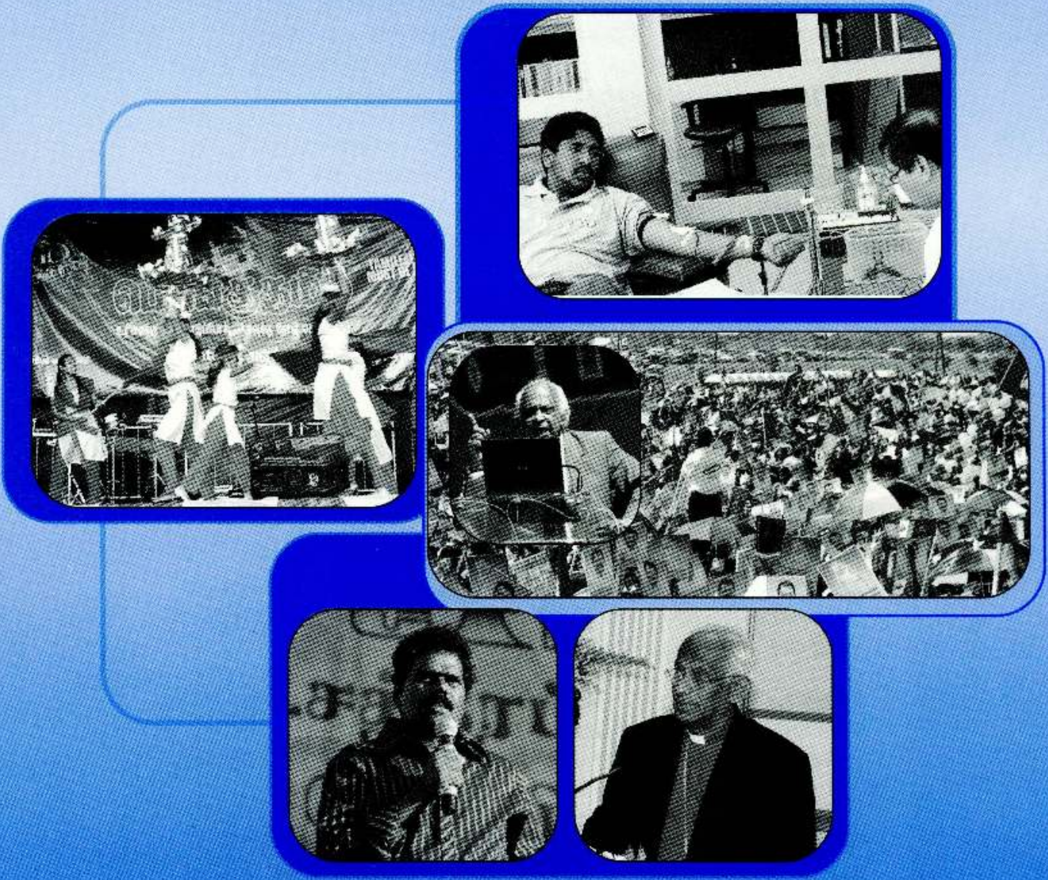
ஆகஸ்ட் 2008 August | இதழ் 211 ISSUE

தமிழர் தகவல்

TAMILS' INFORMATION



Growing with the Community ESTD-1991

இது ஒரு மாதாந்த தகவல் மஞ்சரி
a monthly information digest

18 வது ஆண்டில் th Year

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

தமிழர் தகவல்
TAMILS' INFORMATION

ISSN 1206-0585

ஸ்தாபிதம்
பெப்ரவரி 1991

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

தொலைபேசி
416 920 9250
தொலைநகல்
416 921 6576

மின்னஞ்சல்
tamilsinfo@sympatico.ca

தயாரிப்பு
ஈழத்தமிழர் தகவல் நிலையம்,
ரொறன்ரோ &
தமிழர் தகவல் ஆய்வுப் பிரிவு

வெளியீடு
அகிலன் அசோஷியேற்ஸ்

முதன்மை ஆசிரியர்
திரு எஸ். திருச்செல்வம்

இணை ஆசிரியர்
றஞ்சி திரு

உதவி ஆசிரியர் &
தயாரிப்பு முகாமையாளர்
சசி பத்மநாதன்

உதவி ஆசிரியர்கள்
அன்ரன் கனகசூரியர்
குயின்ரஸ் துரைசிங்கம்

பொது முகாமையாளர்
எஸ். ரி. சிங்கம்

விநியோக முகாமையாளர்
ஆர். ஆர். ராஜ்குமார்

பொதுமக்கள் தொடர்பு
இ. சிவலிங்கம்
எஸ். திருமுருகா
ப. சிவசுப்பிரமணியம்
பொன். சிவகுமாரன்
என். குமாரதாஸன்
நா. விமலநாதன்

தொழில்நுட்ப உதவி
ஹரன் கிறாஃப்

மாதாந்தம்
5000 பிரதிகள்

ஆண்டு மலர்
6000 பிரதிகள்

ஆசிரியரிடமிருந்து — From the Editor

அச்சமூட்டும் நடவடிக்கை

ஏறத்தாழ பத்து லட்சம் ஈழத்தமிழர்கள், புகலிடங்களில் வாழ்க்கை நடத்திக் கொண்டிருக்கின்றனர். இவர்களுள், சுமார் முப்பது வீதமானவர்கள் கனடாவில் உள்ளனர்.

கனடியத் தமிழர்கள், தாம் வாழும் நாட்டின் சகல துறைகளிலும் தம்மை முழுமையாக ஈடுபடுத்தி அதன் வளர்ச்சியில் தம் பங்கை வழங்கி வருவதுடன், தமது வாழ்க்கை முறையையும் உயர்ச்சியாக வைத்திருப்பதில் அக்கறையாக உள்ளனர்.

இதனால், கனடிய அரசாங்கங்களும் கனடிய மக்களும் நிச்சயம் பெருமை கொள்ள இடமுண்டு.

அதேசமயம், இந்நாட்டின் சகல பிரஜைகளுக்குள்ள உரிமைகளும் செயற்பாட்டு வசதிகளும் தமக்கும் உண்டெனத் தமிழர்கள் நினைப்பதில் தவறில்லை. இதனைச் சலுகையாக எவரும் எண்ணக்கூடாது. சகலரையும் சமமாக மதிக்கும் கனடியச் சட்டம் வழங்கும் உரிமை இது.

ஆனால், நடைமுறையில் எங்கோ தவறு இருப்பதை அவதானிக்க முடிகின்றது. தமிழர்களின் அரங்க நிகழ்ச்சிகளுக்குப் பணம் செலுத்தி நகரக் காவலர்களைப் பணிக்கமர்த்துமாறு வற்புறுத்துவது, சில சிறப்பு வைபவங்களுக்கும் எழுச்சி விழாக்களுக்கும் மண்டபங்களைப் பெறுவதில் மறைமுகத் தடை ஏற்படுத்துவது போன்றவைகளை இங்கு சுட்டிக்காட்டலாம்.

இவ்வாறாகத் தமிழர் மீது வேறுபாடு காட்டப்படுவதையும், மண்டபங்கள் மறுக்கப்படுவதையும் நியாயப்படுத்திச் சில கனடிய மைய ஊடகங்கள் கருத்து வெளியிடுவதையும் (தொடர்ச்சியாக) பொறுமையுடன் பார்த்து வருகின்றோம்.

தமிழரின் வைபவங்கள், பகிரங்க நிகழ்வுகளுக்கு வரும் கனடிய பாதுகாப்புத் துறையினர் என்று சொல்லப்படுபவர்கள், பொதுமக்களை அச்சப்படுத்தும் வகையில் சிலரைக் கேள்விகளால் துளைப்பது, ஒளிப்படங்கள் எடுப்பது போன்றவை அண்மைய நாட்களில் அதிகரித்து வருவதாகப் பலரும் தெரிவிக்கின்றனர்.

கறுப்பு யூலையின் இருபத்தைந்தாவது ஆண்டு நினைவாகக் கடந்த மாதம் 25ஆம் திகதி ஸ்காபரோ நகரசபை முன்றலில் கனடியத் தமிழர் பேரவை ஒரு விழிப்புணர்வு வைபவத்தை ஏற்பாடு செய்திருந்தது. அழியா நினைவுகளைச் சுமந்து வாழும் ஆயிரம் வரையான மக்கள் இதில் பங்கேற்று, தமது ஆறாத் துயரினைப் பகிர்ந்து கொண்டனர்.

இங்கும், வழமையான படப்பிடிப்புகள் இடம்பெற்றதைப் பலராலும் காணக்கூடியதாக இருந்தது. இதனையிட்டு எவரும் அச்சமடைந்ததாகத் தெரியவில்லை; ஆனால், விசனமடைந்தனர்.

அகதிகளுக்கு மறுவாழ்வு அளிப்பது, வெளிநாட்டவரை இருகரம் நீட்டி வரவழைப்பது, உலகின் முதலாம்தர வாழ்க்கை வசதி ஏற்படுத்திக் கொடுப்பது ஆகியவைகளில் முன்னணியில் நிற்கும் கனடா, இந்நாட்டையே தமது இரண்டாவது தாயகமாக ஏற்று வாழும் ஒரு இனத்தை எதற்காக அச்சமூட்ட விரும்புகின்றது?

கனடியத் தமிழரின் ஒருமித்த குரலாக இயங்கும் கனடியத் தமிழர் பேரவை, இதற்கு விரைந்து விடைகாண முயற்சி எடுக்க வேண்டும்!

திரு எஸ். திருச்செல்வம்

தமிழர் தகவல்
TAMILS' INFORMATION

ISSN 1206-0585

Established
February 1991

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

Tel: 416 920 9250
Fax: 416 921 6576

email
tamilsinfo@sympatico.ca

Produced by
Eelam Thamil Information Centre (ETHIC) of Toronto & Thamil Information Research Unit (THIRU)

Published by
Ahilan Associates

Editor in chief
Thiru S. Thiruchelvam

Associate Editor
Ranji Thiru

Assistant Editor and Production Manager
Sasi Pathmanathan

Assistant Editors
Anton Kanagasooriyar
Quintus Thuraisingam

General Manager
S.T. Singam

Circulation Manager
R. R. Rajkumar

Public Relation
R. Sivalingam
S. Thirumuruga
P. Sivasubramaniam
Pon. Sivakumaran
N. Kumaradasan
N.Vimalanathan

Technical Support
Haran Graph

Monthly
5000 Copies

Annual
6000 Copies

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

நிரந்தரக் குடியிருப்பு வதிவிட அட்டை (PR Card) விண்ணப்ப முறையில் சில மாற்றங்கள்!

(கடந்த மாத இதழில் வெளியான இத்தகவல், பல வாசகர்களின் வேண்டுகோளுக்கிணங்க மீண்டும் பிரசுரமாகின்றது

கனடிய மத்திய அரசாங்கத்தினால், 2002ம் ஆண்டு நடுப்பகுதியில் நிரந்தரக் குடியிருப்பாளர் வதிவிட அட்டை (Permanent Resident Card - PR Card) அறிமுகம் செய்யப்பட்டது. இதன் பிறகு லான்டட் பேப்பர் எனப்படும் நிரந்தரக் குடிவரவாளர் பத்திரம் முழுமையாக ரத்தானது.

9/11 எனப்படும் அமெரிக்க இரட்டைக் கோபுரத் தாக்குதலையடுத்து, அமெரிக்காவுடன் இணைந்ததாகக் கனடிய அரசும் சில பாதுகாப்பு நடவடிக்கைகளை அறிமுகம் செய்ய நேர்ந்தது.

கனடியப் பிரஜாவுரிமை பெற்றவர்களுக்குக் கனடிய கடவுச் சீட்டு இருப்பது போன்று, கனடிய நிரந்தரக் குடியுரிமை பெற்றவர்களுக்கு வதிவிட அட்டை அறிமுகம் செய்யப்பட்டது. கனடாவுக்கு வெளியே சென்று மீண்டும் உள்ளே வருவதற்கு இது அத்தியாவசியம்.

இந்த அட்டை ஐந்தாண்டுகளுக்கு மட்டுமே செல்லுபடியாகும். குறிப்பிட்ட ஐந்தாண்டுக்குள் சம்பந்தப்பட ஆள் கனடியப் பிரஜாவுரிமை பெற்றிராவிடின், அவர் புதிய அட்டையைப் பெறுவதற்கு விண்ணப்பிக்க வேண்டும். அதற்கான கட்டணத்தையும் செலுத்த வேண்டும்.

2003ஆம் ஆண்டு காலப் பகுதியில் நிரந்தர வதிவிட அட்டையைப் பெற்றவர்கள், புதிய அட்டைக்கு விண்ணப்பிக்கும் காலம் இதுவாகும். இவ்வேளையில் இது தொடர்பான இரண்டு மாற்றங்களைக் குடிவரவு பிரஜாவுரிமைகள் அமைச்சு கொண்டு வந்துள்ளது.

1. பிணையாளர் (guarantor) ஒருவர் இனிமேல் விண்ணப்பத்தில் ஒப்பமிட வேண்டியதில்லை. புதிய அட்டை/மாற்றீடு அட்டை இரண்டுக்கும் இது பொருந்தும்.

2. மாற்றீடு அட்டைக்கு விண்ணப்பிக்கும் போது பழைய அட்டையையும் இணைத்து அனுப்பத் தேவையில்லை. மாறாக, மாற்றீடு அட்டையைப் பெறுவதற்கு அழைக்கப்படும் போது, முன்னைய அட்டையை மறவாது கொண்டு சென்று கொடுக்க வேண்டும்.

எவரொருவரும், கைவசமுள்ள வதிவிட அட்டை முடிவடையும் காலம் வரை காத்திருந்து மாற்றீடு அட்டைக்கு விண்ணப்பிக்க வேண்டியதில்லை. நேரகாலத்துடனேயே விண்ணப்பத்தை அனுப்பினால், தேவையற்ற தாமதம் குறையும்.

அகதிக் கோரிக்கையாளர் விபரங்கள் அவரவர் நாட்டுத் தூதரகத்துக்கு இரகசியமாக வழங்கப்படுகின்றது!

Canadian border agents leaks facts on asylum-seekers

கனடாவிற்கு அகதிகளாக வருபவர்கள் பற்றிய விபரங்களைக், கனடாவுள்ளிருக்கும் அந்தந்த நாட்டவரின் தூதரகங்களுக்குக் கனடிய அதிகாரிகள் இரகசியமாக வழங்கி வருகின்றனரா?

பல வருடங்களாக நிலவி வந்த இந்தச் சந்தேகத்துக்கு இப்போது பதில் கிடைத்துள்ளது. "ஆம், வழங்கப்படுகின்றது" என்று The Canadian Press என்னும் செய்தி நிறுவனம் அறியத் தந்துள்ளது.

இந்தத் தகவலுக்கான ஆதாரமாக, கனடாவுள்ளிருக்கும் செக் நாட்டுத் தூதரகம் வழங்கிய தகவல் வெளியாகியுள்ளது. அகதிக் கோரிக்கையாளர்களின் முதற் பெயர், குடும்பப் பெயர் பிறந்த திகதி-மாதம்-வருடம் ஆகியவை தமக்கு வழங்கப்படுவதாக மேற்படி தூதரக தலைமை அதிகாரி தெரிவித்துள்ளார்.

"Karel Kejc, head of Consular and political affairs at the Czech Embassy in Ottawa, says he has received several faxes at the embassy from the Canada Border Service Agency providing the first name, last name and date of birth of Czech citizens claiming refugee status in Canada" என்று கனடியன் பிரெஸ் தெரிவித்துள்ளது.

செக் தூதரகம் செக் நாட்டு மக்கள் அகதிகளாக வருவது பற்றிய தகவலைப் பெறுவது போன்று, இங்குள்ள மற்றைய நாடுகளின் தூதரகங்களும் அந்தந்த நாட்டிலிருந்து வரும் அகதிகள் பற்றிய விபரங்களைப் பெறுவதாகத் தெரியவந்துள்ளது.

"எங்கள் நாட்டில் எவரொருவரும் தண்டிக்கப்படுவதில்லை. ஆதலால் இங்கு வந்து அகதியுரிமை கோரும் செக் நாட்டு மக்கள் பற்றி நாம் கோபப்படுவதில்லை; கவலைப்படுவதும் இல்லை" என்றும் திரு. கரேல் ஹெஜ் சுட்டிக் காட்டியுள்ளார்.

இந்தக் கூற்றின் ஊடாக அவர் முக்கிய செய்தியொன்றினை வெளிப்படுத்தியுள்ளார். அதாவது, தனது நாட்டுப் பிரஜைகளைக் கொடுமைப்படுத்தித் தண்டிக்கும் அரசாங்கமொன்றுக்கு, இவ்வாறான அகதிகள் பற்றிய தகவல்களை வழங்கினால் என்ன நடைபெறும்" என்பதே அந்தச் செய்தியாகும். இதிலொரு உண்மை இருக்கின்றது. சிறீலங்காவில் தமிழினத்துக்கு எதிரான கொடிய தாக்குதலைப் பயங்கரவாத ஒழிப்பு என்ற பெயரில் சிங்கள அரசாங்கம் நடத்தி வருகிறது. இதனால் ஆயிரக்கணக்கான தமிழர்கள் அகதிகளாக வெளியேறுகின்றனர். இவர்களுள் கணிசமானவர்கள் கனடாவுக்கு வருகின்றனர்.

கனடாவிலுள்ள சிறீலங்கா தூதரகம், இனவாதம் நிறைந்த சிங்களவர்களைக் கொண்டதாக உருவாக்கப்பட்டு இயங்கி வருகின்றது. அவ்வப்போது தூதரக அதிகாரிகள் வெளியிடும் கருத்துகளே இதற்குச் சான்று.

இவ்வாறான நிலையில், கனடாவில் அகதியுரிமை கோரும் தமிழர்கள் பற்றிய விபரங்களைச் சிறீலங்கா தூதரகத்துக்கு வழங்குவதால் ஏற்படக்கூடிய பாதிப்புகள் பற்றி இங்குள்ள பல்வேறு தமிழர் சங்கங்களும் மன்றங்களும் கவலையடைந்துள்ளன.

தனது நாட்டு அரசாங்கத்தினால் சித்திரவதைக்குட்பட்டுப் பாதிப்புற்ற ஒருவர் கனடாவில் அகதியுரிமை கோருவதையும், தனது நாட்டு அரசாங்கத்தின் அராஜகச் செயல்களை அவர் அம்பலப்படுத்துவதையும் சிறீலங்கா தூதரகம் விரும்பாது. எனவே, சம்பந்தப்பட்ட அகதியை 'ஒரு பயங்கரவாதி' என்றே தூதரகம் தகவல் வழங்கும் என்பதை விபரிக்கத் தேவையில்லை.

அகதிகள் மற்றும் குடிவரவாளர்களுக்காக வாதாடும் லோர்ன் வால்ட்மன் போன்ற கனடிய வழக்கறிஞர்களும், மேற்படி நடவடிக்கையைக் கண்டித்துள்ளனர்.

"இது வழமையாக நடைமுறையிலுள்ள ஒரு செயற்பாடு; பாதுகாப்புடன் சம்பந்தப்பட்டது; அவ்வளவுதான்" என்று மொட்டையாகப் பதிலளித்துள்ளனர் கனடிய அதிகாரிகள்.

எஸ்தி

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

எஸ். சண்முகராஜா
RN, Dip. Nursing Ed.

சர்க்கரையோடு எச்சரிக்கை தேவை-3

நன்றாக வேயுண்டு நலுங்கா துடல்வளர்த்தாற்
கொன்றே யொழிக்கும் கொடுநோய்கள் - இன்றேநீ
செய்வாய் உடற்பயிற்சி சீராக என்நாளும்
உய்வாய் உடலுறுதி பெற்று.

முன்னைய இதழ்களில் நீரிழிவு நோய் பற்றியும் அதன் வகைகள், குணங்குறிகள், சிகிச்சை முறைகளில் உணவின் முக்கியத்துவம் ஆகிய பல்வேறு விபரங்கள் பற்றியும் அறிந்து கொண்டோம். அதன் தொடர்ச்சியாக இக்கட்டுரையில் நீரிழிவு நோய்க்கான சிகிச்சை முறையில் உடற்பயிற்சியின் முக்கியத்துவம் பற்றியும் குருதியிலுள்ள குளுக்கோசின் அளவை நோயாளி பரிசோதித்து அறிந்து கொள்வதன் அவசியம் பற்றியும் ஆராய்வோம்.

பொதுவாக எல்லோருமே ஒழுங்கான உடற்பயிற்சியினால் பெரும் பயன் பெறுகிறார்கள். உடல் நிறை குறைகிறது. தசைகள் எலும்புகள் வலுவடைகின்றன. உடற்சக்தி அதிகரிக்கிறது. குருதி அமுக்கம் சீரடைகிறது. இதய நோய் புற்று நோய் போன்ற நோய்கள் ஏற்படும் ஆபத்துக்கள் குறைந்து போகிறது. எல்லாவற்றிற்கும் மேலாக நீரிழிவு வகை2 நோயாளிகளில் ஒழுங்கான உடற்பயிற்சி அந்நோயைக் கட்டுப்படுத்துவதில் சிறப்பான பலனைக்கொடுக்கிறது. உடற்பயிற்சி இந்நோயாளிகளில் சுரக்கப்படும் இன்சுலினின் வலுவை அதிகரிக்கச் செய்து குருதியிலுள்ள குளுக்கோசின் மட்டத்தைக் கட்டுப்படுத்த உதவுகிறது.

ஒருவர் உடற்பயிற்சியில் ஈடுபடுவதற்கு முன்பாக சில விடயங்களைக் கவனத்தில் எடுத்துக்கொள்ள வேண்டியது முக்கியம்.
சிலகாலமாக உடற்பயிற்சி எதுவுமின்றி இருப்பவர்கள் வேகமான நடை தவிர்ந்த அதிவலுவான உடற்பயிற்சி செய்ய எண்ணினால் அதற்கு முன்பாக தங்கள் மருத்துவருடன் கலந்தாலோசிப்பது நல்லது. அந்த உடற்பயிற்சி அவரின் உடல் நிலைக்குத் தகுந்ததா என்பதை உறுதி செய்து கொள்ள வேண்டும்.

நடை போன்ற உடற்பயிற்சி செய்யும்போது நன்கு பொருத்தமான காலணியையும் காலநிலைக்கேற்ற உடையையும் அணிந்து கொள்வது அவசியம்.
உடற்பயிற்சியின்போது மூச்சுக்கஸ்டம் நெஞ்சு வலி போன்ற அறிகுறிகள் ஏற்பட்டால் உடற்பயிற்சியை நிறுத்தி மருத்துவரின் ஆலோசனை பெறவேண்டியது அவசியம்.

உடற்பயிற்சியின்போதோ அல்லது அதன்பின்போ குருதியிலுள்ள குளுக்கோசின் அளவு குறைந்து போகும் அபாயம் ஏற்பட்டால் அதைச் சரிசெய்ய விரைவாக உறிஞ்சப்படக்கூடிய குளுக்கோஸ் வில்லைகளை உடன் வைத்திருப்பது அவசியம்.

வசதியிருப்பின் உடற்பயிற்சியின் முன்பும் பின்பும் குருதியிலுள்ள குளுக்கோசின் அளவைப் பரிசோதித்துக்கொள்வது நல்லது.

எந்த அளவு உடற்பயிற்சி தேவை?
குறைந்தது ஒரு கிழமையில் 3 நாட்களுக்கு மொத்தமாக 150 நிமிடநேர மிதமான உடற்பயிற்சியாவது தேவை. தொடங்கும்போது ஒருநாளைக்கு 5-10 நிமிட நேரப் பயிற்சியாகத் தொடங்கிப் படிப்படியாக நேரத்தைக் கூட்டிக்கொண்டு போகலாம். தொடர்ந்து நீண்ட நேரம் பயிற்சியில் ஈடுபட முடியாதுபோனால் குறுகிய நேரப் பயிற்சியாக ஒரு நாளைக்கு 2 அல்லது 3 தடவைகள் செய்தாலும் நீண்ட நேரப்பயிற்சிக்குரிய பலனைப் பெற்றுக்கொள்ளலாம்.

எப்படியான உடற்பயிற்சி சிறந்தது?
திறந்த வெளியில் செய்யக்கூடிய வேக நடை, ஓட்டம், நீச்சல், பந்தாட்டம் போன்ற உடற்பயிற்சிகளையோ அல்லது உள்ளரங்கிலே செய்யக்கூடிய தசைகளுக்கு வலுவூட்டும் நிறைதூக்கல், tredmill போன்ற உடற்பயிற்சிகளையோ நீரிழிவு நோயாளிகள் செய்துகொள்ளலாம். இவ்வுள்ளரங்கப் பயிற்சிகளைச் செய்வதாயின் ஒரு பயிற்சியாளரின் மேற்பார்வையில் செய்வது நல்லது.

ஒருவருக்கு விருப்பமான, மகிழ்ச்சி தரக்கூடிய உடற்பயிற்சியைச் செய்யத் தொடங்குவதே நல்லது. உடற்பயிற்சியில் தனியாக ஈடுபடாமல் உங்கள் குடும்பத்தில் ஒருவரையோ அல்லது நண்பர் ஒருவரையோ சேர்த்துக் கொண்டால் உடற்பயிற்சியைத் தொடர்ந்து செய்ய ஊக்கம் பெறுவீர்கள். எல்லாவற்றிற்கும் மேலாக புதிதாக, பழக்கமற்ற உடற்பயிற்சிகளைச் செய்யத் தொடங்குவதை விட வேகமான நடைப்பயிற்சி ஒன்றே சிறந்ததாகவும் எல்லோருக்கும் இலகுவான பயிற்சியாகவும் கருதப்படுகிறது என்பதை இங்கே வலியுறுத்த விரும்புகிறேன்.

நீரிழிவைக் கட்டுப்படுத்துகின்ற முறைகளில் உணவு உடற்பயிற்சி ஆகியவற்றின் முக்கியத்துவம் பற்றிய தகவல்களை அறிந்து கொண்டோம். அடுத்ததாக குருதியிலுள்ள குளுக்கோசின் அளவை பரிசோதித்து அறிந்து கொள்வது பற்றிய தகவல்களைப் பார்ப்போம்.

நீரிழிவு நோயாளிகள் தங்களது குருதியிலுள்ள குளுக்கோசின் அளவைத் தொடர்சியாகப் பரிசோதித்து அறிந்து அதை ஒரு குறிப்பிட்ட வரையறைக்குள் (target level) வைத்திருப்பதன் மூலமே அந்நோயைக் கட்டுப்பாட்டுக்குள் வைத்திருப்பதை உறுதி செய்து கொள்ளலாம். கீழே தரப்பட்டுள்ள அட்டவணை பொதுவாக ஏற்றுக்கொள்ளப்பட்ட குருதியிலுள்ள குளுக்கோசின் அளவுக்குரிய வரையறையாகும்.
பொதுவான வரையறையளவு – சாப்பாட்டுக்கு முன்பு 4.0 – 6.0mmol/L
- சாப்பாட்டுக்குப் பின்பு 5.0 – 8.0 mmol/L
நீரிழிவு நோயளிக்கான வரையறையளவு - சாப்பாட்டுக்கு முன்பு 4.0 – 7.0 mmol/L - சாப்பாட்டுக்குப் பின்பு 5.0 -10.0 mmol/L
ஒருவரின் வயது அவரில் காணப்படும் வேறு நோய் நிலைகள் உட்கொள்ளும் சில வகையான மருந்துகள் போன்றவற்றால் இந்த அளவில் வேறுபாடு ஏற்படலாம். அப்படியான சந்தர்ப்பத்தில் மருத்துவரின் ஆலோசனையுடன் அளவைத் தீர்மானிக்க வேண்டும்.

குருதியிலுள்ள குளுக்கோசின் அளவை எப்படிப் பரிசோதித்துக் கொள்வது?
நீரிழிவு நோயாளிகள் சிறிய பரிசோதனைக் கருவி ஒன்றைப் பாவித்து தமது குருதியிலுள்ள குளுக்கோசின் அளவைத் தாமாகவே தங்கள் வீட்டிலேயே பரிசோதித்துக் கொள்ள முடியும். தமது கைவிரல் நுனியிலிருந்து ஒரு சிறுதுளி குருதியை எடுத்து இப்பரிசோதனைக் கருவியினால் பரிசோதித்து அறிந்து கொள்ளலாம். பலவகையான தயாரிப்புகளில் இப்பரிசோதனைக் கருவிகள் மருந்தகங்களில் விற்பனைக்கு இருக்கின்றன. மருந்தகத்திலுள்ள மருந்தாளரின் ஆலோசனையைப் பெற்று ஒருவர் தமக்குத் தகுந்த கருவியொன்றை வாங்கிக் கொள்ளலாம். கருவியை வாங்கும் பொழுது அதை எப்படிப் பயன்படுத்துவதென்கின்ற விபரங்களையும் பயிற்சியையும் மருந்தாளரிடமிருந்து பெற்றுக்கொள்வது அவசியம். பொதுவாக நீரிழிவு கட்டுப்பாட்டுக்குள் வரும்வரை சாப்பாட்டுக்கு 30 நிமிடங்களுக்கு முன்பும் சாப்பாட்டுக்கு 2மணி நேரத்தின் பின்னும் இரவு படுக்கைக்கு போகுமுன்பும் குருதியைப் பரிசோதித்துக் கொள்ளுமாறு நோயாளிகள் பரிந்துரைக்கப்படுகிறார்கள். எனினும்
(31ம் பக்கம் வருக)

Digitized by Noolaham Foundation
noolaham.org | aavanaham.org

Solution to Sri Lanka's ethnic conflict more than words

Satheesan Kumaaran

The Sri Lankan Government has done nothing but throw hurdles and challenges at Sri Lanka's ethnic conflict. As the country continues to face great political and economical setbacks in light of the war between the Government of Sri Lanka (GoSL) and the LTTE, the GoSL refuses to acknowledge these facts. Instead of spending its time actually addressing the grievances of the Tamils in the North and East it throws empty promises at and engages in military actions.

Peaceful words uttered by Colombo politicians are only meant ensure that their respective governments remain in power. There is no desire or intent to implement any means of establishing peaceful relations with Tamils. But, Tamil-speaking people are not the only population affected by the war. The majority Sinhalese are also paying a high price.

President demands LTTE to lay arms down

Sri Lanka's President, Mahinda Rajapaksa, is patriotic towards his birth place Hambantota as evidenced by his attention towards developing his home district at the expense of fulfilling the role of a responsible leader working towards the development and betterment of the whole country – particularly when thousands of Sri Lanka's citizens are suffering. Clearly, politicians are intent on ignoring the deaths of innocent Tamils and Sinhalese to avoid taking responsibility for their role in not finding a solution to the country's national problem. Developing a village or a district, or providing funds to certain interest or religious groups won't lead the country into prosperity. Previous leaders like J.R. Jeyawardene, Srimavo Bandaranaike, Ranasinghe Premadasa, Chandrika Kumaratunga or Ranil Wickremesinghe held talks with the LTTE directly or indirectly to demonstrate to the world that they were taking action to solve the Tamil national question. All their attempts failed.

Despite these lessons from the past, even though he was a leading MP and Prime Minister led by former President, Chandrika Kumaratunga, Mahinda Rajapaksa doesn't seem to be paying attention. Soon after he came to power, he brought his brothers and relatives into his administration. He made history by creating a jumbo Cabinet with over 50 cabinet ministers and providing those ministers with cars, houses and security while the majority of the country lives well below poverty line.

Although the President's brothers lived in the U.S and he, himself, has paid many visits to the U.S., he never saw fit to work towards converting his warring, fractious country into a modern prosperous country, matching the standards of neighbouring Maldives and India. The Sinhalese have no choice but to live according to what their leaders have to say. If neutral or anti-government media outlets highlight the sufferings of the common people at the hands of their Government, the Government threatens the media with harsh punishment.

On June 24th, President Rajapaksa met religious dignitaries at his house who told him that certain groups were engaging in propaganda against the Government and bringing disgrace to the country. The President's Office described the meeting as cordial saying that the dignitaries came together as an inter-religious body to challenge these forces and depict the true picture of the country. The President told them that it was not his intention to go to war with the country's people and that he would not hesitate to work with the LTTE if they laid down their arms, emphasising that he would not let parts of his country fall into the hands of a terrorist organization. He did not specify to whom he was referring as the terrorist organization on the island.

During the meeting, Ven. Prof. Bellanwila Wimalarathana Thero, a Buddhist monk, said religious leaders of all faiths were keen to work closely with the President while ensuring the religious freedom of every community. President Rajapaksa reiterated that the Government would only negotiate a political solution to the crisis if LTTE terrorists laid down their weapons.

Is it possible for the LTTE to lay down their arms?

Twenty years ago, the LTTE leader was escorted on an Indian plane to New Delhi and held at the Ashoka Hotel on the direction of former Indian Prime Minister, Rajiv Gandhi, and was coerced into signing a paper agreeing that the LTTE would lay down their arms in exchange for the presence and support of the Indian armed forces in Tamil areas. The Indian armed forces arrived in Sri Lanka, but they fought against the Tamils, leaving the LTTE no option but to take up arms again, this time against the people who'd sworn to protect and defend them.

The results of the conflict were bitter for both Tamils and India. India lost over 1500 soldiers in addition to Prime Minister Rajiv Gandhi in 1991, and over 15,000 Tamils were killed while tens of thousands more were tortured and/or raped, or fled their homes as refugees. Even after all this, Sri Lanka's President still thinks the LTTE will agree to put down their weapons.

Arguments abound in Tamil circles about how reasonable it is for the Government to demand the LTTE lay down arms while the LTTE still controls parts of the Tamil areas with its own judicial, police, customs and revenue administrations. The LTTE continues to hold some members of the Sri Lankan armed forces in custody for trespassing into Tamil areas. Further, the LTTE will not lay down their weapons so long as the Government allows the Pillayan group, EPDP, PLOTE of Siddarthan group, EPRLF of Varatharaja Perumal and other paramilitaries to patrol the streets fully armed. These groups only received voter support in the last election because the voters were threatened at gunpoint. The Tamils refused to accept these groups as their sole representative, instead, the Tamil National Alliance (TNA) went out with the mandate in the 2004 elections that if the Tamil people recognized the LTTE as their

(Contd. . next page)

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

மணி வேலுப்பிள்ளை
எழுதும் புதிய தொடர் -04

a **hotel bar** = விடுதியக மதுவகம்
a **bar of soap** = சவர்க்காரக் கட்டி
an **iron bar** = இரும்புக் கம்பி
bars of sunlight = வெயில் வரிச்சுகள்
a **bar to promotion** = பதவி உயர்வுக்குத் தடை
the Bar = சட்டவுரைஞர் பணித்துறை
I was **called to the Bar** last year = கடந்த ஆண்டு எனக்கு சட்டவுரைஞர் தகைமை அளிக்கப்பட்டது
The criminal is **behind bars** = குற்றவாளி சிறையிருக்கிறார் (கம்பி எண்ணுகிறார்)
bar the door = கதவுக்குத் தாழ்ப்பாளிடு
bar the exit = வெளியேறும் வழியை மறி

walk around **in bare feet** = வெறுங்காலுடன் நடந்து திரி = காலணியின்றி நடந்து திரி
bare branches = வெறுங் கிளைகள் = இலைகளற்ற கிளைகள்
bare necessities of life = உயிர்வாழ்வதற்கு வேண்டிய ஆகக்குறைந்த பொருட்கள்
the bare bones of the story = கதையின் அடிப்படை நிகழ்வுகள்
with your bare hands = வெறுங் கையினால் = ஆயுதமின்றி = கருவியின்றி
lay bare their relationship = அவர்களின் உறவை அம்பலப்படுத்து
bare your grievances = உன் மனக்குறைகளைக் கொட்டு
bare your teeth = பல்நெருடிப் பயமுறுத்து

at a bargain price = குறைக்கப்பட்ட விலையில்
a bargain hunter = விலைகுறைத்து விற்கப்படும் பொருட்களைத் தேடித்திரிபவர்
I got some **bargains** = குறைக்கப்பட்ட விலையில் நான் சில பொருட்களை வாங்கினேன்
make a bargain = strike a bargain = பேரம் பேசி உடன்பாடு காணு
bargain with somebody = ஒருவருடன் பேரம் பேசு
keep your side of the bargain = நீ உடன்பட்டவாறு செயற்படு
They are not prepared **to bargain** with us = அவர்கள் எங்களுடன் பேரம் பேசத் தயாரில்லை
Don't **bargain away** our rights = எமது உரிமைகளை விட்டுக்கொடாதே
We got more than we **bargained for** = நாம் எதிர்பார்த்ததைவிட அதிகமாகப் பெற்றுக்கொண்டோம்.

at **the base of the rock** = பாறையின் அடியில்
What is **the base for your novel**? = உனது நாவலுக்கு எது அடிப்படை?
the power base of the party = கட்சியின் மூலபலம்
We operate with Tamil Nadu as **our base** = நாம் தமிழ் நாட்டைத் தளமாகக் கொண்டு இயங்கி வருகிறோம்
a **military base** = படைத் தளம்
Your speech is **off base** = உன் உரை முற்றிலும் தவறானது
base your career in Chennai = சென்னையைத் தளமாகக் கொண்டு உன் பணியை ஆற்று
What are you **basing this theory (up)on** = எதனை அடிப்படையாகக் கொண்டு நீ இந்தக் கோட்பாட்டை முன்வைக்கிறாய்?
a **base motive** = இழிந்த உள்நோக்கம்
baseball = தளப்பந்தாட்டம்
baseboard = சுவரடிச் சட்டம்

a **gun battle** = துப்பாக்கிச் சமர்
a **battle of wits** = மதிநுட்பச் சமர்
a **battle of wills** = திடசித்தச் சமர்
half the battle = முயற்சியில் மிகவும் கடினமான பகுதி = முயற்சியில் மிகவும் முக்கிய பகுதி
do battle with critics = திறனாய்வாளர்களுடன் மல்லாடு
join battle with the authorities = அதிகாரிகளுடன் மல்லாட்டத்தில் குதி
the battle lines are drawn = அணிகள் நிலையெடுத்துள்ளன = அணிகளின் எதிர்நிலைப்பாடுகள் வெளிப்படுத்தப்பட்டுள்ளன
battle with climate = காலநிலையுடன் போராடு
battle it out = முடிவு காணும்வரை களமாடு
a battle-scarred veteran = போர்த்தழும்புற்ற மறவர்
battle-ground = சமர்க்களம்
Win the battle and lose the war! = தனித்தனிச் சமர்களை வென்று, முழுப் போரில் தோல்வி அடை'

Solution to Sri Lanka's

sole representative they should vote for TNA. Tamils voted overwhelmingly for the TNA. The President knows about all these but, like a true politician, his only interest is to remain in power. It seems a political leader can only survive if it promises to fight against and not negotiate with the LTTE.

Past Sinhala leaderships, including the UNP and SLFP, demanded the LTTE to lay down their arms as a pre-condition, but the LTTE never accepted because the leadership-governed forces continued to fight using guerrilla warfare tactics. The most recent demand comes in the wake of the LTTE's favourable position as a military victor using conventional armed forces and diplomacy, with the support of many global governments.
Unless the GoSL embraces the LTTE and engages in effective and meaningful peace talks, the LTTE will continue to defend the rights of the Tamils in Sri Lanka. The LTTE leader has shown that he is a better leader than the common politician, and has the experience of dealing with the country's many leaders and military commanders who have continually threatened to kill or capture him. The LTTE leader leads his movement much more aggressively than before using modern weapons, and has the confidence and gratification that all those who have threatened him with his life have faded into Sri Lankan history.
(The author can be reached at e-mail:
satheesan_kumaaran@yahoo.com)
Source: The Tamil Mirror (July 2008 Issue)

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

கோடை விடுமுறையும் வாசிப்பும்
Summer Holidays & Reading

கோடை விடுமுறை ஆரம்பித்துவிட்டது. சிறுபிள்ளைகள் தொடக்கம், பெரிய பிள்ளைகள் வரை எவ்வாறு தமது நேரத்தைப் பயனுள்ள பொழுதாகக் கழிக்கலாம் எனத் தெரியாது தங்கள் பொழுதை அவப் பொழுதாகக் கழித்துக் கொண்டிருக்கிறார்கள். வாசிப்பை ஊக்கப்படுத்துவதற்கும், வாசிப்பால் பயன் பெறுவதற்கும் கோடை விடுமுறை நாட்கள் போன்ற ஒரு நல்ல வாய்ப்பு வருடத்தில் வேறு எப்பொழுதும் கிடைக்கப் போவதில்லை. பாடசாலை நாட்களில் பிள்ளைகள் தங்களுக்கு நேரம் இல்லை என்று சாட்டுச் சொல்லித் தப்பிக்கப் பார்ப்பார்கள்.

வேலைக்குச் செல்லும் பல பெற்றோர்கள் பிள்ளைகளை ஏதாவது பிரயோசனமாக மினக்கெடுத்துவதற்காகப் (To keep them occupied) பிரத்தியேக வகுப்புகளுக்கு அனுப்புவதன் மூலம் மனச் சாந்தி அடைகிறார்கள். மொழி அறிவைப் பொறுத்த மட்டில் இந்தப் பிரத்தியேக வகுப்புகள் பெரிதாக உதவி செய்ய மாட்டாது. மொழி அறிவு என்பது மாணவனாகவே விருத்தி செய்ய வேண்டிய ஒன்றாகும். ஒரு மாணவன் ஒரு கட்டுரையை திறமாக எழுதுவதற்கு சொற்கள், இலக்கணம், எழுத்து நடை, சிந்தனைகள், விளக்கங்கள் (Vocabulary, grammar, style, thoughts, explanations) முதலியன தேவைப்படுகின்றன. இவற்றையெல்லாம் மாணவன் தானாகவே பெற்றுக் கொள்ள வேண்டும் (Acquire). வாசிப்பில் ஈடுபட நாளாந்தம் அவனது சொற்களின் அறிவு அதிகமாகிறது. புத்தகங்களில் காணப்படும் மொழி நடை, அமைப்புகள் முதலியன நாளாவட்டத்தில் மனதில் பதிந்து விடுகிறது. எந்த ஒரு கட்டுரையை எழுதுவதற்கும் விபரங்களையும், விளக்கங்களையும் மேற்கோள் காட்ட வேண்டும். இந்த விசய தானத்தை பல புத்தகங்களே வழங்குகின்றன.

இன்று மாணவர்கள் கணினியின் முன்பாக மணித்தியாலக் கணக்காக இருந்து வாசிக்கிறார்கள். பெற்றோர் இதனால் "பிள்ளை வாசித்தபடி இருக்கிறார்" என மனநிம்மதி அடைகிறார்கள். கணினியில் வாசிப்பது வாசிப்பல்ல. வாசிப்பை இரண்டு வகையாகப் பிரிக்கலாம் - ஒன்று மேலெழுந்த வாரியாக வாசித்தல், மற்றயது நுணுக்கமாக வாசித்தல் - (Skimming, scanning). கணினியில் ஆடு புல்லு மேய்ந்த மாதிரி, அங்குமிங்குமாக மாறி மாறி பார்ப்பதால் பெரிதாகப் பலன் அடைய மாட்டார்கள். கணினியில் வாசிப்பது பிழையென்று இங்கு நான் குறிப்பிடவில்லை. அதிலும் சரியான விடயங்களைத் தெரிவு செய்து, முறையாகவும், ஒழுங்காகவும் உசாவுதல் மூலமே மாணவர்கள் தங்கள் அறிவினை விருத்தி செய்யலாம். இன்று உயர் வகுப்புகளில் மாணவர்கள் தமது ஒப்படைகளைச் செய்வதற்கு சரியான முறையில் உசாவும் திறன் இல்லாதவர்களாக உள்ளனர். அங்குமிங்குமாக கணினியிலிருந்து பெறப்படும் தரவுகளை அப்படியே எழுதுகிறார்கள். புத்தகங்களை உசாவும் திறன் இன்று மாணவர்கள் மத்தியில் காணப்படவில்லை. இதனால் ஆசிரியர்கள் வகுப்பு நேரத்தை இதற்கென ஒதுக்கி தாமே மாணவர்களை பாடசாலை நூல் நிலையத்திற்கு அழைத்துச் சென்று புத்தகங்களை உசாவ உதவி செய்கின்றனர். சிறுவயதிலேயே புத்தகங்களை வாசிக்கும் பழக்கத்தைக் கொண்ட மாணவர்களுக்கு வகுப்பு ஏற, ஏற, கடினமான விடயங்களை வாசித்து கிரகித்தல் சுலபமான விடயமாக அமைகிறது. கணினியிலிருந்து பெறப்படும் குறிப்புகளுடன் புத்தகங்கள், சஞ்சிகைகள், புதினப் பத்திரிகைகள் முதலியனவற்றிலும் இருந்து தரவுகளைப் பெற்றால் தான் ஒப்படைகளைத் திறமாக செய்ய முடியும்.

கனகேஸ்வரி நடராஜா
ஆசிரியர், இலங்கை-கனடா

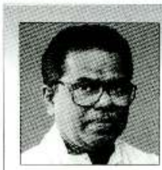
இத்தகைய திறன்கள் இல்லாத காரணத்தாலேயே இன்று பல்கலைக்கழகம் சென்ற பின்பு அங்குள்ள பாடப் பளுவை சுமக்க இயலாமல் பல மாணவர்கள் இடையிலேயே பல்கலைக்கழகம் விட்டு விலகி விடுகிறார்கள். ஆகவே சிறுவயதிலேயே வாசிக்கும் ஆசையை பிள்ளைகளுக்கு ஏற்படுத்துதல் பெற்றோரின் தலையாய கடமைகளில் ஒன்றாகும்.

இன்றைய கல்வி அமைப்பில் 3, 6, 10 வகுப்புகளில் நடத்தப்படும் மாகாண ரீதியான பொதுப் பரீட்சைகள் மிக முக்கிய இடத்தை வகிக்கின்றன. அதுமாத்திரமன்றி 10 வகுப்பு எழுத்தறிவுப் பரீட்சையில் சித்தியடையாத மாணவர்கள் (Literacy Test) பல்கலைக்கழகங்களுக்கோ, சமூகக் கல்லூரிகளுக்கோ, செல்ல முடியாது - ஏன் இரண்டாம் நிலைப் பாடசாலைக் கல்வியைக் கூட பூர்த்தி செய்ய முடியாது. எழுத்தறிவுப் பரீட்சையில் எழுத்தும், வாசிப்புமே பரீட்சிக்கப்படுகின்றன. வாசிப்பு என்ற பதம் ஒரு பரந்த கற்றல் திறனையே குறிக்கின்றது. பொருள் உணர்ந்து வாசித்தல் வேண்டும், வாசித்ததை கிரகித்தல் வேண்டும் (Comprehend), பின் கிரகித்ததை எழுதும் ஆற்றல் வேண்டும். இவற்றைச் செய்வதற்கு மொழியறிவு மிகவும் முக்கியம். எழுத்து அறிவு, மொழியறிவு என்பன இன்று கலைத்திட்டம் முழுவதும் ஊடறுத்துச் செல்கிறது (Language Across The Curriculum). முன்பு எல்லாம் காணாதவாறு சித்திரம், நடனம், உடற்கல்வி முதலிய பாடங்களில் கூட மொழியாற்றலும், எழுத்தாற்றலும் தேவைப்படுகின்றன. இவற்றையெல்லாம் பெறுவதற்கு உரிய ஒரே சாதனம் வாசிப்பேயாகும்.

இன்று கல்விச் சபைகள், தொழில் ஸ்தாபனங்கள், சமூக ஸ்தாபனங்கள் என்பன மொழியறிவை விருத்தி செய்ய பாடசாலைகளிலும், வேலைத்தலங்களிலும் பிள்ளைகளுக்கு மாத்திரமன்றி, பெற்றோருக்கும் கூட பல நிரல்களை ஆரம்பித்துள்ளன. பல்கலைக் கழகங்களில் கூட மேலதிக மொழி விருத்தி வகுப்புகள் ஆரம்பிக்கப்பட்டுள்ளன. எவ்வளவு ஸ்தாபனங்கள் பிரயாசை எடுத்தாலும் பெற்றோர் உதவி செய்தால் தான் பிள்ளைகளின் மொழியாற்றலை விருத்தி செய்யலாம். ஆகவே பெற்றோர் எவ்வகையில் உதவலாம் என்பதனை நோக்குவோம்.

* சிறுவயதிலேயே பிள்ளைகளுக்கு வாசிப்பில் ஆர்வம் ஏற்பட வேண்டும். மிகவும் சிறுவயதிலேயே படுக்கைக்கு போகுமுன்பு தாயார் பிள்ளைகளோடு இருந்து சிறு கதைகளை சிறிது நேரம் வாசித்துக் காட்டல் வேண்டும். இவ்வாறு செய்தால், காலப்போக்கில் அவர்கள் இரவில் படுக்கைக்கு போகுமுன்பு சிறிது நேரம் கதைப் புத்தகங்களை வாசிக்கப் பழகிக் கொள்வார்கள். இவ்வாறு ஆர்வம் ஏற்பட்டால் பின்பு தாங்களாகவே பல புத்தகங்களையும் வாசிக்கத் தொடங்கி விடுவார்கள்.
* வீட்டிற்கு அண்மையில் உள்ள நூலகத்திற்குப் பிள்ளைகளை கிழமையில் ஒரு நாளாவது அழைத்துப் போகும் பழக்கத்தைக் கைக்கொள்ள வேண்டும். அதிலும் கோடை விடுமுறை காலத்தில் ஒவ்வொரு நூல் நிலையத்திலும் பலவிதமான நிரல்களை ஒழுங்கு செய்வார்கள். இவற்றில் ஈடுபடுவதனால் பெற்றோரும், பிள்ளைகளும் இந் நாட்டு எழுத்தாளர்களையும், பாரம்பரிய கலைகளையும், பலவிதமான விடயங்களையும் அறியும் வாய்ப்புண்டு. எங்கள் நாட்டில் போலல்லாது இங்கு ஒவ்வொருவரின் வீடுகளுக்கு அண்மையிலேயே நூல் நிலையங்கள் காணப்படுகின்றன. அத்துடன் நூல் நிலைய உத்தியோகத்தர்கள் மிகவும் அன்போடும், பொறுப்போடும் உதவி செய்யக் காத்திருப்பார்கள். ஆகவே ஆங்கில அறிவு இல்லாத பெற்றோர்கள் கூட பிள்ளைகளுக்கு உரிய நூல்களை இவர்களின் →

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



கவிநாயகர் கந்தவனம் தரும்
கனடியக் காட்சிகள்

திருமுறை மாநாடு 2008

ஒன்ராறியோ இந்து சமயப் பேரவை திருமுறை மாநாடுகளை ஆண்டுதோறும் நடத்திவருவதைச் சைவப் பெருமக்கள் நன்கு அறிவர்.

கனடாவில் 2006ல் பேரவை முதன்முதலாக நடத்திய திருமுறை மாநாட்டில் பேரூர் ஆதீன முதல்வர் கயிலைக்குருமணி தவத்திரு சாந்தலிங்க இராமசாமி அடிகளார், தாயகத்திலிருந்து சித்தாந்த கலாநிதி க. கணேசலிங்கம் ஆகியோர் கலந்துகொண்டு உரைகள் நிகழ்த்தியமை குறிப்பிடத்தக்கது.

இந்து சமயப் பேரவை, அது தொடங்கப் பெற்ற 1994ஆம் ஆண்டிலிருந்தே திருமுறைக்கு முதன்மை அளித்து வருகின்றது. கனடாவிலே பல ஆலயங்களில் திருமுறை முற்றோதலை ஒழுங்கு செய்து நடத்தியிருக்கின்றது. முற்றோதல் முடிவைத் திருமுறை விழாக்களாகக் கொண்டாடியிருக்கின்றது.

சிறுவர்களையும் திருமுறைகளில் ஈடுபடுத்தும் நோக்குடன் அவ்வப்போது போட்டிகள் வைத்துப் பரிசுகள் வழங்கி வருகின்றது.

திருமுறைசார்ந்த நூல்களையும் அது வெளியிட்டுள்ளது. அவற்றுள் 'தேவைக்கேற்ற திருமுறைத் திரட்டு' என்ற தொகுப்பு இரண்டாம் பதிப்பையும் கண்டு வெளிநாட்டு சைவத் தமிழருக்கும் பயன்செய்து வருகின்றது.

திருமுறைகள் அருளாளர்களின் திருவாக்குகள். அவை தெய்வீகச் சக்தி மிக்கவை. ஆற்புதங்கள் செய்த சிறப்பு வாய்ந்தவை. அவற்றின் அருமை பெருமைகளைச் சைவப் பெருமக்களுக்கு எடுத்துக் கூறிக் கல்வி நிலையில் அவற்றை வளர்க்கும் நோக்குடன் திருமுறை மாநாடுகள் ஆண்டுதோறும் நடத்தப்படுகின்றன.

இவ்வாண்டு -

ஆகஸ்ட் 09 சனிக்கிழமை மேருபுரம் அருள்மிகு பத்திரகாளி அம்மன் கோயிலிலும்
அடுத்தநாள் 10 ஞாயிற்றுக்கிழமை கனடா கந்தசுவாமி கோயிலிலும்
ஆகஸ்ட் 24 மொன்றியல் ஆத்மஜோதி நிலையத்திலும்

மாநாட்டு நிகழ்ச்சிகள் நடைபெறவுள்ளன.

தமிழகத்திலிருந்து சைவசித்தாந்தப் பேராசிரியர் சித்தாந்த வித்தியாநிதி சு. சண்முகவேல் அவர்களும் இங்கிலாந்து சைவமுன்னேற்றச் சங்கத் தலைவர் திரு. இ. இராமநாதன் அவர்களும் தாயகத்திலிருந்து கலாபூஷணம் பண்டிதர் சி. அப்பாத்துரை அவர்களும் வருகை தந்து மாநாட்டிற் சிறப்புச் சொற்பொழிவுகள் நிகழ்த்த வுள்ளனர்.

இவர்களுடன் எங்கள் அறிஞர்களும் கலைஞர்களும் ஆய்வுரைகள், பட்டிமன்றம், நடனம், பண்ணிசை என்று பல நிகழ்ச்சிகளிற் பங்குபற்றவுள்ளனர்.

கனடாவில் மூன்றாவது முறையாக நடைபெறவுள்ள இத் திருமுறை மாநாட்டைச் சைவப் பெருமக்கள் நன்கு பயன்படுத்த வேண்டும். இருக்கும் அறிவைப் புதுப்பித்துச் சைவத்தின் தற்காலப் போக்கைப் புரிந்துகொள்ள வேண்டும். எல்லாவற்றிலும் மேலாக இளஞ் சந்ததியினரையும் ஈடுபடுத்த வேண்டும்.

நல்ல சமயம்.
நழுவ விடக்கூடாது!

கோடை விடுமுறையும்..

உதவியுடன் பெற்றுக் கொள்ளலாம். பாடசாலை நூல்நிலையங்களும் புத்தகங்களை தந்து உதவும். இவற்றைப் பொறுப்புடன் கையாளப் பழகுதல் அவசியம்.

* இன்று கோடை விடுமுறையில் பல வீடுகளில் தொலைக்காட்சிப் பெட்டி ஒரு பிள்ளைப் பராமரிப்பு சாதன-மாக உள்ளது. பெற்றோரின் கண்காணிப்பு இல்லாததால் பொழுது முழுவதும் பிள்ளைகள் வேண்டப்படாத பல நிகழ்ச்சிகளைப் பார்க்கிறார்கள். இதன் முன்னால் இருக்கும் நேரத்திற்குப் பதிலாக புத்தகத்தை வாசித்து அது பற்றிய சுருக்கத்தை எழுதி வைக்கும்படி பிள்ளைகளுக்கு பெற்றோர் கட்டளை இடவேண்டும். பின்பு வேலையால் வந்த பின்பு பிள்ளைகளின் வேலையை பார்வையிட்டு அவர்களை ஊக்குவித்தல் அவசியம்.

* இன்றைய பிள்ளைகளுக்கு பெற்றோரிலும் பார்க்க கணினி அறிவு கூடியதாகக் காணப்படுவதால் கல்வி அறிவுள்ள பெற்றோர்களால் கூட பிள்ளைகளை கட்டுப்படுத்துவது கடினமாக உள்ளது. பிள்ளைகளுக்கு வேண்டிய அறிவுரைகளை வழங்கி அவர்கள் விரும்பப்படாத விடயங்களை கணினியில் கையாளாமல் பார்த்துக் கொள்ளல் வேண்டும். இன்று இது வீட்டிற்குள் புகுந்துள்ள ஒரு விஷ ஜந்துவாகும். விரும்பப்படாத பலரோடு கூட சிறு பிள்ளைகள் தொடர்பு கொண்டு பெரிய பிரச்சனைகளில் அகப்படலாம். பெற்றோர் பிள்ளைகளின் நடவடிக்கைகளில் அவதானமாக இருத்தல் வேண்டும்.

* எல்லாவற்றிலும் மிக முக்கியமாகப் பெற்றோர் செய்யக் கூடிய விடயம் யாதெனில் பிள்ளைகளுக்கு தாங்கள் ஒரு முன்மாதிரியாக இருத்தல் வேண்டும். (Be a role model). பெற்றோர் எதனைச் செய்கிறார்களோ அதனையே பிள்ளைகளும் பின்பற்றுவது இயல்பு. ஆகவே பெற்றோர் வாசிப்புப் பழக்கத்தை தாமும் கடைப்பிடித்தல் அவசியம். இதற்கு ஆங்கில அறிவுதான் தேவை என்பதில்லை. இங்கு இலவசமாக எத்தனையோ தமிழ் பத்திரிகைகள், சஞ்சிகைகள் கிடைக்கின்றன. வாசிக சாலைகளில் தாராளமாக தமிழ் புத்தகங்கள் கிடைக்கின்றன. பிள்ளைகள் பார்க்கக் கூடிய விதமாகப் பெற்றோரும் இவற்றை வாசித்தல் வேண்டும். சில விடயங்களை பிள்ளைகளோடு கலந்துரையாடலாம். பிள்ளைகள் மூலம் தங்கள் அறிவை விருத்தி செய்யும் பல பெற்றோரை நாம் இன்று காணக் கூடியதாக உள்ளது. இதனால் பெற்றோருக்கும், பிள்ளைகளுக்கும் இடையில் அந்நியோன்யம் ஏற்பட இடமுண்டு.

வாசிப்பை ஆரம்பிப்பதற்கோ, முடிப்பதற்கோ வயதெல்லை கிடையாது. வாசிப்பு போன்ற ஒரு தோழனை பெற முடியாது. வீட்டை விட்டு வெளியே செல்லாமல் கதிரையில் இருந்தபடியே மானசீகமாக எத்தனையோ நாடுகளுக்கு நாம் சென்று வர முடியும். இது ஒரு தகவல் யுகம் (Information Era). பாடசாலை வாழ்க்கையிலோ, தொழில் வாழ்க்கையிலோ வெற்றி பெற அறிவு (Knowledge) தேவைப்படுகிறது. ஒவ்வொரு நாளும் சிறியவர்களும், பெரியவர்களும் முன்னேற்றம் அடைய உதவுவது இந்த அறிவேயாகும். இந்த அறிவை வழங்குவது வாசிப்பாகும். வாசிப்புப் பழக்கத்தை சிறுவயதிலேயே பெற்றோர் ஏற்படுத்த வேண்டும். பின்பு எங்கள் மேற்பார்வையோ, நச்சரிப்போ இன்றி பிள்ளைகள் வாசிக்க ஆரம்பித்து விடுவார்கள். இதனை இற்றைவரை செய்யாவிட்டால், இன்னும் காலம் தாழ்த்தாது பெற்றோர் இந்த விடுமுறை காலத்தில் ஒவ்வொரு நாளும் பிள்ளைகளை வாசிக்கும்படி கட்டாயப்படுத்துங்கள். பாடசாலையில் திறமாகச் செயல்படும் ஒவ்வொரு பிள்ளையையும் வினாவினால் "நான் நன்றாக வாசிக்கும் பழக்கம் உடையவன்" என்றே பதிலளிப்பார்கள். ஆகவே வாசிப்பு இன்றியமையாதது. ஊக்குவித்தல் பெற்றோரின் கடமையாகும்.

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

மன அழுத்த நோய்க்கு மின்சார வைத்தியம்

ரொறன்ரோ வைத்தியர்கள், கடுமையான மன அழுத்த நோயை, மின்சாரத்தை மூளையின் ஒரு பகுதிக்கு அறுவைச் சிகிச்சை முறை ஒன்றினைப் பயன்படுத்தி பாய்ச்சுவதன் மூலம் குறைக்க அல்லது குணமாக்க முடியும் எனத் தெரிவித்துள்ளனர்.

Biological Psychiatry என்னும் மருத்துவ சஞ்சிகையில் கடந்த மாதம் இதுபற்றிய தகவல்கள் வெளிவந்துள்ளன. மூளையின் ஆழ் பகுதியில் மின்சாரத்தை பயன்படுத்தி தூண்டுதலை ஏற்படுத்துவதன் மூலம் பாதுகாப்பான, பயன்மிக்க முறையில் மிகக் கடுமையான, குணமாக்க முடியாத மன அழுத்த நோயைக் குணமாக்கலாம் எனக் கண்டறிந்துள்ளனர்.

20 பேரில் செய்யப்பட்ட பரிசோதனையின் போது 60% ஆனோர் நல்ல பலன் பெற்றுள்ளனர். சத்திரசிகிச்சை நடந்து ஒரு வருடத்தின் பின்பும், 35% ஆனோர், மன அழுத்த நோய் அறிகுறிகள் இல்லாது காணப்படுவதாகத் தெரிவிக்கப்பட்டுள்ளது.

ஆரோக்கியத்திற்கு சமைக்காத உணவு

பச்சைக் காய்கறிகள் மிக அதிகளவான சத்துக்களை வழங்குவதுடன், அவை சமிபாடடையத் தேவையான நொதியங்களையும் தாமே கொண்டிருக்கின்றன. சமையல் முறைகள் அந்த இயற்கை நொதியங்களை அழித்துவிடுகின்றன. இதனால் பன்கிரியாஸ் அதிகளவில் உள்ளக சமிபாட்டு நொதியங்களைச் சுரக்கத் தூண்டப்படுகின்றது.

நாளொன்றில் ஒரு நேரமாவது சமைக்காத உணவு வகைகளை உட்கொள்ளல் நலம். அல்லது ஒரு நாளில் இரண்டு தடவையாவது சமைக்கப்பட்ட உணவுடன் சலாட் சாப்பிடுதல் வேண்டும்.

பொன்னையா விவேகானந்தன்

பொன்னின் பொழிகை

தொடர் 18

புகை

எங்கோ மெல்ல வான் நோக்கி எழுகின்றது புகை.
பூமியின் விழிகள் புகையின் திசை நோக்கித் திரும்புகின்றன.
நெருப்பின்றிப் புகை வராது.

பற்றி எரிகிறது தீ. பிழம்பின் நுனியில் இருந்து எழும் புகை எத்தனை செய்திகளைச் சொல்கின்றது.

தீ விரும்பி எரிகின்றதா? இல்லை தீயின் விருப்பு மீறிப் பற்றி எரியக் காற்று கட்டாயப்படுத்துகின்றதா? அப்படியாயின், தன்னால் எரிபடும் பொருட்களைக் காப்பாற்றுங்கள் எனப் புலம்பும் தீ புகை எழுப்பி சைகை புரிகிறதா?

இருக்கலாம். எங்கும் மூட்டப்படாமல் தீ மூள்வதில்லை. மூளும் தீயைக் காற்றே வழி நடத்துகின்றது.
புகையைப் புரிந்து கொள்கின்ற பூமி, காற்றை வென்று தீயை அணைக்கின்றது.

தீக்குள் இரண்டறக் கலந்து கிடக்கிறது புகை.

ஒளியை ஈந்து விட்டு தீய்ந்து எரியும் திரியில் இருந்து கர்வமாய் எழுகின்றது மெழுகுதிரியின் புகை.
கரையும் கற்பூரத்தில் இருந்து உயிர்க்காற்று ஏந்தி சுவாசங்களைச் சுத்திகரிக்கின்றது கரும்புகை.

ஒரு வகையில் புகை அழகானது. சூழ்கின்றபோதில் ஒவ்வொன்றையும் தனிமைப்படுத்தி விடுகின்றது. பூமியின் திசைகளை ஒற்றை நிறமாக்குகின்றது.

வெண்மைக்கும் கருமைக்கும் இடைப்பட்ட தன்மை தவிர இயற்கையில் புகைக்கு நிறங்கள் கிடையாது.

தீயின்றிச் செய்யப்படும் செயற்கைப் புகைகள் எங்கும் ஏராளம் உண்டு.
வர்ணங்களாயும் அவை வடிவம் கொள்கின்றன.
இவை புகைப் போலிகள். தீப் புகையின் புனிதம் இவற்றிற்கிருப்பதில்லை.

புகையில் இருந்து வேறுபடுகின்றது புகைச்சல்.
இது தீயின் துணையின்றித் தோன்றும். தீயும் இடங்களில் தோன்றும்.

தீய்தல் என்பது நெருப்பால் மட்டுமல்ல, நினைப்பாலும் தோன்றும். தீயும் இடங்களாய் சில பொழுதுகளில் மனிதனின் மனமும் வயிறும் அமைந்து விடுகின்றன.

இதமற்ற இதயங்கள் அடிக்கடி தீப்பற்றிக் கொள்ளும். புகையும், குமையும். பின் தானாயும் அணையும். தண்டனையாலும் அணையும்.

தம் உணர்வுகளை விறகுகளாக்கி, சொல்லைத் தீயாக்கி, கொள்ளிகளாய் உலாவி, பகை பரப்பும் தீ மனிதர் எங்கும் இருக்கவே செய்கின்றனர்.

தீயோர் தீ எடுத்தே தீமை இருப்பதனால்த்தான் தீயபுகை சில திசைகளை இன்னமும் தீண்டாமல் உள்ளது.

பசியுற்ற வயிறு பற்றி எரிகையில் தோன்றும் புகை எல்லாவற்றிலும் இருந்து மாறுபட்டது. அது உயிரின் நுனி கருகி எழும் புகை. பூமியைச் சுரண்டும் வல்லரக்கருக்கு இது பகை.

கூடி எழுந்த பசியின் புகைச்சலுக்குள் கண்டங்கள் சில காணாமல் போயிருக்கின்றன.
வாதை நிறைந்த பசியின் புகைச்சலைப் புறந்தள்ளி விட்டு,
போதையேற்றும் புகைக்குள் புதைந்து கிடக்கிறது மற்றுமொரு உலகம்.

புகைத்தலைத் தடை செய்யும் இந்தப் பூமி, இந்தப் பசியின் புகைச்சலை எப்போது இல்லாதொழிக்கும்?

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

எஸ். ஜெகதீசன் எழுதும்
பத்தாம் பக்கம்

கண நேரம் தரும் கன நேரம்

அண்மைக் காலத்தில் உலகெங்கும் சுற்றிவரும் மின்னஞ்சல் ஒன்று மாரடைப்பின் உயிராபத்தை சிறிது குறைப்பதற்கு ஓர் உயராதாரமாகும்.

பாதிப்படைவோர் உடனடியாக மருத்துவரை அணுக முடியாவிடின், தமக்குத்தாமே மேற்கொள்ள வேண்டிய முதலுதவியை அது குறிக்கின்றது.

மாலைவேளை. காரில் தனியாக வீடு திரும்பிக் கொண்டிருக்கின்றீர்கள். வழமைக்கு மாறாக அன்று கடுமையான வேலை. அதனால் அதிக அசதி.

திடீரென மார்பில் அதீத வலி தோன்றுவதையும் அது வேகமாக கைகளின் மேற்பகுதியிலும் தாடையின் கீழ் பகுதியிலும் பரவுவதையும் உணர்கின்றீர்கள்.

மரணம் கண் முன்னே தோன்றி கண்சிமிட்டுவது போன்ற ஒரு பிரமை.

நூலிழையில் உயிர் ஊசலாடுவது போலவும் கணப்பொழுதில் இதயம் செயலிழக்கப் போவது போலவும் விபரீத கற்பனை.

வீட்டிற்கு அருகே உள்ள ஆஸ்பத்திரிக்கு இன்னமும் ஐந்து நிமிட அவகாசம் இருப்பினும் அதற்குள் அங்கு சென்றுவிடலாமா என மனதில் சிறு தடுமாற்றம்.

இதயத் துடிப்பு சீரற்று இருப்பதும் மயக்கமுறும் நிலை உருவாவதும் சுயநினைவை இழப்பதற்கான அறிகுறி என்பது நினைவை வேறு பயமுறுத்தும்.

பிறரின் மாரடைப்புக்கு முதலுதவி செய்ய பயிற்சி பெற்றிருப்பினும் அதுவே உங்களைத் தாக்கினால் என்ன செய்வது என பயிலவில்லையே என்ற ஏக்கம். பதற்றப்பட வேண்டாம். தற்காலிக இயல்பு நிலைக்கு இலகுவாக வரலாம்.

முதலில் மிகவும் ஆழமாக சுவாசத்தை உள் இழுக்க வேண்டும்.
பின்னர் ஆழமாகவும் நீளமாகவும் இரும ஆரம்பிக்க வேண்டும்.
இரண்டு விநாடிக்கு ஒரு தடவை இப்படி விடாமல் செய்தல் வேண்டும்.

இதனால் பரந்து படர்ந்து படிந்த மார்புச்சளி விரைவாக அகல்வதால் இதயம் வழமையான சமச்சீரான இயக்கத்திற்கு மீள்வதை உணரலாம்.

அவ்வளவுதான். கண நேரத்தில் உயிர் கன நேரத்திற்கு தப்பிவிடும்

ஆழ்ந்த சுவாசம் பிராணவாயுவை சுவாசப்பைகளில் நிரப்புவதும் இருமும் கணங்கள் இதயத்தை சுருக்கி விரிப்பதும் ரத்த ஓட்டத்தை அதிகரிக்கும். அதனால் இதயம் இயல்பு நிலைக்கு தற்காலிகமாக மீளும்.

பின்னர் சாவகாசமாக பாதிப்படைந்தவர் ஆஸ்பத்திரிக்கு செல்லலாம்.

மாரடைப்பு வயது பேதமின்றி எந்த வயதினரையும் தாக்கக் கூடியது.

அது என்ன நூலிழையும் கணப்பொழுதும்? தெரியுமா?
நூலிழை என்பது ஒரு அங்குலத்தின் நாற்பத்தெட்டில் ஒரு பங்கு.
கணப்பொழுது என்பது நான்கு நிமிஷம்.

ஆண்களுக்கு ஆட்காட்டி விரலை விட மோதிர விரல் கட்டை என்றாலும் பெண்களுக்கு ஆட்காட்டி விரலை விட மோதிர விரல் நீளம் என்றாலும் முதுமையில் மாரடைப்பு வரக் கூடும் என்பது ஐதீகம்.

உணவில் உள்ள மஞ்சளில் கர்குமின் எனும் வேதிப்பொருள் கொலஸ்ட்ரலின் அளவை குறைப்பதால் ரத்தத்தின் அடர்த்தி தளர மாரடைப்பின் தாக்கம் குறையும் என்கின்றது கனடா சுவாசக் கோளாறு ஆராய்ச்சி மையம்.

கடவுச் சீட்டு விண்ணப்ப அதிகரிப்பு!

அடுத்த வருடத்திலிருந்து அதிகரிக்கவிருக்கும் அமெரிக்க எல்லைக் கட்டுப்பாடுகளுக்கு முகம் கொடுக்க அதிகளவில் கனடியர்கள் கடவுச்சீட்டுக்கு விண்ணப்பிப்பர் என மத்திய அரசாங்கம் எதிர்வு கூறுகின்றது.

2009ஆம் ஆண்டு மார்ச் மாதத்துடன் முடிவடையும் ஒரு வருட காலத்தில் 5.2 மில்லியன் கனடிய கடவுச் சீட்டுகளுக்கு விண்ணப்பிக்கப்பட்டுள்ளதாக அலுவலக தரவுகள் கூறுகின்றன. இது முன்னைய வருடத்திலும் 10% கூடவாகும்.

இதுவரை காலமும் பிறப்புப் பத்திரங்கள், மற்றும் ஏனைய ஆவணங்களுடன் தரை, கடல் மூலம் அமெரிக்கா சென்ற கனடியர்கள், அடுத்த வருடம் ஜுன் மாதம் முதலாம் திகதி முதல் கடவுச் சீட்டுடனேயே அமெரிக்கா செல்ல முடியும்.

விமான மூலம் செல்வதற்கு கடந்த வருடம் ஜனவரி மாதத்திலிருந்து கடவுச் சீட்டு அவசியமாக்கப்பட்டது அனைவரும் அறிந்ததே.

சுடுநீர்த் தாங்கி

வீட்டுக்கு வீடு கதவைத் தட்டி, புதிய திட்டங்களை அறிமுகப்படுத்தும் கம்பனி முகவர்களைப் பற்றி அவதானமாக இருக்கும்படி Direct Energy கம்பனி தனது சுடு நீர்த் தாங்கி வாடகைப் பாவனையாளர்களை எச்சரித்துள்ளது.

நீண்ட கால ஒப்பந்தங்களில், அதாவது ஆகக் கூடியது 15 வருட காலத்திற்கு பாவனையாளர்களாக கட்டுப்பட்டிருக்கக் கூடியதாகவும், ரத்து பண்ணும் வேளையில் தண்டப் பணம் செலுத்த வேண்டியதாகவும் இவை இருக்கும்.

Direct Energy பாவனையாளர்கள் தண்டப் பணம் செலுத்தாமல் தம் பாவனையில் இருக்கும் வாடகை சுடு நீர்த் தாங்கிகளை அகற்ற முடியும்.

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

சுகாதார அறிவின்மை அதிகரிப்பு

சுகாதார அறிவென்பது, சுகாதார மருத்துவ வசதிகளை அணுகுவது, புரிந்து கொள்வது, தகவல்களை பாவிப்பது என வரையறுக்கப்படுகின்றது. அரைவாசிக்கும் மேற்பட்ட கனடியர்கள் நாளாந்தம் தமது உடல்நிலை சம்பந்தமாக தேவையான முடிவுகளை எடுப்பதற்குகந்த சுகாதார அறிவுடையவர்களல்ல என கனடிய சுகாதார திணைக்களத்தினால் விடுக்கப்பட்ட அறிக்கையொன்று தெரிவிக்கின்றது.

இந்நிலையானது ஆபத்தானது என தெரிவித்துள்ள அறிஞர்கள் குழு, நாடாளவிய ரீதியில் இதனைக் குறைப்பதற்கான நடவடிக்கைகள் மேற்கொள்ளப்பட வேண்டுமென பரிந்துரைத்துள்ளது.

முதியோரில் எட்டில் ஒருவரே தகுந்த சுகாதார அறிவுடையவராகக் காணப்படுகின்றார். மற்றையவர்கள் தாமே சுகாதார பிரிவுடன் சேர்ந்து செல்ல முடியாதவர்களாக இருப்பர் என அக்குழு தெரிவித்துள்ளது. குறிப்பாக முதியோரே பல்வகைப்பட்ட கடுமையான நோய்களுக்கும் ஆளாகுபவர்களாக காணப்படுவதனாலும், கூடியளவில் மருந்துகளைப் பாவிப்பவர்களாக உள்ளதனாலும், இந்நிலையானது கவலையளிக்கிறது என அக்குழு தெரிவித்துள்ளது.

அண்மையில் கனடாவுக்கு வந்தவர்கள், குறைந்த வருமானம், குறைந்த கல்வி அறிவுடையவர்கள், ஆங்கிலம், அல்லது பிரெஞ்சை தமது முதலாவது மொழியாகக் கொண்டிராதவர்கள் இந்த சுகாதார அறிவின்மையால் பாதிக்கப்படுபவர்களாக இருக்கின்றனர். ஆய்வுகளின்படி குறைந்த சுகாதார அறிவானது குறைந்த ஆரோக்கியத்துடன் சம்பந்தப்படுகிறது. அத்துடன், உயர்ந்தளவில் உள்ள நீரிழிவு நோய் - வாழ்க்கை முறை மாற்றங்களினால் கட்டுப்பாட்டுக்குள் வைத்திருக்கக் கூடிய நோய் - குறைவாக இருக்கும் சுகாதார அறிவு கூடும் காரணமாக என ஆய்வறிக்கைகள் காட்டியுள்ளன.

குயின்ரஸ் துரைசிங்கம் 24

கணினிப் பக்கம்

காக்க காக்க கணினி காக்க...

யுனிகோட் (Unicode) எழுத்துரு பிறந்த கதை

ஆரம்பகாலத்தில் ஆங்கில அல்லது தமிழ் தட்டச்சுக் கருவியைப் பாவித்து, தமிழில் எழுத்துக்களை அச்சிடும் வகையில், பாமினி என்கின்ற எழுத்துருவும், அதே வகையைச் சேர்ந்த ஏனைய பல தமிழ் எழுத்துருக்களும் அறிமுகமாகின. இதன் மூலம், தமிழை ஆங்கில எழுத்துக்கள் மூலம் இடைச்செருகல் செய்யாமல், தமிழிலேயே தட்டச்சு செய்வதற்கு வழிகோலியது.

எனினும் இணையம் (Internet) மற்றும் இணையத் தளங்களின் (website) வரவால் நடைமுறைச்சிக்கல்கள் பல எழுந்தன. ஒரு நபர் பாவிக்கின்ற அதே எழுத்துருவை, பெறுனர் அல்லது பாவனையாளரும் வைத்திருந்தால் அல்லது தரவிறக்கம் செய்தால் மட்டுமே, தமிழில் வாசிக்க அல்லது பதிவுசெய்ய முடிந்தது. அத்துடன், ஏராளமான எழுத்துருக்கள் ஒரு பக்கம், பல வகைப்பட்ட வெவ்வேறு நியமங்கள் இன்னுமொரு பக்கமென, தமிழ் கணினியுலகமே, எழுத்துருக் குழப்பங்களால் திக்குமுக்காடியது.

இதனால் கோப்புக்களை (File) பரிமாறுவதிலும், பல தரவுத் தளங்களில் (Database) ஒரு எழுத்துருவை மட்டும் பயன்படுத்த முடியாத சிக்கல்களாலும், கணினியுலகில் தமிழ் நிலைக்குமா என்ற சந்தேகம் வலுத்தது. தமிழ்மொழிப் பிரியர்களும் தமிழ் அறிஞர்களும், இதற்கான தீர்வு வேகப்படுத்தப்படுவது அவசியம் என்று உணர்ந்தார்கள்.

இதற்கான ஒரு மாற்றுத் தீர்வாக, தகவற் பரிமாற்றத்திற்கான தமிழ் நியமக் குறியீட்டு முறை (TSCII Tamil Standard Code for Information Interchange) உருவாக்கப்பட்டது.

இருப்பினும், ஏனைய மொழிகளைப் போன்று, நியமக் குறியீட்டு முறையை ஒத்த ஒரு இலத்திரனியல் மொழிப் பண்பைக் கொண்டதான எழுத்துரு ஒன்று, கண்டறியப்படாத நிலையில், தகுதரத்தை அடிப்படையாகக் கொண்ட எழுத்துருக்கள் வெளிவந்தன. ரிஸ்கியிலிருந்து அஸ்கிக்கு மாறினாலும், நியமக் குறியீட்டு முறை நடைமுறைக்கு வராத குறை காணப்பட்டது.

இதை நிவர்த்தி செய்யும் வகையில்தான், ஏனைய பல மொழிகளுக்கும் பயன்படுத்தப்படும் நியமக் குறியீட்டு முறையில், யுனிகோட் எழுத்துரு அறிமுகம் செய்யப்பட்டது. தகுதரத்தைப் பயன்பாட்டிற்கு அறிமுகம் செய்யும்போது, பின்னர் யுனிகோட் வகைக்குள் நுழைவதற்கான ஒரு தற்காலிக பாதையாகவே தகுதரத்தை கணினியுலக விற்பன்னர்கள் சுட்டியிருந்தார்கள்.

அதனால், தற்போது யுனிகோட் எழுத்துரு உள்நுழைய, ஏனைய எழுத்துரு வடிவங்கள் அனைத்தும் படிப்படியாக வெளியேற ஆரம்பித்தன. ரிஸ்கி வகையறாக்கள் 8 பிற்றில் (TSCII - 8 gpw;) உருவானவை. யுனிக்கோடானது ஒவ்வொரு மொழிக்கும் ஓரிடம் என்று உலகின் பிரதான மொழிகளை ஒன்றிணைத்து 16 பிற்றில் உருவாக்கம் பெற்றது.

யுனிகோட் என்றால் என்ன?

ஒவ்வொரு எழுத்துக்கும் ஒரு தனிப்பட்ட இலக்கத்தை வழங்குகின்ற தகுதரம் தனிக்குறியீடு (unicode) என்றழைக்கப்படுகிறது. உலகிலுள்ள அனைத்து மொழிகளையும் எடுத்து, அதிலுள்ள அனைத்து எழுத்துக்களையும் எடுத்தால், ஒவ்வொரு எழுத்துக்கும் ஒரு தனிப்பட்ட இலக்கத்தை வழங்குவதை, தனிக்குறியீடு என்று அழைக்கிறார்கள். 2944 இலிருந்து 3071 வரையான இலக்கங்கள், தமிழ் எழுத்துக்களுக்கு வழங்கப்பட்டுள்ளன. இது உலகிலுள்ள ஏனைய மொழிகளுக்கு உலகளாவிய ரீதியில் வழங்கப்பட்டுள்ள இலத்திரனியல் இலக்கமிடல் திட்டத்தின் கீழ் பொதுமைப்படுத்தப்பட்ட முறை என்பதால், தமிழ் மொழிக்கும் உலக தரத்திலான தனிக்குறியீடு கிடைக்கிறது.

சர்வதேச இணையத்தில் தமிழில் தேடுவதற்கான வாய்ப்பும் இந்த யுனிகோட் எழுத்துரு முறையின் கீழ் உருவாகிறது. தமிழ் மொழி சார்பான விடயங்களை தமிழ் மொழியில் தேடுவதற்கு இந்த யுனிகோட் முறை வசதியை வழங்குகிறது.

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

எம்மைச் சுற்றி நடப்பவைகளிலிருந்து பொறுக்கி எடுக்கப்பட்ட சில சம்பவங்களைக் காய்தல் உவத்தலின்றி எழுதும் இந்தப் பத்தி (column). அவ்வப்போது வெளிவரும். கண்டவை, கேட்டவை, நடந்தவையே இதன் மூலாதாரம். ஒருவகையில் பார்த்தால் இதுவும்கூட தகவல்தான்.

இது எப்பிடி இருக்கு?

கனடாவில் சினிமாப்படம் தயாரிக்க வேண்டுமா?

கனடாவில் தமிழ்ச் சினிமாப்படம் ஒன்று தயாரிக்க வேண்டுமா? அதற்கென ஒரு chemistry கண்டுபிடிக்கப்பட்டுள்ளது.

கதை பற்றி யோசிக்க வேண்டாம்; டயலக் பற்றிய கவலை வேண்டாம்; பல்வேறு துறை சார்ந்தவர்களில், ஒவ்வொரு துறையில் ஒவ்வொருவரை எடுத்து, ஒரு காட்சியில் ஒரு நிமிடத்துக்கு அவர் முகத்தைக் காட்ட (நடிக்கவல்ல) அனுமதியுங்கள்.

பிறகென்ன... அவரின் குடும்பம், உறவினர், நண்பர்கள் என்று ஒரு பட்டாளமே அவருக்காக படம் பார்க்க வரலாம் (இதில் ஏமாற்றமும் வரலாம்).

இதை எழுதும்போது, சிவாஜி நடித்த ராஜராஜ சோழன் படம் ஞாபகத்துக்கு வருகின்றது. அதில் இலங்கை நடிகர் சங்கர் என்பவரும் நடித்தார்(?). அவர் நடித்த காட்சியின் 'ஸ்டில்' படம் கொழும்பின் தமிழ்ப் பத்திரிகைகளில் முன்பக்கத்தில் போடப்பட்டு, சங்கருக்கு எக்கச்சக்க பிரசாரமும் புகழாரமும்.

படம் இலங்கையில் ஓடியபோது அவரைப் பார்க்கவென பத்துத் தடவை படம் பார்த்தவர்களுமுண்டு. காரணம், அவரைக் காணவில்லை. இறுதியில் ஒருவர் மட்டுமே கண்டுபிடித்தார் - அவர் அந்த சங்கரே.

பெரும் புலவர் கூட்டமொன்றுக்கு ராஜராஜசோழன் பொற்காசு வழங்கும் காட்சியில், இந்தச் சங்கரும் ஒரு புலவர்...ஒரு 'செக்கன்ட்' காட்சி!

டாலர்களுடன் அகப்பட்ட இந்திய காண்டக்காரர்

இங்குள்ள கடையொன்றுக்குள்ளிருந்து காண்டம் வாசித்து வந்த இந்தியர் ஒருவர் கனடிய அதிகாரிகளிடம் வசமாக மாட்டுப்பட்டுள்ளதாக விடயமறிந்தவர்கள் சொல்கின்றனர்.

'டூரிஸ்ட் விசா'வுடன் இங்கு வந்த இந்த இந்தியச் சோதிடர்(?), நாளொன்றுக்கு மூவாயிரம் டாலர்கள் வரையில் காண்டம் வாசிப்பதால் பெற்று வந்ததும், அதில் ஒரு தொகையை இங்குள்ள ஓரிரு வர்த்தகர்களுக்குக் கொடுத்து 'வட்டியும் குட்டியும்' வாங்கி வந்ததும் விசாரணைகளில் தெரிய வந்துள்ளது.

இதனையடுத்து, இங்குள்ள மற்றைய காண்டக்காரர்களின் விபரங்களையும் அதிகாரிகள் சேகரித்து வருகின்றனர்.

மு.கவின் குள்ளத்தனமும் குறளி விளையாட்டுகமும்

மு.க என்றால் தமிழக முதல்வர் கருணாநிதி என்பதை விளக்கத் தேவையில்லை.

ஈழத்தமிழர்களின் விடுதலைப் பயணத்தின் முதலாவது முட்டுக்கட்டையாக இருக்கும் இவர், தனது குடும்ப வாரிசுகளையே இப்போது சின்னாபின்னமாக்கி, 'விசர்நாய்' போல அங்குமிங்கும் கடித்துக் கொண்டு அலைகிறார்.

தமிழக மீனவர்களை சிங்களக் கடற்படை கொலை செய்வதைக் கண்டித்து தொடர் உண்ணாவிரதப் போராட்டம் நடத்தப் பல்வேறு தமிழ்க் கட்சிகளும் ஏற்பாடு செய்ய, அதனை உடைப்பதற்காகத் தமது தி. மு. க. சார்பில் ஒன்றை நடத்தினார்.

தமிழக அரசு, தமிழக அரசிடமே கோரிக்கை வைத்த உண்ணாவிரதம் இது என்றால், மக்களை எவ்வளவுக்கு மு.க முட்டாளாக்குகிறாரென்பது புரியும்.

அண்மைய இந்திய அரசின் நம்பிக்கைத் தீர்மானத்தில் நடைபெற்ற 'குதிரையோட்டத்தில்' மு.க எதற்காகப் பங்குபற்றவில்லை என்ற கேள்விக்குத் தமிழக ஊடகவியலாளர் ஒருவர் அளித்த பதில் இது: "மகள் கனிமொழிக்கு மந்திரிப் பதவி கேட்டு சோனியா முன்னால் அவர் விரைவில் நடத்தப்போகின்ற பேயாட்டத்தின் முன்னால், இந்தக் குதிரையோட்டம் பிச்சை வாங்கப் போகிறது" என்பதுவே அந்தப் பதில்.

உதாசனன் உலா விருந்து

'எயர் இந்தியா'வில் பெண் விமானிகள் சாதனை

'எயர் இந்தியா எக்ஸ்பிரஸ்' முழுக்க முழுக்க பெண் விமானிகளையும் பெண் ஊழியர்களையும் கொண்டு, சென்னையிலிருந்து சிங்கப்பூருக்கான விமான சேவையொன்றினைக் கடந்த மாதம் 26 திகதி நடத்தியது. இந்த விமானத்தில் 188 பயணிகள் பிரயாணம் செய்தனர்.

இந்த விமானம் சிங்கப்பூர் சென்று பாதுகாப்பாகச் சேர்ந்த பின்னரே பெண் விமானிகள்-ஊழியர்கள் விடயம் பகிரங்கப்படுத்தப்பட்டது. காரணம் என்னவோ தெரியாது.

கடந்த மார்ச் மாதம் உலக மகளிர் தினத்தை முன்னிட்டு முதற் தடவையாக இவ்வாறாக முழுக்க முழுக்கப் பெண் விமானிகள் ஓட்டிய விமானம் சென்னையிலிருந்து கொழும்புக்குப் பறந்து சென்றது. சென்னை-சிங்கப்பூர் பறப்பு இவ்வகையில் இரண்டாவதாகும்.

'எயர் லங்கா' ஓட்டத்தில் ஒரு போலி விமானி

ஜேர்மனியைச் சேர்ந்த ஒரு போலி விமானி, சிறீலங்காவின் 'எயர் லங்கா' சேவையில் பணியாற்றியது பத்து மாதங்களின் பின்னர் கண்டுபிடிக்கப்பட்டுள்ளது. இவரது விமான ஓட்டத்தில் சந்தேகம் கொண்ட இணைவிமானி ஒருவர் கொடுத்த தகவலே இதற்கு உதவியது.

ஆனால், பணியாற்றிய பத்து மாதங்களுள் இவர் விமானியாகப் பணிபுரிந்த விமானங்கள் லண்டன், பாரிஸ், பிராங்போர்ட், டுபாய் நாடுகளுக்குப் பல தடவை பாதுகாப்பாகப் பறந்து சென்று திரும்பியுள்ளது.

தென் கொரியாவில் நாய்க்கு நல்ல மதிப்

தென்கொரியாவில் நாய் இறைச்சிக்கு மவுசு அதிகரித்து வருகின்றது. அதுவும் கோடை காலத்தில் புழுக்கத்தைக் கட்டுப்படுத்த நாய் இறைச்சி உதவுவதாக ஒரு நம்பிக்கையும் உருவாகி விட்டது. இதனால், நாய்கள் இங்கு அதிகமாக கொல்லப்படுகின்றன.

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

வாகனப் பாவனையாளர் கவனத்திற்கு!

எரிபொருள் பாவனையும், செலவும் கூடிச் செல்வதனால், அவற்றைக் கணிசமானளவில் குறைப்பதற்கு சில ஆலோசனைகள்.

* குறிக்கப்பட்ட வேகத்தில் அல்லது சற்று குறைவாக வானத்தைச் செலுத்துதல். 100km/h வேகத்திலும் பார்க்க, 120km/h வேகத்தில் செல்கையில், 20% எரிபொருள் செலவழிகிறது. இதனையே 90km/h வேகத்தில் சென்றால் இன்னுமொரு 10% எரிபொருளை சேமிக்கலாம்.

* வேகப் பெருஞ்சாலையில் செல்கையில், cruise control இனைப் பாவிக்கவும். ஜன்னல்களை மூடி வைப்பதன் மூலம், காற்றின் எதிர் அழுத்தத்தினை குறைக்கலாம்.

* குளிரூட்டியைப் பாவிப்பின் 20% எரிபொருள் செலவு அதிகரிக்கும். பதிலாக வாகனத்தினுடைய flowthrough ventilation ஐ பாவிக்கவும்.

* சில்லினுடைய காற்றமுத்தத்தினை கவனிக்கவும். குறைவாயிருப்பின் எரிபொருள் கூடுதலாகச் செலவழியும்.

* வாகன நெரிசலை எதிர்பார்த்து சடுதியான வேகத்தடை பாவிப்பதனையும், சடுதியாக வேகத்தை அதிகரிப்பதனையும் தவிர்த்தல் வேண்டும். துரித ஆரம்பம், சடுதியான வேகத்தடை மிகக் கூடுதலான எரிபொருளை விரயமாக்கும்.

* தேவையற்ற பாரமான பொருட்களை அகற்றவும்.

* தேவையில்லாமல் வாகனத்தை இயங்கு நிலையில் வைத்திருக்கக் கூடாது.

* போகும் பயண பாதையை திட்டமிட்டு தொடங்குவதனால், தேவையற்ற வாகன நெரிசல், வீதித் திருத்துமிடங்களில் காத்திருப்பு போன்றவற்றை தவிர்க்கலாம்.

றஞ்சி திரு

சின்னச் சின்ன தகவல்கள்

ஒன்ராறியோ மாகாணத்தில் வசிக்கும் வருமானம் குறைந்தவர்களுக்கான சட்ட உதவித் (லீகல் எய்ட்) திட்டத்தில் பாரிய இரண்டு மாற்றங்களை ஏற்படுத்த சிபார்சு செய்யப்பட்டுள்ளது. நடுத்தர வருமானம் பெறுபவர்களுக்கும் சட்ட உதவி வழங்குவது, சட்ட உதவித் திட்டத்தின் கீழுள்ள வழக்குரைஞர்களுக்கு அரசு வழங்கும் கட்டணத்தை அதிகரிப்பது ஆகியவை இவை. சட்ட உதவித் திட்டம் ஒன்ராறியோவில் அமுலுக்கு வந்து நாற்பதாண்டு காலம் முடியும் வேளையில் இந்தச் சிபார்சுகள் வந்துள்ளன.

இளம் பராயத்தினருக்கான வாகன சாரதி அனுமதி வழங்கலில் மாற்றங்கள் கொண்டுவரப்பட இருப்பதாக ஒன்ராறியோ மாகாண போக்குவரத்து அமைச்சர் ஜிம் பிராட்லி கூறியுள்ளார். அண்மையில் இளம்பராய வாகன ஓட்டுனர்கள் மதுபோதையில் விபத்தில் சிக்கி மரணமடைந்த நிகழ்வுகளின் பின்னணியில், மதுவின் அளவு சம்பந்தமான விதிகளில் மாற்றம் வரலாமென்று சம்பந்தப்பட்ட அதிகாரிகள் கருதுகின்றனர்.

ரொறன்ரோவின் ஸ்படைனா பாதை நிலத்தின் கீழான ரயில் சேவையை, டவுன்ஸ்வியு வழியாக யோர்க் பல்கலைக் கழகம் வரை நீடிப்பதற்கான வேலைகள் அடுத்த மாதம் (செப்டம்பர்) ஆரம்பிக்கப்படவுள்ளது. இதற்கென 2 மில்லியன் டாலர்களை மாகாண அரசு ஒதுக்கியுள்ளது. காலக்கிரமத்தில் இந்த ரயில் சேவையை நெடுஞ்சாலை ஏழு வரை நீடிக்கவும் திட்டமிடப்பட்டுள்ளது.

ரொறன்ரோ பெரும்பாகத்தில் தற்காலிக வேலை அனுமதிப் பத்திரத்துடன் வேலைக்கு அமரும் வெளிநாட்டினர் தொகை கடந்த நான்கு வருடங்களில் இரு மடங்காக அதிகரித்துள்ளதாக குடிவரவுத் திணைக்கள புள்ளிவிபரம் தெரிவிக்கின்றது. குறைந்த ஊதியத்தில் வேலைபுரிய இவர்கள் தயாராகவுள்ளதால் இவர்களேயே தொழில் வழங்குனர்கள் விரும்புவதே இதற்குக் காரணமாம். அத்துடன் கூடிய நேரம் வேலைபுரியவும் இவர்கள் அனுமதிக்கப்படுகின்றனராம்.

கனடாவின் மூன்று தேர்தல் தொகுதிகளுக்கு அடுத்த மாதம் (செப்டம்பர்) எட்டாம் திகதி இடைத் தேர்தல் நடைபெறவுள்ளது. Guelph, Westmount-Villemarie ஆகிய இரண்டு தொகுதிகளும் முன்னர் லிபரல் கட்சியிடம் இருந்தவை. Saint Lambert தொகுதி புளொக் கியுபெக்கா வசமிருந்தது. இந்த இடைத் தேர்தல் முடிவுகளே விரைவான தேர்தலின் சாதகத்தைத் தீர்மானிக்குமென லிபரல் தலைவர் டியோன் கூறியுள்ளார்.

தென்னாபிரிக்க நீதியாளரும் இந்திய வம்சாவழித் தமிழ் பெண்மணியுமான நவநீதம் பிள்ளை, ஐக்கிய நாடுகள் சபையின் மனித உரிமைகள் ஆணையாளராக நியமனம் பெற்றுள்ளார். மேற்படி சபையின் செயலாளர் நாயகம் பான் கி மூன் செய்த சிபார்சையடுத்து இந்த நியமனம் மேற்கொள்ளப்பட்டது. முன்னர் இப்பதவியை வகித்தவரான கியுபெக் மாகாணத்தைச் சேர்ந்த கனடாவின் முன்னாள் நீதியாளர் லூவிஸ் ஆர்பரின் இடத்துக்கு நவநீதம் பிள்ளை நியமனம் பெறுகிறார்.

பிரிட்டனில் வசிக்கும் வெளிநாட்டவர்கள் கடுமையான குற்றச் செயல்களில் ஈடுபட்டால் நாட்டை விட்டு வெளியேற்றப்படுவர் எனப் பிரித்தானிய அரசு அறிவித்துள்ளது. அந்நாட்டின் 37 வருடகாலப் பழமையான குடியேற்ற விதிகளில் பல மாற்றங்கள் கொண்டு வரப்பட்டுள்ளன. சிறு குற்றம் புரியும் வெளிநாட்டவர் பிரித்தானிய பிரஜாவுரிமையைப் பெற, வழமையிலும் பார்க்க மேலும் 3 ஆண்டுகள் காத்திருக்க வேண்டுமெனப் புதிய விதி தெரிவிக்கின்றது.

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

மகாஜன முன்னாள் அதிபர்
பொ. கனகசபாபதி

அதிபர் பிரயாணம் - 2

நான் பதவி ஏற்ற மூன்று பாடசாலைகளிலும் இந்தப் பொறுப்பேற்றல் வெறும் சம்பிரதாயமாகவே இருந்தது. நான் அவர்களை நம்பினேன். எந்தவிதமான கணக்கெடுத்தலும் இல்லாமல் பொறுப்பேற்றேன். திரு அம்பலவாணர் பாடசாலையை என்னிடம் ஒப்படைத்து விட்டுத் தனது புதிய பாடசாலைக்குச் சென்றுவிட்டார்.

மெல்ல மெல்ல ஆசிரியர்கள் வரத் தொடங்கினார்கள். முதலில் வந்தவர் திருமதி சத்தியமூர்த்தி. உடுவிலில் இருந்து வருபவர். பாடசாலையின் உப அதிபராகவும் பணியாற்றினார். பயிற்றப்பட்ட ஆசிரியராக இருந்த இவரையும் திரு அம்பலவாணர் அவர்களே உற்கல் பல்கலைக்கழகத்தின் பட்டதாரி ஆக்கியவர். வருகின்ற ஆசிரியர்களை திருமதி சத்திய மூர்த்தி அவர்கள் எனக்கு அறிமுகம் செய்து வைத்தார்கள். திரு கந்தசாமி வந்தார். அவர் எனது தமையனாருடன் பலாலி ஆசிரிய கலாசாலையில் கற்றுப் பயிற்றப்பட்ட ஆசியரானவர். பின்னர் ஆங்கிலத்திலும் பயிற்றப்பட்ட ஆசிரியராகியுள்ளார். என்னுடன் சினேக பாவத்துடன் பழகினார். திரு காசிப் பிள்ளை வந்தார். அவர் விஞ்ஞானப் பட்டதாரி. அவர்தான் ஆசிரியர்களுக்கு நேரசூசி தயாரிப்பவர். அன்று மாலை பாடசாலை முடிந்ததும் அவரை அழைத்து நேரசூசியில் எனக்குப் பாடங்கள் போட்டுத் தருமாறு பணித்தேன். அவர் 9ஆம் 10ஆம் தரங்களுக்கு உயிரியல் போதித்தமையால் நான் 7ம், 8ந் தரங்களுக்கு விஞ்ஞானம் கற்பிக்க பாட ஒதுக்கீடு செய்தேன். ஆகவே எனது ஆசிரியப் பணியினில் 7ம் 8ம் தரங்களிற்குப் பாடம் புகட்டியது ஏழாலையில் நான் கற்பித்த அந்த ஆறு மாதங்கள் மாத்திரமே.

இப்பாடசாலையில் ஏறக்குறைய 500 மாணவர்கள் வரை கற்றார்கள். பாலர் கீழ்பிரிவு முதல் 10 ந்தரம் வரை வகுப்புகள் இருந்தன. ஆரம்பம் முதலே அரசாங்கப் பாடசாலையாக அமைந்த பாடசாலைகளில் இதுவும் ஒன்று. மிசனறிகள் அரசாங்கத்தின் ஆதரவுடன் குடா நாடெங்கும் ஆங்கிலப் பாடசாலைகளை ஆரம்பித்து அதன் மூலமாக மதமாற்றம் செய்வதைக் கண்ட நாவலர் பெருமான் துடிந்தெழுந்து போட்டியாக எம்பிள்ளைகள் சைவச் சூழலிலேயே கல்வி கற்பதற்கான நிலையினை ஏற்படுத்த தமிழப்பாடசாலைகளை ஆரம்பித்ததைக் கண்ட பலர் சமூக உணர்வு கொண்ட ஆங்கிலப் பாடசாலைகளைத் தோற்றுவித்தனர். திரு இராசரத்தினம் தலைமையிலான இந்து கல்விச் சபை (Hindu Board) பல தமிழ்ப் பாடசாலைகளையும் முத்துசாமிப் பிள்ளை போன்றோரின் தலைமையிலான இந்துக்கல்லூரி சபை (Hindu College Board) ஆங்கிலக் கல்விக்கான பாடசாலைகளையும் தொடங்கி நிர்வகித்து வந்தன. இவை தவிர ஆங்காங்கே பல தமிழ்ப் பெருமக்கள் பாடசாலைகளை ஏற்படுத்தி மகத்தான கல்வித் தொண்டாற்றினர். நாட்டின் அரசு கூட மெல்லப் பாடசாலைகள் உருவாக்குதலில் பங்கு கொண்டது. அதன் விளைவாக தொகுதி ரீதியாகப் பாடசாலைகளை அமைத்திருந்தது. ஒரு தொகுதிக்கு ஒன்று என்ற வகையில் பாடசாலைகள் இருந்தன. அவற்றில் முதலாந்தர பாடசாலைகள் மத்திய பாடசாலைகள் (Central Colleges) எனவும் ஏனையவை அரசுப் பாடசாலைகள் (Government School) எனவும் அழைக்கப் பட்டன. ஸ்ரான்லி மத்திய கல்லூரி, நெல்லியடி மத்திய கல்லூரி, வசாவிளான் மத்திய கல்லூரி, வேலணை மத்திய கல்லூரி போன்றவை முதலாந் தரப் பாடசாலைகளாக அமைந்தன. பிற்காலத்தில், அவை மகாவித்தியாலயங்கள் என அழைக்கப்பட்டன. அரசுப் பாடசாலைகள் பின்னர் மகா வித்தியாலயங்கள் என அழைக்கப்பட்டன. ஒரேயொரு அரசுப் பாடசாலை மாத்திரம் ஆரம்பம் முதலே விக்ரோறியாக் கல்லூரி என்ற பெயருடன் வழங்கி வருகிறது. ஸ்ரான்லி மத்திய கல்லூரி இப்பொழுது கனகரத்தினம் மகா வித்தியாலயமாகப் பெயர் மாற்றம் பெற்றுவிட்டது.

மெல்ல மெல்ல என் கை வரிசையைக் காட்டினேன்: 1. ஏழாலை மகாவித்தியாலயத்தில் தினசரி காலையில் தேவாரத்துடன் பாடசாலை ஆரம்பிப்பார்கள். அதே போன்று மாலையில் தேவாரம் ஓதுதலுடனும் தான் பாடசாலை கலையும். அதிபர் பதவி ஏற்ற இரண்டாவது நாள் மாலை தேவாரம் நடைபெற்றது. நான் அலுவலகத்தின் முன்னே வந்து நின்று மாணவர்களைப் பார்த்தபடி நின்றேன். பத்தாந்தரம் என் கண்பார்வையில் இருந்தது. மனோகரன் என்ற மாணவன். அவன் பாடசாலையில் ஒரு கதாநாயகன். கலவன் பாடசாலை அல்லவா. தேவாரம் நடந்து கொண்டிருந்த போது அவர் தனது சாகச வேலையைக் காட்டினார். கரும் பலகை துடைக்கும் டஸ்ரரினால் ஒரு பெண்ணின் முதுகில் குறி வைத்து எறிந்தார். பிள்ளைகள் கொல் எனச் சிரித்தனர். நான் தேவாரம் முடியும் வரை நின்று விட்டு நேரே அந்த வகுப்பினுள் பிரவேசித்தேன். ஒரு பேச்சும் இல்லாமல் மனோகரனின் கன்னத்தில் ஓங்கி ஒரு அறைவிட்டேன். எனது அறை எப்படிப் பட்டதாக இருந்திருக்கும் என்பதை நான் சொல்லத் தேவையில்லை'' அவர் நிலை குலைந்து விட்டார். என் கைவிரலில் இருந்த மோதிரம் பறந்து போய் தூரவிழுந்தது. ஒரு பையன் எடுத்துக் கொண்டு வந்து தந்தார். நான் பேசாமல் திரும்பி வந்து விட்டேன். வகுப்பு மாணவர்களுக்கு எனது அறைதலுக்கான காரணம் என்ன என்பது புரிந்திருக்கும். பாடசாலை முழுவதற்கும் செய்தி போயிருக்கும். பரவ அதிக நேரம் எடுத்திருக்காது. நான் எப்படிப் பட்டவன் என்பது எல்லோருக்கும் தெரிந்திருக்கும். மறு நாட்காலை திருமதி சத்தியமூர்த்தி முதல், ஏனைய ஆசிரியர்களும், தேவையான ஆளுக்குத் தேவையான நேரத்தில் நீங்கள் யார் என்பதை உணர்த்தி விட்டீர்கள். இனிப் பாடசாலை சுமுகமாகச் செல்லும் என்றார்கள். அவர்கள் என்னை மகிழ்விப்பதற்காகத் தான் சொன்னார்களோ தெரியவில்லை. ஆனால் அதன் பின்னர் பாடசாலை மிகவும் அமைதியாக நடைபெற்றது என்பதை நான் கூறத் தேவையில்லை.

2. அப்பாடசாலையில் இரண்டு சிற்றூழியர்கள். ஒருவர் அலுவலக உதவியாளர். வைத்திலிங்கம் என்பது அவர் பெயர். இளம் வயதினர். மற்றவர் சற்று வயது போனவர். செல்லப்பா என்பது அவர் பெயர். பாடசாலைக்கு அருகே தான் அவர் இல்லம். அவர் பாடசாலையின் காவலாளி. இருவருக்கும் வயதில் வித்தியாசம் இருந்தாலும் சில பொதுவான அம்சங்கள் காணப்பட்டன. சற்றுத் தண்ணி பாவிக்கும் பழக்கம் உடையவர்கள். இதன் காரணமாக வைத்திலிங்கம் சொல்லாமல் கொள்ளாமல் பாடசாலையில் தான் தொழில் பார்ப்பதையே மறந்து விடுவார். எப்போ வருவாரோ என நான் ஏங்க வேண்டியது.

செல்லப்பாவிற்கு வீடும் பாடசாலையும் வேறு வேறாகப் பார்க்கும் பண்பு இல்லை. ஏழாலை மகாவித்தியாலயத்திற்கு மின்சார வசதியில்லை. ஆகவே காவலாளியான செல்லப்பாவிற்கு ஒரு கைலாந்தர் கொடுக்கப்பட்டது. அதற்கு வேண்டிய மண்ணெண்னைச் செலவுக்கும் பாடசாலை பணம் கொடுத்தது. செல்லப்பா அதிகமான நாட்கள் வீட்டில் தான் காவல் காப்பார். இது பற்றி எனக்குச் சிலர் சொன்னார்கள்.

ஆகவே இவர்கள் இருவரையும் திருத்துகின்ற பணி எனக்கு ஏற்பட்டது. வைத்திலிங்கம் மிக நல்லவர். அப்பாவி. தண்ணீர் அடித்த நேரங்கள் தவிரப் பாடசாலைக்கு வந்தால் மிகவும் கண்ணியத்துடன் செயற்படுபவர். அவரது வேதன உயர்வு ஒழுங்கற்ற வரவு காரணமாக நிறுத்தப் பட்டிருந்தது. ஆகவே அவரைக் கைக்குள் போடுதற்கு அந்த வேதன உயர்வை மீளப் பெற்றுக் கொடுப்பதே சிறந்த வழி என எண்ணினேன். முயற்சி செய்தேன். வெற்றியும் பெற்றேன். வைத்திலிங்கத்திற்கு என்மேல் ஒரு பிரேமை (22ம் பக்கம் வருக)

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

மட்டக்களப்பு திருமலை ஆயருக்கு ரொறன்ரோவில் வெள்ளி விழா வரவேற்பு

கடந்த மாதம் கனடாவுக்கு வருகை தந்த மட்டக்களப்பு திருமலை ஆயர் கலாநிதி கிங்ஸ்லி ஜோசப் சுவாம்பிள்ளை அவர்களுக்கு, அவரது ஆயர்பணியின் வெள்ளி விழாவை முன்னிட்ட பாராட்டு வரவேற்பு வைபவம் ரொறன்ரோவில் நடைபெற்றது. கிளயர்போட் விருந்து மண்டபத்தில் யூலை 13 திகதி இவ்வைபவம் இடம்பெற்றது. ஆயர் அவர்களின் உறவினர்களும், கனடியவாழ் நண்பர்களும் இந்த நிகழ்வை ஏற்பாடு செய்திருந்தனர். பேராசிரியர் கலாநிதி ஜோசப் சந்தரகாந்தன், வணபிதா. பி அலோஷியஸ், வணபிதா. அருள்நேசன், திரு எஸ். திருச்செல்வம், கலாநிதி இ. பாலசுந்தரம், திருமதி. விஜிதா வலன்ரைன், வலன்ரைன் நிக்கலஸ், வணபிதா. எப். இராஜரத்தினம் ஆகியோர் இங்கு பல்வேறு உரைகளையும் நிகழ்த்தினர். இலண்டனில் வசிக்கும் அமுதுப் புலவர் எமுதிய பாராட்டுக் கவிதையை சோம சச்சிதானந்தன் ராகத்துடன் பாடி வாழ்த்தினார். ஆயர் கிங்ஸ்லி சுவாம்பிள்ளை அவர்கள் இன்றைய கிழக்கிலங்கையின் நிலைமையைத் தமது உரையில் மேலோட்டமாகப் படம்பிடித்துக் காட்டினார். வெள்ளிவிழா நினைவாக, 'சேவையின் திருவடிவம்' என்னும் சிறப்பு மலரும் வெளியிடப்பட்டது. இரவு விருந்துடன் வைபவம் நிறைவெய்தியது. (ஒளிப்படங்கள்: கௌதம் போட்டோ)

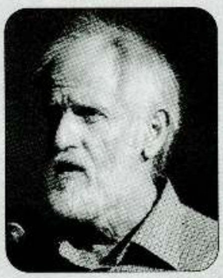
Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

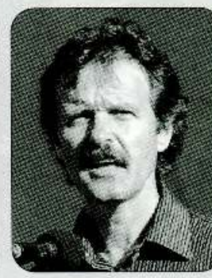
கனடியத் தமிழ் வானொலியின் (CTR) நட்சத்திரப் பெருவிழா

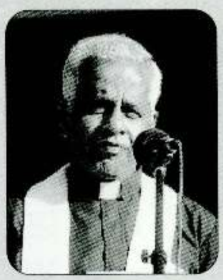
கனடியத் தமிழ் வானொலியின் இவ்வருட நட்சத்திரப் பெருவிழா கடந்த மாதம் 12,13ஆம் திகதிகளில் ரொறன்ரோ சி.என்.ஈ அரங்கினில் நடைபெற்றது. நடனங்கள், நாடகங்கள், இசையரங்குகள், மாணவர் தமிழ்-ஆங்கில மொழிப் போட்டிகள் பல்வேறு வயதினருக்குமான விளையாட்டுப் போட்டிகள் என நிகழ்ச்சிகள் அமைந்திருந்தன. வர்த்தகச் சாலைகள், உணவகங்களுடன் போட்டியாக இளநீர், நுங்கு மற்றும் றம்புட்டான், மங்குஸ்தான், ஜம்புப் பழ வகைகளின் விற்பனை இடம்பெற்றது. திரைப்பட இயக்குனர், தமிழீழ உணர்வாளர் தங்கர்பச்சானின் சிறப்புரை இரண்டாம் நாள் இடம்பெற்றது. இரு நாட்களும் முன்னைய விழாக்களை விடப் பெருமளவில் பார்வையாளர்கள் திரண்டு சமூகமளித்திருந்தனர். (ஒளிப்படங்கள்: கோகுலன்)

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

கறுப்பு யூலை 1983 - 25வது ஆண்டு
ஸ்காபரோ அரங்கில் நினைவுகூரல்







சிறீலங்கா அரசு தமிழ்மக்கள் மீது கட்டவிழ்த்துவிட்ட இனப்படுகொலை நடைபெற்ற கறுப்பு யூலை 1983இன் 25வது ஆண்டு நினைவு கூரல் நிகழ்ச்சி கடந்த மாதம் 25ஆம் திகதி ஸ்காபரோ நகரசபை முன்றலிலுள்ள அல்பேர்ட் காம்பல் சதுக்கத்தில் நடைபெற்றது. ஆறாத் துயர் நிறைந்த கறுப்பு யூலைச் சம்பவத்தை ஆயிரம் வரையானவர்கள் ஒன்று சேர்ந்து பகிரும் வகையில் நிகழ்ச்சிகள் ஏற்பாடாகியிருந்தன. கனடியத் தமிழர் பேரவை இதனை ஏற்பாடு செய்திருந்தது. இந்த நிகழ்வினை முன்னிட்டு ஏற்பாடு செய்யப்பட்டிருந்த இளையோர் கட்டுரைப்போட்டி, சிறுகதைப் போட்டி ஆகியவற்றில் வெற்றி பெற்றோருக்கான பரிசுகளும் இங்கு வழங்கப்பெற்றது. (ஒளிப்படங்கள்: நன்றி - தமிழ்நாதம்).

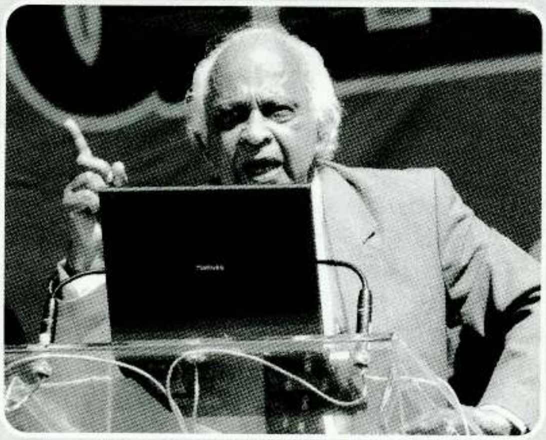
Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

ஒரு லட்சம் தமிழீழ உணர்வாளர்கள் திரள

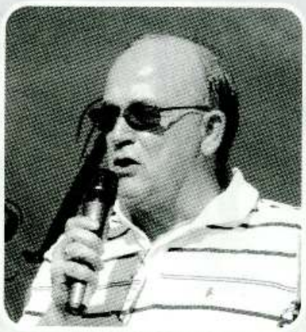
கடந்த மாதம் (யூலை) 5ஆம் திகதி ரொறன்ரோ தமிழர்கள் கன
குறுகிய கால அறிவித்தலாயினும், பல்வேறு தடைகளையும் த
திரண்டு பேரெழுச்சியுடன் பொங்கு தமிழைப் பிரவாகம் கொள்
கட்டத்தில் நிரம்பி வழிந்து தலைகடலாகக் காட்சியளித்தது.
கொடிகள்; தமிழீழத் தேசியத் தலைவரின் உருவப் படம்; தமிழீழ
மஞ்சள் நிறக் குடைகள், இதே வர்ணத்திலான தொப்பிகள்.
அரங்குகூட சிவப்பு மஞ்சள் நிறங்களால் நீக்கமற
ஆஸ்திரேலியாவிலிருந்து வைத்தியகலாநிதி பிரையன் செனிவ
ஜனாதிபதி சந்திரிகா குமாரதுங்காவின் மைத்துனர் உறவு மு
மேலும் எழுச்சி கொள்ளச் செய்தது. ரொறன்ரோ மத்தி, ஸ்காப
கழக உறுப்பினர்கள் வானம்பாடிகளுடன் இணைந்து பொங்கு
உற்சாகமூட்டினர். கனடிய தமிழர் சமூகப் பிரதிநிதிகளின் உ
பிரகடனத்துடன் நான்கு மணிநேர நிகழ்வு முடிவு பெற்றது. 'ஒளி

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

ரண்டெழுந்த ரொறன்ரோ பொங்கு தமிழ்



ள் கனடிய மண்ணில் ஒரு வரலாற்றினை எழுதினர். 24 நேர
ளயும் தாண்டி, ஒரு லட்சத்துக்கும் அதிகமானவர்கள் ஒன்று
கொள்ளச் செய்தனர். ரொறன்ரோ டவுன்ஸ்வியு திடல், ஒரு
ிதத்து. அனைவர் கரங்களிலும் மஞ்சள் சிவப்பு வர்ணக்
தமிழீழ எல்லையைக் குறிக்கும் வரைபடம் பொறித்த சிவப்பு
பிகள். அறுபது அடிக்கும் மேலான நீளம் கொண்ட பாரிய
கமற அலங்கரிக்கப்பட்டிருந்தது. சிறப்புரையாற்றவென
செனிவரத்தின வந்திருந்தார். சிங்கள தேசத்தின் முன்னாள்
றவு முறையான இவரது நாற்பது நிமிட உரை, மக்களை
ஸ்காபரோ, பீல் ஆகிய பிரதேசங்களின் கலை பண்பாட்டுக்
பாங்கு தமிழ்க் கீதங்கள் இசைத்து, தமிழுணர்வாளர்களை
ன் உரைகள் சுருக்கமாக இடம்பெற்றன. பொங்கு தமிழ்ப்
து. (ஒளிப்படங்கள்: கோகுலன்)



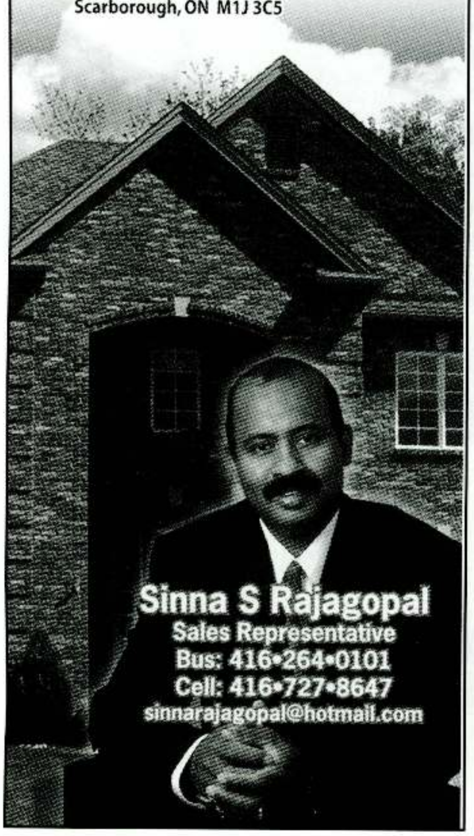
Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

இது உங்களுக்கு...!

வீடு வாங்கும் போதோ அல்லது விற்கும் போதோ
இந்த சன்மானம் உங்களுக்கு உறுதியாகிறது!
(நேரடியாக தொடர்பு கொள்பவர்களுக்கு மாத்திரமே)

HOMELIFE
HIGHER STANDARDS

HomeLife/ Future Realty Inc.
Realtor Member
262 Markham Road
Scarborough, ON M1J 3C5



'தமிழ் ஸ்டார்' வானொலி ஆரம்பநாள் வைபவம்

ரொறன்ரோவில் புதிதாக ஆரம்பமாகியுள்ள 'தமிழ் ஸ்டார்' வானொலிச் சேவையின் ஆரம்பநாள் வைபவம் கடந்த மாத நடுப்பகுதியில் ஸ்காபரோவிள்ள அதன் ஒலிபரப்புக்கூடத்தில் இடம்பெற்றது. கலைஞர் கே. எஸ். பாலச்சந்திரன் அன்றைய நிகழ்ச்சிகளைத் தொகுத்து ஒலிபரப்பினார். சமூகத்தின் முக்கிய பிரமுகர்களுடன், ரொறன்ரோவின் தமிழ் ஊடகத்துறையினர் பலரும் பங்குபற்றித் தங்கள் வாழ்த்துகளை நேரடியாகவும் அலைவரிசையிலும் தெரிவித்தனர். நிகழ்வின் சில காட்சிகளை இப்பக்கத்தில் காணலாம்.
(ஒளிப்படங்கள்: 'டிஜி கிராபிக்' கருணா)

Digitized by Noolaham Foundation
noolaham.org | aavanaham.org

பெண்ணின் பொழுது - 5

சிவாஜினி பாலராஜன்

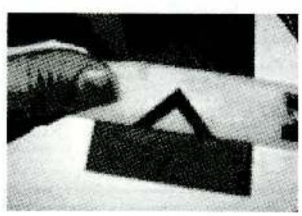
சென்ற இதழ் தொடர்ச்சி

கடதாசியை பலவழிகளில் நாம் வெட்டலாம். இதில் ஒரு முறை கடதாசியை சமச்சீராக மடித்து உருவத்தை வரைந்து வெட்டுதல். இவ்வாறு ஒரு பூவை வெட்ட வேண்டும் எனின் முழுப்பூவின் உருவத்தையும் வரைய வேண்டியதில்லை. பூவின் அரைவாசியை வரைந்து அதனை கத்தரிக்கோல் கொண்டு வெட்டிவிட்டு அந்தக் கடதாசியை விரித்தால் அந்தப் பூ முழுமையானதாக கிடைக்கும். இன்னொருவகை கடதாசி வெட்டும் முறை வலைப்பின்னல் வேலை என்று சொல்லப்படும். இதில் வெட்டப்பட்ட கடதாசி லேஸ் மதிரி உருவத்தில் வரும். இவை சாதாரண முறைகள் என்பதால் இவற்றிற்கு விளக்கம் அளிக்கப்படவில்லை. இப்போது எவ்வாறு கீழ்காட்டப்பட்டிருக்கும் பின்னல் வேலைப்பாட்டை வெட்டி எடுக்கலாம் என்று பார்ப்போம்.

தேவையான பொருட்கள்:
வெள்ளை கடதாசி மட்டை, சிவப்பு அல்லது விரும்பிய நிறத்தில் ஒரு கடதாசி, சதுரக் கோடு போட்ட கடதாசி (அரை அங்குல சதுரம்), கத்தி (exacto knife), கட்டிங் போட் என்று சொல்லப்படும் பிளாஸ்ரிக் போட் (cutting board) ஒட்டுவதற்கு பசை.

சதுரக் கோடுபோட்ட ஒரு கடதாசியினை எடுத்து அதனை நீளப்பாடாக அரைவாசியாக் மடித்து வெட்ட வேண்டும். அதேபோல் அதே அளவான நிறக் கடதாசி ஒன்றினையும் எடுத்து சரியாக இரண்டு கடதாசிகளும் ஒன்றாக பொருந்தும் படி வைத்து மடிக்க வேண்டும். இவ்வாறு மடிக்கும் போது சதுரக் கோட்டுக் கடதாசி வெளிப்புறமாயும் கோடற்ற கடதாசி உள்புறமாயும் இருக்க வேண்டும். பின்னர் சதுரக்கடதாசியில் மூன்று சதுரங்களின் மூலைவிட்டங்களை இணைத்து படத்தில் காட்டியதுபோல் வெட்ட வேண்டும். அடுத்தது இரண்டு சதுரங்களின் மூலைவிட்டங்களையும் அடுத்தது மீண்டும் மூன்று பின்னர் இரண்டு மீண்டும் மூன்று இரண்டு இப்படி தொடர்ந்து கடதாசி முடிவுக்கு வரும் வரை வெட்ட வேண்டும். (படம் 1)

வெட்டிய கடதாசியை எடுத்து சதுரக் கோடிட்ட கடதாசியை அகற்றிவிட்டு இந்தக் கடதாசியை மேசையில் வைத்து அழுத்தி மட்டமாக்கவும். பின்னர் கூரைப்பக்கம் மேல் நிற்கக் கூடியதாக மேசையில் வைத்து முதலாவது வெட்டை தவிர்த்து இரண்டாவது முக்கோணம் மூன்றாவது வெட்டை தவிர்த்து நாலாவது முக்கோணம் இவ்வாறு ஒன்றைவிட்டொன்றாக அந்த முக்கோணங்களை எதிர்ப்புறமாக மடிக்கவும். (படம் 2) பின்பு மடித்த நுனிகளை கூரை போல் நீட்டிக் கொண்டிருப்பதன் கீழ் தள்ளி விடவும். படம் 3ல் காட்டப்பட்டபடி அமையும். இதனை கடதாசி மட்டையில் ஒட்டவும்.



இங்கு கீழே காட்டப்பட்டிருக்கும் பூவும் பறவையும் கிரிகாமி முறையில் வெட்டப்பட்டுள்ளன. இதில் கடதாசியில் இரண்டு பூக்கள் வரையப்பட்டுள்ளன. ஒரு பூ மிகவும் சாதாரணமானது. இதனை வரைவதிலும் கஸ்ரம் இல்லை அதேசமயம் வெட்டுவதும் சுலபம். பூவை முழுமையாக வெட்டி காம்பினை முடிவில் வெட்டாது அந்த பூவினை மடித்து எழும்பி நிற்பது போல் வரச் செய்யவேண்டும். இரண்டாவது பூ கீறும் போதே அவதானம் தேவை. இலைகள் இரண்டிலும் படத்திலுள்ளது போல் வெட்டுக்கள் கீறவேண்டும். ஏனெனில் அவை பறவையின் செட்டையாக உருமாறப் போகின்றன. இரண்டாவது பூவில் காம்பு பறவையின் அலகாயும் இலைகள் செட்டைகளாயும் அழுத்தி மடிக்க வேண்டும். அலகு மடிக்கும் போது முகத்தருகில் தடிப்பாயும் நுனி மிகவும் மெல்லியதாயும் வரும்படி உருட்டி முப்பரிமாண அமைப்பு வருவதுபோல் மடிக்க வேண்டும். பெரிய இலைகள் இரண்டும் பறவையின் செட்டையாகவும் பூவினை நுனிப்பக்கத்தை வாலுக்கும் மத்தியபக்கத்தை மடித்து உருட்டி உடம்பாகவும் அழுத்தி மடிக்கவும். இதில் வாசித்து செய்து பார்ப்பது சிரமமாக இருந்தால் இவ்விதழ் வெளிவந்தபின் இணையத் தளத்தில் http://sbalarajan.blogspot.com என்ற முகவரியில் மேலதிக விளக்கங்களைப் பார்க்கலாம்.

HERITAGE Education Funds
RESP
SAVINGS PLAN
கல்விச் சேமிப்புத் திட்டம்

Your are eligible to apply for and Education Savings Grant of up to $7,200 per child

Your savings are more safe and secure

Your can start with a small amount

it's a more flexible plan

EDUCATION IS A GREAT GIFT FOR YOUR FUTURE GENERATIONS

உங்கள் பிள்ளைகளின் கல்விக்கான சேமிப்பு உங்கள் எதிர்கால தலைமுறைக்கான முதலீடு

WWW.KERUDAVIL.COM

INCOME TAX PREPARATION

Personal Income Tax
Small Business Income Tax
Computerized Returns

Graphic Land - 647. 219. 7576

S.Ganthiy
B.A. Srilanka
Enrollment Officer

416. 841. 1866
416. 955. 9303
E.mail: ganthiy@rogers.com

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

அதிபர் பிரயாணம்..

ஏற்பட இது காரணமானது. தினசரி 8:00 மணிக்கெல்லாம் நான் பாடசாலை சென்று விடுவது வழக்கம். அவரும் பாடசாலை வருகிற நாட்களில் வெள்ளண வந்து விடுவார். ஆகவே எனக்கு அவருடன் பேசக் கூடிய சந்தரப்பம் நிறையவே கிடைத்தது. நிறைய அறிவுரைகள் கூறுவேன். அவருக்கு லீவு தேவை என்றால் கூடப் பாடசாலை வந்து காலையில் செய்ய வேண்டிய வேலைகளைச் செய்து விட்டு என்னிடம் சொல்லி விட்டுச் சென்றால் அதனை கடமையாற்றிய நாளாக நான் செய்வேன் எனவும் கூறினேன். மெல்ல மெல்ல எனது அறிவுரைகள் வேலை செய்தன. ஆச்சரியம் என்னவென்றால் நான் அங்கு கடமை ஆற்றிய காலத்தில் அவர் குடிப்பதையே நிறுத்திவிட்டார். ஆனால் நான் பாடசாலையை விட்டு நவம்பர் மாதத்தில் விலகினேன். மீண்டும் திரு அம்பலவாணர் அதிபராகப் பதவி ஏற்றார். திரு வைத்திலிங்கம்; 'பழைய கிழவி கதவைத் திறவடி' கதைதான்.

செல்லப்பா பார்வைக்கு கள்ளங்கபடமற்றவராகவே தெரிந்தார். ஊர்ப் பாடசாலை. ஆகவே எல்லோருக்கும் பரிச்சயமானவர். இரவு நேரங்களில் பாடசாலையில் இருந்தாலென்ன வீட்டில் இருந்தாலென்ன என அவர் எண்ணினார். ஆனால் ஊரவர்கள் இதனை அங்கீகரிப்பதாக இல்லை. பாடசாலையில் திருட்டுக்கள் ஒன்றும் நடைபெறாவிட்டாலும் அவர் கட்டாயமாகப் பாடசாலையில் இருந்து தானே ஆகவேண்டும். நான் ஒரு யுக்தியைக் கையாண்டேன். சில நாட்களில் இரவு வேளைகளில் பாடசாலைக்குச் சென்று பார்ப்பேன். நான் வந்ததை அறிவிக்கு முகமாக பாடசாலை மணியினை பலமுறை அடிப்பேன். செல்லப்பா வேர்க்க விறுவிறுக்க ஓடோடி வருவார். அவர் பாடசாலையில் இல்லை என்பது தெரிய வரும். ஆனால் நான் அதற்காக ஒரு நடவடிக்கையும் எடுக்கவில்லை. ஆனால் செல்லப்பாவிடம் அவர் பணியாற்ற வந்த நேரம் முதல் பணியில் இருந்து வீடு செல்கின்ற வரை ஒவ்வொரு மணித்தியாலமும் பாடசாலை மணியினை ஓங்கி அடிக்க வேண்டும் எனப் பணித்தேன். இதன் மூலமாக ஊரவர்களின் கவனம் ஈர்க்கப்பட்டது. அவர்களால் செல்லப்பா பாடசாலையில் உள்ளார் எனத் தெரிந்து கொள்ள முடிந்தது. ஆனால் நான் இரவு நேரங்களில் பாடசாலை சென்று வருவது பற்றிய செய்தி சண்டிலிப்பாய் வரை சென்றது. எனது தாயாரை வார இறுதிநாள் என் வீட்டினுக்கு வரச் செய்து விட்டது.

சண்டிலிப்பாயில் எமது இல்லத்திற்கு இரண்டு வீடுகள் தள்ளி ஆசிரியர் தில்லையம்பலம் வாழ்ந்து வந்தார். இவர் தொழிற்கல்வியில் பயிற்றப்பட்டு ஏழாலை மகாவித்தியாலயத்தில் அத்துறையினுக்கு ஆசிரியராக நியமனம் பெற்றவர். நீண்டகாலம் அப்பாடசாலையில் சேவை செய்த ஆசிரியர் பின்னர் அப்பாடசாலையில் தற்காலிக அதிபராகவும் கடமையாற்றி ஓய்வு பெற்றார். அவர் எனது அன்னையாரைக் கதிகலங்க வைத்துவிட்டார். "ஏழாலையாரைப் பற்றித் தெரியாது உன் மகனுக்கு. என்ன துணிவில் இரவு வேளைகளில் அங்கு போகிறான். ஒரு முறை ஆசிரியர் ஒருவருக்குப் பாடசாலைக்கே வந்து கலைத்துக் கலைத்து அடித்தவர்கள் அந்த ஊர்க்காரர்கள்." என்றார். அம்மா வீட்டிற்கு வந்து எனது மனைவியிடம் தான் முறையிடுவார். என்னோடு பேசுவதற்குப் பயம். என் மனைவியோ வித்தியாசமானவர். நான் எது செய்தாலும் அதற்கு நூறு வீதம் அல்ல நூற்றி ஐம்பது விகிதம் உறுதுணையாய் நிற்பவர். அம்மா சொன்னதைச் சிரித்தபடியே என்னிடம் கூறினார். அம்மா மாத்திரம் அல்லாமல் எனது நண்பர் சுந்தரராஜனும் இது விசயமாக வீட்டிற்கு வந்து விட்டார். அவர்கள் வழக்கமாக உபயோகிக்கும் கார்ச் சாரதியும் இது பற்றி அவர்களிடம் எச்சரித்துள்ளார். ஆனால் நான் மாறவில்லை. எனது இரவு நேரப் பிரயாணம் இடையிடையே நடக்கவே செய்தது.

3. கல்வி ஆலோசகர் இராசா வந்தார்: இப்பாடசாலையில் சமூகக்கல்வி போதித்தவர் திருமதி பொன்னம்பலம். அவர் இலங்கைப் பல்கலைக்கழகப் பட்டதாரி. உள்ளூர்வாசியும் கூட. பாவம், அவருக்கு மகப்பேற்றின் போது ஏற்பட்ட பாரிச வாதம் காரணமாக வலப்பக்கக் காலும் கையும் பாதிக்கப்பட்டுவிட்டது. ஆனால் குரலிலோ ஏனைய செயற்பாடுகளிலோ எவ்வித பாதிப்பும் இல்லை. மாணவர்களுக்கு அவர் குறைபாடு அனுகூலமாகி விட்டது. வகுப்பு ஒழுங்காட்சி பெரிதளவு பாதிக்கப்பட்டது. இதற்கு என்ன செய்வது என எண்ணியபின் திரு காசிப்பிள்ளையிடம் சொல்லி நேரசூசியில் சிலமாற்றங்கள் செய்ததுடன் வகுப்பறைகளின் ஒழுங்குகளிலும் மாற்றம் செய்தேன். திருமதி பொன்னம்பலம் கற்பிக்கும் வகுப்புக்கள் எனது அலுவலகத்தின் நேரடிப் பார்வைக்கு இலக்காக அமைந்தன. அதனால் மாணவர்கள் யாராவது வகுப்பில் குழப்படி செய்தால் நான் அவர்களைக் கண்டு தண்டித்தேன். வகுப்புக்கள் ஒழுங்காய்ப் போய்க் கொண்டிருந்தன. (இன்னும் வரும்)

யசோ சின்னத்துரை
கனடிய சட்டத்தரணி

வீடு
காணி
வர்த்தகச் சட்டம்

The Law Offices of
Yaso Sinnadurai
Barrister & Solicitor, Notary Public

Real Estate Law
Residential &
Commercial
Business Law

Tel: 416 265 3456 **Fax: 416 265–2770**

2100 Ellesmere Road, Suite 202, Scarborough ON M1H 3B7 (Markham & Ellesmere)

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

சிந்தனைப் பூக்கள்

எஸ். பத்மநாதனின் தொடர் 23

சிட்டுக்களே வாருங்கள்!

அன்பான சிட்டுக்களே!

நீங்கள் வருடாந்த விடுமுறை காலத்தைக் கழித்தவாறு உள.ளீர்கள்! எனினும், ஏனைய காலங்களைப் போல உங்களுக்கு வீட்டு வேலை (Home Work) வழங்கப்படவில்லை. நீங்கள் வேறு வேறு இடங்களுக்குச் செல்கின்றீர்கள், உல்லாசப் பயணங்களில் கழிக்கின்றீர்கள், உறவினர் இல்லங்களுக்கு செல்லுகின்றீர்கள். இந்த காரணங்களைக் கூறி உங்கள் பெற்றோர்கள் ரொறன்ரோ கல்விச் சபையை வேண்டிக் கொண்டதற்கிணங்கவே இந்நடைமுறை வந்துள்ளது. எனினும், இத்திட்டத்தினை நல்ல முறையில் பயன்படுத்த வேண்டியது உங்கள் பொறுப்பு.

சிட்டுக்கள் கூடுகின்ற ஒரு இடத்திற்கு மாமா சென்றிருந்தார். அனைவரது கைகளிலும் விளையாட்டுக் கருவிகள் இருந்தன. அவர்கள் இதனை பிசிபி என்று கூறினார்கள். அதாவது கொண்டு செல்லக் கூடிய விளையாட்டுக் கருவி (Play Station Portable) என்ற அர்த்தமே அதற்குண்டு. இதில் பல வேறுபாடான விளையாட்டு கருவிகளைக் கூறினார்கள். விலை 50 டாலர்கள் முதல் 200 டாலர்கள் வரை செலவானதையும் கூறினார்கள். பிறந்த நாள் பரிசாக இவற்றினை பெறுகின்றதனையும் இதனைத் தொடர்ந்து விளையாட மேலும் பல டாலர்கள் தேவைப்படுவதாகவும் கூறினார்கள். இன்று விளையாட்டுகள் கைகளுக்குள் வந்துவிட்டன.

அன்பான சிட்டுக்களே! விளையாட்டுகள் (Games) விளையாடத்தான் வேண்டும். ஆனால் அதற்கு அடிமைப்பட்டு விடாதீர்கள் என்பதே மாமாவின் அறிவுரை. உங்கள் கண்களையும் கருத்துக்களையும் அதில் சிதைத்து விடாதீர்கள். அதில் வருகின்ற விகாரமான உருவங்கள் (Monster) உங்களையும் மாற்றி விடலாம்.

பொதுவான அவதானிப்பில் ஆண் சிட்டுக்களே இதில் ஆர்வம் காட்டுகின்றனர். தெரிந்த பெண் சிட்டு ஒருவரிடம் மாமா கதை கொடுத்தார். நீங்கள் இந்த விளையாட்டுகளில் ஈடுபடவில்லையே! ஏன்? என்றார். பதில் இப்படி வந்தது. இவர்கள் பல மணி நேரங்களை இதில் செலவு செய்கிறார்கள், வேறு அவதானம் செய்ய முடிவதில்லை. சிலவேளைகளில் என்ன உணவு உண்ணுகிறார்கள் என்றே தெரிவதில்லை, சோபாவில் படுத்துக் கிடந்தே விளையாடுகிறார்கள், எந்தப் புத்தகங்களையும் கையில் தொடுவதில்லை, நிதானமாக எதனையும் செய்வதில்லை - இப்படிப் பல உண்மைகளைக் கூறினார்.

சிட்டுக்களே! உங்கள் விடுமுறை காலத்தில் நல்ல சில விடயங்களில் ஈடுபட்டுப் பாருங்கள். நூல் நிலையம் செல்லுதல், முக்கிய சிலரது வாழ்க்கை வரலாறுகளைத் திரட்டுதல், செயற்திட்ட வேலை (Projects) ஒன்றினை ஆரம்பித்தல், உடற்பயிற்சி செய்தல் என்பவற்றில் நேரத்தினைச் செலவு செய்யுங்கள். இதனைவிட இசையை ரசித்தல், மாலைவேளைகளில் வெளியே சென்று வருதல், பெற்றோர்களுக்கு உதவி செய்தல், சிறியவர்களுக்குப் பாடம் சொல்லிக் கொடுத்தல் என்பவற்றினை செய்யுங்கள். முற்று முழுதாக காவிச் செல்லும் விளையாட்டுக் கருவிகளில் மூழ்கிப் போகாதீர்கள். நீண்டகாலக் கல்விக்கு இவை உதவ மாட்டா. உங்களின் ஆற்றல்களை வெளிக்காட்டப் பல வழிகள் உண்டு.

மீண்டும் சந்திப்பேன்.

The Law office of

GARY

Anandasangaree

416 321 1100

Gary Anandasangaree

Barrister and Solicitor

10 Milner Busines Court

Suite: 210

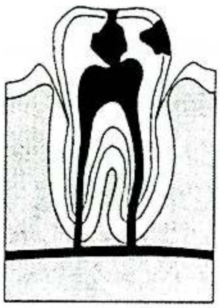
Toronto, ON. M1B 3C6

Phone: 416 321 1100

Fax: 416 321 1107

gary@galaw.ca

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



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.

RAINBOW VILLAGE DENTAL OFFICE

2466 Eglinton Avenue East, Unit:7
Scarborough, Ontario. MIK 5J8
Monday to Saturday
Near Kennedy Subway (Rainbow VillageBuilding)

(416) 266 5161

Main Square Dental Office

7-2575 Danforth Avenue
Toronto, Ontario. M4C 1L5

Dr. Shan - Tuesday (morning)
Dr. Yao San (Tue, Fri & Sat
Dr. Brian (monday)
Dr. May (wednesday)

(416) 690 0121

EARLY CHILDCARE ASST. (ECA)
100% Guarantied Co-op placement
JOB OPPORTUNITIES
- *Child Care Assistant*
- *Child Care Worker*
- *Day Care Worker / Teacher*
- *Preschool Worker*
- *Infant Day Care Worker*

COMPUTERIZED ACCOUNTING
JOB OPPORTUNITIES
- *Accounting Assistant*
- *Accounts Manager*
- *Accounts payable clerk*
- *Accounts Receivable Clerk*
- *Payroll clerk*

PERSONAL SUPPORT WORKER (PSW)
100% Guarantied Co-op placement
JOB OPPORTUNITIES
- *Personal Support Worker*
- *Home Support Worker*
- *Personal Care Attendant*
- *Resident Care Aid*
- *Nursing Assistant*

MEDICAL OFFICE ADMIN (MOA)
JOB OPPORTUNITIES
- *Medical Office Assistant*
- *Medical Admin. Asst.*
- *Medical Receptionist*
- *Medical Secretary*
- *Hospital Ward / Unit Clerk*

BUSINESS ADMINISTRATION
JOB OPPORTUNITIES
- *Administrative Assistant*
- *Office Assistant*
- *Office Administrator*
- *Management Trainee*
- *Executive Assistant*

NETWORK ENGINEERING
JOB OPPORTUNITIES
- *Network Administrators*
- *Systems Administrators*
- *Technical Support Specialists*
- *Helpdesk Support*
- *LAN Administrators*

Shaping careers for over 15 years

Changing your life begins with us.....

Week-ends & Evening Courses
Canadian Security Courses,
QA / Software Testing, AccPac, Quick books, Ms Office,
Visual Basic, C++, Visual C#, .Net, A+, MCP, MCSE, CCNA

Financial Assistance
Financial Assistance may be available for those who qualify.
We welcome:
- Social Assistance receipients
- EI - currently receiving / received receipients
- Maternity benefits received receipients

Computek College

BUSINESS • HEALTH CARE • TECHNOLOGY

Kennedy / Sheppard
(North-East Corner)
Tel: 416-321-9911
2347, Kennedy Road, Suite 301
Scarborough, ON., M1T 3T8

Kennedy / Eglinton
N/W Corner, Above Liberary
Tel : 426.285.9941
2390 Eglinton Ave East, Suite 248
Scarborough ON.,M1K2P5

Digitized by Noolaham Foundation
noolaham.org | aavanaham.org

எஸ். காந்தி

23

வெள்ளிப் பணம் - டாலர்

வெள்ளிப்பணத் தொடரில் இம்முறை நாம் வாழும் நாட்டின் பொருளாதார நடவடிக்கையின் ஏற்ற இறக்கங்களை அறிந்து கொள்வதற்கு முயற்சிப்போம். இந்தவகையில் முதற்படியாக சில சொற்களுக்கான விளக்கங்களைப் புரிந்து கொள்ளுதல் அவசியமாகின்றது. பொருளாதாரத்தினை ஒரு பாடமாக கற்றவர்களுக்கு இது ஒரு சலிப்புத்தட்டும் விடயமாக இருந்தாலும். பலதரப்பட்ட நிலையில் உள்ளவர்களின் நலன் கருதி இது எழுதப்படுகின்றது.

மொத்தஉள்நாட்டு உற்பத்தி (Gross Domestic Product) GDP என்று சுருக்கமாக ஆங்கிலத்தில் அழைக்கப்படுகின்றது. இது ஒருவருடத்தில் கனடாவில் உற்பத்தி செய்யப்படும் சகலவிதமான பொருட்கள் சேவைகளை பணரீதியாக மதிப்பீடு செய்யப்படுகின்றது. பொதுவாக இது ஒரு நாட்டின் பொருளாதார வளர்சியினை அளவிட்டுக்காட்டும் அடிப்படையான அளவீட்டுக்கருவியாக இருக்கின்றது.

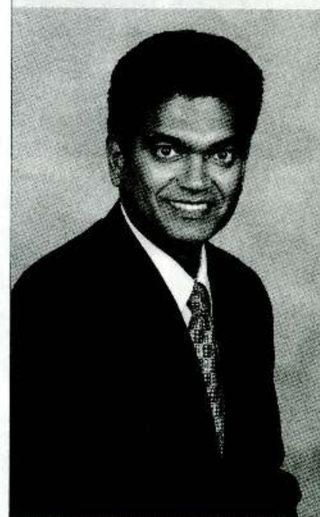
அடுத்துவரும் சொற்பதமாக நாம் பார்க்க வேண்டியது வேலையற்றோர் விகிதாசாரம் (Unemployment rate) இந்த வேலையற்றோர் விகிதாசாரம் ஒரு நாட்டின் ஆரோக்கியமான பொருளாதாரமாக இருக்கின்றதா என்பதினை நாடிபிடித்து பார்க்கும் விடயமாகும். ஒரு நாட்டில் வேலையற்றவர்களின் தொகை அதிகமாக இருப்பது ஆபத்தான விளைவுகளை உருவாக்கும்.

அடுத்ததாக நாம் சாதாரண வார்த்தையில் கூறும் விடயம் விலைவாசி உயர்வுகள். இதனை பொருளியல் வார்த்தையில் பணவீக்கம் (Inflation) என அழைப்பர். உலக சந்தையில் தற்பொழுது மசகு எண்ணையின் விலை உயர்வால் பெரும்பாலான எல்லா நாடுகளிலும் பணவீக்கம் ஒரு பாரிய பிரச்சனையாக இருப்பதாக அறிகின்றோம். இது கனடாவினையும் பாதித்திருக்கின்றது. இந்த பணவீக்கத்தினை அளவிடும் கருவியாக நுகர்வோர் விலைச்சுட்டெண் (Consumer Price Index) அமைகின்றது. இதனை ஆங்கிலத்தில் CPI என சுருக்கமாக அழைப்பர். கனேடிய புள்ளிவிபர திணைக்களம் மாதாந்தம் இந்த CPI கணிப்பீடு செய்கின்றது. மக்கள் பாவிக்கும் 600 வகையான பொருட்கள் சேவைகளின் விலைகளை அடிப்படையாக கொண்டு கணிபீடு செய்யப்படுகின்றது. கனடாவில் 40 வருட வரலாற்றில் 1981ஆம் ஆண்டு பணவீக்கம் 12.4 சதவீதத்தினை அடைந்திருக்கின்றது. சராசரியாக 2000ஆம் ஆண்டில் இருந்து பணவீக்கம் 2.7 சதவீதமாக இருக்கின்றது.

அடுத்ததாக எல்லோருக்கும் தெரிந்தவிடயமாக வட்டிவீதம் (Interest Rate) கடன்பட்டுத்தான் கனடாவில் வாழவேண்டும் என்கின்ற நிலையில் இதன் தாக்கம் தெரிந்து கொண்டாலும், கனடாவின் பொருளாதாரத்தில் இதன் தாக்கம் எப்படியானது என்பது முக்கியமாகின்றது. வட்டிவீதம் குறைவாக இருக்கும் போது முதலீடுகள் அதிகமாக இருக்கும். பொருளாதார நடவடிக்கைளும் சுறுசுறுப்பாக இருக்கும். ஆனால் மறுபக்கத்தில் இது பணவீக்க நடவடிக்கைக்கு இட்டுச் செல்லபார்க்கும். இந்த நிலையில் கனடாவின் மத்திய வங்கி (Bank of Canada) கனடாவின் பொருளாதார நலனின் அக்கறைகொண்டு ஒவ்வொரு மூன்றுமாதத்துக்கு ஒருமுறை கனடாவின் வட்டிவீதத்தினை தீர்மானிக்கின்றது. பணவீக்கத்தினை கட்டுப்படுத்துதல், நாட்டின் பொருளாதார வளர்ச்சி இரண்டும் ஒன்றுக்கொன்று முரண்பட்ட விடயம். இவை இரண்டையும் சமநிலையில் பேணும் நடவடிக்கையில் Bank of Canada செயல்படுகின்றது.

கனடாவில் பொருளியல் சூழ்நிலைபற்றி அறிந்துவைப்பது ஒவ்வொருவருடைய சுயமுன்னேற்றத்துக்கு அவசியமான ஒன்று என்கின்ற நோக்கில். எதிர்வரும் தொடர்களில் அதிகம் பயன்படுத்தபோகும் சொற் தொடர்கள் பற்றிய விளக்கம் பயனுள்ளதாக அமையும் என எதிர்பாக்கலாம்.

Sabesan's Choice!



விருது பெற்ற தொழிற்றுறை நிபுணர்

வீடு திருத்தம்
மற்றும் நிலக் கம்பளம்
பொருத்தும் வேலைகளில்
தன்னிகரற்றவர்!

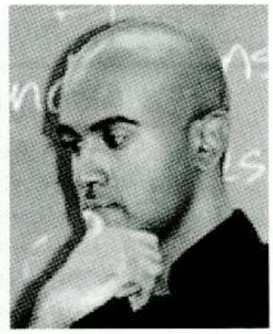
சபேசன்

ஒருமுறை
தொடர்பு கொண்டால்
பலன் புரியும்!

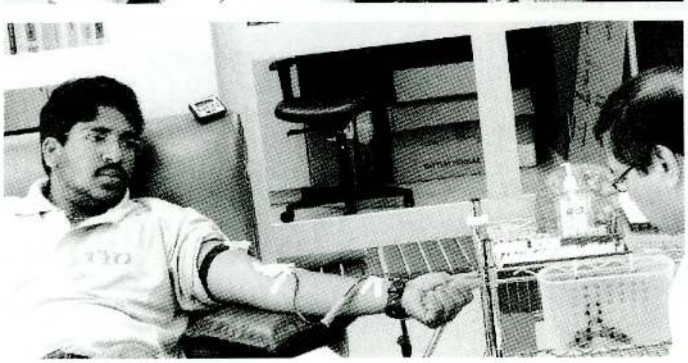
416 605 1990

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

கறுப்பு யூலை 1983 - 25வது ஆண்டு
இளையோர் அரங்கும் குருதிக்கொடையும்



1983ஆம் ஆண்டில் தமிழ்மக்கள் மீது சிங்கள அரசு திட்டமிட்டு நடத்திய இனப்படுகொலைகளை நினைவுகூரும் வகையில் கனடியத் தமிழர் பேரவையின் ஏற்பாட்டில் யூலை முதலாம் திகதியிலிருந்து குருதிக் கொடை நடைபெற்று வருகின்றது. மற்றொரு சிறப்பு நிகழ்ச்சியாக யூலை 27 திகதி ஞாயிற்றுக்கிழமை ரொறன்ரோ பல்கலைக் கழக ஸ்காபரோ வளாகத்தில் இளையோர் அரங்கு இடம்பெற்றது. இளையோர் அரங்கின் போதும், குருதிக்கொடை நிகழ்வொன்றின் போதும் எடுக்கப்பட்ட ஒளிப்படங்கள் இப்பக்கத்தில் காணப்படுகின்றன.



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

நக்கீரன்
தலைவர் - தமிழ்ப் படைப்பாளிகள் கழகம்

என்றுமுள்ள செந்தமிழ் - 14

சோழர் காலத்தில் வருணாச்சிரமதருமம் வலிவடைந்தது

இந்திய அரசுகளை அடிபணிய வைத்து தென்கிழக்கு ஆசியா முழுதும் கடல் மேலாண்மை செலுத்திய ஒரு பேரரசாக சோழப் பேரரசு விளங்கியதைப் பார்த்தோம். பிற்காலச் சோழர் பேரரசு சோழப் பெருவேந்தன் விசயாலச் சோழன் காலம் (கிபி 846 – 881) தொட்டு மூன்றாம் இராசேந்திர சோழன் காலம் (கிபி 1246 – 1279) வரை 534 ஆண்டுகள் நீடித்தது.

சோழப் பேரரசின் வீழ்ச்சிக்கு வரலாற்று ஆசிரியர்கள் முக்கியமாகக் குறிப்பிடும் காரணிகள் பின்வருமாறு.

குறுநில மன்னர்கள்.

பாணர்கள், கொடும்பாளுரை ஆட்சிபுரிந்த பளுவேட்டரையர், மிலாடுடையர், காடவராயர். கொங்குச் சோழர், தெலுங்குச் சோழர், சம்புவராயர், மலையமான், யாதவராயர் போன்றோர் முக்கியமான குறுநில மன்னர்கள். இவர்கள் ஆட்சியை உருவாக்கவும் அது வீழ்ச்சியுறவும் காரணமாக இருந்தனர். மூன்றாம் குலோதுங்கன், மூன்றாம் இராசராசன் காலத்தில் பல கலவரங்கள் இடம்பெற்றன.. மகதநாட்டு குறுநில மன்னன் வாணதேவரையன், சேதிராயன், சம்புவராயன் போன்றோர் சோழர்களுக்கு எதிராகப் போர்க்கொடி தூக்கி கலகம் செய்தனர். குறுநில மன்னர்கள் தயவில் சோழர்கள் வாழும் நிலை ஏற்பட்டதால் படிப்படியாகச் சோழப் பேரரசு நலிவுற்றது.

உள்நாட்டுக் கலகங்கள்

மூன்றாம் இராசராசனின் ஆட்சிக் காலத்தில் தஞ்சை மாவட்டத்தில் உள்ள தலைச்செங்காடு, திருவேள்விக்கு, உடையாளுர் ஆகிய இடங்களில் ஏற்பட்ட கலகங்கள் குறிப்பிடத்தக்கவை. உள்நாட்டுக் கலகங்கள் சோழரின் பலத்தையும் புகழையும் கெடுத்தன.

சமயப் பூசல்கள்

சோழர் ஆட்சியில் சைவத்துக்கே முதலிடம் கொடுக்கப்பட்டது. வைணவத்தை சில மன்னர்கள் ஆதரித்தாலும் வைணவப் பெரியார் இராமனுசர் நாடு கடத்தப்பட்டதும் தில்லை கோவிந்தரது சிலை கடலில் தூக்கி எறியப்பட்டதும் வைணவ சமயத்தினரிடையே ஆத்திரத்தை ஏற்படுத்தின. நந்திவர்ம பல்லவனால் புதுப்பிக்கப் பட்ட வி'ணுவின் கோயில் இரண்டாம் குலோத்துங்கனால் கடலில் வீசப்பட்டது. குலோத்துங்கனுக்குப் பின்னர் வந்த பிற்காலப் பாண்டியர் காலத்திலும் - கிட்டத் தட்ட 15 ஆம் நூற்றாண்டு வரை - வி'ணு கோயில் முக்கியத்துவம் பெறவில்லை எனத் தெரிகிறது. அரசர்களின் மான்யங்கள் அனைத்தும் நடராசருக்கே அளிக்கப் பட்டு வந்திருக்கிறது. சிவ - வி'ணு பேதம் பார்க்காத பாண்டியர் காலத்தில் மட்டுமில்லாமல் பின்னர் வந்த கிரு'ணதேவ ராயரும் நடராசருக்கே மானியங்கள் அளித்து வந்திருக்கிறார். சோழர் ஆட்சியில் சைவர் பயன்படுத்திய குளங்களையும் சாலைகளையும் வைணவர்கள் பயன்படுத்தத் தடை விதிக்கப்பட்டது. மேலும் கம்பன் தன் காவியத்தைச் சோழ மன்னன் அவையிலே அரங்கேற்றாமல் திருவரங்கத்தில் அரங்கேற்றியதற்கு மதப் பூசலே காரணம் எனக் கூறப்படுகிறது. பொதுவாக கம்பருக்கும் சோழ அரசனுக்கும் கவிச்சக்கரவர்த்திக்கும் இடையில் உரசல் இருந்தது கம்பர் பாடியதாகச் சொல்லப்படும் ஒரு தனிப்பாடல் வாயிலாக அறிய முடிகிறது. சோழன் தனது நாட்டை விட்டுப் போவென்றபோது பாடிய பாடல் இது.

மன்னவனும் நீயோ? வளநாடும் உனதோ?
உன்னை அறிந்தோ தமிழை ஓதினேன்? - என்னை
விரைந்தேற்றுக் கொள்ளாத வேந்துண்டோ? உண்டோ
குரங்கேற்றுக் கொள்ளாத கொம்பு?

கோயில்கள்

படையெடுப்பில் கொள்ளை அடிக்கப்பட்ட பொன்னையும் பொருளையும் கோயில்கள் கட்டுவதிலும் திருவிழாக்கள் செய்வதிலும் வீண் விரயம் செய்தார்கள். மூவாயிரத்துக்கும் அதிகமான கோயில்கள் கட்டப்பட்டன.

பாண்டியர் படையெடுப்பு

1919 இல் சுந்தர பாண்டியன் சோழநாட்டின் மீது படையெடுத்து மூன்றாம் இராசராசனைத் தோற்கடித்து சோழ நாட்டை கைப்பற்றிக்கொண்டான். அத்துடன் தஞ்சை, உறையூர் போன்ற நகரங்களின் கட்டிடங்களை இடித்துத் தீக்கிரையாக்கினான். நீர் நிலைகளையும் நாசப்படுத்தினான். சோழனை கப்பம் கட்டுமாறு செய்வித்தான். இவற்றால் இராசராசன் புகழ் சீர்குலையவும் வீரம் மங்கிப்போகவும் நேர்ந்தது. மூன்றாம் இராசராசனின் மகன் மூன்றாம் இராசேந்திரன் பெரும் வீரனாகவும் அரசியல் தந்திரியாக விளங்கிய போதும் முதலாம் சடையவர் சுந்தரபாண்டியன் படையெடுத்து சோழனை தோற்கடித்தான். சோழநாடு பாண்டிய நாட்டோடு இணைந்தது.

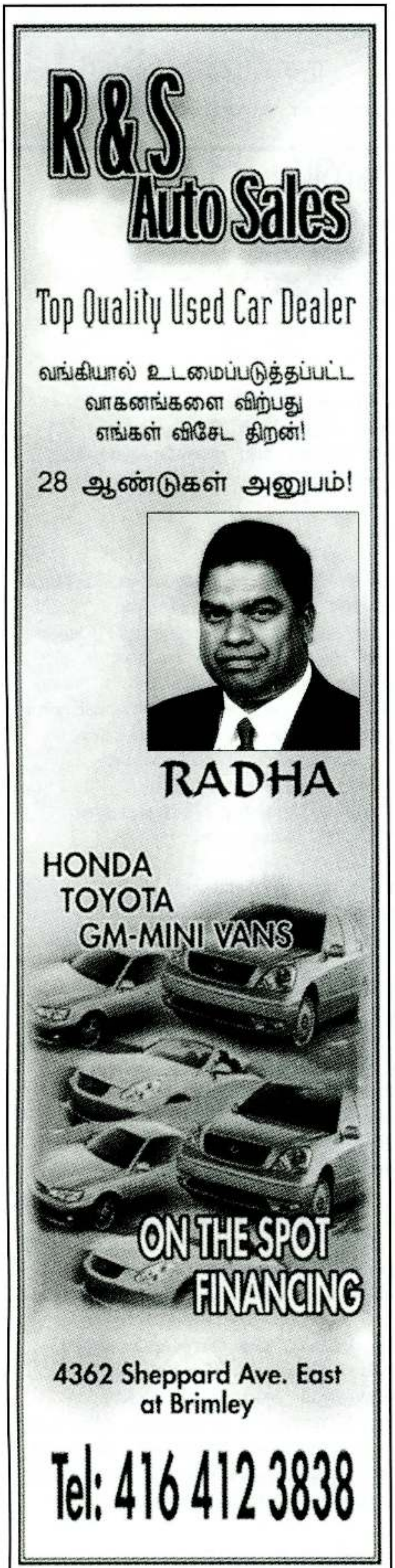
சோழர் காலத்தில் வடக்கில் இருந்து பிராமணர் ஆயிரக்கணக்கில் கூட்டி வரப்பட்டு தமிழ்நாட்டில் குடியேற்றப்பட்டனர். சோழர் காலம் சைவத்தின் பொற்காலம் எனப்பட்டது. ஆனால் சைவம் தளைத்தபோது சாதிப் பிரிவினையும் ஆழ வேரூன்றியது. வருணாசிரதருமம் வலிவடைந்தது. சமுதாயம் சாதி அடிப்படையில் அமைந்திருந்தது. குடிமக்களிடையே உயர்வு தாழ்வும், வேற்றுமையும் பாராட்டப்பட்டன. மேல்சாதியினர் தமக்கென கொடி, குடை, தாரை, தப்பட்டை வைத்துக் கொண்டனர். சாதிக்குள் சாதி என உட்பிரிவுகள் பெருகின. சாதிகள் வலங்கை இடங்கை என்று பிரிக்கப்பட்டன. ஒவ்வொன்றிலும் 98 சாதிகள் இருந்தன' இவர்களிடையே ஓயாத சண்டைகள் இடம்பெற்றன. இதனால் தமிழ்ச் சமூகம் நலிந்தது.

பக்தி இயக்க காலத்தில் சாதி பற்றிக் காணப்பட்ட நெகிழ்ச்சிப் போக்கு –'ஆவுரித்துத் தின்றுலையும் புலையரேனும் கங்கைவார் சடைசங்கரர்க்கு அன்பராகில் அவர் கண்டீர் நாம் வணங்கும் தெய்வமாமே' – பிற்காலச் சோழர் காலத்தில் காணப்படவில்லை.

முதலாம் இராசேந்திரனின் கங்கைப் படையெடுப்பை அடுத்து வங்காளத்தில் இருந்து கொண்டுவரப்பட்ட பிராமணர்கள் காஞ்சியிலும் சோழமண்டலத்திலும் குடியமர்த்தப்பட்டனர். அதனால் கோயில் வழிபாட்டு முறையில் மாற்றங்கள் ஏற்பட்டன. ஆச்சாரியர்கள் சீரையூர், நாகபட்டினம், மேலச்சேரி, திருவாரூர், திருக்கடையூர் போன்ற ஊர்களில் இருந்த சைவ மடங்களுக்குப் பொறுப்பாக இருந்தனர். பவுத்த, சமண மடங்களும் இருந்தன.

பிராமணர்கள் எல்லா நிலையிலும் உயர்ந்தவர்களாகக் →

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



என்றுமுள்ள செந்தமிழ்

கருதப்பட்டனர். அரசர்கள் அவர்களுக்கு தனி ஊர்களை இறையிலி நிலங்களாகக் கொடுத்து தனியே குடியமர்த்தினர். இவை சதுர்வேதி மங்கலங்கள், அகரங்கள், அக்கிரகாரங்கள் எனப்பட்டன. பிராமணர்கள் கோயில்களிலும், மடங்களிலும், வேதப் பாடசாலைகளிலும் தனித்துவமான கொடுப்பனவுக்கு உரியவர்களாக விளங்கினர். கல்வியும் கோயில் பணியும் அவர்களது நிலையை உயர்த்தின. இலவச உண்டியும் உறையுளும் வேதவிருத்தி, பட்டவிருத்தி, புராணவிருத்தி போன்ற பட்டங்களும் தானங்களும், வேள்விகளும் அவர்களது வசதிகளை மேலும் பெருக்கின.

சோழ மன்னர்கள் பிராமணர்களை தங்களது அரண்மனை இராசகுருவாக நியமித்தார்கள். முதலாம் இராசராசனின் இராசகுருவாக ஈசானச் சிவபண்டிதரும் முதலாம் இராசேந்திரனின் இராசகுருவாக சர்வசிவ பண்டிதரும் முதலாம் இராசாதிராசனக்கு குருதேவரும் விக்கிரமசோழனுக்கு சுவாமி தேவரும் மூன்றாம் குலோத்துங்கனுக்கு சோமேசுவரரும் இராசகுருவாக இருந்தனர். சாதிக்கு ஒரு நீதி பேசும் மனு சாத்திரத்திரத்தின்படியே சோழ மன்னர்கள் நாட்டை ஆண்டார்கள்.

பிராமணர்களுக்கு எதிராக சிலசமயங்களில் கலவரங்களும் இடம்பெற்றன. முதலாம் குலோத்துங்கன் காலத்தில் நடைபெற்ற கலகத்தில் இராமமகேந்திர சதுர்வேதிமங்கலம் எரியூட்டப்பட்டது. நீண்ட கால அடக்குமுறைகளும் சுரண்டல்களும் இந்தக் கலகங்களுக்குக் காரணமாக இருந்தன.

சோழர் காலத்தில் அடிமை முறை வழக்கத்தில் இருந்தது. போரில் பிடிபட்டவர்கள் அடிமைகளாக விற்கப்பட்டனர். பிடிபட்ட ஊர்மக்களது மூக்குகளை அரியும் கொடிய வழக்கவும் இருந்தது. சிறைபிடிக்கப்பட்ட பெண்கள் கோயிலுக்கு விற்கப்பட்டனர். இவர்கள் தேவரடியார்கள் என அழைக்கப்பட்டார்கள். கோயில்களில் திருவிளக்கு இடுவது, திருமெழுகு இடுவது போன்ற பணிகளோடு திருமேனி ஊர்வலங்களின் போது வீதியில் நடனம் ஆடினர். பஞ்சம் ஏற்பட்ட காலத்திலும் அடிமைகள் விற்கப்பட்டனர். இவர்கள் மேட்டுக்குடியினருக்கு ஊழியம் செய்து வாழ்ந்தனர். அடுத்த முறை சோழர்கால கல்வி நிலையைப் பார்ப்போம். (வளரும்)

தொலைக்காட்சி பார்த்தல் உடல் பருப்பதற்கு வழி

இதுவரை காலமும் தொலைக்காட்சி முன் அதிக நேரத்தை செலவழித்தல் சிறுவர்களிடையே உடற் பருமனைக் கூட்டுவதற்கு காரணியாகின்றது என அறியப்பட்டிருந்தது. புதிய அறிக்கையொன்றின்படி, பெரியவர்களுக்கும் தொலைக்காட்சி, கணினி முன் அதிக நேரத்தை செலவழிப்பார்களானால், உடற் பருமன் அதிகரிக்கும் என தெரிகின்றது.

வாரத்திற்கு 21 மணித்தியாலங்களுக்கு மேல் தொலைக்காட்சி முன் இருப்போர், ஐந்து அல்லது அதற்கும் குறைவான நேரத்திற்கு தொலைக்காட்சி பார்ப்போரை விட 80% அதிகமாக பருப்பத்திற்குள்ளாகிறார்கள். அதேபோன்று, கணினி முன் அதிக நேரத்தை செலவழிக்கும் ஆண்கள் 20% அளவிலும், பெண்கள் 30% அளவிலும் கணினியை அதிகம் பாவிக்காதவர்களைக் காட்டிலும் பருமனடைகிறார்கள்.

இந்த அறிக்கையானது, 20-64 வயதுக்குட்பட்ட 42,000 ஆண், பெண்களிடையே ஆய்வு செய்யப்பட்டு 2007 ஆண்டில் பெறப்பட்டதாகும்.

தொலைக்காட்சியின் முன் அமர்ந்து நொறுக்குத் தீனி சாப்பிடுதல், சாப்பாடு சாப்பிடுதல் போன்றவையும் இதில் கூடிய பங்கினை வகிக்கின்றது. தம்மையறியாமலே சத்துகள் குறைந்த, நாவிற்கு ருசியான தின்பண்டங்களை அதிகளவில் சாப்பிடுதலும் காரணமாகும்.

தொலைக்காட்சி பார்க்கும் போது செலவழிக்கப்படும் சக்தியானது, தூங்கும் போது செலவழிப்பதைக் காட்டிலும் சற்றுக் கூடுதலாகும்.

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

குடிப்பதற்குச் சிறந்தது குழாய் நீரே

ரொறன்ரோ நகரத்தில் வசிப்போருக்கு 24 மணிநேரமும் கிடைக்கக் கூடியதாக இருக்கும் குழாய் நீரே தரத்திலும், பெறுமதியிலும் சிறந்ததாக காணப்படுகிறது. வருடாந்த ரீதியில் கணக்கிட்டால், போத்தல்களில் அடைக்கப்பட்டு வரும் நீரை குடிப்பதற்கு பாவிக்கையில் பெருந்தொகைப் பணம் செலவிடப்படுகிறது. பெருமளவான நேரங்களில் குழாய் நீரே போத்தல்களில் அடைக்கப்பட்டும் வருகின்றது.

போத்தல் நீரை பாவிக்கையில், மேலதிக சக்தி செலவுகளும் ஏற்படுகின்றது. (போத்தல் அடைக்கும் முறைகள் போன்றவை). வெற்றுப் போத்தல்களை முறையாக மீள்பாவனைக்குட்படுத்தல் வேண்டும், அப்படிச் செய்யாவிடின் அவை குப்பைகளாக வீதியோரங்களில் தேங்குதல், அவற்றினை அகற்றுவதற்கான, அழிப்பதற்கான செலவுகள் என பலவகைகளிலும் சக்தியையும், பணத்தையும் வீணடிக்க வேண்டி இருக்கின்றது. போத்தல் நீரை பாவிப்பதற்கு முக்கியமாக இரண்டு காரணங்களைக் குறிப்பிடலாம். நல்லது என்ற தீர்மானம், இலகுப் பயன்பாடு. ஆனால் இவை இரண்டுமே பரிசீலிக்கப்பட்டவை அல்ல.

சில பாவனையாளர் போத்தல் நீர் சுத்தமானதென்றும், தமக்கு குழாய் நீரை விட நல்லதென்றும் நினைக்கிறார்கள். ஆனால் அது தவறான எண்ணமாகும். மாநகரசபையினால் வழங்கப்படும் குழாய் நீரானது, நேரடியாக குடிப்பதற்கு உகந்தது. கொதிக்க வைக்க வேண்டிய அவசியமோ, வடிகட்ட வேண்டிய தேவையோ இல்லை. பிரத்தியேகமான முறையில் சுத்திகரிக்கப்பட்டு, பல தரங்களிலும் பல மில்லியன் டாலர் செலவில் வடிகட்டப்பட்டு வரும் குழாய் நீரை, வீட்டில் பாவிக்கும் வடிகட்டிகளுடன் ஒப்பிட முடியுமா?

குழாய் நீரானது தொடர்ச்சியாக கண்காணிக்கப்பட்டு, பரிசோதிக்கப்பட்டு, மத்திய மாநில அரச கட்டுப்பாடுகளுக்கு அமைய வழங்கப்படுகிறது. ஒன்ராறியோவின் குடிநீர் தரக்கட்டுப்பாடானது சுற்றாடல் அமைச்சினால் ஒழுங்கமைக்கப்பட்டதுடன், தண்ணீர் எங்கே பெறப்படுகிறது, சுத்திகரிக்கப்படுகிறது, தரப்படுத்தப்படுகிறது, வழங்கப்படுகிறது என்பனவற்றில் கடுமையான சட்டவிதிகளும் அமுல்படுத்தப்படுகின்றது. போத்தல் நீர் தயாரிப்பாளர்கள் இந்த விதிமுறைகளுக்குக் கட்டுப்பட்டவர்கள் அல்ல. ஆனால் மத்திய அரசின் பொருட்களுக்கான விதிமுறைகளுக்கு கட்டுப்பட்டவர்கள். ரொறன்ரோ நகர-சபையானது நீரை ஒரு அத்தியாவசிய சேவையாகக் கருதுகின்றது, ஒரு பொருளாகவல்ல.

போத்தல் நீர் வசதியெனப் பார்ப்பின், எங்கேயும் வாங்கலாம், வைத்திருக்கலாம், பாவிக்கலாம். ஆனால் இவையெல்லாம் ஒரு பொருட்செலவுடன் தான் கிடைக்கும். உங்களுக்கும், சுற்றாடலுக்கும் செலவைத் தரக்கூடியது. ஒப்பீட்டளவில் குழாய் நீரையும் தேவையான கலனில் அடைத்து உங்களுடன் எடுத்துச் செல்லலாம். எங்கும் திரும்ப நிரப்பிக் கொள்ளலாம். பாதுகாப்பான, ஆரோக்கியமான குழாய் நீரைப் பாவிப்பதன் மூலம் உங்களுக்கும், சுற்றாடலுக்கும் நன்மையுண்டு.

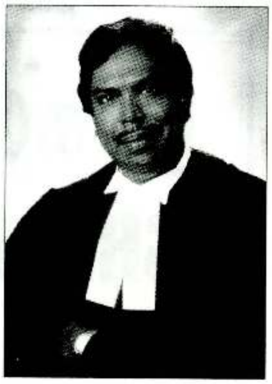
ஆசிரியர் தொழிலில் சிலரே நாட்டம்

பல வருடங்களின் பின் முதல் தடவையாக ஆசிரியத் தொழிலுக்கு விண்ணப்பிப்போர் தொகை குறைவடைந்துள்ளதாக ஒன்ராறியோ பல்கலைக்கழகங்களின் விண்ணப்ப அலுவலகம் தெரிவித்துள்ளது.

இந்த இலையுதிர் காலத்தில் தொடங்கும் கல்வித் திட்டங்களில் கற்பிப்பதற்கு கிட்டத்தட்ட கடந்த வருடத்தினை விட 20% குறைவாகவே விண்ணப்பங்கள் வந்துள்ளதாக தெரிவிக்கப்படுகின்றது.

2002ஆம் ஆண்டினை விட 2003ஆம் ஆண்டில் 90% கூடவாகவும், 2004ஆம் ஆண்டினை விட 2005 இல் 50% கூடவாகவும், 2006ஆம் ஆண்டினை விட 2007 இல் 15% கூடவாகவும் விண்ணப்பங்கள் அதிகரித்துக் காணப்பட்டது.

ஒன்ராறியோ மாகாணத்தில் ஏறத்தாழ 7,500 ஆசிரியப் பதவிக்கான வெற்றிடங்கள் இருக்கின்றன.



Jude

Anthonypillai LL.B. (Canada)

Barrister, Solicitor & Notary Public
Former Asst. Crown Attorney

Phone
416 332 8547

யூட் அந்தோனிப்பிள்ளை

கனடிய வழக்கறிஞர்
முன்னாள் அரச வழக்கறிஞர்

தொலைபேசி
416 332 8547

தொலைநகல்
416 332 8379

2390 Eglinton Ave. East
Suite 259
Scarborough ON
M1K 2P5

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

ஸ்ரீ கணேஷ துர்க்கா தேவஸ்தானம்

SRI GANESHA DURGA HINDU TEMPLE OF MISSISSAUGA

தொடர்புகளுக்கு:

'ஸ்ரீ விஜயலெட்சுமி வாசா அதிபர்', 'சிவாகம கிரியா பூஷணம்'

சிவஸ்ரீ. பஞ்சாட்சர கிருஷ்ணராஜ குருக்கள்

(ராஜன் குருக்கள்)

கனடிய திருமணப்பதிவு அதிகாரி, இந்துமதகுரு, புங்குடுதீவு - 10ஆம் வட்டாரம்
ஆலயப் பிரதமகுரு, ஆலய ஸ்தாபகர், முதல்வர் - அறங்காவலர் சபை

7220 Tranmere Drive
Mississauga, ON. L5S 1L6
TEL: 905-405-0011 / 905-501-0011

www. sriganeshadurga.com

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

NLR ACCOUNTING AND TAX SOLUTIONS

Personal Tax Returns
Corporate Tax Returns
Book-keeping
RST, GST, Payroll service

E-File
confidential
friendly and
fast service

Phone
416 888 1128
416 492 7973

Location
2525 Pharmacy Av.
Pharmacy Av & Finch Av. East
(Inside Universal Textiles)

NLR

சர்க்கரையோடு..

நீங்கள் எந்த நேரங்களில் குருதிப் பரிசோதனை செய்து கொள்ள வேண்டும் என்பதை உங்கள் மருத்துவரிடம் கேட்டு அறிந்து கொள்வது பொருத்தமானது. பரிசோதனையின் முடிவை ஒரு குறிப்பேட்டில் எழுதி வைத்து மருத்துவரைப் பார்க்கப் போகும்போது எடுத்துச் செல்ல வேண்டும். உங்களுக்கான மருத்துவ முறைகளில், உணவில் உடற்பயிற்சியில் ஏதாவது மாற்றம் தேவையா இல்லையா என்பதை மருத்துவர் தீர்மானிப்பதற்கு இது உதவியாக இருக்கும்.

வழமையாக குளுக்கோசின் அளவைக் கட்டுப்பாட்டுக்குள் வைத்திருப்பவர்களில் சிலவேளைகளில் அதன் அளவு வரை-யறைக்குமேல் அதிகரிக்கலாம். அதற்காக அவர்கள் பீதிகொள்ளத் தேவையில்லை. உதாரணமாக வழமைக்கு மாறாக அதிக அளவு உணவு அல்லது சர்க்கரைச் சத்து கூடிய உணவு உட்கொள்ளுதல், மருந்துச் சிகிச்சை எடுக்கத் தவறுதல், உடல் உள நெருக்கடி காணப்படுவது போன்ற சந்தர்ப்பங்களில் அதிகரிப்பு ஏற்படலாம். எனினும் குளுக்கோசின் அளவு தொடர்ந்து வரையறைக்கு மேல் காணப்படும்போது மருத்துவரின் ஆலோசனை பெற வேண்டியது அவசியம். அத்துடன் தொற்றுக்கள் அல்லது வேறு நோய்களால் பாதிக்கப்படும்போதும் குருதியில் குளுக்கோசின் அளவு வரையறையை மீறிச் செல்லலாம். இச்சந்தர்ப்பத்தில் நீரிழிவுக்கான மருந்துகளைத் தொடர்ந்து எடுப்பதுடன் குருதிப் பரிசோதனையை 2 மணிக்கொரு தடவை செய்துகொள்வது அவசியம். மேலும் ஏற்பட்ட நோய்க்குரிய சிகிச்சையையும் பெற்றுக்கொள்வது முக்கியம். எனவே நல்ல உணவுப் பழக்க வழக்கத்துடன் ஒழுங்கான உடற்பயிற்சியையும் தேவைக்கேற்ப மருந்துச் சிகிச்சையையும் மேற்கொண்டு நீரிழிவு நோயைக் கட்டுப்பாட்டுக்குள் வைத்து நலமே வாழ்வோம்.

மின்குமிழ் பாவனை சக்தி சேமிப்பு

கனடாவிலுள்ள ஒவ்வொரு வீட்டிலும் ஆகக் குறைந்தது ஒரு 60 வற் சாதாரண மின்குமிழை அகற்றி, பதிலாக 20 வற் சக்தி சேமிப்பு தரமுள்ள சுருள் மின்குமிழைப் பாவிப்போமானால் சுற்றாடலுக்கு கிடைக்கும் பயன் என்ன தெரியுமா? ஏறத்தாழ 66,000 கார்களை வீதியிலிருந்து அகற்றுவதற்கு சமனாகும்.

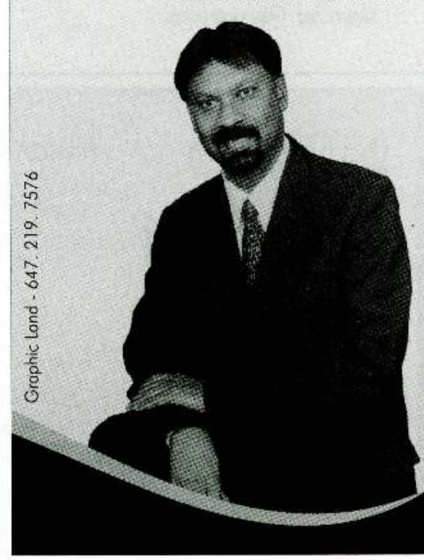
"ஆசை, ஆசை இப்பொழுது
பேராசை இப்பொழுது
ஆசை தீரும் காலம் எப்பொழுது?"

வீடு வாங்கும் உங்கள்
ஆசைகளை நிஜங்களாக்கிவிட
இன்றே அழையுங்கள்...

"Honesty, Integrity, Professionalism"

சாள்ஸ் தேவசகாயம் M.A
Sales Representative
Direct: 416-284-5555
24Hrs: 416-284-4751
880 Ellesmere Rd., Suite 203
Scarborough. Ont. M1P 2W6

ROYAL LEPAGE
Connect Realty, Brokerage
INDEPENDENTLY OWNED AND OPREATED



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

• Loans • Mortgages • Insurance Claims • Traffic Tickets •

JRB Universal Inc.
Almost All Services Available

B: 416 752 7555
C: 416 937 9081

R.R. Rajkumar
B.Com (Hons), M.B.A.

Scholarship Plan [RESP]
Any Referral Service

• Credit Counseling • Accounting & Tax Services •

ஆலய சன்னிதானங்களில்

கனடா றிச்மன்ட்ஹில் இந்து ஆலயம்

வட அமெரிக்காவின் 'பெரிய கோயில்' என அழைக்கப்பெறும் றிச்மன்ட்ஹில் ஆலயம் திங்கட்கிழமையிலிருந்து வியாழக்கிமை வரையும் காலை 8:00 மணி முதல், பகல் 1:30 மணி வரையும், பின்னர் பிற்பகல் 5:30 மணியிலிருந்து இரவு 9:00 மஸி வரையும் திறந்திருக்கும். வெள்ளி, சனி, ஞாயிற்றுக்கிழமைகளிலும் மற்றும் விடுமுறை தினங்களிலும் காலை எட்டு மணி தொடக்கம் இரவு ஒன்பது மணி வரையும் திறந்திருக்கும். இரவு 9:30 மணிக்கு ஆலயம் மூடப்படும். ஆலய நிகழ்ச்சிகள் பற்றிய மேலதிக விபரங்களுக்கு ஆலயத்துடன் 905 883 9109 தொலைபேசி இலக்கத்தில் தொடர்பு கொள்ளலாம்.

மிசிசாகா ஸ்ரீகணேச துர்க்கா ஆலயம்

மிசிசாகா 7220 Trammere Driveல் புதிதாக உருவாக்கப்பட்டுள்ள ஸ்ரீகணேச துர்க்கா இந்து ஆலயத்தில் தினசரி மூன்று காலப் பூஜைகளும் சிறப்பாக இடம்பெற்று வருகின்றது. செவ்வாய்க்-கிழமைகளிலும் வெள்ளி முதல் ஞாயிற்றுக்கிழமைகளிலும் சிறப்பு பூஜைகள் நடைபெறுகின்றன. கிரியா வழிபாடுகளாலும், திருமணச் சடங்குகளாலும் வடஅமெரிக்கா முழுவதும் நன்கு பிரபல்யமான சிவஸ்ரீ பஞ்சாட்சர கிருஷ்ணராஜ குருக்கள் (ராஜன் ஐயா) அவர்களே இந்த ஆலயத்தை நிறுவியுள்ளார். இதன் பிரதம குருக்களும், அறங்காவல் சபையின் முதல்வரும் இவரே. ஆலய தொலைபேசி இலக்கம் 905 405 0011. ஸ்ரீவிஜயலட்சுமி வாசாவின் தொலைபேசி இலக்கம் 905 501 0011.

ஸ்காபரோ ஸ்ரீவரசித்தி விநாயகர் ஆலயம்

ஸ்காபரோ கென்னடி வீதியில் 3025ம் இலக்கக் கட்டிடத்தில் யுனிட் இலக்கம் 10 இல் (பிஞ்ச் வீதிக்கும் மக்னிக்கல் வீதிக்கும் இடையில், சன் பிளவர் பேணிச்சர் நிறுவனத்துக்கு முன்னால்) ஸ்ரீவரசித்தி விநாயகர் ஆலயம் அமைந்துள்ளது. ஆலயத்தில் தினசரிப் பூஜைகளுடன், முக்கிய தினங்களில் விசேட வழிபாடுகளும் இடம்பெறுகின்றன. வாராந்தம் வெள்ளிக்கிழமைகளில் இரவுப் பூஜையின் பின்னர் சுவாமி உள்வீதி வலம் வருதல் இடம்பெறுகின்றது. ஆலயத்தின் வழமையான மற்றும் சிறப்பு நிகழ்ச்சிகள் உட்பட்ட மேலதிக விபரங்களுக்கு ஆலயத்துடன் 416 291 8500 இலக்கத்தில் தொடர்பு கொள்ளவும்.

நான் ஒரு வழக்கறிஞர் இல்லை

Motor Vehicle Accident
Criminal
வாகன விபத்து!
கிறிமினல்!

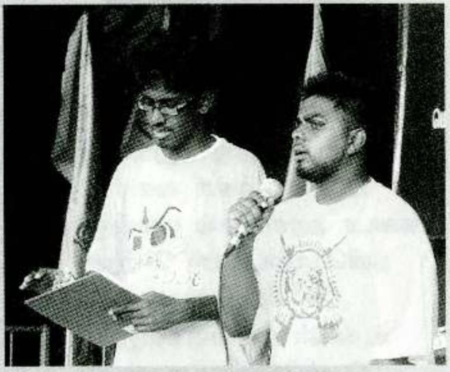
உங்கள் கணிப்பு தவறாகலாம்.. உரிய

சட்ட ஆலோசனைகளுக்கு
கலகலப்பு தீசன்
416-803-5296
WWW.KALAKALAPPU.NET

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

கொட்டும் மழையையும் தாண்டி இடம்பெற்ற மொன்றியல் பொங்கு தமிழ்!

கியுபெக் தமிழர் சமூகம் நடத்திய பொங்கு தமிழ் வைபவம் கடந்த மாதம் 19ஆம் திகதி இங்குள்ள பொதுத் திடலொன்றில் இடம்பெற்றது. விசேடமாக அமைக்கப்பட்ட அரங்கத்தின் முன்னாலான வெளிப் பிரதேசம் முழுவதும் மஞ்சள் சிவப்பு வர்ணக் கொடிகள் பறக்கவிடப்பட்டு, தமிழுணர்வினை மேலோங்கச் செய்வதாக அமைந்திருந்தது. உரைகள், கவிதைகள், மாணவர்-இளையோர் நிகழ்வுகள், நடனங்கள் எனப் பல நிகழ்ச்சிகள் இடம்பெற்றன. இடைக்கிடை பெருமழை பொழிந்ததாயினும் திரண்டிருந்த மக்கள் அசையாது அமர்ந்திருந்தவாறு முழு நிகழ்ச்சிகளும் முடியும் வரை இருந்தமை தமிழீழ மலர்வில் அவர்களுக்கிருந்த அசையாத நம்பிக்கையை வெளிப்படுத்தியது. ரொறன்ரோவிலிருந்து சென்ற வானம்பாடிகளின் நிகழ்ச்சியுடன் வைபவம் முடிவுபெற்றது.



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

The Children's Education Trust of Canada
offered to the public by

Children's Education Funds Inc.

10 டாலரிலிருந்து ஆரம்பித்து
7200 டாலர்கள் வரை
கனடா அரசாங்கம் வழங்கும்
நன்கொடையைப் பெற்று
(20 வீத Grant)
உங்கள் பிள்ளைகளதும்
பேரப்பிள்ளைகளதும்
கல்வி வாய்ப்பை
ஊக்குவியுங்கள்.

சமூக நம்பிக்கையையும்
நன்மதிப்பையும் பெற்ற

சிவா
கணபதிப்பிள்ளை

அவர்களை அழைத்து
விபரங்களைப் பெறுக!

Siva Kanapathypillai
Branch Manager

416 438 0660, 416 438 3578
416 899 6044

இல்லத் தொலைபேசி:
905 472 1139

email
s.kanapathypillai@cefi.ca

உடல்நிறை குறைப்பில் உணவு ஆலோசகரின் பங்கு

உடல்நிறையைக் குறைக்க விரும்புவோர் எந்த முறை தமக்கு ஏற்றது என்று கண்டறிவதில் தலையைப் பிய்த்துக் கொள்வது தான் வழமை. எந்த பிரபலமான முறை சிறந்த வகையில் பலனைக் கொடுக்கும் அதாவது - குறைந்த காபோவைதரேற்/கூடிய கொழுப்பு, குறைந்த கொழுப்பு/கூடிய காபோதவைரேற், சூப் மட்டுமான உணவு முறை, கிறேப் பழம் சேர்ந்த முறை - என விதவிதமான முறைகளுக்கு பஞ்சமே இல்லை. அண்மையில் சஞ்சிகையொன்றில் வெளியான, பெரியவர்களில் உடல்நிறைக் குறைப்பு முறைகளின் பலன்களை மதிப்பீடு செய்தல் என்ற தலைப்பின் பின், இந்த முறைகளினால் ஏற்பட்ட தற்போதைய நிருபணங்களில் தமது பார்வையை கனடிய உணவு ஆலோசனை குழுமம் செலுத்துகின்றது. ஆரோக்கியமான நிறையை அடைதலும், தொடர்ந்து பேணுதலும் வாழ்நாளின் தொடர்ச்சியான ஒரு விவகாரமாகும். இதில் மாயாஜால தந்திரங்கள் இருக்க முடியாது, அத்துடன் பெருமளவிலான உடனடி நிறை குறைப்புகள் ஒரு தற்காலிக விளைவுகளே.

கனடிய உணவு ஆலோசனை குழுமம், மக்களின் வாதப் பிரதிவாதங்களுக்குட்பட்ட பல்வேறு உடல் நிறைக் குறைப்பு முறைகளின் பலன்களின் பின்புலங்களையும் அதாவது உணவு வகையில் விகிதாசார வேறுபாடு (உதாரணம்: காபோவைதரே/கொழுப்பு அளவு), உடற்பயிற்சியின் பங்கு, சுற்றாடலின் தாக்கம், மற்றும் பிற காரணிகளையும் ஆராய்ந்துள்ளது. கனடிய உணவு ஆலோசகர் ஜோயான் ஹமில்றனின் கூற்றுப்படி, தனிப்பட்ட ஒருவரின் தேவைகளை கணக்கிட்டு, அவருக்குத் தேவையான புரதம், கொழுப்பு, காபோவைதரேற்று, உயிர்ச்சத்துகள், தாதுப்பொருட்கள் என்பவற்றை உணவில் சேர்த்துக் கொள்ளலே உடல் நிறை குறைப்பு உட்பட வாழ்க்கை முறையில் மாற்றத்தை கொண்டு வருவதற்கான அடிக்கல்லாகும் என்கிறார். உடல் நிறையைக் குறைப்பதற்கு, நீண்ட காலப்போக்கிற்கு உடல் நிறையை கட்டுப்பாட்டில் வைத்திருப்பதற்கான பழக்கவழக்க வழிமுறைகளைப் பின்பற்ற ஒருவருக்கு முறையான ஆலோசனையும், உதவியும் தேவை என்கிறார். பழக்கவழக்கங்களெனக் கூறப்படுவது, தம்மைத் தாமே மேற்பார்வை செய்தல், தினசரி ஒழுங்கான சத்துள்ள உணவு உட்கொள்ளல், காலை உணவு அருந்துதல், ஒழுங்கான உடற் பயிற்சிகளில் தம்மை ஈடுபடுத்திக் கொள்ளுதல் என்பனவாகும்.

உணவு ஆலோசகர் தனிப்பட்ட ஒருவரின் உடல்நிறைக் குறைப்புக்கு உதவியானவர்களின் கூட்டத்தில் முக்கியமான பங்குதாரராவார். அவர் சத்துகள் பற்றித் தெரிந்தவராக மட்டுமன்றி, ஒரு பயிற்சியாளராகவும், ஆலோசகராகவும் அமைதல் அவசியம். உங்கள் பகுதியில் ஒரு உணவு ஆலோசகரை கண்டறிய www.dietitians.ca/find என்னும் இணையத் தளத்தை பாவிக்கலாம். உங்களுக்கென ஒரு இலக்கை குறித்துக் கொள்ளவும், உங்களை நீங்களே மேற்பார்வை செய்து கொள்வதற்குமான உதவிக் கருவிகளை www.dietitians.ca/extracker இணையத் தளம் கொண்டுள்ளது. கனடிய உணவு ஆலோசனைக் குழுமம் ஏறத்தாழ 6,000 உணவு ஆலோசகர்களைக் கொண்டுள்ளதுடன், உணவின் மூலமும், சத்துகளின் மூலமும் பாவனையாளர்களின் உடல்நலத்தைப் பேணுதலை பரவலாக்குவதினை குறிக்கோளாகக் கொண்டுள்ளது. சத்துணவு, ஆரோக்கியமான உணவு பழக்கங்கள் போன்றவை பற்றி நம்பிக்கைக்குரிய தகவல்களை அறியவும், தகவல்களை தவறாது பெற பதிவு செய்யவும் www.dietitians.ca இணையத் தளத்தை பாவிக்கவும்.

மருந்துக் குளிசைகளை கழிவறைக் குழாயினுள் போடாதீர்

அன்ரிபையோரிக்ஸ், இபுபொறொவென், அசிற்றமினோவென் போன்றவை பொதுவான வலிகள், நோய்களுக்குப் பாவிக்கப்படும் மருந்து வகைகள். ஆனால் கடைசியாக இவை எறியப்படுவது மலசலக் கூடக் குழாயினுள் தான். பாவிக்கப்படாத, நாள் சென்ற மருந்துகளை மலசலக் கூடக் குழாயினுள் போடுவதே நீங்கள் செய்யக் கூடிய மிக மோசமான செயலாகும். மருந்துகள் சாதாரணமாக கரைந்து, கழுவப்பட்டு போகக் கூடியவையல்ல.

ரொறன்ரோவின் கழிவுநீர் சுத்திகரிக்கும் நிலையங்கள் மனிதக் கழிவுகளையும், ஏனைய சேதனக் கழிவுகளையும் சுத்திகரிக்கும் வகையில் வடிமைக்கப்பட்டவையே தவிர, மருந்துப் பொருட்களையும், இரசாயனப் பொருட்களையும் சுத்திகரிக்கும் வகையில் வடிவமைக்கப்பட்டவை அல்ல. ஆகவே இவ்வகை மருந்துகள், சுத்திகரிப்பின் போது அகற்றப்பட மாட்டா. அவை நீருடனேயே சேர்ந்திருந்து, திரும்ப ஆறுகளைச் சென்றடையும். நீர்நிலைகளில் வாழும் மீன் மற்றும் ஏனைய உயிரினங்களுக்கும் ஆபத்தை உண்டாக்கும்.

ஆகவே தேவையற்ற மருந்து வகைகளை அகற்றுவதற்கு, அவற்றின் போத்தல்களிலேயே திரும்ப போட்டு வைத்து, பின்வரும் வழிமுறைகளைப் பாவிக்கலாம்:-

* நகரத்தின் ஆபத்தை விளைவிக்கும் வீட்டுக் கழிவுப் பொருட்களை சேர்ப்பிப்பதற்கான இடம் மற்றும் வாகனத்தை அழைக்க - 416-392-4330.
* அருகாமையிலுள்ள சுற்றுச் சூழல் நாள் நிகழ்வைப் பற்றிய அறிய www.toronto.ca/environment_days இணையத் தளத்தைப் பார்க்கவும்.
* உள்ளூர் மருந்தகத்தை அணுகவும் - மருந்துகளைத் திரும்பப் பெறும் திட்டத்தை அவர்கள் அமுலில் வைத்திருக்கலாம்.

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

DR. ILLANGO & ASSOCIATES

Dental Office

BRACE FOR A GREAT SMILE

DR. ILLANGO & ASSOCIATES

பல் சிகிச்சையில் சகல துறைகளிலும்
எமது சேவை

DR. M. ILLANGO

B.D.S. Dip.Orth (Oslo).General Practioner Mainly Orthodontics
கிளிப் போடும் வேலை

DR. MEHRAN MOJGANI

D.D.S. Dip. Perio.Gum Specialist
பல்முரசு வைத்திய நிபுணர்

DR. SABAPATHY RAVEENDRAN

B.D.S,M.S,F.D.SR.C.S (Eng), General Practioner (Mainly Oral Surgery)
(அறுவைச் சிகிச்சையில் இலங்கையிலும் இங்கிலாந்திலும் நிபுணத்துவம் பெற்ற பல்வைத்தியர்)

DR. ALI ADIPBFAR

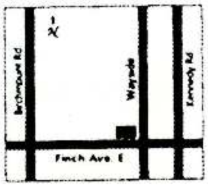
D.D.S,M.D,F.R.C.D (C), Plastic Surgeon
(Wisdom tooth extraction under sedation)
மயக்கமாக்கி ஞானப்பற்கள் அகற்றுபவர்

DR. JANAKI ILLANGO

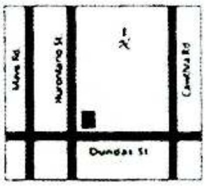
B.D.S. குடும்ப பல் வைத்தியர்

Dr. LAI YUNG CHEONG

B.D.S. குடும்ப பல் வைத்தியர்



SCARBOROUGH OFFICE
3852 Finch Ave. East, Units 204, 303
Scarborough, ON
(416) 292-7004



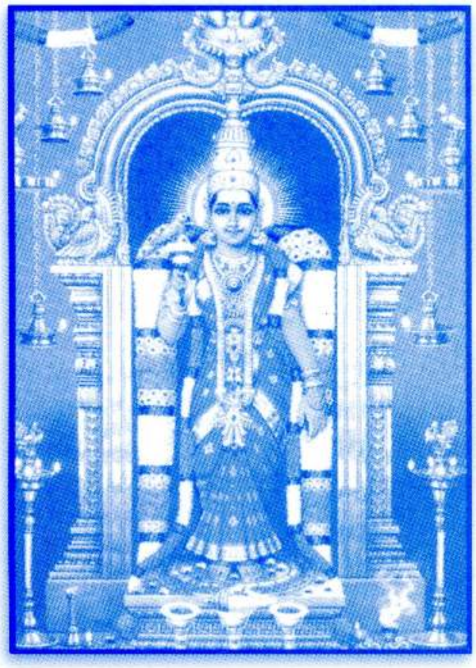
MISSISSAUGA OFFICE
3025 Hurontario St., # 102
Mississauga, ON
(905) 270-7844

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

ISSN 1206-0585

ஓம்

ஸ்ரீகௌரி மங்கள சேவை



அனைத்து இந்து மத கிரியைகளுக்□ம்
கனடிய திருமண பதிவு அதிகாரி, இந்து மத□ரு

சிவஸ்ரீ பஞ்சாட்சர விஜயகுமார குருக்கள்

(ஐயாமணி) புங்□டுதீவு-10
ஸ்காபரோ ஸ்ரீவரசித்தி விநாயகர் ஆலய பிரதம □ரு

திருமணம், திருமணப் பதிவு
புதுமனை பு□தல்
கடை திறப்பு வைபவம்
புண்யாக வாசனம்
பூப்புனித நீராட்டு விழா
பூமாலை, ஆண்டாள் மாலை
சடை நாகம்
தலை நகை முழுவதும்
முத்து மணவறை

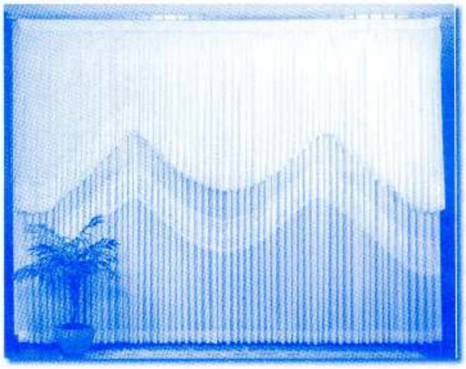
தலைப்பாகை
பந்தல் அலங்காரம்
கல்யாண பூசைப் பொருட்கள்
முத்துச் சப்பரம்
ஆலயத் திருவிழா
ஆலய வைபவங்கள்
ஆகிய அனைத்துக்□ம்
எப்போதும் எம்முடன்
தொடர்பு கொள்ளுங்கள்

416-266-3333

628 E Birchmount Road
Scarborough, Ontario. M1K 1P9

ஸ்காபரோ ஸ்ரீவரசித்தி விநாயகர் ஆலய தொலைபேசி இலக்கம் 416-291-8500

NKS Draperies & Blinds



210 Silver Star Road, Unit. 825
(Midland & Finch) Scarborough, ON
416 321 6420

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

உங்கள்
இல்லங்களை
மாளிகையாக்கிட

அழையுங்கள்
கேதா

தமது சிறப்பான சேவையினால்
தகுந்த விருதுகளைப் பெற்ற நிறுவனம்

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