விடியல்

The Dawn மாத இதழ்

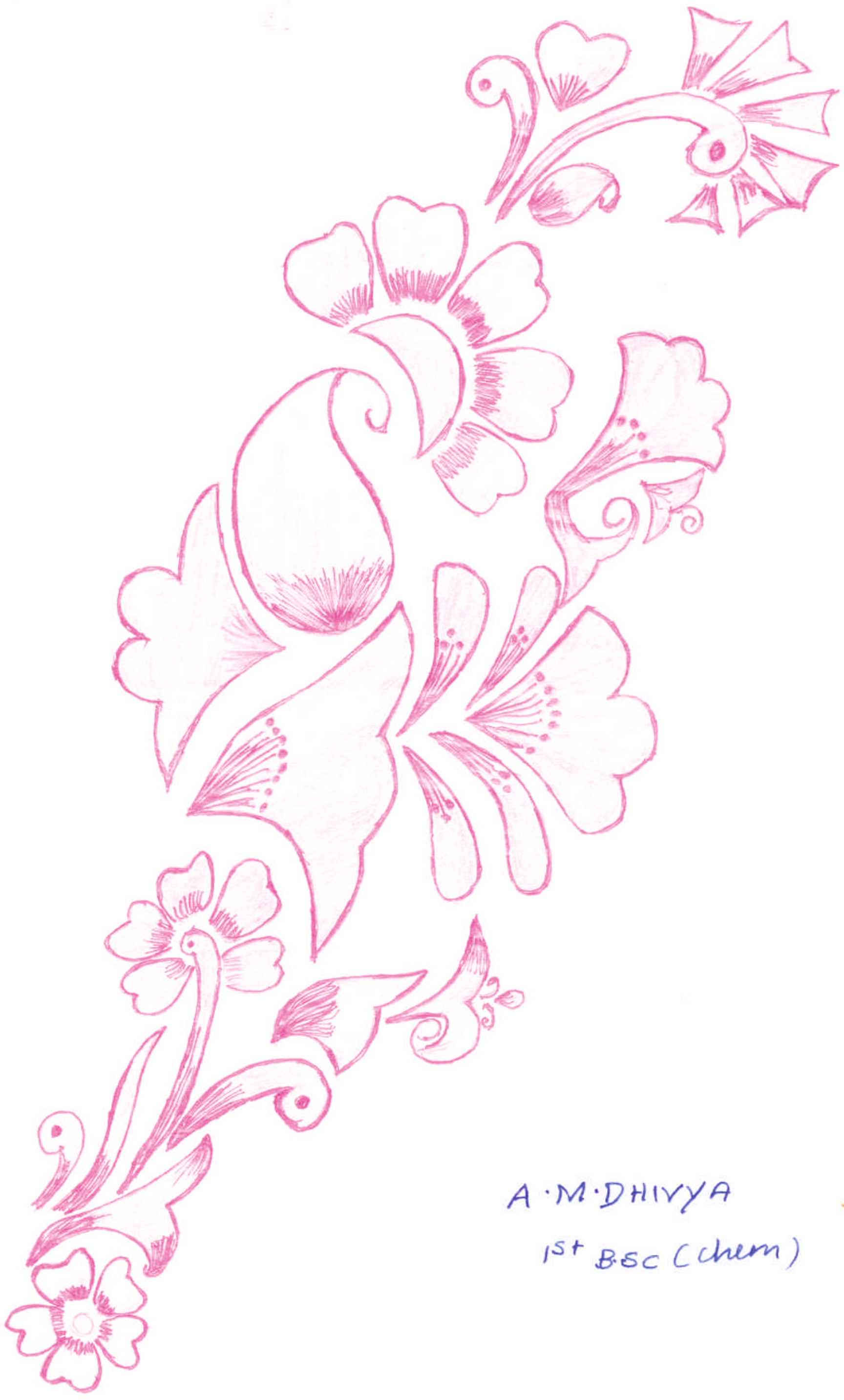
பொழுது - 48
ஏப்ரல் 2013

உலகப் புத்தகம் மற்றும் காப்புரிமை தினம்

சன் பிரிண்டர் - தி.கோடு, செல்: 97500 20222

தனிச்சுற்றுக்கு மட்டும்

Vidiyal - 48 April2013



A·M·DHIVYA
1st BSc (chem)

Anandha Kumar. G.
B.Sc. TGFD.

விடியல்

The Dawn

மாத இதழ், பொழுது – 48
ஏப்ரல், 2013
பக்கங்கள் - 32, தனிச்சுற்றுக்கு மட்டும்

சிறப்பாசிரியர்
முனைவர் நா. கண்ணன்
கல்லூரி முதல்வர்

ஆசிரியர்
முனைவர் மா. கார்த்திகேயன்
தமிழ்த்துறைத் தலைவர்

இணை ஆசிரியர்
முனைவர் ப. சரவணன்
தமிழ் விரிவுரையாளர்

ஆசிரியர் குழு
தமிழ் விரிவுரையாளர்கள்
அனைவரும்

வெளியீடு:

தமிழ்த்துறை

கே.எஸ். ரங்கசாமி
கலை அறிவியல் கல்லூரி (தன்னாட்சி)
திருச்செங்கோடு – 637 215,
தமிழ்நாடு, இந்தியா.
fb: facebook.com/ksrcasthamizh.vidiyal
Blog: ksrcasthamizh.blogspot.in
Email : vidiyalmagazhine@gmail.com
Website: ksrcas.edu

© *K.S. Rangasamy College of Arts and Science (Autonomous)*

All rights reserved. No part of this publication may be reproduced, stored in a retrieval system, or transmitted, in any form or by any means, electronic, mechanical, photocopying, recording or otherwise, without the prior written permission of the publisher.

உள்ளடக்கம்

கட்டுரைகள்

செம்மையும் பாலக்காடும்	03
World Health Day	06
Books	11
உலகப் புத்தகத் தலைநகரம்	13
உலகப் புத்தக நாள்	14
முக்கனிகள்	17
பங்குனி மாதம்	29
பழந்தமிழர் உணவு	31

கவிதைகள்

இதயமே! இதயமே!	02
துளி	02
தூய்மை	04
எது மிஞ்சும்?	05
நேசம்	05
மாதவி	07
கண்ணகி	08
இயற்கையின் இலக்கணப் பிழை	12
தோழியின் மரணம்	12
இந்தியா	13
நட்பு	15
பிறந்தநாள் வாழ்த்து	15
கண்ணீர் வழக்கும் தண்ணீர்	16
மழை	16
‘அன்னை’ பற்றிய கவிதைகள்	23
தாலாட்டு	28
கல்லூரி நண்பர்கள்	28

கதை

முயற்சிகள் வெற்றி பெற	09

சங்கச் சாரல் - 13

பாறைத் (மனது) தூசு	24

இவ் இதழில்...

இம்மாதத்தில் உலகப் புத்தகம் மற்றும் காப்புரிமை தினமும் உலகப் பாதுகாப்புத் தினமும் சிறப்புற கொண்டாடப்பட உள்ளன. அத் தினங்கள் சார்ந்த செய்திகள் இவ் இதழில் இடம் பெற்றுள்ளன.

இவ் இதழில் காப்பியக் கதை மாந்தர்கள் பற்றிய சில கவிதைகள் இடம்பெற்றுள்ளன.

இந்த இதழில் இசைமேதைகள் பற்றிய குறிப்புகள் மாணாக்கர்களுக்கு அறிமுகப்படுத்தும் வகையில் இடம் பெற்றுள்ளன.

இதயமே! இதயமே!

"இதயமே! குட்டிச் செல்லமே!
தமனியைக் கொண்ட தாரிகையே!
ஆரிக்கிள், வெண்ரிக்கிள் கொண்ட
இரட்டையரே! பற்பல
நுண்ணிய குழல்களை உடைய
மூச்சுச் சிற்றறையே!
'லப்', 'பட்' என்று தினமும்
என்னைத் தாலாட்டும் அன்னையே!
நீ ஒரு நிமிடம் என்னைத் தாலாட்ட
மறந்தாலோ, மறுத்தாலோ
என் உயிர் மூச்சு
நின்றுவிடும் நிரந்தரமாக."

எஸ். ராஜேஸ்வரி,
இளங்கலை வேதியியல்துறை முதலாண்டு.

துளி

"கண்ணில் தோன்றும்
கண்ணீர்த்துளிக்கும்
வானில் தோன்றும் மழைத்துளிக்கும்
ஓர் ஒற்றுமை உண்டு.
மழைத்துளிக்குப் பின் - பல
நிறங்கள் தோன்றும் பார்ப்பதற்கு.
கண்ணீர்த்துளிக்குப் பின் - பல
கரங்கள் தோன்றும் துடைப்பதற்கு."

தி. ஷாகினா,
இளங்கலை வேதியியல் முதலாண்டு

தாய்மை

"தாய்மை – ஒரு
தெய்வீக உறவு
அன்பால் ஆண்டவனைவிட
உயர்ந்தவள்.
தாயில்லாப் பிள்ளை
நீரில்லாப் பயிர்
நூலில்லாப் பட்டம்
ஈரேழு உலகத்தை
வென்ற ஓர் அற்புத சக்தி"

டி.எஸ். வாஹினி,
இளங்கலை கணிதவியல் முதலாண்டு
'ஆ' பிரிவு.

செம்பையும் பாலக்காடும்

'செம்பை' வைத்தியநாத பாகவதர்

செம்பை வைத்தியநாத பாகவதர் கேரள மாநிலத்தில் உள்ள பாலக் காட்டில் 'செம்பை' என்ற கிராமத்தில் அனந்த பாகவதர் மற்றும் பார்வதி அம்மாள் தம்பதியருக்கு 01.09.1895 ஆம் நாள் பிறந்தார். இவர் தம் கிராமப் பெயராலேயே இசையுலகில் பொதுவாக அழைக்கப்பட்டார். இவர் தந்தை, பாட்டனார் மற்றும் முப்பாட்டனார் எல்லோரும் இசைப் பாடகர்களாகத் திகழ்ந்தனர். ஆக, பாகவதருக்குக் கர்நாடக இசை, பாரம்பரியதொரு கலையாக விளங்கியது. இவரின் முப்பாட்டனார் சுப்பையர் என்பவர் சக்ரதானம் என்ற அறிய தாளவகையில் பாடுவதில் தேர்ச்சி பெற்றதால் 'சக்ரதானம் சுப்பையர்' என்றே அழைக்கப்பட்டார்.

மிக கம்பீரமாகப் பாடும் ஆற்றலைப் பெற்ற பாகவதரின் குரல்வளம் கேட்போரை வியக்க வைக்கும்படி இருந்தது. இவருக்குக் கேரளத்திலும் தமிழ்நாட்டிலும் மிகுதியான சீடர்கள் இருந்து வந்துள்ளனர்.

மூன்றாம் வயதில் முறையாகத் தன் தந்தையிடமிருந்து இசை கற்கத் தொடங்கிய செம்பை, 1904 ஆம் ஆண்டு எட்டாம் வயதில் தமது அரங்கேற்ற கச்சேரியைத் தன் சகோதரனுடன் நிகழ்த்தினார். ஏறத்தாழ 70 ஆண்டுகளாக இசையுலகில் திகழ்ந்து பல விருதுகளையும் பரிசுகளையும் பெற்றார்.

சக கலைஞர்களை ஊக்குவித்து உயர்வடையச் செய்வதில் செம்பை மிகுந்த ஈடுபாடு கொண்டவர். 'வாதாபி கணபதிம்', 'பாவன குரு' போன்ற பாடல்களைப் பலமுறை தன் கச்சேரிகளில் பாடி பிரபலப் படுத்தினார். ஜய-விஜயன், யேசு தாஸ், டி. வி. கோபால கிருஷ்ணன், பி. லீலா, வி.வி. சுப்பிரமணியம் போன்றோர் கர்நாடக இசையில் இவரின் சீடர்கள். இவரின்

மறைவிற்குப் பின்னர் இவரின் பெயரில் பல இசை விழாக்கள் நடைபெறுகின்றன (சான்றாகக் குருவாயூரில் ஒவ்வொரு ஆண்டும் 'செம்பை சங்கீத உற்சவம்' நடைபெறுகிறது) இவர் 16.10.1974 ஆம் நாள் மறைந்தார்.

<u>'பாலக்காடு' டி. எஸ். மணி ஐயர்</u>

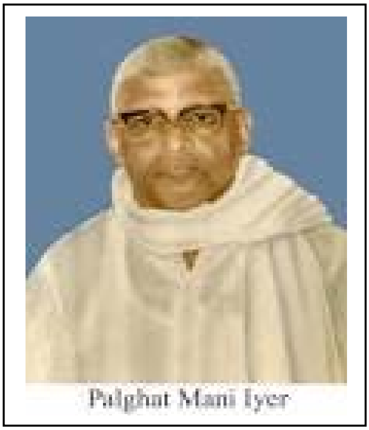
இவர் தென்னிந்தியாவைச் சேர்ந்த மிருதங்க இசைக் கலைஞர் ஆவார். இவரை நேயர்கள், 'கலியுக நந்திகேசுவரர்' என்று செல்லப் பெயரால் அழைத்தனர்.

கேரள மாநிலம், பாலக்காடு மாவட்டத்தின் பழைய கல்பாத்தி கிராமத்தில் 1912 ஆம் ஆண்டு பாலக்காடு டி. எஸ். மணி ஐயர் பிறந்தார். இவரது பெற்றோர் டி. ஆர். சேஷம் பாகவதர் - ஆனந்தம்மா ஆவர். தன் ஏழாம் வயதில், மிருதங்க இசைப் பயிற்சியைச் சாத்தபுரம் சுப்பய்யரிடம் பெறத் தொடங்கினார்.

தன் தந்தையின் நண்பர் விஸ்வநாத ஐயரிடமும் மிருதங்கம் கற்றார். 10 வயது நிரம்பியபோது தன் அப்பாவுக்கும், மற்ற கதாகாலக்ஷேபக் கலைஞர்களுக்கும் பக்கவாத்தியம் வாசிக்கத் தொடங்கினார். தன் 15 ஆவது வயதில் தஞ்சாவூர் வைத்தியநாத ஐயரின் மாணவர் ஆனார்.

செம்பை வைத்தியநாத பாகவதரின் இசை நிகழ்ச்சிகளில் பக்கவாத்தியம் வாசிக்கத் தொடங்கிய பின்னர் இவர் புகழடையத் தொடங்கினார். 1940 ஆம் ஆண்டில் திருவாங்கூர் சமஸ்தானத்தில் ஆஸ்தான வித்வானாக நியமனம் செய்யப் பட்டார்.

கிருஷ்ணமூர்த்தி அறக்கட்டளை நடத்திய 'ரிஷிவாலி' பள்ளியில் (சித்தூர்) 1979 ஆம் ஆண்டு இசை பயிற்றுநராகச் சேர்ந்தார்.



இவர், கீழே குறிப்பிடப்பட்டுள்ள புகழ்மிக்க கர்நாடக இசைப்

பாடகர்களுக்குப் பக்க வாத்தியமாக மிருதங்கம் வாசித்திருக்கிறார்:

- o செம்பை வைத்தியநாத பாகவதர்
- o அரியக்குடி இராமானுஜ ஐயங்கார்
- o ஜி. என். பாலசுப்பிரமணியம்
- o டி. கே. பட்டம்மாள்
- o மதுரை மணி ஐயர்
- o ஆலத்தூர் சகோதரர்கள்
- o எம். எல். வசந்தகுமாரி
- o மகாராஜபுரம் விஸ்வநாதய்யர்
- o எம். டி. இராமநாதன்
- o நாயனாப் பிள்ளை

இவரின் குறிப்பிடத்தக்க மாணவர்கள்: 1. உமையாள்புரம் கே. சிவராமன், 2. பாலக்காடு ஆர். ரகு, 3. பாலக்காடு சுரேஷ் ஆகியோர் ஆவர்.

இவர் ஜனாதிபதி விருது 1956, சங்கீத கலாநிதி விருது 1966, இசைப் பேரறிஞர் விருது 1968, பத்ம பூஷன் விருது 1971 ஆகிய வற்றைப் பெற்றுள்ளார்.

'சங்கீத கலாநிதி' மற்றும் 'பத்ம பூஷண்' விருதுகளைப் பெற்ற முதல் மிருதங்க இசைக் கலைஞர் எனும் பெருமை இவருக்கு உண்டு. இவர் 1981ஆம் ஆண்டு மறைந்தார்.

எது மிஞ்சும்?

"மதுரையை எரித்தற்குப்
புண்ணியம் செய்ததைப் போல்
இப்புவி காண கற்சிலை
தேவையோ?
கோவலனுக்காய் நீ எரித்த
மதுரையில்
எத்தனை கோவலன்கள்
மாண்டனரோ!
மாண்டவர்களின் மனைவியரும்
மண்ணெரிக்கப் புறப்பட்டால்
இப்புவிதனில் மானிடமின்றி
கற்சிலைகளே மிஞ்சும்."

டி. சுசித்ரா
இளங்கலை கணிணி அறிவியல்
முதலாண்டு 'ஆ' பிரிவு

நேசம்

"நண்பனையும் நேசி.
எதிரியையும் நேசி.
நண்பன் உன் முயற்சிக்குக்
காரணமாக இருப்பான் - எதிரி
உன் வெற்றிக்குக்
காரணமாக இருப்பான்"

எஸ். தாரணி,
இளங்கலை கணிணி அறிவியல்
முதலாண்டு 'இ' பிரிவு

World Health Day

L.K. Adithan

III B.A. Tamil

WHO is the directing and coordinating authority for health within the United Nations system. It is responsible for providing leadership on global health matters, shaping the health research agenda, setting norms and standards, articulating evidence-based policy options, providing technical support to countries and monitoring and assessing health trends. In the 21st century, health is a shared responsibility, involving equitable access to essential care and collective defence against transnational threats.

World Health Day is celebrated on 7 April to mark the anniversary of the founding of WHO in 1948. Each year a theme is selected for World Health Day that highlights a priority area of public health concern in the world.

Themes of World Health Days

2013: Hypertension

2012: Good Health adds life to years

2011: Anti-microbial resistance: no action today, no cure tomorrow

2010: Urbanisation and health: make cities healthier

2009: Save lives, Make Hospitals Safe in Emergencies

2008: Protecting health from the adverse effects of climate change

2007: International health security

2006: Working together for health

2005: Make every mother and child count

2004: Road safety

2003: Shape the Future of Life: Healthy Environments for Children

2002: Move for Health

2001: Mental Health: Stop Exclusion, Dare to Care

2000: Safe Blood Start with Me

1999: Active Aging Makes the Difference

1998: Safe Motherhood

1997: Emerging Infectious Diseases

1996: Healthy Cities for Better Life

1995: Global Polio Eradication

The theme for World Health Day 2013 is high blood pressure. (Hypertension)

About high blood pressure

High blood pressure – also known as raised blood pressure or hypertension – increases the risk of heart attacks, strokes and kidney failure. If left uncontrolled, high blood pressure can also cause blindness, irregularities of the

heartbeat and heart failure. The risk of developing these complications is higher in the presence of other cardiovascular risk factors such as diabetes. One in three adults worldwide has high blood pressure. The proportion increases with age, from 1 in 10 people in their 20s and 30s to 5 in 10 people in their 50s. Prevalence of high blood pressure is highest in some low-income countries in Africa, with over 40% of adults in many African countries thought to be affected.

However, high blood pressure is both preventable and treatable. In some developed countries, prevention and treatment of the condition, together with other cardiovascular risk factors, has brought about a reduction in deaths from heart disease. The risk of developing high blood pressure can be reduced by:

- reducing salt intake;
- eating a balanced diet;
- avoiding harmful use of alcohol;
- taking regular physical activity;
- maintaining a healthy body weight; and
- avoiding tobacco use.

Reff.: http://www.who.int/about/en/

மாதவி

"மயிலுக்குப் போர்வை தந்த
மன்னனைப் பாடவில்லை
வாழ்க்கை என்ற
வெயில்பட்டு வெந்துபோன
வேதனை மனத்தில் எல்லாம்
வெம்மை நீங்க
முகில் கொட்டும் மாமழைப்போல்
முத்துதிர்க்கின்ற
காதலை முளைக்க வைக்கும்
மகிழ்வான பாடல் ஒன்றே
மனமாரப் பாடுகின்றேன்
வாழ்த்து நெஞ்சே!.

விண்ணுக்கும் மண்ணுக்கும்
இடையிலே
விதவிதமாய்க் காதலுண்டு
விடியலே!
கண்ணுக்குத் தெரியும்சில காதில்
இசையாகும்சில
கருத்துக்குள் நுழையும்போது
முடிவிலே கருவிட்டு வரும்
கவிதை வடிவிலே.

கடல்முத்தம் பெற்றுவான்
சிவக்குமே!
கண்சிமிட்டி ஒருவிண்மீன்
உவக்குமே!
திடலெங்கும் வெள்ள நிலா
திட்டுத்திட்டாய்ப் படரத்

திசையெங்கும் முத்தமிழ்ச் சாரலே!
திரும்புகிற பக்கமெலாம் காதலே!

கார்மேகப் போர்வைக்குள் நிலவுதான்
கள்ளமுடன் செய்யுமொரு களவுதான்.
நீர்மொண்டு வரும்பெண்ணை
நிமுண்டுகிற போதுதென்றல்
காற்றுவந்து கலைப்பதுமோர்
அழகுதான் காதலுக்கே ஏற்றது
அந்திப் பொழுதுதான்.

இலையெல்லாம் பனிமுத்துத்
துளிகளாம்!
இமைப்பின்றிக் காத்திருக்கும்
விழிகளாம்!
பொலபொலவென்றேவிடிந்து
பொற்கரங்கள் கொள்ளைகொண்டு
போனதுபார் வெள்ளிமணிக் கூட்டமே!
இருண்டவுடன் புதவயிரத் தோட்டமே!

மருதாணிக் குழம்பள்ளிப் பூசவே
மறுநாள் விடிவெள்ளி தோன்றுமாம் -
ஒவ்வொரு
நாளும் ஒருகவிதை ஒவ்வொன்றும்
பேருவகை
உலகத்தை அருந்துவதே காதலாம்!
உள்ளிருந்தே ஊற்றெடுக்கும்
பாடலாம்!"

கா. நித்யா
இளங்கலை தமிழ் இலக்கியம் மூன்றாமாண்டு

கண்ணகி

"சோழநாட்டின் தலைநகரமாம்
காவிரிப்பூம்பட்டினம்
செல்வச்செழிப்பினைத்
தலைமையாய்க் கொண்ட
மாசாத்துவானின் மைந்தன்
என் கணவன்.

மகிழ்ச்சியென்னும் இல்லற வாழ்வை
நோக்கிச் செல்ல
ஊழ்வினை வயதோ என்னவனைக்
கடந்துசெல்ல
என்னவனோ மாதவியெனும் நாடக
மகளை நோக்கிச் செல்ல
செல்வச் செழிப்பு
மாதவியெனும் நாடகமகளின்
வாசல் செல்ல
நானும் என்னவனும் நடுவீதி
வரும்நாள் அன்று.

நல்லறத்தின் புதுவாழ்வினைப்
புதுப்பிக்க
மதுரைமாநகர் செல்ல
சூழலோ என்னவனைக்
கள்வனென்ற உண்மை அறியாப்
பாண்டியனோ எதிர்மாறாய்
என்னவனின் உயிரை மாய்க்க
ஏற்பட்ட அவலநிலையானது
எனக்கு அன்று.

சினமோ என்னை நாட,
சீற்றமோ உண்மை விளங்க, நாடினேன்
கதிரவனைச்
சிலம்பின் மாணிக்கமோ சிதறி ஓட,
உண்மை சென்றது
பாண்டியனை நோக்கி.

தவறான தீர்பிற்கு இறை
பாண்டியனின் உயிர்.
சீற்றம் நிற்கவில்லை -
மதுரை தீயுற்றது
சினம் என்னைச் சார,
மதுரை தீயில் வாட
இதன் முறையாய்க் கொண்டது
என் பெயரோ!

கற்பினுக்குச் சான்றாய்த் தந்தது
என் பெயரோ!

கற்புக்கரசிகளுக்குப்
பெருமைகொண்டது
என் பெயரோ!

இதனை ஊரார் அறிவரோ!
நாட்டு மக்கள் அறிவரோ!"

ரா. மைதிலி,
இளங்கலை கணிணி அறிவியல் முதலாண்டு
'ஆ' பிரிவு

முயற்சிகள் வெற்றி பெற

குருவிடம் வந்த நான்கு சிஷ்யர்கள், "குருவே! சிலர் எவ்வளவோ முயற்சி செய்தும் அவர்களால் வெற்றி பெற முடியாமல் போகிறதே, அதற்கு என்ன காரணம்?" என்ற தங்களின் ஐயத்தை எழுப்பினர். குரு மௌனமாக அவர்களை அழைத்துக் கொண்டு ஆற்றங்கரைக்குச் சென்றார். அங்கிருந்த ஒரு படகில் அவர்களை ஏறி அமரச்சொன்னார். அவ்வாறு அவர்கள் அமர்ந்ததும் படகைச் செலுத்த ஆணையிட்டார். சிஷ்யர்கள் துடுப்பை வேகமாக வலிக்கத் தொடங்கினர். ஆனால், படகு ஓரடிகூட முன்னே நகரவில்லை. காரணம் புரியாமல் திகைத்தவர்களைப் பார்த்துக் குரு படகைவிட்டு இறங்கி வரச் சொன்னார். அவர்களைப் படகின் மறுபக்கத்தைப் பார்க்கச் சொன்னார். அவர்கள் போய்ப் பார்த்த பொழுதுதான் தெரிந்தது, படகு ஒரு கயிற்றினால் கரையில் இருந்த முளைக்குச்சியில் கட்டப்பட்டிருப்பது. குரு கூறினார், "படகு நகர முடியாமல் அதற்கு ஒருதடை ஏற்படுத்தப்பட்டுள்ளது. அதை

நீக்காமல் நீங்கள் எவ்வளவு வலிந்து துடுப்பை வலித்தாலும் பயனில்லை. படகு நகராது. அதைப் போலவே சில முயற்சிகளை மேற்கொள்ளுவதற்கு முன் ஏதாவது தடைகள் உள்ளனவா என ஆராய்ந்து, அவற்றை நீக்கிய பின்னரே முயற்சிகளில் இறங்க வேண்டும். அப்பொழுதுதான் வெற்றி பெறமுடியும்" என்றார்.

திருமதி து. சரஸ்வதி, தமிழ் விரிவுரையாளர்.

கண்ணகி

"மங்கல மடந்தையை நல்ல
நீரிலே குளிக்கச் செய்
நீண்டு சிவந்த மீன் போன்ற
கண்களில் மை எழுதி
மணம் பொருந்தய மென்மையான
கூந்தலில் மலர்ச் சூட்டித்
தூய ஆடைகளை அணிந்து வந்த
இளமையான கொடி போன்ற
பாதங்களை மண் கண்டதில்லை.
இவள் போன்ற பத்தினிப் பெண்
வாழும் இடத்தில் மழை பெய்யும்
வளமும் குறையாது
இருந்த நம் நாடு என்னும்
நல்லூரை அறியாயோ நீ ?"

சி. தேன்மொழி,
இளங்கலை கணிதவியல் முதலாண்டு
'ஆ' பிரிவு

மாதவி

"கவிதை எழுத நினைத்தேன்
முடிவில், விழியில் வெள்ளம்.
காரணம், தேடி அலைந்தேன்.
கண்டேன் உன் வாழ்வைப்
புரிந்த பின்பு...
கையினால் எழுதவில்லை
உன் காதலை, கல்வெட்டினால்
எழுதினார்கள் - இரவின்
பிறையல்ல உன் காதல் - முழு
நிலவாய் வரும் திருக்காதல் - நீ
காட்சிப்பிழையாய்க் காதலை
வளரவைத்தாய். காதலனை
உன்னையே என்றும்
மொழியவைத்தாய்.
நீ என் பார்வையில்
ஒரு மயில்தான். காரணம்,
உன் நாட்டியத்தை ருசித்தவன்
நீ பாடியதை ரசிக்கவில்லை.
கண்ணகிக்குக் கிட்டாத பரிசு
உனக்குக் கிட்டியது – தாய்மை
என்ற விலையில்லாச் சொத்து.
பிறப்பில் நீயொரு ஈனப்பிறவி.
வாழ்வை மாற்றினாய் நீயே
ஒரு தூயத் துறவி."

அ. மெருண் ராஜ்,
இளங்கலை கணிணி அறிவியல்
முதலாண்டு 'ஆ' பிரிவு

Books - Very important part of our life

Books are our teachers. We are related to books from our childhood. Students study from books as per their syllabus. They score good marks with the help of these books. In school life or in college life books are mostly related to syllabus.

Our relation to books is not limited to only for school or college life. There are many other types of books, which are very useful for our knowledge. These books cover different topics such as history, geography, travel, health, religious, entertainment, medicines etc. Children, younger, adults and senior citizens all read books according to their interest.

History books tell past of nations. These books tell life of different kings, queens and important historical persons. We can understand major events in the past with the help of these books. These books teach us good things in the past. These books teach what wrong decisions were taken in the past. From this we can improve our life.

Books related to travel or geography tells us different nations or important places in the world. From these books we can understand different areas, living standard of people in that area. We can understand rules & norms of these areas. Due to geographical maps we can understand position of particular place on the earth.

Books related to health teach us how to be physically & mentally fit. These books tell us different exercise for fitness. These books tell us about good food for our body. These books give us information about calories, fats proteins etc. Some books are related to Yoga.

Some books are related to religion. These books tell us what is good & what is wrong. These books tell us about god. We get happiness after reading these books.

Some books are for entertainment. Some books give good message while doing entertainment. Children like different comic books and books related to prince, princess, magic etc.

Some books are related to medicines. These books give information about different plants or trees which can be used as medicine for different diseases. Aurveda is example of such books.

Such a way books play major role in our life. We can understand many things with the help of these books. So it is good habit to read books. By reading good books there may be change in our attitude.

Good books change whole life of human. If human follow good things written in books, his living standard may increase. Books are important till end of our life. So we have to read good books.

தோழியின் மரணம்

"என் அன்பில் பூத்த
மலராய் இருந்து,
என் வாழ்வில்
வாசம் தந்தவளே!
என் கவலைக்கு
மருந்தாய் இருந்து,
என் கண்ணீரைத்
துடைத்தவளே!
நீ இருந்த வாசல் தேடிவந்த எனக்கு உன்
மரண ஊர்வலத்தில்
கொடுத்தாய் பல
மலர்களின் வாசம்"

தி. ஷாகினா,
இளங்கலை வேதியியல் முதலாண்டு

இயற்கையின் இலக்கணப்பிழை

"வீழ்வதும் அருகே – நீ
அருவியாய் இருந்தால் - தலை
தாழ்வதும் அழகே.

நெற்கதிராய் இருந்தால்
தொடர்தோல்விகள் அழகே.

அலைகடலாய் இருந்தால்
தெளிவின்மையும் அழகே.

படர்பனியாய் இருந்தால்
சிதறல்கள் அழகே.

விண்மீன்களாய் இருந்தால்
கதறலும் அழகே.

இருப்பதை எல்லாம்
அழிவின் உருவாய் பார்ப்பது
உனது பிழையோ? அல்ல.

மனிதா! நீயே
இயற்கையின்
இலக்கணப் பிழையோ?"

எம். சண்முகராஜ்,
இளங்கலை கணிணி அறிவியல்
முதலாண்டு 'அ' பிரிவு

உலகப் புத்தகத் தலைநகரம்

உலகப் புத்தகத் தலைநகரம் (World Book Capital) என்பது, நூல்கள் மற்றும் வாசித்தல் துறைகளில் ஒரு நகரத்தின் செயற்பாடுகளின் தரம் மற்றும் முன்னேற்றத்தை அங்கீகரிக்கும் முகமாக யுனெஸ்கோ அந்நகரத்திற்கு வழங்கப்படும் சிறப்புப் பெயராகும்.

இது ஓர் ஆண்டின் உலக புத்தக மற்றும் பதிப்புரிமை நாளான ஏப்ரல்23 முதல் அடுத்த ஆண்டு ஏப்ரல் 22 வரையான காலப்பகுதியைக் கொண்டதாகும். பின்வரும் நகரங்கள் உலகப் புத்தகத் தலைநகரங்களாக அறிவிக்கப் பட்டுள்ளன:

- மார்ரிட் (2001)
- அலெக்சாந்திரியா (2002)
- புதுதில்லி (2003)
- ஆண்ட்வெர்ப் (2004)
- மொன்ட்ரியால் (2005)
- டூரின் (2006)
- பொகோட்டா (2007)
- மார்ரிட் (2001)
- ஆம்ஸ்டர்டாம் (2008)
- பெய்ரூட் (2009)
- லியுப்லியானா (2010)
- புவென்ஸ் ஐரிஸ் (2011)
- யெரெவான் (2012)
- பேங்காக் (2013)

இந்தியா

“மையம் தெரியாமல்
விரிந்திருக்கும் உலகில்
எத்தனை நாடுகள்...

அவற்றில் எண்ணில் அடங்கா
மதங்கள் - ஒவ்வொரு மதத்திலும்
எத்தனைப் பிரிவுகள்.

மதம் இல்லா நாடுண்டோ?
பிரிவு இல்லா மதமுண்டோ?
ஆனால், வேற்றுமை இல்லா
மனிதர்கள் உண்டு.

இந்தியாவில் நான் அவர்களைக்
காண்கின்றேன். அவர்களிடையே
வேற்றுமையும் இல்லை.
வெறுமையும் இல்லை.
ஒற்றுமை மிக உண்டு.

ஒற்றுமை என்ற சொல் பிரிந்து
பரவியது எங்கும்.”

பா. ஹேமலதா,
இளங்கலை கணிதவியல் முதலாண்டு
‘ஆ’ பிரிவு.

உலகப் புத்தக நாள்

உலகப் புத்தக மற்றும் பதிப்புரிமை நாள் (World Book and Copyright Day) அல்லது உலகப் புத்தக நாள் என்பது வாசித்தல், பதிப்பித்தல் மற்றும் பதிப்புரிமை யூடாக அறிவுசார் சொத்துக்களைப் பாது காத்தல் போன்றவற்றை வளர்க்கும் நோக்குடன் ஐக்கிய நாடுகள் கல்வி, அறிவியல் மற்றும் பண்பாட்டு நிறுவனம் யுனெஸ்கோ ஆண்டுதோறும் ஏப்ரல் 23, நாளன்று ஒழுங்கு செய்யும் ஒரு நிகழ்வு ஆகும். ஐக்கியக் குடியரசில் 1995, ஆம் ஆண்டு முதன் முதலாகக் கொண்டாடப்பட்டது.

உலகப் புத்தக நாள் ஆண்டுதோறும் மார்ச் மாதத்தின் முதலாவது வியாழக்கிழமை கொண்டாடப்படுகிறது.

பாரிஸ் நகரில் 25.08.1995 முதல் 16.11.1995 வரை நடைபெற்ற யுனெஸ்கோவின் 28ஆவது மாநாட்டில், ஒரு தீர்மானம் நிறைவேற்றப்பட்டது. அத்தீர்மானம் வருமாறு, 'அறிவைப் பரப்புவதற்கும், உலகெங்கிலும் உள்ள பல்வேறு கலாசாரங்கள் பற்றிய விழிப்புணர்வினைப் பெறுவதற்கும், புரிதல், சகிப்புத்தன்மை போன்றவற்றின் மூலம் மனிதர்களின் ஒழுக்கத்தினை மேம்படுத்தவும், புத்தகம் ஒரு சிறந்த கருவியாக உள்ளதால் ஏப்ரல் 23 உலகப் புத்தக தினமாக கொண்டாடப்படும்'.

ஏப்ரல் 23 இன் முக்கியத்துவம்

ஒரு குறியீடாகவே இந்நாள் தெரிவு செய்யப்பட்டதாக யுனெஸ்கோ அறிவித்துள்ளது. 23.04.1616ஆம் நாளில் மிகுவேல் செர்வண்டேஸ், வில்லியம் ஷேக்ஸ்பியர், இன்கா டி லாவேகா ஆகியோர் காலமானார்கள்.

இதே நாள் மொரிஸ் ட்ருவோன், ஹோல்டோர் லக்ஸ்னெஸ், விளாமிடிர் நபோகோவ், ஜோசெப் பிளா, மனுவேல் மெஜியா வலேஜோ ஆகிய எழுத்தாளர் களினதும் பிறந்த நாளாகவோ அல்லது இறந்த நாளாகவோ அமைகிறது. இந்நாளைக் கொண்டாடும் எண்ணம் முதன் முதலாக ஸ்பெயின் நாட்டிலுள்ள கட்ட லோனியாவில் உருவானது. இவர்கள் ஏப்ரல் 23 ஆம் நாளை சென். ஜார்ஜின் நாளாகக் கொண்டாடினர். இந்நாளில் ஆண்களும் பெண்களும்

புத்தகத்தையும், ரோஜா மலரையும் தம்மிடையே பரிசாகப் பரிமாறிக் கொள்வார்கள். உலகப் புத்தக தினம் என்று ஒரு தினத்தை உருவாக்க வேண்டும் என்ற கருத்து சர்வதேச பதிப்பாளர் சங்கத்தால் முன்வைக்கப்பட்டு ஸ்பெயின் நாட்டு அரசால் யுனெஸ்கோவிற்குப் பரிந்துரை செய்யப்பட்டது.

படைப்பாளிகள் புத்தக உரிமைக் கும் (காப்புரிமை) முக்கியத்துவம் அளிக்கப்படவேண்டும் என்று கருதிய தால் ஏப்ரல் 23 உலகப் புத்தகம் மற்றும் புத்தக உரிமை தினமாகக் கடைப்பிடிக்கப்படுகிறது.

பிறந்தநாள் வாழ்த்து

"உன் வாழ்க்கையில்
பல நூறு நாட்கள் வரலாம்.
ஆனால், இந்த நாளில்தான்
உலகம் ஒரு ஜீவனைக் கண்டது.
அது நீ உன் தாயின்
கருவரையில் இருந்து உதயமான
பொன் நாள்தான் என்று.
அன்று கண்ட உலகைவிட நீ
இனிக் காணப்போகும் நாள்
இனிதே அமைந்திட வாழ்த்தும்
சிறு உள்ளத்தின்
பிறந்தநாள் வாழ்த்து"

எம். தீபா,
இளங்கலை கணிதவியல் முதலாண்டு
'அ' பிரிவு

நட்பு

"இரவு முழுவதும் விழித்திருந்தேன்
விடியல் வர
பொருத்திருந்தேன் கதிரவனைக்
கண்டதும்
மலரும் மலர்போல வந்தேன்
தொலைபேசியில்
என் நண்பனுக்குப் பிறந்தநாள்
வாழ்த்துக்கூற"

த. கவின் குமார்,
இளங்கலை வேதியியல் முதலாண்டு

நட்பு

"என் நண்பர்களின்
சிரிப்பைப் பார்த்து
என் சோகத்தை மறந்தேன்.
என் நண்பர்களின்
சோகத்தைப் பார்த்து நான்
சிரிப்பையே மறந்தேன்"

சி. ஸ்ரீதர்,
இளங்கலை கணிதவியல் முதலாண்டு

கண்ணீர் வடிக்கும் தண்ணீர்

"இரு மாநில மக்கள் -
ஒரு பாரதத்தாயின் பூக்கள்.
என்று தீருமிந்த சுதந்திரத்
தண்ணீர்த் தாகம்?
தேசிய நீரோட்டம் எங்கே போனது?
ஒருதாய் மக்கள் நாமென்றோம் இன்று.
ஒருவாய்த் தண்ணீருக்குத்
தனித்து நின்றோம்.
சாதி, மத, இன, மொழி
பேதம் கூடாது என்றார் பெரியார்.
அணைக்குப் பெயரோ
முல்லைப்பெரியார்!
கண்ணீர் வடிக்கிறது தண்ணீர்."

எம். சரவண குமார்,
இளங்கலை இயற்பியல் மூன்றாம் ஆண்டு

நட்பு

"காற்றிற்கும் நம் மேல் கோபம்
சுவாசிப்பது என்னை. ஆனால்,
நீ நேசிப்பது உன் நட்பை.
முத்துக்குச் சொந்தம் சிப்பி.
முள்ளுக்குச் சொந்தம் ரோஜா.
யாருக்கு நீ சொந்தமானாலும்
உன் நட்பு மட்டும்தான்
எனக்குச் சொந்தம்"

டி. கீதாஞ்சலி,
இளங்கலை வேதியியல் முதலாண்டு

மழை

"அதிகமாக நான் வந்தால்
வெள்ள நிவாரணம் – நான்
வராமல் போய்விட்டாலோ
வறட்சி நிவாரணம்.

ஆளுங்கட்சிக்கும்
ஆண்ட கட்சிக்கும் மட்டுமே
தெரிந்த நிவாரணம்.

பாதிக்கப்பட்டோருக்கும்
கிடைக்கும் கொஞ்சம் நிவாரணம்.

கார்முகில் என்தாய்.
ஆம், இவள்
கடலின் கருவை
உடலில் சுமந்தவள் -
இடி, மின்னலுக்கிடையே
என்னை ஈன்றவள்.

நான் வருகின்ற காலமே
மனித குலத்தின் வசந்தகாலம்.
நான் வந்தால்தான்
பூமிக்கே புத்தாடை கிடைக்கும்"

தி. செந்தில் ராஜா,
இளங்கலை கணிணி அறிவியல்
முதலாண்டு 'அ' பிரிவு

முக்கனிகள்

பழங்கள் இயற்கையின் அருட்கொடையாகும். நாம் நாள்தோறும் காய்கறிகள், கீரைகள் போன்றவற்றைச் சமைத்துதான் உண்கின்றோம். இவற்றில் உள்ள சில சத்துக்கள் சமைக்கும்போது அழிந்து விடுகின்றன. ஆனால், சமைக்காத பொருளான பழங்களில் உள்ள அனைத்து சத்துக்களும் நமக்கு முழுமையாகக் கிடைக்கிறன. வளரும் குழந்தைகள், கர்ப்பிணிகள், பெரியவர்கள் என அனைவரும் விரும்பி உண்பது பழங்களைத்தான்.

மாமரம், பலாமரம், வாழைமரம் ஆகியன தரும் கனிகளான மா, பலா, வாழைப் பழங்களைத் தமிழ் இலக்கியங்கள் 'முக்கனிகள்' எனக் குறித்துள்ளன. முக்கனிகளை மா, பலா, வாழை என வரிசைப் படுத்தியமைக்குக் காரணம் உண்டு. பல கிளைகளைக் கொண்டு ஒவ்வொரு கிளைகளிலும் பல கனிகளைத் தருவதால் 'மா' முதல் இடத்தில் உள்ளது. பல கிளைகள் இருந்தாலும் சில கிளைகளில் மட்டுமே பழங்ளைத் தருவதால் 'பலா' இரண்டாவது இடத்திலும், ஒரே ஒரு குலை தருவதால் 'வாழை' மூன்றாவது இடத்திலும் வைக்கப்பட்டன.

இந்த முக்கனிகளும் உடலுக்கு ஆரோக்கியத்தைத் தருவதுடன் ஆயுளையும் நீடிக்கச் செய்யும். இப்பழங்களின் பூர்வீகம் இந்தியா வாகும்.

மாம்பழம்

ராஜகனியான மாம்பழம் முக்கனிகளில் முதல் கனியாகும். மாம்பழத்தின் பூர்வீகம் தென்னிந்தியாதான். தமிழ்நாட்டில் தர்மபுரி, கிருஷ்ணகிரி மாவட்டத்திலும் ஆந்திரா மாநிலத்திலும் அதிகம் விளைகிறது.

மாம்பழம் பொதுவாகக் கோடைக் காலத்தில் அதிகம் விளையும். நன்கு கனிந்த மாம்பழத்தை உண்பது நல்லது. மாம்பழம் உடலுக்கு உஷ்ணம் தரும் பழம்தான். ஆனால், சமையலுக்குப் பயன்படுத்தும் புளியில் உள்ள உஷ்ணத்தைவிடக் குறைவு. மாம்பழத்தை உணவோடு சேர்த்து சாப்பிடுவதைத் தவிர்க்க வேண்டும். வெறும் வயிற்றில் உண்ணக்கூடாது. உணவு உண்டபின் 20 நிமிடம் கழித்து உண்பது நல்லது.

100 கிராம் மாம்பழத்தில் உள்ள சத்துக்கள்:

நீர்ச்சத்து - 76.0 கிராம்

நார்ச்சத்து - 0.6 கிராம்

தாதுப் பொருள் - 0.4 கிராம்

கொழுப்பு - 0.4 கிராம்

புரதம் - 0.5 கிராம்

மாவுப்பொருள் - 17.0 கிராம்

சுண்ணாம்புச் சத்து - 13 மில்லி கிராம்

இரும்புச் சத்து - 1.2 மில்லி கிராம்

கரோட்டின் - 2740

எரிசக்தி - 72. கலோரி

தையமின்-0.8 மி.கி

நியாசின் - 0.8 மி.கி.

ரைபோ.்.பிளேவின் - 0.08 மி.கி

வைட்டமின் சி - 16.0 மி.கி.

மாம்பழத்தின் மருத்துவப் பயன்கள்:

- ✓ *காலை உணவு முடித்து 30 நிமிடங்களுக்கு பின் 50 கிராம் மாம்பழச்சாற்றுடன் ஒரு தேக்கரண்டி நெய்யும் ஒரு தேக்கரண்டி தேனும் கலந்து அருந்திவரவேண்டும். தொடர்ந்து 48 நாட்கள் அருந்தி வந்தால் வயிற்றுப் புண் குணமாகும்.*

- ✓ *மேற்கண்ட முறைப்படி அருந்தி வரும் நாட்களில் மலம் அதிகளவு வெளியேறினால் தேனை இரட்டிப்பாகச் சேர்த்துக் கொள்ளலாம்.*

- ✓ *மாம்பழத்தின் சாறுடன், தேன், குங்குமப் பூ, ஏலக்காய்த் தூள், பச்சைக் கற்பூரம் இவைகளைச் சிறிதளவு சேர்த்து அதில் காய்ச்சிய பாலைக் கலந்து இரவு உணவுக்குப்பின் அருந்தி வந்தால் இதயம் பலப்படும்.*

- ✓ *சிறு குழந்தைகளுக்கு உணவு உண்டபின் மாம்பழம் கொடுப்பது நல்லது. மாம்பழத்தை நெய்யில் தடவிக் கொடுப்பது மிகவும் நல்லது. இரவில் பாலும்*

கொடுத்து வந்தால் குழந்தை கொழுகொழுவென்று வளரும்.

- ✓ *இரவு உணவின் அளவைக் குறைத்து மாம்பழத் துண்டுகளை உண்டு பால் அருந்தினால் உடல் பலமடைவதுடன் செரிமான சக்தியும் கூடும்.*

- ✓ *மாத விலக்கு சீராக இல்லாத பெண்கள் மாம்பழம் கிடைக்கும் காலங்களில் அதைப் பாலில் கலந்து இரவு உணவுக்குப்பின் தொடர்ந்து 15 நாட்கள் உண்டு வந்தால் மாதவிலக்கு சீராகும்.*

- ✓ *இரவு உணவுக்குப்பின் மாம்பழச் சாற்றை உண்டு வந்தால் முகம் பளபளக்கும்.*

- ✓ *மலட்டுத் தன்மையைப் போக்கி ஆண்மையை அதிகரிக்கும்.*

- ✓ *புளிப்பு மாம்பழச் சாறு 100 மி.லி. அதனுடன் 50 கிராம் நெய் இரண்டையும் கலந்து ஒரு சட்டியில் ஊற்றி 5 நிமிடங்கள் அடுப்பில் வைத்து சூடேற்றி இறக்கிக் கொள்ளவும். காலை, பகல் உணவோடு ஊறுகாய்க்குப் பதிலாகச் சேர்த்துக்கொண்டு வந்தால் உணவு எளிதில் செரிமானமாகும். நரம்பு தளர்ச்சிநீங்கும்.*

- ✓ *நீரிழிவு நோய் உடையவர்கள், சொறி, சிரங்கு உள்ளவர்கள் மாம்பழத்தைத் தவிர்ப்பது நல்லது*

பலாப்பழம்

பலாப்பழத்தின் தாயகம் இந்தியாதான். முக்கனிகளில் இரண்டாவது கனியாகும்.

வெளியில் கரடுமுரடான முட்களுடன் காணப்படும் பெரிய பழமாகும். உள்ளே மஞ்சள் நிறத்தில் சுளைகளாகக் காணப்படும்.

100 கிராம் பலாப் பழத்தில் உள்ள சத்துக்கள்:

வைட்டமின் ஏ- 150 மில்லி கிராம்

வைட்டமின் பி - 6 மி.கி

வைட்டமின் சி - 6 மி.கி

இரும்புச் சத்து- 0,5 மி.கி.

சுண்ணாம்புச்சத்து- 20 மி.கி

கலோரி - 88 மி.கி

புரதம் - 1.9 கிராம்

தாது உப்புக்கள்-0.9 கிராம்

சர்க்கரைச்சத்து- 19.8 கிராம்

ஆகியன அடங்கியுள்ளன.

பலாப்பழத்தின் மருத்துவப் பயன்கள்:

- ✓ பலாப்பழத்தை நேரடியாக உண்பது நன்கு சுவையாக இருக்கும். ஆனால், அவ்வாறு உண்ணாமல் பலாப்பழத்தைத் தேன், நெய், சர்க்கரை ஆகியவற்றுடன் சேர்த்து உண்பது நல்லது.

- ✓ பலாப்பழச் சுளைகளை நெய்விட்டு வதக்கி உட்கொண்டால் உடல் வலுவடையும்.

- ✓ பலாச் சுளைகளைத் தேனில் நனையவிடுங்கள், சிறிது நேரம் கழித்து சிறிதுநெய்விட்டுக் கலக்கவும். மீண்டும் சிறிது நேரம் ஊறவைக்கவும். மாலை வேளையில் இதனை உண்டால் மூளை நரம்புகள் பலப்பட்டு எப்போதும் மனம்புத்துணர்வுடன் காணப்படும்.

- ✓ பலாச் சுளைகளுடன் நாட்டுச் சர்க்கரை சேர்த்து உண்டு வந்தால் எளிதில் செரிமானமாகும். இருமல் கட்டுப்படும். நாவறட்சி நீங்கும். களைப்புமுற்றிலும் நீங்கும்.

- ✓ பலாச் சுளைகளைச் சிறு துண்டுகளாக நறுக்கி ஒரு மண்சட்டியில் போட்டு அதில்பாலை ஊற்றி 10 நிமிடங்கள் கொதிக்க வைத்து அதனுடன் சிறிது தேனையும், நெய்யையும் கலந்து ஏலக்காய் தூளையும் சேர்த்து அருந்தினால் சுவையாக இருப்பதுடன் உடலுக்கு நலத்தையும் கொடுக்கும்.

- ✓ இரத்தம் விருத்தியாகும். நரம்புகளுக்கு வலு உண்டாகும். உடல் நன்கு வளர்ச்சிகாணும்.

- ✓ காச நோயாளிகள், வாத நோயாளிகள், பித்த நோயாளிகள் பால் கொடுக்கும் தாய்மார்கள், மலச்சிக்கல் உள்ளவர்கள் பலாப்பழத்தைத் தவிர்ப்பது நல்லது.

வாழைப்பழம்

முக்கனிகளில் மூன்றாவது கனிதான் வாழை. இது எந்தக் காலத்திலும் கிடைக்கும் பழமாகும். உலக மக்கள் அனைவராலும் விரும்பி உண்ணப்படும் பழங்களில் வாழைப் பழத்திற்குத்தான் முதலிடம்.

வாழைப்பழம் சமய விழாக்களில் அதிகம் பயன்படுத்தப்படுகிறது. வாழைப்பழத்தில் பலவகைகள் உள்ளன. நாட்டு வாழைப்பழம், மலை வாழை, பச்சை வாழை, பேயன் வாழை, செவ்வாழை, நாவரை வாழை, மொந்தன் வாழை, கற்பூரவல்லி வாழை, நேந்திரன் வாழை, ரஸ்தாளி வாழை, சர்க்கரை வாழை, கதலி வாழை, சிங்கன் வாழை, மட்டி வாழை எனப் பலவகைகள் உண்டு. இதில் எல்லா வகை பழங்களுமே மருத்துவக் குணம் கொண்டவை.

100கிராம் வாழைப்பழத்தில் உள்ள சத்துக்கள்

உண்ணத் தகுந்தவை - 71 மூ

புரதம்- 1.2 கிராம்

சர்க்கரை சத்து - 27.2 கிராம்

சக்தி - 116 கலோரி

சுண்ணாம்புச் சத்து - 17 மி.கி,

இரும்பு சத்து - 0.9 மி.கி

வைட்டமின் சி - 7 மி.கி

பாஸ்பரஸ் - 36 மி.கி

வாழைப்பழத்தின் மருத்துவப் பயன்கள்:

- ✓ *வயிற்றுப்புண் ஏற்பட்டால் சரியாக உண்ண முடியாமல் தவிப்பார்கள். இவர்கள் முறையாக வாழைப் பழத்தை உண்டு வந்தால் வயிற்றுப் புண் நீங்கும்.*

- ✓ *மூல நோய் உள்ளவர்கள் வாழைப் பழத்தை நாள்தோறும் உண்டு வந்தால் மூல நோயின் பாதிப்பு குறையும்.*

- ✓ *இரவு உணவுக்குப்பின் ஒரு பேயன் வாழைப்பழத்தை உண்டு பால் அருந்தி வந்தால் மூல நோய் தணியும்.*

✓நீண்ட நாட்கள் குழந்தைப் பேறு இல்லாதவர்கள் ஆணும் பெண்ணும் செவ்வாழைப் பழத்தை உண்டு வந்தால் மலட்டுத் தன்மை நீங்கி குழந்தை பேறு கிடைக்கும்

✓பழுத்த நேந்திரம் பழத்தை இட்லி சட்டியில் வைத்து இட்லி அவிப்பதுபோல்அவித்து எடுத்து, சிறு துண்டுகளாக வெட்டி அதனுடன் நெய் கலந்து உண்டால் மெலிந்த உடல் தேறும்.

✓உடல் பருமன் உள்ளவர்கள் வாழைப்பழத்தைத் தினமும் உண்டு வந்தால் அதாவது இரவு உணவுக்குப் பதில் மூன்று பூவன் வாழைப்பழத்தை உண்டு சிறிது நேரம்கழித்து வெந்நீர் அருந்தி வரவும். இவ்வாறு தொடர்ந்து ஒரு மண்டலம் (அதாவது 48 நாட்கள்) உண்டு வந்தால் தொப்பை குறையும்.

முக்கனி லேகியம்:

நன்கு கனிந்த மா, பலா, வாழைப் பழங்களை எடுத்து சிறு சிறு துண்டுகளாக்கி மண் பாத்திரத்தில் இட்டு குலுக்கி அதனுடன் தேன் கற்கண்டு கலந்து இலேகியமாக்கி உண்டு வந்தால் முக்கனிகளின் சத்துக்கள் அனைத்தும் ஒருங்கே கிடைக்கும்.

குழந்தைகள் முதல் பெரியவர்கள் வரை இதை உண்ணலாம். முக்கனிகளில் மருத்துவப் பயன்கள் அனைத்தும் உடலுக்கு வலு தருவதாகும். இவற்றை உண்டு நீண்ட ஆயுளைப் பெறுவோம்.

தொகுப்பும் கட்டுரையும்

முனைவர் ப. சரவணன்,
தமிழ் விரிவுரையாளர்

நட்பு

"பிரிவைக் கண்டு கவலைப்படாதே
இமைகள் பிரிந்தால்தான்
உலகை ரசிக்க முடியும்.
இதயத்தில் நீ இருந்தால்
மறந்துவிடலாம்.
இதயமே நீ என்றால் எப்படி
மறக்க முடியும்?
பிரிவென்பது நமக்குத்தான் - நம்
நட்புக்கு இல்லை."

கே. தினேஷ் குமார்,
இளங்கலை கணிணிப் பயன்பாட்டியல்
முதலாண்டு 'இ' பிரிவு

அன்னை

“பத்து மாதம் கருவில் சுமந்து
உன் இரத்தத்தைப் பாலாக்கி
அன்பு என்னும் விதையைப் படைத்து
என் சிறு பாதத்தைத் தழுவி மகிழ்ந்து
துன்பங்கள் என்னை நெருங்காமல்
இன்பத்தை விளக்காக்கி
என் உணர்வுகளைப் புரிந்த நீ
அனுசரணையான அரவணைப்புடன்
உன் இன்பங்களைத் துறந்து
என் இன்பத்திற்காக ஒவ்வொரு நாளும்
உழைக்கும் நீ என் தோழியே.”

மை. ரீஜா,
இளங்கலை கணிணி அறிவியல் முதலாண்டு
‘ஆ’ பிரிவு

அம்மா

“பூவாகி நீ செல்லும் வழியில்
நாளும் நான் பூக்கவா?
சாரல் மழையாகி உன்னை
வணக்கிச் செல்லவா?
நாம் கருவில் உருவாகிப்
பிறந்து வந்தபின்பும்
தவழ்ந்து வளர்ந்து நடக்கும் வரைக்
கூடவே வருவாள். இவை எல்லாம்
‘அம்மா’ என நாம் அவளை
அழைப்பதற்காக.”

மூ. ரவீணா,
இளங்கலை கணிணிப்
பயன்பயன்பாட்டியல் முதலாண்டு
‘இ’ பிரிவு

அன்னை

“உயிர் கொடுத்த அன்னையே
உயிராய்க் காக்கும் அன்னையே
இரவும் பகலும் அன்னையே
இமைப்போல் காப்பேன் உன்னையே
கடவுளாய் வந்த தாயே
நீ எனக்குக் கிடைக்க
நான் புண்ணியம் செய்திருப்பேன்
வாழ்வின் முதற்கடவுள் நீயே
உனக்கு என்ன செய்தாலும்
போதாது தாயே.”

அ. மெருண்ராஜ்,
இளங்கலை கணிணி அறிவியல் முதலாண்டு
‘ஆ’ பிரிவு

உண்மை அன்பு

“உண்மை அன்பை
உலகமெங்கும் தேடினேன்
எங்கும் கிடைக்கவில்லை.

இறுதியாக, நான் கண்ட
உண்மை அன்பு
என் அன்னை ஊட்டிய
ஒருபிடிச் சோற்றில் கண்டேன்.

அவள் பட்டினியாய்க் கிடந்து
என் பசியாற்றியபோது
கண்டேன் உண்மை அன்பை.

நான் பிறந்து வளர்ந்தவுடன்
'அம்மா' என்று அழைத்தபோது
அவள் கண்களில் வழிந்த
கண்ணீரில் கண்டேன்
உண்மை அன்பை.

என் மனம் சோர்வுற்றபோது
அவளின் ஒரு நிமிட மடித்தூக்கத்தில்
உண்மை அன்பை உணர்ந்தேன்.

என் தோல்விகளின் போது
தோள்சாய கொடுத்த அவளின்
தோள்களில் கண்டேன்
உண்மை அன்பை.

மொத்தத்தில் இறுதிவரை
என் வாழ்க்கை முழுவதும்
வசந்த காலமாகவும்
என் உயிர் உள்ள வரை
உண்மையாகவும் வாழ்ந்த
அவளின் உண்மையான அன்புக்காக.

இந்த ஜென்மம் மட்டுமல்ல
இன்னும் ஆயிரம் ஜென்மங்கள்
உழைத்தாலும் ஈடாகாது – எனவே,
என் அன்னையின் அன்புப் பாதங்களை
என்றும் பணிவேனாக"

ஆர். தமிழ்ச்செல்வி,
இளங்கலை ஆங்கிலம் முதலாண்டு

சங்கச் சாரல் - 13

பாறைத் (மனது) தூசு

அறிவியல் அசுர வளர்ச்சி அடைந்துள்ளது. அதன் விளைவாகப் பல மாற்றங்களும் நிகழ்ந்துள்ளன. இந்த மாற்றத்தில் சில நன்மைகளும் பல தீமைகளும் நிகழ்ந்து வருகின்றன. தீமைகளுள் 'மாசு' என்பது நம் மனது வரை சென்றுள்ளது. காணும் பொருளெல்லாம் தூசு. மரத்தின் இலைகள் கூடப் பசுமையின் மீது தூசு போர்த்து மடிந்து விடுவதை நமது சாலை ஓரக் கிளைகள் சொல்லும்.

மழையில்லாத காலங்களில் எங்கும் தூசிதான். வெளியில் சென்று வந்தாலே நம்மீது படிந்துள்ள தூசிகளைக் காணமுடிகிறது. ஏதோ மழை பெய்தால் இந்தத் தூசிகள் சிறிது அடங்கியிருக்கும்.

தூய்மையான காற்றும் பசுமையான இலைகளும் நம் கண்ணிற்குத் தெரியவேண்டும் என்றால், கட்டாயம் மழை பெய்தாக வேண்டும். மழையில்லையென்றால் தூய்மையும் இல்லை. பசுமையும்

இல்லை. சங்ககாலம் முதலாகவே இந்தத் தூசிகள் நம்மை விரட்டிக் கொண்டுதான் உள்ளன. இயற்கையோடு இயைந்த சங்க கால மக்களின் வாழ்வில் தூசிகளுக்கும் இடம் இருந்துள்ளன.

குறிஞ்சி நிலத்தில் பாறைகளின் மீது இந்தத் தூசிகள் படிகின்றன. மழை பெய்துவிட்டால் பாறைகளில் உள்ள தூசிகள் எல்லாம் கழுவப்பெற்று, பாறை பளிச்சென்று தோற்றமளிக்கும். இந்தக் காட்சிகளைக் கண்ட நம் சங்கக் கவிகள் தம் கருத்தை இதனுள் செலுத்தியுள்ளனர். அக்கருத்து சங்க கால கவிப் பள்ளியின் சிந்தனையாக அமைந் துள்ளது. இக்கருத்தைக் கண்டு மகிழ்வோமா?

தோழியின் உதவியுடன் தலைவன் தலைவியர் சந்தித்து மகிழ்கின்றனர். மகிழ்ச்சியின் பின் இருவரும் பிரிகின்றனர். தலைவியால் தலைவனின் பிரிவை ஆற்றியிருக்க முடியவில்லை. மிகுதியான துன்பமடைகிறாள். துன்பப்படும் தலைவியைக் கண்டு தோழிக்குள் கோபம் வருகிறது. தோழியின் கோபத்தைக் கண்ட தலைவி, தோழிக்குக் கூறுவதாக அமையும் ஒரு பாடலைக் கபிலர் இயற்றியுள்ளார். இப்பாடல் குறுந் தொகையில் 13ஆவது பாடலாகத் தொகுக்கப்பட்டுள்ளது.

இப்பாடலுள் தலைவியின் கூற்றானது, "தோழி, மேலே உள்ள புழுதி முற்ற நீங்கும்படி பாகனால் கழுவப்பட்ட யானையைப் போல, பெரிய மழையை ஏற்றுத் தூய்மையுற்ற பெரிய சருச்சரையை உடைய துறு கல்லானது பசுமையை உடைய ஓரிடத்தில் தங்குகின்ற மலைநாட்டை உடைய தலைவன் காம நோயைத் தந்தான். அதனால் முன்பு குவளை மலரைப் போன்று இருந்த என்னுடைய அழகிய கண்கள் இப்பொழுது பசலை நிறம் நிரம்பப் பெற்றன." என்று அமைகிறது.

"தோழி! நாடன் நோய் தந்தான் அதனால் என் கண்கள் பசலை படிந்தன" என்பது இதன் பொருள் முடிவாகும். இதனுள் தலைவனின் நாடு புனையப் பட்டுள்ளது. பசுமையான இடத்தில் தங்கும் நாடன். பசுமையான இடம் என்பதனை விளக்கியுள்ளார் கபிலர். பாறையில் படிந்துள்ளன தூசுகள் பெரிய மழையினால் கழுவப் பட்டுள்ளன. அந்த நீர் பாறையின் அருகில் சென்றால் அங்குப் பசுமை

காட்சி தருகிறது. இப்படிப்பட்ட நாட்டை உடையவன் என்று கூறுகிறாள். பாறையின் தோற்றத்திற்கு யானை உவமையாகக் கூறப்பட்டுள்ளது.

எதையும் வெறுமனே சொல்லா தவர்கள் சங்கப் புலவர்கள். அப்படியிருக்க யானை, புழுதி படிந்த பாறை, பெரியதாய்ப் பெய்த மழை, பசுமை என்பன ஏதோ ஒரு கருத்தை உட்கொண்டதாகவே இருக்க வேண்டும். இங்குத் தலைவி சொல்ல வந்த கருத்தானது தலைவனால் இத்துன்பம் அடைந்துள்ளேன் என்பது, இக் கருத்துடன் மேலே சொன்ன இயற்கைப் புனைவுகளை ஒப்பிட்டு நோக்குதல் சிறப்பாகும்.

தலைவி துன்பமடைந்துள்ளாள். எனவே, இங்குள்ள பசுமையானது தலைவியைக் குறிப்பதற்கு வாய்ப் பில்லை. தலைவியை நுகர்ந்த தலைவன் இன்பமாகத்தானே. எனவே, பசுமை என்பது தலைவனுக்கானதாக இருக்கலாம்.

இவ்வாறு கொண்டால் யானை, புழுதி படிந்த பாறை, மழையால் கழுவப்பட்ட பாறை என்பன எதைக் குறிக்கின்றன? கழுவப்பட்ட பின்பு யானை பளிச்சென்று காணப்படும். அதைப்போலவே தூசி படிந்திருந்த பாறைக் கல்லும் மழையால் கழுவப்பட்டு பளிச்சென்று ஆகி விட்டது.

பளிச்சென்று காணப்படுவதால் அப்பொருளை யாரும் எளிதில் காணமுடியும். இங்குத் தலைவியின் காதலானது இப்பொழுது எளிதில் பிறருக்குத் தெரியும் நிலையை எச்செய்தியைக் குறிக்கிறது?

அப்படியானால் பாறையில் படிந்துள்ள தூசியானது தலைவி யானவள் தனது காதலைப் பிறர் அறியாதவாறு மறைத்து வைத்திருப் பதைக் குறிக்கிறது.

பாறைக்கு யானை கூறப்படு வதால், இது பெண்களின் இயல்பைக் குறிப்பது பெறப் படுகிறது. அதாவது யானை இயல்பாகவே புழுதியைத் தன் மேல் போட்டுக்கொள்ளும் தன்மை யுடையது. யானையின் இயல்பைப் போலவே பெண்களும் தங்களின் உள்ளக் குறிப்பை எளிதில் பிறர் அறிய இயலாநிலையில் மறைத்துக் கொள்ளும் தன்மை உடையவர்கள் என்பதைக் குறிக்கிறது.

இதனால், தூசு என்பது பெண்கள் தமது உள்ளத்தை

எளிதில் பிறர் அறியா வண்ணம் மறைத்துவைக்கும் தன்மையைச் சுட்டுகிறது.

சங்க காலச் சிந்தனையினை உட்கொண்ட இப்பாடலானது,

"மாசறக் கழீஇய யானை போலப்
பெரும்பெய லுழந்த விரும்பிணர்த் துறுகல்
பைத லொருதலைச் சேக்கு நாடன்
நோய்தந் தனனே தோழி
பசலை யார்ந்தன குவளையங் கண்ணே"
(குறுந்தொகை - 13)

என்பதாகும்.

தூசு கழுவப்பெற்ற பாறைபோலத் தனது காதலும் வெளிப்பட்டுத் தெரிகின்றது. அதனை வெளிப்படுத்திய தலைவனோ இனிதிருக்கிறான். பசுமையான இடத்துள் அவன் இருக்கிறான். குவளை மலரைப் போன்றிருந்த எனது கண்களோ பசலை படிந்துவிட்டன. நான் துன்பம் அடைகிறேன் என்றுரைக்கின்றாள்.

இங்கு மழை என்பது தலைவன் தலைவியரிடையே நிகழ்ந்த காதலாகும். மழை பெய்த காரணத்தால் தலைவியின் உள்ளம் (பாறை) வெளிப்பட்டுவிட்டது. இந்நிலையில் மழை என்பது அன்பைக் குறிக்கும் குறியீடாகக் குறிக்கப்படுகிறது. (நிலம், கடல், மழை என்பன அன்பின் ஆழத்தைக் காட்டும் குறியீடுகளாகச் சங்க இலக்கியத்துள் இடம் பெற்றுள்ளதை, 'அன்பின் ஆழம்' என்ற தலைப்பில் முன்னர் கண்டுள்ளோம். (விடியல் இதழ் - 38, ஜுன்2012))

மழையாகிய இந்த அன்பு இல்லையென்றால் இல்லறத்துள் தூசி படிந்துவிடும். அன்பு மழை பொழிய வேண்டும்.

தலைவன் அன்பின் மழை யின்றித் தலைவியைப் பிரிந்து சென்றுவிட்டான். எனவே, இல்லற வாழ்வில் தூசி படிந்துவிட்டது எனும் கருத்தை,

"......................................
மழைகழூஉ மறந்த மாயிருந் துறுகல்
துகள்சூழ் யானையிற் பொலியத் தோன்றும்
இருப்பல் குன்றம் போகித்
திருந்திறைப் பணைத்தோ ளுள்ளாதோரே"
(குறுந்தொகை - 279)

எனும் பாடலடிகள் உறுதிப்படுத்து கின்றன.

இதனால், திருமணத்திற்கு முந்திய அன்பு வாழ்வு (பாறை) காதலால் (மழை) வெளிப்படுகிறது. இதே போன்று திருமணத்திற்குப் பின்பும் இல்லறவாழ்வு (பாறை)

காதலால் (மழை) வெளிப்படவேண்டும். காதல் வாழ்வு வெளிப்படுவது தலைவிக்கு மகிழ்ச்சியைத் தராது. ஆனால், கற்பு வாழ்வில் இனிய இல்லறம் வெளிப்படுவது தலைவிக்கு மகிழ்ச்சியைத் தரும்.

களவு வாழ்வு வெளிப்படா வண்ணம் தூசிகளைக் காப்பது தலைவிக்குரியது. கற்பு வாழ்வில் தூசிகள் இன்றி இனிய இல்லறத்தை வெளிப்படுத்த வேண்டியது இல்லறத் தார்க்குரியது. அன்பைப் பக்குவமாகக் தான் கட்டிக்காக்கவேண்டும்.

சாரலில் நனைவோம்...

முனைவர் த. கண்ணன்
தமிழ் விரிவுரையாளர்

தாலாட்டு

"கல்லறையில் கூட
உறங்குவேன் தாயே!
நீ தாலாட்டுப் பாடினால்!"

க. சங்கரி,
இளங்கலை ஆங்கிலம் முதலாண்டு.

அன்னை

"அன்புக்கு இலக்கணம் நீயே!
என் கண்முன் நடமாடும்
தெய்வம் நீயே!
என் வாழ்வில் ஒளி வீசும்
சூரியனும் நீயே!
தியாகம் எனும் சொல்லுக்குப்
பொருளும் நீயே!
மீண்டும் பிறந்தால்
உன் மகளாகப் பிறப்பேன்."

எஸ். பவுலின் மேரி,
இளங்கலை கணிணிப்
பயன்பயன்பாட்டியல் முதலாண்டு
'இ' பிரிவு

கல்லூரி நண்பர்கள்

"தூரலும் இல்லை
மழைச் சாரலும் இல்லை
நான் மட்டும் நனைகின்றேன்.
கல்லூரி எனும் அன்புச் சாரலில்
நேசிக்க என் கல்லூரியின்
நண்பர்கள் இருக்கும்பொழுது
சுவாசிக்கக் காற்று எதற்கு?"

ஜி. ஆனந்த குமார்,
இளங்கலை துகிலியல் மற்றும்
ஆடைவடிவமைப்புத்துறை முதலாண்டு.

பங்குனி மாதம்

ஆண்டின் நிறைவான மாதமாக வரும் பங்குனிமாதம் குடும்ப ஒற்றுமையை உருவாக்கும் புனித மாதமாக அமைகின்றது.

பங்குனி மாதத்தில் உத்திர நட்சத்திரமும் பவுர்ணமியும் சேரும் நாள் நட்சத்திரத்தால் பவுர்ணமியின் பலன் கூடுதலாக அமையும் நாளாக அமைகிறது. ஒவ்வொரு மாதத்தின் பவுர்ணமி வெவ்வேறு சிறப்புக்களை நமக்குத் தருகின்றது. அதில் பங்குனி பவுர்ணமி குடும்ப ஒற்றுமையை உணர்த்தும் நாளாக அமைவது தனிச்சிறப்பு.

பொதுவாகப் 'பங்குனி உத்திரம்' என நட்சத்திரத்துக்குச் சிறப்பு தரும் பவுர்ணமி நாள் என்றவுடன் அனைவரது உள்ளமும் குதூகலம் அடையக் காரணம் முருகனுக்கு விழா எடுக்கும் நாள் என்பதால்தான். இம்மாதம் தமிழ்க் கடவுள் சுப்பிரமணியன் ஆலயங்கள் அனைத்தும் விழாக் கோலம்பெறும் தினம் என்று மட்டும் பலர் அறிந்து வைத்திருப்போம்.

ஆனால், இந்நாளில்தான் தெய்வத் திருமணங்கள் நடை பெற்றுள்ளது என்று நமது புராணங்கள் நமக்குக் கூறுகின்றன. எனவேதான், பங்குனி மாதத்தில் நம் குடும்பங்களில் திருமணச் சடங்கு களை நாம் நடத்துவதில்லை.

தெய்வத் திருமணங்கள்

பங்குனி உத்திரத் திருநாளில் ஆண்டாள் நாச்சியார் ஸ்ரீரங்க மன்னரைக் கரம்பிடித்த நாள் ஆகும். ராமர் சீதாதேவியை மணம் செய்த நாளும் பங்குனி உத்திரத் திருநாள். ரதியின் வேண்டுதலுக்கு இணங்கி மன்மதனைச் சிவபெருமான் எழுப்பித்தந்த நாள் பங்குனி உத்திரம் என்பதால், இந்நாள் ஹோலி என்றும் காமன் பண்டிகை என்றும் போற்றப்படுகின்றது.

மஹாபாரதம் அர்ச்சுணன் பிறந்த தினம் பங்குனி உத்திரம் என்று கூறுவது மட்டுமல்லாமல் அர்ச்சுணனுக்காக அவன் மூலம் உலகுக்கும் கீதை கிடைத்ததைப் போற்றும் நாளாகவும் பங்குனி உத்திரம் சிறப்புப் பெறுகின்றது.

சிவன் சக்திதேவியைக் கரம் பிடித்த நாள் பங்குனி உத்திர

நன்னாள் என ஆகமங்கள் கூறுகின்றன. சிவாலயங்களில் திருக்கல்யாண உற்சவங்கள் சிவன், பார்வதிக்கு நடத்தப்படும் உற்சவங்களாக அமை கின்றன.

ஸ்ரீரங்கத்திலும் ஸ்ரீ வில்லி புத்தூரிலும் நடைபெறும் பங்குனி விழாக்கள் இறைவனின் கருணையை ஒருநிலைப்படுத்துவதாக அமைகின்றன.

சபரிமலையும் உத்திரமும்

சபரிமலை சாஸ்தா அய்யப்பன் அவதார தினம் பங்குனி உத்திரம் என்பதால் சபரிமலையில், ஆராட்டு என்னும் நிகழ்ச்சி மிகவும் விமரிசை யான விழாவாக நடைபெறுகின்றது. பல ஆலயங்களில் நடைபெறும் பங்குனி பிரம்மோற்சவங்கள் நமது கலாசார பண்புகளையும் நம் நாகரிகத் தன்மைகளையும் நமக்கும் உலகுக்கும் தெரிவிப்பதாக அமைகின்றன.

குலவழிபாடு

பங்குனி உத்திரம் அன்று நாம் நம் குலதெய்வங்களை வழிபட உகந்த நாளாக அமைகின்றது. நாம் நம் குல தெய்வங்களை இந்த நாளில் சென்று வழிபாடு செய்தால் நமது மூதாதை யரின் பரிபூரண ஆசிகள் நமக்குக் கிடைக்கின்றன.

திருமண ஸ்தலம்

முருகப்பெருமான் சூரனை வதம் செய்ததற்குப் பரிசாக இந்திரன் தன் மகள் தெய்வா னையை முருகனுக்கு மணம் முடித்துத் தந்த நாள் பங்குனி உத்திரம். திருப்பரங்குன்றம் முருகனின் திருமணம் நிகழ்ந்த ஸ்தலமாக அமைந்துள்ளது.

கலைமகள் பிரம்மாவை அடைந்த நாள் பங்குனி உத்திரம் என்பதால் இந்நாளில் குழந்தைகள் ஆலயம் சென்று வணங்குவதன் மூலம் கல்வியின் சிறப்பைப் பெறுவார்கள். இவ்வாறு பங்குனி மாதத்தின் சிறப்புகள் எண்ணற் றவை. இந்நன்னாளில் இறைவனை வழிபட்டு அனைத்து நன்மை களையும் பெறுவோமாக.

திருமதி. லோ. புனிதவள்ளி
தமிழ் விரிவுரையாளர்

நட்பு

“இதயத்தில் எத்தனை
வலி இருந்தாலும்
இனிமையாகப் பேசுங்கள்.
உலகமே உங்களிடம்
பேச ஆசைப்படும்”

ஜெகா. சரவணன்,
இளங்கலை இயற்பியல் இரண்டாமாண்டு

கேட்க நினைத்த வினாக்கள்

சண்டிகேசுவரர் சன்னதியில் பக்தர்கள் தம் கைகளைத் தட்டி ஒலியெழுப்பி வணங்குவது ஏன்?

இந்துக்களின் கோயில்களில் துர்க்கை அம்மன் சன்னதிக்கு எதிரே சண்டிகேசுவரர் இருப்பார். இவர், கோயிலுக்கு வரும் பக்தர்கள் கோயிலிலிருந்து எவற்றையும் கவர்ந்து சென்று விடக்கூடும் என்பதால் அவர் களைக் கண்காணிப் பதனையே தன் பணியாகக் கொண்டவர். ஆதலால், கோயிலை விட்டுப் பக்தர்கள் வெளியே செல்லும்முன் தன் இரண்டு கைகளையும் அவர்முன் தட்டிக் காண்பித்துத் தாம் எப்பொருளையும் இங்கிருந்து களவாடிச் செல்லவில்லை என்று உறுதியளித்து வணங்கிச்செல்வர்.

கோயிலில் மணியோசையை எழுப்புவது (மணியடிப்பது) ஏன்?

இறைவனுக்குப் பூசை நடைபெறும்போது பக்கதர்கள் அமங்களமான சொற்களைப் பேசக்கூடாது என்பதற்காகவும் தீய சிந்தனையோடு இருக்கக் கூடாது என்பதற்காகவும் பூசையில் தம் மனத்தினை ஒருமைப்படுத்த வேண்டும் என்பதற்காகவும்தான் கோயிலில் மணியோசையை எழுப்புகின்றனர்.

முனைவர் மா. கார்த்திகேயன்
தமிழ்த்துறைத் தலைவர்

பழந்தமிழர் உணவு

பழந்தமிழரின் உணவு உட் கொள்ளும் 12 வகைகள் பின்வருமாறு:

அருந்துதல் *- மிகச் சிறிய அளவே உட் கொள்ளல்.* ***உண்ணல்*** *- பசிதீர உட்கொள்ளல்.* ***உறிஞ்சல்*** *- வாயைக் குவித்துக்கொண்டு நீரியற் பண்டத்தை ஈர்த்து உட் கொள்ளல்.* ***குடித்தல்*** *- நீரியல் உணவை (கஞ்சி போன்றவை) சிறிது சிறிதாக பசி நீங்க உட்கொள்ளல்.* ***தின்றல்*** *- தின்பண்டங்களை உட் கொள்ளல்.* ***துய்த்தல்*** *- சுவைத்து மகிழ்ந்து உட் கொள்ளுதல்.* ***நக்கல்*** *- நாக்கினால் துலாவி உட் கொள்ளுதல்.* ***நுங்கல்*** *- முழுவதையும் ஒரே முறையில் வாயில் ஈர்த்துறிஞ்சி உட் கொள்ளுதல்.* ***பருகல்*** *- நீரியற் பண்டத்தை சிறுகக் குடிப்பது.* ***மாந்தல்*** *- பெரு வேட்கையுடன்*

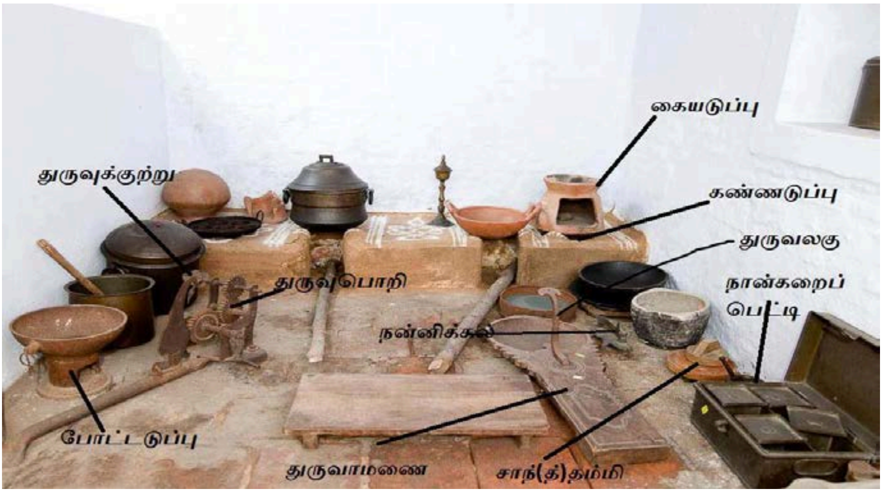
மடமடவென்று உட்கொள்ளுதல். ***மெல்லல்*** *- கடிய பண்டத்தைப் பல்லால் கடித்துத் துகைத்து உட்கொள்ளுதல்.* ***விழுங்கல்*** *- பல்லுக்கும் நாக்குக்கும் இடையே தொண்டை வழி உட் கொள்ளுதல்.*

தலை வாழையிலையில் பரிமாறும் முறை:

பின்வரும் வரிசையில் இலையில் வைக்கவேண்டும். உப்பு, ஊறுகாய், சட்னிப் பொடி, கோசும்பரி, தேங்காய் சட்னி, பலாப்பழ உண்டி,------------------ சித்ரண்ணம், அப்பளம் (பப்படம்), கொரிப்பு, இட்லி, சாதம், பருப்பு, தயிர் வெங்காயம், இரசம், பச்சடி, கதிரிக்காய் பக்கோடா, கூட்டு, பொரியல், அவியல், கத்ரிக்காய் சாம்பார், இனிப்பு, வடை, இனிப்பு தேங்காய், சட்னி, கிச்சிடி, காரப்பொரியல், பாயசம், தயிர், மோர்.

புகைப்படம்:

தமிழர் சமையல் அறைக் கலங்கள்.



இவ் இதழ் குறித்த தங்களின் மேலான கருத்துகளையும் அறிவுரைகளையும் எங்களுக்குத் தெரிவித்துதவவும் **- ஆசிரியர்**