கற்றதை எழுதுகிறேன்

அசோக் மு

சொந்த அனுபவம் - இளநரையிலிருந்து விடுபடுவது எப்படி?

அதாவது என்னை மாதிரி இளைய தலைமுறையினரை மனசளவுல ரொம்ப கஷ்டப்படுத்துறது காதலோ, கல்யாணமோ இல்ல. இளநரைதான்.

அப்போ எனக்கு பன்னெண்டு பதினாறு வயசு இருக்கும் - சரியா ஞாபகம் இல்ல. அப்போவே எனக்கு ஒன்னு ரெண்டு வெள்ளை முடி வந்துடுச்சி.

இப்போவே இளையதலைமுறைனா அப்போ இன்னும் சின்ன பையன் பாருங்க..வந்த ரெண்டு வெள்ளை முடியையும் கண்ணாடில பார்த்து புடுங்கிட்டேன்.

என்னோட அம்மா அப்போவே சொன்னாங்க, இப்படி பண்ணா நெறய வந்துடும்னு.

அவுங்க விட்ட சாபம் அவ்வளவு சீக்கிரம் பளிச்சிடும்னு நான் நினைக்கவே இல்லை.

வந்துடுச்சி வெள்ளை முடி கண்ணாபின்னான்னு.

பெப்பர் & சால்ட் மாதிரி இருந்து இருந்தாலாவது *manage* பண்ணி இருக்கலாம். *But* பெப்பரே இல்லாம வெறும் சால்ட் மட்டும் இருந்தா...ஒரு வயசு பையன் வெளில "தலை" காட்ட முடியுமா? முடியல.

பேமிலி டாக்டர்கிட்ட போனேன். "அதை எல்லாம் ஒன்னும் பண்ண முடியாதுப்பா"ன்னு அவரோட தலையை தடவிகிட்டே சொல்லிட்டாரு(அவருக்கு எனக்கு மேல இருக்கு வெள்ளை முடி).

இறைவா, என்னை இப்படி கைவிட்டுட்டியேன்னு அன்னைக்கி நைட் எல்லாம் அரை தூக்கத்துல கடவுளை திட்டிகிட்டு இருந்தேன்.

வந்தது அந்த நல்ல செய்தி... எங்க ஊருக்கு ஒரு புது மூலிகை வைத்தியர் வந்து இருக்காருன்னு.

அவரோட பேரு....அதை விட்டுடலாம்....அதை சொன்னா நம்ம எல்லாருக்கும் மறுபடி நரைச்சிடும்..அவ்வளவு நீளம்.

அவரோட ஸ்பெஷாலிட்டியே நரைமுடியை குணமாக்குறதுதான்.

அவரு எனக்கு சொன்ன மருத்துவதுனாலதான் நான் குணமடைஞ்சேன். அதைதான் உங்களுக்கும் சொல்ல நெனச்சேன்.

அசோக் மு. ஜப்பானில் 23 வருடங்களாக IT துறையில் இருப்பவர். கவிதை, சிறுகதைகள், கட்டுரைகள் எழுதுவதில் ஆர்வம் கொண்டவர். ஜப்பானின் சிறந்த நகைச்சுவை பேச்சாளர். தோக்கியோ மாநகரின் பட்டிதொட்டியெங்கும் மற்றும் தமிழ் சங்கங்கள் நடத்தும் பட்டிமன்றங்கள் எங்கும் இவர் பேச்சுக்கள் தெறிக்கும். மனைவி, மகளுடன் தோக்கியோவில் இருபது வருடங்களுக்கு மேலாக வசிப்பவர்.

மருத்துவம்

==========

இளநரைக்கு சிறந்த நிவாரணி கருவேப்பிலைதான்.

விடிய விடிய முழிச்சி உங்க வீட்டுக்கு பக்கத்துல இருக்க பஜாருக்கு போய்டுங்க. அங்க usual ஆ பாட்டிங்கதான் கருவேப்பிலை விப்பாங்க.

அதுல நல்ல பாட்டியோட கடையை தேர்ந்தெடுத்து அவுங்ககிட்ட ரெண்டு கொத்து கருவேப்பிலை வாங்கிடணும்(20 ~ 30 grams).

அதுல இருக்க கருகி போனது, முத்துனது எல்லா இலையையும் நீக்கிடனும்.

நல்ல இளசா, துளிரா இருக்க இலைகளை மட்டும் எடுத்து, கழுவி, சுத்தமான தண்ணில 30 நிமிஷம் ஊறவிட்டுடனும்.

ஊறுன அப்புறம் அதை மைய மைய பேஸ்ட் மாதிரி அரச்சிடனும்.

(அம்மியில அரைச்சா better. மிக்ஸியில கூட அரைக்கலாம் ஆனா பேஸ்ட் ரொம்ப சூடாகிட கூடாது)

அரைச்ச அந்த பேஸ்ட் ஐ வெறும்வயித்துல(பல் தேய்ச்சிட்டு!) சாப்பிடணும். சுவைக்கு வேணும்னா கொஞ்சமா உப்பு சேர்த்துக்கலாம். ஆனா ரொம்ப கொஞ்சமாதான் உப்பு சேக்கணும்.

இந்த process ஐ ஒரு மண்டலம் (48 நாள்) தொடர்ந்து பண்ணனும். அந்த 48 நாளும் காபி, டீ குடிக்கவே கூடாது - இது ரொம்ப முக்கியம்.

48 நாள் முடிஞ்சி, அடுத்த நாள், 49 ஆவது நாள்தான் நமக்கு இனிய நாள்.

காலைல எழுந்ததும் உங்களுக்கு புடிச்ச கோயிலுக்கு போய்ட்டுவந்துட்டு..

பக்கத்துல இருக்க மெடிக்கல் ஷாப் இல்லன்னா மளிகைகடைக்கு போய் Godrej ஹேர் டை(Natural Black) வாங்கி, தலை முழுக்க தேய்ச்சிட்டு முப்பது நிமிஷம் ஊறவிட்டு குளிச்சிட்டீங்கன்னா...

இருந்த நரை எல்லாம் தடம் தெரியாம போய் இருக்கும்.

நன்றி.