செய்தி மடல்

(சென்னை கொங்கு நண்பர்கள் சங்க வெளியீடு)

திருவள்ளுவர் ஆண்டு 2042 (பங்குனி – சித்திரை) ஏப்ரல் 2011 ஏர்-26, உழவு-4, விலை ரூ.10.00

ஆசிரியர், வெளியிடுபவர் :
பரணி கே.பாலசுப்பிரமணி
34, சீனிவாசப்பெருமாள் சன்னதி முதல் தெரு,
இராயப்பேட்டை, சென்னை - 600 014.
போன் : 28351244 / 28352744

கொங்கு நண்பர்கள் சங்கம்

"வெள்ளி விழா இல்லம்"
34, சீனிவாசப்பெருமாள்
சன்னதி முதல் தெரு,
இராயப்பேட்டை,
சென்னை - 600 014.
Ph : 28351244
28352744

"கொங்கு நாடு இல்லம்"
27, அம்மையப்பன் தெரு,
இராயப்பேட்டை,
சென்னை - 600 014
Ph : 28350432 /
Fax : 044-28351244

தலைவர்	: பரணி கே.பாலசுப்பிரமணி
துணைத்தலைவர்கள்	: ஈ.ஆர்.ஈஸ்வரன்
	பி.சென்னியப்பன்
செயலாளர்	: ஆர். செல்வராஜ்
இணைச்செயலாளர்கள்	: எஸ்.ஆர்.இராஜேந்திரன்
	Dr.கே.ஆர்.பி.சண்முகம்
பொருளாளர்	: கே.கே. ரமேஷ்
தணிக்கையாளர்	: ஆர். பாலச்சந்திரன்

செயற்குழு உறுப்பினர்கள் :

கே.ஏ.கணபதி	எஸ்.சிவசாமி
கே.ராஜாமணி	பி.அருள்
வி.பி.செங்கோட்டுவேல்	வீ.ஆர்.பாலசுப்பிரமணியன்
பி.கே.ஈஸ்வரமூர்த்தி	எம்.அமராபதி
ஆர். சண்முகவேல்	எஸ்.அன்பழகன்
எம். கார்த்திக்	சி.சர்வராஜன்
வி.பி.வீரப்பன்	எம்.எஸ்.ராஜேந்திரன்
ஆர்.இளங்கோ	கே.என்.தர்மராஜ்
பி.ரவி	Dr.மணிமேகலை புஷ்பராஜ்
Dr.டி.எஸ்.செல்வராஜ்	உத்தமிபொன்னுசாமி

இந்த இதழில்

பொருளடக்கம்	-	1
தலையங்கம்	-	2
கட்டிட நிதி	-	3
கொங்கு திருமண மாலை	–	4
என்றும் நலமுடன் வாழ	–	5
தீரன் சின்னமலை வாழ்வும் வீரமும்	–	7
நன்றி கடிதம்	–	9
கவிதை	–	10
முதுமையிலும் இனிமை	–	11
விவசாயம்	–	12
மருத்துவம்	–	14
இயற்கை மருத்துவம்	–	15
சுனாமி ஏற்படுவது ஏன் ?	–	17
மணமகள் தேவை	–	19
வாழ்த்துகிறோம்	–	20
பூலோக தேவாமிர்தம் மோர்	–	22
ஒரு விழுதின் விழிகளில்	–	24
மணமகள் தேவை	-	26
மணமகன் தேவை	-	30

ஆசிரியர் குறிப்பு

வாசகர்களிடமிருந்து கதை / கவிதை / கட்டுரை / செய்தி மடல் பற்றிய விமர்சனங்கள் வரவேற்கப்படுகின்றன. உங்கள் எண்ணங்களைப் பகிர்ந்து கொள்ள ஒரு வாய்ப்பு. கட்டுரை இன முன்னேற்றத்திற்கும், மேம்பாட்டிற்கும் உதவும் வகையில் இருந்தால் சாலச்சிறந்தது. வரும் கதை, கட்டுரை முதலியவற்றை வெளியிடுவதோ அல்லது சுருக்குவதோ ஆசிரியருக்கு முழு உரிமை.

தலையங்கம்

அன்பு நிறை கொங்குச் சொந்தங்களுக்கு,

வணக்கம். தமிழ்நாடு தேர்வாணையக் குழுவின் உறுப்பினராக தமிழக காவல் துறை முன்னாள் உயர் அலுவலர் திரு.இரத்தினசாமி அவர்கள் தமிழக அரசால் நியமிக்கப்பட்டுள்ளார். கொங்குச் சமுதாயத்தை சார்ந்த அவர்களுக்கு சென்னை கொங்கு நண்பர்கள் சங்கத்தின் சார்பில் அவருடைய பணிசிறக்க வாழ்த்துகளைத் தெரிவித்துக் கொள்கிறேன்.

சென்னை கொங்கு நண்பர்கள் சங்கம் அரசியல் கலப்பு சிறிதும் இல்லாததை அனைவரும் அறிவர். சென்னை கொங்கு நண்பர்கள் சங்கம் கொங்குச் சமுதாயத்திற்குத் தாய்வீடாய்த் திகழும் அமைப்பாகும். 50 ஆண்டுகளாக சங்கம் எந்தக் கட்சியையும் சேராத அமைப்பாக செயல்பட்டு வருகிறது. இதன் உறுப்பினர்கள் பல்வேறு கட்சிகளில் உறுப்பினர்களாக உள்ளனர். பலர் எந்தக் கட்சியிலும் உறுப்பினராக இல்லாது உள்ளனர். வருங்காலத்திலும் கட்சி சார்பற்ற சங்கமாக இயங்கும்.

விவசாயத் துறையில் பயிர் பாதுகாப்பு, விவசாய உற்பத்தி பெருக்க தக்க நடவடிக்கைகள், இயற்கை சீற்றத்தினால் ஏற்படும் இழப்புகளுக்கு உரிய நஷ்ட ஈடு, மிகவும் அவசிய தேவைக்கு மட்டும் அரசு விவசாய நிலங்களை கையகப்படுத்துதல், தடையில்லா தொடர் மின்சாரம், தொழிற்சாலை சாயக் கழிவுகளினால் விவசாய நிலங்கள் பாதிக்காதிருக்க உறுதி அளித்தல், காவிரி, நொய்யல் ஆறுகளை தூய்மை செய்தல் முதலானவற்றை கொங்குச் சமுதாய மக்களுக்காக சட்டமன்ற தேர்தல் முடிந்தபிறகு புதியதாக பதவி ஏற்கவுள்ள அரசு அவசியம் செய்ய வேண்டும்.

நம்முடைய சமுதாய முன்னேற்றத்திற்கு குறிப்பாக கொங்கு வேளாளர் சமுதாயத்தை மிகவும் பிற்படுத்தப்பட்டோர் பட்டிய-ல் சேர்க்க வேண்டும் என்ற கோரிக்கைக்காக பாடுபடக்கூடிய வேட்பாளர்களை எந்த கட்சியி-ருந்தாலும் அடையாளம் கண்டு அவர்களை தேர்ந்தெடுக்க வேண்டும் என்று அன்புடன் கேட்டுக் கொள்கிறேன்.

கொங்கு வேளாளர் சமுதாயத்தைச் சேர்ந்த மக்கள் பிரதிநிதிகள் குறிப்பாக தமிழக சட்டமன்ற உறுப்பினர்கள் ஒற்றுமையுடனும், சமுதாய உணர்வுடனும் இந்தக் கோரிக்கையை வ-யுறுத்தினால் மட்டுமே அரசு இதற்குச் செவி சாய்க்கும்.

புதிய தீரன் சின்னமலை மாளிகையில் தங்கிய விருந்தினர்கள் அறையின் நேர்த்தியையும் வசதிகளையும் கண்டு மகிழ்ச்சியையும், திருப்தியையும் தெரிவித்துள்ளனர். தீரன் சின்னமலை மாளிகை நிதிக்கு நன்கொடைகள் வந்து கொண்டுள்ளன. நிதியளித்தோருக்கு நெஞ்சார்ந்த நன்றியைத் தெரிவித்துக் கொண்டு, இதுவரை நன்கொடை அனுப்பாத உறுப்பினர்கள் விரைந்து அனுப்புமாறு அன்புடன் கேட்டுக் கொள்கிறேன்.

ஓட்டு போடுவது ஒவ்வொரு குடிமகனின் ஜனநாயக கடமை. அதை நல்லவர்களுக்கு வாக்களித்து, நல்லாட்சி அமைந்து நாடு நலம் பெற பாடுபடுவோம்.

நன்றி.

பரணி கே. பாலசுப்பிரமணி

தலைவர்

❖❖❖❖❖

கொங்கு நண்பர்கள் சங்கம்

கட்டட நிதிக்கு நன்கொடை அளித்தவர்கள் (சென்ற இதழ் தொடர்ச்சி)

வ.எண்.	உ.எண்.	பெயர்	தொகை ரூபாய்
		சென்ற இதழ் வரை மொத்த தொகை	62,28,183
1249		A.கார்த்திகா L.H	1,000
1250		ஸ்ரீ சங்கீதா L.H	1,000
1251		K.ஜெயந்தி L.H	1,000
1252		பவித்ரா L.H	1,000
1253		ஆனந்தகுமார் G.H	1,000
1254		காவ்யா L.H	1,000
1255		M.A.கிருஷ்ணமூர்த்தி	1,000
1256		B.ஆனந்த்	1,000
1257		D.சுகந்த் G.H	1,000
1258		புவனேஷ்வரி L.H	1,000
1259		நித்யா வேந்தன் G.H	1,000
1260		V.சூர்யா G.H	1,000
1261		C.வீரராஜன்	1,000
1262	1526	தங்கவேல்	1,000
1263		S. சின்னதம்பி	1,000
1264		P.நல்லதம்பி	1,000
1265		P.ராஜவேல்	1,000
1266		V.D.கணேஷ்	1,000
1267		E.P.விமலானந்தன்	1,000
1268		G.தனசேகரன்	1,000
1269		P.ஹரிஸ்வரன் G.H	1,000
1270		M.ஞான வினோதன் G.H	1,000
		மொத்தம்	62,50,183

ùLôeÏ §ÚUQUôûX – ùNuû]

மணமகன் - மணமகள் தேவை

1. செம்பொன் கூட்டம் - 29 - M.E., Design Engr. பெங்களூர் - பூர்வீகம் ராசிபுரம் - தந்தை கல்வி நிறுவனம் & தொழில், 1 - மணமான அண்ணன் - 1 - தம்பி - அஸ்தம் - 1 - செவ்வாய் இல்லை - தகுதியான படித்த பெண் தேவை.

2. ஈஞ்சன் கூட்டம் - 25 - டாக்டர் - M.D., தற்சமயம் சென்னையில் உயர் கல்வி படிக்கிறார் - உயரம் - 5'5" - மாநிறம் - 1 - தம்பி உண்டு, திருப்பூர். உத்திரம் - சிம்மராசி; செவ்வாய் இல்லை - பட்ட மேற்படிப்பு உள்ள டாக்டர் மணமகன் தேவை.

3. கண்ணன் குலம் - 36. B.B.A.,PGD;B.M(CANADA) - சொந்தக் கட்டுமானத் தொழில் ; தந்தை - வழக்கறிஞர், சென்னை ; பூர்வீகம் - கிருஷ்ணகிரி - 5'8" - மாநிறம் - அஸ்தம் - செவ்வாய் இல்லை - திருமணமான 3 அக்காமார்கள் - தகுதியான படித்த பெண் தேவை.

4. காடை - 37 - M.A; Ph.D; RESEARCH SCHOLAR சமூகவியல் ஆராய்ச்சியாளர் - தேசிய விருது பெற்றவர் - 167 - வெள்ளை நிறம் ; 1 - தங்கை - திருப்பூர் - ரோகினி - ரிஷராசி - செவ்வாய் இல்லை. தகுதியான படித்த பெண் தேவை.

5. சாத்தந்தை - 27 - 5'5" - FAIR - B.E., சென்னையில் சாப்ட்வேர் இஞ்சினீயர் - அவிட்டம் - கும்பராசி - செவ்வாய் இல்லை - பெருந்துறை - தகுதியான சாப்ட்வேர் மாப்பிள்ளை தேவை.

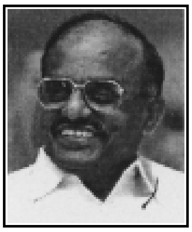
6. பில்லன் கூட்டம், வயது 28 - படிப்பு MIT.ARCHITECT(AUSTRALIA) ஆஸ்திரே-யாவில் உத்யோகம். உயரம் - 6'1" - மாநிறம் - 1 - தங்கை - தந்தை டாக்டர் - திருப்பூர் - அவிட்டம் - 3 - செவ்வாய் இல்லை - தகுதியான படித்த பெண் தேவை.

தொடர்புக்கு,
டி.கே. சுப்ரமணியன்
60-மேகசின் சாலை, பட்ரோடு,
பரங்கிமலை - சென்னை - 600 016.
தொ.பே: 044 - 2231 1411, 98403 64348

❖❖❖❖❖

Gußm SXØPu YôZ

கொங்கு மாமணி Dr.வி.எஸ்.நடராசன்
முதியோர் மருத்துவர்



வணக்கம். முதுமையில் இளமை ஐம்பது வயதில் ஆரம்பமாகிறது. அதன் பின் தான் வாழ்க்கையில் உடல் நலம், மன நலம் மற்றும் குடும்பம் சார்ந்த பிரச்சனைகள், புற்றீசல் போல் தோன்ற ஆரம்பிக்கிறது. ஆகையால் நடுத்தர வயதுக்குப் பின் பல பிரச்சனைகளைச் சந்திக்க வேண்டி இருக்கிறது. அவற்றை நடுத்தர வயதி-ருந்தே முறையான வகையில் திட்டமிட்டு எதிர் கொள்ள ஆரம்பித்தால் வாழ்வில் வசந்தம் வீசும் என்பது நிச்சயம்!

கடந்த 30 ஆண்டுகளுக்கு மேலாக முதியோர்களைப் பார்த்து, பேசி சிகிச்சையளித்த அனுபவங்களை உங்களோடு பகிர்ந்து கொள்ள ஆசைப்படுகிறேன். வாழ்க்கையில் அனுபவமே ஒரு படிப்புதானே. எனக்கு ஏற்பட்ட அனுபவங்களை கட்டுரைகள் மூலமாக ''செய்தி மட-ல்" எழுத உள்ளேன். முதல் கட்டுரையாக, சென்னை அரசு பொது மருத்துவமனையில் எனக்கு ஏற்பட்ட அனுபவங்களை விவரித்துள்ளேன். ஒருவர் நடுத்தர வயதுக்கு மேல் சந்திக்க இருக்கும் மருத்துவம் சார்ந்த பிரச்சனைகளை விவரித்து, அதற்கு என்ன தீர்வு மற்றும் அவை வராமல் தடுப்பது எப்படி? போன்ற செய்திகளை தொடர்ந்து எழுத உள்ளேன். தவறாமல் படியுங்கள். முதுமை என்பது ஒரு புயல் அல்ல, அது பூங்காற்று தான் என்பதைப் போகப்போக நீங்களே உணர்வீர்கள்.

ØÕûUdLôX ©WfNû]Ls

- ஓர் அறிமுகம்

அரசு பொதுமருத்துவமனை; முதியோர் மருத்துவமனைப் பிரிவு; காலை 10.00 மணி: ஒரு நோயாளியிடம் சென்றேன்; உடனே அவர் என் வலக்கையை இறுகப்பிடித்துக்கொண்டு, ''டாக்டர் சார்! எனக்கு 63 வயதாகிறது; இரத்தக் கொதிப்பு, நீரிழிவு நோய், நெஞ்சுவ-, மூட்டுவ-, மலச்சிக்கல், தூக்கமின்மை இவ்வாறு பல நோய்களினால் நான் மிகவும் துன்பப்படுகிறேன்; இவ்வயதான காலத்தில் இவற்றை என்னால் தாங்கிக்கொள்ள முடியவில்லை; என் நோய்களுக்குத் தக்க சிகிச்சையளித்து, நீங்கள்தான் என் வேதனையைப் போக்க வேண்டும்" என்றார். ஆம்! அவர் கூறிய நோய்கள் எல்லாம் அவருடலைத் தாம் வாழும் இடங்களாய்க் கொண்டிருந்தன. முதுமையில் இவ்வாறு பல நோய்களும் ஒரே சமயத்தில் வர வாய்ப்புகள் மிகுதி. அதனால்தான் நம் முன்னோர் முதுமைப் பருவத்தை ''நோய்களின் மேய்ச்சற்காடு" என்றனர்.

அவருக்கு வேண்டிய சிகிச்சைகளுக்கு தக்க ஏற்பாடுகளைச் செய்துவிட்டு அடுத்த நோயாளியிடம் சென்றேன். அவர் ஏற்கனவே என் வருகையைப் பேரவாவோடு எதிர்பார்த்துக் கொண்டிருந்தார். எழுபது வயதினை எட்டிப் பிடித்த பெண்மணி அவர். குர-ட்டு அழுவதற்குக் கூட அம் மூதாட்டிக்குச் சக்தி இல்லை; அவரெங்கே வேலை செய்து பிழைப்பது?

அவர் வரலாறு என் கண்களிலும் நீரை வரவழைத்தது; உலகியலையும் எனக்குத் தெரிவித்தது; அம்மூதாட்டிக்கு உற்றார் உறவினர் இல்லாதிருக்க வழியில்லை. சொத்தோ, கையில் நான்கு காசுகளோ இல்லை; அதனால், சொந்த பந்தமெல்லாம் பறந்தோடி விட்டன! நிலபுலனும், வீடுவாசலும், நகைநட்டும் இருந்திருந்தால் பெருங்கூட்டமே அம் மூதாட்டியை ''நான், நீ" எனச் சூழ்ந்து கொண்டிருக்குமே!

''அம்மூதாட்டி ஏன் முதியோர் இல்லத்திற்குப் போக வேண்டும்?" எனும் வினா என்னுள்ளத்தில் எழுந்து, என்னை அலைக்கழித்தது. ''பொறு! பார்க்கலாம்!" எனக் கூறி அடுத்த நோயாளியிடம் சென்றேன்.

அவர் ஒரு புற்றுநோயாளி; அவருக்கு வயது 67; சிகிச்சை பயனளியாத நிலை; என்னைக் கண்டதும் அவர் கண்களில் நீர் கசிந்தது; ''டாக்டர்! என்னால் முதுகு வ-யினைத் தாங்க முடியவில்லை; எந்த மருந்தும் ஊசியும் என் வ-யைக் குறைப்பதாய்த் தெரியவில்லை; என் நோய் இனி குணமாகாது என்பது எனக்கும் தெரிந்துவிட்டது; நான் இறப்பது உறுதி; வினாடிக்கு வினாடி நான் படும் துன்பம் சொல்- முடியாது; செத்துச் செத்துப் பிழைக்கிறேன்; இதனைவிட ஒரே அடியாய்ச் செத்துவிடுவதே மேல்; அதனால் அருள் கூர்ந்து நீங்கள் எனக்கோர் உதவியைச் செய்ய வேண்டும்; ஏதாவதோர் ஊசியைப் போட்டு என் நோய்க்கும் எனக்கும் ஒரு முடிவைக் கொடுங்கள்; ஒரே அமைதியைக் கொடுங்கள்; உங்களுக்கு அது பெரும் புண்ணியமாய் இருக்கும்" என என்னிரு கைகளையும் தம் இரு கைகளால் பிடித்துக்கொண்டு கதறினார். அவர் வேதனை எனக்கும் தெரியாமல்-ல்லை; புற்றுநோய் மிக விரைவாய்ப் பரவி, அவரது முதுகெலும்பினைப் பெரிதும் பாதித்திருந்தது; அவர் துடிப்பிலும் பொருள் இல்லாமல் இல்லை. ஆனால் ''அன்னை அளித்த உயிரை அகற்றவா இப்படிப்பையும், பதவியினையும் அவள் எனக்குத் தந்தாள்?"

நோயாளிக்குச் சில ஆறுதல் மொழிகளைக் கூறினேன்; வ- குறைய மாற்றுமருந்து ஒன்று போட ஏற்பாடு செய்தேன்.

''இப் புற்று நோயினைத் தொடக்க நிலையிலேயே கண்டு, தக்க சிகிச்சையளித்திருந்தால் பயன் தந்திருக்கும் இல்லையா? முதுமையில் புற்றுநோய் மருந்துகளுக்கும் கட்டுப்படாதா?" எனும் எண்ண அலைகளோடு பிற நோயாளரையும் கவனித்துவிட்டு என்னிருப்பிடத்திற்குச் சென்றேன்.

ஒருநாள் மாலை 7.00 மணிக்கு ஆதிபராசக்தி கிளினிக்கிற்குத் திருவேங்கடம் என்பவர் வந்தார். ''ஐயா! எனக்கு வயது அறுபது; எனக்கு எந்நோயும் இல்லை; நாள்தோறும் காலையில் ஒருமணி நேரம் நடக்கிறேன்; மாலையில் கடற்கரைக்கோ, நண்பர் வீட்டிற்கோ, திரைப்படத்திற்கோ, நாடகத்திற்கோ செல்கிறேன்; நன்றாய் உணவு உட்கொள்கிறேன்; உறங்குகிறேன்.

நீங்கள் ஒரு முறை தொலைக்காட்சியில், 'முதுமைக்காலத்தில் ஒருவர்க்கு ஒரு நோயும் இல்லாவிடினும் காலமுறைப்படி பரிசோதனை ''Periodic health checkup" செய்து கொள்ள வேண்டும்' என வ-யுறுத்தினீர்கள்; அதனால் வந்திருக்கிறேன்" என்றார்.

அவர் கூறியவை முற்றிலும் உண்மை. அவரைப் பரிசோதித்த போது அது தெரியவந்தது. அவர் வயது முதுமையைச் காட்டினும், உடலும் உள்ளமும் இளமை மிடுக்குடனே திகழ்ந்தன. அறுபதாம் வயதிலும் முப்பது வயதுடைய ஓரிளைஞரைக் கண்டு நான் பெரிதும் வியந்தேன்.

முதுமைப் பருவத்தில் சிலருக்கு வரும் பிரச்சனைகளை மேலே கோடிட்டுக் காட்டினேன். முதுமை அவ்வளவு கொடியதா? எல்லாருமே முதுமையால் துன்பப்படத்தான் வேண்டுமா? அதனைத் தவிர்க்க முடியாதா? தவிர்ப்பதற்குரிய வழி யாது? திருவேங்கடத்திற்கு மட்டும் அறுபது அகவையிலும் இளமைத் துடிப்பு எவ்வாறு இருந்தது?

தொடர்புக்கு : தொலைபேசி எண் : 044 - 26412030

---- தொடரும்.

❖❖❖❖❖

¾Wu £u]UûX YôrÜm ÅWØm

ùNu\ CRr ùRôPof£......

எனவே தன் தம்பியர் இருவருடனும் மைசூர் சென்று திப்புவிற்கு உதவுவதற்காக அவன் படையில் சேர்ந்து, போர்ப் பயிற்சியும் பெற்றார். வெள்ளையரைக் கருவறுக்கக் காலம் நோக்கியிருந்த திப்புவிற்குச் சின்னமலையின் சேர்க்கை தெம்பூட்டுவதாய் அமைந்தது. ஆங்கிலேயரோ திப்புவை எப்படியாவது ஒழிக்க வேண்டுமெனக் கங்கணம் கட்டினர். கி.பி. 1799 இல் நடந்த கடும்போரில் வெள்ளையர் திப்புவின் தலைநகர் சீரங்கப் பட்டினத்தைக் கைப்பற்றினர். திப்புவும் போரில் மாண்டார்.

கோட்டையைக் காக்கும் முயற்சியில் சின்னமலையின் படையும் பங்கு கொண்டிருந்தது. ஒன்று கொங்குப் படை வெள்ளையரிடம் சாக வேண்டும் அல்லது சிறைக் கைதியாகப் பிடிபட வேண்டும் என்ற நிலையி-ருந்த போது சின்னமலை கொங்கு வீரர்களைக் கோட்டையில் இருந்து வெளியேறச் செய்து கொங்கு நாட்டுக்கு அழைத்துச் சென்று அங்கே களமமைத்து ஆங்கிலேயரை எதிர்க்க முடிவு செய்தார்.

மைசூரி-ருந்து திரும்பிய சின்னமலை கோவையி-ருந்த பாளையக்காரர்களை ஒன்று திரட்டி வெள்ளையரை எதிர்க்க ஓடாநிலைப் கோட்டையில் ஒரு பெரிய படையைத் தயார் செய்தார். கறுப்ப சேர்வை என்பவர் அப்படையின் தலைவராக விளங்கினார். கோட்டையின் உச்சியில் மேழிச்சின்னத்துடன் தனிக்கொடி பறந்தது.

கோவையைத் தவிர தமிழ்நாடு முழுவதும் வெள்ளையரின் ஆட்சியின் கீழ் வந்தது. கிழக்கே சென்னையில் இருந்து மலையாளப் பகுதிக்கு வெள்ளையர் கோவை வழியாகத் தான் செல்லவேண்டும். கோவையோ சின்னமலை வசம் இருந்தது. வெள்ளையர் தந்திரமாக சின்னமலையிடம் 'உங்கள் நாட்டை நீங்களே ஆளுங்கள். நாங்கள் மைசூர் மன்னனை வென்றதால் கோவையும் எங்களுடையதாகிறது. அதற்காக வரி மட்டும் செலுத்திவிடுங்கள்' என்றனர். சின்னமலையோ, 'வானமும் பூமியும் எங்கள் சொந்தம், இதை வந்தவர் ஆள்வதற்கு ஏது பந்தம்?' என முழங்கினார்.

சின்னமலையை அடக்க சங்ககிரி கோட்டையில் கர்னல் மேக்ஸ் வெல் தலைமையில் ஒரு படை அமைக்கப்பட்டது. கொங்கு நாட்டுக் கிராமங்களைச் சூறையாடியது அப்படை. காவிரிக் கரையில் அட்டகாசம் புரிந்த அப்படையை சின்னமலை எதிர்த்துத் தாக்கத் தொடங்கினார். தனது சக வீரர்களுடன் சின்னமலை குதிரையில் ஏறி ஆங்கிலேயப் படையை எதிர்த்தார். புரவியேறிப் புறப்பட்ட சின்னமலை, பு-யெனப் பாய்ந்து வெள்ளையரைத் தாக்கிப் புறமுதுகிட்டு ஓடச்செய்தார். இதுவே ஆங்கிலேயருக்கு எதிராகச் சின்னமலை நிகழ்த்திய முதல் போர் ஆகும். அதுவே பெரும்

வெற்றியாக அமைந்தது. இது நடந்த ஆண்டு கி.பி. 1801. வெள்ளையரை எதிர்த்த முதற்போரில் தீரன் சின்னமலைக்கு வெற்றி.

பல இடங்களில் தனது பெரும்படையால் வெற்றி வாகை சூடிய மேக்ஸ்வெல், ஒரு சிறிய படையிடம் தோற்றான் என்று வெள்ளையர் எழுதி வைத்திருப்பதே தீரன் சின்னமலையின் வீரத்திற்குச் சான்று பகர்வதாய் அமைந்தது.

ஓராண்டு உருண்டோடியது. சென்னையில் இருந்து பெரும்படையொன்று சங்ககிரி வந்து சேர்ந்தது. மேலும் படைகளைத் திரட்டி சின்னமலை மீது பெரும் போரிட வெள்ளையர்கள் முடிவு செய்தனர். அதன்படி திருச்சியில் இருந்து ஆங்கிலப் படைவீரர்கள் சங்ககிரி வந்தடைந்தனர். 1802ஆம் ஆண்டு ஒருநாள் பத்தாயிரம் வீரர்கள் அடங்கிய பெரும்படை சின்னமலையுடன் போர்புரிவதற்காக சங்ககிரியில் இருந்து புறப்பட்டது. வழியில் உள்ள ஊர்களிலெல்லாம் கொள்ளையடித்து, சூறையாடி, எதிரில் கண்டவர்களையெல்லாம் கொன்று குவித்துக் கொண்டு, சின்னமலையின் சொந்த ஊரான ஓடாநிலையை நோக்கி ஆங்கிலேயர் படை விரைந்தது.

அறச்சலூர் காங்கயம் சாலையில் தம்பட்டப் பாறையில் காவல் காத்துக் கொண்டிருந்த வீரர்கள் இதை அறிந்து தம்பட்டம் அடித்து ஓடாநிலைக்குத் தகவல் தெரிவித்தனர். உடனே சின்னமலை போருக்குத் தயாரானார். ஓடாநிலை எல்லையில் ஆங்கிலப் படையை எதிர்த்துத் தனது வீரர்களுடன் சேர்ந்து போரிட்டார், சின்னமலை. இரவு பகலாக நடந்த இந்தப் போரில் சிறிதும் பின் வாங்காமல் நின்று போரிட்டுத் தமிழரின் வீரத்தை ஆங்கிலப் படைக்கு உணர்த்தினார் சின்னமலை.

திடீரென்று சின்னமலையின் தடிக்காரப் படையினர் போர்க் களத்தின் உள்ளே புகுந்து, கண்களில் கண்டவரையெல்லாம் அடித்து வீழ்த்தினர். சற்றும் பழக்கமில்லாத இந்தப் போர்முறை ஆங்கிலேயரின் படையை நிலைகுலையச் செய்தது. சின்னமலையைப் பழிவாங்க வந்த கர்னல் மேக்ஸ்வெல் படைக்கு முன் வந்தான். சின்னமலையும் முன் வந்து போரிட்டு மேக்ஸ்வெல்-ன் தலையை இளநீர் போல் வெட்டிச் சாய்த்தார். இதைக் கண்டு கலகலத்துப் போன ஆங்கிலேயப் படை பின் வாங்கி ஓடியது. அந்தப் படையை ஈரோடு வரை துரத்தித் துரத்தி அடித்தனர் சின்னமலைப் படையினர்.

மேக்ஸ்வெல்-ன் தலை சந்தனப் பொட்டு வைத்து மாலை அணிவிக்கப்பட்டு கொங்கு நாட்டின் பல ஊர்களில் காட்சிப் பொருளாகக் காட்டப்பட்டது. இந்தச் செய்தி சங்ககிரி மட்டுமின்றி சென்னை, கல்கத்தாவில் உள்ள ஆங்கிலேயப் படையையும் கலங்கச் செய்தது. இது தீரன் சின்னமலைக்குக் கிடைத்த இரண்டாவது வெற்றியாகும்.

- தொடரும்.

❖❖❖❖❖

Su± ùR¬®d¡\ôo ùLôeÏ SiTo

''அன்புள்ள கொங்கு நண்பர்கள் சங்கத் தலைவர் திரு. பரணி பாலு அவர்களுக்கு வணக்கம்.

வசதி குறைந்த, கொங்குச் சமுதாயத்தைச் சார்ந்த எனக்கு தாங்கள் கொங்கு நண்பர்கள் சங்க வெள்ளிவிழா இல்லத்தில் தங்குமிடம் கொடுத்து, தமிழ்நாடு தேர்வாணையக்குழுவின் நேர்முகத் தேர்வில் அதிக மதிப்பெண்கள் பெற்றிட தக்க ஆலோசனையும், பயிற்சியும் அளித்து பேருதவி புரிந்தமைக்கும், நீங்கள் என்மேல் காட்டிய அக்கறைக்கும் மிக்க நன்றியைத் தெரிவித்துக் கொள்கிறேன்.

கொங்கு வேளாளர் சமுதாயத்தின் முன்னேற்றத்திற்காகவும், சென்னை கொங்கு நண்பர்கள் சங்கத்தின் வளர்ச்சிக்கும் என்றென்றும் பாடுபடக் கடமைப் பட்டுள்ளேன். நேர்முகத் தேர்வில் வெற்றி பெற வழிகாட்டிய சங்கத் தலைவராகிய தங்களுக்கும், சங்கத்திற்கும் என் தாழ்மையான நன்றி''.

இப்படிக்கு

க.பரமசிவம், சின்னிய கவுண்டம் பாளையம், ஈரோடு மாவட்டம்

❖❖❖❖❖

NûUVp

ùLôeÏ NômTôo :

úRûYVô] ùTôÚhLs : விதைகளை எடுத்து வில்லைகளாக நறுக்கிய பாகற்காய்-ஒரு கப், (5 நிமிடம் பாகற்காயை சிறிது உப்பு போட்டு பிசறி, பின் கழுவி, எண்ணெயில் பொரித்து வைக்கவும்), புளித்தண்ணீர்-2 கப், வேகவைத்த பாசிப்பருப்பு-ஒரு கப், எண்ணெய், கடுகு-தாளிக்க, வெல்லம்-கோ- அளவு. AûWdL: தனியா, வெள்ளை எள், மிளகு, சீரகம்-தலா ஒரு டீஸ்பூன், கொப்பரை தே.துருவல்-½ டேபிள்ஸ்பூன், மிளகாய் வற்றல்-3, கறிவேப்பிலை-ஒரு கை, நிலக்கடலை-ஒரு டேபிள் ஸ்பூன்.

ùNnØû\ : அரைக்கக் கொடுத்தவைகளை எண்ணெயில் வறுத்து மைய அரைக்கவும், வாணலியில் கடுகு தாளித்து புளிக்கரைசல் விடவும். பின் அரைத்த பேஸ்ட் போட்டு பச்சைவாசனை போகக் கொதிக்க விடவும். பிறகு வெல்லம், உப்பு, பருப்பு போட்டு கொதி வந்ததும் பொரித்த பாகற்காயைப் போட்டு ஒரு கொதி வந்தபின் இறக்கிவிடவும்.

நன்றி : குமுதம் சிநேகிதி

❖❖❖❖❖

Õ û Q

பெருந்துணையாக வருகின்ற
பொருளும் மனிதரும்
என்றும் அருகிருந்து
என்றென்றும் துணைவரமாட்டாது
அன்பு அன்னையும்
அவளூட்டும் அமுதும்
தந்தையும் அவரது
தகவுடை அறிவுரையும்
கல்வியும் கற்பித்த
ஏடுகளும் சுவடிகளும்
கற்பித்த ஆசானும்
கற்றிருந்த பள்ளியும்
ஓர் எல்லையுடன்
ஒதுங்கி நகர்ந்தேகும்
வெயில் நேரத்திலும்
விரைந்து பொழிகின்ற
மழை நேரத்திலும் குடை தேவை.
இருள் வநுதுநேரம்
மழை நின்றபோது
குடை வேண்டுமா?
வீட்டினுள் நுழைந்தபின்
வெயி-ன் தகிப்பும்
தைக்கும் முள்ளின்
வேகமும் இல்லை; ஆத-ன்
குடைகள் காலணிகள் எல்லை
வாசல் படிகளின் நிலை.
வண்டியும் வகைவகையான
வாகனங்களும் தேவைதான்
பயணம் முடித்தபின்
பாய்ந்திறங்க வேண்டுமன்றோ?
துணையாக வருகின்ற
பொருள்கள் யாவும்
என்றென்றும் எவ்விடத்தும்
எல்லாக் காலத்தும்
துணையாக வராது அவை
துன்பமும் நல்கி
சுமையாகவும் மாறலாம்
சொல்வதற்கில்லை அறிவோம்...
இல்லாது போனால்
இங்கு வளர்தல் எது?
சிற்சில மனிதரும்
பற்பல பொருள்களும்
இடையில் வந்து நம்மோடு
இணைவதும் பிரிவதும்
இயல்பாக வளர்தல் பொருட்டே
என்றுணர்ந்து அச்சமின்றி
இறைவன் விரல்பற்றிப்
பயணம் தொடர்க...

கவிஞர் மனோன்மணி மாணிக்கவாசகம்

Uô²Pm UXWhÓm

✔ மானிடம் மலரட்டும்
மனிதநேயம் பரவட்டும்
அன்புநதி பெருக்கெடுத்து
அகிலத்தை இணைக்கட்டும் !

✔ கோடுகளும் குறியீடுகளும்
இதயத்தைப் பிரிக்கும்
இன்னல்கள் மறையட்டும் !
உயிரன்பே உயர்ந்ததென்ற

✔ உன்மை விளங்கட்டும் !
மானிடம் மலரட்டும்
மனித நேயம் பரவட்டும்

✔ கணவுகளின் கண்விழிப்பில்
காயங்கள் மறையப்படும் !
புதுமைகாணும் எண்ணத்தில்
புத்துலகம் பிறக்கட்டும் !

✔ தனிமனதில் அமைதி தவழட்டும்
தாய் உள்ளம் அதில் தழைக்கட்டும்
வேற்றுமைகள் மறைந்தெங்கும்
ஒற்றுமையே நிறையட்டும்

✔ நாடுகளின் எல்லைகளை
காக்கின்ற தொல்லைகள்
இல்லாமல் தொலையட்டும் !

✔ உலகமைக்கூட்டில்
உயிர்மை இருக்கும் வரை
கனவுத்தாள்களில்
ஆயுத எழுத்துக்களின்
அணி வகுப்பு வேண்டாம் !

❖❖❖❖❖

ØÕûU«Ûm C²ûU

அண்மையில் முதியோர் நல மருத்துவர் வி.எஸ்.நடராஜன் அவர்களிடம் பேசிக் கொண்டிருந்தேன். மிகவும் அனுபவம் வாய்ந்த இந்த மருத்துவர், முதியோர்களுக்குப் பயனுள்ள பல கருத்துகளைக் கூறினார். அவற்றின் இரத்தினச் சுருக்கம் :

✔ முதுமை 50-ம் வயதில் தொடங்குகிறது. உடல் நலக் குறைவு இல்லாவிடினும் வருடத்திற்கு ஒருமுறை உடல் பரிசோதனை செய்து கொள்வது மறைந்திருக்கும் நோய்களைக் கண்டு பிடிக்க உதவும்.

✔ குறைவான, அதே சமயம் சத்தான உணவு உண்ண வேண்டும். கீரை, பால், பழங்களை உண்ணுவது உடலுக்கு நல்லது.

✔ உடற்பயிற்சி அவசியம். தினமும் முக்கால் மணி நேரம் நடப்பது நல்லது. இது பல நோய்களை விரட்டும். மனம் மகிழ்ச்சி அடையும். இரவில் நல்ல தூக்கம் வரும்.

✔ முதுமையின் விரோதி தனிமை. இதைத் தவிர்க்காவிட்டால் மூப்பின் விளைவு கூடும். புத்தகம் படிப்பது, வானொ- கேட்பது, நண்பர்களுடன் பேசுவது, சந்திப்பது நல்ல பலனைத் தரும்.

✔ புகை பிடிப்பது, மது அருந்துவது கூடாது. இருப்பினும் குறைந்த அளவு மது, அதுவும் வாரத்தில் ஓரிரு நாட்கள் அருந்துவதில் தவறில்லை.

✔ உங்கள் தேவைகளை நீங்களே பூர்த்தி செய்யப் பழகிக் கொள்ளுங்கள். பிறரை நம்பி இருப்பதால் அவர்கள் இல்லாத பட்சத்தில் மிகுந்த தடுமாற்றம், குழப்பம் ஏற்படும்.

✔ கைத்தடி உபயோகிப்பதற்கோ, காது கேட்கும் கருவியை அணிந்து கொள்வதற்கோ வெட்கப்பட வேண்டாம். உங்கள் பாதுகாப்பிற்கும், மற்றவர்களுடன் பழகுவதற்கும் இவை உதவும்.

✔ வயதாகும் போது பந்த பாசங்களைக் குறைத்துக் கொள்ளுங்கள். தாமரை இலை தண்ணீர் போல வாழ்வது, இழப்புகளால் ஏற்படும் பாதிப்புகளைக் குறைக்கும்.

✔ முடிந்த அளவு மற்றவர்களுக்கு உதவுங்கள். ஆறுதலான வார்த்தைகள் சொல்வது மற்றவர்கள் இன்னல் தீர மனதார பிரார்த்தனை செய்வது கூட தொண்டுதான்.

✔ ஆன்மீக ஈடுபாடு கொண்டவர்கள் இறைவழிபாட்டில் கவனம் செலுத்துவது உடலுக்கும், மனத்திற்கும் தெம்பு தரும்.

✔ அளந்து பேசுங்கள். உங்கள் புராணத்தையே பாடிக் கொண்டிருக்க வேண்டாம். வந்தவர்கள் பேச்சை உற்சாகமாகக் கேட்டால் அவர்கள் மீண்டும் வருவார்கள்.

✔ உறவுகளை வெட்டி விடவேண்டாம். குறைந்த பட்சம் இரண்டு, மூண்று நண்பர்களை மிகவும் நேசியுங்கள், பேசுங்கள். மனம் இலகுவாகும்.

✔ இயன்ற அளவு சுற்றுலா சென்று வாருங்கள். புதிய இடங்களைப் பார்ப்பது, புதிய நபர்களைச் சந்திப்பது மனத்திற்குப் புத்துணர்ச்சி தரும்.

✔ உயில் எழுதுங்கள். சுயமாகச் சம்பாதித்த சொத்துக்கள், பரம்பரையாகப் பெற்ற சொத்துக்கள் உங்கள் பெயரில் இருந்தால், உங்களுக்குப் பிறகு யாருக்குப் போய்ச் சேர வேண்டும் என்று சாட்சிகள் முன்னிலையில் தெளிவாக எழுதி வையுங்கள்.

✔ முதுமைக் காலத்தில் பணம் அவசியம். தனக்கு மிஞ்சித்தான் தான தருமம். அதை நீங்கள் முழுமையாக மற்றவர்களுக்குக் கொடுத்துவிட்டால், உங்கள் இருப்பிடம் நடுத்தெருதான்.

✔ முதுமையைத் தவிர்க்க முடியாது. மரணத்தையும் தவிர்க்க முடியாது. மரணத்திற்கு ஆண்டியும் அம்பானியும் ஒன்று தான். அதுவரை ஆனந்த வாழ்வு வாழ்வோம்.

நன்றி : டாக்டர் வி.எஸ்.நடராஜன்

செய்தி : டாக்டர் S.இராமசாமி M.Sc.,(PG),Ph.D.,

❖❖❖❖❖

LhÓlTÓjÕYÕ GlT¥? Lj§¬ûVj RôdÏm £t±ûX úSôn ùYiûP, UgNû[j RôdÏm úRUp úSôn

பயிர்களைத் தாக்கும் நோய்க் கிருமிகளில் பூசண, பேக்டீரிய நோய்களைத் தவிர்த்து தற்பொழுது நச்சுயிரி மற்றும் மைகோபிளாஸ்மா போன்ற நோய்க் கிருமிகளினால் ஏற்படும் நோய்கள் அதிகரித்து வருகின்றன. இவற்றினால் உண்டாகும் மகசூல் இழப்பும் நாளுக்கு நான் அதிகரித்துக் கொண்டு வருகின்றது. பொதுவாக சாகுபடி செய்யப்படும் எல்லா வகையான பயிர்களும் நச்சுயிரினாலும், சிலவகைப் பயிர்கள் மட்டும் மைக்கோபிளாஸ்மா எனப்படும் கிருமியினாலும் தாக்குதலுக்கு உள்ளாகின்றன. முக்கியமாக வெண்டை மற்றும் கத்திரியில் தோன்றும் நோய்களான முறையே மஞசள் தேமல் நோய் மற்றும் சிற்றிலை நோய் அதிக சேதாரத்தை உண்டாக்கின்றன. எனவே இவ்வகை நோய்க் கிமிகளைப் பற்றியும் இவற்றின் தாக்குதலால் செடிகளில் தோன்றும் அறிகுறிகளைப் பற்றியும், மேலும் இந்நோய்க் கிருமிகளை எவ்வாறு கட்டுப்படுத்தலாம் என்பது பற்றியும் அறிந்து கொள்வது அவசியமானதாகும்.

இவ்வகை நச்சுயிரிகள் தாவரங்களின் உயிரணுக்களினுள்ளே வாழ்ந்து பெருக்கமடைவதால், செடிகளுக்கு எவ்விதப் பாதிப்பும் இல்லாமல் எந்த வகை மருந்தையும் தெளித்தும் இவ்வுயிரிகளை மட்டும் அழிக்கவே முடியாது. எனவே இத்தகைய நோயைக் கட்டுப்படுத்தத் தனித்தன்மை வாய்ந்த வழிமுறைகளைக் கையாள வேண்டியுள்ளது.

ÑjR¬ £t±ûX úSôn

இச்சிற்றிலை நோயானது பைட்டோ பிளாஸ்மா என்ற உயிரினத்தால் தோற்றுவிக்கப்படுகிறது. இந் நோயானது எல்லா வயதுடைய கத்தரிச் செடிகளையும் தாக்கும் தன்மை கொண்டது. செடிகளின் வயது ஆறு வாரங்கள் ஆகும்போது இந்நோயின் தாக்கம் தென்படும். இந்நோய் தாக்கப்பட்ட செடிகளின் இலைகள் வெளுத்தும், மிகவும் சிறியதாகவும் காணப்படும். இலைகள் மெ-ந்தும், இலை காம்புகள் சிறுத்தும், மென்மையாகவும் காணப்படும். கணுக்களிலுள்ள இலை மொட்டுகள் வளரத் தூண்டப்படுவதால், நுனிப் பகுதியில் செடிகள் அடர்த்தியான இலைகளை கொண்டிருக்கும். இளம் மற்றும் பூக்கும் பருவத்தில் பாதிக்கப்பட்ட செடிகள் மலட்டுத் தன்மையை அடைகின்றன. பின் பருவத்தில் தாக்கப்ட்ட செடிகளில் தோன்றும் பூக்கள் பச்சையான இலைகள் போன்ற பகுதிகளாக மாறுகின்றன. தத்துப் பூச்சிகளினால் இந்நோய் பாதிக்கப்பட்ட செடிகளி-ருந்து, ஆரோக்கியமான செடிகளுக்குப் பரவுகிறது.

úSônd LhÓlTôÓ

வயல்களையும், வரப்புகளையும் களைச் செடிகளின்றி சுத்தமாக வைத்துக்

கொள்ள வேண்டும். நோயைப் பரப்பும் தத்துப் பூச்சியைக் கட்டுப்படுத்துவதன் மூலமே இந்நோயைக் கட்டுக்குள் கொண்டுவரலாம். இவ்வகை தத்துப் பூச்சிகளைக் கட்டுப்படுத்த பூச்சிக் கொல்- மருந்தான மாலதியான் 2 மி.-. / 1 -ட்டர் தண்ணீரில் கலந்து தெளிப்பதன் மூலம் நோய் பரவுவதைக் கட்டுக்குள் கொண்டுவரலாம். மிகுந்த நோயுள்ள செடிகளையும், எல்லா வகையான களைச் செடிகளையும் அகற்றி அழிப்பதாலும் நோய் மேலும் பரவுவதைக் கட்டுப்படுத்தலாம்.

ùYiûP,UgNs SWm×j úRUp úSôn

இந்த நச்சுயிரியானது வெண்டை பயிரிடப்படும் எல்லாப் பகுதிகளிலும் காணப்படுகிறது. முதிர்ந்த இலைகளின் நரம்பு மற்றும் நரம்பு ஒட்டியப் பகுதிகள் மஞ்சளாக மாறுவது முத-ல் தோன்றும் அறிகுறியாகும். நோயின் தாக்கம் அதிகமாக இருக்கும் பொழுது இந்த மஞ்சள் பகுதிகள் விரிவடைந்து நாளடைவில் பச்சை நிறப் பகுதிகள் குறைந்துவிடும். பின் இலை நரம்புகள் தடித்தும், செடிகள் குட்டையாகவும் காணப்படும். காய்களின் எண்ணிக்கை குறைவாகவும், சிறுத்தும் மாறுபட்ட வடிவமுடையதாகவும் காணப்படும். இவ்வகை காய்கள் நார்த்தன்மை அதிகமுடையதாகவும், கெட்டியாகவும், தடித்தும் காணப்படும். இந்நச்சுயிரியானது வெள்ளை ஈக்களின் மூலம் பரவுகிறது. வெண்டையானது எல்லாப் பருவங்களிலும் பயிரிடப்படுவதால் ஒரு பகுதியில் உள்ள நோயுற்ற செடிகளி-ருந்து, மற்ற ஆரோக்கியமான செடிகளுக்குப் பரவும் வாய்ப்புகள் அதிகம். மேலும் குளிர்காலங்களை விட கோடைக் காலங்களில் வெள்ளை ஈக்கள் சுறு சுறுப்பாக இயங்கும் தன்மையுடையதால் இவை கோடைக் காலங்களில் நச்சுயிரிகளை விரைவாகப் பரப்பி, நோயின் தாக்கத்தையும், பரவுதலையும் அதிகப்படுத்துகின்றன. இந்நச்சுயிரி வரப்புகளில் வளரும் களைக் செடிகளையும் தாக்கும் தன்மை கொண்டது.

úSônd LhÓlTôÓ

இந்நோயைக் கட்டுப்படுத்த வயல் பகுதிகளைக் களைகளின்றி சுத்தமாக பராமரிக்க வேண்டும். இல்லையெனில், வெள்ளை ஈக்கள் களைச் செடிகளில் தங்கி பின் வெண்டைப் பயிரைத் தாக்கி அழிக்கும். மிகுந்த நோயுற்ற செடிகளைப் பிடுங்கி அழித்துவிட்டால் நச்சுயிரி பரவும் அளவைக் கட்டுப்படுத்தலாம். வெண்டை பயிரிடப்படும் வய-ல், மண்ணில் கார்போபியூ ரான் குருணையை ஒரு ஹெக்டேருக்கு 1.5 கிலோ வீதம் இடுவதன் மூலம், செடியில் வெள்ளை ஈ தாக்கத்தைக் குறைக்கலாம். மோனோகுரோட்ட பாஸ் 1.5 மில்-/-ட்டர் அல்லது மீத்தைல் டெமட்டான் 0.03 விழுக்காடு மருந்தை தண்ணீரில் கலந்து நான்கு முறை விதைத்த 15,25,35,45 நாட்களில் தெளிப்பதன் மூலம் இந்நோயினைக் கட்டுப்படுத்தலாம். குளோர்பைரிபாஸ் 2.5 மில்-யுடன் + 2 மில்- வேப்ப எண்ணெயை ஒரு -ட்டர் தண்ணீரில் கலந்து தெளித்தும் இந்நோய் தாக்கத்தைக் கட்டுப்படுத்தலாம்.

நன்றி : நிலவளம் மார்ச் 2011

❖❖❖❖❖

UôWûPl× YWôÛp RÓdL...

இன்று பரவலாகக் காணப்படும் இதய நோய், மாரடைப்பு (‘ஹார்ட் அட்டாக்’) என்றால் அது மிகையாகாது. இத்தகைய மாரடைப்பு இளமையிலேயே தாக்குகிறது என்று அறியும்போது பேரதிர்ச்சியை நமக்குள் ஏற்படுத்துகிறது.

‘‘நேற்று வரை நன்றாகத் தானே இருந்தேன். நேற்றுகூட டென்னிஸ் விளையாடினேனே” என்று கூறுவோர் பலர். பல நோய்களுக்கு பழக்கவழக்கங்கள் காரணமாகக் கூறப்பட்டாலும், மாரடைப்பு நேரும் தருணத்தில் இதய ரத்த நாளத்தில் என்ன ஏற்படுகிறது என்று பலருக்குப் புரியாத புதிராக இருக்கும். இது குறித்து விளக்குவது மருத்துவர்களின் கடமையாகும்.

புகையிலைக்கு அடிமையானவர்கள், சர்க்கரை நோயாளிகள், உயர் ரத்த அழுத்த நோய் உள்ளவர்கள், ரத்தத்தில் அதிக கொழுப்புச் சத்து உள்ளவர்கள், உடற்பயிற்சியே செய்யாதவர்கள், அதிக உடல் எடை கொண்டவர்களுக்கு இதய ரத்த நாள நோய் ஏற்படுவதற்கு அதிக வாய்ப்பு உண்டு.

முத-ல் ரத்த நாளத்தில் கொழுப்புப் படிவங்களாக ஏற்படும் இந்த நோய் மாறுபட்ட குறைந்த அடர்த்தி உள்ள எல்.டி.எல் கொலஸ்ட்ராலாக (கெட்ட கொலஸ்ட்ராலாக) உருவாகிறது. இத்தகைய கெட்ட கொழுப்புச் சத்து, இதய ரத்தநாளத்தின் உள்சுவரால் கிரகிக்கப்பட்டு, அது வெளிவராமல் அங்கேயே தங்கி விடுகிறது. இவ்வாறு படிவங்களாக ஏற்படும் கொழுப்பு, நாளடைவில் இதய ரத்தநாள உள்சுவரை ஒரு வீக்கமாக மாற்றுகிறது. இதை ஆங்கிலத்தில் ‘பிளாக்’ (Plaque) என்று கூறுகிறோம்.

இவ்வாறு இதய நாளத்தில் ஏற்படும் அடைப்பு, 75 சதவீத அளவுக்கு உள்சுவரை அடைக்கும் வரை எந்தவிதமான விளைவையும் ஏற்படுத்துவதில்லை. மற்றும் பல காரியங்களில் ஈடுபடும்போது இதய வ-யோ மூச்சு வாங்குவது போன்ற பக்க விளைவுகளையோ ஏற்படுத்தாது.

இந்தச் சுவரின் மேல் சுவரில் பல காரணங்களினால் விரிசல் ஏற்படும்போது, அதனுள் இருக்கும் நச்சுப் பொருள் ரத்தத்தில் கலக்கும்போது பல கோடிக்கணக்கான தட்டணுக்கள் அந்த விரிசல் இடத்தை முழுவதுமாகவோ அல்லது முழுமையல்லாதவாறோ ரத்த நாள உள் பகுதியை அடைத்து ரத்த ஓட்டத்தை தடை செய்யும். இவ்வாறு ரத்த ஓட்டம் தடைபடுவதால் மாரடைப்பு ஏற்படுகிறது.

இவ்வாறு மாரடைப்பு ஏற்படுவதைத் தடுக்கும் நோக்கத்துடன்தான் இதய மருத்துவ சிகிச்சை அளிக்கப்படுகிறது. இதயத் தசை பெரும் பகுதி பாதிக்கப்படாமல் இருக்க வேண்டுமென்றால், பாதிக்கப்பட்டவர் துரிதமாக, இதய ரத்த நாள நோய் ஏற்பட்ட உடனேயே மருத்துவரை அணுகினால் மிகவும் சிறந்தது. மருத்துவ சிகிச்சை நல்ல நிவாரணத்தை அளிக்கும்.

நன்றி : தினமணி மருத்துவ மலர்

❖❖❖❖❖

RûXY-Ùm Lôp LhûP®WÛm...

நோய்களால் பாதிப்புக்குள்ளாகி தவிக்கும் மனித குலம், நோயின்றி சுகமாக வாழ வேண்டுமென்று சித்தர்கள் விரும்பியதால்தான் வர்மக் கலையை உலகுக்குத் தந்தனர்.

தீவிர நோய்களால் பாதிக்கப்பட்டவர்களையும், அறுவைச் சிகிச்சை செய்து கொள்ள அறிவுறுத்தப்பட்ட நோயாளிகளையும் வர்மக் கலை சிகிச்சையின் மூலமாக குறுகிய காலத்தில் முழுமையாகக் குணப்படுத்தலாம். இன்று நோய்கள் ஆயிரக்கணக்கில் உள்ளன. ஆயினும் சித்தர்களின் உட-யல் கூற்றுப்படி நோய்களின் எண்ணிக்கை மூன்றுதான். அவை வாதம், பித்தம், சிலேட்டுமம். அதாவது, மூளை, நரம்பு, எலும்பு, தசை, மஜ்ஜை ஆகிய உறுப்புகள் பாதிப்புற்றால் அவை வாதம்; நுரையீரல் சார்ந்த கோளாறுகள் சிலேட்டுமம்; மற்ற உள்ளுறுப்புகள் மற்றும் இரத்தம் ஆகியவற்றின் பாதிப்பு பித்தம் ஆகும்.

சித்தர்களின் உடற்கூறியல் வெகு நுட்பமானது. உச்சிமுதல் உள்ளங்கால் வரை 72 ஆயிரம் சிறு நாடிகள் உள்ளன. உட-ன் அனைத்து பாகங்களுக்கும் மற்றும் உள்ளுறுப்புகளுக்கும் இவையே உயிரோட்டத்தை (ஜீவகாந்த ஆற்றலை) கொண்டு செல்கின்றன.

இந்த 72 ஆயிரம் சிறு நாடிகளுக்கும் உயிரோட்டத்தை அளிப்பது கத்திரிக்கோல் போன்று அமையப் பெற்றிருக்கும் தசநாடிகள் ஆகும். இந்தப் பத்து நாடிகளும் ‘மெரிடியன் வே’ என்று அழைக்கப்படுகிறது. இந்த தச நாடிகளின் இயக்கத்தைக் கட்டுப்படுத்துவது திரிதோஷ நாடிகள் எனும் வாத, பித்த, சிலேட்டும நாடிகள் ஆகும். இவை நாடி, நாடி, நாடி எனப்படுவதால்தான் வள்ளுவச் சித்தரும்,

‘நோய்நாடி நோய்முதல்நாடி அது தணிக்கும்.

வாய்நாடி வாய்ப்பச் செயல்’

என்று மனித உட-யல் கூற்றையும், சிகிச்சை அளிக்கும் முறையையும் கூறியுள்ளார். அதாவது, நோய் பாதிப்புற்றவரின் துன்ப அளவைக் கண்டறிந்து அந்த நோயின் மூல காரணத்தையும் அறிந்து, அதற்கேற்ற வர்மப் புள்ளியைக் கண்டறிந்து வர்மப்பிரயோகம் செய்து குணமாக்க வேண்டும்.

தலைவ- தீர வழி என்ன? உதாரணமாக தலைவ- என்று ஒருவர் சிகிச்சைக்கு வந்தால் அதற்கான காரணத்தை மருத்துவ ரீதியாக ஆய்வு செய்ய வேண்டும். மூளையில் சளிக்கட்டு உண்டானதால் ஏற்பட்ட தலைவ-யாக இருக்கலாம்; இதற்கு வாதம் காரணமாகும்.

அதிக இரத்த அழுத்தம் இருந்தாலும் தலைவ- ஏற்படும்; இதற்குப் பித்தம் காரணமாகும். ஜலதோஷம் பிடித்தாலும் தலைவ- வரும்; இதற்கு உரிய காரணம் சிலேட்டுமம்.

வாதத்தால் தலைவ- ஏற்பட்டது என்றால், அதைத் தீர்க்கும் வர்மப்புள்ளி, தலையின் பின்பக்கத்தில் உள்ளது. பித்தத்தால் உண்டான தலைவ- என்றால் அதற்கான தீர்வு இடுப்புக்கு அருகில் உள்ளது. சிலேட்டுமக் கோளாறுகளால் ஏற்பட்ட தலைவ- என்றால் அதற்குண்டான தீர்வு கால் கட்டைவிர-ல் உள்ளது.

வள்ளுவர் காண்பித்த கூற்றுப்படி, நோய்க்கான காரணத்தைக் கண்டறிந்த பிறகு, நோய் துன்பத்தின் வீரியத்துக்கு ஏற்ப அதற்குண்டான மாத்திரை அளவில் வர்மப் பிரயோகம் செய்து தலைவ-யைக் குணப்படுத்த முடியும்.

YoUdLûX : உச்சி முதல் உள்ளங்கால் வரையுள்ள மொத்த வர்மப் புள்ளிகள் 108. இதில் தொடுவர்மம் - 96, படுவர்மம் - 12. இதனுள்ளேயே நுட்பநிலை சிகிச்சை முறையில் அடங்கல்கள், திறவுகோல்கள் ஆகியனவும் அடங்கும்.

சிகிச்சையின்போது 3 முறைகளில் ஏதேனும் ஒரு முறையில் சிகிச்சை அளிக்கப்படுகிறது. 1. நோயாளிக்கு அவரது ஆற்றலை அவருக்கே இட்டு நிரப்புதல் (சிறிய அளவில் பாதிப்புற்றோருக்கு); 2. வர்ம ஆசான் தம் ஆற்றலை நோயாளிக்கு வழங்குதல்; 3. தெய்வீக வர்ம மூ-கைகளின் ஆற்றலைப் பயன்படுத்துதல்.

பக்க விளைவுகள் இல்லாத வர்ம சிகிச்சை: 1. வர்ம முத்திரைப் பிரயோகம். 2.வர்ம ஊசித் திறவு கோல், 3.நோக்கு வர்மம். 4.மெய்தீண்டாக் கால வர்மம் எனும் நான்கு நிலைகளில் நோயாளியின் தேவைக்கும், நோயின் தன்மைக்கும் ஏற்ப வர்ம சிகிச்சை அளிக்கப்படுகிறது.

முழுமையாகக் குணப்படுத்த முடியாது எனக் கருதப்படும் எய்ட்ஸ், ஆஸ்துமா, சோரியாஸிஸ், போ-யோ, பக்கவாதம், முக்கிய தண்டுவடப் பாதிப்புகள் போன்ற நோய்களை வர்மக் கலை மூலம் பக்க விளைவுகள் இன்றி முற்றிலுமாகக் குணப்படுத்த முடியும்.

நாள்பட்ட ஒற்றைத் தலைவ-, தொடர்ச்சியான தும்மல், மூன்று ஆண்டுகளுக்குள்ளாக வந்த மூட்டுவ- (40 வயதுக்குள்), ஞாபகத்திறன் குறைவு (மறதி), மந்த நிலை, வ-ப்பு நோய், கழுத்தில் உட-ல் மருக்கள் (பாலுன்ணிகள்), மஞ்சள் காமாலை, பார்வைத் திறன் குறைபாடு, காது இரைச்சல், வாயுக் கோளாறுகள் உள்ளிட்ட அனைத்துப் பிரச்சனைகளுக்கும் வர்ம சிகிச்சையில் விரைவாக நிவாரணம் கிடைக்கும்.

நன்றி : தினமணி மருத்துவமலர்

❖❖❖❖❖

Ñ]ôª HtTÓYÕ Hu?

பொருளாதார வல்லரசாகத் திகழும் ஜப்பானையே நிலைகுலையவும், உலகை அதிர்த்ச்சியில் உறையவும் வைத்துவிட்டது சுனாமி.

சுனாமிக்கு ஓரளவு பழக்கமான ஜப்பானியர்களே (‘சுனாமி’ என்பதே ஜப்பானியச் சொல்தான். ‘துறை முக அலை’ என்பது இதன் பொருள்.) திக்குமுக்காடிப் போயிருக்கிறார்கள். இந்தக் கொடுங்கனவு கடந்து விட்டாலும், அணுக்கசிவு, கணக்கிட மடியாத பொருளாதாரச் சேதம் என்று தொடர்விளைவுகள் ஜப்பானியர்களை அச்சுகறுத்திக்கொண்டிருக்கின்றன.

தமிழில் கடற்கோள் அல்லது ஆழிப்பேரலை என்று குறிப்பிடப்படும் சுனாமி, ஏன், எப்படி ஏற்படுகிறது? கடல் அல்லது ஏரி போன்ற பெரிய நீர்ப்பரப்புகளில் வேகமாக பெருமளவு நீர் இடம் பெயர்க்கப்படும்போது ஏற்படும் ஒன்று அல்லது அதற்கு மேற்பட்ட அலைத் தொடர்களே சுனாமியாகும்.

பூகம்பம் எனப்படும் நிலநடுக்கம், மண் சரிவுகள், எரிமலை வெடிப்பு, விண்பொருட்களின் மோதல் போன்றவை சுனாமியை எற்படுத்தக்கூடிய மூல காரணிகளாக உள்ளன.

நிலநடுக்கமானது நிலப்பகுதியில், கடல்பகுதியில், மலைப்பகுதியில் எற்படலாம். நிலப்பகுதியில் வந்தால் நிலத்தில் உள்ளவை அதிர்ந்து சேதம் அடைகின்றன. கட-ல் வந்தால் கட-ன் அடியின் உள்ள நிலத்தட்டுகளின் அசைவு பெரிய அலைகளை உருவாக்குகிறது. மலையில் எரிமலையாக உருவெடுக்கிறது.

பல லட்சம் ஆண்டுகளுக்கு முன் ஒரே நிலத்தட்டு தான் இருந்தது. அதன் மீது பூமி இருந்தது. அதனால் கண்டங்கள் பிரியப் பிரிய, அவற்றின் தட்பவெப்ப, இயற்கைச் சூழ்நிலைகளுக்கு ஏற்ப பல்வேறு நிலத் தட்டுகள் உருவாகின. இந்தத் தட்டுகளின் மீதுதான் ஒவ்வொரு கண்டமும் இருக்கின்றது. நிலம், கடல் எல்லாவற்றைவும் தாங்கி நிற்பது இந்த நிலத்தட்டுகள்தான். இவற்றை ‘டெக்டானிக் பிளேட்டுகள்’ என்று புவியியல் நிபுணர்கள் கூறுகின்றனர்.

2004-ம் ஆண்டு டிசம்பர் 26-ம் தேதியன்று யுரேஷியன் நிலத்தட்டின் ஒருபகுதியாகக் கருதப்படும் பர்மா நிலத்தட்டும், இந்தோ-ஆஸ்திரே-யன் நிலத்தட்டின் ஒரு பகுதியான இந்திய நிலத்தட்டும், இந்தோனேசியாவின் வடக்கே சுமத்திரா தீவில் கடலுக்கடியில் மோதின. அதனால் ஏற்பட்ட பூகம்பத்தால் தோன்றிய அலைகள்தான் இந்தியப் பெருங்கட-ல் சுனாமியை ஏற்படுத்தின. அது 2004-ம் ஆண்டின் மிகப் பெரிய இயற்கை அழிவாகக் கருதப்பட்டது.

Ñ]ôª HtTÓm Øû\Ls

1. கடல் ஆழத்தில் ஏற்படும் எந்தப் பாதிப்பின்போதும் வரும்.
2. கடல் ஆழ பூகம்பத்தினால் வரும்.
3. கடலை ஒட்டிய நிலப்பகுதியில் ஏற்படும் பூகம்பத்தால் வரும்.

4. மலையில் எரிமலை உண்டாகி, அதனால் வரும்.
5. கட-ல் இயற்பியல் மாற்றங்கள் ஏற்பட்டால் வரும்.
6. வானில் கிரகங்களின் செயல்பாடுகள் மாறும்போதும் சுனாமி ஏற்பட வாய்ப்பு உண்டு என்று கூறப்படுகிறது. ஆனால் இது இன்னும் உறுதிப் படுத்தப்படவில்லை.

TZeLôXm ØRp...

பழங்காலம் முதலே சுனாமி தாக்குதல் நிகழ்ந்து வருகிறது. நாம் அறிந்த மிகப் பழமையான சுனாமி, கி.மு. 365-ம் ஆண்டு ஜூலை 21-ம் தேதி கிழக்கு மத்திய தரைக்கட-ல் தோன்றி, எகிப்தில் அலெக்சாண்டிரியாவில் பெரும் பாதிப்பை ஏற்படுத்தியிருக்கிறது.

Ñ]ôª GfN¬dûL AûUl×

அமெரிக்காவில் உள்ள ஹவாய் தீவில்தான் முதன்முதலாக பசிபிக் பெருங்கடல் பிராந்திய சுனாமி எச்சரிக்கை அமைப்பு நிறுவப்பட்டது. அதற்குக் காரணம், கடந்த நூற்றாண்டில் தாக்கப்பட்ட முதல் இடம் ஹவாய். 1963-ல் சர்வதேச சுனாமி எச்சரிக்கை மையம் அமைக்கப்பட்டது. அதன் உறுப்பினராக உள்ள 26 நாடுகளுக்கு சுனாமி எச்சரிக்கைத் தகவல்கள் அனுப்படுகின்றன.

❖❖❖❖❖

èp SVm

நூல் பெயர் : அருள்
ஆசிரியர் : கவிஞர் மனோன்மணி மாணிக்கவாசகம்
வெளியீடு : மாணிக்கவாசகம் வெளியீடு, சென்னை

'செய்த தவம்' என்ற அருமையான கவிதைத் தொகுப்பை வெளியிட்டு, தமிழார்வம் கொண்ட அனைவர் உள்ளங்களிலும் நிறைந்து நிற்கும் கொங்கு நாட்டுக் கவிஞர் திருமதி மனோன்மணி மாணிக்கவாசகம் அவர்கள் தன்னுடைய அடுத்த படைப்பாக ''அருள்" என்ற எழில் கொஞ்சும் கவிதைத் தொகுப்பைப் படைத்துள்ளார்.

எழிலார்ந்த கவிதைகளைக் கவிஞர் அவர்கள் அவரது அனுபவத்தின் வாயிலாகவும், அவரது வாழ்வில் கண்ட, சந்தித்த பல்வேறு நிகழ்வுகள் வாயிலாகவும், அவரது சீரிய சிந்தை வாயிலாகவும் படிப்போர் பயன்பெறும் வண்ணம் கவிதைகளைப் படைத்துள்ளார். இனிய, எளிய நடையில் எழுதப்படுள்ள அனைத்து கவிதைகளுமே படித்து மகிழத்தக்கனவாக உள்ளன. கவிதை வரிகள் பலவும் நம்முடைய சொந்த வாழ்க்கையில் நமக்கேற்பட்ட அனுபவங்களாக எண்ணத் தோன்றுகின்றன.

ஒவ்வொரு கவிதையிலும் தனது தனித்தன்மையைப் புலப்படுத்தியுள்ளார் கவிஞர் அவர்கள். ஆன்மீகத்தில் மிகுந்த நாட்டம் கொண்டவர்; திருமுருக கிருபானந்த வாரியார். கவியரசு கண்ணதாசன், கவிக்குயில் சௌந்தரா கைலாசம் முதலானோரால் பாராட்டப்பெற்ற கவிஞர் மனோன்மணி அவர்கள் கொங்கு நாட்டு மங்கை என்பது சிறப்புக்குரிய ஒன்றாகும்.

தமிழன்னைக்கு இக்கவிதை நூலை ஓர் அணிகலனாகச் சூட்டியுள்ளார் கவிஞர் திருமதி மனோன்மணி அவர்கள். இந்நூல் அனைவரும் படித்து மகிழ வேண்டிய அருமையான கவிதைத் தொகுப்பு.

U¦úULûX ××TWôw

❖❖❖❖❖

UQULs úRûY

பெயர்	:	S.சம்பத்
படிப்பு	:	M.B.A
கூட்டம்	:	தூரங்குலம்
தந்தை பெயர்	:	M.செங்கோட்டையன்
தந்தையின் தொழில்	:	கிரானைட் தொழில்
உடன் பிறப்பு	:	1 அண்ணன் (திருமணமானவர்) in U.S.A
உயரம்	:	5'.8"
சொந்த ஊர்	:	குமாரமங்களம், திருச்செங்கோடு (வட்டம்)
பிறந்த இடம்	:	ஈரோடு
பிறந்த தேதி	:	13.07.1978 வியாழன் 15.03
நட்சத்திரம்	:	சித்திரை - 1 ல்
ராசி	:	கன்னி
லக்னம்	:	விருச்சகம்
பணிபுரியும் இடம்	:	சத்தியம் மகேந்திரா, சென்னை

மணமகன் நல்ல வசதியானவர்.

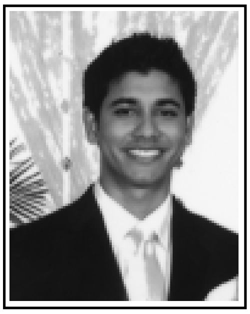
கேது			சூரி குரு
	செவ்-தோஷமில்லை	இராசி	புத
			செவ் சுக் சனி
	ல		சந் ரா

ரா		குரு சனி	சூரி சுக்
	சூரிவர்கோத்தமம்	நவாம்சம்	
புத			ல சந்
		செவ்	கேது

தொடர்பு கொள்ள :
4/217 1st South Cross Street, Sri Kapaleeswarar Nagar
Neelankarai (Post), Chennai - 600 041.
Cell : 99410 10253 Ph : 044 - 2449 4259

❖❖❖❖❖

YôrjÕ¡ú\ôm



பாவேந்தன் நினைவு அறக்கட்டளையின் தலைவரும், சங்கத்தின் மூத்த உறுப்பினர்களில் ஒருவருமான பொறிஞர் நா. புஷ்பராஜ்-சங்கச் செயற்குழு உறுப்பினரும், எழுத்தாளருமான முனைவர் மணிமேகலை தம்பதியரின் மகன் கிருபா புஷ்பராஜ். 31வயது நிறைந்தவர்.

கோவை பி.எஸ்.ஜி. தொழில்நுட்பக் கல்லூரியில் B.E.(ECE) பட்டமும், க-போர்னியா மாகாணம் சாண்டா பார்பரா க-போர்னியா பல்கலைக் கழகத்தில் M.S.பட்டமும், க-போர்னியா மாகாணத்தில் உள்ள மெக்ஜார்ஜ் சட்டப் பல்கலைக் கழகத்தில் J.D.(Judicial Doctorate) பட்டமும் பெற்றுள்ள திரு.கிருபா புஷ்பராஜ் அமெரிக்கா க-போர்னியா மாகாணத்தில் உள்ள பெர்க்கின்ஸ்கோய் என்ற புகழ்பெற்ற சட்ட நிறுவனத்தில் காப்புரிமை சட்ட வல்லுனராகப் (Patent Attorney) பணியாற்றி வருகிறார். அமெரிக்க அதிபர் திரு. ஒபாமா அவர்கள் வழக்கறிஞராகப் பணிபுரிந்த நிறுவனம் இது என்பது குறிப்பிடத்தக்கது. தான் சட்டக் கல்வி கற்ற கல்லூரியில் பகுதிநேரப் பேராசிரியராகவும் பணிபுரிந்து வருகிறார்.

சட்டக் கல்லூரியில் படித்தபோது, 80 பேர் கொண்ட வகுப்பில் இவர் ஒருவர் மட்டுமே இந்தியர். பல்கலைக் கழக முதல் மாணவராகத் தேறி பதக்கம் பெற்றவர். கல்லூரி Website - ல் இவர் பேச்சை, தொடர்ந்து 6 மாத காலம் ஒளிபரப்பி பெருமைப்படுத்தினர்.

சில மாதங்களுக்கு முன் இவர் சென்னை வந்தபோது, கலைஞர் தொலைக்காட்சி, 'சந்தித்த வேளை' நிகழ்ச்சியில் இவரைப் பேட்டி கண்டு ஒருமணிநேர நிகழ்ச்சியாக ஒளிபரப்பியது. இந்நிகழ்ச்சியைப் பார்த்த மூத்த வழக்கறிஞர் திரு.இரா. காந்தி, திராவிடக் கழகத் தலைவர் கே.வீரமணி, திரு.கிருஷ்ணராஜ் வாணவராயர் உட்பட சட்ட வல்லுனர்கள் பலர் பாராட்டினர். தமிழறிஞர் சிலம்பொ- செல்லப்பனார் அவர்களின் பேரனான இவர், தமிழில் மிக்க ஆர்வமும், புலமையும் கொண்டவர்.

அமெரிக்காவின் புகழ்மிக்க Super Lawyers Magazine என்ற இதழ், கிருபா புஷ்பராஜ் அவர்களுக்கு 'Northern California Rising Star' என்ற உயரிய விருதுக்கு இந்த ஆண்டு தேர்ந்தெடுத்துள்ளது.

தகுதி, சாதனைகள், வழக்கறிஞர் தொழி-ல் பெற்ற வெற்றிகள், அங்கீகாரம் ஆகியவற்றைப் பரிசீ-த்து திரு. கிருபா புஷ்பராஜ் இந்த விருதுக்குத் தேர்வு செய்யப்பட்டுள்ளார். அமெரிக்காவிலுள்ள மொத்த வழக்கறிஞர்களுள் இரண்டரை சதவீதம் வழக்கறிஞர்கள் மட்டுமே 'Rising Star' விருது பெறுகின்றனர்.

மதிப்புமிக்க 'Rising Star' என்ற உயரிய விருது பெற்றுள்ள கிருபா புஷ்பராஜ் அவர்களுக்கு சென்னை கொங்கு நண்பர்கள் சங்கம் வாழ்த்துகளையும், பாராட்டுகளையும் தெரிவித்துக் கொள்கிறது.

❖❖❖❖❖

Yôrjõ¡ú\ôm

கரூர் நகரில் உலகத்தரத்திலான ''கரூர் ஜவுளிப் பூங்கா'' 26.02.2011 அன்று தமிழக போக்குவரத்துத் துறை அமைச்சர் திரு. K.N.நேரு அவர்கள் தலைமையில் மாண்புமிகு மத்திய ஜவுளித்துறை அமைச்சர் திரு. தயாநிதி மாறன் அவர்களால் திறந்து வைக்கப்பட்டது.

இந்த ஜவுளிப் பூங்கா ரூ.135 கோடி மதிப்பீட்டில் சுமார் 110 ஏக்கர் பரப்பளவில் உலகத் தரத்துடன் அனைத்து விதமான நவீன தொழில் நுட்பங்களுடன் அழகான முறையில் வடிவமைக்கப்பட்டுள்ளது. இதன் மூலம் நேரடியாக சுமார் 3000 பேர்களும் மறைமுகமாக சுமார் 8000 பேரும் சுற்றுப்புறத்தில் வேலை வாய்ப்பினைப் பெறுவார்கள்.

இந்த ஜவுளிப் பூங்கா இந்தியாவிலேயே மாதிரி ஜவுளிப் பூங்கா என மத்திய , மாநில அமைச்சர் பெருமக்களால் பாராட்டப்பட்டது.

இச்சிறப்புமிக்க பூங்கா உருவாகக் காரணமாக இருந்தவர் தொழிற்சிற்பி திரு. அட்லஸ் M.நாச்சிமுத்து அவர்கள். சுமார் 40 வருடங்களாக இவர் ஜவுளித் தொழி-ல் இருந்து வருகின்றார். கரூர் கொங்கு கல்வி அறக்கட்டளையின் தலைவராக நான்கு வருடங்கள் சீரிய பணியாற்றி கல்வி வளர்ச்சிக்கு உறுதுணையாக இருந்து வருகின்றார். இவருடைய காலத்தில் சுமார் 2000 பேர் அமரும் வகையில் மிகப்பெரிய கலையரங்கதைக் கட்டி தந்துள்ளது அரிய செயலாகும். கல்வி அறக்கட்டளைக்கு பல புதிய கட்டிடங்களையும், நிதி ஆதாரங்களையும் பெற்றுத் தந்துள்ளார். இத்துடன் கரூர் ஜவுளி ஏற்றுமதியாளர்கள் சங்கத்தின் பொருளாளராக கடந்த 15 ஆண்டுகளாகவும், கடந்த இரண்டு வருடங்களாக அதன் தலைவராகவும் பதவி வகித்து வருகின்றார்.

திரு.அட்லஸ் M.நாச்சிமுத்து அவர்களுக்கு நமது கொங்கு நண்பர்கள் சங்கத்தின் சார்பாக கடந்த 2008-ம் ஆண்டு கொங்கு சாதனையாளர் விருது வழங்கி கௌரவித்துள்ளோம். நமது கொங்கு நண்பர்கள் சங்கத்திற்கு நிறைய உறுப்பினர்களைப் பெற்றுத் தந்து நமது சங்கத்தின் வளர்ச்சிக்கு பெரிய அளவில் உதவியுள்ளார். திரு.அட்லஸ் M.நாச்சிமுத்து அவர்களின் வாழ்க்கை இளைய தலைமுறையினர் அனைவருக்கும் ஒரு வழிகாட்டியாக இருக்கும் என்பதில் எள்ளளவும் சந்தேகமில்லை. இத்தகைய சாதனையாளர், நமது கொங்கு நண்பர்கள் சங்கத்தின் உறுப்பினராக நமது கொங்குச் சமுதாயத்திற்கு மட்டுமில்லாமல் ஒட்டுமொத்த சமுதாயத்தின் முன்னேற்றத்திற்கும் வழிகாட்டுவது மிகவும் பாராட்டக் கூடிய செயலாகும்.

கொங்குச் சமுதாயத்திற்கும், கரூர் நகரத்திற்கும் பெரும் பெருமை சேர்த்து வரும் திரு.அட்லஸ் நாச்சிமுத்து அவர்களுக்கு வாழ்த்துகளைத் தெரிவிப்பதில் சென்னை கொங்கு நண்பர்கள் சங்கம் மகிழ்ச்சி கொள்கிறது.

❖❖❖❖❖

éúXôL úRYôªoRm úUôo

சொர்க்க லோகத்தின் அதிபதியான இந்திரனுக்கு கிடைக்காத தேவாமிர்தம் தான் úUôo என புராணக் கதைகள் தெரிவிக்கின்றன.

பாற்கடலைக் கடைந்தபோது வந்த அமிர்தத்திற்கு இணையான பொருளாக மோரை புராணங்களில் கூறப்பட்டுள்ளது. இதி-ருந்து இதன் பயனை நாம் அறிந்து கொள்ளலாம்.

பால் அமிர்தம் என்றால், மோர் தேவாமிர்தம். ஆயுளை நீடிக்கச் செய்வதால் தான் மோரை பூலோக தேவாமிர்தம் என்று அழைக்கின்றனர்.

மோர் என்றதும் முன்பெல்லாம் கிராமங்களில் பெண்கள் அதிகாலையில் மண் பானையில் தயிரை மத்து கொண்டு கடையும் சத்தம் ஞாபகத்திற்கு வரும்.

மோரை நன்றாகக் கடைந்து அதி-ருந்து வெண்ணெயைத் தனியாக எடுத்து, மீதமிருக்கும் மோரில் நன்கு நீர் கலந்து, அந்த மோரை வீட்டிற்கு வரும் விருந்தாளிகளுக்குக் கொடுத்து உபசரிப்பார்கள். அவர்களும் உபயோகிப்பார்கள்.

ஆனால் இன்று மிக்ஸியில் போட்டு லேசாக அரைத்து நீர் கலந்து அருந்துகின்றனர். அல்லது மெஷின் கொண்டு கடையப்பட்டு பாக்கெட்டுகளில் அடைக்கப்பட்டு வரப்படும் மோரை வாங்கிப் பயன்படுத்துகின்றனர்.

பொதுவாக கோடைக்காலங்களில் திருவிழாக்கள் நடக்கும். அங்கு வரும் மக்களின் தாகத்தைத் தணிக்க இலவசமாக மோர் வழங்கும் வழக்கத்தை இன்றும் சில கிராமங்களில் காண முடியும்.

மோர் உடல் சூட்டைத் தணித்து, உடலுக்குப் புத்துணர்ச்சி தரும் சிறந்த பானமாகும்.

மோரில் கறிவேப்பிலை, கொத்த மல்-, இஞ்சி, சின்ன வெங்காயம், சீரகம் சேர்த்து சிறிது உப்பு கலந்து அருந்தினால் மிகுந்த பயன் தரும்.

மோரில் எண்ணற்ற மருத்துவக் குணங்கள் நிறைந்துள்ளன. மோர் நாவறட்சியைப் போக்கும். உடல் சூட்டைத் தணிக்கும். கோடை வெயி-ன் வெப்பத்தினால் உண்டாகும் பாதிப்புகளைத் தடுக்கும்.

மோர் இரத்தத்தின் கடினத் தன்மையைக் குறைக்கும். இரத்தத்தில் நீர் வறட்சியைத் தடுக்கும் குணமுள்ளதால் இரத்தத்தில் கலந்துள்ள தேவையற்ற வேதிப்பொருட்களை சிறுநீர், வியர்வை மூலம் வெளியேற்றும்.

பித்த அதிகரிப்பைக் குறைத்து பித்தத்தினால் உண்டாகும் பாதிப்புகளி-ருந்து விடுபட உதவும்.

இரத்தத்தில் இரும்புச்சத்தை அதிகரித்து இரத்தச் சோகையைத் தடுக்கும்.

சிறுநீரை தேவையான அளவு வெளியேற்றும். இதனால் நீர்ச்சுருக்கு, நீர் எரிச்சல், சிறுநீர் கல்லடைப்பு போன்றவை தடுக்கப்படும். எரிச்சல், சிறுநீர் கல்லடைப்பு போன்றவை தடுக்கப்படும்.

நன்கு பசியைத் தூண்டும். உணவில் கலந்துள்ள விஷத் தன்மையைப் போக்கும். மேலும் அஜீரணக் கோளாறுகளை நீக்கும். இதனால்தான் விருந்தில் மோரை முன்னோர்கள் சேர்ந்து வந்துள்ளனர்.

சீரண சக்தியைத் தூண்டும். வயிறு மந்தம், வாயுத் தொந்தரவு, போன்றவற்றைத் தடுக்கும். மலச் சிக்கலைப் போக்கும்.

மூலநோய் உள்ளவர்கள் உணவில் மோர் சேர்த்து உண்டு வந்தால் மூலக்கடுப்பு, இரத்த மூலம், மூலப்புண் போன்றவை மாறும்.

மோரில் பெருங்காயம் கலந்து அருந்தினால் வயிற்றுப்பொருமல் நீங்கும்.

வெயி-னால் உண்டாகும் சரும பாதிப்புகளைப் போக்கும். மோர் அதிக வியர்வையைத் தூண்டுவதால் சருமத்தில் படிந்துள்ள அழுக்குகள் நீங்கும். சரும வறட்சியைப் போக்கும்.

தற்போது கோடைக்காலம் என்பதால் கண்ட குளிர் பானங்களைக் குடிக்காமல் நீர்மோர் அருந்தினால் கோடையில் குளுமையாக வாழலாம்.

கோடைக்காலம் துளிர்விடத் தொடங்கி விட்டது. அதுவும் ஆரம்பம் கொஞ்சம் அதிரடியாகவே உள்ளது.

வெயில்காலம் வந்தாலே தாகம்... தாகம்... தாகம்...

இந்று நேற்றல்ல, ஆதிகாலந்தொட்டே கோடைக்காலத்தைச் சமாளிக்க மக்கள், பானங்கள் தயாரித்தும், இயற்கையான தாகம் தீர்க்கும் பொருட்களையும் உபயோகித்தனர். அவற்றில் முக்கியமானதாக இளநீர், பதநீர், மோர், பழச்சாறுகள், மண் பானைக் குடிநீர் போன்றவை.

நாட்கள் செல்லச்செல்ல, நாகரீகம் வரை வளர அத்தகைய இயற்கை குளிர்பானங்கள் நாகரீகத்தைக் கெடுக்கும் பொருட்கள் என்ற எண்ணம் மக்கள் மனதில் தோன்ற ஆரப்பித்துவிட்டது. அவற்றிற்கு பதிலாக வண்ண வண்ண பாட்டில்களில், டின்களில் அடைத்து விற்கப்படும் செயற்கை ரசாயன குளிர்பானங்கள் தனது ஆதிக்கத்தை அனைத்து பட்டித்தொட்டிக்கும் செலுத்த ஆரம்பித்துவிட்டது.

ஆம்... வெயில்காலம் ஆரம்பித்துவிட்டால்.. இளைஞர், குழந்தைகள்.. முதியவர் எனப் பாகுபாடின்றி அனைவர் கைகளிலும் ஒரு குளிர்பான பாட்டில். தற்போது அது ஒரு பேஃஷனாகவே மாறிவிட்டது.

சரி.. இவை உடல் நலத்துக்கு நன்மை பயக்குமா, குறைந்தபட்சம் கேடு விளைவிக்காமலாவது இருக்குமா என்று பார்த்தால், அதுவும் இல்லை.

இத்தகைய குளிர்பானங்களில் ரசாயனம் கலக்கப்பட்டுள்ளது. இவற்றை அருந்தினால் உடலுக்கு பலவகைகளில் கேடுகளை விளைவிக்கும், கேன்சர் வரும், இன்னும் பல வியாதிகள் வரும் என்று எத்தனையோ ஆய்வாளர்கள் ஆராய்ச்சி செய்து அவ்வப்போது அறிக்கைகள் வெளியிட்டவண்ணம் உள்ளனர். ஆனால், அவற்றையெல்லாம் நன்றாகப் படித்துப் பார்த்து, அதனை ஒரு மூலையில் தூக்கிப்போட்டுவிட்டு, படித்த களைப்பிற்கு ஒரு கூல்டிரிங்ஸ் வாங்கிச்செல்லும் மக்கள்தான் தற்போது உள்ளனர்.

நன்றி : Health Choice Journal

❖❖❖❖❖

KÚ ®Ý§u ®¯L°p

கோவை நகரத்தில் ஒரு வீடு... அங்கே தன்னந்தனியாக 88 வயதுத் தாய் ஒருவர் வாழ்ந்து வருகிறார். அவர் நினைத்தால் சமைப்பதற்கும், துணி துவைப்பதற்கும், இட்ட பணிகளைச் செய்வதற்கும் தனித்தனி பணியாட்களை வைத்துக் கொள்ள முடியும். ஆனால் எவருடைய துணையும் இன்றித் தானே சமைத்து சாப்பிட்டுக் கொள்கிறார்... தானே துவைத்து உடுத்திக் கொள்கிறார். வயது அவருக்குத் தடையில்லை! வயோதிகம் அவர் மேனியில் தன்னுடைய வீரியமிக்க கோடுகளை வரைந்திருந்த போதிலும் மனத்தில் அவர் இன்றும் போராளியாகவே வாழ்ந்து கொண்டிருக்கிறார்.

ஜமீன்தார் குடும்பத்தில் பிறந்து, லண்டனில் பயின்று, எப்படி இவரால் இவ்வளவு எளிமையாக வாழ முடிகிறது?

ஏதாவது ஒரு கட்சியில் சேர்ந்து, தலைவர்கள் மனத்தில் இடம் பிடித்து, கட்சியிலோ அரசிலோ ஏதாவதொரு பதவியைப் பெற்று, குறுகிய காலத்திலேயே கார், பங்களா, சொத்து, சுகம் என வாழும் மக்கள் மத்தியில், இவரால் மட்டும் எப்படி கொள்கையை மட்டும் உயிர் மூச்சாகக் கொண்டு வாழ முடிகிறது?

கற்ற கல்வியையும், பெற்ற பட்டங்களையும், பூங்வீகச் சொத்துகளையும் புறந்தள்ளிவிட்டு, பொது வாழ்க்கையில் நுழைந்து, ஏழை எளிய மக்களோடு இரண்டறக் கலந்து பாடு பட்டவர் இந்தத் தாய். ஆனால் பலர் எந்தவித வசதியுமின்றி அரசிய-ல் நுழைந்து அதிபர்களாக ஆன கதையும் இந்த மண்ணில் நடந்து கொண்டுதான் இருக்கிறது.

அதனால்தான் இந்தத் தாய் பெயரைக் கேட்டாலே பலர் திகைக்கின்றனர்.

இந்தத் தாய் வாழும் கோவை வீடும் அவருக்குச் சொந்தமானதன்று. அவருடைய மகள் சம்பாத்தியத்தில் வாங்கியது. அந்த வீட்டில்தான் அந்தத் தாய் தன்னந்தனியாக இப்போது வாழ்ந்து கொண்டிருக்கிறார்.

வசதி படைத்த பலருக்கும், பணியி-ருந்து ஓய்வு பெற்ற சிலருக்கும் பொழுது போவதில்லை. அதனால் எந்தெந்த வழிகளிலோ நேரத்தைச் செலவிடுகின்றனர். ஆனால் இந்தத் தாய் மட்டும் இப்போதும் எப்படி சுறுசுறுப்பாக வாழ்கிறார்?

தன் பணிகளைத் தானே செய்து கொள்கிறார்... ஓய்வு நேரத்தில் நூல்களைப் படிக்கிறார்... இன்றைய அரசியலை அறிந்து கொள்வதற்கு ஆங்கில நாளிதழ்களை அன்றாடம் படித்து முடிக்கிறார்... கர்நாடக இசையையும், மேற்கத்திய இசையையும் கேட்டு வைக்கிறார்... கிரிக்கெட், டென்னிஸ் போட்டி நடக்கும் காலத்தில் தொலைக்காட்சிப் பெட்டியில் கண் பதிக்கிறார்...

இப்படித்தான் இந்தத் தாயின் ஒவ்வொரு நாளும் ஓடி மறைகிறது...

இன்றும் கோவை நகரத்தில் எங்கேயாவது தொழிலாளர் பேரணி நடக்கிறதா?

இந்தியக் கம்யூனிஸ்ட் கட்சியின் மாநாடு நடக்கிறதா? தொழிலாளர் போராட்டம் நடக்கிறதா? அங்கெல்லாம் அந்தத் தாயை நீங்கள் பார்க்கலாம்!

சிவந்த மேனி... நரைத்த தலை முடி... மெ-ந்த தேகம்... ஆடம்பரமற்ற ஆடை... நகையில்லாக் கழுத்து... உலகையே ஆரத் தழுவும் கருணை விழிகள்... இதுதான் அந்தத் தாயின் தோற்றம்.

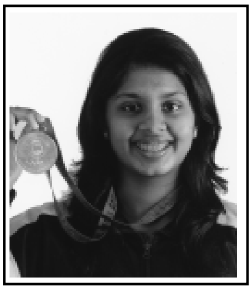
அந்தத் தாய் யார் தெரிகிறதா?

அவர்தான் ஜமீன்தார் குடும்பத்தில் பிறத்து, சாமான்ய மக்களுக்காக இன்றும் உழைத்துக் கொண்டிருக்கும் தோழியர் பார்வதி கிருஷ்ணன்!

நன்றி : கொங்கு நாடு அறக்கட்டளை
வெளியிடான 'குமார மங்கலம் தியாக தீபங்கள்'
என்ற நூ--ருந்து

❖❖❖❖❖

YôrjÕ¡ú\ôm



சென்னை பிரிசிசன் கொங்கு மாமணி திரு.K.பழனியப்பன் - திருமதி சகுந்தலா தம்பதியரின் பேத்தியும், திரு.P.பாலமுருகன் - திருமதி சுமதி ஆகியோர் மகளுமாகிய செல்வி அபராஜித்தா அவர்கள் இந்திய அளவிலும், தமிழகத்திலும் ஸ்குவாஷ் விளையாட்டில் புகழ் பெற்ற இளம் வீராங்கனை ஆவார். ஜார்க்கண்டு மாநிலத்தில் நடந்த 34வது தேசிய விளையாட்டுப் போட்டியில் இவர் பங்கேற்று, தங்கம் வென்றுள்ளார். மேலும் பல நாடுகளைச் சேர்ந்த வீராங்கனைகள் பங்கேற்ற 'சுவிஸ் ஜீனியர் ஒபன்' போட்டியில் கலந்து கொண்டு தங்கம் வென்றுள்ளார். இலங்கையில் நடந்த ஆசிய விளையாட்டுப் போட்டியில் வெண்கலப் பதக்கம் வென்று சாதனை படைத்துள்ளார்.

இவரது சாதனையைத் தமிழக அரசு பாராட்டியுள்ளது.

2005 ஆம் ஆண்டு நடந்த சென்னை கொங்கு நண்பர்கள் சங்கக் குடும்ப விழாவில், 'கொங்கு இளம் சாதனையாளர்' விருதும், 2008 ஆம் ஆண்டு நடந்த குடும்பவிழாவில் 'கொங்கு சாதனையாளர்' விருதும் பெற்றுப் பாராட்டப்பட்டவர் இவர் என்பது குறிப்பிடத்தக்கது.

விளையாட்டுத் துறையில் சாதனைகள் பல படைத்து நாட்டிற்கும், குறிப்பாக தமிழ் நாட்டிற்கும், கொங்குச் சமுதாயத்திற்கும் பெருமை சேர்த்துள்ள செல்வி அபராஜித்தா அவர்களை சங்கம் பாராட்டி மகிழ்வதுடன், மேலும் பல சாதனைகளைப் படைக்க வாழ்த்துகிறது.

❖❖❖❖❖