

**ஸ்ராக்கிங் டிக்கெட்**  
யார்பிக் டிக்கெட்டால் எப்ப நிச்சயமா?  
**Small Claims Court** இல் மாங்க உண்டா?  
எப்ப வகுக்காத வசிலிருட்டு எப்பகுக்காதமா?  
இந் போர் எப்ப நிச்சயமாற்றுத் தாழையாக  
“ஏப்பி” குழ் வகு  
**வினோத் குமார்**  
Licensed Paralegal  
Mobile: 647-667-6034  
Landline: 1-866-541-3966  
  
**Precision**

நதி: 30 பாலம்: 02

சமூக முன்னேற்றம்பத்திரிகை

கன்டாவின் முத்து தமிழ் இதழ்

30 ஆண்டுக் கூடுதல் வகுக்காத வசிலிருட்டு எப்பகுக்காதமா?

# விளம்பரம்

VLAMBARAM™

Tel: 416-282-8059  
email: vlambarom@sympatico.ca

www.vlambarom.com  
www.tamilvanakkam.com

மாதமிருமை

இலவசம்

JANUARY 15, 2020

**துரித பணமாற்றுச் சேவை**  
**மு. காசிப்பிள்ளை சக புத்திரர்கள்**  
3228 Eglinton Ave. E. Suite #3  
(Eglinton & Markham)  
Scarborough ON M1J 2H6  
Tel: 416-267-8221  


3228 Eglinton Ave. E. Suite #3  
(Eglinton & Markham)  
Scarborough ON M1J 2H6  
Tel: 416-267-8221

நடவடிக்கை வெட்டு விவரங்களை அம்முடு எடுக்கவேண்டும்

## மத்திய கிழக்கில் மீண்டும் போர் மேகங்கள்

ஸ்ராக்கில் இருக்கும் ஸ்ரானிய ஆதரவுப் போராட்டக் குழுக்களின் ஏவுகணைத் தாக்குதலால் ஸ்ராக்கில் உள்ள Kirkuk நகரில் இருந்த அமெரிக்க இராணுவத்தனத்தில் தொழில் புரியும் அமெரிக்க இராணுவ ஒப்பந்தக்காரர் ஒருவர் மரணமானதைத் தொடர்ந்து ஏற்பட்ட தாக்குதல்கள் மற்றும் பதிலடிகளால் உருவான பத்ட நிலை ஸ்ரானில் இருந்து புறப்பட்ட உக்கரைன் விமானம் விழுந்து அதில் பயணித்த 176 பேரும் பலியானதைத் தொடர்ந்து தற்காலிகமாக நீறுபுத்த நெருப்பு மாதிரி அடங்கியுள்ளது.

2019 டிசம்பர் 27இல் 30 ஏவுகணைகள் ஸ்ராக்கின் வடபகுதியில் உள்ள Kirkuk நகரில் இருக்கும் அமெரிக்க இராணுவத்தனத்தில் விழுந்தன. அப்போது அங்கு தொழில்புரியும் அமெரிக்க இராணுவ ஒப்பந்தக்காரர் ஒருவர் அவ் ஏவுகணையால் தாக்கப்பட்டு மரணமானார். இவ் ஏவுகணைகளை ஏவியது லெபனானின் போராளிகள் குழுவான Hezbollahஇல் இருந்து பிரிந்து சென்று ஸ்ரானிய அரசின் ஆதரவுடன் ஸ்ராக்கில் இயங்கும் போராட்டக் குழுவான Kataeb Hezbollah

என அமெரிக்கா குற்றம் சாட்டியது. இதனை அந்தக் குழுவின் பேச்சாளர் மறுத்திருந்தார்.

டிசம்பர் 29இல் இத்தாக்குதலுக்குப் பதிலடி கொடுப்பதாகக் கூறிக்கொண்டு அமெரிக்கா Kataeb Hezbollah போராட்டக் குழு



வினரது ஜந்து தளங்களை துல்லியமாகத் தாக்கியது. இத்தாக்குதலின் போது 25 போராளிகள் இறந்ததாகவும் 51 பேர் காயப்பட்டதாகவும் Kataeb Hezbollah போராட்டக் குழுவின் பேச்சாளர் Mohammed Mohieh 2019 டிசம்பர் 30இல் ஊடகங்களுக்கு அறிக்கை விட்டார். அவர் மேலும் தெரிவிக்கையில்

அமெரிக்காவின் இந்தத் தாக்குதல் படுகொலை எனவும், அமெரிக்க இராணுவம் ஸ்ராக்கில் இருந்து வெளியேற வேண்டும் எனவும், தாங்கள் தகுந்த நேரத்தில் பதில் தாக்குதல் செய்வோம் எனவும் தெரிவித்திருந்தார்.

ஸ்ராக்கிய அரசாங்கத்தின் அழைப்பின்படி IS எனப்படும் இல்லாமிய போராட்டக் குழுவுக்கு எதிராகப் போர் புரியவும் ஸ்ராக்கிய இராணுவத்தைப் பயிற்சி அளிக்கவும் என 5,200 அமெரிக்க இராணுவ வீரர்கள் தற்போது ஸ்ராக்கில் முகாமிட்டுள்ளனர்.

ஸ்ரானிய வெளிவிவகார அமைச்சின் பேச்சாளர் Abbas Mousavirும் அமெரிக்காவின் இந்தத் தாக்குதலைப் பயங்கரவாதம் எனவும் ஸ்ராக்கின் இறையாண்மையை மீறிய செயல் எனவும் கண்டித்திருந்தார்.

Kataeb Hezbollah போராட்டக்குழுவின் தலைவராக ஸ்ராக்கில் பெரும் செல்வாக்கு உள்ளவரான Abu Mahdi al-Muhandis இருக்கிறார். Kataeb Hezbollah உட்படபல போராட்டக் குழுக்களைச் சேர்த்து

(தொடர்ச்சி 10ஆம் பக்கம்...)

BUY & SELL THROUGH ME & SEE THE DIFFERENCE!

**Kannan Nadarajah**  
416-889-1083  
kannanhomes143@yahoo.com

Homeline/Future Reality Inc.  
7 Dennis Drive #201, Richmond Hill, L1C 1R9  
Tel: 905.661.9997  
Fax: 905.661.9998  
www.homedreams.ca

**DENTAL OFFICE**  
திருநூல் 2 இல்லை

**Dr.Iru Vijayanathan,**  
BDS, FADG, MFDS, RCPS(Glasg.)  
DENTAL SURGEON

Wisdom Tooth Extraction,  
Root Canal,  
Gum Treatment,  
Tooth Filling,  
Dental Implant,  
Dentures.

416-264-3232 / 416-609-2022

சிங்காவருக்கும் சிபாங்கள் நஸ்வாழ்ந்துக்கூடும்

**Dr. Iru Vijayanathan & Team**

**Canada Trust**  
Super Subramaniyam  
(Manager Residential Mortgages)

ADVICE WHEREVER WHENEVER

416-844-8692  
888-809-9154  
super@canadatrust.ca

BUY & SELL THROUGH ME & SEE THE DIFFERENCE!

**Sukumar Selvaratnam**  
Realtor  
416.624.4803  
suku07@hotmail.com

HOMELINE INC.  
Homeline Future Reality Inc.  
7 Dennis Drive #201, Richmond Hill, L1C 1R9  
Tel: 905.661.9997  
Fax: 905.661.9998  
www.homedreams.ca

**MORTGAGE**

- For all your Mortgage
- We Deal with all banks
- Any situations

**NESAN 416-908-5656**  
Toll Free: 1-844-878-2721 Fax: 647-351-3099  
mortgage@nesan.ca  
www.nesan.ca

1585 Markham Rd, Unit #407A, Toronto, M1B 2W1

**உவகை**  
மணமக்கள் தினாவருபு

**Uvakai**  
Marriage Broker  
**Valvai Zagara**  
647.885.6104  
email: valvai10@gmail.com

OPEN 7 DAYS A WEEK

**Free Cleaning**  
For New Patients " Limited Time Only "

(647) 340 8878

**AY DENTIST**  
@MIDDLEFIELD

www.My-Dentist.ca

5200 Finch Ave E  
Scarborough, ON  
M1S 4Z3  
(Middlefield & Finch)

வடிவ வடிவக்கள் வாங்கி விற்க...

Rathiga Thillaivannan  
Dir: 647.839.0079  
rathiga24@gmail.com

Homeline/Future Reality Inc.  
7 Dennis Drive #201, Richmond Hill, L1C 1R9  
Tel: 905.661.9997  
Fax: 905.661.9998  
www.homedreams.ca



**Thas Thiru navukkarasu** Dip-in- Eng(Hons)  
Sales Representative  
**416.388.4333**  
thasremax@gmail.com www.soldbythas.com



வாழ்க்கையாளர்களுக்கு எமது தினிய பொங்கல் வாழ்த்து

Neilson / Sheppard - Toronto

\$360,000



Condo Apt. - 3BR + 1WR

Eglinton & Danforth - Toronto

\$539,000



Condo Apt. - 2BR + 1WR

Midland / Lawrence - Toronto

\$399,900

Condo Apt. - 2BR + 1WR

Finch & Birchmount - Toronto

\$559,000



2-Storey Townhouse - 3BR + 3WR

9th Line / Hwy 7 - Markham

\$524,999

Townhouse - 2BR + 2WR

Hwy 10 / Main St E - Southgate - ON

\$564,900



2-Storey - 4BR + 4WR

Hwy 7 / Pine Valley Dr - Vaughan

\$528,800

Condo Apt. - 2BR + 1WR

9th Line / Cornell Park Ave - Mar

\$790,000



2-Storey - 4BR + 3WR

## BUY & SELL HOMES, BUSINESS, CONDO, LANDS..

Tamil Canadian Media Inc. 2019. All rights reserved.



**Hall of fame**

CENTURION AWARDS

**Pat Pushpakanthan**  
BROKER

**416 894 1187**

**Century 21**  
BROKERAGE  
86 Corporate Dr, Suite 410, Toronto M3H 3G2  
Off 416-299 1200

visit... [WWW.PATPUSH.COM](http://WWW.PATPUSH.COM)

### RENTAL CORNER

1, 2, BEDROOM CONDO RENTAL FROM

\$1700.00

HOUSES RENTAL FROM \$1900/-

NEW CONDO ASSIGNMENT SALE AND  
RESALE CONDO FOR SALE  
NEEDED PL CALL ME

**416-894-1187**



Commitment Reliability Professionalism

**PAT WILL BEAT any DEAL!**

New condo VIP PRIORITY ACCESS

**Listing Deal!!** 0-1% Commission



Brimley / Eglinton ave E

**\$459K**



MARKHAM N 16 TH AVE

**\$479K**



Kennedy/401

**\$398K**



Bowmanville

**\$489,990**



Scarborough Ellesmere

**\$878,999**



McCowan / Ellesmere

**\$778,999**



Hwy12 and Hwy 169

**\$120k**

Vacant land

**7 acre**



BIRCHMOUNT / ELLESMORE

**\$568K**



Kennedy / Eglinton ave E

Separate entrance

**\$698K**



Scarbrough

**\$329,999**



Kennedy / 401

**\$398,999**

1 parking

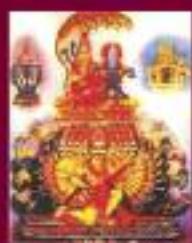
1 locker

BRAND NEW



Oshawa

**\$699,999**



**அம்மை**  
*Amma Pawn Broker*

## தங்க நகை சிடைவு மாடம்

கனேடிய அரசின் அங்கீகாரம் பெற்று முழுக் காப்புறுதி  
செய்யப்பட்ட முதன்மையான அடைவுக்கேவை



உங்கள் பழைய  
நகைகளை அதியுயர்  
பெறுமானத்திற்கு  
எம்மிடம்

விற்றுக்கொள்ளலாம்

உங்கள் நகைகளுக்கு அதிகூடிய பெறுமதியையும் மிகக்  
குறைந்த வட்டி வீதத்தையும்  
பெற்றுக்கொள்ள நகரின் மத்தியில் ஒரே நிறுவனம்

105A - 2425 Eglinton Ave, E, Scarborough  
ammapawnbroker@gmail.com

கடைக்குப் பின்புறத்தில் போதிய வாகனங்களிப்பிட வசதிகள் உணரு  
Shankar & Co.விற்க அங்காமையில்

1.5% முதல்  
2.0%  
வட்டி மட்டுமே  
(per month)

எவ்வளவு தொகையானாலும்  
மிகக் குறைந்த வட்டியுடன்  
எம்மிடம் வெற்றுக்கொள்ளலாம்

- \* நம்பிக்கை \*- \* உத்தரவாதம்

**416-757-0034**  
**416-994-3861**

முரிய சந்தர்ப்பத்தைத் தவற விடாதீர்கள்!

## மற்றிலும் குலவசமான சேவை!

12வருடத்திற்கு மேற்யட்ட

உங்கள் **Gas Furnace** கிற்கான CO அளவிடு  
வீட்டிற்கு வந்து பிரிசோதிக்கப்படும்.

**\$2100 Rebate Available Now**  
**call us 416-414-2280**

- FREE Inspection in GTA
- Over 10 yrs in Business Experience
- Flat Rate Pricing
- Parts and Labour guarantee
- Guaranteed Repairs
- Professional Service
- Fully Insured



**AATEK**  
HEATING & COOLING



**Gas Furnaces, Air Conditioners,  
Thankless Water Heater, Gas line install**

Licensed Technician | **ELENGO THIYAGARAJAH**

**ALL MAJOR APPLIANCES** E : aatekcanada@gmail.com

We Are Specialists in  
customs homes Ductwork System

We Are Professional trouble shooters for all major gas appliances



**416.414.2280**

# நாமும் நமது கில்லமும் - 550



ராஜா மகேந்திரன், P.Eng.  
raja@mahendran.ca  
416.315.9397/416.321.5969

ஆதன வியாபாரம் அல்லது முதலீடு என பது நீண்ட காலத்திற்குரியது. 2017ஆம் ஆண்டில் அதீத விலை அதிகரிப்பு விலை அதிகரிப்பைக் கட்டுப்பாட்டுக்குள் வைத் திருக்க கண்டிய அரசுகளை இறுக்கமான நிலையை எடுக்க வேண்டிய கட்டாயத்தை ஏற்படுத்தியது. இதன் தொடர்ச்சியாக ஆதனத்தில் மந்த நிலை ஏற்பட்டது. காட்டப்பட்டுள்ள 3 அட்டவணைகளும் ரொறொன்றோ ஆதன வியாபாரத்தை கணக்கில் வைத்திருக்கும் Toronto Real Estate Board சபையில் வியாபாரம் பற்றி யது. 2015 மற்றும் 2016ஆம் ஆண்டு களில் அதிகளும் ஆதனம் கைமாறியுள்ளதனை அட்டவணை 1இல் காணலாம். 2015, 2016ஆம் ஆண்டுகளில் முறையே 101,213 மற்றும் 113,040 ஆதனங்கள் கைமாறியுள்ளன. அத்துடன் விலையில் அதிகரிப்பு 2007இலிருந்து 2017வரை கண்டிய அரசினால் அடமானக் கடன் பெறுவதில் ஏற்படுத்திய, புதிய கட்டுப்பாடுகள், வெளிநாட்டு வாங்குபவர்களில் ஏற்படுத்திய மேலதிக 15% நிலமாற்று வரி ஆதன வியாபாரத்தை ஸ்தம்பித்துபடுத்தியது. 2018

HISTORICAL ANNUAL STATISTICS		
Year	Sales	Average Price
2006	83,084	\$531,941
2007	93,193	\$376,236
2008	74,552	\$379,347
2009	87,308	\$395,460
2010	85,545	\$431,276
2011	89,096	\$465,014
2012	85,496	\$497,130
2013	87,049	\$522,958
2014	92,782	\$566,624
2015	101,213	\$622,121
2016	113,040	\$729,837

2017 MONTHLY STATISTICS		
January	5,154	\$768,427
February	7,955	\$876,363
March	11,953	\$915,089
April	11,463	\$918,130
May	10,066	\$862,149
June	7,893	\$791,929
July	5,868	\$745,816
August	6,306	\$730,969
September	6,334	\$774,487
October	7,069	\$780,400
November	7,326	\$761,410
December	4,876	\$734,847
Annual	92,263	\$822,572

2018 MONTHLY STATISTICS		
January	3,987	\$735,874
February	5,149	\$767,799
March	7,188	\$784,514
April	7,744	\$804,926
May	7,717	\$803,572
June	8,026	\$808,108
July	6,917	\$781,939
August	6,805	\$765,676
September	6,419	\$808,034
October	7,474	\$788,345
November	6,251	\$761,410
December	-	-
Annual	73,677	\$789,217



Mahindan Mailvaganam, B.Sc., M.Sc.  
Senior Insurance Specialist  
Elite Field Sales Advisor  
**RBC Insurance**  
**WOODSIDE SQUARE MALL (McCowan & Finch)**  
1571 Sandhurst Circle  
Scarborough, ON M1V 1V2  
mahindan.mailvaganam@rbc.com  
**Cell: 416-262-4973**

- Universal Life Insurance
- Term (10 to 40 years) Insurance
- Critical Illness Insurance
- Travel Insurance
- Non Medical Insurance
- Disability Insurance
- RRSP
- TFSA

உங்கள் வாக்கத்தின் மாதாந்த காப்புதுதி கட்டைக் குதிக்கிக்கப்பட்டிருந்தால் சமது காப்புதுதி ஆஸைக்கற்கால் உங்களுக்கு உதவ முடியும்!



Insurance

Life | Health | Auto | Home | Travel | Wealth



காணலாம்.

இதன் தொடர்ச்சியாக 2020இன் முதன் மாதத்தின் முதல் 15 நாட்களிலும் இது காணக்கூடியதாக உள்ளது. குளிர்காலமாக இருக்கின்ற போதிலும் வியாபாரம் சீராகவே காணப்படுகின்றது. அல்லது முன்னைய ஜனவரியைவிட அதிகரிப்பை காணலாம்

இதற்குப் போதியளவு ஆதனங்கள்



அனைவருக்கும் இனிய போங்கல் வாழ்த்து

ஆண்டுகளில் கைமாறிய வீடுகளில் எண்ணிக்கையில் இறக்கம் ஏற்பட்டது. எனினும் 2019இல் இந்நிலைமை மாறியதனையும் காணலாம். ஹெங்-கோங்கில் ஏற்பட்டுள்ள உள்ளஞர் சமநிலையற்ற அரசியல் நிகழ்வு, கண்டிய குடியியரிமையைக் கொண்டுள்ள ஹெங்-கோங் சீனர்கள் கண்டாவிற்கு திரும்பிவர வேண்டும் என்ற மனநிலையை

(தொடர்ச்சி 14ஆம் பக்கம்...)

## FLY HIGH TRAVELS

அனைத்து நாடுகளிற்குமான விமான பயணச்சீட்டுகள் குறைந்த கட்டணத்தில் பெற்றுக்கொள்ளலாம்!!!



### எமது சேவைகள்:

- Worldwide flights & hotels
- Family & Adults Vacations
- Group Travel      • Travel Insurance
- Ocean & River Cruises
- அனைத்து நாடுகளிற்குமான வீசா
- கொழும்பு சில்லிவாருக்கான - விமான நிலையத்திலிருந்து வாகன வசதி, தங்குமிட வசதி செய்து கொடுக்கப்படும்.

தொடர்புகளுக்கு:  
**Shiya Gnanam** (Travel Advisor)  
**647.284.1962** Tico.ca

# MORTGAGE

⇒ நல்ல ரேட்டை மோட்கேஜ் (OAC\*)

**MORTGAGE  
IN  
ANY  
SITUATION**

⇒ வைன் ஒப் கிரெடிட் (HELOC)

⇒ ரீபெனான்ஸ், Title Transfer, ரினீவல்

⇒ Private 1st Mortgage (No Income Verification)

⇒ 2வது, 3வது மோட்கேஜ் (Funded within 48hrs)

⇒ பாங்கர்ப்சி, புரபோசல் செய்தோருக்கான மோர்ட்கேஜ்

⇒ எல்லா கடனையும் ஒரே பேமென்டாக்க

⇒ பவர் ஒப் சேல் பிரச்சனையிலிருந்து விடுபட

கடைசி நேரத்தில் மோட்கேஜ் கிடைக்காமல் வாங்கிய வீட்டை  
கைவிடும் நிலையில் உள்ளீர்களா?



[www.mortgagecliniccanada.com](http://www.mortgagecliniccanada.com)

உங்களுக்கு கைகொடுக்க காத்திருக்கிறது

416-613-2788 / 416-816-9011



Cell : 416-624- 4843



**ஜெய் (Jey) இராசதுரை**

MBA, BBA (Hon) AMP

Team Leader/Mortgage & Real Estate Broker

எமது முகவரி

1504 Markham Rd,  
Toronto, ON, M1B 2V9  
(Markham & HWY 401)



Brokerage: 112-895 Don Mills Rd, Toronto ON M3C 1W3

Corp office : 2005 Sheppard Ave E, Suit 200 Toronto ON M2J 5B4



**MORTGAGE  
ALLIANCE**

RIGHTBROKER = RIGHTMORTGAGE

Lic # 10530



## - ஆதித்தன் -

மிகக் குறைந்த வருமானத்துடன் சமூகத் தில் மிக முக்கியமான பணியை அர்ப்பணிப்புடன் மேற்கொண்டுவரும் முன்பள்ளி ஆசிரியர்கள் தொடர்பிலேயே இந்த மடலை வரைகின்றேன். இன்று நாடு முழு வதும் பல்வேறு கோரிக்கைகளை முன்வைத்துப் போராட்டங்கள் மேற்கொள்ளப் பட்டு வருகின்றன. குறிப்பாக வேலை வாய்ப்பு, ஊதிய உயர்வு போன்றவற்றிற் காக வீதியிலிறங்கிப் போராட்டங்கள் நடத்தப்பட்டு வருகின்றன. பணிப்புறக் கணிப்புப் போராட்டங்களும் மேற்கொள்ளப் படுகின்றன. இவ்விதமான போராட்டங்கள் எதனையும் மேற்கொள்ளாமல் இருப்ப தாலோ என்னவோ முன்பள்ளி ஆசிரியர்களின் பிரச்சினைகள் அதிகளவில் வெளியில் தெரியாமலுள்ளன.

வடக்கு, கிழக்கிலுள்ள முன்பள்ளிகள் யாவும் தனியாரினால் அல்லது பொது அமைப்புக்களினால் நடத்தப்பட்டு வருகின்றன. முன்பள்ளி ஆசிரியர்கள் அரசாங்கத்தால் எவ்விதத்திலும் இன்னும் உள்வாங்கப்படவில்லை. மாதாந்த ஊதியமாக ஒரு முன்பள்ளி ஆசிரியர் 6 ஆயிரம் ரூபாவை மட்டுமே தற்போது பெற்றுக் கொள்கின்றார். ஆரம்பத்தில் மூவாயிரம் ரூபாவாகவும், பின்னர் நான்காயிரம் ரூபா வாகவும் இருந்த ஊதியம் அன்மையிலேயே 6 ஆயிரம் ரூபாவாகப்பட்டதாகத் தெரியவருகின்றது.

வடக்கில் கிளிநோச்சி, மூல்லைத்தீவுப் பகுதிகளில் ஒரு தொகையிலான முன்பள்ளிகள் இராணுவத்தின் கட்டுப்பாட்டில் நடத்தப்படுகின்றமையும் இங்கு குறிப்பிடத் தக்கது. அதாவது இராணுவத்தின் பிரவாக உள்ள CSD எனப்படுகின்ற சிவில் பாதுகாப்பு பிரிவினரால் நடத்தப்படுகின்ற இந்த முன்பள்ளிகளின் ஆசிரியர்களுக்கு மட்டும் மாதம் 30 ஆயிரம் ரூபா ஊதியம் வழங்கப்படுகின்றது. இதன் நோக்கம் குறித்து விமர்சனங்கள் இருந்தாலும் அந்த முன்பள்ளிகளின் ஆசிரியர்கள் தங்கள் குடும்ப வாழ்வதாரத்தை இதன் மூலம் சமாளித்துக்கொள்ள முடிகின்றது. இந்த முன்பள்ளிகளை கல்வி அமைச்சின்

# தமிழ் பிரதேசங்களில் முன்பள்ளிகள்

கீழ் கொண்டுவந்து, ஏனைய முன்பள்ளிகளையும் அதனோடு இன்னத்துக் கொள்ள வேண்டும் என்ற கோரிக்கைகள் முன்வைக்கப்பட்டும் அது இதுவரை சாத்தியப்படவில்லை.

முன்பள்ளிகளில் பெண்கள் மட்டுமே ஆசிரியர்களாக பணிபுரிகின்றனர். அவர்கள் அங்கு வரும் பிள்ளைகளுக்கு ஒரு தாயாகவே தங்களை அர்ப்பனிக்கின்றனர். ஒரு முன்பள்ளி ஆசிரியையை



இரண்டாவது தாய் என்று குறிப்பிட்டால் அது மிகையாகாது. முன்று வயதாகும் போது, தங்கள் பிள்ளைகளைப் பெற்றோர் முன்பள்ளியில் அனுமதிக்கின்றனர். ஐந்து வயதுவரை முன்பள்ளி செயற்பாடே தொடர்கின்றது. ஒரு நாளின் பெரும் பகுதியை பிள்ளைகள் முன்பள்ளிகள் லேயே கழிக்கின்றனர். கணவன், மனைவி இருவருமே வேலைக்குச் செல்லும் குடும்பங்களில் அதிக நேரங்களில் முன்பள்ளி ஆசிரியர்களே தாயாக இருந்து அந்தப் பிள்ளைகளை கவனித்துக் கொள்கின்றனர். அப்பிள்ளைகளோடு ஆடிப்பாடு அவர்களை மகிழ்ச்சியோடு வைத்துக் கொள்கின்றனர். மகிழ்ச்சியான கற்றலாகவும், விளையாட்டாகவும் அப்பிள்ளைகளின் நேரங்கள் கழிக்கின்றன.

இவற்றைவிடவும் சிறு பிள்ளைகளின் உள்ளாத்தைப் பேணி, அவர்களை சிறந்த பழக்கவழக்கங்களைக் கொண்டவர்களாக உருவாக்கும் அடிப்படையான ஒர் அமைப்பாகவும் இந்த முன்பள்ளிகளே அமைகின்றன. இதனால் உலகின் பல நாடுகளில் முன்பள்ளி ஆசிரியர்கள் மதிக்கப் படுவோராக உள்ளனர். அதுமட்டுமன்றி அந்த நாடுகளில் அதிகம் ஊதியம் பெறுகின்றவர்களாகவும் முன்பள்ளி ஆசிரியர்கள் உள்ளனர். முன்பள்ளி ஆசிரியர்களின் அடிப்படையான பணி தொடர்பில் அந்த நாடுகளும், அந்நாடுகளிலுள்ள கல்விசார் அமைப்புக்களும், பெற்றோரும் நன்கு புரிந்துகொண்டிருப்பதாலேயே அங்கு அவர்கள் இவ்வாறு மதிக்கப் படுகின்றனர்.

சிறு பிள்ளைகளுக்கான கற்பித்தல் மற்றும் சிறார்களின் உள்வியலைப் பேணும் முறை குறித்து முன்பள்ளி ஆசிரியர்களுக்கு பயிற்சிகள் வழங்கப்படுகின்றன.

முழுமையாக பயிற்சி பெறாதவர்கள் அந்நாடுகளில் முன்பள்ளி ஆசிரியர்களாகப் பணியாற்ற முடியாது. வடக்கு கிழக்கில் இன்று இளம் பராயத்தினர் தவறான வழிகளில் செல்வதும், இளைஞர்கள் வன்முறைகளில் ஈடுபடுவதும், உள்ப பாதிப்புகளால் இளைஞர்கள் மாணவர்கள் தற்கொலை செய்து கொள்வதும் செய்திகளாக வெளிவந்து கொண்டிருப்பதைப் பார்க்கின்றோம். சிறார்களாக இருக்கும் பருவத்திலிருந்தே அவர்கள் உள்நிலையும் வாழ்க்கைச் சூழலும் நல்ல முறையில் பேணப்பட்டு வருமானால் அவர்களை நல்ல மனிதர்களாக உருவாக்க முடியும். இதற்கு முன்பள்ளிகள் இன்றியமையாதவை. முன்பள்ளி ஆசிரியர்களின் பணி இன்றியமையாதது.

சிறுவர்கள் குறித்தும், நம் எதிர்கால சந்ததி குறித்தும் சிந்திப்போர் இதனைக் கவனத்திற்கொள்ள வேண்டும். எல்லா வற்றிற்கும் நாம் அரசாங்கத்தை நம்பிக்கொண்டிருக்க முடியாது. எமது சமூகம் குறித்து நாமே அதிகளு சிந்தித்து நடவடிக்கைகளை மேற்கொள்ள வேண்டும்.



புலம்பெயர்ந்த நாடுகளில் வாழும் உறவுகள் இது குறித்து சிந்திக்கலாம். அங்கு உதவும் மனப்பான்மையுடன் பலர் இருக்கின்றனர். பல உதவும் அமைப்புகள் இருக்கின்றன. அங்குள்ள கோவில்கள் உதவுகின்ற அமைப்பாக இருக்கின்றன. பழைய மாணவர் சங்கங்கள் நிதி வளம்பெயர்ந்த நாடுகளை விரும்பினார். அதன்து தரப்பினரும் போரால் பாதிக்கப்பட்ட தமிழ் பிரதேசங்களிலுள்ள முன்பள்ளிகள் குறித்து ஒரு தீர்மானம் மேற்கொண்டு சில திட்டங்களை நடை முறைப்படுத்தலாம்.

- தமிழ் பிரதேசங்களில் உள்ள முன்பள்ளிகளை பொதுவான ஓர் அமைப்பின் கீழ் கொண்டுவருதல்.

- முன்பள்ளிகளை சிறார்களின் மகிழ்ச்சியான சூழலாக அழகுபடுத்தல்.

- முன்பள்ளி ஆசிரியர்களுக்கு சிறுவர் உள்வியல் உள்ளிட்ட பல விடயங்களில் பயிற்சியளித்தல்.

- முன்பள்ளி ஆசிரியர்களின் ஊதியத்தை அதிகரித்து அவர்களின் வாழ்வாதாரத்தை அபிவிருத்தி செய்தல்.

மேலும், பல விடயங்கள் குறித்தும் இத்துறை சார்ந்தோரின் ஆலோசனைகளைப் பெற்று நடவடிக்கைகளை மேற்கொள்ளலாம்.

யாழிப்பாணத்தில் ‘ஆறுதல்’ என்ற அரசு சார்பற்ற நிறுவனம் ஒன்று வடக்கு, கிழக்கு பகுதிகளிலுள்ள முன்பள்ளிகள் தொடர்பில் பணியாற்றி வருகின்றமையினை பலர் அறிந்திருக்கலாம். ‘வடலிகள் வானுயரும்’ என்ற மகுட வாசகத்துடன் இயங்கும் ஆறுதல் நிறுவனம் முன்பள்ளி ஆசிரியர்களுக்கான டிப்ளோமா பயிற்சியையும் அதற்கான சான்றிதழ்களையும் வழங்கி வருகின்றது. முன்னாள் வடக்கு கிழக்கு மாகாணங்களுக்கான கல்வி அமைச்சின் செயலாளராகவிருந்து ஒய்வு பெற்றுள்ள திரு.சுந்தரம் டிவல்கலாலா இந்நிறுவனத்தின் பணிப்பாளராக உள்ளார்.

## CEDARGREEN COIN LAUNDRY & DRY CLEAN DEPOT " VERY CLEAN LAUNDRY" Avoid The Rush ..... Come during weekdays!

• Large laundry Folding Tables, Lots of Space      • We offer wash, Dry & fold at .99Cents /lb  
. We Clean Commercial Linens, Aprons, & Towels • We Clean Uniforms Dry Clean or Wash & Dry  
. We Clean Towels/Sheets from Daycare, Clinics, Hair Saloon, Nail Spa, Restaurants etc

STORE Tel: 416-289-7514

(Near Bellamy & Lawrence - find us in GOOGLE !!) 3340 Lawrence Ave. East, Unit 5, Scarborough, ON M1H 1A7



OPEN DAILY 8 am - 11 pm  
Sat. & Sun 7 Am - 11 pm

**ಕರ್ನಾಟಕದ ಪ್ರಾಂತೀಯಿಗಳ ಸಾಮಾಜಿಕ ಮಿಳಗು - 65**



கால அரசியின் கூடுதல்

தெற்கு வளர்கிறது, வடக்கும், கிழக்கும் பறிபோகிறது என்று இலங்கைக்குச் சென்று வந்த நண்பர் ஒருவர் குறிப் பிட்டதுபோது அதன் அர்த்தம் அப்போது எனக்குப் புரியவில்லை. அங்கு நேரடியாகச் சென்று பார்த்த போதுதான் பல விடயங்களைப் புரிந்து கொள்ளவும், அவர் சொன்னதன் அர்த்தத்தையும் புரிந்துகொள்ள முடிந்தது. உண்மைதான் எங்கள் வரலாற்றை எடுத்துச் சொன்ன உடமைகள் எல்லாம் ஓவ்வொன்றாகப் பறிபோய்க் கொண்டிருப்பதைக் கண் கூடாகக் காணமுடிந்தது. நாங்கள் பிறந்து வளர்ந்து ஓடிவிளையாடிய மன், யத்தம் என்ற போர்வையில் சின்னாபின்னப்பட்டுக் கிடந்தது. அதிபாதுகாப்பு வலையம் காரணமாக எல்லோரும் இடம் பெயர்ந்த தால், உறவுகளையோ, நட்புக்களையோ அல்லது தெரிந்த முகங்களையோ அங்கு காணமுடியவில்லை. அதற்குப் பதிலாக அந்நிய முகங்களைத் துப்பாக்கியும் கையுமாகக் காணமுடிந்தது. அவர்கள் சந்தேகப்பட்டால் எந்த நேரமும் எங்கேயும் அவர்களின் துப்பாக்கி வெடிக் கலாம் என்ற ஒரு நிலையை உருவாக்கி வைக்கினாங்களா.

பெரும்பான்மை இனத்திற்குத் தேவையான மாற்றங்கள் எல்லாம் எங்கள் மன்னில் வெகு விரைவாக நடைபெறுகின்றன. இனிவரும் காலங்களில் காங்கேசந்துறை சீமெந்து தொழிற்சாலையும் இயங்கத் தொடங்கினால் சுற்றிவர தெற்கில் இருந்து வந்து வேலை செய்வோருக்காக விடுதிகள் கட்டப்பட்டு அவர்களின் கட்டாயக் குடியேற்றங்கள் வந்துவிடும். தெற்கில் இருந்து வரும் யாழ்ப்பாணசர்வதேச விமான நிலைய ஊழியர்களும், பாதுகாவலரும் அவர்களது குடும்பங்களும் இப்பகுதிகளில் தான் குடியேற்போகின்றனர். அதன்பின் காலப்போக்கில் அவர்களின் தேவைகள் எல்லாம் நிறைவேற்றப்படும். யத்தத்திற்கு முன்பும் காங்கேசந்துறையில் எல்லா இனத்தவரும், மதத்தவரும் தற்காலிகமாகத் தங்கி இருந்தாலும் ஒருவருமே தங்களுக்குள் முரண்பட்டுக் கொள்ளவில்லை. அரசியல் வாதிகளின் இனத்துவேசப் பார்வை இங்கே திரும்பாததால், எல்லோரும் ஓற்றுமையாகத்தான் இருந்தனர்.

இனங்களிடையே ஒற்றுமையை வளர்க்க வேண்டுமானால், புரிந்துணர்வோடு வாழ் வது வேறு, பலாத்காரமாகக் குடியேறுவது வேறு என்பதைப் புரிந்துகொள்ள வேண்டும். நம்மவர்கள் மீண்டும் பழைய படி தங்கள் காணிச்சண்டையில் எல்லை போடுவதில் கவனம் செலுத்தத் தொடங்கி விட்டதால், இவர்களின் கவனம் எல்லாம் பக்கத்துக் காணியுடன் நின்றுவிடும். இனி வருங்காலங்கள் எப்படி இருக்குமோ தெரியவில்லை, காலம்தான் இதற் கெல்லாம் பகில் சொல்ல வேண்டும்.

காங்கேசந்துறை விமான நிலையம் என்ற பெயரோடு இருந்த விமான நிலையத் தொகுதான் இலங்கை இராணுவம் யுத்தம் என்ற பெயரில் இதுவரை காலமும் தனது கட்டுப்பாட்டுக்குள் வைத்திருந்தது. சிலர் இதைப் பலாலி விமானத்தளம் என்றும் சொல்வர். யுத்த காலத்தில் அடிக்கடி இராணுவ விமானங்களே வந்து போயின. ஹெலிகள் வந்து இறங்குவதற்கும், தாக்குதல் நடத்துவதற்கும் இந்த விமான நிலையம் பாவிக்கப்பட்டது. இந்த விமான நிலையத்தில் இருந்து பல வருடங்களுக்கு முன் திருச்சிக்கும் சென்னைக்கும் கொழும்புக்கும் பயணிகள் விமான சேவைகள் நடைபெற்றன. இரண்டு எயர் சிலோன் அவ்ரோ விமானங்கள் இந்த சேவையில் ஈடுபட்டிருந்தன. எனது அக்கா திருச்சியில் பட்டதாரி உயர்

கல்வியை மேற்கொண்டதால் அடிக்கடி இந்த விமான நிலையத்திற்குச் செல்லும் வாய்ப்பு எனக்குக் கிடைத்தது. விமானத் தில் இருந்து இறங்கி வரும் நடை பாதைக் கரையெல்லாம் மிக அழகான பூச்செடிகள் நட்டிருந்தனர். பலாலிப் பகுதி மண் தோட்டம் செய்வதற்குச் சிறந்த மண்ணாக இருந்தது. குறிப்பாகப் பல நிறங்களில் ரோஜாக்கள் புத்துக் குலுங்கியிருப்பதை இந்த விமானத் தளத்தில் முன்பு நான் பார்த்து ரசித்திருக்கின்றேன்.

ஆழத்தமிழரைப் பற்றிக் குறிப்பிடும்போது, மொழி, பண்பாடு, கலை, கலாச்சாரத்தில் ஒன்றுபட்ட தென்னிந்தியா பற்றியும் குறிப்பிட வேண்டும். சமீபத்தில் தென்னிந்தியாவில் கீழடி என்ற இடத்தில், அகழாய்வின் போது, தொன்றுதொட்டு தமிழர் அங்கு வாழ்ந்ததற்கான பல ஆதாரங்களைக் கண்டெடுத்திருக்கின்றனர். தமிழ் பிரமி எழுத்துக்களைக் கொண்ட பாளை ஒடுக்களைக் கீழடியில் கண்டெடுத்திருக்கின்றனர். தமிழ் மொழி யின் கொன்மை பற்றி 2500 வருடங்களுக்கு முன்னால் குறிப்பிட வேண்டும்.

களுக்கு முற்பட்டாகத்தான் இதுவரை ஆதாரங்கள் கிடைத்திருந்தன. ஆனால் அதையும்விடக் காலத்தால் முந்தியது என்பதற்குக் கீழடி ஆதாரங்கள் கிடைத் திருப்பதாகச் செய்திகள் தெரிவிக்கின்றன. ஆய்வுக்கு அனுப்பப்பட்ட அறிக்கை இன்னமும் கிடைக்காததால் இதை உறுதி செய்ய முடியவில்லை.

இந்த ஆதாரங்கள் போல இலங்கையிலும் சில இடங்களில் கண்டெடுக்கப்பட்டதாகத் தெரிகின்றது. கீழடியில் கண்டெடுக்கப்பட்ட பானை ஒருக்களில் உள்ள



தமிழ் பிராமி எழுத்து வடிவங்கள் போன்று, இலங்கையிலும் கந்தரோடை, மாந்தை, ரிதியகம, திசமஹரம போன்ற இடங்களிலும் கண்டெடுக்கப்பட்டதாகத் தொல்லியல் ஆய்வாளர் ஆர். பால கிருஸ்னன் குறிப்பிட்டிருக்கின்றார். சிந்து வெளி நாகரிகமான மொகஞ்சதாரா, ஹரப்பா போன்ற இடங்களில் நடந்த அகழாய்வுக்கு இவரே பொறுப்பாக இருந்தார். இலங்கையில் கண்டெடுக்கப்பட்ட இது போன்ற பல ஆதாரங்கள் வரலாற்றில் இடம் பெறாமல் மறைக்கப்பட்டு விட்டன. இதற்குக் காரணம் அகழாய்வில் பெரும்பான்மை இனத்து உயர் அதிகாரிகளே ஈடுபட்டிருந்ததாகும்.

இலங்கையின் வடக்கே உள்ள கந்த ரோடை, மாந்தை போன்றவை இப்பொழுதும் தமிழ் பிரதேசங்களாகவே இருக்கின்றன. கந்தரோடை பகுதியில் தமிழ் பெளத்தர்கள் வாழ்ந்ததற்கான அடையாளங்கள் கண்டெடுக்கப்பட்டன. தென்னிந்திய படையெடுப்புகளின் போது, மன்னர்களின் படைகளில் தமிழ் பெளத்தர்களும் இருந்திருக்கின்றனர். படையெடுப்புகளின் போது அவர்கள் படைவீரர்களாக இங்கே வந்து தங்கியிருக்கலாம். மகாவம்சம் எழுதப்பட்ட காலத்தில் தென்னிந்தியாவில் நாயன்மார்களும், ஆழ்வார்களும் பெளத்த மதத்தைப் பறந்தள்ளியதால் பெளத்த மதம் அங்கு வளர்ச்சி அடையவில்லை. நாயன்மார்ஏற்படுத்திய கலாச்சார மறுமலர்ச்சி ஈமக்கு தமிழ் மக்களைக் கொடர்ந்காம்.

தமிழராகவும், சைவசமயத்தவராகவும் இருப்பதற்கு வழிவகுத்தது. சைவமும் தமிழும் ஒன்றாக வளர்ந்ததற்கு இது போன்ற பல ஆதாரங்கள் உண்டு. இதனால் மதம் மாறியிருந்த சில பொதுமதத் தமிழர்களும் மீண்டும் சைவசமயத்தைத் தழுவிக் கொண்டனர். இதனால் பொதுமதம் என்ற சொல்லுக்கே இடம் இருக்கவில்லை.

இலங்கையின் தெற்கே உள்ள திசமூரம், ரிதியகம் ஆகிய இடங்களின் பழைய பெயர்கள் இப்போது திரிவிடைந்து புதிய பெயர்களாக மாற்றமடைந்து விட்டன. இலங்கையின் தெற்கே புராணங்களில் இடம்பெற்ற கதிர்காமத்தில் தமிழ் கடவுள் முருகன் குடியிருப்பதும், தென் முனையான தேவேந்திரமுனை (தற்போது தேவிநுவர) என்ற இடத்தில் பஞ்சாஸ் வரங்களில் ஒன்றான தொண்டாஸ்வரம் சிவாலயம் இருப்பதும் எல்லோருக்கும் நினைவிருக்கலாம். தேவேந்திரமுனை எப்படித் தேவிநுவர என்று மாற்றமடைந்ததோ அப்படித்தான் தமிழ் பகுதிகளில் உள்ள பெயர்கள் எல்லாம் மெல்ல மெல்ல மாற்றப்படுகின்றன. பக்தர்கள் இல்லாமல் இந்துக் கோயில்கள் உயிர்ப்போடு இருந்திருக்க முடியாது. இந்த இாண்டு கோயில் களுக்கும் இடையே



உள்ள இப்பகுதியில் ஆதிக்குடிகளான எழுத்தறிவு கொண்ட தமிழர் வாழ்ந்ததற்கு ஆதாரமாக இவை சான்று பகர்வதை நினைவில் கொள்ள வேண்டும். அதாவது தமிழர் இப் பகுதிகளில் பரம்பரையாக வாழ்ந்ததற் கான ஆதாரங்களாக இவை இருக்கின்றன. எங்கள் காலத்தில் கதிர் காமத்தில் இருந்த இராமகிருஷ்ண மடத்தைத் திடிரென அகற்றித் தமிழர் அங்கு சென்று தங்காமல் தடுத்தது உங்களுக்கு ஞாபகம் இருக்கலாம். இதையெல்லாம் விபரமாக அறிந்து கொள்வதற்காக, இந்த ஆய்வுகள் கட்டாயம் மறு பரிசீலனைக்கு உட்படுத்தப்பட வேண்டிய விடயமாகும். அப்படி செய்தால்தான் எங்கள் அடுத்த தலைமுறைக்கு எங்கள் தொன்மையை ஆதாரபூர்வமாகத் தெரியப்படுக்க முடியும்.

**1<sup>st</sup> & 2<sup>nd</sup> MORTGAGES... CREDIT-LINE \$25,000 TO \$99,000**



**Mortgage Alliance**  
1585 Markham Road, Unit 110,  
Scarborough, ON. M1B 2W1  
Tel 647-350-7050

- Commercial Mortgages.
  - Construction Mortgages
  - Secured Credit line
  - Consolidate 1<sup>st</sup>, 2<sup>nd</sup>, 3<sup>rd</sup> m

Corporate Office: Mortgage Alliance, 2005 Sheppard Ave. E. Suite 200, Toronto ON. M2J 5B4 Tel: 1-877-366-3487

**SAM SURENDRAN**  
Mortgage Broker Lic# 16002312

Direct: 647-922-5704  
www.OKmortgages.ca



# உண்மை பேசும் ஜனாதிபதி கோத்தபாய்?

- விகிர்தன் -

புதிய ஜனாதிபதி கோத்தபாய் ராஜபக்ஸ் ஓர் அரசியல்வாதியாக இருந்திராத காரணத்தினால் உண்மையைப் பேசுகின்றார் எனத் தமிழ் தேசியக் கூட்டமைப்பின் தலைவர் இரா. சம்பந்தன் கூறியிருக்கின்றார். ஜனாதிபதி கோத்தபாயவின் கொள்கைப் பிரகடன உரை மீதான இரண்டாவது நாள் விவாதம் நாடாளுமன்றத்தில் இடம்பெற்ற நிலையில் அங்கு உரையாற்றும் போதே அவர் இவ்வாறு குறிப்பிட்டுள்ளார்.

ஜனாதிபதியாக கோத்தபாய் ராஜபக்ஸ் பொறுப்பேற்ற நாளிலிருந்து அவர் தெரிவித்து வரும் கருத்துக்கள் பலராலும் அவதானிக்கப்பட்டு வருகின்றன. அவர் வெளிப்படையாகவும், யாரையும் ஏமாற்றாலும் கருத்துக்களை முன்வைக்கின்றார் என்கின்ற பார்வை பலரிடமும் உள்ளது. அது சம்பந்தருக்கும் இருக்கின்றது என்பதைத்தான் ஜனாதிபதி கோத்தபாய் உண்மையைப் பேசுகின்றார் என அவர் குறிப்பிட்டுள்ளை வெளிப்படுத்துகின்றது. உண்மையைப் பேசும் ஜனாதிபதி சரியானதை செய்வார் என்கின்ற நம்பிக்கையும் தமக்கு உள்ளது என்றும் சம்பந்தர் இதன்போது குறிப்பிட்டுள்ளார்.

சில தினங்களுக்கு முன்னர் ஜனாதிபதி கோத்தபாய் ராஜபக்ஸவை இலங்கைக்கான ஜோரோப்பிய ஒன்றிய தூதுக்குமுவினர் சந்தித்துக் கலந்துரையாடினர். இதன் போது அபிவிருத்தி மற்றும் அதிகாரப்ரவலாக்கல் தொடர்பிலும் இலங்கைக்கான ஜோரோப்பிய ஒன்றிய தூதுவர்கள் கருத்துத் தெரிவித்தனர். 13ஆம் திருத்தச் சட்டம் குறித்தும் அச்சந்திப்பில் கலந்துரையாடப்பட்டது.

அப்போது, 13ஆவது அரசியலமைப்பில் குறிப்பிடப்பட்டுள்ள சில சர்த்துக்கள் நடைமுறை சாத்தியமற்றது என ஜனாதிபதி கோத்தபாய் விளக்கியுள்ளார். எனவே அரசியல் ரீதியாக ஒரு மாற்று வழியை கண்டறிவதே முக்கியம் எனவும் அவர் தெரிவித்துள்ளார்.

தாருங்கள் என்று கேட்கும் நிலையில் சிலர் வந்துள்ளமையினையும் அவதானிக்க முடிகின்றது.

இவை ஒருபுறமிருக்க, ஜனாதிபதி கோத்தபாய் தனது அரசாங்கத்தில் உள்ளோர், தனது கட்சி சார்ந்தவர்கள் கூறும் எல்லா



மாகாண சபைகளுக்கு அதிகாரங்களைப் பகிர்ந்தளிக்கும் விடயத்தில் சிக்கல்கள் உள்ளதாகக் குறிப்பிட்டுள்ள அவர் பொலிஸ் அதிகாரத்தைத் தமிழர் வாழும் மாகாணங்களுக்கு வழங்குவதன் மூலம் பொலிஸார் அரசியல் மயப்படுத்தப்படுவர் என்பதை உதாரணமாக எடுத்துக் காட்டியுள்ளார்.

இந்த சந்திப்பில் இலங்கைக்கான பிரான்ஸ் தூதுவர் Eric Lavertu, இலங்கைக்கான ஜேர்மன் தூதுவர் Jorn Rohde, இலங்கைக்கான பிரதி இத்தாலிய தூதுவர் Allegra Baistrocchi, இலங்கைக்கான நெதர்லாந்து தூதுவர் Tanja Gonggrijp, இலங்கைக்கான ரூமேனிய தூதுவர் Victor Chiu jdea மற்றும், இலங்கைக்கான ஜோரோப்பிய ஒன்றியத் தூதுக் குழுவின் அதிகாரி Denis Chaibi உள்ளிட்டோர் கலந்துகூடும் கொண்டிருந்தனர்.

கடந்த அரசாங்கங்களும் 13ஆம் திருத்தச் சட்டத்திலுள்ள பொலிஸ் மற்றும், காணி அதிகாரங்களை வழங்குவது குறித்து மறுப்புத் தெரிவித்து வந்தமை குறிப்பிடத் தக்கது. இவைபிரன்றும் அதிகாரப் பகிர்வில் மிக முக்கியமான என்பதே தமிழர் தரப்பின் கோரிக்கையாகவள்ளது. இந்த அதிகாரங்களை தவிர்த்துவிட்டு 13ஆம் திருத்தச் சட்டத்திலுள்ள எதனையும் தீர்வு என்று முழுமைப்படுத்த முடியாதுதான்.

அதுமட்டுமன்றி, 13ஆம் திருத்தச் சட்டத்தை முற்றாக எதிர்க்கும் தமிழ் அரசியல்வாதிகளும் உள்ளனர். 13ஆம் திருத்தச் சட்டத்தை முழுமையாக ஏற்றுக் கொள்ள முடியாவிட்டாலும் அதனை ஒரு அடிப்படையாகக் கொள்ளலாம் என்று தமிழ் தேசியக் கூட்டமைப்பில் உள்ள சிலர் கருத்து வெளியிடுகின்றபோது அவர்கள் இந்தியாவின் கைக்கலைகள் என சில கடும்போக்கு தமிழ் அரசியல்வாதிகள் கூறிவந்தனர். இப்போது இதனையாவது

வற்றிற்கும் தலையாட்டுபவராகவும் இல்லை. உதாரணத்திற்கு முன்னாள் நாடாளுமன்ற உறுப்பினரான பாரத லக்ஷ்மன் பிரேமச் சந்திரவின் கொலை தொடர்பில் குற்ற வாளியாக காணப்பட்டு மரணதன்டனை விதிக்கப்பட்ட நிலையில் சிறையிலிருக்கும் துமிந்த சிலவாவிற்கு ஜனாதிபதி பொது மன்னிப்பு வழங்கி விடுதலை செய்ய வேண்டும் என்கின்ற கோரிக்கை அவரது கட்சியை சார்ந்தோரால் முன்வைக்கப்பட்ட போது அதனை கோட்டாபய கடுமையாக நிராகரித்திருக்கின்றார்.

அண்மையில் அலரிமாளிகையில் பொது ஜனபெரமுன நாடாளுமன்ற உறுப்பினர்கள் மற்றும் கட்சி உறுப்பினர்கள் மத்தியில் உரையாற்றிய ஜனாதிபதி கோத்தபாய் கூறிய கருத்துக்கள் கவனிக்கத் தக்கவை. “என்ன மக்கள் வாக்களித்து ஜனாதிபதியாக தேர்ந்தெடுத்துள்ளனர். கோட்டாவை ஜனாதிபதியாக்கி வைத்திருக்க வேண்டும் என்பதற்காக அல்ல. அவர்களின் எதிர்பார்ப்புக்களை நிறைவேற்ற வேண்டும் என்பதற்காகவே என்ன ஜனாதிபதியாக்கியுள்ளனர். அதனை நான் செய்ய வேண்டும். கடந்த அரசாங்கத்தையும் மக்கள் அந்த நம்பிக்கையுடனேயே தெரிவு செய்தனர். ஆனால் மக்களின் எதிர்பார்ப்பு நிறைவேற்றப்படாமையினால் அவ்வரசாங்கத்தைத் தோற்கடித்திருக்கின்றனர். இதனை அனைவரும் கருத்தில்கொள்ள வேண்டும்” என அவர் கூறியிருக்கின்றார்.

இதேவேளையில், கோத்தபாய் ஜனாதிபதி யானால் அவரது சகோதரர் மஹிந்த ராஜபக்ஸவின் வழிநடத்தலிலேயே அவர்யைப்பார் என்றே பலரும் எதிர்பார்த்தனர். அவ்வாறு நடைபெறாது என்பதை தற்போது அவதானிக்க வேண்டும்” என்பதை தொடர்ச்சி 14ஆம் பக்கம்...)

**30ஆண்டு**

# விளம்பரம் VLAMBARAM™

Tel: 416-282-8059  
email: vlambaram@sympatico.ca

www.vlambaram.com  
www.tamilvanakkam.com

பதிப்பாளர்: ராஜா மகேந்திரன்

ஆசிரியர்: சுத்தியா மகேந்திரன்

முகாமையாளர்: கமல் செல்வையா

ஹடக்பொறுப்பாளர்: விஜுப் செல்வையா

தட்டச்ச: கலா விஜுயாவலன்

அலுவலக பொறுப்பாளர்: பிரசாந்தி அருள்தாசன்

பதிப்பு: Canyon Press Inc.

**Vlambaram Publications Inc.**

GTA SQUARE, 5215 FINCH AVE. E.,

#201, TORONTO, ON M1S 0C2, CANADA

TEL: 416-282-8059 / FAX: 416-286-0334

e-mail: Vlambaram@sympatico.ca

Web: www.vlambaram.com / www.tamilvanakkam.com

விளம்பரம் பதிப்பினால் ‘விளம்பரம் பயிர்க்கேடுவின் இருபு’ நிறுவனத்தால் வெளியிடப்படுகிறது. விளம்பரம் பதிப்பின் வெளியாகும் ஆக்கஸ்களுக்கு மூத்தாளர்களுக்கு, விளம்பரம் களுக்கு வெறுப்பாளர்கள்.

பதிப்பினால்: 2004 விளம்பரம் பயிர்க்கேடுவின் இருபு.

விளம்பரத்தில் வெளியாகும் ஆக்கஸ்களை முழுமையாகவோ, பதியாகவோ ஆசிரியரின் எழுத்து மூல அனுமதியின்றி மறுபிரசரம் செய்தலாகது.

# 416-666-5515

# MATH

# EXAM

# REVIEW

Gr.12,11,10,9

**GUARENTEED RESULTS**

**GTAMATH.COM**

**90%<sup>AVG</sup>** **30 YRS EXP.**

# மத்திய...

## 01ஆம் பக்கத்தொடர்ச்சி

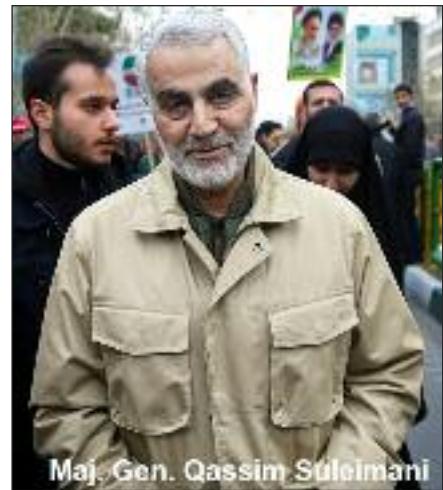
"Popular Mobilization forces" என அமெரிக்கும் போராளிகளின் கூட்டமைப் பிற்கும் இவர் உதவித் தலைவராகவும் உள்ளார். அமெரிக்க அரசு திணைக்களம் 2009இல் இவரை ஈரானிய பிரபலம் வாய்ந்த Quds படை அணியுடன் தொடர்புபடுத்தியிருந்தது.

அமெரிக்கத் தாக்குதலில் 25 பேர் இறந்ததைத் தொடர்ந்து Kataeb Hezbollah போராட்டக் குழுவினரும் அதன் ஆதரவாளர்களும் டிசம்பர் 31இல் Baghdad இல் உள்ள அமெரிக்கத் தூதரகத்தை முற்றுகையிட்டனர். ஆயிரக்கணக்கானோர் அமெரிக்காவிற்கு எதிராக சூலோகங்களை எந்தியவாறு மிகுந்த பாதுகாவல் அரசனைக் கொண்ட அமெரிக்கத் தூதரகத்தை நோக்கி கற்கள் மற்றும் போத்தல் களை எறிந்தனர். பலர் நெருப்புப் பந்தங்களைத் தூதரக வளாகத்தினுள் எறிந்தாலும் அவர்களால் தூதரக வளாக வாசலினுடாகப் பாதுகாவலர் இருக்கும் பகுதியைத் தாண்டி உள்ளே செல்ல முடியவில்லை. தூதரக ஊழியர்கள் எல்லோரும் தூதரக வளாகத்தின் பாதுகாப்பான பகுதிக்கு மாற்றப்பட்டனர்.

ஸராக்கிய அரசின் ஆதரவு இருந்தபடியால் தான் ஆயிரக்கணக்கான போராட்க்காரர்களால் அமெரிக்கத் தூதரகம் உள்ள பக்கமைப் பிரதேசம் எனப்படும் பாதுகாப்பான பகுதியில் 104 ஏக்கர் பரப்பளவில் இந்த தூதரகம் உள்ளது. இத்தூதரகம் உலகின் மிகச்சிறிய நாடான வத்திக்கானை விடப் பெரியது. 2012ஆம் ஆண்டில் இங்கு 16,000பேர் வேலை செய்தனர். அதன் பின்னர் இங்கு வேலை செய்வோரின் எண்ணிக்கை குறையத் தொடங்கியது. தற்போது இங்கு 500பேர் இருக்கின்திருந்தார்.

வெளியில் நடைபெற்ற போது அமெரிக்க இராணுவ உலங்கு வானுர்தி ஒன்று ஆகாயத்தில் வட்டமிட்டு இவர்களைக் கண்காணித்தது.

ஸராக்கின் Baghdadஇல் உள்ள அமெரிக்கத் தூதரகம் உலகிலேயே மிகப்பெரிய தூதரகமாகும். இத்தூதரகம் \$736 மில்



Maj. Gen. Qassim Suleimani

வியன் செலவில் கட்டப்பட்டு 2009ஆம் ஆண்டில் திறந்து வைக்கப்பட்டது. Baghdadஇல் பசுமைப் பிரதேசம் எனப்படும் பாதுகாப்பான பகுதியில் 104 ஏக்கர் பரப்பளவில் இந்த தூதரகம் உள்ளது. இத்தூதரகம் உலகின் மிகச்சிறிய நாடான வத்திக்கானை விடப் பெரியது. 2012ஆம் ஆண்டில் இங்கு 16,000பேர் வேலை செய்தனர். அதன் பின்னர் இங்கு வேலை செய்வோரின் எண்ணிக்கை குறையத் தொடங்கியது. தற்போது இங்கு 500பேர் இருக்கின்திருந்தார்.

வரையில் வேலை செய்கின்றனர்.

"Popular Mobilization forces" எனப்படும் போராளிகள் கூட்டமைப் பிற்கும் இவர் உதவித் தலைவராகவும் உள்ளார். அமெரிக்க அரசு திணைக்களம் 2009இல் இவரை ஈரானிய பிரபலம் வாய்ந்த Quds படை அணியுடன் தொடர்புபடுத்தியிருந்தது. அமெரிக்கத் தாக்குதலில் 25 பேர் இறந்ததைத் தொடர்ந்து Kataeb Hezbollah போராட்டக் குழுவினரும் அதன் ஆதரவாளர்களும் டிசம்பர் 31இல் Baghdad இல் உள்ள அமெரிக்கத் தூதரகத்தை முற்றுகையிட்டனர். ஆயிரக்கணக்கானோர் அமெரிக்காவிற்கு எதிராக சூலோகங்களை எந்தியவாறு மிகுந்த பாதுகாவல் அரசனைக் கொண்ட அமெரிக்கத் தூதரகத்தை நோக்கி கற்கள் மற்றும் போத்தல் களை எறிந்தனர். பலர் நெருப்புப் பந்தங்களைத் தூதரக வளாகத்தினுள் எறிந்தாலும் அவர்களால் தூதரக வளாக வாசலினுடாகப் பாதுகாவலர் இருக்கும் பகுதியைத் தாண்டி உள்ளே செல்ல முடியவில்லை. தூதரக ஊழியர்கள் எல்லோரும் தூதரக வளாகத்தின் பாதுகாப்பான பகுதிக்கு மாற்றப்பட்டனர்.

அமெரிக்கத் தாக்குதலில் 25 பேர் கொல்லப்பட்டதற்கு ஈராக்கியப் பிரதம மந்திரி Abdul Mahdi கண்டனம் தெரி வித்துடன் மூன்று நாட்கள் உத்தி யோக பூர்வமான துக்க தினத்தையும் அறி வித்திருந்தார். அத்துடன் அவர் அமெரிக்கத் தூதரகத்தை முற்றுகையிட்ட போராட்க்குழுவினர் ஜனவரி 01 மாலையில் கலைந்து சென்றனர்.

2020 ஜனவரி 3இல் Baghdad சர்வதேச விமான நிலையத்தில் இருந்து வெளிவரும் போது ஈரானின் உயர் பாதுகாப்பு மற்றும் உளவுத்துறைத் தளபதி மேஜர் ஜெனரல் காசெம் சொலைமானி அமெரிக்கத்

Kataeb Hezbollah போராட்டக் குழுத் தலைவர் Abu Mahdial al-Muhandis உம் Popular Mobilization forces மக்கள் தொடர்புத் தலைவர் Mohammed Ridha Jabri உம் அடங்குவர்.

ஜனவரி 6இல் ஈரானில் நடைபெற்ற காசெம் சொலைமானியின் இறுதி ஊர்வலத்தில் பல இலட்சம் மக்கள் பங்குபற்றினர். ஊர்வலம் 30 கி.மீ வரை நீண்டிருந்தது. ஜனவரி 7இல் நடைபெற்ற இறுதி நிகழ்வில் ஏற்பட்ட சன நெரிசலில் 56பேர் இறந்தனர், 212பேர் காயப்பட்டனர். இறுதி நிகழ்வு நடைபெற்ற மறு நாள் ஜனவரி 8இல் ஈரானிய ஆதரவுப்படைகள் ஈராக்கில் இருக்கும் இரண்டு அமெரிக்க விமானப்படைத்தளங்களை Al Asadஜூம் Erbilியையும் நோக்கி Ballistic ஏவுகணைத் தாக்குதல் நடத்தினர். இதில் 30 மேற்பட்ட ஏவுகணைகள் ஏவப்பட்டாலும் எந்த உயிர்ச்சேதமும் ஏற்படவில்லை என அமெரிக்கா அறிவித்தது. தற்போது ஈராக்கில் 5,200 அமெரிக்க இராணுவ வீரர்களுடன் 500 கனேடிய இராணுவ வீரர்களுக்கும் எந்த ஒரு சேதமும் ஏற்படவில்லை என கனேடியப் பாதுகாப்பு அமைச்சர் தெரிவித்திருந்தார்.

இந்த ஏவுகணைத் தாக்குதல் நடைபெற்ற பின்னர் ஜனவரி 08 மாலையில் ஈரானின் Tehran's Imam Khomeini சர்வதேச விமான நிலையத்தில் இருந்து புறப்பட்ட உக்கரை விமானம் Boeing 737 - 800 தனது 09 விமானப் பணியாட்கள் உட்பட

தானியங்கி விமானத் தாக்குதலில் கொல்லப்பட்டார். இவர் ஈரானின் பிரபலம் வாய்ந்த Quds படையனியை வழி நடத்துபவர். இந்தத் தானியங்கி விமானத் (Drone) தாக்குதலில் இவருடன் இருந்த ஜந்து பேரும் கொல்லப்பட்டனர். இந்த MQ-9 Reaper எனப்படும் அதி நவீன தொழில்நுட்ப வசதி உடைய தானியங்கி விமானத்தின் துல்லியமான தாக்குதலில் அருகாமையில் இருப்போருக்கோ அல்லது அயலில் உள்ள இடங்களுக்கோ சேதம் வராமல் தாக்க முடியும்.

காசெம் சொலைமானியின் மறைவிற்கு ஈரானின் அதிஉயர் தலைவர் Ayatollah Ali Khamenei மூன்று நாட்கள் உத்தியோகபூர்வமான துக்கதினத்தை அறிவித்திருந்தார். அத்துடன் காசெம் சொலைமானி இறைவனடி சேர்ந்தாலும் அவர் விட்டுச் சென்ற பணி தொடரும். அவரைக் கொன்றவர்களுக்கு எதிராக மூர்க்கத்தனமான பழிவாங்கல் நடவடிக்கை தொடரும் என்றார்.

இந்தத் தாக்குதலில் கொல்லப்பட்டவர்களில் மேஜர் ஜெனரல் காசெம் சொலைமானி உடன் வந்த

176 பிரயாணிகளுடன் விழுந்து நொருங்கியது. அதில் பயணம் செய்த 176 பேரும் இறந்தனர். அவர்களில் 57 பேர் கனேடியர் களாவர். இவர்களுடன் சுவீடன், ஈரானியன், ஆப்கானிஸ்தான், பிரிட்டன், ஜேர்மன் மற்றும் உக்ரேனியன் நாட்கள் வர்களும் அடங்குவர். இயந்திரக் கோளா றால் விமானம் விழுந்தது எனக் கூறிவந்த ஈரானிய அரசு உலக நாடுகளின் அழுத்தம் காரணமாக ஜனவரி 11இல் ஈரானிய இராணுவத்தின் மனிதத் தவறால் இந்த விமானம் சுட்டு வீழ்த்தப்பட்டது எனக் கூறியது. ஈரானியத் தலைவர் Hassan Rouhani நடந்த இந்த அழிவுக்காரர்மான தவறுக்கு ஈரான் ஆழந்த வருத்தம் தெரிவிக்கிறது எனத் தெரிவித்துள்ளார்.

ஜனவரி 11இல் நடைபெற்ற ஊடகவியலாளர் மாநாட்டில், ஈரானின் இந்த அறிவிப்பால் தான் வெறுப்பும் ஆத்திரமும் அடைவதாகக் கூறிய கனேடியப் பிரதமர் ஜஸ்ரீன் ரூடோ இந்தச் செயலுக்கு ஈரானிய அரசு முழுப்பொறுப்பை ஏற்றுக் கொள்வதுடன் நியாயமான விசாரணைகளை நடத்தி இறந்த 176 பேருடைய குடும்பங்களுக்கு நியாயம் வழங்குவதுடன்

(தொடர்ச்சி 16ஆம் பக்கம்...)

# MATH TUTORING

in MARKHAM

Maximum 5 Students per Class

Help with Homework & Assignments

2 CLASSES per Week

Monday & Wednesday Or Tuesday & Thursday

REGISTER FOR A SEMESTER AND GET ONE MONTH FREE

GRADES 9-12 MONDAY - THURSDAY

GRADES 1-8 SATURDAY & SUNDAYS

**905.472.0101**




[www.infinitetutoring.ca](http://www.infinitetutoring.ca)



# வேகமாக வாகனம் செலுத்துவோரைப் பிடிக்க நவீன கமராக்கள்

## கனடியத் தகவல் தொடர் - 321



எவர் அந்த நேரம் வேகமாக வாகனம் செலுத்தியிருந்தார் என்பது ஒரு புரியாத புதிர்!

ஆனால் வாகன உரிமையாளரின் பெயரில் தண்டனை ரிக்கற் தபாலில் வந்திருந்தது. எனது வாகனமில்லை எனச் சொல்லி தப்பிக்க முடியாத அளவுக்கு பிடிக்கப்பட்ட படங்களின் ஆதாரங்கள், இடங்கள் என கல்லும் தபாலில் தண்டனை ரிக்கற்றுடன் சேர்ந்து வந்திருந்தது. அதுவே வேகமாக வாகனம் செலுத்துவோரைப் பிடிக்க வீதி களிலிருந்து கண்காணிக்கும் இரகசிய கமராக்கள் ஆகும்.

அண்மையில் ஓன்ராறியோ மாகான் அரசு உருவாக்கிய சட்டமுன்களின் பிரகாரம், கலை நகரங்களிலும் இவை நடைமுறைப் படுத்தப்பட்டு வருகின்றது.

- அனேகமாக பாடசாலைப் பிரதேசங்கள்.
- பாதசாரிகள் மற்றும் சைக்கிள்களில் செல்வோர் செறிந்துள்ள வீதிகள்

போன்ற இடங்களில்

- நிரந்தரமாக கம்பங்களில் பொருத்தப் பட்ட கமராக்களும் படங்களை பிடிக்கின்றன. (Permanent camera that would be fixed to a pole)
- நாளுக்கு நாள் தற்காலிகமாக நகர்த்தப் படும் நிலையில் வைக்கப்பட்டுள்ள கமராக்களும் படங்களை பிடிக்கின்றன. (Road side camera that can be moved from place to place)

செயல்படும் கமராக்களை தொழில் நுட்பவியலாளர்கள் அடிக்கடி பரிசீலனை செய்து கொள்வார். பிடிக்கப்பட்ட படங்களை மாகாண குற்றப்பிரிவு அதிகாரி (Provincial offences officers) பரிசீலனை செய்து உறுதிபடுத்துவார். தொடர்ந்து குற்ற பத்திரங்கள் (Certificate of offence) தயாரிக்கப்பட்டு 23 நாட்களுக்குள் படங்கள், ஆவணங்களுடன் தபாலில் அனுப்பி வைக்கப்படும்.

கடந்த வருடங்களில் பர்ட்சார்ந்தமாக பாடசாலை பிரதேசங்களில் தற்காலிக கமராக்களை வைத்து வேகமாக செலுத்தப்படும் வாகனங்களை பரிசீலனை செய்து பார்த்தபோது ஆயிரக்கணக்கான வாகனங்கள் சட்ட வரையறையினை மீறி வாகனம் செலுத்திய தகவல்கள் புள்ளி

விபரங்களாக பெறப்பட்டு ஆய்வு செய்யப் பட்டது என ரொறொன்றோ நகரசபை தங்கள் செய்திப் பிரிவில் தெரிவித்திருந்தது.

கடந்த நவம்பர் 29, 2019இலிருந்து நடை முறைக்கு கொண்டுவரப்பட்டுள்ள மாகாண அரசின் வீதி ஒழுங்கு சட்ட பிரிவுகளில் (Automated speed enforcement law filed on Nov. 29, 2019 under highway traffic act Ontario) பின்வரும் விடயங்கள் தண்டனை ரிக்கற்றுடன் சேர்த்து தபாலில் அனுப்பப்படும் என்பது குறிப்பிடப்பட்டுள்ளது.



- படம் பிடிக்கப்பட்ட திகதி \_ நேரம்.
- எந்த வீதியில் மற்றும் எந்த திசையில் வைத்து படம் பிடிக்கப்பட்டது.
- படம் பிடித்தபோது வாகனம் செலுத்தப்பட்ட வேகம்
- அந்த வீதியில் வரையறுக்கப்பட்ட சட்டரீதியான வேகம்
- வீதியில் எந்த சரியான இடத்தில் படம் பிடிக்கும்போது வாகனம் சென்று கொண்டிருந்தது.
- தெளிவான இலக்கத் தகு உருவத்தினை காட்டும் வாகனத்தின் படம்.

(Information data on photograph)

ஆனால் இங்கு வழங்கப்படும் தண்டனை ரிக்கற்றின் கட்டணம் என்பது எவ்வளவாக இருக்கும்? அதுவே இங்கு எழும் அடுத்த கேள்வி!

'சமூக பாதுகாப்புப் பிரதேசங்கள்' (Community safety zones) என குறிப்பிடப்படும் பாடசாலை பிரதேசங்கள் மற்றும் மக்கள் செறிந்து வாழும் பகுதி களில் உள்ள வீதிகளில் வேகமாக வாகனம் செலுத்தி பிடிப்பட்டால் வழங்கப் படும் தண்டனை ரிக்கற்றுகளின் பணத் தொகை என்பது சாதாரணமாக ஏனைய வீதிகளில் பிடிப்படும்போது வழங்குவதனை விட இரு மடங்காக இருக்கும்.

உதாரணமாக வீதியில் சட்டரீதியான வரையறுக்கப்பட்ட வேகத்தினை விட 1-19 கி.மி/மணிவரை அதிகமான நிலையில் வாகனம் செலுத்தும் ஒவ்வொரு வேக

அதிகரிப்புக்கும் \$5 தண்டனை பணம் செலுத்த வேண்டும்.

அதாவது 40கி.மி/மணி வேகத்தில் மட்டும் ஆகக் கூடுதலாக வாகனம் செலுத்தலாம் என நிர்ணயிக்கப்பட்ட வீதியில் 55கி.மி/மணி வேகத்தில் வாகனம் செலுத்திப் பிடிப்பட்டால் தண்டனை பணம் \$5 x 55 = \$275 ஆக வழங்கப்படும்

இதேவேகம் 20\_29 கி.மி/மணி வேகத்தில் செலுத்தினால் ஒவ்வொரு வேக அதிகரிப்புக்கும் \$7.50 டொலராக இருக்கும்.

வரையறுக்கப்பட்ட வேகத்தினை விட 30\_49 கி.மி/மணி வேகத்தில் செலுத்தி பிடிப்பட்டால் நீதிமன்றம் தண்டனை ரிக்கற் அபராதத்தினை முடிவு செய்யும். (ஆதாரம்: Ontario court of justice traffic fine rate list)

சிவப்பு நிற சைகை ஒளியில் (Red traffic light) கடந்து செல்லும்போது அங்கு பொருத்தப்பட்டுள்ள கமராக்களினால் படம் பிடித்து அனுப்புவதுபோல் அனுப்பி



வைக்கப்படும். இக்குற்றச்சாட்டில் குறிப் பிடிப்பட்ட வாகனத்தினை செலுத்திய சாரதி எவர் என்ற அடையாளம், அவரது சாரதி அனுமதி இலக்கங்கள் என்பன தெரியாத காரணத்தினால் 'புள்ளி மதிப்பீட்டு இழப்புகள்' (Demerit points) மற்றும் பதிவுகளில் சென்று வாகன காப்புதியின் தொகையை பாதிக்கும் நிலை என்பது எந்த சந்தர்ப்பத்திலும் உருவாக மாட்டாது.

படங்கள் பிடிக்கப்பட்ட நிலையில் குற்றச்சாட்டுக்கு உள்ளாகியிருப்பதால் நிரபராதி என நீதிமன்றத்தில் வாதாடி தப்பித்துக் கொள்வதும் சிரமமானதாகும் நீதி மன்றத்திற்கு மனு செய்து பண தண்டனை குறைப்பினை மட்டும் தயவாகக் கோரலாம்.

தண்டனைப் பணம் செலுத்த தவறினால் வாகன உரிமை பத்திரம் (Vehicle ownership) என்பது புதுப்பிக்க முடியாத நிலை ஏற்படும்.

## கவனிக்க ஏழு விடயங்கள்

- 1) கவனி உன் வார்த்தைகளை
- 2) கவனி உன் செயல்களை
- 3) கவனி உன் எண்ணங்களை
- 4) கவனி உன் நடத்தையை
- 5) கவனி உன் இதயத்தை
- 6) கவனி உன் முதுகை
- 7) கவனி உன் வாழ்க்கையை



**ALL LINK TRAVEL INC.**

**SPECIALIZE IN DESTINATION, EUROPE TOURS AND CRUISES ALL OVER THE WORLD.**

**WE MATCH AND BEAT ALL INTERNET PRICES**

**ALL INCLUSIVE CHEAPEST TOUR PACKAGE TO:**

CUBA: \$585  
MEXICO: \$815  
DOMINICAN REPUBLIC \$ 850

**COLOMBO -\$1049**

CHENNAI \$1100  
BENGALORU \$ 1130  
LONDON \$ 680  
PARIS \$895  
GERMANY \$695

**வேறு எந்த விமான பிரயாணச் சீட்டு முகவர்களிடமும் கிடைக்காத மிகவும் குறைந்த கட்டணம்!!!**

Scarborough • Ajax • Brampton • Mississauga • Etobicoke  
3300 McNicoll Ave. Scarborough, ON, M1V 5J6  
**CONTACT SUTHA: 416 293 8700**

# கிண்ணல் நீக்கும் கியற்கை - 65



- அவர்கள் -  
authorakani@gmail.com

அன்பான விளம்பரம் வாசகர்களே!

இப்பொழுது கனடாவில் குளிர் காலம். தடிமன், சளி, இருமல் போன்ற தொல்லைகள் பொதுவாக எல்லோரும் எதிர்கொள்கின்ற பிரச்சினைகள். இந்தத் தொல்லைகள் வந்து விட்டால் ஆரம்பத்திலேயே இயற்கை வழியில் நிவாரணம் தேடிக்கொள்வது நல்லது. வைரஸ் காரணமாக ஏற்படும் இந்தப் பிரச்சினைகளில் இருந்து விடுபடுவதற்கு உடலில் உள்ள நோய் எதிர்ப்புச் சக்திதான் உதவவேண்டும். இதற்குச் சில நாட்கள் எடுக்கும். அதிகமான பாதிப்பு ஏற்படும் பொழுது நுண்ணுயிர் எதிர்ப்பு மருந்துகளைச் சாப்பிட வேண்டியிருக்கும். இவற்றை அடிக்கடி சாப்பிடுவதாலும் பக்க விளைவுகள் ஏற்படும். எனவே இயற்கையான வழிமுறைகளைத் தெரிந்து வைத்துக் கொண்டால் மிகவும் உதவியாகவிருக்கும்.

உடலில் சளி ஏற்படும் பொழுது இயற்கையான முறையில் சளியை வெளியேற்ற வேண்டும். இரசாயனப் பதார்த்தங்கள் மூலம் உடலுக்குள்ளே அழுக்கக் கூடாது. நாங்கள் சளித்தொல்லைக்கு தீவ்வாகும் இயற்கை வழிமுறைகள் பற்றி ஏற்கனவே உரையாடியிருக்கின்றோம். இந்த இதழிலும் மேலும் சில வழிமுறைகளைக் கவனிப்போம்.

நன்றாகக் கொதித்த வெந்நீரில் உப்புப் போட்டு வெளிவரும் உப்புக் கலந்த நீராவியை மூக்கினால் ஆழமாக உறிஞ்சிச் சுவாசிப்பது நல்லது. உப்புக் கலந்த மென் குடான நீரை வாய்க்குள் விட்டு தொண்டைக்குள் சில மணித் துளிகள் வைத்துக் கொப்பவித்துக் கொள்வதும் நல்லது.

ஒரு கப் நீரில் அரை மேசைக் கரண்டி மஞ்சள் தூள் சேர்த்து இரண்டு, மூன்று பல்லு வெண் பூண்டுகள் போட்டு கொதிக்க வைத்து சில தினங்களுக்குக் குடித்து வந்தால் உடலில் உள்ள சளித்தன்மை இளகி வெளியேறும். ஒரு சட்டியில் நீர் எடுத்துக் கொதிக்க வைத்து இதற்குள் தேயிலை சேர்த்து ஆவியில் வேது பிடித்து வந்தாலும் சளி இளகி வெளியேறும். கொதிநீரில் விக்ஸ் போன்ற

தைலத்தைச் சேர்த்து வேது பிடித்து வருவதும் நல்லது.

மினகு தூளை நல்லெண்ணெயில் கலந்து முக்கைச் சுற்றிப் பூசிச் சுவாசம் செய்து வர முக்கடைப்பு நீங்கும். உப்பு கலந்த இஞ்சியை வாய்க்குள் வைத்து நன்றாக மென்று உண்ண வேண்டும். சளியால் தலைப்பாரம் ஏற்படும்பொழுது கராம்பை அரைத்து நெற்றியில் பற்றுப் போடவேண்டும். மூக்கிலிருந்து சளி ஒழுகிக் கொண்டிருந்தால் வெற்றிலைச் சாறு இரண்டு துளியை மூக்கின் வாசலில் விடவேண்டும்.

அருந்துவது நல்லது. ஆனால் சிலருக்கு புரோமலின் என்ற நொதியம் ஓவ்வாமை இருக்கக் கூடும். எனவே எச்சரிக்கை தேவை. துத்தநாகம் மிகைநிரப்பிக் குளிசைகள் (Supplement Capsules) தடிமன், இருமல் போன்றவற்றின் ஆயுட்காலத்தைக் குறைத்து விரைவில் நிவாரணம் பெறச் செய்கின்றன.

தடிமன் காலத்தில் வைத்தியர் மருந்துச் சீட்டுடன் (Doctor Prescriptions) நாங்கள் வாங்கும் நாசித் தெளிப்பு மருந்துகள் (Nasal Spray Medicine) துத்தநாகம் சேர்ந்தவை ஆகும். துத்தநாகத்தை



தேன் இருமல் தொல்லைக்கு நிவாரணம் கொடுக்க வல்லது. சளி, முக்கடைப்பு போன்றவை நீங்க கடுக்காய்த் தூள், நெல்லிக்காய்த் துருவல் ஆகியவற்றைத் தேவில் கலந்து சாப்பிட்டால் சளி, முக்கடைப்பு ஆகிய பிரச்சினைகள் நீங்கும்.

தடிமன் ஏற்படும்பொழுது நிறைந்தளவு நீர், பழச்சாறுகள் அருந்த வேண்டும். மெங்குடான எலுமிச்சம் பழச்சாற்றுக்குள் தேன் கலந்து குடிக்க வேண்டும். போது யளவு இளைப்பாற வேண்டும். குடான நீராகாரங்களைக் குடிக்க வேண்டும். வாழும் இடத்தில் உள்ள நீர்ப் பதனை (Moisture) அதிகரிக்க வேண்டும். இஞ்சிக்கு இருமல் பிரச்சினையைக் குறைக்கும் தன்மை உண்டு. தொடர்ச்சியான இருமலுக்குத் தேன் கலந்த தேநீர் நல்லது.

அன்னாசிப்பழுத்தில் உள்ள புரோமலின் என்ற நொதியம் இருமலைக் குறைக்கும் தன்மையுள்ளது. எனவே இருமல் ஏற்படும்பொழுது அன்னாசிப் பழச்சாற்றை

குளிசையாக உட்கொள்ளும் பொழுது மிகவும் எச்சரிக்கை தேவை. அதிக துத்தநாகம் உடலில் சேரும்பொழுது பக்கவிளைவுகள் ஏற்படலாம்.

வெண்பூண்டில் காணப்படும் பற்றீயா எதிர்ப்புச்சக்தியும், வைரஸ் எதிர்ப்புச்சக்தியும் தடிமன், இருமல், வைரஸ் காய்ச்சல் ஏற்படும் நேரங்களில் நிவாரணம் கொடுக்கின்றன. விட்டமின் D ஒழுங்காக எடுத்து வருவதன் மூலம் தடிமன் ஏற்படுவதைத் தடுக்கலாம். இவ்வாறே புரோபயோடிக் (Probiotic) உணவுகள் மூலமும் தடிமன் அடிக்கடி ஏற்படுவதைத் தடுக்கலாம்.

பெரிஸ் (Berries) பழங்களில் உள்ள பொலிபீனோல் (Polyphenols) என்ற பதார்த்தம் வைரஸ் காய்ச்சலை எதிர்த்துக் கொள்ளும் வலிமை கொண்டது. உடலில் உள்ள நோய் எதிர்ப்புச்சக்தியை பெரிஸ் பழங்கள் கூட்டும் வலிமை கொண்டது. விற்றமின் C உள்ள பழங்கள், பழச்சாறுகள் அல்லது விற்றமின் C மிகைநிரப்பிக் குளிசைகள் எடுத்து வரும்பொழுது அடிக்கடி உடலில்

சளித்தன்மை, மூக்கடைப்பு, வைரஸ் காய்ச்சல் போன்ற பிரச்சினைகள் ஏற்படாது. உடலில் உள்ள நோய் எதிர்ப்புச் சக்தி கூடும். வைரஸ் காய்ச்சல் இருக்கும் பொழுது இளநீர் குடிப்பது நல்லது. காரம் நிறைந்த உணவுகள் உடலில் சளித்தன்மை இருக்கும்பொழுது சாப்பிடுவதால் சளி இளகி வெளியேறுகிறது.

பொதுவாக உடலில் சளி, வைரஸ் காய்ச்சல் உள்ள காலத்தில் பச்சை, சிவப்பு, மஞ்சள் நிறக் காய்கறிகள், பழங்கள் சாப்பிடுவது நல்லது.

உடலில் மற்றவர்களிடமிருந்து வைரஸ், சளி போன்றவை தொற்றாமல் இருப்பதற்கு நோயுள்ள ஒருவரிடமிருந்து 6 அடி தூரத்தில் இருக்க வேண்டும். ஆனால் இது எப்பொழுதும் சாத்தியமானதாகக் கூறமுடியாது. குறைந்தது 20 செக்கன்கள் வரை கைகளை ஒடும் நீரில் கழுவவேண்டும்.

உடலில் சளி ஏற்படுவது பொதுவான பிரச்சினை. இது பொதுவாக மூன்று அல்லது நான்கு நாட்கள் நீட்க்கும். பொதுவான அறிகுறிகளாக காய்ச்சல், தலையிடி, புண் தசைகள் (Sore Muscles), இருமல், மூக்கில் நீர் வழிதல், உடலில் சோர்வு (fatiue), தொண்டைப் புண் போன்றவை இருக்கும்.

அடுத்த இதழிலும் எனது தேடலில் கிடைக்கும் புதிய தகவல்களுடன்

#### அன்பான விளம்பரம் வாசகர்களே!

இயற்கை வளங்களால் எவ்வாறு இன்னை நீங்கி வழங்கல் என்று அறியும் பொருட்டு எழுந்த தேடலில் கிடைத்த தகவல் பதிவாக அசைந்து கொண்டிருக்கும் இந்தத் தொடர்க்டுரை எது பொது அறிவை விருத்தி செய்யும் நோக்குடன் எழுதப்படுகின்றது. இந்தக் கட்டுரையில் கூறப்படும் கருத்துக்கள் இயற்கை சார்ந்து இருந்தாலும் உங்கள் உடல்நிலைக்கேற்ப பொருத்தமான மருந்துவ கருத்துக்களாக அமைந்துவிடாது என்பதை கவனத்தில் எடுத்துக் கொள்ளுங்கள். எப்பொழுதும் பொருத்தமான வைத்திய ஆலோசனையை மேற்கொள்ளுங்கள் என்று வலியுறுத்திக் கூறிக்கொள்கின்றேன். ஆனாலும் நாம் இயற்கையோடு இணைந்து வாழ்வதற்கான தகவலையும், விழிப்புணர்வையும், ஆரோக்கியமாக வாழ்வதற்கு வேண்டிய பொதுவறிவையும் இந்தக் கட்டுரை வழங்கும் என்று நம்புகின்றேன்.

தொடர்ந்து உரையாடுவோம். உங்கள் எண்ணங்களையும் தெரியப்படுத்துங்கள். மீண்டும் சந்திப்போம் என்று கூறி விடைபெறுகின்றேன்.

## ARISTO PEST CONTROL



**Same Day Service - Residential, Commercial, Industrial  
We Also Provide No Obligation Inspection For Commercial & Residential Clients  
Written Guarantee & Discounted Rates - Call Now 647.339.3926**

**Set Your Mind At Rest, We Will Get Rid Of The Pest  
24HRS / 7 DAYS EMERGENCY SERVICES & ANIMAL REMOVAL**

- Cockroach      • Bedbug      • Animal Control      • Mice
- Bird Control      • WASPS      • Hornets Removal      • Rat

**Government Licensed Exterminator  
(We Speak English, Gujarati & Hindi)**

info@aristopestcontrol.ca / www.aristopestcontrol.ca



# நிலாவிலும் உலாவி வருவோம்

## இதுவோர் அறிவியற் தொடர்



- கணி -  
pranav@hotmail.ca  
416.261.1348



வாசகர்  
அனைவருக்கும் எனது  
பொங்கல் வாழ்த்து!

சென்ற தடவையில் நிலாவில் உலாவி வருகையில் எங்களின் காப்பியங்களின் பக்கமாகச் சிந்தனையை ஒட விட்டிருந்தேன் அதன் தொடர்ச்சியினை சென்ற தடவையில் கூறியை, ஒருவித அறிவியல் பார்வையை விரிவாக்கிக் கொண்டு எங்களின் இரட்டைக் காப்பியங்கள் எங்கிற சிலப்பதிகாரம், மனிமேகலை என்பவற்றுள் வருகிறேன்.

முதலில் இரண்டு காப்பியங்களிலும் சிறப்பாகக் கூறப்பட்டுள்ள இந்திரவிழா பற்றிய பார்வை. இரண்டிலுமே சந்திர மன்றத்தை ஆளும் அமர்க்கரசனான இந்திரனை மகிழ்ச்சிப் படுத்துவதற்கான விழா இது எனப்படுகிறது. இது நிபிறுவினர் சந்திரனில் இருந்து கொண்டே எங்கி எங்கிற அவர்களது தலைவனின் தலைமையில்

தமது காரியங்களை நடத்தினர் என்பதுடன் பொருந்தி வருகிறது. இந்த எங்கி எங்கிற, நிபிறுவில் இருந்து வந்த ஏலையனத்தான் எம்மவர்கள் வழியே இளங்கோ அடிகளும், சாத்தனாரும் இந்திரன் என்றார்களோ என எண்ணிட இடமுண்டு. இந்த இந்திரவிழாவினை எடுக்காததாலேயே பிந்நாளில் பூம்புகார்கடலில் மூஞ்கியது என்றும் கூறுவார். இதன் பின்னால் உள்ள அறிவியல் விடயங்களை அறிந்து கொள்வோம். சந்திரனின் ஈர்ப்பினால் கடல் பொங்குவதையும் தனி தலையும் நம்மவர்கள் அறிந்திருக்கின்றனர். புவியில் உயிரினங்கள் தோன்றிப் பரவி வாழ்வதற்குக் கதிரவனுடன் சந்திரனும் முக்கிய காரணியாக இருந்திருக்கின்றது என்று அறிவியல் கூறுகின்றது. சந்திரனின் ஈர்ப்பினால் கடலில் ஏற்பட்டும் பொங்குதலும் தனிதலும் உயிரினத் தோற்றத்தில் முக்கிய பங்களித்தன என்று உயிரியல் விஞ்ஞானிகள் கூறுகின்றனர். இதனையும் பூம்புகார் மக்கள் அறிந்திருக்கின்றனர்.

இந்நிலையில்தான் சந்திரனில் தளமமைத்துப் புவியிற்கு வந்து போன நிபிறுவினரின் செல்வாக்கு மனிதரிடையே வருகிறது. அவர்களின் தலைவனுக்கு விழா எடுத்து மதிப்பளித்தால், அவன் கடலால் பெரிய

பாதிப்புகளைத் தரமாட்டான் என்ற நம்பிக்கையின் விளைவே இந்திரவிழா. அந்த விழாவிற்குத் தேவர்களுக்கும் அழைப்பு விடுக்கப்பட்டு, அவர்களும் வந்தனர். அவர்களது விமானங்கள் தங்குவதற்கான



பாதில் இருப்பது பிற்காலத்தில் நிர்ணயிடுவாகச் செய்யியக்கள் வணங்கிய என்கியின் உருவமாகும்.

இடங்களும் ஒதுக்கப்பட்டன என்பது இரண்டு காப்பியங்களிலும் தெளிவாகக் கூறப்பட்டுள்ளது. முதலாம் நூற்றாண்டாவில் எழுந்த இக்காப்பியத்தில் இப்படியான சிந்தனைக்கு வித்திட்டது காலங்காலமாக எம்மவரின் சிந்தனையில் ஏற்பட்ட நிபிறுவினர் பற்றிய எம்மவரின் சிந்தனையின் வளர்ச்சி என்று கூறலாம். இப்படியான எண்ண வளர்ச்சியின் இன்னொரு வடிவம்தான் துர்க்கை அம்மனினராகுகால தூர்க்கா அஷ்டகத்தில் வரும் “நிலவில் நின்றவள், தூர்க்கா நித்யையானவள்” என்ற வரிகளும் என்னிடலாம்.

மனிமேகலையில் ‘விழாவறை காதையில்’ வரும் பாடல்களில் “தூங்கெயில் ஏறிந்த தொடித்தோர் செம்பியன்” என்று கூறும் 4ஆம் வரி ஆச்சரியமான விடயத்தைக் கூறுகின்றது. அதனை வானவரின் அந்தரத்தில் தொங்கிய காவல் அரண்களை, உடைத்தெறிந்த தொடித்தோர் செம்பியன் என்ற சோழ அரசனை நினைவுபடுத்தும் வரிகளாக உரையாசிரியர்கள் கூறுகின்றனர். இவ்வரிகளின் தெளிவு அன்று நிபுறுவினர் வானில் அமைத்த காவற்கோபுரங்களை நினைவு படுத்துகின்றது. வானவர்களின் அந்தரத்தில் மிதக்கும் காவற்கோபுரச் சிந்தனை என்பது 500 ஆயிரம் வருடங்களின் முன்னர் நிபுறுவினர் அமைத்த காவற்கோபுரங்களின் நினைவுகளினால் வந்த பரம்பரை பரம்பரையான என்க கருத இடமுண்டு. இப்படியான காட்சி வேறு மொழிக் காப்பியங்களிலும் உள்ளனவோ என்று எனக்குத் தெரியவில்லை.

சிலம்பில் கண்ணகீ வான் ஏகிய காட்சியை இளங்கோ அடிகள் எப்படிக் கூறுகிறா ரெனப் பாருங்கள். வாடா மாமலர் மாரி பெய்தங்கு அமர்க் கரசன் தமர்வந் தேத்தக்

கோநகர் பிழைத்த கோவலன் தன்னோடு வான் வூர்தி ஏறினாள் மாதே கானமர் புரிகுழற் கண்ணகி தானென. (சிலம்பு: கட்டுரைக்காதை 196 - 200)

கான வேங்கைக் கீழோர் காரிகை தன்மூலை இழந்து தனித்துய ரெய்தி வானவர் போற்ற மன்னோடுங் கூடி வானவர் போற்ற வானகம் பெற்றாள். (சிலம்பு: காட்சிக்காதை. 57 - 60)

இப்பாடல்களில் பல விடயங்கள் என்னைக் கவர்ந்துள்ளன. குறிப்பாக, இங்கு கூறப்படும் வானவூர்தியைத்தான் தமிழிற் பதிவு செய்யப்பட்ட முதலாவது வேற்றுக்கிரகி களின் பறக்கும் தட்டாகக் காண்கிறேன். ஆனால் அந்தப் பறக்கும் தட்டைப் பற்றி இளங்கோ அடிகளால் ஒன்றுமே விபரிக்க முடியவில்லை. அது எப்படிப்பட்டது? எப்படி இறங்கிது? எவ்வண்ணம் பறந்தது? என்பவை போன்ற விபரங்கள் எதையும் அவர் தரவில்லை. சந்திரனில் இருந்து இந்திரனின் தமர் கோவலனுடன் வந்து கண்ணகியை அழைத்துச் சென்றனர் என்பதை மட்டும் மேலோட்டமாகக் கூறி உள்ளார். இது, முன்னாளில் நிபுறுவினர் சந்திரனில் நின்றும் புவியிற்கு வானவூர்திகளில் வந்து போனார்கள் என்ற பல காலச் செவியுச் செய்தியின் விளைவில் எஞ்சிய முக்கிய விடயமாக ஊகிக்க முடிகிறது. இவையே இளங்கோ அடிகளின் காலத்தில் எஞ்சி விட்டனவோ!

விவிலியத்தின் எசேக்கியலின் புத்தகத்தில் - 2ஆம் அதிகாரத்தில் என என்னுகிறேன் - இப்படியான விடயமொன்று உள்ளது. ஆனால் அங்குப் பறந்தபறக்கும் தட்டு பற்றி நல்ல விபரமாக எழுதப்பட்டுள்ளது. அதில் வானில் இருந்து வந்திறங்கை விமானம் எப்படிப்பட்டது, எப்படியாக இறங்கியது, அதில் வந்தவர்கள் எப்படியிருந்தனர், எவ்விதமாக அல்லவிமானம் பின்னர் மேலெழுந்தது போன்ற விபரங்கள் உள்ளன. உலகிலே பதியப்பட்ட முதலாவது யூஎவூ, ஏலியன் பதிவு அதுதான் என அந்நாள்-அந்நியர் ஆய்வாளர்கள் கூறுகின்றனர்.

சரி, உலகிலே எத்தனையோ துன்பங்கள் எத்தனையோ பேருக்கு எப்படியோ எல்லாம் நிகழ், கோவலனும் கண்ணகியும் மட்டும் ஏன் தேவர்களினால் அழைத்துச் செல்லப்பட வேண்டும்? கண்ணகியை ஏன் தெய்வமாகக் கொண்டாட வேண்டும்? கண்ணகியை மனித இயல்புநிலை மாறிய நடத்தையைக் காணுங்கள்! ஆச்சரியப்பட வைக்கிறது. நம்மவர்களில் பலர் இதனை இப்போது நம்புவதுமில்லை. கோவலனைக் கூட சாதாரணமாக எண்ணிவிட முடியவில்லை. பல்கலை வித்தகனாகத்தான் இளங்கோ காட்டுகிறார். இப்படியான இயல்புகள் எப்படி இவர்களுக்கு வந்தது என்கியைக் காண்கியின் மனித இயல்புநிலை மாறிய நடத்தையைக் காணுங்கள்! ஆச்சரியப்பட வைக்கிறது. நம்மவர்களில் பலர் இதனை இப்போது நம்புவதுமில்லை. கோவலனைக் கூட சாதாரணமாக எண்ணிவிட முடியவில்லை. பல்கலை வித்தகனாகத்தான் இளங்கோ காட்டுகிறார். இப்படியான இயல்புகள் எப்படி இவர்களுக்கு வந்தது என்கியை கொண்டாட வேண்டும், இவர்களை நேரடியாக இல்லாவிட்டும் கூட, ஏலியன் களின் வாரிசுகளாகக் கருத வேண்டும். இது பற்றி விவிலியத்தில் கூறி யிருப்பதை சென்ற தடவையில் கூறுகிறிருந்ததையை நினைவுபடுத்துகிறேன்.

மனிமேகலையில் ‘மலர்வனம் புக்க காதை’யில் சுதமதியின் அனுபவம் என்று

(தொடர்ச்சி 16ஆம் பக்கம்...)

## கைலாஷ் யாத்ரா

**16 Days**  
**9 - 24 JUNE 2020**

**3500 CAD with Tax**  
**Flight Fare NOT included**  
**Only 9 Seats Available**

**விரிவான தகவல்களுக்கு எங்களை அணுகவும்**  
**செல்வராஜ் Travel Counsellor**  
**India (Delhi)+91 986-816-5715** **tico.ca**  
**Scarborough +1 437-246-7323** **T1302463**

**tamilcartrip.com**

# நாமும்..

## 04ஆம் பக்கத்தொடர்ச்சி

ஏற்படுத்தியுள்ளது.

இதனால் கனடிய குறிப்பாக ரோஹோன் ரோவின் மத்திய பகுதியே (Central Toronto) இவர்களின் அதிகாடிய விருப்ப முள்ள பகுதியாகக் காணப்படுகின்றது. இத்துடன் ஈரான், ஈராக்கில் அன்மைக் காலத்தில் ஏற்பட்ட அரசியல் நிகழ்வுகளும் கனடிய ஆதன வியாபாரத்தில் மாற்றம் ஏற்படுத்தும் என்பதனை எதிர்வரும் மாதங்கள் தெளிவுபடுத்தும். கடந்த ஒரு வருடத்திற்கு மேலாக கனடிய மத்திய வங்கியின் வட்டி வீதம் (1.75%) மாற்றலே காணப்படுகிறது.

அத்துடன் முதன்மை வட்டிவீதம் 3.95 ஆகவே உள்ளது. 2020இல் வட்டிவீதம் இறக்கம் ஏற்படலாம் என்பதே ஆய்வாளர்களின் எதிர்வுகூறல்.

புதிதாக நிர்மாணம் செய்யும் வீடு, மனைகள் விலை அதிகரித்தே செல் கின்றது. இதற்குரிய காரணங்கள் அரசு நிர்மாணம் செய்யப்படும் நிறுவனங்களில் மேலதிகமான பணம் அறவிடுதல் (Development fee), நிலத்தின் விலை அதிகரிப்பு, தொழில் புரிபவர்களின் சம்பள அதிகரிப்பு, கட்டிடப் பொருட்களின் அசா தாரண விலை அதிகரிப்பு என்பவற்றை முக்கியமாகக் கொள்ளலாம். இந்நிலைமை தொடரும் என்றே எதிர்பார்க்கலாம். இதனால் புதிதாக

நிர்மாணம் செய்யும் கட்டிட, வீடு, மனைகளின் விலையில் இறக்கம் என்பது எதிர்பார்க்க முடியாது. இதனால் ஏற்கனவே மக்கள் வாழ்ந்து கொண்டு

மாற்றம் ஏற்படுவதாகத் தெரியவில்லை. தொடர்ச்சியான புதியவர்களின் வரு கையும், வாடகையிலும் பாதிப்பை ஏற்படுத்துவதைக் காணலாம். அதாவது அதிகரிப்பையே காணலாம். மூன்று அரசுகளும் சேர்ந்து இந்நிலைமையை மாற்றுவதற்குரிய தகுந்த முறைகளை கண்டுபிடிக்காமல் இருக்கும்வரை, ஆதன வியாபாரம் தொடர்ச்சியாக ஒரு திசையிலே காணப்படும்.

எனினும் இதற்குரிய நடவடிக்கைகளை அரசுகள் எடுக்காவிடின் ரொஹோன்ரோவில் வாழ்வது அல்லது புதிதாக நாட்டுக்கு வருவோருக்கு, அல்லது புதிய தலைமுறையினருக்கு மிக நெருக்கடியாகவே இருக்கும்.

## உண்மை...

### 08ஆம் பக்கத்தொடர்ச்சி

முடிகின்றது. பிரதமர் மஹிந்த ராஜபக்ஸ தற்போது பல விடயங்களிலும் அடக்கி வாசிப்பதை காணமுடிகின்றது. வெற்றிக் களிப்பு அவரது முகத்தில் இப்போது தெரிவதில்லை. அன்னன் தம்பிக்கிடையில் அதிகாரப் போராட்டம் நடைபெறுவதாக ஜே.வி.பி உறுப்பினர் பிமல் ரத்நாயக்க கூறுகின்றார்.

எது எவ்வாறாயினும், எதிர்வரும் நாடான மன்ற பொதுத் தேர்தலில் முன்றிலிருந்து சிங்கள மக்களைக் கவரும் விதமாக அதிரடியாகப்



அமைக்க வேண்டும் என்பதே ஜனாதிபதி கோத்தபாயவின் இலக்காக உள்ளது. அவர் பதவியேற்ற நாளிலிருந்து சிங்கள மக்களைக் கவரும் விதமாக அதிரடியாகப்

பலவற்றைச் செய்து வருகின்றார் அரசு தினைக்களங்கள், வைத்தியசாலைகளுக்கு அதிரடியாகச் சென்று காண்காணிப்பு நடவடிக்கைகளையும் மேற்கொண்டு வருகின்றார். இவை யாவும் பொதுத் தேர்தலில் அனைத்து மக்களையும் தம் பக்கம் ஈர்ப்பதற்காகவே. போதுத் தேர்தல் நிறைவேடந்து நிலையானதோர் ஆட்சியைப் பிடித்த பின்னரே அவரது பாதை எதுவென்த தெரியவரும், இப்படிப் பலர் விமர்சிக்கின்றனர்.

நிலையானதோர் அரசாங்கம் அமைந்த பிறகு அவர் தன்னை ஜனாதிபதியாக்கிய மக்களின் எதிர்பார்ப்புகளை நிறைவேற்றும் பாதையில் மட்டும் பயணிக்க முடியுமா என்பதே கேள்வி. சர்வதேச ஓப்பந்தங்கள், பொறுப்புக் கூறுகள் எனப் பல்வேறு வியாபங்களுக்கு அவர் முகம்கொடுக்க வேண்டியிருக்கும். சர்வதேசத்தின் சிக்கல் களை இலகுவாகத் தட்டிக்கழித்து விட்டு அவரால் பயணிக்க இயலாத நிலையே ஏற்படும் என்பதில் சந்தேகமில்லை.

**BUY HOUSE FOR CONDO PRICE**

**Only \$50,000 Total Deposit  
Closing 2022  
Cash Flow Income  
We Maintain Your Property  
5 Min To Brock University  
Selling Fast**

Sothees Means The Best Service You Will Ever Get!

**HOMELIFE**  
HIGHLY STANDARDED  
Homelife/Miracle  
PROPERTY BROKERAGE

**SOTHEES**  
KATHIRGAMATHAMBY  
SALES REPRESENTATIVE

**416-704-1179**  
[sothees.com](http://sothees.com)

## மலர்க் தோட்டம்

இன்றைய குளிர்காலக் காற்றின் அளவீடு பூஜ்ஜியத்தின் கீழே  
இருபது கணிப்பிடும் காலநிலையில்;

சாளரத்தின் தீரைச்சீலையை மெதுவாக நீக்கி வெளி உலகை அவதானிக்கின்றேன்

சூரியனை உண்டு பசியாறிய மேகம் அமைதியாகப் பனிப்பூக்களைப் பறித்து பூமியின் வட பிராந்தியக் கூடைக்குள்ளே ஓவொன்றாக நிரப்பியவாறு நேர்த்தை வியர்வை மனிக்கூட்டில் அனந்து உழைப்புக் கடமையில் ஈடுபடுகின்றது வண்ணத்திப் பூச்சிகளாக புறாக்களாக வட்டமிடும் தும்பிகளாக கொக்குகளாக கிளிகளாக குருவிகளாக காற்றடிக்கும் திசையில் பணிமலர் இதழ்கள் சிறகடிக்கின்றன

உபரி எடையை, கொழுப்பை மட்டுப்படுத்தி இளையையை அழகை இழுத்துப் பிடிக்கும் முயற்சியில் முன்வீடுத் தலைவாசலில் நின்றவாறு உடம்பை மூடிய மனித உருவமொன்று கைகால் அசைத்து உடற்பயிற்சியில் நேர்த்தைக் கடத்துகின்றது

செய்த நன்றியின் மனப்பதிவை ஜந்தறிவால் காட்டுகின்ற அருமையான வளர்ப்பு நாய்களுடன் ஆண்கள் பெண்கள் குறுநடை, வேகநடை போகின்றனர்.

குளிர் உடை அணிந்த முகிற் கூட்டம்

இனிய நிகழ்வுகளை ரசித்தவாறு,

பல இன மலர்களால் பூசை செய்துகொண்டு உலக அன்னையை வணங்கியவண்ணம் அசைந்து செல்கின்றது.



முத்துராஜா



நீண்டநாள் வாழ நினைத்ததை அடைய நோய் தடுக்கும் வழிமுறைகள்

## அமிலச்சுரப்பு



தமிழ்நியாச வாழ்வு

N. செல்வசௌதி  
(Diploma in Yoga Therapy India)  
416.617.5721/416.289.2033  
(After 7 pm)

உலகில் 40 சதவீதத்துக்கும் அதிகமா நோர் மாதம் ஒரு முறையேனும் சந் திக்கும் பிரச்சினை அசிட்டி (Acidity) எனும் அமிலச்சுரப்பு. வயிறு வலியோ, நெஞ்செரிச்சலோ வந்தால் பொத்தாம் பொதுவாக அமிலச்சுரப்பு என்று சொல்லி விடுகிறோம். மருந்துக் கடைகளில் அசிட்டி மருந்துகளை வாங்கி உட்கொண்டு நிவாரணம் தேடிக்கொள்ளும் நமக்கு அது தற்காலிக நிவாரணமே என்பது தெரிவதில்லை. அதாவது நோய் வரும் பட்சத்தில் மருந்து மாத்திரை உதவியோடு நோயை தற்காலிகமாக விரட்டி விடுகிறோமே தவிர நோய் வராமல் தடுப்பதற்கான நடவடிக்கைகளை நாம் மேற்கொள்வதில்லை.

**அமிலச்சுரப்பு என்றால் என்ன?**  
தமிழில் அமில நிலை என்பதை ஆங்கிலத்தில் அசிட்டி என்று சொல்லலாம். நாம் சாப்பிடும் உணவு இரைப்பைக்குச் சென்றதும் இரைப்பையில் உள்ள குழாய்களில் அமிலமும் (Hydrochloric acid) பெப்சின் (Pepsin) எனும் நொதி நீரும் இன்ன பிற நொதிகளும் இணைந்து உணவைக் குழாக்குகின்றன. அந்த இரைப்பைக் குழாக்கு 'chyme' என்று பெயர். அந்தக் கூழ் சிறுகுடலுக்குச் சென்று தேவையான சத்துக்கள் உறிஞ்சப்பட்டு கழிவுகள் பெருங்கடல் வழியே வெளியேறுகின்றன. அமிலம் உணவை குழாக்குவதோடு உணவில் உள்ள தீவை செய்யும் பக்ரீயாக்களையும் அழித்து விடுகிறது. இயற்கையாகவே நம் உடலின் இயக்கம் இதுதான்.

நமது உணவுக் குழல் குழாய் போன்றவை நேராகவே இல்லாமல் பல அடுக்குகளைக் கொண்டவை. இதனால் தலைகழீான நிலையில் கூட நம்மால் உணவை உட்கொள்ள முடியும். உணவு செரிமனமான பிறகு இரைப்பையில் இருக்கும் வெற்றித்தை காற்று நிரப்பிக் கொண்டிருக்கும். நாம் உணவு உட்கொள்ளும்போது நீரும் காற்றும் இரைப்பையை நிரப்பி விடுவதால் காற்று எதிர் வழியில் சென்று ஏப்யமாக வெளிவருகிறது. காற்று எதிர் வழியில் வருவதுபோல் நொதிநேரோ, அமிலத்தால் நொதித்த உணவு எதிர்வழியில் எதுக் களிக்கும்போது உணவுக் குழாயில் ஏரிச்சல் ஏற்படுகிறது. இதுவே அமிலச்சுரப்பு.

பசிக்கும்போது சாப்பிடாமல் விடுவது அசிட்டிக்கான காரணங்களில் முக்கிய மானது. பசிக்கும்போது கைகள் கொரிக் குழாய்களும் அமிலம் சுரக்கும். அப்போது நாம் உணவை உட்கொண்டால் அமிலம் உணவை கூழாக்கிடும். அந்நேரத்தில்



சாப்பிடாமல் இருந்துவிட்டால் அமிலம் இரைப்பையின் உட்புறச் சவரை அரித்துவிடும். இப்படியாகத் தொடர்ந்து சுவர் அரிக்கப்பட்டுக் கொண்டே வந்தால் அது நாளாடைவில் அல்சராக மாறி விடுகிறது. நமக்கு சில நேரங்களில் திடீரென தொண்டையில் தீப்பிடிப்பது போன்ற ஏரிச்சலோடு இருமல் வரும். உடனே தண்ணீரை

குடித்து அந்த ஏரிச்சலைப் போக்குவதற்கு போராடுவோம் வயிற்றிலிருக்கும் கைகள் ரோகுகளோரிக் அமிலம் பிய்ச்சி அடித்து தொண்டைக்கு வருவதால் ஏற்படும் விளைவுதான் இது.

இரைப்பையும் உணவுக் குழாயும் சந்திக்கும் இணைப்புக்கு அமிலம் வரும் போது தசைகள் பிடித்துக் கொள்ளும். இதனால் பயங்கர வலி ஏற்படும். பலர் இதனை மாரடைப்பு என்று தவறாக நினைத்துக் கொள்வர். இரைப்பையும் உணவுக்குழலும் சந்திக்கும் இணைப்புதலாரும் போதுகூட இரைப்பையில் இருக்கும் உணவுப்பொருள் உணவுக் குழாய்குச் செல்லலாம்.

**அமிலச்சுரப்புக்கான காரணங்கள்**

- உடல் பருமன் உள்ளவர்களுக்கு பொதுவாக செரிமான பிரச்சினை இருக்கும். இதன் காரணமாக அசிட்டி ஏற்படும்.
- கோப்பி, ரீ குடிக்கும் போது இரைப்பைக்கும் உணவுக் குழலுக்குமான இணைப்புதலால் அமிலச்சுரப்பு வரலாம்.
- காற்றடைக்கப்பட்ட பானங்களைப் பருகும் போது அதில் உள்ள வாய் எதிர்வழியில் வெளியேறும்போது அசிட்டி ஏற்படும்.
- அல்காலோல் பயன்பாடு மற்றும் புகைபிடிப்பதால் உணவுக்குழல் பாதிப்படைவதால் அசிட்டி ஏற்படும்.

(தொடர்ச்சி 20ஆம் பக்கம்...)

## மநந்தில்லா வர்ம மநத்துவம்

மூட்டு வலிக்கு முடிவு

- முழங்கால் வலி - Knee Pain
- முதுகு வலி - Back Pain
- தோள்பட்டை வலி - Shoulder Pain
- கீல் வாதம் - Arthritis Pain

போன்றவற்றை நீக்கும் வர்ம சிகிச்சை

தனிப்பட்ட சிகிச்சைகளுக்கும் பயிற்சிகளுக்கும் தொடர்புகொள்ளவும்

### YOGA CLASSES

#### Tapscott & Finch

- Saturday: 8:30am & 10:30am
- Sunday: 8:00am, 9:30am & 11:00am
- Monday: 9:30am & 7:00pm



More info:

**N. செல்வசௌதி மாஸ்ரர்** (யோகாசன ஆசிரியர், வர்மக்கலை நிபுணர்)  
**416.617.5721**      **416.289.2033**

#### Markham & Elson

- Tuesday: 6:30pm

#### Markham & Ellesmere

- Wednesday: 7:00pm
- Thursday: 7:00pm



# பெண்களுக்கு எதிரான வன்கிகாருமைகளில் திரைப்படங்களுக்கும் பங்கு உள்ளது!

## சில்லுக்கருப்படி' திரைப்பட இயக்குநர் ஹலிதா சமீம் நேர்காணல்

### சந்திப்பு: கண்ணன்

தமிழில் 2019இல் வெளியான திரைப்படங்களில், ரசிகர்களின் வரவேற்றையும் விமர்சகர்களின் பாராட்டுக்களையும் பெற்ற ஒரு சில படங்களில் 'சில்லுக்கருப்படி' திரைப்படமும் ஒன்று. நான்கு வர்க்கங்களை சேர்ந்த, நான்கு விதமான மனிதர்களின் 'காதல்' கதைகளைக் கோர்த்து, 'அன்புதான் மனித வாழ்வின் அடித்தளம்' என்பதை அழகாகச் சொல்லி எல்லோருடைய பாராட்டுக்களையும் குவித்துள்ளார், இயக்குநர் ஹலிதா சமீம். வாழ்த்துகளோடு அவரிடம் பேசினோம்,

பொதுவாக ஒரு பெண் திரைத்துறைக்குள் நுழைந்து சாதிப்பது சிரமம். அதுவும் இல்லாம்ய சமூகத்திலிருந்து வந்து சாதிப்பது இன்னும் சிரமானது. எப்படி உங்களால் இந்த சாதனையை நிகழ்த்த முடிந்தது?

எனது குடும்பத்திலிருந்து நான் முதலில் வெளியே வரவில்லை. அம்மாதான் முதலில் வெளியில் வந்து சாதிக்க ஆரம்பித்தார். எனது சொந்த ஊர் தாராபுரம். எனது அம்மா மரியம் உல் ஆகியா ஓர் அரசியல்வாதி. அவர், அரவங்குறிச்சித் தொகுதியில் 1991-1996 காலகட்டத்தில்

அதிமுக சார்பில் போட்டியிட்டு, தமிழக சட்டமன்ற உறுப்பினராக இருந்தவர். அம்மாவுக்கு தொகுதியில் ரொம்ப நல்ல பெயர். அவரின் ஆதரவு இருந்ததால்தான் என்னால் இவ்வளவு தூரம் வரமுடிந்தது.

நான் படித்தது எல்லாமே கொடைக்கானல் தான். இளம் வயதிலிருந்தே எதிர்காலமே திரைத்துறைதான் என்று கூறி வந்தேன். எனது உறவினர்கள் பலரும் என் விருப்பத்துக்கு எதிராக இருந்தனர். ஆனால், அவர்கள் என்னைப் பற்றி என் அம்மா விடம் என்ன சொல்கின்றனர் என்பதைக் கூட, எனது அம்மா என் காதுகளுக்குக் கொண்டுவரமாட்டார். அந்தாவுக்கு என்னை ஊக்கப்படுத்தினார். அந்த, ஊக்கத்தால்தான் எந்தத் தங்கு தடையும் இல்லாமல் திரைத்துறைக்குள் வர முடிந்தது.

**நீங்கள் திரைத்துறைக்கு வந்தது எப்படி?**

நான் கல்லூரி படித்து முடித்ததும் உதவி இயக்குநராக நீண்ட வருடம் பணியாற்றினேன். உதவி இயக்குநராக திரைத்துறைக்குள் நுழைய ஆரம்பத்தில் கொஞ்சம் கடினமாக இருந்தது. அதன்பிறகு, புஷ்கர் காயத்ரி, மிஷ்கின், சமுத்திரக்கனி ஆகியோரிடம் உதவி இயக்குநராக பல

படங்களில் பணிபுரிந்தேன். அதன்பிறகு, 'பூவரசம் பீப்பி' படத்தை இயக்கினேன். தற்போது 'சில்லுக்கருப்படி'. அடுத்த படம் 'ஏலே' வரும் ஏப்ரலில் படப்பிடிப்பு



முடித்துவிட்டு வெளியீட்டுக்கு தயாராக உள்ளது.

தமிழில் பெரும்பாலும் ஒரே கதையைத் தான் படமாக எடுப்பார். ஆனால், நிங்கள் நான்கு கதைகளை இணைத்துள்ளீர்கள்? வெற்றி பெறுவோமா என்ற பயம் இருந்ததா?

ஒரே திரைப்படத்துக்குள் பல்வேறு கதைகள் கொண்ட பல படங்களைப் பார்த்து நான் ரசித்துள்ளேன் வியந்துள்ளேன். கதை சுவாரசியமாக இருந்தால் மக்கள் ஏற்றுக்கொள்வர் என்ற நம்பிக்கை என்னுள் இருந்தது. அதே போல, வெற்றியும் பெற்றது. இது ஒரு சிறிய முதலிட்டில் உருவான படம். என்றாலும், நடிகர் குர்யாவின் பெரிய நிறுவனம் வெளியிட்டது. எனவே, சுலபமாக மக்களிடம் படத்தை கொண்டு சேர்க்க முடிந்தது.

படத்தை வெளியிட்ட சூர்யா என்ன சொன்னார்?

அவருக்கு இதிலுள்ள கதைகள் என்ன வென்று தெரியாது. படமாகத் தெரியும். அவ்வளவுதான். கதை கேட்டு அவர் தயாரிக்கவில்லை. படத்தை வெளியிட்டு உதவினார். படம் வெற்றிபெற்றில் அவருக்கு மிக சந்தோஷம். எனக்கும் ரொம்ப சந்தோஷம். எல்லோரும் ரசிப்பிர்என்பது தெரியும். ஆனால், இப்படிக் கொண்டாடுவர் என்று எதிர்பார்க்க வில்லை. எனக்கு இது பெரிய வியப்பு தான். ஜோதிகா பார்த்துவிட்டு மிகவும் பாராட்டினார். சூர்யா இந்தப் படத்தை வெளியிட்டதால்தான் இவ்வளவு பெரிய வரவேற்புக் கிடைத்திருக்கிறது. இல்லை யென்றால் நான் படத்தைக் கூவிக்கூவி

(தொடர்ச்சி 20ஆம் பக்கம்...)

## BEST DEAL FROM ROGERS



### Unbeatable Cell Phone Deals

- Home Phone
- Tamil Channels
- High Speed -150mbps Unlimited Internet (Free advanced WiFi Modem)
- Home phone /Internet /Digital Basic TV

Call For Best Deal

\$35/M 2Gb

\$45/M 4GB

\$50/M 6Gb

\$55/M 8GB

\$65/M 10GB

No Contract

Canada wide free call

Unlimited world wide text message

Free unlimited calls for

- INDIA
- PAKISTAN
- CHINA
- SINGAPORE
- Japan
- Korea
- Malaysia and Indonesia

### Best Internet Offer for Students

Ignite 1gb unlimited internet with free advance wifi modem

தமிழில் தொடர்புகளுக்கு:

SANJAY : 416.315.2917

# சித்தர்கள் வாழ்ந்த சிறப்புப் பெற்ற சித்தன்கேணி ஊர்

கணபதிப்பிள்ளை மாரிமுத்து  
கனடா



## பகுதி - 01

சித்தர்கள் வாழ்ந்து சிறப்புப் பெற்ற ஊரான சித்தன்கேணியின் பெருமைகளையும், அங்கு வாழும் மக்களின் பண்பாட்டு விழுமியங்களின் சிறப்பினையும், நம் முன்னோர் எப்படி வாழ்ந்தனர் போன்றவற்றையும் நாம் அனைவரும் அறிந்து கொள்ள இக்கட்டுரை படைக்கப் படுகிறது.

தமிழ் நாட்டிற்கும், ஈழத்திற்கும் இடையே சமய கலாச்சாரத் தொடர்புகள் நீண்ட காலமாக இருந்து வருகின்றது. இவ் வகையில் சித்தர்கள் ஈழத்தின் வடபகுதிக்கு வந்த இடத்தில் இவ்வார் பெரிய வளவிற்கு வந்து வாழ்ந்து தனுவேடைப் பதியிலே ஒர் அரசுமரத்தின் நிழலின்கீழ் சிவலிங்கம் ஒன்றை வைத்து சிவபூசை மேற்கொண்டனர். தங்களது பூசை வழி பாட்டிற்காக இங்கு ஒரு கேணியும் அமைத்தனர். சிவனின் தேரோடும் வீதி யில்தான் அக்கேணி அமைந்துள்ளது. சித்தர்கள் கேணிகள் அமைத்து வழிபட்ட இடமாகியதால் சித்தன்கேணி என்ற வரலாற்றுப் பெயர் வரலாயிற்று. சித்தர்களினால் பூசிக்கப்பட்ட சிவலிங்கதலமே இன்று பிரசித்திபெற்ற சிவசிதம்பரேஸ்

வர் ஆலயமாக விளங்குகின்றது. தல விருட்சங்கள் உள்ள இடங்களில்தான் தெய்வங்களை உருவாக்கி வழிபடும் முறை அன்று தொட்டு உள்ளது. இதற்குச் சான்றாக அரசுமரங்கள் உள்ளன. சித்தர்கள் சித்த வைத்தியத்திலும், மாந்திர கத்திலும் திறமைசாலிகள். அக்காலத்தில் பாம்பு போன்ற விஷக் கடியினால் மக்கள் பெரிதும் கஸ்டப்பட்டனர் இவர்கள் தம் சித்தின் மூலம் விஷக்கற்களை கேணியில் பதித்தனர். இதனால் இப்பகுதியில் பாம்புக் கடி போன்ற விஷப் பாதிப்புகள் ஏற்படாது என்பது நீண்ட கால நம்பிக்கையாகும்.

சித்தர்களால் சிறப்புப் பெற்ற நம் ஊர் பற்றி சூருக்கமாகப் பார்ப்போம்.

கோட்டை எனப்படுகிறது.

அடுத்து மாவடிச் சந்தியில் இருந்து மூளாய்ச் சந்திவரை உள்ள வீதி மூளாய் வீதி எனப்படும். மஹா கணபதிப் பிள்ளையார் ஆலயத்திற்கு முன்னால் செல்லும் வீதி பிள்ளையார் கோவில் முன்வீதி என அழைக்கப்படுகிறது. இவ் வீதி துறட்டிப்பனை வரை சென்றடையும். அடுத்ததாக சிவன் கோவிலைச் சுற்றி யூன்ஸ் வீதி சிவன் வீதி எனவும் வீதிக்கு முன்பாக உள்ளது கலைவாணி வீதி என்றும் அழைக்கப்படும். இந்துக்



சிவன் கோவில் பிள்ளையார் கோவில்

மேற்கு வீதி வழக்கம்பரை, சுழிபுரம், மூளாய் ஊடாக காரைநகருக்கும், தெற்கு வீதி வட்டுக்கோட்டை, அராவி ஊடாக யாழ்ப்பாணத்திற்கும் சென்றடையும். கிழக்கில் இருந்து மேற்கு செல்லும் வீதி மானிப்பாய் வீதி எனவும், வடக்கில் இருந்து தெற்கு நோக்கிச் செல்லும் வீதி தெல்லிப்பனை வீதி எனவும் அழைக்கப்படும்.

சித்தன்கேணிக்கும் சங்கானைக்கும் இடையில் அமைந்திருக்கும் பெரிய மதகின் ஊடாக அந்திரான் வாய்க்கால் என அழைக்கப்படும் பெரிய வெள்ள வாய்க்கால் செல்கிறது. மழை நீர் பெருக்கெடுக்கும் சமயங்களில் வெள்ளம் இவ் வாய்க்கால் ஊடாக ஓடக்கரை சென்று வழுக்கை ஆற்றை அடைந்து பின்கடலில் சங்கமிக்கின்றது. இதனைச் சுற்றி வயலும், பனை சூழ்ந்த இடமாகக் காணப்படுகின்றது. இவ் வாய்க்கால் செல்லும் பகுதியில்தான் ஒரு குளமும், துறட்டிப்பனை முத்துமாரி அம்மனின் ஆலயமும் அமைந்திருக்கின்றது.

அடுத்ததாக மூளாயில் பிள்ளையார் கோவிலுக்கு முன்பாக ஆரம்பித்து தொல்புரம், பிளவத்தை, பன்னழை, சித்தன்கேணி ஊடாக சங்கானை அரசடி வைரவர் கோவிலுக்கு அருகிலுள்ள டச்சக் கோட்டைவரை செல்வது 'டச் வீதி' என அழைக்கப்படுகிறது. டச்சக்காரர் இந்நாட்டை தம்வசம் வைத்திருந்த பொழுது பொன்னாலை வரதராஜப் பெருமாள் கோவில் கட்டிடங்களை இடித்து அந்தக் கற்களை இந்த வீதிகளின் வழியாகவே மக்கள் மூலம் சுமக்கப் பண்ணிக்கட்டப்பட்டதே சங்கானையில் அரசடி வைரவர் ஆலயத்திற்கு அருகே நிறைவு பெறாது காணப்படும் கட்டிடம் டச்

கல்லூரிக்கு பக்கத்தால் உள்ள வீதி கலட்டி வீதி. இது துறட்டிப்பனை மண்ணோட்டை சென்றடையும். இந்துக் கல்லூரிக்கு முன் செல்லும் வீதி கலைநகர் வீதி எனப்படும். பெரும் வீதிகளைத் தவிர்ந்த நீண்டு செல்லும் ஒழுங்கைகளும் உள்ளன. அவற்றைவிட மேலும் சில வளவுகளுடன் முடிவுறும். சிறு ஒடுக்கமான ஒழுங்கைகளை குச்சி ஒழுங்கை என்பர். பெரும் வீதியில் இருந்து உள் செல்லும் வீதிகளுக்கு முன்பு பெயர்கள் இருக்கவில்லை. மாவடிச் சந்தி, புளியடிச் சந்தி, இலுப்பையடிச் சந்தி என்றுதான் கூறுவர். இப்போ அச்சந்திகளில் இருந்த குறிப்பிட்ட மரங்கள் எல்லாம் வெட்டப்பட்டு விட்டன. அதனால் அப்பெயர்களும் அருகிவிட்டன.

## நிர்வாக அமைப்பு

ஆரம்ப காலங்களில் மணியகாரன், உடையார், விதானையார் என்ற முறை இருந்தது. தேசவுமை முறை மூலம் ஊர் நிர்வாகம் நடந்தது. பின்பு கிராமசபை முறை வந்து உள்ளூர் நிர்வாகத்தை நடத்தினர். தற்பொழுது எமது ஊருக்குரிய நிர்வாக அலகுகள் அயல் கிராமத்தில் இருந்தே செயற்படுகின்றன. பிரதேசசபை அலுவலகம், காவல் நிலையம் என்பன வட்டுக்கோட்டையிலும், பிரதேச செயலகம், பொதுச்சந்தை என்பன சங்கானை யிலும் உள்ளன. கடந்த காலங்களில் கிராமசபை தலைவராகவும் பின்பு ஊருவான பிரதேச சபையிலும் இந்த ஊர் மக்கள் தலைவர்களாக இருந்துள்ளனர். பலர் சமாதான நீத்வான்களாக இருக்கின்றனர். நீதிமன்றத்திற்கு மல்லாகம் அல்லது யாழ்ப்பாணம் செல்ல வேண்டும். தொடரும்...

**COMPUTER from \$49.00**

Laptop from \$99.00

Laser Printer from \$79.00

Laser Toner from \$14.00

Computer, Monitor with Keyboard and Mouse WHOLE SET \$99.00

WE FIX COMPUTERS, LAPTOPS

All Zone Electronics  
3500 McNicoll Ave, Unit 1  
Scarborough, Ontario M1V 4C7  
416-273-9020

**INTERNET STARTS FROM \$25**

CABLE INTERNET or PHONE LINE INTERNET

• Internet • Home Phone • TV • IPTV

Call: 416-508-5878



# அமில்...

## 15ஆம் பக்கத்தொடர்ச்சி

• ஆஸ்துமா, இரத்த அழுத்தம், இதயக் கோளாறுகள் கூட அசிடிட்டிக்குக் காரணமாக அமைகிறது.

நமது முன்னோர் காலத்தில் அமிலச்சுரப்பு மற்றும் செரிமானப் பிரச்சினைகள் அதிகமாக இல்லை. செரிமானத்துக்கான பொருட்களை உணவிலேயே சேர்ந்து சாப்பிடுவதுதான் நம் உணவுக் கலாச்சாரம். இன்றைய நவநாகரிக உலகில் வழக்கொழிந்து போய்க் கொண்டிருக்கும் அவ்வுணவு முறைக்கு மீள்வதுதான் அசிடிட்டியை விரட்டுவதற்கான ஒரே வழி; “அள்ளித் தினிச்ச அற்பாயிக்...”

“நொறுக்கத் தின்னா நூறாயிக்” என்கிற பழ மொழியும், “வாய்ல செரிக்காததா வயித்துல செரிக்கப்போது”, என்ற பழமொழியும் நமக்கு எவ்வாறு உணவை மென்று குவைத்துச் சாப்பிட வேண்டும் என்பதை விளக்குவதாக உள்ளது.

உணவுப் பொருளை அரைத்து நொறுக்குவதற்குத்தான் வாயில் பற்கள் இருக்கின்றன. நாமோ ஏனோதானோவென மென்று நன்றாக அரைப்பாத உணவை இரைப்பைக்கு அனுப்புகிறோம். இது அசிடிட்டியை உண்டாக்குகிறது.

### அமிலச்சுரப்பைத் தூண்டும் காரணிகள்

அதிக கார உணவு, துரித உணவு, கொறிக்கும் உணவு போன்றவற்றை அடிக்கடி சாப்பிடுவது, காலை உணவைத் தவிர்ப்பது, சரியான நேரத்தில் உணவை சாப்பிடாமல் இருப்பது, பசிக்கும் நேரத்தில்

சத்துள்ள உணவு வகைகளைச் சாப்பிடாமல் நொறுக்குத் தீவிகளால் வயிற்றை நிரப்புவது, இரவில் தாழ்தமாக



உறகுவது, கவலை, மன அழுத்தம், போன்றவை அசிடிட்டி ஏற்படுவதைத் தூண்டுகிறது.

### தீர்க்கும் வழிகள்

நேரத்திற்கு உணவை சாப்பிடுதல் அதுவும் தேவையான அளவுக்குச் சாப்பிடுதல், காரம் மிகுந்த மசாலா கலந்த, எண்ணையில் பொரித்த, புளிப்பு ஏறிய

உணவுப் பண்டங்களைத் தவிர்த்து விடுதல், ஒரே நேரத்தில் வப்பியு நிறைய சாப்பிடுவதை விட அவ்வப்போது சிறிது சிறிதாக சாப்பிடுதல் போன்ற முறைகளால் அசிடிட்டியை தவிர்க்கலாம்.

வேக வைத்த, ஆவியில் அவித்த உணவு மற்றும் நீர்ச்சத்து மிக்க காய்கறிகளையும், பழங்களையும் உணவில் அதிகரித்துக் கொண்டால் அசிடிட்டியைத் தவிர்க்கலாம். அவசரமாகச் சாப்பிடுவதைத் தவிர்த்து நிதானமாக மென்று சாப்பிடும் பழக்கத்தை ஏற்படுத்திக் கொள்ள வேண்டும். சாப்பிட்டவுடன் படுக்காமல் சுமார் இரண்டு மணி நேரம் கழித்துப் படுக்கச் செல்ல வேண்டும். இவையெல்லாம் ஓரளவு அசிடிட்டியை தவிர்க்கும். இந்த முயற்சி களுக்குப் பின்பும் அசிடிட்டி இருந்தால் தகுந்த மருத்துவரின் ஆலோசனைப் பெறுவது நலம்.

# பெண்களுக்கு...

## 17ஆம் பக்கத்தொடர்ச்சி

விற்றிருக்கும் நிலைமை வந்திருக்கும்.

‘சில்லுக் கருப்பட்டி’ என்ற பெயரை என் தேர்வு செய்தீர்கள்?

படம் பார்த்து முடிக்கும்போது, பார்த்தோருக்கு நிச்சயம் ஒரு சந்தோஷமான மனினிலை வரும் என்ற நம்பிக்கை எனக்கு இருந்தது. அதனால், பொக்கே, பூங் கொத்து, சாக்கெலட் பாக்ஸ் போன்ற பல் வேறு தலைப்புகளை யோசித்தேன். அப்போதுதான், ‘சில்லுக்கருப்பட்டி’ என்பது நினைவுக்கு வந்தது. தமிழருக்கு, குறிப் பாக தமிழக மக்களுக்கு நன்கு தெரிந்த பெயர் இது. விரும்பும் இனிப்பு. ஒரு பெட்டியில் சில்லு சில்லாக இனிப்பான கருப்பட்டி இருக்குமல்லவா? அப்படித் தான், நான்கு கதைகளும் இருப்பதால் ‘சில்லுக்கருப்பட்டி’ என்று வைத்தேன்.

யத்தில் வசனம் நல்ல வரவேற்புப் பெற்றிருக்கிறதே?

என்னுடைய பெரிய பலமே வசனம்தான். அப்படியே எனக்குக் கொட்டும். இயல் பாகவே வந்துவிடும். கதை எழுத ஆரம் பிக்கும்போதே வசனத்திலிருந்துதான் ஆரம்பிப்பேன். அதற்காக மெனக்கெட்டேன் என்பதைவிட அதுதான் நன்றாக வரும்.

நான்கு கதைகளிலுமே இனிப்பான காதல் உள்ளதே? நீங்கள் பார்த்த நிபந்தனையைற்ற காதல் என்றால் எதைச் சொல்விர்கள்?

நிபந்தனையைற்ற காதல் என்பது மனித நேயம்தான். ஒர் உறவை மீறி மனிதத்தின் மீது காதல் இருக்கவேண்டும். நான் அதைத்தான் சொல்லியுள்ளேன். அதுதான் நிபந்தனையைற்ற காதல்.

இப்பத்தில், புதுமுக நடிகர்களும் கவனம் ஈர்த்திருக்கின்றனர் அவர்களை எப்படி தேடி கண்டு பிடித்தீர்கள்?

திரைக்கதை, வசனம் எழுதுவதற்கும் இயக்குவதற்கும் நான் அதிகம் மெனக்கெடவில்லை. ஆனால், நடிகர்களைத் தேர்வு செய்ததுதான் கொஞ்சம் கடினமாக இருந்தது. ஒவ்வொரு பகுதிக்கும் சென்று மைதானங்களில் விளையாடிக் கொண்டிருக்கும் சிறுவர்களைப் போய் பார்த்தோம். கடைசியாக, சென்னை புளியிந்தோப்பில் விளையாடிக் கொண்டிருந்த பசங்களைப் பிடித்து வந்து நடிக்க வைத்தோம்.

இந்த நான்கு கதைகளில் எது உங்களுடைய விருப்பமான கதை?

எல்லாமே இதயத்திற்கு நெருக்கமானது. நான்கும் நிறைய ரசித்து எழுதி கதைகள். இப்படம் எனது இரண்டு வருட கடுமையான உழைப்பு. ஒரு கதையை எழுதி முடித்துவிட்டு படப்பிடிப்புக்கு போவோம். அடுத்தடுத்த கதைகளையும் இப்படித்தான் எடுத்து முடித்தோம். அதனால், எல்லாமே எனக்கு விருப்பமானது தான்.

நான்கு கதைகளிலுமே மருத்துவம் பிரதானமாக வருகிறதே?

நம் மக்களிடம் உடல்நலம் குறித்த அக்

கறை கொஞ்சம் குறைவதான். எனவே, அது குறித்த ஒரு கவனம் எல்லோருக்கும் இருக்கவேண்டும் என்று நினைத்தேன். அதனால், எல்லாக் கதைகளிலும் மருத்துவதையும் சேர்த்தேன். வெளிநாடுகளில் இருப்பதுபோல், நம் மக்களிடம் மருத்துவ விழிப்புணர்வு இல்லை. அதற்காகவே, தனியாக ஒரு படம் பண்ணுவேன்.



தமிழ் திரைத்துறை துறையில் பெண் இயக்குநர்கள் குறைவாக உள்ளனரே, என்ன காரணம்?

எனக்கும் தெரியாது.

உலகளவில் இந்தியாவில்தான் பெண் களுக்கெதிரான பாலியல் வன்கொடு மைகள் அதிகமாக உள்ளது என்று அறிக்கைகள் சிறுகின்றன. ஒரு பெண் படைப்பாளியாக இது குறித்து என்ன நினைக்கிறீர்கள்?

ஒரு படைப்பாளியாக என்னால் இப்பிரச்சினைக்கு படைப்பின் மூலமாக என்ன செய்ய முடியும் என்றுதான் நினைக்க முடியும். படைப்பின் மூலம் பெண்கள் மீது பெரிய மரியாதையை ஏற்படுத்தவேண்டும் என்று நினைக்கிறேன். எனென்றால், வெறுமென திரைத்துறைகளில் காட்டுவது போன்ற விழிப்புணர்வு இருக்கிறது. அதாவது, குழந்தைகள் மற்றும் பெண்களுக்கு எதிராக நடக்கும் எல்லா விழியங்களுக்கும் போராடவேண்டும் என்று உறுதியாக உள்ளேன்.

நான் மூன்று கதைகளை முடித்தபிறகு நான்காவது கதைக்கு, அவரிடம் நடிக்கக் கேட்டேன். மகிழ்ச்சியோடு ஒப்புக்கொண்டார். சமுத்திரக்களின் ரொம்பம் உதவியாராக வேலை பார்த்த பெண் என்கிற ஆணவை இல்லை. ஒர் இயக்குநராக அவருக்கு என்மீது பெரிய மதிப்பு உண்டு.

உங்கள் இயக்குநர் சமுத்திரக்களியை இயக்கி அனுபவம் எப்படி இருந்தது?

நான் மூன்று கதைகளை முடித்தபிறகு நான்காவது கதைக்கு, அவரிடம் நடிக்கக் கேட்டேன். மகிழ்ச்சியோடு ஒப்புக்கொண்டார். சமுத்திரக்களின் ரொம்பம் உதவியாராக வேலை பார்த்த பெண் என்கிற ஆணவை இல்லை. ஒர் இயக்குநராக அவருக்கு என்மீது பெரிய மதிப்பு உண்டு.

தமிழில் உங்களுக்குப் பிடித்த இயக்குநர்?

நிறையப் பேர் இருக்கின்றனர். பாலாஜி சக்திவேல், வசந்தபாலன், அமீர் போன்றோர் பிடிக்கும். ‘காக்கா முட்டை’ மனி கண்டனின் ‘ஆண்டவன் கட்டளை’ மிகவும் பிடித்த படம். அடுத்தாக அவருடைய ‘கடைசி விவசாயி’ படத்திற்காக எதிர்பார்த்துக் கொண்டிருக்கின்றேன்.

# TUTORING

By Qualified & Experienced Tutors

- CHEMISTRY, PHYSICS, BIOLOGY
- FUNCTIONS, ADV. FUNCTIONS
- CALCULUS & VECTORS, DATA MGT
- SCIENCE, MATH, ENGLISH

GR 9- 12 , UNIV. 1st & 2nd Yrs, "Affordable Fees"

Call 647 341 8975 / 647 869 3974 / 416 385 5956  
www.keentutoringcentre.com

**KEEN**  
TUTORING CENTRE

காலை விளையாட்டு நிறைய

✓ High School ACADEMIC & UNIVERSITY  
✓ IB & AP PROGRAMME  
✓ MCAT Classes  
✓ EQAO GR 3 & 6

# மரபுரிமை நாளில் - தமிழ்



சோதனைகள் பல தான்டி, பொய்கையிலே பொற் தாமரை மலரில் தோன்றி அவைதனில் அங்கீகாரம் பெற்ற இறை மொழியே தமிழ் அகரம் முதலாய் உயிராய், மெய்யாய், உயிர் மெய்யாய், உருவாகி ஆதி மொழி என மூவேந்தர் காலத்தில் ஆட்சி செய்த முத்த மொழி வாய் மொழி, இலக்கணம், இலக்கியம், இடைநடை, எதுகை, மோனை வல்லினம், மெல்லினம், இடையினம், தன்மை, முன்னிலை, படர்க்கை என எந்த மொழிச் சொற்களிலும் இல்லாத இன்பம் தரும்சொற்கள், எங்கள் முத்த தமிழ் மொழியில் உண்டென்பதை நாம் யாவரும் அறிவும் ஆத்திகுடி, கொன்றைவேந்தன் நன்நெறிகளையும் தந்த ஒளைவையும் அகிலம் போற்றும் வள்ளுவனார் தந்த வான்புகழ் திருக்குறளும் தமிழே உயிர்த்தமிழ் தோற்றுமும் வளர்ச்சியும் கண்டு மக்கள் சிலர் உலகத்தில் இருந்து தமிழை மறைக்க முயல்வதை நாம் அறிவோம் ஆங்கில மொழியோ உலகெங்கும் பேசப்படும் ஒரு பொது மொழியாகும் ஆனால் அகிலம் முழுவதும் வாழும் ஒரு செம்மொழி தமிழ் மொழியே தாம் வழி வந்த தமிழ் மொழி, அதனை நாம் தவறாது காத்திட வேண்டும் தாயினும் மேலாய் நாம், தமிழூக் காத்திட மறந்தால் தமிழ் அழிந்தே போயிடும் குடும்ப மொழியாய் கொண்ட தமிழை, புலம்பெயர் நாடுகளில் பெற்றோர் குதாகலமாய் வீட்டில் பிள்ளைகளோடு தவறாது பேசிப் பழகவேண்டும் பிறக்கும் பிள்ளைகளுக்கு தமிழில் தாலாட்டுப்பாடி பாலுட்டி வளர்க்க வேண்டும் பிள்ளைகள் ஏட்டில் பயில்வதை இயல்பாய் கொண்டிடச் செய்ய வேண்டும். பாரதிபாடிய தமிழ் பாடல்களை பிள்ளைகளைக் கொண்டு பாடலை பாடவைப்போம் பாரினில் எம் தமிழ்மொழி பாங்குடன் வாழ்ந்திடப் பாடுபடுவோம் ஏட்டினில் எழுதி எழுதி எம் இனத்துக்கு ஊக்கம் கொடுப்போம் என எழுவோம் புலம்பெயர் தமிழர் நாம் இணைவோம் இன்றைய மரபுரிமைத் திங்களில்

கவிநாதம் பரந்தாமன்



## 07-Feb-2020 தெப்புசுற் அன்று பரத நாட்டிய வசூப்புகள் ஆர்ப்பம்

**நிருத்திய கலாவேத்திர நாட்டிய மன்றம்**  
Niruthya Kalashesthira Dance Academy

இந்தியா பக்தமுரி அமையார் இலக்குமண்ணிலீர் மாண்பியும்,  
பல சிறப்புப் பட்டங்கள் பெற்றவருமானார்

**மீந்மதி. செல்வானந்தி சுதமுர் M.A  
Smt. Selvananthy Sukummar**

M.A in Dance (Annamalai University)  
நட்டுவாங்க கலைமன்றி (ஆண்டனாமலையைப் பல்கலைக்கழகம்)  
Dip. நாட்டிய கலைமன்றி (யாழி, பல்கலைக்கழகம்)  
பரதகலை வித்தாரர் (வட இலங்கை ரங்கந்தி ரஸை).  
சிறந்த நடன ஜியக்குள்ளாரும், 24 வருட கற்பித்தல் அலூபவழுக்கடையார்.



- Exams
- Stage Program
- Arangetram



Markham / Ajax / Scarborough / Stouffville  
For More Info:

**416-278-5345 / 416-754-9047**

## Leasing(Rental), Buying, Selling & Investing

இனைவருக்கும் எனது கிணிய கைப்பொங்கல் நல்வாழ்த்துக்கள்!

Rossland & Church  
Ajax



Attached/Townhouse  
2 BR / 1 WR

Sheppard & Meadowvale  
Scarborough



Semi-Detached  
3 BR / 2 WR

16th/Kennedy  
Markham



Attached/Townhouse  
3 BR / 3 WR

Taunton & Garrard  
Whitby



Detached  
4 BR / 4 WR

**Rathiga Thillaivannan** B.com  
Sales Representative

**647.839.0079**

rathiga24@hotmail.com

www.rathigahomes.com

Bus: 905.201.9977 Fax: 905.201.9229

HomeLife/Future Realty Inc., Brokerage\* 7-205 Eastwale Dr, Markham ON. L3S 4NS

# ROYAL MEDICAL AND PROFESSIONAL CENTRE

UNITS AVAILABLE FOR SALE



Raja Mahendran\*\*  
416.315.9397



Gulshan Sharma\*\*  
416.407.5911



**SUITABLE FOR:**

- Dentists
- Pharmacists
- Medical Labs
- Chiropractors
- Physiotherapists
- Family Physicians
- Lawyers
- Accountants
- Real Estate
- Mortgage Brokerages
- Insurance & Financial Services
- Other Professionals

**Retail not permitted**

2225 Markham Road, Scarborough



76 Church St. Richmond Hill



5215 Finch Ave. E, Scarborough



DON'T MISS THIS OPPORTUNITY TO OPERATE YOUR BUSINESS IN YOUR OWN PLACE

For More info. Call:

**HomeLife / GTA Realty Inc.** Brokerage\*  
**416.321.6969**

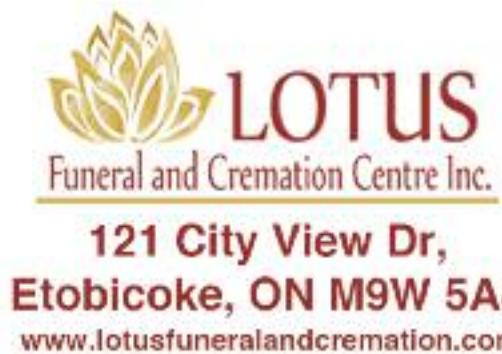
5215 Finch Ave. E., #203, Toronto ON. M1S 0C2

# Proud to be serving you through these two Funeral Homes!

GTA EAST



GTA WEST



- :: Family owned and operated for over 70 years
- :: On-Site Crematorium
- :: East Toronto location just off Hwy 401,
- :: West Toronto location just off Hwy 401, 410,
- between Kennedy Road and Midland Ave
- 427 & 407 North of Belfield Rd and East of Hwy 27
- :: Affordable funeral plans to meet your budget
- :: Beautiful Facility With Up To 500 Seating

State of the art technology

Financing plans available for both preplanned funerals and at-need funerals  
 Diverse staff to care for your needs, honour your traditions and speak your language  
 Travel Repatriation Insurance available (**\$495.00 only**) for your lifetime coverage

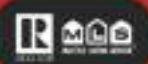
**Patricia Peter BBM**  
*Licenced Funeral Preplanning Director  
 Licenced Insurance & Investment Advisor*

Direct: **416-834 5753**  
 Email: [advisorp10@gmail.com](mailto:advisorp10@gmail.com)



*“Serving With Dignity, Compassion and Excellence”*

# BUYING & SELLING REAL ESTATE

Bridle Rd / Gulfstream  
Oshawa

\$679,000



Detached - 3 BR / 3 WR

14th Ave / Markham Rd  
Markham

\$1,070,000



Detached - 3 BR / 3 WR

Kennedy / Sheppard  
Scarborough

\$529,000



Condo-2 BR / 1 WR

Morningside/Old Finch  
Scarborough

\$949,000



Detached - 6BR / 5 WR



CENTURY 21.  
Innovative Realty Inc.  
(416) 298-8383  
3-2250 Markham Rd,  
Scarborough, ON

## Thaas Sivathason

*sales representative*  
[realtorthaas@gmail.com](mailto:realtorthaas@gmail.com)

# 416.562.0340

YOUR PROPERTY SOLD IN 45 DAYS.  
**GUARANTEED**



## ச. வெங்கடேசனுக்கு கியல்விருது - 2019

கனடா தமிழ் இலக்கியத் தோட்டம் 2019ஆம் வருடத்திற்கான இயல் விருது என அழக்கப்படும் தமிழ் இலக்கிய வாழ்நாள் சாதனையாளர் விருதை 1989இல் இருந்து இன்றுவரை தமிழ் இலக்கிய உலகில் தீவிரமாக இயங்கி வரும் கவிஞரும், எழுத்தாளரும் அரசியல் வாதியுமான திரு. ச. வெங்கடேசன் அவர்களுக்கு வழங்குவதில் பெருமை யடைகிறது. இந்தப் பரிசு விருதுக் கேடைமும் 2,500 டொலர் பணப்பரிசும் உள்ளடங்கியது.

இவர் மதுரை மாவட்டம் ஹார்விப்டியில் சுப்புராம் மற்றும் நல்லம்மாள் தம்பதி யினருக்குப் பிறந்தவர். பன்னிரெண்டாம் வகுப்பு விடுமுறையில் தனது முதல் கவிதை நூலினை வெளியிட்டுள்ளார். இளங்கலை வணிகியில் படித்தவர். இதுவரை 4 கவிதை தொகுப்புகள், 5 கட்டுரை தொகுப்புகள், 2 புதினங்கள், ஒரு கிராஃபிக் நாவல் எழுதியிருக்கிறார்.

இவர் எழுதிய முதல் நாவலான காவல் கோட்டம் நாலுக்கு 2011ஆம் ஆண்டுக்கான சாகித்ய அக்காதமி விருது வழங்கப்பட்டது. இந்த விருதை பெற்ற எழுத்தாளர்களில் ஆக இளம் வயதினர் ச. வெங்கடேசன் என்ற பெருமை அவருக்குண்டு. முதல் நாவலுக்கே இவ்விருதினைப் பெற்ற

முதல் எழுத்தாளர் இவரே. இந்நாவல் மதுரையின் காவல் உரிமையை மையப்படுத்தியது. சுமார் 600 ஆண்டுகாலப் பயணத்தினாடே மதுரையின் காவல் உரிமை கைமாறிய கதையை விரிவாக பேசுகிற நாவல். காலனிய அரசத்தினால் மக்கள் திரளின் உரிமை

தொடங்கியபோது என் மூத்த மகள் யாழினி பிறந்தார். எழுதி முடித்தபோது அவர் என் தோனுக்கு இணையாக வளர்ந்திருந்தார். நாவலுக்காக 10 ஆண்டுகள் உழைத்தேன். இதற்காக நான் இழந்தது அதிகம்.”



யும் நேர்நிலையில் நின்று மோதும்போது உருவாகும் கொந்தளிப்பை பெரும் சித்திரமாக விரித்துள்ள நாவல்.

வசந்தபாலன் இயக்கத்தில் 2012இல் வெளிவந்த அரவான் திரைப்படம் இந்த நாவலை அடிப்படையாகக் கொண்டது. காவல் கோட்டம் பற்றி வெங்கடேசன் இவ்வாறு சொல்கிறார். “நாவல் எழுதத்

இவர் ஆண்த விகடனில் 111 வாரங்கள் எழுதிய வீரயுக நாயகன் வேள்பாரியின் தொடரை வாசகர்கள் தமிழக இலக்கிய சரித்திரத்தில் இதுவரை காணாத வகையில் வரவேற்றனர். உலகெங்கும் இருந்து வாசகர்கள் அடுத்த வாரத்துக்காக ஏங்கி காத்திருந்தனர். இவருடைய புகழ் தமிழ் உலகம் முழுக்கப் பரவ இந்த நாவல் காரணமாகவிருந்தது. சங்க இலக்கியத்தில் சில வரிகளில் அறியப்பட்ட வள்ளலும், வேளிர்குலத் தலைவனுமான பாரியை சேர சோழ பாண்மை மன்னர் மூவரும் ஒன்றினைந்து போர்தொடுத்தும் தோற் கடிக்க முடியாத கதையை இந்த நாவல் சொல்கிறது. இதனுடைய வெற்றி இன்று தமிழ் உலகமெங்கும் ஒலித்துக் கொண்டிருக்கிறது.

இவர் மார்க்கிலி பொதுவுடமைக் கட்சியின் முழுநேர ஊழியர். அத்துடன் தமிழ் நாடு முற்போக்கு எழுத்தாளர் சங்கத்தின் மாநிலத்தலைவர். 2019இல் நடந்த இந்திய நாடாஞமன்றத் தேர்தலில் மதுரைத் தொகுதியில் மார்க்கிலி

பொதுவுடமைக் கட்சியின் வேப்பாளராகப் போட்டிட்டு ஒரு ஸ்டக்டுக்கும் அதிக மான வாக்குகளால் வெற்றியீடியவர். இவர் மக்களைக் கவர்ந்திருக்கும் பேச்சாற்றல் கொண்டவர். இவருடைய நாடாஞமன்ற உரைகள் புகழ் வாய்ந்தவை. இவர் நாடாஞமன்றத்தில் தமிழின் மேன்மைக்காக வைத்த கோரிக்கைகளும், அவதானிப்புகளும் பிரசித்தமானவை.

‘தமிழ் நாகரிகம் உருவான காலத்தை பள்ளிப் பாடப் புத்தகத்தில் கி.மு.ஆறாம் நாற்றாண்டு என மாற்ற வேண்டும்.’ ‘சமஸ்கிருதத்துக்கும் தமிழுக்கும் ஒருவித போட்டியும் கிடையாது. சமஸ்கிருதம் தமிழிலும் பார்க்க 700 வருடங்கள் இளமையானது. நாம் என் இளமையான ஒரு மொழியிட்ட சண்டை போடப் போகிறோம்.’

ச.வெங்கடேசன் தமிழ் நாட்டிலும், வெளி நாடுகளிலும் மேடைகளில் தமிழின் மேன்மையை பரப்பி வருகிறார். தமிழின் தொன்மை பற்றியும், கீழடி ஆய்வு தரவுகளின் தாக்கம் பற்றியும் தொடர்ந்து விழிப்புணர்வு சொற்பொழிவுகள் ஆற்றுகிறார்.

இவர் தன் மனைவி பி.ஆர்.கமலா வடனும், பிள்ளைகள் யாழினி, தமிழின் உடனும் மதுரையில் வாழ்ந்து வருகிறார். இயல் விருது வழங்கும் விழா ரொறொன்றோவில் 2020 ஜூன் மாதம் வழைபோல நடைபெறும்.

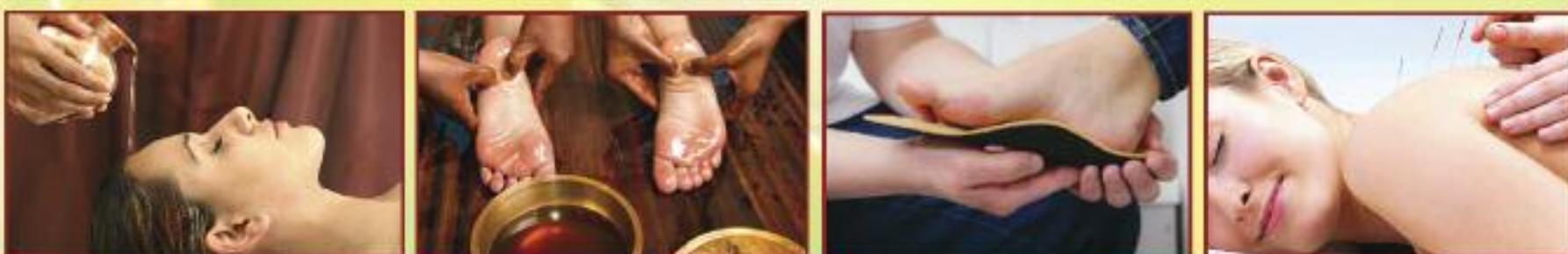
# Nallur Clinic for Rehab & Ayurveda

## பாரம்பரிய பஞ்சகர்ம விதிமுறைகளுடன் கூடிய பக்க விளைவுகளற்ற சித்த மருத்துவ சிகிச்சை

எலும்பு நோய்கள், நீரிழிவு, கல்லீரல், சிறுநீரகம், சுவாசாசயம் சம்பந்தமான நாட்பட்ட நோய்களுக்கும் மூலநோய், முட்டுவாதம், பழைய நோயு, குடற்புண், மலச்சிக்கல், நித்திரையின்மை போன்ற நோய்த்தன்மைகளுக்கும் உள், புற சிகிச்சைகள் வழங்கப்படும்.

அத்துடன் சகல ஆயுர்வேத மருந்துகள், மூலிகைகள், சூரணங்கள், பேதி மருந்து மற்றும் தலைவலி நினைவாற்றல், முடிஉதிர்தல், சர்மவியாதி போன்றவற்றிற்கான எண்ணேய வகைகளும் விற்பனைக்குண்டு.

### Service Provided:



- Ayurveda Treatment & Medicines
- Acupuncture
- Massage Therapy
- Nursing Services
- Orthotics, Orthopedic Shoes
- Compression Stockings

( Private Insurance Benefit can be used )

## Isai Siddha - Ayurveda Academy of Canada (ISAAC)

அரச அனுமதி பெற்ற ஆயுர்வேத Diploma வகுப்புகளும் Certificate Courseகளும் நடைபெறுகின்றன. ஆயுர்வேத உட்புற, வெளிப்புற சிகிச்சைகளுக்கான பயிற்சிகளும் அளிக்கப்படும். சித்திபெற்றவர்களுக்கு City License பெற்றுத்தரப்படும்.

அத்துடன் தனிப்பட்டவர்களுக்கு Diabetic Education, Weight Reduction, தலைவலி மனஸ்முச்சி, விந்து குறைதல், உணவுப்பாதை சம்பந்தமான வியாதிகளுக்கான சிகிச்சை வகுப்புக்களும் நடைபெறுகின்றன.

**Diploma Course:**  
**Siddha – Ayurveda Medicine And Pharmacy**  
**Certificate Course:**  
**Ayurveda Panchakarma Therapist**

Our academy also offers General Courses and workshops for anyone need of Ayurveda care

**Ratna Vijayanathan**

BSc. N, RN(Can), DAM&S(Col), R.Ac(Can).  
Doctorate in Siddha-Ayurveda Medicine.

**416.335.4111 / 416.831.4536**

infonallurclinic@gmail.com | ratvijay@hotmail.com | www.nallurclinic.ca

**3021 Markham Road Unit 52, Scarborough ON, M1X 1L8**



# കടർപ്പാക്കിയിൽ കിംവാവു നന്മൈക്കാ?



கந்தராஜ் இந்திராஜ்  
indtarajah@gmail.com

**கடற் பாசி, நீர்ப்பாசி:** வீடுகளில் மீன் தொட்டி இருந்தால் அதன் அடிப்பகுதியில் சிறு மனற் பரப்பில் சின்னஞ்சிறு தாவரங்கள் இருப்பதைப் பார்த்திருக்கலாம். இவை பாசித் தாவரங்கள் எனப் படும். இப்பாசித் தாவரங்கள் குளங்கள், ஏரிகள், ஆறுகள், கடல்களின் அடிப்பகுதியில் முளைத்துச் செழிப்பாக வளர்ந்திருக்கும். இவை நீருக்கடியில் தரையில் முளைத்திருப்பதால் சாதாரணமாக நம் கண்களுக்குத் தெளிவாகத் தெரி வதில்லை. பாசி வகைகள் பஞ்ச போல் மென்மையானவற்றிலிருந்து கரடு முரடானவை வரை பலவகைகள் உண்டு.

ழுமியில் வளரும் பல தாவரங்கள் மூலிகைகளாகப் பயன்படுவதைப் போன்று கடல் தாவரங்களான பாசிகளும் மருந் தாகப் பயன்படுகிறது. உலகம் முழுவதும் பாசிகள் (ஆல்கா) 18,000 இனங்கள் உள்ளன. இவற்றில் நான்கு வகைகள் உள்ளன. பச்சை பாசி, ஊதா பச்சை பாசி, பழுப்பு பாசி மற்றும் சிவப்பு பாசி. இவற்றில் பழுப்பு பாசி மிகவும் பெரியதாக வளரக்கூடியது. இவை குளிர்ந்த கடல்

நீரிலும், பனிக்கடலிலும் நன்கு வளர்கிறது. இவை 300 அடி நீளத்திற்கு வளர்கின்றன. உலகில் உள்ள மிகபெரியனவாகவும் உள்ளன. எல்லாப் பாசி வகைகளும் சூளோராஸ்பில் (Chlorophyll) என்றழைக் கப்படும் பச்சையம் உடையதாகும். இது சூரியக்கதிர்களை ஈர்த்து, அவற்றைக் கொண்டு தங்களுக்கு வேண்டிய உணவைத் தயாரித்துக் கொள்கின்றன. இலங்கை மன்னார் வளைகுடா கடல் பகுதியில் கிடைக்கும் கட்டக்கோரை, பக்கோடா பாசி, மரிக்கொழுங்கு மற்றும்



கஞ்சிபாசியில் 240 வகையான மூலப் பொருட்கள் தயாரிக்கப்படுகிறது. இந்த மூலப் பொருட்களைக் கொண்டு மருந்துப் பொருட்கள், உணவுப் பொருட்கள், துணி சலவை பவுடர் உள்ளிட்ட பலவகையான பொருட்கள் தயாரிக்கப் பயன்படுவதாக மீனவர்கள் கூறுகின்றனர்.

## ಕಟற್ಪಾಸಿ      ಕಟಲೋರ      ಸಮುಕಂಕಳಾಲ್

நூகரப்படும் மூல உணவாகும். சிலியில் தொல்பொருள் ஆய்வுகளின்படி, கடற் பாசித் தாவரங்கள் மனிதரால் சுமார் 14,000 ஆண்டுகளாகப் பயன்படுத்தப் பட்டுள்ளன. ஆசியாவில் கூட 3,000 ஆண்டுகளாகப் பயன்படுத்தப்பட்டுள்ளன. ஆயிரக்கணக்கான ஆண்டுகளாக, நமது முன்னோர் உகந்த ஊட்டச்சத்துக்காக கடற்பாசித் தாவரங்களை சாப்பிட்டனர் என்று அறிகிறோம். கடற்பாசித் தாவரங்கள் பண்டைய சூப்பர் உணவு என்று அழைக்கப்படுகிறது. இது ஆரோக்கியம் மற்றும் நீண்ட ஆயுளுக்கான நமது முதாதையரின் இரகசியமாக இருந்தது. ஓர் உணவாக இருந்த கடற்பாசி நூகரவு மேற்கத்திய உலகில் பெரும்பாலும் மறைந்துவிட்டது. இப்போது நிலமை மாறுகிறது. மேற்கத்திய உலகெங்கிலும் கடற்பாசிச் தாவரங்கள் மீதான ஆர்வம் அதிகரித்துள்ளது. சுகாதார உணர் வள்ளவர்கள் மற்றும் உணவு ஆர்வ லர்கள் கடற்பாசித் தாவர உணவுகளான சுவி ரோல்ஸ் (shushi rolls) மற்றும் மிசோ குப் போன்றவற்றைப் பரிசோதனை செய்யத் தயாராக உள்ளனர். கடற்பாசிசைவ உணவு உண்போருக்கு (vegan or vegetarian diet) ஒரு நல்ல ஊட்டச்சத்துக்கள் கூடிய உணவு ஆகும்.

உலகெங்கிலும் உள்ள பாறைக் கரையோரங்களில் கடற்பாசித் தாவரங்கள் வளர்கின்றன. ஆனால் இது பொதுவாக ஆசிய நாடுகளான ஜப்பான், கொரியா மற்றும் சீனா போன்ற நாடுகளில் கூடுதலாக உண்ணப்படுகிறது. சுவாரஸ்யமாக, ஜப்பானிய மக்களின் அதிக அயோடின் உட்கொள்ளல் அவர்கள் உலகின் ஆரோக்கியமான மக்களாக இருப்பதற்கு ஒரு காரணமாகக் கருதப்படுகிறது. இவ்வணவு சுவி ரோல்ஸ், சுப்கள், அவியல்கள் (stews), சாலாட்டுகள் (kombu), மற்றும் மிருதுவாக்கிகள் (smoothies) உள்ளிட்ட பலவகை உணவுகளில் பயன்படுத்தப்படலாம். உலர்ந்துகடற்பாசித் தாவரங்கள் பெரும்பாலான ஆசிய மளிகை கடைகளில் மௌலிய வறண்ட தாள்கள் ('நோரி' என்று அழைக்கப்படும்) பொதிகளாக நீங்கள் காணலாம். நேரடியாகவோ அல்லது சுப்களில் பாவித்து நன்மையடையலாம்.

அதிக சத்தானதான கடற் பாசிச் தாவரங்களின் 7 அறிவியல் பூர்வமான நன்மைகள் இவை:

1. கடற்பாசித் தாவரங்கள் அயோடின் செறிவுட்டப்பட முலத்தையும் ரைனோசின் (Tyrosine) எனப்படும் அமினோ அமிலத்தையும் கொண்டுள்ளது. உங்கள் தை ரொய்ட் சுரப்பி ஒழுங்காக செயல்பட உதவுகிறது.

2. கடற்பாசித் தாவரங்கள் அயோடின், இரும்பு, மக்னீசியம் மற்றும் கல்சியம் உள்ளிட்ட பல்வேறு வகையான வைட்ட மின்கள் மற்றும் தாதுக்களைக் கொண் டுள்ளன. சில வகை கடற்பாசிகளில் அதிக அளவு வைட்டமின் பி 12, ஒமேகா

-3 கொழுப்புகள் கூட இருக்கிறது.

- கடற்பாசித் தாவரங்கள் வைட்டமின்கள் ஏ, சி மற்றும் ஈ, கரோற்ரெனாய்டுகள் மற்றும் ஃபிளாவனாய்டுகள் (carotenoids and flavonoids) போன்ற சேர்மங்கள் பரந்த அளவிலான ஒக்சிஜனேற்றத்தை தடுக்கிறது (antioxidants). உங்கள் உடலின் செல்களை (cells) சேதத்திலிருந்து பாதுகாக்கின்றன.

4. கடற்பாசித் தாவரங்கள் நார்ச்சத்து மற்றும் சர்க்கரைகளைக் (Polysaccharides) கொண்டுள்ளன. இவை இரண்டும் குடலில் உள்ள பக்ரீயாக்களுக்கான உணவு ஆதாரங்களாகப் பயன்படுகிறது. இந்த நார்ச்சத்து நல்ல பக்ரீயாக்களின் வளர்ச்சியை அதிகரிக்கும் மற்றும் குடல் ஆரோக்கியத்தை வளர்க்கும்.

5. கடற்பாசித் தாவரங்கள் பசியை தாமதப் படுத்துவதன் மூலம் எடையைக் குறைக்க உதவக்கூடும். ஏனெனில் இதில் சில கலோரிகள் மாத்திரமே உள்ளன. நார்ச் சத்து மற்றும் ஃபுகோக்சாந்தின் (fucoxanthin) ஆகியவற்றை நிரப்பு கின்றன. அதிகரித்த வளர்ச்சிதை (metabolism) மாற்றத்திற்குப் பங்களிக்கிறது.

6. கடற்பாசித் தாவரங்கள் கெட்ட கொழுப்பு, இரத்த அழுத்தம் மற்றும் இரத்த உறைவு (blood clots) போன்ற இதய நோய் அபாயத்தைக் குறைக்க உதவுகிறது.

7. கடற்பாசித் தாவரங்களில் உள்ள ஃபுகோக்சாந்தின் (Fucoxanthin), அல்ஜி னேற் (alginate) மற்றும் பிற சேர்மங்கள் உங்கள் இரத்த சர்க்கறை அளவைக் குறைக்க உதவும். இதன் விளைவாக நீரிழிவு (வகை 2) நோயின் அபாயத்தைக் குறைக்கலாம்.

கடற்பாசித் தாவரங்களினால் சாத்தியமான ஆபத்துகள் கூட உண்டு. ‘அளவுக்கு மிஞ்சினால் அமிர்தமும் நஞ்சு’ என்ற பழமொழி இங்கும் பொருந்தும். இவை கூடிய அளவு அயோடின் கொண்டிருப் பதனால் தினமும் அதிகம் உட்கொள்ளல் தெரோய்ட் செயல்பாட்டைப் பாதிக்கும். ரூனா மீன் (Tuna), சுறா, கிங் கானாங் கெஞ்சுத்தி (King Mackerel) மற்றும் கடற்பாசித் தாவரங்களில் காட்பியம், பாதரசம் மற்றும் ஈயம் போன்ற நஞ்சு கள் உலோகங்கள் (toxic heavy metals) சிறிய அளவில் கொண்டிருக்கக்கூடும். உங்கள் உகந்த சுகாதார நலன்களுக்காக, இந்தப் பண்டைய மூலப்பொருளை சிறிய அளவில் உட்கொள்ளல் நன்மை தரும். தெரோய்ட் மற்றும் இரத்தம் உறைதல் போன்ற அறிகுறிகளுக்கு மருந்துகள் பாவிப்பர். வைத்தியரின் ஆலோசனைப் பெற்று இதனை பாவிக்கலாம்.

ஸ்பைரුලිනா ரு குளோரெல்லா: ஸ்பைரුலිனா (Spirulina) எனும் நீலப் பச்சைபாசி அதில் சிறப்பான ஒன்று. ஸ்பைரුலිனா மற்றும் குளோரெல்லா (chlorella) ஆகியவை தாதுக்கள் நிறைந்த நன்னீர் குளங்களில் வளர்க்கப்படும் ஊட்டச்சத்து அடர்த்தியான கடற்பாசிச் தாவரங்கள் ஆகும். உலகின் மிகப்பழைய மான பக்ரியாவானது ஸ்பைரුலිனா.

(தொடர்ச்சி 37ஆம் பக்கம்...)

**BASEMENT FOR RENT****NEILSON & FINCH**

2 Bedrooms bsmr for rent. Sep. entrance, parking. Single or couple preferred. Close to all facilities. Avail. immediately.

தொடர்புகளுக்கு: **416.303.8801**

**MCCOWAN & STEELES**

2 Bedrooms for rent in a basement. Sep. entrance. Close to all facilities.

Avail. February 01, 2020.

தொடர்புகளுக்கு: **905.472.8528**

**MARKHAM & STEELES**

2 Bedrooms for rent in a basement. Sep. entrance, parking, laundry. Close to all facilities.

Avail. February 01, 2019.

தொடர்புகளுக்கு: **416.587.6564 / 647.678.0611**

**MARKHAM & STEELES**

Brand new 2 bedrooms bsmr for rent. Sep. entrance, private laundry. Also 1 bedroom for rent. Avail. immediately.

தொடர்புகளுக்கு: **416.826.8811**

**BRIMLEY & STEELES**

1 Bedroom bsmr for rent. Sep. entrance, parking, laundry. Close to TTC, bus.

Avail. immediately.

தொடர்புகளுக்கு: **416.786.5816**

**MARKHAM & 14TH AVENUE**

2 Bedroom bsmr for rent. Sep. entrance, 1 parking, laundry. Rent\$1000. Close to all facilities.

Avail. immediately.

தொடர்புகளுக்கு: **416.833.8691**

**KENNEDY & EGLINTON**

1 Bedroom bsmr for rent. Sep. entrance, Parking. single preferred. Close to all facilities.

Avail. immediately.

**Call 416.759.9859 After 4:00pm**

**9TH LINE & 16TH AVENUE**

2 Bedroom newly renovated bsmr for rent. Sep. entrance, Parking, laundry. 5 mints to transit, schools. Avail. Immediately.

தொடர்புகளுக்கு: **647.395.5914**

**MORNINGSIDE & FINCH**

1 Bedroom bsmr for rent. Sep. entrance, Parking, laundry, internet, utilities. Close to all facilities.

Avail. Immediately.

தொடர்புகளுக்கு: **416.918.1096**

**MARKHAM & STEELES**

1 Bedroom walkout bsmr for rent. Sep. entrance, parking. Close to all facilities.

Avail. immediately.

**647.402.4435 / 647.339.2560**

**MCCOWAN & DENISON**

2 Bedroom bsmr for rent. Sep. entrance, laundry, parking, internet. Family preferred. Close to all facilities.

Avail. immediately.

**647.680.3167/905.294.8316**

**SCARB.GOLF CLUB & ELLESMORE**

2 Bedroom bsmr for rent. Sep. entrance, parking, laundry, internet, utilities.

Close to all facilities. Avail. immediately.

**905.471.2444 / 647.998.0181**

**BASEMENT FOR RENT****NEILSON & SHEPPARD**

2 Bedroom & 2 washroom bsmr for rent. Sep. entrance, parking, laundry. Close to TTC, mall. Avail. immediately.

**416.400.3462 / 416.856.3542**

**HWY 7 & NINTH LINE ( MARKHAM )**

2 bedroom new bsmr for rent \$975 / 1 Room for rent \$550. Parking. Female preferred. Avail. immediately.

தொடர்புகளுக்கு: **647.505.1131**

**MCLEVIN & MORNINGSIDE**

1 Bedroom bsmr apt. for rent. Sep. entrance. Close to Malvern mall, TTC, UofT. No pets or No smoking. Avail. Anytime.

தொடர்புகளுக்கு: **416.834.1081**

**MARKHAM & DENISON**

1 Bedroom bsmr for rent. Sep. entrance, open kitchen. Student preferred. Rent \$800. No smoke, no Alcohol & no pets.

**647.855.2148/647.985.6101**

**BASEMENT FOR RENT****MCCOWAN & BRIMORTON**

2 Bedroom bsmr for rent. Sep. entrance, parking, laundry. Close to all facilities.

Avail. February 01, 2020

**Contact : 647.300.3535**

**BASEMENT FOR RENT****KENNEDY & LAWRENCE**

2 Bedroom bsmr for rent. Sep. entrance, parking, laundry. Rent+ utilities 40%. Couple OR family preferred. Close to facilities.

Avail. February 01, 2020

**647.710.1761 / 647.758.8321**

**BASEMENT FOR RENT****KENNEDY & EGLINTON (Near Subway)**

2 Bedroom , living area & Kitchen. private entrance, Convenient location. Washroom & other facilities. Working couple or studwnts preferred. Neat & clean. Parking also.

**Please call: 647.719.5853**

**BASEMENT FOR RENT****ROSSLAND & CHURCH**

Brand new 2 Bedroom bsmr for rent. Sep. entrance, parking, laundry. Rent+ utilities 40%. Couple or small family preferred. Close to facilities.

Avail. immediately.

**647.290.5918 / 416.856.7547**

**வீடு, அறை, நிலஅறை (BSMT), கட்டிடம் வாடகை / விற்பனை விளம்பரங்களை 5 நாட்களுக்கு முன்பாகத் தரவும்.**

**ROOM FOR RENT****MORNINGSIDE & SHEPPARD**

1 Master Bedroom with washroom for rent. Can be shared by 2 people. (Couple or 2 female students). Avail. Immediately.

தொடர்புகளுக்கு: **647.532.6841**

**BROCK & TAUNTON (Pickering)**

1 Bedroom room for rent. Laundry, internet, utilities. Single Female or Students Preferred. Avail. immediately.

தொடர்புகளுக்கு: **647.924.6099**

**WARDEN & FINCH**

1 Bedroom room for rent. Cable, internet, utilities. Single Preferred. Close to TTC, hospital, school. Avail. immediately.

தொடர்புகளுக்கு: **416.704.4444**

**ORTON PARK & LAWRENCE**

1 Bedroom for rent. Parking, laundry. Male preferred. No smoking & No drinking. Avail. immediately.

**647.707.0457 / 647.857.9536**

**KENNEDY & LAWRENCE**

1 Room for Rent. Parking, laundry. Close to all facilities.

Avail. immediately.

தொடர்புகளுக்கு: **647.923.8283**

**MARKHAM & EGLINTON**

1 Room for rent in an apartment. Parking, Internet. Close to all facilities.

Avail. immediately.

தொடர்புகளுக்கு: **647.657.3535**

**MCCOWAN & ELSON**

1 Room for rent. Parking, internet. Close to all facilities.

Avail. immediately.

தொடர்புகளுக்கு: **647.761.6484**

**9TH LINE & 14TH AVENUE**

1 Room for rent. Parking, laundry. Close to YRT & all facilities.

Avail. immediately.

**416.648.1987 / 416.669.3549**

**BRIMLEY & EGLINTON**

1 Room for rent. Laundry, internet. No smoke. Close to all facilities.

Avail. immediately.

**416.294.0193 / 416.892.7762**

**PHARMACY & FINCH**

2 Rooms for rent in main floor. Attached washroom. Unlimited internet. No alcohol. Close to all facilities. Avail. immediately.

**416.201.1222 / 647.261.0216**

**BASEMENT FOR RENT****NEILSON & MCLEVIN**

2 Bedroom bsmr for rent. Sep. entrance, laundry. No parking. Couple or 2 students preferred. No smoking. Close to mall, TTC & all facilities. Avail. immediately.

தொடர்புகளுக்கு: **416.439.9156**

மேலும் பக்கங்கள் 29, 30, 31, 32, 33

**HOUSE FOR RENT****MCCOWAN & LAWRENCE**

3 Bedroom house (Main floor) for rent. Parking, laundry. Close to all facilities. Avail. immediately.

தொடர்புகளுக்கு: **647.678.2599**

**NEILSON & FINCH**

4 Bedroom house for rent. Parking, laundry. No pets. Close to all facilities.

Avail. February 01, 2020.

**416.754.4608 / 647.771.1187**

**MORNINGSIDE & JOHN STONER DR**

3+1 Bedroom house for rent. Parking, laundry. Family Preferred. Close to all facilities. Avail. February 01, 2020.

தொடர்புகளுக்கு: **416.951.1369**

**LAWRENCE & OVERTURE**

3 Bedroom house for rent. Parking, laundry. Family Preferred. Close to all facilities. Avail. February 01, 2020.

தொடர்புகளுக்கு: **416.931.1165**

**MIDLAND & LAWRENCE**

3 Bedroom house for rent. Parking, laundry. Close to all facilities.

Avail. immediately.

தொடர்புகளுக்கு: **416.417.9027**

**BASEMENT FOR RENT****MARKHAM & DENISON**

2 Bedroom +2 washroom brand new bsmr for rent. Sep. entrance, Parking, laundry.. Close to all facilities. Avail. Immediately.

தொடர்புகளுக்கு: **647.588.2533**

**BASEMENT FOR RENT****NEILSON & HWY 401**

2 Bedroom bsmr for rent. Sep. entrance, parking, laundry, internet. Rent+ utilities . Family preferred. Close to facilities.

Avail. February 15, 2020

தொடர்புகளுக்கு: **416.587.9118**

**BASEMENT FOR RENT****DIXIE & FINCH**

2 Bedrooms walkout bsmr for rent. Parking, laundry, internet. Close to pickering mall.

Avail. immediately.

**647.880.4522 / 647.269.5717**

**BASEMENT FOR RENT****MORNINGSIDE & NIGHT STAR**

2 Bedroom brand new bsmr for rent. Parking, laundry, utilities. Couple preferred. Close to all facilities. Avail. immediately.

தொடர்புகளுக்கு: **416.332.1513 / 647.980.1513**

**BASEMENT FOR RENT****SHEPPARD & ROUGE RIVER**

2 Bedroom bsmt for rent.  
Sep.entrance, laundry.  
Close to all facilities.  
Avail.immediately.

தொடர்புகளுக்கு: **647.709.4746**

**ROOM FOR RENT****MCLEVIN & TAPSCOTT**

4 Bedrooms for rent.  
Female students preferred.  
Close to all facilities.  
Avail.immediately.

தொடர்புகளுக்கு: **647.778.8375**

**CONDO FOR RENT****KENNEDY & HWY 401**

1 Bedroom condo for rent.  
Parking, laundry, utilities. Close to all facilities. Avail. February 01, 2020.  
தொடர்புகளுக்கு: **647.808.0406**

**DIXIE & BLOOR (MISSISSAUGA)**

4 Bedroom condo for rent.  
Rent \$2500+Parking+utilities.  
Close to all facilities. Avail. immediately.  
**905.399.7652 / 647.448.5263**

**வீடு வாடகைக்குபெற்றிட/கொடுத்திட**

வாடகைக்கு வீடுகள், Condo.,  
Bsmtsபோன்றவற்றை Scarborough,  
Markham, Mississauga, Brampton,  
Ajax பகுதிகளில் பெற்றிட  
அழையுங்கள்: **647.402.2937**

**CONDO. FOR RENT****KENNEDY & HWY 401**

1 bedroom + den. 2 full bathrooms.  
700 square feet. Appliances included:  
laundry and dryer, fridge/freezer,  
dishwasher, oven/stove, 1 parking.  
Pl.call: **+1(647) 937.8834**

**CONDO FOR RENT****MCCOWAN & EGLINTON**

3 Bedroom & 1½ wasroom condo for rent. Rent in all inclusive.  
Utilities (Hydro, water, heating)  
Cable TV & Underground 1 parking.  
Contact Elango: **416.522.5651**

**CONDO FOR RENT****BIRCHMOUNT & LAWRENCE**

3 Bedroom brand new luxury condo for rent. Parking, swimming pool, gym, locker. Close to all facilities. Avail. immediately.

தொடர்புகளுக்கு: **416.561.3634**

**HOUSE FOR RENT****SALEM & ROSSLAND**

4 Bedrooms house for rent. Parking, laundry. Rent +70% utilities.  
Close to all facilities.  
Avail. immediately.

தொடர்புகளுக்கு: **647.767.4929**

**HOUSE FOR RENT****MORNINGSIDE & SHEPPARD**

4 Bedrooms house for rent / 1 bed room basement with sep.entrance.  
Family preferred.  
Close to all facilities.  
Avail. March 01, 2020.

**416.677.4009/647.523.9896**

**HOUSE FOR RENT****MARKHAM& STEELES**

3Bedroom house for rent.  
Parking, laundry. Family preferred  
Close to all facilities.  
Avail. immediately.

**647.400.3214 / 416.728.4835**

**HOUSE FOR RENT****WESTNEY RD. & RITCHIE RD**

3 Bedroom town house for rent.  
Parking, laundry.  
Close to go station & elementary school. Avail. immediately.

**647.656.6214/416.299.6214**

**HOUSE FOR RENT****HARWOOD & HWY 2**

3 Bedrooms house (main floor) for rent. Massive parking, laundry.  
Close to all facilities.  
Avail. immediately.

தொடர்புகளுக்கு: **416.899.9199**

**HOUSE FOR RENT****ELLESMORE & SCA.GOLF CLUB**

3 Bedroom banglow house for rent. Parking. Rent+utilities. No pets or no smoke. Close to all facilities. Avail. January 01, 2020.  
**647.998.0181 / 905.471.2444**

**CONDO FOR SALE****SCARBOROUGH**

2 Bedroom & 2 washroom condo for sale.  
Convenient location

Please contact for further details:  
**416.648.7283**

**BASEMRNT / ROOM FOR RENT****9TH LINE & BUR OAK**

Basement for rent. \$1000+30% utilities.  
1 Room also available for rent in main floor.  
Close to all facilities. Avail. immediately.

தொடர்புகளுக்கு: **416-884-3991**

**BASEMRNT FOR RENT****BRIMLEY & STEELES**

3 bedroom , large living room & 2 full washroom bsmt for rent.  
Sep. Entrance, Laundry in unit. Kitchen with appliance.  
Walking Distance from public school, Near Bus Stop,

தொடர்புகளுக்கு: **416.931.2332**

**HOUSE FOR RENT****BRIMLEY & LAWRENCE**

3 Bedrooms house for rent near **Thompson park**.  
Include parking. sep. laundry. Family preferred. Close to all facilities.  
No pets & no Smoke. Utilities Extra. Avail. immediately.

தொடர்புகளுக்கு: **437.888.7750**

**HOUSE / BASEMENT FOR RENT****BRIMLEY & BRIMORTON**

3 Bedroom **house(main floor)** for rent. Rent+utilities.  
Parking, laundry. Close to all facilities. Avail. immediately.  
2 Bedroom **bsmt** for rent. Sep. entrance. Rent+utilities.  
Avail. immediately. Family or couples preferred.

தொடர்புகளுக்கு: **647.649.9780**

**FOR SALE/LEASE****MARKHAM & ELLESMORE****Assignment Sale**

2 Bedroom +Den

**CONDO FOR LEASE****SHEPPARD & MARKHAM (Scarborough)**

2 Bedroom Condo for lease.

**HOUSE FOR SALE****BRADFORD**

4 Bedroom+3 washroom house for sale.

தொடர்புகளுக்கு: **416.709.5000**

**HOUSE/CONDO FOR RENT****HOUSE FOR RENT IN PICKERING**

3 Bedroom, 2full washroom + 1 powder washroom house for rent.  
Avai. Immediately.

**STAINES & MORNINGSIDE (Scarborough)**

4 Bedroom, 3 washroom house for rent.  
Avail. February 15, 2020.

**COND FOR RENT MIDLAND & LAWRENCE (Scarborough)**

1 Bedrooms+2 full washroom condo for rent. 1Parking, Avail. Feb.01, 2020

**NEILSON & MCLEVIN (Scarborough)**

1 Bedroom, 1 full washroom condo for rent. Utilities include. Avai. Immediately.

தொடர்புகளுக்கு: **647.686.8590**

**வாடகைக்கு****4 BR, 3 BR, 2 BR, 1 BR****House, Condo, Basement**

வாடகைக்கு உள்ளது

அழையுங்கள்.

**647.861.8240**

**SPACE FOR RENT****MARKHAM & NASHDENE**

from 200 to 600 sqft space for rent. Suitable for tutoring classes, dock level warehouse.

தொடர்புகளுக்கு: **647.880.1416**

## வாகன போக்குவரத்து

விமானநிலையம், நயகரா  
நீர்வீழ்ச்சி மற்றும் நீண்ட தூர,  
குறுகிய தூரப் பயணங்களுக்கு  
அழையுங்கள்: **416.880.5952**

## SALE / RENT

### MARKHAM & SHEPPARD

4 bedroom & 3 washroom  
house for Sale.

### NEILSON & SHEPPARD

2 bedroom & 2 washroom Houses for Rent.  
Kannan Kankesu: **416.834.4200**

## JUNK REMOVAL

பழைய இரும்பு பொருட்கள்,  
Electronics பொருட்கள்  
வீசுவதற்காக வைத்திருந்தால்  
இலவசமாக எடுக்கப்படும்.

**MOVING / DELIVERY AVAILABLE.**  
தொடர்புகளுக்கு:  
பிறேம் - **647.835.5244**

### உடனடி வாடகைக்கு, விற்பனைக்கு

வடிகள், ரெகான்டோக்கள்  
விற்க, வாங்க,  
வாடகைக்கு விட,  
வாடகைக்கு மற்றுக்கொள்ள  
அழையுங்கள்  
**Jey 416-816-9011**

## OFFICE SPACE FOR RENT

### MIDDLEFIELD & FINCH

Avail. immediately.

தொடர்புகளுக்கு:

**647.296.7932**

## HOUSE FOR SALE

### SCARBOROUGH

### KENNEDY & ELLESMORE

2 Bedroom condo apartment with one  
parking & very low maintenance fee for  
sale \$346,000.00

### AJAX

### WESTNEY & DELANEY

2 Bedroom brick detached bungalow  
with part finished basement & attached  
car garage for sale \$579,900.00

**416.917.0557**

Rajah Masillamany  
(HomeLife / Future Realty Inc.)

மேலும் பக்கங்கள் 28, 29, 31, 32, 33

## பராமரிப்பாளர் தேவை

RICHMOND HILLஇல் வாழும்  
வயதான பெண்மணி  
ஒருவருக்கு பெண்  
பராமரிப்பாளர் தேவை.

தொடர்புகளுக்கு: **647.404.0780**

## மணமகன் தேவை

யாழ். இந்து வேளாளர் குலத்தில்  
பிறந்த, கனடாவில் பட்டப்படிப்பை முடித்த  
Torontoவில் தொழில் செய்யும் 1976இல்  
பிறந்த Born again Christian பெண்ணுக்கு  
பட்டப்படிப்பு முடித்த Christian  
மணமகனை பெற்றோர் தேடுகின்றனர்.  
தொடர்புகளுக்கு: **416.834.2854**

## மணமகன் தேவை

இலங்கையில் வாழும் 1978இல்  
பிறந்த யாழ். இந்து வேளாளர்  
குலத்தைச் சேர்ந்த 4இல்  
செவ்வாய் உள்ள படித்த  
மணமகனுக்கு மணமகன் தேவை.  
தொடர்புகளுக்கு: **416.455.6017**

## மணமகள் தேவை

யாழ்ப்பாணத்தில் பிறந்து  
அவுஸ்ரேலியாவில் வாழும்  
30 வயதுடைய மணமகனுக்கு  
அவுஸ்ரேலியாவில் அல்லது  
கனடாவில் மணமகள். தேவை.  
தொடர்புகளுக்கு: **416.580.1340**

## மணமகள் தேவை

யாழ்ப்பாணத்தை சேர்ந்த இந்து வேளாளர்,  
அமெரிக்காவில் B.Sc.படித்து வேலை  
செய்யும் 87ஆம் ஆண்டு பிறந்த  
மணமகனுக்கு கனடா அல்லது  
அமெரிக்காவில் மணமகள் தேவை. பெண்  
அமெரிக்கா வரவேண்டும். செவ்வாய்  
இல்லை. பாவும் 11.  
தொடர்புகளுக்கு: **585.831.3192**

## திருமணசேவை

**திருமண**  
**சேவைக்கு**  
தொடர்பு கொள்ளவும்  
**905.607.3896**

## DRIVER WANTED

Drivers Wanted with car  
for Courier Service.  
Monday to Friday  
9:00am to 5:00pm  
For More Info: **416.836.0074**

## வேலைக்கு ஆள் தேவை

ரொறோன்ரோவில் உள்ள பிரசித்தி பெற்ற  
இந்து ஆலயம் ஒன்றிற்கு ஆலய  
முகாமையாளர் (Manager) தேவை.  
தமிழிலும், ஆங்கிலக்கிலும் எழுத, வாசிக்க,  
பேசத் தெரிந்திருக்க வேண்டும்.  
இருப்பிட வசதி வழங்கப்படும்.  
சம்பளம் பேசித் தர்மானிக்கப்படும்.  
**647-762-5804/647-200-0478**

## வேலைக்கு ஆட்கள் தேவை

NALLUR CLINIC FOR AYURVEDA & REHAB  
ஆயுர்வேத வைத்தியப் பிரிவிற்கு  
பெண் உதவியாளர் தேவை. சம்பளம்  
நேரில் பேசி முடிவு செய்யலாம்.  
Full time/Part time (Saturday/Sunday)  
தொடர்புகளுக்கு: **416.335.4111**

## AZ DRIVERS WANTED

Amero Logistics Inc. is currently hiring  
experienced AZ drivers for Toronto to  
Montreal run. Also AZ city drivers for  
local work in GTA.  
Need 1-year experience and clean  
CVOR and abstract. Weekly Pay .  
For more info call : **647.274.0300**

## FEMALE CLEANER WANTED

Female Cleaner Wanted  
**Hourly Wage, 40-45  
hours/week**  
Must drive - we provide car  
Please contact us  
@ **416-412-3223**

## CARS, VANS & TRUCKS WANTED

**Any make, Any condition.**

**Pay top dollars.**

**Contact: 416.835.3475**

## வேலைக்கு ஆட்கள் தேவை

### MARKHAM & NEW DELHI DRIVE

கொத்து ரொட்டி கொத்த தெரிந்தோர் வேலைக்கு  
உடனடியாகத் தேவை.

முழுநேரம்/பகுதி நேரம் (FULL TIME/PART TIME)

Please Call : **647.886.3944 / 647.267.3944**

**SPACES FOR RENT**

**MARKHAM & MCNICOLL**இல் பகுதியில்  
Spaces வாடகைக்கு உண்டு. (Office, Classes  
போன்றவற்றுக்கு பாவிக்கக்கூடியது)  
**110, Ironside Crescent (Unit 06), Toronto, ON, M1X 1M2**  
தொடர்புகளுக்கு: **647.836.5246**

**SPACE FOR RENT****MARKHAM & PAINTED POST**

Tutoring, dance classes மற்றும் கலை வசூல்புகள் நடத்துவதற்கு  
உகந்த விசாலமான இடம் basement இல் வாடகைக்கு உண்டு.  
Utilities included . Available immediately

தொடர்புகளுக்கு: **647.885.2737 / 416.305.4887**

**வேலை வாய்ப்பு / HELP WANTED**

**தமிழ் உணவகம்** MCCOWAN & HWY 7 (MARKHAM)  
**வாடிக்கையாளர் கேவை/Cashier**  
**FULL/PART TIME.** TRAINING PROVIDED  
Call: **416.358.5225**

**HELP WANTED**

**Stouffville** பகுதியில் இயங்கிவரும் **PIZZA STORE** க்கு  
**PIZZA MAKER & DRIVER** தேவை.  
Stouffville & Markham பகுதியில் உள்ளவர்கள் விரும்பத்தக்கது.  
Payment flexible. (New to canada we can train them)  
தொடர்புகளுக்கு: **416.953.4933**

**TAKEOUT CATERING HELPER WANTED****MARKHAM & MCNICOLL**

ரொட்டி, Short eats செய்வதற்கும், dishwashing,cleaning,  
kitchen helper வேலை செய்வதற்கும் முழு நேர, பகுதி நேர  
வேலையாட்கள் தேவை.

தொடர்புகளுக்கு: **416.820.1426 / 416.291.4545**

**DRIVER / WAREHOUSE WORKER WANTED**

We are looking for a driver / warehouse worker  
with a clean driver's record, and must have G Licence.  
Tamil / Hindi or Punjabi Speaking, Min. 40 hours/week  
All Inquiries to be emailed:

**Pankajs37@hotmail.com**

**வேலைக்கு ஆட்கள் தேவை****PRK DOORS & WINDOWS**

(MARKHAM & PROGRESS AVE.)

கதவுகளுக்கு Paint அடிப்பதற்கு Spray painter தேவை.  
மேலும் மர வேலை தெரிந்தவர்களும் தேவை.

தொடர்புகளுக்கு: **416.875.4119**

**உங்கள் வியாபாரத்தை ஒன்டரியோவில் ஒன்றொறியுங்கள்**

Your Business deserves to have a better and Smarter Online Portal  
மா மூன்றாவது விதையாக என்னிட முகவாக உங்கள் வியாபார ஒன்றொறியில்  
ஒன்டரியோவில் உக்கிரகள் என்கு மீண்டும் தீவிரமாக வழங்குவதாகும்!

**Start a Successful**

\* Online Business \* Classification (Like Kijiji) \* Community \* Auction  
\* Membership \* Web Hosting \* Restaurant Listings

Call : 647 710 3552 - [www.lancanint.com](http://www.lancanint.com)

Lancan Int. Suite-211 2nd Floor 2760  
Victoria Park Avenue, North York, Ontario M2J 4A8

**SUPER VISA/ NON MEDICAL INSURANCE****Super Visa, Non Medical Insurance**

சிறந்த காப்புறுதித் திட்டங்களைப்  
பெற்றுக்கொள்ளவும், மேலதிக தகவல்களைப்  
பெற்றுக்கொள்ளவும் என்ன தொடர்புகொள்ளவும்.  
**Vathana: 416.272.7269/416.709.5000**

**CONVENIENCE STORE BUSINESS FOR SALE**

**Convenience store Business for sale in Brighton, Ontario.**

With inventory \$20k. Weekly sale 7k to 8 k. From  
oshawa 40 minutes drive on east if anyone interested.

Please contact : **416.906.5013**

**கோயில் முகாமையாளர் தேவை**

ஒட்டாவா சிவன் ஆலயத்திற்குப் பகுதி நேர அல்லது முழு நேர முகாமையாளர்  
தேவை. கோயில் முன் அனுபவம் இருந்தால் வரவேற்கத்தக்கது  
உங்கள் விண்ணப்பங்களை

[info@ottawasivantemple.com](mailto:info@ottawasivantemple.com) க்கு

அனுப்பிவைக்கவும்.

மேலதிக விபரங்களுக்கு **613.489.1774**

**அவுஸ்திரேலியா...**

தொண்டர்கள் அவுஸ்திரேலிய அனர்த்தத்

**19ஆம் பக்கத்தொடர்ச்சி**

அளவீட்டு பிரிவு (RFS) தெரிவித்துள்ளது.

தீயில் எரிந்த வீடுகளுக்கு நன்கொடை அளிப்பதன் மூலமும், பாதிக்கப்பட்ட விலங்குகளைக் காப்பாற்ற நன்கொடை அளிப்பதும், விளம்பரம் செய்வதும், பகிரங்கப்படுத்துவதும், அதைப்பற்றிப் பதி விட்டு அனைவருக்கும் தெரியப்படுத்துவதும், அனைவரையும் உதவ வைப்பதுமே நம்மால் தற்போது செய்யக்கூடிய உதவிகளாக கருதப்படுகின்றது.

கனடா உட்பட பல நாடுகளை சேர்ந்த திற்கு நிதி திரட்டி வருகின்றமை குறிப்பிட்டத்தக்கது.

**எம்மை நாம் பாதுகாப்பது எப்படி?**

வைத்திய கலாநிதி

**கே.ரி. கோபால்**

D.A.M.S R.A.M.P (Sri Lanka)

C.D.S - C.N.H.P (Canada)

Tel.: 647.456.9796





# FOR RENT - CONDO/HOUSE / BASEMENT WATSON PROPERTY MANAGEMENT - 416-284-9999



**\*Scarborough - Markham / Lawrence - Detached- Main**  
(3Brm, 1Bath) Well Maintained House in a High Demand Area, Steps To High School, Cedarbrae Mall, Library, Park , Community Centre, Ttc, 5 Minutes to Hwy 401. [ Asking \$2150/m]

**\*Scarborough - Ellesmere / Orton Park - Detached-Bsmt**  
(1Brm + 1Bath) Quite & Convenient Location! Separate Entrance. Utilities are included. Close To U of T, Centennial College, Hospital & Hwy 401. [ Asking \$900/m]

**\*Scarborough - Morningside / Sheppard- Detached-Bsmt**  
(1Brm + 1Bath) Basement Apartment With Separate Entrance. Utility Payment 35%. Close To Hospital, Ttc, Schools, Hwy 401. [ Asking \$900/m]

**\*Scarborough - Mccowan / Lawrence - Bungalow-Main**  
(3 Brm + 1 Bath) Main Floor for Lease. Large Living and Dining With Two Large Windows, Closer To School, Shopping And Other Amenities. [ Asking \$2300]

**\* Markham - Markham / Major Mackenzie - Townhouse**  
(3+1Brm, 4Bath) Well Maintained 4 Bdr Townhouse In High Demand Community. Steps To Donald Cousens Pkwy & Major Mac Bus Stop. Min To Go Train Station, Hwy 407, Schools & Hospital [Asking \$2400/m]

**\*Toronto - Yonge / Highway 7- Condo Apt**  
(2 Brm, 1Bath) Unobstructed View. Hardwood Floor. Close To School, Park, Shops, Viva, Bus Terminal. [Asking\$2400/m]

**\*Scarborough - Kingston/ Meadowvale/401 - Townhouse**  
(3 Brm +2 Bath) Spacious Layout. Close To U Of T Scarborough, Hwy 401, Schools, Public Transit, 3 Parking Spaces. [Asking \$2500/m]

**\* Scarborough- Morningside / Sheppard - Detached-Main**  
(4Brm, 2Bath) Bright & Spacious House. 3 Parking Spaces. Close To Schools, Ttc, Hwy 401, Park. [Asking \$2600/m]

## வீட்டு முதல்டாளர்களுக்கான கருத்தரங்கு

- வாடகைக்கு விட சரியான விலை எப்படி தெரிக்கிறது?
- அந்த விடுக்கான கடனை எப்படிப்பொறுத்து.
- சரியான வாடகையாளர்களை எப்படி கண்டுபிடிப்பது.
- அந்த விடை சரியாக எப்படி நிர்வகித்து கூடிய வாய்ம் பெறுவது.
- இதற்கான கருத்துரைகளில் கலந்துகொள்ள விரும்புவது

தொடர்பு கொள்ளவும்: கரு கந்தையா: 416-284-5555

watsonpm1989@gmail.com

## SEMINAR FOR INVESTORS

- How to select the right property to buy as an investment?
  - How to qualify for mortgage for those properties?
  - How to find the right tenant?
  - How to manage the property to get high net income?
- If you are interested contact us for more details! Limited Seats!

Contact: Karu Kandiah: 416-616-7278

watsonpm1989@gmail.com

## MANAGING RESIDENTIAL PROPERTIES

watsonpm1989@gmail.com

# We make it easy for you to be a Landlord!

### OUR SERVICES INCLUDE:

- Marketing, listing and showing properties
- Answering lease enquiries
- Tenant screening, pre-qualifying, negotiating lease and finding the right tenant
- Property inspections before and after renting
- Handle tenant enquiries

- rent collection and deposit to Landlord
- Eviction of bad tenants
- Scheduling Maintenance and repairs of property
- Year end accounting
- Renewal of lease
- Market value update

**You can relax while we take care of your investment property!**

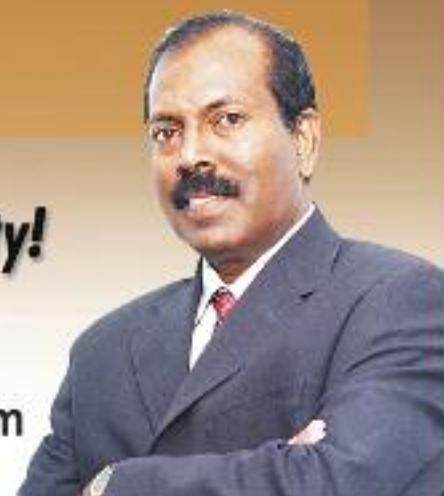


**WATSON**  
PROPERTY  
MANAGEMENT LTD

**Direct: 416-284-9999**

**WatsonPM1989@gmail.com**

111 Grangeway Ave. Suit #301  
(RBC Building) Toronto, ON M1H 3E9



**Karu Kandiah**  
Director

# PTR DOORS & WINDOWS

OVER 14 YEARS EXPERIENCE  
RESIDENTIAL & COMMERCIAL

**TRIPLE GLASS WINDOWS**

**GET UPTO \$5000 IN REBATES**

- ◆ Custom Doors & Windows
- ◆ Replacement (Doors & Windows)
- ◆ Separate Entrance Door for Basement
- ◆ Replace Caulking
- ◆ Front & Patio Door
- ◆ California Shutters & Blinds
- ◆ Painting
- ◆ Pot Lights Installation

**FREE ESTIMATE!**  
Call Today

24 hours Emergency Service  
We Fix  
Broken Glass  
Windows & Doors

RAVI : 416-825-9482 KANNA : 647-297-7815  
email : ptrrenovation@gmail.com

## CANADA'S FIRST MATTRESS BUNDLE THE SOJAA BUNDLE

"Every Mattress purchase is bundled with your 10 inch Sojaa Mattress, Free Cooling Gel Memory Foam Pillow & a Bamboo Mattress Protector"

**Starting at \$600.00  
Free delivery**

**THE SOJAA 10" MATTRESS**  
"With a top layer that is 4lbs of Memory Foam infused with Cooling Gel, our three-layer Mattress provides comfort, stability, and ventilation to facilitate a deep restful sleep."

**THE SOJAA MATTRESS PROTECTOR**  
The Bamboo Mattress Protector preserves the life of your mattress. It is waterproof, breathable and dust resistant, but will also keep you comfortable through the night.

**THE COOLING GEL PILLOW**  
The Cooling Gel Pillow has a layer of thick memory foam under a soft, breathable bamboo cover to keep you cool and comfortable all night long.

**100\$ OFF Discount code SLEEPY2020**  
visit [Sojaa.com](http://Sojaa.com) to order and chat with us

## படித்ததில் பிடித்தது



### - த.செ. நடராசா -

முன்னாள் குடியரசுத்தலைவர் அப்துல் கலாம் வாழ்வில் ஒர் உண்மைச் சம்பவத்தை தற்செயலாக நாளிதழில் படிக்க நேரிட்டது. இதோ... அப்துல் கலாமின் வார்த்தைகளில், அவரது இளமைக்கால வாழ்க்கை:

"நான் சிறுவனாக இருக்கும்போது... ஒரு நாள் இரவு நேரம்... வெகு நேர வேலைக்கு பின்னர் என் தாய் இரவு சிற்றுண்டி செய்யத் தொடங்கினார். என் தாயும் எங்கள் குடும்பத்தை சமாளிக்க வேலைக்கு செல்வது வழக்கம். சமைத்த பின் கருகிய ரொட்டி ஒன்றை என் கண்முன், என் தந்தைக்குப் பரிமாறினார் என் தாய். ஆனால் என் தந்தையோ அதை சிறிதும் பொருட்படுத்தாமல் சாப்பிட்டார்.

'இன்றைய பொழுது பள்ளியில் எப்படிப் போன்று' என்று என் தந்தை என்னிடம் கேட்டார். நான் அன்று என்ன பதில் சொன்னேன் என்று தெரியவில்லை.

என் தந்தையிடம் கருகிய ரொட்டியைப் பரிமாறியதற்கு வருத்தம் தெரிவித்தார் என் தாய். ஆனால் அதற்கு என் தந்தையோ "எனக்கு கருகிய ரொட்டிதான்

நீங்கள் வாசித்து மகிழ்ந்ததை மற்றவர்களும் வாசிக்கட்டுமே. அனுப்புங்கள் Vlambaram@sympatico.ca யாம் பெற்ற இன்ம் மற்றவர்களும் பெற்றுமே!

ரொம்ப பிடிக்கும்" என்று பதில் சொன்னதை என்னால் இன்றும் மறக்க முடியாது.

சாப்பிட்டு முடித்த சற்று நேரத்துக்குப் பின்... நான் மெல்ல என் தந்தை அருகில் சென்று இரவு வணக்கம் சொல்லிவிட்டு, அவரிடம் தயக்கத்துடன் கேட்டேன்: "அப்பா... உங்களுக்கு உண்மையாகவே கருகிய ரொட்டி ரொம்பப் பிடிக்குமா??"

சற்று நேரம் அமைதியாக இருந்த என் தந்தை, என்னை இறுக்கமாக அணைத்துக் கொண்டு சொன்னார்....

"மகனே... உங்க அம்மா தினமும் வேலைக்கும் சென்றுகொண்டு, நமக்கும் பணிவிடை செய்கிறார். களைத்துப் போய் இருப்பார். ஒரு கருகிய ரொட்டி யாரையும் காயப்படுத்தப் போவதில்லை. ஆனால் கடும் வார்த்தைகள் கண்டிப்பாகக் காயப்படுத்தும். நான் ஒன்றும் சிறந்த மனிதன் அல்ல. ஆனால் அதற்கு முயற்சிக்கிறேன். இவ்வளவு வருடங்களில் நான் கற்றுக்கொண்டது.... நடப்பது எதுவாக இருந்தாலும் அதை ஏற்றுக்கொண்டு சந்தோஷமான மனிலைக்கு நாம் மாறுவதே...."

அப்துல் கலாமின் இந்த அனுபவத்தைப்

படித்தபோது அவரது அப்பா மீது, இன்று இரவு சாப்பிட அமர்ந்தபோது... எனக்குப் பரிமாறப்பட்ட உணவு கொஞ்சம் ஆறித்தான் போய் இருந்தது. ஆனால் என் உணர்வுகள் ரொம்பவுமே மாறிப் போய் இருந்தது. மனைவியின் உணவை இனி ஒருபோதும் குறை சொல்லக் கூடாது என்ற திருந்திய மன உணர்வோடு, இருந்ததை இனிதே உண்டு முடித்தேன்.



ஆம். "ஓரு கருகிய ரொட்டி யாரையும் காயப்படுத்தப் போவதில்லை. ஆனால் கடும் வார்த்தைகள் கண்டிப்பாகக் காயப்படுத்தும்..."

இந்த தத்துவத்தை என்னியபடியே

எதிர்காலத்தில் நம் குழந்தைகள் கலா மின் கொள்கைகளை கடைப்பிடிக்கட்டும். இப்போது நாம் கொஞ்சம் அவரது அப்பா வின் கொள்கைகளை கடைப்பிடிக்கலாமே....

நான் ஒன்றும் சிறந்த மனிதன் அல்ல. ஆனால் அதற்கு முயற்சிக்கிறேன்.

## இலங்கை பொறியியல் பட்டதாரிகள் கனடாவில் பொறியியல் துறையில் வேலை பெறுவதற்கான கருத்தரங்கு

காலம்: பெப்ரவரி 15, 2020 மாலை 6:30 முதல் 11:00 மனிவரை

இடம்: JC Banquet Hall,

1686 Ellesmere Road, Scarborough Town Centreக்கு அருகில்

ஏராளமான துறைசார் நிபுணர்களும் நிறுவனங்களும் கலந்து கொள்கின்றன. பொறியியல் துறையில் வேலை பெறுவதற்கான தொடர்புகள், சந்தர்ப்பங்கள் மற்றும் ஆலோசனைகள்.

முக்கிய பேச்சாளர்கள்: பேராசிரியர் சேவியர் பெர்னாண்டோ Ryerson University, பேராசிரியர் சான் வீரசிங்க - முன்னாள் பொறியியல் துறை பீடாதிபதி

University of Calgary

தொடர்புகளுக்கு: தயாபரன் 647.340.8649

Underground Parking, Buffet Dinner, Cash Bar

# 2020இம் ஆண்டிற்கான உள்பூர்வமான திடசங்கற்பம் பூணுதல்

2020ஆம் ஆண்டில் எமது வளங்களை, எங்கள் புரிந்துணர்வுகளை, எங்கள் தெளிவை ஒன்றிணைத்து சகலருக்குமான நல்லதொரு உலகை நாம் உருவாக்கினால் எப்படி இருக்கும்?

ஆண்டாண்டு காலமாக, சில விடயங்கள் வித்தியாசமாக இருந்தால் நாம் சந்தோஷ மானவர்களாக இருக்கலாம் என்னும் யூக்கத்துடன் வெளி விடயங்களில் மாற்றம் ஏற்படுத்துவது பற்றிச் சிந்திக்கிறோம். ஆனால் நாம் தேடும் அந்த ஆண்தல்தை வெளிப்புற குழநிலைகளைப் பார்க்கிறோம். நாம் வெளியே உள்ள பொருட்களைப் பார்க்கிறோம். அவ்விடயங்கள் மாற்றம் அடைந்தால் அப்போது நாம் ஆண்தல்மடையால் என எண்ணுகிறோம். ஆனால் உண்மையான ஆண்தத்துடன் அதற்கு எவ்வித தொடர்பும் இல்லை.

உண்மையான ஆண்தம் உங்கள் உள்ளே இருந்துதான் வருகிறது. அத் துடன் அதற்கு நீங்கள் யார் மற்றும் உங்கள் புரிந்துணர்வு - உங்கள் முயற்சி - அத்துடன் ஏற்கனவே உங்கள் உள்ளே உள்ள அந்த அழகுடனான ஈடுபாடு என்பவைற்றுடன் தொடர்புள்ளது.

ஆகவே நாம் எல்லோரும் எங்கள் வெளிப்புறச் சூழ்நிலைகளை மாற்ற விரும்புகிறேன். அநேக மக்கள் திடசங்கற்பத்தை எடுக்கப்போவது பற்றி எனக்குத் தெரியும். அத்துடன் எல்லோருக்கும் புதுவருடம் எப்படி இருக்கவேண்டும் என்பது பற்றி ஏற்கனவே ஒரு எண்ணக்கரு உள்ளது. அத்துடன் எதுவும் சாத்தியமாகலாம். ஆனால் மிக முக்கியமானதும் உங்களுக்குச் சாத்தியமானதுமான விடயம் இந்தப் புதுவருடத்தில் நிறைவுடன் இருப்பதே உண்மையிலேயே நீங்கள் ஆண்தமாக இருப்பதாகும்.

எதோ ஒரு விடயத்தினால் ஏதோ ஒன்று நடைபெறலாம் அல்லது நடைபெறாது போகலாம். ஆனால் அந்த மூலவளத்தில் இருந்து ஆண்தமாக இருப்பது, அந்த மூலவளத்தின் இருப்பிடம் நீங்கள்தான், நீங்கள்தான் அந்த உற்பத்திதானத்தின் இருப்பிடம் என்பதை புரிந்துகொள்ளுதல். உங்கள் ஆண்தத்தின் இருப்பிடம் நீங்கள் தான் என்பதைப் புரிந்து கொள்ளுதல், உங்கள் தெளிவின் இருப்பிடம் நீங்கள் தான் என்பதைப் புரிந்துகொள்ளுதல். நீங்களாகவே புரிந்துகொள்ளுதல். இந்த விடயங்களைத்தான் நாம் மறந்து விடுகிறோம்.

'ஆண்தமான புதுவருடம்', 'புதுவருட வாழ்த்து' என ஒருவரை வாழ்த்துவது இலகுவானது. ஆனால் ஆண்தத்தைப் பற்றி எமக்கு என்ன தெரியும்? ஆண்தம் உண்மையிலேயே எதைக்கருதுகிறது என்

2020இல் நமது எல்லா வளங்களையும், எங்கள் புரிந்துணர்வுகளையும், எமது தெளிவையும், சகலருக்குமான நல்ல தொரு உலகை நாம் உருவாக்குவதற்கு ஒன்று திரட்டினால் என்ன நடக்கும்? என்களுக்காக மட்டுமல்ல ஆனால் சகலருக்குமாக. உண்மையாகவே அதைச் செய்வதற்கு அது எம்மில் இருந்துதான் ஆரம்பிக்கிறது, எம் ஒவ்வொருவரில் இருந்தும் ஆரம்பிக்கிறது.

நாம் அந்த ஈடுபாட்டை எம்மைநோக்கிக் கொண்டுவர வேண்டும். அதன்பின் அந்த ஈடுபாட்டை நல்லதொரு உலகை உருவாக்குவதற்கு நீங்கள் ஆண்துகொள்ள இருப்பிடம் நீங்கள் தான் என்பதைப் புரிந்துகொள்ளுதல். நீங்களாகவே புரிந்துகொள்ளுதல். இந்த விடயங்களைத்தான் நாம் மறந்து

**தேவைப்படுவதை ரீப்கி  
குழும் பெறுவதை என்றால்,  
தொடர்ச்சு செயல்படுகிறான்தான் தீர்க்கி,  
மீட்குவிட்கிறீர்கள்...।**



## MATH & PHYSICS TUTORING

By a well-qualified and experienced teacher  
For all grades from Grade 4 to 1<sup>st</sup> year of university

### Special classes

- Advanced function
- Calculus & vectors
- Data management

All Classes available in  
Scarborough & Stouffville

Contact: 647.340.9490 / 416.732.2228



வாக்குவதற்கும், எமது வழித்தோன்றல் களூக்கும் எமது சிறுவர்களுக்கு நல்ல தொரு எதிர்காலத்தை ஏற்படுத்தவும், நாம் அறியாதவர்களும் எதிர்காலத்தில் வர விருப்போருக்கும், நாம் ஒருபோதும் தொடர்புடப் போகாதோருக்குமாக இந்த ஈடுபாட்டை, இந்த உலகை நோக்கிக் கொண்டு செல்லவேண்டும்.

வருங்காலச் சந்ததியினருக்கு ஓர் அழகான உலகத்தை விட்டுச்செல்லவேண்டும். ஏற்கனவே இங்கள் அழகான இயற்கையைப் பற்றி ஒரு தெளிவும் விளக்கமும் எமக்கு இருக்கவேண்டும். இயற்கை தன்னை பராமரிக்கும்படி மன்றாடுகிறது.

நாம் ஒன்றாக வருவதற்கு உண்மையிலேயே நடந்துகொண்டிருக்கும் யுத்தங்களை முடிவுக்குக் கொண்டுவர வேண்டும். அத்துடன் இந்தத் திடசங்கற்பம், உங்களுக்குத் தெரியும் எம்மால் புறத்தே திடசங்கற்பங்களைப் பூண்முடியும். ஆனால் எடுக்கவேண்டிய திடசங்கற்பங்கள் உண்மையாகவே உங்கள் உள்ளத்தில் இருந்து வரவேண்டும்.

என் உலகில் எனக்கு அமைதி வேண்டும். என் வாழ்வில் எனக்கு அமைதி வேண்டும். என் வாழ்வில் எனக்கு ஆண்தம்

வேண்டும். அத்துடன் ஒரு நல்ல விடயம் நடைபெறவேண்டும்.

எது கூடாது அல்லது எது மோசமானது என்றும் அல்லது "இது எப்படி இப்படி இருக்கமுடியும் மற்றும், இது எப்படி இவ்விதம் இருக்கமுடியும், மற்றும் நாம் இதைத் தவறாகச் செய்கிறோம் என்ற யூகங்களைப் பற்றியதல்ல இது. மனிதர் என்ற ரதியில் நாம் எவ்வளவே விடங்களைத் தவறாகச் செய்திருக்கிறோம். அத்துடன் நாம் எவ்வளவே விடயங்களைச் சரியாகவும் செய்திருக்கிறோம். ஏனெனில் எம்மால் செய்யக்கூடிய நல்ல விடயங்களில் எம்மால் கவனம் செலுத்தமுடியும்.

அதுதான் நடைபெற வேண்டும். அந்த நல்லவிடயத்தில் கவனம் செலுத்தும்போது இந்த உலகில் ஏதாவது நல்ல விடயம் நடைபெறலாம். இது எமது 2020ஆம் ஆண்டிற்கான திடசங்கற்பமாக்குட இருக்கலாம். அதாவது எம்மால் எம்மைச் சுற்றி உள்ளவர்களுக்கு ஆண்தம், அமைதி, அன்பு, புரிந்துணர்வு மற்றும் இரக்கம் போன்றவற்றைக் கொண்டுவரலாம்.

நான் மீண்டும் மிகமிக ஆண்தமான புதுவருட வாழ்த்துக்களைத் தெரிவித்துக் கொள்கிறேன்.

பிரேம் ராவத். [www.timelesstoday.com](http://www.timelesstoday.com)

## எம்ஜிஆர் 103

துன்பத்தில் தோய்ந்தாலும் தூய மனமுடைய அன்புள்ள கொண்டவரின் ஆன்மாதான் - துன்பற்ற மக்கள் துயர்துடைத்த எம்ஜிஆர் வாழ்வின்பின் திக்கெங்கோ சேர்ந்த சிறப்பு.

சமூத் திருமகளார் இன்பத்தைக் கண்டிடாதே வாழ வழிதேடி வாழ்விடத்தை - ஆழமாய்ச் சிந்தித்தே அண்டினார் தாய்நாடாம் பாரதத்தைச் சொந்தமாய்க் கொண்டதந்தக் கோன்.

சமூத் தமிழர் இதயத்தில் என்றுமளார் வாழ வழிதேடி வாழ்விடத்தை - ஆழமாய்ச் சிந்தித்தே அண்டினார் தாய்நாடாம் பாரதத்தைச் சொந்தமாய்க் கொண்டதந்தக் கோன்.

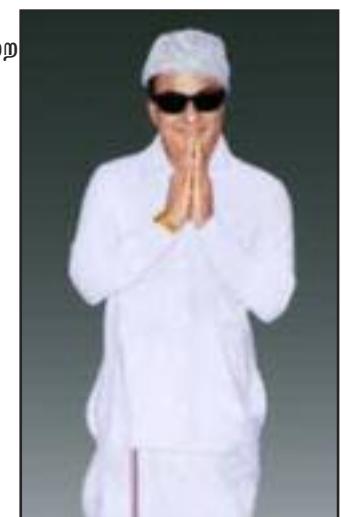
நாடகத்தில் நற்பயிற்சி நாவசைத்து பேசியதை ஏதாய்த் தந்தார் திரையினிலே - முடத் தனத்துக்கோர் முற்றுபுள்ளி, தானினைந்தார் மக்கள் மனதிலே மாசிலனா யே.

தூய மனமும் துவளாத சிந்தையும் தாய்மனங் கொண்ட தயாபரன் - ஆய்ந்தறிந்தே நல்லாட்சி செய்துவிட்டு நல்லவராய்ச் சென்றுவிட்டார் வல்லவரை வாழ்த்துதற்காம் வாய்ப்பு.

பெரியாரின் கொள்கையிலே பேரின்பம் கண்ட அரியநற் சிந்தையர், ஆற்றல் - பெரிதாக கொண்டதனால் ஆழமாய்ச் சிந்தித்தே காட்டினார் தண்டமிழின் ஆற்றலையே ஆம்.

போர்க்காலச் சூழலிலே பொன்மனச் செம்மலவர் ஆர்த்தமூந்தார் அங்கமெலாம் ஆர்ப்பரிக்க - சீருற சிந்தையர் செப்பழுச் செய்தார் சிறப்பறிந்தே சிந்தைமகிழ் சீரவர் சீர்.

ஆண்டாண்டு தோறும் அழுது புரஞ்கிறோம் மீண்டும் வருவாரென் றெண்ணியே - காண்பதற்காய் உள்ளம் உருகவே ஊரெங்கும் கூடுகிறோம் வள்ளவளின் செய்பணிக்காம் வாழ்த்து.



முருகேச மயில்வாகனன்

**இலங்கைக்கு எதிரான 2ஆவது 20 ஒவர் போட்டியில் இந்தியா வெற்றி!**

## வினாயாட்டுத் தகவல்கள்

இந்தியா-இலங்கை கிரிக்கெட் அணிகளுக் கிடையிலான 3 போட்டி கொண்ட 20 ஓவர் தொடரில் விளையாடுகிறது. கவுகாத்தியில் (Barsapara Cricket Stadium, Guwahati) ஜனவரி 05 நடக்க இருந்த முதலாவது ஆட்டம் மழை காரணமாக கைவிடப்பட்டது. இந்த நிலையில் இந்தியா-இலங்கை இடையிலான 2ஆவது 20 ஓவர் போட்டி மத்தியபிரதேச மாநிலம் இந்திராலில் உள்ள ஹோல்கர் ஸ்ரேடியத்தில் (Holkar Cricket Stadium, Indore) ஜனவரி 07இல் நடந்தது.

இதில் நானைய குலுக்கவில் (toss) ஜெயித்த இந்திய அணித் தலைவர் விராட் கோலி முதலில் பந்து வீச்சை தேர்வு செய்தார். முதலில் துடுப்பெடுத்தாடிய இலங்கை அணிக்கு குணத்திலகாவும், அவிஷ்கா பெர்னாண்டோவும் ஓரளவு நல்ல தொடக்கம் தந்தனர். ஒட்ட எண்ணிக்கை 38இனை எட்டியபோது தொடக்க ஜோடியை சுழற் பந்து வீச்சாளர் தமிழகத்தை சேர்ந்த வாவிந்டன் சுந்தர் பிரித்தார். அவரது பந்தில் பெர்னாண்டோ 22 ஒட்டங்கள் எடுத்த நிலையில் ஆட்டம் இழந்தார். மற்றொரு தொடக்க வீரர் குணத்திலகா 20 ஒட்டங்கள் எடுத்த நிலையில் நவத்தீர் சைனி யின் வேகப்பந்து வீச்சில் ஆட்டமின்தார்.

ஒரு கட்டத்தில் இலங்கை அணி 2  
விக்கெற்றுக்கு 82 ஓட்டங்கள் எடுத்திருந்த  
நிலையில் 160 ஓட்டங்களை தாண்டக்கூடிய  
வாய்ப்பு தென்பட்டது. ஆனால் இந்திய  
பந்து வீச்சாளர்கள் கொடுத்த சவாலுக்கு  
இலங்கை தடுப்பாட்டம் முற்றிலும் நிலை  
குலைந்துபோனது. இலங்கை விக்கெற்  
காப்பாளர் குசல் பெரோ (3 சிக்சருடன்  
34 ஓட்டங்கள்) தவிர மற்றவர்களின்  
ஆட்டம் சிறப்பாக அமையவில்லை.  
வேகப்பந்து வீச்சாளர் ஷர்துல் தாகூர்  
19ஆவது ஒவரில் எதிர்ணியின் 3  
விக்கெற்றுக்களை எடுத்தார். பும்ரா வீசிய  
கடைசி ஒவரில் வானிந்து ஹசரங்கா  
தொடர்ச்சியாக 3 பவன்டரிகளை ஓட  
விட்டது அந்த அணிக்கு சற்று ஆறுதல்  
அளித்தது. அதன் பலனாக இலங்கை  
அணி 142 ஓட்டங்களை எடுத்தது.

20 ஓவர்களில் இலங்கை அணி 9  
விக்கெற்றுக்கு 142 ஓட்டங்களுக்கு கட்டுப்  
படுத்தப்பட்டது. இந்தியத் தராப்பில் வர்துல்



பின்னர் இலகுவான இலக்கை நோக்கி களம் புதுந்த இந்திய அணிக்கு லோகேஷ் ராகுலும், விகர் தவானும் அட்டகாசமான தொடக்கத்தை ஏற்படுத்தி வெற்றிப் பாதைக்கு அடித்தளமிட்டனர். ராகுல் 45 ஓட்டங்களும், தவான் 32 ஓட்டங்களும் எடுத்தனர். அடுத்து ஸ்ரேயாஸ் அய்யரும், அனைத் தலைவர் விராட் கோலியும் ஜோடி சேர்ந்து இலங்கை பந்து வீச்சை சிதற்றித்தனர். ஸ்ரேயாஸ் அய்யர் தனது பங்குக்கு 3 பவண்டரி, ஒரு சிக்கருடன் 34 ஓட்டங்களை சேர்க்கார்.

மலிங்காவின் பந்து வீச்சில் ஒரு சிக்சரை  
விரட்டிய விராட் கோலி குமாராவின்  
ஒவரிலும் சிக்சர் அடித்து ஆட்டத்தை  
சிறப்பாக முடித்து வைத்தார். இந்திய அணி  
17.3 ஓவர்களில் 3 விக்கெற்றுக்கு 144  
ஒட்டங்களைச் சேர்த்து 7 விக்கெற்  
வித்தியாசத்தில் வெற்றி பெற்றது.

விராட் கோவி 30 ஓட்டங்களுடன் ஆட்டம் இழக்காமல் இருந்தார். நவதீப் சைனி அட்டநாயகன் விருதை பெற்றார்.

இந்த வெற்றியின் மூலம் இந்திய அணி தொடரில் 1-0 என்ற கணக்கில் முன்னிலை வகிக்கிறது.

விராட் கோலி இப்போட்டியில் அவர் தனது 22ஆவது ஒட்டங்களை எட்டியபோது சர்வதேச T20 கிரிக்கெட்டில் அனித் தலைவராக மிக வேகமாக 1,000 ஒட்டங்களை எடுத்த வீரர் என்ற பெருமையை பெற்றார். தோனிக்குப் பிறகு இந்தசாதனையை நிகழ்த்திய இரண்டாவது

கள் எடுத்த வீரர் என்ற பெருமையினை பெற்றார். இவரைத் தொடர்ந்து இப்படியை வில் இந்திய கிரிக்கெட் அணியின் துணை தலைவர் ரோஹித் ஷர்மா 96 இன்னிங்ஸ் விளையாடி 2633 ஓட்டங்கள் குவித்துள்ளார். இவர்களை தொடர்ந்து நியூசிலாந்து வீரர் மார்ட்டின் குப்தில் 80 இன்னிங்ஸ்களில் 2436 ஓட்டங்கள் குவித்துள்ளார் என்பது குறிப்பிடத்தக்கது.

இலங்கை மற்றும் இந்திய அணிகளுக்கு இடையிலான 3ஆவது மற்றும் கடைசி T-20 கிரிக்கெட் போட்டி, ஜனவரி 10ஆம் திங்கள் புனேயில் நடைபெற்றது. Toss வென்ற இலங்கை அணி, பந்து வீச்சை தேர்வு செய்தது. இதையுடுத்து, தொடக்க ஆட்டக்காரர்களாக கே.எல்.ராகுல் மற்றும் ஷிகர் தவான் களமிறங்கினர். அணியின் ஒட்ட எண்ணிக்கை 10.5 ஓவரில் 97 ஓட்டங்களாக இருக்கும்போது, தவான் 36 பந்தில் 52 ஓட்டங்களுக்கு ஆட்டமிழந் தார். கே.எல். ராகுல் 36 பந்தில் 54 ஓட்டங்கள் சேர்த்தார். விராட் கோலி, 17 பந்தில் 26 ஓட்டங்கள் எடுத்த நிலையில் ஆட்டமிழந்தார். 7ஆவது விக்கெற்றுக்கு மணிஷ் பாண்டே உடன் ஜோடி சேர்ந்த ஷர்த்துல் தாகூர், அதிர்த்தியாக விளையாடி னார். நிர்ஜனயிக்கப்பட்ட 20 ஓவர்களில் இந்திய அணி, 6 விக்கெற் இழப்பிற்கு, 201 ஓட்டங்கள் எடுத்தது. 202 ஓட்டங்கள் எடுத்தால் வெற்றி என்ற இலக்கை நோக்கி ஆடிய இலங்கை அணி, 15.5 ஓவரில் அனைத்து விக்கெற்றுக்களையும் இழந்து, 123 ஓட்டங்கள் மட்டுமே எடுத்தது. இதனால் இந்திய அணி 78 ஓட்டங்கள் வித்தியாசத்தில் அபார வெற்றி பெற்றதுடன், தொடரையும் 2க்கு பூஜ்ஜியம் என்ற கணக்கில் கூடப்பறியது.

## நினைவில்...

## 26ஆம் பக்கத்தொடர்ச்சி

மிகப்பெரிய என அறிந் தோம். சிவனின் வாகனமாகிய நந்திக்கு இக்கோவில் அமைக்கப்பட்டுள்ளது. கருங்கற் பாறையைக் கொண்டே இந்த நந்தி அழகாக வடிவமைக்கப்பட்டுள்ளது. இது எப்போதும் வெண்ணென்றால் மசுப்பட்டநூய்ப்பதால்

திக்கு வேர்க் கடலை படைக்கப்படுகிறது.  
இவ்விழாவின் போது கடலை வியாபாரி  
களும் பக்தர்களும் ஏராளமானோர்  
கலந்து கொள்கின்றனர். இக்கோவிலுக்கு  
ஏராளமான உல்லாச் பயணிகளும்  
வருகின்றனர்

இக்கோவிலில் 1537இல் கெம்பே கவுடா என்ற விஜய நகர மன்னால் கட்டப் பட்டது. இம்மன்னே பங்களூர் நகரத் தையும் நிர்மாணித்தான். நந்தி அமைந்துள்ள பீடத்தில் கரியும் என்னையும் கலந்து பூசப்படுவதால் அது எப்போதும் கரிய நிறமாகவே காட்சியளிக்கிறது. இது ஒரு சிறிய கோவிலானதால் இதன் கோபுரமும் சிறியதாகவே உள்ளது. இக் கோபுரம் 20ஆம் நாற்றாண்டின் ஆரம் பத்தில் கட்டப்பட்டது. இந்நந்தி 15ஆடி உயரமாகவும் 20ஆடி நீளமானதாகவும் உள்ளது. இக்கோவிலுக்கு அருகாமையில் குழல் பாறைத் தோட்டம் அமைந்துள்ளது. இத்தோட்டத்தில் ஏராளமான வளர்ந்த மரங்கள் சோலையாக வளர்ந்துள்ளன. இதனால் இப்பகுதி எப்போதும் வெப்பங் குறைந்த இடமாகவே இருக்கிறது. இதில் அமர்ந்து சிறிது நேரம் இளைப்பாறி விட்டு எமது ஹோட்டலுக்குச் சென்றோம்.



‘பளபளவென்று’ காட்சியளிக்கிறது. இதற்குநகில் ஒரு விநாயகரும் அமர்ந்து இருக்கிறார்.

ஒவ்வொரு ஆண்டு கார்த்திகை மாத இறுதித் திங்கள் செவ்வாய் நாட்களில் இக்கோவிலில் வேர்க்கடலை (கச்சான் விமா நடைபெறுகிறது. அப்போது நந்



# கடற்...

## 27ஆம் பக்கத்தொடர்ச்சி

இதன் உயிராற்றல் சத்துக்கள் காரணமாக, ஒரு கிலோ ஸ்பைருலினா ஆயிரம் கிலோ காய்கறிகளுக்குச் சமம் என அறியப்படுகிறது. ஸ்பைருலினாவில் இருக்கும் காமாலினோலெனிக் அமிலம், உலகில் தாய்ப்பாலைத் தவிர வேறந்தவொரு உயிரினத்திலும் இல்லை. இந்த அமிலம் தான் உடலின் நோய் எதிர்ப்பு சக்தியைத் தூண்டி, உடலை வலுவாக்குகிறது. மற்ற எந்த உணவையும் விட, மிக அதிக அளவில் சீரணமாகும் தன்மையுள்ள புரதச் சத்துக்கள் நிற்மிட உள்ளது. ஸ்பைருலினா பாசியில் உள்ள துத்தநாகச்சத் தானாலும், முடி உதிர்தலைத்தடுக்கும் தன்மையுடையது. ஸ்பைருலினா பாசியில் உள்ள பிட்டா கரோட்டின், கரற்றில் உள்ளதைவிட 15 மடங்கு அதிகமானது. வியாதி பாதிப்பை சரியாக்கி, கணகளின் பார்வைத்திறனை அதிகரிக்கும் வல்லமை பெற்றது. உடலின் நச்சுநீக்க (detox) உதவும் திறனுக்காக குளோரெல்லா (கடல் தாவரங்கள்) பலர் கவனத்தையும்

ஆர்வத்தையும் பெற்றுள்ளது. ஸ்பைருலினா & குளோரெல்லா ஒன்றாகப் பச்சை குளோரோபில் மற்றும் புதம் நிறைந்த கடல்பாசி ஆகிய சக்திவாய்ந்த கலவைத் தூளாக அல்லது மாத்திரைகளாக சுகாதார உணவுக் கடைகளில் கிடைக்கிறது.



**அகார் அகார்:** அகார் அல்லது ஏகார் (Agar) அல்லது அகார் அகார் (agar agar) அல்லது செனா கிராஸ் என்பது கிரேசி, லேரியா, அசிரோசா போன்ற கடற்பாசித் தாவரங்களிலிருந்து செய்யப்படும் கெட்டி

மிகச் சிறந்த, சக்திவாய்ந்த எண்ணைய் கூட.

**எண்ணைய் கசிவை சுத்தம் செய்தல்:** கச்சா எண்ணைய் கசிவுகள் பெரும்பாலும் கடலுக்குள் எண்ணைய் கிணறுகள் தோண்டுதலின் போது அல்லது பழுது பார்க்கும் நடவடிக்கைகளின் போது அல்லது எண்ணைய் கப்பல் விபத்தில் சிக்கும் போது ஏற்படலாம். கடலுக்குள் நுழையும் பெரிய அளவிலான எண்ணைய் கழிவுகளைச் சுற்றி மிதக்கும் தடைகள் போட்டு எண்ணையை கட்டுப்பாட்டுக்குள் வைத்து வெற்றிட இயந்திரங்கள் கொண்டு உறிஞ்சி சிந்தப்பட்ட எண்ணையை எடுக்கின்றனர். மீதமுள்ள சிறிய சிறிய எண்ணைய் கசிவுகள் மீது கடற்பாசிகளை தூவி விட்டால், கடற்பாசி எண்ணைய் கசிவுகளை உணவாக்கிக் கொள்ளும். காற்றின் உதவியால் கடற்பாசியில் வளர்ந்து வரும் பக்ரியா மூலம் எண்ணைய் வேகமாக சிதைவுப்படுகிறது. அவை உண்மையில் கச்சா எண்ணையை அழிக்கின்றன. இப்பகுதியை சுத்தம் செய்ய உதவுகின்றன.



## வாழும் திறன்

இயற்கையுடன் இணைந்து இன்புற்று வாழ்தலுக்கான சிறப்பு வகுப்புக்கள் பிரபலமான இந்திய சமய சாஸ்த்திர நிபுணர் வி. கணேஷ் அவர்களால் Middlefield & Mcnicoll சந்திப்புக்கு அருகாமையில் நடைபெறுகின்றது. ஆர்வமுள்ளவர்கள் பங்குபற்றலாம்.

வி. கணேஷ்: 416.816.2563

மகேன்: 416.893.1222

ஆறுமுகம் (AGR): 416.832.9467

## EDUCATION

### Review Questions 20- 02

#### ➤ PHYSICS 12

A pitched 160 g baseball in a horizontal flight with a speed of 40m/s is struck by a batter. After leaving the bat, the ball travels in the opposite direction (horizontally) with the speed of 52m/s. If the ball leaves the bat with a speed of 60m/s at an upward angle of 25° from the horizontal, calculate the average force exerted on the ball. Collision lasts for 1.2ms

#### Answer Key : 20-1

#### ➤ CALCULUS & VECTORS

(i) tangent line to the function

$$f(x) = \ln\left(\frac{x^2}{x^2+1}\right) \text{ at } x=1$$

$$\text{ans} = Y + \ln 2 = (x - 1)$$

(ii) Determine  $\frac{d_x}{d_t}$  when  $xy^2 = 32$

$$y = 2 \text{ and } \frac{d_y}{d_t} = 8$$

$$1 \frac{d_x}{d_t} y^2 + x \cdot 2y \frac{dy}{dt} = 0$$

$$xy^2 = 32 ; y = 4 , \therefore x = 2$$

$$1 \frac{d_x}{d_t} 4^2 + 2 \times 2 \times 4 \times 8 = 0$$

$$\therefore \frac{d_x}{d_t} = -8$$

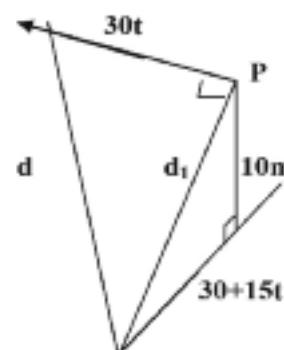
(iii) Car speed is given 54km/ h, (typo)

Assume that the shortest distance occurs "t" seconds after passing the overpass.

Truck speed = 30m/s

Car speed = 15 m/s

From the point P, The truck travelled 30 t m



The car travelled  $(15 \times 2 + 15t)$  m

$$d^2 = d_1^2 + (30t)^2$$

$$d_1^2 = (10)^2 + (30 + 15t)^2$$

$$d = \sqrt{1125t^2 + 900t + 1000}$$

$$\frac{d(d)}{d(t)} = 2250t + 900$$

$$2250t + 900 = 0 ; t = -\frac{900}{2250} s$$

Shortest distance occurs before truck comes to point P

By substituting the t value,  
Distance = 28.6m

#### ➤ PHYSICS 12 & 1B

(i) Work done against gravitational force

$$= mgh = 1400 \times 9.8 \times (0.2/7) \times 4000 \text{ N}$$

(ii) Work done against friction

$$= 530 \text{ N/m} \times 4000 \text{ m} = 2.12 \times 10^6 \text{ N}$$

Total work done = (i) + (ii)

Time taken to reach 4km, in seconds

$$t = \frac{4 \text{ km}}{50 \text{ km/h}} \times \frac{3600 \text{ s}}{\text{h}}$$

$$\text{power} = \frac{\text{work}}{\text{time}}$$

$$\text{power} = \frac{3.688 \times 10^6}{288} = 1.23 \times 10^4 \text{ w}$$

Answer key 20-2 next issue 647 341 3975 Dr. K.A. Srikrishnaraj
---



# நினைவாற்றல் கிழப்பு

## Dementia

### டிமென்சியா என்றால் என்ன?

டிமென்சியா என்பது ஒரு தனிக்குறையாடு அல்ல. மூளையின் திசுக்கள் மற்றும் செல்களில் ஏற்பட்டிருக்கும் சேதம் காரணமாக ஏற்படும் பல்வேறு அறிகுறிகளை இது உள்ளடக்கியிருக்கிறது. இந்தச் சேதத்தால் மக்கள் அல்லசைமர்ஸ் (Alzheimer's disease) அல்லது பார்க்கிள் சன் (Parkinson's disease) போன்ற சிதைவுக்குறையாடுகளால் பாதிக்கப்படுகிறனர்.

இதற்கான அறிகுறிகள்: ஞாபக மற்றி, மனநிலை மாற்றங்கள், சிந்தித்தல் மற்றும் புரிந்துகொள்ளுதலில் சிரமங்கள், பிரச்சினைகளைத் தீர்க்க இயலாமல் சிரமப்படுதல், மொழிக் குறையாடுகள் போன்றவை. இந்தப் பிரச்சினையால் பாதிக்கப்பட்டோர் தங்களுடைய தினசரி நடவடிக்கைகளைச் செய்ய இயலாமல் சிரமப்படுகின்றனர்.

டிமென்சியா படிப்படியாக வளர்க்குடிய ஒரு குறையாடு. அதாவது இந்தக் குறையாடு கண்டறியப்பட்டின் ஒருவருடைய நிலை படிப்படியாக மோசமாகி விரைவில் அவர்கள் மரணத்தைச் சந்திக்க நேரிடும்.

### எது டிமென்சியா அல்ல?

வயதானவர்களுக்கு ஞாபகமற்றிப் பிரச்சினை வருவது சகஜம். அவர்களுடைய உடலில் ஏற்படும் நோய்கள் அல்லது மனச்சோர்வு போன்ற மனம் சார்ந்த பிரச்சினைகளாலும் அவர்களுக்கு ஞாபகமற்றி ஏற்படக்கூடும். இவை டிமென்சியா அல்ல.

டிமென்சியா பிரச்சினை கொண்ட ஒருவருக்குக் குறைந்தபட்சம் இரண்டு மூளைச் செயல்பாடுகளில் சிரமங்கள் ஏற்படும் (ஞாபகமற்றி மற்றும் தீர்மானம் எடுத்தலில் சிரமங்கள் அல்லது மொழிப் பிரச்சினைகள்). இந்தக் குறையாடு கொண்டோரால் தங்களுடைய தினசரிப் பணிகளைச் சுதந்திரமாகத் தாங்களே செய்துகொள்ள இயலாது.

### டிமென்சியாவின் வகைகள்:

டிமென்சியாவில் பல வகைகள் உண்டு. இவை ஒவ்வொன்றுக்கும் அதனை உண்டாக்கும் நோய் அல்லது நிலையின் பெயர் குட்டப்பட்டுள்ளது.

**1. மூளையசதி நோய் Alzheimer's disease :** டிமென்சியாவின் மிகப் பொதுவான வகை மூளையசதி நோய். இது பொதுவாக ஏழு முதல் பத்து ஆண்டுகளுக்கு மதுவாக வளர்கிறது. மூளையின் அறிவாற்றல் செயல்பாடுகள்

லோப்களில் (temporal lobe) உள்ள நரம்பு செல்கள் சிதைவடைவதால் ஏற்படும் டிமென்சியா Frontotemporal dementia - :

மற்ற வகைகளோடு ஒப்பிடும்போது இந்த டிமென்சியா சற்றே இளைய வயதுடையோரைப் பாதிக்கிறது (40 முதல் 65 வயது). இந்தக் குறையாடு கொண்டவர் களுடைய மூளையின் முன் மற்றும் ரெம்போரல் லோப்களில் உள்ள நரம்பு செல்கள் சிதையத் தொடங்குகின்றன. மூளையின் இந்தப் பகுதிகள்தான் அவர்களுடைய ஆளுமை, நடந்து கொள்ளும் விதம் மற்றும் மொழியைக் கட்டுப்படுத்துவதை. ஆகவே இவை சேதமடையும்போது அந்த நபர் பாதிப்புக்கு உள்ளாகிறார். இந்தப் பிரச்சினைக்கான அறிகுறிகள் முறையறை வகையில் நடந்து கொள்ளுதல்,



கொஞ்சம் கொஞ்சமாகக் குறைகின்றன. ஒரு கட்டத்தில் ஞாபக சக்தி, மொழி, தீர்மானம் எடுத்தல் மற்றும் வெளி சார்ந்த திறன்கள் ஆகியவற்றைக் கட்டுப்படுத்தும் மூளையின் பகுதிகள் செயல்படுவதை நிறுத்தி விடுகின்றன.

**2. மூளையில் காணப்படும் அசாதாரண மான புரதக் கட்டிகளால் ஏற்படும் டிமென்சியா. Lewy body dementia:** இந்த வகை டிமென்சியாவால் பாதிக்கப்பட்ட ஒருவருக்குத் தூங்கும்போது கண் விழிகள் மிக வேகமாக அசைதல் (Rapid eye movement - REM) எனப்படும் நிலை பொதுவாகக் காணப்படுகிறது, இவர் களுக்குத் தூக்கப் பழக்கக் குறையாடும் இருக்கலாம். இந்நிலையில் இவர்கள் தங்களுடைய கனவை உண்மை என நம்பி அதன்படி நடக்கலாம். இதனால் பாதிக்கப்பட்டோருக்கு மிக விரிவான மாயத் தோற்றுக்கள் தெரியும். இவர்கள் அடிக்கடி கீழே விழுக்கூடும்.

**3. மூளையின் முன் மற்றும் ரெம்போரல்**

சத்தமின்றிப் பேசுதல், சிந்தித்தல் மற்றும் கவனம் செலுத்துவதில் சிரமங்கள் மற்றும் அசைவுகளில் சிரமங்கள். ஆளுமை மாற்றங்கள் அல்லது அசாதாரணமாக நடந்து கொள்ளுதல். பாதிக்கப்பட்ட நபர் பிறர் மீது எந்த அக்கறையும் காட்டாமல் இருக்கலாம். பிற்றிடம் முரட்டுத்தனமாகவோ கடுமையாகவோ பேசலாம்.

**4. மூளைக்குச் செல்லும் இரத்தக் குழாய்களில் இருத்த ஒட்டம் குறைந்தால் அல்லது தடுக்கப்பட்டால் ஏற்படும் டிமென்சியா Vascular dementia :** மூளைக்குச் செல்லும் இரத்தக் குழாய்களில் இருத்த ஒட்டம் குறைந்தால் அல்லது தடுக்கப்பட்டால், அதன்மூலம் மூளை சேதமடைந்து இந்த வகை டிமென்சியா ஏற்படக்கூடும். பக்கவாதம், இதய வால்வகுளில் நோய்த் தொற்று (Endocarditis) அல்லது இரத்தக் குழாய் சார்ந்த பிரச்சினைகளால் மூளை சேதமடையலாம். இதனால் பாதிக்கப்பட்டோருக்குச் சித்தப் பிரமை ஏற்படலாம் அல்லது ஒரு புதிய அல்லது மோசமாகும் நோயினால் இவர்களுக்குக் குழப்பம் ஏற்படலாம்.

**டிமென்சியாவின் அறிகுறிகள் என்ன? - Symptoms**

டிமென்சியாவின் அறிகுறிகள் ஒவ்வொரு நபருக்கும் மாறுபடும். அவர்களுடைய மூளையின் எந்தப்பகுதி எதனால் சேதம் அடைந்துள்ளது என்பதைப் பொறுத்து இந்த அறிகுறிகள் மாறும். டிமென்சியா பிரச்சினை கொண்ட ஒருவர் பின்வரும் விதமாக அமையும். டிமென்சியா பிரச்சினை கொண்ட ஒருவர் பின்வரும் விதமாகவில்லை சிரமத்தைச் சந்திக்கலாம்:

- சமீபத்திய நிகழ்வுகள் அல்லது செயல் பாடுகளை நினைவில் வைத்திருத்தல்.
- விடயங்களை விவரிப்பதற்குச் சரியான சொற்களைக் கண்டறிதல்.
- மக்கள் மற்றும் இடங்களை

அடையாளம் காணுதல்.

• தினசரி வேலைகளான சமையல், சுத்தப் படுத்துதல் போன்றவற்றைச் செய்தல்.

• விடயங்களைத் திட்டமிடுதல் மட்டும் ஏற்பாடு செய்தல் (நிதி விடயங்களைக் கையாளுதல், வழக்கமான வேலைகள் போன்றவை)

• தர்க்கர்த்தியில் சிந்தித்துப் பதிலளித்தல், குறிப்பாக நெருக்கடி நேரங்களில்.

• தனிப்பட்ட முறையில் தன்னைச் சரியாகப் பராமரித்துக் கொள்ளுதல் (குளித்தல், நேர்த்தியாக உடுத்துதல்)

• மனநிலை மற்றும் பழக்கமுறைகளைக் கட்டுப்படுத்துதல், இதன்மூலம் ஏற்படக் கூடிய தீவிரத்தன்மை மற்றும் கிளர்ச்சியுணர்வு

**டிமென்சியா எப்படிக் கண்டறியப் படுகிறது? - Diagnosis**

டிமென்சியாவைக் கண்டறிவதற்குத் தனிப்பட்ட பரிசோதனை என்று எடுவுமில்லை. ஆகவே மருத்துவர் சம்பந்தப்பட்ட நபரின் மருத்துவ வரலாறை ஆராய்கிறார். அவருடைய பழக்கவழக்கங்களில் உள்ள மாற்றங்களைக் கவனிக்கின்றார். இவற்றோடு சில ஆய்வுக் பரிசோதனைகளையும் நிகழ்த்தி அதன்மூலம் அவருக்கு டிமென்சியா பிரச்சினை இருப்பதைக் கண்டறிகின்றார்.

ஒருவருக்கு டிமென்சியா பிரச்சினை இருப்பதை எவ்வளவு சீக்கிரம் கண்டறி கிறோமோ அவ்வளவு நல்லது. இதன் மூலம் அவர்கள் தங்களுக்கு என்ன பிரச்சினை என்பதைப் புரிந்து கொள்ளலாம். வருங்காலத்திற்காகக் குறைந்தால் தயாராகலாம். திட்டமிடலாம். நிலைமையைச் சமாளிப்பதற்குக் குடும்ப உறுப்பினர்களின் உதவியைப் பெறலாம். தினசரிச் செயல்பாடுகளை இயன்றவரை சிறப்பாகக் கையாளலாம்.

**டிமென்சியாவிற்காக நிகழ்த்தப்படும் சில பரிசோதனைகள் - Tests**

• **Cognitive and neurophysical tests -** அறிவாற்றல் மற்றும் நரம்பு இயற்பியல் பரிசோதனைகள்: ஞாபகச்சுதி, நோக்கு நிலை, புரிந்து கொள்ளுதல், தீர்மானம் எடுத்தல் மற்றும் மொழி ஆகியவற்றில் பரிசோதனைகளை நடத்தி, அதன் அடிப்படையில் ஒருவருடைய அறிவாற்றல் திறன்கள் மதிப்பிடப்படுகின்றன.

• **நரம்புத் தர்க்கவீயில் மதிப்பீடு Neurological evaluation:** மருத்துவர்கள் பாதிக்கப்படவரின் அசைவு (movement), உணர்வு (sense), நிலைத் தன்மை (balance) ஆகியவற்றைப் பரிசோதனைகளை நடத்தி, அதன் அடிப்படையில் ஒருவருடைய அறிவாற்றல் திறன்கள் மதிப்பிடப்படுகின்றன.

• **மூளையில் செய்யப்படும் ஊடுகத்துரை பரிசோதனைகள் Brain scan:** கணினி மயமாக்கப்பட்ட ஊடுகத்துரை Computerized Tomography (CT) மற்றும் காந்த அதிர்வு ஊடுகத்துரை Magnetic Resonance Imaging (MRI) ஆகியன செய்யப்படுகிறது. இதன்மூலம் அவருக்குப் பக்கவாதம் வந்திருக்கிறதா அல்லது மூளையில் உள்ள இரத்தக் கசிவு ஏற்பட்டிருக்கிறதா என்பதை அவர்கள் ஆராய்கின்றனர். அவருக்கு மூளையில் கட்டி ஏதும் இல்லை என்பதை உறுதிப்படுத்துகின்றனர்.

(தொடர்ச்சி 39ஆம் பக்கம்...)

**வாகன விபத்தா?**  
At Fault? No Fault?  
**416-803-5296**  
sktheesan@gmail.com  
FILE YOUR TICKETS IN 15 DAYS  
**Don't miss your court date!**  
**Traffic Ticket**  
**Motor Vehicle Accident**  
**Your limitation for 3rd party claim?**

**S.K.THEESAN**

# நினை...

## 38ஆம் பக்கத்தொடர்ச்சி

• உளவியல் மதிப்பீடு Psychiatric evaluation: ஒரு மன்றல நிபுணர் பாதிக்கப்படவரிடம் பேசி அவருக்கு மனச் சோர்வு (depression) அல்லது வேறு உளவியல் பிரச்சினைகள் உள்ளனவா, அதன்மூலம் இந்த அறிகுறிகள் ஏற்பட்டிருக்கின்றனவா என்று பரிசோதிக்கிறார்.

**டிமென்சியாவிற்குச் சீகிச்சை பெறுதல் - Treatment:** டிமென்சியா விற்குச் சீகிச்சை அளிக்கவோ குணப்படுத்தவோ இயலாது. காரணம் டிமென்சியாவை ஏற்படுத்தும் நோய்கள் படிப்படியாக வளர்ப்பவை. அதாவது பாதிக்கப்பட்ட வருடைய நிலைமை படிப்படியாக மோசமாகிக் கொண்டோன் செல்லும். அதேசமயம் பாதிக்கப்பட்டவர் தன்னுடைய அறிகுறிகளைக் கையாள்வதற்கு மருத்துவர் உதவலாம். டிமென்சியாவுடன் இருக்கக்கூடிய மனச்சோர்வு (depression) அல்லது பதற்றம் (anxiety) போன்ற பிற பிரச்சினைகளுக்குச் சீகிச்சை தேவைப்படலாம். மருத்துவர்களும் குடும்ப உறுப்பினர்களும், டிமென்சியாவால் பாதிக்கப்பட்ட ஒருவரால் என்னென் வேலைகளைச் செய்ய இயலுகிறது என்பதைக் கவனிக்க வேண்டும். அவற்றைத் தொடர்ந்து செய்ய மாறு அவரை ஊக்கப்படுத்த வேண்டும். இந்தப் பிரச்சனை உள்ளவர்களுக்கு மிகவும் தேவைப்படுகிற சீகிச்சை குடும்ப உறுப்பினர்களின் அன்பு, ஆதரவு மற்றும் அக்கறைதான்.

**டிமென்சியாவைத் தடுக்க இயலுமா?**  
- Prevention

டிமென்சியாவைத் தடுக்க இயலாது என்று தான் நிபுணர்கள் குறிப்பிடுகின்றனர். அதேசமயம் டிமென்சியா வருவதைத் தாமதப்படுத்துவதற்கு நாம் சில விடயங்களைச் செய்யலாம். இது பற்றிய ஆராய்ச்சிகள் இன்னும் முழுமையடைய வில்லை. மேலும் பல விடயங்களை ஆராய வேண்டியுள்ளது.

பின்வரும் வழிகளைப் பயன்படுத்தி ஒர் ஆரோக்கியமான வாழ்க்கை முறையை அமைத்துக் கொள்ளலாம்:

- மனத்தைச் சுறுசுறுப்பாக வைத்திருத்தல். இதற்கு மனதைத் தூண்டும் செயல்பாடுகள் பயன்படும். உதாரணமாக சொற்களைக் கொண்டு விளையாடும் விளையாட்டுகள், சுடோகு, புதிர்களுக்குத் தீர்வு காணுதல், ஞாபக சக்திப் பயிற்சி அல்லது ஒரு புதிய மொழியைக் கற்றுக் கொள்ளுதல்.
- தொடர்ந்து உடற்பயிற்சி செய்தல், ஆரோக்கியமான உணவை உண்ணுதல், அதன்மூலம் உடலைச் சுறுசுறுப்பாக வைத்திருத்தல்.
- சுறுகச் செயல்பாடுகளில் ஆர்வத்துடன் பங்குபெறுதல். உதாரணமாக ஒரு பொது நோக்கத்திற்காகத் தன்னார்வலராகப் பணி யாற்றுதல், பொழுதுபோக்கு ஒன்றைக் கற்றுக் கொள்வதற்காக ஒரு வகுப்பில் இணைதல் அல்லது நண்பர்கள், ஒத்த சிந்தனை கொண்டவர்களுடன் நேரம்

செலவிடுதல் போன்றவை.

- தினசரி நடவடிக்கைகளுக்கு ஒரு குறிப்பிட்ட ஒழுங்கைப் பின்பற்றுதல்.
- புகைப் பிழிப்பது, மது அருந்துவதை நிறுத்திவிடுதல்.

**டிமென்சியா பிரச்சினை கொண்ட ஒருவரைக் கவனித்துக் கொள்ளுதல் - Caring of patient:**

ஒருவருக்கு டிமென்சியா வந்திருப்பது கண்டியப்படும்போது அவரும் அவருடைய குடும்ப உறுப்பினர்களும் மிகுந்த அதிர்ச்சி அடைவது சகஜம். டிமென்சியா



வின் ஆரம்பக் கட்டத்தில் அதனால் பாதிக்கப்பட்டோருக்கு மிகுந்த ஆதரவும் நம்பிக்கையும் தேவை. அப்போதுதான் அவர்களுடைய வாழ்க்கை இயற்றுவரை எளிதாகவும் சமாளிக்கக்கூடியதாகவும் அமையும். ஒருவருடைய குடும்ப உறுப்பினர்கள் யாருக்கேனும் டிமென்சியா இருந்தால் அவர்களைக் கவனித்துக் கொள்வதற்கு இந்த ஆலோசனைகளில் சிலவற்றைப் பின்பற்றலாம். அதேசமயம் இந்த ஆலோசனைகளைச் சம்பந்தப்பட்ட நபரின் நிலை மற்றும் குழலுக்கு ஏற்ப மாற்றிப் பயன்படுத்துவது நல்லது. இவர்கள் புரிந்து கொள்ளவேண்டிய இன்னொரு விடயம் டிமென்சியா படிப்படியாக வளர்கின்ற தன்மையைக் கொண்டது, அதன் அறிகுறிகள் நானுக்கு நாள் மோசமாகிக் கொண்டோன் இருக்கும்.

• தகவல் தொடர்பு: அன்புக்குரியவரிடம் பேசும்போது கண்ணுக்குக் கண் பார்த்துப் பேசவேண்டும். மெதுவாகவும் தெளிவாக வும் எனிய வாக்கியங்களில் பேச வேண்டும், ஒரு நேரத்தில் ஒரு விடயத்தைப் பற்றிப் பேசவேண்டும்.

• உடற்பயிற்சி: டிமென்சியாவால் பாதிக்கப்பட்டோர் சில எனிய உடற்பயிற்சிகளைச் செய்யவேண்டும் என்று ஊக்கப்படுத்தவேண்டும். அதன்மூலம் அவர்கள் தங்களுடைய உடல் நிலையைப் பராமரித்துக் கொள்ளலாம், மனச் சோற்களை அறிகுறிகளைக் குறைக்கலாம். இயக்கவியல் திறன்களைத் தக்கவைத்துக் கொள்ளலாம். மன அமைதியும் பெறலாம்.

• விளையாட்டுகள் மற்றும் செயல்பாடுகள்: விளையாட்டுகள் மற்றும் சிந்திக்கும் செயல்பாடுகளில் பங்கேற்குமாறு அவரை ஊக்கப்படுத்தவேண்டும். அறிவாற்றல் திறன்களைப் பயன்படுத்துவதன் மூலம் மூளையின் செல்கள் சிறைவடைவதை மெதுவாக்கலாம்.

• ஒழுங்கு: தினசரி நடவடிக்கைகளுக்கு ஒரு முறையான ஒழுங்கைக் கொண்டுவர வேண்டும், அதன்மூலம் பாதிக்கப்பட்டோருக்கு உணவு அல்லது தூக்கக் குறைபாடு ஏற்படாது. பாதிக்கப்பட்டவர்களுக்கில் தன்னுடைய

பழக்கங்களை மாற்றிக் கொள்ளக்கூடும்,

ஆகவே பழக்க மாற்றங்களுக்கு ஏற்ப இதனைச் சரிசெய்யவேண்டும்.

- எதிர்காலம்: ஒருவர் டிமென்சியாவின் ஆரம்பக்கட்டத்தில் உள்ளபோது எதிர்காலத்திற்காகத் திட்டமிடுமாறு அவரை ஊக்கப்படுத்த வேண்டும். நிதி, சொத்து, நீண்டகாலப் பராமரிப்புத் திட்டம், பாதுகாப்பு மற்றும் தினசரி வாழ்க்கைப் பிரச்சினைகளைப் பற்றிய தீர்மானங்களை எடுக்குமாறு அவரிடம் சொல்லவேண்டும்.

**கவனித்துக் கொள்பவரைக் கவனித்துக் கொள்ளுதல் - Caring of caregiver:**

டிமென்சியா பிரச்சினை வந்த தன்னுடைய அன்புக்குரிய ஒருவரைக் கவனித்துக் கொள்பவருக்கு மன அழுத்தம், ஏரிச்சல், உடல் மற்றும் உணர்வு நிலையில் களைப்பு ஏற்படுவது சாத்தியம். இவர் களுக்கு அடிக்கடி கோபம், குற்ற உணர்ச்சி, சோகம், சுய இரக்கம், பதற்றம் மற்றும் தனக்கு யாரும் உதவுவதில்லை என்கிற எண்ணம் போன்றவை கலந்து ஏற்படலாம். இந்தக் கடினமான நிலையைக் கடந்து முன்னேறுவதற்கு அவர்கள் தங்களுடைய உடல் நலம் மற்றும் மன நல்த்தைக் கவனித்துக் கொள்ளவேண்டும்.

- இந்தப் பிரச்சனையைப்பற்றி எவ்வளவு விடயங்களைக் கற்றுக்கொள்ள இயலுமோ அவ்வளவு விடயங்களைக் கற்றுக் கொள்ள வேண்டும் அதன்மூலம் பாதிக்கப்பட்டவருடைய பிரச்சினைகளை அவர்கள் இன்னும் சிறப்பாகப் புரிந்து கொள்ளலாம். அந்தச் சூழ்நிலையை இன்னும் சிறப்பாகக் கையாளலாம்.
- மருத்துவர்கள் மற்றும் ஆலோசர்களிடம்

பேசித் தங்களுடைய கவலைகளை விவாதிக்க வேண்டும்.

- தேவைப்படும்போது நன்பர்கள் மற்றும் குடும்ப உறுப்பினர்களின் உதவியை நாட வேண்டும்.

• தங்களுடைய உடல், உணர்வு மற்றும் ஆண்ம நலைனைக் கவனித்துக் கொள்ள வேண்டும்.

- தங்களுடைய உறுப்பினர்கள் மற்றும் உடன்மை நலையை வெற்றுக்கொள்ள செய்யவேண்டும்.

• ஒர் ஆதரவுக் குழுவில் இணைந்து தங்களுடைய அனுபவங்களைப் பகிர்ந்து கொள்ளவேண்டும், இதேபோன்ற குழு நிலையில் இருக்கும் மற்றவர்களிடம் உதவி பெறவேண்டும். அவர்களும் மற்ற வர்களுக்கு இதேபோன்ற ஆதரவை வழங்கலாம்.



நன்றி: White Swan Foundation for Mental Health, India .

நன்றி: White Swan Foundation for Mental Health, Karnataka, India .

<https://tamil.whiteswanfoundation.org/disorder/dementia/>

## புதுமலர் தூவி வரவேற்போம்

(அந்தாதி)

எங்கும் மங்களம் பொங்குகின்ற இனிய தமிழர் நாளாகப் பொங்கற் தீருநாள் மலர்கவென புதுமலர் தூவி வரவேற்போம்!

வரவேற் கின்ற பொங்கல்நாள் வாழ்வில் அமைதி தருமென்று உரமாய் மனதில் நினைத்திடுவோம் உள்ளம் மகிழ்ந்து அழைத்திடுவோம்!

அழைக்கும் தமிழர் புத்தாண்டு அமைதி கொடுத்து நம்பிக்கை தழைக்கும் ஆண்டாய் மாறிடநாம் இணைந்து செயலில் இறங்கிடுவோம்!

இறங்கி யாற்றும் செயல்யாவும் எமக்கு விடவைத் தமிழர்முன் சிறந்த தொண்டைச் செய்திடுவோம் சிறிதும் பாரோம் தன்னலத்தை.

தன்னலம் துறந்த மனிதர்களாய் சுழகம் மதிக்கும் புனிதர்களாய் உன்னால் முடந்தால் மாறிவிடு! உழைத்து இன்பம் பொங்கவிடு!

பொங்கும் இன்பம் தமிழர்க்குப் பொங்கும் நாளாய் உருமாறி எங்கும் துளிர்க்க வழிசெய்வோம்!

இனிய பொங்கல் நாளிதிலே!

சபா. அருள்சுப்பிரமணியம்.

# மன...

## 36ஆம் பக்கத்தொடர்ச்சி

சுழலில் மனம் சிக்கித் தவிக்கிறது அல்லது அதை சூழகமாக்க நினைத்து அதற்கான வழியைத் தேடி, நடந்த நிகழ்வுகளையே சுற்றி வரும் மனம், தன் எண்ண சுழலில் சிக்கிக் கொள்கிறது.

இது அறிவியல் பூர்வமாக இல்லா விட்டாலும் பலருக்கும் அனுபவமுற்பொருள் தெரிந்திருந்தாலும் நாம் ஒருவருக்குக் கொடுக்கும் முக்கியத்துவத்தை நமக்கு நாமே பறைசாற்றிக் கொள்ளும் விதமாகப் பல நேரங்களில் விரும்பியே இந்த அழுத் தங்களை உங்கள் மனம் வர வேற்றுக் கொள்கிறது. உன்னால் நான் எவ்வளவு சிரமப் படுகிறேன் தெரியுமா என வேண்டியவர்களிடம் அவர்களுக்கு உங்கள் மனம் கொடுக்கும் முக்கியத்துவத்தை நமக்கு நினைக்கிறது. அவர் களிடம் நீ எப்படி என்னை உதாசீஸ்ப் படுத்தலாம் என உரிமையோடு போராடத் துடிக்கிறது.

உண்மையில் அவர்களுடைய செய்கைகள் உங்களை வருந்த வைக்க வில்லை. அதற்கு உங்கள் மனம் கொடுக்கும் அர்த்தமே இப்படி இருக்குமோ அல்லது அப்படி இருக்குமோ

என்ற அலசலும் சூழகமாக வைத்துக் கொள்ள நினைக்கும் உறவுகள் விட்டுப் போய்விடுமோ என்ற பாதுகாப்பின்மையுமே பதற்றத்தை ஏற்படுத்துகிறது.

அந்தப் பதற்றமே பல உறவுகளை உடைக்கிறது. உங்கள் இயல்பை விட்டும் உங்களை தாண்டி வரச் செய்வதோடு அவர்கள் இயல்பை மீறச் செய்யும் இறுக்கத்தை அவர்களுக்குள் தூண்டி விடுகிறது. சற்றே முடிப்பட்ட ஒரு பாத் திரத்தைத் திறக்க முயலும்போது கொஞ்சம் இலாவுகமாகக் கையாளாவிட்டால் அது இன்னும் இறுக்கிக் கொள்வது போல் உறவுகளை சரியான புரிதல் இல்லாமல் பதற்றத்திலும் இயலாமை யிலும் இன்னும் இறுகிப் போகச் செய்கிறது.

நாம் எடுக்கும் நல்ல முடிவுகளே நம் வாழ்க்கையின் நல்ல தொடக்கமாக இருக்கும். உங்களை சரியாகப் புரிந்து கொள்ளாத ஒருவரோ அல்லது உங்கள் கண்ணுக்குத் தெரியாத ஏதோ ஒன்றோ, உங்களை வருத்துகிறது என்று சுற்றும் முற்றும் உற்றுப் பார்த்துத் தேங்கிப் போகாமல், பிரச்சினைக்கான தீர்வை எங்கோ தேடி எங்கிப் போகாமல், உங்களுக்குள் உற்றுப் பார்த்து எதையும் நேர்மறையாக (positive) எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும் என்ற முடிவை உங்களுக்குள் எடுத்துப் பாருங்கள்.

## பொங்குவோம் பொங்கல்

சொந்த நிலம் இருந்தும் சொர்க்கம்போல் வீடிருந்தும் சொந்த பந்தங்களைப் பிரிந்து பதறியே ஓடியவர் விந்தை அரசின் வெளியைக்குக்கு ஆட்பட்டு நொந்து குடல்வற்றி நொடிந்தது போதும்என்று பொங்குவோம் பொங்கல்

வந்த துயர்கள் எல்லாம் மறைந்து வையம் தலைத்து வாமோடு நாம்வாழ சிந்தை குளிரச் சிரித்து மகிழ்ந்திருக்க விந்தை பலசெய்து வருகவே பொங்கல் என்று பொங்குவோம் பொங்கல்

ஊ(ர)ா பட்ட துன்பம் எல்லாம் ஓடியே போய் விடென்று பாடுபட்ட உழவர் எல்லாம் பரிதிக்குப் படையலிட்டு நன்றி சொல்லிப் பொங்குவோம் பொங்கல் ஒருநாளை உணவுக்கே உரிமை சொல்ல வழியற்று ஏதிலியாய் எம்மாற்கள் எங்கிப் பரிதலித்து நாதியற்று நம்மாற்கள் நாட்பற் சிதறிந்திருக்க பரிதாபநிலை பாரில் இனிவேண்டாம் என்று பொங்குவோம் பொங்கல் இரவார், இரப்பார்க்கு ஒன்று ஈவர் கரவாது உரவர், அவர் உழவர் மனம் களிக்கும் பொன்நாள், புதுநாள் புத்தொளிரும் நன்நாள் பொங்கல்நாளே வருக எனப் பொங்குவோம் பொங்கல்.

மு. ஸ்ரீகாந்தன்



இனி உங்களை சுற்றி என்ன நடந்தாலும் இப்போது நீங்கள் முடிவுசெய்த வகை யிலேயே பார்ப்பிர்கள். பிற்க எந்த அர்த்தத்தில் எது செய்தாலும் நீங்கள் எந்த அர்த்தத்தில் அதை எடுக்கிற்கூலோ அதற்கான உணர்ச்சிகள் தான் உங்களுக்குள் சுரக்கும்.

உண்மையில் நம்மை பற்றி நல்ல எண்ணம் நமக்கு இருந்தால் நம்மை போய் இப்படி இகழ்வாக நடத்துகிறார்களே என்று நினைத்து வருந்த மாட்டோம். நம்மை எப்படி இகழ்வாக நடத்துவார்கள் என்று மற்றவர்களையும் குற்றம் பிடிக்காமல் நீங்களும் குறைத்து மதிப்பிடாமல், எந்த எதிர்மறை உணர்ச்சிக்கும் ஆளாகாமல் இருப்பிர்கள். அது உங்களை சுற்றி இருப்போரையும் நல்ல முறையில் பார்க்கச் செய்யும்.

நீங்கள் மகிழ்ச்சியாக அன்பாக இருக்க நினைத்தால் உங்களுக்குள் நேர்

மறையான ஆற்றல் (positive energy) நிறையும். நீங்கள் மகிழ்ச்சியாகவும் ஆரோக்கியமாகவும் உணர்விர்கள். எல்லா வற்றிற்கும் மேலாக, காற்றில் இழுத்துக் கொட்டப்படும் சிறு இறகாக நீங்கள் எதெதிலோ இழுத்துச் செல்லப் பாமல் உங்கள் உண்மையான இயல்போடு இருப்பிர்கள்.

உங்களை நீங்கள் கவனிக்க நினைத்தாலே நீங்கள் உறுத்தல் இல்லாத மகிழ்ச்சியான மனநிலையோடு எப்போதும் இருக்க வேண்டும் என்று நினைத்தாலே, அந்த மகிழ்ச்சியைத் தக்க வைத்துக் கொள்ளும் முயற்சியில் பிறரையும் அன்போடும் அனுசரணையோடும் புரிதலோடும் பார்க்கத் தொடங்கி விடுவிர்கள். இந்த உலகத்திற்கான நம்மை தயார் செய்யும் போது நமக்கான இந்த உலகம் தயாராகி நிற்கும். உங்களுக்குள் மகிழ்ச்சி சுரக்கும். அது உங்களை மட்டுமல்ல உங்கள் சுற்றத்தையும் நிறைக்கும்.

## அகிம்சையனும் ஆயுதமேந்திய காந்தி

அகிம்சை என்னும் ஆயுதமேந்தியின்த அகிலத்தைப் புரட்டப் போட்டவர் காந்தி சகிப்புத் தன்மையால் சுகத்தினைத்தந்தே சாதனை செய்தவர் மகாத்மாவானார்!

கடலில் வழிதவறி வந்தவெள்ளையன் கரையொதுங்கித் தஞ்சம் அடைந்து உடலில் கொண்ட துன்பம் தீரவும் உணவுப் பஞ்சம் அடைந்துக் கொள்ளவும்

இலங்கைத் தீவினுள் நுழைந்துமெல்ல இடங்களைத் தன்வசப்படுத்திக் கொண்டான் நலங்கள் செய்வதாய் ஆசைகள்காட்டி நாட்டின் ஆட்சியில் அமர்ந்துகொண்டான்!

அருகிலிருந்த இந்தியதேசம் அந்நியனாம் ஆங்கிலேயினிடம் வீழ்ந்து போனதால் பெருமைகள் இழந்து பெற்றதுதுயரம் பேடியென இந்தியரை என்னியது சிகரம்

அடிமை விலங்குடைத்துப் பாரதம் மீட்க ஆயுதமேந்திப் பல்லோர் மாநாதல் செய்தார் கொடியோர் ஆட்சி மாறவுமில்லை கொண்ட துயரங்கள் தீரவுமில்லை!

ஆங்கிலேயர் ஆட்சியில் நித்தம்மக்கள் அனுபவித்த துன்பங்கள் கண்டு பொங்கி எழுந்த இளைஞர் காந்தி பொறுப்புடன் சிந்தித்து முடிவினையெடுத்தார்!

சத்தியாக் கிரகமெனும் உண்ணா நோன்பை சகலரும் அறிந்திடச் செய்தே நாட்டில் கத்தியின்றி இரத்தமின்றி யாவர்க்கும் கருத்துடன் சதந்திரம் பெற்றே தந்தார்!

கதராடையுடன் கையிலே கம்பினைத்தாங்கி கண்ணியத்தோடு எளிய வாழ்வினை வாழ்ந்து பதராக என்னிய வெள்ளையனைக் காந்தி பதறிக்கொண்டே நாட்டைவிட் தோடவைத்தார்!

பல்லாண்டு வெள்ளையன் ஆண்டபாரதம் பகவத்சிங், நேதாஜி, கப்பலோர்கள் போற்றும்பாரதி சுப்பரமணிய சிவா நாட்டை மீட்க நாளெல்லாமுழுழுத்த தியாகிகளே!

ஆயுதத்தால் கிடைக்காத சதந்திரத்தை அழகிய அன்பெனும் உணர்வைக்காட்டி வாயும் வழியிரும் வாடவைத்துப் போராடி - மக்கள் வாழ்வாங்குவாழ்ச் சுதந்திரம் வாங்கிய வள்ளல்!



கவிஞர் புரட்சிபாலன் வன்கவர்

**சந்திரமேள்வர சிவாலயம்**

**தினமும் தூருகால பூஜைகள் நடைபெறும் ஆயும் திறந்திருக்கும் நேரம்**

வெள்ளி, சனி, நூற்றும் விசேட நினைக்களில்: காலை 7am - மாலை 9pm  
நீங்கள் - வியாழன் - காலை 7am - 2pm மாலை 5pm - 9pm

விசேட நினைக்களில் பூஜை நேரங்களில் மாற்றுங்கள் ஏற்படவாம். ஆயுமத்தை அழைத்து பூஜை நேரங்களை நிர்ணயிக்க கொள்ளுங்கள்

**Tel: 416 . 754 . 7338 / 416 . 724 . 7480**

3011 Markham Road , Unit 62 & 63 (North of McNicoll Ave.), Scarborough



## பொங்கல் வாழ்த்து Happy Pongal

காடு கெடுத்து களனியாக்கி  
மாடு கன்று உதவியுடன்  
பாடுபட்டு பயிர் வளர்க்கும்  
நாடு போற்றும் விசாசாயி  
கூடும் மழையும் தருகின்ற  
பீடுமிக்க ஆதவர்கு  
கூடும் அன்பின் மிகுதியினால்  
வீடு முன்றில் பொங்கல் செய்வான்  
தையின் பொங்கல் நன்றிப் பொங்கல்  
தையின் முதலில் வருவதனால்  
தைப் பொங்கல் தரணி போற்றும்

- நா.க சிவராமலிங்கம் -



## சொற்சிலம்ப மாடுகின்ற பெருவாய்க்கெல்லாம் சுவையுடனே உணவளிக்கும் உழவன் வாழி

வாழைமரம் இலைவிரித்துக் காற்றிலாடும்  
வாரிவியாய் வளப்புயிகக் காய்க் கூம்  
தோள்கொடுத்துச் சமக்கின்ற குலைகள் சாயும்  
தொங்குகின்ற குலைகளாலே சோலை தேங்கும்  
நீள்நிலத்து மங்கைத்தரும் செல்வமெல்லாம்  
நீர்வடிய முடல்வலுவி னாலேமொன்டு  
ஆள்பவனுக் குறுதுணையாய்க் கரங்கள் நீட்டும்  
அயராது உழைத்துயரும் உழவன்வாழி

புலசெருக்கி மண்ணுதறிப் பறியில் போட்டு  
தொழுவத்தில் காத்திருக்கும் ஆவிற்கீந்து  
நல்லுடலைப் பேணியதன் அழகைப் பார்த்து  
நாளூமதன் பால்சுவைத்து நோய்கள் நீக்கிச்  
சொல்லிய சத்துணவை உலகுக்கீந்து  
சோர்வகற்றிப் பினிகளையும் மருத்துவனாய்  
வல்லமையில் எல்லாவர்க்கும் சான்றேயாகி  
வளம்பெருக்கி வாழ்வளிக்கும் உழவன்வாழி



கற்றோர் மெய்மறைக்கும் ஆடையோடு  
கால்நடையில் வீதியூடு சென்றிடுவார்  
அற்றவர்க்கும் உறுதுணையாய்க் கைகொடுக்கும்  
அன்னைமண் ஏதிலிகள் உயிர்கள் காக்கும்  
விற்பனன் ராலேயிந்த நாடேயோங்கும்  
வீழுகின்ற ஆட்சிநிமிர்ந் தெழுந்து நிற்கும்  
சொற்சிலம்ப மாடுகின்ற பெருவாய்க்கெல்லாம்  
சுவையுடனே உணவளிக்கும் உழவன்வாழி



மார்சன்

**30<sup>th</sup>**

# விளம்பரம்

VLAMBARAM™

இந்தாவின் மூத்த தமிழ் இதழ்

**இடைப்பதில் விளம்பரத்துக்கு அகவை முப்பது**

ஆண்டுக்கு ஆண்டு புதிய ஆண்டாக மலரும் இந்த இருபதுஇருபது எனும் ஆண்டில் கால்பதியும் விளம்பரமே உந்தனுக்கு அகவை முப்பது, ஆகிறது என்பதை இட்டு வாசகர்களாகிய நாம் மேலும் வாழ்க வளர்க என வாழ்த்துகிறோம் தடைகள் பல தாண்டி தலை நியிர்ந்து எழுந்து நீ மாதத்தில் இரு தடைவை அயராது வெளிவரும் இதழாய் தமிழ் மக்கள் கரங்களில் தவறாமல் வந்து விரிகின்றாய் இன்று தமிழர் மத்தியில் தரமிக்க பத்திரிகையாய் திகழ்கின்றாய் விடியலுக்காய் கதிர்வீசி வரும் காலைக் கதிரவன் போல் கட்டுரைகள், கவிதைகள் எனப் பலவும் எழுதி வருகிறாய் எதிர்காலச் சந்ததியினரை ஊக்குவிக்க இளையோருக்கான ஆக்கம் என ஒரு பகுதியும் வரவேற்கத்தக்க ஒன்றாகும். நாழும் நமது இல்லமும் என்ற தலைப்பில் மக்கள் நயம்பட சிறந்த நல்ல கருத்துரைகளை எல்லாம் எழுதி வருகிறாய் சிலிமா ரசிகர்களைக் கவருமுகமாக திரைவிமர்சனம் என்ற தலைப்பில் எழுதிவரும் செய்தியும் வரவேற்கத்தக்கது. அறிவியல், அரசியல், ஆரோக்கியம், ஆஸ்மீகம் போன்ற பல செய்திகளைத் தொடர்ந்தும் எழுதிவந்து அறியத்தருகிறாய் விளம்பரம் உன் பெயர் என்றாலும் செயலில் நீயோ ஒரு செய்திகளைச் சேகரித்து மக்களுக்காய் எழுதிவரும் தரு விளம்பி நீ தட்டுப்பாடு இல்லாமல் வாசகர் கைகளில் போய் சேர்வதற்கு போதிய அளவு பத்திரிகைகளை வெளியிடும் ஒரு நிறுவனமாய் தொடர்ந்து ஒங்கி வளர் வேண்டுமென நாம் இறை அருள்வேண்டி வாழ்த்துகிறோம்.

கவிநாதம் பந்தாமன்

## பொங்கல் வாழ்த்து

மாதவனை வணங்கிய  
மார்கழி முடிந்ததும்  
ஆதவனை வணங்கிட  
தைப் பொங்கல் வருகுது.



போகட்டும் துண்பமென  
போகியோடு துவங்குது  
பொங்கட்டும் இன்பமென  
பொங்கல் தொடருது.  
உழுக்கு உதவி செய்யும்  
மாட்டுக்கு நன்றி சொல்ல  
மாட்டுப்பொங்கல்  
மறுநாள் வருகுது.  
உறவுகளைப் புதுப்பித்து  
உற்சாகம் கண்டிடவே  
காணும் பொங்கல்  
முன்றாம்நாள் வருகுது.

உணவுதரும் தொழிலுக்கும்  
உணர்வில் கலந்த தமிழுக்கும்  
ஒருசேர விழா எடுக்கும்  
உயிரியவிழா பொங்கலன்றோ.

வியர்வை சிந்தி உழைக்கும்  
விவசாயி பிழைத்திடவும்  
விவசாயம் தழைத்திடவும்  
விலை நன்கு கிடைத்திடவும்

சிலேடை சித்தர் சேது சுப்ரமணியம்

# தரமான வீடு நியாயமான விலைக்கு வாங்க/விற்க அணுகவும் - கைராசியான முகவர்

Staging நிலைசாலை

## Bala Mani. MBA

**Sales Representative**

**647.290.1022**

**647.532.1255**

**email: 0605bala@gmail.com**



**HomeLife / GTA Realty Inc. Brokerage\***

**416.321.6969 5215 Finch Ave. E., #203, Toronto ON. M1S 0C2**

\*Independently Owned & Operated



### படித்ததில் பிடித்தது



நீங்கள் வாசித்து மகிழ்ந்ததை  
மற்றவர்களும் வாசிக்கட்டுமே.  
அனுப்பங்கள் Vlambaram@sympatico.ca  
யாம் பெற்ற இன்பம் மற்றவர்களும் பெற்றுமே!

### 'மருந்தால்' 'மறந்தால்' சரியாகும் சில காயங்கள்!



சில காயங்கள் 'மருந்தால்' சரியாகும்.  
'ஆடம்பரம்' அழிவைத் தரும்.  
மனிதனுக்கு 'பிரச்சனை' அதனால்,  
'வீரன்' சாவதே இல்லை.  
'கடனாக' இருந்தாலும்சரி,  
திருப்பி செலுத்தினால் தான் மதிப்பு.  
'வெற்றி' பெற்றால் சிலை,  
'செலவு' போக மீதியை சேமிக்காதே.  
'வறுமை' வந்தால் வாடக்கூடாது.

'மீதி' தற்காலிகமானவை.  
விழுந்த இடத்தில் மீண்டு எழுதல் 'சாதனை'.  
ஆனால் 'Q'இல் போகத் 'தெரியாது'.  
ஆனால் 'Q'இல் போகத் 'தெரியும்'.  
ஒருவரையும் 'எதிர்பார்த்து' நிற்காதே.  
கிடைக்கிறதே என்பதற்காக 'வாங்காதே'.

சில காயங்கள் 'மறந்தால்' சரியாகும்.  
'ஆரோக்கியம்' நல்வாழ்க்கை தரும்.  
கடவுளுக்கு 'அர்ச்சனை'.  
'கோழை' வாழ்வதே இல்லை.  
'அன்பாக' இருந்தாலும் சரி,  
உன்னை நீ செதுக்கிக் கொண்டே இரு  
'தோல்லி' அடைந்தால் சிற்பி.  
'சேமிப்பு' போக மீதியை செலவுசெய்.  
'வசதி' வந்தால் ஆடக்கூடாது.  
விழுதல் என்பது 'வேதனை'.  
மனிதனுக்கு ABCD 'தெரியும்',  
எறும்புகளுக்கு ABCD 'தெரியாது',  
ஆயிரம் பேரைக்கூட 'எதிர்த்து' நில,  
தேவைக்காக கடன் 'வாங்கு',  
கவலைகள் கற்பனையானவை,

தவறான பாதையில் 'வேகமாக' செல்வதைவிட,  
சரியான பாதையில் 'மெதுவாக' செல்.

நீ 'ரசிக்க' என்னிடம் அழகு இல்லை. ஆனால்,  
நீ 'வசிக்க' என் இதயத்தில் இடம் இருக்கிறது.  
'உயிர்' உள்ளவர்களில் யார் முக்கியம் என்பதை

'உயிரற்ற' பணமே முடிவு செய்கிறது.

உன்மை எப்போதும் 'சுருக்கமாக' பேசப்படுகிறது,  
பொய் எப்போதும் 'விரிவாக' பேசப்படுகிறது.

'கறுப்பு' மனிதனின் இரத்தமும் சிவப்புத்தான்.

'சிவப்பு' மனிதனின் நிழலும் கறுப்புத்தான்.

'வண்ணங்களில்' இல்லை வாழ்க்கை.

மனித 'எண்ணங்களில்' உள்ளது வாழ்க்கை.

கார் இருந்தால் 'ஆடம்பரமாக' வாழலாம்.

யிதி வண்டி இருந்தால் 'ஆரோக்கியமாக' வாழலாம்.

நீ கல்யாணம் பண்ண நினைப்பது 'ஆசை' ஆனால்,

அதுக்குப் பிறகும் மகிழ்ச்சியாக இருக்க நினைத்தா அது 'பேராசை'.

'கடனமாய்' உழைத்தோர் முன்னேறவில்லை,

'கவனமாய்' உழைத்தோர் முன்னேறியுள்ளனர்.

வியர்வை துளிகள் 'உப்பாக' இருக்கலாம். ஆனால்,

அவை வாழ்க்கையை 'இனிப்பாக' மாற்றும்.

கடன் கொடுத்துப்பார் நீ எவ்வளவு 'முட்டாள்' என்று தெரியும்.

கடன் கேட்டுப்பார் அடுத்தவன் எவ்வளவு 'புத்திசாலி' என்பது புரியும்.

பணம் கொடுத்துப்பார் உறவுகள் உன்னை 'போற்றும்'.

கொடுத்த பணத்தை திரும்ப கேட்டுப்பார் மன்னை வாரி 'தூற்றும்'.

பேசிப்பேசியே நம்மை ஏழாற்றுகின்றனர் என்பதே 'பொய்'.

அவர்கள் பேச்சில் நாம் ஏழாந்து விடுகிறோம் என்பதே 'உன்மை'.

மனைவி கேட்பதை எல்லாம் வாங்கி கொடுத்து சமாளிப்பவன் 'புத்திசாலி'.

வாங்கி கொடுக்கிறேன் என்று சொல்லியே சமாளிப்பவன் 'திற்மைசாலி'.

குறைகளை 'தன்னிடம்' தேடுபவன் தெளிவடைகிறான்.

குறைகளை 'பிற்ரிடம்' தேடுபவன் களங்கப்படுகிறான்.

அறுந்து போன செருப்புக்கு வீட்டில் ஓர் இடம் 'உண்டு'.

இறந்து போன மனித உடலுக்கு வீட்டில் ஓர் இடமும் 'இல்லை'.

**தகவல்: வீரகேசரி முர்த்தி**

# MORTGAGE SOLUTIONS

SAVE UPTO **75%**  
REFINANCE

## MONTHLY SAVING

# \$ 2,409

	Before	After
Mortgage Payment	\$320,000 @ 2.90%	\$1,498.02
Auto Loan	\$21,000 @ 7.50%	\$764.25
Line of Credit - 1	\$16,000 @ 6.50%	\$566.67
Line of Credit - 2	\$12,500 @ 7.00%	\$447.92
Credit Card - 1	\$ 8,800 @ 12.00%	\$352.00
Credit Card - 2	\$ 5,200 @ 19.00%	\$238.34
Store Card	\$ 3,000 @ 24.00%	\$150.00
New Mortgage	\$386,500 @ 2.9%	\$1,605.00
Total Debt		\$ 386,500.00
Total Payment		\$4,014.20
		\$1,524.55



**KIRUBA THANABALASINGHAM**

Mortgage Agent Lic# M12002440

[info@mortgagesolutions.ca](mailto:info@mortgagesolutions.ca)

[www.MortgageSolutions.ca](http://www.MortgageSolutions.ca)

Kapital Care Mortgage Inc. Lic#12623

**Prime + 1% / \$50,000  
Lower Rate / EQUITY LOAN**

**GET APPROVED  
WITHIN 24 HOURS**

**416.298.2777**

**\$ 375**  
Mo.

**MARKHAM & STEELES - BLUE BUILDING**

B105 - 3341 Markham Road, Toronto, ON M1X 0A5

## BUYING OR SELLING

**Indra Michael Xavier**  
Sales Representative  
**Direct : 647-995-6829**  
indra.m.xavier@gmail.com



**HomeLife/Future**  
Realty Inc. Brokerage®  
**905-201-9977**  
THIRD PARTY OWNED AND OPERATED

we always care at...



**Dr. Jeyapalan, BDS., DDS.**  
University of Toronto  
Dentist  
**416 492 3775**

**Bridletowne Dental**  
2555 Warden Avenue, Scarborough M1W 2H5  
(close to Warden and Finch, in the TD BANK PLAZA)



வீடு வாங்க, விற்க, வாடகைக்கு பயிற்சி...  
வெந்திய பிரேரணையற்ற காப்புத்திடும்...  
**Vany Jeganmohan**  
Realtor/Financial Advisor  
**416.670.7436**  
vanyjeganmohan@gmail.com  
www.vanyhomes.ca  
www.vjfinancial.ca  
**V J Financial Services**  
We ease your cost of living  
5215 Finch Ave East, Unit 203 Toronto ON M1S 0C2

**Coaching • Yoga • Meditation • Healing • Astro Guidance**



**S&S Evolution**  
**Varany Sivathasan**  
Life Coach • Healer  
Yoga & Meditation Instructor  
**416.875.0553**  
Info@ssevolve.com  
Unit 8, 151 Nashdene Court, Scarborough, ON M1V 2T3




வீடு வாடகைக்கு...  
வாங்க...  
விற்க...  
**Vasanta Raviendren**  
Realtor/Financial Advisor  
**Cell: 416-716-1540**  
arunta.raviendren@gmail.com  
**Mega Financial Group**  
HomeLife/GTA Realty Inc. Brokerage®  
5215 Finch Ave East, Unit 203 Toronto ON M1S 0C2

**IT'S YOUR MOVE...**  
Let me help you make the right one!



2105 Eglinton Ave. W.  
Scarborough, ON M1H 1B7  
Office: 416-289-2125  
Email: muthucumarswamy@toronto.com  
Web: www.2129home.com

**Sudharshan**  
Muthucumarswamy, CRM, CSA  
Broker  
**Direct: 416.567.6209**

Residential / Commercial • Purchase • Sale • Investment • Leasing



வீடு வாங்க, விற்க, வாடகைக்கு  
**Ponnambalam Mahalingam**  
Sales Representative  
**Dir: 416.729.0955**  
arunponmehal@gmail.com

**HomeLife/ Future** Realty Inc. Brokerage®  
7 Euston Dr., Suite 205 Markham ON L3S 4N8 Bus: 905.201.9977  
• Independently Owned & Operated

**INCOME TAX E' FILE** **416-288-1548**

**B.J போய்லீஸ் அவ் ஜூவலரி**  
TAILORING & JEWELLERY CLASSES  
We provide training in  
Jewellery making and Tailoring  
தொயல் பயிற்சி மற்றும் ஜூவலரி செய்வும் முறைகள்  
கற்றுக் கிடைக்கப்படும்  
தொடர்புக்குக்கு: **416-720-4472**  
email: jegathees2007@gmail.com



**Employment Law**      **Wrongful Dismissal**  
**Severance Packages**      **Human Rights**  
**Landlord and Tenant Law**      **Employment Standards**

**Aravindh Jegatheesan**  
Barrister and Solicitor  
**437.229.9643**  
email: ar@aravindhlaw.ca   www.aravindhlaw.ca  
ARAVINDH LAW 920 Yonge St, Suite 510, Toronto, ON, M4W 3C1

**B.J TAXI SERVICE**  
NEED A RIDE?  
SHORT TRIPS FROM \$10  
FERRY & AIRPORT TRANSFERS  
RIDE FOR SENIORS, ODSP, WELFARE GROCERY SHOPPING & FOOD DELIVERY  
FAMILY SHOPPING & PARTY PICK UP / DROP UP/TEMPLES , DOCTOR APPOINTMENTS

**AIRPORT \$45** **By Appointment Only**  
PICK UP/ DROP UP  
**CALL: CHERAN 416-727-1484**



**MORTGAGE STRESS?**  
WORK WITH ALL MAJOR LENDERS  
2nd and private financing available.  
Call 416.333.9393

**PURCHASE • REFINANCE • INVESTMENT PROPERTIES**

**HOMES & COTTAGES FOR SALE**

BRAMPTON	OSHAWA	Danforth & Vic. Park
 2 years old! <b>\$799,000</b> 2-Storey - Detached 4BR	 <b>\$699,900</b> 2-Storey - Detached 4BR	 0.5 Acres Redevelopment

Cottages Available for (20 People) Rent starting from \$149 Perday  
1st & 2nd Mortgage available upto 1Million

**ROYAL MEDICAL AND PROFESSIONAL CENTRE**  
2225 Markham Road, Scarborough

**UNITS AVAILABLE FOR SALE**

**Amalraj Joseph**  
Sales Representative  
**416.300.8294**  
amalraj.joseph@gmail.com

**HomeLife/GTA Realty Inc. Brokerage®**  
5215 Finch Ave East, #200 Toronto ON M1C 0C2 Tel: 416.331.6769

**A.ANTON JEEVA, FRI**  
Broker  
**Dir: 416.575.5055** **RE/MAX**  
anton.jeeva@gmail.com  
www.getanton.com

**ROYAL PROPERTIES INC**  
Phone: (416) 321-0110