



SUPERVISA INSURANCE SPECIALIST
100% REFUND IF VISA REFUSED!



BRUNTHA GAROONANEDHI
647-403-5239



LIFEPLAN INVESTMENTS



Ahilan Balachandran, CFP, CLU, ChS, EPC
Founder and CEO

WE CAN HELP BUILD YOUR FUTURE

Insurance • Investments • Tax and Estate Planning

905-294-PLAN (7526)

www.lifeplaninvestments.ca

416-894-2009

Download Free MyLIFEPLAN App



தமிழ் மீர்
Tamil Mirror

YOUR BUSINESS FOR GROWTH...

MIRROR THAT REFLECTS THE TAMIL COMMUNITY

Life Insurance - Living Benefits
RESP - RRSP - TFSA

Are You Getting Million Dollar Advice?

Life100
INSURANCE & INVESTMENTS INC.

416.918.9771
416.321.2500

www.life100.ca

Now we are
Recruiting!

September 16, 2021

\$1.00

WWW.THETAMILMIRROR.COM



UN office condemns ill-treatment of prisoners in Sri Lanka

Hanaa Singer-Hamdy, the UN Resident Coordinator in Sri Lanka, said that it is the duty of the State, as per the Mandela Rules, to protect the rights of prisoners.

"In our work on prison reform and drug rehabilitation UN Sri Lanka works to strengthen capacities to uphold the rights of all those in custody and condemns any ill treatment of prisoners," Hanaa Singer-Hamdy tweeted.

Her tweet comes while allegation was made that State Minister for Prison Management Lohan Ratwatte had threatened to kill some Tamil prisoners in a drunken frenzy at Anuradhapura prison. Only a few days earlier he was involved in a somewhat similar conduct at Welikada prison, it was reported. Lohan Ratwatte is reported to have resigned as the State Minister of Prison Management & Prisoners' Rehabilitation over two separate incidents where he and a group of persons, described as his friends, forced themselves into two prisons and threatened some inmates and made a nuisance of themselves to the prison officers.

Referring to allegations of him abusing his position by entering two prisons inebriated, along with attempts to assault remand prisoners at gunpoint, the Centre for Policy Alternatives (CPA) in a statement said that it reflects "the alarming trend of flaunting political office for personal gratification, the callousness and disregard for the rights of prisoners and human dignity, the use of arms to threaten individuals and the contempt for the rule of law in Sri Lanka." Further more, the CPA called for the immediate resignation of the State Minister and for the authorities to initiate a credible investigation into the incident. It also urged for action to be taken without fear or favour. The statement went on to condemn such incidents occurring against the background of previous incidents of violence including several prison riots which led to the deaths of inmates with no known domestic process of accountability. Earlier allegations levelled against Ratwatte with regard to the murder of ten Muslim youth in Udathalawinne in 2001, where he and several others were indicted for the murders but were acquitted were also highlighted by the CPA. Meanwhile the Tamil National Alliance has called on the government to immediately remove State Minister for Prison Management, Lohan Ratwatte and have him arrested and charged after an immediate inquiry for allegedly threatening to kill prisoners in Anuradhapura Prison.

HOMELIFE CHAMPIONS REALTY INC. BROKERAGE

NOW HIRING
REAL ESTATE AGENTS

\$500/Trade OR 90/10 Split

UJAYAN PUNNITHURAI
Broker of Record

416-505-2120

Independently Owned & Operated

Tamil Mirror
YOUR BUSINESS FOR GROWTH...

E-paper www.thetamilmirror.com

URB universal inc.

- Home Mortgage
- 2nd Mortgage
- Re-Financing
- Commercial Mortgage
- Business Loan
- Line of Credit

R.R.Rajkumar
416-289-6164

SRI TAX AND ACCOUNTING INC.

www.sritax.ca

Tel: 1-905-554-1222

Income Tax

- Corporate Tax
- Personal Tax
- RST/WSIB/IFTA
- New Housing Rebate
- Audit Representation

Accounting

- Business Registration
- Bookkeeping
- Payroll
- Financial Statements
- Management Consulting

STARTING FROM \$20

SRI SREEKANTHA TAX ACCOUNTANT
40 New North St. Suite 112 Markham, L3R 9V5

Urgent Care, Walk in & Family Practice
Dr Siva Associate Medical Clinic

Tel: 905 554-9400
Fax: 905 554-9401

Dr Sivakumar Nagamuttu MD, CCFP

1 - 1250 Castlemore Ave., Markham, L6E 0H7
www.mydoctor.ca/drsiva

LAW OFFICE OF LUXMI VASAN

Immigration law, Real Estate Law, Condo and Construction Lien, Wills and Estate.

info@luxmivasan.com
www.luxmivasan.com

885 Progress Ave., Suite 208
Scarborough, ON, M1H 3G3

Packialuxmi Vasan
Tel: 416-335-9311

ALL YOUR INSURANCE NEEDS...

- Life Insurance
- RRSP
- CRIP
- Critical Illness
- Disability Insurance
- Living Benefit

Thiru Nagarajah
Insurance Advisor
Dir: 416 697 1555

DILANI GUNARAJAH
Barrister & Solicitor, Notary Public

- Real Estate
- Business Law
- Family Law
- Estate Law
- Immigration Law

2401 Eglinton Ave E
Suite 210, Scarborough
(Kennedy & Eglinton)
Tel: 416 755 7777
416 288 8701
Email: dilani@rogers.com

Use our smart search to find your perfect property

Buying, Selling or Leasing
Residential, Industrial, Commercial, Investment
Thousands of properties available for search, visit us..

www.reon.ca

Free Real Estate Class*

RE/ON
Homes Realty Inc.
Brokerage

55 Kennedy Drive, Suite 10
Markham
905 209 8388

For all your Real Estate Needs...

Ranjan Francis Xavier
Sales Representative

Home Life
Galaxy Real Estate Ltd.

416-816-1220
416-284-5533 (24 hrs. Pager)

Are you facing a criminal charge?
Call me direct
Let my experience as a former crown attorney work for you

Jude Anthony Pillai
Criminal Lawyer

416-332-8547
1200 Markham Rd, Suite 305
Scarborough, ON M1H 2V9

ADVERTISE YOUR BUSINESS HERE

தமிழ் மீர் Tamil Mirror
Please Call Us
416-697-0126

Coronavirus



Coronavirus disease (COVID-19) is an infectious disease caused by the SARS-CoV-2 virus. Most people who fall sick with COVID-19 will experience mild to moderate symptoms and recover without special treatment. However, some will become seriously ill and require medical attention.

HOW IT SPREADS

The virus can spread from an infected person's mouth or nose in small liquid particles when they cough, sneeze, speak, sing or breathe. These particles range from larger respiratory droplets to smaller aerosols.

You can be infected by breathing in the virus if you are near someone who has COVID-19, or by touching a contaminated surface and then your eyes, nose or mouth. The virus spreads more easily indoors and in crowded settings.

We are still in the early stages of understanding this new virus, where it came from, and how it affects people. WHO encourages all countries to continue preparedness activities and has issued interim guidance on how to do this. This includes information on how to monitor for sick people, test samples, treat patients, control infection in health centres, and maintain the right supplies.

Coronavirus disease (COVID-19) is an infectious disease caused by a newly discovered coronavirus.

Most people infected with the COVID-19 virus will experience mild to moderate respiratory illness and recover without requiring special treatment. Older people, and those with underlying medical problems like cardiovascular disease, diabetes, chronic respiratory disease, and cancer are more likely to develop serious illness.

The best way to prevent and slow down transmission is to be well informed about the COVID-19 virus, the disease it causes and how it spreads. Protect yourself and others from infection by washing your hands or using an alcohol based rub frequently and not touching your face

Should you wear a mask?

✓ **Yes.** If you have respiratory symptoms - cough, difficulty breathing

✓ **Yes.** If you are providing care to individuals with respiratory symptoms

✓ **Yes.** If you are a health worker and attending to individuals with respiratory symptoms

X **NOT** needed for general public who do not have respiratory symptoms



ஒன்றாறியோ முழுவதும்
லட்சக்கணக்கானோர்
தங்கள் கோவிட்-19
தடுப்பூசியை
பெற்றுக்கொண்டார்கள்.

**உங்கள் பங்கை
செய்யுங்கள்.
தடுப்பூசியை
போட்டுக்கொள்
ளுங்கள்.**

ஹெல்த் கனடாவினால்
அங்கீகரிக்கப்பட்ட தடுப்பூசிகள்,
மருத்துவ மனைகள், டாக்டரின்
காரியாலயங்கள், பார்மசிக்ஸ்
மற்றும் பெருந்தொகையாக
தடுப்பூசி போடும் இடங்களில்
கிடைக்கும். ஒவ்வொரு
தடுப்பூசியும் முன்பிருந்த
சாதாரண நிலைமைக்கு நம்மை
நெருக்கமாகக் கொண்டுவரும்.

ontario.ca/bookvaccine

இல் உங்கள் நியமிப்பை
இன்றே பதிவுசெய்யுங்கள்
அல்லது 300 மொழிகளில்
உதவி பெற்றுக்கொள்ள
1-888-999-6488
ஐ அழையுங்கள்.

ஒன்றாறியோ
அரசாங்கத்தால் கட்டணம்
செலுத்தப்பட்டது.

Ontario

Oral Update on the human rights situation in Sri Lanka



Statement by Michelle Bachelet, UN High Commissioner for Human Rights at the 48th session of the Human Rights Council on 13 September 2021, Geneva.

Distinguished President, Excellencies,

I am pleased to update the Human Rights Council on Sri Lanka and the trends and issues identified in my last report. I acknowledge the inputs sent by the Government in preparation for this update, and I note the President statement in June that the Government is "committed to work with the UN to ensure accountability" and will implement institutional reforms." I look forward to seeing concrete actions to this effect – in line with the recommendations that have been made in our reports and by various human rights mechanisms – and my Office stands ready to engage.

I also encourage the swift and public release of the reports of the national Commission of Inquiry that was appointed in January 2021, which I understand will complete its mandate by the end of this year, so that its work and recommendations can be assessed.

The current social, economic and governance challenges faced by Sri Lanka indicate the corrosive impact that militarisation and the lack of accountability continue to have on fundamental rights, civic space, democratic institutions, social cohesion and sustainable development.

A new state of emergency was declared in Sri Lanka on 30 August, with the stated aim of ensuring food security and price controls, amid a deepening recession. The emergency regulations are very broad and may further expand the role of the military in civilian functions. The Office will be closely monitoring their application.

I note with interest the President's recent meeting with some civil society leaders, and I encourage broader dialogue and steps to open Sri Lanka's civic space. Regrettably, surveillance, intimidation and judicial harassment of human rights defenders, journalists and families of the disappeared have not only continued, but has broadened to a wider spectrum of students, academics, medical professionals and religious leaders critical of government policies.

Several peaceful protests and commemorations have been met with excessive use of force and the arrest or detention of demonstrators in quarantine centres.

New regulations on civil society groups are being drafted, and it is widely feared that they will further tighten restrictions on fundamental freedoms. I urge that the draft be made public to allow the broadest possible discussion.

I am concerned by developments in judicial proceedings in a number of emblematic human rights cases. They include the Attorney General's decision not to proceed with charges against former Navy Commander Wasantha Karannagoda in the case of the enforced disappearances of 11 men in 2008 and 2009.

Despite various inquiries, the victims of the Easter Sunday bombings in 2019 and religious leaders continue to call urgently for truth and justice, and a full account of the circumstances that permitted those attacks.

The President's recent pardon of a former member of parliament, Duminda Silva, who was convicted for killing a politician in 2011, also risks eroding confidence in the rule of law and judicial process.

I am deeply concerned about further deaths in police custody, and in the context of police encounters with alleged drug criminal gangs, as well as continuing reports of torture and ill-treatment by law enforcement officials.

In March, new "de-radicalization" regulations were issued that permit arbitrary administrative detention of individuals for up to two years without trial. I note that the Supreme Court has issued an interim stay order on their enforcement while it considers fundamental rights petitions to challenge the decree. The Government has also prescribed or listed over 300 Tamil and Muslim groups and individuals for alleged links to terrorist groups.

In June, 16 prisoners who had been convicted under the problematic Prevention of Terrorism Act, and who were nearing the end of their sentences, were pardoned. An Advisory Board has been established to which detainees under the Act can apply for their cases to be reviewed, and I urge a speedy resolution to these long-standing cases.

The government has reaffirmed its intention to revisit the Act and established a Cabinet sub-committee for this purpose. However, I am deeply concerned about the continued use of the Act to arrest and detain people. Lawyer Hejaaz Hizbullah has now been detained for 16 months under the Act without credible evidence presented before a court. Likewise, Ahnaf Jazeem, a teacher and poet, has been detained without charge since May 2020. I

urge an immediate moratorium on the use of the Act, and that a clear timeline be set for its comprehensive review or repeal.



A National Policy for Reparations was approved in August, and reparation payments and reconciliation programs have continued. The Office of Missing Persons has also continued to operate – with a sixth regional office opened in Kilinochchi – but it needs to inspire confidence among victims. I stress again the importance of transparent, victim-centred and gender-sensitive approaches, and that reparations programs must be accompanied by broader truth and justice measures.

I note also that last month, the "Global Alliance of National Human Rights Institutions" decided to initiate a special review of the National Human Rights Commission to determine its compliance with the Paris Principles, indicating <https://www.ohchr.org/Documents/Countries/NHRI/GANHRI/EN-SCA-Report-June-2021.pdf> & gt; its about the appointment process of the Commission and its effectiveness in discharging its human rights mandate.

Against this backdrop, my Office's work to implement the accountability-related aspects of Resolution 46/1 & It

<https://www.ohchr.org/EN/HRBodies/HRC/RegularSession/Session46/Pages/ListReports.asp> Has begun, pending recruitment of a start-up team. We have developed an information and evidence repository with nearly 120,000 individual items already held by the UN, and we will initiate as much information-gathering as possible this year. I urge Member States to ensure the budget process provides the necessary support so that my Office can fully implement this work.



I encourage Council members to continue paying close attention to developments in Sri Lanka, and to seek credible progress in advancing reconciliation, accountability and human rights.

Thank you

The Law Offices of Nathan Sritharan

Barrister, Solicitor & Notary Public ON)

305 Milner Ave, Suite # 309, Scarborough,
ON M1B 3V4 Milner & Markham.

Tel: 416-499-2760 | Fax: 416-499-6534

Third-best sales result on record for the month of August.



TREB is reporting the third-best sales result on record for the month of August. While the market has taken its regular summer breather, it is clear that the demand for ownership housing remains strong. At the same time, the supply of listings is down. The result has been tighter market conditions and sustained competition between buyers, resulting in double-digit annual increases in selling prices.

Greater Toronto Area REALTORS® reported 8,596 sales through TREB's MLS® System in August 2021 – down by 19.9 per cent compared to the August 2020 record of 10,738. The condominium apartment market segment bucked the overall sales trend, with year-over-year growth in sales, continuing a marked resurgence in 2021. The number of new listings entered into the System was down year-over-year by 43 per cent. "The fact that new listings were at the lowest level for the past decade is alarming. It is clear that the supply of homes is not keeping pace with demand, and this situation will become worse once immigration into Canada resumes.

The federal parties vying for office in the upcoming federal election have all made housing supply and affordability a focal point. Working with provincial and municipal levels of government on solving supply-related issues is much more important to affordability than interfering with consumer choice during the home buying and selling offer process or revisiting demand-side policies that will at best have a short-term impact on market conditions," said TREB President Kevin Cragger.

The August 2021 MLS® Home Price Index Composite benchmark was up by 17.4 per cent year-over-year. The average selling price for all homes combined was up by 12.6 per cent year-over-year to \$1,070,911. The strongest annual rates of price growth are still being experienced for low-rise home types. However, average condominium apartment price growth is now well-above inflation as well.

On a seasonally adjusted basis, the average selling price continued to trend upward in August. "Sales have accounted for a much higher share of new listings this year compared to last, and the story was no different in August. There has been no relief on the supply side for home buyers, in fact, competition between these buyers have increased. As we move toward 2022, expect market conditions to become tighter as population growth in the GTA starts to trend back to pre-COVID levels," said TREB Chief Market Analyst Jason Mercer.



Real Estate page compiled by Charles Devasagayam

Easy ways to transform your kitchen



(NC) Whether you're into flipping houses or embarking on small DIY projects, there are many ways to transform your kitchen on budget and on time. Getting started can seem overwhelming, but lifestyle and DIY expert Erin Trafford shares her best advice on how to tackle a kitchen reno.

Set goals and priorities

Renovating can be a daunting task and preparing for demolition day can be equally as overwhelming. Before you start, create a list of projects big and small, and set goals and timelines for each task. Creating a to-do list will help you focus on priorities, such as choosing finishes and organizing trade assistance, while managing your personal tasks at the same time.

Choose your layout wisely

A small kitchen is a reality in many homes. If you're struggling to decide on the best layout, consider drawing multiple options. Once you have your favourite, tape it out on the kitchen floor to test the functionality of the new design.

Consider one-stop shopping

To simplify the renovation process, consider a one-stop shop for products and expertise. Home Hardware Building Centres offer design advice, tools and quality materials to complete your renovation project — big or small — from start to finish.

Save where you can

The cost of a kitchen reno can add up quickly, so consider splurging on a few investment pieces and finding ways to save on the rest. Establishing your must-have upgrades, such as appliances, countertops and backsplashes, will help you identify where you want to spend money and where you can cut back. If you're looking for ways to work with what you've got, try painting cabinets or changing out hardware. Refinishing rather than replacing original hardwood flooring can also save you thousands.

Select a timeless paint

Bold looks are great, but they don't stand the test of time. When selecting the theme for your kitchen, choose classic colours that will last more than one season. Match the paint to the overall décor and the mood you want to set. For a cozy, coastal retreat, try hues of green with greyish undertones. If you want a look that will last for years to come, choose neutrals for a brighter and more modern space.

Illuminate your kitchen

If your current kitchen isn't already brimming with natural light, try an upgrade. Brighten your home with warm lighting such as LED recessed lights or an accent pendant over the sink to mimic the feel of natural sunlight. Find more information on everything you need to complete your reno at homehardware.ca.

Raj Nadarajah

Sales Representative

Dir: 416-333-6115
nanohomes@gmail.com



Excel Realty Ltd., Brokerage*

Bus: 905.475.4750
50 Acadia Ave, Suite 120,
Markham.

*Independently owned and operated



Abi Singam

LAW PROFESSIONAL CORPORATION

TEL: 416 724 4ABI (4224) FAX: 416 724 4225

ABIMANYU S. SINGAM,
Barrister, Solicitor & Notary Public

REAL ESTATE LAW
FAMILY LAW

WILLS, POWER OF ATTORNEY, AFFIDAVITS

ALM SHEPPARD AVENUE EAST, SUITE 200,
TORONTO, ONTARIO M2R 1P3

HOMELIFE TODAY REALTY LTD., BROKERAGE*

For all your Real Estate needs...
Buyers and Sellers...
I will pay your Lawyer Fees and Moving Charges!

VALLIKANNAN MARUTHAPPAN Sales Representative
Direct: 416-880-6051 Bus: 416-298-3200
www.mvkhomes.ca

YOUR LEGAL SOLUTION STARTS HERE

OUR LEGAL SERVICES:
DIV & FILL CLAIMS
MOTOR VEHICLE ACCIDENT CLAIMS
REAL ESTATE LAW (PURCHASE/SALE/RENTAL)

PRISHA LAW
PROFESSIONAL CORPORATION
WWW.PRISHALAW.CA

647.478.0144 PRISHANTH@PRISHALAW.CA
647.478.0145 820 SHEPPARD AVE EAST SUITE 200, SCARBOROUGH, ON M1B 3W2

YOUR AD HERE

தமிழ் மIRROR
Tamil Mirror
grow your business with us

Please Call Us
416-697-0126

எந்தவொரு வெளிநாட்டின் தலையீட்டையும் அனுமதிக்க மாட்டோம்! இஸ்லாமிய சட்டங்களின்படி நாட்டை வழிநடத்துவேம்!



நக்கீரன்

காக்கையக், கக்கையில் குவிப்பாட்டிலும் அதன் கருமை நிறத்தை மற்ற முடியாது. அது போலவே இஸ்லாமிய அடிப்படையான இயக்கமான தலிபான்களும் தங்கள் திறுத்தி விட்டதாகவும் முன்னைய பலமுள்ள விடாமட்டும் என்று சொன்னாலும் அவர்களது நடவடிக்கைகள் எதிரெதிராக இருக்கின்றன.

தலிபான்கள் முன்னர் ஆப்கானிஸ்தான ஆண்ட (1996 - 2001) போது இஸ்லாமிய அடிப்படையானதாகக் கோட்பாடுகளை எந்த விட்டுக் கொடுப்பும் இல்லாமல் பின்பற்றினார்கள். இஸ்லாமிய ஒரீயா சட்டத்திட்டங்களை நுறு விழுக்காடு தடைமுறைப்படுத்தினார்கள்.

அப்போது குற்றவாளிகள் விசையாட்டு மைதானத்தில் திருத்திவைக்கப்பட்டு கற்களால் எறிந்து கொல்லப்பட்டார்கள். வெண்கல் வேலை செய்யும் முறையைத் தடைசெய்யப்பட்டது. பெண்கள் பள்ளிக்கூடங்களில் படிப்பது தடைசெய்யப்பட்டது. தொலைக்காட்சி, காணொளி மற்றும் இசை, நடனம் தடை செய்யப்பட்டன.

ஒரு நாளில் ஐந்து தரம் தொழுகை செய்யாத ஆண்கள் சவுக்கால் அடிக்கப்பட்டார்கள். அநேகமே தாடி வைத்திருந்த ஆண்களுக்கு சவுக்குத் தண்ணீர் வறக்கப்பட்டது.

பாங்காவாத அமைப்புக்கான அல் கொய்தா மற்றும் ISIS தடை செய்யப்படும் என்று தலிபான்கள் அறிவித்தார்கள். ஆனால் தலிபான்கள் அல் கொய்தா மற்றும் ISIS அமைப்புகளோடான தொடர்பை இன்னமும் துண்டிக்கவில்லை.

தலிபான்களின் மீது ஆட்சியைப் பிடித்திருப்பது உலகெங்கிலும் உள்ள இஸ்லாமிய தீவிரவாதிகளை ஊக்குவிக்கும் என நேருகமாக நாடுகள் அஞ்சுகின்றன. அன்னமையில் மத்திய கிழக்கில் ISIS மின்னல் வேகத்தில் நாக்க, சிரியா நாடுகளைத் தாக்கி இஸ்லாமிய அரசை நிறுவியது நினைவுக்குவரும். அப்படியான பாங்காவாத அமைப்புக்களுக்கு அமெரிக்க வரலாற்றைத் தேற்கடித்த தலிபான்கள் புதிய உத்தேசத்தையும் உத்தேசத்தையும் கொடுத்த வாய்ப்புண்டு.

தலிபான்கள் இயக்கத்தின் பெர்ஸான் தங்களுது இயக்கம் ஜம்மு கஷ்மீர் மக்களுக்கு உதவும் போலாகை அறிவித்துள்ளது. அவர்கள் தங்கள் கலாசாரங்கள் என்சே சொத்தம் கொண்டு வரக்கூடியவர்கள். இதன் காரணமாக இந்தியாவிருந்து தீவிரவாத இயக்கங்களால் அச்சுறுத்தல் அழிவித்து வருவதாக உடையதுதான் வட்டாரங்கள் தெரிவித்துள்ளது. குறிப்பாக ஜெம்மூ - இ - முகாவது பாங்காவாத இயக்கத்தின் மூலம் அங்கு, தலிபான்கள் இணை தீவிரவாதி முன்ன அப்துல் கலீலா தலிபான்கள் இயக்கத் தலைவர்களைச் சந்தித்து, ஜம்மு கஷ்மீரின் தங்களுது நடவடிக்கைகளுக்கு உதவி கொள்வதாகவும் தகவல் வெளியாகியிருக்கிறது.

மேலும், இந்திய வெளியுறவு அறிவுறுத்துவது இதுகுறித்துக் கூறையில், 'லஷ்கர் - இ - தொய்பா, ஜெம்மூ - இ - முகாவது, ஹிஸ்புல் முஜாஹிதீன் மற்றும் கலாஷ்ரீர் பங்கத்தாக்கில் உள்ள மற்ற பாங்காவாதிகளின் இயக்கத்தை உடைய அமைப்புகள் இடைவிடப்படுகின்றன. கைவாழ்க் குன்றித் தாக்குதல், எந்திரிகள் போது இயக்கத்தில் தாக்குதல் நடத்துவது உட்பட தலிபான்களின் நடவடிக்கைகளை வகையாக தாக்குதல் திட்டம் குறித்து பாதுகாப்பு அமைப்புகளுக்கு எச்சரிக்கை விடுக்கப்பட்டுள்ளது.

தலிபான்களுக்கு எதிரான போரில் இந்தியா அமெரிக்கா போன்ற ஆப்கானிஸ்தான் படைகளுக்கு இராணுவப் பயிற்சி அளித்து குறிப்பிடத்தக்க அமெரிக்க, ஐரோப்பிய தரிகைகளைவிட தலிபான்களால் அண்டை நாளை இந்தியாவைப் பாதுகாப்பு அச்சுறுத்தல் அழிவாக இருக்கும்.

இரண்டு நாட்களுக்கு முன்னர் உருசிய கூட்டமைப்பின் பாதுகாப்பு சபையில் செயலாளர் திகோலாவ் பதடுவேஸ் இந்தியாவின் தேசிய பாதுகாப்பு ஆலோசகர் அஜித் தோவாலால் அவர்களைச் சந்திக்க இரண்டு நாள் பயணமாக செல்லாக்கிழமை பதடுவேஸ் விஜயம்.

ஆப்கானிஸ்தானில் இருந்து வருப பாங்காவாதத் துருக்கிகள் அறிவிப்பு, போனாப்போருள் கூடத்தில் அறிவிப்பு, ஒழுக்கமைக்கப்பட்ட குற்றங்கள் மற்றும் அகதிகளின் வருகை போன்ற போதுவான சவால்களை இந்தியாவும் உருசியாவும் எதிர்கொள்கின்றன.

மேலும், அறி நவீன அமெரிக்க இராணுவ உபகரணங்கள் இப்போது தலிபான்கள் கைகளில் உள்ளன, எனவே இரு நாடுகளும் இந்தச் சிக்கல் நுழை விவாதித்திருக்கின்றன. இந்த ஆலோசனை இந்திய பிரதமர் நரேந்திர மோடி மற்றும் உருசிய கூட்டமைப்பின் தலைவர் விளாடிமிர் புட்டினுக்கு இடையே ஒகஸ்ட் 24 அன்று நடைபெற்ற தொலைபேசி உரையாடலின் தொடர்ச்சியாகும்.

மேலும் குடும்பம் இடையிலான உரையாடலைத் தொடர்ந்து, 'பாங்காவாத சித்தத்தம்' மற்றும் ஆப்கானிஸ்தானில் இருந்து வெளிவரும் போனாப்போருள் அச்சுறுத்தலை எதிர்கொள்ள ஒத்துழைப்பை மேம்படுத்த இரு தலைவர்களும் விருப்பம் தெரிவித்ததாக உருசிய கூறியது. இந்த விடயத்தில் ஆலோசனைகளுக்கு ஒரு தீர்மானம் இருப்பது தொடர்பான தீர்மானம் அவர்கள் ஒப்புக்கொண்டனர்.

தலிபான்கள் தங்கள் முன்னர் விட்ட பிழைகளை மீண்டும் செய்யப் போவதில்லை என்று சொன்னாலும் அவர்கள் நிறுவியுள்ள இடைக்கால அமைச்சரவரையில் முக்கியை கடுமையாக இஸ்லாமிய அடிப்படையானதாக இடம்பெற்றிருப்பது அதனைப் புரியாக்கியுள்ளது.

முன்ன மொகமது ஹசன் அக்குத் - இடைக்காலப் பிரதமர்

முன்ன அப்துல் சாதி பரகான் - இடைக்கால துணைப் பிரதமர்

முன்ன அகமத் துல்லா நகீப் - இடைக்கால துணை இயக்குநர் பாதுகாப்பு செயலகம்

சிறகடி ஹக்கானி - இடைக்கால உட்துறை அமைச்சர்

கலில் உர் ரெகமான் ஹக்கானி - இடைக்கால அகதிகள் அமைச்சர்

மல்லா அப்துல் ஹக் வாகி - இடைக்காலத் தலைவர் விஷுவல்

முன்ன ரெனா - யத்துல்லா மட்ரி - இடைக்கால நிதி அமைச்சர்

முன்ன மொகமது வகப் - இடைக்கால பாதுகாப்பு அமைச்சர் மவுலாவி ராஹ் யாஹ்யா - இடைக்கால துணை முன்னாள் அறிவுறுத்தல் மவுலாவி ராஹ் யாஹ்யா - இடைக்கால கல்வி அமைச்சர்

இந்த அமைச்சர் பட்டியலில் இடம்பெற்ற பார் பதத்தம் (பட்டாளம்) இனத்தைச் சேர்த்தவர்கள். ஆப்கானிஸ்தான் மக்கள் தொகையில் பதத்தம் மக்கள் தொகுப்பின்மேல் (42 விழுக்காடு) இருக்கிறார்கள். அவர்களுக்கு அடுத்து டாஹ்ரிகள் 27 விழுக்காடு, ஹஜாஸஸ் 8 விழுக்காடு, உஸ்மான் 9 விழுக்காடு, ஹக்மல் 4 விழுக்காடு, டர்க்மென்ட் 3 விழுக்காடு மற்றும் பஜூசி 2 விழுக்காடு மீதமுள்ள 13 விழுக்காடு சிறுபான்மையினராவர். மதத்தைப் பொறுத்தவரையில் 99 விழுக்காடு மக்கள் சன்னி முஸ்லிம்கள் ஆவர்.

இடைக்காலப் பிரதமராக நியமிக்கப்பட்டுள்ள முன்ன மொகமது ஹசன் அக்குத் ஹக்கி நாடுகள் பாதுகாப்பு சபையில் பாங்காவாத குடும்பம் பட்டியலில் இடம் பெற்றுள்ளார். தலிபான் அமைப்பை முன்ன மொகமது உருவாக்கியவர்களில் முன்ன மொகமது ஹசன் அக்குத் ஒருவர். தலிபான்களின் ஆட்சியில் 2001 ஆம் ஆண்டு இடம்பெற்ற பார்யின் பதத் சினை தகர்பின் துத்திரதாரும் இவரே. முன்ன மொகமது ஹசன் அக்குத் போலவே ஏனைய பல தலிபான் தலைவர்களும் பாங்காவாதக் குடும்பம் பட்டியலில் இடம் பெற்றுள்ளனர்.

இடைக்கால உட்துறை அமைச்சராக நியமிக்கப்பட்டுள்ள சிறகடி ஹக்கானி குழுவை அமெரிக்கா வெளியுறவுப் பாங்காவாதப் பட்டியலில் சேர்த்துள்ளது. இந்தக் குழு அல் கொய்தாவோடு நெருக்கிய தொடர்பில் உள்ளது.

இடைக்காலப் பிரதமராக பதவிமேற்றிய பெரிய முன்ன மொகமது ஹசன் அக்குத் ஆப்கானிஸ்தான் வரலாற்றில் இந்த வரலாற்றுத் தருணத்திற்காக நான்கு பணம் மற்றும் உயிர் இரண்டிலும் பெரும் இழப்பைச் சந்தித்தோம். ஆப்கானிஸ்தானில் மக்கள் மீது இரத்தம் சித்துதல், கொலை செய்தல் மற்றும் அமைதிக்கும் நிலை முடியாதது. இதற்காக நான்கு அழகி விலை செலுத்தியுள்ளோம் என்றார். 2001 ஆம் ஆண்டு படைவெழிப்பைத் தொடர்ந்து அமெரிக்கா மற்றும் திருவாதத்தின் இணைப்பு பார்யாற்றிய வருத்தம் போனாப்போருள் வழுக்குவதாக தலிபான்கள் வாக்குறுதியையும் அடுத்த மீண்டும் வலியுறுத்தினர்.

ஒருவர் புரியாக்களுக்கு உட்படுத்தப்பட்டார் என்பதை யாராலும் என்மீயக் முடியாது. மேலும் இதுபோன்ற பட்டாளம் குத்திரைகளில், தங்கள் விருப்பமாதச் செய்வது எளிது. ஆனால் எல்லா இயக்கம் உட்பட்டபட்டைக் கடைப்பிடிக்கும் அமைப்பு அது அதன் குடும்பத்திற்கானவை கூட்டுப்படும் வைத்திருக்கிறது. மேலும், ஒருவருடைய முந்தைய நடவடிக்கைகள் காரணமாக நான்கு பாடுகும் தீக்கு செய்யாட்டோம். இஸ்லாமிய தேசத்திற்கு, குறிப்பாக ஆப்கானிஸ்தான் மக்களுக்கு, எல்லா தன்மைகளையும் கிடைக்க வேண்டும் என்று விருப்பமுள்ளது. மேலும் நான்கு இஸ்லாமிய அமைப்பைத் தீவிர முயல்பிறோம். அழிவு எவ்வாறும் பங்குகொள்ள வேண்டும். எங்கள் நாடு இனிமேல் இஸ்லாமிக் மீட்டர். ஆப ஆப்கானிஸ்தான் (Islamic Emirate of Afghanistan) என்ற அழைக்கப்படும். ஆப்கானிஸ்தான் விவகாரங்களில் எந்தவொரு வெளியுறவுத் தகவல்களையும் அறமதிக்க மாட்டோம். இஸ்லாமிய சட்டங்களின்படி நாட்டை வழிநடத்து வேம் என்றார் அவர்.

ஆனால் அவரது பேச்சுக்கும் அவர் கொடுக்கும் உறுதிமொழிகளுக்கும் எம்மத்தமில்லாத திஷ்ச்சினை ஆப்கானிஸ்தானில் இடம்பெறுவதாக அங்கிருந்து வருப செய்திகள் சொல்லின்றன. பெண்கள் விவகாரத்துக்கான அமைச்சர் பதவி நீக்கப்பட்டுள்ளது. போதுக்கான ஆர்ப்பாட்டம் எல்லாமென்றால் முன் அழைத்திருந்த வேண்டும் எனத் தலிபான்கள் கூட்டுப்பாடு விதித்துள்ளார்கள். பதானைதான் எழுதும் வாசகங்களுக்கு முன் கூட்டியே அழைத்திருந்த வேண்டும் எனக் கூட்டளை பிறப்பித்துள்ளார்கள்.

பெண்களுக்கு அரசாங்கத்தில் இடம் வழங்க வேண்டும் என்று கோரி நடத்தப்பட்ட ஆர்ப்பாட்டத்தில், பெண்களைத் தலிபான்கள் சவுக்கால் அடித்தனர் எனக் கூறுபடுகின்றது. கடந்த புகள்கிழமை காயல் நகரில் ஒரு சாலைமீல் அனைவருக்குச் சேர்த்து பெண்களைத் தடுத்திருந்த தலிபான்கள், சவுக்கால் அடித்தும் மீள்சார்த்த உட்படும் துக்கங்கள் தாக்கித் தள்ளும் போர்ப்பாட்டத்தில் கருத்து கொண்டு பெண்கள் கூறுகின்றனர். தலிபான்கள் தங்கள் இடைக்கால அமைச்சரவைவை அறிவித்த அடுத்த நாள் இந்த போர்ப்பாட்டம் நடத்தப்பட்டுள்ளது. ஒரு வாரத்துக்குள்ளாக தடைபெற்ற இரண்டாவது போர்ப்பாட்டம் இதுவாகும்.

தலிபான்கள் தங்களுது நாடு இஸ்லாமிய நாடாக இருக்கும் என அறிவித்துள்ளார்கள். இஸ்லாமிய கோட்பாடுகள், சட்டங்கள் பின்பற்றப்படும் நாட்டின் ஆட்சி தலிபான்களின் கையில் மட்டு இருக்கும் எனச் சொல்கிறார்கள்.

இப்படியான ஒரு உட்சி ஆதிக்கம் செலுத்தும் மதவாத சர்வாதிகார நாட்டை பல உலக நாடுகள் அங்கீகரிக்க மாட்டா என்பதைச் சொல்லத் தேவையில்லை. குறிப்பாக அமெரிக்கா, ஐரோப்பிய ஒன்றிய நாடுகள், இந்தியா போன்ற நாடுகள் அங்கீகரிக்க மாட்டாது என்பது இன்றைய யதார்த்தமாகும்.

ஆனால் சீனா, உருசியா, பாக்கிஸ்தான், இரான் போன்ற நாடுகள் தலிபான் அரசை ஆதரிக்கின்றன. சீனாவைப் பொறுத்தவரையில் வழக்கம் போல் அது குழம்பிய குட்டையில் மீள் பிடிக்கப் பரக்கிறது.

ஆப்கானிஸ்தானுக்கு 310 கோடி டாலர் மதிப்பிலான உதவிகள் வழங்கப்படும் என சீனா அரசு அறிவித்துள்ளது. அதோடு நிலவரும் தலிபான் அரசுக்கு புகளும் கூட்டியுள்ளது.

சீன வெளியுறவுத்துறை அமைச்சர் வாங் யி வெளியிட்ட அறிவிப்பில், ஆப்கானிஸ்தானுக்கு முதல்கூட்டமாக 30 இலட்சம் தர்ப்புகளை சீனா வழங்கும். அமெரிக்க நிறுவனத்தில் ஆப்கானிஸ்தான் இருந்துள்ளது. அமெரிக்க அங்கிருந்து சென்றாலும், தனது போதுபுகளை உணர்ந்து ஆப்கான் மக்களுக்கு உதவ வேண்டும், வளர்ச்சிக்குத் துணையாக இருக்க வேண்டும். ஆப்கானிஸ்தானின் இனவாசனமை, சந்ததித்தை மதிக்க வேண்டும் எனத் தெரிவித்துள்ளது.

அடிப்படையான இஸ்லாமிய கோட்பாடுகள், சட்ட திட்டங்கள் கீழ் ஆதர்ப்பும் நாட்டும் சார்பாகும். பண்புத்தன்மை, மனிதநேர்மைகள், சட்டத்தின் ஆட்சி போன்ற விருதியங்கள் இடம்பெறுவதற்கு வாய்ப்பில்லை. தலிபான்கள் 1996 - 2001 மட்டும் ஆப்கானிஸ்தானை ஆட்சி செய்தபோது ஒரு மதவாத - சர்வாதிகார ஆட்சியே இடம்பெற்றது.

இதன் காரணமாகவே ஆப்கானிஸ்தானில் மக்கள் நாட்டை விட்டு வெளியேறு முண்டியடித்துள்ளனர். ஆனால் மிகக் குறைந்த அளவிலான மக்களையே அமெரிக்கா தனது விளையாடல் மூலம் வெளியேறு உதவிப்பெடுத்துள்ளது அன்னமே. நாட்டா பாகிஸ்தானுக்குத் துணைப் பல்லாயிரம் ஆப்கானிஸ்தான்கள் கால் தடையாக நுட்து போனார்கள். ஆனால் பாகிஸ்தான் அதன் எல்லைகளை மூடிவிட்டது.

எவ்வகத்தில் உள்ள பாலப்பட்ட மக்களில் ஆப்கானிஸ்தான் மக்களும் அடக்கம். கடந்த பல காலத்துக்கு ஒரு நாடும் மக்களும் அமைதி, தும்மதி இல்லாத, குழப்ப துயரம் தேய்ந்த வாழ்க்கை வாழ்ந்து வருகிறார்கள். வியயம் விபரமாத?

NAVA WILSON ^{LLP}

BARRISTERS AND SOLICITORS



WE OFFER SERVICES IN:



Real Estate



Corporate Law



Litigation

📍 10 Milner Business Court, Suite 210 Toronto, ON M1B 3C6

☎ 416.321.1100

📠 416.321.1107

✉ info@navawilson.law

🌐 www.navawilson.law



ANNAL THERESA

அத்தனை சுருக்கம் இருப்பினும்
அன்பால் ஆன அன்னை தெரசாவின்
முக அழகு வேறு எந்த
பெண்ணிடமும் இல்லை.....

Mother Mary Teresa Bojaxhiu (born Anjezë Goxhe Bojaxhiu, Albanian; 26 August 1910 – 5 September 1997), honoured in the Catholic Church as Saint Teresa of Calcutta, was an Albanian-Indian Roman Catholic nun and missionary. She was born in Skopje (now the capital of North Macedonia), then part of the Kosovo Vilayet of the Ottoman Empire. After living in Skopje for eighteen years, she moved to Ireland and then to India, where she lived for most of her life.

In 1950, Teresa founded the Missionaries of Charity, a Roman Catholic religious congregation that had over 4,500 nuns and was active in 133 countries in 2012. The congregation manages homes for people who are dying of HIV/AIDS, leprosy and tuberculosis. It also runs soup kitchens, dispensaries, mobile clinics, children's and family counselling programmes, as well as orphanages and schools. Members take vows of chastity, poverty, and obedience, and also profess a fourth vow – to give "wholehearted free service to the poorest of the poor."

Teresa received a number of honors, including the 1962 Ramon Magsaysay Peace Prize and the 1979 Nobel Peace Prize. She was canonised on 4 September 2016, and the anniversary of her death (5 September) is her feast day. A controversial figure during her life and after her death, Teresa was admired by many for her charitable work. She was praised and criticized on various counts, such as for her views on abortion and contraception, and was criticized for poor conditions in her houses for the dying. Her authorized biography was written by Navin Chawla and published in 1992, and she has been the subject of films and other books. On 6 September 2017, Teresa and St. Francis Xavier were named co-patrons of the Roman Catholic Archdiocese of Calcutta.

Teresa was born Anjezë Goxhe (or Goxha) page needed Bojaxhiu (Albanian: Anjezë is a cognate of "Agnes"; Goxhe means "rosebud" or "little flower" in Albanian) on 26 August 1910 into a Kosovar Albanian family in Skopje, Ottoman Empire (now the capital of North Macedonia). She was baptised in Skopje, the day after her birth page needed. She later considered 27 August, the day she was baptised, her "true birthday".

She was the youngest child of Nikollë and Dranfile Bojaxhiu (Bernai). Her father, who was involved in Albanian-community politics in Ottoman Macedonia, died in 1919 when she was eight years old. He was born in Prizren (today in Kosovo), however, his family was from Mirdita (present-day Albania). Her mother may have been from a village near Gjakova.

According to a biography by Joan Graff Clucas, Teresa was in her early years when she was fascinated by stories of the lives of missionaries and their service in Bengal; by age 12, she was convinced that she should commit herself to religious life. Her resolve strengthened on 15 August 1928 as she prayed at the shrine of the Black Madonna of Vitina-Letnice, where she often went on pilgrimages.

Teresa left home in 1928 at age 18 to join the Sisters of Loreto at Loreto Abbey in Rathfarnham, Ireland, to learn English with the intent of becoming a missionary; English was the language of instruction of the Sisters of Loreto in India. She saw neither her mother nor her sister again. Her family lived in Skopje until 1934, when they moved to Tirana.

She arrived in India in 1929 and began her novitiate in Darjeeling, in the lower Himalayas, where she learned Bengali and taught at St. Teresa's School near her convent. Teresa took her first religious vows on 24 May 1931. She chose to be named after Thérèse de Lisieux, the patron saint of missionaries; because a nun in the convent had already chosen that name, she opted for its Spanish spelling (Teresa).

On 10 September 1946, Teresa experienced what she later described as "the call within the call" when she traveled by train to the Loreto convent in Darjeeling from Calcutta for her annual retreat. "I was to leave the convent and help the poor while living among them. It was an order. To fail would have been to break the faith," Joseph Langford later wrote, "Though no one knew it at the time, Sister Teresa had just become Mother Teresa".

She began missionary work with the poor in 1948, replacing her traditional Loreto habit with a simple, white cotton sari with a blue border. Teresa adopted Indian citizenship, spent several months in Patna to receive basic medical training at Holy Family Hospital and ventured into the slums. She founded a school in Motijhil, Kolkata, before she began tending to the poor and hungry. At the beginning of 1949 Teresa was joined in her effort by a group of young women, and she laid the foundation for a new religious community helping the "poorest among the poor".

Her efforts quickly caught the attention of Indian officials, including the prime minister. Teresa wrote in her diary that her first year was fraught with difficulty. With no income, she begged for food and supplies and experienced doubt, loneliness and the temptation to return to the comfort of convent life during these early months:

Our Lord wants me to be a free nun covered with the poverty of the cross. Today, I learned a good lesson. The poverty of the poor must be so hard for them. While looking for a home I walked and walked till my arms and legs ached. I thought how much they must ache in body and soul, looking for a home, food and health. Then, the comfort of Loreto [her former congregation] came to tempt me. "You have only to say the word and all that will be yours again", the Tempter kept on

saying. ... Of free choice, my God, and out of love for you, I desire to remain and do whatever be your Holy will in my regard. I did not let a single tear come.

Teresa had a heart attack in Rome in 1983 while she was visiting Pope John Paul II. Following a second attack in 1989, she received an artificial pacemaker. In 1991, after a bout of pneumonia in Mexico, she had additional heart problems. Although Teresa offered to resign as head of the Missionaries of Charity, in a secret ballot the sisters of the congregation voted for her to stay and she agreed to continue.

In April 1996 she fell, breaking her collarbone, and four months later she had malaria and heart failure. Although Teresa had heart surgery, her health was clearly declining. According to Archbishop of Calcutta Henry Sebastian D'Souza, he ordered a priest to perform an exorcism (with her permission) when she was first hospitalized with cardiac problems because he thought she might be under attack by the devil.

On 13 March 1997 Teresa resigned as head of the Missionaries of Charity, and she died on 5 September. At the time of her death, the Missionaries of Charity had over 4,000 sisters and an associated brotherhood of 300 members operating 610 missions in 123 countries. These included hospices and homes for people with HIV/AIDS, leprosy and tuberculosis, soup kitchens, children's-and family-counselling programmes, orphanages and schools. The Missionaries of Charity were aided by co-workers numbering over one million by the 1990s.

Teresa lay in repose in an open casket in St Thomas, Calcutta, for a week before her funeral. She received a state funeral from the Indian government in gratitude for her service to the poor of all religions in the country. Assisted by five priests, Cardinal Secretary of State Angelo Sodano, the Pope's representative, performed the last rites. Teresa's death was mourned in the secular and religious communities. Prime Minister of Pakistan Nawaz Sharif called her "a rare and unique individual who lived long for higher purposes. Her life-long devotion to the care of the poor, the sick, and the disadvantaged was one of the highest examples of service to our humanity." According to former U.N. Secretary-General Javier Pérez de Cuéllar, "She is the United Nations. She is peace in the world."



மழலைகளுக்காக...



செய்யக்கூடாதவை :

1. குழந்தை அழும்போதெல்லாம் பால்கொடுக்காதீர்கள். பசியை தவிர வேறேதேனும் காரணத்திற்காகவும் குழந்தை அழக்கூடும்.
2. தேவையில்லாமல் கண்ட மருந்துகளை கொடுக்காதீர்கள்.
3. உச்சி வெயிலோ, வெப்பக்காற்றோ குழந்தையின் தோலை உறுத்துவதோடு, தோல் அழற்சியையும் ஏற்படுத்தும்.
4. தைலான் இழைகளால் ஆன உடையை குழந்தைகளுக்கு அணிவிக்காதீர்கள்.
5. நீங்களாகவே குழந்தைக்கு சொந்தமாக மருந்து கொடுக்காதீர்கள்.
6. குழந்தைக்கு உடல் நலன் சரியில்லாவிட்டால் மருத்துவரிடம் செல்ல தாமதிக்காதீர்கள். ஏற்கனவே பயன்படுத்தி சில நாட்களான மருந்துகளை குழந்தைக்கு கொடுக்காதீர்கள்.
7. எப்போதும் குழந்தையை இடுப்பிலேயே வைத்திருக்காதீர்கள். இது குழந்தையின் உடல் நலனை பாதிக்கும்.
8. வயிற்றுப்போக்கு, காய்ச்சல், இருமல், வலிப்பு போன்ற ஏதேனும் வர நேர்ந்தால் அவற்றைக் குறித்து அஜாக்கிரதையாக இருக்காதீர்கள்.

செய்யவேண்டியவை:

1. தினமும் குழந்தைக்கு மசாஜ் செய்யுங்கள். இது உடற்பயிற்சி செய்வது போன்ற பலனைத்தரும்.
2. ரசாயனம் கலக்காத அல்லது கிளிசரின் சேர்ப்பால் குளிப்பாட்டுங்கள்.
3. குறைந்தது மூன்று மாதமாவது தாய்ப்பால் ஊட்டுங்கள். தாய்ப்பால் கொடுக்கும் முன் மார்க்கக்காம்பை சத்தம் செய்யுங்கள்.
4. குழந்தையை தினமும் கொஞ்ச நேரமாவது வெயிலில் வைத்திருங்கள். குழந்தைக்குத் தேவையான வைட்டமின் -டி கிடைக்கும்.
5. எப்போதும் குழந்தைக்கு காட்டன் துணிகளை அணிவிப்புகள். இது குழந்தையின் உடல் நலனுக்குப்பாதுகாப்பானது.
6. பால் கொடுக்கும் முன்பும், கொடுத்த பின்பும் பால் புட்டியை வெந்நீரில் கழுவங்கள்.
7. உடல் நலக்கோளாறு இருந்தால் உடனடியாக மருத்துவரை நாடுங்கள்.

உதடுகள் எப்போதும் வறட்சியடையாமல் இருக்க இப்படி செய்து பாருங்கள்...!



பெண்கள் எப்போதும் தங்களை அழகாக வைத்துக் கொள்ள வேண்டும் என்று நினைப்பார்கள். குறிப்பாக உதடுகள் மென்மையாகவும், சிவப்பாகவும் இருக்க வேண்டும் என்று ஆசையில், கடைகளில் விற்கப்படும் லிப் பார்கள் மற்றும் செயற்கை ஊசிகள், கிரீம்கள் போன்றவற்றை உபயோகித்து உதட்டின் இயற்கை தன்மையை செதுத்து கொள்கின்றார்கள்.

தினமும் காலையில் புற்களை துலக்கியப் பின், சிறிது பேக்கிங் சோடாவை உதட்டின் மீது, மென்மையாக தேய்த்து வந்தால், உதடுகள் வறட்சியடையாமல், மென்மையாக இருக்கும்.

உதட்டில் சிறிது தேன் அல்லது அழைக்கெண்ணெயை தேய்த்து வந்தால், உதடுகள் எப்போதும் ஈரப்பனத்துடன் காணப்படும். வறட்சியின் காரணமாக இவ்வீல் பறிக்கும் முன் வாஸ்கினை சிலர் தடவுவார்கள். ஆனால் அவ்வாறு வாஸ்கினை தடவும் முன் அன்னாசிப்பழ ஜூஸை தடவி, பின்னர் வாஸ்கினைத் தடவலாம்.

கிரீம் உபயோகம் குறித்துப் பின்னர், அதில் இருக்கும் இலையை உதட்டில் தடவி, சிறிது நேரம் ஊர வைத்து, பின்னர் கழுவலாம். உதடுகள் எப்போதும் வறட்சியடையாமல் இருக்கும்.

உதட்டில் இருக்கும் இறுத்த செல்களை நீக்க, ஆலிவ் எண்ணெயுடன், சர்க்கரையை கலந்து, அதனை உதட்டில் தடவி, சிறிது நேரம் தேய்த்து, பின் கழுவ வேண்டும். இதனை தொடர்ந்து 1 அல்லது 2 வாரங்கள் தொடர்ந்து செய்யலாம் அல்லது எப்போது உதடுகள் வறட்சியடையாமல் இருக்கிறதோ, அப்போது அதனை செய்யாமல் விடலாம். துக்களியின் பேஸ்டை, மில்க் கிரீமுடன் கலந்து உதட்டிற்குத் தடவினால், உதடுகள் மென்மையாவதோடு, பிங்க் நிறத்தையும் அடையும்.

உதடுகள் பிங்க் நிறத்தில் வேண்டுமென்றால், டோஸ் இதழ்களை, மில்க் கிரீமுடன் கலந்து தடவினால், உதடுகளுக்கு எப்போதும் லிப்ஸ்டிக் போட்டது போல் காணப்படும். தினமும் 8 முதல் 10 டம்ளர் தண்ணீரை குடிக்க வேண்டும். உடலில் தண்ணீர் குறைவாக இருப்பதால் தான் உதடுகள் வறட்சியை அடைகின்றன. மேலும் நல்ல ஊட்டச்சத்துள்ள உணவுகளையும் நன்கு உண்ண வேண்டும். புரதமே நன்கு போஸ்ட் செய்து அதனை உதட்டிற்குத் தடவி வந்தாலும் உதடுகள் மென்மையடையும். ஈரப்பதமான உதட்டைப் பெற, தேய்காய் எண்ணெயுடன், எலுமிச்சை சாறு மற்றும் தேன் மெழுகை ஊற்றி காய வைத்து, அதனை ஒரு கற்று புராத டப்பாவில் போட்டு, அந்த கலவையை தடவினால், உதடுகள் மென்மையாக இருக்கும்.

வெகு விரைவில் தொப்பைபயை குறைக்கும் அற்புத வழிகள் சில...!



இஞ்சி சாற்றினைக் காலையில் அதாவது வெறும் வயிற்றில் குடிப்பது மிக நல்லது. நமது தமிழ் சித்த மருத்துவத்தில் குறிப்பிடுவது போலகாலையில் இஞ்சி, கடுப்பகல் கக்கு, மாலைமீல் கடுக்காய் ஒரு மண்டலம் தின்றால் கோலை ஊன்றிக் குறுகி நடப்பவன் கோலை வீசி நிமிர்ந்து நடப்பானேஇஞ்சியின் பலன் மிக அதிகம்.

இஞ்சி சாற்றில் தேன் கலந்து இளம் துட்டில் காலையில் வெறும் வயிற்றில் தினமும் குடித்து வந்தால் தொப்பை குறைந்து விடும்.

இஞ்சியை சாறு எடுத்து அவற்றில் அரைப் பகுதி எலுமிச்சை பழச்சாற்றை விட்டு அப்படியே வைத்திட வேண்டும். 5 நிமிடங்கள் கழித்துப் பார்த்தால் இஞ்சி சாற்றின் கலக்கிய பகுதி அடியில் தங்கிவிடும். பிறகு கலக்கமிலாத அந்தச் சாற்றை வாரம் இரண்டு முறைப் பருகி வரத் தொப்பை குறைவதைக் காலலாம்.

கிரீன் தேயிலை உள்ள ஆண்டிபாக்டீரண்டுகள் கெட்ட கொழுப்பினைக் கரைத்து தொப்பையைக் குறைக்க உதவுகிறது. மேலும் உடலுக்குப் புத்துணர்ச்சியையும் கொடுக்கிறது.

சிறுநாயிங்கள் நமக்குக் கிடைத்தம் மிகப்பெரிய வரப்பிரசாதமாகும். தினமும் காலையிலே அல்லது மதியோ சிறுநாயிங்களின் ஏதாவது ஒன்றை உண்டு வந்தால் அவற்றில் உள்ள நார்ச்சத்து கொழுப்பைக் குறைத்து தொப்பை வளர்வதைத் தடுக்கும். முக்கியமாகக் குதிரைவாலி மற்றும் கேழ்வரகு போன்றவை பசி ஏற்படுவதைக் கட்டுப்படுத்தி மிக அதிகமான உணவு உட்செல்வதைத் தடுக்கிறது. சரியான நேரத்தில் தூங்கி காலையில் விழைவில் எழுந்தால் நமது உடலில் வளர்ச்சிதாமதமும் பாதிக்கப்படாமல் மென்மேலும் வளர்ந்து தொப்பை போடுவதைத் தடுக்கிறது.

காலை உணவு மதிய உணவைப் போல் அதிகமாகவும், மதிய உணவு சந்திர குறைவாகவும், இரவு உணவு குறைவாகவும் இருக்க வேண்டும், இப்படித் தேரத்தில் பசி எடுத்தால் பழங்கள் மற்றும் சத்துள்ள நிலக்கடலை, பாதாம் போன்ற கொட்டைகளை உண்ணலாம்.

காலையில் எழுந்தவுடன், ஒரு லிட்டர் அளவு தண்ணீர் குடிக்க வேண்டும். இவ்வாறு செய்வது இரவு முழுவதும் வெறுமையாக இருந்த வயிற்றில் தங்கியிருக்கும் கழிவுகளை அகற்ற ஒரு நல்ல மருந்தாக இருக்கிறது. வயிற்றின் பசியை ஆற்றாமல் வெறுமையாகப் பல மணிநேரம் விட்டுவிட்டால் வயிற்றில் வாழ்க்கை தங்கி அதுவே தொப்பை ஏற்படுவதற்கான காரணமாகிவிடுகிறது.

ஆரோக்கியமான வாழ்க்கைக்கு உடற்பயிற்சி அவசியம். உங்களில் தினசரி முற்றிலும் உடல் உழைப்பாக இருந்தால் உடற்பயிற்சி அவசியமில்லை. தானாகவே கெட்ட கொழுப்பு வியர்வையின் மூலம் வெளியேற வாழ்க்கை உள்ளது.

தமிழ் மீரர் Tamil Mirror 426

**ADVERTISE
YOUR BUSINESS
HERE**



grow your business with us!

Please Call Us

416-697-0126

LIVE LIFE FULLY COVERED



COVERAGE FOR YOUR MOST PRECIOUS ASSET.

YOU & YOUR FAMILY

- ▶ Life Insurance products
- ▶ Critical Illness Insurance
- ▶ Disability Insurance
- ▶ Dental & Drug Insurance
- ▶ Travel Insurance
- ▶ Non-Medical Insurance
- ▶ Mortgage Insurance
- ▶ RRSP's Investments
- ▶ RESP-Education Saving Plan
- ▶ Final Expense Products (Through Funeral Homes)



Mega Financial Group

Office: 416-293 5559
Fax: 416-293 9409
PH28-4168 Finch Ave. E.,
Scarborough, ON, M1S 5H6
www.megafinancial.ca



RAJ NADARAJAH
President & CEO

Dir: 416-666-1120
raj@megafinancial.ca



FOR ALL YOUR REAL ESTATE & MORTGAGE NEEDS

RESIDENTIAL & COMMERCIAL INVESTMENT

Nobody in the world sells more real estate than **RE/MAX**

FOR SELLERS

- ✓ Free Home Market Evaluation
- ✓ Professional Home Staging
- ✓ Professional Photos & Virtual Tour
- ✓ Best Value for Your Property
- ✓ Weekly Open House Until Sold
- ✓ Social Media Marketing
- ✓ Newspaper & Flyer Advertisement
- ✓ Competitive Commission Structure

FOR BUYERS

- ✓ Top Negotiator
- ✓ Desired Property For Less Price
- ✓ Professional Advice
- ✓ Assist with Mortgage, Inspection & Lawyers



ArunDavidBala@gmail.com
416.270.1111 416.270.7000
3-1286 KENNEDY ROAD, TORONTO, ON M3P 2L5

For All Your Real Estate & Mortgage Needs



289-4130 Sheppard Ave E., Toronto ON M2B 3K3
www.mortgagealliance.com/arunbala

Arun David Bala

M.Sc, B.Sc (Hons) Sales Representative & Mortgage Agent

416 834 2854





Connecting GTA

Collaborate. Inspire. Lead.

Connecting GTA is an above average business group. The members are extremely supportive and welcoming. Their events are fun and educational. In my 20 years of business I have experienced many business groups. This one is different. I highly recommend it. -Angela Baltkalis

About CGTA

The Connecting GTA Networking Club was founded by Suresh Kumar, President & CEO of Kashden Consulting Group.

Suresh is passionate about delivering value in every connection that he makes. As a Specialist Business Strategist & Coach, he revels in efficiently maximizing potential and fostering professional relationships within organizations. And as the Founder and CEO of Connecting GTA, he is dedicated to help propel your business forward.

Connecting GTA began as a meeting place for businesses of diverse backgrounds to connect, collaborate and promote individual businesses in the GTA.



Network With Professionals

Networking always helps you develop the skills and strategies to embrace the reality of leadership.



Gain Business Leads

Networking is all about building lifelong relationships and creating credibility in the brand of you!



Get in Touch with Us

T : 416 917 7617

E : suresh@connectinggta.com

A : 676 Monarch Avenue #10 Ajax, Ontario L1S 4S2



Increase Client Base

If you are looking to learn more, meet people and build your business, you are at the right place!

www.connectinggta.com



Nainativu

நயினாதீவு

Nainatheevu, is a small but notable island off the coast of **Jaffna Peninsula** in the Northern Province, Sri Lanka. The name of the island alludes to the folklore inhabitants, the Naga people. It is home to the Hindu shrine of Nagapooshani Amman Temple; one of the prominent 64 Shakti Peethas, and the Buddhist shrine Nagadeepa Purana Viharaya.

Historians note the island is mentioned in the ancient Tamil Sangam literature of nearby Tamil Nadu such as Manimekalai where it was mentioned as Manipallavam and ancient Buddhist legends of Sri Lanka such as Mahavamsa. Ptolemy, a Greek cartographer, describes the Tamil territory including islands around the Jaffna peninsula as Nagadibois in the first century.

Naga people were snake-worshippers, a Dravidian custom, and spoke Tamil based on Ptolemy's description of the Naga people. They also likely spoke Prakrit, a language of the school of Amaravathi village, Guntur district with which the early Tamils of Jaffna had strong cultural relations during the classical period. The Nakas were a branch of the Dravidian community, and were at that time part of the Chera kingdom, and of ancient Tamilakam. Archaeological excavations and studies provide evidence of palaeolithic inhabitation in the Tamil dominated Northern and Eastern Sri Lanka and in Tamil Naadu and Chera Naadu (Kerala region). The findings include Naka idols and suggest that serpent worship was widely practised in the Dravidian regions of India and Sri Lanka during the megalithic period.

The Nakas lived among the Yakkha, Raksha and Deva in Ceylon according to the Manimekalai and Mahavamsa. Cobra worship, Tamil speech and Keralan cuisine extant in Jaffna Tamil culture from the classical period attests to the Naka's heritage.

Sangam literature details how the ancient Tamil people were divided into five clans (Kudi) based on their profession during the Sangam period, where the Naka clan, who were in charge of border security guarding the city wall and distant fortresses, inhabited the Coromandel Coast - South Tamil Nadu, East Tamil Nadu and North Sri Lanka. The name Naka was either a corrupted version of the word Nayinaar or may have been applied to this community due to their head covering being the shape of a hydra-headed cobra in reverence to their serpentine deities. British historian and author of "Ancient Ceylon" considers the Naka to be an offshoot of the Nayars of Kerala. Ancient Tamil epic Manimekalai and the Sri Lankan history book Mahavamsa both mention a dispute between two Naga kings in northern Sri Lanka. Some scholars derive the origin of the Pallava dynasty of Tamilakam from an marriage alliance of the Cholas and the Naga from Jaffna Peninsula. This incident is mentioned in the Tamil epic, Manimekalai.



Rouge National Urban Park

VISIT TODAY



A rich assembly of natural, cultural and agricultural landscapes, Rouge National Urban Park is home to amazing biodiversity, some of the last remaining working farms in the Greater Toronto Area, Carolinian ecosystems, Toronto's only campground, one of the region's largest marshes, a beach at Lake Ontario, amazing hiking opportunities, and human history dating back over 10,000 years, including some of Canada's oldest known Indigenous sites.

Water from glaciers melting 12,000 years ago formed ancestral Lake Ontario, which covered this entire area. A large ice lobe, roughly 20 metres thick, blocked the lake from draining eastward, leaving water levels high as the lake slowly drained south to what is now the Mississippi River. The ice lobe finally retreated, draining the lake to the St Lawrence River and forming the Great Lakes as we see them today. Glaciation occurred when average annual temperatures were only 2 - 5 °C lower than present. The small decrease to the former temperatures caused big changes to the landscape. Changes in average annual temperatures now may seem small, but they could cause major changes to the natural environment in the near future.

Outcrops of rock formed during the last glacial period found in Rouge National Urban Park are important to geologists studying seismic activity, in particular the risk of earthquakes in the GTA. Faults are visible indicating significant earthquake activity between 80,000 and 13,000 years ago.

The human history of Rouge National Urban Park goes back over 10,000 years. Palaeolithic nomadic hunters, Iroquoian farmers, early European explorers, and the multicultural suburban population that one can see around the park today are all part of this history. Since humans began living in the area of the present Great Lakes-St Lawrence Lowlands in Ontario, many groups of people made the lands and waters now protected in Rouge Park their home. The river and its valleys, uplands, forests and wetlands, along with the animal and plant species that lived here, sustained small nomadic groups, and later on larger, permanent settlements long before the rapid urbanization of the 20th century altered the landscape dramatically.

Inspired by the scenery of the Rouge, F.H. Varley, one of the renowned Group of Seven painters, captured the banks of the Rouge River in Markham on canvas during the 1950s as a lasting memory of their beauty.

Tamil Mirror

MIRROR THAT REFLECTS THE TAMIL COMMUNITY

To Buy or Sell Real Estate.....

Trusted for Service &
Respected for Results

MaxLife Galaxy
Real Estate Ltd., Brokerage
Dir: 416-284-5555
880 Sheppard Ave. East, Suite 204
Toronto, ON M2P 2Y4



Karu Kandiah FRI.CRES.,
Real Estate Broker
Dir: 416-616-7278
Email: karukandiah@hotmail.com



Knowledge! Integrity! Experience! Trust!

ALL SEASONS INSURANCE

HOME . AUTO . COMMERCIAL
COMBINED HOME & AUTO SAVE UP TO 40%



4880 Sheppard Ave. E.
Unit 2
Scarborough, ON M1S 3V6
T: 416-826-7784
Cell: 416-826-4288
Fax: 416-826-8827
E-mail: harry@allseasons.ca



HARRY KULASEGARAM
Cell: 416-826-4288

* **Tamil Mirror** *

Thank you!



*Tamil Mirror In its 15th Year,
Thank you
to all our readers, advertisers and well wishers.
416-697-0126
tamilmirror2011@gmail.com*

DF CREDIT SOLUTION

DEBT FREE CREDIT SOLUTION

SETTLEMENT | CONSUMER PROPOSAL | BANKRUPTCY

Seeking freedom from **DEBT?**

We offer Total Debt **FREE SOLUTIONS**

* உங்களுக்குள்ளே 80% வரை
கவர்த்து கிடைக்கின்ற ஈடு
பாட்டு தகவல்களை எல். ஏன்ஸ் தருகிறோம்.
We provide expert advice on how to
consolidate and reduce debt payments
safely without borrowing money.

* உங்களுக்குள்ளே 80% வரை
கவர்த்து கிடைக்கின்ற ஈடு
பாட்டு தகவல்களை எல். ஏன்ஸ் தருகிறோம்.
We shield you from your
creditors and offer you
a guaranteed protection.

Elankeeran .T
Certified Insolvency Counsellor

By Canadian Association of Insolvency and
Restructuring Professionals (CAIRP)

Cell. 416.834.7227 Fax. 1.877.800.7899
Tel. 416.434.1522 freedebt.toro@gmail.com

Head Office:
10 Miller Business Court, Suite 234
Toronto, ON M1B 3C3

Branch Office:
101 Falden Road,
Mississauga, ON L4Y 4E7

www.TotalDebtFree.ca

For all your Real Estate needs...



Vaheesan Jayaveerasingham
Sales Representative
Dir: 416-276-9999

Box 416-276-1111
Fax 416-276-7000
Web: vaheesan@remax.com
Email: vaheesan@remax.com
3138 Kennedy Road, Scarborough, Ontario M1P2L5