சுதேசமித்திரன்

நமக்கு தொழில் நாட்டுக்கு உழைத்தல், இமைபோழுதும் சோராதிருத்தல்

சக்கரம் 1 ஆரம் 9

கங்கை கொண்ட சோழபுரம்

தமிழனின் தொலையும் அடையாளம்

க. விசயகிருசுணன்

பல்லாயிரம் ஆண்டுகளுக்கு முன்னர் தோன்றிய தமிழ் மொழியையும் தமிழர் பண்பாட்டையும் பல்வேறு காலங்களை தாண்டி சீர்மிகு சிறப்புடன் உலகிற்கு எடுத்துக்காட்டிய மூவேந்தர்கள் சேரர்கள், சோழர்கள் மற்றும் பாண்டியர்கள். இதில் சோழர்களும் , பாண்டியர்களும் தமிழ் மொழியின் வளர்ச்சிக்கு முக்கிய பங்காற்றியுள்ளனர். சங்கம் அமைத்து தமிழ் வளர்த்தான் பாண்டியன். கங்கை வரை வெற்றி கொடி நாட்டி தமிழனின் பெருமையை உலகிற்கு எடுத்துக்காட்டினான் சோழன்.

தென்னிந்தியாவை ஆண்ட மூவேந்தர்களுள் சிறப்புமிகு அரசர்களில், இமயத்தில் முதன் முதலில் கொடி நாட்டிய முதல் தமிழன் கரிகால் பெருவளத்தான், கப்பற்படை அமைத்து கடல்கடந்து வெற்றிகளை குவித்தான் ராஜராஜசோழன், கங்கை வரை வெற்றி பெற்று கங்கை நீரை தமிழகம் கொண்டு வந்தான் ராஜேந்திர சோழன். மலைகளை குடைந்து கோவில்களை எழுப்பினான் பல்லவ அரசன் மகேந்திர நரசிம்மன். இன்னும் எத்தனை எத்தனையோ அரசர்கள் காலம் காலமாக தமிழர்களின் பெருமையை உலகிற்கு எடுத்துக்காட்ட அவர்கள் உருவாக்கிச்சென்ற அடையாளங்கள் எல்லாம் காலத்தின் மாற்றம் மற்றும் மக்களின் நாகரீக வளர்ச்சியால் இன்று அழியும் நிலையை நோக்கி சென்று கொண்டிருக்கின்றன.

எங்கோ ஒரு உலகின் மூலையில் இருந்து படையெடுத்து வந்த அலெக்ஸாண்டர் நினைவில் இருக்கும் அளவிற்கு தமிழனின் பெருமையை நிலைநாட்டிய கரிகால் சோழனோ, ராஜராஜசோழனோ , ராஜேந்திர சோழனோ மற்றும் மகேந்திர நரசிம்ம பல்லவனோ நமக்கு நினைவில் இல்லை. இவர்களும் பல போர்களை வெற்றியுடன் முடித்த மாவீரர்கள் தான். ஆனால் இவர்களின் அடையாளங்களால் மட்டுமே இவர்கள் இன்று மக்கள் மனதில் நிற்கிறார்கள். கல்லணை கட்டினான் கரிகாலன், தஞ்சை பெரிய கோவிலை நிறுவினான் ராஜராஜன், கங்கை கொண்ட சோழபுரத்தை நிறுவினான் ராஜேந்திர சோழன் மற்றும் மகாபலிபுரத்தை நிறுவினான் மாமல்லன் என்று பெயரெடுத்த மகேந்திர நரசிம்மன். இந்த அடையாளங்கள் அழியும் பொழுது இவர்களின் பெயர்களும் வரலாற்றிலிருந்து சேர்ந்து நீங்கும். நம் அண்டை தீவான இலங்கை, இன்று நமக்கு மீன் பிடிக்கும் உரிமை கூட இல்லாத பகுதி , ஒரு காலத்தில் தமிழனின் ஆளுமைக்கு அடிபணிந்து கிடந்தது. கடல் கடந்து வெற்றிகளை குவித்த ஒரே இந்திய அரசன் தமிழனான ராஜராஜசோழன்.

இவர்களை தவிர்த்து இன்னும் எத்தனையோ அரசர்கள் பல செயற்கறிய செயல்களை ஆற்றியுள்ளனர். அவர்களின் அடையாளங்கள் எல்லாம் வெளியுலகிற்கு தெரியாமலே மறைந்து விட்டன அல்லது மறைக்கப்பட்டு விட்டன. சோழர் வம்சம், கடல் கொண்ட காவிரி பூம்பட்டினத்தில் தொடங்கி பின்னர் கரிகாலன் காலத்திலே உறையூரை தலைநகராக்கி வளர்ந்தது பின்னர் விஜயாலய சோழன் காலத்தில் தஞ்சை தலைநகராக மாறியது. இறுதியாக தன் தந்தையான ராஜராஜ சோழன் நினைவாக தனையனான ராஜேந்திர சோழன் கங்கை வரை பெற்ற வெற்றியை சிறப்பிக்கும் விதமாக கங்கை கொண்டசோழபுரம் என்னும் நகரை நிர்மாணித்தான். அதையே சோழ வம்சத்தின் தலை நகராக்கினான். சோழ வம்சத்தின் இறுதிகாலம் வரை அதுவே தலைநகராக இருந்தது. அங்கு தஞ்சை பிரகதீஸ்வரர் கோவிலை போன்று மற்றும் அதை விட அதிக சிற்பங்கள் நிறைந்த கோவிலை உருவாக்கினான். இருவேறு கோவில்களிலும் வழங்கும் தெய்வங்களும் ஒரே பெயரை கொண்டே அழைக்கப்படுகின்றது. அந்நகரின் தேவைக்காக சோழகங்கம் என்ற ஏரியை உருவாக்கினான்.

வேதனை என்னவெனில் இன்று அந்த கங்கை கொண்ட சோழபுரம் என்னும் நகரை கல்மேடுகலாக மட்டுமே காணமுடிகிறது. நகரம் இருந்ததற்கான எந்த அடையாளங்களும் இன்று இல்லை, அங்கு மாளிகை அமைந்திருந்த இடம் மட்டும் மாளிகை மேடு என்ற பெயரால் தொல்லியல் துறையால் பாதுகாக்கப்படுகிறது. ராஜேந்திர சோழன் கட்டிய கோவிலின் பெரும்பாலான பகுதிகள் பல்வேறு காலகட்டங்களில் பல படையெடுப்புகளில் அழிக்கப்பட்டும், மக்களின் அறியாமையாலும் இன்று சிறு பகுதியாக காட்சியளிக்கிறது. கோவிலை சுற்றி பார்க்கும் பொழுது கற்பனை வளமிருப்பின் கோவில் எவ்வளவு பிரமாண்டங்களுக்கு

சொந்தமாக இருந்திருக்கும் என்று தெரியும். இன்று எஞ்சியிருப்பது மூலவர் தலம் மற்றும் ஒன்றிரண்டு கட்டிடங்கள் மட்டுமே. நாம் இழந்து கொண்டிருக்கும் முக்கிய அடையாளங்களுள் ஒன்று இந்த கோவில்.

கோவில் என்பது வழிபாட்டுக்குரிய தலம் மட்டும் அல்ல அது ஒரு இனத்தின் அடையாளம். மொழி, கலாச்சாரம் மற்றும் கலைகளின் தலைமுறை பரிமாற்றத்திற்க்குரிய இடங்கள் அவை. ஒரு இனம் இவ்வளவு சிறப்பாக வாழ்ந்து, வளர்ந்து இருந்திருக்கிறது என்பதை கோவிலை தவிர நாம் வேறு எங்கும் அடையாளம் கண்டுகொள்ள முடியாது. தமிழர்கள் கலைகளில் எவ்வளவு சிறந்தவர்கள் என்பதை ஆசியாவின் பல்வேறு இடங்களில் அமைந்துள்ள கோவில் சிற்பங்கள் உலகிற்கு எடுத்துக் கூறும். ஆசிய கண்டத்தின் பல பகுதிகளை தமிழர்கள் ஆண்டார்கள் என்பதை பல்வேறு கல்வெட்டுக்களும், நினைவுச் சின்னங்களும் எடுத்துறைக்கும்.

இன்று ஏனோ மேற்கத்திய நாகரீக மோகம் மற்றும் முற்போக்கு எண்ணங்களின் தாக்கத்தால் கோவில்கள் என்பது வயதானவர்களுக்கு மட்டும் என்ற மன எண்ணம் உருவாகிவருகிறது. பெரியார் சாதிய தொல்லைகளால் கடவுள்களை இல்லை என்றார், ஆனால் அதனால் ஏற்பட்ட ஒரு இழப்பு கோவில்களிள் உள்ள நமது கலைகளும் அடையாளங்களும் போற்ற தகுதியற்றவை என்ற எண்ணம் வேரூன்றிவிட்டது. இங்கு நான் எடுத்து கூறியவை நான் கண்ட, கேட்ட, அறிந்த தகவல்களே இன்னும் எத்தனை எத்தனையோ அடையாளங்களை கால மாற்றத்தால் நாம் இழந்து விட்டோம் ,இன்னும் இழந்து கொண்டிருக்கிறோம்.

எந்த தொழில்நுட்பத்தின் வளர்ச்சியால் மக்களின் பார்வை இவற்றிலிருந்து விலகியதோ அதே தொழில்நுட்பத்தை மதிநுட்பத்துடன் கையாண்டால் நாம் இழந்துகொண்டிருக்கும் பல அடையாளங்களை அடுத்த தலைமுறைக்கும் கொண்டு செல்ல முடியும். இன்று எவ்வளவு சிறப்பாக வாழ்ந்தாலும் நம் முன்னோர்கள் எவ்வளவு சீர்மிகு சிறப்புடன் வாழ்ந்தார்கள் என்று அறியும் பொழுதே ஒரு இனத்தின் சிறப்பு முழுமையாக அடுத்த தலைமுறைக்கும் பரிமாறப்படும். இல்லையெனில் நாட்டை கொள்ளையடிக்க வந்தவர்களையே அடுத்த தலைமுறை மாவீரகளாக எண்ணிக்கொண்டு, நம்மவர்களை வரலாற்றிலிருந்து மறந்து போகலாம். விழித்தெழுவோம்.

“வரலாறு இல்லாமல் எதிர்காலமே இல்லை.

கார்.அகிலன்

மக்களுக்கு அரசியல்வாதிகளை உண்மையில் பிடிப்பதில்லை. ஒவ்வொரு தேர்தலிலும் இறைச்சல் மிகுந்த சூழ்நிலைகளில் சரியான வேட்பாளரை தேர்ந்தெடுப்பது மிகவும் கடினமான செயலாகப் பார்க்கப்படுகிறது. தேர்தல் காலத்தில் தொலைக்காட்சி விளம்பரங்களும், துண்டு அறிக்கைகளும், சுவரொட்டிகளும், சாலையோர பதாகைகளும் நம்மை நோக்கி போர்தொடுக்கும், அதுமட்டுமல்ல ஒவ்வொரு கட்சியின் விளம்பரங்களும் மற்ற விளம்பரங்களுக்கு நேரெதிராக இருக்கும், முரண்பாடுகளை விதைக்கும். எனவே, சரியான அரசியல்வாதியை தேர்ந்தெடுப்பது என்பது மிகவும் கடினமான ஒன்று, ஆனால் யாருக்கு வாக்களிக்கலாம் என்பதை முடிவு செய்ய சில வழிமுறைகளை பின்பற்றலாம்.

உண்மைகள்:

விளம்பரங்களையும் வீண் பேச்சுகளையும் மறந்துவிட்டு, சென்ற முறை அவர் என்னென்ன வாக்குறுதிகளை அளித்தார்? எந்த அளவிற்கு அப்பணிகள் நிறைவடைந்துள்ளன? புதியவராக இருந்தால் அரசியலுக்கு வருவதற்கு முன் அவர் செய்துகொண்டிருந்தார், மக்கள் நல பணிகளில் ஈடுபட்டுள்ளாரா? அவர் அரசியலுக்கு வருவதின் நோக்கம் என்ன? செயல்திட்டங்கள் ஏதேனும் வைத்துள்ளாரா? போன்ற உண்மைகளை ஆராய்ந்து தேர்ந்தெடுக்கலாம். வேட்பாளரின் கடந்தகால நடவடிக்கைகளைக்கொண்டு எதிர்காலத்தில் எப்படி செயலாற்றுவார் என்பதை ஓரளவிற்கு அநுமானிக்க முடியும்.

கட்சி சார்பு வேண்டாம்:

நீங்கள் ஒரு குறிப்பிட்ட கட்சியின் உறுப்பினராக இருந்தாலும், மற்ற வேட்பாளர்களைப் பற்றியும் அறியுங்கள். உங்களது கட்சியின் அனைத்து கொள்கைகளையும் உங்களால் ஏற்க முடியும் என்பது ஐயமே. கருத்து வேறுபாடுகள் இருக்கலாம். மக்கள் நலன் சார்ந்த உங்கள் கருத்திற்கு ஒத்த கருத்துடைய வேட்பாளரை நீங்கள் தேர்வு செய்யலாம்.

பணப்பாதை:

ஒரு அரசியல்வாதிக்கு நன்கொடை வழங்குவது யார்? அவருக்கு பின் கார்பரேட் நிறுவனங்கள் இருக்கக்கூடும். அவ்வாறு இருந்தால் அவர் மக்களுக்காக செயல்படுவாரா? அல்லது அந்த நிறுவனத்திற்காக செயல்படுவாரா? என்பதை ஆராய்ச்சி செய்யுங்கள்.

அவர்களை கவனியுங்கள்:

தங்களது திட்டத்தின் மீது உறுதியான நம்பிக்கைவைத்து அதை

செயல்படுத்தும் அரசியல்வாதிகளையே மக்கள் எதிர்பார்க்கின்றனர். அளித்த வாக்குறுதிகளை நிறைவேற்றும் அரசியல்வாதிகளை வெற்றிபெற செய்யுங்கள். உறுதி அளித்துவிட்டு அதை நிறைவேற்றாமல் திரும்ப திரும்ப வாக்குறுதி கொடுக்கும் அரசியல்வாதிகள் உங்களைத் தேடி வருவதில் உள்நோக்கம் இருப்பதை உணருங்கள்.

அரசியலுக்கு முன்?

வேட்பாளர்கள் அரசியலுக்கு வருவதற்கு முன் என்ன செய்துகொண்டிருந்தனர்?

அவர் மருத்துவராகவோ, வழக்கறிஞராகவோ, ஆசிரியராகவோ இருந்திருக்கலாம். அந்த வேலையில் அவர்கள் வெற்றி பெற்றார்களா? என்பதைவைத்து அரசியல் எதிர்காலத்தை அனுமானிக்க முடியும். மக்கள் தங்களது வேட்பாளர்களை அவர்களது கொள்கைகளின் அடிப்படையில் தேர்வு செய்கின்றனர். அதுபோன்ற ஒரு சில விடையங்களை ஒதுக்கி வைத்துவிட்டு பாரபட்சமற்ற எண்ணத்துடன் வேட்பாளரைத் தேர்வு செய்யவேண்டும். தற்போதைய தகவல் தொழில்நுட்ப உலகில் ஒரு வேட்பாளரை பற்றியும் அவரது முந்தைய செயல்பாடுகள் பற்றியும் ஆராய்வது எளிதான ஒன்றே. அவர்களுக்கு பதவி கிடைத்தால் எப்படி செயல்படுவார்கள் என்ற புரிதலை இந்த ஆராய்ச்சி ஏற்படுத்தும்.

பெரோஸ் நிக்சன்

பொறியாளரான இவர் ஒரு தனியார் நிறுவனத்தில் கட்டட வடிவமைப்பாளராக பணியாற்றி வருகிறார். அண்மையில், மெரினா கடற்கரையைத் தூய்மை செய்யும் பணியில் பங்காற்றியவர். கேர் அண்ட் வெல்ஃபேர் அமைப்பினருடன் இணைந்து பல்வேறு சமூகப் பணிகளை செய்துவருகிறார். பல்வேறு இரத்த வங்கிகளுடன் தொடர்பில் இருப்பதால் அவசர நேரங்களில் இரத்த தானம் செய்யவோ அல்லது அதற்கான ஏற்பாடுகளை செய்யவோ எந்நேரமும் தயாராக இருக்கிறார். ஒரு சமூக நிகழ்விற்கு குறுகிய கால இடைவெளி இருந்தால்கூட தன்னால் இயன்றவரை முயற்சி செய்து குறைந்தது 50 தன்னார்வலர்களையாவது பங்குபெறச் செய்வார். ஏழைகள் இல்லாத, சமூக முன்னேற்றமே இவரது குறிக்கோள். வாழ்த்துகள் நிக்சன்.

இனிய பொங்கல் நல்வாழ்த்துகள்

பொங்கலோ பொங்கல் தை மகளே

பசுமையாக வளர்ந்து நிற்கும் நெற்பயிரும்
பாய்ந்து ஓடும் நீரோடையும் காணமுடியவில்லை
கரை புரண்டு ஓடிய ஆற்றங்கரை - அன்று
நான் எதிர்நீச்சல் அடித்து குளித்தேன் - இன்று
ஆற்றங்கரையோரம் ஓங்கி வளர்ந்த மரங்களும்
நாணல் செடி, கோடி, பூ, எதையும் காணவில்லை
மாட்டு வண்டி பயணம் நினைவில் இருக்கு - வீர விளையாட்டு
ஜல்லிக்கட்டுக்கும் இன்றோ தடையிருக்கு!
சாணம் தெளித்த முற்றம் - மங்கை
வண்ண கோலமிட்டு நடுவில் பொங்கல்பானை வைத்து
பொங்கலோ... பொங்கல் என்று ஒலி எழுப்பி
கண்ட காட்சி போய் - இன்று
சமையல் அறையில் நைட்டியுடன் கேஸ் அடுப்பில் சில
நிமிடங்களில்
நெற்றி வியர்வை நிலத்தில் சிந்தி
உலகுக்கு உணவு கொடுத்த உழவன் ஏக்கத்தோடு பார்க்கிறான்
நிலம் எல்லாம் ரியல் எஸ்டேட் ஆகா மாறிவிட்டதே!
இதை பற்றி நினைக்க நேரம் எங்கே இருக்கு
மது போதை அரக்கனிடம் சிக்கி சீரழியுது இந்த சமுதாயம்!
காண வந்த தை மகளே!
நீ அருங்காட்சியகம் போகும் நாலும் அதிக தூரம் இல்லை
தயவு செய்து நான் கண்ணை மூடும் வரை
தைமகளே போய்விடாதே அருங்காட்சியகம்!
பொங்கலோ... பொங்கல்
நல்வாழ்த்துகள்

- வீ. சுந்தர்

தலைவலி..? - எம்.மரிய பெல்சின்

தலைவலிக்குதா... விரட்ட வழி இருக்கு!

தலைவலிங்கிறது தீராத ஒரு வலியாகி பலபேரை பாடாய்ப்படுத்தி வருகிறது. வயசு வித்தியாசம் இல்லாம, ஆண்-பெண் பேதமில்லாம, ஏழை-பணக்காரன்ங்கிற வித்தியாசமே இல்லாம எல்லோரையும் தலைவலி பாடாய்ப்படுத்தி வருது. பொதுவா, தலைவலி வர்றதுக்கு பல காரணம் இருக்கு. நேரத்துக்கு சாப்பிடலன்னா தலை வலிக்கும். அதேநேரத்துல உடம்புக்கு ஒத்துக்கிடாத சாப்பாட்டை சாப்பிட்டாலும் தலை வலிக்கும். சாப்பாடு செரிக்கலைன்னாலும் (ஜீரணம்) தலைவலிக்கும். இன்னைக்கி பகல் டூட்டி, நாளைக்கு நைட் டூட்டினு மாத்தி மாத்தி வேலை பாத்தாலும் தலை வலிக்கும். கண்ணுல கோளாறு இருந்தாலும் தலை வலிக்கும். குறிப்பிட்ட நேரத்துல செய்ய வேண்டிய வேலையை செஞ்சி முடிக்கலைன்னாலும் தலை வலிக்கும். கோபம், படபடப்பு வந்தாலும் தலை வலிக்கும். பல்லுல பிரச்சினை இருந்தாலும் தலை வலிக்கும். டாய்லெட் போகலைன்னாலும் தலை வலிக்கும்... வயித்துல கோளாறு ஏற்பட்டு டாய்லெட்டே கதின்னு இருந்தாலும் தலை வலிக்கும்.இப்பிடி எதனால தலை வலி வருதுனு அடுக்கிக்கிட்டே போகலாம்.

பனி மழை மாதிரி விழக்கூடிய இந்த மார்கழி மாசத்துல வர்ற தலைவலியே வேற. மழைக்காலம், குளிர்காலம், கோடைகாலம்னு பருவநிலை மாறும்போது நாம மட்டும் மாறாம எப்போதும் போல சாப்பிடுறது, டிரஸ் போடுறதுனு இருந்தா அது நம்மளை பாதிக்கத்தான் செய்யும். பொதுவா காலைப்பனி பலபேருக்கு ஒத்துக்கிடாது. அதனால, நாம குடிக்கிற டீ, காபியில இஞ்சி, துளசி சேர்த்துக்கிறது நல்லது. அதேமாதிரி நொச்சி இலை இல்லைன்னா வேப்பிலை, யூகலிப்டஸ் இலைனு எது கிடைக்குதோ அதை தண்ணிவிட்டு கொதிக்க வச்சி ஆவி (வேது) பிடிக்கலாம். இதே இலைகளோட கொதிநீர்ல குளிக்கவும் செய்யலாம். குளிச்சதும் தலையை நல்லா காய (உலர) வைக்க மறக்காதீங்க. தலையை துவட்டினதும் மிளகுப்பொடியை மெல்லிசான துணியில கட்டி உச்சந்தலையில தேய்க்கிறது, சாம்பிராணி புகையில தலையை காய வைக்கிறதுனு செஞ்சா தலைவலி, ஜலதோஷம் மட்டுமில்லாம வேற சில தொந்தரவுகள்ல இருந்தும் நம்மளை பாதுகாத்துக்கிடலாம்.

காலைச்சாப்பாடு சூடா இருக்கிறதோட இட்லி, இடியாப்பம்னு உடனே செரிமானம் ஆகக்கூடிய உணவா இருக்கிறது நல்லது. இதுக்கு இஞ்சி சட்னி, கொத்தமல்லி சட்னி, கறிவேப்பிலை சட்னி சேர்த்துக்கிட்டா நல்லது. தலைவலி, ஜலதோஷம் மாதிரி பிரச்சினைகள் இருந்தா இஞ்சிச் சாறு குடிக்கலாம். இஞ்சியை

நறுக்கிப்போட்டு ஏலக்காயை இடிச்சிப்போட்டு தண்ணி விட்டு நல்லா கொதிக்க வச்சி அடுப்பில இருந்து இறக்கி பனங்கல்கண்டு இல்லைன்னா சீனி (சர்க்கரை) சேர்த்து குடிக்கலாம். இதை குடிக்கிறதால நாம சாப்பிடுற சாப்பாடு செரிமானமாகுறதோட இருதய நோய்கள்ல இருந்தும் பாதுகாத்துக்கிடலாம்.

அடுத்ததா, காலைல 11 மணிவாக்கில டீ குடிக்கணும்னு நினைக்கிறவங்க அதுக்குப்பதிலா கீரை சூப் குடிக்கலாம். முக்கியமா, மணத்தக்காளி சூப் ரொம்ப நல்லது. மணத்தக்காளியை கீரையா சமைச்சி சாப்பிட்டா அது குளிர்ச்சியை உண்டாக்கும். ஆனா, சூப்பாக்கி சூடா குடிச்சா ஜலதோஷத்தை விரட்டிரும். மற்ற கீரைகளையும் சூப்பாக்கி குடிக்கலாம். டீயேதான் குடிப்பேன்னு அடம்பிடிக்கிறவங்க இஞ்சி டீ இல்லைன்னா லெமன் டீ குடிக்கலாம். அடுத்ததா மத்தியான சாப்பாட்டுல பூசணிக்காய், வெள்ளரிக்காய், சுரைக்காய், மோர், தயிர் சேர்க்காம இருக்கிறது நல்லது. இதை சாப்பிட்டா ஜலதோஷம் வரும், சளி பிடிக்கும், தலைவலி வரும்னு தெரிஞ்சா அதை விட்டுருங்க. எந்த மழை பெஞ்சாலும் சில பேர் ஐஸ்கிரீம் சாப்பிடுறத நிறுத்த மாட்டாங்க. அது சிலபேருக்கு ஒத்துக்கிடும்; ஒத்துக்கிடலைன்னு வச்சிக்கோங்க தலைவலிக்கும்.

அடுத்ததா தும்மல், ஜலதோஷம்னு பாடாப்படுத்திரும். அதனால எச்சரிக்கையா இருக்கணும். ராத்திரி மட்டுமில்லாம பகல்ல வெயில் சுட்டெரிச்சாலும் வீடு, ஆபீஸ்னு எல்லா இடமும் ஜில்லுனு இருக்கும். அதனால ஏ.சி., ஏர்கூலர், ஃபேனுக்கு பக்கத்துல இருக்குறத குறைச்சிக்கோங்க. கூடியமட்டும் தவிர்க்கப்பாருங்க.

சாய்ங்காலம் சுக்கு காபி குடியுங்க. கூடியமட்டும் சூடா, கதகதப்பாவே இருக்குறதுக்கு பாருங்க. அதேநேரத்துல இந்த மழை, குளிர்காலத்துல பலபேரு தண்ணி குடிக்கிறத குறைச்சிருவாங்க. அதுல கவனமா இருக்கணும். இல்லைனா மலச்சிக்கல், வயிற்றுவலி, மூலம்னு வேற சில நோய்கள் வந்து பாடாய்ப்படுத்திரும். ராத்திரியும் சூடான சாப்பாட்டை சாப்பிடுங்க. தோசை, ஊத்தப்பம், சப்பாத்தி, பரோட்டா, முட்டை, சிக்கன், மட்டன் சாப்பிடாம இருந்தா நல்லது.

சாப்பாடு ஜீரணமாகலைன்னு தெரிஞ்சா ஓம வாட்டர் குடிங்க இல்லைனா புதினா கஷாயம் குடிங்க. ஏ.சி. ஃபேனுக்கு கீழ படுக்காதீங்க. தரையோ கட்டிலோ எங்க படுத்தாலும் ஜில்லுனு இருக்குற இடத்துல உடம்பு படக்கூடாது. ஜன்னல் ஓரமாவும் படுக்காதீங்க. ராத்திரி தூங்கும்போது நல்லாத்தான் இருக்கும். ஆனா நடுராத்திரி, அதிகாலைனு நேரம் ஆக ஆக குளிர் காத்து வீச ஆரம்பிச்சதும் அது காதுக்குள்ள போய்

தலைவலிக்கிறது மட்டுமில்ல சிலபேருக்கு காது, முகம், வாய் இழுத்துக்கிட்டு போறமாதிரி வந்துரும்.
அதனால கொஞ்சம் கவனமா இருங்க. இதெல்லாம் உங்களை பயங்காட்டுறதுக்காக சொல்லல, ஒரு முன்னெச்சரிக்கைதான். எல்லாருக்கும் எல்லா நேரமும் வந்திராது. சிலநேரம் சில பேரை பாடாய்ப்படுத்திரும். தும்மல், ஜலதோஷம், மூக்கடைப்புனு எதாவது இருந்தா தேங்கா எண்ணெயை ஒரு கரண்டியில விட்டு சூடு பண்ணி அதுல ஒரு சூடத்தை (கற்பூரம்) போட்டீங்கன்னா உடனே கரைஞ்சிரும். அதை பொறுக்குற சூட்டுல நெஞ்சு, விலாப்பகுதி, கழுத்து, உள்ளங்கால்னு எல்லா இடத்திலயும் தேய்ச்சிட்டு தூங்குனா நிம்மதியா தூங்கலாம்.தலையணைக்குள்ள நொச்சி இலையை வச்சிட்டு தூங்குனாலும் தலைவலி மட்டுமில்ல அதுதொடர்பான எந்த தொந்தரவும் வராது. இது எல்லாத்தையும் மீறி தலைவலிச்சா சுக்கை தண்ணி விட்டு உரசி (இழைத்து) நெத்தியில பத்து (பற்று) போடுங்க. அடுத்த அஞ்சாவது நிமிஷம் தலைவலி பறந்து போயிரும்.

ஊடகங்களின் செயல்பாடுகள் - பாடல்

சுந்தரமூர்த்தி

முத்தமிழில் மூன்றாவது நாடகம்
மூச்சு காத்தா இருக்குதடா ஊடகம்
மேக்கப்பு போடணும் அது நாடகம் - தப்பு செஞ்சா
பேக்கப்பு செய்யும் இந்த ஊடகம்

காலை எழுந்தவுடன் காபி
கையில் பார் நாளிதழ் பேபி
சுடச்சுட காபிதான் பாரு - அட
சுடச்சுட செய்திகள் நூறு

நல்லதும் கேட்டதும் சொல்லும்
நாட்டு நடப்பையும் வெல்லும்
விளையாட்டும் சினிமாவும் சொல்லும்
ஊடகம் ஊடகந்தான் வெல்லும்

அவசர உலகங்கள் பாரு
அலசி ஆராஞ்சா காரணம் நூறு
அதிகமா வேலைய பார்போம்
ஆனாலும் அவசரமா செய்தியதான் கேப்போம்

கையில ரேகதான் இருக்கும் - நம்ம
பையில அலைபேசி சிரிக்கும்
பேஸ்புக்கில் பேசித்தான் கிடப்போம்
வாட்சப்பில் வணக்கம்தான் சொல்வோம்!

முத்தமிழில் மூன்றாவது நாடகம்
மூச்சு காத்தா இருக்குதடா ஊடகம்
மேக்கப்பு போடணும் அது நாடகம் - தப்பு செஞ்சா
பேக்கப்பு செய்யும் இந்த ஊடகம்

Celebrate the New Year?

G Surendar Thina

This is not to hurt anyone or to point someone out. Just read and think about it!

Somehow everyone's **2015** sprinted and passed the baton to the next runner**2016.** It's a relay race, and., there is no such winning in every baton change! But you achieve something in every run and make a huge success in the life, as a race!!

This is the way that the year passes. Just for a single change of baton, if we start enjoying then we will fail to motivate the next year that has started it's run. May be you can say it as a motivation when you celebrate the start of a new year. But, let it be constructive! We can't expect everyone to understand this and I don't expect you all to change abruptly. But just think…

- *What have you achieved in the lost year (previous year)?*
- *What are you planning to achieve for the gift year (new year)?*
- *Who has captured your heart?*
- *Who has benefited you and who was benefited by you?*
- *What have you sacrificed and for whom?*
- *Whom have you hurt for your selfishness?*
- *What is the best moment that you have spent with your parents/relatives?*

These thoughts might have so many answers flashing in your mind. Not everyone will have answers for all these questions. Some might get a single incident. Some might get a lot of experiences flashing out. Some might not have any incidents. You know what is good. Try to improve the good terms with everyone. Love the people around you instead of picking someone special for it unless time and age permits.

Spending all your money on this very first day is not advised to a good human. We better save that money for the further acts and achievements in the gift year! If you feel that you are a great achiever, and if you think that you are the most successful person among all the other people, at least care for the people around you who must have been a helper for you in some way or the other.

When you burst a cracker, you just see the number of shots that it makes. But, give some time to see the number of kids/people who just enjoy by watching what you do. Don't feel pity on them. They are not losing anything. It's you who is losing the money! When you lose the money, at least don't disturb other people's life. The most horrible thing on the day was the New year eve tragedy: Seven family members die in fire disaster. Accidents may occur at any time. Keep expecting the

worst to occur on whatever you do. Celebrate in a constructive manner. If not, at least make sure that it is not destructive.

My objective is not this disaster. I'm not showing this one to make you all stop the celebrations. It's every man's right to do anything that he wishes. Any good human has no right to change your activities or minds. But I have the right to speak what I feel and those who feel worthy kindly think about it. Let's not waste a day for celebrating the lost year or the gift year. Let's wish each and every one for a happier life in the gifted year. Let's think about the above things and march towards a peaceful and successful life.

If you don't agree with what I have said, then just ignore it!

சமூக அக்கறைகொண்ட அமைப்புகளின் பணிகள்

பிரதீப் - https://pradheep360.wordpress.com/2016/01/10/chennai-next/

சென்னை நெக்ஸ்ட் என்ற பெயரில் தன்னார்வலர்கள், தன்னார்வலர்கள் சார்ந்த குழுக்கள் ஒருங்கிணையும் ஒரு நிகழ்வு - ஜனவரி 10 - குருநானக் கல்லூரி வேளச்சேரியில் நடந்தது. சென்னை பெருமழையில் தொண்டுள்ளம் புரிந்தவர்களை ஒருங்கிணைக்கும் இது போன்ற பல நிகழ்வுகள் கடந்த ஒரு சில வாரங்களாக சென்னை முழுவதும் நடந்த வண்ணம் உள்ளது.

அதில் ஒரு நிகழ்வாக சென்னை நெக்ஸ்ட் நடந்தது. தோழன் அமைப்பு, சட்டப் பஞ்சாயத்து அமைப்பு, லோக்சத்தா கட்சி போன்றவை சேர்ந்து நடத்திய நிகழ்வாய் இது இருந்தாலும், மற்ற அமைப்பின் உறுப்பினர்களையும், மற்ற அமைப்பையும், தனி தன்னார்வலர்களையும் அங்கீகரிக்கத் தவறவில்லை என்பதை இங்கே சொல்லியே ஆக வேண்டும். அந்த வகையும் இந்த 3 அமைப்புகளுக்கும் ஒரு சபாஷ்!

இந்த நிகழ்வில் பங்கேற்கக் காரணமாய் இருந்தது அதன் எளிமை. மிகப் பெரிய விளம்பரமாய் இல்லாமல் இயல்பாய் இருந்தது. இதில் பங்கேற்ற விருந்தினர்களும் எளிமையாய் இருந்தார்கள், உடையில் மட்டும் அல்ல நடந்து கொண்ட விதத்திலும். மற்ற விழா போல VIP க்கள், கலந்து கொண்டவர்கள் என எந்த வித்தியாசமும் இல்லாமல் எல்லோரும் ஒன்றுதான், எல்லோரும் VIP தான் என்பது போல அவ்வளவு

எளிமை, எல்லோருக்கும் ஒரே மாதிரியான இருக்கை வரிசை அமைந்து இருந்தது சிறப்பாக மட்டும் இல்லாமல் வித்தியாசமாகவும் இருந்தது.

இந்நிகழ்வின் முக்கிய நோக்கங்கள் என சொல்லப் பட்டது,
1. வெள்ள நிவாரண பணிகளில் ஈடுபட்ட தன்னலமற்ற தன்னார்வலர்களை அங்கீகரிப்பது.
விழாவில் வெள்ள நிவாரண பணிகளில் ஈடுபட்ட தன்னார்வலர்களை, குழுக்களை அங்கீகரித்தார்கள். சொன்னதைச் செய்தார்கள்!!

2. இதோடு நில்லாமல் அடுத்து என்ன செய்வது? இது போல நிகழாமல் தடுக்க நாம் என்ன செய்ய வேண்டும் என அலசி அதற்கான செயல் திட்டம் வகுப்பது.
விழாவில் சில செயல் திட்டங்கள் வகுக்கப் பட்டது அதன் தொடர்ச்சியாக அடுத்து சில கூட்டங்கள் நடக்க இருப்பதாய்க் கூறினார்கள்.

விவாதிக்கப் பட்ட பல விசியங்களில் சில,
1.வெள்ள நிவாரண பணி கணக்கெடுப்பை நியாமாக நடத்த கண்காணிப்பது, உதவி செய்வது.
2.சென்னையின் அந்த அந்த வார்டுகளை அந்த அந்த மக்களே சிறு குழுக்களாக நிர்வகிப்பது.
3.குப்பை மேலாண்மை, ஆக்கிரமிப்புகள் அகற்றம்,மழை நீர் சேகரிப்பு மையங்கள் பற்றிய விழிப்புணர்வு , செயல்திட்டம்.
4.வாக்காளர் பெயர் சேர்த்தல், ஓட்டளிப்பதை உறுதி படுத்துதல் மற்றும் விழிப்புணர்வு.
5.லஞ்சம் பற்றிய விழிப்புணர்வு/லஞ்சமில்லா சேவைக்கு உதவி.

விழா விருந்தினர்களில்
டாக்டர். ஜெயபிரகாஷ் நாராயன் அவர்கள் முன்னாள் ஐ. ஏ. எஸ் அதிகாரி
(மற்றும்)
திரு. இளங்கோ ரங்கசாமி அவர்கள் விஞ்ஞானி,குத்தம்பாக்கம் கிராம பஞ்சாயத்து தலைவர்

இவ்விருவரின் பேச்சைக் கேட்கும் வாய்ப்பும், இளங்கோ அவர்களிடம் பேசும் வாய்ப்பும் கிடைத்தது.

தகவல் தொழில் நுட்ப வளர்ச்சி விரைவில் அனைவரையும் சென்றடைந்துவிடும் ஆனால் மாற்றம் என்பது நிகழ கொஞ்சம் காலம் தேவைப்படும் ஆனால் நம்மால் முடியும் என்று ஊக்கம் தரும் விதத்தில் ஜெயபிரகாஷ் நாராயன் அவர்களும், இளைஞர்கள் திறமைசாலிகள் அவர்களுக்கு எங்கள் அலோசனை, வழிகாட்டுதல் என்றும் உண்டு என்று முன் மாதிரி கிராமத்தை உருவாக்கிவரும், அய்யா அப்துல் கலாம் அவர்களின் நண்பருமான இளங்கோ அவர்கள் பேசினார்கள்.

அய்யா இளங்கோவிடம் உங்கள் ஊருக்கு வந்து உங்களைச் சந்திக்கலாமா என்றும், உங்கள் முன்மாதிரி கிராமத்தை பார்க்கலாமா என்றும் கேட்டேன். நிச்சியமாக என்றார்!

அதோடு இளங்கோ என்று கூகிளில் தேடுங்கள் நாங்கள் செய்தது பற்றியும், எங்கள் கிராமம் பற்றியும் தகவல் கிடைக்கும் என்றார் மிக எளிமையாக!

விழா நாட்டு வாழ்த்தோடு ஆரம்பித்தது அதுவும் தமிழில்! சென்னை மழைக்கு உயிர் நீத்தவர்களுக்கு மௌன அஞ்சலியும் செலுத்தப் பட்டது.

மொத்தத்தில் இது விழா போன்று இல்லை சாதாரண மக்கள் கூடிய ஒரு நிகழ்வாக இருந்தது, நிறைவாய் இருந்தது!

தங்களது மேலான ஆலோசனைகளுக்கும் பங்களிப்பிற்கும் தொடர்புகொள்ளுங்கள்.
மின்னஞ்சல் : emagz@thozhan.org
பேசி: 8122195591