

வாரமலர்
துனை முரசு

THINAMURASU

TAMIL

WEEKLY

முரசு

582

ஷ. நோ. கா VS டி. எம். மு
பொதுவில்

சூத்துப்

பார்க்கும்

கூட்டுமை

காதல் உணரவுகளில்
காத்திருக்கும் சங்கதிகள்

இனாசிப்பிள்ளை
உறுபும் வீச்சுவார்த்தையள்
நிலைபும்
சந்தேஷமுடு
இரு சந்தூ
புநூல்ளை



நீட்டின் ஸ்தர நிலை மிக மோசமாகப் பாதிப்படைந்து வருவதை, அந்தத்துறுது நடந்து வரும் படிகளைகள் தெரிவிப்படுத்துகின்றன ஆயிரங் எதிரீகளைக் கொண்டு குலிக்கும் திப் படிகாலைகளை நியாயப்படுத்தும் இடங்களின் நிலைகளை எவரும் கண்டுகொண்டதாக இல்லை. ஒளத்துறை சார் நடவடிக்கையில் முக்கள் வெற்றிகொண்டு வருவதால்

படுகொலைகள், அச்சுறுத்தல்கள் என்பவற்றால் பாரிய யுத்த நிறுத்த மீறல்கள் நடக்க வூர்மயித்துள்ளன. கிலை தவிர, சட்டம், ஒழுங்கு தொடர்பில் படையினருக்கும் யுக்கன்குமிடையில் அவ்வும்போது நடைபெற்று வரும் நிதழ்வகள், குறிப்பாக மட்டக்களபில் படையினரே தம் மைத் தாக்குகளின்றன எனவும் கிதனால் பாரிய விளைவுகளை எதிர்நோக்க வேண்டியிருக்கும் எனவும்

கிணங்கு கொள்வதுவும் மட்டும் தமது
கோக்கைகள் அத்தனையையும்
நவார்த்தித்துக் கொள்ள முடியும் என்றும்
சூற முடியாது பேரம் பேகம் சக்தியையப்
பெறுவதும், கோக்கைகளில் வலுச்
சேப்பதும் பிரதானமாகவாம்.

மக்களுக்காக எதையும் செய்து
முடித்தல்லவை. இனி எத்தாலும்
முடிப்பார்கள் என்ற நம்பிக்கையும் அந்த
மக்களுக்கு இருப்பதாகத் தெரியவில்லை.

இயக்கத்துல்தான் வாக்குரிமை
தொடர்பான கருத்துக்கள் ஏற்றுக்
கொள்ளப்பட்டு பேசப்பட்டது. திம்புப்
பேச்சுக்களில் பாஸ்குலிகாண்ட் ஏனைய
அமைப்புக்களான எல்.ஏ.ரி.க., ரீவோ
சீரால், கூட்டணி, புளினாட் ஆகியோர்களால்
இதுபற்றி எதுவும் பேசப்படவில்லை. தித்ரு
அடுத்துயாக பெஸ்கெர்
பேச்சுவார்த்தைக்கு எல்.ஏ.ரி.க.பினருக்கு
அழைப்பு வந்தப்பட்டபோது கூட, தாயகக்
கோட்டாட்டை ஏற்றுக்கொண்டாலே
பேச்சுகளுக்கு வரமுடியுமின் பிரபாகரன்
பிடிவாதமாக நின்றதால் அதுவும்
தடைப்பட்டது. அதாவது அச் சமயத்தில்
கூட மலையக் தமிழர்களின் பிரச்சினைகள்
குறிஞ்சு ஏவங்கி அங்குமைப்பா வில்லை.

இப்போது மட்டும் என்கிறீர்து வந்ததோ இந்தத் தமிழ்ப் பற்று, மலையகத் தமிழ்கள் இப்போது மோட்சம் பெற்று விட்டார்கள் என்ற கூறவில்லை. திதைவிடவும் மோசமாகப் பாதிக்கப்பட்ட அந்த காலகட்டத்திலேயே அவர்களைப் பற்றி எவ்வித அக்கறையும் எடுக்காதவர்கள் இப்போது எதிர்ப்பு அரசியலுக்காக நடந்துகிளாள்வதுதான் கவலையளிக்கிறது. கூட்டமைப்பின் பாராளுமன்ற உறுப்பினரான ஆவேந்தானும் கி.தொ.கா. பாராளுமன்ற உறுப்பினரான வடிவேல் கஹேஸா ம் கவலந்துகிளாண்டு. தொலைக்காட்சி நிகழ்ச்சி ஒன்றில் மலையக விவகாரங்களைப் பற்றிப் பேசப் போய் வசமாக மாட்டிக்கிளாண்டு நிலைமை, நிகழ்ச்சி நடத்துவபுருக்கும், கூட்டமையு ஆதாரவாளர்களுக்கும், புககளுக்கும் கம்பங்கு மாட்டு அமையக்கூடு.

க.வெந்தா.கா.VS ம.ம.ஐ

வாதவில்

சூத்துப் பார்க்கும் சூப்புமற்பு

நாவாங்
கட்ட ஈழ் போர் உடனடியாக அழப்பிக்கக்
சாத்துயில்லை என்றவாறாக இடகங்கள்
எழுதுகின்றன. ஜனாயகத்தின்
முதிருகலும்பிப்பன்று கூறப்படும் இடகங்கள்
வன்முறையையும் படுகாலைகளையும்
இந்துவிப்பவையாக மாற்போயிறுப்பது
தூர்த்திவட்டம்தான். இப்படி ஒரு பக்கம்
படுகுறிப் பயணம் என்றால் மறுபக்கம்
அரசியல் குத்துக்கரணங்கள்.
சிறபான்மையான அரசுடன் சமாதானப்
பேச்சுக்களை நடத்த முடியாது என்று
புலிகளும், உங்களிடம் கிருக்கும்
கிருபத்திரண்டு பாராளுமன்ற
இறுப்பினர்களை வழங்கி
பெறும்பான்மையைப் பெறச் செய்து
பேச்சுக்களை நடத்தலாமே என அரசியல்
அய்வாளர்களும் கருத்து வெளியிட்டு
வந்தனர். இப்போது சிறபான்மை அரசு
என்ற மாயை குறிக்கப்பட்டுள்ளது.
கி.தொ.கா.வின் நிற்நதனையற்ற ஆதரவு
இத் நல்லையைத் தோற்றுவத்துள்ளது.
தடைப்பட்டுப்போயிருக்கும் சமாதானப்
பேச்சுக்கள் முறிந்துபோய்விடக்கூடிய
அய்த்தான கட்டத்தை அடைவதால்
அதிலிருந்து திசை திறுப்பி சமாதானப்
பேச்சுக்கள் அழப்பிக்கப்பட வேண்டும்
என்பதுற்காகவே தாம் அரசுக்கு ஆதரவு
வழங்குவதாக கி.தொ.கா.

குத்துவதற்கானது
கிடரா.கா.வின் கீக் கூற்றில்
உண்மை இல்லாமல் கிடல்ல. சமாதானப்
பேச்சுக்கள் கிடைந்துத்தப்பட்டதில்லிருந்து
கிட்றைக்கு வளைக்கும் நாட்டில்
நடைபெற்று வரும் வளமுறைகள்,

புலகள் கூறி வருவது
 தானான் மக்கள் யத்தில்
 சமாதானத்துக்குப் பதிலாக மீண்டுமொரு
 யுத்தமே தம் மீது தின்க்கப்படப் போகற்று
 என்ற பதற்றமான சூழலில், சமாதானப்
 பேச்கக்களை அரக ஆரம்பிப்பதற்கு
 கிளைவாக தாம் நிபந்தனையற்ற ஒதுரவு
 வழங்குவதாக கி.தொ.கா. தெவில்தத்து.
 கி.தொ.காவிலிருந்து பிரிந்து சென்று
 கின்ற தனக் கட்சியாக இயங்கும் மலையக
 மக்கள் முன்னனி, கி.தொ.கா.வின் நேரடி
 எது அரசியலில் குதித்துள்ளது. “தனக்கு
 முக்குப் போனாலும் எதிர்க்கு சுகுனம்
 பிழைக்க வேண்டும்” என்பது போல,
 ம.மு.வின் அரசியல் செய்யப்படுகள்
 உள்ளதாக, மலையகம் ஒருநாள் ஒரிரும்
 என்ற கனவகளுடன் வாழ்ந்து
 கொண்டிருக்கும் ஏழைத் தொழிலாளர்கள்
 காருகின்றனர்.

மலையக மக்கள் பிரச்சினைகள், வா-
கூக்கு மக்களின் பிரச்சினைகள்
தீர்க்கப்படும்போது தீர்க்கப்பட வேண்டும்
என்றும் திதற்கால முறைகள்
தேற்கடிக்கப்படும்போது வட-கூக்கு
மக்குடைன் கிணறந்து போராடவும் தயார்
எனவும் முழுங்கி வரும் கிவெகள்,
அரசாங்கத்துடன் கிணறந்து அரசியல்
நடத்தாதவர்களா? கி.தொ.கா.விலிஞ்சு
பிரிந்தவுடனேயே வட-கூக்கு மக்களின்
போராட்டத்துடன் கிணறந்து
போராடியிருக்கலாமே! அதுவும் செய்யாமல்
யு.என்.பி.அரசு அதிகாரத்தில் கில்லை
என்பதற்காகவும், சொகுசான உலகம்
கற்றும் வாழ்க்கை கில்லை
என்பதற்காகவும் வரும் கொப்பளிக்கப்
போது வீட்டுக்குடியூது, அதை ச்

அப்போது தமிக்கந்து ஒரு பாரானும் நிற உறுப்பினரை அரசுக்கு வழங்கி அரசில் பங்குகொள்ளவில்லையா? அந்த ஆகுரவுக்காக மலையக மக்களுக்குப் பெற்றுக் கொடுத்த வெற்றிகள் என்ன?

சமாதானத்தின் பேரால்
 நடைபெற்று வரும்
 படுகொலைகளையும்
 வண்முறைகளையும் கட-
 கண்டக்க முடியாத
 நிலையிலிருக்கும் எவரும்
 அவர்கள் சார்ந்த சமுகத்தின்
 விடிவுக்காக உறுதியோடு
 செயற்பட முடியாது என்பதை
 சமகால நிகழ்வுகள்
 வெளிச்சத்திற்குக்
 கொண்டுவர்த்துள்ளன. வட-
 கிழக்கில் தர்சமயம் நிலவுகின்ற
 அரசியல் வேலைத்திட்டமானது
 வெறுமனே
 இயந்திரத்துணர்மானதாகவும்
 சொந்த விரும்பு வெறுப்புகளுக்கு
 இடமளிக்காததாகவுமே
 १ ஸ்ரீ

வந்துள்ளன. வட-கிழக்கில் தற்சமயம் நலவகின்ற அரசியல் வேலைத்தட்டமான விவரமனை கியங்குரத்துமானதாகவும் சிசந்த விருப்பு விவரப்பகுதி கு கிடமிருக்காது கவலே உள்ளது. கிதையீதான் மலையகத்திலும் நடைமுறைப்படுத்த முறைவழும், வட-கிழக்கும் பிரச்சினை தீர்க்கப்படும்போது மலையக மக்களின் பிரச்சினைகளும் தீர்க்கப்படுமென்பதும் நலாச்சோறு சாப்பிடுவதற்கு ஒப்பாகும்.

இந்த கிழுப்பில் கி.தொ.கா.வையு
ம.ம.மு.வையும் மோதல்டு தமிழ்.
கூட்டமைப்பினர் வேஷ்க்கை பார்ப்பது
விந்தையானது, கிருபத்தின்டு பேர் தொ
சிச்யப்பாடும் உதவாத்தனாக கிருந்து
கொண்டிருக்கும் நிலையில் மலையக
அரசியல்ல முக்கை நுழைப்பது எந்த
வைக்கில் மலையக மக்களுக்குப்
பிரயோசனமளிக்கப்போகற்று.

இருந்தாலாவது மனசாட்சிக்கு இதமாயிருக்கு மெல்லோ? 86இல் அவர்க் கலையும் பறியோக இருந்து, தலைமறையிறந்தல்லே தபி வந்தவு. பேப்பிள் “கஜூஸ் பியட் டிடார். மற்றவையில்லையா சரணடையுங்கோ” என்ன கேட்டலாம் தலைப்பு வந்ததெல்லே? எல்லாம் மறந்தார்க்கு. அந்த நேரத்தில் அவரைக் கொல்லவும் ஒரு நியாயம் சொல்லிக்கொண்டுதான் தேவுள்ளன. அவரோடு போந்த சகாக்கன் கண்டோ கொல்லப்படுக்கப்பட அந்த நியாயந்தான் சொன்னனவு. பிறகு, அவர்க் கலையா பத்மநாரா கொல்லப்படக்கேயும் கட்டிரோடு மயிருமூலி தயக்குவதனாவா. அதுவிளைவும் நியாயந்தானென்னுடே உபின்சா சொல்லிப்போட்டு இதுகால் நியாயம்படுத்த வேலீக்கிடுவிற்கு நலவுது. “சொந்தச் சுகோதரர்கள் துறந்திற் சாதல் கண்டு சிந்தை இங்காரடி கிளியே” என்னுடே பார்தி படின்னன. இங்கை துப்பாக்கியால் சாதல் கண்டு

தூவியார் தொலைக்காட்சி விவாத நடத்துநர் ஒருவர் நெடுகேலும் ஒருபக்கத்து ஆக்கனையே திரும்பச் திரும்பக் கூட்டுவந்து சமா வைச்சபடி இருக்கிறது அலுபது தட்டே ஏன் நீண்டன் மாற்றுத் தரப்பாரை விவாதத்துக்குக் கூப்பிடுறுதில்லை. விவாதமென்பால் ஏன்னு தரப்பியல்லோ விவாதிக்க வேணும்? ஒரு தாப்பி இல்லாத நிலையில் மற்றத் தரப்பு அனுமதிக்கெதிரா எதை வேணுமென்றாலும் அடுக்கிக்கொண்டு போகலாந்தாரே? உத்தினன் விவாத மேடையா, இல்லை பிரசா மேடையா என்னு கேக்க வெளிக்கிட்டிருக்கின்றாம் அக்கன். என்ன சொல்லப் போரா?



அந்தாற் அய்யாத்துறை

பூட்டியெழுந்த யாழ் நூல்கத்தை தீர்க்கச் சொல்ல எந்த மாணவரும் பொனகி எழில்லை. இந்த நிலையில் புலம் பெயர்ந்த நாட்டில் பொங்கித்தான் என்ன பயன்? என்னுடே கேட்டிருக்கிறார். கேள்விதானே “தமிழ்வைத் தமிழன் கோழைத் தனமாய்க் கொல்வதை நிற்குத் துவில் பெயர்ந்த மக்கள் பொங்கியே ஏற வேண்டும். சொந்த மண்ணில் உப்பாலாமு உரிமை மறுக்கப்படு, வெறும் உரிமைகளுக்கா மட்டும் பொனகி என்ன பயன்? என்னுடே கேக்கிறா அதோ அவர் சுட்டுக்காட்டியிற்கிற பொயின் ஒன்றையும் பீலிஸ் நோட்டி இரு விடுதலையென்ன பேரில் ஆயத் திடுக்கங்கால கொல்வப்பட்டது தமிழ் என்னிக்கை இராணுவத்தால் கொல்வப்பட்டது புதிர்க்கு நிர்க்குதியல் எல்லாரும் நடுக்கிள்ளும்படி எங்கெல் வாளொலிகளும் பத்திரிகைகளும் மாணவர்களும் மக்களும் நடிக்க வெளிகிட்டிட்டா, எங்கெல் உவலொருவினர் மரண ஓலத்திலும் இன்னொரு தமிழன் பொனகிக்கொண்டுள்ளன இருப்பான் என்கிறா வர்த்தி முடிவு வே? என்ன சொல்வறியன்?

பூர்தா சட்டத்தை நீக்கி இந்திய வருடாட்டமுறை முனிசிபல் தலைசீடு சட்டத்தையும் நீக்கி வேண்டுமென்று கேட்கின்றன. தவறான சம்பா மொண்டைப் பற்றித் தவறான கொள்கை வகுப்பார்கள். தவறாக எழுந்த முடிவு அந்த தடுத்துப் போன்று சொல்லினால், எல்லாங் சரிதானாக அனால் இன்கை இன்னும், தவறாமல் கிழமைக்க

குடிக்கொண்டு போக வெளிக்கிட்டு இப்பொழுது அவர்மன்ற பாலியா கூலிலியம் களாகக் கண்ணப்படுகிற பிரபும்போடு நிக்கினம் முங்குற தான்போகக் காணல்லை, துப்பம்பொன்றையெழும் துக்கக்கொண்டு போக வெளிக்கிட்டு கதையாகிப் போடுதே கடைசியா ஸுத்து வேந்தனா இந்திய போக வெளிக்கிட்டுத் திரும்பி அனுப்பப்பட்டதை முட்டானத்தென்னால் முடதஞ்சு வைச்சு ஆக்கள் இப்பொழுது துடுக்கி விழுந்ததை என்னவென்னும் சொல்லப்போகின்மீ? பொங்கு தமிழகுப் போக வெளிக்கிட்டாலுதான் விளா மறுத்திடாகவளென்னும் வெளியிட சிரானால், காரா ஆராகாவால் தமிழகு ஆதாரமாய் போயிடும்? விளாவுக்கு அப்பொழுது பண்ணச் சண்காப் போட்டுதென்னும் ஒரு கதை விளாமலன்று பாத்தாவும், உ வையின் அக்கறை உவளாவதானோ என்னெல்லே கதைப்பாங்களை உண்ணாலே விளாவுக்கு போய்விடுமா? இது விடுமா?

பொங்கு தமிழ்மண்டு கனடாவில் கொண்டாற்று
நேரத்தில், எங்கட சங்கரி ஜெயா விட்ட அறிக்கையில்
கேட்டிருக்கிற கேள்விகளைப் பாத்தியனோ'
“பாற்றினாலும் வர்தா தல்லிக்கு விழுந்த பட்டாய்

வாரமலர்
தினை(பூர்வ)

இரண்டு கால்களில் நடமாடும் உலகின் ஒரே விசுத்திர விலங்கு

சீல நோங்களில் நாம் எவ்வளவுதான் முனையைக் கசக்கி யோசித்தாலும் விடை காண முடியாத விளாக்களைக் கேள்விப்பட்டிருப்போம். அதாவது கிழு எப்படி நடக்கும்; சீவ்வாறு நடக்கக்கூடிய சாத்தியம் உள்ளது என்று நாமே யோசிக்க முடியாத கதைகள். நாம் கிப்போது உங்களுக்கு கூறப்போவதும் சீவ்வாறான அத்தியக்கூடு ஒன்றே. சீல நோங்களில் கிப்புகையட்டத்தை நிங்கள் கண்ணவிடின் நாம் கூறப்போகும் கதையையும் நீங்கள் நம்மால் கிருந்து கிடமுண்டு.

இக் கதையின் தகாநாயகன் பாத்திரத்தை ஏற்றிருப்பவர் அபோர்க்காவின் ஒக்லோமா பிராந்தியத்தில் வசக்கும் ஒரு நாயார். ஆனால் கிவா நாம் நீண்டப்பு போல் சாதாரணமானவர்கள், கிரண்டு கால்கள் மாத்திரம் உள்ள 'பேத்' என்று தீந்த நாயின் சிறப்பஸ் என்னவென்றால் கிழு மனிதரைப் போல் கிரண்டு கால்கள் நடக்கக்கூடிய சாத்தியத்தைப் பெற்றிருப்பதே.

"எங்களுக்கு பேத் ஜி வளர்க்கக் கிடைக்கும்போது அதற்கு வயது 3 வருடங்கள். அதன் முன்னங்கால்கள் நன்கு வளர்ச்சிடையந்திருக்கவில்லை. கிதனால் அது தானாகவே தனது சக்தி மிக்க பின்னங்கால்களைக் கொண்டு நேராக நடக்கக் கொடுக்கிறேன். உண்மையில் கிழு மிகவும் அதிசயமானது. பேத் நிறைய உணவு உண்ணும். நன்றாக விளையாடும். நாய்கள் அனைவரும் அவனை நீரீக்கலோம். பேத்தின் தற்போதைய வயது 7 மாதங்கள்" கிவ்வாறு கூறுவது பேத் ஜி தத்தெடுத்து வளர்த்து வரும் ஸ்டின்பேலோ குடும்பத்தின் தலைவியான லோரா. தங்கள் குடும்பத்திற்குப் பரிசாகக் கிடைத்த முன்னங்கால்கள் நல்ல முறையில் வளர்ச்சிப்படுத்தாத தீந் நாய்க் குடும்பின் மேல் அனுதாபங்களைண்டு அதற்கு கருணை காட்டுய ஸ்டின்பேலோ குடும்பத்தவர்கள், முதன்முதலாக கிந் நாய்க் குட்டிக்கு பரிசுக்கட்டி மேல் எழுந்து நீர்பதற்குப் பயிற்சியளித்தனர். காலப்போக்கில்

அதன் கால்கள் நன்கு பலமடைந்ததோடு எல்லோரும் அத்தியப்படும் வகையில் தனது கிரண்டு கால்களினால் நடக்கவும் முடியும் தத்தை.

"பேத் எங்களுக்குப் பரிசாகக் கிடைத்தத்திலிருந்து நாம் அதனை மீண்டும் கொடுக்க யோசிக்கவே கில்லை, நாம் போகும் கிடங்களுக்கு எல்லாம் கினி அதுவும் பின்னதாடும்" என்று, எதர்வட்டு நாயைத் தூரத்தும் பேத்தைப் பார்த்து புன்னைக்கத்தபடி வேரா கூறினார். தற்போது கிடைத்துள்ள அதாரங்களையும் உலகல் கிவ்வாறு கிரண்டு கால்களில் நடக்கும் ஒரே நாய் பேத் மட்டுமே.

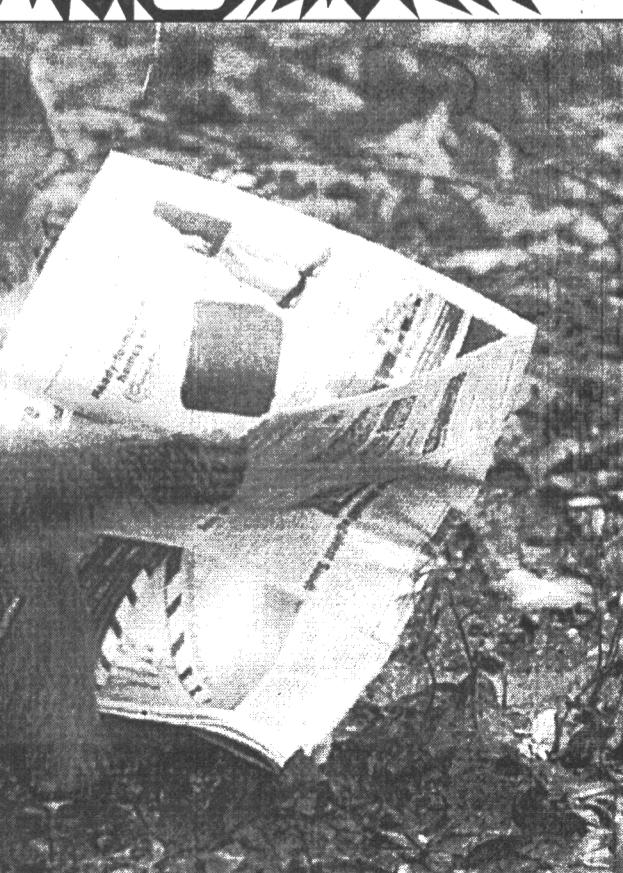
பேத் கின் கிக் குறையாட்டைக் கண்ட லோரா குடும்பத்தினர் அதனை தாங்கள் வளர்ப்பதற்கு தீர்மானித்ததிலிருந்தே அவர்கள் பூர்வ ஜென்ம புண்ணியத்தைத் தேடிக்கொண்டனர். உண்மையில் கிவ்வாறான அங்கவினமான மிகுக்கத்தை வளர்ப்பதற்கு முன்வருவார் எத்தனை பேர்?

பிரஸிலிலேயே ஐனமுற்றிருந்த பேத்தின் கால்கள் அது வளர்ச்சியடையும் போது மேலும் கும்பத் தொடங்கியது. கிழுபில் கிதற்கு வைத்திய சிக்கசை மேற்கொண்டு அதன் முன்னங்கால்களை அகற்ற வேண்டிய நிலை ஏற்பட்டது. கில்லையின்றால் பேத் கின் உயிருக்கே அதுது ஏற்பட்டிருக்கும்.

அறுவைச் சீக்கசையின் பின் அதன் காயம் மூாமல் நீர் வடிந்ததால் தொடர்ந்தும் மருத்துவ உதவியை நாடவேண்டி ஏற்பட்டது. வைத்தியர் கிதற்கு சிக்கசை அளித்துள்ளார். மேலும் அதன் கால்கள் கிருந்த கிடங்களில் பெனல் துணிமினால் கட்டி காய வைத்துள்ளார். பேத் கிதற்கு அவ்வளவு விருப்பம் தெரிவிக் காத போதிலும் நோய் குண்மாவதற்கு கிவ்வாறான சீக்கசை மேற்கொள்ள வேண்டியுள்ளதாக மருத்துவங்கள் தெரிவித்தன. கின்னும் சீல நாட்களில் அது பரிபுரன் குணமடையும் என்ற ஸ்டின்பேலோ குடும்பத்தின் தலைவரான ஜெட் தெரிவித்தார்.

கில்லோமா பிராந்தியத்தின் மிகப் பிரபலமான பாத்திரமாக மாறியுள்ள பேத், அண்மையில் நியூயோக் நகரத்தில் கிருந்து ஸ்டின்பேலோ குடும்பத்தில் கொடுக்காது கிருந்தபோதிலும், அந் நகரில் ஏற்பட்ட திடர் மின்சாரத் தடை காரணமாக கின் நீகார்சுக் கூபரம்பய்தவல்லை. கல்போர்னியாவில் நடைபெறவுள்ள மிகுக் நடைப் போட்டியிலும் கலந்துகொள்வதற்காக பேத் கிப்போது ஆயத்தமாகிப்பன்று.

கிழு என்ன?



இந்த மனதீர் ஒரு இந்திய சாமியார். கிவரது முடியின் நீளம் 2.26 மீற்றர்கள். எல்லாச் சாமியார்களும் தாடி வளர்ப்பார்கள். கிவர் வித்தியாசமான சாமியார் அல்லவா?

பட உதவி :- ஸ்ப்ரீனா ஹமிஸ்

மனதீர்கள் மாத்திரமா பத்திரிகை படிப்பார்கள். கிந்த பம்பாய் குருங்கும் பத்திரிகை படிக்கின்றது. மனதீர்கள் மிகுங்களாகி உலகின் ஒவ்விலாரு முலை முடுக்கிலும் நடத்தவிரும் வெற்றியாட்டங்கள் அத்காரித்துவிட்டன. அந்த அதியாயத்தை வியந்து பார்க்கிறதோ கிந்தக் குருங்கு?



‘யவனිකා’ என்னும் மலையாளப் பத்தின் கதையை வாங்கித் தமிழில் சுத்யராஜ் நடிகர், படத்தை இயக்கவிருக்கிறார் மாணிவன்னன். இப் படத்தில் தன் மகன் ரகுவன்னனைப் பிரதான வேட்டில் நடிக்க வைக்கக் திட்டமிட்டுள்ளார்.



மல்லிகா நடிக்கிறார்.

சி
னி
வி
சி
பி

இதுதாங்க மேட்டா!

அஜித் நடிக்க சரண் இயக்கும் ‘அட்டகாசம்’ பத்தின் போட்டோசெஷன் நடந்த போது திமர் விஸ்ட் அடித்தார், கமல், வாவேற்றார் அஜித். விடைபெறும் முன்பு அஜித்திடம் 15 நிமிடம் தனியாகப் பேசிவிட்டுப் புறப்பட்டார் கமல். என்ன பேசினார்களாம் தெரியுமா?

யார் உடம்பில் எத்தனை தடவை அடிப்பட்டிருக் கிறது? எத் தனை இடங்களில் பிணேட் வைக்கப்பட்டிருக்கிறது என்பது பற்றித்தான் 15 நிமிடமாகப் பேசினார்களாம். இரண்டு பேருமே அதிக விழுப்புங்களுடன் சினிமா வெற்றியை தொட்டவர்கள் என்பதுதான் இதில் வைலைட்.

நேடி வந்த வீரந்து...

‘இயற்கை’ படத் தை தேசிய விருதுக்கென அதன் தயாரிப்பாளரோ இயக்கு நரோ அனுபவில்லை யாம். பிறகு பெய்தி விருது?

பத்தின் ஓலிபயதிவாளர் ஏகாம்பரம், அவரது செந்தச் செலவில் அனுப்பி வைத்தாராம். படத்துக்குத் தேசிய விருது கிடைத்த பிறகே இந்த விஷயம் தெரிய வந்திருக்கிறது.

இதை நம்மிடம் சொல்லும்போது ‘இயற்கை’ இயக்குநர் ஐனாநாதன் முகத்தில் அத்தனை பிரகாசம்.

ப்ராப் ஆன ‘சென்னையில் ஒரு மழைக்காலம்’

சென்னைக்கும் மழைக்கும் ஒத்தே வராது போலிருக்கிறது. கெளதம் இயக்கத்தில் குர்யா நடித்து வந்த ‘சென்னையில் ஒரு மழைக்காலம்’ ப்ராஜெக்டே கைவிடப்பட்டிருத்தாம்.

படப்பிடிப்பைத் தொடங்காமல் கெளதம் இழுத்திட்டதால் அதிலிருந்து குர்யா விலகிவிட்டதாகச் சொல்கிறார்கள். இதையுடூது பாலா தயாரிப்பில் ராம் சுத்யா இயக்கப் போகும் படத்தில் நடிக்கப் போகிறார் குர்யா.

‘காக்க...காக்க’ இமாலய வெற்றிக்குப்பின் மீண்டும் இணைந்தனர் குர்யாவும் டைரக்டர் கெளதமும். இதற்காக அவர் கேட்ட கால்வீட்டை மொத்தமாக அள்ளித் தந்தார் குர்யா. ‘சென்னையில் ஒரு மழைக்காலம்’ என்ற பெயரில் படத்தை ஆரம்பித்த கெளதம், அதைப் பாதியில் விட்டுவிட்டு தெலுங்கில் ‘காக்க...காக்க’ எடுக்கப் போய்விட்டார்.

மழைக்காலத்துக்கு தந்த கால்வீட்டை அப்படியே மாற்றி, கலைப்புவி எஸ்.தானு தயாரிக்க, பாலா இயக்க இருந்த படத்துக்குத் தந்தார் குர்யா. ஆனால் மழைக்காலத்தை முடித்துவிட்டதன் குர்யா வாழுவார் என்று என்னியிருந்த தானுவும், பாலாவும் அதற்குள் தங்களது பிற படங்களை ஆரம்பித்துவிட்டனர்.

(தானுத் தொட்டி ஜேயா படத்தில் பணத்தைக் கொட்டிக்கொண்டிருக்கிறார். அஜித்தை வைத்து எ.எம்.ரத்னம் தயாரிக்கப் போகும் படத்தை இயக்குவதில் பாலா பிளி).

இதனால் படப்பிடிப்பைத் தொடங்க கொஞ்சம் டைம் எடுக்கும் என்று தானுவும் பாலாவும் சொல்லிவிட குர்யா மீண்டும் அப்போட். குர்யாவின் மனம் தொர்ந்து கல்பப்படுவதை உணர்ந்த ஜோதிகா, படத்தை தானே தயாரிக்க முன் வந்தார். இதை அறிந்த தானு, பாலாவை அழைத்து நீங்களே படத்தைத் தயாரியுங்கள் என்றாராம்.

பாலா தயங்க, “பணத்துக்கு நான் இருக்கேன். பார்த்துக்குவோம், குர்யாவுக்காக தையியமா இறங்குங்க” என்று ஊக்கம் தந்தாராம் தானு. இதையுடூது தயாரிப்பாளர் அவதாரம் எடுத்துள்ளர் பாலா.

படத்துக்கு ‘மாயாவி’ என்று பெயர் குட்டியுள்ள பாலா, இதை இயக்கும் பொறுப்பை தனது அலிஸ்டெண்ட் ராம் சுத்யாவிடம் ஒப்படைத்துவிட்டார்.

அர்ஜானுடன் ‘மனிகண்டா’ படத்தை பிலட்டு இருக்குங்கும் தோதிருவே இதில் ஹிரோயினாக நடிக்கப் போகிறாராம்.

முடித்துவிட்டு ஜோதிகாவே இதில் ஹிரோயினாக நடிக்கப் போகிறாராம்.

பாலாவுக்கும் தானுவுக்கும் பல வருடப் பழக்கம் உண்டு.

பாலாவுக்கும் தயாரிடம் ஜௌயியாக இருந்த பாலாவின் கருக்கறுப்பு, திறமையை அடையாளம் கண்டுகொண்டிடன் தானு. பாலாவுக்கு முதன்முதலாக சினிமாவில் சம்பளம் கொடுத்தவரே தானுதான். சிரமத்தில் இருந்த பாலாவுக்கு, ‘மறுபடியும்’ படத்துக்காக ரூ.65,000 ஹதியும் தந்தாராம் தானு. அதே போல பாலாவுக்கு ஆரம்பத்தில் இருந்தே ஆறுதலாக இருந்த இன்னொருவர் குர்யாவின் தந்தை சிவகுமார்.

மும்தாஜ்டன் போட்டியில் நமீதா!

“இன்றைய இளைஞர்கள் விரும்புவது

கவர்ச்சியைத்தான். கிளாமர் என்பது இன்று

கட்டாயம் ஆகிவிட்டது. எல்லா நடிகை

களுமே கிளாமராகத்தான் நடிக்கிறார்கள்

நான் மட்டும் அதிகக் கவர்ச்சி காட்டுகிறேன்

என்று கூறுவது தவறு. கவர்ச்சிக்கு ஒரு

அளவுகோல் உண்டு. அதைத் தாண்ட

மாட்டேன்” என்று முச்சுவிடாமல் சொல்லி

முடித்தார் நமீதா.

‘மகா...நடிகன்’ படத் தில் சுத்யராஜ்

மும்தாஜும் நடிகைகளாகவே நடிக்கிறார். மேலும் நமீதாவும்

மும்தாஜும் நடிகைகளாகவே நடிக்கிறார்களாம். “கவர்ச்சிக்குத்தான்

அவரா என்று பார்த்துவிடுகிறேன்” என்று களத்தில் இறங்கிக் கலக்கிக் கொண்டிருக்கிறாராம்.

அவரா என்று பார்த்துவிடுகிறேன் மகன் மனோஜ் நடிக்கிறார். அவரது ஜோடியாக ‘ஆட்டோகிராப்’

நமதா



சிபா அவஸ்தை....!



யாரால் கிடைத்த தண்டனையோ சின்ன நிலவொன்று சித்திரவதை செய்து கொண்டிருந்தது!

திருமண தினத்தையாவது சொல்லியனுப்பு உன் வீதியில் விழிவைக்காமலே இருந்து விடுகிறேன்!

-நல்ம் நுமி, புத்தம்.

கிழுமாங்கள் கிழவற்றால்....

வாழ்க்கை என்பது தோணியா! அதை, விதித்துச் செல்வது இரு வரடா! ஆழக்கடலைக் கடந்து செல்ல ஆண், பெண் ஏற்றுமை தேவையா! காலைப் புயலை எதிர்கொண்டு சில கடமையை அதிலே ஏற்றிக்கொண்டு, தாழக்கடலில் வலித்துச் செல்லத் தத்துவம் பலபல உள்ளதா! இருமனம் இணைந்தால் கரை சேரும் அந்த, இருவரும் சரிந்தால் திசைகூட மாறும். பெருங்கடல் வெளியில் அலை மோதும், அங்கு பெயரும் காற்றின் வழிபோகும்.

-கார்த்தீன், வவுனியா.

-நடராஜ் சுகித்தமார், முன்னிஸேயா,

மழை

இடியன்னை அடித்தால் இடியென அழுகிறாயோ? சிரித்தது மின்னல். அதைக் கேட்டு மேலும் கண்ணர் வடித்தது மேகம்.

சிகரெட் தாலாட்டு

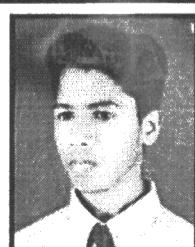
நட்யோ தீயால் என்னை அழிக்கிறாய்! நானோ புகையால் உன்னை அணைக்கிறேன். சிரித்தது சிகரெட்.

மெழுகுவர்த்தி

இருளை அழிப்பதில் இங்கு நான் தான் சக்கரவாத்தி! தீயோ என்னை அழிக்கிறது அழுதது மெழுகுவர்த்தி! அருள்கூட்டுரை அருள்கூட்டுரை, தான் பாடிய இனிய இசை தலைட்டு.

-அருள்கூட்டியன், தான்தியா!

பெயர் : ஜி.ராஜங்கிரிவாஸ்
வயது : 20
முகவரி : கொழுப்புக்கும், இல.03,
நிலித்திலை, இரத்தினப்பரி.
பொழுதுபோக்கு : வழையென்னை.



பெயர் : எஸ். ரி. நியாஸ்
வயது : 17
முகவரி : 83,
மாந்தேஸலை வீதி,
கிள்ளையா-03.
பொழுதுபோக்கு : பக்திரிசை, சிரிக்கெட்.



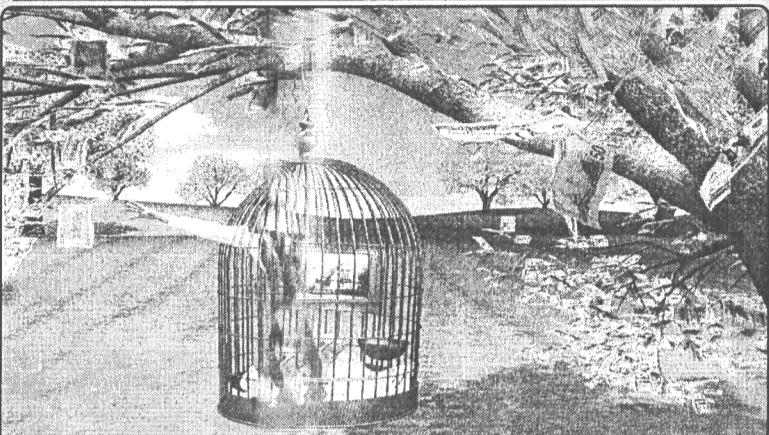
கவிதை எழுதுதலும் வாசித்தலும்

[பயிற்சிக் களம்]

சிறப்புக் கவிதையும் - கவிஞரும்

கவிதையின் நிலமும் காற்றும் தொடர்ந்து மாறிக் கொண்டிருக்கின்றன. பொதுவான அடையாளங்களும் வகைப்படுத்தல்களுக்குள்ளும் இருந்துகொண்டே, அதன் முன்னகர்வினைப் பறைசாற்றும் குரல்கள் தமிழ்க் கவிதைக்குள் தொடர்ந்து பரந்துகொண்டிருக்கின்றன.

மிக என்னையான ஒரு சம்பவத்தைக் காட்சியிடுத்துவதிலே, அதனாக வழக்கையின் ஒரு கத்தைக்கணாளன் வைய்தலும் கவிதைகள் புதிய புதிய சாத்தியகளை வெளிப்படுத்தி வருகின்றன. அத்தகைய பார்வைகள் சில இவ்வாரக் கவிதைகளாக மவ்வின்றன.



மைதானங்கள்

காசு கண்டலில் தீர்மானமாகிறது போட்டியின் தொடக்கம். அவையும் பந்து ஓன்றே ஆதவின் உடைக்கப்படுவதும் உடை படுவதும் அதன் மேலானது.

அடிக்கப்படும் பந்து தடுக்கப்பட வேண்டும்

அல்லது தாங்கிக்கொண்டே இருக்கிறேன்....!

-எம்.ரி.எம்.யுனுஸ்,

காத்தான்துஷ் - டி.

மையம்

ஒரே ஒரு வாய்ப்புத்தான் மிச்சமிருக்கிறது விழுந்த மரத்தை எடுத்து நடவடிக்கையைக் கொஞ்சவதற்கு துயருற்றுப் போன மனவியைப் பிரிய

வியாபாரத்துடன் தந்திரம் பண்ண வாழ்வற்ற இளம்பெண்ணிடம் பரிவு காட்ட

பசியால் நோயுற்றுவிட நம்பிக்கையில் முகத்தில் காறியுமிழ காட்டுக் கிழங்குகள் ஈட்டுத் தின்ன குறைந்த படசம் தற்கொலை செய்துகொள்ளவாது

உதாரணத்திற்குப் பிறந்தவர்களால் நிறையும் பூமியில் ஒரே ஒரு வாய்ப்புத்தான் மிச்சமிருக்கிறது.

உழுது பயிர் செய்ய அல்லது ஏராற்றிப் பிழைக்க உற்பத்திப் பொருள்கீட்டா அல்லது ஆட்களை வைத்துக் கொலை செய்ய.

செருப்புத் தைப்பள்ளிடம் கேட்டேன்: இடுதுபுறம் திரும்பி நேராகப் போகச் சொன்னான்.

திரும்ப வலதுபுறம் காணாது திகைத்தேன். இப்போது நான் எங்கு நிற்கிறேன் மையத்திலா

-யவனிகா பீர்ராம்.

விளையாட்டுப் பிள்ளைகள்

இரண்டு குழந்தைகள் விளையாடிக் கொண்டிருந்தன அந்தப் பூங்காவில்.

ஊஞ்சலில் நின்றும் உட்காந்தும் ஒற்றைக் காலைத் தாக்கியும் வேகமாக வீசி ஆழியும் வேலன்று கத்திக் கொண்டும் இருந்தது.

காலி ஊஞ்சலை வேகமாக ஆட்டிக் கொண்டும் இருந்தது.

ஒவைன்று கத்திக் கொண்டும் இருந்தது.

ஒவைன்று கத்திக் கொண்டும் இருந்தது.

ஒவைன்று கத்திக் கொண்டும் இருந்தது.

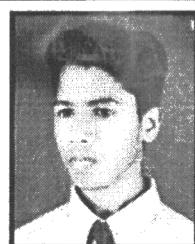
ஒவைன்று கத்திக் கொண்டும் இருந்தது.

-முழுந்த நாகராஜன்.

பேனா நண்பர் பகுதி - பேனா நண்பர் பகுதி - பேனா நண்பர் பகுதி



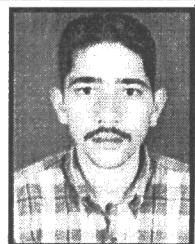
பெயர் : ஜி.ராஜங்கிரிவாஸ்
வயது : 20
முகவரி : கொழுப்புக்கும், இல.03,
நிலித்திலை, இரத்தினப்பரி.
பொழுதுபோக்கு : வழையென்னை.



பெயர் : எஸ். ரி. நியாஸ்
வயது : 17
முகவரி : 83,
மாந்தேஸலை வீதி,
கிள்ளையா-03.
பொழுதுபோக்கு : பக்திரிசை, சிரிக்கெட்.



பெயர் : முருங்கிராஜ்.
வயது : 28
முகவரி : துவரி வீதியோ
செனர், சிராமக்கோடி,
உங்கிலை
பொழுதுபோக்கு : பேனா நட்டு,
பக்திரிசை.



பெயர் : R.F.Mohamed Rifan.
வயது : 20
முகவரி : P.O. Box-
60671, Al-Khor, Doha,
Qatar.
பொழுதுபோக்கு : வழையென்னை.

கிளாந்தீர் பற்றிய தினிய தகவல்கள்!

கொஞ்சதம் வெய்மிலில் சிறிது நேரம் சென்று திரும்பிய உடனேயே நா வூண்டு எதாவது குளிச்சியகச் சப்பி வேண்டும் என்ற வேட்கையை ஏற்படுத்தும். அப்போது நம் கண் முன்னே பல பொருட்கள் விரியும்! ஜஸ்கிரும், கோக், பெஸ்லி, பானங்கள்! கண்ணைக் கவரும் வளைங்கள். இவற்றுள் சில தாக்கத்தைத் தணிப்பவை ஆனால் அவை உடல் நலத்திற்கு உகந் தவையா? என்று கேட்டால்... ஆம் என்று கூற முடியவில்லை.

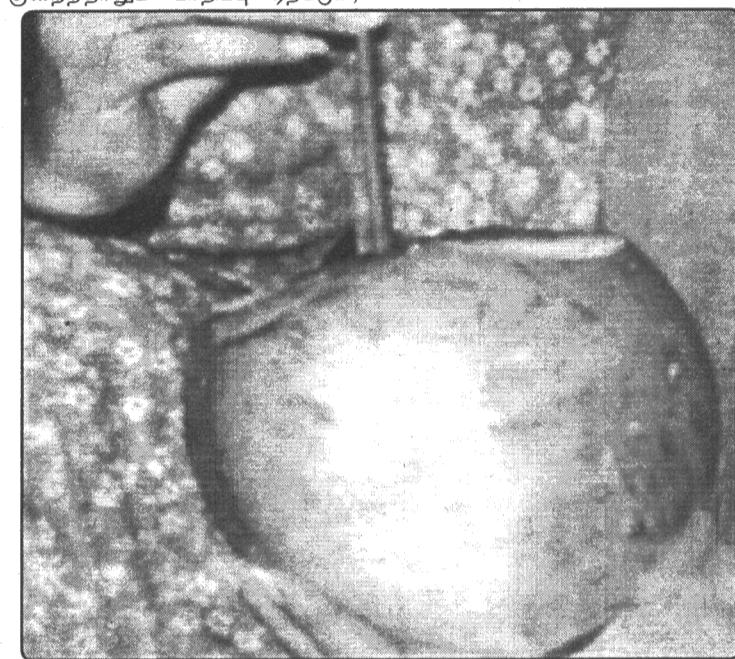
ஏனெனில் நமது குழந்தைகள் ஜஸ் தண்ணீரையும் கோக், பெஸ்லி போன்ற பானங்களையும் சாப்பிடும் போது, ஓரிஜினல் பழங்களின் கவை அவற்றுள் இருந்தபோதிலும் ஓரிஜினில் பழங்களுக்கும் பானங்களுக்கும் எந்த விதமான தொடர்பும் கிடையாது. மாராக பானங்களில் இருப்பவை குறிப்பிட்ட பழங்களின் கவையை அளிக்க கூடிய இரசாயனப் பொருட்களே அங்கே போத்தல்களில் அடைத்து வைக்கப்பட்டுள்ளன.

ஆனால், இவற்றிலிருந்து மாறுபட்ட வேறு விதமான பானம் ஒன்றை இயற்கையே நமக்கு வழங்கியிருக்கிறது. அதுதான் இளாந்து! மேர் போன்ற பானங்களும் உடலுக்கு நன்மையே செய்தபோதிலும், இளாந்து இனிமையும், தூய்மையும், கவையும் நிறைந்த இயற்கை பானமாகத் திகழ்கிறது. சரி இளாந்தின் தண்ணீர் சிறப்பு என்ன என்று பார்ப்பதற்கு முன், நமது உடலில் தண்ணீர் குறைவதால் ஏற்படக்கூடிய பாதிப்பு களைத் தெரிந்துகொள்வோம். நமது உடலில் பொட்டாசியம் மற்றும் சோடியம் (உப்பு) ஆகிய இரு சத்துக்களும் ஒன்றை ஒன்று விருந்தாமல் சம அளவில் இருக்கும்படி அமைந்துள்ளன. நம் முடைய ஒவ்வொரு 'செல்லிலும்' கூடுதலாக சேர்க்கூடிய உப்பை (சோடியம்) வெளியேற்றுவதற்கான அமைப்பு உள்ளது. அதனால்தான் நம் உடல் 'சிக்' என்று காட்சியளிக்கிறது.

நம் பும்பும் தகைகளில் ஏற்படக்கூடிய பாதிப்புகளுக்கு உப்புதான் முக்கிய காரணமாக உள்ளது. உப்புக்குத் தண்ணீரை உருட்டுக்கொள்ளும் சக்தி உண்டு.

இதனால் நம் உடலில் உப்பு (சோடியம்) அதிகரிக்கும்போது, அது உடலில் இருக்கும் தீரவங்களை எல்லாம் ஈர்த்துக்கொள்கிறது. இதனால் உடலில் உள்ள நிர்ச்சத்துக் குறைந்து பல்வேறு பாதிப்புகளை உருவாக்குகிறது.

உலக அளவில் நடத்தப்பட்ட ஒரு கணிப்பினாடு நாம் தினாந்தோறும் 1,100 மில்லி கிறாம் முதல் 3,300 மில்லி கிறாம் வரை உப்பை நம் உடலில் சேர்த்துக்கொள்கிறோம். ஆனால், ஒரு நாள்களுக்கு 220 மில்லி கிறாம் உப்பு மட்டுமே நமக்குத் தேவை நோயுற்ற வகைன் ஸிலருக்கு மட்டுமே 1,800 மில்லி கிறாம் தேவைப்படுகிறது. எனவே உங்கள் உடலில் உப்பு (சோடியம்) கூடுதலாக உள்ளதா? என்பதை உங்கள் டாக்டரிடம் பரிசோதித்துத் தெரிந்துகொள்ள வேண்டும்! உப்புக் குறைந்தாலும் பாதிப்பு ஏற்படும்;



ஏனெனில் அதன் மூலம் தண்ணீர் அளவும் குறையும்.

பொட்டாசியம் - சோடியம் சம அளவில் இருப்பதை உறுதி செய்து கொள்ள வேண்டும்.

இதில் பாதிப்பு ஏற்படுவதைத் தடுயதற்கு நிறையத் தண்ணீர் குடிக்க வேண்டும்! இளாந்து, வாயைப்பழம் போன்றவற்றில் பொட்டாசியம் நிறைய உள்ளது. அவற்றைச் சாப்பிடுவதன்

மூலம் பொட்டாசியம்-சோடியம் அளவை சமநிலைப்படுத்த வேண்டும்.

இரண்டாவதாக இளாந்து குளுக்கோஸ் நிறைய உள்ளது. ஒரு வருக்கு பேசி போன்ற காரணங்களால் தண்ணீர் சத்து முற்றிலும் குறைந்து போகும் வேளையில் டாக்டர்கள் உடனடியாக உடலில் 'சேலைன்' எனப்படும் 'குளுக்கோஸ்' ஏற்ற வேண்டும் என்று வற்புறுத்துவார்கள். அப்படிப்பட்ட நேரத்தில் 'குளுக்கோஸ்' அதாவது 'சேலைன்' கிடைக்காமல் போனால் நல்ல இளாந்தைக் கொடுத்து சீரசெய்துவிடலாம்.

எனவே, இளாந்தை வெறும் பானமாக மட்டுமன்றி, உடல் நலம் காக்கும் மருந்தாகவும் யயன்பட்டு வருகிறது.

இரத்த அழுத்தம் குறைவாக உங்கள் டாக்டரிடம் பரிசோதித்துத் தெரிந்துகொள்ள வேண்டும்! உப்புக் குறைந்தாலும் இளாந்தைப் பயன்படுகிறது. சுமார் 10 நாட்கள் தொடர்ந்து இளாந்தை சாப்பிட்டு

பொய்வு ஸ்பெஷல்

சமைப்போம் கவைப்போம் தொகுத்து ரூபா- ஸாஸ்ரா சட்டவட்

தேவையான பாருட்கள்:-

உருளைக்கிழங்கு - 200 கிறாம் ரின் மீன் (சிறியது)

- 1 ரின் (155 கிறாம்)

சீஸ் 2 துண்டு (25 கிறாம்)

பச்சைப் பட்டாணிக் கடலை

- 50 கிறாம்

கஜா - 50 கிறாம்

மினகாய்த் தூள் - 1 தே.க (நூரப்பி)

உப்பு - அளவிற்கு

மினகு தூள் - அளவிற்கு

தேசிப்புளி - அளவிற்கு

சின்னவெங்காயம் - 2 மே.க.

ரோஸ்ற் மேக்கர் - சிறிது

தேங்காபெண்ணையும் - 1/2 போத்தல்

கோன் பிளா - 4 மே.க.

முட்டை வெண்கரு - 1

பேக்கிங் பவுடர் - 1 தே.க.

மாஜினி - 1 தே.க.

செய்முறை

பச்சைப் பட்டாணிக் கடலையை 3 மணி நேரம் ஊறவைத்து அவித்தெடுக்குக்

உருளைக்கிழங்கை அவித்து தோலுரித்து மசித்து வைக்குக்.

சீசை ஸ்கிரேப்பரில் துருவி, கஜாவை சிறு சிறு துண்டுகளாக வெட்டி வைக்குக்.

தாய்ச்சியை அடுப்பில் வைத்துச் சூடானதும் சீசையிட்டு உருக வைத்து, சீஸ் உருக்கையிட்டு வைத்துக்கொடுக்கும் வெங்காயத்தையிட்டு வைத்துக்கொடுக்கும் வெங்காயம் முக்கால் பதமாக வதங்கியவுடன் கஜாவையிட்டு சிறிது நேரம் பொரியவிட்ட பின்பு அதனுள் மினகாய்த் தூள், உருளைக்கிழங்கு, ரின் மீன், கடலை என்பவற்றையிட்டு நன்கு சேர்த்துக்கொண்ட பின்பு உப்புத் தூள், மினகு தூள் என்பவற்றை அளவிற்குச் சேர்த்துக்கொள்கூடும்.

நாம் மட்டுமல்ல, நம் குழந்தை களும் அவற்றை நாடாங்கல் பார்த்துக் கொள்ள வேண்டும். அதற்கு இளாந்தை கூக்கும் மொத்தத்தில் சொல்ல வேண்டுமானால் இளாந்தை, இரத்தம் கெட்டியாகி இருந்தால் அதனை நீர்க்கச் செய்து உடலுக்குத் தேவையான அளவு இரத்த ஒட்ட வேகத்தைப் பார்த்துதுக்கூட கொள்ள முட்டை வேண்கரு - 1

பேக்கிங் பவுடர் - 1 தே.க.

மாஜினி - 1 தே.க.

3. மெதுவாக முன்னால் குனிந்து கால் விரல்களைத் தொடர முயற்சிக்கவும். முடிந்தால் படத்திலுள்ளபடி கால் பாதங் களை பற்றி முன்னால் வளைந்து நெற்றி பொட்டு கால் முட்டி களைத் தொடும்படி முயற்சிக்கவும்.

4. சாதாரண முச்சில் 20 எண்ணிக்கை இருக்கவும். கால் முட்டிகளை வளைக்கக் கூடாது.

5. கைகளை தளர்த் தி மெதுவாக எழுந்து நிமிர்ந்து நிற்கவும். உடன் கைகளை உயர்த்தி நிற்கவும்.

6. கைகளை மெதுவாகப் பக்கவாட்டில் கொண்டுவந்து சிறிது ஓய்வு எடுக்கவும்.

7. மறுபடியும் முன்பு கூறியபடி செய்யவும். முன்று முறை செய்து சவானத்திற்கு வந்து ஓய்வு எடுக்கவும்.

குறிப்பு

கல்லீரல், மண்ணீரல் வீக்கம் உடையவர்கள். குடல் வால்வு நோய் உள்ளவர்கள் அடிமுதுகு வெளி மற்றும் முதுகுத் தண்டு கோளாறு உள்ளவர்கள் அதிக இரத்த அழுத்தம் உடையவர்கள் இவ்வாசனத்தை செய்யக் கூடாது. பொக்கு கூடாதும்...

பொக்கு கூடாதும்...

பொக்கு கூடாதும்...

ஆகியவற்றைப் போக்குகிறது.

8. ஆஸ்துமா நோயைக் கட்டுப்படுத்துகிறது.

9. மாணவர்களுக்கு படிப்பில் ஆர்வம், ஞாபக சக்தி, புத்துணர்ச்சி, உடல் உயரம் அழியவை ஏற்படுகின்றன.

10. கண்பார்வை தெள

இய்கு நினைவுபடுத்துவது நான்
மேலே குறிப்பிட்ட செல்லி பெரி
என்ற எமது சிரேஷ்ட மாணவத்
தோழியின் ஆப்த நன்யியும்
பல்கலைக் கழகத்தில் அவருடைய
ஒரே அறைத் தோழியுமான உறா
குரோஸ்ச் எனபவராகும். இவரும்
ஒரு இளந்துடிப்பான
பெண்ணாகவும், தனக்கே உரிய
இயற்கை சீர்ப்பாரிமாணத்துடன்
சூடிய ஒரு உணர்ச்சிபூர்வமான
ஆற்றலைக் கொண்ட ஒரு
கலைஞராக, அதாவது ஒரு
சித்திரைக் கலைஞராக

மேலும் உண்மையிலேயே எமது
 வகுப்புத் தோழிகள் எல்லோரும்,
 ஏதோ ஒருவகையில், தமது
 திறமையையும், ஆனால்
 வளர்ச்சியையும், இந்த Wellesley
 பல்கலைக் கழகத் தினாடாக,
 பெற்றுக்கொண்ட அதேவேளை,
 இதில் படித்து பட்டம் பெற்று
 வெளியேறிய அதிகமானோர்,
 சமுகத்தில் பொதுவாக எமது
 நாட்டிலும் எல்லாப்படித்தரங்களிலும்
 பிரகாசித்து தமது திறமையையும்
 தகுதியையும் தற்பொழுது
 வெளிக்காட்டிக்கொண்டிருக்கிறார்கள்

29



ଓଡ଼ିଆ ପିଲାଣୀଙ୍କରୀଙ୍କ ବାହୁଦ୍ୟ ବରଳାର୍ଥ

ஹிலாரி கிளின்டன் எழுதுகிறார்

பிரகாசித்தார். எமது அந்தப்
பல்களைக் கழகத் தில்
பிரகாசித்தவர்களில் இத்துறையில்
இவரும் ஒருவர் என்பது இங்கு
எண்டு குறிப்பிடத்தக்கது. அவர்
வரைந்து வைத்திருந்த ஒரு
மனிதனாகக் காட்சியளிக்கும்
“முட்டாள்தனமாக அதேநேரம்
அச்சத்தை உண் டுபண் னும்
ஒவியத்தை” அவர் தனது
அறையினுள் வரைந்து மாட்ட
வைத்திருந்தார். உண்மையில் நான்

அவ்வாறு பொதுவாக எனது
வகுப்பிலும் சரி, ஏனைய வகுப்பில்
கல்விகற்றவர்களும் சரி, வெளியில்
சென்று ஏதோ ஒருவகையில்
எதையும் தலைமை தாங்கி
நடாத்தக்கூடியவர் களாகவும்
பொதுவாக தலைமைத்துவப்
பண்புகளில் மிக உயர்ந்த நிலையில்
பிரகாசிக்கக் கூடியவர் களாகவும்,
தமது பிடித்தமான துறைகளிலும்
மற்றும் விரிவாராயாளர்களாகவும்



சேர்த்துக் கொண்டிருப்பவர் களான
இவர்களை, நாம் வாழ்த்தி
பாராட்டாமல் இருக்கமுடியாது.

அவர்கள் போன்றே நானும் உயர்
பட்டப்படிப்புடன் Wellesley
யிலிருந்து வெளியேறியதனால்தான்
என்னையும், ஒருவாறு உறுதியான
“அமெரிக்காவின் முதற்பெண்மணி”
என்ற பட்டம் பெறுவதற்கு
உயர்த்திக்கொள்ள முடிந்தது.
வழிவகுத்தது. இந்த தாத்துக்கு



என்னை உயர்த்தியதில் எமது Wellesley பல்கலைக் கழகமும் முதலிடம் வகிக்கிறது என்றால் அது மிகையாகாது.

மேலும் எமது Wellesley
 பல்கலைக்கழகத்தில்
 கற்றுக் கொண்டிருந்த
 காலப்பகுதியில் சிலவேளை எமது
 பல்கலைக்கழகத்தால் ஒவ்வொரு
 விடுமுறை காலப்பகுதியையும்
 பயன்படுத்தி நாம்
 “சுற்றுலாபோவதை” வழக் கமாக்கிக்
 கொண்டிருந்தோம்.

ஏரித்துாணியாவில் ஏற்பட்ட பிக்கீலுணவுயான படிஷனி

பிரித்தானி
யாவில்
1909ம்
ஆண்டு
ஏற்பட்ட மிகச்
கடுமையான
பட்டினி,
மற்றும்
வழுமையினால்
பலர்
பாதிக்கப்பட
நனர். அந்த
பட்டினியினால்



பாதிக்கப்பட்ட ஒரு தொகுதி பிரித்தானிய ஏழைகள் அவர்களின் விடுதியில் இருப்பதை இப்படத்தில் காண்கிறீர்கள். அவர்கள் வேலைசெய்கின்ற தொழிற்சாலை மண்பமொன்றில் உணவுக்காக காத்துக்கிடப்பதை பாருங்கள். உண்மையில் வறுமை, பட்டினி, பசிக்கொடுமை என்பன. உலகில் யானரூபமே விட்டு வைக்கவில்லை: பசிவந்தால் பத்தும் பறந்துபோகும் என்பார்கள். அப்போதைய பிரித்தானிய அரசாங்கம், இந்த ஏழை எனியவர்களை ஒருவிடுதியில் தங்கவைத்து பராமரிப்பதற்கு நடவடிக்கை மேற்கொண்டதையே இப்படத்தில் காண்கிறோம்.

பிரத்தாக்ரியாவில்
வேலையற்றார்களின்

ALCEID OBTINELIB

இன்று வரை முழு
உலகிலும் தொடரும்
பெரும் பிரச்சினையாக
இருப்பது படித்தவர்களின்
வேலையில்லாத
திண்டாட்டமாகும். இந்தப்
பிரச்சினை எல்லா
நாடுகளிலும் இருக்கின்ற
ஒருபொதுவான
பிரச்சினையாகும். இவ்வாறு
அன்றும்கூட
பிரித்தானியாவில் படித்த
வேலையற்ற
பட்டதாரிகளின் தொகை
அதிகரித்து
வேலையற்றவர்கள்
அதிகமாகிவிட்டார்கள்.
அந்த வேளையில்
வேலையற்றவர்கள்
மாபெரும் ஆர்ப்பாட்டத்தை

பிரித்தானியாவின் தலைநகரில் நடாத்தினார்கள். அந்த ஆர்ப்பாட்டக்காரர்களையே இங்கு படத்தில் காண்கிறீர்கள். இந்த ஆர்ப்பாட்டப்பேரணி 21ம் திகதி ஒக்டோபர் மாதம் 1908ம் ஆண்டு நடைபெற்றது. இந்த வேலையற்றவர்களின் பிரச்சினையை தீர்ப்பதற்காக அப்போதைய பிரித்தானிய பிரதமமந்திரி “ஹூராப் அஸ்கூய்த்” உடனடியாக சில விடயங்களை நாட்டுமிக்கங்கு அறிவித்தார்: அதாவது வேலையில்லாப் பிரச்சினையைத் தீர்ப்பதற்கு மூன்று பிரதான பகுதிகளுக்குள் தொழில் வழங்கினர். அப்பகுதிகளாவன: தபால் தந்தி மற்றும் தபால் சேவகள் பிரிவு, துறைமுகத்தில் கப்பற்தளத்தில் வேலையாட்களை நியமித்தார், அரசாங்கத்தின் விஶेष இராணுவப்பிரிவில் ஆட்களை நியமித்தார். இவ்வாறு அப்போதைய பிரித்தானிய பிரதம மந்திரி வேலையில்லாத்தின்டாட்டத்தை மெல்ல மெல்ல தீர்த்து வைப்பதற்கு நடவடிக்கைகளை மேற்கொண்டார்.

திருப்தாம் நூற்றாண்டின் வரலாறு நமது கண்முன் உள்ளது. ஆனால் கடந்த பல நூற்றாண்டுகளின் வரலாற்றை நாம் காண முடியாதுள்ளது.

ஆனாலும், நம்மைக் கடந்து சென்ற 19ம் நூற்றாண்டு வரலாறு கண்ணர் சிந்த வேப்பதும், அழியதும், அரியதுமான பங்களினாடாக உங்கள் முன் பதிவு செய்யப்பட்டுள்ளது.

வெள்விவாரு படமும் ஒவ்விவாரு கதையைக் கூறுவன். 19ம் நூற்றாண்டின் வரலானது முன்னெப்போதுமில்லாத வகையில் அதிக மாற்றங்களை சந்தித்தது. எல்லா மாற்றங்களும் இயல்பாக ஏற்பட்டதுமல்ல, அவற்றுள் சில யுத்தங்கள், எதிர்ப்புகளைத்தான்டி நடந்துள்ளன. பல சாம்ராஜ்யங்கள் சிதைந்து, புதிய நாடுகள் உருவாக யுள்ளன. விஞ்ஞான, அறிவியல் மாற்றங்கள் ஏற்படுகின்றன. உலகம் மாற்கலொண்டே வந்திருக்கிறது.

19ம் நூற்றாண்டு தொடக்கத்தில் உலகின் முழு நிலப்பரப்பில் ஜங்கில் ஒரு பகுதி பிரத்தானிய சாம்ராஜ்யத்தின் கீழிருந்தது. இப்போது? பெப்டியான பல கதைகள்... கிவைகளை நமது வாசகர்கள் தரிசிக்க ஒரு வாய்ப்பை தினமுரசு ஏற்படுத்துகிறது.

