

பூவழிதம்

மலர் - 01



வெளியீடு
கலை இலக்கிய மன்றம்
புருஷ்கோத்தலை.

146-மீ-2006

பூவழுதம்

2006

வெளியீடு

கலை இலக்கிய மன்றம்
பருத்தித்தொழை

வந்தியத்தாய்

2009

சென்னை

வந்தியத்தாய் வந்தியத்தாய் வந்தியத்தாய்
வந்தியத்தாய் வந்தியத்தாய் வந்தியத்தாய்

ஆசியுரை

முயற்சிகள் வெற்றிபெறட்டும்.....

பருத்தித்துறைப் பங்கில் கல்விமான்களை தோற்றுவிக்க மன்றங்கள் தேவை. இத்தேவையை நிறைவு செய்ய 2005ம் ஆண்டு எமது பங்கில் “கலை இலக்கிய மன்றம் உருவாகியது. இதில் பல்கலைக்கழக மாணவர்களும், உயர்தர மாணவர்களும் இணைந்து செயல்படுகின்றார்கள். இவர்கள் தங்கள் மன்றத்தின் ஓர் ஆண்டு நிறைவு விழாவைக் கொண்டாடும் தினத்தில் “பூவமுதம்” என்றும் சஞ்சிகையை வெளியிடுகிறார்கள். இவர்களது முயற்சியை பாராட்டுகின்றேன். அதே வேளையில் இச்சஞ்சிகைக்கு ஆசியுரை வழங்குவதில் பங்குத்தந்தையாகிய நான் பெரும்மகிழ்ச்சியடைகின்றேன்.

இம்மன்றம் என்றும் இளமையாக இருக்க வாழ்த்துகின்றேன். அறிவிலும் ஞானத்திலும் வளர வாழ்த்துகின்றேன். ஒழுக்கத்திலும் சிறந்து விளங்க வாழ்த்துகின்றேன். பட்டம் பதவிகள் பெறவும் வாழ்த்துகின்றேன். கடவுளுக்கும் மனிதருக்கும் உகந்தவர்களாக இருக்க வாழ்த்துகின்றேன். இவர்களது முயற்சிகள் வெற்றிபெறட்டும், பல ஆதரவுகளும் கிடைக்கட்டும். “இயேசு ஞானத்திலும் உடல் வளர்ச்சியிலும் மிகுந்து கடவுளுக்கும் மனிதருக்கும் உகந்தவராக வாழ்ந்து வந்தார்.” லூக் 2: 52

இறை ஆசிரி நிறைந்திருப்பதாக.



Rev.Fr.P.இருதயதாஸ்
(காப்பாளர்)
பங்குத்தந்தை.



.....

.....

.....

.....

.....



ஆசியுரை

பல்லாண்டு காலம் நிலைபெறுக

கலை இலக்கிய மன்றத்தின் ஒரு வருட நிறைவையிட்டு வெளியிடப்படும் பூவமுதம் சஞ்சிகைக்கு ஆசியுரை வழங்குவதில் பெருமையும் பெருமிதமும் அடைகின்றேன்.

பருத்தித்துறைப் பங்கை தளமாகக் கொண்டு இயங்கும் இம் மன்றமானது க.பொ.த.உ/தர, பல்கலைக்கழக மாணவர்களை ஒன்றிணைத்து இயங்குகின்றது. மாணவர்களது ஆங்கில அறிவு, தலைமைத்துவப் பண்புகள், ஆளுமைவளர்ச்சி ஆகிய செயற்பாடுகளில் அளப்பரிய பங்காற்றி வருகின்றது. இம் மன்றமானது மேலும் பல பணிகளை மேற்கொண்டு சமுதாயத்தில் மறுமலர்ச்சியை ஏற்படுத்தி பல்லாண்டு காலம் நீடித்து நிலைத்து நிற்க இறையருள் வேண்டி ஆசிக்கின்றேன்.



அ.அ.வி.மரியநாயகம்,
B.B.A(Hons) Dip.in.Ed, MEd
இணைக்காப்பாளர்

செவ்வாய்

புத்தகத்தின் பெயர்

இந்த புத்தகம் எழுதியவர் பெயர்
பெயர் பெயர் பெயர் பெயர் பெயர்
பெயர் பெயர் பெயர் பெயர் பெயர்
பெயர் பெயர் பெயர் பெயர் பெயர்
பெயர் பெயர் பெயர் பெயர் பெயர்
பெயர் பெயர் பெயர் பெயர் பெயர்
பெயர் பெயர் பெயர் பெயர் பெயர்
பெயர் பெயர் பெயர் பெயர் பெயர்
பெயர் பெயர் பெயர் பெயர் பெயர்
பெயர் பெயர் பெயர் பெயர் பெயர்

பெயர் பெயர் பெயர் பெயர் பெயர்
பெயர் பெயர் பெயர் பெயர் பெயர்
பெயர் பெயர் பெயர் பெயர் பெயர்
பெயர் பெயர் பெயர் பெயர் பெயர்



எண்ணத்தில் இருந்து.



கடல் வளமும் தரை வளமும் நிறைவு கொள்ளுபனை மரங்களும் தென்னை மரங்களும் தலைசாய்த்து வரவேற்கும் எம் பதியில் முதல் முதலாக கல்விப் பொதுதராதர உயர்தர மாணவர்களை ஒன்றிணைத்து பல்கலைக்கழக மாணவர்களால் உருவாக்கப்பட்ட எமது மன்றம் கரை காணா காலங்கள் கடந்து என்றும் அழியாது வளரவேண்டும் என்பது உள்ளத்தில் நின்றெழும் ஆவல்.

பட்டப் படிப்பை மேற்கொள்ளும் நாம் "எமது கிராமத்தில் உள்ள ஏனைய மாணவர்களும் உயர்கல்வி கற்க வேண்டும், எமது கிராமத்தினுடைய பெயரில் புகழ் கலந்து கற்ற அறிவுக் கண் கொண்ட ஓர் இளம் சமுதாயம் புத்துயிர் பெற்று எழ வேண்டும், கரை காணாக் கல்விக்கடலில் எமது சமுதாயம் புரையோடப்பட வேண்டும்" என்ற உயர் இலட்சியத்திற்காய் எம்மால் பதிகப்பட்ட முதற் காலடியே எமது மன்றம்.

ஒரு வருடம் நிறைவடைந்து இரண்டாவது வருடத்தில் தடம் பதிக்கும் எம் மன்றமானது மென்மேலும் வளர்ச்சி பெற்று, தனது உயரிய இலட்சியப்பாதையில் வெற்றி நடைபோட, எமது மன்றம் அழிவின்றிக் கட்டியெழுப்பப்பட்டு கல்விக் கடலுக்கு கலங்கரை விளக்காக மிளிர வேண்டும் என உளமாற, வாழ்த்துவதுடன், தொடர்ந்து எம் மன்றம் வளர்ச்சி பெற எம் உறவுகளாகிய நீங்கள் எம் மன்றத்தை வாழ்த்த வேண்டும்.



M.சுதாகர்
(இயக்குனர்-மன்றம்)



இணையாசிரியர்

:- M.சுதாகர்

ஒழுங்கிணைப்பாளர்

:- A.இருதயநாயகி

நிர்வாகக்குழு

:- A.கைன்லஸ்
E.தொம்சன்

ஆலோசகர் குழு

Rev.Fr.P.இருதயதாஸ்

திரு.அ.அ.வி.மரியநாயகம் B.B.A(Hons) Dip.in.Ed, MEd.

திருமதி.மே.தி.மரியநாயகம், B.A(Hons)Dip.in.Ed.

**கலை இலக்கிய மன்றம்
பருத்தித்துறைப் பங்கு
புனித தோமையார் ஆலயம்
பருத்தித்துறை.**

நுழைமுவாயில்....

கணனி வளர்ச்சி பற்றிய
சீந்தித்துப் பாருங்கள்
இன்றைய நிலையில் சுல்வியின்
தொழிமா உங்களுக்கு
உலகை உலுக்கி வருகின்ற
மனிதத்தை மதித்திட மனிதனை
இயற்கை அளித்த கொடை
மனிதம்.
நலம்பெற
பெண்மை இன்னும் அடிமையில்.
யுத்த அரக்கனை போய்விடு.
விஞ்ஞான தொழில்நுட்ப வளர்ச்சியும் ...
எதிர்பார்ப்பும் ஏமாற்றமும்.
சுற்றும் உலகில் சற்று நோக்குவோம்.
தகவல் துளி
விழித்தெழு மானிடா

கலை இலக்கிய மன்றம்
பருத்தித்துறைப் பங்கு
பருத்தித்துறை.

கணினி வளர்ச்சிபற்றிய ஓர் ஆய்வு காலத்தின் பதிப்பில் கணினி

இன்று தொழில்நுட்ப வளர்ச்சியில் முக்கிய மைல் கற்களாகக் காணப்படும் கணினிகளின் தோற்றம் அவற்றின் உற்பத்தி முயற்சிகள் என்பவை பற்றி ஆராய்வதே இக்கட்டுரையின் முக்கிய நோக்கம் ஆகும்.

இன்று நாம் computer (கணினிகள்) என்று குறிப்பிடப்படுபவை நாம் இடும் கட்டளைகளுக்கேற்ப எல்லாவித ஆய்வுகளையும் கணக்கீடுகளையும் மேற்கொண்டு நமக்குத் தேவையான விபரங்களைத் தரக்கூடிய மின்னனு இயந்திரங்களாகும்.

இயந்திரங்களின் துணையோடு கணக்கிட வேண்டும் என்ற ஆர்வம் ஆரம்பகாலத்தில் இருந்தே மனிதனுக்கு இருந்திருக்கின்றது. ஜான்நேபியர் என்பவர் நேபியர் ராடுகளைப் பயன்படுத்தி பெருக்கல் கணக்குகளைப் போடுவது எவ்வாறு எனக் கண்டார். 1642ம் ஆண்டு பாஸ்கல் என்பவர் கூட்டல்(+) கழித்தல்(-) பெருக்கல்(X) வகுத்தல்(-) ஆகிய அனைத்துத் தொழிற்பாடுகளையும் செய்யக்கூடிய இயந்திரம் ஒன்றைக் கண்டுபிடித்தார். இதற்குச் சில ஆண்டுகளின் பிற்பாடு லெனிஸ் என்பவர் அதிலும் சற்று மேம்பட்ட பெருக்கல் இயந்திரம் ஒன்றைக் கண்டுபிடித்தார். பலரும் வாங்கிப் பயன்படுத்தும்படியான இயந்திரம் ஒன்றை டீ கோட்மர் என்பவர் 1820ம் ஆண்டு கண்டு பிடித்தார்.

இம்முயற்சிகளில் பெரியதொரு சாதனையை ஏற்படுத்தியவர் சான்ஸ் பபேஜ் என்பவர் ஆவார். சாதாரண கணக்கீட்டு இயந்திரங்களை அவரே வடிவமைத்தார். டிபறன் எஞ்சின் என்பதனையும் அவரே கண்டுபிடித்தார். அந்த இயந்திரம் எட்டு தசமங்கள் சுத்தமாகக் கணக்கிடக்கூடியது. அதன்பின் அலைடிகல் எஞ்சின் எனும் இயந்திரத்தை அவர் வடிவமைத்து நிறுவத் தொடங்கினார். இவ் இயந்திரம் பெரிய கணக்குகள் மட்டுமன்றி பல்வேறு ஆய்வுகளையும் இயக்கங்களையும் இன்றைய கணினிகள் போன்று செய்யும் திறன் வாய்ந்ததாக விளங்கியது. ஆனால் நிதிப்பற்றாக்குறை காரணமாக அவரால் அதனை முழுமையாகச் செய்து முடிக்க முடியவில்லை. எனினும் இன்றைய கணினியுக்கத்தின் தந்தை என இவர் போற்றப்படுகின்றார்.



இதன்பின்னர் தானாக இயங்கும் கணக்கீட்டு இயந்திரங்களை வடிவமைக்கும் முயற்சி 1937ம் ஆண்டிற்குப் பின்னரே ஆரம்பித்தது. ஹோவாஜ்கின் என்பவர் IBM நிறுவனத்திற்கு தானியங்கி கணக்கீட்டு இயந்திரம் ஒன்றினை உற்பத்தி செய்யும் யோசனையை முன்வைத்தார். அன்றாடம் எழும் கணக்கீட்டு பிரச்சினைகளுக்குத் தீர்வுகாண அது மிகவும் பலனளிப்பதாக இருந்தது. ஆனால் இன்றைய கணினிகளுடன் ஒப்பிடும்போது மார்க் 1 என அழைக்கப்பட்ட இவ் இயந்திரம் அதிகநேரத்தைச் செலவிட வேண்டியிருந்தது. பெல்ரெலி போன் லேபரட்டரி ஈனும் கம்பனி உற்பத்தி செய்த மார்க் 22 எனும் கணினி கணினி யுகத்திலே புதிய மைல்கல்லைத் தொட்டது. விபரங்களை நிலை நிறுத்திக் கொள்ளவும் பெறவேண்டிய விபரங்களை கொடுக்கவும் தேவையான விடரங்கள் இதில் உள்ளடங்கியிருந்தன. முன்னர் குறிப்பிட்ட மார்க் 1 கணினியைவிட இது 15 மடங்கு வேகத்தில் இயங்கவல்லது.

அதன்பின்னர் Bebli Model கணினிகள் உற்பத்தி செய்யப்பட்டது. இதில் மேலும் பல மேம்பாடுகள் செய்யப்பட்டன. இலத்திரனியல் பொருட்களைப் பயன்படுத்தும் முதற் கணினி பென்சில் வேனியா பல்கலைக்கழக மூர் பொறியியல் பள்ளியில் கட்டமைக்கப்பட்டது. 18 ஆயிரம் வைக்கியும் ரியூப்களைக் கொண்ட அந்த கணினி நியாக் எனும் பெயரில் அழைக்கப்பட்டது. இலத்திரனியல் பொருட்களோடு அமைக்கப்பட்டதால் இதன் இயக்கவேகம் அதிகமாகக் காணப்பட்டது.

IBM நிறுவனம் 25 ஆண்டுகளுக்கு முன்னர் தான் உற்பத்தி செய்த கணினி IBM 604 ஆனது எட்டு வார்த்தைகளை நினைவில் நிறுத்தும் தன்மையுடையது. பின்னர் அந்நிறுவனம் உற்பத்தி செய்த IBM 650 ஆனது 2000 வார்த்தைகள் நினைவில் நிறுத்தும் தன்மையையுடையது. அத்துடன் அதிக வேகத்துடன் செயல்பட்டு அறிவுரைத் தொகுதியினை நினைவுகூர்ந்து அதன்படி செயற்படவல்லது. 1948ம் ஆண்டிலே கணக்கீடுகளிற்கு பரவலாக IBM 602, IBM 604 ஆகிய கணினிகள் பயன்படுத்தப்பட்டன.

1950ம் ஆண்டில் “நஷனல் பிரோ ஒவ்ஸ்ரான்ட்” கதோட் ரியூப்களையும், மேர்க்குரி லைன்களையும் விபரங்களையும் சேகரித்துக் கொள்ளும் SEAC எனும் கணினியைக் கண்டுபிடித்தது. கணினியின் திறனை அதிகரிக்க இது பயன்பட்டது. நான்கு இலட்சம் வார்த்தைகளை இதனால் கையாள முடிந்தது. MID டிஜிற்றல் கணினி லேபரட்டரியில் கண்டுபிடிக்கப்பட்ட வேர்ல்வின் - 01 வேகமாக செயற்படவும் அதிக விபரங்களையும் சேகரித்துக் கொள்ளவும்

உரிய திறன் வாய்ந்த கணினியாக காணப்பட்டது. பின்னர் தகவல்களைச் சேகரித்துக் கொள்வதற்கு காந்த டிரம் இனை பயன்படுத்திய கணினிகள் வந்தன. இதனால் கணினியின் செயற்பாடும் வேகமும் அதிகரித்தது.

1951ம் ஆண்டு Univox எனும் கணனி வர்த்தக ரீதியில் உற்பத்தி செய்யப்பட்டது. இது ஒரு அதிவேக கணனி ஆகும். இது 960 000 வார்த்தைகளை கையாளவல்லது.

1965ம் ஆண்டு கணனிகளின் வடிவமைப்பு இன்னும் மேம்படுத்தப் பட்டது. CDC 6800 எனும் கணனிகள் அதிகளவு திரான்சிஸ்டர்களை கொண்டமைக்கப்பட்டது. அதிக வேகம் மற்றும் அதிக விபரங்களை சேகரித்தல் இவை தவிர கணனிகளைப் பயன்படுத்துவோருக்கும் கணினிக்குமிடையே உரையாடல்களை நிலைநாட்ட தேவையான புதிய யுத்திகளும் கண்டுபிடிக்கப்பட்டுள்ளன.

விபரங்களை உள்ளே செலுத்தவும் மற்றும் வெளியே பெறவும் சாதாரண Type writer மற்றும் மின்னியல் Printer கள் அதிகளவு பார்வை இயந்திரங்கள் வரை தற்போது கண்டுபிடிக்கப்பட்டது.

கணனிகளுக்கு விபரங்களை அளித்து அவற்றினின்றும் விபரங்களை பெறுவதற்கும் தேவையான Programme எனும் திட்டங்கள் பலவும் கண்டுபிடிக்கப்பட்டது. அத்துடன் ஆரம்பகாலத்தைப் போல அல்லாது தற்காலத்தில் கணினியின் பருமன் குறைக்கப்பட்டு சிறியளவுகளில் உற்பத்தி செய்யப்படுகின்றன. இவ்வாறாக வளர்ச்சி பெற்ற கணனிகள் Micro Electronics துறையின் மேம்பாட்டால் மேலும் மேலும் வளர்ந்து வருகின்றது.

இதனால் கணினியின் செயற்திறனும் வேகமும் அதிகரிக்க அதனுடைய பயனும் பெருகி வருகின்றது. தற்கால கணனிச் சந்தையில் IBM, Microsoft ஆகிய நிறுவனங்கள் கணனி வர்த்தகத்தில் போட்டி போட்டு செயற்பட்டு வருகின்றன. இதில் Microsoft நிறுவன அதிபராகிய பில்கேப்ஸ் உலக செல்வந்தர் வரிசையில் முதலாவது வரிசையில் உள்ளவர் என்பது குறிப்பிடத்தக்கது.

அன்ரன் ஜெயக்குமார்
ஜெனீஸ் அமல்ராஜ்

சீந்தித்துப்பாருங்களை

புதிர் - 01

ஓர் பாத்திரத்தில் ஓர் கிருமி இடப்படுகின்றது. அக்கிருமியானது 2 நிமிடங்களிற்கு ஒரு தடவை இரண்டு மடங்காகப் பெருகுகின்றது. காலை 10.30 ற்கு பாத்திரத்துள் இடப்பட்ட கிருமி மாலை 5.46 ற்கு பாத்திரம் முழுவதும் நிரம்பியது எனின் பாத்திரத்தில் (1/4 பகுதி) காற்பகுதி நிரம்ப என்ன நேரம் ஆகியிருக்கும்.

புதிர் - 02

மூன்று நண்பர்கள் குறித்த பொருட்கள் கொண்ட ஓர் பொதியினை கண்டெடுத்தார்கள். அதனை எவரும் காணாதவாறு மறைத்துவைத்துவிட்டு நகர்ந்தனர். பின்னர் ஒருவன் வந்து அந்தப் பொதியினை எடுத்து மூன்றாகப் பிரித்தபோது 01 மிஞ்சியது. அவன் அதனையும் தன்னுடைய பங்கையும் எடுத்துச் சென்றான். அதன்பின் இரண்டாமவன் வந்து பொதியை எடுத்து மூன்றாகப் பிரித்தான். 1 மிஞ்சியது. அவன் அதனையும் தன்னுடைய பங்கினையும் எடுத்துச் சென்றான். பின்னர் மூன்றாமவன் வந்து பொதியினை எடுத்து மூன்றாகப் பிரித்தான். 1 மிஞ்சியது. அவன் அதனையும் தன்னுடைய பங்கினையும் எடுத்துச் சென்றான் இறுதியாக மூவரும் வந்து மூன்றாகப் பிரித்து சமமான பங்குகளாக எடுத்துச் சென்றனர். எனின் மொத்தம் எத்தனை பொருட்கள் அப்பொதியினுள் இருந்திருக்கும்.

புதிர் - 03

புதிர் - 01
5-42 மாலை

புதிர் - 02
25 பொருட்கள்

40 Kg நிறையுள்ள படிக்கல்லானது கீழே விழுந்து 4 துண்டங்களாக உடைந்தது. அப்படிக்கற்களை 40 Kg உட்பட்ட முழு நிறைகளை நிறுக்க முடியுமாயின் அவ்வுடைந்த துண்டங்களின் நிறைகள் எவை?

புதிர் - 03
**27Kg, 09Kg,
03Kg, 01Kg**

தொகுப்பு
அன்னராசசிங்கம் டிலானி



இன்றைய நிலையில் கல்வியின் அவசியம், கல்வியின் தேவை மிகவும் அளப்பரியது. மனிதன் தனது நிலையை உணர், அவனுக்கு வழிகாட்ட கல்வி அவசியம். மனிதன் அனைத்து விதமான செல்வங்களோடு வாழ்ந்தாலும் அவனை உயர்த்துவதற்கு இன்றைய கல்வியில் பல புதுமையான விடயங்கள் புகுத்தப்பட்டு வருகின்றன. எனினும் எமது சமுதாயம் கல்வியின் மகத்துவத்தை இன்னும் உணரவில்லை.

பொதுவாக கிராமப்புறங்களிலே இடையிலேயே கல்வி கற்பதனை நிறுத்தி விடுவார்கள். இளமையில் தான் கற்க வேண்டும் என எமது முன்னோர்கள் கூறியுள்ளனர். இளமையில் கல்வி சிலையில் எழுத்து என்னும் பழமொழி இதற்கு எடுத்துக்காட்டாகும். மனிதன் ஒருவன் முதிர்ந்த வயதில் கற்பதை விட இளைய பராயத்தில் கற்பதே சிறந்தது எனக் கூறப்படுகின்றது. கல்வி ஒருவனை உயர்வடையச் செய்கின்றதே தவிர தாழ்வடையச் செய்வதில்லை. கல்வி எந்த ஒரு மனிதனையும் உயர்வான பாதைக்கே இட்டுச் செல்கின்றது. இக் கல்விவினால் புகழின் உச்சியினை அடைந்தவர்கள் பலர். கொடுக்கக் கொடுக்க குறைவு படாத செல்வம் கல்விச் செல்வம். இது கொடுக்க அதிகரித்துச் செல்லுமே தவிர குறைவுபடாது.

இன்றைய இளையோர் கல்வியில் நாட்டமின்றி இருக்கின்றனர். கல்வியின் மகிமையை இன்னும் உணரவில்லை. மனிதன் மேலும் மேலும் எவ்வளவு கல்வியைக் கற்கின்றானோ அவனது அறிவு பெருகிக்கொண்டே செல்லும். இதனை வள்ளுவர், “தொட்டனைத் தூறும் மணற்கேணி மாந்தர்க்கு கற்றனைத் தூறும் அறிவு” என பல தசாப்பதங்களின் முன்பே கூறியுள்ளார். அதாவது மணற்கேணியை நாம் எவ்வளவு ஆழத்திற்கு தோண்டுகின்றோமோ அதற்களவு நீர் நிறைந்து காணப்படும். அதுபோலவே கல்வியை நாம் எவ்வளவு அதிகமாகக் கற்கின்றோமோ அதற்களவு அறிவு பெருகிக் கொண்டே செல்லும்.

மனிதன் தனது வாழ்வியலில் முன்னேற கல்வி கற்பது அவசியம். மனிதன் பௌத்தறிவு மூலமே எல்லாவற்றையும்விட மேலானவனாகக் காணப்படுகின்றான். சிந்தனை வளம் சிறக்க கல்வி கற்கவேண்டும். இன்றைய உலகத்தில் படித்தவர்களுக்கே பெரும் மதிப்பும் மரியாதையும் காணப்படுகிறது. நாம் உலகத்தின் நெறிப்படி வாழ கல்வி கற்றல் அவசியம். எமது நாடும் சமூகமும் கல்வியில் முன்னேற வேண்டும். அதற்கு பிள்ளைகளை பாடசாலைக்கு அனுப்பாமல் தமது குடும்பத் தேவைகளுக்காக வேலையில்

அமர்த்தல் தற்போது அதிகமாக இடம்பெறுகின்றது. இன்றைய குழலும் இதற்கு இடமளிக்கின்றது. குடும்பப்பொறுப்பு இன்றைய குடும்பங்களில் பிள்ளைகளிடமே பொறிக்கப்படுகிறது. எனினும் கல்வியின் அவசியம் மிகவும் முக்கியமானதாகும். எமது சமுதாயங்களில் படிப்பறிவற்றவர்களே அதிகமாகக் காணப்படுகின்றனர். தமது தேவையைக்கூட பூர்த்தி செய்ய முடியாதவர்களாக இருக்கின்றனர். ஒரு கடிதத்தையோ, தமது பெயரையோ எழுத வாசிக்க முடியாதவர்கள் பலபேர். அதே நிலைமையை அவர்களின் பிள்ளைகள் அடைய வேண்டுமா? இந்நிலைமை கல்வி கற்பதன் மூலமே நிவர்த்தி செய்ய முடியும். தற்போது எமது நாட்டிலே சிறுவர்களுக்கென இலவசக் கல்வி, இலவசச் சீருடை முதலானவை இவர்களுக்கு பேருதவியாக கிடைக்கின்றது. இதனைப் பயன்படுத்தி எமது பிள்ளைகளை பாடசாலைக்கு அனுப்பி நல்லறிவைப் பெற்றுக் கொடுப்போம். இதன் மூலம் எமது நாடும் சமூகமும் விருத்தி அடைந்து ஓர் உன்னத நிலைமை அடைய முடியும். இதுவே பிள்ளைகளின் எதிர்காலத்திற்கு உகந்தது.

“கல்வியே எமது அரும்பெருஞ் செல்வம்”

ஜோன்மேரி லூடஸ் சுரேக்கா

வனவளம் பெருகினால் நீர் வளம் சுரக்கும்

காட்டின் இடம் உயர நாட்டின் தரம் உயரும்

காடின்றி மழை இல்லை, காற்றின்றி உயிர் இல்லை

மரம்தான் மண்ணின் வளம். சிவை மறைந்தால் இல்லை
மனித இனம்.

தெரியுமா உங்களுக்கு

01) கடல்கள் பொதுவாக நீலநிறமானவையாகும். ஆனால் செங்கடல் மட்டும் சிவப்பாக இருப்பதற்கான காரணம் என்ன?

அக்கடலில் காணப்படும் ஒருவகை தாவரமான அல்காவாகும். இந்த அல்காக்கள் சிவப்புநிறமுடையவை. அதனாலேயே இக்கடல் சிவப்பு நிறமாகக் காணப்படுகிறது.

02) வானம் நீலநிறமாகக் காணப்படுவதேன்?

பூமியைச் சுற்றியுள்ள காற்றுத்திரள் வாயுமண்டலம் நைதரசன், ஓட்சிசன், காபனீரொட்சைட், நீராவி போன்ற பல்வேறுபட்ட வாயுக்களால் ஆனது. பூமி சூரியனில் இருந்தே ஒளியைப் பெறுகின்றது. சூரியஒளி எழு நிறங்களைக் கொண்டது. சூரியஒளி வாயு மண்டலத்தில் மோதும் போது ஊதா, கருநீலம், நீலம் போன்ற நிறங்கள் அதிகமாகச் சிதறுகின்றன. இம்மூன்றும் இணைவதால் நீலம் மேலோங்கி வானம் நீல நிறமாகத் தெரிகின்றது. ஆனால் சந்திரனில் இருந்து பார்த்தால் வானம் கருநிறமாகவே தெரியும்.

03) பூனையின் கண்கள் இரவிலே பிரகாசிப்பதேன்?

பூனையின் விழித்திரையின் பின்னால் ஒளியைப் பிரதிபலிக்கும் Luminous tapetum என்னும் பளிங்குத்திரை இருக்கின்றது. இருளில் ஒளி பாச்சப்படும் போது அதன் கண்கள் பிரகாசிக்கின்றன.

04) கடலின் ஆழத்தை எவ்வாறு அளவிடுகின்றனர்?

ஒலி அலைகளின் மூலம் Fathometer எனப்படும் கருவி செவியுணரா ஒலியலைகளை எழுப்புகின்றது. இதனை Ultra sonic Waves என்பார்கள். 20000 கேட்ஸ் மேற்பட்ட காதால் உணர முடியாத ஒலி அலைகள் கடலின் அடி ஆழத்தில் சென்று மீள்கின்றன. இந்த ஒலி அலைகள் கீழே போய் திரும்பி வந்த நேரத்தினை இரண்டால் வகுத்து கடலின் ஒலியலை பயணம் செய்யக்கூடிய வேகத்துடன் இந்த நேரத்தைப் பெருக்கிக் கணக்கிடுகின்றனர்.

05) கரப்பான்பூச்சி, சிலந்தி போன்றவை உறங்கும்போது கண்களைத் திறந்து கொண்டே உறங்குகின்றன. இதற்கான காரணம் யாது?

இக் குடும்பத்தைச் சேர்ந்த விலங்குகளுக்கு இமைகள் காணப்படுவதில்லை. இதனாலே இவை உறங்கும்போது கண்கள் திறந்தபடியே காணப்படுகின்றன.

06) யானை தன் காதை அடிக்கடி அசைப்பதற்கான காரணம் யாது?

யானையின் தோல் தடிப்பானது. தடித்த தோலினூடாக வெப்பம் இழக்கப் படவில்லை. யானையின் உடலிலிருந்து வெப்ப இழப்பு ஏற்படுவது மென்மை யான தோலைக்கொண்ட காதினூடாகவாகும். இதனால் யானை காதை அசைத்து வெப்பத்தை இழக்கிறது.

07) உணவு உண்டபின்னர் குளித்தல் கூடாது என்பர். இதற்குக் காரணம் என்ன?

எமது உணவு சமீபாட்டில் நொதியங்கள் தொழிற்படுகின்றன. நொதியங்கள் ஒரு குறிப்பிட்ட வெப்பநிலையிலே அதன் தொழிற்பாடு நடைபெறுகின்றன. குளிக்கும்போது எமது உடல் வெப்பநிலை குறைவதால் இரப்பையிலுள்ள சமீபாட்டுக்குரிய நொதியங்களின் தொழிற்பாடு கட்டுப்படுத்தப்படும். இதனால் சமீபாட்டைவதற்கு தாமதம் ஏற்படும்.

08) பிளாற்றினம் தங்கம்போல பளபளக்குமா? அதன் விலை உயர்வின் காரணம்?

பிளாற்றினத்தின் பளபளப்புத் தங்கத்திற்கு ஈடானதல்ல. தங்கத்தைவிட மிக அரிதான உலோகம் என்பதால் அதற்கு மதிப்பு அதிகம். பிளாற்றினத்தில் நகை செய்து அணிவது அமெரிக்கர்களிடம் அதிகமாகக் காணப்படும் நாகரிகம்.

09) சித்திரை முதலாம் திகதியை முட்டாள் தினமாகக் கொண்டாடப்பட காரணம்?

1564 வரை ஐரோப்பா முழுவதும் சித்திரை முதலாந்திகதியே புதுவருடம் ஆரம்பித்தது. பிரெஞ் மன்னன் 10ம் சார்லஸ் புதிய சீர்திருத்தம் கொண்டு வந்து 1564இல் இருந்து தை முதலாம் திகதியை வருடப்பிறப்பாக பிரகடனம் செய்தார். எனினும் பழமை வாசிகள் இதனை ஏற்கவில்லை. இதனால் பழமைவாதிகள் சித்திரை முதலாம் திகதியில் வருடப்பிறப்பு கொண்டாடினர். இவர்களைக் கிண்டலடிக்க குறும்புத்தனமாக சித்திரை முதலாந் திகதியன்று விருந்துக்கு அழைத்து ஏமாற்றியதுடன் பரிசுப் பொருட்கள் என்று எதை எதையோ கொடுத்தும் விளையாடினர். இது வளர்ச்சியடைந்து முட்டாள் தினமாகியது.

தேவதாஸ் நவீனா

உலக உலகக் வருகிறது புகை போதை

உலக நாடுகளை ஆட்டிப்படைக்கும் இன்றைய பல சவால்களில் போதை, புகை என்பன பிரதான பங்கு வகிக்கின்றன. வளர்ச்சியடைந்த நாடுகளுக்கே பெரும் சமூக பொருளாதார சிக்கல்களை உருவாக்குகின்றன. ஏழை நாடுகளின் கதி என்னாகும்.

இவை இன்று மனித சமுதாயத்தின் அமைதியை கலாசாரத்தை சீரழித்து மிக வேகமாகப் பரவி உலகினை உலுக்கி வருகின்றன. முதலில் புகைத்தல் பற்றி பார்ப்போமாயின், சிகரெட், பீடி, சுருட்டு இவை புகையிலையில் இருந்தே தயாரிக்கப்படுகின்றன. புகையிலையில் காணப்படும் நிக்கொட்டின் (Nicotine) தார் எனப்படும் நச்சுப் பொருள்களும், அது எரியும்போது வெளிவரும் காபன் மொனொ ஓட்சைட்டும் நம் உடலுக்கு தீங்கு விளைவிக்கின்றன.

நிக்கொட்டின் மிகவும் நச்சுத்தன்மையானது. இரண்டு சிகரெட்டில் 40 Milligram நிக்கொட்டின் காணப்படுகின்றது. இது நேரடியாக இரத்தத் தில் கலப்பின் மிகவும் அபாயமான விளைவை ஏற்படுத்தும். ஆனால் பெரும் பகுதி எரியும்போது வெளியிடும் புகையோடு அகற்றப்படுகின்றது. இவ் நிக் கொட்டினால் இதயத்துடிப்பு அதிகரிக்கப்படுகின்றது. மீண்டும் புகைக்கும் ஆற்றலைத் தூண்டுகின்றது. தலைச் சுற்றையும், வயிற்றுக்கோளாறையும் ஏற்படுத்துகின்றது.

புகையிலையில் காணப்படும் தாரானது சுவாசப்பைகளிலும் சுவாசப் பாதை களிலும் படிவதால் நோய் ஏற்படுகின்றது. நுரையீரல் புற்றுநோய், குடல் களைப்பு, நுரையீரல் அழற்சி, மாரடைப்பு என்பன உருவாகின்றது.

புகைக்கும் பழக்கமுள்ள பெண்கள் கருவுற்றிருக்கும்போது கருச் சிதைவு, இரத்தப்போக்கு ஏற்படவும் நிறை குறைந்த, பூரண வளர்ச்சியடையாத மூளை வளர்ச்சிகுன்றிய குழந்தைகள் பிறத்தல் காரணமாகின்றது.

மேலும் நீண்ட காலம் புகைப்பவர்கள் சுவாசப் பாதையில் கிருமிகளின் தாக்கத்திற்கும் தடிமன், இருமல், மூச்சிழுத்தல் போன்ற நோய்களால் பாதிக்கப்படுபவர்கள், புகைப்பவர்கள் தங்கள் சுவாசப்பைகளை தாங்களே சுட்டுக் கொல்பவர்களாவர்.

மேலும் போதைப்பொருளை எடுத்துக்கொண்டால் இதுவும் நம் உடலுக்கு தீங்கு விளைவிப்பனவாகவே அமைகின்றது. அந்த வகையில் போதைப் பொருள்கள் எவை? என்பது தெரிந்திருக்க வேண்டியவற்றுள் ஒன்றாகும். போதைப்பொருள்களில் கொக்கெய்ன், தேவதைப்பொடி, ஹெரோயின், கஞ்சா, என்பன அடங்குகின்றன.

இப்போதைப் பொருள்கள் எவ்வாறு பயன்படுகின்றது எனும்போது பெற்றோர் பிள்ளைகளுக்கு முன் எச்சரிக்கை செய்யாதபோது பிள்ளை நண்பர்களுடன் சேர்ந்து தெரியாமல் அதைப் பயன்படுத்தும்போது பாவனைக்கு உட்பட்டு, நாளை தலைவர்களின் எதிர்காலத்தை பாதிக்கின்றது. இன்றைய நவீன யுகத்தில் பிள்ளையுடன் பொறுமையாகக் காலம் கழிப்பதில்லை. தொலை காட்சி, பத்திரிகை போன்றவற்றில் முகம் புதைத்த வாழ்வு படிப்படியாகப் பிழையான பாதைக்கு இட்டுச் செல்கின்றது. பிள்ளையுடன் ஒரு குறிப்பிட்ட நேரத்தில் அன்பாக மனம்விட்டு பேசவேண்டும். இதனால் விரக்தியடையும் வாய்ப் புக்கள் குறைவாக இருக்கும்.

இப்போதைப் பொருள் பயன்படுத்தப்படும்போது அவை உடலில் சென்று எத்தகைய மாற்றங்களை ஏற்படுத்தவல்லன. மூளைக்கலன்களையும் நரம்புகளையும் தூண்டிவிட்டு வேடிக்கை பார்க்கின்றன. உடலின் இரசாயன இயற்கை சமநிலையைப் பாதித்து உடல் இயக்கங்களை குழப்பிவிடுகின்றன.

எனவே எமது சமூகத்தில் சூழலில் கிடைக்கும் பெறும் போதைப் பொருள், போதைப்பொருள் பற்றி மக்களுக்கு நல்லறிவு புகட்ட வேண்டும். சுவரொட்டிகள், கருத்தரங்குகள், விளம்பரங்கள், மூலம் இவை பற்றிய பாதிப்புக்களை சுட்டிக்காட்டி நல்வழியில் இட்டுச்செல்ல வேண்டும். சமுதாயத்திலே பாரிய சீர்கேட்டைத் தரும் இவற்றின் கடுமையான பாவனை சந்ததி வழி சென்று மனித சந்ததியையே உருமாற்றிவிடும் சக்தி வாய்ந்ததாகும். எனவே இதை உணர்ந்து செயற்பட்டு வளமான உங்கள் வாழ்க்கையை ஒளிமயமான எதிர்காலத்தில் நகர்த்திச் செல்லுங்கள்.

நாம் முன்னேறுவோமோ, விழுவோமோ என்பது வானிலுள்ள நட்சத்திரங்களைப் பொறுத்ததல்ல. நம்மைப் பொறுத்ததே. நமது உறுதியான எண்ணத்தைப் பொறுத்ததே.

மரியநாயகம் நொசாயினி.

மனிதத்தை மதித்திட மனிதனே கற்றுக்கொள்

மனிதம் மண்ணில் பற்றுக் கொள்ள
மானிட உயிர்கள் மலிந்தன
மின்னல் வேகத்தில் புதைந்தது புண்ணியம்
மீண்டும் நிலைத்திட மனிதம் பேணிடு.

முற்கால உலகின் தார்மீகம் ஓங்க
மூண்டது இக்காலம் போர்
மெல் என மேல் எழுந்தது ஆழி
மேல் வீடு கட்டும் ஆசையில் மலிந்த உள்ளம்.

கொலைகளும் கொள்ளையும் எல்லையற்றோங்க
மழையெனப் பூமி நனையது குருதியில்
சுயநல வெறியிலே மிதந்தது ஆணவம்
பிறர் நலம் பேண மறந்தனர் மனிதர்.

இரவும் பகலுமாய் இயற்கை விதி செய்ய - மனிதன்
இழவும் துயருமாய் வகுத்தான் ஓர் விதி
இனியும் வேண்டுமா இவ் இழிநிலை
மனிதத்தை மதித்திட மனிதனே கற்றுக்கொள்.

ஞானப்பிரகாசம் மேரி றொக்சியா

உருவாகும் வாரிசுகளுக்கு உயிலாக மரம்
வைப்போம்.
நுகர்கீர நஞ்சாக்கினால் எம் கண்கீரே
மிச்சமாகும்

இயற்கை அளித்த கொடை இலங்கையின் ஈரநிலம்

ஈரநிலம் என்பது வருடம் முழுவதும் நீர் கொண்டதாகவும், சாதாரண நிலமட்டத்தை விடத் தாழ்ந்த உயரத்திலும் காணப்படும் நிலப்பிரதேசமாகும். இவற்றை அநேகமாக வறண்டவய காலநிலைப் பிரதேசத்தில் மிக இலகுவில் இனங்காணக்கூடியதாக இருக்கும். பல தசாப்தங்களாக இத்தகைய ஒரு பூமிப் பிரதேசம் ஒரு பிரயோசனமும் அற்ற பிரதேசமாக ஒதுக்கப்பட்டிருந்தது. எனினும் 1971ம் ஆண்டு நடந்த சர்வதேச நிலம் தொடர்பான மாநாடு இந் நிலங்களின் முக்கியத்துவத்தைக் கோட்டுக் காட்டியது.

ஈரநிலத்தின் பயன்பாடு.

மொத்த உயிரினத்தின் இருப்புக்கு உத்தரவாதமளிக்கும் பல முக்கிய விடயங்கள் ஈரநிலத்தால் நிறைவேற்றப்படுகின்றன. இச்செயற்பாடுகள் சமநிலையை பேணவும், பௌதீக, உயிரின சூழலின் இயக்கத்துக்கும் வழிவகுக்கின்றன. இவை தொழில் தரும் பிரதேசங்களாகவும், இயற்கை அழகை அதிகரிக்கச் செய்யும் பிரதேசங்களாகவும் உள்ளன. குறிப்பாக,

- * உணவு உற்பத்தி
- * நீர் வழங்கல்
- * நிலத்தடி நீர் மட்டம் பாதுகாப்பு
- * நீரைச் சுத்தப்படுத்தல்
- * கட்டிட நிர்மாணத்துக்கான மூலப்பொருட்கள்
- * கைத்தொழில் மூல வளங்கள்
- * மருத்துவக் குணமுள்ள ஈரநிலத்தாவரங்கள்
- * பொருளாதார நடவடிக்கைகள்

இவ்வாறு பல நன்மைகள் கிடைத்தபோதும், மனித நடவடிக்கைகளால் இவை அழிக்கப்பட்டு வருகின்றன.

இந்நிலங்கள் அழிவடையக் காரணங்கள்

- * ஈரநிலங்கள் மேடாக்கப்பட்டு அபிவிருத்தி செய்யப்படல்
- * இந்நிலங்களை அண்டிய பிரதேசங்கள் துப்பரவாக்கப்படல்

- * இந்நிலங்களை கழிவுகள் போடுவதற்கு பயன்படுத்தல்
 - * இந்நிலங்களுக்கு இயற்கையாக கிடைக்கும் நீர் வழங்கல் மார்க்கங்களைத் தடைசெய்தல்.
 - * மணல் தோண்டி எடுத்தல்
 - * இந்நில உயிரினங்கள் அழிவடைதல்
 - * இந்நிலங்களுக்கு உரித்தற்ற அந்நிய உயிரினங்கள் ஊடுருவி, பரவி ஆக்கிரமித்தல்.
- உதாரணம் : சீத்தா கொடிவகை, பின்னாவா மீனினம்.

எமது நாடு ஒரு தீவாகக் காணப்படுவதாலும், நாட்டின் பல பகுதிகளிலும் நிறையச் சிறுசிறு ஏரிகள் காணப்படுவதாலும், இவற்றை இணைத்து பல நதிகள், வாய்க்கால்கள் பாய்கின்றமையும் காரணமாக நாடு பூராகவும் ஒரு சிறப்பான விவசாய முறை தோன்ற வழிவகுத்தது. இதனால் மக்கள் வாழ்க்கை ஈரநிலத்துடன் மிக நெருங்கிய தொடர்பில் மிகப்பொறுப்புடனும், கவனத்துடனும் செயற்பட வேண்டிய தேவை உள்ளது.

ஈரநிலத்தினுள் அடங்குபவை எவை?

ஈரநிலமானது இயற்கையான ஈரநிலம், செயற்கையான ஈரநிலம் என இரண்டாக வகுக்கப்படுகிறது. இந்த இயற்கை ஈரநிலம் ,

01) நன்னீர் ஈரநிலம்

02) உப்புநீர் ஈரநிலம்

என இருவகைப்படும். நன்னீர் ஈரநிலத்தில் உள்ளூர் ஏரிகள், நதிகள், ஆறுகள், அருவிகளை அண்டிய பிரதேசம், சதுப்புநிலம், நீர்தேங்கிய நிலம், அணைக் கட்டை அண்டிய பிரதேசங்கள் அடங்கும். உப்புநில பிரதேசத்தில் கழிமுகம், பொங்கு முகம், கடல்நீர் ஏரிகள், களப்பு, கடற்பூங்கா முதலியன அடங்கும். மனிதர்களால் மேற்கொள்ளப்படும் வயல்பரப்புக்கள், நீர்த்தேக்கம், கால்வாய், எரிகள் மற்றும் இத்தகைய பிரதேசங்களை அண்மித்த பூமிப்பிரதேசம் செயற்கை நிலமாகும்.

விசேடத்துவ பூமிப்பிரதேசம்.

கடந்த காலத்தில் ஈர, சதுப்பு நிலமென்பது எந்தவித பயன்களும் அற்ற தேவையற்ற பிரதேசமாகவே கருதப்பட்டு வந்தது. ஆனால் தற்காலத்தில் இந்நிலப்பிரதேசம் மனிதன் உட்பட ஜீவராசிகள், தாவரங்களின் உயிர்வாழ்வின்

முக்கிய அங்கமாகக் கருதப்படுகின்றது. பல்லினத்துவ விலங்குகள், தாரவ வகை, பூச்சி, பறவைகள், மீனினம் ஆகியவற்றின் உறைவிடம் இதுவே.

சர்வதேச ஈரநிலதினம்

“ரம்ஸா” ஒப்பந்தம் 1971ம் ஆண்டு பெப்ரவரி 2ம் திகதி உலக நாடுகளால் கைச்சாத்திடப்பட்டமையால் பெப்ரவரி 2ம் திகதி ஒவ்வொரு வருடமும் “சர்வதேச ஈரநில தினமாக” கொண்டாடப்படுகிறது. 1997ல் இருந்து நிகழ்ந்து வருகிறது.

2006ம் ஆண்டு உலக ஈரநிலத்தினத்தின் தொனிப்பொருள்,

“வறுமை ஒழிப்பில் ஈரநிலம் ஒரு கருவி”

“Wet dand is tool in poverty allwvation”

A.மேரி வினோ

**நச்சுப்புகை நம்மைக்கொல்லும் நலமே வாழ
நல்லகாற்று நமக்கு வேண்டும்.**

**காற்றின் நஞ்சு மரம் உறிஞ்சும், மரத்தின்
சுவாசம் நமைக் காக்கும்.**

காடின்றி மழை இல்லை. காற்றின்றி உயிரில்லை

**கண்ணை இமைகாக்கும், மரங்கள் எமைக்
காக்கும்.**

**நாட்டுவோம் நன் மரங்கள். நாடுவோம்
நற்பயன்கள்.**

மனிதம்

விந்தையான உலகத்தில் விழுதுகளாய் பல மனிதர்
மனிதத் தன்மையை மதிக்கத் தெரியாத
மானிடரிடையே மறைந்து போகுது மனித மாண்பு
மனிதத்தின் மேன்மை அறியாரோ மானிடர்கள்?

கொலை வெறியால் சிதையுது மனிதம்
பரந்து கிடக்கும் ஈழப் பூமித்தாயின்
மடியில் ஏனோ....
பலிக்கடாக்களாய் மனிதர்கள்?

மனிதத்தின் புனிதத்தை புரியாரோ மாந்தர்
எத்தனை எத்தனை விந்தைகள் நிகழுது பாரிலே
வெடி குண்டால் சிதறுண்டு வீதியிலே
அநாதைகளாய் பிச்சை எடுக்கும் பச்சைக் குழந்தைகள்?

இப்படியும் மனிதரா என வியக்க வைக்கும் மானிடரின் செய்கைகள்
இழிவான இச்செயலை இன்றோடு புதைத்து
மனிதத்தை மதிக்கின்ற மானிடராய் - நாம்
பாரிலே பண்போடு வாழ்வோம்.

அ.வெஸ்ரின்2 ஷா

கற்க கசடற கற்பவை கற்றபின் நிற்க அதற்குத் தக.

நலம்பெற. . . .

(மருத்துவக் கட்டுரை)

High blood pressure.

உயர் குருதி அழுக்க நோயும் நிவாரணமும்.

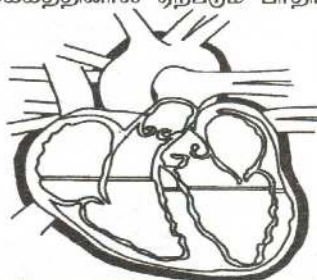
இன்று மக்களிடையே வயது, பால் வேறுபாடின்றி அனைவரையும் ஆட்கொண்டு ஆட்சி செய்யும் ஓர் நோயாக உயர் குருதி அழுக்கம் காணப்படுகிறது. எனவே இதன் அவசியத் தன்மையை உணர்ந்து இது பற்றிய தகவல்கள் முன்வைக்கப்படுகிறது.

சாதாரண மனிதன் ஒருவனுடைய குருதி அழுக்க நிலையானது 120/80 mm Hg ஆகும். இவ் அழுக்க நிலையானது 110/70 mm Hg தொடக்கம் 130/85 mm Hg வரையிலும் சாதாரணமாகவே காணப்படுகின்றது. 140/90 mmHg க்கு மேல் காணப்படும்போது உயர் குருதி அழுக்க நிலைக்கு இட்டுச் செல்கிறது. இவ் உயர் குருதி அழுக்கத்தினால் ஏற்படும் பாதிப்புகள் என்று பார்க்கும் போது,

இதயக் குருதிச் சுற்றோட்டம்.

இது பாதிப்படைவதனால் மாரடைப்பு.

இதயச் செயல் நலிவு, சுற்றய நாடி நோய் என்பன ஏற்படுகிறது.



முளை நரம்புத் தொகுதி நலிவுறுவதால் முளைக்கு குருதி வழங்கும் நாடி உடைந்து குருதி உறைவுபடுதல் ஏற்படுகிறது. இதனால் பக்கவாத நோய் ஏற்படலாம்.

மற்றும் சிறுநீரகம், கண் என்பனவும் பழுதடைய வாய்ப்புகள் உண்டு. உயர் அழுக்க விழித்திரை நோய் ஏற்படும் இடத்து பார்வை இழக்க வேண்டிய நிலையும் ஏற்படலாம்.

மேலும் இக்குருதி அழுக்க நோயினை உண்டாக்கும் காரணிகள் எனும்போது இது பரம்பரை ரீதியாக ஏற்படுவதற்கு வாய்ப்புக்கள் உள்ளன. அதனை விட மன உளைச்சல், அதிக உடற்பருமன், கொழுப்புணவுகளை அதிகமாக உட்கொள்ளுவது, மதுபானம் மற்றும் புகைப்பிடித்தல் போன்றன வாக காணப்படுகிறது. இதைவிட சலரோகம், இதயநோய்கள், சிறுநீரகநோய்

அகம் சுரக்கும் சுரப்பி நோய்கள், ஒவ்வாத மருந்து வகைகளாலும் இந்நோய் எற்பட வாய்ப்புண்டு.

பொதுவாக 60 வயதுக்கு மேற்பட்டவர்கள் இந்நோயால் பெரிதும் பாதிக்கப்படுகின்றனர். அதிகம் பெண்களிலும் பார்க்க ஆண்களுக்கு பாதிக்கும் சந்தர்ப்பங்கள் கூடுதலாக காணப்படுகிறது.

இந்நோய்க்கான அறிகுறிகள் என்று நோக்கும்போது அதிகளவு வியர்வை உருவாகுதல், தலையிடி, தலைச்சுற்று, நெஞ்சு படபடப்பு, மூக்கி லிருந்து இரத்தம் வடிதல், வழமைக்கு மாறாக இரவில் அதிகளவு சலம் கழித்தல், மூச்சுத்திணறல் என்பவற்றை கருத்தில் கொள்ளலாம். இருப்பினும் பல உயர் குருதி அழுக்க நோயாளர் ஆரம்பத்தில் எந்த ஒரு அறிகுறியையும் வெளிக்காட்ட மாட்டார்கள். எனினும் மேலுள்ள அறிகுறிகள் தென்படுமிடத்து சிகிச்சை நிலையங்களுக்கச் சென்று குருதி அழுக்கத்தை சோதனை செய்வது சிறந்தது.

மேலும் இதனை நாம் கட்டுப்பாட்டுக்குள் கொண்டுவர முடியும். உடல் நிறையைக் குறைப்பதன் மூலமும், ஆடை நீங்கிய பாலைப் பருகுதல், அதிகளவு உப்புள்ள உணவுகள் உட்கொள்வதை தவிர்த்தல், கொழுப்புள்ள உணவு வகைகளைத் தவிர்த்தல், தேங்காய் போன்றவற்றை உணவில் நின்று தவிர்த்தல், தினமும் தேக அப்பியாசம் செய்தல், ஓரளவு உடல்ரீதியான வேலை செய்தல் (ஓடுதல்) , மதுபானம், புகைப்பாவனைகளை தவிர்த்தல், மன அழுத்தங்களைக் குறைப்பதன் மூலம் கோபப்படுதல், உணர்ச்சிவசப் படுதல் போன்றவற்றை கட்டுப்படுத்தல், உயர் குருதி அழுக்கத்தை குறைக்கும் மருந்துகளை வைத்தியரின் ஆலோசனைப்படி ஒழுங்காகப் பாவித்தல் போன்ற செயற்பாடுகள் மூலமாக இந்நோயில் நின்று நிவாரணம் பெற முடியும்.

சாதாரண குருதி அழுக்கமானது வயது அதிகரிக்கும் போது அதிகரித்துக்கொண்டு செல்லும். எனவே நாம் எமது உடல் பற்றி சற்று கவனம் எடுப்போமாயின் இவ் உயர் குருதி அழுக்கத்தின் தாக்கங்களில் இருந்து விடுபட்டு நலமாய் வாழ முடியும்.

உ சாத்துணை

சுகாதார கல்விசார் பொருட்கள் அலகு,
வெளியீடு ஜூலை 2004
சமுதாய மருத்துவத்துறை
யாழ் பல்கலைக்கழகம்.

மதுரநாயகம் சுதாகர்.

பெண்மை இருளும் அடிமையில்

கருவறையில் உதிரத்தின் உணர்வால்

அடிமைத்தனத்தின் அலறலை உணர்ந்தது பெண்மை
உயிர் கொடியில் இருந்த பொது

உயிரோட்டத்தின் உண்மையை அறியவில்லை பெண்மை.
அன்னை பூமியில் தவழ்ந்த போது

உயிர் பிணைப்பு வலைக்குள் விழுந்தது பெண்மை
நோவுகளின் நெளிவுகள் விளங்கவில்லை பெண்மைக்கு

வருடங்கள் மெல்ல நகர

நீ ஒரு பெண்ணல்லோ ... எனும்
அசரீரி பெண்மையின் காதுகளைத் துளைத்தது
அனல் பட்ட அடிமைத்தனம்
துளிர்ந்தது பெண்மைக்குள் - குடும்பத்தின்
எதிர்பால் மாந்தர்கள் வரையறை
வார்த்தைகளால் வட்டமிட்டார்கள்
புன்பட்டு புழுவாய் துடித்தது பெண்மை

கல்விச்சாலையில் துள்ளிக் குதித்து ஆற்றிய

பெண்மையை விழுங்கிய விஷப் பூதங்கள்
நீ பெண்ணெனத் தீர்ப்பிட்டார்கள் மீண்டும்

பெண்மையை அடிமைத்தனத்திற்குள் இழுத்து சென்றார்கள்
பருவமடைந்து உண்மை அன்புக்காய் ஏங்கிய பெண்மையின்
காதோரம் பாட்டியும் அம்மாவும் கத்தினார்கள்
அயலுார் சீமாட்டிகள் கர்ச்சித்தார்கள்

நீ குமரியல்லோ ...
குமரிக்கும் இலக்கணம் சொன்னார்கள்

விழித்தது பெண்மை

பெண்மையால் இயல்பாய் சிந்தித்து
செயலாற்ற பெண்ணெதிர் வாதிகள் விடவில்லை
இருந்தும் பெண்மையின் இதயம் ஊமையாய்
வன்மையாகிப் போகவில்லை.

பூக்களின் வாசம் கிடைக்கவில்லை

தென்றல் காற்றின் நேசம் கிடைக்கவில்லை
இதயராகத்தின் கீறல்கள்
கிழிவுகள் தினம் தினம்
வார்த்தைகளாற்ற யுத்தம் - இருந்தும்
வாழ்வின் அர்த்தம் காணத் துடித்தது பெண்மை.

சாத்திர சம்பிரதாயங்கள்

சூத்திரமாய் ஆகிவிட
சாக்கடைப் புழுவாய் - இன்னும்
சாவது தானா வாழ்வு

மானுட நீதியிலே - மாதர்கள்

வாழ்வு பெற - யாத்திடல் வேண்டும்
புதியதோர் விதி.

ரவீந்திரன் பவித்திரா



யுத்த அரக்கனே

கத்தும் கடல் சூழ்ந்த தேசமதில் - நாளும் போய்விடு
யுத்த அரக்கர்கள் நடமாட்டம்
யுத்தத்தின் கொடுமையால் உருவான
வடுக்களை இன்னும் தான் அழிக்க முடியவில்லை.

ஒரு தீவுக்குள்ளேயே ஏன் இந்த பேதம்
ஓர் மனிதத்தை இன்னோர் மனிதம் நசுக்கும் நிலை
எம் தேசத்திலேயே எமக்கு உரிமையில்லையா?
எம் உரிமைகள் எங்கே போயின

யாரோ சிலரின் சுயநலனுக்காய்
யாதுமறியா அப்பாவிகள் கொல்லப்பட வேண்டுமா?
மனிதத்தின் ஒவ்வொரு அசைவிலும் - நீ
ரணப்படுத்திச் சென்ற ஆறாவடுக்களே உள்ளன.

நித்தம் நித்தம் யுத்தக் கொடூரத்தால்
செத்து மடிந்த உயிர்கள்தான் எத்தனை
ஊனமாகிப்போன மனிதங்களும்
ஊமையாகிப்போன் உள்ளங்களும் தான் எத்தனை.
இனங்களால் பிரிந்து நாம் படும் இம்சைகள் இனியும் வேண்டுமா?
மனிதா இனியாவது புரிந்து கொள்
மனித உரிமைகள் வேண்டுமல்லவா?

சொந்த தேசமதில் மக்கள்
சொத்து சுகமிழந்த அகதிநிலை வேண்டுமா?
சிதைக்கப்பட்ட சின்னஞ்சிறு மலர்கள்
புதைக்கப்பட்ட உயிர்கள் இனியும் வேண்டாம்.

யுத்த அரக்கனே உன் பணி முடிந்தது
புரிந்துணர்வுகளோடு எழுதப்பட்டுக் கொண்டிருக்கும்
புதிய ஒப்பந்தங்களை சரித்து விடாதே
உண்மை சுதந்திரத்துடன் உத்தமராய் வாழவிடு.

தே.நவீனா

விஞ்ஞான தொழில்நுட்ப வளர்ச்சியும் நாடும்

இப்பாரினிலே மனிதர்களாகப் பிறந்துள்ள நாம் பலகோடி ஆண்டு களுக்கு முன் சிந்தனை ஆற்றல் அற்றவர்களாகவே நாம் வாழ்ந்தோம். புவி யியல் மாற்றங்கள், சுற்றாடல் மாற்றங்கள், காலநிலை மாற்றங்கள் என்பன மனிதனின் சிந்தனையைத் தாண்டிவிட்டன. மக்கு மந்தையாக இருந்த மனிதன் சிந்திக்க தலைப்பட்டான். நிலத்தை சிந்தித்தான். வானத்தைப் பற்றி சிந்தித்தான். சந்திரன் என்னும் உபகோள்களின் கண்டுபிடிப்பு, வெப்பத்தைப் பற்றி அணுக முடியாத மனிதன் குளிர்ச்சியான கதிரை வீசும் சந்திரனைப் பற்றிச் சிந்தித்தான். சிந்தனையின் முடிவு நீல்ஆம்ஸ்ரோங் காலடி சந்திரனில் பதிந்தது.

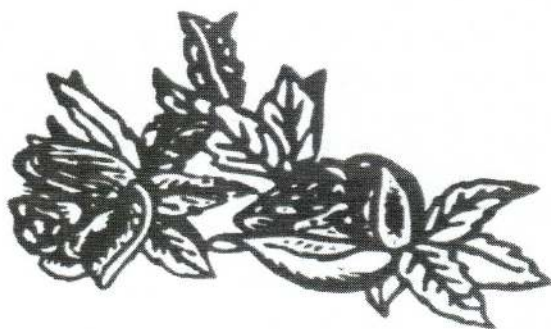
விஞ்ஞான தொழில்நுட்ப வளர்ச்சியினால் சகல அண்டங்களையும் அளக்கும் அறிவை மனிதன் அடைந்துள்ளான். வானத்திலே தோன்றும் கோள் கள் அனைத்தையும் ஆராயத் தலைப்பட்டான். உங்கள் சாதகத்தில் செவ் வாய்க் குற்றம் என ஒதுக்கிய மனிதன் இன்று செவ்வாய்க் கிரகத்தில் நீர் இருப்பதற்கான சான்றுகளைக் கண்டறிந்துள்ளான். விஞ்ஞான தொழில் நுட்ப வளர்ச்சியின் பரிமாணம், நாம் செவ்வாய்கிரகத்தில் போய்க் குடியேறுமளவுக்கு வளர்ச்சி அடைந்துள்ளது என்றால் பெருமைப்படவேண்டியது தான்.

ஆதிகால மனிதன் வேடன் என அழைக்கப்பட்டான். ஆடை அணிய வேண்டும் என சிந்தித்தான். சிந்தனையின் வெளிப்பாடே இலை குழைகளால் ஆடை தயாரித்தான். உண்ணவேண்டும் எனச் சிந்தித்தான். மிருகத்தை வேட்டையாடி இறைச்சியை உணவாக உண்டான். மிருகத்தின் தோலை என்ன செய்யலாம்? என யோசித்தான். தோலினால் ஆடை செய்ய கற்றுக் கொண்டான். மழை வெயிலுக்குப் பயந்து உறைவிடம் தேடினான். பாறைகளை குடைந்து குகையமைத்தான். வீட்டை அமைத்துக் கொண்டான்.

மனிதன் பல ஆராய்ச்சிகளில் ஈடுபட்டான். நடந்து செல்லும் தூரத்தை துரித கதியில் செல்ல வழி தேடினான். அதன் பயனே இன்னும் உலக நாடு கள் முழுவதும் பல பெயர்களைக் கொண்ட விமானங்கள், ரயில் வண்டிகள், கடலிலே மிதக்கும் பிரமாண்டமான கப்பல்கள் என எத்தனையோ .

கண்டுபிடிப்புக்கள் கால் நடையாகவோ அல்லது பறவைகளின் மூலமோ செய்தி களை அனுப்ப கற்றுக்கொண்டான். பின் இன்று சில நிமிடங்களில் இருந்த இடத்திலேயே நின்று தகவல் பரிமாறக் கற்றுக்கொண்டான். ஒலி, ஒளி எல்லா வற்றையும் வானோலி, தொலைக்காட்சி மூலமும் அகிலம் எங்கும் அனுப்பித் துக்கொண்டிருக்கின்ற விஞ்ஞான தொழில்நுட்ப வளர்ச்சியின் மூலம் அகிலத் தையே ஆட்டிப் படைத்துக்கொண்டிருக்கின்ற மனிதன் நாளை படைக்கும் சாதனைகள் பலவாறாக மாறப்போகின்றன.

உலகம் என்பது பல நாடுகள் சேர்ந்தவையே என்பதாகும். பல நாடு கள் ஒரே எண்ணக்கருவைக் கொண்டால் அகிலமே செழிக்கும். நட்பு நாடு கள், பகை நாடுகள் எனப் பிரிவுபட்டுள்ள தற்போதைய காலகட்டத்தில் எந்த நாடும் எந்த நாட்டின் மீது போர் தொடுக்கக்கூடிய அபாயம் உண்டு. அங்கேயும் விஞ்ஞான தொழில்நுட்ப வளர்ச்சியின் விளைவையே காணமுடி கின்றது. நாட்டுக்கு நாடு அணு ஆயுதப்போரில் தீவிரமாக இறங்கியுள்ளது ஆக்கத்திற்கு கண்டு பிடிக்கப்பட்டவை அழிவைத் தேடித்தரும் அளவுக்கு மாறியுள்ளது. விஞ்ஞான வளர்ச்சியை நாட்டின் ஆக்கத்திற்கு பயன்படுத்தி தினால் எதிர்காலத்தில் நாம் காண்பது சிறந்த வாழ்வாக அமையும்.



எதிர்பார்ப்பும், ஏமாற்றமும்

நாம் ஒவ்வொருவரும் வாழ்க்கையின் ஒவ்வொரு கட்டத்திலும் பலவிதமான எதிர்பார்ப்புக்களை கொண்டிருக்கிறோம். நிச்சயமாக வாழ்க்கையில் நாம் எதிர்பார்ப்புக்களை வைத்திருக்கத்தான் வேண்டும். ஏனெனில் எதிர்பார்ப்புகள் இல்லாத வாழ்க்கை உற்சாகமோ, சுவாரசியமோ அர்த்தமோ அற்றதாக இருக்கும்.

எனினும் எமது எதிர்பார்ப்புக்கள் நிறைவேற்றாமல் போகும் சந்தர்ப்பங்களில் ஏமாற்றமும் விரக்தியும் எம்மை ஆட்கொண்டு விடுகின்றன. பலர் வாழ்க்கையில் தளர்ந்து போவதற்கும் கவலைப்படுவதற்கும் நிறைவேற்றாமல் போன எதிர்பார்ப்புக்களே காரணமாக அமைகின்றன.

யதார்த்த நிலைக்குப் பொருந்தாத அல்லது நிறைவேறும் சாத்தியமற்ற அல்லது நியாயமற்ற சில வேளைகளில் வாழ்க்கையின் தொடர்ச்சிக்கோ அல்லது வெற்றிற்கோ தேவைப்படாதனவாகக் கூட இருக்கலாம். அல்லது அற்ப சந்தோசங்களோடு சம்மந்தப்படவையாகக்கூட இருக்கலாம். எனவே எதிர்பார்ப்புக்களை வளர்த்துக்கொள்ள முன் அவை நியாயமானவையா நிறைவேறும் சாத்தியமுடையனவா, அவசியமானவையா என்பது பற்றி நாம் சரியாக அறிந்துகொள்ள வேண்டும். அத்தோடு எதிர்பார்ப்புக்களை எமது வாழ்க்கையின் இலட்சியங்களாகவும் ஆக்கிக்கொள்ளக் கூடாது.

நியாயமான எதிர்பார்ப்பொன்றை ஏற்படுத்திக் கொண்ட பின்னர் அது தானாக நிறைவேறும் எனக் காத்திருக்காது அதற்காக திட்டமிட்டு உழைக்க வேண்டும். கடுமையான உழைப்பின்றி கிடைக்கும் எதுவும் மகிழ்ச்சி தருவதாய் அமையாது.

ஓர் எதிர்பார்ப்பு நிறைவேறாமற் போய்விடுவதால் எமது வாழ்க்கையே செயலிழந்து போய்விடாது. எனவே அதனை நினைத்து விரக்தியடைவதிலோ கவலைப்படுவதிலோ எவ்வித அர்த்தமும் இல்லை. மாறாக நியாயமானதும் சாத்தியமானதுமான புதிய எதிர்பார்ப்புக்களுடன் வாழ்க்கையைத் தொடர்வதே புத்திசாலித்தனமானது. இவ்வாறு செய்யும்போது ஏமாற்றங்கள் எம்மைப் பாதிக்காமல் தடுக்க முடியும்.

அகுளானந்தம் டோமினிக் ரேகன்

சுற்றும் உலகில்

சுற்று நோக்குவேன்

- 01) இன்றைய கணினியின் தந்தை என அழைக்கப்படுபவர் யார்?
கேம்பிரிஜ் பல்கலைக்கழகத்தில் கணிதப்பேராசிரியராகப் பணியாற்றிய
சாள்ஸ் பபேஜ்
- 02) முதல் முதலாக வெளிவந்த கணினியின் பெயர் என்ன? எத்தனையாம்
ஆண்டு?
யுனிவேர்க் - 1951 ம் ஆண்டு
- 03) இணையத்தளத்தின் தந்தை எனப்படுபவர் யார்?
வினிட் செர்ப்
- 04) அமெரிக்கம் பாதுகாப்புத்துறையால் முதல் முதல் அறிமுகப்படுத்தப்பட்ட
இணையத்தளம்? - டர்பா நெற்.
- 05) அமைதிக் கடல் என அழைக்கப்படுவது?
பகபிக் சமுத்திரம்
- 06) ஒஸ்கார் விருது வென்ற பொம்மை?
மிக்சி மௌஸ்
- 07) ரோஜா மோட்டிலுள்ள உயிர்ச்சத்து?
உயிர்ச்சத்து - C
- 08) முதல் முதல் நோபல் பரிசு பெற்றவர்?
வில்லெம் ராண்டஜன்
- 09) செல்லிடத் தொலைபேசியின் தந்தை?
மார்ட்டின் கூப்பர்
- 10) ஈரான் நாட்டின் பழைய பெயர்?
பேர்சியா



- 11) காலை நட்சத்திரம் என அழைக்கப்படுவது?
வீனஸ் கிரகம்
- 12) Nippon என்ற பெயரால் அழைக்கப்படும் நாடு?
ஜப்பான்
- 13) சர்வதேச பௌதிகவியல் ஆண்டாக பிரகடனப்படுத்தப்பட்ட ஆண்டு?
2005
- 14) அமெரிக்காவில் ஒரே ஒரு நாள் ஜனாதிபதியாக இருந்தவர்?
கே.போக்.
- 15) Water Gate ஊழல் செய்தியை முதல் முதல் வெளியிட்டு புகழ் பெற்ற பத்திரிகை?
வாஷிங்டன் போஸ்ட்
- 16) உலகில் தலைசிறந்த இலக்கியத்துக்கான விருதான “புக்கர்” விருது 2004 இல் “The lene of beauty” நாவலுக்கு கிடைத்தது.
இதை எழுதிய நாவல் ஆசிரியர்?
அலன் ஹொலிங் ஹேஸ்டர்
- 17) ஈராக் பற்றிய செய்திகளை சிறப்பான முறையில் சேகரித்து வழங்கிய தற்காக 2004 இல் புலிட்சர் விருது பெற்ற வாஷிங்டன் Post நிருபர் யார்? அன்ரன் ஷாதித்
- 18) மகாவலி திட்டத்தால் அழிந்த ஒரே ஒரு பிரதேசம் எது?
தெல்தெனிய
- 19) முதன் முதலில் பெற்றோலியக் கிணறு எந்த நாட்டில் வெட்டப்பட்டது?
ஐக்கிய அமெரிக்காவில்
- 20) இந்தியாவில் அதி உயரமான கோபுரத்தின் பெயர் என்ன?
குதுப்மினார் - 233 அடி உயரம், 8 அங்குலம்
- 21) சர்வதேச நீதிமன்றம் எங்கே அமைந்துள்ளது?
நெதர்லாந்திலுள்ள ஹேக் நகரில்

- 22) முதல் முதலில் தபால் முத்திரை எப்போது வெளியிடப்பட்டது?
1857 ஆம் ஆண்டு
- 23) கொம்புடன் பிறக்கும் உயிரினம் எது?
ஒட்டகச்சிவிங்கி
- 24) அம்புலன்ஸ் (Ambulance) கண்டுபிடிக்கப்பட்ட ஆண்டு எது?
1792
- 25) விமானத்தில் காணப்படும் கறுப்புப் பெட்டியின் நிறம்?
சேம்மஞ்சள்
- 26) முதலாவது ஐதரசன் பலூனை கண்டறிந்தவர்?
சார்ள்ஸ்
- 27) வெடித்தாச் சிதறும் எரிமலையின் வெப்பநிலை?
1150 - 2000 டிகிரி செல்சியஸ்
- 28) சமைக்கும்போது அழியும் விற்றமின்?
விற்றமின் - C
- 29) மிகப்பெரிய பட்டத்தின் பெயர்?
சகாமி
- 30) திருக்குறளில் இல்லாத ஒரே ஒரு எழுத்து?
ஒள
- 31) அதிக ஆயுளைக் கொண்ட மிருகம்?
சிம்பன்சி
- 32) வாழ்நாள் முழுவதும் தண்ணீர் குடிக்காத பிராணிகள்?
கங்காரு, எலி
- 33) மூன்று இதயம் கொண்ட கடல்வாழ் உயிரினம்?
ஒக்டோபஸ்

- 34) முட்டையிட்டு அடைகாக்கும் பாலாட்டி இனம் எது?
பிளடிபாஸ்
- 35) பற்களே இல்லாத நீர்வாழ் உயிரினம் எது?
ஆமை
- 36) அஞ்சல் அட்டையை அறிமுகப்படுத்திய நாடு?
அவுஸ்ரேலியா
- 37) இடிமின்னல் என அழைக்கப்படும் நாடு எது?
யூட்டான்
- 38) பல்லுள்ள பறவை எது?
வெளவால்
- 39) உலகின் மிகப்பெரிய நாடு எது?
ரஷ்யா
- 40) வெளியின் ஈரப்பதனை அளவிடும் கருவி?
ஈரமானி
- 41) சூரிய கதிர்வீச்சை அளவிடும் கருவி?
எற்றிமானி
- 42) பாலுடன் நீரைச் சேர்த்தால் கண்டு பிடிக்கும் கருவி?
பால்மானி
- 43) வைத்தியரின் கழுத்தில் தொங்கும் கருவி?
மார்புக்காட்டி
- 44) ஒரு மலையின் உயரத்தை அளக்கும் கருவி?
குத்துயரமானி
- 45) காற்றின் வேகத்தையும் திசையையும் அறியும் கருவி?
அனிவமானி.

தொகுப்பு
பெனடிற்சேவியர் ஜேஸ்லின் பற்றிமாராணி
அருட்பிரகாசம் இருதயநாயகி

தகவல் துளி

பொலிஸ் என்ற சொல்லின் விரிவாக்கம்

P	- Politeness	- மரியாதை
O	- Obedience	- பணிவு
L	- Loyalty	- விகவாசம்
I	- Intelligence	- நுண்ணறிவு
C	- Courtesy	- அன்பு நடத்தை
E	- Efficiency	- திறமை

இவ்வாறே பொலிஸ் என்ற சொல் காவல்துறை என்பதன் ஆங்கிலப் பதமாக உருவானது. இப் பண்புகளை எல்லாம் கொண்டுள்ளவனே உண்மையான பொலிஸ் ஆவான். ஆனால் நம் நாட்டுப் பொலிசாரிடம் இந்த மரியாதை, பணிவு, விகவாசம், நுண்ணறிவு, அன்பு, திறமை ஆகியவை இருக்கின்றனவா?



விழித்தெழு மானிடா

தொட்டுவிடத் துணிந்த பின்
நிலவென்ன நிழலென்ன
சுட்டெரிக்கும் சூரியனும்
கட்டுவிரல் நுனியில்

எட்டிப்பிடித்து அதில்
தொட்டில் கட்டி ஆடலாம்
நாணல் புல் கொண்டு
நாட்டலாம் வெற்றிக்கொடி

விழித்தெழு மானிடா
கோணல் என்றுனை இகழ்ந்தவர்
சுனிக் குறுகி நானிலம் பார்க்க
புதியதொரு புரட்சி செய்.

எடு கையில் எழுதுகோள்
தொடு சொல் அம்புகளை
விதியினை மாற்றிடப்
புதுச்சதி யொன்று செய்திட
புறப்படு 'தோழ(ன)ழியே.

A.கைன்லஸ்

**கலை இலக்கிய மன்ற அமைப்பும்
அங்கத்தவர்களும்.**

மூதவை

மூதவை என்னும்போது கலை இலக்கிய மன்றத்தினால் முன்னெடுக்கப்படும் செயற்பாடுகள் மற்றும் ஏனைய மன்ற நடவடிக்கைகளிற்கு ஆலோசனையும் வழிநடத்தல் களையும் வளங்குகின்ற ஓர் குழு. இதன் அங்கத்தவர்கள்.

கௌரவ காப்பாளர் :- அருட்திருப.இருதயநாயகம்
இணைக்காப்பாளர் :- திரு.அ.அ.வி.மரியநாயகம்
ஆலோசகர்கள் :- திருமதி.மே.தி.மரியநாயகம், இ.ம.ஜெயசீலன்.
செயற்பாடாளர்கள் :- ம.சுதாகர், அ.அன்ரனிஸ் வினிஸ்ரன், அ.இருதயநாயகி
மன்ற அங்கத்தவர்கள்

தலைவர் :- எ.தொம்சன்
இயக்குனர்(உபதலைவர்) :- ம.சுதாகர்
செயலாளர் :- பெ.ஜெஸ்லின் பற்றிமாராணி
உபசெயலாளர் :- அ.இருதயநாயகி
பொருளாளர் :- அ.டொமினிக் றேகன்
பத்திராதிபர் :- அ.கைன்லஸ்
தொடர்பாளர் :- அ.ஜோனின்.அமல்ராஜ்
நெறியாளர்கள் :- யோ.அமலதாஸ், ஜோ.லூடீஸ்கரேக்கா, அ.வெஜின்.உ.ஷா

பல்கலைக்கழக மாணவர்கள்

J.ஞானதிபன், A.இருதயநாயகி, M.சுதாகர், A.றேக்ஸ்லா
A.அன்ரனிஸ் வினிஸ்ரன்

1வது அணியினர் (2006 உயர்தரப்பிரிவு)

A.லூடீஸ்சஜித்தா, M.றொசாயினி A.அமலதாஸ், R.பவித்திரா
J.லூடீஸ்கரேக்கா, S.தர்ஷிகா

2வது அணியினர் (2007 உயர்தரப்பிரிவு)

A.றமேஸ்காந்த், A.அருட்கார்மன் ஜேயராசா, A.சுகிர்தரன், J.ஜசின்ரன்
G.மேரிறொக்சியா, E.தொம்ஸன், V.வினோ, S.மயூரி, A.டிலானி, T.நவீனா,
P.பற்றிமாராணி, A.டொமினிக்றேகன், A.கைன்லஸ், A.ஜோனின்.அமல்ராஜ்

3வது அணியினர் (2008 உயர்தரப்பிரிவு)

R.பிறைன், V.கண்ணா, A.றுபேட், E.றுபேட், A.சஜீனா, A.மரியமயூடிற்,
S.ஜெயமாலினி, P.M.L.சுலைக்ஸ்னா, A.றாதிகா, A.றேக்னோ, A.D.தர்சிகா, J.தூர்தினி,
A.லூடீஸ்மேரி, S.அமலதாஸ், R.ஸ்ரீவித்தியா.

மனமாற நஸ்குகின்றோம்

எமது கலை இலக்கிய மன்றத்தின் முதலாண்டின் நிறைவின்
நிறைவு வெளி யீடாக மலர்ந்துள்ள “பூ வழுதம்” சஞ்சிகை
சிறப்புற வெளிவர ஆக்கமும் ஊக்கமும் நல்கிய சினைத்து
உள்ளங்களுக்கும் எங்களது நன்றிகள் உரித்தாகுக.



நூலாக்கக் குழுவினர்.

JESWIN COMPUTER INSTITUTE JCI

ஜெஸ்வின்கள் கணினிப் பயிற்சியகம்

஁ம் குறுக்குத்தெரு,

பருத்தித்துறை.

- | | |
|-------------------------|-----------------------|
| 01) MS Office XP 2003 | 02) Desktop Publising |
| 02) Hardware | 04) WebDizign |
| 05) Children Com.Course | 06) Type Setting |

மற்றும் கவாதுதாதுதாதுத்தில் சித்தியுய்றியவர்களுக்கும், புலமையரிசில் பரிசையி஁ சித்தியுய்றியவர்களுக்குமாவ ஁டியவிசை கறுவுகளுடன் கணிவிப் பயிற்சிகள்.

஁வைத்துக் கணிவிப் பயிப்பு ஁வைகளும் (கணினி ஁ஞ்சலி, வினாத்தாள்கள், புத்தகங்கள், சிட்வைப்புத்தகங்கள், மற்றும் CD Writting, Photo Dizigning மற்றும் கணனிகள் விற்க, வாங்க.

POINT PEDRO PARISH COMPUTER INSTITUTE ST. THOMAS CHURCH POINT PEDRO

பயிற்சிகள்

- | | |
|-------------------------|-----------------------|
| 01) MS Office XP 2003 | 02) Desktop Publising |
| 02) Hardware | 04) Wed Dizign |
| 05) Children Com.Course | 06) Type Setting |

நுழுஸ்படப் பீரத்யாககம் (Photo Copy) ஁வைககள் குறைந்த கட்டகைத்தில் ஁சய்துகுகொடுக்கப்பருகின்றது.

மற்றும் ஁கைத்து கணினிப் பயிப்பு ஁வைகளும், ஁தாணியோ ஁வைககள், Stencil Cutting ஁சய்துகுகொள்ளலாம்.

இதோ யாழ் மண்ணில்

வீண்மீன் ஒன்று

கவலைவைய விட்டிருங்கள்

கடற்றொழில் உபகரணங்களை

மல்வான விலையிலும்,

தரமானதாகவும் பெற்றுக்கொள்ள

வேண்டிய நுகரின் நம்பிக்கை

நிறுவனம்

FRANCIS TRADERS

பிரான்சிஸ் டிரேடர்ஸ்

133/8 கே. கே. எஸ். வீத்

யாழ்ப்பாணம்

ஸ்ரீலங்கை கணினிப் பதிர்ப்பகம் - 4ம் குறுக்கக்கெரு-பகுக்கித்துறை