



ISSN 1206-0585

ஆரம்பம்
பெப்ரவரி 1991P.O. Box-3, Station F
Toronto, ON M4Y-2L4,
Canadaதொலைபேசி:
416 920 9250மின்னஞ்சல்
tamilsinfo@sympatico.caதயாரிப்பு
ஈழத்தமிழர் தகவல் நிலையம்
ரொறன்ரோ &
தமிழர் தகவல் ஆய்வுப் பிரிவுவெளியீடு
அகிலன் அசோஷியேற்றல்முதன்மை ஆசிரியர்
திரு எஸ். திருச்செல்வம்இணை ஆசிரியர்
ரஞ்சி திருஉதவி ஆசிரியர் &
தயாரிப்பு முகாமையாளர்
சசி பத்மநாதன்உதவி ஆசிரியர்கள்
குயின்ரஸ் துரைசிங்கம்
அனோஜினி குமாரதாசன்பொது முகாமையாளர்
ஆர். ஆர். ராஜ்குமார்பொதுமக்கள் தொடர்பு
என். விமலநாதன்
என். குமரதாசன்
இ. சிவலிங்கம்
வே. விவேகானந்தன்
ப. சிவசுப்பிரமணியம்தொழில்நுட்ப உதவி
ஹரன் கிறாஃப்மாதாந்தம்
5000 பிரதிகள்ஆண்டு மலர்
6000 பிரதிகள்இணையம்
www.tamilsinformation.info

ஆசிரியரிடமிருந்து...

From the Editor

தேயிலை, அகதிகள், குரங்குகள்!

1990ன் பிற்பகுதியில் ஒட்டாவாவில் நடைபெற்ற புதிய குடிவரவாளர் தொடர்பான மாநாடு ஒன்றின் பிரதிநிதிகளில் ஒருவராக நான் பங்கு - பற்றினேன். நிகழ்ச்சி நிரலில் எனது பெயருடன் சிறீலங்கா என்று பொறிக்கப்பட்டிருந்தது.

மாநாட்டில் பங்குபற்றிய பலர் சிறீலங்கா எங்கிருக்கிறது என்று வினவினர். இந்தியாவின் கீழ்முனையைக் காட்டி நான் விளக்கியபோது 'சிலோன்' என்று பலரும் தெரிவித்தனர்.

சிலோன் தேயிலை அன்று வெளிநாடுகளில் பிரபல்யம் பெற்றிருந்ததால், இலங்கை சர்வதேச அளவில் தெரியப்பட்டிருந்தது. இதனால் தேயிலையை அடையாளப்படுத்தியே சிலோனை பலரும் குறிப்பிடுவர்.

தேயிலை ஏற்றுமதியால் சிலோன் என்ற பெயர் பெற்றிருந்த முக்கியத்து - வத்தை, அதன் பெயர் சிறீலங்கா ஆகிய பின்னர் தமிழ் அகதிகள் ஏற்றுமதியாக மாற்றிக் கொண்டது. ஈழத்தமிழருக்கு நேர்ந்த இன்னலுக்காக பல்நாட்டு பிரதிநிதிகளும் தங்கள் அனுதாபத்தைத் தெரிவித்தனர். இது இருபது ஆண்டுகளுக்கு முன்னைய கதை.

சிறீலங்கா என்று பெயர் மாற்றம் பெற்ற இலங்கை இன்று பிச்சைக்கார நாடாக உலகத்திடம் கடன் பெற்று மக்களுக்குத் தீனி போடும் நிலைக்குத் தள்ளப்பட்டுள்ளது. தேசத்தின் பாதுகாவலனாக சிங்கள பெளத்த மக்களால் தெரிவான கோதபாய தனது உயிரைக் காப்பாற்ற நாட்டைவிட்டுத் தப்பியோடியதே பசி பொறுக்காத மக்களின் போராட்டத்தால்தான்.

ஆட்சி மாறியபோதும் மக்களுக்கு இன்னும் விமோசனம் கிடைக்கவில்லை. இதற்கு அரசுக்குத் தேவைப்படுவது பணம். கடனாக வந்தாலும் சரி, நன்கொடையாகக் கிடைத்தாலும் சரி, அரசு சொத்துகளை விற்றுப் பெற்றாலும் சரி எப்படையாயினும் பணம் கிடைத்தால் போதும்.

இந்த வகையில் ரணிலுக்கு இப்போது கைகொடுக்க முன்வந்துள்ள இலங்கைக் குரங்குகள். இராமர் அணைகட்ட உதவிய குரங்குகள், அனுமாரின் தலைமுறையென காவியங்கள் எடுத்துரைக்கும் குரங்குகள் இன்று ரணிலுக்கும் உதவுகின்றன.

கடலாலும் தரையாலும் இலங்கையைத் தனதாக்கிக் கொண்டிருக்கும் சீனாவுக்கு இலங்கைக் குரங்குகள் தேவைப்படுகின்றன. முதற் தொகுதி - யாக ஒரு லட்சம் குரங்குகள் சீனாவின் உணவுத் தேவைக்கு, ஆய்வுகூட பரிசோதனைக்கு, இனப்பெருக்கத்துக்குத் தேவைப்படுகின்றனவாம். எதுவானால் என்ன - ஒரு குரங்குக்கு 25,000 ரூபா கிடைக்குமென்றால் நாட்டின் ஒட்டுமொத்த குரங்குகளையும் ஏற்றிவிட ஆட்சிபீடம் தயாராகிவிடும்.

உள்நாட்டில் கட்சி தாவுபவர்களை வரவேற்கத் தயாராகவுள்ள ரணில், காடுகளில் கொப்புகள் தாவித்திரியும் குரங்குகளை சீனாவுக்கு ஏற்றுமதி செய்வது முரண்பாடான விந்தை.

தேயிலை, தமிழ் அகதிகள், குரங்குகள் என்பவற்றையடுத்து இனிமேல் ஏற்றுமதி செய்யக்கூடியவையாக வேறென்ன இருக்கிறது? நாய்கள், பாம்புகள், எலிகள், வெளவால்கள், முதலைகள்..... முடிவு சீனாவின் கைகளில்தான் தங்கியுள்ளது.

திரு எஸ். திருச்செல்வம்



ISSN 1206-0585

Established
February 1991P.O. Box-3, Station F
Toronto, ON M4Y-2L4,
Canada

Tel: 416 920 9250

E-mail
tamilsinfo@sympatico.caProduced by
Eelam Thamil Information
Centre (ETHIC) of Toronto &
Thamil Information
Research Unit (THIRU)Published by
Ahilan AssociatesEditor in chief
Thiru S. ThiruchelvamAssociate Editor
Ranji ThiruAssistant Editor and
Production Manager
Sasi PathmanathanAssistant Editors
Quintus Thuraingam
Anojini KumaradasanGeneral Manager
R. R. RajkumarPublic Relation
N. Vimalanathan
N. Kumaradasan
R. Sivalingam
V. Vivekanathan
P. SivasubramaniamTechnical Support
Haran GraphMonthly
5000 CopiesAnnual
6000 CopiesWebsite
www.tamilsinformation.info



32வது ஆண்டு விருது விழாவும் ஆண்டு மலர் வெளியீடும்

கனடியத் தமிழரின் அடையாளமாகத் திகழும் கனடாவின் மூத்த தமிழ் இதழான தமிழர் தகவலின் 32வது ஆண்டு விருது விழா 32வது ஆண்டு பூர்த்தி மலர் வெளியீடுடன் இணைந்தாக எதிர்வரும் ஜூலை மாதம் 8ம் திகதி சனிக்கிழமை இடம்பெறவுள்ளது.

1991ம் ஆண்டு பெப்ரவரி மாதம் வெளிவர ஆரம்பித்த தமிழர் தகவலின் வருடாந்த விழாக்கள் ஒவ்வொரு ஆண்டிலும் ரொறன்ரோ நகரசபையின் அங்கத்தவர் சபாபீடத்தில் இடம்பெற்று வரும் தொடரில், இவ்வருட விழா ஜூலை 8ம் திகதி (08.07.2023) அதே மண்டபத்தில் நடைபெறும்.

வழக்கம்போல முதல் அமர்வு ஆண்டு மலர் வெளியீடாகவும், இரண்டாவது அமர்வு விருதுகள் வழங்கும் நிகழ்வாகவும் இடம்பெறும்.

அழைக்கப்படுபவர்கள் மட்டும் இதில் பங்குபற்ற முடியுமாதலால் ஜூலை 8ம் திகதி விழாவில் பங்கேற்க விரும்புபவர்கள் 416 920 9250 இலக்கத்தில் தங்கள் பெயரையும் தொலைபேசி இலக்கத்தையும் பதிவு செய்தால் தாமதமின்றி தொடர்பு கொள்ளப்படும்.

விழா பற்றிய முழுமையான விபரங்கள் அடுத்த மாத (ஜூன்) இதழில் வெளிவரும்.

ரொறன்ரோ முதல்வர் தேர்தலில் நான்கு ட்சின் வேட்பாளர்கள்! ஒலிவியா சௌ கணிப்பில் முதலிடம்

கனடாவின் பிரதான நகரங்களில் மிகமுக்கியமானது ரொறன்ரோ. ஒன்ராறியோ மாகாணத்தின் தலைநகராக விளங்கும் இந்நகரம், கனடாவின் பொருளாதார - கலாசார மையமாக தொன்றுதொட்டு துலங்கி வருகிறது.

ஒன்ராறியோ மாகாணத்தின் 13 மில்லியன் சனத்தொகையில் 3 மில்லியனுக்கும் அதிகமானவர்கள் இங்கு வாழ்கிறார்கள். ஒன்ராறியோ மாகாணத்தின் 124 மக்கள் பிரதிநிதிகளில் 25 பேர் ரொறன்ரோ நகரை பிரதிநிதித்துவப்படுத்துபவர்கள்.

இத்துணை பெருமைகளையும் பெற்ற இந்நகருக்கான முதல்வர் (மேயர்) தெரிவுத் தேர்தல் ஜூன் 26ம் திகதி இடம்பெறவுள்ளது. ஜோன் ரோறியின் திடீர் பதவி விலகலால் இந்த வெற்றிடம் ஏற்பட்டது.

வழமையாக 4 ஆண்டுகளுக்கு ஒரு தடவை இடம்பெறும் உள்ளூராட்சிச் சபை தேர்தல் மூலம் முதல்வர், சபை உறுப்பினர்கள், கல்விச்சபை உறுப்பினர்கள் தெரிவு செய்யப்படுவர். ஆனால், ஜூன் 26 நடைபெறும் தேர்தல் முதல்வரை மட்டும் தெரிவு செய்ய இருப்பதால் ஒரு வாக்காளர் ஒரு வாக்கு மட்டுமே இட முடியும்.

முதல்வருக்கான தனியான தேர்தல் இது என்பதால் தற்போதைய நகரசபை உறுப்பினர்களும் களத்தில் குதித்துள்ளனர். இவர்களில் எவராவது வெற்றி பெற்றால் உறுப்பினர் பதவியை துறக்க வேண்டும். இல்லையெனில் உறுப்பினர் பதவியை தொடரலாம். இதனை எழுதும்வரை மொத்தம் 50 வேட்பாளர்கள் பதிவு செய்துள்ளனர். மே மாதம் 12ம் திகதிவரை தொடர்ந்து பதிவு இடம்பெறும்.

ரொறன்ரோ நகரசபை உறுப்பினர்களாக இருக்கும் பிரான் பெறெட் ஃபோர்ட், ஜோன் ம்றலோ, அந்தோனி பெருலா ஆகியோருடன் முன்னாள் உறுப்பினர்களான அனா பைலோ, ரொப் டேவிஸ், ஜோர்ஜியா மம்மோலிட் ஆகியோர் உள்ளூராட்சி நிர்வாக அனுபவங்களுடன் இத்தேர்தலை சந்திக்கின்றனர்.

மாகாண முன்னாள் அமைச்சரான ஸ்காபரோ - கில்வூட் எம்.பி.பி. மிற்ஸி ஹன்டர், ரொறன்ரோ முன்னாள் பொலிஸ்மா அதிபர் மார்க் சன்டஸ் ஆகியோரும் போட்டியிட்டுகின்றனர். இறுதியாக தேர்தல் களத்தில் வந்துள்ளார் ஒலிவியா சௌ.

என்.டி.பி.யின் புகழ்பெற்ற தலைவராக விளங்கிய காலஞ்சென்ற ஜாக் லேய்ட்டின் மனைவியான ஒலிவியா சௌ இந்தத் தேர்தலில் முக்கியமான ஒருவராக இருப்பதாக கனடிய மைய ஊடகங்கள் தொடர்ந்து குறிப்பிட்டு வருகின்றன.

நகரசபைத் தேர்தலில் பொதுவாக அரசியல் கட்சிகள் நேரடியாக போட்டியிடுவதில்லை. எனினும், அரசியல் கட்சிகளின் பின்னணி வெற்றி தோல்விகளை நிர்ணயித்து வருவது வழக்கம். இந்த வரிசையில் மூன்று வேட்பாளர்கள் ஊடகங்களில் பெயர் குறிப்பிட்டு காட்டப்படுகின்றனர்.

மாகாண லிபரல் கட்சியின் முக்கியஸ்தர்களில் ஒருவர் மிற்ஸி ஹன்டர். லிபரல் கட்சி ஆட்சியில் கல்வி அமைச்சராகவும் இருந்தவர். அதே கட்சியின் பிரதிநிதியாக ஸ்காபரோ - கில்வூட் தொகுதியில் தொடர்ந்து வெற்றி பெற்று வந்தவர். ஒலிவியா சௌ என்.டி.பி. கட்சியின் பிரபலமான ஒருவர். அந்தக் கட்சி சார்பில் இரண்டு தடவைகள் நாடாளுமன்ற உறுப்பினராக இருந்தவர். 12 ஆண்டுகள் ரொறன்ரோ நகரசபை உறுப்பினராக இருந்தபோது இடதுசாரி முன்னணியாக அடையாளம் காணப்பட்டவர்.

முன்னாள் பொலிஸ்மா அதிபர் மார்க் சன்டஸ் ஒன்ராறியோ மாகாண சபைத் தேர்தலில் டொன்வலி மேற்குத் தொகுதியில் கன்சர்வேடிவ் அபேட்சகராகப் போட்டியிட்டவர்.

ஜூன் 26 தேர்தலில் போட்டியிட ஏற்கனவே பதிவு செய்திருந்த ஜில் பெனலோசா போட்டியிலிருந்து விலகி ஒலிவியா சௌவுக்கு ஆதரவு தெரிவித்துள்ளது இத்தேர்தலின் முக்கிய திருப்புமுனைகளில் ஒன்று. இவர் கடந்த வருட ரொறன்ரோ முதல்வர் தேர்தலில் ஜோன் ரோறியுடன் போட்டியிட்டு இரண்டாவதாக வந்தவர்.

ஸெந்தி





றஞ்சி திரு

சின்னச் சின்ன தகவல்கள்



விண்வெளியில் விளைவிக்கப்பட்ட தக்காளி தனியான விண்கலம் மூலம் பூமிக்குக் கொண்டு வரப்படுவதாக அமெரிக்காவின் நாசா ஆய்வு அமைப்பு தெரிவித்துள்ளது. சர்வதேச விண்வெளி நிலையத்தில் அமைக்கப்பட்ட மினியேச்சர் கிறீன்ஹவுஸ் ஆய்வுகூடம் ஒன்றில் அமெரிக்க விஞ்ஞானிகள் இந்தத் தக்காளியை வளர்த்துள்ளனர். குட்டை ரகமான இத்தக்காளி 100 நாட்களுக்கு மேல் பயிர் செய்யப் - பட்டு 104 நாட்களின் பின்னர் அறுவடை செய்யப்பட்டது. உலக நாடுகள் விண்வெளியில் தங்கள் ஆதிக்கத்தைச் செலுத்தும் நோக்கில் பல்வேறு ஆய்வுகளை மேற்கொண்டு வருகின்றன.

தென்கொரிய நாட்டில் ஆயிரத்துக்கும் மேற்பட்ட நாய்களை கொண்டு குவித்த அறுபது வயது நபர் ஒருவரின் செயல் வெளிச்சத்துக்கு வந்துள்ளது. இங்கு அதிக மக்கள் தொகை கொண்ட ஜியோங்கி மாகா - ணத்தின் யாங்பியோங் பகுதியில் உள்ளூர்வாசி ஒருவர் காணாமல் - போன தமது நாயை தேடித் திரிந்தபோது இதனைக் கண்டுகொண்டார். குறிப்பிட்ட இடத்தில் இறந்த நாய்களின் சிதைந்த உடல்கள் ஒன்றின் மேல் ஒன்றாக பல அடுக்குகளாக வைக்கப்பட்டிருந்தன. உரிமையாளர் களால் கைவி - டப்பட்ட நாய்களை சாகும்வரை பட்டினி போட்டு கொலை செய்ததாக அந்த நபர் அதிர்ச்சி வாக்குமூலம் கொடுத்துள்ளார்.

கிழக்கு ஆபிரிக்க நாடான கென்யாவில் கடவுளைக் காண்பதற்காக நடுக்காட்டில் உண்ணாவிரதம் இருந்த நால்வர் உயிரிழந்துள்ளனர். மகென்ஸி என்டெங்கே என்ற மதபோதகர் “வேறொரு உலகிலுள்ள கடவுளைக் காண்பதற்கு உணவு மற்றும் நீர் அருந்தாமல் காத்திருந் - தால் கண்டிப்பாக கடவுளை அடையலாம் என பிரச்சாரம் செய்து வந்ததை உண்மையென நம்பி சென்றவர்களில் நால்வர் உயிரிழந்து - ள்ளனர். உயிரிழக்கும் நிலையிலிருந்த 15 பேரை பொலிசார் மீட்டுள்ளனர். ஆனால், மதபோதகர் தலைமறைவாகியுள்ளார்.

பேருந்து தரிப்பிடமொன்றின் கழிவறையில் சிறுநீர் கழிப்பவர்களிடம் நாற்பது ரூபா அறவிட்ட சம்பவம் இலங்கையின் மலையகப் பகுதியிலு - ள்ள ஹற்றன் நகரத்தில் இடம்பெற்றுள்ளது. பாவனைக்குதவாத நிலையிலுள்ள இந்த கழிவறையில் துர்மணம் வீசுவதாகவும், கழிவுநீர் குடிநீர் குழாயுடன் சேரும் நிலையில் காணப்பட்டதாகவும் கண்டுபிடிக்க - கப்பட்டுள்ளது. இலங்கையின் எந்த நகரிலும் கழிவறை பாவனைக்கு கட்டணம் அறவிடுவதில்லை. இங்கு கட்டணம் அறவிட்டவர் பொலிஸ் வலையில் சிக்காது தப்பியுள்ளார்.

உலகின் பெரும் செல்வந்தர் எலோன் மஸ்கிற்கு சொந்தமான ஸ்பேஸ்எக்ஸ் நிறுவனத்தின் புதிய ராட்சத ரொக்கட்டான ஸ்டார்ஷிப் தனது முதல் பயணத்தில் நடுவானில் வெடித்துச் சிதறியுள்ளது. அமெரிக்காவில் ரெக்சால் கிழக்கு கடற்கரையில் கடந்த மாதம் 26ம் திகதி சோதனை முயற்சியாக ஆளில்லாமல் இந்த ரொக்கட் ஏவப்பட்டது. இதுவரை உருவாக்கப்பட்ட ரொக்கட்டுகளில் மிகப்பெரி - யதான இது 2, 3 நிமிடங்கள் மட்டுமே பறந்த நிலையில் கட்டுப்பாட்டை இழந்து வெடித்தது. அடுத்த சில மாதங்களில் மீண்டும் முயற்சி மேற்கொள்ளப்படுமென மஸ்க் அறிவித்துள்ளார்.

சார்ள்ஸ் மன்னருக்கு கனடியர் அதிருப்தி

பிரித்தானிய சாம்ராஜ்யத்தின் மன்னராக சார்ள்ஸ் பதவியேற்றமைக்கு கனடியர்களில் 63 வீதமானவர் - கள் தங்கள் அதிருப்தியை வெளிப்படுத்தியுள்ளனர். கடந்த மாதம் நடத்தப்பட்ட சுயாதீன கருத்துக் கணிப் - பொன்று இதனை தெரிவித்துள்ளது. கனடியர்களில் முப்பத்தைந்து வயதுக்குக் குறைவானவர்களே கூடுதலாக தங்கள் அதிருப்தியை தெரிவித்துள்ளனர்.

கனடாவில் மேலும் மூன்று மருத்துவ கல்லூரிகள்

அடுத்து வரவுள்ள இரண்டு ஆண்டுகளுக்குள் கனடாவில் மேலும் 3 மருத்துவக் கல்லூரிகளை நிறுவ ஆரம்ப வேலைகளை தொடங்கியுள்ளனர். பிரின்ஸ் எட்வர்ட் ஐலன்ட் பல்கலைக்கழகம், ரொறன்ரோ மெட்ரோ பொலிற்றன் (றையசன்) பல்கலைக்கழகம், பிரிட்டிஷ் கொலம்பியாவிலுள்ள சைமன் பிரான்சிஸ் பல்கலைக்கழகம் ஆகியவற்றுடன் இணைந்ததாக புதிய மருத்துவக் கல்லூரிகள் அமையும். குடும்ப மருத்துவ - கள் பற்றாக்குறையை நிவர்த்தி செய்ய புதிய மருத்துவ கல்லூரிகள் உதவுமென அறிவிக்கப்பட்டுள்ளது.

களவாடப்பட்ட 514 வாகனங்கள் பொலிசாரால் மீட்கப்பட்டன

கடந்த சில மாதங்களில் ரொறன்ரோ பகுதியில் களவாடப்பட்ட 514 வாகனங்களை மீட்டுள்ளதாக ரொறன்ரோ பொலிசார் கடந்த மாத இறுதியில் அறிவித்தனர். இந்த வாகனங்களின் பெறுமதி சுமார் 27.4 மில்லியன் டாலர்கள். இக்களவுகள் தொடர்பாக 119 பேர் கைது செய்யப்பட்டு 314 வரையான குற்றங் - கள் சுமத்தப்பட்டுள்ளன. “குற்றவாளிகளே! நாங்கள் உங்களை நாடி வந்து கொண்டிருக்கிறோம்” என்று இது தொடர்பாக விடுத்துள்ள அறிவிப்பில் பொலிசார் தெரிவித்துள்ளனர்.

அமெரிக்காவில் மூன்று தமிழர்களுக்கு வாழ்நாள் சாதனை விருது

ஹார்வார்ட் பல்கலைக்கழக தமிழ் இருக்கை உள்ளிட்ட பல்வேறு சமுதாய பணிகளுக்காக டாக்டர் சம்பந்தம், டாக்டர் ஜானகி ராமன், புரவலர் பால் பாண்டியன் ஆகியோர் அமெரிக்காவில் வாழ்நாள் சாதனையாளர் - கள் விருதுகள் வழங்கி கௌரவிக்கப்பட்டுள்ளனர். டல்லாஸ் அறக்கட்டளை சார்பில் நடைபெற்ற விருது வழங்கும் விழாவில் நாடாளுமன்ற மூத்த உறுப்பினர் மார்க் விசி இந்த விருதுகளை வழங்கினார். தமிழ்நாடு அரசு சார்பில் வெளிநாடுவாழ் தமிழ்நாடு நலத்துறை அமைச்சர் செஞ்சி மஸ்தான் விருது பெற்றவர்களுக்கு வாழ்த்து மடல் அனுப்பி சிறப்பித்தார்.

“இந்த நூலை எழுதி முடிக்கும்போது எனக்கு வயது 94. முடிவை நோக்கி நகரும் என் வாழ்வின் துவக்கத்தில் அது எத்துணை அசாதாரணமானது என்பதை நான் இப்போதுதான் தயக்கமான உவகையுடன் உணர்கிறேன்.” என்று தன்சரிதைபோல் அமைந்துள்ள இந்த அபுனைவில் சேர் டேவிட் அட்டன்பரோ பூமியின் எதிர்காலத்திற்கான தனது சாட்சிய அறிக்கையை தரிசனப் பார்வை நிறைந்த கதையாக வடித்துள்ளார்.



பேராசிரியர் அமுது ஜோசெப் சந்திரகாந்தன்

இந்தப் பூகோளத்தில் ஒரு வாழ்வு

“எங்கள் மிகப்பெரிய தவறு” என்ற அறிமுகத்துடன் துவங்கும் இந்த நூல் உக்ரைன் நாட்டில், ஏப்ரல் 26, 1986 இல் இடம் - பெற்ற செர்னோபில் அணு விபத்தின் கொடிய விளைவுகளைத் தத்ரூபமாக சித்தரிக்கிறது. இந்த அறிமுகத்தைத் தொடர்ந்து மூன்று பகுதிகளாக பிரித்து எழுதப்பட்டுள்ள நூலின் முதல் பகுதி நூலாசிரியர் டேவிட் அட்டன்பரோவின் இளமைக்கால வாழ்வை உள்ளடக்கியது, சூழல்பற்றியும், இயற்கை உலகின் கட்டமைப்புகள் பற்றியுமான சிந்தனைகளை அவர் எப்படி உருவாக்கத் தொடங்கினார் என்றும் பூமியின் மீதும் விலங்குகள் மீது நாம் ஏற்படுத்திய விளைவுகள் பற்றியும் அப்பகுதி விபரிக்கின்றது.

அடுத்த 90 ஆண்டுகளில் உலகம் சந்திக்கக்கூடியும் மீளமுடியாத பேரழிவுகள் இவைதான் என இரண்டாம் பகுதி ஒரு நீண்ட பட்டியல் தருகின்றது. நாம் இன்று போல் என்றும் வாழலாம் என எண்ணினால் விளைவு எவ்வளவு மிக ஆபத்தாகவும் காத்திர - மாகவும் அமையும் ஆதாரங்களுடன் அப்பகுதி விளக்குகின்றது.

மூன்றாவது பகுதி பூமியின் கட்டமைப்பை எவ்வாறு நாம் மாற்றியுள்ளோம் என்பதை எடுத்துக் கூறி எதிர்காலம் பற்றிய நேரிய தரிசனமும் மீள் உருவாக்கம் பற்றிய விடயங்களையும் சுட்டிக்காட்டுகிறது.

சுதந்திரமாக சுற்றித்திரியும் ஒரு இளைஞனாக இந்தப் பூகோளத்தின் தீண்டப்படாத பகுதிகளை எல்லாம் தான் எவ்வாறு கண்டனுவலித்தேன் என்பதை இப்போது எண்ணிப்பார்க்கிறேன் என வாசகரைத் தன்னுடன் பயணிக்க வரவழைக்கும் வகையில் காத்திரமான கரிசனை முதல் பகுதியிலிருந்து நூல் முடிவுவரை இளையோடுகின்றது. எமது காலத்தின் அழிவுகளின் கனமான சோகம் எம்முடனே சேர்ந்து நூலில் பூமியை சுற்றுகின்றது, இந்த கிரகத்தின் காடுகள், மரங்கள் அதன் எண்ணற்ற பல்லுயிர் பலவின் பாரிய இழப்புக்கும் வீழ்ச்சிக்கும் நான் ஒரு சாட்சி எனக் கூறும் நூலாசிரியர், பூமித்தாயின்மீது மிகப் பெரிய தவறுகளை நீண்ட காலமாய் இழைக்க நாம் எப்படி, அனுமதித்தோம், இவற்றை துரிதமாய் மாற்றிட இப்போதே நாம் செயல்பட வேண்டும் என்ற அவசரத்துடன் ஆதங்கப்படுகிறார்.

பூமியில் நமக்கான சரியான தங்குமிடத்தை உருவாக்கு - வதற்கும், இந்த அற்புதமான உலகத்தை மீட்டெடுப்பதற்கும்

எமக்கு இதுவே இறுதிச் சந்தர்ப்பம். ஆகவே சரியானது எனப்படுவதை நிறைவேற்றும் மனவிருப்பம் மட்டுமே எமக்குத் தேவை என ஆசிரியர் ஆர்வத்துடன் அனைவரையும் வரவழைக்கின்றார்.

உலகம் போற்றும் மிகச் சிறந்த இயற்கையியல் வரலாற்றுத் திரைப்படத் தயாரிப்பாளரான இவர் ஒரு பிரித்தானிய பிரஜை. ஐம்பது வருடங்களுக்கு மேலாக இயற்கை ஆர்வலராக, பிபிசி ஒளிபரப்பாளராக, நன்கு அறியப்பட்ட இந்த அறிஞர் பூமியில் தரிசிக்காத பகுதிகள் மிகக்குறைவு எனலாம்.

கேம்பிரிட்ஜ் பல்கலைக்கழகத்தில் பட்டம் பெற்ற பின்பு 1952 இல் பிபிசியில் பயிற்சி தயாரிப்பாளராக சேர்ந்து அங்கு ‘மிருகங்களின் தேடல்’ எனும் தொடரில் (1954 - 64) பணிபுரிந்தபோதுதான், சூழல்சார் காட்சிகளைப் படமாக்க உலகின் தொலைதூர பகுதிகளுக்கு பயணங்களை மேற்கொண்டார். இயற்கையான வாழ்விடங்களில் அரிய பல வனவிலங்குகள் பற்றி படங்களை ஆக்கிய இவரே

முதன்முதலில் பிரிட்டனுக்கு நிறமான வண்ணத் தொலைக்காட்சியை அறிமுகப்படுத்தினார், பின்னர் 1969இல் பிபிசிக்கான நிகழ்ச்சிகளின் இயக்குநராக நியமனம் பெற்றார்.

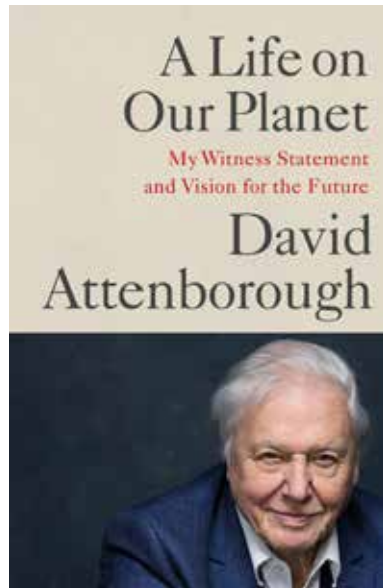
“பூமியில் வாழ்வு (1979),” “வாழும் கிரகம்(1984),” தாவரங்களின் தனியார் வாழ்க்கை (1995), பறவைகளின் வாழ்க்கை (1998), பாலூட்டிகளின் வாழ்க்கை (2002) உட்பட பல பிரபல முன்னணி இயற்கை வரலாற்று நிகழ்ச்சி தயாரிப்பாளராக தன்னை நிலைநிறுத்திக் கொண்டார்.

வலிமை மிக்க ஒன்றாக இந்த உலகத்தை உருவாக்கவும், அதை உடைத்து நொருக்கி உருக்குலைக்கவும் மனிதரால் மட்டுமே முடியும் எனக்கூறி, எமது சூழல் பற்றி நாம் எதுவுமே செய்யத் தவறின் பூமியில் என்ன நிகழும் என்பதற்கான இவரது கணிப்புகள் திகிலூட்டுபவை, ஆனால் சீரிய வகையில் நாடுகள் இவற்றை செயல்படுத்தினால் விளைவுகள் எதிர்காலத்திற்கான நம்பிக்கையைத் தரும் என ஆறுதல் தருகின்றார்.

மனிதகுலத்தின் எதிர்காலத்தில் ஆர்வமுள்ள எவரும் படிக்க வேண்டிய எளிமையான வசன நடையில் எழுதப்பட்டுள்ள இந்த நூல்

ஆழ்ந்த ஆய்வுகளில் ஈடுபட விரும்புவர்களுக்கு தேவையான பல முக்கிய தகவல்களையும் தாங்கியுள்ளது. உலக அரசியல்வாதிகள் மட்டுமன்றி, தங்கள் எதிர்கால சந்ததிக்காக உலகை உவந்து நேசிக்கும் மனிதர்கள் அனைவரும் கண்டிப்பாகப் படிக்க வேண்டிய ஒரு நூல் இதுவாகும்.

ஊரும் உலகும் - 16



என்னுடைய அப்பா யாருக்கு மாமனாரோ அவருடைய மகன் எனக்கு மருமகன் என்றால் அவருக்கு எனக்கும் என்ன உறவு? தமிழர் தகவலின் இதழை கொஞ்சம் ஆவலுடன் புரட்டும் போது மூளையை குழப்பும் வினாவை எல்லையற்ற உலா தொடுக்கிறதே என நீங்கள் நினைப்பது தெரிகிறது.



மாற்றந்தாயின் இறுதி ஆட்டம்

ஆனால் இந்த வினாவை எல்லையற்ற உலா தனது கற்பனையில் எழுப்பவில்லை. மாறாக பலவருடங்களுக்கு முன்னர் தமிழ்திரைத்துறையின் இயக்குனர் பாலச்சந்தர் தனது அபூர்வ ராகங்கள் படத்தில் அர்த்தமில்லாத உறவு முடிச்சு - கனால் தடுமாறும் ஒரு கதாயாத்திரம் மூலம் கேட்க வைத்த வினாவை பிரதியெடுத்து தொடுத்துள்ளது அவ்வளவுதான்.

அபூர்வராகங்கள் படத்தில் இரண்டு தம்பதியருக்கு இடையிலான உறவுக் குழப்பத்தில், என்னுடைய அப்பா யாருக்கு மாமனாரோ அவருடைய மகன் எனக்கு மருமகன் என்றால் அவருக்கு எனக்கும் என்ன உறவு? என்ற வினா எழுப்பப்பட்டிருந்தது.

இப்போது பிரித்தானியாவின் அரச குடும்பத்தில் மன்னர் சார்ள்ஸின் இரண்டாவது புதல்வரான இளவரசர் ஹரியும் சார்ள்ஸின் மனைவியான ராணி கமீலாவின் மகனான ரொம் பார்க்கர் பவுல்சும் அன்னை மற்றும் மாற்றந்தாய் தகுதி நிலைகளில் இருக்கக்கூடிய கமீலா குறித்து வார்த்தை சிலம்பத்தை ஆடியபோது ஏனோ தெரியவில்லை அபூர்வராகங்கள் புதிர் நினைவுக்கு வந்துவிட்டது.

இளவரசர் ஹரிக்கும் சார்ள்ஸின் மனைவி கமீலாவின் மகனான ரொம் பார்க்கர் பவுல்சுக்கும் என்ன உறவு என மட்டும் கேட்டுவிடாதீர்கள்.

அதனை விட இந்த இருவரும் கமீலா குறித்து பாடிய லாவணிகள் தான் முக்கியமானவை. இந்த லாவணி பிரித்தானிய ஊடகங்களுக்கும் நல்ல தீனியைப் போட்டிருந்தது.

அண்மையில் ஹரி வெளிப்படுத்திய கமீலா குறித்த கடுமையான கருத்து இந்த நிலையை உருவாக்கியிருந்தது. தனது மாற்றந்தாயான ராணி கமீலாவை ஒரு ஆபத்தான பெண்ணாக விவரித்த ஹரி, சார்ள்சை கமீலா திருமணம் செய்த நகர்வு ராணிக்ரூரிய கிரீடத்தை இலக்காகக் கொண்ட இறுதி ஆட்டத்தின் முதற்பகுதி எனச்சாட கமீலாவின் மகனான ரொம் பார்க்கர் பவுல்சின் கோபத்தை இந்த வார்த்தைகள் கிளறிவிட்டன.

அவரும் உடனடியாக தனது தாயொன்றும் என்ட் கேம் (இறுதி ஆட்டம்) ஆடவில்லை, சார்ள்சை அவர் காதலுக்காகத்தான் கரம்பிடித்தார் என்றார். என்ன இருந்தாலும் தனது தாயாரான கமீலாவை ஹரி பழித்தால் தனயன் ரொம் பார்க்கர் விடுவாரா? அதனால் இளவரசர் ஹரியின் கருத்துக்கு எதிராக கருத்து வெளியிட்டு தனது தாயை பாதுகாக்கும் வகையில் பதிலடி வழங்கினார்.

அட்டா பிரித்தானிய அரண்மனையின் சில சீத்துவங்களுக்குள் நுழைந்துவிட்டதால் மூன்றாம் சார்ள்ஸ் மன்னரின் மே 6 முடிசூட்டு விழாவுக்குரிய இறுதிக்கட்ட ஏற்பாடுகளை சொல்ல மறந்துவிட்டேனே.

இந்தப்பத்தியை எழுதிய போது இருந்த நிலைமைபோலவே எல்லாம் சரியாக நடந்தால் பிரித்தானிய மன்னர் சார்ள்ஸின் சிரசில் முடியேறிவிடும். லண்டனில் உள்ள வெஸ்ற்மின்ஸ்டர்

அபே எனப்படும் முடிக்குரிய தேவாலயத்தில் ராணி கமீலா சமேதராக மன்னர் சார்ள்ஸ் முடிசூட்டப்படவிருப்பது ஏற்கனவே அறிந்தவியும்.

மன்னர் சார்ள்ஸின் இந்த முடிசூட்டுவிழா இறுதியாக அவரது அன்னையான மறைந்த ராணி எலிசபெத் 1953 இல் முடிசூடியபோது நடத்தப்பட்ட விழாவைவிட நிச்சயம் சிறியதாகவே இருக்கும். முடிசூட்டுவிழா பவனியின் தூரம் வெகுவாக குறைக்கப்பட்டுள்ளது. என்றாலும் 6,000 படையினரின் வர்ணவர்ண அணிவகுப்பு, வாள்சாகச அணிவகுப்பு என மிகப்பெரிய இராணுவ நிகழ்வு 70 ஆண்டுகளுக்குப்பின்னர் திரும்பவுள்ளமை நிதர்சனமான ஒரு காட்சியாகும்

முடிசூட்டு விழாவில் உள்ளூர் முகங்கள் உலக முகங்கள்(கனடா உட்பட) என சுமார் இரண்டாயிரம் பிரபலங்கள் விருந்தாளிகளாக இருக்கப்போவது திண்ணம். அரண்மனை நிகழ்வுகளில் எப்போதும் வழங்கப்படுவதைப்போலவே இந்த விழாவிலும் அரச குடும்ப உறுப்பினர்களுக்கே முதலிடம் இருக்கும்.

எல்லை கடந்த உலா

ராணிக்ரூரிய முடியை இலக்காகக் கொண்டு தனது மாற்றந்தாய் ஒரு இறுதி ஆட்டத்தை ஆடினார் என விழாவுக்கு முன்னரே விசனப்பட்ட இளவரசர் ஹரி

இந்த விழாவில் பங்கெடுப்பார். ஆனால் அவரது மனைவி மேகான் மேர்கல் பங்கேற்கப்போவதில்லை. அவர் விழாவை காப்பெட்டிவிட்டார்.

இளவரசர் ஹரிக்குரிய அழைப்பை ஒரு தந்தை என்ற தகுதி நிலையில் சார்ள்ஸ் நேரடியாக விடுக்கவும் இல்லை. வந்தால் வா வராவிட்டால் போ என்ற அடிப்படையில் ஒரு மின்னஞ்சல் மட்டும் சார்ள்ஸின் பணியகத்தில் இருந்து ஹரிக்கு சென்றது. தந்தை வாய்மொழியான தனக்கு இந்த அழைப்பை விடுக்கவேண்டும் என ஹரி விரும்பிய போதிலும் அது நடக்கவில்லை. யாரோ ஒரு அதிகாரி மூலமாக மின்னஞ்சல் அனுப்பப்பட்டபோதிலும் ஹரி விழாவில் கலந்துகொள்கிறார்.

போதுவாகவே அரண்மனைகள் எங்கும் சதிகள் நிறைந்திருக்கும் எனக்கூறப்படுவதுண்டு. இது பங்கிங்ஹாம் அரண்மனைக்கும் விதிவிலக்காக இராது. இந்த பின்னணி நிலையில் இளவரசி டயானாவின் புதல்வனான ஹரி குறிப்பிடும் ராணியாக வரவேண்டும் என்பதற்காக கமீலா ஒரு ஆட்டத்தை ஆடினார் என்ற விடயமா - கட்டும் அல்லது தனது மாற்றந்தாய் ஆபத்தானவர் என்ற விடயமாகட்டும் இவை முடிசூட்டு விழாவுக்கு முன்னரே அதகளமாக உலாவந்த விடயங்கள்.

இந்த விடயத்தில் இளவரசர் ஹரி மட்டும் தனியனாக இருக்கும் நிலையில் ஏனைய அரண்மனைக்குடும்பம் ஓரணியில் நிற்கிறது. அந்த அணி இளவரசர் ஹரியின் மனைவியான கறுப்பின கலப்புக்கொண்டவருமான மேகான் மேர்கலை தமது அரண்மனை குடும்பத்தைப் பிரிக்கும் ஆபத்தானவராக நோக்குவது முடிசூட்டு விழாவின் பின்னணிக் காட்சியாகவும் நிச்சயமாகவே தெரிகிறது.

Moringa is also defined as a superfood as it contains not only plenty of nutrients but phytonutrients, as well. Not only does it have antidiabetic properties, which can lower sugar levels in human body, it also has anti-inflammatory properties and also fights against acne.

SNS: The Moringa plant, also known as the miracle tree, has been used for thousands of years by primitive cultures to help cure a wide range of diseases. Lately, it has received an incredible amount of attention from the medical community, around the world, who praised this plant for its health benefits, and nutritional qualities.

Every part of this tree has special properties; be it its leaves, flowers, seeds, bark, sap and pods. Even the oil extracted from the tree has certain properties that are similar to that of olive oil and it does not go rancid. Moringa is also defined as a superfood as it contains not only plenty of nutrients but phytonutrients as well. According to ayurveda, it has several acclaimed benefits, like essential amino acids and, more importantly, it has seven times more potassium than bananas, three times more protein than milk, seven times more vitamin C than orange and 25 times more iron than spinach.

Not only does it have antidiabetic properties which can lower sugar levels in human body, It also has anti-inflammatory properties and also fights against acne. According to Ex District Ayurvedic Officer (DAO), Government of Himachal Pradesh, Dr Hem Raj Gautam, "More people are preferring the miraculous drink of Moringa plant over their usual evening tea or coffee. Moringa Oleifera is taking over the world as a new natural superfood and it is already traditionally used in South India to make tea, and adding in the stews.

Here are some benefits of Moringa: Aids in weight loss Consuming Moringa helps in losing weight as it reduces fat formation and assists in breaking down fat in the body. Moringa powder has been proven to facilitate weight loss. Several studies conducted on animals show that Moringa can reduce fat from the body.

The wonder plant called Moringa (Murunkai) and its many health benefits

முருங்கையின் மருத்துவ மகத்துவம்



Nutrient rich

Moringa leaves are super high in nutrients, like Vitamin A, B6, and C, also Riboflavin. The drum sticks of the plant are rich in Iron and its flowers are rich in magnesium.

Boost immunity

Moringa is loaded with immunity, boosters specially with antioxidants like chlorogenic acid and vitamin C, so it basically helps our body to fight diseases, and boost immunity.

It reduces inflammation

Inflammation is body's natural response to infection, or injury; it is an essential protective mechanism the body deploys to defend itself but it can become a major health issue, if it continues to show up over a long period of time. Moringa contains a special compound, called Isothiocyanate, which is the main anti-inflammatory compound in the pods, and seeds of the plant, that reduces inflammation, when consumed daily.

It can lower cholesterol levels

Moringa is very helpful for those who suffer from high cholesterol and, both animal and human-based studies have shown that Moringa oleifera can lower cholesterol levels when consumed with Amaranth. The capsules made from Moringa leaves are given to patients with high cholesterol levels.

செயற்கை நேரமாற்றம் விடைபெறும் காலம்?

கனடாவில் இடம்பெறும் பகல் சேமிப்பு நேரத்தை அமல்படுத்தும் நேரமாற்றங்கள் (Daylight Saving Time) எப்போது இல்லாமல் போகும் என்று எதிர்பார்க்கும் கனடியர்கள் ஏராளம். மார்ச் மாதம் இரண்டாவது ஞாயிற்று-க்கிழமையிலும், நவம்பர் மாதம் முதலாவது ஞாயிற்றுக்கிழமையிலும் இடம்பெறும் பகல் சேமிப்பு நேரமாற்றங்கள் கனடாவின் பல மாகாணங்களிலும், அமெரிக்காவின் சில மாநிலங்களிலும் நடைமுறையில் உள்ளன. வருடத்திற்கு இரு தடவைகள் கடிகாரத்தை முன்னோக்கியும், பின்னோக்கியும் மாற்றி நாம் படும் சிரமத்திற்கு விரைவில் முற்றுப்புள்ளி வரலாம் என்கிறார்கள் சட்ட வல்லுநர்கள்.

நேரத்தை மாற்ற மறந்து வேலைக்குத் தாமதமாக செல்லுதல், எதிர்மாறாக நேரத்தை மாற்றி கல்லூரிகளுக்கு இரண்டு மணிநேரம் முன் கூட்டிச் செல்லுதல், அன்றாட கடமைகளில் பாதிப்புகளை எதிர்கொள்ளல் போன்ற பலவற்றை அனுபவித்தவர்களுக்கும், புதிதாக கனடாவுக்கு வந்திருப்பவர்களுக்கும் இந்தச் செய்தி மகிழ்ச்சியைக் கொடுக்கும். Wi-Fi மூலம் இயங்கும் கடிகாரங்களின் பாவனைகள் இந்த நேரமாற்றத்தை தாமதவே செய்து கொள்வதால் நம்மில் பலர் இந்த அசௌகரியங்களில் இருந்து தப்பித்தும் விடுகின்றோம்.

கனடாவில் யூகோன் மற்றும் சஸ்கெச்சுவானின் பெரும்பாலான பகுதிகள் ஏற்கனவே நிரந்தர பகல் நேரத்தைக் கடைப்பிடிக்கின்றன. பிரிட்டிஷ் கொலம்பியா 2019 ஆம் ஆண்டில் இந்த மாற்றத்தைச் செய்வதற்கான சட்டத்தை இயற்றியது. ஆனால், அமெரிக்காவுடன் சேர்த்து இந்த மாற்றத்தை சீரமைக்க விரும்புவதால் அதை தற்காலிகமாக பிற்போட்டுள்ளது. ஒன்றாயியோ 2020 ஆம் ஆண்டில் இதேபோன்ற ஒரு சட்ட மசோதாவை நிறைவேற்றியது, ஆனால், இதுவும் அமெரிக்கா மற்றும் கியூபெக்கின் மாற்றங்களுக்காகக் காத்துக் கிடக்கின்றது. அமெரிக்காவின் பல மாநில சபைகளில் அங்கீகரிக்கப்பட்டுள்ள இந்த நேர மாற்ற சட்டவரைபு ஒரு முடிவுக்கு வருமென பலராலும் எதிர்பார்க்கப்படுகின்றது.

இளவேனிற்காலத்தில் கடிகாரங்களை ஒரு மணிநேரம் முன்னோக்கி மாற்றுவது மாலை நேரங்களில் ஒரு மணிநேரம் கூடுதலான பகல் பொழுதை தருகின்றது. ஆனால், இந்த மாற்றங்கள் மனிதனது ஆரோக்கியத்தில் மறைமுகமான பல தாக்கங்களை ஏற்படுத்துவதாக மருத்துவ ஆய்வுகள் கூட்டிக்காட்டுகின்றன. கடிகார நேர மாற்றங்கள்

எஸ். ராஜ்மோகன்



பணிலமாடம் - 69

உடலை குறுகிய காலத்தில் செயற்கை நேரத்திற்கு ஏற்றவாறு பழக்கப்படுத்தும் போது மாரடைப்பு மற்றும் பக்கவாதம் போன்ற உபாதைகள் ஏற்படுவதற்கான சந்தர்ப்பங்கள் அதிகரிப்பதாக தெரிவிக்கின்றது.

காலை நேர வெய்யில் என்பது மனிதனின் ஆரோக்கியத்தை பராமரிப்பதற்கு மிகவும் முக்கியமாகத் தேவைப்படுகின்றது. சூரிய ஒளி இல்லாமல், உடலியல் நாள்சார் சீரியக்கம் பாதிப்படைகின்றது. உடலில் இருக்கும் உள்ளகக் கடிகாரத்தின் செயற்பாடுகள், சூரிய இயற்கைக் கடிகாரங்கள் மற்றும் சமூகம் சார்ந்த கடிகாரங்களுக்கு மாறாக தவறான சீரமைப்பில் இயங்க ஆரம்பிப்பதால் ஒத்திசைவு இல்லாத மாற்றங்களை உடலில் ஏற்படுத்துவதாக நரம்பியல் நிபுணர்கள் கூறுகின்றார்கள்.

எமது மூளையில் இருக்கும் உள்ளகக் கடிகாரம் இதய செயல்பாடுகள், வளர்சிதை மாற்ற செயல்முறைகள் (metabolic processes), ஹார்மோன் ஏற்ற இறக்கங்கள் மற்றும் தூக்கம் போன்ற செயற்பாடுகளை நமது உடலுக்குத் தேவையான வேளைகளில், சரியான முறையில் ஒழுங்குபடுத்தி ஒவ்வொரு நாளின் நேரத்தை கட்டுக்கோப்புடன் வைத்திருக்கின்றது. இது மாறும் போது படிப்படியாக எமது ஆரோக்கியத்தில் பாதிப்பை ஏற்படுத்துகின்றது. அத்துடன் இலையுதிர் காலத்தில் கடிகாரத்தை ஒரு மணி நேரம் பின்னோக்கி மாற்றும் போது ஒரு மணிநேரம் அதிகமாக நித்திரை கொள்ளும் நேரம் கிடைக்கின்ற போதும், அதிகமானவர்களுக்கு இது மனச்சோர்வை ஏற்படுத்துகின்றது என்று ஆய்வுகள் மேலும் தெரிவிக்கின்றன.

நேரமாற்றங்கள் இல்லாத நிரந்தரமான பகல் நேரத்துக்கு மாறும் போது, நவம்பர் மாதம் முதல் அதிகமான இருள் கசிந்த பொழுதுகளை எதிர்கொள்ள வேண்டும். இது பாதசாரிகளுக்கான பாதுகாப்பற்ற வீதிகளுக்கும், சில அபாய-கரமான வாகன விபத்துக்களுக்கும் வழிவகுக்கும். பாடசாலை மாணவர்கள் அதிக இருளான நேரத்தில் பாடசாலைகளுக்குச் செல்ல நேரிடும். அத்துடன் வெளிப்புறங்களில் வேலை செய்வோருக்கும் அதிக இருள் சிரமத்தைக் கொடுக்கும்.

பகல் சேமிப்பு நேரம் கனடாவில் முதலாம் உலகப் போரின் போது, பகல் பொழுதின் கூடுதல் நேரத்தைப் பயன்படுத்தி நிலக்கரியைச் சேமிக்கும் வழியாக அறிமுகப்படுத்தப்பட்டது. அதன் பின்னர் எரிபொருள் நுகர்வு, எரிபொருள் செலவீனங்களைக் குறைப்பதற்காக அமெரிக்கா இந்த நேர மாற்றத்தைத் தொடர, கனடாவும் இந்த நேர மாற்றங்களைப் பின்பற்ற ஆரம்பித்தது.

கனடாவின் தேசிய ஆராய்ச்சி கவுன்சில் 2008 ஆம் ஆண்டில் பகல் நேரம் உண்மையில் கனடியர்களுக்கு எரிபொருள் சக்தியை சேமிக்கிறதா என்பதைக் கண்டறிய ஒரு விரிவான ஆய்வு செய்து அதில் பெருமளவிலான சேமிப்புகள் இல்லை என்று தெரிவித்தது. 1998 ஆம் ஆண்டு இன்டியானாவில் சில மாவட்டங்களில் பகல் சேமிப்பு நேரத்தை செயல்படுத்துவதற்கு முன்னும் பின்னும் நடத்தப்பட்ட ஆய்வில், சக்தியின் பயன்பாட்டில் சிறிய அதிகரிப்பையே கண்டறிந்ததாக தெரிவித்திருந்தது.

எரிபொருள் சேமிக்கும் மின்கலன்களின் அறிமுகம் மின்சார உள்வாங்கல்களில் கணிசமான மாற்றத்தை ஏற்படுத்தியுள்ள வேளையில் எரிபொருள் சேமிப்பு என்பது பெருமளவில் நடைபெறுவதில்லை என்ற கருத்தும் உள்ளது. உலக - ளாவிய ரீதியில் 40 சதவீதத்திற்கும் குறைவான நாடுகளிலேயே இந்த பகல் சேமிப்பு நேரம் கடைப்பிடிக்கப்பட்டு வருகின்றது. அதில் பல நாடுகள் அதை நிரந்தரமாக்கும் முனைப்புகளில் ஆர்வம் காட்டி வருகின்றன.

கனகேஸ்வரி நடராஜா



முதுமை, தனிமை தீர்வுகள்

ஒளவையார் பாலமுருகனின் கேள்விகளுக்கு பதில் கூறுகிறார் - முருகன் கேட்கிறார் உலகில் கொடியது எது என்று. ஒளவையார் கூறுகிறார் - கொடியது கேட்கின் நெடிய வெல்வேலோய்,

கொடிது கொடிது வறுமை கொடிது அதனிலும் கொடிது இளமையில் வறுமை அதனிலும் கொடிது ஆற்றொணாத் தொழுநோய் அதனிலும் கொடிது அன்பிலாப் பெண்டிர் அதனிலும் கொடிது அவர் கையில் உண்பதுதானே!

இத்துடன் இப்பாடல் ஒளவையார் வாழ்ந்த காலத்தில் முற்றுப்பெற்றுவிட்டது. ஆனால் இன்று அவர் உயிருடன் இருந்தால்,

அதனிலும் கொடிது தனிமை கொடிது அதனிலும் கொடிது முதுமையில் தனிமை

என மேலும் இரு வரிகளை சேர்த்திருப்பார். ஒளவையார் வாழ்ந்த காலத்தில் முதியோர் தனிமையில் வாழாததால் அவருக்கு இதுபற்றிய சிந்தனை வரவில்லை.

இன்று முதுமையில் தனிமை என்பது சகல தொடர்புச் சாதனங்களிலும் பேசப்படும் சர்ச்சைக்குரிய ஒரு விடயமாக மாறிவருகிறது. உலகளாவிய ரீதியில் முதுமையில் தனிமையோடு போராடும் மக்களின் எண்ணிக்கை தினமும் அதிகரித்துக் கொண்டு போகிறது. முன்னேறிய நாடுகளில் முதியோர் நலன்களை கவனிக்கும் அரசாங்கங்கள் அவர்களின் தனிமையை போக்குவதற்கு தம்மாலான வழிவகைகளை பெரும் செலவில் நடைமுறைப்படுத்துகின்றன. ஆயினும், அவை பெரு வெற்றியைக் கொடுப்பதாகத் தெரியவில்லை.

எங்கள் தாய்நாட்டில் சில வருடங்களுக்கு முன்னர் வாழ்ந்தவர்கள் முதுமையில் தாங்கள் தனியாக இருக்க வேண்டிய நிலை வரலாம் என்றோ, தாங்கள் நோய்வாய்ப்படும் வேளையில் தம்மையார் பராமரிப்பார்கள் என்றோ சிந்தித்திருக்க மாட்டார்கள். ஆனால், இங்கு நிலைமை மாறிவிட்டது. உள்நாட்டு யுத்தத்தின் அராஜக தாக்கங்களிலிருந்து தங்கள் பிள்ளைகள் தப்பிப் போனால் போதுமென்று தங்கள் மனதை கல்லாக்கி அவர்களை வெளிநாடுகளுக்கு தஞ்சம் புக அனுப்பினர். அவர்களில் ஒரு சிறு பகுதியினரே காலப்போக்கில் தங்கள் பிள்ளைகளோடு ஒன்றிணைய முடிந்தது.

இதனால் தாய்நாட்டில் பல முதியவர்கள் தனிமையில் கலந்துபோகாத தினமும் கேள்விப்படுகி - ரோம். முதுமையும் தனிமையும் பிரிக்க முடியாததாக மேலோங்கிச் செல்கிறது. கனடாவிலுள்ள முதியோர் இல்லங்களில் அவர்களின் தனிமைக்கு தீர்வு காணும் வகையில் பல நிரல்களையும், வசதிகளையும் ஏற்படுத்திக் கொடுக்க முயற்சிக்கிறார்கள். நான் வாழும் முதியோர் இல்லத்தில் அவசர வேளையில் ஒரு பொத்தானை அழுத்தினால் உடனடியாக உதவ ஒரு பாதுகாப்பு உத்தியோகத்தர் வரக்கூடிய வகையில் ஏற்பாடுள்ளது. இந்தப் பொத்தானை fob, remote control, emergency button எனப்

பல பெயர்களில் அழைக்கின்றனர். இது ஒரு பதக்கம் போன்ற அமைப்பைக் கொண்டது. பல முதியோர் இதனைத் தமது கழுத்தில் அணிந்தவாறு திரிவது இங்கு சாதாரணமான காட்சி.

இதனைவிட காலையிலும் மாலையிலும் குறிப்பிட்ட நேரத்துக்கு எங்களின் பாதுகாப்பை உறுதிப்படுத்துவதற்காக எம்மை தொலைபேசியில் ஓர் அலுவலர் அழைக்கும் நிரலும் நடைமுறையிலுள்ளது. அவர் அழைக்கும்போது எமது தரப்பிலிருந்து பதில் கிடைக்காதவிடத்து பாதுகாப்பு உத்தியோகத்தர் ஒருவர் எமது அறைக்கு வந்து எம்மைப் பார்க்கும் ஏற்பாடு செய்யப்பட்டுள்ளது. இதனூடாக எமக்கு ஏதாவது அவலம் ஏற்படும் பட்சத்தில், ஆகக்கூடியது 12 மணித்தியாலங்கள் - அதாவது இரண்டு அழைப்புகளுக்கு இடைப்பட்ட நேரம் மாத்திரமே ஒருவர் கண்காணிப்பின்றி இருக்கிறார்.

பல வைத்திய சேவை நிறுவனங்கள் மெடிக் அலேர்ட் என்ற திட்டத்தை நடைமுறைப் - படுத்துகிறார்கள். இதற்கு மாதாந்தம் கட்டணம் செலுத்த வேண்டும். இதுவும் ஒரு பதக்கத்தை ஒருவர் அணிந்திருப்பது. தற்செயலாக அவர் விழுந்து விட்டால் அதனை அழுத்துவதன் மூலம் குறிப்பிட்ட வைத்திய சேவையுடன் தொடர்பு ஏற்படும். உடனடியாகவே அவருக்கு உதவி கிடைக்கும். இவ்வகையான சேவைகள் யாவும் சம்பந்தப்பட்ட முதியவர் சுயநினைவோடுருந்து உதவி கோரும்போது வெற்றிகரமாக அமையும். இதனை செய்ய முடியாது இயற்கை எய்திய பல முதியவர்களை நான் அறிந்துள்ளேன்.

இன்றைய தொழில்நுட்ப அறிவு முதியோரிடம் நிரம்ப உள்ளது. இதனால் பல முதியோர் தங்கள் நண்பர்களோடு வாட்ஸ்அப் குழுக்களை அமைத்து ஒருவரோடு ஒருவர் அன்றாடம் சுகநலம் விசாரித்துக் கொள்கிறார்கள். சில முதியோர் தினமும் குறிப்பிட்ட நேரத்தில் சந்தித்துக் கொள்கிறார்கள். தற்செயலாக ஒருவர் சந்திக்காதவிடத்து அவருடன் தொடர்பு கொண்டு சுகம் விசாரிக்கிறார்கள். இவ்வாறு முதியோரின் தனிமையைப் போக்க பல வழிமுறைகளை நாம் கையாண்டாலும் அவை யாவும் நிரந்தரமான தீர்வுகள் அல்ல.

பலரோடு வாழும்பொழுதுகூட ஏதோ ஒருவகையான தனிமையை சிலர் அனுபவிப்பதைக் காண்கிறோம். சிலர் தங்கள் பிள்ளைகளோடு வாழ்ந்தாலும் அவர்கள் தங்களோடு மனம்விட்டுப் பேசுவதோ அல்லது தாங்கள் கூறுவதை செவிமடுப்பதோ கிடையாது என ஆதங்கப்படுகிறார்கள். இதனால் முதியோர் இல்லங்களில் வாழ்வது நல்லது என அவர்கள் தங்களுக்குள் முணுமுணுப்பதையும் நான் கேட்டுள்ளேன்.

எதனையும் ஒரு சவாலாக ஏற்று பிறரைக் குறை கூறாது நாங்களே தனிமையைப் போக்க முயற்சிக்க வேண்டும். ஒரு காலத்தில் பெரும் பதவி வகித்து மிகுந்த மரியாதையோடு வாழ்ந்த ஒருவர் ஒரு வயோதிப இல்லத்தில் உள்ளார். ஆனால், அங்கு வசித்த மற்றைய முதியோர்கள் தமக்குத் தோதானவர்கள் இல்லையென மற்றவர்களுடன் பழகாது வாழ்கிறார். இவரிலும் பார்க்க உயர்ந்த பதவி வகித்த ஒருவர் அந்த இல்லத்தில் சகலருடனும் சந்தோசமாக இருப்பதைக் கண்டு எவ்வாறு அவரால் அப்படி இருக்க முடிகிறது என்று கேட்கிறார். அதற்கு அவர் சொன்ன பதில் - சதுரங்க ஆட்டத்தில் விளையாடும்போது மட்டும்தான் ஒவ்வொரு காய்களுக்கும் ராஜா ராணி என பெறுமதி உண்டு. ஆனால் ஈற்றில் எல்லாக் காய்களும் ஒரே பெட்டிக்குள்ளானே போடப்படுகின்றன. அதுபோலவே முதுமை என விளக்குகிறார் அவர். அன்றிலிருந்து அந்தப் பெரியவர் தனது போலிக் கௌரவத்தை விட்டு எல்லோருடனும் சேர்ந்து சந்தோசமாக இருக்கிறார்.

பலவிதமான தீர்வுகளை தனிமையைப் போக்கடிக்க நாம் கையாண்டாலும் திரு. எஸ். ராஜ்மோகன் மார்ச் மாத தமிழர் தகவல் கட்டுரையில் குறிப்பிட்டதுபோல் தனிமையில் வாழ்ந்து அவசர சேவை தொடர்புகள் கிடைக்காமல் மரணத்தைத் தழுவும் முதியவர்களின் மரணங்கள் இயற்கை மரணங்கள் அல்ல என்ற கூற்று நூறு வீதம் உண்மையானதே.



இரா. சம்பந்தன்

புறநானூறும் பூம்புகார்ப் புலவனும்

வயது முதிர்ந்து கோல் ஊன்றி நடக்கும் முதியவர்களை பெருமூதாளர்கள் என்று அழைத்தன சங்க இலக்கியங்கள். அத்தகைய பெருமூதாளர்கள் இருவர் ஒரு குளத்தின் கரையினிலே மெதுவாக நடக்கின்றனர். இருவர் கைகளிலும் கால்களுக்கு உதவி செய்வதற்காக ஊன்று கோல்கள். ஒருவர் வசதியான குடும்பத்தைச் சேர்ந்தவர் போலும். அவரின் ஊன்று கோலிலே வெள்ளிப் பூண் போடப்பட்டிருக்கின்றது.

தலையும் உடலும் நடுங்க சில வார்த்தைகள் பேசுவதற்குள்ளாகவே பலமுறை இருமல் வந்து அவர்களைத் தடுத்து விடுகின்றது. ஆனாலும் அவர்கள் அந்தக் குளத்தின் கரையிலே மெதுவாக நடந்து ஒரு மருதமர நிழலில் வந்து நிற்கின்றார்கள். அந்த மரத்தின் வலிய கிளையொன்று குளத்துக்கு மேலாகச் வளைந்து சென்று வளர்ந்து இருக்கின்றது.

அதையே நெடு நேரமாகப் பார்த்துக் கொண்டு நிற்கின்றார் ஒரு முதியவர். அவரின் மனத்திலே இளமைக்கால நினைவுகள் ஒவ்வொன்றாக விரிகின்றன. மிகுந்த மகிழ்ச்சியுடன் தன் நண்பரைப் பார்த்தார். மாண்பு முதுமையின் தொல்லைகளையும் தாண்டி மனம் இளமையாகின்றது. வார்த்தைகள் பிறக்கின்றன.

உனக்கு ஞாபகம் இருக்கின்றதா சிறு வயதிலே நாங்கள் இந்தக் குளக்கரைக்கு வரும்போது இளம் பெண்கள் மண்ணிலே பாவை உருவங்கள் செய்து அதற்கு மலர்களைச் சூட்டி விளையாடிக் கொண்டிருப்பார்கள். அவர்கள் குளத்திலே நீராடும் வேளையில் நாங்களும் அவர்களுடன் சேர்ந்து கை கோர்த்துக் கொண்டும் தழுவிக்கொண்டும் தோள்களிலே தொங்கிக் கொண்டும் கள்ளம் கபடம் அறியாமல் சேர்ந்து விளையாடுவோம்.

அந்தப் பெண்களிடம் எங்கள் வீரத்தைக் காட்டுவதற்காக இதோ இந்த மருதமரத்துக் கிளையில் ஏறி குளத்து நீரிலே துடும் என்ற ஓசை உண்டாகுமாறு குதித்து மூச்சை அடக்கிக் கொண்டு குளத்தின் அடியிலே உள்ள மண்ணை அள்ளிக் கொண்டு மேலே வருவோம். நாம் குளத்திலே குதிக்கும் போது பொங்கியெழும் தண்ணீர் கரை வரை தெறித்து அங்கே இருப்போரை நனைத்து அவர்களையும் அச்சமுறச் செய்யும்.

அது நாம் படிப்பிலே கவனம் செலுத்தியிருக்க காலம். அதை நாம் செய்யவில்லை. இளம் பெண்களோடு பேசுவதும் நெருங்கிப் பழகுவதும் விளையாடுவதும் தான் வாழ்க்கை என்று நினைத்தோம். இப்போது எங்கள் நிலையைப் பார். அந்த இளமைத் தேகம் எங்கே போய்விட்டது. இனி அந்த வாழ்வு கிடைக்குமா இல்லையே என்று வேதனையோடு சொன்னார் அந்தப் பெரியவர். இந்தப் பாடல் சங்க இலக்கியமான புறநானூற்றிலே 243 வது பாடலாகக் காணப்படுகின்றது. இதைப் பாடியவர் தொடித்தலை விழுத்தன் - டனார் என்னும் புலவர். முதுமையின் எல்லைக்குள் காலடி வைக்கும் அனைத்து மக்களும் தெரிந்து கொள்ள வேண்டிய பாடல் இது.

இனிநினைந்து இரக்கம் ஆகின்று திணிமணல் செய்வுறு பாவைக்கு கொம்புத் தைஇத் தண்கயம் ஆடும் மகளிரோடு கைபிணைந்து தழுவுவழித் தழீஇத் தூங்குவழித் தூங்கி மறைஎனல் அறியா மாயமில் ஆயமொடு

உயர்சினை மருதத் துறையுறத் தாழ்ந்து
நீர்நணிப் படிக்கோடு ஏறிச் சீர்மிகக்
கரையவர் மருளத் திரையகம் பிதிர
நெடுநீர்க் குட்டத்துத் துடுமெனப் பாய்ந்து
குளித்துமணற் கொண்ட கல்லா இளமை
அளிதோ தானே யாண்டுண்டு கொல்லோ?
தொடித்தலை விழுத்தன் ஊன்றி நடுக்குற்று
இருமிடை மிடைந்த சிலசொல்
பெருமூ தாளரோம் ஆகிய எமக்கே.

புறநானூற்றின் இந்தச் செய்யுளின் தாக்கத்தை காவிரிப்பும் பட்டினத்துப் புலவரான பட்டினத்தாரின் உடற்கூற்று வண்ணம் என்ற பாடலின் இடையிடையே காண முடியும். சிவந்த கையிலே ஊன்றி நடக்கத் தடி வந்து சேர்வதும் நித்திரை வரும் நேரத்தில் இருமல் வந்து இடையூறு செய்வது, சொல்வது பிறருக்குப் புரியாமல் தடுமாறிப் பேசுவதும் தங்கள் முது நிலையை எண்ணி உறுதி குலைந்து போவதும் வருந்துவதும் போன்ற கருத்துகள் பட்டினத்தார் புறநானூற்றில் இருந்து கடன் பெற்றவையாகும்.

வளமையும் மாறி இளமையும் மாறி
வன்பல் விழுந்து இருகண்கள் இருண்டு
வயது முதிர்ந்து நரைதிரை வந்து
வாதவிரோத குரோதம் அடைந்து
செங்கையினில் ஓர் தடியுமாகியே
வருவது போவது ஒருமுதுகூறு
மந்தி எனும்படி குந்தி நடந்து
மதியும் அழிந்து செவிதிமிர் வந்து
வாய் அறியாமல் விடாமல் மொழிந்து
துயில் வரும் நேரம் இருமல் பொறுது
தொண்டையும் நெஞ்சம் உலர்ந்து வறண்டு
துகிலும் இழந்து கணையும் அழிந்து
தோகையர் பாலகர்கள் ஓரணி கொண்டு
கலியுகம் மீதில் இவர் மரியாதை
கண்டிடும் என்பவர் சஞ்சலம் மிஞ்ச
கலகல என்று மலசலம் வந்து
கால்வழி மேல்வழி சாரநடந்து
தெளிவும் இராமல் உரைதடுமாறி
சிந்தையும் நெஞ்சம் உலைந்து மருண்டு
திடமும் அழிந்து மிகவும் அலைந்து
தேறிநல் ஆதரவு ஏது என நொந்து
மறையவன் வேதன் எழுதியவாறு
வந்தது கண்டமும் என்று தெளிந்து
இனியென கண்டம் இனி என தொந்தம்
மேதினி வாழ்வு நிலாதினி நின்ற
கடன்முறை பேசும் என உரைநாவு
தங்கிவிழுந்து கைகொண்டு மொழிந்து
கடைவழி கஞ்சி ஒழுகிவந்து
பூதமுநாலு சுவாசமும் நின்று
நெஞ்சு தடுமாறி வரும் நேரமே

சங்க இலக்கியங்கள் நடுநிலை நின்று மனித மேம் - பாட்டுக்காக இயற்கையோடு ஒன்றிச் சொன்ன கருத்துகள் பல பின்நாளில் எப்படிச் சமயச் சாயம் பூசப்பட்டுக் கடவுளோடும் இணைக்கப்பட்டு மதக் கருத்துகளாக தத்தெடுக்கப்பட்டு வளர்க்கப்பட்டன என்பதற்கு இவையெல்லாம் மிகச்சிறந்த உதாரணங்கள் ஆகும்.

தமிழர் பண்பாட்டு ஆடைகள்

ஒவ்வொரு இனத்தினதும் புறப் பண்பாட்டை வெளிப்படுத்துவதில் ஆடைகளுக்குப் பெரும்பங்கு உண்டு. பெரும்பாலான இனங்கள், வழிபாடுகளின் போதும் இனஞ்சார் கொண்டாட்டங்களின் போதும் பெரும்பாலும் தமது இனத்துக்குரிய பண்பாட்டு ஆடைகளையே அணிவர். பன்முகப் பண்பாட்டுத்தளங்கள் எங்கும் இத்தகைய ஆடைச்சிறப்பைக் காணலாம்.

காலந்தோறும் வளர்ச்சிபெற்றுவரும் மாந்தர் சமூகத்திலும் ஆடைகளும் அணியும் முறைகளும் மாறுபட்டே வந்திருக்கின்றன. ஐம்பது ஆண்டு - களுக்கு முன்னர் வெளியான திரைப்படங்களில் நாம் காணும் ஆடைகளும் அணியும் முறைகளும் இப்போது இல்லை. ஆடைப் பண்பாடு, இடமும் காலமும் மாறும்போது மாறும் தன்மை கொண்டது. எனினும் பன்முகப் பண்பாட்டுத்தளத்தில் இனவடையாளச் சிறப்புமிக்க ஒரு வகையான ஆடைப் பண்பாட்டைத் தமிழரும் கொண்டிருப்பது சிறப்புக்குரியது. தமிழரின் ஆடைப் பண்பாட்டு வரலாற்றைச் சுருக்கமாக நோக்குவோம்.

மிகத் தொன்மையான காலந்தொட்டே தமிழர்கள் மிகவுயர்வான பட்டுத்துணிகளையெல்லாம் பயன்படுத்தியிருக்கின்றனர். துணியை நெய்யும் நெசவுத்தொழில் 2000 ஆண்டுகளுக்கு முன்பே சிறப்புற்றிருக்கின்றது.

“பட்டினும் மயிரினும் பருத்தி நூலினும் கட்டும் நுண்வினைக் காருகர் இருக்கை” என இச்செய்தியை சிலப்பதிகாரம் குறிப்பிடுகின்றது.

தமிழ்நாட்டில் உயர்சிறப்பு மிக்க ஆடைகள் நெய்யப்பட்டு, வெளிநாடுகளுக்கு விற்கப்பட்ட செய்திகளும் உண்டு.

அக்காலத்து ஆடைகள் பல்வகை வேலைப் - பாடுகளைக் கொண்டிருந்தன. ஆடையின் விளிம்பு, முன்தாளை, உடற்பகுதிகள் சிறந்த அழகிய வேலைப்பாடுகளைக் கொண்டிருந்தன. தாமரை மலர், அல்லி மலர், மல்லிகை மலர், பிச்சிப்பூ, மல்லிகை, அரும்பு, மாம்பிஞ்சு போன்ற உருவங்கள் எழில் பெற்று விளங்குமாறு ஆடைகள் நெய்யப்பட்டன.

இம்மலர்களும் அரும்புகளும் பிஞ்சும் சிவப்பு, வெள்ளை, நீலம், மஞ்சள், ஊதா, பச்சை போன்ற பல்வேறு நிறங்களில் மட்டுமன்றி வெள்ளிச் சரிகை பொற்சரிகை போன்றவைகளை இணைத்துத் தகதகவேன ஒளிர்விட்டு மின்ன பட்டு நூலிலும் பஞ்ச நூலிலும் ஆடைகள் நெய்யப்பட்டன. இவ்வாறான ஆடைகள் பேரழகு பெற்று விளங்கின.

எனினும் பொருளாதாரத்திலும் அரசியலிலும் மேம்பட்டவர்களே பெரிதும் இவ்வாடைகளை அணிந்துள்ளனர். சாதாரண குடிமக்களும்



பொன்னையா விவேகானந்தன்

மரபும் மாண்பும்

36

சிறுதொழில்கள் செய்வோரும் உடலை மறைக்க சிற்றாடைகளையே அணிந்துள்ளனர். பிற்காலத்தில் உருவெடுத்த சாதியப்பாகுபாடுகளும் உடை அணிவதில் பல்வகை இடர்களை ஏற்படுத்தின.

தாயகத்தின் தட்பவெப்பநிலைகளுக்கு அமைய, தமிழர்கள் பருத்தி ஆடைகளையே பெரிதும் அணிந்தனர். சிறுவர் முதல் பெரியோர் வரை ஆடைகளை வகைப்படுத்தி அணிந்தனர் என்று இலக்கியங்கள் கூறுகின்றன.

ஆங்கிலேயர் வருகையின் பின்னரே, அனைத்துப் பெண்களும் மேலாடை அணிவதற்கு அனுமதி கிடைத்தது. சேலை என்பதுகூட, வடநாட்டாரின் தாக்கத்தால் உருவான ஆடையே. எனினும் தமிழர் சேலையை அணியும் முறைகளால் தமக்கென்றொரு தனித்தன்மையைக் கொண்டுள்ளனர்.

அக்காலத்தில் ஆண்கள் பெரிதும் மேலாடை அணியும் வழக்கத்தைக் கொண்டிருக்கவில்லை. இடுப்புக்குக் கீழே உயர்த்திக் கட்டிய கச்சை என்ற ஆடையையும் தேவையேற்படில் துண்டு எனப்படும் துணியையும் தோளில் போட்டிருப்பர். இவையே இன்று வேட்டி, சால்வை என்ற ஆண்களின் பண்பாட்டு ஆடைகளாக உருப்பெற்றிருக்கின்றன. வெளிநாட்டாரும் பொற்கொல்லர் போன்ற சிலருமே மேல்சட்டை அணிந்திருந்ததாக இலக்கியங்கள் கூறுகின்றன. மேற்சட்டைகளை மெய்ப்பை என அழைத்திருக்கின்றனர். ஆங்கிலேயரே இப்போது நாம் அணிகின்ற மேற்சட்டைகளை அறிமுகப்படுத்தியிருந்தனர்.

தமிழர்கள் பெயர்ந்து வாழ்கின்ற புலங்கள் பலவும் காலநிலைகளால் பாரிய வேறுபாடுகளைக் கொண்டன. நாளாந்தம் பயன்படுத்தும் ஆடைகளைத் திட்டமிடுவது, பெரிதும் காலநிலைகளே. அத்தோடு, இந்நாடுகளின் அன்றாட பொதுவியக்கம் அதற்கேற்ப வாய்ப்பான ஆடைகளையே அணிய வற்புறுத்துவதைக் காணலாம்.

எனினும், ஏற்கனவே குறிப்பிட்டதைப்போன்று, விழிபாடு, விழாக்கள், கொண்டாட்டங்களில் தமிழர் தமக்கே உரித்தான பண்பாட்டு ஆடைகளை அணிவது மிகச் சிறந்தது. பொதுவாகவே தமிழ்ப்பெண்கள் அழகழகான சேலை அணிந்து, பொட்டும் பூவும் வைத்து வருவதைக் காணலாம். எனினும் இளம்பெண்கள் அணியும் ஆடைகள், பெரிதும் வடஇந்தியப் பண்பாட்டு ஆடைகளாகவே இருக்கின்றன. Half saree எனப்படுகின்ற பாவாடை தாவணியே இளம்பெண்களின் பண்பாட்டு ஆடை. சுடிதார், சல்வார் போன்றவை தமிழர் ஆடைகள் அல்ல. சிறுமிகளும் பாவாடை சட்டை அணிவதே பண்பாட்டு மரபு.

வாழ்ப்புல நாடுகளில் ஆண்கள் விழாக்கள் கொண்டாட்டங்களின்போது பெரிதும் கோட் சூட் அணிவதைக் காணலாம். பெண்கள் பண்பாட்டு ஆடைகளுடன் கலந்துகொள்ளும்போது, ஆண்கள் கோட் சூட் அணிந்து வருவது பொருத்த முடையதன்று. பட்டுவேட்டி, மேலாடை, சால்வை அணிந்து வந்தாலே ஓர் அரசநடை இயல்பாகத் தோன்றும்.

இளம் ஆண்களும் பெரிதும் பெண்களைப் போலவே வடஇந்தியருக்குரிய குர்தா ஆடைகளையே அணிகின்றனர். திருமணத்தின்போது மணமகன்மார்சூட அதிவிலையுயர்ந்த குர்தாக்களையே அணிகின்றனர். அவை முற்றிலும் வடநாட்டுப் ஆடைப்பண்பாடு என்பதை நாம் கவனத்தில் கொள்ள வேண்டும். கொண்டாட்டங்களின்போது தமிழ் இளையோர் வேட்டி, சால்வை அணிந்து வருவது சற்றே அதிகரித்து வருவது மகிழ்வுக்குரியது.

தமிழருடைய பண்பாட்டு ஆடைகளான சேலை, வேட்டி, பாவாடை தாவணி என்பன மிக அழகானவை, வண்ணவடிவு மிக்கவை. அவற்றை அணிந்து செல்லும்போதே, அழகும் நடையும் பலமடங்கு சிறப்புற்று விடுகின்றது. பெயர்வுப்புல நாடுகளில் ஆடை சார்ந்த பண்பாட்டு வெளிப்பாடே இனத்தின் தன்னின்ப பற்றையும் பண்பாட்டுச் சிறப்பையும் வெளிப்படுத்துவதாகும்.

யாழ்ப்பாணத்திற்கு விமானத்தில் பயணம் செல்லும்போது 'கண்டதை' சென்ற இதழில் சொல்லியிருந்தேன். இந்த இதழிலும் விமானப்பயணம்தான் எனத் தீர்மானித்தாயிற்று. ஆனால் எதைச் சொல்ல..? நான் எனது அம்மாவை அழைத்துக் கொண்டு கண்டாவிலிருந்து விமானத்தில் சென்ற(க)தை சொல்லலாமோ? அதைச் சொல்வதன்மூலம் விமானப் பயணங்களில் தந்து உதவப்படுவதும், வீல் செயர் (wheel chair) என்றழைக்கப்படு - வதுமான சக்கர நாற்காலி குறித்த அனுபவங்களைப் பகிர முடியும்.

“இந்த 2023ம் வருடம் தைப்பொங்கல் கொண்டாட நாளும் எனது அம்மாவும் யாழ்ப்பாணம் போகப்போகிறோம்” என்று சொன்னதுமே எனது நண்பர்களில் பலரும் என்னை போக 'விடாமல்' பயமுறுத்தினார்கள். கண்ணூறு பட்டுவிடும் என அம்மாவின் வயதை அவர்களுக்கு நான் சொல்லாது மறைத்தாலும், அவர்களில் பலரும் தோராயமாக எண்பத்தைந்து வயதுக்கு மேற்பட்ட முதியவர்கள் விமானப்பயணம் செய்யும்போது வரக்கூடிய அத்தனை ஆபத்துக்களையும் பட்டியலிட்டார்கள். உச்சக்கட்டமாக கிருபானந்த வாரியாரின் கடைசி விமானப்பயணத்தை வேறு சொல்லிக் காட்டி மிரட்டினார்கள். சரிதான் போங்கடாப்பா என்றுவிட்டு, வீல் செயர் வசதியை அம்மாவுக்குக் கோரி நம் பயண ஏற்பாடுகளைத் தொடர்ந்தேன். ஆனால் மனதுள் கொஞ்சம் திகில் இருந்தது என்பது உண்மை.

கைத்தடி இல்லாமல் நடப்பதற்கு அம்மா சற்று சிரமப்படுவார். அதேசமயம் கைத்தடியோடு நடப்பதென்பதையும் வயதாக வயதாக அவரால் ஏற்க முடிவதில்லை. இது அவர் வயதையெட்டி - யிருக்கும் பல முதியவர்களுக்கும் ஏற்படும் இயல்பான மனச்சிக்கல்தான் என்று நாங்கள் சொன்னாலும் அந்தச் சமாதானம் அவருக்கு ஜீரணமாவதில்லை. இதையெல்லாம் புரிந்த நிலையில்தான் அன்று பாரதியார் “விசையறு பந்தினைப்போல் உளம் வேண்டியபடி செல்லும் உடல் கேட்டேன்” என கவிதை எழுதியிருக்கிறார்.

இன்று ஒரு பில்லியனுக்கும் அதிகமான மக்கள் வயது முதிர்வு உடல் ஊனக் குறைபாடுகளுடன் வாழ்கின்றனர் என்கிறது புள்ளி விபரம். இது உலக மக்கள்தொகையில் சுமார் 15 விகிதம் ஆகும். இந்த விகிதக் கணக்கு விமானப்பயணிகள் தொகையிலும் எதிரொலிக்கின்ற காரணத்தால் விமானங்களின் கூட்டமைப்பான IATA நிறுவனம் வீல் செயர் வசதியை அனைத்து விமானப்பயணங்களிலும் இலவசமாக நடைமுறைப்படுத்தித் தந்திருக்கிறது.

2020 கொரோனாவிற்கு பிறகு மேற்கு நாட்டு



கனடா முர்த்தி

கண்டதை மீண்டும் சொல்லுகிறேன் - 2

விமான நிலையங்கள் பயணிகளால் நிரம்பி வழிகின்றன. உதாரணத்திற்கு நமது ரொறன்ரோ பியர்சன் விமான நிலையத்தையே எடுத்துக் கொள்ளுங்கள். வரிசைகளில் வெகுநேரம் காத்து நின்று போர்டிங்பாஸ்களை எடுத்து செக்கின் செய்வதற்குள் பல பிரயாணிகளுக்கு பிராணன் போய் வந்துவிடும். ஆனால் வீல் செயர் வசதி கோரியவர்கள் சிரமப்படவேண்டியதில்லை.

வீல் செயர் கேட்டவர்களுக்கான விசேட பகுதி ஒன்று விமான நிலையங்களில் உண்டு. விமான நிலையத்தை அடைந்ததும் நேரே அங்கு போய்விடுங்கள். அங்கு விமான நிலைய சிறப்பு ஊழியர்கள் வீல் செயர் பயணிகளைக் கவனித்து விமானத்தின் வாசல்வரை கொண்டு வந்து விட்டு விடுவார்கள். போர்டிங் பாஸ் எடுப்பது, சூட்கேஸ்களை செக்இன் பண்ணுவது, குடியகல்வு பகுதியை கடப்பது போன்ற அனைத்தையும் கவனித்தும் கொள்வார்கள்.



சிறப்பு என்னவென்றால் நெல்லுக்கு இறைத்த நீர் புல்லுக்கும் ஆங்கே பொசிவதுபோல வீல் செயர் பயணியை அழைத்துக்கொண்டு கூடப் பயணிப்பவர்களுக்கும் பல வசதிகள் பொசிந்துவிடுகின்றன. அதனால் அம்மாவை அழைத்துச் சென்ற எனக்கும் உடனே போர்டிங் பாஸ் கிடைத்துவிட்டது - குடியகல்வுப் பகுதியையும் அம்மாவுடனேயே கடக்கவும் முடிந்தது.

ஐரோப்பாவில் வரும் இடைத்தரிப்பில் விமானம் விட்டு விமானம் மாறும்போது - பாரிலிலும் சரி லண்டனிலும் சரி - மிக அதிக தூரம் சென்றே இன்னொரு மூலையில் மறு விமானத்தை பிடிக்க வேண்டும். பரந்து விரிந்திருக்கும் எயர்போர்ட்டுக்கள் அவை. அம்மாவுடனே என்னையும் கூடவே அமர வைத்து விசேட வாகனங்களில் ஓட்டிச் சென்றார்கள். போதாததற்கு குட்டி பஸ்களும் ஏற்றியும் அனுப்பினார்கள். ஒருவகையில் அம்மா புண்ணியத்தில் சிரமமின்றி நான் பயணிக்க முடிந்ததென்றாலும், ஊழியர் மற்றும் வாகன பற்றாக்குறைகளால் அங்கு மிக அதிக நேரம் காத்திருக்கவும் வைத்து விட்டார்கள்.

ஆனால் கொழும்பில் வீல் செயர் வசதிகளை 'தாமதமே இல்லை' என அட்டகாசமாக செய்து தந்தார்கள். குடிவரவு, குடியகல்வு நிலைகளில் விமானிகள் செல்லும் விசேட பாதை வழியாகவே நமக்கான பாஸ்போர்ட்டுக்களையும், போடிங் பாஸ்களையும் சரிபார்த்துக் கொடுத்தார்கள். பாஸ்போர்ட் தலைமாற்றும் ஏமாற்றுக்களைத் தடுக்க கடுமையான சில விசேட கவனிப்புகளை கொழும்பில் செக்கியூரிட்டிகள் செய்தாலும் வீல் செயர் என்ற முறையில் அவை நமக்கு விரைவாக முடிந்தேகின.

ரொறன்ரோ திரும்பி வரும் பயணத்தில் ஒரு மாற்றம் செய்திருந்தேன். இடைவேளைபோல ஒரு இரவு லண்டனில் தங்கக்கூடிய வகையில் டிக்கெட்டைப் போட்டு லண்டன் ஹீத்ரோவில் வெளியே வந்துவிட்டோம். லண்டனில் வாழும் எனது சித்தி வீட்டிற்குப் போய்த் தங்கி, அங்கும் இடியப்பம், சம்பல், சொதி சாப்பிட்டுத் தூங்கிவிட்டு மறுநாள் பசுமையாக ரொறன்ரோ கிளம்பினோம். இதை நீங்களும் செய்யலாம். நீண்ட பயணம் செய்யும் வயதானவர்களுக்கு ஒரு சிறு ஆறுதல் கிட்டும். பயணக் களைப்பு தெரியாது. ஆனால்...

லண்டன் ஹீத்ரோவில் அம்மாவை வெளியே கொண்டு செல்வதற்கான வீல் செயர் வசதி கிட்டுவது மணிக்கணக்கில் தாமதமாகியது. காரணம்? இப்போதெல்லாம் ஏராளமான பயணிகள் வீல் செயர் வசதி கோருகிறார்களாம். ஓரளவிற்கு

(30ம் பக்கம் வருக)

சிறுவயது ஞாபகங்கள் என்றும் மனதிலிருந்து அழிவதில்லை.

இன்று காலை என்ன உணவு சாப்பிட்டேன்? ஞாபகமில்லை.

நேற்று பத்திரிகை தலைப்பு செய்தி என்ன? ஞாபகம் இல்லை.

ஆனால் பல வருடங்களுக்கு முன்னர் நடந்தவை இன்னும் நினைவில் அப்படியே நிற்கின்றன.

அதுமட்டுமல்ல, அப்போ நடந்தவற்றையும், படித்தவற்றையும் இப்போ நடக்கும் சம்பவங்களுடன் தொடர்பு படுத்த முடிகிறது.

இன்னும் சொல்லப்போனால், வாழ்க்கையில் நாம் படிக்க வேண்டிய பாடங்கள் எல்லாவற்றையும் 12 வயதுக்குள்ளேயே நாம் கற்றுக்கொண்டு விடுகிறோம் என்றுதான் தோன்றுகிறது.

சிறுவயதில் எங்கள் கிராமத்துக் கோயிலில் கதாப்பிரசங்கம் நடைபெறும். இரவு நேரம் நடப்பதால் என்னை அங்கே லேசில் போக விடமாட்டார்கள். கெஞ்சி மன்றாடி போவேன்.

கிருபானந்தவாரியார் பத்து நாட்கள் தொடர்ந்து பேசுவார். எனக்கு இரண்டு மூன்று நாட்கள் போக அனுமதி கிடைக்கும்.

அவர் தங்கியிருந்த வீடு என் நண்பன் வீட்டுக்கு பக்கத்தில் இருந்தது. ஒருநாள் பகல் அந்த வீட்டுக்கு போனேன். வீட்டு வாசலில் நின்று வேலைக்காரன் என்னைக் கண்டதும் அதிகாரத்தை தன் கையில் எடுத்துக்கொண்டு 'உள்ளே வராதே' என்று கத்தினான்.

கிருபானந்தவாரியார் வெளித் திண்ணையில் சப்பணக்கால் போட்டு ஓர் எழுத்து மேசையின் முன் உட்கார்ந்து ஏதோ எழுதிக்கொண்டிருந்தார். வெற்று உடம்பு. நெற்றி முழுக்க விழுதி. கழுத்திலே ருத்திராட்ச மாலைகள்.

வாரியார், வேலைக்காரனை நிமிர்ந்து பார்க்க அவன் 'யாரோ சின்னப் பெடியன். நான் துரத்திவிடுகிறேன்' என்றான்.

வாரியார் 'சின்னவர், பெரியவர் என்று ஒரு வித்தியாசமும் கிடையாது. பையனை உள்ளே அனுப்பு' என்றார்.

தலைமையாசிரியர் அறைக்கு போவதுபோல நடுக்கத்துடன் நுழைந்தேன். புன்னகையுடன் 'என்ன வேணும்?' என்றார். 'சும்மா பார்க்க வந்தேன்.'

'பின்னேரம் பிரசங்கம் கேட்க வருவியா?' என்றார். தலையாட்டினேன். 'இன்றைக்கு வர



அ. முத்துலிங்கம்

உள்ளே வராதே!

மறக்காதே' என்றார். நான் வீடு திரும்பி எப்படியோ அனுமதி பெற்று அவருடைய பிரசங்கத்துக்கு போய் முன் வரிசையில் அவர் பார்க்கக்கூடிய தூரத்தில் உட்கார்ந்தேன்.

அன்று, ராமர் குகனை சந்தித்த இடத்தைப் பற்றி வாரியார் விளக்கமாகப் பேசினார். ராமர் அரசகுமாரன். குகனோ வேடுவன். அவன் கொண்டுபோன தேனையும் மீனையும் 'அமிழ்தினும் இனியது' என ராமர் பாராட்டுகிறார். சீதையை ராவணன் கவர்ந்து சென்ற பின்னர் சுகீர்வனுக்கு உதவுகிறார்.

போரின் தொடக்கத்தில் விபீடணன் அடைக்கலம் கேட்டுவர அவனையும் தன்னுடன் சேர்த்துக்கொள்கிறார். சுகீர்வன் குரங்கு இனம். குகன் வேடுவன். விபீடணன் பாதி அசுரன், பாதி முனிவர். ராமரோ அரசகுமாரன். அவர்கள் எல்லோருமே ராமருக்கு சகோதரர்கள் ஆகிறார்கள். ஒரு வேறுபாடும் கிடையாது. சின்னவர் பெரியவர் இல்லை. உயர்ந்தவன் தாழ்ந்தவன் கிடையாது.

அன்று அதை வாரியார் எனக்குச் சொன்னது போலவே உணர்ந்தேன். 'குகனோடும் ஐவரானோம் முன்பு, பின் குன்று சூழ்வான் மகனோடும் அறுவர் ஆனோம், எம்முழை அன்பஅகன் அமர் காதல் ஐய! நின்னோடும் எழுவரானோம்'

சமீபத்தில் நான் படித்த சம்பவம் ஒன்று சிறுவயதில் நான் கற்றுக் கொண்டதை நினைவு படுத்தியது.

சாள்ஸ் பிளம் என்பவர் போர் விமானி. அமெரிக்க வியட்நாம் யுத்தத்தின்போது மிகத் திறமையாக விமானம் ஓட்டி இலக்கு தவறாமல் குண்டுகள் போட்டு பெயரெடுத்தவர். கப்பலில் இருந்து விமானம் புறப்படும் முன்னர் பலருடைய உதவி அவசியம். விமானம் பழுதுபார்ப்பவர், எரிபொருள் நிரப்புவவர், காலநிலை கணிப்பவர், பாரகூட் பொறுப்பாளர் என அனைவரும் உதவுவார்கள்.

ஆனால் விமான ஓட்டிகள் இவர்களை பொருட்படுத்துவதில்லை. பேசமாட்டார்கள். அவர்கள் பகுதி கதவில் 'உள்ளே வராதே' என எழுதியிருக்கும்.

போர் முடிந்த பின்னர் ஒருநாள் பிளம் தன் மனைவியுடன் உணவகம் ஒன்றில் உணவருந்திக்கொண்டிருந்தார். அப்பொழுது முன்பின் அறியாத ஒருவர் வந்து கைகொடுத்து

'நீங்கள் பிளமா?' என்றார். 'ஆமாம்.' 'விமான ஓட்டிதானே?' 'ஆமாம்.'

'உங்கள் விமானத்தை சுட்டு வீழ்த்தி நீங்கள் 4 வருடம் வியட்நாம் சிறையில் இருந்தீர்கள் அல்லவா?'

'ஆமாம். நீங்கள் யார்?'

'நான்தான் உங்கள் பாரகூட்டை மடித்து வைத்தவன்.'

பிளம் ஒன்றுமே பேசாமல் அப்படியே நின்றார். அவர் மனதில் 'நான் பெரிது, நீ பெரிது என ஒன்றுமே இல்லை' என்ற சிந்தனை ஓடியிருக்கும்.

இதுதான் எட்டு வயதில் என் மனதிலும் ஓடியது.

தந்தை செல்வா 125வது பிறந்த தின நிகழ்வு

இலங்கை தமிழரசுக் கட்சியின் ஸ்தாபகர் தந்தை எஸ்.ஜே.வி.செல்வநாயகம் அவர்களின் 125வது பிறந்த தின நிகழ்வு அவர் பெயரிலான நினைவு அறக்கட்டளையினால் கனடா ஸ்காபரோவில் பிரின்சஸ் விருந்துபசார மண்டபத்தில் கடந்த மாதம் 19ம் திகதி இடம்பெற்றது. மங்கல விளக்கேற்றல், கனடிய தேசிய கீதம், தமிழ் வாழ்த்து ஆகியவைகளைத் தொடர்ந்து திரு. இ. குணநாதன் தலைமையில் நிகழ்வு ஆரம்பமானது. பேராசிரியர் அமுது ஜோசப் சந்திரகாந்தன், எழுத்தாளர் நக்கீரன் வே.தங்கவேலு ஆகியோர் நினைவுரைகளை நிகழ்த்தினர். தந்தை செல்வாவின் பேர்த்தியான மருத்துவர் மைதிலி வில்சன், ஒன்ராறியோ மாகாண சபை உறுப்பினர் லோகன் கணபதி ஆகியோர் சிறுநூலைகளை வழங்கினர். S.J.V. Chelvanayakam - A Tribute எனும் நூலின் 3ம் பதிப்பு நிகழ்வில் வெளியிடப்பட்டு சமூகமளித்திருந்த ஊடகர்களுக்கும் பிரமுகர்களுக்கும் மேடையில் வழங்கப்பட்டது. (ஒளிப்படங்கள்: தமிழ் மிறர்)



மூளாய் வைத்தியசாலை அபிவிருத்திக்கு 1953ல் உதவிய நடிகர் திலகம் சிவாஜியை நினைவு கூர்ந்த தனயன் ராம்

யாழ்ப்பாணத்தின் புகழ்பெற்ற மூளாய் கூட்டுறவு வைத்தியசாலைக்கு நடிகர் திலகம் பத்மஸ்ரீ சிவாஜி கணேசனின் தனயன் ராம்குமார் கடந்த மாதம் விஜயம் செய்தார். நடிகர் திலகம் தமது குழுவினருடன் 1953ம் ஆண்டு அக்டோபர் மாதம் 28ம் திகதி யாழ்ப்பாணம் நகர மண்டபத்தில் 'என் தங்கை' என்ற நாடகத்தை அரங்கேற்றி மேற்படி வைத்தியசாலைக்கு உதவி புரிந்ததன் எழுபதாவது ஆண்டு இவ்வருடமாகும். வைத்தியசாலை வளவுக்குள் நடிகர் திலகத்தினால் 1953ல் நாட்டப்பட்ட நினைவு மரம் இன்று சடைத்து வளர்ந்திருப்பதை பார்வையிட ராம்குமார், தமது விஜயத்தின் ஞாபத்துக்காக நினைவுக்கல் ஒன்றை திறந்து வைத்தார். கூட்டுறவு வைத்தியசாலை பணியாளர்களும் பொதுமக்களும் சிவாஜி கணேசனின் தாராள சிந்தையை நினைவுறுத்தி தனயன் ராம்குமாருக்கு யாழ் சின்னம் வழங்கி மகிழ்ச்சியான வரவேற்பளித்தனர்.



உண்மையான சொத்து

வாழ்விலே சம்பாதிக்கக்கூடிய அனைத்தையும் சம்பாதித்து அந்த வளம் காரணமாக பலரையும் சேர்த்துவைத்துப் பந்தியில் உணவு படைத்துண்ணும் பெருஞ்செல்வந்தராக இருந்தாலும் பந்தியின் நடுவில் குறு குறுவேன்று நடந்து கைகளை நீட்டி உணவை வாங்கியும் வாங்கியதைக் கொட்டிச்சிந்தியும் அதில் கொஞ்சத்தை வாயில் கவ்வியும் பாத்திரங்களுள் கையை விட்டுத் துழாவிப்பார்த்தும் நெய் கலந்த சோற்றைத் தன் உடம்பில் சிந்தியும் பார்ப்பவர் உள்ளத்தில் பரவசம் ஊட்டும் குழந்தை இல்லாதவருக்கு வாழ்வில் பயன் ஏதுமில்லை என்கிறார் பாண்டியன் அறிவுடை நம்பி.

படைப்புப் பல படைத்துப் பலரோடு உண்ணும் உடைப் பெருஞ் செல்வர் ஆயினும், இடைப் படக் குறுகுறு நடந்து, சிறு கை நீட்டி, இட்டும், தொட்டும், கவ்வியும், துழந்தும், நெய்யுடை அடிசில் மெய் பட விதிர்த்தும், மயக்குறு மக்களை இல்லோர்க்குப் பயக் குறை இல்லை தாம் வாழு நாளே.
- புறநானூறு 188

சங்ககாலத்து இலக்கியங்களில் இடம்பெற்றுள்ள பாடல்களை இயற்றிய புலவர்களுள் மூவேந்தர் சிலரும் அடங்குவர். இவர்களுள் சேரமான் இளங்குட்டுவன், சோழன் நலங்கிள்ளி, பாண்டியன் உக்கிரப்பெருவழுதி போன்ற மன்னர்கள் வரிசையில் இடம்பெறுபவன் பாண்டியன் அறிவுடை நம்பி. செல்வத்துள் எல்லாம் தலைச்செல்வம் மக்கட்செல்வம் என்னும் பொருள் தரும் இந்த இனிய பாடலை இயற்றிய பாண்டியன் அறிவுடைநம்பி தன் மழலைச் செல்வங்களின் குறும்புகளை அனுபவித்து மகிழ்ந்தவன் என்பதில் சந்தேகம் இல்லை.

தம் குழந்தையின் சிறுகை அளைந்த கூழ் அமுதினும் இனியது என்று போற்றுபவர்களே பெற்றோர் என்னும் பொருள்தரும் அமிழ்தினும் ஆற்ற இனிதேதம் மக்கள் சிறுகை அளாவிய கூழ் என்னும் வள்ளுவரின் குறளைப் படிக்கும்போது பாண்டியன் அறிவுடை நம்பியின் சங்கப்பாடல் நினைவுக்கு வருவதைத் தவிர்க்கமுடியாது.

The Real Asset

A poem written by Pandian Arivudai Nambi, a king of the Sangam era, conveys that wealth accumulation and lavish displays of hospitality by the wealthy hold little value without the simple and genuine joy that comes from one's own child.

The fact that such profound wisdom was expressed in Tamil poetry over 2000 years ago and still resonates with us today is remarkable. It serves as a testament to the timeless and universal nature of great poetry that



முனைவர் பால. சிவகடாட்சம்

படித்ததும் கேட்டதும் 62

speaks to the essence of human experience. The following poem in English captures the essence of the Purananuru song composed by Pandyan Arivudai Nambi.



Wealth and feasts, grand and vast,
Do not a fulfilling life make at last,
Without the laughter of a child so dear,
Who brings true joy to those gathered near.
The child roams among the guests so bold,
Reaching for food with both hands to hold,
Delighting in each morsel, sweet and mild,
Spilling rice and ghee, careless and wild.
This simple pleasure, so pure and true,
Is what brings happiness, old and new,
No riches nor grandeur could ever compare,
To the love and laughter that a child can share.

மறக்க முடியாத நிகழ்வு

கடந்த மாசி மாதம் 26ம் திகதி நெல்லியடியில் இடம்பெற்ற நெல்லியடி சமூக அறக்கொடை அமைப்பின் ஒன்பதாவது ஒன்றுகூடல் நிகழ்வில் கலந்து கொண்டேன். யாழ்ப்பாணப் பல்கலைக்கழக துணைவேந்தர் சி.சிநீசற்குணராஜா விழாவின் பிரதமஅதிதியாக சிறப்பித்தார். பேராசிரியர்கள், கல்லூரி அதிபர்கள், சமூக செயற்பாட்டாளர்கள், பெற்றோர், அமைப்பால் பயன்பெறும் மாணவர்கள் என்று நெல்லியடி மத்திய கல்லூரியின் மண்டபம் நிரம்பியிருந்தது.

எமது வீரமறவர் விதைத்து விட்டுச்சென்ற பேராட்டத்தின் முக்கிய அடையாளமும் சாட்சியுமாக நிமிர்ந்து நிற்கிறது அந்தக் கல்லூரி. 1987ல் கப்டன் மில்லர் முதலாவது கரும்புலி தாக்குதலை நிகழ்த்தி அங்கிருந்த இராணுவ முகாமை தகர்த்தியிருந்தார்.

மேற்படி அறக்கொடை அமைப்பின் நிகழ்வுக்காக நெல்லியடியில் இரு நாட்கள் தங்கியிருந்தேன். இந்த அமைப்பின் முதுகெலும்பாக இயங்கி வரும் கனடாவில் வாழும் சிவாஸ்கரன் என்ற நண்பரின் வீட்டில் முகாமிட்டிருந்தேன். வடமராட்சியின் பாரம்பரிய உபசரிப்பில் திக்குமுக்காடிப் போனேன்.

எளிமையான மனிதர். அடக்கமாக இருப்பார். இவர்தான் இந்தப் பெருங்காரியத்தின் பின்னால் இருக்கிறார் என்பதை அறிய முடியாதவாறு இயங்கிக் கொண்டிருப்பார். “இவன் படிக்க மாட்டான். இந்தப் பெரிய விசயத்தை செய்கிறான்” என்று துணைவேந்தர் தன் பேச்சில் நட்புரிமையுடன் சிவாஸ்கரனை கிண்டல் செய்திருந்தார்.

அங்கு தங்கியிருந்த ஒரு நாள் இரவு விழா ஒழுங்குகள் முடிந்து அவருடன் ஸ்கூட்டரில் வந்து கொண்டிருந்தேன். குச்சொழுங்கை ஒன்றில் மறைவில் நின்ற இரு பொலிஸ்காரர் எங்களை மறித்துவிட்டனர். அதில் சிங்களப் பொலிஸ் முறைச்சபடி வெருட்டினார். மற்றவர் முஸ்லிம். அமைதியாகக் கதைத்தார். வாற மாதம் வழக்கு. கோர்ட்டுக்கு வரவேண்டுமென்றார்.

சிவாஸ்கரனை பொலிஸ் பிடித்துவிட்டது என்ற செய்தி பரவி அந்த ஒழுங்கை ஊர் மக்களால் நிரம்பிவிட்டது. அங்கு வந்த இளம்பெண் சட்டத்தரணி, “இது எங்கட ஒழுங்கைகள், இங்கை ஏன் வந்தனீங்கள்?” என்று பொலிஸிடம் சத்தம் போட்டார். பொலிஸ் எங்களை விட்டுவிட்டு பிரதான வீதிக்குப் போய்விட்டது.

அந்தளவுக்கு அப்பிரதேசத்தில் அறியப்பட்டவராக இருக்கிறார் சிவாஸ்கரன். அவருடன் சென்று நண்பர் பாலராஜன், எழுத்தாளர் மணி வேலுப்பிள்ளை ஆகியோரின் வீடுகளைப் பார்த்தேன். ஜீவநதி ஆசிரியர் பரணிதரனை சந்தித்தேன். பெரும் கல்வியாளர்களைச் சந்தித்த மண்ணின் சுவடுகளை தரிசித்தேன்.



ப. ஸ்ரீஸ்கந்தன்

ரூபகம் துளிர்க்கிறதே !

25

சமூக அறக்கொடை அமைப்பின் வெற்றிக்காக இவருக்கு பக்கபலமாக பலர் கனடாவில் இயங்கி வருகின்றனர். இதில் பெயர்கள் குறிப்பிட விரும்பாத சில தொழில் அதிபர்களின் பங்கு முக்கியமானது. “ஒரு கோடி ரூபா சேருங்கள். நானும் ஒரு கோடி தருகிறேன்” என்று ஊக்கப்படுத்தியதோடு நிற்காது தமது சொல்லைக் காப்பாற்றிய தொழில் அதிபரும் இதில் அடங்குவார்.

2014ல் ஆரம்பிக்கப்பட்ட இந்த அறக்கொடை அமைப்பு இலங்கையில் பதிவு செய்யப்பட்டது. வறுமையில் வாடும் திறமை மிக்க மாணவர் - களுக்கு மாதாந்த பண உதவியும் கற்றல் உபகரணங்கள், உடைகள் போன்றவற்றையும் வழங்கி வருகிறது. 139 பாடசாலை மாணவர்களு - டலும் ஒரு பல்கலைக்கழக மாணவருடனும் ஆரம்பிக்கப்பட்ட இத்திட்டத்தில் தற்போது 250 பாடசாலை மாணவர்களும் 117 பல்கலைக்கழக மாணவர்களும் பயன்பெற்று வருகின்றனர்.

பல்கலைக்கழக மாணவர்களில் மருத்துவத்துறை 14, பொறியியல் 13, விஞ்ஞானம் 9, முகாமைத்துவம் 15, கலைப்பீடம் 33 என பல்துறைகளில் பயின்று வருகின்றனர். அறக்கொடை அமைப்பு வைப்பிலிட்ட பணத்துக்கான வட்டியிலிருந்து மாதாந்தம் 7,000 ரூபா வீதம் பல்கலைக்கழக மாணவர்களுக்கு கொடுப்பனவு வழங்கப்படுகிறது.

இந்த அமைப்பில் பயன்பெற்ற 15 மாணவர்கள் இதுவரை பல்கலைப் படிப்பை பூர்த்தி செய்துள்ளமை சிறப்பு. இவ்வாறு பட்டம் பெற்று தொழில் புரியும் இரு மாணவர்கள் மேற்படி விழாவுக்கு வந்து நன்கொடை வழங்கிய காட்சி மெய்சிலிர்த்து வைத்தது.

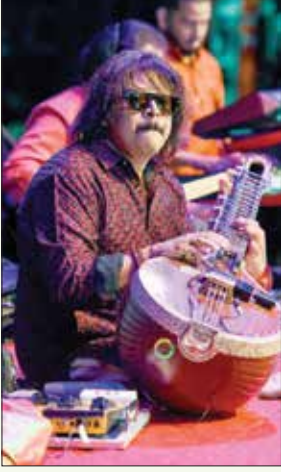
தெல்லிப்பனை உதவி அரசாங்க அதிபர் சி. சிவசிறீயை தலைவராகவும், ஹாட்லி கல்லூரி அதிபர் வீ.சுதர்சனை செயலாளராகவும் கொண்ட 10 பேர் அடங்கிய இந்த அமைப்பு கனதியாகவும், காத்திரமாகவும், பொறுப்புடனும் இயங்கி வருகிறது. மாணவர் தெரிவு, தகவல்களைச் சரிபார்த்தல், குறித்த நேரத்தில் கொடுப்பனவை வைப்பிலிருந்து, மாணவர் குறித்த அறிக்கையை தயார் செய்தல் என்று தொண்டு அடிப்படையில் மிகுந்த நேரத்தைச் செலவிட்டு இப்பாரிய பணியை இவர்கள் செய்து வருகின்றனர்.

விழாவுக்காக பதுளை, பொகவந்தலாவ, ஹற்றன், மட்டக்களப்பு, கிளிநொச்சி, முல்லைத்தீவு போன்ற பல இடங்களிலிருந்தும் மாணவர்கள் வந்திருந்தனர். இவர்களுக்கான போக்குவரத்து வசதிகள், தங்குமிட வசதிகளை அமைப்பினர் நேர்த்தியாக செய்திருந்தனர்.

நான் தங்கியிருந்த வீட்டுக்கு பக்கத்து வீட்டில் வன்னியைச் சேர்ந்த ஒரு மாணவர் தங்கியிருந்தார். முதல்நாள் இரவு மிஞ்சிய 2 இறாத்தல் பாணை பத்திரப்படுத்தினார். விழாவன்று கும்பத்துக்கு வைத்த வாழைப்பழச் சீப்பில் பாதியை கேட்டு வாங்கினார். “சேர், நாங்கள் இரவு சாப்பிடுவதில்லை. இதைக் கொண்டு போனால் மற்றப் பிள்ளைகளும் சாப்பிடுவினாம்” என்று எங்களை பார்த்துச் சொன்னார். நெஞ்சு கனத்தது.

துயர் சூழ்ந்த வாழ்வு தொடர்கிறது!

கனடா ஈழநாடு பத்திரிகையின் 30வது ஆண்டு விழா



திரு.ரி.கே. பரமேஸ்வரனை ஆசிரியராகக் கொண்ட கனடா ஈழநாடு பத்திரிகையின் 30வது ஆண்டு விழா கடந்த மாதம் 23ம் திகதி ஸ்காபரோ சீன கலாசார மண்டபத்தில் நிகழ்ந்தது. ஈழத்தின் இசைவேந்தன் வர்ண ராமேஸ்வரனின் நினைவரங்கத்தில் இந்நிகழ்வு இடம்பெற்றது. கலைமாமணி ராஜேஷ் வைத்தியா வழங்கிய வாத்திய இசை இவ்விழாவின் சிறப்பம்சமாக இடம்பெற்றது. தமிழக மற்றும் கனடிய வாத்தியக் கலைஞர்கள் இதில் பங்குபற்றினர். இறைவணக்கம், கனடிய தேசிய கீதம், தமிழ்த்தாய் வாழ்த்து, தமிழ்த் தேசிய பண் ஆகியவைகளைத் தொடர்ந்து மங்கல விளக்கேற்றல் இடம்பெற்றது. கலைஞர் வர்ண ராமேஸ்வரன் குடும்பத்தினர் நினைவரங்க விளக்கேற்றி வைத்தனர். தமிழர் சமூக வாழ்வில் சேவைகள் புரிந்த முன்னோடிகளான மா.க. ஈழவேந்தன், திருமதி ஜனனி சிவலிங்கம், தொழில் முனைவர்கள் தேவதாஸ் சண்முகலிங்கம், 'ரங்கனாஸ்' ரங்கன் பத்மநாதன் ஆகியோர் விருதுகள் வழங்கி மதிப்பளிக் - கப்பட்டனர். 'கைதி எண் 1056' என்ற ஆங்கில நூலை அண்மையில் வெளியிட்ட திரு. ரோய் ரட்ணவேல் மேடையில் கௌரவிக்கப்பட்ட பின்னர் சிறப்புரையாற்றினார். இலங்கையில் 17 வயதாக இருக்கும்போது கைது செய்யப்பட்டு பூசா முகாமில் சித்திரவதைக்குள்ளான இவர் தமது அனுபவத்தை நூலாக தந்துள்ளார். தற்போது கனடாவில் பிரபல நிதி நிறுவனம் ஒன்றில் நிறைவேற்று அதிகார உபதலைவராக திரு. ரோய் ரட்ணவேல் பணியாற்றி வருகிறார். மேடை நிகழ்ச்சிகளை திரு. ஞானபண்டிதர் சிறப்புற தொகுத்து வழங்கினார். (ஒளிப்படங்கள் - 'புதினம்' குணா)



‘மிஸ்டர் தமிழ் கனடா’ நடத்திய சர்வதேச மகளிர் ஆண்டு நிகழ்வு ‘மாதரே சிறகை விரி’



கனடாவில் இயங்கும் மிஸ்டர் தமிழ் கனடா (Mr. Tamil Canada) அமைப்பு சர்வதேச மகளிர் தினத்தை முன்னிட்டு கடந்த மாதம் முதலாம் திகதி சிறப்பு நிகழ்வொன்றை ‘மாதரே சிறகை விரி’ என்ற மகுடத்தில் மார்க்கம் ஹில்டன் ஹோட்டலில் நடத்தியது. வாழ்வில் பல்வேறு சோதனைகளையும் எதிர்கொண்ட நான்கு சாதனைப் பெண்கள் - சிந்து, சங்கரி, நித்தியா, கௌசி ஆகியோர் தங்கள் அனுபவங்களை வார்த்தைகளால் வெளிப்படுத்தியமை இந்நிகழ்வின் சிறப்பம்சமாக அமைந்தது. கடந்த வருட மாதரே சிறகை விரி நிகழ்வில் தமது அனுபவங்களை வெளிப்படுத்திய ரஜினி நாதன் இந்த வருட அனுபவ அரங்கை கேள்வி-பதில் வடிவில் தொகுத்து வழங்கினார். வாத்திய இசை வழங்கிய Scarborough PhilHarmonic குழுவின் தமிழ் மொழி தெரியாத வாத்தியக் கலைஞர்கள் பிரபல்யமான சில தமிழ் சினிமா பாடல்களை இசைத்து சபையோரின் பலத்த பாராட்டைப் பெற்றனர். தமிழ் கலைஞர்களின் இசை நிகழ்ச்சிகளும் இடம்பெற்றன. (ஓளிப்படங்கள்: கஜன் - கவிகன் போட்டோஸ்)



மண்மகிழ வந்து மனம் நிறைந்து வாழ்பவனே!



தனயனாக
05-05-1970

தந்தைக்காக
10-05-1989

செல்வன் எஸ். தி. அகிலன்

யாழ். சென் ஜோன்ஸ் கல்லூரி மாணவர் தலைவன்
கல்லூரி கிரிக்கெட் அணித் தலைவன்; விளையாட்டு வீரன்

மண்மகிழ வந்துதித்து மனம் நிறைய வாழ்பவனே
கண்மணியே அகிலாநீ கனகாலம் அருகிலில்லை
எண்ணிய நாளதிகம் என்பதுவா இல்லையில்லை
விண்சென்ற தினம் பிறந்ததினம் என்பதெல்லாம்
புண்ணின் வேலாக புதைந்துள்ளதெம் மனதில்!
எண்ணமெலாம் நீமகனே! எழுத்துகளும் நீமகனே!
மண்ணின் பணிகளை மறைந்து நின்று புரிபவனே
கண்ணின் மணியாய் காட்சிதந்து செல்லுமுனை
எண்ணுவமோ மறைந்தாயென இப்புவிடில் நாம்!

அம்மா, அப்பா
குடும்ப உறவினர்கள், நண்பர்கள்
416.920.9250



MEDCENTRE HEALTH

— SYNCHRONIZING HEALTH SECTORS —

medcentrehealth.com

Serving our community for more than 10 years!
Urgent Care / Walk-In Clinic - Primary Care - Dermatological Care - Women's Care



Our Founder & CEO Dr. Senthill Mohan, doctors and staff with Hon. Paul Calandra, the Minister of Long-Term Care & MPPs Hon. Logan Kanapathy (Markham-Thornhill) & Hon. Vijay Thanigasalam (Scarborough- Rouge Park) at the MEDCENTRE HEALTH 10th ANNIVERSARY celebration (4 doctors couldn't attend).

Markham McNicoll Women's Health Clinic (MMWHC)

Women doctor & staff will address the issues or concerns of women with extreme confidentiality in a women-friendly environment. **Started in July 2022**

Pap Test, STD tests & treatment, Contraception consultation, IUD insertion & removal, Yeast infection treatment etc.

* Any patient can consult without any referral. *Referral accepted from any doctor.

* Clinic on Thursdays now. Soon on Mondays as well.

* Health card (OHIP) accepted. Call: (416) 331-8888 on weekdays. Fax: (416)331-8089

Markham McNicoll Dermatology Clinic (MMDC)

*Our Dermatologist (Skin Specialist) treats all aspect of dermatology. His interests include skin cancers and pigmented lesions. **Started in July 2020**

* Referral accepted from any doctor (Family doctor, Walk-In doctor, or specialist doctor)

* Clinic on Tuesdays & Fridays now. Closed on Weekends & Statutory holidays.

* Health card (OHIP) accepted. Call: (416) 331-8888 on weekdays. Fax: (416) 331-8889.

Markham McNicoll Family Care Clinic (MMFCC)

* Closed on Sundays & Statutory holidays.

* See our website medcentrehealth.com to book an appointment.

* Health card (OHIP) accepted. Tel: (416) 292-6666 Fax: (416) 292-7770.

Markham McNicoll Urgent Care Clinic (MMUCC)

* Opens all 365 days. Any time change will be updated daily in our [Google page](#).

* See our website medcentrehealth.com to book an appointment.

* Minimal wait time for booked appointments. Walk-In also accepted.

* Health card (OHIP) accepted. Tel: (416) 609-3333 Fax: (416) 609-3334.

2901 Markham Road (Markham & NcNicoll intersection), Toronto, ON M1X 0B6



உங்களிடம் ..

செலுத்தப்பட வேண்டிய கடன் இருக்கிறதா?

உங்களுக்கோர் மகிழ்ச்சியான செய்தி!

வணிக உரிமையாளர்களும் சுயதொழில் செய்வோரும் வருமான மதிப்பீடுகள் இல்லாமல் மாதந்தோறும் \$5000 வரை அங்கவீனக் காப்பீட்டுத் தொகையைப் பெற முடியும்.



அஜித் சபாரட்ணம்

647-401-5800 | 416-439-2800

10 Thornmount Dr, Scarborough, ON M1B 3J4.



FUNERAL HOME
& CREMATION CENTRE

Serving the Tamil Community OF GREATER TORONTO

உங்கள் உறவொன்றை பிரிந்து தடுமாறும் வேளையில் இறுதி நிகழ்வுகள் பற்றிய கவலை உங்களுக்கு வேண்டாம். அனுபவத்துடன் கூடிய அன்பான சேவையை வழங்குகின்றோம்.



At Need Funeral Arrangements

We provide a full range of service to families who have experienced a loss of a loved one, including:

- Vistation • Funeral & Memorial Service
- Reception • Burial • Cremation

மார்க்கம், மற்றும் மிசிசாகா நகரங்களில் எமது சேவை



Christeen Seevaratnam
416-258-6759



Vilosanan Sivatharman
Funeral Director
416-993-0826

இறுதிச் சடங்கை நடத்துவதற்கான செலவை முன்கூட்டியே திட்டமிடலாமா?

Pre-Arranging: A Wise Choice...

FINANCIAL BENEFITS

- Lock in the cost at today's prices
- Convenient time payments
- Insured against early death

EMOTIONAL BENEFITS

- Letting your family know your wishes
- Peace of mind to you & your family
- Relieve the added stress & burden

8911 Woodbine Ave, Markham , ON, L3R 5G1
www.chapelridgefh.com • Email: info@chapelridgefh.com

A caring part of our community



AGA
Beauty Skin SPA
& Training Center

15, Karachi Drive, Unit 5, Markham
On L3S0B5




2607 Englinton ave east, Unit 4,6,7,
Scarbarough, On M1K2S2

**Body & Face
Cream
On Sale**

Call : 647-716-5252

Defining Beauty with style

Beauty Services	Certificate Courses
<ul style="list-style-type: none"> • Threading • Waxing • Facial • Hair Cutting • Hair Colouring • Hair Care • Protein Treatment Head • Weight Loss program • bridal • Makeup & Hair style • Henna Designs • Eye Lash Extensions • Skin Tag Removal • Microdermabrasion 	<ul style="list-style-type: none"> • Hair Styles • Makeup • Bridal • Esthetician Courses • Threading • Waxing • Facial • Hair Care • Hair Colouring • Protein Treatment Head • Eye Lash Extensions • Skin Treatment • Microdermabrasion • Chin Lifting • Saree Wrapping • Saree Blouse Making

JRB GROUP CORPORATION

Loans, Mortgages, Insurance, Visa,
Real Estate, Master Card, Credit Counselling

Best rate
Mortgage
Arranged

Business Loans 25K to 500,00
புதிதாக ஆரம்பிக்கப்பட்ட அல்லது ஆரம்பிக்கப்படவுள்ள சகல வர்த்தகர்களுக்குமான சிறப்பான சேவை!



FINANCE

R. R. Rajkumar B. Com (Hons), MBA
647-289-6164 / 416-655-5577

Build Your Dream Home

SABESAN'S CHOICE

**We build 10,000sq. feet (minimum)
warehouse from 139.00 per sq.feet.**

- **400 Kilometre per hour
Wind resistance.**
- **Termite Proof**
- **Compare traditional Building
Energy Savings.**
- **Mould Proof**
- **Sound Resistance**
- **Roof Top Greenhome**

**உங்கள் வீட்டுடன்
இணைந்ததாக
மேலதிக இருப்பிட
வசதியை ஏற்படுத்த
விரும்புகிறீர்களா?
எம்முடன் தொடர்பு
கொள்ளுங்கள் !**



Sabesan

விருது பெற்ற தொழிற்றுறை நிபுணர்

416.605.1990

kgsabesan@hotmail.com

KEV TAX

KNOWLEDGE & EXPERIENCE IS VITAL

www.kevtax.com

- * CORPORATE INCOME TAX
- * BOOKKEEPING & ACCOUNTING SERVICES
- * PERSONAL INCOME TAXES
- * QUALITY SERVICE WITH REASONABLE FEES
- * FREE YEAR-ROUND CUSTOMER SERVICE
- * CORPORATE AND SOLE PROPRIETORSHIP BUSINESS REGISTRATION

SENIORS / WELFARE RECIPIENTS
ALL RETURNS INCLUDE EFILE SERVICE

FREE
EFILE
SERVICE

Ganthiy Selvarajah
(B.A. Sri Lanka)

TEL: **416.841.1866**

FAX: **1.888.841.8829**

kevtax.ganthiy@gmail.com



Another SOLD
\$ 206,000
Over Asking Price

Just Sold!



18 Brackenridge St,
Ajax, Ontario
Rosland & Salem

- Contact us for a Free Home Evaluation! (no obligation)
- For personalized Tour & Other Property Information Call Us today!
- Free home staging

Before you list Call me
You can see the Difference



Highest price in the same street

P.Raveenthiran

Real Estate Broker

HomeLife/Future Realty Inc. Brokerage
205-7 Eastvale Dr, Markham ON, L3S 4N8
Bus: 905.201.9977 | Fax: 905.201.9229



416-567-2462
realtor.rave@gmail.com



போர் நடந்த காலங்களில் புலம்பெயர் தேசங்களில் வாழும் எம்மவர் தாயகத்திற்குச் செய்த பொருளாதார உதவிகள் எம்மைப் பட்டிசீர் சாவிலிருந்து தடுத்தது.

போர் முடிந்த பின்பு எமது தாயக மண்ணின் புனர்வாழ்வு நடவடிக்கை - களில் புலம்பெயர் தேசங்களில் வாழும் உறவுகளின் பங்களிப்பு போற்றுதற்குரியது. அரசாங்கத்தை மட்டும் நம்பி இருந்தால் இவ்வளவு வேகமாக எம்மால் மீண்டெழுந்து இருக்க முடியாது.

அந்த வகையில் அவர்களின் உதவிகள் நன்றிக்குரியது. வணக்கத்துக்கும் உரியது.

தாயக மண்ணுக்கான உறவுகளின் சேவைகள் செம்மையறக் கவனிக்க வேண்டியவை எனச் சிலவற்றை முன்வைக்கிறேன்.

01. நீங்கள் தாயகம் வரும் போது பொது நிகழ்வு ஒன்றில் உதவித் திட்டமொன்றை அறிவிக்கிறீர்கள். தொடங்குகிறீர்கள். ஆனால் சில இடங்களில் அல்லது பல இடங்களில் அத்தகைய உதவிகள் தொடர்ச்சியாக வழங்கப்படுவதில்லை.

இடையில் நின்று போக பாதிக்கப்படுவது உதவி தேவைப்படுவோர் தான். ஏனெனில் அவர்களுக்கு உதவி போகிறது தானே என நினைத்து ஏனையோர் உதவ மாட்டார்கள்.

குறிப்பாக அரச துறையின் செயல் திட்டங்களிலிருந்து விலக்கப்படுகின்றனர். ஆகவே திட்டங்களின் தொடர்ச்சித் தன்மையை உறுதி செய்யுங்கள். சிலரது கல்விப் பயணம், வாழ்வாதாரம் என்பவை இதனால் பாதிக்கப்படுகின்றது.

02. அமைப்பு ரீதியாகச் செயற்பட்டு வீட்டுத் திட்டங்கள் போன்றவற்றுக்குப் பயனாளிகளை உள்வாங்குகின்றீர்கள்.

சில இடங்களில் அத்தகைய திட்டங்கள் சொல்லளவில் இருக்கும் போது அரசாங்க, அரச-சார்பற்ற நிறுவனங்களது உதவித் திட்டங்களில் அவர்கள் உள்வாங்கப்பட மாட்டார்கள்.

ஏனெனில் அரசாங்கத்தின் பிரதிநிதியாக கிராம மட்டத்தில் இயங்கும் கிராம அலுவலர் அல்லது அபிவிருத்தி அலுவலர் பயனாளிகள் தொடர்பான பட்டியலைத் தயாரிக்கும் போது இவருக்கு வெளிநாட்டிலுள்ள இன்னார் உதவி செய்வதாக அறிவித்தார்கள். ஆகவே எமது பட்டியலில் இவரை இடத் தேவையில்லையென நீக்கி விடுவார்கள்.

அதனால் வறிய மக்கள் பாதிக்கப்படுகின்றனர்.

03. தாயகத்தில் தரம் 5 புலமைப் பரிசில் பரீட்சை, க.பொ.த. சாதாரணதரம் ஆகிய பரீட்சைகளில் திறமை காட்டுவோருக்கு மடிக்கணி- லப்ரொப்



வேதநாயகம் தபேந்திரன் - இலங்கை

தாயகத்துக்கு உதவும் புகலிட உறவுகளே.....!

வழங்குவதைத் தவிருங்கள். இவற்றைப் பொழுதுபோக்கு அம்சங்களுக்கு உபயோகித்து கல்வியைப், பண்புகளைத் தொலைத்தோர் பலர் உண்டு.

ஸ்மார்ட் தொடர்பாடல் சாதனங்களின் யுகத்தைத் தெரியாத பெற்றோர் தான் நிறையப் பேர். அதனால் அவர்களுக்குப் பிள்ளைகளைக் கண்காணித்து வழி நடத்தத் தெரிவதில்லை.

04. வறிய மாணவர்களுக்குக் கல்விக்குரிய உதவித் தொகையை வழங்கும் போது மாதாந்தம் குறித்த ஒரு திகதியில் கிரமமாகக் கிடைப்பதற்குரிய பொறிமுறையை தாயகத்தில் உருவாக்கிக் கொள்ளுங்கள். ஒரே முறையில் பெரிய தொகைக் காசைக் கொடுக்கும் போது அது வேறு நோக்கத்திற்குத் தவறாகப் பயன்படுத்தப்படும் நிலை உள்ளது. அல்லது காசைப் பொறுப்பாக வைத்திருப்போர் துஸ்பிரயோகம் செய்யும் நிலை உருவாகின்றது.

கொடுக்கின்ற பணமானது தாயகத்தின் வாழ்க்கைச் செலவு தொடர்பான புரிதலைக் கொண்ட தொகையாக இருப்பதை உறுதி செய்யுங்கள். மிகச் சிறிய தொகையை வழங்குதல் திட்டத்தின் பயனாளியைச் சரியான முறையில் உயர்த்தாது.

05. தாயகத்திலுள்ள வறிய சமூகப் பிரிவினருக்கு காசு கொடுப்பதற்குப் பொறுப்பாக ஒருவரை நியமித்தால் அவர் சரியாக அப் பணியை ஆற்றுகின்றாரா? பயனாளிகள் சரியாக அதனைப் பயன்படுத்தி முன்னேறுகின்றனரா?

என்பவற்றை உங்களுக்கு மிகவும் நம்பிக்கையான நேர்மையான வேறு தரப்பினர் மூலமாக உறுதி செய்து கொள்ளுங்கள். எந்த ஒரு திட்டத்திலும் தொடர் நடவடிக்கைகள் கிரமமாக நடைபெறுகின்றதா எனப் பார்வையிடுங்கள். சில இடங்களில் நிதித் துஸ்பிரயோகங்கள் இடம் பெறுகிறது.

06. பாடசாலைகளின் அபிவிருத்திக்கு நிதி வழங்குவதைப் பரவலாகச் செய்கின்றீர்கள். இதனால் நிறையப் பாடசாலைகளின் பௌதீக வளங்கள் உயர்வடைந்துள்ளது. கல்வி வளர்ச்சி உயர்வடைந்துள்ளது.

ஆனால் பணம் கொடுத்தோம், வளங்கள் பெற்றுக் கொடுத்தோமென பாடசாலையின் நிர்வாகத்தில் தலையீடு செய்பவர்களும் உள்ளனர். இது மாணவர்களின் கல்வி அபிவிருத்தியைப் பாதிக்கிறது. பணம் கொடுத்தவர்கள் இஸ்டப்படி எல்லாம் நடக்க வேண்டுமென்ற பிடிவாதம் காரணமாக உள்ளூரில் நல்ல திட்டங்கள் சில இடங்களில் விரயமாகின்றது.

07. ஒரு கிராமத்தில் கட்டிடம் ஒன்றை அமைத்துக் கொடுக்கும் போது ஏற்கனவே உள்ள கட்டிடங்களது பாவனை தொடர்பாக ஒரு மீளாய்வைச் செய்யுங்கள்.

போட்டிக்குக் கட்டிடங்கள் பல அமைக்கப்பட்டுப் பாவனையின்றி விரயமாக இருக்கும் நிலையும் உள்ளது.

பிரமாண்டமான கட்டிடங்கள் பல எந்தவித சமூகப் பயனையும் தராது குருட்டு முதலீடுகளாக முடங்கி உள்ளன.

08. கல்வி சார்ந்த முதலீடுகளில் கூடிய கவனம் செலுத்துங்கள். யாழ்ப்பாணம் பல்கலைக்கழகத்தின் 03 பீடங்கள் கிளிநொச்சியில் உள்ளன. ஒரே ஆயிரம் மாணவர்கள் கற்கின்றனர்.

(30ம் பக்கம் வருக)

கனடிய தமிழர் வர்த்தக சம்மேளன விருது விழா



கனடிய தமிழர் வர்த்தக சம்மேளனத்தின் இந்த ஆண்டுக்கான விருது விழா கடந்த மாதம் 22ம் திகதி மார்க்கம் ஹில்டன் ஹோட்டலில் இடம்பெற்றது. கனடிய நாடாளுமன்ற உறுப்பினர் ஹரி ஆனந்தசங்கரி, ஒன்றாயோ மாகாண சபை உறுப்பினர் விஜய் தணிகாசலம் உட்பட பிரமுகர்களின் வாழ்த்துரை இடம்பெற்றது. பின்வருவோர் இவ்வருட விருதுகளை பெற்றனர்.

Puvirajah Rajaradnam and Thavaraja Rajarathnam of Eraa Super Market - Best Entrepreneur Award. Dr. Subashini Sivakumar of Van Luyk Greenhouses and Garden Centre - Best Women Entrepreneur Award. Ajay Thavam of Pro-Life Wellness Centre - Best Young Entrepreneur Award. Vithu Ramachandran of Ramachandran Law PC - Best Marketing Award. Navajeevan Anantharaj of Puthiya Velichcham and eKuruvi - Community Services Award.

(ஒளிப்படங்கள் உதவி - கென் கிருபா)



வாகன விபத்தில் காயமடைந்து விட்டீர்களா?

அனுபவசாலிகளின் ஆலோசனை
பெற்றபின் உங்கள் முடிவை எடுங்கள்.



MATRIX LEGAL SERVICES

PROFESSIONAL CORPORATION



Even if the accident is your fault:

Employed • Unemployed
Passenger • Pedestrian
Public transit
cyclist



இலவச ஆலோசனைகளுக்கு:

தீபன்

24 Hours Direct Line



(416) 831-4444

(416) 505-9804

2190 Warden Ave., Suite 202, Toronto, ON M1T 1V6

கண்டதை மீண்டும் சொல்லுகிறேன்...

நடக்கக்கூடியவர்களும் கூட சொகுசாகச் செல்ல வில் செயர் கேட்கிறார்களாம். “அதிகரித்திருக்கும் வில் செயர் வேண்டுகோள் எண்ணிக்கை, ஊழியர்கள் பற்றாக்குறை என்பவற்றால் ஏற்படும் தாமதம் அது” என்று விளக்கினார்கள்.

தாமதத்தால் கோபமுற்ற பயணிகள் - குறிப்பாக வட இந்தியர்கள் - குழம்பி, கடுமையான சொற்களைப் பயன்படுத்தி ஊழியர்களுடன் வாதிட்டுக் கொண்டிருந்தார்கள். எங்களுக்கோ தாமதமாகிக் கொண்டிருந்தது. வெளியே சித்தி காத்திருக்கிறார். “சரி.. வில் செயர் ஒன்றை என்னிடம் தாருங்கள்.. நானே அம்மாவை தள்ளிச் செல்கிறேன்” என நான் கேட்க, மகிழ்வுடன் தந்தேவிட்டார்கள். அந்த வில் செயர் வண்டியில் அம்மாவை நானே ஏற்றி, “பொன்னை விரும்பும் பூமியிலே...” என மனதுள் பாடிக் கொண்டு, குடிவரவு பகுதியைத் தாண்டி வெளியே வந்து, கார் பார்க்கிங் வரை அம்மாவைக் கொண்டு போகவும்

முடிந்தது. இதே கதைதான் ரொறன்ரோவிலும் நடந்தது. லண்டன் போலவே இங்கும் நானே தள்ளிக் கொண்டு கார் பார்க் வரை வில் செயரோடு வந்துவிட்டேன்.

வில் செயர் வசதி என்பது பயணிகளுக்கான சலுகையோ உரிமையோ அல்ல. அது விமான நிறுவனங்கள் விருப்புடன் அளித்திடும் உதவி. அதனால்தான் இன்றுவரை அஃது இலவசமாகத் தரப்படுகிறது. இதைப் புரிந்து கொள்ளாமல் வசதிகளை துஷ்பிரயோகம் செய்வதுபோல பல பயணிகள் இருப்பதும், விமான நிலையச் சிப்பந்திகளுடன் வாதிடுவதும், முறுகல் நிலைக்குப் போவதையும் கவனித்தேன். இந்த நிலைமை எல்லை மீறிப் போனால் “வெகுவினாவில் விமான நிறுவனங்கள் இந்த உதவிக்காக ஒரு பெரும் கட்டணத்தை அறவிட ஆரம்பிக்குமோகூடத் தெரியாது” என்றும் மனது அங்கலாப்த்தது.

தாயகத்துக்கு உதவும்...

அது போல சித்த மருத்துவ பீடம் கைதடியில் உள்ளது. வணிக முகாமைத்துவ பீடம் இராசபாதையில் உள்ளது. இங்கு கல்வி கற்கும் மாணவர்கள் தரமான தங்குமிட வசதிகள் இல்லாமல் தூர இடங்களிலிருந்து நாளாந்தம் பயணம் செய்கின்றனர். ஆகவே இவர்களுக்கான விடுதிகளைக் கட்டி நியாயபூர்வமான வாடகைக்கு வழங்கும் முதலீட்டுத் திட்டங்களைச் செய்யுங்கள்.

09. புலம்பெயர் தேசங்களில் மரங்கள், செடி கொடிகளை நினைத்த மாத்திரத்தில் அழிக்க முடியாது. முறையான சட்ட திட்டங்கள் உள்ளன. ஆனால் தாயகத்தில் காணிகளை வாங்குவதும் மரம் செடி கொடி, வேலிகளை அழிப்பதும் நிகழ்கின்றது.

எமது இயற்கையை நாம் நேசிக்க வேண்டும். மரங்களை அழிப்பதன் விளைவை நாம் தான் அனுபவிக்கின்றோம்.

10. காணிகளை வாங்கிக் குவிப்பதில் பலர் ஈடுபடுகின்றார்கள். இதனால் தாயகத்தில் உழைத்துக் காணிகள் வாங்குவதை யாருமே நினைத்துப் பார்க்க முடியாத நிலையேற்பட்டுள்ளது.

தாயகத்தில் வாழாத புகலிட உறவுகள் காணிகளை வாங்கிக் குவிப்பதால் தாயகத்தில் வாழ்வோர் காணியற்றவர்களாக உள்ளனர்.

11. வருடாந்தம் யூன், யூலை விடுமுறைக் காலங்களில் தாயகம் வரும்போது பகட்டுக்காகச் செலவிடும் பல இலட்ச ரூபாக்கள் உள்ளூர் உழைப்பாளிகளது தன்னம்பிக்கையை இழக்கச் செய்கின்றது.

நாமும் புலம் பெயர்ந்தால் வசதியாக வாழலாமெனத் தாயகத்தை விட்டு ஓடுவோர் தொகை இன்றும் நீள்கிறது. நீங்கள் இங்கு பிறந்து வளர்ந்தபோது வாழ்ந்த எளிமையை மறந்து போவது நன்றல்ல. உற்பத்தித் திறன் தராத ஊதாரிச் செலவுகளைத் தவிர்த்துக் கொள்ளுங்கள்.

எமது தாயகம் பாரியதொரு பொருளாதாரச் சிக்கலுக்குள் இருந்து மீள்ப் போராடி வருகிறது. அதற்கு உறுதுணையாக உங்களது பணிகள் இருப்பதை வரவேற்கின்றோம்

YOUR PARTNER IN MORTGAGES

Dirresh Krishna, MBA, CMA, AMP
Mortgage Specialist (Lic #M08007487)
Tel: 416.819.4373
accent@rogers.com

Ragavan (Raga) Ramanathan, AMP
Mortgage Specialist (Lic #M13000685)
Tel: 416.579.7533
raga_ram@yahoo.com

316 - 885 Progress Ave., Toronto, Ontario. M1H 3G3
Tel: 416.439.3333 • Fax: 416.439.3336



ALL YOUR
CATERING
NEEDS

CALL 416 - NANTHA 1 ext. 1
416 - 626-8421 ext. 1

FEEL GOOD
Taste Together



INDIAN / CEYLON TAMIL RESTAURANT IN GTA

Kipling & Steeles

(416-NANTHA-1 Ext. 2)

#18 - 5010 Steeles Ave W Etobicoke,
ON M9V 5C6

Warden & Finch

(416-NANTHA-1 Ext. 3)

Bridlewood Mall #106 - 2900 Warden Ave,
Scarborough, ON M1W 2S8

Middlefield & Steeles

(416-NANTHA-1 Ext. 4)

#2 - 2002 MiddleField Rd
Markham, ON L3S 1Y5

(Beside Fresh Food City Super Store)

(416-NANTHA-1 Ext. 5)

#8 - 2200 Brock Rd,
Pickering, ON L1X 2R2

Food Court - 6, Majestic City

(416-NANTHA-1 Ext. 6)

2900 Markham Rd, Scarborough, ON M1X 1E6



416 - NANTHA 1 | 416 - 626-8421

www.nantha.com

ஏப்ரல் 14ஐ தமிழ்ப் புத்தாண்டு தினமாக ஜோர்ஜியா மாகாண கவர்னர் பிரகடனம்



அமெரிக்காவின் ஜோர்ஜியா மாகாண கவர்னர் பிரையன் கிம் அவர்கள் சித்திரை முதல் நாளான ஏப்ரல் 14ம் திகதியை தமிழ் புத்தாண்டாக பிரகடனம் செய்து அதற்கான பட்டயத்தை அட்லான்டா தமிழ் மன்ற பொறுப்பாளர்களிடம் வழங்கினார். அட்லான்டா தமிழ் மன்றம் இந்த வருட பெப்ரவரி மாதத்திலேயே தனது பயணத்தை ஆரம்பித்ததாயினும் மிகக்குறுகிய காலத்தில் அந்த மாகாணத்தில் அங்கீகாரத்தைப் பெற்றுள்ளது. கடந்த மார்ச் 29ம் திகதி அட்லான்டா தமிழ் மன்றத்தின் உறுப்பினர்களும் தன்னார்வலர்களும் அடங்கிய குழு ஜோர்ஜிய மாநில தலைநகரத்தில் ஆளுனரை சந்தித்து ஒன்றுகூடியது. இம்மாகாணத்தில் பெருங்குடல் புற்று-நோய் நிபுணராக விளங்கும் டாக்டர். இந்திரகிருஷ்ணன் முயற்சியின் காரணமாக ஜோர்ஜியா மாகாண கவர்னர் தமிழ் புத்தாண்டை பிரகடனம் செய்தமைக்கு அட்லான்டா தமிழ் மன்றம் நன்றி தெரிவித்தது. டாக்டர். இந்திரகிருஷ்ணனின் முயற்சியின் காரணமாக ஜோர்ஜியாவில் 2018ம் ஆண்டு ஜனவரி 14ம் திகதியை தைப்பொங்கல் தினமாக அறிவிக்க ஜோர்ஜியா பிரதிநதிகள் சபை ஒருமனதாக தீர்மானம் நிறைவேற்றியது குறிப்பிடத்தக்கது. மேற்படி தமிழ் மன்றம் தமிழ் புத்தாண்டை ஏப்ரல் 25ம் திகதி சித்திரைத் திருவிழாவாக கொண்டாடியதுடன் அட்லான்டா மன்றத்தின் திறப்பு விழாவையும் நடத்தியது. தமிழ் புத்தாண்டு பிரகடன நிகழ்வில் கவர்னருடன் டாக்டர். இந்திரகிருஷ்ணன் உட்பட மன்ற நிர்வாகிகள் கூட்டாக ஒளிப்படம் எடுத்துக் கொண்டனர்.

முழுங்கை வலி...

தோள்மூட்டு வரை உயருமாறு இழுங்கள். மெதுவாக கையைப் பழைய நிலைக்கு செல்லவிடுங்கள். உள்ளங்கை கீழே பார்க்கு - மாறு இப் பயிற்சியை மீண்டும் செய்யுங்கள். ஒவ்வொரு முறையும் பத்து தடவை வீதம் தினமும் மூன்று தடவைகள் செய்யுங்கள்.

முன்கையை முறுக்கும் பயிற்சி

உங்கள் முன்னங்கையை மேசையில் உள்ளகை கீழே பார்க்கு - மாறு வைத்தபடி ஒரு சுட்டியலைப் பிடியுங்கள். இப்பொழுது மேற்புறமாகவும் கீழ்ப்புறமாகவும் மாறிமாறி மெதுவாகச் சுற்றுங்கள். வலி தோன்றும் வரை மட்டும் சுற்றுங்கள். வலி தோன்றினால் நிறுத்துங்கள். ஒவ்வொரு தடவையும் பத்துத் தரங்களாக மூன்று தடவைகள் செய்யுங்கள். சுட்டியலின் பாரம் அதிகமாகிச் சுற்றுவது கடினமாக இருந்தால் சுட்டியலின் தலைப்பக்கமாக கையை நெருக்கிப் பிடியுங்கள்.

ஊசி மருந்து

பயிற்சிகளைச் செய்து, வலிநிவாரணி மருந்துகளையும் உபயோகித்தபோதும் வலி தணியவில்லை எனில் உங்கள்

வைத்தியர் முழுங்கையின் வலியுள்ள பகுதியில் ஊசி மருந்தை ஏற்றக்கூடும். ஊசி மருந்தானது வலியுள்ள பகுதியில் அழற்சியைத் தணித்து நோயைக் குணமாக்கும்.

ஊசி போட்டு வலி தணிந்த பின்னர் குணமாகிவிட்டது எனக் கை விட்டுவிடாதீர்கள்.

தசைகளை நீட்டி விரிக்கும் பயிற்சிகளும், முழுங்கையின் செயற் - பாட்டு எல்லையை அதிகரிக்கும் பயிற்சிகளும், தசைகளைப் பலப்படுத்தும் பயிற்சிகளையும் தொடர்ந்து செய்ய வேண்டும்.

முழுங்கையை நீட்டியபடி மணிக்கட்டை மடிக்கும் பயிற்சி

90 முதல் 95 சதவிகிதமானவர்களுக்கு முன் கூறிய சிகிச்சைகளுடன் நோய் குணமாகிவிடும். மேற்கூறிய வழிகளைப் குறைந்தது 6 மாதங்கள் கடைப்பிடித்தும் வலி தணியவில்லை - யெனில் மிகுதி 5 சதவிகிதமானவர்களுக்கு சத்திரசிகிச்சை தேவைப்படலாம். இதன்போது நோயுற்ற தசைநார்த் துண்டை அகற்றி நல்லநிலையிலுள்ளதை எலும்பில் பதிய வைப்பார்கள்.

NKS Draperies & Blinds

210 Silver Star Road, Unit. 825
(Midland & Finch) Scarborough, ON

416 321 6420



**உங்கள்
இல்லங்களை
மாளிகையாக்கிட**

**அழையங்கள்
கேதா**

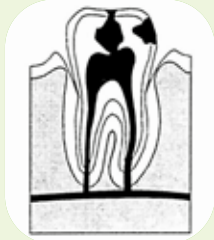


- Vertical blinds
- Venetian blinds
- Draperies
- Curtains
- Shutters

தமது சிறப்பான சேவையினால்
தகுந்த விருதுகளைப் பெற்ற நிறுலனம்

Dr. Shan A. Shanmugavadivel & Associates

டாக்டர் அ. சண்முகவடிவேல்



*** Orthodontics * Implants * Cerec Crowns**

பற்களை ஒழுங்கு செய்தல், 'இம்பிளான்ற்' சிகிச்சைகளில் கனடாவில்
பயின்ற பல வருட அனுபவமுள்ள குடும்ப பல் வைத்தியர்.

MONDAY – FRIDAY

(416) 266-5161

(Near Kennedy Subway - Rainbow Village Building)

RAINBOW VILLAGE DENTAL OFFICE

2466 Eglinton Avenue East, Unit #7

Scarborough, Ontario M1K 5JB

“சந்தைக்குப் போனால் சாமான் தூக்கிக் கொண்டு வர முடியுதில்லை. முழங்கை - யிலை ஒரே வலி” என்றாள் வேதனையுடன் ஒரு பெண்மணி.

“பாரம் தூக்கவே முடியவில்லை. கைவிரல்களை மடித்து, மணிக்கட்டை ஆட்டி வேலை செய்யும் போது அந்த வலி மோசமாகிறது” என்று சொல்லி முழங்கையின் வெளிப்புறத்தைச் சுட்டிக் காட்டினாள்.

உண்மைதான் ஆனால் பாரம் தூக்குவதால் மட்டும் இவ்வலி வருவதில்லை. கைவிரல்களை மடித்து ஏதாவது ஒன்றைப் பற்றிப் பிடிக்கும்போது (உதாரணமாக கைலாகு கொடுப்பது, கதவின் கைபிடியைப் பிடித்து இழுப்பது) வலி ஏற்படுவதுண்டு. கைவலியைத் தவிர இவ்விடத்தில் வீக்கமோ, சினப்போ அல்லது விழைப்புத்தன்மையோ சேர்ந்திருப்பதில்லை என்பதை நோயுள்ளவர்கள் பலரும் அவதானித்திருப்பார்கள்.

முழங்கையின் வெளிப்புறத்தில் ஏற்படும் வலி பெரும்பாலும் கடுமையாக இருக்கும். ஆரம்பத்தில் பொறுக்கக் கூடியதாக இருக்கும் இவ்வலி காலகதியில் (ஒரு சில வாரங்கள் முதல் சில மாதங்கள் வரை) கடுமையாக மாறும். நோய் கடுமையான நிலையில் முழங்கையின் சிறு அசைவு கூட வலியைக் கடுமையாக்கும்.

முழங்கையின் வெளிப்புற மொளி அருகே ஏற்படும் இந்த வலியை ஆங்கிலத்தில் tennis elbow என்பார்கள். காரணம் டெனிஸ் விளையாடுபவர்களிடம் அதிகம் ஏற்படுவதால்தான். ஆனால் டெனிஸ் விளையாடுவது மட்டுமே இந்நோய் வருவதற்குக் காரணமல்ல.

முன்னங்கைகளை அதிகம் உபயோகிக்க வேண்டிய தொழில் செய்பவர்களிலும் இது ஏற்படும். வர்ணம் பூசுவது, இறைச்சி வெட்டுவது, சுட்டியலால் தொடர்ந்து அடிப்பது, நெசவு போன்றவை சில உதாரணங்களாகும்.

கோல்வ் விளையாடுவது போன்று முன்கையை ஒரே விதமாக உபயோகித்து தொடர்ந்து விளையாடுவதாலும், வேலை செய்வதாலும் முழங்கையில் இத்தகைய வலி ஏற்படுவதுண்டு.

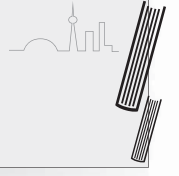
உங்கள் முழங்கையின் வெளிப்புறம் திட்டாக தெரியும் மொளியில் இருக்கும் தசைநாண் (Tendon) உட்காயம் ஏற்படுவதாலேயே இந் நோய் ஏற்படுகிறது. இந்த தசை - நாண்தான் உங்கள் கைவிரல்கள் மற்றும் மணிக்கட்டு ஆகியவை சரியான முறையில் இயங்குவதற்கு காரணமாயுள்ளன. வலியைக் கவனத்தில் எடுக்காது அத்தகைய வேலை - களைச் தொடர்ந்தும் செய்தால் சவ்வு அறுந்துவிடவும் கூடும் என்பது எப்பொழுதாவது ஏற்படக் கூடிய ஆபத்தாகும்.

அவரது மணிக்கட்டு, முழங்கை, தோள் மூட்டு யாவற்றையும் நன்கு பரிசோதித்துப் பார்த்தபோது அவருக்கு வேறு நோய்கள் - அதாவது மூட்டு வாதமோ அல்லது நரம்புகளில் பாதிப்புக்களோ இல்லை என்பது தெளிவாகியது. இது டெனிஸ் எல்போ என்பதுதான்



டாக்டர் எம்.கே. முருகானந்தன்

முழங்கை வலி



நிச்சயமாயிற்று. ‘படம் எடுக்க வேண்டுமா’ என்று அவள் கேட்டாள். எக்ஸ்ரே எடுக்க வேண்டியது அவசியமில்லை என்று விளக்கினேன்.

பலருக்கு இந்நோய் எந்தவித சிகிச்சையும் இல்லாது தாளாகவே கால - கதியில் குணமாகிவிடும். ஆரம்ப நிலையில் அவ்விடத்தில் ஐஸ் ஒத்ததம் கொடுப்பது வலியைத் தணிக்க உதவும். வலிநிவாரணி மாத்திரைகள், மணிக்கட்டிற்கான பட்டி (Elbow Brace) ஆகியவையும் உதவக் கூடும். உங்கள் விரல்களுக்கும் மணிக்கட்டுக்குமான சில எளிமையான பயிற்சிகள் உங்கள் வலியைத் தணிக்க நிச்சயம் உதவும்.

விரல்களை விரிக்கும் பயிற்சி

மிகவும் சுலபமான ஒரு பயிற்சியானது ரப்பர் பான்ட் உதவியுடன் உங்கள் விரல்களை விரிக்கும் பயிற்சியாகும். ஒரு ரப்பர் பான்ட்டை உங்கள் நோயுற்ற கையின் விரல்களைச் சுற்றி அணியுங்கள். இப்பொழுது உங்கள் கை கோலியது போல தோற்றமளிக்கிறது அல்லவா? இனி விரல்களை அகட்டி மெதுவாகக் கையை விரியுங்கள். இவ்வாறு பத்துத் தடவைகள் செய்யுங்கள். சில நிமிட ஒவ்வுக்குப் பின் மீண்டும் பத்துத் தடவைகள் செய்யுங்கள். மூன்றாவது தடவையும் அவ்வாறு செய்யுங்கள். இவ்வாறு காலை மாலை இரு தடவைகள் செய்ய வேண்டும்.

இறுகப் பிடிக்கும் பயிற்சி

இரண்டாவதாக விரல்களை இறுகப் பிடிக்கும் பயிற்சி செய்யுங்கள். சிறிய உருளை அல்லது பந்து ஒன்றை எடுத்து உள்ளங்கையில் வைத்து அழுத்திப் பிழிவதுபோல இறுகப் பிடிப்புகள். தொடர்ந்து பத்து முதல் பதினைந்து நிமிடங்க - ளுக்கு தொடர்ந்து செய்யுங்கள். காலை மாலை - யாக தினமும் இரண்டு அல்லது மூன்று

தடவைகள் செய்ய வேண்டும்.

மணிக்கட்டை கீழ்நோக்கி இழுக்கும் பயிற்சி

உள்ளங்கை கீழே பார்க்குமாறு உங்கள் ஒரு கையை முன்புறமாக நீட்டிப் பிடிப்புகள். இப்பொழுது மறு உள்ளங்கையால் அதைத் தாங்குவது போலப் பிடிப்புகள். இனி மேலுள்ள கையை மணிக்கட்டருகில் கீழ்ப்புறமாக அழுத்தி மடிப்புகள். 15 முதல் 30 செகண்டுகளுக்கு அவ்வாறே பிடித்த பின் தளர்த்துங்கள். மூன்று தடவை திரும்பச் செய்யுங்கள். தினமும் மூன்று தடவைகள் அவ்வாறு திரும்பச் செய்ய வேண்டும்.

மணிக்கட்டுப் பயிற்சி

உங்களது உள்ளங்கை மேலே பார்க்குமாறு ஒரு முன்னங்கையை மேசை மீது வைப்புகள். பயிற்சி பாண்ட் ஒன்றை கைகளால் பற்றிக் கொண்டு மறுகையால் பாண்டைப் பற்றிய கையின் மணிக்கட்டுப் பகுதியை உங்கள் உடலை நோக்கி இழுங்கள். பின் கையை மெதுவாக பழைய நிலைக்குக் கொண்டு செல்லுங்கள். உள்ளங்கை கீழே பார்க்குமாறு இப் பயிற்சியை மீண்டும் செய்யுங்கள். இவ்வாறு பத்துத் தடவைகள் செய்யுங்கள். தினமும் மூன்று தடவைகள் அவ்வாறு திரும்பச் செய்ய வேண்டும்.

முழங்கை பயிற்சி

ஒரு காலுக்கு முன் மற்றக் காலை வைப்புகள். பயிற்சி பாண்ட்டின் ஒரு முனையை பின்னுள்ள காலுக்குக் கீழே வைப்புகள். மறு முனையைக் உள்ளங்கை மேலே பார்க்குமாறு கையால் பற்றி இழுங்கள். உள்ளங்கை

(32ம் பக்கம் வருக)

*** OIL \$34.95**
CHANGE SPECIAL

Semi-Synthetic Oil Change includes: + Tax & Disposal Fees

- Up to 5 L Standard Motor Oil
- New Filter
- Free Vehicle Inspection



**இப்போது
இரண்டு இடங்களில்!**

MY MECHANIC
AUTO & TIRE

📍 4530 Steeles Avenue East
Markham, ON L3R 0L2

☎ 905-946-1000

📍 1095 Ellesmere Road,
Scarborough ON M1P 2WP

☎ 416-757.1000

✉ info@mymechanicauto.ca 🌐 mymechanicauto.ca

Complete Front & Rear Brake Replacement or \$25 off on each

*** \$50**

*** FREE!**
BRAKE OR SHOCK INSPECTION

*** LIMITED TIME OFFER**
SEE STORE FOR DETAILS

உங்களுக்குத் தெரியும்,
நம்பிக்கையுடனான தரமான சேவைகள்..
தகுதியான வெற்றிகளுக்கான
தரமான தெரிவு

On high with your thoughts

PRO MAR Ltd.
AWARDS & PROMOTIONS
நகரின் முன்னணித் தமிழர் நிறுவனம்

**இப்பொழுது
வீடு விற்பனைத்
துறையிலும்**

www.promarawards.com 416-291 2344
585 Middlefield Rd Unit # 3, Scarborough, ON., M1V 4Y5



Selva Vettyvel
Broker of Record

416.568.4301

HomeLife/Future Realty Inc.,
Brokerage



15 years of Success
500+ Agents



Rishani Vettyvel
BARRISTER AND SOLICITOR
BBA, LLB, LLM

Real Estate Law



VettyvelLaw
Professional Corporation

416.261.1544



நியூ ரங்கனாஸ் நுகைமடம்
மார்க்கம் & ஸ்ரீஸ்

Tel: 647-702-2159



- ❁ சிங்கப்பூர் நகைகளை மிகக் குறைவான விலையில் பெற்றுக்கொள்ளலாம்
- ❁ பழைய தங்க நகைகள் அதிகபடியான விலையில் வாங்கப்படும்.
- ❁ தங்க நகை அடவு சேவை குறைந்த வட்டி வீதம்

தங்கமகள் சேமிப்பு திட்டத்தில்
இணையும் அனைவருக்கும் \$1500

பெறுமதியான நகையை பொற்றுக்கொள்ளமுடியும்

6055 Steeles Ave E Unit C102, Scarborough, ON., M1X 0A7

Telephone: 647-702-2159 / 647-947-2864



NewRanganasJewellery



newranganasjewelhouse.com