Free Circulation Germany-England-Swiss
ஆவணி Aug.2019

வெற்றிமணி

Vettimaniy

Successful Publishing 25 Years IN EUROPE
ESTD 1950
பிரதம ஆசிரியர் கலாநிதி மு.க.சு.சிவகுமாரன் B.F.A

Orientalische Textilien & Schmuck
29 வது ஆண்டு நிறைவில்
தொடர் மலிவு விற்பனை!
தரமான தங்க நகைகளுக்கு உத்தரவாதமிக்க நகை மாளிகை

Königswall 16 (Am HBF) 44137 Dortmund
Tel:0231 162377 Fax:0231 147836

தயாராகும் ஜனாதிபதி தேர்தல் களம்

போட்டியிடப்போவது யார்?

Dr.IN

RESIST NOT EVIL

நன்றி copyright: Martina Pipprich /Hochschule für Musik Mainz

சேலை மட்டுமா அழகு
சோலைக்குயில் பாட்டும்கூட அழகு

S.K.SILKS GOLD PARAADISE
அசத்தலான ஆடைத் தெரிவுகளுடன்
கேவலார் தேவாலயத்தின் வளாகத்தில்
எமது அதிரடி மலிவு விற்பனை
10.08.2019 சனிக்கிழமை
17 ANNIVERSARY
Mr.P.Sritharan.Proprietor
விபரம் 29 பக்கம்
Tel:0231 9501 647
Adler str 33 - 44137 Dortmund

MITCHAM (UK) செல்வராஜா U.K
Selvaraja Gold House & Textiles

T.T.S.Brothers GmbH&Co.KG
RHEINISCHE STR 52 44137 DORTMUND
Tel:0231 819288 Germany
Page.12

Gopara Gnanam GMBH
RHEINISCHE STR 62 44137 DORTMUND
Tel: Mob:0171 330 6542
Page.23

StaR-Impex
Kipper Str.03 44147 Dortmund/ Germany
Tel:0231 860 26 96
S.38

நான் வில்லனாக இருந்த சில கணங்கள்!

மாதவி

முன்பு படிக்கும் காலத்தில் பஸ்சில் பயணம் செய்யும்போது எமது ஆசனத்தில் இடம் இருந்தால் அடுத்த பஸ்தரிப்பில் யாரும் வந்து ஏறுவார்கள். அப்படி ஏறும்போது எமது மனம் அட யார் வந்து ஏறி! பக்கத்தில் அமருகிறார்களோ என ஒரு கணம் சிந்திக்கும்.

எங்கும் தனிக்காட்டு ராஜாவாக செல்வேண்டும் என்பது மனித இயல்பாகிவிட்டது.
ஆனால் அருகில் வந்து ஒரு கிழவியோ, கிழவனோ, அன்றி ஓர் அழகிய பெண் அமர்ந்தால் தனிக்காட்டு ராஜா என்ற எண்ணம் தவிடுபொடியாகி, அருகே அமர்பவள் இளவரசியாகிவிடுவாள்.

எங்கோ ஒருத்தி எமக்கென்று பிறந்து இருக்கிறாள். ஆனால் அது யார் என்று தெரியாமல் அலைந்த காலம் அது. அதனால் அது இவளா! அவளா!! என்ற ஏக்கம் கலந்த தேடல் அன்று அதுவாக இருந்திருக்கலாம்.

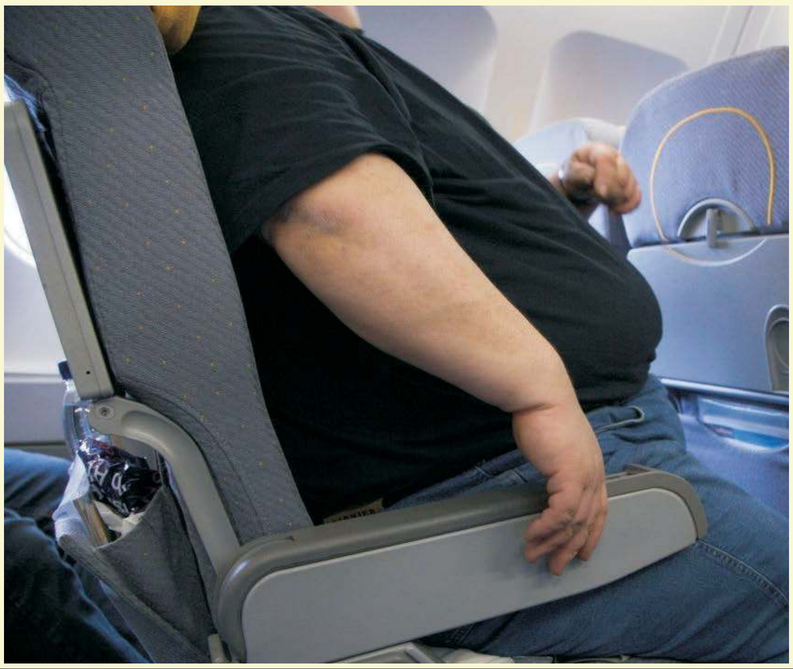
இன்று யார் அவள் என்று தெரிந்தாகிவிட்டது. அதனால் அந்த தேடல் அற்றுப்போய்விட்டது. ஆனால் தனிக்காட்டு ராஜா என்ற எண்ணம் இன்றும் அற்றுப்போய்விடவில்லை.

ஆம் கனடாவில் இருந்து விமானத்தில் லண்டனுக்கு பயணமானேன். எல்லா ஆசனங்களும் நிரம்பியிருந்தன, ஆனால் நான்கு பேர் இருக்கும் நடு வரிசையில் எனக்கு இடது புறத்தில் மட்டும் ஒரு இடம் இருந்தது. எனக்கு முன் வரிசைகளிலும் இடம் உண்டா என்பது என் கண்ணுக்குத் தெரியவில்லை.

விமானம் புறப்பட இன்னும் 10 நிமிடங்கள்தான் இருந்தநிலையில் இனியார் வரப்போகிறார்கள் என்ற நினைவோடு நான் தனிக்காட்டு ராஜாவானேன்.
சிறுதலையணையை முதுகுப்பக்கம் வைத்து, படம் பார்ப்பதற்கு இயபோனை பொருத்தி எனது பயணத்தை தொடருவதற்கான சொகுசு ஒழுங்குளில் மும்மரமாக இருந்தேன்.
அப்போதுதான் தூரத்தில் ஒருவர் வருவது தெரிந்தது.
அட கடவுளே அவர் எனது பக்கத்தில் இருக்கும் சீட்டில்மட்டும் அமரப்படாது என கடவுளை வேண்டிக்கொண்டேன். எதற்கு எதற்கு எல்லாம் கடவுளை வேண்டுவது என்ற விவஸ்தையே இன்றிப்போச்சு.

அன்று பேருந்தில் அருகில் யாராவது அமர வந்துவிடுவார்களோ என்ற நினைப்பில் கூட இளம்பெண் என்றால் விதிவிலக்கு இருந்தது. ஆனால் இப்போ விதிவிலக்கு மருந்துக்கும் இல்லை. எவரும் அமரப்படாது என்பதில் மனம் படு உறுதியாகவே இருந்தது.

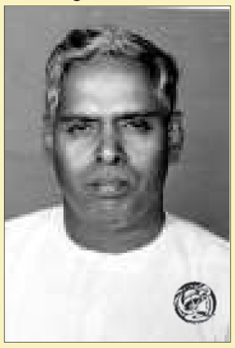
தொடர்ச்சி 04ம் பக்கம்



வெற்றிமணி

தமிழ் எங்கள் உயிருக்கு மேல்

ஓசை 276



ஆரம்பம்:1950

ஸ்தாபகர்

அமரர் மு.க.சுப்பிரமணியம்

(முன்னாள் அதிபர்:
குரும்பசிட்டி பொன்.பரமானந்தர்
வித்தியாலயம்)

பிரதம ஆசிரியர்

“ஓவியக்கலைவேள்”

கலாநிதி

மு.க.சு.சிவகுமாரன் B.F.A.

Chief Editor:

Dr.M.K.S.Sivakumaran B.F.A.

Brinker Höhe.13
58507 Lüdenscheid
Germany
Tel: 02351/45 88 62
0163 199 2 333

e-mail: vettimaniy@hotmail.com

“வெற்றிமணிமொழி”

தோல்வியைக் கண்டு
அஞ்சுபவர்களிடமிருந்து
வெற்றி தானாகவே
விலகிச்செல்கிறது

பத்திரிகை வடிவம்

சிவகுமாரன் சஞ்ஜீவன்.B .Eng (Hons)

Sanje:07824 61 83 83

Vettimaniy Ltd

Company No: 8876276

தயாராகும் ஜனாதிபதி தேர்தல் களம்

போட்டியிடப்போவது யார்?

- கொழும்பிலிருந்து ஆர். பாரதி -

இலங்கையில் இவ்வருட இறுதிக்குள் ஜனாதிபதித் தேர்தல் நடைபெறவிருக்கும் நிலையில், இரு பிரதான அணிகளுக்குள்ளும் தமது வேட்பாளர்களைத் தெரிவு செய்வதில் பரபரப்பாக இறங்கியுள்ளன. மகிந்த ராஜபக்ஷவின் பொதுஜன பெரமுன (தாமரை மொட்டு அணி) எடுக்கப்போகும் தீர்மானம்தான் ஐ.தே.க.விலும் தாக்கத்தை ஏற்படுத்தும். மொட்டு அணியில் கோத்தாபால ராஜபக்ஷவின் பெயர்தான் முன்னணியில் உள்ளது. ஆனால், ஐ.தே.க.வில் மூன்று பெயர்களும் சமபலத்துடன் இருக்கிறது. கோத்தாவை இறக்குவதென மொட்டு முடிவெடுத்தால், சஜித் பிரேமதாசவைத்தான் போட்டிக்கு இறக்கினால்தான் ஈடுகொடுக்க முடியும் என்ற கருத்து ஐ.தே.க.வில் உள்ளது.

ஐ.தே.க. மற்றும் அதனுடன் இணைந்து செயற்படும் கட்சிகள் இணைந்த புதிய முன்னணி ஒன்றை எதிர்வரும் 5 ஆம் திகதி ஆரம்பிக்கப்போகின்றார்கள். ஜனாதிபதித் தேர்தலை இலக்காகக்கொண்டு தமது கூட்டணிக்கு புதிய பெயர், புதிய சின்னம் என புதிய தோற்றம் ஒன்றைக் கொடுப்பதற்கு ஐ.தே.க. தலைமை திட்டமிடு கின்றது. அதனுடன் ஜனாதிபதி வேட்பாளர் யார் என்ற விபரமும் அறிவிக்கப்பட்டு, தேர்தலை நோக்கிய செயற்பாடுகள் முடுக்கிவிடப்படும் எனத் தெரிவிக்கப்படுகின்றது. ஆகஸ்ட் இரண்டாம் வாரத்துக்குள் இது தொடர்பில் உறுதியான முடிவை ஐ.தே.க. எடுக்கும். ஆனால், ஐ.தே.க. வேட்பாளர் யார் என்பதற்குத்தான் இன்னமும் பதில் கிடைக்கவில்லை.

ஐ.தே.க. சார்பாக களமிறங்குபவர் சிறுபான்மையின ருடைய ஆதரவைப் பெறக் கூடியவராக இருக்கவேண்டும் என்ற கருத்து உள்ளது. சிறுபான்மையினருடைய ஆதரவைப் பெறக் கூடியவரென்றால் ரணில் விக்கிரமசிங்க அல்லது கரு ஜயசூரியதான் இறங்கவேண்டும் என்றும் சொல்லப்படுகின்றது. இதில் கருவுக்குள்ள ஒரேயொரு “மைனஸ்“ என்னவென்றால், அவர் சில காலம் மகிந்த ராஜபக்ஷவுடன் இணைந்து அமைச்சர் பதவியையும் அனுபவித்தவர். ஐ.தே.க.வில் களத்தில் உள்ள மூவரில் தமிழ்த் தேசியக் கூட்டமைப்பு யாரை ஆதரிக்கும் என்ற ஒரு கேள்வியும் இப்போது எழுப்பப்படுகின்றது.
கூட்டமைப்பைப் பொறுத்தவரையில் அதன் தலைமை ரணிலைத்தான் விரும்புவதாகத் தெரிகின்றது. ஆனால், ஐ.தே.க.வுடன் இணைந்து செயற்படும் மனோ - திகா- ராதா அணிகளும், ஹக்கீம்- ரிஷாத் ஆகியோரும் சஜித்தை விரும்புகிறார்கள்.
ஜனாதிபதி வேட்பாளர் யார் என்பதை அறிவிக்குமாறு கட்சி ஐ.தே.க. எம்.பி.க்கள் தலைமைக்கு அழுத்தங் களைப் பிரயோகிக்கத் தொடங்கியிருப்பதாக தகவல்கள் சொல்கின்றன. கட்சியின் செயற்குழுவை அவசரமாகக் கூட்டி, இது குறித்த தமது முடிவை அறிவிக்குமாறு அவர்கள் கேட்டுள்ளார்கள். தமது ஊர்களுக்குச் செல்லும் போது, வாக்காளர்கள் இந்தக் கேள்வியைத்தான் தம்மிடம் எழுப்புவதாகத் தெரிவிக்கும் எம்.பி.க்கள், ஜனாதிபதி வேட்பாளர் யார் என்பதை அறிவித்தால்தான் தமது பணிகளை தமது தொகுதிகளில் செய்யக் கூடியதாக இருக்கும் எனவும் தலைமைக்கு கூறியிருக்கின்றார்கள்.

கட்சி எம்.பி.க்களில் ஒரு பகுதியினர் சஜித்தை ஜனாதிபதி வேட்பாளராக நியமிப்பதற்கான செயற்பாடுகளைத் தீவிரப்படுத்தியிருக்கின்றார்கள். சஜித் தன்னுடைய விருப்பத்தை கட்சித் தலைமைக்கு இதுவரையில் உத்தியோகபூர்வமாகத் தெரிவிக்கவில்லை. ஆனால், மாத்தறையில் கடந்த வாரம் நடைபெற்ற நிகழ்வு ஒன்றில் வைத்து முதல் தடவையாக தனது விருப்பத்தை சஜித் வெளியிட்டார். அமைச்சர் மங்கள அரசியலில் பிரவேசித்து 30 ஆண்டுகளைப் பூர்த்தி செய்வதை முன்னிட்டே இந்த நிகழ்வு ஏற்பாடு செய்யப்பட்டிருந்தது.

இதனைவிட சஜித்தின் மனைவி, ஜலனியும் தன்னை எதிர்கால ”முதற் பெண்மணி” என குறிப்பிட்டமையும் சஜித் ஜனாதிபதித் தேர்தலில் இறங்குவதற்கான காய் நகர்த்தலை ஆரம்பித்துவிட்டார் என்பதை உறுதிப்படுத் தியது. ஜனாதிபதி வேட்பாளராக தன்னைப் போட வேண்டும் என்பதற்கான பரப்புரைகளை சஜித் தீவிரமாக முன்னெடுக் கவில்லை என்பது உண்மைதான்.

தொடர்ச்சி 10 ம் பக்கம்.

நான் வில்லனாக இருந்த கணப்பொழுது.

02ம் பக்கத் தொடர்ச்சி

என் உறுதியைத் தகர்ப்பதுபோல் அந்த மனிதர் என்னை நோக்கியே வந்து கொண்டு இருந்தார். தூரத்தில் சிறிய உருவமாகத் தெரிந்தவர் கிட்ட கிட்ட நெருங்கும்போது அவர் விமான ஆசனத்தையே நொருக்குவார்போல் குண்டாக இருந்தார்.
என் கடவுள் நம்பிகை தவிடுபொடியாக, அவர் எனது பக்கத்து சீட்டில் அமர்ந்தார். அமரும்போது ஒரு லொறி ஒன்று புஸ் என்று மூச்சுவிடுவது போல் காற்று சத்தம் கேட்டது.

எனது இடது பக்க இருக்கையின் கைபிடியைத்தாண்டி அவரது வயிறின் சிலபகுதி மேவிநின்றது. திரும்பிப்பார்த்தேன் அவர் எழுந்து நிற்பதுபோல் இருந்தார், ஆனால் அவர் நிற்கவில்லை இருக்கின்றார்.
பாதுகாப்பு பெல்ட் அணியமுடியாது தவிக்க நான் நல்லவன்போல் அவருக்கு அதனை எடுத்துக்கொடுக்கின்றேன். அவரால் அந்த பெல்ட்டை கொழுவமுடியவில்லை. சரி அவரால் கொழுவ முடியாது என்றால் பணிப்பெண் நிச்சயமாக அவருக்கு வேறு இடம் கொடுப்பார் என என் உள்மனம் மகிழ்ந்தது.
பணிப்பெண் நெருங்கிவரவும், அவர் பெரும் சிரமத்தின் மத்தியில் தனது அடிவயிற்றில் அந்த பெல்டைமாட்டிக்கொள்ளவும் நேரம் சரியாக இருந்தது. அடிக்கடி அவரது வாயுக்குள்ளால் மூச்சுக்காற்று வெளியேறிபடி இருந்தது.

சரி இனி நிச்சயம் லண்டன் வரை அவருடன்தான் பயணம் என்பது அது உறுதி. பஸ் என்றால் அடுத்த தரிப்பில் இறங்கச்சொல்லி மீண்டும் ஒரு விண்ணப்பத்தை ஆண்டவனுக்கு கொடுக்கலாம். ஆனால் இங்கு முடிந்த முடிவு.

விமானம் மேல் எழுந்தது. நான் கோழிக்குள் பதுங்கும் குஞ்சானேன். யூஸ்தந்தார்கள் அதனை அவர் வேண்டவில்லை. எப்படியோ எங்கோ ஒரு இடத்தில் இருந்து பயணிக்கவேண்டியவர் என்னருகில் அமர்ந்து விட்டார். என்வாழ்வில் இப்படி ஒருவர் எனக்கருகில் அமர்ந்தது இதுவே முதல் முறை.

விமானம் மேல் ஏறி ஆடி ஆடி தன்னை நிலை நிறுத்தி சுமூகமாகப்பறக்கத் தொடங்கியது. எனது அருகில் இருந்த அந்த மாமலை மெல்ல மெல்ல தன்னை சுருக்க ஆரம்பித்தார். எனது இடதுபுறத்தோள் இப்போ மெல்ல வெளியே தெரிந்தது.
பயணம் தொடரந்தது. அவர்பின் எனக்கு எந்த அசௌகரியத்தையும் தரவில்லை. சும்மா மெல்லியவர்களுடன் இருந்தாலே பத்து தடவை கதிரையை பின்சரிப்பதும் முன்சரிப்பதும், சிறுநீர்கழிக்க பல தடவை எழும்புவதுமாக உயிரை வாங்குவார்கள். ஆனால் இன்று பக்கத்தில் இருக்கும் அந்த பெருமலையின் பெருமனம் அப்படி எந்த தொந்தரவும் தரவில்லை.
உணவு உண்ணும்போதும் மிகவும் அவதானமாக ஒரு துளியும் என்மீது சிந்தாமல் உண்டார். அவரது கவனம் முழுக்க முழுக்க அருகில் இருப்பவர்களுக்கு முடிந்தவரை இடைஞ்சல் தராமல் இருக்கவேண்டும், என்பதனை தனது முதல் 10 நிமிடத்திலேயே உணரவைத்துவிட்டார்.
விமானம் தரையிறங்க இன்னும் 10 நிடங்கள் உண்டு, எல்லோரையும் பெல்ட்டைபோடும்படி சமிக்கை வந்தது, நான் உடன் போட்டுக்கொண்டேன். ஆனால் அவர் போடவில்லை. அவர் விமானம் ஏறியதற்கு பெல்ட் கழட்டவே இல்லை.

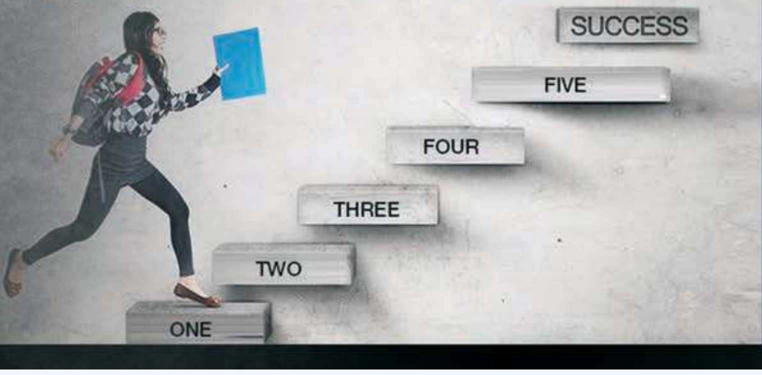
நான் அவர்மீது கொண்ட தப்பான எண்ணத்திற்காக என் மனம் அவர்முன் மண்டியிட்டுநின்றது. வண்டி பெரிது அதனைவிடவும் அவர் மனம் பெரிது. என்மீது எனக்கே வெறுப்பு வந்தது.

முதல் தடவையாக அவர் என்னைப்பார்த்து உங்களுக்கு கஸ்டத்தை கொடுத்திருந்தால் மன்னிக்கவும். பொதுவாக விமானப்பயணம் நான் செல்வது குறைவு. ஆனால் எனது அன்னையின் மரணத்திற்கு அஞ்சலிக்காக செல்கின்றேன். திரும்பும் போதும் என்னைப்போல் ஒருவர் வாய்த்தால் கடவுளுக்கு நன்றி என்றார்.

எனக்கு பக் என்றது. அட கடவுளே நான் வேண்டியதை மட்டும் அவருக்கு சொல்லிவிடாதே.
தண்ணீர்கூட குடிக்காமல். குடித்தால் சிறுநீர்கழிக்கப்போகவேண்டும், அது எனக்கு சிரமம்தரும் என்று எண்ணி பயணித்த அந்த மனிதன் முகம் என் கண்ணைவிட்டு விலகவில்லை.
நான் வில்லன்போல் இருந்த அந்தக் கணப்பொழுதுகள்,என் கண்ணைவிட்டு விலகவில்லை..
எந்த மனிதரும் கணப்பொழுதேனும் வாழ்வில் வில்லனாக வாழ்ந்திருப்போம். அந்தக்கணம் மீண்டும் வராமல் காப்போம்.

DJRTEC
Eventtechnik
துல்லிய இசையில்
துள்ளி மகிழ
அழையுங்கள்
Dj -Service
-Lighting
-Sound
-Fountain
-Laser and more
Bochum (NRW)
RTEC
0152-08 99 88 25 Facebook djrtec.thiru instagram djrtec

UK
M&M FAMILY
YOUR LOCAL CONVENIENCE STORE
இணைந்தே செல்வோம்
உலகை வெல்வோம்
Birmingham
Jana@mandmfamily.co.uk
00447446989810
EU இல் இருந்தும்
லண்டனில் இருந்தும்
இடம்பெயர்ந்து
வேலை வாய்ப்பினைப்பெற்று
உயர்ந்திட எம்முடன்
தொடர்பு கொள்ளவும்.
நீங்கள் வாழ்வில் முன்னேறிட நாடுங்கள்



Bochum
Lucky Fly Reisebüro
INDIA TOUR
இந்தியாச் சுற்றுலா
இந்தியாச் சுற்றுலா
குழுக்களாகவும், தனியாகவும் செல்லலாம்.
சிறப்பான வாகனவசதிகள்
தங்குமிட வசதிகள் **** HOTELS *****HOTELS
விசாக்கள் அனைத்தும் சிறப்பாகச் செய்து தரப்படும்.
நீங்கள் விரும்பும் இடங்களை
நீங்களே தெரிவுசெய்து
எமது சிறந்த சேவையில்
மகிழுங்கள்
தாஜ்மஹால் சுற்றுலா
உங்கள் பிரயாணச் சீட்டுக்கான
பணத்தை தவணைமுறையில் கட்ட
வங்கிக் கடன் பெற்றுத்தரப்படும்!
5,000 € முதல் 10,000€ வரை
Mob:No: 0179 1484 892
தமிழ்நாடு திருத்தலச் சுற்றுலா
www.Lucky-fly.de
e.mail:siva 0108 @hotmail.com
கேரளா சுற்றுலா
நோய்தீர்க்கும் ஆயுள்வேதம்
Graphic Design Vettimaniy Ltd
Essener Str.26
44793 Bochum
Tel: 0234-2399032
Fax 0234-79457171

TKS BEST FOODS
DORTMUND மாநகரில்
மளிகை உலகின்
BIGG BOSS
5th ANNIVERSARY
ஒரு நாள் மட்டும்!
விழாக்காலப் பிரமாண்ட விற்பனை....
05.10.2019
நீங்கள் நம்பமுடியாத மாபெரும் விலைச்சலுகைகள் மற்றும்
குலுக்கல் முறையிலான (நம்பமுடியாத) பரிசுப் பொருட்களும்......!
BIG SALE ONE DAY
100€ க்கு மேல் கொள்வனவு செய்யும் வாடிக்கையாளருக்கான
குலுக்கல் முறையிலான பரிசில்கள்
இலங்கை/இந்தியா
விமானச்சீட்டு
300€ கொள்வனவுப்
பற்றுச்சீட்டு
200€ கொள்வனவுப்
பற்றுச்சீட்டு
Aachi
Rabeena
TKS BEST FOODS
TRS
Tilda
0049 231 950 468 83
0049 231 950 468 82
tks-bestfoods@web.de
www.tks-bestfoods.de
tksbestfoods
Rheinische Str. 79, 44137, Dortmund Germany

இந்திரன் கெட்டதும் இதனாலே....

பிறர் மனை நாடுவோர்

வெற்றி மைந்தன்

பிறர்மனை நாடுவோர்:

'என்னைப் பார்ப்பவர் யார்? இருள் என்னைச் சூழ்ந்துள்ளது. சுவர்கள் என்னை மறைத்துக் கொள்கின்றன. யாரும் என்னைக் காண்பதில்லை. நான் ஏன் கவலைப்படவேண்டும்?
உன்னத இறைவன் என்பாவங்களை நினைத்துப்பாரார்'
எனத் தங்களுக்குள் சொல்லிக்கொள்வர்.
மனிதரின் கண்கள் கண்டுவிடுமோ என
அவர்கள் அஞ்சுகிறார்கள்.
ஆண்டவரின் கண்கள் கதிரவனைவிடப் பத்தாயிரம் மடங்கு ஒளி படைத்தவை
அவை மாந்தரின் வழிகளையெல்லாம் காண்கின்றன்
மறைந்திருப்பவற்றை அறிகின்றன
என்பதை அவர்கள் அறியார்கள்

சீராக் : 23 : 18-19

சமீபத்தில் நண்பர் ஒருவருடன் பேசிக்கொண்டிருந்தேன். அவர் வெளிநாடு ஒன்றில் தீக்கோழிப் பண்ணையில் பணிபுரிகிறார். தீக்கோழி தலையை மண்ணுக்குள் புதைத்து வைக்கும் என சின்ன வயதில் படித்திருக்கிறேன். ஆர்வம் உந்தித் தள்ள அவரிடம் அதைப்பற்றிக் கேட்டேன். மிகச் சத்தமாகச் சிரித்தவர் சொன்னார், "அதே மாதிரி ஒரு முட்டாள் பறவையைப் பாக்க முடியாது"

"ஏன் அப்படி சொல்றீங்க ?"

"அதுக்கு மணிக்கு சுமார் 95 கிலோ மீட்டர் வேகத்துல ஓடக்கூடிய அளவுக்கு பலமான கால்கள் உண்டு. அதே போல வலிமையான உடலும் உண்டு. அதனால் எந்த ஆபத்திலிருந்தும் அதனால் தப்ப முடியும். ஆனா அது அப்படிச் செய்யாது"
"என்ன செய்யும் ?"

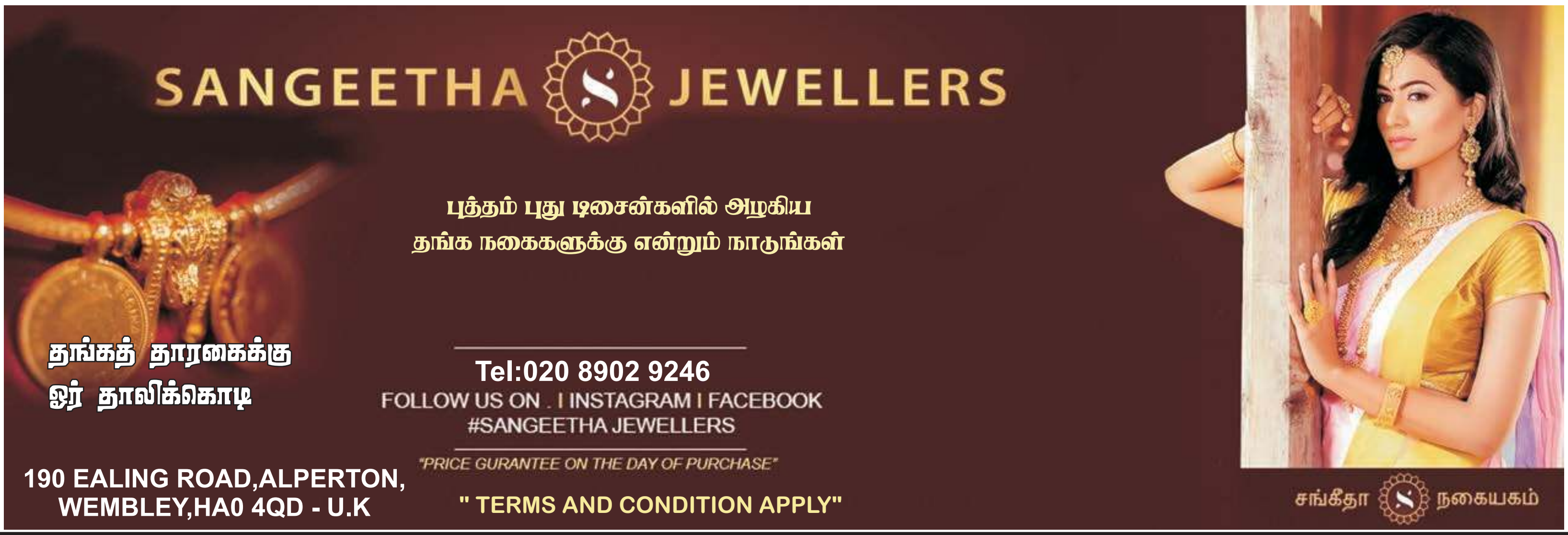
"இறைச்சிக்காக அதை கொல்வது என்னோட வேலையில ஒன்று. எக்காரணம் கொண்டும் விரட்டிப் போய் அதைப் புடிக்கவோ, அடிக்கவோ முடியாது. ஆனல் கார்லயோ பைக்கிலையோ அதைத் துரத்தினால், வேகமா ஓடி சட்டென்று ஒரு இடத்தில் நின்று தலையை மண்ணுக்குள்ள புதைக்கும். அப்போ கையில் வைத்திருக்கும் தடியால் கழுத்தில ஒரே அடி, கோழி காலி" என்றார்.

ஆச்சரியமாக இருந்தது. தன்னிடம் வலிமை இருக்கிறது என்பது தெரிந்திருந்தும் தன் கால்களின் மீது நம்பிக்கை வைக்காமல் மண்ணுக்குள் தலையைப் புதைத்துக் கொள்ளும் அதன் முட்டாள் தனம் சிரிப்பாக இருந்தது. மண்ணுக்குள் தலையை மூடிக்கொண்டால் யாரும் தன்னைப் பார்க்க மாட்டார்கள் என்பது தான் அதன் நம்பிக்கை.

தீக் கோழியை முட்டாள் என முத்திரை குத்தி ஒதுக்கி விடும்போது, நாமும் அப்படித் தானே இருக்கிறோம் எனும் சிந்தனை மனதை அலைக்கழித்தது. மனிதருடைய கண்களுக்கு மறைவாக ஒரு செயலைச் செய்யும் போது, இறைவனுடைய கண்களுக்கும் அது மறைவாக இருக்கிறது என தவறாக புரிந்து கொள்கிறோம்.

பூனை கண்ணை மூடினா உலகமே இருண்டு போனதா நினைக்கும் என சொல்வார்கள். அப்படித் தான் மனித வாழ்க்கையும். மரத்துக்குப் பின்னால் ஒளிந்து கொண்டால் தன்னை கடவுளால் காண முடியாது எனும் முட்டாள்தனம் ஆதாமிடம் இருந்தது. அன்று மரம், இன்று வேறு ஏதோ ஒரு பொருள் அவ்வளவு தான் வித்தியாசம். தர்சீசுக்கு ஓடிப் போனால் கடவுளின் கண்களுக்கு மறையலாம் எனும் முட்டாள்தனம் யோனாவிடம் இருந்தது. அன்று கப்பல் இன்று வேறு ஒன்று அவ்வளவு தான் வித்தியாசம்.

தொடர்ச்சி 10ம் பக்கம்



25 years
ANNIVERSARY
வெற்றிமணி
Wuppertal
SO. SEP 15 2019 13.00
SHOW
PALAZIO | KASINOSTR. 25 42103 WUPPERTAL
SPONSORS
M&M FAMILY
StaR-Impex
Luckifly
TKS BEST FOODS
தமிழர் அரங்கம் Dortmund
tamil.de
portal • lifestyle • entertainment
NANDY'S CURRY'S & MORE
THUSHI Deko
ஆசியா சமுத்திரம்
EURO Asia
AKR Visualizers
PONMAHAL JEWELLERY
TS Brothers
Jaffna Bazar
Gopara Gnanam
அபிராமி என்றப்பிரைஸ
BCN TRAVELS
ORIENTALISCHE Textilien & Schmuck
Fahrschule Hammacher
PIRRUNTHA SILKS
SARAVANAA BHAVAN
KKL
Aachi
BTM
Milin Impex GmbH
Sweet Chilli
KIR VIDEO
JASMINE SILK HOUSE
Nimal HD Video and Photo

வளங்களில் சிறந்தது
மனித வளம்
உயிருள்ள வளம்.

உ.கெங்காதரன்

இன்றைய உலகில் முகாமைத்துவத்தில் மனிதவள முகாமைத்துவம் முக்கியமான பகுதியாக கானப்படுகிறது. ஏனைய வளங்களை முகாமை செய்யவேண்டிய பொறுப்பும் அதிகாரமும் மனிதவளத்தையே சார்ந்து இருப்பதானல் இதனை பற்றிய அறிவு வணிகக்கல்வி மாணவர்களுக்கு அத்தியாவசியமானதாகும்.

முகாமைத்துவம் என்றால் என்ன என்று நோக்கும் பொழுது இங்கு பௌதிக மற்றும் மனித வளங்களை உள்ளீடாகக் கொண்டு முகாமைத்துவ செயன்முறையகளுக்கான **திட்டமிடல் ஒழுங்கமைத்தல் கட்டளையிடல் இயைபாக்கம் கட்டுப்படுத்தல்**

என்பனவாகும் இவ்வரை விலக்கணத்தில் **இரண்டு** முக்கிய பகுதிகள் காணப்படுகின்றது.

நான்கு முகாமைத்துவ கருமங்களான திட்டமிடல் ஒழுங்கமைத்தல் கட்டுப்படுத்தல் வழிநடத்தல் வினைத்திறன் வாய்ந்த முறையில் நிறுவனத்தின் குறிக்கோளை அடைதல்

திட்டமிடல் - எதிர் காலத்தை ஆராய்ந்து செயற்திட்டத்தை ஆயத்தம் செய்தல்

ஒழுங்கமைத்தல் - தொழில் முயற்சியின் மனித பௌதீக மூலவளங்களைக் கட்டியெழுப்பலும் அவற்றை ஒழுங்குபடுத்தலும்

கட்டளையிடல் - நிறுவனத்தின் ஆளணியினரைத் தம் பணிகளை ஆற்றப்பண்ணுதல்

இயைபாக்கம் - எல்லாச் செயற்பாடுகளையும் ஒழுங்கு சேர்த்தலும் இனைத்தலும்

கட்டுபடுத்தல் - விதிகள் அறிவுறுத்தல்கள் என்பவற்றிற்கு இயைபாக சகலதும் நடைபெறுகின்றதா என்பதை கவனித்தல்

எனவே முகாமைத்துவம் என்பது தீர்மாணிக்கப்பட்ட குறிக்கோள்களை பயன்தரும் வகையில் அடைவதற்காக பிறரின் ஒத்துளைப்பு பங்குபற்றுதல் தொடர்புறுதல் என்பவற்றை உறுதிப்படுத்தும் ஒரு சமூகச்செயல் முறையே முகாமைத்துவமாகும்.

அதாவது ஒரு நிறுவனத்தின் இலக்கை அடைவதற்காக அந் நிறுவனத்தில் உள்ள மனித பௌதீக வளங்களைத் **திட்டமிடல் ஒழுங்கமைத்தல் கட்டுப்படுததுதல் கண்காணித்தல் நெறிப்படுத்தல்** போன்ற செயற்பாடுகள் முகாமைத்துவம் எனப்படும்.

அந்த வகையில் முகாமைத்துவ வரை விலக்கணத்தில் குறிப்பிடப்படும் முக்கிய விடயங்கள்.

நிறுவனம்

குறித்த ஒரு பொது இயல்பு ஒன்றை அடைவதற்காக இரண்டு அல்லது அதற்கு மேற்பட்ட நபர்கள் குழுவாக ஒன்றினைந்து செயற்படும் அமைப்பாகும்.

வளம்

குறித்த ஒரு நிறுவனம் ஒன்றின் நோக்கங்களை அடைந்து கொள்வதற்கு பயன்படுத்தப்படும் அனைத்தும் வளங்கள் எனப்படும்.

இவ்வளங்கள் சுருக்கமாக 5m என அழைக்கப்படும் அவை பின்வருமாறு.

Men - மனித வளம் Money - பணம் Materials - மூலப் பொருட்கள் Machine - பொறிகள் Methods - முறைகள்

இலக்கு

குறித்த நிறுவனம் மொன்று நீண்ட காலத்தில் அடைய உத்தேசித்துள்ள பரந்தளவான பெறுபேறு இலக்கு எனப்படும் நிறுவன மொன்றின் குறிக்கோள் தொடர்பான பண்புகள் பின்வருமாறு

Specific - குறிப்பானது measurable - அளவிடக்கூடியது Achievable - உன்மையானது Realistic - காலவரையறையானது.

செயல்திறன்

நிறுவனத்தின் நோக்கத்தினை முழுமையான அளவில் அடைந்து கொள்வதற்காக நிறுவனத்தினால் வரையறுக்கப்பட்ட முறைகளை திறம்பட பின்பற்றி நிறை வேற்றப்படுவதை குறிக்கும்.

வினைத்திறன்

நிறுவனத்தின் வளங்களை சிக்கனமாகப் பயன்படுத்தி குறைந்தளவு விரயத்துடன் கூடியளவு வெளியீட்டைப் பெற்றுக் கொள்வதைக் குறிக்கும்.

உற்பத்தித் திறன்

நிறுவனத்தின் குறித்த ஒரு காலப்பகுதியில் உள்ளீட்டிற்கும் வெளியீட்டிற்கும் இடையிலான தொடர்பே உற்பத்தித் திறன் எனப்படும். எனவே குறிப்பிட்ட குறிக்கோளை அடைவதற்காக அருமையாக கிடைக்கும் வளங்களை அதி உச்ச நேரப் பயன்பாட்டில் திட்டமிடப்பட்டு ஒழுங்கு படுத்தப்படுகின்ற செயற்பாடே முகாமைத்துவமாகும். ஒரு குறிக்கோளின் செயற்திட்டங்களை நடைமுறைப்படுத்த வேன்டுமாயின் சிறந்த முகாமைத்துவம் அங்கு இருக்க வேண்டும்

அந்த வகையில் முகாமைத்துவத்தில் மனித வளத்தின் உடைய பங்கு பிரதானமானதாக கானப்படுகின்றது அவை அளவிடமுடியாத பங்கு மனித வளத்தின் பங்கு மனிதவளங்கள் இயங்ககூடிய சக்திமிக்க உயிருள்ள வளங்கள் ஆகும் மனிதவளங்களுக்கு சிந்தித்து உணர்ந்து செயல்படு வதற்கான ஆற்றல் உண்டு.

தொடர்ச்சி 10ம் பக்கம்

Tel: 0231- 108 763 61, 0231 584 407 63 Fax: 0231 108 763 62 Mobile:0163- 871 43 69 Rheinische str-72 44137 Dortmund

7ம் பக்கத் தொடர்ச்சி

பிறர் மனை நாடுவோர்

கடந்த சில ஆண்டுகளாக பத்திரிகைகளில் தவறாமல் இடம்பெறும் 'தகாத உறவு பலிகள்' மிகப்பெரிய எச்சரிக்கை மணியை அடிக்கின்றன. கணவனுக்குத் தெரியாமல் மனைவியும், மனைவிக்குத் தெரியாமல் கணவனும் செய்கின்ற பாலியல் பிழைகள் பல கொலைகளுக்கும், பல குடும்பங்களின் சிதைவுக்கும் காரணமாகிவிடுகின்றன. வெளியே தெரியாமல் இன்னும் பல்லாயிரம் பாலியல் பிழைகள் சமூகத்தில் வெள்ளை ஆடை போர்த்தி உலவிக்கொண்டிருக்கக் கூடும்.

மனிதர்களின் கண்களுக்கு அந்தத் தவறுகள் வெளிப்படும் போது அவை கொலையிலோ, உறவு முறிவிலோ முடிகின்றன. மனிதர்களின் கண்களுக்குத் தெரியாமல் இருக்கும் போது "தப்பி விட்டோம்" என மக்கள் நிம்மதி கொள்கின்றனர். ஆனால் ஆண்டவரின் கண்கள் வினாடி நேரமும் விடாமல் நம்மைக் கவனித்துக் கொண்டே இருக்கின்றன என்பதை அவர்கள் மறந்து விடுகிறார்கள்.

சீராக்கின் இந்த வசனம் நமக்கு ஒரு மிகப்பெரிய எச்சரிக்கை. பாவம் செய்தாலும் இறைவன் கண்டுகொள்ளமாட்டார் எனும் மனநிலை பாவத்தின் மீதான வேட்கையை அதிகரிக்கிறது. பாவத்தையும், பாவ சுபாவத்தையும் விட்டு விலகாமல், சுவர்களுக்குப் பின்னால் என்னை மறைத்துக் கொள்வேன் என்றோ, இருளில் நுழைந்து தப்புவேன் என்றோ தான் சொல்லிக் கொள்கிறோம். தீக்கோழியைப் போல. பிறன் மனை நோக்குதல் என்பது பிழைகளில் பெரிய பிழை. காரணங்கள் எதுவாக இருந்தாலும் அடிப்படையில் அது இறைவனின் விருப்பத்துக்கு எதிரான செயல். மனிதரின் கண்களை மறைப்பதல்ல முக்கியம், இறைவனின் கண்களில் மகிழ்ச்சியை நிறைப்பதே முக்கியம். இந்திரன் கெட்டதும் இதனாலே! பெண்ணாசை பொன்னாசையை விட கொடியது. தீக்கோழியாய் மண்ணில் தலையைப் புதைக்கும் தீய வாழ்க்கை நம்மிடம் இருந்தால் விலக்குவோம். நல்வழியை நோக்கிய பயணத்தை துவங்குவோம்.

02ம் பக்கத் தொடர்ச்சி

தயாராகும் ஜனாதிபதி தேர்தல் களம் போட்டியிடப்போவது யார்?

அவருக்கு ஆதரவான எம்.பி.க்களே சமூக ஊடகங்களைப் பயன் படுத்தி இந்தப் பிரச்சாரத்தை முன்னெடுக் கின்றார்கள்.

சஜித்தும் இதற்கு இசைவான வகையிலேயே தனது பிரதிபலிப்புக்களை வெளிப்படுத்துகின்றார்.

ரணிலுடன் நெருக்கமானவர்களாக இருந்த சிலரும் இப்போது சஜித்தை ஆதரிக்கத் தொடங்கியிருப்பது ரணில் முகாமைப் பலவீனப்படுத்தி யிருக்கின்றது. மங்கள பகிரங்கமாகவே தன்னுடைய நிலைப்பாட்டை வெளிப்படுத்தியிருக்கின்றார். மலிக்கும் சஜித்தையே ஆதரிப்பதாக உள்ளகத் தகவல்கள் சொல்கின்றன.

சஜித்தும் கட்சியின் நிலைப்பாட்டுக்கு முரணாக சில விடயங்களில் செல்ல முற்படுகின்றார். குறிப்பாக, மரண தண்டனைக்கு எதிரான நிலைப்பாட்டை கட்சி எடுத்திருக்கும் நிலையில், அதற்கு முரணாக மரண தண்டனைக்கு ஆதரவான நிலைப்பாட்டை அவர் எடுத்திருக்கின்றார். இதன் மூலம், கட்சியில் தனித்துவத்தை வெளிப்படுத்த சஜித் முற்படுகின்றார். மைத்திரிக்கு ஆதரவான நிலைப்பாடு இது எனவும் கட்சிக்குள் சொல்லப்படுகின்றது. சஜித் போட்டியிட்டால், மைத்திரியின் ஆதரவை பெறக் கூடியதாக இருக்கும் எனவும் சொல்லப்படுகின்றது. இதன் மூலம் 5 முதல் 7 வீதம் வரையிலான வாக்குகளை அவர் அதிகமாகப் பெறலாம். . அதனைவிட, மைத்திரி பதவியிலிருக்கும் நிலையிலேயே தேர்தல் நடைபெறும் என்பதால், சட்டம் ஒழுங்கு கூட சஜித்துக்கு ஆதரவாக கொஞ்சம் வளைந்துகொடுக்கும்.

ஐ.தே.க.வில் மற்றொரு குழுவினர் கரு ஜயசூரியவைக் களமிறக்க வேண்டும் என்ற பிரச்சாரத்தை முன்னெடுக்கின்றார்கள். தானும் தயாராக இருப்பதாக கருவும் அறிவித்துவிட்டார். தான் போட்டியிட முடியாது என்ற ஒரு நிலை வரும்போது கருவைக் களத்தில் இறக்கும் முடிவுக்கு ரணிலும் வரலாம் எனவும் உள்ளகத் தகவல்கள் சொல்கின்றன.

சமூக ஊடகங்களில் இந்த மூவரையும் மையப்படுத்திய பரப்புரைகள் தீவிரமடைந்திருக்கும் நிலையில், தாக்குதல்களும் ஆரம்பமாகியிருக்கின்றன. சஜித்தை களமிறக்கும் முடிவு எதனையும் கட்சி ஒருபோதும் எடுக்காது என ரவி கருணாநாயக்க பகிரங்கமாகவே தெரிவிக்க மற்றொரு மோதலுக்கான மற்றொரு களம் திறக்கப்பட்டது.

இந்த மோதல்களைப் பார்த்துக்கொண்டு வழமைபோல கூலாக இருக்கிறார் ரணில். அவருக்கு ஆதரவாகவும் ஒரு குழுவினர் களத்தில் இறங்கியிருக்கின்றார்கள். கள நிலவரங்களை அவதானிக்கும் சிலருடைய கருத்தின்படி ரணிலுக்கான ஆதரவு குறைவடைந்து வருவதையும் அவதானிக்க முடிகின்றது. ஆனால், ஜனாதிபதிக் கனவை அவர் கைவிட்டுவிடவில்லை. அடுத்த வாரம் கர்னடகவிலுள்ள மூலாம்பிகை கோவிலுக்குச் செல்லவிருக்கும் ரணில், அங்கு தரிசனத்தை முடித்துக் கொண்டு கொழும்பு திரும்பிய உடனடியாகவே ஜனாதிபதித் தேர்தலை இலக்காகக் கொண்ட தமது செயற்பாடுகளைத் துரிதப்படுத்துவார். ஆக, மற்றொருவருக்கு விட்டுக்கொடுக்கும் நிலையில் ரணில் இல்லை.

மொட்டு அணி எப்படியும் சிங்கள வாக்குகளை நம்பித்தான் தமது வேட்பாளரைக் களத்தில் இறக்கும். அந்த வாக்குகளை அவர்களால் பெருமளவுக்கு அறுவடை செய்யக் கூடியதாக இருக்கும் என்பதும் உண்மை. அதனால், சிறுபான்மையினருடைய வாக்குகளை முழுமையாகப் பெற்றுக்கொள்ளக் கூடிய ஒருவரை களத்தில் இறக்க வேண்டும் என்ற கருத்து ஐ.தே.க.வில் உள்ளது. இந்தத் தேர்தலிலும் கோட்டை விட்டுவிட்டால், மொட்டுவில் களம் இறங்குபவர்- அவர் கோத்தாவாக இருந்தாலும் மற்றொருவராக இருந்தாலும், அடுத்து வரும் இரண்டு பதவிக் காலத்துக்கு இருந்துவிடலாம் என்பதால், இம்முறை எப்படியும் அதிகாரத்தைக் கைப்பற்ற வேண்டும் என்ற முனைப்பில் ஐ.தே.க. உள்ளது. அதனால், ஐ.தே.க.வின் வேட்பாளர் யார் என்ற கேள்வி கொழும்பு அரசியலில் பலமாக உள்ளது. இதற்கான பதில் இன்னும் இரண்டு - மூன்று வாரங்களுக்குள் கிடைத்துவிடும்.

பொதுஜன பெரமுனையில் முக்கிய மாநாடு ஆகஸ்ட் 11 ஆம் திகதி கொழும்பில் நடைபெறவுள்ளது. அதில் கட்சியின் வேட்பாளராக கோத்தாபய அறிவிக்கப்படுவார் என கட்சித் தகவல்கள் சொல்கின்றன. இரு தரப்பு பெயர்களும் அறிவிக்கப்பட்டால், தேர்தலுக்கான பரப்புரைகள தீவிரமடையும். நவம்பர் 8 முதல் - டிசெம்பர் 8 ஆம் திகதிக்கு முன்னர் தேர்தல் நடைபெற வேண்டும். அதனால், தேர்தலுக்கான அறிவிப்பு ஆகஸ்ட் இறுதிப்பகுதியில் வெளிவரலாம். இலங்கையின் அரசியலையே மாற்றியமைக்கப்போகும் இந்தத் தேர்தலை நோக்கி உலக நாடுகளின் கவனமும் குவியத்தொடங்கியுள்ளது.

வளங்களில் சிறந்தது மனித வளம்

09ம் பக்கத் தொடர்ச்சி

மனிதவளங்களின் பெறுமதி காலத்திற்கு காலம் அதிகரிக்கக் கூடியன ஏனெனில் அனுபவம் பயிற்சி போன்றவற்றால். மனிதவளங்கள் தமக்குரிய கொடுப்பனவைத் தீர்மானிப்பதற்கான ஆற்றலைக் கொண்டுள்ளது.

இந்த நூற்றாண்டின் மனிதனின் அதி நவீன கண்டு பிடிப்புக்கள் . இலத்திரனியல் சாதனங்கள் ஆராச்சிகள் காலத்திற்கு ஏற்றவாறு புதிய இலத்திரனியல் கண்டு பிடிப்புக்கள். நாடுகளுக்கு இடையிலான போட்டி தன்மைகள். உலகையே வியக்க வைக்கின்றது என்றால். அது மனித வளத்தின் வளர்ச்சியின் மாற்றம் தான். அந்த மாற்றம் தான் இன்று மனித வளமாக மாற்றம் பெற்றுள்ளது.

உன்மையாகவே மனிதன் வளமாக மாற்றம் பெற்று விட்டான் நீங்கள் மாற்றம் பெற்று விட்டீர்களா இன்றே மாறுங்கள் இவ் உலகில் உங்களை அடையாளப்படுத்தி கொள்ளுங்கள்.

அதிகமாகத் தண்ணீர் அருந்தினால் சிறுநீரகப்பிரச்சினை ஏற்படுமா?

டொக்டர்.எம்.கே.முருகானந்தன்.
MBBS(Cey), DFM (Col), FCGP (col)
குடும்ப மருத்துவர்

கேள்வி:- ஒரு நாளைக்கு 6 லீற்றர் தண்ணீர் வரை குடிக்க வேண்டும் என்று மருத்துவர்கள் சொல்கின்றார்கள். ஆனால், அதிகமாக தண்ணீர் அருந்தினால் கிட்னியில் பிரச்சனை ஏற்படும் என்று கேள்விப்பட்டிருக்கிறேன். உண்மையா?
பதில்:- ஒரு நாளுக்கு 6 லீற்றர் தண்ணீர் வரை குடிக்க வேண்டும் என்ற கருத்தை எங்கிருந்து பெற்றீர்கள் எனத் தெரியவில்லை. அது சரியான கூற்று என்று சொல்ல முடியாது.
ஒருவர் ஒரு நாளைக்கு எவ்வளவு நீர் அருந்த வேண்டும் என்று பொதுப்படையாக சொல்வது சிரமமானது. ஏனெனில் இது ஆளுக்கு ஆள் மாறுபடும்.
ஒருவரது உடல் நிலை எவ்வாறானது. அவர் செய்யும் வேலை என்ன? அவர் குளிர்மையான பிரதேசத்தில் வாழ்கிறாரா அல்லது மிகுந்த வெக்கையும் வேர்வையும் சேர்ந்த சூழலில் வேலை செய்கிறாரா, அவரது மலம் நீராக வெளியேறுகிறதா காய்ந்து வெளியேறுகிறதா போன்ற பல விடயங்களில் தங்கியுள்ளது.
எனவே தினசரி அருந்த வேண்டிய நீரானது ஆளுக்கு ஆள் வேறுபடும். பொதுவாக தினசரி 6 முதல் 8 கிளாஸ் நீர் அருந்த வேண்டும் என்ற கருத்தே நிலவுகிறது. இது கிட்டத்தட்ட 2 லீட்டர் அளவாக இருக்கும். தினசரி நீர் தேவையானது ஆண், பெண், குழந்தை, சிறுவர்கள் என பலவிதத்தில் மாறுபடும். நீர் என்ற சொல்லும்போது அது வெறும் நீராக இருக்கலாம்.
அல்லது நீர் சேர்ந்த பானமாகவும் இருக்கலாம். பழச் சாறுகள், இளநீர். தேநீர், கோப்பி, மென்பானங்கள் போன்ற ஏதாவது பானமாக இருக்கலாம். ஆனாலும் சில வகை பானங்களையிட்டு அவதானமாக இருக்க வேண்டும்.

மதுபானத்திலும் நிறைய நீர் இருக்கிறது. அதற்கான மதுபானம் அருந்துங்கள் என்று சிபார்சு செய்ய முடியாது. அது போதையும் ஈரல் முதலான உறுப்புகளுக்கான பாதிப்புகளையும் ஏற்படும் என்பது நாம் அறிந்ததே. கோப்பி தேநீர் போன்ற பானங்களிலும் நீர் இருந்தாலும் அவை அதிகளவு சிறுநீரை வெளியேற்றுவதால் உடலில் சேரும் நீரின் அளவு குறைவாகவே இருக்கும். ஆயினும் அவற்றை அளவோடு அருந்துவதில் தவறில்லை.

மென்பானங்களிலும், போத்தலில் அடைக்கப்பட்டு விற்பனையாகும் பழச் சாறுகளிலும் சீனியின் அளவு அதிகம் என்பதால் அவை நல்ல தேர்வு அல்ல. இவற்றைத் தவிர நாம் உண்ணும் பழவகைகளிலிருந்தும் காய்கறிகளிலிருந்தும் கணிசமான அளவு நீர் உடலுக்கு கிடைக்கிறது என்பதையும் நினைவில் கொள்ளலாம். பால் நல்லதொரு நீராகாரமாகும். ஏனெனில் அது மெதுவாகவே உடலால் உறிஞ்சப்படுகிறது. அத்துடன் மெதுவாகவே சிறுநீராக வெளியேறுகிறது.
அத்தோடு அதிலுள்ள சோடியம் பொட்டாசியம் போன்ற கனிமங்கள் வியர்வையால் வெளியேறும் கனிமங்களை ஈடு செய்கின்றன. அதே போல இளநீரிலும் உடன் தயாரிக்கப்படும் பழச்சாறுகளிலும் கனிமங்களும் விற்றமின்களும் அடங்கியுள்ளன.

ஒருவர் தனது உடற் தேவைக்கு சற்று அதிகமாக நீர் அருந்தினால் பாரிய பிரச்சனை எதுவும் ஏற்படுவதற்கு வாய்ப்பில்லை. ஆனால் அளவுக்கு அதிகமாக அதுவும் குறுகிய நேரத்திற்குள் அதீதமாக நீர் அருந்தினால் சிறுநீரகத்தால் அதை முகாமைத்துவப்படுத்துவது முடியாததாகிவிடும்.

நாம் குடிக்கின்ற நீரின் பெரும்பகுதி சிறுநீராக வெளியேறுவது நாம் அறிந்ததே. பொதுவாக சிறுநீரகத்தால் 500 மிலி அதாவது அரை லீட்டர் சிறுநீரை மட்டுமே வெளியேற்ற முடியும்.
அதீதமாக அருந்தினால் அந்த நீர் உடலில் மேலதிகமாகச் சேர்ந்திருக்கும். இதனால் எமது குருதியில் உள்ள சோடியம் கனிமத்தின் செறிவு திடீரெனக் குறைந்துவிடும். இந்த சோடியம் தான் எமது உடற் கலங்களில் உள்ள நீரின் அளவை நெறிப்படுத்துகிறது.

அதீத நீர் அருந்தும் போது சோடியம் செறிவு குறைவதால் குருதியில் உள்ள நீரானது கலங்களின் உள்ளே கூடியளவாக உறிஞ்சப் - படுகிறது. மூளையின் கலங்களுக்குள் அவ்வாறு அதிக நீர் புகுந்தால் அது ஆபத்தாகிவிடும்.

வலிப்பு ஏற்படலாம். அவர் மயக்கமடையவும் கூடும். ஆயினும் இது அடிக்கடி ஏற்படும் ஆபத்து அல்ல. இருந்தபோதும் மிக அதிகமாக லீட்டர் லீட்டராக நீரைக் குறுகிய நேரத்திற்குள் குடிப்பதைத் தவிர்க்க வேண்டும். தாகம் எடுக்காமல் நீர் அருந்துவதைத் தவிர்த்தால் இத்தகைய ஆபத்து ஏற்பட வாய்ப்பில்லை.
இறுதியாக சொல்வதானால் 'அதிகமாக தண்ணீர் அருந்தினால் கிட்னியில் பிரச்சனை ஏற்படுமா' என்று கேட்டிருந்தீர்கள். அதீதமாக அதாவது அளவுக்கு மீறி அருந்தினால் சிறுநீரகத்தால் அதைச் சமாளிக்க முடியாத நிலை ஏற்படும். சிறுநீரகம் பாதிப்படைவதற்கு முன்னர் வலிப்பு மயக்கம் போன்ற உயிராபத்தான நிலைகள் ஏற்பட்டுவிடும். ஆனால் இது ஒரு சில கிளாஸ் தண்ணீரை அதிகமாக குடிப்பதால் அல்ல லீட்டர் லீட்டராக குறுகிய நேரத்தில் குடிப்பதால் மட்டுமே நிகழும் என்பதை ஏற்கனவே கூறினோம்.

இது போட்டிக்கு நீர் குடிப்பது போன்ற அசாதாரண சந்தர்ப்பங்களில் மட்டுமே நிகழும் என்பதால் சற்று அதிகமாக குடிப்பவர்கள் கவலைப்பட வேண்டியவிடையமல்ல.

உலகத்தில் போட்டி இல்லாத வாழ்க்கை எங்குமே இல்லை. உணவுக்காக மிருகங்கள் போட்டி போட்டுக் கொள்ளுகின்றன. புகழுக்காகவும் பெருமைக்காகவும் மனிதர்கள் போட்டி போட்டுக் கொள்ளுகின்றார்கள். போட்டி என்பது ஆரோக்கியமாக இருக்க வேண்டும். அது பொறாமையாக மாறும் போது மனங்களுக்கிடையில் பிரிவுகளை ஏற்படுத்துகின்றது. அறிவும், ஆய்வுகளும் மனங்களின் வேற்றுமைகளை மாற்றிவிடும். காலம் ஒரு நாள் மாற்றும் என்பது கோட்பாடு. ஆனால் இக்கலைஞர்கள், எழுத்தாளர்கள் மத்தியில் மட்டும் இக்கோட்பாடு பிழைக்கின்றது. புகழுக்காகப் போட்டியும் பொறாமையும், வித்துவச் செருக்கினால் போட்டி, அன்று பொன்னுக்கும் பொருளுக்கும் பொய்யுரைத்தல் என்று இலக்கிய உலகம் எழுத்தாளர்களை வெளிச்சம் போட்டுக் காட்டுகிறது.

எழுத்தாளர்களிடம் போட்டி என்பது இன்று நேற்று வந்ததல்ல. அன்றும் இருந்திருக்கின்றது. அக்காலத்திலும் புலவர்களிடையே போட்டியும் பொறாமையும் இழையோடிக் காணப்பட்டன. ஔவையும் கம்பரும், ஒட்டக்கூத்தரும் புகழேந்தியும் ஒருவருக்கொருவர் போட்டியாக வாழ்ந் துள்ளார்கள் திறமைகள் போட்டியிடுவது ஆரோக்கியம். ஆனால், திறமையுடன் போட்டியிட தயக்கம் தேவையல்லவா! சங்ககாலத்திலே வாழ்ந்த சீத்தலைச் சாத்தனார் என்னும் ஒரு புலவர் தான் எழுதும் பாடல்களிலே அல்லது பிறருடைய பாடல்களிலே குற்றங்களைக் கண்டுவிட்டால் தன்னுடைய எழுத்தாணியால் தன்னுடைய தலையில் குத்திக் கொள்ளுவாராம். இதனால், தலையில் ஆங்காங்கே சீழ் பிடித்திருக்கும். சீழ்தலை சாத்தனார் என்பது மருவி சீத்தலை சாத்தனார் என்று அவர் பெயர் வழங்கப்பட்டது. பிறர் தவறுகளைச் சுட்டிக்காட்டும் போது அவர்கள் அதை ஏற்றுக் கொள்ளவில்லை என்றால், அல்லது சொல்ல முடியாத இடத்தில் நமக்கு நாமே தலையில் அடித்து என்ன கருமம்டா என்று சொல்வோமே அதுபோலவேதான் சீத்தலைச் சாத்தனார், எழுத்தாணியால் தன்னுடைய தலையில் குத்தித் தமிழிலில் காணும் தவறுக்குத் தனக்குத் தண்டனை கொடுக்கின்றார். இங்கு தவறு விடுபவர்கள் குற்றத்தால் கூனிக்குறுகிப் போகின்றனர்.

கம்பரும் ஔவையும் சிறந்த போட்டியாளர்கள். ஒருமுறை ஔவையார் குலோத்துங்க சோழன் அவைக்குச் செல்கின்றார். அவர் தமிழ் கேட்க ஆசை கொண்ட அரசன் அவரை பாராட்டி உபசரித்தான். இதைப் பொறுக்காத கம்பரும் தற்காலத்திலே அவரை மட்டும் ஏன் புகழ்கின்றார்கள். அவரிடம் என்ன இருக்கின்றது அவரை விட நாம் எவ்வளவு மேலானவர்கள் என்று புளுங்குபவர்களைப் போலவே கம்பரும் □நான் சொல்லுகின்ற ஒரு அடியிலே உள்ள பொருள் என்னவென்று கண்டு ஒரு பாடல் பாடவேண்டும்" என்று ஔவையாரிடம் கேட்கின்றார். குலோத்துங்கன் சோழத்து ஆஸ்தான கவி அல்லவா கம்பர். ஔவையும் அவர் வேண்டுகோளுக்குச் சம்மதிக்க"ஒரு காலடீ நாலிலைப் பந்தலடீ" என்று வரி கொடுத்தார். அதாவது ஒரு தண்டிலே 4 இலைகள் கொண்டுள்ள ஆரைக்கீரையைப் பொருளாகக் கொண்டு பாடினார்.

கௌசி

அடீ என்ற வார்த்தை ஔவையை நாகரிகம் அற்ற முறையில் விளிப்பதாக ஔவைக்குப் படுகின்றது. அந்தளவில் பொறாமை கம்பர் மனதுக்குள் இருந்தது. உடனே ஆத்திரம் கொண்ட ஔவையும்

"எட்டேகால் லட்சணமே எமனேறும் பரியே
மட்டிற் பெரியம்மை வாகனமே முட்டமேற்
கூரையில்லா வீடே குலராமன் தூதுவனே
ஆரையடா சொன்னாயது"

என்று பாடினார். எட்டு என்றால் தமிழ் எண் அ வைக் குறிக்கும். கால் (1.̇.4) என்பது தமிழ் எண் வ என்று குறிக்கும். என்வே எட்டேகால் இலட்சணமே என்றால், அவலட்சணமே.

எமனேறும் பரி எருமை என்பது யாவரும் அறிந்ததே
பெரியம்மை என்பது மூதேவி. அவரின் வாகனம் கழுதை
கூரையில்லா வீடு குட்டிச்சுவராகும்.

இராமனின் தூதுவன் குரங்கு ஆரையடா சொன்னாயது என்றால் ஆரைக்கீரையை நீ சொல்லியிருக்கின்றாய் என்று பாடினார். கம்பரும் வெட்கித்துப் போகின்றார். இதைக் கம்பருக்குச் சுடும் வண்ணம் சிலேடையாக தன்னை அடீ என்றாய் யாரையடா நீ என்று பாடி முடித்தார்.

அவலட்சணமே, எருமையே, மூதேவியே, குட்டிச்சுவரே, குரங்கே ஆரைக்கீரையை நீ சொல்லியிருக்கின்றாய் என்று அவர் பாடிய ஒருவரிப் பாடலின் பொருளை அறிந்து உடனே பாடினார்.(ஔவையார் தனிப்பாடல்கள் - புலியூர்க்கேசிகன் குட்டு வாங்கினாலும், மோதிரக் கையால் வாங்க வேண்டும் என்னும் பழமொழி சொல்வார்கள். இங்கு போட்டி கூட ஆரோக்கியமாகவே பட்டது. கம்பருக்குச் சுட்டது. தமிழார்வலர்களுக்கு இனித்தது. இவ்வாறு போட்டி போடவும் தகுதி வேண்டுமல்லவா?

தரமான படைப்பாளிக்குத் தலைக்கனம் இருப்பது இயற்கை. ஆனால், இது தவறு என்று வாதிடுவோரும் உண்டு. இங்கு இருவரைப் பார்ப்போம். ஒருவர் கம்பர் தலையில் கனம் மிக்கவர். மற்றையவர் கம்பர் காலத்து ஔவையார். கூழுக்குப் பாடி என்று கம்பரால் அழைக்கப்படுபவர்.

ஒரு சமயம் சிலம்பி என்னும் ஒரு விலைமகள் கம்பனிடம் ஒரு கவி புனைந்து தரும்படிக் கேட்டாளாம். ஆயிரம் பொன் தந்தால் கவி கிடைக்கும் என்று கம்பர் கூறினார். என்னிடம் ஆயிரம் பொன் இல்லை ஐந்நூறு பொன்னே உள்ளன என்று சிலம்பி கூறியிருக்கின்றாள். இப்பொன்னைப் பெற்றுக் கொண்ட கம்பர்

தொடர்ச்சி 14ம் பக்கம்

ஸ்ரீ வெங்கடேஸ்வரப் பெருமாள்
திருக்கோவில் - ஹம்
அடியவர் குறைதீர்க்கும் வெங்கடேஸ்வரப்பெருமானை
வணங்கி உங்கள் குறைதீருங்கள்

Tel:02381 42 66 420
+49(09176 80 56 96 09
Sri Venkateswara perumal Temple.e.V
Nassauerstraße 20
59065 Hamm-Mitte-Germany

கண்ணே கண்வளர்வாய்!!

அம்மாவிடம் முதல் கேட்ட பாடல் ஆராரோ.. ஆரிரரோ... , முதலில் எடுத்த ஓய்வு, புலன்களின் நிம்மதி, அடுத்த தருணங்களுக்கான சக்தி சேமிப்பு, களைப்பு நீக்கும் அருமருந்து, தேவையற்ற விடயங்களை மறப்பதற்கு தேடும் புகலிடம், தனக்கு தானே ஏற்படுத்திய தாய் மடி, உடலுறுப்புக்களின் தளர்வு இப்படி எத்தனையோ நேர்மறையான வார்த்தைகளுக்கெல்லாம் சொந்தமானது உறக்கம். இந்த உறக்கத்தில் வரும் பாதிப்புக்கள் உடலில் மட்டுமல்லாது மனநிலையிலும் தீவிர தாக்கத்தை ஏற்படுத்துகிறது.

உடலானது பஞ்ச பூதக் கலவை எனப்படுகிறது. அதன் இயக்கத்திற்கும் வெளியில் இருந்து அதே பஞ்ச பூத ஆற்றல் தேவைப்படுகிறது. நிலம், நீர் என்பன உணவிலும், காற்று சுவாசத்திலும், நெருப்பு தட்பவெட்ப சூழ்நிலையிலும் கிடைத்து விடும். ஆனால் ஆகாய ஆற்றல் மட்டும் உறக்கம் மற்றும் தியானத்தில் தான் கிடைக்கிறது. தியானத்தை விழிப்புணர்வு உள்ள தூக்கம் என்றும், தூக்கத்தை விழிப்புணர்வு அற்ற தியானம் என்றும் கூறுவார்கள். ஆகாய ஆற்றல் உயிர் இருப்பின் ஆதார சக்தியாகும். அதுவே மூளையின் செயற்பாட்டின் மூலமாகும்.

சுருங்க சொன்னால், தூக்கம் மூளையின் செயல்பாட்டை ஒழுங்கு படுத்துகிறது. எனவே, இயற்கையாகவே, தூக்கம் என்பது உயிரினத்தில் ஒரு வாழ்வியல் செயலாக இருக்கிறது. இதற்கு காரணம், உடலில் சுரக்கும் (ஹார்மோன்) உயிர் வேதிபொருள். அது "மெலடோனின்" என்று அழைக்கப்படுகிறது. மெலடோனின் எல்லா விலங்குகளின் மூளையில் இருக்கும் பீனியல் சுரப்பியில் (pineal gland) சுரக்கும்.

தூக்கம் தவிர்த்தலின் அபாயத்தை ஆய்வுகள் பல எடுத்துரைக்கின்றன. அவற்றில் எத்தனையோ ஆய்வுகள் சட்ட விரோதமான முறையிலும் மனித கைதிகளை வைத்து நிகழ்த்தப்பட்டமையால் வெகுவாக வெளிவரவில்லை எனக் கூறப்படுகிறது. சிலரை தேர்வு செய்து அவர்களுக்கு உறக்கம் வராதபடி மருந்துகளை கொடுத்து ஒரு அறையில் அடைத்து வைத்து இந்தவகை ஆய்வுகள் மேற்கொள்ளப்பட்டதாகவும், ஆய்வில் இரண்டு நாட்களின் பின்னர் அவர்கள் நடத்தையில் ஏற்பட்ட அதிர்ச்சியான மாற்றங்களை பதிவு செய்துள்ளனர். ஐந்து நாட்களின் பின்னர் சிறிது நிமிடங்கள் கூட தூங்கமுடியாமல் இருந்தவர்கள் மனநலன் பாதிக்கப்பட்டு தம் கூட இருந்தவர்களை தாக்க தொடங்கி பின் சில நாட்கள் கழிய தம்மை தாமே தாக்கியும், வினோத ஒலியை எழுப்பி மனித இனம் அற்ற ஏதோ ஒரு நிலைக்கு சென்றதாகவும் அவர்கள் மூளையில் ஏற்பட்ட மாற்றத்தின் கோரத்தன்மை தம்மை தாமே பிய்த்து உண்ணுமளவுக்கு மிக கொடூரமான முறையில் அவர்களை மாற்றிவிட்டதாகவும் கூறுகின்றனர். இருப்பினும் மனிதாபிமானமற்ற இந்த ஆய்வு சட்டப்படி தவறு என்பதால் பதிவு செய்யப்படவில்லை எனவும் கூறப்படுகிறது. இப்படி பல வகையான ஆய்வுகளில் கூறப்பட்டிருப்பினும் நாம் தூக்கத்தின் முக்கியத்துவத்தை மட்டும் இங்கு எடுத்துக் கொள்வோம்.

கரிணி

எங்கள் மரபில் சித்தர்கள் தூக்கம் என்ற விடயத்தை பிரதானப்படுத்தி கூறியுள்ளனர். தூக்கக் குறைவால் வரும் ஆபத்தை

"சித்த மயக்கஞ் செறியும் புலத்தயக்க
மெத்தனுக் கமைந்த மென்பவை
களித்தமுற வண்டுஞ் சிலரை நாயாய்ப்
பன்னோய் கவ்வுமிராக் கண்டுஞ் சிலரை
நம்பிக் காண்" என்று கூறியுள்ளனர்.

இதன் விளக்கம்: இரவில் நன்றாக உறங்காதவர்களுக்கு புத்தி மயக்கம், தெளிவின்மை, ஐம்புலன்களில் சோர்வு, பயம், படபடப்பு, அக்னிமந்தம், செரியாமை, மலச்சிக்கல், போன்ற நோய்கள் எளிதில் பற்றும். வேட்டைக்குச் செல்லும் வேடருடைய நாய்கள் இரையைக் கவ்வுதல் போல் இரவில் நித்திரையில்லாதவரை பற்பல நோய்கள் கவ்விக் கொள்ளும் என்றும், மேலும் உறங்குவதற்கு தலை வைக்க ஏற்ற திசைகள் எப்படி அமைய வேண்டும் என்பதையும் இலகுவாக புரிந்து கொள்ளும்படி சுருக்கமாக கூறியுள்ளனர்.

"உத்தமம் கிழக்கு, ஓங்குயிர் தெற்கு
மத்திமம் மேற்கு, மரணம் வடக்கு"

கிழக்கு திசையில் தலை வைத்து படுத்தல் நலம். மூளை பலம் பெறும், நினைவாற்றல் பெருகும். கனவு கலக்கம் இன்றி உறங்கலாம். தெற்கே தலை வைத்து படுப்பதனால் சுவாசம் நன்கு இயங்கி நீண்ட ஆயுள் பெறலாம். மேற்கே தலை வைத்து படுத்தால் அதிக கனவுகள் தொல்லை கொடுக்கும், தூக்கத்தில் அடிக்கடி விழிப்பு ஏற்படும் எனவே அந்த திசை அவ்வளவு நல்லதல்ல . வடக்கு திசையில் தலை வைத்து படுத்தால் மரணம் கூட ஏற்பட வாய்ப்புள்ளது. ஏனெனில் வட திசை காந்தப்புல திசையாகும். இது பிராண சக்தியோடு எதிர்த் தாக்கம் புரிகிறது எனவேதான் இத்திசையில் தலை வைத்துப் படுத்தல் தூக்கத்திற்கு உகந்ததல்ல.

உடலின் செயல்களை சீராக்கும் 'Circadian Clock' என்ற ஒரு கடிகாரம் மூளையில் செயல்படுகிறது. அந்த அகச்சுழற்சி சரியாக இயங்குவதற்கு ஆரோக்கியமான ஆழமான உறக்கம் மிக முக்கியம். அப்போது நம் உடலில் உள்ள பல்வேறு ஹார்மோன்கள் சரியாக சுரப்பதற்கு இலகுவாக இருக்கிறது. முறையாகத் தூங்காத நாட்களில் உடலின் செயல்திறன் குறைவதை உணர முடியும்.

தூக்கத்தை கட்டுப்படுத்தும் வழக்கத்தை கொண்டவர்களுக்கு கீழ்காணும் உபாதைகள் ஏற்படும் என சித்தர்கள் மட்டுமல்லாது நவீன மருத்துவமும் எச்சரித்துள்ளது.

மயக்கம், தலை - கண்களில் பாரம், சோம்பேறித்தனம், கொட்டாவி, உடல்வலி, மூளைச்சோர்வு, உடற்சூடு, பித்த ஏற்றம், கண்பார்வை புகைத்தல், கண்மடல்கள் வீக்கம், கண் சிறு நரம்புகளில் வெடிப்பு, மன அழுத்தம் போன்றவை முதற்கட்டமாக ஏற்படும். இந்நிலை தொடருமாயின் பெரும் விளைவுகள் ஏற்படும்.

அதிக கொழுப்பு சக்தி உள்ளவர்கள், கபச்சீற்றம் உள்ளவர்களும், எண்ணெய் குளியல் செய்பவர்கள் குளியல் நாளிலும் பகலில் தூங்கக்கூடாது. கர்ப்பிணிகளும் பகலில் அதிகம் தூங்க கூடாது, நஞ்சு தீண்டப் பெற்றவனும், தொண்டை, நோய் உள்ளவனும் இரவிலும் உறங்கக்கூடாது.

தகாத காலத்தில் உறங்குவதால் காமாலைநோய், மயக்கம், உடல் அசைக்க முடியாமற் போதல், உடல்பளு, காய்ச்சல், தலைசுற்றல், அறிவிழத்தல், வியர்வை வெளியேறாதிருத்தல், பசிகுறைதல், வீக்கம், சுவையின்மை, மனப்பிரட்டல், நாட்பட்ட ஜலதோஷம், ஒற்றைத் தலைவலி, குடல்வலி, குஷ்டம், சிறுகட்டிகள், இருமல், சோம்பல், தொண்டைநோய் போன்றவை ஏற்படும். விஷம் தீண்டப்பட்டவர் தூங்க கூடாது. விஷம் இறங்கும் வரை அமைதியாக விழித்திருக்க வேண்டும். தூங்கிவிட்டால் விஷத்தின் செயல் அதிகரித்தல். தலைவரை விஷம் ஏறி உடலெங்கும் பரவுதல் போன்ற தீமைகள் ஏற்படும்.

தொடர்ச்சி 14 பக்கம்

12 ம் பக்கத் தொடர்ச்சி

அன்றும் இன்றும் எழுத்தாளர்கள்

தண்ணீரும் காவிரியே தார்வேந்தன் சோழனே
மண்ணாவ துஞ்சோழ மண்டலமே

என ஒரு வெண்பாவை அரைவாசியாகப் பாடிவிட்டு ஐந்நூறுக்கு இது சரியாகிவிட்டது என்று அவ்வெண்பாவை முடிக்காமல் சென்றுவிட்டார். இப்பரத்தை அப்பாடலைக் கொண்டு அடுத்தநாள் ஔவையாரை கண்டபோது இப்பாடலை முடித்துத் தாருங்கள் என்று வேண்டிக் கேட்டுக் கொண்டாள். ஔவையும் பெண்ணாவாள்.

அம்பொற் சிலம்பி யரவிந்தத் தாளணியும்
செம்பொற் சிலம்பே சிலம்பு. (ஔவையார் தனிப்பாடல்கள் - புலியூர்க்கேசிகன்)

எனப்பாடி முடித்துப் பழங்கஞ்சி வாங்கிக் குடித்துவிட்டுச் சென்றாராம். இங்கு கம்பர் பணத்தையே குறிக்கோளாகக் கொண்டு அச்சிலம்பியை உதாசீனப்படுத்தினார். ஒரு பெண்ணின் ஆசையை பெரிதாகக் கருதிய ஔவையார் கம்பருக்குப் போட்டியாக அவள் ஆசையைத் தீர்த்து வைத்தார். இச்சம்பவம் நம் மத்தியில் நாம் காணக்கூடியதாக இருக்கின்றது. கவிச்சக்கரவர்த்திக்குத் தலைக்கனம் வருவது இயற்கையானால், தற்போது தகுதியற்றோருக்குக் கூடத் தலைக்கனம் வருவதை நாம் கண்கூடாகக் காணக்கூடியதாக இருக்கின்றது.

பொன்னையும் பொருளையும் மன்னர்கள் அள்ளி வழங்குவதற்காக, அவர்கள் புகழை மிகைப்படுத்திப் புலவர்கள் பாடியிருப்பது யாவரும் அறிந்ததே. இந்நிகழ்வு இன்று மட்டுமல்ல அன்றும் பணத்துக்காக தம் பெருமைகளை நிலைநாட்டிக் கொண்ட புலவர்கள் வாழ்ந்திருக்கின்றார்கள்.
ஒரு இடத்தில் இரட்டையர்கள் பாடுகின்றார்கள்

குன்றுங் குழியுங் குறுகி வழிநடந்து
சென்று திரிவதென்றுந் தீராதோ – ஒன்றுங்
கொடாதானைக் கோவென்றுங் காவென்றுங் கூறின்
இடாதோ நமக்கிவ் விடர்.

பரிசில்கள் யாதொன்றும் வழங்காத மன்னனை யாம் புகழ்ந்து பாடியதனாலேயே இவ்வாறான நிலைமை எமக்கு ஏற்பட்டது என்று பாடினார்கள். இவ்வாறே ஔவையாரும் ஒரு இடத்தில்

“கல்லாத ஒருவனையான் கற்றாய் என்றேன்
காடேறித் திரிவானை நாடா என்றேன்
பொல்லாத ஒருவனையான் நல்லாய் என்றேன்
போர்முகத்துக் கோழையையான் புலியே றென்றேன்
மல்லாரும் புயமென்றேன தேம்பற் றோளை
வழங்காத கையணையான் வள்ளால் என்றேன்
இல்லாது சொன்னேனுக்கு இல்லை என்றான்
யானும் என்றன் குற்றத்தால் ஏகின்றேனே!

என்று பாடியுள்ளார். இவ்வாறு பரிசில்கள் பெறுவதற்காக மன்னர்களைப் பலவாறாகப் புகழ்ந்து பாடிப் பொன்னையும் பொருளையும் பெற்றுக் கொண்டு சென்ற புலவர்கள் பாடிய பாடல்கள் அக்காலச் சூழலை எடுத்துக் காட்டும்

13 ம் பக்கத் தொடர்ச்சி

கண்ணே கண்வளர்வாய்!!

தூக்கமின்மைக்கான காரணங்களாக பலவற்றைக் கூற முடியும். மனத்தாங்கல்கள், பழியுணர்ச்சி, விரக்தி, வேலைப்பளு, குடும்பத்தில் சிக்கல்கள், மதுப்பழக்கம், புகைப்பிடித்தல், உடல் ரீதியான கோளாறுகள் இரத்தக்கொதிப்பு, மனதுக்கு பிடிக்காத வாழ்க்கை முறை அல்லது இருப்பிடம், சுவாசம் சம்பந்தமான கோளாறுகள் என பல காரணங்களினால் ஒருவரின் தூக்கம் பாதிப்படையலாம். உறங்கும் இடத்தில் வெளிச்சம், சத்தம், அதிக உஷ்ணம், துர்நாற்றம் போன்ற சில புறக்காரணங்களும் ஒருவரின் தூக்கத்தை பாதிக்கும். இரவு நேரம் தாமதமாக உண்பது, மிக கடினமான உணவுகள் உண்பது, அதிகமாக உண்பது, உண்டவுடன் உறங்குவது, இரவு நேரங்களில் காபி, டீ அருந்துவது போன்ற பழக்கங்கள் தூக்கத்தை பாதிக்கும்
எட்டு மணிநேர தூக்கம் அவசியம் என்பார்கள். ஆனால் எல்லோருக்கும் ஒரே மாதிரி இல்லை! தனிப்பட்ட நபர்களுக்கு தக்கபடி தூக்கத்தின் நேரம் அதிகரிக்கவோ, குறையவோ செய்யும். உடல் உழைப்பு அதிகம் கொண்டவர்களைவிட, மனதிற்கு, மூளைக்கு அதிகம் வேலை கொடுப்பவர்கள் அதிக நேரம் தூங்க வேண்டும். நோயாளிகளும், குழந்தைகளும் அதிக நேரம் தூங்கவேண்டியிருக்கும். முறையாக தூங்காவிடினும் மூளைச் சோர்வை ஏற்படுத்தும். இரவு தூங்காமல் இருப்பது நினைவாற்றலைக் குறைக்கிறது. இரவில் நேரம் கடந்த தூக்கம் என்பது மன அழுத்தம், பதற்றம், கண் குறைபாடுகள், முக வாட்டம் போன்றவை ஏற்படுகிறது. இங்கு கூறப்பட்ட பக்க விளைவுகளே அதிகம் போல் இருக்கையில் இதைவிட அதிக தாக்கம் உறக்கமின்மையால் ஏற்படும் என்பதை ஏற்றுக்கொள்ள வேண்டும்.

தூக்கத்திற்கு ஏற்ற சூழல் மிக அவசியம் அதிக பொருட்கள் அற்ற காற்றோட்டமான அறையில் இதமான தலையணையுடன், நன்கு பரப்பப்பட்டு, மேடுபள்ளமில்லாத சமதரையில் பாய் போட்டு அல்லது மெத்தையில் படுக்கவேண்டும். முன்னதாக குளித்தல், இதமான காற்றோட்டமான ஆடை அணிதல், வெதுவெதுப்பான பால் அருந்துதல் தூக்கத்தை இலகுபடுத்தும். தூங்கச் செல்லும் போது எந்தவிதமான மனக்குழப்பங்களும், மறுநாள் வேலை பற்றிய சிந்தனையும் இன்றி ஓய்வெடுப்பதற்காகவே உடலை தளர்வாக்கி உறங்க வேண்டும். படுத்திருந்து தியான நிலையில் அமைதியாக சுவாசித்து தூங்கிவிட வேண்டும். அந்த நாளுக்கான நன்றியுணர்வோடு தூங்குதலும், நன்றியுணர்வோடு விழித்தெழுதலும் புத்துணர்வோடு இருக்க வழிவகுக்கும்.

மனச்சிக்கல் இன்றி தூங்கச் சென்று, மலச்சிக்கல் இன்றி விழித்தெழ வேண்டும் அப்போது உடலும், உளமும் ஆரோக்கியமாகும்.

'

Resist Not Evil

Bavvatharani Ravindran- Nallur

'Resist not evil' is a great, valuable and powerful saying of Jesus Christ. The life and death of Jesus of Nazareth depicts this great saying. Jesus Christ underwent all the sufferings caused to him. He was betrayed by one of his followers after the last dinner. Jesus had already revealed this to all the Apostles who dined with him. Jesus was punished and crucified due to the betrayal of his disciple. Jesus never cried or uttered bad or evil words. He sympathized for those who have done such mean things. Jesus was sent by God to teach people the truth. Bring peace and harmony to make people more tolerant more patient to not to rebel and fight with each other for petty things.

Jesus enabled them to love each other through the saying “Love the neighbour as themselves”. As He was sent by God as a Messiah to redeem the people from their sins, He didn't resist evil. He tolerated the scandals, attacks, tortures and finally the crucifixion. The life of Jesus Christ and His sayings and preaching ascertain that He did not resist evil.

Before Christ was born Lord Krishna Avatar has come to bring peace and harmony and to establish righteousness. In the Bhagavad Gita, Lord Krishna expressed to Arjuna that do your work and do not expect benefits. This again has another meaning which is 'face whatever comes to you'. 'As a king you have to perform your duties'. 'You cannot avoid them'. 'Do not expect any result or consequences'. 'You perform it as your duty'. When one has no revenge and avenge then they will just be an observer while performing his duties. So Bhagavad Gita too emphasized not to resist evil.

“

“யாதும் ஊரே யாவரும் கேளிர்
தீதும் நன்றும் பிறர்தர வாரா
நோதலும் தணிதலும் அவற்றோ ரன்ன”

In the sangam age, in Puranaanuru Kaniyan Poonkundranar had sung the above which in essence is resist not evil as 'all the villages are our village'. 'All are our kith and kin. 'Good and bad are not done by others and even troubles and solutions are not given by others'.

Bavvatharani

Thus, the pandits, great scholars, saints, Rishis, and the Avatars have expressed the truth that we should not blame others for the good and bad things that we encounter in our life. We encounter a lot of problems at home. One member or the other in the family is ether sick, suffering from illness, unhappiness, depression, not contented, or suffer from aging. Every member in the family ,the parents or children or grandparents lament about their problems or supress them in their mind. We all thus think that we encounter all these problems due to the other member in the family. When this negative feeling grows all the members in the family are directly or indirectly affected. The families, societies, communities, countries and states and the Globe as a whole is thus dipped in negative and ill feelings.

The cause for a thought is spelled out and which ends in deeds. Good thoughts bring good. At the same time bad thoughts lead to theft, burglary, drug addiction, killing, rape, murdering and misusing arms and ammunition.

The world is polluted not very much by material things. Instead it is polluted by our thoughts, words and deeds by resisting evil. Each individual imagines that others are hurting them and damaging them. It is not so. According to the great saying 'what we do in the previous birth is collected as good or bad harvest in this birth'. It is we who have sawn the seeds of past deeds (Karma) and suffering or enjoying in this life. Therefore, in order to lead a happy, peaceful life in this birth and in other births we have to 'resist not evil'.

வாகனச் சாரதி பயிற்சி நிலையம்
HK Hammacher
Fahrschule- hk- hammacher.de
எமது இணையத்தளத்தை பார்க்கவும்
ஆங்கிலம்,யேர்மன்,பிரஞ்,துருக்கி மொழிகளில் வகுப்புக்கள் உண்டு.பரீட்சைக்கு வரக்கூடிய வினாக்கள், கார் மற்றும் மோட்டோசைக்கிளிற்கும் சிறப்பாகத் தெரிவுசெய்துகற்பிக்கப்படும்.
19 வருட சிறந்த அனுபவம்
தமிழில் தொடர்புகளுக்கு: 0172 57 35 454
HK Hammacher
Schleswiger Str .5
44145 Dortmund
0231 81 55 94
0173 56 46 651
MPU ASF FES இவர்களுக்கான சிறப்பு வகுப்புக்களும் உண்டு!

Nandy's Catering & Partyservice
உங்கள் இல்லத்தில் எந்த வைபவங்களாக இருந்தாலும் குன்றாத சுவையுடன், சுடச் சுடப் பரிமாறுகின்றோம். இலங்கை இந்திய ஐரோப்பிய உணவுகளையும் தயாரித்த வழங்குகின்றோம்.
பரிமாறுதல் ஒரு கலை அது எமது நிறுவனத்தின் கைவந்தகலை!
ஒரே குடையின் கீழ் எங்கள் சேவை!
உணவு விநியோகம் பாரிமாறல் மற்றும் நிழல்படம், வீடியோ அதுமட்டுமன்றி எமது திறமையான ஊழியர்கள் உங்கள் விழாவை திட்டமிடுதல், திருமணமேடை, மண்டபம் மற்றும் மண்டபச் சோடனைகள் மற்றும் நடைமுறைப்படுத்துதல் போன்றவைகளுக்கு உதவ ஆயத்தமாக உள்ளோம்
Mobil 0173-7424955
Tel:0211 76 91 974
NANDY'S CURRY'S & MORE
WWW.NANDYS.DE
Düsseldorf

www.Nandys.de
e.mail:info@nandys.de

Frankfurt நகரில்....
Jaffna Bazar
Jaffna Bazar
உங்கள் பழைய நகைகளைத் தந்து
2019 ஆண்டின் புதிய டிசைன் நகைகளைப் பெறுங்கள்!
தங்க நகைகள்
தரமானவை மட்டும்
என்றும் எம்மிடம்
கிடைக்கும்
KADHIR
தஞ்சாவூர் வெள்ளை பொன்னி புழுங்கல் அரிசி
THANJAVUR WHITE PONNI BOILED RICE
Laila
Kaiser Straße.49
69329 Frankfurt Main
Tel: 069 25 62 6353
e.mail:jbspiece2018@yahoo.com
0049 69 25626353
0049 179 4792961
0049 151 71520425
உங்கள் இல்லத்திற்கு தேவையான அனைத்து
மளிகைப்பொருட்களும் பசுமையான
மரக்கறி மற்றும் கடல் உணவு வகைகளும்
நம்மிடம் கிடைக்கும்
வாருங்கள் தாயகத்தில் நிற்கும் உணர்வை
நீங்கள் பெறுவீர்கள்

அன்று சூனியக்காரிகளை கண்டுபிடித்து தண்டிக்க புத்தகமே யேர்மனியில் வெளியிடப்பட்டது.

சேரலன்

பெண்கள் ஆயிரக்கணக்கில் சூனியக்காரிகள் என்று குற்றஞ்சாட்டப்பட்டு கொல்லப்பட்டனர் !

சூனியக்காரர்களின் சுத்தியல் (maleficus maleficarum) - 14 முதல் 17 நூற்றாண்டு வரை மேற்குலகத்து பெண்கள் ஆயிரக்கணக்கில் சூனியக்காரிகள் என்று குற்றஞ்சாட்டப்பட்டு கொல்லப்பட்டனர் ! அவர்களை கண்டுபிடித்து தண்டிக்க புத்தகமே ஜெர்மனியில் வெளியிடப்பட்டது.

ஒரு பெண் சூனியக்காரி என குற்றஞ்சாட்டப்பட்டால் அவளுக்கு பல சோதனைகள் வைக்கப்படும்...அதில் ஒன்று எடை சோதனை, சூனியக்காரிகள் பறவை இறகை விட மென்மையான எடை கொண்டிருப்பர் என்றும் அதனால் காற்றில் எளிதில் பறப்பர் என்றும் நம்பப்பட்டது ! அப்படி எடையை பரிசோதிக்க பல இடங்கள் இருந்தன..அப்படி நெதர்லாந்தின் அவ்டேவாட்டர் நகரத்தில் எடை போடும் இடம் இருந்தது... சூனியக்காரர்கள் தண்டிக்கப்பட்ட காலத்தே பல எடைபோடும் இடங்கள் தவறாக எடையை சுட்டி பெண்களை பலியாக்கின !

ஆனால் அவ்டேவாட்டர் சரியாக எடை போடும் இடமாக இருந்து பலபெண்களை காப்பாற்றியது ! இன்றைக்கு ஒரு அருங்காட்சியகமாக மாறிப்போன இடத்தில் உங்களின் எடையை அளந்து நீங்கள் சூனியக்காரரா இல்லையா என சான்றிதழும் அளிக்கப்படுகிறது !

www.manjilas.com
Double Horse
Bringing health to life!
எமது தயாரிப்புக்கள்
30 நாடுகளுக்கு மேல்
உங்களை நாடிப் பறக்கிறது.
Our Products Fly to Over 30 Countries.
Double Horse.
Delighting the world with good food.
For the past 59 years.
VEG RANGE Tender Mango Pickle
NON VEG RANGE Prawn Pickle & Fish Pickle
Rice String Hoppers
Rice Sevai
Palada Kheer Mix
Vermicelli Kheer Mix
Rice Palada Kheer Mix
Virgin Coconut Oil
Coconut Milk
Roasted White Rice Flour
Easy Palappam Mix
Sona Masoori
Vadi Matta Rice
STAR-IMPEX, Franziusstrasse 150 Dortmund,44147,
Germany,TEL. No : +49 231 8602696, Email Id: info@star-impex.de.
Manjilas Food Tech Pvt. Ltd., Thrissur, Kerala. www.manjilas.com, also at amazon.in
/DoubleHorse.Manjilas Distributor/Trade enquiries solicited. Customer Care No: 94464 43333

நெடுந்தீவு முகிலனின்

தெளிவும் தெரிவும்

வாழ்க்கையில்மோசமானசூழ்நிலை
ஏற்படும்பொழுதுதான் - நீங்கள
மனிதர்களைப்புரிந்துகொள்வீர்கள்.
நெருக்கமானவர்களின் துரோகமும்
விலகி இருப்பவர்களின் நேர்மையையும்
இந்தசந்தர்ப்பத்தில் நீங்கள்உணரும்
வாய்ப்புகிடைக்கும்.

மற்றவர்களுடன் உங்களை ஒப்பிட்டுபார்த்து
நாட்களைவீணடிப்பதைவிட
உங்களைப்பற்றிய சுயத்தை
நீங்களே சிந்தித்துப்பாருங்கள்.
உங்களைப்பற்றி இன்னொருவர்
என்னநினைக்கிறார் என்று நினைப்பதைவிட்டு
உங்களை நீங்களே கணித்துக்கொள்ளுங்கள்.
உங்களை உங்களால் சரிபடுத்தமுடியவில்லை என்றால்
வேறொருவரால் உங்கள் உள்ளுணர்வுகளை
எவ்வாறுசரியாக புரிந்துகொள்ளமுடியும்.

எப்போதுமே உங்கள் மனநிலையை
சமநிலையில்வைத்துக் கொண்டிருந்தால்
எவராலும் உங்கள் எண்ணங்களை மாற்றமுடியாது.

நிதானம் என்பது
உங்களை நீங்களே நெறிப்படுத்துதல்
அமைதியாகாமல் முடிவுகள் எடுத்தால்
அதில்தடுமாற்றம்இருக்கும்.

நீங்களேஉங்களை நிலைப்படுத்தினால்
யாரும்உங்களை வழிநடத்தவேண்டிய
அவசியம்இல்லை...
உங்கள்பசிக்காக இன்னொருவர்
உணவு உட்கொள்ளமுடியாது
இதேபோன்றதுதான் எல்லாவற்றுக்கும்
உங்களை நீங்களே தயார்படுத்திக்கொள்ளுதல்!

பணிவு என்பது தலைகுனிவல்ல

நாம் எமது ஆரம்பக்கல்வியை பெற்றவர்களிடம் இருந்துதான் கற்றுக் கொள்கின்றோம். அதனைத்தொடர்ந்து ஆசிரியர்கள். இதனையே மாதா பிதா குரு தெய்வம் என்றார்கள். நாம் இவர்களை சிறப்பாகப் பெற்றுவிட்டோமானால் அதுவே நமக்கு ஆண்டவன் அளித்த மிகப்பெரும் வரமாகும்.

றஜினா தருமராஜா

முதலில் முதியவர்களைக் கனம்பண்ணுதல் நம் தமிழ்மரபாகும். அவர்கள் முன்னிலையில் நாம் எப்படி நடக்கவேண்டும் எப்படி பேசவேண்டும் என்பது எல்லாமே. அது நாம் நாமாக உணர்ந்து வருவது. அந்த உணர்தலுக்கு நம்முன் செயலில் காட்டி நின்ற பெரியவர்களே எமக்கு முன்னுதாரணமாக முன்வந்து நிற்பார்கள்.

இளையவர்களுக்கும் பெரியவர்களுக்கும் இடையில் ஒரு சந்ததி இடைவெளியிருக்கும்.அதனால் இளையவர் கருத்துக்கள் அவர்களது கருத்துக்களுடன் முரண்பட்டும் இருக்கும். இந்த இடைவெளி நாளை இன்று இளையவர் களாக இருக்கும் நமக்கும் வரும் என்பதனை உணர்ந்தால் கருத்து வேறுபாடுகளை பணிவுடன் ஏற்று அதனை பக்குவமாக எடுத்து இயம்பும் குணம் வரும்.
கற்றவர்கள், சமூகத்துக்காக உழைப்பவர்கள், இவர்கள் முன்னிலையில் நாம் பணிந்து நடப்பது நல்லது. இது அவர்களை மகிழ்ச்சிப்படுத் துவதற்கான பணிவு அல்ல. அந்தப்பணிவின் மூலம் நாம் அவர்களின் சேவைகளை உழைப்பை உணர்ந்தவர்களாக மதிப்பவர்களாக வெளிப்படுத்தும் ஒரு செயலாக அது அமையும் என்பதே உண்மை.
எந்தக் கருத்துக்கும் உலகில் எதிர்கருத்து என்று ஒன்று உலகம் பிறந்தநாள் முதல் உள்ளதுதான். ஆனால் அந்த எதிர்கருத்தை வைப்பதில் இருக்கும் நாகரீகம் நமது பணிவான செயல்கள் மூலமே வெளிப்படுகின்றன.
பலகருத்துக்களுக்கு எதிர்வாதம்தான் தீர்வாகும் என்பதும் உண்மை யல்ல. பல நேரங்களில் மௌனம் அதிக வலிமையானதாக இருப்பதையும் நம் வாழ்வில் காணமுடியும்.
இந்த மௌனம் தவறான கருத்துக்களை முன்வைப்பவர்களுக்கு தம்மைத்தாமே சுயமதிப்பீடு செய்வதற்கான ஒரு நேரத்தையும் வழங்கும் அல்லவா. எதிர்வாதம் புரிந்தால் அவர்கள் சிந்தனைகள் எதிர்பதற்கான தேடுதலில் இருக்குமேயன்றி உண்மையை அறிய முற்பட அவகாசம் கிடைத்தல் அரிதல்லவா. இப்படியான நேரங்களில் இந்த மௌனம் பணிவு இவையாவும் தலைகுனிவு என்று எண்ணவிடவேண்டாம்.
இந்தக்குனிவே ஒரு நிமிர்வுக்கான செய்பாடுதான். எதிரிகள் முன் நாம்பணிந்து பேசினால் அவர்களையும் அறியாது நாம் அவர்கள் மனதில் நிமிர்ந்து நிற்போம்.
நாம் புலம்பெயர்ந்து இங்கு வாழும் காலத்தில் இங்குள் பெரியவர்கள் பலரை பேரூந்தில் சந்தித்து இருப்போம். அவர்கள் முதியவர்களாக இருந்தால் நாம் எழுந்து அவர்களுக்கு எமது ஆசனைத்தைக் கொடுப்போம். அவர்கள் முகமலர்ச்சியுடன் இல்லை தாம் நிற்பதாகக் கூறுவார்கள். சிலர் எமது செயலை நன்றியுடன் ஏற்றும் அமர்வார்கள். இதில் நிற்பதாகச் சொன்வர்களும், இருந்தவர்களும் நமது செயால் எமது அன்பு உள்ளத்தை உணர்ந்தவர்களாகவே இருப்பார்கள். நாம் காட்டும் பணிவு இந்த இடத்தில் அவர்கள்முன் அன்பாக மலர்கின்றது. அவர்களது முகமலர்ச்சிக்கு நாம் எழுந்து இடம்கொடுக்க முற்பட்ட பணிவே காரணம்.
பிறரை மகிழ்விக்கவும், அவர்களது தேவைகளுக்கு கரம் கொடுக்கவும் உதவுவது எமது பணிவான செயல்களே. பணிவு ஒரு போதும் தலைகுனிவாகாது. நீர்வீழ்ச்சி கூட வீழ்ச்சியல்ல தலைகுனிவும் அல்ல. பயிர்கள் எழுச்சியுடன் நிமிர்ந்து நிற்க ஓடும் நதியின் பணிவுதான் அது.

தமிழன் தமிழனை வாழவைப்பதில்லை

சேவியர்

பொய் அகல, நாளும் புகழ்விளைத்தல் என் வியப்பாம்?
வையகம் போர்த்த, வயங்கு ஒலி நீர் கையகலக்
கல் தோன்றி மண் தோன்றாக் காலத்தே, வாளோடு
முன் தோன்றி மூத்த குடி!

வரலாற்றுச் சிறப்புக்கும், இலக்கியச் செழுமைக்கும் தமிழை விட்டால் உலகிலேயே வேறெதுவும் இல்லை. தமிழுக்கு இணையாக என்றில்லை. தமிழுக்கு பின்னாக அருகில் வரக் கூடிய தகுதி கூட வேறெந்த மொழிக்கும் இல்லை. அந்த அளவுக்கு இலக்கியச் செழுமைக்கும் , இலக்கண வளமைக்கும், வரலாற்று வியப்புக்கும் தமிழே அரியாசனம்.

தமிழர்களின் வரலாறும் அப்படியே. தொல்காப்பியர் காலம் தொட்டு, தற்காலக் காலம் வரை தமிழிலக்கியப் பங்களிப்புகளில் தமிழர்கள் வியக்க வைத்துக் கொண்டே இருக்கின்றனர். வீரத்தின் விளை நிலமாக தமிழர்களின் இல்லங்களே இருந்திருக்கின்றன. புறம் மட்டுமல்ல, முறம் கூட வீரத்தைப் பேசிய வரலாறு நமது.

வந்தாரை வாழவைக்கும் இனம் எனும் பெயர் தமிழினத்துக்கு உண்டு. அதற்காகவே வீடுகளின் முன்னால் திண்ணைகள் வைத்தும், ஊர்களின் முன்னால் சத்திரங்கள் வைத்தும் உயரிய வாழ்வியல் முறையை நிலைநாட்டியவன் தமிழன்.

தமிழனின் விருந்தோம்பல் கதைகள் சிலிர்க்க வைப்பவை. இரவில் வீட்டுக்கு வந்தவருக்கு உணவு சமைக்க ஒன்றுமில்லையென, முந்தின நாள் வயலில் விதைத்த விதை நெல்லைப் பொறுக்கி வந்து சமைத்துக் கொடுத்த இனம் தமிழ் இனம். யாரையும் பசியோடு அனுப்பிய பழக்கம் இருந்ததில்லை.

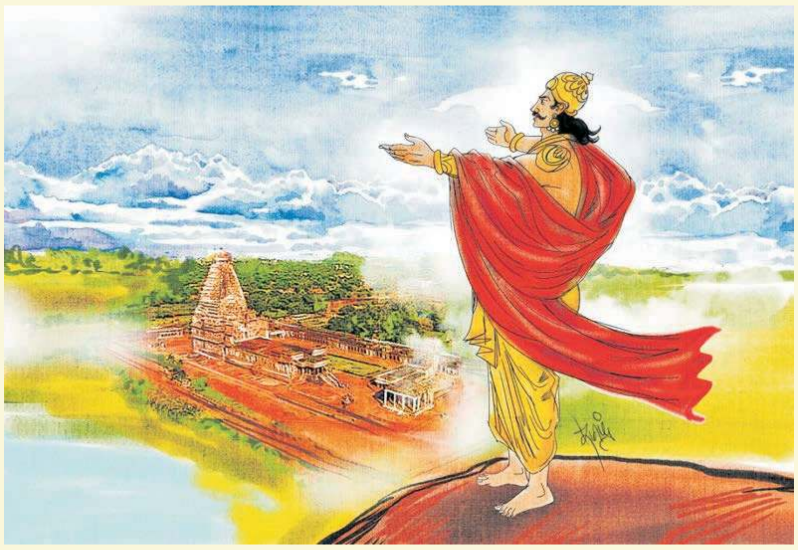
இன்னொரு கதையில், வீட்டுக்கு வந்தவரை உபசரிக்க வாழை இலை வெட்டப் போனான் மகன். பாம்பு கடித்து இறந்து போகிறான். இறந்த மகனின் உடலை ஓரமாய் பாயில் சுருட்டி வைத்து விட்டு, வந்தவருக்கு உணவளிக்க அமர்கிறார்கள் தாயும் தந்தையும். இந்த விருந்தோம்பல் குணம் தமிழனுக்கே உரியது. தன் குடும்பத்தின் அதிகபட்ச துயரத்தைக் கூட ஓரமாய் வைத்து விட்டு, விருந்தோம்பிய இனம் தமிழினம்.
வந்தவருக்கு இல்லையென சொன்னதும் இல்லை, சொன்ன சொல்லைக் காக்க எப்போதும் தவறியதும் இல்லை. வறியவருக்கு உதவத் தயங்கியதும் இல்லை. அறத்தினைப் பேண வழுவியதும் இல்லை.

மொத்தத்தில் தமிழர் என்னும் இனம் மட்டும் ஆதியில் தோன்றவில்லை. மனித இனத்தின் மாண்பும் அப்போதே தோன்றி விட்டது. உலகின் உன்னத வாழ்வியல் முறையும் அப்போதே தோன்றியது. இன்று நாம் ஏக்கத்தோடு பார்க்கும் உயரிய சிந்தனைகளும், கோட்பாடுகளும், வாழ்வும் அன்று தமிழரிடம் இயல்பாகவே இருந்திருக்கிறது.
தமிழரின் வரலாறையும், தன்மையையும், குணாதிசயங்களையும் திரும்பிப் பார்த்து வியக்கும் நாம் கேட்க வேண்டிய ஒரு கேள்வி, “இன்று நாம் எங்கே நிற்கிறோம் ?”. அந்த உன்னத அடையாளங்களை முழுமையாய் அழித்து

விட்டு அவமானத்தின் அம்மணமாய் நிற்கிறோமா ? அல்லது இழந்து போன உணர்வு கூட இல்லாமல் திரிகிறோமா ?

கூண்டுக்குள் அடைக்கப்பட்ட சிங்கம் நாளாவட்டத்தில் தான் ஒரு சிங்கம் என்பதையே மறந்து விடும். அதன் பின்னர் எதிரே நிற்கும் வெள்ளாடு கூட அதை விரட்டி விரட்டி வேட்டையாடி விட முடியும். அப்படி கூண்டுக்குள் அடைக்கப்பட்ட சிங்கமாக சிக்கிக் கிடக்கிறது தமிழ் இனம். அதனிடம் முதலில் “நீ ஒரு சிங்கம்” எனும் உண்மையை உரைக்க வேண்டும். பின்னர், “இந்தக் கானகம் உனது ஆளுகைக்கு உட்பட்டது எனும் உண்மையைச் சொல்ல வேண்டும்”.
அப்போது தான், தன் முன்னால் வீசப்படுகின்ற உணவுப் பருக்கைகள் உண்மையில் நமது உணர்வுப் பருக்கைகளை உலர வைக்கும் சூத்திரம் என்பது புரியும். நம்மைத் தனிமைப்படுத்தித் தனிமைப்படுத்தி வலுவிழக்க வைக்க முயலும் வல்லூறுகளின் வஞ்சக நெஞ்சம் புரியும்.

இந்தச் சூழலில் நாம் கேட்க வேண்டிய கேள்வி. “தமிழனே… நீ என்ன செய்தாய் என்பதல்ல”. அப்படித் தான் கேள்வி கேட்டுக் கேட்டு நாம் நமது முகத்தில் கரியைப் பூசிக் கொண்டோம். கேட்க வேண்டிய கேள்வி, “தமிழனே நீ என்ன செய்தாய் என்பதல்ல”.. “தமிழனாய் நான் என்ன செய்தேன்” என்பது தான்.



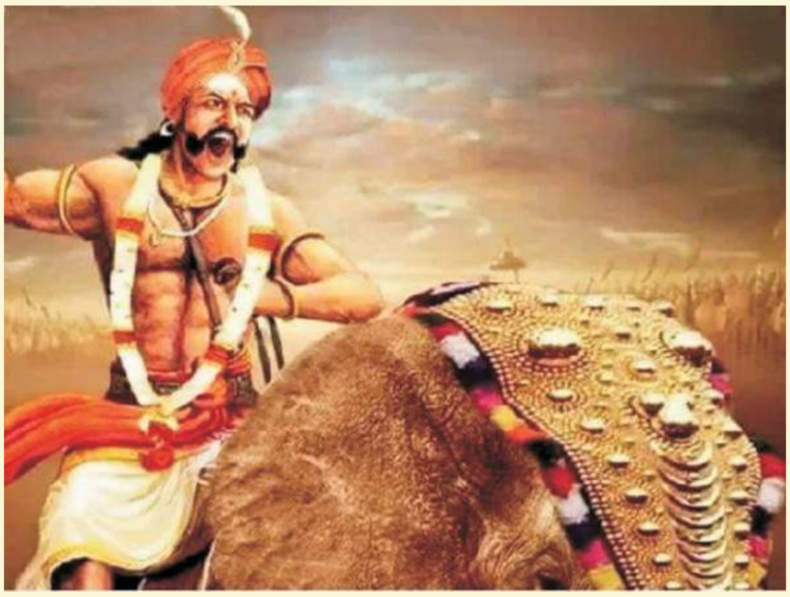
காதலியின் விழிகளில் கூட வேலைக் கண்டு வீரம் வளர்த்த தமிழா, காதலியின் புருவத்தில் வில்லினைக் கண்டு தீரம் வளர்த்த தமிழா, இன்று ஏன் கோழைகளின் கூடாரத்தில் குடியிருக்கிறாய் ? என நம்மைப் பார்த்து நாமே கேட்க வேண்டும்.

களம் கண்டு மார்பிலே வீரப்புண் விழட்டுமடா என நெஞ்சுரம் காட்டியவன் தமிழன். களத்திலே மகன் வீழ்ந்து விட்டான் என்பதை அறிந்து ஓடிவரும் தாய், அவனது மார்பிலே ஈட்டி பாய்ந்து இறந்ததைக் கண்டு வீரப் பெருமிதம் அடைந்தாள். என் மகன் புறமுதுகிடவில்லை, விழுப்புண் வாங்கி வீழ்ந்தான் என மண்ணுக்காய் உயிரீந்த மகனுக்காய் மகிழ்ந்தவள் தமிழச்சி.

தொடர்ச்சி 21 ம் பக்கம்

20ம் பக்கத் தொடர்ச்சி...

தமிழன் தமிழனை வாழவைப்பதில்லை



அந்த வீரத்தின் ஈரத்தை நமது வேர்களிலிருந்து மீண்டும் பெற்றுக்கொள்ள வேண்டும். ஒவ்வொரு சூழலிலும் நாம் என்ன பங்களிப்பு செய்தோம் என்பதையே நாம் கேட்கவேண்டும். தமிழினத்தின் ஒவ்வோர் வீழ்ச்சிக்கும் நாமும் ஒரு காரணம் என்பதை உணரவேண்டும்.

ஒரு தமிழனை நம்பிப் போனால் அவன் கைவிடமாட்டான் எனும் நம்பிக்கையை நாம் முதலில் தமிழ் சமூகத்துக்கு விதைக்க வேண்டும். தமிழனின் வாக்கு மாறா குணம் என்றுமே மாறாது எனும் நம்பிக்கையை நாம் முதலில் மெய்ப்பிக்க வேண்டும். தமிழனின் இரக்க குணம் அரக்க குணமாவதில்லை என்பதை நாம் புரிய வைக்க வேண்டும். இவையெல்லாம் அடுத்தவனின் வாழ்க்கையிலல்ல, நமது வாழ்க்கையில் நடக்க வேண்டும்.

நமது பாதங்கள் நகரும் போது தான் நமது பயணம் உருவாகிறது. நமது பயணத்தை இன்னொருவர் நிறைவேற்றுவார் என நினைப்பது முட்டாள்தனம். நமது பாதங்களை வலுவூட்டுவதும், வரலாறுகளிலிருந்து நமது இயல்புகளை மீண்டெடுப்பதும் அவசியம்.

ஒரு தமிழனின் கஷ்டத்தை இன்னொரு தமிழன் தான் உணர்வான் எனும் உறுதியை நாம் விதைக்கத் துவங்குவோம். தமிழன் என்பவன் நிலம் தாண்டி வருவானே தவிர, அறம் தாண்டி வரமாட்டான் என்பதை இந்த அவனிக்கு உணர்த்துவோம். அது நம்மிடமிருந்து தான் துவங்க வேண்டும். நமது விரல்களே நமது வாழ்க்கையை வலுவூட்ட முடியும். நமது குரல்களே நமது வாழ்க்கைக்கு ஒலியூட்ட முடியும்.

தமிழன் எடுப்பார் கைப்பிள்ளையல்ல. அவன் சோம்பலின் பள்ளத்தாக்கில் புதையுண்டு கிடப்பவனும் அல்ல. அவன் பனிமலை மூடிய எரிமலை. அவனால் குளிராய் சிரிக்கவும் முடியும், அனலாய்க் கொதிக்கவும் முடியும் என்பதை உலகம் புரிந்து கொள்ள வேண்டும். அதற்கு நாம் துணிந்து செல்ல வேண்டும்.

தமிழன் தமிழனை வாழவைப்பதில்லை எனும் வார்த்தை இனி எங்கும் எழவேண்டாம். அந்த இழிசொல்லுக்கு நான் காரணமாக மாட்டேன் எனும் உறுதியை நாம் எடுப்போம். உலகத்தை ஆளப் பிறந்தவன், பிறரை வாழ வைக்கத் தயங்கலாமா ? இந்தக் கேள்வியை நாம் நம்மைப் பார்த்துக் கேட்போம். போதும். புதைகுழியில் சிக்கிக் கொண்டால் யானையின் அருகில் தெருநாய் கூட சிறுநீர் கழிக்கும். அது நிலப்பரப்புக்கு வந்து நிமிரவேண்டும். நம்மை ஏமாற்றும் தந்திரங்களை நாம் வீழ்த்த வேண்டும். நாம் விதைகுழிகளில் விதைக்கப்பட வேண்டியவர்கள், புதைகுழிகளுக்குள் புதைக்கப்பட வேண்டியவர்களல்ல.

தமிழினம் என்பது இனிமேல் சர்வதேச இனம். எந்த நிலத்தில் நட்டாலும் ரோஜா கருப்பாவதில்லை. எந்த நிலத்தில் திரிந்தாலும் தமிழன் நிறம் மாறுவதில்லை. இந்த சிந்தனையை மனதில் வைப்போம்.நான் யார் எனும் கேள்வி, எனக்குள்ளிருந்து எழுந்து, என்னிடமே கேட்டு, என்னை வலுவாக்கவேண்டும். அதுவே தமிழ்சமூகத்தின் இன்றைய தேவை.

கேட்போம், மீட்போம் !

எதற்கெல்லாம் வெட்கப்பட வேண்டும் ?

எந்தெந்தச் சூழலில்
நாணம் காக்கவேண்டும் என
உங்களுக்குக் கூறுவேன்
சில வேளைகளில்
நாணம் காப்பது நல்லதல்ல்
எல்லாவகை நாணத்தையும்
ஏற்றுக்கொள்ளலாகாது.

சீராக் : 41:16

நாணமும், வெட்கமும் அவசியமானவை. ஆனால் பல நேரங்களில் நாம் சரியான விஷயத்துக்காக வெட்கப்படுவதில்லை. பிறரைப் போல அழகாய் இல்லை, உயரமாய் இல்லை, என்பதற்கெல்லாம் வெட்கப்படுகிறோம். பிறரைப் போல படிக்கவில்லை, சம்பாதிக்கவில்லை என்பதற்காய் வெட்கப்படுகிறோம். சில இடங்களில் நாம் கிறிஸ்தவன் என்பதைச் சொல்லவே வெட்கப்படுகிறோம். பிள்ளைகள் படிக்கவில்லையெனில் வெட்கப்படுகிறோம். இவையெல்லாம் தேவையற்ற வெட்கங்கள்.

நாணம் எப்போது நல்லதாகிறது, எப்போது தீயதாகிறது என்னும் தெளிவான போதனையை சீராக்கின் நூல் 41வது அதிகாரத்தில் தருகிறது. எல்லா நாணமும் நல்லதல்ல, எல்லா நாணமும் கெட்டதல்ல. சில இடங்களில் நாணம் அவசியம், சில இடங்களில் நாணம் அநாவசியம். சீராக் என்ன சொல்கிறது ?

1. தாய் தந்தையர் முன், கெட்ட நடத்தை பற்றி நாணம் கொள்ளுங்கள். தனது தவறுகளுக்கு நியாயம் கற்பிக்கும் பிள்ளைகள் வாழ்க்கையில் நேரிய வழியில் நடப்பதில்லை. தங்களுடைய தவறான நடத்தைகளுக்காக வெட்கமடைந்து, தன் பெற்றோருக்கு இத்தகைய மன வருத்தத்தைக் கொடுத்து விட்டேனே என உணரும் பிள்ளைகள் சரியான வழிக்குத் திரும்புவார்கள்.

2. ஆட்சியாளர் முன்னும் வலியோர் முன்னும் பொய்யைப் பற்றி வெட்கப்படுங்கள். பொய் பேசும் உதடுகளை இறைவன் அருவருக்கிறார். பொய் எந்த சூழலில் எப்படி சொல்லப்பட்டாலும் அது இறைவனை மகிழ்ச்சிக்கு உள்ளாக்குவதில்லை. பொய் சொல்லிவிட்டேனே என ஆட்சியாளர் முன் நிற்கும் போது நாணம் அடைய வேன்டும். இறைவனுக்கு முன்னால் பொய்யனாக நிற்க வெட்கப்பட வேண்டும்.

Easy Holiday
Travels & Tours

உலகின் எப்பாகங்களுக்கும் சென்று வருவதற்கான விமான பயணச்சீட்டுகளை குறைந்த விலையில் நிறைந்த மனதுடன் தருகின்றோம்

தொடர்புகளுக்கு: Thureiraj Rukshan

Mob:0152 1365 4331 - 0152 04153138

எம் மக்களின் அபிமானம் வென்ற
Easy Holiday
Travels & Tours

தாய்நாடு சென்றுவர மலிவு விலையில்

- விமானச்சீட்டுக்கள்
- பயணக் காப்புறுதிகள்
- வாகன வசதிகள்
- வீசா உதவிகள் (இந்தியா இலங்கை)
- ஹோட்டல் வசதிகள்

Emirates ETIHAD Gulf Air OMAN AIR QATAR

Westring 36
44623 Herne
Germany

Tel:02323 965 4426 Fax:02323 9654427
e.mail: ezholiday16@gmail.com

அமரர் ஆ.சி நடராஜா ஞாபகார்த்த நூலக நிர்மாண நிதிக்காக குரும்பசிட்டடி நலன்புரிசபை - கனடா வழங்கிய தேன் சிந்தும் கலைமாலையில் இருந்து சில காட்சிகள். 22.06.2019

சுவிஸ் நாட்டின்
அனைத்துப் பாகங்களுக்கும்
உடனுக்குடன்
விநியோகம் செய்யும் நிறுவனம்.

சாயி ரேடர்ஸ்

Sai Trader GmbH
Importeur für frische, exotische Gemüse | Früchte & Fische

Direct Importers & Distributors Exporters

உலகின் பலபாகங்களில் இருந்தும் இறக்குமதி செய்யப்பட்ட
பசுமையான மரக்கறிவகைகள் மீன்கள் மற்றும் பழவகைகள்
பதனிடப்பட்ட கடல் உணவுவகைகள் குடிபான வகைகள்
அனைத்தும் சுவிஸ் நாட்டின் அனைத்துப் பாகங்களுக்கும்
உடனுக்குடன் விநியோகம் செய்யும் ஒரே நிறுவனம்.

BTM தயாரிப்புக்களும்
ஆச்சி மசாலா
தயாரிப்புக்களும்
இங்கே கிடைக்கும்.

Tel:+41 44 885 86 30 Fax: :+41 44 885 86 51

Wilenbachstrasse 3
8185 Winkel ZH

தாய்போல் கட்டி மகிழ்ந்த கனடா!

- மு.க.சு.சிவகுமாரன்

யோர்மனி நாட்டில் இருந்து வெளிவரும் வெற்றிமணி பத்திரிகை கடந்த ஆனிமாதம் தனது 25 வது ஆண்டைப் பூர்த்திசெய்தது. ஐரோப்பாவில் வெள்ளிவிழாக் கண்ட முதல் பத்திரிகை எனும் முத்திரை பதித்தது. 1999ம் ஆண்டு முதல் 2009 ம் ஆண்டுவரை கனடாவிலும் வெற்றிமணி ஒலித்தது.

வெற்றிமணியின் ஓர் மணியாக இன்றும் டாக்டர் கதிர் துரைசிங்கம்

கடந்த மாதம் 13.07.2019 வெள்ளிக்கிழமை நான் கனடா சென்றபோது வெற்றிமணியுடன் இணைந்து பயணித்த பல நண்பர்களையும், இலக்கிய உறவுகளையும் சந்திக்கும் வாய்ப்புக்கிட்டியது. மேற்படி சந்திப்புக்கு வெற்றிமணியின் ஓர் மணியாக இன்றும் ஒலித்துக்கொண்டு இருக்கும் கலை இலக்கிய நண்பர் டாக்டர் கதிர் துரைசிங்கம் அவர்கள் முன்னின்று உழைத்தார்.

கனடா உதயன் பத்திரிகை செயலகத்தில் இடம்பெற்ற மேற்படி சந்திப்பில் பத்திரிகையாளர்கள், கனடாவாழ் இலக்கிய நண்பர்களைச் சந்தித்து உரையாடும் சந்தர்ப்பம் கிடைத்தது. இச்சந்திப்பில் கலாநிதி பால சிவகடாட்சம், டாக்டர் கதிர் துரைசிங்கம். சிந்தனைப்பூக்கள் எஸ்.பத்ம நாதன்,தாய்வீடு டிலீப்குமார், பிறைசூடி சந்திரசேகரன், வர்த்தகப்பிரமுகர் சங்கர் நல்லதம்பி, நாடக இயக்குனர், நடிகர் திரு.க.சிவதாசன் உதயன் பிரதம ஆசிரியர் திரு.லோகேந்திரலிங்கம் இன்னும் பலர் கலந்து சிறப்பித்தனர்.

அங்கு வெற்றிமணி பத்திரிகையின் பல இதழ்களையும் அதன் வெளியீடுகளையும் பார்வையிட்டவர்கள் குறிப்பாக வெற்றிமணியில் பல இளையவர்கள் எழுதிவருவதைக் கண்டு பெரு மகிழ்ச்சி தெரிவித்தனர். அன்று இராபோசனத்துடன் சந்திப்பு இனிதாக நிறைவு எய்தியது. டாக்டர் கதிர் துரைசிங்கம் அவர்களின் ஏற்பாட்டில் ATN தொலைக்காட்சியில் நேர்காணல் ஒன்றும் இடம் பெற்றது. நேர்கண்டவர் கடந்த 20 வருடங்களாக கனடாவில் வானொலிகள், தொலைக்காட்சியிலும் பல நிகழ்ச்சிகளை வழங்கியதோடு மட்டுமல்லாது, நடிகராகவும்,

நிகழ்ச்சி தொகுப்பாளராகவும் அறியப்பட்டவர். 12க்கும் மேற்பட்ட குறுந்திரைப்படங்களை எழுதி இயக்கியதுடன், 5 க்கும் மேற்பட்ட குறுந்திரைப்படங்களுக்கு கனடா, ஐரோப்பிய நாடுகளில் விருதுகளும் பெற்றவர்.அண்மையில் வெளிவந்த "ஒருத்தி" திரைப்படத்தின் இயக்குனர் திரு. P.S. சுதாகரன்,என்பது மகிழ்வான செய்தி. அத்துடன் 2008 ஆண்டு 25 இசைக்கலைஞர்களுக்கு மேல் கனடாவில் இருந்து யோர்மனிவந்து வெற்றிமணி விழாவில் முத்திரை பதித்த பாரதி கலைக்கூட முதல்வர் திரு.மதிவாசனுடன், ஒரு சந்திப்பும் இடம்பெற்றது. இச்சந்திப்பில் பல இனிய நினைவலைகள் வந்து வந்து சென்றன.

மறுநாள் எனக்கு ஐரோப்பாவில் முதல் கலை இலக்கிய விருது (1999) தந்து கௌரவித்த தமிழர்தகவல் பிரத ஆசிரியர் திரு எஸ்.திருச்செல்வம் அவர்களும் தமிழர்தகவல் முகாமையாளர் ஆர் ஆர்.ராஜகுமார் அவர்களும் எனக்கு மதியபோசன விருந்தளித்ததுடன் ஆரோக்கியமான கலை இலக்கிய கலந்துரையாடல் இடம்பெற வழிசமைத்தது.

எனது தந்தையின் இனிய நண்பரும் எழுத்தாளர் கவிஞர் வி.கந்தவனம் அவர்களைச் சந்தித்து வெற்றிமணியுடனான 50 வருட உறவு பற்றி உறவாடி மகிழ்ந்தோம். மறக்க முடியாத நண்பர்களால் நிறைந்த கனடாவில் இருந்து மனம்நிறைந்த மகிழ்வுடன் யோர்மனி திரும்பினேன். தாயகத்தில் கூட இப்போது இவ்வளவு நண்பர்கள் எமக்கில்லை என்பது உண்மையாகும்.

சேலை மட்டுமா அழகு
சோலைக்குயில் பாட்டும்கூட அழகு

வெளிநாட்டவர் சேலைகட்டினால் அது மகிழ்ச்சி. இங்கு அவர்களை தமிழ் மொழியில் பாடவைத்தவன் ராம்.பரமானந்தன். இவன் வெற்றிமணியின் இளம் எழுத்தாளன். அவன் தமிழ்மீதும் கலைமீதும் கொண்ட காதல் பரவசம்கொள்ள வைக்கிறது

Ram Paramananthan

நன்றி copyright: Martina Pipprich /Hochschule für Musik Mainz

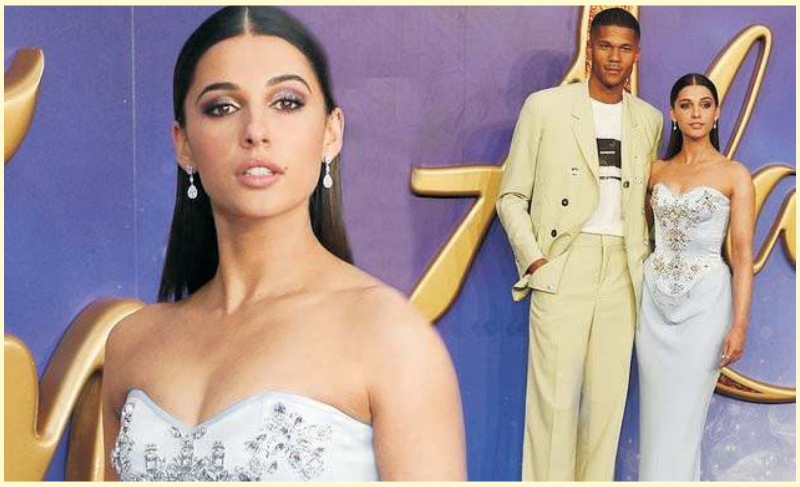
யேர்மனி டோட்மூண்ட் நகரில் ஆடல் அரங்கம் திறப்புவிழா

கடந்த (06.07.2019) யேர்மனி டோட்மூண்ட் நகரில் திரு.வி.சபேசன் அவர்களது பெருமுயற்சியில் ஆடல் அரங்கம் ஆரம்பிக்கப்பட்டது. இவ்வரங்கினை நடனக்கலைஞர் செல்வி அனாமிக்கா இரத்தினசிங்கம் அவர்கள் திறந்து வைத்தார்கள். இந்த அரங்கம் எதிர்காலத்தில் பல கலைஞர்களுக்கு பயற்சி எடுக்க கரம்கொடுக்கும் அரங்கமாகத் திகழும் என்பது திண்ணம்.

அத்துடன் இன்றையதினம் தமிழர் அரங்கத்தில் திரு.வி.சபேசனின் கதை வசனம் இயக்கத்தில் உருவான குறும்படம் -துணை- திரையிடப்பெற்று பெரும் வரவேற்பைப்பெற்றுக்கொண்டது. பலர் இவ்விழாக்களில் கலந்துகொண்டு கலை வளரக்கரம்கொடுத்தது மகிழ்சியான செய்தியாகும்

: படம் செய்தி- வெற்றிமணி.

அலாவுதீனும் அற்புதப்பெண்ணும்



„வெகுஜன ஊடகங்களில் தெற்காசியர்களின் பிரதிநிதித்துவம்" என்ற ஆய்வில் நான் சந்தித்த அம்சங்களையும், சிக்கல்களையும் உங்களுடன் பகிர்ந்துகொள்கிறேன்.

Disney நிறுவனம், கடந்த மாதம் Aladdin திரைப்படத்தை வெளியிட்டது. அங்கே அலாவுதீனின் காதலி, இளவரசி ஜஸ்மினின் கதாப்பாத்திரம், Naomi Scott என்ற நடிகையால் நடிக்கப்பட்டிருந்தது. நயோமியின் தாயார் உசா ஆபிரிக்காவில் உள்ள உகண்டா தேசத்தில் பிறந்த ஒரு இந்தியப்பெண். குஜராத்தியான உசா, அவரது பெற்றோருடன் சிறு வயதில் இங்கிலாந்திற்கு புலம் பெயர்ந்தார். தகப்பனார் Christopher Scott வெள்ளை இங்கிலாந்தவர்.

ஊடக உலகில் Ethnic Casting என்பது அண்மைக்காலத்தில் மிகச்சர்ச்சையாப் பேசப்பட்டு வருகிறது. குறிப்பிட்ட ஒரு இனத்தைச் சேர்ந்த கதாப்பாத்திரத்தை நடிப்பதற்காக அவ்வினத்தைச் சேர்ந்தவரையே தேர்ந்தெடுப்பது Ethnic Casting ஆகும். „காந்தி" திரைப்படத்தில் வெள்ளையர் Ben Kingsley (1982) மகாத்மா காந்தியாகவும், Cleopatra திரைப்படத்தில் Elizabeth Taylor மகாராணி Cleopatra வாகவும் (1963) வேற்றினத்தவராக வேசம் போட்டு விருதுகளைத் தட்டிச்சென்றது இன்றைய காலத்தில் நினைக்கமுடியாதது போல் இருக்க, வாழைப்பழத்தில் ஊசி போடுகின்றனர், அலாவுதீன் (2019) திரைப்படத்தினர்.

நான் வெள்ளை உலகில் நடிக்கச்சென்ற காலங்களில், Casting அதாவது பேசிக்காட்டப் போகும்போது, தமிழ்த்தோற்றம் இருந்தால், இந்திய அல்லது ஜேர்மன் அல்லாத கதாப்பாத்திரங்களுக்கும், முக்கியமாக வில்லத்தனமான கதாப்பத்திரங்களுக்கும் மட்டுமே பேசிக்காட்டச் சொல்வார்கள். நகைச் சுவையான கதாப்பாத்திரம் என்றால், ஜெர்மன் மொழி அறியாத, முட்டாள் இந்தியர் போல் பேசு என்பார்கள். நேர்மறையான கதாப்பாத் திரங்களைத் தேர்ந்துகொடுத்தால், தெற்காசியர் என இனம்காணக்கூடிய முறையில், நடை, உடை, பாவனை இருக்கவேண்டாம் என்பார்கள். மொத்தத்தில் நேர்மறை யான கதாப்பாத்திரம் என்றால் எவ்வளவு வெள்ளையினத்தை ஒத்ததாக இருக்கமுடியுமோ அப்படி இருக்கவேண்டும் எனும் கோரிக்கை மௌனமாக வெளிவரும்.

ராம் பரமானந்தன்

இதற்கும் மேலாக எந்த இனத்தைச் சேர்ந்தவர் என தெரியாமல், Contact Lenses, சுருட்டை முடி என்பவற்றை பயன் செய்து, நடிககர்,நடிகைகளை இனக்கலப்பினராகக் காட்டுவார்கள்.

எந்தளவு இனத்தை அடையாளம் காணமுடியாததாக இருந்தாலோ, அந்தளவு அணுகமுடியாத அற்புதமாக ஆகிடுவார்கள். வெள்ளை உலகின் காமப்பசியிற்கு அயலுலகத்து வசீகர இரையாக நிறத்தவர் நாம்.

அலாவுதீன் புகழ் நயோமியின் வாழ்வியல் பிண்ணணியைப் பார்த்தாலோ, அவரது உருவத்தைப்பார்த்தாலோ, எந்த இனத்தைச் சேர்ந்தவர் என்பதை சரியாகச் சொல்ல முடியாததும், அவ்வுருவைக்கொண்டு Westlondon-English முறையில், தூய்மையான ஆங்கிலம் பேசுவது, Naomiயின் வியாபாரத்தரத்தைக் கணக்கில்லாது உயர்த்துகிறது.

ஒரு தீவிரவாதியையோ,தீவிரவாதியின் மனைவியையோ திரையிற்காக தேர்ந்தெடுக்கையில்,ஏனோ குறிப்பிட்டு மத்தியகிழக்கினத்தவர்களைத் தேர்ந்தெடுக்கக் கூடியதாக உள்ளார்கள், ஆனால் மாண்புமிகு Disney இளவரசியை காண்பிக்க ஐரோப்பிய அம்சமுடையவரே தேர்ந்தெடுக்கப்படுகிறார். அதிகபட்சம் வெள்ளை யினத்துக்கு நிகராகாவும், குறிப்பிட்ட இடங்களில் மட்டுமே அந்நிய தோற்றங்கள் இருக்கலாம் என்ற கொள்கை என் ஆய்வில் விரிவானது. ஆண்களை விட,பெண் நடிகைகளுக்கு இந்த விதி கடுமையாக பிரையோகிக்கப்படுகிறது. இளவரசியின் வீட்டுப்புலியின் இந்தியப்பெயர் ராஜா, அவர் ஆளும் நாடு அரேபிய கற்பனை நகரம் ஆக்கிரபார், வாழும் மாளிகை இந்துக் கோயில்கள், பள்ளிவாசகல் தாஜமஹால் ஆகியவற்றின் உருவத்தைக் கொண்டுள்ளது, அவர் உடை எந்த நாட்டினது என்பதும் குறிப்பிடமுடியவில்லை, அதைவிட அவர் நடனம் கூட பல கலாச்சாரங்களால் வைத்த சாம்பாறு போல் தான் சுவைக்கிறது. Disneyயின் ஜஸ்மின் பல எடுத்துக் காட்டுகளில் ஒன்றுதான், New Girl எனும் அமேரிக்க வெள்ளித்திரை நாடகத்திலும் Hannah Simone என்ற நடிகை Cece எனும் இந்தியப்பெண்ணாக நடித்துவருகிறார். Hannah Simone இன் வாழ்வியற் பின்னணியும் Naomi Scott, எதுபோல் பல தேசங்களுக்கு சிதறப் பட்டதாகவே தெரிகிறது.

தொடர்ச்சி 26 ம் பக்கம்

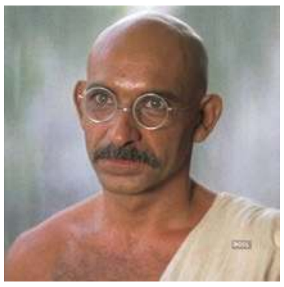
25 ம் பக்கத் தொடர்ச்சி

அலாவுதீனும் ...

Simone இந்தியத்தகப்பனிற்கும், ஆங்கில, இத்தாலிய, கிரேக்க, ஜெர்மனிய பிண்ணணி கொண்ட தாயிற்கும் இங்கிலாந்தில் பிறந்து, கனடாவில் வளர்ந்த நடிகை. அதைவிட Simone டெல்ஹியிலும், அமெரிக்காவிலும் வாழ்ந் திருந்தது, அவரது நாணயமதிப்பை ஏற்றுகிறது.

பல இனக்கலப்புகளின் பிண்ணனி (mixed race) இருந்தால், ஒரேயினத்து பெற்றோர்களைக்கொண்டவர்களைவிட பெறுமதி அதிகமாகிறது.

வெள்ளை ஊடக நிபுணர்களிற்கு நாங்கள் அனைவரும் ஒரு இனம் என்பது போல் Disney காட்டுகிறது. இல்லையெனின் அரபு நாட்டு இளவரசியிற்கு எதற்கு இந்திய அம்சங்கள்?



„உன்னைப் பார்க்க இளவரசி ஜஸ்மின் மாதிரியே உள்ளது“ என வெள்ளையர்கள் கூறாத தமிழ்ப்பெண் உள்ளாரா, இல்லை அலாவுதீன் என அழைக்கப்படாத துருக்கிப்பையன் உள்ளானா?
அடர்ந்த முடியும், வெய்யிலில் குளித்த மாசிலா மேனியும், மூக்கும், முழியும், அழகான உதடுகளும், வெள்ளை உலகின் அழகுத்தரங்கள் எல்லாம் தெற்காசியப்பெண்ணில். எவ்வின இளவரசியாக இருந்தாலும், வெள்ளை யினத்தில் பிறவினங்களின் சிறிய அம்சங்கள் இருப்பதற்கே அனுமதி கொடுக்கிறது வெள்ளை ஊடகம். இளவரசியாகவும், துணிவின் திலகம் அலாவுதீனாகவும் இருக்க விரும்பும் சிறார்களிடம், நீ உன் இனத்தை அதிகம் காட்டிடாதே என சொல்லிடமுடியுமா?

Disney நிறுவனத்திடமிருந்து வெளிவர இருக்கும் அடுத்த திரைப்படம் சீன இளவரசி முலானின் கதை. அதில் இனங்களுக்கு மதிப்பு எப்படி இருக்கபோகிறது எனப் பார்க்கலாம்.

வெள்ளை வெகுஜன ஊடகங்கள் எங்களது வரலாறுகளையும் பின்னணிகளையும் தமக்குச் சாதகமாகவே மாத்திக்கொண்டு உபயோகிப்பது நிச்சயமாகிறது. இன்றுவரை அமெரிக்க ஜனாதிபதி ஒபாமாவின் தாயர் வெள்ளையினத்தைச் சேர்ந்தவர் என்ற தகவல், முதலாவது கறுப்பினத்து ஜனாதிபதியின் வரலாற்றை நியமிக்க மூடிமறைக்கப்பட்டு வருகிறது. கால்பந்தாட்டவீரன் Mesut Özil ஜேர்மனிய அணியைவிட்டுப்பிரிந்ததும், இங்கிலாந்து இளவரசி Meghan Markle ஒரு பத்திரிக்கையில் „முதலாவது கறுப்பு இளவரசி“ எனவும் இன்னொரு இதழில் “கலப்பின இளவரசி” எனவும் பெயர்சூட்டப்படுவதும் இவற்றையே எதிரொலிக்கின்றன.

கடந்த 01.07.2019 அன்று (Hochschule für Musik Mainz) இடத்தில் யேர்மனிய பல்கலைக்கழக மாணவர்கள் இணைந்து வழங்கிய ”ராகமாலை”. இதனை முதன்முறையாக பல்கலைக்கழக வளாகத்தில் ” கர்நாடக இசையும் தமிழர் வாழ்வியலும்” எனும் நிகழ்வு ராம் பரமானந்தன் இயக்கத்தில் இடம்பெற்றது. விழா மண்டபத்தில் பல பெண்கள் புடவையில் தெரிந்தார்கள். நிகழ்ச்சி செய்ய அவர்கள் ஆயத்தமாகி இருந்தவர்கள், ராம் பரமானந்தன் தவிர மற்றவர்கள் எல்லோரும் யேர்மானியர்கள். எமது இளையோர் எமது மொழி, எமது கல்வி, எமது கலாசாரம் என்ன? என்ற கேள்வி எழுப்பும் காலகட்டத்தில், இந்த நாட்டவர் அதற்குள் வருகிறார்கள்.
7-30 நிகழ்வு ஆரம்பமாகின்றது, யேர்மனியர்கள் எங்கள் இந்து தெய்வங்களை எமக்கு அறிமுகப்படுத்துகிறார்கள். ராம் பரமானந்தன் நடுவில் வீற்றிருக்க, வலம் இடமாக யேர்மனிய மாணவ, மாணவிகள். இரு கரையிலும் மிருதங்கம் திவாகரன் துதியானந்தன், வயலின் ஆதவன் விக்கிரமன். விநாயகப் பெருமானின் ”மகாகணபதி” யுடன். ஒவ்வொரு மாணவரும் ஒவ்வொரு விதமான தாளவாத்தியங்களை, இயக்கி அழகாகத் தொடங்கியமாலை, எம் தாயகத்தின் அவலங்களை, போர்க்களத்தின் கொடிய நிலைகளை , கலை , கலாசார அழிவுகளை, ஒவ்வொன்றாக விளக்கத்துடன் பாடல்களாக்கி, தமிழர்களின் மிகச்சிறந்த யாழ்நூலகத்தை அழிவுக் குள்ளாக்கிய கதையை பாரதிதாசனின் ”துன்பம் நேர்கையில் யாழெடுத்து நீ இன்பம் சேர்க்க மாட்டாயா” என்று பாடும்போது, பல வருடங்களாக யேர்மனியில் வாழும் எமக்கு, எமது நாட்டு பழைய நினவுகள் கவலை தந்தபோதும், எமது அடுத்த தலைமுறை இளைஞன் ,நாட்டின் பிரச்சனையை எடுத்து , ஜெர்மனியர்களுடன் கைகோர்த்து முழுமையான ஈடுபாட்டுடன் எல்லோருமாக ஒரு இசைமாலையாக நடத்துவதும், நமக்கு நடந்த இன்னல்களை ஜேர்மனியர்களுக்குத் தெரியப்படுத்தும் வகையில் அழகான மாலையாகத்தொகுக்கப்பட்டிருந்ததும் மிகச்சிறப்பே.

ஜெர்மனியப் பெண்கள் புடவை உடுத்து நிலத்தில் சம்மணமிட்டு இருந்து ஒவ்வொரு தாள வாத்தியங்களும் இசைத்து சுரம் பாடியபோது, மெய்யான ரசனையுடன், எமது இசையுடன் மனதோடு ஒன்றி, மண்டபம் நிறைந்த பார்வையாளர்களுடன், எமது கலையை எமக்கு உணர்த்தி ரசிக்கவைத் தார்கள்.
இப்படியான ஈடுபாட்டுடன் பயிற்றுவிக்கக் கூடிய ஒருசிறந்த இளைஞனை உருவாக்கிய தாய்,தந்தை, குரு இவர்கள் பாராட்டுக்குரியவர்கள்.
ராம் இங்கு யேர்மனியில் பிறந்து, அம்மா, அப்பா, தங்கை என்ற உறவுகளுடன் வாழ்ந்து கொண்டிருக்கிறான். முடிந்துவிட்ட காலங்களை, தொலைத்துவிட்ட உறவுகளை ஆசைமுகம் மறந்துபோச்சே, என்று யேர்மனியர்களுடன் பகிர்ந்து தேடுகிறான், ராம் உன்போன்ற இளையோர்கள் பாராட்டப்படவேண்டியவர்கள். இன்னுமொரு இனத்திற்கு அதுவும் சிறந்த நாகரிகத்திலும் இருக்கும் யேர்மனியர்களுக்கும் எடுத்துச்செல்லும் பணி போற்றத்தக்கது.

வதனி செல்வகாந்தன்.

Fotos copyright: Martina Pipprich /Hochschule für Musik Mainz

யாழ்ப்பாணம் போவோமா?

ஜுட் பிரகாஷ் அவுஸ்ரேலியா

யாழ்ப்பாணம் நாங்கள் பிறந்து, வளர்ந்து, தவழ்ந்து, திரிந்த இடமாக இருந்தாலும், தாய் மண்ணை விட்டு புலம்பெயர் பெயர்ந்து வந்த பின்னர், விடுமுறைக் காலங்களில் மீண்டும் யாழ்ப்பாணம் போய் வருவது என்பது உணர்வுகளுக்கும் உடம்பிற்கும் புத்துணர்ச்சியளிக்கும் ஒரு அழகான அருமையான அனுபவம்.

வெளிநாடுகளில் பிறந்து வளரும் எங்கள் பிள்ளைகளை மீண்டும் யாழ்ப்பாணம் கூட்டிக் கொண்டு போவது ஒரு சவாலான ஆனால் இனிமையான அனுபவம் தான். மீண்டும் மீண்டும் அப்பா, அம்மா படித்த பள்ளிக்கூடங்களைக் காட்டியும், பழைய சொந்தக்காரரை கட்டிப்பிடிக்க வைத்தும் அவங்களிற்கு வெறுப்பேற்றாமல், எங்களது மண் படைக்கும் அற்புதமான அனுபவங்களையும் நினைவுகளையும் பிள்ளைகளின் மனதில் விதைப்பதில் தான் எங்களின் சந்தோஷமும் தங்கியிருக்கிறது.

யாழ்ப்பாணம் ஒரு காஞ்ச இடமெல்லோ..
அங்க போய் என்னத்தை Enjoy பண்ணுறது
என்று புறுபுறுப்பார்கள்.

விடுமுறைகளை கழிக்க நாங்கள் அடிக்கடி யாழ்ப்பாணம் போவதும், யாழ்ப்பாணத்திற்கு போய் விட்டு வந்து அங்கு நாங்கள் அனுபவித்த நாட்களைப் பற்றி புளுகுவதையும் பார்க்கும் சிலருக்கு வியப்பாக இருக்கும். "யாழ்ப்பாணம் ஒரு காஞ்ச இடமெல்லோ.. அங்க போய் என்னத்தை enjoy பண்ணுறது" என்று புறுபுறுப்பார்கள். "பிள்ளைகளுக்கு அலுப்படித்திருக்குமே?" என்ற கேள்வியும் தவறாமல் வரும்.
யாழ்ப்பாணத்தில் வளர்ந்த காலங்களில், நாட்டு பிரச்சினையால் அம்மா அதிகம் உலாத்த விட மாட்டா. வீட்டில் இருந்து பள்ளிக்கூடம், டியூஷன், மிஞ்சி மிஞ்சி போனால், நல்லூரடியில் இருந்த அம்மாவின் அலுவலகமான யாழ் மாநகர சபை கட்டிடம், அவ்வளவு தான் நாங்கள் போய் வர அனுமதிக்கப்பட்ட எல்லைகள்.

1990 Big Match மூட்டம், முகத்திற்கு handkerchief கட்டிக் கொண்டு தின்னவேலி சந்தி தாண்டியது ஏதோ இந்தியாக்காரன் பாக்கிஸ்தான் borderI தாண்டியது போன்ற திகில் அனுபவமாக இருந்தது. அதன் பிறகு எப்ப யாழ்ப்பாணம் போனாலும் யாழ்ப்பாணத்தை சுற்றி சுற்றி பார்ப்பதே வேலையாகி விட்டது, இன்னும் சுற்றிப் பார்த்து முடியவில்லை.

யாழ்ப்பாணம் எங்களது இதய பூமி என்ற உணர்வு பூர்வமான இணைப்பிற்கு அப்பால், குடும்பத்தோடு விடுமுறையை கழிக்க உலகில் இருக்கும் ஒரு மிகச்சிறந்த பிரதேசமாக யாழ்ப்பாணம் மாறி வருகிறது. யாழ்ப்பாணம் செல்லும் புலம்பெயர் தமிழர்கள் பலர், அந்தக் காலத்து பயத்தில் உறவினர் வீடுகளிலும் ஹோட்டல்களிலும் அடைபட்டு இருந்து விட்டு வருவதால், இன்றைய யாழ்ப்பாணம் படைக்கும் பல அற்புத அனுபவங்களை தவறவிட்டு விடுகிறார்கள்.
சில வாரங்களுக்கு முன்னர், பருத்தித்துறை ஓடக்கரை வீதி அப்பம் பற்றிய அருமையான காணொளியொன்றை தம்பி ஜீவதர்ஷன் முகநூலில் பகிர்ந்திருந்தார். கடந்த இருபது ஆண்டுகளில் பல தடவைகள் யாழ்ப்பாணம் போய் வந்தும், ஓடக்கரை வீதி அப்பத்தை ருசிக்காமல் வந்து விட்டேன். இத்தனைக்கும் ஓடக்கரை வீதி இருப்பது அம்மம்மாவின் சொந்த இடமான தும்பளைக்கு பக்கத்தில் தான்.

அடுத்த முறை போகும் போது அம்மம்மாவின் காணியை பார்த்து விட்டு, பங்குக் கிணற்றில் கால் நனைத்து விட்டு, ஓடக்கரை அப்பம் சாப்பிட்டு விட்டு வரவேண்டும் என்று ஒவ்வொரு முறையும் நினைப்பதுண்டு, அந்த அடுத்த முறை இன்னும் வரவேயில்லை, ஓடக்கரை அப்பம் சாப்பிடும் அந்த அடுத்த முறை கிட்டடியில் கட்டாயம் வர வேண்டும்.
குடும்பத்தோடு யாழ்ப்பாணம் போவது என்றால் வெள்ளவத்தையில் இருந்து புறப்படும் அதிகாலை 5:20 கடுகதி ரயில் எடுப்பது தான் சிறந்தது. யாழ்ப்பாணத்தில் இருந்து திரும்பும் போது இரவு சொகுசு பேருந்தில் வருவது நேரத்தை மிச்சப்படுத்தும்.
வெள்ளவத்தையில் இருந்து காலம்பற வெளிக்கிடும் குளீரூட்டிய கடுகதி ரயில், மதியம் பன்னிரெண்டு மணியளவில் யாழ்ப்பாண புகையிரத நிலையத்தில் வந்திறங்கும். அன்று மத்தியானம் நல்ல திறமான யாழ்ப்பாண சோறும் கறியும் சாப்பிட்டு விட்டு, யாழ்ப்பாண பேப்பர்களை வாசித்துக் கொண்டே, ஒரு நயளல உாயசைல் படுத்து ஒரு நல்ல குட்டித் தூக்கம் அடிக்கலாம். யாழ்ப்பாண வெய்யிலுக்கு, மத்தியானத்தில் கொள்ளும் குட்டித் தூக்கம் தான் சரியான நிவாரணி.

மூன்று மணியளவில் ஒரு நல்ல தேத்தண்ணியை குடித்து விட்டு, நல்லூரடிக்கு போய் ஒரு கற்பூரத்தை கொளுத்தி "அப்பனே முருகா" சொல்லி விட்டு, பெரிய கோயிலிற்கு போய், "மாதாவே எங்களை காப்பாற்றும்" என்று ஜெபித்து மெழுகுதிரி கொளுத்தலாம். யாழ்ப்பாணத்தில் எங்கு திரும்பினாலும் கோயில்களும் தேவாலயங்களும் நிறைந்திருக்கும், ஆனால் இந்த தெய்வங்கள் எதுவும் எங்கட சனத்தை காப்பாற்றவில்லை என்று நினைக்கையில் எழும் சினத்தை மட்டும் என்றும் அடக்க முடியாது.

நாலு மணியளவில், பார்வையால் விசாரிக்கும் watcher ற்கு நான் old boy என்று பெருமையாக சொல்லி விட்டு பரி யோவான் வளாகத்திற்குள் காலடி எடுத்து வைக்கலாம். பின்னேரங்களில் பரி யோவான் மைதானத்தில் உசஉைமநவ அயவஉா அல்லது practice நடந்து கொண்டிருக்கும். மைதானத்தின் ஓரத்தில் match ஐ பார்த்துக் கொண்டிருக்க, பரி யோவானின் காற்று உங்களை தழுவும் கணங்கள் அற்புதமானவை, பள்ளிக்கால பழைய நினைவுகளை மீட்டுத் தரும் இதமான காற்று அது.

தொடர்ச்சி 30 பக்கம்

அரிசிக்கும் வெற்றிலைக்கும் டேனிஷ் அதிகாரிக்கு தாரை வார்க்கப்பட்ட செப்புத் திருமேனிகள்!

அரிசிக்கும் வெற்றிலைக்கும் டேனிஷ் அதிகாரிக்கு தாரை வார்க்கப்பட்ட செப்புத் திருமேனிகள்!

கடந்த வாரம் ஐரோப்பாவின் மிகப்பிரசித்தமான ஹம் காமாட்சி அம்பாள் தேரோட்டம் நடைபெற்றது, தமிழ்க் கடலொன்று ஜெர்மனியில் நிறைந்தது போலே கூட்டம், கூட்டத்தில் இரண்டு அம்மாமார்கள் பேசிக்கொள்கின்றனர் "எப்போ வீட்டுக்கு திரும்ப கோவிலேர்ந்து போறீங்கள் ?" ஒரு அம்மா கேட்க, மற்றோர் அம்மா சொன்னார் "அம்மா தேர் ஏறி போயிருக்கா, அம்மா பச்சை சார்த்தி வர்றத பார்த்துட்டு போவேன்" என்று பதில் சொன்னாள், ஆம் இப்படி கோடிக்கணக்கான தமிழ் மக்களுக்கு ஹம் காமாட்சியும், நல்லைக் கந்தனும், திருவாரூர் த்யாகேசனும், சிதம்பரம் நடராஜனும் வெறும் செப்புத் திருமேனிகள் அல்ல, அவர்கள் நடமாடும் தெய்வங்கள்.

ஆனால் நீங்கள் ஐரோப்பாவின் மிகப்பெரிய நகரங்களில் உள்ள அருங்காட்சியகங்களை வலம் வந்தால் நிச்சயம் ஒரு சோழர்கால செப்புத் திருமேனியையாவது காண்பீர்கள், குறிப்பாக நடராசனென்னும் ஆடல்வல்லா னின் திருமேனி. இந்த தெய்வங்களெல்லாம் ஒரு காலத்தில் திருவிழாவில் வீதி உலா வந்து மக்களுக்கு அருள் புரிந்தவர்கள் ஆனால் இன்றோ கண்ணாடிக் கூட்டுக்குள் கடல் கடந்து வசிக்கின்றனர். இவர்கள் பல காலகட்டங்களில் பல காரணங்களுக்காக நாடு விட்டு நாடு வந்தவர்கள்.

ஏன் சோழர் செப்புச்சிலைகளுக்கு அத்துணை சிறப்பு ?

பெரும்பாலும் சோழர் காலத்து செப்புத்திருமேனிகள் அதிகமாக கடத்தப் பட்டும், விலைக்கு வாங்கப்பட்டும் பல நாடுகளில் வைக்கப்பட்டுள்ளன. ஏன் இந்த சிலைகளுக்கு அத்துணை சிறப்பு ? உலகில் கலைகள் பல இடங்களில் பல காலகட்டத்தில் வளர்ந்தன, அப்படி தென்னகத்தில் பொற்கால சோழராட்சி அமைந்த போது, செப்புப் படிமக்கலை அதன் உச்சத்தை எட்டியது என்றே சொல்லலாம்.

முதலில் அச்சு செய்யப்பட்டு அதில் உலோகத்தை உருக்கி ஊற்றி இந்த சிலைகள் செய்யப்பட்டன, சிலையை அச்சை உடைத்தே வெளியே எடுக்க முடியும், ஒரு அச்சை ஒரு முறை மட்டுமே பயன்படுத்த முடியும், அதனால் ஒவ்வொரு சிலைகளும் தனித்துவமானது, இவற்றோடு சிற்பிகளின் கைவண்ணமும்,கற்பனைத் திறனும் சேரும்போது, தெய்வங்களே கண்முன் வருவர்.

தரங்கம்பாடியிலிருந்து கோப்பன்ஹேகனிற்கு !

டென்மார்க் தலைநகரம் கோப்பன்ஹேகனில் தமிழகத்து சோழர் கால செப்புப் படிமங்கள் காட்சிக்கு வைக்கப்பட்டுள்ளன. பிள்ளையார், சோமாஸ்கந்தர்,

உமையம்மை மற்றும் ஆடல்வல்லான் சிற்பங்கள் இவற்றுள் அடங்கும் !

எப்படி வந்தன ? இதற்கு அவர்களின் இணையதளம் பதிலளிக்கிறது, தமிழ்நாட்டின் நாகப்பட்டினம் மாவட்டத்தில் அமைந்த ஊர் தரங்கம்பாடி, இது 17 ஆம் நூற்றாண்டில் டேனிஷ் நாட்டவரின் முக்கியமான வியாபாரத் தலமாக விளங்கியது, பின்னர் அவர்கள் கட்டுப்பாட்டிற்கும் வந்தது.

இச்சிலைகள் தரங்கம்பாடி கவர்னராக இருந்த பீட்டர் அங்கேர் என்பவரால் சேகரிக்கப்பட்டவை. 1799 ஆம் ஆண்டு சில கட்டிடவேலையின் போது நிலத்தை தோண்டினர் அப்போது செப்புப்படிமங்களும் பூஜைப் பொருட்களும் கிடைத்தன.

அவற்றை வாங்கிக்கொள்ள கவர்னர் விரும்பினார், உள்ளூர் பூசகர்களும் நிலத்தில் இருந்ததால் சிலைகளுக்கு சக்தி இல்லையென்றும் மீண்டும் சக்தியூட்ட பெரியகோவிலொன்று பணித்து அதில் வைக்கவேண்டும் என்றனர். மேலும் கோவில்கட்டுமளவு வசதி இல்லமையால், வெற்றிலைபாக்கு அரிசியை வாங்கிகொண்டு சிலைகளை பீட்டருக்கு தாரைவார்த்தனர் !

அவை பீட்டர் சேகரிப்பிலிருந்து டென்மார்க் வந்து பின்னர் அவரிடமிருந்து மன்னரால் அருங்காட்சியகத்திற்கு வாங்கப்பட்டது !

கோபன்ஹேகன் - வடகடலோரம் ஸ்கேண்டிநேவியா நிலப்பகுதியின் டென்மார்க்கின் தலைநகரம், கிழக்காசிய நாடுகளுக்கு வாணிபம் செய்யவந்த மேற்குலக நாடுகளுள் ஒன்று. கோட்டைகளும், கோபுரங்களும், கால்வாய்களும் நிறைந்திருக்கும் கோபன்ஹேகன் நகரத்தின் மத்தியில் அமைந்துள்ளது டேனிஷ் தேசிய அருங்காட்சியகம், அந்த அருங்காட்சிய கத்தில் காலனி நாடுகளில் இருந்து சேகரிக்கப்பட்டவை என்ற பகுதியில் இந்த சிலைகளை இன்றும் நீங்கள் காணலாம் !

பெரும்பாலும் சிலைகள் காணாமல் போவது மக்களின் பேராசையினாலும், அறியாமையாலும். இனி மீதமிருக்கும் கலைச்செல்வங்களையாவது களவுபோகாமல் பாதுகாப்போம்.

அமரர் க.செந்தில்குமார் அவர்களின் 10 வது ஆண்டு நினைவாஞ்சலி

எங்கள் வீட்டு அகல்விளக்கே அன்புத் தெய்வமே உடலால் எம்மை விட்டு நீங்கள் மறைந்து ஆண்டுகள் பத்துக் கடந்தாலும் எங்கள் உள்ளத்திலும் உணர்விலும் கலந்திட்ட அன்புத் தெய்வம் நீங்கள்
வாழ்ந்த காலங்களில்!
பெற்றோருக்கு பொறுப்பு மிக்க மகனாகய்
சகோதரிகளுக்கு பாசமுள்ள சகோதரனாய்
கட்டிய மனைவிக்கு காதல் மிக்க கணவனாய்
பெற்ற பிள்ளைகளுக்கு அன்பும்.பண்பும் ஊட்டிய அருமையான தந்தையாய்
உற்றார். உறவினர் நண்பர்களுக்கு பெரிதும் நலன்கருதும் நற்பண்பாளனாய்.
வாழ்ந்து இன்றும் எல்லோர் மனங்களிலும் நிறைந்து நிற்கின்றீர்கள்
மீண்டும் நீங்கள் பிறப்பெடுத்து எங்களுடன் வாழ வருவீர்கள்
என்னும் நம்பிக்கையுடன் உங்கள் ஆத்ம சாந்திக்காக பிரார்த்திக்கும்
உங்கள்
அன்பு மனைவி பிள்ளைகள்

கனடா தமிழர் தகவல் ஆசிரியருக்கு
தமிழ் இலக்கியத் தோட்ட விருது

கனடாவைத் தளமாகக் கொண்டு சர்வதேச ரீதியாக இயங்கும் தமிழ் இலக்கியத் தோட்டத்தின் பதினெட்டாவது ஆண்டு விருது விழா கடந்த மாதம் ஒன்பதாம் திகதி ரொறன்ரோ நகரில் இடம்பெற்றது.

அமெரிக்காவின் மருத்துவப் பேராசிரியர் ஜானகி ராமன் மற்றும் நியுயோர்க் கொலம்பியா பல்கலைக்கழக தமிழ் மொழி விரிவுரையாளர் ரைலர் றிச்சார்ட் ஆகியோர் பிரதம விருந்தினர்களாக இவ்விழாவில் பங்குபற்றினர். இலக்கியத் தோட்ட காப்பாளர் பேராசிரியர் அமுது ஜோசப் சந்திரகாந்தன், தலைவர் சட்டவாளர் மனுவல் ஜேசுதாசன், செயலாளர் அ. முத்துலிங்கம் ஆகியோரின் உரைகளைத் தொடர்ந்து விருதுகள் வழங்கப்பட்டன.

தமிழிலக்கியத்துக்கும் சமூகத்துக்கும் பன்முக ஆளுமையுடன் ஐம்பதாண்டு களுக்கு மேலாக ஆற்றிவரும் பணிகளுக்காக தமிழ் இலக்கிய சாதனை சிறப்பு விருதுடன் ஆயிரம் கனடிய டாலர்கள் பரிசுத்தொகை கனடா தமிழர் தகவல் முதன்மை ஆசிரியரான திரு எஸ். திருச்செல்வம் அவர்களுக்கு வழங்கப்பட்டது. விருது விழா தொடர்பாக வெளியிடப்பட்ட சிறப்பு இதழில் இவ்விருது தொடர்பாக திருச்செல்வம் அவர்கள் பின்வருமாறு அறிமுகம் செய்யப்பட்டிருந்தார்.

“எஸ்தி என்ற பெயரில் ஊடக - இலக்கியப் பரப்பில் நன்கு அறியப்பட்டவரான திரு எஸ். திருச்செல்வம் அவர்கள் யாழ்ப்பாணத்தில் திருநெல்வேலியைப் பிறப்பிடமாகக் கொண்டவர். மாணவப் பராயத்திலேயே எழுத்துலகில் புகுந்த இவர், பத்திரிகைத்துறையில் பாதம் பதித்து முழுநேர ஊடக வியலாளரா னார். யாழ்ப்பாணம் ஈழநாடு, கொழும்பு தினகரன் பத்திரிகைகளின் ஆசிரிய பீடத்தில் பணியாற்றிய பின்னர், இலங்கை ஒலிபரப்புக் கூட்டுத்தாபன ஆங்கில செய்திப் பிரிவில் பணிபுரிந்தார். தினகரனில் 14 வருடங்களுக்கு மேலாக இவர் எழுதிவந்த “அறுவடை“ என்ற இலக்கியப் பத்தி மிகப்பிரபலமானது.

1983க்குப் பின்னர் யாழ்ப்பாணத்தில் ஈழமுரசு, முரசொலி ஆகிய இரண்டு தினசரிப் பத்திரிகைகளை ஆரம்பித்து அவற்றின் நிறுவன ஆசிரியராக

பணியாற்றிய இவருக்கு மட்டுமே, இலங்கையில் இரண்டு தினசரிகளை ஆரம்பித்து அதன் ஆசிரியராக விளங்கிய பெருமையுண்டு.

கனடாவில் 1991ஆம் ஆண்டு ஷதமிழர் தகவல்’ சஞ்சிகை வெளியிட ஆரம்பித்து, இப்போது 29வது ஆண்டாக மாதா மாதம் வெளியிட்டு வருவது தனிச்சாதனை. இதன் ஆசிரியராக விளங்கி வருடந்தோறும் வெளியிட்டு வரும் ஆண்டு மலர் தமிழர் சமூக வரலாற்று ஆவணமாகத் திகழ்ந்து வருகிறது.

பல புனைபெயர்களில் இலக்கிய விமர்சனம், அரசியல் ஆய்வு என்பவற்றை எழுதி வருவதோடு சமூக செயற் பாட்டாளராகவும் அரசியல் விமர்சகராகவும் பணியாற்றி வருகிறார்.

கனடியத் தமிழ் சமூகத்தில் கடந்து 28 ஆண்டுகளாகத் தொடர்ந்து தகுந்த ஆளுமைகளுக்கு விருது வழங்குவதை ஆரம்பித்து செயற்படுத்தி வருகிறார். ஊடகத்துறையில் ஐம்பது ஆண்டுகளைப் பூர்த்தி செய்த இவர் ஒன்ராறியோ மாகாண அரசின் முதலாவது குடிவரவாளர் சாம்பியன் விருது, கனடிய பிரபல எழுத்தாளரும் ஊடகவியலாளருமான ஜுன் கால்வூட் ஞாபகார்த்த பிரஜாவுரிமை அமைச்சின் அதியுயர் சேவை விருது ஆகியவற்றைப் பெற்றவர்” என்று இங்கு குறிப்பிடப்பட்டுள்ளது.

இவ்விழாவில் தமிழகத்தின் பிரபல எழுத்தாளரான இமையனுக்கு இயல் விருது வழங்கப்பட்டது. மேலும் எண்மர் வெவ்வேறு இலக்கியத் துறைகளுக்கு விருதுகள் பெற்றனர்.

சித்திரம் பேசுதடி

அசையாத மனிதருக்குள்
உயிர்பு இல்லை
அசையாத கோடுகளுக்குள்
ஓவியம் இலை

-கண்ணா

27ம் பக்கத் தொடர்ச்சி

யாழ்ப்பாணம் போவோமா?

“அண்ணே எப்ப வந்தனியள்” என்று வந்து கட்டியணைக்கும் தம்பிமாரோடு பம்பலடித்துக் கொண்டிருக்க, தலையை சாதுவாக ஆட்டி புன்முறுவலோடு வரவேற்கும் ஆசிரியர்களும் கடந்து போவார்கள். பள்ளியில் படித்த காலப் பழக்கத்தில் ஆசிரியர்களை கண்டவுடன், சைக்கிளால் இறங்கி நிற்கும் பழைய பழக்கத்தை பழைய மாணவர்களும் தம்மையறியாமலே தொடர்வார்கள்.

யாழ்ப்பாணத்தில் ஆறு மணிக்கே இருட்டத் தொடங்கி விடும். மின்சாரம் இல்லாத புலிகளின் கட்டுப்பாட்டு காலத்து பழக்கமோ, மின்சாரம் இருந்த இராணுவ கட்டுப்பாட்டு காலத்து பழக்கமோ என்னவோ, இருட்டியதும் யாழ்ப்பாணத்தில் மெல்ல மெல்ல ஊரடங்கத் தொடங்கி விடும்.

அடுத்த நாள் காலம்பற எழும்பி, நன்றாக தலையில் தோய்ந்து விட்டு, வேட்டி கட்டி, சால்வையால் உடம்பை போர்த்திக் கொண்டு, நல்லூர் கோயிலில் அதிகாலை ஐந்து மணிப் பூசை பார்ப்பதே ஒரு தெய்வீக அனுபவம். அதிகாலை வேளையில் நல்லூர் கோயில் வாசலில் வந்திறங்கினால், கோபுரத்திற்கு மேலே இன்னும் நிலவு மிதந்து கொண்டிருக்கும், யாரோ கொளுத்தி விட்டுப் போன கற்பூரத்தின் வாசம் காற்றில் மிதந்து வர, அதனோடு இணையும் நாதஸ்வர ஒலியும் மேளச் சத்தமும், ஐம்புலன்களையும் ஆசுவாசப்படுத்தி, வாழ்வின் கவலைகளை மறந்து இறைவனுடன் ஐக்கியமாக்கவல்ல அழகிய தருணங்களை படைத்துவிடும்.

கோயிலுற்குள் முருகன் வள்ளி தெய்வானையோடு காட்சி தருவார். திரும்பிப் பார்த்தால் பரி யோவானின் பிரபல ஆசிரியர் கோபிகிருஷ்ணா சிரித்துக் கொண்டே தரிசனம் தருவார். முருகனை கும்பிட்டு விட்டு, செட்டி தெருவடியில் இருக்கும் தேத்தண்ணி கடையில் ஒரு நல்ல கோப்பி குடிக்காமல் வரக்கூடாது. சுடச்சுட டம்ளரில் நல்லா பால் விட்டு அவர்கள் போடும் கோப்பி..அந்த மாதிரி.

கோயிலால வந்து, காலம்பற சாப்பாட்டுக்கு வண்ணார்பண்ணை சிவன் கோவிலடியில் இருக்கும் சண்முகம் தேத்தண்ணி கடைக்குப் போகலாம். சுண்டக்காச்சிய பசுப்பாலில் கடும் சாயத்தை விட்டு அடித்து நுரையோட ஆத்தி தர, சுடச்சுட நுனி நாக்கில் சூடு அள்ள அப்படியே குடிக்கேக்க, அதுவும் நுரையை மெல்ல ஊதி ஊதி குடிக்கேக்க அப்படி ஒரு இதம் தரும் அனுபவமது. யாழ்ப்பாணத்தின் காலம்பற வெக்கைக்கு சூடா தேத் தண்ணியையும் குடிக்க உடம்பு வேர்க்கும், அந்த வேர்வையில் யாழ்ப்பாண காற்றுப் பட, அந்தக் காலமையே சுறுசுறுப்பாக பிறந்தது விடும்.

சூடாக பால் தேத்தண்ணியை குடித்துக் கொண்டே, இடியப்பத்தையும் சம்பலையும் சொதியோடு சாப்பிடலாம். சம்பல் என்றால் சம்பல், சும்மா அந்த மாதிரி. சாப்பிட்டு விட்டு கை கழுவ எழும்ப, சுடச்சுட வடையை கொண்டு வந்து தட்டில் அடுக்குவார்கள். □தம்பி ஒரு வடை தாரும்□ என்று ஒரே கணத்தில் பல குரல்கள் எழ, அடுப்பால் வந்த வடை உடனேயே விற்று முடிந்துவிடும். □அண்ணே வடை முடிஞ்சுது.. இன்னொருக்கா போடுங்கோ□. குசினியில் இருக்கும் வடை மாஸ்டருக்கு ஓடர் பறக்கும்.

சண்முகம் கடையில் வயிறு முட்ட சாப்பிட்டு விட்டு, தின்னவேலி சந்தைக்கு போய் நாலு நல்ல மரக்கறி விலை பேசி வாங்கும் அனுபவமே அலாதியானது, அதுவும் வெளிநாட்டில் வளரும் எங்கள் பிள்ளைகளிற்கு புதுமையானது. தின்னவேலி சந்தையை முடித்துக் கொண்டு குழம்பிற்கு கணவாயும் பொரியலிற்கு மீனும் வாங்க பாஷையூர் சந்தைக்கு போனால், அங்கும் ஒரு அருமையான அனுபவம் காத்திருக்கும்.

மத்தியானம் வீட்டுச் சாப்பாடு தான். கணவாய்க் கறி, கத்தரிக்காய் வெள்ளைக் கறி, மரவள்ளி பிரட்டல், மீன் பொரியலோடு, பப்படமும் மோர் மிளகாயும் சேர்த்து விளாச நாக்கு ருசியில் திளைக்கும், வயிறும் மனமும் மகிழ்வில் நிறையும்.

உறைக்க உறைக்க சாப்பிட்டு விட்டு இனிப்பு சாப்பிடாமல் இருக்கலாமோ?, அதற்கு நல்ல நல்ல உள்ளூர் தயாரிப்புக்களான கச்சான் அல்வா, ஜுஜுப்ஸ், தயிர் அது இது என்று ஏராளமான சாமான்கள் நாவலர் வீதியில் இருக்கும் வுஊவு எரிநசஅயசமநவல் வாங்கிச் சாப்பிடலாம். வுஊவு அறக்கட்டளையூடாக தாயகத்தில் பல அரிய நலத்திட்ட ங்கள் முன்னெடுக்கப்படுவதாலும், முல்லைத்தீவிலும் யாழ்ப்பாணத்திலும் தயாரான பல உற்பத்தி பொருட்கள் அங்கு கிடைப்பதாலும் வுஊவு எரிநசஅயசமநவல் சாமான் வாங்குவது வழமை.

பின்னேரமாக வெய்யில் கொஞ்சம் அடங்க, நல்லூரடியில் இருக்கும், தென்னிலங்கை சிங்களவர்களைப் பொறுத்தவரையில் யாழ்ப்பாணத்தின் பிரதான சுற்றுலா தளமான Rio Ice Cream ற்கு போகலாம்.

Rio இன்று இயங்கும் இடம், எங்கள் SJC92 நண்பன் பிரதீபனின் முந்தைய இல்லம். நாங்கள் பரி யோவானில் படித்த காலங்களில் பிரதீபனது Birthday Partyக்குப் போய் வந்த ஞாபகத்தோடு, மொறு மொறு மட்டன் ரோலை chilli sauc நல் தொட்டு கடித்து சாப்பிடும் அனுபவத்தை வர்ணிக்க முடியாது, வாழ்ந்து பார்க்க வேண்டும். Rioக்கு போய்விட்டு அவங்கட Rio Special Ice Cream ஐ சாப்பிடாமல் வரமுடியாது, வரவும் கூடாது.

யாழ் நகரில் சூரிய அஸ்தனத்தை ரசிக்க அருமையான இடம் பண்ணைக் கடற்கரை தான். ஒல்லாந்தர் காலத்து கோட்டையை சுற்றி ஒரு நடை போய் விட்டு, கடற்கரையோரமாக வந்திருந்து சூரியன் பண்ணைக் கடலில் கரையும் கணங்களில், கோட்டையை சூழ நிகழ்ந்த கொடிய யுத்தத்தின் நினைவுகள் மனதில் மீளவும் வந்தெழுந்து தொலைக்கும்.

இரவுலாவிகளிற்கும் யாழ்ப்பாணத்தில் திறமான இடங்கள் இருக்கிறது. வலம்புரி ஹோட்டலின் மரங்களிற்கு கீழே அமைக்கப்பட்டிருக்கும் கொட்டில்களில் அமர்ந்து ......

பழைய நண்பர்களோடு பழங்கதை பேசி, பாட்டுப் பாடி பம்பலடித்துக் கொண்டேயிருக்கும் மணியான பொழுதுகளை
உலகின் எந்தவொரு நகரமும் உங்களிற்கு தரமுடியாது.

மங்கல இசைக் குழு

நாதஸ்வர இன்னிசைச்செல்வன்
N.K.Raguraman

உங்கள் அனைத்து மங்கள வைபவங்களையும்
நாதஸ்வர தவில் கானமழையில் நனைத்திட தவில் மேதை
அளவையூர் குமரகுரு அவர்களின் புதல்வன்
நாதஸ்வர இன்னிசைச்செல்வன்
N.K.Raguraman

Dresdener Str.6
50126 Bergheim
Germany
0049 2271 670236

Tel: 0049 157 89 15 95 71

ஸ்ரீ கனகதுர்க்கா அம்பாள் ஆலயம்
துர்க்கா பூஜா துரந்தரர்
சிவசாமிக்குருக்கள்
ஜெயந்திநாதக்குருக்கள்
Tel: 02304- 910 9445
0177 20 16 941

மொழிபெயர்ப்புச் சேவை!
V.Ramakrishnan

உங்கள் சகல பத்திரங்களையும் தமிழ்,ஆங்கிலம் பிரஞ் மற்றும் உலகமொழிகளில் இருந்து யேர்மன் மொழிக்கு மொழிபெயர்பதற்கும் யேர்மன் மொழியில் இருந்து நீங்கள் விரும்பும் மொழிக்கு மொழிபெயர்ப்பதற்கும் நீதிமன்றத்தில் சத்தியபிரமாணம் (allgemein Vereidigte) மற்றும் நீதிமன்றத்தால் அங்கீகாரம் (Ermächtigte)அளிக்கப்பட்ட மொழி பெயர்ப்பாளர்களால் குறைந்த செலவில் துரிதகதியில் மொழிபெயர்ப்பதற்கும் நாடவேண்டிய இடம்.

A.to.Z Dolmetscher - und Übersetzungsdienst
Für alle weltsprachen
Tel:0201 977 4957
Mobile 0176 28 44 85 89
0152 11 98 9603
Fax:0201 24 82 888
Lise-Meitner-Str.20
45144 Essen

உடல் எடையினைக் குறைக்க அறிவியல் கூறும் வழிகள் என்ன?

Dr.நிரோஷனின் அதிசய உலகம்

காலை உணவின் அவசியம்

காலை உணவு இரத்தத்தில் சர்க்கரை அளவைச் சரியாக வைத்திருக்கவும், ஹோர்மோன்களைச் சரியாகக் கட்டுக்குள் வைத்திருக்கவும் உதவும்.

எல்லோருக்குமே நோய் ஒன்றும் இல்லாமல் ஆரோக்கியத்துடன் வாழ வேண்டும் என்கிற ஆசை இருக்கும். உடல் பருமனாக இருப்பவர்கள் எப்படியாவது எடையைக் குறைக்க வேண்டும் என்கின்ற எண்ணத்தை வைத்திருப்பார்கள். உடல் பருமனானவர்கள் மட்டும் இல்லை, இன்றைய காலத்தில் ஆணாக இருந்தாலும் சரி, பெண்ணாக இருந்தாலும் சரி, ஏதோ தமது உடலை நல்ல ஏடைஅ ஆக வைத்திருக்க முயற்சிப்பார்கள். எனவே நமது உடல் எடையை எப்படிக் குறைக்க முடியும்? அதுவும் குறிப்பாக நமது உடல் எடையைக் கட்டுக்குள் வைத்திருக்க அறிவியல் சொல்லும் வழிமுறைகள் என்ன?
உடல் எடையைக் குறைப்பதற்கு ஏன் அறிவியலை நாட வேண்டுமென்று உங்களில் சிலர் கேட்கலாம். ஆனால் உங்கள் எல்லோருக்குமே தெரிந்தது போல், அறிவியலுக்கும் நமது நடைமுறை வாழ்க்கைக்கும் எவ்வளவோ தொடர்புகள் உண்டு. அதற்கு இந்த சிறு எடுத்துக்காட்டே போதும். நாம் உடல் எடையைக் குறைக்க என்ன செய்வோம்? பயிற்சிகள் செய்வோம். பயிற்சிகளின் மூலம் உடலில் கலோரிகளை எரித்து நமது உடல் எடையைக் குறைக்கின்றோம். ஆனால் அறிவியல் கூறுவது என்ன தெரியுமா? நீங்கள் பயிற்சியின் மூலம் குறைக்கும் எடையை விட தூங்கும் போது, பேசும்போது, சாதாரணமாக நடந்து திரியும்போது குறைக்கும் எடை மிக முக்கியமானது எனக் கூறுகிறது. இது கொஞ்சம் வித்தியாசமாகத்தானே இருக்கிறது...?

நாம் பயிற்சிகளை மேற்கொண்டு உடல் எடையைக் குறைக்கும்போது நமது உடலில் இருக்கும் கார்போ ஹைட்ரேட்டை பயன்படுத்தி உடலில் சக்தி வெளிப்படும். நமது உடலில் உள்ள கார்போ ஹைட்ரேட் தீர்ந்துபோனால், அதற்குப் பின் நாம் செய்யும் ஒவ்வொரு வேலைக்கும், கார்போ ஹைட்ரேட்டுக்குப் பதிலாக, நமது உடலில் தேவையற்றது என்று நாம் நினைக்கும் கொழுப்புகளைக் கொண்டு தான் சக்தியைப் பெறுகின்றோம். நண்பர்களே, இதில் உள்ள விசேஷம் என்னவென்றால், இந்தக் கட்டத்தில் நாம் சாதாரணமாக செய்யும் செயல்களான பேசுவது, நடப்பது, ஏன் தூங்கும்போதும்கூட உடலின் ஆற்றல் பயன்படுத்தப்படுகிறது, எனவே இந்தச் செயல்கள் செய்யும் போது கூட கொழுப்புக் குறைக்கின்றது.

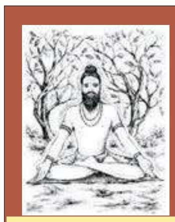
சரி இனி உடல் எடையைக் குறைப்பதற்கு சின்ன சின்ன வழிகளைக் பார்ப்போம். முதல் வழி, அதிலும் முக்கியமான வழி என்னவென்றால், எந்த காரணத்தையும் கொண்டு உணவைச் சாப்பிடாமல் இருக்கக் கூடாது. அதாவது பட்டினி இருக்காதீர்கள். அதிலும் காலை உணவை சாப்பிட்டே ஆகவேண்டும். பெரும்பாலானோர் காலை உணவை சாப்பிடுவதில்லை, அதற்குக் கேட்டால் டயட் என்பார்கள். ஆனால், இது முற்றிலும் தவறான ஒரு செயலாகும். அது ஏன் தெரியுமா? காலை உணவு இரத்தத்தில் சர்க்கரை அளவைச் சரியாக வைத்திருக்கவும், ஹோர்மோன்களைச் சரியாகக் கட்டுக்குள் வைத்திருக்கவும் உதவும். காலையில் சாப்பிடாமல் இருக்கும்போது நமது மூளை நம்மை மதியம் உணவு எடுத்துக் கொள்ளும்போது அதிகப்படியாக உணவு எடுத்துக்கொள்ளத் தூண்டும். அப்போது நீங்கள் சாதாரணமாக சாப்பிடும் உணவைவிட அதிக உணவை எடுத்துக்கொள்வீர்கள். அத்துடன் காலை உணவை எடுத்துக்கொண்டால் அன்றைய நாளில் செயல்படத் தேவையான ஆற்றல் அதாவது கலோரிகள் உடலுக்குக் கொடுக்கப்படும்.

அடுத்த வழி, புரோட்டீன்கள் அதாவது புரதச்சத்து மற்றும் குறைந்த கொழுப்புச் சத்து கொண்ட உணவுப் பொருட்களை உட்கொள்வது எடை குறைக்க மிகவும் உதவும். இதில் புரதம் அதிகமுள்ள உணவை நீங்கள் உட்கொள்ளும்போது, அதன் மூலம் உருவாகும் ஹோர்மோன்கள் மூளையில் இருந்து செல்லும் பசிக்கான அறிகுறிகள் மற்றும் சமிக்ஞை தடுத்துவிடும். 10 சதவீதம் அதிகமாக புரத உணவுகளை எடுத்துக்கொண்டால், பசிக்கான உணர்வு குறைந்துவிடும். குறைந்த கொழுப்புச் சத்து கொண்ட பொருட்களில் உள்ள கால்சியம் சத்து உடலின் கொழுப்புக்களை எடுத்து, உடல் உள்பாகங்களினால் உறிஞ்சக்கூடிய சத்தினைக் கொடுக்கும். இதனால் தேவையில்லாத கொழுப்புகள் விரைவாகக் குறையும்.

இதிலும் ஒரு சிறிய மாற்றுவழி கூட உள்ளது. நீங்கள் சாதாரணமாக புரதம் மற்றும் குறைந்த கொழுப்புச் சத்து கொண்ட உணவை உட்கொண்டு நீர் அருந்தும்போது, உங்கள் உடல் விரைவாக சத்துக்களைக் கிரகித்துக்கொண்டு விரைவாக பசியெடுக்க செய்துவிடும். ஆனால் அந்த உணவுப்பொருட்களை ஒரு 'சூப்' (Soup) போல மாற்றி சாப்பிட்டால், அவற்றிலுள்ள சத்துக்களை உட்கொள்ள அதிக நேரம் எடுத்துக்கொள்ளும். உங்களுக்கு விரைவாக பசிக்கவும் செய்யாது. குறைந்த கலோரிகள் கொண்ட உணவுகளை அதிகமாக உட்கொள்வது எடையைக் குறைக்க சிறந்த வழிகளுள் அடுத்த வழி. நீங்கள் சாப்பிடும் சாப்பாட்டில் எவ்வளவு கலோரி உள்ளது என்பதை நன்று ஆராய்ந்து உங்கள் சாப்பாட்டை அதுக்கேற்றவாறு தெரிவு செய்யுங்கள்.
அடுத்த வழி மிக எளிமையானது. உங்கள் சாப்பாட்டுத் தட்டின் அளவினைக் குறையுங்கள். இது கேட்பதற்கு சிரிப்பாக இருக்கலாம், ஆனால் தட்டின் விட்டத்தின், அதாவது னயைஅநவநச அளவை 30உஅஇல் இருந்து 25உஅகு குறைக்கும்போது நமது சாதாரண அளவிலான சாப்பாட்டில் இருந்து 22 சதவீதம் குறைவாக எடுத்துக் கொள்கிறோம்
என்று கண்டறிந்துள்ளனர்.

தொடர்ச்சி 33 ம் பக்கம்

INNENSTADT WEST
ortel MOBILE
DORTMUND
மாநகரில்
தமிழர் தெருவிழா
2019
100க்கும் மேற்பட்ட கலைஞர்கள் சங்கமிக்கும்
மாபெரும் ஆடல் பாடல் கொண்டாட்டம்....
Strassenfest der Tamilen
07.09.2019
11.00 bis 19.00 Uhr
தமிழர் அரங்கம்
Verein für tamilische Künstler e.V
VMDO
Der Verbund der sozial-kulturellen Migrantenvereine in Dortmund e. V.
HOUSE OF RESOURCES
Tamilischer Kultur Do
TKD
தமிழர் கலையகம்
Bildung
Begegnung
Beratung
ஜேர்மன் தமிழ் வர்த்தகர் சங்கம் e.V
TVS
comdu.it
Deutschland
ஊடகஅனுசரணை
வெற்றிமணி
தமிழ் ரைம்ஸ்
TAMIL TIMES
அகரம்
IBC தமிழ்
GTV
itn
தமிழ் MTV
STS தமிழ் TV
tamil.de
ETR
Lankasri
0151 633 633 33 | 0157 735 178 49 | 0177 679 4261 | 0162 803 1647 | 0151 27 990 990



திருமந்திரமும் வாழ்வியலும் 40

(சைவசித்தாந்த ரத்தினம் நாகேந்திரம் கருணாநிதி)

இந்நூலில் சிவம் எனவரும் சொல்லுக்கு இறைவன் என்னும் கருத்தைக் கொள்வோமானால் இந்நூல் எல்லா மதத்திற்கும் பொது நூலாக அமைவதைக் காணலாம்.

அடி முடி தேடல்

புராணக் கதைகள் வேதத்தில் கூறப்பட்ட தத்துவங்களை, நீதி முறைகளை விரிவாக மக்கள் புரிந்து கொள்வதற்காக கூறப்பட்ட உண்மைக் கதைகளாகும். அடி முடி தேடல் என்னும் புராணக் கதை மனிதர்களுக்கு நான்தான் பெரியவன் என்னும் அகங்காரம் வரக்கூடாது என்பதை எடுத்துக் கூறுவதாகும். இந்த அகங்காரம் தேவர்களுக்கு அதுவும் படைக்கும் பிரமனுக்கும், காக்கும் திருமாலுக்கும் வந்ததாகவும் அவர்கள் சிந்தனையைச் சிவன் மாற்றி, அவர்கள் தவறை உணர வைத்து, எல்லாம் சிவமயம், எங்கும் சிவமயம் என உணர வைத்ததாகவும் இக்கதை மூலம் வலியுறுத்தப் பட்டுள்ளது. திருமந்திரத்தில் இக்கதை பற்றிப் பல பாடல்கள் உள்ளன. அவற்றில் சிலவற்றைப் பார்ப்போமானால் இறைவன் அடியையும் முடியையும் காணமுடியாத பிரமனும் திருமாலும் எனக் கூறும் பாடல் எண் 375

"நின்றான் நிலமுழு(து) அண்டத்துள் நீளியன்
அன்றே யவன்வடி அஞ்சினர் ஆய்ந்தது
சென்றார் இருவர் திருமுடி மேற்செல
நன்றாம் கழலடி நாடஒண் ணாதே"

பூமிக்கோளம் முதலான அண்டங்கள் அனைத்தையும் தன்னுள் அடக்கிக் கொண்டுள்ள சிவன், தான் அதில் உயர்ந்து விளங்கும் தன்மை உடையவனாக இருக்கின்றான். இப்படி இருக்கின்ற பரம்பொருளை, அன்றே அவன் பேரொளிப் பிழம்பாய் நிற்கின்ற காட்சி கண்டு பயந்து, திருமாலும் நான்முகனுமாகிய இருவர் அவன் அடி முடி தேடிச் சென்றனர். ஆனால் இறைவன் அடியும் முடியும் கீழும் மேலுமாக இவர்கள் தேடிப் போகப் போக வளர்ந்ததே அன்றி இவர்களுக்குத் தென்படவில்லை. அகந்தையால் இவர்கள் அன்பருக்கு அருள் செய்யும் சிவன் திருவடிகளைக் காண இயலாதவர் ஆயினர்.இவர்கள் அறியாமையைப் போக்கிய சிவன் என்பதைக் கூறும் பாடல் எண் 372

"பிரமனும் மாலும் பிரானேநான் என்னப்
பிரமன்மால் தங்கள்தம் பேதமை யாலே
பரமன் அனலாய்ப் பரந்துமுன் நிற்க
அரனடி தேடி அரற்றுகின் றாரே"

பிரமனும், திருமாலும் தங்கள் அறியாமையால் தாங்களே தேவர் தலைவர் என்ற நினைப்பில் கர்வம் கொண்டனர். படைப்புத் தொழில் பிரமனுக்குரியது. காத்தல் திருமாலுக்குரியது. இதை மறந்து அறியாமையால் இருவரும் தாங்களே தனிப் பெருங் கடவுள் என நினைத்துக் கொண்டனர். இவர்கள் அறியாமையைப் போக்க இறைவன் இருவருக்கும் நடுவே சோதி சொரூபமாக விண்ணுக்கும் மண்ணுக்கும் உயர்ந்து நின்றான். பிரமன் அன்னப் பறவையாகி விண்ணில் பறந்து சிவன் திருமுடி உச்சியைக் காண முயன்றான். திருமால் பன்றி உருவெடுத்துப் பாதாளத்துக்கும் கீழே சென்று பரமன் திருவடியைத் தேடினான். இறைவன் அடி முடியை இருவராலும் காண முடியாமல் தோற்றனர். இருவரும் தங்கள் அகந்தை அழியத் தங்கள் அறியாமையை எண்ணி வருந்திக் கதறினர். அண்டம் முழுவதும் ஆளும் பரம்பொருள் எனக் கூறும் பாடல் எண் 374

"ஊனாய் உயிராய் உணர்அங்கி யாய்முன்னம்
சேணாய்வான் ஓங்கித் திருஉரு வாய்அண்டத்
தாணுவும் ஞாயிறும் தண்மதி யுங்கடந்து
ஆள்முழு(து) அண்டமு(ம்) ஆகிநின் றானே"

உடலாக, உயிராக, அது உணரும் உணர்வாக, உள் ஒளிரும் தீச்சுடராய், எட்டாத் தொலைவாய், விண்ணும் மண்ணும் அளக்க நின்ற பேருருவமாய், உலகத்தைத் தாங்கும் ஆதாரமாக, சூரியனாய், சந்திரனாய், இவை எல்லாவற்றையும் கடந்து, இவற்றை ஆளுகின்றவனாய் பரம்பொருள் அண்டம் முழுவதும் கலந்து நிற்கின்றான்.

உலகெலாம் கலந்த ஒளிச் சோதியன் எனக் கூறும் பாடல் எண் 373

"ஆம் ஏழுலகுற நின்றஎம் அண்ணலும்
தாமே முலகில் தழற்பிழம் பாய்நிற்கும்
வானே முலகுறு மாமணி கண்டனை
நானே அறிந்தேன் அவன்ஆண்மை யாலே"

விண்ணும் மண்ணும் மற்றுமுள்ள ஈரேழ் பதினான்கு உலகங்களிலும் ஒளிச் சோதி வடிவாக அவற்றின் உள்ளே கலந்து நிற்கின்ற பரம் பொருளாகிய நீலகண்டனை நான் அவனருளால் அறிந்து மகிழ்ந்தேன்.

உள்ளத்துள் உள்ள உயர் பொருள் சிவம் எனக் கூறும் பாடல் எண் 377

தானக் கமலத் திருந்த சதுமுகன்
தானக் கருங்கடல் ஊழித் தலைவனும்
ஊன்அதின் உள்ளே உயிர்போல் உணர்கின்ற
தானப் பெரும்பொருள் தன்மைய தாமே"

தாமரைப் பூவை இருப்பிடமாகக் கொண்டிருக்கும் நான்முகனாகிய பிரமனுக்கும் கருநீலக் கடல் மேல் பள்ளி கொண்டிருப்பவனான திருமாலுக்கும் ஊழிக்கால உருத்திரனுக்கும் அவரவர் உடலுக்குள்ளே உள்ள உயிரைப் போல உணர்கின்ற தன்மையானவன் சிவபெருமான். எல்லாவற்றிலும் இரண்டறக் கலந்து நீங்காதிருப்பவன் சிவபெருமான் ஆவான்.

அகந்தை விட்டு அருள் பெற முயலுக எனக் கூறும் பாடல் எண் 376

"சேவடி ஏத்துஞ் செறிவுடை வானவர்
மூவடி தாவென் றானும் முனிவரும்
பாவடி யாலே பதஞ்செய் பிரமனும்
தாவடி யிட்டுத் தலைப்பெய்து மாறே"

இறைவன் திருவடி பணிந்து வணங்கும் வானுலகத் தேவர்கள் கூட்டமும், மாவலிச் சக்கரவர்த்தியிடம் மூண்றடி நிலம் கேட்ட வாமனனாக வந்த திருமாலும், மற்றத் தவமுனிவர்களும், பாட்டு வடிவமாக இருக்கின்ற வேத மந்திரங்களைச் சொல்லிப் படைப்புத் தொழில் பண்ணுகின்ற பிரமனும் வேறெங்கும் தேடி அலைவதால் அவன் திருவருளைப் பெற இயலுமா?

உடல் எடையினைக் குறைக்க....

31 ம் பக்கத் தொடர்ச்சி....

சரியான அளவில் தூக்கமில்லாததும் மற்றும் மன அமைதியின்மையும் உங்கள் பசியின் அளவை வேறுபடுத்தும். அதனால் சரியான அளவில் தூங்குங்கள், முடிந்தவரை கோபத்தைக் குறைத்து மகிழ்ச்சியாக இருக்க முயற்சி செய்யுங்கள்.

சரி நண்பர்களே இனி நீங்கள் கூறுங்கள்? உங்கள் எடையைக் குறைக்க நீங்கள் எந்த முயற்சிகளை மேற்கொள்வீர்கள்? இதற்குரிய பதிலை மட்டுமில்லாமல், எனது சிறு கட்டுரை பற்றிய அபிப்பிராயத்தையும் எனக்குக் கண்டிப்பாக எனது முகநூல் பக்கத்தில் (www.facebook.com/scinirosh

யேர்மனியில் தேர்க் காலம்

யேர்மனியிலுள்ள சுமார் 82 மில்லியன் சனத்தொகையில் சுமார் 20 மில்லியன் மக்கள் தினசரி, வாசிக்கின்றார்கள்

வ.சிவராஜா

ஆண்களை விட வாசிப்பில் பெண்களே முதலிடத்தில்

யேர்மனிவாசிப்பைத் தூண்டுவதற்கு எத்தனையோ வழிகளைக் கையாண்டு வருகின்றது. ஏன் பலரைப் பார்த்தால் பிரயாணங்களில் புத்தகங்களோடு நேரத்தைச் செலவு செய்து அதிக பயனைப் பெறுகிறார்கள். ஆனால் நம்மவர்களோ மாறாக இன்று கைத்தொலைபேசி, கணனி, சினிமா, சின்னத்திரை என அன்றாடம் நேரத்தை வீணடித்து வருவதை காண்கின்றோம். ஆகவே இவ்விடையத்தில் நாம் அதிக அக்கறை எடுக்கவேண்டும். வாசிப்பை...நேசிப்பாகக் கொள்வது அவசியமாகும். இல்லையேல் நமது முன்னேற்றப் பாதைகள் மூடிவிடும் என்பதையும் கவனத்திற் கொள்வோம். இனி யேர்மனியத் தகவல் ஒன்றைப் பார்ப்போம்...

யேர்மனியிலுள்ள சுமார் 82 மில்லியன் சனத்தொகையில் சுமார் 20 மில்லியன் மக்கள் தினசரி, வாராந்த, மாதாந்த சஞ்சிகைகளை வேண்டிப் படிக்கிறார்களாம். 11 வீதமான பெண்களும் 9வீதமான ஆண்களும் படித்துவருகிறார்கள். 25 46 வயதினரிடையே எடுக்கப்பட்ட கணிப்பில் தற்போதய கணனி யுகத்தால் இணையங்களில் தேடியே புத்தகங்களை வேண்டிப் படிக்கிறார்கள் என்பதும் தெரியவந்துள்ளது. ஆகவே வாசிப்புப் பழக்கத்தை இடைவிடாது தொடர்வதால் பல நன்மைகள் உண்டாகும்.

யேர்மனியிலுள்ள 16 மாநிலங்களில் நோத்றைன் வெஸ்பாளின் (NRW) என்ற மாநிலம்தான் சனத்தொகை கூடிய மாநிலமாகும். இங்குள்ள பல பொது நூலகங்களில் ஆகக்கூடுதலான வாசகர்களைக் கொண்டுள்ள முதல் பத்து நூலகங்களின் பெயர்களையும் ஏனைய விபரங்களையும் இங்கே காணலாம். உதாரணத்திற்கு Köln பொதுநூலகத்திற்குக் கடந்த 2018ம் ஆண்டில் 2.38 மில்லியன் வாசகர்கள் வெளியீடுகளை எடுத்துப் படித்திருக்கிறார்கள். அந்த நூலகத்தில் 6.71.651 வெளியீடுகள் காணப்படுகின்றன.

மத்தியநூலகம்	வாசிப்போர் எண்ணிக்கை	புத்தகங்களின் எண்ணிக்கை	வாசித்த வெளியீடுகள்
Bibliothek	-Besuche in Mio	- Zahl der Medien	-Zahl der Enteiher
Köln	-2.38	-6.71.651	-88.365
Düsseldof	-1.33	-7.39.255	-71.998
Essen	-1.20	-7.24.727	-60.513
Duisburg	-0.95	-5.96.623	-31.643
Münster	-0.86	-2.99.773	-35.227
Dortmund	-0.69	-8.93.264	-41.503
Bonn	-0.60	-3.28.935	-23.391
Bielefeld	-0.58	-4.82.778	-39.234
Bochum	-0.52	-3.65.667	-18.666
Hamm	-0.43	-2.22.799	-16.160

தனது உலக சாதனையை தானே முறியடித்து சாதனை படைத்தார் தர்ஷினி சிவலிங்கம்

இங்கிலாந்தின் லிவர்பூலில் கடந்த் ஜுலை மாதம் நடைபெற்ற உலகக் கிண்ண வலைப்பந்தாட்டத் தொடருக்கு இலங்கை அணியில் யாழ்ப்பாணம் புன்னாலைக்கட்டுவனைச் சேர்ந்த தர்ஷினி சிவலிங்கம் மற்றும் எழிலேந்தினி சேதுகாவலர் ஆகிய இருவரும் இடம்பெற்றுள்ளனர்.

15ஆவது உலகக் கிண்ண வலைப்பந்தாட்டத் தொடர் எதிர்வரும் ஜுலை மாதம் 12ஆம் திகதி முதல் 21ஆம் திகதி வரை லிவர்பூலில் நடைபெற்றது. இதில் ஏ குழுவில் இடம்பெற்றுள்ள இலங்கை அணி, உலக வலைப்பந்தாட்ட தரவரிசையில் தொடர்ந்து முதலிடத்தை தக்கவைத்துக் கொண்டுள்ள அவுஸ்திரேலியா, வட அயர்லாந்து, சிம்பாவே ஆகிய அணிகளுடன் பலப்பரீட்சை நடத்தியது

இதில் வலைப்பந்தாட்ட உலகில் அதி சிறந்த சூட்டர் (shooter) வீராங்கனை என்ற பெருமைக்குரியவரும் ஆசியாவிலேயே அதி உயரமான வலைப்பந்தாட்ட வீராங்கனையுமான தர்ஷினி சிவலிங்கம், மிகப் பெரிய எதிர்பார்ப்புக்கு மத்தியில் இம்முறை உலகக் கிண்ணத்தில் இலங்கை அணிக்காக களமிறங்கினார்..
கடந்த வருடம் சிங்கப்பூரில் நடைபெற்ற ஆசிய வலைப்பந்தாட்ட சம்பியன்ஷிப்பில் 3 வருடங்களுக்குப் பிறகு இலங்கை அணியில் இடம்பிடித்த தர்ஷினி, இலங்கை அணிக்கு சம்பியன் பட்டத்தை வென்று கொடுப்பதில் முக்கிய பங்கு வகித்தார்.
அண்மைக்காலமாக தேசிய மற்றும் சர்வதேச மட்ட வலைப்பந்தாட்டப் போட்டிகளில் பிரகாசித்து வருகின்ற வட மாகாணத்தைச் சேர்ந்த இளம் வீராங்கனையான எழிலேந்தினி சேதுகாவலர் முதற்தடவையாக உலகக் கிண்ண இலங்கை வலைப்பந்தாட்ட அணியில் இடம்பிடித்துள்ளார்.

கடந்த வருடம் கொழும்பு சுகததாஸ உள்ளக அரங்கில் நடைபெற்ற நான்கு அணிகள் பங்குகொண்ட நட்பு ரீதியிலான அழைப்பு வலைப்பந்தாட்டத் தொடரில் இலங்கை அணிக்ககாக அறிமுகத்தைப் பெற்றுக்கொண்ட எழிலேந்தினி, அதன்பிறகு நடைபெற்ற ஆசிய வலைப்பந்தாட்ட சம்பியன்ஷிப் போட்டித் தொடரிலும், அண்மையில் நிறைவுக்கு வந்த கென்யா, மலேஷியா மற்றும் இலங்கை இளையோர் வலைப்பந்தாட்ட அணிகள் பங்குகொண்ட நட்பு ரீதியிலான அழைப்பு வலைப்பந்தாட்டத் தொடரிலும் அவர் விளையாடியிருந்தார்.
இந்த நிலையில், இம்முறை உலகக் கிண்ண வலைப்பந்தாட்டத் தொடரில் பங்கேற்கவுள்ள இலங்கை அணியை சதுரங்கி ஜயசூரிய வழிநடத்தவுள்ளார். இவர் கடந்த வருடம் சிங்கப்பூரில் நடைபெற்ற ஆசிய வலைப்பந்தாட்ட சம்பியன்ஷிப் போட்டித் தொடரில் சம்பியன் பட்டம் வென்ற இலங்கை அணியை வழிநடத்தியிருந்தமை குறிப்பிடத்தக்கது.
தனது உலக சாதனையை தானே முறியடித்து சாதனை படைத்தார் தர்ஜினி சிவலிங்கம்

இலங்கை அணியில் தர்ஷினி, எழிலேந்தினி

உலகக்கிண்ண வலைப்பந்தாட்டத் தொடரில் அதிக கோல்களை போட்ட வீராங்கனையாக இலங்கையின்

தர்ஷினி சிவலிங்கம் மீண்டும் உலக சாதனை படைத்தார்.

இதேவேளை, உலகக்கிண்ண வலைப்பந்தாட்டத் தொடரில் இலங்கை அணி சிங்கப்பூரை தோற்கடித்து 15 ஆம் இடத்தைப் பிடித்தது. இங்கிலாந்தின் லிவர்பூலில் நடைபெறும் உலகக்கிண்ண வலைப்பந் தாட்டத் தொடரில் 15 மற்றும் 16 ஆம் இடங்களை தீர்மானிக்கும் போட்டி இன்று நடத்தப்பட்டது. இந்தப் போட்டியில் இலங்கை அணியும் சிங்கப்பூர் அணியும் மோதின. போட்டியில் இலங்கை அணி 78- 57 என்ற கோல் கணக்கில் வெற்றியீட்டியது. மற்றும் லீக் போட்டியொன்றிலும் இலங்கை அணி சிங்கப்பூரை 88 50 என்ற கோல் கணக்கில் வீழ்த்தியிருந்தது. இன்றைய போட்டியில் நட்சத்திர வீராங்கனையான தர்ஜினி சிவலிங்கம் 77 கோல்களைப் போட்டார்.

இதன் மூலம் கடந்த திங்கட்கிழமை சிங்கப்பூர் அணிக்கு எதிராக 76 கோல்களைப் போட்டு தானே படைத்த உலக சாதனையை தர்ஷினி சிவலிங்கம் இன்று புதுப்பித்தார்.

இது உலகக்கிண்ண வலைப்பந்தாட்டத் தொட ரொன்றில் வீராங்கனையொருவர் பதிவு செய்யும் அதிகூடிய கோல்களாகும்.

தர்ஜினி சிவலிங்கம் இவ்வருட உலகக்கிண்ண வலைப்பந்தாட்டத் தொடரில் இதுவரையில் 271 கோல்களைப் போட்டு, தொடரில் அதிகூடிய கோல் களைப் போட்ட வீராங்கனையாகவும் பதிவாகி யுள்ளார்.

எவ்வாறாயினும், இன்றைய போட்டியுடன் அவர் சர்வதேச அரங்கிலிருந்து ஓய்வு பெறுகின்றமை குறிப்பிடத்தக்கது.

டோட்மூண்ட் சாந்த நாயகி சமேத சந்திர மௌலீஸ்வரர் ஆலயம் தேர் 14.07.2019

படங்கள் : தரன் போட்டோ

யேர்மனியில் தேர்க் காலம்

கோமஸ்பாக் குறிஞ்சிக் குமரன் தேர் 21.07.2019

படங்கள் :நந்தபாலன் 21.07.2019

படங்கள் : தரன் போட்டோ

உங்களுக்கு என்றும் சரியான உதவியாளன் நான்

Ihr Starker Partner für Finanzen

SIVA SIVAYOGANATHAN

IHR PARTNER FÜR

IMMOBILIEN VERSICHERUNG FINANZIERUNG KREDITE

HANDY : 0176 62 95 05 50
FAX : 02302 98 35 72 5

0176 62 95 05 50

இது ஒரு மயிர் பிரச்சினை.

சிந்தனை சிவவினோபன்.

அவள் மயிரொழுக்கில் -காதல்,
அருகமர்ந்து உரையாடும் ஊடல்.

மயிர் என்று எங்காவது கேட்டாலோ,
பார்த்தாலோ, பேசினாலோ
உடனடியாக மனதில் ஒரு அழுக்கு
அவமானம், அசிங்கம் ஏற்படும். அதனாலேயே இது ஒரு இழுக்கான வார்த்தை என்று ஒதுக்கி வைப்போர் அதிகமாகிவிட்டனர். மயிர் அசிங்கமானதில்லை. மயிர் அவமானமானதில்லை. மயிர் புறக்கணிக்கப் படவேண்டியதில்லை. இன்னும் ஒரு படி அதிகம் சென்று சொல்ல வேண்டும் என்றால், மயிர் இல்லை என்றால் மனிதன் மனிதன் என்ற கோட்பாடுகளுக்குள்ளேயே வரமுடியாது.

மனிதன் எவ்வாறு மிருகம் என்ற கட்டுப்பாட்டில் இருந்து மனிதனாக தனிப்படுகின்றான் என்றால், மனிதனிற்கு உணர்ச்சி உண்டு சிரிக்கும் வல்லமை உண்டு, உணர்ச்சிவசப் படும் இயல்புண்டு இதற்கெல்லாம் மயிர் முக்கியமானது. மயிர் இல்லாவிடின் மனிதனால் உணர்ச்சிவசப்பட முடியாது. மயிர் இல்லாவிடின் மனிதனால் கோவப்பட முடியாது. மயிர் இல்லாவிடின் மனிதனால் சிந்திக்கவே முடியாது. நான் சொல்லுவது புரியவில்லை என்றால் கொஞ்சம் சற்று நிதானமாக சிந்தித்துப் பாருங்கள், பருவங்கள் மயிரில் மாற்றமடைகின்றது. ஆண் என்ற ஆதிக்கமே மீசை என்ற மயிரின் வன்மையால்த் தான் நடக்கின்றது. குழந்தையால் சிந்திக்க முடியாது. மயிர் வளரும் போதே மண்டையில் அறிவும் அரும்புகின்றது. அதிகம் சிந்திக்கும் மனிதனிற்கு மயிர் கொட்டும் அல்லது மயிர் நரைக்கும். இப்படி மயிரின் அருமை ஆயிரம் இருந்தும் நாம் மயிர் என்ற வார்த்தையை சொல்ல அல்லது கேட்க அசிங்கப் படுகின்றோம். ஏன்?

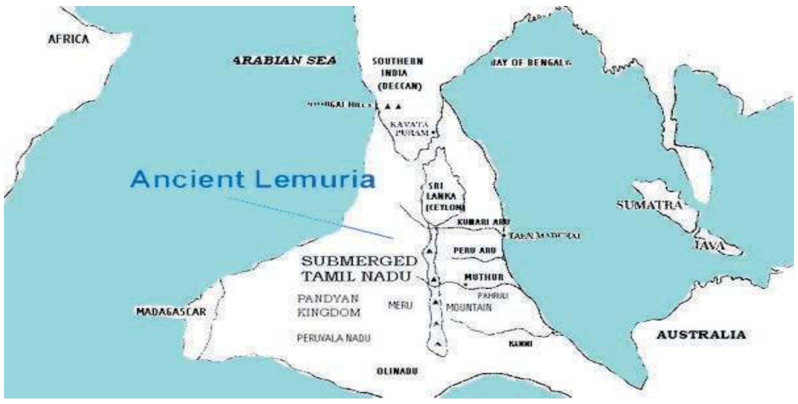
இந்த மயிர்ப் பிரச்சினை எப்படி இப்போது ஆரம்பம் ஆனது என்றால், இந்தியாவில் புதிய கல்வித் திட்டக் கொள்கை பற்றிய தன் கருத்தைக் கூறிய சூரியா கோவமாக மயிர் என்று கூறிய வார்த்தை கெட்ட வார்த்தை என்று சொல்லிய சர்ச்சை அனைவர் மத்தியிலும் அவமரியாதையை ஏற்படுத்தி உள்ளது. ஆனால் மயிர் கெட்ட வார்த்தையா? இல்லை மயிர் தூய தமிழ் வார்த்தை. திருவள்ளுவர் மயிரை வைத்து மானத்தையே நிறுவியுள்ளார்.

மயிர் நீப்பின் வாழாக் கவரிமா அன்னார்
உயிர் நீப்பர் மானம் வரின்.

அவள் மயிரொழுக்கில் நெருகி -காதல்,
அருகமர்ந்து உரையாடும் ஊடல்.

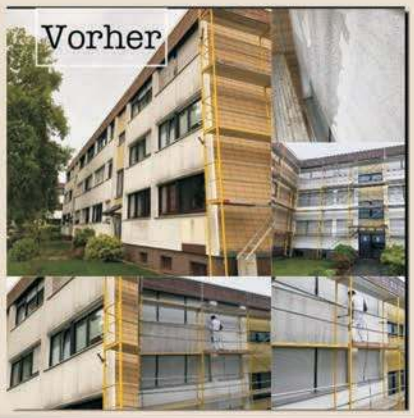
இதன் அர்த்தம் ஒரு காதலன் காதலியின் அருகில் அமர்ந்து இருக்கும் போது, அவளின் உரோம இடுக்கில் உணர்வுகள் போடும் சண்டையே காதல் என்று அமையும். இப்படி மயிர் என்ற வார்த்தை தூய தமிழ் வார்த்தையாக இருப்பினும் அனைவராலும் புறக்கணிக்கும் வார்த்தையாகப் பார்க்கப் பட காரணம் என்ன என்று என்னுடைய தேடல் ஆவலாகத் தொடர்ந்தது. உலகில் பல நாடுகளில் மயிர் என்ற வார்த்தை தமிழர்களால்ப் புறக்கணிக்கப் பட்டாலும், இலங்கையில் இன்றுவரை இதை ஒரு கெட்ட வார்த்தையாகப் பார்ப்பது கிடையாது. தலை மயிர் வெட்டிவிட்டு வாறேன். மீசை மயிர் வளர்ந்து விட்டது. மயிர்கொட்டித் தாவரங்கள் பூச்சிகள் உண்டு கவனம் அவை உடலில் பட்டால் கடிக்கும் என்று, மயிர் என்ற வார்த்தையை அவர்கள் சர்வ சாதாரணமாகப் பயன் பயன்படுத்துவார்கள்.

இதற்கு குமரிக்கண்டத்தோடு இருந்து அதிகமாக தமிழ் கலாச்சாரத்தைப் பின்பற்றி இன்றும் அரிய தமிழ் வார்த்தைகளை மறக்காமல் பேசுவது ஒரு காரணமாக இருக்கலாம். ஆனால் இருந்தாலும் மற்றைய பிரதேசங்களில் மயிர் கெட்ட வார்த்தை ஆனதற்கு என்ன காரணம் என்ற தேடலின் சரியான பதில் எனக்கு அகப்படவில்லை. சற்று சிந்தித்தேன், மயிர் சாப்பாட்டில் விழுந்தால் உண்ணமாட்டார்கள். காரணம் தீட்டு என்று மூட நம்பிக்கை சொல்வார்கள். உண்மைக் காரணம். மயிர் செரிமானம் அடையாத ஒரு வலிமையான பொருள். அதனால் வயிற்றுக்குள் சென்றால், உடலின் ஆரோக்கியத்தைப் பாதிக்கும். கோவிலில் பெண்கள் மயிர் கட்டிச் செல்லவேண்டும், தலை மயிரை அவிழ்த்து விட்டுச் சென்றால் பெரியவர்கள் பேசுவார்கள். ஏன் என்று கேட்டால் சனிபகவானின் நிறம் கருப்பு என்று ஒரு கதை சொல்வார்கள். ஆனால் உண்மைக் காரணம், கோவில் ஆரம்ப காலத்தில் அனைவருக்கும் உணவு கொடுக்குமிடமாக இருந்தது. நாம் தரையில் இருந்தே உணவுண்போம், அப்போது தலை மயிர் கீழே கொட்டி உணவில் விழுந்துவிடாமல் இருக்க அப்படிச் சொன்னார்கள். மற்றும் மனிதரின் பாலுணர்வைத் தூண்டுவதில் இந்த மயிர் செயற்படுகின்றதும். அதனால்த் தான் பருவ மாற்றத்தில் உரோம வளர்ச்சி காணப்படுகின்றது.



இப்படி மயிர் தொடர்பாக பல தவறான மூட நம்பிக்கையும், பேசக் கூச்சப் படும் தலைப்புக்கள் இருக்கும் காரணத்தால், மயிர் என்று யாரேனும் சொன்னால் அதைப் பற்றிப் பேசுவதைத் தவிர்த்து விட்டார்கள். இவ்வாறு தவிர்த்து ஒதுக்கி வைத்த காரணத்தால் அந்த வார்த்தை கெட்ட வார்த்தையாகிவிட்டது.

ஒரு மொழியின் ஒரு வார்த்தையை ஒதுக்கலும்,
அந்த மொழியை ஒட்டு மொத்தமாக ஒதுக்குவதும் சமன்.
தமிழை தமிழனே ஒதுக்கினால்,
தரணியில் தமிழ் தளர்ந்துவிடும்.
தமிழா தலை நிமிர் தமிழா!



Facebook:
Vijay Home Designe Gunaratnam
0176 7221 8466

G.Vijay Home Designer
Sauber- Professionell - Pünktlich-Preiswert
web.www.vijay-home-designer.de

உங்கள் வீடுகளை
சிறப்பாக வடிவமைக்க நாடுங்கள்!

சிறந்ததொழில் தேர்ச்சிபெற்வர்களால்
குறித்த நேரத்தில் குறைந்த செலவில்
நேர்த்தியாகச் செய்து தரப்படும்.

e.mail:G.Vijay@outlook.de
Kleiststrasse 07
41844 Wegberg
Germany

Inh.: Gunaratnam Vijayakumar
Telefon: +49 176 72 21 84 66

விமர்சிப்பவர்களே ஒவ்வொரு நாளும் இந்நிகழ்ச்சிக்குள் மூழ்கிப் போகின்றார்கள்?

- குறிஞ்சி நிலா

இன்று தமிழர்கள் வாழும் நாடுகளில் பரவலாகப் பேசப்படும் ஒரு நிகழ்ச்சி Bigg Boss இந்நிகழ்ச்சி எம்முடைய தமிழ்க் கலாச் சாரத்தை சீர்கெடுக்கும் நிகழ்ச்சி, வேலையில்லாதவர்களே இந்நிகழ்ச்சியைப் பார்க்கின்றார்கள் என்று பலரும் விமர்சனங்களைத் தந்தாலும், விமர்சிப்பவர்களே ஒவ்வொரு நாளும் இந்நிகழ்ச்சிக்குள் மூழ்கிப் போகின்றவர் களாகக் காணப்படுகின்றார்கள் என்பது உண்மையே.

என் பார்வையில் இந்நிகழ்ச்சி மனித மனங்களைப் பற்றிய ஆச்சரியத் தையே கொண்டுவருகின்றது. பல்வேறுபட்ட துறைகளிலுள்ள, பல்வேறுபட்ட பிரச்சினைகளுக்குள் வாழ்ந்த, பல்வேறுபட்ட குணாதிசயங்களுக்குள்ள மனிதர்களை ஒரு வீட்டுக்குள் 100 நாள்கள் அவர்களுக்குப் பிடித்த துறைகளுக்கான பொருள்களோ, விடயங்களோ எதுவுமில்லாமல், நேரத்தைக் காட்டும் மணிக்கூடு கூட இன்றி, 24 மணிநேரமும் கைத்தொலைபேசியுடன் அலைந்தவர்களின் கையில் எந்தவித தொலைத்தொடர்பு சாதனங்களும் இன்றி, தொலைக்காட்சி, கணனி இன்றி உலாவ விட்டால் எப்படி இருக்கும் என்பதை இந்த உலகம் பார்க்க வைக்கும் ஒரு நிகழ்ச்சியாகவே படுகின்றது. மற்றையவர் விடயங்களில் தலையிடுவார்கள். தம்முடைய கருத்துக்களை பிறர் மேல் திணிக்க முற்படுவார்கள். ஒருவரைப் பற்றி மற்றவர்களிடம் பேசுவார்கள். தம்முடைய கருத்துக்களே சரியென்று நிறுவ முற்படுவார்கள். இவ்வாறு மனித மனங்கள் வெளிச்சம் போட்டுக் காட்டப்படுகின்றன.

ஒவ்வொரு மனிதர்களுக்கும் வேறுபட்ட ஆசாபாசங்களும், கருத்துகளும், விருப்பு வெறுப்புக்களும் இருக்கின்றன. இவற்றை அவர்கள் வாழ்ந்த சூழலும், கற்ற கல்வியும், குடும்ப வளர்ப்பு முறையும், மரபணுக்களின் செல்வாக்குமே தீர்மானிக்கின்றன. இவர்களை ஒரு வீட்டுக்குள் எந்தவித வெளித் தொடர்புகளும் இன்றி அனுப்பினால் எப்படி இருக்கும் என்பதை எடுத்துக் காட்டுவதே இந்நிகழ்வாக இருக்கின்றது. இதிலிருந்து என் சிந்தனை விரிவு காணுகின்றது.

ஒரு அறையில் நல்ல கல்வி கற்ற, பண்பாளர்கள் மூவரை அடைத்து வைத்து அவர்களுக்கு 3 வேளை 3 சிறிய தட்டில் ஒரு வாரம் உணவு வழங்கப்பட்டது. அடுத்த வாரம் 2 தட்டாக மாற்றப்பட்டது. அதன் அடுத்த வாரம் 1 தட்டாக மாற்றப்பட்டது. ஒரு வேளை உணவே ஒரு தட்டில் வழங்கப்பட்டது. சிறிது சிறிதாக உணவு குறைக்கப்பட அந்த அறையில் ஒரு பிரளயமே ஏற்பட்டது. ஒவ்வொருவரும் பசி தாங்கமுடியாது ஆளையாள் உணவுக்காகச் சண்டை போட்டு ஒருவரை ஒருவர் தாறுமாறாக தாக்கத் தொடங்கினர். அறையெங்கும் சோற்றுப் பருக்கைகள் வீசப்பட்டன. உணவுக்காக நாய்கள் அடிபட்டுக் கொண்டது போல் இவர்கள் நடந்து கொண்டார்கள். பசி வந்தால் பத்தும் பறந்து போம் என்பார்கள். அந்த பத்தில் பண்பு கூட பறந்து போய்விடும். சந்தர்ப்பம் சூழ்நிலை மனிதர்களை பண்பற்றவர்களாக மாற்றிவிடும். அவர்களுக்குள் இருக்கும் மிருகக் குணம் விழித்துக் கொள்ளும். பண்பற்ற குணம் வெளியே வரும்.

1972 ஆம் ஆண்டு ஒரு விமானம் திடீரெனக் காணாமல் போனது. இவ்விமானத்தை யாராலும் தேடிக் கண்டு பிடிக்க முடியாமல் போனது. 90 நாட்களின் பின்பு சில மனிதர்களுடன் ஒரு பனி படர்ந்த, எந்தவித வெளித் தொடர்புகளையும் ஏற்படுத்த முடியாத ஒரு மலைப்பிரதேசத்தில் கண்டுபிடிக்கப்பட்டது. அவ்விமானத்தில் பிரயாணம் செய்தவர்களில் சிலர் இறந்துவிட மீதமுள்ளவர்கள் சிலரே உயிரோடு இருந்தார்கள். சூழவுள்ள பகுதிகளில் பனி படர்ந்த மலைப்பிரதேசங்களே இருந்த காரணத்தினால், உயிர் தப்பியவர்கள் வாழ்வதற்கு உணவை எங்கேயிருந்து பெற்றார்கள் என்று கேட்டபோது, இருந்த உணவெல்லாம் தீர்ந்து போக பசியால் ஒருவரை ஒருவர் கொன்று தின்றே வாழ்ந்திருக்கின்றார்கள். விமானத்தில் பயணம் செய்தவர்கள் அக்காலத்தில் படித்தவர்களாக இருந்திருக்க வேண்டும். ஆளுக்காள் சண்டை செய்து கொல்வதை விட்டு எல்லோருடைய பெயரையும் சீட்டில் எழுதி, அதில் 3 சீட்டுகளை எடுத்து அச்சீட்டில் பெயர் உள்ளவர்களை கொன்று உண்டிருக்கின்றார்கள். மனிதன் தன் தேவைக்காக எந்தளவு கேவலமாக பிணந்தின்னும் கழுகாகவும் மாறிப் போவான் என்பதற்கு இது சான்றாக அமைகின்றது. இவ்வாறான மனிதர்கள் அனைவரும் அடிப்படையில் கேவலமானவர்கள் இல்லை. சந்தர்ப்பம் சூழ்நிலையானது மனிதனை இவ்வாறான நிலைக்குக் கொண்டு செல்லும் என்பதே உண்மை.

மனிதர்களுக்குள் இரண்டு பக்கம் இருக்கும் என்பார்கள். அதன் ஒரு பக்கம் உறங்கிக் கொண்டிருக்கும். சந்தர்ப்பம் சூழ்நிலை வாய்க்கும் போது விழித்துக் கொள்ளும் உதாரணத்திற்கு ஒரு தாய் பிறரிடம் பேசும் போது என்னுடைய பிள்ளை குழப்படி செய்தால் நான் அடிப்பதில்லை, பேசி தவறைப் புரிய வைப்பேன். பிள்ளை என்னுடைய உயிர் கை வைக்க எப்படி மனம் வரும் என்பாள். ஆனால், சில சந்தர்ப்பத்தில் பிள்ளையின் குழப்படியைப் பொறுக்க முடியாது ஓங்கி அடித்துவிடுவாள். பின் நிதானித்து பிள்ளையைத் தூக்கி அணைத்துத் தடவிக் கொடுப்பாள். ரெமோ என்ற படத்தில் விக்ரம் இரு வேறுபட்ட குணாதிசயங்களை மாறி மாறி வெளிக்காட்டுகின்றார் இதை வைல என்பார்கள். சிலருக்கு வெளிப்படை யாக இம்மாறு பட்ட குணாதிசயங்கள் வெளிப்படும். எத்தனையோ பிரபலங்கள் தமக்குப் பிடித்த பொருளைக் களவாடியிருப்பதாகச் சொல்லியிருக் கின்றார்கள். அடக்கமும் பொறுமையும் கொண்ட கண்ணகி மதுரையையே எரிக்கும் பெண்ணாகின்றாள். அவளுக்குள் அடங்கியிருந்த ஆவேசம் தன்னுடைய கணவன் கள்வன் என்று சொன்னபோது வெளிவருகின்றது.

இவ்வாறு மனிதனுக்கு மனிதன் வேறுபட்ட குணாதிசயங்களைக் கொண்டவனாக இருக்கின்றான்.

இவ்வாறான மனிதர்கள் அனைத்து விடயங்களிலும் ஒத்துப் போவார்களா என்றால் அதுதான் இல்லை. கூடப்பிறந்த சகோதரர்கள் கூட கருத்து வேறுபாடுள்ளவர்களாகவே காணப்படுவார்கள். அதைத்தானே ஐந்து விரல்களும் ஒரு மாதிரி இல்லை என்று சொல்வார்கள். நல்ல நண்பன் என்று சொன்னாலும், அவர்களிடையே விட்டுக் கொடுப்புடனேயே நட்புத் தொடர்கின்றது என்பதை ஏற்றுக் கொள்ள வேண்டும். பொருந்தாத அமைப்புக்களும், பொருந்தாத திருமண வாழ்க்கையும், பொருந்தாத உறவுகளும் என்றோ ஒருநாள் முறிந்துதான் போகின்றன. இவற்றுக்கெல்லாம் அடிப்படைக் காரணம் ஒவ்வொரு மனிதர்களுக்குள்ளும் ஒளிந்திருக்கும் மனமே. எனவே மனிதர்களை இப்படியானவர்கள் என்று நாம் தீர்ப்பளிக்க முடியாது. மனித மனங்கள் எந்த நேரம் எப்படி மாறும் என்று யாராலும் கூற முடியாது. மனம் ஒரு குரங்கு. மனித மனம் ஒரு குரங்கு. நமக்குள்ளே இருந்து கொண்டு நன்மை தராது என்று கண்ணதாசன் பாடியிருக்கின்றார்

ரஜினி "பொம்பள பொறுக்கி" என்று பேர் வாங்கக்கூடாது எனக் கவலைப் பட்டவர்: சிவக்குமார்

தனது பெயர் கெட்டுப்போகாமல் இருக்க நடிகர் சிவகுமார் அக்கறையுடன் உதவியதாக நடிகர் ரஜினிகாந்த் தெரிவித்துள்ளார். கே.வி.ஆனந்த் இயக்கத்தில் சூர்யா நடித்துள்ள படம் காப்பான். மோகன்லால், ஆர்யா, சாயிஷா உள்ளிட்டோர் நடித்துள்ள இப்படத்தின் இசை வெளியீட்டு விழா கடந்தமாதம் சென்னையில் நடைபெற்றது. ரஜினி, ஷங்கர் ஆகியோர் சிறப்பு விருந்தினர்களாக கலந்துகொண்டு இசையை வெளியிட்டனர். விழாவில் பேசிய நடிகர் ரஜினிகாந்த், தன்னை பொம்பள பொறுக்கி என யாரும் கூறிவிடக்கூடாது என்பதற்காக சிவக்குமார் அக்கறையுடன் செயல்பட்டதாகக் கூறினார்.

நடிகர்சிவகுமார் தன் வீட்டுல ரெண்டு செடிகளை நல்ல நல்ல உரங்களைப் போட்டு வளர்த்தார். அந்த ரெண்டு செடிகளும் மரமான பிறகு, பணத்தை மட்டும் காய்க்கல... நல்ல பெயர், புகழ், செல்வாக்குனு எல்லாமே கொடுத்தது. அந்தச் செடிகள்தான் சூர்யாவும், கார்த்தியும்.

சிவகுமார் உடன் "கவிக்குயில்", "புவனா ஒரு கேள்விக்குறி" இரண்டு படங்கள் நடித்துள்ளேன். "கவிக்குயில்" படப்பிடிப்பில் ஸ்ரீதேவி, படாபட் ஜெயலக்ஷ்மி இருவருடனும் பேசிக்கொண்டேஇருப்பேன். "எப்போ பார்த்தாலும் பொண்களுடன் பேசிக்கிக்கொண்டு இருக்கிறாய் ஏதாவது புத்தகத்தைப் படி, எழுது" என்று சிவகுமார் என்னைத் திட்டுவார். "நான் என்ன சார் பண்றது... அவங்கதான் பேசுறாங்க என்று சொன்னேன்.

ஆவர்கள் என்னுடன் பேசுறாங்களா? ஏன்று கேட்டார். ஏன் அவர்கிட்ட பேசமாட்டிங்கள் என்று நடிகைகள் இடம் கேட்டேன். சிவகுமார் சார் கோபப்படவில்லை என்றால் சொல்றேன். அவர்கிட்ட பேச ஆரம்பிச்சா, 100 பூவோட பெயரைச் சொல்ல ஆரம்பிச்சிடுவார் என்று சொன்னார்கள்.

அடுத்து, "புவனா ஒரு கேள்விக்குறி" படப்பிடிப்பில் ஒரு சம்பவம். ஒருநாள் எனக்கு காட்சிகள் இல்லை என்று சொல்லிவிட்டார்கள். சரி என்று நானும் சுமத்ராவும் பேசிக்கிட்டு இருந்தோம். கொஞ்சநேரத்தில் ஒரு உதவி இலக்குனர் வந்து கையில் இரண்டு பக்க வசனம் கொடுத்து, "இதை ரெடி பண்ணிவைக்கவும் சூரியன் மறையும்போது எடுக்வேண்டும் என்றார்.. சொல்லிட்டுப் போயிட்டார். மனப்பாடம் பண்ணினேன்: எல்லாமே திருக்குறள் மாதிரி இருக்கு. சரினு நானும் தனியா வந்து ஒரு மரத்தடியில் சேர் போட்டு உட்கார்ந்து, சாப்பிடாமகூட மனப்பாடம் பண்ணிக்கொண்டு இருந்தேன். மாலை ஆகிவிட்டது. பேக்-அப் சொல்லிட்டாங்க. அந்த சீனை எடுக்கவே இல்லை. அப்புறம் சிவக்குமார் சார் வந்து, படத்துல இந்த சீனே கிடையாது. நீ ரொம்ப நேரம் அவங்ககூட பேசிக்கிட்டு இருந்ததை வேற யாராவது பார்த்து உன்னை பொம்பளப் பொறுக்கின்னு சொல்லிடக்கூடாதுல்ல. அதனாலதான், நான் இதைக் கொடுக்கச் சொன்னேன்" என்று சொன்னார். சக நடிகன் கெட்டபெயர் வாங்கக் கூடாது எனஅக்கறை அவருக்கு எப்போவும் இருக்கும்", என ரஜினி சொன்னதும் அரங்கமே ஆர்ப்பரித்தது

உலகு எங்கும் வலம்வர
தரமான விமானப் பயணத்திற்கு

EurAsian - Tours

Rishi Ganeshamoorthy
Rishi 0174 96 44 965
துரித பண மாற்றுச் சேவை!
VALUTRANS MONEY TRANSFER

Tel:02131 73 87 83 Fax: 02131 73 87 84
Further Str. 156
41462 Neuss
info@eurasian-tours.com

LITTLE INDIA வின் மற்றுமொரு சேவை...
Tel: 02131 273 692
இந்தியா– இலங்கை– விசா பெற்றுத்தரப்படும்!

Jasmine Silk House

கேவலார் தேவாலய வாளகத்தில் எங்கள்
மாபெரும் அதிரடி மலிவு விற்பனை!
10.08.2019

பட்டுப்புடவைகள் அதிரடி மலிவு விலையில்
100€ சேலைகள் 20€,30€மட்டுமே
இமிரேஷன் நெக்கிலஸ் 25€ 5€ மட்டுமே

HP:0173 1937 325
Tel:02102 844744 'Jasmin Silk House" Fester Str.50- 40882 Ratingen

ASIA BAZAR

துரித பண மாற்றுச் சேவை!
Ria Money Transfer
MoneyGram
VALUTRANS

ஆசிய,ஆபிரிக்கஉணவுவகைகள்
வியாழன் சனிக்கிழமை தோறும்
இலங்கை,இந்திய உடன் மரக்கறிவகைகள்
கடல் உணவுப் பொருட்கள்.இன்னும் பல...

உரிமையாளர்:
பா.கணேஷ்

An der Stadt Mauer 2-4
41061 Mönchengladbach
Tel:02161 208303 Fax:02161-309282

Stuttgart நகரில்...

Pirruntha Silks

கேவலார் தேவாலய வாளகத்தில் எங்கள்
மாபெரும் அதிரடி மலிவு விற்பனை!
10.08.2019

தரம்மிக்க தங்க நகைகள் நங்கையர் விரும்பும்
நவீன டிசைன்களில் அமைந்த
சேலைகள் மற்றும் இமிரேசன் நகைகள்
அனைத்திற்கும் நீண்டகாலநம்பிக்கை
மிக்க ஸ்தாபனம்

0170 334 4059
பிருந்தாஸ்
Ludwig str.87a - 70197 Stuttgart Tel: 0711 615 8976

Photography Cinematography Album Making Graphic Designing
Wedding Events Live Birthday Saree Ceremony Graphic Design Printing

AKR Visualizers

PHOTOGRAPHY AND CINEMATOGRAPHY
professional photography & cinematography

+49 231 1087 6361
+49 162 803 1647
akrvisualizers
akrvisualizers
akrvisualizer@gmail.com
Rheinische Str. 72
44137 Dortmund

SARAVANAA BHAVAN®

WORLD'S NO.1 INDIAN VEGETARIAN RESTAURANT CHAIN

069-97 693 374
info@saravanaabhavan.de
Kaiserstraße 66, 60329 Frankfurt am Main

India | Singapore | Malaysia | Thailand | Hong Kong | U.A.E. | K.S.A. | Oman | Qatar | Bahrain | Kuwait | U.K. | France | Germany | Australia | South Africa | Canada | U.S.A.

Dortmund மாநகரில்

StaR Impex :
Inh :K.Sivasubramaniam

Franziusstrasse 150 (Tor 3)
DE:44147 Dortmund
Tel:0231 860 2696
Fax:0231 860 2698

தாயக மரக்கறிகள்
பழவகைகள் மற்றும்
உணவுப் பொருட்களை
மொத்தமாக
பெற்றுக்கொள்ள
நாடுங்கள்

Öffnungszeiten:
Mo-Fr: 10.30-19.30
Sa: 09.30-18.00

Star - Impex

Asiatische & Afrikanische
Lebensmittel Grosshandel
Lebensmittel Grosshandel e.K.
Franziusstrasse 150 (TOR 3) DE - 44147 Dortmund
Tel : 0231/8602696 Fax : 0231/8602698
E-mail : Info@star-impex.de Web : www.star-impex.de