

எமது செய்தி

7வது இதழ்

எமது நடைமுறைகளை கௌரவிக்கும் காலாண்டு இதழ்

2007 ஒக்டோபர் - டிசம்பர்



இருப்பிடத்தை இழந்த ஏதிலிகள்

ஆகாயத்தில் பரப்பனவாக இருந்தாலும் கூட அவை தங்குவது ஒரு கூட்டிலேயே. மண்ணில் ஊர்ந்து செல்லும் சகல ஜீவராசிகளும் தங்குவதற்கு ஒரு குகை, புற்று அல்லது பொந்து இருக்கின்றன. பூவுலகில் ஒழுக்கநெறிகளை கட்டியெழுப்பிய மனிதர்களின் விடயத்தில் இது தொடர்பாக எதுவும் சொல்லவேண்டுமா?

“வீடு” என்ற இருப்பிடம், சகல மனிதருக்கும் நிம்மதியையும் விருப்பத்தையும் கொண்டு வரும் இடமாகும். தமது குடும்ப வாழ்க்கையுடன் தனித்திருக்கும் இடமாகும். குடும்பத்தவர்களுடன் உறவாடும் இடமாகும். அங்கு மூலை முடுக்குகள், அருகிலுள்ள மரம் செடிகள், முற்றம் மற்றும் நிலத்தில் பாயும் ஒவ்வொரு நீர்த்துளியும் அவர்களது வாழ்க்கை மூச்சுடன் கலந்திருக்கிறது.

ஒரு மனிதனை, இந்த சகலவற்றிடமிருந்து பலாத்காரமாக பறித்தெடுத்து, வாழ்க்கையின் வேற்றற பூமியில் தவிக்கவிடுவதை விட கொடுமான செயல் என்ன இருக்க முடியும்?

அவர்கள் இந்த மோசமான தலைவிதியின் 17ஆவது வருடத்தை கடந்துகொண்டிருக்கின்றனர்.

மனிதர்களே, தயவுசெய்து சொல்லுங்கள்.....

அவர்கள் இன்னும் எத்தனை நாட்களுக்கு இவ்வாறு இருக்கவேண்டும்?

வீடு என்ற மனிதரின் இருப்பிடம் குறித்து இந்தக் குழந்தைகள் கற்றுக்கொள்வது எப்போது?



“மொன்டிசொரிக்கு”
என்னைப் பார்க்க
யாரும் வருவதில்லை

12



தெற்கில் கேட்காத
கெபித்திகொல்லேவ
ஓலம்

15



யுத்தத்தின்
மனநல
இழப்பு

8-9



மனநல
சுகாதாரம் தான்
முக்கியம்

3

எமது செய்தி

600/3, நாவல வீதி, ராகிரிய.
தொலைபேசி : 0112871801, 0112871418
பெக்ஸ் : 0112871419
- மெயில் : info.sriianka@basicneeds.org

யுத்தத்தின் அழிவுகள்

இருபது வருடங்களுக்கு மேலாக நிகழ்த்திக்கொண்டே போகும் யுத்த நடவடிக்கை காரணமாக முழு சமூகமும் இறையாகிவிட்டிருக்கிறது. வடக்கு - தெற்கு - கிழக்கு எந்த திசையிலும் மனிதர்களின் வாழ்க்கை அபாயகரமான நிலையிலேயே இருக்கின்றது. சகல வளங்களுடன் வாழ்வதைப் போல் தோன்றினாலும் அவர்களது வாழ்க்கை சரிந்துகொண்டே இருக்கின்றது. யுத்தம் அச்சத்தைத் தோற்றுவிப்பது, கொடுமானது. அது சகல இடங்களிலும் சகல மக்கள் குழுக்கள் இடையிலும் சமமான அனர்த்தத்தை உருவாக்குகிறது. யுத்த நடவடிக்கைகளுக்கு முற்றுப்புள்ளி வைப்பது அரசியல் வழிமுறையிலேயாகும். இந்த நடவடிக்கையை மேற்கொள்ள வேண்டியது நாட்டுக்குள் நடைமுறையில் உள்ள அரசியல் சக்திகளாகும். இருந்தும் சகலதையும் அரசியல் அதிகாரத்திடம் ஒப்படைத்துவிட்டு மக்கள் கை, கால்களை முடக்கிக்கொண்டிருக்க முடியாது. வாழ்க்கையை மீளக்கூடியெழும்பும் நடவடிக்கையின்போது அதில் தலையிட சமூகத்துக்கு உரிமையுள்ளது. மக்கள் சமூகத்திற்காக சேவையாற்றும் சமூக அமைப்புகளாக எமது தலைநிலி அந்த நோக்கத்துக்கேயாகும்.

எமது தலையிட்டால் தென் மாகாணத்தில் நடைமுறைப்படுத்தப்படும், நல்ல பலனை பெற்றுக்கொடுத்துள்ள "சமூக அடிப்படை உள் நல சுகாதார அபிவிருத்தி வேலைத் திட்டம்" கெபித்திக்கொள்ளாவ, யுத்தமும் மற்றும் கிழக்கு மாகாணத்தைச் சேர்ந்த வாகரை வரை பரவலாக்கியது 2007ஆம் ஆண்டில் நாம் பெற்ற சிறந்த அனுபவமாகும். கெபித்திக்கொள்ளாவையிற் இடம்பெயர்ந்துள்ள சிங்கள மக்களும், மதுரில் யுத்த மோதல் காரணமாக யுத்தளத்துக்கு இடம்பெயர்ந்த முஸ்லிம் மக்களும், யுத்தத்தால் கொடுந்ததை அனுபவித்த வாகரை தமிழ் மக்களிடம் நாம் சென்றமை, தெற்கில் நாம் பெற்ற அனுபவத்தையும் சேர்த்துக்கொண்டே யுத்தம் அவர்களது வாழ்க்கையில் சமமான அனர்த்தத்தை ஏற்படுத்தியிருந்தது. அவர்களது அன்பான அயலவர்கள் இல்லாமல் போயினர், வாழ்க்கை அழிவற்றது, சொத்துகள் உடமைகள் நாசமாகின. சிலர் ஊனமுற்றுள்ளனர். சகலரும் ஜீவனோபாய வழிகள் அடைக்கப்பட்டுவிட்டன. கல்வி நடவடிக்கைகள் சீரழிந்து போயின. புசி மற்றும் நோய்கள் பரவல்கின்றன. திருமண வாழ்க்கை, குடும்பத் தொடர்புகள் மற்றும் சமூகத் தொடர்புகள் சிக்கலுக்குள்ளாகியுள்ளன. சுருக்கமாகச் சொன்னால் அங்கு "வாழ்க்கை" இல்லை. உள் நல சுகாதாரம் தொடர்பில் எடுத்துக்கொண்டால் அங்கு மிக மோசமான நிலையே காணப்படுகிறது. நீண்டகாலமாக சிகிச்சை பெறாத உள் நல பிரச்சினைகளால் பெருந்தொகையானோல் பாதிக்கப்பட்டுள்ளனர். தெற்கு மக்கள் முகங்கொடுக்கும் பிரச்சினைகளுக்கு சமமான பிரச்சினைகளால் பாதிக்கப்படுவதுடன் இன மோதல் மற்றும் யுத்தம் காரணமாக தோன்றும் மோசமான பிரச்சினைகளுக்கும், கனாடி அனர்த்தம் நேரடியாகவும் மறைமுகமாகவும் இவர்களது வெகுவாகப் பாதித்துள்ளது. தெற்கில் இருந்து சென்ற எமது சமூக ஆர்வலர்கள் யுத்தம் நடைபெறும் இடங்களுக்கு அருகாமையில் உள்ள இடங்களில் வசிக்கும் மக்களின் பிரச்சினைகள், தாம் முகங்கொடுக்கும் பிரச்சினைகள் மிகவும் சிக்கலானது என்பதை நேரில் கண்டனர். எமது வேலைத்திட்டங்களின் அடிப்படை நோக்கமாகவிருந்தது, இந்த குழுக்களுக்கிடையே அனுபவங்களை பகிர்ந்துகொள்ளும் மேடையை உருவாக்கிக்கொள்வதேயாகும்.

அனர்த்தத்தின் தீவிரத்தைக்கு ஏற்ப எமக்கு செய்ய முடிந்தது மிக அற்பமே. மீண்டும் மீண்டும் எடுத்துக்காட்ட வேண்டிய விடயம் என்னவென்றால் சமூக அரசியல் மோதல்களுக்கு உள் நல சிகிச்சை மட்டும் போதுமானதல்லவென்பதே. இந்த அழிவுக்காக முழுத் தீர்வுக்கும் - செல்லும் - பொறுப்பு சகல சமூகங்களும் உடையுள்ளது.

மனநல வைத்திய நிபுணராக இருக்கின்ற உங்கள் தொழில் ரீதியான கடந்த கால அனுபவங்களை மீட்டப்பார்த்தால்..?

எனது சேவைக்காலம் 10 வருடங்களுக்கும் மேலாகின்றது. அதை நினைத்து நான் மனப்பூர்வமாக மகிழ்ச்சியடைகின்றேன். எனினும் நாடளாவிய ரீதியில் எமது நாட்டில் தற்போது நிலவிக்கொண்டிருக்கின்ற மனநல விருத்தி சேவைகளில் திருப்தி காண முடிவதில்லை. அதற்காக செய்ய வேண்டியவைகள் நிறைய இருக்கின்றன.

சுமார் 30 வருடகால யுத்த நிலவரத்தின் கொடுமான அனுபவங்களுக்கு முகம் கொடுப்பது அவதிப்படும் கொள்முடிப்பவர்களுக்காக நீங்கள் சேவையாற்றிக் கொண்டுள்ளீர்கள். அது எவ்வாறானதொரு சவால் என்று கூறலாமா?

ஆம். அது பெரியதொரு சவால். அதிகமானோர் யுத்தத்தால் ஏற்பட்ட தாக்கங்களினால்தான் மனநலம் பாதிப்புக்களுக்கு ஆளாகியிருக்கிறார்கள். இடம்பெயர்வு, காணாமல் போதல், நிம்மதியான வாழ்வு மற்றும் சொத்துக்களை இழந்தமை, வருமான வழி மற்றும் பாதுகாப்புகளை இழந்தமை போன்ற பல்வேறுபட்ட பிரச்சினைகளால் மக்கள் நீண்டகாலமாக அவதிப்பட்டுக்கொண்டிருக்கின்றனர். வாழ்க்கையில் அவர்களுக்கு துளியேனும் நம்பிக்கையில்லை. இவ்வாறானதொரு சூழ்நிலையில் மனநல பாதிப்புக்குள்ளாகி இருப்பவர்களுக்கு சிகிச்சை அளித்தல் மற்றும் அவர்களைக் கண்காணித்தல் போன்றன தொழில் ரீதியாக நான் எதிர்கொள்கின்ற பெரிய சவால் என்றே குறிப்பிட வேண்டும். இவ்வாறானதொரு சூழ்நிலையில் மனநோயாளிகளைப் பற்றி விவரித்தல் அவ்வளவு எளிதான காரியமல்ல. அத்துடன் மிகவும் அவதானத்துடன் செயல்பட வேண்டியுள்ளது.

குறிப்பாக, யுத்த நிலவரங்கள் உக்கிரமடையும் வேளைகளில் நோயாளிகளின் நடத்தைகள் நேரத்துக்கு நேரம் மாறுபடுகின்றன. கடந்த காலத்தில் அவ்வாறான 4 நோயாளிகள் உயிரிழந்தார்கள். அவர்களை மீள் கண்காணிக்க முடியாமல் இதற்குரிய பிரதான காரணமாக இருந்தது. அத்துடன் யுத்தத்தோடு சம்பந்தப்பட்ட அவதானத்திற்குரிய சம்பவங்கள் இன்னும் இருக்கின்றன. சிறுவர் தலப்பிரயோகம், விட்டு தன்புறத்தல்கள், மதுபானம் பானத்தில் போன்றவை. இருக்கும் நிலவரத்தின்படி மேற்குறித்த விடயங்களுக்கு எதிராக செயற்படுவது சற்று கடினமானது. எனவே முறைப்பாடு செய்ய பொலிஸ் நிலையம் செல்பவர்கள் பல அசௌகரியங்களுக்கு உள்ளாகின்றனர். இதனால் பல விடயங்கள் முடிமறைக்கப்படுகின்றன.

மேற்கொள்ள சவால்களை வெற்றி கொள்வதற்கு நீங்கள் எவ்வாறான வழிமுறைகளைக் கையாள்கின்றீர்கள்?

முதலில் நாம் பலம் பெறுவதற்கு குழுவாக இணைந்து செயற்பட்டோம். அக்குழுவில் மட்டக்களப்பு வைத்தியசாலையில் மனநல விருத்தி அமைப்பில் கடமைபற்றும் தாதியொருவர், பல் வைத்தியரொருவர் மற்றும் சமூக சேவை அதிகாரியொருவரும் அங்கத்துவம் வகித்தனர். அக்குழு ஒன்றிணைந்து பிரதேச செயலாளர் காரியாலய மட்டத்தில் மற்றுமொரு சிறிய குழுமொன்றை உருவாக்கியது. இவ்விரண்டு குழுக்களும் இணைந்து குறிப்பாக பிரதேசத்திலுள்ள மனநோயாளிகளை இனங்காணல், அவர்களை சிகிச்சைகளுக்கு உட்படுத்துதல் போன்றவற்றோடு அவர்களை விசாரித்தல் போன்ற காரியங்களை செய்து வந்தன. திருகோணமலை, கல்முனை, அம்பாறை போன்ற மாவட்ட வைத்தியசாலைகளில் மனநல விருத்தி சேவை வசதிகளை ஏற்படுத்த நாம் இயன்றவு முயற்சி செய்தோம். அந்த முயற்சியின் பலனாக தற்போது அந்த வைத்தியசாலைகளில் மனநல விருத்திப் பிரிவு அமைக்கப்பட்டுள்ளது. இவை தவிர மக்களுக்கு விளக்கமளிப்பதற்கென பல்வேறு வேலைத்திட்டங்களும் பாதிப்படைந்த மக்கள் மட்டத்தில் நடைமுறைப்படுத்தப்பட்டு வருகின்றன.

இந்த மக்களிடையே இதுவரை நீங்கள் கண்ட மனநலம் தொடர்பான பிரதான பிரச்சினை என்ன?

பிரதான காரணம் மனநலம் தொடர்பான போதிய விளக்கமின்மை. மனநோய் என்பது மனிதனுக்கு அப்பாற்பட்ட

சக்தியால் ஏற்படுத்தப்படுகின்ற ஒரு நோயாகும் என பலரும் எண்ணுகின்றனர். அவர்களுக்கு மனநோய் தொடர்பான ஆரோக்கிய வழிமுறைகள் பற்றிய விளக்கம் அறவே இல்லை. இவர்கள் முகம் கொடுக்கின்ற உள்ரீதியான பிரச்சினைகளை ஆராயும்போது இவர்களில் அதிகமானோர் மனநோயாளிகளாக இனங்காணப்படாவிட்டாலும் இவர்கள் அனைவரும் ஏதாவதொரு உள்பிரச்சினையால் அவதிப்படுகின்றனர். அதன் பிரதிபலனாக தன்மை, அதிகம் கோபப்படல், எரிச்சலடைதல் போன்றவை தலைதூக்குகின்றன. இவையனைத்தும் ஒன்றுசேர் அவர்கள் தம்மைச் சுற்றியுள்ளவர்களுடன் மனிதாபிமான தொடர்புகளை ஏற்படுத்தித் தீர்க்கொள்ள முடியாமல் போகின்றது. சுற்றியுள்ளவர்களுடன் சர்ச்சைகளை ஏற்படுத்திக் கொள்வர். பிள்ளைகள் தொடர்பாக கூறின், அவர்களில் பெரும்பாலானோரின் நடத்தைகளில் வித்தியாசம் இருக்கின்றன. அத்தோடு பரிசை பயம், கோபப்படுதல், எரிச்சலடைதல் போன்ற பிரச்சினைகள் அவர்கள் மத்தியில் சர்ச்சாத்தரணம்.

தற்போது உங்கள் பிரதேசத்தில் நடத்திச் செல்கின்ற மனநல சேவை வசதிகள் தொடர்பில் நீங்கள் திருப்தியடைகின்றீர்களா?

உண்மையிலேயே இல்லை. தேவையான வசதிகளில் ஒரு சிலவே இதுவரை நடைமுறைப்படுத்தப்பட்டுள்ளன. செய்ய வேண்டியவைகள் இன்னும் நிறைய உள்ளன. நீண்ட கால சேவையைப் பெற்றுக் கொள்வதற்கான செயற்பாடுகள் இதுவரை மேற்கொள்ளப்படவில்லை. அவ்வாறே மனநோயாளிகளுக்கு புறர் வாழ்வு அளிப்பதற்கான புனர்வாழ்வு மையங்களுக்கு நோயாளிகள் மற்றும் அவர்களின் குடும்பத்தவர்களுக்கு ஒத்தாசை வழங்கக்கூடிய சமுதாய செயற்திட்டங்கள் எதுவும் மேற்கொள்ளப்படவில்லை. மேலும் மனநலம் தொடர்பாக வேலை செய்வதற்கு குறைந்தளவு ஊழியர்களே உள்ளனர் என்பதை இங்கு விசேடமாகக் குறிப்பிட வேண்டும்.

இந்த இடைவெளியை நிரப்புவதற்கு நீங்கள் எவ்வாறான செயற்திட்டங்களை முன்வைத்துள்ளீர்கள்?

நாட்டிலுள்ள மக்களின் மன நலனை விருத்தி செய்யாமல் வெறும்நொன்றை விருத்தி செய்தாலும் பலனில்லை. நடைமுறைப்படுத்தப்படாத அரகாங்கம் பிரதானமாக அதனை இனங்காண வேண்டும். சாதாரணமாக அரகாங்கம் நாட்டிலுள்ள மனநலம் குன்றியவர்களுக்கு வருடந்த வரவுசெலவுத்திட்டத்தில் சுமார் 1%யே ஒதுக்குகின்றது. அது போதுமானதாக இல்லை. இது தொடர்பாக மக்கள் பங்கேற்கும் நிகழ்ச்சித்திட்டமொன்றை ஏற்பாடு செய்வதில் அரகாங்கம் பூரண கவனம் செலுத்த வேண்டும். அவ்வாறான திட்டங்களின் மூலம் நான் முதலில் கூறிய அந்த இடைவெளியை சற்றேனும் நிரப்பிக் கொள்ளலாம்.

கலந்துரையாடல்
■ மல்காந்தி கமதே

மனநலனை மேம்படுத்தாமல் வேறெதைனை மேம்படுத்தினாலும் அது பயனளிக்காது.

கே. கணேஷன்
மட்டக்களப்பு வைத்தியசாலையின் மனநல வைத்திய நிபுணர்





ஊரை விட்டுத் தூரத்திய யுத்தம்

“நாம் முல்லைத்தீவு மக்கள். அங்கு அழகாக வாழ்ந்து வந்தோம். 1990ஆம் ஆண்டு புலிகள் வந்து 24 மணித்தியாலங்களுக்குள் இந்த ஊரை விட்டுப் போகுமாறு கூறினார்கள். நாமும் எழுது உயிருக்குப் பயந்து இங்கு வந்தோம்” என்று 70 வயதை அடைகின்ற லையிது மொஹமட் இவ்வாறானதொரு கதையை எம்மிடம் கூறினார். அவரை நாம் புத்தளம் ஆலங்குடா (B) பீ முகாமில் சந்தித்தோம்.

யுத்தத்தினால் அகதிகளாக்கப்பட்ட பல்லாயிரக்கணக்கானோர் வன்னி மாவட்டத்திலிருந்து புத்தளம் ஆலங்குடா முகாமுக்கு வந்து வாழ்கின்றார்கள். எழுது உடல், உள நலன்புரிச் சங்கத்தினை ஆலங்குடாவிற்கும் எடுத்துச் சென்றோம்.

அப்பிரதேசம், காய்ந்த நிலைகளையுடைய மரங்களையும், வரண்ட நிலங்களையும் கொண்டதாகக் காணப்பட்டது. மரங்களின் கிளைகள் பாதையில் விழுந்து காணப்பட்டன. அதில் தென்னை மரத்தால் செய்யப்பட்ட வரிசையான குடிசைகளைக் காண முடிந்தது. 17 வருடங்களாக இம்மக்கள் இக்குடிசைகளிலேயே வாழ்ந்து வருகின்றனர். மேலும், சுற்றுப்புறச் சூழலும் மாசடைந்து காணப்பட்டது. பல வருடங்களாக சேமித்து வைத்த சொத்துக்கள், வீடு, காணி போன்றவற்றை யுத்தம் காரணமாக இழந்துவிட்டு புத்தளத்துக்கு வந்துள்ளார்கள். இதனால், இம்மக்களின் மனநிலை எவ்வாறு இருக்கும் என்பதனைக் கூற வேண்டிய அவசியம் எமக்கில்லை. இம்முகாமில் வாழுகின்ற பலர் முல்லைத்தீவு மக்களாவர். அங்கு இவர்களின் தொழில் விவசாயமே. ஆனால், அவற்றையெல்லாம் இழந்து விட்டு வர இந்த யுத்தம் காரணமானது.

“அங்கிருந்து வந்ததன் பின்னர் இங்கு வாழ்வது கஷ்டம். அங்கு 5 ஏக்கரில் மிளகாய் தோட்டமொன்று இருந்தது. அதனால் நாம் சந்தோசமாக வாழ்ந்தோம். ஆனால், தற்போது இங்கு கூலிக்கு மிளகாய் பறிக்கச்



17 வருடங்களாக இம்மக்கள் இக்குடிசைகளிலேயே வாழ்ந்து வருகின்றனர். மேலும், சுற்றுப்புறச் சூழலும் மாசடைந்து காணப்பட்டது. பல வருடங்களாக சேமித்து வைத்த சொத்துக்கள், வீடு, காணி போன்றவற்றை யுத்தம் காரணமாக இழந்துவிட்டு புத்தளத்துக்கு வந்துள்ளார்கள். இதனால், இம்மக்களின் மனநிலை எவ்வாறு இருக்கும் என்பதனைக் கூற வேண்டிய அவசியம் எமக்கில்லை.

செல்கின்றோம். ஒரு நாளைக்கு 150 ரூபாய் கொடுப்பார்கள். கிழமைக்கு 4 நாட்கள் மட்டுமே வேலை உள்ளது. இந்தக் கூலியினாலேயே எனது 5 குழந்தைகளையும் பாதுகாக்கின்றேன்” இவ்வாறு பரிதா ஹுசைன் கூறுகின்றார். தங்களது ஊரில் நன்றாக விவசாயம் செய்து கொண்டிருந்தவர்களுக்கு இன்று அதை இழந்து அதற்குப் பதிலாக கூலி வேலை செய்து சிறு பணத்தை வைத்துக் கொண்டு தமது வாழ்க்கையை ஒட்டிக்கொண்டிருக்கிறார்கள்.

அநேகமானவர்களால் தங்களது குழந்தைகளுடன் முகாம்களில் வாழ்வதற்கு பெரிய போராட்டமே நடத்தவேண்டியிருக்கிறது. லையிது மொஹமத் அவரின் எல்லா சொத்துக்கள், வீடு அனைத்தையும் விட்டு ஆலங்குடாவுக்கு தனது 12 பிள்ளைகளுடன் வந்துள்ளார். “அங்கு ஒரு பெரிய வீட்டைக் கட்டினேன். அவற்றை விட்டு இன்று 12 பிள்ளைகளுடன் இங்கு வந்தேன். இங்கு ஒரு வேலை கிடைக்கவில்லை. கூலி வேலை செய்து வருகின்றமையால் கஷ்டங்கள் அதிகம். மூத்த பிள்ளையின் படிப்பை நிறுத்தினேன்” 17 வருடங்களாக அவர்கள் படுகின்ற கஷ்டத்தினால் அவர்களுக்கு வாழ்க்கையை வெறுத்தும் போயுள்ளது.

பிள்ளைகளின் படிப்பினைத் தொடரவும் முடியாமல் இருக்கிறது. அதிகமான பெண்கள் இப்பிரச்சினையைத் தீர்க்க வெளிநாட்டுக்குப் பணி புரிய சென்றுள்ளார்கள். இதனால், குழந்தைகள் பல பிரச்சினைகளுக்கு முகம் கொடுக்க நேரிட்டுள்ளது. அதற்கு ஒரு சிறந்த உதாரணமாக சியானா ரிளம் கூறுகின்ற கதையினைக் கேட்போம்.

“8ஆம் தரம் வரை மட்டுமே எனக்கு பாடசாலையில் கல்வி கற்க முடிந்தது. அம்மா வெளிநாடு சென்றதால் தங்கைமார், தம்பிமார்களைப் பார்த்துக் கொள்வதற்கு வீட்டில் தங்க வேண்டி ஏற்பட்டது. அம்மா 10 வருடம் வெளிநாட்டில் இருந்தார்” இவ்வாறு பல பிள்ளைகள் தாய்ப்பாசம் இல்லாமலேயே வளர்ந்துள்ளார்கள். அதுமட்டுமன்றி சிறு வயதிலிருந்தே குடும்பத்தைக் காக்க வேண்டிய நிலையும் ஏற்பட்டுள்ளது.

சிறுவயதிலேயே இவ்வாறு பிரச்சினைகளுக்கு முகங்கொடுப்பதால் அவர்களின் மனநிலை பாதிப்படைய வாழ்ப்புக்கள் அதிகம். (B) பீ முகாமில் தங்கியிருந்த சாலிஹா பர்மிலாவின் அக்காவும் வெளிநாட்டிலேயே இருந்தார்கள். அவரின் குழந்தைகள் சாலிஹாவிடமே வளர்ந்தன. அக்குழந்தைகளின் அப்பாவும் தொழிலுக்காக வேறு பிரதேசத்துக்குச் சென்றார். இவ்வாறு பெற்றோர்களின் அன்பின்றி பிள்ளைகள் இந்த முகாம்களில் வாழ்வது ஒரு பெரிய பிரச்சினையாக எமக்குத் தெரிந்தது.

அவர்கள் தற்போது அரசாங்க இடங்களிலேயே தங்குகின்றனர். ஆனால், அவற்றுக்கான ஒப்பினைகள் கொடுக்கப்படவில்லை. சட்டரீதியாக இம்மக்கள் வன்னி மாவட்டத்துக்கே சொந்தமானவர்கள். வாக்களிப்பதும் அம்மாவட்டத்துக்கே. ஆனால், அவர்கள் வாழுகின்ற புத்தள மாவட்ட அதிகாரிகளோ, வன்னி மாவட்ட அதிகாரிகளோ அவர்களுக்கு இருக்கின்ற பிரச்சினைகளை ஆராயவில்லை. பலர் தங்களது ஊருக்குத் திரும்பிச் சென்று வாழவே எதிர்பார்த்துக் கொண்டு இருக்கின்றார்கள். ஆனால், தற்கால பரம்பரை புத்தள மாவட்டத்தில் வாழவே ஆசைப்படுகின்றது.



இவ்வாறு 26 வயதடைய ஏ.பி (P) ஜெனீப் எம்மிடம் கூறினார். “எங்களுக்கு முல்லைத்தீவு சென்று பயனில்லை. இங்கு இருக்கவே இருப்பம். ஆனாலும், இங்கு வீடு கட்டுவதற்கு இடம் இல்லை. ஒப்பிணையை வழங்கவும் இல்லை. பணம் உள்ளவர்கள் இடம் வாங்கி வீடு கட்டிக் கொண்டார்கள். ஆனால், கஷ்டமான மக்கள் இன்னும் இம்முகாமில் இருக்கின்றார்கள்” முகாமினுள் கசாதார வசதிகள் இல்லை. குடிப்பதற்கு கத்தமான தண்ணீர் கூட கிடைப்பதில்லை. மேலும், மலசலகூடங்களும் அதிகமாக இல்லை. பாடசாலை மட்டத்திலும் பல பிரச்சினைகளுக்கு முகம் கொடுக்கின்றார்கள். புத்தளத்தில் உள்ள பாடசாலைகளுக்குச் செல்வதால் அங்கு வசதிகள் குறைந்து காணப்படுகின்றன. ஆனாலும், சிறுவர்கள் நன்றாகப் படிப்பதற்கு ஆர்வம் காட்டுகின்றார்கள். பல எதிர்பார்ப்புகளுடன் வாழ்கின்றார்கள்.

ஆலங்குடா முஸ்லிம் மகா வித்தியாலயத்தில் 11ஆம் தரத்தில் கல்வி கற்கும் இஸ்மாயில் இர்ஸார் கூறுகின்ற கதையினைக் கேட்போம். “நான் இங்கு தங்குவதற்கே விரும்புகிறேன். நன்றாகப் படித்து ஒரு வைத்தியர் ஆவதே எனது இலட்சியம்” இர்ஸான் போன்றவர்களுக்கு அந்த இலட்சியத்தை அடைவதற்கு ஒரு நல்ல சூழல் இருக்க வேண்டும். பெண்கள் குழல் மட்டுமன்றி மனமும் ஒரு சாந்தமான நிலைக்கு வர வேண்டும். அதற்காக இவர்கள் இப்பிரச்சினைகளுக்கான தீர்வினை கண்டுபிடிக்க வேண்டும். மேலும், பிரச்சினைகளுக்கு முகம் கொடுக்கும் ஆற்றல் அவர்களிடத்தில் இருக்க வேண்டும். அவர்கள் மனங்களைக் கட்டுப்படுத்தி இருக்க வேண்டும் என்பது எமக்குத் தெளிவாகின்றது. •

• என். திலகரத்ன



உள்ளத்தின் குமுறல்

ஓரமாய் - ஓர் மௌனம்
அது மௌனம் -அல்ல
ஓர் உள்ளத்தின் குமுறலே

சிறுகடித்த எங்களின் வாழ்க்கை சிதறிய சில்லறைகளாய் நம்மதியான எங்கள் வாழ்க்கை நிலை தடுமாறிய நீர் குமிழ்களாய்

சுழன்றுடித்த கணாமியின் கொடூர மன உளைச்சல் தீர் முன்னே போல்லாத போரலையின் கொடூரம் எங்கள் பின்னே

உயிர்களை இழந்தோம் உறவுகளை இழந்தோம் உடமைகளை இழந்தோம் உரிமைகளை இழந்தோம் -இன்னும் இழப்பதில்லை வெறிச்சோடி எங்கள் வாழ்க்கையின்

முகம் தெரியா முகவரி தெரியா -முகாம்களின் முடங்கிப் போன குடிசையின் ஓரங்களில் ஊனமுற்ற உள்ளங்களில் ஊமைக் குமுறல்

ப.தேவா
தாதிய உத்தியோகஸ்தர்
மட்டகளப்பு.



சமாதானம் வேண்டும்

மண்ணில் மங்கா ஓளி வீசும் எதிர்கால வித்துக்கள் சிறுவர்கள் நாமே நம் உரிமைகள் புறிக்கப்படும் - உடமைகள் இழக்கப்படும் நாம் கனவு கண்டோம் கல்வியில் மிளிர்

முண்டது யுத்தம் இருண்டது கனவு வாழ்க்கை தொடர்ந்தோம் கல்வியை கூடார்களிலும் குப்பி விளக்குகளிலும் மீண்டும் வருமா? சமாதானம்

என்றோம் ஆண்டு வந்ததோ அரக்கன் போல் புத்தம் அடிபெடுத்தால் அளவிட முடியாத ஆட்லெறிகள் ஆண்டதோ அவ்வளவு உயிரையும் மீண்டு போனதோ எம் உறவுகள் அனைத்தும்

மீண்ட உறவுகள் மீண்டும் வருமா? முண்ட யுத்தம் மீண்டும் தனிநாமா? இத்தனைக்கும் மத்தியில் இமைக்கு வேண்டும் சமாதானம்.

பேரின்பம் பிரியதர்சினி
மாங்காடு

பார்வதி, லீலாவதி மற்றும் சிவபாக்கியம்

தொடர் சிகிச்சை முறையின் முக்கியத்துவத்தை வெளிப்படுத்தும், தெளிவுபடுத்தும் கட்டடங்கள் மூன்று



கிரேசுவதி

பார்வதி

பெயர் : பார்வதி செல்வநாயகம்
வயது : 35
முகவரி : கன்னங்குடா,மண்டபத்தடி

ஆரம்பத்தில் மனநோய் சிகிச்சை பெறுவதற்கென்று பார்வதி வைத்தியசாலைக்கு வரவில்லை.இவர் கூடந்த 06வருடங்களுக்கு முன் தனது குழந்தை ஒன்றினை வைத்தியசாலை அனுமதிக்கென குழந்தை வைத்தியப்பிரிவில் குழந்தையுடன் அனுமதிக்கப்பட்டிருந்தார்.சரியாக பராமரிக்கப்படாத நிலையில் தீவிரமாக நோயினால் பாதிக்கப்பட்டிருந்த குழந்தை மிக வேகமான நிலையிலேயே விடுதியில் அனுமதிக்கப்பட்டு பின் இறந்து விட்டது.அப்போது இருந்த தாயின் நடத்தையினை அவதானித்த குழந்தை நல வைத்திய நிபுணர் பார்வதியினை உடனடியாக அனுப்பி வைத்திருந்தார்.

உடனடி பிரிவிற்கு வரும் போது பார்வதி

தீவிரமாக சிசோபிர்ணியா நோயினால் பாதிக்கப்பட்டிருந்தார்.தனது பெயர் கூட இவருக்கு தெரியாது.சிசோபிர்ணியா நோய்க்குரிய குணம்,குறிகள் அனைத்தையும் தெளிவாக வெளிக்காட்டினார்.தனது பிள்ளை இறந்தது கூட அவருக்கு தெரியாதுமலம் கழிக்க முறையாக சலம் கழிக்க கூட தெரியாத நிலையில் இருந்தார்.

வரலாறு

குறித்த இக்காலத்தில் அரசு கட்டுப்பாட்டில்லாத பிரதேசமான மண்டபத்தடி,கன்னங்குடாவை பிறப்பிடமாகவும் வசிப்பிடமாகவும் கொண்ட பார்வதி ஆறு பிள்ளைகளின் தாய்,கணவனின் கூற்றுப்படி அனுமதித்திதகதிக்கு 18வருடங்களுக்கு

முன்பு இருந்து நோயினால் பார்வதி அவதியுற்று வந்திருக்கிறாள்.அப்போதிருந்தே சிசோபிர்ணியா நோய்க்குரிய குணம் குறிகளை வெளிக்காட்டினாள் என்பதற்கு,ஆனால் இனம் காணப்படாமல் நோய் அதிகரித்துக் கொண்டிருந்துள்ளது.கணவன் கூலித் தொழில் செய்பவர்.பிள்ளைகளையும் நோயாளி மனைவியையும் பராமரிப்பதில் தனது அதிக நேரத்தினை செலவிட்டுக் கொண்டிருந்தார்.

சிகிச்சை

அனுமதிக்கப்பட்ட பார்வதிக்கு அரம்பத்தில் மருந்துக்கள் மூலம் உடனடி சிகிச்சை அளிக்கப்பட்டது.அதன் மூலம் ஓரள இயல்பு நிலைக்கு பார்வதி திரும்பினால்,என்னும் புரண குணமாவதற்கு இன்னும் சில மார்புபட்ட சிகிச்சைகள் வழங்கப்பட்டது.அதாவது நடைவா தொடர்ச்சியாக வழங்கப்பட்டது.பின் 18வருடகாலம் அழந்து விட்ட இயல்பு வாழ்க்கையை கற்பிக்க வேண்டிய நிலை ஏற்பட்டது.இதற்கு தொடர்ச்சியாக நடத்தை மாற்று சிகிச்சை செய்யப்பட்டது.இதன் மூலம் பழக்க வழக்கம் ஏனையவருடன் பழக மலம்கழிக்க,ஆடைமாற்று,மறவை பழக்கமலம் கழிக்க போன்ற அடிப்படைப்பழக்க வழக்கங்கள் பழக்கப்பட்டது.

சிகிச்சையில் குடும்பப் பங்களிப்பு

குடும்ப பங்களிப்பு மிகவும் அபாரமாக காணப்பட்டது.அதாவது பார்வதியின் கணவர் மிகவும் அக்கறைபுடன் எமக்கு உதவினார் தொடர்ச்சியாக வைத்தியசாலையில் 3 மாதகாலம் தங்கியிருந்து சிகிச்சையினை கற்றுக்கொண்டார் மருந்துகொடுக்கும் முறை போன்றவற்றையும் கற்றுக்கொண்டார்

தொடர் கண்காணிப்பு

விடுதியில் இருந்து சென்றபின் உடனடி உத்தியோகஸ்தர் தொடர் கண்காணிப்பினை செய்துகொண்டிருந்தார்

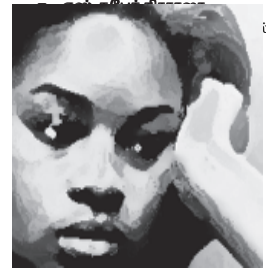
சிகிச்சையில் பலன்

பார்வதி புரணமாக குணமடைந்து இயல்பு வாழ்க்கைக்கு திரும்பினார்.குடும்பத்தை சமாளித்துக் கொண்டார்.இதனால் கணவன் வேலைக்கு செல்லத் தொடங்கினார்.இதன் மூலம் குடும்பத்தின் வாழ்கைத்தரம் மீண்டும் நல்ல நிலைக்கு வந்தது.அத்தடன் குணமாகிய பார்வதியும்,கணவனும் தமது பிரதேசத்திலிருந்து இன்னும் 5நோயாளிகளை இனம் கண்டு சிகிச்சைக்காக அனுப்பி வைத்திருந்தார்கள்.இது எழுது சிகிச்சையில் மிகப் பெரிய பலன் அல்லதுவெற்றி எனலாம்.

இராணுவ நடவடிக்கையின் பின்

தொடர்ச்சியாக மாதாமாதம் மருந்து எடுத்துக் கொண்டிருந்த பார்வதி இராணுவ நடவடிக்கை கடந்த மாதங்களில் இடம் பெற்றதன் காரணமாக சிகிச்சையினை இடைவிட்டார்.இராணுவ நடவடிக்கை காரணமாக இவரை தொடர் கண்காணித்தார்.

சேய்ய முடியவில்லை.விளைவு பார்வதியும்,பார்வதி இனம் கண்டு அனுப்பிய 05நோயாளிகளும் மீண்டும் நோயாளிகளை இராணுவநடவடிக்கை பெரிதும் அவர்கள் வாழ்க்கைத்தரத்தினால் பாதிக்கப்பட்டது.மீண்டும் அவர்கள் தீவிரமாக சிகிச்சைக்குப்படுத்தப்படுதல் பட வேண்டியவர்களாவர் இதுவருந்தக்கூடிய விடயமே



லீலாவதி

லீலாவதி

பெயர்:- நாராயணபிள்ளை -லீலாவதி
வயது:- 48

விலாசம்:- பாடசாலை வீதி,
மகிழியடித்தீவு,
காக்கட்டிச்சோலை.

குடும்பம் பற்றி:-

1974ம் ஆண்டு நாராயணபிள்ளை என்பவரைத் திருமணம் செய்திருந்தார் 5 பிள்ளைகள் 3 பெண்களும் 2 ஆண்களும் உள்ளனர் கொக்கட்டிச்சோலையில் இறால் பண்ணைக்கு காவலாளியாக பணி செய்த சமையல் 1987-01-28 கணவரும் ஒரு உடல் பிறந்த தம்பியும் படுகொலை செய்யப்பட்டார் இதன் காரணமாக பாரதாரமான பொறுப்புக்களைபும் கவலையைபும் தன்னகத்தே கொண்டு லீலாவதி வாழ்ந்து கொண்டிருக்கிறார் தந்தையின் இறப்பினால் பிள்ளைகளின் குடும்ப பராமரிப்பும் கஷ்டமாகியது இக்குடும்பத்துக்கு லீலாவதி தந்தையின் ஆதரவும் பராமரிப்பும் பங்கெடுத்திருந்தமை இந்தக் குடும்பத்தின் வாழ்வாதாரத்திற்கு பெரிதும் உதவின.

1994ல் லீலாவதியின் தந்தை எதிர்பாராத விதமாக விபத்தில் சிக்கண்டு

“இரவில் வெடிச்சத்தம் கேட்கும் போது ஊரை விட்டுப் போக நினைவு வரும். ஆனால், மறுநாள் காலை சூரியன் உதயமாகும் போது ஊரிலேயே தங்குவதற்கு நினைவு வருகின்றது. நாம் பகல், இரவைக் கழிப்பது இவ்வாறே” இது யகாவெ ஊரில் நாம் சந்தித்த திபானி கூறுகின்ற கதையாகும். தங்களது வாழ்க்கைக்கு எந்த நேரத்தில் என்ன நடக்கும் என்று தெரியாமல் வேலைக்காக வெளியே செல்கின்ற தங்களது குடும்பத்தினர், நண்பர்கள் போன்றவர்களுக்கு என்ன நடக்கும் என்று தெரியாமலும், பல வருடங்கள் சேகரித்த சொத்துக்களுக்கு என்ன நடக்கும் என்று ஊக்க முடியாமல் அங்குள்ள மக்கள் காண்படுகின்றனர். காரணம், அடிக்கடி அங்கு நடைபெறுகின்ற யுத்தமாகும். எந்நேரம் பயந்த வண்ணமே இருக்கின்றார்கள். இவ்வாறான சூழ்நிலையில் அவர்களின் மனவேதனை எப்படியிருக்கும் என்பதை நாம் கூற வேண்டியதில்லை.

யுத்தத்தினால் இவ்வாறான கஷ்டங்களுக்கு முகங்கொடுக்கின்ற இச்சமூகத்தினரின் மனவேதனை மற்றும் உடல் நலன்களைக் கருத்திற் கொண்டு பேஸிக்நீட்ஸ் நிறுவனத்தின் உடல், உள நலச் சங்கத்தின் வேலைத்திட்டங்கள் வடமத்திய மற்றும் கிழக்குப் பகுதிகளுக்கு அறிமுகப்படுத்தப்பட்டது. நாம் அங்கு சிங்கள, தமிழ், முஸ்லிம் மக்கள் வாழுகின்ற ஒரு ஊரைத் தேர்ந்தெடுத்தோம். அதில் சிங்கள மக்கள் வாழுகின்ற கெபதிகொல்லேவ பிரதேச செயலகப் பிரிவுக்கும், யுத்தத்தினால் அகதிகளாக்கப்பட்ட முஸ்லிம் மக்கள் வாழும் கல்பிட்டி பிரதேச செயலகப் பிரிவுக்கும், தமிழ் மக்கள் வாழுகின்ற வாகரை செயலகப் பிரிவுக்கும் இந்த உடல், உள நல மேம்பாட்டு சங்கத்தை அறிமுகப்படுத்தினோம். அந்தந்த ஊரிலுள்ள மக்கள் கூறுகின்ற

“இரவில் வெடிச்சத்தம் கேட்கும் போது ஊரை விட்டுப் போக நினைவு வரும். ஆனால், மறுநாள் காலை சூரியன் உதயமாகும் போது ஊரிலேயே தங்குவதற்கு நினைவு வருகின்றது. நாம் பகல், இரவைக் கழிப்பது இவ்வாறே”

வியங்களை இங்கு குறிப்பிடுகின்றோம். கெபதிகொல்லேவையில் பஸ்ஸில் நடைபெற்ற குண்டு வெடிப்பானது, உடலக மக்கள் அனைவரின் மனதிலும் அச்சத்தையும், கவலையையும் ஏற்படுத்தியது. இச்சம்பவத்தையடுத்து யகாவெ, ஹல்லில் வெடியு, விஹாரஹல்லில்லேவ போன்ற ஊர்களில் உள்ள மக்கள் கெபதிகொல்லேவுக்கு வந்து முகாம்களில் தங்கினார்கள். இக்குண்டுவெடிப்பு நடைபெற்று 6 மாதங்களின் பின்பே எமது நிகழ்ச்சியை கெபதிகொல்லேவுக்கு எடுத்துச்சென்றோம். அங்கு பொருளகந்த முகாமுக்குச் சென்று அங்குள்ள மக்களிடம் விபரங்களைச் சேகரிக்கும் போது கூட அவர்கள் அந்த குண்டு வெடிப்பின் அதிர்ச்சியிலேயே காணப்பட்டார்கள். குடும்ப உறவினர்கள் மற்றும் நண்பர்களை இழந்தவர்கள் மிகவும் வேதனையுடன்



இருந்தார்கள். அவ்வேளை அவர்களின் மனவேதனைக்கு 4 பிரதான காரணங்களை தெரிந்துகொள்ள முடிந்தது.

1. பயங்கரமான ஒரு சம்பவத்துக்கு முகம் கொடுத்தல்.
2. அவர்களின் உறவினர்கள், நண்பர்களை இழத்தல்.
3. பல வருடங்கள் சேமித்த சொத்துக்களை விட்டு வர நேரிட்டமை.
4. முகாம்களில் பல மக்கள் வாழுகின்றமையினால்

பல்வேறு பிரச்சினைகள் ஏற்படுகின்றமை. ஏரே குடும்பத்தில் பலர் உயிரிழந்திருந்தனர். இன்னும் பலர் உடல், உள ரீதியாக பல பிரச்சினைகளை சந்தித்துள்ளனர். “எனது 3 குழந்தைகளும் இந்த யுத்தத்தினால் உயிரிழந்தார்கள். அம்மா, அப்பாவையும் இழந்தேன். தற்போது நானும், எனது மருமகளும், பேரனும் மட்டுமே இருக்கின்றோம். இந்தத் தனிமையை எம்மால் தாங்க முடியாது. ஊருக்குப் போய் இருக்க முடியாது. அவர்கள் கூறியது, செய்தது அனைத்தும் நினைவுக்கு வருகின்றன” இவ்வாறு நாம் முகாமில் சந்தித்த பத்மாவதி தெரிவித்தார். இதேபோன்று கதறி அழுகின்ற அம்மாமார், அப்பாமார்களை நாம் சந்தித்தோம். மேலும் தங்கள் அம்மா, அப்பாவை இழந்த சிறுவர்களையும் சந்தித்தோம். இந்த இழப்பினால் இவர்களின் மனநிலை மிகவும் மனநிலை நலன்கள்தான். பல மக்கள் இரவில் தூங்க முடியவில்லை என்று கூறுகின்றார்கள்.

இவர்கள் முகங்கொடுத்துள்ள இப்பிரச்சினைகளால் இவர்களின் மனம் பாதிப்படைந்துள்ளதை அவதானிக்க முடிந்தது. எந்தவொரு வேலையையும் அவர்களால் செய்ய முடியாமல் இருந்தது. மேலும், பல வருடங்களாக சேமித்து வைத்த சொத்துக்கள், காணிகள் போன்றவற்றையும் இழந்து விட்டு வந்துள்ளார்கள். அவர்கள் செய்து கொண்டிருந்த

யுத்தம் மனநல

விவசாயத்தையும் இன்று இழந்து விட்டு மனவேதனையில் முகாம்களில் காணப்படுகின்றார்கள். மேலும், முகாம்களில் ஒரு சிறு பகுதிகளில் அம்மா, அப்பா, சகோதர சகோதரிகளுடன் வாழ நேரிட்டுள்ளது. பிள்ளைகளின் படிப்பினை தொடர்வதில் மிகவும் சிரமத்தை எதிர்நோக்கியுள்ளனர். இந்த வருடம் ஜூன் மாதத்தில் ஹல்லில்லேவ விகாரையிலும், ஹல்லில்லேவெடியிலும் இரு பிரதான வேலைத்திட்டங்களை ஆரம்பித்தோம். அவ்வேளை, பொருளகந்த முகாமிலுள்ள பலர் ஊருக்குச் சென்றிருந்தார்கள். ஆனாலும், அவர்கள் முகங்கொடுக்கின்ற பிரச்சினைகள் குறையவில்லை. “தீவிரவாத பிரச்சினையால் வயல்களில் வேலை செய்யவும் முடியாது. மேலும், இரவு நேரத்தில் குடிசையில் தங்கவும் பயமாகவுள்ளது. காரணம், தீவிரவாதிகள் எந்த நேரத்தில்





யுத்தத்தின் நடவடிக்கை இழப்பு

“

எனது 3 குழந்தைகளும் இந்த யுத்தத்தினால் உயிரிழந்தார்கள். அம்மா, அப்பாவையும் இழந்தேன். தற்போது நானும், எனது மருமகளும், பேரனும் மட்டுமே இருக்கின்றோம். இந்தத் தனிமையை எம்மால் தாங்க முடியாது. ஊனருக்குப் போய் இருக்க முடியாது. அவர்கள் கூறியது, செய்தது அனைத்தும் நினைவுக்கு வருகின்றன”

”

வந்து கொலை செய்வார்கள் என்று கூற முடியாது. மிகவும் மனவெகையடிப்பே நாம் வாழுகின்றோம்” இவ்வாறு நாம் ஹல்பில்லெடியாவில் சந்தித்த டி.எம்.வித்யாபர்தன் கூறினார்.

இதேபோன்று புத்தளத்தில் உள்ள ஆலங்குடாவிலும் எமது சங்கத்தை அறிமுகப்படுத்தினோம். யுத்தத்தினால் பாதிக்கப்பட்ட பல்லாயிரக்கணக்கான வன்னி மாவட்ட மக்கள் புத்தளம் மாவட்டத்தில் வாழ்கின்றார்கள். எமது கருத்திற்கு ஆலங்குடா (B) பீ முகாமிலேயே நடைபெற்றது. அங்குள்ளவர்கள் முல்லைத்தீவில் இருந்து ஆலங்குடாவுக்கு 1990 ஆம் ஆண்டிலேயே வந்துள்ளார்கள். அன்றிலிருந்து இன்று வரை 17 வருடங்கள் இந்த முகாமிலேயே தங்கியுள்ளனர். ஊரை விட்டு 17 வருடங்கள் வெளியில் இருப்பதால் அவர்களின் மனநிலை எவ்வாறு இருக்கும் என்பதை அறிந்து கொள்ள முடிகின்றது. வாழ்க்கையில் முன்னேற்றக்கூடிய வாழ்வு அவர்களுக்குக் கிடைக்கவில்லை. காரணம் சொந்த வீடு, காணி என்று

இம்மக்களுக்கு எதுவும் எஞ்சியிருக்கவில்லை. 17 வருடங்களாக இவர்கள் மிகவும் கஷ்டத்துடனேயே வாழ்க்கையைக் கழிக்கின்றார்கள். சட்ட ரீதியாக அவர்கள் இன்றுவரை வன்னி மாவட்டத்துக்குச் சொந்தமானவர்களாவர். வாக்களிக்கும் உரிமையும் அம்மாவட்டத்திலேயே இருக்கிறது. இவர்கள் புத்தளம் மாவட்டத்தில் வாழ்வதால் வன்னி மாவட்டத்தில் உள்ள பிரச்சினைகள் ஆராயப்படுவதில்லை. இம்மக்களின் முகாம்கள் அரசாங்கக் காணிகளிலேயே அமைந்துள்ளன. அதற்கான ஒப்பினைகளை வழங்கப்படவும் இல்லை. பல்லாயிரக்கணக்கான மக்கள் புத்தளம் மாவட்டத்துக்கு வந்ததால் அங்கு பிரச்சினைகள் எழ ஆரம்பித்தன. அதாவது பாடசாலைகளில் பிள்ளைகளின் எண்ணிக்கை அதிகரிப்பது, போக்குவரத்து வசதிகள் இல்லாமல் போன்ற பிரச்சினைகளுக்கு முகம் கொடுக்கின்றார்கள். அதமட்டுமன்றி சுகாதார சேவைகள் மிகவும் குறைந்தவையிலேயே காணப்படுகின்றன. 17 வருடங்கள் அவர்கள் வாழ்ந்திருந்தாலும் இப்பிரச்சினைகளை தீர்க்க வேண்டியவர்கள் தீர்க்காமல் இருப்பதால் இவர்களின் மனவேதனை இன்னும் அதிகரிக்கின்றது. “நாம் 1990 ஆம் ஆண்டிலிருந்து இன்று வரை கஷ்டத்துடனேயே வாழுகின்றோம். தங்குவதற்கு வசதியில்லை. வீடுக்கான ஒப்பினைகளையும் தரவில்லை. மேலும், பணம் உள்ளவர்கள் வேறு வீடு வாங்கி சென்றார்கள். நாங்கள் அநாதைகள், எங்களைப் பார்க்க யாரும் இல்லை” இவ்வாறு ஆலங்குடா முகாமில் நாம் சந்தித்த மொஹமட் கூறினார். குடும்பங்களின் அழகுறலும் அவர்களின் கஷ்டங்களும் அதிகரித்துள்ளமையை எம்மால் காணமுடிந்தது. எத்தனையோ மக்கள் தற்கொலை செய்து கொண்டார்கள். மேலும், அதிகமான பெண்கள் விட்டுப்பணிப்பெண்ணாக வெளிநாடு சென்றுள்ளார்கள். இதேபோன்று வாகரை பிரதேசத்தில் உள்ளவர்கள் 3 தசாப்தங்களுக்கு முன்பிலிருந்தே யுத்தத்தினால் துன்பமடைகின்றார்கள். இந்த வருட ஜூலை, ஒகஸ்ட் மாதங்களில் அவர்களுக்காக அங்கு எமது வேலைத்திட்டத்தை ஆரம்பித்தோம். உரியன்கட்டு, கதிரவேலி, வாகரை, பாலசேனை போன்ற 4 ஊர்களில் எமது வேலைத்திட்டங்களை அறிமுகம் செய்தோம். புலிகளின் கட்டுப்பாட்டில் இருந்த இப்பிரதேசம் சில மாதங்களுக்கு மட்டுமன்றி கணமியினாலும் இவர்களின் வாழ்க்கை பாதிக்கப்பட்டது. வீடுகள் அழிந்தன. அதிகமான குடும்பங்களில் உள்ள அங்கத்தவர்கள் யுத்தத்தினாலும்,



இது எங்களுக்குத் தெரிகிற விதம்

“
நாம் 1990 ஆம் ஆண்டிலிருந்து இன்று வரை கஷ்டத்துடனேயே வாழுகின்றோம். தங்குவதற்கு வசதியில்லை. வீட்டுக்கான ஒப்பினைகளையும் தரவில்லை. மேலும், பணம் உள்ளவர்கள் வேறு வீடு வாங்கி சென்றார்கள். நாங்கள் அநாதைகள், எங்களைப் பார்க்க யாரும் இல்லை

”

கணமியினாலும் உயிரிழந்துள்ளார்கள். கூடுதலானோர் உண்ண உண்ணின்றி கஷ்டப்படுகின்றார்கள். குறைந்தளவிலாவது உடல் நலன், சுகாதார வசதிகள், போக்குவரத்து வசதிகள் இருக்கவில்லை. பெற்றோர்கள் இல்லாமல் வேதனையில் உள்ள பிள்ளைகள், பிள்ளைகளை இழந்த பெற்றோர்கள், கணவனை இழந்த மனைவிமார்கள் போன்றவர்களை நாம் சந்தித்தோம். மனநிலை பாதிக்கப்பட்டவர்கள், நோய் வாழப்பட்டவர்கள் போன்றோரை இவ்வேலைத்திட்டத்தில் மூலம் சந்திக்கக் கிடைத்தது. பெண்கள் மிகவும் கஷ்டத்துடனேயே அங்கு

வாழ்ந்து வருகின்றார்கள். “இங்கு கூடுதலானோர் தனியாகவே இருக்கின்றனர். கணவன், பிள்ளைகளை இழந்து அல்லது அவர்கள் வேறு முகாம்களில் இருப்பதாலும் தனிமையாக இருப்பதாலும் எமக்கு நிவாரணங்களை வழங்குவதில்லை. நாம் என்ன செய்வது” இவ்வாறு ஒரு பெண் எம்மிடம் கூறினார். “மகன்மார் வேறு பிரதேசத்தில். நான் இங்கு தனியாக உள்ளேன். பக்கத்து வீடுகளிலேயே பகல், இரவு உணவுகளை உண்பேன். எனக்கென்று இங்கு யாரும் இல்லை. குடும்ப அங்கத்தவர்களை இழந்துள்ளதால் பலர் மனநோயாளியாக மாறியுள்ளார்கள்” உரியன்கட்டுவில் நாம் சந்தித்த கமலதாஸ் நிர்மலரானிக்கு 30 வயதாகின்றது. மனநோய்க்கு மருந்து வாங்கியதாகக் கூறினார். “இரண்டு குழந்தைகள் யுத்தத்தினால் உயிரிழந்தார்கள். இன்னொருவர் கணமியால் உயிரிழந்தார். இரவில் தூங்க முடியாது பிள்ளைகளின் நினைவு வருகின்றது. வாகரை வைத்தியசாலையில் மருந்து எத்தனை. அதுவும் சரியாகவில்லை” இவ்வாறு நிர்மலரானி கூறுகின்றார். பல தசாப்தங்களாக யுத்தத்துடன் வாழுகின்ற இம்மக்கள் அதிக பிரச்சினைகளுக்கு முகம் கொடுத்து பலமற்றவர்களாகக் காணப்படுகின்றார்கள். இப்பிரச்சினைகளினால் நேரடியாக மனம் பாதிப்படைகின்றது என்பது எல்லோருக்கும் தெரிந்த விடயம். யுத்தத்துக்கு முகங்கொடுத்தல், உற்றுணிகள், நண்பர்களின் பிரிவு, சொத்துக்களை இழந்தமை, முகாம்களில் வாழ்க்கையை நடத்த நேரிட்டமை, எதிர்காலம் கேள்விக்குறியாகியமை போன்றவற்றினால் இவர்கள் மனவெகையடிப்பைக்கு முகம் கொடுக்கவேண்டி ஏற்பட்டுள்ளது. இவ்வேலைத்திட்டத்தின் மூலம் எம்மிடம் மனம் திறந்து கதைத்தவர்கள் பற்றி நாம் எடுத்த முடிவு இதுவாகும்.

• **என்.திலகரட்ண**

எனது பெயர் சின்தா ஜராங்கனி. எனது ஊர் யகாவெவ. எனது வயது 29. எனக்குத் திருமணமாகி 3 குழந்தைகள் உள்ளன. மூத்த மகளின் வயது 9. இரண்டாம் மகளின் வயது 6. கடைசி மகளின் வயது 3. எனது கணவன் ஊர்காவலராக கடமையாற்றுகிறார். எமக்கு பணம் நிறைய இருக்கவில்லை. ஆனாலும், நான், எனது கணவன், குழந்தைகள் மிகவும் சந்தோசமாகத்தான் வாழ்ந்து வந்தோம். ஒருநாள் காலையில் நாம் வீடு செல்லும்போது எனது கணவரின் அண்ணாவின் மகளை கச்சக்கொடியில் புலிகள் வெட்டிக் கொலை செய்துள்ளதாகத் தகவல் கிடைத்தது. எனது கணவன் எனக்கும் குழந்தைகளுக்கும் நாளை கால பஸ்ஸில் வருமாறு கூறிவிட்டு அந்த நேரமே கச்சக்கொடியை நோக்கிப் புறப்பட்டார்.

என்விடம் அவ்வளவு பணம் இருக்கவில்லை. எனது மகள் காலையில் எழுந்து "சிறிய குழு" என்ற சங்கத்துக்குச் சென்று 500 ரூபாய் கடனுக்கு வாங்கிக் கொண்டு வந்தார். மூன்று குழந்தைகளையும் தயார் செய்து கச்சக்கொடிக்குச் செல்வதற்கு கால பஸ் வருவதை காத்திருந்தோம். பஸ்ஸும் காலையிலேயே வந்தது. குழந்தைகளை ஏற்ற முடியாதவாறு பஸ்ஸில் சன நெரிசல் அதிகமாக இருந்தது. நானும் மிகவும் கஷ்டத்துடன் பஸ்ஸில் ஏறினேன். எப்படியாவது போகவேண்டும் என்பதால் அந்த பஸ்ஸில் ஏறினேன். மூத்த மகளும், மூத்த மகனும் ஒரு ஆசனத்தைப் பிடித்துக் கொண்டு இருந்தார்கள். கடைசி மகளை ஆசனத்தில் அமர்த்து கொண்டிருந்த ஒருவரின் கைக்குக் கொடுத்து விட்டு நானும் அதனைக் கொடுத்தேன். தேங்காய்களை ஏற்றிச் செல்வது போன்று அந்த பஸ்ஸில் மக்கள் நிறைந்து காணப்பட்டனர். சிறிது தூரம்தான் பஸ்



முகாமில் சந்தித்த தியாகி

சென்றது. திடீரென்று ஒரு பெரிய சத்தம் கேட்டது. மக்கள் கதறினார்கள். திரும்பவும் அதேபோன்றதொரு சத்தம் கேட்டது. எனக்கு என்ன நடந்ததென்று தெரியாது.

எனது தம்பி அநூர் (மாமாவின் மகன்) என்னை கேட்கக்கொல்லாவ வைத்தியசாலைக்கு எடுத்துச் சென்றுள்ளார். எனக்கு எனது குழந்தைகளைக் கூட நினைவுக்கு

வரவில்லை. கொஞ்சம் நேரத்துக்குப் பிறகு எனக்கு ரூபகம் வந்தது. நாம் புறப்பட்ட பஸ்ஸின்டியில் இரண்டு குண்டுகளை புலிகள் வைத்திருக்கிறார்கள். எனது குழந்தைகள் என்னை விட்டுப் பிரிந்து சென்றுவிட்டன. நான் அழுதேன். அப்போது எனது குழந்தைகள் 'அம்மா அழவேண்டாம்' என்று வந்து சொல்லவில்லை. எனது அன்பான குழந்தைகளின் உடலைக் கூட

பார்க்க முடியாமல் போனது. நான் துரதிஷ்டசாலி. என்னையும் எனது கணவனையும் குழந்தைகள் விட்டுச் சென்றனர். உலகத்தில் யாராவது தாங்க முடியாத ஒரு சோகத்தை எனது குழந்தைகள் எனக்குக் கொடுத்தார்கள். எதிரிகளுக்குக் கூட இவ்வாறானதொரு நிலைமை வரக்கூடாது. பிறக்கின்ற எல்லா ஆத்மாவிலும் எனது குழந்தைகள் திரும்பவும் எனக்கே பிறக்கவேண்டும் என்று நான் பிரார்த்திக்கிறேன்".

சின்தா ஜராங்கனி கூறிய கதை அவருக்கு மட்டும் உரிமையானது இல்லை. யகாவெவ ஊரில் வசிக்கும் ஜராமான மக்கள் இவ்வாறான சோகக் கதைகளையே கூறினார்கள். குழந்தைகளை இழந்த பெற்றோர்களும், பெற்றோர்களை இழந்த குழந்தைகளும், கணவர்களை இழந்த மனைவிமார்களும், மனைவிமார்களை இழந்த கணவர்களும் இந்த யுத்தத்துக்கு பகல் இரவாகச் சாயம் இடுகிறார்கள்.

சின்தா ஜராங்கனியின் மனநிலை எவ்வாறான பாதிப்புக்குள்ளாகியிருக்கும் என்பதை உங்களால் அனுமானிக்க முடியுமா? அவர் இந்த சமுதாயத்தை மிகவும் அச்சத்துடனேயே பார்க்கிறார். மனதில் சந்தேகமும் கோபத்தினும் இருப்பதை எங்களால் அவரைச் சந்தித்த போது புரிந்து கொள்ள முடிந்தது. அவரின் கணவரும் அவருக்கு நிறைய தொந்தரவுகளைக் கொடுப்பதாக அறியக்கிடைத்தது. தற்பொழுது அவருக்கு இன்னொரு குழந்தை பிறந்துள்ளது. எழுது சுகாதார செயற்திட்டத்தில் அவரை இணைந்து கொள்ளும்படி அமைப்பு விடுத்தபோதும் அவர் அதனை முற்றாக மறுத்தார். பின்னர் தனக்கு புதிதாக பிறந்த குழந்தையின் நலன் கருதி நடக்கவிருக்கும் செயற்திட்டத்தில் பங்கேற்க விரும்புவதாக என்விடம் கூறினார். •



"நாம் நீலப்பொல கொலனியிலே இருந்தோம். மக்களுக்கிடையில் ஏற்றுமை நிலை வேண்டும் என்பதற்காகவே சிங்கள கொலனியும், தமிழ் கொலனியும் ஒன்றாகக் காணப்பட்டது. உண்மையிலே அக்கால மக்களுக்கிடையில் ஒரு

குழந்தையிலேயே காந்தியும் நீலப்பொல கொலனியிலேயே இருந்தோம். இப்போது அப்படிப்பட்ட பண்புகளும் பண்புகளும் பண்புகளும் இது வடக்கு, கிழக்கு, மக்களுக்கு மட்டுமன்றி இன்றும் பல மக்களுக்கு

“உயிரைத் தவிர மற்றைய அனைத்தையும் இழந்தேன்”

வீடு வாசல்களை இழந்து செல்லும் வேதனை

ஊர், வீடுகளை இழந்து மக்கள் கஷ்டப்படுகின்றார்கள். வீடுகளில் இருக்கவும் பயம். காரணம் எந்நேரத்தில் வந்து கொலை செய்வார்கள் என்று தெரியாது. மேலும், மக்கள் நிறைந்துள்ள இடங்களிலும் இருக்கப் பயமாகவுள்ளது. காரணம் எந்நேரத்தில் குண்டு வெடிக்கும் என்று தெரியாது. இதனால், நானும் எனது கணவனும் பிள்ளைகளுக்கு நேரகாலத்துடன் உணவுகளைக் கொடுத்து விட்டு காட்டுக்குச் செல்வோம். அதுவும் ஒரே இடத்தில் இருக்கப் பயம். ஒவ்வொரு பக்கத்தில் இருந்தும் வெடிச்சத்தங்களும், மக்களின் கதறல்களும் கேட்கின்றன. நாம் விடியும் வரை காட்டில் ஒவ்வோர் இடங்களில் இருந்து விட்டு விடிந்ததும் வீடு திருப்புவோம். அப்போது அங்கு சில வீடுகள் எரிந்த நிலையிலும், தோட்டங்களுக்கு அரியாயங்களை டெய்லும் இருப்பதைக் காண முடியும். பிள்ளைகளை பாடசாலைக்கு அனுப்பவும் பயமாக உள்ளது. விட்டிலிருந்து யாராவது கொளியே சென்றால் அவர்கள் வரும்வரை மனதுக்கு நிம்மதியில்லை. இந்த யுத்தத்தினால் எழுது ஊரில் எத்தனை

உறவினர்கள், நண்பர்கள் உயிரிழந்தார்கள்? என் கண் முன்னே வெட்டப்பட்ட, எரிக்கப்பட்ட மனிதர்களைப் பார்த்துள்ளேன். எங்களுக்கு வீடு, தோட்டம் எல்லாம் இருக்கின்றன. ஆனாலும், மனநிம்மதியோடு எதையும் செய்ய முடியாமல் இருக்கின்றது. உயிர் வாழ்வதற்கும், பிள்ளைகளின் எதிர்காலத்துக்குமே நாம் தென்மகாணத்துக்கு வந்தோம்” இவ்வாறு யுத்தத்தினால் தாம் எதிர்நோக்கியுள்ள, எதிர்நோக்குகின்ற கஷ்டங்களையும், பிரச்சினைகளையும் பற்றி எல்லைக் கிராமத்திலிருந்து வந்த திருமதி வீஜீ.காந்தி லதா கூறினார். இரண்டு தசாப்தங்களுக்கு முன்பிலிருந்து இந்த யுத்தத்தினால் காந்தியைப் போன்று பலர் பாதிக்கப்பட்ட பலர் உள்ளனர். அவர்கள் மிகவும் கஷ்டத்துடனேயே வாழ்கின்றனர். இந்த யுத்தத்தினால் ஊர், வீடு, தோட்டங்கள் எல்லாவற்றையும் இழந்து வேறொரு பிரதேசத்துக்கு வந்துள்ளார்கள். அப்படிப்பட்டவர்களில் திருமதி.காந்தி அவர்களும் ஒருவராவார்.

ஏற்றுமை காணப்பட்டது. மரண வீடு, திருமண வீடு எல்லாவற்றுக்கும் சிங்கள, தமிழ் மக்கள் என்றில்லாமல் எல்லோரும் கலந்து கொண்டனர். ஒருவருக்கொருவர் உதவி செய்து கொண்டார்கள். வடக்கிலேயே யுத்தம் ஆரம்பித்தது. அது பரப்படியாக கிழக்கு மாகாணத்தைத் தாக்கியது. எழுது ஊருக்கும் யுத்தம் வந்தது. சிலவேளை கொலனியில் சிங்கள, தமிழ் மக்களை கொலை செய்வார்கள். வீடுகளை அழிப்பார்கள். யார் இவற்றை செய்கின்றார்கள் என்பதை நினைத்துப் பார்க்க முடியாது. இறுதியில் கொலனியில் சிங்கள, தமிழ் மக்களிடையே கருத்து முரண்பாடுகள் ஏற்பட்டு ஒருவரையொருவர் வெறுக்க ஆரம்பித்தனர். யுத்தம் ஆரம்பிக்கும் போது இப்போது இருப்பதைப் போன்று முகாம்கள் இருக்கவில்லை. ஆயுதத்தில் உதவ யாரும் இருக்கவில்லை. யுத்தம் அதிகரித்தது. வாழ விரும்பமான சிங்கள மக்கள் தென் மாகாணத்துக்கு வந்தார்கள். தமிழ் மக்கள் வடக்கிற்குச் சென்றார்கள். இன்னும் சிலர் ஊரிலேயே தங்கினார்கள். இவ்வாறான

இந்த யுத்தம் பயங்கரத்தை உண்டு பண்ணிக் கொண்டிருக்கிறது. இதற்கு உதாரணமாக எம்பியிப்பியாவில் வசிக்கும் திரு.டி.கடே அவர்கள் கூறுவதாவது, யுத்தத்தினால் வடக்கு, கிழக்கு மக்கள் மட்டுமன்றி மற்றைய பகுதி மக்களும் பாதிக்கப்பட்டுள்ளார்கள். இலங்கை மக்கள் என்ற வகையில் அனைவரும் இந்த யுத்தத்தினால் கஷ்டப்படுகின்றனர். எல்லைக் கிராம மிகவும் பயந்த நிலையிலேயே வாழ்கின்றனர். வெடிச்சத்தங்களும், குண்டு வெடிப்புகளும், மேட்டூர் தாக்குதல்களும் எந்நேரத்தில் இம்மக்களை தாக்கும் என்று கூறுமுடியாது. சிங்கள, தமிழ் மக்கள் அப்பாவிகளாக இருந்தாலும் அனைவரும் இலங்கையர்கள். எனவே, அவர்களின் கஷ்டங்கள் எங்களுக்குத் தெரிகின்றன” என்பவற்றிற்குள்ளும் யுத்தத்தின் பெறுபெறுகள் அதிகம். அவற்றுக்கு சிங்கள, தமிழ் மக்கள் அனைவரும் முகம் கொடுக்கின்றார்கள். இந்த சிங்கள, தமிழ் யுத்தம் வரலாற்றில் இரண்டு தசாப்தங்களையும் கடந்துள்ளது. •



வைத்தியர் ஷிரோமி மாதுவகே

நாம் வாழ்ந்து கொண்டிருக்கும் சமூகத்தில் பல்வேறுபட்ட உடல், உள ரீதியிலான உபாதைகளால் அவலத்தைப்பட்டுக் கொண்டிருக்கும் பலர் உள், மன உபாதைகளால் பாதிக்கப்பட்டுள்ளோரை அவர்களின் நோய்களுக்கேற்ப வகைப்படுத்தலாம். எனவே, எவ்வளவு மன உபாதைகளுக்கு உட்பட்டிருந்தாலும் அவர்களைப் பற்றிய பொதுக் கண்ணோட்டத்தை அவர்கள் நோய்களுக்கேற்ப வகைப்படுத்தலாம். மனநிலை பாதிக்கப்பட்ட ஒரு சிலர் தமது அன்றாட வேலைகளை திருத்தமாக நிறைவேற்றக்கூடியவர்களாக இருப்பினும் இன்னும் ஒருசிலருக்கு அதனை சரிவர செய்து கொள்ள முடியாமலிருக்கும். இதனால், மனநோயாளிகளைப் பாராமிப்போர் தேவைப்படுகின்றனர். குறிப்பாக தமது அன்றாட தேவைகளை தம்மால் செய்துகொள்ள முடியாத நோயாளிகளை பாராமிப்போரின் அவசியம் அதிகளவில் நிலவுகின்றது.

மனநோயாளிகளை பாராமிப்பதில் நாம் தெரிந்து கொள்ள வேண்டிய விடயங்கள் நிறைய இருக்கின்றன. நமது அறிவை நாளுக்கு நாள் வளர்த்துக் கொள்ள சற்றும் மறக்கலாது. அதே போல் பாராமிப்போர் இக்கட்டான பிரச்சினைகளுக்குரிய சூழ்நிலைகளுக்கேற்ப நடந்து கொள்வதோடு நோயாளியைப் பாராமிப்பதன் மூலம் நீங்கள் செய்யும் சேவையானது பாராட்டுகரியது.

ஒரு சில மனநோயாளிகள் எதையெடுத்தாலும் அதில் அதிகளவு சந்தேகம் இருக்கும். இது இவர்களின் நோய்க்குரிய அறிகுறியாகும். இதனை நாம் எவ்வளவு வாதாடாதுமே புரியவைக்க முற்பட்டாலும் கற்பனையிலேனும் நடக்க முடியாதவைகளிலேயும் அவர்களது கவனம் நிலைத்திருக்கும். அதேவேளை, மனநோயாளர்கள் தாம் மனநிலை பாதிக்கப்பட்டிருப்பதை ஒருபோதும் ஏற்றுக்கொள்ள மாட்டார்கள். இதனால், அவர்களுக்கு சிகிச்சையளிப்பது சற்றேனும் இலகுவான காரியமல்ல.

இதனால், ஏனையோரும் ஏசு வாங்க வேண்டி இருக்கும். சமூகத்தில் மனநோய் தொடர்பாக ஒரு சிலரின் தப்பான கண்ணோட்டம் பற்றியும், தப்பான அபிப்பிராயங்கள் பற்றியும் நாம் அறிந்திருக்கின்றோம். அநேகமாக இது தொடர்பில் நீங்கள் கூட கசப்பான அனுபவங்களுக்கு முகம் கொடுத்திருக்கலாம். இந்த கசப்பான நிலைமைகளிலிருந்து மீண்டும் அதனை வெற்றிகரமாக எதிர்கொள்ள உங்களாலும் முடியும். அதற்கு நீங்கள் செய்ய வேண்டியதெல்லாம் நோய் தொடர்பாக உங்களுக்குள்ள சந்தேகத்தை நிவர்த்தி செய்து அது தொடர்பான புரண அறிவினைப் பெற்றுக்கொள்வதோடு சமுதாயத்திலுள்ளவர்களுக்கும் அது

நோயாளரை பாராமிப்பது தொடர்பாக நீங்கள் தெரிந்திருக்க வேண்டியவை

தொடர்பிலான விழிப்புணர்வினைப் பெற்றுக் கொடுப்பதே.

மனநோயாளியொருவரைப் பாராமிப்பவராக இருப்பதனால் எம்மால் என்ன செய்யமுடியும்? எழுது மனநோயாளி எவ்வாறான மனநோயிற்குள்ளாகியிருக்கிறார்? அவனது/அவளது நோயைப் பற்றி நாம் புரண அறிவைப் பெற்றிருப்பது அவசியம். இன்று நாம் குறித்த நோய் தொடர்பிலான புரண அறிவையும் நாம் இந்நோய் சம்பந்தமாக எதிர்கொள்ளும் விளக்கத்தையும் பெறாமல் இருப்பது பிரச்சினைகளுக்கு பிரதான காரணியாகவும் இருக்கலாம்.

நோயாளிக் குரிய மருந்து வகைகளை கட்டாயம் எடுக்கவேண்டும். அதன்போது, உட்கத சிகிச்சை முறை எது? உரிய நேரத்திற்கான மருந்து என்ன? எந்த நேரத்தில் எடுக்க வேண்டும்? என்ன தொடர்பில் எழுது புரண கவனம் செலுத்தப்படல் வேண்டும். வைத்தியர் தீர்மானிக்கும் வரை மருந்தை மாற்றாமல், அவை எடுக்கப்பட வேண்டிய நேரத்தை மாற்றாமல், மருந்தை நிறுத்துதல், வைத்திய பரிசோதனைகளுக்கு நோயாளியை உட்படுத்தாதிருத்தல் போன்றவற்றை ஒருபோதும் செய்யலாது. சிலவேளை நோயாளி உரிய மாத்திரைகளை எடுக்க மறந்துவிட்டாராயின் அணுக்கு/அவளுக்கு அது தொடர்பில் அன்புடன் குறுகப்படுத்துங்கள். நோயாளியின் ஏதாவதொரு அன்றாட தேவைகளோடு மாத்திரைகளை உட்கொள்வதற்கும் படிக்குங்கள். நோயாளி

“ மனநோயாளியொருவரைப் பாராமிப்பவராக இருப்பதனால் எம்மால் என்ன செய்யமுடியும்? எழுது மனநோயாளி எவ்வாறான மனநோயிற்குள்ளாகியிருக்கிறார்? அவனது/அவளது நோயைப் பற்றி நாம் புரண அறிவைப் பெற்றிருப்பது அவசியம். இன்று நாம் குறித்த நோய் தொடர்பிலான புரண அறிவையும் நாம் இந்நோய் சம்பந்தமாக எதிர்கொள்ளும் விளக்கத்தையும் பெறாமல் இருப்பது பிரச்சினைகளுக்கு பிரதான காரணியாகவும் இருக்கலாம். ”

மாத்திரைகளை எடுக்க மறுத்தாராயின் அதை கவனிக்காது விடாமல் அது பற்றி வைத்தியருக்கு அறிவிப்புகள்.

நோயாளியிடம் நோய்க்குரிய அறிகுறிகள் திடீர்த் திடீரென ஏற்படக்கூடும். பாராமிப்பவராக இருக்கும் நீங்கள் அவ்வாறான நிலைமைகளின் போது நிதானமாகவும், பயப்படாமலும் இருக்கவேண்டும். ஏனையவர்களின் சீண்டல்களுக்கு நோயாளி ஆளாகாதவாறு பார்த்துக் கொள்ளுங்கள். அவருடன் வாதிவிவாதங்களுக்குச் செல்ல வேண்டாம். சில வேளைகளில் நோயாளியினால் நிறைவேற்றப்படுகின்ற அன்றாட வேலைகள் சிறியளவிலான நிலைமைகளின் அதனைத் தொடர்ந்து செய்து வருவதற்கு அவர்களைப் படிக்குங்கள். ஏந்நேரமும் அவர்களைப் பாராட்டவும், அவர்களை வேலும் உற்சாகப்படுத்துவதும் தயங்க வேண்டாம். மேலும், அவர்கள் செய்யும் வேலைகளைப் பொருட்படுத்தாமலோ, கவனிக்காமலோ இருக்க வேண்டாம்.

அவர்களுடன் வினாக வாக்குவாதப்படாமல், திட்டித் தீக்காமல் இருங்கள். அவள்/அவன் தன்னை முழுமையாக ஈடுபடுத்திக் கொள்ள விரும்பும் வேலைகள் வை என்பதை அறிந்து உமது பக்கநிப்புடன் அவர்களுக்கு அந்த சந்தர்ப்பத்தை ஏற்படுத்திக் கொடுங்கள்.

நோயாளிக் கூட உங்கள் மீதான நம்பிக்கையை மேம்படுத்தவும், உறுதிப்படுத்திக் கொள்ளவும் இதுவொரு சிறந்த சந்தர்ப்பமாக அமைமயும். அவர்களை சோம்பேறிகள் என்று ஏச வேண்டாம். நோயாளி ஏதாவது காரியங்களைச் செய்யும் போது அவரை சரியான முறையில் வழிநடத்துங்கள்.

நோயாளியின் போசனை மற்றும் அவரது தனிப்பட்ட விடயங்களிலும் அதிக அக்கறைபு இருக்கும் நீங்கள் உங்களுடைய உடல், உள நலனிலும் அக்கறை காட்ட தவற வேண்டாம். உயரத்திற்கேற்ப உடற் பருமனும் இருக்க வேண்டும் என்பதை நீங்கள் அறிந்திருப்பீர்கள். இது தொடர்பான அறிவினை உடல் அமைப்பின் (Body Mass Index) மூலம் அறிந்து கொள்ளலாம். இதனை முறையாகப் பேணி வருவதனாலும் இவ்வாறான பிரச்சினைகள் ஏற்படுவதைத் தவிர்த்துக் கொள்ளலாம். அதற்காக நாம் போசன்களை உணவுகளை உட்கொள்வதோடு உடற்பயிற்சிகளையும் செய்து கொள்ள வேண்டும்.

குறுகிய உணவுப் படிக்கங்கள், நொறுக்குத் திணை கொறிக்கும் படிக்கங்களை இயன்றளவு

தவிர்த்துகொள்ள வேண்டும். அதிகளவு மாச்சத்துக்களுள்ள உணவுப்பண்டங்கள் (அப்பம், பான், பிட்டு, இடியப்பம்) போன்றவற்றுக்குப் பதிலாக தானிய வகைகள் (கடலை, பயறு, கெளபி) போன்றவற்றை உட்கொள்ள வேண்டும். தவிர்ந்துள்ள அரிசியை சமைத்துண்ணுங்கள். இயன்றளவு கீரை வகைகளை உணவில் சேர்த்துக் கொள்ளுங்கள்.

நார்த்தன்மைபுள்ள உணவுகளில் (வாழைப்பு, கொடிநில) போன்றவற்றையும் பழங்களையும் உணவில் சேர்த்துக்கொள்ளுங்கள். எண்ணெய்த்தன்மை கூடிய

தீப்பண்டங்கள், இனிப்புப் பண்டங்கள் போன்றவற்றை கட்டுப்பாட்டுடன் உட்கொள்ளப் பழகுங்கள். தினமும் போதியளவு நீர் (1-1.5 லீற்றர்) அருந்துங்கள். சமநிலையான உணவை உட்கொள்வதில் கவனம் செலுத்துங்கள். விளம்பரங்களினால் கவரப்படும் சரியான விளக்கமின்மையாலும் சில வேலைகளில் நாம் அதிகம் விலை கூடிய உணவுப் பண்டங்களையும் உடனடித் தயாரிப்புப் பண்டங்களையும் அணுகுவதுண்டு.

என்னும் இதை விட போசன்களை அவர்கள் எழு விட்டுத் தொடர்த்திலும் இருக்கக் கூடும். குறைந்த செலவில் கூடிய போசன்களையும் உணவுகளைப் பற்றி எமக்கு விளக்கமில்லாமல் இருக்கலாம். அதேவேளை எழு உடல் எலையைக் குறைக்க வேண்டும் என்பதற்காக நாம் உணவின்மூலம் இருக்கக்கூடிய மாறாக உடற்பயிற்சிகளை செய்வதன் மூலம் பருமனைக் குறைத்துக் கொள்ளலாம்.

நாம் நோயாளியைப் பாராமிப்பதில் சில சிக்கல்களை எதிர்கொள்ள வேண்டியிருக்கும். அத்துடன் நீங்கள் உங்களது அன்றாட வேலைகளில் உற்சாகத்தோடு ஈடுபட வேண்டும். அத்துடன் உங்கள் உடல் நலத்தைப் பேணுவது போன்றே உள நலத்தையும் பேணுவதில் கவனம் செலுத்துங்கள். பொறுமையைக் கடைபிடிப்பீர்கள். நீங்கள் முகம்கொடுத்த பிரச்சினைகளை மீட்டிப் பார்த்து உங்களை நீங்களே திட்டிப்படுத்திக் கொள்ளுங்கள்.

நோயாளியைப் பற்றி கவலைப்படாமல் அவரை அதிலிருந்து மீட்டி நல்ல நிலைக்குக் கொண்டு வருவதற்கு முயற்சிப்பீர்கள். அதற்காக தேவையான ஆலோசனைகளை உட்யுவுகளிடம் இருந்து பெற்றுக்கொள்ளுங்கள். அத்துடன் நோயாளிக் கூட மனதில் புத்தனாற்றுவீட்டும் வகையில் கற்றுப்பறச் சூழலை மாற்றுவீர்கள். விட்டிலுள்ள ஏனைய அங்கத்தவர்களுடன் கலந்தாலோசித்து வேலைகளை திட்டிப்படுத்திச் செயற்படுத்துங்கள். அதன் மூலம் மகிழ்ச்சியும் கூடிய வாழ்க்கையை அனுபவிக்கலாம்.

இவ்வாறு மனநிலை பாதிக்கப்பட்டவர்களை கூடவே இருந்து பாராமிப்பது மிகவும் உன்னதமான செயலாகும். அவ்வாறானதொரு காரியத்தை செய்யும் நீங்கள் பாராட்டப்பட வேண்டியவர். நீங்கள் செய்யும் இந்த வேலையானது உங்கள் உறவினர்களுக்கோ, குடும்பத்தினருக்கோ சிறிய இடைஞ்சல்களை உண்டு பண்ணக்கூடும். இது உங்களுக்கு உள ரீதியிலான பாதிப்புகளை ஏற்படுத்தலாம். அவ்வாறான வேளைகளில் அவர்களுடன் கருத்து முரண்பாடும் உங்களை நீங்களே பாராட்டி தேற்றிக் கொள்ள பழகிக் கொள்ளுங்கள். உங்களுக்கு இது பாரதாரமான ஒரு விடயமாக தென்றினாலும் நாளைவில் அது பழகி விடும். நீங்கள் எதைமே எதிர்கொள்ளக் கூடிய வல்லமை படைத்தவர்கள். பொழுது போக்குகளில் ஈடுபட பழகிக் கொள்ளுங்கள். முடிந்தளவு மத அனுஷ்டானங்களில் உங்களை ஈடுபடுத்திக் கொள்ளுங்கள். அதன்போது இயன்றளவில் நோயாளியையும் உங்களுடன் சேர்த்துக் கொள்ள மறக்க வேண்டாம். •

• வைத்தியர் ஷிரோமி மாதுவகே

கசாதார அமைச்சு,கொடும்பு.

ஒரு நாள் வேலை முடித்து வீடு நோக்கி வரும்போது பாதையருகே இருந்த மரத்தில் காகங்களும் அணில்களும் சத்தம் போட்டுக் கொண்டு இருந்தன. அப்போது மரத்திலிருந்து கீழே விழுந்த அணில் குஞ்சொன்று கீச்சிட்டுக்கொண்டிருந்தது. அதன் அருகில் சென்று நான் அதனை கையிலெடுத்தேன். அது பயந்து போய் தனக்கு ஏதும் நேர்ந்து விடுமோ என்று எண்ணி வேகமாக என்து சாரிக்குள் நுழைந்து மறைந்து கொண்டது. இது அணில் தனது பாதுகாப்பை உறுதிப்படுத்திக் கொண்ட விதம். இது போன்று எம்மில் எத்தனை அநாதைச் சிறுவர்கள் இருக்கிறார்கள்? அப்போது தான் எனக்கு ஒரு சில மாதங்களுக்கு முன் சந்தித்த முத்துமெனிக்கே மற்றும் தரிந்துவினது ரூபகம் வந்தது.

அன்று எழுத்து குழுவின சிறிய வேலைத்திட்டமொன்று மயூபூர கோஸலாராமயலில் நடைபெற்றது. அப்போது தனது சிறிய பேரனுடன் முதுமெனிக்கேயும் அந்த நிகழ்ச்சியில் பங்குகொள்வதற்காக வந்திருந்தார். எல்லோரும் தங்களைப் பற்றி முதலில் அறிமுகம் செய்து கொண்டனர். அவர்களைப் போன்று முதுமெனிக்கேயும் தன்னைப் பற்றியும் தன் பேரன் பற்றியும் பின்வருமாறு அறிமுகப்படுத்தினார்.

“நான் தற்போது இந்தக் குழந்தையுடன் தான் இருக்கிறேன். எழுத்து வீடு ரொடரி வீட்டுத்தொகுதியிலேயே அமைந்துள்ளது. குழந்தையின் அம்மாவும் அப்பாவும் இங்கில்லை. நாம் இதற்கு முன் திருகோணமலையில் வசித்து வந்தோம்” என்றார். இன்னொரு நாள் நான் சில தகவல்களைப் பெற்றுக் கொள்வதற்காக முதுமெனிக்கேயின் வீட்டுக்குச் சென்றிருந்தேன். அப்போது அவர் என்மீடம் பின்வருமாறு கூறினார். “தரிந்து எனது மகனின் மகன். எனது மகன் பாதுகாப்புப் பிரிவில் கடமையாற்றும் ஒருவரையே திருமணம் முடித்திருந்தார். அப்போது நாம் சேருவாவினவில் இருந்தோம். மருமகன் பாதுகாப்புப் பிரிவில் கடமையாற்றுவதாலும், புலிகளால் எமக்குப் பிரச்சினைகள் இருந்தமையினாலும் அப்பொழுதிலிருந்தே எம்முள் பயம் இருக்கத்தான் செய்தது. குண்டு வெடிப்பினால் வீட்டின் கதவுகள், கூரைகள் உடைந்தன. மகனின் கணவனுக்கு காயங்கள் ஏற்பட்டன. அப்போது தரிந்துவுக்கு சுமார் இரண்டு வயதிற்கும்கும். பின்னர் அங்கிருந்து அவர்கள் மருமகனின் உறவினர்கள் வசித்து வரும் அம்பலந்தோட்டைப் பகுதிக்குச் சென்றார்கள். அங்குள்ள டொலில் நிலையத்தில் மருமகன் வேலை செய்தார். பின்னர் கனாமியினால் பாதிக்கப்பட்டவர்களுக்கு வீடு கொடுக்கும் போது அவர்களுக்கு இந்த வீடு கிடைத்தது. அப்போது நான்

“பாலர் பாடசாலையிலிருந்து எல்லோரையும் அழைத்துச் செல்ல அவர்களின் அம்மா அல்லது அப்பா வருவார்கள்.”

ஆனால் எனக்குத்தான் யாருமில்லை



கிரேசுமெனிகே.

சேருவாவினவில் தங்கியிருந்தேன். இதுற்கிடையில் மீண்டும் மருமகன் சேருவாவினவுக்கு இடமாற்றம் செய்யப்பட்டார். பின்னர் மகன் வாழ்க்கைச் செலவினங்களைக் குறைக்கும் நோக்கில் வெளிநாடு பயணமானார். அவர் வெளிநாடு சென்று ஒரு வருடமாகின்றது. இதுவரை அவரிடமிருந்து எந்தத் தகவலும் இல்லை. இந்தக் குழந்தைக்கு தாய், தந்தை எல்லாமே நான் தான். புத்தாண்டுக்கு வீடு வந்து மீண்டும் கடமைக்குச் சென்ற குழந்தையின் அப்பா தொடர்பாக இதுவரை எந்தவொரு தகவலும் இல்லை. மோட்டார் சைக்கிளின் சத்தம் கேட்டால் குழந்தை தனது அப்பா வருவதாக கூறிக் கொண்டு வெளியே ஓடுவான். விமானத்தின் சத்தம் கேட்டால் தனது அம்மா வருவதாகக் கூறி வெளியில் ஓடுவான். கடைசியில் அவனுக்கு ஏமாற்றமே மிஞ்சும். சில வேளைகளில் போசித்தவாறு ஒரே இடத்தைப் பார்த்துக் கொண்டிருப்பான். அவன் தற்போது பாலர் பாடசாலைக்குச் செல்கிறான். என்னால் இயன்றளவு உதவிகளை அவனுக்குச் செய்து வருகிறேன். பாடசாலையில் ஏனையவர்களின் அம்மா, அப்பாமார்ர்கள் வருவார்கள். ஆனால் எனக்குத் தான்

யாருமில்லை என்று தரிந்து ஒரு நாள் என்மீடம் கூறினான். அன்றிலிருந்து தினமும் நான் அவனை பாடசாலைக்குக் கூடச் செல்வேன். இரவில் என்னோடு தான் தூங்குவான். என்னுடன் பகல் வேளைகளில் அடம்பிடிப்பான். பக்கத்து வீட்டிலுள்ள பிள்ளையுடன் தான் அதிகம் விளையாடுவான். சில வேளைகளில் எனக்கு அடிக்கவும் செய்வான். நான் அவனுடன் அதிக பாசத்தோடு இருக்கிறேன். இருந்தாலும் தனது பெற்றோருடன் இருப்பது போலிருக்காது தானே. மேலும் எனக்கு தற்போது 65 வயதாகின்றது. எனக்கு ஏதும் நடந்தால் இந்த குழந்தைக்கு எவருமில்லை. எனது அம்மா வெளிநாடு சென்று என்ன ஆனான் என்பது தெரியாது. அப்பா நாட்டைக் காப்பாற்றப்போய் என்ன ஆனார் என்பது தெரியாது. நாம் இந்த புத்தத்தினால் அநாதையானது தான் மிச்சம்”.

மெனிக்கேயும் தரிந்துவும் ஹம்பந்தோட்டையிலுள்ள மயூபூர ரொடரி வீட்டுத்திட்டத்திலுள்ள 38 ஆம் இலக்க வீட்டில் வாழ்ந்து வருகின்றனர். எல்லா பெற்றோரும் தங்கள் பிள்ளைகளுடன் சேர்ந்து வாழ ஆசைப்படுவார்கள். அவ்வாறே பிள்ளைகளும் தங்கள்



“மோட்டார் சைக்கிளின் சத்தம் கேட்டால் குழந்தை தனது அப்பா வருவதாக கூறிக் கொண்டு வெளியே ஓடுவான். விமானத்தின் சத்தம் கேட்டால் தனது அம்மா வருவதாகக் கூறி வெளியில் ஓடுவான். கடைசியில் அவனுக்கு ஏமாற்றமே மிஞ்சும். சில வேளைகளில் போசித்தவாறு ஒரே இடத்தைப் பார்த்துக் கொண்டிருப்பான்.

பெற்றோரின் அன்பு, அரவணைப்பில் வாழவே விரும்புகின்றனர். எனினும் தரிந்துவுக்கு அந்த அரவணைப்பு கிடைக்கின்றதா? குறைந்தது உணவு, பாணமாவது கிடைக்கின்றதா? வறுமையில் வாடுகின்ற அப்பாவி ஏழை பிள்ளைகளைப் போன்றே சொகுசான வீடுகளில் எல்லா வசதி வாய்ப்புகளுடன் வாழும் பிள்ளைகளும் பேதங்களின்றி இவ்வாறான பிரச்சினைகளுக்கு முகம் கொடுக்கிறார்கள் என்பது மறுக்கமுடியாத உண்மை. அத்துடன் நாட்டில் கொழுந்து விட்டெறியும் புத்தமானது ஐர்தி பேதங்களின்றி பாதிப்புக்களை ஏற்படுத்திக்கொண்டிருக்கும் அதேவேளை, எதிர்காலத்தில் நாட்டை பொறுப்பேற்கவுள்ள இந்த சின்னக் சிறிய பூஞ்சிட்டுக்கள் தெற்கைப் போன்ற வக்கிலும் சொல்லொனாத துன்பங்களுக்கு முகம் கொடுத்து நிற்கத்திடுக்குள்ளாகியிருக்கின்றன. குழந்தைகள் இம்மண்ணில் பிறக்கும் போது தூய மனப்பான்மையுடன் பிறந்தாலும் பல்வேறுபட்ட தீய உந்துதல்களால் அவற்றின் மீய சிறுவயதிலேயே நெறாங்கிப் போகின்றன. இதனால் அசாதாரணங்களுக்குள்ளாகும் குடும்பத்தில் பிறக்கும் அனைத்து குழந்தைகளும் இந்த

பாதிப்புக்குள்ளாவதற்கு வாய்ப்புகள் தந்தகம் வாசித்தல் மனிதனின் உட்கூறுகளில் ரீதியிலான செயற்பாடுகளை ஒரு கட்டுப்பாட்டுக்குள் வைத்திருக்கின்றது. மேலும் உலகை ஆராயவும் அது பற்றித் தெரிந்து கொள்ளவும் சக்தி உள்ள மனிதனிடம் புத்தகம் வாசிக்கும் ஒரு மனிதனாலேயே முடியும். பொழுது திராக்கியமாகவும், சந்தோஷத்துக்காகவும், யாருடனாவது கதைக்கும் போதும், விவாதங்களின் போது மினிர்வும் வாசிப்பு பெரும் துணைபுரிகின்றது. வாசிப்பு ஒருவனை புரண மனிதனாக்கும் என்பதால் நாம் வாழ்க்கையில் முன்னேறவும் வாசிப்பு பெரும் துணைபுரிகின்றது. தன்னம்பிக்கையை வாசிப்பின் மூலம் வளர்த்துக் கொள்ளலாம் என்பதோடு வாழ்க்கையில் நாம் எதிர்கொள்ளும் பிரச்சினைகளை இலகுவில் தீர்த்துக் கொள்வதற்கும் அது துணை புரிகின்றது. வயது குறைந்தவர்களும் வாசிப்பின் மூலம் புரண அறிவைப் பெற்றுக் கொள்ளலாம். அது தவிர பலரின் நல்ல கருத்துக்களையும் தெரிந்து கொண்டு எழுத்து வாழ்க்கையில் அவற்றைக் கடைபிடித்து எம்மிடமுள்ள தீய பழக்கங்களை கைவிட்டு வாழ்க்கையில் முன்னேற வாசிப்பு பெரும் துணை புரிகின்றது. வாழ்வில் முன்னேற்றம் கண்ட ஒருவருக்கு தாம் வாசித்தவற்றை ஏனையவர்களுடன் பகிர்ந்து கொள்ள வேண்டும் என்றொரு எண்ணம் தோன்றலாம். புத்தகங்களை வாசிப்பதன் மூலம் எழுத்து ஒப்புவ நேரங்களையும் பயனுள்ளதாக மாற்றிக் கொள்ளலாம். இதன் மூலம் உள ரீதியாகவும் உடல் ரீதியாகவும் வாழ்க்கையில் மகிழ்ச்சியையும் நிம்மதியையும் அணயிக்கக்கூடியதாக இருக்கும். •

• எச். டி. வகவா சமாலி



வாழ்க்கையை
புரியவைக்கும்
புத்தகம்

ஒரு சந்தர்ப்பத்தில் தமது பெண் குழந்தையின் எதிர்காலத்திற்காக அவளைத் தனியாக விட்டு விட்டு வெளிநாட்டுத் தொழிலென்றுக்கு செல்லத் துணிந்த அவள் மற்றொரு சந்தர்ப்பத்தில் சகல பொறுப்புக்களையும் உதறித் தள்ளி வாழ்க்கையை துறந்து செல்லும் அளவுக்கு கோழையானாள். அந்த எண்ணத்தின் மோசமான பலனை இன்னும் அனுபவித்தாலும் மீண்டும் வாழ்க்கைக்கு முகம் கொடுத்துள்ள அவள் கடந்தகால மோசமான நிகழ்வுகளை இவ்வாறு எடுத்துரைத்தாள்.

“எனது கணவர் வயல் வேலை செய்து அதில் கிடைக்கும் வருமானத்திலேயே வாழ்ந்தோம். பெண் குழந்தை பிறந்த பின்னர் குடும்ப சுகமே மெலும் அதிகரித்தது. பிரியந்த அங்குகளையெல்லாம் உள்ள கையெழுத்துக்கு வேலைக்குச் சென்றார். இங்கு சில காலம் வேலை பார்த்தும் எமக்கு குடும்பம் நடத்துவதற்கு போதுமான வருமானத்தை பெற முடியவில்லை. இச்சந்தர்ப்பத்தில் தான் நான் வெளிநாட்டு வேலை ஒன்றிற்கு செல்ல முடிவு செய்தேன்.

“மகளை தனியாக விட்டு விட்டு வெளிநாடு செல்லவாழ்ந்து நான் மிகவும் வருந்தினேன். இருந்தும், குடும்பத்தில் நிலவிய பொருளாதார சீர்கேடு காரணமாக மகளை எனது அம்மாவிடம் விட்டு விட்டு வெளிநாடு செல்ல முடிவு செய்தேன். இந்தக் காலகட்டத்தில் எனது தங்கைகளுக்கோ ஏனைய சகோதர சகோதரிகளுக்கோ பிள்ளைகள் இருக்கவில்லை. இதனால், எனது அம்மா மற்றும் சகோதர சகோதரிகள் மகளை நன்றாக கவனித்துக் கொள்வார் என்ற நம்பிக்கை எனது மனதில் இருந்தது.

“பணிப்பெண்ணாக நான் வெளிநாடு சென்றேன். அங்கு எனக்கு பாஸ்போர்ட் குடும்பம் ஒன்றில் கடமையாற்றக் கிடைத்தது. அந்தக் குடும்பத்தில் 5 பிள்ளைகளும் அவர்களது பெற்றோருமே இருந்தனர். நான் அங்கு வேலைக்குச் சென்ற நாட்களில் அந்தக் குடும்பத்தின் பெரிய பிள்ளைகள் பல்கலைக்கழக கல்வியைப் பெறச் சென்றிருந்தனர். அவர்களது பெற்றோரும் சிறு குழந்தையொன்றும் மட்டுமே குடும்பத்தில் எஞ்சியிருந்தனர். அதனால் அங்கு பெரிய வேலைகள் ஒன்றும் இருக்கவில்லை. அதுமட்டுமன்றி அந்தக் குடும்பத்தவர் என்னை வேற்று நபராக நினைக்கவில்லை. தமது குடும்பத்தில் ஒருவரைப் போல் என்னைக் கவனித்தனர். இதனால், எதுவீத சிரமமின்றி நான்கு வருடங்கள் குவெத்தில் பணிப்பெண்ணாகப் பணிபுரிந்தேன்.

“நான் உழைத்த பணம் முழுவதையும் சேர்த்து இரண்டு மாதங்களுக்கு ஒருமுறை அல்லது மூன்று மாதங்களுக்கு ஒருமுறை எனது கணவருக்கு அனுப்பினேன். மகளுக்கு தேவையானவற்றை வாங்கிக் கொடுக்கவும், வீடொன்றை கட்டுவதற்கும் இந்தப் பணத்தை பயன்படுத்தும்படி கூறினேன். அதேபோல், எனது பெற்றோருக்கும் எதுவீத குறையும் நான் வைக்கவில்லை. அவர்களுக்கும் என்னால் நிறைவேற்ற வேண்டிய பொறுப்புக்களை குறைவின்றி நிறைவேற்றினேன். நான் நான்கு வருடங்களுக்குப் பின்னர் இலங்கைக்கு வந்தேன். நான் அனுப்பிய பணத்தில் எனது கணவர் வீடு கட்டும் வேலைகளை ஓரளவாவது முடித்திருப்பார் என்று நினைத்திருந்தேன். இருந்தும் அவர் வீட்டைக் கட்டவில்லை. அவர் மதுபானத்திற்கு அடிமையாகியிருந்தார் என அறிய முடிந்தது. இருந்தும் எனது கணவரிடம் எதுவீத வேறுபாட்டையும் காணவில்லை. நான் வீட்டைக் கட்ட அனுப்பிய பணத்தை என்ன செய்தீர்கள் என்று அவரிடம் கேட்டேன். கடன்களைக் கட்டினேன். வேறு சில வேலைகளைக் குவெலவாகிவிட்டது என்று கூறினாரே தவிர உருப்படியான பதில் ஒன்றும் அவரிடமிருந்து கிடைக்கவில்லை. எப்போது அது குறித்து

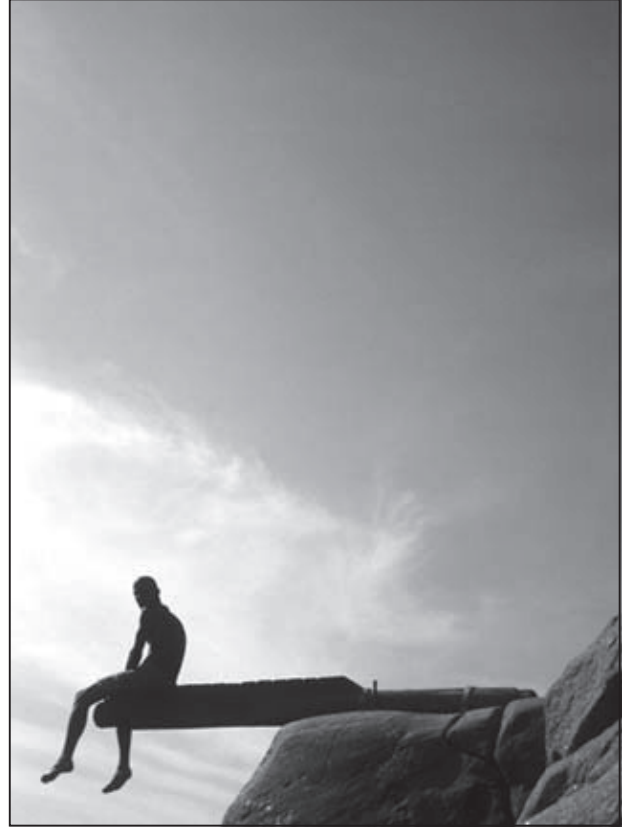
“
தொலைபேசி அழைப்பில் எனது கணவர் நஞ்சுருந்தி வாழ்க்கையை முடித்துக் கொண்டார் எனக் தெரிவிக்கப்பட்டது. எனக்கு அந்த நேரத்தில் எதையும் நினைக்க முடியவில்லை. என்னை அச்செய்தி பெரும் அதிர்ச்சிக்குள்ளாக்கியது. என் மனதைக் கட்டுப்படுத்த முடியவில்லை.”

கேட்டாலும் ஏதாவது சொல்லி நடிவிடுவார். தேவையில்லாத பிரச்சினையை ஏற்படுத்திக் கொள்ள கூடாது என்பதால் நானும் அது குறித்துக் கேட்பதை நிறுத்தி விட்டேன். வீடு கட்டுவதற்காக கல், மணல் போன்றவற்றை கொள்வனவு செய்திருந்ததாகவும், திருப்பித் தருகிறேன் என்று கூறி சிலர் அதை எடுத்துச் சென்றனர் என்றும் அறியமுடிந்தது. இருந்தும் அவற்றை எவரும் திருப்பித் தரவில்லை. நான் மகளுக்குக் கவனத்தில் வைப்புச் செய்த 5,000 ரூபாய் மாதிரிமே அப்போது சேமிப்பில் இருந்தது. இதற்கிடையில் நான் வேலைசெய்த குடும்பத்தில் இருந்து மீண்டும் வேலைக்கு வரும்படி விளா அனுப்பியிருந்தார்கள். மூன்று நாள்

வாழ்க்கைப் பாதையை இருளாக்கிய அந்தச் சில நிமிடங்கள்

மாதங்களுக்குப் பின் நான் எனது கணவருக்கு உழைக்க இலந்திரமொன்றை வாங்கிக் கொடுத்துவிட்டு மீண்டும் வெளிநாடு சென்றேன். இம்முறையாவது வீட்டு வேலைகளை ஆரம்பிப்புகள் என்று கூறி நான் வெளிநாட்டில் வேலை செய்து கொண்டிருந்தேன்.

“நான் இரண்டாவது முறையாக வெளிநாடு சென்று இரண்டு வருடம் மாதிரிமே வேலை செய்யக் கிடைத்தது. அது ஏனென்றால், ஒரு நாள் எனக்கு விட்டிலிருந்து தொலைபேசி அழைப்பொன்று வந்தது. அதைக் கேட்டவுடன் எனக்கு எதுவும் புரியவில்லை. அந்த தொலைபேசி அழைப்பில் எனது கணவர் நஞ்சுருந்தி வாழ்க்கையை முடித்துக் கொண்டார் எனத் தெரிவிக்கப்பட்டது. எனக்கு அந்த நேரத்தில் எதையும் நினைக்க முடியவில்லை. என்னை அச்செய்தி பெரும் அதிர்ச்சிக்குள்ளாக்கியது. என் மனதைக் கட்டுப்படுத்த முடியவில்லை. எனது வாழ்க்கையை முடித்துக்கொள்ள முயற்சித்த போதும் நான் வேலை செய்த குடும்பத்தினர் அதற்கு இடமளிக்கவில்லை. என்னை ஒரு அறைக்குள் வைத்து கதவை முடிவிட்டனர்.



மாதங்கள் கடந்த பின்னர் நான் வேலை செய்த வீட்டார் என்னை இலங்கைக்கு அனுப்பி வைக்க சகல ஏற்பாடுகளையும் செய்து இலங்கைக்கு அனுப்பி வைத்தனர். ஆயிரம் எதிர்பார்ப்புகளுடன் வெளிநாடு சென்ற நான் இறுதியில் ஊனமுற்ற நிலையில் ஊன்றுகோல் உதவியுடன் திரும்பினேன். எனக்கு இதுபோன்ற நிலைக்கு முகம் கொடுக்க வேண்டியிருந்தது எனது விதியாக இருக்கலாம்.

தனது கணவர் தற்கோலை செய்து கொண்டது ஏன் என அவளுக்கு இப்போதும் தெரியாது. அவள் அனுப்பிய பணத்தில் வீடொன்றைக் கட்டிக் கொள்ள முடியாமற் போனதால் தனக்கு முகம் கொடுக்க முடியாமற் போகுமே என்ற காரணத்தால் அவர் தற்கோலை செய்து கொண்டிருக்கலாமென அவள் நம்பினாள். பல்வேறு எதிர்பார்ப்புகளுடன் வெளிநாட்டு வேலைக்குச் சென்ற அவளுக்கு இப்போதிருப்பது அவளுடைய மகனும், பெற்றோரும் மற்றும் சகோதர சகோதரிகள் மாதிரிமே. அதுமட்டுமன்றி யாரிடமும் கையேந்தாமல் தமக்கு முடிந்தளவு வாழ்க்கையை கொண்டு நடத்தும் அவள் ஒருபோதும் காலத்தை வீணடிக்காமல் ஏதாவதொரு வேலையை செய்வதாகவும் இறுதியில் அவள் என்னிடம் தெரிவித்தாள்.

■ **ஸ்ரீமா நயோமி**
வாணசிங்க ஆராச்சி

ஊடகவியலாளராவதற்கு உங்களுக்கு சந்தர்ப்பம்...

உங்களது ஆக்கங்களை அனுப்பவேண்டிய முகவரி: “எழுது செய்தி” 600/3 நாவல் வீதி, ராஜகிரிய

“எழுது செய்திப் பத்திரிகை அனைவருக்காகவும் திறந்துள்ளது. எதுவீத பேதமும் இல்லை. தமது மக்களின் நன்மைக்காக, அவர்களது வாழ்க்கையை கட்டியெழுப்பும் நோக்கில் நீங்கள் எழுதி அனுப்பும் ஆக்கங்களை நாங்கள் வரவேற்கிறோம். அந்த ஆக்கங்கள் சிறப்புத் தன்மையுடன் இருந்தால் நிச்சயமாக எழுது பத்திரிகையில் இடமளிக்கப்படும்.

பெற்றோர்களை பராமரிப்பதற்கு திருமணம் ஒரு தடையா?



உருவாக்கப்பட்டது.

பிரச்சனை : நான் 35 வயதான திருமணமாகாத இளைஞன். என்னை திருமணம் முடிக்கும்படி எனது பெற்றோர் வற்புறுத்துகின்றனர். எனக்குத் திருமணமானால் பெற்றோரையும், எனது ஒரே சகோதரியையும் பராமரிப்பது யார் என்ற பிரச்சினையால் நான் எனது திருமணத்தை தாமதப்படுத்திக் கொண்டே வருகிறேன். அவர்கள் இது தொடர்பாக என்னும் பேசும்போது கூட எனக்கு மிகுந்த கோபம் ஏற்படுகிறது. இப்போது இந்தப் பிரச்சினை எனது மனைகளை பெரிதும் பாதிக்கிறது. விட்டால் இருக்கின்றமை எனக்குப் பிரச்சினையாக இருக்கிறது.

பதில் : உங்களது விளக்கத்தின்படி உங்களுக்கு திருமணமானால் பெற்றோரை பராமரிப்பது யார்? என்ற பிரச்சினையை விட திருமணத்தை நீங்கள் வெறுக்கவில்லை என்பது தெரிகிறது. இருந்தும் இப்பிரச்சினை காரணமாக உங்களுக்கு கோபம் வருவதாக நீங்கள் கூறுகிறீர்கள்.

உங்கள் பிரச்சினைக்கு முறையான தீர்வு இல்லாவிட்டால் மனதில் ஏற்படும் அழுத்தம் கோபமாக மாறுவது ஒரு சாதாரண விடயமாகும். உங்களது பிரச்சினையை தெளிவாகப் புரிந்துகொண்டு மாற்றுத் தீர்வைக் காண்பது மிக எளிதாகும்.

திருமணமாகாத பிள்ளை வீட்டில் இருக்கும்போது இது தொடர்பாக பலர் பெற்றோர்களிடம் விசாரிப்பார்கள். நாங்கள் நேரகாலத்தான் பிள்ளைகளுக்கு திருமணம் முடித்து விட்டோம் என்று அவர்கள் கூறுவார்கள். இதன் காரணமாக பெற்றோரிடம் ஒரு குற்ற உணர்வு ஏற்படும். இதை தடுக்க வேண்டும்.

தாம் கண்ணை மூடுவதற்கு முன்னர் பிள்ளைகளுக்கான கடமைகளை முடித்துவிட வேண்டும் என்று பெற்றோர் ஆதங்கப்படுவர். 30 வயது நிரம்பிய பிள்ளையை திருமணம் முடித்துக் கொள்ளும்படி கூறுவது, தொந்தரவு

படுத்துவதாக இருந்தாலும் அதை நிறைவேற்றுவது ஒவ்வொரு பெற்றோரினதும் பிரார்த்தனையும், கடமையாகும் என்றே அவர்கள் நினைக்கின்றனர்.

பல பெற்றோர் தமது பிள்ளைகளுக்குத் தேவையான பாதுகாப்பை பெற்றுக் கொடுக்க முடியவில்லையே என்று ஆதங்கப்படும் நிலை இருக்கிறது. பிள்ளைகள் ஊடான இந்தப் பிரச்சினையை சம்பந்தித்த நினைப்பது பிள்ளைகளின் பிள்ளைகளை கொஞ்சுவதன் மூலமே. சமூக வழக்கத்தைப் போல் மனரீதியில் தேவையான இதை பூர்த்தி செய்ய முடியாமல் போனால் அவர்களது எதிர்பார்ப்பு சீர்குலைந்து விடும் என்பதை மறந்துவிடக் கூடாது.

திருமணம் எது சமூகத்தின் பாரம்பரியமாகும். அத்துடன் அது கௌரவமானதாகும். இந்தப் பந்தத்தில் இணைப்பர்கள் புதிய வாழ்க்கைக்கு பழக்கப்படுத்திக் கொள்கின்றனர். இது தனிநபர் அபிவிருத்தியைப் போல் சமூக நலனுக்கும் உதவியாக இருக்கும். திருமணம் ஒருபோதும் தமது பொறுப்புகளை நிறைவேற்ற தடையாக இருக்காது. இப்போது தனியாக பெற்றோரை பராமரிக்கும் உங்களுக்கு திருமணம் காரணமாக மேலும் ஒருவரது உதவியும் உறவினர்களது உதவியும் கிடைப்பதால் பெற்றோரை பாதுகாப்பது இலகுவாக இருக்கும்.

உங்களது திருமணமான சகோதரிகளுக்கும் தமது பெற்றோரை பராமரிக்கும் சந்தர்ப்பத்தை பெற்றுக் கொடுத்து அவர்களது உதவியையும் பெறமுடியும்.

தமது பிள்ளைகள் திருமணம் முடிப்பதைப் பாரக்கவும் அவர்களது குழந்தைகளை கொஞ்சுவதற்கும் பெற்றோர் காணும் கனவு யதார்த்தமாகும் பட்சத்தில் உங்களுக்குள் ஒரு மகிழ்ச்சியும்



பிரச்சினைகளுக்கு தீர்வு

மாறுதலும் ஏற்படுவதை தவிர்க்க முடியாது. பிரச்சினைக்குள்ளாகும் திருமணங்கள், குடும்ப மோதல்கள், விரக்தி, எதிர்பார்ப்பு நிறைவேறாவை போன்றவை எழுது சமூகத்தில் இருந்த போதும் அது தமக்கும் நடக்கலாமென நினைப்பது புத்திசாலித்தனமாகாது. காரணம் விவாகம் போன்ற சமூக சடங்குகள் எவ்வளவுதான் தடைகள் இருந்தாலும் முன்னோக்கிச் செல்லும்போல மலம் பிள்ளைக்கிச் செல்வதில்லை.

சீர்குலைந்த குடும்பங்கள் பலவிருக்கும் இக்காலகட்டத்தில் நீங்கள் தாயாகவோ தந்தையாகவோ இருந்து திருமண வாழ்க்கைக்கு முன்னுதாரணமாகத் தீழ்ந்தால் அது உங்களது வெற்றியாகும். குடும்பப் பிரச்சினைகளில் அளவுக்கடிகமாக சிக்கிக் கொள்ளும் பட்சத்தில் ஒருவருக்கு தமது கதந்திரத்தை அப்பணிக்க வேண்டியவரும். இதனால் சமூகத்துடன் உறவாடும் சந்தர்ப்பம் இல்லாமல் போய்விடும். திருமணம், பாலியல் தொடர்பு, மகிழ்ச்சி மற்றும் குடும்ப சூழல் காரணமாக ஒருவருக்கு திருமணம் குறித்த ஆர்வமும் சாதகமான எண்ணங்களும் ஏற்படலாம். நீங்கள் இது குறித்து அழமாகச் சிந்திப்பது பலனளிக்கும்.

இந்த தகவல்கள் மூலம் உங்களுக்கு உங்கள் பிரச்சினையை இனங்காணவும் மாற்றுத் தீர்வுகள் குறித்து எண்ணவும் முடியுமென்பதுடன் இதன்மூலம்

யுத்த பீதியையும் தோல்வியடையச் செய்த மனப்பீதி

இரண்டு தசாப்த காலங்களுக்கும் மேலாக எழுது சிறிய தீவனது உள்நாட்டு யுத்தத்தில் சிக்கித் தவித்துக் கொண்டிருக்கின்றது. அதற்குரிய காரணம் என்னவாக இருக்கும் என்று எனக்கு போதிய விளக்கமில்லை. ஏனெனில் இந்த யுத்தம் ஆரம்பிக்கும் போது நான் பிறந்திருக்கவில்லை. எனது குடும்பத்தில் அம்மா, அப்பா, அக்காமார் இரண்டு பேர் உட்பட இரண்டு அண்ணன்களும் உள்ளனர். நான் தான் எனது குடும்பத்தில் கடைக்குட்டி.

எனது அண்ணாமார் இருவரும் இராணுவத்தில் கடமையாற்றுகின்றனர். மூத்த அண்ணா இராணுவத்தல் சேரும் போது என்னை பாடசாலையில் கூட சேர்த்திருக்கவில்லை. நான் தாம் ஏழில் கற்றுக் கொண்டிருக்கும் போது எனது இரண்டு அண்ணாமார் விட்டிலுள்ளவர்களுக்கு களவில் இராணுவத்தில் இணைந்து கொண்டார். இராணுவ வீரரொருவரின் வாழ்க்கைக்கு எந்நேரமும் ஆபத்திருப்பதாக அப்போது எனக்குத் தெளிந்தது.

மூத்த அண்ணா உயர் அதிகாரியாக நிமிஷம் பெற்று பொழுதுக்கு அணிமீத்ததாக கடமையாற்றியதால் எனக்கும் எனது குடும்பத்தினருக்கும் அவரைப் பற்றிய கவலைபிருக்கவில்லை. எனினும் இளைய அண்ணா ஆரம்பத்திலிருந்தே வடக்கில் யுத்த களத்தில் யுத்தம் புரிந்ததனால் அனைவரும் எந்நேரமும் கண்ணீரும் கம்பளையாகவே இருந்தோம். செய்தி கேட்கவும், பாரக்கவும் நாம் ஒருநாளும் தவறியதில்லை. “வடக்கில் இன்று யுத்தமாம்” என்று எங்காவது வராவது

கதைத்தால் போதும் எழுது உள்ளத்தில் நெடுப்பு கொழுந்து விட்டெறியத் தொடங்கி விடும். எம் மவர் களிடமிருந்தும் ஏதாவது தகவல்களுடனான கடிதமொன்று வரும்வரை எதிர்பார்த்திருப்போம். அண்ணாமார்கள் கடமையாற்றும் பகுதியில் பிரச்சினை என்று கேள்விப்பட்டதும் விட்டிலுள்ள அனைவரும் உண்ணாமல், பருகாமல் நான் நாட்களைக் கழிப்பதுண்டு. ஊதகம் பார்த்து, அவர்களுக்கு ஆசிரிவாதம் வேண்டி பிரார்த்தித்து, போதி பூஜைகள் நடத்தி ஊரடங்க சட்டம் அமுலிலிருக்கும் போதும் நாம் எழுது பாதுகாப்பினைக் கூட பொருட்படுத்தாது விவகாரங்களுக்குச் சென்று அவர்களின் உயிரைக் காப்பாற்றித் தருமாறு பிரார்த்திப்போம்.

இளைய அண்ணா பல தடவைகள் (முன்று முறை) யுத்த களத்தில் வைத்து குட்டுக்காய்க்களுக்கு உள்ளனர். அந்தத் தகவல் கேள்விப்பட்டவுடன் இராணுவ வைத்தியசாலைக்கு விழைந்து சென்று அவரைக் காணும் வரை விட்டிலுள்ள எவரும் உண்மையாகப் பருகுவோ மாட்டார்கள். அவரைக் கண்ட பின்னர் தான் மனதுக்கு ஆறுதல் கிடைக்கும். இளைய அண்ணாவோ குட்டுக் காய்க்களுக்கு இலக்காயிதிலிருந்து சுமார் ஒரு வருட காலம் இராணுவ வைத்தியசாலையில் சிகிச்சை பெற்று வந்தார். அப்போது அவரால் பக்கவாட்டுக்குத் திரும்பக் கூட முடியாதளவுக்கு நோக்கவே படுத்திருக்க வேண்டியிருந்தது. வைத்தியர்கள் சேனையைக் கேட்டு அவரால் இனியும் எழுப்பி நடக்க முடியாதிருக்கும் என நான் நினைத்தோம்.



உங்களது மன அழுத்தத்தை யோக்கியம் கொள்ளவும் முடியும்.

என்னும் வைத்தியர்கள் மற்றும் தாதிமாரர்களின் தியாக மனப்பான்மையினாலும் எழுது முயற்சியினாலும் காலப்போக்கில் தனியே எழுத்து நடக்கக்கூடிய நிலைமைக்கு அவரைக் கொண்டு வந்தோம். அண்ணாவுக்குக் கிடைத்த இந்த நெற்றிபானது எழுது உள் சந்தோஷத்துக்கு வழிவகுத்தது.

“மூத்த அண்ணா அவரின் சேவைக் காலத்தைப் பூர்த்தி செய்தமையினால் இன்று அவரொரு ஒய்வு பெற்று இராணுவ வீரராக இருக்கிறார். எனினும் இளைய அண்ணா ஊனமுற்ற ஒரு இராணுவ வீரராக இன்னும் கூட தனது நாட்டுக்காக சேவையாற்றிக் கொண்டிருக்கிறார்.”

“சிறு வயதிலிருந்தே நான் இராணுவத்தில் இளைய ஆர்வம் கொண்டிருந்தேன். எனது இரண்டு அண்ணாமார்களைப் போலவே எழுது உறவினர்களில் பலர் பாதுகாப்புப் பிரிவில் கடமையாற்றிக் கொண்டிருக்கின்றனர்.

பெரியவளானால் இராணுவ வீரராகவையாக வேண்டும் எனும் சிறிய ஆசை மனதின் ஒரு முனையில் இருந்தாலும் கூட அண்ணன்மர்களால் விட்டிலுள்ளவர்கள் அனுமதித்த கட்டங்களை நினைக்கும் போது இனிப்பெரு வேதனையும், உள் ரீதியான பாதிப்பையும் பெற்றோருக்கும் சகோதர, சகோதரிகளுக்குக் கொடுக்கக் கூடாது என்று எண்ணி அந்த ஆசையை சிறிது சிறிதாக கைவிட்டுத் தொடங்கினேன்.

“நான் எனது சகோதரர்களின் கொடு யுத்த அனுபவங்களை சிறு வயதிலிருந்தே நன்றாக அனுபவித்ததன்மையினால் இன்று எம்மவர்களில் எவரும் பாதுகாப்புப் பிரிவில் இணைவதை நான் விரும்பவில்லை.”

• வை. டபிள்யூ. சாந்தனி ரத்தாயக்க குருவை — வரப்பிடிய.

தெற்கில் கேட்காத கெபித்திகொல்லாவ மரண ஓலம்...

அன்று தொலைதூர வரலாற்றில் வாழ்க்கை கட்டிய அரசாங்கமென இனங்காணப்பட்ட அநாதையுடைய எல்லையை அணிமீறும் அமைந்துள்ள கெபித்திகொல்லாவ, விஜயநகரம்மில்லேவ, ஹல்மில்லவ வெடிய மற்றும் யகாவெவ ஆகிய கிராமங்கள் இன்று பத்திரத்திற்கு இலக்காகியுள்ளன.

அன்றைய அரசாட்சியின் போது நர் நிம்பி வழிந்து கொண்டிருந்த வானிகள் இன்று வரட்சியின் கடிய வரண்ட பூமிபாக காட்சியளிக்கின்றது. முற்காலத்தில் அதிக விளைச்சலைக் கொடுத்த வெளிநாடுகளுக்கு அரிசி ஏற்றுமதி செய்த ஆயிரக்கணக்கான வயல்களில் இன்று கைவிடப்பட்ட நிலையிலுள்ளன. கடந்த காலங்களில் இப்பகுதிக்கு விஜயத்தை மேற்கொண்ட நாம் அங்கு கண்டவைகள் எண்ணிலங்காதவை. பெரிய, சிறிய, இளைய, வயோதிக பாடுபாடுகளின்றி 150 பேரைக் காவ கொண்ட அந்தக் கொடுமையான பஸ் குண்டு வெடிப்பு சம்பவம் நடைபெற்று சுமார் ஓராண்டைப் பூர்த்தி செய்த நிலையிலும் கூட, அங்குள்ளவர்கள் அந்த கொடு அனுபவத்தை ஏதோ நேற்று, இன்று நடந்ததைப் போன்று எழுப்பும் பகிரீந்து கொண்டனர். அந்த பஸ் குண்டு வெடிப்பில் தனது கணவனைப் பறிகொடுத்த ஆசிரியர் ஒருவர் தனது தோகை கதையை எழுப்பும் மின்வருமறு பகிரீந்து கொண்டார்.

"நானொரு தொண்டர் ஆசிரியை. அன்று நடந்த பஸ் குண்டு வெடிப்பில் எனது கணவர் உயிரிழந்தார். அவரொரு ஊர்காவல் படைவீராக கடமையாற்றிக் கொண்டிருந்தார். நானும் எனது குழந்தையும் காயப்பட்டோம். எனது கழுத்தில் அந்தத் தடம் இன்னும் கூட இருக்கிறது. எனது பிள்ளைக்கு அப்பா இல்லை. அன்று உயிரிழந்தவர்கள் அனைவருமே எழுது கிராம உறவினர்கள். அன்றிலிருந்து இன்றுவரை எந்த நேரத்தில் இவ்வாறானதொரு சம்பவம் நடக்குமோ என்று நான் மிகவும் கவனமாயும் அச்சத்தோடும் இருக்கிறேன்"

அயல் விடப்பெற்ற அம்மாவும் இது போன்ற மனதை உருக்கும் கதையை எம்மடம் கூறினார். "எனது அண்ணாமும் அவது மனைவியும் அவர்களுடைய பிள்ளைகள் ஜவரும், எனது இன்னொரு அண்ணாமும் பஸ் குண்டு வெடிப்பில் உயிரிழந்தனர். அவர்கள் அனைவரும் எனது பிள்ளையின் மரண நிகழ்வில் பங்கேற்கவே வந்திருந்தனர். அவர் இறக்கும் போது ஊர்காவல் படைமில் கடமையாற்றிக் கொண்டிருந்தார்.

அன்று பஸ்ஸில் பயணித்த அனைவரும் எனது உறவினர்கள். அப்போது பஸ்ஸில் சுமார் 200 பேரளவில் இருந்தனர். நானும் காயமடைந்தேன். எனது அண்ணாவின் சிறிய மகளுக்கு 10 வயதாகின்றது. அவர் இம்முறை புலம்பெய்ச்சில் பரிட்சை கழுதுவதற்கு ஆயத்தமாகியிருந்தார். அவரது இறப்புக் கால்களும் காயப்பட்டதோடு இன்றுவரை அவர் வைத்தியசாலையில் சிகிச்சை பெற்று வருகிறார். இறப்புக்குக் கீழ் உணர்ச்சியில்லை. அவளுக்கு செயற்கைக்காலப் பொருத்துவதற்கு 12,000 ரூபா கேட்கிறார்கள். மகன்தான் அவரைப் பாராபித்து வருகிறார். அவரது கணவனும் முறித்த பஸ் குண்டு வெடிப்பில் உயிரிழந்தார். அவர் தனது தங்கையை பாராபித்து வருவதோடு என்னோடு தங்கி இருக்கும்

தங்கையைப் பாராபித்து வருகிறார்".
"எனது இன்னொரு அண்ணாவின் பிள்ளையும் இந்தக் குடிசையில் தான் இருக்கிறார். அவர் இவ்வருடம் உயர்த்த பரிட்சை எழுதவுள்ளார். எனது ஏனைய பிள்ளைகள் மூவரும் குடிசையில் தான் தங்கி இருக்கிறார்கள். எனது கணவர் சிறுநீரக கோளாறனால் தீவிரமாகப் பாதிப்படைந்துள்ளார். மழை பெய்யும்போது குடிசையெங்கும்



நிழலில் ஒன்றுகூடல்



குழுக் கலந்துரையாடல்

நனைகிறது. பகல் வேளைகளில் ஒரே தூசி. நாம் என்ன செய்ய?
இன்னும்பொரு பிள்ளை எம்மோடு சொன்ன கதை எம்மமே மேலும் உருக் வைத்தது.
"அம்மா, அப்பா உட்பட எனது 5 சகோதரர்களும் பஸ் குண்டு வெடிப்பில் உயிரிழந்தனர். எனது தங்கை 5 ஆம் ஆண்டில் கல்வி கற்றுக் கொண்டிருந்தார். அவர் இவ்வாண்டில் 5 ஆம் ஆண்டு புலம்பெய்ச்சில் பரிட்சை எழுத இருந்தார். அவருடைய இரண்டு கால்களும் தான் காயங்களுக்குள்ளாயின. இறப்புக்குக் கீழ் உணர்ச்சியில்லை. அவருக்கு கால் பொருத்துவதற்கு 12,000 ரூபா அளவில் செலவாகும் என வைத்தியர் தெரிவித்தார். தங்கை அக்காவின் இருக்கிறார். அக்காவின் கணவரும் அன்று உயிரிழந்தார். ஊரில் தனியாக இருக்க முடியாதநிலைமையுடையதானாலும் நற்போது நான் மாமியுடன் தங்கி இருக்கிறேன். மீண்டும் ஊருக்குச் செல்ல மாட்டேன். அங்கு பாதுகாப்பு இல்லை" மறுநாள் நாம் பஸ்ஸுக்கு வெடிப்பு நடந்த 'பாகாவெ' எனும் ஊருக்குச் சென்றோம். அங்கு நாம் சந்தித்த தாபெருவர் மின்வருமறு கூறினார்.
"எனது கணவர் பஸ் குண்டு வெடிப்பில் உயிரிழந்தார். பிள்ளைகள் அநாதை முகாமில் தங்கியிருக்கின்றனர். மகனொருவர் ஊர்காவல் படைவீராக இருக்கிறார். அவரது குழந்தையின் மூளையில் கோளாறுள்ளது என்று கூறிய அந்தத் தாய், 6 வயது மதிக்கத்தக்க சிறிய பிள்ளையொன்றை எமக்குக் காட்டினார். அழுக்கையுடன் மீண்டும் தனது கதையை தொடர்ந்த அவர்,
"இவர் மூளை வளர்ச்சி குன்றியுள்ளதாக அவரை பரிசோதித்த வைத்தியர் தெரிவித்தார். அதை

"எனது இன்னொரு அண்ணாவின் பிள்ளையும் இந்தக் குடிசையில் தான் இருக்கிறார். அவர் இவ்வருடம் உயர்த்த பரிட்சை எழுதவுள்ளார். எனது ஏனைய பிள்ளைகள் மூவரும் குடிசையில் தான் தங்கி இருக்கிறார்கள். எனது கணவர் சிறுநீரக கோளாறனால் தீவிரமாகப் பாதிப்படைந்துள்ளார். மழை பெய்யும்போது குடிசையெங்கும் நனைகிறது. பகல் வேளைகளில் ஒரே தூசி. நாம் என்ன செய்ய?"

நனைதலால் ஒரே யோசனையாக இருக்கும். இந்த குழந்தைக்காகவே உயிர் வாழ்கிறேன்" வயலில் வேலை செய்ய வழிபில்லை. எந்தவொரு பாதுகாப்பில்லை. கடைமீலிருந்து அரிசி வாங்கி வந்துதான் சமைக்கிறேன். தூக்கமில்லை. எந்நேரமும் கோபம் வரும். வாழ்க்கை வெறுத்துப் போயுள்ளது. வீட்டுத் தோட்டத்தில் பயிர் செய்யவும் நில்லை".
இவ்வாறுபுதிது நாம் 50 வயது மதிக்கத்தக்க தந்தையொருவரை சந்தித்தோம். அவரது கதை பின்வருமாறு அமைந்தது. "பஸ்ஸுக்கு வெடிப்பிற்கு இலக்காகியதால் எனது இரண்டு கைகளையும் பறிகொடுத்தேன். ஒரு கையில் தையல் போட்டிருக்கிறார்கள். வேலை செய்வது சிரமம். சிறியதொரு கையை வைத்து வாழ்க்கையை

முடியாமல் இருப்பது எமக்கு பிரச்சினையாக இருக்கிறது".
அவ்வாறே எமக்கு சந்திக்கக் கிடைத்த இன்னொரு தாயர் இவ்வாறானதிலும் சற்று வித்தியாசமான கதைபொன்றை எழுப்பும் பகிரீந்து கொண்டார்.
"எனது கணவர் குடிபோதைக்கு அடிமையானவர். குழந்தை பிறக்க இருக்கும் போது எனக்கு நிறைய தொந்தரவு கொடுத்தார். குழந்தை பிறந்த பின்னர் அவர் என்னை விட்டுப் பிரிந்து சென்றார். குழந்தையைப் பாராபித்துக் கொண்டு மிகவும் கலுத்ததான் வாழ்ந்து கொண்டிருக்கிறேன். எனக்கிருந்த மனஅழுத்தம் காரணமாக சிறு வயதில் அவரை என்னால் சரியாக கவனிக்க முடியாமல் போனது. எனவே, குழந்தை பிறந்து கொள்ளும் பருவத்தை அடைந்த போது என்னை தொந்தரவு செய்யப் போகும்படி துடிக்கவில்லை. எனக்கு அடிக்கடி ஆரம்பித்தது. சிலவேளைகளில் என்னை துரத்தித் துரத்தி அடிக்கும். பிள்ளை போதைவஸ்து உறிஞ்சி ஆரம்பித்தது. இப்போது அவருக்கு 18 வயதாகின்றது. நாம் மனநோய் வைத்தியரிடம் அழைத்துச் சென்றோம். மருந்து வாங்கிக் கொடுத்தோம். தற்போது ஓரளவு குணமடைந்துள்ளார். எனினும், வீட்டில் இருக்கமாட்டார். பிற வீடுகளிலேயே தங்குகிறார். தற்போதுள்ள கணவரும் என்னை சந்திக்கிறார். அவரும் குடிபார். நான் மிகவும் அச்சத்துடனும் வாழ்க்கை வெறுத்துப் போய் இருக்கிறேன். எனக்கும் அடிக்கடி கோபம் வரும். அவ்வாறே தூக்கமில்லை.
ஒரே கிராமத்திலும் பஸ்வெடிப்பு இன்னல்களை எதிர்கொண்டிருப்பவர்களின் கதைகளும் பொதிந்துள்ளதை வெளியே இருந்து பாரக்கும் எனும் உரை மாட்டர்கள். அவர்களுக்காக நம்மால் செய்யக்கூடியது என்ன? •

• **யு. ஏ. நிறூஸ்**
அு பேலேஸ்ல அமைப்பு பேஸிக் நீட்ஸ் (ஸ்ரீ லங்கா) தங்காவை.

ஹல்மில்ல வெடிய பாடசாலையில் தரம் 11 இல் கல்வி கற்கும் சமீலா பிரசந்திகா என்ற மாணவி வகுப்பில் மிகவும் கெட்டிக்காரி. இந்த வகுட்டுறுதியில் அதாவது டிசம்பர் மாதம் நடக்கவிருக்கும் சாதாரண தரப் பரீட்சையில் சமீலா தோற்றவிடுக்கிறாள். ஆனாலும் அவள் இந்தப் பரீட்சையை எழுதுவாளா இல்லையா என்பது சந்தேகத்திற்குரியதே. படிப்பில் அதிக அக்கறைகாட்டிய சமீலாவின் அந்த ஆர்வம் இன்று பறந்து சென்றுள்ளது. அவளது கணவர்கள் இன்று நனவாகவில்லை. காரணம், நாட்டில் தலைதூக்கியுள்ள தீவிரவாதப் பிரச்சினையாகும். இதனால் அவளது வாழ்க்கை மிகவும் பாதிப்புக்குள்ளாகியுள்ளது.

கடந்த வருடம் கெப்திகொல்லாவேயில் நடந்த பஸ் குண்டு வெடிப்புக்கு இலக்காகியவர்களுள் சமீலாவும் ஒருத்தி. இதனால் இன்று அவள் தனது இடது கண்ணை இழந்துள்ளதோடு மேலும் பல காயங்களுக்கும் உள்ளாகியுள்ளாள். இதனால் அறுவாழ்வும், கெப்திகொல்லாவ மற்றும் கொழும்பு கண் வைத்தியசாலைகளில் இவள் பல மாதங்கள் சிகிச்சை பெற்று வந்தாள். இதனால் தனது படிப்பை அவளால் சரிவர தொடர முடியாமல் போனது. இதைப் பற்றி சமீலா கூறுவதாவது, "இச்சம்பவத்தினால் நான் எனது ஒரு கண்ணில்

பார்வையை இழந்தேன். தொடர்ந்து படிக்கும் போது மற்றைய கண்ணும் வலிக்கின்றது. இந்தக் குண்டு வெடிப்பினால் எனக்குச் சரியாக கல்வி கற்க முடியவில்லை. இந்த முறை பரீட்சைக்கு தோற்ற முடியாமல் போனால் எனக்கு என்ன நடக்குமோ தெரியவில்லை". இது இந்த வலயத்திலுள்ள ஒரு சிறுமியின் கண்ணீர் கதையாகும். இந்த

தரத்தில் கல்வி கற்கும் ஒரு திறமைசாலி. "நானும் எனது பெரியம்மாவும் இரவில் வீட்டுக்குச் சென்று விடுவோம். அண்ணா லயனுக்குச் சென்று விடுவார். நான் பகல் வேளைகளிலேயே பாடம் படிக்கிறேன். இரவில் எந்நேரமும் வெடிச்சத்தம் கேட்கின்றது.

வலயத்திலுள்ள இன்னும் பல சிறுவர்களின் கதையும் இவ்வுடையதைப் போன்றதே. இவர்கள் இரவு, பகல் என்று பாராது எந்நேரத்திலும் கேட்கக் கூடிய செல் வெடிச்சத்தங்களும் வாழ்வில் என்றொரு ஒரு நாள் காணக்கிடைக்கின்ற இராணுவத்தினரும் இன்று இவர்களின் வாழ்க்கையில் தினமும் காணக்கூடிய விடயங்களாக மாறிவிட்டன. ஊ உலகத்தில் காண்படுகின்ற அனைத்து வசதிகளையும் கொழும்பிலுள்ள சிறுவர்கள் பெறுகின்றனர். இது இவ்வாறிருக்க இங்குள்ள சிறுவர்களோ அநாதைகளாகக் காணப்படுகின்றனர். இந்நிலைமைக்குள்ளாகிய ஒரு சிறுவன் தான் சஹன் அகலங்க. இவன் யகாவெவ மகா வித்தியாலயத்தில் நான்காம் தரத்தில் கல்வி கற்கும் ஒரு திறமைசாலி. "நானும் எனது பெரியம்மாவும் இரவில் வீட்டுக்குச் சென்று விடுவோம். அண்ணா லயனுக்குச் சென்று விடுவார். நான் பகல் வேளைகளிலேயே பாடம் படிக்கிறேன். இரவில் எந்நேரமும் வெடிச்சத்தம் கேட்கின்றது. இரவில் பயத்தினால் நான் வெளியே செல்ல மாட்டேன்". இவ்வாறே யகாவெவ சிறாமத்திலுள்ளவர்களின் இரவு நேரம் கழிக்கின்ற. எந்நேரத்திலும் பயங்கரவாதத்தினால் விபத்தாக்கங்கள் சேரிகளாம் என்ற அச்சத்துடனேயே இவர்களின் அதிகமான பொழுதுகள்



சித்திரமாகும் எண்ணங்கள்

முளையில் வாடிய மொட்டு...



எப்படி, அழகா?

கழிக்கின்றன. இது பெரியவர்களை விட சிறுவர்களையே பெரிதும் பாதித்துள்ளன. "பஸ்ஸில் குண்டு வெடித்ததன் பின் எனக்கு இந்த ஊரில் இருக்க பயமாக இருக்கின்றது. நான் அம்மா, அப்பாவுடன் நகரத்துக்குப் போய் வாழ நினைத்துள்ளேன்" என்று கெப்திகொல்லாவை மத்திய மகா வித்தியாலயத்தில் ஒன்பதாம் தரத்தில் கல்வி கற்கும் பவித்ரா மதுஷானி தெரிவித்தார். இவள் பாட்டுப் பாடுவதிலும் நடனமாடுவதிலும் திறமை மிக்கவள். மேலும் வகுப்பில் முதலாம் இடத்தையே பெறுவாள். "பஸ் குண்டு வெடிப்பின் பின்னர் சில மாதங்கள் நானும் எனது தம்பி மற்றும் தங்கையும் கெப்திகொல்லாவேயிலுள்ள எனது மாமாவின் வீட்டிலேயே தங்கினோம். அங்கிருந்து நான் பாடசாலைக்குச் சென்றோம். அம்மா, அப்பா இங்கு வராததால் நாம் திரும்பி எழுது வீட்டுக்குச் சென்று விட்டோம். ஆனால் அங்கு இருக்க பிடிக்கவில்லை. இரவில் பாடம் படிக்க முடியவில்லை. வெடிச் சத்தங்கள் கேட்கும். இதனால் பாடத்தில் சரியாக கவனம் செலுத்த முடியாது. இங்கு வசிக்கின்ற பலரின் நிலைமையும் இதுவே. கடந்த ஆண்டு பஸ்ஸில் நடத்தப்பட்ட இந்த குண்டு வெடிப்பானது

இங்குள்ள சிறுவர்களின் மனதில் பெரும் பாதிப்பை ஏற்படுத்தியுள்ளது எனலாம். அநேகமானோர் கெப்திகொல்லாவை பொருலு என்ற மலைப் பிரதேசத்தில் உள்ள அநாதை முகாமிலேயே தங்கினர். இங்குள்ள சிறுவர்கள் பாடசாலைக்குச் சென்ற நாட்களை விட பாடசாலைக்கு செல்லாத நாட்களே அதிகம். இந்த குண்டு வெடிப்பின் பின்னர் ஹல்மில்ல வெடிய பிரதேசத்தில் இருந்த பாலர் பாடசாலையும் முடப்பட்டது. அங்கு கல்வி கற்று வந்த மாணவர்களை வேறு பாலர் பாடசாலைகளுக்கு மாற்றியுள்ளனர். சில மாதங்கள் கழித்து பாலர் பாடசாலை அமைக்கப்பட்டபோதும் தற்போது அங்கு



6 மாணவர்களே கல்வி கற்று வருகின்றனர். பிரஜா சாலைக் கட்டிடத்திலேயே இப்பாடசாலை நடைபெறுகின்றது. சிறுவர் சமூக நல மற்றும் மரண நிவாரண சங்கமும் ஆக்கப்பட்டத்திலேயே இயங்குகின்றன.

"எழுது சிறுவர்களுக்கு குறைந்தளவிலானதான பொருட்களே இருக்கின்றன. அதுவும் ஏனைய சங்கங்களின் தேவைகளுக்காக அவ்வப்போது கொண்டு செல்லப்படுகின்றன. பொருட்களை வைத்துக் கொள்வதற்கு சரியானதொரு இடம் இல்லை" என்று பாடசாலையின் ஆசிரியையாகக் கடமைபாற்றும் சுஜானி மஞ்சனா கூறினர். இப்பாடசாலை மாணவனான துலாண்டின சந்தருவன் என்பவர் எம்மீடம் "ஊஞ்சலுக்கு பலகை போட வேண்டும். இப்போது நாங்கள் துப்பாக்கியுடன் விளையாடுவதுமுண்டு" என்று கூறினர். இந்தப் பிரதேசத்திலுள்ள ஏனைய பின்னகலும் துப்பாக்கி விளையாட்டில் அதிகம் அக்கறை காட்டுகின்றனர். காரணம், இவர்கள் அடிக்கடி துப்பாக்கிச் சத்தங்களையே செவிமடுக்கக் கூடியவர்களாக இருக்கின்றனர். இங்குள்ள பலரின் தந்தைமார் கள் ஊர்காவல் படைமீனாராக கடமைபாற்றுவதும் இதற்குப் பிரதான காரணமாக இருக்கின்றது. "எனது அப்பா வேலை விட்டு விட்டுக்கு வரும் போது துப்பாக்கியையும் எடுத்து வருவார். அதனை அலுமாரியின் மேல் வைப்பார். சில வேளைகளில் நாம் அதனை எடுத்து விளையாடுவோம். அது பாரமானது", இவ்வாறு ஊர்காவல் படை வீரருவரின் மகன் எம்மீடம் கூறினர்.

ஹல்மில்ல வெடிய, யகாவெவ பாடசாலைகளில் நடனம் மற்றும் சங்கீதம் போன்றவற்றில் திறமை வாய்ந்த மாணவ மாணவியர் நிறைய பேர் இருப்பதாக அப்பிரதேசவாசியொருவர் எம்மீடம் தெரிவித்தார். அவ்வேளை, திருமதி. குகமாவதி அவர்கள் பல சான்றிதழ்களை எமக்கு முன்னால் வைத்தார். அவை யுத்தம் நடைபெறுவதையும் பொருட்படுத்தாது அப்பகுதி மாணவர்கள் பெற்ற சான்றிதழ்களாகும். "எனது மகன்மார் நடனத்திலும் விளையாட்டிலும், பாடுவதில் திறமைசாலிகள். அவர்கள் அறுநெறிப்பாடசாலைகளில் நடந்த போட்டிகளிலும் கலந்து கொண்டு பரிசில்களைப் பெற்றுள்ளனர். அவர்களின் படிப்புக்காக செல்வு செய்வது கஷ்டம். ஆங்கிலம் போன்ற ஒரு சில பாடங்களுக்கு ஆசிரியர்கள் நியமிக்கப்பட்டாலும் அவர்கள் ஒரு சில மாதங்களுக்கே இங்கு இருப்பார்கள். தனியார் வகுப்புகளுக்காக நகரத்துக்கு அனுப்பவும் பயமாக இருக்கின்றது. அவ்வாறான சந்தர்ப்பங்களில் அவர்களுடன் நாமும் செல்ல வேண்டியிருக்கும். எந்நேரத்தில், எவ்வாறான பிரச்சினைகள் தலைதூக்கும் என்று எம்மால் சரிவர அனுமானிக்க முடியாதுள்ளது" என அவர் எம்மீடம் தெரிவித்தார்.

இப்பிரதேசத்திலுள்ள அனைவரும் இவ்வாறான பல இன்னல்களுக்கு முகம் கொடுத்தவாறே தமது வாழ்க்கையை கழிக்கின்றனர். எங்கு? எப்போது? தமது கால்களுக்கு முன்னால் குண்டுகள் வந்து விழுமோ என்று அவர்களால் அனுமானிக்க முடியாது. எம்மால் போன்று அவர்களும் எழுப்பு, தகை மற்றும் நாடி நரம்புகளைக் கொண்டு படைக்கப்பட்டவர்கள் தான். எனினும் எம்மை விட அவர்கள் சொல்லொனாத துன்பங்களுக்கு முகம் கொடுத்தவண்ணமுள்ளனர். அது அவர்களுக்கு உடல் ரீதியான பாதிப்புகளை விட உள் ரீதியான பாதிப்புகளையே அதிகம் ஏற்படுத்துகின்றது. இந்த

"பேசிக் நீடல்" நிறுவனத்தால், நாரஹேன்மீட்டி, இல. 45/87 நாவல் வீதி என்ற இடத்திலுள்ள "ஹோன் கன்ஜி" அச்சகத்திலேயே வெளியானது. பெரிதும் அல்லல் படுகின்றனர் அவர்களின் எதிர்காலம்