நாவெளி NAAVELI
නාවැලි

பிரதேச செயலக மாதாந்த மின்னிதழ்
Divisional Monthly e-Magazine
ප්‍රාදේශීය මාසික ඉ-සඟරාව

மலர்: 05 ✦ இதழ்:19 ✦ 2024ஆம் வருடம் வைகாசி மாதம் இருபத்தைந்தாம் திகதி

சித்திரைப்புத்தாண்டு விளையாட்டு விழா

நிருபர்.P.வசந்

இளைஞர் விவகார விளையாட்டுத்துறை அமைச்சு, தேசிய இளைஞர் சேவைகள் மன்றம் மற்றும் நாவிதன்வெளி பிரதேச செயலகம் என்பன ஒன்றிணைந்து பிரதேச இளைஞர் கழக சம்மேளனத்துடன் இணைந்து நடாத்திய சித்திரைப் புத்தாண்டு விளையாட்டு விழா (27-04-2024) கமு/சது/நாணமடு இந்துக்கல்லூரி மைதானத்தில் பிரதேச செயலாளர் திருமதி. ராகுலநாயகி சஜிந்ரன் அவர்களின் தலைமையில் நடைபெற்றது. SMART YOUTH தொடர் 08ஆம் பக்கம்...

ஒரு சாதனைப் பயணம்

நிருபர்.ப.தயாளராஜ்

இலங்கை நாட்டின் சமாதானம், ஒற்றுமை, பெண்கள் உரிமை, சிறுவர் பாதுகாப்பு, சுகாதாரமான சூழல், இளைஞர் யுவதிகளுக்கான உரிமை, சூழல் பாதுகாப்புக்கான மரநடுகை போன்ற தொனிப் பொருள்களை முன்வைத்து திரு. செல்டன் பெரேரா (48) அவர்கள் இலங்கை பூராகவுமான தனது நடைப்பயணத்தினை நாவிதன்வெளி பிரதேச செயலக பிரிவிற்குட்பட்ட மத்தியமுகாம்-03 கிராம அலுவலர் பிரிவிலுள்ள லும்பினி விகாரையிலிருந்து கடந்த 22ஆந் திகதி ஏப்ரல் மாதம் ஆரம்பித்திருந்தார். இந்நிகழ்வானது

தொடர் 08ஆம் பக்கம்...

பிரதேச சிறுவர் சபைக் கூட்டம் - 2024

நிருபர்.D.ஜாசுகி

நாவிதன்வெளி பிரதேச செயலகத்தின் 1ஆவது பிரதேச சிறுவர் சபை கூட்டமானது பிரதேச செயலாளர் திருமதி. ராகுலநாயகி சஜிந்ரன் அவர்களின் ஆலோசனை மற்றும் வழிகாட்டலுக்கமைய பிரதேச செயலக சிறுவர் உரிமை தொடர் 08ஆம் பக்கம்...

சிறுகதை பயிற்சிப்பட்டறை

நிருபர்.V.நகுலா

நாவிதன்வெளி பிரதேச செயலாளர் திருமதி. ராகுலநாயகி சஜிந்ரன் அவர்களின் வழிகாட்டலில் கமு/சது/ வாணி மகா வித்தியாலய பாடசாலை கலாமன்றத்தின் செயற்பாடுகளை மேம்படுத்தும் முகமாக நாவிதன்வெளி பிரதேச செயலக கலாசார பிரிவினால் ஏற்பாடு செய்யப்பட்ட சிறுகதை பயிற்சிப் பட்டறையானது 2024.05.03 ஆந் திகதி மத்தியமுகாம்-01 கிராம அலுவலர் பிரிவிலுள்ள கமு/சது/ வாணி மகா வித்தியாலயத்தில் இடம்பெற்றது. தொடர் 08ஆம் பக்கம்...

கலைஞர்களுக்கான நிதி உதவி வழங்கும் வேலைத்திட்டம்

நிருபர்.A.L.M.சினாஸ்

கலாசார அலுவல்கள் திணைக்களம் மற்றும் அம்பாறை மாவட்ட செயலகம் ஆகியவற்றின் ஏற்பாட்டில் உதவி அவசியமான கலைஞர்களுக்கு நிதி உதவி வழங்கும் நிகழ்ச்சித்திட்டம் தொடர் 08ஆம் பக்கம்...

ஆசிரியரிடமிருந்து...

நாவெளி மலர் - 05 இல் உங்கள் அனைவரையும் சந்திப்பதில் அளவற்ற மகிழ்ச்சி. பல பக்கங்களும் பரந்து கிடக்கின்ற பல்வேறு செய்திகள், மற்றும் பல்சுவை அம்சங்களைத் தாங்கிய வகையில் நாவெளி மலர் - 05 வெளிவருகின்றது. உண்மையில் "நாவெளி" மின்னிதழ் வாசகர்கள் மத்தியில் அதிக வரவேற்பைப் பெற்று வருகின்றது. அத்தகைய மகிழ்வினைத் தந்து கொண்டிருக்கும் " நாவெளி" வாசகர்களுக்கும், ஆக்கங்களை வழங்கிக் கொண்டிருக்கும் நிருபர்கள், மற்றும் எழுத்தாளர்களுக்கும் இதயம் கனிந்த நன்றிகளும், பாராட்டுகளும் உரித்தாகட்டும். அதேபோல் நாவிதன்வெளிப் பிரதேசத்தின் பரந்துபட்ட பார்வைப் பரப்புக்குள் இருந்து வெளிவருகின்ற "நாவெளி" மின்னிதழ் சஞ்சிகை உங்களை மேலும் மகிழ்விக்கும் என நம்புகின்றேன். இப்பூவுலகில் விலைமதிப்பற்றது அன்பாகும். இல்லறம் நல்லறமாக இருப்பதற்கு மாறாத அன்பு அவசியமாகின்றது.

அன்பினால் கிடைக்கக் கூடிய பயன்கள் எண்ணிலடங்காதவை. நமது ஆற்றல், மனவலிமை, உடல் வலிமை என்பவற்றிற்கு உறுதுணையாக இருப்பது அன்பு ஒன்றுதான்.நம் வாழ்க்கை என்பது நிலையற்றது. அதனால் உயிர்களிடத்தில் அன்பு கொண்டு வாழும் நாட்களில் அன்பு உடையவர்களாக வாழ்ந்து அன்பினைப் பரப்புவது சிறந்தது.மனிதன் தனது வாழ்நாளில் மகிழ்வுடன் வாழ அன்பு அவசியமாகின்றது. வசதியாய் வாழ, பணம் தேவை. ஆனால் அந்த வாழ்வை மகிழ்வாகவும், நிறைவாகவும் வாழ அன்பு மட்டுமே போதுமானதாகின்றது. சமாதானமாகவும், ஒற்றுமையாகவும், முரண்பாடு இன்றி அமைதியாகவும், பிறரிடம் அன்பு கொள்வது அவசியமாகின்றது. ஆபத்தின் போதும், அவசர நிலையின் போதும் பிறருக்கு உதவிட அன்பு முக்கியம் பெறுகிறது. அத்தகைய அன்பு மனதில் இருந்தால் மட்டுமே அவற்றை செய்திட முடியும்.

அன்பினால் சாதிக்க முடியாதது இவ்வுலகில் ஏதுமில்லை என்றால் மிகையாகாது. அன்பு கொண்டவர்கள் தங்கள் உயிரைக் கூட பிறருக்கு கொடுக்கத் துணிவார்கள். அன்புடையவர்கள் பிறர் துன்பப்படும் போது, அது கண்டு தானும் துன்பம் கொள்வர். மதம், சாதி, இனம் என்ற எல்லா வேறுபாடுகளையும் கடந்து ஒருவர் மீது இரக்கத்தையும், நேசத்தையும் ஏற்படுத்தக் கூடிய சக்தி அன்பிற்கு உண்டு. அன்பிற்கு ஈடாக எதையும் கூறிவிட முடியாது.

அன்பை யாராலும் தடுத்து விடவும் முடியாது. மனிதர்களிடம் மட்டுமின்றி மிருகங்கள், பறவைகளிடத்தும் அன்பு செலுத்துதல் வேண்டும். அன்பிற்கு கட்டுப்படாத உயிர்கள் ஏதுமில்லை. எல்லா மதங்களும் அன்பு வழியில் நின்று எம்மை ஆற்றுகின்றன. உயிர்களிடத்தில் எவ்வாறு அன்பு செலுத்துவது முக்கியமோ, அது போல் நாம் இயற்கை மீதும் அன்பு செலுத்த வேண்டும். இத்தகைய அன்பினை அனைத்து உயிர்களிடத்திலும், இயற்கையிடத்திலும் செலுத்தி மகிழ்வான வாழ்வை வாழ்ந்து அன்பு நிறைந்த அமைதியான உலகை உருவாக்குவோம்.

என்றும் அன்புடன்...
-ஆசிரியர்-

வாழ்க்கைத் தத்துவங்கள்

S.சிவம் - சமுர்த்தி தலைமையக முகாமையாளர்

உயர்வான எண்ணங்களும்
தாழ்வான எண்ணங்களும்
நம்மிடம் இருந்தே பிறக்கிறது
எது எமக்கு தீயவை என்பதை
நாம் தான் தீர்மானிக்க வேண்டும்

உனை தூற்றுபவர்கள் யாரும்
உயர்த்தி விட வர மாட்டார்கள்
உன் கஷ்டங்களை சுமக்க
நினைக்க மாட்டார்கள்
உன் வலி உனக்கு மட்டுமே சொந்தம்

முயன்றால் முடியாதது
இங்கொன்றும் இல்லை
தன்னம்பிக்கையோடு
எந்த செயலையும் செய்தால்

உயர்ந்து செல்ல மூலதனம்
எதுவும் தேவையில்லை
உழைப்பு மட்டும் இருந்தால் போதும்
மாற்றங்கள் உன் வாழ்வில்
தானாக நிகழும்

உன்னை உயர்த்தி விட யாரும்
இல்லை என்று ஏங்காதே
உனது மூலதனம் முயற்றி மட்டுமே
நல்ல நேரம் கெட்ட நேரம் என்று
எதுவும் இல்லை
உன் எண்ணங்களின் வலிமையே
உன் வாழ்வை உயர்த்தும்

படித்ததில் பிடித்தவை

குறைந்த வருமானம் பெறும் குடும்பங்களுக்கான அரிசி விநியோகம் - 2024

T.சசிதேவி

குறைந்த வருமானம் பெறும் குடும்பங்களின் ஊட்டச்சத்து மட்டத்தை தொடர்ச்சியாகப் பேணுவதற்காக அவர்களுக்கு நிவாரணமாக அரிசியை விநியோகிக்கும் பொருட்டு அதிமேதகு சனாதிபதி அவர்களினால் முன்மொழியப்பட்ட "குறைந்த வருமானம் பெறும் குடும்பங்களுக்கு அரிசியை விநியோகித்தல்" எனும் தலைப்பின் கீழ் நாவிதன்வெளி பிரதேச செயலகத்தில் அஸ்வஸ்ம பெறும் 2380 குடும்பங்களுக்கும், சமுர்த்தி பெறும் 1202 குடும்பங்களுக்கும், வயோதிபர்கள், வலது குறைந்தவர்கள் மற்றும் நாள்பட்ட நோயாளர்கள் 952 பேருக்கும், நாவிதன்வெளி பிரதேச செயலாளர் திருமதி. ராகுலநாயகி சஜிந்ரன் அவர்களினால் உறுதிப்படுத்தப்பட்ட 6 வறிய குடும்பங்களுக்கும் மொத்தமாக 4828 பயனாளிகளுக்கு தலா 10Kg கொண்ட அரிசிப் பொதிகள் வழங்கப்பட்டன. இந்நிகழ்வானது, நாவிதன்வெளி பிரதேச செயலகத்திற்கு உட்பட்ட மத்தியமுகாம்-05 கிராம உத்தியோகத்தர் பிரிவில் 2024.04.21 ஆம் திகதியன்று உதவிப்பிரதேச செயலாளர் திரு. பே.பிரணவரூபன் அவர்களின் தலைமையில் ஆரம்பித்து வைக்கப்பட்டது.இந்நிகழ்விற்கு பிரதம அதிதியாக அம்பாரை மாவட்ட மேலதிக அரசாங்க அதிபர் திரு.வே.ஜெகதீசன் அவர்கள் கலந்து கொண்டு பயனாளிகளுக்கான அரிசிப் பொதிகளை வழங்கி வைத்தார். மேலும், இந்நிகழ்வில் நாவிதன்வெளி பிரதேச செயலக பிரதி திட்டமிடல் பணிப்பாளர் திருமதி. திலகராணி கிருபைராஜா, சமுர்த்தி தலைமையக முகாமையாளர் திரு. செ.சிவம் ஆகிய பதவி நிலை உத்தியோகத்தர்களும் பிரதேச ஒருங்கிணைப்புக் குழுத் தலைவரின் இணைப்பாளர், பொதுச் சுகாதாரப் பரிசோதகர் போன்றவர்களும், பிரதேச செயலக உத்தியோகத்தர்கள் மற்றும் பயனாளிகள் எனப் பலரும் கலந்து கொண்டனர்.

வியாபாரத் திட்டம்

வியாபாரத் திட்ட அறிக்கையில் நான்கு பகுதிகள் இருக்கவேண்டும் - திட்டச் சுருக்கம் சந்தை ஆய்வு நிதித் திட்டம் மேலாண்மைத் திட்டம். இது ஒரு வழிகாட்டு முறை தான் உண்மையில் திட்ட அறிக்கையை வேறு கலவையில் கூட கொடுக்கலாம். திட்ட அறிக்கையின் உள்ளடக்கம்தான் அதன் வடிவத்தை நிர்ணயிக்க வேண்டும்.

திட்டச் சுருக்கத்தை மிகுந்த கவனத்துடனும் அதிக திறமையுடனும் எழுதவேண்டும். இந்த பகுதிதான் உங்களுக்கு பணம் கொடுக்கக் கூடிய முதலீட்டாளரோ அல்லது வங்கி மேலாளரோ படிப்பார். திட்ட சுருக்கத்தில் நிறுவனத்தை பற்றியும் அதன் முக்கிய வியாபாரம் பற்றிய அறிமுகமும் இருக்க வேண்டும். அந் நிறுவனம் இருக்கும் சந்தையின் போக்கு நிறுவனம் கூடுதலாக தேடும் முதலீட்டின் அடிப்படை வியாபார காரணங்கள் தெளிவாக இருக்க வேண்டும். இதில் உங்கள் வியாபாரம் பற்றிய முழுமையான விபரங்களும் முக்கிய தகவல்களும் இல்லை என்றாலோ அல்லது அவர் முடிவெடுக்க தூண்டும் விபரங்கள் இல்லை என்றாலோ திட்ட அறிக்கையை மேற்கொண்டு படிக்க மாட்டார்கள்.சந்தை ஆய்வு பகுதியில் நிறுவனம் வருங்காலத்தில் எவ்வாறு சந்தையிடல் விற்பனை திட்டங்களை செயல்படுத்தும் என்று தெரியவரும்.

பொருளைப் பற்றிய குறிப்புகள் அதனை நுகரப்போகும் வாடிக்கையாளர்கள் அப்பொருளை பற்றிய விளம்பர யுக்தி ஆகியவையும் இப்பகுதியில் தெரியும். இதில் அந்நிறுவனம் எதிர்க் கொள்ள போகும் போட்டி அந்நிறுவனத்தின் சாதக பாதக நிலைகள் பற்றிய குறிப்புகளும் இருக்கும்.

நிறுவனத்தின் சாதக நிலையை பயன்படுத்தி எவ்வாறு பிரச்சினைகள் எதிர் கொள்ளப்படும் என்பதும் தெரிய வரும்.

“நலன்புரி தேசத்திலிருந்து தொழில் முயற்சியாண்மை தேசம் ஒன்றினை நோக்கி பயணிக்கின்ற மக்கள் சமூகம் ஒன்றை உருவாக்குதல்”

ப.தமிழ்வாணன் - திட்ட முகாமையாளர்

“அஸ்வெசும” நலன்புரி நன்மைகள் திட்டத்தின் கீழ் பயனாளி குடும்பங்களை வலுவூட்டச் செய்யும் வேலைத் திட்டம்-2024 இலங்கையின் வறுமை நிலையினை குறைக்கும் பொருட்டு பல நலன்புரி வேலைத்திட்டங்களை காலத்துக்கு நடைமுறைப் படுத்தி வருகின்றது.இந்த நலன்புரி வேலைத் திட்டங்களில் சமுர்த்தி அபிவிருத்தி திணைக்களமானது விரிவான வலையமைப் பொன்றுடனும் மூவகை அபிவிருத்தி அணுகுமுறையுடனும் 29 வருட காலங்களுக்கு அண்மியதாக நாடு முழுவதும் உள்ளடங்குகின்ற பிரகாரம் செயற்பட்டது. சமுர்த்தி வேலைத்திட்டத்தின் கீழ் வறுமை நிலை மற்றும் வசதி வாய்ப்புகள் அற்ற நிலையில் வாழ்ந்ற மக்கள் முகம் கொடுக்கின்ற பொருளாதார, சமூக, சட்ட மற்றும் உளவியல் போன்ற பலதரப்பட்ட சிக்கல்களை சரியாக இனங்கண்டு அவற்றினை குறைக்கச் செய்து பொருளாதார, சமூக, சட்ட, மற்றும் உளரீதியான மேம்பாட்டினை உறுதிப்படுத்துவதற்காக வருமான மீட்டல் வேலைத்திட்டங்கள் உட்பட பல வேலைத்திட்டங்களை நடைமுறைப்படுத்தியுள்ளது. 2023ஆம் ஆண்டிலிருந்து புதிய நலன்புரி நன்மைகள் திட்டம் ஒன்றினை தயாரித்து நடைமுறைப் படுத்தும் பொறுப்பு நலன்புரி நன்மைகள் சபைக்கு ஒப்படைக்கப்பட்டுள்ளது. அதன் பிரகாரம் சமூகத்தில் 4 வகைத் தொகுதியின் கீழ் நாடுபூராகவும் இனங்காணப்பட்ட 20 இலட்சம் குடும்பங்களுக்கு அஸ்வெசும நலன்புரி நன்மைகள் திட்டம் என்ற பெயரில் புதிய வேலைத் திட்டமொன்று அறிமுகப்படுத்தப்பட்டுள்ளது. இருப்பினும் 2024 ஆம் ஆண்டிலிருந்து அஸ்வெசும நலன்புரி நன்மைகளை பெறும் குடும்பங்களின் எண்ணிக்கையினை 24 லட்சம் வரை அதிகரிப்பதற்கு தற்போது அரசாங்கத்தினால் தீர்மானிக்கப்பட்டுள்ளது.

இதன் விசேட நோக்கங்கள்

01. வறிய மற்றும் மிக வறிய சமூக குழுக்களுக்குச் சொந்தமான குடும்ப அலகுகளை தங்கி வாழும் மனநிலையிலிருந்து மீட்டுக் கொள்வதற்கு நடவடிக்கைகளை மேற்கொள்ளல்.

02. தற்காலிக நெருக்கடிக்குள்ளான மற்றும் பாதிப்புக்குள்ளான சமூக குழுக்களுக்கு சொந்தமான பயனாளிகளையும் வலுவூட்டச் செய்து அவர்களின் பொருளாதார பிரிவினை நிரந்தரமாக ஆக்குதல்.

03. நுண் மற்றும் சிறிய அளவிலான தொழில்முயற்சியாளர்கள்/ விவசாயிகளை உருவாக்குவதற்கு நடவடிக்கைகளை மேற்கொண்டு தேசிய உற்பத்தியினை உயர்த்துவதற்கு நடவடிக்கைகளை மேற்கொள்ளல்.

04. உற்பத்திகளின் பொருட்டு உள்நாட்டு மற்றும் வெளிநாட்டு சந்தை வாய்புகளை விஸ்தரித்தல்.

05. வலுவூட்டல் வேலைத்திட்டத்தின் கீழ் நன்மைகள் பெறுகின்ற குடும்பங்களில் உள்ள இளைஞர் யுவதிகளுக்கு உள்நாட்டு மற்றும் வெளிநாட்டு வேலை வாய்ப்புகளை உருவாக்கிக் கொடுத்தல்.

06. வறுமை நிலை காரணமாக பொருளாதார அழுத்தங்களுக்கு உள்ளாகியுள்ள பெண்களை வலுவூட்டல் வேலைத்திட்டங்களில் உள்வாங்கிக் கொண்டு வசதிகளை வழங்கும் போது அவர்களுக்கு முன்னுரிமை வழங்குதல்.

07. தன்நம்பிக்கையுள்ள மக்களை உருவாக்குவதற்கு உளரீதியான பலத்தினை ஏற்படுத்திக் கொடுத்தல்.

08. மாற்றுத்திறனாளிகள், முதியோர் மற்றும் நோய் நிலைகளால் வாடுகின்ற மக்களுக்கு உள, சமூக மற்றும் சுகாதாரத் துறைகளில் இருந்து வலுவூட்டல் நடவடிக்கைகளை மேற்கொண்டு திருப்திகரமான ஆட்களாக அவர்களை உருவாக்குதல்.

பயனாளிகளை தெரிவு செய்யும் முறை.

01. கிராம உத்தியோகத்தர் பிரிவிற்கு வழங்கப்படுகின்ற இலக்குக் குடும்ப ங்களின் எண்ணிக்கையின் பொருட்டு பொருத்தமான பயனாளி களை இனங்காண்பது சமுர்த்தி அபிவிருத்தி உத்தியோகத்தர்களால் மேற்கொள்ளப்படல் வேண்டும். அங்கு தமது கடமை அதிகார பிரதேசத்தில் உள்ள அஸ்வெசும நலன்புரி பயனாளிகளிடையே கீழ் குறிப்படப்படுகின்ற தகுதிகள் அனை த்தையும் அல்லது அதிலும் அதிகப் படியானவற்றினை பூர்த்தி செய்கின்ற குடும்பங்களை வலுவூட்டுவதற்கு தெரிவு செய்து கொள்ளல் வேண்டும்.

02.அஸ்வெசும நலன்புரி நன்மைகள் கீழ் நன்மைகளை பெறுகின்ற சமூக குழுக்களுக்கு சொந்தமான குடும்ப மொன்று அல்லது ஒரு நபராக இருத்தல்.

03.ஏலவே வருமானமீட்டல் கருத் திட்டம் ஒன்றினை நடாத்திச் செல்லும் அல்லது புதிதாக கருத் திட்டமொன்றினை ஆரம்பிப்பிதற்கு திட்டம், ஆற்றல் மற்றும் பயிற்சி களைக் கொண்ட குடும்பமாக இருத்தல்.

04.பயிற்சி ஒன்றின் பின்னர் உள்நாட் டு, வெளிநாட்டு தொழில் ஒன்றில் அல்லது சுயதொழில் ஈடுபடக்கூடிய திருமணமாகாத இளைஞர் யுவதிக ளைக் கொண்டிருத்தல்.

05.பொருளாதார ரீதியான வலுவூட்ட லின் ஊடாக மாதாந்தம் 30000.00 அல்லது அதிலும் கூடிய வருமானம் ஒன்றினை உழைக்கின்ற சுய தொழிலில் ஈடுபடும் ஒருவர் மற்றும் விவசாயி ஒருவர் அல்லது அதன் பொருட்டான சாத்திய வளமுள்ள குடும்பமொன்று.

06.சமுர்த்தி வங்கிக் கடனை பெற்றுக் கொள்வற்கு உத்தேசித்துள்ள பயனா ளி ஒருவராக இருப்பின், சமூதாய அடிப்படை அமைப்பில் அல்லது சமுர்த்தி வங்கியில் அங்கத்துவத்தி னை உடைய ஒருவராக இருப்பதும், கடனை பெற்றுக் கொள்வதற்கு தகுதி யினை கொண்டுள்ள அல்லது பூர்த்தி செய்யக் கூடிய குடும்பமாக இருத்த ல். நாவிதன்வெளி பிரதேச செயலக பிரிவின் கீழ் உள்ள கிராம சேவகர் பிரிவுகளில் கடமையாற்றும் சமுர்த்தி அபிவிருத்தி உத்தியோத்தரகளுக்கு குறித்த திட்டம் தொடர்பான சுற்று நிருபம் தெளிவுபடுத்தப்பட்டு எமக்கு வழங்கப்பட்ட இலக்கான 535 பயனாளிகளுக்கான ஆய்வுப் படிவங்கள் வழங்கப்பட்டு அவைகள் மீண்டும் பெறப்பட்டு பரிட்சிக்கப் பட்டு இதன் தொகுப்பறிக்கை திணைக்களத்திற்கு அனுப்பப்பட்டு ள்ளது.

இதனடிப்படையில் ஒதுக்கீடுகள் கிடைக்கும் பட்சத்தில் பயனாளிகளா ல் தெரிவு செய்யப்பட்ட திட்டங்களின் ஊடாக பொருளாதார ரீதியாக அவர்களின் வாழ்கைத் தரத்தினை உயர்த்தி தங்கி வாழும் மன நிலைகளில் மாற்றத்தை ஏற்படுத்த முடியும் என்பது திண்ணம்.

ஏழையாய் இருப்பதில்லை என்று உறுதியாக முடிவு செய்யுங்கள்; எப்பொழுதும் உங்களிடம் இருப்ப தைவிடக் குறைவாகவே செலவு செய்யுங்கள்.

-சாமுவேல் ஜான்சன்-

பணம் சேர்ப்பவன் ஒருபோதும் களைப்படைய மாட்டான்; களைப் படைகிறவன் ஒருபோதும் பணம் சேர்க்கமாட்டான்.

-ராட்க்ளிப்-

அணு ஆயுதங்களுடன் எப்போதும் தயாராக இருக்கிறோம்; சூளுரைத்த விளாடிமிர்

(P.ரூபன்)

மேற்கத்திய நாடுகள் சீண்டினால், தாக்குவதற்கு எப்போதும் தயாராகவே இருப்பதாக ரஷ்ய ஜனாதிபதி விளாடிமிர் புடின் சூளுரைத்துள்ளார். ரஷ்யாவின் வருடாந்தர வெற்றி நாள் அணிவகுப்பில் கலந்து கொண்டு பேசிய புடின், சீனாவை புகழ்ந்துள்ளதுடன் பிரித்தானியாவை கண்டுகொள்ளவில்லை என்றே கூறப்படுகிறது.இந்த இக்கட்டான சூழலிலும் அணு ஆயுதங்களுடன் ரஷ்யா போருக்கு தயார் நிலையிலேயே உள்ளதாகவும் தெரிவித்துள்ளார். 1945ல் நாஜி ஜேர்மனியை தேற்கடித்ததன் நினைவாக முன்னெடுக்கப்படும் கொண்டாட்டமாக ரஷ்யா முழுவதும் மே 9ம் திகதி அணிவகுப்புக்கள் நடத்தப்படுகின்றன. இந்த நாளில் ரஷ்யாவின் ராணுவ பெருமையை உலகிற்கு உணர்த்தவே விளாடிமிர் புடின் கவனம் செலுத்தி வந்துள்ளார். நாடு முழுவதும் கொண்டாடப்படும் இந்த நிகழ்வில், முக்கிய கட்டமாக தலைநகர் மாஸ்கோவின் செஞ்சதுக்கத்தில் அணிவகுப்பு முன்னெடுக்கப்படும்.

ஆனால் தொடர்ந்து 2ஆண்டுகளாக ஒரே ஒரு டாங்கி மட்டுமே அனுவகுப்பில் பயன்படுத்தப்பட்டு வருகிறது. ஆயிரக்கணக்கான ராணுவத்தினர் முன்னிலையில் பேசிய புடின், இரண்டாம் உலகப்போர் தந்த பாடங்கள் குறித்தும் நமது நேச நாடுகள் குறித்தும் நாம் மறந்துவிடக் கூடாது என குறிப்பிட்டுள்ளார். யாரையும் அனுமதிக்காது வெறும் 7 நமிடங்களில் வெற்றி நாள் பேருரையை விளாடிமிர் புடின் முடித்துக் கொண்டுள்ளார். மட்டுமன்றி, ரஷ்யாவுடன் போரிட்ட பிரித்தானியா, அமெரிக்கா உள்ளிட்ட நேச நாடுகள் குறித்தும் அவர் எதையும் குறிப்பிவில்லை.மேலும் உக்ரைனில் போரிடும் வீரர்களை புகழ்ந்து பேசிய புடின், மேற்கத்திய நாடுகளின் சூழ்ச்சியால் பல நாடுகள் போரிட்டு வருவதாகவும் குற்றஞ் சாட்டியுள்ளார். இதனிடையே பல்வேறு பிராந்தியங்களில் அணிவகுப்புகளுக்கு அனுமதி மறுக்கப்பட்டுள்ளது. பாதுகாப்பு காரணங்களால் ரத்துச் செய்வதாக ஆளுனர்கள் தெரிவித்துள்ளனர். 2ம் உலகப்போரில் 27மில்லியன் மக்களை சேவியத்ரஷ்யா இழந்துள்ளமையும் குறிப்பிடத்தக்கது.

ஈரான் ஜனாதிபதி மரணம் விபத்தா... சதியா?

(P.ரூபன்)

ஈரான் ஜனாதிபதி இப்ராகிம் ரைசி உயிரிழந்த சம்பவம் உலக அளவில் பெரும் அதிர்ச்சியை ஏற்படுத்தியுள்ள நிலையில் அது குறித்து பல்வேறு கேள்விகள் எழுந்துள்ளன. மோசமான வானிலை காரணமாக ஹெலிகொப்டர் மலையில் மோதி விபத்துக்குள்ளானதா? தொழில்நுட்பக் கோளாறால் விபத்து ஏற்பட்டதா? அல்லது எதிரி நாடுகளின தாக்குதலில் வீழ்த்தப்பட்டதா எனப் பல்வேறு கேள்விகள் எழுப்பப்படுவதாக சர்வதேச ஊடகங்கள் செய்தி வெளியிட்டுள்ளன.

அவற்றில் குறிப்பாக இப்ராகிம் ரைசி பயணித்த ஹெலிகொப்டருக்கு பாதுகாப்பாக மேலும் 2 ஹெலிகொப்டர்கள் சென்றுள்ளன. ஆனால் அந்த இரண்டுமே எந்தவித பாதிப்பும் இல்லாமல் தரையிறங்கியிருப்பதும், ரைசி பயணித்த ஹெலிகொப்டர் மட்டும் மலையில் மோதியிருப்பதும் சந்தேகத்தை எழுப்பியுள்ளது. இதனாலேயே இது விபத்தா அல்லது திட்டமிட்ட சதியா எனச் சர்வதேச தரப்பில் கேள்வி எழுந்துள்ளது.

அந்த வகையில் இப்ராகிம் ரைசி மரணத்திற்கும் அமெரிக்காவின் உளவு அமைப்பான சிஐஏ மற்றும் இஸ்ரேலின் உளவு அமைப்பான மொசாட்டிற்கும் தொடர்பு இருக்கலாம் எனவும் சந்தேகிக்கப்படுகின்றது. அதேநேரத்தில், மோசமான வானிலை காரணமாக விபத்து நடந்திருக்கலாம் என முதற்கட்ட தகவல்கள் தெரிவிக்கின்றன. எனினும், 3 ஹெலிகொப்டர்கள் பயணித்த நிலையில் ஜனாதிபதி இப்ராகிம் ரைசி ஹெலிகொப்டர் மட்டும் விபத்தில் சிக்கியது பல்வேறு கேள்விகளை எழுப்பியுள்ளது.

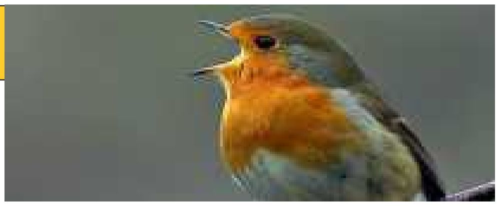
ஒரு நகரம்
நல்ல சட்டங்களினால்
ஆளப்படுவதை விட
நல்ல ஒருவரால்
ஆளப்படுவதே மேலானது.

- அரிஸ்டாட்டில்

கூடிழந்த பறவை

சிறுகதை

வெல்லவூர் சுபேதன்



இன்பமும் துன்பமும் மிகையானது தானே வாழ்க்கை இருந்தும் இங்கோ பரிதாபம் வடக்கிலங்கையில் வடமராட்சி பகுதியில் பூஞ்சோலைக் கிராமம் என்று ஓர் எழில் மிகு கிராமம் அங்கு "கணபதி ஐயர்", " திலகவதி அம்மையார்" என இருவரும் தமது வாழ்க்கையினைத் தொடர்ந்து கொண்டு வருகையில் அழகு மிகு மாளிகை போன்ற பெரிய வீடும் அளவுக்கு மிகுந்த தங்க ஆபரணங்கள் பச்சை பயிர்கள் (தென்னந்தோப்பு, கமுகந் தோப்பு, வாழைத்தோப்பு, விவசாய வயல்நிலங்கள், பழத்தோட்டங்கள், பூந்தோட்டங்கள்) என...வகை வகையாக இருந்தும் என்ன பலன் (கோயிலில்லா ஊரில் குடியிருக்க வேண்டாம் - குழந்தைச் செல்வம் இல்லா வீட்டில் எதுவும் தங்காது) என்பது போலவே.......

இருபது வருடங்கள் கடந்தும் குழந்தைப் பேறு கிடைக்கவில்லை போகாத கோயில் இல்லை, ஏறாத படிகளும் இல்லை, புரளாத தல மண்டபங்களுமில்லை, மூழ்காத கங்கைகளுமில்லை.... இவ்வாறாக பாதி முதுமையைத் தொட்டு விட்டனர். (விரதங்கள், பூசைகள், பரிகாரங்கள், தான தர்மங்கள்) இரண்டு வருடங்கள் கடந்த பின்பு, என்ன ஆச்சரியம்! இறையருள் கிடைக்கப்பெற்றது.

தான தர்மம் செய்த புண்ணிய பலனோ என்னவோ திருமணமாகி இருபத்து மூன்றாம் ஆண்டு திருமண நாளிலே அழகிய பெண் குழந்தையினைப் பெற்றெடுக்கிறார் திலகவதி அம்மையார். கணபதி ஐயருக்கோ சொல்லொண்ணா ஆனந்தம் அடுத்து குழந்தைக்கு சீத்தா எனப் பெயர்சூட்டி, இனி காதுகுத்து வளர்ப்புச் சடங்குகள் என நீடித்துக்கொண்டே வருகிறது, நாட்களும் தண்டவாளங்களைப் போலவே நீண்டு கொண்டிருக்கையில் சீத்தா பருவ மங்கையானாள். கணபதி ஐயருக்கும் திலகவதி அம்மையாரும் ஆனந்தம் மீண்டும் மீண்டும் மிகையாகிறது. இல்லையென்று வருவோர்க்கெல்லாம் இல்லையென்று கூறாமல் கர்ணனையும் மிஞ்சும் அளவுக்கு அள்ளியள்ளிக் கொடுத்துக் கொண்டிருந்தனர். இந்த நிலையில் சீத்தாவுக்கு கர்ணனைப் போல நல்லதொரு இளங்குமாரனை மணம் செய்து வைக்க எண்ணி அவ்வூரிலேயே தங்கள் குடும்பத்திற்கு நிகரான ஓர் குடும்பத்தில் இளங்குமாரன் ஒருவனைத் தேர்ந்தெடுத்தனர். விதி தனது விளையாட்டினைத் தொடங்கியது.யார் கண் பட்டதோ... தெரியவில்லை சில நாட்களின் பின்னர் சாலை விபத்தொன்றில் கணபதி ஐய்யர் இறந்து விடுகிறார் தாங்கொண்ணாத் துயரத்தோடு திலகவதி அம்மையாரும் சீத்தாவும் ஈமக் கிரியைகளை முடித்தனர். பின்பும் என்னதான் கணவர் இறந்தாலும் இல்லையென்று வருவோருக்கு இனிதே அள்ளிக் கொடுக்கும் நிலை மாறவில்லை ஏழ்மையும் தலைவிரித்தாடத் தொடங்குகிறது. கொடுத்துக் கொடுத்து கடைசியில் ஒரு சாதாரண ஏழைக் குடும்ப நிலையினைத் தொட்டுவிட்டனர்...! இதனை அறிந்து சீத்தாவை திருமணம் செய்யவென தேர்வு செய்த இளங்குமாரன் வீட்டிலிருந்து செய்தி ஒன்று (ஏழ்மை நிலையில் உள்ள இப் பெண்ணை மணம் செய்ய மறுப்பு தெரிவிக்கிறார். எங்கள் இளங்குமாரன்) என்றதும் மாரடைப்போடு வாடிய மலர்போல தரையில் வீழ்கிறார் திலகவதி அம்மையார், விதி விடுவதாக இல்லை.இருவரும் கவலையில் ஆழ்ந்திருக்கும் வேளை திலகவதி அம்மையாரை பக்க வாத நோயும் அணைத்துக் கொண்டது. அம்மையார் நடக்க முடியாது, முற்றிலும் வறியவர்களாயினர் உண்ண உணவும் உடுக்க ஆடையின்றி... ஏதோ கிழிசலான ஓரிரு ஆடைகளை வைத்துக் கொண்டு அம்மையாரின் தாலிக் கொடியை அடகு வைத்து பட்டணத்திற்கு வேலை தேடிச் செல்கிறாள் சீத்தா. அங்கோ பரிதாபம். அடகு வைத்த பணம் வீண்விரயமானது தான் மிச்சம் மீண்டும் பூஞ்சோலைக் கிராமத்திற்கு திரும்பி அந்த ஊரிலேயே ஓர் பண்ணையார் வீட்டில் வீட்டுப் பணிப்பெண்ணாக பணிபுரிந்து தினமும் இரவு எட்டு மணியளவில் தான் அம்மையாருக்கு குடிக்க கூழோ கஞ்சோ எடுத்துச் சென்று ஊட்டுவாள், அள்ளியள்ளிக் கொடுத்தவர்களுக்கோ கிள்ளிக் கொடுக்கவும் யாருமில்லை.

பசியும், பிணியும் காதல் கொண்டு துரத்த துயரத்தின்மேல் துயரத்தை அனுபவித்துக் கொண்டிருக்கையில் வேலைசெய்து வேலைசெய்து சீத்தாவின் கைகள் காயமடைந்து அவளும் உடல்நிலை குன்றிச் சோர்ந்துபோனாள், இருந்தும் இருவருக்கும் உணவு வேண்டுமே தன் நிலையை பெரிதாக நினைக்காது தாயின் நிலையினை மனதில் கொண்டு ஓய்வில்லாது வேலைசெய்து அம்மையாருக்கு முடிந்த வரை உணவளித்து வருகிறாள். அம்மையாரும் எண்பது வயதினைத் தொட்டுவிட்டார். இனி சும்மா விடுமா விதி, என்னதான் நடந்தாலும் பசி, பிணி ஓயவில்லை.

காலமும் கடந்து கொண்டிருக்கிறது ஒருநாள் சீத்தா வழமைக்கு மாறாக பணிமுடித்து வீடுதிரும்ப இரண்டு மணி நேரங்கள் தாமதமாகி விட்டது வீட்டிற்குச் சென்று அம்மா அம்மா என்று அம்மையாரை அழைக்கையில் எதுவித சத்தமும் இல்லாது வீடு மௌனத்தில் உறங்கிக்கொண்டிருந்தது பதட்டத்தோடு சீத்தா உள்ளே சென்று பார்க்கையில் அம்மையார் இறந்து கிடக்கின்றார்..!. அலறியடித்துக் கொண்டு அம்மையாரைக் கட்டிக் கதறுகிறாள் சீத்தா... கூடிழந்த பறவையாய் சீத்தா முடங்கி நிற்கிறாள்.

முற்றும் ....!

சித்திரைப் புத்தாண்டு விளையாட்டு விழா...

இளைஞர் சித்திரைப் புத்தாண்டு விளையாட்டு விழாவாக நடைபெற்ற இந்த நிகழ்வுகளுக்கு அம்பாறை மேலதிக மாவட்ட செயலாளர் திரு. வேதநாயகம் ஜெகதீசன் பிரதம அதிதியாக கலந்து கொண்டு விளையாட்டு விழாவினை ஆரம்பித்து வைத்தார். பாரம்பரிய புத்தாக்க பண்பாட்டுக்கலை கலாச்சாரங்களைப் பிரதிபலிக்கும் விளையாட்டு விழாக்கள் இங்கு இடம் பெற்றன. இதில் சிறுவர்கள், முதியவர்கள், இளைஞர்கள், ஆண்கள், பெண்கள் என பல பிரிவினருக்கும் போட்டிகள் வெவ்வேறாக நடாத்தப்பட்டன. போட்டிகளில் வெற்றி பெற்றவர்களுக்கு அதிதிகளினால் பரிசுகள் வழங்கி பாராட்டி கௌரவிக்கப்பட்டதுடன் பிரதேச மட்ட விளையாட்டுப் போட்டி நிகழ்ச்சிகளில் மாவட்ட மட்டத்தில் வெற்றி பெற்று மாகாணமட்டத்திற்கு தெரிவு செய்யப்பட மாணவர்கள் இங்கு மாலை அணிவிக்கப்பட்டு நினைவுச்சின்னம் வழங்கி பாராட்டி கௌரவிக்கப் பட்டனர். இந்நிகழ்வில் பிரதம அதிதியாக கலந்து கொண்ட அம்பாறை மேலதிக மாவட்ட செயலாளருக்கு நாவிதன்வெளி பிரதேச செயலகத்தினால், தனது சேவையைப் பாராட்டி மாலை அணிவிக்கப்பட்டு பொன்னாடை போர்த்தி, பாராட்டுப்பத்திரம் நினைவுச் சின்னமாக வழங்கி வைக்கப் பட்டன. வரலாற்றுச் சிறப்பு மிக்க சித்திரைப் புத்தாண்டு விளையாட்டு விழாவில் தேசிய இளைஞர் சேவைகள் மன்றத்தின் மாகாணப் பணிப்பாளர் எச். யூ. சுசன்ந்த, நாவிதன்வெளி உதவி பிரதேச செயலாளர் பி. பிரணவரூபன், கால்நடை வைத்திய அதிகாரி டொக்டர்.ஏ. ஜிப்ரி, மத்திய முகாம் பொலிஸ் நிலையப் பொறுப்பதிகாரி ஐ.எல்.ஏ. கபூர், நாவிதன்வெளி அன்னமலை இராணுவ முகாம் பதில் கட்டளை இடும் அதிகாரி ராணுக்க ரணவீர, பிரதேச செயலக பிரதி திட்டமிடல் பணிப்பாளர் திருமதி திலகராணி கிருபைராஜா, தேசிய இளைஞர் சேவைகள் மன்றத்தின் அம்பாறை மாவட்ட உத்தியோகத்தர் கமல் நிஷாந்த, மத்திய முகாம் றாணமடு இந்துக்கல்லூரி அதிபர் கே. கதிரைநாதன், பிரதேச சபை செயலாளர் பி. சதீஸ்கரன், இளைஞர் சேவைகள் மன்றத்தின் சாய்ந்தமருது அலுவலக பொறுப்பதிகாரி ஏ. அமீர், சமுர்த்தி தலைமையக முகாமையாளர் எஸ். சிவம், விளையாட்டு உத்தியோகத்தர் ப. வசந்த், இளைஞர் சேவைகள் உத்தியோகத்தர் ச. ரதிந்த் உட்பட பிரதேச செயலக விளையாட்டுக் கழகங்கள், இளைஞர் கழகங்கள், பொதுமக்கள், மாணவர்கள் என பலரும் இந்த நிகழ்வில் கலந்து கொண்டனர்.

பிரதேச சிறுவர் சபைக் கூட்டம்...

மேம்பாட்டு உத்தியோகத்தரின் ஒருங்கிணைப்பில் 2024.05.14 ஆந் திகதியன்று உதவி பிரதேச செயலாளர் திரு. பே. பிரணவரூபன் அவர்களின் தலைமையில் நாவிதன்வெளி பிரதேச செயலக மாநாட்டு மண்டபத்தில் இடம்பெற்றது. ஒவ்வொரு கிராமிய சிறுவர் கழகங்களினதும் நிர்வாக உறுப்பினர்கள் இக்கூட்டத்தில் பங்கு பற்றினர். மேலும், பிரதேச மட்ட சிறுவர் சபைக்குரிய நிர்வாக உறுப்பினர்களின் தெரிவும் இதன்போது இடம் பெற்றதுடன் பங்குபற்றிய சிறுவர்கள் நாவிதன்வெளி பிரதேச செயலகத்தின் ஒவ்வொரு கிளைப் பிரிவுகளையும் பார்வையிட்டதுடன் பிரதேச செயலகத்தினால் வழங்கப் படும் சேவைகள் தொடர்பாக அவர்களுக்கு விளக்கமளிக்கப்பட்டது. இதற்கான அனுசரணையை நன்னடத்தை மற்றும் சிறுவர் பராமரிப்பு சேவைகள் திணைக்களம் வழங்கியிருந்தது.

கலைஞர்களுக்கான உதவி...

நாவிதன்வெளி பிரதேச செயலாளர் திருமதி.ராகுலநாயகி சஜிந்ரன் அவர்களின் தலைமையில் 2024.05.09 அன்று பிரதேச செயலகத்தில் இடம் பெற்றது. நாவிதன்வெளி பிரதேச செயலக கலாசார அபிவிருத்தி உத்தியோகத்தரின் ஒருங்கிணைப்பில் இடம்பெற்ற இந்நிகழ்வில் உதவி பிரதேச செயலாளர் திரு.பே.பிரணவரூபன், நாவிதன்வெளி பிரதேச செயலக கணக்காளர் திரு.க.றிஸ்வியாஹ்சர், மாவட்ட கலாசார உத்தியோகத்தர் திரு. ரீ. எம். றின்ஸான் கலந்து கொண்டு ரூ.10,000.00 படியான உதவித்தொகைகளை ஒவ்வொரு கலைஞர்களுக்கும் (06) வழங்கி வைத்தனர்.

ஒரு சாதனைப் பயணம்...

பிரதேச செயலாளர் திருமதி. ராகுலநாயகி சஜிந்ரன் அவர்களின் தலைமையில் இடம்பெற்றது. நாவிதன்வெளி பிரதேச செயலக பிரதி திட்டமிடல் பணிப்பாளர் திருமதி.தி.கிருபைராஜா அவர்களும் மத்தியமுகாம்-03 கிராம அலுவலர் பிரிவின் கிராம அலுவலர், பொருளாதார அபிவிருத்தி உத்தியோகத்தர் ஆகியோரும் இந்நிகழ்வில் கலந்துகொண்டிருந்தனர்.இவரது இச்சாதனை பயணத்தினை 22ஆந் திகதி மே மாதம் அன்று லும்பினி விகாரையில் வெற்றிகரமாக நாவிதன்வெளி உதவி பிரதேச செயலாளர் திரு.பே. பிரணவரூபன் அவர்களின் முன்னிலையில் நிறைவு செய்ததுடன் இவரது முயற்சியினை பாராட்டும் விதமாக மதகுருமார், மத்தியமுகாம் பொலிஸ் நிலைய பொறுப்பதிகாரி, வர்த்தக சங்கத்தினர், பாடசாலை மாணவர்கள் மற்றும் பொது மக்கள் பலரும் இந்நிகழ்வில் கலந்து கொண்டிருந்தனர்.

சிறுகதை பயிற்சிப்பட்டறை...

பாடசாலை அதிபர் திரு. P. யோகராசா தலைமையில் இடம்பெற்ற இந்நிகழ்வில் பிரதேச செயலக கலாசார உத்தியோகத்தர், கலாசார அபிவிருத்தி உத்தியோகத்தர், பாடசாலை பிரதி அதிபர், பாடசாலை கலாமன்ற பொறுப்பாசிரியர் ஆகியோரும் கலந்து கொண்டிருந்தனர். கலைஞர் திரு. உமாவரதராஜன் அவர்களை வளவாளராக கொண்டு இடம்பெற்ற இப்பயிற்சி பட்டறையில் தரம் 10, 11மற்றும் உயர்தர வகுப்பு மாணவர்கள் ஆர்வத்துடன் பங்குபற்றியிருந்தனர்.

நிலைமையை மட்டும் மாற்றினால் போதாது. நீங்களும் மாறவேண்டும்.

-கார்ல் மார்க்ஸ்-

நாக்கையும் பணப்பையையும் அதிகமாகத் திறக்காதீர்கள். அப்போதுதான் உங்கள் மதிப்பும் செல்வமும் வளரும்

-பாரசீகப் பழமொழி-

குறுக்கெழுத்துப் போட்டி இல.04 இற்கான விடைகள்

1 ச	ல	2 ங்	3 கை	■	4 உ	ண்	டி
ரு	■	5 லா	ப	■	ரு	■	■
6 கு	ரு	வி	■	7 க	ளை	ப்	8 பு
■	■	கு	■	ம்	■	■	த்
9 கூ	டு	■	10 சி	பி	■	11 வா	தி
றை	■	■	ரி	■	12 அ	லை	■
■	13 கு	பி	ப்	■	ந்	■	14 தே
15 ஆ	ழி	■	16 பு	த்	தி	மா	ன்

வெற்றியீட்டியவர்கள்

1. A.சுதர்சன் - வீரமுனை
2. இ.ரூபிகா - மண்டூர்
3. இ.சுதர்சினி - அன்னமலை-02

பாராட்டு பெறுவோர்

A. ரம்மியா
வீரமுனை.

J. ஜஸீலா பர்வின்
நற்பிட்டிமுனை.

மே.ஷகிக்கா
சொறிக்கல்முனை-01

N.M.M.A. சுஜான்
சம்மாந்துறை

குறுக்கெழுத்துப் போட்டி இல.05

1		■	2	■	■	3	4
	■	■	5			■	
6				■	■	7	
8		■		■	9	■	
	■	10	■	11		■	■
	■	12	13				■
14					■	■	15
■	■	16					

மேலிருந்து கீழ்.

01. உபசரிப்பு என்றும் சொல்லலாம்.
02. கெடு முடிவு என்றும் பொருள்படும். (குழம்பி)
04. எல்லை அல்லது அளவு என்றும் சொல்லலாம். (குழம்பி)
09. இதற்கு ஒரு பக்கம்தான் துன்பம் கொடுக்கப்படும். (குழம்பி)
10. ஒரு தாளிற்கும் இது இரண்டாம். (குழம்பி)
11. "இவரும் கவிச்சக்கரவர்த்தி தான்".
13. இடம் என்றும். சொல்லலாம் (தலைகீழ்)
15. ஒரு கோள். (தலைகீழ்)

இடமிருந்து வலம்.

01. இதுவும் பலரின் தலையெழுத்தை மாற்றும்.
03. வயோதிபத்தின் அறிகுறி ஒன்று.
05. நேரம் என்றும் சொல்லலாம்.
06. ஒரு பாடலின் முடிவு, அடுத்த பாடலின் ஆரம்பமாக அமைவது. (குழம்பி)
07. தோல் வாத்தியக்கருவியொன்று.
08. ராகம் ஒன்று.
11. கரைப்பார் கரைத்தால் இதுவும் கரையுமாம்.
12. விளையாட்டுப் பொருள். (குழம்பி)
14.பழங்கால போக்குவரத்து சாதனம் ஒன்று. (குழம்பி)
16.மகாத்மா காந்தி கண்ட சமுதாயக் கொள்கை. (குழம்பி)

இதில் காணப்படும் குறுக்கெழுத்துப் போட்டிக்கான உருவமைப்பின் கட்டங்களை வெற்றுத்தாளில் தயாரித்து சரியான விடைகளைப் பூர்த்தி செய்து அதனை புகைப்படம் எடுத்து 2024.06.15 ஆம் திகதி பி.ப.4.15 மணிக்கு முன் 0755424333 எனும் வட்சப் இலக்கத்துக்கு அனுப்பவும். அத்துடன் தங்களது பெயர் முகவரி தொலைபேசி இலக்கம் (மீள்நிரப்ப வேண்டிய தொலைபேசி இலக்கம்) என்பவற்றையும் அனுப்பவும்.

RELOAD

முதலாம் பரிசு : 200/=
இரண்டாம் பரிசு : 150/=
மூன்றாம் பரிசு : 100/=

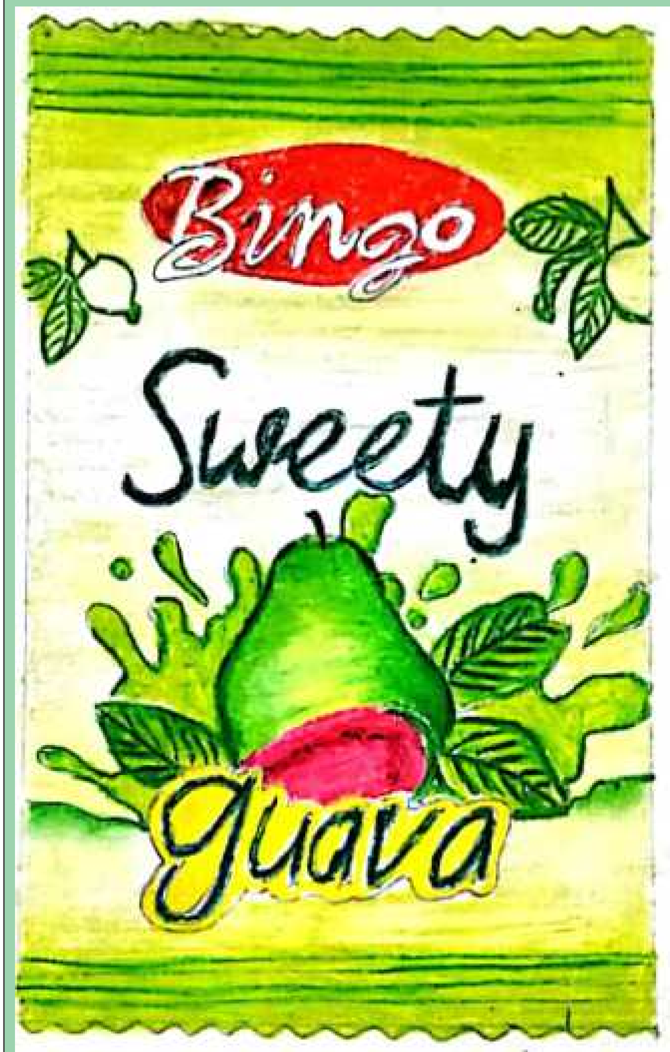
விடுகதைகள்

S.ரஜீவ்காநாத் - முன்பிள்ளைப்பருவ உத்தியோகத்தர்

01. அடி மலர்ந்து நுனி மலராத பூ என்ன?
வாழைப்பூ
02. கண்ணீர் விட்டு வெளிச்சம் தருவாள் அவள் யார்?
மெழுகு வத்தி
03. கடல் நீரில் வளர்ந்து மழை நீரில் மடிவது என்ன?
உப்பு
04. உயிர் இல்லாத நீதிபதியிடம் ஒழுங்கான நியாயம் கிடைக்கும் அது என்ன?
தராசு
05. எவர் கையிலும் சிக்காத கல் எங்கும் விற்காத கல் அது என்ன?
விக்கல்
06. காக்கை போலக் கறுப்பானது கையால் தொட்டால் ஊதா நிறம் வாயால் மென்றால் நீல நிறம் அது என்ன?
நாவல் பழம்
07. உலகமெங்கும் படுக்கை விரித்தும் உறங்காமல் அலைகிறான் அவன் யார்?
கடல் அலை
08. கதிர் அடிக்காத களம் உயிர் பறிக்கும் களம் அது என்ன?
போர்க்களம்
09. உடல் சிவப்பு, வாய் அகலம், உணவு காகிதம் நான் யார்?
அஞ்சல் பெட்டி
10. தாடிக்காரன் மீசைக்காரன் கோயிலுக்குப் போனால் வெள்ளைக்காரன் அது என்ன?
தேங்காய்
11. எப்போதும் காதருகில் ரகசியம் பேசிக் கொண்டிருப்பவன் அவன் யார்?
தொலைபேசி
12. கொக்கு நிற்க குளம் வற்றுது?
விளக்கு
13. காய்க்கும் பூக்கும் கலகலக்கும் காகம் இருக்க கொப்பு இல்லை?
திராய்
14. தட்டு வீட்டக்குள் முட்டுப் பலகை அது என்ன?
நாக்கு
15. சொண்டு சிவப்பு, தூங்கும், பறக்கமாட்டாது அது என்ன?
கிண்ணம் பழம்
16. செப்பும் செப்பும் சேர்ந்தால் போல் சிறு பெண்டுகள் கொண்ட முடிச்சாப் போல் வச்சிர முத்து பதித்தாப்போல் அதுவும் மரத்துக்காய் அது என்ன?
தாமரைக்காய்

17. என்னை கீழே போட்டால் நான் உடைந்து விடுவேன், என்னை பார்த்து சிரித்தால் நான் உன்னை பார்த்து சிரிப்பேன் நான் யார்?
கண்ணாடி
18. முடியும் இல்லாத, முகத்திலும் இல்லாத தாடி அது என்ன?
காத்தாடி
19. எட்டுப் பேர் நாங்கள், எங்கள் தலைவரைக் காப்பாற்ற முன்னாலே போவோம் பின்னாலே வரமாட்டோம் நாங்கள் யார்?
செஸ் பான்
20. வானத்தில் பறக்கும் பறவை இது ஊரையே சுமக்கும் பறவை அது என்ன?
விமானம்
21. ஓய்வு எடுக்காமல் இயங்குவான் ஓய்வு எடுத்து விட்டால் மறுபடியும் இயங்க மாட்டான் அது என்ன?
இதயம்
22. செம்பு நிறைய முத்து அது என்ன?
மாதுளம் பழம்

மாணவர் ஆக்கம்



Art by:
M.N.F.Reesma
As- Siraj Maha vidyalayam (National School)

வருமானம் செருப்பு போன்றது;
அளவு குறைந்தால் கடிக்கும்;
அதிகரித்தால் நடக்க முடியாது.

-பிரேசில் பழமொழி-

க.பொ.த. உயர்தர மாணவர்களுக்கான தொழில் வழிகாட்டல் நிகழ்ச்சி திட்டம்

ஐ. சுல்பிக்கா-திறன் அபிவிருத்தி உத்தியோகத்தர்

நாடாளாவில் நீதியில் இம்முறை 2024ல் உயர்தரம் எழுதிய மாணவர்களுக்கான தொழில் வழிகாட்டல் நிகழ்ச்சி திட்டமானது தேசிய கல்வி நிருவாகத்தின் அனுசரனையுடன் கல்வி அமைச்சினால் 2024 ஆம் ஆண்டு மார்ச்மாதம் 5ம் திகதி தெரிவு செய்யப்பட்ட பாடசாலைகளில் மாகாண ஆளுநரின் தலைமையிலும், பிரதேச செயலாளர்களின் தலைமையிலும் இத்திட்டத்தின் ஆரம்ப நிகழ்வு நடைபெற்றது.

அந்த வகையில் எமது நாவிதன்வெளி பிரதேச செயலாரான கௌரவ மதிப்பிற்குரிய திருமதி ராகுலநாயகி சஜிந்ரன் அவர்களினால் நாவிதன்வெளி அன்னமலை மகாவித்தியாலயத்தில் ஆரம்பித்து வைக்கப்பட்டது. இந் நிகழ்வில் நாவிதன்வெளி கோட்டைக் கல்வி பணிப்பாளர் பாடசாலை அதிபர், ஆசிரியர்கள், வளவாளர்கள் ஆகியோரும் கலந்து கொண்டனர்.

இந்நிகழ்ச்சி திட்டத்தில் கலந்து கொள்வதற்காக நாவிதன்வெளி பிரதேச செயலகத்திற்கு உட்பட்ட தரம் முதலாம் வகுப்பு தொடக்கம் உயர் தரம் வரையுள்ள 09 பாடசாலைகளிலும் 143 மாணவர்கள் உயர்தர பரீட்சைக்கு தோற்றியிருந்தார்கள். அதில் 135 மாணவர்கள் தொழில் வழிகாட்டல் பயிற்சி நெறிக்கு விண்ணபித்திருந்தாலும் 50% மாணவர்களே இவ் நிகழ்வுக்கு பங்கு பற்றியிருந்தனர். இதற்கு இப்பிரதேசத்தில் காணப்படும் போக்குவரத்து வசதியின்மையும் முக்கிய காரணியாகும் தற்போது இலங்கையில் காணப்படுகின்ற போட்டி தன்மைமிக்க கல்வி காரணமாக உலகத் தரம்மிக்க அறிவினை மிகத் துல்லியமாக தேடிச் செல்வதற்குபுதிய வழிகள் திறந்து வைக்கப்பட்டுள்ளன.

இதனால் சிறுவயதிலிருந்தே மாணவர்களை அறிவார்ந்த ரீதியில் முழுமையான நபர்களாக மாற்றியமைத்தல் எம் அனைவரினதும் கடமையாகும். பாடசாலை கல்வி கட்டங்களை தாண்டுவதற்கும் அதன் உயர் கல்வியை பெறுவதற்கும் முயற்ச்சிக்கின்ற மாணவர்களுக்கு வழிகாட்டியாக அமைவதற்கும், அத்தோடு உள்நாடு மற்றும் வெளிநாட்டு சமூக பொருளாதார அணுகுமுறைகளையும், உலகில் காணப்படுகின்ற தொழில் துறைகள் பற்றிய அறிவையும் ஆங்கில மற்றும் தகவல் தொடர்பாடல் தொழில்நுட்ப அறிவையும் வழங்குவதாகவே இத் தொழில் வழிகாட்டல் நிகழ்ச்சி திட்டம் அமைந்துள்ளது.

மேலும் எதிர்காலத்தில் முக்கிய சவாலாக அமைவது மாணவர்களிடத்தில் தொழில் ஒன்றுக்கான திறன்கள் குறைவடைந்து காணப்படுகின்றமை. எனவே இவற்றை தடுக்கும் முகமாக எதிர்காலத்தில் தொழில்வாய்ப்புக்காக மாணவர்களிடத்தில் எவ்வாறான தொழில் திறன்களை வளர்த்துக்கொள்ள வேண்டும் என்பது பற்றிய வழிகாட்டலும் வழங்கப்பட்டுள்ளன. அவை பின்வருமாறு:-

1. குழுவாக வேலை செய்தல்.
2. வாய்மொழி மூல தொடர்பாடல்.
3. எழுத்தறிவு.
4. தொடர்பாடல்திறன் / ஆலோசனை / பயிற்றுவித்தல்/எழுத்துமூலமான தொடர்பாடல்.
5. வாடிக்கையாளரை வழிப்படுத்தல்.
6. திட்டமிடல் மற்றும் ஒழுங்கமைத்தல்.
7. தகவல் தொழில்நுட்ப எழுத்தறிவு வீதம்/தகவல் தொழில் நுட்பத்தைப் பயன்படுத்துதல்.
8. புள்ளிவிபரவியல் அறிவு
9. முகாமைத்துவ பொறுப்புக்கள் பொறுப்பை ஏற்று செயற்படத்தக்க ஆற்றல்கள்.
10. தகவல் தொழில்நுட்ப அறிவு மற்றும் அபிவிருத்தி.
11. வெளிநாட்டு மொழிகள் தொடர்பான அறிவு.
12. எழுதுவினைஞர் மற்றும் நிருவாக செயற்பாடுகள்.
13. வினைத்திறன் மூலம்: (Labor Demand Survey 2017)
14. பகுப்பாய்வு சிந்தனை மற்றும் புத்தாக்கம் செயற்றிறனுடன் கூடிய கற்றல் மற்றும் கற்றல் உத்திகள்.
15. ஆக்கத்திறன்.
16. தொழில்நுட்ப திட்டமிடல் மற்றும் நிகழ்ச்சித்திட்டமிடல் .
17. விமர்சன ரீதியான சிந்தனை மற்றும் பகுப்பாய்வு.
18. சிக்கலான பிரச்சினைகளைத் தீர்க்கும் தலைமைத்துவம்.
19. உணர்ச்சி நுண்ணறிவு
20. தர்க்கிக்கும் திறன், பிரச்சினைகளைத் தீர்த்தல் மற்றும் முன்மாதிரி.
21. கட்மைப்பு பகுப்பாய்வு மற்றும் மதிப்பீடு மூலம்: Future of Jobs Survey 2018, World Economic Forum.

இந்நிகழ்ச்சி திட்டமானது மாணவர்கள் மத்தியில் பெரும் வரவேற்ப்பை பெற்றதோடு அவர்களுக்கு மிகவும் பயனுள்ள அவசியமான ஒன்றாகவும் வலுப்பெற்றுள்ளது. மேலும் இவ் வாழ்க்கை தொழில் வழிகாட்டல் நிகழ்ச்சி திட்டமானது இரண்டு மாத கால பயிற்சி நெறியாகும். இது 05/03/2024இல் தொடங்கி 05/05/2024ல் முடிவடைந்துள்ளது. இப்பயிற்சி நெறியில் கலந்து கொண்ட மாணவர்களுக்கு கல்வி அமைச்சினால் சான்றிதழ்களும் வழங்கப்பட உள்ளன. இது மிகவும் பயனுள்ள ஒன்றாக மாணவர்களுக்கு அமைந்துள்ளது. இது கல்வியமைச்சுக்கு கிடைத்த பாரிய வெற்றியென்றே கூறப்படுகின்றது.

அரசாங்கத்தின் காணி

NMM A. Sujan
Colonization Officer

கடந்த மாத இதழின் தொடர்ச்சி...

11.கரையோர பாதுகாப்புத்திணைக்களம்.

12. புகையிரதத் திணைக்களம்.

13.நீர்ப்பாசனத் திணைக்களம்.

14.நெடுஞ்சாலைகள் திணைக்களம்.

15.முப்படைகள்.

16.இலங்கை துறைமுக அதிகாரசபை.

17.இலங்கை முதலீட்டுச்சபை.

இவற்றில் மக்களுக்காக காணியைப் பகிர்ந்து வழங்கக்கூடிய அதிகாரம் கொண்டவையாக முதல் ஆறு நிறுவனங்களும் அதிகாரம் வழங்கப்பட்ட திணைக்களங்களாக உள்ளன. ஏனைய நிறுவனங்களுக்கு தம்வசம் ஒப்படைக்கப்பட்ட காணிகளைப் பராமரிப்பதற்கான அதிகாரம் மாத்திரமே உள்ளது.

2.2. தனிநபருக்கு, நிறுவனத்திற்கு காணி பெற்றுக்கொள்ளும் நோக்கம்

வசிப்பதற்கு.

பயிர்ச்செய்கைக்கு.

வர்த்தக நடவடிக்கைகளுக்கு.

தொழில் நடவடிக்கைகளுக்கு.

பொது நடவடிக்கைகளுக்கு.

மத நடவடிக்கைகளுக்கு.

பாரியஅளவிலானசெயல்திட்டங்களுக்கு.

முதலீட்டு சபையின் அனுமதியளிக்கப்பட்ட செயல் திட்டங்களுக்கு.

(தனிநபருக்கு மேல்குறிப்பிட்ட நோக்கத்திற்கு ஒருபகுதி காணி வழங்கப்பட்டிருப்பினும், வேறு நோக்கத்திற்காகவும் மற்றுமொரு காணிப்பகுதிக்கு விண்ணப்பிக்க முடியும்).

2.3 அரசாங்க காணியைப் பெற்றுக் கொள்வதற்கு, இருக்க வேண்டிய தகுதிகள் எவை எனப் பார்ப்போம்.

வசிப்பதற்கு அல்லது பயிர்ச்செய்கைக்கு தம்மிடம் காணி இல்லாதவர்கள். வசிப்பதற்காயின் அரசாங்கத்தின் காணியை ஒருமுறை மாத்திரமே பெறமுடியும்.

2.4 அரசாங்கத்தின் காணியொன்றைப் பெற்றுக் கொள்வது எவ்வாறு?

அரசாங்கத்திற்குச் சொந்தமான காணியொன்றை உங்களுடைய தாக்கிக் கொள்வதற்கு விரும்புவீர்களாயின், முதலாவதாக பிரதேச செயலகம் அல்லது அதிகாரிகளுக்கு விண்ணபத்தினை கையளிக்க வேண்டும். பிரதேச செயலாளர் குறித்த விண்ணப்பதாரியை பதிவு செய்ததன் பின்னர், கச்சேரிக்கு ஆற்றுப்படுத்துவார். எனினும், இதன் பொருட்டு பகிர்ந்தளிப்பதற்கு தகுதியான இடம் இருத்தல் வேண்டும். அவ்வாறே,எங்காவது காணி பகிர்ந்தளிப்பது குறித்து அறிந்து கொண்டால், அதற்கும் விண்ணப்பத்தினை சமர்ப்பிக்கலாம். முன்னரெல்லாம் மக்கள் அருகில் உள்ள வெற்றிடங்களை தம்வசம் கைப்பற்றிக் கொள்வார்கள். அதன் பின்னர் அதிகாரிகளுக்குச் சொல்லி அதற்கு ஏற்றாற்போல் அனுமதிப் பத்திரம் தயாரித்துக் கொள்வார்கள்.

இன்று அவ்வாறான வெற்றிடத்தை கண்டு பிடிப்பது என்பது இலகுவானது அல்ல. மிகவும் வரண்ட பிரதேசங்களிலேயே தற்போது அவ்வாறான வெற்று நிலங்கள் காணப்படுகின்றன.

வெற்றிடம் உள்ள பிரதேச செயலகப் பகுதியை அடையாளம் கண்டு, அதற்கான விண்ணப்பப் பத்திரம் ஒன்றினை தயாரித்து பிரதேச செயலகத்திற்கு வழங்க வேண்டும். பின்வரும் வகையில் இந்த நடைமுறையை பிரதேச செயலாளர் முன்னெடுப்பார்:

உங்களுடைய விண்ணப்பப் பத்திரத்தினை பொறுப்பெடுப்பார். கிராம சேவர்கள் அல்லது காணி சம்பந்தப்பட்ட ஆலோசகரினால் பரிசீலனை முன்னெடுக்கப்படும். ஆரம்ப காணி பரிசீலனைக்கு உங்களை அழைப்பர்.

ஆரம்ப காணி பரிசீலனையில் தெரிவு செய்யப்பட்டவர்கள்,காணி ஆணையாளர் நாயகம் அல்லது மாகாண காணி ஆணையாளரிடம் அனுப்பி அனுமதி பெற்றுக் கொண்டு காணிகச்சேரி ஒன்றை நடத்துவர்.

காணி கச்சேரியில் தெரிவு செய்யப்பட்ட பட்டியல் காட்சிக்கு வைக்கப்படும். எதிர்ப்பு மற்றும் மேன்முறையீட்டினை விசாரணை செய்து இறுதிப் பட்டியலை காட்சிப்படுத்துவர். அனுமதிப் பத்திரம் வழங்குவர்.இந்த வகையில் விவசாயப் பிரிவினருக்கு அல்லது அதிக வருமானம் பெறுபவர்களுக்கு வழங்கப்படும் காணியின் அளவு பின்வருமாறு:

அப்பகுதிகளில் பொது வசதிகள் எதுவும் இன்மையால், பொதுமக்களுக்கு அந்த இடங்களில் நாட்டம் இல்லை. பொது வசதிகள் போதியளவில் உள்ள பிரதேசங்களில் அத்தியாவசிய பாதுகாப்பு இடங்கள் பகுதியொன்று இருந்தது. எனினும், இதனை கைப்பற்றுபவர்கள் சட்டத்தின் முன்னால் செல்வதற்கு நேர்ந்தது. எனவே, நீங்கள் சட்டரீதியாக இடமொன்றை பெற வேண்டுமாயின்

01.வசிப்பதற்கு 20 பேர்ச்சஸ்.

02.விவசாயத்திற்கும், வசிப்பதற்கும் அரை ஏக்கர் (80 பேர்ச்சஸ்).

03.வருடாந்த பெரும்போகச் செய்கைக்கு ஒரு ஏக்கர்.

04.நீர்ப்பாசன வசதியுடனான விவசாய நிலத்திற்கு 1½ஏக்கர்.

தொடரும்...

தகவல் மூலம் - டிரான்ஸ்பேரன்ஸி இன்டர்நெசனல் - ஸ்ரீலங்கா

தொன்மை மிக்க வரலாற்றினைக் கொண்ட கதிர்காம முருகன் ஆலயம்

- தொடர்-

கலாபூசணம்-நவநாயகமூர்த்தி

நகுலா

அருணகிரி நாதருடைய கதிர்காம வருகைக்குப் பின் பாரதத்திலிருந்து இலங்கைக்கு முருக பக்தர்கள் பெருந்தொகையாக வரத்தொடங்கினர். பாரதத்தின் தெற்கே கன்னியாகுமரி தொடக்கம் வடக்கே கயிலாயம் வரை யாத்திரை மேற்கொண்டாலும் கதிர்காமம் யாத்திரையும் செய்தால்தான் புனித யாத்திரை பூரணமடையும் என்ற அளவுக்கு பாரத மக்கள் உள்ளங்களில் கதிர்காமம் அக்காலத்தில் இடம்பெற்றிருந்தது. (முப்பெரும் சித்தர்கள்: பக்-3 திரு.நா.முத்தையா) கி.பி பதினைந்தாம் நூற்றாண்டில் கதிர்காமத் தலம் சிறப்புடன் விளங்கியிருந்தது. அக்காலத்தில் இயற்றப்பட்ட கஷகுருலு சந்தேஸத்தில் வரும் கதிர்காம தலம் பற்றிய குறிப்புக்கள் மிக முக்கியமானவைகளாகும். ஈழத்தின் தென் பகுதியிலுள்ள திக்குவெல்லையைச் சேர்ந்த சாமனேர தேரரால் கதிர்காமக் கடவுளிடம் மஞ்சட் குருவியைத் தூதனுப்புவதாக இச்சந்தேஸம் அமைந்துள்ளது. அளவற்ற முருக பக்தரான இவர் வாதநோயினால் பீடிக்கப்பட்டிருந்த போது தன்னை அந்நோயிலிருந்து காப்பாற்றவேண்டி இத் தூதினை அனுப்பினார்.

இந்த இலக்கியத்தில் கதிர்காமம் ஆலயம் அழகிய மதில்களால் சூழப்பட்ட தலமாக விளங்கியதும் காட்டப்பட்டுள்ளது. மேலும் இந்நூலின் பிறிதொரு இடத்தில் கதிர்காம கோயிலின் அருகே இருந்த மடம் பற்றியும் அதில் சிவபக்தர்கள் தங்கியிருந்து அடிக்கடி தமிழில் சிவபெருமானை துதித்துப் பாடும் செய்தியும் கூறப்பட்டுள்ளது.

அத்துடன் இக்கோயிலில் நடைபெற்ற தீர்த்தோற்சவத்தில் வள்ளியம்மை சமேதராய் முருகனின் திருவுருவம் எடுத்துச் செல்லப்பட்ட செய்தியும் கூறப்பட்டுள்ளது. (ஈழமும் இந்துமதமும் கட்டுரை சி.க.சிற்றம்பலம்-1984) இவ்விலக்கியத்தில் குறிப்பிடப்பட்டுள்ள இச்செய்திகள் மிக முக்கியமானவைகள் எனலாம். இவ்வாறு பண்டைக்காலம் தொடக்கம் புகழ்பூத்த முருகத்தலமாக விளங்கிவந்த கதிர்காமத்தில் கி.பி. பதினாறாம் நூற்றாண்டில் ஆலயத்தில் பணியொன்று இடம் பெற்றுள்ளது. இத் திருப்பணியை சீதவாக்கை மன்னன் முதலாம் இராஜசிங்கன் (கி.பி.1581-1593)தொடங்கி வைத்துள்ளான். இதனை வரலாற்றுச் செய்தி ஒன்று குறிப்பிடுகின்றது. சைவ சமயத்தை தழுவி விபூதி அணிந்து சிவனெறிச் செல்வனாக வாழ்ந்து வந்த முதலாம் இராஜசிங்கன் காலத்தில் கதிர்காம தலம் சிறப்புடன் விளங்கியிருந்ததென அறிய முடிகின்றது.

போர்த்துக்கேயர் காலத்தில் புகழ் பெற்ற ஆலயங்கள் பல இடித்துச் சேதமாக்கப்பட்டு கொள்ளையிடப்பட்டன. முன்னீசுவரம் சிவாலயம், தெய்வேந்துறை விஷ்ணு ஆலயம் கோணேஸ்வரம், திருக்கோயில் ஆகியன இவற்றில் அடங்கும். ஆனால் கதிர்காமம் முருகன் ஆலயத்தில் மட்டும் போர்த்துக்கேயரது எண்ணம் ஈடேறவில்லை. இதனை கி.பி 1640 இல் இலங்கையில் வாழ்ந்த போர்த்துக்கேயரான ரிபேயிரோ என்பவர் தனது இலங்கைச் சரித்திரம் என்னும் நூலில் குறிப்பிட்டுள்ளார் கண்டி மன்னர் காலத்தில் கதிர்காமம் கண்டி மன்னர்களால் ஆதரிக்கப்பட்டு வந்துள்ளது. தற்போதுள்ள முருகன் ஆலயம் கண்டி மன்னனான இரண்டாம் இராஜசிங்கன் (கி.பி. 1635- 1687) என்பவனால் நிர்மாணிக்கப்பட்டது (கதிர்காமம் பக்: 9,10 குலசுபாநாதன்). கண்டி மன்னர் காலத்தில் கதிர்காமத்தின் மகிமை (அடுத்த இதழில் தொடரும்)

முருங்கைக் கீரையில் கொட்டிக் கிடக்கும் மருத்துவ குணங்கள்

ந.சசிகரன் - அபிவிருத்தி உத்தியோகத்தர்

இந்தியாவைத் தாயகமாகக் கொண்டது முருங்கை மரம். இது உலக மக்கள் அனைவராலும் உணவாகவும் மற்றும் மருத்துவ நோக்கங்களுக்காகவும் பயன்படுத்தப்படுகிறது. இதில் நமது உடலுக்குத் தேவையான அத்தியாவசிய சத்துக்களான கார் போஹைதரேட், நார்ச்சத்து, வைட்டமின்கள், தாதுக்கள் மற்றும் அமினோ அமிலங்கள் நிரம்பியுள்ளது. நமது பாரம்பரிய மருத்துவத்தில் முருங்கை மரத்தில் உள்ள இலை, பூ, காய் மற்றும் பட்டை அனைத்தும் பல காலங்களாக உபயோகப்படுத்தப்படுகிறது. நமது வீட்டில் எளிதாக வளர்க்கப்படும் ஒரு மரம் முருங்கை மரம். வீட்டில் மரங்கள் இருந்தாலும் அதன் பலன் தெரியாமல் கடைகளில் சென்று அதிக விலை கொடுத்து பெயர் தெரியாத கீரைகளை எல்லாம் வாங்கிச் சாப்பிடுகிறோம்.முருங்கை இலையில் அதிசயமான ஆரோக்கியமான நன்மைகள் உள்ளது. அதில் உள்ள நன்மைகள் மற்றும் பயன்கள்.

சர்க்கரை நோய் உள்ளவர்கள் முருங்கை இலையை தொடர்ந்து சாப்பிட்டு வந்தால் சர்க்கரையின் அளவு சற்றுக் குறையும்.

முருங்கை இலை உடலில் உள்ள கெட்ட கொழுப்பை கரைத்து நல்ல கொழுப்பை அதிகரிக்கும். அது மட்டுமில்லாமல் உடல் பருமனையும் குறைக்கும்.

இதில் வைட்டமின் C, இரும்புச்சத்து, புரதம் மற்றும் வைட்டமின் D போன்ற முக்கிய ஊட்டச்சத்துக்கள் நிறைந்துள்ளது.

உடல் சூடு மற்றும் மலச்சிக்கல் பிரச்சனை உள்ளவர்கள் முருங்கையிலையை வேக வைத்து அதன் சாறை குடித்து வந்தால் விரைவில் சரியாகும்.

இரும்புச்சத்து குறைபாடு உள்ளவர்கள் மற்றும் உடல் சோர்வு உள்ளவர்கள் முருங்கையிலை சூப் குடித்தால் நல்ல ஆரோக்கியத்தை பெற முடியும்.

சிறுநீரகப் பிரச்சனை மற்றும் ஆண்மைக் குறைபாடு உள்ளவர்கள் முருங்கையிலை மற்றும் முருங்கைக் காயை தொடர்ந்து சாப்பிட்டு வந்தால் இரத்தச்சோகை உள்ளவர்கள் முருங்கைஇலையை நெய்யில் வதக்கி வாரத்தில் மூன்று நாட்கள் சாப்பிட்டு வர இரத்தச்சோகை குணமாகும்.

முருங்கையிலையை அடிக்கடி உணவில் சேர்த்து வர முடி கொட்டும் பிரச்சனை தீரும் மற்றும் இளநரை பிரச்சனை வராது.

முருங்கை இலைகளில் இரும்பு,தாமிரம், சுண்ணாம்புச்சத்து ஆகியவை இருக்கின்றன.

வயிற்றுப்புண் மற்றும் வாய்ப்புண் பிரச்சனை உள்ளவர்களுக்கு முருங்கைக்கீரை ஒரு அருமருந்தாகும்.முருங்கைக்காய் சூப் காய்ச்சல், மூட்டுவலி பிரச்சனைகளைப் போக்க வல்லது.

முக்கியமாக பெண்களுக்கு ஏற்படும் கர்ப்பப்பைப் பிரச்சினை மற்றும் மாதவிடாய்ப் பிரச்சனையை சரி செய்யும். தாய்ப்பால் அதிகரிக்க முருங்கைக் கீரையை பொரியலாகவோ அல்லது சூப்பாகவோ செய்து சாப்பிடலாம். குழந்தையின்மை பிரச்சினை உள்ள வர்கள் முருங்கையிலையை தொடர்ந்து சாப்பிட்டு வந்தால் மலட்டுத்தன்மை நீங்கும்.

சோள நார் தேநீர்

R.சுவர்க்கா

சோளத்தில் உள்ள நாரினை எடுத்து நன்றாக எடுத்து நன்றாக கழுவி இரண்டு கப் நீரில், இரண்டு கரண்டி சோள நாரை நன்றாக கலந்து 15 நிமிடங்கள் கொதிக்க வைத்து வடிகட்டி அதனை தேநீராக குடித்து வரலாம். இப்படி சோள நாரை தேநீராக குடித்து வந்தால், இதய பாதிப்பில் இருந்து நம்மை பாதுகாத்துக் கொள்ளலாம். இதனை குடிப்பதற்கு முன்பு நீங்கள் தெரிந்து கொள்ள வேண்டிய பாதுகாப்பு குறிப்புகள் சோள நார் தேநீரை உட்கொள்ளுவது பாதுகாப்பானது. பெரியவர்கள் மற்றும் குழந்தைகள் கவலை ஏதும் இல்லாமல் இதை குடித்து வரலாம் இருப்பினும் அதனை பயன்பாட்டுக்குக் கொண்டு வருவதற்கு முன் சிலவற்றை நாம் தெரிந்து கொள்ள வேண்டியது அவசியம். இந்த தேநீரை நாம் அருந்தும் போது ரத்தத்திலுள்ள பொட்டாசியம் அளவு குறைக்கப்படுகின்றது. இதனால் தோல் பிரச்சினைகள் மற்றும் அலர்ஜி வருவதற்கு வாய்ப்புகள் உள்ளது. நீங்கள் கர்ப்பமாக உள்ளவர்கள் என்றால் கரு கலைவதற்கு சில வாய்ப்புகள் உண்டு. இந்த தேநீர் குடிப்பதற்க்கு முன்பு மருத்துவரிடம் ஆலோசனை பெறுவது நல்லது. நீங்கள் சர்க்கரை நோய் அல்லது உயர் ரத்த அழுத்தம் உடையவர்களாக இருந்து, மருந்துகள் உட்கொண்டு வந்தால் அந்த சமயத்தில், இந்த தேநீரையும் குடித்து வந்தால் உங்களின் சர்க்கரை அளவை இரத்தத்தில் மிகவும் குறைவதற்கான வாய்ப்புகள் உள்ளது. இதனால் மருத்துவரிடம் ஆலோசித்த பின் தேநீர் பருகி வரவேண்டும். சரியான முறையில் மருத்துவரின் ஆலோசனைப்படி இந்த சோள நாரினை பயன்படுத்தி வந்தால் நம் முழுமையான பலன்களை அடைய முடியும்.

தயாரிக்கும் நேரம் : *10* நிமிடங்கள்
சமைக்கும் நேரம் : *20* நிமிடங்கள்

தேவையான பொருட்கள்

- 100ML தேங்காய் எண்ணெய்
- சிக்கன் - ½ KG
- கறுவாபட்டை - 2 துண்டு
- ஏலக்காய் - 5
- கராம்பு - 3
- பெரிய வெங்காயம் - 3
- தக்காளி - 2 நறுக்கியது
- இஞ்சி பூண்டு பேஸ்ட் - 2 மேசைக்கரண்டி
- தயிர் - 2 மேசைக்கரண்டி
- மிளகாய்தூள் - 2 மேசைக்கரண்டி
- சீரகத்தூள் - 1 தேக்கரண்டி
- தண்ணீர் தேவையான அளவு
- கறிவேப்பிலை சிறிதளவு
- மஞ்சள்தூள் தேவையான அளவு
- உப்பு தேவையான அளவு

செய்முறை: முதலில் சிக்கனை நீரில் நன்கு கழுவிக் கொள்ள வேண்டும். பின் தயிர், மஞ்சள்தூள், உப்பு, இஞ்சி பூண்டு பேஸ்ட் சேர்த்து நன்கு பிரட்டி 10 நிமிடம் ஊறவைக்க வேண்டும்.

பின்னர் சட்டியை அடுப்பில் வைத்து அதில் எண்ணெய் ஊற்றிக் கொள்ள வேண்டும். எண்ணெய் சூடானதும் பட்டை, சீரகம், கராம்பு, ஏலம் மற்றும் கறிவேப்பிலை சேர்த்து தாளிக்க வேண்டும். பின்னர் நறுக்கிய தக்காளியையும் சேர்த்து பச்சை வாசனை போகும்வரை வதக்க வேண்டும்.

பின்னர் அவற்றுடன் மிளகாய்த்தூள், மல்லித்தூள், சீரகத்தூள் சேர்த்து கிளறி ஊறவைத்த சிக்கனை சேர்த்து 3-5 நிமிடம் வதக்க வேண்டும்.

பின்னர் 1 கப் நீரை ஊற்றி சட்டியை மூடி விடவும். இறைச்சி வேகியதன் பின்னர் கரம் மசாலா தூவி கிளறிய பின்னர் இறக்கி பரிமாறலாம்.

தேவையான பொருட்கள்

- நண்டு - 1 KG
- தேங்காய் துருவல் - 1 பாதி (வறுத்து இடித்தது)
- மிளகாய்த்தூள் - 2 மேசைக்கரண்டி
- பெரிய வெங்காயம் - 2
- மஞ்சள்தூள் - சிறிதளவு
- உப்பு - தேவையான அளவு
- முருங்கை இலை (துளிர்) - நன்றாக வறுத்து இடித்தது.
- கறிவேப்பிலை - சிறிதளவு

செய்முறை : நண்டினை நன்றாக சுத்தம் செய்து உப்பு, புளி, வெங்காயம், மஞ்சள்தூள், மிளகாய்த்தூள் என்பவற்றை இட்டு சிறிதளவு நீர் ஊற்றி அடுப்பில் வைத்தல் வேண்டும். கறி நன்றாக கொதித்து வரும் பொழுது வறுத்து அரைத்த தேங்காய் துருவல் மற்றும் முருங்கை இலையினை கறியுடன் சேர்த்து 2 நிமிடம் புரட்டி எடுத்தால் சுவையான நண்டு குழம்பு ரெடி.

மகிழ்ச்சிகரமான குடும்ப வாழ்க்கைக்கு

Mrs.K.Santhirakumar B.Econ (Hons),Dip.in Counseling & Education
Counseling Officer, Divisional Secretariat-Kalmunai – North

இன்றைய காலகட்டத்தில் விவாகரத்துப் பெறுவது சர்வ சாதாரணமான விடயமாக மாறி வருகின்றது. இதற்கு முக்கிய காரணம் நல்ல புரிதல் இல்லை என்பதை விட வாழ்க்கையை எப்படி வாழ வேண்டும் என்று தெரியவில்லை என்றுதான் சொல்ல வேண்டும். இரவு, பகல் மாறிமாறி வருவதைப்போல் வாழ்க்கையிலும் நல்லது, கெட்டது இருக்கத்தான் செய்யும். அவற்றை சரியாக புரிந்து கொண்டு ஒருத்தரை ஒருத்தர் மதித்து ஏற்று விட்டுக்கொடுத்து வாழத் தெரியாதவர்கள் தான் குடும்ப பிரச்சினைகளுக்குள் சிக்கி அவர்களதும் பிள்ளைகளதும் எதிர்கால வாழ்க்கையை கேள்விக்குறியாக மாற்றி வருகின்றனர்.

கணவன், மனைவி இருவரும் வெவ்வேறு சூழ்நிலைகளில் வளர்க்கப்பட்டவர்களாக இருந்தாலும் திருமணத்தின் பின்னர் இருவரும் ஒருத்தரை ஒருத்தர் அப்படியே ஏற்றுக்கொள்ள வேண்டும். அவர்களில் இருக்கும் நல்ல குணங்களை கண்டு கொள்ளாமல் குறைகளை மட்டும் சுட்டிக்காட்ட கூடாது. அதாவது அழகு, பணம், படிப்பு, தொழில் மற்றும் ஏனைய விடயங்களில் ஒருத்தரை ஒருத்தர் ஒப்பிட்டு பேசாது அனைத்தையும் அப்படியே ஏற்றுக் கொண்டு சந்தோஷமாக வாழ ஆரம்பிக்கும் போது அத்தனை குறைகளும் தன்னாலேயே மறைந்து விடும். மகிழ்ச்சிகரமான வாழ்க்கையின் ஆணிவேர் திருப்தியான தாம்பத்திய உறவாகும்'' ஒரு மனிதனுக்கு உணவு, உடை, உறைவிடம் போன்றன அடிப்படை தேவையாக இருப்பதைப் போன்று பாலியல் உறவும் அவனின் உடலியல் தேவையாகும் என உளவியல் நிபுணர்கள் நிருபித்துள்ளனர். ''ஒருவரின் பாலியல் தேவை நிறைவு செய்யப்படும் போது தான் அவருக்கு வாழ்வூக்கம் ஏற்படும்'' என உளப்பகுப்பாய்வு கொள்கைவாதியான சிக்மன் பிறைட் கூறுகிறார். அதேபோன்று கால்ரோஜஸ் தமது ஆள்மையக் கோட்பாட்டில் ஒவ்வொரு மனிதனின் அடிப்படை ஊக்கலும் சக்திப்பிரவாகமும் சுய அடைவை அடிப்படையாகக் கொண்டுள்ளது என்று கூறுகின்றார். எனவே ஒருவரின் தேவை நிறைவு செய்யப்படும் போதும் குடும்பத்தில் மதிப்பும், மரியாதையும், கௌரவமும் கிடைக்கும் போதும் அவர் குடும்ப சந்தோஷத்திற்காக தன்னையே அர்ப்பணித்து செயற்படுவார். குடும்ப வாழ்க்கையில் தாம்பத்திய உறவு எவ்வளவு அவசியமான ஒன்று என்பதனை கணவன், மனைவி இருவரும் புரிந்து கொள்ள வேண்டும். தம்பதிகளினிடையே கருத்து வேறுபாடுகள் இருந்தாலும் தாம்பத்திய உறவு திருப்தியாக இருந்தால் அவர்களிடையே உள்ள கருத்து வேறுபாடுகள் விருப்பு வெறுப்புக்கள் எல்லாம் நாளடைவில் மறைத்து விட்டுக்கொடுப்பும் புரிந்துணர்வும் கொண்டதொரு மகிழ்ச்சிகரமாக குடும்பமாக மாற்றிவிடும். கணவனினதோ, மனைவியினதோ பாலியல் தேவை நிறைவு செய்யப்படாதவிடத்து அவர் வாழ்க்கையில் சலிப்படைந்து வெறுப்பை காட்டத் தொடங்குவார். திருப்தியில்லாத தாம்பத்திய வாழ்க்கை திருட்டுதனமான காதலை உருவாக்கும். உதாரணமாக ஒருவருக்கு தாகம் ஏற்பட்டால் தண்ணீர் குடிக்க வேண்டும். ஆனால் தண்ணீர் வீட்டில் கிடைக்காவிட்டால் கிடைக்கும் இடத்தை நாடிச் செல்வார்கள். எனவே இதனை புரிந்து தேவையறிந்து செயற்படுவதன் மூலம் குடும்ப பிரச்சினைகளை தவிர்த்துக் கொள்ளலாம். அவ்வாறன்றி துணையின் உணர்வுகளையும் தேவைகளையும் புரிந்து கொள்ளாமல் அவர் எங்கு செல்கின்றார் என்ன செய்கின்றார் என்பதை நோட்டம் பார்த்தால் உங்களுக்குள் கருத்து வேறுபாடுகளும் சந்தேகமும் ஏற்பட்டு குடும்ப முறிவுகளுக்கு வழிவகுக்கும்.

மற்றும் தான் விரும்பும் நேரத்தில் துணை தாம்பத்ய உறவுக்கு வர வேண்டும் என்று எதிர்பார்க்காதீர்கள். அது இயல்பாகவே நடக்க வேண்டிய தொன்று. குழந்தை பிறந்த பிறகு தாயின் கவனமெல்லாம் குழந்தையின் மேல் தான் இருக்கும். தாம்பத்ய உறவில் நாட்டம் குறைவாக இருக்கும். அந்த நேரத்தில் அவ்விடைவெளியை அன்பால் நிறையுங்கள். ஆனால் பிள்ளைகள் வளர்ந்து விட்டார்கள் என்பதற்காக நீங்கள் பிரிந்து படுக்கையை அமைத்து விடாதீர்கள். பகல் முழுவதும் உழைத்து சோர்வுடன் வரும் கணவன் மனைவி இருவரும் மனம் விட்டுப்பேச அன்பை பரிமாற, உறவை விருத்தி செய்து கொள்ள பொருத்தமான இடம் படுக்கையறை தான். தம்பதியினர் பிரிந்து படுக்கையை அமைந்துக் கொள்வது நல்லதல்ல என்று பாலியல் மற்றும் மனோதத்துவ நிபுணர்கள் கூறுகின்றனர். எனவே உங்களை நம்பி கரம்பிடித்த துணையை ஆயுட்காலம் வரையும் ஒருத்தரை விட்டு ஒருத்தர் பிரியாது விட்டுக்கொடுப்புடனும் புரிந்துணர்வுடனும் சகிப்பு தன்மையுடனும் மதித்து ஏற்று தமது பிள்ளைகளையும் குடும்ப உறவுகளையும் வளப்படுத்தி சமூகத்திற்கு சிறந்த முன்னுதாரணமாக வாழ்ந்து காட்டுவது ஒவ்வொரு தம்பதியினதும் கடமையாகும். எனவே இந்த மறுமை வாழ்வையும் ஞாபகப்படுத்துவதன் மூலம் இம்மை குடும்ப வாழ்க்கையை சந்தோஷமாக அமைத்துக் கொள்ள முடியும்.

''வையத்துள் வாழ்வாங்கு வாழ்பவன் வானுறையும்
தெய்வத்துள் வைக்கப்படும்''

ஆங்கில மருத்துவத்தின் தோற்றம்

கி.யோகலிங்கம் - பிரதம முகாமைத்துவ சேவை உத்தியோகத்தர்

கடந்த மாத இதழின் தொடர்ச்சி...

மருத்துவர்கள் எவ்வாறு நடந்துகொள்ள வேண்டும் எவ்விதம் சிகிச்சையளிக்க வேண்டும் என்பதைக் குறித்தெல்லாம் தெளிவாகவும் ஒரு திட்டவட்டமான வரையறுப்புடனும் எழுதிய முதல் மருத்துவரும் இவரே. இவருடைய “ஹிபோகிரட்டிஸ்” உறுதிமொழி மருத்துவ உலகில் திறமையான செம்மையான ஆவணங்களில் ஒன்று. ஒவ்வொரு மருத்துவரும் தம்முடைய மருத்துவப் படிப்பை முடித்தவுடன் இந்த உறுதிமொழியின் பெயரிலேயே தன்னுடைய தொழிலைத் தொடங்க வேண்டும் என்பது ஓர் எழுதப்படாத விதியாகவே இன்றும் இருந்து வருகின்றது.இவருக்குப் பிறகு கேலன் என்கின்ற கிரேக்க அறிஞர் மருத்துவத் துறைக்குப் பெரும் பங்களிப்புச் செய்துள்ளார். மனிதனது உள்ளுடம்பின் அமைப்பை அறிவதற்கு இறந்து போனவர்களின் உடலை அறுத்து அதிலிருந்து கற்றுக்கொள்ளும் முறையை முதன் முதலில் ஏற்படுத்தியவர் இவரே. இம்முறையினை இவர் கடுமையான எதிர்ப்புக்களின் மத்தியிலேயே தொடர்ந்து செய்துள்ளார்.

இன்றைய மனித உடல் அமைப்புக்கள் பற்றிய புரிதலுக்கு வித்திட்டவர் கேலன் ஆவார். இதன் பின்னர் ஆங்கில மருத்துவத்தின் வளர்ச்சியானது அரேபிய நாடுகளுக்கு மாறிவிட்டது. இஸ்லாம் மதம் தோன்றியவுடன் அரேபிய நாடுகளில் ஒரு வகையான மறுமலர்ச்சி தோன்றியது. இஸ்லாமியப் பேரறிஞர்கள் மருத்துவத்தில் புதிய கண்டுபிடிப்புக்களையும் சாதனைகளையும் நிகழ்த்தினர்.இதற்கு அடிப்படைக் காரணம் அரேபியர்கள் சிறந்த கடல் வணிகர்களாகவும் பல நாடுகளுக்குச் சென்று வரும் சுற்றுலாப் பயணிகளாகவும் விளங்கியதுதான். அவர்கள் மேலை நாடுகளுக்குப் பயணம் செய்யும்போது அங்கிருந்த பொருட்களுடன் மட்டும் வணிகம் செய்யவில்லை அங்கிருந்து ஹிபோகிரட்டிஸ், கேலன் அவர்களின் மருத்துவ நூல்களையும் கொண்டு வந்து சேர்த்தனர். அவை அரேபிய மொழிகளில் மொழி பெயர்க்கப் பட்டபோது ஒரு சிந்தனைப் புரட்சியை ஏற்படுத்தியது. அது போன்றே கீழை நாடுகளுடன் வணிக தொடர்பிற்காக சென்றபோது சித்த ஆயுர்வேத நூல்களையும் கொண்டு வந்து அரேபியாவை வளப்படுத்தினர்.

இவ்வாறு பொருள் வணிகம் என்பது கருத்து சேகரிப்பிற்கு உதவியது. இது அரேபியாவில் மருத்துவத் துறையில் பாரிய மாற்றங்களை ஏற்படுத்தியது. ஆலி சென்னா, அபுல்காசி, அலென்சா, நாபிஸ், அவோரஸ் போன்ற நவீன மருத்துவ அறிஞர்கள் தோன்றி புதிய கருத்துக்களை முன்மொழிந்து மருத்துவத் துறையின் முன்னேற்றத்தின் பங்குதாரர்களாக விளங்கினர் எனலாம்.

ரேசல் என்ற மருத்துவ அறிஞர் குழந்தைகள் மருத்துவத்தின் தந்தை என்று அழைக்கப்படுகின்றார். இவர் கிரேக்க மருத்துவத்தின் அடிப்படையாக விளங்கிய “திரவக் கோட்பாட்டினை” மறுத்து நோய்களைக் கண்டறிவதை மேலும் துல்லியமாக மாற்றியமைத்தார்.

இவ்வாறு ஆங்கில மருத்துவத்தின் வளர்ச்சியும் அதன் முக்கியத்துவமும் இன்றுவரை முன்னெடுத்துச் செல்லப் படுகின்றது.

கடுமையான வெயில் காலங்களில் ஆரோக்கியம் பேணுவோம்

கோடைகாலம் ஆரம்பமாகி கடுங்கோடையாக உருவெடுத்து வெயில் தாண்டவமாடி உயிர்களெல்லாம் பதைபதைக்கும் காலச்சூழலில் நாம் தற்போது வாழ்ந்து கொண்டிருக்கின்றோம். இந்நிலையில் உணவில் கட்டுப்பாடாக நாம் இருப்பதால் உடல் சார்ந்த பிரச்சினைகள் வராமல் தடுக்கும் வழிமுறைகளைப் பற்றி சிறிது ஆராய்வோம். அன்றாடம் நாம் உண்ணும் உணவுகளில் கார உணவுகளின் அளவினை நிச்சயமாக குறைத்தல் வேண்டும். இவ்வாறு குறைப்பதனால் இக் காலங்களில் மிக அதிகமாக ஏற்படும் நீர்க்கடுப்பு சிறுநீரில் இரத்தம் வெளியேறல். ஆசன வாயில் எரிச்சல் போன்ற நோய்களைத் தடுக்கலாம்.அத்துடன் நாம் சமையலுக்கு மசாலாப் பொருட்களாகப்பயன்படுத்தும் இஞ்சி, மிளகு, பட்டை, பூண்டு, பச்சை மிளகாய் போன்றன உடல் சூட்டை அதிகரிப்பனவாகும்.

கி.யோகலிங்கம்
பிரதம முகாமைத்துவ சேவை உத்தியோகத்தர்

மழலை

மங்கையர்கள் கொண்டாடும்
வண்ண முயல் குட்டியாம் மழலை
சின்ன மழலை சிரிப்பது அழகு
சீண்டி பார்க்கும் கோபம் அழகு
சீக்கிரம் தூங்கும் தூக்கம் அழகு
தூறல் போடும் அழுகை அழகு
அழுது கொண்டே சிரிப்பதழகு
சின்னத்தேகத்தின் மென்மையழகு
மெய் அசைவில் நடனம் அழகு
நா அசைவின் அசைவுகள் அழகு
அள்ளிக்கொள்ளும் ஆசை அழகு
ஆசை முயல் தவழ்வதழகு
தவழும் போது வீழ்வதழகு
வீழ்ந்த பின் புலம்பல் அழகு
புரியாத பரிபா அழகு
பார் சொல்லும் கதைகள் அழகு
கதைகள் கேட்கும் கண்ணழகு
வண்ண கண்சிமிட்டல் அழகு
வயதொன்றில் நடையும் அழகு
பள்ளி செல்லும் ஆசை அழகு
ஆசை கிறுக்கல் வரைதல் அழகு
வண்ண முயலின் அன்பும் அழகு
அழகு முயல் அத்தனை அழகு

-ச.விவீதா-

கோதையிவள் சீதையானாள்
சீதையிவள் பெண்ணானாள்
பெண்ணிவள் அன்னையானாள்
அன்னையவள் வளர்ப்பினிலே
மழலைப்பெண்ணும் பிறப்பெடுத்தாள்

மழலையாய் மகிழ்ந்திடுவாள்
மாற்றங்கள் பல கண்டிடுவாள்
கல்வியினில் சிந்தை கொண்டாள்
சிறப்பான பட்டங்கள் வென்றிடுவாள்
கண்டவையெல்லாம் நம்பிடுவாள்
வாழ்ந்திடலாம் என்று நின்றாள்
நிந்தனைகள் கேட்டிடுவாள்
வஞ்சனைகள் பல கண்டிடுவாள்

கண்டவையெல்லாம் பொய்யென்பார்
கானல் நீர் பெண்ணென்பார்
பெண்ணென்றால் பேதையென்பார்
அழகில்லையென்பார் நிறமில்லையென்பார்
கோபம் கொள்வாள் என்பார்
மழலை காணமாட்டாள் என்பார்
மரியாதையறியாள் என்பார்

மதிப்பிற்குரிய பாரதியோ பெண் நிந்தை
வேண்டாமென்றார் அன்று
மழலை கண்ட மாதர் கூட
பெண்ணை வஞ்சிப்பார் இன்று

இயல்பென்பதில் புரிந்துணர்வு அழகென்பார்
அழகென்பது ரசனை என்பார்
அத்தனைக்கும் ரசனைகள் கொண்டால்
கோதையிவள் சீதையாவாள்
சீதையிவள் என்றும் பெண்ணாவாள்..

-ச.விவீதா-

இவர் ஓவியக் கலைஞர்

நல்லராசா பிருந்தா

அன்னமலை-1 இனை பிறப்பிடமாக கொண்ட இவர் திரு.திருமதி. நல்லராசா தம்பதியினர்க்கு 1985.05.11 இல் மகளாகப்பிறந்தார். தனது ஆரம்பக்கல்வியை கமு/சது/நாவிதன்வெளி அன்னமலை மகாவித்தியாலயத்தில் ஆரம்பித்து சுவாமி விபுலானந்தா அழகியற் கற்கைகள் நிறுவகத்தில் தனது கட்புலத் தொழில்நுட்பவியல் கலைத்துறையில் இளம் நுண்கலைமாணி (BFA) பட்டப்படிப்பினை பூர்த்தி செய்துள்ளார். பாடசாலைப்பருவம் முதல் சித்திரக்கலையில் மிகவும் ஆர்வத்தோடு காணப்பட்ட இவர் ஓவியப் போட்டி, ஓவியக்கண்காட்சி போன்றவற்றை நடாத்தி பாடசாலை மத்தியில் நற்பெயரை ஈட்டியுள்ளார். இதில் 2012 இல் சிறுவர் தினத்தை முன்னிட்டு நடத்தப்பட்ட ஓவியக்கண்காட்சி குறிப்பிடத்தக்கது.

2011இல் PEASE THROUGH CULTURAL DIVERSITY - Poster & Poetry Competition இல் மாகாணரீதியாக இரண்டாமிடத்தினையும், 2013இல் Prime minister's office - Dayata Kirulla “National Development Exhibition” இல் மாவட்ட ரீதியாக இரண்டாமிடத்தினையும், 2013இல் Consumer Affairs Authority-Dayata Kirulla “National Development Exhibition” at Ampara district inter school Poster Competition இல் Merit award இனையும் பெற்றுள்ளார். மேலும் 2019இல் பிரதேச சலை இலக்கிய பங்களிப்பிற்காக கலைஞர்சுவதம் விருதும் “நாட்டை அழகுபடுத்துவோம்” தேசிய வேலைத்திட்டத்தின் கீழ் சுவரோவியங்களை வரைந்தமைக்காக சான்றிதழ் வழங்கியும் 2018இல் “Prathibha Prabha” நிகழ்வில் பங்கு பற்றியதோடு Vanithabhimana Provincial Competition - 2021 இல் Merit சான்றிதழையும் பெற்றுள்ளார்.மேலும் NVQ Level-4 Computer Graphic Designs கற்கை நெறியினை 2020இல் பூர்த்தி செய்து பல அழகான ஓவியங்களை Computer Graphic Design மூலம் வெளிப்படுத்தி காட்டியுமுள்ளார். இது மாத்திரமன்றி பல்கலைக்கழகத்தில் இருந்த போது 2020இல் பல்கலைக் கழக வளாகத்தில் இரண்டு நாட்கள் நடைபெற்ற“ கலையாழி” இலக்கியத் திருவிழாவில் இவருடைய ஓவியங்கள் காட்சிப் படுத்தப்பட்டுள்ளன. 2021இல் நாவிதன்வெளி பிரதேச செயலகத்தில் நடைபெற்ற கண்காட்சியில் இவரது ஓவியங்களும் காட்சிப் படுத்தப்பட்டன. இவர் பிரதேச செயலக இலக்கிய விழாக்களின் போது சிறந்த பங்களிப்புச்செய்துள்ளார், அதுமாத்திரமன்றி வெளியீட்டாளர்கள் பலரது ஆக்கங்களுக்கு அட்டைப் படங்களும் வரைந்து அவர்களின் ஆக்கங்களை சிறப்பித்துள்ளார்.மேலும் இவர் இப்பிரதேச செயலகப்பிரிவில் உள்ள இளையநிலா கலை இலக்கிய மன்றத்தில் ஓர் அங்கத்தவராக இருந்து செயற்பட்டு வருகின்றார் என்பதும் குறிப்பிடத்தக்கது. இவரது கலை இலக்கியப் படைப்புக்கள் இன்னும் வளர்சியடைய வேண்டும் என நாவெளி மின்னிதழ் ஊடாக வாழ்த்து வதிலும் மகிழ்ச்சியடைகின்றோம்.

படலையை தேடி:
ஏ.எல்.எம்.ஷினாஸ், கே. நீலேந்திரன்