

செவ்வாய், 07 மார்ச் 2017 16:41



செஸ் எனப் படும் சதுரங்க விளையாட்டில் பரே சலல்லும் படி தமிழகத்தில் பணை வீ ராங்கனை ஓர்வர உர்வாகி வரூகிறார். ரஷ்யாவில் உலக அளவிலான பள்ளிகளுக்கு இடையே நடந்த சதுரங்கப் போட்டியில் தங்கம் வனென்று வாகயைர் பட்டம் வனென்றி ரூக்கிறார் தமிழ் நாட்டைச் சரேந்த மாணவி ஹர்ஷினி. முகப் பரே வலேம்மாள் மடெரிக் பள்ளியில் பத்தாம் வகுப்பு பபிக் கும் இவர் நமக்களித்தப் பட்டே டி:

திரூவாரூர் மாவட்டம் திரூத்தூறபைப்பிண்பி தான எனது சலாந்த ஊர், அங்கதோன் பிறந்து வளர்ந்தனே. சின்ன வயதில் என் பாட்டிகுடவீட்டில் சதுரங்கம் விளையாடுவனே. அதுக்குப் பிறகு 2ஆவது வகுப்புப் பபிக் கும் போது முறையாக சதுரங்கம் கத்துக்க ஆரம்பிச்சனே. அப்பாதான் கலாண்டு போய் சதுரங்கம் வகுப்பில் சரேத்தாங்க. கத்துக்க ஆரம்பிச்ச பூதிதில் ஓரளவூக்குத்தான விரூப்பம் இரூந்தது.

ஆனால் ஓர் நாள் அப்பா ஓர் சதுரங்கம் போட்டிக் கு கட்டிட்டும் போனாங்க. அங்கதே நான் ததூத்துப் போயிட்டனே. அப்போ அங்கதே திரூவாரூர் மாவட்ட சயலாளராக இரூந்த பாலகூணசகேரன் என்னை சமாதானப் படுத்த எனக்கு சிறப்பு பரிசு கலாடூத்தாங்க. அதில் இரூந்து சதுரங்கம் விளையாடுவதில் அதிக மாக ஆர்வம் ஏற்பட்டது. பயிற்சி தலாடர்ந்து பக ஆரம்பிச்சனே. அங்க எனக்கு நல்லா சலல்லித்தந்தாங்க.

நிறயை விஷயங்கள் கத்துக்கிட்டனே. வீட்டில் அப்பாவலாடவும் விளையாடுவனே. 2010ஆம் ஆண்டு ஆசிய அளவில் நடந்த பள்ளிகளுக்கு காண சதுரங்கப் போட்டி இலங்கையில நடந்தது. அதில் மனறாவது இடத்தபைப்பிபித்து வணைகலப் பதக்கம் வாங்கினனே. 2012 வரகைகும் திரூத்தூறபைப்பிண்பியில் தான இரூந்தனே. ஆரம்பக்கட்டம் தாண்டின பிறகு எனக்கு பயிற்சி தவேபைபட்டது. எனவே திரூத்தூறபைப்பிண்பி பயிற்சி பத்தாது என முபிவடூத்தாமே.

அதுமட்டுமில்லாமல் பெரும்பாலும் எல்லாப் போட்டிகளுக்கும் நாங்க சின்னகைக்கு வந்து வந்து போக வேண்டி இருந்தது. அதனால் சின்னகைக்கு வருவதுதான் நல்லது எனத் தீர்மானித்து நான் அம்மா, தங்கமட்டும் 2013ஆம் ஆண்டு சின்னகைக்குக் குடிபெயர்ந்தோம். அப்பா இப்பவும் திருத்தூறப்பிண்டியில் வியாபாரம் பண்ணிட்டு இருக்கார். சின்னையில் செஸ்கூறுக்கள் அகாடமியில் கத்துக்கிறேன். ஆர்.பி. ரமேஷ் தான் எனது கூறு. என்னுடைய கோச் எனக்கு ரொம்ப நல்லா சொல்லித் தருவாங்க. சின்னையை வந்த பிறகு நிறைய போட்டிகளில் ஆடி இருக்கனே. நபற்றுக்கும் மறேபட்ட போட்டிகளில் விளையாடி இருப்பனே. பல போட்டிகள் வறெறி பெற்றிருக்கிறேன். 2014ஆம் ஆண்டு அது. அப்போது எனக்கு 13 வயதிற்கும் குறைவு. மாநில அளவில் 13 வயதிற்கும் குறைவானவர்களுக்கு இடையே நடந்த போட்டி மற்றும் மாநில அளவில் 15 வயதுக்குக் குறைவானவர்களுக்கு இடையே நடந்த இரு போட்டிகளிலும் கலந்து கொண்டு நான் முதலாவதாக வந்தனே. பிறகு 2016ஆம் ஆண்டு மாநில அளவில் மகளிருக்கான போட்டி நடப்பெற்றது. இதில் எல்லா வயது பண்களும் கலந்து கொள்ளலாம். அதிலும் நான் முதலாவதாக வந்தனே.

2016ஆம் ஆண்டு ஜனவரி மாதம் தசீய அளவில் பள்ளிகளுக்காக நடப்பெற்ற போட்டியில் இந்திய அளவில் முதலாவதாக வந்தனே. அதனால் உலகளவில் நடப்பெற இருந்த போட்டிக் குத் தரேவானனே. அதற்காக இந்த வருடம் முழுவதும் தயார் செய்ய வேண்டி இருந்தது. பள்ளிக் குத் தரேவுகள் போன்ற முக்கியமான நாள்களில் மட்டும் சின்றனே. பல நாட்கள் பயிற்சியில் ஈடுபடுவதால் பள்ளிக் கு அவ்வளவாக செல்ல முடியவில்லை. நான் இப்போது பத்தாம் வகுப்பு படிக்கிறேன்.

பத்தாம் வகுப்பு பொதுத் தரேவு எனப்பதால் எப்போதும் எல்லா பள்ளிகளிலும் பத்தாம் வகுப்பு பாடங்களில் தீவிரப் பயிற்சி இருக்கும். ஆனால் நான் இந்த உலகளாவியப் போட்டியில் வறெறி பெறுவதற்காக எனக்குப் பயிற்சிக் குத் தவேயான விடும்புறையை எனது பள்ளி நிர்வாகம் அளித்து உதவியது. பாடத்தனை நான் பூரிந்து கொள்ள, எழுத என எல்லா விஷயத்திலும் எனது ஆசிரியர்களும், எனது வகுப்பு மாணவிகளும் எனக்கு உறுதுணையாக இருந்தனர். அதற்காக எனது பள்ளி நிர்வாகத்திற்கும், எனது ஆசிரியர் மற்றும் தோழிகள் அனைவருக்கும் இத் தருணத்தில் நன்றி சொல்லிக் கொள்கிறேன். 2016ஆம் ஆண்டு டிசம்பர் மாதம் ரஷ்யாவில் பள்ளிக் கு இடையே ஆன உலகளாவிய சதுரங்கப் போட்டி நடப்பெற்றது. அதில் துருக்கி, உஸ்பெகிஸ்தான் போன்ற நாட்டைச் சேர்ந்தவர்களுடன் விளையாடி வறெறி பெற்று, இறுதிப் போட்டியில் ரஷ்ய வீராங்கனையைத் தோற்கடித்து வாகையர் பட்டம் பெற்றனே. எனக்கு தங்கப் பதக்கத்துடன் அவார்டும் கொடுத்து தாரர்கள். ரொம்ப சந்தோஷமாக பெருமையாக இருந்தது" என்கிறார் ஹர்ஷினி உற்சாகத்துடன்.

ஹர்ஷினிக் குச் சொந்த ஊரில் நகர அரிமா சங்கம் பாராட்டு விழா நடத்தி இருக்கிறார்கள். நம் நாட்டிற்கு பெருமை சேர்க்கும் இந்த தங்க மங்கையை பாராட்டி போற்ற வேண்டியது நமது கடமையும் கட்டில்லையா?

செவ்வாய், 07 மார்ச் 2017 16:41



உணவில் அதிகளவு கீரணங்கள், பழங்கள் சேர்த்துக் கொள்ள வேண்டும். குறிப்பாக குப்பைக் கீரண, மூலிகைக் கீரண, சிறுகீரண போன்றவற்றை சாப்பிட வேண்டும். கறிவெட்டி பிளையை அதிகம் சேர்த்துக் கொள்வது நல்லது. கால உணவை கண்டிப்பாக சாப்பிட வேண்டும். சிறுநீரணுக்கள் இருந்தால் நல்லது. உணவை நன்றாக மென்று சாப்பிட வேண்டும். உணவு அருந்திய உடனே துங்கச் சல்கக் கட்டாது. பகல் தடுக்கத் தைத் தவிரக் க வேண்டும். அதிக நேரம் கண் விழித் திருப்பது தவறு. இரத்த அழுத்தத் தைத் தடுக்க உடலுக் கும், மனத் திற் கும் போதிய பயிற்சி தேவை. இவை இரண்டும் சீராக இருந்தால் உடலில் நோய் எதிர்ப்பு சக்தி அதிகரித்து நோய் வராமல் தடுக்கும்.

செவ்வாய், 07 மார்ச் 2017 16:41



அயந்தாவது சன்னை சர்வதேச ஆவணப்பட மற்றும் குறும் பட விழா கடந்த வாரம் நடப்பெற்றது. இந்தத் திரைப்பட விழாவில் இயக்குநர் வணிக விசுந்தர் ஒருங்கிணைத் திருந்த பணிகள் உருவாக்கும் திரைப்படங்கள் என்ற பிரிவில் பல்வகைத் திரைப்படங்கள் திரையிடப்பட்டன. பிரபல ஆவணப்பட இயக்குநர் தீபா தனராஜ் இயக்கிய இன்வோகிங் ஜஸ்டிஸ் என்ற ஆவணப்படம் அவற்றில் ஒன்று. 2004ஆம் ஆண்டு தன்னிந்தியாவில் உருவான முதல் இஸ்லாமியப் பணிகள் அமைப்பான தமிழ்நாடு முஸ்லிம் பணிகள் ஜமாத் உருவான பின்னணியை இந்தப் படம் அலசுகிறது.

புதுக்கோட்டையில் ஷரிஃபா கானம் என்பவரால் தொடங்கப்பட்ட இந்த அமைப்பால் ஆயிரக்கணக்கான பெண்களுக்கு நீதி கிடைத்திருக்கிறது. பன்னிரண்டு மாவட்டங்களில் செயல்பட்டுவரும் இந்த அமைப்பில் பன்னிரண்டாயிரத்துக்கும் அதிகமான பெண்கள் உறுப்பினர்களாக இருக்கிறார்கள்.

பொதுவாக இஸ்லாமிய ஆலோசனகைக் குழுவான ஜமாத்தில் உறுப்பினர்களாக ஆண்கள் மட்டுமே இருப்பார்கள். குடும்ப வழக்குகளை விசாரிப்பதற்கு, குடும்பங்களிலும், காவல்துறைக்கும், நீதித்துறைக்கும் இந்த ஆலோசனகைக் குழு பாலமாகச் செயல்படும். பெண்களுடைய பிரதிநிதித்துவம் இல்லாமல் இந்த ஆலோசனகைக் குழு நீண்ட காலமாகச் செயல்பட்டுவந்தது. இதனால் பெரும்பாலான வழக்குகளில் தீர்ப்புகள் பெண்களுக்கு எதிராகவே இருந்தன. இதனை எதிர்த்து உருவானது தான் தமிழ்நாடு முஸ்லிம் பெண்கள் ஜமாத்த் அமைப்பு.

இந்த அமைப்பைச் சேர்ந்த பெண்கள் எப்படி இயங்குகிறார்கள் என்பதை அழுத்தமாகத் தன் ஆவணப்படத்தில் பதிவுசெய்திருக்கிறார் இயக்குநர் தீபா தனராஜ். இந்தப் படத்தில் பெண்கள் ஜமாத்த் அமைப்பினருடன் இரண்டு வழக்குகளைப் பின்தொடர்ந்து சன்றிருக்கிறார் தீபா. குடும்பவன்முறையால் கொலையெய்யப்பட்ட ஒரு பெண், கணவரின் பாலியல் துன்புறுத்தலால் விவாகரத்து கோரும் ஒரு பெண் இவர்கள் இருவருக்கும் நீதியைப் பெற்றுத்தர இந்த அமைப்பு எடுக்கும் முயற்சிகளை உணர்வுபூர்வமாக விளக்கியிருக்கிறது இந்த ஆவணப்படம். அத்துடன், இந்த வழக்குகளை மனம் தளராமல் துணிச்சலுடன் பின்தொடர்ந்து செல்லும் பெண்கள் ஜமாத்த் அமைப்பின் உறுப்பினர்களின் கருத்துகளையும் பதிவுசெய்திருக்கிறது. 1988-ஆம் ஆண்டு, தான் கலந்துகொண்ட பெண்கள் மாநாடுதான் பெண்ணுரிமையைப் பற்றிய முழுமையான புரிதலை ஏற்படுத்தியது என்று சொல்லும் ஷரிஃபா, அதுதான் பெண்களின் உரிமைக்காகத் தன்னையே போராடவைத்தது என்கிறார்.

இஸ்லாம் மதத்தில் செயல்படும் ஷரியா சட்டங்களையே பற்றிய பெண்களின் பார்வையை இந்தப் படத்தின் மூலம் உலகத்துக்குப் புரியவைத்திருக்கிறார் இயக்குநர் தீபா தனராஜ். ஆண்க்கொருநீதி, பெண்ணுக்கொருநீதி என்று சமீகத்தில் நிலுவும் இரட்டைநீதிமுறையைக் களேவிகடேக்கும் இந்தப் பெண்கள், நீதிகான ஒரு முடிவற்ற போராட்டத்தைத் தொடர்ந்து முன்னெடுத்துச் சென்றுகொண்டிருக்கின்றனர். 2011-ஆம் ஆண்டு வளையான இந்த ஆவணப்படம் பல விருதுகளைப் பெற்றிருக்கிறது.

இஸ்லாம் மதத்தில் செயல்படும் ஷரியா சட்டங்களையே பற்றிய பெண்களின் பார்வையை இந்தப் படத்தின் மூலம் உலகத்துக்குப் புரியவைத்திருக்கிறார் இயக்குநர் தீபா தனராஜ். ஆண்க்கொருநீதி, பெண்ணுக்கொருநீதி என்று சமீகத்தில் நிலுவும் இரட்டைநீதிமுறையைக் களேவிகடேக்கும் இந்தப் பெண்கள், நீதிகான ஒரு முடிவற்ற போராட்டத்தைத் தொடர்ந்து முன்னெடுத்துச் சென்றுகொண்டிருக்கின்றனர். 2011-ஆம் ஆண்டு வளையான இந்த ஆவணப்படம் பல விருதுகளைப் பெற்றிருக்கிறது.

செவ்வாய், 07 மார்ச் 2017 16:41

இந்தத் திரையிடலில் தமிழ்நாடு முஸ்லிம் பெண்கள் ஜமாத் அமடைபை நிறுவிய ஷரிஃபா கானம் பார்வையாளர்களிடம் கலந்துரையாடினார். தங்களிடையே பிரச்சினைகளைத் தீர்ப்பதற்காக எங்கள் அமடைபை அணுகும் பெண்கள், அதற்குப் பிறகு எங்களிடையே அமடைபில் உறுப்பினர்களாகவும் மாறிவிடுகிறார்கள். தலாக் மீ தான விவாதம் 1986-ஆம் ஆண்டிலிருந்து நடந்துகொண்டிருக்கிறது. ஆனால், இன்னும் தீர்மானமான முடிவு எட்டப்படவில்லை.

2004-2014-ஆம் ஆண்டுக்குள் அயம்பதுக்கும் மறேபட்ட பெண்கள் தலாக் பிரச்சினையால் இறந்திருக்கிறார்கள். அரசாங்கம் இஸ்லாமிய பெண்கள் மமேபாட்டாக் குழு ஒன்றை அமைக்க முன்வர வேண்டும். இந்த அமடைபை ஆரம்பித்து பன்னிரண்டு ஆண்டுகள் ஓடிவிட்டன. எங்கள் அமடைபுக்குப் பாராட்டிகள் கிடைத்த அளவுக்குப் போதுமான ஆதரவு கிடைக்கவில்லை என்பதுதான் உண்மையான நிலை. இதனால் அமடைபை முன்னெடுத்துச் செல்வது பெரும் சவாலாகவே இருக்கிறது என்றார் ஷரிஃபா.