



சுடர் ஒளி

REGISTERED AS A NEWS PAPER IN SRI LANKA

THE SUDAROLI வார மலர்

**கண்டி
மாநாட்டிலும்
இனவாதக்
கூச்சல்கள்**



**வெற்றிக் களிப்பில்
ஜெயலலிதா!**



**ஜே.வி.பியும்
சந்திரிக்காவும்**



**திருமலையை
ஆக்கிரமிக்கும்
பேரினவாதம்**

உலக வரலாறும் மனித விடுதலையும்

மனிதர்கள் விடுதலை வேண்டி எழுச்சி கொண்டனர். இவ்விதம் விடுதலையின் தேடுதலாக மனித வரலாறு நகர்கிறது. இந்த வரலாற்று நகர்வு, யுகங்களை விழுங்கிய நீண்ட பயணமாகத் தொடர்கிறது. இந்தப் பெரும்பயணத்தில், முடிவில்லாது தொடரும் இந்த ஆன்மீக யாத்திரையில், கோடானு கோடி மனிதர்களின், கோடானு கோடி சுயநிதிக் கவடுகளை உள்வாங்கி வரலாற்று இயக்கம் அசைந்து செல்கிறது. பிரபஞ்ச பேராண்மகவாவும், பூவுலக ஜீவான்மாவாகவும், கடவுளாகவும், மனிதனாகவும், ஒன்றோடு ஒன்று சங்கமிக்கும் முழுமையாகவும், சகலதாகவும், சர்வவியாபகம் கொண்டு பிரம்மன் நடத்தும் திருக்கூத்துப்பற்றி உபநிடதம் படித்தவர்களுக்கு ஹேகலின் வரலாற்றுக் கடவுளைப் புரிந்து கொள்வது சிரமமாக இருக்காது. இந்தப் பிரபஞ்ச பேராண்மாவின் சுய

வரலாறு என்றால் என்ன? அது எப்படி இயங்குகிறது? அது ஓர் அர்த்தபூர்வமான செல்நெறியிற் செயற்படுகிறதா? அதன் இயங்கு விதிகளை இனம் கண்டு கொள்வது சாத்தியமா? மானிடத்தின் உலகானுபவத்தை உள்வாங்கியபடி, மனித சமூக வடிவங்களை ஓர் உயர்ந்த படிநிலைக்கு இட்டுச் செல்லும் பரிணாம வளர்ச்சியை நோக்கி வரலாறு அசைந்து செல்கிறதா? வரலாற்றின் அசைவியக்கத்தை அடையாளம் கண்டு அதன் போக்கை, அது செல்லும் பாதையை, அதன் இலக்கை எதிர்வு கூற முடியுமா? வரலாற்று அசைவியக்கத்தின் இறுதி நோக்கு என்ன? வரலாறு எப்பொழுது நிறைவு பெறுகிறது? அதற்கு ஒரு முடிவு உண்டா?

இன்றைய சமூக சிந்தனை உலகில் இப்படியான பல கேள்விகள் எழுப்பப்படுகின்றன. இவற்றிற்கு விடை அளிப்பதற்கான இந்த ஆய்வுக்கட்டுரையின் நோக்கம்.

வரலாறு என்பது கால ஓட்டத்தைக் குறிப்பது அல்ல. அன்றிக் காலத்தின் கோலத்தைக் கணிப்பிட்டுக் கூறுவதும் அல்ல. வரலாறு என்றால் செத்துப்போன காலத்தின் புதைகுழிக்குள் உக்கிப் போன எழும்புகளைத் தேடுவதும் அல்ல. கடந்து போன நிகழ்வுகளைக் காலவரிசையில் நிரைப்படுத்திவிடுவதும் வரலாறு ஆகி விடாது. வரலாறு என்பது மனித வாழ்வு பற்றியது. மனித சமூகத்தின் வாழ்வியக்கம் பற்றியது. அந்த அசைவியக்கத்தின் மாற்றத்திற்கும் முன்னேற்றத்திற்கும் உந்தியல்பான தன்மைகள், சக்திகள், விதிகள் பற்றியது. சாராம்சத்தில் வரலாறு என்பது மானிடத்தின் உயர்நிலை வளர்ச்சிப் போக்குப் பற்றியது.

மானிடத்தின் வரலாற்றைப் பல்வேறு தனித்துவ கூறுகளாகப் பிரித்து, பண்

ஹேகல் (Hegel) ஆவார். ஹேகலின் வரலாற்றுத் தத்துவத்தை செழுமைப்படுத்தி, விரிவுபடுத்தியவர் கார்ல் மாக்ஸ். ஆகவே, மானிட வரலாறு பற்றிய ஓர் ஆழமான பார்வையை நாம் பெற்றுக் கொள்வதாயின், ஹேகலும், கார்ல் மாக்ஸினும் சிந்தனை உலகங்களைத் தரிசித்துக் கொள்வதும் அவசியம். கார்ல் மாக்ஸின் வரலாற்றுக் கோட்பாட்டைப் புரிந்து கொள்வதாக



இருந்தால் முதலில் ஹேகலின் தத்துவத்தைப் படித்தறிவது அவசியம் என்று லெனின் அடிக்கடி வலியுறுத்தினார். இந்தக் கூற்றில் உண்மை இருக்கத்தான் செய்கிறது. அன்றைய ஜெர்மானிய கருத்துலகின்

பிரபஞ்ச மனதையும் அது பொருள்படுத்தும். அதே சமயம் அது மெய்ப்பொருளையும் குறிக்கும். மெய்யுண்மையாக அவர் கருதும் பரிபூரணத்துவத்தையும் குறியீடு செய்யும். தனி மனித மனம், மானிட மனமாக, பிரபஞ்ச மனமாக, ஆத்மாவாக, பரமாத்மாவாக, மெய்யுண்மையாக, சகலத்தையும் உள்ளடக்கிய முழுமையாக, பரிபூரணத்துவமாக, எல்லாம் வல்ல கடவுளாக அந்த பரிமாணம் கொள்ளும்.

இந்தப் பிரபஞ்ச மனதின் அசைவியக்கத்தையே வரலாறு என்கிறார் ஹேகல். இந்த அசைவியக்கமானது பிரபஞ்சத்திலிருந்து மனித வாழ்க்கை வரை வியாபித்து நிற்கிறது. அது எல்லாவற்றையும் நகர்த்திச் செல்லும் மாபெரும் இயங்கு சக்தியாக அசைகிறது. இந்தப் பேராசை ஒரு முரணிய இயக்கமாக சகலதையும் படைத்து, சகலதையும் அசைத்து, சகலதையும் அழித்து ஒன்வொரு படிநிலையாக, முழுமையை நோக்கி முன்னேறிச் செல்கிறது. இன்னோர் அந்த தத்தில் வரலாறு என்பது இறைவனின் பிரபஞ்ச நாடகம்.

பூமியிலும் இந்த நடனம் அரங்கேறுகிறது.

மனிதநாகரிகங்கள் தோன்றுகின்றன. சாம்ராஜ்யங்கள் எழுகின்றன. மனித பண்பாட்டு மறுமலர்ச்சியுக்கள் பிறக்கின்றன. இவை தோன்றி, வளர்ந்து, மடிந்து போகபுதிய நாகரிகங்கள், புதிய சாம்ராஜ்யங்கள், புதிய பண்பாட்டு யுகங்கள் தோன்றுகின்றன. இந்த பிறப்பு, இறப்பு, அழிவு என்ற அசைவியக்கத்தின் ஊடாக மானிட மனமானது முரண்பாடுகள் களையப்பெற்ற முழு நிறைவை நோக்கி நகர்கிறது. உடல்கள் சாரமாக ஈர்ப்பு சக்தி இருப்பது போல ஆன்ம உலகின் சாராம்ச சக்தியாக

விடுதலையுணர்வு இயங்குகிறது. எனவே வரலாறு என்பது ஆன்மத்தின் விடுதலை நோக்கிய நகர்வு (History is the movement of the spirit towards freedom) என்கிறார் ஹேகல்.

மெல்ல மெல்ல மானிடப் பிரக்கை விழிப்பு நிலை பெறுகிறது. விடுதலை பற்

ஆதி நாகரிகங்களில் அவைத்து அதிகாரமும் கொண்ட அரசுவே சுதந்திர புருஷனாக விளங்கினான். மற்றெல்லோரும் அடிமைகளுக்கீழ் அடிமைகளாக உழன்றனர்.

குதியுரைஞர் பாலாவின் மற்றொரு பரிமாணம்

ஒரு காரணத்தில் நெற்காய்ப்புகிறது. அது எமக்குப் புலப்படுவதில்லை. நாம் எமது வாழ்க்கைக்கு கொடுக்கும் அர்த்தங்கள் எல்லாம் அர்த்தமற்றவை. எமது வாழ்க்கையின் அர்த்தத்தை நாம் கண்டு கொள்ள முடியாது. அது பிரபஞ்ச முழுமையின் தரிசனத்தில் மட்டும் ஒளிந்து கிடக்கிறது. அந்த பிரபஞ்ச முழுமையின் தரிசனத்தில் மட்டுமே அதன் உண்மை புலனாகும் முழுமை பெறாத நிலையில், பூரணமற்ற தன்மையில் இருப்பின் இரகசியத்தை நாம் புரிந்து கொள்ள முடியாது. எமக்குப் பின்னாலிருந்து ஏதோ அசைக்க நாம் அசைப்படுகிறோம். மனிதப் பொம்மைகளாக நாம் பொம்மலாட்டம் ஆடுகிறோம். சிந்தித்துச் செயல்படுவதாக நாம் எண்ணிக் கொள்வது எல்லாம் அபத்தமானது. வரலாற்றின் அருப கரங்களால் நகர்த்தப்படும் பகடைக் காய்க்க நாம்.

அமைதியும், ஆனந்தமும், ஒழுங்கும் ஒத்திசையும் நிறைந்த பொற்காலங்களை வரலாறு படைப்பதில்லை.

அது உலக வரலாற்று எட்டில் வெற்றுப் பக்கங்களாகவே இருக்கும் என்கிறார் ஹேகல். முரண்பாடும் மோதலும், சாவும் அழிவும் நிறைந்த துன்பியல் நாடகமாக வரலாறு இந்தப் பூமியில் அரங்கேறுகிறது. மானிடம் இரத்தம் சிந்தியபடி

சிலுவையைச் சமந்து செல்கிறது. பூரணத்துவம் நோக்கிய பாதையில் மனிதன் இரத்த ஆறுகளைக் கூட்டுச் செல்ல வேண்டும். மனித வாழ்வை, வரலாறு ஆர்ப்படி விதித்திருக்கிறது. ஒரு சிலர், வரலாற்றினால் அபூர்வமாக தேர்ந்தெடுக்கப்படும் சிலர், வரலாற்று நாயகர்களாகப் பிறப்பெடுக்கின்றனர். அந்த உலக வரலாற்று நாயகர்கள் (world historical beings) வரலாறு விதித்த பணிக்காக அவதாரம் எடுக்கிறார்கள். அவர்கள் மூலம், வரலாறு தனது நோக்குகளை தந்திரமாக, நூட்பமாக சாதித்து விடுகிறது. மகா அலைச்சாந்தர் தொடக்கம் நெப்போலியன் வரையுட்புகமாக வரலாற்று மனிதர்கள் தோன்றி, வரலாற்றை நகர்த்திச் செல்ல வரலாறு விதி செய்திருக்கிறது என்கிறார் ஹேகல்.

(அடுத்தவாரம் வளரும்..)



விடுதலை

டைய நாகரிகங்கள் என்றும், பண்பாட்டு மையங்கள் என்றும், நாடுகள் என்றும், சமூகங்கள் என்றும், தனி மனிதர்கள் என்றும் மேற்கொள்ளப்படும் சரித்திர ஆய்வுகளுக்கும் இல்லாமல் இல்லை. வளர்ச்சி, எழுச்சி, விழ்ச்சி என்ற முப்பரிமாண விதிகளின் அடிப்படையில் இந்த வரலாற்று ஆய்வுகள் எழுதப்பட்டிருக்கின்றன.

சுமியீழ் விடுதலைப் பிலிகளின் மதியுரைஞர் அன்றைய பாலசிங்கத்தின் மற்றொரு பரிமாணத்தை - பக்கத்தை - ஆங்க மனிதருள் புதைந்திருக்கும் இன்னொரு அதிசய தீவனம் - வெளிப்படுத்துகிறது 'விடுதலை' கட்டுரைத் தொகுப்பு.

இவற்றை மதிப்பாய்வு செய்வது எமது நோக்கமல்ல. நாம் இங்கு எடுத்துக் கொண்ட வரலாற்று ஆய்வு முறைமை வித்தியாசமானது. மனித வரலாற்றைக் கூறுபோட்டு நோக்காமல், மானிடத்தின், அதாவது மனித குலத்தின் ஒட்டுமொத்தமான வரலாறு பற்றியே நாம் இங்கு பார்ப்போம். முழு மனித வரலாறு எனும் பொழுது, எல்லாக் காலங்களிலும், எல்லா மக்கள் சமூகங்களிலும் பெறப்பட்ட உலகானுபவத்தை உள்வாங்கியபடி ஒரு சீரான அசைவியக்கமாக மானிடத்தை ஓர் உன்னத படிநிலை வளர்ச்சிக்கு நகர்த்திச் செல்லும் வரலாறு பற்றியே நாம் குறிப்பிடுகிறோம். இத்தகைய ஓர் ஆழமான வரலாற்றுத் தரிசனத்திற்கு மூல கர்த்தாவாக விளங்கியவர் பிரபல ஜெர்மானியத் தத்துவாசிரியரான

திருமுல்லராக ஹேகல் விளங்கினார். அவர் படைத்த எண்ண உலகம் மாக்ஸ் போன்ற அன்றைய இனம் சிந்தனையாளர்கள் மீது ஆழமான தாக்கத்தைப் பதித்தது. ஹேகலின் தத்துவத்தை மாக்ஸ் கடுமையாக விமர்சித்தார். அவ்வயமான ஆன்மீகவாதம் எனச் சாடினார். எனினும், ஹேகலின் கருத்துலக ஆதிக்கத்திலிருந்து அவர் முற்று முழுதாக விடுபட்டவராக இல்லை. ஹேகலின் இயங்கியலும், வரலாற்றுத் தத்துவமும் கார்ல் மாக்ஸ் வெகுவாக ஆகர்வத்தூக் கொண்டன. ஆன்மீக உலகத்தில் புதைந்து போயிருந்த ஹேகலின் இந்த சிந்தனைக் கருவூலங்களை, பொருளிய உலகத்தை விளக்கும் அறிவியற் கோட்பாடுகளாக மாக்ஸ் மாற்றியமைத்தார் எனக் கூறுவது பொருத்தமாகும். இதனால் தான் மாக்ஸின் தத்துவ ஆழமானது புரிந்து கொள்வதற்கு ஹேகலின் தத்துவத்தைப் படிக்க வேண்டும் என லெனின் கூறினார்.

ஹேகலின் தத்துவத்தைப் புரிந்து கொள்வது என்பதும் இலகுவான விடயமல்ல. மிகவும் கனதியான, ஆழமான கருத்துக்களை, மிகவும் தெளிவற்ற பூடகமான வாந்தனைகளில், மிகவும் சிக்கலான முறையில் விவரிப்பதில் அவர் வித்தகர். வரலாறு பற்றி அவர் விளக்கும் Phenomenology of The Mind, Philosophy of History என்ற நூல்கள் இத்தகைய சொற்புதிர்கள் நிறைந்தவை. உதாரணமாக மனம் என்று அவர் பிரயோகிக்கும் சொல் பல்வேறு அர்த்த பரிமாணங்களைக் கொண்டது; அவரது மொழியில் மனம் என்பது சாதாரண மனித மனதை மட்டும் குறிப்பிடுவதல்ல. அது மனித ஆன்மாவைக் குறிப்பிடும். மானிடத்தின் கூட்டு மனதையும் அது குறிப்பிடும். அதே வேளை, அண்டமெங்கும் வியாபித்து நிற்பதாக அவர் கருதும்

எல்லாக் காலங்களிலும், எல்லா மக்கள் சமூகங்களிலும் பெறப்பட்ட உலகானுபவத்தை உள்வாங்கியபடி ஒரு சீரான அசைவியக்கமாக மானிடத்தை ஓர் உன்னத படிநிலை வளர்ச்சிக்கு நகர்த்திச் செல்வதே வரலாறாகும்.

றிய சுயவுணர்வு கொள்கிறது. தளைகளை நீக்கி விடுதலையைப் பெற முனைகிறது. ஆதி நாகரிகங்களில் அனைத்து அதிகாரமும் கொண்ட அரசனே சுதந்திர புருஷனாக விளங்கினான். மற்றெல்லோரும் அவனுக்குக் கீழ் அடிமைகளாக உழன்றனர். காலப் போக்கில் புதிய நாகரிகங்கள், புதிய பண்பாட்டு உலகங்கள் தோன்றி, விடுதலையின் விழிப்புணர்வை மனிதரிடையே வளர்த்தன. வேதங்களாக, தத்துவங்களாக, கலை இலக்கிய வடிவங்களாக, சமூக சிந்தனைகளாக, அரசியற் கோட்பாடுகளாக, காலத்திற்குக் காலம் தோன்றி வளர்ந்த பண்பாட்டுக் கோலங்கள் விடுதலையின் விழிப்புணர்வை விரிவுபடுத்தின. போர், புரட்சி, கிளர்ச்சி என்று

வெற்றிக் குதூகலத்தில் ஜெயலலிதா!

தமிழகத்தின் காஞ்சிபுரம், கும்மிடிப் பூண்டி சட்டப்பேரவை தொகுதிகளின் இடைத் தேர்தலில் முதல்வர் ஜெயலலிதா விளா அ.தி.மு.க பெருவெற்றி பெற்றுள்ளது. கடந்த வார இறுதியில் நடந்த இத்தேர்தல் களில் ஜெயலலிதா மும்முரமாக பிரசாரம் செய்தமை குறிப்பிடத்தக்கது. ஒவ்வொரு விதியாக அவர் பிரசாரம் செய்தார். கருணா நியோ ஓரிரு பொதுக்கூட்டங்களோடு கனது பிரசாரத்தை நிறுத்திக்கொண்டார்.

என்ன செய்தாவது வென்றே தீரவேண்டும் என அ.தி.மு.க அமைச்சர்களை ஜெயலலிதா மிரட்டி இருந்தார்.

சென்ற ஆண்டு 40 தொகுதிகளில் லோக்சபாவுக்கான தேர்தல் நடைபெற்றது சகல தொகுதிகளிலும் ஜெயலலிதாவின் கட்சி மண்கவ்வியது. அந்தத் தோல்வியால் துவண்டு போயிருந்த அ.தி.மு.கவுக்கு இந்த இடைத்தேர்தல் வெற்றி புதிய பலத்தைக் கொடுத்துள்ளது என்பதில் ஐயமில்லை. இன்னும் சரியாக ஒரு வருடத்தில் தமிழக சட்டசபைத் தேர்தல் 'வரவுள்ள நிலையில்' எதிரணியான தி.மு.க தலைமையிலான கூட்டணிக்கு எதிராக துணிந்து போட்டியிடும் தெம்பையும் இந்த வெற்றி கொடுத்துள்ளது.

தி.மு.க தலைமையிலான ஏழு கட்சிகள் அடங்கிய கூட்டணியுடன் தனித்து நின்று மோதி வெற்றி பெற்றுள்ளதாக ஜெயலலிதா தேர்தல் வெற்றியின் பின் மார்தட்டிக் கொண்டார். ஆனால் சென்ற

ஆண்டு லோக்சபா தேர்தலுக்கு முன் நடந்த சகல இடைத்தேர்தல்களிலும் அ.தி.மு.கவே வென்று வந்துள்ளது. எனினும் லோக்சபா தேர்தலில் ஒரு

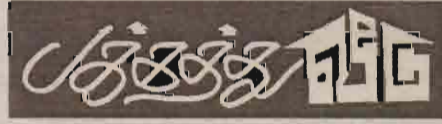


ஆசனத்தைக் கூட அந்தக் கட்சியினால் வெல்ல முடியவில்லை. தி.மு.க தலைமையிலான கூட்டணியே அப்போது 40 தொகுதிகளையும் தன்வசமாக்கிக் கொண்டது.

இந்த நிலையில் இம்முறை இடைத்தேர்தலில் இரு தொகுதிகளில் வெற்றி பெற்றதைக்கொண்டு எதிர்வரும் சட்டசபைத் தேர்தலில் 234 தொகுதிகளையும் அ.தி.மு.க வெல்லும் என நினைத்தால் அது பகற்கனவே. ஏழு கட்சிகளை எதிர்த்து தமது கட்சி வெற்றி பெற்றுள்ளதாக ஜெயலலிதா

பெருமை பேசுவது ஒரு வகையில் சரிதான். எனினும் லட்சம் லட்சமாக பணத்தை வாரி இறைத்தும் பரிசுப் பொருட்களை வழங்கியுமே இச்சாதனையினை அ.தி.மு.க நிகழ்த்தியுள்ளது.

“காஞ்சிபுரத்தில் ஏழு கட்சிகளை அல்ல எட்டுக்கட்சிகளை எதிர்த்தே வென்றோம். அந்த எட்டாவது கட்சி எதுவென எல்லோருக்கும் தெரியும்” எனவும் ஜெயலலிதா கூறியுள்ளார். எட்டாவது கட்சி என்று கூறியது காஞ்சி சங்கரமடாதிபதி ஜெயேந்திரரையே.



அவர் மீதான வழக்கில் தான் செய்தது சரியே என காஞ்சிபுரம் தொகுதி மக்களே அங்கீகரித்துள்ளனர் எனவும் முதல்வர் பெருமைப்பட்டுக் கொண்டார். இவ்வாறே திராவிட கழகத் தலைவர் தி.வி.ரமணியும் கூறியுள்ளார். சமயத்தை வெறுப்பவரான வீரமணி சங்கராச்சாரியார் விடயத்தில் ஜெயலலிதாவுக்கு ஆதரவாக ஏற்கனவே கருத்துக் கூறிவந்தவர் என்பது குறிப்பிடத்

தக்கது.

“பணத்தால் வென்ற வெற்றி இது” என்று கலைஞர் கருணாநிதி இதனை வர்ணித்துள்ளார். இந்த ஜம்பம் மாநிலம் முழுவதும் சட்டசபைத் தேர்தல் நடைபெறும்போது பலிக்காது எனவும் அவர் மேலும் கூறியுள்ளார்.

எனினும் தி.மு.க தலைமையிலான ஏழு கட்சி கூட்டணி உருவான பின்னர் ஏற்படும் முதற்தேர்தல் இது. இதற்கு முன் இடைத்தேர்தல்களில் ஆளும் அ.தி.மு.க வென்று வந்தபோதெல்லாம் தி.மு.க தலைமையிலான இக்கூட்டணி உண்டாகியிருக்கவில்லை என்பதும் குறிப்பிடத்தக்கது. அந்த வகையில் அக்கூட்டணிக்கு இது ஒரு பின்னடைவே. வெற்றி நமதே என இறுமாப்புடன் இராமல் வெற்றிக்காக உழைக்க தி.மு.க அணிக்கு இது ஒரு நல்ல பாடமாக அமையும்.

எஸ்.க.ரேந்திரஜித்

தவிர, பேரவைக்கான தேர்தலில் கோற்ற பின் ஜெயலலிதாவை எடுத்தெறிந்து பேசி வந்த பி.ஜே.பி தலைவர்களும் சற்று சித்திக்கத் தலைப்பட்டுள்ளனர். அடுத்த தேர்தலில் அ.தி.மு.கவுடன் கூட்டணி கிடையாது. தனித்தே போட்டியிடுவோம் என கூறிவந்த பி.ஜே.பி தலைவர்களை முழிபிதுங்கவைத்துள்ளது ஜெயலலிதாவின் இந்த வெற்றி. அடிக்கடி அணிமாறும் ராமதாஸும் அ.தி.மு.க அணியில் சேர வாய்ப்புள்ளது. அவ்வணியில் பி.ஜே.பியும் சேர்ந்தால் தி.மு.க அணிக்கு வலுவான ஒரு போட்டி அணியாக அது உருவாகவும் கூடும்.

வெளிநாட்டில் உயர்கல்வியை தொடரவிரும்புகின்ற மாணவர்களுக்கு London Institute வழங்கும் அரிய சந்தர்ப்பம் Foundation Degree Programme

London Institute of Further Education (LIFE), நம் நாட்டு மாணவர்களின் எதிர்கால நலன்கருதி பிரித்தானிய பல்கலைக் கழகங்களின் அங்கீகாரத்துடனும், வழிகாட்டுதலுடனும் Foundation Degree Programme for Higher Education/ Career எனும் பாடநெறியினை வடிவமைத்துள்ளது.

இக்கற்கை நெறியில் தகவல் தொழில் நுட்பம் (Information Technology), ஆங்கிலம், ஆளுமை விருத்தி ஆகிய பாடப்பரப்புகள் போதிக்கப்படுகின்றன.

தகவல் தொழில் நுட்பத்தினைப் பொறுத்தவரையில் Programming Techniques, Website Development, Graphic Designing, Information Technology Theories, Internet - Email Applications, Operating System, MS Office XP, Hardware and Networking உள்ளிட்ட இன்னும் பல அலகுகளை உள்ளடக்கிய பாடநுட்பம் கற்பிக்கப்படும்.

மேலும் ஆங்கிலத்தில் Reading, Writing, Speaking, Listening ஆகிய அடிப்படை அம்சங்களினூடாக விரிவான பயிற்சி வழங்கப்படுவதனால் ஆங்கிலத்தில் மிகவும் பலவீனமாக (Weak) காணப்படுகின்ற மாணவர்களும் கற்கைநெறி முடிவில் சிறந்த ஆங்கிலத்தேர்ச்சி கொண்டோராக மாறிக்கொள்ள வாய்ப்பு கிடைக்கின்றது.

தகவல் தொழில்நுட்பம் (Information Technology), ஆங்கிலம் ஆகிய பாடப்பரப்புகளை பயிலும் நம் மாணவர்கள், தங்களுடைய ஆளுமையினை வளர்த்துக்கொள்ள

வும், தாம் பெற்ற அறிவினையும் ஆற்றல் களையும் வெளிக்கொணரவும், ஆளுமை விருத்தி (Personality Development) எனும் விசேட பயிற்சித்திட்டமொன்றும் இப்பாடநெறியில் உள்ளடங்குகின்றது. இதன் மூலம் மாணவர்கள் தங்கள் ஆளுமையினை வளர்த்துக்கொள்வதோடு, எந்தச் சந்தர்ப்பத்திலும் தங்கள் திறமையினையும், ஆற்றல்களையும் தெளிவாக வெளிப்படுத்தும் திறனையும் அடைகின்றனர். Personality Development இன் மூலம் கிடைக்கின்ற அனுபவங்களால் வாழ்வின் பல்வேறு சவால்களையும் எதிரியத்தூண்ட எதிர்கொள்ளும் மனவலிமையினையும், எவ்வித சந்தர்ப்ப சூழ்நிலைகளையும் இலகுவாக வெற்றி கொள்ளும் தன்மையினையும் மாணவர்கள் பெற்றுக்கொள்கின்றனர்.

எனவே London Institute வழங்கும் Foundation Degree Programme மூலம் மிகக் குறுகிய காலத்தில் மாணவர்கள் தகவல் தொழில்நுட்பம், ஆங்கிலம் ஆகிய துறைகளில் பரந்த அறிவினைப் பெறுவதோடு, தங்கள் ஆளுமையினை சிறப்பாக விருத்தி செய்து கொள்ளும் சந்தர்ப்பத்தினையும் பெற்றுக்கொள்வதால் ஒரு புதிய மாற்றத்தூண்ட இக்கற்கை நெறியினை நிறைவு செய்து கொள்கின்றனர்.

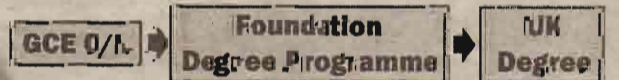
இத்துடன் இப்பாடநெறி முடிவில் 4 சான்றிதழ்கள் வழங்கப்படுகின்றன. அவையாவன;

(18 ஆம் பக்கம் பார்க்க)

ஆங்கிலநாட்டில் உயர்கல்வியைத் தொடர விரும்புகின்ற அரிய சந்தர்ப்பம்.

Foundation Degree Programme

GCE O/L தகையுடன் இங்கிலாந்தில் உயர்கல்வியைத் தொடர விரும்பும் மாணவர்கள் ஆதற்கான பல்கலைக்கழக அனுமதியினைப், Student Visa வினைப் இலகுவாகப் பெற்றுக் கொள்வதற்கு Foundation Degree Programme துணை புரிகின்றது.



COURSE LENGTH 3 Months (Full Time)

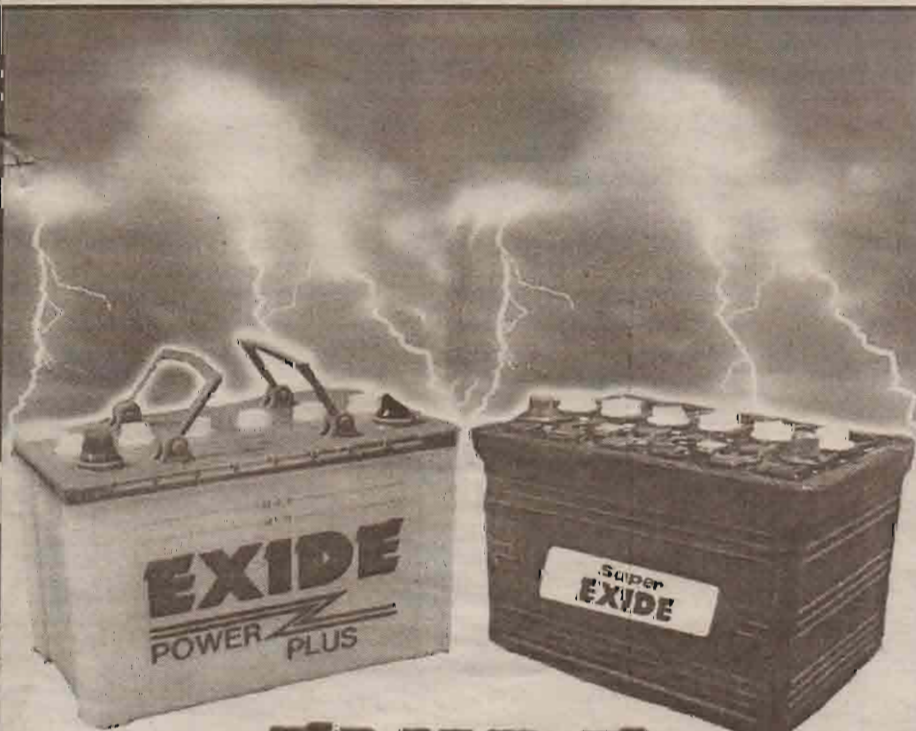
COURSE STRUCTURE

- Computing
Introduction to IT, Windows XP - OS, MS-Office XP, Internet & E-mail Applications, Website development, Programming Languages, Graphic Designing, Hardware & Networking
- English Reading, Writing, Listening & Speaking.
- Personality Development

வியரங்களுக்கு:

LIFE LONDON INSTITUTE OF FURTHER EDUCATION

25A, Hospital Road, Delhiewala, Tel: 011 5518666, 0777 215788 Fax: 011 5515387 E-mail: edulife@slinet.in



EXIDE

களத்தில் முதன்மையான
இலங்கையின் முதல் தர பற்றறி
இன்றும் முன்னணியில்

பிரதான விநியோகிப்பாளர்:

பாண்டியன் வரணியம், வன்னி விநியோகஸ்தர்,
யாழ்ச்சாலை, கிளிநொச்சி.



பிரவுண் அன் கம்பனி லிமிடட்

பற்றறி வணிகம்

தலை. 65, சிதவை தேர்ட், கொழும்பு - 05.

தொ. பே- : 2599280, 2599281, 5377988/89

பெக்ஸ் :- 5344636

வடக்கு-மேற்கு உள்ளடங்கலாக நாடு முழுவதும் உள்ள விநியோகஸ்தர்களிடம்

நெட் குறும்பு



ஆஹா...
எம்மாம்
பெரிய
பொண்ணும்
தம்மாத்துண்டு
சைக்கிளும்...

இந்து ஆலயம் ஒன்றில் பிரசங்கம் செய்யும் அறிஞர் ஒருவர் ஒரு நாள் பிரசங்கம் செய்து கொண்டிருந்தார். அன்றைய தினம் அவரது பிரசங்கத்தில் அரிச்சந்திரனின் கதையைக் கூறி... அவன் வாழ்வு கடிந்த திறனை விவரித்தார்.

பொய் ஒன்றைச் சொல்ல மறுத்ததால் மனைவி சந்திரமதியை அடகு வைக்க வேண்டி ஏற்பட்டதையும், மனைவி லோகிதாசன் பாம்பு கடித்து இறக்க நேரிட்டதையும், அரசனான அரிச்சந்திரன் கடலையில் வெட்டியான வேலை பார்க்க நேரிட்டதையும் ஒரு



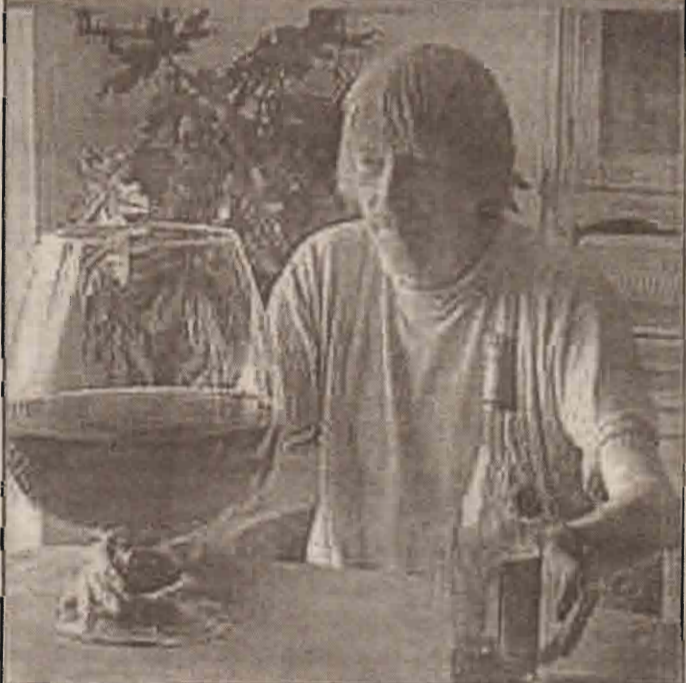
பொய் சொன்னாலே இந்த கஷ்டங்கள் எல்லாம் நீங்கி திரும்பவும் அரசனாக முடியும் என்ற நிலை இருந்த போதும் பொய் சொல்ல மறுத்த அரிச்சந்திரனின் கதையைக் கூறிப் பிரசங்கம் செய்தார்.

பிரசங்கத்தின் இறுதியில் தனது கதையில் உள்ள அறிவுரையைப் பிரசங்கம் கேட்டவர்கள் எந்த அளவுக்கு உணர்ந்து கொண்டிருக்கிறார்கள் என்பதை அறிய விரும்பினார்.



பிரசங்கத்தை உன்னிப்பாக கேட்டுக் கொண்டிருந்த ஒருவரை அழைத்து இந்தக் கதை மூலம் நீங்கள் கற்றுக் கொண்ட பாடம் என்ன என்று கேட்டார். உடனே அந்த நபர் சிறிதும் தயக்க மில்லாமல் சொன்னார். 'ஐயா... பொய் சொல்ல மறுத்து - உண்மை பேசினால் வாழ்க்கையில் மிகவும் கஷ்டப்பட வேண்டி ஏற்படும் என்பதை உணர்ந்து கொண்டேன்' என்றான். பிரசங்கம் செய்தவருக்கோ இதனைக் கேட்டு வாழ்க்கையை வெறுத்தது போய் விட்டது. இன்னொருவரை அழைத்து இதே கேள்வியைக் கேட்டார். அந்த ஆணை... 'ஐயா... வாழ்க்கையில் கஷ்டம் என்று வந்துவிட்டால் மனைவியைக் கொண்டுபோய் அடகு வைக்க முடியும் என்ற உண்மையை இந்தக் கதை மூலம் கற்றுக் கொண்டேன்' என்றார். பிரசங்கியாரோ இதனை கேட்டு மயங்கி விழுந்துவிட்டார்.

சத்தும்ல்லாத சரிப்பு



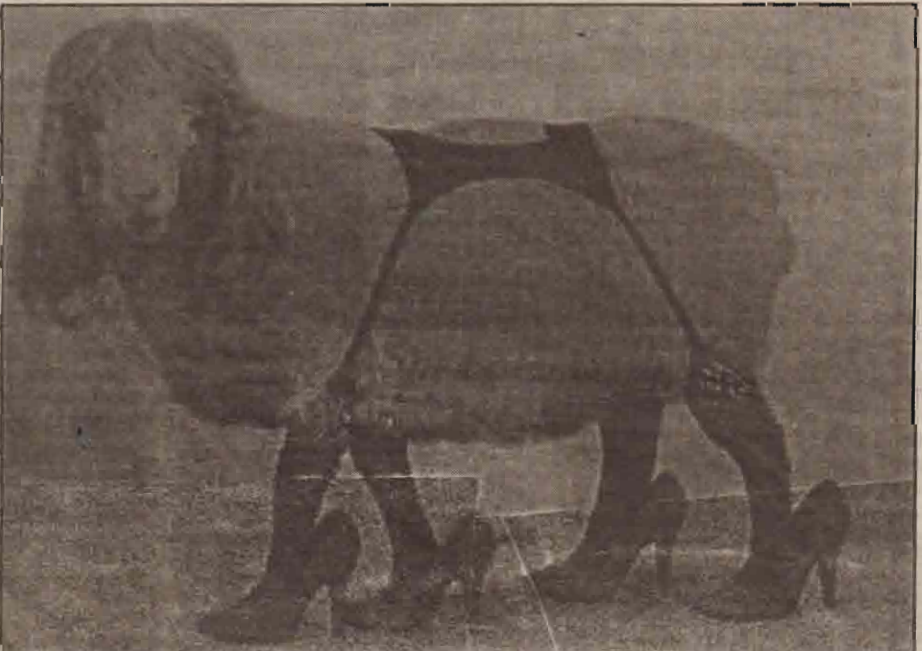
தினமும் ஒரு சினாஸ் மதுபானம் குடித்துக் கொண்டே வந்தால் உங்கள் உடம்பை நோய் நொடி எதுவும் அண்டவே அண்டாதாம்.

விந்தை உலகம்

அப்படி இப்படி என்று இப்போது அதுக்கும் ஒரு கல்லூரி தொடங்கப்பட்டுவிட்டது. அந்த மாதிரியான ஆட்கள் அதுபற்றி தெளிவான அறிவில்லாமல் அதிலேயும் - இதிலேயும் மாட்டி அங்கு அவலாகப் போய் விடக்கூடாதென்ற நொக்கில் அவர்கள் மீது அநுதாபம் கொண்ட அமைப்பு ஒன்றே இந்தக் கல்லூரியை ஆரம்பித்துள்ளது. அமெரிக்காவில் உள்ள சான் பிரான்சிஸ்கோ நகரில் அந்த விதமான தொழிலைச் செய்வாருக்காக இந்தக் கல்லூரியை ஆரம்பித்திருக்கிறது அந்த அமைப்பு. இந்தக் கல்லூரிக்குப் பூவெர்ஸ் காலேஜ் என்று பெயர் சூட்டப்பட்டுள்ளது.

இங்கே பயிற்சியைப் பெறுவதற்கு அந்த தொழில் செய்வோர் அடிபிடிப்பட்டுக் கொண்டிருக்கிறார்களாம். அந்தத் தொழில் என்றால் என்ன இளப்பமா? சும்மா ஐந்து - பத்துக்கு அல்லாதவைக்கும் பல தொழில்களுக்கே பயிற்சி நிலையங்கள் - ஆலோசனையாளர்கள் என்று ஏகப்பட்ட பந்தாக்கள் இருக்கும்போது இன்று உலகில் கோடிக்கணக்கான வருமானமுள்ள தொழிலான இதுக்குமட்டும் பயிற்சிக்கல்லூரி தேவையில்கையா என்று அழிச்சாட்டியும் பண்ணியிருக்கிறார் அந்தக் கல்லூரியின் தலைவர். எல்லாம் சரிதான்... ஏதோ அந்தத் தொழில் அந்தத் தொழில் என்கிறாயே... அது எந்தத் தொழில் என்று சொல்லி தொலையேன்டா என்கிறீர்களா? அட இது கூடத் தெரியவில்லையா சே... அது தாங்க - அந்தத் தொழிலுங்க சார்.

கண்ணாடி முச்சரி



உங்களுக்கு மட்டும்தான் கெயாஸ்ராலும், ஹீலில் வைத்த பாதனையும் உபயோகப்படுமா? நாங்களுமே அதிக தூரம் இரைதேடச் செல்பவர்கள்தானே! அதனால்தான் இவை எங்களுக்கும் உபயோகப்படுகின்றன.

செய்து பாருங்கள்

நாங்கள் சொல்கின்ற இந்தச் செய்முறை மூலம் உங்கள் உள்ளங்கைகளின் நடுவில் ஒரு ஒட்டையை வரப்பண்ண முடியும். அதற்கு விரும்பினால் கீழே உள்ள செய்முறையைப் படியுங்கள்.



முதலில் ஒரு மட்டையை - அல்லது விறைப்பான காதித்தை எடுங்கள். அதனை வட்டமாகச் சுற்றி ஒரு குழாய் போல ஆக்கிக் கொள்ளுங்கள். அதனை அப்படியே ஒற்றைக் கண்ணுக்கு முன்னால் வைத்துப்

பிடித்துக் கொள்ளுங்கள். இதேவேளை உங்கள் கண்களை எதிரே சுமார் 10 முதல் 15 அடி தூரத்தில் உள்ள சுவர் ஒன்றை நிலைக்குத்தாக பார்க்க வைத்துக் கொள்ளுங்கள். அதாவது ஒரு கண் உங்கள் டேப்பர் குழாய் ஊடாக சுவரை பார்த்துக் கொண்டிருக்க - மற்றக் கண் சாதாரணமாகவே சுவரைப் பார்த்தபடி இருக்கட்டும். இப்போது உங்களின் ஒரு கை பேப்பர் குழாயை பற்றியிருக்கும். சும்மாயிருக்கும் மற்றக் கையை எடுத்து கைகளின் விரல்களை விரித்தபடி சாதாரணமாகப் பார்த்தபடி இருக்கும் கண்ணுக்கு எதிரே - காகிதக் குழாய்க்கு அருகாகப் பிடியுங்கள். இப்போது உங்கள் உள்ளங்கையில் ஏற்படும் ஒட்டை வழியாக எதிரேயுள்ள சுவர் தெரியும். முயன்று பாருங்கள்.

இலங்கைத் தீவில் முதன்முதல் பெளத்த சமயம் தழுவினவர் திராவிடரான நாகரேயன்றி விஜய பரம்பரையினர் அல்ல!

இந்த வெற்றுக்கதையுடன்தான் திகா என்ற இளவரசனும் அப்பிராந்தியத்துக்கு அறிமுகப்படுத்தப்படுகிறான். இவன் கவந்தீசனுக்கு எந்தவிதத்தில் உறவு முறையினான் என்பது யாருக்கும் தெரியாது. தீர்த்தவாசி என்ற பெயரை குளறுபடியாக்கி விடுவதற்கு திகா என்ற பாத்திரப்படைப்பை உருவாக்கி பின்னர் திகவாப்பி என்ற பெயர் புனையப்பட்டதுபோல் தோன்றுகிறது.

இக் குளத்தை கவந்தீசன் கட்டியிருந்தால் குளத்துக்கு அவனது பெயரல்லவா சூடப்பெற்றிருக்க வேண்டும். அல்லாமல் திக என்பவனது பெயர் சூடப்பெற்றிருப்பது பல வழிகளாலும் உண்மையை முடிமறைக்கும் முயற்சிதான்.

அக்காலத்தில் கைமுனுவின் தந்தையான கவந்தீசனுக்கு அநுராதபுரியுடன் எந்தத் தொடர்பும் இல்லை. அநுராதபுரியில் எல்லாள் (கி.மு. 145-101) ஆட்சி புரிந்து கொண்டிருந்தான். எல்லாளின் கீழ் முப்பத்தியிரண்டு சிற்றரசு பிராந்தியங்கள் இருந்தன. அதற்குமுன் கி.மு. முன்றாம் நூற்றாண்டில் உறுகுணையில் தனக்கொரு சிற்றரசை நிறுவியிருந்தான் முத்தசிவனின் மகனான மகாநாகன். இச் சிற்றரசு உருவாக்கப்பட்டதன் பின்னணி என்ன?

தனது அண்ணனின் சிறுமகனை நஞ்சூட்டிக் கொன்றதான அபாண்டம் தன் மீது விழுந்தவிடுமோ என்று அஞ்சிய மகாநாகன் தனது பரிவாரங்களுடன் அநுராதபுரியை விட்டு வெளியேறி சில இடங்களில் தடுத்து பின்னர் உறுகுணையில் மாகமத்தில் ஓர் சிற்றரசை நிறுவி அரபியற்றி வந்தான்.

அங்கு அவன் விகாரையொன்றினைக் கட்டி அவ்விகாரைக்கு மகாநாகவிகாரை எனப் பெயரிட்டான். நாகர் இயற்றிய விகாரைகள் பலவும் நாகவிகாரை என்றே அழைக்கப்பட்டு வருதலால் கவந்தீசனின் இரண்டாம் புதல்வனான சதாதிசையால் திகவாவியில் இயற்றப்பெற்ற விகாரையும் நாகவிகாரையென்றே பெயர் சூடப்பெற்றிருக்க வேண்டும். ஆனால், நாகர் என்பது திராவிடரே இலங்காட்டும் பெயராகையால் அதை மறைப்பதற்காகவே பின்னர் அவ்விகாரைக்கு திகவாப்பி விகாரை என சிங்கள இனவாதிகளால் புதிதான பெயர் சூடப்பெற்றிருக்கலாம்.

திகா என்பவன் அங்கு குளமும் விகாரையும் கட்டவில்லையாதலால் அவனது பெயரால் 'திகவாப்பி', 'திகவாப்பி விகாரை' போன்ற பெயர்கள் இட்டுக்கட்டிச் சொல்லப்பட்டிருப்பது அறிந்திடுவோமா?

தமிழர்கள் மற்றும் தமிழர்கள் தொடர்பான பெயர்கள் எவ்வாறு மகாவம்சத்தில் புரிந்துகொள்ள முடியாத வகையில் சிதைக்கப்பட்டிருக்கின்றன என்பதை யாவரும் அறியமுடியும். அநுராதபுரியில் அறுபது ஆண்டுகள் அரபியற்றிய முத்தசிவனின் (கி.மு. 307 - 247) பெயரை மகாவம்சம் 'முட்டசிவ' என கொச்சையாக கூச்ச நாச்சமின்றி சொல்லியிருப்பது நல்ல எடுத்துக்காட்டன்றோ! அது மட்டுமன்றி அநுராதபுரியில் ஆட்சிசெய்த அரசுப்பட்டியலில் நாக அரசர்களை மகாவம்சம் முடி மறைத்து அவர்களை ஆரியர்களாக காண்பித்திருப்பது பெரும் பகல்மோசடியாகும்.

இம்மோசடியை பூசி மெழுகி மறைப்பீர்

இவ்வாரம் இலக்கியப் பொழில்

பகுதியில தகவானபும தாதையாய யும்' என்ற ஆக்கத்தின் இரண்டாவது இறுதிப் பகுதி இடம்பெறுகிறது.

பதற்காகத்தான் நாகர்களை மனிதர்களல்ல என்றும், அவர்கள் பாம்பென்றும், வாலென்றும் சிங்கள வரலாற்றாசிரியர்கள் பக்கமேளம் வாசித்து வருகிறார்கள். அவ்வாறு உலகின்கண் நாகர்களை மானிடரல்லாதவர்களென ஒதுக்கி வைத்துவிட்டால் அவர்களின் வரலாற்றினை தம் கருவிகளில்

சிரியர்களுக்கு குலநடுக்கம் பிடித்து விடுகிறது. ஆரம்பத்திலேயே மகாவம்சம் நாகர் குலத்தை முடிமறைத்து வரலாற்றை திசை திருப்பி எழுதிவந்ததன் எதிரொலியே இது.

இலங்கைத் தீவில் முதன்முதல் பெளத்த சமயம் தழுவினவர்கள் திராவிடரேயன்றி ஆரியரல்ல! முத்தசிவனுக்கு முன் அரபியற்றிய ஆரியர்களான பந்துகாபயனோ,

அவனுக்கு முன் அரபியற்றிய அபயனோ, அவனுக்கு முன் அரபியற்றிய பந்துகாபயனோ, அவனுக்கு முன் அரபியற்றிய விஜயனோ பெளத்த சமயம் சார்ந்திருக்கவில்லை. அவர்கள் பெளத்தர்களும் அல்ல!



பின்னர் நாககுலத்தவனான முத்தசிவனின் இரண்டாம் புதல்வனான திசை என்பவன் கி.மு. 247இல் பெளத்தசமயம் தழுவிக்கொண்டபோது பிறநாகர்களும் பெளத்த சமயத்தை ஏற்றுக்கொண்டனர். இதிலிருந்து முதன் முதல் பெளத்த சமயம் தழுவிக்கொண்டவர் திராவிடரென்பது யாவரும் புரியக்கூடியதே.

ஆதலின் திராவிடர்களின் சாதிப்பெயர்களுள் ஒன்றான நாகர் என்ற பெயரையோ, அவர்களால் இயற்றப்பெறும் 'நாக' என்ற பகுதி கொண்ட விகாரைகளையோ முற்றுமுழுதாக முடிமறைத்து விடலாமென்பது எவ்வகையிலும் புத்தியூர்வமானதன்று.

கவந்தீசனின் இரண்டாம் மகனான சதாதிசை அங்கு நிறுவிய விகாரை நாகவிகாரை என்றே பெயர் கொண்டிருந்தல் வேண்டும். ஏனெனில் சதாதிசை நாகர் குலத்தைச் சேர்ந்தவனாவான்.

மற்றும் பெற்றிருக்கலாம்.

சதாதிசையை நாம் நாகர் குலத்தவனென்று கூறுவது பலருக்கும் ஆச்சரியமாக இருக்கிறதா? துட்டகைமுனுவும் சதாதிசையும் கவந்தீசனின் பிள்ளைகளென்பது யாவரும் அறிந்ததே. முத்தசிவனின் முன்றாம் மகனான மகாநாகனின் பூட்டப்

வாப்பியை கட்டினாரென்றே சொல்லப்பட்டிருக்கும்போது இப்பெயர் மகாவம்சத்தில் இல்லையே!

சிங்கள வரலாற்றாசிரியர்களும் பாடநூல்களும் கவந்தீசன் என்ற பெயரை சொல்லியிருப்பதாலேயே நாமும் அதனை இதுவரை சொல்லிவந்தோம். ஆனால், இப்பெயர் சிங்கள பெளத்த வரலாற்று நூலான மகாவம்சத்தில் காணப்படாததால் இப்பெயர் தொடர்பாகவும் நாம் ஆராய வேண்டியுள்ளது.

கி.பி. ஐந்தாம் நூற்றாண்டில் அநுராதபுரியில் மகாநாம என்ற பெளத்த குரவராலேயே சிங்கள பெளத்த வரலாற்று நூலான மகாவம்சம் தொகுக்கப்பட்டது. இதனை ஆதாரமாகக் கொண்டுதான் சிங்கள மக்கள் வரலாற்றை அறிந்து வைத்துள்ளார்கள். அத்தகைய முக்கியத்துவமான நூலில் கவந்தீசன் எனும் பெயர் காணப்படாமலி

ருப்பது எப்படி? மகாவம்சத்தின் அத்தியாயங்களில் அதிக இடத்தைப் பிடித்திருப்பது துட்டகைமுனு தொடர்பான அத்தியாயமாகும். அப்படியிருக்கையில் துட்டகைமுனுவின் தந்தை என்று பிறரால் சொல்லப்படும் 'கவந்தீசன்' எனும் பெயர் மகாவம்சத்தில் காணப்படாமலிருப்பது பேராச்சரியன்றோ?

மகாவம்சத்தில் தமிழ்ப்பெயர்கள் யாவும் நெடில் குறிலாகவும், குறில் நெடிலாகவும் வல்லினம் மெல்லினமாகவும், மெல்லினம் இடையினமாகவும், சிதைத்து உருமாற்றிக்கொள்ளப்பட்டுத் திவெளியிட்டிருப்பது ஏலவே சொல்லப்பட்டதே. அட்டியான கொச்சைப்பெயர்களைக் கூட பின்னரும் விருப்புவெறுப்பின்படி ஏனைய பிரகரங்களில் மாற்றி அமைத்து விடுவதும் நடைபெற்றிருக்கிறது. அவற்

றில் ஒன்றுதான் கவந்தீசன் எனும் பெயர். மகாவம்சத்தில் துட்டகைமுனுவின் தந்தை யென காக்கவண்ண தில்ல எனும் பெயர் சொல்லப்பட்டுள்ளது. மாறாக கவந்தீசன் என்ற பெயர் சொல்லப்படவில்லை. இது பலருக்கும் தெரியாது. சிங்கள மக்கள் எல்லோருமே மகாவம்சத்தினை முழுமையாக படித்திருக்க மாட்டார்களாதலால் அவர்களும் பத்திரிகைகள், பாடநூல்கள் ஊடாக கவந்தீசன் எனும் பெயரையே அறிந்து வைத்துள்ளனர்.

(திசை என்பது நாகின் மரபுவழிப் பெயர்களில் ஒன்று. இதனையே பாளி மொழியில் மகாவம்சம் 'தில்ல' எனக் குறிப்பிடுகிறது. வாசகர்கள் இதனை மனதில் கொள்ளவும்.)

வாராவாரம் வெளிவரும் 'இலக்கியப் பொழில்' பகுதியில் இலக்கிய அறிஞர்கள் மட்டுமல்ல இலக்கிய ஆர்வலர்களும் எழுதலாம். கட்டுரைகள் யாவும் தரம் கண்டு பிரசுரிக்கப்படும்.

அப்படி திராவிடரான தேவாநம்பிய திசையின் பூட்டப்பிள்ளையான காக்கவண்ணதிசை கட்டிய குளம் 'திக' என்ற பெயரால் திகவாப்பியென்று குறிப்பிடப்பட்டிருப்பது வெறும் புரட்டு என்பது ஏலவே சொல்லப்பட்டதே. கவந்தீசன் குளத்தைக் கட்டிவிட்டு இன்னொருவனின் பெயரை அக்குளத்திற்குச் சூடுவானா?

பெளத்த சிங்கள வரலாற்று நூலான மகாவம்சத்தில் கவந்தீசன் என்ற பெயர் சொல்லப்படவில்லை யாதலால் இப்பெயர் எப்படி உருவாக்கப்பட்டதென்பதையும் நாம் ஆராய்கல் அவசியமல்லவா? மகாநாகன்

சொல்லேடுமுனுவன் ம.க.அ. அந்தனிசில்

கொண்டான். தேவாநம்பிய என்றால் 'கடவுளின் நண்பன்' (FRIEND OF GOD) என்று பொருள். அதற்கு முன்னர் வட இந்தியாவில் கலிங்கத்துப் போரில் வெற்றிவாகை சூடிய அசோகர் சக்கரவர்த்தியும் பெளத்த சமயம் தழுவினவரின் தனக்கு 'தேவாநம்பிய' அசோகன் என்ற நாமகரணத்தை சூடிக் கொண்டமை குறிப்பிடத்தக்கது. அவ்வாறு இலங்கைத் தீவில் முதன்முதல் பெளத்த சமயம் தழுவினவன் திராவிட இனத்தவனான நாகர் குலத்தைச் சேர்ந்த முத்தசிவனின் மகனான (தேவாநம்பிய) திசைதான் அவனின் பூட்டப்பிள்ளை முறையினன்தான் காக்கவண்ண தில்ல (மகாநாகன் தேவாநம்பிய திசையின் தம்பி என்பது குறிப்பிடத்தக்கது.)

(14 ஆம் பக்கம் பார்க்க)

குருதிப்பயணம் பரவலுக்கு குருதினிழ் அருவகைவை

பசிக்கு இரையாகி துடித்து உயிரிழந்தனர். குமுதினிழ் பட்டு முழுவதுமே குருதியால் கமழும்பட்டது. படகில் நிரம்பிய குருதி வெள்ளத்தினால் யாராவது இன்னும் உயிருடன் இருக்கிறார்களா என தேடித் தேடி இறந்த உடல்களை கூட இன்னொரு முறை கடித்துக் குதறிப்பார்த்தது கொலைக்கும் பல்.

FFழத்தமிழர்களின் வாழ்வில் ஆறாத வடுவாக பதிந்திருக்கும் குமுதினிழ் படுகொலையின் 20 ஆம் ஆண்டு நினைவுதினம் தமிழர் தாயகப்பகுதி எங்கும் கடந்த 15 ஆம் திகதி உணர்வு பூர்வமாக நினைவு கூரப்பட்டது. பிரதான நிகழ்வு நெடுந்தீவு மாவலித்துறையில் இடம்பெற்றது.

படுகொலை நடைபெற்ற ஆழ்கடல் பகுதிக்குச் சென்ற மக்கள் கடலில் மலர்தூவி படகில் கடரேற்றி தமது உறவுகளுக்கு வணக்கம் செலுத்திய காட்சி நெஞ்சை நெகிழவைத்தது. தொடர்ந்து மாவலித்துறையில் குமுதினிழ் படுகொலை நிகழ்வின் ஏற்பாட்டுக் குழுவினரால் ஒழுங்கு செய்யப்பட்டிருந்த நிகழ்வில், படுகொலை செய்யப்பட்ட 36 மக்களினதும் உருவப்படங்கள் பாண்ட்வாத்திய இசை அணிவகுப்புடன் எடுத்து வரப்பட்டு குமுதினிழ் படுகொலை நினைவாலயத்தில் வைக்கப்பட்டன.

படுகொலையுண்டோரின் நினைவுச் சுடரினை கடற்புலிகளின் யாழ். மாவட்ட அரசியல்துறைப் பொறுப்பாளர் அருணன் ஏற்றிவைக்க நினைவாலயச் சுடரினை யாழ். மாவட்ட அரசியல்துறை துணைப் பொறுப்பாளர் கண்ணன் ஏற்றிவைத்தார். மலர் மாலையினை யாழ். மாவட்ட மகளிர் அரசியல்துறைப் பொறுப்பாளர் கயல்விழி அணிவித்தார். இதனை அடுத்து நினைவுரைகள் இடம்பெற்றன. நினைவுரைகளை சார்ள்ஸ் அன்ரனி சிறப்புப் படையணியின் தளபதிகளில் ஒருவரான அமுதாப், தமிழ்த்தேசியக் கூட்டமைப்பு நாடாளுமன்ற உறுப்பினர் மா.க.சுழுவேந்தன், யாழ். மாவட்ட மகளிர் அரசியல்துறைப் பொறுப்பாளர் கலைவிழி ஆகியோர் நிகழ்த்தினர். தொடர்ந்து படுகொலையை எடுத்துக்காட்டும் வகையான கலை நிகழ்வுகள் நடைபெற்றன. அத்தோடு இப்படுகொலையை சித்திரிக்கும் வகையிலான அலங்கரிக்கப்பட்ட ஊர்திப்பவனி

ஒன்றும் இடம்பெற்றது. சிங்கள பௌத்த பேரினவாதிகள் காலத்துக்குக் காலம் தமிழர்கள் மீது கட்டவிழ்த்து



விடும் காடைத்தனத்தின் ஓர் அங்கமாகவே குமுதினிழ் படுகொலையும் இடம் பெற்றது.

அலைகடலின் தாலாட்டில் அமைதியாக வாழ்க்கை நடத்திக் கொண்டிருந்த நெடுந்தீவு வாழ் மக்கள் தமது தேவைகளை நிறைவு செய்வதற்காக வெளியிடங்களுக்கு சென்று வருவது வழக்கம். அவ்வாறே அன்றொரு நாள் வெளியே சென்றவர்கள் ஊர் திரும்புவதற்காக குறி காட்டுவானிலிருந்து நெடுந்தீவு செல்லும் படகில் பயணித்ததுக் கொண்டிருந்தனர். கடலன்னையின் சுதந்திரகாற்றை சுவா

சித்தவண்ணம் சென்று கொண்டிருந்த அப்பாவிப் பொதுமக்கள், ஆதிக்க வெறியரின் கொலைக்கரங்கள் அன்று தம்மீது பாய்ப்போகின்றது என்பதை அறிந்திருக்கவில்லை. அந்த நேரத்தில்தான் இந்தக் கொடூரம்

அரங்கேற்றத் தொடங்கியது. குமுதினிழ் படகைதிரை இலங்கை கடற்படைக்கலம் வழி மறிக்கவே செய்வதறியாது மக்கள் திகைத்து நின்றனர். படகினுள் புகுந்த கடற்படையினர் பயணிகளை ஒவ்வொருவராக

படகில் பயணித்த 36 பேரினுடைய உயிர் பறிக்கப்பட்டது. கருநீலநிறமாக காணப்பட்ட கடலினை குருதிப்புனல் பாய்ந்து சென்றிறமாக்க காட்சி கொடுத்தார். அன்று கடல் மட்டும் சிவக்கவில்லை. ஒவ்வொரு தமிழனுடைய கண்களும் அனலென சிவந்து அக்கிரமக்காரர்களை சுட்டெரிப்பதற்கு துடித்துக் கொண்டிருந்தன என்பதை கொலை வெறியர்கள் காலம் கடந்துதான் உணர்ந்து கொண்டனர்.

தமிழரின் போராட்டத்தை களத்தில் சந்தித்து முறியடிக்க முடியாதவர்கள் அப்பாவி மக்கள் மீது வன்முறை பிரயோகித்து எமது தமிழ் மக்களின் தாயகத்தை, விடுதலை வேட்கையை, சுதந்திர உணர்வை அடக்கலாம் என கொண்ட தப்பெண்ணம் இன்று வரை தொடர் கதையாகவே உள்ளது.

எந்தவொரு விடுதலை வேண்டிப் போராடும் இனத்திலும் அதை அடிமைப்படுத்த நினைக்கும் ஆக்கிரமிப்பாளர்கள் தொடர்ந்தும் படுகொலைகள், வன்முறைகள் என்பவற்றை மேற்கொள்ளும் போதே ஆக்கிரமிப்பாளர்களுக்கெதிரான விடுதலைப் போராட்டம் வீறுகொண்டெழும் என்ற அடிப்படையில்தத்துவம் எமது இனத்திற்கும் பொருந்தும்.

செந்தணல்

எமது நீண்ட விடுதலைப் போராட்டத்தில் நாம் கடந்து வந்த பாதையில் துயரத்தின் குறியீடாக காணப்படும் குமுதினிழ் படுகொலையின் போது அநியாயமாக உயிர் பறிக்கப்பட்ட அனைத்து அப்பாவிப் பொது மக்களையும் ஒரு முறை நினைவு கூருகின்றோம்.

எத்தனை ஆண்டுகள் சென்றாலும் எமது மனதை விட்டு அகலாத, மறையாத வடுவாக மனதில் பதிந்து காணப்படும் குமுதினிழ் படுகொலையின் போது கொல்லப்பட்ட அனைவருக்கும் எமது இதய அஞ்சலிகள்.

கண்டம்துண்டமாக வெட்டியும், குத்தியும் கொலை வெறியாட்டம் புரிந்தனர்.

ஆறுமாதக் குழந்தை உட்பட பெண்கள், முதியவர்கள், குழந்தைகள் என பலதரப்பட்டவர்களும் காதையர்களின் கொலைப்

சொற்சிலம்பம் போட்டி இல. 161

சொற்சிலம்பம் 161 போட்டிக்கான விடைகளை எழுதி அனுப்பிவைக்கவேண்டிய கடைசித்தினம் மே 28 ஆம் திகதி ஆகும். விடைகள் ஜூன் 5 ஆம் திகதி சுடர் ஒளியிலும், வெற்றி பெற்றவர்களின் பெயர்கள் ஜூன் 12ஆம் திகதி சுடர் ஒளியிலும் பிரசுரமாகும். சொற்சிலம்பம் போட்டி இல.159க்கான விடைகள் அருகே தரப்பட்டுள்ளன.

தபாலட்டையில் ஒட்டப்பட்டு அனுப்பப்படும் விண்ணப்பங்கள் மட்டுமே ஏற்றுக்கொள்ளப்படும். தபாலட்டை கிடைக்காத பட்சத்தில் தபால் அட்டையின் அளவில் ஒரு கட்டை அட்டையை வெட்டி, அதில் கூப்பனை ஒட்டி அனுப்புவர்கள். முதலாவது பரிசாக 250 ரூபாவும், இரண்டாவது பரிசாக 150 ரூபாவும், மூன்றாவது பரிசாக 100 ரூபாவும் வழங்கப்படும். பலர் விடைகளைச் சரியாக எழுதியிருப்பின் அதிர்ஷ்டக் குலுக்கல் மூலம் பரிசுக்குரியவர்கள் தேர்ந்தெடுக்கப்படுவார்கள்.

அனுப்ப வேண்டிய முகவரி:
'சுடர் ஒளி'
85, ஜெயந்தமல்லிமாராச்சி மாவத்தை,
கொழும்பு-14.

சொற்சிலம்பம் போட்டி இல. 161

| | | | | | |
|----|----|----|----|----|----|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 |
| 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |

சொற்சிலம்பம் போட்டி இல.159

| | | | | | | | | | | | | |
|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| 1 | ச | ம் | 2 | ப | 3 | தி | 4 | அ | 5 | ச | 6 | தி |
| 7 | தி | 8 | ப | 9 | தி | க | ம் | 10 | த | ம் | 11 | தி |
| 12 | மா | ர் | 13 | கு | 14 | அ | வை | 15 | ந | 16 | க | ப |
| 17 | ர | ம் | 18 | வி | 19 | ச | மி | 20 | ப | 21 | ம | ய |
| 22 | ய | ம் | 23 | சி | 24 | தி | லை | ம் | 25 | 26 | 27 | 28 |

சொற்சிலம்பம் போட்டி இல.161

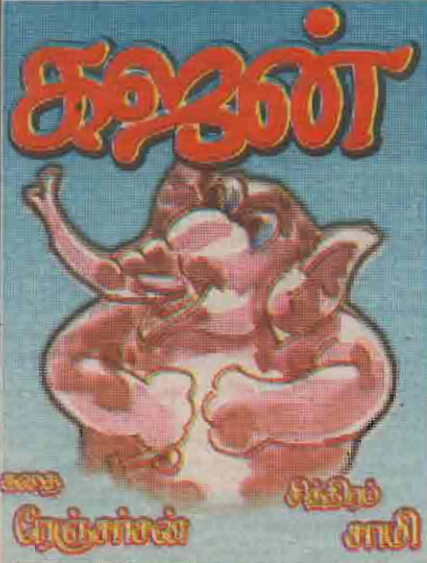
| | |
|---|--|
| 1. செருக்கு / வலி / காவல் | 1. ஒன்றாகிய தன்மை. |
| 2. பாக்கு தரும் தரு. | 2. பூச்சூழ் / பிற்பக்கவயக்குப் பின்னர் வருபது. |
| 3. இது அறுபத்திநான்கு. | 3. புதிய தகவல் / புதுமையான செய்தி. |
| 4. ஆந்திர, கர்நாடகம் ஆகிய வற்றுக்குத் தெற்குள்ள பிரதேசம். | 4. பாடல் / டிஸவன். |
| 5. பருந்துவதற்கு உரிமன். | 5. உலது குறைந்தவன். |
| 6. ஒரு வருப்பு வகை. | 6. குத்துவது இப்படி. |
| 7. இதற்கும் உண்டோ அடைக்கும் தன்மை? | 7. காந்திஜிபின் கடைசி வாத்தை. |
| 8. பாண்டிய மன்னரின் பெயர் வகை. | 8. இவன் புரட்சிக்கவிஞன். |
| 9. நிலவடுக்குக்கு மேல் இருப்பது. | 9. பிழை / தவறு / தப்பு. |
| 10. அன்பு கொண்ட அடிமை. | 10. பன்னிரண்டு அங்குலம். |
| 11. மிக / கூட. | 11. மகன். |
| 12. சுவர்ச்சதுடன் தொடர்பான நோய். | 12. நெஞ்சு. |
| 13. முதுமை அடைய. | 13. ஓர் அரிசி வகை. |
| 14. இணக்கம் காணப்பட்டது / ஒப்பந்தம். | 14. விருந்தினன். |
| 15. சாப்பிடு. | 15. தாண்டு. |

சொற்சிலம்பம் போட்டி இல. 158

1. யோசப் டொரிங்கடன் ஸ்பெக் 59/1, வேடி மெனிங் டிறைங், மட்டக்களப்பு.
2. வ.ஆ. அதிருபசிங்கம் அம்மன் கோவில்லடி, வல்வெட்டித்துறை.
3. செ.சுந்தரராசா 5, கருவேலடி வீதி, கொக்குவில்.

பாராட்டும் பெறுவோர்

1. க.நிரஞ்சன், 22, பிரதிபிம்பலராம வீதி, கருப்போவில்.
2. க.அ.மலர் 141, 4ஆம் குறுக்குத் தெரு, யாழ்ப்பாணம்.
3. ச.சொ.சுமமலர் "சொன்னாங்கல்" 77/3 மன்னார் வீதி, கவுண்டியா.
4. வி.தர்மராஜதுரை வணல் குழுங்கை, தும்பளை, பருத்தித்துறை.
5. இ.கிராஸினி, 'மணியலம்' வாக்கிசுலை வீதி, கொழும்புத்துறை, செங்கடி.
6. ம.தி.லக்ஷ்மணன் சிறப்பிட்டி தெற்கு, நீர்வேலி.
7. வ.மன்னர் அன்ரனி 56 சென்றேழும்ஸ் மேற்கு வீதி, குருநகர், யாழ்ப்பாணம்.
8. எஸ்.ஜோசு 155/11 ஜெம்பட்டா வீதி, கொழும்பு 13.
9. எஸ்.எஸ்.பவானந்தன் சிறப்பிட்டி தெற்கு, நீர்வேலி.
10. ஜெயசேகர நகுலன் 'சுடர்' கைனியடி, கொக்குவில் மேற்கு.



விக்கல் வருகிது!

ஷான்பூர் என்ற கிராமத்தில் வா்மா என்ற மருத்துவர் வசித்து வந்தார். இவர் மிகச் சிறந்த மருத்துவர். நோயைச் சரியாகக் கண்டு பிடித்து உடனடியாக அதற்கு மருந்து கொடுத்து குணமாக்கி விடுவார். எனவே, இவரைத் தேடி பல ஊர்களில் இருந்தும் மக்கள் வந்து கொண்டே இருப்பார். வா்மாவும் பலவிதமான பச்சிலைகளை அரைத்து விசேட மருந்துகளைத் தயாரித்து மக்களின் பிளியை உடனுக்குடன் போக்கி வந்தார். எனவே மக்கள் வா்மாவை தெய்வமாகவே மதித்தனர்.

தன்னுடைய சின்னக் குடிசையிலேயே ஊருக்கு ஒதுக்குப்பறமான இடத்தில் வாழ்ந்து வந்தார் அவர். மக்களிடம் இவ்வளவு பணம் என்று கேட்கமாட்டார். அவர்கள் கொடுப்பதை மட்டும் வாங்கிக் கொள்வார். வா்மாவிடம் சின்னு என்பவன் உதவியாளராக இருந்தான். இவன் ரொம்பத் துருக்குத்தனம் நிறைந்தவன்! குடு குடு என்று காரியங்களைச் செய்வான். வா்மாவிடம் வைத்தியம் கற்றுக்கொண்டு தானும் அவரைப்போல் புகழ்வெற வேண்டும் என்பது சின்னுவின் ஆசை. ஒருநாள் பச்சிலை ஒன்றை இடித்துக் கொண்டிருந்தார் வா்மா. அவருக்குத் தேவையான பச்சிலைகளை எடுத்துச் செட்டுத்து உதவி செய்து கொண்டிருந்தான் சின்னு. "சின்னு! சில நேயம்"



அரசன் எவ்வளவோ வசதிகள் செய்து தருகிறேன் என்று சொல்லையும் கேளாமல்

களுக்கு நம்மால் இன்னும் மருந்து கண்டுபிடிக்க முடியவில்லை. இப்போது

பிரிகேட் பறவை!

விரைவு சுப்பலை போன்ற பறவை! இந்தப் பறவைக்கு ஆக்கிரமிக்கும் பார்வையும், கொடுமையான வளைந்த அலகும் உண்டு. இது தொடர்ந்து வேட்டையாடுகின்ற திறமை கொண்டது. தன்னால் உணவுக்காக தேர்ந்தெடுக்கப்பட்ட பறவைகளையோ அல்லது பிராணிகளையோ இது தப்பிச் செல்ல விடுவதில்லை. அத்தனை பொல்லாத பறவை. சுழற்காற்றை எதிர்த்து செல்லும் சில பறவைகளில் இதுவும் ஒன்று. இதனுடைய உணவானது புதிதாக குஞ்சு பொரிக்கப்பட்ட கடல் ஆமைகள், மீன்

கள், சிறிய பறவைகள் ஆகும். இப்பறவை தன்னுடைய கூடுகளை

பையை விவடைந்த பல்லாணைப் போல் காட்டும். இவை மிகவும் இலகுவாக மனிதர்களோடு பழகும், இவற்றை மிகவும் சுலபமாக பழக்க முடியும். தீவுகளுக்கிடையில் செய்திகளை அனுப்ப இவைகளுக்கு பயிற்சியும் அளிக்கப்பட்டு பயன்படுத்தப்படுகின்றன. இவ்வகை பறவைகள் மிக உஷ்ணமான அமெரிக்க பகுதியிலும், சூடான கடற்கரை பகுதிகளின் அருகிலும் வசிக்கும்.

தொடர்ந்து விக்கல் வருகின்றதை வைக்கக்கோ! அதுக்கு எந்த மருந்தும் கிடையாது. ஒங்கி ஒரு அடிகளின்மீது அடித்தால் போதும். அந்த அதிர்ச்சியிலேயே விக்கல் நின்றாவிடும். அதைத் தவிர வேறு வழியில்லை." என்றார் எல்லாவற்றையும் அக்கறையுடன் கேட்டுக் கொண்டிருந்தான் சின்னு.

இரண்டு நாட்களுக்கு பின் - மாட்டு வண்டியில் இரண்டு மனிதர்கள் வந்து கொண்டிருந்தனர். ஒருவன் அவசரமாக வண்டியை விட்டு இறங்கி, மருத்துவரிடம் ஓடி வந்தான்.

"விக்கல்... தொடர்ந்து விக்கல் எடுக்குது. ஏதாவது மருந்து இருக்கா வைத்தியரே?" என்றான் அவசரமாக.

வா்மா பச்சிலைகளை அரைத்துக் கொண்டிருந்ததால், சின்னு எழுந்து வந்தான். அவனுக்குத் தான் விக்கலைப் போக்க வழி தெரியுமே. எனவே அவனை வைத்தியம் பார்க்க முடிவு செய்தான்.

வந்த மனிதரின் கன்னத்தில் ஒங்கி அறைந்தான். "இப்போது விக்கல் நின்றாவிடும் இது தான் விக்கலுக்கான மருந்து. வேறு மருந்தே இல்லை" என்றான் பெருமையாக.

"பொம்" என்று வீங்கிய கன்னத்தை துடைத்துக் கொண்டே "ஏ... எனக்கு விக்கல் இல்லை; என் அண்ணனுக்குத் தான். அவர் வண்டிக்குள் உட்கார்ந்திருக்கிறார்" என்றார் வந்தவர்.

"சின்னு! அவசரப்பட்டு வைத்தியம் பாக்கக் கூடாது அது ஆபத்தில் முடிந்துவிடும்" என்றார் வா்மா. திருநீரு என்று விழித்தான் சின்னு.

சிரார்க்களின்

கி. ப. பத்மயோஜினி
இரண்டாண்டுகள்

ஆர். டி. லோஷனா
தரம் 4,
சில்லடன் சர்வதேச
பாடசாலை.

ஜி. ரெஷாணி
தரம் 10 A
கு/புனிதர் ம.லி

ஜி. டி. லோஷனி
தரம் 13, யா/புனித
சாள்ஸ் ம.லி.

கைவன்

நெஞ்செரிவா?

தொண்டைக்குச் சற்று கீழ் மாப்பு எலும்புகளுக்கு நேர் மேற்க உள் பகுதியில் எரிவது போன்ற உணர்வைத் தான் நெஞ்செரிவு என்கிறோம்.

இந்த வலி சில சமயங்களில் மாப்பை நோக்கியோ, கழுத்து அல்லது தொண்டையை நோக்கியோ வரும். இதற்கும்



மாரடைப்பிற்கும் வித்தியாசம் உண்டு. நெஞ்செரிவு மாரடைப்பின் அறிகுறி

அல்ல. வயிற்றில் சேரும் அதிகப்படியான அமிலத்தன்மைதான் இந்த நெஞ்செரிவுக்கு முக்கிய காரணம்.

வாயுக் கோளாறுகள், ஆஸ்பிரின் போன்ற மாத்திரைகளை அதிக அளவில் எடுத்துக் கொள்வதாலும் நுரையீரலுக்கும் வயிற்றுப் பாதைக்கும் இடையே ஏற்படும் கோளாறுகளாலும் நெஞ்செரிவு ஏற்படுகின்றது.

நெஞ்செரிவு உள்ளவர்கள் காப்பி, மதுபானம், புகையிலை, அதிக உணவு எடுத்துக் கொள்ளாதல், சில பழங்கள் சாப்பிடுதல் என்பவற்றை தவிர்க்க வேண்டும்.

வழக்கமாக படுக்கைக்குச் செல்வதற்கு இரண்டு மூன்று மணி நேரத்திற்கு முன்பாகவே உணவு சாப்பிடும் பழக்கத்தைக் கொண்டுவரவேண்டும். இறுக்கமான ஆடைகளும் அணியக் கூடாது. படுக்கும் போது தலைக்கு 4 முதல் 6 அங்குலம் உயரத்தலையணை வைத்துப் படுக்கவேண்டும். ஏடை அதிகமாக இருப்பவர்கள் உடல் எடையைக் குறைப்பது நல்லது.

நெஞ்செரிவு என்பது ஆபத்தான விஷயமல்ல. ஆனால் கறுப்பு, பழுப்பு நிறத்தில் வாந்தி, இரத்தம் கலந்த வாந்தி என்றால் மருத்துவர்களை அணுகிச் சரியான சிகிச்சை எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

சோப்பு பயன்படுத்தும்போது கவனிக்க வேண்டியவை

துணிகள் துவைக்கப் பயன்படுத்தும் சலவை சோப்புகளில் இரசாயனத்தன்மை உள்ளது. அதனால் அவை உடலுக்குள் சென்று விடக்கூடாது. குழந்தைகள் இருக்கும் இடங்களில் சலவை சோப்பை வைக்கக்கூடாது. சிலருக்கு மென்மையான சருமமாக இருக்கும். அவர்கள் அதிக இரசாயனத்தன்மை

வேண்டும். இவைகளை பயன்படுத்தும்போது குரிய ஒளி உடலில்பட்டால் இரசாயன நிகழ்வுகள் ஏற்பட்டு சருமத்தில் ஒவ்வாமை உருவாகிவிடும்.

வறண்ட சருமம் கொண்டவர்கள் குரிய சோப்பை பயன்படுத்தும்போது அதிக கவனத்துடன் இருக்க வேண்டும். குளிக்கும் போது நன்றாக சோப்பை கழுவி விட்டு விடவேண்டும். சோப்பின் தன்மை எதுவும் சருமத்தில் இருந்து விடக்கூடாது. வறண்ட சருமம் கொண்டவர்கள் ஒரு நாளைக்கு ஒரு தடவை மட்டுமே சோப்பு தேய்த்துக் குளிக்கவேண்டும்.

சில வகை 'கிளீனிங் லிக்யூட்' களில் இரசாயனத்தன்மை அதிகம் உள்ளது. கிட்டத்தட்ட அவை விஷத்தன்மை கொண்டவை என்றே சொல்லலாம். அதனால் அவைகளைப் பயன்படுத்தும்போது அவை உடலிலோ ஞுளிப்பாக கண்களிலோபட்டு விடக்கூடாது. அவை வயிற்றுக்குள் சென்றால் வயிற்றை நாசமாக்கி விடும். 'கிளீனிங் லிக்யூட்'களில் இருக்கும் அமோனியா வாயுக்கள், சவாச உறுப்புகளை பாதிப்பதுடன் பல்வேறு நோய்களை உருவாக்கும் தன்மை கொண்டது.

கழிவறைகளை சுத்தம் செய்யும் திரவங்களில் 'லை' என்ற இரசாயனம் பொருள் உள்ளது. இவை உடலில்பட்டால் சருமத்தில் பாதிப்பையும், சவாசித்தால் நுரையீரலில் அவஸ்தையையும் ஏற்படுத்தும்.

சலவை சோப் மற்றும் கழிவறையை சுத்தப்படுத்தும் திரவங்களில் இருக்கும் இரசாயனத்தன்மையை உணர்ந்து எச்சரிக்கையாகவே அவைகளைப் பயன்படுத்த வேண்டும்.



கொண்ட சோப்புகளை பயன்படுத்தக் கூடாது. குறிப்பாக பளிச்சென்ற நிறம் கொண்ட சலவைசோப்புகளில் இரசாயனத்தன்மை அதிகமாக இருக்கும்.

இந்த வகை சோப்புகளை பயன்படுத்தி துணிகளை துவைக்கும்போது, துணிகளை உணராக அலசிவிட வேண்டும். சலவைசோப்பின் இரசாயனத்தன்மை அழுக்கோடு சேர்ந்து வெள்ளியேறிவிட வேண்டும்.

வறண்ட சருமத்தைக் கொண்டவர்கள் 'டியோடென்ட்'களையும் 'ஆல்டிபெய்கரிங்' சோப்புகளையும் பயன்படுத்துவதை தவிர்க்க



இறால் கட்டுவது

- செய்முறை:-
- * இறாலை சுத்தப்படுத்தி உப்பு, மஞ்சள் தூள் கலந்து வேகவைக்கவும்.
 - * சிறிதளவு எண்ணெயில் பெரிய வெங்காயத்தை தாளிக்கவும். அத்தோடு பச்சைமிளகாய், கறிவேப்பிலை, மல்லி இலை போன்றவைகளையும் சேர்த்து தாளித்து இறக்குங்கள். அதில் உருளைக்கிழங்கையும், இறாலையும் கலந்து சேகரித்து உருண்டையாக்கி 'கட்டுவது' போல வட்டமான தட்டையாக்கவும். முதலில் அதனை முட்டைக் கூழில் அழுக்கிவிட்டு பின்பு ரொட்டி தூத்துரளில் அழுக்கி எடுத்து வறுக்கவும். பிரஷன் நிழலாணும் எடுத்து விடுங்கள்.
- இறால் - 500 கிராம்
 உருளைக்கிழங்கு - 2250 கிராம் (வேகவைத்துப் பிசைந்தது)
 பச்சை மிளகாய் - 6 (சிறிதாக நறுக்கவும்)
 பெய்வங்காயம் - 2 (சிறிதாக நறுக்கவும்)
 முட்டை - 2 அடித்துக் கலக்கவும்
 சுட்ட ரொட்டி தூள் - 100 கிராம்
 கறிவேப்பிலை - தேவைக்கு (சிறிதாக நறுக்கவும்)
 மல்லி இலை - தேவைக்கு (சிறிதாக நறுக்கவும்)
 மஞ்சள் தூள் - சிறிதளவு

வனப்பான களமைக்கு சத்துணவு

ஆரோக்கியமாக வாழ்வது மனிதனின் பிறப்புரிமை என்றாலும், அதற்கு நல்ல சத்தான உணவு, சுத்தமான குடிநீர், சுத்தமான சுற்றுப்புறம், தூய்மையான காற்று, உடற்பயிற்சி மற்றும் ஓய்வு தேவை. ஆனால் இதில் முதல் அடிப்படைத் தேவை எது தெரியுமா? சத்துணவுதான்.

உடல் வளர்ச்சி, சக்தி சிதைவடைந்து போன கலன்களை புதுப்பிக்கும் ஆற்றல், நோய் எதிர்ப்பு, உடலின் ஓட்டுமொத்த பாதுகாப்பு ஆகியவற்றை அளிப்பதுதான் சத்துணவு. எனவே அதில் அதற்குத் தேவையான எல்லாப் பொருட்களும் அடங்கி இருக்க வேண்டும்.

சாப்பிட்டால் நமக்கு கூடுதலான விற்றயின் பி,சி, சத்தும் கிடைக்கிறது. உணவில் உள்ள இரும்புச் சத்தும் நன்றாக கிடைக்கப்பெறும். மேலும் அரிசிபில் வைத்து சமைப்பதற்கான நேரமும் எரிபொருளும் மிச்சம். எனவே இது சிக்கன உணவும் ஆகும்.

தானியமும் பயறும் ஒன்றாக சேர்த்துச் சாப்பிட்டால் அதிலிருந்து கிடைக்கும் புரதச் சத்து, குணத்திலும், தரத்திலும் உயர்ந்திருக்கும்.



பருவ நிலை, உழைப்பு, தட்பவெப்ப நிலைக்கு ஏற்றபடி ஆண்கள், பெண்கள், குழந்தைகள் உணவு சாப்பிடுவது நல்லது. அதிக பணச் செலவு இல்லாமல் சத்துக்கள் நிறைந்த உடல் ஆரோக்கியம் காத்து, என்றென்றும் இளமை காக்கும் உணவுகளாக உட்கொள்ளக்கூடிய சில உணவு வகைகள் காணப்படுகின்றன.

கலப்புத் தானிய உணவு சாப்பிடுவது நல்லது. அதாவது 3 வேளையும் ஒரே தானியம் சாப்பிடுவதற்கு பதில், கொஞ்சம் அரிசி, கொஞ்சம் கோதுமை, கேழ்வரகு போன்ற மற்றைய தானியங்களையும் பயன்படுத்துவது நல்லது.



முழுபயறு வகைகள், பருப்பு வகைகளைக் காட்டிலும் விலை குறைவு. இது தவிர 'பி' விற்றயின்கள் பயறுக்களில் அதிகம் உள்ளது. ஆகவே இவற்றை அதிகம் பயன்படுத்த வேண்டும்.

பயறு வகைகளை முளைக்கட்டிட்டுச்

கும். இட்லி, பொங்கல் வடை போன்றவைகளை இதற்கு உதாரணமாகச் சொல்லலாம். உணவில் தினமும் கீரை இருப்பது அவசியம். ஏனென்றால் அதிலிருந்து 5 வித சத்துக்கள் கிடைக்கின்றன. விலையும் மற்றக் காய்கறிகளை விடக் குறைவு. முருக்கைக் கீரை போன்றவைகளை வீட்டுத் தோட்டத்தில் இருந்தே பறித்துக் கொள்ளலாம். இது தவிர சலிப்பு ஏற்படாதபடி பொரியல், மசியல், துவையல், பச்சடி, வடை போன்ற பல வகைகளை சாப்பிடலாம்.

பல பெண்கள் பால் குடிப்பதை தவிர்த்து வருகிறார்கள். இது நல்லதல்ல.

பால் அத்தியாவசியமான ஒன்று. எனவே பால் மற்றும் பால் பொருட்களான தயிர், மோர் போன்றவை உணவில் அவசியம் இடம் பெற வேண்டும்.

பழங்கள் சாப்பிட்டால் இளமை அழகுக்கு எழில் சேர்க்கும். குறிப்பாக பப்பாளி, கொய்யாப் பழம், வாழைப்பழம், வெள்ளாிக்காய், மாம்பழம், நெல்லிக்காய் போன்றவை மிகவும் நல்லது.

உடல் தோற்றத்தை அழகுபடுத்தி பொலிவு ஊட்டுவதில் காய்கறிகளுக்கு முக்கிய பங்கு உண்டு. பச்சைக் காய்கறிகளை வாரத்தில் இரு நாட்களாவது சாப்பிட வேண்டும். இதன் மூலம் காய்கறிகளில் உள்ள சத்துப் பொருட்கள் அழிந்து போகாமல் அப்படியே உடலோடு ஐக்கியமாகிவிடும். நோய் தடுக்கும் சக்தியாகவும் விளங்கும். காய்கறிகளில் உள்ள நார்ப் பொருட்கள் மலச்சிக்கல், பெருங்குடல் புற்றுநோய் போன்றவை வராமல் தடுக்கிறது. மேலும் பற்களை உறுதியாக வைத்துக் கொள்ள உதவுகிறது. இவற்றை அப்படியே நறுக்கி 'சிலைட்ஸ்' ஆகவோ அல்லது துவையலாகவோ அல்லது தயிர் சேர்த்து பச்சடியாகவோ சாப்பிடலாம்.

உணவுப் பொருட்களை சமைப்பதிலும் கவனம் தேவை. முடிந்தவரை அதில் உள்ள சத்துப் பொருட்கள் வீணாகிப் போகாமல் சமைப்பது மிகவும் அவசியமானதாகும்.

பயணத்தின் போது அழகாய் ஜொலிக்க...

நம்மில் பலர் அடிக்கடி தூர இடங்களுக்கு பிரயாணம் செய்கிறோம். அப்போது பஸ், ரயில்களில் நீண்ட நேரம் பயணம் செய்ய வேண்டி உள்ளது. அப்போது நாம் செய்து கொண்ட 'மேக் - அப்' சில நிமிடங்களில் சீர்குலைந்து முகமே அழகற்றதாக மாறிவிடும். இப்படி அடிக்கடி கலைந்து போகிற மேக் - அப்பை சரிப்படுத்த அற்புதமான யோசனை.

செய்துவிட்டு மீண்டும் புதிதாக இடவும். கூந்தல் கலைந்து போய் இருந்தால் லேசாக வாரி, சரி செய்யவும். ஸ்லைடு அல்லது கிளிப் மூலம் தலைமுடியை ஒழுங்குபடுத்தவும்.

ரயிலிலோ, பஸ்ஸிலோ பயணம் செய்து கொண்டிருக்கும் போது மேக் - அப் கலைந்து போனால் 'அய்யயோ திடீரென்று இப்படி ஆகிவிட்டதே... என்ன செய்வது?' என்று கவலைப்படுகிறீர்களா? இனி அந்தக் கவலையே வேண்டாம்.

தேவைப்பட்டால் சிறிதளவு வாசனைத் திரவியத்தை தெளித்துக் கொள்ளவும். உங்கள் செருப்புக்களை பழைய துணியால் துடைத்து சுத்தம் செய்யுங்கள். வீட்டில் நகைகள் அணிய நேரமில்லாவிட்டால் அதை மணி பார்சில் போட்டு எடுத்துவரவும். அலுவலகம் வந்ததும் அவற்றை அணிந்து கொள்ளலாம்.

ரயிலில் இருந்தபடியே முகத்தை பேஷியல் டிஷ்யூ மூலம் சுத்தப்படுத்தி, பிறகு மாய்சரணர் அல்லது ஸ்கின் டோனர் பயன்படுத்தவும். உதடுகளில் லிப்பஸ் டிக் கலரை லேசாக ஒற்றி எடுக்கவும். பொட்டு கலைந்து போயிருந்தால், அதையும் லேசாக சரி செய்து கொள்ளுங்கள்.

பயணத்தின் போது மேக் - அப் சாதனங்களுடன் சிறிய டவல் ஒன்றையும் ஹான்ட் - பேக்கில் எடுத்துக் கொள்ளுங்கள்.

கண்களில் மை மற்றும் ஐ - லைனர் கலைந்து போயிருந்தால் அதை சுத்தம்

நாம் சொன்னபடி மேக் - அப்பை சரி செய்து கொண்டால் சுற்றுலாவின் போது எப்போதும் மிக அழகா இருப்பீர்கள்! எங்கே சுற்றுலா செய்வதுடன் சுற்றி உள்ளவர்களையும் வசிகரிப்பீர்கள்.



திருகோணமலையில்...

சுடர் ஒளி
THE SUGAR OLI

உதயன்

விளம்பர பணிமனை

எமது பத்திரிகைகளில் உங்களது விளம்பரங்களை பிரசுரிக்க விரும்பினால் அவற்றினை திருகோணமலை 39, அருணகிரி வீதியில் அமைந்திருக்கும் எமது விளம்பர பணிமனையில் கையளிக்கலாம்.

மேலதிக விபரங்களுக்கு:-

விளம்பர முகாமைபாளர்
"உதயன்" (கூ. & ஒளி) விளம்பரப்பதிவு
85, வெள்ளத்தையம் பி.பாளையம், கொழும்பு - 14.
011 4734401 - 3, 011 2399666 - 70

திருகோணமலையில் தொடர்புகளுக்கான
தொலைபேசி இலக்கம் 026 2220783, 026 2221670



EXPOAIR

your friend in the skies...

எக்ஸ்போ ஏயர்

வானத்தில் உங்கள் நண்பர்...



யாழ் - கொழும்பு

விமான பயணத்திற்கு அழைப்புகள்:

யாழ்ப்பாணத்திற்கு - 021 222 3891/6297, 0772 349999/8888

கொழும்பிற்கு - 011 2372952/3, வெள்ளவத்தையில் - 011 2360290/91

Email- jaffna@expoavi.com, reservations@expoavi.com



யாழ். நகரில் குறைந்த விலையில்
நிறைந்த ரகங்கள்!
நிதரில்லாத் தரங்கள்!

அழகிய புடவைத் தினுசுகளின்
குளிர்நூட்டப்பட்ட சாம்ராஜ்யம்

**கிறீன் பலஸ்
எம்போரியம்**

பலாவி வீதி, திருநெல்வேலி சந்தி, திருநெல்வேலி.

மீண்டும் வன்னியில் புதுப்பொலிவுடன்...

உங்களின் இக்காலத் திரைவுக்கு...

குமரகுரு

புடைவை அழகுப்பொருள் வாணிபம்

இந்தியாவில் இருந்து இறக்குமதி செய்யப்பட்ட அதி நவீன ஆடைகளை உள்ளடக்கிய திருமண மற்றும் மங்கள நிகழ்வுகளுக்கான காஞ்சிபுர சாறிகள், பட்டுச்சாறிகள், பட்டுவேட்டிகள் மற்றும் சல்வார் சோலிகிற் குட்டி கவுண்ட், சேட் குட்டிங் மற்றும் பெரியோர்கள், சிறியோர்களுக்கான ஆடைகளை மொத்தமாகவும், சில்லறைப்பாகவும் பெற்றுக்கொள்ள உடன் நாடுங்கள்.

**குமரகுரு புடைவை
அழகுப்பொருள் வாணிபம்**

**KUMARAKURU
TEXTILE & FANCY HOUSE**

யாழ், கரலை, கிளிநொச்சி

Tel: 021 228 5971

Yarl Road, Kilinochchi.

ரூபா.

7/=
மட்டுவே
PC

▶ PP / ID படங்கள் தூரித சேவை

▶ டிஜிட்டல் அல்பம்

▶ டிஜிட்டல் ஸ்டூடியோ

ஹில்ஸ்

கலர் போட்டோ (பிரை) லிமிடட்

298 - 1/4, காஸி வீதி, வெள்ளவத்தை, கொழும்பு - 06. Ph: 2508430

