எதை அச்சிடுவது

- **ஒரு முறை, உங்களுக்காக:** run.pdf, 1 பக்கம். அமர்வை நடத்தும்போது இதைக் கையில் வைத்திருங்கள்.
- **ஒவ்வொரு பெண்ணுக்கும் ஒரு நகல்:** sheets.pdf, 2 பக்கங்கள். தாள் அ மற்றும் தாள் ஆ. அதாவது ஒவ்வொரு பெண்ணுக்கும் 2 பக்கங்கள்.
- **உங்களுக்குத் தேவையில்லை:** இந்தக் கையேட்டின் பக்கங்கள் 9 முதல் 14 வரை, விடைகள். இது இல்லாமலும் அமர்வு நடக்கும்.

கையேடு, என் முறை, உன் முறை

குழு 4 முதல் 24 வரை · நிலையான வளர்ச்சி இலக்கு 4, 5 · தமிழ்ப் பதிப்பு · வெளியிடப்பட்டது · AI translation from English master, Machine translation; English master by Nameet Potnis

இந்தப் பதிப்பைப் பற்றி. இந்தப் பதிப்பு ஆங்கிலப் பொதியிலிருந்து செயற்கை நுண்ணறிவால் மொழிபெயர்க்கப்பட்டது. தவறுகள் இருக்கலாம். ஏதேனும் திருத்த வேண்டும் என்றாலோ வேறு விதமாகச் சொல்ல வேண்டும் என்றாலோ hello@potnis.org என்ற முகவரிக்கு எழுதுங்கள் — நாங்கள் திருத்துவோம்.

About this edition. This edition was translated from the English pack with AI. It may contain mistakes. Write to hello@potnis.org if something should be fixed or said differently — we will update it.

அறைக்குள் நுழைவதற்கு முன்

- **காத்திருப்பது ஒரு திறன், நல்ல நடத்தை அல்ல. நன்றாகக் காத்திருந்ததற்காக ஒரு பெண்ணை ஒருபோதும் பாராட்ட வேண்டாம். யாரும் வெளியேறுவதில்லை, யாரும் வெல்வதில்லை.**
- பறித்துக்கொள்ளும் பெண்ணுக்குக் காத்திருப்பு குறைக்கப்படுகிறது, ஒருபோதும் கூட்டப்படுவதில்லை; அவளது முறை ஒருபோதும் பறிக்கப்படுவதில்லை.
- சுருட்டிய காகிதப் பந்தையோ மடித்த காகிதப் பட்டையையோ அனுப்புங்கள். கடினமான எதையும் வளையத்தின் குறுக்கே அனுப்ப வேண்டாம்; கட்டைவிரலும் ஆள்காட்டி விரலும் சேர்ந்து உண்டாக்கும் வளையத்துள் நுழையும் எதையும் பயன்படுத்த வேண்டாம்.
- 24 பெண்கள் வரை, நான்கு பேர் கொண்ட வளையங்களாக.

இதை வீட்டில் ஒரு முறை படியுங்கள். அறையில் உங்களுக்கு இயக்கத் தாள் மட்டுமே தேவை. இந்தக் கையேடு "நீங்கள்" என்று சொல்லும்போது, அமர்வை நடத்தும் நபரைக் குறிக்கிறது: ஓர் ஆசிரியர், ஒரு தொண்டர், அல்லது ஒரு மூத்த சகோதரி.

யாருக்கானது

- **4 முதல் 7 வயது வரை.** ஒரு சிறு பொருளைக் கையில் பிடிக்கத் தெரிந்த, அறை உதவியுடன் ஐந்து வரை எண்ணக்கூடிய பெண்கள். இந்த அமர்வில் எங்கும் படிக்கவோ எழுதவோ தேவையில்லை.
- **வாழ்க்கைத் திறன்கள்.** "நான் கேட்கலாம்" பொதியைப் போன்றது அல்ல; அதே அனுப்பும் விளையாட்டையே அதுவும் பயன்படுத்துகிறது, ஆனால் அங்கே திறன் கேட்பது, இங்கே காத்திருப்பது. கடந்த வாரம் "நான் கேட்கலாம்" நடத்தினீர்கள் என்றால், அதைச் சொல்லி, காத்திருப்பிலிருந்து தொடங்குங்கள்.
- **குழுவின் அளவு.** 4 முதல் 24 பெண்கள். இருபத்தி நான்குக்கு மேல் வளையங்கள் நீளமாகின்றன, அவற்றுடன் காத்திருப்பும் நீளமாகிறது, அமர்வு முறைகளைப் பற்றியதாக இருப்பதை நிறுத்தி வரிசையில் நிற்பதைப் பற்றியதாகிவிடுகிறது.
- **ஒரே அறையில் வேறுபட்ட நிலைகள்.** நான்கு வயதுப் பெண்ணும் ஏழு வயதுப் பெண்ணும் ஒரே வளையத்தில் அமர்ந்து, ஒரே பொருளை அனுப்பி, ஒரே இரு தாள்களைச் செய்கிறார்கள். நீட்டிப்பு செயல்பாட்டுக்கு உள்ளேயே, மூன்று இடங்களில் இருக்கிறது. முன்னேறியிருக்கும் பெண் வளையத்தில் இன்னும் தொலைவில் அமர்கிறாள், எனவே அவளது காத்திருப்பு நீளமாகும். படி 5-ல் முறை அழைப்பவள் பணியை அவள் எடுத்துக்கொள்கிறாள் — அதாவது அவளே "அடுத்து" என்று சொல்லி முறைகளை நடத்துகிறாள், பொருளைக் கடைசியில் வைத்திருக்கிறாள். மேலும் நீங்கள் சேர்ந்து எண்ணாமல், தன் விரல்களைத் தானே எண்ணிக் குறைக்கிறாள். நான்கு வயதுப் பெண் பொருளை வைத்திருப்பவளுக்கு அடுத்தே அமர்கிறாள், எனவே அவளது காத்திருப்பு ஒரு முறை நீளமே; அவள் அருகில் அமர்ந்து அவளது விரல்களை உரக்க எண்ணிக் குறையுங்கள். யாருக்கும் வேறு தாள் இல்லை, யாருக்கும் வேறு விதி இல்லை.

உங்களுக்குத் தேவையானவை

- ஒவ்வொரு பெண்ணுக்கும் ஒரு கற்பவர் தாள் அ மற்றும் ஒரு தாள் ஆ, அதாவது ஒரு பெண்ணுக்கு இரு பக்கங்கள்
- ஒவ்வொரு பெண்ணுக்கும் ஒரு பென்சில், அல்லது இருவருக்கு ஒன்று
- நான்கு பேர் கொண்ட ஒவ்வொரு வளையமும் அனுப்புவதற்கு ஒரு பொருள், கட்டைவிரலும் ஆள்காட்டி விரலும் சேர்ந்து உண்டாக்கும் வளையத்துள் நுழையாதது: உள்ளங்கையை நிரப்பும் ஒரு கல், மடித்த காகிதப் பட்டை, சுருட்டிய காகிதப் பந்து, ஓர் இலை, ஒரு பெரிய பாட்டில்

மூடி. அது கையில் பிடிக்கத் தகுதியானதாகவும், அதே நேரத்தில் எந்த மதிப்பும் இல்லாததாகவும் இருக்க வேண்டும்

- **இலவசமும் விருப்பத்தேர்வும்:** எதுவும் இல்லை
- **இங்கு எதற்கும் பணம் செலவாகாது.**

அமர்வு இந்த வடிவில் இருப்பதற்கான காரணம்

காத்திருப்பது ஒரு திறன், இந்தப் பொதியின் கடினமான பாதி அதுவே. காத்திருக்க முடியாத நான்கு வயதுப் பெண் குறும்புக்காரியும் அல்ல, வேண்டுமென்றே தொந்தரவு செய்பவளும் அல்ல. அவளது காத்திருப்பு முடிவில்லாமல் தெரிகிறது, ஏனென்றால் அது எங்கே முடியும் என்பதை அவள் பார்க்க முடியாது. சுருங்குவதை அவள் பார்க்கக்கூடிய ஒரு காத்திருப்பை அவளுக்குக் கொடுப்பதற்காகவே இந்த அமர்வில் உள்ள அனைத்தும் இருக்கின்றன. தொடங்குவதற்கு முன் இதை உங்களுக்கே சொல்லிக்கொள்ளுங்கள்; ஏனென்றால் பறித்துக்கொள்வதைக் கெட்ட நடத்தையாகக் கேட்டால், காத்திருப்பைக் குறைப்பதற்குப் பதிலாக அந்தப் பெண்ணைத் திருத்தத் தொடங்கிவிடுவீர்கள்.

நன்றாகக் காத்திருந்ததற்காக ஒரு பெண்ணை ஒருபோதும் பாராட்ட வேண்டாம், அதை நல்ல பிள்ளையாக இருப்பது என்று ஒருபோதும் சொல்ல வேண்டாம். காத்திருப்பு நன்மையாக மாறும் தருணத்தில், அது மிகக் கடினமாக இருக்கும் பெண் எல்லாருக்கும் முன்பாகக் கெட்டவள் ஆகிறாள்; காத்திருக்கக் கற்பதற்கு வெகு முன்பே தன்னைப் பற்றி அதைக் கற்றுக்கொள்கிறாள். அவள் செய்ததைப் பாராட்டுங்கள், பண்பை அல்ல: "நீ விரல்களைக் கீழே வைத்தாய்", "நீ ஐந்தில் அதைக் கொடுத்தாய்". அறைக்கு ஒரு வாக்கியம் தேவைப்பட்டால், "காத்திருப்பது கடினம், நாம் பயிற்சி செய்கிறோம்" என்று சொல்லுங்கள், ஒவ்வொரு முறை இது வரும்போதும் மீண்டும் அதையே சொல்லுங்கள்.

காத்திருப்பு, எல்லாரும் உரக்க எண்ணுவதால் ஆனது. ஒரு முழு அறை சொல்லும் ஐந்து எண்களுக்கு ஒரு தரையும் ஓர் உச்சியும் உண்டு. வைத்திருப்பவள் தன் முறை முடிவதைக் கேட்கிறாள், அது அவள் பிடித்துக்கொள்வதை நிறுத்துகிறது; காத்திருக்கும் பெண்களும் அதே ஐந்து எண்களைக் கேட்டு, ஒரு முறை எவ்வளவு நீளம் என்பதைத் துல்லியமாக அறிகிறார்கள். காத்திருக்கும் பெண்ணின் குரலுக்கு ஒரு வேலையையும் அது கொடுக்கிறது; எதுவுமே இல்லாமல் அசையாமல் அமர்ந்திருப்பதை விட அது மிக எளிது.

காத்திருக்கும் கை, கண்ணுக்குத் தெரியாத காத்திருப்பைத் தெரியச் செய்கிறது. தனக்கு முன் உள்ள ஒவ்வொரு முறைக்கும் ஒரு விரல், பொருள் நகரும்போதெல்லாம் ஒரு விரல் கீழே. தன் காத்திருப்பு சிறுத்துக்கொண்டே வருவதை அவள் தன் சொந்தக் கையில் பார்க்கிறாள் — கடிகாரம் இல்லை, விளக்கப்படம் இல்லை, அச்சிட எதுவும் இல்லை. மூன்று விரல்கள் என்பது அவள் தாங்கக்கூடிய காத்திருப்பு. "கொஞ்சம் பொறு" என்பது அல்ல.

உண்மையான ஏதோ ஒன்று நகர வேண்டும். உங்கள் விளக்கத்தில் மட்டும் இருக்கும் ஒரு முறை, ஒரு முறையே அல்ல. கல் வளையத்தைக் கடக்கிறது, யாருக்குத் தகுதி உண்டு என்று நீங்கள் முடிவு செய்ததால் அல்ல, எண்ணிக்கை ஐந்தை எட்டியதால். வளையம் இயங்கத் தொடங்கியபிறகு உங்கள் கைகளை அதிலிருந்து விலக்கி வையுங்கள்.

யாரும் வெளியேறுவதில்லை, யாரும் வெல்வதில்லை. எந்தப் பெண்ணும் வளையத்திலிருந்து வெளியே அனுப்பப்படுவதில்லை, எந்தப் பெண்ணும் சிறந்து காத்திருந்தவள் என்று பெயரிடப்படுவதில்லை, இறுதியில் பரிசும் இல்லை. மெதுவாக விளையாடுபவர்களை வெளியே அனுப்பும் முறை மாறி விளையாடும் விளையாட்டுகள், இந்தப் பொதி யாருக்காக இருக்கிறதோ அந்தப் பெண்ணுக்கு மிகச் சரியாகத் தவறான விளையாட்டுகள். ஒரு பெண் எண்ணிக்கையை இழந்தாலும், பொருள் அவளை வந்து சேரும்.

அவளது தாளில் எதையும் எழுதித்தான் ஆக வேண்டும் என்பதில்லை. இந்தக் குழுவில் பெரும்பாலானோருக்கு எழுதத் தெரியாது, சிலருக்குத் தன் பெயரையும் எழுதத் தெரியாது; எனவே யாரும் கேட்க வேண்டிய நிலை வருவதற்கு முன்பே, தாள்களைக் கொடுக்கும்போதே பெயர்களை நீங்கள் எழுதுங்கள். காத்திருப்புப் பெட்டியில் உள்ள அவளது குறிகளே அவளது பதிவு, அவளது அட்டையில் உள்ள உங்கள் கையெழுத்தே அவளது சொற்கள்.

அனைவரையும் உள்ளடக்குதல்

இன்னும் படிக்கத் தெரியாத பெண். இந்த அமர்வில் அவள் எதையும் படிப்பதில்லை. ஒவ்வொரு விதியும் வாய்மொழியாகச் சொல்லப்படுகிறது, உங்கள் கையில் உள்ள பொருளுடன் காட்டப்படுகிறது, அறை அதை மீண்டும் சொல்கிறது. தாள்களில் உள்ள சில சொற்களை, ஒவ்வொரு பெட்டியையும் சுட்டிக்காட்டி ஒரு முறை உரக்கப் படியுங்கள்; அவள் குறியிடுகிறாள், வரைகிறாள். தாள் ஆ-வில் தன் அட்டையில் என்ன எழுத வேண்டும் என்று அவள் சொல்கிறாள், நீங்கள் எழுதுகிறீர்கள். மற்ற எல்லாரையும் போலவே அதே இரு தாள்களுடன் அவள் முடிக்கிறாள்.

CC BY 4.0 · Potnis Family / potnis.org

தாமதமாக வரும் பெண். பொருளை வைத்திருப்பவள் யாரோ அவளுக்கு அடுத்தே வளையத்தில் அவளை அமர்த்துங்கள்; அப்போது அவளது முதல் காத்திருப்பு ஒரு முறை நீளமே, அவளது முறை உடனேயே வந்துவிடும். கதவில் ஒரே வாக்கியம் சொல்லுங்கள்: "அது உன்னிடம் வந்ததும், நாங்கள் எண்ணும்போது இரு முறை தட்டி, பிறகு கொடுத்துவிடு." இரு முறைகள் கடந்து செல்வதைப் பார்த்து மற்றதை அவள் எடுத்துக்கொள்கிறாள். அவள் எங்கே இருந்தாள் என்று குழுவுக்கு முன்பாக ஒருபோதும் கேட்க வேண்டாம்; தன் முதல் முறையைப் பெற முழுச் சுற்றும் காத்திருக்கச் செய்ய வேண்டாம்.

அறையில் ஆண் குழந்தைகள். ஆண் குழந்தைகளும் அதே வளையங்களில் அமர்ந்து, அதே பொருளை அனுப்பி, அதே தாள்களைச் செய்கிறார்கள். அமர்வைப் பெண்களை மையமாக வைத்திருக்க இரண்டு செய்யுங்கள்; அவை இரண்டும் யாரையும் விலக்குவதில்லை. படி 5-ல் உள்ள முறை அழைப்பவள் பணி முதலில் பெண்களுக்குச் செல்கிறது, அமர்வு முழுவதும் ஆண்களை விடப் பெண்களுக்கு அதிகமாகச் செல்கிறது; ஏனென்றால் முறைகளை நடத்துவதே அதிகாரம் கொண்ட பகுதி. மேலும், ஒரு பெண்ணுக்காகப் பொருளைக் குறுக்கே கையை நீட்டி நகர்த்தும் ஆண் குழந்தையைக் கவனியுங்கள் — அது கருணையுடன் செய்யப்படுகிறது, ஆனால் அவளது முறையைப் பறித்துவிடுகிறது. மெதுவாகக் கையை உயர்த்திச் சொல்லுங்கள்: "நன்றி. அதைக் கொடுப்பது அவளது முறை."

இன்று அசையாமல் அமர முடியாத பெண். அவளுக்கு முறை அழைப்பவள் பணியைக் கொடுங்கள், அல்லது எழுந்து நின்று தன் முறையை எடுக்கவிடுங்கள், அல்லது பொருளை வளையத்தின் குறுக்கே அடுத்த பெண்ணிடம் நடந்து கொண்டுபோகவிடுங்கள். நகர்வது காத்திருப்பின் எதிர்ச்சொல் அல்ல. இதைப் பற்றி எதையும் பதிவு செய்ய வேண்டாம்.

தவறாகப் போனால்

ஒரு பெண் ஒவ்வொரு சுற்றிலும் பறித்துக்கொள்கிறாள், வளையம் அவளைப் பற்றிக் குறை சொல்லத் தொடங்குகிறது. இது நடக்கும், பொதுவாக அதே பெண்ணுக்கு. மற்றவர்களுக்கு முன்பாக அவளைத் திருத்த வேண்டாம், வளையமும் அவளைத் திருத்த விடவேண்டாம்: முழு வளையத்திற்கும் ஒரே முறை சொல்லுங்கள் — "காத்திருப்பது கடினம், நாம் எல்லாரும் பயிற்சி செய்கிறோம்." பிறகு அவளது காத்திருப்பை நீட்டுவதற்குப் பதிலாகக் குறைக்கவும். வைத்திருப்பவளுக்கு அடுத்து அவளது இடத்தை மாற்றுங்கள், அப்போது அவள் மூன்று முறைகள் அல்ல, ஒரு முறையே காத்திருப்பாள். அவளுக்கு முறை அழைப்பவள் பணியைக் கொடுங்கள்;

பணி உள்ள பெண் வெறுங்கையுடன் காத்திருப்பதில்லை. அவள் அருகில் உரக்க விரல்களை எண்ணிக் குறையுங்கள், அப்போது முடிவு வருவதை அவள் கேட்க முடியும். அதற்குப் பிறகும் காத்திருப்பைத் தாங்க முடியாவிட்டால், காத்திருக்கும்போது பிடித்துக்கொள்ள அவளுக்கே ஒரு பொருளைக் கொடுத்து, அவளுடன் மட்டும் அதை முன்னும் பின்னும் அனுப்புங்கள். காத்திருக்க முடியாதவள் என்று அவளுக்கு ஒருபோதும் பெயரிட வேண்டாம், தண்டனையாக அவளது முறையை ஒருபோதும் பறிக்க வேண்டாம்.

வைத்திருப்பவள் விடுவதில்லை, வளையம் நின்றுவிடுகிறது. யாரோ ஐந்தை எட்டியபிறகும் பிடித்துக்கொண்டிருக்கிறாள். அவளது கையிலிருந்து இழுக்க வேண்டாம், தண்டனையாக எண்ணிக்கையை மீண்டும் தொடங்க வேண்டாம். உங்கள் கையை விரித்து அவளது கைக்கு அருகில் வைத்து, "ஐந்து, இப்போது உன் முறை முடிந்தது" என்று சொல்லி, மூன்று விநாடிகள் காத்திருங்கள். அதற்குப் பிறகும் பிடித்துக்கொண்டிருந்தால், வளையத்தை இன்னொரு முறை உரக்க ஐந்து வரை எண்ணச் சொல்லி, அந்த ஐந்தில் அதை எடுங்கள். பிறகு அடுத்த சுற்றில் அவளுக்கே அது முதலில் கிடைப்பதை உறுதி செய்யுங்கள்; விட்டுக்கொடுத்தது அவளுக்கு எதையும் இழக்கச் செய்யவில்லை. ஒரு பெண்ணால் ஒரு பொருளையே விட்டுக்கொடுக்க முடியாவிட்டால், அவளுக்கே ஒன்றைக் கொடுத்து, வளையம் இரண்டாவது ஒன்றை அனுப்பிக்கொள்ளலாம்.

தகவமைத்துக்கொள்வது

- "என் முறை", "உன் முறை" என்பதற்குப் பெண்கள் வீட்டில் பேசும் மொழியில் உண்மையாகப் பயன்படுத்தும் சொற்களையே பயன்படுத்துங்கள். இலக்கணச் சரியான வாக்கியத்தை விட இரு சிறு சொற்களே சிறந்தவை.
- அனுப்பும் பொருளை, உங்கள் அறையில் ஏற்கெனவே இருக்கும் எதையும் கொண்டு மாற்றிக்கொள்ளுங்கள் — எல்லாரும் அதைக் கையில் பிடிக்க விரும்ப வேண்டும், அதே நேரத்தில் அது தொலைந்தால் யாரும் வருத்தப்படக் கூடாது.
- அறை எந்த மொழியில் எண்ணுகிறதோ அதிலேயே எண்ணுங்கள்; மிகச் சிறிய பெண்களுடன் ஐந்துக்குப் பதிலாக மூன்று வரை எண்ணுங்கள். வளையங்கள் இயங்கத் தொடங்கியபிறகு ஐந்துக்கு நகருங்கள்.
- முறை என்பது தட்டுவதாகவே இருக்க வேண்டியதில்லை. உன் பெயரைச் சொல், இரு முறை கைதட்டு, ஒரு முறை தாண்டு, ஒரு விலங்கின் பெயரைச் சொல் — எதுவானாலும் ஆகும். ஒரு பணியைத் தேர்ந்து, அமர்வு

முழுவதும் அதையே வைத்திருங்கள்; சுற்றின் நடுவில் பணியை மாற்றுவது காத்திருப்பையே புதிதாகக் கற்க வேண்டிய ஒன்றாக மாற்றிவிடுகிறது.

- வளையங்கள் அமைக்க அறை மிகவும் நிரம்பியிருந்தால், வளையத்திற்குப் பதிலாக ஒரு வரிசை அமைத்து, தனக்கு முன் எத்தனை பேர் இருக்கிறார்கள் என்பதைப் பெண்கள் பார்க்கவிடுங்கள். ஒரு பெண் எண்ணக்கூடிய வரிசையும், அவள் எண்ணக்கூடிய கையைப் போலவே நல்லது.

குறைவாகவோ கூடுதலாகவோ நடத்துவது

30 நிமிடம். 0 முதல் 10 ஒரு பொருள், ஒரு முறை, அறை ஐந்து வரை எண்ணுகிறது; 10 முதல் 18 நான்கு பேர் வளையங்கள், விரல்கள் கீழே; 18 முதல் 24 நீளமான காத்திருப்பு, முறை அழைப்பவள்; 24 முதல் 30 தாள்கள், நிறைவு. புதிய குழுவுக்கு இதுவே இந்தப் பொதியின் உண்மையான வடிவம். இது விட்டுக்கொடுப்பது: இரண்டு அல்லது மூன்று பெண்களுக்கே முறை அழைப்பவள் பணி கிடைக்கும், படி 5-ல் உள்ள எட்டு பேர் வளையம் நடக்காமலே போகலாம், தாள் ஆ-வில் உள்ள அட்டைகள் வரையப்படும் ஆனால் வெட்டப்படாமல் போகலாம் — அவற்றை ஒதுக்கி வைத்து நாள் முடிவில் வெட்டுங்கள். இந்தக் கடிகாரத்தில் தாள்கள் கடைசியாக வருகின்றன, முடிக்கப்படாமல் இருக்கலாம்: குறிகளும் ஓர் ஓவியமும் இருந்தால் அது முடிக்கப்பட்ட தாளே.

45 நிமிடம். 0 முதல் 14 ஒரு பொருள், ஒரு முறை, அறை ஐந்து வரை எண்ணுகிறது; 14 முதல் 25 நான்கு பேர் வளையங்கள், விரல்கள் கீழே; 25 முதல் 35 நீளமான காத்திருப்பு, முறை அழைப்பவள்; 35 முதல் 45 தாள்கள், நிறைவு. கூடுதல் நேரம் எட்டு பேர் வளையத்தில் இரண்டாவது சுற்றையும், சிலருக்கு மட்டும் அல்லாமல் பெரும்பாலான பெண்களுக்கு முறை அழைப்பவள் பணியையும் வாங்கித் தருகிறது.

60 நிமிடம். 0 முதல் 18 ஒரு பொருள், ஒரு முறை, அறை ஐந்து வரை எண்ணுகிறது; 18 முதல் 32 நான்கு பேர் வளையங்கள், விரல்கள் கீழே; 32 முதல் 46 நீளமான காத்திருப்பு, முறை அழைப்பவள்; 46 முதல் 60 தாள்கள், நிறைவு. ஏற்கெனவே அரை மணி நேரம் அமரும் நிலைத்த குழுவுடன் மட்டுமே இந்த நீளத்தைப் பயன்படுத்துங்கள். கூடுதல் நேரம் கூடுதல் முறைகளையும், விரும்பும் ஒவ்வொரு பெண்ணுக்கும் முறை அழைப்பவள் பணியையும், அட்டையை வெட்டுவதற்கான நேரத்தையும், ஒரு பெரிய வளையத்தைச் சுற்றிப் பொருள் முழுவதும் செல்லும் மெதுவான நிறைவுச் சுற்றையும் சேர்க்கிறது. புதிய விதி எதுவும் இல்லை, புதிய தாளும் இல்லை; ஏனென்றால்

இந்த வயதில் நீளமான அமர்வு என்பது கூடுதல் பாடம் அல்ல, கூடுதல் பயிற்சி.

பாதுகாப்பாக வைத்திருப்பது

ஒரே பொருள் அமர்வு முழுவதும் கைக்குக் கை அனுப்பப்படும், குறைந்தது ஒரு முறை அது வீசப்படும். எதுவும் வாய்க்குள் போகக் கூடாது. எதையும் கொடுப்பதற்கு முன், அது ஒரு குழந்தையின் வாய்க்குள் நுழைய முடியாது என்பதைச் சரிபாருங்கள்: கட்டைவிரலும் ஆள்காட்டி விரலும் சேர்ந்து உண்டாக்கும் வளையத்துள் அது நுழைந்தால், இந்த அறைக்கு அது மிகச் சிறியது. விதைகள், மணிகள், நாணயங்கள், சிறிய பாட்டில் மூடிகள் — ஆகாது. கொடுத்ததை இறுதியில் எண்ணித் திரும்பப் பெறுங்கள். சுருட்டிய காகிதப் பந்தோ மடித்த காகிதப் பட்டையோ கல்லை விடப் பாதுகாப்பானது, அதே அளவு நன்றாகவும் வேலை செய்கிறது. கடினமான எதுவும் வளையத்தின் குறுக்கே வீசப்படுவதில்லை.

CC BY 4.0 · Potnis Family / potnis.org. ஆங்கிலத்தில் எழுதி பதிப்பித்தவர் நமீத் போத்னிஸ் (Nameet Potnis). இந்தத் தமிழ்ப் பதிப்பு ஆங்கிலப் பதிப்பிலிருந்து செயற்கை நுண்ணறிவால் மொழிபெயர்க்கப்பட்டது; தமிழில் இதை எந்த மனிதரும் சரிபார்க்கவில்லை. பெயர் குறிப்பிட்டு நகலெடுங்கள், அச்சிடுங்கள், தகவமைத்துக்கொள்ளுங்கள், பகிருங்கள்.

விடைகளும் வழிநடத்தல் குறிப்புகளும்

விடைகளும் நீங்கள் சொல்வதும், என் முறை, உன் முறை

இந்தப் பதிப்பைப் பற்றி. இந்தப் பதிப்பு ஆங்கிலப் பொதியிலிருந்து செயற்கை நுண்ணறிவால் மொழிபெயர்க்கப்பட்டது. தவறுகள் இருக்கலாம். ஏதேனும் திருத்த வேண்டும் என்றாலோ வேறு விதமாகச் சொல்ல வேண்டும் என்றாலோ hello@potnis.org என்ற முகவரிக்கு எழுதுங்கள் — நாங்கள் திருத்துவோம்.

About this edition. This edition was translated from the English pack with AI. It may contain mistakes. Write to hello@potnis.org if something should be fixed or said differently — we will update it.

விடைகள்

இந்தப் பொதியில் ஒரே சரியான விடை என்று எதுவும் இல்லை, இதில் எதற்கும் மதிப்பெண் இல்லை. ஒரு முறை எவ்வளவு சிறியதாக இருந்தாலும் அது ஒரு முறையே; காத்திருப்பு எப்படிக் கடந்து சென்றாலும் அது காத்திருப்பே.

ஒரு முறை எடுத்ததாகக் கணக்கிடப்படுவது எது:

அவள் செய்வது	ஒரு முறையாகக் கணக்கிடப்படுமா
வளையம் ஐந்து வரை எண்ணும்போது பொருளை இரு முறை தட்டுகிறாள்	ஆம்
அதைப் பிடித்துக்கொண்டு எதுவும் செய்யாமல், ஐந்தில் கொடுத்துவிடுகிறாள்	ஆம்
ஒரு முறை, அல்லது பத்து முறை தட்டி, பிறகு கொடுக்கிறாள்	ஆம்
எழுந்து நின்று தன் முறையை எடுக்கிறாள், அல்லது அதை அடுத்தவளிடம் நடந்து கொண்டுபோகிறாள்	ஆம்
தனக்கு அடுத்திருக்கும் பெண்ணுடன் சேர்ந்து, அதே நேரத்தில் தன் முறையை எடுக்கிறாள்	ஆம், மேலும் அமர்வில் பிறகு அவளுக்குத் தனியாக ஒரு முறை கொடுங்கள்
இன்று அதை எடுக்கவே மாட்டாள்	நேரடியாக அடுத்தவளுக்குக் கொடுத்தால் ஆம். அடுத்த சுற்றில் மீண்டும் கொடுங்கள், காரணம் கேட்க வேண்டாம்

காத்திருப்பதாகக் கணக்கிடப்படுவது எது:

அவள் செய்வது	காத்திருப்பதாகக் கணக்கிடப்படுமா
பொருள் நகரும்போதெல்லாம் ஒரு விரலைக் கீழே வைக்கிறாள்	ஆம்
அறையுடன் சேர்ந்து, உரக்க, முழு நேரமும் எண்ணுகிறாள்	ஆம்
தன் காத்திருப்பு அட்டையைப் பிடித்துக்கொள்கிறாள், அல்லது தன் சொந்தப் பொருளைப் பிடித்துக்கொள்கிறாள்	ஆம்
நெளிகிறாள், எழுந்து நின்று வளையத்தைச் சுற்றி நடந்து திரும்பி வருகிறாள்	ஆம். நகர்வது காத்திருப்பின் எதிர்ச்சொல் அல்ல
முன்னதாகவே கையை நீட்டி, பிறகு கையைப் பின்வாங்குகிறாள்	ஆம், அதைச் சொல்லுங்கள்: "நீ கையைத் திரும்ப வைத்தாய்"

பயன்படுத்த வேண்டிய சொற்களும் விட வேண்டிய சொற்களும். "நீ ஐந்தில் அதைக் கொடுத்தாய்" என்று சொல்லுங்கள், "நல்ல பெண்" என்று ஒருபோதும் சொல்ல வேண்டாம். "காத்திருப்பது கடினம், நாம் எல்லாரும் பயிற்சி செய்கிறோம்" என்று சொல்லுங்கள், "அழகாகக் காத்திரு" அல்லது "பொறுமையாக இரு" என்று ஒருபோதும் சொல்ல வேண்டாம். "அதைக் கொடுப்பது அவளது முறை" என்று சொல்லுங்கள், "நீ பேராசைப்படுகிறாய்" என்று ஒருபோதும் சொல்ல வேண்டாம். வளையத்தில் சிறந்து காத்திருந்தவள் என்று ஒரு பெண்ணை ஒருபோதும் உயர்த்திக் காட்ட வேண்டாம்: இந்தப் பொதி யாருக்கு மிகவும் தேவையோ அந்தப் பெண்களே அதைத் தங்களைப் பற்றிய ஒரு தரவரிசையாகக் கேட்பார்கள்.

ஒரு முறைக்காக நீங்கள் கொடுக்கக்கூடிய பணிகள் — எல்லாம் சிறியவை, எல்லாம் இந்த அறைக்குள். கல்லை இரு முறை தட்டு. உன் பெயரைச் சொல். இரு முறை கைதட்டு. ஒரு முறை தாண்டு. ஒரு விலங்கின் பெயரைச் சொல். அதை உயரே தூக்கிப் பிடித்து, பிறகு கீழே வை. ஒன்றைத் தேர்ந்து, அமர்வு முழுவதும் அதையே வைத்திருங்கள்.

நீங்கள் காணக்கூடியவை

தாளில் இருப்பது	அடுத்து என்ன தருவது
முறைப் பெட்டி வரையப்பட்டிருக்கிறது, காத்திருப்புப் பெட்டி வெறுமையாக இருக்கிறது	அவளுடன் சேர்ந்து, அவளது விரல்களைப் பயன்படுத்தி, ஒரு காத்திருப்புக்கு ஒரு குறியாக உரக்க எண்ணிக் காட்டுங்கள். பிறகு அடுத்த சுற்றில் அவளை வைத்திருப்பவளுக்கு அடுத்து அமர்த்துங்கள், அப்போது அவளது காத்திருப்பு ஒரு முறை நீளமே
இரு பெட்டிகளிலும் குறிகள் உள்ளன, ஆனால் தாள் ஆ-வில் யாரும் வரையப்படவில்லை	அவள் யாருக்குக் கொடுத்தாள் என்று கேட்டு, அந்தப் பெண்ணைச் சுட்டிக்காட்டுங்கள். ஒரு தலையும் இரு கோடுகளும் வரையவிடுங்கள். இந்தத் தாளில் ஒரு வடிவமே ஒரு மனிதர்
இரு பெட்டிகளிலும் குறிகள், ஒரு மனிதர் வரையப்பட்டிருக்கிறார், அட்டையும் செய்யப்பட்டிருக்கிறது	அவளுக்கு நீளமான காத்திருப்பைக் கொடுங்கள்: வளையத்தில் இன்னும் தொலைவில் ஓர் இடம், பிறகு முறை அழைப்பவள் பணி. நீங்கள் சேர்ந்து எண்ணாமல், தன் விரல்களைத் தானே எண்ணிக் குறைக்கவிடுங்கள்
காத்திருப்புப் பெட்டி முழுவதும் குறிகள், அவளது காத்திருப்புகளை விட மிக அதிகம்	அவற்றை அப்படியே விடுங்கள். அவள் எதையோ எண்ணுகிறாள். அவளுடன் சேர்ந்து எண்ணைச் சொல்லி, முன்னே செல்லுங்கள்
இரு தாள்களிலும் எதுவும் இல்லை	அவள் அருகில் அமர்ந்து, மூன்று முறைகளுக்கு நீங்களே அவளது வளையமாக இருங்கள் — நீங்களும் அவளும், பொருளை முன்னும் பின்னும் அனுப்பிக்கொள்ளுங்கள். ஒரு முறை எடுத்ததே முடிக்கப்பட்ட அமர்வு

தடைபடும் இடங்கள்

என்ன நடக்கிறது	என்ன சொல்வது அல்லது செய்வது
விரல்கள் கீழே வருவதற்கு முன் அதை எடுக்கிறாள்	உங்கள் கையில் திரும்ப வையுங்கள். அவளுடன் சேர்ந்து உரக்க விரல்களை எண்ணிக் குறையுங்கள். அவை தீர்ந்தபிறகு வளையம் அதை அவளுக்குக் கொடுக்கவிடுங்கள்
ஐந்தை எட்டியபிறகும் விடுவதில்லை	உங்கள் கையை விரித்து அவளது கைக்கு அருகில் வையுங்கள். "ஐந்து, இப்போது உன் முறை முடிந்தது." மூன்று விநாடிகள் காத்திருந்து, பிறகு வளையத்துடன் இன்னொரு முறை ஐந்து எண்ணி அதை எடுங்கள். அடுத்த சுற்றில் அவளுக்கே முதலில் கொடுங்கள்
வளையம் அதே பெண்ணைப் பற்றிக் குறை சொல்லத் தொடங்குகிறது	அவளிடம் அல்ல, முழு வளையத்திற்கும்: "காத்திருப்பது கடினம், நாம் எல்லாரும் பயிற்சி செய்கிறோம்." பிறகு அவளது காத்திருப்பைக் குறையுங்கள், நீட்ட வேண்டாம்
தன் விரல்களின் எண்ணிக்கையை இழக்கிறாள்	அவளுக்கும் பொருளுக்கும் இடையே உள்ள பெண்களின் எண்ணிக்கையிலிருந்து மீண்டும் தொடங்குங்கள். பொருள் அவளை வந்து சேரும். எண்ணிக்கையை இழப்பது எதையும் இழக்கச் செய்யாது
காத்திருப்பு மிக நீளம் என்று அழுகிறாள்	அவளை வைத்திருப்பவளுக்கு அடுத்து அமர்த்தி, அவளுடன் உரக்க எண்ணி, அவளது முறை அடுத்ததாக வரவிடுங்கள். குழுவுக்கு விளக்க வேண்டாம், அவர்களுக்கு முன்பாக என்ன பிரச்சினை என்று சொல்லச் சொல்ல வேண்டாம்
இரு பெண்கள் ஒரே பொருளைப் பிடித்துக்கொள்கிறார்கள்	அதை உங்கள் கையில் எடுத்துக்கொள்ளுங்கள். "எண்ணிக்கை ஐந்தை எட்டும்போது அது நகரும்." பிறகு இருவருக்கும் அவர்களுக்கே தனித்தனியாக ஒரு பொருளைக் கொடுங்கள்
இன்னும் எத்தனை முறைகள் மிச்சம் என்று மீண்டும் மீண்டும் கேட்கிறாள்	ஒவ்வொரு முறையும் எண்ணைச் சொல்லிப் பதிலளியுங்கள். அவளிடம் இருக்கும் ஒரே அளவுகோலைப் பயன்படுத்துகிறாள். பிறகு அவளுக்கு முறை அழைப்பவள் பணியைக் கொடுங்கள்

என்ன நடக்கிறது	என்ன சொல்வது அல்லது செய்வது
ஒவ்வொரு சுற்றிலும் தானே முறை அழைப்பவளாக இருக்க விரும்புகிறாள்	ஆளுக்கு இரு சுற்று; அது உங்கள் தேர்வு அல்ல, ஒரு விதி என்பதற்காக அந்த விதியை உரக்கச் சொல்லுங்கள். அதற்குப் பதிலாக நீளமான இடத்தைக் கொடுங்கள், அதுவே கடினமான பணி
தன் பெயரை எழுத முடியவில்லை	தாளைக் கொடுக்கும்போதே, அவள் கேட்க வேண்டிய நிலை வருவதற்கு முன்பே நீங்களே எழுதுங்கள்
தன் அட்டையை வைத்துக்கொள்ள விரும்பவில்லை	அவள் கேட்டால் எடுத்துக்கொள்ளக்கூடிய ஓர் இடத்தில் வையுங்கள். காரணம் கேட்க வேண்டாம்

அமர்வுக்குப் பிறகு

காத்திருக்கும் கையை வைத்துக்கொள்ளுங்கள். வரிசையிலும், குழாயடியிலும், கதவிலும் அது வேலை செய்கிறது, அதற்குப் பணம் எதுவும் செலவாகாது; எனவே வாரம் முழுவதும் அதையே அதே வழியில் பயன்படுத்துங்கள் — எத்தனை முறைகள் என்பதை விரல்களில் உயர்த்திக் காட்டி, உரக்க எண்ணிக் குறைத்து, அது சுருங்குவதை அவள் பார்க்கவிடுங்கள். அடுத்த வாழ்க்கைத் திறன் அமர்வை "உன் மிக நீளமான காத்திருப்பு எவ்வளவு நீளம்?" என்ற கேள்வியுடன் தொடங்கலாம். இந்தப் பொதியில் எதுவும் மதிப்பிடப்படுவதில்லை, எண்ணப்படுவதில்லை, அறிக்கையாக்கப்படுவதில்லை; எந்தப் பெண்ணின் காத்திருப்பும் எங்கும் எழுதி வைக்கப்படுவதில்லை.

CC BY 4.0 · Potnis Family / potnis.org