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

மலர்: 06 ✦ இதழ்:19 ✦ 2024ஆம் வருடம் ஆனி மாதம் இருபத்தைந்தாம் திகதி

விளையாட்டுப் போட்டியில் நாவிதன்வெளி கோட்டம் சம்பியனானது.

சம்மாந்துறை வலயமட்ட விளையாட்டுப் போட்டி நடைபெற்று வருகிறது. அந்த வகையில் 19.06.2024ம் திகதி வலைப்பந்தாட்டப் போட்டியானது சம்மாந்துறை அல் மல்யான் முஸ்லிம் மகளீர் கல்லூரி மைதானத்தில் நடைபெற்றது. 16 வயதுக்கு உட்பட்ட வலைப்பந்தாட்டப் போட்டியில் நாவிதன்வெளி அன்னமலை மகாவித்தியாலயம், வீரமுனை ராமகிருஸ்ணா மகா வித்தியாலயம், சம்மாந்துறை முஸ்லிம் மத்திய மகா வித்தியாலயம், சம்மாந்துறை அல் மல்யான் முஸ்லிம் மகளீர் கல்லூரி ஆகிய பாடசாலைகள் பங்குபற்றின. மேற்படி போட்டியில் ஏனைய அணிகளை தோற்கடித்து அன்னமலை மகாவித்தியாலய அணி வெற்றிவாகை சூடியது. தொடர் 08ஆம் பக்கம்...

மாணவர்களுக்கான கற்றல் உபகரணங்கள் மற்றும் திறன்பலகை (SMART BOARD) வழங்கி வைப்பு.

நாவிதன்வெளி பிரதேச செயலாளர் திருமதி.சஜிந்திரன் ராகுலநாயகி அம்மணி மற்றும் நாவிதன்வெளி பிரதேச செயலக பிரதி திட்டமிடல் பணிப்பாளர் திருமதி. திலகராணி கிருபைராஜா ஆகியோரின் வழி காட்டுதலின் கீழ் தொழில் மற்றும் வெளிநாட்டு வேலைவாய்ப்பு அமைச்சினால், அன்னமலை -02 கிராம உத்தியோகத்தர் பிரிவில் அமைந்துள்ள வேப்பையடி கலைமகள் வித்தியாலயத்திற்கு

திறன்பலகை(SMART BOARD) மற்றும், இவ் அமைச்சினால் நாவிதன்வெளி பிரதேசத்திற்குட்பட்ட வெளிநாடு சென்ற பெற்றோர்களின் 35 பாடசாலை தொடர் 08ஆம் பக்கம்...

உகந்தை முருகன் ஆலய சிரமதான நிகழ்வு

உகந்தை முருகன் ஆலய வருடாந்த உற்சவத்தினை முன்னிட்டு வருடாந்தம் நாவிதன்வெளி பிரதேச செயலக உத்தியோகத்தர்களால் முன்னெடுக்கப்படும் சிரமதான நிகழ்வு இவ்வருடமும் சிறப்பாக இடம்பெற்றது. பிரதேச செயலாளர் திருமதி . ராகுலநாயகி சஜிந்ரன் அவர்களின் வழி காட்டலுக்கமைவாக சமுர்த்தி தலைமைப் பீட முகாமையாளர் திரு. செ. சிவம் அவர்களின் தலைமையில் 2024.06.14 மற்றும் 15ஆம் திகதிகளில் இடம்பெற்றது.

தொடர் 08ஆம் பக்கம்...

பிரதேச சிறுவர் அபிவிருத்தி உளச்சமூக ஒன்றிய கூட்டம்

2024 ஆம் வருடத்தின் இரண்டாம் காலாண்டுக்கான பிரதேச சிறுவர் அபிவிருத்தி (DCDC), பால்நிலைசார் வன்முறைக்கெதிரான செயலணி (GBV) மற்றும் உளச்சமூக ஒன்றிய கூட்டமானது பிரதேச செயலக சிறுவர் உரிமை மேம்பாட்டு உத்தியோகத்தரின் ஒருங்கிணைப்பில் நாவிதன்வெளி பிரதேச செயலாளர் திருமதி.ராகுலநாயகி சஜிந்ரன் அவர்களின் தலைமையில் 2024.06.18 ஆந் திகதியன்று பிரதேச செயலக கூட்ட மண்டபத்தில் தொடர் 08ஆம் பக்கம்...

ஆசிரியரிடமிருந்து...

நாவெளி மலர் - 06 இல் உங்கள் அனைவரையும் சந்திப்பதில் அளவற்ற மகிழ்ச்சி. நாலா பக்கங்களும் பரந்து கிடக்கின்ற பல்வேறு செய்திகள், மற்றும் பல்சுவை அம்சங்களைத் தாங்கிய வகையில் நாவெளி மலர் - 06 இம்மாதமும் வெளிவருகின்றது. அந்த வகையில் "நாவெளி" மின்னிதழ் வாசகர்கள் மத்தியில் அதிக வரவேற்பைப் பெற்று வருகின்றமை குறிப்பிடத்தக்கது. அத்தகைய மகிழ்வினைத் தந்து கொண்டிருக்கும் "நாவெளி" வாசகர்களுக்கும், ஆக்கங்களை வழங்கிக் கொண்டிருக்கும் நிருபர்கள், மற்றும் எழுத்தாளர்களுக்கும் இதயம் கனிந்த நன்றிகளும், பாராட்டுகளும் உரித்தாகட்டும். மேலும், நாவிதன்வெளிப் பிரதேசத்தின் பரந்துபட்ட பார்வைப் பரப்புக்குள் இருந்து வெளிவருகின்ற "நாவெளி" மின்னிதழ் சஞ்சிகை உங்களை மேலும் மகிழ்விக்கும் என நம்புகின்றேன்.

இம்மாதம் தந்தையர் தின மாதமாகும். எந்தவொரு குழந்தையும் தங்கள் வாழ்க்கையில் சந்திக்கும் முதல் சூப்பர் ஹீரோ அவர்களின் தந்தை. குழந்தைகள் வளரும் வயதில் அவர்களுக்கு முன்மாதிரியாக இருக்கக் கூடிய ஒருவர் என்றால் அது அவர்களின் தந்தைதான். எந்த ஒரு குழந்தைக்கும் ஏதாவது பிரச்சினை என்றால், முதலில் நினைவுக்கு வருவது தந்தைதான். இத்தகைய நிலை ஒவ்வொருவருடைய வாழ்க்கையிலும் தந்தையின் முக்கியத்துவத்தைக் காட்டி நிற்கின்றது. இதனால்தான், தந்தையரை முதன்மைப்படுத்த உலகம் முழுவதும் ஒவ்வொரு ஆண்டும் ஜூன் மாதம் 3ஆம் ஞாயிற்றுக்கிழமை தந்தையர் தினம் கொண்டாடப்படுகின்றது.

வாழ்க்கையில் தந்தையின் முக்கியத்துவத்தை அனைவரும் புரிந்து கொள்வதில்லை. ஒரு தந்தையின் வாழ்க்கையையும், தியாகத்தையும் கொண்டாடும் வகையில், நாம் தந்தையர் தினத்தைக் கொண்டாட வேண்டும். இந்நாளில் நம் தந்தை நம் வாழ்வில் எவ்வளவு முக்கியமானவர் என்று ஒவ்வொருவரும் உணர வேண்டும்.

ஒவ்வொரு நாகரிகத்திலும், கலாசாரத்திலும் அன்னையின் தியாகத்திற்கு உயர்ந்த இடம் கொடுக்கப்பட்டுள்ளது. ஆனால், தன் குழந்தைகள் மற்றும் குடும்பத்தின் மகிழ்ச்சிக்காக தன் வாழ்நாள் முழுவதையும் அர்ப்பணிக்கும் தந்தைக்கும் தாய்க்கு இணையான இடம் கிடைக்கப்பெறல் வேண்டும். நீங்கள் ஒவ்வொருவரும் நினைத்தால் அத்தகைய இடத்தை தந்தைக்கும் வழங்கலாம். என் வாழ்க்கையில் தந்தையின் பங்கு முக்கியமானது என்பதில் பெருமை கொள்கின்றேன். குடும்பத்தில் சமத்துவத்தையும், அமைதியையும் நிலைநாட்டுவதில் தந்தையின் இருப்பு மிக முக்கியமானது. ஒருவர் வளரும் போது அவரைப் போல இருக்கத் தேவையான பண்புகளை வளர்த்துக் கொள்ள முயற்சிக்க வேண்டும். சமூகத்தில் அத்தகைய ஒருவராக நீங்கள் இருக்க, கிடைக்க முடியாத பண்பு என்று ஒன்று உங்களிடத்தில் இல்லை என்று எண்ணுகின்றேன்.

என்றும் அன்புடன்...
-ஆசிரியர்

வீர சுதந்திரம் வேண்டிநின் றார்பின்னர்
வேறொன்று கொள்வாரோ? -- என்றும்
ஆரமு துண்ணுதற் காசைகொண்டார் கள்ளில்
அறிவைச் செலுத்து வாரோ?

புகழுநல் லறமுமே யன்றியெல் லாம்வெறும்
பொய்யென்று கண்டாரேல் -- அவர்
இகழுறும் இனத்தொண் டியற்றியும் வாழ்வதற்கு
இச்சையுற் றிருப்பாரோ?

பிறந்தவர் யாவரும் இறப்ப துறுதியெனும்
பெற்றியை அறிந்தாரேல் -- மானம்
துறந்தறம் மறந்தும்பின் உயிர்கொண்டு வாழ்வது
சுகமென்று மதிப்பாரோ?

மானுட ஜென்மம் பெறுவதற் கரிதெனும்
வாய்மையை உணர்ந்தாரேல் -- அவர்
ஊனுடல் தீயினும் உண்மை நிலைதவற
உடன்படு மாறுளதோ?

விண்ணி லிரவிதனை விற்றுவிட் டெவரும்போய்
மின்மினி கொள்வாரோ? --
கண்ணினும் இனிய சுதந்திரம் போனபின்
கைகட்டிப் பிழைப்பாரோ?

புரியாத வார்த்தை இருந்தும் பயன் இல்லை!புரியாத வாழ்க்கை வாழ்ந்தும் பயன் இல்லை...

அழுது நீ கோழையாகாதே! உனக்கு நண்பன் நீயே!

உன்னை காப்பற்ற வருபவர் எவர் உளர்? நீயே உன் காவலன்...

ஆதலினால் யாரையும் எதற்கும் எதிர்பார்க்காதே!

உனது வாழ்க்கைக்கு எல்லை அமைத்து வாழ்! ஆனால் எல்லைக்குள் ஒரு போதும் வாழ்க்கையை அமைத்து விடாதே..!

பெருங் கடலுக்கு எல்லை சிறிய நிலப்பரப்பு.. உனக்கு எல்லை உனது பெற்றோர்..!

கடல் எல்லையைத் தாண்டினால் நிலம் அழிந்துவிடும்.. நீ எல்லையை தாண்டினால் நீ அழிந்து விடுவாய்..!

தந்தையின் நம்பிக்கை இருக்கும் வரை தனயன்(மகன்) வழிதவறான்..

தாயின் அன்பு இல்லையானால் தனபதியாய்(குபேரன்) இருந்தும் பயன் இல்லை..!

வாழ்ந்தவனுக்கு அனுபவம் பதில் சொல்லும்..! வாழ்பவனுக்கு காலம் பதில் சொல்லும்..! வாழப் போறவனுக்கு மனம் பதில் சொல்லும்...!

அன்பின் ஆழம் தெரியாத மனிதா.
நீ உன் தாயின் அரவணைப்பை அறிந்திருக்க மாட்டாய்..!

நட்பின் ஆழம் தெரியாத மனிதா.
நீ உன் தந்தையின் பாசத்தை அறிந்திருக்க மாட்டாய்..!

காலப் போக்கில் உன் வாழ்வே தெரியாது இருந்து விடுவாய்..!

உலக சுற்றாடல் தின நிகழ்வுகள்

உலக சுற்றாடல் தினமானது ஐக்கிய நாடுகள் சபையின் சுற்றாடல் அமைப்பு (UNEP) இனால் ஜூன் 5ம் திகதி பிரகடனப் படுத்தப்பட்டு உலகமெங்கும் கொண்டாடப்பட்டு வருகின்றது. இதனை முன்னிட்டு கடந்த 2024.06.05 ஆம் திகதி நாவிதன்வெளி பிரதேச செயலகத்தில் உதவிப் பிரதேச செயலாளரின் தலைமையில் பிரதித் திட்டமிடல் பணிப்பாளரின் வழிகாட்டலில் உலக சுற்றாடல் தினநிகழ்வுகள் சிறப்பாக நடைபெற்று முடிந்தது. இந்நிகழ்விற்க்கு பிரதேச செயலகத்தின் உத்தியோகத்தர்களின் பங்கு பற்றலுடன் உயிர்ப்பல்வகைமை பாதுகாப்பு எனும் தொனிப்பொருளில் தென்கிழக்கு பல்கலைக்கழகத்தின் உயிரியல் பீட தலைமை பேராசிரியர் A.M. றியாஸ் அகமட் அவர்கள் வளவாளராக கலந்து நிகழ்வினை நடாத்தினார்.

இந்நிகழ்வின் பிரதான நோக்கமானது உயிர்ப்பல்வகையை பாதுகாத்தல் மற்றும் சூழல் சமநிலையை பேணுதல் தொடர்பாக ஓர் விழிப்புணர்வை எமது அலுவலக உத்தியோகத்தர்களுக்கு வழங்குவதனூடாக பொது மக்களுக்கும் இக்கருத்துக்களை கொண்டு சேர்ப்பதாகும்.மேலும் இந்நிகழ்வில் காலநிலை மாற்றம், பிளாஸ்டிக் கழிவு முகாமைத்துவம், மற்றும் ஆக்கிரமிப்பு இனங்கள் பற்றிய விரிவுரையும் அவற்றுக்கான நூல் வெளியீடுகளும் வழங்கப் பட்டன.

உலக சுற்றாடல் தினத்தை முன்னிட்டு நடாத்தப்பட்ட தேசிய சுற்றாடல் வாரம்

நிலைபேறான அபிவிருத்தி இலக்குகள் (Sustainable Development Goals - SDG) என்பது 2030 ஆம் ஆண்டளவில் பொருளாதாரம், சமுக வளர்ச்சி மற்றும் சுற்றுச் சூழல் என்பனவற்றின் நிலையான தன்மையை பேணுவதன் மூலம் அனைத்து மக்களும் அமைதி மற்றும் செழிப்பை அனுபவிப்பதனை உறுதி செய்வதற்காக 2015 ஆம் ஆண்டு ஐக்கிய நாடுகள் சபையால் பிரகடனப்படுத்தப்பட்ட ஓர் அழைப்பாகும்.

இதில் உள்ளடங்கப்படும் 17 இலக்குகளும், வறுமையை ஒழித்தல், பொருளாதார வளர்ச்சியை கட்டியெழுப்புதல், கல்வி மற்றும் சுகாதாரம் உள்ளிட்ட சமூக தேவைகளை நிறைவேற்றுதல், அமைதி மற்றும் நீதியை நிலை நாட்டுதல் ஆகியவற்றை நிவர்த்தி செய்வதற்கான உத்திகளை மேற்கொள்ளும் அதே வேளை காலநிலை மாற்றம் மற்றும் சுற்றுச் சூழல் மாசடைவு ஆகியவற்றை சமாளித்து, நாம் எதிர்கொள்ளும் உலகலாவிய சவால்களை பேண்தகு முறையில் நிவர்த்தி செய்கின்றன.

இவ்வாறாக SDG யை அடையும் நோக்குடன் இம்மாதம் நடைபெற்ற உலக சுற்றாடல் தினத்தை முன்னிட்டு சுற்றாடல் அமைச்சினால் மே 30 ம் திகதி முதல் ஜூன் 5 ம் திகதிவரை தேசிய சுற்றாடல் வாரமாக பிரகடனப்படுத்தப் பட்டதை யடுத்து எமது பிரதேச செயலகத்தினால் நாவிதன்வெளி பிரதேச செயலக பிரிவிற்குட்பட்ட பல்வேறு இடங்களில் ஏற்பாடு செய்யப்பட்ட சிரமதானம், மரநடுகை மற்றும் விழிப்புணர்வு நிகழ்வுகள் சிறப்பாக நடைபெற்று முடிந்தது.

இவ்வருட உலக சுற்றாடல் தினமானது 'Land Restoration, Desertification & Drought Resilience' எனும் தொனிப்பொருளில் கொண்டாடப்பட்டது என்பது குறிப்பிடத்தக்கது.இத்தொனிப்பொருளுக்கு அமைவாக நிலவளத்தின் உச்ச பயன்பாட்டை அடையும் முகமாக எமது பிரதேச செயலக வளாகத்தினுள் காணப்படும் நிலத்தினை சீர் செய்து அழகுபடுத்தும் வேலைத்திட்டங்கள் எமது பிரதேச செயலாளரினால் வழிநடத்தப்பட்டு வருகின்றது. நடைபெற்ற நிகழ்வுகளின் சில புகைப்படங்கள் இங்கு காண்பிக்கப்பட்டுள்ளது.

நெல் விவசாயத்தில் வீசி விதைக்கும் பழைய தொழில்நுட்பத்தில் இருந்து இயந்திர நாற்று நடவுக்கு மாற வேண்டியதன் அவசிம்

தகவல் மூலம் - தமிழர் பொருண்மியம்

நெல்பயிர் செய்கையில் புழுதி விதைப்பு சேற்று விதைப்பு கையால் நடவு போன்றதொழில்நுட்பங்கள் காலாதி காலமாகபின்பற்றப்பட்டு வருகின்றன. தற்பொழுது புதிய தொழில்நுட்பங்களாக பறசூட் முறை மற்றும் இயந்திர நெல் நாற்று நடவு என்பன உலக நாடுகளால் வெற்றிகரமாக பயன்படுத்தப்படுகின்றன. பண்டைய காலங்களிலேயே, புழுதி விதைப்பு மற்றும் சேற்று விதைப்பை விட கையால் நாற்று நடும் பொழுது குறைந்த நோய், பீடை தாக்கங்களுடன் அதிக விளைச்சல் கிடைக்கப்பெற்றது. ஆனால் பிற்பட்ட காலங்களில் பண்ணை வேலைகளுக்கான ஆள் பற்றாக்குறை மேற்படி கையால் நாற்று நடுகையை மட்டுப்படுத்தியது. இவ்வாறான பின்புலத்தில் சீனா, ஜப்பான், கொரியா போன்ற நாடுகளில் அறிமுகப்படுத்தப்பட்ட நெல் நாற்று நடவு செய்யும் இயந்திரம் மிகவும் வெற்றிகரமாக குறைந்த செலவுடன் வேகமாகவும் வினை திறனாகவும் நடுகையில் ஈடுபட்டது. மேற்படி இயந்திரங்கள் இலங்கைக்கு ஒரு சில தசாப்தங்களுக்கு முன்னரே விவசாயத் திணைக்களத்தினால் அறிமுகப்படுத்தப்பட்ட பொழுதிலும் விவசாயிகளின் பிற்போக்கு மற்றும் அரச இயந்திரத்தின் குறைபாடுகள் காரணமாக பிரபல்யமாகாது இருந்தது. இயந்திர நெல்நடுகை பிரபல்யம் ஆகாமல் இருந்ததற்கான காரணங்கள்

1. விவசாயிகளுக்கான தொழில்நுட்ப அறிவு குறைவு.

2.விவசாயிகளுக்கு விதைப்பு நேரத்தில் போதுமான நேரம் இன்மை.

3.கடினமானது என்ற மனநிலை.

4.பயம் மற்றும் நம்பிக்கையற்ற தன்மை

6.விவசாய விரிவாக்க சேவைகள் போதுமான அளவு அனைத்து விவசாயிகளுக்கும் கிடைக்காமை

நெல் நாற்று நடுவதால் ஏற்படும் நன்மைகள்

20 - 30% விளைச்சல் அதிகரிக்கும்.

25 - 35% உற்பத்தி செலவை குறைக்க முடியும்.

50 - 85% இரசாயன பாவனையை குறைக்க முடியும்.

ஏக்கருக்கு 20 -25% நீர் பயன்பாட்டு வினைத்திறன் அதிகரிக்கும். மண் வளம் அதிகரிக்கும்.

பண்டி நெல்லை (WEEKED RICE) கட்டுபடுத்துவதற்கான ஒரே தீர்வு, (PACKGE) குறைந்த விதைத்தேவை, (16- 20 KG ARCE) விதை நெல் உற்பத்திக்கான சிறந்த தெரிவு, இது ஒரு காலநிலைக்கு அமைவான விவசாய செயற்பாடு, இந்தப் பின்னணியில் யாழ் பல்கலைக்கழக விவசாய பீட பட்டதாரிகள், தொழில்நுட்ப பீட மாணவர்கள் மற்றும் யாழ்ப்பாண பல்கலைக்கழக கல்லூரி (UNIVOTEV) பண்ணை இயந்திரவியல் (FMT) மாணவர்கள் இணைந்து ஓர் புது வியாபார மாதிரி ஒன்றை முன் வைத்தார்கள். இந்த வியாபார மாதிரி ஒரு சேவை பொதியாக, அனைத்து சேவைகளையும் உள்ளடக்கியதாக விவசாயிகளுக்கு இலகுவாக இருந்தது.

மேற்படி சேவை பொதியில் அடங்கிய விடயங்கள் ஆவன,

1.விதை நெல்
2.விதை பரிகரிப்பு
3.நாற்று தட்டு
4.நீர்ப்பாசனம்
5.பராமரிப்பு
6.நாற்று நடும் இயந்திரங்கள்
7.எரிபொருள்
8.நாற்று நடுதல்
9.களை கட்டுப்பாடு

ஆரம்பத்தில் ஏக்கருக்கு 20 ஆயிரம் ரூபாய் என வழங்கப்பட்ட இந்த சேவை மேலும் சிலதிருத்தங்களுடன் ஏக்கருக்கு 35 ஆயிரம் ரூபாய் என்ற பெறுமதியில் வட மாகணத்திலும் ஏக்கருக்கு 37,500 என்ற பெறுமதியில் கிழக்கு மாகாணத்திலும் தற்பொழுது நடைமுறைப் படுத்தப்படுகிறது. விவசாயிகள் ஏக்கருக்கு ஒரு புசல் அதாவது 20 கிலோகிராம் விதை நெல்லை கொடுப்பதுடன் நிலத்தையும் தயார் செய்து பண்படுத்தி கொடுத்தல் வேண்டும். விதை நெல்லை பரிகரித்து நாற்றுப்போட்டு அதனை பராமரித்து இயந்திரங்கள், இயக்குனர்,எரிபொருள்,போக்குவரத்து உள்ளடங்களாககுறித்த நாளில் வயலுக்கு சென்று வயலில் நாட்டி விடுதல் வரை அனைத்து சேவைகளும் இந்தக் குழுவினால் தற்பொழுது வழங்கப்படுகிறது. களை கட்டுப்பாடு விவசாயிகளது பொறுப்பாகும் . வீசி விதைப்பு மற்றும் நாட்டு நடுகை காண செலவுகளை ஒப்பிடும் பொழுது ஆரம்பச் செலவு இயந்திர நெல் நாற்று நடவு நடுகையில் அதிகமாக இருந்த பொழுதிலும் ஒட்டுமொத்த செலவுகளுடன் ஒப்பிடும் பொழுது ஏக்கருக்கு 20,000 தொடக்கம் 30 ஆயிரம் ரூபாய் செலவு குறைவாகவே வருகிறது இதற்கான காரணம் புல் நாசினி, கிருமி நாசினி , பூச்சி நாசினிகள் போன்றவை அவசியமில்லை. அல்லது அவற்றிற்கான தேவை மிக மிகக்குறைவு என்பதனால் ஆகும். அத்துடன் ஏக்கருக்கு 20 தொடக்கம் 30 சதவீதம் விளைச்சலும் அதிகரிப்பதனால் விவசாயிக்கும் நாட்டிற்கும் அதிக நன்மைகள் விளைகிறது என்று கொள்ளலாம். பெரும்பாலான நெல் உற்பத்தி நாடுகள் அனைத்தும் இயந்திர நெல் நடவுக்கு மாறிவிட்ட பொழுதிலும் இலங்கை விவசாயிகள் இன்னும் செலவு கூடிய அந்நிய செலாவணி அதிகம் வழியே செல்கின்ற நச்சு நாசினிகள் அதிகமாக பயன்படுத்தப்படுகின்ற , வீசிவிதைப்பில்உள்ளமை கவலை தருகின்ற விடயமாகவே உள்ளது. பெரும்பாலான விவசாயிகள் மாற்றங்களை நாடி முன்னேறுகின்ற பொழுதிலும் இந்த மாற்றம் போதாமல் உள்ளது .

அவர்களுக்கு இலகுபடுத்தும் முகமாக கோணவீடர்கள் (CONO WEEDER)கம்பெனியால் ஆயிரம் ரூபா நாள் வாடகைக்கு வழங்கப்படுகிறது. அல்லது 20000 ரூபாய்க்கு கொள்வனவு செய்து கொள்ளவும் முடியும். மேற்படி பயிர் செய்கை நடவடிக்கைகளை உள்ளடக்கிய வியாபார மாதிரியை தங்கள் கிராமங்களிலும் செயல்படுத்த விரும்பும் இளைஞர்களை இந்த பட்டதாரிகள் வரவேற்பதுடன் அவர்களுக்கு பயிற்சிகள் சான்றிதழ்கள் வழங்கி ஆரம்ப கட்ட மேற்பார்வை சேவையும் வழங்கி வருகிறார்கள் 2024 சிறுபோகத்தில் கிழக்குமாகாணத்தில் இப்பட்டதாரிகள் குழுவினால் மேலும் நான்கு இளைஞர் விவசாய குழுக்கள் இந்த சேவையில் ஈடுபடுத்தப்பட்டுள்ளனர் என்பது மகிழ்ச்சியான செய்தி ஆகும்.

ஐக்கிய நாடுகளின் பொதுச் சபையினால் தெரிவாகியுள்ள இலங்கை

P.RUPAN

ஐக்கிய நாடுகளின் பொதுச் சபையினால் (UNGA) இலங்கை, ஐக்கிய நாடுகளின் பொருளாதாரம் மற்றும் சமூக சபைக்கு (ECOSOC) 2025 ஆம் ஆண்டு முதல் மூன்று வருட காலத்திற்கு தேர்ந்தெடுக்கப்பட்டுள்ளது. நியூயோர்க்கில் நடைபெற்ற தேர்தலில், இலங்கை அங்கம் வகிக்கும். 189 உறுப்பு நாடுகளில் 182 வாக்குகளைப் பொற்று, பிராந்தியத்திலிருந்து 2 ஆவது அதிகூடிய வாக்கு எண்ணிக்கையையும் பெற்றுள்ளது. இலங்கை இதற்கு முன்னர் 1985 - 1989 மற்றும் 2006 - 2008 வரை இந்த சபைக்கு தேர்ந்தெடுக்கப்பட்டுள்ளது. மோடி மீது பகிரங்கக் குற்றச்சாட்டை முன்வைத்த ராகுல் காந்தி ஆசிய பசுபிக் பிராந்தியம் இந்த சபையின் மூலம் வறுமையை ஒழித்தல், உணவுப் பாதுகாப்பு, அபிவிருத்திக்கான நிதி உதவி,பாதிக்கப்படக்கூடிய நாடுகளுக்கு சிறந்த ஆதரவளிக்கும் சர்வதேச நிதிக்கட்டமைப்பின் சீர்திருத்தம், காலநிலை நீதி, பாலின சமத்துவம் மற்றும் பெண்களுக்கான கவுண்சிலின் முயற்சிகள், மாற்றுத் திறனாளிகளின் உரிமைகள், அறிவியல் மற்றும் தொழில் நுட்பம் மற்றும் டிஜிரல் பிளவைக் குறைத்தல் போன்றன முக்கிய நோக்கங்களாக கொள்ளப்பட்டன. தேர்ந்தெடுக்கப்பட்ட 18 நாடுகளில் ஆசிய பசுபிக் பிராந்தியத்திலிருந்து உஸ்பெகிஸ்தான், இலங்கை, பங்களாதேஸ், மற்றும் சவூதி அரேபியா ஆகியவை அடங்கும். இந்நிலையில் வெளிவிவகார அமைச்சு மற்றும் அதன் வெளிநாட்டு இராஜதந்திர தூதரகங்கள் தலைமையிலான இலங்கையின் இராஜதந்திர ஈடுபாட்டிற்கு இதுவொரு குறிப்பிடத்தக்க மைல்கல்லாகவும் இருக்குமென குறிப்பிடப்பட்டுள்ளது.

ட்ரம்ப்பிற்கு எதிரான பிரசாரத்திற்கு கோடிக்கணக்கில் நிதி ஒதுக்கிய பைடன் கட்சி

P.RUPAN

முன்னாள் அமெரிக்க ஜனாதிபதி டொனால்ட் ட்ரம்ப் - அதிபர் பைடன் இடையிலான முதல் விவாதம் ஜூன் மாதம் 27ஆம் திகதி நடைபெறவுள்ள நிலையில் டிரம்பை குறிவைத்து பிரசாரம் செய்வதற்காக 50 மில்லியன் டாலரை அதிபர் ஜோ பைடனின் ஜனநாயக கட்சி ஒதுக்கியுள்ளதாக தகவல் வெளியாகியுள்ளது.

அமெரிக்க ஜனாதிபதி தேர்தல் இன்னும் நான்கரை மாதத்தில் நடைபெற இருக்கிறது. இதில் ஜனநாயக கட்சி சார்பில் அதிபர் ஜோ பைடன், குடியரசு கட்சி சார்பில் முன்னாள் அதிபர் டொனால்ட் ட்ரம்ப் மீண்டும் போட்டியிடுகின்றார்.

இருவருக்கும் இடையே கடுமையான போட்டி நிலவுகின்றது. அதற்கு முன்னதாக டிரம்ப் பற்றி அமெரிக்க மக்களுக்கு வெளிச்சம் போட்டுக் காட்டுவதற்காக ஜோ பைடனின் தேர்தல் குழு வித்தியாசமான திட்டத்தை வைத்துள்ளது.

அதிபராக இருந்த போது அதிகாரத்தை துஸ்பிரயோகம் செய்தது, அவதூறு வழக்கு, பாலியல் வழக்கு, ஆபாச நடிகைக்கு பணம் கொடுத்த வழக்கில் குற்றவாளியென பல்வேறு வழக்குகள் மற்றும் சர்ச்சைகளில் சிக்கிய ட்ரம் ஐ பற்றி நாட்டு மக்களுக்கு தெரியப்படுத்தும் விதமாக விளம்பரப் பிரச்சாரத்திற்கு மட்டும் 50 மில்லியன் டொலரை ஜனநாயகக் கட்சி ஒதுக்கியுள்ளது. முதல் விவாதத்திற்கு முன்னதாகவே ட்ரம்பின் குற்றச் செயல்களை , TV, மொபைல்உள்ளிட்ட ஒலி, ஒளிபரப்பு சாதனங்கள் வழியாக நாட்டின் அனைத்து மக்களுக்கும் சென்றடையும் வகையில் ஒளிபரப்ப திட்டமிட்டுள்ளனர்.

இஸ்ரேலுக்கு மிகப்பெரிய ஆயுத விற்பனையின் ஒப்புதலுக்கு தயாராகும் அமெரிக்கா

P.RUPAN

இஸ்ரேலுக்கு ஆயுத விற்பனைக்கு ஒப்புதல் அளிக்கும் இறுதித்தறுவாயில் அமெரிக்கா இருப்பதாக கூறப்படுகின்றது. இது இறுதியாக அங்கீகரிக்கப்பட்டால, கடந்த ஆண்டு அக்டோபர் 7 ஆம் திகதி காசாவில் போர் ஆரம்பித்ததன் பின்னர் இஸ்ரேலுக்கு அமெரிக்கா வழங்கும் இதுவரை இல்லாத மிகப்பெரிய விற்பனையாக இது இருக்கும் என்று தகவல்கள் வெளியாகியுள்ளன.

வோசிங்டன் போஸ்ட்டின் அறிக்கையின்படி, அமெரிக்க காங்கிரஸில் உள்ள இரண்டு முக்கிய ஜனநாயக கட்சியினர் இஸ்ரேலுக்கு 18 மில்லியன் டொலர்களுக்கும் அதிகமான மதிப்புள்ள 50 எப் -15 போர் விமானங்களை உள்ளடக்கிய ஒரு பெரிய ஆயுத விற்பனையை அங்கீகரிக்க ஒப்புக்கொண்டுள்ளனர்.

இந்த நிலையில், ஜோ பைடன் நிர்வாகத்தின் கடும் அழுத்தத்தின் கீழ், பிரதிநிதி கிரிகோரி மீக்ஸ் மற்றும் செனட்டர் பென் கார்டின் ஆகியோர் கையெழுத்திட்டதாக செய்தித்தாள் தெரிவித்துள்ளது.

ஆறுவது சினம்

வீரமுனை அருள் சுதன்

அம்மா..அம்மா.. ஏதாச்சும் இருந்தா சாப்பிடக் கொடுங்கம்மா.... ஒரே பசியா இருக்குது. ஏதாச்சும் இருந்தா கொடுங்கம்மா...'' என்ற ஒரு அர்ப்பமான குரல் வீட்டு வாயிலில் கேட்டது. படலையைத் திறந்து பார்த்தேன். ஒரு வயதான உருவம் முகத்தை வெண்தாடி மறைக்க பசிக் களைப்பால் ஒட்டியுலர்ந்த வயிற்றுடன் தள்ளாடிய உயர்ந்த ஒரு உருவம், நாத்தழுதழுத்து தோளில் ஒரு உரப்பை அதில் கொஞ்சம் அரிசி, ஒரு சாறன், அழுக்கடைந்த வேட்டியும், கிளிந்த கந்தல் உடையுடனும் காணப்பட்ட அவ் யாசகனின் கண்களில் ஏதோ ஒன்றைப் பறிகொடுத்த ஏக்கம்.

"வாருங்கள் ஐயா வந்து இருங்கள்" என கதிரையை எடுத்து போட்டேன் .தனக்கேயுரித்தான பாணியில் வந்து விறாந்தையில் அமர்ந்தார். "தண்ணீர் கொஞ்சம் தா சாமி...'' என்றார். கொடுத்தேன் தாகம் தீர்த்தார். பின் அவருடன் சற்று கதை கொடுக்கலானேன். எங்கிருந்து வருகிறீர்கள் ஐயா? ...என்று கேட்டேன். திருகோணமலையிலிருந்து வருவதாகக் கூறினார். ஏன் இப்படி இந்த வயதில் கஸ்ரப் படுகின்றீர்கள். பிள்ளை குட்டிகள் இல்லையா உங்களை கவனிக்க? என்றேன் பதில் இல்லை. மௌனத்தால் தலை குனிந்தவர் நிமிரவில்லை. மேலும் அவரை காயப்படுத்த விரும்பாது கொஞ்சம் சாப்பாடு சாப்பிடுங்களேன் என்றேன். சற்றும் யோசிக்காது தா... சாமி என்று ஏக்கத்துடன் கேட்டார். தட்டில் உணவளித்தேன் அவசர அவசரமாகச் சாப்பிட்டு முடித்தார். இன்னும் வேண்டுமா என்றேன். போதும் சாமி.. நீ நல்லா இருக்கனும் என்று கூறி இருந்த இடத்திலிருந்தவாறு தனது வெற்றிலை பெட்டியை திறந்து சீவல் பாக்கை எடுத்து வாயில் போட்டு வெற்றிலையை மென்று தின்னலானார். அப்போது "உங்களுக்கு எத்தனை பிள்ளைகள் ஐயா! என்று கேட்டேன்''. எனக்கு இன்னும் திருமணமாகவில்லை தம்பி என்று சதாரணமாகக் கூறினார். ஏன்? என்றேன். நான் ஒரு ஆசிரியராக கடமை புரிந்தவன் என்று கூறினார். எனக்கு தூக்கி வாரிப்போட்டது. என்ன? ஆசிரியரா? எங்கே? எப்போது? என்றேன். 1970 களில் மட்டக்களப்பிலுள்ள பிரசித்தி பெற்ற பாடசாலையில் ஆங்கிலப் பாட ஆசிரியர் நான். ஆனால் இப்போது அந்த தொழில் பறிபோய்விட்டது எனக் சுறி கண்களை கசக்கினார். அவரது கதையை தெரிந்து கொள்ள ஆவலாக நடந்தது என்ன என்று ஆவலாய்க் கேட்டேன்.

நான் எனது தாய்க்கு ஒரே மகன். தந்தை இறந்த பிறகு எல்லாமே என் தாய்தான் எனக்கு. மட்டக்களப்பிலுள்ள குடாமுனையில் மகிழ்வாக வாழ்ந்த எனக்கு ஆங்கிலப்பாட ஆசிரியராக அப்பொழுதான் நியமனம் கிடைத்தது. 20 வயதிலேயே நியமனம் பெற்ற மகிழ்வில் தாயிடம் கூறிவிட்டு எனது முதல் மாத சம்பளத்தில் தாய்க்கு ஒரு புடவை வாங்கிக் கொண்டு வீட்டுக்கு வரும்போது எனது அம்மா இரத்த வெள்ளத்தில் கிடந்தாள். திடுக்கிட்டு போன நான் அவரை மடியில் வைத்து தண்ணீர் தெளித்து என்னம்மா நடந்தது என்று கேட்க "மகனே இந்த பக்கத்து வீட்டு காரன் நமது வேலி எல்லையில் பிரச்சினைப்பட்டு எனக்கு இரும்பு பொல்லால் அடிச்சிட்டான்டா...'' என அழுதாள். அது கண்டு ஆத்திரம் பொங்கியெழ சமயலறையிலிருந்த கத்தியை எடுத்து கோபத்தில் ஒரே குத்தாய் குத்தி அயல்வீட்டு காரனை காவு வாங்கினேன். கணப்பொழுதில் அவன் உயிர் பிரிந்தது. அவன் இரண்டு ஆண் பிள்ளைகள் எவ்வளவு தடுத்தும் என் கோபம் அடங்கவில்லை. உயிரைப் பறித்த எனக்கு இரட்டை ஆயுள் தண்டனை தீர்ப்பு கிடைத்தது. தொழில் பறிபோனது. தாயின் இறப்புக்கும் சிறையிலிருந்து வெளிவரமுடியவில்லை. சுமார் 40 வருடங்களின்பின் வந்து என் வீடு வளவைப் பார்த்தேன் அது இன்னுமொருவரால் அபகரிக்கப்பட்டிருந்தது. இறந்து போனவரின் மக்கள் இருவரும் இன்னும் என்னை கொல்ல தேடுகிறார்கள் எனும் செய்தியறிந்து திருகோணமலைக்கு சென்று பதுங்கி வாழ்கிறேன். விடுதலை கிடைத்தும் கைதிதான் நான். பசிக்கு கையேந்துவதை தவிர வழியில்லை. ஏனெனில் நான் ஆத்திரத்தால் செய்த செயலால் தொழிலும் பறிபோய் உதவிசெய்யவும் யாருமின்றி, உணவும் தந்து காப்பாரில்லை, தங்கி அடைக்கலம் தர யாருமில்லை வீதியோர வடிகான்தான் எனக்கு வீடாகும். இன்னும் கொஞ்ச நாள்தாள். பிறகு எல்லாம் ஒருநாள் அடங்கிவிடும் என்று கூறி பெருமூச்சு விட்டார். போய்ற்றுவாறன் என்ற கூறி மெல்ல நடந்தார். நான் இருந்தபடியே கதிரையில் ஆழ்ந்து யோசிக்கின்றேன். நடந்தவர் சற்று தூரம் சென்று என்னைப் பார்த்து "தம்பி வாழ்க்கையில எதை கை விட்டாலும் நிதானத்தை கைவிடாதே, ஆறுவது சினம் என்பதையும் மறவாதே" பட்ட நான் கூறுகிறேன்.. என்று கூறி நடந்தார். வானம் இருட்டுகிறது. மழை தூறல் விழுகிறது. மெல்ல எழும்புகிறேன். என் கோபம் என்னுள்ளே அமிழ்கிறது. **முற்றும் ....!**

நாவிதன்வெளி கோட்டம் சம்பியனானது...

20.06.2024ம் திகதி சம்மாந்துறை செந்நெல் சாஹிரா மகாவித்தியாலய மைதானத்தில் நடைபெற்ற 20 வயது க்குட்பட்ட பெண்களுக்கான எல்லே சுற்றுப் போட்டியில் வேப்பயடி மகா வித்தியாலம், நாவிதன்வெளி விவே காநந்தா மகாவித்தியாலம் போன்ற பாடசாலை அணிகளை வீழ்த்தி றாணைமடு இந்துக்கல்லூரி சம்பிய னாகத் தெரிவு செய்யப்பட்டுள்ளது.

இவ்விரு பாடசாலை அணிகளும் எதிர்வரும் மாதம் நடைபெறவிருக்கி ன்ற மாகாண மட்டப் போட்டியில் கலந்து கொள்ளவுள்ளன என்பதுடன் இவர்களுக்கான இனிய வாழ்த்துக ளையும் நாவிதன்வெளி பிரதேச செயலகம் சார்பில் தெரிவித்துக் கொள்கின்றோம்.

மாணவர்களுக்கான கற்றல்...

மாணவர்களுக்கான பாடசாலை கற்றல் உபகரணங்கள் வழங்கி வைக்கப்பட்டது. இந் நிகழ்வானது 2024.06.21 ஆந் திகதி தொழில் மற்றும் வெளிநாட்டு வேலைவாய்ப்பு அமைச்சர் கௌரவ. மனுஷ நாணய க்கார அவர்களினால் அம்பாரை மாவட்ட வீரசிங்க விளையாட்டரங்கி ல் வழங்கி வைக்கப்பட்டமை குறிப் பிடத் தக்கதாகும்.

உகந்தை முருகன் ஆலய சிரமதான...

இச்சிரமதான நிகழ்வில் நிருவாக கிராம உத்தியோகத்தர் திரு. மனோஜ் இந்ரஜித், கிராம அபிவிருத்தி உத்தி யோகத்தர் உள்ளிட்ட நாவிதன்வெளி பிரதேச செயலக உத்தியோகத்தர்கள் பலரும் கலந்து கொண்டனர்.

பிரதேச சிறுவர் அபிவிருத்தி...

நடைபெற்றது. இக்கூட்டத்தில் நாவிதன்வெளி பிரதேச செயலக பிரிவுக்குட்பட்ட சிறுவர், பெண்கள் மற்றும் உளவளத்துணை பிரிவுகளில் சேவையாற்றும் அரச மற்றும் அரச சார்பற்ற நிறுவனங்களின் உத்தியோ கத்தர்கள் கலந்து கொண்டனர்.

இதன் போது சிறுவர் பெண்கள் எதிர்நோக்கும் பிரச்சினைகள், மாதிரி கிராம வேலைத்திட்டம், மற்றும் கிராம மட்டத்தில் தீர்க்கப்படாத பிரச்சினைகள் போன்றவை தொடர் பாகவும் கலந்துரையாடப்பட்டு தீர் மானங்கள் மேற்கொள்ளப்பட்டன. இந்நிகழ்வுக்கு நன்னடத்தை மற்றும் சிறுவர் பராமரிப்பு சேவைகள் திணைக்களம் நிதி அனுசரணை வழங்கியிருந்தமை குறிப்பிடத்தக்க து.

அறநெறிப் பாடசாலைகளுக்கான பாடப்புத்தகம் வழங்கலும் புதிய பாடத்திட்டம் பற்றி ஆசிரியர்களு க்கான தெளிவூட்டலும்

P.Sarojini - Development Officer

நாவிதன்வெளி பிரதேச செயலாளர் திருமதி. ராகுலநாயகி சஜிந்ரன் அவர்களின் வழிகாட்டலுக்கமைவா க பிரதேச செயலக கலாசார பிரிவின் ஒருங்கிணைப்பின் கீழ் நாவிதன்வெ ளி பிரதேச செயலக பிரிவுக்குட்பட்ட அறநெறிப் பாடசாலைகளுக்கான பாடப்புத்தகங்களை வழங்கி வைக்கு ம் நிகழ்வு உதவிப்பிரதேச செயலாள ர் திரு. பே. பிரணவரூபன் அவர்களி ன் தலைமையில் 06.06.2024 ஆந் திகதியன்று நாவிதன்வெளி கலாசார மத்திய நிலையத்தில் இடம்பெற்றது. மேலும் இந்நிகழ்வில் அம்பாறை மாவட்ட செயலக கலாசார உத்தி யோகத்தர் திரு. கு. ஜெயராஜீ அவர் கள் கலந்து கொண்டு அறநெறி பாடசாலை ஆசிரியர்களுக்கான புதிய பாடத்திட்டம் தொடர்பான தெளிவூட்டலினையும் வழங்கினார். இந்நிகழ்வில் நாவிதன்வெளி பிரதே ச செயலக பிரிவுக்குட்பட்ட அறநெ றிப் பாடசாலைகளின் ஆசிரியர்கள், ஆலய அறங்காவலர்கள், பிரதேச செயலக கலாசார பிரிவின் உத்தியோ கத்தர்கள் போன்ற பலரும் கலந்து கொண்டனர்.

தேசிய கைகழுவும் வாரம் மற்றும் தொற்றா நோய் தொடர்பான விழிப்புணர்வு கூட்டம்

S.ரஜீவ்காநாத் - முன்பிள்ளைப்பருவ உத்தியோகத்தர்

தேசிய கைகழுவும் வாரத்தினை முன்னிட்டு நாவிதன்வெளி சுகாதார வைத்திய பணிமனையினால் நாவிதன்வெளி பிரதேச செயலக விழிப்புணர்வு கூட்டமானது பிரதேச செயலாளர் திருமதி. ராகுலநாயகி சஜிந்ரன் அவர்களின் தலைமையில் 2024.06.24 ஆந் திகதியன்று பிரதேச செயலக கூட்ட மண்டபத்தில் இடம்பெற்றது.

இந்நிகழ்வில் உதவி பிரதேச செயலாளர் திரு. பே. பிரணவரூபன், நிருவாக உத்தியோகத்தர் திரு. ஒ. கெ. கீர்த்தி குசுமிந்த ஆகிய பதவி நிலை உத்தியோகத்தர்களும் சுகா தார தொற்றாநோய் வைத்திய அதிகாரி திரு. எம். ஐ. எம். எஸ். இர்ஷாத் மற்றும் நாவிதன்வெளி சுகாதார வைத்திய பணிமனையின் உத்தியோகத்தர்கள் ஆகியோரும் கலந்து கொண்டதுடன் இந்நிகழ்வில் நாவிதன்வெளி பிரதேச செயலக உத்தியோகத்தர்கள் பலரும் பங்கு பற்றினர்.

ஏழையாய் இருப்பதில்லை என்று உறுதியாக முடிவு செய்யுங்கள்; எப்பொழுதும் உங்களிடம் இருப்பதைவிடக் குறைவாகவே செலவு செய்யுங்கள்.
-சாமுவேல் ஜான்சன்-

பணம் சேர்ப்பவன் ஒருபோதும் களைப்படைய மாட்டான்; களைப்படைகிறவன் ஒருபோதும் பணம் சேர்க்கமாட்டான்.
-ராட்க்ளிப்-

பணம் நமக்கு எல்லாவற்றையும் கொடுக்கலாம்; ஆனால் வறுமை நம்மிடம் இருந்து பறித்த சிலவற்றை பணத்தால் திருப்பி தர முடியாது.
-சார்லி சாப்ளின்-

குறுக்கெழுத்துப் போட்டி இல.05 இற்கான விடைகள்

1 வி	தி	■	2 லா	■	■	3 ந	4 ரை
ரு	■	■	5 கா	ம்	ல	■	ய
6 ந்	தா	அ	தி	■	■	7 ப	றை
8 தோ	டி	■	வ	■	9 உ	■	வ
ம்	■	10 க	■	11 க	ல்	■	■
ப	■	12 ப	13 ம்	ம்	ர	ப	■
14 ல்	கு	க்	ல	ப	■	■	15 னி
■	■	16 ம்	த	ர்	ய	வோ	ச

பாராட்டு பெறுவோர்

J. ஜஸீலா பர்வின்
நற்பிட்டிமுனை.

மே.ஷகிக்கா
சொறிக்கல்முனை-01

குறுக்கெழுத்துப் போட்டி இல.06

1		2	3	■	4		5
	■	6			■	■	
7	8	■		■	9		
10		■		■		■	
■	■	11	■	12		13	■
14			15	■	16		
	■	■	17	18	■		■
19			■	20			

மேலிருந்து கீழ்.

01. மூலிகைச்செடி ஒன்று.
02. கிரகங்களில் ஒன்று.
03. வளியை கட்டுப்படுத்தி ஒரு குறித்த இடத்தை நோக்கி செலுத்த உதவுவது.
05. பிரச்சினையினை இப்படியும் சொல்லலாம்.
08. குதிரையின் ஒத்த சொல் (தலைகீழ்).
09. நடிப்பு என்றும் சொல்லலாம்.
11. துக்கத்தின் போது வருவது (தலைகீழ்).
13. குழப்படி பேர்வழிகளை இப்படியும் கூறுவர்.
14. இந்துக் கடவுளர்களுக்கு படைக்கும் ஒரு நிவேதனம் / அப்பம், முப்பழத்துடன் இதுவும் செய்யப்படும்.
15. இறுகிப்போன மனதை இதற்கு ஒப்பிடுவர் (தலைகீழ்).
18. பாட்டிமார் சொல்வது (தலைகீழ்).

இடமிருந்து வலம்.

01. வானில் தோன்றும் ஒன்று
04. பறக்கும் பூச்சி ஒன்று.
06. உலகில் உள்ள மொழிகளில் இதுவும் ஒன்று (குழம்பி).
07. அரசுக்கு செலுத்துவது.
09. இதையும் சேர்த்தால்தான் வாய் சிவக்குமாம் (குழம்பி).
10. வடக்கில் உள்ள ஒரு ஊரின் பெயர் (திரும்பி).
12. நண்பி என்றும் சொல்லலாம்.
14. பாசத்தால் ஏற்படும் ஒன்று.
16. இது இனிமையாக இருக்கவே அதிகமானோர் விரும்புவர்.
17. இது மாறினால் பயணமும் மாறும்.
19. மனைவியையும் குறிக்கும்.
20. இதற்கும் நான்கு கால்கள்தான்.

இதில் காணப்படும் குறுக்கெழுத்துப் போட்டிக்கான உருவமைப்பின் கட்டங்களை வெற்றுத்தாளில் தயாரித்து சரியான விடைகளைப் பூர்த்தி செய்து அதனை புகைப்படம் எடுத்து 2024.07.15 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/=

இலங்கையும் தேயிலைச் செடியும்

S. இமாமானல் - கமு/சது/சவளக்கடை விநாயகர் வித்தியாலயம்.

இலங்கையில் 1867ம் ஆண்டு ஸ்கொட்லாந்து நாட்டவரான ஜேம்ஸ் டெய்லர் என்பவரால் முதலாவது தேயிலைச் செடி கண்டிக்கு அருகாமையிலுள்ள லூல்கந்துரை எனும் இடத்தில் நடப்பட்டது. லூல்கந்துரை இலங்கையின் முதலாவது தேயிலைப் பெருந்தோட்டமாகும். பெருந்தோட்டப் பயிர்ச்செய்கையில் முக்கியமான பயிராக தேயிலை காணப்படுகிறது. இதன் தாவரவியல் பெயர் CAMILIA SINESSIS ஆகும். இதன் மூலம் தேயிலை உற்பத்தி இலங்கையில் வளர்ச்சியடையத் தொடங்கியது. இவ்வாறான தேயிலைப் பயிரானது இலங்கையில் கண்டி, பதுளை, இரத்தினபுரி, நுவரேலியா, மாத்தளை, களுத்துறை, கேகாலை மற்றும் காலி ஆகிய மாவட்டங்களில் பயிரிடப்படுகின்றன. இலங்கையிலிருந்து ஏற்றுமதி செய்யப்படும் பொருட்களில் தேயிலை பிரதான இடத்தை வகிக்கின்றது.

ரிட்டிகல - கந்தை மலை

S. இமாமானல் - கமு/சது/சவளக்கடை விநாயகர் வித்தியாலயம்.

ரிட்டிகல மலை இலங்கையின் வடமத்திய மாகாணத்தின் அநுராதபுரத்தில் அமைந்துள்ளது. அநுராதபுரத்திலிருந்து தென்கிழக்குத் திசையில் 40 கி.மீ. தொலைவில் உள்ளது. இது கடல் மட்டத்திலிருந்து 7645 மீற்றர் (2513அடி) உயரமான மலையாகும்.

இம் மலைத் தொடர் 3 மைல் நீளமும், அதன் அகலம் கூடிய இடத்தில் 2 மைல் அகலத்தையும் கொண்டது. இம்மலை செறிவான காட்டினால் மூடப்பட்டுள்ளது. இக்காட்டில் யானைகள், சிறுத்தைகள், கரடிகள் உட்பட பல விலங்குகள் காணப்படுகின்றன.

மலையின் மேல் பகுதிகளில் பல அரிய தாவரங்கள் காணப்படுகின்றன. மல்வத்து ஓயா ஆற்றின் நீரேந்து பகுதியாக இம்மலை காணப்படுகின்றது.

மாணவர் ஆக்கம்

M.G.F.SHAHIKKA - SORIKALMUNAI -01

விடுகதைகள்

01. நன்றிக்கு வால், கோபத்திற்கு வாய் அது என்ன?
நாய்

02. வெள்ளை மாளிகை உள்ளே செல்ல வாசல் இல்லை அது என்ன?
முட்டை

03. பற்கள் இருக்கும் கடிக்க மாட்டான் அவன் யார்?
சீப்பு

04. உருவிலே சிறியவன் உழைப்பிலும் பெரியவன் அவன் யார்?
எறும்பு

05. வெட்ட வெட்ட வளரும் கொடி என்ன?
தலைமுடி

06. இவன் வாலுக்கு வையகமே நடுங்கும் அவன் யார்?
தேள்

07. பிடுங்கலாம் நடமுடியாது அது என்ன?
தலைமுடி

08. உடம்பில்லா ஒருவன் பத்து சட்டை அணிந்திருப்பான்? அவன் யார்?
வெங்காயம்

09. கசக்கிப் பிழிந்தாலும் கடைசிவரை இனிப்பான். அவன் யார்?
கரும்பு

கல்வி உளவியல்

A.SASIKALA - DEVELPOMENT OFFICER

கல்வி உளவியல் என்பது மனித கற்றலின் விஞ்ஞான ஆய்வுடன் சம்பந்தப்பட்ட உளவியலின் கிளையாகும். புலனுணர்வு மற்றும் நடத்தை சார்ந்த கண்ணோட்டங்களில் இருந்து கற்றல் செயல்முறைகளின் ஆய்வு, ஆராய்ச்சியாளர்கள் அறிவாற்றல், அறிவாற்றல் வளர்ச்சி, பாதிப்பு, ஊக்கம், சுய-கட்டுப்பாடு மற்றும் சுய-கருத்து ஆகியவற்றில் தனிப்பட்ட வேறுபாடுகளை, கற்றலில் உள்ள அவர்களின் பங்கையும் புரிந்து கொள்ள உதவுகிறது. கல்வி உளவியல் துறையில் ஆய்வின் வடிவமைப்பு, வகுப்பறை மேலாண்மை மற்றும் மதிப்பீடு தொடர்பான கல்வி நடவடிக்கைகள் அதிகரிக்க சோதனை மற்றும் அளவீடு உள்ளிட்ட அளவியல் முறைகளில் அதிக அளவில் நம்பப்படுகிறது, இது ஆயுட்காலம் முழுவதும் பல்வேறு கல்வி அமைப்புகளில் கற்றல் செயல்முறைகளை எளிதாக்க உதவுகிறது.

கல்வி உளவியல் மற்ற பகுதிகள் அதன் உறவு பகுதியாக புரிந்து கொள்ள முடியும். மருத்துவம், உயிரியல் ஆகியவற்றிற்கும் இடையிலான உறவுக்கு ஒத்ததாக இருக்கு அந்த ஒழுங்குமுறைக்கு ஒரு உறவைக் கொண்டிருக்கிறது. இது நரம்பியல் விஞ்ஞானத்தால் தெரிவிக்கப்படுகிறது. கல்விசார் மனோதத்துவமானது கல்வி கற்பித்தல், கல்வித் தொழில்நுட்பம், பாடத்திட்ட வளர்ச்சி, நிறுவனக் கற்றல், சிறப்பு கல்வி, வகுப்பறை மேலாண்மை மற்றும் மாணவர் ஊக்குவிப்பு உள்ளிட்ட பல்வேறு கல்வித் திட்டங்களை அறிவிக்கிறது. கல்வி உளவியல் இரண்டு வகைப்படுகின்றது. மற்றும் புலனுணர்வு அறிவியல் மற்றும் கற்றல் அறிவியல் பங்களிக்கிறது.
பல்கலைக்கழகங்களில், கல்வி உளவியலின் துறைகள் பொதுவாக கல்வித் திறமைகளுக்குள்ளேயே வைக்கப்படுகின்றன, அறிமுக உளவியல் பாடநூல்களில் கல்வி உளவியல் உள்ளடக்கத்தை பிரதிநிதித்துவப்படுத்துவதில் குறைபாடு இருப்பதாக கணக்கிடப்படுகிறது.

ஒரு ஆய்வக பள்ளி அல்லது செய்து காட்டல் பள்ளி ஒரு பல்கலைக்கழகம், கல்லூரி அல்லது மற்ற ஆசிரியர் கல்வி நிறுவனம் இணைந்து செயல்பட்டு ஒரு எதிர்கால ஆசிரியர்கள், கல்வி மற்றும் தொழில்முறை வளர்ச்சி பயிற்சி பயன்படுத்தப்படும் ஒரு ஆரம்ப அல்லது இரண்டாம் நிலை பள்ளி உள்ளது.

கல்வி உளவியலின் துறையில், மனிதர்களிடையே கற்றல் செயல் முறைகளுக்கு புதிய உத்திகளைக் கருத்தில் கொள்வதன் மூலம் நினைவாற்றல், கருத்தியல் செயல் முறைகள் மற்றும் தனிப்பட்ட வேறுபாடுகள் (அறிவாற்றல் உளவியலின் வழியாக) ஆகியவை அடங்கும். செயல்பாட்டு மனநிலை, செயல்பாட்டுவாதம், கட்டமைப்பு வாதம், கட்டமைப்பியல், மனித நேய உளவியல், ஜெஸ்டால் உளவியல் மற்றும் தகவல் செயலாக்கம் ஆகியவற்றின் கோட்பாட்டின் அடிப்படையில் கல்வி உளவியல் உருவாக்கப்பட்டுள்ளது.

கடந்த இருபது ஆண்டுகளில் கல்வி உளவியல் வேகமாக வளர்ச்சி கண்டுள்ளது. 20 ஆம் நூற்றாண்டின் தொடக்கத்தில் வழக்கமான வகுப்பறை பாடத்திட்டத்தை பின்பற்றமுடியாத சிறப்பு கல்வி மாணவர்களுக்கான ஏற்பாடுகளுக்கு வழிவகுத்த நுண்ணறிவு சோதனை பற்றிய கருத்துடன் பள்ளி உளவியல் தொடங்கியது. இருப்பினும், "பள்ளி உளவியல்" தன்னை பல துறைகளில் பல உளவியலாளர்களின் நடைமுறைகள் மற்றும் கோட்பாடுகள் அடிப்படையில் மிகவும் புதிய தொழிலை உருவாக்கியுள்ளது.

கல்வி உளவியலாளர்கள், மனநல நிபுணர்கள், சமூகத் தொழிலாளர்கள், ஆசிரியர்கள், பேச்சு மற்றும் மொழி சிகிச்சையாளர்கள் மற்றும் ஆலோசகர்கள் ஆகியோருடன் சேர்ந்து, வகுப்பறை அமைப்பில் நடத்தை, அறிவாற்றல், மற்றும் சமூக உளவியலை இணைக்கும் போது எழுப்பப்படும் கேள்விகளைப் புரிந்து கொள்ள முயற்சிக்கின்றனர்

கற்காமல் இருப்பதைவிட பிறக்காமல் இருப்பதே மேல்.

2.5 காணிக்கச்சேரி என்றால் என்ன?

NMM A. Sujan - Colonization Officer

கடந்த மாத இதழின் தொடர்ச்சி...

காணிக்கச்சேரி என்று சொல்லப்படுவது, அரசாங்கத்தின் காணியை பகிர்ந்தளிப்பதற்காக நடத்தப்படும் பகிரங்க விசாரணையாகும். காணிக் கச்சேரியில் தெரிவு செய்யப்பட்டவர்களின் பெயர் விபரம், முன்மொழிதல் மற்றும் எதிர்ப்பு தெரிவித்தலுக்காக பகிரங்க இடத்தில் அறிவித்தலாக வெளியிடப்படும்.

இந்த அறிவித்தலை ஆய்வுசெய்து, தகுதியற்றவர்கள் தெரிவு செய்யப் பட்டிருப்பின் அதற்கான எதிர்ப்பினை கடிதம் அல்லது தம்மிடம் அனைத்து தகுதிகளும், இந்தும் தெரிவு செய்யப்படாமை குறித்த மேன்முறையீட்டினை சமர்ப்பிக்க முடியும். அதன் பின்னர் மேன்முறையீடும்,எதிர்ப்பு அறிக்கையும் ஆய்வு செய்யப்பட்டு இறுதியில் தெரிவு செய்யப்பட்ட பெயர் விபரங்கள் மீண்டும் பகிரங்கமாக அறிவித்தல் செய்யப்படும். அந்த பட்டியலில், இருக்கும் நபர்களுக்கு பிரதேச செயலாளர் ஊடாக அனுமதிப்பத்திரம் வழங்கப்படும்.

2.1 காணிக்கச்சேரி செயற்படுதல்.

03. காணிக் கச்சேரியின் ஊடாக தெரிவு செய்யப்பட்ட நபர்களின் பெயர்கள் அடங்கிய ஆரம்ப தெரிவு பட்டியல், பிரதேச செயலாளரினால் காட்சிப்படுத்தப்படும்.தெரிவு செய்யப்பட்ட நபர்களுக்காக மறுப்பு அல்லது மேன்முறையீடு இருப்பின்

04. 14 நாட்களுக்குள் காணி ஆணையாளர் அல்லது காணி ஆணையாளர் நாயகத்திற்கு முன்வைக்க முடியும்.

05. அதன் பின்னர் மறுப்பு குறித்து பரிசீலனை நடத்தப்பட்டு இறுதி தெரிவு பட்டியல் காட்சிப்படுத்தப் படும். தெரிவு பட்டியலுக்காக நபர்களிடம் கொடுப்பனவு பத்திரம் (நியாதன சாதனபத்திரம்) வழங்கப் படும்.

3. அரசின் காணிக்காக வழங்கப்படும்

(அனுமதிப்பத்திரம் / காணிஉறுதி)

அரசாங்கத்தின் காணிக்காக பலவிதங்களில சட்டரீதியான ஆவணங்கள் வழங்கப்படும். அவை பின்வருமாறு

01.முதலாவது வருடாந்த அனுமதிப் பத்திரம் (அரசாங்கத்தின் காணி கட்டளைச் சட்டம்)

02. அனுமதிப்பத்திரம் அல்லது அத்தாட்சிப்பத்திரம் அனுமதிப்பத்திரம் (L.D.O. அனுமதிப்பத்தம்)

வருடாந்த அத்தாட்சிப்பத்திரம் எனப்படுவது ஒரு வருடத்திற்கு மாத்திரம் வழங்கப்படும் அத்தாட்சிப்பத்திரமாகும். அரசாங்க காணிகளுக்கான கட்டளைச் சட்டத்தின்கீழ், வழங்கப்படும்.

இதற்காக நிரந்தரமான உறுதியொன்றை கோருவதற்கு உரிமை, இல்லை. நிரந்தரமாக உரிமை வழங்கப்பட முடியாத சந்தர்ப்பங்களிலேயே இவ்வாறான வருடாந்த அத்தாட்சிப் பத்திரம் வழங்கப்படுகின்றது.

இவை தற்காலிக ஆவணங்களாக, இருப்பதுடன், அனுமதிப்பத்திரத்தில் விதிக்கப்பட்டுள்ள நிபந்தனைகள் மீறப்படுமாயின், அனுமதிப்பத்திரத்தின் உரிமையாளருக்கு முன்கூட்டியே அறிவிப்பதன் ஊடாக அதனை இரத்துச்செய்ய முடியும். இந்த அனுமதிப் பத்திரத்தில் பிரதேச செயலாளர் கையொப்பமிட்டிருப்பார் .அனுமதிப்பத்திரத்தின் நகல்பிரதி மற்றும் பதிவேட்டு பிரதி என்பன பிரதேச செயலகத்தில் வைக்கப்பட்டிருக்கும். மகாவலி அதிகாரத்திற்குட்பட்ட பிரதேசங்களில் உள்ள காணிகளுக்கான அனுமதிப்பத்திரங்களை வதிவிட வியாபார முகாமையாளர் வழங்குவார். அதேவேளை, இந்த ஆவணங்களின் நகல்பிரதிகள் வலய அலுவலகத்தில் வைக்கப் பட்டிருக்கும்.

அனுமதிப் பத்திரத்திற்கான நிபந்தனைகளை பூர்த்தி செய்ததன் பின்னர், அரசாங்கத்தினால் வழங்கப்படும் நன்கொடை உறுதி (கொடுப்பனவுபத்திரம்)பெற்றுக் கொள்வதற்கான உரிமை, அந்த அனுமதிப்பத்திரங்களை வைத்திருப்பவர்கள்/ உரிமையாளர்களுக்கு கிடைக்கும். இந்த உறுதியை வழங்கும்போது, காணிக்கு எல்லைக்கற்கள் வைத்து, எல்லை வகுக்கப்பட்டிருத்தல் வேண்டும். அனுமதிப்பத்திரத்தில் தமக்கு பின்னர் உரித்துடையவர்களின் பெயரை குறிப்பிட முடியும்.

2.1 காணிக்கச்சேரி செயற்படுதல்.

உங்களிடம் உள்ள எந்தவொரு, இடத்தினதும் உரிமையை வலுப்படுத்திக் கொள்வது இந்த நிகழ்ச்சியின் ஊடாக முன்னெடுக்கப் படுகின்றது. இந்த நிகழ்ச்சியின் மூலம் வழங்கப்படும் உறுதிப்பத்திரம் சான்றிதழாக கருதப்படும். உரிமைச் சான்றிதழ் பெற்றுக்கொள்ள வேண்டுமாயின் உங்களிடம் கீழே குறிப்பிடப்பட்டுள்ள உறுதிப்பத்திரங்கள் இருக்க வேண்டும்.

I. கையுதிர்த்தல் உறுதிப்பத்திரம்.
ii. சுதந்திர உறுதிப்பத்திரம்.
iii. சுவர்ணபூமி/ஜயபூமி/சுருபூமி/ரன்பிம உறுதிப்பத்திரம்.

தொடரும்...

தகவல் மூலம் - டிரான்ஸ்பேரன்ஸி இன்டர்நெசனல் - ஸ்ரீலங்கா

கதிர்காம முருகன் ஆலயம்

- தொடர்-

கலாபூசணம்-நவநாயகமூர்த்தி

நகுலா

வட இந்தியா வரை பரவியிருந்ததுடன் வட இந்தியாவிலிருந்து வந்த பல சித்தர்கள், ஞானிகள், மகான்கள் கதிர்காமத் தலத்தை தரிசித்துள்ளனர் .இக்காலத்தில் ஈழத்தில் வாழ்ந்து வந்த தமிழ் சைவரிடையே கதிர்காம முருகன் செல்வாக்குமிக்க தெய்வமாக விளங்கி வந்துள்ளார். இக்காலத்தில் உருவான ஈழத்தமிழ் இலக்கியங்கள் இதனை நன்கு உணர்த்துகின்றன இரண்டாம் இராஜசிங்கனது காலத்தில் உருவான தம்பிலுவில் கண்ணகையம்மன் மழைக்காவியம் (நீதிசெறி கண்டிமகா ராசசிங்கன் வாழி, நீலமயிலேறு கதிர்வேல் முருகன் வாழி, பாடல்15:வரி3,4) வீரந ரேந்திரசிங்கன் (கி.பி.1707-1739) காலத்தில் தோன்றிய செட்டிபாளையக் கண்ணகையம்மன் காவியம் (திருமேவு சிவனாருந் திங்களும் வாழிதென் கதிரைவேல் முருகன் செல்வியும் வாழி,பாடல் 12: வரி 1,2) ஸ்ரீ விஜயராசசிங்கன் (1739-1747) காலத்தில் இயற்றப்பட்ட இராஜசிங்கன் பள்ளு (வேதியர்சூழ் தென் கதிரைவேல வர்நித்தம் துணையாமே பாடல் 2: வரி 3,4) போன்ற இலக்கியங்கள் இவற்றில் சிலவாகும்.

ஆங்கிலேயரது ஆட்சிக் காலத்தில் கதிர்காம முருகன் ஆலயம் சிறந்த முறையில் பராமரிக்கப்பட்டு வந்துள்ளதுடன் ஆலய உற்சவம் பூசைவழிபாடுகள் ஆகியன ஒழுங்காகவும் இடம்பெற்று வந்துள்ளன.

-முற்றும்-

கிராம மக்களின் வாழ்வும் வளமும்

செல்வசிகாமணி (ஓய்வுநிலை அதிபர்)- சென்றல்கேம்ப்

எமது நாவிதன்வெளிப் பிரதேச மக்களின் வாழ்வும் வளமும் தொடர்பாகவே நான் இக்கட்டுரையை எழுதுகின்றேன். நாவிதன்வெளிப் பிரதேசமானது மட்டக்களப்பு வாவியின் மேற்கு கரையில் இருந்து அம்பாரை உகனைப் பிரதேசத்தின் கிழக்கு எல்லை வரை நீண்டு சென்ற நிலப்பரப்பை உடையது. வடக்கே மண்டூர் முருகன் பதியும் தெற்கில் சம்மாந்துறை நகரும் இதன் எல்லைகளாகும்.தமிழ் ,சிங்கள, முஸ்லீம் ஆகிய மூவினத்தவரும், இந்து, இஸ்லாம், பௌத்தம், கிறீஸ்தவம் ஆகிய நான்கு மதத்தவரும் ஒருதாய் பிள்ளைகள் போல் இங்கு வாழ்ந்து வருகின்றார்கள் என்பதே எமது பிரதேசத்தின் முதற் சிறப்பு. தேசபிதா DS . சேனநாயக்காவின் காலத்தில் உதயமான கல்லோயா அபிவிருத்தித் திட்டத்தின்கீழ் கிழக்கு மாகாணத்தின் 40 குடியேற்றக் கிராமங்கள் பொதுமக்களுக்கு வழங்கப்பட்டன. அவற்றுள் 4, 5, 6, 7, 11, 12, 13, 15 மற்றும் வீரச்சோலை ஆகிய குடியேற்றக் கிராமங்கள் எமது பிரதேசத்தில் காணப்படுவதோடு அன்னமலை, நாவிதன்வெளி சொறிக்கல்முனை ஆகிய கிராமங்களும் எமது நாவிதன்வெளிப் பிரதேசத்தில் உள்ளன. இவற்றில் தமிழ் (இந்துக்கள்) கிராம மக்களின் வாழ்வும் வளமும் தொடர்பாகவே எழுத விரும்புகின்றேன்.உலகுக்கு உணவூட்டும் உழவர் பெருமக்களே இங்கு வாழ்வோர். உழவுத் தொழில்தான் அவர்கள் தொழில். ஏன் பேச்சு, மூச்சு, வாழ்வு எல்லாமே அவர்களுக்கு அதுவே. வயலும் வயல் சார்ந்ததுமான மருத நிலத்தில் இவ்வுழவர் வாழும் சூழல் வானுயர்ந்த தென்னை, தேன் கனிகள் தரும் மா, பலா, வாழை போன்ற பழ மரங்கள் பொன் மணியாய் நெல்மணிகள் விளையும் வயல் நிலங்கள் இவை அனைத்தும் எமது கிராமங்களுக்கு அழகு சேர்க்கின்றன. ஓர் உழவனின் வாழ்க்கையை எடுத்துக் கொள்வோம். கணவன் மனைவி மக்கள் இவர்களோடு எருதுகள், ஏர், விவசாய நீர் புலங்கள் இவைதாம் இவர் சொத்துக்கள். அவனது மனைவியோ துணைவனுக்கு ஏற்ற துணைவி தாய்க்குலத்தின் பெருமைகாக்கும் தர்மதேவதை போன்றவள். பின்தூங்கி முன் எழுந்து கடமை செய்யும் பண்புடையவள். சாமத்தில் எழுந்து தேனீரை தயார் செய்துவிட்டு வீடு முற்றம் சுத்தம் செய்து கொண்டிருக்கும் அவளது கவனம் கணவன் எழுந்து தேனீர் கேட்டதும் கொடுக்க வேண்டுமே என்பதிலேயே இருக்கும் .அவன் எழுந்த பின்னர் தேத்தண்ணி என்றதும் உடனே அவன் கையில் கொடுத்துவிடுவாள். அவள் கொடுத்தது தேனீர் என்றாலும் அந்தப் பெருமகன் அதனை தேவாமிர்தமாய் குடித்து தன் எருது கலப்பையுடன் வயலுக்குச் சென்று விடுவான். வயலுக்குச் சென்ற கணவனுக்கு காலை உணவு கொண்டு போக வேண்டும், பள்ளி செல்லும் பிள்ளைகளை பள்ளிக்கு அனுப்ப வேண்டும்.

தொடரும்...

பொதுவாக அனைவருடைய வீட்டிலும் கீரை வகைகளை தான் அதிகமாக சாப்பிட சொல்வார்கள். அந்த வகையில் பார்த்தால் அவரைக் கீரை, முருங்கைக்கீரை, தண்டு கீரை, ஊசிப்பாலை கீரை மற்றும் புளிச்சக் கீரை என எண்ணற்ற வகைகள் கீரையில் உள்ளது. இவ்வாறு இருக்கும் பட்சத்தில் கீரையில் எப்படி இவ்வளவு வகைகள் இருக்கிறதோ அதே போல் அத்தகைய கீரையில் எண்ணற்ற பயன்களும் இருக்கிறது. ஆனால் சிலருக்கு இத்தகைய சத்துக்கள் மற்றும் பயன்கள் என்னென்ன என்று தெரிவது இல்லை. எனவே இன்று புளிச்சக் கீரையில் உள்ள நன்மைகளை பற்றி தெரிந்துக்கொள்ளலாம் வாங்க...

புளிச்ச கீரையில் உள்ள சத்துக்கள்

புளிச்சக் கீரையில் வைட்டமின் A வைட்டமின் C கால்சியம் இரும்புச் சத்து மற்றும் பாஸ்பரஸ் என இத்தகைய சத்துக்கள் அனைத்தும் அடங்கியுள் ளது. மேலும் பல வகையான சத்துக்க ளை கொண்டுள்ள புளிச்சக் கீரையினை நாம் சாப்பிடுவதன் மூலம் நம்முடைய உடலுக்கு எண்ணற்ற நன்மைகள் கிடைக்கிறது.

மாதவிடாய் காலத்தில் பெரும்பாலான பெண்களுக்கு அடிவயிற்று வலி, முதுகு வலி போன்ற பிரச்சனைகள் ஏற்படும். ஆகவே அத்தகைய நேரங்களில் பெண்கள் புளிச்சக் கீரையினை சாப்பிடுவதன் மூலம் இந்த வலிகள் இல்லாமல் இருக்க முடியும்.

புற்றுநோய் என்பது மிகவும் ஆபத்து விளைவிக்கக்கூடிய ஒரு நோயாக உள்ளது. ஆனால் நாம் அன்றாட வாழ்க்கையில் சரியான அளவில் புளிச்சக் கீரை சாப்பிடுவதன் மூலம் புற்றுநோய் வருவதற்கு காரணமாக இருக்கும் செல்களை அழித்து கேன்சர் வராமல் இருக்க உதவுகிறது.

குடல் புண் என்பது நாம் அனைவரும் சரியாக சாப்பிடாமல் இருப்பதானாலும் வேறு ஏதேனும் புண்கள் ஏற்பட்டு இருந்தாலும் வரக்கூடிய ஒன்றாக உள்ளது. ஆகவே குடல் புண் உள்ளவர் கள் புளிச்சக் கீரையினை உணவுடன் எடுத்துக்கொள்வதன் மூலம் விரைவில் புண் ஆறிவிடும்.

சூரியகாந்தி தாவரத்தின் பழத்தையே நாம் சூரியகாந்தி விதை என்று அழைத்து வருகிறோம். அந்த பழம் வித்தின் அமைப்பை ஒத்து இருப்பதே இதற்கு காரணம். உமி நீக்கப்பட்ட பிறகு கிடைக்கப்படும் பருப்பு உண்ணப்படும் பகுதியாகும். இது ஊட்டச்சத்து நிறைந்த பருப்பாகும். எனவே இவற்றை உட்கொள்வதால் உடலுக்கு என்னென்ன நன்மைகள் கிடைக்கிறது என்பதை அனைவரும் தெரிந்துகொள்ள வேண்டும்.

சூரியகாந்தி விதையில் எண்ணற்ற மெக்னீசியம் சத்துக்கள் நிறைந்துள்ளது. இச்சத்துக்கள் இதயத்தை ஆரோக்கிய மாக வைத்து கொள்ள உதவுகிறது. அதுமட்டுமில்லாமல் உடலில் உள்ள கிருமிகளை வேரோடு அளிக்கிறது.

சூரியகாந்தி விதைகள் உடலில் உள்ள நச்சுத்தன்மையையும்இ கொலஸ்ட்ரால் அளவையும் குறைக்கும் தன்மை கொண்டது. எனவே சூரியகாந்தி விதைகளை சாப்பிட்டு வருவதன் மூலம் உடலில் உள்ள கெட்ட கொழுப்பி னை எளிதில் குறைக்கலாம்.சூரியகாந்தி விதையில் உடலின் ஹார்மோன்களை சமநிலைப்படுத்தக் கூடிய என்சைம்கள் அதிக அளவில் உள்ளது. இது குறிப்பாக பெண்களின் ஈஸ்ட்ரோஜன் மற்றும் புரோஜெஸ்டிரோன் ஹார்மோன் களின் அளவை சமநிலைப்படுத்தி மாதவிடாய் மற்றும் தைராய்டு போன்ற அறிகுகளை நிர்வகிக்கிறது.

ரவா கேசரி

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

தேவையான பொருட்கள்

1. 1 கப் ரவை
2. 1 கப் சர்க்கரை
3. ¼ கப் முந்திரி
4. ¼ கப் உலர் திராட்சை
5. சன் பிளவர் எண்ணெய் தேவையான அளவு
6. 2 சிட்டிகை ஆரஞ்சு புட் கலர்
7. ¼ மேசைக்கரண்டி ஏலக்காய் தூள்
8. துருவிய பிஸ்தா - தேவையான அளவு
9. நெய் - தேவையான அளவு

செய்முறை: முதலில் ஒரு சட்டியை அடுப்பில் வைத்து மிதமான சூட்டில் ஒரு மேசைக்கரண்டி அளவு நெய் சேர்த்து உருக்கிக் கொள்ளவும்.

நெய் உருகியதும் அதில் முந்திரி, உலர்திராட்சையை போட்டு சிறிது நிறம் மாறும் வரை வறுத்து ஒரு தட்டில் எடுத்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

அடுத்து அதே சட்டியில் ஒரு மேசைக்கரண்டி அளவு நெய் சேர்த்து நெய் உருகிய பின் அதில் ரவையை போட்டு சுமார் 6-7 நிமிடங்கள் வரை வறுக்கவும்.

ரவை வறுபட்டதும் அதை எடுத்து ஒரு தட்டில் பரப்பி ஆறவிடவும். பின்பு அதே சட்டியில் 3கப் தண்ணீர் சேர்த்து அதில் 5 மேசைக்கரண்டி சன்பிளவர் எண்ணெய், 3 மேசைக்கரண்டி நெய், மற்றும் 2 சிட்டிகை ஆரஞ்சு புட் கலர் சேர்த்து தண்ணீரை கொதிக்க விடவும்.

தண்ணீர் கொதித்ததும் வறுத்து எடுத்து வைத்துள்ள ரவையை அதில் போட்டு கட்டி வராமல் கிளறி எடுக்கவும். பின்பு அதில் ஒரு மேசைக்கரண்டி நெய் சேர்த்து கிளறிய பின் மீண்டும் ஒரு மேசைக்கரண்டி நெய் சேர்த்து கிளறிவிடவும்.

பின்னர் அதில் ¼ மேசைக்கரண்டி ஏலக்காய் தூள் போட்டு கிளறி வறுத்து எடுத்து வைத்திருக்கும் முந்திரி மற்றும் உலர்திராட்சை சேர்த்து கிளறிய பின்னர் இதை ஓர் தட்டில் வைத்து அதன்மேல் சிறு துருவிய பிஸ்தா துண்டுகளை தூவி பரிமாறலாம்.

இ.றூபிகா - அபிவிருத்தி உத்தியோகத்தர்

தேவையான பொருட்கள்

- சிக்கன் - 01 Kg
- மிளகு தூள் - 01 தே.கரண்டி
- இஞ்சி பூண்டு விழுது - 50g
- சீரகம் - 01 தே.கரண்டி
- கறிவேப்பிலை - 01 நெட்டு
- எண்ணெய் - தேவையான அளவு
- மஞ்சள் தூள் - 01 தே.கரண்டி
- உப்பு - தேவையான அளவு
- செத்தல் மிளகாய் - 15

செய்முறை:

முதலில் சிக்கனை மஞ்சள் தூள் இட்டு நன்றாகக் கழுவிக் கொள்ளவும். கழுவிய சிக்கனில் சிறிதளவு உப்பு, மஞ்சள் தூள் இட்டு நன்றாகக் கலந்து சிறிது நேரம் ஊற வைக்கவும்.

செத்தல் மிளகாயினை இரண்டு நிமிடம் உப்பு நீரில் ஊற விடவும். அடுப்பில் சட்டியை வைத்து தேவையான அளவு எண்ணெய் ஊற்றி எண்ணெய் சூடானதும் ஊறவிட்ட செத்தல் மிளகாயினை இட்டு நன்றாக வதக்கவும்.

அதன் பின் இஞ்சி பூண்டு விழுது, சீரகம், கறிவேப்பிலை சேர்த்து நன்றாக வதக்கவும். வதங்கிய பின் சிக்கனைச் சேர்க்கவும். சிக்கனிலுள்ள தண்ணீர் வற்றி பொருபொருக்க வரும் வரை சிக்கனை நன்றாகக் கிளறி விடவும்.

சிக்கன் நன்கு வெந்தவுடன் சிறிதளவு மிளகு தூள் சேர்த்து கிளறி இறக்கவும். நாவில் எச்சில் ஊறும் சிக்கன் உப்பு கறி தயார்.

பெண்களும் இணைய வன்முறையும்

திருமதி. டி. ஜாசுகி

அந்த ஒரு காலத்தில் வீட்டுக்குள்ளே மூலையில் முடங்கி வீட்டு வேலைகளை பார்த்துக் கொண்டிருந்த பெண் கல்வி விளையாட்டு இலக்கியம் சமூகம் பொருளாதாரம் ஆன்மிகம் என பல துறைகளிலும் வெற்றிக் கொடி நாட்டி துணிச்சலோடு நடைபோடுகிறார். இருப்பினும் அவர்கள் முன்னேற முன்னேற அவர்களுக்கு எதிரான வன்முறைகளும் அதிகரித்திருக்கின்றது என்பதனை யாராலும் மறுக்க முடியாது. வீட்டில், சுற்றுப்புறச்சூழலில் வேலை செய்கின்ற இடம் என பல்வேறுபட்ட சூழ்நிலையிலும் பெரும்பாலான பெண்கள் பாதிக்கப்பட்டு கொண்டிருக்கின்றார்கள். இந்த நிலைமைக்கு சமூக வலைத்தளங்களின் பாவனை முக்கியமானதோர் இடத்தை பிடிக்கின்றது.

பொதுவாக பார்த்தோமானால் கையடக்க தொலைபேசியின் எண்ணிக்கையானது மக்களின் தொகையிலும் பார்க்க மும்மடங்காக காணப்படுகின்றது. ஒருவருக்கு இரண்டு மூன்று சிம் அட்டைகள், ஸ்மாட் போன்கள் பொழுது போக்கிற்காக இணைய தளங்களில் உலா வருவது தற்போது வழக்கமான ஒரு விடயமாகவே உள்ளது எனலாம். அத்தோடு நாட்டின் covid-19 நோய்ப்பரவுகையின் பின்னர் இணையத்தின் செயற்பாடு கல்வி மற்றும் தொழில் நடவடிக்கையில் அத்தியாவசியமான தேவையாகவே காணப்படுகின்றது.

ஒவ்வொருவரது வீட்டிலும் குறைந்தது ஒரு ஸ்மார்ட் போனாவது தேவையாக இருந்தன. இதனால் மாணவர்கள் கல்வி கற்கும் நேரம் தவிர்ந்த ஏனைய நேரங்களில் செல்ஃபி எடுத்து பேஸ்புக்கில் பதிவிடுவது, வீட்டில் உள்ள இடங்களை பதிவேற்றுவது, நண்பர்களுக்கு வாட்ஸ் அப்பில் போட்டோக்களை பரிமாறுவதும் என அனைவரது மத்தியிலும் சாதாரணமான ஒரு செயற்பாடாக காணப்படுகின்றது. பெண்களை பாலியல் ரீதியாக துன்புறுத்தும் நோக்கில் நல்லவர் போல வேடம் தாங்கி சில கயவர்களும் இருக்கின்றார்கள் என்பது பல பெண்கள் விளங்கிக் கொள்வதில்லை. ஆசை வார்த்தைகளை நம்பி மோசம் போகின்றார்கள். தெரியாத நபர்களுடன் தொடர்பு ஏற்படுத்துவதன் விளைவாக பாலியல் ரீதியான துன்புறுத்தலுக்கு ஆளாகிறார்கள். இதன் விளைவாக பல பெண்கள் தற்கொலை செய்த சம்பவங்களை சமூக ஊடகங்கள் மூலம் அறிந்துள்ளோம்.

சில சந்தர்ப்பங்களில் பெண்கள் சமூக வலைத்தளத்தில் தனது கருத்துக்களையும் ஆக்கங்களையும் பதிவேற்றுவது நன்மையாக விடயமாக இருந்தபோதிலும் இரண்டு பங்கு எதிர்மறையான விமர்சனங்களை எதிர் நோக்குகின்றனர், பெண்கள் வழக்கமாக பாலியல் வசை, உடல் ரீதியான விமர்சனங்கள், பகடிவதை, தவறாக சித்தரிக்கப்படல் போன்றவற்றுக்கு உட்படுகின்றனர். இதன் மூலம் தனிப்பட்ட குடும்ப வாழ்க்கையிலும் சிரத்தையை எதிர்கொள்ள வேண்டியுள்ளது. குடும்ப சூழ்நிலையும் பாதிப்படைகின்றது. பெண்ணின் சுய ஒழுக்கம் கேள்விக்குறியாகிறது.

இவற்றைத் தவிர பாடசாலை மாணவிகள் பலர் பிரத்தியேக வகுப்புகளுக்கு சில ஆசிரியர்களின் சூட்சுமமான வார்த்தைகளை நம்பி கற்றலை மேற்கொள்ளும்போது பல சந்தர்ப்பங்களில் இடர்களை எதிர் நோக்குகின்றனர். தமது அந்தரங்க புகைப்படங்கள் மற்றும் குரல் பதிவுகளை பகிர்தல் போன்றவற்றை சாதகமாக பயன்படுத்தி பணம் கேட்டு மீரட்டுதல், பாலியல் தேவைக்கு தூண்டப்படுதல் போன்ற நடைபெறுகின்றன.ஒவ்வொரு பெண்ணும் பூ போன்று மென்மையானவர்கள். அவர்களின் மணத்தை மட்டும் நுகர்ந்து விட்டு கசக்கி எறியும் சில ஆடவர்கள் உலகில் இருக்கத்தான் செய்கின்றார்கள். இதனை ஒவ்வொரு பெற்றோர்களும்உணர்ந்து தமது பெண் பிள்ளைகளை மிகுந்த கவனத்துடன் வளர்க்க வேண்டும். தேவை இன்றி ஸ்மாட் போன்களை வாங்கி கொடுத்தல். அளவுக் கதிகமான பணத்தை பிள்ளைகளிடம் வழங்குதல், இரவு நேரத்தில் கொண்டாட்டங்களுக்கு அனுப்புதல் போன்ற விடயத்தில் அதிக கவனத்தைச் செலுத்த வேண்டும். பெண்கள் நாட்டின் கண்களாக போற்றப்படுகின்றார்.

இச்சூழ்நிலையில் அனைத்து விதமான தடைகளையும் உடைத்தெறிந்து பாரதி கண்ட புதுமைப் பெண் போலவே பெண்களை பெற்றோர் தைரியமாக வளர்த்தெடுக்க வேண்டும். எந்த பிரச்சினை வந்தாலும் அதனை முகம் கொடுத்து பக்குவப்படுத்த வேண்டும். அவர்களின் வளர்த்து நாட்டின் அபிவிருத்திக்கு பயன்படுத்த வேண்டும். பெண்ணினை மதிப்பவன் சிறந்த ஒரு தாயால் வளர்க்கப்பட்டவராவார், ஒவ்வொருவரது வீட்டிலும் தாயாக, சகோதரியாக, மனைவியாக, மகளாக உள்ள வன்முறை இல்லாத சமூகத்தை உருவாக்குவோம்.

> **பெண்ணில்லாத வீட்டிற்கும்
> வீட்டிலில்லாத பெண்ணிற்கும்
> மதிப்பில்லை.**
> **-பிரான்சிஸ் பேகன்-**

மாரடைப்புநோய்

கி.யோகலிங்கம் - பிரதம முகாமைத்துவ சேவை உத்தியோகத்தர்

இதயம் எப்போதும் அமைதியைப் பேணுகின்ற உறுப்பு அதை அமைதியாக செயற்பட விட்டால்தான் நம் உடலின் அனைத்து உறுப்புக்களும் சீராக இயங்க முடியும். அதே போல் நம் வாழ் நாள் முழுவதும் நிற்காமல் உழைக்கும் இருதயத்தின் ஆரோக்கியத்தை பராமரிப்பது பற்றி யாருமே சிந்திப்பதில்லை என்று கூறுகின்றார் இந்தியாவின் பிரபல இதய நோய் நிபுணர் திருவாளர் சொக்கலிங்கம் அவர்கள். ஒரு நிமிடத்திற்கு 72முறை துடிக்கும் இதயம் ஒரு நாளைக்கு லட்சம் முறை துடிக்கிறது. தேவையற்ற அழுத்தங்கள் கொடுக்கும்போது இதய பாதிப்புகள் சீக்கிரமே உண்டாகின்றன.

மாரடைப்பு வருவதற்கு இரத்தக் குழாயில் ஏற்படக்கூடிய அடைப்புத்தான் காரணம். அத்துடன் இதயத்திற்கு இரத்தத்தில் இருக்கக்கூடிய "கொலஸ்ரோல்" என்பது மிக மிக அவசியம். ஆனால் நம்மில் பலரும் இதய நோய்களுக்கு அதுதான் மூல காரணம் என்று கொழுப்புச் சத்தை முழுமையாகத் தவிர்க்க நினைக்கின்றனர். ஆனால் கொழுப்புச் சத்து இல்லை எனில் மனிதனால் உயிர் வாழவே முடியாது. அப்படியானால் மாரடைப்பு வருவதற்கு என்ன காரணம். போட்டி பொறாமை போன்ற எதிர்மறை எண்ணங்கள் அதிகமாக வரும் போது அட்ரினலின் வேகமாக சுரக்கிறது. இது இரத்தத்தில் உள்ள கொழுப்பை பிரித்து இரத்தக் குழாயில் படிய வைக்கிறது. இவ்வாறு படியும் கொழுப்பின் அறிகுறிகள் தென்பட 20-30 வருடங்கள் வரை ஆகும். அதனால்தான் வயதான காலத்தில் இரத்தக் குழாயில் அடைப்பு ஏற்பட்டு மாரடைப்பு உண்டாகிறது

இவ்வாறு படியும் கொழுப்புக்களுக்கு பெருந்தமனி தடிப்பு (Atherosclerosis) என்று பெயர். தேவையற்ற கவலை, மனச்சோர்வு,மனப்பதற்றம்,மன அழுத்தம் போன்றவை இளம் வயதிலே உண்டாகிறது. இதன் காரணமாக இரத்தக் குழாயில் உள்ள எண்டோ சீலியம் எனும் கோட்டில் சின்ன கீறல் உண்டாகின்றது. இதனால் இரத்த ஓட்டம் குறைந்து உறைந்து போகின்றது. அப்போது இதயத்திற்கு செல்ல வேண்டிய இரத்தம் தடைப்படுகின்றது. இதனாலேயே மாரடைப்பு ஏற்படுகின்றது. எனவே மாரடைப்பு ஏற்படுவதற்கு மூன்று காரணங்கள்

1. இரத்தக்குழாய் அடைபடுதல்.
2. இரத்தம் உறைதல்.
3. இரத்தக் குழாய் சுருங்குதல்.

இந்த மூன்று பாதிப்புக்களும் ஏற்பட அட்ரினலின் சுரப்பு அதிகரிப்பதே காரணம் என்கிறார் மருத்துவர்.

அதாவது பெரும்பாலும் மாரடைப்பு அதிகாலையில் வருவதற்கான காரணம் என்ன என்பதை நோக்குவோமானால் பெரும்பாலும் 5-8 மணிக்குள் அதிகமாக ஏற்படுகின்றது. மேற்கூறியவாறு இரத்தக்குழாயில் அடைப்பு இல்லை என்றாலும் மாரடைப்பு வருவதற்கான வாய்ப்புகள் அதிகம்.இது காலையில் எழும்போது மட்டுமல்ல இளம் வயதிலேயே வரக்கூடிய ஏமாற்றம், பயம் முக்கியமாக காரியாலயத்தில் ஏற்படுகின்ற வேலை அழுத்தம், காதல் தோல்வி இவை அனைத்துமே எந்த நேரத்திலும் அட்ரினலின் சுரப்பை அதிகரிக்கலாம். அவை மாரடைப்பை உண்டாக்கலாம்.

இதை தடுப்பதற்கான வழி என்னவென்று பார்த்தால் உணர்வுகளை கட்டுப்பாட்டில் வைத்திருத்தல் சீரான உணவுகளை உட்கொள்ளல் அளவான உடற்பயிற்சி செய்தல் இந்த மூன்றையும் சரியாக பின்பற்றி வந்தால் இதயப் பாதிப்புக்கள் மாரடைப்பு வருவதைத் தடுக்கலாம். எனவே போட்டி பொறாமை போன்ற எதிர்மறை எண்ணங்கள், கவலைகளைத் தவிர்த்து அமைதியான வாழ்வை வாழ முயற்சித்தல்.

ஆரோக்கியமான உணவுப் பழக்கத்தை பின்பற்றுதல் தினசரி அரை மணித்தியால உடற்பயிற்சி இவ்வாறு செய்வதனால் 95% மாரடைப்பு அபாயத்தை தடுக்கமுடியும். அதே சமயம் உயிர் மரபணு காரணமாக இதய பாதிப்புகள் இருந்தாலும் அதையும் மாற்றமுடியும் என்று இந்தியாவின் பிரபல இதய நோய் நிபுணர் மருத்துவர் சொக்கலிங்கம் அவர்கள் கூறுகின்றார்.

மருந்துகளில் சிறந்தவை
ஓய்வும் உண்ணா நோன்பும்.
-பிராங்கிளின்-

பசிக்காத போதும் உண்பவன்
தன் பற்களாலேயே
தனக்கு சவக்குழி பறிக்கிறான்.
-பெர்னார்ட்ஷா-

விதி அவளை தேடியது
அவளும் விதிக்காக
செவிசாய்த்து விட்டாள்
விதி அவளை கண்டு
கொள்ளவில்லை
விதியும் அவளை விட்டு
விலகியது
அவளும் விதியை
தேடவில்லை..

விதி அலட்சியமானதால்
சரியாக எழுத தவறி விட்டது
விதியில் எழுத்துப்
பிழைகள் அற்றது
அவள் எழுத்துப் பிழைகள்
ஆகிவிட்டாள்..

விதியும் உணர்த்திச்
சென்றது
உன் விதி பொய்யென்று
யாக்கையும் உடைந்து
போனாள்
அடுத்த நொடிக்காக அவள்
தன்னை நகர்த்தவில்லை..

யோகராசா கவிதா
கவிநிலா
அன்னமலை

உனது தலை பாரம் என்று
கணவன் தோளில் சாயாதே...
நீ அவருக்கு பிடித்தால் மட்டுமே
தோள் கிடைக்கும்...
அதற்காக பெற்றோர் மடி தேடி
ஓடிவிடாதே...
உன் பாரம் எங்கள் மடி தாங்காது
என்று
தவித்துக்கொண்டே உனை
தவிக்கவைப்பர்...
ஆசையாய் உன்னுடன் இருக்கும்
இந்த சமுதாயத்தில் கைகோர்த்து
நடைபோடலாம் என்று எண்ணாதே...
உனை சுருட்டி பல பெயருடன்
வாயில் போட்டு மென்று தின்னு
விடும்...
ஒரு நாள் என் பிள்ளை
எனைத்தாங்குவான்
என்று கனவோடு காத்து நிற்காதே...
நாளை கல்லாய் மாறி உனைத் தாக்கும்
காலம் வெகுதூரமில்லை
ஆதலால்
நீரில் உருண்டோடும் கல்லை போன்று
இந்த பூமியில் நீயும் உருண்டோடி
காயங்கள் பல காணவே வேண்டும்...
ஏனெனில்
இப்பிறவியில் நீ ஒரு
பெண்...

அறிவிப்பு துறையில் பிரகாசிக்கும் பாபு ஜனுராஜ்

ஏ.எல்.எம்.ஷினாஸ்,கே. நீலேந்திரன்

உங்களைப் பற்றிய ஒரு அறிமுகத்தை தாருங்கள்:

அம்பாறை மாவட்டம் நாவிதன்வெளி பிரதேச செயலக பிரிவுக்குட்பட்ட 15ம் கிராமத்தில் பாபு உதயராணி தம்பதியினருக்கு மகனாக 2000.04.25 பிறந்தேன். என்னுடைய வயது 24, எனது குடும்பத்தில் நான் அம்மா மட்டுமே தந்தை இறந்து விட்டார். எனது கல்வி பாலர் பாடசாலை முதல் உயர்தரம் வரை 15ம் கிராமம் கமு/சது/விவேகானந்தா மகா வித்தியாலயத்திலே பயின்றேன்.

அறிவிப்பு துறையில் உங்களுக்கு எப்படி நாட்டம் வந்தது?

கலை மீது நான் கொண்ட தீராத காதல் என்னை ஓர் அறிவிப்பாளராக செதுக்கியது. பாடசாலையிலே என்னோடு இறுக பற்றிக்கொண்ட ஒலிவாங்கிலேயே எனது கலைப் பயணத்துக்கு வித்திட்டது என்பேன். கற்க்கும் காலத்தில் கலையில் கிடைத்த வாய்ப்புக்களை (மேடை நிகழ்ச்சி தொகுப்பாளனாக, தமிழ் தின போட்டிகளில் அறிவிப்பாளராக) கணப்பொழுதும் யோசிக்காமல் முழு மூச்சாக நின்று திறன்பட செய்ததன் பிரதிபலிப்பே சூரியன் FM வானொலி தொடக்கம் நான் அறிவிப்பாளராக செல்வதற்க்கு காரணமாகின. உயர்தரம் முடித்த பின்பு அறிவிப்பு துறையில் முழு நேரமாக என்னை ஈடுபடுத்த வேண்டும் என்று ஆசைப்பட்டேன், ஆனால் பொருளாதாரமோ போகவேண்டாம் என்று எச்சரித்தது. எனினும் காலப்போக்கில் எனக்கான நாட்கள் பிறந்தது.

அறிவிப்பு துறையில் நீங்கள் ஏதாவது கற்கை நெறிகளை பூர்த்தி செய்துள்ளீர்களா?

நாளுக்கு நாள் அறிவிப்புத்துறையின் மீதான போதை உண்டானது அதன் வெளிப்பாடாகவே அதீத தேடல் ஆரம்பமானது. தேடலின் முடிவோ 2021ம் ஆண்டு மட்டக்களப்பில் Voice of media network நிறுவனத்தில் இணைந்து Mass media diploma கற்க்கை நெறியினை கற்றுக் கொண்டிருக்கும் போதே Batti FM online வானொலியில் முழு நேர அறிவிப்பாளராக எனது கலையின் தீராக்காதல் தொடர்ந்தது... Mass media diploma கற்கைநெறியில் சிறப்பு தேர்ச்சியோடு சித்தி பெற்றது மட்டுமல்லாமல் 2021ம் ஆண்டிலேயே DAN தொலைக்காட்சியில் முழு நேரசெய்தி வாசிப்பாளராக வாய்ப்பு கிடைத்தது.

ஊடகவியலாளராக வேண்டும் என்ற எண்ணம் மனதில் ஆழமாக இருந்தாலும் மறுபுறம் ஊடகம் பற்றிய கல்வி அறிவும் நிச்சயமாக வேண்டும் என்ற நோக்கோடு, 2022ம் ஆண்டு சக்தி தொலைக்காட்சி (MIM) இல் ஆறு மாதகால கற்கைநெறியினை பூர்த்தி செய்ததோடு மட்டுமல்லாமல், தற்போது இலங்கை தென்கிழக்கு பல்கலைக்கழகத்தில் இதழியல் டிப்ளோமா கற்கை நெறியினை தொடர்ந்து கொண்டு எனது ஊடக அறிவிற்க்கு மேலும் வலுச் சேர்த்து கொண்டுள்ளேன்.

அறிவிப்பு துறையில் உங்கள் சாதனைகள் பற்றி கூறுங்கள்?

எந்த விடயத்தில் நாம் அதீத அன்புடன் இருக்கிறோமோ அவ் விடயம் நிச்சயமாக இரட்டிப்பான சந்தோசத்தை எமக்கு கொடுக்கும் என்று சொல்வார்கள். அவ்வாறு தான் எனது அறிவிப்பாளராகும் பயணத்தின் திருப்புமுனையாக 2022ம் ஆண்டு Capital FM ஊடாக நாடளாவிய ரீதியில் நடாத்தப்பட்ட அறிவிப்பாளர் அதிதி புதுக்குரல் புரட்சி என்ற போட்டியில் பங்குபற்றி இரண்டாம் இடத்தினை பெற்றமை எனக்கு கிடைத்த மிகப்பெரியதொரு அங்கீகாரமாகும். இப் போட்டியில் வெற்றியாளராகிய பின்பு இலங்கையின் முதற்தர வானொலி, தொலைக் காட்சிகளிடமிருந்து அதிகளவான வாய்ப்புக்கள் என்னைத்தேடி வந்தன. வாய்ப்புகளுக்காக தேடி அலைந்த காலத்தை சற்று நினைவூட்டிப் பார்த்தேன் மனதுக்கு நெகிழ்வாக அமைந்தது. 2023ம் ஆண்டு ஜனவரி மாதம் இலங்கையின் முதற்தர வானொலி சூரியன் FM இல் இணைந்து எனது குரல் உலகம் முழுவதும் ஒலிக்க ஆரம்பித்தது.

நீங்கள் பெற்றுக் கொண்ட விருதுகள் பற்றி கூற முடியுமா?

2023ம் ஆண்டுக்கான கலைஞர் சுவதம் விருதினை அளித்ததன் மூலமாக எமது நாவிதன்வெளி பிரதேச செயலகம் கலைஞர்களுக்கான அங்கிகாரத்தையும் அடையாளத்தினையும் வழங்கி கௌரவப்படுத்தியது. மக்களுக்காக சமூகத்தின் ஒருமித்த குரலாக, நான் கிடைக்கும் செய்திகளை உடனடியாக மக்களுக்கு கொடுக்க வேண்டும் என்று JR VOICE எனும் YOUTUBE தளத்தினை ஆரம்பித்துள்ளேன்.