

நேர்ம்புறம் நபர்கள் விளம்பரத்தில் மோசமான யத்தால் அவமானம்: பொலிஸாருக்கு அழகான செல்வி எதெநு அனுப்பிய குற்றவாளர்



ஒருவர் தான் செய்த குற்றத்திற்காக அவமானாக உணர்வதாக கூற கேட்கப்பட்டிருப்போம். ஆனால் அமெரிக்காவை சேர்த்த டோனால்ட் பாக் என்பவர் தேடப்பட்டு குற்றவாளிகள் விளம்பரத்தில் தனது படம் மோசமாக இருப்பதால் அவமானம் அடைத்தாக தெரிவித்தனர்.

டோனால்ட், தலையெடுப்பு மற்றும் பொது செய்துகண்ட சேதப்படுத்திய குற்றத்திற்காக ஒலியோ மாகானத்தின் விரா நாக் பொலிஸார் தேடப்பட்டு வரும். வாடா நாக் பொலிஸார் சமீத்தில் தேடப்பட்டு குற்றவாளிகள் புகைப்படங்களை இணையத்தில் வெளியிட்டது.

இந்திலையிலில் இணையத்திலை தனது கூடுமிக்கப்பட்டதை பார்த்த டோனால்ட் புக் கடும் அதிக்கியடைத்தார். அந்த புகைப்படத்தில் தன் முகம் மக்கும் மோசமாக, கோரமாக இருப்பதாக நினைத்த அவர், தனது காரிக் அமர்ந்தப்பட்டு ஒர் அழகான செல்வியை ஏடுத்து பொலிஸாருக்கு அனுப்பியுள்ளார்.

டோனால்ட் புக் அனுப்பிய புகைப்படத்தை ஏற்றுக்கொண்டு நன்றி தெரிவித்து தன்னும் பொலிஸார், தேடப்பட்டு வந்து ஆஜாகும்படி கேட்டுக்கொண்டுள்ளனர்.

கெமருன் பள்ளிவாசலில் தற்காலை தாக்குதல்:

மத்திய ஆயிரிக்க நாடுகளில் ஒன்றான கெமருனிலுள்ள டோகோவை நகரில் கூறுதல் தற்காலைப்படை தீவிராகி நடத்திய மனித வெடிகுன்டு தாக்குதலில் 10 பேர் பலியாகினர்.

தெர்தியாவில் வன்முறை வெறியாட்டங்கள் மூலம் அட்டுக்கொண்டு வருகிறது. விரிவாகம் மிகவும் உயர்வாட்டங்களை ஏற்படுத்தி வருகிறது. விரிவாகம் மிகவும் உயர்வாட்டங்களை ஏற்படுத்தி வருகிறது.

வினாவெளித்துறையில் ரஷ்யர் கண நாம் முத்தி 60 ஆண்டுகள் ஆகி விட்டது. நாம் அறிவியல் பற்றி பேசுவதில்லை.

அமை. வை தாக்குவதற்காக அனு ஆயுத பலத்தை மேலும் விரிவுபடுத்துவோம் வடகொரிய ஜாசீபாதி அந்ரூடி அறிவியல்

வடகொரியாவின் அனு ஆயுத பலத்தை மேலும் விரிவுபடுத்துவோம் என அந்தாடின் ஜாசீபாதி கிம் ஜோங் உன் அறிவித்துள்ளார்.

ஐக்கிய நாடுகள் சுவர்கள் சுவர் தேசு அமைக்கப்பட்டு வருதல் தன் சுட்டத்தை மீறிய வகையில் கடந் தவாரம் க்கிடிவாய்த் தெற்றான் குண்டை வெட்டது வடகொரியா பரிசோதாக தாக்குதலில் 10 பேர் பலியாகினர். நெற்றியாவில் வன்முறை வெறியாட்டங்கள் மூலம் அட்டுக்கொண்டு வருகிறது. விரிவாகம் மிகவும் உயர்வாட்டங்களை ஏற்படுத்தி தாக்குதலில் 10 ஆண்டுகளில், 10 ஆண்டுகளுக்கு என்ன செய்ய வேண்டும் என்பதில் தான் நான் கவனம் செய்யும் தெருக்கிறேன். நான் தீவிர வெறை வரும்பக்கூல்களை உயர்வாட்டுக்கொண்டும். அடுத்த ஆண்டுகளுக்கு என்பதை வெண்டும். இன்னும் நிறை உள்ளன இருந்தும் தேர் தல் சமயம் என்பதால் நாம் அனைவரும் இரண்டாம் இனால் வெண்டும்.

இதுவரை அமெரிக்காவில் நிறை உயர்வாட்டுக்காக முக்கியமாக புகைப்பட்டு வருகிறது. விரிவாகம் மிகவும் உயர்வாட்டுக்காக முக்கியமாக புகைப்பட்டு வருகிறது. விரிவாகம் மிகவும் உயர்வாட்டுக்காக முக்கியமாக புகைப்பட்டு வருகிறது. விரிவாகம் மிகவும் உயர்வாட்டுக்காக முக்கியமாக புகைப்பட்டு வருகிறது.

வினாவெளித்துறையில் ரஷ்யர் கண நாம் முத்தி 60 ஆண்டுகள் ஆகி விட்டது. நாம் அறிவியல் பற்றி பேசுவதில்லை.

ஆயாந்தில் இராம் கோயில் கட்டுமரு இலாங்கள் கூடும் சுநீமானினார் சூரவ முஸ்லிம் ராஷ்மையிய மஞ்ச அமைப்பு அறிவியல்

(திருச்சி சுறைநிலை கூரியிட)

"70 முதல் 80 உலகர்களை அழைத்து பேசினோம். அதில் 65 சதவீதம் பேர் அயோக்கில் இராமர் கோயில் கட்டுவதற்கு ஆதாரவளிக்குள்ளனர். அவைகளுக்கு தரம்பினார்கள் ஒக்டூபரம்படியுடன் அயோக்கி மிக் ராமர் கோயில் கட்டப்படும்" என ஆர்எஸ்.எல். முஸ்லிம் பிரிவான மூல விம் ராஷ்மையிய மஞ்ச அமைப்பின் தேசிய அமைப்பாளர் முகம்பது அப்ஸல் அறிவித்துள்ளார்.

பேசும் அனைவரின் ஒத்துழைப்பு மற்றும் நம்பிக்கையை பெற்று அயோக்கில் இராமர் கோயில் கட்டப்படும். இதற்காக முஸ்லிம்கள் மற்றும் பிரத்தினிடைப்பாடு பேசுகின்ற நடத்தப்படும் என்றும் அப்ஸல் தெரிவித்துள்ளார்.

என்கிட அமைப்புடன் தொடர்புடைய பெரும்பாலும் மாகாக்கள் அமைக்கில் கோயில் கட்டப்படுவது அவசியம் என கருதுகின்றனர். இராமர் கோயில் தொடர்பான வழக்கில் உத்திரவிடும் உயர் நிதிமந்திரம் தீர்ப்பு முங்கையை போது 70 முதல் 80 உலகர்களை அழைத்து பேசினோம். அதில் 65 சதவீதம் பேர் அயோக்கில் கோயில் கட்டுவதற்கு தெரிவித்துள்ளார்.

மேலும், நாட்டில் ஈக்கிப்படுத்தை இல் வாத நிலை நிலவுதாக கூறுவதை மறுக்க அப்பில் அயோக்கில் சர்க்கைக்குட்டப்பட்டு பகுதியில் தற்காலிக் இராமர் கோயில் கட்டப்பட்டுள்ளதே இதற்கு அனுப்பிய குற்றவாளர் விளம்பராக்கி போகி கப் பக் குற்றமாக வெளிப்பட்டதாக சுரங்க பூர்திப்பட்டதை குற்றுமாக போன்று கொடுக்கிறார்கள்.

பய்ஸ்கரவாத்தை வேறுக்க வேண்டும்

கடைசி உரையில் பொமா சூநரை

"பய்ஸ்கரவாத்தை வேறுக்க வேண்டும். துப்பாக்கி கலாசாரத்திலிருந்து நமது குழந்தைகளைப் பாதுகாக்க வேண்டும்" என அமெரிக்க ஜானாதிபதி ஒபாமா தெரிவித்துள்ளார்.

அமெரிக்க பாராஞ்சுமற்ற கூட்டத்தில் தனது கவை நிகழ்த்திய பொமா இடனை தெரிவித்தார். அமெரிக்க ஜானாதிபதி ஒபாமா தெரிவித்துள்ளார்.

அமெரிக்க பாராஞ்சுமற்ற கூட்டத்தில் தனது கவை நிகழ்த்திய பொமா இடனை தெரிவித்தார். அமெரிக்க ஜானாதிபதி ஒபாமா தெரிவித்துள்ளார்.

அமெரிக்க பாராஞ்சுமற்ற கூட்டத்தில் தனது கவை நிகழ்த்திய பொமா இடனை தெரிவித்தார். அமெரிக்க ஜானாதிபதி ஒபாமா தெரிவித்துள்ளார்.

அமெரிக்க பாராஞ்சுமற்ற கூட்டத்தில் தனது கவை நிகழ்த்திய பொமா இடனை தெரிவித்தார். அமெரிக்க ஜானாதிபதி ஒபாமா தெரிவித்துள்ளார்.

அமெரிக்க பாராஞ்சுமற்ற கூட்டத்தில் தனது கவை நிகழ்த்திய பொமா இடனை தெரிவித்தார். அமெரிக்க ஜானாதிபதி ஒபாமா தெரிவித்துள்ளார்.

அமெரிக்க பாராஞ்சுமற்ற கூட்டத்தில் தனது கவை நிகழ்த்திய பொமா இடனை தெரிவித்தார். அமெரிக்க ஜானாதிபதி ஒபாமா தெரிவித்துள்ளார்.

அமெரிக்க பாராஞ்சுமற்ற கூட்டத்தில் தனது கவை நிகழ்த்திய பொமா இடனை தெரிவித்தார். அமெரிக்க ஜானாதிபதி ஒபாமா தெரிவித்துள்ளார்.

அமெரிக்க பாராஞ்சுமற்ற கூட்டத்தில் தனது கவை நிகழ்த்திய பொமா இடனை தெரிவித்தார். அமெரிக்க ஜானாதிபதி ஒபாமா தெரிவித்துள்ளார்.

அமெரிக்க பாராஞ்சுமற்ற கூட்டத்தில் தனது கவை நிகழ்த்திய பொமா இடனை தெரிவித்தார். அமெரிக்க ஜானாதிபதி ஒபாமா தெரிவித்துள்ளார்.

அமெரிக்க பாராஞ்சுமற்ற கூட்டத்தில் தனது கவை நிகழ்த்திய பொமா இடனை தெரிவித்தார். அமெரிக்க ஜானாதிபதி ஒபாமா தெரிவித்துள்ளார்.

அமெரிக்க பாராஞ்சுமற்ற கூட்டத்தில் தனது கவை நிகழ்த்திய பொமா இடனை தெரிவித்தார். அமெரிக்க ஜானாதிபதி ஒபாமா தெரிவித்துள்ளார்.

அமெரிக்க பாராஞ்சுமற்ற கூட்டத்தில் தனது கவை நிகழ்த்திய பொமா இடனை தெரிவித்தார். அமெரிக்க ஜானாதிபதி ஒபாமா தெரிவித்துள்ளார்.

அமெரிக்க பாராஞ்சுமற்ற கூட்டத்தில் தனது கவை நிகழ்த்திய பொமா இடனை தெரிவித்தார். அமெரிக்க ஜானாதிபதி ஒபாமா தெரிவித்துள்ளார்.

அமெரிக்க பாராஞ்சுமற்ற கூட்டத்தில் தனது கவை நிகழ்த்திய பொமா இடனை தெரிவித்தார். அமெரிக்க ஜானாதிபதி ஒபாமா தெரிவித்துள்ளார்.

அமெரிக்க

எடையை நுறைக்க முதியாது

பார்த்துவேலை



சி ல் நேரங்களில், உடல் எடையைக் குறைக்க நாம் என்ன தான் டய்டில் இருந்து, நன்மூட் உடற்பிரிசியை தவறாமல் செய்து வந்தாலும், எடையைக் குறைக்க முதியாமல் இருப்போம். அது ஏன் என்று தெரியுமா? எவ்வளவு டய்டில் இருந்தாலும், நாம் நம் உணவில் நம்மை அறியாமல் சில உணவுப் பொருட்களை சேர்த்து வருவோம். சரி இப்பேது உடலை குறையவிடாமல் தடுக்கும் அந்த உணவுப் பொருட்களை பார்க்கலாம்.

* சமயயீல் எண்ணெய்யில் ஒமேகா-6, பேட்டி அமிலம் அதிக அளவிலும், ஒமேகா-3, பேட்டி அமிலம் குறைவான அளவிலும் உள்ளது. ஒபேட்டி அமிலங்களில் இப்படி ஏற்றதாற்பு இருப்பதால், அதன் காரணமாக உடலினுள் அழுதி ஏற்பட ஆரம்பிக்கும். எனவே சரிசம் அளவில் அத்தியாவசிய ஒபேட்டி அமிலங்கள் நிறைந்த ஆவில் ஆயிலையோ அல்லது ஆயிலை என்னெயையோ தேர்ந்தெடுத்துப் பயன்படுத்துகின்து.

* எண்ணெய்யில் பொரித்த உணவுகள், பேக்கிக் செய்யப்பட்ட உணவுகள், பாக்கீட் உணவுகள், அவசர உணவுகளில் தான் அதிகம் இருக்கும். இந்த கொழுப்புக்கள் கெட்ட கொழுப்புக்கள். இவை உடலினுள் சென்றால் நல்ல கொழுப்புக்கள் அனுபவ குறைந்து, உடலினுள் அழுதி ஏற்பட்டு, எனது அதிகப்படி, நிதிப்பு, உயர் இந்த அழுதும் போன்றவற்றை நந்திக்கி தெரிந்து.

* பால் பொருட்களை எடையைக் குறைக்கும் போது எடுத்து வந்தால், அதுவே உயிர்களுக்கு தடையை ஏற்படுத்தும்.

* பதப்படுத்தப்பட்ட உணவுகள் மற்றும் மாட்டிரைசி களில் Neur5Gc என்னும் பொருள் உள்ளது. இந்த உணவுகள் இதுவும் நோய், புற்றுநோய் போன்றவற்றையும் ஏற்படுத்தும். குறிப்பாக இந்த வகை உணவுகள் உடல் பருமனை உண்டாக்கும்.

* உணவில் சிற்று சர்க்கரையை சேர்த்தாலும் அதனால் நீரிலிப், புற்றுச்சைத்தை மற்றும் உடல் பருமன் போன்றவை ஏற்படும். என்ன தான் நீங்கள் டய்டில் இருந்து சர்க்கரை சேர்க்காமல் இருந்து, கடைகளில் விற்கப்படும் டய்ட் சோடாக்கள், ஜஸ்ஸ், மிளக் ஷேக் போன்றவற்றைக் குடித்து வந்தாலும், அதிக உள்ள குத்திகரிக்கப்பட்ட சர்க்கரையினால் உடல் எடையை அதிகரிக்கும்.

* குத்திகிக்கப்பட்ட (மைதா) சுக்கரிகள் எந்த ஒரு குத்துக்களும் இருக்காது. எனவே பாஸ், நூட்டிஸ், சோரூ, பாஸ்தா, போன்ற வற்றை டய்டில் இருக்கும் போது தவிர்த்திக்கூடுகின்து.

அந்தாங்க பிரச்சினைகளை தீர்க்கும் கிடைமருத்துவம்

பா வியல் தொடர்பான பிரச்சினைகளைத் தீர்க்கும் பல்வேறு மூலிகைகள் சித்த மறந்து வந்திருப்பதை உள்ளன. ஹார்மோன் மாறுபாடுகள், கூன் கூன்பொருள்கள் உறுப்பில் ஏற்படும் பந்தியுகள், குரோமோசோம் மாறுபாடுகள், பால்வினை நோய்கள், மனதில் மாறுபாடுகள், புகைப்பிழை தல், மது மற்றும் போதுப் பலருடுகள் குறைக்கும் அதிமையாதல், திறுக்கமான உள்ளாடல் அண்டுகளை அண்டுக்கும் பொதுவாக பாலியல் குறைபாடுகள் வருகின்றன. இவற்றை தீர்க்க சித்த மறுத்துவதை மகத்தான் வழிகள் பல உள்ளன.

சித்த மறுத்துவத்தில் எளிய நீர்வுகள்

* தாமரைப்பூவின் மகறந்தப் பொடியுடன் சர்க்கரை, தேன் கவந்து சுப்பிடலாம்.

* துவக்கும், முருங்கைப்பூ இரண்டைப்பு, முருங்கைப்பூ ஒரு கைப்பிழை எடுத்து தெய், வெங்காயம் சேர்த்து குத்து உண்ணலாம்.

* பூஞ்சிக்காலி வினை, நெல்வி வத்துவை இவற்றைச் சம அனுபவ எடுத்துப் பொடித்து, ஒரு தேக்கருண்டி எடுத்து சர்க்கரை கவந்து உண்டுவரவாம்.

* சம அனுபவ நீர்முள்ளி வினை, மாதுவை வினையைப் பொடித்து, ஒரு தேக்கருண்டி வெண்ணெய்துன் கவந்து கொடுக்கலாம்.

சேர்த்து ஒரு ஸ்பூன் காப்பிடலாம்.

* நிலப்புசுசீகி கிழங்கின் சாருடன் பால், சர்க்கரை சேர்த்து உண்ணலாம்.

* நிலப்பளைக் கிழங்கைப் பொடித்து, ஒரு தேக்கருண்டி எடுத்துப் பால், சர்க்கரை கவந்து உண்ணலாம்.

* சம அனுபவ நீர்முள்ளி வினை, மாதுவை வினையைப் பொடித்து, ஒரு தேக்கருண்டி வெண்ணெய்துன் கவந்து கொடுக்கலாம்.

உணவில் சேர்க்க வேண்டியவை

முந்திரிப்பகுப்பு, பாதாம் பகுப்பு, பிஸ்தா, முருங்கைப் பிஞ்சு, மாதுவைப்பழம், மாப்பழம், பலைப் பிஞ்சு, பலைக்காய், பலைக்காய், எலுமிச்சம்பழம், பச்சளை, அரக்கிரை, கொத்துமல்லிக் கிரை, கோதுவை, சுவ்வரிசி, உளுந்து, வெந்தயம், நிலக்கடலை முதலியை வைக்கவை உணவில் சேர்த்து வந்தால் நல்ல பலவுகள் உண்டுவரவாம்.

அதிகம் காரமிக் உணவு, துவக்கும் உணவுகளை எடுத்துப் பொடித்து, ஒரு தேக்கருண்டி வெண்ணெய்துன் கவந்து கொடுக்கலாம்.

அதிகம் காரமிக் உணவு, துவக்கும் உணவுகளை எடுத்துப் பொடித்து, ஒரு தேக்கருண்டி வெண்ணெய்துன் கவந்து கொடுக்கலாம்.

அதிகம் காரமிக் உணவு, துவக்கும் உணவுகளை எடுத்துப் பொடித்து, ஒரு தேக்கருண்டி வெண்ணெய்துன் கவந்து கொடுக்கலாம்.

அதிகம் காரமிக் உணவு, துவக்கும் உணவுகளை எடுத்துப் பொடித்து, ஒரு தேக்கருண்டி வெண்ணெய்துன் கவந்து கொடுக்கலாம்.

அதிகம் காரமிக் உணவு, துவக்கும் உணவுகளை எடுத்துப் பொடித்து, ஒரு தேக்கருண்டி வெண்ணெய்துன் கவந்து கொடுக்கலாம்.

அதிகம் காரமிக் உணவு, துவக்கும் உணவுகளை எடுத்துப் பொடித்து, ஒரு தேக்கருண்டி வெண்ணெய்துன் கவந்து கொடுக்கலாம்.

அதிகம் காரமிக் உணவு, துவக்கும் உணவுகளை எடுத்துப் பொடித்து, ஒரு தேக்கருண்டி வெண்ணெய்துன் கவந்து கொடுக்கலாம்.

அதிகம் காரமிக் உணவு, துவக்கும் உணவுகளை எடுத்துப் பொடித்து, ஒரு தேக்கருண்டி வெண்ணெய்துன் கவந்து கொடுக்கலாம்.

அதிகம் காரமிக் உணவு, துவக்கும் உணவுகளை எடுத்துப் பொடித்து, ஒரு தேக்கருண்டி வெண்ணெய்துன் கவந்து கொடுக்கலாம்.

அதிகம் காரமிக் உணவு, துவக்கும் உணவுகளை எடுத்துப் பொடித்து, ஒரு தேக்கருண்டி வெண்ணெய்துன் கவந்து கொடுக்கலாம்.

அதிகம் காரமிக் உணவு, துவக்கும் உணவுகளை எடுத்துப் பொடித்து, ஒரு தேக்கருண்டி வெண்ணெய்துன் கவந்து கொடுக்கலாம்.

அதிகம் காரமிக் உணவு, துவக்கும் உணவுகளை எடுத்துப் பொடித்து, ஒரு தேக்கருண்டி வெண்ணெய்துன் கவந்து கொடுக்கலாம்.

அதிகம் காரமிக் உணவு, துவக்கும் உணவுகளை எடுத்துப் பொடித்து, ஒரு தேக்கருண்டி வெண்ணெய்துன் கவந்து கொடுக்கலாம்.

அதிகம் காரமிக் உணவு, துவக்கும் உணவுகளை எடுத்துப் பொடித்து, ஒரு தேக்கருண்டி வெண்ணெய்துன் கவந்து கொடுக்கலாம்.

அதிகம் காரமிக் உணவு, துவக்கும் உணவுகளை எடுத்துப் பொடித்து, ஒரு தேக்கருண்டி வெண்ணெய்துன் கவந்து கொடுக்கலாம்.

அதிகம் காரமிக் உணவு, துவக்கும் உணவுகளை எடுத்துப் பொடித்து, ஒரு தேக்கருண்டி வெண்ணெய்துன் கவந்து கொடுக்கலாம்.

அதிகம் காரமிக் உணவு, துவக்கும் உணவுகளை எடுத்துப் பொடித்து, ஒரு தேக்கருண்டி வெண்ணெய்துன் கவந்து கொடுக்கலாம்.

அதிகம் காரமிக் உணவு, துவக்கும் உணவுகளை எடுத்துப் பொடித்து, ஒரு தேக்கருண்டி வெண்ணெய்துன் கவந்து கொடுக்கலாம்.

அதிகம் காரமிக் உணவு, துவக்கும் உணவுகளை எடுத்துப் பொடித்து, ஒரு தேக்கருண்டி வெண்ணெய்துன் கவந்து கொடுக்கலாம்.

அதிகம் காரமிக் உணவு, துவக்கும் உணவுகளை எடுத்துப் பொடித்து, ஒரு தேக்கருண்டி வெண்ணெய்துன் கவந்து கொடுக்கலாம்.

அதிகம் காரமிக் உணவு, துவக்கும் உணவுகளை எடுத்துப் பொடித்து, ஒரு தேக்கருண்டி வெண்ணெய்துன் கவந்து கொடுக்கலாம்.

அதிகம் காரமிக் உணவ

உள்ளுராட்சிமன்றங்களின் பதவிக்காலம் வேறுகாரணங்களாலும் நீடிக்கப்பட்டது



அவசர காலச்சட்டத்தினால் மட்டுமன்றி வேறு காரணிகளாலும் உள்ளுராட்சி மன்றங்களின் பதவிக்காலம் நீடிக்கப்பட்டுள்ளதாக உள்ளுராட்சி அமைச்சர் பைஸர் முஸ்தபா தெரிவிக்கிறார்.

இதற்கு முன் உள்ளுராட்சி மன்றங்களின் பதவிக்காலம் அவசரகாலச்சட்டத்தின் கீழ் மட்டுமே நீடிக்கப்பட்டுள்ளதாக சில அறியல்வாடிகள் தெரிவித்துள்ளனர். இதற்கு முன் உள்ளுராட்சி மன்றங்களின் பதவிக்காலம் அவசரகாலச்சட்டத்தின் கீழ் மட்டுமே நீடிக்கப்பட்டுள்ளதாக சில அறியல்வாடிகள் தெரிவித்துள்ளனர். 2013 ஜூலை 25 ஆம் திங்கிட்டு தெரிவித்துள்ளனர். 2013 ஜூலை 25 ஆம் திங்கிட்டு தெரிவித்துள்ளனர்.

தெரிவித்துள்ள கருத்துக்குப் பதில் விட்டதே அமைச்சர் இதனைத் தெரிவித்துள்ளனர். 2013 ஜூலை 25 ஆம் திங்கிட்டு தெரிவித்துள்ளனர்.

