www.panmugam.com

பன்முகம் .com

ஜனவரி - 2026

மலர்-2 இதழ்-1

24 மணிநேரமும் கேளுங்கள்

தமிழ்நாடு fm.com

2 YEARS ANNIVERSARY

விருப்ப சந்தா ரூ.50 செலுத்த ஸ்கேன் செய்யவும்

MS PADMA MEDIA HOUSE

தந்தைக்கு கல்லீரல் தானம் செய்ய

கோர்ட் படியேறி வெற்றி பெற்ற மகள்

www.panmugam.com

பன்முகம்

மலர்-1 இதழ்-12 .com

உங்கள் படைப்புகளை அனுப்பிவிட்டீர்களா?

ஜனவரி 2026

பன்முகம் பல்சுவை மாத இதழ்

கவிதைகள்	15 வரிகளுக்கு மிகாமல்	சிறந்த 3 கவிதைகளுக்கு தலா ரூ100 பரிசு
சிறுகதைகள்	1200வார்த்தைகளுக்கு மிகாமல்	சிறந்த கதைக்கு ரூ500 பரிசு.
கேள்விகள்	எதைப் பற்றி வேண்டுமானாலும் கேட்கலாம்.	சிறந்த கேள்விக்கு ரூ100 பரிசு.
கட்டுரை	1200வார்த்தைகளுக்கு மிகாமல்	
திரை அனுபவம்	300வார்த்தைகளுக்கு மிகாமல்	
நூல் அறிமுகம்	300வார்த்தைகளுக்கு மிகாமல்	

அனுப்பவேண்டிய முகவரி
tamilnaduepaper@gmail.com

கடைசிநாள்
20.02.2026

தொடர்புக்கு
9337501889

படைப்புகளை அனுப்பும்போது உங்கள் பெயரையும், அலைபேசி எண்ணையும் தவறாமல் படைப்புக்குக் கீழ் குறிப்பிடவும்

அச்சு இதழ் ஆண்டு சந்தா Rs.800
மின்னிதழ் ஆண்டு சந்தா Rs.300
G-pay 9337501889

சிம்ம சொப்பனம் உருவானது எப்படி?

நேற்று என் வேலைகளை முடிக்க ஆபிஸில் உட்கார்ந்திருந்தேன்..

என்னுடைய அதிகாரி ஒரு கேள்வி கேட்டார்

சிம்ம சொப்பனம் என்றால் என்ன...

சிங்கம் கனவு காணுதல்..

இது பொருள்..விளக்கம் வேண்டும்..

தெரியலையே..

நான் ஒரு சொற்பொழிவில் கேட்டேன் சொல்லட்டுமா...

சொல்லுங்கள் சார்..

யானை மிகப் பெரிய பலம் கொண்ட மிருகம்..எந்த விதமான மிருகங்களையும் போரிடத் தயங்காது ஆனால்..சிங்கம் தனது கனவில் வந்தால் கூட பயந்திடுமாம்

அதுதான் யானையின் சிம்ம சொப்பனம் என் பதே.. சிம்ம சொப்பனமாகியது

நினைத்த மாத்திரத்தில் பயம் வந்தால் அதுதானே சிம்ம சொப்பனம்

கனவு எனத் தெரிந்தும் பயத்திலேயே வைத் திருக்கும் சிம்மத்திற்குப் பெருமை ஏற்படுத் திய முன்னோர் யானையின் சிறுமையைச் சொல்லா மல் விட்டது இன்னும் சிறப்புதானே...

– பானுமதி நாச்சியார்

அந்த பழைய செருப்பும்... இறைவனின் பதிலும்...

ஒரு ஊரில் மிகப் பெரிய செல்வந்தர் ஒருவர் இருந்தார். அவர் தினமும் அதிகாலையில் எழுந்து கோவிலுக்குச் செல்வதை வழக்கமாகக் கொண்டிருந்தார். ஒருநாள் அவர் கோவிலுக்குச் சென்றுவிட்டுத் திரும்பும்போது, வாசலில் ஒரு முதியவர் அமர்ந்து பிச்சையெடுத்துக் கொண் டிருப்பதைப் பார்த்தார்.

அந்த முதியவரின் கால்களில் செருப்பு இல்லை. கால்கள் வெடிப்புகளுடன், காயம்பட்டுக் காணப்பட்டன. இதைப் பார்த்த செல்வந்தருக்கு மனிதாபிமானம் பிறந்தது. அவர் உடனே கடைக்குச் சென்று ஒரு புதிய, விலையுயர்ந்த காலணிகளை வாங்கி வந்து அந்த முதியவரிடம் கொடுத்தார்.

அந்த முதியவர் கண்களில் கண்ணீருடன் அதை வாங்கிக்கொண்டு, "இறைவன் உங்களை ஆசீர்வதிப்பார்" என்று மனதார வாழ்த்தினார்.

ஒரு கனவு

அன்று இரவு அந்த செல்வந்தரின் கனவில் இறை வன் தோன்றினார். செல்வந்தர் மிகவும் மகிழ்ச்சியடைந்து, "இறைவா! நான் இன்று ஒரு ஏழைக்கு உதவி செய்தேன், அதற்காகத்தான்

நீங்கள் என் கனவில் வந்தீர்களா?" என்று கேட்டார்.

அதற்கு இறைவன் மென்மையாகச் சிரித்துவிட்டு, "இல்லை மகனே, நீ இன்று கொடுத்த செருப்பை நான் அணிந்து பார்த்தேன். அது எனக்குச் சரியாகப் பொருந்தவில்லை, அதனால்தான் வந்தேன்" என்றார்.

செல்வந்தர் அதிர்ச்சியடைந்தார். "இறைவா! நான் அதை ஒரு பிச்சைக்கார முதியவருக்கு அல்லவா கொடுத்தேன்? நீங்கள் எப்படி அதை அணிய முடியும்?" என்று கேட்டார்.

வாழ்வின் தத்துவம்

இறைவன் சொன்னார்:

"மகனே! நீ யாருக்குக் கொடுக்கிறாய் என்பது முக்கியமல்ல. எந்த எண்ணத்தோடு கொடுக்கிறாய் என்பதே முக்கியம். நீ அந்த முதியவருக்குச் செருப்பு கொடுத்தபோது, 'நான் இவருக்கு உதவி செய்கிறேன்' என்ற அகந்தை (றிக்ஷீவீபீமீ) உன்னுள் இருந்தது. அந்தச் செருப்பு உன் அகந்தையால் கனமாக இருந்தது, அதனால்தான் என்னால் அதை அணிய முடியவில்லை."

தொடர்ந்து இறைவன் சொன்னார், "யார் ஒருவன் பிரதிபலன் பாராமல், தான் செய்கிறோம் என்ற எண்ணமே இல்லாமல், மற்றவரிடம் இருக்கும் என்னைக் கண்டு உதவி செய்கிறானோ, அப்போதுதான் அந்தச் செயல் என்னை வந்தடைகிறது."

நல்லெண்ணம்: நாம் செய்யும் உதவி சிறியதோ அல்லது பெரியதோ, அது தற்பெருமைக்காக இருக்கக் கூடாது.

அன்பு: எல்லா உயிர்களிடத்தும் இறைவனைக் காண்பதே உண்மையான ஆன்மீகம்.

கடமை: "நான் செய்கிறேன்" என்ற எண்ணத்தை விடுத்து, "இறைவன் என் மூலமாகச் செய்கிறான்" என்று நினைப்பதே ஒரு மனிதனைப் புனிதனாக்குகிறது.

நாம் செய்யும் ஒவ்வொரு சிறு செயலும் மற்றவர்களுக்குப் பயனுள்ளதாகவும், அன்பால் நிறைந்ததாகவும் இருக்கட்டும். ஒருவருக்கு ஒரு வேளை உணவு கொடுத்தாலும் சரி, ஒரு புன்னகையை உதிர்த்தாலும் சரி... அதை முழுமையான அன்போடு செய்வோம்.

– நடேஷ் கன்னா
கல்லிடைக்குறிச்சி

எளிமையாக வீட்டில் செய்யலாம் பனீர் பிரியாணி!!

தேவையான பொருட்கள்

200 கிராம் பனீர்
2டம்ளர் பாஸ்மதி அரிசி
3 வெங்காயம்
3 தக்காளி
1 பச்சை மிளகாய்
கையளவு கொத்தமல்லி
கையளவு புதினா
2ஸ்பூன் தயிர்
1ஸ்பூன் மிளகாய் தூள்
தேவையானஅளவு உப்பு
2ஸ்பூன் இஞ்சி பூண்டு விழுது
1 பட்டை
2கிராம்பு
1பிரியாணி இலை
3டம்ளர் தண்ணீர்
2 தேக்கரண்டி எண்ணெய்
1 தேக்கரண்டி நெய்

செய்முறை விளக்கம்

பன்னீரை சிறிய துண்டுகளாக நறுக்கி வைக்கவும். பிறகு தவாவில் பட்டர் விட்டு பன்னீரை லேசாக பொன்னிறமாக டோஸ்ட் செய்து எடுத்து கொள்ளவும்.

குக்கரில் எண்ணெய், நெய் ஊற்றி காய்ந்ததும் பட்டை, கிராம்பு, பிரியாணி இலை, சோம்பு, மராட்டி மொக்கு சேர்த்து தாளித்து நீளமாக நறுக்கிய வெங்காயம், பச்சை மிளகாய் சேர்த்து நன்கு பொன்னிறமாக வதக்கவும்.

பிறகு தக்காளி, இஞ்சி பூண்டு விழுது, உப்பு, மஞ்சள் தூள், மிளகாய் தூள் சேர்த்து நன்கு பச்சை வாசனை போகும் வரை வதக்கவும்.பிறகு புதினா, கொத்தமல்லி சேர்த்து நன்கு கிளறி விடவும்.தயிர் சேர்த்து நன்கு கலந்து விட்டு வதக்கவும்.

பிறகு 3 டம்ளர் தண்ணீர் ஊற்றி உப்பு, காரம் சரிபார்த்து கொள்ளவும். தண்ணீர் ஒரு கொதி வந்ததும் பாஸ்மதி அரிசியை தண்ணீர் இல்லாமல் வடிகட்டி இதில் சேர்த்து கலந்து விட்டு பன்னீர் துண்டுகள் சேர்த்து கலந்து விட்டு சிறிதளவு கொத்தமல்லி, புதினா இலை சேர்த்து மூடி போட்டு 2 விசில் விட்டு இறக்கவும்.

சூப்பரான சுவையான பன்னீர் பிரியாணி தயார்.

– வி.பிரபாவதி
மடிப்பாக்கம்

ஒரே சொல் இரு அர்த்தம் தமிழோடு சிறு விளையாட்டு

இரண்டு கேள்விகளைக் கேட்டு அவற்றிற்கு ஒரே பதிலைச் சொல்லுமாறு தமிழில் ஒரு சொல் விளையாட்டு உண்டு.

உதாரணமாக, "தேர் ஓடுவது எதனால்?

தெருவை மெழுகுவது எதனால்?" என்ற இரண்டு கேள்விகளுக்குமான ஒரே பதில்,

"அச்சாணியால்" என்பது.

தேர் ஓடுவது அச்சாணியால், தெருவை மெழுகுவது

அச்சாணியால் என்று பதிலில் விளக்கம் கிடைக்கும்.

"நீ வசிக்கும் ஊர் எது?

உன் காலில் காயம் வந்தது எப்படி?"

என்ற இரு கேள்விகளுக்கான ஒரே பதில் "செங்கல்பட்டு" என்பது.

"சாம்பார் மணப்பதேன்?

உடல் நலிவதேன்?" என்ற இரு வினாக்களுக்கு ஒரே பதில் "பெருங்காயத்தால்!" என்பது.

இன்று ஆங்கில வழிக் கல்வி பெருகி விட்ட காலம். முன்னர் பெரும்பாலானோர் தமிழ் வழிக் கல்வியில் பயின்ற போது இத்தகைய சொல் விளையாட்டுகள் குழந்தைகளின் தமிழறிவையும், சிந்தனைத் திறனையும் ஒரு சேர வளர்த்தன...

இடைக்காலத்தில் வாழ்ந்த இளஞ்சூரியன், முதுசூரியன் என்ற இரட்டைப் புலவர்களில் ஒருவர் கண்பார்வையற்றவர், ஒருவர் கால் ஊனமானவர்.

கால் ஊனமானவரைக் கண் பார்வையற்றவர் தோளில் சுமந்து செல்வார். கால் ஊனமானவர் தோளில் இருந்தவாறே எப்படிச் செல்ல வேண்டும் என வழி சொல்வார்.

இவ்விரு புலவர்கள் எழுதிய வெண்பாக்கள் பலவும் இதேபோல் சொல் விளையாட்டு பாணியில் அமைந்தவைதான்.

ஒருவர் வெண்பாவின் இரண்டடியில் கேள்வி கேட்க மற்றவர் அடுத்த இரண்டடிகளில் பொருத்தமான பதில் சொல்வார்.

மதுரைத் தெப்பக்குளத்தில் கால் ஊனமானவர் படியில் அமர்ந்து பார்த்தவாறிருக்க, கண்பார்வை அற்றவர் தம் துணியை நீரில் அலசினார். அப்போது துணி குளத்தில் நழுவி எங்கோ சென்று விட்டது. அதைப் பார்த்த கால் ஊனமானவர்?

"அப்பிலே தோய்த்து அடுத்தடுத்து நீர் அதனைத் தப்பினால் நம்மையது தப்பாதோ?"

எனக் கேள்வி கேட்டார்.

அதாவது, தண்ணீரில் துணியைப் போட்டு துவைக்கிற சாக்கில் அடிஅடியென்று அடித்தால் அது (கோபித்துக் கொண்டு) நம்மை விட்டுப் போகாதா என்பது அவர் கேள்வியின் பொருள்.

அதற்கு பார்வையற்றவர் சொன்ன பதில் இது தான்!

"எப்படியும் இக்கலிங்கம் போனால் என் ஏக லிங்க மாமதூரைச் சொக்கலிங்கம் உண்டே துணை"

என்று வெண்பாவை நிறைவு செய்தார்.

அதாவது க லிங்கம் என்ற சொல்லுக்குத் துணி என்று பொருள்.

இந்தத் துணி போனால் என்ன? மதுரைச் சொக்கலிங்க மாகிய தெய்வம் நம்மைக் காப்பாற்றும் என்பதே அவரது பதில்.

பார்வையற்றிருந்தாலும் அவரது தெய்வ நம்பிக்கையின் ஆழம் நம்மை ஆச்சரியப்பட

வைக்கிறது.

இப்போது முழு வெண்பாவையும் பார்க்கலாம்..!

"அப்பிலே தோய்த்து அடுத்தடுத்து நீர் அதனைத்
தப்பினால் நம்மையது தப்பாதோ?
எப்படியும் இக்கலிங்கம் போனால் என் ஏகலிங்க
மாமதுரைச்
சொக்கலிங்கம் உண்டே துணை!"

தமிழின் பெருமையே பெருமை!

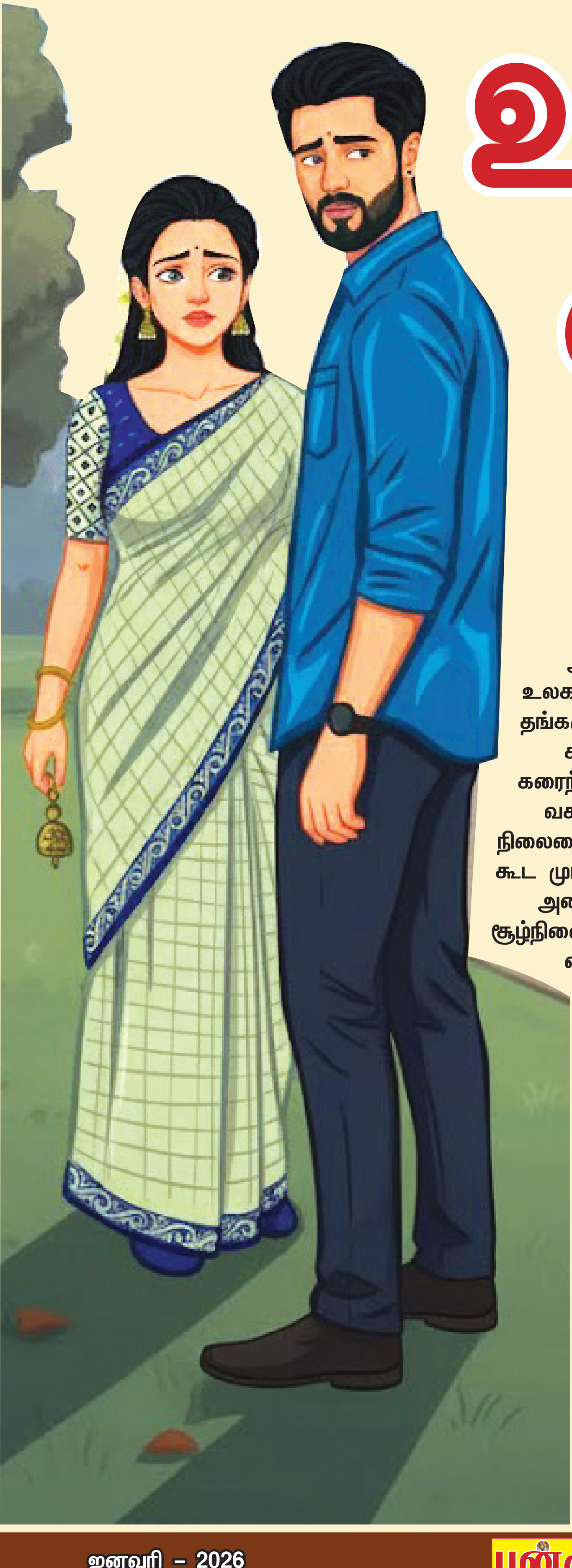
எழுத்தாளர் சுஜாதா அவர்களிடம், திருக்குறளைப் பற்றி ஒருவர் கேள்வி கேட்டார்.

"திருக்குறள் 1330 குறள்கள் அல்லவா? திருக்குறளைத் திருக்குறள்கள் என்று தானே சொல்ல வேண்டும்? அப்படியிருக்க பன்மையில் சொல்லாமல் ஏன் ஒருமையில் திருக்குறள் என்று சொல்கிறோம்?" என்று கேள்வி கேட்டார்.

அதற்கு சுஜாதா அவர்கள் சொன்ன பதில் என்ன தெரியுமா?

"திருக்குறள் கள்ளை
அனுமதிப்பதில்லை"..

– வி.பிரபாவதி
மடிப்பாக்கம்



உயிர்த்து எழுந்த காதல்

அவர்கள் காதலித்தது ஊருக்கும் தெரியாது உலகத்துக்கும் தெரியாது. அவர்கள் இருவர் மட்டும் தங்களுக்குள் புதைத்து வைத்திருக்கும் வைரப் புதையல்.

காலம் கனியும் என்று காத்திருந்தார்கள். காலம் கரைந்ததே தவிரக் கனியவில்லை

வசந்த் சொன்னான். "என் அம்மா இப்ப இருக்கற நிலைமைல நான் என் கல்யாணத்தைப் பத்தி நினைக்கக் கூட முடியாது மீரா"

அதை ஆமோதிப்பது போல் தலையசைத்த மீரா, "என் சூழ்நிலையும் அதேதான்... தங்கச்சி களோட எதிர்காலமே என்னை நம்பித்தான் இருக்கு வசந்த்"

நீண்ட யோசிப்பிற்குப் பின் அவர்கள் ஒரே முடிவை எடுத்தார்கள்.

"தங்களைச் சார்ந்தோர்க்காக தங்கள் காதலையே தியாகம் செய்வதென்று"

அவர்களின் அந்தப் பிரிவு நாள்

அதற்காகவே அமைந்தது போல்

மழை இல்லை. காற்று இல்லை.

ஆனால் இருவரின் மார்புக்குள்ளும் சூறாவளி.

அவர்கள் கைகள் தொட்டுக் கொள்ள வில்லை. ஏனெனில் தொடுதல் திரும்ப முடியாத ஆசையைக் உயிர்ப்பிக்குமாம்.

ஆண்டுகள் ஓடியது.

வசந்த் தன் அம்மாவை தன் மடியில் வைத்தே இழந்தான்.

அவள் கடைசி மூச்சில் சொன்னது, "உன் வாழ்க்கையை நீ வாழ்ந்திருக்கணும் கண்ணா."

அந்த வார்த்தை அவன் உள்ளத்தைச் சிதைத்தது.

மீரா தங்கைகளுக்கெல்லாம் கல்யாணம் செய்துவைத்தாள்.

அவள் தாய் ஒரு நாள் கேட்டாள்.

"நீ மட்டும் ஏண்டி கல்யாணம் செய்துக்கலை?"

அவளால் பதில் சொல்ல முடியவில்லை. அழுதாள். சிலமாதங்க ளுக்குப் பிறகு, அதே கோவில். அதே மாலை நேரம்.

வசந்த் மீராவைக் கண்டான். அவளைப் பார்த்ததும் இதயம் கதறியது. குரல் உடைந்தது.

"நான் உன்னைப் பிரிந்த நாள் முதல் ஒரு நாள் கூட நிம்மதியாய்த்தூங்கவில்லை மீரா"

மீராவின் கண்களில் அழுகையும் மகிழ்ச்சியும் சேர்ந்தது.

"உண்மையென்னதெரியுமா வசந்த்?... நம்ம தியாகம்தான் நம்ம காதலுக்கு உயிர் கொடுத்திருக்கு."

அவன் மெதுவாகச் சொன்னான்.

"இப்பக் கூட தாமதமில்லை மீரா"

அவள் அவனது கையை முதல் முறையாகத் தொட்டாள்.

அந்த தொடுதலில் பல ஆண்டுகளின் வலி கரைந்து.... மறைந்தது.

"நம்ம அப்போ பிரிந்தது பயத்தில் இல்லை மீரா... பொறுப்பின் காரணமாய்"

அவள் சொன்னாள். "இப்போ சேர்றது நாம சேருவது கூட ஆசையால் இல்லை... அன்பின் வீரியத்தால்!...அதுதான் உண்மை." கோவில் மணி ஒலித்தது.

அன்று காதல் மௌனமாக இருந்தது.

இன்று அது கண்ணீரோடு சிரித்தது.

– முகில் தினகரன்,
கோயமுத்தூர்

காலில் ஓவியம் தீட்டும் நம்பிக்கை பெண்

ஸ்வப்னா அகஸ்டின்

பகுதியைச் சேர்ந்த ஸ்வப்னா அகஸ்டின், இரு கைகளும் இல்லாமல் பிறந்தவர். ஆனால் அந்த உடல் குறைபாட்டை சொல்லி, தனது திறமை களையும் கனவுகளையும் கட்டுப்படுத்த அவர் ஒருபோதும் தயாராக இல்லை.

சிறுவயதிலிருந்தே கால்களையும் விரல் களையும் பயன்படுத்தி வரைவதும், ஓவியம் தீட்டுவதும், அன்றாட வேலைகளைச் செய்வதும் போன்ற அபூர்வமான திறமைகளை அவர் வளர்த்துக் கொண்டார்.

பள்ளிப் பருவத்திலேயே ஸ்வப்னாவின் கலைத் திறமை அனைவரின் கவனத்தையும் ஈர்த்தது. பெற்றோர்களும் ஆசிரியர்களும் அளித்த தொடர்ந்த ஆதரவுடன், விரல்களுக்கு இடையில் பென்சில், பிரஷ் ஆகியவற்றை நுணுக்கமாகப் பிடிக்க கடுமையான பயிற்சிகளை அவர் மேற் கொண்டார்.

அந்த பயிற்சிகளில் விரல்கள் வலித்தாலும், தனது திறமையின் மீது இருந்த நம்பிக்கை ஒருபோதும் குறையவில்லை. அதன் பின்னர் அவர் வரலாற்றில் பட்டமும் பெற்றார்.

மலர்கள், பறவைகள், இயற்கைக் காட்சிகள், பண்பாட்டு சின்னங்கள் ஆகியவை ஸ்வப்னாவின் ஓவியங்களில் அதிகமாக காணப்படுகின்றன.

இன்று அவை சர்வதேச அளவிலும் அங்கீகாரம் பெற்றுள்ளன. 1999 முதல் சுவிட்சர்லாந்தை மையமாகக் கொண்ட Association of Mouth and Foot Painting Artists (MFPA) அமைப்பின் உறுப்பினராக செயல்பட்டு வரும் ஸ்வப்னா, பல்வேறு கலைக் கண்காட்சிகளின் மூலம் கலை உலகில் வலுவான தனது இருப்பை நிலை நிறுத்தியுள்ளார்.

World Malayali Foundation வழங்கிய “Icon of the Year 2018” உள்ளிட்ட பல விருதுகளையும் அவர் பெற்றுள்ளார்.

தெய்வம் தந்த பாதையெனவும், கலை தெய்வத் தின் ஒரு வரமாகும் எனவும் நம்பிக்கையுடன், அனைத்து சவால்களையும் தாண்டி முன்னேறி வரும் ஸ்வப்னா அகஸ்டின், இன்று பலருக்கும் ஒரு உண்மையான ஊக்கமாகத் திகழ்கிறார்.

Secret ஓவியன்

■ நிரஞ்சனா நெப்போலியன்

பாகம் 03

பணியில் ஓவியன்

உதவி ஆணையர் ஓவியன், அவனிடம் ஒப்படைக்கப்பட்ட வழக்கின் கோப்பைப் படித்துப் பார்த்துக் கொண்டிருந்தான். அவனது முகம், தெளிந்த நீரோடை போல் இருந்தது. அவனது கையில் இருந்த கோப்பும் அப்படித் தான் இருந்தது. அதில் எந்த விவரமும் இல்லை. கோப்பை ஓரமாய் வைத்துவிட்டு தலையை நிமிர்ந்த அவனை பார்த்து, ஆய்வாளர் முருகன் சல்யுட் செய்து,

"இன்ஸ்பெக்டர் முருகன் ரிப்போர்ட்டிங், சார்." என்றான்.

லேசாய் தன் தலையை அசைத்தான் ஓவி யன்.

"உங்க கூட வேலை செய்ய எனக்குக் கிடைச்ச சந்தர்ப்பத்துக்காக நான் ரொம்ப சந்தோஷப்படறேன், சார்."

"கூடிய சீக்கிரமே அதுக்கு நேர்மாறா நினைப்பீங்க." என்ற ஓவியனைப் பார்த்து, திரு திருவென விழித்த முருகனிடம்,

"என் கூட வேலை செய்றது அவ்வளவு சுலபமா இருக்காது." என்றான் ஓவியன்.

"அது ரொம்ப நல்ல எக்ஸ்பீரியன்ஸா இருக் கும்னு பலர் சொல்லக் கேள்விப்பட்டிருக்கேன், சார்."

"நம்ம டிபார்ட்மெண்ட் எல்லாரையும் நல்லா ஏமாத்திக்கிட்டு இருக்குன்னு நினைக்கிறேன். அதை எல்லாம் நம்பாதீங்க."

தன் கண்களைச் சுருக்கிய முருகனைப் பார்த்து,

"நீங்க தானே மூணு மாசமா இந்தக் கேசை ஹேண்டில் பண்ணிக்கிட்டு இருக்கீங்க?" என் றான்.

"எஸ், சார்."

"இதுவரைக்கும் கொலைகாரனைப் பத்தி ஒரு க்ளூ கூடவா உங்களுக்குக் கிடைக்கல?"

"ஆரம்பத்துல, இது கொலைதான்னு எங்களால நிச்சயமா சொல்ல முடியல, சார்."

"ஏன்?"

"ஏன்னா, கொலை நடந்தது கிரவுடட் ஏரியாவுல சார். சந்தேகப்படுற மாதிரி அந்த ஏரியா உள்ள யாரும் நுழையல. அதே நேரம், எரிச்சுக் கொல்லப்பட்டவங்க கத்திக் கூப் பாடு போடல."

"கொலைகாரன் ஏன் அதே ஏரியாவைச் சேர்ந்தவனா இருக்கக் கூடாது?"

"இல்ல, சார். மூணு கொலை நடந்ததும் வெவ் வேறு ஏரியாவுல. அதனால, கொலைகாரன் அந்த ஏரியாவைச் சேர்ந்தவனா இருக்க வாய்ப்பில்ல."

"ஏதாவது சிசிடிவி கேமரா ஃபுட்டேஜ்?"

"இல்ல, சார். கொலை நடந்த போது, அந்த ஏரியாவுல கரண்ட் கட் ஆகி இருக்கு."

"மூணு கொலை நடந்த போதும் கரண்ட் கட் ஆச்சா?"

"ஆமாம், சார்."

"அப்படின்னா இது நிச்சயம் கொலை தான். கொலை நடக்குறதுக்கு முன்னாடி, கொலைகாரன் தான் கரண்டைக் கட் பண்ணி இருக்கணும்."

"நீங்க சொல்றது சரி தான், சார். ஆனா, கரண்ட் கட் பண்றதுக்கு

முன்னாடி இருந்த சிசி டிவி புட்டேஜ்ல, அந்த ஏரியாவுக்குள்ள யாரும் புதுசா நுழையல."

"ம்ம்ம்... ஏதாவது ஃபிங்கர் பிரிண்ட் கிடைச்சதா?"

"இல்ல, சார்."

"கொலையானவங்களைப் பத்தி அவங்க குடும்பத்துல விசாரிச்சீங்களா?"

"விசாரிச்சோம் சார். ஆனா, அவங்க கிட்ட இருந்து நமக்கு எந்த விவரமும் கிடைக்கல."

"அப்படின்னா, நம்ம முதல்ல யிருந்து ஆரம்பிக்க வேண்டியது தான்."

"சரிங்க, சார்."

"இறந்தவங்க மூணு பேரும் யாரு?"

"சுபாஷினி, மாளவிகா, நான்சி."

"அவங்களைப் பத்தி விவரமா சொல்லுங்க."

"எல்லாமே அந்த ஃபைலில் இருக்கு, சார்."

"ஏன்? நீங்க சொல்ல மாட்டீங்களா?" என் றான் ஓவியன்.

"ஷ்யூர், சார்."

"ஷூட்..."

"சுபாஷினி வேலை செஞ்சுகிட்டு இருந்தது, சென்னை ஹைகோர்ட்ல க்ளார்க்கா, சார். அவங்க வீடு இருந்தது இந்திரா நகர். மாளவிகா வேலை செஞ்சது, ரெவின்யூ டிபார்ட்மெண்ட். அவங்க இருந்தது, சரோஜினி நகர்ல இருக்கிற கவர்மெண்ட் கோட்டர்ஸ்ல. நான்சி ஒரு பிரை வேட் செக்டார் ஒர்க்கர். அவங்க வீடு இருக்கிறது சக்தி நகர்."

"இவங்க மூணு பேருக்கும் என்னஒற்றுமை?"

"மூணு பேரும் கல்யாணம் ஆனவங்க, சார். அவங்க வேலை செஞ்ச இடம், டிபார்ட் மெண்ட், அவங்க வீடு இருக்கிற ஏரியா,அவங்க ளோட ஸ்டேட்டஸ், எல்லாமே வித்தியாசமானது, சார். அவங்க படிச்சதும் கூட, வேற வேற ஸ்கூல் அண்ட் காலேஜ். எல்லாத் துக்கும் மேல, மூணு பேருக்கும் வயசு வித்தியாசமும் இருக்கு. அதனால, அவங்க ஒரே பேட்ச்சா இருக்க வாய்ப்பில்ல." என்று தனக்குத் தெரிந்ததைக் கூறினான் முருகன்.

– தொடரும்...

தினமும் புதிய புதிய இசை வீடியோக்கள் ஆன்மிக பாடல்கள் சுவையான சமையல் வீடியோக்களை வெளியிடும்

dheivamtv.com

இணையதளத்தை பார்க்கவும்

வாட்சப் மற்றும் தொலைபேசி எண்

7789941009

பூ சூடுதலின் நன்மைகளும் பலன்களும்

பூ சூடுதல் மன அழுத்தத்தைக் குறைத்து, மனநிலையை மேம்படுத்தி, புத்துணர்ச்சி அளிப்பதுடன், சில பூக்களின் மருத்துவ குணங்களால் உடல்நலப் பயன்களையும் தருகிறது; இது அழகு, ஆரோக்கியம் மற்றும் ஆன்மிக நன்மைகளைக் கொண்டது.

மனநலப் பயன்கள்

மன அழுத்தம் குறைவு: பூக்களின் நறுமணம் நரம்பு மண்டலத்தைத் தூண்டி, மனதை அமைதிப்படுத்தி, மன அழுத்த ஹார்மோன்களைக் குறைக்கிறது.

மனநிலை மேம்பாடு: பூ சூடுவதால் மனதிற்கு புத்துணர்ச்சி கிடைத்து, நேர்மறை எண்ணங்கள் உருவாகின்றன.

பல்வேறு கோணங்களில் சிந்திக்க உதவுதல்: மனமாற்றத்திற்கு உதவுவதால், ஒரு விஷயத்தை பல கோணங்களில் பார்க்கும் திறனை வளர்க்கிறது.

உடல்நலப் பயன்கள்

செம்பருத்தி: உடல் சூட்டைக் குறைக்கும், வயிற்றுப்போக்கு, புண்களை ஆற்றும், இதய நோய்களுக்கு நல்லது (தேநீராக).

வாழைப்பூ: சீதபேதி, இரத்தமூலம், இருமல், உடல் எரிச்சல் போன்றவற்றை நீக்கும்.

பூளைப்பூ: சிறுநீரகக் கற்களைக் கரைத்து, சிறுநீர் வெளியேற்றத்தை சீராக்கும்.

பாரம்பரியப் பயன்கள்

வீட்டு அலங்காரம் (கூரைப் பூ): பொங்கல் பண்டிகையின் போது, வீட்டின் கூரையில் பூளைப்பூ, ஆவாரம் பூ போன்றவற்றை கட்டுவது, காற்றைச் சுத்திகரித்து, பூச்சிகளைத் தடுக்கும்.

மொத்தத்தில், பூக்களைச் சூடுவது என் பது வெளிப்புற அழகு மட்டுமல்லாமல், உள் மனதையும் உடலையும் ஆரோக்கியமாக வைத்திருக்க உதவும் ஒரு பாரம்பரிய முறையாகும்.

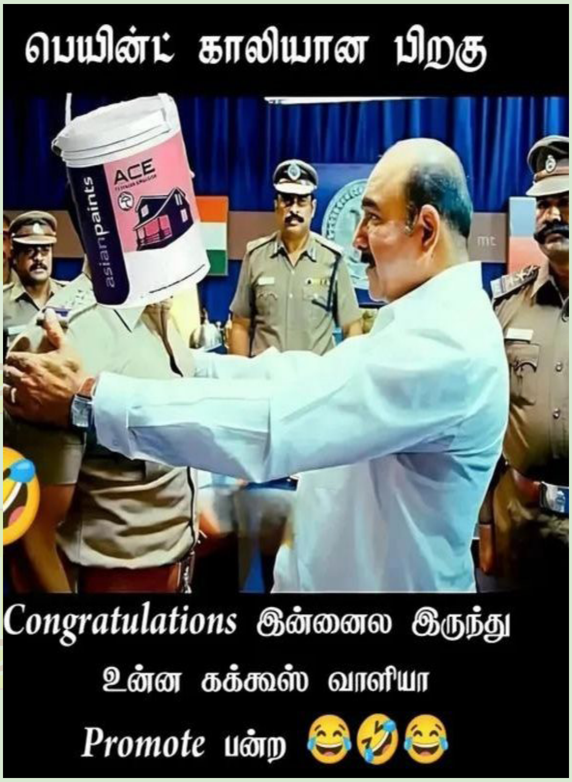
அரசியல் நிகழ்வுகளை விரல்நுனியில் தரும்
ஒரே தரமான நம்பர் 1 நாளிதழ்
தமிழ்நாடு
இ பேப்பர்.காம்
PMK
மக்கள் நீதி மய்யம்
CPI

மீம்ஸ் கலாட்டா

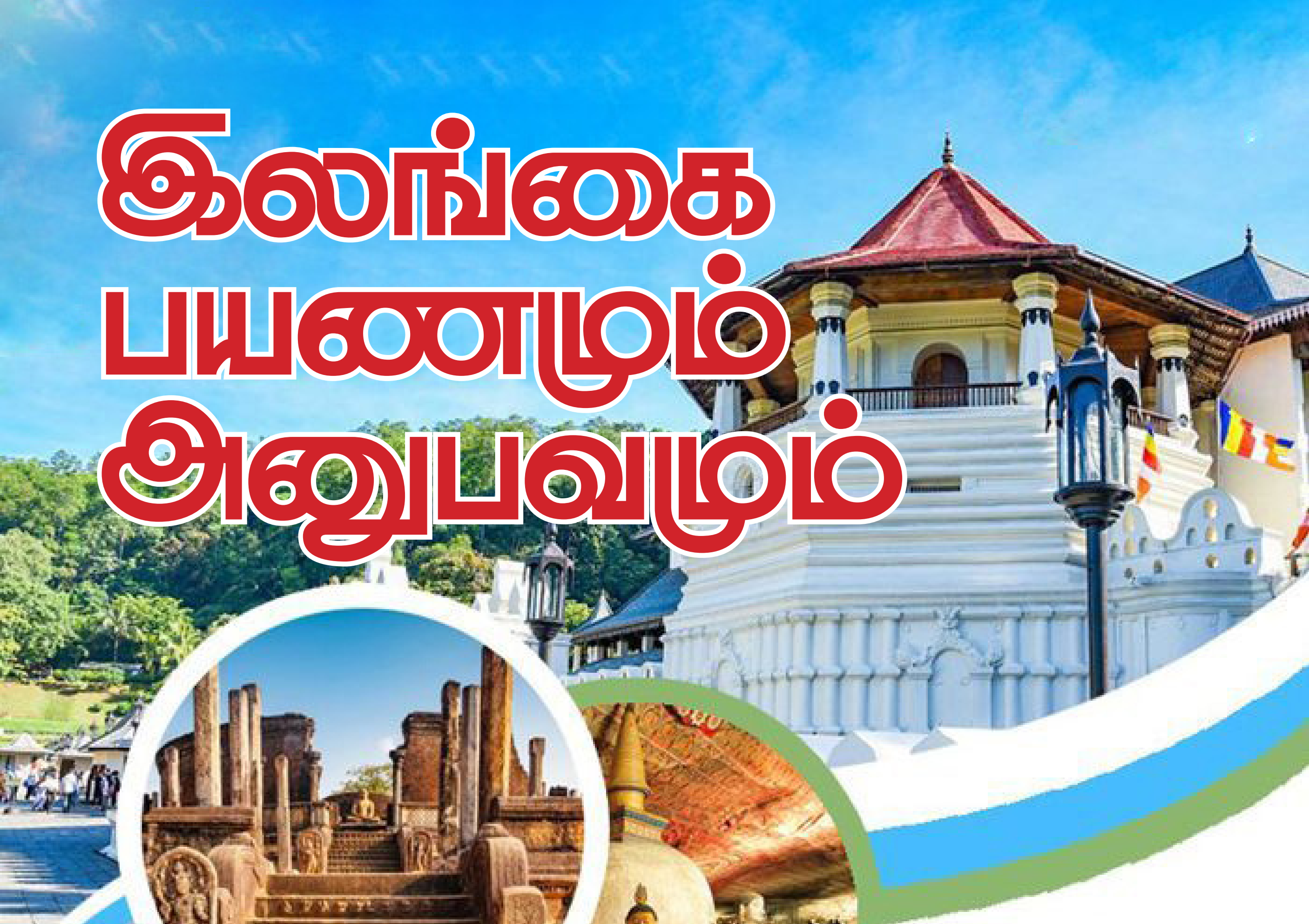
எல்லாரும் நிலாவை வானத்தில
பார்த்துட்டு இருந்தாங்க..
MATHESH...
நான் மட்டும் அவ வாட்சாப்
டிபியில பார்த்துட்டு இருந்தேன்.

தார் இருந்தா
தார் ரோடுன்னு சொல்லாறங்க
சிமெண்ட் இருந்தா
சிமெண்ட் ரோடுன்னு சொல்லாறங்க
அப்படினா...
MEMEES.IN
கவிதை ரசிகன் காமெடி
rasigank50@gmail.com
மீம்ஸ்♥கவிதை ரசிகன்
இரும்பு இருந்தா
இரும்பு ரோடுன்னுதானே சொல்லனும்
'தண்டவாள'முன்னு சொல்றாங்க?

படம் பேர் தெரில//
இந்த சீன்ல நமிதா திருவிழால விக்கிற
பொம்ம ஃபோன்ல பேசுவாங்க😁
எல்லாம் நமிதாவ தான் பாப்பாங்க
ஃபோன பாக்க மாட்டாங்கனு நெனச்சு
இந்த சீன வச்சுட்டாங்களோ என்னமோ🚶
Blazzy Rajesh


பெயின்ட் காலியான பிறகு
ACE
asianpaints
Congratulations இன்னைல இருந்து
உன்ன கக்கூஸ் வாளியா
Promote பன்ற 😂🤣😂

இலங்கை பயணமும் அனுபவமும்



நம் இந்தியாவிற்கு அருகில் உள்ள அழகிய நாடு மற்றும் தீவான, கடற்கரைகளும், மலைகளும், கலாச்சாரத் தளங்களும், சரணாலயங்களும் நிறைந்த வரலாற்று இதிகாசத் தகவல்களை தன்னுள் அடக்கி உள்ள இலங்கையை நோக்கி..

"எங்கும் நிறைந்த இயற்கையில் என்ன சுகமோ, பொங்கி வரும் சின்னஞ்சிறு உள்ளங்களில் என்ன கனவோ"

இயக்குனர் திரு. பஞ்சு அருணாசலம் அவர்களின் பாடல் வரிகள் உண்மையானது என்பதை அறிந்து, நான் சுகமும் நனவும் நிறைந்த இயற்கை அழகுடன் ஜொலிக்கும் இலங்கைப் பயணத்தில் பயணிக்கும் போது அனுபவித்தோம். நாங்கள் மட்டுமல்ல... எங்களுடன் வந்தவர்கள் அனைவரும்தான்...

பாஸ்போர்ட் மட்டும் கையில் இருந்தால் போதும் விசா தேவையில்லை என்றதும் கிளம்பி விட்டோம்.

மேற்கூறிய தகவல்கள் சுற்றுலாப் பயணிகளை சுண்டி இழுக்கிறது. தமிழ்நாட்டிற்கு அருகில் உள்ள ஒரு தீவு தமிழ் பேசும் எங்களுக்கு எளிதாக இருக்கும் என்ற எண்ணத்துடன் புறப்பட்ட எங்களுக்கு சற்று அதிர்ச்சி தான். தமிழர்கள் வசிக்கும் பகுதியான யாழ்ப்பாணம் மற்றும் மட்டக்களப்பு போன்ற பகுதிகளில் தான் தமிழ் மொழி பரவிக் கிடக்கிறது. இலங்கைத் தமிழின் இனிமையை அங்கு மட்டும்தான் காண முடிகிறது .

ஆனால் தலைநகர் கொழும்பு மற்றும் அதை சுற்றியுள்ள பகுதிகளில் சிங்களம் தான் சீறிப் பாய்கிறது. எனினும் தமிழில் பேசினால் பதில் கூறுகிறார்கள். நாஙகள் சற்று பக்தி மார்க்கமான பயணமாக மேற்கொண்டதால்,

கண்டி, கதிர்காமம், நுவரெலியா சீதை, ராமர் அனுமர் போன்ற கடவுளர்கள் கால் பதித்த தளங்களாக விளங்கும் இலங்கையை நோக்கிப் பயணிக்க விருப்பப்பட்டு தலைநகர் கொழும்பில் இறங்கினோம்.

தமிழில் கதைக்கும் ஒரு கைடுடன் பயணித்தோம்.

இலங்கையைப் பொறுத்தவரை தெருக்களின் பெயர்களும், இடங்களின் பெயர்களும், அரசு அலுவலகங்களின் பெயர்களும் கொழும்பில் முக்கியமான இடங்களும் மூன்று மொழிகளில் காட்சிப்படுத்தப் பட்டுள்து சிறப்பு. அதுவும் சிங்களம், தமிழ், ஆங்கிலம் என மும்மொழிகளில் விவரங்கள் உள்ளதால் எவ்வித தடங்கலும் இல்லாமல் பயணித்தோம்.

முதல் நாள் கொழும்பு, சிங்கள நாட்டின் தலைநகரப் பயணம். கொழும்பு நகரின் வீதி அமைப்பும் கட்டிடங்களும் அழகுடன் அமைக்கப்பட்டுள்ளன. தாமரை கோபுரம் என்ற ஒரு கோபுரத்தின் அழகை ரசித்தோம்.

பிறகு சுதந்திரத் தியாகி மண்டபம் தலைநகரில் உள்ளது .1948 இல் பிப்ரவரி 4ஆம் தேதி சுதந்திர தியாகத்தினை நினைவு கூறும் விதமாக அரசால் உருவாக்கப்பட்ட ஒரு மண்டபம்.. அருகில் ஒரு நேஷனல் மியூசியம் இருந்தது. அதையும் விசிட் செய்தோம். விக்டோரியா பார்க் அழகிய மரங்கள் சூழ அமைந்துள்ளது. இப் பூங்காவின் நடுவே அமைதித் தோற்றத்துடன் கூடிய புத்தர் சிலை நமக்கு கண்டிப்பாக ஒரு அமைதியை ஏற்படுத்தும். பிறகு ராவணா ஃபால்ஸ் என்று ஒரு நீர்வீழ்ச்சிக்கு அழைத்துச் செல்கிறார்கள். அங்கே அருகிலேயே ஒரு அழகிய மலையும் இராவணா குகையும் , அரண்மனையும் அங்கு இருந்ததாகக் கூறுகிறார்கள். வரலாற்று சம்பவங்கள் நிறைந்த இதிகாச நிகழ்வுகளும்

இணைந்த அந்த இடமும் ஏறுவதற்கு சற்று கடினமாக இருந்தாலும் அதற்கும் ஒரு விசிட் மேற்கொண்டோம்.

பிறகு "சிகிரியா" ஒல்ட் சிட்டி அங்குள்ள சிங்கப்பாறைக பல கடற்கரைகளை கொண்டுள்ள இலங்கை அழகுடன் பாரம்பரியம் ஆகவும் திகழ்கிறது.

கொழும்பில் சோழர்கால கோவில் பொன்னம்பல ஈஸ்வரர் ஆலயம் கொழும்பு கொச்சிக் கடைப்பகுதியில் அமைந்துள்ளது. தூண்கள், சிற்பங்கள், கூரைகள் அனைத்தும் கருங்கற்களால் செதுக்கப்பட்டுள்ளன .122 விக்கிரகங்கள் சிற்பங்களாக செதுக்கப்பட்டுள்ளன . தமிழக ஆலய முறைப்படி அர்ச்சனைகளும் ஆராதனைகளும் நடைபெறுகின்றன .பல தமிழர்களைக் கண்டு மகிழ்ந்தோம்.

கொழும்பில் பல புத்த ஆலயங்கள் அதிக அளவில்உள்ளன. ஆனால் கண்டியில் உள்ள புத்தர் ஆலயம் இந்துமத கோவில்பட்டியிலில்

இடம் பெற்றுள்ளன. இந்துக்களும் அதிக அளவில் விஜயம் செய்கின்றனர். இங்கு ஆண்ட ராஜவம்சத்தினரின் பாதுகாப்பிலே தான் இக் கோவில் உள்ளது இங்கு புத்தரின் பல் அதாவது சேக்ரட் டுத் (ஷிணீநீக்ஷீமீபீ மீஷீஷீமீலீ) இருக்கிறது பழைய அரண்மனையின் ஒரு பகுதியை தலதா மாளிகை அதில் புத்தரின் புனித பல் தரிசனத்திற்கு வைக்கப்பட்டுள்ளது. ஒரு தங்க தாமரை மலர்ந்து புறப்படும் கம்பின் மேல் அந்த பல் நிற்கிறது. பல பௌத்த வழிபாட்டுடன் அங்குபல புத்தப்பிட்சுகளை காண முடிகிறது. கண்டி நோக்கி பயணித்தோம் மூன்று மணி நேர பயணம். ஆகஸ்ட் மாதத்தில் பயணிக்கும் போது அழகிய குளிர் காற்றுடன் பயணம் மேலும் இனிமை படுத்தியது. ராயல் பேலஸ் என்ற ஒரு அரண்மனைக்கு அழைத்துச் சென்றார்கள் கண்டி மன்னரின் சிம்மாசனம் கொழும்பு மியூசியத்தில் காட்சிக்கு வைக்கப்பட்டிருந்தது அரண்மனையின் அழகும் கண்களை நிச்சயம் கவரும் கண்டி நகரில் நடுவில் 'போகாம் பரா'ஏரி உள்ளது.

ஏரியின் நடுவில் அரண்மணியுடன் ஒரு தீவு உள்ளது பல கதைகள் கூறப்பட்டாலும் இந்தியாவில் தோன்றிய புத்தமதம் இலங்கையில் சற்று வலிமையாக தான் கால் பதித்துள்ளது கடற்கரையை ஒட்டி பல ரிசார்ட்ஸ்கள் போடப்பட்டுள்ளன. நாங்களும் அப்படி ஒரு ரிசார்ட் டில்தான் தங்கினோம். நடுவில் ரயில் பாதை உள்ளதால் தினம் ரயில் செல்லும் அழகு கண்கொள்ளாக் காட்சியாக இருந்தது. பல பாலசந்தர் திரைப்படங்களில் பார்த்து மகிழ்ந்த காட்சியை நாங்கள் நேரில் பார்த்தோம். ரயில் மாறும் அந்த அழகு அருமையாக இருந்தது ஒன்பது தூண்கள் கொண்ட ஒரு பாலமும் அழகுடன் காட்சியளித்தது கண்டியில் தங்கி அருகில் உள்ள கோவில்களுக்கு செல்ல முடிவு செய்தோம். நான் ஒரு தீவிர முருகன் பக்தை. கதிர்காமம் செல்ல வேண்டும் என்பது எனது நீண்ட நாள் ஆவல் அது இந்த பயணத்தில் நடந்தது. மெய்சிலிர்க்கவும் வைத்தது. அனைத்து மதத்தினரும் புனிதமான இடமாக இந்த ஆலயம் அமைதியான சூழல், சுத்தம், தெய்வீக சக்தியும் நிறைந்து பக்தர்களை ஈர்க்கும் காந்தமாக உள்ளது. 'உவா' மாகாணத்தில் அமைந்த இக்கோவில் பிற மதத்தவரும் வந்து தரிசனம் செய்கின்றனர். வள்ளி வளர்ந்த வனமாகப் போற்றப்படும் இக்கோவிலில் தான் முருகக் கடவுள் வள்ளியை திருமணம் செய்ததாக கருதப்படுகிறது. இங்கு பௌத்த வழிபாட்டில் அதாவது வாய் கட்டிக் குல்லாப் போட்டு பூஜைகள் செய்கின்றனர். முருகனை வழிபடும் பாரம்பரியம் அதாவது காவடி, கரகம்

எடுத்தும் பக்தர்கள் பூஜித்து, காணிக்கைகளைச் செலுத்தி வணங்குகிறார்கள். உருவ வழிபாடு இல்லாத இக் கோவில் ஒரு திரை சிலைக்குத் தான் வழிபாடுகள். திரைச்சீலைக்குப் பின் ஒரு பெட்டி உள்ளது .அதில் வேல் இருக்கலாம் அல்லது முருகனின் உருவச்சிலை இருக்கலாம் என்று நம்பப்பட்டு வழிபடுகிறார்கள். அருமையான பிரசாதமாக சர்க்கரைப் பொங்கலும், சுண்டலும் தமிழகச் சுவையுடன் கிடைக்கிறது. காலையில் ஒரு முறையும் மாலையில் ஒரு முறையும் ஆராதனை செய்யப்படுகிறது அதைக் காண ஏராளமான பக்தர்கள் கூடுகிறார்கள்.

சாளரமோ துவாரங்கள்இல்லாமல் கட்டப்பட்ட அறையாக உள்ளது. சிறுகதையும் உண்டு .பூசகர் மட்டும் பக்தி சிரத்தையுடன் செல்ல லாம்.,ஆதிமூல அறையில் பக்தர்கள் செல்ல முடியாது. அங்குளங்கள் பாதம் பட்டதே பெரிய புண்ணியமாகக் கருதுகிறோம்.

அதிர்ஷ்டசாலிகளுக்கு வேல் கிடைக் கும் என்றார்கள்.. ஆச்சரியம் நானும் அதிர்ஷ்டசாலி யானேன். வேல் கிடைக்கப்பெற் றேன். இப்படி ஒரு அதிர்ஷ்டமா எண்ணி எண்ணி வியந்தேன்.

பிறகு 'நுவேரிலியா' நோக்கி பயணம். இலங்கையின் மலை வாசஸ்தலமாக போற்றப்படுகிறது ஒரு அழகான மலைக் குன்று அடங்கிய பிரதேசம். அழகு கொஞ்சம் காட்சிகள் டீஎஸ்டேட் நடுவில் அழகியஅனுமன் ஆலயம். அனுமன் கால் பதித்த இடத்தில் ஒரு ஆலயம் வைத்துள்ளனர். அமைதி தழுவும் கோவிலில் தரிசனம் பெற்று பின் சீதா மாதா கோவில்சென்றோம். இங்கு நுழைவுச்சீட்டுடன் அனுமதிக்கிறார்கள். சீதையை சிறை வைத்த 'அசோகவனம்' என்று கோவில் புராணம் கூறுகிறது.

சீதாதேவி குளித்த ஆறு என்று அருகே அழகுடன் ஒரு சிறு ஓடை போல் ஒரு அழகிய ஆறு ஓடுகிறது. அழகிய மரங்களுடன் கூடிய அந்த வனத்தில் வசதிகள் அற்ற அக் காலத்தில் எப்படித்தான் சீதாதேவி இருந்தார்கள் என்பது ஒரு பெரிய ஆச்சரியமான ஒரு விஷயம். சீதா தேவியை வணங்கி அங்கு பல புகைப்படங்கள் எடுத்துக்கொண்டு ஒரு டீ எஸ்டேட் வளாகத்திற்கு அழைத்துச் செல்லப்பட்டோம்.

உருவாகும் விதம் செயல்முறை காண்பிக்கப் பட்டது. உறவினர்களுக்கும், நண்பர்களுக்கும், எங்களுக்கும் வேண்டிய அளவு தேயிலை வாங்கிக்கொண்டு அவ்விடத்திலிருந்து விடை பெற்றுஒரு மருத்துவ முகாமிற்குசென்றோம். அந்த மருத்துவ முகாம் அனுமன் கொண்டு வந்து

பன்முகம் www.panmugam.com •காம்

ஆசிரியர், வெளியீட்டாளர்
மகாலட்சுமி
MahaLakshmi
Cell: 9337501889

முதன்மை செய்தியாளர்
Rakesh, C.N.Rajan

துணை ஆசிரியர்கள்
Tina, Arulmozhi, Thenuka

வடிவமைப்பு
SML GRAPHICS Ph:9444228203

Admin office
Padma Media House
116, EH Road, Gandhi Nagar
Chennai 600081

தொடர்பு கொள்ளவும்
7789941009

இதழ்குறித்த தன்னிலை விளக்கம்

இந்த இதழ் முழுவதும் இணையதளத்தையும், வலைதளங்களையும் சார்ந்தே திரட்டப்படும் செய்திகளை ஒழுங்குப்படுத்தி தரப்படும் தன்னிகரில்லா இதழாகும், இந்த தளத்தில் வெளிவரும் செய்திகள், விளம்பரங்கள் புகைப்படங்கள் அனைத்தையும் எந்தவித லாபநோக்கமின்றி தொகுக்கப்பட்டு நேர்த்தியாக ஒழுங்குபடுத்தி வாசகர்களின் பார்வைக்கு கொடுக்கும் சிறப்பான ஒரு சேவையை செய்துவருகிறோம். இந்த இதழில் வரும் அனைத்து செய்தி, விளம்பரம், புகைப்படத்திற்கு எந்தகாரணம் கொண்டும் எவ்விதத் தனிநபரும் பொறுப்பாகமாட்டார்கள், மற்றபடி இணையதள சட்டவரன்முறைக்கு ஏற்ப இந்த இதழ் தயாரிக்கப்படுகிறது சட்டதிட்டங்களுக்கு உட்பட்டு சட்ட வரன்முறையின் வழி பிசகாமல், மற்றவரை இகழ்வது, தாழ்த்துவது, சமுதாயத்தை சீரழிக்கும் செய்திகளை வெளியிடுவது கிடையாது. சேவை மட்டுமே நமது நோக்கம்.

அட்டையில்:
பிக்பாஸ் அரோரா

வைத்த சஞ்சீவி மலை எனப்படும் மலையின் கீழ் உள்ளதாக சொல்கிறார்கள்.

அங்கு தான் ஆயுர்வேதா, சித்தா முறையில் பல நோய்களுக்கு சிகிச்சையும் தரப்படுகிறது. அங்கேயே அதற்கான மரங்களும் கொடிகளும் செடிகளும் வளர்கிறார்கள். நாங்களும் கொஞ்சம் எங்கள் வலிக்கேற்ப மருந்துகள் ஆயுர்வேத மருந்துகள் வாங்கிக் கொண்டோம். சற்று அதிக விலை தான்.

பிறகு திரிகோணமலை ராவணன் வழிபட்டதாகவும் கிமு 1300 ஆண்டுகளுக்கு முன் 'மனு மாணிக்க ராஜா' என்ற மன்னரால் கட்டப்பட்டதாகம் சொல்லப்படும் ஆலயம் தேவார பாடல் பெற்ற தலங்களில் ஒன்றாகும் சற்று கொழும்பிலிருந்து 150 கிலோமீட்டர் தொலைவில் இருப்பினும் கோட்டைகள் அமைந்துள்ள இக் கோவிலை எப்படி காணாமல் வருவது !? இந்தக் கோட்டை போர்த்துக்கீசியரால் கட்டப்பட்டது.

புதுப்பிக்கப்பட்டு அழகுடன் காட்சியளிக்கிறது. கோவில், குளம், கோட்டைகளையும், வரலாறுகளையும், இயற்கையும் உள்ளடக்கிய திரிகோணமலை தமிழ் மக்களின் பண்பாட்டை உள்ளடக்கி உள்ளது . நல்லூர் முருகன் கோவில்.

பலருக்கு குலதெய்வமாக விளங்கும் இக் கோயில் நேர்த்தியான வழிபாடு மற்றும் பக்தியைப் பறைசாற்றும் மாதிரி கோயிலாக உள்ளது. இன்னும் பல சிவன் கோயில்களை உள்ளடக்கிய இலங்கையின் திரிகோணமலை மக்களுடன் தமிழக மக்களும் இணைந்து ஒரு இனிய ஊராக காணப்படுகிறது இலங்கை.

உணவு பொறுத்த வரையில் இலங்கை மக்கள் காரசாரமாக உணவினை எடுத்துக் கொள்கிறார்கள. அது எங்களுக்கு சற்றுக் கடினமாக தான் இருந்தது.

இருப்பினும் சற்றுத் தள்ளி தமிழகப் பகுதிகளில் நாம் உண்ணும் ஆப்பங்களும் இடியாப்பங்களும் தோசை வகைகளும் கிடைப்பதாகக் கூறினார்கள்.

ஆனால் குறுகிய நேரத்தில் பயணத்தை நாங்கள் முடிக்க வேண்டியிருந்ததால் செல்ல இயலவில்லை. பட்ஜெட் பயணமாக இலங்கை அனைவருக்கும் இருக்கும்.

வெளிநாட்டில் பயணம் மேற்கொள்ள வேண்டும் என்ற விருப்பம் உள்ளவர்கள் கண்டிப்பாககுறைந்த செலவில் இலங்கை நோக்கிப் பயணிக்கலாம்.

இனிமையான நினைவுகளையும் இயற்கை அழகுகளையும் சுமந்து கொண்டு வரலாம் என்பதற்கு உதாரணமாக விளங்கும் இலங்கைக்கு பயணம் மேற்கொள்ளுங்கள் என்று கூறி விடை பெறுகிறேன்.

– Malliga Gopal

விலங்குகளால் வளர்க்கப்பட்ட விநோத மனிதன்

1867–ஆம் வருடம்: உத்திரபிரதேச மாநிலம் புலந்த்ஷார் மாவட்டதிலுள்ள ஓர் அடர்ந்த காட்டினுள் வேட்டையர்கள் சென்றுகொண்டிருக்கும் போது திடீரென ஒரு ஓநாய் கூட்டம் அவர்களது பாதையை கடக்கிறது.

அந்த கூட்டத்தில் வினோத ரூபத்தில் நான்கு கால்களில் ஒரு உருவம் நடந்து போவதை பார்த்து அனைவரும் ஆச்சர்யப்பட, நொடிப்பொழுதில் அந்த ஓநாய் கூட்டம் மறைந்துவிடுகிறது.

அந்த வினோத விலங்கை வேட்டையாடும் நோக்கத்தில் இவர்களும் ஓநாய் கூட்டத்தின் காலடி பாதையை பின்தொடர,அந்த கூட்டம் ஒரு குகையை சென்றடைந்ததை அறிகின்றனர்.

குகையின் வாயிலில் தீயை மூட்ட, புகையினால்

உள்ளிருந்த ஓநாய் கூட்டம் திசைக்கு ஒன்று சிதற,அப்போது தான் அந்த வினோத உருவம் விலங்கல்ல,அது ஒரு 6 வயது மதிக்கத்தக்க சிறுவன் என்று தெரியவருகிறது.

பிறகு அந்த ஓநாய்க்கூட்டத்தை வேட்டையாடி விரட்டியடித்து, அந்த வினோத சிறுவனை இந்த மனித மிருகங்கள் நகருக்குள் அழைத்து வந்தனர்.

அழைத்துவந்த சிறுவன், ஆக்ராவிலுள்ள சிகாந்த்ரா அனாதை இல்லத்தில் ஒப்படைக்கப் படுகிறான்.

சனிக்கிழமை இல்லத்திற்கு வந்ததால்,தினா சனிச்சார் என்று அங்கிருந்த பாதிரியாரால் ஞானஸ் தானம் செய்யப்பட்டு பெயர்சூட்டப்பட்டது.

அதுவரை மனிதர்களையே பார்க்காத அந்த சிறுவனுக்கு அங்கிருந்த சூழல் முற்றிலும் புதுமை யாக இருந்தது.

நான்கு கால்களில் நடந்து,பற்களை கூர்மையாக்கிக் கொண்டு, என அவன் மனிதர் களுடன் இருந்தாலும் ஓநாயை போலவே நடந்து கொண்டான்.

அதே போல் சமைத்த உணவை அளித்தபோதும் அதை மிருகத்தை போல் நுகர்ந்து பார்த்து, அவற்றை தள்ளி விட்டு பச்சையாக கறியை உண்டான்.

கொஞ்சம் கொஞ்சமாக இரண்டு கால்கள் நிற்க கற்றுக்கொண்டாலும் நான்கு கால்களில் நடப் பதையே விரும்பினான்.

அவனுக்கு மனிதர்களின் மொழி புரியாததால் அவன் எது தேவையாக இருந்தாலும் ஊளையிட்டே கேட்டு வாங்கிக்கொண்டான்.

காலப்போக்கில் உணவருந்த, ஆடை அணிய கற்றுக்கொண்டதாக ஒரு சில குறிப்புக்கள் கூறுகிறது.இருப்பினும் நம்மை போல் சாதாரண மனிதனாக அவனால் கடைசி வரை இருக்க முடியவில்லை.

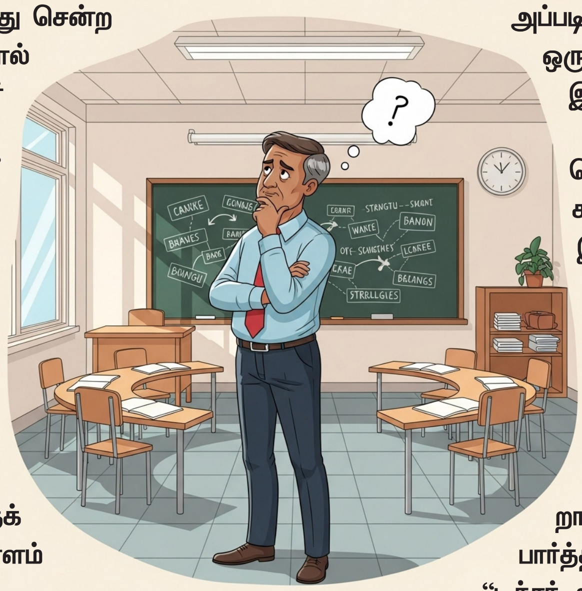
கடைசி வரை அவனால் மனித மொழி பேச முடியவில்லை.

அவன் மனித இனத்திடம் கற்றுக்கொண்ட ஒரே பழக்கம், புகைப்பழக்கம். ஆம், செயின் ஸ்மோக்கரான சனிச்சார், தன்னுடைய முப்பத்தி ஐந்தாவது வயதில் காசநோயால் இறந்து போனான்.

இவரது வாழ்க்கை குறிப்பை அடிப்படையாய் வைத்து தான் பிரபல எழுத்தாளர் ருட்யார்ட் கிப்ளிங், ஜங்கிள் புக் புத்தகத்தை எழுதியதாக நம்பப்படுகிறது.

இவரைப்போல் உலகில் பல மனிதர்கள் விலங்குகளால் வளர்க்கப்பட்டார்கள் என்பது குறிப்பிடத்தக்கது.

“டீச்சர் உங்களுக்கு என்னை ஞாபகமிருக்கா?



சாலையோரமாக நடந்து சென்ற பவானி டீச்சரைக் பின்னால் இருந்து ஒருவர் அழைத்து கேட்டார்.

“யார்ஞ் புரியலையே.”

“டீச்சர், இந்த முகத்தை ஒருக்க கவனமாகப் பாருங்க.”

“விளையாடாதேடா, விஷயத்துக்கு வா. எனக்கு முன்னாடி மாதிரி இப்ப கண் பார்வை இல் லடா.”

“டீச்சருக்கு இந்தக் குரலும் அடையாளம் தெரியலையா?”

“இல்லைடா இத்தனை ஆண்டுகளில் எத் தனை தலைமுறையை நான் பாடல் சொல்லிக் கொடுத்திருக்கேன் எத்தனை பேர் டா ஞாபகத் துல வச்சிருக்க முடியும்.?”

“96வது பேட்ச்சில் படித்த ஜாஃபர், விஷ்ணு, ஜேக்கப் எல்லாம் டீச்சருக்கு ஞாபகம் இருக்கா?”

அந்த பேட்ச்சை நான் எப்படி மறக்க முடியும்? என் ஆசிரிய வாழ்க்கையில் அதைவிட பிடித்த ஒரு பேட்ச்சே இல்லை. சரி, நீ அந்த பேட்ச்சில் யார்?”

“டீச்சருக்கு அந்த பேட்ச்சிலிருந்த ‘திருடன்’ ஜேக்கப் ஞாபகத்துல இருக்கா?”

“ டேய், அவனை அப்படிச் சொல்லாதே. அவன் ஒரு பாவம். அவன் திருடன் இல்லை.”

டீச்சர் இன்னும் நீங்க அவனுக்கு தான் சப்போர்ட் பண்றீங்களா அவன் திருடுறதை நான் தான் பார்த்து இருக்கேனே அப்பவும் அவனுக்கு சப்போர்ட் பண்ணி காப்பாற்றி விட்டது நீங்க தானே

“ஆம், நான் அவனை காப்பாற்றினேன். ஏன்னா, அவனைப் பற்றி உங்களுக்கு தெரியாத பல விஷயங்கள் எனக்குத் தெரியும்.”

“அதென்ன டீச்சர்?”

“அவனுடைய வாழ்க்கை நிலை அப்போ அப்படித்தான் இருந்தது. வீட்டில் ஒரு வேளை உணவு கூட இல்லாத குடும்பம்.”

ஜேக்கப்பைப் பற்றி சொல்ல சொல்ல டீச்சரின் கண்கள் நிறைந்தது அவர் இறுதியில் அழ ஆரம் பித்தார்

“டீச்சர் அழாதீர்கள். டீச்ச ருடைய பிரார்த் தனைகள் வீணாகப் போகவில்லை.”

“ஏன் அப்படிச்சொல்கி றாய்? நீ அவனை பிறகு பார்த்தாயா?”

“டீச்சர் அப்போ நான் காவது பெஞ் சில் உட்கார்ந்து டீச்சரைத் தொந்தரவு செய்த அந்த ‘திருடன்’ ஜேக்கப் நான்தான்.”

இதைக் கேட்டவுடன் டீச்சர் அவனை கட்டிப் பிடித்தார். அடக்க முடியாத மகிழ்ச்சியின் கண்ணீர் அவர் கண்களிலிருந்து தாரைதாரையாக வழிந் தது.

“சாமி, இதை நீ என்கிட்ட இவ்வளவு நேரம் ஏன் சொல்லவில்லை?”

“டீச்சருக்கு என்னைப் பற்றிய அந்தப் பழைய பாசம் இன்னும் நினைவிருக்கிறதா என்பதை அறியவே.”

“அப்படியா! சரி, நீ இப்படி வேஷம் போட்டி ருக்கிறாய்? இப்போ என்ன வேலை செய்கிறாய்?”

“இது வேஷம் இல்லை டீச்சர். நான் இப்போது இந்த ஸ்டேஷனின் எஸ்.ஐ.”

“உண்மையாடா? நான் கேட்கிறது நிஜமா?”

டீச்சருக்கு நம்ப முடியவில்லை.

“ஆமாம் டீச்சர், நான் இப்போது ஒரு போலீஸ் அதிகாரி. ஒரு மிட்டாய் வாங்கித் தின்ன வேண்டும் என்ற ஆசையில் அப்போது எடுத்த அந்த ஐந்து ரூபாய், என்னை மற்றவர்களின் முன் ‘திருடன்’ ஆக்கியது. அன்றே என்னை ஏளனம் செய்தவர்களின் முன் ஒரு போலீஸ்காரனாக நிற்க வேண்டும் என்பதே என் மனதில் இருந்த கனவாக இருந்தது”

மீம்ஸ் கலாட்டா

"பக்கத்து வீட்டில இருந்து குடை இரவல் வாங்கிட்டு வரச் சொன்னேனே கேட்டியா"

"கேட்டேங்க, இல்லேன்னுட்டாங்க"

"எதுத்த வீட்ல கேட்டியா"

"அவங்களும் இல்லேன்னுட்டாங்க"

"அடுத்த வீட்டுல"

/siringa.pls

"அவங்களும் தரலே"

"அடப் பாவிகளா மழை நேரத்துல ஒரு குடை இரவல் கொடுத்தா என்ன தேய்ஞ்சா போயிடும். இவ்வளவு கஞ்சர்களா இருக்காங்களே...சரி சரி நம்ம குடைய எடு"

இந்தியாவின் மிகப்பெரிய
கற்கோல பாதை

இந்தியாவின் மிகப்பெரிய அதிசய கல் கோலப் பாதை... தற்செயலாகச் சிக்கிய வரலாற்றுப் பொக்கிஷம்!

இந்தியத் தொல்லியல் துறையில் ஒரு மாபெரும் மைல்கல்லாக, மகாராஷ்டிரா மாநிலம் சோலாப்பூரில் உள்ள போராமணி புல்வெளிப் பகுதியில் இதுவரை இல்லாத வகையில் மிகப்பெரிய வட்டவடிவக் கல் கற்பாதை கண்டறியப்பட்டுள்ளது.

வனவிலங்குகளைத் தேடிச் சென்ற இடத்தில், வரலாற்றையே மாற்றக்கூடிய ஒரு பிரம்மாண்டமான பொக்கிஷம் சிக்கினால் எப்படியிருக்கும்? அப்படியொரு ஆச்சரியம் தான் மகாராஷ்டிரா மாநிலம் சோலாப்பூரில் உள்ள போராமணி (Boramani) புல்வெளிப் பகுதியில் நிகழ்ந்திருக்கிறது. இந்தியாவின் மிகப்பெரிய வட்டவடிவக் கல் கோலப்பாதை (Circular Stone Labyrinth) இங்கே கண்டறியப்பட்டுள்ளது!

இந்த இடத்தைத் தொல்லியல் துறையினர் தேடிச் சென்று கண்டுபிடிக்கவில்லை. அந்தப் பகுதியில் உள்ள 'கானமயில்கள்' (Great Indian Bustards) மற்றும் ஓநாய்களைக் கண்காணித்துக் கொண்டிருந்த வனவிலங்கு ஆராய்ச்சியாளர்கள் தான், உயரமான புற்களுக்கு நடுவே விசித்திரமான முறையில் கற்கள் அடுக்கப்பட்டிருப்பதை முதலில் கவனித்தனர்.

பிறகு தொல்லியல் நிபுணர்கள் வந்து பார்த்த போதுதான், அது 2,000 ஆண்டுகள் பழமையான ஒரு வரலாற்று அதிசயம் என்பது தெரியவந்தது.

இதுவரை இந்தியாவில் கண்டறியப்பட்ட கோலப்பாதைகளிலேயே இதுதான் மிகப்பெரியது. சுமார் 50 அடிக்கு 50 அடி பரப்பளவில், 15

வட்டப் பாதைகளைக் (Circuits) கொண்டு மிகத் துல்லியமாக இது செதுக்கப்பட்டுள்ளது. இதற்கு முன்பு தமிழ்நாட்டில் கண்டறியப்பட்ட மிகப்பெரிய கோலப்பாதை சதுர வடிவிலானது. ஆனால், இவ்வளவு பெரிய வட்டவடிவ அமைப்பு இந்தியாவில் இதுவே முதல் முறை!

யார் இதைக் கட்டி இருப்பார்கள்?

தொல்லியல் நிபுணர்களின் கணிப்புப்படி, இது பண்டைய இந்தியாவின் சாதவாகன வம்சத்தின் (Satavahana Dynasty) காலத்தைச் சேர்ந்ததாக இருக்கலாம். இதன் வடிவம் பண்டைய ரோமானிய நாணயங்களில் உள்ள சித்திரங்களை ஒத்திருக்கிறது.

இதனால், சுமார் 2,000 ஆண்டுகளுக்கு முன்பு இந்தியாவின் மேற்கு கடற்கரை வழியாக உள்ளே வந்த ரோமானிய வணிகர்களுக்கு, வழிதவறாமல் இருக்க திசைகாட்டி அடையாளமாக (Navigational Marker) இருந்திருக்கலாம் என்று கருதப்படுகிறது. இது அந்த காலத்திலேயே இந்தியா மற்றும் ரோம் நாடுகளுக்கு இடையே இருந்த வலுவான வர்த்தகத் தொடர்புக்குச் சான்றாகத் திகழ்கிறது.

ஏன் இது மிராக்கிள்?

இயற்கைச் சீற்றங்கள், மனிதத் தலையீடுகள் என அனைத்தையும் தாண்டி, 2,000 ஆண்டுகளுக்கும் மேலாக ஒரு திறந்தவெளிப் புல்வெளியில் இந்த கல் அமைப்பு சிதையாமல் தப்பிப்பிழைத்தது ஒரு அதிசயம்தான்.

பண்டைய இந்திய வணிகர்களின் அறிவாற்றலையும், நுணுக்கமான நகரமைப்பையும் இந்த போராமணி கோலப்பாதை உலகிற்குப் பறைசாற்றுகிறது.

தற்போது இந்த இடத்தைப் பாது காக்கவும், மேலும் பல உண்மைகளைத் தோண்டி எடுக்கவும் தொல்லியல் துறையினர் தயாராகி வருகின்றனர்.

வெந்தயத் துவையல்

வெந்தயத்தில் நார்ச்சத்து உள்ளது வெந்தயம் குளிர்ச்சியை தரும்வெந்தயம் சர்க்கரை நோயாளிகளுக்கும் சிறந்த உணவாகும் எப்படி செய்வோம் என்று இப்போது நாம் பார்க்கலாம்

தேவையான பொருள்கள்:

வெந்தயம் இரண்டு ஸ்பூன், புளி சிறிதளவு, நான்கு காய்ந்த மிளகாய் வற்றல், சிறிதளவு பெருங்காயம், தனியா, கடலைப்பருப்பு, உளுத்தம் பருப்பு, ஒரு டேபிள் ஸ்பூன் கடுகு, தாளிப்பதற்கு தேவையான எண்ணெய், தேவையான அளவு உப்பு.

செய்முறை: முதலில் புளியை தண்ணீரில் ஊற வைக்க வேண்டும் வெந்தயத்தைஎண் ணெய் இல்லாமல் வெறும் வாணலியில் சிவக்க பொன்னிற மாக வறுத்து எடுத்துக் கொள்ள வும் தனியாவையும் எண்ணெய் இல்லாமல் வறுத்து எடுத்துக் கொள்ளவும் சிறிது கட்டிப் பெருங்காயத்தையும் எடுத்துக் கொள்ளவும் காய்ந்த மிளகாயை எண்ணெயில் வறுத்து எடுத்துக் கொள்ளவும் இப்பொழுது ஊற வைத்த புளி, தனியா, வெந்தயம், மிளகாய், பெருங்காயம் ஆகியவற்றை மிக்ஸியில் போட்டு நன்றாக அரைத்துக் கொள்ளவும்.

பிறகு வாணலியில் சிறிது நல்லெண்ணையை விட்டு கடுகு போட்டு பொறிந்த உடன் கடலை பருப்பு உளுத்தம் பருப்பு சிறிது கருவேப்பிலையை போட்டு நன்றாக வதக்கி அரைத்து வைத்த விழுதையும் அதில் சேர்க்கவும்.

பின்பு ஒரு நிமிடம் அதை நன்றாக கிளறி கீழே இறக்கி வைத்து விட்டு சூடாக சாதத்தை எடுத்து இந்த துவையலைப் போட்டு பிசைந்து சாப்பிட்டால் மிகவும் மனமாகவும் ருசியாகவும் இருக்கும் இது புளியோதரையைப் போன்ற சுவையையும் கொடுக்கும் ஒருமுறை சாப்பிட்டு பார்த்தால் பின் மீண்டும் சாப்பிட தோன்றும் நீங்களும் முயற்சி செய்து பாருங்களேன்.

– திருமதி எம்எல் பிரபா. ஆதம்பாக்கம்.

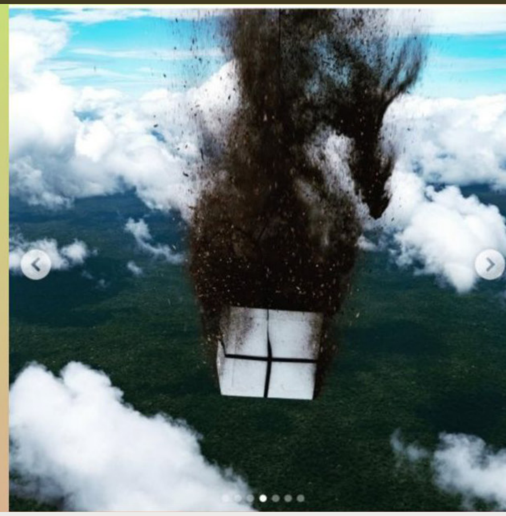
அமேசான் காடுகளில் 10 கோடிக்கும் அதிகமான விதைகளை தூவிய ஸ்கைடைவர்

பிரேசிலின் பிரபலமான ஸ்கைடைவர் 51 வயதான லுயிஜி காணி, அமேசான் காட்டில் மரங்கள் இல்லாத ஒரு காலியாக்கப்பட்ட பெரிய பகுதியில் 10 கோடிக்கும் அதிகமான விதைகளை வானிலிருந்து தூவி ஒரு அசாதாரண செயலைச் செய்தார். இந்த விதைகள் 27 வகையான சொந்த மரங்களிலிருந்து சேகரிக்கப்பட்டவை. மரங்கள் இல்லாத வெற்று இடத்தை மீண்டும் ஒரு காடாக மாற்றுவதே அவரது நோக்கமாக இருந்தது.

இந்த திட்டத்திற்காக பல மாதங்களாக மிகப் பெரிய அளவில் ஆலோசனை நடைபெற்றது. சுமார் 3.7 டன் கருவிகள், பொருட்கள் அனைத்தும் கப்பலில் கொண்டு செல்லப்பட்டன. இந்த நிகழ்வு நடந்த இடம் அமேசானின் வடக்கு பகுதியிலுள்ள நோவோ அரிபுயானா என்ற இடம். சில பணிகள் மின்சார வாகனங்களின் உதவியால் தரையிலும் விதைகள் விதைக்க பட்டன

விதைகள் வானில் இருந்து பரவுவதற்காக, 1 கன மீட்டர் அளவு கொண்ட, முழுவதும் இயற்கையில் கரையும் மரத்தால் செய்யப்பட்ட ஒரு பெரிய பெட்டி வடிவமைக்கப்பட்டது. அந்தப் பெட்டியில் 300 கிலோ விதைகள் இருந்தன. இந்தப் பெட்டி ஒரு விமானத்தில் இருந்து 14,000 அடி உயரத்தில் இருந்து தள்ளி விடப்பட்டது.

அந்த பெட்டியை பின்தொடர்ந்து லுயிஜி



காணியும் பாய்ந்தார். 6,500 அடி உயரம் வந்த போது அவர் 300 கிலோமீட்டர் வேகத்தில் பறந்து பெட்டியை அடைந்தார்.

சரியான உயரத்தை எடுத்து, அவை நிலப்பரப்பில் ஒழுங்காகப் பரவுமாறு விதைகளை பெட்டியை திறந்து வெளியே விட்டார் இதை அவர் தனது வாழ்க்கையில் மிகவும் முக்கியமான ஸ்கைடிவிங் என கூறியுள்ளார்.

இந்த திட்டத்துக்காக பயன்படுத்தப்பட்ட விதைகளின் முளைவு விகிதம் 95% ஆகும். மனிதர்களின் உதவி இல்லாமல் அவை இயற் கையாகவே முளைத்து வளரக்கூடியவை.

இன்னும் சில ஆண்டுகள் கழித்து இந்த முயற்சியின் உண்மையான விளைவு அதாவது, மீண்டும் உருவாகும் ஒரு புதிய காடுஷேகாண முடியும் என நம்பப்படுகிறது.

இந்த "100 மில்லியன் விதைகள் திட்டம்" சூழலுக்கு ஏற்பட்ட சேதத்தை சரி செய்யவும், அமேசான் காடுகளை மீண்டும் உருவாக்கவும் உதவ வேண்டும் என்ற நோக்கத்தோடு முன்னெடுக்கப்பட்டது. இந்த நடவடிக்கையை Audi do Brasil நிறுவனம் ஏற்பாடு செய்தது. மேலும், ஙிஜிநி என்ற பிரேசிலிய முதலீட்டு வங்கியும் இந்த முயற்சிக்கு ஆதரவளித்தது..

லுயிஜி காணி இந்த செயலை ஒரு ஸ்டண்ட் அல்லது சாதனைக்காக மட்டும் செய்யவில்லை. அவர் செய்த முக்கிய நோக்கம் அமேசான் காடுகளை மீண்டும் உயிர்ப்பிக்க வேண்டும் என்பதுதான். அமேசான் காடு உலகின் “உயிர்” என்று அழைக்கப்படுகிறது, ஆனால் கடந்த சில வருடங்களில் bush fire மற்றும் இயற்கை சீரழிவு அதனால் பெரிய பகுதிகள் அழிந்து பாழாகிவிட்டன. இந்த நிலையைப் பார்த்த அவர், தன் ஸ்கைடைவிங் திறமையை ஒரு நல்ல காரியத்திற்கு பயன்படுத்த வேண்டும் என்று நினைத்தார்.

அமேசானில் வெட்டப்பட்ட காடுகளை மீண்டும் மனிதர்களால் மட்டும் நடவு செய்வது மிகவும் நேரம் எடுக்கும். ஆயிரக்கணக்கான தொழிலாளர்கள், பல வருடங்கள் என்ற கணக்கில் உழைக்க வேண்டியிருக்கும். அதற்கு பதிலாக, ஒரே நேரத்தில் கோடிக்கணக்கான விதைகளை வானிலிருந்து சரியாகப் பரப்பினால் பெரிய பகுதிகள் விரைவாக பசுமையடையும் என்று அவர் கருதினார்.

இன்னொரு காரணம், லுயிஜி காணிக்கு 25 ஆண்டுகள் ஸ்கைடைவிங் அனுபவம் உள்ளது. பல சாதனைகள் படைத்தவர். ஆனால் அவர் சொல்கிறார்

“ஆபத்திற்காக குதிப்பது எனக்கு இனி விருப்பமில்லை உலகத்திற்கு உதவுவதற்காக குதிக்கிறேன்.”

அவரது வயது 51. இனிமேல் வாழ்க்கையில் அர்த்தமுள்ள ஒன்றைச் செய்ய வேண்டும் என்ற உணர்வு வந்தது.

அதனால் தான் அவர் இந்த பெரிய திட்டத்தை எடுத்தார். மேலும் இந்த திட்டத்துடன் இணைந்திருந்த விதைகள் 95% வரை முளைக்கும் என்பதை அறிந்ததும், இதன் பயன் வரும் தலைமுறைகளுக்கும் கிடைக்கும் என்று உறுதி பெற்றார்.

இது உலகெங்கும் ஒரு செய்தி எல்லாராலயும். “இன்னும் உலகிற்கு நல்லது செய்ய முடியும்” என்பதை மனிதர்களுக்கு உணர்த்த வேண்டும் என்பதற்காகவும் அவர் இதை செய்தார்.

லுய்கி கானி தனது சாகசத் திறன்களை இன் னும் பெரிய நோக்கங்களுக்காகப் பயன்படுத்தத் திட்டமிட்டுள்ளார்.

கடல் பிளாஸ்டிக் அவரது அடுத்த திட்டம் கடலில் உள்ள பிளாஸ்டிக் கழிவுகளை அகற்று வது பற்றி இருக்கும்.

இந்த விதைச் செயல்போலவே, அடுத்த திட்டமும் உண்மையான அர்த்தத்தைக் கொண் டிருக்கும், என்று கானி கூறியுள்ளார்.

குப்பையை கையாளும் சிங்கப்பூர்

சிங்கப்பூரில் நாள் ஒன்றுக்கு 7,000 டன் குப்பை சேர்கிறது. இந்த குப்பைகள் அனைத்தையும் டிரக்குகள் ஏற்றிக்கொண்டு சிங்கபூரில் இருக்கும் நாலு அனல்மின் நிலையங்களை வந்தடைகின்றன

இங்கே இந்த குப்பைகளில் மறுசுழற்சி செய்யகூடிய வகை குப்பைகள் பிரித்து மறு சுழற்சிக்கு அனுப்பபடுகின்றன. நாள் ஒன்றுக்கு 3,400 டன் கழிவு மறுசுழற்சி செய்யப்படுகிறது

மீதமுள்ள 4300 டன் கழிவு 1800 டிகிரி பாரங்கீட் வெப்பத்தில் எரிக்கபடுகிறது. இது பாய்லரில் நீரை கொதிக்கவைத்து அனல் மின்சாரத்தை உற்பத்தி செய்கிறது. சிங்கபூரின் 5% மின் தேவையை அதன் குப்பைகளே பூர்த்தி செய்கின்றன

குப்பைகளை எரிக்கையில் வெளி யாகும் புகையின் நச்சு அளவுகள் தொடர் கண் காணிப்பில் உள்ளன. பாதுகாப்பான அளவுகளில் தான் நச்சுக்கள் வெளியாகின்றன

அதன்பின் ஏராளமான சாம்பல் மிச்சமாகிறது. இந்த சாம்பல் எல்லாம் மிகப்பெரும் பார்ஜ்கள் எனப்படும் சரக்கு கப்பல்களில் ஏற்றப்பட்டு, செமக்காவ் தீவு (Pulau Semakau) எனும் தீவை சென்றடைகின்றன.

செமக்காவ் தீவு உண்மையில் இயற்கையான தீவு அல்ல. அதாவது, கடல் பகுதியைச் சுற்றி பாறைகளால் ஆன சுற்றுச்சுவர் கட்டி, அதற்குள் கப்பல்களில் கொண்டு வரப்படும் எரிப்பு சாம்பலை (ணீஊலீ) கொட்டி நிலத்தை உயர்த்துவதன் மூலம் உருவாக்கப்பட்டது.

செமக்காவ் குப்பைக் கிடங்கில் சுவருக்குள் இருக்கும் லகூன் மாதிரியான பகுதியில் ஏரி போல கடல்நீர் தேங்கியிருக்கும். அதனுள் சாம்பல் கொட்டப்படும். தொடர்ந்து தினமும் பலநூறு டன் சாம்பல் கொட்டபடுவதால் தரைமட்டம் உயரும். அப்படி கடல்மட்டம் உயர்ந்து மேடான பகுதியில் புல்லும், செடிகளும் மரங்களும் நடப்பட்டு, பெஞ்சுகள் போடபட்டு, மக்கள் உலாவ நடைபாதைகள் அமைக்கபட்டு பார்க் போல தீவு காட்சியளிக்கும்

நீரில் நச்சுதன்மை தொடர்ந்து கண்காணிக்க படும் அவ்வபோது மழை பெய்கையில் நீர் பம்ப் செய்து கடலினுள் வெளியேற்றபடுவதால் நீர் பிரஷ் ஆக உள்ளது

அருகே உள்ள பவளப்பாறைகள், கடல்வாழ் உயிரினங்களுக்கு எந்த பாதிப்பும் வராமல் கண்கானிக்கபடுகிறது

செமக்காவ் குப்பைகிடங்குக்கு சுற்றுலாதளம் போல மக்களை அழைத்து வந்து குப்பைகள் எப்படி கையாளப்படுகின்றன என்பதை விளக்குகிறார்கள். இதுபோல உலெகெங்கும் குப்பைகள் கையாளபட்டால் எப்படி மேம்படும் என்ற கனவு தான் தோன்றுகிறது. நனவானால் எப்படி இருக்கும்?

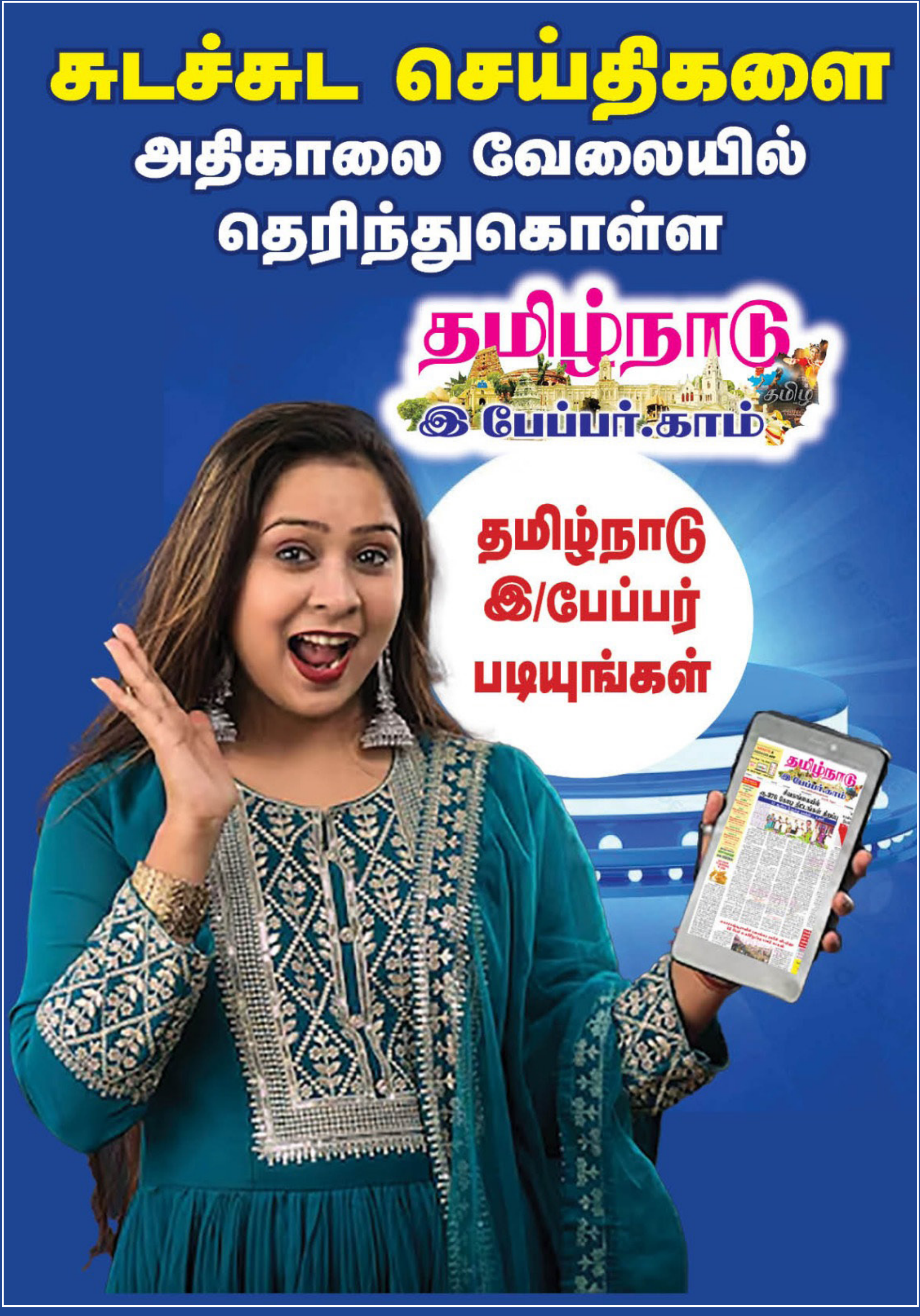
மீம்ஸ் கலாட்டா

- என்ன பத்தி யாராச்சும் தப்பா சொன்னா நம்பாதடி...
: ச்சே நா உன்னை தவிர யாரையும் நம்ப மாட்டேன்டா
- பேபினா பேபிதான்...
: அதே மாதிரி எனக்கு கல்யாணம் ஆய்டுச்சி ரெண்டு குழந்தைங்க இருக்குனு என் புருஷன் சொன்னா கூட நீ நம்ப கூடாது
- The What..?
Media Movies

இந்த புயல்ல பயமில்லாம இருக்க ஏதாவது ஐடியா கொடுப்பா ..
டிவிய ஆப் பண்ணிட்டு உக்காரு.. எந்த பயமும் வராது..

எங்க போயிட்டு வர்றே..
ஆஸ்பத்திரிக்கு...
MATHESH...
அங்க உடம்பு சரி இல்லாதவங்க தானே போவாங்க..
நர்ஸ் நல்லா இருந்தாலும் போலாம்..

டோலி:- love youங்க... ❤️
மீ:-அப்போ உன் புருஷன்..
டோலி
MATHESH...
டோலி :- அவரு ஏன் உன்னைய Love பண்ணனும்...😁


சுடச்சுட செய்திகளை
அதிகாலை வேலையில்
தெரிந்துகொள்ள
தமிழ்நாடு
இ பேப்பர்.காம்
தமிழ்நாடு
இ/பேப்பர்
படியுங்கள்

ஆடு மேய்த்தவரின் ஐ.ஏ.எஸ். ஆசை நிறைவேறியது

கர்நாடகாவின் வடமாவட்டமான பெலகாவியில் கடும் வெயில் வாட்டி வதைக்கிறது. வெயிலால் மக்கள் நொந்து கொண்டு இருக்கும் வேளையில், பெலகாவி ரூரல் பகுதியில், வாலிபர் ஒருவர் ஆட்டை தூக்கி கொண்டு மகிழ்ச்சியாக நடனமாடிய வீடியோ சமூக வலைத்தளங்களில் வெளியானது. இந்த வாலிபரின் மகிழ்ச்சிக்கு என்ன காரணம் என்பதை பலரது கேள்வியாக இருந்து இருக்கலாம்.

அவருக்கு கிடைத்த தகவலை கேட்டால், யாருக்காக இருந்தாலும் மகிழ்ச்சி தான் வந்து இருக்கும். ஆம்... அந்த வாலிபர் யு.பி.எஸ்.சி., தேர்வில் வெற்றி பெற்றதை கொண்டாடும் வகையில் ஆட்டை தூக்கி கொண்டு நடனமாடினார். யார் அந்த வாலிபர் என்று பார்க்கலாம்.

மஹாராஷ்டிராவின் கோலாப்பூர் மாவட்டம் யமகே கிராமத்தை சேர்ந்தவர் சித்தப்பா. இவரது மனைவி பாலாபாய். இவர்களின் பிரதான தொழில், ஆடு மேய்ப்பது தான். கர்நாடகா மஹாராஷ்டிரா மாநில எல்லையில் உள்ள பெலகாவியின் ரூரல் பகுதியில் கூடாரம் அமைத்து தங்கி இருந்து, ஆடு மேய்க்கும் தொழில் செய்கின்றனர்.

சித்தப்பா மட்டுமின்றி அவரது குடும்பத்தில் பெரும்பாலோனார் ஆடு மேய்க்கும் தொழில் தான் செய்து வருகின்றனர். சித்தப்பா பாலாபாய் தம்பதியின் மகன் பீரதேவா. இவர் சமீபத்தில் வெளியான யு.பி.எஸ்.சி., தேர்வில் 551 வது இடத்தை பிடித்து வெற்றி பெற் றார். இது தான் அவரது அளப்பரிய மகிழ்ச்சிக்கு காரணம்.

தனது பயணம் குறித்து பீரதேவா கூறியதாவது:

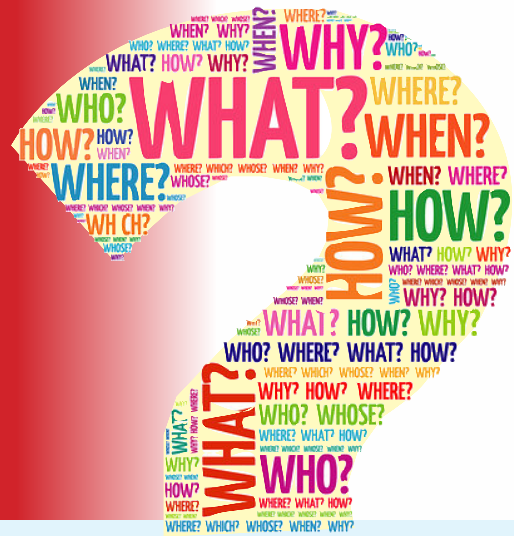
எனது தந்தை சித்தப்பா, எஸ்.எஸ்.எல்.சி., படித்து உள்ளார். ஆடு மேய்க்கும் தொழில் செய்கிறார். என்னையும், எனது அண்ணன் வாசுதேவாவையும் நல்ல நிலைக்கு கொண்டு வர வேண்டும் என்று நினைத்தார். பலகஷ்டங்களை தாங்கி, எங்களுக்கு கல்வி கிடைக்க செய்தார்.

தற்போது எனது அண்ணன் வாசுதேவா ராணுவத்தில் உள்ளார். சிறுவயதில் இருந்தே ஐ.ஏ.எஸ்., அதிகாரி ஆக வேண்டும் என்பது எனது ஆசை. இதற்கு முன்பு மூன்று முறை யு.பி.எஸ்.சி., தேர்வு எழுதி தோல்வி அடைந்து உள்ளேன்; மனம் தளரவில்லை. ஒரு நாளைக்கு எட்டு மணி நேரம் படிப்பேன். ஒவ்வொரு மணி நேரத்திற்கும் ஐந்து நிமிடம் இடைவெளி எடுத்து கொள்வேன்.

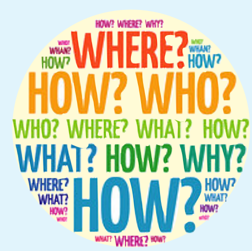
தேர்வுக்கு தயாராகும் போது மொபைல் போனை துாரம் வைத்து விட்டேன். மொபைல் பயன்படுத்தினால் கவனம் சிதறிவிடும். எனக்கு கன்னடம், ஆங்கிலம், மராத்தி நன்கு தெரியும். அரசு பள்ளியில் மராத்தி மொழியில் தான் படித்தேன். இன்ஜினியரிங் படிப்பை புனேயில் முடித்து, டில்லி சென்று யு.பி.எஸ்.சி., தேர்வுக்கு தயாரானேன். எனக்கு பலர் உதவி செய்தனர்.

அவர்களை ஒருபோதும் மறக்கவே மாட்டேன். பெலகாவியில் ஆடு மேய்த்து கொண்டு இருந்த பெற்றோருக்கு உதவ வந்த போது தான், யு.பி. எஸ்.சி., தேர்வில் வெற்றி பெற்ற விஷயம் எனக்கு தெரிந்தது. எங்களை இந்த நிலைக்கு ஆளாக்கி விட்டது எனது தந்தை செய்யும் ஆடுமேய்க்கும் தொழில் தான். இதனால் தான் ஆடுகளை துாக்கி கொண்டு உற்சாகமாக நடனம் ஆடினேன். சிறுவயதில் இருந்து ஆடும் மேய்த்து உள்ளேன். மக்களுக்கு சேவை செய்ய வேண்டும் என்ற ஆசை நிறைவேறி உள்ளது.

கேள்வியை நாங்கள் கேட்கிறோம் பதிலை நீங்கள் சொல்லுங்கள்



தமிழ்நாடு இ பேப்பர்.காம் வழங்கும் சூப்பரான பரிசை வெல்லுங்கள்...!



தினமும் வெளிவரும் நமது

தமிழ்நாடு இ பேப்பர்.காம்

இணையதள நாளிதழை தொடர்ந்து படியுங்கள், தினமும் நாளிதழில் வெளிவரும் செய்திகள் குறித்து கேள்வி கேட்கப்படும், சரியான பதிலை கீழ்காணும் வாட்சப் எண்ணிற்கு அனுப்பிவைத்தால் குலுக்கல் முறையில் அற்புதமான பரிசுகள் வழங்கப்படும்.

Whatsup no.8122664699

தந்தைக்கு கல்லீரல் தானம் செய்ய கோர்ட் படியேறி வெற்றி பெற்ற மகள்

மகள்கள் எப்போதும் தந்தைக்கு தேவதைகளாக வும், தந்தையர் எப்போதும் மகள்களுக்கு தெய்வ மாகவும் மதிக்கப்படுகின்றனர். பெற்ற மகன்களே இந்த காலத்தில் பெற்றோரைக் கைவிடும் நிலையில், பெண் பிள்ளைகள் பலர் இன்று தன் பெற்றோரைப் பேணிக்காத்து வருகின்றனர்.

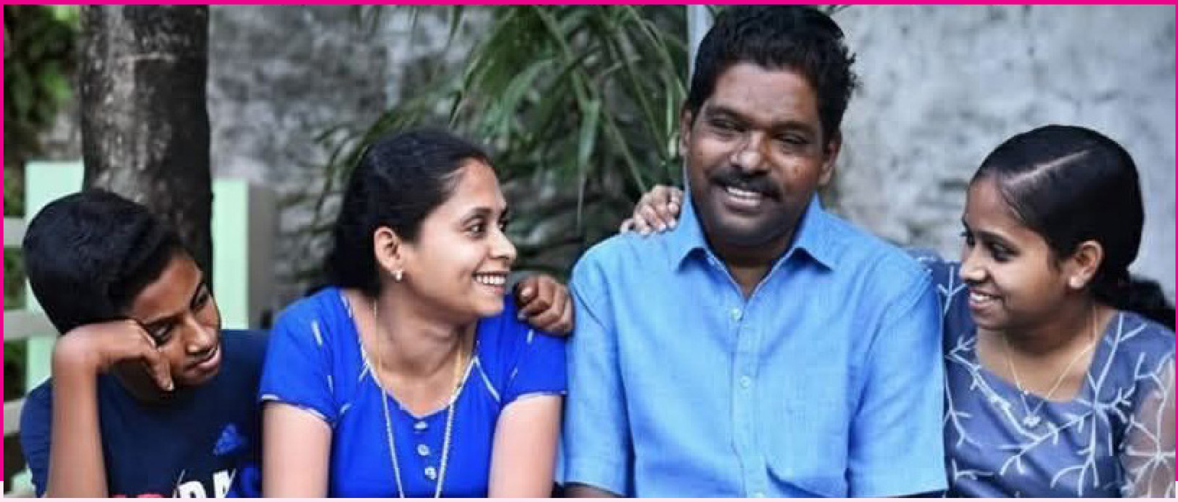
அதிலும், அப்பாவுக்கு ஒரு பிரச்சினை என்றால் ஓடோடிப் போய் நிற்கின்றனர்.

ஆம், அந்த வகையில் கேரளாவைச் சேர்ந்த சிறுமி ஒருவர், தன் தந்தைக்கு கல்லீரல் தானம் வழங்கியிருப்பதுதான் அனைவரையும் நெகிழ்ச்சி யடையச் செய்திருக்கிறது.

தவிர, அந்த சிறுமி நாட்டிலேயே மிக இளம் வயதில் உடல் உறுப்பு தானம் செய்தவர் என்ற பெருமையையும் பெற்றுள்ளார்.

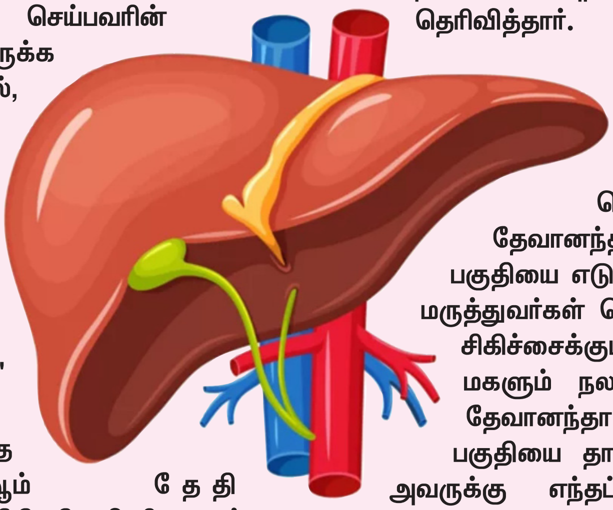
கேரளம் மாநிலம் திருச்சூரைச் சேர்ந்தவர் பிஜி பிரதீஷ். 48 வயதான இவர் கல்லீரல் புற்று நோயால் பாதிக்கப்பட்டதையடுத்து, எர்ணாகுளம் மாவட்டம், ஆலுவாவில் உள்ள ராஜகிரி மருத்துவனையில் அனுமதிக்கப்பட்டு சிகிச்சை பெற்றுவந்தார். அத்துடன் அவருக்கு உடனடியாக கல்லீரல் மாற்று அறுவைச்சிகிச்சை செய்ய வேண்டும்; இல்லையென்றால் அவர் உயிருக்கு ஆபத்து என மருத்துவர்கள் குடும்பத்தினரிடம் அறிவுறுத்தினர். இதையடுத்து, குடும்பத்தினரும், மருத்துவ நிர்வாகமும் கல்லீரல் தானம் குறித்து விசாரித்து வந்தனர். ஆனால், கிடைக்கவில்லை.

அப்படி, ஒன்று இரண்டு கிடைத்த கல்லீரல் களும் அவருக்குப் பொருந்திப் போகவில்லை. இந்தச் சூழலில் தன்னுடைய கல்லீரை தானமாகக் கொடுக்க முன்வந்தார், பிரதீஷின் 17 வயது மகளான தேவானந்தா. ஆனால், அவருடைய தானத்தை மருத்துவர்கள் ஏற்க முன்வரவில்லை. காரணம், இந்தியாவில் மனித உறுப்பு மற்றும் திசு மாற்றுச் சட்டம் 1994இன்படி கல்லீரல் தானம் தரும் ஒருவர், 18 வயதை நிரம்பி இருக்க வேண்டும் என்பதால் தேவானந்தாவின் கல்லீரல் தானத்தை மருத்துவர்கள் ஏற்றுக்கொள்ளவில்லை.



எப்படியாவது காப்பாற்ற வேண்டும் என நினைத்த தேவானந்தா, உடல் உறுப்பு சட்டத்தில் இருந்து விலக்குக் கோரி கேரள நீதிமன்றத்தில் மனுத் தாக்கல் செய்தார்.

அதில், "எனது தந்தைக்கு கல்லீரல் மாற்று அறுவைச் சிகிச்சை செய்ய வேண்டியுள்ளது. நான் கல்லீரல் தானத்தைச் செய்ய தயாராக இருக்கிறேன். எனக்கு உறுப்புத் தானம் செய்வதில் மருத்துவத் தடைகள் எதுவுமில்லை. இருப்பினும் உறுப்பு மற்றும் திசு மாற்று விதிகள் 2014இன்படி தானம் செய்பவரின் வயது 18க்கு மேல் இருக்க வேண்டும். ஆனால், எனக்கு தற்போது 17 வயதுதான் ஆகிறது. ஆகவே, என் தந்தையின் உயிர்மீது கவனம்கொண்டு, இந்த வயது வரம்பில் இருந்து விலக்கு அளிக்க வேண்டும்" எனக் கோரியிருந்தார்.



இந்த மனு கடந்த ஆண்டு நவம்பர் 17ஆம் தேதி கேரள உயர்நீதிமன்ற நீதிபதி வி.ஜி.அருண் அமர்வு முன்பு மீண்டும் விசாரணைக்கு வந்தபோது, "இந்த விவகாரம் தொடர்பாக மாநில சுகாதாரத் துறையின் அறிவுறுத்தல்களைப் பெற்று விபரங்களைத் தாக்கல் உத்தரவிடப்பட்டது.

தொடர்ந்து நவம்பர் 21 ஆம் தேதி இந்த மனு விசாரணைக்கு வந்தபோது, நிபுணர் குழு சமர்ப்பித்த அறிக்கையின் அடிப்படையில் நோய்வாய்ப்பட்ட தந்தைக்கு அவரது மகள் தனது கல்லீரலின் ஒரு பகுதியை தானமாக வழங்க நீதிமன்றம் உத்தரவிட்டதுடன், அவரைப் பாராட்டவும் செய்தது.

தேவானந்தா நடத்திய இடைவிடாத போராட்டம் வெற்றியடைந்துள்ளது. தந்தையின் உயிரைக் காப்பாற்ற துடிக்கும் அவருடைய போராட்டத்தை இந்த நீதிமன்றம் பாராட்டுகிறது" என நீதிமன்றம் கூறியது.

மேலும் நீதிபதி வி.ஜி.அருண், தேவானந்தாவுக்கு வாழ்த்தும் தெரிவித்தார். "தேவானந்தாவைப் போன்ற குழந்தைகளைப் பெற்ற பெற்றோர்கள் அதிர்ஷ்டசாலிகள்" எனத் தெரிவித்தார்.

பிரதீஷ்க்கு கல்லீரல் உறுப்பு மாற்று அறுவைச்சிகிச்சை வெற்றிகரமாகச் செய்யப்பட்டது. மகள் தேவானந்தாவின் கல்லீரலில் ஒரு பகுதியை எடுத்து அவரது தந்தைக்கு மருத்துவர்கள் பொருத்தினர். அறுவைச் சிகிச்சைக்குப் பின்னர் தந்தையும் மகளும் நலமுடன் இருப்பதாகவும், தேவானந்தா கல்லீரலின் ஒரு பகுதியை தான மாக வழங்கியதால் அவருக்கு எந்தப் பாதிப்பு ஏற்படாது எனவும், அடுத்த 6 முதல் 8 வாரங்களில் அவரது உடலில் கல்லீரல் வளர்ந்துவிடும் எனவும் மருத்துவமனை நிர்வாகம் தெரிவித்துள்ளது.

மேலும், தேவானந்தாவின் இந்தச் செயலைப் பாராட்டி அறுவைச்சிகிச்சை செலவுக்கான கட்டணத்தையும் மருத்துவமனை நிர்வாகம் தள்ளுபடி செய்துள்ளது.

இதன்மூலம், 17 வயது சிறுமி தனது கல்லீரலின் ஒரு பகுதியை தந்தைக்கு தானம் செய்து, நாட்டிலேயே மிக இளம் வயதில் உடல் உறுப்பு தானம் என்ற பெருமையை பெற்றுள்ளார்.

30 சதவீதம் வாசனை திரவியம் தயாரிக்கும் உத்திரபிரதேசம்

கன்னோஜ் உத்திரபிரதேசம் மாநிலத்தில் ஒரு மாவட்டத்தின் தலைநகராக விளங்குகிறது. இது தலைநகர் லக்னோவிலிருந்து 150 கி.மீ. தொலைவில் கங்கைக் கரையில் உள்ளது.

இந்தியாவில் தயாராகும் வாசனை திரவியங்களில் 30 சதவீதம் கன்னோஜில் தயாராகிறது. இங்கு 28 பெரிய வாசனை திரவியங்கள் தயாரிக்கும் தொழிற்சாலைகளும் 500 சிறிய தொழிற்சாலைகளும் உள்ளன.

கன்னோஜ் நகரின் மக்கள் தொகையான 17 லட்சத்தில் 60 சதவீதம் வாசனை திரவிய தயாரிப்பு தொழில்களில் ஈடுபட்டுள்ளனர். இங்கு 1990களில் 700 வாசனை திரவியங்களை காய்ச்சி வடிகட்டும் தொழிற்சாலைகளிருந்தன. இப்போது சுமார் 150 தொழிற்சாலைகள் மட்டுமே உள்ளன.

சுத்தமான சந்தன மரத்திலிருந்து உருவாக்கப் படும் வாசனை திரவியங்கள் ஒரு சில மில்லி லிட்டர்கள் ரூ 15 ஆயிரம் விற்கப்படுகிறது. ரோஜாவிலிருந்து தயாரிக்கப்படும்

குலாப் என்ற வாசனை திரவியம் ஒரு ஸ்பூன் ரூ.20,000 ஆகும்.

கன்னோஜில் தயாரிக்கப்படும் வாசனை திரவியங்களில் பெரும்பகுதி பான் மசாலா மற்றும் புகையிலை தயாரிப்பில் பயன்படுத்தப்படுகிறது. அழகு சாதன பொருட்கள் சோப்புகள் இனிப்புகள் மற்றும் சுத்தப்படுத்த பயன்படும் திரவங்களில் வாசனை திரவியங்கள் சேர்க்கப்படுகிறது.

கன்னோஜ் மிகப் பழமையான நகரம். இதன்

நறுமண திரவிய புகழை முகலாய ராணிகளும் வியாபாரிகளும் உலகம் முழுவதும் பரப்பிவிட்டனர்.

பிரான்சில் உள்ள Grasse நகரம் வாசனை திரவியங்களுக்கு உலகப் புகழ் பெற்றது. இங்கு வாசனை திரவியங்களை தயாரிக்க

ஆரம்பிப்பதற்கு வெகு காலத்திற்கு முன்பே கன்னோஜில் வாசனைத் திரவியங்களைத் தயாரிக்க ஆரம்பித்தவிட்டார்கள் . இயற்கையாக கிடைக்கும் எண்ணெய்கள் மூலம் இங்கு வாசனை திரவியங்கள் தயாரிக்கப்படும் முறைகள் ஆயிரம் ஆண்டு பழமையானவை.

சுத்த ரோஜா இதழ்களால் உருவாக்கப்படும் ரோஜா எண்ணெய் 10 மில்லி லிட்டர் ரூ.7000 லிருந்து ரூ 15,000 வரை விற்கப்படுகிறது. இதே அளவு இரசாயன எண்ணெய் ரூ 500க்கு விற்கப் படுகிறது.

இங்கு பெரிய குடுவைகளில் வாசனை திரவங்களை காச்சுவதற்கு விறகுகளையும் உலர்ந்த மாட்டுச் சாணத்தையுமே எரிப்பொருளாக பயன்படுத்துகிறார்கள்.

கச்சாப் பொருட்கள் விலை ஏறறம்

இத்தொழிலை மிகவும் பாதித்துள்ளது. உத்திரபிரதேசத்தில் சந்தன மரங்கள் வெட்டு வதற்கு தடை உள்ளது. இதனால் சந்தன எண் ணெய் மூலம் வாசனை திரவியங்களை உற்பத்தி செய்வோர் தங்கள் தொழிலை கர்நாடகம் மத்திய பிரதேசம் ஆகிய மாநிலங்களுக்கு மாற்றிக் கொள்ள நேர்ந்தது.

இயற்கையான வாசனை திரவியங்கள் விலை அதிகமாக உள்ளதால் இவைகளின் தேவை குறைந்து கொண்டே வருகிறது. எனினும் கன்னோஜ் வாசனை திரவியங்கள் உலகம் முழுவதும் ஏற்றுமதி செய்யப்படுகின்றன.

– க.ரவீந்திரன், ஈரோடு.

சென்னை விமான நிலைய அவலங்கள்

பயணியின் அனுதாப அனுபவம்

சென்னை ஏர்போர்ட்டில் (Domestic) மிகவும் சகிக்க முடியாத விஷயம், ஏர்போர்ட்டை விட்டு வெளியே வந்து டாக்ஸி/ஆட்டோ பிடிப்பதுதான். மற்ற ஊர் விமான நிலையங்களை விட்டு வெளியே வந்தோமா.. டாக்ஸியை பிடித்தோமா, வீடு போய் சேர்ந்தோமா என இருக்க, சென்னை விமான நிலையம் மட்டும் விதிவிலக்கு.

முதலில் விமான நிலையத்தை விட்டு வெளியே வந்ததும் சற்று தூரம் நடந்து செல்ல வேண்டும். சென்றால், ஒரு பெரிய வரிசை நின்று கொண்டிருக்கும். எதற்காக? பேட்டரி காரில் ஏறுவதற்கு. ஏன் பேட்டரி காரில் ஏற வேண்டும்? டாக்ஸி ஸ்டாண்ட் போக. அது எங்கிருக்கிறது? கிட்டத்தட்ட அரை கிலோமீட்டர் தூரத்தில் இருக்கிறது. அங்கு போகத்தான்.

பேட்டரி கார் வந்து, அதில் ஏறி டாக்ஸி ஸ்டான்ட் வந்தால், அது இரண்டாவது தளத்தில் இருக்கிறது. அதற்கு லிஃப்ட்ற்காக காத்திருக்க வேண்டும். அங்கும் பெரிய கூட்டம்; வரிசை; வரிசையென்றா சொன்னேன்? இல்லை நெரிசல்.. நான் முந்தி நீ முந்திதான். பல நேரங்களில் ஏதாவது ஒரு லிஃப்ட்தான். வேலை செய்யும். (அந்த லிஃப்ட்டிலும் ப்ளோர் பொத்தான் வேலை செய்யாது) ஒரு வழியாக இரண்டாவது தளம் சென்றால், நமக்கான

காரை கண்டுபிடிப்பது அடுத்த பிரச்சனை.

அங்கு ஏகப்பட்ட கார்கள் நிற்கும் நமதை தவிர. நாம் புக் செய்த காருக்கு போன் செய்தாலும், அவர் எடுக்கமாட்டார். சமயங்களில் செய்த புக்கிங்கை கேன்சல் செய்துவிட்டு அடுத்த காரை புக் செய்து அவருக்காக காத்திருக்க வேண்டும். அதிர்ஷ்டம் இருந்தால் அவர் உங்களை அழைப்பார். இல்லாவிடில் திரும்பவும் பழைய கதை.

இப்பொழுதெல்லாம், இந்த ஊபர், ஓலா ட்ரைவர்கள் யாரும் உடனடியாக வருவதில்லை. அவர்கள் உங்கள் புக்கிங்கை ஏற்றுக்கொண்டு கம்மென்று இருப்பர். மேப்பில் அந்த கார் ஒரு இஞ்ச் கூட நகராது. நீங்கள் அழைத்து எக்ஸ்ராவாக 50, 100 தருகிறேன் என்றால் மட்டும் போனால் போகிறது என்று வருவார்கள்; இது சென்னையில் எல்லா இடத்திலும் உண்டு. ஊபர், ஓலா ஆட்டோவிலும்.

(இதற்காகவே ஊபரில் premier என்ற சர்வீஸை புக் செய்வது. அது காசு கொஞ்சம் அதிகம் என்பதால், இந்த பேரம் கிடையாது)

அந்த இரண்டாம் தளத்தில் காத்திருக்கையில் ஒரு பிரச்சனை உண்டு. கார் ஓட்டுனர்கள் வகை தொகையில்லாமல் அடிக்கும் ஹாரன்தான் அது. Phonophobia சத்தங்களை, அதுவும் காதை கிழிக்கும் கூர்மையான இரைச்சல்களை கேட்டால் Blood Pressure மற்றும் Anxiety எகிறும் ஒருவித குறைபாடு எனக்குண்டு. (பொதுவாக நாற்பது, ஐம்பது கடந்தவர்கள் பலருக்கும் உண்டு). சாதாரணமாக சாலையில் கார் ஹாரன் அடித்தாலே கடுப்பாகும். இதில் கட்டிடத்தின் உள்ளே ஹாரன் அடித்தால்? எதிரொலிப்பு காரணமாக மண்டைக்குள் ஆயிரம் தேள்கள் கொட்டும். சிவன் கோயில் காண்டாமணிக்குள் தலையை விட்டது போன்று. ஏகப்பட்ட Stress ஏறி, ஒருவழியாக டாக்ஸியை பிடித்து வீட்டிற்கு வந்து, வீட்டில் இருப்பவர்கள் மேல் வள்வள் என எரிந்து விழுவதும் உண்டு. அவர்கள் நம்மை ஆச்சரியமாக பார்ப்பார்கள்... பயபுள்ள போகும்போது நல்லாத்தானே போச்சு..

ஆபிஸ்ல வச்சி செஞ்சிட்டாங்களோ என்று.

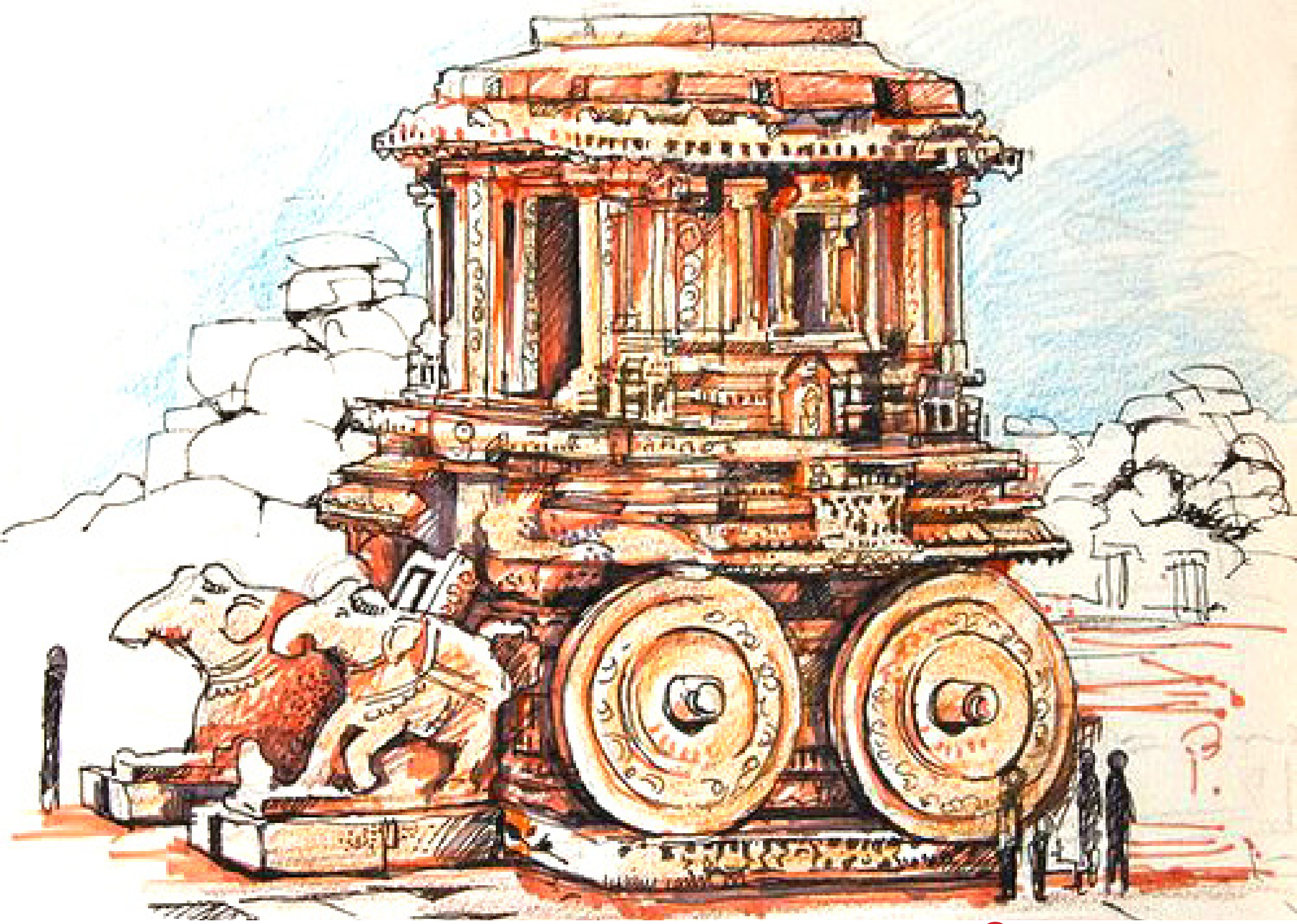
ஹா, இவரு பெரிய இவரு... கார்லதான் போவாரு... ஏன் Metro, Bus எல்லாம் இருக்கிறதல்லவா.. அதில் போனால் என்ன? Yes, அதிலும் போவேன். Airport Metro ஏறி கிண்டி ரேஸ்கோர்ஸ் வந்து, அங்கிருந்து பஸ் பிடித்து வேளச்சேரி வந்து விடுவேன். சிக்கல் என்னவெனில் கூடவரும் லக்கேஜ்தான். ஒரு பெரிய டிராவல் பேக்; ஒருவாரம் தங்க வேண்டிய துணிமணிகள் மற்றும் இதர பொருட்கள், அத்துடன் லேப்டாப்பை பை. எல்லா சுமைகளையும் தூக்கிக்கொண்டு நடப்பது என்பது பெரிய சாகசம். அதுவும் இந்த வயதில் முடியாது. அதுவும் Guindy Metro இரண்டு மாடி. பலநேரம் எஸ்கலேட்டர் வேலை செய்யாது.. அப்புறம் ஒரு Flyover வேறு ஏறி இறங்க வேண்டும்.. பயங்கர குஷ்டமப்பா..

அதுசரீ, எதுக்கடா இவர்கள் இந்த டாக்ஸி ஸ்டாண்டை கொண்டு போய் கார் பார்க்கிங் செய்யும் இடத்தில் வைத்திருக்கிறார்கள் என்று அங்கிருக்கும் ஒருவரை நைசாக கேட்டேன். ஏனெனில் முன்பு கொடிமரம் என்ற இடத்தில்தான் இந்த ஸ்டாண்ட் இருந்தது. கார் பிடிப்பது மிகவும் சுலபம். அந்த இடத்தில் இப்போது ஏதோ (பல வருடமாக) புதுப்பித்தல் பணி நடக்கிறது. அது எதற்கோ..

அவர் சொன்ன விஷயம்தான் டாப்.

அதாவது விமானநிலையத்திற்கு வெளியே ஒரு ஷாப்பிங் மால் கட்டியிருக்கிறார்கள். அதன் பெயர் Aerohub. அதில் துரித உணவங்கள் சைவ உணவங்கள், கடைகள், ஏன் சினிமா தியேட்டர்கள்கூட உண்டு. ஆனால் வரும் பயணிகள் யாரும் அதை எட்டி பார்ப்பது கூட இல்லை போலிருக்கிறது. எல்லா பயபுள்ளைகளும் இப்படியே வந்து இப்படியே போய்கொண்டிருக்க, மால் காத்தாட.. இதை இப்படியே விட்டால் வருமானம் போய்விடும் என திட்டமிட்டு எல்லோரையும் இப்படி திருப்பி விடுவதாக சொன்னார்.

மக்கள் எவ்வளவு சிரமப்படுகிறார்கள் என்பதெல்லாம் கணக்கில்லை. தூக்க முடியாது சுமைகளை தூக்கிக்கொண்டு குழந்தை குட்டிகளுடன் இங்குமங்கும் நடப்பவர் பலபேர். அதுவும் ஏதாவது விசேஷ நாட்களில் மற்றும் peak hours களில் எல்லா இடங்களிலும் கூட்டம் நெரியும்.



அரசனை காக்க மரணத்தை ஏற்ற ஆசாரி

சிவகங்கைச் சீமையை மருது பாண்டியர்கள் ஆட்சி செய்த காலம்... காளையார்கோவில் தலத்தில் அற்புதமாகக் கட்டி முடிக்கப்பட்டது ஸ்ரீகாளீஸ்வரர் திருக்கோயில்.

இந்தக் கோயிலுக்குத் திருத்தேர் ஒன்றையும் செய்ய விரும்பினார் பெரியமருது. பாகனேரி எனும் ஊரைச் சார்ந்த குப்பமுத்து ஆசாரி என்பவரை வரவழைத்து அவரிடம் தேர்ப் பணியை ஒப்படைத்தார். திருத்தேர் விரைவில் தயாரானது!

அன்று தேரோட்டம். உரிய பூஜைகள் நடந்தேறியதும் ஊர்மக்கள் கூடி தேரை இழுத்தனர். ஆனால், நிலையில் இருந்து ஓர் அடிகூட தேர் நகரவில்லை! பெரியமருதுவுக்கு அதிர்ச்சி. அவர், குப்பமுத்து ஆசாரியை ஏறிட்டார்.

''தேர் செய்ததற்கான காணிக்கையை இன்னும் வழங்கவில்லையே!'' தயங்கி தயங்கிச் சொன்னார் குப்பமுத்து.

''சரி, என்ன வேண்டும்?'' ஸ்ரீ பெரியமருது.

''என்ன கேட்டாலும் தருவீர்களா?''

''நிச்சயம் தருகிறேன்!''

சற்று நேரத்தில் மௌனமாக இருந்த குப்பமுத்து ஆசாரி பிறகு சொன்னார்: ''இன்று ஒரு நாள் மட்டும் உங்களது அரச பதவியை எனக்கு வழங்க வேண்டும். உடையில் இந்தத் தேரில் அமர்ந்து பவனி வர வேண்டும்!''

கூடி இருந்தவர்கள் அதிர்ச்சியில் உறைந்தனர். ஆனால், பெரியமருது கோபம் கொள்ளவில்லை. அந்தக் கணமேதனது செங்கோலையும் அரச உடைகளையும்ஆசாரியிடம் அளித்தார். அவற்றை அணிந்து,செங்கோலைக் கையில் ஏந்தியவாறு தேரின் அருகில்

சென்ற குப்பமுத்து ஆசாரி... ஏதோ பழுது பார்த்தார். பிறகு, மேலே ஏறி கம்பீரமாக அமர்ந்தார். தொடர்ந்து மக்கள் வடம் பிடித்து இழுக்க, தேர் பவனி ஆரம்பமானது.

தேரில் அமர்ந்திருக்கும் குப்பமுத்து ஆசாரியைக் கண்டு சிலர் கேலி செய்தனர். ஆனால், அதற்கு மாறாக பெரியமருதுவோ 'குப்பமுத்து பாண்டியர்...' என்று குரல் எழுப்ப... அரச பரிவாரங்களும் உடன் வந்தவர்களும், 'வாழ்க வாழ்க !' என்று வாழ்த்து கோஷம் எழுப்பியபடி தேரைப் பின்தொடர்ந்தனர்.

ரத வீதிகளைக் கடந்து, நிலையை நெருங்கியது தேர். ஆனால் அங்கு நிற்காமல் தொடர்ந்து ஓடியது. உடனே, அதன் நான்கு சக்கரங்களிலும் கட்டைகளைப் போட்டு தடை ஏற்படுத்த முயன்றனர்.

இதனால் தேர் பெரிதும் குலுங்க, நிலை தடுமாறி கீழே விழுந்தார் குப்பமுத்து ஆசாரி. அவர் மீது தேர்ச் சக்கரங்கள் ஏறி இறங்க உடல் நசுங்கி இறந்தார் ஆசாரி.

கண்முன் நிகழ்ந்த அசம்பாவிதத்தைக் கண்டு விக்கித்து நின்றார் மன்னர் பெரியமருது. அப்போது அங்கு வந்த அரசவை வைத்தியர், பெரியமருதுவிடம் ஒரு கடிதத்தை அளித்தார். அது, குப்பமுத்து ஆசாரியால் முன்பே எழுதப்பட்டது. கடிதத்தைப் பிரித்துப் படித்தார் பெரிய மருது. அதில்ஞ்

ஐயா... தேர்ப் பணி இனிதே நிறைவேற முதலில் விநாயகர் திருவுருவைச் செதுக்குவது வழக்கம். ஆனால், இந்த முறை வலம்புரி விநாயகர் திருவுருவை மூன்று முறை செதுக்கியும் அந்த துதிக்கை சிதைந்தது கண்டு அதிர்ந்தேன். 'இதுபோல் நடந்தால், தேரோட்டத்தன்று அந்த நாட்டின் அரசன் இறப்பான் !' என்று சிற்ப நூலில் சொல்லப்பட்டுள்ளது. இதைத் தவிர்த்து, உங் களைக் காப்பாற்றவே 'ஒரு நாள் அரச பதவி'யைக் காணிக்கையாகப் பெற்றேன் !' என்றிருந்தது.

தனக்காக உயிர் நீத்த குப்பமுத்து ஆசாரி யின் உயிர் தியாகத்தை நினைத்து உருகினார் பெரிய மருது.

– சிவ.முத்து லட்சுமணன்
போச்சம்பள்ளி

சூரியனின் 'காந்த' ரகசியத்தை உடைத்த கொடைக்கானல்...

சூரியனின் 'காந்த' ரகசியத்தை உடைத்த கொடைக்கானல்... உலகையே வியக்க வைத்த இந்திய விஞ்ஞானிகள்!

சூரியனின் காந்தச் செயல்பாடுகள் அதன் அட்சரேகைகளில் எப்படி மாறுகின்றன என்ற ரகசியத்தைக் கண்டறிந்துள்ளனர். குறிப்பாக, 15 முதல் 20 டிகிரி வரையிலான பகுதிகளில் காந்தப் புயல்கள் மிகத் தீவிரமாக இருப்பதை கண்டுபிடித்துள்ளனர்.

மலைகளின் இளவரசியான கொடைக் கானலில், நூற்றாண்டுக்கும் மேலாகத் தூங் காமல் சூரியனைப் பார்த்துக் கொண்டிருக்கும் ஒரு கண்கள் உண்டு. அதுதான் கொடைக் கானல் சூரிய இயற்பியல் மையம். அங்கிருந்து சேகரிக்கப்பட்ட 100 ஆண்டுகாலத் தரவுகள், இப்போது சூரியனைப் பற்றிய உலகத்தின் பார்வையையே மாற்றியுள்ளது.

சூரியன் வெறும் நெருப்புப் பந்து அல்ல!

சூரியன் என்பது ஏதோ வானத்தில் எரியும் ஒரு நிலையான நெருப்புப் பந்து என்று நாம் நினைக்கிறோம். ஆனால் அது உண்மையில் ஒரு 'காந்தக் களஞ்சியம்'.

இந்திய வானியற்பியல் நிலையத்தைச் சேர்ந்த விஞ்ஞானிகள், கொடைக்கானலில் கடந்த 100 ஆண்டுகளுக்கும் மேலாகப்பாதுகாக்கப் பட்ட புகைப்படத் தகடுகளை ஆய்வு செய்தனர்.

இதில், சூரியனின் காந்த செயல்பாடுகள் அதன் அட்சரேகைகளில் (Latitudes) எப்படி மாறுகின்றன என்ற ரகசியத்தைக் கண்டறிந்துள்ளனர். குறிப்பாக, 15 முதல் 20 டிகிரி வரையிலான பகுதிகளில் காந்தப் புயல்கள் மிக தீவிரமாக இருப்பதை இவர்கள் கண்டுபிடித்துள்ளனர்.

சூரியனில் ஏற்படும் மாற்றங்கள் பூமியில் உள்ள செல்போன் சிக்னல்கள், மின்சார இணைப்புகள் மற்றும் செயற்கைக்கோள்களைப் பாதிக்கக் கூடும். இந்த ஆய்வின் மூலம், சூரியனில் எப்போது காந்த சீற்றம் ஏற்படும்? அது விண்வெளி வானிலையை எப்படி மாற்றும்? என்பதை முன்பை விடத் துல்லியமாகக் கணிக்க முடியும். இது விண்வெளியில் இருக்கும் வீரர்களுக்கும், பூமியில் இருக்கும் தொழில்நுட்பங்களுக்கும் ஒரு கவசமாக அமையும்.

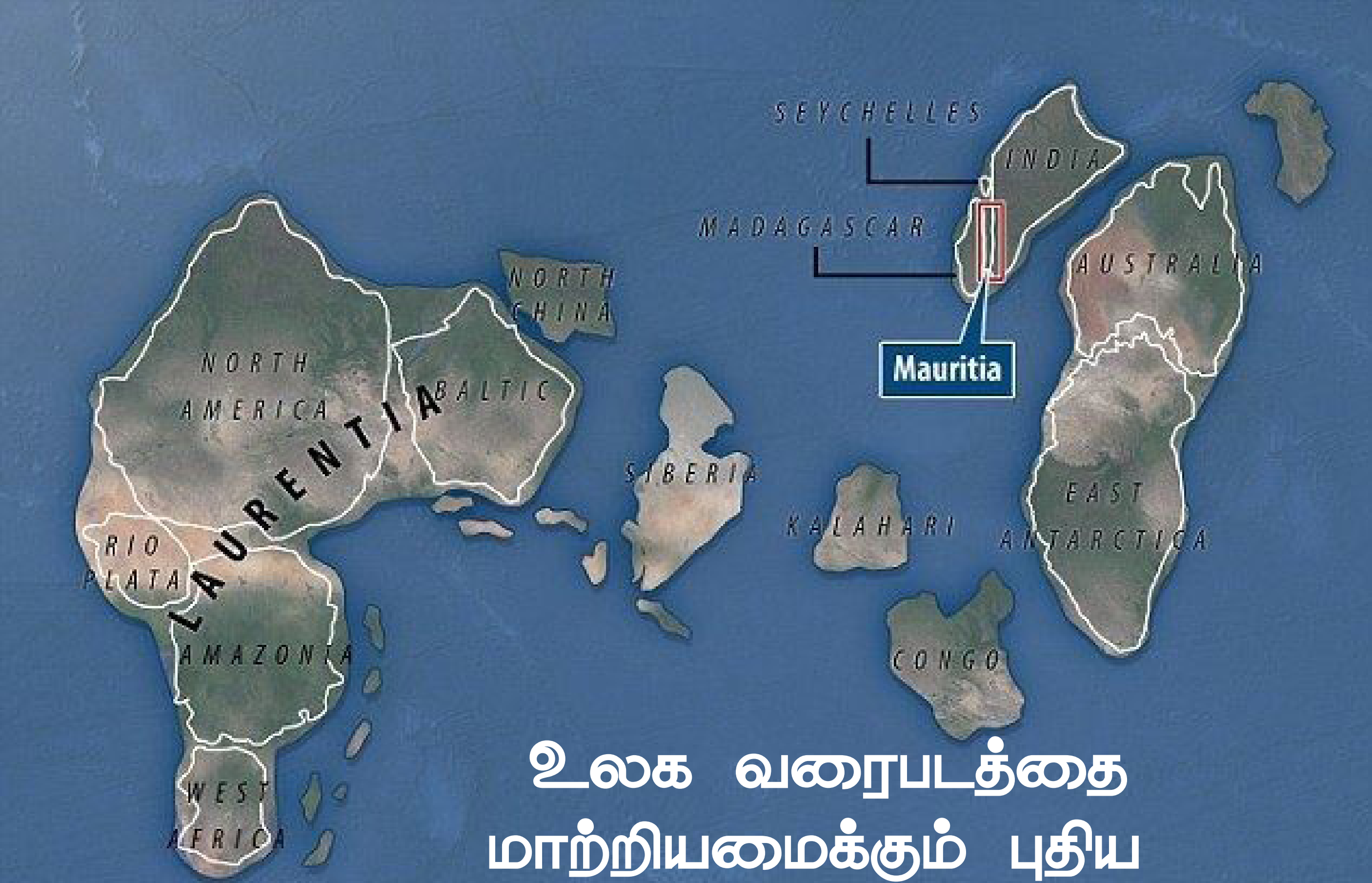
இந்த ஆய்வில் ஒரு சுவாரசியமான விஷயம் உண்டு. சுமார் 100 ஆண்டுகளுக்கு முன்பு கைகளால் எடுக்கப்பட்ட புகைப்படத் தகடுகளில் தூசி, கீறல்கள் மற்றும் கைரேகைகள் கூட இருந்தன. பி.எச்.டி மாணவர் அபூர்வா சீனிவாசா, நவீன தொழில்நுட்பத்தைப் பயன்படுத்தி அந்தப் பழைய படங்களைச் சுத்தம் செய்து, தரவுகளை மீட்டெடுத்துள்ளார். இதன் மூலம் 1904ஆம் ஆண்டிலிருந்து சூரியன் எப்படியெல்லாம் மாறியிருக்கிறது என்பதை ஒரே கோட்டில் பார்க்க முடிந்தது.

சூரியனின் வடக்கு பகுதியை விட தெற்கு பகுதியில் காந்த மாற்றங்கள் மிக வேகமாகவும், வலிமையாகவும் நடப்பதை விஞ்ஞானிகள் கவனித்துள்ளனர். இது சூரியனின் உட்பகுதியில் காந்த ஆற்றல் எப்படி உருவாகிறது (Solar Dynamo) என்பதைப் புரிந்துகொள்ளப் பெரிய அளவில் உதவும்.

உலக அரங்கில் இந்தியாவின் பெருமை!

1899ல் தொடங்கப்பட்ட கொடைக்கானல் ஆய்வகம், இன்று உலகிலேயே மிக நீண்ட கால சூரிய தரவுகளைக் கொண்ட இடங்களில் ஒன்றாகத் திகழ்கிறது. நாசாவின் நவீன தரவுகளுக்கே சவால் விடும் வகையில் நம் நாட்டு விஞ்ஞானிகள் இந்த பழைமையான தரவுகளைப் பயன்படுத்தி புதிய சாதனை படைத்துள்ளனர். இயற்கை அன்னை ஒளித்து வைத்திருந்த சூரியனின் காந்த ரகசியத்தை, கொடைக்கானலின் மலைச் சிகரங்களிலிருந்து இந்திய விஞ்ஞானிகள் உலகிற்கு உரக்கச் சொல்லியிருக்கிறார்கள்

- Meenakshi Sundaram S



உலக வரைபடத்தை மாற்றியமைக்கும் புதிய கண்டுபிடிப்பு!

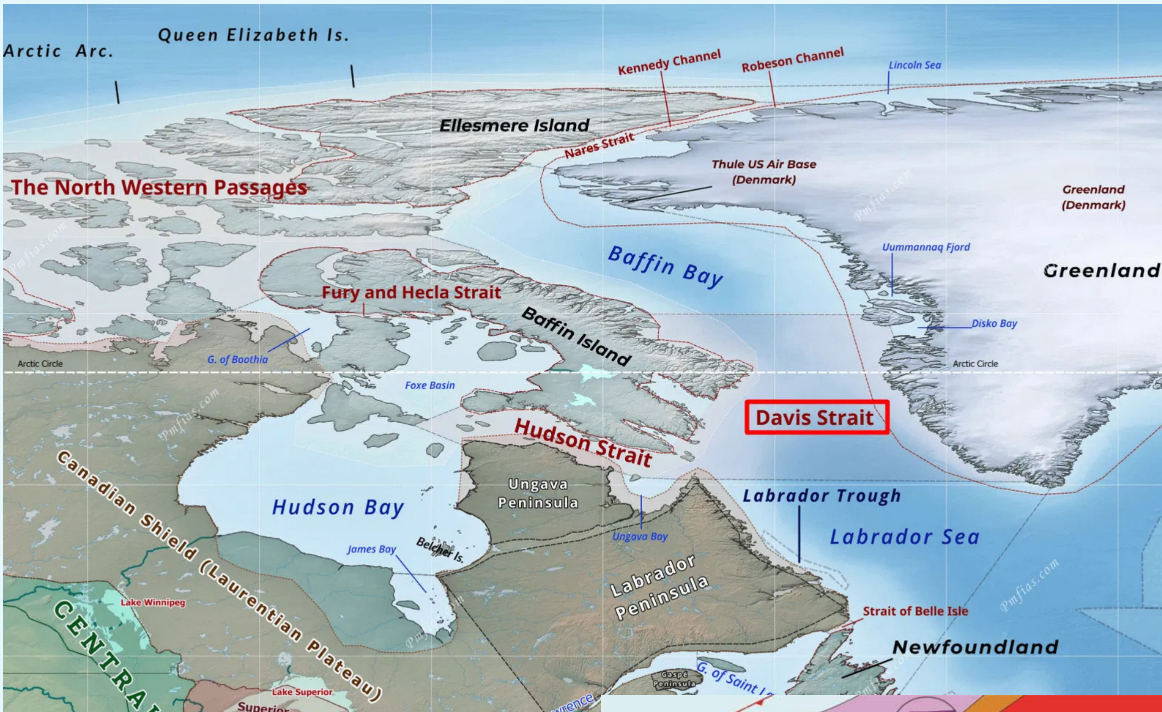
கடலுக்கு அடியில் ஒளிந்திருந்த குட்டி கண்டம்...

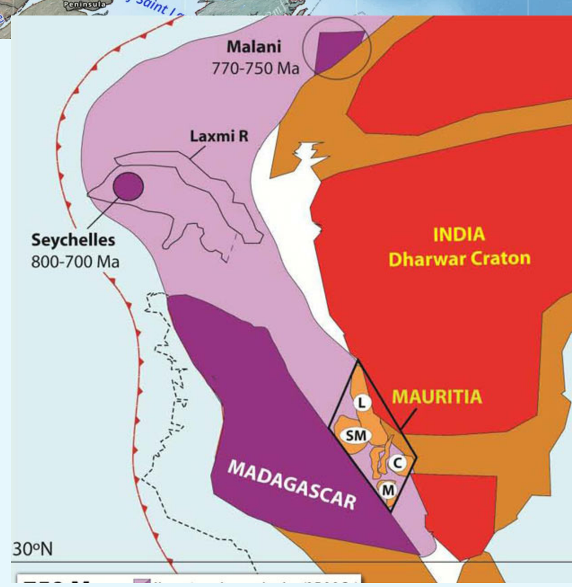
கிரீன்லாந்து மற்றும் கனடாவுக்கு இடையில் உள்ள 'டேவிஸ் ஜலசந்தி' கடற்பகுதிக்கு அடியில் ஒரு புதிய "மைக்ரோகண்டம்" மறைந்திருப்பதை ஆராய்ச்சியாளர்கள் உறுதி செய்துள்ளனர்.

பூமியின் கண்டங்கள் எப்படிப் பிரிந்தன என்ற வரலாற்றையே மாற்றியமைக்கும் அதிரடி கண்டுபிடிப்பை விஞ்ஞானிகள் நிகழ்த்தியுள்ளனர்.

கிரீன்லாந்து மற்றும் கனடாவுக்கு இடைப்பட்ட 'டேவிஸ் ஜலசந்தி' (Davis Strait) கடற்பகுதிக்கு அடியில், பல கோடி ஆண்டுகளாக மறைந்திருந்த "குட்டி கண்டத்தை" (Microcontinent) ஆராய்ச்சியாளர்கள் தற்போது வெளிச்சத்திற்குக் கொண்டு வந்துள்ளனர்.

சுமார் 61 மில்லியன் ஆண்டுகளுக்கு முன்பு, வட அமெரிக்காவும் கிரீன்லாந்தும்ஒன்றைவிட்டு ஒன்று மெதுவாகப் பிரியத் தொடங்கின. அப்போது நிலத்தட்டுகள் நகர்ந்த திசையில் ஏற்பட்ட திடீர் மாற்றத்தால், பெரிய நிலப்பரப்பு உடைந்து கடலுக்கு அடியில் சிக்கிக்கொண்டது. 24 கி.மீ.





நீளம் கொண்ட இந்தத் தடிமனான நிலப்பரப்புதான் தற்போது 'டேவிஸ் ஜலசந்தி புரோட்டோமைக்ரோ கண்டம்' என அழைக்கப்படுகிறது.

பொதுவாகக் கண்டங்கள் பிரியும் இடங்களில் எரிமலைகளும் நிலநடுக்கங்களும் சிதைவுகளை ஏற்படுத்தும். ஆனால், இந்த டேவிஸ் ஜலசந்தி பகுதி மிகவும் 'சுத்தமாக' (Geologically clean) இருப்பதால், ஒரு கண்டம் எப்படித் துண்டு துண்டாகப் பிரிகிறது என்பதை எந்தவித குழப்பமும் இன்றி ஆராய விஞ்ஞானிகளுக்குக் கிடைத்துள்ள ஒரு அரிய வாய்ப்பாக இது பார்க்கப்படுகிறது.

ஒட்டாவா பல்கலைக்கழக ஆராய்ச்சியாளர்கள் நடத்திய 3ஞி ஆய்வில் மற்றொரு சுவாரசியமான தகவலும் கிடைத்துள்ளது. கிரீன்லாந்து தீவு 'ஐஸ்லாந்து ஹாட்ஸ்பாட்' எனப்படும் நிலத்தடி வெப்பப் பகுதிக்கு மேலே நகர்ந்து வந்தபோது, அந்த வெப்பம் நிலத்தட்டுகள் உடையப் பெரிதும் உதவியுள்ளது. இந்த வெப்ப மாறுபாடுகள் தான் தற்போது அங்குள்ள பனிப்பாறைகள் உருகு வதற்கும் ஒரு முக்கிய காரணமாக இருக்கிறது.

ஏற்கனவே பசிபிக் கடலில் 'ஜீலாந்டியா' (Zealandia) மற்றும் இந்தியப் பெருங்கடலில் 'மொரிஷியா' (Mauritia) ஆகிய மறைந்திருந்த கண்டங்கள் கண்டறியப்பட்ட நிலையில், தற்போது வட அட்லாண்டிக்கிலும் ஒரு கண்டத் துண்டு கண்டுபிடிக்கப்பட்டுள்ளது. இது பூமியின் மேலோடு நாம் வரைபடத்தில் பார்ப்பதை விட, அதிக அளவில் உடைந்து சிதறிக் கிடைக்கிறது என்பதை உறுதிப்படுத்துகிறது.

நிலத்தட்டுகள் எப்படிப் பிரிகின்றன என்பதைப் புரிந்துகொள்வதன் மூலம், நிலநடுக்க அபாயங்களை முன்கூட்டியே கணிக்க முடியும். கடலுக்கு அடியில் புதைந்துள்ள இயற்கை வளங்களைத் தேட இது ஒரு வழிகாட்டியாக அமையும்.

காலநிலை மாற்றத்தால் கடல் மட்டம் எப்படி உயரும் என்பதை இன்னும் துல்லியமாக திட்டமிட இந்த ஆய்வு உதவும். பனி படர்ந்த ஆழ்கடலுக்கு அடியில் புதைந்து கிடக்கும் இந்த மைக்ரோகண்டம், பூமியின் பரிணாம வளர்ச்சியைப் பற்றிய புதிய ரகசியங்களை உலகிற்குச் சொல்லிக்கொண்டிருக்கிறது.

அன்றாடச் செய்திகளை துல்லியமாக தரும்

தமிழ்நாடு இ பேப்பர்.காம்

www. tamilnaduepaper.com

தமிழ்நாடு இ பேப்பர்.காம்

இந்தியா எனது மூன்றாவது ஆட்சிக்காலத்தில்

டாப்-3 பொருளாதாரங்களில் ஒன்றாக இருக்கும்

திருச்சி அரசு மருத்துவமனையில் முதல்வர் மு.க.ஸ்டாலின் ஆய்வு

நம்பிக்கையில்லா தீர்மானம் விவாதத்திற்கு மத்திய அரசு ஏற்பு

Dheivam.com 7789941009

8122664699

தமிழ்நாடு இ பேப்பர்.காம்

பழங்குடியின பெண்களை நிர்வாணம்: வெடித்த போராட்டம்

7789941009

8122664699

எந்தவித மறை முக கட்டணமும் இல்லை **சந்தா, சப்ஸ்கிரிப்ஷன் இல்லை,** உங்கள் பகுதியில் நடைபெறும் நிகழ்ச்சிகளை எங்களுக்கு தெரியபடுத்துங்கள், **நமது இ–பேப்பரை படித்து பயன்பெறுங்கள்,**

தமிழ்நாடு இ பேப்பர்.காம்

முதலமைச்சர் கோப்பை விளையாட்டு போட்டி நிறைவு

8122664699

Whatsup no.8122664699

TamilnaduEpaper.com

எங்கேயோ கேட்ட குரல்

வினேஷ் 25 வயது வாலிபனாக தன் அம்மாவின் பூர்விக கிராமத்துக்கு வந்ததில், அங்கிருந்த இவன் தாய் மாமா வீட்டினருக்கு அத்தனை மகிழ்ச்சி. மாமாக்கு இரண்டுமே பெண். அதனால் தன் தங்கை மகனிடம் அதிக பிரியம்..

12 வயது வரை லீவ் விட்டால் இங்குதான் கிடப்பான். பிறகு வர மறுத்துவிட்டான்.. ஏதோ ஒரு கோச்சிங் கிளாஸை சாக்கு வெச்சி வருவதேயில்லை.

பூர்விக நிலம் ஒன்று விற்க இருந்ததால் .. அனைவரும் கையெழுத்து போட வேண்டுமென்று பிடிவாதமாக அவன் அம்மா அழைத்து வந்து விட்டாள்..

மாலை மாமாவுடன் ஊர்க்கேணி பக்கம் போயிருக்க.. அவனறியாமல் ஓரக்கண்ணால் அக்கேணியை பார்த்தான். இப்ப வீட்டுக்கு வீடு போர் தண்ணி வந்து விட.. பெரிதாக நடமாட்டமில்லாமல் இருந்தது அது..

இவன் பார்ப்பதை பார்த்து.. மாமா, அவனை தள்ளிக்கொண்டு போய் கிணறை காண்பித்தார்..

தண்ணீர் தளும்பிக்கிடந்தது..

"லேய்.. ஞாபகமிருக்கா.. உன் அத்தை கூட நிதம் இந்த கேணிக்கு வந்து தண்ணி இறைச்சி குளிச்சிட்டு அத்தை துணி துவைச்சி முடியறவரை காவலுக்கு நிப்பியே.. அதே

கிணறுதான்டா.. ஆனா.. போர் வெச்சி ஏத்தி வீட்டுக்கு தண்ணி பைப் குடுத்ததால் இப்ப இங்க அதிக புழக்கமில்லை.."

மாமா சொன்னது பாதிதான் புரிந்தது. யாரோ தன்னை " வினேசு .. வினேசு", என்று கரகர குரலில் அழைப்பது போலவேயிருக்க பயந்தே போனான்..

இவன் நெற்றியில் வியர்வைத்துளிகளை பார்த்த மாமா.. வீட்டுக்கு உடனே அழைத்து வந்து விட்டார். எதிர்பார்த்தது போலவே .. நல்ல காய்ச்சலும் வந்துவிட்டது வினேஷ்க்கு..

அவன் பாட்டிதான் " பிள்ளை பயந்திருக்கான். அவனை ஏன்டா அங்க கூட்டிட்டு போன. கடைசியா சிறு பிள்ளையா வந்தப்பவும் இப்படி கெணத்து மேட்டுக்கு தனியா போயி பயந்து காச்சலோடதான் அவ அம்மா ஊருக்கு தூக்கிட்டு போனா.. வெவரம் இருக்காடா உனக்கு?" னு பையனை திட்டினார்..

வினேஷ் கண்களுக்குள் அந்த 12 வயதில் அந்த கேணியருகே நடந்தது ஞாபகம் வந்தது..

"இவன் பெரியப்பா மவன்,தம்பி முறைதான் செந்தில். ஒன்னுரெண்டு வயசு குறைச்சலா இருப்பான். தண்ணீக்குள்ள மீனு இருக்குதுன்னு இவன் பொய் சொன்னதைக்கேட்டு.. அவனும் பாக்கனும்னு அடம்பிடிக்க, அக்கம் பக்கம் யாருமில்லாத அந்த நேரத்துல தன் முதுகு மேல ஏற சொன்னான் குனிந்து கொண்டு..

அவனும் ஏறி பார்த்து " கண்களுக்கு மீன் தெரியல" என்று சொல்லி சண்டையிட..

அப்படியே வேணும்னே சட்டுனு எழுந்திருக்க.. அவன் நிலை தடுமாறி கிணற்றில் விழுந்து விட்டான்.. பயந்து போய் அப்படியே ஓடிவந்து வீட்டுக்குள் படுத்தவனுக்குதான் அம்புட்டு ஜுரம். இவன் அம்மை .. " டாக்டர் காமிச்சிக்கிறேன். இவன் அப்பா என்னைய கொண்ணே போட்டுடுவாரு'னு காலை முதல் பஸ்ஸிலேயே அழைத்து சென்று விட்டாள்..

அவன் மனசாட்சி அப்பப்ப குத்துவதால்தான்.. இப்ப வரை கிராமத்துக்கு வருவதை தவிர்த்தான். இதோ இப்ப அதே கிணற்றோரம் அந்த செந்தில் பய குரல் கேட்டு பயந்து...

"உன்னைய பார்க்க யாரு வந்தாருக்கா பாருடா .. வினேஷு.. பெரியப்பா வந்திருக்காரு..!"

என்று பாட்டி குரல் கேட்க.. கண்டை கஷ்டப்பட்டு திறந்து பார்க்க.

அங்கு நின்னது செந்தில்.. அதே செந்தில்.. இவன் கிணற்றில் தள்ளி கொன்ற அதே செந்தில்.. "இவன் பயந்து எழுந்து ஓட முயற்சிக்க,பக்கத்தில் நின்ற அவன் பெரியப்பா தோளில் கை வைத்து அமர்த்தினார்..

"லேய்! பயந்து ஜூரம் வர வயசாடா இது? என் பையன பாரு..உன்னைய விட இளையவன் தான.. சின்ன வயசிலியே நீச்சல் பழகுனவன்.இப்ப கூட திடீர்னு அந்த கெணத்துக்குள்ளகுளிச்சி நீந்திட்டு வருவான். ஆத்தையே அசால்ட்டா கடந்துடுவான்.

டௌனுல வெச்சி வளக்குறேன்னு, ஒத்த புள்ளைய ஒரு தெகிரியம் இல்லாம வளத்துருக் காள என் தங்கச்சி! என்னத்தை சொல்றது..!"

"அப்ப இவன் நாம கெணத்துல தள்ளி விட் டப்போ சாகலியா? என்னு வினேஷ் யோசிக்க..

"என்னடா?. கெணத்துக்கு பக்கத்துல இருக்குற தோப்புலேருந்து உன்னை பேரு சொல்லி நேத்து அத்தனை வாட்டி கூப்புட்டேன்.. திரும்பவே இல்லியேப்பா நீ. உன் மாமாவோட நீ பாட்டுக்கு போயிட்ட. அதான் ஒரு எட்டு உன்னைய வீட்டுலியே பாக்லான்னு அப்பாவ கூட்டி வந்தேன்.. கௌம்புடா.. சினிமா கினிமா ஏதும் போலாம்.. பேயும் கிடையாது.. பிசாசும் கிடையாது.. எந்திரினு", அவன் கையைப்பிடித்து தூக்க.. அவனை அப்படியே கட்டித்தழுவிக்கிட்ட வினேஷை பாத்து ஆச்சரியப்பட்டனர் அனை வரும்..

" எம்புட்டு நட்பு பாரு புள்ளைவொளுக்குள்ள.. இனி அடிக்கடி அழைச்சி வா தாயி ஊருக்கு", என்றவர்களை பார்த்து குதூகலத்துடன் தலை யசைத்தாள் வினேஷின் தாய்..

தான் கொலைகாரனில்லை என்ற நினைப் பிலேயே, வினேஷ்க்கு உடல் நலமாகியிருந்தது.. கூடவே மனசும்..

– தஞ்சை பியூட்டிஷியன் உமாதேவி சேகர்

திருந்திய மனம்

"மனைவியோடு அன்பாய் சந்தோஷமாய் மகன் பிரபுவுடன் புரிதலாய் விளையாடி வீட்டு கஷ்ட்ட நஷ்ட்டங்களை புரிந்து கொண்டு விட்டுக் கொடுத்து நல்ல குடும்பமாய் வாழ வேண்டும் என்பது ஆசை.

மனைவி ராதிகா இல்லத்தரசி இருந்தும் வீட்டில் இருந்தபடியே பல கைத் தொழில்கள் செய்து வருமானம் பார்க்க தொடங்கி விட்டாள்.

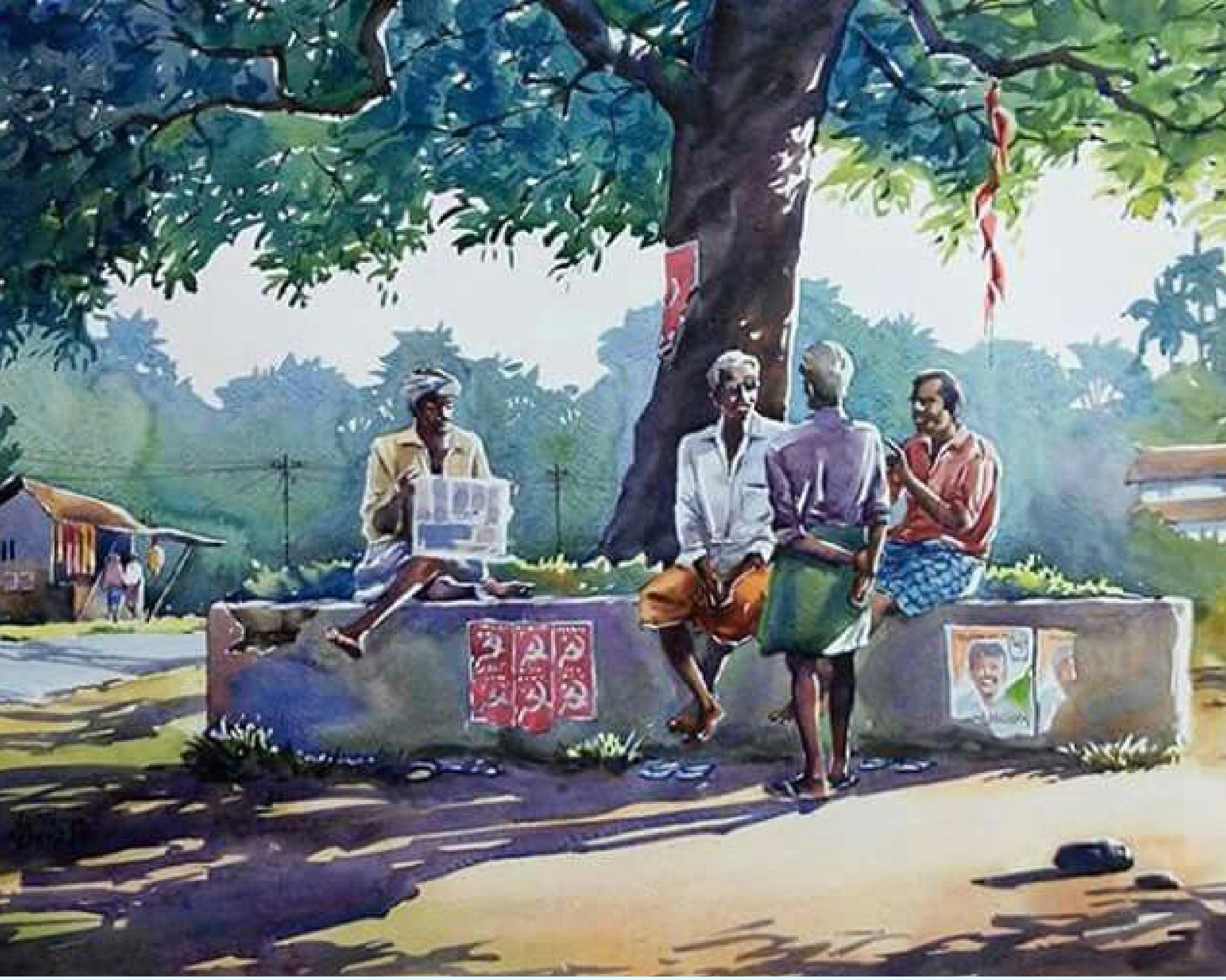
மகன் பிரபு ஆறாம் வகுப்பு படிக்கிறான். சுட்டியான விளையாட்டான நன்கு படிக்கும் மாணவன்.

நவீன் கணவன் அரசாங்க பள்ளியில் ப்யூன். சரியான நேரத்திற்கு பள்ளிக்கு வந்து மாலை சரியாக வீடு திரும்புவான்.

ராதிகா சரியான உழைப்பாளி சிக்கனப் பேர்வழி. நவீன் விட்டுக் கொடுத்து மனைவியை நேசித்து வாழும் முழுமையான தந்தை.

இருந்தும் வாரம் ஒரு முறை குடிக்கும் பழக் கம் உண்டு. இந்த பழக்கம் ராதிகாவிற்கு பிடிக்க வில்லை. வாரம் என்று தொடங்கி நாள் பிறகு மணி என்று உருவம் பெரும் என்று நவீனை கண்டித்தாள்.

பல முறை சொல்லிப் பார்த்தும் கண்டித்து பார்த்தும்



சண்டை போட்டு பார்த்தும் எந்த பலனும் இல்லை.

ஒரு நாள் திடீர் என்று தன் மகன் பிரபுவுடன் வீட்டை விட்டு வெளியில் சென்று விட்டாள் ராதிகா.

கைத்தொழிலை வைத்துக் கொண்டு பிரபுவை படிக்க வைக்க ஆரம்பித்து தன் வாழ்க்கையை நவீன் இல்லாமல் வாழத் தொடங்கி விட்டாள்.

பத்து ஆண்டுகள் ஆகிவிட்டது இப்போது நடந்தது போல் தோன்றியது நவீனுக்கு . தனிமை வாழ்க்கை மகன் அருகில் இல்லாத சோகம் , மனைவி கைவிட்ட ஏக்கம் ஆண்டுகள் நகர்ந்தது.

நன்கு உறங்கிக் கொண்டிருந்த நவீன் இத்தனையும் கனவில் நடந்தது என்பதை உணர்ந்தான். கடந்த ஆறு மாதமாக குடியை விட்டு விட்டான்.

அடிக்கடி மனைவி மகன் பற்றிய கவலை தேடல் அழுகை செய்த தவறுக்கு வருந்திய நிலை இது தான் நவீன் தனக்கு கொடுத்துக் கொண்ட தண்டனை.

நவீன் உடன் பணி செய்யும் ஆசிரியர் செல்வம் ரொம்ப நல்லவர், நவீன் திருந்தி வாழ்கிறான் தவறு செய்வதில்லை என்பதை புரிந்து கொண்டு, ராதிகா பிரபுவிடம் சென்று நவீன் நிலை குறித்து பேசினார்.

நல்ல பதில் கிடைத்தது மனைவி ராதிகா வளர்ந்த தன் மகன் பிரபுவை பார்த்து ஆனந்த கண்ணீர் மல்க மீண்டும் தன் குடும்பத்தில் இணைந்தான் நவீன்.

குடியினால் தன் வாழ்வு பட்ட துக்கத்தை கஷ்ட்டத்தை அந்த பள்ளியில் படிக்கும் மாணவர்களுக்கு நீதி போதனை வகுப்பு போல சொல்லி திருத்தி வந்தான் நவீன்.

மனம் திறந்து தன் வாழ்க்கை கதையை கூறுவான். மன நிறைவும் ஆத்ம திருப்தியும் நிறைந்தது தானே வாழ்க்கை ..."

– சீர்காழி. ஆர்.சீதாராமன்

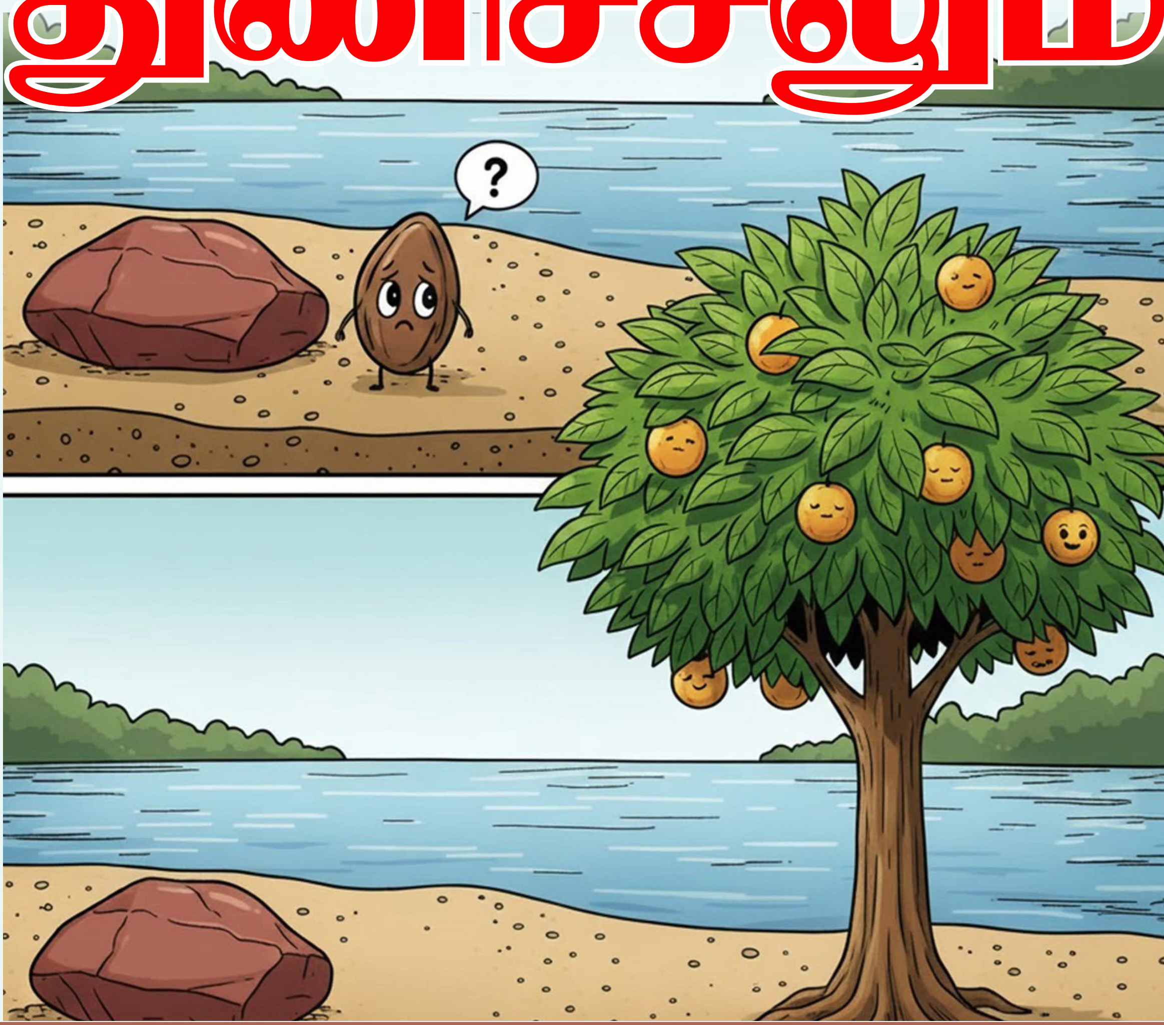
ஒரு அழகான ஆற்றங்கரை ஓரம். அங்கே ஒரு சிறிய விதை மணலில் புதைந்து கிடந்தது. அதற்கு பக்கத்திலேயே ஒரு அழகான கண்ணைக்கவரும் கல் (றிமீதீறீமீ) ஒன்றும் இருந்தது.

அந்த விதை எப்போதும் பயந்து கொண்டே இருக்கும். "வெளியே தலை நீட்டினால் யாராவது மிதித்து விடுவார்களோ? ஆடு மாடுகள் கடித்து விடுமோ? வெயில் சுட்டெரிக்குமோ?" என்று தன் கடினமான ஓட்டுக்குள்ளேயே ஒளிந்து கொண்டது.

அப்போது பக்கத்திலிருந்த கல் சிரித்துக்கொண்டே சொன்னது,"என்னைப்பார்... எவ்வளவு பாதுகாப்பாக இருக்கிறேன்! எனக்கு மழையைப் பற்றியோ, வெயிலைப் பற்றியோ கவலையில்லை. நான் என்றும் மாறமாட்டேன். அப்படியேதான் இருப்பேன். நீயும் என்னைப் போலவே பேசாமல் சும்மா இரு. வெளியே போய் ஏன் கஷ்டப்படுகிறாய்?"

விதை யோசித்தது. கல் சொல்வது சரிதான் என்று தோன்றியது. ஆனால், அந்த வழியாக வந்த ஒரு முதியவர் அந்த விதையைப் பார்த்து

பயமும் துணிச்சலும்



மென்மையாகப் பேசினார்: "தம்பி விதை, நீ ஒரு கல்லைப் பார்த்து பொறாமைப்படுகிறாய். கல் எத்தனை ஆண்டுகள் ஆனாலும் கல்லாகவே தான் இருக்கும். அதற்கு முடிவும் இல்லை, வளர்ச்சியும் இல்லை. ஆனால் உனக்குள் ஒரு ரகசியம் இருக்கிறது..."

அவர் சொன்னதைக் கேட்டு அந்த விதை துணிந்து மண்ணைப் பிளந்து கொண்டு வெளியே வந்தது. சில ஆண்டுகளில் அது ஒரு பிரம்மாண்டமான ஆலமரமாக வளர்ந்து நின்றது. அந்த மரம் ஆயிரக்கணக்கான விதைகளை உருவாக்கியது. அந்த விதைகள் ஒரு பெரிய காட்டையே உருவாக்கின. அதே சமயம், அந்தப் பழைய கல் இப்போதும் அதே இடத்தில், அதே அலைகளால் மோதப்பட்டு தேய்ந்து போய்க் கொண்டிருந்தது.

`பாதுகாப்பாக இருக்கும் விதையை விட, கஷ்டப்பட்டு செடியாக மாறும் விதையில் மறைந்திருக்கும் அந்தப் பிரம்மாண்டமான ஆச்சரியம் என்ன தெரியுமா?

ஒரு விதை, விதையாகவே இருக்கும் வரை பாதுகாப்பாக இருக்கலாம். ஆனால் ஒரு விதை யின் நோக்கம் பாதுகாப்பாக இருப்பது மட்டும் அல்ல.

அதற்குள் ஆயிரம் காடுகள் ஒளிந்து கிடக்கின்றன. அந்த விதை தன் பாதுகாப்பான நிலையைத் தாண்டி (சிஷீனீயீஷீக்ஷீமீ ஞீஷீஸீமீ), செடியாக மாறத் துணிந்தால் மட்டுமே அந்தப் பிரம்மாண்டமான காடுகள் நிஜமாகும்.

இல்லையென்றால், அது கடற்கரையில் கிடக்கும் ஒரு உயிரற்ற கல்லுக்குச் சமம்.

நாம் நமது பாதுகாப்பான வட்டத்திற்குள்ளேயே (Comfort Zone) முடங்கிக் கிடந்தால் வளர்ச்சி என்பது இருக்காது. "நிச்சயமற்ற தன்மை" என்ற பயத்தைத் தாண்டி வெளியே வரும் போதுதான், நம்மிடம் இருக்கும் முழுத் திறமை யும் வெளிப்படும். பாதுகாப்பு வட்டத்தை தாண டிப் பயணிப்பவர்களே அவர்கள் விரும்பும் வெற்றி யை தொடுகிறார்கள்.

"கூட்டுக்குள்ளே வாழ்ந்தால் அது வெறும் முட்டை. கூட்டை உடைச்சு வெளியே வந்தால் தான் அது அழகான சிட்டை (பட்டாம்பூச்சி)"

சிறிய வயதில் அசோகச் சக்கரம் விருது பெற்ற ராணுவ வீரர்

இந்திய ராணுவ வரலாற்றில், மிகக் குறைந்த வயதில் (26 வயதில்) அசோகச் சக்கரம் பெற்ற ஒரே வீரர், திருவனந்தபுரத்தில் பிறந்த கேப்டன் ஹர்ஷன் ராதாகிருஷ்ணன் ஆவார்.

ஜம்முகாஷ்மீரின் குப்வாரா செக்டரில் தீவிரவாதிகள் ஊடுருவியுள்ளதாக கிடைத்த தகவலின் அடிப்படையில், கேப்டன் ஹர்ஷன் தனது குழுவுடன் மிக ரகசியமாக முன்னேறினார்.

அபூர்வமான துணிச்சலானபோராட்டத்தின் மூலம் அவர் இரண்டு தீவிரவாதிகளை சுட்டு வீழ்த்தினார்.

இந்த நடவடிக்கையில் அவர் காயமடையாமல், தனது குழுவை பாதுகாப்பாக முகாமிற்கு அழைத்து வரவும் முடிந்தது. இந்த வீரச்செயலுக்காக அவரை துணிச்சலுக்கான விருதிற்கு பரிந்துரை செய்தனர்.

அதனைத் தொடர்ந்து, 2007 மார்ச் 20ஆம் தேதி, ஹர்ஷன் வீட்டிற்கு செல்ல தயாராக இருந்த போது, குப்வாராவில் கொல்லப்பட்ட தீவிரவாதிகளின் கூட்டாளிகள் ‘சூட்டிமார்க்’ பகுதியில் இருப்பதாக தகவல் கிடைத்தது.

ஹர்ஷனும் ஒரு சகவீரரும் இணைந்து தேடுதல் நடவடிக்கையை தொடங் கினர்.

இரவு முழுவதும் நடந்த தேடலுக்குப் பிறகு, அதிகாலை 3:50மணியளவில் ஒரு வீட்டில் மறைந்திருந்த மூன்று தீவிரவாதிகளை அவர்கள் கண்டுபிடித்தனர்.

வீட்டுக்குள் நுழைய முயன்றபோது, தீவிரவாதிகள் துப்பாக்கிச்சூடு நடத்தினர். காயமடையலாம் என்ற அச்சத்தைக் கவனிக்காமல் ஹர்ஷன் முன்னேறி, தீவிரவாதிகளின் தலைவனை சுட்டு வீழ்த்தினார்!

இந்த மோதலில் அவரது ஒரு முழங்காலில் துப்பாக்கிக் குண்டு பாய்ந்தது. அதையும்கூட பொருட்படுத்தாமல் அவர் பின்வாங்கவில்லை!

முன்னேறி இரண்டாவது தீவிரவாதியின் தலையில் சுட்டு அவனை வீழ்த்தினார்.

தன் குழுவினர் பாதுகாப்பாக பின்வாங்குவதற்காக கவர் கொடுத்துக்கொண்டிருந்த போது, அவரது கழுத்தில் துப்பாக்கிக் குண்டு பாய்ந்து ஊடுருவியது.

இரத்தம் பெருகியபோதும், குழுவின் பாதுகாப்பை உறுதி செய்ய அவர் நேரம் வழங்கினார்.

இறக்கும் நிமிடங்களுக்கு முன், மீதமிருந்த ஒரு தீவிரவாதியை நோக்கி கையெறி குண்டை (கிரனேடு) எறிந்து, அவனையும் அவர் அழித்தார்.

கடுமையான காயங்களால் கேப்டன் ஹர்ஷன் ராதாகிருஷ்ணனை காப்பாற்ற முடியவில்லை.

ஆடு திருட்டும் பழமொழியும்

ஒரு ஊரில் கண்ணுசாமி என்பவன் இருந்தான்.

அவன் பல வீடுகளில் பிச்சை எடுத்து வாழ்க்கை நடத்தி வந்தான்.

அவனிடம் சங்கு ஒன்று இருந்தது.

ஓய்வு கிடைக்கும் போதெல்லாம் அதை ஊதிக் கொண்டிருந்தான்.

அந்த ஊரை அடுத்து இருந்த மடத்தில் இரவு நேரத்தில் அவன் தூங்குவான்.

நள்ளிரவில் திருடர்கள் சிலர் அந்த மடத்திற்கு வருவது வழக்கம். அந்தத்திருடர்களுக்கும், அவனுக்கும் பழக்கம் ஏற்பட்டது.

“இவர்கள் ஒருநாள் திருடுகிறார்கள்.

பல நாள் மகிழ்ச்சியாக இருக்கிறார்கள். நானோ

நாள்தோறும் பிச்சை எடுத்துஅலைகிறேன்.

மீந்து போன பழைய உணவே கிடைக்கிறது.

உப்பு சப்பில்லாத அதைச் சாப்பிட்டு சாப்பிட்டுச் சலித்து விட்டது. இவர்களுடன் சேர்ந்து திருட வேண்டும். வளமாக வாழ வேண்டும்'என்று நினைத்தான் அவன்.

தன் எண்ணத்தை அவர்களிடம் சொன்னான்.

அதற்குத் திருடர் தலைவன், "திருடுவது எளிது அல்ல.

அதற்குத் திறமை வேண்டும்.

நீ எங்களுடன் சேர்ந்து திருட வேண்டாம். உனக்கு என்ன வேண்டும் கேள் தருகிறோம்," என்றான்.

"எதுவும் எனக்கு இனாமாக வேண்டாம். நீங்கள் திருடச் செல்லும் போது என்னையும் அழைத்துச் செல்லுங்கள்.

நீங்கள் என்ன சொல்கிறீர்களோ அதைச் செய்கிறேன்.

நானாக எதையும் செய்ய மாட்டேன்," என் றான் அவன்.

"இன்றிரவு பண்ணையார் மந்தையில் ஆடு களைத் திருடப் போகிறோம்.

நீயும் வா," என்றான் திருடர் தலைவன்.

இரவு நேரம், திருடுவதற்கு அவர்கள் புறப்பட் டனர்.

இடுப்பில் சங்கை கட்டிக் கொண்டு அவனும் அவர்களுடன் சேர்ந்து கொண்டான்.

எங்கும் இருட்டாக இருந்தது.

அவர்கள் அனைவரும் பண்ணையாரின் மந்தைக்குள் நுழைந்தனர்.

திருடர்கள் ஒவ்வொருவரும் ஒரு ஆட்டின் கழுத்தைப் பிடித்து தூக்கினர்.

அப்படித் தூக்கினால் ஆடு கத்தாது.

திருடிப் பழக்கம் இல்லாத அவன் ஆட்டின் காலைப் பிடித்துத் தூக்கினான். அதனால் அந்த ஆடு கத்தியது.

ஆட்டின் கத்தலைக் கேட்ட திருடர் தலைவன் அதன் கழுத்தைப் பிடித்துத் தூக்கு.

அது கத்தாது என்று சொல்ல நினைத்தான்.

கழுத்தை "சங்கு' என்று சொல்வது வழக்கம்.

"சங்கைப் பிடி! சங்கைப் பிடி," என்று மெல்லியதாக குரல் கொடுத்தான்.

இதைக் கேட்ட பிச்சைக்காரன், சங்கை ஊதும்படி சொல்கிறான் திருடர் தலைவன்.

சங்கு ஊதும் திறமையை அவனுக்குக் காட்ட வேண்டும் என்று நினைத்தான்.

ஆட்டைக் கீழே விட்ட அவன் இடுப்பில் இருந்த சங்கை எடுத்தான்.

வலிமையாக ஊதினான்.

சங்கோசை எங்கும் கேட்டது.

அங்கே காவல் இருந்தவர்கள் விழித்து கொண்டனர்.

பிறகு என்ன?

பிச்சைக்காரனை கூட்டுச் சேர்த்த திருடர்கள் சிறைக்குச் சென்றனர்.

இதிலிருந்து வந்ததுதான் சும்மா கிடந்த சங்கை ஊதிக் கெடுத்தான் ஆண்டி என்ற பழமொழி.

BIO CLOCK
வாழ்க்கை வேண்டாம்

BIO_CLOCK என்றால் என்ன?

நாம் வெளியூர் செல்ல வேண்டும் என்றால் அதிகாலை 4.00 மணிக்கு அலாரம் செட் பண்ணிவிட்டு தூங்கி விடுவோம். ஆனால் அலாரம் அடிப்பதற்கு முன் எழுந்து விடுவோம். இது தான் ஙிவீஷீ_நீறீஷீநீளீ.

நமக்கு தெரிந்த வட்டத்தில் எல்லோரும் 60–70 வயதில் இறந்து விடுகிறார்கள். எனவே நாமும் 60–70 வயதில் இறந்து விடுவோம். 50 வயதில் எல்லா நோய்களும் வந்து விடும் என்று நம்பி நமது Bioclockல் செட் செய்துவிடுகிறோம். அதனால் தானோ என்னவோ 50 வயதில் நோய் வருகிறது. 70 வயதில் செத்து விடுகிறோம். நமக்கு தெரியாமலே நமது Bio_clockஐ தவறாக செட் செய்து விடுறோம்.

சீனாவில் பெரும்பாலோனார் 100 வயது வாழ்கிறார்கள். அவர்களது Bio_clock அப்படி செட் செய்யப்பட்டுள்ளது. எனவே, அன்பான உறவுகளே...

1. நாம் குறைந்தது 100 வயது வரை வாழ்வோம் என்று Bio_clockஐ மாற்றி அமைப்போம்.

2. நமக்கு இந்த சின்ன வயதில் (40 இலிருந்து 60 வயதுக்குள்) எந்த நோயும் வர வாய்ப்பே இல்லை என நம்புவோம்.

3. டை அடியுங்கள் (முடி இருந்தால்..). இளமையாக தோற்றம் அளியுங்கள் . வயதான தோற்றத்தை அனுமதிக்காதீர்கள்.

4. சுறுசுறுப்பாக இருங்கள். வாக்கிங் போங்கள்.

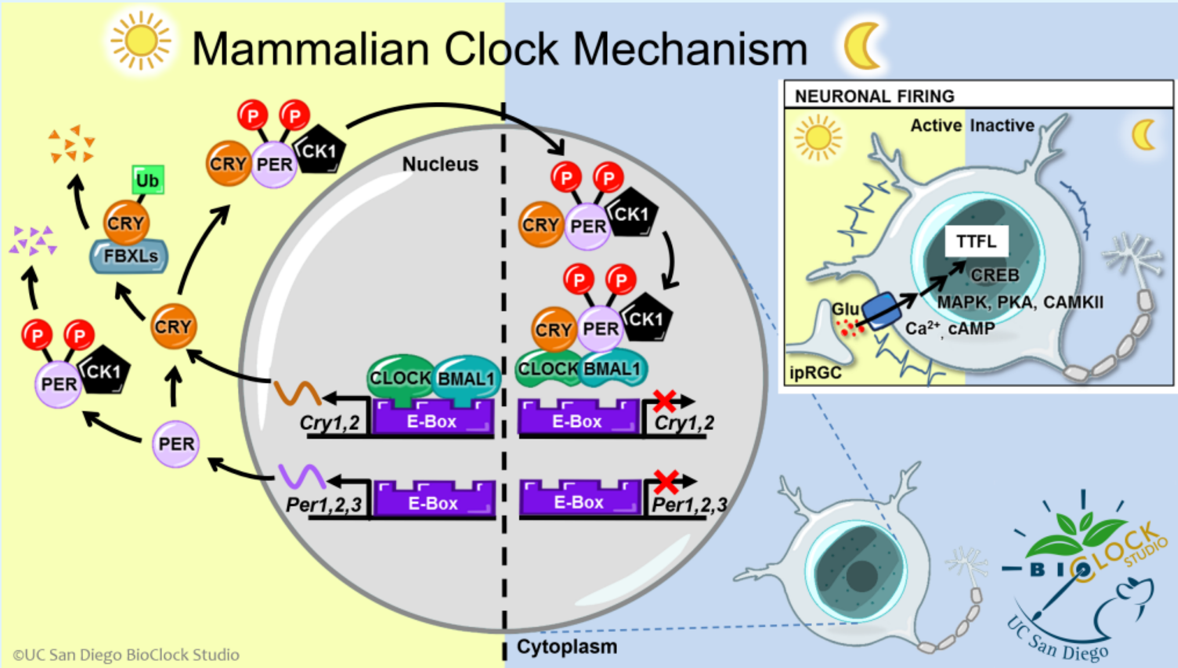
5. வயதாக வயதாக ஆரோக்கியம் கூடும் என்று நம்புங்கள். (அது தான் உண்மை).

6. எல்லாத்துக்கும் இந்த மனசு தான் காரணம். Never, ever allow the bio_clock set your ending.

எண்ணங்களே வாழ்க்கை.

முதுமை பாதத்திலிருந்து மேல் நோக்கித் தொடங்குகிறது..

உங்கள் கால்களை செயல்பாட்டிலும் – வலுவாக வைத்திருங்கள் . Keep your Legs Active and Strong...



தினசரி வயதாகிக் கொண்டே இருக்கும்போது, நம் கால்கள் எப்போதும் சுறுசுறுப்பாகவும் வலுவாகவும் இருக்க வேண்டும். நாம் தொடர்ந்து வயதாகும்போது, நம் தலைமுடி நரைத்து (அல்லது) சருமம் தளர்ந்து (அல்லது) முகத்தில் சுருக்கங்கள் வருவதற்கு நாம் பயப்படக்கூடாது.

நீண்ட ஆயுளின் அறிகுறிகளில், பிரபலமான அமெரிக்க பத்திரிகை வருமுன் தடுப்பு (prevention) மூலம் ஆரோக்கியமான வாழ்க்கைக்கு, வலுவான கால் தசைகள் அனைத்திற்கும் மேலே மிக முக்கியமான மற்றும் இன்றியமையாத ஒன்றாக பட்டியலிடப்பட்டுள்ளன. தயவுசெய்து தினமும் நடந்து செல்லுங்கள்.

உங்கள் கால்களை இரண்டு வாரங்களுக்கு அசைக்கவில்லை என்றால், உங்கள் உண்மையான கால் வலிமை 10 வருடங்கள் குறையும். நடந்து செல்லுங்கள்.

டென்மார்க்கில் உள்ள கோபன்ஹேகன் பல்கலைக்கழகத்தின் ஒரு ஆய்வு, முதியவர்கள் மற்றும் இளைஞர்கள், இரண்டு வாரங்கள் செயலற்ற நிலையில் இருந்தால் கால் தசை வலிமை மூன்றில் ஒரு பங்கு பலவீனமடையலாம் என்கிறது. இது 2030 வருடங்கள் முதுமையடைவதற்கு சமம்.. எனவே, நடந்து செல்லுங்கள்.

கால் தசைகள் பலவீனமடைவதால், நாம் மறுவாழ்வு மற்றும் உடற்பயிற்சிகள் செய்தாலும், மீட்க நீண்டகாலம் பிடிக்கும். நடங்கள். அதனால், நடைபயிற்சி போன்ற வழக்கமான உடற்பயிற்சி மிகவும் முக்கியமானது.

நமது முழு உடல் எடை/ சுமையை கால்களே தாங்குகிறது. கால்கள் ஒரு வகையான தூண்கள், மனித உடலின் முழு எடையையும் தாங்கும்.

சுவாரஸ்யமாக, ஒரு நபரின் எலும்புகளில் 50% , தசைகளில் 50%, இரண்டு கால்களிலும் உள்ளன.

நடந்து செல்லுங்கள்...

மனித உடலின் மிகப்பெரிய மற்றும் வலுவான மூட்டுகள் மற்றும் எலும்புகளும் கால்களில் உள்ளன.

வலுவான எலும்புகள், வலுவான தசைகள் மற்றும் நெகிழ்வான மூட்டுகள் உடலின் இரும்பு முக்கோணத்தை உருவாக்கி

மனித உடலைச் சுமக்கிறது.

ஒருவரின் வாழ்க்கையில் 70% மனித செயல்பாடு மற்றும் ஆற்றல் எரித்தல் (burning the calories) இரண்டு கால்களால் செய்யப்படுகிறது. இது உங்களுக்கு தெரியுமா? ஒரு நபர் இளமையாக இருக்கும்போது, அவருடைய/ தொடைகள் 800 கிலோ எடையுள்ள ஒரு சிறிய காரைத் தூக்கும் வலிமை கொண்டவை.

கால், உடல் நடமாட்டத்தின் (locomotion) மையம்...

இரண்டு கால்களும் சேர்ந்து மனித உடலின் 50% நரம்புகளையும், 50% இரத்தக்

குழாய்களையும், 50% இரத்தத்தையும் அவற்றின் வழியே பாய்கிறது. இது உடலை இணைக்கும் மிகப்பெரிய சுழற்சி நெட்வொர்க். எனவே தினமும் நடந்து செல்லுங்கள்.

கால்கள் மட்டும் ஆரோக்கியமாக இருக்கும்போது, இரத்த ஓட்டத்தின் வளமையான மின்னோட்டம் சீராக செல்லும். எனவே வலுவான கால் தசைகள் உள்ளவர்கள் கண்டிப்பாக வலுவான இதயத்தைக் கொண்டிருப்பார்கள்.

ஒருவரது வயது, பாதத்தில் இருந்து மேல் நோக்கித் தொடங்குகிறது. ஒரு நபர் இளமையில் இருப்பது போலல்லாமல் வயதாகும்போது, மூளை மற்றும் கால்களுக்கு இடையே நடைபெறும் ஆணைகள் பரிமாற்றத்தின் துல்லியம் மற்றும் வேகம் குறைகிறது. நடந்து செல்லுங்கள்..

கூடுதலாக, எலும்பின் உரமான கால்சியம் என்று அழைக்கப்படுவது விரைவில் அல்லது பின்னர் காலப்போக்கில் இழக்கப்படும், இதனால் வயதானவர்கள் எலும்பு முறிவுகளுக்கு ஆளாகிறார்கள்.

எனவே நடப்பது அவசியம்..

வயதானவர்களில் எலும்பு முறிவுகள் தொடர்ச்சியான சிக்கல்களைத் தூண்டும், குறிப்பாக மூளை த்ரோம்போசிஸ் போன்ற ஆபத்தான நோய்கள்.

பொதுவாக வயதான நோயாளிகளில்15%, தொடை எலும்பு முறிவு ஏற்பட்ட ஒரு வருடத்திற்குள் இறந்து விடுவார்கள் என்பது உங்களுக்குத் தெரியுமா?

கால்களுக்கு உடற்பயிற்சி செய்வது, 60 வயதிற்கு பிறகும் கூட தாமதமல்ல. நம் கால்கள் படிப்படியாக வயதாகிவிட்டாலும், நம் கால்களுக்கு உடற்பயிற்சி செய்வது வாழ்நாள் முழுவதும் வேலை.

எப்பொழுதும் கால்களை அடிக்கடி வலுப்படுத்துவதன் மூலம், ஒருவர் மேலும் வயதானதை தடுக்கலாம் அல்லது குறைக்கலாம்.

365 நாட்கள் நடைபயிற்சி...

உங்கள் கால்களுக்கு போதுமான உடற்பயிற்சி கிடைப்பதற்கும், உங்கள் கால் தசைகள் ஆரோக்கியமாக இருப்பதை உறுதி செய்வதற்கும் தினமும் குறைந்தது 3040 நிமிடங்கள் நடக்க வேண்டும்.

இந்த முக்கியமான தகவலை உங்கள் 40 வயது கடந்த நண்பர்கள் மற்றும் குடும்ப உறுப் பினர்களுடன் பகிர வேண்டும், ஏனெனில் ஒவ்வொருவரும் தினமும் வயதாகி வருகிறார்கள்.

அருள்தரும்

தெய்வம்

என்றும் நம் இல்லங்களில்

தமிழ் மாதமிருமுறை இதழ்

மாதம் தோறும்
இரு இதழ்களாக
வெளிவரும்

அருள்தரும்
தெய்வம்

இதழின் சந்தாதாரர்
ஆகுங்கள்

- 1 வருட சந்தா ரூ.399
- 2 வருட சந்தா ரூ.699
- 3 வருட சந்தா ரூ.999

பரிசை அள்ளுங்கள்?

நிர்வாக அலுவலகம்

PADMA MEDIA HOUSE

No.116, EH Road, Gandhi Nagar ,
Tondiarpet, Chennai-600081

PhonePe
ACCEPTED HERE
Scan & Pay Using PhonePe App
MS PADMA MEDIA HOUSE

சந்தா செலுத்த அருகில் உள்ள க்யூஆர் கோட் ஸ்கேன் செய்யவும் மேலும்தொலைபேசி எண்ணில் தொடர்பு கொண்டு சந்தாதாரர் ஆகுங்கள்

சந்தா மற்றும் அனைத்து விபரங்களுக்கும்

அலைபேசி எண்: 9337501889

அன்றாடச்
செய்திகளை
துல்லியமாக
தரும்

தமிழ்நாடு இ பேப்பர்.காம்

www. tamilnaduepaper.com

எந்தவித
மறை முக
கட்டணமும் இல்லை
சந்தா, சப்ஸ்கிரிப்ஷன் இல்லை,
உங்கள் பகுதியில் நடைபெறும்
நிகழ்ச்சிகளை எங்களுக்கு
தெரியபடுத்துங்கள், **நமது
இ–பேப்பரை படித்து
பயன்பெறுங்கள்,**

Whatsup no.8122664699

TamilnaduEpaper.com