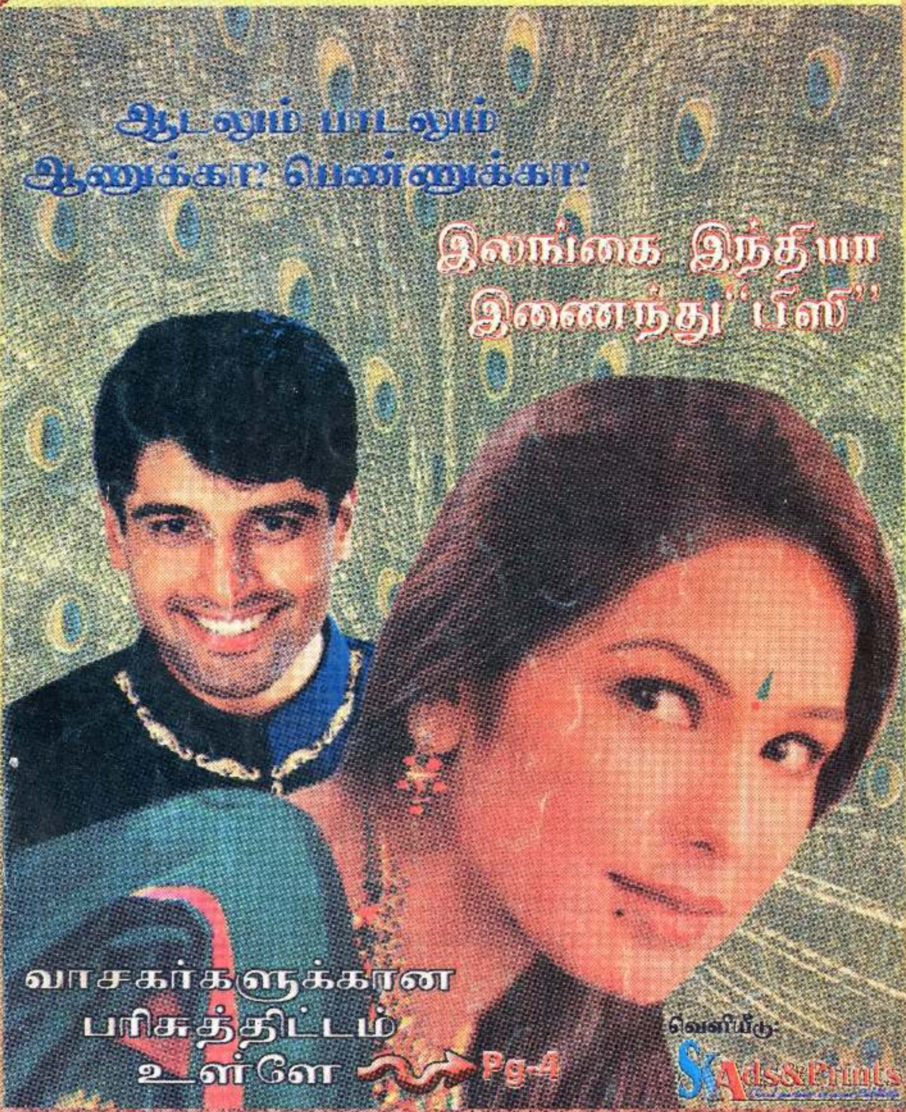
Free

Shopping Guide

மாதாந்த இலவச இதழ்



SG - Your companion to health, beauty, lifestyle & publicity

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

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

01st May 2003 இதழ்- 02

Shopping Guide

மாதாந்த இதழ்

சிறு விளம்பரப் பகுதி புதிதாக இணைக்கப்பட்டுள்ளது

அவசர தொலைபேசி இலக்கங்கள் 4ம் பக்கத்தில்

கனவுகளின் பலன்

கண்பார்வையும் பயிற்சியும்

வெளியீடு:
S.K.Ads & Prints
2nd Floor "Colombo Plaza"
50, Galle Road, Colombo - 06.
Tel: 074-512 830

இல்லத்தரசிகளின் உள்ளங்கை மந்திர இதழ்

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

ஆசிரியர் உரை

மீண்டும் Shopping Guide உங்கள் கைகளைத் தழுவிக் கொள்வதில் நாம் மகிழ்ச்சியடைகின்றோம். ஏற்கனவே நாம் பிரசுரித்த இலவச இதழான Shopping Guide மூலம் எதிர்பாராத அளவிற்கு வரவேற்பையும், உற்சாகத்தையும் எமக்களித்த வாசக நெஞ்சங்களுக்கும், விளம்பரதாரருக்கும் எமது மனமார்ந்த நன்றிகள்.

வாழ்க்கையில் ஒவ்வொரு படியாக ஏறித்தான் முன்னேற்றத்தை அடையமுடியும். நாமும் அப்படியேதான். இந்த Shopping Guideக்கு ஒருபடி ஏறினோம் ஆனால் வாசகர்கள், பொதுமக்கள், விளம்பரதாரர்கள் அனைவரும் எம்மை ஏணியின் உச்சத்திற்கே அழைத்துச் சென்று பலமடங்கு சந்தோசத்தைக் கொடுத்து எம்மைப் பாராட்டி விட்டார்கள். இந்த இலவச இதழைப் பார்த்துப் பயன் அடைந்தவர்கள் எம்மை தொலைபேசி மூலமாகவும், நேரடியாகவும் ஆலோசனைகள் கூறி பாராட்டியது மிக்க மகிழ்ச்சியான விடயமே.

மேலும் விமர்சனங்கள் மூலம் எமது குறை நிறைகளை நாம் நிவர்த்தி செய்யக்கூடியதாகவும் உள்ளது. பொது ஜனங்களின் தேவைகளுக்கு இப்புத்தகம் அவர்கள் எப்போதும் வைத்துக் கொள்ளக்கூடியவாறு இலவச இதழாகப் பிரசுரிக்கப்படுகின்றது. எனவே வாசகர்களே! மென்மேலும் நாம் எதிர்பார்ப்பது என்னவெனில் உங்களுடைய விமர்சனங்கள், ஆலோசனைகள், ஆக்கங்கள், இவ்விதழை இலவசமாகப் பெற்றுக் கொள்ள விரும்பும் வழிமுறைகள் என்பவற்றை மட்டுமே நாம் கூறியவாறு மக்களின் எதிர்பார்ப்பிற்கு அமைய கூடிய விரைவில் இலங்கையில் சகல பாகங்களிற்கும் இவ்விதழ் விநியோகிக்கப்பட இருக்கின்றது என்பதையும் மகிழ்ச்சியுடன் தெரிவித்துக் கொள்கின்றோம். மீண்டும் அடுத்த இதழில் மேலும் பல சுவையான தகவல்கள், ஆக்கங்களுடன் உங்களைச் சந்திக்கும் வரையில்!

அன்புடன்
ஆசிரியர்
பிரதீபா கோமகன் ரமேஷ்

இதழின் ஆசிரியர் குழு

நிர்வாக ஆசிரியர்:
S.K.ரமேஷ்
தலைமைப் பொறுப்பாசிரியர்:
K.R பிரதீபா
தலைமை உதவி ஆசிரியர்:
S.இராமச்சந்திரன்
தலைமை வடிவமைப்பு:
S.சுஜீஹரன்
முதன்மை பிழைதிருத்துவோர்:
K.வெண்மதி,K.ஷப்னா, K.தீபா
விநியோகப் பொறுப்பாளர்:
A.C.D..வினோத்

Shopping Guide
S.K. Ads & Prints
50, "Colombo Plaza" 2nd Floor
Galle Road, Colombo - 06.
Tel/Fax: 074-512830

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

STUDIO Chhaya

Original Ideas From Us

WEDDING PHOTO & VIDEO

Fully Digital Studio

அசைக்க முடியாத புதுமை
ஸ்ரூடியோ சாயாவின் திறமை

P.P.& Visa Photos, Digital filming,
Direct C.D recording,
Framing, V.H.S NTSC-Transfer,
Duraguard, Lamination

உங்கள் மங்கள நிகழ்வுகளை
வீடியோ மூலம் ஒளிப்பதிவு
செய்து, வீ.சீ.டி யில்
என்றும் அழியாவண்ணம்
வைத்திருக்க கைதேர்ந்த
புகைப்படப் பிடிப்பாளர்கள்
ஸ்டுடியோ சாயாவில்
காத்திருக்கிறார்கள்.

40-1/1, Galle Road,
Colombo -06.
Tel:595403, 594492
E-mail: chhaya@eureka.lk

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

அவசர தொலைபேசி இலக்கங்கள்
Emergency Telephone Numbers

Police Emergency		433333
	Crimes	691500
	Head Quarters	421111
Police Station (Wellawatta) Hot Line		553253
	O.I.C	364860
	Crime	587470
Accident Service		691111
Fire Service & Ambulance		074-222222, 422222
National Dangerous Drugs Control Board		868794 - 6
General Post Office		323140,421781
Post Office	(Wellawatta)	583333
Central Bus Stand (Pettah)		328081, 329604
Railway Station (Fort)		434215, 421281
Banks (Wellawatta)	People's Bank	588682
	HSBC	500920,511611
	Seylan	593405, 074-510524
	HNB	595880, 595879
	Bank of Ceylon	588941
	Commercial Bank	586097, 592627
	Sampath Bank	507607
Hospitals	(National	693510, 691111
	(Jayawardana Pura)	863610
	(Delmon)	586893
	Hot Line:	501438
Airport	(Katunayaka)	0732677, 0732377
Electricity Board		466660, 074-617575
DHL		304304
UPS		337773
Foreign Call Bookings		101,100
Customs		421141-9

பரிசு

Shopping Guide புத்தகம் பற்றிய விமர்சனங்களையும், உங்கள் கருத்துக்களையும் எமக்கு தரமான முறையில் எழுதி அனுப்புபவர்களுக்கு குலுக்கல் முறையில் தெரிவு செய்து பெறுமதிமிக்க பரிசு வழங்கப்படும்.

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

Gayee
Herbal Beauty Care

Gayee யின் ஐந்து வருட
பூர்த்தியை முன்னிட்டு
சிறப்புக் கழிவுகளும்,
பரிசில்களும் இப்போது
அறிமுகப்படுத்தப்பட்டுள்ளது.

Services:

- Facials { 24KT Gold, Silver, Pigmentation, Aroma, Herbal Bleach, Peorl }
- Bridal Dressing { Hindu, Buddhist, Christian, Muslim }
- Hair Dressing
- Waxing
- Eyebrow Threading
- Saree Pleating&Tussles Knotting
- Manicure &Pedicure
- Hair & Scalp Treatment
- Straighting
- Tinting/Highlights
- Permanent Waving
- Makeup
- Classes (Diploma)
- Rich Cakes/Structure
- Flower Making
- Saree Blouse

No: 16, Silva Lane, Bambalapitiya, Colombo-04
Tel: 597367, Mobile: 0777-738247
Web: www.click.lk/gayee

www.Ebusiness-card.com (Bridal &Beauty Care)

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

சொன்னதைச் சொல்கிறோம்

மனைவியை புரிந்து கொள்வது எப்படினு எழுதினீங்க ஆனா கணவனை பற்றி எழுதவில்லையே (ஜோக்) மெகசின் நல்லா இருக்கு

குணா வீரகேசரி

S.K.எல்லாம் புதுசா யோசிப்பிங்க வித்தியாசமான ஐடியா, வாழ்த்துக்கள்

லோரன்ஸ் விக்கி வீரகேசரி

ஐயா! மெகசின் எல்லாம் freeயா குடுக்கிறீங்க. அவுட்ஸ்டேண்டிங்க கொஞ்சம் கிளியர் பண்ணினா நல்லா இருக்கும். நல்ல ஐடியா

திருகணேஷ்
நிர்வாக முகாமையாளர் தினக்குரல்

பரவாயில்ல நல்லா இருக்கு 10,000 ரூபாவுக்கு ஐடியாதாரன். சென்டர் பேஜ்ல வரிவிளம்பரம் மாதிரி போடுங்க சின்ன, சின்ன Ad's போடுங்க வாழ்த்துக்கள்.

பீற்றர் செல்வராஜ்
(நண்பர்) உரிமையாளர் S.I.C

மெகசின் நல்லா இருக்கு ஆனா உள்ளே இருக்கும் பேப்பர் கொல்டியா இருந்தா இன்னும் நல்லா இருக்கும். ஆனா Freeயா கொடுக்கிறதால கட்டாது.

மலிக் உரிமையாளர் வேஸ்ட் பசார்

உண்மையில கட்டுமா? Ad's வாரதால பரவாயில்ல நல்ல முயற்சி

ஜெயமுகுந்தன் தினக்குரல்

புத்தகம் நல்லா இருக்கு. செலவ வைக்க போறீங்க போல

உரிமையாளர்
பொம்பே சுயிற்ஸ் மஹால்

பரவாயில்லண்ணே நல்லா இருக்கு அடுத்த முறையும் எங்க விளம்பரத்த பெரிதா போடுங்க.

உரிமையாளர் டைமன் ஸ்டோர்ஸ்

அண்ணே S.L.B.Cல் இருந்து இத காட்டி Advertisement கேட்டுவந்தாங்க அப்பதான் எனக்கு Advertisement கொடுத்ததே ஞாபகம் வந்திச்சு நல்லா இருக்கு.

ஆனந்
உரிமையாளர் வக்சலாட்றேற் சென்டர்

அண்ணே மற்றவன் கதைய விடுங்க செய்யிறத வடிவா செய்ங்க குறைபிடிக்கிறவன் பிடித்திட்டே இருப்பான் உங்களுக்கு சரியென்று படுறதை சரியா செய்யங்க.

சக்தி
வர்த்தக இயக்குனர் சேரண்டிப் எக்ஸ்பிரஸ்

அண்ணே பிச்சிட்டியள் உண்மையா நல்லா இருக்கு கவர் பேஜ் வித்தியாசமா செய்ங்கோ.

தினேஸ் சேரண்டிப் எக்ஸ்பிரஸ்

அண்ணே உங்கள மாதிரியே புக் இருக்கு பரவாயில்ல இதில அட்வடிஸ்மன்ட் போட சிலர் கேட்கிறாங்கள் எடுத்து தாரன்.

ராஜன் சேரண்டிப் எக்ஸ்பிரஸ்

புத்தகம் நல்லா இருக்கு நானும் முத்துச்சரம் Shopping Guide அடிக்க போகிறேன் நீங்களும் வாரதுனா வாங்க நிர்வாகத்த மாத்திட்டு.

M.B. உசைன்பாருக்
முத்துச்சர தயாரிப்பாளர்

நல்ல இருக்கையா தொடர வாழ்த்துக்கள்

சத்திய மூர்த்தி
(நண்பர்) காய் ஹோபல்

நல்லா இருக்கு. புதுசா ஏதாவது வித்தியாசமா யோசிப்பீங்க, இத்துறையில உயர வாழ்த்துக்கள்

நண்பர் நடிகர் R.டக்லஸ்

நல்லா இருக்கு ஓட்டுமாவா? முட்டைமாவா? முட்டைமாவை பிரக்கட் பண்ணிட்டிங்க எல்லாரும் குழம்புராங்கள் என்று கூறி (சிரிக்கின்றார்)

உரிமையாளர்
சேரண்டிப் எக்ஸ்பிரஸ்

புத்தகம் நல்லா இருக்கு புதுமுயற்சி குறைகூற ஒன்றுமே இல்லை.

B.H.அப்துல் ஹமீட்
சிரேஷ்ட அறிவிப்பாளர்

புதுமுயற்சி சமூகத்திற்கு தேவையான நல்ல கருத்துக்கள் சொல்லுறோம் புதியவர்களுக்கு எழுத சந்தர்ப்பம் கொடுத்து கவர் Pageல் சினிமாக்காரர் இல்லாம புதிய நம்நாட்டு முகங்கள் போடப்போற உங்கள் முயற்சி நல்லது.

திருமதி B.H.அப்துல் ஹமீட்

புத்தகம் பிரயோசனமே இல்ல (ஜோக்) ஆனா கரண்கட்டானதும் Bookஐ கையில எடுத்து Electricity Boardக்கு Call பண்ணினேன்.

திருமதி பீட்டர் செல்வராஜ்

Shopping Guide நல்லா இருக்கு புதிய முயற்சியை எல்லோரும் வரவேற்க வேண்டும். நான் பலரிடம் இப்புத்தகத்தை கொடுத்தேன்

அதிபர் Ampex Commercial Agencey

நல்லா புத்தகம் இருக்கு நல்லா எழுதியிருக்கீங்க இதே போல புதிய சிந்தனைகள எழுதுங்க

A.சுப்பிரமணியம் டொரிங்டன்.

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

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

இலங்கை இந்தியா இணைந்து "பிஸி" திரைபடம்

இம்மாத நடுப்பகுதியில் பிஸி திரைபடம் இலங்கையில் எடுக்கப்பட உள்ளதாகவும். இதில் பல புது முகங்களுடன் நகைச்சுவை வேந்தர் விவேக், ஸ்ரீவித்யா நடிக்க உள்ளதாகவும் படப்பிடிப்புக்கான இடங்களை பார்வையிடவந்த பிஸி திரைப்பட இயக்குனர் திரு டைட்டன் இலங்கை வெகுஜன ஊடக நிறுவன கருத்தரங்கு மண்டபத்தில் நடைபெற்ற சம்பாஷனையின் போது தெரிவித்தார்.

இக் கலந்துரையாடலின் போது Mass Media Institute of Ceylon (Pvt) Ltd. நிறுவனத்தின் ஸ்தாபகரும், அதிபருமான திரு.S.K.ரமேஷ், ஊடகமுகாமையாளரும், பிரபல பொப் இசை பாடகருமான திரு.S.இராமச்சந்திரன், M.M.I.C (Pvt) Ltd நிறுவனத்தின் நுண்கலை பணிப்பாளரும், தென்னிந்திய திரைபட உலகில் 85 க்கு மேற்பட்ட தமிழ், இந்தி, தெலுங்கு, மலையாளம் போன்ற படங்களில் நடித்தது மட்டுமல்லாது உலகளாவிய ரீதியில் நம்நாட்டுக்குச் சொந்தமான பொப் இசையை பாடியவருமான பொப் இசை சக்கரவர்த்தி திரு.A.E.மனோகரனும் கலந்து கொண்டனர். மேலும் MMIC மாணவர்களையும் புதிய நம்நாட்டு நடிகர்களையும் இப்படத்தில் நடிப்பதற்கு சந்தர்ப்பம் வழங்குவது பற்றியும் இலங்கை திரைபட கூட்டுத்தாபனத்தின் உதவியுடன் இலங்கை இந்திய கூட்டுத் தயாரிப்பில் பல திரைப்படங்களை எடுப்பது பற்றியும் ஆலோசிக்கப் பட்டது. பிஸி திரைப்படம் இலங்கையில் பலரை பிசியாக்கும் என்பது உறுதி.

மாருதி ஸ்ரீராம்

பாரம்பரிய வைத்தியம்

கடுமையான ஜலதோஷம், தலைவலி இவற்றால் அவதிப்படும் நேரம் சுக்கை, தாய்ப்பால் அல்லது வெந்நீர் சேர்த்து, மஞ்சள் தேய்ப்பது போல் இழைத்து நெற்றியின் இருபுறமும் பற்றுப் போட்டால் உள்ளிருக்கும் நீரை இழுத்துவிடும்.

படமும் பாட்டும் போட்டி

ஒரு பாட்டின் நடுவில் வரும் சிலவரிகளைத் தருகிறோம். பாட்டின் முதல் வரி, பாடியவர் பாடல் இடம்பெற்ற திரைப்படம் என்பவற்றை கீழ்க்காணும் முகவரிக்கு ஒரு தபாலட்டையில் எழுதி அனுப்பவும். நடுவர்கள் தீர்ப்பே இறுதியானது.

1ம் பரிசு 500/=
2ம் பரிசு 250/=
3ம் பரிசு 150/=

"நேற்றுப் போல் இன்று இல்லை
இன்றுபோல் நாளை இல்லை"

சென்ற மாதம் பரிசு பெற்றவர்கள்

1ம் பரிசு T.ராஜ்குமார் (பசஸ்லேன்)
2ம் பரிசு R.சுகந்தன் (நெல்சன் பிளேஸ்)
3ம் பரிசு K.மதிவதனி (பம்பலப்பிட்டி)

படம்: அண்ணாமலை
பாடல்: வெற்றி நிச்சயம்

விடையை அனுப்பவேண்டிய முகவரி

S.K. Ad's & Prints
2nd Floor, "Colombo Plaza"
50, Galle Road, Colombo - 06.

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

V.M.MOHANN WATCH

Radio
Cassette player
Telephone
Camera
Wall clock
Table clock
Remot T.V. watches
Digital Watch
Audio & Video Cassettes
Iron
Watch Batteries

Repairing & Sale

33/1, Plaza Complex,
Galle Road,
Colombo-06

காண்டம்

உங்கள் வாழ்க்கையைச் சந்தோஷமாக்குங்கள். காண்டம் என்னும் நாடி ஜோதிடத்தில் உங்கள் பலாபலனைத் தெளிவாக அறிந்து எல்லாப் பிரச்சினை களையும் தீர்ப்பதற்கு வழி கண்டு கடவுள் அருளால் நன்மை பெறுங்கள். நேரில் வரவும். வெளிநாட்டில் உள்ளவர்களும் தொலைபேசியில் தொடர்பு கொண்டு பார்க்கலாம்.

S.MANI

142 - 2 /4, Galle Road,
Colombo-06
Tel: 074-519754

சுத்தமான முறையில் தயாரிக்கப்பட்ட
சைவ உணவுகளை சொகுசாய்
இருந்து உண்ண உதயமாகியுள்ளது
வெள்ளவத்தைச்சந்தியில்

ஸ்ரீ இராஜேஸ்வரி
சைவ உணவகம்

வைபவ ஓடர்களுக்கு:

118, Galle Road,
Colombo -06,
Tel: 586321

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

தாயும் சேயும்

சீதா

குழந்தை பெற்றுக் கொள்ள முதல் தாய், தகப்பன் உடல் நிலைகள்

சாதாரணமாக தாய்மை அடைவதற்கு ஏற்ற வயதாக 2?-28 வயது கருதப்படுகின்றது. 30 வயதிற்கு முன்பு தாய்மை அடையும் போது உடலின் தசைகள் எலும்புகள் என்பன விட்டுக் கொடுத்து தாய்மையை இலகுவாக்குச் செய்கின்றது. சில பெண்கள் 21 வயதையடைய முதல் இளம் பராயத்தில் சாத்திர சம்பிரதாயம் என்று கூறிக்கொண்டு திருமண பந்தத்தில் இணைந்து தாய்மையடைந்து பல இன்னல்களுக்கு ஆளாகின்றனர். ஒரு பெண் இன்னொரு உயிரைச் சுமக்க வேண்டியவளாகும் போது அவளது உடல் உள்ளம் முதிர்ச்சியடைந்து, சரியான நிறையை எய்தி சுகதேகியாக ஆரோக்கியத்துடனும் தைரியத்துடனும் இருக்க வேண்டும்.

எனவே கர்ப்பத்தை விரும்பும் தாய் மட்டுமல்லாது தகப்பனும் சத்தான உணவுகளை உட்கொண்டு தனது உடலையும் மேற்கூறியவாறு பேணவேண்டும். ஆண்களும் தாம் மதுபானம், சிகரெட் பிடிப்பவர்களாக இருப்பின் முதல் 3 மாதங்களுக்கு (காப்பம் உண்டாக) முன்னமே நிறுத்தி உடல் நிலையைச் சராசரியான ஆரோக்கிய நிலைக்கு கொண்டு வந்திடல் வேண்டும். புகைப்பிடிக்கும், மதுபானம் அருந்தும் பெண்களுக்கும் ஆண்களுக்கும் பிறக்கும் குழந்தை முழுமையான மூளைவளர்ச்சி இல்லாத, எடை குறைந்த, குறித்த காலத்திற்கு முன்னரே பிறக்கும் குழந்தையாக இருக்கும். இது மட்டுமன்றி அவசியமற்ற மருந்துகளையும் தவிர்க்க வேண்டும்.

வேறு நோய்களுக்கு மருந்து எடுப்பவர்கள் டாக்டரிடம் அதைக் கூற வேண்டும். நோய்த் தடுப்பு ஊசிகள், மருந்துகளை எடுக்கவேண்டும். பல் வைத்தியரிடம் சென்று பற்பரிசோதனை செய்ய வேண்டும். சூழலை சுத்தமாக வைத்திருக்க வேண்டும். மிதமிஞ்சிய கொழுப்பு, இனிப்பு, காரஉணவுகளை தவிர்த்தல்வேண்டும். காபி, தேனீர், "கோக்" அளவிற்கதிகமாக குடிக்கக் கூடாது. உடம்பின் வெப்ப நிலையை ஒரே சீரான நிலையில் வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

குழந்தைக்குத் தாயாவது என்பது புனித யாத்திரை. பெண்ணானவள் அற்புதமான ஒரு உயிரை தன் உடம்பில் சுமக்கின்றாள், வளர்க்கிறாள் அந்தத்தாயின் உடல் எவ்வளவிற்கு புனிதமாக இருக்குமோ அந்தளவிற்கு அவளது படைப்பும் வல்லமையும், நல்லுணர்வும், மனித நேயமும் படைத்த மனிதப் பிறவியாக இருக்கும்.

தாய்மையடைந்த பெண் நிறைய ஓய்வெடுப்பது நன்று. தேவையற்ற வீட்டு வேலைகள், பிரயாணங்கள், மனதிற்கு சங்கடம் தரும் நபர்கள், உறவினர்கள் சம்பவங்களை கூடியளவில் தவிர்த்துக் கொள்ள வேண்டும். குழந்தை வயிற்றில் வளரும் முதல் 4 மாதங்களும் தாயின் உளஉடல் ஆரோக்கியம் மிகவும் திடமாக இருக்கவேண்டும்.

குழந்தையைச் சுமக்கும் தாய் தனது மனநிலையை சீரான நிலையிலும் நல்ல பாடல்கள், இசைகளைக் கேட்டுக் கொண்டும், நல்ல சிந்தனையை வளர்க்கக்கூடிய புத்தகங்களைப் பார்த்தலும் குழந்தை நாம் எதிர்பார்க்கும் வகையிலே தெய்வப்பிறவியாக உருவாகும்.

இதுமட்டுமேயன்றி கணவனும் தனது மனைவியை கண்ணுக்குக் கண்ணாகப் பார்த்து அவள் மனநிலையைப் புரிந்து கொண்டு அவளுக்கு ஆறுதலாகவும், அன்பாகவும் பக்குவமாகவும் ஒரு தாய்தந்தை போல் இருப்பாரேயானால் அவளுக்கான மறுபிறவி சுகமான கனவாகவே அவளுக்கு தோன்றி மறையும்.

தொடரும்..

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

POTHY'S

POTHYS

உயர்ரக பட்டுப் புடவைகள்
சாரி, சல்வார்,
சிறுமிகளுக்கான
உடைகள்,
ஆண்களுக்கான
சேட்,ரீசேட்
அனைத்தையும்
சாதாரண விலையில்
பெற நாடுங்கள்

போத்தீஸ்

Specialist in
Wedding Sarees,
Blouse Materials &
Readymade Garments

177A, Galle Road,
Wellawatta
(Opp HNB)
Tel: 559716

வீட்டில் இருந்தவாறே

DIPLOMA IN MASS MEDIA

தபால் மூலம் ஊடக டிப்ளோமா பயிற்சி நெறி

வானொலி, தொலைக்காட்சி,
பத்திரிகை மற்றும் வெகுஜன
ஊடகங்கள் பற்றிய கற்கைநெறி

பரீட்சை முடிவில்
சான்றிதழ் வழங்கப்படும்

நீங்கள் எத்துறையில் தொழில் புரிபவராக
இருந்தாலும் இப்பாடநெறியும், எமது நிறுவனமும்
உங்கள் எதிர்காலத்தை வளப்படுத்தும்

தொடர்புகளுக்கு: சந்திரா
074-512830

பயிற்சிக் காலம் 6 மாதம்

இப்பகுதியை அனுப்பி விசேட
கழிவை பெறுங்கள்
தபால் மூலம் ஊடக டிப்ளோமா பயிற்சி நெறி விசேட கழிவுக் கூப்பன்

Mass Media Institute of Ceylon (Pvt) Ltd.,
2nd Floor, "Colombo Plaza"
50, Galle Road, Colombo - 06.
(Adjoining Wellawatte Mosque)

DIGITAL DATA SYSTEMS

Dealers in Computer Systems, Printers, Peripherals
& Accessories software developments, Network
Systems & Computer Upgrading Computer

Internet & E-Mail Connections

கொறியா நாட்டிலிருந்து இறக்குமதி செய்யப்பட்ட
கணனிகள் மிகக் குறைந்த விலையில் விற்பனைக்குண்டு.

மற்றும் சகலவித கணனிகளையும் நீங்கள் அழைத்தவுடன்
உங்கள் வாசல்வந்து திருத்தித்தர இன்றே நாடுங்கள்

83 - 2/1, Galle Road,
Wellawatta, Colombo - 06.
Tel 506849, 506850
Fax: 0094-1-506849
(Opp. Wellawatta Mosque) E-Mail : ddsys@eureka.lk

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

கனவு பலன்

ஸ்ரீசாரதா

ஒருவருக்கு எப்படியான கனவுகள் வரும் என்று கூறமுடியாது. என்னென்ன கனவுகள் எப்படியான பலன்களைத் தரும் என்று அனுபவத்தின் மூலம் கூறிக்கொள்ளமுடியும்.

உங்கள் இஷ்டதெய்வம்: எனின் நீண்டநாள் பிரார்த்தனை நிறைவேறி ஒரு மகானின் அருளை மிகவிரைவில் பெறப்போகின்றீர்கள்.

கோயில் செல்வது போல்: எனின் உங்கள் பாவங்கள், குறைகள் தீரும் கெட்ட நண்பர்கள் விலகுவார்கள்.

கற்பூரம் எரிவதுபோல்: கனவு கண்டால் கடவுளின் அனுக்கிரகம் உங்களுக்கு பரிபூரணமாக உண்டு எந்த முயற்சியும் வெற்றியைத் தரும்.

கண்ணீர்விட்டு, அழுவதுபோல்: கனவு கண்டால் வறுமை, துன்பம், நோய் நொடி உங்களை விட்டுவிலகிடும்.

கட்டிலில் படுத்து உறங்குவதுபோல் கனவு கண்டால் வீட்டில் விரைவில் சுபகாரியம் நடைபெற்று நீங்கள் உல்லாசமாக இருக்கப்போகிறீர்கள்.

கத்தி, அரிவாள்: கனவில் கண்டால் பல பிரச்சனைகளை நேரிடையாக சந்திக்க வேண்டிவரும்.

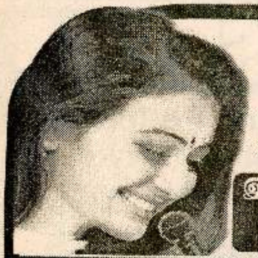
காடுகனவில் கண்டால்: நீங்கள் செய்யும் ரகசியமான செயல்கள் யாருக்கும் வெளியே தெரியாது.

கார் கனவில் கண்டால்: எதிர்பாராத சொத்து, சுகம் கிடைக்கும்.

காற்றடிப்பது போல்: கனவு கண்டால் உங்கள் முயற்சிக்குப் பெரும் தடை நிறைய எதிர்ப்பு இருக்கிறது பொறுமையுடன் செயற்படவேண்டும்.

ஆறு, சமுத்திரம்: சிறுசிறு பிரச்சனைகளால் மனக் கஷ்டமடைவீர்கள் நோய்களால் தொந்தரவு உண்டு.

தொடரும்..



நீங்களும்

அறிவிப் ஒலிபரப் பாளராகுங்கள்

இப்பயிற்சியின் பின்னர் நீங்கள் பெறுவது ஒலிபரப்புச் சம்மந்தமான தெளிவு, ஆலோசனை, நட்பு, தன்னம்பிக்கை சீரான எதிர்கால வாழ்க்கைமுறை

பிரபல, அனுபவம் மிக்க மூத்த ஒலிபரப்பாளர்கள் மூலம் கற்றுத் தரப்படும்.

பரீட்சை முடிவில் சான்றிதழ் வழங்கப்படும்

தகைமை: G.C.E. (O/L) சித்தியுடன் தமிழ்ப்பாடத்தில் திறமை சித்தி

காலம் 3மாதம்

இப்போது புதிய வகுப்பிற்கான விண்ணப்பம் ஏற்றுக் கொள்ளப்படுகின்றது

1. ஒலிபரப்பு வரலாறு 2. தொடர்பியல் 3. அறிவிப்பு 4. செய்திவாசிப்பு
5. செய்தி அறிக்கைத் தயாரிப்பு 6. மேடை நிகழ்ச்சித் தொகுப்பு
7. நேர்காணல் 8. தயாரிப்பு 9. நேர்முக வர்ணனை 10. கலையக பயிற்சி
11. கலையக இயக்கம் 12. நிகழ்ச்சி அமைப்பு

ரூபா 4.50 சதம் முத்திரை ஒட்டப்பட்ட தபாலுறையுடன் சுயவிபரக்கோவையையும், G.C.E (O/L) சான்றிதழையும் அனுப்பவேண்டிய முகவரி.

தொடர்புக்கு சந்திரா 074-512830

Mass Media Institute of Ceylon (Pvt) Ltd.,

2nd Floor, "Colombo Plaza" (Adjoining Wellawatte Mosque)
50, Galle Road, Colombo - 06.

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

நீங்கள் உயர் கல்வியை Canada/ Australia/ New Zealand U.K/ France/ Germany/ India போன்ற நாடுகளில் தொடர ஆசைப்படுகின்றீர்களா?

மேலும் **Migration Application** சமர்ப்பிக்க
Student Visas பெறுவதில்
Spouse Application சமர்ப்பிப்பதில்
Working Holiday Visa (U.K) பெறுவதில்
(வயது 17 – 27 வரை)
Long - Term Business Visa விண்ணப்பத்தில்
உதவிகள், சட்ட ஆலோசனைகள் பெற
வேண்டுமா?

மேலும் நீதியற்ற முறையில் நிராகரிக்கப்பட்ட விண்ணப்பங்களை மீள விண்ணப்பிக்க வேண்டுமா?

மேற்கூறப்பட்ட பிரச்சினைகளுக்காகக் கடந்த காலங் களில் நீங்கள் கவலை அடைந்திருக்கலாம். இப்போது அவற்றிற்கான சட்ட ஆலோசனைகளை 15 ஆண்டுகள் அனுபவம் வாய்ந்த U.K. Solicitors மூலம் உங்கள் சொந்த மொழி மூலம் பெற்றுக் கொள்ளலாம். மேலும் High Commission நேர்முகப் பரீட்சைக்கான பயிற்சிகளும் வழங்கப்படுகின்றன. இதன் மூலம் உங்கள் விண்ணப்பங்கள் நிராகரிக்கப்படுகின்றமை தவிர்க்கப்படுகின்றன. உங்களின் நேரம் மிச்சப்படுத்தப்படுகின்றது. உடன் தொடர்பு கொள்க.

Make Appoinment & Call over to office

Mrs. Gowri Siva
B.A, B.L, L.L.B (Solicitor)
On: 072-433361
Office: 555331, 584065

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

இலங்கை தமிழ் "பொப் இசை" வளர்ச்சியும், வரலாறும்

ஆக்கம்: கானாழகா

சென்ற இதழ் தொடர்ச்சி

M.S.பெர்னான்டோ

நித்தி கனகரத்தினம் பாடிய பாடல்கள் மேடைகளில் மட்டும் பாடப்பட்டு பிரபலமடைந்தன. அந்த பாடல்கள் நம்நாட்டு பாடல்களாக இனம் காணப் பட்டதே தவிர பொப்இசை பாடல்கள் என்று பெயர் சூட்டப்பட்டிருக்கவில்லை "பொப்இசை" பாடல்கள் என்றபெயர் எப்படி வந்தது என்று சிறிது ஆராய்வோம் 1969ல் இலங்கை வானொலி வர்த்தக சேவையில் ஒவ்வொரு சனிக்கிழமையும் 15 நிமிட நிகழ்ச்சியொன்று அறிமுகம் செய்யப்பட்டது. ஆங்கில இசையுலகில் பீட்டில்ஸ் குழுவினரின் பாடல்கள் உச்சக் கட்டத்தில் இருந்த நேரம் அது. அத்துடன் ஆங்கில மொழி பாடகர்களான எல்விஸ் பிறிஸ்லி, ரொம்ஜோன்ஸ், இங்கிள்பேர்ட், ஜிம் றீவ்ஸ் ஆகியோரின் பாடல்களும் பிரபலமாக இருந்த காலகட்டம் இலங்கை வானொலி தமிழ் வர்த்தக சேவையில் ஆரம்பிக்கப்பட்ட இந்த "பொப் இசை" நிகழ்ச்சியில் பிரபலமான ஆங்கில பாடல்கள் மட்டும் ஒலிபரப்பப்பட்டன. காலப் போக்கில் சிங்களத்தில் அப்பொது பிரபலமாக இருந்த C.T.பெர்னாண்டோ, M.S.பெர்னாண்டோ, போல் பெர்னாண்டோ ஆகியோரின் பைலா பாடல்களும் இந்த நிகழ்ச்சியில் சேர்த்துக் கொள்ளப்பட்டு ஒலிபரப்பப்பட்டன. தமிழில் பொப் இசை பாடல்களென்று அறிவித்து ஒலிபரப்ப பாடல்கள் இசைத் தட்டாக இருக்கவில்லை. இசைத் தட்டு வடிவில் இருந்தவை எல்லாம் இந்திய சினிமாப் பாடல்களும் ஏற்கனவே ஒலிபரப்பான நம்நாட்டு மெல்லிசைப் பாடல்களும் தான். எனவே தமிழ் வர்த்தக சேவையில் ஒலிபரப்ப தமிழ் பொப் இசை என்றபெயரில் பாடல்களைப் புதிதாக உருவாக்குவோம் என்ற எண்ணம் அங்கே பணிபுரிந்த தமிழ் ஊழியர்கள் மத்தியில் உருவானது.

தொடரும்

பெருந்தன்மை

பெருந்தன்மை என்பது நாம் பெறும் கௌரவங்களிலே இல்லை. அந்தக் கௌரவங்களைப் பெறுவதற்கு நாம் தகுதி உடையவர் என்ற தன்மதிப்பு உணர்ச்சியிலே தான் இருக்கிறது.

அரிஸ்டாட்டில்

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

International Education Consultancy

No 581 1/1, Galle Road, Wellawatte
Colombo -06.
Tel: 554748 / 078 - 513724
E.Mail: info@iec.lk Web Site: www.iec.lk

Authorised Representative of:

Monash University, University of Melbourne,
La Trobe University, Deakin University,
Victoria University, Swinburne University,
RMIT University, University of Western Australia,
Curtin University,

Holmesglen Institute of TAFE,
WA/TAFE, NSW/TAFE, Queensland TAFE,
Melbourne Institute of Business & Technology
Sydney Institute of Business & Technology
Perth Institute of Business & Technology
Queensland Institute of Business & Technology
South Australia Ins. of Business & Technology,
William Angliss Ins. of TAFE, Box Hill Ins. of TAFE
University of Auckland, New Zealand,
Nanyang Ins. of Management, Singapore

The IEC has successfully found placements for over 700 Students to these Universities and Institutes since 1990

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

கண்பார்வையும் மனிதனின் பயிற்சியும்

ஆதிமனிதன் வேட்டையாடினான்; பாதிமனிதன் விவசாயம் செய்தான். இன்றையமனிதன் கணனியுடன் சங்கமித்து உள்ளான். அன்று கண்களுக்கு அருகில் பார்க்கும் வேலைகுறைவாக இருந்தது. ஆனால், இன்று அவசர யுகத்திலும், மனிதனின் துரித வளர்ச்சியின் பயனாகவும் எல்லாமே எமக்கு சமீபமாக மாறிவிட்டது. கண்ணின் தொழில்படும் தன்மையும் மிகமிக அதிகரித்து விட்டது. எனவே அவற்றை பாதுகாப்பது எப்படி? என்பதுபற்றி பார்ப்போம்.

1. அதிகாலையில் எழுதல்:

சூரியன் உதயமாவதற்கு முன் அதிகாலையில் படுக்கையிலிருந்து எழுந்திருக்க வேண்டும். அதனால் கண்கள் படிப்படியாக வெளிச்சம் பெறுகின்றன. அதனால் கண் பார்வை சீராக இருக்க முடிகிறது.

2. தினசரி இருமுறை தியானம்:

மன அமைதிவளர, வளர கண்ணொளி வளரும். தினசரி இருமுறை தியானம் செய்வதால் மனஅமைதியும் வளரும்.

3.தினசரி இருமுறை யோகாசனப் பயிற்சி:

யோகாசனங்கள் கண்பார்வையை மேம்படுத்துகின்றன. பாதஹஸ் தாசனம், பிறையாசனம், பரிவர்த்தன திரிகோணாசனம் சசாங்காசனம், உஷ்டராசனம், சிம்ம கர்ஜனாசனம், அர்த்த சிரசாசனம், கருடாசனம், சாந்தியாசனம் முதலியவற்றைக் காலையிலும், மாலையிலும் செய்ய வேண்டும். இவைதலைக்கு இரத்தத்தைக் கொண்டு போகச் செய்து, மூளையை வலிமைப் படுத்துகிறது. கண்கள் மூலம் மூளை தான்பார்க்கிறது. மூளைவலுப்படவும் மன அமைதி ஏற்படவும் மேற்கண்ட யோகப்பயிற்சிகள் உதவும். பிரம்மரி பிராணாயமப் பயிற்சியும் கண்பார்வையை மேம்படுத்தும்.

தொடரும்.

அனுசரணை
Kingdom Opticals

உங்கள் கண்களை அனுபவம் மிக்க கண்பரிசோதகரிடம் இலவசமாகக்காட்டி வெளிநாடுகளில் இருந்து இறக்குமதி செய்யப்பட்ட அழகிய கண்ணாடிகளை இன்றே பெற்றுக் கொள்ளுங்கள்.
32, Hampden Lane, Wellawatte, Colombo-06. Tel: 552688

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

International Education Consultancy

No 581 1/1, Galle Road, Wellawatte
Colombo -06.
Tel: 554748 / 078 - 513724
E.Mail: info@iec.lk Web Site: www.iec.lk

Authorised Representative of:

Monash University, University of Melbourne,
La Trobe University, Deakin University,
Victoria University, Swinburne University,
RMIT University, University of Western Australia,
Curtin University,

Holmesglen Institute of TAFE,
WA/TAFE, NSW/TAFE, Queensland TAFE,
Melbourne Institute of Business & Technology
Sydney Institute of Business & Technology
Perth Institute of Business & Technology
Queensland Institute of Business & Technology
South Australia Ins. of Business & Technology,
William Angliss Ins. of TAFE, Box Hill Ins. of TAFE
University of Auckland, New Zealand,
Nanyang Ins. of Management, Singapore

The IEC has successfully found placements for over 700 Students to these Universities and Institutes since 1990

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

கண்பார்வையும் மனிதனின் பயிற்சியும்

ஆதிமனிதன் வேட்டையாடினான்; பாதிமனிதன் விவசாயம் செய்தான். இன்றையமனிதன் கணனியுடன் சங்கமித்து உள்ளான். அன்று கண்களுக்கு அருகில் பார்க்கும் வேலைகுறைவாக இருந்தது. ஆனால், இன்று அவசர யுகத்திலும், மனிதனின் துரித வளர்ச்சியின் பயனாகவும் எல்லாமே எமக்கு சமீபமாக மாறிவிட்டது. கண்ணின் தொழில்படும் தன்மையும் மிகமிக அதிகரித்து விட்டது. எனவே அவற்றை பாதுகாப்பது எப்படி? என்பதுபற்றி பார்ப்போம்.

1. அதிகாலையில் எழுதல்:

சூரியன் உதயமாவதற்கு முன் அதிகாலையில் படுக்கையிலிருந்து எழுந்திருக்க வேண்டும். அதனால் கண்கள் படிப்படியாக வெளிச்சம் பெறுகின்றன. அதனால் கண் பார்வை சீராக இருக்க முடிகிறது.

2. தினசரி இருமுறை தியானம்:

மன அமைதிவளர, வளர கண்ணொளி வளரும். தினசரி இருமுறை தியானம் செய்வதால் மனஅமைதியும் வளரும்.

3. தினசரி இருமுறை யோகாசனப் பயிற்சி:

யோகாசனங்கள் கண்பார்வையை மேம்படுத்துகின்றன. பாதஹஸ் தாசனம். பிறையாசனம், பரிவர்த்தன திரிகோணாசனம் சசாங்காசனம். உஷ்டராசனம். சிம்ம கர்ஜனாசனம்., அர்த்த சிரசாசனம். கருடாசனம், சாந்தியாசனம் முதலியவற்றைக் காலையிலும், மாலையிலும் செய்ய வேண்டும். இவைதலைக்கு இரத்தத்தைக் கொண்டு போகச் செய்து, மூளையை வலிமைப் படுத்துகிறது. கண்கள் மூலம் மூளை தான்பார்க்கிறது. மூளைவலுப்படவும் மன அமைதி ஏற்படவும் மேற்கண்ட யோகப்பயிற்சிகள் உதவும். பிரம்மரி பிராணாயமப் பயிற்சியும் கண்பார்வையை மேம்படுத்தும்.

தொடரும்.

அனுசரணை

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

உங்கள் விளம்பர மேம்படுத்தலுக்கும்
அச்சக தேவைகளுக்கும்

SK Ads&Prints

Good partner in your Publicity

உங்கள் நிறுவனங்களின்
விளம்பரங்கள்
பிறந்தநாள் வாழ்த்து,
நினைவஞ்சலி,
மரண அறிவித்தல்
போன்றவற்றை சகல வானொலி,
பத்திரிகைகளில் ஒலிபரப்பவும், பிரசுரிக்கவும்
நினைவுமலர், புத்தகங்கள், அழைப்பிதழ்கள்,
துண்டுப்பிரசுரம், சுவரொட்டிகள்
பதாகைகள், ரைப்செட்டிங்
(தமிழ், சிங்களம், ஆங்கிலம்)
Computer Designing, Digital Printing,
ரபர்ஸ்டாம்ஸ், விளம்பரப் பலகை
ஆகிய ஓடர்கள் ஏற்று
அச்சிட்டுக் கொடுக்கப்படும்

ලංකාදීප

Daily News

வீரகேசரி

உங்கள் விளம்பரங்கள்
இங்கே ஏற்றுக் கொள்ளப்படும்

2nd Floor, "Colombo Plaza"
50, Galle Road, Colombo - 06.
(Adjoining Wellawatte Mosque)

Tel: 074-512830

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

மனிதனே விழித்துக் கொள்.

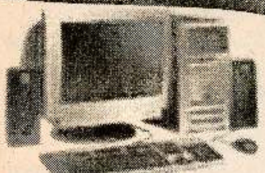
யுத்தத்தினால் மடிந்தவர் எத்தனை பேர்? புலம் பெயர்வினால் வெளிநாடுகளில் சென்று தாம் அனுபவிக்காத அவலங்களை சந்தித்தோர் எத்தனைபேர்? அப்படியே எமது இனம் கல்விகற்றோர் தொகையும் குறைந்துவிட்டது. வெளிநாட்டில் இருந்து டொலர் வருவது உண்மைதான் அது எத்தனை இரத்தத் துளிகளின் சேர்க்கையால் டொலர் ஆகியது என்று சிந்தித்தவர் எத்தனைபேர்? நமது பல பெற்றோர்கள் தவறு செய்கிறார்கள். தமது சகோதரர்கள், சகோதரிகள் மூத்தபிள்ளைகள் படும் வேதனைகளையும், கஷ்டங்களையும் அவ்வப்போது தமது இளைய பிள்ளைகளுக்கு ஞாபகப்படுத்த வேண்டிய பொறுப்பில் இருக்கின்றீர்கள். இப்போது கொழும்பில் பாடசாலைகளுக்குச் செல்லும் மாணவ, மாணவிகளுக்கு சில வேதனைகள் புரிவதில்லை. இன்னும் வன்னி, வவுனியா, மன்னார் போன்ற பிரதேசங்களில் எத்தனை கஷ்டங்களுக்கு மத்தியில் பிள்ளைகள் பாடசாலைக்குச் செல்கின்றார்கள். உணவா? உடையா? என்று எல்லாமே கேள்விக்குறிதான். எனவே கொழும்பில் வாழ்கின்ற நமது தமிழ் மாணவ, மாணவியர் சகல வசதிகளும் இருந்தும் ஒழுங்காகப்படிப்பதில்லை. ஒழுங்காகப் பாடசாலைக்கும், கொம்பியூட்டர் பயிற்றுவிக்கும் கல்விநிறுவனங்களுக்கும், ஏனைய தனியார் கல்வி நிறுவனங்களுக்கும் செல்கிறார்கள். ஆனால் அங்கு செல்வதை ஒரு பொழுது போக்காக அல்லது தமது ஒரு தகுதியாக மாற்றிவிட்டார்கள். மாலை வகுப்புக்கு போகாவிட்டால் ஒரு அவமானமாகக் இன்று பல மாணவர்கள் கருதுகிறார்கள். சமீபத்திலே ஒரு தனியார் கல்வி நிறுவனம் ஒன்றிற்குச் செல்ல வேண்டிய நிர்ப்பந்தம் ஏற்பட்டது. அங்கு உயர்தர மீட்டல் வகுப்புக்கள் ஆரம்பமாக இருந்தது. ஆசிரியர் அந்த சிறிய மேடைககு வந்தார். மாணவர்கள் விசில் அடித்து கைகளைத்தட்டி கூ என கத்தி ஆரவாரம் செய்ததைப் பார்த்தபோது எனக்கு ஒரு படமாளிகையில் ரஜனி, விஜய், விவேக் போன்ற பிரபலங்களின் வருகையை நினைவுபடுத்தியது. இப்படி இருக்கும்போது மாதா, பிதா, குரு தெய்வம் என்பதன் பொருள் என்ன? என்று கேட்கத் தோன்றுகிறது. மாணவர்கள் அதிகமாக தன்னிடம் படிக்கவேண்டும் என்பதற்காக ஆசிரியர்கள், ஆசிரியர் என்ற மகத்துவமான தொழிலை அசிங்கம் என மாற்றி விடக்கூடாது. அதே போல் மாணவர்களும் ஆசிரியரை மதிக்கவும், மரியாதை செலுத்தவும் பழகிக்கொள்ள வேண்டும். நீங்கள் நாளை ஆசிரியரானால் உங்களை உங்கள் மாணவர் அவமதித்தால் எவ்வளவு கவலைப்படுவீர்கள் சிந்தித்துப்பாருங்கள். மனிதனாகப் பிறப்பது ஒரு முறைதான் மனிதனுக்கும் மிருகத்திற்கும் நிறைய வித்தியாசம் இருக்கிறது. நாம் ஆறறிவுபடைத்தவர் ஆகவே ஆறறிவுடன் நடப்பதுசிறப்பு. பெற்றோர் பிள்ளைகளைப் பாடசாலைக்கும், கலாசாலைக்கும் அனுப்பினால் மட்டும் போதாது. பிள்ளைகள் நிமிடத்திற்கு நிமிடம் அவதானிக்க வேண்டும். அவர்களின் உடை, நடை, பேச்சு வழக்கு என்பவற்றில் அவதானம் இருக்க வேண்டும். கண்கெட்ட பின்பு சூரியநமஸ்காரம் வேண்டாம். சில மாணவர்கள் வீட்டில் ஒரு முகம் வெளியே ஒரு முகமாக இருக்கிறார்கள். பெற்றோர்கள் ஆரம்பத்தில் இருந்தே கண்டிப்பாக வளர்க்க வேண்டும். இல்லையேல் பிறகு ''ஏன்பிறந்தாய் மகனே ஏன்பிறந்தாய்'' என்று பொலிஸ்நிலையத்திற்கு முன்பாக இருந்து அழக்கூடாது. எனவே நாளை நமது நல்ல மாணவ சமுதாயம் உதயமாக எல்லோரினதும் பங்களிப்பும் வேண்டும். மாணவர்களும் சிந்திக்க வேண்டும். ஆசிரியர்கள் செயற்படுத்த வேண்டும். பெற்றோர் வழிநடத்த வேண்டும்.

வாழ்க மாணவர் சமுதாயம்.

மாருதிஸ்ரீராம்

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

Computer HARDWARE ENGINEERING



- Learn to Assemble a PC
- Maintaining
- Upgrading
- Trouble Shooting
- Servicing
- Software Installation
- System Configuration

Free
Special one Month Training After the Course and Tool Kit

Course Fees:3500/=

DIGITAL DATA SYSTEMS

83 - 2/1, Galle Road, Wellawatta, Colombo - 06.
Tel 506849, 506850 Fax: 0094-1-506849
(Opp. Wellawatta Mosque) E-Mail : ddsys@eureka.lk

DDS COMPUTERS

Special Discounts
இப்புத்தகத்தை எடுத்து வருபவர்களுக்கு

MARRIAGE CONSULTANT

Sri Luxmie Marriage Astro - Numerological Centre

திருமண சேவை

வெளிநாட்டு, உள்நாட்டு மணமக்களின் (ஆண், பெண்) ஜாதக குறிப்புகள்எம்மிடம் உள்ளன. உயர்கல்வி கற்றோர், உயர் தொழில் புரிவோர் என சகல இனத்தையும் சேர்ந்த பலரின் ஜாதகக் குறிப்புகளை பொருத்தம் பார்த்து திருமணத்தை நிச்சயித்துக் கொள்ள முடியும்.

எமது எண்சோதிட சேவை

எண்கணிதம் மூலம் பெயர்வைத்தல், பெயர் மாற்றம் செய்தல் போன்ற எண்சோதிடத்துடன் தொடர்புடைய சகல விடயங்களையும் அறிந்து வாழ்வில் அதிஷ்டசாலியாகி வெற்றிபெறுங்கள்.

வெளிநாட்டு உள்நாட்டில் பிறந்த குழந்தைகளுக்கு கணனிமுறையில் ஜாதகம் கணித்து கொடுக்கப்படும்
திருமணப் பொருத்தமும் கணித்துக் கொடுக்கப்படும்.

**No: 289 2/1 Galle Road
Colombo- 06
(Opposit Police Station)**

Tel: 361197

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

ஆடலும், பாடலும் ஆணுக்கா பெண்ணுக்கா உரிமை!

சயம்பு

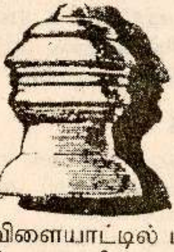
ஆடலும் பாடலும் ஆணுக்கு உரிமையா? பெண்ணுக்கு உரிமையா?

"மங்காமல் வளரும் சிங்கார நடனம் பெண்களுக்கே தனி உரிமை" என்று ஒரு பாடல் உண்டு. இப்பாடலை எழுதிய கவிஞர் அதைப்பெண்களுக்கு மட்டும் உரிமை என்று எழுதக் காரணம் என்ன? தில்லைக்கூத்தன் நடராஜ பெருமான் பெண்ணா? இனிய குரலுக்கு எல்லா கவிஞர்களும் உவமை கூறும் "குயில்" ஆண்குயில் என்று அறிகிறோம், அதேபோல் ஆடலுக்கு கவிஞர்கள் உவமை கூறும் "மயில்" இனமும் ஆண்தான். ஆகமொத்தம் ஆடலுக்கும் பாடலுக்கும் உவமையும் உரிமையும் ஆணுக்குத்தான் என்று சொல்வோமா? பெண்ணிலைவாதிகள் தங்கள் கருத்தை எமக்கு எழுதி அனுப்பவும்.

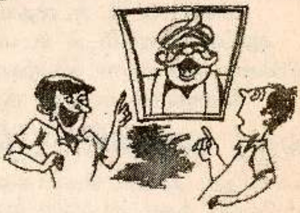
என்து பேனா

இளமையின் துள்ளலும்
முதுமையின் அறிவும் என்று
முரண்பட்ட இயல்பு கொண்ட - என்
இனிய நண்பன்.
என்னைப் பிடித்த;
எனக்குப் பிடித்த
ஏகம் இவன் தான்
பகுத்தறிவைத் தொலைத்தவர்களை
நான்
இனம் பிரித்துக் காண அயராது
உழைத்து வரும்
அபூர்வ பிறவி.
எனக்கே தெரியாமல்
எனக்குள் வசிக்கும்
திறமைகளுக்கெல்லாம்
முகவரி சொல்ல
முன்னின்று உழைப்பவன்.
குறித்த பருவங்கள் வரை
துணைக்கு வரும் உறவுகளை
விலக்கி வைக்கும் நியதி மீறி
எவரும் தடுத்திட முடியாதபடி
இறுதிவரை தொடர்ந்து வரும்
தனித்துவமான துணையொன்றாய் -என்
சட்டைப் பைக்குள் அவனை
வாழ விட்டிருக்கிறேன்.

ராஜா மகள்.
MMIC மாணவி



செஸ் விளையாட்டில் பயன்படும் சிப்பாய்க் காயின் நிழலைப் பார்த்திருக்கிறீர்களா? பிரெஞ்சு மன்னர் பதினாறாம் லூயின் முகத்தோற்றத்தைப் போலவே இருக்கும் இந்தக் காய்.



A: உங்க தாத்தா ஏன் வீரப்பன் மாதிரி இருக்காரு?

B: எங்கப்பாவ பெத்தத தவிர இவரு வேற ஒன்றுமே செய்யல எங்கதாத்தா வீரப்பனா இருந்திருந்தா காட்டி கொடுத்தாவது பணத்த வாங்கிருப்பேன்.

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

ASIWINI BEAUTY ACADEMY

மணப் பெண் அலங்கார வகுப்புகள், (Orders under taken) Herbal முறையில் Facial Hair Styles 45ற்கும் மேற்பட்டவைகள் Self doing Hair Styles தனக்குத் தானே செய்துகொள்ளும் Hair Styles.

திருமணத்திற்குரிய சகல ஆயத்தங்கள் Cake, மணவறை, Video, Photography என்பன ஒழுங்கு படுத்தித்தரப்படும்

மற்றும் **Saree Dressing**
Indian, Kandyan, Gujarathy Style Brides, Hindu, Christian, Muslims, Saree Tussels கட்டும் விதம், Mehendi Bridal Boquet Hair Sprigs Manicure, Pedicure, Eybrow Threading, Waxing, Straighting, Purmung, Cutling Saree Blouse Cutting also Classes Conducted
Spoken English &Sinhala

Mrs. Devika Logeswaran
465/8, Galle Road,
Colombo -06 Tel: 360116

ரபர் ஸ்டாம் எங்கும் அலைய வேண்டாம்

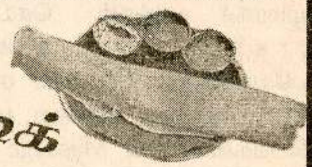
எம்மிடம் வந்து உங்கள் ஓடர்களை தாருங்கள்
ரபர் ஸ்டாம்
Computer ல்
வடிவமைத்து,
செய்து
குறித்த
நேரத்தில்
தரப்படும்

தொடர்புக்கு சஞ்ஜீவ் **074-512830**

S.K.Ads & Prints

2nd Floor "Colombo Plaza"
50, Galle Road, Colombo -06

நியூ ஸ்ரீ சாய் சுவஸ்டிக் ரெஸ்டோரன்ட்



(Sharma Restaurant)

வெள்ளவத்தை ஹம்டன் லேன் சாய் சுவஸ்டிக் ரெஸ்டோரன்ட்

(தூய சைவ உணவகம்)

புதிய பொலிவுடன், பல நவீன வசதிகளுடன்
(Family Room & A/C Room)
மேலும் பல விசேட தென்னிந்திய சைவ உணவு வகைககளை பெற்றுக் கொள்ளவும் வைபவ உணவு ஓடர்களை செய்வதற்கும்

No: 117, W.A.De சில்வா மாவத்தை,
வெள்ளவத்தை
கொழும்பு – 06.
☎:01-365139, 0777 386371 [Mathavan Sharma]

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

முகச் சுருக்கம் நீங்க.

ஆழமாக சுத்தம் செய்தல்
(Deep Cleaning)

பல பெண்கள் அவர்களது சருமத்தை ஆழமாக சுத்தம் செய்வது இல்லை. இது ஒரு தவறான செயல் ஆகும். முக ஒப்பனை சாதனங்கள் அழுக்குகள், எண்ணெய்ப் பசை, இழந்த கலன்கள் தேங்கி நிற்கின்ற போதும் முகம் பொலிவு அற்று இருக்கும். இதனை ஆழமாகச் சுத்தம் செய்வதற்கு Scrub, சாதாரணமாக உபயோகிக்கும் Cleanser or Wash Cream ஏதாவது ஒன்றை பூசி சில நிமிடங்களின் பின் Massage செய்து வெது வெதுப்பான நீரில் முகத்தை அலசிக் கழுவிக் கொள்ள வேண்டும்.

தினமும் உபயோகிக்கும் Moisturiser ஐ விட மேலதிகமாக வாரத்திற்கு ஒரு தடவை Moisturising Maskகை உபயோகித்து 10 நிமிடத்திற்கு பின் பஞ்சினால் துடைத்துக் கொள்ள வேண்டும். ஈரலிப்பான சருமத்தில் இது இடப்படும் போது அதன் பலாபலன் அதிகமாகும்.

அதிக குளிரும் அதிக வெப்பமும் சருமத்தை விரைவில் பாதிப்பை ஏற்படுத்தும். எனவே கால மாற்றத்திற்கு ஏற்றாற் போல் Cream அழகுசாதனப் பொருட்களை உபயோகிப்பது மிக அவசியமானது.

Cleanser சருமத்தின் Dermis என்ற உட் பகுதிக்குள் சென்று அங்கு உள்ள அழுக்குகளைக் களைந்து சருமத்தின் மேற்பகுதிக்குக் கொண்டு வரும். அதனைப் பஞ்சினால் அகற்றலாம்.

சருமத்தை சரியாக கவனிக்காமல் விடுவதால் சீக்கிரமே வயதான தன்மையை அடைந்துவிடும். 30 வயதிற்கு மேல் முதுமையின் சாயல் தோன்ற ஆரம்பிக்கும். கண்களைச் சுற்றி கருவளையம், வாயைச் சுற்றி சுருக்கங்கள் முகத்தில் கோடு, மச்சங்கள் மரு போன்ற பிரச்சனைகள் வரும். சருமத்தை நாம் கவனிப்பு செய்வதில் மிக அக்கறை செலுத்த வேண்டும்.

சருமம் பொலிவாக குறை இன்றி இருக்க நாம் உட்கொள்ளும் உணவும் மிகபெரிய பங்கு வகிக்கின்றது. விட்டமின் சத்துள்ள

A. பால், முட்டை, கரட், மீன்
B. பச்சைக்காய்கறிகள், கோதுமை
C. பழங்கள்

ஆகியவை சருமத்தின் நிறத்தைக் கூட்டவும், பளபளப்பாக வைத்திருக்கக்கூடியது. அது மட்டும் இல்லாமல் குறைந்தளவு 12 டம்ளர் தண்ணீர் குடிப்பதும், தூக்கமும் மிகவும் அவசியம்.

வீட்டில் இருந்தே முகச் சுருக்கத்தை தள்ளிப் போடும் சில பயிற்சிகள்

சத்தம் இல்லாமல் ஆ வென்று வாயைத் திறக்கவும்.
சத்தம் இல்லாமல் உ வென்று சொல்லவும்.
கண்களை அகல விரித்து மூடலாம்.
வாயை பலூன் போல் ஊதவும்.

ஸ்ரீதாரணி சத்தியமூர்த்தி
கொழும்பு -04

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

தரமான கணினிக் கல்விக்கு

"MCS" FOR STANDARD COMPUTER EDUCATION
MICROLABS COMPUTER SYSTEMS

MCS
COMPUTER INSTITUTE

சிறுவர்களுக்கான கணினிக்கல்வி
(COMPUTING FOR KIDS)
1) Basic Kids 2) Advanced Kids
AGE LIMIT 5 - 10 YEARS AGE LIMIT 11 - 14 YEARS

LEARN WITH PROFESSIONALS
பல்கலைக்கழக பாடவிதானத் தராதரத்தில்... * C * C++
* JAVA * PASCAL * VISUAL BASIC

* DIPLOMA IN MS OFFICE * ADOBE PHOTOSHOP * ADOBE PAGEMAKER
* DESKTOP PUBLISHING * DIPLOMA IN COMPUTER STUDIES
* TYPE SETTING * INTERNET & E-MAIL * WEB PAG DESIGNING
* COREL DRAW * TYPING * ORACLE 9 * FLASH

WE TEACH YOU THE BEST

JAFFNA TECHNICAL INSTITUTE * SRILANKA *
Reg No: 15251

கொழும்பு மாநகரிலும்
JAFFNA TECHNICAL INSTITUTE SRILANKA
தொழிற்பயிற்சிகள்

RADIO, T.V. AND VIDEO DECK REPAIRING
AIR CONDITIONING AND REFRIGERATION
MOTOR REWINDING AND ELECTRICAL WIRING

23 வருடகாலமாக யாழ்ப்பாணத்தில் இயங்கி வருகின்ற எமது நிறுவனத்தினரால் கொழும்பு மாநகரிலும் பயிற்சிகள் ஆரம்பிக்கப்பட்டுள்ளன.

MICROLABS COMPUTER SYSYEMS
309,2/1,GALLE ROAD, COL - 06
WELLAWATTA
(பூபாலசிங்கம் புத்தகசாலைக்கருகில்)
☎ 075-516523

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

மனைவியை புரிந்துகொள்வது எப்படி?

இளம்பருதி

பலவருடம் காதலித்து காதல் திருமணம் செய்து கொண்டவர்கள் கூட திருமணத்தின் பின் இரண்டொரு மாதங்களிலேயே தம்முள்ளே விரிசலை ஏற்படுத்திக் கொள்கிறார்களே ஏன்? நாம் மனிதர் எமக்குள்ளே சில நல்லகுணங்களும் சில கெட்ட குணங்களும் உண்டு. நாம் பழகுகின்ற சூழல், குடும்ப நண்பர்களை பொறுத்து பக்குவம், நல்ல எண்ணம் ஏற்படுகின்றது. எனவே திருமணம் முடித்து குழந்தை பெறும் வரைக்கும் ஒரு மனைவியை கணவன் எனப்படும் ஆண் மிக நிதானமாக கையாள வேண்டும். அவசியமற்ற உங்கள் தனிப்பட்ட விடயங்களையோ உங்கள் பெற்றோர் உற்றார் விடயங்களையோ பேசாதீர்கள். மனைவியை குறைகூறி மற்றவர் முன் விளையாட்டுக்காகவேனும் தலைகுனிவை ஏற்படுத்தாதீர்கள். அவர்கள் விரும்பாத நேரங்களில் அவர்களைத் தட்டி கிண்டல் செய்வதையோ. அவள் விரும்பாமலேயே நீங்கள் நினைத்தபடி மகிழ்ச்சியாக இருக்கவோ அழைக்காதீர்கள். வேறு பெண்களுடன் ஒப்பிட்டு அவளின் தரத்தை குறைக்காதீர்கள். அவளின் உறவுகளை. தரமற்ற முறையில் கிண்டல் செய்வதை விட்டே விடுங்கள். நல்ல தாம்பத்திய உறவுகள் பற்றிய நூல்களை படியுங்கள். மனைவியை மகிழ்ச்சிப் படுத்துங்கள். இவற்றையெல்லாம் நீங்கள் கடைபிடித்து வாருங்கள். உங்கள் வாழ்க்கையில் மகிழ்ச்சி பொங்கும். மனைவியுடன் சேர்ந்து கோயில்களுக்கோ. அல்லது உங்கள் மதஸ்தானங்களுக்கோ சென்று பாருங்கள். அவளை உங்கள் சமய ஆச்சாரப்படி வாழப் பழக்குங்கள். அவள் ஏதாவது அறிவுரைகளை அல்லது ஆலோசனைகளை வழங்கினால் அவற்றை ஏற்று அவளின் கருத்துக்கு நன்றி கூறுங்கள். அக்கருத்து பிழையாயின் அதை பக்குவமாக எடுத்து கூறிபார்ப்போம், யோசிப்போம் என மெதுவாக பின் போட்டு விடுங்கள். இப்படி எத்தனை பேர் செய்கிறீர்கள்? அப்படி செய்பவர்களில் நீங்களும் ஒருவரானால் உங்கள்வாழ்க்கை சபாஷ் தான். வாழ்க்கை மகிழ்ச்சியானது. அதைப் புரிந்து வாழ்வீர்களானால் "இறைவா மீண்டும் எனக்கு இந்த மானுடம் வேண்டும்" என்பீர்கள் இல்லையேல் போதுமடாசாமி என சலித்துக் கொள்ள நேரிடும்.

தொடரும்.

சினிமா தந்த தத்துவம்

பல நூல்படித்து நீ அறியும் கல்வி
பொதுநலம் நினைத்து நீ வழங்கும் செல்வம்
பிறர் உயர்வினிலே உனக்கிருக்கும் இன்பம்
இவை அனைத்திலுமே
இருப்பதுதான் தெய்வம்.

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

(கை)கணனி மூலம் சித்திரக்கலை!!

"சித்திரமும் கைப்பழக்கம் என்று முன்பு படித்தோம்"
"சித்திரமும் கணனிப் பழக்கம் என்று இனிப் படிப்போம்"

நீங்கள் Computer Graphic Designer தொழில்புரிய விரும்புகிறீகளா? அல்லது தொழில் புரிகின்றீர்களா? உங்கள் திறமையைச் சர்வதேச ரீதியில் நிகர்படுத்த நாம் துணை புரிவோம். அதிக ஊதியம் பெற அதிக விடயங்களை நீங்கள் அறிந்திருக்க வேண்டும்.

6மாத முழுமையான பயிற்சி வகுப்புக்கள்,
பெறுமதி மிக்க சான்றிதழ்,
வயதெல்லை கிடையாது.

G.C.E O/L பரீட்சையில் சித்திரக்கலை சித்தியடைந்தவர்கள் விண்ணப்பிக்கலாம்

தொடர்புக்கு: **M.M.I.C FINE ARTS UNIT**

திரு ரங்கா: 074-512830
0777-316258

2nd Floor "Colombo Plaza"
50, Galle Road, Colombo -06

டயமண்ட் ஸ்டோர்ஸ்

வெள்ளவத்தை சந்தியில்

ஞாபகம் வச்சிக்கங்க டயமண்ட் ஸ்டோர்ஸ்

உங்களுக்கு தேவையான சுத்தமான அனைத்து எண்ணெய் வகைகள், பூஜை வழிபாட்டுக்குத் தேவையான எண்ணெய்கள், வீட்டுக்குத் தேவையான பொருட்கள், பசளைகள், போன்றவற்றை மொத்தமாகவும் சில்லறையாகவும் பெற இன்றே நாடுவீர்

டயமண்ட் ஸ்டோர்ஸ்

உங்கள் வீட்டுபொருட்களை ஓரிடத்தில் இருந்து பிறிதோர் இடத்திற்கு நகர்த்த எமது வாடகை லொறிகள் துணைபுரியும் 0777-392951

184, Galle Road
Colombo - 06.

Tel: 582978
075-511305

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

முற்சந்தி

சக்திக்கு தமிழர் நாம் சக்தி

கடந்த சில வருடங்களாக ஊடக துறையிலே சக்தி TV, சக்தி FM சிறப்பாக இயங்கிவருகிறது இது M.T.V நிறுவனத்தின் ஒரு பிரிவு. மகாராஜா கூட்டு நிறுவனத்தின் சிறப்பான ஒரு அங்கம். வானொலித் துறைக்குப் பல புதுமைகளை காட்டி சிங்கள மக்களின் பெரும் மதிப்பையும், வரவேற்பையும் பெற்றது 'சிரச' வானொலி. இதில் தமிழர் நாம் மகிழ்ச்சி அடைய வேண்டிய விடயம் என்னவெனில் இவ்வெற்றி நிறுவனங்களின் உரிமையாளர் ஒரு தமிழர். தமிழ் மொழியின் வளர்ச்சிக்கு மேலும் பல பணிகளைச் செய்ய வேண்டும் என எண்ணுபவர். எத்தனை தனியார் துறை வானொலிகள் வந்தாலும் அவை இலாபகரமாக இயங்காவிடில் மூடு விழா வைத்துவிடுவார்கள். இலங்கை ஒலிபரப்புக் கூட்டுத்தாபனம் தமிழ் பேசும் மக்களுக்குச் செய்யும் சேவை போன்று தரமான படைப்புக்களை மேலும் சக்திTV,FM வழங்கவேண்டும். தமிழரின் சக்தியாக 'சக்தி' இருக்க வாழ்த்துக்கள்.

S.ஜெயந்தன்
வெள்ளவத்தை

புறக்கோட்டையில்

கொழும்பு நகரிலுள்ள முக்கிய வர்த்தக மையங்களான புறக்கோட்டை, கோட்டை செட்டியார் தெரு, 1ம், 2ம், 3ம், 4ம், 5ம் குறுக்குத் தெரு வர்த்தக நிலையங்கள் தங்கள் நிறுவனங்களையும் பொருட்களையும் Shopping Guide மூலம் விளம்பரம் செய்து கொள்ள நாடுங்கள்

Shopping Guide
கிளை முகாமையாளர்
எஸ். மகேஸ்வரன் (மகேஸ்)
கொலர் மாட்
121, 4/C முதலாம் குறுக்குத்தெரு
கொழும்பு 11. 0777-308260

A: பிணத்தை ஏன் பெண்கள் தூக்கிட்டு போறாங்க? அவரு பாரதி ஜாதியா

B: இல்ல அவரு எல்லா செத்த வீட்டுக்கும் தன் மனைவிய மட்டும்தான் அனுபுவாராம் அதுதான் இப்படியாயிடிச்சு..

"கத்தி முனையைவிட பேனா முனை அதிக வலிமை வாய்ந்தது"

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

பழுதுபார்த்தல்

- TV
- Video Desk
- HI Fi Radios
- Microwave Ovens
- CD/VCD/DVD Sets
- Washing machines
- CD to VCD Conversion
- Installation of Car Stereos

Many More

CONTACT ELECTRONIC SYSTEMS
24A, Fredrica Rd, Col-06.
WELLAWATTA
TEL: 594022, 586382, 077-7383089

Sri Laxmi Vilas

சுத்தமான சைவ உணவுகளை
மிகையாய் சுவைத்து
உண்ண வெள்ளவத்தையில்
கொமர்சல் வங்கிக்கு
எதிரே அமைந்திருப்பது

ஸ்ரீ லக்ஷ்மி விலாஸ்

நேசமாய் உங்களையும் அழைக்கிறது.

அனைத்து வைபவங்களுக்கும் ஓடர்கள் ஏற்றுக்கொள்ளப்படும்.

No. 228 Galle Road,
Colombo-06
Tel: 0777-682569

Peter Stores

Exclusive Textiles Shalwar, Sarees
Gents and Children's wear, Gift Items
Fancy Goods, Ata Pirikara
Watches & Wall Clocks etc.,

பீற்றர்ஸ்டோர்ஸ்

No: 201, Galle Road,
Wellawatta, Colombo-06

Tel: 586066

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

சிட்டி ரவுண்டப்

வந்துட்டன், வந்துட்டன் வம்பர் வந்துட்டன் என்னவோ தெரியேல்ல பாருங்கோ வம்பு கதைகள் கதைக்காட்டா எனக்கு நித்திர வராது பாருங்கோ. போன மாத Shopping Guide பாத்துட்டு பலர் சந்தோசமா கடிதம் போட்டவ மகிழ்ச்சி பாருங்கோ. புஸ்சும், சதாமும் அடிபடேக்க பலரும் பலவிதமாகக் கதை சொன்னவ. விட்டால் புஸ்ஸ நேர போய் அடிக்கிறமாதிரி வாங்கில உக்காந்து கொண்டு பிளேன்டீ குடிச்சு,குடிச்சு கதைப்பினம். இப்ப மாறிக் கதைக்கினம் புஸ் செய்தது சரியாம். நாக்கில நரம்பு இல்ல எண்றதுக்காக எல்லாத்தையும் கதைக்கிறதோ? எது உண்மை எண்றது இவைக்கு தெரியுமோ. பேந்து எங்கட வானொலிகள் அடிக்கிறது சரியோ? பிடிக்கிறது சரியோ? எண்டு விவாத அரங்கும் வைப்பினம். ***அணுஆயுதத்த விட்டு அகப்பையெண்டாலும் இலங்கையில உற்பத்தி செய்யிற வழியபார்க்கணும் அத உலக சந்தையில விற்கவேணும். அங்க இருக்குது சந்தோசம்.*** உது ஏன் எங்களுக்கு? எனக்கு உருத்திரா மாவத்த, நெல்சன் பிளேஸ், இராஜசிங்க வீதி, மெனிங்பிளேஸ் உங்கயெல்லாம் சுண்டல் கடபோட்டு சின்ன, சின்ன லவ்வர்ஸ் பார்க் போடவேணும் என்ற ஆச வருதுபாருங்கோ. பக்கத்தில குட்டி பொலிஸ் ஸ்டேசனையும் போடணும் இல்லாட்டால் இவங்கள் லவ்லெட்டர குடுப்பாங்கள். வாங்காட்டா கத்தியால குத்திட்டாங்க எண்டு நான் போய் சாட்சி சொல்ல கூண்டில ஏறமுடியா தெல்லே. என்னத்த சொல்லவாரண் எண்றது உங்களுக்கு விளங்கீட்டுதே? இல்லயோ? சுத்த டியூப்லைட். எல்லாம் எங்கட சிறுசுகளின்காதல் கதைகள் தான். 'கேஸ்' முடிஞ்சு போனாலும் பரவாயில்ல என்று எங்கட ஆட்கள் டிவுசன் பீச கட்ட காசு கொடுத்து பிள்ள படிக்கட்டும் எண்டு அனுப்பிவைக்கினம் உதுகள் **டிவுசனுக்கு போற வழியில அடிக்கிற லூட்டியும், வீட்ட வந்து அடிக்கிற பல்ட்டியும் சகிக்கயில்ல பாருங்கோ** நானும் அந்தகால காதல் திருமணம்தான் பாருங்கோ நல்லூர் கோயிலடியில கனகம்மாவ சாடயா ஒரு பார்வை இரண்டு கண்கள் மட்டும் தான் சந்திக்கும் அப்படி இருந்தும் கனகத்தின்ட தமையன் சின்ராசா ஒருக்கா பேம்படிசந்தியில வச்சு உழக்கிட்டான் பாருங்கோ இருந்தும் எங்கட காதல் கல்யாணத்தில முடிஞ்சுது. இப்ப உள்ள அதிகமான காதல் காலை 8.30 மணிக்கு பாடசாலைக்கு போகிற போது ஆரம்பிச்சா பின்நேரம் டிவுசனுக்கு போகிறபோது முடியுது. பத்திரிகைகள பார்த்தா தெரியுமே "காதலை ஏற்க மறுத்த காதலியை கத்தியால் குத்திய காதலன்" உதையெல்லாம் பார்த்து இவையள காதலன், காதலி என்று சொல்லுறதே? இவையள் காதல கொச்சப்படுத்தியினம். ஒண்டு நான் சொல்லட்டுமே இத வாசிக்கிற உங்களுக்கு 10 வயதுக்கு மேற்பட்ட பிள்ளைகள் இருந்தா கண்ணும் கருத்துமாய் இருங்கோ கண்ட, கண்ட சினிமா காதல்காட்சிகள கண்ணில காட்டாதிங்கோ நல்ல பிரன்ச மட்டும் பாத்து பழக விடுங்கோ, பெண்பிள்ளைகளாக இருந்தா பிரன்ஸ் அல்ல யார் வீட்டுக்கும் படிக்கவோ, வேற எந்த தேவைக்கோ விடாதிங்கோ. இப்ப நண்பர் எங்கிற பல பேர் தூதுவனா செயற்படுயினம்

எங்களுக்கு ஒரு கலாசாரம் இருக்குது. அதன் படி வாழ்ந்து தான் வாழ்க்கை சொல்லுறதுக்கும், எழுதுறதுக்கும், பார்கிறதுக்கும் எல்லாம் நல்லாதான் இருக்கும். யதார்த்த வாழ்க்கைக்கு சரிவராது பாருங்கோ.

ஒருத்தன விரும்பி ஊர், ஊரா சுத்தியடிச்சிட்டு பிறகுஒருத்தன கல்யாணமுடிச்சு அவனோட வாழ்க்க நடத்தேக்க உலகம் வெறுக்கும் பாருங்கோ அப்ப நீங்கள் ரிவைன் பண்ணி பார்த்து பிரயோசனமில்ல பாருங்கோ வாழ்க்கை ஒரு முறைதான் வரும்.

அறுத்தது காணும் பேந்து சந்திப்போம்.
சேர்ந்து சிந்திப்போம்
வம்பர்.

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

ஊதுமாக்கூழ்

தேவையான பொருட்கள்:-

கைக்குத்தரிசி	- 1/2 சுண்டு
நற்சீரகம்	- 1/2 மேசைக் கரண்டி
மஞ்சள்	- சிறிய துண்டு
மிளகு	- 3
பனங்கட்டி அல்லது கருப்பட்டி	- 150 கிராம் அளவு
தண்ணீர்	- 3 தம்ளர்
தேங்காய்ப்பால்	- 1 தம்ளர்
உப்பு	- அளவாக

செய்முறை:-

கைக்குத்தரிசியை மூன்று மணித்தியாலம் வரை ஊறவைத்து நன்கு மாவாக அம்மியில் அரைத்துக் கொள்ளவும்.

நற்சீரகம், மஞ்சள், மிளகு அனைத்தையும் நன்றாக அரைத்துக் கொள்ளவும்.

அரைத்த அரிசியுடன் சரக்குக் கூட்டைச் சேர்த்துத் தண்ணீரை விட்டு கரைத்துக் கொள்ளவும்.

கரைத்த கலவையைச் சிறிதளவு உப்பும் சேர்த்துக் கொதிக்க வைக்கவும்.

கலவை நன்கு வெந்ததும் தேங்காய்ப்பால், பனங்கட்டியைச் சேர்த்துக் கொள்ளவும்

பின் கலவை இளக்கமாக இருக்கும் போது இறக்கிக் கொள்ளவும். (தேவையானால் நீர் சேர்த்துக் கொள்ளவும்)

B சாந்தி
கிருலப்பனை

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

சிந்தனைத்துளிகள்

* எப்போதும் பாடுபடுங்கள் எப்போதும் உழைத்துக் கொண்டிருங்கள். உழைப்பிலே சுகமிருக்கிறது. வறுமை, நோய் முதலிய குட்டிப் பேய்கள் எல்லாம் உழைப்பைக் கண்டவுடன் ஓடிப்போய்விடும்.

பாரதியார்.

சினிமா தந்த தத்துவம்

ஆசை கோபம் கனவு கொள்பவன் பேசத்தெரிந்தமிருகம்
அன்பு நன்றி கருணை உள்ளவன் மனிதவடிவில் தெய்வம்
இதில் மிருகம் என்பது கள்ளமனம் - உயர் தெய்வம் என்பது பிள்ளைமனம்
இந்த நான்கு கட்டளை அறிந்த மனதே ஆண்டவன்வாழும் வெள்ளைமனம்.

Shopping Guide இன் முதல் பிரதியைத் தலைமைப் பொறுப்பாசிரியர் திருமதி.பிரதீபா கோமகன் ரமேஷ் சேரண்டிப் நிறுவனத்தின் பணிப்பாளர் திரு. நேததன் அவர்களுக்கு வழங்குவதையும் நிர்வாக ஆசிரியர் S.K.ரமேஷ் பிரதியையும், Sweet வகைகளையும் பணிப்பாளருக்கும் வர்த்தகப் பணிப்பாளர் திரு. சக்தி அவர்களுக்கு வழங்குவதையும் படத்தில் காணலாம்.

Shopping Guide
ADVERTISEMENT RATES

Inside Pages	Price
Full Page	2,500.00
Half Page	1,500.00
Quarter Page	800.00
Strip Adv.	300.00
Name, Address & Tel	200.00

அதிகளவு வாசகர்களையும், மக்களையும் இலவசமாக சென்றடையும் **Shopping Guide** ல் உங்கள் தனிப்பட்ட, நிறுவன விளம்பரங்களை ஒப்படைக்கலாம் அதற்கு நீங்கள் தொடர்பு கொள்ள வேண்டிய முகவரி:

Publishers : Shopping Guide
S.K.Ads & Prints
50, 'Colombo Plaza' 2nd Floor, Colombo.06. Tel : 074-512830

Spoken ENGLISH
தொழில் புரிவோருக்கு
SAT, FRI 6-8pm ஆரம்பம்
ஆசிரியர் பிரபல அறிவிப்பாளர்
மாதாந்த கட்டணம் 400/=
மகளிருக்கு மட்டும்
MONDAY FRIDAY > 4-5pm
Call: 074-512830
M.M.I.C LANGUAGE DIVISION
50, "Colombo Plaza" 2nd Floor Galle Road, Wellawatta, Colombo - 06

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

செட்டியார் தெரு

VATHSALA TRADE CENTRE

எவர்சில்வர் பாத்திரங்கள்
(Non Stick, Copper Bottom)
பித்தளை கை மணிகள்,
ஆலய வெங்கல மணிகள்
கலசங்கள், ஆசனத் தகடுகள்,
சரவிளக்குகள் திருவாசிகள்,
இந்திய கும்பகோண பித்தளை விளக்குகள்.
நிறைகுட செட் எவர்சில்வர்
Pressure Cookers,
Original Luxumi wet Grinders

கும்ப குடைகள், 8 பிரம்பு, 12 பிரம்பு.
சந்திரவட்ட பட்டுக் குடைகள்,
பட்டு ஆலவட்டம், திரைச்சீலைகள்.
இலக்கண சாஸ்திரத்துக்கு அமைய நிர்மாணிக்கப்பட்ட இந்திய
பஞ்சலோக வார்ப்பு விக்கிரகங்கள், கருங்கல் சிற்ப சிலைகள்,
உணவு விடுதிகளுக்குரிய சாதனங்கள் (Safen Dish, Cuttery)
இந்திய சுவாமிப்படங்கள் மாலைகள்
வீட்டுக்கு தேவையான சகல
பித்தளை பூஜை பொருட்கள்
பரதநாட்டிய ஒட்டியான செட் (நவீன முறையில்)
என்பன விற்பனைக்கு உண்டு

182, Sea Street, Colombo -11.

Tel: 471421

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

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