

# அமைதியும் ஆரோக்கியமும்



புதுயுகத்தின் வழிகாட்டி

அமைதி - 4 ஆரோக்கியம் - 7 பிப்ரவரி - 2017



எண்ணம் போல் வாழ்க்கை

நீ படிக்கவில்லை என்றால்  
இவர் நிலைதான் உனக்கு



நீ படித்தால்  
இவர் நிலையை மாற்றலாம்.

- ஹீலர் பாஸ்கர்



பாலு வீட்டுக்கல்வி முறை

பிப்ரவரி 2017



பொருளடக்கம்

04 வாவ் கல்விமுறை மற்றும்  
வைத்தியம் (ஜெர்மனி)

22 வாவ் மருத்துவம்

26 வேதசுப்பையா

விலை ரூ. 50/-

ஒரு வருட சந்தா ரூ. 600/-

வெளியீடு

கிரிஜயா பப்ளிகேஷன்ஸ்

ஏ.ந. 69, NSK வீதி, செல்வபுரம்,  
கோயம்புத்தூர் - 641 026, தமிழ்நாடு, இந்தியா.

Helpline : + 91 96290 32767

Mail : giriyapublications@gmail.com

Web : www.giriyapublications.com

# ஆசிரியர் கூடல்



அன்புள்ள நல்ல நண்பர்களே !

இந்த உலகத்தில் அனைவரும் நிம்மதியாக வாழவேண்டும் எனில் இனிமேல் ஒற்றுமையும், கூட்டுப்பிரார்த்தனையும் தான் அதற்குத் தீர்வாக அமையும்.

எனவே நாம் அனைவரிடமும் ஜாதி, மதம், இனம் பாகுபாடு பார்க்காமல் கருத்துக்களில் மட்டுமே முரண்பாடு இருக்கலாம் என்பதை புரிந்துகொண்டு ஒற்றுமையாக வாழவேண்டும். அடிக்கடி கூட்டுப்பிரார்த்தனைகள் மற்றும் தனியாகவும் பிரார்த்தனைகள் செய்து நாம் இனிமேல் உலகை மாற்றுவதற்கும், அமைதியாக, நிம்மதியாக அனைவரும் வாழ்வதற்கு முயற்சி செய்யவேண்டிய கட்டாயத்தில் நாம் இருக்கிறோம்.

முக்கியமாக ஒற்றுமையுடன் கூட்டுப்பிரார்த்தனை செய்வதை நாம் ஒவ்வொருவரும் எப்பொழுதுமே மேற்கொள்வோமாக ! இதன் மூலம் உலகில் அமைதி நிலவட்டும்.

வாழ்க வளமுடன் !

வாழ்க வையகம் !!

வநீவர் பாலகர்

ஹீலர் பாஸ்கர்

நிறுவனர்,

அனாடமிக் தெரபி ஃபவுண்டேஷன்



## கல்விமுறை மற்றும் வைத்தியம் ! (ஜெர்மனி)

அன்பு நண்பர்களே ! உலக அறிவாளிகளே !

**ஹீலர்** பாஸ்கர் ஆகிய நான்  
கடந்த ஆண்டு (2016) கல்வி  
மற்றும் மருத்துவ

ஆராய்ச்சிக்காக ஜெர்மனி, பிரான்ஸ் ஆகிய  
நாடுகளுக்கு சென்றிருந்தேன். அங்குள்ள  
கல்விமுறை, மருத்துவமுறை மக்களின்  
வாழ்வியல் நடவடிக்கைகள் ஆகியவற்றை  
ஆய்விற்ரு எடுத்துக்கொண்டேன். இந்த  
மூன்று விசயங்களையும் ஆய்வு செய்த போது  
பல விசயங்கள் எனக்குப் புரிய வந்தது. அதை  
உங்களுடன் பகிர்ந்து கொள்ள  
விரும்புகிறேன்.

இந்த ஆராய்ச்சிக்கு உதவி செய்த  
ஜெர்மனியில் வசிக்கும் திரு. திலீப்குமார்.  
திருமதி. ஜெய ஸ்ரீ திலீப்குமார் மற்றும் பல  
நல்ல உள்ளங்களுக்கும் நன்றிகள் கோடி !

**இந்தக் கட்டுரையில் நாம் ஏழு  
விசயங்களைப் பார்க்க இருக்கிறோம்.**

1. கல்விக்கு அரசாங்கம் செய்யும் நிதீ உதவி.
2. ஓன்று முதல் ஓறு வயது வரை கல்விமுறை (Kinder Garden).
3. ஓறு முதல் பத்து வயது வரை கல்விமுறை (Primary).

4. பத்து முதல் பத்தெட்டு வயது வரை கல்விமுறை (Secondary).
5. 18 வயதிற்குமேல் உள்ளவர்களுக்கு கல்விமுறை .
6. மக்களின் பண்பு.
7. வைத்தியம்.

### 1. கல்விக்கு அரசாங்கம் செய்யும் நிதி உதவி.

ஜெர்மனி அரசு நாடு முழுவதும்  
அரசுபள்ளிக் கூடங்களை தேவையான அளவு  
நிறுவி வைத்துள்ளது. இந்தியா போன்ற  
நாடுகளில் உள்ள தனியார் பள்ளிகளில் உள்ள  
வசதிகளைவிட அதிகப்படியான வசதிகள்  
ஜெர்மன் அரசுப்பள்ளிகளில் உள்ளன என்பது  
இங்கு குறிப்பிடத்தக்க ஒன்று.

மேலும் அனைத்து அரசுப் பள்ளிகளும்  
முற்றிலும் இலவசமாக நடத்தப்படுகிறது.  
ஜெர்மனியில் தனியார் பள்ளிகள் மிகமிக  
குறைவு. தனியார் பள்ளிகளை விட அரசு  
பள்ளிகளில் வசதிகள் அதிகமாக அல்லது  
சமமாக இருப்பதால் மக்கள் அரசு  
பள்ளிகளையே விரும்புகின்றனர்.

ஜெர்மனி அரசு, குழந்தைகளை  
வளர்ப்பதற்கும், கல்வி கற்பதற்கும்

பெற்றோர்களுக்கு நிதி உதவி அளிக்கிறது. முதல் குழந்தைக்கு ஒவ்வொரு மாதமும் 192 யூரோவும் (இந்திய மதிப்பில் ரூபாய் 14000) இரண்டாவது குழந்தைக்கு ஒவ்வொரு மாதமும் 192 யூரோவும் (இந்திய மதிப்பில் ரூ.14000), மூன்றாவது குழந்தைக்கு ஒவ்வொரு மாதமும் 198யூரோவும் (இந்திய மதிப்பில் ரூ.14000) மற்றும் நான்காவது குழந்தைக்கு ஒவ்வொரு மாதமும் 223 யூரோவும் (இந்திய மதிப்பு ரூ.16000) வழங்குகிறது.

இவ்வாறு அரசாங்கம் அனைத்து வசதிகளுடன் பள்ளிகளை இலவசமாக நடத்துவதுடன் பெற்றோர்களுக்கு மாதா மாதம் நிதிஉதவியும் அளிக்கிறது. இதனால் இங்கு மாணவர்களும், பெற்றோர்களும் மகிழ்ச்சியுடன் கல்வியைப் பெறுகின்றனர். ஜெர்மனியைப் போன்று அனைத்து நாடுகளும் இருந்தால் கல்வி சிறப்பாக இருக்கும்.

### 1 முதல் 6 வயது வரை கல்வி திடம் (Kinder Garden)

இந்தியா போன்ற நாடுகளில் இருப்பதைப் போன்று எல்.கே.ஜி, யு.கே.ஜி. என்பது ஜெர்மனியில் இல்லை. ஒரு வயது முதல் கிண்டர் கார்டன் எனப்படும் பள்ளிகளுக்கு குழந்தைகள் செல்கின்றனர். ஏ.பி.சி.டி கற்பித்தலோ, பரீட்சையோ கிடையாது. ரைம்ஸ் படித்து ஒப்பிக்கத் தேவையில்லை. கரும்பலகை (Board) கிடையாது. இங்கு விளையாடுவதற்கு மட்டுமே

அனுமதிக்கிறார்கள். இத்துடன் நல்ல பழக்க வழக்கங்களைக் கற்றுத் தருகின்றனர்.

சாப்பிடுவது எப்படி என்பதைக் கற்றுத் தருகின்றனர்.

அமைதியும் ஆரோக்கியமும்

சாப்பிடும் பொழுது உதட்டைபிரித்து சாப்பிட்டால் ஒழுங்காக ஜீரணம் ஆகாது. எனவே உதட்டை மூடி சாப்பிடவேண்டும் என்று நாம் பல வருடமாக “அனாடமிக் தெரபி” என்ற பெயரில் அறிவுறுத்தி வருகிறோம். ஆனால் ஜெர்மனியில் குழந்தைகளுக்கு இரண்டு அல்லது மூன்று வயதிலேயே இந்த விதத்தைக் கற்றுக் கொடுத்து விடுகின்றனர்.

### LEGO PLAY

இந்த கிண்டர் கார்டன் வகுப்பில் Lego Play என்ற ஒரு வகுப்பு நடத்தப்படுகிறது.

அதாவது 6 வயது வரை குழந்தைகளுக்கு விளையாட்டு மட்டுமே தேவை என்று கூறுகிறார்கள். Lego Play என்பது தனித்தனியாக பிரிக்கப்பட்ட பொருட்களை ஒன்று சேர்ப்பது ஒன்று சேர்ப்பது ஒன்று சேர்த்த பொருட்களை தனித்தனியாக பிரிப்பது. இது குழந்தைகளுக்கு கற்றுத்தரப்படுகிறது. இத்தகைய அறிவு கற்பிக்கப்பட்டு இருப்பதால் ஒவ்வொரு பொருளையும் சேர்ப்பதும், பிரிப்பதும் எப்படி என்பது அவர்களின் ரத்தத்திலேயே ஊறி இருக்கிறது.

உதாரணமாக கடைக்குச் சென்று சைக்கிள் வாங்கும் பொழுது சைக்கிளின் பாகங்கள் தனித்தனியாக பிரிக்கப்பட்டு ஒரு டப்பாவில் அடைத்து வைத்திருப்பார்கள். ஒரு துண்டுக் காகிதத்தில் அதை எவ்வாறு இணைக்கவேண்டும் என்று படங்களுடன் குறிப்பு இருக்கும். வீட்டிற்கு அதை வாங்கி வந்த பின்னர் அதில் குறிப்பிட்டவாறு அப்படியே இணைத்து சைக்கிளாக உருவாக்குகிறார்கள். இதுபோன்று வீட்டிற்குத் தேவைப்படும் பொருட்களையும் பொதுவாக தனித்தனியாகத்தான்



கொடுக்கிறார்கள். வாங்குபவர்கள் தான் அதை ஒன்றிணைத்துக் கொள்ளவேண்டும். இது மிகவும் அருமையான திட்டமாக இருக்கிறது.

எனவே ஆறு வயது வரை குழந்தைகளை விளையாட விடுவதற்கும், பழக்க வழக்கங்களைக் கற்றுக் கொடுப்பதற்கும் முக்கியத்துவம் அளித்தால் போதும். ஆனால் இந்தியா போன்ற நாடுகளில் ஏ.பி.சி.டி யைக் கற்றுக் கொடுத்தும், எழுதச் சொல்லியும், மனப்பாடம் செய்யச் சொல்லியும் குழந்தைகளை குழந்தைகளாக வாழவிடாமல், தேவையில்லாமல் குழந்தைகளைக் கொடுமைப்படுத்துகிறார்கள் என்பது குறிப்பிடத்தக்கது.

## 6 வயது முதல் 10 வயது வரை கல்விதிட்டம் (PRIMARY)

(1 முதல் 4 ஆம் வகுப்பு வரை) பிரைமரி பள்ளிகளில் 6 வயது பூர்த்தியான மாணவர்கள் மட்டுமே சேர்த்துக் கொள்ளப்படுகிறார்கள். ஐந்தரை வயது ஐந்தே முக்கால் வயது என்றாலும் சேர்த்துக் கொள்வது கிடையாது. ஆறு வயது வரை மனப்பாடம் செய்தல், பரீட்சை எழுதுதல் ஆகியன குழந்தைகளுக்கு இருக்கக் கூடாது என்பதில் மிகவும் தெளிவாக இருக்கிறார்கள்.

இங்கு ஒன்பது வயது வரை ஆங்கிலத்தைக் கற்றுக் கொடுப்பதே இல்லை. ஆங்கிலம் என்பது அறிவு கிடையாது. அது ஒரு பாஷை என்பதை ஜெர்மனியர்கள் தெளிவாகப் புரிந்து வைத்திருக்கிறார்கள். ஆனால் மற்ற நாடுகளில் ஆங்கிலம் என்பதை அறிவு போல படித்துக் கொண்டிருக்கிறார்கள். ஆங்கிலத்தில் பேசினால் புத்திசாலி என்று நினைத்துக் கொண்டிருக்கிறார்கள். தாய்மொழியில் பேசுவதையும், எழுதுவதையும் அவமானம் என்று நினைக்கிறார்கள். ஆங்கிலத்தில்

பேசினால் புத்திசாலி என்று நினைப்பது “வெள்ளையாக இருப்பவன் பொய் சொல்லமாட்டான்” என்பதைப் போல இருக்கிறது.

இந்த கல்வி முறைக்கு வாவ் (wow) கல்விமுறை என்று ஏன் பெயரிடப்பட்டது என்று அறிந்து கொள்வோம்.

குழந்தைகளுக்கு ஆங்கிலம் பேச தெரியாது எனில் இந்தியா போன்ற நாடுகளில் அவமானமாக நினைக்கிறோம். குழந்தைகள் ஆங்கிலத்தில் பேசினால் பெருமையாக நினைக்கிறோம். ஆனால் ஜெர்மனியில் குழந்தைகளுக்கு ஆங்கிலம், தெரியவில்லையெனில், பெருமையாக நினைக்கிறார்கள். ஒருவேளை ஆங்கிலம் தெரிந்தால் தான் அவமானமாக கருதுவார்கள் போல.

நமது நாட்டில் ஒரு குழந்தை ஆங்கிலம் பேசவில்லையெனில் அதைப் பேச வைக்க முயற்சி செய்கிறோம். ஜெர்மனியில் குழந்தைக்கு ஆங்கிலம் தெரியாது எனில்



அதை “வாவ்” என்று கூறுகிறார்கள். அதே சமயம் ஜெர்மன் மொழியே தெரியாமல் இருந்தாலும் அதைப்பற்றி கவலை கொள்வது கிடையாது. ஏனென்றால் ஒன்பது அல்லது பத்து வயது வரை குழந்தைகளுக்கு எதையுமே வலிந்து திணிப்பதை இவர்கள் விரும்புவதில்லை. எனவே குழந்தைகள் குழந்தைகளாக வளர்கிறார்கள்.

அன்பு நண்பர்களே ! மொழி என்பது மிக முக்கியமான ஒன்று. தாய்மொழியில் புரிந்து கொண்ட விசயத்தை உலகில் உள்ள எந்த மொழியிலும் மற்றவர்களுக்கு நாம் புரியவைக்க முடியும். உதாரணமாக ஜப்பானிலிருந்து டெக்ஸ்டைல் இன்ஜினியர் ஒருவர் ஜெர்மனிக்கு வந்திருக்கிறார். அங்கு வேலை செய்யும் தொழிலாளர்களுடன் பேசி பல விசயங்களைப் புரிய வைத்திருக்கிறார். ஆனால் அவருக்கு ஜெர்மன் மொழி தெரியாது. அங்கு வேலை செய்யும் தொழிலாளர்களுக்கு ஜப்பானிய மொழி தெரியாது. இரண்டே இரண்டு வார்த்தைகளை வைத்து அவர் அந்த தொழிலாளர்களுக்கு புரிய வைத்து அங்குள்ள இயந்திரங்களை பழுது நீக்கி இருக்கிறார். அந்த இரண்டு வார்த்தைகள் ஒன்று கோ, மற்றொன்று நோகோ, கோ என்றால் சரி, நோ கோ என்றால் தவறு.

இரண்டே இரண்டு வார்த்தைகளை மட்டும் வைத்துக் கொண்டு மொழி தெரியாத இரு தரப்பினர் இடையே பல விசயங்களைப் பேசி புரிந்து கொண்டுள்ளனர். எனவே ஆங்கிலம் தெரிந்தால் தான் புத்திசாலி என்ற எண்ணத்தை தயவு செய்து மறந்து விடுங்கள்.

இந்தியாவில் 1 முதல் 5 ஆம் வகுப்பு வரை பிரைமரி என்று அழைக்கிறார்கள். ஆனால் ஜெர்மனியில் 1 முதல் 4 ஆம் வகுப்பு வரை பிரைமரி என்று அழைக்கின்றனர். ஐந்து வயதில் குழந்தைகளை பள்ளியில் சேர்ப்பது

இந்தியாவில் வழக்கம். ஆனால் பத்து வயது வரையான காலகட்டத்தில் பிரைமரி கல்வியை முடிக்கவேண்டும் என்பதால் 6 வயதில் தான் முதல் வகுப்பு துவங்குவதால் பத்து வயதில் தான் நான்காம் வகுப்புடன் பிரைமரி கல்வி ஜெர்மனியில் நிறைவுபெறுகிறது.

1 முதல் 4 ஆம் வகுப்பு வரை குழந்தைகளை அவரவர் வீட்டின் அருகே உள்ள பள்ளியில் தான் படிக்க வைக்க வேண்டும் என்பது கட்டாயமாக்கப்பட்ட முக்கிய விதி. குழந்தைகளை பள்ளிகளுக்கு செல்ல நீண்ட தூரம் பயணம் செல்லக் கூடாது என்பதில் மிகவும் தெளிவாக இருக்கிறார்கள். ஆனால் பல நாடுகளில் குழந்தைகள் வீட்டிலிருந்து பள்ளிகளுக்கு சென்றடைய ஒரு மணிநேரம், இரண்டுமணிநேரம் பயணம் செய்யும் படி அவர்களை அனுப்புகிறோம். இதனால் நேரம் விரயம் ஆகிறது. ஆனால் ஜெர்மனியில் அதை சரியாக கையாள்கிறார்கள். இடம் இல்லை என்று வேறு பள்ளிக்கு திருப்பி அனுப்புவதில்லை. அதே போல இத்தனை மாணவர்கள் தான் ஒரு பள்ளியில் சேர்த்துக் கொள்ள வேண்டும் என்ற வரைமுறையும் வைத்துக் கொள்வதில்லை. எத்தனை மாணவர்களை வேண்டுமானாலும் சேர்த்துக் கொள்கிறார்கள். அதற்கு ஏற்ப பள்ளி கட்டிடங்களை அதிகரித்துக் கொள்கிறார்கள். வீட்டின் அருகிலேயே குழந்தைகளுக்கு பள்ளிகூடம் இருக்கவேண்டும் என்பதில் அவ்வளவு தெளிவாகவும், உறுதியாகவும் இருக்கின்றனர்.

1 முதல் 4 ஆம் வகுப்பு வரை ஒரே ஆசிரியர் தான் இருக்கவேண்டும் என்பது முக்கியவிதியாக கடைபிடிக்கப்படுகிறது. இந்த பிரைமரி பள்ளியில் பரீட்சை கிடையாது. மதிப்பெண்கள் கிடையாது. பாஸ், பெயில் என்ற வரைமுறை கிடையாது. ஒரே ஆசிரியர் நான்கு வருடங்கள் அதே

குழந்தைகளை கவனித்தால் தான் படிக்கும் திறனையும் அளவிட முடியும் என்பதனால் ஒரே ஆசிரியர் முறையை கடைபிடிக்கின்றனர். ஆனால் பல நாடுகளில் ஒவ்வொரு வகுப்பிற்கும் பல ஆசிரியர்கள் வந்து பாடம் கற்பிக்கின்றனர். இதனால் ஒவ்வொரு குழந்தைக்கும் என்ன தெரியும், தெரியாது என்பது ஆசிரியர்களுக்கு தெரிவதே இல்லை.

தேர்ச்சி முறையில் கையாளப்படும் பாஸ், ஃபெயில் என்பது பிரைமரியில் இல்லை. ஒருவேளை எந்த குழந்தையாவது சரியாக எதையும் புரிந்து வைத்து கொள்ளவில்லையெனில் ஆசிரியர் அக்குழந்தைகளின் பெற்றோர்களை அழைத்து “இந்த குழந்தை மீண்டும் மூன்றாம் வகுப்பு படிக்கவேண்டும் என நான் விரும்புகிறேன்.” என சொல்லும் போது அவர்கள் “வாவ்” என சந்தோசமாக சரி என்று கூறுவார்கள். ஆனால் நமது நாட்டிலோ ஒரு குழந்தை மீண்டும் அதே வகுப்பில் படிப்பதை அதாவது ஃபெயிலாகி மீண்டும் அதே வகுப்பில் படிக்கவேண்டும் என்றால் அதை அவமானமாக கருதுகிறோம். ஆனால் அங்கு சந்தோசமாக ஏற்றுக் கொள்கிறார்கள் என்பது குறிப்பிடத்தக்கது.

## 10 முதல் 16 வயது வரை (ஐந்து முதல் பத்தாம் வகுப்பு வரை செகண்டரி (Secondary))

நான்காம் வகுப்பு முடித்த (பிரைமரி) மாணவர்கள் ஐந்து முதல் பத்தாம் வகுப்பு வரை கல்வி பயில வேறு பள்ளிக்குச் செல்கின்றனர். இதற்கு செகண்டரி என்று பெயர். செகண்டரி வகுப்புகளை மூன்று வகைகளாக பிரிக்கின்றனர்.

### I. பெஸ்ட் - ஜிம்னாசியம் ஸ்கூல்

(Gymnasium) மூளைக்கு அதிக வேலை தரும். பொறியியல், மருத்துவம் போன்ற தொழில்துறையின் உச்சபட்ச மதிப்புகளுடையவை (Higher Profession) இந்த பிரிவில் பாடமாக கற்றுத் தரப்படுகிறது.

### II. பெஸ்ட் - ரியல் ஸ்கூல் (Real School)

கலை, நிர்வாகம், பண்பாடு என்பன போன்றவற்றில் பட்டம் (டிகிரி) பெறும் தகுதியான மாணவர்களை உருவாக்கும் துறையாக இந்தப் பிரிவு செயல்படுகிறது.

### III. பெஸ்ட் - (Haupt School)

எலெக்ட்ரிசியன், ஃபிட்டர், பெயின்டர் போன்ற தொழில்களைக் கற்றுக் கொள்வதற்காக பிரத்யேகமாக இந்த பிரிவு செயல்படுகிறது.

முதலாவது பெஸ்ட் ஸ்கூல் என்பது ஐந்து முதல் 12 ஆம் வகுப்பு வரையிலும் இரண்டாவது மற்றும் மூன்றாவது பெஸ்ட் ஸ்கூல் என்பது ஐந்து முதல் பத்தாம் வகுப்பு வரையிலும் செயல்படுகின்றன.

நான்காம் வகுப்பு (பிரைமரி) பள்ளியை முடித்த ஒரு மாணவர் மேற்சொன்ன மூன்று வகையான பெஸ்ட் ஸ்கூலில் எந்த பள்ளியில் சேர வேண்டும் என்பதை வகுப்பு ஆசிரியரும், பெற்றோர்களும் கூடி முடிவெடுத்து அதன் பின்னரே பள்ளியில் சேர்க்கின்றனர். பள்ளியில் சேர்க்க நன்கொடை அளிப்பது.

the  
BEST

லஞ்சம் கொடுப்பது, பெருமைக்காக ஒரு பள்ளியில் சேர்த்துப் படிக்கவைப்பது போன்ற எந்த விசயங்களும் ஜெர்மனியில் இல்லவே இல்லை.

ஒன்று முதல் நான்காம் வகுப்பு வரை ஒரே ஆசிரியரிடம் கல்வி கற்க வேண்டும் என்பதன் நோக்கம் ஒரு குழந்தையின் தனித்திறனையும், கல்வி கற்கும் பாங்கினையும் முழுவதும் அறிந்தவராக இருப்பார் என்பது தான். செகண்டரி பள்ளி படிப்பிற்கு பின்னர் அக்குழந்தை எதில் படிக்கலாம் என்பதை அவர் தன் கருத்தை தீர்மானித்து கூறுவார். உதாரணமாக மிக நன்றாக படிக்கும் குழந்தைகளை மருத்துவம், இன்ஜினியரிங் படிப்பதற்கு முதலாவது பெஸ்ட் ஸ்கூலில் படிக்க பரிந்துரை செய்கிறார். சுமாராக படிக்கும் மாணவர்களை இரண்டாவது பெஸ்ட் பள்ளியில் சேர்க்க முடிவு செய்கிறார்கள். படிப்பு சரியாக வராத ஆனால் மற்ற திறமைகள் அதிகமிருக்கும் குழந்தைகளை மூன்றாவது பெஸ்ட் ஸ்கூலில் சேர்க்க முடிவு செய்கின்றனர்.

அன்பர்களே ! நண்பர்களே !

இந்த இடத்தில் நாம் புரிந்து கொள்ள வேண்டிய முக்கியமான விசயம் என்னவென்றால் எல்லா குழந்தைகளும் முதல் மதிப்பெண் எடுக்க முடியாது. எல்லா குழந்தைகளும், மருத்துவரோ, இன்ஜினியரோ ஆக முடியாது. அது தேவையும் இல்லை. உங்கள் குழந்தைக்கு என்ன வருகிறதோ அந்த வேலையைச் செய்ய அனுமதியுங்கள்.

ஆனால் பெற்றோர்கள் அனைவரும் தன் குழந்தை அதிகமாகப் படிக்கவேண்டும். நிறைய மார்க் எடுக்கவேண்டும். டாக்டர் ஆகவேண்டும், இன்ஜினியர் ஆகவேண்டும் என்றுதான் ஆசைப்படுகிறார்கள். எல்லோரும் டாக்டர்ஆகிவிட்டால் பிளம்பர் வேலையை யார் சார் செய்வது? செருப்பு தைக்கும்

வேலையை யார் பார்ப்பது? இவ்வாறு நமது நாட்டில் அனைவருக்கும் கல்வி என்ற திட்டத்தின் கீழ் தேவையின்றி அனைவரையும் கட்டாயமாக படிக்கச் செய்வது விடுகிறார்கள். இதனால் சாதாரண வேலை செய்வதற்கு கூட ஆளே இல்லாமல் மிக அவதிப்படுகிறோம். ஆனால் ஜெர்மனியில் அந்தந்த வேலைக்கு அந்தந்த ஆட்கள் சிறப்பாக இருக்கிறார்கள்.

பிரைமரி பள்ளியை முடித்த பின்னர் செகண்டரி பள்ளியில் மூன்றாவது பெஸ்ட் ஸ்கூலில் சேர்க்கலாம் என்று ஒரு மாணவர் பற்றி முடிவு செய்து இருந்தாலும் அதுபற்றி ஆசிரியரோ, பெற்றோர்களே துளியும் வருத்தப்படுவதில்லை. “வாவ்” என்று மகிழ்ச்சி கொள்ளவே செய்கின்றனர். “என் குழந்தை பெயிண்டர் பிளம்பர் வேலைக்குத் தான் படிக்கிறதா? ரொம்ப சந்தோசம்” என்று ஏற்றுக் கொள்கின்றனர்.

இதுதான் சிறந்த கல்வி.

ஒரு நாட்டில் அனைத்து வேலைகளையும் செய்வதற்கு ஆட்கள் தேவைப்படுகிறார்கள். ஐந்தாம் வகுப்பிலிருந்தே ஒவ்வொரு மாணவனையும் பிளம்பர், அக்கவுண்டன்ட், இன்ஜினியர் டாக்டர், எலக்ட்ரிசியன் என்று அவரவர் தகுதிக் கேற்றவாறு ஏதோ ஒரு துறையில் சிறப்பானவர்களாக மாற்றிக் கொள்ள தேர்ந்தெடுத்து பயிற்சி அளிக்கிறார்கள். இங்கு எந்த தொழில் செய்கிறோம் என்பது குறித்து யாரும் அவமானமாக நினைப்பது இல்லை. எந்த தொழில் செய்தாலும் அதில் திறமையாக செயல்படுவதை மகிழ்வுடன் ஏற்றுக் கொள்கின்றனர். அதையே மிகவும் விரும்புகின்றனர்.

செகண்டரி பள்ளிகளில் தேர்வுகள் உண்டு. ஆனால் பத்து தேர்வுகள் எழுதினால் பத்திலும் தேர்ச்சி ஆகவேண்டும் என்ற கட்டாயம் இல்லை. இரண்டு தேர்வுகளில்

சரியாக செய்யவில்லை என்றாலும் ஏற்றுக் கொள்கிறார்கள். அதே போல தேர்வு என்பது கல்வியாண்டின் இறுதியில் நடத்துவது இல்லை. ஆண்டின் மத்திய காலத்திலேயே நடத்துகிறார்கள். இதனால் ஒருவேளை சில மாணவர்கள் தேர்வில் நன்றாக செய்யாமல் இருந்தால் அந்த மாணவர்களுக்கு சிறப்பு கவனம் செலுத்தி மீண்டும் அவ்வருட இறுதிக்குள் தேர்ச்சி அடைந்து விடுமளவிற்கு அவர்களுக்கு கற்றுக்கொடுத்து புரிய வைக்க முயற்சி செய்கிறார்கள்.

ஒரு சில மாணவர்களுக்கு தேர்வின் போது எழுதுவதற்கு இயலவில்லை என்றால் அவர்கள் முன்பே வகுப்பு ஆசிரியரிடம் அனுமதி பெற்று கேள்விக்கான பதிலை வாய் மொழியாக கூறினாலும் போதும். உதாரணமாக எனக்கு எழுதுவதற்கு வராது. எழுதவதைவிட பேசுவதில் என்னால் ஒரு விசயத்தை எளிதாக மற்றவர்களுக்கு புரியவைத்துவிட முடியும். இந்த கட்டுரையை கூட நான் எழுதவில்லை. கடந்த மூன்றாண்டுகளாக நமது அமைதியும் ஆரோக்கியம் இதழில் வெளியாகும் எந்த ஒரு கட்டுரையையும் நான் எழுதியதில்லை. பேனா பிடித்து எழுதும் போது என்னால் சரியாக சிந்தித்து எழுத முடிவதில்லை. ஆனால் பேசும் போது கோர்வையாக பேச மூளை நன்றாக வேலை செய்கிறது. எனவே இந்தகட்டுரையையும் தனியாக ஓரிடத்தில் அமர்ந்து ஆடியோ வடிவில் ஒலிப்பதிவு செய்து என் உரையினை அலுவலகத்திற்கு அனுப்பி வைப்பேன். என் அலுவலகத்தில் பணிபுரியும் என்னுடைய நண்பர் சுகுமார் அந்த ஆடியோவினை இயர்போன் மூலம் கேட்டு எழுதிய பின்னர் டைப் செய்து என் பார்வைக்கு அனுப்பி வைப்பார். நான் அதை சரிபார்த்து பிரசுரிக்க அனுமதிப்பேன்.

ஆனால் பல நாடுகளில் பாடத்தை நன்கு புரிந்துகொண்ட மாணவர்கள் எழுத்து வழித் தேர்வில் நன்கு சிறப்பாக எழுதினால்,

அதிக மதிப்பெண்கள் எடுத்தால் புத்திசாலி என்று நினைத்துக் கொண்டு இருக்கின்றனர். ஆனால் எழுத வராத மாணவர்கள் வாய்மொழியாக அதே விசயத்தைக் கூறுவதற்கு அனுமதிப்பதில்லை. இந்த நிலை மாறவேண்டும்.

ஐந்தாம் வகுப்பு முதல் பத்தாம் வகுப்பு அல்லது பனிரெண்டாம் வகுப்பு வரை நடத்தப்படும் தேர்வுகளில் தேர்ச்சி பெறவேண்டும் என்பது கட்டாயமில்லை. மாணவர்களுக்கு பாடங்கள் புரியவைக்கவேண்டும் என்பதை தான் நோக்கமாக கொண்டுள்ளனர். எனவே மதிப்பெண்களை அவர்கள் பெரிதாக எடுத்துக் கொள்வதில்லை. மேலும் தேர்வில் பெற்ற மதிப்பெண்களை குறிப்பிட்ட அந்தந்த மாணவர்களிடம் மட்டுமே பகிர்ந்து கொள்கின்றனர். அனைவருக்கும் அதை தெரிவிப்பது இல்லை. தேர்வில் பெறும் மதிப்பெண் என்பது ஒரு தனிப்பட்ட விசயம். எனவே ஒருவர் தேர்வில் பெற்ற மதிப்பெண்ணை வெளிப்படையாக அறிவிக்கும் பொழுது சக மாணவர்களிடம் அது ஏற்றத்தாழ்வினை ஏற்படுத்தும் என்பதைப் புரிந்து கொண்டு மதிப்பெண்களை வெளிப்படையாக அனைவரின் முன்னிலையிலும் கூறுவதில்லை. தனித்தனியே ஒவ்வொரு மாணவரிடத்தில் மட்டுமே அவர் பெற்ற மதிப்பெண்களை கூறுகின்றனர். அதிலும் குறைந்த மதிப்பெண்கள் பெற்ற மாணவர்களை திட்டாமல், அடிக்காமல் அவர்களுக்கு புரிய வைக்கவும், ஒழுங்குபடுத்துவதற்கான முயற்சிகளை மட்டுமே செய்கிறார்கள் என்பது குறிப்பிடத்தக்கது.

செகண்டரி வகுப்புகளின் இறுதியில் அதாவது பத்தாவது அல்லது பனிரெண்டாம் வகுப்பு இறுதியில் தான் தேர்வுகளை நடத்துகிறார்கள். அந்த தேர்வுகளிலும் அனைவரும் புரிந்து கொண்டு



பயின்றிருப்பதனால் அதிக மதிப்பெண்கள் பெறுகின்றனர். ஏனென்றால் கல்விமுறை அந்த அளவிற்கு சிறப்பாக இருக்கிறது.

### 18 வயதிற்கு மேல் கல்விமுறை

பதினெட்டு வயதிற்கு மேல் பள்ளி அல்லது கல்லூரி வகுப்பினை படிக்கும் மாணவர்களின் பெற்றோர்களுக்கு அங்கிருந்து ஒரு கடித்தினை அனுப்புகின்றனர். “அதில் உங்கள் குழந்தை பெரிய மனிதர்களாகிவிட்டனர். எனவே மாணவர்கள் குறித்து எந்த ஒரு விசயத்தையும் பெற்றோர்களுக்குத் தெரியப்படுத்த மாட்டோம். இனிமேல் அவர்களைப் பற்றிய எந்த முடிவும் அவர்களே சொந்தமாக எடுக்க அனுமதி அளிக்கிறோம்” என்று பெற்றோர்களுக்கு ஒரு கடிதம் அனுப்புகின்றனர்.

பதினெட்டு வயது பூர்த்தியடைந்த மாணவன் தானே சிந்தித்து சுதந்திரமாக செயல்படும் தகுதி உள்ளவன் என்பதால் அவன் சார்ந்த விசயங்களை அவனே முடிவுசெய்கிறான். இதனால் பெற்றோர்களிடம் அவனைக் குறித்து எதுவும் பள்ளி / கல்லூரி நிர்வாகம் சொல்வதில்லை. பெற்றோர்களின் கையெழுத்தும் அந்த மாணவனுக்கு எங்கும் தேவைப்படுவதில்லை. ஒருவேளை அந்த மாணவன் தவறு

செய்தாலா, முறைகேடாக நடந்து கொண்டாலோ நேரடியாக காவல் துறையில் தான் புகார் அளித்து நடவடிக்கை மேற்கொள்கின்றனர். பின்னர் தான் பெற்றோர்களுக்கு தெரிவிக்கின்றனர்.

எந்த வயதினராக இருந்தாலும், யார் துன்புறுத்தினாலும் காவல்துறையின் புகார் செய்து நடவடிக்கை எடுக்கலாம். ஒருவேளை தன் பெற்றோர் கொடுமைபடுத்துவதாக கூட பாதிக்கப்பட்ட மாணவர் புகார் அளித்தால் நடவடிக்கை மேற்கொள்கின்றனர். இந்த விசயத்தில் நார்வே நாடு மிகவும் கண்டிப்புடன் நடந்து கொள்கிறது.

பதினெட்டு வயதிற்கு மேற்பட்ட மாணவன் தனியாக, சுதந்திரமாக வாழ தகுதி பெற்றவன் ஆகிறான்.

எனவே பதினெட்டு வயதிற்கு மேற்பட்ட ஒரு மாணவனை அழைக்கும் பொழுது மிஸ்டர் என்பதை சேர்த்தே கல்லூரியில் அழைக்கிறார்கள். மேலும் பதினெட்டு வயது பூர்த்தியான ஒரு மிஸ்டர் கல்லூரியில் சேரவேண்டும் எனில் பெற்றோர்களின் கையெழுத்து தேவையில்லை. அந்த மிஸ்டரின் சொந்த கையெழுத்து மட்டுமே போதுமானதாகும்.

கல்லூரி மாணவர்கள்  
 ப்ராஜக்ட் ஓர்க்சின் போது  
 இணைதளமான கூகுள், விக்கிப்பீடியா  
 போன்றவற்றிலிருந்து வார்த்தைகளையோ  
 சிலைது வாக்கியங்களையோ  
 எடுப்பதில்லை.



13 வயதைக் கடந்த மாணவர்கள் பகுதி நேரமாக ஏதாவது ஒரு வேலை, வியாபாரம் செய்து சம்பாதிப்பதை ஆரம்பித்து விடுகின்றனர். எனவே சிறுவயது முதலே வியாபாரம் செய்துவது எப்படி? பணம் சம்பாதிப்பது எப்படி? அதை பொறுப்பாக செலவு செய்வது எப்படி? என்பதை அவர்கள் கற்றுக் கொள்ள இது ஒரு அருமையான வாய்ப்பாக இருக்கிறது. பதின்மூன்று வயதிற்கு மேற்பட்ட ஒரு மாணவன் பாக்கெட் மணியை பெற்றோர்களிடம் பெரும்பாலும் எதிர்பார்ப்பது இல்லை. ஏனென்றால் தங்கள் தேவைக்கு அவர்களே சொந்தமாக சம்பாதித்து கொள்கின்றனர்.

கல்லூரியில் பயிலும் மாணவர்கள் ஆய்வுக்கட்டுரைகள் (Project Work) சமர்ப்பிக்கவேண்டி வரும் பொழுது இணையதளமான கூகுள், விக்கிப்பீடியா போன்றவற்றில் இருந்து எடுக்கப்பட்ட வார்த்தைகளையோ, வாக்கியங்களையோ பயன்படுத்தினால், அந்த கட்டுரைகள் நிராகரிக்கப்படுவதுடன் 5000 யூரோ அபராதமும் விதிக்கப்படுகிறது.

நண்பர்களே ! இங்கு ஒரு விசயத்தை நாம் புரிந்து கொள்ளவேண்டும். கூகுள், விக்கிப்பீடியாவில் உள்ள அனைத்து விசயங்களும் சரியான விசயங்களாக இருக்கவேண்டிய அவசியமில்லை என்பதை இவர்கள் மிகவும் தெளிவாக புரிந்து வைத்திருக்கிறார்கள். ஆனால் பல நாடுகளில் மக்கள் இணையத்தில் தேடி அதில் முதலில் வரும் விசயங்களை உண்மை என்று நம்பி வாழ்வது சரியானது அல்ல என்பதை நாம் புரிந்துகொள்ளவேண்டும். தங்களின் வியாபார நோக்கத்திற்காக இந்த உலக மக்களை பல ஆண்டுகளாக ஏமாற்றிவரும் இஸ்ரேல் நாட்டைச் சேர்ந்த 13 குடும்பத்தைச் சேர்ந்தவர்களான இலுமினாட்டிகள் தான் இணையதளம், கூகுள், விக்கிப்பீடியா போன்றவற்றை சொந்தமாக வைத்துக் கொண்டு மக்களின் அறிவை திசைதிருப்பி வருகின்றனர். எனவே இந்த விசயத்தை தெளிவாகப் புரிந்து கொண்டு வாழ்வதே சிறப்பானதாகும்.

கல்லூரிகளில் மாணவர்கள் ப்ராஜக்ட் ஓர்க் (Project Work) என்று சமர்ப்பிக்கும்

ஆய்வுக்கட்டுரைகளில் உள்ள வார்த்தைகளை ஒரு சாப்ட்வேர் மூலம் பரிசோதிக்கிறார்கள். அதே வார்த்தைகள், அதே வாக்கியங்கள் கூகுள், விக்கிப்பீடியா போன்றவற்றில் இருக்கிறதா என்பதை அறிய ஒருகுழு அமைத்திருக்கிறார்கள். எனவே அங்குள்ள மாணவர்கள் ஒவ்வொரு வார்த்தைகளையும் சொந்தமாக எழுதுகிறார்கள். இதுவே சிறந்த முறை.

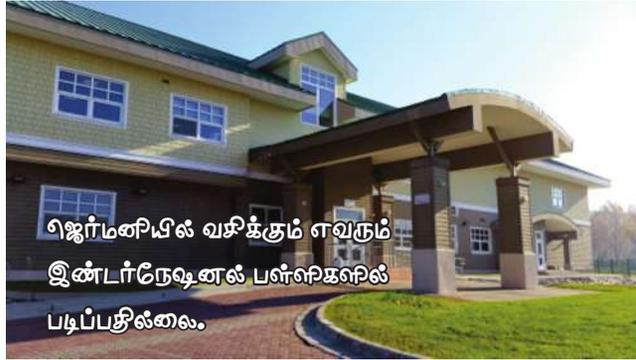
பல வருடங்களுக்கு முன்பாக நான் அக்குபஞ்சர் வைத்தியம் கற்பிக்கும் பிரபலமான ஒருநிறுவனத்தில் அந்த பயிற்சியை கற்றுக்கொண்டேன். எனக்கு பயிற்சியளித்தவர் ஒரு பிரபல மருத்துவர். பயிற்சியின் நிறைவில் தேர்வு வைத்தார்கள். என்னுடன் பயின்ற மாணவர்கள் அனைவரும் புத்தகத்தில் தாங்கள் படித்த விசயங்களை அப்படியே மனப்பாடமாக எழுதியிருந்தார்கள். இவர்களுக்கு அதிக மதிப்பெண்கள் கொடுக்கப்பட்டது. ஆனால் நான் ஒவ்வொரு கேள்விக்கும் சொந்தமாக என் பதிலை எழுதினேன். எனக்கு மிகவும் குறைந்த மதிப்பெண்களை கொடுத்தார்கள். அதாவது சொந்தமாக எழுதும் ஒருவருக்கு அறிவு அதிகமாக உள்ளது என்பதை புரிந்து கொள்ளாத கல்வித்திட்டமாக இருக்கிறது என்பதற்கு இதை உதாரணமாக எடுத்துக் கொள்ளலாம். மனப்பாடம் செய்துகொண்டு ஒரு எழுத்து, ஒரு வார்த்தை விடாமல் அப்படியே பிரதி எடுக்கும் வேலையை செய்தால் புத்திசாலி என்று கூறுவது சரியானவிசயம் அல்ல. ஒரு பாடத்தை படித்துவிட்டு சொந்த நடையில் ஒருவர் எழுதினால் அவருக்குத்தான் அதிகமாக புரிந்திருக்கிறது என்பதை நாம் புரிந்து கொள்ளவேண்டும்.

கல்விமுறை பற்றிய சில முக்கியமான அம்சங்களை நாம் இதுவரை பார்த்து வந்தோம். ஜெர்மன் கல்விமுறை குறித்துப் பேசுவதற்கு இன்னும் நிறைய இருக்கிறது.

இது ஒரு ஆரம்பம் மட்டுமே. இவ்வாறு சிறந்த கல்விமுறையில் படித்த மாணவர்கள் பொதுமக்களாகி தங்கள் வாழ்க்கையை எப்படி வாழ்கிறார்கள் என்பதை இனி வரும் பகுதிகளில் பார்க்கலாம்.

## இண்டர்நேஷனல் பள்ளி

ஜெர்மனியில் இண்டர்நேஷனல் பள்ளிகள் இருக்கின்றது. ஆனால் அதில் ஜெர்மனியில் வசிக்கும் எவரும் படிப்பதே இல்லை. ஏனென்றால் இப்பள்ளிகளில் ஆங்கில வழியில் பாடங்கள் கற்பிக்கப்படுகிறது. பொதுவாக ஐரோப்பிய நாடுகளில் ஆங்கில வழியில் கல்வி கற்பதை யாரும் விரும்புவதில்லை. ஏனென்றால் ஆங்கிலத்தில் மட்டுமே அறிவு தவறாக இருக்கிறது என்பதை அவர்கள் புரிந்து கொண்டிருக்கிறார்கள். தாய்மொழியில் படிப்பதையே சிறப்பாக கருதுகிறார்கள்.



அதுதான் உண்மை.

எனவே நண்பர்களே !

இண்டர்நேஷனல் பள்ளி என்பது பல ஊர்களுக்கு, நாடுகளுக்கு வேலை நிமித்தமாக மாறி மாறி செல்லும் சில நபர்களின் குழந்தைகளுடைய வசதிக்காக ஏற்பாடு செய்யப்பட்ட ஒரு கல்விமுறை. அதாவது ஒவ்வொரு வருடமும் வேறு வேறு நாட்டில் வேறு வேறு மொழிகளில் கல்விக் கற்க வைத்தால் அக்குழந்தை குழப்பமடைந்து விடும் என்பதற்காக உருவாக்கப்பட்டவை தான் இண்டர்நேஷனல் பள்ளிகள். ஆனால்

பல நாடுகளில் இண்டர்நேஷனல் பள்ளிகளில் குழந்தைகள் படிப்பதை பெருமையாக நினைத்துக் கொண்டிருக்கின்றனர். இதை நாம் யோசிக்கவேண்டும். மேலும் ஆங்கிலத்தில் குழந்தைகள் படிப்பதை பெருமையாக நினைத்துக் கொண்டிருக்கிறோம். ஆனால் சத்தியமாக ஆங்கிலத்தில் படிக்கும் ஒரு குழந்தைக்கு அறிவு குறைவாக தான் இருக்கும். தாய்மொழியில் படித்தால் மட்டுமே அக்குழந்தைக்கும் புரியும். நல்ல விசயங்களையும் கற்றுக் கொள்ளும்.

உதாரணமாக ஒரு விசயத்தை ஆங்கிலத்தில் கூகுள், விக்கிப்பீடியா ஆகியவற்றின் மூலம் தேடி கற்றுக் கொள்ளுங்கள். பின்னர் அதே விசயத்தை தமிழ், அரபிக், ஜெர்மனி, பிரான்ஸ் போன்ற பிறமொழிகளில் தேடி அதில் என்ன வருகிறது என்பதையும் தெரிந்து கொள்ளுங்கள். ஆங்கிலத்தில் உள்ளதை பிற மொழியில் உள்ள விசயங்களுடன் ஒப்பிட்டுப் பார்த்தால் ஆங்கிலத்தில் இருப்பது வியாபாரிகளுக்கு சாதகமாகவும், மற்றவை பொதுமக்களுக்கு சாதகமாக இருப்பதையும் புரிந்து கொள்ள முடியும். எனவே ஜெர்மனியில் அனைவரும் தாய்மொழியான ஜெர்மன் மொழியிலேயே கல்வி கற்கிறார்கள். ஆங்கிலம் தெரிந்து கொண்டிருக்கிறார்கள். அதை ஆங்கிலம் மட்டும் தெரிந்த ஜெர்மன் மொழி தெரியாத நபரிடம் பேசுவதற்கு மட்டுமே பயன்படுத்துகிறார்கள். தாய்மொழி கல்வியினால் உடல் ஆரோக்கியம், மன நிம்மதி, புத்தியில் தெளிவு, வியாபாரம், செல்வவளம் ஆகியன மக்களிடம் சிறந்து காணப்படுகிறது. இதையே நாமும் பின்பற்றும் பொழுது நிச்சயம் நமது வாழ்வு முன்னேறும்.

தமிழ்நாட்டில் நடத்தப்படும் பல பள்ளிகளில் தமிழில் பேசினால் அபராதம் என்று கூறுகிறார்கள். என்ன தமிழர்? என்ன

தேரீயம்? அது கூட பரவாயில்லை. வீட்டிலும் தமிழ் பேசாதே ! ஆங்கிலமே பேசு! என்று கற்றுத் தருகின்றனர். அன்பர்களே ! தமிழைக் கூட கற்றுத் தராத அந்த கல்வி வேறு எதைக் கற்றுக் கொடுத்துவிடும் என்று நம்பி உங்கள் குழந்தைகளை அப்பள்ளிகளுக்கு அனுப்புகிறீர்கள்? யோசியுங்கள்.

### மக்களின் பழக்க வழக்கங்கள்

ஜெர்மன் மக்களின் பழக்க வழக்கத்தை ஆராய்ச்சி செய்து பேசுவதற்கு நிறைய விசயங்கள் இருக்கிறது. இருப்பினும் அதில் மூன்றே மூன்று விசயங்களை மட்டும் இங்கு எடுத்துக் கொள்ளப்போகிறோம்.

1. உணவுமுறை, 2. மரியாதை, 3. நேரத்தை செலவிடும் முறை (Time Management).

### ஜீரணத்திற்கு வாழ்த்து

உணவு சாப்பிடத்துவங்குவதற்கு முன்பே குட்டேன் அபெடிட் (Guten Appetit) என்று ஒருவருக்கொருவர் கூறிக்கொள்கின்றனர். இதன் பொருள் என்னவெனில் நன்கு பசியெடுத்து உணவு உண்ணுங்கள் என்பதாகும். ஒருவேளை நீங்கள் சாப்பிடும் பொழுதோ, மற்றவர்கள் சாப்பிடச் செல்லும் பொழுதோ குட்டேன் அபெடிட் என்று வாழ்த்துக்களை பரிமாறிக் கொள்ளவில்லை எனில் வருத்தப்படுவார்கள். கோப்படுவார்கள். நீங்கள் இவ்வாறு வாழ்த்த வில்லையெனில் உங்களுக்கு மரியாதை தெரியவில்லை என்று நினைத்துக் கொள்வார்கள்.

உதாரணமாக, நமது நண்பர் ஒருவர் சாலையில் நடந்து சென்று கொண்டிருந்த பொழுது நடந்து சென்று கொண்டு இருந்த முகம் தெரியாத வேறொரு நபரிடம் அருகில் சாப்பாட்டுக் கடை எங்குள்ளது? என்று விசாரித்துள்ளார். அந்த நபர் உணவகத்திற்கு வழிகாட்டியதுடன் “குட்டேன் அபிடேட்” என்று சொல்லிவிட்டு போனாராம்.

சாப்பாட்டுக்கடைக்கு செல்லும் ஒருவர் நன்கு பசியெடுத்தால் மட்டுமே சாப்பிடுவதன் அவசியமும் பசியெடுக்காமல் சாப்பிடும் உணவு கெட்ட சர்க்கரையாக, கெட்டகொழுப்பாக மாறி உடலுக்குள் சென்று பல வியாதிகளை ஏற்படுத்தும். எனவே பசியெடுத்து சாப்பிடுவதே சிறந்தது என்று ஒவ்வொரு நாளும் நமது காதுகளில் பலமுறை விழுமாறு அங்கு அனைவரும் பேசிக் கொள்வதே மிகவும் அருமையாக இருக்கிறது. இதே போல் பிரான்சு நாட்டிலும் உணவு அருந்துவதற்கு முன்னால் “சாந்தே” என்று சொல்லிவிட்டுத்தான் உணவு அருந்துகிறார்கள். பிரான்சில் ஓயின் குடிப்பதற்கு முன்னும் கூட இது உடல் ஆரோக்கியத்திற்காக என்று பொருள் படும்படி “சாந்தே” என்ற வார்த்தையைப் பயன்படுத்துகின்றனர்.

### தொழிலுக்கு மரியாதை

ஜெர்மனியில் எந்த தொழில் செய்யும் மனிதராக இருந்தாலும் அனைவரையும் சமமாக மதித்து மரியாதையுடன் பழகுகின்றனர். ஜாதி, மதம், தொழில் ஆகியவற்றில் வேற்றுமை இருந்தாலும் அனைவரும் ஒருவரையொருவர் சரிசமமாக மதித்து பழகுவது மிகவும் ஆச்சர்யமாகவும், வியப்பாகவும் இருக்கிறது. அதேபோல வேலையின்றி வீட்டில் சும்மா இருப்பதையும் இங்கு யாரும் அவமானமாக கருதுவதில்லை.



ஜாதி, மதம், குறையில்  
ஆகியவற்றில் வேற்றுமை  
இருந்தாலும் அனைவரையும்  
சரிசமமாக மதித்து  
பழகுகின்றனர்.

அது இயல்பானதும், ஏற்றுக் கொள்ளக் கூடியதும் ஆகும் என்று சாதாரணமாக வாழ்கின்றனர். ஏனென்றால் வேலையின்றி வீட்டிலிருக்கும் பொழுதும் அவர்கள் இறுதியாக வாங்கிய சம்பளத் தொகையில் ஒரு குறிப்பிட்ட தொகையை ஊதியமாக அரசாங்கம் மாதாமாதம் கொடுத்து வருகிறது. இவ்வாறு ஒவ்வொரு வருடமும் கொடுத்து வந்தாலும் சில வருடங்களுக்குப் பின்னர் வேலைக்குச் செல்லாமலிருக்கும் அந்த நபரை அழைத்து நீங்கள் ஏன் வேலைக்கு செல்லாமல் இருக்கிறீர்கள்? நாங்கள் ஏதாவது உதவி செய்யவேண்டுமா? என்று அரசாங்கம் அதிகாரிகளை நேரடியாக அனுப்பி வைத்து அந்த நபரிடம் கேட்கிறது.

மேலும் வேலையின்றி வீட்டிலிருக்கும் நபருக்கு வேலைவாய்ப்பு அலுவலகத்தின் மூலம் நாட்டில் காலியாக உள்ள பணியிடங்கள் பற்றிய தகவல்களை அனுப்பி வைத்து அவர்கள் வேலையில் சேருவதற்கு உதவி செய்கிறார்கள். இவ்வாறு அந்த அரசாங்கம் செய்வதன் நோக்கம் என்னவெனில் ஒரு மனிதனுக்குத் தேவையான உணவு, தங்குமிடம், தண்ணீர் ஆகியன எப்பொழுதுமே தனக்குக் கிடைக்கும் என்ற எண்ணம் இருக்கும் பொழுது வாழ்வில் ஒரு நிம்மதி பிறக்கிறது. அப்பொழுதுதான் நாம் தொழிலை மிகவும் சிறப்பாக செய்யமுடியும். ஆனால் பல நாடுகளில் மக்களுக்கு எந்த ஒரு வருமானத்தையும் அரசாங்கம் கொடுக்காததினால், வேலையின்றிப் போனால் நமது குடும்பம் என்னவாகும்? என்ற கவலையிலேயே மனதிற்குப் பிடிக்காத வேலையை பலரும் செய்து வருகின்றனர். இதனாலேயே ஆரோக்கியத்தை, மனநிம்மதியை, குடும்பநிம்மதியை இழந்து பல்வேறு சிக்கலுக்கு ஆளாகின்றனர். ஜெர்மன் போன்ற நாடுகளில் மேற்சொன்ன விசயம் சாத்தியம். ஆனால் இந்தியா போன்ற நாடுகளில் இது சாத்தியமில்லை என்ற கருத்து

உடையவராக ஒருவேளை நீங்கள் இருந்தால் நான் அதை மறுக்கிறேன்.

ஐரோப்பிய நாடுகளை விட இந்தியா, இலங்கை, மியான்மர் போன்ற நாடுகளில் அனைத்து வளங்களும் நிறைந்து இருக்கின்றன. வேறெந்த நாட்டையும் நம்பி இல்லாத அளவிற்கு போதுமான வளங்கள் உள்ள நாடுகள் இவை. நிச்சயம் நம்மால் ஜெர்மனியை விடவும் சிறப்பாக வாழமுடியும்.

உலக அளவில் பயன்படுத்தப்படும் பல கருவிகள் ஜெர்மனியில் தயாரிக்கப்பட்டவை என்றால் அவை சிறந்தது என்று பெயர் பெற்றவை. அதில் சிறந்த தொழில்நுட்பமும் தரமும் வேறு எந்த நாட்டிலும் அதே போன்று செய்ய முடியாது. இதற்கு ஒரே ஒரு காரணம் இருக்கிறது. இங்குள்ள அனைத்து மக்களுக்கும் தேவையான வசதிகளை அரசாங்கமே செய்து கொடுப்பதால் வேலை செய்யும் தொழிலாளர்களும், அலுவலர்களும் தங்களின் முழுதிருமையை பொருள்கள் உற்பத்தி புதுமை படைத்தல் போன்ற விசயங்களில் பயன்படுத்துவதால் மற்ற நாடுகளை விட சிறந்த பொருட்களை இவர்களால் கொடுக்க முடிகிறது.

உதாரணமாக ஒருவரை அவர் வீட்டில் சந்தித்து நீங்கள் என்னவேலை செய்கிறீர்கள்? என்று கேட்பதாக வைத்துக் கொள்வோம். “வேலையில்லாமல் சும்மா இருக்கிறேன்” என்று சொல்வதை அவர் அவமானமாக நினைப்பது இல்லை. அதே சமயம் கேட்பவரும் அதை ஒருபோதும் அவமானமாக நினைத்துப் பேசுவது இல்லை. எனவே வேலைக்கு செல்பவர்களும், வேலைக்கே செல்லாதவர்களும் ஜெர்மனியைப் பொறுத்தளவில் சந்தோசமாக வாழ்கின்றனர்.

எனவே தான் இங்குள்ள மக்கள் அனைவரும் அன்புடன் ஒற்றுமையாக இருக்கின்றனர். உதாரணமாக ஒரு பெயிண்டரும், ஒரு பாத்திரம் கழுவும் தொழிலாளியும், ஒரு ஹோட்டலின் சர்வரும் ஒரு டாக்டரும், ஒரு இன்ஜினியரும் ஒரே இடத்தில் சரிசமமாக அமர்ந்து சாப்பிடுகின்றனர். நட்பு ரீதியாக பழகுகின்றனர். மனதில் எவ்வித வேற்றுமையும், ஏற்றத்தாழ்வும் இல்லாமல் சமமாக ஒவ்வொருவரையும் நினைக்கின்றனர். இதைப்போல் நானும் பின்பற்றி வாழும்பொழுது அனைவரும் ஒற்றுமையாக இருக்க முடியும்.

ஜெர்மனியில் அனைத்து தொழில்களும் சிறப்பாக நடைபெறுகின்றன. உதாரணமாக ஒரு பெயிண்டராக இருப்பவர் பெயிண்டிங் செய்வதில் உள்ள அனைத்து நுணுக்கங்களையும், அனைத்து உபகரணங்களையும் அறிந்து வைத்திருப்பார். அவரைப் போன்று மற்றவர் அந்த வேலையை செய்யமுடியாது. ஒரு பிளம்பர் எனில் அவர் தன்னுடைய வேலையில் நிபுணத்துவம் பெற்ற நபராக இருப்பார். கல்வித்திட்டத்தில் ஐந்தாம் வகுப்பு முதலே பெயிண்டிங், பிளம்பர் என்று தனியாக பிரிவுகளை ஏற்படுத்தி கல்வி கற்கச் செய்துவிடுகின்ற காரணத்தினால் அந்தந்த வேலையை கற்றுக்கொள்ளும் மாணவர்களுக்கு இரத்தம், புத்தியில் ஊறிய ஒன்றாக மாறிவிடுகிறது. இதனால் அவர்களால் ஒவ்வொரு தொழிலிலும் பிரகாசிக்க முடிகிறது. நாமும் ஒவ்வொரு தொழிலையும் இதேபோல் சமமாக மதித்தால் நாட்டில் ஒற்றுமை நிலவும்.

இங்கிலாந்து நாட்டில், பிரித்தானும் சூழ்ச்சியை இன்றும் நடைமுறையில் வைத்திருக்கிறார்கள். இங்கிலாந்து நாடு முன்பு எந்த நாட்டையெல்லாம் கைபற்றியதோ, இப்பொழுது எந்த நாட்டையெல்லாம் பிடித்துக் கொண்டுள்ளதோ அந்த நாடுகளில் எல்லாம் பிரித்துப் பிரித்துப் பல பிரிவுகளாக மக்களை வைத்திருக்கின்றனர். அதனால் தான் நம் நாட்டிலும் ஜாதி, மதச் சண்டைகளை நாம் எப்பொழுதும் செய்து கொண்டிருக்கிறோம். இங்கிலாந்தில் ஒரு கேண்டனூக்கு செல்லவேண்டும் எனில் ஆபிசர் கேண்டன், லேபர் கேண்டன், ஓனர் கேண்டன் என்ற பிரிவுகளைப் ஏற்படுத்தி வைத்திருப்பார்கள். அந்தந்த பிரிவினர் அதற்குரிய இடங்களுக்கே செல்லவேண்டும். இதனால் மனிதர்களிடம் பிரிவினை ஏற்படுகிறது. ஆனால் ஜெர்மனியில் அனைத்து உணவகங்களிலும் இந்த பிரிவினைகள் கிடையாது. அனைவரும் சரிசமமாக ஒன்றாக உட்கார்ந்து சாப்பிடுகிறார்கள். அனைவரும் ஒற்றுமையாக பழகுகின்றனர்.

பேசும்பொழுது தெரியாத விசயம் எதுவும் இருந்தால் அதை “தெரியாது” என்று கூறுகின்றனர். எந்தக் கேள்விக்கேனும் பதில் தெரியவில்லை என்றால் “தெரியாது” என்று கூறுவதை சரி என்று தான் நினைக்கின்றனர். அதை அவமானமாக கருதுவதில்லை. ஆனால் பலரும் தெரியாத விசயத்தை “தெரியும்” என்று கூறுவதுடன் அதன் மூலம் பலருக்கும் அதை பற்றிய தவறான தகவல்களை பரப்புகின்றனர். இதனால் அனைவருக்கும் கெட்ட பெயர் உண்டாகிறது. ஆனால் இங்கு எந்த கேள்வியாக இருந்தாலும் சரியாக தெரிந்தவற்றை மட்டுமே கூறுகிறார்கள். இல்லையெனில் “தெரியாது” என்று கூறுகின்றனர்.

உதாரணமாக திருச்சியிலிருந்து சென்னைக்கு எவ்வளவு கிலோமீட்டர் தூரம் என்று கேட்டால் ஒருவர் சரியாகத் தெரிந்தால் மட்டுமே கூறுவார் இல்லையெனில் “தெரியாது” என்று கூறிவிடுவார். ஆனால் நாமோ சுமாராக 300கி.மீ தூரம் இருக்கும் என்று கூறுவோம். ஆனால் ஜெர்மனியில் சுமார் என்ற வார்த்தையை பயன்படுத்துவதே இல்லை. தெரியாது என்று கூறிவிட்டு உடனே புத்தகத்திலோ, செல்போனிலோ, இணையதளத்திலோ சென்று தேடி ஆராய்ச்சி செய்து 292கி.மீ என்று துல்லியமாக கூறுவதுடன் அதை மனப்பாடம் செய்து கொண்டு இனிமேல் தேவைப்படும் பொழுது சரியான பதிலை கூறுவதற்கு பயன்படுத்திக் கொள்வார். ஒரு பொருளின் விலையைக் கேட்கும் பொழுது சுமாராக 500 ரூபாய் வருமென்று கூறமாட்டார்கள். அதே போல தவறான ஒரு பதிலை கூறிவிட்டால் அதற்காக ஏளனமாக சிரிக்கமாட்டார்கள். அவர்களைத் தவறென்றும் கூறமாட்டார்கள். “இந்தக் கேள்விக்கு இப்படி ஒரு பதிலை நீ ஏன் கூறினாய்?” என்று திரும்ப கேள்வி கேட்பார்கள். இதன் மூலம் இந்த விசயத்தை இப்படிக்கூட யோசிக்க முடியுமா என்று யோசிப்பார்கள்.

உதாரணமாக “கோவையிலிருந்து சென்னைக்கு செல்ல எத்தனை கி.மீ?” என்று ஒருவரிடம் கேட்டால் அதற்கு 1500 கி.மீ என்று அவர் பதிலளித்தால் உடனே சிரித்து, அவரை அவமானப்படுத்தி “அவ்வளவு எல்லாம் வராது. நான் பத்து வருடமாக போயிட்டு வந்திட்டு இருக்கேன். 500கி.மீ வரும். ஏன் இப்படி சொல்லிட்டீங்க?” என்று அவரை கேலி செய்து அவமானப்படுத்த மாட்டார்கள். அதற்கு பதிலாக “ஏன் இப்படி சொன்னீர்கள்?” என்று கேட்பார்கள். அதற்கு அவர்கள் தரும் விளக்கத்தை வைத்து “ஓ இந்த இடத்தில் இவ்வாறு தவறாக குறிப்பிட்டு இருக்கிறார்களா? இதனால் தவறாக புரிந்து

கொண்டீர்களா?” என்பதைக் கேட்டு புரிந்து கொண்டு அதன் பின்னர் அவர்களுக்கு மரியாதையுடன் சரியான பதிவை கூறுகின்றனர். இது மிகவும் நல்ல விசயமாக இருக்கிறது.

ஆனால் நடைமுறை வாழ்வில் நாம் ஏன் ஒரு விசயத்தை தெரியாது என்று வெளிப்படையாக ஒப்புக் கொள்ளும் பழக்கம் இல்லாதவர்களாக இருக்கிறோம்? எனில் நம்மைப்பற்றி குறைவாக மதிப்பிட்டு விடுவார்களோ, நம்மை கேலிசெய்து அசிங்கப்படுத்தி பேசிவிடுவார்களோ என்று தயங்குகிறோம். இதை விடுத்து இன்று முதல் தெரியாத விசயத்தை “தெரியாது” என்று ஒப்புக்கொள்ள பழகுங்கள். இதனால் விரைவில் அறிவால் சிறந்த ஞானியாக நாம் நிச்சயம் மாறமுடியும்.

அன்பு நண்பர்களே ! வழக்கமாக ஆயிரம் பேர் அமர்ந்து என்னுடைய வகுப்பில் எட்டுமணிநேரம் எனது பேச்சை கவனிக்கின்றனர். இறுதியாக பலரும் கேள்வி பதில் நிகழ்ச்சியில் பல கேள்விகள் என்னிடம் கேட்பர். அதில் பதில் தெரியாத கேள்விக்கு “தெரியாது” என்று பகிரங்கமாக அந்த மேடையில் கூறுவதை நான் என்றும் அவமானமாக கருதியதில்லை.

ஜெர்மனியில் யார் என்ன சொன்னாலும் அப்படியே நம்புவார்கள். ஏனென்றால் அனைவரும் புத்திசாலிகள், சரியாகத்தான் பேசுவார்கள் என்று நம்புவார்கள். ஆரம்பத்தில் நீங்கள் சொல்லும் பதிலையும் உண்மை என்று எடுத்துக் கொண்டு ஆராய்ச்சி செய்துபார்ப்பார்கள். அவ்வாறு ஒன்றிரண்டு முறைக்கு மேல் ஒரு விசயத்தைப் பற்றி தெரியாமல் நீங்கள் தவறுதலாக உளறிக் கொண்டிருந்தால் அதன் பின்னர் தான் நீங்கள் பேசுவதை இனிமேல் நம்பக் கூடாது என்ற முடிவுக்கு வருவார்கள். ஆனால் முதலிலேயே அப்படி முடிவெடுத்து

விடமாட்டார்கள். ஏனென்றால் இங்குள்ள அனைவரும் புத்திசாலிகள் என்றும் சரியான விசயத்தை சரியாக மட்டுமே பேசுவார்கள் என்றும் நம்பிக்கொண்டு இருக்கிறார்கள். எனவே நாமும் இந்த முறையைப் பின்பற்றினால் நமது அறிவு அதிகரித்து முன்னேற்றமான ஒரு வாழ்க்கையை பெறமுடியும்.

## நேரம் செலவிறும் முறை (Time Management)

ஜெர்மனியில் நேரத்தை செலவிடுவதை மிகவும் சிறப்பாக செய்கிறார்கள். எந்த நேரத்தில் என்ன செய்யவேண்டும் என்பதை தெளிவாக திட்டமிட்டு சரியாக செய்கிறார்கள்.



வெள்ளிக்கிழமை இரவு எட்டுமணிக்கு மேல் வியாபார, அலுவலக, சம்பந்தமான தொலைபேசி அழைப்புகளை அணைத்து வைத்துவிடுகிறார்கள். மீண்டும் திங்கட்கிழமை காலை எட்டு மணிக்குத்தான் செயல்பாட்டிற்கு கொண்டு வருகின்றனர். சனி மற்றும் ஞாயிறு ஆகிய இரு தினங்களை தனக்காகவும், தங்கள் குடும்பத்திற்காகவும் முழுமையாக செலவு செய்கின்றனர். இதை வீக்என்ட் (Weekend) என்று அழைக்கின்றனர். இந்த நாட்களில் அவர்களின் சொந்த உபயோகத்திற்கான செல்போனை மட்டுமே பேசுவதற்கு வைத்திருப்பார்கள். அந்த எண் குடும்ப உறுப்பினர்களுக்கும், நண்பர்களுக்கும் மட்டுமே தெரிந்ததாக

இருக்கும். எனவே சனி, ஞாயிறு தினங்களில் திருமணம் போன்ற நிகழ்ச்சிகள் நடைபெறுவது இல்லை. கெட்டுகெதர் எனப்படும் ஒன்றாக சேர்ந்து சாப்பிடுவது, அரட்டை அடிப்பது போன்ற எந்த நிகழ்ச்சியையும் யாரும் ஏற்பாடு செய்வதில்லை. ஒருவேளை அப்படி யாராவது ஏற்பாடு செய்திருந்தால் மற்றவர்கள் யாரும் கலந்து கொள்ள வரமாட்டார்கள். ஏனென்றால் “நான் குடும்பத்துடன் செலவு செய்யும் அந்த நேரத்தில் உங்களை யார் அப்பொழுது நிகழ்ச்சியை ஏற்பாடு செய்ய சொன்னார்கள்?” என கேட்பார்கள். திங்கட்கிழமை காலை 8 மணிமுதல் வெள்ளிகிழமை இரவு 8 மணிவரை அனைத்து வேலைகளையும் செய்கிறார்கள். அனைத்து நிகழ்ச்சிகளிலும் கலந்து கொள்கிறார்கள். சனி, ஞாயிறு என இரு தினங்களை குடும்பத்திற்காக செலவு செய்கின்றனர். இவ்வாறு செய்வதால் குடும்பத்துடன் அவர்களுக்கு வாழும் நேரம் அதிகரிக்கிறது. ஆனால் பல நாடுகளில் பணம் சம்பாதிப்பதற்காக இரவு, பகல் என்று பார்க்காமல், விடுமுறை தினங்கள் என்று பார்க்காமல் எல்லா நேரங்களிலும் உழைத்து நிறைய பணம் சம்பாதித்துவிட்டு குடும்பம் குழந்தைகள் எனப்பார்க்காமல் அவர்களுடன் அன்னியோன்யமாக வாழாமல் இருப்பது வேடிக்கையாக இருக்கிறது. இதை நாம் சிந்திப்போமாக !

உலகில் பிரபலமாக உள்ள பல முதலாளிகளின் நிறுவனங்களும், பல சிறந்த தொழில்நுட்பங்களும் ஜெர்மனியை சேர்ந்தவையே. ஆனால் அங்கு வாரத்தில் ஐந்து நாட்கள் மட்டுமே வேலை செய்கிறார்கள். அதே சமயம் வாரத்தில் ஏழு நாட்களும் இரவு பகலாக வேலை செய்யும் பல நாட்டு நிறுவனங்களும் ஜெர்மன் நிறுவனத்திடம் அடிமைகளாக இருக்கின்றன. நமது மூளைக்கு ஓய்வு கொடுத்தால் தான் சிறப்பாக வேலை

செய்யும். பல மணிநேரங்கள் தொடர்ந்து ஓய்வின்றி வேலை செய்வதை விட சரியான அளவில் ஓய்வெடுத்து வேலை செய்வதால் குறைந்த நேரத்தில் அதிக வேலையை செய்துவிடலாம் என்பது முதலாளிகளின் தத்துவம். இதுபுரிந்த மனிதர்கள், நாடுகள் மட்டுமே உலகில் முன்னேற்ற பாதையில் பயணிக்க முடியும்.

எந்த வேலையைச் செய்தாலும் ஒரு மணிநேரத்திற்கு மூன்று நிமிடம் ஓய்வு என்பதை இங்கு வழக்கத்தில் வைத்திருக்கின்றனர். ஒருமணிநேரம் காரை ஓட்டினால் எங்கவாது ஓரிடத்தில் காரை நிறுத்தி மூன்று நிமிடங்கள் ஓய்வு எடுத்துக் கொள்கிறார்கள். ஒருமணிநேர வேலைக்கு மூன்று நிமிடம் ஓய்வு எடுத்துக் கொள்வதால் அடுத்த ஒருமணிநேரத்தை புத்துணர்ச்சியுடன் வேலை செய்வதற்கான சக்தி அந்த ஓய்வின் மூலம் கிடைக்கிறது. அன்பர்களே இந்த இடத்தில் ஒரு விசயத்தைப் புரிந்து கொள்ளுங்கள். ஒருமணிநேரம் வேலை செய்தால் மூன்று நிமிடம் ஓய்வு எனில் இரண்டு மணிநேரம் தொடர்ந்து வேலை செய்தால் எவ்வளவு ஓய்வு தேவைப்படும்? ஆறு நிமிடங்கள் என்று நாம் நினைப்போம். ஆனால் அது விடையல்ல. ஒன்பது நிமிடநேரம் ஓய்வு தேவைப்படும். அதாவது ஓய்வின்றி எவ்வளவு நேரம் அதிகமாக வேலை செய்கிறோமோ அதே போல ஓய்வின் நேரமும் அதிகரித்துக் கொள்ளவேண்டும்.

உதாரணமாக ஒருமணிநேரம் வேலை செய்யும் பொழுது மூன்று நிமிடம் ஓய்வு என்றால் பத்துமணிநேரம் தொடர்ந்து வேலை செய்தால் 30 நிமிடம் ஓய்வு என்று நினைத்து விடாதீர்கள். மூன்று மணிநேர ஓய்வு தேவைப்படும். எனவே ஜெர்மனியினரைப்போன்று நாமும் அடிக்கடி ஓய்வு எடுத்துக் கொண்டு வேலை செய்யும் பொழுது நமது, உடல், மனம், புத்தி ஆகியன

ஒருமணிநேர வேலையில் இழந்த சக்தியைப் பெற்றுவிடுகிறது. இதைத்தான் பல ஞானிகளும், பல குருநாதர்களும் “சும்மா இருத்தல்” என்று அழைக்கிறார்கள். சும்மா இருக்கும் நேரத்தில் உடல், மனம். புத்தி ஆகியன தன்னைத் தானே புதுப்பித்துக் கொள்வதுடன், புத்துணர்ச்சியுடன் இருக்கிறது. எனவே அடிக்கடி ஓய்வு எடுத்துக் கொண்டு வேலை செய்யும் பொழுது நிச்சயம் நமது உடல், மனம், புத்தி ஆகியன ஆரோக்கியமாக இருக்கும் என்பதை புரிந்து கொள்வோமாக !

நேரத்தை ஜெர்மனியினர் மிகவும் சிறப்பாக நிர்வாகம் செய்கின்றனர் என்பதற்கு மற்றொரு உதாரணத்தைப் பார்ப்போம். ஒரு நபர் சாலையில் “வாக்கிங்” போய்க்கொண்டு உள்ளார் என்று வைத்துக் கொள்வோம். அப்போது திடீரென நண்பர் ஒருவர் எதிரே வந்துவிட்டால் நாமாக இருந்தால் உடனே அந்த நபரை நலம் விசாரித்து சிறிது நேரம் பேசிவிட்டுப்பின்னர் அருகில் இருக்கும் கடைக்குச் சென்று டீ, வடை, போண்டா என சாப்பிட்டு பல மணிநேரம் அரட்டை அடித்தும் அவரை அனுப்பிவைப்போம் அல்லது அந்த நபரை வீட்டிற்கு அழைத்துச் சென்று உபசரித்து இரண்டு, மூன்று மணிநேரம் நாம் செலவு செய்கிறோம். பொதுவாக இப்படிச் செய்வதை மரியாதை என்று நாம் நினைத்துக் கொண்டிருக்கிறோம்.

உதாரணமாக காலை வேளையில் வாக்கிங் சென்று வந்த பின்னர் குளித்து, புத்தகம் சிறிது வாசித்து காலை உணவை முடித்துக் கொண்டு புறப்பட்டு தங்களது அலுவலகம், வியாபார நிமித்தமாக அடுத்த பணியை தொடர வேண்டும் என்று ஒரு திட்டப்படி ஏற்கனவே நாம் தயராகி கொண்டிருக்கும் நேரத்தில், இந்த திட்டத்தை ஒரே வினாடியில் ஒரு நபரின் சந்திப்பால் மாறிப் போய்விடுகிறது. இதனால் பல்வேறு வேலைகள் நிலுவையில் இருக்கும்படி ஆகிறது அல்லது செல்ல வேண்டிய இடத்திற்கு காலதாமதமாக செல்ல நேரிடுகிறது. ஆனால் ஜெர்மனியில் இதுபோன்று நடைபாதையில் ஒருவரை சந்தித்தால் அவர் வீடு பத்தடி தூரத்தில் இருந்தால் கூட “வீட்டிற்கு வாங்க” என்று அழைப்பது கிடையாது. அப்படியே அழைத்தாலும் அந்த அழைப்பை ஏற்று அவர்கள் செல்வதும் இல்லை. ஏனென்றால் அவரது வேலையை, அவரது நேரத்தை தான் வீணடிக்கக் கூடாது என்பதில் மிகவும் தெளிவாக இருக்கிறார்கள். அவ்வாறு வீட்டிற்கு அழைக்கவில்லை என்றாலும் அதை மரியாதை குறைவாக யாருமே நினைப்பதுமில்லை. அந்த நேரத்தில் இரண்டு, மூன்று நிமிடங்கள் மட்டும் பேசிவிட்டு அவரது தொலைபேசி எண்ணைப் பெற்றுக்கொண்டு “தற்பொழுது

நேரமில்லை பிறகு உங்களை அழைக்கிறேன் என்று கூறி அனுப்பி விடுகின்றனர். அதே போல சாவகாசமாக ஒரு சமயத்தில் முன்பு சந்தித்த நலம் விசாரித்த அந்த நபரின் தொலைபேசி எண்ணில் தொடர்பு கொண்டு ஓய்வாக நீங்கள் இருக்கும் நேரத்தில் என் நலம் விசாரித்துவிட்டு

வீட்டிற்கு வாருங்கள். வரும் ஞாயிறு அன்று நான் வீட்டிலேயே இருப்பேன் என்று இதேபோல் எந்த

ஆனால் உண்மையில் நமது நேரத்தை இது வீண் செய்யும் வேலை.

ஒன்றானாலும் அனுமதி பெற்றுக் கொண்ட பின்னர் சந்தித்துக் கொள்கின்றனர். இது மிகவும் சிறப்பாக இருக்கிறது. இது தான் எனக்கும் பிடித்திருக்கிறது. அன்பர்களே ! இந்த உலகில் மிகப்பெரிய சாதனை செய்த ஒருவருக்கும் சாதாரணமான மனிதருக்கும் உள்ள ஒரே ஒரு வித்தியாசம் நேரத்தைச் செலவிடுவது தான். யார் ஒருவர் 24 மணிநேரத்தை திட்டமிட்டு சரியாக பயன்படுத்துகிறார்களோ, அவர்களே வாழ்வில் வெற்றி பெற முடியும். நேரத்தை ஒழுங்குபடுத்த முடியாத ஒருவரை வாழ்க்கை சிறந்த போக்கல் இடத்துச் செல்லும். நேரத்தை ஒழுங்குபடுத்தக் கூடிய ஒருவர் வாழ்க்கையை நன் போக்கல் இடத்துச் செல்வார். தீதுதான் இரண்டிற்கும் உள்ள வித்தியாசம்.



**திரு. திலீப் மற்றும் திருமதி. ஜெய ஸ்ரீ திலீப்**

உதாரணமாக நான் திரு. திலீப் மற்றும் திருமதி. ஜெய ஸ்ரீ திலீப் அவர்களது வீட்டில் தங்கியிருந்த பொழுது அவர்கள் எனக்கு சிறப்பான முறையில் உணவு தயாரித்துக் கொடுத்து நன்கு என்னை உபசரித்து வந்தனர். அப்பொழுது ஜெர்மனியில் வசிக்கும் ஒரு நண்பர் எனது புத்தகத்தைப் படித்துவிட்டு மிகவும் சிறப்பாக இருக்கிறது என்று என்னை நேரில் சந்திக்க அனுமதி கேட்டார். நான் ஒரு தினத்தை குறிப்பிட்டு அன்று 11 மணியிலிருந்து 12 மணிவரை சந்திக்கலாம் என்று கூறியிருந்தேன். இங்கு ஒரு முக்கியமான விசயத்தை நீங்கள் கவனிக்கவேண்டும். பொதுவாக நாம் ஒருவரை சந்திக்க வேண்டுமெனில் 11

மணிக்கு வாருங்கள் என்று மட்டும் கூறிவிடுவோம். ஆனால் அவர்களுக்கு 11 மணிக்கு வந்தால் திரும்ப எத்தனை மணிக்கு செல்ல வேண்டும் என்பதையும் குறிப்பிட்டுக் கூறவேண்டும். அப்பொழுதுதான் சந்திக்க கூடிய இருவரது நேரத்தையும் திட்டமிட்டு சிறப்பாக செயல்பட முடியும் என்பதை புரிந்து வைத்திருக்கிறார்கள். நான் 11 மணிக்கு அந்த நபரின் வருகைக்காக காத்திருந்தேன். அவரால் 11.30 மணிக்குத்தான் வந்து சேர முடிந்தது. அவரால் நான் இருந்த முகவரியை சரியாக கண்டுபிடிக்க முடியாததால் வந்து சேர 30 நிமிடம் காலதாமதமாகி விட்டிருந்தது. 11.30 மணிக்கு வந்த அந்த நபர் என்னுடன் உரையாடிக் கொண்டிருந்தார். அப்பொழுது சரியாக 12 மணிக்கு கடிகார மணி அடிக்கும் பொழுது ஒரு வினாடிகள் கூட தாமதிக்காமல் உங்களை சந்தித்ததில் மிகவும் மகிழ்ச்சி அடைகிறேன். நன்றி ! பை என்று கூறி விடைபெற்று கிளம்பிவிட்டார். நண்பர்களே ! நேரம் மிகவும் பொன்னை விட மேலானது என்பதைப் புரிந்து கொள்ளுங்கள். ஆனால் பல நாடுகளில் அடுத்தவர் நேரத்தை நாம் மரியாதை என்ற பெயரிலும், சம்பிரதாயம் என்ற பெயரிலும் தேவையில்லாமல் செலவு செய்கிறோம். நமது நேரத்தையும் வீணடித்து, மற்றவர்கள் நேரத்தையும் வீணடித்துக் கொண்டிருக்கிறோம். எனவே இனிமேல் நமது நேரத்தையும், மற்றவர்கள் நேரத்தையும் பொன்னாக கருதி திட்டமிட்டு செயல்பட்டால் அனைவரும் நிம்மதியாக வாழலாம்.

உதாரணமாக ஒரு வீட்டில் தந்தையார் ஒரு அறையில் அமர்ந்து கொண்டு டிவி பார்த்துக் கொண்டுள்ளார். மற்றொரு அறையில் அவரது மகன் சும்மா உட்கார்ந்திருக்கிறார். டிவியில் நல்ல நிகழ்ச்சியோ, படமோ ஓடிக் கொண்டுள்ள பொழுது “மகனே டிவியில் நல்ல நிகழ்ச்சி நடக்கிறது. இங்கு வந்து பார்” என்று

அழைத்தால் அவர் வந்து ஒரு சில வினாடிகள் பார்த்துவிட்டு “டாடி எனக்கு இதைப் பார்க்க நேரமில்லை” என்று சொல்லிவிட்டு மீண்டும் தன் அறைக்குச் சென்று சும்மா உட்கார்ந்திருப்பார். ஏனென்றால் அரைமணிநேரம் சும்மா இருந்தால் அடுத்த வேலையைப் பார்க்கலாம் என்று அவர் திட்டமிட்டு இருக்கலாம். அவரது திட்டத்தை டிவியில் வரும் நிகழ்ச்சியைப் பார்த்து கெடுத்துவிடக்கூடாது என்று அவர் தெளிவாக இருக்கிறார். அதே சமயத்தில் அந்த டிவி நிகழ்ச்சியை மனதில் வைத்துக்கொண்டு தான் ஓய்வாக இருக்கும் வேறொரு சமயத்தில் யூடியூப்பில் பார்த்துக் கொள்ளலாம் என்று அவர் முடிவு செய்திருப்பார். நண்பர்களே! நேரத்தை ஒழுங்குபடுத்துவது என்பது மிகப்பெரிய ஒரு கலை. அதைக் கற்றுக் கொண்டால் மட்டுமே நமது வாழ்வில் மிகப்பெரிய சாதனைகளைச் செய்ய முடியும் என்பதைப் புரிந்து கொள்வோமாக !

### வாவ் “WOW” மருத்துவம்

ஜெர்மனி மொழியில் படித்த மருத்துவர்கள் மற்றும் ஜெர்மன் மருத்துவத்தினைப் பற்றி பயிற்சி எடுத்துக் கொள்வதற்காக இந்தியா, இலங்கை, சிங்கப்பூர், மலேசியா போன்ற பிற நாடுகளில் மருத்துவத்துறையில் ஈடுபட்டிருப்போர் அங்கு சென்று பார்த்து வரவேண்டும். குறைந்தபட்சம் 10 நாட்களாவது தங்கியிருந்து என்ன செய்கிறார்கள் என்று

ஜெர்மன் மருத்துவத்தைப் பற்றி நேரடியாக அவர்கள் அறிந்து கொள்ளவேண்டும். அப்பொழுது தான் மருத்துவதுறையில் தாங்கள் என்ன தவறுகள் செய்கிறோம் என்று மருத்துவர்களுக்கே தெரியும். அன்பு நண்பர்களே ! ஜெர்மனியில் உள்ள அலோபதி மருத்துவர்கள் ஜெர்மன் மொழியில் அந்த மருத்துவத்தைப் படித்திருக்கிறார்கள். ஆனால் மற்ற நாடுகளில் ஆங்கிலத்தில் படித்திருக்கிறார்கள். ஆங்கில மொழியில் வைத்தியம் பற்றிப் படிப்பதற்கும், தாய்மொழியில் வைத்தியம் படிப்பதற்கும் நிறைய வேறுபாடுகள் உள்ளன. ஆங்கிலத்தில் அனைத்து வைத்தியர்களும் தவறாக சிகிச்சை அளிக்கின்றனர். தாய்மொழியில் படித்த அனைத்து வைத்தியர்களும் ஒழுங்காக சிகிச்சை அளிக்கின்றனர். ஆனால் ஆங்கிலத்தில் படித்த அனைத்து மருத்துவர்களும் மற்ற மொழியில் படித்த மருத்துவர்களின் அறிவுடன் தங்களை ஒருபோதும் ஆராய்ந்து பார்க்காததால் அவர்கள் தாங்கள் தான் புத்திசாலி என்று நினைத்து வாழ்ந்து கொண்டிருக்கின்றனர்.

ஆம் நண்பர்களே !

அனாடமிக் செவிவழித்தொடு சிகிச்சை என்ற பெயரில் ஹீலர் பாஸ்கர் ஆகிய நான் கடந்த எட்டு ஆண்டுகளாக மருந்தில்லாமல் அனைத்து வியாதிகளையும் எப்படி குணப்படுத்தலாம் என்பதை பொது மக்களுக்கு கற்றுக் கொடுத்து வருகிறேன். அதில் சளி வந்தால் சிந்த வேண்டும். மருந்து சாப்பிடக்கூடாது என்றும் அதே போல மூக்கு ஒழுக்குதல், காய்ச்சல், வாந்தி, பேதி ஆகியன ஏற்படும் பொழுது மருந்து மாத்திரை எடுத்துக் கொள்ளக்கூடாது. ஏனென்றால் உடல் கழிவுகளை உடலே நீக்குகிறது என்பதால் இவையெல்லாம் நல்லது என்று நாம் கூறிவருகிறோம். இதையே தான் ஜெர்மன் நாட்டில் அம்மொழியில் பயின்ற அலோபதி மருத்துவர்களும் கூறி வருகின்றனர். வயிற்றுப்போக்கு எனப்படும்



ஜெர்மனியில் அலோபதி மருத்துவர்கள் ஜெர்மன் மொழியில் மருத்துவத்தைப் படிக்கிறார்கள்.

ரிஜர்மனி நூட்டில் உள்ள  
மருத்துவர்கள் நோய்க்கு மருந்து  
ரிதாடுக்காமல் சிவர்களை ஓய்வு  
எடுக்கச் சிதால்கிதாரர்கள்.

ஏரினன்றால் உடல் தன்னைத்தானே  
குணப்படுத்தும் தன்மை ரிதாண்டது  
என்பதை சிவர்கள் புரிந்து  
ரிதாண்டருக்கிதாரர்கள்.



மலம் தொடர்ச்சியாக வெளியேறினால் நிறுத்த மருத்துவம், பார்க்க ஒருவர் சென்றால் ஜெர்மன் மொழியில் படித்த அலோபதி மருத்துவர் எனில் அதற்கு அவர் மருந்து கொடுக்க மாட்டார். “உடலில் உள்ள குப்பை வெளியேறுகிறது” என்று அறிவுரை கூறி சாதாரண சத்து மாத்திரைகளைக் கொடுத்து அந்த நபரை வீட்டிற்கு அனுப்பிவிடுவார். அதே போல காய்ச்சலுக்கும் ஊசி, மருந்து போடுவதில்லை. இதை ஜெர்மன் மக்களும் ஏற்றுக்கொள்கின்றனர். ஆனால் இந்தியா, மலேசியா, இலங்கை போன்ற நாடுகளில் இருந்து ஜெர்மன் வரும் மக்கள் ஏற்கனவே ஆங்கில வழியில் அலோபதி மருத்துவம் படித்த மருத்துவரின் ஆலோசனைப்படி வாழ்ந்து பழகியிருப்பதால் ஜெர்மன் நாட்டு மருத்துவர்களின் இந்த சரியான மருத்துவப் பின்பற்றுதலை புரிந்து கொள்ளாமல் அவர்களிடம் சண்டையிடுகின்றனர். எந்த டாக்டர் ஊசி போடவில்லையோ, எந்த டாக்டர் மருந்து, மாத்திரை தரவில்லையோ, அந்த டாக்டருக்கு ஒன்றுமே தெரியவில்லை என்றும் அவர்கள் நோயாளிகள் மீது அக்கரை காட்டவில்லை என்றும் நினைத்துக் கொண்டு அந்த மருத்துவர்களிடம் இந்த மக்கள் செல்வதில்லையாம். ஒரே நகைச்சுவையாக இருக்கிறது.

உதாரணமாக கடந்த சில வருடங்களுக்கு முன்னர் இந்தியாவிலிருந்து சென்ற ஒரு நபர் ஜெர்மனியில் ஒரு மருத்துவரிடம் தனக்கு தொடர்ந்து பேதியாகிக் கொண்டிருக்கிறது என்று சிகிச்சைக்காக சென்றிருக்கிறார். அந்த மருத்துவர் மருந்து ஊசி எதுவும் கொடுக்காமல் “வீட்டிற்கு சென்று நன்கு ஓய்வு எடுங்கள். சரியாகி விடும்” என்று கூறி அனுப்பி இருக்கிறார். பேதியாகியதில் அவர் உடல் இளைத்து ஒல்லியாகிவிட்டிருக்கிறார். மீண்டும் மருத்துவமனையில் அனுமதிக்கப்பட்டு அதே மருத்துவரிடம் சிகிச்சை பெற்று வந்திருக்கிறார். இப்பொழுதும் அந்த மருத்துவர் உடல் தன்னைத்தானே குணப்படுத்திக் கொள்ளும். எனவே ஊசி, மருந்துகள் எதுவும் தேவையில்லை என மருத்துவமனையில் ஓய்வெடுக்க வைத்திருக்கிறார். பயந்துபோன அவர் குடும்பத்தார் மருத்துவரிடம் மருந்துகள் கொடுத்து சிகிச்சையளிக்கும்படி சண்டைக்குச் சென்றும் கூட அவர் அமைதிகாக்க வேண்டுமென்று கூறி “மருந்துகளே இன்றி அவர் உடல் தன்னைத்தானே குணப்படுத்திக்கொள்ளும் என்பதை விளக்கமாக கூறி புரிய வைத்திருக்கிறார். அந்த நபர் தற்பொழுது ஆரோக்கியமாக நிம்மதியாக வாழ்கிறார்.

ஆனால் இதே போன்றில்லாமல் ஆங்கில வழியில் படித்த மருத்துவர்கள் இந்தியாவிலிருந்தும், பிற நாடுகளிலும் சென்று வைத்தியம் செய்யும் மருத்துவர்கள் ஜெர்மனியில் மேற்சொன்னவாறு உடல்கழிவு நீக்கும் வேலையைக் கூட புரிந்து கொள்ளாமல் சிகிச்சை பெற வருபவர்களுக்கு ஊசி, மருந்து மாத்திரைகளை கொடுத்து உடலுக்கு சிகிச்சை என்ற பெயரில் தீங்கு விளைவித்துக் கொண்டுள்ளனர்.

எனது அன்புள்ளம் கொண்ட, ஆங்கில மருத்துவம் பயின்ற அலோபதி மருத்துவ மேதைகளே ! உங்கள் மீது எனக்கு எவ்வித கோபமும் கிடையாது. நீங்களும் எமது குடும்பத்தில் ஒருவர் தான் எனவே நான் மருத்துவர்களை குறைசொல்லவில்லை. ஆங்கிலவழியில் உள்ள மருத்துவமுறையானது மருந்து, மாத்திரை கம்பெனிகளால் திருத்தி எழுதப்பட்டுள்ளது என்பதை ஆங்கில மருத்துவர்கள் புரிந்து கொள்ளுமாறு பணிவன்புடன் கேட்டுக் கொள்கிறேன்.

குழந்தைகள் நல மருத்துவர்கள் குழந்தைகளுக்கு சளி, காய்ச்சல் போன்ற தொந்தரவுகள் இருக்கும் பொழுது வாட்டர் பாட்டில்களில் உள்ள நீரைக் குடிக்க தரவேண்டாம் குழாய் தண்ணீரையே குடிக்க கொடுங்கள் என்று ஜெர்மனியில் வலியுறுத்துகின்றனர். குழாய் தண்ணீர் தான் உடல் நலத்திற்கு சிறந்தது என்பதை அவர்கள் புரிந்து வைத்திருக்கின்றனர். மேலும் அரசாங்கம் பொதுமக்களுக்கு வழங்கும் தண்ணீரை மீள்தொட்டி வழியாக மெதுவாக செல்லுமாறு அமைத்திருக்கின்றனர். இதன் காரணம் என்னவெனில் தண்ணீர் தொட்டி வழியே வரும்பொழுது மீன் உயிருடன் இருந்தால் அது நல்ல தண்ணீர் நல்லது எனவும், மீன் இறந்துவிட்டால் அந்த தண்ணீரில் மனிதர்களுக்கு கேடு செய்யும் பொருட்கள் எவையோ, இருக்கின்றன என்று புரிந்து கொண்டு உடனே அதை

சரிசெய்கிறார்கள். இது தவிர தண்ணீரில் உள்ள கெட்ட பொருட்களை மீன்கள் சாப்பிட்டுவிடும் என்பதற்காகவும் இந்த முறையை கையாள்கின்றனர்.

ஜெர்மன் உள்ளிட்ட ஐரோப்பிய நாடுகளில் வருடத்தில் பருவத்தில் மூன்று மாதத்திற்குத்தான் சூரிய வெளிச்சம் அதிகம் இருக்கும். மற்ற மாதங்களில் பனிப்பொழிவும், குளிர்ச்சியும் தான் அதிகமிருக்கும். எனவே சூரிய வெளிச்சம் உள்ள காலங்களில் குறைந்த அளவு ஆடை அணிந்து கொண்டு கடற்கரையில் படுத்து சன்பாத் எனப்படும் சூரிய குளியலை எடுத்துக் கொள்கிறார்கள். இந்த மூன்று மாத காலத்தில் சூரிய ஒளி எவ்வளவு உடலில் படுகிறதோ அந்த அளவிற்கு மீதம் உள்ள 9 மாதங்களுக்கு தேவையான உடல் ஆரோக்கியத்திற்கு அது உதவும் என்பதை பொதுமக்கள் நன்கு புரிந்து வைத்துக்கொண்டு செயல்படுத்துகின்றனர். மருத்துவர்களும் இதற்கு ஆலோசனை கூறுகின்றனர். இந்த சமயத்தில் குறைந்த ஆடை அணிந்திருப்பதால் தம் உடல் மற்றவர்கள் பார்க்குமாறு உள்ளதே என்று யாரும் கூச்சப்படுவதில்லை. அவ்வாறு கூச்சப்பட்டால் அந்த நாட்டில் யாரும் ஆரோக்கியமாக வாழமுடியாது. ஆனால் பிற நாடுகளில் இருந்து அங்கு சென்று வசிக்கும் நபர்கள் உடலை மற்றவர்கள் பார்த்துவிடுவார்கள் என்ற கூச்சத்தாலும், சூரிய குளியலின் அருமை தெரியாததாலும் அதை செய்யாமல் தைராப்டு, தோல்வியாதிகள் போன்றவற்றால் மிகவும் அவதிப்பட்டு வருகின்றனர். எனவே சூரியன் வருடம் முழுவதும் உள்ள நமது நாடுகளில் மாதம் ஒருமுறையாவது எண்ணெய் குளியலை எடுத்துக்கொண்டு நாம் ஆரோக்கியமாக வாழ்வோமாக !

நண்பர்களே!

பல நாடுகளில் பாதி வளங்கள் மட்டுமே இருக்கின்றன. இந்தியா, இலங்கை, மியான்மர், மலேசியா போன்ற நாடுகளில் வளங்கள் நிறையவே இருக்கின்றன. ஆனால் நமக்கு அருமை தெரியவில்லை. எனவே நாம் இதைப் புரிந்து கொண்டு நமது நாட்டில் உள்ள இயற்கை வளங்களை பாதுகாக்கவும், பயன்படுத்தவும் செய்வோமாக ! இதனுடன் ஆங்கில வழியில் மருத்துவம் கற்றவர்களின் மருத்துவ சிசிச்சையை புறக்கணித்து விட்டு தாய்மொழியில் மருத்துவம் கற்றவர்களை மட்டுமே அணுகி நாம் உடலை ஆரோக்கியமாக வைத்துக் கொள்வோமாக.

### முடிவுரை

இந்தக் கட்டுரையில் ஜெர்மனியில் உள்ள கல்விமுறை மற்றும் மருத்துவம் பற்றி முழுவதுமாக ஆராய்ச்சி செய்து சொல்லவில்லை. மிகவும் குறைந்த விசயங்களையே இங்கு நாம் சிந்தித்து அறிந்துள்ளோம். இதுகுறித்து மேலும் பல தகவல்களை அறிந்தவர்கள் நமக்குத் தெரியப்படுத்தலாம். மேலும் இக்கட்டுரையின் நோக்கம் ஜெர்மனியின் பெருமையை பேசுவதல்ல என்பதை குறிப்பிட்ட விரும்புகிறேன். இந்திய நாட்டில் ஏற்கனவே இருந்த குருகுல கல்விமுறையை மீண்டும் நாம் கொண்டுவர வேண்டியதன் அவசியத்தை மக்களுக்கு உணர்த்துவதற்காகத்தான் இதை இங்கு பதிவு செய்கின்றேன்.

ஐரோப்பிய நாடுகளில் இப்பொழுதுள்ள கல்விமுறையும், மருத்துவமும், ஏற்கனவே நம் நாட்டில் இருந்தது தான். அதை இஸ்ரேல் நாட்டிலுள்ள சீக்ரெட் சொசைட்டியினர் எனப்படும் இலுமினாட்டிகள் தான் கெடுத்து வைத்துள்ளனர். நம் நாட்டில் மட்டுமன்றி பிறநாடுகளிலும் இந்த இலுமினாட்டிகளால் பாரம்பரிய மருத்துவமும், கல்வியும்

அழிக்கப்பட்டும் சிதைக்கப்பட்டும் வருகிறது. ஆனால் நாம் ஜாதி, மதம், இனம் நாடு ஆகியவற்றால் பிரிந்து கிடப்பதால் நம்மால் அதை ஒழுங்கு செய்யமுடியவில்லை. இந்து, முஸ்லீம், கிறிஸ்து என்று பிரிவினை பாராட்டாமல் நாம் அனைவரும் ஒன்று சேர்ந்து நம் அனைவருக்கும் ஒரே எதிரியான 13 குடும்பத்தைச் சேர்ந்த இலுமினாட்டிகளின் வியாபார தந்திரத்தை முறியடிப்பதற்காக நாம் கல்வியை ஒழுங்குபடுத்த வேண்டிய கட்டாயத்தில் இருக்கிறோம் என்பதைப் புரிந்து கொள்ளுங்கள். எனவே இனிமேல் நாம் அனைவரும் ஒற்றுமையுடன் கூட்டுப்பிரார்த்தனை செய்து இந்த உலகத்தினை ஒழுங்குப்படுத்த ஒவ்வொரு நாளும் முயற்சி செய்வோமாக! **இதைத்தான் ஜெர்மனியினர் குரூபன் விவேகன் பெர்ஜ் (Glauben bewegen Berge). என்று அழைக்கிறார்கள். இதன் பொருள் : Faith moves Mountain.**



இதைத்தான் முஸ்லீம்கள் இன்னாமல்  
 அஹ்மல் நயாஹ் எண்ணத்தை பொறுத்தே  
 உங்களுக்குகூட என்று அழைக்கின்றனர்.  
 எனவே நாம் இந்த வினாடி முதல்  
 எண்ணங்களை ஒழுங்குபடுத்தி ஒற்றுமையாக  
 வாழ்ந்து கூட்டுப் பிரார்த்தனை செய்து  
 அனைத்து நாடுகளும் ஒன்றிணைந்து  
 ஆரோக்கியமாக நிம்மதியாக வாழ்வதற்கான  
 பணிகளை செய்வோமாக.

## நன்றியரை

ஜெர்மன் மற்றும் பிரான்ஸ்  
 நாடுகளுக்கு என்னை அழைத்துச் சென்று  
 தங்குமிடம், உணவு, போக்குவரத்திற்கான  
 செலவுகள் ஆகியன ஏற்றுக் கொண்டு செய்து  
 கொடுத்த திரு. திலீப்குமார் மற்றும் திருமதி.  
 ஜெய ஸ்ரீ தம்பதியர்க்கு மிக்க நன்றியை  
 தெரிவித்துக் கொள்ள கடமைப்பட்டு  
 உள்ளேன். இந்த தம்பதியர் ஜெர்மனியில்  
 குயிங்ஸ் என்ற ஊரில் வசித்து வருகின்றனர்.

ஜெர்மனியின் கல்வி தொடர்பான  
 உங்களது சந்தேகங்களை திரு. திலீப்குமார்  
 அவர்களிடம் கேட்டு தெளிவுப்படுத்திக்  
 கொள்ளலாம். அவரது இமெயில் முகவரியை  
 உங்களுக்குத் தருகிறேன். அதன் மூலம்  
 இவரிடம் தொடர்புகொண்டு விளக்கங்கள்



திரு. குரு



திரு. மத்



திரு. மகாதேவன்

பெற்றுக்கொள்ளுமாறு உங்களை கேட்டுக்  
 கொள்கிறேன்.

திரு. திலீப்குமார், [dilip@eurotextiles.de](mailto:dilip@eurotextiles.de)

மேலும் பிரான்ஸ் நாட்டில் எனது  
 பயணத்திற்கு உதவிசெய்த திரு. மதி, திரு.  
 குரு, திரு. மகாதேவன் மற்றும் மரி  
 ஆகியோருக்கும் பல்வேறு நல்ல  
 உள்ளங்களுக்கும் நாம் நன்றியைத்  
 தெரிவித்துக் கொள்கிறோம்.

ஒழுங்குப்படுத்துவோம் கல்வியை!  
 ஒன்றுபடுத்துவோம் உலகத்தை !!

செழிக்கட்டும் விவசாயம் !

சீர்பட்டும் நிர்வாகம் !!

உலக மக்கள் முகங்களில்

நிலவட்டும் புன்சிரிப்பு !

வளர்க ஆன்மீகம் ! வாழ்க வாழ்வாங்கு !!

சந்தோசம்



அன்பார்ந்த நண்பர்களே !

வீட்டு அமைதிக்கு மனைவியும்,

நாட்டு அமைதிக்கு விவசாயியும்

மகிழ்ச்சியாக இருக்கவேண்டும்.

வாழ்க வளமுடன்

— பேராசிரியர் வேதசுப்பையா

# ஹீலர் பாஸ்கான் சென்ற மாத நிகழ்ச்சிகள்



01.01.2017 உச்சம்பட்டி, மதுரை.



08.01.2017 கணத்துக்கடவு, கோவை.



18.01.2017 கற்பகம் காலேஜ், கோவை.



13.01.2017 முதல் 17.01.2017 வரை  
ஐந்து நாள் பயிற்சி முகாம், கோவை.



20.01.2017 முதல் 22.01.2017 வரை  
யோக விபாசனா (ஒன்று நாள் பயிற்சி, கோவை.



27.01.2017 முதல் 29.01.2017 வரை  
ஒன்று நாள் பயிற்சி, சென்னை.



22.01.2017 வீருநகர்.



கோவையில் அனாடமிக் தெரபி ஐந்து நாள் பயிற்சி முகாம்

இடம் : நிஷ்டை சர்வதேச வாழ்வியல் பயிற்சி முகாம்

நெ. 1. லக்ஷ்மி நகர், பரியூர்ணா எஸ்டேட் அருகில்,  
கோவைப்பூதூர், கோவை - 641 042.  
தொடர்புக்கு : +91 88706 66966

நுழைவு கட்டணம் : ரூ. 5000/-

10-14  
FEB 2017



குவைத்தில் அனாடமிக் தெரபி நான்கு நாள் பயிற்சி முகாம்

இடம் : WAFRA KUWAIT

தொடர்புக்கு :  
+96569022898, +96551764919, +96594470855  
+96599545296, +96566485980

நுழைவு கட்டணம் : -

23-26  
FEB 2017



கோவையில் யோக விபாசனா மூன்று நாள் பயிற்சி முகாம்

இடம் : நிஷ்டை சர்வதேச வாழ்வியல் பயிற்சி முகாம்

நெ. 1. லக்ஷ்மி நகர், பரியூர்ணா எஸ்டேட் அருகில், கோவைப்பூதூர்,  
கோவை - 641 042. தொடர்புக்கு : +91 85267 30207

நுழைவு கட்டணம் : ரூ. 500/-

பயிற்சி இறுதி நாள் பணம்  
திரும்பித்தரப்படும்.

24-26  
FEB 2017

Organiser



திரு. சுரேஷ்குமார்

சேலத்தில் அனாடமிக் தெரபி ஒருநாள் பயிற்சி முகாம்

இடம் : ஆத்தூர் சேலம்

தொடர்புக்கு : +91 86955 90666

நேரம் : 9.00 am to 6.00 pm

அனுமதி இலவசம்

04  
MAR 2017

Organiser



திரு. சுரேஷ்குமார்

சேலத்தில் மனதின் மணம் ஒருநாள் பயிற்சி முகாம்

இடம் : ஆத்தூர் சேலம்

தொடர்புக்கு : +91 86955 90666

நேரம் : 9.00 am to 6.00 pm

அனுமதி இலவசம்

05  
MAR 2017

Organiser



திரு. T.G. கோபால்

மதுரையில் அனாடமிக் தெரபி ஒருநாள் பயிற்சி முகாம்

இடம் : பொன் அழகர் மஹால்

சிக்கந்தர் சாவடி, கூடல் நகர் மெயின் ரோடு, மதுரை - 18.  
தொடர்புக்கு : +91 98651 06036, 81444 88565

நேரம் : 9.00 am to 6.00 pm

அனுமதி இலவசம்

19  
MAR 2017

முன்பதிவு செய்ய : +91 99442 21007, 98424 52508

[www.anatomictherapy.org](http://www.anatomictherapy.org)

# அமைதியும் ஆரோக்கியமும்



புதுச்சேரி வட்டிமட்டி

நெ.69, N.S.K. வீதி, செல்வபுரம், கோயம்புத்தூர் - 641 026, தமிழ்நாடு, இந்தியா. செல் : (+91) 88838 05456

Email : amaidhiyumaarokiyamum@gmail.com / Web : www.amaihiyumarokiammum.com

## சந்தா விண்ணப்ப படிவம்

பெயர்

பிறந்த தேதி  வயது :

தொழில்  இனம் : ஆண்  பெண்

கைபேசி  வாடஸ் அப் நெ.

இ-மெயில்

முகவரி

பின்கோடு

தமிழ்நாடு : 1 வருட சந்தா ரூ. 600/- 2 வருட சந்தா ரூ. 1200/- 5 வருட சந்தா ரூ. 2750/-  
பிறமாநிலங்கள் : 1 வருட சந்தா ரூ. 700/- 2 வருட சந்தா ரூ. 1400/- 5 வருட சந்தா ரூ. 3250/-

### பணம் செலுத்தும் முறை

காசோலை  கா. எண்

வரைவோலை  வ. எண்

மணி ஆர்டர்  ரசீது எண்

இணையதள பண பரிமாற்றம்  இ.ப.எண்

பணம்  நேரடியாக  வங்கி

(வங்கியில் பணம் செலுத்தியிருந்தால் நகல் கொடுக்கவும் (அ) Scan செய்து E-mail மூலமாக அனுப்பவும்)

பணம் செலுத்திய நாள்

செலுத்திய தொகை

புதுப்பித்தல்

புதியதாக

### சந்தாதாரர் கையொப்பம்

வெளிநாட்டில் உள்ள அன்பர்கள் சந்தா தொகை ரூபாய் 400/- ஐ செலுத்தி மாதா மாதம் E-mail மூலம் இதழை பெற்றுக்கொள்ளலாம்

### அலுவலக உபயோகத்திற்கு மட்டும்

1. பதிவு எண் : .....
2. பதிவு தேதி : .....
3. புதுப்பித்தல் தேதி : .....
4. வருட சந்தா தொகை : .....

அலுவலர் கையொப்பம் .....

ரசீது எண் :

கீழ்க்கண்ட வங்கி கணக்கில் பணம் செலுத்தவும்

பெயர் : அமைதியும் ஆரோக்கியமும், கணக்கு எண் : 034205008485

வங்கி : ICICI, கிளை : ஆர்.எஸ்.புரம், கோயமுத்தூர். IFSC Code : ICIC0000342

## சந்தாதரர்கள் கவனத்திற்கு

1. அமைதியும் ஆரோக்கியமும் மாத இதழ் உங்கள் வீடு தேடி வர விண்ணப்பத்தை முழுவதும் பூர்த்தி செய்து அனுப்புங்கள்.
2. வருட சந்தா செலுத்தி உங்கள் பெயரை பதிவு செய்தபின் தொடர்ந்து 12 மாதங்கள் இந்த இதழ் உங்கள் வீடு தேடி வரும்.
3. இதழ் தொடர்ந்து உங்களுக்கு கிடைப்பதில் தாமதம் அல்லது கிடைக்கவில்லை எனில் எங்களுக்கு தெரியப்படுத்துங்கள்.
4. உங்கள் வீடு, அலுவலக முகவரி, தொலைபேசி எண்கள் மாற்றத்தின்போது எங்களுக்கு தெரியப்படுத்தினால் மாற்றப்பட்ட முகவரிக்கு தொடர்ந்து இதழ் அனுப்பப்படும்.
5. உங்கள் நண்பர்கள் மற்றும் உறவினர்களுக்கு இந்த இதழ் குறித்து தெரிவியுங்கள். அவர்களும் சந்தாதாரராய் இணைய உதவுங்கள்.
6. சந்தா புதுப்பிக்கப்படும் காலவரையறையின் போது உங்களுடைய சந்தா எண், தேதி ஆகியவற்றை தவறாமல் குறிப்பிட்டு புதுப்பித்துக் கொள்ளவும்.

**அமைதியும் ஆரோக்கியமும்**  
புதுயுகத்தின் வழிகாட்டி

நெ.69, NSK வீதி, செல்வபுரம்,  
கோயம்புத்தூர் - 641026.  
தமிழ்நாடு, இந்தியா.

**Helpline : +91 88838 05456**

Mail to : amaidhiyumaarokiyamum@gmail.com

Web : www.amaithiyumarokiammum.com

## ஆசிரியர் குழு

ஆசிரியர்  
திரு. **ஹீலர் பாஸ்கர்**, நிறுவனர்,  
அனாடமிக் தெரபி ஃபவுண்டேஷன்.

துணை ஆசிரியர்  
திரு. **சுகுமார்** (மருத்துவரி), பொள்ளாச்சி.  
திரு. **மகாலிங்கம்**, மணமேடு.  
திருமதி. **மணிமொழி**, திருச்சி.  
திரு. **சுந்தர்ராஜன்**, ஸ்ரீவில்லிப்புதூர்.

வடிவமைப்பு  
திரு. **ல. விஜய்**, கோவை.

நிர்வாக அலுவலர்கள்  
திரு. **கோ. நந்தகோபால்** - மேலாளர், கோவை.  
திரு. **ரா.ஸ்ரீனிவாசன்** - ரிப்போர்டர், கோவை.  
திரு. **ரவி** - ரிப்போர்டர், சென்னை.  
திரு. **பூபதி** - துணை மேலாளர், திருச்சி.

அச்சகம்  
**சண்முகா ப்ராசஸஸ்**, சிவகாசி.

## உங்கள் கவனத்திற்கு

அமைதியும் ஆரோக்கியமும் மாத இதழுக்கு எங்களுடன் கைகொடுத்த அனைவரும் வாழ்க வளமுடன்! மாத இதழுக்கு சந்தா செலுத்தி ரசீது பெறாத அன்பர்களுக்கு இந்த மாத இதழுடன் ரசீது இணைக்கப்பட்டுள்ளது. இதனை பெற்றுக் கொள்ளவும். மேலும் மாத இதழ் விண்ணப்பத்தை பூர்த்தி செய்து கொடுக்காத அன்பர்கள் இந்த மாத இதழ் இறுதி பக்கத்தில் இணைக்கப்பட்டுள்ள விண்ணப்பத்தை முழுவதும் பூர்த்தி செய்து எங்கள் முகவரிக்கு கொரியர் மூலம் அனுப்பி வைக்கலாம் அல்லது பூர்த்தி செய்த விண்ணப்பத்தை Scan செய்து E-mail மூலமாக அனுப்பி வைக்கலாம்.

நன்றி. இப்படிக்கு,  
**ஹீலர் பாஸ்கர்**

Owned Published and Printed by : S.S. Baskar Published from No. 191, Ramamoorthy Pathai, Housing Unit, Selvapuram North, Coimbatore - 641 026 and Printed at Sri Aathi Lakshmi Graphics, 14/33 Sivan Koil Cross Street, Kodambakkam, Chennai - 24.

Post Reg. No. CB/133/2016-18

RNI No. TNBIL/2013/58540

Dated : 5th August 2013

ஹீலர் பால்கர்ள்

# அனாடமிக் ஐந்து ரூள் பயிற்சி

## LEVEL 2

அடுத்த கட்டத்தை நோக்கி...



அனாடமிக் சிகிச்சை மூலம் பயன்பெற்ற அன்பர்கள்  
மேலும் தன்னை முன்னேற்றிக் கொள்ள ஓர் வாய்ப்பு...

மனதின் மணம் - சமையல் - உணவு முறைகள் - விவசாயம் - கல்வி - உலக அரசியல்  
பங்குசந்தை - சுகப்பிரசவம் - தொழில் - விதைகள் ஆகிய தலைப்புகள்  
ஐந்து நாள் பயிற்சியில் இடம் பெறுகின்றன.

நடைபெறும்  
நாள் :

LEVEL 1 - 10.02.2017 - 14.02.2017

LEVEL 2 - 10.03.2017 - 14.03.2017

நன்கொடை

ரூ. 5000/-  
உணவு, தங்குமிடம் உட்பட

### நிஷ்டை

சர்வதேச வாழ்வியல் பயிற்சி மையம்

பயிற்சி நடைபெறும் இடம்

நெ.1, லக்ஷ்மி நகர், பாரிபுர்ணா எஸ்டேட் அருகில்,  
கோவைப்புதூர், கோயமுத்தூர் - 641 042.

தொடர்புக்கு : +91 88706 66966 ஆன்லைன் மூலம் முன்பதிவு செய்ய [www.anatomictherapy.org](http://www.anatomictherapy.org)

புதிய  
கோவை  
நிஷ்டை

# லேலா போக உபாசனா

## மூன்று நாள் பயிற்சி முகாம்

நாள் : 24.02.2017 முதல் 26.02.2017 வரை  
மற்றும்

நாள் : 21.04.2017 முதல் 23.04.2017 வரை

மௌன நிலையில் மூன்று நாள் பயிற்சியில் ஈடுபடும்  
பொழுது மனம் சமநிலை பெறுகிறது.

பல பயிற்சிகள் செய்தும் மனம் ஒன்றாமல், வாழ்வில்  
நிம்மதியற்று இருப்பவர்களுக்கு இப்பயிற்சி வரபிராசாதம்.

உடல் நலம், மனநிம்மதி, புத்தியில் தெளிவு, மகிழ்ச்சி  
ஆகியவைகள் இப்பயிற்சியில் ஈடுபடும் ஒவ்வொருவரும்  
பெறுவது உறுதி.

- புதிய மாற்றத்திற்க்கான பயணம்

முன்பணம்

ரூ. 500/-

இறுதி நாள்  
திருப்பித் தரப்படும்.

### நிஷ்டை

சர்வதேச வாழ்வியல் பயிற்சி மையம்

பயிற்சி நடைபெறும் இடம்

நெ.1, லக்ஷ்மி நகர், பாரிபுர்ணா எஸ்டேட் அருகில்,  
கோவைப்புதூர், கோயமுத்தூர் - 641 042.

தொடர்புக்கு : +91 88706 66966

முன்பதிவு : [www.anatomictherapy.org](http://www.anatomictherapy.org)

இதுவரை யாரும் தெளிவாக சொல்லாத விஷயம் !

# செல்ல / கேட்க தயங்கும் விஷயம் முதல் முறையாக



ஜீஸர் பஸ்கர் எஸ்ஸர் டோக்டர் வீரலேஜ்  
கிணைந்து குடத்துல்

## தந்திரா வழியில் தாம்பத்யம்

(கணவன், மனைவி இல்லற உறவு முறை)

சுகம். இன்பம். மன அமைதி. பணியில் கவனம்.  
தொழிலில் வெற்றி. நிம்மதியான உறக்கம். மகிழ்ச்சியான இல்லறம்.  
வெற்றிகரமான வாழ்க்கை. குழந்தைகளுக்கான எதிர்காலம்.  
உடல் நலம் மற்றும் நீண்ட ஆயுள்ளன இவை அனைத்தையும் பெற்று,  
வாழ்வைக் கொண்டாடி மகிழ்ந்து வாழ விரும்பும் ஆண்களுக்கான,  
ஆலோசனை ! விழிப்புணர்வு ! வழிகாட்டி !

நடைபெறும் நாள் : 21.03.2017 முதல் 24.03.2017 வரை

18 வயதிற்கு மேற்பட்ட ஆண்களுக்கு மட்டும் அனுமதி

நன்கொடை  
ரூ. 4000/-  
உணவு, தங்குமிடம் உட்பட

## நிஷ்டை

சர்வதேச வாழ்வியல் பயிற்சி மையம்

பயிற்சி நடைபெறும் இடம்

நெ.1. லக்ஷ்மி நகர், பாரியூர்ணா எஸ்டேட் அருகில்,  
கோவைப்புதூர். கோயமுத்தூர் - 641 042.

தொடர்புக்கு : +91 88706 66966

முன்பதிவு : [www.anatomictherapy.org](http://www.anatomictherapy.org)

டோக்டர் வீரலேஜின்

## தந்திரா வழியில் தாம்பத்ய வாழ்க்கை

புத்தகம் பெற விரும்புவோர்



புத்தகம் விலை

ரூ. 495/-  
மட்டுமே



கிரி ஜயா பப்ளிகேஷன்ஸ்

மேலும் விபரங்களுக்கு :

Ph : +91 96290 32767

For Online Purchase :

[www.giriyyapublications.com](http://www.giriyyapublications.com)



ATF145