தமிழின் முதல்தர
வார இதழ்

தீபம்

www.deepam.lk

விலை 20 ரூபா • தீபம் 22 • 20.12.2015

இன்னும் சிலநாள்த்தான். கிறிஸ்மஸ் கொண்டாட்டத்திற்காக இப்பொழுதே மக்கள் தயாராகத் தொடங்கிவிட்டார்கள். கிறிஸ்தவர்களின் மெகா பண்டிகையாயிற்றே. சாதாரணமாக விட்டுவிடுவார்களா?

தொடர்ச்சி 4-ம் பக்கம்

கலகல கிறிஸ்மஸ்

கொண்டாட்ட சிறப்பிதழ்

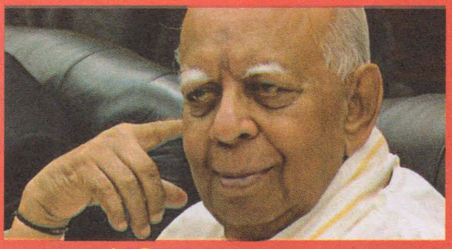
பக்கங்கள் 4 - 7

காணாமல் போனவர்களை தேடும் உறவுகளின் கண்ணீர் இன்னும் வற்றவில்லை. இன்னும் வடிந்து கொண்டிருக்கிறது உறவுகளின் கண்ணீர். ஒவ்வொரு ஆணைக்குழுவின் போதும் உறவுகளின் கண்ணீர் புதிது புதிதாக வடிக்கப்பட்டுக் கொண்டேயிருக்கிறது. கடத்தப்பட்டு, கைது செய்யப்பட்டு, சரணடைந்து காணாமல் போனவர்களின் துயரக்கதைதான் கடந்த ஒருவாரமாக வடக்கு எங்கும் எதிரொலித்துக் கொண்டிருக்கிறது.

தொடர்ச்சி 21-ம் பக்கம்

அப்பா வருவாரா?
காத்திருக்கும் சிறுமி

அளவெட்டி அருணோதயா கல்லூரி 8



நமது எம்.பி திருகோணமலை மாவட்டம் 14

கள்ளமண் திருடும் கிராமம் 15

உள்ளே...

முதற்படி ஒரு சொல்

காணாமல் போனவர்களை கண்டறிவதற்கான ஜனாதிபதி ஆணைக்குழுவின் சாட்சிப்பதிவுகள் கடந்த வாரத்தில் யாழ்ப்பாணத்தில் நடந்து முடிந்துள்ளன. கடத்தப்பட்டு, கைது செய்யப்பட்டு, சரணடைந்து காணாமல் போன உறவுகள் திரும்பி வருவார்கள் என்ற ஒரே நம்பிக்கையுடன் வாழ்நாளை கழித்துக் கொண்டிருக்கும் உறவுகள் மீண்டுமொரு கண்ணீர்ச்சாட்சியம் வழங்கியுள்ளனர்.

யாழில் நடந்த சாட்சிப்பதிவில் இராணுவம், ஈ.பி.டி.பி, புலிகள், வேறு சில ஆயுதக்குழுக்கள் மீது குற்றச்சாட்டுக்கள் சுமத்தப்பட்டிருந்தது. எனினும், இவற்றில் இராணுவம் மற்றும் அவர்களுடன் இணைந்து செயலாற்றிய ஆயுதக்குழுக்கள் மீதே மிகப்பெரும்பான்மையான குற்றச்சாட்டுக்கள் சுமத்தப்பட்டுள்ளது.

இராணுவம் கடத்தியது, கைது செய்தது என்பதை மிக உறுதியாக ஏராளம் சாட்சிகள் சொல்லியுள்ளனர். தவிர்த்து செல்ல முடியாத வலுவான ஆதாரங்களையும் சிலர் வழங்கியுள்ளனர். சரணடைந்த போராளியொருவர் இராணுவத்தின் பிடியிலிருந்த சனல் 4 காட்சியும் சாட்சியானது. இராணுவத்தால் கைது செய்யப்பட்டதாக அரச அதிகாரிகள் உறுதிசெய்து வழங்கிய கடிதம் சாட்சியானது. கைது செய்யப்பட்டவர்கள் சிறைச்சாலைகளில் இருந்த படங்கள் சாட்சியானது. இதற்கு பொறுப்பானவர்களை அடையாளம் காண இதற்கு மேலும் ஆதாரங்கள் தேவையென கூறுவது விடயத்தை தட்டிக் கழிப்பதேயன்றி வேறல்ல.

கடத்தப்பட்டு, கைது செய்யப்பட்டு குடும்பத்துடன் தொடர்பற்று போனவர்கள் சிறைச்சாலைகளில் இருக்கும் புகைப்படங்கள் பத்திரிகைகளில் முன்னர் வெளியாகியிருந்தது. இந்த விவகாரத்தில் அதிக கவனம் செலுத்தப்பட வேண்டிய விடயம் இது.

தற்போதைய சாட்சியங்களின்படி, உறவுகள் தேடிச் செல்ல முடியாத காலத்தில் பலர் சிறைச்சாலைகளில் தடுத்து வைக்கப்பட்டிருந்துள்ளனர். எனினும், பயணக்கட்டுப்பாடுகள் நீங்கிய தற்காலத்தில் அவர்கள் பற்றிய தகவல்கள் இல்லை. தகவல்களை வெளியில் அனுப்ப வசதியில்லாமல் தொடர்ந்தும் சிறைகளிற்குள் உள்ளனரா? அல்லது, அவர்கள் காணாமலே ஆக்கப்பட்டுள்ளனரா?

காணாமல் போனவர்கள் விவகாரத்தில் வகைகள் வேறுபடலாம். கடத்தப்பட்டோ, கைது செய்யப்பட்டோ இன்னும் என்னென்னவோ விதத்திலெல்லாம் அது நடந்திருக்கலாம். ஆனால், இவர்கள் எல்லோருமே கிட்டத்தட்ட ஒரேவிதத்தில் கையாளப்பட்டுள்ளனர். முடிவுமட்டுமே இரண்டுவிதமாக அமைந்தது. ஒன்றில் சிறைகளிற்கு சென்றனர். அல்லது காணாமல் போனவர்கள் பட்டியலிற்கு சென்றனர்.

இந்த விவகாரத்தை சட்டரீதியாக முன்னகர்த்தி செல்ல முடியாமலுள்ளதைப் போன்ற தோற்றமொன்றையே இதுவரை அரசுகள் வெளிக்காட்டின. கடத்தப்பட்டவர்கள் இனந்தெரியாதவர்களால் கடத்தப்பட்டிருக்கலாம், புலிகளும் அந்த சமயத்தில் இருந்தார்கள்தானே என்பதுதான் அரசுகளின் பதில்களாக இருந்தது. இந்த ஒருவாதத்தை வைத்தே காணாமல் போனவர்கள் விவகாரத்தை சட்டரீதியாக அணுகும் வாய்ப்பையும் நிராகரித்து கொண்டிருந்தது.

இப்பொழுது முதலாவது இழை கிடைத்துள்ளது. மக்ஸ்வெல் பரணகம ஆணைக்குழு வரலாற்றில் எந்த இடத்தில் வைக்கப்படப் போகிறதென்பதற்கு அவர்கள் அந்த இழையை பற்றுவார்களா? இல்லையா? என்பதே பதில் சொல்லும். இலங்கை வரலாற்றில் ஆணைக்குழுக்கள் எல்லாம் பருவ மழையைப் போன்றன. வரும் பின்னர் போகும். ஒருமழைக்காலத்தை இன்னொரு மழைக்காலம் நினைவூட்டுவதேயில்லை. அப்படித்தான் ஆணைக்குழுக்களும் இருந்தன. அவற்றிற்கு வரலாற்றில் எந்த பெறுமானமும் இருந்ததில்லை. காணாமல் போனவர்கள் சிறைச்சாலைகளில் தடுத்து வைக்கப்பட்டுள்ள படங்களைப் போன்ற சாட்சியங்கள் வழங்கப்படுவது இதுதான் முதல்தடவை என்பதுமல்ல. எனினும், அவற்றிற்கு எந்த பொருளும் இருந்ததுமில்லை.

இப்பொழுது புதிய காலம். புதிய ஆணைக்குழு. புதிய சாட்சியங்கள்.

காணாமல் போன சம்பவங்களிற்கு பொறுப்பானவர்களிற்கு தண்டனை வாங்கிக் கொடுப்பதல்ல இந்த வலியுறுத்தல்களின், சாட்சியமளிப்புக்களின் நோக்கம். காணாமல் போனவர்களிற்கு என்ன நடந்ததென்பதை வெளிப்படுத்துவதே. குடும்ப உறுப்பினரொருவரிற்கு என்ன நடந்ததென்பதையே அறியாமல், அவரை பாதியில் விட்டுச் செல்வதென்பது கற்பனைக்கும் எட்டாத துயரம். அப்படியான துயரக் கதை வடக்கு, கிழக்கெங்கும் நிறைந்துள்ளது. இந்த உணர்வுபூர்வமான விவகாரத்தை கைவிட்டு தமிழர் அரசியல் முன்னகராது.

காணாமல் போனவர்களின் உறவுகளிற்கு உண்மைநிலையை வெளிப்படுத்த வேண்டுமென்ற மனிதாபிமான அடிப்படையிலோ அல்லது இனியும் இலங்கைத்தீவை கொந்தளிப்பான அரசியல்பூமியாக வைத்திருக்காமல், அரசியல்தீர்வின் மூலம் முன்னகர்த்த வேண்டுமென்ற பரந்த எண்ணத்தினடிப்படையிலோ காணாமல் போனவர்கள் விவகாரத்திற்கு அரசு தீர்வு கண்டுபிடிக்க வேண்டும். இந்த இரண்டு நோக்கமும் இல்லையென்றால், மற்ற எல்லா அரசுகளிற்கும் இதற்குமிடையில் எந்த பேதமுமில்லாமல் போய்விடும்.

காணாமல் போனவர்களிற்கு என்ன நடந்ததென்பதை சொல்லி, அதற்கு ஒரு வார்த்தையில் மன்னிப்பும் கேட்பதே எல்லாவற்றிலும் சிறந்த பரிகாரம். அந்த ஒருசொல்தான் நல்லிணக்கத்தின் முதற்படி.

முதற்படியில் கால்வைக்கவே இத்தனை தயக்கமென்பதே ஆகப்பெரிய அவநம்பிக்கையை உண்டாக்குகிறது.

தீபம்
211, கச்சேரி நல்லூர் வீதி, யாழ்ப்பாணம்.
☎ 0212216633 ✉ deepamdesk@gmail.com

Gnanadas Kasinathar

மட்டக்களப்பில், போரினால் பாதிக்கப்பட்ட ஒரு கிராமத்தில் வாழும் "பெண்கள் தலைமைதாங்கும்" குடும்பங்கள் பற்றிய ஒரு ஆய்வில் மொழிபெயர்ப்பாளராக கடந்த சில வாரங்களாக வேலை செய்து வருகிறேன். இவ் வேலையின் போது எனக்குள் பல புது விசயங்கள் தெளிவாகின. பல கேள்விகள் எழுந்தன. சில விடயங்களைப் பேசியே ஆக வேண்டும் என்ற உணர்வு ஏற்பட்டது.

போர் ஈவிரக்கமற்றது. குறிப்பாக பல வறிய குடும்பங்கள், பெண்கள், குழந்தைகளை இது மிக மோசமாகப் பாதித்துள்ளது. அதே நேரம் இதனை நான் வேறுவிதமாகவும் பார்க்க முடிகிறது. பல பெண்களை தம் சொந்தக்காலில் நிற்க வைப்பதற்காக ஈவிரக்கமற்ற முறையில் போர் செயற்பட்டிருக்கிறது.

ஆண் துணையின்றி, சொந்தத் தொழில் செய்து, குடும்பத்தை தாமாகக் கொண்டு நடாத்தும் பல பெண்கள் சொன்ன விடயம், "வேறை வழியில்லாமற்தான் நான் சொந்தத் தொழில் செய்யிறன். குடும்பத்தைத் தலைமை தாங்கிறன்."

போராட்டத்தை நடாத்தியவர்களிடம் எவ்வகையான ஓர்மம் இருந்ததோ அவ்வகையான ஓர்மத்தை இந்தப் பெண்கள் மத்தியில் காணக்கூடியதாக உள்ளது.

வறுமையைப் போக்கும் வகையிலும், அபிவிருத்தி நோக்கிலும் இந்தக் கிராமத்தில் என்ஜிஒக்கள் ஏராளமாக வேலை செய்துள்ளன. அரச அபிவிருத்தித் திட்டங்கள் பல மேற்கொள்ளப்பட்டுள்ளன. கடனுகள், நிதியதவிகள் தாராளமாக நடபெற்றுள்ளன. இவற்றை விட புலம்பெயர் தமிழர்களின் ஆதரவும் ஆங்காங்கே இருந்து வருகின்றது. ஆனாலும், அனேகமாக அனைத்துக் குடும்பங்களும் இன்னமும் ஏழ்மையிலும், துன்பத்திலும் விரக்தியிலுமே வாழ்ந்து கொண்டிருக்கின்றன.

இந்நிலைக்கான நான் கண்டுகொண்ட காரணங்கள்:

அரச, அரசசார்பற்ற பெரும்பாலான அபிவிருத்தி முற்சிகள் இந்த மக்கள் மத்தியில் நேரெதிர் விளைவையே ஏற்படுத்தி விட்டுள்ளன. அது யாதெனின், பரஸ்பரம் ஒவ்வொரு குடும்பம், தனிநபர்களுக்கிடையில் போட்டி, பொறாமை, வெறுப்புணர்வு.

பாதிக்கப்பட்டவர்களுக்கான உதவிகள் பெரும்பாலும் தனித்தனியாக வழங்கப்படுகின்றன. ஒரு திட்டத்தில் எல்லாருக்கும் உதவிகள் கிடைப்பதில்லை. அதன் காரணமாக ஒவ்வொரு திட்டத்திலும் தமக்கு உதவி கிடைப்பதற்காக ஒருவர் மற்றவருடன் போட்டி போடுகின்றனர். இதற்காக ஒருவர் மற்றவருக்கு ஆப்பு வைக்கவும் தயங்குவதில்லை. இன்னொரு வகையில் சொல்வதானால், வீசப்படும் எலும்புத் துண்களுக்காக தமக்குள் அடிப்பட்டுக் கொள்ளும் நாய்களாக எம்மவர்கள் மாற்றப்பட்டு வந்துள்ளனர். இந்த விளையாட்டில் அரசும், அரசசார்பற்ற நிறுவனங்களும் பெரும் வெற்றியை அடைந்து விட்டுள்ளன என்றே சொல்லக் கூடியதாக உள்ளன. ஏனெனில் முன்னொரு காலத்தில் எமது கிராமங்களில் இருந்த "கூட்டுறவு மனப்பான்மை", பரஸ்பர "அந்நியோன்யம்" என்பவற்றை எமது கிராமங்கள் இழந்து நிற்பதை கண்கூடாகக் காணக் கூடியதாக உள்ளது. மேற்கத்தைய நாடுகளில் உள்ள, "நீ உன்னை பற்றி மட்டும் யோசி" என்னும் மனோபவம் எமது மக்கள் மத்தியில் மிகவும் இலாவகமாக, வாழைப்பழத்தில் ஊசி ஏற்றுவது போல் ஏற்றப்பட்டுள்ளது.

அடுத்த விடயம் என்னவென்றால், இங்குள்ளவர்கள் பெரும்பாலும் ஒரே தொழிலையே செய்கிறார்கள் தனிதனித்தனியாக!

தனிதனியாக சந்தைப் படுத்துகிறார்கள். அதுவும் அவர்களுக்கிடையில் மேலும் போட்டியையும், விரோதங்களையும் உண்டு பண்ணுபவையாக உள்ளன.

இந் நிலையில் போரால் பாதிக்கப்பட்ட மக்களுக்கு உதவி செய்து வரும் புலம்பெயர் அமைப்புகள் மற்றும் தனிநபர்களுக்கு நான் சொல்ல விரும்புவது, நீங்கள் செய்யும் உதவிகள் கூட்டுறவு செயற்பாடுகளுக்கூடான தனிநபர் வளர்ச்சியை நோக்காகக் கொண்டதாக அமையும்படி பார்த்துக் கொள்ளுங்கள். வெறுமனே ஒற்றுமையை வளர்ப்பதற்காக நான் இதனைச் சொல்லவில்லை. அவரவர் செய்யும் தொழிர்சார்ந்து சந்தைப்படுத்தல், இலாபம் ஈட்டுதல், தொழிலை வியாபித்தல், நிலைத்திருத்தல் என்பவற்றுக்கு இவை அவசியமாக உள்ளன. உதாரணமாக, அரிசிமா வியாபாரம் இக்கிராமத்தில் பொதுவான ஒன்று. ஒவ்வொருவரும் தனியாச் செய்கிறார்கள். தாமே மா செய்து தலையில் சுமந்து சென்று டவுனில் வீடுவீடாகச் சென்று விற்கிறார்கள். உண்மையில் இது ஒரு கூட்டு முயற்சியாகச் செய்யப்படுமாயின் இந்தத் தொழிலை ஒரு "ஏற்றுமதி வியாபாராகக்" கூட மாற்ற முடியும்.

அடுத்த விடயம், இங்குள்ள பெண்களிடம் ஓர்மம் இருந்தாலும், உழைக்கும் விருப்பம் இருந்தாலும் அவர்கள் தத்தமக்கு நிகழந்த துயரச் சம்பவங்களில் இருந்து விடுபடாதவர்களாக விரக்தியைச் சுமந்தவர்களாகவே இன்னும் வாழ்கிறார்கள். கொஞ்சம் ஆழமாக அவர்களிடம் கதைக்கத் தொடங்கினால் அழத் தொடங்கி விடுவார்கள். இந்நிலை மாறுவதற்கும் அவர்கள் ஒருவர் மற்றவருடன் சேர்ந்து, தத்தமது பாரங்களையும், துயர்களையும் பகிர்ந்து வாழ்வது அவசியமாக உள்ளது.

இறுதியாக,

புலம்பெயர் தமிழர்கள் நினைத்தால், எமது கிரமாங்கள் தோறும் "கொம்யூன்" உற்பத்தி முறைமையை நடைமுறைப்படுத்துவதற்கான முயற்சியை இப்பவே ஆரம்பிக்கலாம்.

இலங்கையில் வந்து நட்சத்திர ஹோட்டல்கள் போன்ற பெரும் முதலீட்டு வியாபாரங்களில் ஈடுபடும் புலம்பெயர் "பொருண்மியப் போராளிகள்" சிலராவது எமது கிராமங்கள் தோறும் இவ்வாறான "கொம்யூன் உற்பத்தி முறை" உருவாக உதவுவார்களளால், உண்மையில் சிலர் சொல்வது போல், இலங்கையின் பொருளாதாரத்தை மட்டுமல்ல அரசியலைக் கூட எமது ஆளுமைக்குள் கொண்டுவர முடியும்.

Like Comment Share

க்ளிக் பக்கம்

மரத்தில் மொய்த்த பறக்கும் பூக்கள்.
அண்மையில் பார்த்து ஆச்சரியப்பட்ட காட்சி.
திடீர்திடீரென மரத்தில் பூத்து, பின்னர் உதிரும் அழகிய காட்சி. மெய்மறக்காமல் கிளிக் செய்தது.

என்னைப்பற்றி: நாள் சி.ஜெயக்குமார். 1989 முதல் பத்திரிகைதுறையில் பணியாற்றுகிறேன். புகைப்படங்கள் பிடிப்பதில் ஆர்வம்.

படப்பிடிப்பாளர்:
சி.ஜெயந்திரகுமார்
இடம்:
மட், கல்லடி

குறிப்பு: உங்கள் படங்களையும் அனுப்பி வையுங்கள் deepamdesk@gmail.com

களனி பொல்ஹேன வீதிக்கு திரும்பும் சந்திக்கு அருகில் அண்மையில் களனி காவற்துறை நிலையத்தின் போக்குவரத்து பிரிவில் சேவையாற்றும் காவல்துறை உத்தியோகத்தர் வாகன போக்குவரத்தை ஒழுங்குப்படுத்திக் கொண்டிருந்தார்.சிறிது நேரம் தனது கடமையில் இருந்து ஒதுங்கிய அவர், சக்கர நாற்காலியில் அமர்ந்து வீதியில் திருவோடு ஏந்திக் கொண்டிருந்த பௌத்த பிக்கு ஒருவருக்கு தானம் வழங்கி வணங்கும் காட்சி.

வெளிநாடுகளில பெட்டைகளை கடைத்தெருவுக்கு கூட்டிக்கொண்டு வாற தாய் தகப்பன், நாம ஏதோ தன்ர பெட்டையை தூக்கிட்டு போகப்போறவன் மாதிரியே கிர்ர் எண்டு மூஞ்சையை வைச்சிட்டு நாயை பாக்கிற மாதிரி லுக்கு விடுவினம். ஆனா, பாட்டு, டான்ஸ் ப்ரோக்ராமுக்கு இந்தியால இருந்து வாற ஆர் எண்டே தெரியாதவனை எல்லாம் பெட்டை கட்டிப்பிடிச்சு செல்பி எடுக்க, பக்கத்தில ஈஈஈஈ எண்டுகொண்டு நிப்பினம். கடுப்பை கிளப்பினம் மை லோட்

போறபோக்க பார்த்தா இந்த வாகனங்கள் கூட "பீப் பீப்" எண்டு ஒலியெழுப்பக்கூடாதுனு கேஸ் போடுவாங்க போல இருக்கே!
பீப்பு சிம்புக்கு வைச்சிட்டியே ஆப்பு

இன்று பணிப்புறக்கணிப்பின் காரணமாக அரச வங்கிகள் மூடப்பட்டிருந்தன. ஆயினும் கிஜிவி களில் பணம் பெறக் கூடிய ஏற்பாட்டைச் செய்திருந்தார்கள்.
தனியார் வங்கிகளில் அதிக சனம் இருந்தது. இவ்வாறு அடிக்கடி பணிப்புறக்கணிப்பு என்று அரச வங்கிகள் தொடர ஆரம்பித்தால் மக்கள் மாற்று வழியைத் தேடிப் போய் விடுவார்கள். பிறகு அரச வங்கிகள் காய வேண்டி வரும்!

ஒரு முறை லண்டனில் நடந்த கூட்டத்தில்,

ஆங்கிலத்தில் "complete " என்ற சொல்லுக்கும் "finished" என்ற சொல்லுக்கும் உள்ள வித்யாசம் என்ன என்று கேட்டார்கள்.

கூட்டத்தினர் இரண்டு சொல்லுக்கும் எந்த ஒரு வித்யாசமும் இல்லை என்று கூறினார்கள்.

அப்போது மெல்கின் என்பவர் கூறினார்....

"நீங்கள் ஒரு சரியான பெண்ணை திருமணம் செய்தால், உங்கள் வாழ்கை "complete".

அதுவே "நீங்கள் ஒரு தவறான பெண்ணை திருமணம் செய்தால், உங்கள் வாழ்கை "finished".

அதுவே அந்த சரியான பெண் உங்களை ஒரு #தவறான பெண்ணுடன் கையும் களவுமாக பிடித்து விட்டால் உங்கள் வாழ்கை "completely Finished" என்றார்.

இந்த விளக்கத்தை கேட்ட கூட்டத்தினர் எழுந்து நின்று 5 நிமிடம் கை தட்டினார்கள்.

இலங்கையில் 80 வீதமானோர் அரசியல் தீர்வுத்திட்டமொன்றை விரும்புவதாக புள்ளிவிபரமொன்று கூறுகிறது .

அந்த மீதி 20% ????

வேறுயார் இனவாத அரசியல்வாதிகளும் அவர்களின் அடிவருடிகளாகவும்தான் இருக்கவேண்டும் . அவரவரிற்கு அவரவரின் வயிறு முக்கியமல்லவா .

Pizzaவுக்கு இட்லிப்பொடியை சைட் டிஷ்ஷாக வைத்து சாப்பிடும் பழக்கமுடைய ஆள் தான் எந்திரன் 2 படத்துக்கு ஜெயமோகனை வசனம் எழுத ஷங்கருக்கு recommend செய்திருக்க வேண்டும்.

வாவ்.. வட்ஸ்அப்

காதலித்து திருமணம் செய்துக்கொண்ட ஒரு ஆணும் பெண்ணும் வீட்டில் தனியாக கொஞ்சி விளையாடிக் கொண்டிருந்தனர். அப்போது மனைவி சொன்னாள் யார் வந்து கதவை தட்டினாலும் திறக்க கூடாது என்று. கணவனும் சரி என்றான்.

சிறிது நேரத்திற்கு பிறகு கணவனின் தாயார் வந்து கதவை தட்டினார். இவன் படுக்கையிலிருந்து எழுந்து ஜன்னலில் எட்டி பார்த்துவிட்டு, மனைவியும் பார்த்தான். கதவை திறந்தால் கொன்னுடுவேன் என்பது போல் அவள் முறைத்தாள். சரி வீட்டில் யாரும் இல்லை போல என்று நினைத்து தாயார் சென்றுவிடுகிறார்.

மறுபடியும் சிறிது நேரம் கழித்து கதவு தட்டும் சத்தம். இந்த முறை மனைவி போய் ஜன்னலில் எட்டிப் பார்த்தாள். தன் மகளை பார்க்க கையில் திண்பண்டத்துடன் காத்திருக்கிறார் அவளின் தந்தை. உடனே கதவு அருகே நின்று அழத் தொடங்கினாள்.

மனைவி அழுகிறாள்... அதுவும் புது மனைவி. என்னம்மா... என்ன என கணவன் பதறினான். 'அப்பா' என்று கை நீட்டி அவன் தோளில் சாய்ந்து இன்னும் சத்தமாக அழுகிறாள்.

மெதுவாக சிரித்த கணவன் சரி கதவை திற என்கிறான். அவளுக்கு சந்தோசம். செல்ல முத்தம் கொடுத்துவிட்டு, கதவைத் திறந்தாள்.

மாதங்கள் பல ஓடின.

அவர்களிற்கு குழந்தை பிறந்தது. முதல் குழந்தை ஆண் குழந்தையாகவும் அடுத்த குழந்தை பெண் குழந்தையாகவும் பிறந்தது. பெண் குழந்தை பிறந்த அன்று நண்பர்களையும் ஊர் மக்களையும் உறவினர்களையும் அழைத்து பெரும் செலவில் விருந்து வைத்தான்.

இதை பார்த்த மனைவி 'ஏன் ஆண் குழந்தைக்கு மட்டும் விருந்து வைக்கவில்லை' என்றாள். அவள் கையை பிடித்துக் கொண்ட கணவன், நான் வீட்டிற்கு வந்தால் முதலில் பெண் குழந்தைதான் கதவை திறக்கும் என்றான்.

எண்ணிக்கை

12,000 கிளி.மாவட்டத்தில் மின்சாரமில்லாத வீடுகள்

4,224 கிளி.மாவட்டத்தில் சொந்தக்காணியில்லாத குடும்பங்கள்

2,676 இலங்கையில் கடந்த 12 மாதங்களில் விபத்துக்கில் உயிரிழந்தவர்கள்

நம்மூர் நாயகர்கள்

வடமராட்சியின் இமையாணன் கிராமத்தை சேர்ந்த ஒன்பது இளைஞர்கள் இணைந்து 'இமையாணன் கிழக்கு அபிவிருத்தி குழு' என்ற அமைப்பை உருவாக்கியுள்ளனர். அந்தப்பகுதியின் உதவும் உள்ளங்களை தொடர்பு கொண்டும், ஊரிலிருந்து புலம்பெயர்ந்தவர்களின் உதவியையும் பெற்று கிராமத்தில் முன்னுதாரண பணிகள் செய்து வருகிறார்கள். அந்தப்பகுதியிலுள்ள குடும்பமொன்றிற்கு குழாய் கிணறு அமைத்து கொடுத்தபோது எடுத்தபடம்.

1-ம் பக்க தொடர்ச்சி

பண்டிகை நெருங்கும் குதூகலத்துடன் முகம் முழுக்க மத்தாப்பு பிரகாசத்துடன் வலம் வந்து கொண்டிருக்கும் கிறிஸ்தவர்களிடம் பேசினோம். கிறிஸ்மஸ் தினத்தை எப்படியெல்லாம் கொண்டாடப் போகிறார்கள்? இம்முறை என்ன ஸ்பெஷல்? என்பதுதான் கேள்வி. உலகத்தின் பழைமையான பண்டிகையென்றபோதும், ஒவ்வொரு பண்டிகைநாளும் கொடுக்கும் குதூகலமும், புத்துணர்ச்சியும் புதுமையானவை அல்லவா. ஆகவே, வருட முடிவுரையான இனிவரும் நாட்கள் முழுவதும் முடிவில்லா கொண்டாட்ட நாட்கள்தான்.

யேசுபாலனின் பிறப்பை புத்தாடை அணிந்து, தேவாலயத்தில் வழிபட்டு, அயலவர்களுடன் ஆடிப் பாடி கொண்டாடி, விருந்துண்டு, ஏழைகளிற்கு உதவிஞ் இப்படியாக கொண்டாட்ட வாரமாகவே அது இருக்கப் போகிறது.

நிஜன்

கிறிஸ்மஸ் கொண்டாட்டத்திற்கு ஒருமாதமாக பிளான் பண்ணிட்டு இருக்கிறன். 2009க்கு பிறகு கிறிஸ்மஸ் பாப்பா வேடம் போடும் வாய்ப்பு எனக்கு கிடைக்கவில்லை. இந்தமுறை நான்தான் பாப்பா என சொல்லிவைத்து விட்டேன். கலக்கல் ஆட்டம் இருக்கு பாஸ். அதைவிட முக்கியம், பாப்பா வேசத்தில குழந்தைகளிற்கு இனிப்பு குடுக்கிறதும், பாப்பாவிட்ட இனிப்பு வாங்கும் போது குழந்தைகளின்ர முகத்தில தெரியும் மகிழ்ச்சியும் இருக்குதேஞ் இந்த பிறப்பு காணாது பாஸ் அனுபவிக்க. இந்தமுறை அதை மிஸ் பண்ணிறதா இல்லை.

மரீன்

கிறிஸ்மஸ் பாப்பா குடுக்கிற இனிப்பில ஒன்றை பத்திரம் பண்ணி வைச்சிருக்கிறன். அது ஸ்பெஷல் இனிப்பு. யாருக்கு குடுக்கப்போறன் என்றெல்லாம் கேட்காதீர்கள். பிறகு, ரணகளமாயிடும்.

துசி, பண்டத்தரிப்பு

இந்த நத்தார் எனக்கு ஸ்பெஷல். குடும்பத்தோட கைதடி முதியோர் இல்லத்திற்கு போகப்போறம். அதுதான் ஸ்பெஷல். மற்றது, நமது கிளப்பில சின்ன கொண்டாட்டம் இருக்கும். நாங்களெல்லாம் போய் ப்ரெண்டோட வோஷிங்டனில டூயட்டா பாடி கொண்டாட முடியும்?

இதுவரை வெடிகொளுத்தினது இல்லை. இந்தமுறை பார்ப்பம். மனதை திடப்படுத்திக் கொண்டு இம்முறை கொளுத்தலாமென்றிருக்கிறன். சோ, வீட்டில, கிளப்பில அளவான கொண்டாட்டம். அவ்வளவுதான்.

மரீன், சுண்டுக்குளி

இந்தமுறை எனக்கு ஸ்பெஷல் கிறிஸ்மஸ். வழக்கமாக வீட்டில, நண்பர்களோட கொண்டாடிய கிறிஸ்மஸ் இல்லை. சிறுவர் இல்லமொன்றில கிறிஸ்மஸ் கொண்டாடப் போறம். எப்ப அந்த நாள்வரும் என நிமிசத்துக்கொரு முறைகலண்டர் பார்த்துக்கொண்டிருக்கிறன்.

எப்பவுமே கிறிஸ்மஸ் தினத்தில உறவுகளோட கூடியிருந்து கொண்டாட்டாமாக நாளை கழிப்பதுதான் எனக்கு பிடிக்கும். இந்தமுறையும் வித்தியாசமான கொண்டாட்டம். ஏழைச்சிறுவர்களோட எங்கட மகிழ்ச்சியை பகிர்ந்து கொள்றது தான் ஜீஸசுக்கும் பிடிச்ச விசயமாயிருக்கும். சோ, இந்தமுறை ஜீஸசிற்கு பிடித்த கிறிஸ்மஸ் எனக்கு.

விமல், நல்லூர்

பெரிய ஸ்பெசல் ஒன்றும் கிடையாது.சின்னபிள்ளையளுடன் சேர்ந்து கிறிஸ்மஸ் கொண்டாடப் போறன். மற்றும்படி வழக்கமான கொண்டாட்டங்கள்தான்.

சுபாசினி, கொட்டடி

கிறிஸ்மஸ்தினத்தில் எங்களுடைய அப்பப்பா வீட்டிற்குத்தான் முதலில் செல்வோம். எல்லோருமாக ஆசீர்வாதம் வாங்குவோம். எங்கட கிறிஸ்மஸ் கொண்டாட்டத்தில கண்டிப்பாக ஒவ்வொரு வருசமும் அது இருக்கும். பிறகு அம்மா வீட்டிற்கு போவம்.

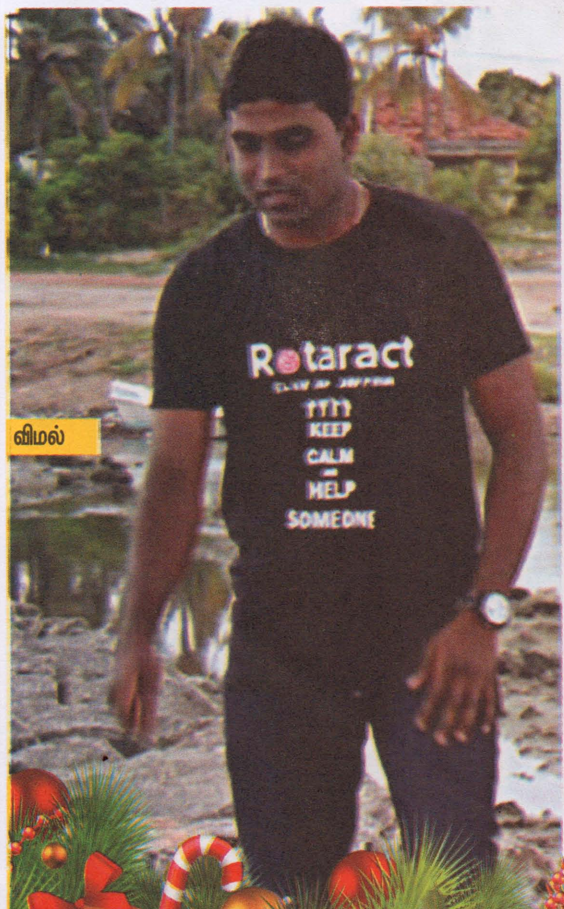
சின்னவயசில இருந்தே கிறிஸ்மஸ் என்றால் எல்லா உறவுகளும் கூடி கொண்டாடுவது என்றுதானே பழகியிருக்கிறம். சகோதரங்கள் வருவினம். நாங்களும் போவம்.

இந்தவருடம் பிள்ளைகளுக்கு புதுஉடுப்பு எடுத்திட்டம். நாங்கள் எடுக்கயில்லை. பிள்ளையளின்ர சந்தோசம்தானே முக்கியம். ஆனால் என்ர கணவருக்கு ஒரு கிறிஸ்மஸ் ஸ்பெஷல் இருக்குது. அது கிறிஸ்மஸ் அண்டைக்குத்தான் தெரியும். இப்பவே கேளாதீங்க... பிறகு பேப்பரில வந்தால் சர்ப்ரைஸ் இல்லாமல் போயிடும்.

லோஜன், விமலா, கொட்டடி

நமக்கு இந்தமுறை கொண்டாட்டமில்லை. சேர்ச்சுக்கு போவம்.

சுபாசினி



விமல்

ஜோய்சி

றெஜினா

லோஜன், விமலா

வீட்டுக்கு வரும் விருந்தினர்களை உபசரிப்பம். பிள்ளைகள் அயலில் கொண்டாட்டங்களிற்கு போவார்கள். நாங்கள் கொண்டாடாமல் இருப்பது, எனது கணவருக்கு வருத்தம் என்பதால். அவர் கொஞ்சநாள் வருத்தமாக இருப்பதால் கடலுக்கு போகவில்லை. அதனால் கொஞ்சம் கஸ்ரம்.

ஜோய்சி, பாசையூர்

நியூஇயர்தான் குடுபத்தோட செலிபிரட் பண்ணிறது. அதுதான் நாங்கள் பெரிய கொண்டாட்டமாக செய்யிறது. கிறிஸ்மஸ் என்டால் ப்ரெண்ஸ்சோட செலிபிரட் பண்ணுவம். கிறிஸ்மஸ் அன்று ப்ரென்ட்ஸ் எல்லாரும் மாறிமாறி வீடுகளிற்கு போவம். கிப்ற் குடுப்பம். இந்தமுறை எல்லா ப்ரெண்ஸ்க்கும் கிப்ற் குடுப்பன். யாருக்கும் ஸ்பெஷல் என்று இல்லை. ப்ரெண்ட்ஸ்க்குள்ள என்னப்பா ஏற்றத்தாழ்வு?

துசி

சுசீலா, பாசையூர்

இந்தமுறை ஒரு இரகசிய பிளான் வைத்திருந்தன். நீங்கள் வந்து அம்பலப்படுத்திவிட்டியள். நான் ஒருநாளும் மாஸ்க்போட்டு கிறிஸ்மஸ் கொண்டாடியதில்லை. இந்தமுறை செய்யப்போறன். மாஸ்க், தொப்பி எல்லாம் வாங்கி விட்டன். உறவினர், நண்பர்கள் வீடகளிற்கெல்லாம் மாஸ்க் போட்டு, பாப்பா தொப்பி போட்டுத்தான் போகப் போறன்.

கிறிஸ்மஸ் என்றால் என்ர ஸ்பெஷல் பிபீக்கம் பலகாரம். அரசிமாவும், குறுணலும் போட்டு செய்யிறது. வாழைப்பழமும் கலக்க வேண்டும். ஒவ்வொரு கிறிஸ்மசுக்கும் அதை செய்வன். இந்தமுறை அதையெல்லாம் செய்து கொண்டு, மாஸ்க் போட்டு, யாரென்ற அடையாம் தெரியாமல் போய் பலகாரம் குடுக்கப் போறன்.

றெஜினா, பாசையூர்

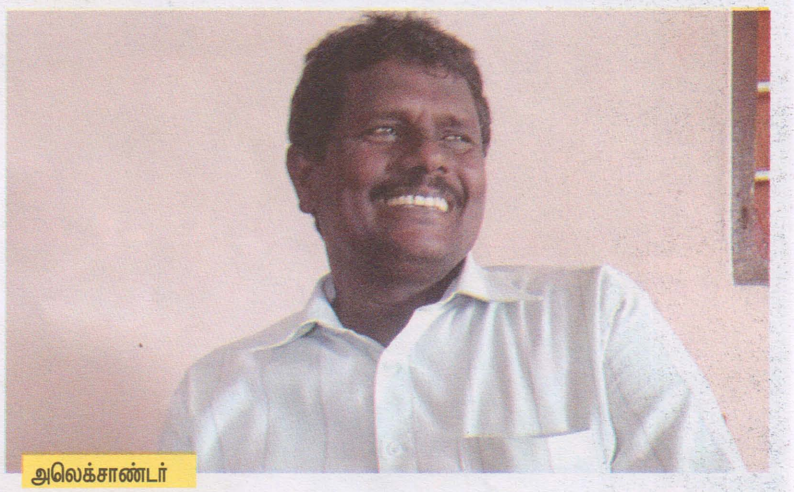
கிறிஸ்மஸ் கொண்டாட்டத்திற்கு நாங்கள் ரெடி. பிள்ளைகள், எங்களிற்கு புதுஉடுப்பு வாங்கிவிட்டோம். வீட்டை அலங்கரிக்கிற பொருட்களும் வாங்கிவிட்டோம். கிறிஸ்மசிற்கு முதல்நாள் வீட்டை அலங்கரித்துவிடுவோம். இப்ப பலகாரம் சுடுறது, கேக்அடிக்கிறது மாதிரி வேலைகளில இருக்கிறம்.

கிறிஸ்மசிற்கு கணவனின்ர வீட்டுக்கு போவம். அங்கதான் முதல் கொண்டாட்டம். இந்தமுறை மச்சாளிற்கு ஒரு சாறி கிப்ற் கொடுக்கப் போறன். வாங்கிவிட்டன். பார்சலும் பண்ணியாயிற்று.

டினுசன்

அலெக்சாண்டர், பாசையூர்

எனக்கு ஐஞ்சு பிள்ளைகள். எல்லாரும் நல்லாயிருக்கினம். ஓராள் சுவாமியாகவும் இருக்கிறார். இந்தமுறை எல்லாரும் வீட்டுக்கு வருகினம். எல்லாரும் சேர்ந்திருந்து கிறிஸ்மஸ் கொண்டாடப்போகிறம். இதைவிட வாழ்க்கையில் வேறென்ன சந்தோசம் வேணும்.


அலெக்சாண்டர்

டினுசன், பாசையூர்

இந்தமுறை நான் பெரியஆள். முந்தி கிறிஸ்மஸ் என்றால் வாழ்த்து காட் குடுக்கிறது, ப்ரெண்ட்சுக்கு தெரியாமல் கொப்பிக்குள்ள வைச்சு. இப்ப பெரியஆள் என்றதால, போஸ்ற் பண்ணப் போறன். வீட்டில புதுஉடுப்பு வாங்கித்தந்திருக்கினம். ப்ரெண்ட்ஸ் எல்லாம் சேர்ந்து புதுஉடுப்பு போட்டு கொண்டாடுவம்.

திவாகர்
படங்கள்: திவாகர், வற்சன்

பக்கத்துவீட்டு கிறிஸ்மஸ்

இது கிறிஸ்மஸ் கொண்டாட்ட காலம். உலகமே ஆடிப்பாடி பாலன் பிறப்பை கொண்டாடிக் கொண்டிருக்கிறது. உலகத்தின் 'மெகா' பண்டிகை இதுதான் என்று சொல்லலாம். வருடக்கடைசியில் உலகமே உண்டு, களித்து, கிறங்கிப் போயிருக்கும். அதனால் கொண்டாட்டங்களின் கொண் டாட்டமென்றும் அதனை சொல்லலாம்.

கிறிஸ்மஸ் உலகளாவிய பண்டிகையாக மாறிவிட்டதால், இப்பொழுது அதற்கு எல்லைகள் கிடையாது. இனம், மதம், மொழிகள் கடந்து இந்தநாட்களில் ஏதோவிதத்தல் நம் எல்லோரையும் கிறிஸ்மஸ் குதூகலம் தொற்றிக் கொண்டுவிடுகிறது.

கொண்டார்ட்டத்திற்கு நிறைய பிளான் வைத்துள்ளோம். கிறிஸ்தவ நண்பர்களுடன் இரவுநேர கரோலுக்கும் போவேன். நண்பர்கள் வீடுகளில் போட்டிபோட்டுக் கொண்டு விருந்து நடக்கும். யார் வீட்டில் சாப்பிடுவது, எதைச்சாப்பிடுவது என்பதை தெரியாமல் திண்டாடுவதுதான் இனி நடக்கப் போகிறது. பேசாமல் எல்லாவீட்டு விருந்தையும் வாங்கிக்கொண்டு போய் பிரிட்ஜ்ஜில் வைத்தால் வருடம் முழுக்க விருந்து சாப்பிடலாம் பாஸ்.

பங்கயன், ஏழாலை

இயேசுபாலன் பூமியில் அவதரித்த நாள் இது. நத்தாரை கிறிஸ்தவர்கள் மட்டுமில்லை, இந்துக்களும் கொண்டாடுவார்கள். மதம் என்றால் எல்லோருக்கும் பொதுவான

நம்மவர்கள் மத்தியிலும் கிறிஸ்மஸ் வெகு பிரபல்யம். கிறிஸ்தவ குடும்பங்கள் எல்லா பகுதிகளிலும் உள்ளதால் எல்லா மதத்தினர் வீடுகளிற்கும் கிறிஸ்மஸ் தாத்தா வருவார். குழந்தைகளை குதூகலத்தின் எல்லைக்கு கொண்டு சென்று, பரிசுப்பொருட்கள் கொடுப்பார். பெரியவர்கள் ஒரு ஆட்டம் போடுவார்கள். வயதானவர்களிற்கு உலகத்தை மறக்கும் மகிழ்ச்சி பிறக்கும்.

இப்படியான கிறிஸ்மஸ் குதூகலத்தை இந்துக்களும், முஸ்லீம்களும் எப்படியெல்லாம் அனுபவிக்கிறார்கள், கிறிஸ்மஸ் பற்றி என்னவெல்லாம் அறிந்திருக்கிறார்கள் என்பதை அறிய கிளம்பினோம். முதலில் தனியார்கல்வி நிலையத்திற்குள் நுழைந்து, கொஞ்ச மாணவ மாணவிகளை ஓரங்கட்டினோம்.

மிதுனகோபி, முல்லைத்தீவு

கிறிஸ்மஸ் என்றால் கிறிஸ்தவர்களுடைய

கடவுள் இந்த மண்ணுலகில் பிறந்த நாளைக் கொண்டாடுவது. நமது ஊரில் கிறிஸ்றியன்ஸ், ஹிண்டு, முஸ்லீம்ஸ் என்ற பிரிவெல்லாம் பார்ப்பதில்லை. நாங்களெல்லாம் ஒன்றுக்குள் ஒன்று. ஆகவே, எல்லோரும் எல்லாவற்றையும் கொண்டாடுவோம். கிறிஸ்மஸ் என்றாலும் தீபாவளி என்றாலும் அது நம்மவீட்டு பண்டிகைதான். ஆட்டம், பாட்டம், கொண்டாட்டம்தான்.

லவுசியா, உரும்பிராய்

யேசுகிறிஸ்து பிறந்தநாளைக் கொண்டா டுவது கிறிஸ்மஸ் எனப்படும். எனக்கு நிறைய கிறிஸ்தவ நண்பிகள் உள்ளனர். பல வருடங்களாக அவர்கள் வீடுகளுக்குச் சென்று கிறிஸ்மஸ் கொண்டாடுகிறேன். இம்முறையும் கொண்டாட்டம் நிச்சயம். கிறிஸ்மஸ் தாத்தாக்களிடம் போட்டிபோட்டுக் கொண்டு சுவீற்ஸ் வாங்கிச் சாப்பிடுவதில் ஒரு அலாதி இன்பம். நானெல்லாம் அதில் கில்லி. கிறிஸ்மஸ் முடிவதற்கிடையில் ஒரு கடைநிறைய இருக்கும் சுவீற்ஸ் சாப்பிட்டு முடித்திருப்பேன்.

தஸ்மிலன், முல்லைத்தீவு

ஆதாம் ஏவாள் செய்த பாவத்தின் விளைவாக இறைவனால் அனுப்பப்பட்ட மீட்பர் தான் இயேசு கிறிஸ்து. அவரின் பிறப்பையே கிறிஸ்மஸ் எனக் கொண்டாடுகின்றோம். இதனை மார்கழி மாதம் இருபத்தைந்தாம் திகதி கொண்டாடுகின்றோம். உலகமே கொண்டாடும் போது நாமேன் ஒதுங்கியிருக்க வேண்டும். ரியூசன் லீவு விடுவார்கள். ஒருபாட இன்ரவெல்லிற்கே யாழ்ப்பாணத்திலிருந்து முல்லைத்தீவு போய்வரலாமா என பார்க்கிற ஆட்கள் நாம். கிறிஸ்மஸ் லீவை விட்டு வைப்போமா?

தனுசன், யாழ்ப்பாணம்

நான் ஒரு இந்து என்றாலும், எனக்கு நிறைய கிறிஸ்தவ நண்பர்கள் இருக்கிறார்கள் பாஸ். அதனால்கிறிஸ்மஸ்நமது வீட்டுபண்டிகையை போல. ஒவ்வொரு வருசமும் கிறிஸ்மஸ் கொண்டாடுவேன். யேசுகிறிஸ்சுவின் 2015 வது பிறந்தநாளான இந்தவருடம்

ஒன்றுதானே. சின்ன வயதிலிருந்தே கிறிஸ்மஸ் என்றால் எங்கள் வீட்டு கொண்டாட்டம் என்றுதான் நினைக்கிறேன். அது வேறு மதத்தின் கொண்டாட்டம் என உணருவதேயில்லை. கொண்டாட்டத்திற்கு ஏது பாஸ் எல்லை? சோ... ஸ்வீற் எடுங்கள். கொண்டாடுங்கள்.

மாணவர்களுடன் கலாய்த்தால் நம்மையே கலாய்த்து கதிகலங்கடித்து விடுவார்கள். ஆகவே அளவுடன் நிறுத்தி அடுத்த இடத்திற்கு சென்றுவிடுவதுதான் புத்திசாலித்தனம். உடனே அங்கிருந்து மூட்டையை கட்டி, நல்லூரிலுள்ள தியாகி அறக்கொடை நிலையத்திற்குள் நுழைந்தோம்.

கலர்கலராக புடவைகட்டிக் கொண்டு நின்ற பெண்கள் கமராவைக் கண்டதும் காட்டுமிருகத்தை கண்டது மாதிரி தெறித்து ஓடுவார்கள் என நினைத்தால், அவர்களோ 'இன்னொரு கிளிக் பிரோஞ்இந்த போஸ் ஓகேயா' என கலக்கல் போஸ் தந்து கிறிஸ்மஸ் மகிழ்ச்சியை வெளிப்படுத்தினார்கள்.

பிரசாந், யாழ்ப்பாணம்

கிறிஸ்மஸ் கொண்டாட்டம் பற்றி எந்த பிளானும் இப்போதைக்கு இல்லை. நாங்கள் வழக்கத்தில் அப்படி கொண்டாடியதுமில்லை.

மிதுனகோபி

லவுசியா

தஸ்மிலன்

தனுசன்

பங்கயன்

ஆனால் இந்தமுறை வேறொரு பிளான் உள்ளது. நண்பர்களுடன் சேர்து பீச்சுக்கு போக பிளான் பண்ணியுள்ளேன். இம்முறை அமைதியாக இருக்கப் போகிறோம். ஆகவே உலகம் அழியாது மக்களே.

சிவராமகிஸ்ணன், நல்லூர்

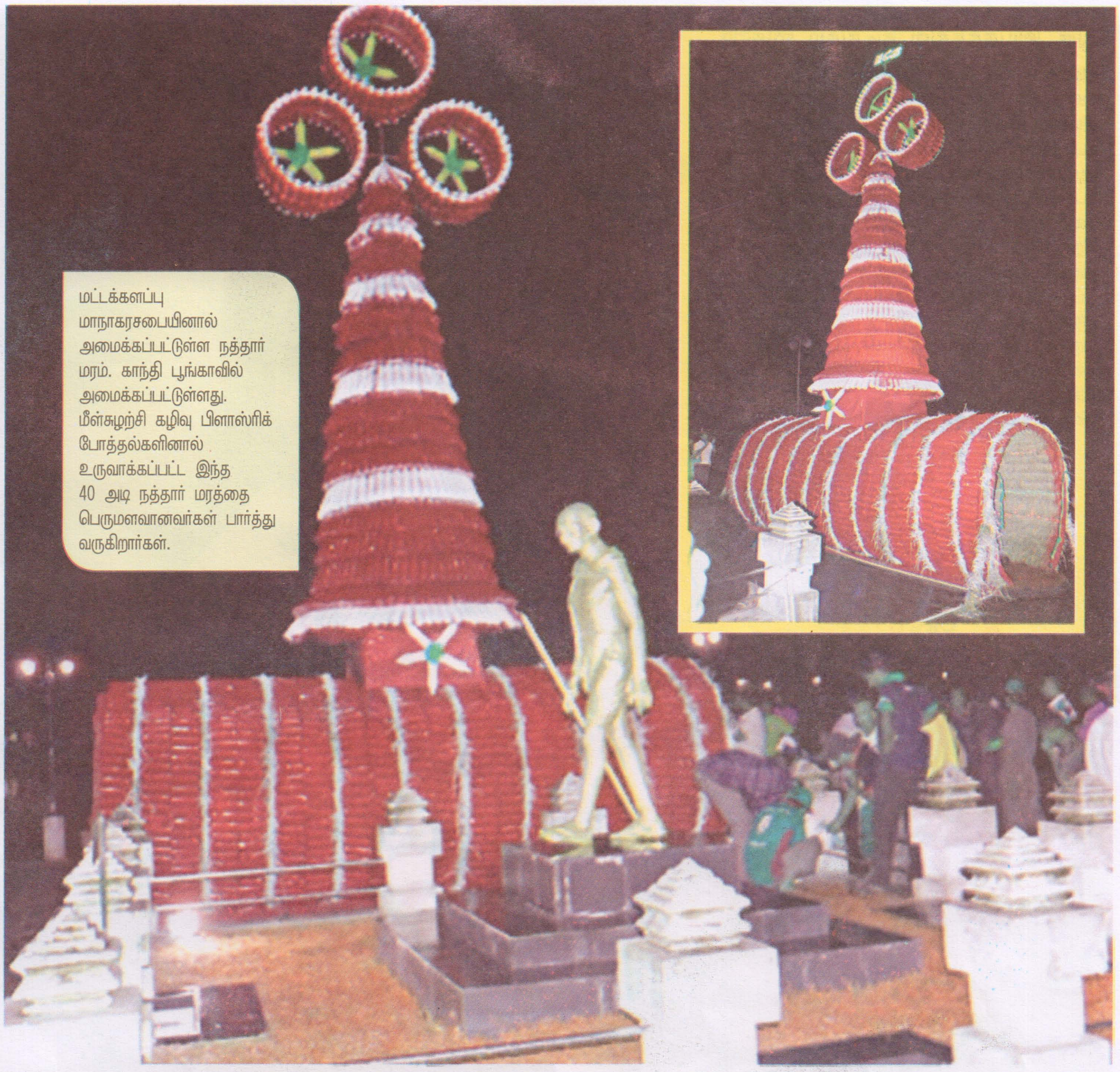
கிறிஸ்தவ மக்கள் இயேசுபிரான் பிறந்தநாளைக் கொண்டாடுகிறார்கள். நாங்கள் கொண்டாடுவதில்லை. ஆனால் கிறிஸ்தவ நண்பர்கள் இருப்பதால் அவர்களுடன் கெண்டாட்டங்களில் கலந்து கொள்வோம். மனிதர்களுடன் மகிழ்ச்சியை பகிர்வதுதானே தம்பி வாழ்க்கை. அது எந்த மதமாக இருந்தால் என்ன. எல்லோரும் சேர்ந்து சந்தோசமாக இருக்கத்தானே இப்படியான பண்டிகைகள் வந்தன. ஆகவே, எல்லோரும் சேர்ந்து கொண்டாடுவோம்.

காந்தலோயினி, நல்லூர்

இயேசு கிறிஸ்துவின் பிறந்த தினத்தை கிறிஸ்தவர்கள்தான் தவறாமல் கொண்டாடுவார்கள். நாங்கள் எங்கள் மத கொண்டாட்டங்களைத்தான் தவறாமல் கொண்டாடுவோம். அதற்காக கிறிஸ்மசிற்கு எதிரானவள் கிடையாது. முன்னர் நண்பிகளுடன் கிறிஸ்மஸ் கொண்டாடியிருக்கிறேன். சேர்ச்சுக்கு கூட சென்றிருக்கிறேன். இம்முறை அலுவலகத்தில் மட்டும் கொண்டாட்டி, விருந்துடன் நிறுத்திக் கொள்ளப் போகிறேன். விருந்துதானே முக்கியம்.

யசோதா, நல்லூர்

ஜீசஸ் பிறந்த தினத்தை கொண்டாடுவதுதான் கிறிஸ்மஸ். நாங்கள் இந்துக்கள் என்றபோதும், வீட்டில் கிறிஸ்மஸ் மரம் வைப்போம். எங்கட நிறுவனத்தை அலங்காரம் செய்து கிறிஸ்மஸ் ஒவ்வொரு வருடமும் கொண்டாடுவோம். எனக்கும் நிறைய கிறிஸ்றியன்ஸ் பிரெண்ட்ஸ் இருக்கினம். சோ, கொண்டாட்டத்திற்கு குறைவில்லை.



மட்டக்களப்பு மாநாகரசபையினால் அமைக்கப்பட்டுள்ள நத்தார் மரம். காந்தி பூங்காவில் அமைக்கப்பட்டுள்ளது. மீள்சுழற்சி கழிவு பிளாஸ்ரிக் போத்தல்களினால் உருவாக்கப்பட்ட இந்த 40 அடி நத்தார் மரத்தை பெருமளவானவர்கள் பார்த்து வருகிறார்கள்.

யா/அளவெட்டி அருணோதயக் கல்லூரி

கல்வி, விளையாட்டு என சகல துறைகளிலும் வடக்கில் அறியப் பட்ட பாடசாலைகளில் ஒன்றாக தற்பொழுது எழுச்சிபெற்றுள்ள பாடசாலை அளவெட்டி அருணோ தயக் கல்லூரி. குறிப்பாக விளை யாட்டுக்களில் தேசியரீதியாக பலரையும் திரும்பிப்பார்க்க வைத்த பாடசாலை.

அளவெட்டி பகுதியில் அமைந் துள்ள இந்தப்பாடசாலை 1894 ஆம் ஆண்டு திரு.நாகமுத்து அருணாசல உடையார் அவர்களால் உருவாக்கப் பட்டது. கல்லூரியின் முதலாவது அதிபராக செல்லப்பா சட்டம் பியார் பதவி வகித்தார்.

ஆரம்பகாலத்தில் ஒரு கொட்டி லில் இயங்கி வந்த இந்தப்பாட சாலையில், ஆரம்ப தரம் வரையே கல்விகற்ககூடிய வாய்ப்புக்கள் அப்பொழுது இருந்தது. பின்னர் 1913 ஆம் ஆண்டுகளில் ஆறாம் தரம்,

> **2015 ஆம் ஆண்டு தேசியமட்டத்தில் தமிழ்த்தினப்போட்டி யில் பிரிவு நான்கு குறுநாடகப்பிரதி யாக்கத்தில் மாணவி கு.ஜனுசியா தங்கப்பதக்கத்தினை வென்றுள்ளனர்.**

ஏழாம் தரம், எட்டாம் தரம் வரை வகுப்புக்கள் கொண்டுவரப்பட்டன. 1929 ஆம் ஆண்டு வரை ஆண்கள் பாடசாலையாகவே இது விளங்கி யதும் குறிப்பிடத்தக்கது. 1929 ஆம் ஆண்டிற்குப்பின்னர்தான் கலவன் பாடசாலையாக மாற்றப்பட்டது.

1AB தரப்பாடசாலையான அள வெட்டி அருணோதயக் கல்லூரி யின் அதிபராக திரு.நா.கேதீஸ்வரன் தற்பொழுது பதவிவகிக்கின் றார்.

தற்பொழுது முதலாம் தரம் தொடக்கம் உயர் தரம் வரை கல்வி கற்கக்கூடிய வாய்ப்பு உண்டு. உயர் தரத்தில் கலை, வர்த்தகம், கணிதம், விஞ்ஞானம் போன்ற பிரிவுகளில் சிறப்பான பெறுபேறுகளை பெறும் பாடசாலையாக மாறியுள்ளது. தற்போது 1250 மாணவர்கள் உள்ள இந்த கல்லூரியில் 56 ஆசிரியர்கள் கல்விகற்பிக்கின்றனர்.

அருணோதயக் கல்லூரியில் முதன்முதலாக க.பொ.த உயர் தரத்தில் கணித, விஞ்ஞானப் பிரிவு களில் 2013 ஆம் ஆண்டே மாண வர்கள் பரீட்சைக்குத் தோற்றி னார்கள். அந்த வருடமே இரண்டு

மாணவரகள் பொறியியல் பீடத் திற்குச் சென்றார்கள். அதில் மாணவர் அ.தவக்குமார் மொ ரட்டுவ பல்கலைக்கழகத்திற்கும் மாணவி இ.கீர்த்தனா பேராதனைப் பல்கலைக்கழகத்திற்கும் சென்றனர்.

2014 ஆம் ஆண்டு க.பொ.த உயர் தரத்தில் நான்கு துறைகளிலும் இருந்து 20க்கும் மேற்பட்ட மாணவர்கள் பல்கலைக்கழகத் திற்குச் சென்றுள்ளனர். ஐந்து பேர் 3ஏ சித்திகளைப் பெற்று பல் கலைக்கழகத்திற்குச் சென்றுள் ளனர். அதில் இரண்டு மாண வர்கள் விஞ்ஞானப் பிரிவில் 3ஏ சித்திகளைப் பெற்றனர். மூன்று மாணவர்கள் கலைப்பிரிவில் 3ஏ சித்திகளைப் பெற்றுள்ளனர். பத்து மாணவர்கள் கல்வியற் கல்லூரிக்குச் சென்றுள்ளனர். மருத்துவ பீடத் திற்கு சென்ற மாணவர் கே.கௌவு சிக் மற்றும் மாணவி கே.சோபனா ஆகியோர் உயர்தரப் பரீட்சையில் Supper Merid எடுத்து பல்கலைக் கழகத்திற்குச் சென்றுள்ளனர்.

க.பொ.த சாதாரணதரத்தில் 2013 ஆம் ஆண்டு 64 சத வீதமான மாணவர்கள் சித்தியடைந்துள் ளனர். 2014 ஆம் ஆண்டு 82 சத வீதமான மாணவர்கள் சித்தியடைந் துள்ளனர்.

ஐந்தாம் ஆண்டு புலமைப்பரீசில் பரீட்சையில் 2013 ஆம் ஆண்டு 16 மாணவர்கள் சித்தியடைந்துள்ள னர். அதில் மாணவி உ.கம்'லீயினி 191 புள்ளிகளைப் பெற்று மாவட்ட மட்டத்தில் மூன்றாம் இடத்தைப் பெற்றுள்ளார். 2014 ஆம் ஆண்டு 22 மாணவர்கள் சித்தியடைந்துள் ளனர். அதில் மாணவன் இ.சஞ்சே 192 புள்ளிகளைப் பெற்று மாவட்ட மட்டத்தில் முதலாம் இடத்தை பெற்றுள்ளார். இந்தவருடம் புல மைப்பரீசில் பரீட்சையில் 12 மாண வர்கள் சித்தியடைந்துள்ளனர்.

அத்தோடு விளையாட்டுத் துறையிலும் இக் கல்லூரி மாணவர்கள் சாதிக்கத் தவற வில்லை தேசிய அளவில் பல சாதனையைப் புரித்துவருகின்றனர். 2014 ஆம் ஆண்டு தேசியமட்டத்தில் நடைபெற்ற பாடசாலைகளுக்கு இடையிலான கோலூன்றிப் பாய்தல் போட்டியில் நான்கு தங்கப் பதக்கங்களும், இரண்டு வெள்ளிப் பதக்கங்களும், இரண்டு வெண்கலப் பதக்கங்களும் உள்ளடங்களாக எட்டுப் பதக்கங்களையும் ஒரு நிறவிருதையும் பெற்றுக்கொண் டனர்.

2015 ஆம் ஆண்டு தேசிய மட்டத்தில் நடைபெற்ற பாடசாலை களுக்கு இடையிலான கோலூன்றிப் பாய்தல் போட்டியில் ஒரு தங்கப் பதக்கத்தினையும், இரண்டு வெள் ளிப்பதக்கங்களும், இரண்டு வெண் கலப்பதக்கங்களும் உள்ளடங்களாக ஐந்து பதக்கங்களையும் ஒரு நிறவிருதையும் பெற்றுக்கொண் டனர்.

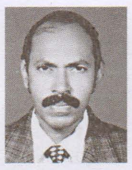
2015 ஆம் ஆண்டு தேசிய மட்டத்தில் தமிழ்த்தினப்போட்டி யில் பிரிவு நான்கு குறுநாடகப்பிரதி யாக்கத்தில் மாணவி கு.ஜனுசியா தங்கப்பதக்கத்தினை வென்றுள்ள னர். இவ்வாறு அக் கல்லூரி மாணவர்களின் சாதனைகளைக் கூறிக்கொண்டே போகலாம்.

இக் கல்லூரி இத்தனை வளர்ச்சி களையும் எண்ணிலடங்காத சாதனைகளையும் புரிந்து நிற்கின்ற போதும் இன்றும் சில தேவைகள் பூர்த்தி செய்யப்படாமலே தான் இருக்கின்றன. இக் கல்லூரியில் ஆசிரியர்கள் பற்றாக்குறை நிலவு கின்றது. அத்தோடு மாணவர் தொகைக்கேற்ப கட்டிடவசதிகளும் இல்லை. மற்றும் உயர்தரத்துக்குரிய விஞ்ஞான ஆய்வுகூடங்கள் இல்லை. மாணவர்கள் இணைப்பாட விதானங்களைச் செய்வதற்குரிய Art Room, Maths Room, English Room போன்ற எந்த இடவசதியும் அங்கு இல்லை ஆனால் அத்தனை தேவைகளுக்கும் தீர்வுகாணும் படியான வாய்ப்பு இக் கல்லூரிக்கு கிட்டியுள்ளது. தற்போதைய அரசாங்கத்தினால் அருகில் உள்ள பாடசாலைகளில் சிறந்த பாடசாலை என்னும் திட்டத்துக்குள் இக் கல்லூரியும் உள்வாங்கப்பட்டுள்ளது. இத் திட்டத்தினால் பாடசாலைகளின் அனைத்துத் தேவைகளும் மூன்று வருடங்களில் நிறைவேற்றப்படும். தேவைகள் பூர்த்தி செய்யப்பட்டு பாடசாலை முழுநிறைவுடன் விளங்கும் நாளை எதிர்பார்த்த வண்ணம் இருக்கிறது அளவெட்டி அருணோதயா கல்லூரி.

திரு.நா.கேதீஸ்வரன் அதிபர்

நான் இக் கல்லூரி அதிபராக 2007 ஆம் ஆண்டு பங்குனி மாதம் 22 ஆம் திகதி பொறுப்பேற்றுக் கொண்டேன். நான் பொறுப்பேற்கின்ற போது இக் கல்லூரியில் 700 மாணவர்கள் கல்வி கற்றுக்கொண்டிருந்தார்கள். அத்தோடு 1C பாடசாலையாக இருந்தது. அதாவது உயர்தரத்தில் கலைப்பிரிவையும் வர்த்தகப் பிரிவையும் கொண்ட ஓர் பாடசாலையாக இருந்தது. தற்போது இக் கல்லூரியில் மாணவர் தொகை 1250 ஐயும் கடந்துவிட்டது. கூடுதலான மாணவர்களையும் சேர்க்க முடியும் ஆனால் கல்வித் திணைக்களங்களின் அனுமதியிருப் பின் சேர்த்துக் கொள்ளலாம். ஆண்டு ஒன்றில் இத்தனை மாண வர்களைத் தான் சேர்க்க வேண்டும் என்ற வரையறை உண்டு. அதனால் ஊர் மக்ககளுக்கு பெரிய க'டமாக உள்ளது. காரணம் தங்களது பிள்ளைகளை இக் கல்லூரியில் சேர்க்கவே விரும்புகின்றனர். வரையறைக்கு மீறி மாணவர்களை சேர்க்க முடியாதது அவர்களுக்கு பெரும் கவலை. 2010 ஆம் ஆண்டு பெரும் சவால்களுக்கு மத்தியில்தான் கணித விஞ்ஞானப் பிரிவுகளை கொண்டு வந்தோம். ஏனென்றால் திறமை இருந்தும் பல மாணவர்கள் வேறு கல்லூரிகளுக்குச் சென்று கணித விஞ் ஞான பாடங்களை படிக்காமல் இக் கல்லூரியிலே தொடர்ந்து படிக்கவேண்டும் என்ற விருப்பத்தினால் கலை, வர்த்தகப் பிரிவுகளை உயர்தரத்தில் எடுத்து படித்து வந்தனர். நாங்கள் கணித விஞ்ஞானப் பிரிவுகளை ஆரம்பித்த முதல் முறையிலேயே இரண்டு பேர் பொறியியல்த்துறைக்குச் சென்றுள்ளனர். அடுத்த வருடம் இரண்டு மாணவர்கள் மருத்துவத் துறைக்கும் இரண்டு மாணவர்கள் பொறியியல்த்துறைக்கும் தெரிவு செய்யப்பட்டுள்ளனர். அது மிகப்பெரியதொரு சாதனை. ஏனென்றால் மருத்துவத்துறைக்குச் சென்ற இரண்டு மாணவர்களும் Supper Merid இல் சென்றுள்ளனர். கிராமப்பாடசாலையில் இருந்து வளங்கள் குறைந்த நிலையில் அவர்கள் சென்றதை ஓர் சாதனை யாகவே நாங்கள் கருதுகின்றோம். எங்கள் பாடசாலை ஆசிரியர்கள் மிகவும் அர்ப்பணிப்புள்ள ஆசிரியர்கள். அதனாலே நாங்கள் பெரிய வெற்றியைப் பெற்றோம்.

கணித விஞ்ஞானப் பிரிவுகளை நாங்கள் ஆரம்பிக்காமல் விட்டி ருந்தால் மாணவர்கள் கலை வர்த்தகத் துறைகளையே கற்றிருப் பார்கள். கிராமத்து மக்களுக்கு சகல கல்விகளையும் கற்கக்கூடிய வாய்ப்புக்களையும் நாங்கள் ஏற்படுத்திக் கொடுத்துள்ளோம். ஆனால் பௌதீக வளங்களைப் பொறுத்தவரையில் பெரிய குறையாக உள்ளது. அதாவது உயர்தரத்துக்குரிய விஞ்ஞான ஆய்வு கூடங்கள் இல்லை, வகுப்பறை கட்டிடங்கள் இல்லை 700 மாணவர்களை நான் பொறுப் பேற்கும் போது இருந்த கட்டிட வசதிதான் இப்போதும் இருக் கின்றது. எங்களுக்கு இணைப்பாடவிதானங்களைச் செய்வதற்குரிய Art Room , Maths Room , English Room போன்ற செயற் பாடுகளுக்குரிய எந்த இடவசதியும் இல்லை. மிக முக்கியம் அவற்றையும் நாங்கள் நிவர்த்தி செய்வமாய் இருந்தால் இந்த கிராமத்தில் இருந்து கூடுதலான மாணவர்களை நல்ல துறைகளுக்கு நாங்கள் வழிப்படுத்த முடியும். நாங்கள் எங்களுடைய தார்மீக மந்திரமாக வைத்திருப்பது ஒழுக்கம், கட்டுப்பாடு. அதில் மிக இறுக்கமாக இருப்போம். அதற்கு எங்களுடைய மாணவர்களும் உட்பட்டு நடக்கின்றார்கள். அவையே நாம் இத்தகைய வெற்றி யைப் பெறுவதற்கான காரணங்கள்.



ஜே.சத்தியேந்திரன்
தென்னை அபிவிருத்தி உத்தியோகத்தர், கிளிநொச்சி
0775056263

தென்னையுடன் மாதுளை செய்கை

மாதுளை - ஆங்கிலப் பெயர்: Pomi
குடும்பம் - புனிகேசியே (punicaceae)

தேவையான காலநிலை: கடுங்குளிரான கால நிலையிலும் வளரும்கடும் வளர்ச்சியினை தாங்கி வளரும்.ஆனால் இப்பிடியான பிரதேசத்தில் அதிக விளைச்சல் பெற வேண்டுமாயின் நீர்ப்பாசனம் செய்து பராமரித்தல் வேண்டும்.

மண்: இருவாட்டி மண் இதற்கு மிகவும் சிறந்ததாகும். ஏனைய பழப் பயிர்களை விட மாதுளை மண்ணில் உள்ள அமிலத்தன்மை காரத்தன்மையை தாங்கி வளரும்.

வர்க்கங்கள்

சிபாரிசு செய்யப்பட வர்க்கங்கள்.

1.நிமாலி
2.தயா
3.நயன

இலங்கையில் மாதுளைச் செய்கை தொடர்பான ஆய்வுகளை மேற்கொள்ளும் பிரதான இடம் கற்பிட்டி ஆராச்சி நிலையம் ஆகும். எதிர்காலத்தில் மிகச்சிறந்த மாதுளை வர்க்கங்களை விருத்தி செய்வதற்காக இந் நிலையம் தொழிற்படுகின்றது.

விதை நாற்றுக்கள் : தெரிவு செய்யப்பட்ட தாய் மரங்களிலிருந்து கனிகள் பெறப்பட்டு விதைகள் எடுக்கலாம் மென்மையான விதைகள் ஒரு வாரத்தில் முளைக்கும் சிறிய பொலித்தீன் பைகளில் நட்டு 4 5 மாதங்கள் வரை பராமரித்தால் அவை நடுவதற்கு உகந்த பருவத்தினை அடையும்.

மாதுளையில் அதிகளவு தன் மகரந்த செயர்க்கை நடை பெற்றாலும் அயன் மகரந்த செயர்க்கையே கூடுதலாக நடை பெறும். வேர்விட்ட துண்டங்கள்: தாய்த்தாவரத்தின் இயல்புகளைக் கொண்ட நாற்றுக்களை உற்பத்தி செய்வதற்கு தாய்த்தாவரத்தின் தண்டுத் துண்டங்களை வேர்விடச் செய்தல் வேண்டும். இதற்கு தாய் தாவரத்தின் அடிப்பகுதியில் வளர்ந்துள்ள கிளைகளில் 1 சென்ரி மீற்றர் தடிப்புடைய முற்றிய துண்டங்களை எடுப்பது நல்லது.

அத்துண்டங்களை 20 தொடக்கம் 25 சென்ரி மீற்றர் வரை நீளமாக வெட்டவும் வெட்டு வாயில் ரூட்டோன் போன்ற ஹோர்மோன்களை பூசிவிடலாம். இவை பூசப்பட்ட தண்டில் 3இல் 2 பாகம் நிலத்தில் புதையத்தக்கவாறு நாற்று மேடை பாத்தியில் நடல் வேண்டும். இதில் இருந்து உருவாகும் நாற்றுக்களை 1 வருடத்தின் பின்பு நாட்டலாம்.

நடுகை இடைவெளி : இரு மாதுளைகளுக்கு இடையில் 3 மீற்றர், 3மீற்றர் தூர இடைவெளியில் தென்னையில் இருந்து ஆறு அடி தூரம் தள்ளி நாட்டலாம். நடுகை குழியின் அளவு 60X60X60 சதம மீற்றர் ஆகும். குழியின் அடியில் ஒரு படையாக அழுத்தமான பக்கம் கீழ் இருக்குமாறு பொச்சுமட்டை அடுக்கவும் மணல் தரையில் இச் செய்முறை முக்கியமானதாகும். இதன் பின்னர் மேல் மண் நன்கு உக்கிய சாணகம் அல்லது கூட்டெரு போன்றவற்றால் குழியினை நிரப்பவும்.

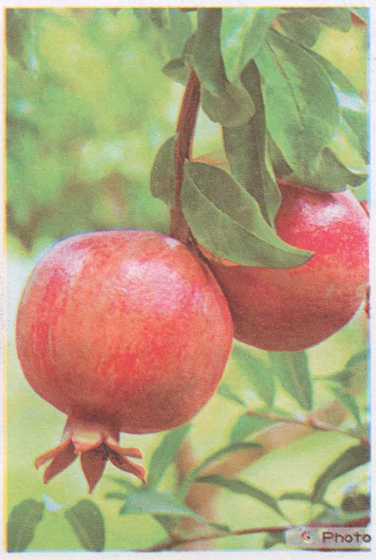
பசளை யிடல் : சேதனப்பசளை இடுவதாயின் நடுகைக் குழிக்குள் நன்கு உக்கிய சேதனப்பசளை 10 கிலோ வரை இட்டு மண்ணுடன் கலந்து விட வேண்டும். இவ்வாறு வருடத்துக்கு இரு தடவைகள் இடலாம் மாதுளம் கன்று நட்டபின் கன்றின் அடியினை சுற்றி பாத்தி அமைத்து அதற்குள் சேதன உரம் இடவும் அசேதனப் பசளை இடலின் அளவுகள் மரமொன்றிற்கு

அசேதனப்பசளைகளை வருடா வருடம் பசளை வட்டத்தினை அதிகரித்து மரத்தின் கிளைகள் வளர்ந்துள்ள பிரதேசத்தில் (மண்ணில் நிழல் படும் இடம் மதிய நேரம்) இட்டு மண்ணுடன் கலந்து விடவும். நீர்ப்பாசனமும் களை கட்டுப் படுத்தலும் அவசியம்.

வரண்ட பிரதேசமாயின் நீர்ப்பாசனத்தினை அடிக்கடி செய்தல் வேண்டும். ஈரத்தினை பிடித்து வைப்பதற்காக மாதுளம் கன்றினைச் சுற்றி பத்திரக் கலவை யிடலாம். தேவையற்ற வளரும் கிளைகளை கத்தரித்து விடவும்.மரத்தில் காய்ந்த கொப்புக் களையும் குருவிச்சைகளையும் அகற்ற வேண்டும்.

அசேதனப்பசளை இடலின் அளவுகள்
இடவேண்டிய பசளையின் அளவு (கிராமில்)

	யூரியா	T.S.P	M.O.P
நாற்று நடுவதற்கு 2– 3 நாட்களிற்கு முன்பு	120	135	100
முதலாம் வருடம் : ஒவ்வொரு 4 மாதங்களுக்கும் ஒரு தடவை	40	45	40
2ம் வருடம் : ஒவ்வொரு 4 மாதங்களுக்கும் ஒரு தடவை	60	70	55
காய்க்கும் மரங்களுக்கு			
முதலாம் வருடம் : ஒவ்வொரு 4 மாதங்களுக்கும் ஒரு தடவை	100	120	90
2ம் வருடம்: ஒவ்வொரு 4 மாதங்களுக்கும் ஒரு தடவை	125	150	125
3ம் வருடம்: ஒவ்வொரு 4 மாதங்களுக்கும் ஒரு தடவை	150	185	175
4ம் வருடத்திலிருந்து: ஒவ்வொரு 4 மாதங்களுக்கும் ஒரு தடவை	200	275	



பீடைகள்

1.மாதுளை வண்ணத்துப்பூச்சி
2.மாதுளை தண்டு துளைப்பான்
3.வெண் ஈ
4.வெண் மூட்டுப்பூச்சி
5.செதிற் பூச்சி

கட்டுப்பாடு: தாக்கம் அதிகமாக இருந்தால் மட்டும் சிபாரிசு செய்யப் பட்ட பூச்சி நாசினிகளை விசிற வேண்டும்.

நோய்கள்:

1.காய் அழுகல் நோய்
2.பின்னோக்கிப்படல்

கட்டுப்பாடு: சிபாரிசு செய்யப் பட்ட பங்கசு நாசினிகளை விசிற வேண்டும். பங்கசு நாசினி விசிறப்பட்டால் காய்களுக்கு உறை யிடல் வேண்டும்.

அறுவடை செய்தல்: மாதுளையில் வருடா வருடம் பூக்கள் தோன்றும் ஆனால் மழை நேரங்களில் அதிகளவு பூக்கள் உருவாகும். பூ ஒன்றில் இருந்து காய் உருவாகத் தொடங்கி 4-5 மாதங்களில் முதிர்சியடையும் மாதுளையில் வருடம் முழுவதும் காய்களை அவதானிக்கலாம். அதிகளவு காய்கள் வருடத்தின் மத்தியில்இருந்துஇறுதிவரையே இருக்கும். அறுவடை செய்வதற்கு பொருத்தமான பருவத்தினை அடந்துள்ளதா என அறிய காய்களை சுரண்டிப்பாக்கலாம்.

குறிப்பு: அறுவடை செய்தபின்பு காய்கள் பழுக்க மாட்டாது.

எண் சோதிடம்

அதிர்ஷ்ட விஞ்ஞானம் தரும் வாழ்வு முன்னேற்றங்கள்

சோதிட ஆலோசகர்
சி.இராசநாயகம்
0776147392

எண்:06(சுக்கிரன்)

எல்லோரையும் வசப்படுத்தி ஆளும் திறன் கொண்டது. தன் இஸ்டப்படி கருமங்களைச் செய்ய மாட்டார்கள். மற்றவர்களை வசப் படுத்தி சுகமாக வாழ்வது எனும் போக்கை கடைப்பிடிப்பவர்களாக இருப்பார்.இந்தஎண்ணின் ஆதிக்கத் தில்பிறந்தவர்கள் அதிகாரம்,அடங்க வைத்தல், பிறரை சந்தேசப்படுத்தி பொருளீட்டல், போன்ற விடயங் களில் கைதேர்ந்தவர்களாக இருப் பார்கள். ஆன்மீகத்திலும் விருப்பம் இருக்கும். 6,15,24 திகதிகளில் பிறந்தோர் இந்த எண்ணின் ஆதிக்கத்தை கொண்டிருப்பார். பிறந்த திகதி கூட்டு எண் 6 வருவோர் வாழ்வின் நடுப்பகுதியின் மேல் நல்ல பதவி நிலைகளையும் பொருட் செல்வத்தையும் கொண்ட வர்களாகக் காணப்படுவார்கள். பெயரில் மட்டும் 6 எண் கொண் டோர் அவை குறித்து நிற்கும் சிறந்த பலன்களை தங்கள் வாழ்நாளில் அனுபவிப்பார்.

பொதுவான குணாம்சங்கள்.

இவர்களில் பெரும்பாலானோர் தைரியசாலிகளாகவும், நல்ல காந்த சக்தியை உடைய கண்களை உடையவர்களாகவும் காணப்படு வார். மனம் எப்பொழுதும் நல்ல அழகான பொருட்களிலும் கவிதை, சங்கீதம், நடனம், அழகியல் சார்ந்த விடயங்களிலும் ஈடுபட்டிருக்கும். சந்தோசமாக வாழ்வதே இவர் களின் இலட்சியமாகும். நல்ல சுகபோகங்களை விரும்பும் இவர்கள் உலகம் மாயை என்று சொன்னால் ஏற்க மாட்டார்கள். தமது காரிய சித்திக்காக எத்தகைய இறைவழி பாட்டை மேற்கொள்ள வேண் டுமோ, அதனை தீவிரமாகக் கடைப்பிடிப்பார்கள்.

தோல்விகள் இவர்களை சோர்வடைய வைக்காது. அசுரமாக மீண்டும் மீண்டும் முயற்சிப்பார்கள். தன் காரியத்தில் கண்ணாயிருப்பார்கள் செல்வம் செல்வாக்கு உள்ளவர்கள் இவர்களை அதிர்ஷ்டசாலிகள் என்றே கூறலாம். ஏவலாட்களை கொண்டிருப்பார்கள். வீட்டை கவர்ச்சியாக வைத்திருக்க விரும்பு வார்கள். கவர்ச்சியான அழகான பொருட்களை விரும்பி வாங்கு வார்கள். இவர்கள் தங்களை விரும்புபவர்களிடம் அன்புஇரக்கம் தயை உடையவர்களாக இருப் பார்கள். நண்பர்களிடம் நன்றாகப் பழகுவார். அல்லாதவர்களிடம் மிகவும் எச்சரிக்கையாக நடந்து கொள்வார். சிரித்த முகம் தாராள மனப்பான்மை காணப்படும். எனினும் மிக எளிதில் ஏதாவது கொடுப்பதற்கு மனம் வராது. தன் புகழுக்காக எவரையும் ஆதரித்து நடப்பார். உலகின் பிரசித்தமான கலைஞர்கள் வித்துவான்கள் எல்லோரும் இந்த எண்ணின் ஆதிக்கத்திற்கு உட்பட்டவர்கள் ஆவார். கலை ஆர்வம் உள்ளோர் இவர்களுக்கு உதவுவார்.இவர்களில் சிலர் செய்த நன்றிகளை மறந்து விடுவார். உணவு, உடை, உறக்கம் மூன்றுக்கும் குறைவே இருக்காது. இவர்களில் சிலருக்கு அனேக புத்திரபாக்கியமும் சிலருக்கு மிகக் குறைவான புத்திரபாக்கியமும் இருக்கும். இது கணவன், மனைவி இருவரது எண் ஆதிக்கங்களையும் பொறுத்தே ஆகும். தோஷமின்றி 6 எண் ஆதிக்கம் இருப்பின் தேகசுகம் உட்பட குடும்ப வாழ்வில் சமாதானம் சந்தோசம் என்பன அமைந்து காணப்படும். ஆதிக்கம் குறைவாக இருப்பின் எதிர்மாறாய் இலட்சியமற்ற வாழ்வாய் அமைந்துவிடும்.

இந்த எண்ணின் ஆதிக்கம் உடையவர்களை "லக்சுமி கடாட்சம்" கொண்டவர்களாக அழைக்கலாம். ஆண்களானால் நல்ல அந்தஸ்துள்ள மனைவியை அடைவார். பெண்களானால் நல்ல அந்தஸ்துள்ள கணவனை அடை வார். பெண்கள் போகம் போக்கியங்களுக்கு உரியவர்களாத லால் நல்ல அந்தஸ்து உள்ளவர் களுக்கு மனம் முடித்துக் கொடுப் பதில் பெற்றோர்கள் கவனம் செலுத்துவது அவசியமாகும். சிலருக்கு சுக்கிர தோஷம் காட்ட லாம். இதனால் இவர்கள் மற்றவர் களுக்கு எதிரியாகவும் தனது ஆற்றல், விவேகம், சக்தி, எல்லாவற்றையும் துஷ்பிரயோகம் செய்வார்கள். இவ்வாறு துஷ்பிரயோகம் செய்பவர்களிடம் பேராசை, சூது,. வஞ்சகம், மோசடி, நண்பர்களை வெறுத்தல், பணநாட்டம், அதிபோக உணர்வு, என்பன குடி கொண்டிருக்கும். எனவே இவ் எண் கொண்டவர்களை மேன்மை யானவர், சுகவாழ்வு உள்ளவர், மோசடியானவர் என்ற மூன்று வகைக்குள் அடக்கலாம்.

அருளும் பொருளும் ஒருங்கே வளர்வதை இவ் எண் குறிக்கும். பராசக்தியை வழிபடுவது இவர்களிற்குப் பல சிறப்புக்களைத் தரும். பராசக்தியின் அருட்கடாட்சம் எப்போதும் இவர்களிற்கு உண்டு. தனம், தானியம், குறைவற்ற செல்வம், கிடைக்கப் பெறுவர்.

தேகம் நோய்.

நல்ல எடுப்பான தோற்றம், முகவசீகரம், நல்ல தலைமுடி, நல்ல மூக்கு, உறுதியான பற்கள், நல்ல சதைப்பிடிப்பான கன்னம், பதுமை, குளிர்ச்சி, என்பன காணப்படும். நடுத்தர உயரம், சிலரிடம் கூடுதலான உயரம், என்பன காணப்படும். இருதய பலவீனம், இரத்த ஓட்டக் கோளாறுகள், அதிக சுரம், பிறப்புறுப்புச்சலம் சார்ந்த வியாதிகள்,மலச்சிக்கல் போன்றவை இவர்களுடைய வியாதிகள் ஆகும். நல்ல பழவகைகள், நல்ல கீரை வகைகள், நல்ல பருப்பு வகைகள், வைத்திய ஆலோசனைப் பிரகாரம் உணவில் சேர்ப்பது உடலுக்கு நலம் கொடுக்கும்.

பிறப்பு எண் தருபவை

பிறந்த திகதி:06

இத்திகதியில் பிறப்பவர்கள் மிகக் கண்ணியமும் ஊக்கமும் உடை யவர்களாக இருப்பார். அடக்கமான சுபாவமும், ஆழ்ந்த கருத்துக்களும் இருக்கும். கலைகளில் ஆர்வமும், சுலபமான தேர்ச்சியும் இருக்கும். பொருள் சேர்ப்பதில் மிகுந்த கரிசனையுடன் செயற்படுவார்கள். ஆண்களாயின் பெண்களிடமும், பெண்களாயின் ஆண்களிடமும் ஓரளவு கவர்ச்சி தோன்றும். மேலும் ஆண்களிடம் பெண் சுபாபம் ஓரளவு அமையும்.

பிறந்த திகதி:15

இத் திகதியில் பிறப்பவர்கள் மிக வசீகரமான தோற்றம் உடை யவர்கள். எல்லோரையும் மிக எளிதில் வசப்படுத்தக் கூடிய வர்கள். செய்தொழிலில் இலாபம் மேலோங்கும். நல்ல பேச்சாற்றலும், கலைகளில் ஆர்வமும் கொண்டி ருப்பர். வாதிடுதல், நகைச்சுவை யாகப் பேசுதல் இவர்களிற்கு கை தேர்ந்ததாகும். கவர்ச்சியான கண்கள் அமையும் எப்போதும் சந்தோசமாக இருப்பதையே விரும்புவார்கள்.

பிறந்த திகதி:24

அடக்கமான தன்மையைக் கொண்டிருப்பர். காரியங்கள் சாதிப் பதில் சிறந்தவர்கள். நல்ல சமயோசி தமாக பேசுவார்கள். அதிர்ஸ்டகர மான விவாகம் அமையும். நல்ல பதவிகள் தேடி வரும். எதையம் தீவிரமாக சிந்தி;த்து செயற்படு வார்கள். சலிக்காமல் உழைப்பார். மேலதிகாரிகளால் விரும்பப்படுவர்.

பெயர் எண் தருபவை

பெயர் எண்:06

சாந்தமான வாழ்க்கை அமையும். எதற்கும் குறைவற்ற வாழ்க்கை நிலை. திருப்தியான மன நிலை. நிதானமான செயற்பாடு காணப்படும். தொழில் சம சித்தி நிலை பெறுவர். எனினும் தனியே 6 அமைவதால் மிகச் சிறப்பு என சொல்வதற்கில்லை.

பெயர் எண்:15

கருமங்களில் சித்தி, தொழிலின் மேன்மை, காரியங்களில் சாதித்தல், என்பவை இவர்களிடம் காணப்படும். நேர்மை, நீதி, ஒழுக்கம்

இவை தவறு நடந்தால் பலன்கள் மிகவும் கீழிறங்கும் நிலையே தரும். பொதுநலம் குறைந்து சுயநலம் மேலோங்கும். கலை, கலாச்சாரம், அழகியற்துறைகளில் சம்பந்தப்படின் நல்ல இலாபத்தைத் தரும். இவர்களிற்கு உதவுவதற்கு அனேகம் பேர் முன் வருவர். நல்ல சுகபோகம் வாழ்வில் அனுபவிப்பர். பிறப்பு எண்ணும் நல்லதாய் அமைந்துகாணப்பட்டால்இவர்கள் பாக்கியசாலிகள் எனலாம்.

பெயர் எண்:24

அரசு ஆதரவினை இந்த எண் கொண்டோர் பெறுவார். பெரிய பதவிகளை மிகச் சுலபமாக அடைந்துவிடுவார். அந்தஸ்து மீறிய வாழ்க்கைத் துணை அமையும். இவர்களில் பெரும்பாலானோர் பாதுகாப்பு படைப்பிரிவுகளில் சம்பந்தப்பட்ட தொழிலில் ஈடுபட்டு நல்ல முன்னேற்றம் பெறுவார். நல்ல செல்வம், சேமிப்பு நிலைகளை வாழ்வில் அடைவார்.

பெயர் எண்:33

இந்த எண்ணை குபேரனது எண் எனலாம். அருளும் பொருளும் ஒருங்கே வளர்வதை இவ் எண் குறிக்கும். பராசக்தியை வழிபடுவது இவர்களிற்குப் பல சிறப்புக்களைத் தரும். பராசக்தியின் அருட்கடாட்சம் எப்போதும் இவர்களிற்கு உண்டு. தனம், தானியம், குறைவற்ற செல்வம், கிடைக்கப் பெறுவர். தானியக் களஞ்சியம், அரிசி ஆலை, நீர்த்தடாகம் மற்றும் பெரும் நிறுவனங்கள் இந்த எண் கொண்டோரால் ஆளப்படும். லக்சுமிகரமான எண் ஆகும். சீர் சிறப்புக்களுக்கு குறைவிருக்காது.

பெயர் எண்:42

இந்த எண்கொண்டோர் ஏழையாக இருப்பினும் பெரிய அதிகாரமான பதவியை அடைவார். இவர்களிடம் பேராசை ஓரளவு காணப்படும். சிக்கனமான நடவடிக்கைகளில் மனம் செல்லும் பொருள் சேர்ப்பதில் நல்ல கெட்டிக்காரராக இருப்பார்கள். சுக 'வாழ்க்கைக்கு பணம் செலவிடத் தயங்குவார். மனோ பலம் பெறுவார் சுயநலம் குறைவாக இருப்பின் அருட்கடாட்சம் கிட்டும்.

பெயர் எண்:51

இது மிகவும் சக்தி வாய்ந்த எண் ஆகும். எதிர்பாராமல் திடீர் முன்னேற்றங்கள் வாழ்வில் ஏற்படும். அரச மற்றும் அரசசார்பற்ற நிறுவனங்களில் பணிபுரிவோர். ஏதிர்பாராத வகையில் மிகப் பெரிய பதவியைவகிக்கநேரிடும். சோர்வின்றி நல்ல முயற்சியாளராகவும் வேகம், விவேகம் உள்ளவராகவும் காணப்படுவார். நல்ல மனமும் தேக பலமும் இருக்கும். இவர்களுக்கு எதிரிகள் பகையாளிகள் இருப்பதற்கு சந்தர்ப்பம் வரலாம். மற்றவர்களுடன் பழகுவதில் பண்பு பேணுவது முக்கியமானது ஆகும். நல்ல பொருள் சம்பாதித்து அதிர்ஷ்டகரமாக வாழ்வார்கள்;.

பெயர் எண்:60

இது அமைதியையும், சாந்தத்தையும் குறிக்கும். நல்ல கலை, கலாசார இரசனைகள் இவர்களிடம் இருக்கும். நல்ல குண சுபாவங்களையும் ஆழ்ந்த அறிவினையும் கொண்டிருப்பார். வாக்கு வண்மையும், நல்ல வாதத்திறமையும் இவர்களிடம் அமையும். மிகவும் சந்தோசகரமான குடும்ப வாழ்க்கை ஏற்படும்.

பெயர் எண்:69

இந்த எண்ணை . பெயரில் கொண்டவர்கள் முடிசூடா மன்னர் என அழைக்கப்படுவார். தமது சுய முயற்சியால் அனைவரையும் வெற்றி கொள்வார். நல்ல பொருள் சேரும்.; நல்ல கம்பீரமான தோற்றமும் நல்ல அந்தஸ்தும் வாழ்வில் பெறுவார். தனது உணர்ச்சி வசப்பட்ட நிலையால் பணத்தை அள்ளிவீசுவார்கள். பேச்சில் இணையற்றவர்கள். பெரும்குணம்படைத்து நடப்பார். மிக, மிக சௌகர்யமான வாழ்க்கை நடாத்துவார்.

பெயர் எண்:78

இவர்களைப்பார்த்துமற்றவர்கள் உத்தமர்கள் என நினைப்பார். நல்ல மத நம்பிக்கையும், ஆசார நம்பிக்கையும் இவர்களிடம் காணப்படும். கவிதை, ஆற்றல் மிகும். நல்ல பேச்சு இருக்கும் கலைவாணியின் கடாட்சம் அமையும். நல்ல சமுகப்பணியில் ஈடுபடுவார். மிகச் சுலபமாகப் பொருள் சம்பாதிப்பார். எனினும் எச்சரிக்கையாகவும் விழிப்புடனும் செயற்படுவது மிக, மிக அவசியமானது. வாழ்க்கையில் எல்லோராலும் மதிக்கப்படுவார்.

பெயர் எண்:87

இது ரகசிய நடவடிக்கைக்கு பொருத்தமானது. தீய வழிகளிலே பணம் சேரும். மந்திரம், தந்திரம், வசியம் போன்ற கலைகள் இவர்களிற்கு ஆர்வத்தை தூண்டும். திருட்டுப் பழக்கமும் மேலோங்கிக் காணப்படும். எனவே இது ஒரு ஆபத்தான எண் ஆகும்.

பெயர் எண்:96

இது ஐஸ்வரியத்தையும் கல்விச் சிறப்பையும் தரவல்லது. நினைத்த காரியங்கள் வெற்றியாய் முடியும். கலைகளில் ஆர்வம் கலைகளில் தேர்ச்சி என்பன அமையும். ஆண்களில் அதிகமானோர் பெண் வசியத்திற்கு ஆளாவர்.

பெயர் எண்:105

இது அதிர்ஸ்டகரமான வாழ்க்கையையும், திருப்தியான சூழ்நிலைகளையும், பெரும் புகழையும் தரும். சொத்து சேரும் நல்ல இனசனச் சுற்றம், பிதுர், மாதூர், சந்ததியும் கிடைக்கும்.

தொழில்

கலை, கலாச்சாரம், அழகியல், ஆடம்பரம் மற்றும் மருந்து, இரசாயனம், நிதித்துறை என்பன பொருந்திக் காணப்படும். இதைவிட முத்தமிழ் சார்ந்த ஆசிரியப்பணியும் அமையும்.

அதிர்ஸ்ட நாட்கள்

6,15,24 திகதி கொண்ட நாட்களும் 9,18,27 திகதி கொண்ட நாட்களும் கூட்டெண் 6 வரும் திகதி கொண்ட நாட்களும் சாதகமானவை.

துர் அதிர்ஸ்ட நாட்கள்

3,12,21,30 திகதி கொண்ட நாட்களும் கூட்டெண் 3 வரும் திகதி கொண்ட நாட்களும் பாதிப்பானவை.

வர்ணம்

ஆழ்ந்த பச்சை, ஆழ்ந்த நீலம், மிகவும் அதிர்ஸ்டம் தரும். இதை விட நீலம், பச்சை, சிவப்பு கலந்தவையும் பொருந்தும். வெள்ளை, றோஸ், மஞ்சள் வர்ணங்கள் பொருந்தாதவையாகும்.

இரத்தினம்

மரகதம் மிக, மிக அதிர்ஸ்டமானது. பச்சை நிறமுள்ளது. இதை விட ஜேட் கல், ரேர்க்குவாய்ஸ் கல், இரண்டும் நன்மை தரும்.

எண் 6 கொண்ட ஆங்கில எழுத்துக்கள்: U,V,W என்பனவாகும்.

யாழ்ப்பாணத்தின் இன்னும் விடிவைப்பெறாத வீதிகளில் ஒன்று கோவில்சந்தையிலிருந்து சோனப்பு செல்லும் வீதி. அந்த வீதி இறுதியாக எப்பொழுது புனரமைக்கப்பட்டதென்பதே தமக்கு தெரியாதென்கிறார்கள் பிரதேசவாசிகள். வீதியில் பள்ளம் திட்டி உள்ளதா அல்லது பள்ளம் திட்டிக்குள் வீதி உள்ளதா என்ற குழப்பம் அதில் பிரயாணித்தால் நிச்சயம் எழும்.

கரவெட்டி பிரதேசத்தின் முக்கியவீதிகளில் ஒன்றான இதனூடாக பெருமளவானவர்கள் தினமும்பயணம்செய்வது வழமை. எனினும், இந்த வீதி இன்னும் அதிகாரிகளின் கவனத்தை ஈர்க்கவில்லையென்பதே ஆச்சரியம்.

குடாநாட்டின் பலவீதிகள் அண்மையில் துரித கதியில் அமைக்கப்படு வருகிறது. இந்தவீதியை சூழவுள்ள பலவீதிகளும் புனரமைக்கப்பட்ட போதும், முக்கிய வீதியான இது இன்னமும் புனரமைக்கப்படவில்லை. அத்துடன் வயல்வெளிகளை கொண்ட இந்த வீதியில் அத்துளு பகுதியில் தடுப்பு சுவர் அமைக்கப்பட வேண்டுமென்பதும் மக்களின் கோரிக்கை. கடந்த ஆட்சிக்காலத்தில் அரசியல் காரணங்களினால் இந்தவீதி புனரமைப்பு பின்தள்ளிச் சென்றதென்பது பிரதேசமக்களின் குற்றச்சாட்டு. எனினும், ஆட்சிமாற்றத்தின் பின்னரும் இதேநிலைமை தொடர்வதுதான் புரியாதபுதிர். கரவெட்டி தெற்கு மேற்கு பிரதேசசபையினரே... உங்கள் பதில் என்ன?

மன்னார் பொது விளையாட்டு மைதானத்தின் இன்றைய நிலை பலரையும் முகம் சுளிக்க வைத்துள்ளது. இரவுவேளைகளில் அங்கு கூடும் வாலிபர்கள் மது அருந்தி அட்டகாசம் செய்துவிட்டு செல்கிறார்கள். பியர் ரின் அங்கு தாராளமாக கிடப்பதுடன், கண்ணாடிப் பேத்தல்களை அடித்து சிதறடித்துவிட்டு செல்வதை வழக்கமாக வைத்துள்ளனர். குறிப்பாக மைதானத்தின் மேடை குடிகாரர்களின் கூடாரமேயாகிவிட்டது.

ஏற்கனவே பல்வேறு குறைபாடுகள், வளப்பற்றாக்குறைகளுடன் மன்னார் பொதுவிளையாட்டு மைதானம் உள்ளது. விளையாட்டு வீரர்கள் இதனை சமாளித்து பயிற்சிகளை மேற்கொண்டு வரும் நிலையில், ஒருசில பொறுப்பற்ற இளைஞர்களின் செயற்பாடு மைதானத்திற்கு பெரும் அச்சுறுத்தலாக எழுந்துள்ளது. இப்பொழுது அங்கு காணப்படும் வெற்று போத்தல்கள், அது ஒரு மதுபானச்சாலை போல காண்பிக்கிறதென்பது சமூக ஆர்வலர்களின் குற்றச்சாட்டு.

மைதானத்தின் மேற்பார்வைக்கென் ஒரு பணியாளர் பணிக்கமர்த்தப்பட்டுள்ள நிலையில் இவ்வாறான செயற்பாடுகள் நடப்பதுதான் மேலும் வியப்பை ஏற்படுத்தியுள்ளது. இந்த மைதானம் மன்னார் நகரசபையின் பொறுப்பில் உள்ளது. மைதானத்தின் வளங்களை அதிகரிக்க வசதியில்லாவிட்டாலும், இப்படியான சமூகவிரோதிகளிடமிருந்து விளையாட்டு வீரர்களை பாதுகாக்கவும் நகரசபையால் முடியாதா என்பதே மக்களின் கேள்வி. மன்னார் நகரசபையே... இது உங்களின் கவனத்திற்கு!

தீபம் வார இதழ்
விளம்பர தொடர்புகளுக்கு
☎ 077 538 5494

டூரிங் டாக்கீஸ்

திரு இயக்கத்தில் நடிக்கும் விக்ரம்

விஷாலை வைத்து 'தீராத விளையாட்டு பிள்ளை', 'சமர்', 'நான் சிகப்பு மனிதன்' உள்ளிட்ட படங்களை இயக்கியவர் திரு. இவர் மீண்டும் விஷாலை வைத்து படம் இயக்க இருப்பதாக செய்திகள் வெளியானது. ஆனால் தற்போது அவர் விக்ரமை வைத்து படம் இயக்குவதாக அதிகாரப்பூர்வமாக தகவல் வெளியாகியுள்ளது. '10 எண்றதுக்குள்ள' படத்திற்குப் பிறகு விக்ரம் சிறந்த கதையை தேடிவந்த நிலையில், திருவின் கதை பிடித்துப் போக உடனே நடிக்க ஒப்புக்கொண்டிருக்கிறார். இப்படத்தின் தலைப்பு மற்றும் நடிகர், நடிகைகள் தேர்வு நடைபெற்று வருகிறது. விக்ரம்திரு இணையும் புதிய படத்தை எஸ்.எஸ்.எப் பட நிறுவனம் தயாரிக்க இருக்கிறது. இந்நிறுவனம் ஏற்கனவே ஜீவா நடிப்பில் வெளியான 'சிங்கம் புலி' படத்தை தயாரித்துள்ளது.

ஜிவியுடன் ஜோடி போடும் ஆனந்தி!

அய்யய்யே... என்னை பிட்டு பட நடிகை மாதிரி சீரழிச்சிட்டாங்க... இனி த்ரிஷா இல்லனா நயன்தாரா இயக்குநர் ரவிச்சந்திரன், ஹீரோ ஜிவி பிரகாஷ் கூட மட்டும் நடிக்க மாட்டேன் என்று கிட்டத்தட்ட சபதமே செய்த நடிகை ஆனந்தி கடைசியில் என்ன செய்தார் தெரியுமா... இரு மாதங்களுக்குள் அதே ஜிவி பிரகாஷுக்கு ஜோடியாக நடிக்க சம்மதித்து, ஒப்பந்தமாகியுள்ளார். படத் தொடக்க விழாவிலும் கலந்து கொண்டார் ஆனந்தி. இன்னமும் பெயரிடப்படாத இந்தப் படத்தில், பருத்தி வீரன் சரவணன், நான் கடவுள் ராஜேந்திரன், நிரோஷா உள்ளிட்டோர் நடிக்கின்றனர். ஜிவி பிரகாஷே இசையமைக்கிறார். லைகா புரொடக்ஷன் இப்படத்தை தயாரிக்கிறது.

மேலாடையில்லாத பாலாடை

இந்தியில் ஒரு ரவுண்டு கட்டிய பிரியங்கா சோப்ரா தற்போது 'குவாண்டம்' என்ற ஹொலிவூட் சீரியலில் நடித்து வருகிறார். இது ஆச்சரியமில்லை. ஆச்சரியமென்னவென்றால், அதில் மேலாடையில்லாமலும் சில காட்சிகளில் நடிக்கிறாராம். அண்மையில் இங்கிலாந்து பத்திரிகையொன்றின் 'ஆசியாவின் செக்ஸியான' பெண் பட்டியலில் அம்மணிதான் முதலிடம் பிடித்தார். அந்த உற்சாகமோ என்னவோ, மேலாடையில்லாமல் கவர்ச்சி வெடிகுண்டாக மாறிவிட்டார்.

ஸ்ரேயாவின் கொதிப்பு

இப்பொழுது சும்மா வீட்டில் உட்கார்ந்திருக்கிறார் ஸ்ரேயா. எந்தநேரமும் விட்டத்தை பார்த்து நித்திரை கொள்வதை விட, சமூகவலைத்தளங்களிற்குள் புகுவோம் என முடிவு செய்து நுழைந்துள்ளார். முதலில் ருவிற்றருக்குள் நுழைந்தார். அங்கு ஸ்ரேயா பெயரில் ஏராளம் கணக்குகள். இதென்னடா வம்பு என இன்ஸ்டாகிராம் பக்கம் போனார். அங்கும் அவர் பெயரில் ஏராளம் கணக்குகள். அவர் கொதித்துவிட்டார். 'ஏன் என் அடையாளத்தை திருடுகிறீர்கள். உங்களை ரசிகர்கள் என்று சொல்ல முடியாது. முட்டாள்கள்' என சீறி விழுந்துள்ளார்.

கைகொடுக்காத கவர்ச்சி

பாவம் ரெஜினா. ஆரம்பத்தில் இழுத்துப் போர்த்துக் கொண்டு நடித்தார். வேலைக்காகவில்லை. பின்னர் அறிமுகமான பலர் தாராள கவர்ச்சியில் ஏராள வாய்ப்புக்களை பறித்துக் கொள்வதை பார்த்து முடிவை மாற்றினார். நானும் ரெடி என்றார். ஆனால் வாய்ப்புக்கள்தான் வரவில்லை. இப்பொழுது ஒரு வாய்ப்பு வந்துள்ளது. மலையாள ஹிட் 'பிரேமம்' தெலுங்கில் ரீமேக் ஆகிறது. இதில் ஸ்ருதி நாயகி. 'பிரேரம்' அனுபாமா பரமேஸ்வரனும் இரண்டாவது நாயகியாக அறிமுகமாகிறார். மூன்றாவது நாயகியாகத்தான் ரெஜினா நடிக்கிறாராம்.

நயன்தாராவைத் தொடர்ந்து தமன்னாவுடன் ரொமான்ஸ்

நயன்தாராவைத் தொடர்ந்து அடுத்ததாக தமன்னாவுடன் ரொமான்ஸ் பண்ணப் போகிறார் நடிகர் விஜய் சேதுபதி. நானும் ரவுடிதான் படத்தைத் தொடர்ந்து மீண்டும் வெற்றி நாயகனாக மாறியிருக்கிறார் விஜய் சேதுபதி. தற்போது இயக்குநர் சீனு ராமசாமியின் தர்மதுரை படத்தில் விஜய் சேதுபதி நடிக்கவிருக்கிறார். சீனு ராமசாமியின் இயக்கத்தில் 2 வது முறையாக விஜய் சேதுபதி நடித்த இடம் பொருள் ஏவல் திரைப்படம் வெளியீட்டிற்குத் தயாராக உள்ள நிலையில் 3 வது முறையாக விஜய் சேதுபதி சீனு ராமசாமி இருவரும் இணைந்திருக்கின்றனர். இப்படத்தில் தனது கதாபாத்திரம் மிகவும் கவர்ந்ததால் தமன்னா உடனே ஒத்துக் கொண்டுவிட்டாராம்.

அனுஷ்காவை பிடித்த பாலா

பாலாவின் அடுத்த படத்தில் அனுஷ்கா நடிப்பது உறுதியாகிவிட்டது. சசிகுமார், வரலட்சுமி நடிப்பில் தயாரான 'தாரைதப்பட்டை' வேலைகள் முடிந்து, ஜனவரியில் ரிலீசாக உள்ளது. இதனையடுத்து மல்டிஸ்டார் படமொன்றை பாலா இயக்குகிறார். விஷால், ஆர்யா, அரவிந்த்சாமி, ராணா, அதர்வா என ஐந்து நாயகர்கள். அனுஷ்கா நாயகியென பாலாவிற்கு நெருக்கமானவர்கள் கூறுகிறார்கள். இன்னொரு நாயகியாக பிரபல இந்தி நாயகியொருவரை ஒப்பந்தம் செய்ய உள்ளனராம்.

நமது எம்.பி மக்கள் விருது

அரசியலில் எதுவெல்லாம் சகஜமோ இல்லையோ, மிக சகஜமானது தேர்தலின் பின்னர் வாக்களித்தவர்களை கண்டுகொள்ளாமல் இருப்பது. மீண்டும் அடுத்த தேர்தலில்த்தான் வாக்கள மகாஜனங்களை அரசியல்வாதிகள் நினைப்பார்கள்.

உங்களிற்காகவே வாழ்வேன், உங்களின் அத்தனை பிரச்சனைகளையும் தீர்த்து வைப்பேன் என விழுந்து கும்பிடாத குறையாக வீட்டுப்படியேறி வாக்குக்கேட்டு, எம்.பியானவர்கள் மக்களுடன் இப்பொழுது எப்படியான உறவில் உள்ளனர்?

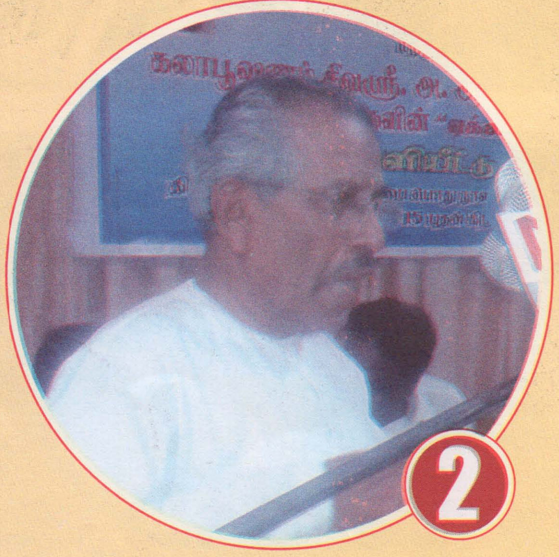
இப்படியொரு அலசலிற்காக கிளம்பினோம்.

ஏதோ ஒரு பிரச்சனை. சாதாரண பொதுமகன் ஒருவர் தான் வாக்களித்த எம்.பியை சந்திக்க விரும்புகிறார். எம்.பியின் மாமா, எம்.பிக்கு தெரிந்தவர், எம்.பியின் வலதுகை போன்ற இடைத்தரகர்கள் இல்லாமல் எம்.பிக்களில் யாரை மக்கள் சுலபமாக சந்திக்கலாம்? மக்களின் கருத்துக்களை கேட்டு தீபம் குழு தயாரித்த இறுதிப்பட்டியல்.

இந்தவாரம் திருகோணமலை.

அப்துல்லாஹ் மஹ்ரூப்

திருகோணமலையின் ஐதேக எம்.பி மஹ்ரூப்தான் மக்கள் எம்.பி. இம்முறை தேர்தலில் மாவட்டத்தில் அதிகூடிய வாக்குகளை பெற்றவர் அவர்தான். மக்கள் சந்திப்புக்கள், குடிநீர் பிரச்சனைகளிற்காக அதிகநேரத்தை செலவிடுகிறார். மக்கள் ஆதரவு அலைபோல உள்ளது. அதனை தொடர்ந்தும் பேணுவதில் அக்கறை காட்டி வருகிறார். இவரது அரசியல் கிண்ணியாவை மையமாக கொண்டது, அங்குதான் அலுவலகமும் உள்ளது. அலுவலகத்திற்கும் யாரும் தயக்கமின்றி செல்லலாம். எம்.பி இல்லாவிட்டாலும் விடயத்தை கேட்க ஆட்கள் உள்ளனர். மக்கள் பிரச்சனைகளின்போது சம்பந்தப்பட்ட இடங்களிற்கு நேரடியாகவே சென்று ஆச்சரியம் ஊட்டுபவர்.



துரைரட்ணசிங்கம்

தமிழ்தேசிய கூட்டமைப்பின் தேசியப்பட்டியல் எம்.பி. ஏற்கனவேயும் ஒருறை பாராளுமன்றத்திற்கு சென்றுள்ளார். எனினும் அவர் இருப்பது பலரிற்கு தெரியாது. அவ்வளவு அமைதியாக இருப்பார். கொந்தளிப்பான பிரச்சனை சமயங்களிலல்லாம் அறிக்கைவிட்டு, ஸ்கோர் செய்ய தெரியாமல் திண்டாடுபவர். இவரை சந்திப்பதும் சிரமமில்லை. வீட்டிற்கு சென்றால் யாரும் சந்திக்கலாம். மக்களின் குறைகள் கேட்டறியப்பட்டு, தீர்ப்பதில் கட்சி ஆர்வம் காட்டுகிறது. எந்த சமயத்திலும் அலுவலகத்திற்கு செல்லலாம். தெலைபேசியில் அழைத்தாவது சொல்லலாம். அனைத்தையும் பொறுமயாக செவிமடுத்து அதிகாரிகளிற்கு கட்டளையிடுகிறார்.

இம்ரான் மஹ்ரூப்

திருகோணமலையிலிருந்து பாராளுமன்றம் சென்ற இளம் எம்.பி என்ற பெருமை இவருக்குள்ளது. இவரது தந்தை எம்.ஏ. மஹ்ரூப் விடுதலைப்புலிகளின் தற்கொலை குண்டுதாக்குதலில் கொல்லப்பட்டார். தற்போது திருகோணமலை தொடர்பில் பாராளுமன்றத்தில் குரல்கொடுக்கும் துடிப்பான எம்.பி. திருகோணமலை, மூதூர் பிரதேசங்களில் கணிசமான ஆதரவு உள்ளது. குறிப்பாக இளையவர்களின் ஆதரவுதான் இவரது பலம். மக்கள் சந்திப்புக்களில் அதிக அக்கறை கொள்கிறார். யாரும் நேரில் சந்திக்கலாம். முறைப்பாடுகள் பதிவு செய்யலாம். திருகோணமலையில் பல பகுதிகளிலும் சந்திப்பு ஏற்பாடுகள் செய்ய வேண்டுமென்பது மக்களின் கருத்து.

எம்.கே.டி.எஸ்.குணவர்த்தன

தற்போதைய அரசின் முக்கிய பிரமுகர். அமைச்சர். மகிந்தவின் ஆட்சியை மாற்ற உயிரைப்பணயம் வைத்தவர்களில் ஒருவர். திருகோணமலையில் சுதந்திரக்கட்சியின் தூண். கட்சியை வளர்த்ததில் பெரும் பங்கு அவருக்கே உள்ளது. கம்பஹாவின் அத்தனகல்ல பகுதி இவரின் சொந்த இடம். திருகோணமலையில் நீண்டகாலம் பொலிஸ் அதிகாரியாக செயற்பட்டவர். பின்னர் திருகோணமலையிலேயே தங்கி அரசியலில் ஈடுபட்டு வருகிறார். எனினும் கடந்த தேர்தலில் போட்டியிடவில்லை. தேசியப்பட்டியல் மூலம் பாராளுமன்றம் சென்றார். இவரது அலுவலகம் கந்தளாயில் உள்ள அவரது வீட்டில் அமைந்துள்ளது. அங்கு எந்த நேரத்திலும் யாரும் செல்லலாம். குறைகளை தீர்த்து வைக்க பொறிமுறையொன்று உருவாக்கப்பட்டுள்ளது. எனினும், தற்போது அவருக்கு ஏற்பட்டுள்ள சுகவீனம் காரணமாக மக்கள் சந்திப்பில் தொய்வு ஏற்பட்டுள்ளது. இதனால் மக்களால் அவரை சந்திக்க முடிவதில்லை.

சுசந்த புஞ்சி நிலமே

ஐக்கிய மக்கள் சுதந்திரக்கூட்டமைப்பின் எம்.பி. பெரும்பாலான ஐ.ம.சு.கூ காரரைபோல முன்னர் மகிந்த விசுவாசியாக இருந்து, தற்போது மைத்திரி அணிக்கு தாவியவர். தற்போது அமைச்சுப்பதவியையும் எடுத்துவிட்டார். இரத்தினபுரியை சேர்ந்த இவர், அரசியல்தளமாக திருகோணமலையை மாற்றிக் கொண்டார். ஐக்கிய தேசியக்கட்சியிலிருந்து மகிந்த பக்கம் தாவிய பின்னர், திருகோணமலையிலி சிங்களவர் மத்தியில் செல்வாக்கை வளர்த்துள்ளார். சுசந்த புஞ்சி நிலமேக்கு இன்னொரு பெயர் அதிரடி. எந்தக்காரியத்தையும் பலரும் திரும்பிப்பார்க்கும் விதமாக அதிரடியாக செய்பவர். இதனாலேயே இளைவயதுக்காரர்களிற்கு இவரில் நிறைய ஈர்ப்பு இருக்கிறது. அமைச்சுப்பதவி நெருக்குவாரமோ என்னவோ, முன்னரைப் போல மக்கள் சந்திப்புக்களில் அவ்வளவு அக்கறை காட்டுவதில்லை. எனினும், தேடிச்செல்பவர்களின் குறைகளை கேட்டறிந்து தீர்த்து வைக்க அலுவலகங்களில் ஏற்பாடுகள் உள்ளன.

இரா.சம்பந்தன்

தமிழ்தேசிய கூட்டமைப்பின் பாராளுமன்றகுழுத் தலைவர். இலங்கையின் எதிர்க்கட்சி தலைவர். இந்த இரண்டு பெரிய பொறுப்புக்கள் காரணமாக திருகோணமலையில் தங்க வாய்ப்புக்கள் வராது என்பதை உணர்ந்துதான் கூட்டமைப்பின் தேசியப்பட்டியலை துரைரட்ணசிங்கத்திற்கு வழங்கியுள்ளார் போல. முக்கிய பிரச்சனைகள், அவசிய தேவைகளில் கவனிக்கத்தக்க அறிக்கைகள் வெளியிட்டு பலரையும் திரும்பிப்பார்க்க வைத்துக் கொண்டிருக்கிறார். அதிக அரசியல் பளு, அதிக வயது காரணமாக அவரால் அவ்வளவாக பிரயாணம் செய்ய முடியாத நிலையுள்ளது. இதனால் கொழும்பிலேயே முகாமிட்டு விடுகிறார். அவரை சந்திப்பதென்பது குதிரைக்கொம்பு. திருகோணமலையின் தமிழரசுக்கட்சி அலுவலகங்கள் உள்ளன. அவற்றில் மக்கள் தொடர்பாளர்கள் இருக்கிறார்கள். எனினும், சம்பந்தனை யாராவது சந்திக்க வேண்டுமெனில் ஏற்பாடு செய்து கொடுக்கும் பொறிமுறை இல்லாதது பெரிய பலவீனமே.

கிராமமே காணாமல் போகப் போகிறது!

கள்ளமண்காரர்களிடம் சிக்கித்தவிக்கும் கிராமம்

அராலி அரக்கன்

'மணல் அள்ளியே நமது கிராமத்தை காணாமல் போகச் செய்து விடுவார்களோ என்று பயமாக உள்ளது' என ஒரு அலறும் ஒரு கிராமத்தின் கதையிது.

வடக்கில் பல இடங்களிலும் தற்போது கொடிகட்டிப்பறக்கும் சட்டவிரோத மண் அகழ்வு, சட்டவிரோதமாக பனைமரங்கள் தறித்தலால் மெல்லமெல்ல உயிர் விட்டுக் கொண்டிருக்கும் கிராமமொன்றே முகாவில் (கிராமசேவகர் பிரிவு Kn/80). கிளிநொச்சி மாவட்டத்தில் பச்சிலைப்பள்ளி பிரதேச செயலகத்தில் உள்ளதே இந்தகிராமம்.

இங்கு சட்டவிரோத மண் அகழ்வும், பனைமரம் தறித்தலும் கொடிகட்டிப்பறக்கிறது. கடந்த சில மாதங்களாக நடந்துவரும் இந்த இயற்கை கொள்ளைக்கு கிராமவாசிகளும் சிலர் உடந்தையாக இருப்பதுதான் பெரியசோகம் என்கிறார்கள் மக்கள். கிராம முன்னேற்றத்தில் அக்கறையுள்ளவர்களாக காட்டுபவர்களாகவே இதில் முன்னணியில் நிற்கிறார்கள் என்பதே மக்களின் குற்றச்சாட்டு.

இந்த சட்டவிரோத செயற்பாடுகளுக்கு சம்பந்தப்பட்ட அதிகாரிகளும் காரணமாக அமைவதால் இதில் ஈடுபடுபவர்கள் தங்குதடையின்றி எந்தப் பயமுமின்றி ஈடுபட்டு வருகின்றனர். சட்டவிரோத மண் அகழ்வால் கிராமமே மண்ணுக்குள் புதையுண்டு போய்விடும் அபாயத்தை சுட்டிக்காட்டுகிறார்கள் மக்கள்.

சட்டவிரோத மண் அள்ளல் இரவுநேரங்களில்த்தான் நடக்கிறது. முன்னிரவு 7மணிக்கு மண் அகழத் தொடங்கி, இரவு 9.30 மணியளவில் முடித்து விடுகிறார்கள். உழவு இயந்திரத்தில் கொண்டுவரப்படும் கள்ளமண், அருகிலுள்ள சில 'மலைவிழுங்களிகள்' வீடுகளில் பறிக்கப்படுகிறது. அங்குதான் வியாபாரம் ஆரம்பிக்கிறது. அதிகாலை 2.30 மணி தொடக்கம் பிற்பகல் 4.30 மணி வரை இரண்டுக்கு மேற்பட்ட டிப்பர் வாகனத்தில் ஏற்றப்பட்டு யாழ்ப்பாணப் பகுதிகளுக்கு கொண்டு செல்லப்படுகின்றன.

யாவில்குளம், கிருஸ்ணன் கோவில்குளம், பாப்பாங்குளம், வண்ணான்குளம் ஆகிய பகுதிகளிலும் மற்றும் வெள்ளை மண் உள்ள தனியார் காணிகளிலும் இந்த சட்டவிரோத தொழில் நடக்கிறது.

> 'மலைவிழுங்கிகள்' வீடுகளிலிருந்து டிப்பரில் மண் புறப்படும் போது பாதுகாப்பிற்காக இரண்டு மோட்டார் சைக்கிள்கள் முன்னால் செல்லுமாம். இயன்றவரை பிரதான வீதிகளை தவிர்த்து, உள்வீதிகளினால்தான் தொடரணி செல்லும். முன்னால் செல்லும் மோட்டார்சைக்கிளில் ஹெல்மெட் அணியாமலும் ஒருவர் செல்வாராம். ஏறுக்குமாறாக பொலிசாரிடம் தொடரணி சிக்கினால், அவர்களின் கவனம் ஹெல்மெட் அணியாதவரில் குவிய, டிமிக்கி கொடுப்பது கள்ளமண்காரர்களின் 'ரிக்ஸ்' என்கிறார்கள் கிராமத்தவர்கள்.

இந்த சட்டவிரோத செயற்பாட்டு கும்பலில் சிலரை பனை பொலிஸார் பிடித்தும் உள்ளனர். ஆனால் பொலிஸாரால் முழுமையாக இதனைக் கட்டுப்படுத்த முடியவில்லை.இதனால்பொலிஸார் மீதும் மக்களின் விசனம் திரும்பியுள்ளது. பிடிக்கப்படுபவர்கள் எப்படியோ சுழித்து வெளியேறிவிடுவதால் சட்டவிரோத மண் அகழ்வில் பலர் ஈடுபடுவதற்கான துணிவை கொடுக்கிறது என்பது அவர்களின் அபிப்பிராயம்.

இந்த விடயம் சம்பந்தமாக கிராம சேவகர் மற்றும் பிரதேச செயலர்களுக்கு தெரியப்படுத்தியும் அவர்கள் இதுவரை எந்த நடவடிக்கையையும் எடுக்கவில்லை. சட்டவிரோத செயற்பாட்டை தடுப்பதற்கு எவரும் முன்வரவில்லை என்று அந்தப் பகுதி மக்கள் தெரிவிக்கின்றனர்.

மண் அகழ்வு,பனைமரம் தறித்தல் உள்ளிட்ட விவகாரங்களிற்கு அனுமதி வழங்க வேண்டியது பிரதேசசெயலகம். சட்டவிரோதமாக அவை நடந்தால் தடுப்பதும் அவர்களின் கடமை. எனினும், தற்போது முகாவிலில் நடப்பதை பிரதேச செயலகத்தாலும் இதுவரை கட்டுப்படுத்த முடியவில்லை. பொறுப்பானவர்களாலேயே இதனை தடுக்க முடியவில்லையெனில்,பிறகு எப்படி சட்டவிரோதமான முறையில் நடந்து கொள்பவர்களை தடுக்க முடியும்.

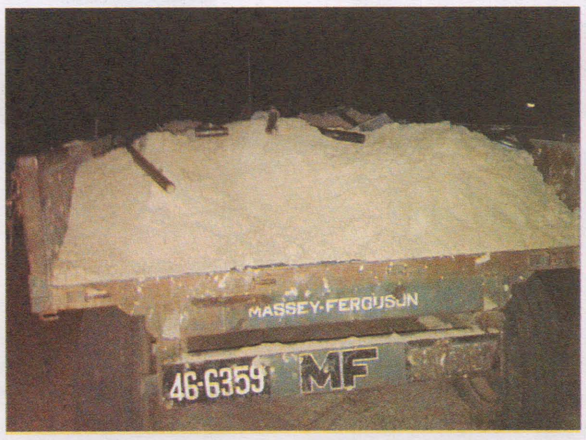
ஒரு சாதாரண குடிமகன் தனது சொந்த தேவைக்கு மணல் ஏற்றுவதாயின் 02 லோட்களுக்கு மாத்திரமே அனுமதி உண்டு. கடுமையான நிபந்தனைகளுடன். இந்த அனுமதி வழங்கப்படுகிறது. அந்த அனுமதியை பெறுவதென்பது இப்பொழுது கடவுளை நேரில் காண்பதற்கு ஒத்ததை போன்ற சிரமம். ஆனால் அனுமதி இல்லாமல் மணல் அள்ளுபவர்கள் எந்த சிரமமுமின்றி சர்வசாதாரணமாக தொழில் செய்கிறார்கள் என்பது எந்த விதத்திலும் நியாயப்படுத்தப்பட முடியாதது. இதனை தொடர அனுமதிப்பது, ஏராளம் தாமதங்களுடன் சட்டரீதியாக செயற்படுபவர்களையும் அவமதிக்கும் செயல்.

இதுதவிர, இன்னொரு பெரிய விபரீதத்தையும் கிராமம் சந்திக்கிறது. முகாவிலில் பனைமரங்கள் நிறைந்துள்ளன. யார் கண்பட்டதோ தெரியவில்லை, இப்பொழுது அதற்கும் ஆபத்து வந்துவிட்டது. இங்குள்ள பனைமரங்கள் சட்டவிரோதமாக தறிக்கப்பட்டு ஏற்றப்பட்டு கொண்டிருக்கின்றன. துரிதகதியில் இந்த அழிப்பு நடக்கிறது. இதுவும் கிராமவாசிகளின் ஒத்துழைப்புடன் நடப்பதாக கிராமத்தில் கூறப்படுகிறது. இதனைவிட இன்னொரு தகவலும் அரசல்புரசலாக உண்டு. இங்கு தறிக்கப்படும்பனைமரங்கள் பளைப் பகுதியில் உள்ள மரக்காலைகளில் விற்பனை செய்யப்படுகிறதாம்.

இயற்கையை பொறுப்பற்ற விதத்தில் அழித்தால் விலை கொடுக்க வேண்டியது தமது சந்ததிதான் என்பதை அந்த சட்டவிரோத தொழில் செய்யும் பொறுப்பற்றவர்கள் உணரவில்லை.

அதிகாரிகளுமா?

> பளை பிரதேச செயலகத்திடம் இதுபற்றி கேட்டபோது, முகாவில் பகுதியில் சட்டவிரோத மண் அகழ்வு நடப்பதை உறுதி செய்தார்கள். பனை மரங்கள் தறிக்கப்படுவதற்கு தாங்கள் அனுமதி வழங்கவில்லை என்றார்கள். 'இது தொடர்பாக பொலிஸிற்கும் உரிய தரப்பினருக்கும் தகவல் வழங்கியும் உள்ளோம். ஆனால் அவர்கள் எந்தவிதமான நடவடிக்கையும் எடுக்கவில்லை. எங்களால் என்ன செய்ய முடியும்?' என்றார்கள்.



மன்னார் மாவட்டச் செயலகத்தில் இடம்பெற்ற வடக்குதெற்கு உறவுப் பரிமாற்ற நிகழ்வுகளின் இறுதி நிகழ்வு.

வைத்தியர் கந்தையா சோதிதாசன்
drsothithas@gmail.com
0776284687

மகாலிங்கம் (56),
கொக்குவில்.

கேள்வி: எனது தந்தையாருக்கு வயது 80. சிறுநீரகப் பாதிப்பு இருப்பதாக தெரிவித்துள்ளார்கள். அவருக்கு வழங்கக்கூடிய உணவு மூலிகை வகைகளை குறிப்பிட முடியுமா?

பதில்: சிறுநீரகம் எமது உடலுக்கு முக்கியமானதோர் உறுப்பு. கூடவே தேவைக்கு அதிகமான உப்புக்கள், நச்சுக்கள், தேவைக்கு மீறிய மருந்துக்கூறுகள் எல்லாவற்றையும் தினசரி வெளித்தள்ளும் அதன் பணி மகத்தானது.

கழிவு வெளியேற்றுவது மட்டு மல்ல, விட்டமின் 'டி'தயாரிப்பு, இரத்த சிவப்பணுக்கள் உற்பத்திக்கு 'எரித்ரோபாய்டின்' உற்பத்தி செய்வது, இரத்த அழுத்தத்தைக் கூட்டாது காக்க, 'ரெனின்' சுரப்பைத் தருவது என இதன் பணிகள் இன்னும் ஏராளம்.

மற்ற எந்த நோய்க்கும் இல்லாதபடி, சிறுநீரக நோய்க்கு உணவில் மிகுந்த கவனம் தேவை. கட்டுப்பாடுகளும் கொஞ்சம் அதிகம். இதில் கவனம் தவறுவதும் அலட்சியமாக இருப்பதும் சிறுநீரக முழுச்செயலிழப்பையும், உயிருக்கே ஆபத்தையும் கொடுத்துவிடும்.

எந்தஅளவிற்கு சிறுநீர் வெளியேறுகிறதோ அதைப்பொறுத்து நீர் ருந்தும் அளவை உங்கள் மருத்துவர் நிர்ணயிப்பார். அதனை அப்படியே பின்பற்றுவது மிகமுக்கியம்.

இரத்தத்தில் மற்றும் வெளியேறும் சிறுநீரில் உள்ள உப்பைப்பொறுத்தே உள்ளே சேர்க்கும் உப்பின் அளவும் இருந்திட வேண்டும்.

புரத உணவைப் பொறுத்த மட்டில் காய்கறிப் புரதம் சிறந்தது. கோழி இறைச்சியில் கிடைக்கும். புரதத்தை காட்டிலும் பாசிப்பயறின் புரதம் சிறுநீரக நோயினருக்கு ஏற்றது. ஏனெனில், சிக்கனில் புரதத்துடன் உப்புக்களும் கூடுதல் அளவில் உள்வந்துவிடும். பயறுப்புரதத்தில் அந்த பயம் இல்லை. சிறுநீரக நோயினருக்கு இரத்தத்தில் மெல்லமெல்ல பொட்டாசியம் சேரும் வாய்ப்பு வந்துவிடுவதால், அது இதயத்தை அதன் துடிப்பு வீதத்தை மாற்றிடவும், திடீர் இதயசெயலிழப்பை ஏற்படுத்தும் அபாயமும் உண்டு. சோடியமும் பொட்டாசியமும் குறைந்த அளவில் உள்ள பழங்களையே எடுக்க வேண்டும். எலுமிச்சை, தோடம்பழம், நெல்லிக்கனியை தவிர்ப்பது நல்லது. இவை நிறைய பொட்டசியச்சத்து உடையன. பைனாப்பிள், பப்பாளி, கொய்யா முதலிய பழங்கள் குறைந்த அளவிலான பொட்டாசியச்சத்து உடையன . கரட், காலிஃப்ளவர், பீட்ருட், இவை சோடியம் அதிகம் உள்ளவை. இதனை உணவில் தவிர்க்க வேண்டும்

காய்கறி, கீரைகளை நிறைய நீர்விட்டும் நன்கு வேகவைத்தும், பின் அந்த நீரை வடித்து விட்டு சாப்பிட வேண்டும். இம்முறையில் சமைப்பது உப்புக்கள் அதிக அளவில் உணவில் தங்காமல் பார்த்துக் கொள்ளும்.

வயலோரங்களில் வளர்ந்து நிற்கும் நீர் முள்ளிச்செடி, காய்ந்த வரப்புகளில் நடக்கும்போது காலில் குத்தும் நெருஞ்சி முள், பூனை மீசை எனும் செடி இவற்றை சரியாக அடையாளம் தெரிந்து தேர்ந்தெடுத்து தேநீராக்கி காலை வெறும் வயிற்றில் சாப்பிடுவது சிறுநீரக நோயாளிகளுக்கு நல்லது. சரியான உடற்பயிற்சி, யோகா மற்றும் பிராணாயாமம், மருத்துவரின் அறிவுரைப்படி சரியான சிகிச்சை, தேர்ந்தெடுத்த சரியான உணவு இவை மட்டுமே சிறுநீரக நோயைக் கட்டுப்பாடில் வைத்திருக்க உதவும்.

ந.கோபிகா (20)
அரியாலை கிழக்கு.

கேள்வி: எனக்கு தலை முடி இடைக்கிடை நரைக்கிறது. இளநரைக்கு சித்த மருத்துவதில் சிகிச்சை என்ன?

பதில் : இளநரை தோன்றுவதற்கு பாரம்பரியம் மற்றும் ஓமோன்கள் தான் காரணம். என்றாலும் ஷாம்போ மற்றும் சோப்புகளை அதிகமாகப் பயன் படுத்துவதாலும், சரியான உணவு முறைகளைக் கடைப்பிடிக்காமல் போவதாலும் இக்குறைபாடு ஏற்படுகிறது. இளம்வயதில் நரை ஏற்பட்டால் அதனைத் தவிர்த்து சரி பண்ண.முடியும்.

1. சீயக்காய், நெல்லிக்காய், கடுக்காய், பயற்றமாவு போன்ற பொருள்களைத் தலைக்குப் பயன்படுத்தலாம்.

உணவு: உணவில் அதிகளவு கறிவேப்பிலையை சேர்த்துக் கொள்ள வேண்டும்

இரும்புச்சத்துள்ள உணவுகளான கீரைவகைகள், காய்கறிகள், பால், முட்டை, மீன் போன்றவற்றைச் சரி விகிதமாக சாப்பாட்டில் சேர்த்துக் கொண்டு வந்தால் நரைமுடியை 10 சதவீதம் தவிர்க்க முடியும்.

பிகாம்ப்ளக்ஸ், கல்சியம், இரும்புச்சத்து, புரதச்சத்துள்ள உணவுகளையும் சேர்த்துக் கொள்ள வேண்டும்.

கரிசலாங்கண்ணி இலையை (200 கிராம்) மையா அரைச்சு, அதோடு அரை லீட்டர் தேங்காய் எண்ணெய் சேர்த்து காய்ச்சி பதத்துக்க வந்ததும் இறக்கி தலைக்கு வைத்துவர இளநரை எல்லாம் சரியாகும்.

கரிசலாங்கண்ணி சூரணத்தை கால் தேக்கரண்டி எடுத்து, தேன் சேர்த்து சாப்பிட்டாலும் நரை விழுகிற பிரச்சினை சரியாகும்.

மருதாணி இலை 300 கிராம், நல்லெண்ணெய் ஒன்றரை லிட்டர், பசும்பால் 700 மில்லி சேர்த்து பதமாய் காய்ச்சி, தலைக்கு வைத்தவர கூந்தல் நன்றாக வளரும். அத்துடன் நரை விழுவதையும் தடுக்கும்

சண்முகலிங்கம் (38)
நீர்வேலி

கேள்வி: தேகம்மெலிந்திருக்கிறது. வைத்திய சோதனைகளில் நீரிழிவின் ஆரம்ப நிலையில் இருப்பதாக சொல்கிறார்கள். மருந்து தேவையில்லை, உணவுகட்டுபாட்டை பேண சொன்னார்கள். நீரிழிவை குணபடுத்த வல்ல யோகாசன முறை ஒன்று சொல்வீர்களா?

பதில்: நீரிழிவு நோய்க்கு பல ஆசனங்கள் பயன் அளிக்கிறது. அதிலே சலபாசனம் சிறப்பானது .

இது நீரிழிவு நோய்க்கு மட்டுமன்றி , நுரையீரலின் வலிமையை அதிகரிக்கிறது. அதனால் ஆஸ்துமா நோய்க்கு மிகவும் நல்லது. அடி முதுகு வலியை போக்கும். அஜீரணத்தை போக்கி செரிமானத்தை சரியாக்கி கல்லீரல், மண்ணீரல் பலம் பெறுகிறது.

இந்த ஆசனத்தை தொடர்ந்து செய்து வந்தால் இரைப்பை புண், குடல் புண், ஆஸ்துமா, இருதய பலவீனம், உதர விதான இறக்கம் ஆகிய குறைபாடுகள் ஏற்படுவதில்லை.

செய்முறை: முதலில் தரையில் குப்புறப்படுக்க வேண்டும். அடி வயிறு, மார்பு, மற்றும் முகவாய்க் கட்டை தரையில் படுமாறு இருக்க வேண்டும். கைகள் தரையில் இருக்க வேண்டும். உள்ளங்கைகள் மேல் நோக்கி பார்த்தபடி இருக்க வேண்டும். முழங்கால்களை மடிக்காமல் பூமியிலிருந்து 40 பாகைக்கு உயர்த்த வேண்டும்.

கால்களை உயர்த்தி சாதாரண மூச்சில் 15 எண்ணிக்கைகள் இருக்கவும். மேலே தூக்கிய கால்கள் மெதுவே கீழே இறக்கப்படும் வரை மூச்சை முழுவதும் வெளியே விட வேண்டாம். இரண்டு கால்களையும் விரிப்பின்மீது கொண்டு வரும் போது மூச்சை விடவும்.

இதுபோல் ஐந்து முறை செய்ய வேண்டும். கால்களை விரிப்பின் மீது வைக்கும் போது, நீங்கள் காலை தூக்கும் போது எந்த இடத்தில் இருந்ததோ அதே இடத்திற்கு மீண்டும் கொண்டு வந்து, பின்னர் சவாசன நிலைக்குப் போகலாம்.

பார்திபன் (28)
கிளிநொச்சி.

கேள்வி : எங்களுக்கு முன்பு மலேரியா காச்சல் ஏற்படும் போது வேப்பம் பட்டை அவித்து தருவார்கள். வேப்பம் பட்டைக்கு வேறு மருத்துவ குணங்களும் இருக்கிறதா?

பதில்: முதிர்ந்த வேம்பின் வேர்ப்பட்டைப் பொடியுடன் முதிர்ந்த பூவரசம் பட்டைப் பொடி கலந்து 2 கிராம் அளவாகச் சிறிது சர்க்கரை கூட்டி காலை, மாலை நீண்ட நாட்கள் சாப்பிட்டு வர தொழுநோய் முதலான அனைத்துத் தோல் நோய்களும் குணமாகும். வேப்பெண்ணையில் தலை முழுகிவரச் சன்னி, பிடரி இசிவு, வாத நோய்கள்தீரும்.

வேப்பம்பட்டை 5 பலம், கஸ்தூரி மஞ்சள், பூண்டு, மிளகு, சீரகம் இவை வகைக்கு 50 கிராம் எடுத்து இவற்றை இடித்துத் தூளாக்கி, ஒரே மாட்டின் பசும்பால் ஒரு பிடி நல்ல எண்ணெய் ஒன்றரைப்பிடி எடுத்து இவையனைத்தையும் ஒன்றாகச் சேர்த்து காய்ச்ச வேண்டும். உரிய பதம் வந்ததும் இறக்கி ஆறியவுடன் வடிகட்டி வைத்துக்கொள்ள வேண்டும். இந்த எண்ணெயைத் தேய்த்துக்குளித்துவந்தால் மண்டையிடி, பீனிசம், வாதரோகங்கள், பாரிசவாயு, சீதளரோகம் சம்பந்தமுடையவர்கள், தோல் சம்பந்தப்பட்ட நோயுடையவர்கள் விரைவில் குணம் பெறுவார்கள்.

நூறு ஆண்டு வேப்ப மரத்தின் இலை, பூ, பட்டை, வேர்ப்பட்டை, காய் ஆகியவற்றை சம அளவில் எடுத்து உலர்த்து பொடி சூரணம் 25 கிராம் அளவு தேனில்கலந்து காலை சாப்பிட்டு வந்தால் உடல் வலியும் வனப்பும் பெறும். காயகல்பமாகும். உடலில் எந்த நோயும் போகும். நீரிழிவு, சர்க்கரை, குஸ்டம் முதலான எல்லா வகைத் தோல் நோயும் குணமாகும். புகையிலை, புளி, போகம் நீக்கினால் நூறாண்டு வாழலாம்.

உங்களிற்கு ஏற்படும் சந்தேகங்களிற்கு சித்த வைத்திய தீர்வளிக்க வைத்தியர்கள் தயாராக உள்ளனர். உடனே எழுதி அனுப்புங்கள்.

'வைத்தியரிடம் கேளுங்கள்'
தீபம்
211, கச்சேரி நல்லூர் வீதி.
யாழ்ப்பாணம்.

தாயிடமிருந்து குழந்தைகளுக்கான HIV தொற்றுதலைத் தவிர்ப்போம்

ஆ.தக்ஷாயினி
வைத்தியகலாநிதி
(AMOH – Nallur)

உலக எயிட்ஸ் தினம் மார்கழி முதலாம் திகதி அனுட்டிக் கப்படும் இவ்வேளையில் HIV வைரஸ் உலகளாவியாறிதியில் சமூகநலனிற்கும் அபிவிருத்திக்கும் மிகப்பெரியசவாலாகவிளங்குவதை அறிவீர்களா?

உலகளாவியாறிதியில் 35.5 மில்லியன் மக்கள் HIV தொற்றுடன் வாழ்வதாக 2012 ல் மதிப்பீடு செய்யப்பட்டுள்ளது. இதில் 17.7 மில்லியன் பெண்களும் 2 இலட்சம் சிறார்களும் அடங்குவர். இதே வேளை கருத்தாரிக்கும் பருவமங்கை யாரின் (Reproductive age group) மரணத்திற்கு பிரதான காரணிகளில் ஒன்றாக HIV விளங்குகின்றது.

இலங்கையில் 2014ம் ஆண்டு மதிப்பீட்டுக்கமைய 1278 ஆண்களும், 796 பெண்களும் HIV தொற்றினால் பாதிக்கப்பட்டுள்ளதாக தேசிய பாலியல் நோய் மற்றும் எயிட்ஸ் தடுப்பு வேலைத்திட்டத்தின் மதிப் பீட்டு அறிக்கையில் குறிப்பிடப்ப ட்டுள்ளது

இன்றைய சூழலில் அதிகாரித்து வரும் மதுப்பாவனை, போதைப் பொருள் பாவனை, தவறான இணையத்தளங்களின் பாவனை போன்றவற்றின் தூண்டுதலினால் ஏற்படும் தவறான பாலியல் நடவடிக்கைகள் HIV தொற்றுக்கான வாய்ப்புகளை மேலும் அதிகாரித் துள்ளது.

துவறான பாலியல் தொடர்பு காரணமாக HIVயினால் வயது வந்தோர் பாதிக்கப்படுகின்ற அதே வேளை குழந்தைகள் பிரதான HIV தொற்றுக்குள்ளான தாயிட மிருந்து கர்ப்பகாலத்திலும் பிரசவத்தின் போதும், பிறந்தபின் தாய்ப்பாலினூடாகவும் HIV தொற்றுக்கு ஆளாகுவர்.

இலங்கையில் தாயிடமிருந்து குழந்தைக்கு பரவிய HIV தொற்றினால் 71 குழந்தைகள் பாதிக் கப்பட்டுள்ளது இனங்காணப் பட்டுள்ளதுடன் இத்தொகை 100 க்குமேல் காணப்பட லாம் என்ற அச்சமும் நிலவி வருகின்றது.

தாய் தந்தையருடைய தவறினால் ஏதுமறியாத குழந்தையொன்று HIV தொற்றுடன் ஜனனமடைவதை எவ்வாறு அனுமதிக்கலாம். வருங்கால சந்ததி முளையிலேயே கருகுவதை அனுமதிக்கலாமா? எனவே திருமணத்திற்கு முன்னரான பாலியல் தொடர்புகளை அறவே தவிர்த்தலும் உங்கள் வாழ்க்கைத் துணை அல்லாத ஒருவருடன் பாலியல் ரீதியான தொடர்புகளை முற்றாக தவிர்ப்பதன் மூலமும் HIV தொற்றிலிருந்து ஒருவர் தன்னைப் பாதுகாக்க முடியும். ஒருவேளை வாழ்கைத் துணை HIV தொற்றிற்கு ஆளாகியிருப்பதை அறிந்திருந்தால் அருகிலுள்ள பாலியல் நோய் மற்றும் எயிட்ஸ் நோய்க்கான சிகிச்சை நிலையத்தில் அதற்கான தடுப்பு மருந்துகளையும் மருத்துவ ஆலோசனைகளையும் பெறுவதன் மூலமும் தானும் தன்னுடைய வாழ்க் கைத் துணையும் நீண்டகாலம் நலமாக வாழ்வதை உறுதிப்படுத்திக் கொள்ள முடியும். தொற்றுக்குள் ளான நபர் மூலமோ அல்லது HIV தொற்றுள்ள பெண்ணே கர்ப்பமடைவதைத் தவிர்ப்பது சாலச் சிறந்ததாகும்.

எனினும் HIV தொற்றுக்குள்ளான ஒருபெண் கர்ப்பமடைவாராயின் முதல் 14 வாரங்களுக்குள் அவர் HIV நோய்த் தடுப்பு மருந்துகளை அருகிலுள்ள பாலியல்நோய் மற்றும் எயிட்ஸ் நோய்க்கான சிகிச்சை நிலயங்களில் பெற்றுக்கொள் வாராயின் தொற்றுநிலை கட்டுப் பாட்டிற்குள் கொண்டுவரப்பட்டு தாயிலிருந்து வயிற்றில் வளரும் குழந்தைக்கான HIV த் தொற்றை முற்றாகத் தவிர்க்கமுடியும்.

இன்றைய காலகட்டத்தில் தேசிய பாலியல்நோய் மற்றும் எயிட்ஸ் நோய் தடுப்பு வேலைத்திட்டத்தின் உதவியுடன் ஒவ்வொரு கர்ப்பிணித் தாய்மார்களும் தமது பிரதேச ஆரம்பசுகாதார கர்ப்பகால சிகிச்சை நிலயத்தில் பதிவுசெய்யும் போது HIV திரையிடல் பாரிசோதனையை பெற்றுகொள்ள கூடியதாக ஒழுங்குகள் செய்யப்பட்டுள்ளது. மேலும் HIV தொற்று உறுதிப்படுத் தப்படுமிடத்து HIV மற்றும் எயிட்ஸ்(AIDS) மருத்துவ நிபுணர், குழந்தைநல நிபுணர் ஆகியோரின் ஒருங்கிணைந்த ஆலோசனைப்படி குழந்தை பிறப்பு, குழந்தை பிறந்த பின்னர் பாலூட்டும் வழிமுறைகள், குழந்தைக்கான HIV தொடர்பான சிகிச்சை என்பவற்றைப் பெற்று HIV தொற்றிலிருந்து பிறக்கும் குழந்தையை பாதுகாத்துக் கொள்ள முடியும்.

அணுவளவு உள்ள வைரஸ் ஆறு அறிவு படைத்த மனிதனின் அபிவிருத்தியை சிதைப்பதை அனுமதிப்பதா? தங்கள் குழந்தை மீதும், குடும்பத்தின் மீதும், தேசத்தின் மீதும் அக்கறை கொண்டவர்கள் இதை அனுமதிக்கலாமா? சற்றே சிந்திப்போம்.

நீரிழிவும் நிறையுணவும்

மாயாமகேஸ்
mayamahes90@gmail.com

இலங்கையின் சனத்தொகையில் அண்ணளவாக இருபது சதவீதத்தினர் நீரிழிவால் பாதிக்கப்பட்டுள்ளனர். நீரிழிவினால் பாதிக்கப்படுபவர்களின் எண்ணிக்கை அதிகரித்துக்கொண்டு வருகின்றது. காரணம் யாதெனில் அதிகமான உடல் எடை, பரம்பரை, தவறான உணவுப்பழக்க வழக்கங்கள், உடற்பயிற்சி இன்மை அல்லது உடற்பயிற்சி குறைவு என்பனவாகும்.

நீரிழிவு குணப்படுத்த முடியாத நோயாகும். இது குருதியில் உள்ள குளுக் கோசின் ஃ சீனியின் அளவை கட்டுப் படுத்த முடியாமல் போவதால் ஏற்படு கின்றது. ஆரோக்கியமான ஒரு மனிதனின் உணவின்றிய நிலையில் குருதியில் குளுக் கோசின் அளவு அண்ணளவாக 100 அடஃனட ஆகும். பெரும்பாலும் நீரிழிவினால் குருதியில் குளுக்கோசின் மட்டம் அதிகரிக்கிறது. சில சமயங்களில் சடுதியாக குறைகிறது. குருதியில் உள்ள குளுக்கோசின் அளவைக் கட்டுப்படுத்துவது இன்சுலின் என்கின்ற சுரப்பாகும். இன்சுலின் சுரப்பின் அடிப்படையில் நீரிழிவை இரு வகைப்படுத்தலாம். இன்சுலின் சுரக்காமையால் அல்லது குறைவாக சுரப்பத னால் ஏற்படுவது வகை 1. இதை இன்சுலின் உள்ளெடுப்பதன் மூலம் குளுக்கோசின் அளவை கட்டுப்படுத்தலாம். வகை 2 இன்சுலின் தொழிற்படாமையால் ஏற்படு கின்றது. இதுவே பொதுவானது. இதை பிரதானமாக உணவுப் பழக்கவழக்கங் களின் மூலமாகவும் உடற்பயிற்சியின் மூலமாகவும் கட்டுப்பாட்டில் வைத்திருக்கலாம்.

நீரிழிவு பல நோய்களின் கதவைத் திறக்க வழிவகுக்கிறது. இது சிறுநீரகங்கள், நரம்புகள், கண்களின் தொழிற்பாட்டைப் பாதிக்கின்றது. கர்ப்பகால நீரிழிவு தாய்க்கும் குழந்தைக்கும் சிக்கல் தன்மையை ஏற்படுத்துகிறது.

சிறந்த உணவுப்பழக்க வழக்கங்களும் தவறாத உடற்பயிற்சியும் நீரிழிவிலிருந்து நம்மை விலக்கி வைத்திருக்கும். சீனி அதிகமாக உள்ளெடுப்பதனால் தான் நீரிழிவு உண்டாகின்றது என்பது உண்மையல்ல. சீனி மட்டுமன்றி மாச்சத்து அதிகமுள்ள உணவுகளும் இதற்கு காரணமாகின்றது. மாச்சத்து அதிக முள்ள பெரும்பாலான உணவுகள் குருதியில் குளுக்கோசின் அளவை அதிகரிக்கின்றன. உதாரணமாக வெள்ளை அரிசி, கோதுமை மா மற்றும் அதன் தயாரிப்புகள், கிழங்கு வகைகள், தேன், இனிப்பு வகைகள், சில பழங்கள் (மாம்பழம், அன்னாசி) என்பனவாகும். மாச்சத்து அதிகமுள்ள உணவுகளைக் குறைவாகவும் அதே வேளை நார்ச்சத்து அதிக முள்ள உணவுகளுடன் சேர்த்தும் உட்ளெடுத்தல் சிறந்தது. எமது அன்றாட உணவில் அதிகளவான மரக்கறிகள், பச்சை இலைவகைகள், பழங்கள் என்பவற்றைச் சேர்த்துக்கொள்ள வேண்டும். இவ்வாறு உள்ளெடுக்கப்படும் உணவுகள் குருதியில் குளுக்கோசின் அளவு கூடுவதைக் கட்டுப்படுத்துகின்றது. அது மட்டுமன்றி உடற்பயிற்சி செய்தல் உடற்பாகங்களை சிறப்பாக செயற் படவைக்கின்றது. உடல் எடை அதிகரிக்காமல் தடுக்கின்றது.

நீரிழிவு உள்ளவர்கள் உணவை 5 வேளை களாக உட்கொள்ளல் சிறந்தது. காலை, மதியம், இரவு வேளை உட்கொள்ளும் பிரதான் உணவுகளுடன் இவற்றிற்கு இடை யில் ஆரோக்கியமான சிற்றுண்டி களைச் சேர்த்துக்கொள்ள வேண்டும். உணவிற்கான நேர இடைவேளைகள் சீராக இருப்பது அதிக பசி எடுப்பதைத் தவிர்க்கும். அதே சமயத்தில் அளவாக உட்கொள்ள முடியும். உட்கொள்ளப்படும் உணவுகள் நார்ச்சத்துள்ள உணவுகளாகவும் மாச்சத்து குறைந்த உணவுகளாகவும் இருக்க வேண்டும். உதாரணமாக தவிடு நீக்காத அரிசி, தவிடு நீக்காத அரிசி மா உற்பத்திகள், கிழங்கு வகைகள் தவிர்ந்த மரக்கறி வகைகள், பழங்கள், ஆட்டா மா உற்பத்திகள், மீன்கள், பயறு, கௌபி, கொழுப்பு நீக்கிய அல்லது குறைந்த பால் மற்றும் பால் உற்பத்திகளைச் சொல்லலாம்.

நாம் உட்கொள்ளும் உணவுத் தட்டில் அரைப் பங்கு மாச்சத்தற்ற மரக்கறி வகைகளும் கால் பங்கு புரதம் நிறைந்த உணவுவகைகளும் மிகுதி மாச்சத்தான உணவுகளும் காணப்பட வேண்டும். மாச்சத்தற்ற மரக்கறிகளாக கத்தரி, தக்காளி, பாகற்காய், பயிற்றங்காய், முருங்கைக் காய், பச்சை இலை வகைகள், வெண்டி, கோவா என்பவற்றை உதாரணமாக கூறலாம். புரதம் நிறைந்த உணவிற்கு உதாரணமாக மீன், இறைச்சி, பயறு, பருப்பு, கொழுப்பு குறைந்த பால் என்பவற்றைக் கூறலாம். மேலும் சாதாரண மனிதன் அண்ணளவாக 2 லீற்றர் தூய நீர் பருக வேண்டும்.

நீரிழிவு நோயை வருமுன் காப்பதே சிறந்தது. நீரிழிவால் பாதிக்கப்பட்டவர்கள் சரியான உணவப்பழக்கவழக்கங்கள், ஒழுங் கான உடற்பயிற்சி மற்றும் தேவையான போது மாத்திரைகளை உட்கொண்டு நீரிழிவைக் கட்டுப் பாட்டுக்குள் வைத்திருப்பதும் நீரிழிவின் தொடற்சியாக வரும் உடற் பிரச்சினை களைத் தவிர்ப்பதும் அவர்களது கையில் தான் உள்ளது.

பேரிச்சம்பழ புடிங்

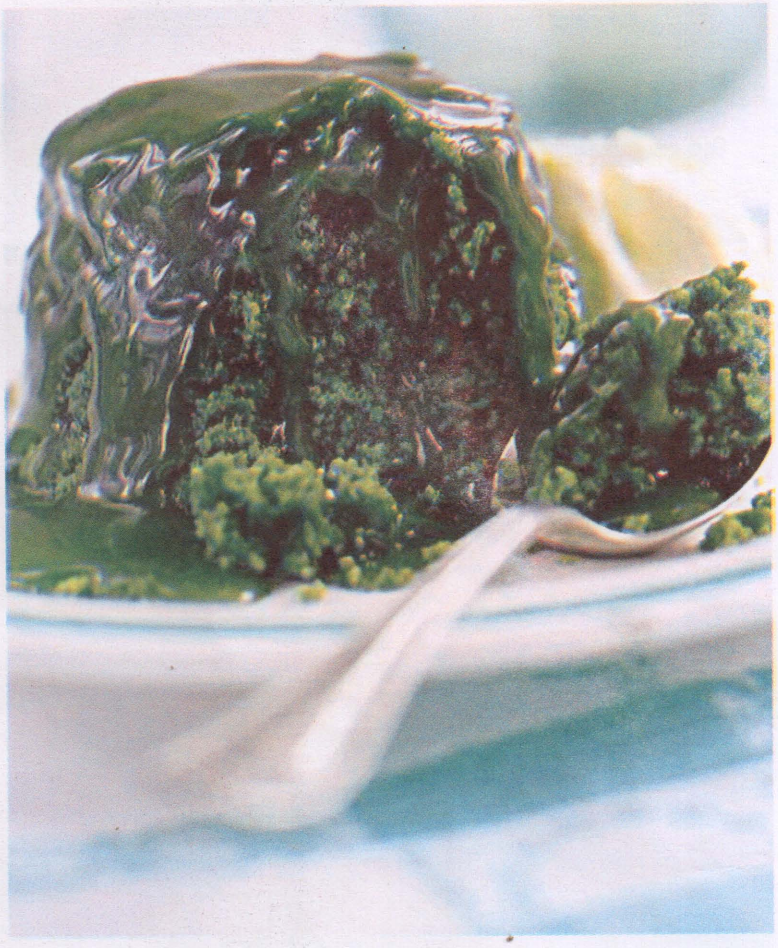
தேவையான பொருட்கள்: பால்: 1கப், வெண்ணெய்: 2கரண்டி, எசன்ஸ்: 1/2 தேக்கரண்டி, சீனி: 1/2 தேக்கரண்டி, பேக்கிங் பவுடர்: 1/4 தேக்கரண்டி, கொட்டை நீக்கிய பேரிச்சம்பழம்: 1கப், உப்பு: சிட்டிகை, மைதா மாவு: 1கப்

செய்முறை: பேரிச்சம்பழத்தை பொடியாக்கி நறுக்கி கொள்ளவும். அதனுடன் பால் சீனி வெண்ணெய் ஆகியவற்றை சேர்த்து சிறு தீயில் கனமான பாத்திரத்தில் வைத்து கொதிக்கவிடவும். அது கொதித்து வர நிறுத்தி விடவும்.

மைதா மாவை ஒரு சிட்டிகை உப்பு பேக்கிங் பவுடருடன் சேர்த்து முதலில் கெட்டியாக பிசையவும். பின்னர் அதோடு 3 கப் தண்ணீர் சேர்த்து தோசை மாவைவிட மெலும் நீர்க்கக் கரைக்கவும்.

பின்னர் அதில் பேரிச்சம்பழக்கலவையை கொட்டி குக்கரில் 15 நிமிடம் ஆவியில் வேக விடவும். மைக்ரோ அவினில் இதை செய்யலாம். குக்கரில் வைக்கும் பொழுது அல்லது ஒறேஞ் அல்லது அன்னாசி எசன்ஸ் 1/2 தேக்கரண்டி சேர்க்கவும். பின்னர் குளிரூட்டியில் வைத்தெடுத்து பரிமாறலாம். சுவையோ சுவை தான்.

குறிப்பு: பெண்களுக்குப் பொதுவாக கால்சியம் குறைபாடு அதிகம் ஏற்படுகிறது. ஆதலால் பேரிச்சம் பழத்தை தினமும் உட்கொண்டு வந்தால் கால்சியம் குறைபாட்டை தவிர்க்க முடியும். மேலும், மாதவிடாய் காலங்களில் பெண்களுக்கு ஏற்படும் சோர்வையும் பேரிச்சம் பழம் உட்கொள்வதால் போக்க முடியும்



இயற்கை தரும் அழகு

ஆர்.சுகந்தினி
new lovers corner manipay

முகப்பரு நீங்க

வெட்டி வேரினை ஊற வைத்து அந்த நீரினால் முகத்தை கழுவி அதன் பின்னர் துளசி இலை, வெள்ளை சந்தனம், வேப்பமிலை 2 இவை அனைத்தையும் அரைத்து கலந்து முகப்பரு உள்ள இடங்களில் பூசிய பின்னர் 20 நிமிடம் கழித்து முகத்தை கழுவி கொள்ளுங்கள். முகப்பரு இடம் தெரியாமல் ஒரு வாரத்தில் மறைந்து விடும்.

கழுத்தில் உள்ள கருமை நீங்க

பயறுத்தூள் 2கரண்டி, எலுமிச்சம் சாறு 1 கரண்டி, சக்கரை சின்ன துண்டு இவற்றை எடுத்து ஒன்றாக கலந்து கழுத்தில் கறுப்புள்ள இடங்களில் பூசி அரை மணி நேரம் கழித்து கழுவி கொள்ள வேண்டும். கழுத்தில் உள்ள கருமை நிறம் மறைந்து விடும்.

உதடு சிவக்க

பாலாடையில் நெல்லிக்காய் அல்லது பீற்றூட் சாறு கலந்து உதட்டில் தடவி 20 நிமிடம் ஊற விட்டு தண்ணீரில் நன்கு கழுவ வேண்டும். தொடர்ந்து செய்து வந்தால் உதட்டின் கருமை மறைந்து சிவக்கும் அழகு கூடும்.

பாதம் மென்மையாக

பாதம் மென்மையாக இருக்க வேண்டுமாயின் பீர்க்கங்காய் நாரினால் தினமும் இரவில் குளிக்கும் பொழுது பாதத்தை தேய்த்து குளித்து வந்தால் பாதங்கள் மென்மையாகும்.

கண்களின் கருவளையம் மறைய

கண்களின் கீழ் உள்ள கருவளையம் மறைய தினமும் வெள்ளரிக்காய் அல்லது பூசனிக் காய் துண்டுகளை கருவளையங் களின் மேல் வைத்து இருபது நிமிடம் அப்படியே இருந்து விட்டு தண்ணீரில் கழுவி வந்தால் கருவளையம் மறைந்து விடும்.

சமையலறை குறிப்புக்கள்

- கத்தரிக்காயை வேகவைக்கும் பொழுது அதனுடன் ஒரு தேக்கரண்டி தயிரை சேர்த்தால் கத்தரிக்காயின் நிறம் மாறாமல் இருக்கும்.
- கீரையை வேக வைக்கும் பொழுது சிறிதளவு எண்ணெய் சேர்த்தால் கீரை பசுமையாகவும் ருசியாகவும் இருக்கும்.
- அப்பிள் சாறு அருந்தி வர தோல் சுருக்கம் மாறி உடல் பள பளக்கும்.
- தோசை இட்லிக்கு உழுந்து அரைக்கும் போது தண்ணீருக்கு பதிலாக ஐஸ் கட்டிகளை போட்டு போட்டு அரைத்தால் உழுந்து நன்கு பொங்கி வரும்.
- பசலைக் கீரையுடன் பருப்பு சேர்த்து வேகவைத்து சீரகம் மிளகாய் வெங்காயம் என்பவற்றை தாளித்து தாளித்து சேர்த்து சோற்றுடன் சாப்பிட்டால் மலச்சிக்கள் நீங்கி பசி எடுக்கும்.
- அதிகளவு வேகிய அமுருக்கங் கீரையையும் வேகாத் அகத்தி கீரையையும் சாப்பிடக் கூடாது.
- வாழைப்புவை வறுவல் செய்து தயிர் சேர்த்து சாப்பிட்டால் மாத விலக்கின் ஏற்படும் வலி மேலதிக உதிரப் போக்கு என்பன குணமாகும்.
- கீரையை சீனி கலந்த நீரில் ஊற வைத்து விட்டு எடுத்து சமைத்தால் அதன் ருசியே வேறு.
- வாழைக்காய் பழுக்காமல் இருக்க தண்ணீரில் போட்டு வைத்தால் ஒரு வாரம் அப்படியே இருக்கும்.
- இட்லி தோசை மாவுக்கு இரண்டு செத்தமிளகாய் போட்டு வைத்தால் மா புளிக்காது .

பெண்ணுக்கு அழகு தரும் பாதணிகள்

பெண்களின் அழகில் தலை தொடக்கம் கால் வரைக்கும் பங்குள்ளது. அதனால் தான் நமது பெண்கள் தலைக்கு வாங்கிற சம்போ தொடக்கம் காலுக்கு போடும் செருப்பு வரைக்கும் தேடி தேடி வாங்குகிறார்கள். என்ன தான் வாசம் வாசமா சம்போ வைத்து முழுகி கம கமக்கும் சென்ற் அடிச்சு அழகழகா ஆடை அணிந்து விதம் விதமா கெயாஸ்ரைல் பண்ணி வெளிக்கிட்டாலும் அவர்கள் படியை தாண்டும் போது போடும் செருப்பு பிழைத்தால் அழகு சற்று வீழ்ந்து விடும். இதனால் தான் பெண்கள் செருப்புக்கு மட்டும் ஒரு நாள் ஒதுக்கி சொப்பிங் செய்வார்கள். ஆனால் அந்த சொப்பிங்கில் தெரிவு செய்யும் செருப்பு உங்கள் தினப்பாவனை ,செல்லும் இடம் ஆடை உங்களின் தோற்றம் இப்படி எல்லாவற்றோடும் பொருந்த வேண்டும். அப்பொழுது தான் உங்கள் சொப்பிங் தரமானது.

என்னடா இது நான் தேடி தேடி செருப்புகளை தெரிவு செய்றன் . ஆனால் எல்லோருமே நான் போடும் செருப்பு கொஞ்சம் கூட சூட்டபிள் இல்லை. அழகில்லை என்கிறார்களே என்று யோசிப்பவரா நீங்கள். கவலைய விடுங்கள். இன்றே உங்கள் தெரிவு தரமானதாக மாற சில டிப்ஸ்.. உங்களுக்காக......

தினப்பாவனை

நீங்கள் தினமும் பாவனைக்கு உட்படுத்தும் செருப்புக்களை தெரிவு செய்யும் பொழுது நீங்கள் பாவிக்கும் இடம் ஆடையினை கவனித்தால் போதும். அலுவலகம் செல்பவரா நீங்கள் . நீங்கள் போடும் ஆடை, சல்வார் என்றால் தட்டையான செருப்புக்கள், கொழுக்கி உள்ளதாகவும் இருக்கலாம் இல்லாமலும் இருக்கலாம். இல்லை சின்ன குதி வைத்த செருப்புக்கள் மிகவும் பொருத்தமானவை. இல்லை நீங்கள் சப்பாத்து மொடல் செருப்புக்கள்

அணிய விருப்பமுள்ளவராயின் அது கூட ஓகே தான்...

இல்லை ரொப் அல்லது குட்டை பாவாடை சட்டை அணிபவரா... உங்களுக்கு சின்ன குதி அல்லது சப்பாத்து மொடல் மட்டும் தான் பொருத்தம். வேறு எதுகும் எழுப்பமாக இருக்காது. உயரமானவராயின் சப்பாத்து மொடல் ஓகே...இல்லை குள்ளமானவராயின் சின்ன குதி போடலாம்.

அதுவும் இல்லாமல் நீங்கள் சேலை கட்டும் பெண்ணா.. இதோ சின்ன குதி அல்லது சற்று உயர்ந்த குதி இல்லையேல் சற்று உயர்ந்த தட்டையான செருப்பு உங்களுக்கு தான் பொருத்தம். ஆனால் உங்கள் உயரத்தினை கவனித்தே தெரிவினை கடைப்பிடிக்க வேண்டும்.

நிகழ்வுகள்

திருமணம் பிறந்த நாள் போன்ற நிகழ்வுகளில் கலந்து கொள்ளும் பொழுது. எப்படி செருப்பை தெரிவு செய்வது? பிறந்த நாள் மற்றும் பாட்டிகளுக்கு போகும் பொழுது பெரும்பாலும் நம்ம பெண்கள் கட்டையான ஆடைகளையே தெரிவு செய்வார்கள். ஆகையால் குதிக்கால் செருப்பே பொருத்தமானது. இல்லை சல்வார் போடுபவராயின் கூட குதிக்கால் பொருத்தம் தான். திருமணம் போன்ற நிகழ்வுகளுக்கு செல்லும் போது சேலை கட்டும் போது கூட குதிக்கால் செருப்பு பொருத்தம் தான்.

தோற்றம்

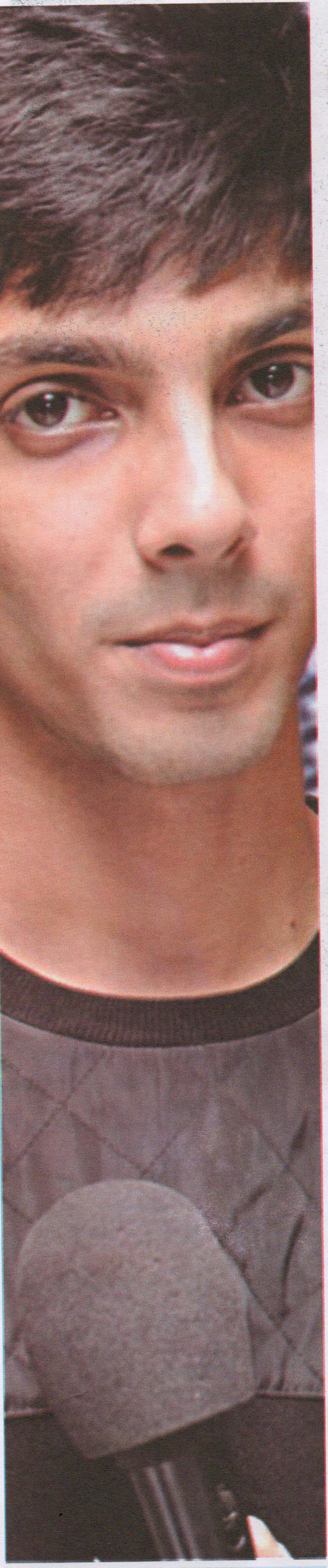
நீங்கள் மெல்லிய தோற்றம் உடையவராயின் ஒடுக்கமான செருப்புக்கள் எல்லம் பொருத்தம் தான். குண்டானவராயின் சோலவரி போன்ற அகன்ற செருப்களே உங்களுக்கு அழகு.

அதே போல் நீங்கள் உயரமானவராயின் குதி கால் செருப்புக்கள் பொருத்தமற்றவை அதிக உயரமாக காட்டி விடும். இல்லை நீங்கள் குள்ளமானவராயின் பதிந்த தட்டையான செருப்புக்கள் பொருத்தமற்றது. சற்று தன்னும் உயரமான செருப்புக்களை போட வேண்டும்.

இப்படியாக சரியான முறையில் உங்கள் செருப்பு தெரிவு இருக்குமாயின் நீங்கள் தான் அழகிகள். உங்கள் அழகை மெருகூட்டுவதில் செருப்பின் தெரிவும் முக்கியம் வாய்ந்தது என்பதை மறந்து விடாதீர்கள். இவை எல்லாவற்றிற்கும் மேலாக புதிய மொடல் செருப்புக்களை வாங்குவதையும் தவற விடக் கூடாது. காரணம் காலம் போற போக்கில் நாமும் செல்ல வேண்டும். மொடல் போன செருப்புகள் மற்றவர்களிடம் இருந்து எம்மை பிரித்து காட்டும். அது அழகை குறைப்பதாகவும் அமைந்து விடும்.

சிம்பு, அனிருத்
திரைக்கு வந்த பொறுக்கிகள்

நாடியா
Nadiyanice@gmail.com



பெருவெள்ளத்தில் மூழ்கி தமிழகமே உதறல் எடுத்துக் கொண்டிருந்த சமயத்தில் சிம்புவும், அனிருத்தும் என்ன செய்து கொண்டிருந்தார்கள் என்பது இப்பொழுது உலகத்திற்கே வெளிச்ச மாகியுள்ளது. 'கொம் போஸிங் ரூம்' ஒன்றிற்குள் வில்லங்கமான காரியம் பார்த்துக் கொண்டிருந்திருக்கிறார்கள். அதன் வெளிப்பாடுதான் பீப் பாடல்.

அண்மையில் இணையத்தில் கசிந்து, சிம்புவும், அனிருத்தும் செருப்படி வாங்காத குறையாக வாங்கிக்கட்டிக் கொண்டிருக்கும் விவகாரத்தையெல்லாம் எதற்காக பேச வேண்டுமென யாராவது நினைக்கலாம்.

உண்மைதான். நமது சூழலில் நடக்கும் பொறுக்கித்தனங்கள், காவாலித்தனங்களிற் கெல்லாம் வரிக்குவரி, வார்த்தைக்கு வார்த்தை பதில் சொல்ல வெளிக்கிட்டால் மனிதர்களிற்கு ஒரு ஆயுள் போதாது. அவர்களை அலட்சியம் செய்து போவதுதான் முறை. என்றாலும், இந்த விவகாரத்தில் அப்படியிருக்க முடியாது.

ஏனெனில், நமது வாழ்க்கை, கலாசாரம், அன்றாட வாழ்வில் தென்னிந்திய சினிமாவின் தாக்கம் மிக அதிகம். ஒவ்வொரு படமும், நாயகர்களுமே தமிழர்களின் நாகரிகம், இளைஞர்களின் கனவு வாழ்க்கையை தீர்மானிக்கிறார்கள். அவர்களின் பாடல்கள், வசனங்கள் பெரும்பாலான இளைஞர்களின் வாழ்வில் நீக்கமற நிறைந்துவிட்டது.

ஒரு கத்தி படம், ஒரு கொலவெறி பாடல், ஒரு வேதாளம் திரைப்படம் என்பனவெல்லாம் எப்படி நமது வாழ்வில் தாக்கம் செலுத்தியதென்பதை அண்மைக்காலத்தில் கண்முன்னாலேயே கண்டு சலித்தோம். இப்படியான சமூகத்தில் பீப் வகையறாப்பாடல்கள் செலுத்தப் போகும் தாக்கம் மிகஅச்சமூட்டுவது.

அந்தப்பாடலை நம்மவர்கள் பெரும்பாலானவர்கள் கேட்டிருக்க வாய்ப்பில்லை. பெண்களின் உடலுறுப்பை கொச்சையாக குறிப்பிடும் பு...டை என்ற வார்த்தையால் அந்தப்பாடல் உருவாக்கப்பட்டுள்ளது. அந்தப் பாடலில் அதிகமாக வரும் ஒரே வார்த்தை அதுதான்.

பாடல் வெளியானதும், வழக்கமான ஏறுக்குமாறான பேச்சே சிம்புவிடமிருந்து வெளிப்பட்டது. அது சும்மா கொம்போஸ் செய்து பார்த்தோம். யாரோ திருடி வெளியிட்டுவிட்டார்கள் என்பது அவரது வாதம். அது அடிப்படையே அற்றது. சிம்பு அந்த பாடலை தனது வீட்டிற்குள் வைத்திருந்திருக்கும் வரை அவரை யாரும் கேள்வி கேட்டிருக்கப் போவதில்லை. எப்பொழுது மற்றவர்களின் காதில் அது ஒலிக்கத் தொடங்கியதோ அதற்கு அவர் நிச்சயம் பொறுப்பு கூறியே ஆக வேண்டும்.

இவற்றையெல்லாம் விட முக்கியமானது, அவர்கள் இருவருமே மக்களுடன் நேரடியான வியாபாரத்தில் ஈடுபடுபவர்கள். அவர்கள் மக்களை சந்தையாக பயன்படுத்தி உற்பத்திகளை செய்பவர்கள்.இதற்கு அப்பாலும் அவர்களிற்கு பொறுப்புக்கள் உள்ளன. மக்களுடன் நேரடி ஊடாட்டத்தை வைத்துள்ள திரைத்துறையினருக்கு சமூகப்பொறுப்பு அவசியம். திரைநாயகர்கள் யாரும் சமூகப் போராளிகள் கிடையாது. மக்கள் சந்தைக்காக அப்படியான அவதாரம் எடுப்பவர்கள். மக்கள் தமக்கு தரும் பணத்திற்காக அல்லது, மக்களால் நிர்ணயிக்கப்பட்டுள்ள தமது பணமதிப்பிற்காகவாவது அவர்கள் விசுவாசமாக இருக்க வேண்டும். அந்தவகையினர் மட்டுமே நடிகர்கள், இசையமைப்பாளர்கள். அல்லாதவர்கள் வெறும் பொறுக்கிகள் மட்டுமே.சிம்புவும்,அனிருத்தும்எந்தவகையானவர்கள் என்பதை அவர்களும், மக்களும்தான் தீர்மானிக்க வேண்டும்.

அண்மைக்காலமாக தமிழ்திரையுலக பாடல்களின் தரம் 'நீல வசனங்கள்' என்ற வகைக்குள் அடக்கத்தக்க தரத்தையே கொண்டுள்ளன. குறிப்பாக பெண்களை பாலியல் பண்டங்களாகவும், எல்லை மீறியவர்களாகவும் காண்பிக்கும் பாடல்கள் தான் வருகின்றன. முதிர்ச்சியடையாத அனிருத், ஹிப்கொப் தமிழா, ஜீ.வி.பிரகாஷ்குமார் போன்ற இளைஞர்களின் கைவண்ணங்கள்தான் பெரும்பாலும்.

இந்தப்போக்கு சாதாரணர்களின் வாழ்விலும் எதிரொலிக்க தொடங்கியுள்ளதாக பரவலாக பெண்கள் புகார் சொல்வது குறிப்பிடத்தக்கது. இந்தப்பாடல்களில் வரும் வசனங்கள் ஏதோ ஒரு இடத்தில் பெண்கள் மீதான வன்முறையாக மாறிக்கொண்டேயிருக்கின்றன.

குறிப்பாக சாதாரண இளைஞர்கள் மத்தியில் இந்த நச்சுவிதை நன்றாக முளைவிட்டுவிடுகிறது. இதற்கு நல்ல சான்று, பீப் பாடல் வெளிவந்ததும் சமூகவலைத்தளங்களில் சில ஆண்கள் அதனை ஆதரித்து பேசியது. இந்தப்பாடலை ஆதரித்த ஒரு சமூக செயற்பாட்டாளரை, பிரபல்யமானவைரை நான் காணவில்லை. ஆனால், சமூக வலைத் தளங்களின் வரவின் பின்னர் எல்லோரும் கருத்து கந்தசாமிகள்தான். முயலுக்கு மூன்று கால்தான் என்று அடம்பிடிக்கும் பேர்வழிகளும் அதில் இருப்பார்கள். அவர்களை நம்பிய பேர்வழிகளும் இருப்பார்கள். எதிலும் சிந்தனைத் தெளிவற்ற இப்படியானவர்கள்தான் சமூகத்தின் நோயுற்ற கூறு. சமூக பிறழ்வுகளின் அடிப்படை இங்கிருந்துதான் தொடங்குகிறது.

பீப் பாடலை ஆதரித்து இலங்கையிலிருந்தும் நிறைய அறிவுச் செம்மல்கள் கருத்திட்டிருந்தார்கள். சில அறிவாளிகள் கேட்டிருந்தார்கள், திரையில் பெண்கள் கவர்ச்சியாக நடிக்கும்போது எழாத பெண்களின் எதிர்ப்பு குரல்கள் இதற்கு மட்டும் ஏன் எழ வேண்டுமென.

பெண்கள் கவர்ச்சியாடை அணிவதால்த் தான் பாலியல் வன்முறைகள். நடக்கிறது, ஆண் என்றால் அப்படி நடக்கும்தான் என முன்னர் எழுந்த சில தடித்த, முட்டாள்த் தனமான வாதங்களின் தொடர்ச்சிதான் இது. இந்தவகையானவர்கள் அறிவதில்லை, திரையில் பெண்களை பாலியல் பண்டங்களாக சித்தரிப்பது ஆண்மைய நோக்கென்பது. எந்தக்காலத்திலும் தமிழ்திரையுலகத்தில் பெண்கள் தீர்மானிக்கும் சக்தி கிடையாது. தமிழ் திரையுலகமென்பது, நமது சமூகப்பார்வையின் பிம்பமே தவிர வேறல்ல. திரையில் தொடை தெரிய ஆட வைக்க வேண்டுமென தீர்மானிக்கும் ஆண்கள் அதற்கு பெண்களை விலைபேசி வாங்க முடியும். யாரும் கண்டுகொள்ள மாட்டார்கள் எனில், ஒரு பெண்ணை அம்மணமாக ஆட வைக்கவும் அவர்கள் தயார்.

இதில் உள்ள விடயம், அம்மணமாக ஆடும் பெண்ணல்ல. அப்படி ஆட வைக்கும் ஆண்மனநிலையே.

நம்மவர்களிற்கு புரியும் விதமாக சொல்வதெனில், யாழ்ப்பாண குறும்பட உலகத்தை எடுக்கலாம். அண்மையில் சில பெண்களின் நிர்வாணப்படங்கள் வந்தன. தமது படங்களில் நடிக்கவேண்டுமெனில் பெண்களிடம் பாலியல் இலஞ்சம் வாங்குவதாக சில இயக்குனர்கள் மீது குற்றம்சுமத்தப்பட்டது. இதில் குற்றவாளி அந்த பெண்கள் அல்ல. அந்தப்பெண்கள் அப்படி ஒத்துழைத்தால்த்தான் நடிக்கலாமென பணத்தை வைத்து விலைபேசுபவர்கள் யார்? சமூகப் போராளிகளா?

இதுதான் இந்த விவகாரத்தில் அடிப்படை.

பச்சை தூசணத்தில் வெளியாகியுள்ள பீப் பாடல் போன்றவை நமது சமூகத்தின் விசக்கிருமிகள். அவற்றை பரப்புபவர்கள் நிச்சயம் நமது சமூகத்திற்கு உகந்தவர்கள் கிடையாது.

பொறுக்கிகளை அடையாளம் காண்போம். விலகியிருப்போம்.

அண்மைக்காலமாக தமிழ்திரையுலக பாடல்களின் தரம் 'நீல வசனங்கள்' என்ற வகைக்குள் அடக்கத்தக்க தரத்தையே கொண்டுள்ளன.

சில கேட்டிருந்தார்கள், திரையில் பெண்கள் கவர்ச்சியாக நடிக்கும்போது எழாத பெண்களின் எதிர்ப்பு குரல்கள் இதற்கு மட்டும் ஏன் எழ வேண்டுமென.

1-ம் பக்க தொடர்ச்சி

காணாமல் போனவர்கள் தொடர்பான விசாரணை நடத்தும் ஜனாதிபதி ஆணைக் குழுவின் விசாரணைகள் யாழ்க் குடாநாட்டின் பல பகுதிகளிலும் நடந்ததில், பல்வேறு அதிர்ச்சி சாட்சியங்கள் வெளியாகியுள்ளன.

அதில்ஒன்றுதான் ரம்மியாவினது சாட்சியும்.

ரம்மியாவின் கணவன் யோசப் சீலன் இராணுவத்தினரால் பிடித்துச் செல்லப்பட்டு காணாமல் போனவர். இறுதி யுத்தத்தில் தப்பி இராணுவத்தின் கட்டுப்பாட்டு பகுதிக்குள் நுழைந்தபோது, படையினரால் பிடிக்கப்பட்டு காணாமல் போன தனது கணவனை மீட்டுத் தாருங்கள் என்பதே ரம்மியாவின் கோரிக்கை.

'வன்னியில் யுத்தம் உக்கிரமடைய ஒவ்வொரு இடமாக நாங்கள் மாறி மாறி இடம்பெயர்ந்து சென்று கொண்டிருந்தோம். இறுதி யுத்தமே 18 ஆம் நாள் நாங்கள் எல்லோருமாக இராணுவக் கட்டப்பாட்டிற்குள் சென்றோம். நானும் எனது கணவரும் பிள்ளைகளுமாக வட்டுவாகல் பாலத்தைத் தாண்டி இராணுவத்தினரிடம் சென்று கொண்டிருக்கையில் இராணுவத்தினர் என்னுடைய கணவரைப் பிடித்துக் கொண்டு சென்றனர்.

இதன் பின்னர் நாங்கள் இராணுவத்தினரின் கட்டுப்பாட்டில் இருந்தோம். 'புலிகள் இயக்கத்தில் ஒருநாளாவது இருந்தால் அவர்கள் உடனடியாக சரணடைய வேண்டும் என இராணுவத்தினர் ஒலிபெருக்கியில் அறிவித்துக் கொண்டிருந்தனர். சரணடையாமல் தப்பிக்க நினைப்பவர்களிற்கு கடுமையான தண்டனை வழங்கப்படுமென்றும் எச்சரித்தனர். இந்த அச்சம் காரணமாகவே பலர் சரணடைந்தனர். அப்போது இராணுவம் படித்துச் சென்ற என்னுடைய கணவரை பார்ப்பதற்காக நான் அங்கிருந்த இராணுவத்தினரிடம் சென்றேன்.

ஆனால் அவரைப் பார்க்கவோ அல்லது பேசவோ முடியவில்லை. அங்கும்இங்குமாகஇராணுவத்தினர் இருந்த திசைகளை நோக்கி என்னுடைய கணவரைத் தேடினேன். ஆனால் அங்கு மிக அச்சம் நிறைந்ததான சூழலொன்றே நிலவியது. அதாவது அங்கிருந்த இராணுவத்தினர் பொதுமக்களை அச்சுறுத்தும் வகையிலேயே செயற்பட்டிருந்தனர்.

இருந்தாலும், எப்படியாவது கணவரை கண்டுபிடிக்க வேண்டுமென்பதற்காக இராணுவத்திடம் சென்று கணவரை விசாரித்தேன். உடனே, அங்கே நின்ற இராணுவத்தினர் என்னை மிரட்டினர். 'உங்கள் பிள்ளைகளை கொண்டு நீங்கள் செல்லுங்கள். இல்லை என்றால் உங்களை இதிலேயே சுட்டுத்தள்ளுவோம்' என்று இராணுவத்தினர் அச்சுறுத்தி எங்களை அங்கிருந்து விரட்டியனுப்பினர்.

அங்குவந்திருந்தமக்களைஇராணுவத்தினர் எதிரிகளாக நாயை விடக் கேவலமாகவே நடத்தினர். அங்கு நாங்கள் சாப்பாடு, தண்ணீருக்கு பெரும் சிரமப்பட்டோம். கொஞ்ச சாப்பாட்டு பார்சலை கொண்டு

வந்து, பெரிய கூட்டத்திற்குள் வீசி எறிவார்கள். அதனை பிடித்துக் கொண்டால் சாப்பாடு. இல்லையென்றால் பட்டினி. அவ்வாறுதான் அங்கு நாங்கள் பெரும் கஸ்ரப்பட்டோம். கண்ண்றிர் விட்டோம். கத்தினோம். கதறினோம்.

இதன் பின்னர் நாங்கள் அங்கு பதிவுகளை மேற்கொண்டோம். பின்னர் இராணுவத்தினர் எங்களை முகாம்களிற்குள் கொண்டு வந்து இறக்கிவிட்டனர். அங்கும் பலரது உறவினர்களை இராணுவத்தினர் பிடித்துச் சென்றது மட்டுமல்லாமல் சிலர் இராணுவத்தினரிடம் தமது உறவினர்களைக் கையளித்து விட்டும் வந்திருந்தனர்.

இவ்வாறு இராணுவத்தினர் பிடித்தவர்கள் மற்றும் இராணுவத்தினரிடம் சரணடைந்தவர்கள் என பெருமளவிலானனோரை இராணுவத்தினர் பஸ்களில் ஏற்றிச் சென்றதாக அந்த முகாம்களில் இருந்தவர்கள் என்னிடம் தெரிவித்தனர். இதன் பின்னர் எனது கணவரைத் தேடும் நடவடிக்கைகளை ஆரம்பித்தேன். பல இடங்களிற்குச் சென்று தேடியது மட்டுமல்லாமல் பல்வேறு தரப்பினர்களிடமும் முறையிட்டேன்.

> **புகைப்படத்தில் மட்டும் வேறுபாடு தேடத் தேவையில்லை. என்னுடைய கணவர்தான் அதிலிருக்கின்றார். இராணுவத்தினர் பிடித்துச் சென்றபோது நன்றாகவே இருந்தார். ஆனால் இப்போது அவர் ஊன்றுகோலுடன் இருக்கும் படம் வெளியாகியுள்ளது.**

இங்கிருக்கின்ற சிறைச்சாலைகள் பலவற்றிலும் தேடினேன். ஒரு இடத்திலும் கணவன் இல்லை என்றே பதில் வந்தது. அதே போன்று சரணடைந்தவர்கள் மற்றும் பிடித்துச் செல்லப்பட்ட பலரும் இன்று எங்கிருக்கின்றனர் என்று தெரியாத நிலையில் உறவுகள் தேடிக்கொண்டிருக்கின்றன.

சிலர் எங்கோ இருக்கின்றதாக செய்திகள் அல்லது தகவல்கள் வரும். அப்போதெல்லாம் எனது கணவரும் எங்கோ இருக்கின்றார் என்ற நினைப்பு எனக்குள் தோன்றும்;.

நானும் எனது குழந்தைகளும் கடந்த பல வருடங்களாக கணவரைத் தேடி அலைந்து திரிகின்றேம். இவ்வாறு காலங்கள் கடந்து கொண்டிருக்கையில் புதிய அரசாங்கம் ஆட்சியமைத்த பின்னர் இந்த வருடம் ஆறாம் மாதம் வவுனியா புனர்வாழ்வு முகாமில் நடைபெற்ற நிகழ்வொன்றில் என்னுடைய கணவர் கலந்து கொண்டிருக்கின்ற புகைப்படமொன்று வெளியாகியிருக்கின்றது.

அமைச்சர்களான டி.எம்.சுவாமிநாதன் மற்றும் விஜயகலா மகேஸ்வரன் வவுனியாவிலுள்ள புனர்வாழ்வு முகாமிற்குச் சென்று அங்குபுனர்வாழ்வுபெற்றுவருகின்றவர்களைச் சந்தித்துக் கலந்துரையாடியுள்ளனர். புனர்வாழ்வு பெறுகின்றவர்களுடன் எனது கணவரும் இருப்பதனை தொலைக்காட்சியொன்றிலும் இணையத்தளமொன்றிலும் பார்த்திருந்தேன்.

இதன் பின்னர் அங்கு சென்று கேட்டேன். ஆனால் அவ்வாறு யாரும்இல்லைஎன்று கூறுகின்றனர். ஆனால் என்னுடைய கணவர் அங்குதான் இருக்கின்றார். எனவே காணமற்போனோர் தொடர்பில் விசாரணைகளை முன்னெடுக்கும் ஆணைக்குழுவினரே எனது கணவரை மீட்டுக் கொடுங்கள் என்று மன்றாட்டமாகக் கேட்டுக் கொள்கின்றேன்' என்றார்.

இதன் போது குறிக்கிட்ட விசாரணைக்குழுவின் தலைவர் பரணகம, 'புகைப்படத்தில் இருப்பவர் உங்கள் கணவர் தானா? அதனை நீங்கள் உறுதிப்படுத்துவீர்களா?' என்று கேட்டார்.

'என்னுடைய கணவரை எனக்குத் தெரியும். தற்போது நான் வைத்திருக்கின்ற புகைப்படம் அவர் கடந்த பத்து வருடங்களுக்கு முன்னதாக எடுத்தது. இந்தப்படம் சில மாதங்களுக்கு முன்னர் எடுக்கப்பட்டிருக்கின்றது.

எனவே புகைப்படத்தில் மட்டும் வேறுபாடு தேடத் தேவையில்லை. என்னுடைய கணவர் தான் அதிலிருக்கின்றார். இராணுவத்தினர் பிடித்துச் சென்றபோது நன்றாகவே இருந்தார். ஆனால் இப்போது அவர் ஊன்றுகோலுடன் இருக்கும் படம் வெளியாகியுள்ளது. அப்படியென்றால், அவருக்கு ஏதோ நடந்திக்கின்றது என்று மட்டும் அறியமுடிகிறது.

ஊன்றுகோலுடன் நடக்குமளவிற்கு அவருக்கு என்ன நடந்தது என்று தெரியவில்லை. என்னுடைய கணவர் உயிருடன்தான் இருக்கின்றார். அவரை எனக்கு மீட்டுக் கொடுங்கள்' என்று கண்ணீருடன் கோரிக்கை வைத்தார்.

சாட்சியமளித்ததன் பின்னர் எம்மிடம் பேசியபோது, 'அப்பா எப்ப வருவார் என்றுதான் இந்தப் பிள்ளை கேட்டுக் கொண்டிருக்கிறா. அப்பா வருவார் என்றுதான் நம்பிக் கொண்டிருக்கிறா. அவவின்ர நம்பிக்கையாவது காப்பாற்றப்பட வேண்டும்' என்று தனது பெண்பிள்ளையை பார்த்தார்.

'அப்பாவை கண்டுபிடிச்சு தருவினமோ' சட்டென அந்த பிள்ளை எம்மிடம் கேட்டது. என்ன பதில் சொல்வதென்று தெரியாமல், ஆணைக்குழுப் பக்கம் திரும்பிப் பார்த்து கொண்டு நின்றேன்.

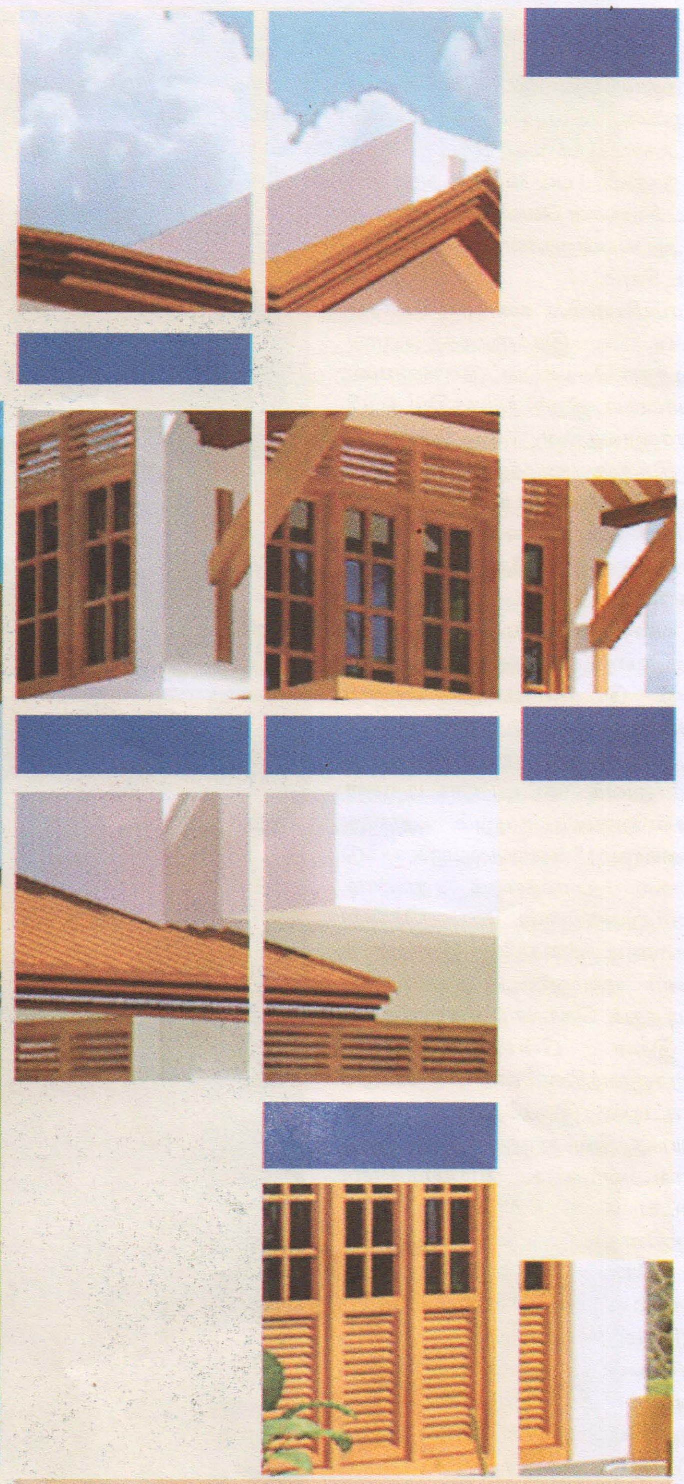
எஸ்.என்.நிக்ஷன்

கிளிநொச்சி உருத்திரபுரம் நீவில் வீதியில் உள்ள பாலத்தில் பயணித்த உழவு இயந்திரத்திற்கு நடந்த கதியை பாருங்கள். பாலத்தின் மேல் உழவு இயந்திரம் பயணித்தபோது திடீரென பாலம் உடைந்து உழவு இயந்திரம் இப்படி மாட்டிக் கொண்டுள்ளது.

'தேசிய வாசிப்பு மாதம் 2014'ஐ சிறப்பாக கொண்டாடியமைக்காக கோறளைப்பற்று வடக்கு பிரதேச சபையின் கீழ் இயங்கும் கதிரவெளி பொது நூலகம் மாவட்ட மட்டத்தில் சிறப்பு விருதை தட்டிக் கொண்டது. தேசிய நூலக ஆவணவாக்கல் சபையினால் இந்த விருது வருடந்தோறும் வழங்கப்படுவது குறிப்பிடத்தக்கது.

HARI
ENGINEERS & CONTRACTORS

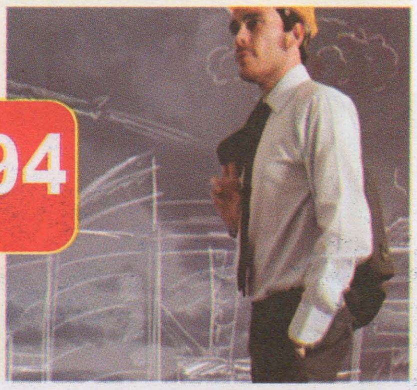
WE ARE STRONG | QUICK | PROBITY | QUALITY | STYLE | SINCERITY | HUMBLE | SMART ARCHITECTURE



- யாழ்ப்பாணத்து பாரம்பரியமும், வெளிநாட்டுப் பாணியிலும் கலந்த கட்டிடங்களின் எழுச்சி.
- உயரிய தொழிநுட்பமும், உன்னத நிபுணத்துவமும் நிறைந்த நிர்மாணத்துறையின் பரிணாம வளர்ச்சி.
- அர்ப்பணிப்பு, பற்றுறுதி, நேர்மை, ஊக்கம், சிறப்புத் தேர்ச்சி மிகுந்த ஊழியர்களின் விசுவாசமான சேவை.
- வெளிநாட்டு மற்றும் உள்நாட்டு நிபுணர்களின் ஆலோசனைகள், வழிகாட்டல்கள், அறிவூட்டல்கள் மற்றும் மேற்பார்வை.
- பிரமாண்டமான வேலைத்தளம், கிளை அலுவலகங்களின் விஸ்தரிப்பு.
- அனுபவங்களுடன் கூடிய எமது பெயர் சொல்லும் கட்டிடங்கள்.
- நவீனமும் புதுமையும் கலந்த ஹோட்டல்கள், திருமண மண்டபங்கள், அலுவலகங்கள், கோயில் இராஜ கோபுரங்கள் போன்றவற்றை நிர்மாணித்த பெருமை.
- அழகு, அடக்கம், வாஸ்துசாஸ்திரம் போன்ற உங்கள் தேவைக்கேற்ப வீடுகளை அமைத்துக் கொடுக்கும் பெருமிதம்.
- யாழில் மாத்திரமின்றி ஏனைய இடங்களிலும் நற்பெயர் பெற்ற நிறுவனம்.
- குறைந்த செலவில் மனம் நிறைந்த சேவை.
- எப்பொழுதும் தொடர்பு கொள்ளக்கூடிய வாடிக்கையாளர் தொடர்பாடல்.

S. JATHAVAN (B.Sc, HND in QS)
Managing Director

Hot Line
077-2830694



Malaisanthi, Alvai Road, Alvai, Jaffna. | Tel : +94 (021) -2261400
Web : www.harienginering.com

கடலில் வந்த யானை

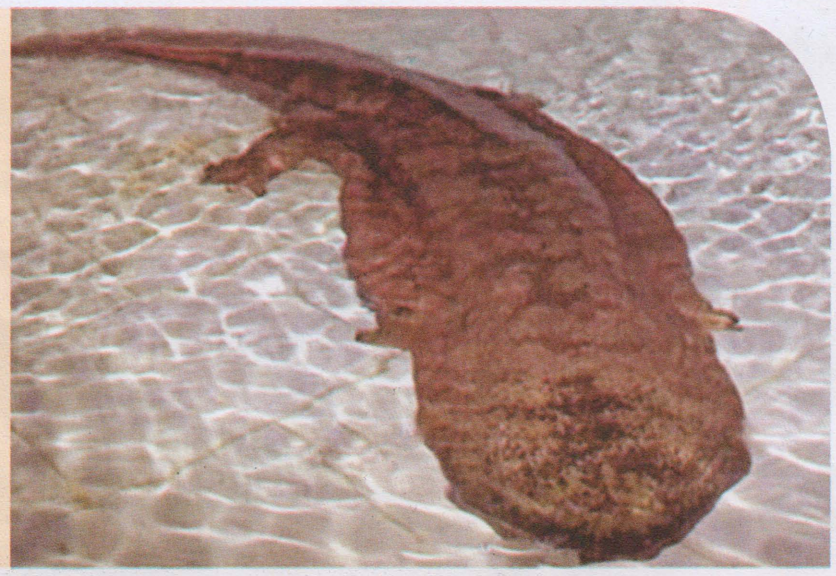
தமிழகத்தின் வெள்ளப்பெருக்கில் அள்ளிச் செல்லப்பட்ட பல பொருட்கள், சடலங்கள் இலங்கைக்கரைகளில் ஒதுங்குகின்றது என்ற பரபரப்பு தகவல்கள் வெளியாகிக் கொண்டிருக்கும் நிலையில், திருகோணமலையின் பள்ளத்தோட்டம் முருகாபுரி முருகன் ஆலயத்திற்கு அண்மையிலுள்ள கடற்கரையில் இந்த யானையின் சடலம் ஒதுங்கியது. இந்திய வெள்ளத்தில் அள்ளுண்ட யானையாக இருக்கலாமென்ற செய்தியும் அடிபடுகிறது.

நிறுத்துங்கள் மாமா!

இந்தியாவின் ஹரியாணாவில் ஒரு மாப்பிள்ளை ஆசைஆசையாக மணப்பெண்ணிற்கு தாலி கட்ட தயாராகியுள்ளார். சினிமாப்பாணியில் நிறுத்துங்கள் அத்தான் என இடைமறித்த மணப்பெண் ஒரு நிபந்தனை விதித்துள்ளார். ஏழைக்குழந்தைகள் 11 பேருக்கு கல்வி உதவியளிக்க தயார் என்றால் மாத்திரமே தாலிகட்டலாமென்றுள்ளார். மாப்பிள்ளையும் உடனே சம்மதிக்க, பிறகென்ன டும் டும்தான்.

'கில்லி' பல்லி

இதுவும் பல்லிதான். ஆனால் சாதாரண பல்லி கிடையாது. கில்லி. அப்படித்தான் சொல்ல வேண்டியுள்ளது. பின்ன என்ன, இப்படி மாடு மாதிரி வளர்ந்திருந்தால் எப்படி சொல்வது? இதன் நீளம் என்ன தெரியுமா? 4 அடி 7 அங்குலம் நீளமானது. சீனாவின் ஒதுக்குப்புறமாக உள்ள சொலமாண்டர் தொலைகுகையில் கண்டுபிடிக்கப்பட்டுள்ளது இந்த அரிதான பல்லி.



போத்தல் காற்று

எதையெதையோ எல்லாம் போத்தலில் அடைத்து இறுதியில் காற்றையும் போத்தலில் அடைத்துவிட்டான் மனிதன். கனடிய நிறுவனம் ஒன்று சுத்தமான காற்றை போத்தலில் அடைத்து விற்பனைக்கு விட்டுள்ளது. அசுத்தமான சுற்றுப்புறமுள்ளவர்கள் இந்த காற்றை வாங்கி சுவாசிக்கலாம். சீனாவில் சுற்றுச்சூழல் வேகமாக கெட்டு வருவதால், அங்கு நல்ல விலைக்கு விற்கப்படுகிறது. இலங்கை மதிப்பில் ஒருபோத்தலின் விலை 5000 ரூபா. அதிலும் பான்ப் மலையோரம் பிடிக்கப்பட்ட காற்றிற்கு நல்ல மவுசாம்.

பாம்பு

சாவகச்சேரி தட்டான்குளத்தில் குடியிருப்புக்களிற்குள் புகுந்த வெங்கினாந்தி பாம்பு. பாம்பை கண்டால் படையே நடுங்கும். மக்கள் எம்மாத்திரம். அலறியடித்துக் கொண்டு ஓடியுள்ளனர். பின்னர் ஒருவழியாக பிடித்துவிட்டார்கள். 8 அடி நீளமான பாம்பிது.

ஐ ஹெல்மெட்

நீங்கள் மோட்டார்சைக்கிள் ஓடிக் கொண்டிருக்கிறீர்கள். அவசரமாக ஒரு அழைப்பு வருகிறது. அல்லது அழைப்பு ஏற்படுத்த வேண்டும். ஓடிக்கொண்டு போன் பேசினால் பொலிசார் 'லபக்'கி விடுவார்கள். இப்படியானவர்களிற்காகவே ஒரு அரிய கண்டுபிடிப்பு 'ஐ ஹெல்மெட்'. நமது இலங்கையர் ஒருவரின் கண்டுபிடிப்பு. ஹெல்மெட்டிலிருந்தே போனிற்கு தொடர்பு ஏற்படுத்தலாம். அமெரிக்காவை இந்த கண்டுபிடிப்பை பார்த்து வாயைப்பிளந்ததாம்.

கடவுள் துணை!

இந்த செய்தியை படித்து தலையில் அடித்து கொள்ளாதீர்கள். அப்படியொரு செய்தி. சட்டம் ஒழுங்கை காப்பாற்ற வேண்டிய பொலிசார் செய்த வேலையை பாருங்கள். சட்டம ஒழுங்கை காப்பாற்றித்தா தெய்வமே என காவடி எடுத்துள்ளனர். இது இந்தியாவின் கன்னியாகுமாரி மாவட்டத்தில் நடந்த சம்பவம்.

GIRI ELECTRONICS SUPER MARKET VAVUNIYA

கிரி எலெக்ரோனிக்ஸ் சூப்பர் மார்க்கட் நிறுவனத்தின் 5ம் வருட பூர்த்தியை முன்னிட்டு எதிர்வரும் நத்தார், 2016 புது வருட, தைப்பொங்கல் பண்டிகைக்கால மாபெரும் சிறப்புப் பரிசுக் குவியல்...

தீபம் GIRI ELECTRONICS SUPERMARKET

பெயர் : ....

முகவரி : ....

தொலைபேசி : ....

No. 286, Kandy Road, Vavuniya
www.girielectronics.lk | Girielectronicslk

Telephone : 077 6143500 | 024 5671354

பெண்களாலேயே பெண்களுக்கு பயிற்சிகள் வழங்கப்படுகின்றன.

KIRUBAA LEARNERS

Government Approved Driving Trainning School

கிருபா லேணர்ஸ்

அரச அங்கீகாரம் பெற்ற கனரக (A) சாரதிப் பயிற்சிப் பாடசாலை

NO.1 சாரதி பயிற்சிப் பாடசாலை

- குறிப்பிட்ட காலப்பகுதியில் விரைவான சாரதி அனுமதிப்பத்திரம்
- மும்மொழிகளிலும் வாகனப்பயிற்சி
- எழுத, வாசிக்கத் தெரியாதவர்களுக்கு விசேட வீடியோ வகுப்பு நடைமுறை
- கனரக சாரதி அனுமதிப்பத்திரம் பெற அசோக் லேடன் பஸ் மூலம் இலகுவான பயிற்சி
- தவணைமுறைக் கட்டணமும், விரும்பிய நேரத்திலான பயிற்சி
- இரவு நேர வாகனப்பயிற்சி 6.00p.m - 9.00p.m

தலைமைக் காரியாலயம் : 226, கஸ்தூரியார் வீதி, யாழ்ப்பாணம்.
021 222 4353 / 021 492 3200 / 077 722 5292

நத்தார் புதுவருட வாழ்த்துக்கள்

யாழ்ப்பாணம் :

- முதலாம் கட்டைச்சந்தி, பருத்தித்துறை. 021 492 3201 071 454 6958
- விக்னேஸ்வரா கல்லூரி வீதி, நெல்லியடி. 021 300 6550 071 454 6957
- இல. 227/6, கே.கே.எஸ் வீதி, சுன்னாகம். (மதவடி அண்மையில்) 021 224 2022 071 454 6956
- கண்டி வீதி, சாவகச்சேரி. (பேரூந்து நிலையம் அண்மையில்) 021 492 3202 021 227 0700

கிளிநொச்சி :

- A9 வீதி, கிளிநொச்சி. (கச்சேரி முன்பாக) 021 228 5505 071 454 6955
- புளியடிச்சந்தி, முல்லை வீதி, விசுவமடு. 021 320 1515 071 454 6955
- வாடியடி சந்தி, பூநகரி. 021 320 1818 071 454 6955
- நாச்சிக்குடா சந்தி, மன்னார் வீதி, முழங்காவில். 021 300 6544 071 454 6955

மன்னார் :

இல. 94, பிரதான வீதி, மன்னார். 071 988 7699 077 847 2732

வவுனியா :

216, A9 வீதி, வவுனியா. (வசந்தி திரையரங்கு முன்) 021 222 7777 071 454 6953

இப்பத்திரிகை நோர்சீ மீடியா (பிறைவேற்) லிமிற்ரட் நிறுவனத்தால்
172, இராமநாதன் வீதி, யாழ்ப்பாணத்தில் உள்ள ஈஸ்வா டிஜிற்றல் பிரஸில் அச்சிட்டு 20.12.2015 அன்று வெளியிடப்பட்டது