

# மித்ரா டைம்ஸ்

தமிழ் & ஆங்கிலம் மாத இதழ்

MITRA TIMES - Tamil & English Monthly

மலர்: IX இதழ்: 9

மார்ச் 2024

ஆண்டு சந்தா ரூ.240/-

விலை ரூ.20/-

Vol.: IX Issue: 9

March 2024

Annual Subscription Rs.240/-

Price Rs. 20



**தமிழக பட்ஜெட்:**  
**திருப்தியும்**  
**அதிருப்தியும்!**

கணிணியில் 160 ஆண்டு  
சொத்து ஆவணங்கள்  
பதிவேற்றம்!

- தமிழக அரசு சிறப்பு ஏற்பாடு!

பாதுகாப்பை  
உறுதி செய்யும்  
கூடியற்கை  
வாழ்வியல் முறை!



**பரமபத வாழ்க்கை!**  
**- ஆசிரியர் கடிதம்**



**யோகா**  
**அவசியம்**  
**ஏன்?**

**கவலை**  
**என்பது**  
**பேப்பர்**  
**வெயிட்!**

**கட்சி பெயரில் 'க்' சேர்த்த விஜய் அரசியலில் வெற்றி பெறுவாரா?**  
**- மித்ரா டைம்ஸ் அரசியல் "ஸ்கேனிங்" ரிப்போர்ட்**

# WOMENS ARE EMPOWERMENT TO THE WORLD!



Concept by:

**S.SHRUTHI LAKSHMI**  
B.Sc., (psychology)

**M**other, sisters, wives, girlfriends, and fiancées... what would we ever do without them? Nobody can honestly say we don't owe an enormous amount to the women in our lives, from the mothers who made us chicken soup when we were sick as children, to the sisters who helped us decide what to wear on our first date, to the wives who somehow manage to juggle both a career and a family, never missing a beat. Women's Day is all about celebrating these incredible people and showing them how much we love, respect and value them.

This holiday is perhaps especially important in parts of the world where women are still forced to deal with shocking inequality on a daily basis and is meant to raise awareness of the challenges and struggles faced by these women. Women's Day celebrates women's history, highlighting key events, milestones, and achievements, and aims to further promote and raise awareness of women's rights and to achieve equal opportunity status in all walks of life.

It may come as a rather sad surprise that International Women's Day was first celebrated on February 28th, 1909 in New York. Two years later, German socialist Luise Zietz proposed that the holiday become an annually observed one that would celebrate various women's issues, such as suffrage, so as to promote equal rights for women. The first few International Women's Days were celebrated

in a quite different fashion than they are nowadays, with hundreds of demonstrations taking place in Europe. During these demonstrations, women demanded they finally be given both the right to vote and to hold public office.

Employment sex discrimination was also an important issue. In 1917, the International Women's Day demonstrations in Saint Petersburg, Russia, helped initiate the February Revolution, when women marched through the city demanding an end to World War I. This shocked even Leon Trotsky, who, much like other Russian leaders of the day, did not expect the Women's Day protests to cause that much of a stir. Until 1977, Women's Day was celebrated mainly in socialist countries. It was only after the United Nations General Assembly's decision to proclaim March 8th International Women's Day that the holiday gained worldwide popularity.

The theme for International Women's Day 2024 is "Inspire inclusion." This means that when we appreciate and respect women from all different backgrounds – like where they come from, how much money they have, and their beliefs about politics – the world gets better for everyone. When women feel like they belong and are important, they feel stronger and more empowered.



# பரமபத வாழ்க்கை!

அன்புடையீர் வணக்கம்!

மித்ரா டைம்ஸ் மாத இதழ் ஒன்பது ஆண்டுகளை நிறைவு செய்து வரும் ஜூன் மாதம் பத்தாம் ஆண்டில் அடி எடுத்து வைக்கிறது. எந்தவித வணிக நோக்கமும், வருமானமும் இல்லாமல் வெளிவரும் இந்த மாத இதழ் அனைவராலும் பாராட்டப்பட்டு வெளிவருகிறது என்பது பெருமைக்குரிய விஷயம். குறிப்பாக ஒவ்வொரு மாத இதழ் வெளியான போதும் என் எண்ணம் என்ற தலைப்பில் வெளியாகும் ஆசிரியர் கடிதம் குறித்து வாசகர்கள் நம்முடைய தொலைபேசி வாயிலாக பாராட்டுதலையும் ஆலோசனைகளையும் குறைகளையும் எடுத்து சொல்வார்கள்.

எப்போதுமே இல்லாத வகையில் கடந்த மாதம் காவல்துறை குறித்து வெளியான ஆசிரியர் கடிதம் வழக்கமான வாசகர்கள் மட்டும் அல்லாமல் புதிதாக சிலர் நம்மை தொடர்பு கொண்டு தங்களுடைய உணர்வுகளை பகிர்ந்து கொண்டார்கள். குறிப்பாக ஆவடி உதவி ஆணையர் திரு.ஜவகர் குறித்து நாம் வெளியிட்ட கருத்துக்களை ஆமோதித்து தங்கள் தரப்பு நியாயங்களையும் நம்மிடையே பகிர்ந்து கொண்டார்கள். அந்த வகையில் Chennai reporters என்ற இணையதளம் தாங்கள் வெளியிட்டுள்ள கட்டுரையில் இதை உறுதிப்படுத்தும் விதமாக செய்தி வெளியிட்டு இருந்தார்கள். அந்த செய்தியின் நகலை நமக்கு அனுப்பி இருந்தார்கள்.

பொதுவாக பிறப்பும், இறப்பும் நாம் தீர்மானிப்பதில்லை என்பதை உணராத சிலர் இந்த வாழ்க்கை நிரந்தரம் என்று ஆட்டம் போடுகிறார்கள்.

வரும் மார்ச் 8ந்தேதி மகனார் தினத்துடன் மகா சிவராத்திரியும் கொண்டாடப்படுகிறது. இன்றைக்கு போல் கணினி மயமாகாத அன்னாளில் சிவராத்திரி அன்று இரவு முழுவதும் விழித்திருந்தால் சொர்க்கத்துக்கு செல்லலாம் என்ற

நம்பிக்கையில் யாரும் தூங்க மாட்டார்கள். அப்படி தூங்காமல் இருப்பதற்காக பரமபத விளையாட்டு விளையாடுவார்கள். அந்த விளையாட்டில் நம்முடைய வாழ்க்கை தத்துவம் அடங்கி இருக்கிறது என்பது உண்மை.

தாய் உருட்டு என்று சொல்லப்படும் கட்டை உருட்டும் போது தாயம் அதாவது ஒன்று என்ற எண் விழுந்தால் காய் கட்டத்துக்குள் வந்து நிற்கும். அதைப்போல நம் தாய் இந்த உலகுக்கு தனியாக முதலில் கொண்டு வருகிறார்.

கட்டத்துக்கு வந்த பிறகு 2,3,4,5, 6 என்ற எண்கள் ஏற்கப்படும். அதாவது தனியாக தாய் வயிற்றில் பிறந்த நாம் சகோதரர்கள், சகோதரிகள், உறவினர்கள் என்று நமது வாழ்க்கையில் வருவார்கள்.

அந்தக் கட்டத்தில் பாம்பு வடிவிலும் ஏணி வடிவிலும் சில கட்டங்கள் வடிவமைக்கப்பட்டிருக்கும். நமது வாழ்க்கையில் ஏற்றத்தாழ்வை அது குறிக்கும். நாம் அந்த தாயத்தை உருட்டும்போது ஏணி உள்ள கட்டத்துக்கு அருகில் வரும் போது அதற்கான எண்ணை கேட்டு தாயத்தை உருட்டுவோம். சில நேரங்களில் அது போல எண்கள் விழுந்து ஏனியில் ஏறி போவோம். சில நேரங்களில் நாம் எதிர்பாராத நேரங்களில் பாம்பில் விழுந்து சறுக்கி கீழே வருவோம்.

இந்த விளையாட்டு நம் வாழ்க்கையை சொல்லும். நம்முடைய வாழ்வில் ஏற்ற மாற்றங்களை இந்த விளையாட்டு எடுத்துச் சொல்லும்.

இந்த பரமபத விளையாட்டில் பாம்பின் கட்டத்தில் விழுந்தது போலவே சிவரது மரணமும் ஏற்படும். எதிர்பாராமல் ஏற்பட்ட அந்த மரணத்தை சிலரால் தாங்கிக் கொள்ள முடியாது. அப்படித்தான் சமீபத்தில் சைதை துரைசாமி அவருடைய மகன்









# வறுமை உயர்வுக்கு தடை இல்லை என்பதை நிரூபித்த நீதிபதி திருமதி ஸ்ரீபதி!

தமிழ்நாட்டில் கீழமை நீதிமன்றங்களில் காலியாக உள்ள 245 சிவில் நீதிபதி பணியிடங்களை நிரப்புவதற்கான அறிவிப்பை கடந்த ஆண்டு ஜூன் 1ந்தேதி, டி.என்.பி.எஸ்.சி. எனும் தமிழ்நாடு அரசு பணியாளர் தேர்வாணையம் வெளியிட்டது.

இந்த பணியிடங்களுக்கு 6,031 ஆண்களும், 6,005 பெண்களும், மூன்றாம் பாலினத்தவர் ஒருவர் என மொத்தம் 12,037 பேர் விண்ணப்பித்திருந்தனர்.

முதல்நிலை தேர்வு, மெயின் தேர்வு ஆகியவற்றில் வெற்றி பெற்ற 472 பேர் நேர்முக தேர்வுக்கு அழைக்கப்பட்டனர்.

கடந்த சில நாட்களுக்கு முன்பு நேர்முக தேர்வு முடிவடைந்த நிலையில் தேர்வு முடிவும் வெளியானது. இதில், திருவண்ணாமலை மாவட்டம் ஜவ்வாதுமலையை அடுத்த புலியூர் கிராமத்தைச் சேர்ந்த ஸ்ரீபதி (வயது 23) என்ற பழங்குடியின பெண்ணும் சிவில் நீதிபதியாக தேர்வாகி உள்ளார்.

ஸ்ரீபதிக்கு திருமணமாகி குழந்தை இருப்பதும், குழந்தை பிறந்த 2வது நாளில் திருவண்ணாமலையில் இருந்து சென்னைக்கு வந்து எழுத்து தேர்வில் கலந்துகொண்டு அவர் வெற்றி பெற்றிருப்பதும் குறிப்பிடத்தக்கது.

நீதிபதியாக தேர்வாகி உள்ள ஸ்ரீபதிக்கு ஜெயசூர்யா என்ற தம்பியும், சரண்யா என்ற ஒரு தங்கையும் உள்ளனர். இவர்களது தந்தைக்கு ஜவ்வாதுமலை அடிவாரத்தில் தற்போது குப்பநத்தம் அணை உள்ள இடத்தில் விவசாய நிலம் இருந்துள்ளது.

குப்பநத்தம் அணை கட்டுவதற்காக நிலம் கையகப்படுத்தப்பட்டபோது இவர்களது குடும்பத்தினரின் நிலத்தையும் அரசு கையகப்படுத்தியது. இதனால்



ஸ்ரீபதி குழந்தையாக இருக்கும்போதே, தாயார் மல்லிகா தனது சொந்த ஊரான திருப்பத்தூர் மாவட்டம் ஏலகிரி மலையில் குடும்பத்தினருடன் குடியேறினார்.

அங்கு ஸ்ரீபதியின் தாயார் மல்லிகா, தந்தை காளி ஆகியோர் ஓட்டலில் பணியாற்றி தங்கள் குழந்தைகளை படிக்க வைத்தனர். ஏலகிரி மலையில் உள்ள சார்லஸ் மேல்நிலைப்பள்ளியில் ஆரம்பக் கல்வியை ஸ்ரீபதி பள்ளிப்படிப்பு முடிந்ததும் சட்ட படிப்பை தேர்வு செய்து டாக்டர் அம்பேத்கர் சட்டக் கல்லூரியில் சேர்ந்து 5 வருடம் சட்டம் பயின்று வக்கீலானார்.

வறுமையை உணர்ந்து முன்னேறி படித்த ஸ்ரீபதி தற்போது நீதிபதிகளுக்கான தேர்வில் வெற்றி பெற்று பழங்குடியினத்திற்கே பெருமை சேர்த்துள்ளார். இதனால் அவரை கஷ்டப்பட்டு படிக்க வைத்த பெற்றோர் மகிழ்ச்சியடைந்துள்ளனர்.

இவருக்கு முதலமைச்சர் மு.க.ஸ்டாலின் பாராட்டு தெரிவித்துள்ளார். இதுதொடர்பாக அவர் சமூகவலைதள பதிவில் கூறியிருப்பதாவது:

# மித்ரா டைம்ஸ்

மித்ரா - 09 மார்ச் 2024 டைம்ஸ்-9

தலைவர் / நிர்வாக இயக்குனர்

**எம்.எஸ். மூர்த்தி**

துணை தலைவர் / இணை இயக்குனர்  
திருமதி சுஜாதா மூர்த்தி

நிர்வாக சிறப்பு ஆலோசகர்  
கலைமாமணி நடிகர் பூ.விலங்கு மோகன்

தலைமை செய்தி ஆசிரியர்  
மணவூர்.கி.விடாரண்யம்

தலைமை நிர்வாக ஆசிரியர்கள்  
DR. ஆ.தமிழ்மாறன் எம்.ஏ.எம்.பில்

9789016153

DR. ப.குணசீலன் எம்.பி.ஏ.,  
9962531325

நிர்வாக ஆசிரியர்  
ஆர்.குணசேகரன்

செய்தியாளர்கள்  
பி.வினோத், வெ.சுரேஷ்

செய்தி இணை ஆசிரியர்கள்  
துடுப்பதி ரகுநாதன்  
கவிஞர் பண்டுட்டி சுசந்தீனா  
கோவை.பி.முத்தராஜ்  
சென்னை எம்.ஜி.ரவீந்திரன்

இணையதள செய்தியாளர்  
ஆர்.கோபிநாத்

சட்ட ஆலோசகர்

வி.என்.பிரசாத் எம்.ஏ.எம்.பில்

வடிவமைப்பு

vidapublications@gmail.com

விளம்பரம் சந்தா தொடர்புக்கு

சி.இளவரசி - 044 23743007 /08

**அலுவலகம்:**

001, இன்ஞ்சக்கல் பிளாக், சித்ரா அவென்யூ,  
9, குளமேடு ஹைரோடு, சென்னை - 94.  
தொடர்பு: 044-2374 4661, 23743 007/8

☎ 6374285644

☎ mitratimes2015@gmail.com

☎ www.mitratimes.com



பெரிய வசதிகள் இல்லாத மலைக்கிராமத்தைச் சேர்ந்த பழங்குடியின பெண் ஒருவர் இளம் வயதில் இந்நிலையை எட்டியிருப்பதை கண்டு மகிழ்ச்சி அடைகிறேன்.

அதுவும் நமது திராவிட மாடல் அரசு தமிழ்வுழியில் படித்தவர்களுக்கு அரசு பணிகளில் முன்னுரிமை என கொண்டு வந்த அரசாணையின் வழியே ஸ்ரீபதி நீதிபதியாக தேர்வாகியுள்ளார் என்பதை அறிந்து பெருமை கொள்கிறேன்.

அவரது வெற்றிக்கு உறுதுணையாக நின்ற அவரது தாய்க்கும் கணவருக்கும் எனது பாராட்டுகள். சமூகநீதி என்ற சொல்லை உச்சரிக்கக் கூட மனமில்லாமல் தமிழ்நாட்டில் வளைய வரும் சிலருக்கு ஸ்ரீபதி போன்றோரின் வெற்றிதான் தமிழ்நாடு தரும் பதில்.

'நெடுந்தமிழ் நாடெனும் செல்வி, நல்ல நிலை காண வைத்திடும்; பெண்களின் கல்வி! பெற்றநல் தந்தை தாய் மாரே, நும் பெண்களைக் கற்க வைப் பீரே! இற்றைநாள் பெண் கல்வி யாலே, முன்னேற வேண்டும் வையம் மேலே! என்று முதல்வர் புகழாரம் சூட்டியுள்ளார். இந்த நியமனத்திற்கு நீதிமன்றம் தடை விதித்துள்ளது என்றாலும் நீதிபதி. திருமதி.ஸ்ரீபதி அவர்களின் அயராத உழைப்பால் ஏற்பட்ட இந்த முன்னேற்றத்திற்கு மித்ரா டைம்ஸ் மாத இதழ் சார்பாக பெருமையோடு வாழ்த்துகளை தெரிவித்துக் கொள்கிறோம்.

- சுஜாதாமூர்த்தி



# கட்சி பெயரில் 'க்' சேர்த்த விஜய் அரசியலில் வெற்றி பெறுவாரா?

- மித்ரா டைம்ஸ் அரசியல் "ஸ்கேனிங்" ரிப்போர்ட்

சினிமாவில் உச்சம் தொட்ட நடிகர்கள் குறிப்பாக தமிழ்நாட்டில் பலருக்கும் தமிழக அரசியல் களத்தில் தடம் பதிக்க வேண்டும் என்ற ஆசை தொடர்ந்து நீடித்தே வருகிறது. இந்நிலையில், 'தமிழக வெற்றி கழகம்' என்று கட்சி பதிவு செய்யப்பட்டுள்ளதாக நடிகர் விஜய் தனது எக்ஸ் தளத்தில் பதிவிட்டுள்ளார். மக்களவைத் தேர்தல் நெருங்கும் நேரத்தில், நடிகர் விஜய்யின் அரசியல் கட்சி அறிவிப்பு தமிழக அரசியல் களத்தில், அதிர்வுகளை ஏற்படுத்தி உள்ளது. அதே நேரம், வரும் 2024 மக்களவைத் தேர்தலில் நாம் போட்டியிடுவதில்லை என்றும், எந்தக் கட்சிக்கும் நம் ஆதரவு இல்லை என்றும் அவர் அறிவித்துள்ளார். ஏற்கனவே மக்கள் இயக்கம் என்ற பெயரில் நலத்திட்டங்கள் நிறைவேற்றி தனது ரசிகர்களை ஒவ்வொரு கிராமத்திலும் தயார் செய்து வைத்திருந்த விஜய் அரசியலில் நுழைந்ததும் அந்த ரசிகர்கள் அப்படியே தொண்டர்களாக மாறுவார்கள் என்று கணக்கு போட்டு அரசியல் கட்சியை துவக்கி இருக்கிறார்.

துவக்கத்திலே அவர் கட்சியின் பெயரில் வெற்றி என்ற சொல்லுக்கு பக்கத்தில் "க்"சேர்த்து வெற்றிக் கழகம் என்று வரவேண்டும் என பலர் சொன்னதின் அடிப்படையில் தன்னுடைய கட்சியின் பெயரில் க் சேர்த்துக்கொண்டார். அரசியலில் ஏற்கனவே எம்ஜிஆர் மட்டுமே வெற்றி பெறுவார் மற்ற நடிகர்கள் வெற்றி பெற வாய்ப்பு இல்லை என்று எல்லோரையும் பற்றி ஒரு விமர்சனம் எழுதப்பட்டு வந்தது. அந்த விமர்சனம் விஜய்க்கு பொருந்தாமா என்பது அவருடைய தொடர் அரசியல் நடவடிக்கைகளை வைத்து தான் முடிவு செய்ய முடியும். அதற்கு முன்னதாக தமிழகத்தில் ஏற்கனவே நடிகர்கள் அரசியலில் எப்படி பங்காற்றினார்கள் என்பதை ஒரு ஆய்வு செய்தால் விஜய்யின் வெற்றி எந்த அளவுக்கு சாத்தியமாகும் என்பதை உணர்ந்து கொள்ளலாம் அதற்காக மித்ரா டைம்ஸ் சார்பில் ஒரு "ஸ்கேனிங் "ரிப்போர்ட் எடுத்தோம்.

தமிழ் சினிமாவில் உச்ச நடிகர்களாக இருப்பவர்கள், அரசியல் களம் காண்பது புதிதல்ல. பொதுவாகவே



திராவிட இயக்கங்களில் பல்வேறு திரைத் துறைச் சார்ந்த பிரபலங்கள் இடம்பெறுவதாக கூறுவது வழக்கம். சினிமா நடிகர்கள் மீதான கவர்ச்சியை திராவிட இயக்கங்கள் மட்டும் தான் பயன்படுத்தி உள்ளதா என்ற கேள்வியும் எழாமல் இல்லை. தற்போதைய அரசியல் களத்திலும், தேர்தலிலும் கூட அனைத்துக் கட்சிகளிலும் திரைத் துறை பிரபலங்களைக் காண முடிகிறது. அரசியலிலும், தேர்தல் களத்திலும் திரைப் பிரபலங்களை பயன்படுத்தும் யுக்திக்கு நீண்ட நெடிய வரலாறு உண்டு.

இந்தியத் திரை உலகில் அதிக தொகையை சம்பளமாக பெற்றவரும், நடிகையும், பாடகியுமான கே.பி.சுந்தராமபாள் தான் இந்திய தேசிய காங்கிரஸ் கட்சியின் சட்ட மேலவை உறுப்பினரான முதல் திரைப் பிரபலம். மகாத்மா காந்தி, பெருந்தலைவர் காமராஜர்,

சத்தியமூர்த்தி ஐயர் ஆகியோரது வேண்டுகோளுக்கு இணங்க காங்கிரஸ் கட்சியின் பொதுக்கூட்ட மேடைகளில் இவர் பாடல்களை பாடியுள்ளார். அதே நேரத்தில், சினிமா மற்றும் நாடக கவர்ச்சியை கடுமையாக விமர்சித்தவர் தந்தை பெரியார். அவர் இந்த கவர்ச்சியின் மூலம் வரும் புகழை விரும்பவில்லை. ஆனால் அவரது, பாசறையில் இருந்து வந்த அண்ணா, கலைஞர், எஸ்.எஸ்.ராஜேந்திரன், கே.ஆர்.ராமசாமி போன்றோர் திரைத்துறை பிரபலங்களாக இருந்து அரசியல் களம் கண்டவர்கள். ஆனால், பெரியார் இறுதி வரை சினிமா மற்றும் நாடக கவர்ச்சியால் கிடைக்கும் புகழை விரும்பாதவராகவே இருந்தார்.

இந்த முரண்பாடுகளை, அவரிடமிருந்து வெளியே வந்த பின்னர் அண்ணாவும், கலைஞரும் சினிமாவை தங்களது கருத்து பரப்புரைக்கான தளமாக பயன்படுத்த தொடங்கினர். குறிப்பாக இவர்கள் பணியாற்றும் திரைப்படங்களில் திமுக சார்ந்த கருத்துகளைப் பரப்புவது, கட்சிக் கொள்கைகளை குறிப்பாக இவர்கள் பணியாற்றும் திரைப்படங்களில் திமுக சார்ந்த கருத்துகளைப் பரப்புவது, கட்சிக் கொள்கைகளை குறிப்பாக இவர்கள் பணியாற்றும் திரைப்படங்களில் திமுக சார்ந்த கருத்துகளைப் பரப்புவது, கட்சிக் கொள்கைகளை விளக்குவது, உதயசூரியன் சின்னத்தை காட்டுவது என பல்வேறு வகையில் பறைசாற்றினர். இதில் அண்ணா, கலைஞரைப் போல எஸ்.எஸ்.ராஜேந்திரன், நடப்பிசைப் புலவர் கே.ஆர்.ராமசாமி ஆகியோர் முக்கியமானவர்கள். இதில் கே.ஆர்.ராமசாமி முதன்மையானவர். கடந்த 1960ஆம் ஆண்டு சட்ட மேலவை உறுப்பினரானார். அந்த சமயத்தில் சட்ட மேலவை உறுப்பினராக 33 எம்எல்ஏக்களின் ஆதரவு தேவை. அப்போது திமுகவிடம் 15 எம்எல்ஏக்களே இருந்தனர். அந்த சமயத்தில் தேவையான எம்எல்ஏக்களை வைத்திருந்த ஜனநாயக காங்கிரஸ், கம்யூனிஸ்ட் கட்சிகளின் ஆதரவால் கே.ஆர்.ராமசாமி சட்ட மேலவை உறுப்பினரானார்.

ஆனால், திமுக உருவான பின்னர், சினிமா கவர்ச்சியை முழுமையாக பயன்படுத்தினார் எம்ஜிஆர். தனது திரைப்படங்களில் அண்ணாவின் கொள்கையை பேசுவது, பாடுவது, அவரது புகைப்படத்தைக் காட்டுவது, கருப்பு, சிவப்பு கலந்த உடைகளை அணிவது என அனைத்து விதமான யுக்திகளையும் எம்ஜிஆர் கையாண்டார். நாடோடி மன்னன் திரைப்படத்தில் முதன்முதலாக திமுக கட்சிக் கொடியை காட்டியவர் எம்ஜிஆர். அண்ணாவின் மறைவுக்குப் பின்னர் திமுகவிலிருந்து வெளியேறிய எம்ஜிஆர், 1972ல் அதிமுகவைத் தொடங்கினார். அடுத்த 5 ஆண்டுகளில், 1977 முதல் 1987 வரை தமிழகத்தின் முதல்வராக இருந்தார். எம்ஜிஆரைப் போலவே நடிகர் சிவாஜி



கணேசனை காங்கிரஸ் கட்சி பயன்படுத்தியது. நடிகர் சிவாஜி 1962ம் ஆண்டு நடந்த தேர்தலில் பெருந்தலைவர் காமராஜருக்காக சிவாஜி தேர்தல் பிரசாரத்தில் ஈடுபட்டார்.

இந்தியாவில் சட்டப்பேரவைக்கு தேர்வான முதல் திரைப் பிரபலம் லட்சிய நடிகரான எஸ்.எஸ். ராஜேந்திரன் தான். 1962ஆம் ஆண்டில் நடந்த பேரவைத் தேர்தலில் திமுக சார்பில் தேனி தொகுதியில் போட்டியிட்டு வெற்றி பெற்றார். இதே காலக் கட்டத்தில் அதிமுகவில் உறுப்பினராக இருந்த ஜெயலலிதா, 1983ஆம் ஆண்டு அக்கட்சியின் கொள்கை பரப்பு செயலாளர் ஆனார். 1984-1989 காலக்கட்டத்தில் மாநிலங்களவை உறுப்பினராக பதவி வகித்தார், கடந்த 1989ஆம் ஆண்டில் நடந்த பேரவைத் தேர்தலில் போடிநாயக்கனூர் தொகுதியில் போட்டியிட்டு வெற்றி பெற்று சட்டப்பேரவைக்குள் நுழைந்தார். 1991ம் ஆண்டு தமிழகத்தின் முதல்வராக முதல்முறை பொறுப்பேற்றார் ஜெயலலிதா. அதைத்தொடர்ந்து பல்வேறு கால இடைவெளிகளில் 5 முறை தமிழகத்தின் முதல்வராக ஜெயலலிதா பதவி வகித்துள்ளார்.

தமிழகத்தில் எம்ஜிஆரின் மறைவுக்குப் பின், சினிமா நட்சத்திரங்கள் பலருக்கு அரசியல் ஆசை அதிகமானது. ஆனால், எம்ஜிஆர் உயிருடன் இருந்தபோதே அவரது ஆட்சியை விமர்சித்தவர் டி.ராஜேந்தர். திமுக தலைவர் கலைஞரின் அபிமானியான இவர், அவருடன் ஏற்பட்ட கருத்து வேறுபாட்டின் காரணமாக திமுகவில் இருந்து விலகி 1989ஆம் ஆண்டு தாயக மறுமலர்ச்சிக் கழகம் என்ற கட்சியைத் தொடங்கினார். 1991ஆம் ஆண்டு நடந்த பேரவைத் தேர்தலில் ஜெயலலிதாவை எதிர்த்து பர்சூர் தொகுதியில் போட்டியிட்டார். அந்த தேர்தலில் ஜெயலலிதா வெற்றி பெற்றார்.

1996ஆம் ஆண்டில் நடந்த பேரவைத் தேர்தலில் திமுக சார்பில் பூங்காநகர் தொகுதியில் போட்டியிட்டு வெற்றி பெற்றார். பின்னர் மீண்டும் திமுகவில் இருந்து வெளியேறி அதிமுகவில் இணைந்தார். 2006ஆம் ஆண்டு திமுக வெற்றி பெற்ற பின்னர் திமுகவில் இணைந்து சிறுசேமிப்புத் துறை துணைத் தலைவர் பதவி பெற்றார். இது திமுகவில் இருந்தபோது





எம்ஜிஆர், எஸ்.எஸ்.ஆர் வகித்த பதவியாகும். ஜெயலலிதா மறைவுக்குப் பின்னர் லட்சிய திராவிட முன்னேற்றக் கழகம் என கட்சியைத் தொடங்கினார் டி.ராஜேந்தர். கடந்த 1996ஆம் ஆண்டு நடந்த பேரவைத் தேர்தலில் திமுக தமாக கூட்டணி பெருவாரியான வெற்றி பெற்றது. இந்தத் தேர்தலில் இக்கூட்டணியை நடிகர் ரஜினிகாந்த் வெளிப்படையாக ஆதரித்து தொலைக்காட்சியில் பேட்டி அளித்திருந்தார். இதன் பின்னர் வந்த அவரது திரைப்படங்களில் அரசியல் சார்ந்த பஞ்ச வசனங்கள் இடம்பெற்றன. அவை மக்கள் மத்தியில் ஒருநாள் அவர் அரசியலுக்கு வருவார் என்ற எதிர்பார்ப்பை உருவாக்கியிருந்தது. இதே காலக்கட்டத்தில் எம்ஜிஆரின் தீவிர ரசிகரான நடிகர் ராமராஜனின் சினிமா கவர்ச்சி அவரை எம்பியாக்கியது. கடந்த 1998ஆம் ஆண்டு நடந்த மக்களவைத் தேர்தலில் அதிமுக சார்பில் திருச்செந்தூர் தொகுதியில் போட்டியிட்ட ராமராஜனை மக்களவைக்கு அனுப்பியவர் ஜெயலலிதா. ஆனால், அப்போது வாஜ்பாய் தலைமையிலான மத்திய அரசு குறைவான நாள்களில் கவிழ்ந்ததால், ராமராஜன் தனது பதவியை இழந்தார்.

மறைந்த இயக்குநர் ராம நாராயணன், கடந்த 1989ஆம் ஆண்டு நடந்த பேரவைத் தேர்தலில் திமுக சார்பில் காரைக்குடி தொகுதியில் போட்டியிட்டு வெற்றி பெற்றார். தமிழ் சினிமாவில் நகைச்சுவை நடிகர் மறைந்த எஸ்.எஸ்.சந்திரன் தனது ஆரம்பக்கால திரைப்படங்களில் இருந்தே அரசியல் நெடி கலந்த நகைச்சுவைகளை பேசியவர். தொடக்கத்தில் திமுகவில் இருந்த அவர் பின்னர் அதிமுகவில் இணைந்தார்.

கடந்த 2001-2007 காலக்கட்டத்தில் அதிமுக சார்பில் மாநிலங்களவை உறுப்பினராக பதவி வகித்தவர். திரைத்துறையில் பொலிட்டிக்கல் சட்டையர் என்ற பாணி நகைச்சுவையை உருவாக்கியவரும், அரசியல் விமர்சகரும், இதழியலாளருமான சோ. ராமசாமி கடந்த 1999 - 2005 ஆம் ஆண்டு வரை மாநிலங்களவை உறுப்பினராக நியமிக்கப்பட்டார்.

தமிழ்த் திரையுலகில் குணச்சித்திர வேடங்களில் நடித்து தனக்கென ஓர் இடத்தை உருவாக்கிக்

கொண்டவர் நடிகர் சந்திரசேகர். ஆரம்பகாலத்தில் பொதுவுடைமை அரசியல் பேசிய படங்களான சிவப்புமல்லி உள்ளிட்ட திரைப்படங்களில் நடித்த அவர், திமுகவில் இணக்கமாக இருந்து வந்தார். கடந்த 2016ஆம் ஆண்டு நடந்த பேரவைத் தேர்தலில் வேளச்சேரி தொகுதியில் போட்டியிட்டு வெற்றி பெற்று சட்டப்பேரவை உறுப்பினரானார். தற்போது தமிழ்நாடு இயல் இசை நாடக மன்றத்தில் தலைவராக உள்ளார்.

எம்ஜிஆரின் மறைவுக்குப் பின் திரைப்படங்களில் அரசியல் பேசி நடித்து வந்த விஜயகாந்த் கடந்த 2005ம் ஆண்டு தேசிய முற்போக்கு திராவிட கழகம் என்ற அரசியல் கட்சியைத் தொடங்கினார். கடந்த 2006ம் ஆண்டு நடந்த பேரவைத் தேர்தலில் தேமுதிக சார்பில் விருத்தாச்சலம் தொகுதியில் போட்டியிட்டு வெற்றி பெற்றார். அவரைத் தவிர தேமுதிக சார்பில் போட்டியிட்ட யாரும் வெற்றி பெறவில்லை என்றாலும் அந்தத் தேர்தலில் அக் கட்சி பெற்ற வாக்கு சதவீதம் அனைத்து அரசியல் கட்சியினரையும் வியந்து பார்க்கச் செய்தது. இன்று, நாளை, நாளை மறுநாள் வந்துவிடுவார் என எதிர்பார்க்கப்பட்ட நடிகர் ரஜினிகாந்த் தனது உடல்நிலை காரணமாக அரசியலுக்கு வரவில்லை. கலைத்தாயின் இளைய மகனாக மட்டுமே பார்க்கப்பட்டு வந்த நடிகர் கமல்ஹாசன், கடந்த 2018ஆம் ஆண்டு மக்கள் நீதி மய்யம் கட்சியைத் தொடங்கி அரசியலுக்கு வந்தார். கட்சித் தொடங்கிய ஓராண்டுக்குள் வந்த 2019 மக்களவைத் தேர்தலில் மக்கள் நீதி மய்யம் 37 இடங்களில் போட்டியிட்ட அக்கட்சி 3.7 சதவீத வாக்குகளைப் பெற்றது. அதேபோல், 2021ம் ஆண்டு நடந்த சட்டப்பேரவைத் தேர்தலில், கோவை தெற்கு தொகுதியில் போட்டியிட்ட கமல்ஹாசன் தோல்வியடைந்தார்.

இப்படியாக உச்சம் தொட்ட நட்சத்திரங்கள் அரசியலில் உயரத்தை தொட முடியவில்லை. ஆனால் எம்ஜிஆர், ஜெயலலிதா, கலைஞர் போன்ற ஆளுமை மிக்க தலைவர்கள் இருந்த கால அரசியலுக்கும் தற்போது உள்ள அரசியலுக்கும் இருக்கின்ற வேறுபாடு எந்த சூழ்நிலை வேண்டுமானாலும் ஏற்படுத்தலாம். ஒருவேளை விஜய்யின் அரசியல் வருகையும் அப்படி அமையலாம். எது எப்படி இருந்தாலும் அரசியல் கட்சியை துவக்கிய விஜய் அவர்களுக்கு மித்ரா டைம்ஸ் சார்பில் வெற்றி பெற வாழ்த்து தெரிவிக்கிறோம். மக்கள் பணியில் அவர் சிறந்த செயலாற்ற வேண்டும் என்றும் விரும்புகிறோம்.

- மித்ரா டைம்ஸ் ஆசிரியர் குழு

# தமிழக பட்ஜெட் திருப்தியும் அதிருப்தியும்!



ஈட்டப்பேரவையில் தமிழக அரசின் 2024-25ம் நிதி ஆண்டுக்கான பொது பட்ஜெட்டை நிதி அமைச்சர் தங்கம் தென்னரசு தாக்கல் செய்தார். இந்த பட்ஜெட்டில் இடம்பெற்றுள்ள முக்கிய அறிவிப்புகளின் சிறப்பு அம்சங்கள் குறித்து தங்களின் மகிழ்ச்சியை வெளிப்படுத்தும் விதமாக ஆளும் கட்சியினர் மேடைதோறும் குறிப்பிட்டு வருகிறார்கள். 2030க்குள் குடிசையில்லா தமிழகத்தை உருவாக்கும் வகையில், கலைஞரின் கனவு இல்லம் எனும் பெயரில் 6 ஆண்டுகளில் 8 லட்சம் காண்கிரீட் வீடுகள் கட்ட திட்டம்.

2024-25ல் ஒரு லட்சம் வீடுகள் கட்ட முடிவு செய்யப்பட்டுள்ளது. ஒரு வீட்டின் மதிப்பீடு 3.5 லட்சம் என கணக்கிடப்பட்டுள்ளது.

5 லட்சம் ஏழைக் குடும்பங்களைக் கண்டறிந்து வறுமையை அகற்றிட முதலமைச்சரின் தாயுமானவர் வறுமை ஒழிப்புத் திட்டம் தொடங்கப்படும்.

தமிழ்ப் புதல்வன்' எனும் திட்டம் வரும் நிதியாண்டில் இருந்து அறிமுகப்படுத்தப்படும். இத்திட்டத்தின் கீழ், 6 முதல் 12ஆம் வகுப்பு வரை அரசுப் பள்ளிகளில் பயின்று உயர் கல்வி சேரும் மாணவர்கள் பாடப் புத்தகங்கள், பொது அறிவு நூல்கள் மற்றும் இதழ்களை வாங்கி அவர்களது கல்வியை மெருகேற்றிட உதவும் வகையில், மாதந்தோறும் ரூ.1,000 அவர்களின் வங்கிக் கணக்கில் நேரடியாகச் செலுத்தப்படும் என்று தமிழக பட்ஜெட்டில் அறிவிக்கப்பட்டுள்ளது.

தஞ்சாவூர், சேலம், திருப்பூர், வேலூர்

மற்றும் தூத்துக்குடியில் நியோ டைடல் பூங்காக்கள் உருவாக்கப்படும். இதன்மூலம் 13,000 பேருக்கு வேலைவாய்ப்புகள் கிடைக்கும்.

நீலக்கொடி கடற்கரைச் சான்றிதழ் பெற்ற தமிழக கடற்கரைகளான சென்னை - மெரினா, கடலூர்- சில்வர் பீச், விழுப்புரம் -மரக்காணம், நாகப்பட்டினம்- காமேஸ்வரம், புதுக்கோட்டை - கட்டுமாவடி, ராமநாதபுரம் - அரியமான், தூத்துக்குடி- காயல்பட்டினம் மற்றும் திருநெல்வேலி - கோடாவிளை ஆகியவை மேம்படுத்த ரூ.250 கோடி ஒதுக்கீடு.

ரூ.5,718 கோடி மதிப்பிலான 6,071 ஏக்கர் கோயில் நிலங்கள் மீட்கப்பட்டுள்ளன. 1,000 ஆண்டுகள் பழமை வாய்ந்த கோயில்களில் ரூ.100 கோடி மதிப்பீட்டில் திருப்பணிகள் மேற்கொள்ளப்படும்.

மலைப் பகுதிகளில் வாழும் மகளிர் பயன்பெறும் வகையில் நீலகிரி மாவட்டம், கொடைக்கானல், வால்பாறை போன்ற மலைப்பகுதிகளுக்கும் மகளிர் கட்டணமில்லா பேருந்து பயணத் திட்டம் விரிவுபடுத்தப்படும் என்று தமிழக பட்ஜெட்டில் தெரிவிக்கப்பட்டுள்ளது.

இதுபோன்ற பல்வேறு நலத்திட்டங்கள் இந்த பட்ஜெட்டில் மக்கள் நலனை கருத்தில் கொண்டு உருவாக்கப்பட்டுள்ளதாக மகிழ்ச்சியுடன்

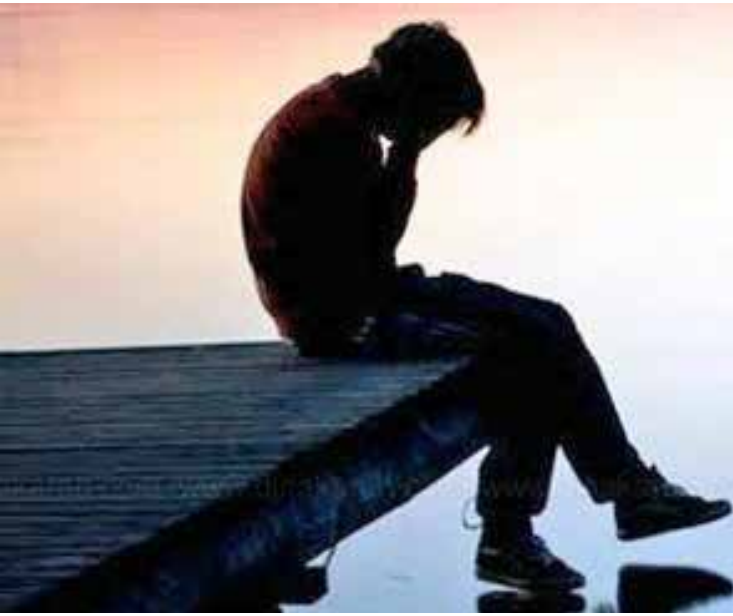
தெரிவிக்கும் ஆளுங்கட்சியினருக்கு எதிர்க்கட்சியினர் இந்த பட்ஜெட்டில் உள்ள குறைபாடுகளை சுட்டிக்காட்டி தங்களது வெளிப்படுத்தி உள்ளனர். பாட்டாளி மக்கள் கட்சி தலைவர் டாக்டர் அன்புமணி ராமதாஸ் தன்னுடைய அறிக்கையில் வெளியிட்ட கருத்துக்களை காண்போம்.

“தமிழ்நாடு மீள முடியாத கடன் வலையில் சிக்கிக் கொள்வதை நோக்கி பயணிப்பதை 2024-25 ஆம் ஆண்டிற்கான நிதிநிலை அறிக்கை உறுதி செய்திருக்கிறது. 2024-25 ஆம் ஆண்டின் நிறைவில் தமிழ்நாடு அரசின் நேரடிக் கடன் மட்டும் ரூ.8,33,361 கோடியாக அதிகரிக்கும் என்பதும், ஓராண்டிற்கான வட்டியாக ரூ.63,722 கோடியாக செலுத்த வேண்டும் என்பதும் தமிழகத்தின் எதிர்காலம் குறித்த அச்சத்தை ஏற்படுத்துகின்றன. தமிழ்நாட்டின் பொருளாதாரம் அனைத்து வழிகளிலும் வீழ்ச்சியடைந்து வருவதையே தமிழக அரசின் நிதி நிலை அறிக்கை காட்டுகிறது. புதிய கொள்கைகளின் மூலம் தமிழகத்தின் உற்பத்தியை அதிகரித்தல், வரியில்லாத வருமானத்தை அதிகரித்தல், செலவுகளைக் குறைத்தல் ஆகியவற்றின் மூலம் தமிழ்நாட்டை பொருளாதார வீழ்ச்சியிலிருந்து மீட்டு, முன்னேற்றுவதற்கான நடவடிக்கைகளை அரசு மேற்கொள்ள வேண்டும்.

மேகதாது அனை கட்டப்படும் என்பதை கர்நாடக அரசும், புதிய முல்லைப்பெரியாறு அனை கட்டப்படும் என்பதை கேரள அரசும் அம்மாநில நிதிநிலை அறிக்கைகளின் ஓர் அங்கமாக மாற்றிக் கொண்டிருக்கும் நிலையில், மேகதாது, முல்லைப் பெரியாறு விவகாரங்களில் தமிழகத்தின் நலன்கள் பாதுகாக்கப்படும் என்ற வாக்குறுதியைக் கூட நிதிநிலை அறிக்கையில் தமிழக அரசு அளிக்காதது பெரும் ஏமாற்றத்தை அளிக்கிறது” என்கிறார் டாக்டர் அன்புமணி ராமதாஸ்.







# கவலை என்பது பேப்பர் வெயிட!

கவலைகள் பலவிதம். ஒவ்வொன்றும் ஒருவிதம்.

'மதிப்பெண் குறைந்து விட்டது', 'கேட்ட சப்ஜெக்ட் கிடைக்கவில்லை', 'பிடித்த கல்லூரியில் படிக்க வாய்ப்பில்லை' என்பது போன்ற கவலைகள் படிக்கும் மாணவனுக்கு.

'வேலை இல்லை', 'போதிய சம்பளம் கிடைக்கவில்லை' போன்ற கவலைகள் படித்த இளைஞனுக்கு. இப்படி அவரவர்க்கு ஆயிரம் கவலைகள். ஆயிரத்துக்கும் மேற்பட்ட அரிய கண்டுபிடிப்புகளுக்கு காரணமானவர் தாமஸ் ஆல்வா எடிசன். எடிசன் பலமுறை தோல்வி கண்டவர். ஒரு முறை எடிசனின் ஆய்வுக்கூடம் கட்டுப்படுத்த முடியாத அளவுக்கு தீப்பிடித்து எரிந்து கொண்டிருந்தது. அந்த நேரத்திலும் கூட தன் மனைவியை அழைத்து 'அம்மாவைக் கூப்பிடு, இது மாதிரி ஒரு தீ விபத்தை அம்மா இனிமேல் எங்கேயும் பார்க்க முடியாது' என்றாராம்.

சோதனைகள் பல வந்த போதும் அவர் மனம் கலங்கியதில்லை. கவலை கொண்டதில்லை. நாடு முழுவதும் பேசப்படுபவர். உலக நாடுகளை அண்ணாந்து பார்க்கக் கூடிய அளவுக்கு உயர்ந்தவர் முன்னாள் குடியரசுத் தலைவர் அப்துல் கலாம் அவர்கள். அவருடைய மாணவப் பருவத்தில் தனக்கு அன்பளிப்பாக வந்த புத்தகத்தை விற்கும் அளவுக்கு வறுமையில் இருந்த போதும் அதைப்பற்றி கவலை கொள்ளாமல் வாழ்க்கையில் எதிர்நீச்சல் போட்டு வெற்றி கண்டார். 'மாமனிதன் யாரெனில் எவன் ஒருவன் தவிர்க்க முடியாததை துணிச்சலுடன் ஏற்றுக் கொண்டு அதைப் பொறுமையுடன் தீர்த்துக் கொள்கிறானோ அவன்தான்' என்கிறார் தத்துவப் பேரறிஞர் நீட்சே.

வாழ்க்கை என்றால் இன்ப துன்பங்கள் இருக்கும். சில சமயங்களில் துன்பத்தின் காரணமாக கவலை கொள்ள நேரிடும். தவறில்லை, ஆனால் அதை விடாப்பிடியாகக்

கொண்டு வாழக் கூடாது. கவலையே வாழ்க்கையாகி விடக்கூடாது.

பெரும்பான்மையானோர் இந்தக் கவலைகளைக் கண்டு கொள்வதே இல்லை. நடப்பது நடக்கட்டும் என்று விட்டு விடுகிறார்கள். வருமானம் வரட்டும், செலவுகள் அன்றாடம் இருக்கவே செய்கின்றன. மிஞ்சுவது வளர வளர, அந்தச் சேமிப்புகள் அவ்வப்போது எழும் ஆசைகளுக்கு அர்ப்பணம் ஆகும். புதிய டி.வி, கார், புது மாடல் செல்ஃபோன் என வீடெங்கும் பரிமளிக்கும். பத்து வருடங்கள் என்ன, பத்து மாதங்கள் கழித்து கூட என்ன ஆகும் என்ற எண்ணமே கிடையாது. ஆனால் இவற்றிற்கெல்லாம் இடையில், நிலத்திற்கு கீழ் ஓடும் நதியைப் போல அடிமனதில் எதிர்காலம் குறித்த கவலை சலசலத்துக் கொண்டே இருக்கும்.

அந்தக் கவலை அவர்களை எந்த மகிழ்ச்சியிலும் திளைத்து விட முடியாதபடி அவர்களை திசை திருப்பிக் கொண்டே இருக்கும் இதனால் அவர்கள் வாழ்க்கையில் அனுபவிக்க வேண்டிய சிறப்பான வாழ்க்கையை தொடர முடியாமல் மன உளைச்சல் மன அழுத்தம் என்கிற ரீதியில் தங்களை உடல் ரீதியாகவும் தங்களை சுற்றி உள்ளவர்களை மன ரீதியாகவும் கவலைப்பட வைத்து விடுகிறார்கள்.

கவலை என்பது பேப்பரில் உள்ள எழுத்துக்களைப் போல அவ்வப்போது அதைப் படித்துப் பார்த்து தாள்களை கிழித்து எறிந்து குப்பை கூடையில் போட்டு விட்டால் அது நிம்மதியாக நம்மை விட்டுவிடும் அதை விடுத்து அந்த பேப்பரில் மீது பேப்பர் வைத்து நம் மனதில் சுமத்தி வைத்துக் கொண்டு இருந்தால் நிம்மதி இருக்காது. எனவே பேப்பர் வெயிட் என்கிற கவலையை எடுத்து மனதுக்குள் உள்ள துன்பங்களை தூக்கி எறிந்து கவலைகளை மறந்து வாழ்வியலை ரசிப்போம் உறவுகளோடு மகிழ்ச்சியாக வாழ்வோம்.

# கணினியில் 160ஆண்டு சொத்து ஆவணங்கள் பதிவேற்றம்!

- தமிழக அரசு சிறப்பு ஏற்பாடு!

மாறிவரும் தொழில்நுட்பங்களுக்கு ஏற்ப அரசு துறை நிறுவனங்கள் தங்களை புதுப்பித்துக் கொள்கின்றன அந்த வகையில் பத்திரப்பதிவு துறையும் கணினி மயத்தை பயன்படுத்தி பல்வேறு புதிய புதிய உத்திகளை புகுத்தி வருவாயை ஈட்டி வருகிறார்கள். மேம்போக்காக பார்க்கும்போது பொதுமக்களுக்கு வசதி என்று சொல்வதை விட அரசாங்கத்துக்கு வருவாய் என்று சொல்வது தான் சால பொருத்தமாக இருக்கும். ஒரு சில சௌகரியங்கள் தெரிந்தாலும் பெரும்பாலும் மக்களை அலைக்கழிப்பதாகவே இந்த மாற்றங்கள் உள்ளதாக பதிவுக்கு வருபவர்கள் குறைபாட்டுக் கொள்கிறார்கள். எதையும் முதலில் செய்யும்போது இப்படிப்பட்ட குறைபாடுகளை சுட்டிக்காட்டத்தான் செய்வார்கள். காலப் போக்கில் பழகிக்கொண்டால் அவர்களுக்கு அது சௌகரியமாக இருக்கும் என்று ஒரு தரப்பினர் குறிப்பிடுகிறார்கள். அரசு புதிய புதிய ஏற்பாடுகளை பதிவுத்துறையில் செய்து வருகிறது.

தமிழ்நாடு அரசின் மற்ற துறைகளை போலவே பத்திரப்பதிவு துறையும் முழுக்க முழுக்க ஆன்லைன்மயமாக்கிவிட்டது.. அதேபோல, ஒவ்வொரு வருடமும் வருவாய் இலக்கு நிர்ணயித்து, பத்திரப்பதிவு துறை செயல்பட்டு வருகிறது. அந்தவகையில், இந்த வருடம் நிர்ணயிக்கப்பட்டுள்ளதோ ரூ.25,000 கோடி வருவாய் ஆகும்..

இதை மையப்படுத்திதான், இந்த இலக்கை எட்டி பத்திரப்பதிவு பயணப்பட்டு வருகிறது. இதற்காகவே, பல்வேறு அதிரடிகளையும், அறிவிப்புகளையும், வெளியிட்டு வருவதுடன், பொதுமக்களுக்கான சலுகைகளையும் வழங்கி வருகிறது..

இதில் ஒருபகுதியாக, சுபமுகூர்த்த தினங்களில் சார்பதிவாளர் அலுவலகத்தில் கூடுதல் டோக்கன்கள் விநியோகிக்கப்படுகின்றன. இந்த நாட்களில் மட்டும், பத்திரப்பதிவு சற்று அதிகமாகவே நடக்கும் என்பதால், கூடுதல் வசூல் கிடைத்தும் வருகிறது..



இதைத்தவிர, மேலும் சில விடுமுறை நாட்களிலும் கூடுதல் பத்திரப்பதிவை மேற்கொள்ள மக்கள் கோரிக்கை விடுத்து வந்ததால், அதற்கேற்றபடியும் விசேஷ டோக்கன்கள் கூடுதலாக விநியோகிக்கப்படுகின்றன.

இனி வரும் காலங்களிலும், இலக்கை எட்டிப்பிடிக்க பதிவுத்துறை மும்முரமாகி வருகிறது. அதுமட்டுமல்ல, பதிவுக்கு வரும் பொதுமக்களின் பணிகளை சிறப்பாக செய்து, புகாருக்கு இடமின்றி அனைத்து அலுவலர்களும், பணியாளர்களும் பணிபுரிய வேண்டும் என்றும் அரசு நிர்ணயித்த வருவாய் இலக்கை அடைய வேண்டும் என்றும் நிர்வாகிகளுக்கு முக்கிய உத்தரவும் பிறப்பிக்கப்பட்டிருக்கிறது.

பதிவுத்துறை தொடங்கப்பட்டதிலிருந்து பதிவு செய்யப்பட்ட 10 கோடி ஆவணங்கள் தற்போது ஒளிவருடல் செய்யப்பட்டு மையக் கணினியில் சேமிக்கப்பட்டுள்ளன. சொத்து தொடர்பான உயில், டிரஸ்ட், இதர ஆவணங்களை தவிர்த்து, எந்த ஆவணத்துக்கும் இணைய வழியில் விண்ணப்பிக்கவும், தேவையான கட்டணங்களை இணையவழியிலேயே செலுத்தி பொதுமக்கள் பெற வசதிசெய்யப்பட்டுள்ளது. ஒளிவருடல்செய்யப்பட்ட ஆவணங்களை சேமிப்பதற்கும், அதிவிரைவாக, மின்னணு கையொப்பமிட்ட சான்றிட்ட நகல்களை பொதுமக்களுக்கு வழங்குவதற்கும் ஏதுவாக, அதிவிரைவு சேமிப்பு கலன்கள் ரூ.31.49 கோடியில் வாங்கப்பட்டு ஆவண நகல்கள் சேமிக்கப்பட்டுள்ளன.

சார் பதிவாளர்களுக்கு, பதிவுத் துறை தலைமை பிறப்பித்துள்ள உத்தரவில்பதிவுக்கு வரும் ஆவணங்களில், சொத்து பரிமாற்றம் தொடர்பான விபரங்களை சரிபார்ப்பதில், கூடுதல் கவனம் செலுத்தப்படுகிறது. இத்துடன் முத்திரைத்தாள் தொடர்பான விஷயங்களிலும் சார் பதிவாளர்கள் கவனம் செலுத்த வேண்டும் முத்திரைத்தாள் யார் பெயரில் வாங்கப்பட்டுள்ளது என்பதை கவனிக்க வேண்டும். சொத்தை எழுதி கொடுப்பவர், வாங்குபவரில் ஒருவர் பெயரில் மட்டுமே முத்திரைத்தாள் வாங்க வேண்டும் விற்பவர், வாங்குபவர் தவிர்த்து, வேறு பெயர்களில் வாங்கப்பட்ட முத்திரைத்தாளில் எழுதப்பட்ட பத்திரங்களை பதிவுக்கு ஏற்கக்கூடாது முத்திரைத் தாளில் அதை விற்கும் முகவர் குறித்த விபரங்கள் முறையாக இடம்பெற வேண்டும்; அவற்றில் திருத்தங்கள் இருக்கக் கூடாது. இந்த விபரங்கள், சார் பதிவாளருக்கு புரியும் வகையில் இருக்க வேண்டும் எந்த தேதியில் முத்திரைத் தாள் வாங்கப்பட்டதோ, அதற்கு பிந்தைய நாளில் சொத்து பரிமாற்ற நிகழ்வுகள் குறிப்பிடப்பட வேண்டும் முத்திரைத்தாள் விற்கப்பட்ட தேதியில் இருந்து, ஓராண்டு வரையிலான காலத்துக்குள் அதில் எழுதப்பட்ட சொத்து பரிமாற்றத்தை பதிவு செய்யலாம்.

# மக்கள் தங்கும் இலவச இல்லம்: ஆந்திர மருத்துவ தம்பதிகள் அசத்தல்!

ஹைதராபாத்தில் வசித்து வருகிறார் 56 வயதாகும் டாக்டர் சூர்யபிரகாஷ். இவரது மனைவி பரமேஷ்வரியும் டாக்டர் தான். இவர்கள் மக்கள் எல்லோரும் பயன்படுத்தும் வகையில் வீடு ஒன்றை நடத்தி வருகிறார்கள்!

இங்கு வரும் எவரும் அமர்ந்து ஓய்வு எடுக்கலாம், படிக்கலாம், சாப்பிடலாம், தங்கியிருக்கலாம்! மொத்தத்தில் தங்கள் விருப்பம் போல் இருந்துகொள்ளலாம். முன்பின் அறிமுகமில்லாத நபர்களை வீட்டிற்குள் சேர்க்கத் தயக்கம் காட்டும் மக்களுக்கு மத்தியில் இப்படி ஒரு வியப்புக்குரிய மனிதரா என மக்கள் வியந்து பேசி வருகின்றனர்.

சூர்யபிரகாஷ் மற்றும் அவரது மனைவி தொடங்கியிருக்கும் இந்த இல்லத்திற்கு 'அனைவருக்குமான இல்லம்' (அந்தரி இல்லம்) எனப் பெயர். இந்த இல்லம் காலை 5.30 மணி முதல் இரவு 1 மணி வரை திறந்திருக்கும். இந்த இல்லம் ஹைதராபாத் நகரின் கொத்தாபேட் பகுதியில் அமைந்துள்ளது.

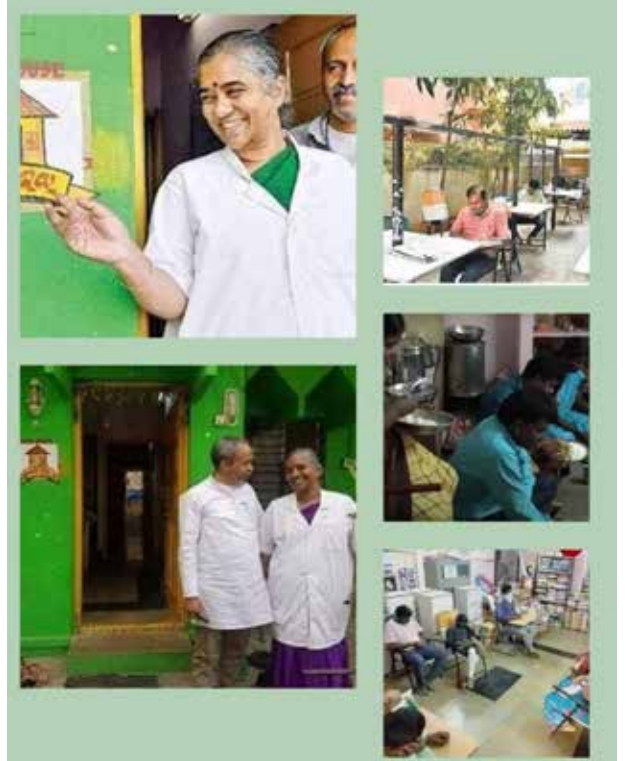
தன்னைச் சுற்றியிருப்பவர்கள் பசியுடன் இருக்கக்கூடாது என்பது டாக்டர் சூர்யபிரகாஷின் விருப்பம். இங்கு வருபவர்களின் வயிற்றுப் பசிக்கு மட்டுமல்லாது அறிவுப்பசிக்கும் தீனி போடுகிறார் இந்த மருத்துவர். வீட்டில்

இருபுறமும் புத்தக அலமாரிகள் அமைக்கப்பட்டு புத்தகங்கள் அழகாக அடுக்கி வைக்கப்பட்டுள்ளன. வேண்டிய புத்தகத்தை வருபவர்கள் எடுத்துப் படிக்கலாம்.

இந்த வீட்டுக்கு வருபவர்கள் சமையல் செய்து கொள்ள வசதி செய்யப்பட்டு உள்ளது.. இங்கு வருபவர்கள் தாங்களே சமைத்துச் சாப்பிடலாம். அவர்கள் சமைத்துச் சாப்பிடத் தேவையான அரிசி, காய்கறி, சிலிண்டர் போன்ற பொருட்களை டாக்டர் சூர்யபிரகாஷ் கொடுத்துவிடுகிறார்.

இந்த இல்லம் அனைவருக்காகவும் வெயில், மழை என எல்லா நேரங்களிலும் திறந்திருக்கின்றன. கொரோனா சமயத்திலும் இது திறந்திருந்ததால் பலருக்கும் பேருதவியாக இருந்துள்ளது.

சுமார் 38 ஆண்டுகளாக சமூக சேவையில் ஈடுபட்டு வரும், 800க்கும் மேற்பட்ட கொரானா நோயாளிகளுக்கு மருத்துவ சேவையாற்றி



காப்பாற்றிய டாக்டர் சூர்யபிரகாஷ் இதை வியாபார நோக்கத்துடன் செய்யவில்லை. சமூக சேவைக்காக தன் வாழ்க்கையை அர்ப்பணித்துள்ள இந்த மருத்துவர் யாரிடமும் நன்கொடை எதையும் பெற்றுக்கொள்வதில்லை. இந்தப் பகுதியில் குடியிருப்புகள் அதிகமாக உள்ளதால், நள்ளிரவு 1 மணி வரை அந்தரி இல்லம் செயல்பட போலீசார் அனுமதி வழங்கியுள்ளதாக கூறப்படுகிறது.

இதுகுறித்து, வீட்டின் உரிமையாளரும், மருத்துவருமான சூர்யபிரகாஷ், "எந்தவொரு குடிமகனும் எப்போது வேண்டுமானாலும் இங்கு வரலாம். உணவு சமைக்கவும், சாப்பிடவும், புத்தகங்களைப் படிக்க நேரத்தைச் செலவிடவும் கட்டணமில்லா ஒரு வீடு இது. கட்டணம் செலுத்த பணம் இல்லாத மாணவர்கள், உணவு வாங்க முடியாத, வேலை தேடுபவர்கள், பல நாட்களாக உணவு இல்லாமல் தெருக்களில் சுற்றித் திரிபவர்கள், வீடல்லா பெண்கள் வரை அனைவருக்கும் இது ஒரு திறந்த மாளிகை. சாதி, மதம், இனம், மொழி என எந்த வேறுபாடுமின்றி அனைவருக்கும் இந்த வீடு அடைக்கலம் தரும்" என்று சொல்கிறார்!

- தகவல்: அம்ராபாண்டியன்



# நல்ல நேரம் உண்மையா?

இந்தியாவில் தொழில் பன்றதா இருந்தாலும் கல்யாணம் பன்றதா இருந்தாலும், எது பன்றதா இருந்தாலும் நேரம்னு ஒன்னு பாக்காமா பண்ண மாட்டோம்.....

இந்த மணி பாக்குறோமே இந்த மணி சரியான மணியா இல்ல நாம குத்துமதிப்பான மணியத் தான் பாக்குறோமானு அறிவியல் படி ஆதாரமாகவே தெரிந்து கொள்ளத் தான் இந்த பதிவு...

ஒரு வருசத்துக்கு 365 நாள்னு எல்லாரும் சொல்லுவோம்..ஆனா அது சரியான கணக்கு இல்ல...

365 நாள்+கால் நாள் ஒரு வருசத்துக்கு இந்த கால் நாள் இருக்குல இதை தான் நாம 4 வருசத்துக்கு ஒருக்கா இதுல சேர்த்துட்டு ஒரு நாளை கணக்கு வச்சுட்டு...லீப் வருசமா 366 நாள்னு கணக்கீடுக்காக வைக்குறோம்..

இதுலையே 6 மணி நேரம் வருசத்துக்கு மிஸ் ஆகுது...இதுவும்

ஓரிசினலா நேரம் இல்ல..

ஒரு நாளைக்கு 24 மணிநேரம்னு நாம ஒரு ரவுண்டா வேணும்றதுக்காக வைத்து இருக்கோம் ஆனா ஒரு நாளைக்கு 23மணி நேரம் 56நிமிடம் 4 வினாடி தான்..

இதுலையும் ஒரு 4நிமிடம் தினமும் குறையுது...

இதுவும் ஓரிசினல் இல்ல..

உலகம் முழுவதும் ஒரே மாதிரி நேரம் வேணும்னு தாலமி அப்டறவரு பூமிய சுத்தி அட்சக்கோடு தீர்க்கக்கோடுனு கற்பனையா வரைஞ்சாரு...

அந்தக் கோடுகளை வரைஞ்ச பிறகு உலகத்துல எந்த பகுதில இருந்து நேரத்தை கணக்கிடுறதுனு விஞ்ஞானிகள்ட சண்டை வர இறுதியா பழமையான ஆராய்ச்சி மையம் பூமிக்கு நடுமையத்துலையும் இருக்க இங்கிலாந்துல இருக்கும் கிரீன்விச்ல இருந்து ஆரம்பிக்கலாம் அந்த இடத்துல என்ன மணி இருக்கோ அதை வச்சு உலகம் முழுக்க கணக்கு பண்ணிக்கலாம்னு ஒரு முடிவுக்கு வந்தாங்க..

இந்தியாவுக்கும் இங்கிலாந்துக்கும் நேரம் வித்தியாசமே 5 1/2 மணிநேரம் வித்தியாசம்..

இதுலையும் சரியான நேரம் இல்ல...

சரி அதுவும் வேணாம் விடுங்க....இந்தியாவுல நாம பாக்குற நேரம் தான் சரியான நேரமானு பார்த்தா அதுவும் இல்ல....ஏன் அப்டினா

இந்தியால மேற்கில் மும்பையில இருந்து கிழக்கில் அருணாச்சல பிரதேசம் வரை உள்ள தூரம் 2933கிமீ.



அதனால தினமும் 2 1/2 மணி நேரத்துக்கு முன்னாடியே.... அருணாச்சல பிரதேசத்துல சூரியன் உதிச்சரும்...

நமக்கு அப்ப தான் 5 மணி ஆகிட்டு இருக்கும்.

விடிஞ்சுருக்காது நமக்கு...

ஆனா அங்க 7.30 மணி ஆகிடுக்கும்..

ஒரு நாட்டுக்குள்ளையே ஒவ்வொரு மாதிரி நேரம் இருந்தா நாட்டை எப்படிமுறைப்படுத்த முடியும்.. அரசுப் பணியாளர்களை வேலைக்கு எந்த நேரத்துல அனுப்புறதுனும் இந்திய அரசுக்கு குழப்பம் வந்துருச்சு...

அப்போ தான் தாலமி வரைஞ்ச கோட்டை வச்சு...இந்தியாவுல நடு இடத்துல இருக்க அதாவது 2933 கிமீட்டரை பாதியா பிரிச்சு அது எந்த இடத்துல இருக்குனு பார்த்தாங்கா...அது தான்...

உத்திரபிரதேச மாநிலம் அலகாபாத் ஊர்... அதனால அந்த இடத்துல என்ன நேரம் இருக்கோ அதே நேரத்தை இந்தியா முழுக்க பயன்படுத்திக்கலாம்..... அது தான் சரியான தீர்வா இருக்கும்னு அரசு முடிவுக்கு வந்தாங்க....

அன்றில் இருந்து அலகாபாத்ல இருக்க நேரம் தான் இந்தியாவோட பொதுவான நேரமா மாறிருச்சு...

சொல்லப்போனா நாம இப்ப பாக்குற நேரம் நம்ம தமிழ்நாட்டுல நம்ம ஊர்ல உள்ள நேரம் இல்ல....உத்திர பிரதேசத்துல அலகாபாத்ல இருக்க நேரம்.... இதே தான் எல்லா மாநிலத்துக்கும் இப்ப இருக்கு...

அதாவது மிகத் துல்லியமான நேரம்னு இந்தியாவுலையோ உலகத்துலையோ எங்கையும் இல்ல..

இதுல குழந்தை பிறந்த நேரத்தை வச்ச ஜாதகம் எழுதுறீங்க.. எதிர்காலத்தை கணிக்கிறீங்களே இது நம்மை நாமே முட்டாளா ஆக்கிக்குற விசயம் இல்லையா..

- பி.முத்தராஜ்

# உயிர் காக்கும் ஹெல்மெட்: உபயோகத் தகவல்கள்!



“ஒரு விபத்தின்போது 80 கிலோ எடையுள்ள ஒருவர், 1 மீட்டர் உயரத்திலிருந்து கீழே விழந்தால் 800 கிலோ வேக பலத்தில் விழுவார்...”

அதுவே 2 மீட்டர் உயரத்திலிருந்து விழந்தால் 1600 கிலோ வேக பலம்.

இவ்வளவு வேக பலத்தை ஹெல்மெட் போடாத நமது தலையால் நிச்சயம் தாங்கிக்கொள்ள முடியாது.

800 கிலோ வேக பலம் தாக்கினாலே மனித மண்டையோடு உடைந்துவிடும். இதனால் மூளை நரம்புகள் பாதிக்கப்பட்டு இறப்பு நேரிடலாம். இதைவிடவும் பல மடங்கு அதிக வேக பலம் நம் தலையைத் தாக்கினாலும் அதைத் தடுக்கும் வேலையைத்தான் ஒரு ஹெல்மெட் செய்கிறது.

அவ்வளவு பலத்தைத் தாங்க, ஒரு குறிப்பிட்ட தரத்தில் (ஐ.எஸ்.ஐ) ஹெல்மெட் தயாரிக்கப்படவேண்டும்!”

“அது என்ன ஐ.எஸ்.ஐ. தரம்?”

இந்தியாவில் தயாரிக்கப்படும் தரமான ஹெல்மெட்டுக்கு “பீரோ ஆஃப் இந்தியன் ஸ்டாண்டர்ட்” எனும் பி.ஐ.எஸ் நிறுவனம் தரச் சான்றிதழ் கொடுக்கிறது. அதன் கீழ் வரும் ஐ.எஸ் 4151 பிரிவில்தான் ஹெல்மெட்டின் தர விதிகள் உள்ளன. இதன்படி ஏ.பி.எஸ் என்று சொல்லப்படும் ஒருவகை உயர் தரமுடைய பிளாஸ்டிக் பொருளை மேல்பகுதியாகப் பயன்படுத்த வேண்டும்.

அதன் இடைப்பட்ட பகுதியில்... அதாவது, நடுப்பகுதியில் அடர்த்தியான தெர்மாகோல் இருக்க வேண்டும். இது தவிர, சின் ஸ்ட்ராப் எனப்படும் தாடை நாடா எவ்வளவு இருக்க வேண்டும், அதன் லாக் எப்படி இருக்க வேண்டும், தலைக்கு ஏற்ற மாதிரி என்ன வடிவத்தில் உட்புறம் இருக்க வேண்டும் என்பதெல்லாம்

இந்த ஐ.எஸ் தர விதியில் இருக்கிறது.

இந்த ஹெல்மெட்டுகளில் ஐ.எஸ்.ஐ முத்திரையும் கூடவே IS4151 என்ற குறியீடும் குறிப்பிடப்பட்டிருக்கும்.

இந்த ஐ.எஸ் விதிகளுக்கு மாறாக சிமென்ட், பேப்பர் கூழை இறுக வைத்து ஹெல்மெட் செய்து விலை மலிவாக சந்தையில் விற்கிறார்கள். பலத்த பாதிப்பைத் தாங்கக்கூடிய அடர்த்தியான தெர்மாகோலுக்கு பதிலாக தடிமன் இல்லாத தெர்மாகோல் பயன்படுத்துகிறார்கள்.

இவற்றை வாங்கி அணிந்தால் ஹெல்மெட் போட்டும் போடாத கதைதான்...

“எதைத் தேர்ந்தெடுப்பது?”

“நமது தலையின் அளவுக்கு ஏற்ப சரியாக ஃபிட் ஆகும் ஹெல்மெட்டை மட்டும்தான் வாங்க வேண்டும். ரொம்பவும் லூஸாக இருந்தால் அடிபடும்போது அந்த ஹெல்மெட்டே நமது தலையைப் பதம் பார்க்கலாம். சதுரம், கூம்பு வடிவம் என டிசைனர் ஹெல்மெட்களைத் தவிர்க்க வேண்டும். ஹெல்மெட் ரவுண்டாக இருந்தால் மட்டுமே விபத்தில் பாதிப்பு குறைவாக இருக்கும்.”

“எப்படி அணிய வேண்டும்?”

“ஹெல்மெட் போட்டும் நாடி நாடாவைப் போடாமல் இருப்பது ஹெல்மெட்டை நழுவவிடச் செய்யும்.

ஆக, ஒரு விரல் அல்லது இரண்டு விரல் மட்டும் செல்லக்கூடிய இடைவெளியில் நாடாவை அணிந்துகொள்வது நல்லது. அதன் லாக்கும் சுலபத்தில் விலகி விடாமல் பார்த்துக்கொள்ள வேண்டும்.” “சிறந்த தலைக்கவசம் அணிவோம்.. தலைசிறந்த பாதுகாப்பு பெறுவோம்..

- பி.முத்தராஜ்

# பெனிசிலின் தந்த ஃபிளெமிங்!

1881 ஆம் ஆண்டு ஆகஸ்ட் 6ஆம் தேதி ஸ்காட்லாந்தில் லாக்ஃபில் எனும் நகரில் ஓர் எளிய விவசாய குடும்பத்தில் பிறந்தார் அலெக்ஸாண்டர் ஃபிளெமிங். அவர் விவசாயத்தில் ஈடுபடுவார் என குடும்பத்தினர் எதிர்பார்த்தனர். ஆனால் ஃபிளெமிங் விவசாயத்திலும் ஈடுபடாமல் படிப்பையும் மேற்கொள்ளாமல் ஓர் நிறுவனத்தில் சுமார் 4 ஆண்டுகள் எழுத்தராகப் பணி புரிந்தார். அந்த அளவு வறுமை! பின் தமது 20 ஆவது வயதில் சர்ச்சில் தந்தை பண உதவி செய்ய லண்டனில் செயின்ட் மேரி மருத்துவப் பள்ளியில் சேர்ந்து மருத்துவம் பயின்றார்.

டைபாய்டு காய்ச்சலுக்கு மருந்து கண்டுபிடித்த சர் ஆம்ராட் எட்வர்ட் ரைட் என்பவர்தான் ஃபிளெமிங்கிற்குப் பேராசிரியராக இருந்தார். 1906 ஆம் ஆண்டு மருத்துவத்தில் சிறப்பு தேர்ச்சிபெற்று அந்த பேராசிரியரிடமே உதவியாளராகச் சேர்ந்தார் ஃபிளெமிங். தனது பேராசிரியரைப் போலவே தானும் மனிதகுலத்துக்கு உதவும் ஏதாவது ஒரு மருந்தைக் கண்டுபிடிக்க வேண்டும் என்ற கனவு அவரிடம் இருந்தது.

பாக்டீரியா கிருமிகளைப்பற்றி ஆராயத் தொடங்கினார். முதல் உலகப்போரில் அவர் இராணுவ மருத்துவக் குழுவில் ஒரு கோடனாக இருந்தபோது சரியான மருந்து இல்லாமல் மடிந்துபோன போர் வீரர்களின் நிலை அவரை சிந்திக்க வைத்தது.

அந்தக்கால கட்டத்தில் கார்பாலிக் அமிலம்தான் கிருமிக் கொல்லியாக பயன்படுத்தப்பட்டு வந்தது. ஆனால் அந்த அமிலம் கிருமிகளைக் கொல்லும் அதே வேளையில் இரத்தத்தில் உள்ள வெள்ளை அணுக்களையும் சில சமயம் அழித்து விடுகிறது. முதலாம் உலகப்போரில் சுமார் 7 மில்லியன் வீரர்கள் காயம்பட்டு இறந்தனர். அதன்பிறகுதான் கார்பாலிக் அமிலம் சரியான மருந்து அல்ல என்பதை ஃபிளெமிங்கும் அவரது பேராசிரியரும் உலகுக்கு அறிவித்தனர். அதோடு நின்றுவிட்டால் போதுமா? சரியான மருந்தை கண்டு பிடிக்க வேண்டாமா?

உலகப்போர் முடிந்த கையோடு மீண்டும் ஆராய்ச்சிக்கூடத்திற்குத் திரும்பினார் ஃபிளெமிங். கிருமிகளைக் கொல்லும் மருந்து வேண்டுமென்றால் முதலில் கிருமிகளின் தன்மைகளை பற்றி தெரிந்துகொள்ள வேண்டுமல்லவா?



எனவே தனக்கு கிருமி தொற்றக்கூடும் என்ற அச்சம் கொஞ்சம்கூட இல்லாமல் பலவகை கிருமிகளை வளர்த்து அவற்றின் மீது சோதனை செய்தார் ஃபிளெமிங். 1928 ஆம் ஆண்டு லண்டனில் இலையுதிர் காலத்தில் அந்த சம்பவம் நிகழ்ந்தது. இரண்டு வாரம் விடுமுறைக்காகச் சென்றிருந்தார் ஃபிளெமிங். விடுமுறைக்குச் செல்லும் முன் அவர் ஒரு ஆய்வுக்கூட வட்டில் ஸ்டெபிலோ காக்கஸ் என்ற கிருமியை சேமித்து வைத்துவிட்டுச் சென்றார். அந்தக் கிருமிதான் நிம்மோனியா முதல் பல்வேறு நோய்களை ஏற்படுத்தும் கிருமி. இரண்டு வாரம் விடுமுறை கழித்து வந்து பார்த்தபோது அந்த வட்டில் பூசனம் பூத்திருப்பதைப் பார்த்தார். பூதக்கண்ணாடி வைத்து பார்த்தபோது அந்தப் பூசனம் படர்ந்திருந்த இடங்களில் கிருமிகள் கொல்லப்பட்டிருப்பதை அவர் கண்டறிந்தார். உடனே ஒரு முக்கியமான பொருளைக் கண்டுபிடித்துவிட்ட உணர்வு அவருக்கு ஏற்பட்டது.

அந்தப் பூசனம் பெனிசிலியம் என்ற ஒருவித காளான் என்பது அவருக்குப் புரிந்தது. அந்தக் காளானைக் கொண்டு பல்வேறு ஆராய்ச்சிகள் செய்தார் அதன் விளைவாக நமக்குக் கிடைத்த அருமருந்துதான் பெனிசிலின். மனிதகுலத்துக்கு உயிர்காக்கும் மாமருந்தைத் தந்த ஃபிளெமிங்கை உலகம் அப்போது பாராட்டவில்லை. இருப்பினும் பெனிசிலின் அருமை உலகம் முழுவதும் பரவியது. இரண்டாம் உலகப்போரின்போது அதிக அளவில் பெனிசிலின் உற்பத்தி செய்யப்பட்டு காயமடைந்த போர் வீரர்களுக்குப் பயன்படுத்தப்பட்டது. அதன் பயனாக மில்லியன் கணக்கான உயிர்கள் காக்கப்பட்டன. நோய்த் தொற்று அபாயம் ஏற்படுமே என்று அதுவரை அறுவை சிகிச்சை செய்யத் தயங்கிய மருத்துவ உலகம் பெனிசிலின் வரவுக்குப் பிறகு உறுதியாக அறுவை சிகிச்சைகளை மேற்கொண்டது.

அதுவரை தீர்க்கப்படாத முடியாதவை என்று கருதப்பட்ட நோய்களுக்கு திடீரென்று சிகிச்சை அளிக்க முடியும் என்பதை மருத்துவ உலகம் கண்டுகொண்டது. பெனிசிலினுக்குப் பிறகு எத்தனையோ வேறுவித ஆன்டியாடிக் மருந்துகள் உற்பத்தி செய்யப்பட்டன. ஆனால் அவை அனைத்துக்கும் அஸ்திவாரம் போட்டுத் தந்தது பெனிசிலின்தான். மனிதகுலத்துக்கு பெனிசிலின் என்ற மாமருந்தைத் தந்த ஃபிளெமிங் அதனால் எந்தப் பொருளியல் லாபமும் அடையவில்லை. அந்த மருந்துக்கு காப்புரிமை பெறச்சொல்லி எத்தனையோ நண்பர்கள் வற்புறுத்தியும் அதை அவர் செய்யவில்லை. செய்திருந்தால் அவர் பெரும் கோடீஸ்வரராகியிருப்பார். இருந்தாலும் அந்த உயிர்காக்கும் கண்டுபிடிப்புக்காக 1945 ஆம் ஆண்டு மருத்துவத்துக்கான நோபல் பரிசை தந்து தனது நன்றியை தெரிவித்துக்கொண்டது உலகம்.

- மன்னை பாண்டியன்



# சுற்றுச்சூழலை பாதுகாப்போம்! பாதுகாப்பாய் வாழ்வோம்!

உலகத்தின் மிகப்பெரிய பொருளாதார பேரிடர் என்பது அமெரிக்காவில் கேத்தரீனா புயல் உருவாக்கியது தான். இன்றைக்கு வரை கணக்கிட முடியவில்லை. சென்னையில் அம்பத்தூர் தொழிற்சாலை தொடங்கி, திருநெல்வேலி வெள்ளத்தில் வீட்டின் உடைமைகள் என அனைத்தும் இன்றைக்கு பொருளாதார ரீதியாக இழந்து நிற்கிறோம். புயல், வெள்ளம், வறட்சி இவை அனைத்தும் தமிழ்நாடு மட்டுமில்லை, உலகம் முழுவதும் எதிர்கொண்டுதான் இருக்க வேண்டி இருக்கும். வெப்பத்தால் வரும் மாராடைப்பு நோய்கள், தண்ணீர் அசுத்தத்தால் பல்வேறு நோய்கள் வந்து கொண்டு தான் இருக்கின்றன.

காலரா, பெரியம்மை போன்ற தொற்றுநோய்கள் வேறு. கரோனா போன்ற தொற்றுநோய்கள் வேறு. 1984 ம் ஆண்டு முதல் 2018ம் ஆண்டு விலங்கியல் தொற்று நோயால் உயிரிழந்தவர்கள் மூன்றேகால் கோடி பேர். கரோனா தொற்றை நாம் சேர்க்கவில்லை. விலங்குகள் வாழும் காட்டை அழித்து, நாம் நெருங்கும்போது எச்சில் அல்லது எச்சம் மூலமாகவோ விலங்கியல் தொற்று தொடர்ந்து அதிகரித்து கொண்டிருக்கிறது.

1 லட்சத்து 65 ஆயிரம் வைரஸ்கள் காட்டுயிர்களில் உள்ளன. காடுகளை நாம் ஆக்கிரமிக்கும்போது, நாம் விலங்கியல் தொற்றால் பாதிக்கப்படுவோம். மேற்கு தொடர்ச்சி மலைகள் தென்னிந்தியாவில் உயிர்கள் வாழ முடியாது. நொய்யல், பவானி, கிருஷ்ணா, காவிரியும் உற்பத்தி ஆகும் இடம் மேற்கு தொடர்ச்சி மலை தான். தமிழர்களை போல் இயற்கையை நேசித்த சமூகம் உலகில் இல்லை. 2 ஆயிரம் ஆண்டுகளுக்கும் முன்பு, 'மரம் சா மருந்தும் கொள்ளார்' என்றது சங்க இலக்கியம். பிறப்பொக்கும் எல்லா உயிர்க்கும் என்று சொன்னது நம் சங்க இலக்கியம். இயற்கையை கொண்டாடியது நம் சமூகம் இந்த உலகம் தோன்றிய காலத்தில் இருந்து, பல உயிர்கள் அழிந்து பல உயிர்கள் பிறந்துள்ளன. கடைசியாக தோன்றிய உயிரினம் மனிதன். பறவைகள் இல்லாத உலகத்தில் மனிதன் வாழவே முடியாது. மனிதன் இல்லாத உலகத்தில் பறவைகள் வாழலாம். ஏனென்றால் தேனீக்கள் இல்லையென்றால் 4 ஆண்டுகளுக்கு மேல் பூமி இருக்காது. தேனீக்கள் 70 சதவீத மகரந்த சேர்க்கை நடத்துவதால், மனிதனுக்கு உணவு கிடைக்கிறது. பல்லுயிரினம் தழைக்க வெப்பம் வேண்டும். காலநிலை மாற்றத்தால் இன்றைக்கு ஒரே



நாளில் மழை கொட்டத்தீர்க்கிறது. 1986க்கு பிறகு உலகத்தில் பிறந்த எந்த குழந்தையும், உலகில் இயல்பான காலநிலை மாற்றத்தை பார்க்க முடியவில்லை. ஒவ்வொரு 2 ஆண்டுகளுக்கு ஒருமுறையும் பேரிடர் நேரும்.

பேரிடர்கள் வரும், மீள்வோம். மீண்டும் பேரிடர் தொடரும். இனி பேரிடர்களுக்கு இடையே தான் இனி இயல்பான வாழ்க்கையாக இருக்கும். காப்பன் வெளியீட்டில் சமநிலையை அடைய வேண்டும். முறையாக நீடித்து, நிலைக்கும் வளர்ச்சி வேண்டும். சுற்றுச்சூழலுக்கு உகந்ததா என்பதைதான் நாம் சிந்தித்து செயல்பட வேண்டும். மின்சாரம், தொழிற்சாலை, பொதுப்போக்குவரத்து, உணவு உற்பத்தி முறை, குப்பை மேலாண்மை, நுகர்வுத்தன்மையில் மாற்றங்கள் கொண்டுவந்தால் மட்டுமே நாம் அடுத்த தலைமுறையை, இந்த புவியை பாதுகாப்பாக நாம் கொடுக்க முடியும்.

வரும் சில ஆண்டுகளில் சென்னையில் 272 நாட்கள் வெப்பமாக இருக்கும். நாம் வெளியிடும் வெப்பத்தை பெருங்கடல் வாங்கி, வாங்கி இன்றைக்கு கடலின் வெப்பம் அதிகரித்துள்ளது. இதனால் பருவக்காற்று இல்லை. தமிழ்நாட்டில் 11.6 சதவீதம் நிலப்பரப்பு பாலையாக மாறிவருகிறது. நிலம் தன் இயல்பை இழக்கும்போது, பாலையாகிறது. எனவே சுற்றுச்சூழலை பாதுகாப்போம்! பாதுகாப்பாக வாழ்வோம்!

# அறிவை இழக்கச் செய்யும் ஆத்திரம் அழிவைத் தரும்!



அது ஒரு வனப்பகுதி. அங்கு பிராணிகளிடம் பிரியமுள்ள ஒருவன் வாழ்ந்து வந்தான். அவன் ஒருநாள் காட்டிற்கு வேட்டைக்கு போனான். அங்கு அழகிய புள்ளிமான் ஒன்றை பிடித்து வந்தான். அவன் மானின் அழகிய தோற்றத்தை கண்டு அதை வீட்டில் வளர்த்து வந்தான். ஒருநாள் மான் மாயமாய் மறைந்து விட்டது. ஆனால் அது ஓடவில்லை. காணாமல் போய்விட்டது. அவனுக்கோ ஆத்திரம். இந்த மாணை யார் பிடித்து போயிருப்பார்கள்? அவன் எங்கே இருந்தாலும் அவனை பழி வாங்க வேண்டும் என்ற எண்ணம் அவனுக்குள் கோபமாக உருவெடுத்தது.

உடனே கடவுளை துதித்தான். கடவுளும் வந்தார்...! பக்தா என்னை அழைத்ததின் காரணம் என்ன? என்று கடவுள் கேட்டார். அறிவாளி பக்தன் என்ன கேட்க வேண்டும். நான் ஆசையாய் வளர்த்த மாணை யாரோ அபகரித்து சென்று விட்டார்கள். அந்த மான் எனக்கு வேண்டும் என்று தானே கேட்டிருக்க வேண்டும். ஆனால் கேட்கவில்லை. கோபம் கண்ணை மறைத்தது. ஆனால் அவன் தெய்வமே! நான் ஆசையாய் ஒரு மான் வளர்த்தேன். அந்த மாணை காணவில்லை. அந்த மாணை திருடியவன் யாராக இருப்பினும் அவன் என் முன்னே வரவேண்டும். அவனை என் கோபம் தீர அடிக்க வேண்டும் இதுதான் பக்தன் கேட்ட வரம்.

வேண்டுவோருக்கு வேண்டும் வரம் தரும் கடவுள் பக்தனின் கோரிக்கைக்கு தயங்கினார். பக்தா.. உன் மாணை திருப்பி

தருகிறேன். அது காணாமல் போனதற்கு காரணமானவர் யார் என்று கேட்காதே என்று கூறினார். அவனோ இல்லை.. என் மனம் எவ்வளவு கலங்கி இருக்கிறது என்பது எனக்குத்தான் தெரியும். அதனால் அவனை பழிவாங்காமல் விடமாட்டேன், என்று பிடிவாதமாக கேட்டான். சரி.. நீ கேட்கும் வரத்தை தருகிறேன். பின்னால் என் மீது வருத்தப் படக்கூடாது தந்தேன் வரம். உன் மாணை திருடி சென்றவர் யாரோ, அவர் உன் பின்னால் நிற்கிறார். தண்டித்து கொள். என்று வரத்தை தந்த கடவுள் மறைந்து விட்டார்.

பக்தன் திரும்பி பார்த்தான். அங்கே நின்று சிங்கம். பழிவாங்கும் கோபம் மறைந்து, பயம் பிடித்து கொண்டது. கை கால் எல்லாம் நடுங்க தொடங்கியது. ஓட தொடங்கினான். கடவுளே என்னை காப்பாத்து என்று கத்தினான். கடவுள் சிரித்தார்... அவன் கதை முடிந்தது. இங்கே அவன் அறிவு வேலை செய்யவில்லை. ஆத்திரம் கடைசியில் அழிவை தந்தது.

இதைத்தான் திருவள்ளுவர் தனது திருக்குறளில்,

"தன்னைத்தான் காக்கின் சினங்காக்க  
காவாக்கால்

தன்னையே கொல்லுஞ் சினம்"

என்று கூறுகிறார்.

# பெண்களைப் போற்றியவர் பெரியார்!

- செல்வி ஜெ ஜெயலலிதா புகழாரம்!

1973ல், நான் கதாநாயகியாக நடித்த "சூரியகாந்தி" தமிழ்த் திரைப்படத்தின் 100வது நாள் வெற்றி விழா சென்னை ராஜேஸ்வரி கல்யாண மண்டபத்தில் நடைபெற்றது. அந்த வெற்றி விழாவுக்குத் தலைமை வகித்து, கலைஞர்களுக்குப் பரிசுகளை வழங்கியவர் தந்தை பெரியார் அவர்கள். தந்தை பெரியார் அவர்களை நான் நேரில் சந்தித்தது அதுவே முதன் முறை, திரைப்படங்கள் என்றாலே அவருக்கு அவ்வளவாக விருப்பம் இருக்காது. திரைப்படத் துறை சம்பந்தப்பட்ட விழாக்களிலும் சாதாரணமாக அவர் கலந்து கொள்ள மாட்டார் என்றெல்லாம் கேள்விப்பட்டிருந்தேன். எப்படியோ, அன்றைக்கு அவ்விழாவுக்குத் தலைமை தாங்க தந்தை பெரியார் அவர்கள் சம்மதித்ததே என்னுடைய பேரதிர்ஷ்டம் என்று கருதுகிறேன்.

அதனால்தான் அவரைச் சந்திக்கவும்; அவர் கரங்களால் பரிசு பெற்றுக் கொள்ளவும், அவருடைய ஆசியைப் பெறவும் சந்தர்ப்பம் கிடைத்தது. அந்த அரிய வாய்ப்பை ஏற்படுத்திக் கொடுத்த தயாரிப்பாளர் இயக்குநர் திரு.முக்தா வி.சீனிவாசன் அவர்களுக்கு அதற்காக இன்றைக்கும் கடமைப்பட்டிருக்கிறேன்.

நன்றாக ஞாபகம் இருக்கிறது அன்றைக்கு விழா தொடக்கத்தில், நான் தமிழ்த்தாய் வாழ்த்துப் பாடவேண்டும் என்று திரு. முக்தா சீனிவாசன் கேட்டுக் கொண்டார். அழைப்புத்தாள்களிலும் நிகழ்ச்சி நிரலில் அவ்வாறே அச்சிடப்பட்டது. அதற்காக முன்கூட்டியே வீட்டில் பல முறை நானே பாடிப்பார்த்துக் கொண்டேன்.

வீட்டில் தனியாக ஒத்திகை செய்தபோது நன்றாகவே பாடினேன். ஆனால் மேடைக்குச் சென்று, அங்கே தந்தை பெரியார் அவர்களைக் கண்டதும் என்னையும் மீறி ஒரு நடுக்கம் தோன்றி, அந்த நடுக்கம் பாடும்போதும் லேசாக என் குரலில் வெளிப்பட்டது. அது எனக்கே தெரிந்தது, என்றாலும் அதற்கு மேல் ஒன்றும் செய்ய முடியவில்லை.

பிறகு திரு. முத்துராமன் கேட்டார் 'நன்றாகத்தான் பாடுவீர்களே? இன்றைக்கு ஏன் குரலில் அப்படியொரு நடுக்கம்?' "தனியாக மேடையில் நின்று பாட வேண்டும் என்றதும் கொஞ்சம் பயமாக இருந்தது. துணைக்கு யாராவது பாடியிருந்தால் நன்றாக இருந்திருக்கும்" என்றேன்.

"முன் வரிசையில் திரு.டி.எம். சவுந்தரராஜன் உட்கார்ந்திருந்தாரே? அவரையே கேட்டிருக்கலாமே?" என்றார் திரு.முத்துராமன்.



"இல்லை... அழைப்புத் தாளில் அவரும் பாடுவார் என்று அச்சிடப்படவில்லை. முன் அறிவிப்பின்றி திடீரென்று மேடைக்கு அழைத்தால் தவறாக கருதுவாரோ என்று எண்ணி விட்டு விட்டேன்" என்றேன்.

உண்மையில் என் நடுக்கத்துக்குக் காரணம் அதுவல்ல. அதற்கு முன்பு மேடைகளில் தனியாகப் பாடியவள்தான். அன்றைக்கு முதன்முறையாக தந்தை பெரியார் அவர்களின் முன்னிலையில் பாட வேண்டும் என்றதும் அப்படியாகி விட்டது!

ஆனால் பிறகு பரிசைப் பெற்றுக் கொள்ள அருகில் சென்றதும், தந்தை பெரியார் அவர்கள் எவ்வளவு அன்பாக புன்னகைத்து, என் தலைமீது கைவைத்து ஆசி கூறினார்கள். அப்பொழுது 'இவ்வளவு அன்பாகப் பழகும் பெரியாரைப் பார்த்து அனாவசியமாக பயந்தேனே!' என்று நினைத்தேன்.

பெரியாரைப் பற்றி நினைக்கையில், அவர் பரப்பிய கொள்கைகளைப் பற்றியும், அவர் கொண்டு வந்த சமுதாய சீர்திருத்தங்களைப் பற்றி சிந்திக்கத் தொடங்கினேன்.

- \* பெண்கள் விடுதலை
- \* விதவை மறுமணம்
- \* பெண்களுக்கு சொத்துரிமை
- \* பெண்களுக்கு சமத்துவம்.

இந்த உயரிய லட்சியங்களைப் பரப்பினார் தந்தை பெரியார் அவர்கள்.

ஜெ.ஜெயலலிதா அவர்கள் - தாய் இதழில் எழுதிய தொடரின் ஒரு பகுதி



குழந்தையின் பாதுகாப்பை உறுதி  
செய்து தீர்ப்பளிக்கிறார் நீதிபதி!

## பாரதியாரின் கனவுகள் நீதிபதியின் தீர்ப்பில்!

நம்முடைய நீதிபதிகள் சட்டத்தின் அடிப்படையில் மட்டும் தீர்ப்புகள் வழங்குவதில்லை! சட்ட திட்டங்களுக்கு உட்பட்டு சில நேரங்களில் மனிதநேயத்தின் அடிப்படையிலும் தீர்ப்புகள் வழங்குகிறார்கள்!

சமூக சிந்தனைக்கு அதிக முக்கியத்துவம் கொடுக்கும் இப்படிப்பட்ட நீதிபதிகளை நமது சென்னை உயர்நீதிமன்றம் பெற்றிருப்பது சிறப்பு.

சென்னை உயர் நீதிமன்றத்தின் மாண்புமிகு நீதிபதி நிஷாபானு தான் அந்த தீர்ப்புக்கு சொந்தக்காரர்.

என்ன தீர்ப்பு விரிவாக பார்க்கலாம் வாங்க!

2 மைனர் குழந்தைகளை விட்டு விட்டு தாய் இறந்து விடுகிறார். 6 மாதங்களில் தந்தை 2 வது திருமணம் செய்து கொள்கிறார், குழந்தைகள் தாய்வழி தாத்தாவின் பராமரிப்பில் வளர்கின்றனர்..

தாத்தா குழந்தைகளின் பராமரிப்பு செலவுக்காக தந்தையிடம் பணம் கேட்டு கீழமை நீதிமன்றத்தில் வழக்கு தொடர்கிறார்.

நீதிமன்றம் பையனை அப்பாவின் பாதுகாப்பில் இருக்கவும், பெண் குழந்தை தாத்தாவின் பாதுகாப்பில் இருக்கவும் பராமரிப்பு தொகையாக மாதம் 10,000 வழங்கவும் தந்தைக்கு உத்தரவிடுகிறது.

பராமரிப்பு தொகை கொடுக்க விரும்பாத தந்தை மகளின் கஸ்டடி கேட்டு உயர்நீதிமன்றத்தை நாடுகிறார்.



தந்தையின் சட்ட உரிமை மேலானதா..? அல்லது பெண்குழந்தையின் பாதுகாப்பான எதிர்காலம் உயர்வானதா?

இந்நிலையில் தந்தையின் சார்பில் ஒரு போட்டோ தாக்கல் செய்யப்படுகிறது....

அதில் தனது வீட்டில் புதிய மனைவியுடனும் அவரது பெண் குழந்தையுடனும் இந்த குழந்தை சந்தோசமாக இருப்பதாக வாதிடப்படுகிறது.

போட்டோவை உற்று நோக்குகிறார் நீதிபதி அவர்கள். அதில் இரண்டாவது மனைவியின் குழந்தையின் கழுத்தில் தங்க ஆபரணங்களும் இந்த குழந்தையின் கழுத்தில் சாதாரண பாசிமணியும் அணிந்திருப்பதை பார்க்கிறார்.

புரட்சி கவிஞன் பாரதியின் கனவுகள் நீதிபதியின் தீர்ப்பாக மலர்கிறது....

# யோகா அவசியம் ஏன்?



கவலைப்பட வேண்டாம். மெதுவாக கவனச் சிதறலை குறைத்து, மனதினை ஓர் நிலைப்படுத்தி யோகா செய்ய முயற்சி செய்யுங்கள். யோகா செய்வதன் மூலம் உங்களைப் பற்றி நீங்களே அறிந்து கொள்வதற்கான வாய்ப்பு உண்டாகிறது. உங்களைப் பற்றிய புரிதல் சிறப்பாக இருக்கும், உங்களுக்காக நேரம் ஒதுக்க

யோகா செய்வது மன ரீதியாகவும், உடல் ரீதியாகவும் நல்ல விளைவுகளை ஏற்படுத்துகிறது. செரோடோனின் என்பது மனநிலை, கவனம், தூக்கம், வலி ஆகியவற்றைக் கட்டுப்படுத்தும் ஹார்மோன் ஆகும். தினசரி யோகா மற்றும் தியானம் செய்வது செரோடோனின் ஹார்மோனின் உற்பத்தியை அதிகரிக்கிறது. இதன் மூலம் மனஅழுத்தம் குறைந்து, நேர்மறையான மனநிலை மாற்றங்களை உணரலாம். நமது எண்ணத்தின் இயல்பு, மனித சுவாபம், நம்முடன் ஒன்றி வாழும் உணர்ச்சிகள், நம் நடத்தை போன்ற காரணங்களினால் மனநிலை மாற்றங்கள் ஏற்படலாம். இதனை திறம்பட சமாளித்து செயல்பட யோகா உதவுகிறது.

பதட்ட உணர்வு மற்றும் மன அழுத்தத்தால் பாதிக்கப்பட்டவர்களுக்கு யோகா பரிந்துரை செய்யப்படுகிறது. யோகாவின் தோரணை மற்றும் சுவாசிப்பதில் கவனம் செலுத்துவதன் மூலம் நம் மனதில் தோன்றும் எதிர்மறையான மன உரையாடலை தடுக்கலாம். யோகா செய்வது கவலை, பதட்டம் மற்றும் மன அழுத்தத்தை குறைத்து உங்கள் மன ஆரோக்கியத்தை பராமரிக்க உதவுவதாக பல ஆய்வுகளும் தெரிவிக்கின்றன.

பதட்ட உணர்வில் இருந்து மீள்வதற்காக யோகா பயிற்சி செய்யும்போது கவனிச்சிதறல் ஏற்பட்டாலோ அல்லது எதிர்மறையான எண்ணங்கள் தோன்றினாலோ

தொடங்குவீர்கள். உங்களுக்கான சுய பராமரிப்பு முறைகளில் யோகாவையும் தவறாமல் செய்ய முயற்சி செய்வீர்கள். உங்கள் உடல் திறனில் தன்னம்பிக்கை உருவாகும். இது உங்கள் சுயமரியாதையில் நேர்மறையான விளைவுகளை ஏற்படுத்தும். மேலும், உடற்பயிற்சியின் போது வெளியாகும் எண்டோர்பின் ஹார்மோன்கள் உங்கள் மனநிலையை மேம்படுத்தும். தினசரி யோகா செய்வது உங்கள் சமூக உறவுகளை பலப்படுத்தும் என ஆய்வுகள் தெரிவிக்கின்றன. ஏனெனில் நீங்கள் மன நிம்மதியுடன் மகிழ்ச்சியாக இருக்கும்போது அன்பின் வெளிப்பாடும் அதிகமாகும். மற்றவர்களிடம் இருக்கும் குறைகளை தவிர்ந்து, நல்ல விஷயத்தில் கவனம் செலுத்துவீர்கள். நம்மை பற்றிய ஒரு சில விஷயங்கள் நமக்கு பிடிக்காமல் இருக்கலாம் அல்லது மற்றவர்களுக்கு பிடிக்காது என்ற எண்ணம் இருக்கலாம். இதனுடன் ஒரு சில திறமைகளை வெளி உலகிற்கு காட்டுவதில் தயக்கம் இருக்கலாம். இது நிராகரிக்கப்படுமோ, மற்றவர்கள் எப்படி நினைப்பார்கள் என்ற அச்சத்தில் நிறைய விஷயங்களை மனதுக்குள் மறைத்து வைக்கிறோம். நீங்கள் மறந்த உங்களின் ஒரு சில சிறந்த குணங்களை யோகா நினைவில் கொண்டு வரும். இது உங்களைப் பற்றிய சுய விழிப்புணர்வை அதிகரிக்கிறது. இதன் மூலம் உங்கள் பலம் மற்றும் பலவீனத்தை நீங்கள் அறிந்து கொள்ள முடியும்.

- சிவகங்கை தனலட்சுமி



# TAMIZH MARUTHUVAM

பெருமையுடன் வழங்கும்



## அதிமதுரம் சேர்த்த திரிபாலா சூரணம் TRIPHALA with Glycyrrhiza Glabra CHOORANAM



நமது திரிபாலா சூரணம் கடுக்காய், நெல்லிக்காய், தூன்றிக்காய் மற்றும் அதிமதுரம் சேர்த்தது தயாரிக்கப்பட்டுள்ளது.

தமிழ் மருத்துவ பாரம்பரிய முறைப்படி, இந்திய அரசாங்கத்தின் ஆயுஷ் அமைச்சகத்தின் சிறப்பு அனுமதியுடன் தயாரித்து வழங்குகிறோம்.

ஒரு மனிதனின் ஆரோக்கியமான உடல் நிலை என்பது, காலை - மாலை இருவேளை உடல் கழிவுகளை வெளியேற்றும் உடலானது. ஒரு ஆரோக்கியமான உடல் என்று சொல்லலாம்.

சிலருக்கு ஒரு நாளைக்கு ஒருமுறை மட்டுமே உடற்கழிவுகள் வெளியேறும். சிலருக்கு உடல் கழிவுகள் ஒருமுறை வெளியேற்றுவதிலும் சிரமங்கள் அதிகமாக இருக்கும். இவர்கள் கண்டிப்பாக தினமும் காலை மற்றும் இரவு உணவுக்குப்பின் இருவேளையும் எடுத்துக் கொள்ள வேண்டியது.

50 வருடம் பழமை வாய்ந்த தமிழ் மருத்துவத்தின் உன்னத தயாரிப்பு, அதிமதுரம் சேர்த்த திரிபாலா சூரணம்.

சந்தையில் மிகக் குறைந்த விலையில் கூட திரிபாலா சூரணம் கிடைக்கின்றன. அவற்றை தினமும் எடுப்பதனால் சளி பிடிப்பதற்கான வாய்ப்புகள் அதிகம். ஆனால் நமது அதிமதுரம் சேர்த்த திரிபாலா சூரணத்தை தினசரி எடுத்துக் கொள்ளும்போது கப பிரச்சனை அதாவது, சளி பிரச்சனைகள் வருவதற்கு வாய்ப்பே இல்லை.

மூச்சுப் பிரச்சனை மற்றும் நுரையீரல் தொற்று (Lungs Infection) ஏற்படாமல் பார்த்துக் கொள்ளும். சளி பிடிக்காமல் பார்த்துக் கொள்ளும். சளி பிடித்தார்களும் சாப்பிடலாம்.

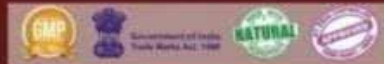
சாப்பிடும் முறை : காலை மற்றும் இரவு உணவிற்குப் பின் ஒரு வெதுவெதுப்பான நீரிலோ அல்லது சுடுநீரிலோ, ஒரு டம்ளர் நீரில் 5 முதல் 10 கிராம் வரை அதாவது ஒரு டேபிள் ஸ்பூன் அளவு கலந்து சக்கையுடன் (Fiber) குடித்து வந்தால், சாப்பிட்ட உணவு சைவமோ, அசைவமோ எதுவாக இருந்தாலும் சாப்பிட்ட உணவு நல்ல சளிமானம் ஆகும்.

மேலும், உடற்கழிவுகளை 2 வேளை வெளியேற்றும். மேலும் பசியைத் தூண்டும். சிறு வயது முதல் சாப்பிட்டு வந்த மருந்துகளின் கழிவுகள் உடலில் ஏதேனும் ஒரு பகுதியில் தங்கி இருக்கும். அதனையும் கூட சுத்தம் செய்து உடற் கழிவுகளுடன் வெளியேற்றிவிடும்.

### SAI AYURVEDIC HERBALS

தொடர்புக்கு:

# 93604 52144



E-MAIL : [saiayurvedicherbals@gmail.com](mailto:saiayurvedicherbals@gmail.com)  
Website : [tamizhmaruthuvam.com](http://tamizhmaruthuvam.com)



# நல்ல எண்ணங்கள் விதைகள் ஆகட்டும்!



இன்றைய பரபரப்பு சூழலில் அடுத்தவருக்கு உதவி செய்வதை விட தங்களை காப்பாற்றிக் கொண்டால் போதும் என்ற எண்ணமே மேலோங்கி நிற்கிறது! எண்ணங்கள் நன்றாக அமைந்தால் நன்றாக எதிர்காலம் அமையும்!

நாம் விதைக்கும் எண்ணங்கள்... விளைந்து நம்மிடமே திரும்பி வந்து சேரும்... நன்மை, தீமை, அறம், உண்மை, பொய், ஆக்கம், கேடு, அன்பு, சினம். எப்படிப்பட்ட எண்ணங்களை விதைக்க வேண்டும் என்பதை... நாம் தான் தீர்மானிக்க வேண்டும்..!!

ஒரு சந்தர்ப்பத்தை வைத்து உங்கள் நடத்தையைத் தீர்மானிக்கும் யாரும் நிச்சயம் உங்களுடன் இருக்க தகுதியற்றவர்கள் பால் மட்டும் சுத்தமாக இருந்தால் போதாது அதை ஊற்றி வைக்கும் பாத்திரமும் சுத்தமாக இருக்க வேண்டும்.

நாம் மட்டும் நல்லவராக இருந்தால் போதாது நம் சேர்க்கையும் சரியாக இருக்க வேண்டும். நமக்கு கிடைக்கும் மகிழ்ச்சி என்பது இடங்களைப்

பொறுத்து அமைவது இல்லை நம்மோடு பயணிக்கும் சில மனிதர்களை பொருத்தே அமைகிறது. விரும்பும் போதெல்லாம் விரும்பியது கிடைத்தால் விருப்பத்திற்கு என்ன மதிப்பு

ஒரு சில விருப்பங்கள் நிறைவேற காலம் எடுக்கும் காத்திருங்கள் நடிப்பவர்களை நம்புகிற உலகம் இது உண்மையாக இருப்பவர்களை உதாசீனம் செய்யத் தான் செய்யும். தனித்து நின்றாலும் ஒற்றை ஆளாக கூர்மையாக நின்று பாருங்கள் ஏறி மிதிக்க நினைப்பவனும் தயங்குவான்....

பிடித்து உடைக்க நினைப்பவனும் பயந்து நடுங்கும். நடப்பவை உங்களது நன்மைக்கு என்று எப்பொழுது நீங்கள் உணர்கின்றீர்களே. அப்போது உங்களது இந்த வாழ்க்கை குறையில்லாத வாழ்க்கையாக தோன்றும். ஒருவர் தன்னை தாழ்த்திக்கொள்வதும். உயர்த்திக் கொள்வதும், அவரவர் மனதைப் பொறுத்ததே..! மனம்' தன்னை உயர்த்திக்கொள்ளப் பழகிவிட்டால்... இணையில்லாத இன்ப நிலையை அடையலாம்..!!



# அப்பாவி!

நாவலாபுரத்துலருந்து  
நாலு ஈய சட்டியோட  
பொழைக்க வந்த தாத்தா  
மாட்டுத்தரவு மனிக ஏவாரம்னு  
எதையும் விட்டுவைக்கவில்லை

அப்பாயி அதுக்கும்  
மேல ... எதையாவது  
நேம்பி புடைத்துக்  
கொண்டேதானிருப்பாள்  
இட்டிலி சுட்டு விற்பாள்  
களை வெட்டப் போவாள்

எம்பாட்டன் குடுத்து  
வச்சவன்தான்  
எல்லாத்துக்கும்  
"எவ்வே" தான்  
பொன்னம்மாணு  
பேர் சொல்லிக்  
சுப்பிட்டு பார்த்ததே  
இல்லை யாரும் ..

எட்டுப் புள்ளியிலே  
ஏழுக்கு கொற ஆயுசு

தப்புனது எங்கப்பன்  
மட்டும்தான்

தம்பி மவதான்னாலும்  
அம்மாவை அப்பாயி  
எந்நேரமும் ஏவுரிஞ்சு  
கிட்டேதான் கெடப்பாள்

ஆனா சாமத்துல  
கண்ணு முழிச்சி புள்ளதாச்சி  
அம்மாவுக்கு பெருஞ்சீரவம்  
அரச்சுக் கொடுப்பாள்

மல்லாக்கப் படுத்துகிட்டு  
மாருலப் போட்டுக்கிட்டு  
எட்டி ஒதைடா என்பாள்  
ஏங்குலசாமி நீதான்டா என்பாள்

மூக்குல வாய வச்சு  
நெஞ்சு சளிய நேக்கா  
உறிஞ்செடுப்பாள்  
வெரலி மஞ்சள நல்ல  
வெளக்குல காட்டி நல்லா  
இழுக்கச் சொல்வாள்

சனிக்கெழம தவறாம  
எண்ணெ தேச்சி



குளிக்க வைப்பாள்

கண்ணுல ரெண்டு  
சொட்டு விட்டு  
முழிச்சுப் பார்க்கச்  
சொல்லும் போது  
ஆவுசம் வந்தாலும்,  
பழைய சோத்துக்குப் பதிலா அப்பாயி  
சுட்டுத் தரும் இட்டிலியில்  
அப்பாயி வாசமடிக்கும்

அப்பாயி செத்தபோது  
"எவ்வே" என்று  
பெருங்குரலெடுத்து  
அழுது ஓய்ந்த தாத்தா அதன் பிறகு  
யாரிடமும்  
பேசவே இல்லை !

- பெரம்பலூர் மோகன்

## மித்ரா டைம்ஸ் உங்கள் இல்லம் தேடி வரவேண்டுமா?

ஆறாம் ஆண்டின் துவக்கத்தில் அடியெடுத்து வைக்கும் மித்ரா டைம்ஸ் இலட்சக்கணக்கான வாசகர்களோடு பயணிக்கிறது. இதழ்களில் இடம் பெறும் செய்திகள், கட்டுரைகள் பயனுள்ளதாகவும் தங்களின் முன்னேற்றத்திற்கு உதவியாய் இருப்பதாகவும் மகிழ்ச்சியோடு பகிர்ந்து கொள்கிறார்கள்.

தாங்கள் அறியாத செய்திகள், புதிய தகவல்களையும் மித்ரா டைம்ஸ் எங்களுக்கு வழங்குகிறது என்பது வாசகர்களின் கருத்து.

மித்ரா டைம்ஸ் சந்தாதாரராக தாங்கள் இதுவரை ஆகவில்லையென்றால் உடனே செலுத்துங்கள்.

**ஆயுள்சந்தா : ரூ.2400.00**

**ஆறாண்டு சந்தா : ரூ.1440.00**

**ஆண்டு சந்தா : ரூ.240.00**

மேலும் விபரங்களுக்கு: **044-23743007/8**

தொகை செலுத்த வேண்டிய விபரம்:

Name : MITRA TIMES  
A/C no : 50200012576292  
Bank : HDFC Bank  
Branch : T.Nagar  
IFSC : HDFC0000206



மாறுபட்ட வேடங்களுக்காக தன்னை வருத்திக் கொண்டு நடிப்பதில் கமலுக்கு அடுத்தபடியாக பேசப்பட்டவர் சீயான் விக்ரம். சியான் 62 படத்தை பிரம்மாண்டமான பொருட்செலவில் ஹெச் ஆர் பிக்சர்ஸ் நிறுவனத்தின் சார்பில் ரியா ஷிபு அவர்கள் தயாரிக்க உள்ளார். இசை ஜிவி பிரகாஷ் குமார். சுடுதல் போனஸ் ஆக விக்ரமுடன் நடிப்பு அரக்கன் எஸ் ஜே சூர்யா இணைய உள்ளது படத்திற்கான எதிர்பார்ப்பை மேலும் கூட்டி உள்ளது. இந்த மாதம் இனிதே துவங்க உள்ளது சியான் 62 படத்திற்கான படப்பிடிப்பு. எஸ் யு அருண் குமாரின் படைப்புகள் மசாலா கதையாக இல்லாமல் சமூகத்திற்கு எதிராக குரல் கொடுக்கும் சாமானியனின் சத்தமாகவும், மனிதர்களின் உணர்வை தட்டி எழுப்பும் காவியமாகவும் இருக்கும் என்பதில் எந்தவித சந்தேகமும் இல்லை. அவருடன் சீயான் விக்ரம் இணைவது விக்ரமின் கேரியரில் கண்டிப்பாக தரமான சம்பவமாக இருக்கும் என்று "ஓ"போடுகிறார்கள் விக்ரம் ரசிகர்கள்.

நடிகர் சூர்யா, தற்போது சிறுத்தை சிவா இயக்கத்தில் கங்குவா படத்தில் நடித்து முடித்திருக்கிறார். இந்த படத்தின் போஸ்டர் புரொடக்சன் பணிகள் தற்போது விருவிருப்பாக நடைபெற்றுக் கொண்டிருக்கிறது. இந்த படத்தோடு சேர்த்து மொத்தமாக அடுத்தடுத்து சூர்யா நடிப்பில் ஐந்து படங்கள் ரிலீஸ் ஆக உள்ளது. அடுத்ததாக சுதா கொங்கரா இயக்கத்தில் 'சூர்யா 43' படத்தில் நடிக்க உள்ளார். இதன் படப்பிடிப்பு இந்த மாதத்தில் துவங்க போகின்றனர். இதன் தொடர்ச்சியாக பிரபல இந்தி இயக்குநர் ராகேஷ் ஓம்பிரகாஷ் மெஹ்ரா இயக்கத்தில் 'கர்ணா' என்ற படத்திலும் நடிக்க இருக்கிறார். இந்தப் படத்தின் மூலம் தான் சூர்யா பாலிவுட்டிற்கு என்ட்ரி ஆகிறார். "லோகேஷ் கனகராஜ் இயக்கத்தில் ரோலக்ஸ் கேரக்டரை மட்டுமே மையமாகக் கொண்டு 'இரும்புக் கை மாயாவி' என்ற படத்தில் நடிக்க உள்ளார்."







ஆக்சஸ் பிலிம் பேக்டரி ஜி. டில்லி பாபு வழங்கும் அறிமுக இயக்குநர் மனோ பாரதி இயக்கத்தில், ஐஸ்வர்யா ராஜேஷ் தேவ் நடிக்கும் 'வளையம்' திரைப்படம் எளிய பூஜையுடன் தொடங்கப்பட்டது." அதிரடி த்ரில்லராக உருவாகி வரும் இதில், ஐஸ்வர்யா ராஜேஷ் முதன்மை கதாபாத்திரத்தில் நடிக்கிறார். திறமையான தேவ் நடிக்கராக இந்தப் படத்தில் அறிமுகமாகிறார்."

விஜய்யின் கடைசி படம் குறித்த தகவல்கள் தொடர்ந்து வெளியாகி கொண்டே இருக்கின்றன. அதன்படி அந்தப் படத்தை வெற்றிமாறன், கார்த்திக் சுப்புராஜ், அட்லீ, ஹெச்.வினோத் ஆகிய நான்கு பேரில் ஒருவர் இயக்குவார்கள் என்றும்; அநேகமாக அந்த வாய்ப்பை வெற்றிமாறன் தட்டி செல்ல வாய்ப்புகள் அதிகம் என்றும் கோலிவுட்டில் பேச்சு ஒன்று கடந்த சில நாட்களாகவே ஓடியது. முக்கியமாக அந்தப் படத்துக்காக வாடிவாசல் படத்தை மேற்கொண்டு தாமதப்படுத்துவதாகவும் தகவல்கள் வெளியாகின. சூழல் இப்படி இருக்க அந்தப் படத்தை வெற்றிமாறன் இயக்கமாட்டார். கார்த்திக் சுப்புராஜ் அல்லது ஆர்.ஜே. பாலாஜி ஆகியோரில் ஒருவர் இயக்குவார் என்றும் சொல்லப்பட்டது. இந்நிலையில் படத்தின் ஹீரோயின் குறித்த புதிய தகவல் ஒன்று வெளியாகியிருக்கிறது. அதன்படி இப்படத்தில் சமந்தா ஹீரோயினாக நடிக்கவிருப்பதாக பேச்சு எழுந்திருக்கிறது. ஏற்கனவே இவர்கள் இரண்டு பேரும் சேர்ந்து கத்தி, தெறி உள்ளிட்ட வெற்றி படங்களில் நடித்திருந்தது குறிப்பிடத்தக்கது.





## ரஸாக்கர் திரைப்பட டிரைவ்ஸ் வெளியீட்டு விழா

சமர்வீர் கிரியேஷன்ஸ் சார்பில் குடூர் நாராயண ரெட்டி வழங்கும், இயக்குநர் யதா சத்யநாராயணா இயக்கத்தில், பாபி சிம்ஹா, வேதிகா நடாப்பில், சுதந்திரப் போராட்ட காலகட்டத்தில், ஹைதராபாத் நகரில் உண்மையில் நிகழ்ந்து, மறைக்கப்பட்ட வரலாற்று நிகழ்வை, அடிப்படையாகக் கொண்டு உருவாகியுள்ள திரைப்படம் "ரஸாக்கர்".

தமிழ், தெலுங்கு, கன்னடம், மலையாளம் என பான் இந்திய வெளியீடாக வெளியாகவுள்ள இப்படத்தின் தமிழ்ப் பதிப்பிற்கான டிரைவ்ஸ் வெளியீட்டு விழா சென்னையில் நடைபெற்றது. படக்குழுவினருடன், திரை பிரபலங்கள் பலர் கலந்து கொள்ளப் பத்திரிக்கை ஊடக நண்பர்கள் முன்னிலையில் இந்நிகழ்வு கோலாகலமாக அரங்கேறியது.

இந்நிகழ்வின்.. தயாரிப்பாளர் குடூர் நாராயண ரெட்டி பேசுகையில் வணக்கம். இது மட்டுமே எனக்குத் தமிழில் தெரிந்த வாந்தை. சமர்வீர் கிரியேஷன்ஸ் சார்பில் என் குழுவினர் அனைவருக்கும் நன்றி. எங்கள் பெருமைக்க படைப்பான, ரஸாக்கர் படத்தின் டிரைவ்ஸ் உங்களுக்கு அறிமுகப்படுத்துவதில் மகிழ்ச்சி. நம் வரலாற்றில் மறைக்கப்பட்ட ஒரு உண்மையை இந்த தலைமுறைக்கு எடுத்துச் சொல்வது நம் கடமை என நினைக்கிறேன். இப்போதைய ஹைதராபாத் 1948ல் இந்தியாவில் சேர்க்கப்படுவதற்கு முன், முஸ்லீம் நிஜாம் மன்னரால் தூக்கில்தானாக மாற்றப்படுவதாக இருந்தது. இந்திய அரசால் அது தடுக்கப்பட்டது. எங்கள் வம்சத்தில் என் தாத்தா போராடி மக்களை மீட்க கதையைக் கேட்டிருக்கிறேன். அவர் அந்தப்போராட்டத்தில் தான் உயிர் நீத்தார். இந்தக்கதை ஹைதராபாத் மக்கள் மீது கட்டவிழ்த்து நடத்தப்பட்ட வெறியாடத்தை, அதிலிருந்து ஹைதராபாத் மீண்டு வந்த கதையை பதிவு செய்யும். இதை எப்படியாவது திரையில் பதிவு செய்ய வேண்டும் என்பது என் லட்சியமாக இருந்தது. இக்கதையைநீங்கள் அனைவரும் தெரிந்து கொள்ள வேண்டும் என விரும்புகிறேன். அனைவருக்கும் பிடிக்குமென நம்புகிறேன் இயக்குநர் யதா சத்யநாராயணா பேசியதாவது

தமிழ் என்றால் எனக்கு அவ்வளவு பிடிக்கும். மணிரத்னம் சார் என்றால் எனக்கு அவ்வளவு பிடிக்கும். சுஹாசினி மேடத்திடம் இந்தக் கதையை போனில் சொன்னேன், அவர் என்னைப் பாராட்டினார். இப்படத்திற்காக என்ன உதவி வேண்டுமானாலும் செய்வதாகச் சொன்னார், அவருக்கு நன்றி. இப்படத்தில் நடக்க ஒப்புக்கொண்டு முழுப் பாத்திரமாக மாறிய பாபிக்கு என் நன்றி. கோலிவுட் தென்னிந்தியாவுக்கு தாய் மாதிரி. ரஸாக்கர் மூலம் அறிமுகமாகும் என்னை இங்கு ஆசிரிவதிப்பார்கள் என்று நம்புகிறேன். தமிழ் மக்களுக்கு, ஒரு படம் பிடித்தால் தூக்கி வைத்துக் கொண்டாடுவார்கள். இப்படம் அவர்களுக்குப் பிடிக்கும் என நம்புகிறேன். இந்தியாவிற்கே சுதந்திரம் கிடைத்த போது, ஹைதராபாதத்தில் மக்கள் நிஜாமுக்கு எதிராகப் போராடி கொண்டிருந்தார்கள். வல்லபாய் பட்டேல் எடுத்த நடவடிக்கைகள் மூலம், போர் செய்து தான் ஹைதராபாத் விடுதலை செய்யப்பட்டது. பல மாகாணங்களாகப் பிரிந்து கிடந்த இந்தியாவை வல்லபாய் பட்டேல் தான் ஒருங்கிணைத்தார். ஆனால் ஹைதராபாத் மாநிலத்தை அத்தனை எளிதாக ஒருங்கிணைக்க முடியவில்லை. அது தூக்கில்தானாக அறிவிக்கப்பட்டு அங்குள்ள இந்து மக்கள் நிஜாம் மன்னரால் துன்புறுத்தப்பட்டனர். பெண்கள் சீரழிக்கப்பட்டார்கள். ரஸாக்கர் ஹைதராபாத் மக்கள் மீது நடத்திய வன்முறை அளவில்லாதது. அதைத்தான் இப்படத்தில் சொல்ல முயன்றுள்ளோம். தமிழ் ரசிகர்கள் எங்களின் வரலாற்றைச் சொல்லும் இப்படத்தை ஆதரிக்க வேண்டுமெனக் கேட்டுக்கொள்கிறேன்.



## பாதுகாப்பை உறுதி செய்யும் இயற்கை வாழ்வியல் முறை!

உடல் ஆரோக்கியமாக இருந்தால்தான் சிந்தனை தெளிவாக இருக்கும். சிந்தனை தெளிவாக இருந்தால் தான் குடும்பம் மகிழ்ச்சியாக இருக்கும். ஆரோக்கியத்தை காப்போம் மகிழ்ச்சியுடன் இருப்போம். உடல் நல குறைபாடுகளையும் சரிசெய்ய இயற்கை வாழ்வியல் முறை மட்டுமே பாதுகாப்பை உறுதி செய்யும்.

நிலம், நீர், காற்று, நெருப்பு, ஆகாயம் ஆகிய பஞ்ச பூதங்களை உள்ளடக்கியது. நம்முடைய உடல் வாதம், பித்தம், கபம் என்ற தத்துவத்தின் அடிப்படையில் இயங்குகிறது. இதில் நிலம் மற்றும் நீர் கபம் என்பதாகவும் நெருப்பு என்பது பித்தமாகவும், வான்வெளி மற்றும் காற்று வாதம் எனவும் வகைப்படுத்தப்படுகிறது.

வாதம், பித்தம், கபம் ஆகிய மூன்றும் 1:½:¼ (அதாவது வாதம் முழுபங்கும், பித்தம் அரைபங்கும், கபம் கால் பங்கும்) இருக்க வேண்டும். இதில் பித்தம் அதிகரிக்கும்போது உடற் குடு பிரச்சனை வரும். இதற்கு முக்கிய காரணம் நாம் அன்றாடம் பின்பற்றும் வாழ்வியல் முறையும் உட்கொள்ளும் உணவுகளும் தான்.

புளிப்பு, உப்பு, காரம் உள்ள உணவுகளை அதிகளவில் உட்கொண்டால் நம்முடைய உடல் மிகுந்த உஷ்ணம் அடையும். மேலும் டீ, காஃபி, கோலா போன்ற கஃபைன் வகை பானங்கள், மீன், கருவாடு, கத்தரிக்காய், புளித்த தயிர், வினிகர், ஊறுகாய் போன்ற உணவுகளும் நம்முடைய உடற்கூட்டை அதிகரிக்கச் செய்யும். மதுப்பழக்கம், புகைப்பழக்கம் காரணமாகவும் உடலின் வெப்பநிலை அதிகமாகிறது.

உடற்கூடு பிரச்சனை வராமல் இருப்பதற்கு வெள்ளரிக்காய், பீக்கங்காய் முள்ளங்கி, வெண்பூசணி, இளநீர், புலங்காய் போன்ற நீர்ச்சத்து நிறைந்துள்ள உணவுப்பொருட்களை அதிக அளவில் சேர்த்துக் கொள்வது நல்லது. கீரை வகைகளில் மணத்தக்காளி, பொன்னாங்கூர் போன்ற உணவுகள் சிறந்தவை. அதேபோல வைட்டமின் சி அதிகம் நிறைந்த சிட்ரஸ் பழங்களான சாத்துக்குடி, ஆரஞ்சு திராட்சை போன்றவற்றை சாப்பிட்டு வருவதன் மூலமும் உடலின் வெப்பநிலை அதிகரிக்காமல் தடுக்கலாம்.



தமிழ் என  
தாளில் எழுதி  
வருடினால் வாசனை

வாசித்தால்  
வாய் மணக்கும்

பார்க்கும் கண்களுக்கோ  
பவுர்ணமி வெளிச்சம்

தெய்வம் உண்டா இல்லையா  
தெரியாது.

ஆனால் நம்புங்கள்  
தமிழ்

தெய்வத்தன்மை கொண்ட மொழி

தமிழுக்கு வயதானாலும்  
வாலிப ஊஞ்சலை விட்டு இறங்காது

நம் உடலுக்கு வயதானாலும்  
தமிழ் படித்தால்

மூளைக்கு முதுமை வராது

இப்போது  
தமிழன்னை முகத்தின் மீது  
ஆங்கிலப்புழுதி  
கழுவ வில்லையெனில்  
பின்வரும் தலைமுறை  
அழிவது உறுதி.

நாவை  
அம்மா அப்பா என பழக்கி  
நாம்  
தமிழனின் பிள்ளைகளென  
தயங்காமல் சொல்லுங்கள்



இன்னும்  
பழமொழியை  
சாறாக்கி குடியுங்கள்  
போதை வந்தாலும்  
நிதானம் இழக்காமாட்டீர்

தொல்காப்பியத்தை  
தொட்டுப்புரட்டுங்கள்  
பூங்கா புகுந்த  
புத்துணர்வு கொள்வீர்

குறுந்தொகையைக்  
குடைந்தால்  
கொட்டும் தேனருவி

நற்றிணையோ  
நறுமுகை நற்றமிழ்

எட்டுத்தொகை  
பத்துப்பாட்டில்  
கட்டுக் கட்டாய் தமிழின்பம்

வளைந்த செங்கோல்  
நீதிக்கு நிமிரும் என  
தீர்ப்பெழுதிய  
திறவுகோல்  
சிலப்பதிகாரம்

'மணிமேகலை'யிடத்தும்  
மனதைப் பறிகொடுக்கலாம்

பட்டியலிட்டாலும்  
குறள் ஒன்று போதும்  
தமிழ் உயர்வென்று  
குரலை உயர்த்திச் சொல்ல

தமிழ் உயர்வென்று  
சுத்திடுவோமடா  
தமிழை  
உயிர் என்று காத்திடுவோமடா

ஆயுள் நீட்டிப்புக்கு  
அங்கிங்கு அலையவேண்டாம்  
முத்தமிழை  
மூத்த தமிழை  
முத்தமிழிடுங்கள்  
அகவை நூறு திண்ணம்

- த.பன்னீர்செல்வம்.  
திருவள்ளூர் மன்றம்



# மனைவியின் அருமை முதுமையில் தொரியும்!

ஒரு முதியோரின் டைரியில் எழுதி இருந்த ஒரு உண்மைக் கதையை படித்த இதயம் கலங்கிவிட்டது.

திருமணமாகி 35 வருடங்கள் அவருக்கு 61 வயது. கடந்த மாதம் ஓய்வுபெற்று வீட்டில் மனைவியோடு சாகவாசமாக இருக்கிறார்.

வேலை நாட்களில் காலை மற்றும் இரவு தான் மனைவியை பார்ப்பதே... ஒரு சில வார்த்தைகள் பேசுவதோடு சரி. ஞாயிறில் கூட அங்க இங்க என சென்றுவிடுவது.. கடுமையா உழைத்து குடும்பத்தை பார்த்தார்...

இப்போது தான் ஆற அமர பொறுமையாக உட்கார்ந்து மனைவியுடன் பேச முடிகிறது.. வீட்டில் எது எங்க இருக்கு என அறியமுடிகிறது...

வீட்டு வராந்தாவில் உட்கார்ந்திருந்தவர் மனைவியை கூப்பிட்டார்... மனைவி இவரை விட 8 வயது இளமையானவள்.. அதனால் 52 வயதிலும் சுறுசுறுப்பாக இருந்தாள்.

வந்து பக்கத்தில் நின்றவள் கூப்பிட்டீங்களா என பார்த்தாள்.

ஆமா... ஆமா.. வா உட்காரு உன்கூட மனசு விட்டு பேசி எவ்வளவு காலமாச்சு.

அவளும் உட்கார அவள் கையை பற்றி... ஏதோ பேச வந்தவர். அவள் கை சொர சொரப்பாக இருக்க அவளின் உள்ளங்கையை திருப்பி பார்த்தார்.. முகங்கள் சுருங்கியது... கண்கள் கலங்கியது.. அம்மு என்னது.. கை பூரா வெட்டுக்காயமா இருக்கே... நகம்

கூட வெடிச்சிருக்கே.. ஒரே தழும்பா இருக்கு என்னது.. நீ என்னய திருமணம் செய்துவரும்போது பட்டு மாதிரி இருந்தாயே.. உன் கை பளபளப்பா வழுவழுப்பா இருந்ததே என நிமிர்ந்தார்...

அவள் மெல்லிய சிரிப்புடன் நா எதை என்னவென்று சொல்ல.. 35 வருசதில சமையல்ல எண்ணெய் தெறிச்சதா இருக்கலாம்.. காய்கறி நறுக்கும்போது அருவாளர் கத்தி கீறியிருக்கலாம்... அடுப்பில் இருந்து பாத்திரம் இறக்கும்போது சூடு பட்டிருக்கலாம்... இப்படி எதேதோ நடந்திருக்கும்... என்றால்... மெல்லிய கோடாய் அவளின் கண்களின் ஓரத்தில் கண்ணீர் வடிந்தது. என்னம்மு சொல்றாய் அது என்ன கையில் மேல அவள் பெரிய தீக்காயம் மாதிரி என்று அதிர்ந்தார்...

நீங்க என்னய வண்டில உள்ள கவர எடுத்துவா என 4 வருசத்திற்கு முன்னாடி ஒரு நாள் கூறினீங்க... நாணும் எடுத்துவர போனன் கவர் கீழ விழ நான் எடுக்கும்போது உங்க வண்டி சைலன்சர் சுட்டுச்சு.. அப்பதானே வந்தீங்க... அதான் சூடா இருந்தது என்றாள்...

இது என்ன குழந்தையாட்டம் நீ என்கிட்ட சொல்லவே இல்லயே.. அம்மு...

நா சொல்லலதாங்க... எந்த காயத்தையும் நா சொல்லலங்க... அப்ப நா சொன்னா கூட நீங்க என்னய தானே திட்டினீங்க பொறுப்பிள்ளையா ... பார்த்து நடக்கமாட்டியா. என்று அப்போது திட்டியிருப்பீர்கள் இப்போது போல பொறுமையாக கேட்டிருக்க மாட்டீர்கள் என்ன செய்வது? மனைவியின் அருமை பலருக்கு முதுமையில் தான் தெரிகிறது!

- தம்பி முருகானந்தம்



**தொலைபேசியில் தொடர்பு கொண்டு அலுவலகம் வருவதாக கபாலி கான் சொல்லி வைத்திருந்ததால் வெள்ளரிப்**

பிஞ்சுகள் தர்பூசணி, அன்னாசிப்பழம் ஆகியவற்றை துண்டு துண்டாக வெட்டி ஒரு பவுலில் போட்டு தயாராக வைத்திருந்தோம்.

உள்ளே வந்த கபாலி கான் ஒரு பீஸ் எடுத்து சாப்பிட்டார். தேவையானதை எடுத்துக்கொங்க என்றோம்.

"இப்படி அரசியலில் சொன்னால் எவ்வளவு சிறப்பாக இருக்கும்" என்று கபாலிகான் சொல்ல,

செய்திகளை சொல்ல ஆரம்பித்து விட்ட சூழலில் நாம் அமைதியாக இருக்க அவரே தொடர்ந்தார்.

எத்தனை இடங்கள் வேண்டுமென்று ஒவ்வொருவரும் தங்கள் கூட்டணியின் தலைமை இடத்தில் சந்திக்கும்போது சொல்லிவிட்டு வர எத்தனை தொகுதிகள் ஒதுக்கப்படும் என்று தெரியாத சூழல் ஒவ்வொரு

கட்சிகளிடத்திலே இருந்து வருகிறது.

**"திமுக இரண்டு கட்சிகளுக்கு தொகுதி ஒதுக்கி விட்டதே? என்று கேட்டோம்.**

ஆமாம். கொடுத்ததை வாங்கிக் கொள்ளும் கட்சிகளிடம் கொடுப்பதை அவர்களும் வாங்கிக் கொள்கிறார்கள் அப்படித்தான் எளிதாக தொகுதி பங்கீடு முடியும். ஆனால் எல்லோரையும் அப்படி சமாதானப்படுத்த முடியுமா என்பது தெரியவில்லை. அதுபோல இன்னொரு கூட்டணியில் எடுக்கப் போகின்ற முடிவை பொருத்தும் இந்த கூட்டணியில் மாற்றங்கள் இருக்கும் என்ற சூழல் உருவாகிறது.

**அப்படியா?**

ஆமாம்.

காங்கிரஸ் கட்சி 14 தொகுதிகள் வரை கேட்கிறது. இதையொட்டி காங்கிரஸின் மேல்மட்ட தலைவர்கள் திமுக உடன் தொடர்ந்து பேசி வருகின்றனர். இதுதொடர்பாக பேசிய தமிழக காங்கிரஸ் கமிட்டி தலைவர் செல்வப்பெருந்தகை,







எங்கள் கூட்டணியில் எந்த பிரச்சினையும் இல்லை. இந்தியா கூட்டணியில் இருந்து யாரும் வெளியேற மாட்டார்கள் என்கிறார்.

"விடுதலை சிறுத்தைகள் கட்சி இரண்டு தனித் தொகுதிகளை கேட்கிறது. கடந்த முறையை போல சிதம்பரம், விழுப்புரம் ஆகிய தொகுதிகள் வழங்கப்படும் என எதிர்பார்க்கப்படுகிறது. இதுதவிர பொதுத் தொகுதி ஒன்று கேட்கிறது. இங்கு தான் சிக்கலே. மூன்று தொகுதிகளை ஒதுக்க திமுக தலைமை தயக்கம் காட்டுகிறது. அதிகபட்சம்

இரண்டு தொகுதிகளை மட்டுமே வழங்க தயாராக இருக்கிறது"

"ஆனால் ஒரு விஷயத்தை விடுதலை சிறுத்தைகள் கட்சி உறுதியாக இருக்கிறது. வரும் மக்களவை தேர்தலில் திமுக கூட்டணியில் தான் போட்டியிடுவோம். "என்று உறுதியாக இருக்கின்றது விடுதலை சிறுத்தைகள் கட்சி.

இப்படி தி.மு.க.கூட்டணியில் எந்த கட்சியும் புதிதாக உள்ளே வரவோ,எந்த கட்சியும் வெளியேற வாய்ப்பில்லை.

**ஓஹோ?**

பா.ஜ.க.- அ.தி.மு.க இடையேதான் போட்டி?

**எதில்?**

கூட்டணிக்கு கட்சிகளை சேர்ப்பதில் !

**எப்படி சொல்றீங்க?**

பா.ம.க,தே.மு.தி.க எந்தப் பக்கம் போறதுங்கறது நாம பேசிகிட்டிருக்கிற இந்த நிமிஷம் வரைக்கும் தெரியலை.

**எப்ப தெரியும்?**

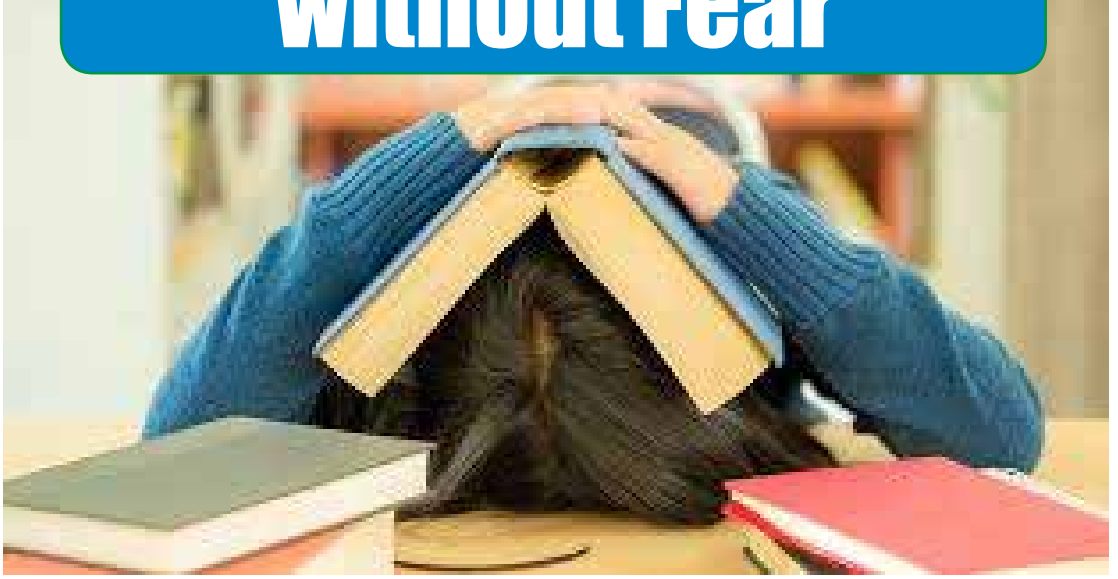
அநேகமா இந்த இதழ் வாசகர்கள் கையில் இருக்கும்போது முடிவாகி இருக்கும்!

அப்ப தேர்தல் பரபரப்பு களை கட்டுமா?

ஆமா.... அடுத்த மாத இன்னும் பல முக்கிய செய்திகளை எடுத்துகிட்டு வர்றேன்... வரட்டா என்றபடி வெளியேறினார் கபாலிகான்.



# Facing examinations without Fear



**“ Education is the manifestation of perfection already in man.”**

**- Swamy Vivekanandha**

The month of March is nearing .. ! CBSE Exams have already begun . Whether it is CBSE, ICSE ,MATRICULATION OR STATE BOARD , examination fear is common for all students. Examination phobia or Examophobia is a mental disorder found in most students. When exams arrive , students become extremely worried and make plans about , how to study, how to perform better and get good marks. Actually students need not have any fear towards examination. All required is proper planning in advance.

Exams help us evaluate our knowledge and understand how well we can apply whatever we have read to solve problems. Proper and positive attitude will help you stay calm . Never think “ can I ? “ always think “ I can “ . The man who wins is the who thinks he can .

Physical health and mental health play a vital role for students to perform well in the exams. Every students should grow physically fit , mentally tough ,psychologically sound, morally straight ,socially responsible and spiritually uplifted.

**A few tips for facing examination without fear:**

- ☆ Develop self-confidence and be optimistic.
- ☆ Create a proper time-table for studying every subject and follow it sincerely.
- ☆ Eat healthy food and avoid junk food.
- ☆ Neither undereat nor over eat. Moderate and healthy diet.
- ☆ Never postpone your revision. Even before a week , you should feel that you are 100% ready to face exam.
- ☆ Say a big NO to social media which can

easily divert your concentration.

- ☆ If you feel that you are unable to concentrate, take a short break. Go for a walk, listen to mild music or talk to your parents.
- ☆ To increase your concentration ,you can practice meditation.
- ☆ Underline the keywords while learning. It will make your revision easier.
- ☆ You can write and practice short definitions. One time writing is equal to 10 times reading.
- ☆ For every answer make a mind map.
- ☆ Learning should be from simple to complex, known to unknown.
- ☆ Believe in prayers. God will not show you the question paper in your dreams. HE will make you remember what you have learned.
- ☆ Every night have a sound sleep for six hours. Don't over strain yourself.

#### **Just before the exam ....**

- ☆ Be cool , don't be nervous .
- ☆ Don't discuss any concepts at the last moment with your friends.
- ☆ Read the question paper thoroughly during the given time.
- ☆ Write the answers neatly and legibly .



### **Dr. R. RAJAMMAL ,**

M.A .,M.Ed., PGDGC, D.Let ,  
National Awardee Educationist ,  
Woman Achiever & Social Ambassador.

- ☆ Write the question numbers correctly .
- ☆ Don't scribble too many times on the answer script.
- ☆ Don't waste too much of time over the questions for which you do not know the answer.
- ☆ Every Minute is precious.
- ☆ Never skip any question (you will never know, when the question is out of syllabus, you get the full marks).
- ☆ Underline the keywords.
- ☆ Manage your time properly.
- ☆ Try to have a few minutes towards the end to check your answers.

“HARD WORK IS THE KEY TO SUCCESS “

Note :

The most Important point - Don't try to discuss the answers with your friends immediately after the exam, which will spoil your preparation for your next day's exam. What is over is over ,you cant do anything about it.

Wishing all the Students

“ BEST OF LUCK FOR THE BOARD EXAMINATIONS “ .

Every child is a Master Piece &

Every child is the Master's Piece .





LOBBY



EAST SIDE PAVER AREA



# AMENITIES & NEARBY FACILITIES

STILT PARKING AREA



SOUTH SIDE VIEW



ENTRANCE



RECEPTION



RECEPTION



HALL



KITCHEN



## FLAT INTERIOR FINISHES

- LED Light Fittings- Panasonic/GM
- 32-inch LEDTV-Sony/Croma
- 1.5-ton Hitachi Inverter AC
- 15-ltr Storage Haier Water Heater
- King Size Cot
- Designer Wardrobe
- Study Table with Chair
- Duroflex / Nilkammal Spring Mattress
- Jaquar Bathroom Fittings

## SAFETY FEATURES

- CCTV Security Cameras
- Security Guards
- Gate Security 24x7
- Fire Safety Hooter System
- Boom Barriers
- Speed Breakers
- Surveillance Room
- Fire Hydrant System
- Fire Extinguishers

## AMENITIES

- Gym
- Spa
- Beauty Parlor

- Restaurant
- Party Hall Event Booking
- Boating Restaurant
- 99 Kitchen
- International Party Clubs and PUB
- Indoor Games
- Yoga Space
- Lake View
- Boating
- Fishing
- Home Theaters
- Association Room
- Eco Tourisms
- Multipurpose hall
- Conference Room
- Business Motivation Hall
- Covered Car parking
- Power Backup 24x7
- STP 24x7
- Stand by Motors and Pump
- Johnson Lift 15nos Capacity

## LOCATION ADVANTAGES

- Retteri 8 Metro Station – Door Step

SOUTH SIDE PAVER AREA



BED ROOM



SOUTH SIDE VIEW



BED ROOM



STILT PARKING AREA



HALL



TOILET



LOBBY



ELEVATION



BED ROOM



EAST SIDE PAVER AREA



DINNING



Retteri Lake, Madhavaram – Behind Property  
(Door Step)

3 Minutes from satellite Bus Terminal (A.P)

2 Minutes from Reliance Mart

8 Minutes from Anna Nagar

5 Minutes from Saravana stores

2 Minutes from Vijayapark hotel

7 Minutes from Perambur railway stations

10 Minutes from CMBT Terminal

25 Minutes from International Airport

20 Minutes from Central railway station

Well connected metro network for  
future communication

30 Minutes from OMR

5 Minutes from Ambattur IT park

Few Minutes from Meridian Hospital

Few minutes from Shell fuel station

Temple school at 1 km

3 minutes from Garodia school

7 km from Siruvapurimrugan temple

10 km from Madha school

2 km from Jain temple

Chennai RTO at 1 km

3 km from Vellammal Engg College

Greenfield Chennai International School – 1  
k.m.

Hotel Srivalli Park – 1.5 k.m..

ABT Parcel Service – 1.5 k.m..

Essar KLS fuel station – 1.8 k.m.

Bharat Petrol Bunk – 1.9 k.m.

HP Petrol Pump – 2.4 k.m.

Indian Oil Petrol Bunk – ½ k.m.

Umiya Mahal – ½ k.m.

Sree M Dasartha Naidu Kasthuri Mahal –  
Opposite

J.S. Malini Mahal – ¼ k.m.

Muthu Malai Hall – ½ k.m.

Indian Oil Petroleum Station - 1/4 k.m.

Retteri Fish Market – ¼ k.m.

PADI SARAVANA STORE – 5 k.m.

Ganga Theatre – 2 k.m.

Hotel SRM Grands – 2.5 k.m.

DR. Sendhil (Dental Clinic) – 2.5 k.m.

Sri Ranga Mahaal – 2.5 k.m.

DRJ Hospital – 2.9 k.m.

Anna Nagar Metro – 10 Min

1, JAWAHARLAL NEHRU ROAD, 200 Feet Ring Rd, Chennai, Tamil Nadu - 600099

Contact us: 9003 454 454 | www.krmhomemakers.com

# மன அழுத்தத்தை குறைக்கும் வழிகள்



நோய்களிலே முதல் முக்கியமான நோய் மன அழுத்தம் தான்.

சிலர் தங்கள் எதிர்காலம், பணி, பொருளாதாரம் என நினைத்து மன அழுத்தத்தில் சிக்கிக் கொள்கிறார்கள்.

உங்கள் பதற்றத்திற்கு பின்னால் ஒளிந்திருக்கும் காரணத்தை கண்டுபிடிக்க யோசித்தால், கண்டிப்பாக ஏதாவது ஒரு காரணம் உங்கள் நினைவுக்கு வரும். வேலை செய்பவர்களுக்கு வேலையை நினைத்து பதற்றம். பெற்றோர்களுக்கு தங்கள் குழந்தைகளின் படிப்பை நினைத்து கவலை.

மேல் படிப்பு படிப்பவர்களுக்கு எதிர்காலத்தில் பெரிய அளவில் சாதிக்க வேண்டும் என்ற சிந்தனை. இப்படி ஏகப்பட்ட விஷயங்களை சொல்லலாம். எனவே எந்த விஷயத்திற்கும் பதற்றம் அடையாமல் இருக்க முயற்சி செய்யுங்கள். இது உங்கள் மன அழுத்தத்தை குறைக்கும்.

எப்போதும் மகிழ்ச்சியாக இருப்பது சற்று கடினம் தான். ஆனால், அது முடியாத காரியம் ஒன்றும் இல்லை. உங்கள் சுற்றுப்புறத்தை அமைதியாகவும் சாந்தமாகவும் வைத்திருக்க முயற்சி செய்யுங்கள். மகிழ்ச்சியாக இருப்பது பல பிரச்சனைகளை சரிசெய்யும்.

சண்டை போடும் போது மன அழுத்தம் அதிகமாகிறது. அதனால் சண்டை வருவதற்கான ஒவ்வொரு காரணத்தையும் தவிர்க்க முயற்சி செய்யுங்கள். ஒருவேளை சண்டை வந்துவிட்டால், அந்த நேரத்திலும் நிதானமாக சிந்தித்து செயல்பட முயற்சி செய்யுங்கள்.

பலரும் காலையில் எழுந்த உடனே முதலில் யோகா செய்ய விரும்புகிறார்கள். இதற்கு பின்னால் இருக்கும் காரணம் மன அழுத்தத்தை விரட்டுவது தான்.

ஹோவர்ட் பல்கலைக்கழகம் உட்பட பல ஆராய்ச்சிகளில், தினமும் சிறிது நேரம் யோகா செய்வதன் மூலம் நம் உடலையும் மனதையும் முற்றிலும் அமைதியாக வைத்திருக்க முடியும் என்பது தெரிய வந்துள்ளது.

சில நேரங்களில் நாம் சில வேலைகளை செய்த பிறகு நன்றாக உணர்வோம். அத்தகைய சூழ்நிலையில், மனதை நன்கு உணர வைக்கும் வேலைகளை நீங்கள் அடிக்கடி செய்யுங்கள். விருப்பமுள்ள பாடல்களை கேளுங்கள் என மனதிற்கு மகிழ்ச்சி அளிக்கும் செயல்களில் ஈடுபடுங்கள்.

அடுத்து என்ன நடக்கும்? என்பதைப் பற்றி சிந்திப்பதை நிறுத்திவிட்டு நிகழ்காலத்தில் நடப்பதை ரசித்து அனுபவித்து வாழ தொடங்குங்கள். இதுவே மன அழுத்தத்தை குறைக்கும் மிகச் சிறந்த வழி.

பிடித்த பாடலை கேட்கவும். நடனம் ஆடுங்கள். நல்ல புத்தகம் படியுங்கள். பிடித்த கோயிலுக்கு சென்று வாருங்கள். மனதுக்கு பிடித்தவரோடு பேசுங்கள். மனதுக்கு பிடித்ததை செய்யவும். நேர்மறை எண்ணத்தை வளர்த்து கொள்ளவும்.

உங்களுக்கு பிடித்தது போல் வாழவும். அது எத்தனை நாட்கள் ஆனாலும் பரவாயில்லை.

- Yoga Therapist Dhanalaxmi





தேவையான பொருட்கள்: பிரட் சிலேஸ் - 10, சீஸ் - பீஸா சாஸ் - சில்லி ப்ளேக்ஸ் - ஸ்வீட் கார்ன் -1கப், குடை மிளகாய் - 3 கலர்களில், வெங்காயம் தக்காளி, சர்க்கரை - 1 ஸ்பூன்.

செய்முறை: முதலில் அடுப்பில் ஒரு PAN வைத்து பிரட்டை சிறிய துண்டுகளாக்கி சிறிதளவு தண்ணீர் சேர்த்து கூடவே ஒரு ஸ்பூன் சர்க்கரை சேர்த்து சப்பாத்தி மாவு போல் பிசைந்து வைத்து கொள்ளவும்.பிறகு பீஸாவிற்கு தேவையான காய்கறிகளை , தக்காளி, பச்சை குடைமிளகாய் , சிவப்பு குடைமிளகாய், மஞ்சள் குடைமிளகாய், மூன்றையும் கட்டி பண்ணி வைத்துக் கொள்ளவும். பிறகு ஸ்வீட் கார்ன் குக்கரில் வைத்து ஒரு விசில் போட்டு வேக வைத்துக் கொள்ளவும்.பிறகு அரை மணி நேரம் கழித்து ஒரு தவா வைத்து அதில் நாம் பிசைந்து வைத்துள்ள பிரட் மாவை சப்பாத்தி போல வட்ட வடிவமாக தட்டிக் கொள்ளவும் .பிறகு அதில் ஒரு Fork ஸ்பூன் வைத்து DOT வைத்து விடவும். பிறகு அதில் பீஸா சாஸ் சேர்த்து முழுவதும் பரப்பி விடவும். அதன் பிறகு அதன் மேல் வெங்காயம், தக்காளி ,குடைமிளகாய், ஸ்வீட் கார்ன் இதையெல்லாம் வைத்து லேசாக அழுக்கி விடவும். அதன் பிறகு அதன் மேல் சீஸ் மற்றும் சில்லி ப்ளேக்ஸ் சேர்க்கவும். சிறிய தீயில் 15 நிமிடம் அப்படியே வைக்கவும் 15 நிமிடம் கழித்து பார்த்தால் சுவையான கலர்ஃபுல்லான குழந்தைகளுக்கு பிடித்த அட்டகாசமான சுவையில் பிரட் பிஸா ரெடி.

குடைமிளகாயில் உள்ள மருத்துவ குணங்கள்:

குடைமிளகாயில் கொழுப்புச்சத்து, கொலஸ்ட்ரால், சோடியம் ஆகியன குறைவாகவே இருப்பதால் உடல் எடையை குறைக்க உதவும் .குடைமிளகாய் வயது முதிர்வை தடுக்கும் தன்மை உடையது. புற ஊதாக் கதிர்களால் தோலில் ஏற்படும் சுருக்கம் வறட்சியை போக்கி தோலை ஆரோக்கியமாக வைக்கிறது மூட்டு வலிக்கு சிறந்த மருந்தாகிறது.



S. கவிதா  
சிட்லபாக்கம்



## நாடு எங்கே போய்க் கொண்டிருக்கிறது?

# கிராம நூலகங்களின் நிலை!

சில ஆண்டுகளுக்கு முன்பு நான் எழுதிய சிந்திக்க சில செய்திகள்! என்ற கட்டுரை தொகுப்பு அந்த ஆண்டு சிறந்த கட்டுரைத் தொகுப்பாக தேர்வு செய்யப்படுபதாகவும் கம்பத்தில் நடக்கும் விழாவுக்கு வந்து விருது வாங்கி, விழாவை சிறப்பிக்கும்படியும் கம்பம் பாரதி தமிழ் இலக்கியப் பேரவையில் இருந்து எனக்கு ஒரு அழைப்பு வந்தது! நான் அதில் கலந்து கொள்ள கம்பம் போயிருந்தேன். என்னைப் போன்று விருது வாங்கியவர்கள் பலரும் வந்திருந்தார்கள். எங்களை பாரதி இலக்கிய பேரவையினர் நேரிடையாக விழா மேடைக்கு போக அனுமதிக்க வில்லை!

மேடைக்கு அரங்கின் வாயிலில் இருந்து அழைத்துப் போனார்கள்!

அப்பொழுது விழா மேடையில் இருந்து விழாவுக்கு வருகை தந்த அனைவருக்கும் மைக்கில் ஒரு வேண்டுகோள் வைத்தார்கள்!

எங்கள் பெயர்களை மைக்கில் தலைவர் சொல்லும் பொழுது, விழாவுக்கு வந்திருந்தவர்கள் அனைவரும் வாழ்க! என்று கோஷம் போட வேண்டும் என்று!

அப்படி எங்கள் ஒவ்வொருவரையும் வாழ்க! கோஷத்தோடு மேடைக்கு அழைத்துப் போனார்கள்! அங்கு எங்களுக்கு ஒரு சிம்மாசனம் கொடுத்து அதில் அமரச் செய்து பிரபல இலக்கிய மேதைகளை கொண்டு பாரதியாரின் தலைப் பாகையை எங்களுக்கு வைத்து சிறப்பு செய்து அழகு பார்த்தார்கள்!

அதன் பின் அதன் தலைவர் பாரதன் அவர்கள் எங்களைப் பற்றியும், நாங்கள் எழுதிய நூல்களின் சிறப்புகளைப் பற்றியும் சில நிமிடங்கள் பேசினார்!

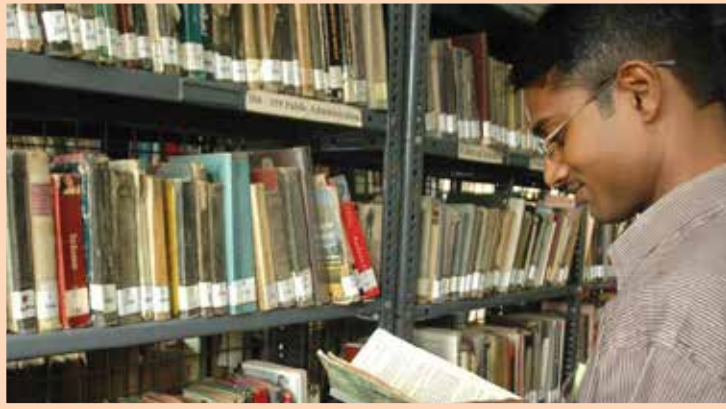
அன்று நடந்த விழாவில் அனைத்து நேரத்தையும் விருது பெற்ற எழுத்தாளர்களைச் சிறப்பிக்கவே அவர்கள் செலவு செய்தார்கள்! எனக்கு அது மிகவும் ஆச்சரியமாக இருந்தது!

விழாவை நடத்திய பாரதனை நான் நேரில் சந்தித்ததில்லை! நான் அவரை நேரில் பார்த்து பாராட்ட என் கூச்ச சுபாவம் அன்று இடம் கொடுக்க வில்லை!

அந்த பாரதன் அவர்கள் சென்ற வாரம் தங்கள் ஊர் நூலகக் கட்டிடத்தின் தற்போதைய நிலையைப் பார்த்து நொந்து போய் தன் வேதனையை என்னிடம் பங்கு பெறவே அந்தப் பத்திரிகைச் செய்தியை எனக்கு அனுப்பியிருந்தார்!

அந்த நூலகத்தில் சங்க இலக்கியங்களிலிருந்து அனைத்து சான்றோர்களின் நூல்கள் 55 ஆயிரத்திற்கு மேல் உள்ளன. நிறைய வாசகர்கள் படிக்கும் வரும் அந்த நூலகக் கட்டிடம் இடிந்து வாசகர்கள் மேல் விழாமல் இருக்க சில இடங்களில் கயிறு போட்டு கட்டியிருப்பதாக அந்தச் செய்தியில் ஒரு தகவலைப் பார்த்த பொழுது நெஞ்சே வெடித்து விடும் போல் இருந்தது!

இன்று தமிழ் நாட்டின் ஆட்சி பொறுப்பில் இருக்கும் முதல்வர் நினைத்தால், இந்தஇந்த கம்பம் கிளை நூலகம் மட்டுமல்ல, ஒரு 100 கோடி செலவு செய்து தமிழ் நாட்டில் ஒரு நூறு அறிவுத் திரு கோவில்களை (நூலகங்களை) சீர் செய்து, சிலைக்குப் பதிலாக அறிவு நூல்கள் பல ஆயிரத்தைக் கொண்டு நிரப்பி விடலாம்! இந்தக் கட்டுரையைப் படிக்கும் செல்வாக்கு உள்ள மனிதர் யாராவது இருந்தால், இந்தக் கட்டுரையை முதல்வர் பார்வைக்கு கொண்டு சென்றால், தமிழ் நாட்டில் சிதலமடைந்து கிடக்கும் எல்லா நூலக கட்டிடங்களின் பிரச்சனைக்கு உடனே ஒரு விடிவு காலம் வந்து விடும்!



பஸ் நிறுத்தத்திற்கு அருகிலேயே எங்களை எல்லாம் நிறுத்தி எங்கள் முன் இந்தாண்டு இலக்கிய விருது பெறும் எழுத்தாளர்கள் என்ற பதாகையை இரண்டு பேர்கள் முன்னால் பிடித்துக் கொள்ள, எங்களை மேள தாளத்தோடு அந்த முக்கிய வீதிகளில் ஊர்வலமாக விழா நடக்கும் அரங்குக்கு அழைத்துப் போனார்கள்!

அரங்கில் கூட்டம் நிறைந்து காணப் பட்டது! அந்த அரங்கில் கடைசியில் ஒரு பக்கமாக எங்களை அமரச் செய்தார்கள்! விழா மேடையில் எந்த கட்சி அரசியல்வாதிகளையும் காணோம்! ஆனால் இலக்கிய ஆர்வலர்களின் கூட்டத்தால் அரங்கு நிறைந்திருந்தது! மேடையில் மாநில மத்திய அரசு விருது பெற்ற பிரபல எழுத்தாளர்களும், இலக்கிய மேதைகளுமே இருந்தனர்.

விழா ஆரம்பித்தவுடன் மைக்கில் விருது பெற்றவர்களின் ஒவ்வொரு பெயராகச் சொல்லி மேடைக்கு அழைத்தார்கள்!

விழாவை நடத்துபவர்களில் இருவர் வந்து எங்களை வழி நடத்தி இசை முழங்க



துடுப்பதி ரகுநாதன்



## குப்பை மேலாண்மை, குறிப்புணர்ந்து செய்வோமா!?!

முனைவர். பா. ராம் மனோகர்

நமக்கு ஒன்று தேவையில்லை என்றால், அதனை அழித்துவிடும் வன்முறை உணர்வு, உண்மையில்

சமூக உயர்வு, தாழ்வு, வேறுபாடு கலாச்சாரம் மாற்றம் ஆகியவற்றில் ஓரளவு பாரம்பரியமாக ஏற்றுக் கொண்டு வரலாம். ஆனால், இயற்கை சுற்று சூழல் அமைப்பில் பல்வேறு நுகரும் பொருட்கள் அதிகம், உருவாகி விட்ட நிலையில் கழிவுகள் அபரிமிதமாக தொடர்ந்து பெருகும் நிலையினை நாம் காண்கிறோம். இந்த கழிவுகள் பற்றிய முழுமையான அறிவு நம்மில் பலருக்கு இருப்பினும், உடனடி தீர்வாக, எரித்தல் மூலம் அழித்தல் வழக்கம் ஆகிவிட்டது.

பொருட்களை வாங்கும் போது இருக்கும், ஆர்வம் அவற்றை முறையாக பயன்படுத்தி, அவை கழிவுகளாக மாறும் போது அக்கறை நம்மிடம் பெரும்பாலோருக்கு இல்லை என்பது உண்மை. மேலும் கழிவுகள் எரிக்கப்படுவது மட்டுமே அவற்றிலிருந்தும், அவற்றால் ஏற்படும் விளைவுகள், நோய்கள் ஆகியவற்றிலிருந்து விடுபட எளிய வழியாக எண்ணிக்கொண்டு வரும் நிலை வருத்தம் அளிக்கிறது.

திடீர் கழிவு மேலாண்மை பற்றிய பல விழிப்புணர்வு செயல்பாடுகள் தொடர்ந்து பல ஆண்டுகள், நம் அரசுத்துறைகள் மூலம் சமுதாயம் அறிந்து கொண்டிருந்தாலும், பொது மக்கள், அப்பணியில் நம் பங்கு மிக குறைவு என்றும், அதற்கு உள்ளடக்கி நிர்வாகம், தூய்மை பணியாளர்கள் மட்டும் பொறுப்பு என்ற தவறான மனப்பான்மை கொண்டு இருக்கின்றனர். உள்ளடக்கி நிர்வாக பணியாளர்கள் கடமை ஒரு புறம் இருந்தாலும், பெரும் நகரங்களில் அல்லது கிராமங்களில் கூட "கழிவு பொருட்கள் எரிப்பு" பல ஆண்டுகள் ஆக தொடர்ந்து நடந்து வரும் விரும்பத்தகாத நிகழ்வுகள் ஆகும்.

மனித உயிர் போனபின்னர் கூட பல மதங்களின்



பின்பற்றுதல், முறைகளின் படி மண்ணில் ஆழக் குழிதோண்டி உடல்கள் புதைக்கப் பண்டிகை கொண்டாடி வரும் நிலை அறிவோம். ஆனால் குப்பைகளை தரம் பிரிக்காமல், பழையவை என்ற காரணத்திற்க்காக எரிக்க நாம் தயார் ஆவது, ஒரு சுற்றுசூழல் சவால் ஆகும். வட இந்தியப் பகுதி, மலைப் பகுதியில், குளிக்காலத்தில் நேரடியாக அங்கு வசிக்கும் மக்கள் பல்வேறு பொருட்களை எரித்து அதன் அருகில் அமர்ந்து தம் உடலினை வெப்பம் ஆக்கி கொள்ளுதல் வழக்கம் ஆகும். இதனால் அவர்கள் பாதிக்க நிறைய வாய்ப்பு உள்ளது என்பது அறியாமல் செய்கின்ற தவறு என்பதையும் உணர்வது இல்லை!

திடீர்கழிவு பொருட்கள் எரிப்பு மூலம் ஏற்படும் விளைவுகள், சுற்றுசூழல் மற்றும் மனித உடல் நலத்தினையும் வெவ்வேறு வகையில் பாதிக்க வாய்ப்புகள் உள்ளது. புகை வருவது நேரடியாக காற்றின் தூய்மை, மண், ஏரி, குளம் ஆகியவற்றின் மேற்பரப்பு, நிலத்தடி நீர், போன்ற இயற்கை சூழலை அடைந்து நம் கண்களுக்கு புலப்படாத நிலையில் நுண்ணிய மாற்றங்கள் உருவாக்கி விடும். அந்த மாற்றங்கள், தீய பாதிப்புகளை சூழலில் வசிப்பவர், பயன்பாடு செய்பவரை தாக்கி விடுகிறது. குறிப்பாக நச்சு வேதிபொருட்கள் நீரில், காற்றில் கலந்து விட்டால், மனிதன், மற்ற உயிரினங்கள் போன்றவை உடன் பாதிக்க செய்கின்றன.

காடுகளில் எரிப்பு நிகழ்வதால், அங்கு அரிய மரங்கள், பெரும் விலங்குகள், அழிவு தவிர்க்க இயலாதது. எரிப்பு உண்டாக்கும் சாம்பல் பாஸ்பரஸ், பொட்டாசியம், இரும்பு, மாங்கானீஸ், போரான், தாமிரம், துத்தநாகம் ஆகிய தனிமங்கள் கொண்டு இருப்பது, இயற்கை நீர் சூழலில் கலந்து தேவையற்ற பிரச்சனைகள் உருவாக்க காரணமாகிவிடும்.





# மானுடம் மலர சமத்துவம்!

ஒன்றே குலம்! ஒருவனே தேவன்! மனிதரில் உயர்ந்தவர் தாழ்ந்தவர் இல்லை. எல்லாரும் ஓர் குலம் தான். நம் எல்லோருக்கும் ஒரு கடவுள் தான் என்ற அண்டத்துச் சிந்தனையை இந்தப் பிண்டத்துக்குள் வைத்தது திருமந்திரம். இப்படி, நம்மைச் சமைப்பதற்காக உருவாக்கப்பட்ட சமயம், இன்று நம்மைச் சக்கு நூறாக்கிச் சிதைத்துக் கொண்டிருக்கிறது. போகட்டும். இனி நம்மை நாமே சமைத்துக்கொள்ள வேண்டியது தான். தமிழிருக்கிறது. பயமில்லை.

எம்டன் (Emden) என்றொரு கப்பல் சென்னைக்கு வந்ததாம். குண்டு போட்டதாம். உயிருக்குப் பயந்த மக்கள் சாதி வேறுபாடு இல்லாமல் ஒரே வீட்டில் பல சாதியினராய் அடைக்கலம் புகுந்தனராம். தொட்டா தீட்டு, சுட்டாப் போச்சு என்று நினைத்தார்களோ? என்னவோ? சில நாள்கள் கூடி வாழ்ந்தனராம். கப்பல் போனதும் அங்கே சாதிக் கலவரம் உருவாகி பலர் மண்டை உடைந்ததாம். வெட்கக்கேடு! எம்டனிமிருந்து கூட தப்பிவிடலாம். சாதியிடமிருந்து தப்பவே முடியாது என்றார் பாவேந்தர். திருந்தினோமா? அமெரிக்காவில் கூடச் சட்டம் போட்டுச் சாதியைத் தடுக்கும் நிலைக்குக் கொண்டு வந்துவிட்டோமே! வெட்கக்கேடு! சாகும் போது ஒன்றாய்ச் சாக நினைக்கும் நாம், வாழும் போது ஒன்றாய் வாழக்கூடாதா?

சும்மாவா கிடைத்தது சமத்துவம்? நான் யாருக்கும் அடிமையில்கலை. எனக்கும் யாரும் அடிமையில்கலை என்ற அண்ணல் அம்பேத்கரின் சிந்தனை தான் தீண்டாமையை தீர்த்துக்கட்டியது.

ஆண்மை என்கிற தத்துவம் அழிந்தால் தான் பெண் விடுதலை சாத்தியம் என்னும் தந்தை பெரியாரின் சிந்தனை தான் பெண்களைச் சமமாக்கியது.

ஆடு மாடு மேய்ப்பவரெல்லாம் அதிகாரியாக வேண்டும் என்னும் பெருந்தலைவர் காமராசரின் சிந்தனையால் தான் கல்வி அனைவருக்கும் பொதுவானது.

எங்கெல்லாம் அடக்கப்பட்டுபவர்களின் குரல் கேட்கிறதோ அங்கெல்லாம் என் கால்கள் கால்கள்

செல்லும் என்னும் சே குவீராவின் சிந்தனையால் தான் பொதுவுடைமை பூத்தது.

எங்கள் பிள்ளைகளை நிறத்தை வைத்து மதிப்பிடாமல் குணத்தை வைத்து மதிப்பிட வேண்டும் என்னும் மார்ட்டின் லூதர் கிங் ஜூனியரின் சிந்தனை தான் நிறவெறியை நிர்மூலமாக்கியது.

இப்படி மானுட மலர்ச்சிக்கான சிந்தனை உருவான போதெல்லாம் சமத்துவமும் மலர்ந்தது. ஆனால், உலகத்துக்கே சொந்தமான இந்த மகான்களை, அவர் இந்தப் பாலினத்தவர், இந்த நாட்டுக்காரர், இந்த மதத்துக்காரர், இந்தச் சாதிக்காரர், என் சொந்தக்காரர் என்று என்று ஒரு கூட்டுக்குள் அடைக்க நினைக்கும் உலகத்தாரே, இளைஞர்களையாவது விட்டு விடுங்கள். தன் சக மனிதனை மனிதனாக மட்டுமே பார்ப்பதில் எந்தத் தடங்கலும் அவர்கள் மனதில் இல்லை. இப்படியே இளைஞர்கள் வளர விடுவோம்.

அறிவை விரிவு செய்! அகண்ட மாக்கு!  
விசாலப் பார்வையால் விழுங்கு மக்களை!  
மானிட சமுத்திரம் நானென்று கூவு!

பிரிவிலை! எங்கும் பேதமில்லை! என்ற புரட்சிக்கவிஞரின் வரிகள் கேட்கறது காதுகளில்! நம்மை வளர்க்கும் சமுதாயத்தையும், நம் வீட்டுக் குப்பையையும் சுத்தம் செய்யும் மாமாவையும், அவர் பிள்ளைகளையும் கை தூக்கிவிட வேண்டிய கடமை இருக்கிறது.

மானுடத்தின் மலர்ச்சி இனி இளைஞர் கைகளில்!  
- ஜெயா மாறன்  
அடலாண்டா, அமெரிக்கா



# பிறருக்கு விட்டுக் கொடுப்பதில் நமக்கு மகிழ்ச்சி வரும்!



சாலையில் கார் திடீரென நின்று விட்டதால், அதை ஓரத்தில் நிறுத்திவிட்டு ஒருவர் பஸ்ஸில் ஏறினார்.

நின்று கொண்டே பயணித்தார். ஆனால் உள்ளே இருந்த கூட்டத்தைப் பார்த்து பயமாக இருந்தது. உட்கார இடம் இல்லை. கச கசவென இருந்தது.

அந்த நேரத்தில் ஒரு இருக்கை காலியானது.

அந்த இருக்கைக்கு அருகே நின்றிருந்த நபர் அதை எளிதாக ஆக்கிரமித்திருக்கலாம் .

அதற்கு பதிலாக அவர், காரில் வந்த அந்த நபருக்கு அந்த இருக்கையை வழங்கினார்.

அடுத்த நிறுத்தத்தில்...

அதே விஷயம் நடந்தது. மீண்டும் தனது இருக்கையை வேறொருவருக்குக் கொடுத்தார்.

காரில் வந்த அந்த நபர் அவரைக் கவனித்துக் கொண்டிருந்தார்.

இது முழு பஸ் பயணத்திலும் நான்கு முறை நடந்தது. கடைசி நிறுத்தத்தில், அந்த நபர் சோர்வாக இருந்தார். அந்த நிறுத்தத்தில் அனைவரும் இறங்கினார்கள்.

ஒரு ஆர்வத்தில் காரில் வந்த அந்த நபர், ஒவ்வொரு தருணத்திலும் தான் பெற்ற இருக்கையை மற்றவர்களுக்கு தந்து கொண்டிருந்தவிடம் பேசினார்.

ஒவ்வொரு முறையும் உங்கள் இருக்கையை இன்னொருவருக்கு ஏன் கொடுக்கிறீர்கள் என்று கேட்டதற்கு அவர் கொடுத்த பதில்.

"நான் படிக்காதவன்... என்னிடம் கொடுக்க ஒன்றும் இல்லை, அறிவும் இல்லை, பணமும் இல்லை.

மற்றவர்களுக்காக நான் எளிதாக செய்யக்கூடிய ஒரே விஷயம் இதுதான். எனவே இதை நான் தினமும் செய்கிறேன். நாள் முழுவதும் வேலை செய்தாலும், என்னால் இன்னும் சிறிது நேரம் நிற்க முடியும்.

நான் உங்களுக்கு இருக்கை கொடுத்தபோது, நீங்கள் நன்றி சொன்னீர்கள். நான் மிகவும் மகிழ்ச்சியாக உணர்ந்தேன். ஒருவருக்கு ஏதாவது உதவி செய்வது எனக்கு திருப்தி அளிக்கிறது. எனவே நான் இதை தினமும் செய்துவிட்டு புத்துணர்ச்சியுடன் வீட்டிற்குச் செல்கிறேன்." அவரின் பதில் கேட்டு காரில் அந்த நபர் அதிர்ச்சியடைந்தார். அவரது சிந்தனையும் புரிதலும் வியப்பில் ஆழ்த்தியது " பணம் சம்பாதித்து பணக்காரராய் இருப்பதை விட" பணம் தன்னிடம் இல்லாவிட்டாலும், எந்த வகையிலாவது மற்றவர்களுக்கு உதவி செய்ய வேண்டும் என்ற எண்ணங்கொண்டு செயல்படுகிறவர்களே, சிறந்தவர்கள் மற்றும் கடவுளுக்கு விருப்பமானவர்கள். பணபலம் இருந்தாலும், இல்லாவிட்டாலும் தன்னால் முடிந்த அளவு மற்றவர்களுக்கு எதையாவது கொடுத்து மகிழவேண்டும்.

என்ன இருக்கிறது நம்மிடம் மற்றவர்களுக்கு கொடுக்க என்று நினைப்பதை விட மற்றவர்களுக்கு கொடுக்க வேண்டும் என்ற எண்ணம் இருப்பது தான் முக்கியம்.



எஸ்.ஜானகி



# எம் பதில்கள்



## நண்பர்கள் எப்படி அமைய வேண்டும்?

நமக்குப் பிடித்த நண்பர்களோடு இருப்பதை விட, நம்மைப் புரிந்துக் கொண்ட நண்பர்களோடு இருப்பது நமக்கு நிம்மதி தரும். மேல்நாட்டு அறிஞர்கள் பலர் நண்பர்களைப் பற்றி இப்படி கூறுகிறார்கள் உண்மையான நண்பர்கள் நாம் செழிப்புடன் இருக்கும் போது அழைத்தால் மட்டுமே வருவார்கள், ஆனால் நாம் துன்பத்தில் இருக்கும் போது அழைக்காமலே வருவார்கள் என்கிறார் தியோஃப்ராஸ்டஸ்.

ஒரு நண்பருக்காக இறப்பது சிரமம் அல்ல, ஆனால் இறப்பதற்கு தகுதியான ஒரு நண்பரை கண்டு பிடிப்பதுதான் சிரமம் என்கிறார் மார்ச் ட்வைன்.

வெளிச்சத்தில் தனியாக நடப்பதை விட இருட்டில் ஒரு நண்பருடன் நடப்பது சிறந்தது என்கிறார் ஹெலன் கெல்லர்.

பலர் உங்கள் வாழ்க்கையில் வந்து செல்வார்கள், ஆனால் உண்மையான நண்பர்கள் மட்டுமே உங்கள் இதயத்தில் காலதடங்களை விட்டுச் செல்வார்கள் என்கிறார் எலினோர் ரூஸ்வெல்ட்.

உங்கள் வயதை நண்பர்களை வைத்துக் கணக்கீடுங்கள், வருடங்களை வைத்து அல்ல. உங்கள் வாழ்க்கையை புன்னகையை வைத்துக் கணக்கீடுங்கள், கண்ணீரை வைத்து அல்ல என்கிறார். ஜான் லெனான்.

நண்பர்களுக்காக நட்பு என்ற தனி அதிகாரத்தை பயன்படுத்தி 10 திருக்குறளில் நண்பர்களை பற்றி திருவள்ளுவர் சொல்லியிருக்கிறார்.

## ஸ்ரீஹரிகோட்டாவுக்கு அடுத்து குலசேகரப் பட்டணத்தில் ராக்கை ஏவுதலம் அமையவுள்ளதே!

தூத்துக்குடி மாவட்டம் திருச்செந்தூர் வட்டத்தில் அமைந்துள்ள இந்த சிறிய ஊர் இந்தியாவையே திரும்பிப் பார்க்க வைத்துள்ளது. இந்திய விண்வெளி ஆய்வு மையத்தின் (இஸ்ரோ) இரண்டாவது ராக்கெட் ஏவுதலத்தை குலசேகரப்பட்டணத்தில் அமைப்பதற்காக கடந்த 28ம் தேதி தூத்துக்குடியில் நடந்த விழாவில் பிரதமர் மோடி அடிக்கல் நாட்டியுள்ளார். ஸ்ரீஹரிகோட்டா, பூமத்திய ரேகை பகுதியிலிருந்து 13.72 டிகிரி வடக்கில் அமைந்துள்ளது. ஆனால், குலசேகரப்பட்டணம் 8.36 டிகிரி வடக்கில் உள்ளது. எனவே, குலசேகரப்பட்டணத்தில் இருந்து ராக்கெட் ஏவுப்போது அதிகளவில் எரிபொருள் மிச்சமாகும்.

அதோடு, ராக்கெட்டின் வேகத்தை நொடிக்கு அரை கிலோ மீட்டர் வீதம் அதிகரிக்க முடியும்," என்று கூறுகிறார் மூத்த விண்வெளி விஞ்ஞானி நெல்லை சு.முத்து.

"வழக்கமாக ஸ்ரீஹரிகோட்டாவிலிருந்து செலுத்தப்படும் ராக்கெட்டுகள் இலங்கை மீது பறந்துவிடாமல் இருக்க அல்லது ராக்கெட்டுகளில் இருந்து பிரிந்து விழும்



பாகங்கள் இலங்கை மீது விழாமல் இருக்க, கிழக்கு நோக்கி ஏவப்பட்டு பின்னர், தென் துருவம் நோக்கித் திருப்பப்படுகிறது.

ஆனால், குலசேகரபட்டினத்தில் இருந்து ஏவுப்போது இந்த பிரச்சனை எழாது. ராக்கெட்டுகள் நேராக தென் திசையை நோக்கி ஏவப்படும். இது இஸ்ரோவுக்கு மிகவும் பயனுள்ளதாக இருக்கும்," என்கிறார் அவர். தமிழகத்தில் அமைந்திருப்பது நமக்கு பெருமை.

### சின்னவயதில் ஆசையாக சாப்பிட பஞ்சமிட்டாய் இப்போது தடை செய்யப்பட்டிருக்கிறதே!

ஆமாம். 30 ஆண்டுகளுக்கு முன்னால் விற்கப்பட்ட பஞ்சு மிட்டாய் சுவையாக இருந்தது உடல் நலத்துக்கு கேடு இல்லாமல் இருந்தது ஆனால் காலப்போக்கில் வியாபார யுத்தியால் அந்த பஞ்சு மிட்டாயில் கெமிக்கல் அதிகமாக சேர்த்து நிறத்தை கவர்ச்சிகரமாக மாற்றுவதற்காக பல்வேறு வியாபார ரீதியான முயற்சிகள் ஏற்படுத்தப்பட்டன. ஆனால் இணையதள உலகில் ஒவ்வொன்றையும் ஆராய்ச்சி செய்து பார்க்கும் வசதி எளிதாக இருப்பதால் தற்போது விற்கப்பட்டு வரும் பஞ்சு மிட்டாய் உடல் நலத்துக்கு கேடு என்று தெரிய வந்துள்ளது. பஞ்சு மிட்டாயில் தமிழ்நாடு மற்றும் புதுச்சேரியில் ரோடமைன் பி எனும் நச்சுப் பொருள் கலந்திருப்பது உணவு பாதுகாப்புத் துறை நடத்திய சோதனையில் தெரியவந்துள்ளது.



குழந்தைகளுக்கு பிடித்தமான இனிப்பு வகைகளின் ஒன்றான இளஞ்சிவப்பு நிறத்தில் விற்கப்படும் பஞ்சு மிட்டாய் தற்போது தமிழக அரசால் தடை செய்யப்பட்டுள்ளது.

புதுச்சேரியில் விற்கப்படும் பஞ்சு மிட்டாய்களை சோதித்து பார்த்தபோது, அவற்றிலும் ரோடமைன் பி இருப்பது தெரியவந்ததால், அங்கும் பஞ்சு மிட்டாய் விற்பது அரசால் தடை செய்யப்பட்டுள்ளது.

### மற்ற மாநிலங்களை விட தமிழ்நாடு வளர்ச்சி அடைந்ததாக சொல்லப்படுவதற்கு என்ன காரணம்!

சுதந்திரத்திற்கு பின் மத்திய அரசை ஆட்சி செய்த கட்சிகளின் ஆட்சி தமிழகத்தை தவிர பிற மாநிலங்களில் நடைபெற்று வந்தது.

பொருளாதார நிபுணர்கள் கருத்துப்படி, மத்திய அரசு சேவைத்துறை சார்ந்து முக்கியத்துவம் அளித்துக் கொண்டிருந்த காலத்தில், தமிழக அரசு வறுமை ஒழிப்பு, கல்வியை மேம்படுத்துதல் மற்றும் வேலைவாய்ப்பு சார்ந்த திட்டங்களுக்கு முக்கியத்துவம் வழங்கியது.

வளர்ச்சியை மட்டுமே மையமாக வைத்திருந்ததால் ஒரு கட்டத்திற்கு மேல் மத்திய அரசு மக்களுக்கு வளர்ச்சியை பகிர்தல் மற்றும் வேலைவாய்ப்பை வழங்குதலில் தேக்கமடைந்து விட்டது.

ஆனால், மனிதவளத்தை மேம்படுத்துவதில் குறிக்கோளாக இருந்த தமிழக அரசு அதற்காக கல்வியை ஜனநாயக படுத்தியது, கிராமங்களில் இருந்த மக்களை நகரங்களை நோக்கி அழைத்து வந்தது, சாலை வசதி, பொதுப்போக்குவரத்து வசதியை ஏற்படுத்தியது. இடஒதுக்கீட்டை அறிமுகப்படுத்திவிட்டு அமைதியாக இல்லாமல் அதற்கான வேலைவாய்ப்புகளை உருவாக்கி மக்களுக்கு வேலை வழங்கியது. மக்கள்நலன் சார்ந்த கொள்கைகள் தமிழ்நாட்டில் மட்டுமே கட்சிபேதமின்றி தொடர்ந்து வந்துள்ளதாக கூறுகிறார் ஜோதி சிவஞானம்.

உதாரணமாக, "காமராஜர் பள்ளிகளை கட்டினார். மதிய உணவு திட்டம் அறிமுகப்படுத்தப்பட்டது. அவற்றில் திமுக அதிமுக என இரண்டு ஆட்சி காலத்திலும் புதிய புதிய அம்சங்கள் புகுத்தப்பட்டன. ஆக எப்படியாவது மாணவர்களை பள்ளிக்கு வரவைக்க வேண்டும் என்பதில் தமிழக கட்சிகள் ஒத்த கருத்தோடு இருந்தன" என்கிறார் அவர்.

குறிப்பாக திமுக ஆட்சியில் கொண்டு வந்த பல மக்கள் நலன் சார்ந்த திட்டங்களை எம்ஜிஆரும் அப்படியே தொடர்ந்தார். திமுக கலை அறிவியல் கல்லூரிகளை தொடங்கியது. எம்ஜிஆர் பொறியியல் மற்றும் மருத்துவ கல்லூரிகளை தொடங்கினார்.

எம்ஜிஆரை பின்பற்றி ஜெயலலிதா எடப்பாடி கலைஞரை பின்பற்றி ஸ்டாலின் ஆட்சி செய்வதால் தமிழகத்தில் வளர்ச்சி எளிதாக இருக்கிறது என்கிறார்கள் பொருளாதார வல்லுநர்கள்.

# திரையா? சிறையா?

" மதுரையிலே நீயிருக்க

சேலத்திலே நாணிருக்க

சேருவது எக்காலம்?"

என்பது நாட்டுப்புறப் பாடல்.

"ஊர் உலகமே தூங்குகிறது; நான் மட்டும் தூங்காமல் தனித்துக் கிடக்கிறேன்." (ஊர், உலகம் என்பன இட ஆகுபெயர், ஊரோ உலகமோ தூங்குமா? ஊரில், உலகத்தில் உள்ள மக்கள், மன்னுயிர்கள், விலங்குகள், பறவைகள் எனக் குறிப்பதால் இட ஆகுபெயர் என்பது வகுப்பில் தமிழ்யா எப்போதோ கூறியது). திருக்குறளில் இலக்கியக் காதலி தன் பிரிவுத்துயரத்தை கூறுகிறாள்.....

"மன்னுயிர் எல்லாம் துயிற்றி அளித்திரா

என்னல்லது இல்லை துணை"

திருக்குறள் (1166).

திருவள்ளுவரின் இலக்கிய நயத்தைப் பாருங்கள். எல்லோரும் தூங்குகிறார்கள். காதலி மட்டும் தூங்கவில்லை என்றாலும் என்றாலும் தனக்குத் துணையாகத் தன் துணைவனே துணையாக இல்லாமல் கடமையாற்றச் சென்று பிரிந்துள்ள போதும், அப்பிரிவுத்துயரால் தான் தூங்காத துன்பத்திலும் அவள் இன்னொருவர்க்குத் துணைபுரிகிறாளாம். அது யார்? ஊரும் உலகும் தூங்கும்போது வேறு யார்? ஆம்....இரவு தனியாகத்தானே உள்ளது, அதுவும் தூங்காமல் தனியே உள்ளதாம். ஏழைக்கு ஏழைதானே துணை. துன்பப்படுவோர்க்குத் துன்பப்படுவோர்தானே உதவ வேண்டும். என்ன உயர்ந்த பொதுநலம்! பேசாத புவையும் கிளியையும் பேசவைக்கும் கவிஞர்கள் தூங்காத இரவையும் தூங்காமல் இருப்பதாகக் கதை விடுகிறார்கள். என்ன கலை நயம் சவையுங்கள்.

அகத்துறையில் தூக்கம் கெடுவது சரி, பொதுத்துறையில், புறத்திணையில் தூங்கலாமா?

"தூங்குக தூங்கிச் செயற்பால "

என்பது வள்ளுவர்.

பொறுத்துச் செய்யவேண்டிய காரியத்தை..... நேரம் காலம் இடம் எண்ணிப்பார்த்து, பொறுத்திருந்து/ காத்திருந்து செய்க என்பதே பொருள். தன் பதவிக்குரிய கடமை செய்யாமல் இருப்பதும் தூக்கமே!

"தூங்காமல் தூங்கி சுகம் பெறுவது எக்காலம்"

என அலுவல்/கடமை நேரத்தில் தூங்கி.....

பலர் வாழ்க்கையைத் தொங்கச் செய்வது சரியா?

"தூங்காதே தம்பி, தூங்காதே"



தமிழ் எழுச்சிப் பேரவைச் செயல் முனைவர் பா. இறையாசன் இயற்றியுள்ள, "உலகத் தாய் தமிழ் அகரம்" நூல் படிக்கல் அரங்கிட்டுக் கொண்டுவந்து வழங்கி வருவது பாளையன் பழிப்பக அன்பர் த.இ.சு. தமிழ் மணி. சென்னை முகப்பேர் சரித்திட்டம், மருதம் அருக்கக்கத்தில் தேரில் அளித்தார். 2015 கஜா புயலில் காணிய்ப்படுகை பாதிக்கப்பட்ட போது குடிசை வீடுகள் இடிந்து விழுந்ததால், நம் தமிழ் எழுச்சிப் பேரவை சார்பில் திருத்ததைப் புள்ளி அருக்கம் கொடுக்கையில் 15 வீடுகள் கட்டிக் கொடுத்த போது உதவிய அலுவலர் செய்தில் உடனடி உதவித்தார்.

என்று பாடிய திரைக் கவி பாடுகிறான்.....

"பொறுப்புள்ள மனிதரின் தூக்கத்தினால் பல பொன்னான வேலையெல்லாம் தூங்குதப்பா!"

(பட்டுக்கோட்டை கலியாணசுந்தரம்).

கோப்புகளைத் தேங்கவைப்பதைச் "சிவப்பு நாடா" என்பார். என் ஆசிரியர் நன்னன் ஐயா தமிழ் வளர்ச்சி இயக்குநராகப் பொறுப்பேற்றபோது, அன்றன்று கோப்புகள் தன் பார்வைக்கு வரவேண்டும்; மேல் விவரம் தேவையெனில், தன் ஒப்பம் பெற்று, மேலும் சில நாள் எடுத்துக் கொள்ளலாம் என்பார். ஓய்வு பெற்று, ஊதியமில்லாமல் பல மாதங்கள் / ஆண்டுகள் துன்பம் அடைவதைப் பற்றிய கன்னட மொழித் திரைப்படம்

"தபர்ண கதா" வந்ததும், அதனைப் பார்த்த கன்னட முதல்வர் ..... "ஓய்வு பெறும் அன்றே ஓய்வுதியம் வழங்க ஆவன செய்ய ஆணை இட்டார். தூங்க வேண்டிய நேரத்தில், குறிப்பிட்ட ஒரே நேரத்தில்/ ஒரே இடத்தில் தூங்குக; தூங்கிப் பழுகு. (சிலநேரங்களில், பணி மிகுதியால், சூழ்நிலையால், விருந்தினர் வருகையால், பயணங்களில் நேரம், இடம் மாறினால் மாறலாம் தவறில்லை.) இரவுப் பணி செய்வோர், இரவுக்காவலர்கள், மருத்துவர்கள், பயண ஊர்தி ஒட்டுநர்கள், கணினிப் பணியினர், அயல்நாட்டுக்காக நம் நாட்டில் தம்மீட்டிலிருந்தே உழைப்போர், இராணுவ வீரர்கள் முதலியோர், பணி காரணமாக இடம் நேரம் இரவு பகல் மாறும் கட்டாயம் உள்ளவர்கள் அதற்கேற்ப மாறிப் பழுகு.

இரவு என்பது தூங்கும் நேரம். முன்னிரவு வயிற்றுக்கும் (குடலுக்கும்), நள்ளிரவு கல்லீரல் மண்ணீரல் பித்தப்பைக்கும், பின்னிரவு இதயம் மூளைக்கும் உரிய நேரம்.

# தாயின் பரிதவிப்பு!

வேலை முடிந்து இரவு 10 மணிக்கு வீட்டுக்கு சிவராமன் வந்தார் .காத்திருந்த ரம்யா அவர் சாப்பிட டபன் எடுத்து வைத்தாள்.கை கால் அலம்பி கொண்டு இரவு உடை உடுத்திக் கொண்டு வந்த சிவராமன் மதுமிதா தூங்கி விட்டாளா? என்றார்.

அவள் 8 மணிக்கே தூங்கிட்டாங்க.நீங்க சாப்பிடுங்க.

இரு புள்ளைய பார்த்துட்டு வரேன் .காலையில போங்குக்கு போகும்போது பார்த்தது. ஆமாம் தினமும் இப்படித்தான்.

என்ன பண்ணது .தனியார் போங்கில் வேலை .எல்லா வேலையும்அப்படித்தான் இருக்கு .சொல்லிக்கொண்டே படுக்கை அறை கதவை திறந்துகொண்டு உள்ளே போய் படுக்கையில் பார்த்தார். சோர்ந்து தூங்கிக் கொண்டிருந்தாள்அவரின் ஒரே செல்வமகள் மதுமிதா .அவள் கன்னத்தை தடவி முத்தம் கொடுத்துவிட்டு திரும்பினார் .அவளின் வலது புறம் தலையணை பக்கமாக அந்த செல்போன் கிடந்தது .அதை எடுத்து பக்கத்தில் உள்ள டபாயில் வைத்துவிட்டு வந்தார்.

என்னங்க செல்ல மகளைபார்த்தாச்சா? உட்காருங்க சாப்பிடலாம். சாப்பிடலாமா ?ஏன் இன்னும் நீ சாப்பிடலையா? இல்ல. நான் தான் சொல்லி இருக்கேன் இல்ல. நான் எப்ப வருவேன்னு தெரியாது. நீ பசியோடு இருக்காதே. சாப்பிடன்னு. ஒன்றும் பேசாமல் ஹாட் பேக்கில் இருந்த இட்லியை இரண்டு பேருக்கும் ஆக எடுத்து வைத்து ஆறி போயிருந்த சாம்பாரை ஊற்றினார்.

ஏன் ரம்யா முகம் வாடி இருக்கு. பசியா? சாப்பிட்டு இருக்கலாம் இல்ல. சாப்பிட தோணலையே.

ஏன்?

மனசு சரி இல்லைங்க.

ஏன்? என்னாச்சு? யார் என்ன சொன்னா? என்ன பிரச்சனை?

ஒண்ணுமில்ல சாப்பிடுங்க.

இல்ல ரம்யாஉன்முகமேசரியில்லையே?

சொல்றேன் இல்ல சாப்பிடுங்க.

எதுவானாலும் அவள் சொல்வாள் .எப்போது சொல்ல வேண்டுமோ அப்போது தான் சொல்வாள். இத்தனை ஆண்டு வாழ்க்கையில் அவளைப்பற்றி புரிந்து கொண்டிருந்த சிவராமன் மெளனமாக சாப்பிட்டு எழுந்தார்.

என்னங்க சாப்பிடும் போது எந்த பிரச்சனையும் சொல்லக்கூடாது. என்னன்னு சொல்லு சொல்லுன்னு கேட்கிறீங்க.வேலை முடிச்சு கலைச்சி வீடு வந்த ஆம்பள நிம்மதியாக சாப்பிட்டப்புறம்தான் நான் எதுவா இருந்தாலும் பேசவேன்னு உங்களுக்கு தெரியாதா?

தெரியும் ரம்யா. சொல்லு என்ன பிரச்சனை? நம்ம பொண்ணுக்கு என்ன வயசு? இது என்ன கேள்வி ஒன்பது நடக்குது.

அவ செல்லுல பார்க்க கூடாததை எல்லாம் பார்க்குறாங்க. அவ வழி தவறி போய்டுவாளோன்னு பயமா இருக்குங்க. கண்கலங்க அவரைப் பார்த்தாள் ரம்யா. ரம்யாவின் தோளில் கை வைத்த சிவராமன் கவலைப்படாதே ரம்யா .இன்னைக்கு டெக்னாலஜி வளர்ந்து பூதமாய் இருக்கு .எந்த வகையிலும் தடுக்க முடியாது. அப்படினா இந்த வயசிலேயே.....?

ஆமாம் இந்த வயசிலேயே இல்லறம் என்றால் என்ன ?ஆண் உடம்புக்கும் பெண் உடம்புக்கும் என்ன வித்தியாசம் ?சினிமாவுல அடிக்கடி சொல்லுவாங்களே கெமிஸ்டரி ஓர்க் ஆயிடுச்சுன்னு அப்படினா என்ன?

என்னங்க நீங்க பாடம் எடுக்கிறீங்க?

ஆமாம் ரம்யா பாடம் தான் எடுக்க சொல்றேன். நான் இல்லை. நீ .நம்ம மகளுக்கு நாளையிலிருந்து உட்கார வச்சி மனித உடலைச் சார்ந்த அணாடமியை விரசமே இல்லாம சொல்லிக்கொடு.கவர்ச்சிபோயிடும்.சைன்ஸ் புரிஞ்சிடும் .அதனால் ஏற்படுற பிரச்சனைகள் அவமானங்கள் உடல் மாற்றங்கள் சமுதாயப் பார்வையில் வாழ்க்கையின் ஏற்ற இறக்கங்கள் எல்லாமே புரிஞ்சா அவ வயசுக்கு வரத்துக்கும் இதை புரிந்து கொள்வதற்கும் சரியா இருக்கும் .பயப்படாதே ரம்யா " அறிவு புரிஞ்சுகிட்டா உணர்வு தப்பு பண்ணாது" ரம்யா கணவனை அர்த்தத்தோடு பார்த்தாள். நிம்மதியா படுத்து தூங்கு. என விளக்கை அணைத்தான் சிவராமன்.

- கவிஞர் சுகந்தீனா



# முயற்சியை பொறுத்துதான் வெற்றி, தோல்வி!



எந்த ஒரு செயலையும் செய்யும் போது அது வெற்றி பெற வேண்டுமானால் கூட்டு முயற்சி தேவை. தொடர் முயற்சி தேவை. தோல்விக்கு பின்னும் முயற்சி தேவை.

“கணிதத்தில் 1+1 = 2. ஆனால், வாழ்வில் 1+1=3. அதாவது, இருவரின் பலம் சேரும்போது, அது ஒரு புது பலத்தை உருவாக்கும். அதனால்தான் நிறுவனங்களில் பணியாட்களைத் தேர்வு செய்யும்போது, அவர்களின் உம் வொர்க் திறனை முக்கியமாகச் சோதிக்கிறார்கள். அலுவலக வேலைகளுக்கு மட்டும் இல்லை, வீடுகளிலும் உம் விவங் இருந்தால்தான், ஒரு குடும்பம் சிறப்பாகச் செயல்படும். எல்லோரின் பங்களிப்பும் தேவை குடும்பத்தில். எனவே, உம் வொர்க் வளர்ச்சிக்கு மட்டும் இல்ல, வாழ்வதற்கும் மிக முக்கியம்.

பெரு நாட்டில் சியுலா க்ரான்டே என்று ஒரு மலை இருக்கிறது. 21000 அடி உயரம். அந்த மலை மேல் ஏற வேண்டும் என்ற வெறி இரண்டு பிரிட்டிஷ் இளைஞர்களுக்கு இருந்தது. ஒரு நாள் அந்த மலையில் ஏறத் துவங்கினார்கள். கரடுமுரடான மலை. கடும் குளிர். பனி. எதையும் பொருட்படுத்தாமல் இருவரும் ஏறிக் கொண்டிருந்தார்கள். அப்போது ஒரு வழக்குப் பாதையில் சிம்சன் என்பவன் விழுந்துவிட்டான். விழுந்ததில் அவன் காலில் பயங்கர அடி. அவனால் நடக்க இயலவில்லை. அவனை என்ன செய்வதென்று அடுத்தவன் சைமனுக்குப் புரியவில்லை. நண்பனாயிற்றே, அதனால்

அவனை அப்படியே விட்டுவிடாமல் கயிற்றில் கட்டி தோளில் சுமந்துக் கொண்டே மலை ஏறினான். அதிக தூரம் ஏற முடியவில்லை. ஒரு விளிம்பில் கை வழக்க சிம்சன் பாதாளத்தில் விழுந்துவிட்டான். மேலே நின்றுருந்த சைமன் கயிறு மூலம் இழுத்துப் பார்த்தான். எந்த அசைவும் தெரியவில்லை. குரல் கொடுத்தான், அப்போதும் பதிலில்லை. சில மணி நேரப் போராட்டத்துக்குப் பிறகு சிம்சன் இறந்துவிட்டான் என்று முடிவு செய்து, அங்கிருந்து அவன் மட்டும் மலை ஏறத் துவங்கினான். இதில் கொடுமையான சங்கதி என்னவென்றால் சிம்சன் விழும்போது அவர்கள் கொண்டு சென்றிருந்த உணவுப் பொருட்களும் விழுந்துவிட்டன.

இந்த சூழலில் பசி பட்டினியுடன் மேலே ஏறத் துவங்கினான் சைமன். அவன் மேலே ஏறிச் செல்ல மூன்று இரவுகள் ஆனது. அவன் மேலே ஏறியது ஒரு ஆச்சர்யம் என்றால். காலில் அடிபட்டு கீழே விழுந்த, இறந்துவிட்டதாக கருதப்பட்ட சிம்சனும் தங்கும் இடத்துக்கு வந்து சேர்ந்துவிட்டான்.

இந்த இருவரைப் பார்த்ததும் அங்கிருந்தவர்கள் அனைவருக்கும் ஆச்சர்யம். ‘நீங்கள் வந்து சேருவீர்கள் என்று நாங்கள் நினைக்கவில்லை. எப்படி உங்களால் சாதிக்க முடிந்தது?’ என்று கேட்டார்கள். அதற்கு அவர்கள் இருவரும், ‘இவ்வளவு வந்துவிட்டோம், இன்னும் கொஞ்சம் முயற்சி பண்ணிதான் பார்ப்போமே என்று முயற்சித்தோம்’ என்று ஒரு சேர சொன்னார்கள்.

- கவின் பண்டுடி

# புகிரகிஸ் பிழை திருத்தம்: முக்கிய தகவல்கள்!

முன்பெல்லாம் பொதுமக்கள் தங்கள் சொத்துகளுக்கான ஆவணங்களை பதிவு செய்யும்போது எந்த விஷயத்திலும் கவனம் கொள்ளாமல் பதிவு செய்பவர்கள் என்ன சொல்கிறாரோ அதன்படி நடந்து வந்தார்கள். ஆனால் காலப்போக்கில் எல்லா விஷயமும் எல்லாருக்கும் தெரிகிற சூழலில் பத்திரப்பதிவு குறித்தும் தெரிந்து கொள்ள வேண்டியது அவசியம். பத்திரத்தில் ஏற்படும் எழுத்து மற்றும் வார்த்தை பிழைகள் சரிசெய்யவே பிழைத்திருத்தல் பத்திரம். அதனைச் சரிப்படுத்தும் ஆவணம் (அல்லது) சீர் செய் ஆவணம் (RECTIFICATION DEED) என்பர்.



கிரயம், செடல்மெண்ட், பாகப்பிரிவினை, உயில் சாசனம், பவர் பத்திரம் அடைமானம், விடுதலை, அக்ரிமெண்ட் போன்ற அனைத்து ஆவணங்களையும் பிழைத்திருத்தல் பத்திரம் போடலாம். சாதாரணப் பிழைத்திருத்தல் பத்திரம், உரிமை மாறக்கூடிய பிழைத்திருத்தல் பத்திரம் என இரண்டு வகைப் பிழைத்திருத்தல் இருக்கிறது.

திசைகள், ஊர்ப் பெயர், தன்னுடைய பெயர் என யாருக்கும் எந்தவித பெயர் மாற்றங்கள் இல்லாமல் தனக்கு மட்டுமே பிரச்சனையாகவே உள்ள பிழைகள் சாதாரணப் பிழைகள்.

பட்டாவையும், பத்திரத்தையும் காணும்போது, பட்டாவில் உள்ள பெயரும், பத்திரத்தில் உள்ள பெயரும் நேராக இல்லையென்றால் சொத்தை வாங்கப் பலர் தயங்குவர். அதனால் இந்தச் சாதாரணப் பிழைத்திருத்தல் பத்திரம் போடப்படுகிறது.

செக்குப் பந்தியில் இன்னார் வீட்டுக்கு வடக்கே என எழுதுவதை இன்னார் வீட்டுக்கு கிழக்கே என எழுதுவது. பட்டா எண்ணைப் பத்திரத்தில் தவறாகக் குறிப்பிடுவது, சர்வே எண்ணை தவறாகக் குறிப்பிடுவது, முன்புள்ள பத்திரங்களில் எண்களைத் தற்போது எழுதும்போதும் தவறாக எழுதுவது, இன்சியல், தந்தை பெயர் தவறாக எழுதிவிடுவது. கதவு எண்கள், ஊர்ப் பெயர், தன் பெயர் ஆகியவற்றைத் தவறாக எழுதுவது. கிரயப் பத்திரத்தில் வரைபடம் மேப் விடுபட்டுவிடுவது, மின் இணைப்பு எண் மாற்றி எழுதிவிட்டால், தெருப்பெயர் மாறி விட்டு இருந்தால் திசைகள், எல்லைகள் தவறுதல்கள் எல்லாம், சாதாரணப் பிழைத்திருத்தல் பத்திரம் மூலம் திருத்தி விடலாம்.

சாதாரணப் பிழைத்திருத்தல் பத்திரத்திற்கு முத்திரைத்தாள் கட்டணம் ரூ. 100/ மொத்த செலவும், 500க்குள் முடியும்.

உரிமை மாற்றம் பிழைத்திருத்தலில் 2ஏக்கர் 1 சென்ட் என்பதை 1 ஏக்கர் 2 சென்ட் என்று எழுதி விடுவது ஆனால் 2 ஏக்கர் 1 சென்ட்டுக்கு பணம் கொடுத்து இருப்பார்கள், ஆனால் இந்தப் பிழையால் பட்டா மாறுவது தடையாகி

விடும். இதனைத் திருத்துவதற்கு உரிமை மாறும் பிழைத்திருத்தல் பத்திரம் போட வேண்டும். மேற்படி பிழைத்திருத்தல் பத்திரம் எழுதும் போது சரியான அளவினை குறிப்பிட்டு அதற்கு உண்டான அன்றைய சந்தை வால்யுவை வைத்து அதற்குண்டான கட்டணம் செலுத்தினால்தான் இந்த உரிமை மாறும் பிழைத்திருத்தல் பத்திரம் போட முடியும்.

குறைவான சதுரஅடி நிலத்தை அதிக சதுரஅடியாக எழுதினால் அதனை தற்பொழுது திருத்தம் செய்யும்போது ஏற்கனவே சார்பதிவுகத்தில் கட்டிய முத்திரைத்தாளின் தொகையை திரும்பிப் பெற்று கொள்ள முடியாது.

சொத்து விற்ப்பு பிழைத்திருத்தல் போட வேண்டிய சமயத்தில் உயிருடன் இல்லை என்றால் அவருடைய வாரிசுகளை வைத்துப் பிழைத்திருத்தல் பத்திரம் போடலாம்.

விற்ப்புக்கு, வாரிசுகள் இல்லை என்றால் இரண்டாம் வாரிசுகள், மூன்றாம் வாரிசுகள் மூலம், பிழைத்திருத்தல் போடலாம். அதற்கும் வழி இல்லை என்றால் நீதிமன்றம் தான் நாட வேண்டும். சொத்தை விற்ப்பு உயிருடன் இருக்கிறார், பிழைத்திருத்தல் போட வர மறுக்கிறார் என்றாலும், நீதிமன்றம் நாடி அதனைத் தீர்க்க வேண்டும்.

சர்வே எண், விஸ்தீரணம், நீள அகல அளவுகள், என அனைத்துமே பிழையாக இருந்தால், பிழை திருத்தம் பத்திரத்திற்குப் பதிலாக புதிய கிரய பத்திரம் போட வேண்டி இருக்கும். சில ஆவணங்களில் ஏற்படும் சிறு சிறு தவறுகளை உதாரணமாக சர்வே எண், மனை எண், இன்சியல் தவறுகளை பத்திரப்பதிவு செய்துவிட்ட பிறகு கண்டுபிடித்தால் அதனை அமில்ம் வைத்தோ ஓயி்டினர் போட்டோ நீங்கே திருத்தி விடுவது முற்றிலும் தவறு.

மனை எண் 10 யை மனை எண் 11 என்று தவறாக டைப் ஆகி இருந்தால், தாங்கள் பத்திர பதிவுக்கு பிறகு பத்திரத்தில் 10 என்று பேனாவில் போட்டாலும் பதிவு அலுவலக பராமரிப்பு ஆவணங்களில் 11 என்றே இருக்கும்

இது போன்ற திருத்தம் சட்ட விரோத திருத்தமே இதனால் எந்தவித உரிமை மாற்றமும் வராது. எவ்வ நிச்சயம் பிழை திருத்தல் பத்திரம் போட வேண்டும்.

ஆவணங்களில் எழுதப்பட்ட டிரைபுக்களில் சில வார்த்தைகள் அடிக்கப்பட்டு மாற்றப்பட்டு இருப்பின் அடித்தல் திருத்தல் வரி பிளவுக்கு நேராகவோ, குறுக்காகவோ இரண்டு நாட்களும் சான்று கையொப்பம் இட வேண்டும்.

சொத்து விபரம், சர்வே எண்ணில், வரிபிளப்பு ஏற்படுத்தி திருத்தி இருந்து அட்டேஸ்டேசன் வாங்காமல் இருந்தால் அந்த பதிவு நீதி மன்றம் செல்லாது என்றே தீர்ப்பளித்து இருக்கிறது.



## மகிமைகள்!

விரதங்களிலேயே சிறந்தது மகா சிவராத்திரி விரதம். வரத பண்டிதம் போன்ற நூல்கள் இதன் மகிமையை விவரிக்கின்றன.

மகா சிவராத்திரி அன்று ஈசனைத் தரிசித்தவர், விரதம் இருந்தவர், பூஜை செய்தவர், சங்கல்பம் செய்தவர் எல்லோருக்கும் நற்கதி கிடைக்கும் என்கின்றன புராணங்கள்.

இந்த ஆண்டு மார்ச் 8ம் தேதி வெள்ளிக் கிழமை மகா சிவராத்திரி வரவுள்ளது. அன்று இரவு 8 மணிக்குத் தொடங்கி மறுநாள் காலை 6 மணி வரை 4 கால பூஜைகள் நடைபெற உள்ளன. 300 வருடங்களுக்குப் பிறகு அபூர்வ மகா சிவராத்திரி, 2024 மகா சிவ ராத்திரி அன்று சர்வார்த்தி ஸித்தி யோகம், சிவ யோகம், ஷிரவண நட்சத்திரம், சுக்கிரப் பிரதோஷம், மகா சிவராத்திரி என்ற ஐந்து சிறப்பு யோக வேளையும் கூடி வருகின்றன. இந்த மகா சிவராத்திரியில் விரதமிருந்து கண் விழித்து சிவ தியானம் செய்திட எல்லா காரியங் களிலும் வெற்றி உண்டாகும். வேலை வாய்ப்பு, தொழில் முன்னேற்றம், வியாபார விருத்தி, அதிர்ஷ்டம் மற்றும் செல்வ செழிப்பு உண்டாகும்.

மகா சிவராத்திரி சுக்கிர வார பிரதோஷத்தில் வருவதால் பொருளாதாரச் சிக்கல்கள் தீர்ந்து செல்வவளம் சேரும்.

சர்வார்த்த ஸித்தி யோகம் என்றால் உங்களுடைய எல்லா விருப்பங்களுக்கும் நிறைவேற்றி வைக்கும் யோகம். இந்த யோக நாளில் ஈசனை வழிபட காரியத் தடைகள் அகன்று எண்ணியவை எளிதாக நிறைவேறும்.

சிவ யோகம் என்றால் தியானிக்கும் வேளை. இந்நாளில் செய்யப்படும் யோகா, தியானம், பிராணாயாமம், மந்திர ஜபம் ஆகியவைகளால் பன்மடங்கு பலன் கிடைக்கும். ஷிரவண நட்சத்திரம் சனி பகவானுக்கு உரியது. இந்த நட்சத்திரத்தில் எந்த நல்ல காரியம் செய்தாலும் அது மங்களகரமாக முடியும். இந்த மகா சிவராத்திரி நாளில் சனி பகவானையும், அவரை வழிநடத்தும் ஈசனையும் வழிபட்டால் உங்கள் தொழில், வியாபாரம், பதவி உயர்வு போன்ற விஷயங்கள் திருப்தியாக அமையும். மேலும் உங்கள்

ஜாதகத்தில் உள்ள எல்லா விதமான நவகிரக தோஷங்களும் நீங்கி விடும்.

ஐந்து யோகங்களும் ஒன்று கூடும் இந்த அபூர்வ மகா சிவராத்திரி நாளில் சிவ வழிபாடு செய்யத் தவறாதீர்கள்.

சிவ யோக வேளையில் நீங்கள் செய்யும் வழிபாடு ஈசனின் பரிபூரண அருளை பெற்றுத் தரும். உங்கள் வீட்டை பாதுகாப்பாக வைத்திருக்கும். உங்கள் வாரிசுகள் நலமோடு வாழ்வார்கள்.

சித்த யோகம் கூடி வருவதால் விநாயகப் பெருமானையும் இந்நாளில் வணங்கிட வேண்டும். இதனால் தொடங்கப்படும் சுப காரியங்கள் அனைத்திலும் வெற்றி உண்டாகும்.

இந்த மகா சிவராத்திரி காலத்தில் நீங்கள் இருக்கும் விரதம் உங்களையும் உங்கள் சுற்றத்தையும் செல்வ வளமாக்கும். இது தவிர இந்த ஆண்டு விசேஷ ஐந்து யோகம் கூடும் நாள் என்பதால் முக்கியமாக இந்த 6 எளிய வழி பாட்டையும் செய்ய வேண்டும்.

விநாயகருக்கு அருகம்புல் சாத்தி அவரை முதலில் வணங்கினால் சித்த யோகம் உங்களை சிறப்பாக்கும். சனீஸ்வரருக்கு எள்ளெண்ணெய் தீபம் ஏற்றி இந்நாளில் வணங்க ஷிரவண நட்சத்திர வேளை உங்களுக்கு சுபயோகத்தைக் கொண்டு வரும்.

சுக்கிர பிரதோஷம் மகா சிவராத்திரி நாளில் வருவதால் நந்தியெம்பெருமான் வழிபாடும் நலம் சேர்க்கும்.

சர்வார்த்த ஸித்தி யோக நாள் என்பதால் இந்நாளில் குலதெய்வ வழிபாடும் செய்து பித்ருக்களின் ஆசியால் வெற்றி பெறலாம். மகா சிவராத்திரி நாளில் இடர்களையும் பதிகங்கள் பாடி ஈசனைத் தொழுவந்த தீ வினைகள் நீங்கும். வர விருப்பவை நலமாக அமையும்.

சர்வ யோகங்களையும் அருளும் இந்நாளில் 4 கால பூஜைகளையும் கண்டு தரிசித்தால் இக, பர இன்பங்கள் யாவும் சேரும். மேலும் மகா சிவராத்திரி அன்று அகோரால்திர பூஜை செய்தால் உங்கள் வாழ்க்கையை பாதுகாப்பாக சிறப்பிடன் அமையும்.

- தேவ் ஆனந்த்



## ஆசிரியர் பங்கேற்ற திரைத்துறை நிகழ்ச்சி!



சமர்வீர் கிரியேஷன்ஸ் சார்பில் குடூர் நாராயண ரெட்டி தயாரித்து யதா சத்யநாராயணா இயக்கியுள்ள ரஜாக்கார் திரைப்படம் தமிழ், தெலுங்கு, கன்னடம், மலையாளம் உள்ளிட்ட மொழிகளில் வெளியாகவுள்ளது. இந்த படத்தின் தமிழ்ப் பதிப்பிற்கான டிரைலர் வெளியீட்டு விழா சென்னை வடபழனி கிரீன் பார்க் ஹோட்டலில் நடைபெற்றது. இந்த நிகழ்ச்சியில் படக்குழுவினருடன், திரை பிரபலங்கள் பலரும் கலந்து கொண்டனர். இந்நிகழ்ச்சியில் மித்ரா டைம்ஸ் ஆசிரியர் திரு.எம்.எஸ்.மூர்த்தி அவர்கள் சிறப்பு விருந்தினராக கலந்து கொண்டார். உடன் ராதா எக்ஸ்போர்ட் திரு.கிருஷ்ணன் உள்ளார்.

## ஆசிரியர் பங்கேற்ற பிறந்த நாள் நிகழ்ச்சி!



தொழிலதிபர் ராதா எக்ச்போர்ட்ஸ் திரு.கிருஷ்ணன் அவர்களின் 75-வது பிறந்த தின விழாவில் மித்ரா டைம்ஸ் ஆசிரியர் திரு.எம்.எஸ்.மூர்த்தி அவர்கள் கலந்துகொண்டு திரு.கிருஷ்ணன் அவர்களுக்கு கேக் ஊட்டி வாழ்த்து தெரிவித்தார். உடன் ADCP.திரு.கண்ணன், தொழிலதிபர்கள் திரு.சைலேந்திர குமார் வழக்கறிஞர்திரு.எம்.பி.நாதன், மோட்டிவேஷன் youtube திருப்புகழ் தொழிலதிபர்கள் புதுச்சேரி திரு.தமிழ் விருதாச்சலம், திரு.ஆனந்தன் மற்றும் நண்பர்கள் கலந்துகொண்டு வாழ்த்தினர்.

Printed, Owned and Published by M.SUNDARAMOORTHY, Printed at SRI PADMALAYA PRINTERS, No.8/18, Manali Salai, Korukupet, Chennai - 600 021. Published at No.602, Suruthi Block, Chitra Avenue, No.9, Choolaimedu High Road, Chennai - 600 094. Editor M.SUNDARAMOORTHY