

முன்றாம் ஆண்டு நினைவுலைகள்

மத்தூர்களில்

08

03

1916

வினாக்களில்

03

06

2000



பண்டிதர் வித்துவான் வைவைப்புலவர்
விநாயகமுர்த்தி நுவரத்தினம் B.A. (DIP. IN TAMIL)

தீதி : பிரதமை 31-05-2003

விக்துவம் மிகக் கம்பூரம்
விக்துவகளில் பாண்டிதத்தியம் மிகக்கவராம்
செந்தமிழ்ச் செம்மலானிர்
செம்மையான வாழ்வளத்தீர்
பாருள்ளவரை பாட்டுக்கொண்ட
கலவெளாம் ஒளி உம் புகு
ஒவ்வொடு உண்டியம் உறையுளும்
ஒளிவ மறைவின்றி எமக்காத்த தெய்வமே!

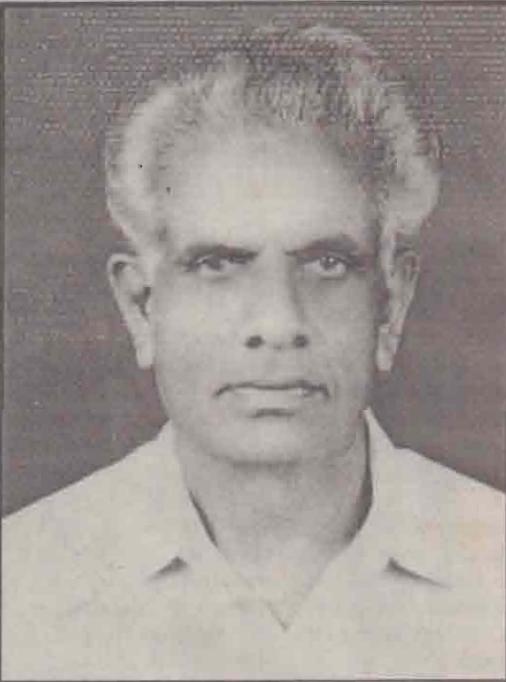
உங்கள் நினைவால் மனம் உருகி நிற்கும்:

அன்னை இல்லம்
கோண்டாவில் கிழக்கு,
கோண்டாவில்.

(18519)

மனைவி, பின்னைகள்,
மருக்கள்,
பேரப்பின்னைகள்.

31ஆம் நாள் நினைவுஞ்சல்யும் விடுநீர்கிருந்துய அதழப்பும், நன்றி நவிலலும்



அயர்ர்

சுப்புப்பயா திருநீலகுண்டன்

மண்ணில்

27-01-1928

வினானில்

29-04-2003

எமது குடும்பத் தலைவரின் விட்டுக்கிருந்ததியம் கிடைத்து (31.05.2003) சென்க்கீழமை அன்னாராது கில்லத்தில் நடைபெறவள்ளது. கிந் நிதியுல்ல் கலந்துவிளான்வதோடு, மதியபோசனத்திலும் பங்குகிளாள் ஸ்ரீமாரு உற்றர், உறவினர், நவீர்கள் அனைவரையும் அன்புடன் அனைக்கிள்ளோம். அத்துடன், 02.05.2003கில் நடைபெற்ற கிருக்கக் கிருபைகளிலும் 20.05.2003கில் நடைபெற்ற அந்தமேட்டிக்கிருபையை கால்வூம் கலந்துவிளான்டு எமக்கு சகல வழிகளிலும் உதவிகள் புரிந்தவர்களுக்கும் அனுதாபச் செய்திகள் அனுப்பியோர்களுக்கும் எழுது மனம் நெகிற்றத் தான்றியற்றல்களைத் தெரிவித்துக் கொள்கிறோம்.

அன்பு மனைவி, யக்கள்,
மருக்கள், பேரப்பின்னைகள்,
செகாதூர்கள், பெருஷக்கள்.

இல்லை கிழக்கு.
(18571)

நெஞ்சை நெஞ்சை 2ஆம் ஆண்டு நினைவஞ்சல்

மலர்வு

30

03

1965



உதிர்வு

23

05

2001



திருமதி செந்தில்நாதன் சசிலேகாதேவி

தீதி : பிரதமை 31.05.2003

ஆதைக் கொருங்களாம் சிவதிருத்த தன்மனியே - எம்
வள்ளப் பீ நீ ராந்து சென்று கீரங்டான்டு செறந்தாலும் - உன்
ஆதைக் கூரும் நாம் மாற்க ஒன்றுவதோ - சறியாபோ?
ஆதைவா ஓவைப் பீங்கி எந்து பழு சொரிந்த - உன்
ஆதைக் குவை வென்றும் உள்வாராம் நொன்பிழுக்க
ஆதைச் சிறியிகள் தீவிடும் 'நான்ஸைத்' நாமிழுந்து
நாதைக ஓாகி 'எங்கோ' உடலிருந்து தாயத் தாங்கும் - தம்
வள்ளுவை தாக்கன் 'என்னயைய்'வாய் விகாண்தியும் - உன்
வள்ளுவைப் பச்சானும் - பிறநாட்டும் - உனை திவைந்து மாம்வாநுந்த
வள்ளுவையின்றி யுன் தாய் தந்தை இங்கு ஏங்கி யாம் சோர்கின்றார்.
அன்னார்ந்து யார்த்த எம்மை அந்தவிக்க வைத்து விட்டாய்
என்ன செய்வோம் எம்மைவோ! சீறையாகும் உதக்காக
விட்டு வென்றும் கோகுகிரோம் தீறையாபிர் கூகுவைவாம்.

நாம் செய்யும் ஆத்மசாந்திப் பிரார்த்தனை
உன்னை வந்து சேர்ட்டும் - ஒம் சாந்தி சாந்தி சாந்தி!

என்றும் உன் முகத்திருச்சனத்துக்கு எங்க நிற்கும்:

அன்புக்களைவர் த.செந்தில்நாதன்,

பின்னைகள்: ஜெயநிதா, நிவானி

(முன்னாள் மாணவிகள் சைவ மங்கையர் கழகம்,
வெள்ளாவத்தை),

அன்னன்: மகாதேவன்

மக்கள் கிழக்கு,

நீர்வேவி வக்கு,

(சி-28164)

காட்டாவில் காலமான... எம் கண்மனைக்கு...

31 ஆம் நாள் கண்ணீர்க் காணிக்கை

மகிழ்

01

04

1968

நெகிழ்

02

05

2003

அயர்ர் கணபதிப்பின்னை சீவெனைந்திரன் (பாபு)

கணவாபிப் போகாதோ அன்னரி சீந்தக்

கதறியு வைத்திசெய்த கணவா காதோ...?

மனையில்லை நைறந்த மகன் மன்னைல் எங்கள்

நைலைவுதூப் போய்விட்டான் நைத்தல் வாழ்வ

நைலைவுதூப் போய்விட்டான் நைத்தல் எந்து

கணவாக்க் கற்பனையாய் கவைத நைலைவுதூப்

கடுவாக்க் கவைதுதானோ? கவக்கம் தானோ?

எமது கிளுப்சு சீக்காதான் நைவாக நாளை (01-06-2003) நூமிழுக்கிழுவை
எமது திவைத்தில் நைவையூன் ஆக்மாந்த ஸ்ரீதானையிலும் மதியோசனத்திலும்
கவைதுகளுமிருந்து எமது உற்றர், உறவினர், நவீர்கள் அனைவரையும் அன்டன்
சூழுக்கின்றோம்.

'அழுந்ததி அகம்'
பொரியமாவடி, சாவகச்சேரி.
(18535) - உடன்பெறப்புக்கள்.

மலர் வெளியீடும் நிறுப்புவிழாவும்

யாழ்ப்பாணம், மே31

யாழ்ப்புதிய உயர் கல்லூரியில்
யாழ்ப்பாணம் மற்றும் பேராதனை
பல்கலைக் கழகங்களில் வெளிவைப்
பட்டப்படிப்பு மாணவர் ஒன்றியத்தின்
'கலத்திருச்சம்' மலர் வெளியீட்டு விழா
வும் நூலைக்க திறுப்புவிழாவும் நாளை 10.00
மணிக்கு கல்லூரியில் ஒன்றியத்
தலைவர் குறைவான் நடைபெறுவன.

இந்துக்ருஷ்ணால் யாழ் பல்கலைக்
கழக தலைவரைந்து பேராசிரியர் மௌ
மோகனதாஸ் பிரதம் விருந்தினாரா
கவும் பல்கலைக்கழக புரியிழுவு
நூத் தலைவர் பேராசிரியர் பொட்டு
நூதானிலை கொருவை விருந்தினாரா
கவும் கலந்துகொள்ளவர்.

ஒழிப்புரைகளை நல்லை ஆதை
கருமுதல்வர் பூலீஸ் சோகந்து
தேவிக ஒன்றையீடு பூஷாப் கூவாரி
கவும் யாழ் ஆய் அழிவைதோமை
நூதானியாக தமிழ்நாட்டையீடு
யானார் கலாசிற்கு முகாகுப்பு
(எ-5)

மீசாவையில் குயிழுற்று கண் பரிசோதனை முகாம்

யாழ்ப்பாணம், மே31

வட்டைக்கைச் சீவோதை அறங்
காவளி திருநாங்கூரகங்களில் 2.ஐந்து
ஆண்டு நினைவாக ஏற்றாடு செய்யப்
பட்டுள்ள கண் பரிசோதனை முகாம்
நூதான குயிழுற்றுக்கிழுமை காலை 8.30 மணிமுதல் பிற்பகல் 2.30 மணி
வணக் மீசாலை விரிசுக்கம் மகாவித்
தியாலயத்தில் நடைபெறவள்ளது.

மீசாலை வட்கு, மீசாலை கிழக்கு,
மீசாலை மேற்கு, இராமாவில், அல்
ஸாரை ஆயிக் கிராம மக்கள் இந்த
முகாமில் கலந்துகொண்டு பயன்
பெறலாம் என அறிவிக்கப்பட்டுள்ளது.
(எ-5)

புத்தளம் நுகருசனப்பக்கு புறிய பந்தில் தலைவர்

புத்தளம், மே31

புத்தளம் நுகருசனப்பின் புதிய
பதில் தலைவராக ஜி.தே.கலைச்
சேர்ந்த குவிட்டு



உதயன்

தியலானம் பற்றிய பிரதமரின் வீப்புதல்

★ தற்போதைய சமாதான முயற்சிகள் வெற்ற பறவதற்கு விடுதலைப் புலிகள் மேலும் சற்று நகிழ்வுப் போக்கைக் கடைப்பிடிக்க வேண்டும்.

★ நிபந்தனை வீதியில் கிளகு. ஆணால், நிறை வேற்றவது மிகக் கஷ்டம்.

- பிரதமர் ரணில் விக்கிரமசிங்க கிவ்வாறு தெரிவித்திருக்கின்றார்.

திதழ்டிமூலல், தற்போதைய சமாதான முயற்சிகள் தொடர்பாகத் தனது அரசின் நிலைமையையும் வீவர் பூட்கமாகத் தெரிவித்திருக்கின்றார்.

நாட்டில் உள்ள சட்டவரையறைக்குள்தான் அரசு செயற்படமுடியும். அதற்கு அப்பால் செயற்படுவது என்பது அரசுக்கு தியலாத காரியம் என்பதை பிரதமர் தெளிவாகச் கட்டிக்காட்டியிருக்கின்றார்.

அவர் கூறியிருப்பது யதார்த்தபூர்வமானது. அதனைப் பகிரங்கமாக அவர் ஒப்புக்கொண்டிருப்பதும் வரவேற்கத்தக்கது.

ஆணாலும், அவர் ஒப்புக்கொண்டிருக்கும் யதார்த்தபூர்வமான நிலைப்பாடு, இந்த அரசின் கையாலாகாத்தனத்தை உறுதிப்படுத்துகின்றது என்பதையும் கவனிக்கவேண்டும்.

தினையே, கிடைக்கால நீர்வாகம் தேவை என்பதை நோர்வே வெளிவிவகார அமைச்சர் ஜான் பிற்ரஸ்லனுக்கு அன்மையில் தாம் எழுதிய கடத்தத்தில் புலிகளின் மதியுரைஞர் அன்றன் பால் சீர்க்கம் வலியுறுத்தியிருந்தார்.

“பூரணமாகப் புதிய அரசியல் நிலையை ஏற்படுத்தும் ஓர் உயர் அரசமைப்பின் கீழ்த்தான் தமிழரின் தேசியப் பிரச்சினைக்கு நிற்கும் அரசு அரசியல் தீவு சாத்தியம் என்று தமிழீழ விடுதலைப் புலிகளின் அரசியல் தலைமை கருதுகின்றது. தற்போதைய ஸ்திரமற்ற அரசியல் சூழ்நிலையில் அத்தகைய முயற்சி யதார்த்தமாகாது” - என்று அவர் குறிப்பிட்டிருந்தார்.

“அதனால்தான் யுத்தத்தால் பாதுப்பற்றிக்கும் தமிழ் தாயகத்தின் பொருளாதாரத்தை மீக்கட்டியழுப்புதல், வழமை நிலையை ஏற்படுத்துதல் ஆகிய கிலக்குகளை நிறைவேற்றுவதற்கும், அவை தொடர்பான முடிவுகளை எடுப்பதற்கும் புலிகளுக்கு அதிக பங்களிப்பை வழங்கக்கூடிய கிடைக்கால நீர்வாகத் தகட்டமைப்பை வழங்குகின்ற கள் என்று புலிகளின் தலைமை கோருகின்றது” - எனவும் மதியுரைஞர் பாலசீர்க்கம் தெரிவித்திருந்தார்.

தமிழரின் தேசிய கிணப்பிரச்சினைக்கு கிப்போதுள்ள அரசியல் நிலைமையின் கீழ் தீவுகாண கியலாது. அதற்கு முற்றிலும் புதிய உயர் அரசமைப்புத் தேவை. அதுவரை பொறுத்திருக்காது கிடைக்கால நீர்வாகத்தையாவது வழங்குகின்ற கள் என்று புலிகள் வலியுறுத்த...

கிடைக்கால நீர்வாகத்தைக்கூட, கிப்போதைய சட்டத்திட்ட வரையறைகளுக்குள் வழங்க முடியாது என்பதைப் பகிரங்கமாக ஒப்புக்கொண்டு கையை விரித்திருக்கின்றார் பிரதமர் ரணில் விக்கிரமசிங்க.

பிரதமரின் கிப்போதைய சமாதான முயற்சிகள் அரசியல் நிலைமையில் கீழ் தீவுகாண கியலாது. அதற்கு முற்றிலும் புதிய உயர் அரசமைப்புத் தேவை. அதுவரை பொறுத்திருக்காது கிடைக்கால நீர்வாகத்தையாவது வழங்குகின்ற கள் என்று புலிகள் வலியுறுத்த...

கிடைக்கால நீர்வாகத்தைக்கூட, கிப்போதைய சட்டத்திட்ட வரையறைகளுக்குள் வழங்க முடியாது என்பதைப் பகிரங்கமாக ஒப்புக்கொண்டு கையை விரித்திருக்கின்றார் பிரதமர் ரணில் விக்கிரமசிங்க.

பிரதமரின் கிப்போதைய சமாதான முயற்சிகள் அரசியல் நிலைமையில் கீழ் தீவுகாண கியலாது. அதற்கு முற்றிலும் புதிய உயர் அரசமைப்புத் தேவை. அதுவரை பொறுத்திருக்காது கிடைக்கால நீர்வாகத்தையாவது வழங்குகின்ற கள் என்று புலிகள் வலியுறுத்த...

“சமாதான முயற்சிகள் அரசியல் நிலைமையில் கீழ் தீவுகாண கியலாது. அதற்கு முற்றிலும் புதிய உயர் அரசமைப்புத் தேவை. அதுவரை பொறுத்திருக்காது கிடைக்கால நீர்வாகத்தையாவது வழங்குகின்ற கள் என்று புலிகள் வலியுறுத்த...

தமிழரின் தேசிய கிணப்பிரச்சினைக்கு கிப்போதைய சமாதான முயற்சிகள் அரசியல் நிலைமையில் கீழ் தீவுகாண கியலாது. அதற்கு முற்றிலும் புதிய உயர் அரசமைப்புத் தேவை. அதுவரை பொறுத்திருக்காது கிடைக்கால நீர்வாகத்தையாவது வழங்குகின்ற கள் என்று புலிகள் வலியுறுத்த...

அத்தகைய அரசை நம்பி கிப்போதை ஆயுதங்களைக் களையும்படி ஒரு தலைப்பட்சமாகப் புலிகளைக் கோருவது எந்த வகையில் நியாயம்?

தனது அரசினால் திதற்கு மீல் எதுவும் செய்ய முடியாது என்ற பார்ஸிலில் பிரதமர் வழங்கியிருக்கும் ஒப்புதல் வாக்குமிலும் மேலை நாடுகளின் கண்களைத் திறந்துவைத்து, உண்மை நிலையைப் புரியவைத்திருக்கும் தமா? பொறுத்திருந்து தான் பார்க்கவேண்டும்.

அத்தகைய அரசை நம்பி கிப்போதை ஆயுதங்களைக் களையும்படி ஒரு தலைப்பட்சமாகப் புலிகளைக் கோருவது எந்த வகையில் நியாயம்?

தனது அரசினால் திதற்கு மீல் எதுவும் செய்ய முடியாது என்ற பார்ஸிலில் பிரதமர் வழங்கியிருக்கும் ஒப்புதல் வாக்குமிலும் மேலை நாடுகளின் கண்களைத் திறந்துவைத்து, உண்மை நிலையைப் புரியவைத்திருக்கும் தமா? பொறுத்திருந்து தான் பார்க்கவேண்டும்.

தென்மாட்சி மணல் அகழ்வு; புதிய நடைமுறை அறிவிப்பு

கொடுக்காமல், மே31

தென்மாட்சியில் மணல் பெற்றுக்கொள்வது தொடர்பாக புதிய ஒழுங்குமுறை நடைமுறைப்படுத்தப்படுவதாக தென்மாட்சி பிரதேச செயலர் க.கேதீஸ்வரன் அறிவித்துள்ளார்.

இந்தப் புதிய நடைமுறை குறித்து தென்மாட்சி பிரதேச செயலகத்தினால் சுற்றிக்கொடுக்கப்படுவது அறிவித்துள்ளது.

தென்மாட்சி பிரிவிக்கு உட்பட்டவர்களைகளுள்ள மணல் தேவைப்படுவார் மணல் விற்பனைக்கு அனுமதிக்கப்படுவது அதை பகுதி களில் உள்ள கிராம அலுவல்களிடம் அல்லது பிரதேச செயலகத்தில் அதற்குப் பிரிவைக்கின்றது அதுவும் பெற்றுப் பூர்த்திசெய்து அத்துடன் மணல் உரிமையாளின் சம்மதக் கடித்ததையும் இணைத்து குழல் பாதுகாப்புக் குழலில் பெற்றுக்கொள்ளவேண்டும்.

பின்னர் சிமெந்து கொள்வனவு செய்த சிட்டையையும் மேற்குறிப்பிட்ட ஆவணங்களையும் பிரதேச செயலகத்திடம் சமர்ப்பித்து அலுமதியைப் பெற்றுக்கொள்ள முடியும்.

அனுமதிக் கடித்ததையும் பெற்று பின்னர் கொள்வனவு செய்த சிட்டையையும் பெற்றுக்கொள்ளவேண்டும்.

பின்னர் சிமெந்து கொள்வனவு செய்த சிட்டையையும் பெற்றுக்கொள்ளவேண்டும். அனுமதிக் கடித்ததையும் பெற்று பின்னர் கொள்வனவு செய்த சிட்டையையும் பெற்றுக்கொள்ள முடியும்.

அனுமதிக் கடித்ததையும் பெற்று பின்னர் கொள்வனவு செய்த சிட்டையையும் பெற்றுக்கொள்ள முடியும்.

அனுமதிக் கடித்ததையும் பெற்று பின்னர் கொள்வனவு செய்த சிட்டையையும் பெற்றுக்கொள்ள முடியும்.

அனுமதிக் கடித்ததையும் பெற்று பின்னர் கொள்வனவு செய்த சிட்டையையும் பெற்றுக்கொள்ள முடியும்.

அனுமதிக் கடித்ததையும் பெற்று பின்னர் கொள்வனவு செய்த சிட்டையையும் பெற்றுக்கொள்ள முடியும்.

அனுமதிக் கடித்ததையும் பெற்று பின்னர் கொள்வனவு செய்த சிட்டையையும் பெற்றுக்கொள்ள முடியும்.

அனுமதிக் கடித்ததையும் பெற்று பின்னர் கொள்வனவு செய்த சிட்டையையும் பெற்றுக்கொள்ள முடியும்.

அனுமதிக் கடித்ததையும் பெற்று பின்னர் கொள்வனவு செய்த சிட்டையையும் பெற்றுக்கொள்ள முடியும்.

அனுமதிக் கடித்ததையும் பெற்று பின்னர் கொள்வனவு செய்த சிட்டையையும் பெற்றுக்கொள்ள முடியும்.

அனுமதிக் கடித்ததையும் பெற்று பின்னர் கொள்வனவு செய்த சிட்டையையும் பெற்றுக்கொள்ள முடியும்.

அனுமதிக் கடித்ததையும் பெற்று பின்னர் கொள்வனவு செய்த சிட்டையையும் பெற்றுக்கொள்ள முடியும்.

அனுமதிக் கடித்ததையும் பெற்று பின்னர் கொள்வனவ

பணத்துக்கும் உடலுக்கும் ஒருங்கே கோ விடவாவிக்கும் புகைப்பழக்கம்

இன்று மநு சமுதாயத்தில் ரீப்பதில் முக்கிய இடம் பிரிச்சித்துள்ளது புகைப்பழக்கமாகும். எனது மூறந்துவர்கள் முதல் வயது வந்த குருகள் வண்டியென வயது வேறுமா குன்றி நிப்பாக்கத்திற்கு அடிமொழு கும் நிலை அதிகரித்துள்ளது.

இன்றைய நவீன உலகில் பல வடிவங்களில் புகைப்பொருள்கள் விற்பனைக்கு வந்துவிட்டன. இவை யெல்லாமே உடலுக்குத் தீக்கு செய்து.



யக் கூடியவை. புகைக்கும் போது கூளின்கும் புகைக்கல்லையில் உடல் நலத்திற்குத் தலை யாக்கும் பல வகை மூலங்களும் உள்ளிருக்கப்படுகின்றன. அவற்றில் 18 வகையான மூலக்கள் கொடுமை நீசுக்க தள்ளும் உடனடியளவு.

நமது குருதியின் ஒட்சிகள் அனாலைக் குறைக்கும் காப்போர் ஒட்சைத் துக்கக்கும் போது இருத்துதல் உள்ள காப்போர் ஒட்சை 4 முதல்

5 கதவித்துல் உயர்கின்றது. இதுத் தத்தில் காப்போர் ஒட்சையின் அடிமை நிலை 0.4% இருந்துவிலே ஒட்சிகள் பற்றாக்குறை சூடும் (ஷெபோக்ஸியர்) உண்டாகும். ஒட்சிகளை விட காப்போர் ஒட்சை இருத்துத்தில் உள்ள கிபுபோர் குளோனினுடன் மிக விரைவில் சேர்க்கிறது.

மேலும் உடல் புற்றுநோய் தீக்கு

வாக்குவின்றது. இந்த நிக்கோடைன் பாவனையாளிகளைப் போக்குவரதை நிலையிலே (Dependancy) உண்டாக்குவதும் குறிப்பித்தத்துக்குத் தாது அடிமை நிலையை விட நிக்கோடைன் அடிமை நிலை இலகுவில் கைவிடமுடியாதது. நோய்கள்

01) உடம்பின் கலை உறுப்பு கணையும் புகைத்துல் பாதிக்கின்றது.

இன்று சர்வதேச புகைப்பொருள் எதிர்ப்பு தினம்

களை உருவாக்கும் 'நார்' என்பது ஐதுசன் சைனைட் ஆகும். இது ஒரு சிகிர்ட்டில் 160 முதல் 400 மைக்கிபோ கிராம் உள்ளது. இந்த நாஞ்சன் நாம் உண்ணும் உணவில் இருக்கக்கூடிய பொட்டாசியம் மிகின் சேர்ந்துல் மற்றுத்தை உடன் உண்டாக்கும் பொட்டாசியம் சமயனை என்ற நஞ்சு உருவாகிறது.

புகைப்பொகில்லூள் நிக்கோடைன் (Nicotine) என்ற நஞ்சு இதுபதினின் துக்காக்களில் ஏழுங்கீருமாக தூண்டல் கணைப் பழுதடையைச் செழ்க்கி கல்லீரும் உடல் நாட்காட்டிப் புகைப்பொகில்லூள் நிக்கோடைன் என்று விடுகிறது. இது நால் மார்ட்டைப்பு, பாரிசுவாதம், இருத்த அழுத்தம் துக்காலியாக அதிகரித்து, குருதிச் சிருந்துகொள்ள ஒட்டும் தன்மை அதிகரித்து, உடலின் வெப்பத்தைக் குறைத்து போன்ற தீய விளைவுகளை நிக்கோடைன் உரு

ஞோப் தீயப்பு வழுவினைக் குறைத்து விடுகின்றது.

02) குருதிக் குழாய்களின் உடல் செல்களைப் பழுதடையைச் செழ்க்கி கல்லீரும் சிப்பு மற்றும் கணைப் பழுதடையைச் செழ்க்கி விடுகின்றது. இது நால் மார்ட்டைப்பு, பாரிசுவாதம், இருத்த அழுத்தம் என்பன ஏற்படும் உருவாக்கி விடுகின்றது.

03) குருதிக் குழாய்களின் உடல் செல்களைப் பழுதடையைச் செழ்க்கி விடுகின்றது. இது நால் மார்ட்டைப்பு, பாரிசுவாதம், இருத்த அழுத்தம் துக்காலியாக அதிகரித்து, குருதிச் சிருந்துகொள்ள ஒட்டும் தன்மை அதிகரித்து, உடலின் வெப்பத்தைக் குறைத்து போன்ற தீய விளைவுகளை நிக்கோடைன் உரு

படும் வாய்ப்பு பூசத்தீர்ப்பு இருக்கிறது.

04) கண்பார்வைக் குறைபாட்டை ஏற்படுத்துகின்றது.

05) பாலியல் உணர்வைக் குன்

நச் செய்கின்றது.

06) புற்றுநோய் ஏற்பட வாய்ப்பு ஏற்படுகின்றது.

07) சிறுந்துக் கூல் போன்ற உறுப்புகள் பாதிப்படையும் நிலை ஏற்பட வாய்ப்புகள் அதிகம்.

புகைத்துலை வீ

சூல் ஆலோசனைகள்

01) புகைப்பிடிப்போர் குழலில் இருந்து விலகுதல்.

02) தினமும்(02) தடவை கடுநில் குளித்துவிட்டு திறங்க வெளி யில் உடன் பயிர்ச்சி செய்தல்.

03) ஆழங்கா கவாசப் பயிர்ச்சி செய்தல்.

04) போவாக்கான உணவை உண்ணுதல். கூடுதலாக பழங்கள், இவைவைகை உண்ணுதல்.

05) புகைப்பிடிக்கும் என்னைப் பூருத்து போன்ற செய்தல்.

06) புகைப்பதனால் ஏற்படும் தீவிரமாக பயிர்ச்சி செய்தல். மன உறுதியினைத் தந்தநாமூபடி இறைவனைப் பிராத் தித்தல்.

வி.ர.வி

இன்றைய உலகில் வசதி படைத் தவர்கள், வறியவர்கள் என இருப்பிரிவினர் இடையே புகைப்பழுக்கம் இருக்கின்றது. இதில் வசதி படைத் தவர்கள் இப்பழுக்கத்தில் மூலம் ஏற்படும் தீவிரமாக பயிர்ச்சி ஏற்படுத்துகிறது. வேண்டும் இவ்விரிப்புவர்கள் மூலம் ஒரு நல்லெழுக்குமின்னள் புதிய சுற்று யத்தை உருவாக்குவதுக்கு என்னே குறுதியில் நிக்கோடைன் உருவாகிறது.

07) கவாசத் தொதுதி உறுப்பு கணைப் பாதிப்படையைச் செய்கிறது தொடர்ச்சியான இருமல் (Smoker Cough), தொப்பு (Asthma) நிலையை உருவாக்கி விடுகின்றது.

08) கண்பார்வைக் குறைபாட்டை ஏற்படுத்துகின்றது.

09) பாலியல் உணர்வைக் குன்

ஆணால், இவர்கள் இப்பழுக்கத்தில் மூலம் மற்றவர்களை நோயாளிகள் ஆக்கிவிடுகின்றார்கள்.

வறியவர்கள் இப்பழுக்கத்தை பேற கொள்வதனால் அவர்களை அறியாமலே பெருமளவு பணம் வீண் விரய மாகின்றது இதிலும் அங்காடம் கூலி வேலை செய்யும் வறிய மக்கள் தமது உறைப்பின் பெருக்க பக்கினை மறைமுகமாகச் செலவு செய்து நோயையும் விலைக்கு வாங்கி விடுகின்றார்கள். உதான்மைக் குருவர் கூர ஜீ தினமும் இதற்காக வெலவு செய்தால் மாதத்தில் ரூபா150ஜ செலவு செய்கின்றார். வருடத்தில் ரூபா1,800ஜ செலவு செய்கின்றார். கமர் 5 வருடத்தில் ரூபா 9,000ஜ செலவு செய்கின்றார்.

ஒரு சாதாரண கிராமத்தில் 50 குடும்பங்கள் ரூ.5 வீதம் ஒவ்வொரு நாலும் செலவு செய்தால் மாதத்தில் ரூ.7,500ஜ செலவு செய்வார்கள். வருடத்தில் ரூ.90,000ஜ வீண் விரயமாகவில் விடுவார்கள். இதனைக் கிராமிய சங்கங்கள் கவனத்தில் எடுத்து புகைப்பொருள்காகச் செலவிடும் பணத் தைச் செயிப்புப் பழக்கமாக மாற்று வதத்துக் கவனம் எடுத்தல் வேண்டும் அத்துடன் புகைப்பொருள் பாலிப் பினால் ஏற்படும் தீவிரமாக பயிர்ச்சி ஏற்படுத்துகிறது. வேண்டும் இவ்விரிப்புவர்கள் மூலம் ஒரு நல்லெழுக்குமின்னள் புதிய சுற்று யத்தை உருவாக்குவதுக்கு என்னே குறுதியில் ஏற்படுகின்றன.

சிகிரை புகைப்பவரால் வெளியிடப்பட புகை, அந்த அருகில் இந்த நோய் அம்சநிறுத்துக்கும் அப்பிழுக்கும் வாக்களை மனைவி, பிள்ளைகளைப் பாதிக்கின்றன. மூலம் ஏற்படும் தீவிரமாக பயிர்ச்சி ஏற்படுத்துகிறது. இதனைக் கிராமிய சங்கங்கள் புகைப்பவர்கள் மற்றவர்களையும் பாதிக்கின்றனர்.

வெலைத்தளங்களில் யாரோ புகைப்பிடிக் காலாடு வேண்டும் புகைப்பவர்கள் நோயைப் பெறுகின்றன. மேலைநூடுகளில் இது போன்ற செயல்களுக்கு கோடிக் கணக்கான பொள்களை நல்லைசா கப்ப பெறுகின்றன. இந்திலை இந்து வரை வரவேண்டும்.

புகைப்பதனால் ஏற்படும் இந்தும் சம்பந்தமான நோய்கள் ஆலோகிய மின்சால சமுதாயத்தை வருங்களைத் தில் உருவாக்கும் என்பது தெளிவு.

தலைவர் புகைத்தலைக் கல்விட இயாவத்வர்கள் புகைக்கும் சிகிரை டின் நிலைத்தை தாங்கிற்கிறார்கள். புகைக்கும் இதைக்குத் தவிர்க்கப் படுகிற கொள்வதும் மனதல் ஆலோசனையைப் பெற்றுக்கொள்வதும் சிறந்ததாகும்.

பாக்டரி பிற்றரோட்கள் (ஸ்பூட்க)

புகைப்பவர்கள் மது சமுதாயத்தில் பார்வைகளை கட்டுப்பாக கண்டிப்பாக கொள்கின்றன. சில மது விலக்கு, புகைப்பவர்களில் சில மது விலக்கு வருகின்றன.

புகைத்தன் ஒரு சுற்றுப்பு சீட்டை என்பது புகைப்பவர்களில் அடுத்தவர்கள் கண்களை நோயிடுகின்றன. தீவிரமாக புகைப்பவர்களில் சில மது விலக்கு வருகின்றன.

அமெரிக்க அதிபர் புவ்வின் ஒருவார் இராஜாங்க பயணம்

ஜோரோப்பா, மத்திய கிழக்கு, ரஷ்யா செல்வார்



வாழினான், மே3।

அமெரிக்க அதிபர் ஜோர்ஜ் வில் வியம் புஷ் ஜோரோப்பா, ரஷ்யா மற்றும்

மத்திய கிழக்கு நாடுகளுக்கான ஒருவார் உத்திபோக்குவர் இராஜாங்க கப் பயணத்தை ஆரம்பித்துள்ளார். இதற்காக அவர் நேர்ந்த வெள்ளிக் கிழமை அமெரிக்காவை விட்டுப் புறப்பட்டார்.

அராக் போருக்குப் பின்னர் புஷ் வேற்கான்னால் மேற்குலக விஜயம் இது வெப்பால் இந்த விஜயம் குறித்து அறிக் கவனம் செலுத்தப்படுகிறது.

அராக் போர் விவகாரத்தில் பிரிட்டன் தவிர்ந்த ஜோரோப்பிய நாடுகளுடன் அமெரிக்காவுக்கு கூட்டு யருண பாடுகள் ஏற்பட்டிருந்தது. இதனால் அந்த நாடுகளுடனான புதிய உறவுகள் குறித்தும் புஷ்வின் இந்த விஜயத்தில் கவனம் செலுத்தப்படும் என்று நீரிபார்க்கப்படுகிறது.

தனது இந்த விஜயத்தில் பிராண்டனான உறவுகளில் கணப்பட்ட விரி கலுக்கு தீவி கணப்படும் என்ற நம்புவதாகப் புறப்படுவதற்கு முன் புஷ் தெரிவித்தார். அராக் போரில் ஜூநா, பாதுகாப்புச் சபையில் அமெரிக்காவுக்கு நீரான கடும் நிலைப்

பாட்டை எடுத்த நாடு பிரான்ஸ்.

தனது விஜயத்தில் முதல்வைதாக ஹெல்லாங்குக்கு செல்கிறார் புஷ் அங்கு அவர் மிக முக்கிய உரை ஒன்றை ஆற்றவேண்டியார். அதில் ஏனைய நாடுகளுடன் தமது உறவுபற்றி முக்கிய முடிவுகளை அவர் அறிவிப்பார் என்று கூறப்படுகிறது. 'புதிய ஜோரோப்பா' என்ற தொனியில் அவரது பேச்சு அமைந்திருக்கும் என்று தெரிகிறது.

இந்த விஜயத்தில் அவர் முதல் நாடாக ஹெல்லாங்கைத் தேர்ந்தெடுத்து மத்தியக்கு அந்த நாடு அராக் போரில் வழங்கிய ஒத்துழைப்புக்கு நன்றி தெரிவிப்பதை ஜோக்காகக் கொண்டது என்று தெரிவிக்கப்படுகிறது.

இந்த விஜயத்தின் ஒரு பகுதி யாக மத்திய கிழக்கு நாடுகளுக்கும் விஜயம் செய்யும் புஷ் அங்கு மத்திய கிழக்குப் பிரசினைக்குத் தீவி கணப்பது தொடர்பாக பலஸ்தின் மற்றும் இஸ்ரேலிய பிரதமர்களை ஜோர்டானில் சந்தித்துப் பேசுவாரார்.

(ம)



அந்த வரை கிழமைக்கு நடவடிக்கைகள் பணக்கார நாடுகள் எட்டால் மாநாட்டை ஒடிட கவரில் நகர் இன்றீல் அடிப்பாட்டத்தில் ஈடுபடும் உலகமயமாக்குவதை வர்தான குருவர் டி-கி நாடுகளின் தலைவர்களுக்கு முகங்கள் போன்ற உருவங்களை அனுந்துள்ளனர்.

தீவிரவாதத் தாக்குதலுக்கு பயன்படுத்தக்கூடிய செரின் நச்சு கவுயாயுவை இறப்பத்தி செய்யக்கூடிய இலகுவாகப் பெறலாம்

கிணறு என்று அறிவிக்கப்படுள்ளது.

பி.பி.எி. செய்தி நிறுவனம் நடத்திய ஆய்வில் இந்த தகவல் தெரிய வந்துள்ளது.

சாதாரண கடன் அட்டைகளைக் (Credit Card) கொண்டு செரின் வாயு உற்சந்திகளை மூலம் பொருள்களை இலகுவாகப் பெறுமுடியும் என்று பி.பி.எி. கூறுகிறார்தான். இது மிகவும் அபாயகரமானது என்றும் அது தெரி வித்துள்ளது.

1995ஆம் ஆண்டு ஜப்பானின் தலைநகரான போக்கியோவில் கரங் கப் பாதையில் இந்த செரின் வாயுவைப் பயன்படுத்தி மத்துத் தீவிரவாதத் தாக்குதலை குறிச்சாட்டின் பிரில் இன்றேயில் ஈருவி 27 ஆண்டு சன் இஸ்ரேலியக் கிணறியில் அதைக் கப்பட்டிருந்தவர் என்பது குறிப்பிடத் தக்கது.

இஸ்ரேலியக் கிணறுகளில் உள்ள மேலும் பல மலைத்தொக்கைகளை விடுவிப்பது தொடர்பாகவும் இனக்கம் கணப்பட்டுள்ளது. முனாவும், அது உறுதி செய்யப்படவில்லை.

இதேவேளை - இரு தலைவர் களிடையிலான மாநாடு ஆழம்ப்பாதுக்கு ஒரு மனிடிரும் முன்காவும் இரு பலஸ்தீன்கள் இஸ்ரேலியப் பள்ளியராக் கட்டுக்கொண்டுள்ளனர். மூதாம் போன்று அவர்கள் இருவாறு தீவிரவாதிகள் என்று இன்றேயில் இரண்டும் கூறியது.

போக்கியோவில் நாக்குதல் நடத்துவதற்குப் பயன்பட்ட செரின் வாயுவை உற்பத்தி செய்வதற்குப் பயன்பட்ட மூலப் பொருள்களைப் போன்ற இரு மடங்குப் பெறுள்களை தன்னால் வாங்குமுடிந்தாக இந்த ஆய்வில் கட்டுப்பட பிபி.எி. செப்தியாளர் தெரிவித்துள்ளனர். (ம)

மத்திய கிழக்கு சமாதானம்

வெட்டிரான்-இபாஸ் சந்திப்பு

ஜேருசலேம், மே3। மத்திய கிழக்கில் சமாதானத்தை ஏற்படுத்துவது தொடர்பாக இஸ்ரேலியப் பிரதமர் ஏரியல் பலஸ்தீன்ப் பிரதமர் மொழுமை அபாஸ் என்றும் கூறுவதும் கூடும் ஒரு வரை ஒருவர் கேட்டுக்கொண்டுள்ளனர்.

சமாதானத்தை ஏற்படுத்துவதற்கு வேண்டிய சாதநியமான நடைமுறைகளை ஏற்படுத்துகிக்கொண்டும் என்று இரு தலைவர்களும் ஒரு வரை ஒருவர் கேட்டுக்கொண்டுள்ளனர்.

அமெரிக்கப் பின்னனிப்பட்டு, நன்மூறைப்படுத்தப்படுவரும் இந்தச் சமாதானத் திட்டத்தை முன்னெடுத்துச் செலவுத்திரு, முதலில் பலஸ்தீன் அபுதானிர்களின் தீவிரவாத நடவடிக்கைகளைக் கட்டுப்படுத்த வேண்டும் என்று இந்தப் பேச்கக்களின் போது பலஸ்தீனைப் பற்றியும் மொழு மட் அபாஸ் என்றும் இஸ்ரேலியப் பிரதமர் சர் என்றும் கூறுவதைக் கேட்டுக்கொண்டுள்ளனர்.

அமெரிக்கப் பின்னனிப்பட்டு, நன்மூறைப்படுத்தப்படுவரும் இந்தச் சமாதானத் திட்டத்தை முன்னெடுத்துச் செலவுத்திரு, முதலில் பலஸ்தீன் அபுதானிர்களின் தீவிரவாத நடவடிக்கைகளைக் கட்டுப்படுத்த வேண்டும் என்று இந்தப் பேச்கக்களின் போது பலஸ்தீனைப் பற்றியும் மொழு மட் அபாஸ் என்றும் இஸ்ரேலியப் பிரதமர் சர் என்றும் கூறுவதைக் கேட்டுக்கொண்டுள்ளனர்.

இந்த விஜயத்தை நகர் இன்றீல் பலஸ்தீன் தீவிரவாத நடவடிக்கைகளைக் கட்டுப்படுத்த வேண்டும் என்று இந்தப் பேச்கக்களின் போது பலஸ்தீனைப் பற்றியும் மொழு மட் அபாஸ் என்றும் கூறுவதைக் கேட்டுக்கொண்டுள்ளனர்.

எவ்வளமோ நகர் இன்றீல் பலஸ்தீன் தீவிரவாத கூறுத்தெறியும் தீவிரவாயில் கிடைக்கிறதோல் செரித்த சீருவர்கள்

யீர்வாதத்தை நிறுத்துவதற்கு மிக உறுதியான நடவடிக்கைகளை எடுக்குமாறும் வெளிரன் மேலும் வரி

யறுத்தினார்.

இந்தப் பேச்கக்களைத் தொடர்த்து பலஸ்தீன் விடுதலை அமைப்பைச் சேர்ந்த இரு உயர்மட்ட அதிகாரிகளை விடுதலை செய்வதற்கு இல் ரேல் இனக்கம் தெரிவித்துள்ளது. கண்டுத் தாக்குதல் குற்றச்சாட்டின் பிரில் இன்றேயில் ஈருவி 27 ஆண்டு சன் இஸ்ரேலியக் கிணறியில் அதைக் கப்பட்டிருந்தவர் என்பது குறிப்பிடத் தக்கது.

இஸ்ரேலியக் கிணறுகளில் உள்ள மேலும் பல மலைத்தொக்கைகளை விடுவிப்பது தொடர்பாகவும் இனக்கம் கணப்பட்டுள்ளது. முனாவும், அது உறுதி செய்யப்படவில்லை.

இதேவேளை - இரு தலைவர் களிடையிலான மாநாடு ஆழம்ப்பாதுக்கு ஒரு மனிடிரும் முன்காவும் இரு பலஸ்தீன்கள் இஸ்ரேலியப் பள்ளியராக் கட்டுக்கொண்டுள்ளனர். மூதாம் போன்று அவர்கள் இருவாறு தீவிரவாதிகள் என்று இன்றேயில் இரண்டும் கூறியது.

(ம)

அமெரிக்க காங்கிரஸ் குழுவெட்டிராயாவுக்கு விஜயம்

சியேல், மே3। வடக்கொரியா தனது அனு உடலை கண்டும் ஆற்பித்ததை அடுத்து கொரியாக் குடும்பத்தை அனு உடலையைப் பதித்த தனிப்பித்தாக அமெரிக்கக் காங்கிரஸ் உறுப்பினார் கள் ஆறு சேர்க்காவுக்கு விஜயம் செய்துள்ளனர்.

அமெரிக்காவுக்கும் வடக்கொரியா வுக்கும் இடையில் சீனாவில் நடைபெற்ற பேச்கக்கள் தேவனியில் முடிவடைந்த நிலையில் இவர்களின் இந்த விஜயம் இடம்பெற்றுள்ளது. கடந்த ஒக்டோபரில் வடக்கொரியா ஜூநா, தனதையைப் பிரிவில் சீனாவில் நடைமுறைப்பட்டு வரும் இந்தச் சமாதானத் திட்டத்தை முன்னெடுத்துச் செலவுத்திரு, முதலில் பலஸ்தீன் அபுதானிர்களின் தீவிரவாத நடவடிக்கைகளைக் கட்டுப்படுத்த வேண்டும் என்று இந்தப் பேச்கக்களின் போது பலஸ்தீனைப் பற்றியும் மொழு மட் அப

