

# HALO STAR

Registered as a Newspaper in Sri Lanka

*First in Best*

FREE ISSUE

Issue 24

2014 April



வாசகர்கள்,  
விளம்பரதாரர்கள் அனைவருக்கும்  
தீந்தமிழில் சித்திரைப் புத்தாண்டு

2014

Digitized by Noolaham Foundation.  
noolaham.org | aavanaham.org

நல்வாழ்த்துக்கள்



*Happy New Year*

சுழற்லித் ஐளந்தளிரை  
ரேசம் கடந்திடுக்கும்,  
பாசத்து உறவுகளும்  
பார்த்து மகிழ்ந்திட



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



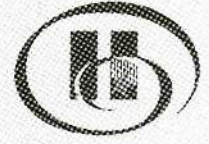
**HALO STAR**  
*First in Best*

Digitally designed  
and printed by

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

for advertising from srilanka





# HALO STAR

First in Best

Issue 24

2014 April

## வணக்கம்!

- புதிய ஆண்டின் வரவில் நல் வாழ்த்துக்கள், கூறுகின்றோம்.
- பிறந்திருக்கும் இனிய புத்தாண்டு எல்லோருக்கும் நன்மைகள் தரவேண்டும் என்று நாழும் வேண்டுகின்றோம்.
- பல்வேறு சோகங்கள், துன்பங்கள் தந்த நாட்களை நாம் விட்டுத் தள்ளி விட்டு இன்று புதியதோர் வடிவில் பயணிப்பதற்கு நாம் தயாராக வேண்டியவர்களாக இருக்கின்றோம்.
- இன்றைய சூழல் மிகவும் அகரத்தன்மை கொண்ட செல்வீனங்களை கொண்டு நகர்ந்து செல்கின்றது கண்கூடு.
- துயரமும் நெடுக்குதல்களும் கொண்ட இன்றைய சூழலில் தன்மைகளை சுற்று தக்கணப் பிழைப்பவர்களாக நாம் மாறிக்கொள்ள வேண்டும்.
- வறுமையையும், வெறுமையையும் நோக்கிச் சூழலும் இன்றைய நாட்களில் உற்பத்தியையும், மேம்பாடு பற்றி சிந்திக்க வேண்டியது எமது பொறுப்பாகும்.
- தனிமனித ஆளுமை ஒரு சமூகத்திற்கு அச்சுறுத்தல் அற்ற வகையில் அன்றி விருத்தி செய்யப்பட வேண்டும் என்பதே இன்றைய தேவையாகும்.
- பொருளாதார வளங்களை மட்டும் நம்பிய வணிகங்களை விடுத்து சமூக ஒருமைப்பாடுடைய வணிகமுன்னேற்றங்களை மேற்கொள்ள வேண்டும்.
- அதாவது உற்பத்தி, விற்பனை, சேகரிப்பு, தன்னிறைவு என்பன சமூக கட்டமைப்பூடாக மேற்கொள்ள வேண்டும் என்பதே அதன் தொனிப் பொருளாகும்.
- ஆக! மலர்ந்திருக்கும் புதிய வருடத்தின் இன்றைய நன்நாளில் நல்ல எண்ணப்பாடுகளுடனும், சீரிய ஒழுக்கத்துடனும் சென்று செல்வதை வேதமாகக் கொள்வோம்.
- புதிய நாட்களின் வரவுகள் வெற்றிகளையும், வசந்தங்களையும் உங்கள் வாசல்களுக்கும் தர வேண்டும் எனநாழும் விரும்புகின்றோம்.

- நன்றி

No. 31,  
Convent Road  
(off Hospital Road),  
Jaffna,  
021 320 1882

Mail: [halostars1@gmail.com](mailto:halostars1@gmail.com)

Web: [www.halostars1.com](http://www.halostars1.com)



**Sai**  
Photo & Video, *Modeling Studio*



DIGITAL PHOTOGRAPHY  
(INDOOR-OUTDOOR)

DIDEO FILMING  
(DIGITL-HD)

ALBAM MAKING  
(DIGITAL-HARISMA SYNTHETIC)

Email: saistudin@hotmail.com

M.M.V Road, Nallady.  
Mob: 075 0409 344

**நதி மக்சையர் செய்ஸ்**  
மாதமொரு  
ஈழத்துப் பெரியார்



மீழகு சாதனப்பொருட்கள், சூப்பனை,  
முக சூப்பனைப் பொருட்கள்  
திரவானதாகவும் மலிவாகவும் பல்வேறு  
தொழிலகளோடு பெற்றுக்கொள்ள  
நாடுங்கள்.

Tel: 024 568 8583

210E, ஸ்ரீரேசன் வீதி, கரப்பன்காடு, தருமன்காடு, வவுனியா.

**ANNAI SEA FOOD**  
S.K.M.E

Partners: Mr.S.Johnary & Mr. S. Ananthkannan

Address  
Beach Road,  
Navanthurai North, Jaffna.

TP: 021 222 5721, 021 321 3104,  
077 303 9510, 077 723 8597  
Fax: 021 222 1493

Branch  
65/350A Vystwyke  
Road, crow island,  
Colombo - 15

TP: 011 262 1376  
077 300 6397



E.mail: annaiseafood@yahoo.com E.mail: annaiseafood@yahoo.com

**மாஸ்டர்**  
வாட்டை அன் வீடுகள்



மாஸ்டர் வீடுகள்  
பெரியோடுகளை.....

மாஸ்டர் வீடுகள், அமைந்திருக்க,  
வீடுகள் புதிதாக, மேல்தொழிலகம்,  
வேலைப்பாடுகள் சமீபத்தில், சமீபத்தில்  
மாஸ்டர் வீடுகள், அமைந்திருக்க, மாஸ்டர் வீடுகள்.

கார்ப்பஸ் மதி கோபால்.

Tel : 021 223 1132 - 077 640 1231

**எஸ்.என்.கிருஷ்ணா ஜீவல்ஸ்**  
அன் நகைத் தொழிலகம்

உரிசொய்யாளர்: எஸ். நாககிருஷ்ணா (ஸ்திரீ)

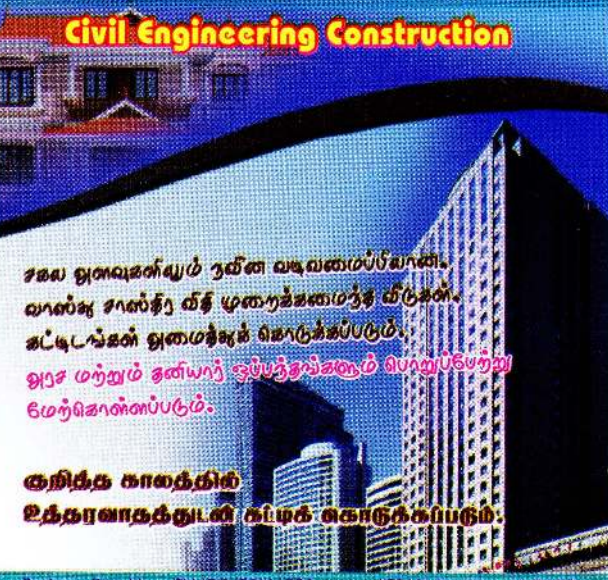
**S.N KRISHNA**  
JEWELS WORKSHOP

ஒட்டு நகைகள் 22 கார்ட்டில் குறித்த நகையினில்  
செய்து வழங்குகொள்ளலாம்



செல். 021 222 1112,  
118, கஸ்தூரியார் வீதி, யாழ்ப்பாணம். 0776082228

**TURBO GROUP**  
Civil Engineering Construction



சகல விலகல்களையும் நவீன வடிவமைப்புகளை,  
வாஸ்ட் சாஸ்த்ரீ கீழ் முறைக்கலைமீது கீழ்க்கள்,  
கட்டிடங்கள் விலகல்களும் கொடுக்கப்படும்.  
வாஸ்ட் சாஸ்த்ரீ சூப்பிச்சுக்களும் பொறுப்பேற்று  
மேற்கொள்ளப்படும்.

குறிக்க காலத்தில்  
உத்தரவாதத்துடன் கட்டிக் கொடுக்கப்படும்.

Business Reg No. - TN/DS/48N/53 ICTAD Reg No. - M-7410  
N.C.A.SL Reg No. - R-5889

Thavasikulam, Kodikamam.  
Tel: 021 321 8428 - 021 205 0325 Mob: 077 430 6997  
E.mail: turbogroup02@gmail.com

**சண்முகியா புலோன்ட்**  
Sunjeya Foodland



காசலை, மதிய, இரவு  
உணவு வகைகள் சிறுநாண்டுகள்,  
சுவைமீது விநியாசன  
குளிர் பானங்கள்,  
ஐஸ் கிரீம் வகைகள்.

414, Hospital Road, Jaffna.  
Tel: 021 222 0680



# சோதிடத்தின் வரலாறு



இந்தியாவில் வேத காலத்தில் தொடங்கிய சோதிடம், இதிகாச காலத்தில் பெரும்வளர்ச்சி பெற்றது. மேற்கத்திய சோதிடக் கோட்பாடுகள் அடிப்படையில் இந்திய சோதிட சாத்திரத்தை வராகமிகிரர் தொகுத்து அமைத்ததாகக் கூறுகின்றனர்.

இதனாலேயே, இந்திய சோதிட வரலாறு வராகமிகிரருக்க முன், வராகமிகிரருக்குப் பின் என்று பிரித்துப் பார்க்கப்படுகிறது.

தமிழகத்திலும் சித்தர்கள் காலத்தில் சோதிடம் தனிப்பெரும் துறையாக வளர்ந்தது. வடமொழி ஆதிக்கம் மிகுந்திருந்த காலகட்டத்தில் நட்சத்திரக் கூட்டங்கள் அடிப்படையிலான சோதிடம் தமிழகத்துக்கும் வந்தது.

## நாடோடிகளாக

வாழ்ந்த பாபிலோனியர்களும், கிரேக்கர்களும் தான் நட்சத்திரக் கூட்டங்கள் அடிப்படையிலான சோதிடக் கோட்பாடுகளை உருவாக்கியதாகவும், அவை அந்தப் பகுதிகளில் இருந்த மற்ற நாடுகளுக்கும் பரவியதாகவும் நிபுணர்கள் தெரிவிக்கின்றனர்.



## பாலன் மில்

BALAN RICE MILL



தேவ்லாய் எண்ட்ரெஸ், நவ்ரெண்ட்ரெஸ், ஏலாண்ட்ரெஸ், என், சூரியலாந்தி மிஸ்த போன்றவற்றை 3 கிலோ முதல் 3000 கிலோ வரை தனித்தனி இயந்திரத்தில் அரைத்து எண்ணெய்யாக உடன் ஊற்றித் தரப்படும்.

மாவடிச் சந்தி, வட்டுச்சேல்தை.

T.P:- 021 321 2624





# குடும்பத்தை

வலுப்படுத்தும் திட்டமிட்ட பட்ஜெட்

**ஒ**

ரு குறிப்பிட்ட காலத்தில் நாம் சேமித்து வரும் தொகை போதுமானதா என்று நாம் சுயஅலசை மேற்கொள்ள வேண்டும். தற்போதைய சேமிப்புத் தொகை குறைவாக இருந்தால் அதை கூட்டிக் கொள்ள முயல வேண்டும். நீங்கள் உங்கள் வரவையும், செலவையும் ஒழுங்குமுறைப் படுத்திக் கொண்ட பின், ஒவ்வொரு மாதமும், ஒவ்வொரு விஷயத்துக்கும் எவ்வளவு செலவு செய்ய வேண்டும் என்று பட்ஜெட் போட்டு, அது அதற்கான செலவை குறிப்பிட்ட வரையறைக்குள் நிறைவேற்ற முயலுங்கள். ஒவ்வொரு மாதமும் செலவு நாம் திட்டமிட்டதை விட கூட குறைய ஆகக்கூடிய நிலையில் இது முக்கியமானது.

ஒரு குறிப்பிட்ட விஷயத்துக்கு, உதாரணமாக, மாதந்தோறும் வெளியே சென்று சாப்பிடுவதற்கு இவ்வளவு தான் ஆகிறது என்று நீங்கள் நினைத்துக் கொண்டிருக்கலாம். ஆனால் பட்ஜெட் போட்டு பார்க்கும் போது தான் அதற்கு உண்மையில் செலவாகிறது என்று தெரியும் எல்லா செலவுகளின் போதும் கையில் இருந்து பணமாகக் கொடுங்கள். காசோலைகளைக் கூட தவிர்த்து விடலாம். பணமாகக் கொடுக்கும் போது தான் நாம் எவ்வளவு செலவு செய்கிறோம் என்று தெரியும். செலவைக் கட்டுப்படுத்தவும் தோன்றும் பணமாகச் செலவழிக்கிற போது, ஒரு விஷயத்துக்கு இவ்வளவு என்று எடுத்து வைத்திருப்போம் அதற்குள் செலவழிக்க வே முயலுவோம்.

மாறாக, கிரெடிட் கார்டு மூலம் செலவழிக்கும் போது ஒரு கட்டுப்பாடு இருப்பதில்லை பணம் செலவழிக்கும் "வலி" அதில் அதிகம் இல்லாததால் தாராளம் காட்டுவோம். நீங்கள் கிரெடிட் கார்டு வைத்திருக்க விரும்புகிறீர்கள். அதே நேரம் அதில் கட்டுப்பாட்டோடு இருக்கவும் ஆசைப்படுகிறீர்கள் என்றால் உங்கள் பர்சில் உங்களது சேமிப்பு இலக்கை குறிக்கும் படம் அல்லது வாசகம் இடம் பெற்றிருக்கட்டும்.

கிரெடிட் கார்டை எப்போதும் பர்சில் வைத்திருக்காமல் வீட்டில் வைத்து மிக அத்தியாவசியமான போது மட்டும் பயன்படுத்துவது இன்னும் நல்லது. கிரெடிட் கார்டை தவிருங்கள். கிரெடிட் பயன்படுத்துவோருக்கு மனக் கட்டுப்பாடு அவசியம். அது இருந்தால், கிரெடிட் கார்டு உங்களுக்கு நன்மையாக இருக்கும்.

நீங்கள் கிரெடிட் கார்டு பில்களை அந்தந்த மாதம் செட்டில் செய்யும் முறையான நபராக இருக்கலாம். உங்களைப் போன்றவர்களை ஈர்க்கத் தான் கிரெடிட் கார்டு நிறுவனங்கள் "கேஷ் பேக் ஆபர்" தள்ளுபடி போன்ற சலுகைகளை வழங்குகின்றன. அவற்றில் விழுந்துவிடாமல் இருப்பது அவசியம்.

நீங்கள் எவ்வளவு சேமிக்கிறீர்கள் என்று அறிய, அதற்கு என்று ஒரு தனி சேமிப்புக் கணக்குத் தொடங்கி சேமித்து வருவது நலம். அப்போது நீங்கள் சேமிக்கும் தொகைக்கு வட்டியும் கிடைக்கும் நியாயமான வட்டி கிடைக்கும் பிற திட்டங்களிலும் நீங்கள் பணம் மாதந்தோறும் சேமிப்பையே முதல் செலவாக வைத்துக் கொள்பவர்களால் கிடுகிடு வென்று பணத்தைச் சேர்த்துவிட முடியும்.

மாதக் கடைசியில் மிஞ்சும் தொகையைச் சேமிப்போம் என்று நினைக்காமல் சம்பளம் போட்டதுமே முதல் செலவாக சேமித்து விடுங்கள். உங்களுக்கு கிடைக்கும் ஒவ்வொரு வருவாயிலும் 10 சதவீதத்தைச் சேமிப்பது நல்லது சேமிப்பை ஒரு பழக்கமாக அன்றி, கட்டாயக் கடமையாக மேற்கொண்டு வந்தால், குறிப்பிட்ட ஆண்டுகளில் ஒரு கணிசமான தொகை உங்களிடம் சேர்ந்திருக்கும்.



## அம்பாள் நிலைசை & ரான்ஸ்போட்

**ஆயந்திரத்தால் குழாய்க்கிணறு  
அடித்துக்கொடுக்கப்படும். எல்லா வகையான  
வாகன சேவைகள்.**

☎ **தொ.லே: 077 986 2895 / 077 809 0497**

**கிராச வீதி, கோப்பாய் தெற்கு, கோப்பாய்.**



# சுய நலம்



**உ**ங்களிடம் தனித்தன்மையில்லாத போது தான் உங்களுக்குள் பொதுத்தன்மையை செலுத்துகின்றனர். யாராவது உங்களைப் பார்த்து நீங்கள் யார் என்று கேட்டால், என்ன சொல்லுவோம், பெயர், படிப்பு, பதவி, விலாசம் போன்ற தனித்தன்மையானவற்றை சொல்லுவோம்.

உங்களை மற்றவர் குறிப்பிட்டு சொல்லும்போது பார்க்கும் போது எப்படி பார்க்கின்றனர் என்று பாருங்கள், தனித்தன்மை என்பது இருக்கின்றதா? கர்ணனை கொடைவள்ளல் என்கிறோம் இராமனை கோதண்டராமன் என்கிறோம்.

சிலருக்கு பின்னணியும், பெயரும், பொருளும், பதவியும் இருந்தாலும் அவைத் தனித்தன்மையை தருமா? எத்தனையோ மனிதர்களிடம் பொருள் இருக்கின்றது. ஆனால் மனம் இல்லை. எத்தனையோ மனிதர்கள் உயர் பதவியில் இருக்கிறார்கள். அந்த பதவிக்கு பொருந்தும்படியாக நடந்து கொள்வதில்லை.

படித்தவர்களிடம் பண்பு என்பது நிறைய பேர்களிடம் குறைந்துவிட்டது.

படிக்காத எத்தனையோ பெரியவர்கள் மக்கள் மனத்தில் நீங்காத இடத்தை பிடித்திருக்கிறார்கள். பொருளில்லாமல் எத்தனையோ அன்னை திரேசாக்கள் உள்ளனர்.

நாடே இல்லாமல் எத்தனையோ ராஜாக்கள் ராஜ்ஜியம் செய்கிறார்கள். இத்தனைக்கும் காரணம் என்ன? அந்தத் தனித்தன்மை யாது?

ஆன்மீக அருளாளர் என்றால், அவரிடம் அருள் சக்தி ஓங்கியிருக்கும்.

உயர் பதவிகாரர்களிடம் பந்தா, பகட்டு இல்லாத பணிவான, கனிவான அணுகுமுறை

இருக்க வேண்டும். பணம் இல்லாவிட்டாலும் பிறருக்காக அவர் நலன்கருதி ஏங்கும் மனம் வேண்டும்.

இந்த தனித்தன்மையான பண்பு, குணம், அவர்களை அசைக்காத இடத்தில் வைக்கின்றது.

நாம் எந்த வாகனத்தில் ஏறினாலும் அந்த ஓட்டுநர் நம்மை பத்திரமாக சேர வேண்டிய இடத்தில் சேர்கிறார். நாம் எப்போதாவது அவருக்கு நன்றி சொல்லியிருக்கிறோமா? நன்றி சொல்ல வேண்டாமா?

இப்படி பால்போடும் பையனிலிருந்து வீட்டில் சமையல் செய்து போடுபவ்வரை நம்பித்தான் ஆக வேண்டியிருக்கிறது. என்றாவது அவர்களுக்கு நன்றி சொன்னோமா?

ஒருவரை மாற்றி ஒருவர் சார்ந்து வாழ வேண்டிய சூழ்நிலையில் தான் நாம் உள்ளோம்.

நம் வாழ்வில் பிறரை சார்ந்து வாழ வேண்டியுள்ளதால், தனி வாழ்வு வாழ்வேன் என்பது மிகவும் அபத்தமானது. பொது வாழ்வே சிறந்தது. சுயநலமாக வாழுங்கள். அதில் பொதுநலம் இருக்கட்டும்.

இந்த பிரபஞ்சத்தில் உள்ள உயிர்கள் ஒன்றை ஒன்று சார்ந்து வாழ வேண்டியுள்ளது. ஒன்றை ஒன்று நாடி ஒன்றுக்கு ஒன்று உதவி வாழ்வது தான் வாழ்க்கை.

ஒன்றை ஒன்று அர்ப்பணிப்பதனால் தான் உலகம் இன்னும் உயிர் வாழ்கிறது. காசை மட்டுமல்ல, பொருளை மட்டுமல்ல, அன்பையும், பண்பையும் பரிமாறிக் கொள்ளுங்கள். இது தான் வாழ்க்கையின் தார்பரயம். இதை உணர்ந்து கொண்டு வாழும் போது தான் நாம் உலகத்தினுள் ஒன்றுபடுகிறோம். சார்ந்து வாழ்தல் வேறு, சுமையாக இருப்பது வேறு. சுமையாக இருக்காதீர்கள், சார்ந்து வாழுங்கள்.

## SAGANA BEAUTY

### சகானா அழகியல்

**S.Tharmine**

Bridal Makeup  
 Wedding structures  
 Birthday cakes  
 Facials  
 Thredding waxing  
 Icing Cake, Rich cake, Eggless cake  
 And Mehandi.

**Sangarapillai Road, Manipalay**  
**T.P: 077 911 5419**



# கிருபா லேர்னர்ஸ்

(ஒரு அங்கீகாரம் பெற்ற "A" தர சாரத பயிற்சிப் பாடசாலை)

- ➔ குறிப்பிட்ட காலப்பகுதியில் விரைவாக சாரதி அனுமதிப் பத்திரம் வழங்கப்படும்.
- ➔ வான், முச்சக்கரவண்டி, உழவு கியந்திரம் (டெக்டர்) அனுமதிப்பத்திரம் உள்ளவர்கள் கிரண்டு வகுடம் பூர்த்தியானால் கனரக வாகன(AD) சாரதி அனுமதிப் பத்திரம் பெறமுடியும்.
- ➔ கனரகவாகன (AD) சாரதி அனுமதிப் பத்திரம் பெற அசோகலேடன் மூலம் இலகுவாகப் பயிற்சி பெறலாம்.
- ➔ தவணை முறைக்கட்டணம்.
- ➔ மும்: மொழிகளிலும் வாகனம் பயிற்சி அளிக்கப்படும்.
- ➔ எழுத வாசிக்கத் தெரியாதவர்களுக்கு விசேட வீடியோ வகுப்பு நடைமுறை.
- ➔ பெண்களுக்கு நவீன காரில் பயிற்சி வழங்கப்படும்.
- ➔ யாழ்.நகரில் முதன் முதலாக கிருபா லேர்னர்ஸ் வழங்கும் கிரவு நேர சாரத்திய பயிற்சி.



## Kiruba Learners



தலைமைக் காரியாலயம்: 226, கந்தாரியார் வீதி, யாழ்ப்பாணம் T.P: 021 222 4353, 077 722 5292

ஆ விதி, சாவகச்சேரி      திள்ளொச்சி      ஏநல்லியடி      விசுவமடு      சன்னாகம்      பருத்தித்துறை  
 021 432 3202      021 226 5505      021 200 6550      021 220 1515      021 224 2022      021 492 3201

Kiruba Learners  
 no:021 222 4353  
[www.kirubalearners.com](http://www.kirubalearners.com)



# Beauty

# Star

## பரு, கரும்புள்ளியா?

### கவலையே வேண்டாம்

பப்பாளிப் பழத்தின் கனிகள், விதைகள், இலைகள் என்று அனைத்துமே மருத்துவக் குணங்கள் நிறைந்தவை. அழகை அழகூட்டும் பப்பாளியைப் பற்றி இன்னும் சில அழகு டிப்ஸ்.....

\*தினமும் காலை, மாலை வேளைகளில் 5நிமிடம் மூச்சுப் பயிற்சி செய்து வந்தால் அன்றைய தினம் முழுவதும் 'ப்ரெஸ்' ஆக காணப்படுவீர்கள்.

\*தினமும் காலையில் எழுந்ததும் ஒரு லீற்றர் தண்ணீர் குடித்து வந்தால் அன்றைய நாள் முழுவதும் சுறுசுறுப்பாக வலம் வருவீர்கள். சோர்வு என்பதே எட்டிப்பார்க்காது.

\*தினமும் காலையில் எழுந்ததும் பழங்கள் சாப்பிடுவது இளமையை அதி கரிக்கும். குறிப்பாக ஆப்பிள், ஆரஞ்சு, பப்பாளிப் பழங்கள் சாப்பிடுவது நல்லது.

\*தினமும் காலையில் ஒன்று அல்லது இரண்டு கரட்டை பச்சையாக சாப்பிட்டு வந்தால் உடலில் ஒருவித மினுமினுப்பைப் பெறலாம்.

\*கறிவேப்பிலையின் இளம் தளிர்களை காய வைத்து பொடியாக்கி, அதை தேங்காய் எண்ணெயில் கலந்து தலையில் தேய்த்து வந்தால் முடி கரு கருவென்று வளரும்.

\*தயிருடன் கடலை மாவு சேர்த்து முகத்தில் அபளை செய்து வந்தால் முகப் பரு தொல்லை வராது.

\*10 அல்லது 15 நாட்களுக்கு ஒரு தடவை முல்தான் மெட்டியுடன் பன்னீர் கலந்து முகத்தில் பூசி வந்தால் முகம் பளிச்சென்று காணப்படும்.

\*2ஊழ் பூன் தேனுடன் எலுமிச்சம் பழச்சாறு 4சொட்டு கலந்து குடித்து வந்தால் உடலில் தேவையற்ற கொழுப்பு சேர்வது தடுக்கப்படும்.

\*பப்பாளி வயிற்றுக்கோளாறுக்கு மருந்தாகப் பயன்படுகிறது. செரிமானத்தை ஊக்குவிக்கிறது, பப்பாளிக் காயின் பால் வயிற்றில் உள்ள பூச்சிகளை அகற்றுகிறது.

\*பப்பாளி தோலில் உள்ள பருக்கள் மற்றும் கரும்புள்ளிகளை நீக்குகிறது. இதன் விதைகளும் பூச்சிகளை அதற்றும் மருந்து தயாரிக்க பயன்படுகிறது.

\*பப்பாளி இலைகளின் சாறு காய்ச்சலைப் போக்கும் மருந்தாகப் பயன்படுகிறது. இதய நோயைக் குணப்படுத்தவும் இது உதவுகிறது.

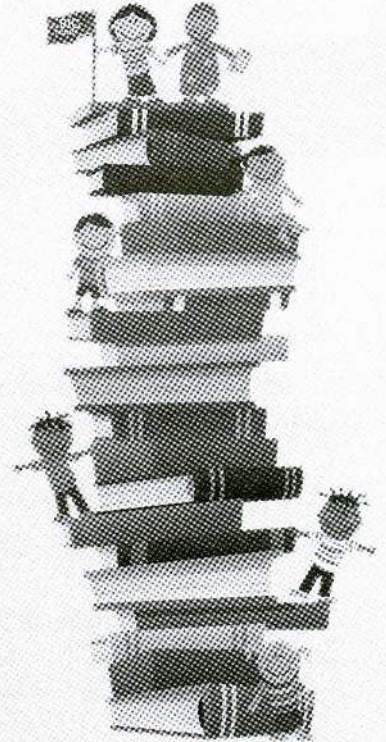




## அனுபவப் புதைபல்கள்

**ம**னித வாழ்க்கை என்பது சுமார் 100 ஆண்டுகளுக்குள் பரம்பிடப்பட்டது. ஒரு மனிதன் எத்தனை செல்வாக்கு மிக்கவனாக இருந்தாலும், அவனது அனுபவங்கள், மனிதகுலத்தின் மொத்த அனுபவங்களோடு ஒப்பிடுகையில் கடலில் ஒரு சிறுதுளி போன்றவை தாம். நாகரிகம் தோன்றிய காலத்திலிருந்தே மனிதகுலம் திரட்டியுள்ள அனுபவச்செல்வங்கள் எல்லாம் புத்தக முத்துக்களாக நம் முன்னே திரட்டி வைக்கப்பட்டுள்ளன.

வேறு குழுவை யெல்லாம் வென்று நிற்கும் மானுடத்தின் கடந்தகாலம், நிகழ்காலம், எதிர்காலம் அனைத்தும் துறைவாரியாகப் புத்தகங்களில் பதிவாகியுள்ளன. புத்தகங்கள் பூமிக்கோள் நிகழ்வுகளின் ஆவணங்கள்.



"புத்தக வாசிப்பின் மூலமாக நாம் நமது உலகத்தைக் கண்டுபிடிக்கிறோம் நமது வரலாற்றைத் தெரிந்து கொள்கிறோம் நம்மை நாமே புரிந்து கொள்கிறோம்" என்று குறிப்பிடுகிறார் டேனியல் பூர்ஸ்மின்.

**Ajanth Saloon**  
 குள்துல்லு (A/C)  
**அஜன்ட் சலூன்**  
 T.P. 077 926 5470  
 077 344 1343  
 இராவிஸ் வீதி, காசிப்பாடி, மாநிலாபாடி.

**LOGA**  
**சைவ உணவகம்**  
 உங்களுக்குத் தேவையான அனைத்து வகை சைவ உணவுகளையும் முற்பதிவு செய்து பெற்றுக்கொள்ளலாம்.  
 தொடர்பு: 077 3323309 077 3338 5100  
**கே.கே.எஸ்.வீதி, சன்னாகம்.**



# Sempagam

*Enterprise*



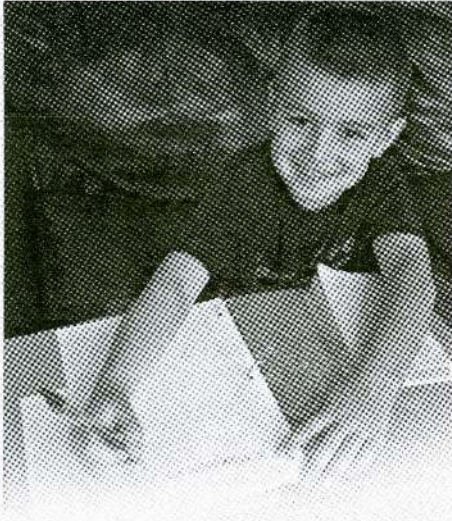
Offset Printing  
Calender, Diary  
Invitation Cards  
Banner, Sticker  
Name Boards  
T-Shirt Printing  
Screen Printing  
School Ties  
Identity Card  
Rubber Stamp  
Mug, Plate Printing  
Awards  
Key-tag



Thurkka Road, Puthukkudiyiruppu, Mullaitivu.

**Muliyavalai** : 077 1519 050  
**Puthukkudiyiruppu** : 077 5571 950  
**Hotline** : 077 9268 153





# குழந்தையின் ஞாபக சக்தியை அதிகரிப்பது எப்படி?

கும். இதுவும் சில மணித்துளிகளுக்கு மட்டும் இருக்கும். ஷார்ட் டெர்ம் மெமரி ஐ திரும்ப செய்யும் போது அது நாள் பட்ட ஞாபக சக்தியாக மாறும். எனவே ஞாபக சக்திக்கு மிகவும் முக்கியமானது. இரண்டு ஆர்வம் மற்றும் கவனம், திரும்ப திரும்ப செய்தல். மேலும் நாள் பட்ட ஞாபகம் கூட மறக்க வாய்ப்பு உள்ளது. இதுவும் நல்லது தான் சில சமயம் வாழ் நாள் முழுவதும் நினைவில் இருக்கும்.

## ஞாபகம்

ஒரு வியாதி, மறதி ஒரு வரம் என்று சொல்வார்கள், ஆனால் நம் குழந்தை படித்ததை எல்லாம் மறக்கும் போது மறதி ஒரு சாபம் போல நமக்கு தோன்றும்.

### ஞாபகம் குறித்து சில தகவல்கள்:

நாம் பார்க்கும் கேட்கும், உணரும், சுவைக்கும், முகரும் அனைத்துமே நமது ஞாபகங்கள் ஆகும். இது முதலில் குறைந்த நேரமே மனதில் இருக்கும் (சென்சரி மெமரி) உடனே மறந்து விடும்.

இந்த சென்சரி மெமரியில் நாம் முழு கவனத்தை செலுத்தி ஆழ்ந்து கவனித்தால் அது ஷார்ட் டெர்ம் மெமரி ஆக பதிவா

### நினைவு திறனை சிறு உதாரணம் கொண்டு விளக்கலாம்:

மிதி வண்டி ஓட்ட பழகுதலை எடுத்துக் கொள்வோம். யாரோ ஓட்டுவதை நாம் பார்ப்பது - சென்சரி மெமரி முதன் முதல் ஓட்டுகற்று கொள்வது - ஷார்ட் டெர்ம் மெமரி தத்தி தத்தி ஓட்டுவது - லாங் டெர்ம் explicit மெமரி தயவே இல்லாமல் ஓட்டுவது - லாங் டெர்ம் implicit மெமரி (சாகும் வரை மறக்காது)

### இனி நினைவு திறனை அதிகரிக்கும் வழிகள்:

- எதையும் தாய் மொழியிலேயே சிந்திக்க வேண்டும். நீங்கள் படிப்பது ஆங்கிலமோ, ஹிந்தியோ, பிரெஞ்சோ - உங்கள் தாய் மொழி என்னவோ அதில் சிந்தித்து மனதில் பதிய செய்ய வேண்டும்.
- புரியாமல் எதையும் படிக்க கூடாது. ஒரு வரி புரிய ஒரு நாள் ஆனாலும் பரவாயில்லை. முழு கவனம் மிக அவசியம்.
- படித்தவுடன் எழுதி பார்க்கும் பழக்கத்தை ஏற்படுத்த வேண்டும். வேறாம் வொர்க் என்ற பெயரில் கடமைக்கு எழுதும் சடங்கு பயனில்லை.
- படங்களுடன் கூடிய தகவல்கள் மனதில் பதியும் பட விளக்கங்களை திரும்ப திரும்ப வரைந்து பார்க்கச் சொல்ல வேண்டும். நல்ல உறக்கம் அவசியம். குறைந்தது 8 மணி நேர தூக்கம் கண்டிப்பாக தேவை.

■ இரவில் சீக்கிரம் தூங்கி அதிகாலை படிக்கும் படி சொல்ல வேண்டும். தூங்க போகும் முன் அன்று படித்த அனைத்தையும் ஒரு முறை மேலோட்டமாக நினைவு படுத்தி பார்க்க வேண்டும். அப்படி செய்யும் போது நாம் தூங்கினாலும் நம் மூளையின் சில மூலைகள் விழிப்புடன் இருந்து தகவல்களை ஷார்ட் டெர்ம் மெமரியில் இருந்து லாங் டெர்ம் மெமரியில் பதிவு செய்து கொண்டு இருக்கும். இது மிக முக்கியமான பயிற்சி ஆகும்.

■ மாவு சத்து உள்ள உணவுகள் மந்த நிலையை ஏற்படுத்தும், எனவே புரதம் நிறைந்த எளிதில் செரிக்கும் உணவை சேர்த்து கொள்வது நல்லது.

## GEM HOTEL

நெய் ஹோட்டல்

விசேட தினங்களுக்கான சகல உணவு வகைகளும் செய்து கொடுக்கப்படும்.

260, K.K.S Road,  
Jaffna.
TP: 021 791 6493  
077 059 1713

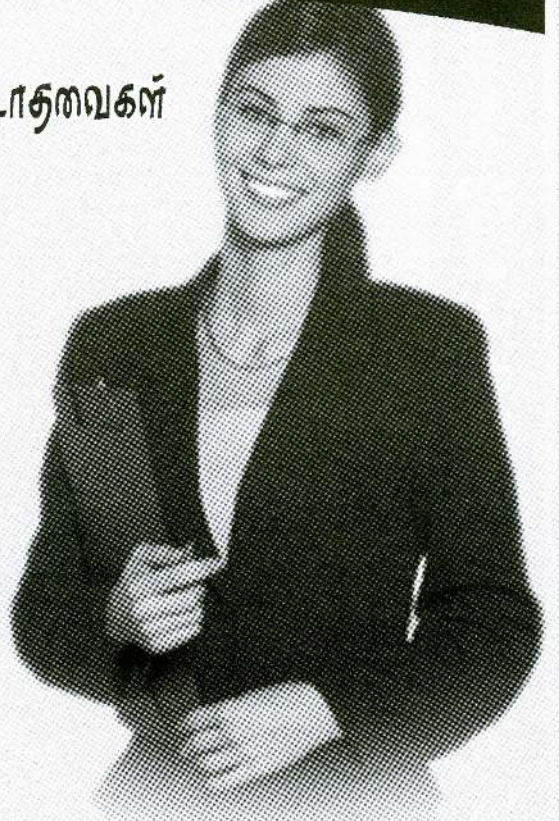


# அலுவலகத்திற்கு

செவ்வும் போது நிச்சயம் அணியக்கூடாதவைகள்

**எ**ந்த ஒரு அலுவலகத்திற்கும் விதிமுறைகள் இருக்கும். அந்த விதிமுறைகளில் ஒன்று தான் ஆடை குறியீடு பெண்களை எடுத்துக் கொண்டால். அவர்களுக்கு நிறைய பேஷனான உடைகள் உள்ளன. அந்த உடைகள் அனைத்தும் வெளியிடங்களுக்கு செல்லும் போது உடுத்துவதற்கு பொருத்தமாக இருக்குமே தவிர அலுவலகத்திற்கு ஏற்றது அல்ல இப்போது அலுவலகத்திற்கு செல்லும் போது பெண்கள் நிச்சயம் அணியக்கூடாத உடைகளை பார்க்கலாம்.

ஒவ்வொரு அலுவலகத்திலும் நிச்சயம் ஒரு நாளாவது கேஷுவல் ஆடைகளை அணிந்து வரலாம் அப்படி கேஷுவல் ஆடைகள் என்று வரும் போது ஜீன்ஸ் மற்றும் டாப்ஸ் அணியலாம். ஆனால் டாப்ஸில் ஒற்றைத் தோள் பட்டை கொண்ட உடையை அலுவலகத்திற்கு செல்லும் போது அறவே தவிர்க்க வேண்டும்.



அலுவலகத்திற்கு பெண்கள் சிறிய பாவாடைகளை அணிந்து செல்வது ஒருவகையான பார்மல் உடை தான். ஆனால், அந்த சிறிய பாவாடையில் பென்சில்கட் கொண்ட பாவாடை தான் பார்மலே தவிர. மற்றவைகளை அணியக்கூடாது.

பொதுவாக அலுவலகத்திற்கு ஜீன்ஸ் அணிந்து செல்லலாம். ஆனால் ஆங்காங்கு கிழிந்து இருக்கும் ஜீன்ஸை அணிந்து செல்வது தவறு.

லேஸ் கொண்ட ஆடைகளை அணிந்து வருவதும் நாகரீகமற்ற செயல் எனவே அலுவலகத்திற்கு, இத்தகைய லேஸ் கொண்ட ஆடைகளை அணிவதை தவிர்க்க வேண்டும்.

சில ஆடைகளை அணிந்தால், மாற்பகங்கள் வெளிப்படுமாறான நிலை உண்டாகும். எனவே டீப் நெக் கொண்ட ஆடைகளையும் போடக் கூடாது.

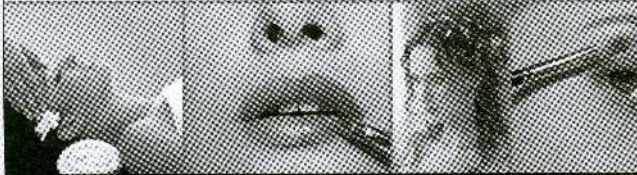
மேலே கூறிய இந்த வகையான ஆடைகளை அலுவலகத்திற்கு அணிந்து செல்வதை தவிர்ப்பது மிகவும் நல்லது. இல்லையெனில் உங்களை பற்றிய தவறாக எண்ணத்தை அனைவரிடத்திலும் ஏற்பட வழிவகுக்கும்.

## New Look Beauty

Jeyanthini

T.P: 077 5155662

Bridel dresing, Threading Eyebrow, facial, pimple treatment, hair Cutting & Colouring, Hair Dye permanent, Rebonding, Perming Hair styles, Saree Drape, Manicure, Pedicure, Waxing, Henna Treatment, Hot oil Massage, cake Orders

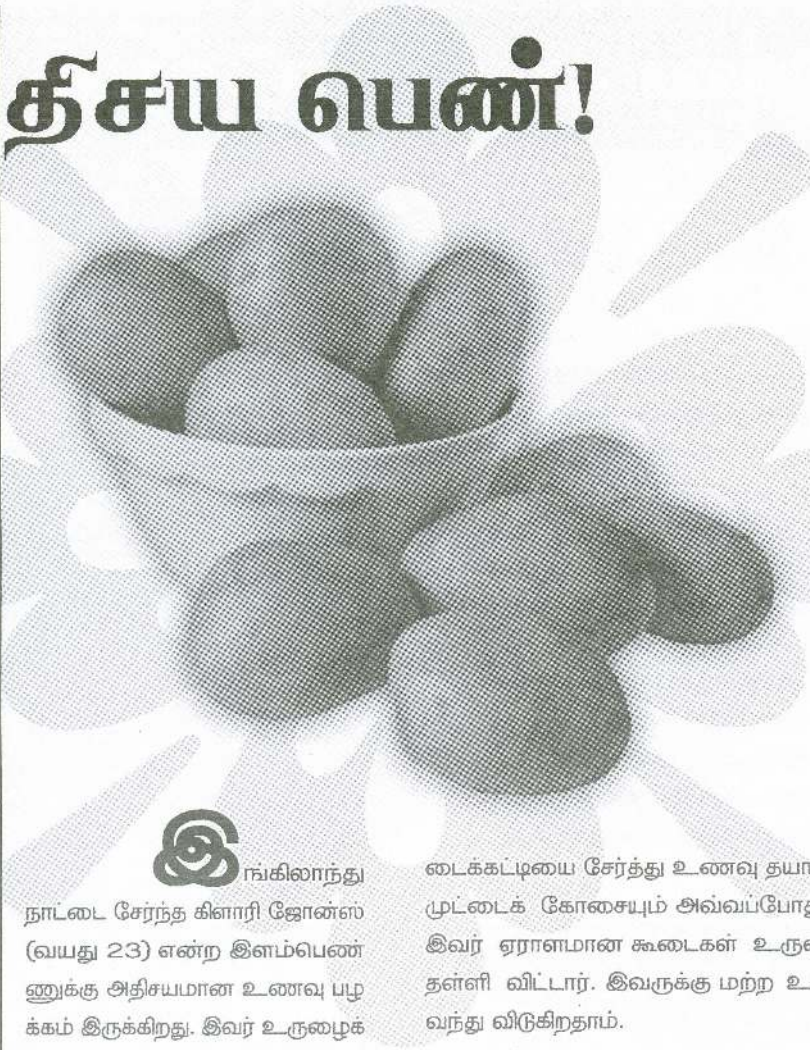


370, Point Petro Road, Nallur, Jaffna.



# அதிசய பெண்!

உருழைக்கிழங்கு மட்டுமே சாப்பிட்டு உயிர் வாழும்



நாட்டை சேர்ந்த ஒரு இளம் பெண்ணுக்கோ அதிசயமான உணவு பழக்கம் இருக்கிறது. அங்குள்ள வெல்லிங்பர்க் நகரில் வசிக்கும் கிளாரி ஜோன்ஸ் (வயது 23) என்ற பெண்ணுக்கு அவரது குழந்தை பருவத்தில் இருந்தே சாதாரண உணவின் மீது கரும் வெறுப்பு ஏற்பட்டு விட்டதாம். இவருடைய முழு பசியையும் போக்கும் உணவு எதுவென்றால் உருழைக்கிழங்குகள் தான்.

இங்கிலாந்து நாட்டை சேர்ந்த கிளாரி ஜோன்ஸ் (வயது 23) என்ற இளம்பெண்ணுக்கு அதிசயமான உணவு பழக்கம் இருக்கிறது. இவர் உருழைக்கிழங்கு மட்டுமே சாப்பிட்டு உயிர் வாழ்கிறார். உணவு பழக்கம் ஒவ்வொருவருக்கும் வேறுபடுகிறது.

உருழைக்கிழங்குடன் பாலாடைக்கட்டியை சேர்த்து உணவு தயாரித்து சாப்பிடுகிறார். இத்துடன் முட்டைக் கோசையும் அவ்வப்போது சேர்க்கிறார். இதுவரையில் இவர் ஏராளமான கூடைகள் உருழைக்கிழங்கை வயிற்றுக்குள் தள்ளி விட்டார். இவருக்கு மற்ற உணவை கண்டாலே குமட்டல் வந்து விடுகிறதாம்.

ஒருவர் விரும்பி சாப்பிடும் உணவு வகைகள் இன்னொருவருக்கு பிடிக்காமல் போவதுண்டு ஆனால் இங்கிலாந்து

இது பற்றி அவரே கூறுகையில் இது மோசமான பழக்கம் என்பதை உணருகிறேன். அதேநேரத்தில் புதிய உணவை சாப்பிட பயமாக இருக்கிறது. இதனால் நோய் வந்து விடுமோ என அஞ்சுகிறேன். பிறந்த நாள் "கேக்" கை கூட சாப்பிட மாட்டேன். என்றாலும் என்னுடைய தாய் விரும்பத்தக்காக ஆண்டுதோறும் கேக் மட்டும் வெட்டி கொண்டாடுகிறேன். என்கிறார்.

**குணா போட்டோ**  
**Guna Photo & Video**

உஷ்டிர வளம்பெறும்  
 படம்பிடிப்பாளர்.

TP: 077 905 0349 077 694 1797

சேர் பொன். இராமநாதன் வீதி, திருநெல்வேலி.  
 (யாழ் பங்களையிலிருந்து மூன்றாம்)

கி.ஜீவன்

**நாகபூசணி சிற்பாலயம்**  
**Nagapoosani Sitpalayam**

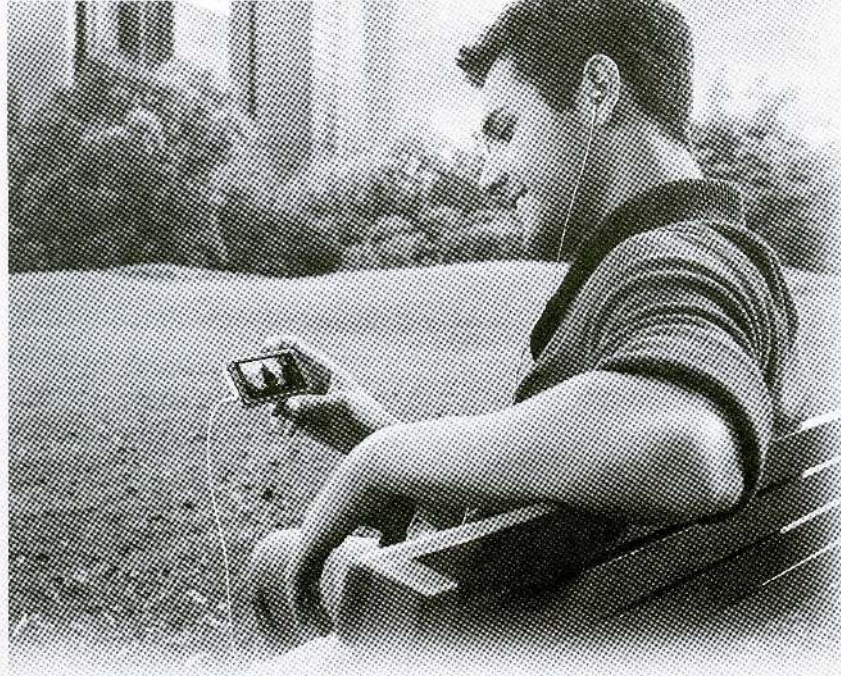
கோயில்களுக்குத் தேவையான தேர், மஞ்சம், சப்பறம், வாகனம் மற்றும் அனைத்து சிற்பவேலைகளும் சிற்பசாஸ்திர, முறைப்படி சிறந்த முறையில் செய்து தரப்படும்.

மேலும்  
 nagapoosanisitpalayam05@gmail.com

**355/28, இராசசித், முருகன் கோயிலடி, கோப்பாய்.**  
 T.P: 077 900 1356, 077 153 0157



# கோபத்தை



அடக்கம்

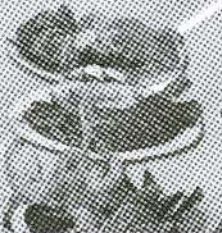
கொள்வது

## கோ

பம் வருகிறது. உடனே நடந்ததையே நினைப்பதை நிறுத்த வேண்டும். கவனத்தை வேறு எதிலாவது திசை திருப்ப வேண்டும். இதன் நோக்கம் கோபத்தை உருப்படியானதாக மாற்றிக் கொள்வது. இதிலும் ஒரு பிரச்சனை இருக்கிறது. கோபம் நம்மிடமே தங்கி விடும். அதனால் பாதிக்கப்படப் போவது நாம் தான்.

மனத்தில் வருத்தத்தை வைத்துக் கொள்ளாதவனுக்கு. சளிகூடப்பிடிக்காது. அப்படியில்லாதவர்கள், சிறுவயதிலேயே, ரத்த அழுத்தம், மன அழுத்தம் என்று பல வியாதிகளுக்கு ஆளாகி விடுகிறார்கள். பெட்டியில் துணி மணிகள் வைத்திருக்கிறார்களோ இல்லையோ, மாத்திரைகளை நிரப்பி வைத்திருப்பார்கள் இவர்கள்.

## நீலாம்பரி உணவகம்



ஒரு தசாய்த் காலமாக  
உங்கள் நன்மதிப்பை  
பெற்ற அசைவ உணவகம்.



**K.K.S Road, Jaffna.**



# வெந்தயத்தின்

மருத்துவக் குணங்கள்

## வெந்தயத்தை வறுத்து

பொடி செய்து 1டம்ளர் நீரில் ஊறவைத்து உட்கொள்ள வயிற்று வலி, வயிற்றுப் பொருமல், சுரம், உட்கூடு, வெள்ளை, சீதக் கழிச்சல் முதலியவைகள் போகும்.

கஞ்சியில் வெந்தயத்தைச் சேர்த்து காய்ச்சிக் கொடுக்க பால் சுரக்கும்.

வெந்தயத்தை ஒரு கைப்பிடியளவு எடுத்து ஊற வைத்து தலை முழுகிவர முடி வளரும். அது முடி உதிர்ந்து போவதைத் தடுக்கும்.

வெந்தயத்தை உலர்த்தி பொடி செய்து மாவாக்கிக் களி கிண்டிக் கட்ட புண், பூச்சி நோய்களைப் போக்கும்.

வெந்தயத்தை வறுத்து இத்துடன் வறுத்த கோதுமையைச் சேர்த்து காப்பிக்குப் பதிலாக வழங்கலாம் இதனால் உடல் வெப்பம் நீங்கும்.

வெந்தய லேகியம், வெந்தயம், மிளகு, திப்பிலி, பெருங்காயம் இவற்றை சம அளவு எடுத்து உலர்த்தி நன்றாக வறுத்துப் பொடி செய்து சர்க்கரைப் பாகில்

போட்டு இலேகியமாகச் செய்து சாப்பிட சீதக்கழிச்சல், வெள்ளை, மேல் எரிச்சல், குருதியழல், தலைகனம், எலும்பைப் பற்றிய சுரம் தீரும்.

நீர் வேட்கை இளைப்பு நோய், கொடிய இருமல் இவைகளை விலக்கும். ஆண்மை தரும்.

வெந்தயம், கடுகு, பெருங்காயம், கறிமஞ்சள் இவைகளை சமபாகம் எடுத்து நெய் விட்டு வறுத்து பொடி செய்து சோற்றுடன் கலந்துண்ண வயிற்று வலி, பொருமல், நாளுக்கு நாள் குறைந்து கொண்டு வரும்.

மிளகாய், கடுகு, வெந்தயம், துவரம்பருப்பு, கறிவேப்பிலை இவைகளைத் தக்க அளவு எடுத்து நெய்விட்டு வறுத்து புளிக்குழம்பை இதில் கொட்டி உப்பு சேர்த்து சட்டியிலிட்டு அரைப்பாகம் சுண்டிய பின் இறக்கி சூட்டுடன் சாப்பிட வெப்பத்தால் நேரிடும் சிறிசைப் பிணிகள் தணியும்.

இத்துடன் வாதுமை பருப்பு, கசகசா, கோதுமை நெய், பால், சர்க்கரை சேர்த்து கிண்டி உட்கொள்ள உடல் வலுக்கும், வன்மையுண்டாகும், இருப்பு வலி தீரும்.

வெந்தயத்தை சீமை அத்திப் பழம் சேர்த்தரைத்து கட்டிகளின் மீது பற்றுப்போட அவைகள் உடையும். படைகள் மீது பூச அவைகள் மாறும்.

வெந்தயத்தை சீமைப்புளி, அத்திப்பழம், திராட்சை ஒரே எடையாகச் சேர்த்து குடி நீரிட்டு தேன் சிறிது கலந்து சாப்பிட இதயவலி, மூச்சுடைப்பு இவை போகும்.

வெந்தயத்தை வேக வைத்து தேன் விட்டுக்கடைந்து உட்கொள்ள மலத்தை வெளியேற்றும். இது மார்புவலி, இருமல், மூலம், உட்புண் இவைகளைப் போக்கும்.

**WELLA Hair Dressing**  
*Ladies & Gents*

தேன், பெண் கிருமணங்களுள் சினைப்பலங்களுள் பேசியல் என சினைநெய் தேவைகளைப் பெற்றிட நலங்கள்.

08 New Market, Kalvijankadu T.P: 077 658 4453  
Facial, Straighting, Bleaching, Face Massaging, Threading



## பண்பரிசு வெல்லுங்கள்

1ம் பரிசு : Rs.5,000 2ம் பரிசு : Rs.3,000

3ம் பரிசு : Rs.1,000 விதம் 20 மாணவர்களுக்கு

நீங்கள் செய்ய வேண்டியது

கல்வியங்காடு MCAI CAMPUSல் 2 கணினி கற்கைநெறிகளை கற்பதற்கு பணம் செலுத்தியமைக்கான Bill Noகளை போட்டிக்கான படிவத்தில் விண்ணப்பித்து அலுவலகத்தில் உள்ள பரிசுப்பெட்டியில் இருங்கள்

கணினி கற்பித்தல்கள்  
தற்பொழுது 3 இடங்களில்  
கோப்பாய், கல்வியங்காடு, யாழ்ப்பாணம்.

முன்றாம் நிலைக்கல்வி தொழிற்கல்வி ஆணைக்குழு மற்றும் இளைஞர் அலுவலர்கள் மற்றும் திறன்கள் அபிவிருத்தி அமைச்சின் அனுமதியில் கற்கை நெறிகள்

**BIT** Bachelor of Information Technology  
University of Colombo School of Computing  
Years 1,2,3 Semester's 1,2,3,4,5,6  
Limited Students Enrollment for Group Classes @ MCAI CAMPUS  
**Rs.7,000/= Per Semester For ALL Subjects...**

Ms office-CAA, Hardware & Networking, DTP,  
Accounting, Multimedia, Web Design,  
Engineering-USA, CIMA-UK, BIT-UCSC  
இங்கு விளக்கமாக கற்கலாம்

**கவனமாக வாசிக்கவும்**  
**Engineering** MTA என்ற கற்கைநெறியில் உள்ள  
Fundamental Modulesகளான Network, Server,  
Security, Windows, Database, Html, SQL போன்ற 7  
Modules கள் எமது MCSE முதலாவது (410)  
கற்கைநெறியின் போது கற்கைநெறிக்கட்டணம் இன்றி  
கற்பிக்கப்படும். பரீட்சை எடுக்க வேண்டும் என்ற கட்டாயம்  
இல்லை. MCSE கற்கைநெறியில் 410, 411,  
412, 413, 414, 415, 416 என்ற 7 Modules களை  
செய்முறையுடன் கற்று பரீட்சைக்கு தோற்றி சித்திபெற்று 21  
நாட்களில் Microsoft Head Office USA ன் நேரடி  
சான்றிதழ்களையும் அத்தூடன் மேலதிக கட்டணம் இன்றி  
BCS தகைமை பெற்றுக் கொடுக்கப்படும்.



மேலதிக விபரங்களுக்கு  
Adiyapatham Road  
(கல்வியங்காட்டு சந்தி அருகில்)  
**MCAI CAMPUS**  
அனுமதியின் போது வறங்கும் உறுதிமொழிகளை  
கடைப்பிடிக்கும் கல்வி நிலையம்

**Engineering-USA கற்போருக்கு**  
**வெளிநாடுகளில் தொழில் வாய்ப்புக்களை**  
**பெற்றுக்கொள்வதற்கான உத்தரவாதம்**





# காலத்தை

## கனிய வைப்போம்

காலம் அறிந்து உடனுக்குடன் செயல் புரிய வேண்டும்.

அதே சமயம் காலம் கடந்து விட்டதா? அதைப் பற்றியும் அதிகமாக வருத்தம் கொண்டு அதிலேயே மூழ்கிக் காலத்தை மேலும் வீணாக்கி விடக்கூடாது.

காலத்தின் அருமை தெரிந்து அதனைச் சீராக செம்மையாகப் பயன்படுத்தி கடமையாற்றுவர்களுக்கு நேரம் போவதே தெரியாது காலம் வெகுவிரைவாகச் செல்வது போலத் தோன்றும்.

ஒரு நாளைக்கு இருபத்திநான்கு மணி நேரம் போதாதே என்று கூட அங்கலாய்த்துக் கொள்வார்கள் சிலர். அவர்கள் தான் உண்மையான உழைப்பாளர்கள். அவர்கள் கைகளில் தான் உயர்வு தென்றலாகத் தழுவும் தேனாகப் பொழியும்!

காலத்தைக் கொன்றழிக்கும் கொடிய நோய் சோம்பல். அது நம் பொன்னான காலங்களையெல்லாம் விழுங்கிவிடும். சாதனைகளைக் குவிக்க வேண்டிய நம்மை சோதனைக்குள்ளாக்கி வேதனைகளில் வீழ்த்துவது தான் சோம்பல்.

இந்த உலகம் உருண்டுகொண்டே இருக்கிறது. கணநேரம் கூட சுற்றுவதை - செயலாற்றுவதை நிறுத்தவில்லை. அப்படியிருக்க உலகத்தில் பிறந்த நாம் மட்டும் சுறுசுறுப்பாகச் செயலாற்றாமல் சோம்பித் திரிவதா? "விதியே" என்று வீட்டில் முடங்கிக் கொள்வதா? பிறகு வீதிக்குத்தான் வரவேண்டும்.

காலத்தின் அருமை உணர்ந்த ஜான்சன் என்பவர் கூறுகிறார். "மிக விரைவில் பறந்து செல்லும் காலத்தைப் பற்று. அது உன்னை விட்டு அகலும்போதே பயன்தரும் வண்ணம் பயன்படுத்து. வாழ்க்கையோ, மிகக் குறுகிய கோடைக்காலம். அதில் மலர்ந்த மலர் தான் மனிதன். எனவே நீ காலத்தை நன்றாகப் பயன்படுத்து".

உயிரிலும் மேலான காலத்தின் அருமையை உணர்ந்து, வாழ்வில் உயர்வோமாக!

## “கா

லம் பொன் போன்றது” கடமை கண்போன்றது” என்ற நல்மொழியே உண்டு. காலம் பொன்னைவிட, பூமியைவிட மேலானது. பிறந்து கொண்டே யிருக்கும் காலத்தின் கணங்கள், விநாடிகள் ஓடிக்கொண்டே இருக்கின்றன.

அடுத்தடுத்து காலங்கள் வந்து ஓய்ந்து மறைந்து விடுகின்றன. காலத்தின் அருமை அறிந்து முத்தமிழ்க்காவலர் கி.ஆ.பெ. விசுவநாதம் அவர்கள், “காலம் பொன் போன்றது. என்றால், பொன்னைத் திரும்ப வாங்கிவிடலாம். காலம் உயிர் போன்றது. உயிர் போனால் திரும்பப் பெறமுடியாது. எனவே காலம் உயிர் போன்றது. என மிக அமுத்தமாகக் கூறினார். எனவே, உரிய காலத்தில் செய்யவேண்டியதை உடனே செய்ய வேண்டும். அதனால்தான் “பருவத்தே பயிர் செய்” என்றார்கள் நம் முன்னோர். உரிய பருவத்தில் உழவு செய்து நாற்றுநட்டு கதிர் முற்றிய பிறகு அறுவடை செய்ய வேண்டும். அதற்குரிய ஒவ்வொரு பருவத்திலும் காலத்திலும் என்ன செய்ய வேண்டுமோ அதனை உடனடியாகச் செய்து முடிக்க வேண்டும்.

“உழுகிற நாளில் ஊர்சுற்றி விட்டு அறுக்கிறநாளில் அரிவாளைத் தூக்கிச் சென்றானாம்” என்று காலத்தின் அருமை தெரிந்த சிற்றூர் மக்கள் இப்படியொரு அருமையான மணிமொழியைக் கூறுவார்கள்.

காலம் கடந்தால் கடந்தது தான். அதனைத் திரும்பவும் நிச்சயம் பெற முடியாது. எனவே அதற்குரிய முறையில்

## தாஸ் அலுமினியம் பிற்றிள்

அலுமினியம் கவசங்கள், யன்னல்கள், திச்சின் அலுமினியம், வட்டறும் அலுமினியம், ஹோல் டோர்க்கள், திவசம், லெவல் சீர்வேலைகள், வாட்புள்ள வேலைகள், அனைத்தும் சிறந்த முறையில், சிவந்து, சிகாடுகலையும்.

**TEL: 077 292 4741**

**பருத்தத்துறை வீத., நெல்லியடி.**



## சுவைப்போல் சுவைப்போல்

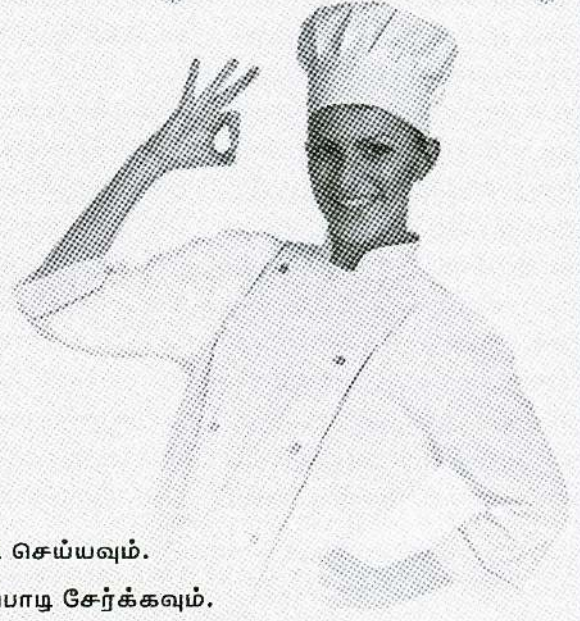


### ரவை லட்டு

ரவையே மிகக்காது என்று சொல்லுகின்றவர்கள் சை ரவை லட்டுனா விட்டு வைக்க மாட்டார்கள். அந்தளவுக்கு சுவையும் மணமும் நிறைந்த பதார்த்தம். பால் கலந்து உருண்டைகள் மிடித்தால் இன்னும் ருசியாக இருக்கும். உடனுக்குடன் பயன்படுத்த வேண்டும். டப்பாக்களில் வைத்து உண்ண வேண்டும் என்றால் பாலைத் தவிர்ப்பது நல்லது.

### தேவையான பொருட்கள்:-

வெள்ளை ரவை	:- 1கிலோ
சர்க்கரை	:- 1 1/2கிலோ
ஏலக்காய்	:- 10(பொடித்தது)
நெய்	:- 200கிராம்
முந்திரி	:- 50கிராம்



### செய்முறை:-

- உலர்ந்த வாணலியில் ரவையை வறுத்து பொடி செய்யவும்.
- நன்றாக பொடி செய்த சர்க்கரை ஏலக்காய்ப் பொடி சேர்க்கவும்.
- முந்திரியை நெய்யில் வறுத்து இந்தக் கலவையில் சேர்க்கவும்.
- நெய்யை உருகுமளவிற்கு இலேசாக கூடு செய்து அதனுடன் கலந்து நன்கு கலக்கவும்.
- இந்த மாவை சீரான அளவு உருண்டைகளாக உருட்டவும்.
- இந்த இனிப்பு வகையுடன் பால் சேர்க்கலாம். ஆனால் லட்டை சீக்கிரமாக பயன்படுத்திவிட வேண்டும்.

- ருவுக்கினிபதாய் ருளும் அதைச் சுவைப்பதாய் -



# பிட்சா பிறந்த கதை

*உங்களுக்கு தெரியுமா!!*



**பீ**ட்சா, பிட்சா, பிசா, பிச்சா என பலவிதங்களில் அழைக்கப்படும் பிட்சா நாகரீக இளைஞர்களின் ஒன்றாகவே பார்க்கப்படுகின்றது. இன்று தமிழில் ஒரு திரைப்படம் கூட பீட்சா என்று வந்து விட்டது. ஆனால் உண்மையில் பிட்சா ஏதோ இன்று நேற்று பிறந்த உணவல்ல. பல நூற்றாண்டுகளுக்கு முன்பே கிரேக்கர்கள் இதனை உண்டு மகிழ்ந்திருக்கிறார்கள். ஆனால் இத்தாலி ராணியின் கடைக்கண் பார்வை கிட்டிய பிறகு தான் இதற்கு உலகப் புகழ் கிடைத்தது என்பது ஓர் சுவாரஸ்யமான கதை. 1889ஆம் ஆண்டில். ஒரு நாள் இத்தாலி ராணி மெர்கரிட்டா, தனது கணவர் ராக் உம்பர்டோவுடன் நகர்வலம் வந்து கொண்டிருந்தார். அப்போது ஏழைகள் ருசித்து உண்பதை பார்த்தார். தானும் ஒரு ரொட்டியை வாங்கி சாப்பிட்டுப் பார்க்க அப்படியே அதன் ருசியில் மனம் சொக்கிப் போனார். ராணி

மெர்கரிட்டா பேஷ், பேஷ், ரொம்ப நன்னா இருக்கு, என்றபடியே அதனை அப்படியே அரண்மனைக்குள் அழைத்து வந்துவிட்டார். அரண்மனையின் தலைமை சமையல் சலைஞர் அஃபேல், ஏழைகளின் இந்த எளிய உணவுக்கு மேலும் மெரு கூட்டினார். சிவப்பு நிறத் தக்காளி, வெள்ளை நிற பாலாடைக் கட்டி, பச்சைத் துளசி போன்றவற்றை மேலும் தூவி இத்தாலியின் தேசியக் கொடி போல பிட்சாவை உருமாற்றி விட்டார். போதாக்குறைக்கு அதற்கு மெர்கரிட்டா பிட்சா என ராணியின் பெயரையும் வைத்து ராணிக்கு ஜன் வைத்துவிட்டார். இப்படி உள்ளூரில் பிரபலமான பிட்சா, இரண்டாம் உலகப் போருக்கு பின் உலகை சுற்ற

ஆரம்பித்து விட்டது. இத்தாலிக்குள் நுழைந்த அமெரிக்க மற்றும் ஐரோப்பிய படை வீரர்களை பிட்சா சிறை பிடித்துவிட்டது. ஒரு துண்டை வாயில் போட்டவுடனேயே அதன் சுவைக்கு அந்த வீரர்கள் அடிமையாகி விட்டார்கள். பின்னர் போர் முடிந்ததும் நாடு திரும்பும் போது பிட்சாவையும் அவர்கள் தங்களது நாடுகளுக்கு உடன் எடுத்துச் சென்றனர். அவ்வளவு தான் சர்வதேச தரத்திற்கு பிட்சா உயர்ந்து விட்டது. விளைவு இன்று பட்டி தொட்டிகளில் எல்லாம் பிட்சா ஹட், பிட்சா கார்னர்கள் முளைத்து விட்டன. பிட்சா பிரியர்கள், பிப்ரவரி 9ஆம் திகதியை உலக பிட்சா தினமாக கொண்டாடும் அளவுக்கு பிட்சா சர்வதேச சூப்பர் ஸ்டாராகி விட்டது.

**Yalventhan (Mithu) Tailoring Centre**

யாழ் வேர்தன் (மிது) ஏய்வென்ட் சென்ட்ர்

Specialist in Wedding suits  
Expect in Gents & Ladice  
Tailoring

Call: 077 029 0277

பஸ் நிலையம் பருத்திகுளம்.

**T தீபன் பஞ்சுல் சேவை**

தெலங்காணா மாநிலத்திலுள்ள பஞ்சுல்சர், விசுந்ர உபகாணங்கள், சந்திரமர், சேவைகள் வட்டகங்கள் பெற்றால் கொள்ள முடியும். மற்றுள் துவளை முறையிலான சிடுசனை கள் வாய் சேவைகளுல் பெற்றுக்கொள்ளலாம்.

தொ.பே. 077 627 3458

38, பற்றிக்ஸ் தோட், (சென் சான்ஸ் அருகில்) 212, பிரதான வீதி, யாழ்ப்பாணம்





பெரிய அளவிற்கான பெரிய புகழ் மற்றும் உயர்ந்த பணியைப் பாடலான  
**நியூ நெல்சன் லேண்டர்ஸ் L**

எழுத்துப்பதிவை மூலம் சித்திரமல்டி MULTIMEDIA மூலம் வீசேட வகுப்புகள்

இல. 80, கயற்ற வீதி, கயற்றக்குவி,  
 யாழ்ப்பாணம்.

தொலை: 021 222 4527

077 358 1916

Fax: 021 222 9109

இணையத்தள முகவரி: [www.newnelson.com](http://www.newnelson.com)



இல.127, மருத்தித்துறை வீதி,  
 கந்தல்விழை, காலவாடி.  
 021 192 3115, 077 1113 382

காளி கோவில் வீதி,  
 சாவகச்சேரி.  
 021 492 3114, 077 7611 686

மஸ் நிலையம்,  
 சன்னாகம்.  
 021 492 3732, 077 7150 097

மீரதான வீதி,  
 வள்ளலாடித்துறை.  
 021 492 3733, 077 5573 711

# Ratna Cafe



காலை

மதிய

இரவு வேளை உணவுகளை சுவைத்து மகிழ்வதோடு  
 டூர் மூலம் பெற்றிடலாம்.

720, Hospital road, Jaffna. 021 321 1580

## HARI DECOR

பூ வளைவுகள்  
 மலர் வளைவுகள்  
 திருமண காட்சி சேவைகள்

**K.K.S. Road, Kokuvil.**

Email: [haridecorjaffna@gmail.com](mailto:haridecorjaffna@gmail.com) Tel: **077 125 0338**

## Sinderla Beauty Fashion

Bridal Dressing  
 All types of facial  
 Eyebrow Threading  
 Waxing  
 Bleaching  
 Hair Cutting  
 Also Wedding Cake  
 Orders Undertaken

**Ms. N. Rama**  
 Diploma in Bridal Makeup (Sri Lanka)  
 Diploma in Advanced Bridal Makeup (India)

Home: 021 222 9126, Parlour: 021 222 1346  
 Mobile: 075 956 5671, 071 856 5671  
 155, Sivappiragasam Road, Vannar Panai, Jaffna.

## Saragas's Center

### சாரகாஸ் சென்டர்

சகலவிதமான சமையல் அறை மின்சாரப் பொருட்களும் அதற்கான உதிரிப்பாகங்களையும் மற்றும் இலத்திரனியல் சாதனங்களையும் உத்தரவாதத்திடலும் மலிவாகவும் பெற்றுக் கொள்ளலாம்.

Tel: **021 222 8540** 789, K.K.S வீதி, சிவலிங்கப்பாளையம், யாழ்ப்பாணம்.



# T-Shirt

## Printing & Embroidering



Tel: 077 92 68 153

### Jennie - Fer Beauty Care

Bridal Make up  
Facial  
Icing Cake  
Tailoring

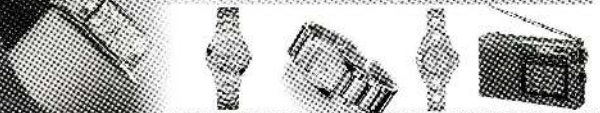


27/14, 1<sup>st</sup> Lane, Eachchamoddai, Jaffna.  
077 860 8381, 075 046 8064

### SHANU

Watch and Radio Works

TV, DVD, ரிமோயர், மணிக்கூடு, றேடியோ மற்றும் இலத்திரனியல் பொருட்கள் விற்பனைக்குவிடு. அத்தோடு இலத்திரனியல் பொருட்கள் திருத்தியும் கொடுக்கப்படும். இலத்திரனியல் உதிரியாகங்களையும் பெற்றுக் கொள்ளலாம்.

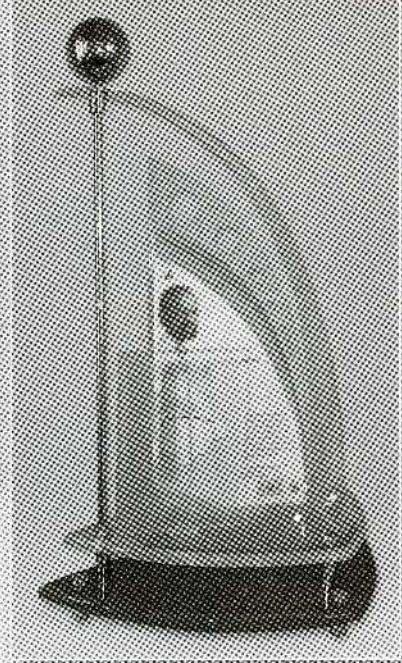


Tel: 075 0469784

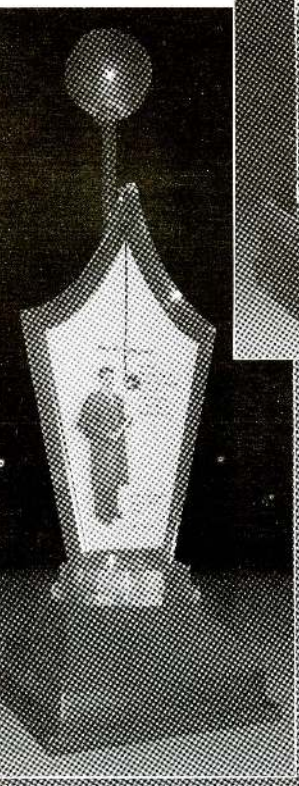
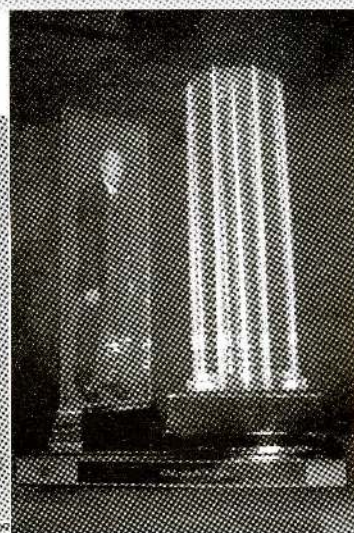
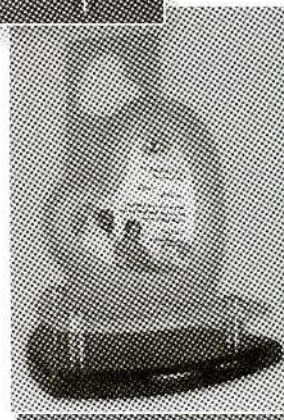
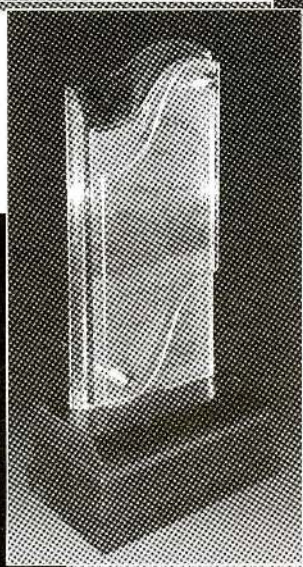
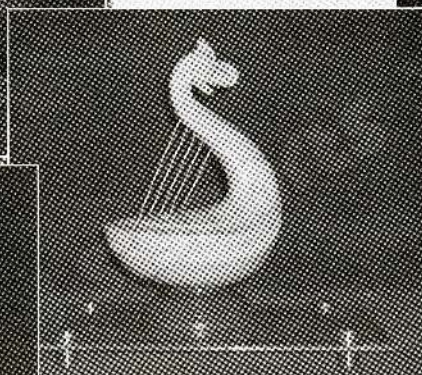
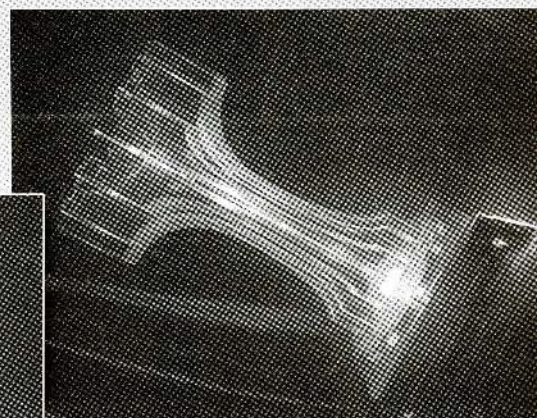
சந்தை அருகில் மானியலாயம்.



Trophies  
Awards  
Badges  
Medals  
Key tag



& All kind of Printing Works



**d'signarts**  
*Specific Creators*

Address : Kakikovilady, Thirunelvely East, Jaffna.  
Digitized by Noolaham Foundation. 021 222 0070, 077 224 1772  
noolaham.org | aayanaham.org  
E-mail : dsigngobi@yahoo.com



# பாணி

கிர்ம் ஹவுஸ்

நோல்ஸ்

பூந்திலட்டு

பீடா

சர்பத்

ஐஸ்கிர்ம்

என்பனவற்றை சுவைத்து மகிழ்வதோடு இடர்  
மூலமும் பெற்றுக் கொள்ளலாம்.



Tel: 077 918 6284

டீக.டீக.எஸ் வீதி, ரிகாக்குவில்.

