

நக்கல் நமசிவாயம்



கோட்டா கோ நேரம் என்று கத்துறாங்கள்..! பிறகு அவர் வீட்டோடும் கோட்டா கம் அவுட் என்று கத்துறாங்கள்..! அவரையே குழப்பிப் போட்டார்கள்..!

Follow us @ T F

வாரவெளியீடு
தமிழன்
THAMILAN வலைத்

தமிழ் பேசும் மக்களின் கருத்துரிமைக் காவலன்

மலர் : 02, இதழ் : 93 பில்ல வரும், பங்குனி மாதம் 20ஆம் திகதி ஞாயிறுக்கிழமை (03.04.2022) ஹிஜ்ரி-1443, ராமழன் - 01, 0115886187 - பக்கங்கள் 16+8+8+8 விலை ரூ.50

சித்தாலேபின் ஸ்தாபகர் விக்டர் ஹெட்டிகொட காலமானார்



சித்தாலேப ஆயுள் வேதவைத்தியர் என அழைக்கப்படும் சித்தாலேபின் ஸ்தாபகரான விக்டர் ஹெட்டிகொட காலமானார். 02 ஆம் பக்கம்

'வெடி'மணியம்



போன கிழமை தமிழ்த் தேசியக் கூட்டமைப்பு கோட்டாப்பயலோடு பேசப்போக முதல்...

ஒருசில விடயங்களை வலியுறுத்தி அதை முதலில் கோட்டாப்பய அரசு செய்யவேண்டும் என இடத்துரைக்க செல்லிவிருந்தார் மணியத்தார்.

மணியத்தார் சொன்னது சம்பந்திகளின் காலகளுக்குப் போய்ச் சேர்ந்ததா என்பதுக்கு அப்பால்;

தமிழர்களுக்கிட ஒருசில நல்லெண்ண சமீக்கல்களை கோட்டாப்பய கூட்டவேலும் என்று கேட்டுக்கொள்ளும். நல்ல முன்னேறும்.

இதைத்தான் ரேலோவும் கேட்டது. ஆனால், அவை பேசுவார்த்தைக்கு முன்னம் கூட்டவேலும் என்று கேட்டவை. ஆனால் கோட்டா காட்டிலே!

சம்பந்தமுடைய பேச்சுவார்த்தையின் பின்னரும் கூட இதுவரைக்கும் எந்த நல்லெண்ண சமீக்கல்களையும் கோட்டாப்பய காட்டவில்லை.

காட்டுவாரா? என்று கேட்டால்;

வாய்ப்பு இல்லை என்பது யதார்த்தம்.

முக்கியமாக புலம்பெயர் தேசத்தில் வாழும் தமிழர்களை இலங்கைக்கு முதலீடு செய்ய அழைக்கும் கோட்டாப்பய;

அவர்களை நீது கடத்தி, காலத்தில் எவ்வீட்டில் 'பயங்கரவாத' தடைச்சட்டத்தை அப்படியே வைத்திருக்கிறார்.

தெரியாமத்தான் கேட்கலாம்!

வெளிநாட்டு தமிழ்ச்சனம் என்னென்று நம்பி சிறிவங்காவுக்கு வந்து பெருந்தொகைப் பணத்தை முதலீடு செய்யும்?

புலம்பெயர் தமிழ் அமைப்புகள் பலவையும் கறுப்புப் பட்டியலில் இணைக்க பயங்கரவாத தடைச்சட்டத்தின் கீழ் தடைசெய்து வைக்கப்படுகின்றன.

பிறகு என்னென்று நம்பி சனம் கட்டுறாமக்காணில் கொலைக்கொண்டு உள்ளவரும்?

07 ஆம் பக்கம்

ஆளுங்கட்சி அரசியல்வாதிகளின் பொது நிகழ்வுகள் இரத்தம்!

மக்கள் எதிர்ப்பினால் வந்த முடிவு

அரசாங்கத்தின் அமைச்சர்கள் மற்றும் நாடாளுமன்ற உறுப்பினர்கள் விழாக்கள், கூட்டங்கள் மற்றும் பொதுக் கூட்டங்களில் கலந்து கொள்வதை தவிர்த்து வருவதாக அரசியல் வட்டாரங்கள் தெரிவிக்கின்றன. எரிவாயு, எரிபொருள் மற்றும் மின்சார நெருக்கடி காரணமாக, பொதுமக்கள் எதிர்ப்புத் தெரிவிக்கக் கூடும் என்பதால், விழாக்கள் மற்றும் பேரணிகளில் பங்கேற்பதை இவர்கள் தவிர்த்து வருவதாக தகவல்கள் தெரிவிக்கின்றன.

02 ஆம் பக்கம்

இலங்கையை கடன் நெருக்கடியில் சிக்க வைக்கிறது இந்தியா!

முன்னாள் கணக்காய்வாளர் நாயகம் காமினி விஜேசிங்க



இந்தியா நல்லெண்ணம் இல்லாமல் கடன்களை வழங்குவதாகவும், இலங்கைக்கு மிகப்பெரும் கேடு விளைவிக்கும் நாடாக இந்தியாவைக் குறிப்பிட்டு முடிபும் எனவும், இலங்கையின் ஆணவமான அடிகளாளியே இதை நிறை உருவானது எனவும் முன்னாள் கணக்காய்வாளர் நாயகம் காமினி விஜேசிங்க தெரிவித்துள்ளார்.

02 ஆம் பக்கம்

ஜனாதிபதி ஆஸ்தான சோதிடரின் இல்லம் மக்களால் சுற்றிவளைப்பு



அநுராதபுரத்தில் நேற்று பரபரப்பு

ஜனாதிபதி கோட்டாப்பயின் ஆஸ்தான ஜோதிடரான ஞானக்கானின் ஆலயத்தை பொதுமக்கள் நேற்று சுற்றி...

02 ஆம் பக்கம்

அமுலானது அவசரகாலச்சட்டம்; விசேட வாத்தமானியும் வந்தது!

அதிகரிப்பு வந்தமையினால் நலம் நேற்று முதல் அமுலுக்கு வரும் வகையில், அவசரகாலச் சட்டத்தை ஜனாதிபதி கோட்டாப்பய ராஜபுக்ஷ பிரகடனப்படுத்தியுள்ளார்.

02 ஆம் பக்கம்

அரசாங்கத்தில் இருந்து விலகத் தயாராகிவரும் சுதந்திரக்கட்சி



மக்களின் பிரச்சினைகளுக்குத் துரிதமாக தீர்வுகளை வழங்க முடியாத என்றால், நாடாளுமன்றத்தில் அங்கம் வகிக்கும் அனைத்துக் கட்சிகளுடனும் பேச்சுவார்த்தை நடத்தி, இடைக்கால அரசாங்கத்தை அமைத்தேனும் தீர்வுகளை அளங்குறாது ஜனாதிபதியிடம் கோரிக்கை விடுக்க ஸ்ரீலங்கா சுதந்திரக் கட்சியின் மத்திய செயற்குழு தீர்மானித்துள்ளது.

02 ஆம் பக்கம்

அரசியல் நெருக்கடியை சமாளிக்க நாடாளுமன்றம் ஒத்திவைப்பு?



நாட்டில் தற்போது ஏற்பட்டுள்ள அரசியல் நெருக்கடியை சமாளிக்கும் வகையில், நாடாளுமன்ற கூட்டத்தொடர இடைநிறுத்தவு அல்லது குறுகிய காலத்திற்கு நாடாளுமன்றத்தை ஒத்திவைப்பது தொடர்பில் அரசாங்கம் கவனம் செலுத்தியுள்ளது.

02 ஆம் பக்கம்

கொழும்பு - பஹ்ரைன் விமானசேவை நிறுத்தம்

- ஸ்ரீலங்கை அறிவிப்பு -

எதிர்வரும் மே 12ஆம் திகதி முதல் சில விமான சேவைகளை இடைநிறுத்த ஸ்ரீலங்கை எயர்லைன்ஸ் முடிவெடுத்துள்ளது. அதன்படி கொழும்புக்கும், பஹ்ரைனுக்கும் இடையேயான பூ.எல்.201 மற்றும் பூ.எல்.202 விமானங்களை நிறுத்த முடிவு எடுக்கப்பட்டுள்ளதாக அறிவிக்கப்பட்டுள்ளது.

02 ஆம் பக்கம்

அரசிலிருந்து இ.தொ.கா. வெளியேறும்



02 ஆம் பக்கம்

இந்த புது வருட காலத்தில் அதிகப்படியான விலைக் கழிவுகள்

60% வரையான நம்ப முடியாத கழிவுகள்

People's கடன் அட்டையில் 60% வரையான நம்ப முடியாத கழிவுகளை அனுபவித்தீடுங்கள்

ரயான கழிவுகள்

Terms & conditions apply

PEOPLE'S BANK

SLT-MOBITEL Home வாடிக்கையாளர்களுக்கு சிறப்பு புத்தாண்டு சலுகைகள்

4G+ சிறப்பு சலுகை
தனதது புது இணைப்புகளுக்கும் 50 GB (Bonus GB)* 10 GB messenger* 10 GB YouTube*
*Unlimited package களுக்கு பொருத்தம்.

PEOTV சிறப்பு சலுகை
Megaline தரவழி Fibre இணைப்பின் பயன்படுத்தும் உங்களுக்கு புது PEOTV இணைப்பு பெறும் சிறப்பு விலைக்கழிவு ஆரம்ப இணைப்புக் கட்டணம்
Rs. 4,990/-

FIBRE சிறப்பு சலுகை
புது Fibre இணைப்புகளை பெறும்போது
₹. 10,000/-
ஒன்லைனில், ₹. 12,500/- பிரதேச அலுவலகத்தில்.

தனதது புது இணைப்புகளுக்கும் 100 GB (Bonus GB)* 10 GB messenger* 25 GB YouTube* 25 GB gaming*
*Unlimited package களுக்கு பொருத்தம்.

Double Play BB to PEOTV Rs. 2,495/-
Single Play to PEOTV Rs. 3,495/-

சலுகைக் காலகட்டம் 2022 ஏப்ரல் 01 - 30 வரை மட்டுமே. உங்கள் இணைப்புகளை புதிதாக்குங்கள். பிரவேசியங்கள் www.sltmobitel.lk

SLTMOBITEL தந்த இணைப்பு



நாட்டில் பொருளாதார நெருக்கடி மற்றும் அரசுக்கு எதிராக பிழை ஜனநாயக மார்க்சிசு வெளினிசுக் கட்சியினரால் யாழ்ப்பாணம் கவையீர்ப்பு போராட்டம் ஒன்று முன்னெடுக்கப்பட்டது. யாழ்ப்பாண மத்திய பல திணைகள் முன்பாக நேற்று சனிக்கிழமை காலை 10 மணிவளவில் குறித்த போராட்டம் முன்னெடுக்கப்பட்டது. இதன் போராடி வினை ஏற்றங்கள் மற்றும் கோட்டாபய அரசுக்கு எதிராக கோஷங்கள் எழுப்பி போராட்டம் முன்னெடுக்கப்பட்டது.

தலைவர்களையில் தமிழ் முற்போக்குக் கூட்டணியின் பேரணி இன்று ஞாயிறன்று இடம்பெறும் ஒரு மணிக்கு ஆரம்பமாகி நடைபெறும். கூட்டணித் தலைவர்களின் சிறப்பு அறிவிக்கலாக எதிர்க்கட்சித் தலைவர் சஜித் பிரேமதாசு, ராஜித் கோனரத் எம்.பி. ஆகியோரும் கலந்துகொள்ளும்படி அவைமையையும் தமிழ் முற்போக்குக் கூட்டணி அழைக்கிறது. "கூட்டம் கூடும்" உரிமையும், "சுருதுக் கூறும்" உரிமையும் என் அரசுக்கு உண்டு. அதில் கைவைக்க முயல் வேண்டாம் என அரசுக்கு நாம் கூறி வைக்க விரும்புகிறோம் என தமிழ் முற்போக்குக் கூட்டணி தலைவர் மனோ கணேசன் கூறுகிறார். இதுமற்றும் மனோ கணேசன் குறும்புகியுள்ளதாவது, "கூட்டம் கூடும்" உரிமை, "சுருதுக் கூறும்" உரிமை, ஆகிய உரிமைகளை, "பொது ஒருங்குக்குக் குத்தகம் விளைவிக்காத" முறையில்,

த.மு.க. பேரணி திட்டமிட்டபடி தலைவர்களையில் இன்று தலைவர் மனோ கணேசன் அறிவிப்பு

அனுபவிகள், பயன்படுத்த, ஒவ்வொரு பிரதேசமும் உள்ள உரிமையை அரசியலமைப்பு உறுதி செய்துள்ளது. அந்த உரிமைகளைப் பாதுகாக்க, முன்னெடுக்க, மக்களால் தெரிவுசெய்யப்பட்ட பாராளுமன்ற உறுப்பினர்களுக்கு "உடமைமும், உரிமையும்" இருக்கின்றன என்பதை அரசாங்கமும், பொலிஸ் மா அதிபரும் ஞாயிற்று நாடு முழுக்க கப்பேச்சுக் குழுக்களால் நான

நடைபெற ஏற்பாடு செய்யப்பட்டுள்ள ஏதிர்ப்பு நிஷ்டைகளுக்கு, தமிழ் முற்போக்குக் கூட்டணியும், ஐக்கிய மக்கள் சக்திக்கும் தொடர்பில்லை. அவை கட்சி கட்சி சார்பற்ற முறையில் பொதுமக்கள் குழுக்களால் நடத்தப்படும் நிஷ்டைகள். அவை சிறப்பாக நடைபெற நாம் வாய்ப்புக்கிழைப்போம். எமது பேரணி இரண்டு வாரங்களுக்கு முன்னரே தீர்மானிக்கப்பட்டதாகும். அது ஞாயிறன்றுமே 3ஆம் திகதி ஒரு மணி முதல் தலைவர்களையில் திட்டமிட்டபடி நடக்கும். பொதுமக்கள் பாதுகாப்பு விதிகளைப் பயன்படுத்தி ஜனநாயக உரிமைகளை முடக்க அரசாங்கம் முயலக்கூடாது. கூட்டம், ஒழுங்குக்கு முரணற்ற முறையில் எமது அரசு ஏதிர்ப்பு பேரணி நடைபெறும். ஜனநாயகத்துடன் விளையாட வேண்டாம் என அரசுக்கு, பொலிஸுக்கு கூறி வைக்க விரும்புகிறோம் - என்று குறிப்பிட்டுள்ளார் மனோ.

யாழ்ப்பாணம் தனியார் விடுதி தடாகத்தில் சடலம் மீட்ட



- யாழ்ப்பாணம் -

யாழ்ப்பாணம் நகர் பகுதியிலுள்ள பிரபல தனியார் விடுதி ஒன்றின் நீச்சல் தடாகத்தில் இருந்து ஆணொருவரின் சடலம் மீட்கப்பட்டது. யாழ்ப்பாணம் நகரைச் சேர்ந்த 6 பேர் குறித்த தனியார் விடுதியில் நேற்று முன்தினமிரவு தங்கியிருந்து, இரவு 1 மணியின் பின்னர் நீச்சல் தடாகத்தில் நீராட சென்றிருந்தனர் என்று தெரிவிக்கப்பட்டது. நேற்றுக் காலை விடுதி நிர்வாகத்தின் நீச்சல் தடாகத்தில் இளைஞன் ஒருவரின் சடலம் மீட்பதை அவதானித்து குறித்த விடயம் தொடர்பில் யாழ்ப்பாணம் பொலிஸாருக்கு அறிவித்திருந்த திணைப்பில், யாழ்ப்பாணம் விசாரணைகளை மேற்கொண்டுள்ளார்கள். எனினும், உயிரிழந்தவருடன் மேலும் பலர் நீராடியிருக்கலாம் என்று தெரிவிக்கப்படுகின்றது. குறித்த சம்பவம் கொண்டுவர அல்லது இயற்கை மரணம் என்பது தொடர்பில் பொலிஸார் விசாரணைகளை மேற்கொண்டு வருகின்றனர்.



"நாங்க போறா? நீங்க வாறா?" ஸ்ரீலங்கா முஸ்லிம் காங்கிரஸால் போராட்டம்

- பாதுகாப்பு -

பாதுகாப்பு பணப்படுத்தப்பட்டுள்ளது. பொலிஸரும் குறிக்கப்பட்டிருந்தனர். மேலும், இப்போராட்டத்தில் ஸ்ரீலங்கா முஸ்லிம் காங்கிரஸ் தலைவரும், நாடாளுமன்ற உறுப்பினரான ரஜப் ஹக்கீம், தமிழ்த் தேசியக் கூட்டமைப்பின் மட்டக்களப்பு மாவட்ட நாடாளுமன்ற உறுப்பினர் இரா. சானக்கியன், முன்னாள் நாடாளுமன்ற உறுப்பினர் முஹம்மது இப்ராஹிம் முஹம்மது மன்சூர், ஸ்ரீலங்கா முஸ்லிம் காங்கிரஸின் முன்னாள் மாணவ சபை உறுப்பினர் தவம், முன்னாள் கிழக்கு மாணவ சபை அமைச்சர் எஸ். உதுமாவெப்பை, கல்முனை மாநகர முதல்வர் சிரேஷ்ட சட்டத்தரணி ஏ.எம்.ரஃபீ, கல்முனை மாநகர பிரதி முதல்வர் ரஹ்மத் மன்சூர், ஸ்ரீலங்கா முஸ்லிம் காங்கிரஸின் செயலாளர் சிரேஷ்ட சட்டத்தரணி என்.நிசாம் காரியப்பர், கல்முனை மாநகர சபை முன்னாள் முதல்வர் கனாநிதி சிராஸ் மீராசாஹிப், ஸ்ரீலங்கா முஸ்லிம் காங்கிரஸின் பிரதிப் பொருளாளர் ஏ.சியலியாசன் உள்ளிட்ட பிரமுகர்கள் கலந்துகொண்டிருந்தனர்.



Every curve, every layer, every colour, stroke or tile. Meticulously crafted around you and your senses. Here's to the most important masterpiece of all - yours.

Imagined by you. Designed by Rocell.

Everyday masterpieces. What are you imagining? Call 0766 223 344 or visit www.rocell.com and bring it to life.

TILES | BATHWARE | ACCESSORIES

தமிழக பாரதிய ஜனதா கட்சித் தலைவராக தமிழிசை இருந்தபோது தான் ஒரு செய்தியுடன் ஊடகங்களில் இடம்பிடித்தார். அடுத்து வந்த எம்.முருகுவும் அதேபோலியில் ஊடகங்களில் முகத்தைக் காட்டினார். இன்றைய தமிழக பாரதிய ஜனதா கட்சித் தலைவர் அண்ணாமலையும் அவர்களின் வழியில் ஊடக வெளிச்சத்தைத் தன் பக்கம் திருப்பியுள்ளார்.

அரசியல் நாகரீகத்தைத் தமிழிசை குற்றஞ்சுமத்தினார். முருகன் எல்லை மீறி வேல் யாத்திரை சென்றார். அண்ணாமலை அரசியல் நாகரீகத்தைக் காற்றில் பறக்க விட்டுள்ளார். மிரட்டல், கண்டித்தனம் போன்றவற்றைக் குட்டி ராஜ்யமும் நடத்துகிறார். தமிழக அரசு ஊழும் செய்கிறது. டெண்டர்கள் குறைகோடாக நடக்கின்றன போன்ற குற்றச்சாட்டுகளை

கமராலயம் தரப்பிலிருந்தே விமர்சனங்கள் எழுந்துள்ளன. இதேபோல் நூறு நான்கு வேலைகளைக் கட்டியும் 40 சதவிகித கட்டுமானப் பணிகளுக்கான நிதியைக் கட்டாத ஒன்றரை ஆண்டுகளாக நிறுத்திவைத்திருக்கிறது.

தமிழக நிதி அமைச்சர் சமர்ப்பித்த பட்ஜெட்டில் தவறு இருப்பதாக அண்ணாமலை சொல்வது பச்சைப்பொய் என்று வெளிப்படையானது.

அண்ணாமலையின் சுருத்துக்கு பதில் சொல்லவேண்டிய அவசியம் இல்லை என்பதை திராவிட முன்னேற்றக் கழகத்தின் நிலைப்பாடு, அண்ணாமலையின் குற்றச்சாட்டுக்கு பதில் சொல்ல வேண்டிய அவசியம் இல்லை என்பதை திராவிட முன்னேற்றக் கழகத்தின் நிலைப்பாடு, அண்ணாமலையின் குற்றச்சாட்டுக்கு எதிராக வக்கீல் நோட்டீஸ்

ஆதாரம் இல்லாத

மாரிய பாரதிய ஜனதா கட்சித் தலைவராக நியமிக்கப்பட்டார்.

கர்நாடக மாநில பிரிவுகள் சேர்ந்த ஐ.பி.எஸ். அதிகாரியான கே. அண்ணாமலை, 2019ஆம் ஆண்டு மே 2ஆய் திகதி தனது ஐ.பி.எஸ். பதவியை இராஜினாமா செய்தார். அப்போது அவர் தெற்கு பெங்களூர் துணை ஆணையர் பதவியை வகித்து வந்தார்.

ஆனால், தனது பதவியை அவர் இராஜினாமா செய்த தருணத்தில், எந்த அரசியல் கட்சியிலும் சேர்வதற்கும் அவர் தெரிவிக்கவில்லை. சொத்து ஊக்குச் சென்று விவசாயத்தில் ஈடுபட்டு, "எனது ஆடு இன்று என்ன குலுக்கு செவிமடுக்கிறதா என்பதை பாரக் ஆசைமோடு இருப்பதே" கூறியிருந்தார்.

ஆனால், வினாவிலேயே அவர் ரஜினிகாந்த் துவக்கவிருக்கும் கட்சியில்



சமத்துவிகள். ஆதாரம் இரத்தால் நீதிமன்றத்துக்கும் போகலாம் என பதிலடி கொடுத்தார் தன்னைக் கைதுசெய்யும்படி சவால் விடுகிறார்.



கொடுக்கப்பட்டுள்ளது. அவருக்கு எதிராக சட்டப்படி நடவடிக்கை எடுக்க திராவிட முன்னேற்றக் கழகம் தயாராகிவிட்டது. டிபாயில் தடைபெற்றவரும் கண்காட்சியை முதலமைச்சர் ஸ்டாலின் திறந்துவைத்த நிலையில், முதலமைச்சரின் டிபாய் பயணத்தில் மாமம் என்ன எனக் கேள்வி எழுப்பியுள்ளார்

இந்தியாவில், முதலமைச்சரின் டிபாய் பயணம் தொடர்பாக பா.ஜ.க. மாறிய தலைவர் அண்ணாமலை கேள்வி எழுப்பியுள்ளார். அதில் இந்த மகா இறுதியே டிபாய் கண்காட்சி நிலைவையடிப்படாத தெரிவித்தவர். இந்தியாவில் தான் தற்போது தமிழக அரசுக்கு முதலமைச்சர் திறந்துவைக்கவந்ததாக தெரிவித்தார்.

அண்ணாமலையின் குற்றச்சாட்டுகள்



இத்தனை காலம் திற்காமல் இப்போ திறந்துவைக்க காரணம் என்ன என்று கேள்வி கேட்டார். மேலும் முதலமைச்சர் டிபாய் செய்து குற்ற குழந்தை குடும்பத்தினர் மூன்று டிபாய் சென்று வந்ததாக கூறினார். தற்போது முதலமைச்சர் தனது குடும்பத்தோடு மீண்டும் டிபாய் சென்றுள்ளதாகவும் கூறினார். எனவே, டிபாய் மாமம் என்ன? என்று கேள்வி எழுப்பியவர். அங்கு என்னதான் நடக்கிறது என்று பரிசீலனை எனவும் கூறினார்.

வார பரிசீலனை ஒன்றில் தமிழகத்திலிருந்து 5000 கோடி ரூபாய் சென்றுள்ளதாக தகவல் செய்துள்ளதாக கூறியவர், அந்த 5000 கோடி ரூபாயின் மகம் என்னவென்று கேள்வி எழுப்பினார். முதலமைச்சர் குடும்பம் அடிக்கடி டிபாய்

சேர்வார் என்று பாரதிய ஜனதா கட்சியில் சேர்வார் என்று பேச்சுக் கூறியுள்ளார். இந்நிலையில், கடந்த ஆண்டு ஓகஸ்ட் மாதம் அவர் பாரதிய ஜனதா கட்சியில் இணைந்தார். கட்சியில் சேர்ந்த சில வாரங்களிலேயே அவருக்கு மாறிய துணைத் தலைவர் பதவி வழங்கப்பட்டது. தமிழ்நாடு பா.ஜ.க.வின் மீது கர்நாடகத்தின் ஆதிக்கம் உண்டு. தமிழ்நாடு போராட்டங்கள் சி.டி. ரவி கர்நாடகத்தைச் சேர்ந்தவர். அதேபோல், அண்ணாமலை போட்டியிட்ட தொகுதியில் கர்நாடகத்தைச் சேர்ந்த தொழிலதிபர்கள் வந்து தங்கி பணியாற்றினர். 20 தொகுதிகளில் வேறு யாருக்கும் இந்த அளவுக்கு வெளி மாறிய ஆதரவு கிடைக்கவில்லை. அந்த அளவுக்கு கர்நாடக செல்வாக்கு இருக்கிறது. ஆனால், அண்ணாமலையின் பணி எளிதாக இருக்கப்போவதில்லை.

"பா.ஜ.க.வின் இந்தத்துவாக கொள்கை கோலையில் வேண்டுமானால் ஓரளவுக்கு எடுபடலாம். ஆனால், தமிழ்நாட்டில் எடுபடாது. மத்திய அரசு எடுக்கக்கூடிய தமிழ்நாட்டிற்கு எரிராமான கொள்கைகள் பா.ஜ.க. மீதான கோபத்தை தக்கவைக்கவே செய்கின்றன. ஆகவே, அண்ணாமலை தமிழ்நாடு முழுவதும் கட்சியை வளர்க்க விழும்பினால், இதில் கவனம் செலுத்த வேண்டும். நீட-இருத்தி திணிப்பு, புதிய கண்காட்சி கொள்கை போன்றவற்றும், சிறுபான்மையினர் சலுகைப் பா.ஜ.க.வருக்கு எதிரான புதிய வாகு வங்கியை உருவாக்கியிருக்கிறது.

ஆகவே, அண்ணாமலைக்கு முன்பாக ஒரு பெரிய சவால் காத்திருக்கிறது. ஒன்று இறுத்திவா அரசியலை கையிட எடுக்கலாம். அது கோலை பகுதியில் அவருக்கு கைகொடுக்கக்கூடும். அவ்வது முடிந்தபின் ஆதரவான கொள்கைகளை வகுத்துப்படி மத்திய அரசை வலியுறுத்தி, அதன்மூலம் பா.ஜ.க.வை வளர்க்கலாம்.

- அபி -

'வெடி'மணியம்

அதன் விடயம். வடக்கு, கிழக்கில் ஆயக்காரரும், வனவா தலைகளைக் கண்டுகொண்டி பிழக்கிற பிரச்சினைக்கு தீர்வு இல்லை!

இதுவரைக்கும் ஆறு சம்பந்தமான எந்தவித நடவடிக்கையும் இல்லை!

காணாமல் ஆக்கப்பட்டவர்களின் பிரச்சினைக்கு தீர்வு என்ன?

அவர்கள் காணாமல் ஆக்கப்பட்டதை விசாரிக்கும் குழு ஒன்றை அமைக்க கோட்டாய முன்வருவாரா?

அந்தக் குழுவின் காணாமல் ஆக்கப்பட்டவர்களின் உறவினர்கள் சார்பாக சட்டவல்லுங்கள் இயக்கிக்கப்பட்ட வேண்டும்.

அதுதான் நல்லெண்ண சமிக்ஞை!

ஆகவே:

ஒருவேளை சம்பந்தம், அவரது பரிவாரங்கள் மீண்டும் கோட்டாயவுடல் பேச்சுவார்த்தை என்ற ஒரு சமய நிலைக்கிரமம் தரப்படும்.

சம்பந்தம் தன்னுடன் சமர்ப்பினை மட்டும்கூடக்கொண்டு போனால் காரணம் என்ற

ஆனால்; கோட்டாய நடைமுறைப்படுத்துவதன் என்று சொன்ன காலமே கையாட்களை நடைமுறைப்படுத்திய பின்னர் பேச வேண்டும்.

அப்படி செய்யவில்லை என்றால் பேசப்போகக் கூடாது.

இல்லை, மீண்டும் கோட்டாயவுடல் நிபந்தனைகள் இன்றி சம்பந்த பேச்சுவார்த்தை இருக்கலாம்;

மீண்டும் மீண்டும் மனக்கொழுப்பாத மக்களின் பெரும் வேறுபாட்டும், எதிர்ப்புமும் சம்பந்தம் சந்திப்பதோடு மட்டுமல்லாமல்;

அவரது அரசியல் வாழ்வு குவியாமலும்.

சுருணாநிதி இறந்தபோது சமூகத்துத் தமிழகக் அதை சிம்பிளாக் கூட்டிட்டு போனார்கள்.

ஒரு பெருட்டாக எடுத்துக்கொள்ளவில்லை. அந்த நிலை சம்பந்தம் ஜாபாவுக்கு வந்துவிடக்கூடாது.

திரும்பத் திரும்ப பல தடவைகள் ஒரு விடயத்தை சுத்திக் சுத்தி சொல்லிவாசக.

இருக்கிறதில்...

தமிழ் தேசியக் கூட்டமைப்புடன் அடுத்த சிறப்பு பேச்சுவார்த்தைகள் நடக்கும், பில்லையா எனச் சந்தேகம் எழுந்ததுள்ளன.

கொழும்பில் ஜனாதிபதிக்கு எதிரான

நிலைப்பாட்டிலேயே இருக்கிறார்.

மிகப்பெரிய தவறை சம்பந்தம் திரும்பத் திரும்ப விட்டுக் கொள்வதற்குக்கிறார்.

இனிமேல் ஏவரோடு பேச்சுவார்த்தை மனையில் பேசும்போது "தமிழர் தரப்பு" இருக்கவேண்டும்.

சம்பந்தம் குறும்பு மட்டுமே இருப்பது ஆபத்து.

யார் இந்த "தமிழர் தரப்பு" என்று கேட்பியின்.

பேச்சுவார்த்தை மனையில் இருப்பதற்கு "அரசியல்வாதி" என ஒரு ஒற்றைத் தகுதி மட்டுமே தேவையில்லை.

தமிழ் மக்களுக்காக சிந்திக்கும் நல்ல நாடு மிஸ்திரைகளை இந்த பேச்சுவார்த்தையில் சம்பந்தம் பம்புபடுத்திக் கொள்ளலாம்.

சம்பந்தத்தை சிந்திக்கும் ஆற்றல் கரை வகுக்கலாம். அரைச் சொல்லா வயசு போன மூலதன வயசைச் சொல்லி கேலி செய்யுமா மனிதர்கள் என்றெயின்.

இருக்கிறதில்...

தமிழ் தேசியக் கூட்டமைப்புடன் அடுத்த சிறப்பு பேச்சுவார்த்தைகள் நடக்கும், பில்லையா எனச் சந்தேகம் எழுந்ததுள்ளன.

கொழும்பில் ஜனாதிபதிக்கு எதிரான

ஆசிரியர்களுக்கும், கொழும்பிலையும் நல்லவாக்கில்லை!

கொழும்பில் போராட்டங்கள் வெங்கும் அதே சமயம்;

வடக்கிலும், கிழக்கிலும் தமிழ் மக்களை ஆக்கத்தெரிந்த போராட்ட துறவினரின் பேரினத்தைக் கூடக்கினைகள் கூடக்கினைகள் கூடக்கினைகள் வடக்கு, கிழக்கு மக்கள் புரிந்து கொள்ளவேண்டும்.

கோட்டாய பேசு என்றால்; மற்றக்கட்சிகள் பிரச்சினை

ஒன்று கூங்கும். மற்றது அங்கும்!

அந்தவையின் விதிபாயம்.

வடக்கு, கிழக்கில் கோட்டாயவுடல் என்றான போராட்டவழிவரை தெரிவித்த பேரினத்தைக் கட்சிகள் எழுங்குபடுத்த

முண்டியக்கின்றன. எங்கே என்னுக்கு ஒன்றைத் தெரிவா சொல்லவேண்டும். பேய்க்கும், பிரச்சிக்கும் நடக்கும் சண்டையில் எதையும் பக்கம் நிக்கவேண்டும். உருமியுடல்

வெகலை மட்டுமே பாருக்கோ!

www.nib.lk

31.03.2022

வியாழக்கிழமை

உத்தியோக நம்புவுகள்

www.nib.lk

செலுத்த வேண்டிய தொகை: 4723

செலுத்த வேண்டிய தொகை: 12,244,480.00

செலுத்த வேண்டிய தொகை: 1071

செலுத்த வேண்டிய தொகை: 4,734,720.00

செலுத்த வேண்டிய தொகை: 245,256,146.00

செலுத்த வேண்டிய தொகை: 10,000,000.00

செலுத்த வேண்டிய தொகை: 10,000,000.00

தன நிதாயம்

செலுத்த வேண்டிய தொகை: 753

செலுத்த வேண்டிய தொகை: 3,450,140.00

செலுத்த வேண்டிய தொகை: 105,731,144.00

தமிழ் தேசியக் கூட்டமைப்புடன் அடுத்த சிறப்பு பேச்சுவார்த்தைகள் நடக்கும், பில்லையா எனச் சந்தேகம் எழுந்ததுள்ளன.

கொழும்பில் ஜனாதிபதிக்கு எதிரான

மயூரா

முதலையொன்றிடம் சிக்கிய தனது மகளை, உயிர்ப்பு பணியம் வைத்துப் போராடி மீட்டெடுத்த தாயொருவரின் தையியமிக்க செயலை இரட்டைப்படிச் செய்துவிட்டு, அந்த வீரச்செயலை செய்ததாக வேறொரு நபரை அடையாளப்படுத்தி, அவருக்கு அரசு பிறவனமொன்று விசுவ வழங்கியுள்ளதாக புனர் தெரிவிக்கப்பட்டுள்ளது.

அம்பாறை மாவட்டம், நீந்தலூர் பிரதேசத்தைச் சேர்ந்தவர் ஐ.எம்.ஜூலியா. இவர், தேவநம்பசனை தயாரிப்பதற்காக அருகிலுள்ள மாவட்டங்களில் ஆற்றிய நீர்த் தரவாரங்களை



முதலையினால் இழுத்துச் செல்லப்பட்ட மகளை போராடி மீட்ட தாய்; வீரப் பெண்ணை வேறொரு நபருக்கு விசுவ வழங்கப்பட்டுள்ளதாக புகார்:



நடந்தது என்ன?

சேகரித்துக்கொண்டிருந்தவேளை, அவருடன் சென்றிருந்த 13 வயதுடைய அருளின் மகன் பாழிமம் என்பவரை முதலையொன்று திடீரென இழுத்துக்கொண்டு, ஆற்றிலுள்ள மறைத்துள்ளது. இதன்போது உடனடியாக நீடுக்குள் இறங்கிய ஜூலியா, முதலையின் மிக நீண்ட நேரம் போராடி தனது மகளை மீட்டெடுத்தாள். இச்சம்பவம் உத்தமபெட்டம் மாதம் 18ஆம் திகதி நடந்தது.

இதன்போது ஜூலியாவின் மகன் பாழிமம் கடுமையான காயங்களை அடைந்தார். அவரின் இடது கால் எலும்பும் முறிந்தது. இதனையடுத்து சம்பந்தமுறை ஆதார வைத்தியசனத்தைக் கொண்டு செல்லப்பட்ட அவர், 18 நாட்கள் சிகிச்சைப்பெற்ற பின்னர் வீடு திரும்பியிருந்தார்.

இந்நிலையில், ஜூலியாவின் மகனை முதலையிடமிருந்து காப்பாற்றிய வீரப் பெண் எனக் கூறி உமமு சலாமா எனும் பெண்ணொருவருக்கு நீந்தலூர் பிரதேச செயலகம், மகனின் தினத்தொடர்பு விசுவ வழங்கி கொடுத்தது என ஆனால், தனது மகனை முதலையின் இழுத்துக்கொண்டு போனபோது, தனக்கு யாரும் உதவி செய்யவில்லை என்று, முதலையின் தாயார் தனது மகனை தனியாகவே தாய் மீட்டதாகவும் ஜூலியா கூறுகிறார்.

நடந்தவற்றைச் சொன்னேன். இந்த விசுவ வழங்கியதன் மூலம் ஓர் உண்மையைச் சாசுத்து. பொய்யான வாழ்வுகொடுக்கின்ற என அவரிடம் கூறினேன். என ஜூலியா மேலும் தெரிவித்தார்.

உண்மையை சொன்னதாக மிரட்டப்பட்டாரா?

உமமு சலாமா என்பவருக்கு மேற்படி விசுவத்தை வழங்குவதற்கு நிந்தலூர் பிரதேச செயலகத்திடம் கிராம அபிவிருத்தி உத்தியோகத்தரகக் கூடையொன்றும் ஹெல்ப் டெஸ்க்டிரீ தீர்மானித்துள்ளார்.

இந்த விசுவ வழங்கியமைக்கு தனிப்பட்ட தெரிவித்தால் சிறு வயதுடைய உனது மகளை வேலையே செய்வதற்கு அனுமதித்துப் போனதாகவும் அப்போதுதான் அவரை முதலையே சென்று சென்று எனவும் கூறி சிறுவர் பாதுகாப்பு உத்தியோகத்தின் மூலம் உனக்கு தனியாக நடவடிக்கை எடுக்க வைப்பேன் என கிராம அபிவிருத்தி உத்தியோகத்தின் பவர்



“வழங்கப்பட்டுள்ள விசுவ பெரியதா, சிறியதா என்பது பற்றி இங்கு பிரச்சினையில்லை. எனது மகனை காப்பாற்றுவதற்கு ஒரு சிறு உதவியைக் கூடச் செய்யாத ஒருவருக்கு, எனது மகனைக் காப்பாற்றியதாகக் கூறி, விரப்பனை எனப் புகழ்ந்து, விசுவ வழங்கியிருப்பதை ஏற்றுக்கொள்ள முடியாது. இந்த விசுவத்தை அவருக்கு வழங்குவதற்கான தீர்மானத்தை எடுத்த கிராம அபிவிருத்தி உத்தியோகத்தரகர் சந்தித்து நடந்தவற்றைச் சொன்னேன். இந்த விசுவ வழங்கியதன் மூலம் ஓர் உண்மையைச் சாசுத்து. பொய்யான வாழ்வுகொடுக்கின்ற என அவரிடம் கூறினேன்” என ஜூலியா மேலும் தெரிவித்தார்.

முயற்சித்தபோது, முதலையின் மறு பக்கமாக இழுத்துக்கொண்டிருந்தது. ஒரு கூட்டத்தில் முதலையின் மீண்டும் நேற்றுக்குள் எனது மகனைக் கொண்டு சென்றேன். இதனைக் கண்ட உமமு சலாமா என்பவரை அந்தப் பெண் அங்கு வந்து, “உனது பிள்ளையை முதலையே விட்டாடாது. நீயும் அங்கு நின்று உன்னையும் இழுத்துக்கொண்டு போய்விடு. மற்றைய பிள்ளைகளுக்குள்வந்து நீ உயிருடன் இருக்க வேண்டும். கறக்கு வா” என்று சத்தமிட்டார்.

“ஆனால் எனது உயிர்ப்பு போனது பிள்ளையை இழக்கக்கூடாது என்கிற முயற்சி இருந்தேன். எனது போராட்டத்தின்போது, ஒரு கூட்டத்தில் வெளியே நேற்று முதலையின் காலில் எனது மகனை ஓங்கிக் குத்தினேன். முதலையின் பல்வில் எனது கை பட்டிக்கொண்டும்; எனது கையில் பெரிய காயமொன்று ஏற்பட்டு இரத்தம் கொட்டத் தொடங்கியது. ஆனால், மகனை மீட்டும் முயற்சியை நான் விடவில்லை. தொடர்ந்தும் முதலையின் தலையில் ஓங்கிக் குத்தினேன். திடீரென முதலையே வாயைத் திறந்தவாறு தலைகீழாகப் புரண்டது. உடனடியாக எனது மகனை தூக்கி எடுத்துக்கொண்டு கரைக்கு வந்தேன்” என்று அந்த திகில் அனுபவத்தை நம்முடன் ஜூலியா பகிர்ந்துகொண்டார்.

“எனக்கு 05 பிள்ளைகள் உள்ளனர். பிரசவ வலிகளை நான் அனுபவித்துள்ளேன். எனது மகனை அந்த முதலையிடம் போராடி மீட்டுக கொண்டு கரைக்கு வந்தபோது, விவரிக்க முடியாத வேறொரு இரத்தம் பிரசவமொன்று போல, பெரும் வேதனையை அப்போது நான் உணர்ந்தேன்” - என்றார் ஜூலியா.

“இந்த சம்பவத்தின்போது எனது மகன் மயக்கமடைவதும் திணைபுடனான இருந்தார். அவரைக் கரைக்குக் கொண்டு வந்தபோது, அவரை அப்பியூதலையே உதவிக் குறைவுகூட இல்லாததை எனக்குக் கூறினார். அவரின் கையில் பாரிய சாயங்கள் இருந்தன. அங்கு நின்றுகொண்ட உமமு சலாமா அவருடைய கைபேசி மூலம் தொடர்புகொண்டு ஓட்டோ (முச்சக்கர வண்டி) ஒன்று அனுப்பினார். ஒரு வழியாக மகனை மீட்டாது என உத்தியோகத்தரகக் கொண்டு வந்தேன். உமமு சலாமாவும் என்னும் உயிர்ப்பு. அது பிரதேச அலுவலர் தான் எனினும், எனது மகனை அவர் ஒரு தடவை கூட வந்து பார்க்கவில்லை. ஆனால், அவர் எனது மகனை முதலையிடமிருந்து போராடி காப்பாற்றியதாகக் கூறி, பிரதேச செயலகத்தினால் விசுவ வழங்கப்பட்டுள்ளது. இது எனக்கு அதிர்ச்சியாக உள்ளது.”

“வழங்கப்பட்டுள்ள விசுவ பெரியதா, சிறியதா என்பது பற்றி இங்கு பிரச்சினையில்லை. எனது மகனை காப்பாற்றுவதற்கு ஒரு சிறு உதவியைக் கூடச் செய்யாத ஒருவருக்கு, எனது மகனைக் காப்பாற்றியதாகக் கூறி, விரப்பனை எனப் புகழ்ந்து, விசுவ வழங்கியிருப்பதை ஏற்றுக்கொள்ள முடியாது. இந்த விசுவத்தை அவருக்கு வழங்குவதற்கான தீர்மானத்தை எடுத்த கிராம அபிவிருத்தி உத்தியோகத்தரகர் சந்தித்து

நடந்தவற்றைச் சொன்னேன். இந்த விசுவ வழங்கியதன் மூலம் ஓர் உண்மையைச் சாசுத்து. பொய்யான வாழ்வுகொடுக்கின்ற என அவரிடம் கூறினேன்” என ஜூலியா மேலும் தெரிவித்தார்.

உண்மையை சொன்னதாக மிரட்டப்பட்டாரா?

உமமு சலாமா என்பவருக்கு மேற்படி விசுவத்தை வழங்குவதற்கு நிந்தலூர் பிரதேச செயலகத்திடம் கிராம அபிவிருத்தி உத்தியோகத்தரகக் கூடையொன்றும் ஹெல்ப் டெஸ்க்டிரீ தீர்மானித்துள்ளார்.

இந்த விசுவ வழங்கியமைக்கு தனிப்பட்ட தெரிவித்தால் சிறு வயதுடைய உனது மகளை வேலையே செய்வதற்கு அனுமதித்துப் போனதாகவும் அப்போதுதான் அவரை முதலையே சென்று சென்று எனவும் கூறி சிறுவர் பாதுகாப்பு உத்தியோகத்தின் மூலம் உனக்கு தனியாக நடவடிக்கை எடுக்க வைப்பேன் என கிராம அபிவிருத்தி உத்தியோகத்தின் பவர்

உமமு சலாமா மாதம் சங்கமொன்றின் தலைவியாக உள்ளார். அவர் அந்த சிறுவனை முதலையிடமிருந்து காப்பாற்றியதாகக் கூறிவிருந்தார். அதற்காக அவருக்கு அந்த விசுவ வழங்கத் தீர்மானித்தேன். ஆனால், இது தொடர்பில் சிறுவனின் தாயிடம் நான் விசுவரிக்கவில்லை” என்றார் கிராம அபிவிருத்தி உத்தியோகத்தின் பவர்

இதிலேனது, ஜூலியாவின் தாய்க்கு தனியாக சிறுவர் பாதுகாப்பு உத்தியோகத்தின் மூலம் நடவடிக்கை எடுக்கப்போவதாகவும் தான் கொள்கை உடனடிதான் எனவும் கிராம அபிவிருத்தி உத்தியோகத்தின் பவர்

உமமு சலாமாவின் மருமகன், எவ்வகையில் தினத்தொடர்பு தாம் நடத்திய வீராவேசம் மேலும் பல பெண்களுக்குள் அவர்கள் கொடுக்கப்பட்ட திறமைகளை விசுவ வழங்கியிருப்பதை அவர் குறிப்பிட்டுள்ளார்.

சுரேஷ்வரின் பெரிய சேல்கிரிர்

விசுவபெற்ற உமமு சலாமா எனும் பெண்ணிடம் அருகத்தொகை முதலையின் மகன் மீட்டும் புகார் தொடர்பில் பேசியபோது, “ஜூலியாவின் தாயின் சேர்ந்ததான் அவரின் மகனை முதலையிடமிருந்து போராடி மீட்டேன்” என்கிறார்.

தனக்கு விசுவ கிடைத்த பொறையெயில் தான் இப்போது அதனை ஜூலியா நம்புகிறார் எனவும் உமமு சலாமா கூறுகிறார்.

நிந்தலூர் பிரதேச செயலகத்தில் நடந்த சர்வதேச மகளிர் தின விழாவில் கற்றுக்கொள்வதற்கு தான் சென்றிருந்தபோது ஆனால், அங்கு தனக்கு விசுவ வழங்கப்படவுள்ளதை தான் அறிந்திருக்கவில்லை என்று தெரிவித்த உமமு சலாமா, “எதிர்பாராத விதமாகவே எனக்கு அந்த விசுவ கிடைத்தது” - என்கிறார்.

இந்த சம்பவத்தின்போது தொடர்பு கொண்டு முதலையின் மிகக் கடுமையான போராடி முதலையின் பிடியிலிருந்து தன்னைக் காப்பாற்றியதையும் கூறிப்போது, விசுவ வழங்கப்பட்ட பெண் உமமு சலாமா என்பவரும் அப்போது கரைபில் கொஞ்ச தூரத்தில் நின்றுகொண்டிருக்கிறார்.

பாழிமம் இப்போது பாடசாலைக்குச் சென்று வருகிறார்.

ஆனால் அவரின் கையில் ஏற்பட்ட பாதிப்பு இன்னும் பூரணமாகக் கரைவில்லை. பாழிமம் பெற்றிருக்கும் 05 பிள்ளைகள், மூன்று பெண்கள், மூன்று ஆண்கள். பாழிமம் கொடும்பிள்ளை. பாழிமுடிய சேனாதிபதி இவ்வப் பக்கத்தைவிடக் கூடுதல் விசுவ வழங்கியிருந்தார். பாழிமுடிய தந்தை பெக்சிமொன்றின் வேலை செய்தார்.

“முதலையிடமிருந்து எனது பிள்ளையை காப்பாற்றி கரைக்குக் கொண்டு வந்த சிறு வாலரை அருகத்தொகை உமமு சலாமா என்பவரைக் கொண்டு போவதற்கு உமமு சலாமா தான் எனது அருகத்தொகை. உமமு சலாமா என்பவரின் இடது கால் எலும்பும் முறிந்தது. இதனையடுத்து சம்பந்தமுறை ஆதார வைத்தியசனத்தைக் கொண்டு செல்லப்பட்ட அவர், 18 நாட்கள் சிகிச்சைப்பெற்ற பின்னர் வீடு திரும்பியிருந்தார்.

முதலையொன்று திடீரென இழுத்துக்கொண்டு, ஆற்றிலுள்ள மறைத்துள்ளது. இதன்போது உடனடியாக நீடுக்குள் இறங்கிய ஜூலியா, முதலையின் மிக நீண்ட நேரம் போராடி தனது மகளை மீட்டெடுத்தாள். இச்சம்பவம் உத்தமபெட்டம் மாதம் 18ஆம் திகதி நடந்தது.

இதன்போது ஜூலியாவின் மகன் பாழிமம் கடுமையான காயங்களை அடைந்தார். அவரின் இடது கால் எலும்பும் முறிந்தது. இதனையடுத்து சம்பந்தமுறை ஆதார வைத்தியசனத்தைக் கொண்டு செல்லப்பட்ட அவர், 18 நாட்கள் சிகிச்சைப்பெற்ற பின்னர் வீடு திரும்பியிருந்தார்.

இந்நிலையில், ஜூலியாவின் மகனை முதலையிடமிருந்து காப்பாற்றிய வீரப் பெண் எனக் கூறி உமமு சலாமா எனும் பெண்ணொருவருக்கு நீந்தலூர் பிரதேச செயலகம், மகனின் தினத்தொடர்பு விசுவ வழங்கி கொடுத்தது என ஆனால், தனது மகனை முதலையின் இழுத்துக்கொண்டு போனபோது, தனக்கு யாரும் உதவி செய்யவில்லை என்று, முதலையின் தாயார் தனது மகனை தனியாகவே தாய் மீட்டதாகவும் ஜூலியா கூறுகிறார்.

சேகரித்துக்கொண்டிருந்தவேளை, அவருடன் சென்றிருந்த 13 வயதுடைய அருளின் மகன் பாழிமம் என்பவரை முதலையொன்று திடீரென இழுத்துக்கொண்டு, ஆற்றிலுள்ள மறைத்துள்ளது. இதன்போது உடனடியாக நீடுக்குள் இறங்கிய ஜூலியா, முதலையின் மிக நீண்ட நேரம் போராடி தனது மகளை மீட்டெடுத்தாள். இச்சம்பவம் உத்தமபெட்டம் மாதம் 18ஆம் திகதி நடந்தது.

இதன்போது ஜூலியாவின் மகன் பாழிமம் கடுமையான காயங்களை அடைந்தார். அவரின் இடது கால் எலும்பும் முறிந்தது. இதனையடுத்து சம்பந்தமுறை ஆதார வைத்தியசனத்தைக் கொண்டு செல்லப்பட்ட அவர், 18 நாட்கள் சிகிச்சைப்பெற்ற பின்னர் வீடு திரும்பியிருந்தார்.

இந்நிலையில், ஜூலியாவின் மகனை முதலையிடமிருந்து காப்பாற்றிய வீரப் பெண் எனக் கூறி உமமு சலாமா எனும் பெண்ணொருவருக்கு நீந்தலூர் பிரதேச செயலகம், மகனின் தினத்தொடர்பு விசுவ வழங்கி கொடுத்தது என ஆனால், தனது மகனை முதலையின் இழுத்துக்கொண்டு போனபோது, தனக்கு யாரும் உதவி செய்யவில்லை என்று, முதலையின் தாயார் தனது மகனை தனியாகவே தாய் மீட்டதாகவும் ஜூலியா கூறுகிறார்.

மெனோபாஸ் காலத்தில் பெண்கள் கவனிக்க வேண்டியவை



பெண்களுக்கு 40 வயது தொடங்கும் போதே மெனோபாஸ் எனப்படும் மாநிலியம் நிறும் காலமும் தொடங்கி விடுகிறது. மெனோபாஸ் காலம் பெண்களுக்கு நிறுமகவே சவாலானதா, அதை எப்படி எதிர்கொள்ள வேண்டும், மனதளவில் எவ்வாறு தயாராக வேண்டும் என பார்க்கலாம்.

மெனோபாஸ் காலம் எப்போது தொடங்கும்?

பெண்களுக்கு 40 வயதிலிருந்து 55 வயதிற்குள் மெனோபாஸ் காலம் தொடங்குகிறது. மாநிலியம் காலத்தில் இருக்கும் உடற்சேர்வும் மனச்சேர்வும் மெனோபாஸ் காலத்தில் தொடக்கத்தில் இருக்கும். இதை கூடத்து வருவதும் அதற்கு தயாராக இருப்பதும் எளிதானதுதான். பயம் கொள்ள வேண்டாம் என்கிறார்கள் மருத்துவர்கள்.

ஈஸ்ட்ரோஜன் ஹோர்மோன் சுருமூட்டை உருவாகும், மாநிலியம் போன்ற செயல்பாடுகளில் முக்கிய பங்காற்றுகிறது. குறிப்பிட்ட வயதுக்கு மேல் ஈஸ்ட்ரோஜன் ஹோர்மோனின் சரப்பு வெகுவாக குறைவாகும் மேற்கண்ட செயல்கள் நிறைந்தொடங்குகின்றன. இதனடியே மெனோபாஸ் காலம் என்கிறோம்.

இதன் மூலம் பெண்களுக்கு முடி உதிர்வு, உடல் எடை அதிகரித்தல், இரத்தச்சோகை, மூட்டுவலி, தூக்கமின்மை, இதய நோய்கள், எலும்புகள் அடர்ந்திடுகின்றன. சருமப்பிரச்சினைகள் போன்றவை ஏற்படுவதற்கு அதிக வாய்ப்புகள் இருக்கின்றன.

உணவுகளில் கவனம்

கல்சியம், விறையின் டி நிறைந்த உணவுகளை சாப்பிடுவதன் மூலம் எலும்புகள் தேய்வதையும் உடலுவலையும் தடுக்கலாம்.

கெட்ட கொழுப்புகள் நிறைந்த உணவுகள், என்ஜெயியில் பொறிக்கப் பதார்த்தங்களை தவிர்ந்து நார்க்கத்து. புரதங்கள் நிறைந்த உணவுகள், பசியு வகைகள் போன்றவை உண்பது நன்மை தரும்.

கீளை வகைகள், பழங்கள் உடல் சூட்டை தணிக்கும். இளநீர், நுங்கு போன்றவைகளை உணவில் அதிகம் சேர்த்துகொள்ள வேண்டும். ஒரு நாளுக்கு இரண்டு முகல் மூன்று விறை தண்ணீர் பருகுவது முக்கியமானது.

மனநலமும் முக்கியம்

மெனோபாஸ் காலத்தில் எரிச்சல், கோபம், கவலை போன்ற எதிர்மறை உணர்வுகள் வெளிப்படுவது இயல்பானது. இவற்றிலிருந்து விடுபடுவதற்கு எளித உதர்பயிற்சி, யோகா போன்றவற்றில் ஈடுபடலாம். பிடித்தமான செயல்களில் கவனம் செலுத்துவது, மனரல ஆலோசனைகள் பெறுவதும் முக்கியமானது. வருடத்திற்கு ஒருமுறை மருத்துவ பரிசோசனை செய்து கொள்வதும் மருத்துவர்களின் ஆலோசனை பெறுவதும் அனுகூலமானது.

பிரியானி இலையின் நன்மைகள்



பலரும் உணவில் பிரியானி இலை வெறும் நறுமணத்திற்காகத் தான் சேர்க்கிறார்கள் என்று நினைக்கிறோம். ஆனால், பிரியானி இலையில் ஏராளமான மருத்துவ குணங்கள் நிறைந்துள்ளன. சோஸம்போனாலும் பிரியானி இலையில் ஆன்டி-பாக்டீரியல், பூஞ்சை எதிர்ப்பு மற்றும் நோயெதிர்ப்பு அழற்சி தன்மை உள்ளதால், பல்வேறு பிரச்சினைகளுக்கு சிகிச்சையளிக்க உதவுகிறது. பிரியானி இலையில் ஆன்டி-ஆக்ஸிடன்ட்டுகள் மற்றும் பீனோலோய்டுகள், கனிமச் சத்துகளைக் கல்சியம், பொட்டாசியம், கால்சியம், மாங்கனீசு, செலீனியம் மற்றும் இரும்புச்சத்து போன்றவைபும் அதிகம் நிறைந்துள்ளன. இவ்வளவு சத்துகளை உள்ளடக்கிய இந்த இலையை உணவில் சேர்க்கும்போது, அதனால் எவ்வளவு நன்மை கிடைக்க வாய்ப்புள்ளது என்று சற்று யோசித்துப் பாருங்கள்.

பிரியானி இலையின் நன்மைகள்:

பிரியானி இலை சமையலில் உணவின் மணத்தையும் ருசியையும் அதிகரிக்க மட்டுமின்றி, அதன் நறுமணம் பல அரோமாதிரேபிகளின் சுவாசப் பிரச்சினை மற்றும் சருமப் பிரச்சினைகளுக்கு சிகிச்சை அளிக்கப் பயன்படுகிறது.

இதை கண்டுபிடித்தவர் ஈழிய ஆய்வுகாரர் கேன்ஷ்டு. இவரின் கூற்றுப்படி, பிரியானி இலை மன அழுத்தத்தைக் குறைப்பதாக கூறியுள்ளார்.

முகல் கட்டமாமா மனதை அமைதியடையச் செய்வதற்கு பிரியானி இலையை விட்டூள் ஒரு அறைமூன்று ஒரு பாத்திரத்தில் போட்டு 10 நிமிடம் எரிக்க வேண்டும்.

பின் அந்த

அறைமூடியே 10 நிமிடம் இருந்து அதன் நறுமணத்தை நன்கு சுவாசிக்க வேண்டும்.

இவ்வாறு செய்வதால் பிரியானி இலையில் நறுமணம் தீங்கு விளைவிக்கும் மனஅழுத்த ஹோர்மோன்களின் உற்பத்தியைக் குறைத்து மனதை அமைதியடையும் ரிஸ்க்லாசாகவும் வைத்துக் கொள்ளும்.

மேலும் பிரியானி இலையை விட்டூள் எரித்தால் விட்டூள் இருக்கும் தூற்றும் வெளியேறி விட்டூள் நறுமணத்துடன் உற்பத்தி செய்யும்.

அத்துடன் பெருங்கூட்டிலும் வயிற்றிலும் ஏற்படும் பிரச்சினைகளுக்குத் தீர்வு காணக்கூடிய தன்மை பட்டை பிரியானியில் உள்ளது.

பட்டை இலைகளில் உள்ள caffeic acid என்ற அமிலமும் rutin என்ற பொருளும் இதயத்தை உணர்வதில் உதவுகின்றன. இவ்வளவுச் செய்கின்றன. உடலுக்குத் தீங்கு விளைவிக்கும் கொழுப்புச்சத்து நீக்கவும் அவை உதவும்.

★ பிரியானி இலைகள் உடலில் கரும்பு இன்களை மேம்படுத்தின்றன. இது நீரிழிவு நோயால் பாதிக்கப்பட்டவர்களுக்கு உதவியாக இருக்கும்.

★ வீக்கத்தைக் குறைப்பது பிரியானி இலைகளின் முக்கிய பயன்களில் ஒன்று. மூட்டுவதும் ஏற்படும் சாத்தியத்தை இது குறைக்கிறது. உடலுக்குத் தீங்கு விளைவிக்கும் கொழுப்புச்சத்து நீக்கவும் அவை உதவும்.

★ பிரியானி இலையில் இருந்து தயாரிக்கப்பட்ட என்ஜெயி உடலில் ஏற்படும் பல மூட்டு வலிகளைக் குறைக்கும். அதிலும் தலை வலிக்கும்போது, அந்த என்ஜெயியைக் கொண்டு மாற்று செய்தால், 1 நிமிடத்தில் தலை வலி போய்விடும்.



சொக்லேட் பஸ்டா

தேவையான பொருட்கள்

- பஸ்டா - 1 கப்
- காய்ச்சிய பால் - 1 கப்
- சர்க்கரை - 2 டீஸ்பூன்
- கோகோ பவுடர் - அரை கப்
- hersheys chocolate syrup - 2 டீஸ்பூன்
- சாக்லேட் பிஸ்பல் - விருப்பத்திற்கு ஏற்றபடி

செய்முறை

பஸ்டாவை வேக வைத்து கொள்ளவும். காயவை அடுப்பில் வைத்து பால் ஊற்றி சர்க்கரை சேர்த்து கரையும் வரை நன்றாக கலக்கவும். சர்க்கரை கரைந்தவுடன் அதில் கோகோ பவுடரை சேர்த்து கட்டியில்லாமல் நன்றாக கலந்து கொண்டு இருக்கவும். கவலை திக்காக பதம் வந்தவுடன் அதில் வேக வைத்து பஸ்டாவை சேர்த்து கிளறவும். சாக்லேட் கலவையில் பஸ்டாவை நன்றாக வேக விடவும். அடுத்து அதில் hersheys chocolate syrup விட்டு மீண்டும் நன்றாக கலந்து விட்டு கொண்டு இருக்கவும். சாக்லேட் கலவை முழுவதும் பஸ்டாவில் சேர்த்தவுடன் அடுப்பில் இருந்து இறக்கி சாக்லேட் சிபில் துவிலி பரிமாறவும். சூப்பரான சாக்லேட் பஸ்டா ரெடி.

காரிகை களம்

நும்முடைய உடல் ஆரோக்கியத்திற்கு உணவு இன்றியமையாத ஒன்றாக உள்ளது. ஆனால், மக்கள் எவ்வாறும் சற்று அவசர வேலையில் இருப்பதால் பெரிதும் கால உணவை எளிதான மற்றும் சத்துள்ள உணவை சாப்பிட்டு வேண்டும் என்று நினைக்கிறார்கள். விவரமாக மற்றும் சத்துள்ள உணவு வகையில் ஒட்டல் முதலில் பிடித்துள்ளது என்று தான் சொல்ல வேண்டும். இந்த காலத்தில் உடலுக்கு தேவையான பல விதமான ஊட்டச்சத்துகள் நிறம்பியுள்ளன. ஒட்டல் சாப்பிடுவதால் உடலுக்கு கிடைக்கும் நன்மைகளை தெரிந்து கொள்வோமா. இதில் கனிமச்சத்துகள், நார்க்கத்துகள், விறையின் மற்றும் ஊட்டச்சத்துகள் அதிகமாக உள்ளன. இதை பெருப்பலும் ஒட்டல் கஞ்சியை எடுத்து கொள்ளும் உடலுக்கு மிகவும் நல்லது.

மலச்சிக்கல்: செரிமானப் பிரச்சினைகளை சரி செய்வதற்கு ஒட்டல் உதவி வருகிறது. குடலில் உள்ள புண்கள், வயிற்றில் இருக்கும் நக்கக்கள், மலச்சிக்கல் போன்ற பிரச்சினைகளை சரி செய்வதற்கு இதில் இருக்கும் நார்க்கத்து உதவுகிறது. ஒட்டல் கஞ்சி, ஒட்டல் கூழ் போன்றவற்றை வாரத்திற்கு ஒரு முறை எடுத்து கொள்வது நல்லது.

உடல் எடை குறைவு: உடல் பருமனாவதற்கு முக்கிய காரணம் உடலில் தேவையில்லாத கொழுப்புகள் சேரேவது தான். இந்த கொழுப்புகளை கரைப்பதற்கு நாம் கொழுப்பு குறைவாக உள்ள உணவுகளை எடுத்துக் கொள்வது நல்லது. ஒட்டலில் கரையக்கூடிய நார்க்கத்து இருப்பதால் இவை உடல் எணையை குறைப்பதற்கு உதவியாக இருக்கும்.

மாரடைப்பு சரி செய்ய: உயர் இரத்த அழுத்தம், அதிக கொழுப்புச் சத்து, சர்க்கரை நோய், புகையிடித்தல், மன அழுத்தம் போன்றவற்றால் இரத்தவேட்டை பாதிக்கப்படுவதால் மாரடைப்பு நோய் உள்ளவர்கள் ஒட்டல் சாப்பிடுவதால் நல்லது. மேலும் இரத்த அழுத்தம், இதய நோய் மற்றும் மன அழுத்தம் போன்றவற்றை சரி செய்கிறது.

மாரடைப்பு காலத்தில்: பெண்களுக்கு மாதவிடாய் காலத்தில் வயிற்று வலி, தலைவலி, எரிச்சல் மற்றும் உதிர்ப்பாக்கு காரணமாக உடல் பலவீனமாக இருக்கும். இந்த சூழலில் பெண்கள் ஒட்டலை எடுத்துக் கொள்வது நல்லது. இது உடலுக்கு தேவையான ஆற்றலை கொடுக்க உதவுகிறது.

புற்றுநோய்: புகைப்பிடித்தல் மற்றும் புகையிலை உட்கொள்வது போன்ற காரணம்



எண்ணெய் சருமத்திற்கு தீர்வு தரும் பேஸ் பெக்

குளிர் காலத்தில் சரும பாறாமிப்புக்கு கூடுதல் நேரம் கவனம் செலுத்த வேண்டியிருக்கும். எண்ணெய் சருமம் கொள்வதற்கான அதிக அல்லாதைகளை அனுபவிக்க நேரிடும். ஏனெனில், முகத்தில் படியும் என்ஜெயி பசை சருமத் துளைகளை அடைத்துவிடும். இறுதியில் முகப்பகுதி பிரச்சினைகள் உண்டாகிவிடும். சருமத்திற்கு ஒவ்வாத இரையானம் அதிசம் கலந்த அழகுசாதனப் பொருட்களை உபயோகித்தால் பாதிப்பு அதிகமாகிவிடும். விட்டூள் சமையலறையில் உள்ள பொருட்களை கொண்டு, என்ஜெயி சருமத்திற்கு எளியான முறையில் தீர்வு காணலாம். இரேர் விட்டூள் தயாரிக்கக்கூடிய பேஸ் பெக்.

தேவையான பொருட்கள்: உடலை மாவு - 1 கப் பொடித்த மஞ்சள்: சிறிதளவு பால் - சிறிதளவு

வாய்முறை: மஞ்சள் நன்கு தூளாக்கிக்கொள்ளவும். உடலை மாவு, மஞ்சள் பால் சேர்த்து பசை போல் குழப்பிக்கொள்ளவும். இந்தக் கலவையை முகம், அழுத்து பகுதியில் பூசியிட்டு 20 நிமிடங்கள் உலர விடவும். பின்பு வெறுவெறுப்பான நீரில் பாலை நனைத்து முகத்தில் பூசுதற்குக் கொண்டு வர வேண்டும். பின்பு முகம் மற்றும் அழுத்து பகுதியை நன்கு கழுவவும். பின்னர் உடல் அல்லது சாப்பாடான மால்க்காரர் பயன்படுத்தப்படும். குளிர் காலத்தில் இரண்டு நாட்களுக்கு ஒருமுறை இவ்வாறு செய்து வரலாம். என்ஜெயி பசை தீக்கி சருமம் பெரிவிடும் இருக்கும்.

