

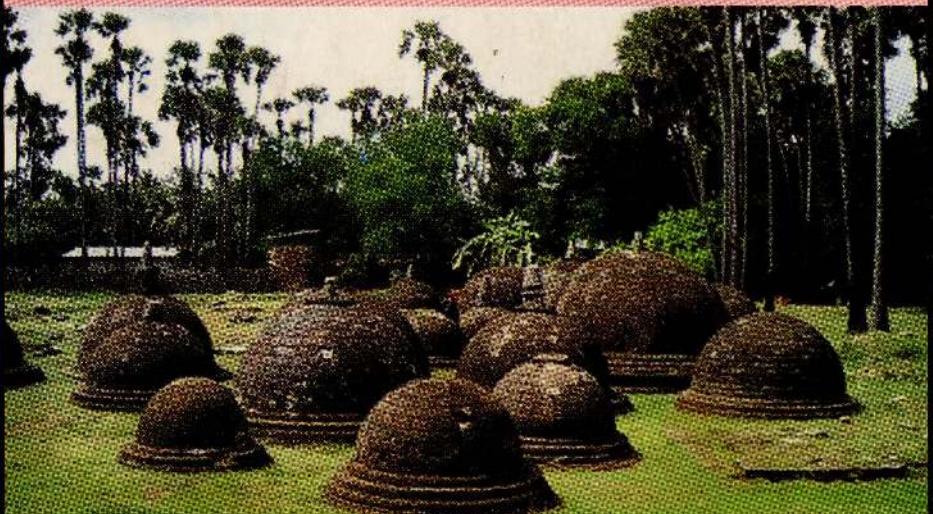
April - June

தாய் மனை

Thaaiman

வார் - 04

திதி - 18



200/30, Fre De Silva Mawatha, Peradeniya Road, Kandy, Sri Lanka.

Best Compliments From...

SRIYANI DRESS POINT

KEGALLE

035-2222374

KANDY

081-2220880

KURUNEGALA

037-2233240

KANDY

081-2229494



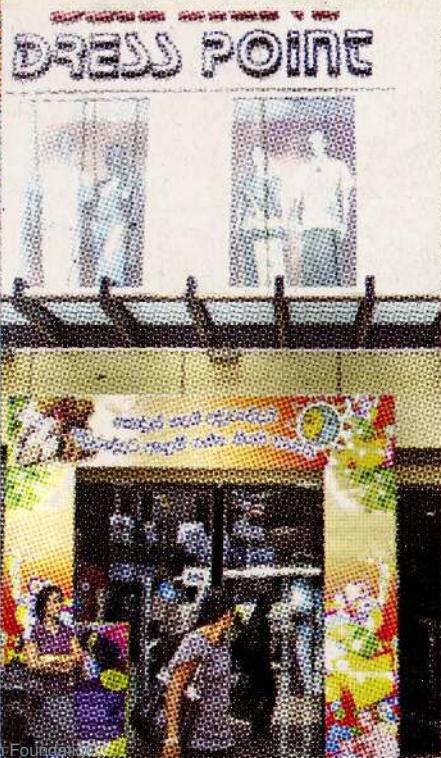
Main Street Kegalle.

No. 36, Parakumaba Street, Kurunegala.

Peradeniya Road, Kandy

No.41, Yatinuwara Vidiya, Kandy

No. 15, King Street, Matale.



தமிழ் மனை

பல்சுவைக் கதம்பங்

மூலர் 04

இதழ் 18

பிரதம் அச்சிரியர்

A.S.M.Felix

(Sc. Trd, B.Ed, PGDT, MTT, Dip in Psy, M.A)

கண்ணி வடிவமைப்பு
கீழமதி. தமிழ்நாடு மோஹன்ஸஸ்

காலைண்டு சஞ்சிகை

சித்திரை - அனீ

2014

அலுவலக முகவரி

200/30, Fre De Silva Mawatha,
Peradeniya Road, Kandy,
Sri Lanka.

தொடர்புகளுக்கு

0755 569656

0814 917136

மின்னஞ்சல் முகவரி

Email: felixkeysam@gmail.com

விலை ரூபா 30/-

ISSN : 2279-316x

இலங்கை அச்சிரிய, மாணவர்கள்
வாசத்து பயன்பெற வேண்டிய
கல்வியின் உயர்வை நோக்கிய
நன்றால்
வாசத்து பயன்பெறங்கள்!



ஆசிரியர் தலையாங்கம்

“வாசிப்பதால் மனிதன் பூணமடைகிறான்” என்பது அழுதவாக்கு. பொதுவாக இன்றைய மாணவர்கள் மத்தியில் வாசித்தல் குற்றிவருகின்றதாக பல்வேறு அரூப்யச்சிகள் அவதானிப்புகள் மூலம் கண்டறியப்பட்டுள்ளது. அதற்காகப்பல காரணங்களை முன்வைத்தாலும், உண்மையில் பெற்றார்கள், அதுபோன்ற அதுபோன்ற அதிக பங்கு வகிப்பதாக கண்டறியப்பட்டுள்ளது என்னே நாம் அனைவரும் மாணவ சமூகத்தை குறைக்குகிக் கொண்டிருக்குமால் அவர்களின் வாசிப்பத்திற்கை விருத்திலிசெய்து பண்மொழி விற்பனைகளாக மாற்றுவேண்டிய கடமையை சிருத்தையுடன் மேற்கொள்ளுதல் வேண்டும்.

எம் நாட்டைப் பொறுத்தவரை தற்காலத்தில் நவீன இஸ்ததிரஸியல் உபகாணங்களின் தேவைகள் அதிகரித்தமையும் அவற்றின் மீதான விளைவர்க் கூற்றச்சியும் அவ்வுயர்ணங்களின் செல்வாக்கை அனைத்துமட்டுத்தினர் மத்தியிலும் உயர்வடைய செய்து விட்டது அதுமட்டுமல்ல, இன்றைய கலாச்சித்திலில் யாருடைய கையில் அதிநீலை தொலைவிதாட்டப்பக்காலி இருக்கின்றிருதலன்பதிலும் கூட கடும்போட்டி நிலை வருகின்றது இந்த நிலையில் இனம் மாணவர்கள் மத்தியில் சொல்லுவா வேண்டும்? இவர்களிடையே இதன் செல்வாக்கு அபரிந்தமாக வளர்ச்சிகள்கு வருகின்றது.

தமது பொன்னான நேரம் மற்றும் பெற்றோர்களின் பணம் தமது உடற்றின், நல்ல மனப்பாக்கு என்ன வீணாக்கிர்மைத்திற்குதே என்று சந்தூம் சிந்திக்க முடியாதுபடி அலை மாணவ சமூகத்தை அக்கிருமித்து வருகின்றன.

இவற்றின் எதிர்விளைவுகள் உலகில் பாரதாரமானவையே அவ்வாறான பல மறைவிளைவுகளில் பிரதானமானது யாவிதலில் எழுத எதிர்கால சந்ததிகளை அறிவில்களாக்கி சிந்தனைத் திறன்றுவர்களாக்கி வளம் குறைந்தோராக்கி எது நாட்டை தொடர்ந்தும் முன்றாம் மண்டல நாடாக்கி கீழ்க்கண்டுத்தீவு வைத்திருக்கச் செய்துவரும் நாசகாரச் செயற்பாடுகளின் புதுவடிவம் இதுவாகும். சமீர்க்கம்பற இச்சுயநவமிகளின் இந்த பாந்தாய்த் தெரிவாடுகள் இன்று வெற்றிநூல்போட்டு பலவிவருகிறது.

கிக்க சாதுபியமாக ஏகாதிபத்திய நாடுகள், மற்றும் உலகின் கொழுத்த உயர் நிறுவனங்கள் மிகவும் நான்க்கமாக மனித உயர் உளத் தொழிற்பாடுகளை மழுங்கடிக்கும் செயற்பாடுகளை முன்விடுது வருகின்றனவென்பதை பொதுவாக நாம் அறிந்திருந்தபோதும் அதனைத் தடுத்து நிறுத்தி அதற்கான சரியான தீர்வினை கண்டறிவதிலே பின்னிற்கின்றோம். இவ்வாறான தவறங்களை நீக்கி எழுத பின்னைகளின் உடல் சமூக மேம்பாடு நோக்கிய சிந்தனைகளில் வெற்றிகாணத் தயாராகின்றோமா?... நாசமூகங்களான மாதா, பிதா, குருக்கர் ஒன்றும்பட்டு மாணவச் செல்வங்களின் அறிவுப் பெருக்கத்துக்கான வழிகளைச் செய்யிடத்தயாராகின்றோமா?... மாணவச் சமூகத்தின் வாசிப்பத்திற்கை விருத்திலிசெய்யும் பல்வேறு வேலைத்திட்டங்களில் மும்மரமாக சடியத் தயாராகின்றோமா?... அல்லது நாமே நவீன ஆடக்களின் மாய வலைக்குள் சிக்கிவைண்டோமா?.. என்ற வீணாக்களுக்கு விடைகளாத் தேர்வோம்.

அன்புறம்
ஆசிரியர்

தேவபார்வையிலே.....

தேவ பிள்ளைகளே “அப்பொழுது அந்தரங்கத்தில் (Secrecy) பார்க்கின்ற உன் பிதாவாகிய தேவன்தானே உனக்கு வெளியரங்கமாய் பலனளிய்யார்” (மத்தேய 6:4) இந்த தேவ சௌன்ததின்படி இறைவன் பரலோகத்திலிருந்து எப்போதும் எம்மை பார்த்துக் கொண்டே இருக்கிறார். அவர் காண்கின்ற தேவன். நாம் எதை செய்தாலும் அவர் காண்கின்றார். நீதியின்ஸ் தேவன் அதற்கு தகுந்த பலன் அளிப்பார்.

ஆகையால், எமது எல்லா கிரிகைகளிலும், சொற்களிலும், சிந்தனைகளிலும், காமைகளிலும், எமது பார்வைகளிலும் எவையெவை தேவனுக்கு முன்பாக உவப்பில்லாதவையாகக் காணப்படுகின்றனவோ அவற்றை நாம் விட்டுவிட வேண்டும். இல்லையாயின் அவை சார்ந்து அன்பான தேவன் எம்மிது மிகுந்த அருவருப்புக் கொள்வார்.

தீய ஆவிகளின் வழிநடாத்தலுக்குள் செல்லும் போது தான் இவ்வாறான தவறுகள் நிகழ வாய்யப்புகள் அதிகம். தீய ஆவிகள் அற்பமானவை அல்ல, “பிசாக வெறும் சக்தியல்ல, சக்தி வாய்ந்த ஆள் தத்துவம் உடையவன்” (மத்தேய 4:1-11, யோவான் 8:44) எனவே மிக இரகசியமாக நாம் மேற்கொள்ளுகின்ற எந்த தீய செயலாயினும் மனத்துக்குள் எண்ணாகின்ற எந்த தீய எண்ணங்களாயினும் தேவனுக்கு முன்னே மறைக்கப்பட முடியாதவை என்ற உண்மையை நாம் உணர்ந்திருக்க வேண்டும் அதன் படி தேவனுக்கு அருவருப்பானவற்றை புறநதள்ளி தேவன் காட்டிய வழிகளை இயன்ற வரை பின்பற்றி தூய வாழ்வைத் தேடுவோமாக தேவன் தாமே எம்மோடு கூடியிருந்து அருள் புரிந்து காத்து வழிநடத்துவார். ஆமேன்.

போதகர் - பிரியநேசர்
“Everlasting god”

பதினெட்டு சித்தர்கள்:

- | | | |
|-----------------------|----------------|--------------|
| 1. நந்திசர் | 7. அழகன்னி | 13. கதுவூர் |
| 2. மச்சமுனி | 8. குத்தை முனி | 14. கந்தர் |
| 3. சட்டமுனி | 9. தண்வந்தீர் | 15. திருமூர் |
| 4. அகப்பை முனி | 10. வாஸ்மிகர் | 16. போகர் |
| 5. மாம்பாட்டி சித்தர் | 11. இரசம தேவர் | 17. அகஸ்தர் |
| 6. இடைக்காடர் | 12. கொங்கணர் | 18. கோரக்கர் |
- தொகுப்பு :
- மேரகண் கந்திமதி
மெராக்கல்ல

பேராசிரியர் பரமு புஸ்பரட்னத்துடன்
தொலைபேசி உரையாடல்
(யாழ்ப்பாணப்பல்கலைக்கழகம்
தொல்லியல் ஆய்வுத்துறைக்கான தலைவர்)

வினா :- காலை வணக்கம் சேர் கண்டியில் இருந்து “தாய்மண்” சஞ்சிகை ஆசிரியர் பீலிகள் பேசுகின்றேன். பேசுவதற்கு சற்று நேரம் ஒதுக்குவீர்களா?

பதில் :- வணக்கம் தமிழ் பீலிகள் என்ன திடீரென காலை வேளையில்..... உண்மையில் நேரமில்லைதான்; என்றாலும் பரவாயில்லை சொல்லுங்கள்.

வினா :- தாய் மண் சஞ்சிகையில் தங்களின் நேர்காணலைப் பிரசரிக்க எண்ணியுள்ளேன். அனுமதி தருவீர்களா?

பதில் :- தமிழ் நீங்கள் முன்பு என்னை நேரில் கண்ட போது கேட்ட விடயம் தான். என்றாலும் இப்படி தொலைபேசி மூலம் உங்களின் வினாக்களுக்கு விடையளிப்பது சிரமமானது என்பதை அறிவீர்கள். ஏனென்றால் தொலைபேசி மூலம் வினாக்களிலோ விடைகளிலோ குறைபாடுகள் ஏற்பட வாய்ப்புக்கள் அதிகம். என்றாலும் சரிசெய்ய இயன்றவரை முயற்சிப்போம்.

வினா :- இன்றைய காலகட்டத்தில் தங்களின் ஆய்வுப் பணிகள் பற்றிச் சில வரிகள்....

பதில் :- நான் யாழ்ப்பல்கலைக்கழக மாணவர்களுக்கான விரிவுரைகள் நிகழ்த்துவதுடன் நிலவாது, தொல்லியல் சார்ந்த ஆய்வுகள், அகழ்வுப்பணிகள் ஆங்காங்கே மேற்கொண்டு வருகின்றேன். உதாரணமாக ஈழத்தமிழரின் பல யுகங்கள் தாண்டியதான் வரலாறுகளுக்கான ஆதாரங்கள், அவர்களின் இருப்புக்கள், அரசியல், கலாசாரம், பண்பாட்டுக் கோலங்களை உறுதிப்படுத்தும் நோக்குடனும், அவற்றிலே காணப்படுகின்ற உண்மைகளை வெளிக்கொண்டும் போக்கிலும், மாணவர்களுக்கு வழிகாட்டுவதுடன், பக்கச் சார்பற்ற ஆய்வுப் பணிகளிலும் ஈடுபட்டு வருகின்றேன்.

கேள்வி :- இலங்கையின் ஆதிக்குழிகள் சார்பாக பண்டைய

வரலாற்று நூல் களிலே குறிக்கப்பட்டுள்ளவை
பற்றிய தானங்களின் பார்வை.....

பதில் :- இலங்கை வரலாற்றுக்கள் என்பது பலராலும் பலமாதிரி எழுதப்பட்டுள்ளது. அவைத்தவர் வாய்மொழி மூலம் பெளராணிக்க கதைகளாகச் சில வரலாற்றுச் செய்திகள் விவரிக்கப்பட்டு வருகின்றன. இவை யாவும் விஞ்ஞான முறையில் அமைந்த ஆய்வுகளாக இல்லாத காரணத்தால் அவற்றினை முற்றுமுழுதான உண்மைகளைன்று ஏற்றுக்கொள்ள அறிஞர் சமூகம் மறுக்கின்றது. இருந்தபோதும் மகாவும் சம், யாழ்வைபவமாலை, கைலாயமாலை, மட்டக்களப்பு மாண்மீயம் போன்ற பல நால்கள் அரசு வம்சம் சார்ந்த கோணத்திலே வரலாற்றுகளை சித்தரித்திருந்ததை நாம் வாசித்து அறிந்திருக்கின்றோம். அந்தவகையில் அந்நால்களில் குறிப்பிடப்பட்டிருக்கும் இயக்கர், நாகர் என்போரில் நாகர்களை தமிழர்கள் என்றும், நாக தீபம் என்ற பிராந்தியத்துள் இவர்கள் செறிந்து வாழ்ந்தார்களென்றும் வாதிக்கின்ற ஒரு சாராரின் கருத்தை, பக்க சார்பென்று புறந்தள்ளும் இன்னொரு சாரார்கள் அதனை மறுத்துரைப்பதுமாக வரலாற்று நால்களின் நிலை காணப்படுகின்றது. அவற்றுக்கான ஆதாரங்களை தேடியபடி ஆய்வுகளும் தொடர்கின்றது.

கேள்வி :- அரும்ப காலங்களில் உலகில் தமிழர்களும் பெளத்தர்களாக இருந்தார்களாமே...

பதில் :- இதிலென்ன சந்தேகம் இன்றும் கூட இந்தியாவில் எத்தனையோ இலட்சம் பேர் பெளத்தர்களாகவே இருக்கின்றார்கள். அங்கு மட்டுமல்ல இலங்கை, மலேசியா, இந்தோனேசியா, மியன்மார் போன்ற நாடுகளிலும் தமிழர்கள் பெளத்தர்களாக இருக்கின்றார்கள். மதுத்தில் பெளத்தர்களாக இருந்தாலும் அவர்கள் இந்து கடவுள்களையே வழிபட்டு வருகின்றார்கள்.

கேள்வி :: இதைப்பற்றி சற்று விபரமாக கூறமுடியுமா ஜயா?

பதில் :- தமிழர்கள் கற்காலத்துக்கு முன்தோன்றி பரிணாம வளர்ச்சி கண்டு இறைவழிபாட்டில் ஈடுபட்ட காலத்தில் இயற்கை வழிபாடு தான் காணப்பட்டிருந்தது. பின் அதிலிருந்து விடுபட்டு புதிய வழிமுறைகளிலே அவர்கள் ஜெந்து நிலத்து சூழலுக்கு ஏற்ப ஒவ்வொரு வகை தெய்வவழிபாட்டை மேற்கொண்டிருந்தனர்.

(உதாரணமாக குறிஞ்சியில் முருக வழிபாடு போல) இவ்வாறான குழலில் ஆரியரின் வருகையும் அவர்களின் வணக்க முறைகளும் கலப்படைந்த நிலையிலே இந்து நதியை மையப்படுத்தி எந்து மதம் இந்து சமயம் எனப் பெயர் கண்டதென்பார்கள். இந்தியா, இலங்கை, இந்தோனேசியா, மலேசியா, நேபாளம் போன்ற நாடுகளில் பரவி வாழ்ந்த தமிழர்களின் ஆதிச் சமயம் இந்து சமயம் தானென்றால் அது மிகையாகாது. இவ்வரசன் சித்தார்த்தன் கூட நேபாள இந்து அரசு குடும்பத்தில் பிறந்தவர் தான். அவர் ஞானம் பெற்று புத்தராகிய பின் தோன்றியது தான் பெள்த மதம் என்பதை நாம் அறிவோம். இம்மதத்தை சில தமிழர்கள் பல காரணங்களுக்காக பின்பற்றி இருக்கலாம். அது ஆச்சரியமான விடயமல்ல ஏனென்றால் அன்றைய காலங்களில் மாத்திரமல்ல இன்றும் கூட தமிழ் குடும்பங்கள் பல கிறிஸ்தவ, இஸ்லாம், கத்தோலிக்க மதத்தினராக மாறி வருக்கின்ற நிலைபோலத்தான் அன்றைய கால மத கொள்கைகளைப் பின்பற்றிய சம்பவங்களும் என்று ஒப்பிட்டு கூற முடியும்.

கேள்வி :- இலங்கையிலே பொதுவாக பெளத்தமதம் என்பது சிங்கள மக்களுக்கு உரியதென்றும் பெளத்த விகாரைகள் அவர்களது இருக்கையின் அடையாளங்கள் என்றும் எண்ணி வாழ்கின்ற எம்மவர்களின் சிந்தனைகள் பற்றி.....

பதில் :- புத்த மதம் தோன்றிய காலம் முதல் அம்மதம் ஒரு மொழி பேசும் மக்களுக்கே உரித்தான் மதமாகப் பார்க்கப்படவில்லை தென்னிந்திய மக்களுள்(ஆந்திரர், மலையாளிகள், கன்னடத்தார் உட்பட) தமிழர்களும் பெளத்தரகளாக பெருந்தோகையினராக இருந்திருக்கின்றனர். பெளத்தமதத்தை தமிழர்களும் தமிழ் மன்னர்களும் ஆதரித்தது போல இந்துமதத்தை சிங்களவர்களும், சிங்கள மன்னர்களும் ஆதரித்து, பராமரித்து, நன்கொடை வழங்கி வந்ததாக பல குறிப்புகள் உள்ளன. மகாவம்சம், தீவம்சம் போன்ற பாளி இலக்கிய நால்களிலும், மற்றும் இலங்கை, இந்திய கல்வெட்டுக்களிலும் இவை பற்றிய குறிப்புக்களைக்காண முடிகிறது. உதாரணமாக தமிழ் இந்து மன்னான எல்லாளன் பெளத்த மதத்தை எப்படி ஆதரித்து பராமரித்தானென்றும், கி.பி 4ம் நூற்றாண்மூலில் இந்தியாவிலிருந்து வருகை தந்த தமிழ்ப் பெளத்தபிக்குகளான புதுதத்தர், தர்மபாலா, வஜ்சிரபோதி ஆகியோர் இந்த நாட்டில் பெளத்த சமயம்

வளரவும், இம்மக்களின் ஆண்மீகம் சிறக்கவும் சேவைகள் செய்துர்களென்று குறிக்கப்பட்ட செய்திகளும் சான்றாக உள்ளன. இதைவிட மௌரிய, குப்த, கலிங்க பேரரசுக்கள் மற்றும் தமிழக ஆந்திரா அரசுக்கள் பொத்த மத்தை ஆதரித்து உலகெலாம் பறப்பி வந்ததனால் அது இனங்களைக் கடந்த ஒருமத்தாக பரிணமித்து வந்துள்ளது. இந்தியர், சீனர், இலங்கையர், ஜப்பானியர் என்று பல நாடுகள் இம்மத்தை பின்பற்றிவரும் போது குறுகிய இவ்வாறான சிந்தனைகள் எழுஷ் முகிழ்து எழுவது எவ்வாறு?.....

கேள்வி:- இலங்கையிலே யாழ்ப்பாண மாவட்ட சுன்னாக பிரதேசத்திலுள்ள கந்தரோடை பொத்த தூபிகள் பற்றிய தங்களின் கருத்துநிலை யாது?

பதில் :- அவை பொத்த தூபிகள் என்ற புனித அந்தஸ்தைப் பெற்றவைகளல்ல. ஆனாலும் பொத்த தமிழர்களின் ஆளுகை அப்பிரதேசத்தில் காணப்பட்டிருக்கலாமென நம்பப்படுகின்றது. இவை தவிரவும் இவற்றைப்போன்ற தூபிகளின் அடையாளம் கொண்ட எச்சங்கள் நெடுந்தீவு, தெல்லிப்பளை, நாகர் கோவில், வல்லிபுரம் போன்ற பகுதிகளிலும் உள்ளன.

கேள்வி :நீங்கள் கூறுவது போன்ற தூபிகளின் அத்திவாரம் போன்ற வடிவம் கொண்ட ஒருபகுதி நெடுந்தீவில் வெடியரசன் கோட்டை என அழைக்கப்படுகின்றதே.

பதில்:- தமிழ்...நெடுந்தீவு சிற்றரசுகள் பற்றிய உண்மையான முறையான ஆய்வுகள் உயர் கல்வி நிறுவனங்களால் திருப்தியாக மேற்கொள்ளப்பட்டிருக்கவில்லை. ஆனாலும் வெடியரசன், மீகாமன் போன்ற அரசுக்கதைகளும் தீவகம்பற்றிய பெளராணிக்க கதைகள் பலவும் பரம்பரை பரம்பரையாக வாய்மொழி மூலமும், சில எழுத்தாக்கங்கள் மூலமும் காவப்பட்டு வருகின்றன. அவைபற்றிய உண்மை பொய்களை என்னால் அறுதியிட்டுக் கூற முடியாது. ஆனாலும் நெடுந்தீவு மேற்கிலுள்ள வெடியரசன் கோட்டை எனப்படுகிற வட்டமான அத்திவாரப்பகுதிகள் பொத்த தூபிகளின் எச்சம் தான் என உறுதியாகக் கூறமுடியும். இதிலிருந்து அப்பிரதேசத்தில் தமிழ் பொத்த இராசதானி ஒன்று முன்னைய காலங்களில் நிலவி இருக்கலாமெனவும் ஊர்ஜிதம் செய்ய முடியும். அவை போன்ற இடங்களை யாழ்ப்பாண பல்கலைகழகம் முறையான, முழுமையான ஆய்விற்கு உட்படுத்தாமை பெருங்குறைபாடுதான். இனி

வரும் காலங்களில் அங்கெல்லாம் ஆய்வுகள் மேற்கொள்ள கவனஞ் செலுத்தப்படும்.

கேள்வி :- நெடுந்தீவு குதிரைகள் நெடுந்தீவு சிற்றரசர் காலத்தில் இருந்தவை என்கிற கருத்து பற்றி.....

பதில் :- முன்னைய கால அரசர்களின் விரைவு போக்குவரத்து சாதனமாக குதிரைகள் இருந்தன வென் பது உண்மைதான். ஆனாலும் நெடுந்தீவில் இப்போதுள்ள குதிரைகள் ஒல்லாந்தர் காலத்தில் நெதர்லாந்திலிருந்து இறக்குமதி செய்யப்பட்டவையே. அங்கு மட்டுமல்ல காலி, மன்னார் போன்ற மாவட்டங்களுக்கும் ஒல்லாந்தரால் குதிரைகள் தருவிக்கப்பட்டு அவற்றுக்கு உணவாக பெருக்கு மரங்களும் விளைவிக்கப்பட்டன. இன்றும் கூட நெடுந்தீவு, மன்னார் பகுதிகளில் பெருக்கு மரங்கள் அதிசயமரங்களாக பார்க்கப்படுகின்றமை இதற்கு ஒர் சான்று.....

கேள்வி :- தாய்மண் சஞ்சிகைக்கு தங்களது ஆலோசனைகள் ஏதாவது.....

பதில் :- இலங்கையை பொறுத்தவரை காலத்துக்கு காலம் சஞ்சிகைகள் தோன்றி மறைவது சர்வ சாதாரணம். இருந்த போதும் 2010ம் ஆண்டிலிருந்து தாய்மண் தொடர்ச்சியாக வெளியிடப்பட்டு வருவது மிகவும் பாராட்டத்தக்கதே. தொடர்ந்தும் வெளி வர வாழ்த்துக்கள் மற்றும் இப்படியான தொலைபேசி மூலமான கேள்வி - பதில்கள் மூலம் பரந்த உண்மைகளை வெளிக் கொண்ரவதற்கான சாத்தியம் மிகக்குறைவு. அதே வேளை சொற்றவறுகள் ஏற்படுவதற்கான வாய்ப்புக்களும் அதிகம். எனவே, இச்சஞ்சிகைக்கு தொல்பொருளியல் சம்பந்தமான ஆய்வுகள், விளக்கங்கள், விபரங்கள் அடங்கிய கட்டுரைகளை எழுதி அனுப்பி உதவலாமென்றான் யோசித்துள்ளேன்.

தாய்மண் ஆசிரியர் :- மிக்க நன்றி பேராசிரியர் அவர்களே தங்களின் பொன்னான் நேரத்தை ஒதுக்கி எம்முடன் கலந்துரையாடி, இயன்றாலும் விளக்கமளித்த உங்களுக்கு தாய்மண் சார்பான நன்றிகள். மீண்டும் சந்திப்போம்.

பென்சில்களின் குறிப்பிடப்பட்டிருக்கும் H, B பற்றிய வளக்கம்

பென்சில்களின் உள்ளே எழுத்துவதற்கும் வரைவதற்கும் பயன்படும் கறுப்பு நிறமான ஒரு பொருளைப் பார்த்திருப்பீர்கள். இது காரியமும் (graphite), களிமண்ணும் (clay) சேர்ந்த ஒரு கலவை ஆகும். காரியத்துடன் கலக்கப்படும் களிமண் அதிகமாக இருந்தால் கடினத்தன்மை அதிகமாகவும், காரியம் அதிகமாகவும், களிமண் குறைவாகவும் இருந்தால் கறுப்பு தன்மை கூடுதலாகவும் இருக்கும். இந்த கடினத்தை (hard) குறிக்க உள்ள எழுத்தையும், கருமையைக் (black) குறிக்க உள்ள எழுத்தை பயன்படுத்துகின்றார்கள்.

H வகைப் பென்சில்களை மிகவும் அழுத்தி எழுதினால் கூட எழுத்துப் பளிச்சென்று இருக்காது. இதைப் பெரும்பாலும் ஒவியர்கள் பயன்படுத்துகிறார்கள். அதே போன்று மிருதுவான B வகை பென்சில்களும் அதிக கறுமையை தீட்டும் பொருட்டு ஒவியர்களாலேயே அதிகம் பயன்படுத்தப்படுகின்றன. HB வகைப் பென்சில்கள் தான் பள்ளி மாணவர்களுக்கு ஏற்றவை. இலேசாகவே அழுத்தம் கொடுத்தாலே அளவான கறுமையுடன் தெளிவாக எழுதக்கூடியன. F(Fine Point) என்ற எழுத்து பொறிக்கப்பட்ட பென்சில்களும் உள்ளன. இவைகளை மிகவும் கூராக சீவிக் கொள்ளலாம். வட்டாரியில் (Compass) பொருத்துவதற்கு ஏற்றவை. இப்படி கடினத்தையும் கருமையையும் அடிப்படையாக கொண்டு 9H, 8H, 7H, 6H, 5H, 4H, 3H, 2H, H, F, HB, B, 2B, 3B, 4B, 5B, 6B, 7B, 8B, 9B என்று 20 வகையான பென்சில்களை தயாரிக்கிறார்கள்.

தோறுப்பு - M. Loyes Bathek

grade - 7

J. St. Henry's college, Ilavai, Jaffna

குழி தோண்டி ருட்டையிறும் பூச்சி - வெட்டுக்களி
 னாபக சக்தி கூடிய பறவை - விளாவால்
 சத்தமிடாத விலங்கு - ஓட்டகச்சிவிஸ்கி
 பித்தம்பை இல்லாத முலையூட்டி - எலி
 அதிக பற்களையுடைய விலங்கு - நாய் பூட் சூடுள்ள
 நடக்க தெரியாத விலங்கு - முயல் நஞ்சை - நூவிருப்பு
 பிறந்த அன்றே இறக்கும் உயிரினம் - சுசல்

Grade - 07.

With best Compliment form:

NEW VAANI VILLAS



Visit us and feel the difference ...

No. 13, Kandy Road, Kegalle.

No. 39, De croos road, Negombo.

Hot line : +94773997320 / +94770655320

With best Compliment form:

தாய் மண் சிறப்புற்று
தொடர்ந்து வெளிவர
எனது வராழ்த்துக்கள்

அன்புடன்,

P. Liothas
Palamor,
Italy

நெடுந்தீவு கொன்வென்ற் (Convent)பற்றிய எனது நினைவுகள் அனுபவங்கள்

பாலும் தேனும் , கடலும் சோலைகளும் , ஆலயங்களும் வித்தியாலயங்களும் எம் தீவுகத்தின் மண்ணை என்றும் மாட்சிப்படுத்தியவை. தீவுக மத்தியிலே பெரிய வேப்பு மர நிழலிலே, புனித யூவானியர் ஆலய வளவிலே கம்பீராய்க் காட்சித்தந்துக் கொண்டிருந்தும் கல்விக் கூடமாம் ரோமன் கத்தோலிக்க மகளிர் கல்லூரியை அன்றும் இன்றும் “கொன்வென்ற்” என்று சுருக்கமாக அழைப்பது வழக்கம்.

கடல் சூழ் கிராமமாயினும் இதன் தனித்துவம் , வரலாறு மிக நீண்டது.ஒரு காலத்தில் சிற்றரசர்கள் ஆட்சிப்பிரிந்த (வெடியரசன் போன்றோர்) இராசதானி என்றால் மிகையல்ல. இப்படிப்பட்ட வரலாற்றுப் பின்னணிக் கொண்ட இக்கிராமத்தின் மக்களுக்கான உயர்க் கல்வியை 70 வருடங்களாக வழங்கி வருவதில் எமது “கொன்வென்ற்” என்றும் பின்னின்றதில்லை.

எனது சிறுவயது முதல் க.பொ.த.சா/தரம் வரை இங்குதான் கல்விப் பெற்றேன்.இதன் விளைவாக இளவாலைக் கொன்வென்றில் A/L உம், அங்கிருந்து யாழ்ப்பாணப் பல்கலைக்கழகத்தில் B.Com உம், பாலாலி ஆசிரியர் கலாசாலையில் R.C. Training உம் பல்கலைக் கழகத்தில் Dip in Education உம் முடித்து ஆசிரியராகித் தொடர்ந்தும் படித்து வருகிறேன். நான் படித்த மாணவக் காலங்களும், அத்துடன் கற்ற பாடசாலையிலேயே ஆசிரியராகக் கற்பித்த காலங்களும் என்றும் மறக்க முடியாத இனியக் காலங்கள்தான்.

நான் 12 வயது முதல் நெடுந்தீவு திருக்குடும்பக் கன்னியர் மடத்தில் (Convent) தங்கியிருந்து அந்த அஞ்ச கோதரிகளால் வழிநடாத்தப்பட்டு அருகமைந்த ரோ.க. பெண்கள் பாடசாலையில் கல்வி கற்ற காரணத்தால் அப்பாடசாலையை எனது பாடசாலையாக வரித்துக் கொண்டேன். இன்றைய காலம் போல எந்தப் பாதுகாப்புஅதிகாரிகளும் இல்லாத நிலையில் Convent இன் சுற்று மதிலுக்குள் காணப்பட்ட இந்தக் கல்லூரி வளவினுள் இரவு நேரம் ஏதேனும் சத்தம் கேட்டால் சிஸ்ரர்மாருடன் சென்று “ரோச்” அடித்து சுற்றிப் பார்ப்பதுண்டு. அக்காலங்களில் மின்சார வசதிகள் இல்லாத இரவு சிலவேளை எனக்குப் பயத்தை ஏற்படுத்தும். எனவே இரவுபகல் என இல்லாமல் பல ஆண்டுகள் இப்பாடசாலை வளாகத்துடன் ஒன்றியிருந்த நினைவுகள் இன்றும் பக்ஷமையானவை. இன்றுபோல வசதி வாய்ப்புக்கள் குறைந்த அன்றையகாலத்தில் கூட இப்பாடசாலை மாணவிகளின் O/L பெறுபேறுகள் உயர்வாகவே இருந்ததை ஈன்று குறிப்பிடலாம்.

1876ம் ஆண்டு தொடங்கப்பட்டதாக கூறப்படும் நெடுந்தீவு நோக் தமிழ்க்கலவன் பாடசாலையிலிருந்து (அக்காலத்திற்கு முன்னரே தொடங்கப்பட்டது என்ற தகவலும் உண்டு) 1943ம் ஆண்டாவில் நெடுந்தீவு “நோ.க.பெண்கள் பாடசாலை” என்ற நாமத்துடன் பிரிக்கப்பட்டு, தனியான பெண்கள் பாடசாலையாக ஆரம்பிக்கப்பட்டது. அக்காலம் தொடக்கம் க.பொ.த.(சா.த) வரை கற்பிக்கப்பட்டது. இதை வெறுக்கின்ற பேர்களின் தனித்துவம் பேணும் வகையில் ஒரு தனிப்பாடசாலை இல்லையோ என்ற எம் மக்களின் நீண்டகால மனக்குறைபாடு இதன் மூலம் தீர்க்கப்பட்டது.

Holy Family Convent (அருட்சகோதரிகளின்) இன் ஆகரங்கள் தொடங்கப்பட்ட இக்கல்லூரி அன்று முதல் இன்று வரை திருக்குடும்ப அருட்கண்ணியர்களால் நிர்வகிக்கப்பட்டு வருகின்றது. அவர்கள் எந்தவித வேறுபாடுகளும், வேற்றுமைகளும் காட்டாமல் இன்மத பேதமின்றி அனைத்து மாணவிகளையும் அன்புடன் வழிநடாத்தி வருகின்றார்கள். அவ்வகையில் கலவி, ஒழுக்கம், கலை, விளையாட்டுத்துறை, ஆண்மீகம் என்பவற்றில் மாணவிகளை சிறந்து விளங்க வைக்கும் கல்வி ஸ்தலமாக Convent அன்று தொட்டு விளங்கி வருகின்றது.

இக்கல்லூரியின் முதல் அதிபாக 1943-1945 வரை அருட்சகோதரி மேரி ஆகத்தா அவர்கள் யாழி மறைமாவட்ட கண்ணியர் மடத்தலைவி அருட்தாயார் மேரி சலோஸம் அவர்களின் பணிப்புரைக் கமைய இப்பாடசாலையைப் பொறுப்பேற்றிருந்தார். அவருடையக் காலத்தில் இருந்து ஏற்குறைய 11வது அதிபாக இப்பாடசாலை யைப் பொறுப்பேற அருட்சகோதரி சிஸ்டர் மேரி டி நசரேத் தான், நான் கண்டு அனுபவித்த அதிபர்.

சிஸ்டர் நசரேத் அவர்கள் 1980ம் ஆண்டு ஓய்வுபெற, தொடர்ந்து பதவியேற்ற அதிபர்களான அருட்சகோதரி மேரி ஜோசப், அருட்சகோதரி மேரி வொரன்டினா ,போன்றோரின் வழிகாட்டிலே அறிவும், அனுபவங்களும் பெற்று இன்றைய நிலையை அடைந்தேன்.

ஏற்குறைய 1971ம் ஆண்டு தூரதிஸ்டவசமாகத் தரம் இறக்கப்பட்ட இப்பாடசாலையிலே பெண்கள் 8ம் வகுப்பு வரையிலும் ஆண்கள் 5ம் வகுப்பு வரை கற்கக் கூடிய கூழநிலையே 1981ம் ஆண்டு வரை காணப்பட்டிருந்தது.

இக்குறைப்பாட்டை நீக்கி மீண்டும் பாடசாலையைத் தரம் உயர்த்தி பெண்களுக்கான உரிமைகள், மற்றும் தனித்துவம் எனபன பாதுகாக்கப்பட வேண்டுமென்ற கருத்துடன் கூடிய பாடசாலைசார் போராட்டங்கள், பலதளங்களில் முறியடிக்கப்பட்டே வந்துள்ளன. இச்சூழலிலே இப்பாடசாலையில் 8ம் தரம் கற்கும் மாணவிகளுக்கான மேல் வகுப்புக்களை, (O/L, A/L வகுப்புக்களை) புதிதாக ஆரம்பிக்க முடியாமல் போயிற்று.

நான் அறிந்த வரை அதிபர் அருட்சகோதரி நாசரேத் அவர்கள் பாடசாலையைத் தரமுயர்த்த எடுத்த முயற்சிகளும் அன்று

கைகூடவில்லை. இவ்வாறு தரமுயர்த்த தடையாக இருந்த காரணிகள் சிலவற்றை என்னால் குறிப்பிட முடியும்.

1. அரசியல், சமூக, பொருளாதார மேம்பாடுடையவர்களாக இருந்த எம்மவர்களின் தூரநோக்கற்ற பார்வை.
2. பெண்ணியத்தை அலட்சியம் செய்யும் மனப்பாங்குடைய அனைத்து மட்ட அழக்கக்குழுக்களின் ஆதிக்கம்.
3. 1977க்குப் பின் வந்த காலங்களில் ஏற்பட்ட அரசியல் சூழ் நிலைகளும் வழமையான போக்குவரத் துப்பிரச்சினைகளும்.
4. 2km கற்று வட்டத்துக்குள் சகல வளமும் கொண்ட மகா வித்தியாலயம் இருக்கும்போது பெண்களுக்கெனத் தனிப்பாடசாலை அவசியம் தானா? எனக் காரணம் கூறி அனுமதிமறுத்துக் கொண்டிருந்த கல்வித் தினைக்கள் அதிகாரங்கள்.
5. விஞ்ஞானம், கணிதம், ஆங்கிலப் பாடங்களுக்கான G.C.E.O/Lவரை கற்பிக்கக் கூடிய துறைப்போந்த ஆசிரியர்களின் பற்றாக்குறை.

பொதுவாக ஏனைய பாடங்களைப் போலன்றி கணித, விஞ்ஞான, ஆங்கில பாடங்களில் புலமைபெறாத ஆசிரியர்களால் அப்பாடங்களைத் திறம்படக் கற்பிப்பதுக் கடினம் என்பதை யாவரும் அறிவோம். அக்காலகட்டத்திலே எம் தீவகத்திலிருந்து மேற்படிப் பாடங்களில் புலமைப் பெற்ற ஆசிரியர்கள் பலர் இடம்பெயர்ந்தமையும் (Displacement), இடமாற்றம் (Transfer) பெற்றுச் சென்றமையும் ஒருகாரணமாக அமைய, மேற்படி பாடங்களில் புலமை கொண்ட வெளியீர் ஆசிரியர்கள் வசதிக் குறைவுகள் கருதி வருகைதர, மறுத்தமையும் ஆசிரியர் பற்றாக்குறைக்கு காரணங்களாகும்.

உண்மையில் அக்காலங்களில் யாழ்கல்வித்தினைக்களத்தில் மற்றும் கோட்டக் கல்வி அலுவலகத்தில் இப் பாடசாலையைத் தரமுயர்த்த அனுமதிப் பெறுவதற்காக இப்பாடசாலையின் பழையமானவ, மாணவிகள், பெற்றோர்கள், நலன் விரும்பிகள், அருட்சோதரிகள், பங்குத்தந்தையர்கள், அபிவிருத்திசங்கத்தினர் என பலரும் முயன்றுக் கொண்டேதான் இருந்தார்கள். அவர்களின் விடா முயற்சிக்கு நாம் கல்விக் கற்றக் காலத்தில்தான் பலன் கிடியது. அவர்களின் வேண்டுகோளைத் தொடர்ந்து தட்டிக் கழிக்க முடியாத யாழ்கல்வித்தினைக்களம் சில நிபந்தனைகளுடன் கூடிய பச்சைக் கொடியை 1980களில் காட்டியது. அதாவது இப்பாடசாலையில் 9ம், 10ம், வகுப்புக்கள் ஆரம்பிக்கப்பட வேண்டுமாயின் O/L வரைக் கற்பிக்கக் கூடிய விஞ்ஞானம், கணிதம், ஆங்கிலம் ஆகியப் பாடங்களில் பயிற்சிப் பெற்ற ஆசிரியர்களை உடனடியாக இட்டு நிரப்பமுடியாது என்றும், அதுவரை அப்பாடங்களில் தேர்ச்சிப் பெற்ற திறமையுடையத் தொண்டர் ஆசிரியர்களை இனங்கள்டு தேர்வு

செய்து வசதிக்கட்டணநிதியில் இருந்து அவர்களுக்கான சம்பளத்தை வழங்கி நியமிக்கலாமெனவும் ஆலோசனை வழங்கி அனுமதித்தது. அத்துடன் மாணவிகள் பெறும் பரிட்சைப் பெறுபோகளீள் அடிப்படையில் சில காலத்துக்குள் பயிற்சிப் பெற்ற ஆசிரியர்களை இடமாற்றித் தருவோமெனவும் உறுதியளித்தது.

வழக்கம் போலன்றி 1980 களில் அதிபராகப் பொறுப்பேற்ற அருட்சோதரி மேரி ஜோசப் அவர்களும், திருக்குடும்ப கண்ணியர் மடத் தலைவியும், முன்னாள் அதிபருமான அருட்சோதரி மேரி நசரேத்துடன் இணைந்து எப்படியாவது கல்வித் திணைக்களத்தால் வழங்கப்பட்ட உறுதிமொழியைப் பயன்படுத்தி பாடசாலையைத் தரமுயர்த்தக் கங்கணங்கட்டி நின்றார்கள். இவர்களுக்கு உறுதுணையாகப் பங்குத்தந்தை வணபிதா பீட்டர் துரைரடணம் அவர்களும், பாடசாலை ஆசிரியர்கள், பாடசாலை அபிவிருத்திச் சங்க உறுப்பினர்கள் அனைவரும் பக்கபலமாக நின்று ஆலோசனைகள் வழங்கி உதவ முன்வந்தார்கள்.

பாடசாலையின் அதிபர், ஆசிரியர்கள் மற்றும் திருக்குடும்பக் கண்ணியர் மடத்து அருட்சோதரிகள் ஒன்று கூடி ஆங்கிலம், தமிழ், சமூகக்கல்வி, மனையியல், சமயம், சித்திரம் போன்ற பாடங்களைக் கற்பிக்க பாடசாலையிலிருந்த ஆசிரியர் வளங்களை முழுமையாகப் பயன்படுத்த முடிவெடுத்தனர். ஆனாலும் விஞ்ஞான, கணித பாடங்களுக்குப் பொருத்தமான ஆசிரியர்களைத் தெரிந்தெடுப்பதில் தான் சிக்கல் தோன்றியது. இவ்வாறு ஏற்பட்ட சிரமம் அன்றைய பங்குத் தந்தை அவர்களால் தீர்க்கப்பட்டது. அதாவது மேற்படிப் பாடங்களைக் கற்பிக்க பொருத்தமான ஆசிரியராக 1981ம் ஆண்டுகளில் பங்குத் தந்தை, மற்றும் பாடசாலை அபிவிருத்தி சங்கத்தினரால் ஆசிரியர் பிலிக்ஸ் அவர்கள் அவ்விரு பாடங்களையும் கற்பிக்க பொருத்தமானவரென்று கண்டறிந்து ஏகமனதாக சிபாரிசு செய்யப்பட்டார்.

அதனையுடெது ஆசிரியரவர்களை பாடசாலை அதிபர் மற்றும் பங்குத்தந்தையர் நேரில் அழைத்து விடயத்தை விளக்கி சில நிபந்தனைகளை விதித்தார்கள். அவர்களின் வேண்டுகோளை ஏற்றுக் கொண்டதன் விளைவாக அதிபர் அவர்கள் யாழ்கல்வித்திணைக்கள் த்திலே அவரைப் பதிவு செய்து வசதிக்கட்டண ஆசிரியருக்கான நியமன கூடிதம் பெற்று அவரை கல்லூரிக்குள் உள்வாங்கிக் கொண்டார்கள். 1981ம் ஆண்டிலிருந்து 8ம், 10ம் வகுப்புகளாக தரமுயர்த்தப்பட்டு மாணவிகள் வேறு பாடசாலைகளுக்கு இடம் பெயர்ந்து செலவது நிறுத்தப்படுகின்றது. நானும் எனது பாடசாலையிலேயே G.C.E.O/L வரை கல்வியைத் தொடர வாய்ப்புக் கிடைத்ததை என்னி மகிழ்ச்சியடைந்திருந்தேன்.

தொடரும்.....

திருமதி T. யோகாணந்தம் திவ்விய அன்னமலர்
(B.Com,Dip in Ed, RC. Trd)

மார்பகப் புற்றுநோய்

Breast Cancer

மார்பகக் புற்றுநோய் நடுத்தர வயதுப் பெண்களைத் தாக்கும் புற்றுநோய்களில் கருப்பை, வாய்ப்புற்று நோயக்கு அடுத்த நிலையில் உள்ளது. உலகில் ஒவ்வொரு வருடமும் $\frac{1}{2}$ மில்லியன் பெண்கள் இப்புற்று நோயால் பாதிப்படுகின்றனர்.

மார்பகப் புற்றுநோய்க்கான அறிகுறிகள்

- ❖ மார்பகங்களில் நோவற்ற கெட்டியான கட்டிகள் காணப்படுதல்.
- ❖ தோலில் ஏற்படும் நிறமாற்றம். ஆரம்பத்தில் சிவப்பாக இருந்து பின்பு படிப்படியாக நிறம்மாறும். (ஆரஞ்சுப் பழத்தோல் போன்று தோற்றுமளிக்கும்.)
- ❖ மார்பகத்தின் வடிவம், அளவு என்பவற்றில் ஏற்படும் உருமாற்றம்.
- ❖ மார்பகத்தோல் இழப்பட்டு உள்வாங்கப்பட்டிருத்தல்.
- ❖ மார்பகம் இலகுவில் அசையாது இறுக்கமாக இருக்கும்.
- ❖ முலைக்காம்பு உள்வாங்கப்பட்டிருக்கலாம்.
- ❖ முலைக்காம்பிலிருந்து இரத்தம் அல்லது திரவம் வெளியேறுல்.
- ❖ முலைக்காம்பைச் சுற்றியிருக்கும் கறுப்புறிற வட்டப் பகுதி சிவப்பு நிறமாதல்.
- ❖ பாதிக்கப்பட்ட பகுதியின் கமக்கட்டு நிணை முடிச்சுக்கள் வீங்கி பெருத்திருக்கும்.

- மேலே கூறிய அறிகுறிகள் எல்லாம் ஒரு நோயாளிக்கு இருக்குமென எதிர்பார்க்கக் கூடாது.
- ஆனால் இவ்வறிகுறிகள் உள்ள ஒருவர் கட்டாயம் மார்பகப் புற்று நோயால் பாதிக்கப்பட்டுள்ளாரென்று பயம் கொள்ளத் தேவையில்லை. இவர்களில் சிலரே புற்றுநோயால் பாதிக்கப்படுகின்றனர்.
- இவ்வறிகுறிகள் உள்ள ஒருவர் தாமதியாமல் வைத்திய ஆலோசனையை பெறல் அவசியமாகும்.
- இத் தகைய அறிகுறிகளை நாம் கவனிக் காது அலட்சியப்படுத்துமிடத்து நோயின் தாக்கம் அதிகரித்து மூச்சவிட கஷ்டமாக இருத்தல் உடல் சோம்பல் பசியின்மை, உடல் நிறை குறைதல்
- இங்கு உருவாகும் கட்டிகள் நோவற்றுக் காணப்படுவதால் பலர்

- இதுபற்றி கவலை கொள்வதில்லை. கட்டிகள் நன்கு பெருத்த பின்பே அதுபற்றி கவலை கொள்கின்றனர்.
- இந்நிலையில் இப்பற்றுநோய் பாதிக்கப்பட்ட மார்பிலிருந்து அடுத்த மார்பிற்கோ அல்லது உடலின் ஏனைய பகுதிக்கோ பரவியிருக்கும்.
 - இது பற்றுநோய்க்குரிய இறுதிநிலை என்று சொல்லப்படும். இந்நிலைக்கு உள்ளான நோயாளியை காப்பாற்றுவது என்பது இயலாத காரியம். இங்கு மரணம் என்பது தவிர்க்க முடியாத ஒன்றாகின்றது. முதுகுநோ, மஞ்சள்காமாலை நோய், கால்களில் நோவு தோலில் சிறுசிறு கழலைகள் உருவாதல் போன்ற அறிகுறிகள் ஏற்படும்.

மார்பகப் பற்றுநோயை உருவாக்கும் காரணிகள்

பரம்பரை:- குடும்பத்தில் தாய்க்கு அல்லது சகோதரி யாருக்கேனும் மார்புப்பற்றுநோய் இருப்பின் அக்குடும்பத்திலுள்ள

வயது:- பொதுவாக 45 வயதிற்கு மேற்பட்ட பெண்களுக்கே இந்நோய் ஏற்படுகின்றது.

20 வயதிற்கு குறைவான பெண்களை தாக்குவது அரிது.

பிள்ளைகள் இல்லாத அல்லது பிள்ளைகள் பெற்றுக்கொள்ளாத தாய்மாருக்கு இந்நோய் வருவது அதிகம். (நன்கு தாய்ப்பாலுட்டும் தாய்மாருக்கு இதன் தாக்கம் மிக மிக குறைவாகவே உள்ளது.)

பிந்திப் பூப்படைந்து, முந்தி மாதவிடாய் நின்றுவிடும் பெண்கள் இதன் தாக்கத்திலிருந்து தப்பிக் கொள்ளும் வாய்ப்புக்கள் அதிகம்.

அதிகமாக விலங்கு கொழுப்புகளை உணவாக எடுப்பவர்களுக்கும், மதுபானம் மற்றும் புகைத்தல், நீண்டகாலமாக கருத்தடை மாத்திரைகளை பாவிப்பவர்களுக்கும் இதன் பாதிப்பு அதிகமாக உள்ளது.

மார்பகப் பற்றுநோயை தவிர்க்க என்ன செய்யலாம்?

ஒவ்வொரு பெண்ணும் மாதவிடாய் வந்த ஒரு கிழமையின் பின்பு கண்ணாடி முன்றின்று “சுய மார்பகப் பரிசோதனை” செய்வதன் மூலம் இப்பற்றுநோய்க்கான அறிகுறியை முன்கூட்டியே அறிந்து, இதனை ஆரம்ப நிலையிலேயே குணப்படுத்திவிட முடியும்.

மார்பகப் புற்றுநோய்க்கான சிகிச்சை முறைகள்

புற்றுநோய் ஏற்பட்டுள்ள உறுப்பு, காலம், பருமன் என்பவற்றைப் பொறுத்து சிகிச்சைகள் மாற்றப்படும்.

பல்வேறு சிகிச்சை முறைகள் உள்ளன:-

- ☛ கதிர்வீச்சு முறை (Radio therapy) எனப்படும் கறண்ட பிழக்கும் முறை.
- ☛ மருந்து மூல சிகிச்சை முறை (Chemotherapy)
- ☛ ஓமோன்கள் மூலமான சிகிச்சை (Hormonal therapy)
- ☛ சத்திர சிகிச்சை முறை (Mastectomy / Breast reconstruction)
- மேலே கூறிய சிகிச்சை தனி ஒன்றாகவோ அல்லது ஒன்றிற்கு மேற்பட்டதாகவோ அமையலாம்.

ஆரம்ப நிலையில் வைத்தியரை அணுகி சிகிச்சை பெற்றால் பூரண ருணமடையக்கூடிய வாய்ப்புகள் அதிகம்.

சுயமார்பகம் பரிசோதனையில் கவனிக்கப்பட வேண்டியதை:-

- இரண்டு மார்பகங்களும் ஒரே அளவில் ஒரே பரிமாணத்தில் உள்ளனவா?
 - மார்பகங்களின் வடிவம் - பள்ளங்கள், வீக்கங்கள்
 - தோலின் தன்மை: - நிறமாற்றும்
 - (சிவப்பு/ஆரஞ்சுப்பழுத்தோல்)- தடிப்படைதல்
 - முலைக்காம்பின் நிலை - இரண்டும் ஒரே மட்டத்தில் உள்ளனவா?
 - உள்வாங்கப்பட்டிருத்தல்.
 - சாய்ந்திருத்தல்.
 - ஏதாவது திரவக்கரிவு
 - முலைக்காம்பைச் சுற்றியுள்ள கறுப்பு நிற பகுதியையும் தோலையும் அவதானிப்புகள். ஏதேனும் நிறமாற்றும் அல்லது தோல் எங்கேனும் உள்வாங்கப்பட்டுள்ளதா?
 - ஏதேனும் கட்டிகள் அல்லது மாநாதபுண்கள் வெளித்தெரிகின்றனவா எனவும் பாருங்கள்.
 - கமக்கட்டு நினைவு முழிச்சக்கண்ணயும் அழுத்தி அவற்றில் ஏதேனும் வீக்கங்கள் அல்லது கட்டிகள் இருக்கின்றனவா எனவும் பார்க்கவும்.
 - மார்பக சுய பரிசோதனையின் போது கட்டிகள் ஒன்றும் இல்லையா? சந்தோஷம். தொர்ந்து அடுத்தடுத்த மாதங்களிலும் செய்துநிச்சயப்படுத்திக் கொள்ளுங்கள்.
 - கட்டிகள் ஏதேனும் இருப்பதைக் கண்டு பிழித்தீர்களா? பயமோ, பதற்றமோ கொள்ள வேண்டாம். (60%-80% ஆன கட்டிகள் ஆபத்தற்ற கட்டிகள்) உடனடியாக வைத்திய ஆலோசனையை காலம் தாழ்த்தாது பெறுங்கள்.
- ஏனைய புற்றுநோய்க்குஞட்டு ஒய்விடும்போது மார்பகப்பற்று நோய் ஆரம்பத்தில் கண்டறியப்பட்டு சிகிச்சை அளிக்கப்பட்டிருந்து நீண்ட கால வாழ்வு சாத்தியமாகும்.

தொகுப்பு :

Dr. I. Partheeban (MBBS) Anaesthetic
National Hospital, Colombo

முன்றின் பெருமை

முன்று என்ற எண்ணிக்கை மிகவும் சிறந்து விளங்குகின்றது.

முன்று எழுத்துகளான அன்டி, யாசம், பிரிவி, காதல், நட்டி என்பன போல, உயர்ந்த கருத்துக்களை முன்று என்னும் எண்ணிக்கையால் ஆன்ஹோர்கள் உணர்த்துவார்கள்.

1. வேதம் முன்று - இருக்கு, யகர், சாம்
2. முற்திகள் முவர் - மிர்மா, விவ்றூ, சிவன்
3. தொழில் முன்று - ஆக்கல், அழித்தல், காத்தல்
4. சக்திகள் முன்று - இச்சாசக்தி கிரியா சக்தி, ஞான சக்தி
5. கடவுள் நிலை முன்று - அருவம், உருவம், அருவங்குவம்
6. ஆதைகள் முன்று - மண்ணாகை, பெண்ணாகை, யொன்னாகை
7. குணங்கள் முன்று - சத்துவம், ராஜுசம், தாபசம்
8. மனத்திர்கள் முவர் - உத்தமன், மத்தியன், அதமன்
9. நாருகள் முன்று - சேநாறு, சேநூறு, நாறு, மாண்டு நாறு
10. மலங்கள் முன்று - ஆணவம், கன்மம், மாணவ
11. குற்றங்கள் முன்று - காமம், விவுனி, மயக்கம்
12. கனிகள் முன்று - மா, மலை, வாழை
13. நலன்கள் முன்று - இம்மை, மறுமை, வீரு
14. நாடு முன்று - வாதம், பித்தம், சிலேத்துவம்
15. தமிழ் முன்று - இயல், இகை, நாடகம்
16. சுடர்கள் முன்று - சூரியன், சுந்திரன், அக்ஷினி
17. நிலைகள் முன்று - தன்மை, முன்விலை, படர்க்கை
18. மூரகள் முன்று - நியாயமுரக, வீரமுரக, தியாக முரக
19. காலனிகள் முன்று - இறங்ககாலம், நீகழ்காலம், எதிர்காலம்
20. முப்பியாகுட்கள் முன்று - பதி, பக, பாசம்
21. இசையில் எந்தாயிகள் - கீழ்எந்தாயி, மத்தியைந்தாயி, மேல்எந்தாயி
22. நீரில் முன்று - ஆழங்கிரி, மழைந்ரி, ஆற்றங்கிரி
23. தேவாரம் பாடியோர் முவர் - அப்பர், சம்பந்தர், சுந்தரர், குறியிபு: வேழுதங்களிலும் முன்று முக்கியம்படுத்தப்பட்டுள்ளது.

தொகுப்பு:

Srikaran Kabil
Bjrndal Skole
Granshergs tubben
Oslo - Norway

வன்மையும் மென்மையும்

சௌ நாட்டுத் தத்துவங்களியான கன்.புழுசியஸ் மரணப் படுக்கையில் படுத்திருந்தார். அவருடைய குழுமபத்தினர், உறவினர், நண்பர்கள் அனைவரும் அவரது படுக்கையைச் சூழ்ந்து கொண்டு நின்றனர். சில அறிஞர்கள் அவரின் பேச்சைக் கேட்க ஆவலாய் இருந்தார்கள். அப்போது, கன்புழுசியஸ் கண்விழித்து முனகியபடி பேச்த தொடங்கினார். “என் வாயில் என்ன இருக்கிறதென்று தெரியுமா?”எனக் கேட்டு வாயைத் திறந்தார்.

யெது முதிர்ந்த அந்த ஞானியின் வாயில் பற்களே இல்லை; அனைத்தும் கொட்டி விட்டிருந்தன. எனவே, உடனே அவர்கள் வாயினுள் உற்றுப்பார்த்து விட்டு, “உங்கள் வாயின் உள்ளே நாக்கு மட்டுமே எங்களுக்குத் தெரிகிறது. பற்களை காணவில்லை” என்றார்கள்.

கன்.புழுசியஸ் சிறிது நேரம் கழித்து அவர்களைக் கேட்டார்: “உங்கள் வாயில் மேலதிகமாக என்ன இருக்கிறது?” “எங்கள் வாயில் நாக்கு, பற்கள் இரண்டுமே உள்ளன,” என்றனர் அவர்கள். அந்த மேதை மெல்லப் பேசினார்:

“மனிதன் பிறக்கும்போது வெறும் நாக்கோடுதான் பிறக்கிறான். அவனது பற்கள் நாளடைவில் முளைத்து, வளர்கின்றன. அந்தப் பற்கள் நாக்கை விட வலிமையாகவும், பலமாகவும் உள்ளன. ஆனால், மனிதன் முதுமையைத் தழுவும்போது, அவனது வலிமையான, பலமான பற்கள் விழுந்து விடுகின்றன. மென்மையான, மிருதுவான நாக்கு மட்டும் இறுதி வரை நிலைத்து நிற்கிறது.”

வாழ்வில் இறுதி மணித் துளிகளில் இருந்த அந்த ஞானி சுவாசிப் பதற் காக, பேசுவதைச் சற்று நிறுத்தினார். “பிரியமானவர்களே, இதுதான், நான் உங்களுக்குச் சொல்லும் கடைசிச் செய்தியாகும்” என்றவர் தொடர்ந்து, “மென்மையாக என்றும் இருப்பது நிலைத்து நிற்கிறது, எனவே, நீங்கள் எப்போதும் களிவாக, மென்மையாக, அன்பாக பேசங்கள்,” என்று முடித்தார்.

தொகுப்பு

A. நிரோசிகா
கம்பளை

குறியீடு

நீளம்	-	Length	l	இவற்றுக்கான சர்வதேச நியம அலகு மீற்றர் (m)
அகலம்	-	Breadth	b	
உயரம்	-	Height	h	
தடிப்பு	-	Thickness	t	
அலைநீளம்	-	Wave Length	λ	
கற்றளவு	-	Circular	c	
ஆழம்	-	Deep	d	
தூரம்	-	Distance	d	
இடப்பெயர்ச்சி	-	Displacement	s	

அடிப்படைக் கணியழும் குறியீடுகளும்

	குறியீடு	SI Unit	பரிமாணக்குறியீடு
நீளம்	<i>l</i>	m	L
திணிவு	m	kg	M
நேரம்	t	s	T
வெப்பநிலை	T	K	θ
மின்னோட்டம்	I	A	I
ஓளிச்செறிவு	cd(candela)	-	-
பதார்த்தின் அளவு	c	mol	-

நிரப்புக் கணியங்கள்

தளக் கோணம்	-	rad (radian)
திண்மக் கோளம்	-	Sr (steradian)

தொகுப்பு

S. கிழிவான் (AL Bio Science)

K/St. Anthony's College, Katugastota

நீரிழிவு நோய் என்றால் என்ன?

உடலில் குஞக்கோசின் (சீனி) அளவு ஒரு குறிப்பிட்ட அளவிலும் அதிகரித்தல்.

☞ **FBS > 120 mg/dl , > 7 mmol/l**

☞ **PPBS > 180 mg/dl , > 11.1 mmol/l**

நீரிழிவு நோயின் அடிகுழிகள்

- ❖ அடிக்கடி சிறுநீர் கழித்தல்
- ❖ அசாதாரண பசி
- ❖ தலைச்சி ஆகியன
- ❖ மங்கலான பார்வை
- ❖ கால்களிலும் / கைகளிலும் விரைப்புத் தன்மை
- ❖ நேகத்தல் கட்டுக்கள் தோன்றுதல்
- ❖ குறைந்து கொண்டு வரும் உடல் நிறை

உணவு கட்டுப்பாடு, உணவும் மருந்தும், உடற்பயிற்சி, இன்சலின் வைத்தியம் போன்ற முறைகளின் இந்நோயை கட்டுப்படுத்த முடியும்.

--- இன்சலின் வைத்திய முறை ---

- ஒவ்வொரு நாளும் தவறாது இன்சலின் ஊசியைப் பாவிக்க வேண்டும்.
- இன்சலின் மருந்து ஏற்றிய பின் கட்டாயம் உணவு உட்கொள்ள வேண்டும். ஒரு வேளை உணவு தவறாவிடப்படும் குழநிலைகள் ஏற்படின் (விரதம்) / நேரம் பிந்தும் குழநிலைகள் ஏற்படின் அதற்கேற்றவாயு இன்சலின் மருந்து ஏற்றுப்படுதலும் தகுந்த முறையில் மாற்றி அமைக்கப்படல் வேண்டும்.
- நிங்கள் வேறு நோய் காரணமாக வைத்தியரிடம் செல்லும்போது நிங்கள் இன்சலின் ஊசி ஏற்றுவது பற்றி சொல்ல வேண்டும்.
- வேறு நோய்கள் ஏற்படும் சந்தர்ப்பங்களில் இவ்வுசி மருந்து ஏற்றுவதினை நிறுத்தாது தொடர்ந்து ஏற்ற வேண்டும்.
- உங்களுக்கு வாந்தி காரணமாகவோ அன்றி சமிபாடின்மை காரணமாகவோ உணவு உட்கொள்ள இயலாது இருப்பின் உடன் மருந்துவ ஆலோசனையை நாடவும்.
- இவ்வுசி மருந்தினை குளிர்சாதனப் பெட்டியின் நடுப்பகுதியில் சேமித்து வைக்கப்படல் வேண்டும். (4°C சேமிக்கலாம் $(0^{\circ}\text{C}$ இல் களஞ்சியப்படுத்தக்கூடாது)
- அதிக உடற்பயிற்சி செய்யும்போது உணவின் அளவை டாக்டர் அல்லது உணவு நிபுணரிடம் கேட்டு அதிகரிக்கவும்.
- எப்பொழுதும் உங்களுடன் இனிப்ப, குஞக்கோஸ் அல்லது சர்க்கரை எடுத்துச் செல்லவும்

தொகுப்பு :

A.Paththimathasan
Nursing Officer Gr.01
District Hospital Maligawatta

TEACHERS DAY

October 6th

“The mediocre
teacher tells.

The good teacher
explains.

The superior teacher
demonstrates

The great teacher
inspires.”

You are one of my great teacher Sir / madam.

Students

With best Compliment form:

எஸ்வரன் புத்தகாலயம்



தொடர்புகளுக்கு:

126/1, கொழும்பு வீதி, கண்டி.

தொலைபேசி : 081 2220820

இணைய முகவரி:eswarancyberila@gmail.com

சிச்சுறுத்தும் அஜினோமோட்டோ

உணவுக்குச் சுவையேற்ற வந்திருக்கும் உப்பு என்ற விளம்பரத்துடன் விற்பனையில் தூள் கிளப்பிக்கொண்டிருந்தது ‘அஜினோ மோட்டோ’ வெள்ளைநிற மொனோசோடியம் குளுற்றாமேற் (Monosodium glutamate) என்னும் உப்புத்தான் இவ்வாறு அடுக்களையிலிருந்து நட்சத்திர விடுதிகளின் சமையற்கூடம்வரை இன்று கோலோச்சுகிறது.

பன்னெடுங்காலமாகச் சீனர்கள் ‘கடற்பாசிகள்’ என்று அழைக்கப்படும் அல்காக்களை உணவாகப் பயன்படுத்தி வந்துள்ளனர். இந்தப் பாசிகளின் சுவைக்குக் காரணமான வேதி குளுற்றாமிக் அமிலம் என்னும் அமினோ அமிலமாகும். ஜப்பானின் ரோக்கியோ இம்பீறியல் பல்கலைக்கழகத்தைச் சேர்ந்த பேராசிரியர் கிருனைய் இகெடா (kikunai ikeda) என்பவர் 1908 ஆம் ஆண்டு கடல் அல்காவில் இருந்து குளுற்றாமிக் அமிலத்தைப் பிரித்தெடுத்தார். அப்போதே, அஜினோமோட்டோ என்று வணிகப் பெயரையும் குட்டிக் காப்புரிமையும் பெற்றுக் கொண்டார். அஜினோமோட்டோவில் இனிப்பு, புளிப்பு, உவர்ப்பு, துவர்ப்பு, கசப்பு போன்ற வழுமையான சுவைகளில் இருந்தும் வேறுபட்ட உமாமி (umami) என்னும் புதிய சுவை இருப்பதாக இவர் விளம்பரப்படுத்த வியாபாரம் உலகம் பூராகவும் வியாபிக்க ஆரம்பித்தது. உண்மையில், மொனோசோடியம் குளுற்றாமேற் சுவையற்றது. ஆனால், நாக்கின் சுவையரும்பர்களைத் தூண்டி இல்லாத ஒரு சுவையை இருப்பதைப்போன்று முளையை நம்ப வைக்கிறது.

உணவுப் பொருட்களில் இயற்கையாகவே காணப்படும் குளுற்றாமிக் அமிலம் தீங்கில்லாதது. ஆனால், பல்வகையான வேதிப் பொருட்களைப் பயன்படுத்திப் பிரித்தெடுக்கப்படும் குளுற்றாமேற் அப்பத்தானது. உணவில் அதிக அளவில் சேர்க்கும்போது முளையையும், நரம்புகளையும் அளவுக்கு அதிகமாகத் தூண்டி அவற்றைப் பாதிக்கச் செய்கிறது. ஓமோன்களைச் சுரக்கும் சுரப்பிகளின் செயற்பாடுகளைத் தடை செய்கிறது. எல்லாவற்றுக்கும் மேலாக இதன் தயாரிப்பின்போது பக்க விளைவுகள் பல இதனுடன் வந்து ஒட்டிக்கொள்ளும் என அறியப்பட்டுள்ளது. இவை தெரியவந்ததையடுத்த தாய்லாந்தில் பாடசாலைகளில் வழங்கப்படும் உணவுப் பொருள்களில் அஜினோமோட்டோவைப் பயன் படுத்துவதற்குத் தடை விதிக்கப்பட்டிருக்கிறது. ஆனால், நாமோ நாவுக்குச் சுவை என்று கொண்டாட வருகின்றோம்.

E. Mariya Raxshana, Navatkadu, Puttalam, (நாறி - நங்காற)

மனிதா நீ வாழ்க

வயதை மறு
உயரே பற
வெளிச்சம் பெற
மனத்தைத் திற!

புதுப்புது சுகங்களில் மனம்திளைக்கும் - உனக்கு
அறுபது வயதிலும் பல்முளைக்கும்!
இருபதின் இளமை தோட்டந்திருக்கும் - மனம்
எழுபது வயதிலும் காதலிக்கும்

அச்சம் ஒழி
அறிவே ஓளி
வியர்வைத் துளி
உழைப்பின் மொழி!

உநதிரு தோள்களில் இடிதாங்கு - உனை
உதைத்தவர் பணிந்திட வளர்தோங்கு!
நினைத்தவை பிடிபட வலைபோட்டு - நீ
தினமொரு வெற்றியை நிலைநாட்டு!

நிலவைத் தொடு
நெருப்பைச் சுடு
சோம்பல் விடு
செத்தால் படு!

குரியக் கதிர்களை அறுவடைசெய் - நீ
சொந்தமாய் உனக்கொரு உலகினைச்செய்!
விதிப்படி வாழ்க்கை என்பதுபொய் - நீ
உறுதியாய் நம்பிக்கை உன்னிடம்வை!

சிறகை விரி
உலகை அறி
காற்றாய்த் திரி
கவலை ஏறி!

ஒருமுறை வாழ்க்கை வாழ்ந்துமுடி - இந்த
உலகமே உன்பெயர் வாழ்த்தும்படி!
சாதனை சரித்திரம் எழுதிமுடி - நீ
செத்தபின் சாகாமல் வாழும்படி!

விளங்கும் படி
தினமும் படி
நியாயப் படி
வழக்கை முடி!

சொர்க்கத்தில் உனக்கொரு இடமிருக்கும் - உன்
பக்கத்தில் தெய்வங்கள் துணையிருக்கும்!
துக்கங்கள் மொத்தமாய்த் தொலைந்துவிடும் - ஒளி
வித்தொன்றைச் சித்தத்தில் விதைத்துவிடு!

நீதான் விதை
உனையே விதை
நீதான் கதை
உரை நீ அதை!

மண்ணோடு மண்ணாகிப் போகாதே - நீ
கல்லாகிப் புல்லாகிச் சாகாதே!
கல்லறைக்குப் போனாலும் தூங்காதே - உன்
வாழ்வுக்கோர் முடிவில்லை மறவாதே!

தலையாய் உயர்
மெய்யாய் வளர்
பொய்யைத் தவிர
பொறுமை உயிர்.

பிரபு கவிஞர் “தியாகு”
மணசியா



With best Compliment form:



SHREE PHARMA

*Retail Dealers in Pharmaceuticals,
Grocerise & Cosmetics etc.*

**No. 7, Jampettah Street,
Colombo - 13**
T.P 2478571

Allianz

Allianz Life Insurance Lanka Ltd.
Valliant Tower, Level 03, Nawam Mawatha,
Colombo 02, Sri Lanka.

Tel : (+94) 11 2303171
Fax : (+94) 11 2303116
Mobile : (+94) 77 5558322
(+94) 75 0309005
Email : city@allianz.lk
Website : www.allianz.lk

D. Anandaganesh
Senior Financial Service Consultant
CMB City

Arbo Virus

பொதுவாக டெங்குக் காய்ச்சல், சிக்கன்குனியா போன்ற நோய்கள் ஆபோ வைரஸால் (Arbo Virus) ஏற்படுகின்றதென்று பாடப்புத்தகங்களில் குறிப்பிடப்பட்டுள்ளன. உண்மையில் அது தவறு டெங்கு நோய் : பிளேவி வைரசாலும் (Flavi Virus), சிங்கன்குனியா அல்.பா வைரசாலும் (Alpha Virus) ஏற்படுவன. ஆனாலும் இவற்றின் பொதுப் பெயர்தான் Arbo வைரஸ் ஆகும்.

டெங்கு, சிக்கன்குனியா, முளைக்காய்ச்சல் போன்றவற்றை தோற்றுவிக்கும் நோய்க் காரணிகளான வைரசை, காவிச் சென்று பறப்புவன நூம்புகள் ஆகும். இவை ஆத்திரப்போடா (Arthro Poda) கணத்தைச் சார்ந்த பூச்சியினமாகும். ஆத்திரப்போடாக்கள் பொதுவாக தூக்கங்கள் கொண்ட புறவன்கூடு உள்ள விலங்குகள் எனப் பாகுப்படுத்தப்பட்டுள்ளன தூக்கம் என்பது மூட்டுக்காலி / கணுக்காலி என்பவற்றைக் குறிக்கும் பதமாகும். விஞ்ஞானப்பாகுபாட்டியலில் குறிப்பிடப்பட்ட Arthro Poda இனைப் பகுத்தால் Arthro +Poda ஆகும் Arthro என்றால் பூட்டு என்றும் Poda என்றால் கால் என்று கூறப்படும் இவ்வாறு ஆத்திரபோடாக்களால் காவப்படும் இவ்வாறான வைரசுக்களை Arthropod Bons Virus என்று பொதுவாக அழைப்பார்கள் இதன் சுருக்கம் தான் Ar+bo+Virus ஆகும். அதாவது ஆர்போ வைரஸ் ஒரு (Arbo Virus) பொதுப்பெயரே ஆய்வாளர்களின் கருத்துப்படி 200க்கு மேற்பட்ட Arbo வைரசுக்கள் காணப்படுகின்றன.

எதாகும்? : யரிசென்வரப்புரத்தி ஆர்த்தி.

நாவற்காடு,

கொங்காம் வாக்கு.

யாழ்ப்பாளம்

கஷ்ணாக்ள்

01. தாய் :- ஏன்ற கல்யாணத்தில் அம்மி மிதிக்க மாட்டேன்னு அடம்பிடிக்கிறே
- திருமணப்பெண் :- மம்மி, அது ஒல்டு புதிய பசனில் வேணுமின்னா மிக்ஸி அல்லது கிரைஸ்டரில் மிதிக்கிறேன்.
02. ஆசிரியர் :- பஸ் ஏன் பஸ் எராண்டுங் நிக்குது தெரியுமா? மாணவன் :- அதுக்கு இருக்கத் தெரியாது சார்.
03. ஆசிரியர் :- குரியன் கிழக்கில் உதிக்குமா? மேற்கில் உதிக்குமா? மாணவன் :- வாளத்தில் உதிக்கும் சார்
04. நீதிபதி :- நீ மருந்து வாங்கிய டாக்டரிட்டேயே அவரின் கைக்கடிகாரத்தை திருடியது குற்றம்தானே. திருடன் :- இல்லைக் சார். அவர் வேளா வேளைக்கு மருந்து சாப்பிடனும் என்று கண்டிப்பா சொன்னதால் தான் அப்படிப்பண்ணினேன்.
05. இளைஞன் :- சார் ஒரு பெண்ணை அவள் விரும்பும் ஆண் ஒருவன் காதலிப்பது தப்பாயிடுமா? உள்ளியல் மருத்துவர் :- இல்லை அது நல்ல ஆரோக்கியமான செயற்பாடுதான். உள்ளம் பொலிவு பெறும். இளைஞன் :- தாங்க் யூ மாமா உள்ளியல் மருத்துவர் :-???

தொகுப்பு: சீதீனா, வழங்கியா :

வைய்யென் தொடையின் தொடைப் பிரிவுகள்.

மெய்யென் தொடையின், விசேஷமான சில தொடைப் பிரிவுகளும் அவற்றின் குறிப்பிடுகளும் கீழே தரப்பட்டுள்ளன.

தொடை	குறிப்பிடு	விபரம் (வரைவிலக்கணம்)
இயற்கை நிறைவெண் (நிறையெண்கள்)	N	$N = \{0, 1, 2, 3, \dots\}$
நேர் நிறைவெண்கள்	Z	$Z = \{\dots, -3, -2, -1, 0, 1, 2, 3, \dots\}$
மறையல்லாத நிறைவெண்கள்	Z^+	$Z^+ = \{1, 2, 3, \dots\}$
மறை நிறைவெண்கள்	Z_0^+	$Z_0^+ = \{0, 1, 2, 3, \dots\}$
நேரல்லாத நிறைவெண்கள்	Z^-	$Z^- = \{\dots, -3, -2, -1\}$
விகிதமுறுவெண்கள்	Z_0	$Z_0 = \{\dots, -3, -2, -1, 0\}$
	Q	$Q = \{x : x = \frac{p}{q}; p, q \in Z, q \neq 0\}$
		சுருக்க ப/q வடிவில் எழுத முடியுமான என்கள் விகிதமுறுவெண்கள் என வரையறுக்கப்படுகின்றன.
விகிதமுறாவெண்கள்	Q'	மெய்யென் தொடையானது அகிலத்தொடையாக விருக்க விகிதமுறு வெண் தொடையின் நிரப்பி விகிதமுறாவெண் தொடை ஆகம்.
நேரமெய்யெண்கள்	R ⁺	மெய்யென் தொடையின் எல்லா நேர எண்களையும் கொண்ட தொடை
மறையல்லாத மெய்யெண்கள்	R_0^+	$R_0^+ \cup \{0\}$
மறை மெய்யெண்கள்	R ⁻	மெய்யென் தொடையின் எல்லா மறை எண்களையும் கொண்ட தொடை
நேரல்லாத மெய்யெண்கள்	R_0	$R_0 \cup \{0\}$

தொகுப்பு :
திருமதி. K. இராஷ்மா
(Maths Trd, B.A. Special, Dip in Education)

தாய் மண் பற்றிய எனது சிந்தனை ஓட்டம்...

“தாய் மண்” சஞ்சிகையின் வாசகர்களில் நானும் ஒருத்தி. இந்த சஞ்சிகையின் நாமம் என்னை மிகவும் கவர்ந்தது. இந்த நாமப் பொருத்தம் பற்றி நான் பலகோணங்களில் சிந்தித்துன்னு. உண்மையில் இச்சஞ்சிகைக்கான இப்பெயரை தேர்ந்தெடுத்த அதன் ஆசிரியரின் நோக்கம் என்னவாக இருக்கும் என்று நான் அறிந்திருக்கவில்லை. இந்நாமம் சார்பாக என்னுள் எழுந்த சிந்தனை வேறு. எனது இந்த வேறுப்பட்ட சிந்தனைக் கருவையும் அச்சொல்லுடன் பொருத்திப் பார்க்கமுடியும் என நம்புகிறேன்.

தாய் மண் அல்லது தாய் நாடு என்பது பொதுவாக எம்மை ஸன்றெடுத்த தாய் பிறந்த மண் என்றோ அல்லது நான் பிறந்த கிராமம், பிரதேசம், மாவட்டம், நாடு என்ற விரிந்த நோக்கிலோ சிந்திப்பதாக அமைந்துள்ள ஒரு சொல்லாடலாகவே பொதுவாக கருதப்படுகின்றது.

“பெற்றதாயும் பிறந்த இப்பொன்னாடும்
நற்ற வாரிவும் நனி சிறந்ததுவே”

என்ற கவிதை வரிகளும் அந்த அர்த்ததுடனேயே புனைப்பட்டுள்ளது. ஆனால் எனது சிந்தனை வேறு கோணத்தில் பார்க்கிறது. அதாவது தாய் மண் என்ற பதம் இன்னும் பலவற்றைக் குறிக்கும் காத்திரமாக சொல்லாகும். எனது குடும்பம், வீடு தாண்டிவந்து அறிவு, திறன், மனப்பாங்கு பெற புகுந்த அந்த பள்ளிக்கூடத்து மண்ணும் கூட எமது தாய் மண்ணாகும் எனக் கருதுகிறேன்.

“தன்னித்திரியும் வயதில் ~ என்
துருக்கடக்கி
பள்ளிக்கு சில்லவைத்து
நற்பாதை காட்டி
நற்பிரஜை ஆக்கியோரே”

என்ற கவிதையும் மண்ணின் பெருமையை வலியுறுத்துகிறது.

நாம் கல்விகடலினுள் குதித்து விளையாடி நீந்திப் பழக முன்னர் அந்த பள்ளி மண்ணில் கால பதித்து, ஓடி பிடித்து, வீழ்ந்து புரண்டு, எழுதப்படுத்து, போட்டிகள் போட்டு மகிழ்ந்து ஆகா!... என்ன கூகமான மனப்பதிவுகள். சாதாரண மனிதர்கள் எவரும் தான் கற்ற பள்ளிக்கூடங்களை அந்த மண்ணை இலகுவில் மறந்து விடுவதில்லை. எழுத்தை அறிவித்த அந்த இறைவன், இறைவிகள் வாழுந்த சூழல் மண், எம் நினைவுகளை விட்டு எப்படி நீங்கும்? நாம் பிறந்த ஊர் விட்டு வேறு நகர் சென்று கற்றாலும் அதே உணர்வு தான் தொடரும்...

நாடு கடந்து, கண்டங்கள் கடந்து உலகை விட்டு சந்திரமண்டலம் சென்று வந்த “நீல்ஜூமஸ்ரோங்” என்ற விண்வெளி வீரர்கூட தனது சுயசரிதையில் பள்ளி வாழ்வின் கை அனுபவங்களை வேறு எங்கும் கண்டு அனுபவித்ததில்லையென எழுதியுள்ளதை நாம் வாசித்து அறிந்திருப்போம். ஒரு பள்ளியின் பழைய மாணவர்கள் தாம் கல்விக்கற்ற அந்த பிரதேசம் சென்று பாடசாலை வளாவுமண்ணில் கால் பதித்ததும் அவர்களின் மனம் இளகி சிறுவயது காலத்தை நினைவுப்படுத்தும், மெல்லிய உணர்வை பெற்றுவிடுகிறார்களென்பது உளவியலாளர்களின் ஆய்வுகள் மூலம் நிருபிக்கப்பட்டுள்ளது. ஆனாலும், ஒரு சிலரே தாம் கற்ற பாடசாலையைக் கண்ணின்மனி போல் கருதி தம்மால் ஆன உதவிகளை மனமுவந்து செய்து வருவது வழக்கம். தாய்மண்ணாய் கருதும் கற்ற பாடசாலையை மட்டுமல்ல பெற்ற தாயை மறந்தும், உறவுகளை உதாசீனம் செய்தும் வாழும் அவசர உலகிலே இப்படியாக பழைய மாணவர்கள் போற்றப்படத் தக்கவர்கள். அந்த வகையில் யாழ்ப்பான் பருத்திதுறையின் பிரபல்யம் வாய்ந்த ஹாட்விக் கல்லூரியின் பழைய மாணவர்கள் தமது கல்லூரிக்கு “மாணவர் விடுதி” (Students Hostel) அமைக்க 6 கோடி ரூபாய்கள் அன்பளிப்பு செய்ததாக அறிந்து மகிழ்ச்சியடைந்தேன். அவ்வாறான பன்னோக்கு கொண்ட புரவலர்களுள் நான் நேரில் கண்ட மாமனிதர் இலங்கையின் கோமஸ்வரரும் பெரும் தொழிலதிபருமான வி. நடராஜா அவர்கள். உயர் திரு நடராஜா கண்டியில் பிறந்து அம்பிடிய ரோ.க. தமிழ் வித்தியாலயத்தில் கல்வி கற்றவர். கொழும்பில் வாழ்ந்தாலும் தான் கற்ற பாடசாலைபற்றி அன்புடன் கேட்டறிந்து தேவைகளை நிறைவு செய்து வருபவர். அது மட்டுமல்லாமல் கண்டியில் கட்டப்படுகின்ற பெரும் வசதிகள் கொண்ட புற்றுநோய் வைத்தியசாலைக்கான கட்டட நிதி மற்றும் இந்து ஆலயங்களின் புனருத்தாரணம் அறநெறிப் பாடசாலை மாணவ நலன்பேணல் என பல்வேறு விடயங்களுக்கு பலகோடி ரூபாய்களை அன்பளிப்பு செய்தபோதும் தன்னைப் பற்றிய ஊடக விளம்பரங்களை இயன்றாவில் தவிர்த்து வாழ்கின்ற மிகவும் எளிமையான நல்ல மனிதரேன அறிந்து பெருமைப்பட்டேன். ஏனென்றால் இவர் நான் அதிபராக கடமை புரியும் இப்பாடசாலையின் பழைய மாணவர் என்ற மகிழ்ச்சிதான்.

இவரைப் பற்றி அம்பிடிடி பாடசாலையின் பழைய மாணவரும் பிரபல வர்த்தகருமான அம்பிடிய செல்வரட்னம் (குமார் ஜூயா) அவர்கள் மூலம் அறிந்து தொடர்புகளை பேணிகொண்டேன். இப்பாடசாலையின் வளர்ச்சிக்காக அவரிடம் உதவி கோரியபோது எந்தவித மறுப்புமின்றி சிறுவர் பூங்கா உபகரணத் தொகுதிகள், கண்ணி உபகரணத் தொகுதிகள், ஆசிரியர் தளபாடங்கள் என்று எமது தேவைகளை நிறைவு செய்து தந்துள்ளார். இவருடன் இணைந்து ரட்டணா ஜூவலரி உரிமையாளர் முத்துசாமி (JP) உட்டி பல பழைய மாணவர்கள் முன்னின்று உதவி செய்து வருவதை நான் நன்றியோடு நினைவு கூருகிறேன்.

இவ்வருடம் எமது பாடசாலையில் O/L பெறுபேறு அனைத்து பாடங்களிலும் 100% மாக காணப்பட்டதை என்னிப் பெருமைப் படுகிறேன். அத்துடன் வலய மட்டத்தில், பிரதேச மட்டத்தில் இடம் பெற்ற விஞ்ஞான தினப்போட்டிகள், கணித தினப் போட்டிகள், தமிழ் தினப் போட்டிகள், சித்திரப் போட்டிகள், விளையாட்டுப் போட்டிகள் போன்றவற்றிலே மாணவர்கள் பங்கேற்று சில போட்டிகளிலே வெற்றிப் பெற்று சான்றிதழ், பண்பரிசில் பெற்றும் வருவது குறிப்பிடத்தக்கது. இவை போன்ற முன்னேற்றகரமான சம்பவங்களின் பின்னே பழைய மாணவர்களின் நேசப் பார்வையும் காணப்படுகிற தென்றால் அது மிகையல்ல. மேலும் மேலும் தேவைப்படும் போதெல்லாம் நேசக்கரம் நீட்டிநிற்கும் பழைய மாணவர்கள் அனைவருக்கும் மீண்டும் எனது மனமுவந்த நன்றிகள், பாராட்டுக்கள்.

இறுதியாக ஒரு விடயத்தை குறிப்பிட்டேயாக வேண்டும். எமது மகையகத் தமிழர்கள் இன்று கல்வியினுடோக தரமுயரந்தும், தலைநிமிந்தும் நிற்கின்ற காலமிரு. ஆகவே இந்த நிலை தொடரவும், மென்மேலும் உயர்கல்வியில் எம்மாணவர்கள் விருத்தி காணவும், வழி வகைகள் எவையென தேடிக் கண்டுபிடிப்பதுடன் தடைகளை நீக்கவும், அதற்கான சரியான பாதைகளை அமைக்க வேண்டியதும் எமது பொறுப்பாகும்.

மிகவும் வளம் குறைந்த கஷ்டப்பட்ட பாடசாலைகளிலே காணப்படுகின்ற மாணவர்கள், அதிபர்கள், ஆசிரியர் மட்டும் சகல பாரச்சமைகளையும் சமந்து செல்லும் படி விட்டுவிட முடியாது. பலம் வாய்ந்த பழைய மாணவர்களும் பாடசாலையை கட்டியியழுப்ப கல்வி சமூகத்துடன் கைகோர்த்து உதவுதல் இன்று தலிர்க்கமுடியாத ஒன்றாகும். எனவே மலையகப் பாடசாலையாக இருந்தால் என்ன, வேறு பிரதேச பாடசாலைகளாக இருந்தால் என்ன அத்தாய்மண்ணின் வளக்குறைபாடுகளை விசாரித்தறிந்து, தீர்வுகள்டு, பராமரித்து, தூக்கிநிறுத்தி உயர்த்த வேண்டிய மாபெரும் கடமையும் (Duty) உரிமையும் (Right), பொறுப்பும் (Responsibility), உணர்வும் (Sense) பழைய மாணவர்கள் நம் அனைவருக்கும் இருக்க வேண்டுமென்பதே எனது பணிவான கருத்து.

“ தாய் மண் என்பது நாம் கல்வி பெற்ற பள்ளிக்கூடத்து மண்ணும் தான் என்ற என் கருத்தை மீண்டும் அழுத்தமாக குறிப்பிட விரும்புகிறேன்”

அதிபர்:

Mrs. S.J. Patricia (SLPS)
[B.A(Hons), Dip in Ed, M.A, M.Ed, PGDEM]
K/Ampitiya R.C. Tamil Vidyalaya, Ampitiya.

3 Golden Rules...

01. Who is helping you
Don't FORGET them
02. Who is loving you
Don't HATE them
03. Who is trusting you
Don't CHEAT them

Our life ...

- Life is a song - sing it
- Life is game - play it
- Life is a challenge - meet it
- Life is a good dream - realize it
- Life is a Sacrifice - offer it
- Life is Love - enjoy it

M.S. Maxime
112, RUE De
BERCY 75012
Paris - France

சில முக்கியமான தினங்கள்

01. உலக இணைஞர் தினம் ~ ஜெவரி 04
02. உலக சுதாஸ் தினம் ~ பெப்ரவரி 14
03. உலக சராணிய தினம் ~ பெப்ரவரி 22
04. சுவ்வதேச மக்ஸீர் தினம் ~ மார்ச் 08
05. சுவ்வதேச குழந்தை தினம் ~ மார்ச் 22
06. சுவ்வதேச நடக தினம் ~ மார்ச் 27
07. உலக புத்தக தினம் ~ ஏப்ரல் 12
08. உலக அன்றையர் தினம் ~ மே 2
09. உலக சமாதான தினம் ~ அகஸ்ட் 06
10. உலக முதியோர், சிறுவர் தினம் ~ ஓக்டோபர் 01
11. உலக அறிஞர் தினம் ~ ஓக்டோபர் 06
12. ஜக்கிய நாடுகள் தினம் ~ ஓக்டோபர் 24
13. உலக மாணவர் தினம் ~ நவம்பர் 16
14. தேசிய வெங்கு ஒழிப்பு தினம் ~ டிசம்பர் 05
15. உலக மலித உரிமைகள் தினம் ~ டிசம்பர் 10

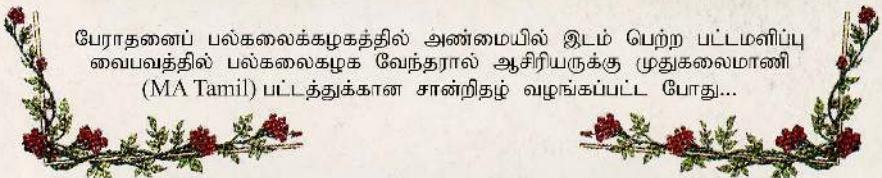
தொகுப்பு:

S. Dhanushika (Gr 10)
Hospital Road, Galaha.



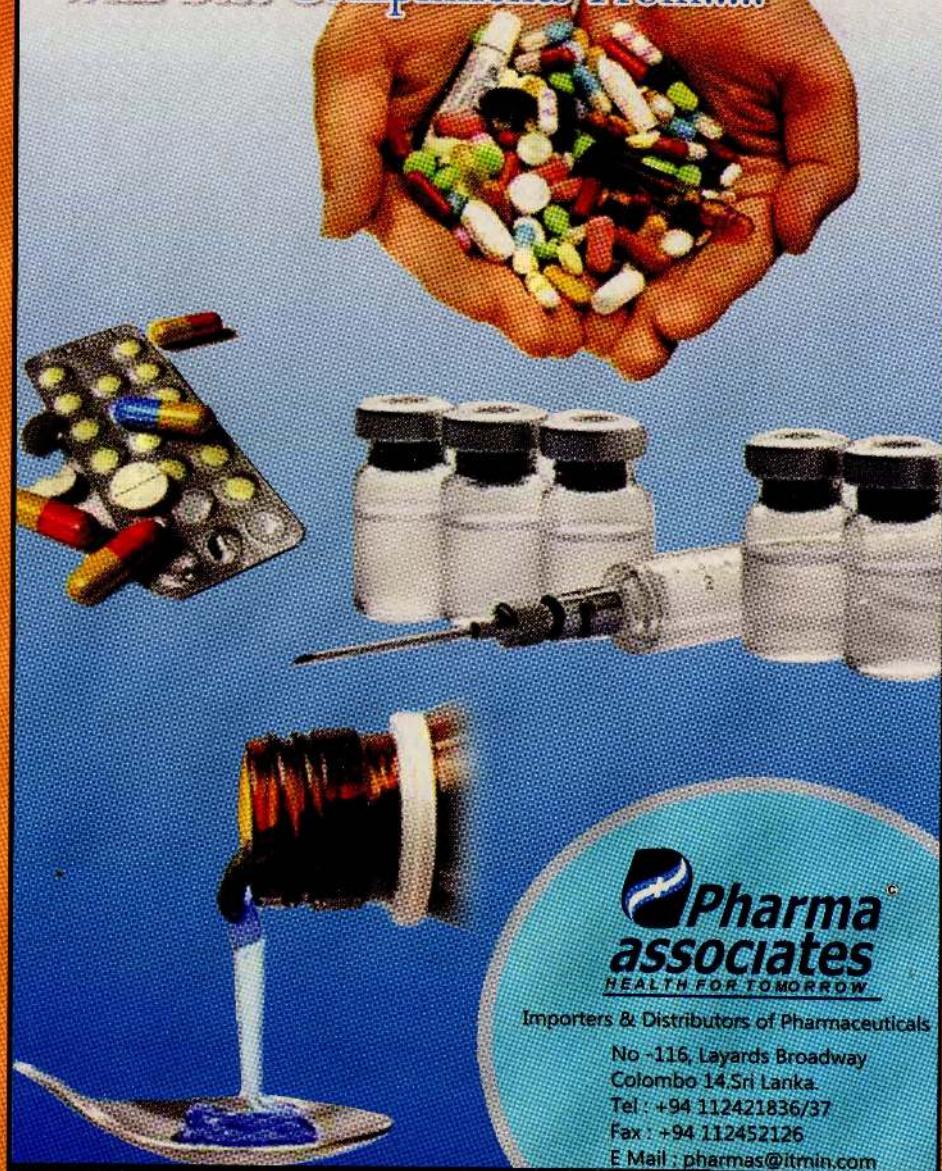


பேராதனைப் பல்கலைக்கழகத்தில் அண்மையில் இடம் பெற்ற பட்டமளிப்பு வைபவத்தில் பல்கலைகழக வேந்தரால் ஆசிரியருக்கு முதுகலைமாணி (MA Tamil) பட்டத்துக்கான சான்றிதழ் வழங்கப்பட்ட போது...



புலமைப் பரிசில் பெற்று இந்தியா சென்ற ஆசிரியர் பிலிக்ஸ் அவர்கள் அங்கு வருகை தந்திருந்த இலங்கை ஆசிரியர்கள் சார்பாக புதுவைத் தமிழ் சங்கத்தில் (பாண்டிச்சேரி) உரையாற்றுகின்ற போது..

With Best Compliments From....



**Pharma
associates**
HEALTH FOR TOMORROW

Importers & Distributors of Pharmaceuticals

No - 116, Layards Broadway
Colombo 14.Sri Lanka.

Tel : +94 112421836/37
Fax : +94 112452126

E Mail : phemas@itmin.com

Type Setting
& Printing

DYNAMIC
INTERNET CAFÉ & PRINTERS

No.238,
Peradeniya Road,
Kandy.

Mobile 0777 452 476

FAX 081 2222370

E-mail : dynamiccafe@gmail.com

ISSN 2279316



9772279316007