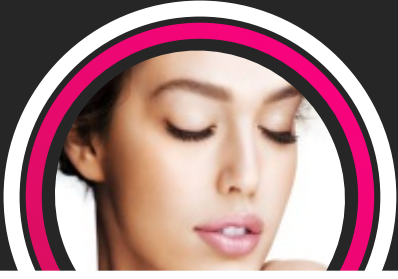




பெண்மை.காம் மின் இதழ்

புதுமையைத் தேடி...



Chapped Lips!



நுவராத்தீர்



பண்டிகை
பலகாரங்கள்



எப்படி
ஜெயிப்பது?

புதுமையைத் தேடி...

அன்பு பெண்மை தோழமைகளுக்கு வணக்கம்,



மலர் 2
இதழ் 12

வாழ்க்கை இனிமையான கலை! நாம் தான் நம்முடைய வாழ்க்கையை ஆனந்தமாக அமைத்துக் கொள்ள வேண்டும். வாழும் கலையைக் கற்றவர்கள் நீண்டநாள் ஆரோக்கியமாக மனநிம்மதியுடன் கூடிய வாழ்க்கையை வாழ்கின்றனர். அதன் ரகசியத்தையும் நம் முன்னோர்கள் நம் வாழ்க்கை முறையிலேயே நமக்கு கற்பித்து சென்றுள்ளனர்.

அதிகாலை துயில் எழுவது முதல், உண்ணும் உணவு, உடுத்தும் உடை, பண்டிகைகள் என பலவற்றிலும் அதன் உண்மை மறைந்து உள்ளது. ஆனால் நாம் தான் பழைய பஞ்சாங்கம் என்று சொல்லி அவர்களின் அறிவார்ந்த சொற்களை மதிப்பதில்லை.

அதிகாலை நிகழ்த்தும் அற்புதங்கள் எண்ணிலடங்காதவை. வாழ்க்கையில் உயர விரும்புவர்களை உயர்த்தும் பொழுதல்லவா! இரவில் சரியான நேரத்தில் உறங்குவதால் உடல் உறுப்புகளுக்கும் தேவையான ஓய்வு கிடைக்கும்.

உணவில் நம் முன்னோர்களின் அறிவு எண்ணிலடங்காதவை. இரவில் எளிதில் ஜீரணம் ஆகாத கீரைகள், தயிர் உண்ணக்கூடாது என்பது தொடங்கி அடுக்கிக் கொண்டே போகலாம். நவீன காலம் என்னதான் முன்னேறி விட்டாலும், கடலை மிட்டாய் கொடுக்கும் சத்தை கண்டிப்பாக மினுமினுப்பான கலர் உடை அணிந்த சாக்லேட்டாலோ, கேழ்வரகு அடை கொடுக்கும் போஷாக்கை போன் மூலம் ஆர்டர் கொடுக்கும் பிட்சா, பர்கரால் கொடுக்க முடியாது.

அடுத்து அர்த்தமுள்ள பண்டிகைகள் விநாயகர் சதுர்த்தி மற்றும் கொலு பொம்மைகளை களிமண்ணால் செய்வதன் மூலம் நீர்நிலைகளை தூர்வாறும் மறைமுக உத்திகளே. ஆனால் அதுவும் இன்று பாரீஸ் சாந்து (Plaster of Paris) என்று மாறிவிட்டது. மேலும் கொலு பொம்மைகள் மூலமே நம் பாரம்பரிய கதைகள் சொல்லும் விந்தைகள் எந்த youtube videoவாலும் கொடுக்கமுடியாது. தீபாவளி, கார்த்திகைத் திருநாளில் தீபம் ஏற்றி மாசடையாமல் மழை காலத்தில் காற்றில் இருக்கும் கிருமிகளைக் கொல்லும் உத்தியோடு கொண்டாடியதை இன்று பட்டாசு வெடித்து ரசாயனப் புகையால் மாசுபடுத்தி விட்டோம்.

நவீன மனோதத்துவ நிபுணர்கள், மேடை பயம் குறைய பாட்டு வகுப்பிற்கு அனுப்பப் பரிந்துரைகின்றனர். இதனையே நாம் வழிபாடு மூலம், குழந்தைகளுக்கு பக்தி, பாடல்களில் ஆளுமைத்திறன் வளர்த்தல், பிறரோடு சுமுகமாக பழகுவதல் போன்றவற்றை பழக்கினோம். ஆனால் இன்று அர்த்தம் புரியா வன்மவார்த்தைகள் உள்ள திரைப்படங்கள் அவர்களை வாழ்க்கை முழுவதும் வாழவிடாமல் முனுமுனுக்க வைக்கிறது.

கலாச்சார மாற்றத்தால் சமுதாயத்திற்கு தேவையில்லாத பலவற்றைப் புகுத்தி சமுதாயத்தை மாற்றிவிட்டோம். இனியாவது நம்மால் இயன்ற அளவு சமுதாயத்திற்கு பயனுள்ளதை நம் பிள்ளைகளுக்கு எடுத்துச்சொல்லி வளர்ப்போம். வீழ்ந்த நம் கலாச்சாரத்தை மீட்டெடுப்போம். பாரெங்கும் பாரத கலாச்சாரத்தை பரவச் செய்வோம்!

- உங்கள் தோழி இளவரசி

05



10



15



24



26



Chapped Lips Remedies 11
Meenakari Bangles 12
Emergency Care 17
Movie Review 24
Penmai's Kitchen Queen 33

07 குடிந்தைகளும் தாவரங்களும்
18 நங்கையர்கள் போற்றும் நவராத்திரி!
21 மகாளய அமாவாசை
44 நீயா நானா
49 சிறுகதை - முதல் சம்பளம்
52 நெஞ்சக்குள்ளே இன்னாரென்று

The Penmai's Team

Administrator (நிர்வாகி) - E. Ilavarasi Johnson

Super Moderator (தலைமை வழிகாட்டி) - K. Parasakthi, Sumathi Srinivasan, G. Karthiga and JV_66@Jayanthi Venugopalan.

Moderators (வழிகாட்டிகள்) - Angu Aparna@Aparna, Lali@Lalitha, Rudhraa and Silentsounds@Guna.



Designing: Karthikeyan

Shared contents.
credits goes to the rightful owner.

For Advertisement Please contact,
support@penmai.com or call us at 8344143220

Write us your feedback to admin@penmai.com



MY

ANGADI



BUY NOW

Free shipping across India

International Shipping
also Available

Call us @
83441 43220

**TRADITIONAL TANJORE
PAINTINGS COLLECTION**

MOMS VS KIDS

How to make your kid to eat food in school?



...Jv_66 @ Jayanthy

- First of all, you should not scold them for not eating.
- Once she comes from the school, after finding that she has left everything uneaten, you can ask her the reason for it.
- She might tell that, she would eat them if only it is given by you (feed her with spoon).
- That time, you should tell her that day by day she is growing as a big girl and she has grown so big that she is attending the school and started learning many things. And only for the babies who are not attending the schools, mothers will feed the food.
- Also tell her, that only if she is eating the whole food given in the lunch box, she will have enough strength to play with her friends and learn the alphabets, rhymes etc. which the teachers are teaching. Only then she could tell and teach you and your husband, whatever was taught in the school.
- Tell her, that if she is finishing off the lunch box while the teacher is asking the children to eat, you will praise her as GOOD GIRL after coming from the school. And you should tell this without forgetting.
- You can also tell her that she will be told one new story by you and you will play with her certain games with her only when she eats without vomiting.
- Tell her she could become powerful and beautiful like Dora, Chota Bheem and all the animated characters which she would love to watch.
- Tell her that all the friends in the school and the teachers would love to talk and play with her, only when she is eating fully without any adamancy.
- Tell her that if she is not eating properly, she will not be able to have a beautiful hair, eyes and good eyesight and all the other things.

How to make your kid to eat food in school





MOMS VS KIDS

How to make your kid to eat food in school?

- Initially, you can give her only the snacks or food items which she likes. Later, little by little, you can introduce the healthy food items.
- You can prepare the food items in different attractive shapes and colors which will tempt her to eat without hesitation.
- And every day, before going to school, you can tempt her by telling "see darling, today I have kept something very attractive, which you would love to eat. and if you finish it off fully, I will say you as Good girl and Daddy will also feel happy and give you a kiss".
- But don't tempt her through bribes like chocolates or any other thing.

...PriyagauthamH

- The first step will be encouraging her to feed by herself at home. Note the time she takes to finish. This may guide you in the portion size to send for school.
- Remember children are very chatty and easily distracted. So they may not show interest in eating at lunch time, rather more so in talking to friends. You will observe when she self feeds at home to.
- It will be a good idea to explain that eating and talking causes food to go in wrong way and also food may not digest well and she can get tummy ache.
- In addition first have a chat as to what she would like to have in her break /lunch time.
- Next will be the lunch box design /character, water bottle color etc.
- Do ask her preference in these. This helps in decision making for them. Makes her feel grown up etc. Believe me it helps.
- Next with food, try incorporating a small portion of her favorite snack or so. If the child finishes lunch she will be allowed it once a week as a treat.
- Let her pick what she wants to eat. Keep color themes etc. Make her lunch box colorful.
- Last but not least, she is only in pre kg. Do not rush her. She may be so used to you feeding her and her comfort zone is suddenly lost. So with patience and encouragement you can achieve it.
- One tip that worked for my little one is before packing school lunch, in the preceding weeks we used to have pretend picnic packed lunches at home and every time we went out like to park, play area and cinemas. This worked a great deal.

Parenting Tips



ஆரோக்கியம் அவர்களுக்கும்

...JV_66@Jayanthi

குழந்தைகளை 3 வயதிலிருந்தே தோட்ட வேலைகளில் ஈடுபடுத்தலாம்.

நம் வீட்டில் உள்ள இடத்திற்குத் தகுந்தாற்போல சிறு தொட்டிகளிலோ, அல்லது மண் தரையிலோ, அவ்வப்போது கீரை விதைகள், கறிகாய் விதைகள், தக்காளி, பச்சை மிளகாய் இவற்றை நடச் சொல்லவும்.

பிறகு அதன் மீது 4 நாட்களுக்கு தண்ணீரைத் தெளித்து வரச் சொல்லவும்.

செடி குட்டியாக வளர்ந்து வருவதிலிருந்து, அவர்களுக்கு அதை

விளக்கிச் சொல்லவும்.

செடியின் வளர்த்திக்கு ஏற்ப, தண்ணீரை விடச் சொல்லவும்.

அதிலிருந்து பூ, காய், பழம் போன்றவை வருவது பற்றியும் விளக்கவும்.

தினமும் அவர்களையே காலையிலும், மாலையிலும் குறிப்பிட்ட நேரத்தில் தண்ணீர் விடச் சொல்லவும்.

அதே போல, கீரையையோ, காய்களையோ, செடியிலிருந்து மெதுவாக எப்படிப் பறிப்பது என்பதை நீங்கள் ஒருதரம் செய்து காண்பித்து, அவர்களையே அடுத்ததாகச் செய்யச் சொல்லவும்.



இதனால் செடிகளைப் பிய்த்துப் போடாமல், மென்மையாகக் கையாளவும் அவர்கள் தெரிந்து கொள்வார்கள்.

இப்படிச் செய்வதால், அவர்களுக்குச் செடி வளர்ப்பில் நிறைய ஆர்வமும், பிற்காலத்தில் மரம் செடிகளின் முக்கியத்துவத்தையும் சிறு வயதிலிருந்தே நீங்கள் மறைமுகமாக ஊட்டி விடலாம்.

A Parenting Checklist

← Rameshshan @ Ramesh Shanmugam

Article published by WHO

The early years, especially the first three years of life, are very important for building the baby's brain. Everything she or he sees, touches, tastes, smells or hears helps to shape the brain for thinking, feeling, moving and learning.

A child's brain develops rapidly during the first five years of life, especially the first three years. It is a time of rapid cognitive, linguistic, social, emotional and motor development. For example, a child learns many words starting at around 15–18 months. Rapid language learning continues into the preschool years.

The child's brain grows as she or he sees, feels, tastes, smells and hears. Each time the child uses one of the senses, a neural connection is made in the child's brain. New experiences repeated many times help make new connections, which shape the way the child thinks, feels, behaves and learns now and in the future.

A close relationship between the child and the caregiver is the best way to nourish the child's growing brain. When a

caregiver plays with and sings, speaks, reads or tells a story to the child and nurtures her or him with healthy food, love and affection, the child's brain grows. Being healthy, interacting with caregivers and living in a safe and clean environment can make a big difference in a child's growth, development and future potential.

Babies need lots of care and affection in the early years. Holding, cuddling and talking to the child stimulate brain growth and promote emotional development. Being kept close to the mother and breastfed on demand provide the infant with a sense of emotional security. The baby suckles for both nutrition and comfort.

For young children, crying is a way of communicating. Responding to the child's cry by holding and/or talking soothingly to her or him will help establish a sense of trust and security.

This kind of early bonding and attachment to the mother, father or other close caregiver helps a child develop a

Child development & early learning





broad range of abilities to use and build upon throughout life.

These include the ability to:

- Learn
- Be self-confident and have high self-esteem
- Have positive social skills
- Have successful relationships at later ages
- Develop a sense of empathy.

As children’s brains develop, so do their emotions, which are real and powerful. Children may become frustrated if they are unable to do something or have something they want. They are often frightened of strangers, new situations or the dark. Children whose reactions are laughed at, punished or ignored may grow up shy and unable to express emotions normally. If caregivers are patient and sympathetic when a child expresses strong emotions, the child is more likely to grow up happy, secure and well balanced.

Boys and girls have the same physical, mental, emotional and social needs. Both have the same capacity for learning. Both have the same need for affection, attention and approval.

Young children can experience excessive stress if they are physically or emotionally punished, are exposed to violence, are neglected or abused, or live in families with mental illness, such as depression or substance abuse. These stresses interfere with the developing brain and can lead to cognitive, social and emotional delays and behavior problems in childhood and later in life.

Children who are physically or mentally

punished in anger are more likely to become violent themselves.

More positive and effective ways to address children’s behavior can include:

- Providing a child with clear explanations about what to do and what not to do
- Responding consistently to certain behaviours
- Praising good behavior.

These responses by parents and other caregivers encourage children so they become well-adjusted and productive members of the family and community.

Both parents, as well as other family members, need to be involved in caring and nurturing the growth, learning and development of children. They should make both girls and boys feel equally valued as they encourage them to learn and explore – this is important preparation for school.

Mothers around the world generally take on the primary role of addressing their children’s rights and needs. They love, feed, console, teach, play with and care for their children.

A father’s role is as vital as the mother’s in nurturing and caring for their children and protecting their rights. A father should make daughters and sons feel they are equally important. Just like the mother, the father can help meet their child’s needs for love, affection, approval, encouragement and stimulation. Together, the mother and father can ensure that the child receives a quality education and good nutrition and health care.

“Beauty products to be avoided during Pregnancy”

...Deeptha

If you were using the beauty products to increase your beauty, please stop them for quite some time, during the pregnancy and while lactating your baby.

Yes, all the beauty products are the combinations of some or other chemicals.

And while you are pregnant and during lactating, your body will be susceptible to any disease and infections, due to lack of immunity.

So, you can better avoid these:

- You can avoid waxing, threading of the extra growth of facial hair or anywhere in the body.
- You can avoid bleaching of your face.
- The fairness creams should be strictly avoided.
- Sunscreen lotions are also not advised during this time.
- Tattoos must be avoided strictly.
- Nail polish also can be avoided.
- Acne medications should also be avoided.
- Hair dyes and coloring are to be avoided strictly.
- Perfumes and deodorants are also to be avoided.
- You can be away from the room fresheners too.
- Do not use the mehandi paste sold in the shops.
- You can add your beauty through the natural methods like original mehandi leaves ground into paste and applied to your hands.
- Altogether, please avoid all types of products which contain chemicals, better to avoid any kind of problems during pregnancy and during lactating.





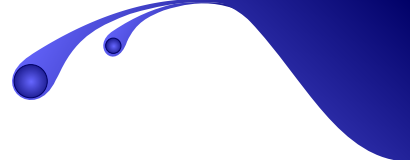
Home Remedies Chapped Lips

...Gkarti

Lips can become chapped or dry when they are exposed to the sun, wind, and cold or dry air.

Here are some effective home remedies for dry chapped lips:

- Drink plenty of water. Have at least 8-10 glasses of water in a day.
- Applying a little butter on the lips helps them remain smooth.
- Soak few rose petals in raw milk for about an hour. Then make a paste and apply it over the lips.
- Raw cucumber is an effective remedy in curing dry & chapped lips. Rub a slice of cucumber on the lips 5 times in a day.
- Make a paste of neem leaves and take out the juice. Apply this on the lips.
- Applying petroleum jelly on the lips before going to bed is a simple home remedy in treating dry chapped lips.
- Milk cream is also beneficial in treating dry chapped lips. Apply a little cream over the lips. This would help in curing those lips.
- Make a paste of honey and glycerin. Apply this mixture on the lips and keep them overnight. It helps to keep the lips smooth and heals the cracks formed.
- Aloe vera and castor oil will help to cure the dry chapped lips.
- Another effective way to cure dry chapped lips would be to apply sun screen lip balm or moisturizer.



Meenakaari Bangles

Adhithi



Ice Cream Stick Photo Frame

👤 *Deepa Bala*

Things Needed:

1. Ice Cream sticks
2. Adhesive
3. Colors
4. Thick string or wire

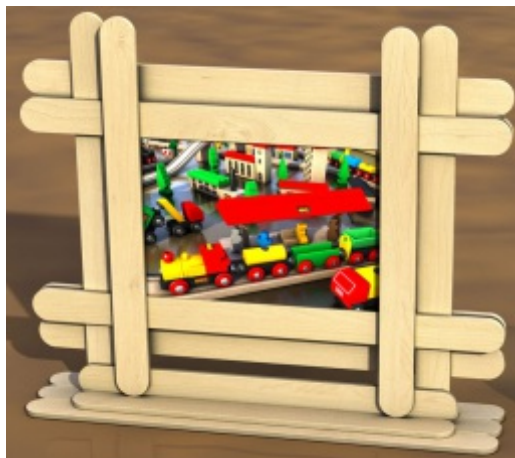
Method:

Step 1: Collect around 15 ice cream sticks. For the base of the frame, stick the ice cream sticks as shown in the picture.

Step 2: Leave half-an-inch space from all the sides and glue four sticks on the base to make the upper layer of the frame.

Step 3: Slide the photograph through the gap.

Step 4: Take a thick wire or a string to make a loop. Stick the two ends of the loop at the back of the frame. You can now hang your photo frame.



You can draw a variety of patterns on the side of your photo frame with the help of crayons.

Sloka for Kids

Karagrey Sloka (Morning sloka)

Karaagre Vasathe Lakshmi
Karamadhye Saraswathi Karamoolethu
Govinda Prabhathey Karadarshanam.

Meaning

The front part of the hands (the finger tips) are ascribed to Goddess Lakshmi, the Goddess of wealth, the middle part (the palm proper) to Goddess Saraswati - the Goddess of learning and the root (the part of hand near the wrist) to Govinda (God). Therefore, every morning, one should have a respectful look at one's hand which symbolizes honest labor.



Environmental Day Contest Special Entries



*Art by
Suji Jeya*



*Art by
Siji Benzic*

*Art by
Mary Daisy*



புதினாவின் உடல்நலப் பயன்கள்

Roja123

எளிதில் கிடைக்கிறது என்பதற்காக, புதினாவைச் சாதாரணமாக நினைத்து விடாதீர்கள். உடலின் அனைத்து உறுப்புக்களும் உற்சாகம் அடையும்படி செய்யும் புதினாக் கீரையைச் சாப்பிட்டு வந்தால், அஜீரணத்தை அகற்றும்.

வயிற்றுப்போக்கை நிறுத்தும் குடல்பிணிகளை நீக்கும். சீதபேதிக்கு நல்ல பலன் கொடுக்கும். மாதவிடாய்த் தடங்கல்களை நிவர்த்தி செய்யும். சிறுநீர்த்தடைகளை நீக்கும். அகட்டு வாய்வை நீக்கும். பித்தம் தொடர்பான நோய்கள் அகலும். குடற்கிருமிகளை அழித்து வெளியேற்றும். ரத்தம் சுத்தியாகும். ரத்தக்குழாய்கள் பலமடையும். ரத்த உற்பத்தி அதிகரிக்கும்.

சிறுநீரகம், கல்லீரல், மண்ணீரல் கோளாறுகள் நிவர்த்தியாகும். கபநோயும், வயிற்றுப்போக்கும் நீங்கும். கீல் வாத நோய்கள் கட்டுப்படும். கண் நோய்கள் நிவர்த்தியாகும். கர்ப்பகால

வாந்திக்குச் சிறந்த நிவாரணியாகும். தலைவலி, நரம்பு வலி, கீல்வாத வலிகளுக்குப் பயன்படுத்தினால் நோய்கள் நிவர்த்தியாகும். பெண்களுக்கு ஏற்படும் வெள்ளைப் படுதல் பெரும்பாடுகளை நீக்குகிறது. சருமப் பாதுகாப்பிற்குத் துணைபுரிகிறது. பொதுவில் ஆண்டிபயாட்டிச் மருந்துகளுக்கு இணையாகச் செயல்படுகிறது.

புதினா: சத்துக்கள்

புதினா கீரையில் நீர்ச்சத்து, புரதம், கொழுப்பு கார்போஹைட்ரேட், நார்ப் பொருள் உலோகச் சத்துக்கள், பாஸ்பரஸ், கால்சியம் இரும்புச் சத்துக்களும், வைட்டமின் ஏ, நிக்கோட்டினிக் ஆசிட், ரிபோ மினேவின், தயாமின் ஆகிய சத்துக்களும் அடங்கியுள்ளன. புதினாக் கீரையைத் துவையலாகவோ, சட்னியாகவோ பயன்படுத்தினால் புதினாவின் பொதுக்குணங்கள் அனைத்தும் எளிதில் கிடைத்துவிடுகிறது.

Nutritional Value of Peppermint
(For 100 gms)

Nutrients

Energy	70 Kcal
Carbohydrates	14.79 g
Protein	3.75 g
Total Fat	0.94 g
Cholesterol	0 mg
Dietary Fiber	8 g

Vitamins

Folates	114 mcg
Niacin	1.706 mg
Pantothenic Acid	0.338 mg
Pyridoxine	0.129 mg
Riboflavin	0.266 mg
Thiamin	0.082 mg
Vitamin C	31.8 mg
Vitamin A	4248 IU

Electrolytes

Sodium	31 mg
Potassium	569 mg

Minerals

Calcium	243 mg
Copper	329 mg
Iron	5.08 mg
Magnesium	80 mg
Manganese	1.176 mg
Zinc	1.11 mg



Angu Aparna



அசைவ உணவு எளிதில் செரிமானமாக: அசைவ உணவு சாப்பிடுபவர்களின் ஆகாரம் எளிதில் செரிமானம் ஆகி விடுகிறது. கொழுப்புப் பொருள்கள் மிக விரைவில் ஜீரணம் ஆவதற்கு உதவுகிறது. வாரத்துக்கு இரண்டு தினங்களுக்குக் குறையாமல் உபயோகிக்க பல நன்மைகளை அடையலாம்.

தாய் சேய்க்கு நல்ல போஷாக்கு: கர்ப்பிணிப் பெண்களுக்கும், வளரும் குழந்தைகளுக்கும், புதினா நல்ல செரிமானத்தைக் கொடுத்து சத்துக்களைக் கிரகிக்க உதவுகிறது. இதன் மூலம் நல்ல போஷாக்கை அடையலாம். தொண்டைப்புண் உள்ளவர்கள் புதினாக் கீரையை அரைத்து தொண்டையின் வெளிப்பகுதியில் பற்றுப்போட்டால் தொண்டைப் புண் ஆறிவிடும் புதினாக் கீரை 60 கிராம் அளவில் எடுத்து 200 மில்லி தண்ணீரில் மூன்று மணி நேரம் ஊற வைத்து, இந்த தண்ணீரைக் குடித்து வந்தால் வயிற்றுப் பொருமல் நீங்கும். வாந்தியை வராமல் தடுக்கும். வாந்தி வந்தால் உடனே வாந்தி நிற்கும். புதினாக் கீரையைக் கஷாயமாகத்

தயாரித்துச் சாப்பிட்டால் தொடர்ந்து நீடிக்கும் விக்கல் குணமாகும். தலைவலி நீங்க: புதினாவை நீர் விடாமல் அரைத்து வெளி உபயோகமாகப் பற்றுப் போட்டால், தசைவலி, நரம்புவலி, தலைவலி, கீல்வாத வலிகளின் வேதனை குறையும்.

மசக்கை வாந்தி நிற்க:

புதினா இலைச்சாறு, எலுமிச்சம்பழச் சாறு, தேன் சமமாகக் கலந்து, 30 மில்லியளவு ஆகாரத்துக்கு முன், தினம் மூன்றுவேளை சாப்பிட்டால் அஜீரணக் கோளாறு, கோடைகாலத்தில் ஏற்படும் புளிச்ச ஏப்பம், வயிற்றுப் போக்கு, கர்ப்ப கால மசக்கை வாந்தி இவைகள் நீங்கும். குடலில் தங்கியுள்ள நூல் புழுக்கள் மடிந்து விடும்.

புதினா இலைச்சாறும், கேரட் கிழங்குச் சாறும் சமமாகச் சேர்த்து கலந்து சாப்பிட்டால், நுரையீரலில் தேங்கியுள்ள சளி இளகி வெளியேறி விடும். புதினா இலைச்சாற்றைத் தண்ணீரில் கலந்து வாய் கொப்பளித்தால் சரளமாகப் பேசவும் பாடவும் முடியும்.



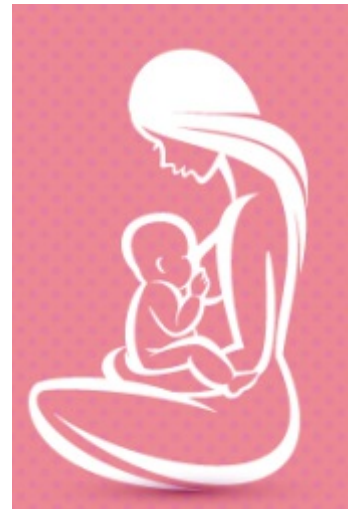
Granny Remedies

தாய்ப்பால் பெருக

...Datchu @ Mythili

1. பசலைக் கீரையைச் சுத்தம் செய்து கைப்பிடி அளவு எடுத்துக் கழுவி அம்மியில்வைத்து அரைத்து ஒரு டம்ளர் பசுவின் பாலில் கலந்து காலையில் மட்டும் ஐந்து நாள் குடித்தால் தாய்ப் பால் சுரக்கும்.

2. சீரகத்தையும், வெல்லத்தையும் சம அளவு கலந்து சாப்பிட்டு வந்தால் பால் பெருகும்.



EMERGENCY CARE

Recovery Position

...PriyagauthamH

Putting someone in the recovery position will ensure their airway remains clear and open. It also ensures that any vomit or fluid will not cause them to choke.

To place someone in the recovery position:

- Roll a person on their side with their arms and upper leg at right angles to the body to support them.
- Tuck their upper hand under the side of their head so that their head is on the back of the hand.
- Open their airway by tilting the head back and lifting the chin.
- Monitor their breathing and pulse

continuously.

- If their injuries allow you to turn the person onto their other side after 30 minutes.

If you think a person may have a spinal injury, do not attempt to move them until the emergency services reach you, unless their airway is obstructed.

If it is necessary to open their airway, place your hands on either side of their face and gently lift their jaw with your fingertips to open the airway. Take care not to move their neck.

If you must move the person (for example, because they are vomiting, choking or in danger of further injury), you need someone else to help you roll them.

One person should be at the head and another along the side of the injured person. Work together to keep the person's head, neck and back aligned while gently rolling the person onto one side.



1

Place the arm closest to you at right angles to the casualty's body, with elbow bent and palm facing up.



2

Cross the other arm over the casualty's body and hold the back of his hand against his cheek nearest to you.



3

Grasp the far leg above the knee and pull it up so the knee is bent.



4

Pull the leg towards you so the casualty is now lying on his side facing towards you. Make sure the casualty's airway is open and check his breathing regularly until emergency help arrives.

நங்கையர்கள் போற்றும் நவராத்திரி!

...Sumathisrini

சக்தி வழிபாட்டின் மறுபெயர்
நவராத்திரி. சக்தி என்றால் பெண் என்ற
பொருள் உண்டு. நவராத்திரி தினங்களில்
வீடுகளில் கொலு வைத்து
கொண்டாடப்படும் வழக்கம்
பண்டைக்காலம் தொட்டு தமிழகத்தில்
இருந்து வந்துள்ளது.

தமிழ்நாடு, ஆந்திர மாநிலங்களில்
நவராத்திரி என்றும், கர்நாடகத்தில் தசரா
என்றும், வட மாநிலத்தில் பூஜா விழா
என்றும் பெயரிட்டு இவ்விழா
கொண்டாடப்படுகின்றது.
வெளிநாடுகளில் வசிக்கும்
இந்தியர்களும் ஆங்காங்கே
கொண்டாடுவது வழக்கம்.

முன்னொரு காலத்தில் சும்பன், நிசும்பன்
என இரு அசுரர்கள் இருந்தார்கள்.
அவர்கள் தெய்வங்களிடம் வரம் பல
பெற்று, தங்களை அழிக்க யாருமில்லை
என்று தலைக்கனம் பிடித்துத்
திரிந்தார்கள். அவர்களது
ஆட்சிக்காலத்தில் மக்கள் மிகவும்
அல்லலுற்றனர்.
தவசீலர்களால்
வேள்விகளைச்
செய்ய
முடியவில்லை.
அனைவரும்
இந்த இரு
அரக்கர்களையு
ம் கண்டு அஞ்சி
நடுங்கினர்.
இனியும்
இப்படியே
போனால்
மக்கள்
தாங்கமாட்டார்
கள் என்று
எண்ணிய
தேவர்கள்,
மஹா

விஷ்ணுவிடமும், சிவனிடமும்
முறையிட்டனர். அவர்கள்
பிரம்மனையும் சேர்த்துக் கொண்டு,
என்ன செய்வது என ஆலோசித்தனர்.
ஆண்கள் யாராலும் அந்த இரு
அசுரர்களையும் வெல்ல முடியாது
என்பது வரம். அதனால் தேவர்களும்
மூவர்களும் அன்னை ஆதி சக்தியை
நோக்கிப் பிரார்த்தித்தனர்.

மக்களின் துன்பம் கண்டு சகியாத
அவளும் மிக அழகான மங்கையின்
வடிவம் கொண்டு பூமிக்கு வந்தாள்.
அவளுடைய அழகுக்கு யாரும் நிகர்
இல்லை என விளங்கினாள். பிரம்மா,
விஷ்ணு, சிவன் என மூவரும்
தங்களுடைய சக்திகளை
எல்லாவற்றையும் ஒன்று திரட்டி
அன்னைக்கு அளித்துவிட்டு, சிலை என
ஆனார்கள். அதே போல இந்திரனும்
திக்குப் பாலர்களும் தங்களுடைய
ஆயுதங்களை எல்லாம் அளித்துவிட்டு
சிலையாக நின்றார்கள். அப்படி அவர்கள்
நின்றதால்தான் அதைக் குறிக்கும்





வகையில் பொம்மைக் கொலு வைக்கும் பழக்கம் வந்தது. அன்னை அந்த ஆயுதங்களை பத்துக் கரங்களில் தாங்கி, போர்க்கோலம் பூண்டு சும்ப, நிகம்பர்களையும், அவர்களது படைத்தளபதிகளான மது, கைடபன், ரக்தபீஜனையும் அழித்து தர்மத்தை நிலைநாட்டினாள்.

நவராத்திரி வழிபாடு பெண்களுக்கே உரியது. எல்லா வயதுடைய, பருவத்தைச் சார்ந்த பெண்கள் நவராத்திரி வழிபாட்டில் ஈடுபடலாம். நவராத்திரி வழிபாட்டால் பெண் குழந்தைகள் பெறுவது மகிழ்ச்சியின் பயன். கன்னிகள் பெறுவது திருமணப் பயன். சுமங்கலிகள் பெறுவது மாங்கல்ய பயன். மூத்த சுமங்கலிகள் பெறுவது மனமகிழ்ச்சி, மன நிறைவு; எல்லோரும் பெறுவது பரிபூரண திருப்தி.

புரட்டாசி மாத வளர்பிறைப் பிரதமையில் தொடங்கி விஜயதசமியில்

நவராத்திரி முடிகிறது.

இந்த ஒன்பது தினங்களில் தேவி ஒவ்வொரு ஸ்வரூபத்துடன் ஆராதிக்கப்படுகிறாள்.

- முதல் தினத்தில் மூன்று வயதுள்ள பாலை.
- இரண்டாவது தினத்தில் ஒன்பது வயதுள்ள குமாரி என்ற நவாக்ஷரீ.
- மூன்றாவது நாள் 15 வயதுள்ள தருணியாக பஞ்சதசாக்ஷரி.
- நான்காவது நாள் 16 வயதுள்ள சுமங்கலி க்ஷோடசாக்ஷரீ.
- ஐந்தாவது நாள் சதாக்ஷி என்ற பெயருடன் மாத்ருகா வர்ண ரூபினி.
- ஆறாவது நாள் சகாம்பரி என்ற பெயருடன் ஸ்ரீவித்யா பீஜாக்ஷர ரூபினி.
- ஏழாவது நாள் துர்க்கமாக்ஷரனைக் கொன்ற மஹாதுர்க்கை.
- எட்டாம் நாள் மஹிஷாக்ஷரனைக்



கொன்ற மஹா லக்ஷ்மி.

- ஒன்பதாம் நாள் சும்பன் நிசும்பனை சம்ஹரித்த மஹா சரஸ்வதி.
- பத்தாவது நாள் சிவசக்தி ஐக்ய ஸ்வரூபிணி. ஆகவே தேவியை வழிபட நவராத்திரி மிகவும் விசேஷமானது.

நவராத்திரி கொலுவில் ஒன்பது படிகள் நவராத்திரி கொலு வைப்பதில் ஒரு தத்துவம் உள்ளது. மனிதன் எவ்வகையிலேனும் தன்னை உயர்த்திக் கொள்ள வேண்டும். ஆன்மரீதியாக மனிதன் தம்மை படிப்படியாக உயர்த்திக்கொண்டு இறுதியில் இறைவனில் கலக்க வேண்டும். இதுவே மனிதப் பிறப்பின் அடிப்படை தத்துவம். இதை விளக்கும் பொருட்டே கொலுக் காட்சியில் ஒன்பது படிகள் வைத்து அதில் பொம்மைகளை அடுக்கி வழிபடுகிறோம். ஒன்பது படிகள் வைத்து ஒவ்வொரு படியிலும் பின்வருமாறு பொம்மைகளை வைத்து வழிபட வேண்டும்.

முதல் படியில் ஓற்றிவு உயிர்ப் பொருட்களை உணர்த்தும் புல், செடி, கொடி போன்ற தாவர பொம்மைகள் இருத்தல் வேண்டும். இரண்டாவது படியில் இரண்டறிவு கொண்ட நத்தை, சங்கு போன்ற

பொம்மைகள் இருத்தல் வேண்டும்.

மூன்றாவது படியில் மூவறிவு உயிர்களை விளக்கும் கரையான், எறும்பு போன்ற பொம்மைகள் இடம் பெற வேண்டும்.

நான்காவது படியில் நான்கு அறிவு கொண்ட உயிர்களை விளக்கும் நண்டு, வண்டு பொம்மைகள் இடம் பெற வேண்டும்.

ஐந்தாவது படியில் ஐயறிவு கொண்ட நாற்கால் விலங்குகள், பறவைகள், பொம்மைகள் இடம் பெற வேண்டும்.

ஆறாவது படியில் ஆறறிவு படைத்த உயர்ந்த மனிதர்களின் பொம்மைகள் இடம் பெற வேண்டும்.

ஏழாவது படியில் மனிதனுக்கு மேற்பட்ட மகரிஷிகளின் பொம்மைகள் இடம் பெற வேண்டும்.

எட்டாவது படியில் தேவர்களின் உருவங்கள் இடம்பெற வேண்டும்.

நவக்கிரக அதிபதிகள், பஞ்சபூத தெய்வங்கள், அஷ்டதிக்கு பாலகர்கள் என்பன வைக்கலாம்.

ஒன்பதாவது படியில் பிரம்மா, விஷ்ணு, சிவன் என்னும் மும்மூர்த்திகள் அவர்தம் தேவியர்களான சரஸ்வதி, லட்சுமி, பார்வதி ஆகியோருடன் இருக்க வேண்டும். ஆதிபராசக்தி நடு நாயகமாக இருக்க வேண்டும்.

மனிதன் படிப்படியாக பரிணாம வளர்ச்சி பெற்று கடைசியில் தெய்வம் ஆக வேண்டும் என்கிற தத்துவத்தை உணர்த்தவே இப்படி கொலுப் படிகளில் பொம்மைகள் வைக்க வேண்டும்.



மங்கலம் தரும் புண்ணிய வழிபாடு மகாளய அமாவாசை

...Parasakthi

பாவ வினைகள் போக்கும் மகிமை
மிக்க மகாளய அமாவாசை - மங்கலம்
தரும் புண்ணிய வழிபாடு

ஒரு வருடத்தை அயனம், பருவம்,
மாதம், பட்சம், வாரம், நாள், ராசி, திதி,
யோகம், கரணம் எனக் கணக்கிட்டு
ஒன்றுடன் ஒன்று சேரும் போதோ
அல்லது தனித்தனியே சில
மாதங்களில் வரும்போதோ பல
முக்கிய விரதங்களையும், பூஜை,
வழிபாடுகளையும் நம் முன்னோர்கள்
கடைபிடித்ததோடு அன்றி இன்றைய
தலைமுறையினருக்கு அவற்றின்
முக்கியத்துவத்தை உணர்த்தி
அத்தகைய மகிமைமிக்க
வழிபாடுகளை நம்மை
மேற்கொள்ளவும் வழிவகை
செய்துள்ளனர். அத்தகைய புண்ணிய
வழிபாடுகளில் ஒன்று தான் மகாளய
அமாவாசை வழிபாடு.

ஒவ்வொரு மாதமும் ஒவ்வொரு

ராசிக்குள் சூரியன் பிரவேசிக்கிறது.
இதன்படி ராசி சக்கரத்தில்
தென்மேற்கில் உள்ள கன்னி ராசிக்குள்
சூரியன் செல்லும் மாதமாகிய
புரட்டாசி மாதத்தில் எமதர்மராஜன்
நம்முடைய பிதுர்க்களை பூமிக்கு
அனுப்புவதாக ஐதீகம்.

மகாளய அமாவாசை அன்று நமது
முன்னோர்களும் இறந்து போன ரத்த
சம்பந்த உறவுகளும் அவர்களுடைய
குடும்பத்தினரையும் உறவினரையும்
மகிழ்ச்சியுடனும், ஆசையுடனும் காண
வருவார்கள் என நம்பப்படுகிறது.
அத்தருணத்தில் அவர்களை நினைத்து
மனதார வழிபடும் போது நமது
பிதுர்க்களின் பூரண ஆசிகளையும்
அருளையும் பெற முடியும்.

மகாளய அமாவாசை

சூரியன் கன்னி ராசியில் புகும்போது
(புரட்டாசி மாதம்) எமதர்மராஜன்
பிதுர்க்களை பூமிக்கு செல்லும்படி



உத்தரவிடுகிறார். அச்சமயம் நமது இறந்து போன பெற்றோர் அவர்களது பெற்றோர்களுடன் கூடி, நம்மைக் கண்டு ஆசிர்வாதம் செய்வதற்காக வருவார்கள். இந்நாள் மிகவும் புண்ணியமான மகாளய அமாவாசை ஆகும்.

பிதுர்களை வணங்கும் புண்ணிய காலம் மஹாளயபட்சம் ஆகும். இந்த நாட்கள் பொதுவாக புரட்டாசி மாதத்தில் அனுஷ்டிக் கப்படும். மகாளய கால நாட்களில் நம் முன்னோர்கள் நமக்கு ஆசிவழங்குவதற் காகவே பிதுர் லோகத்தில் இருந்து, பிதுர்தேவதைகளிடம் அனுமதி பெற்று நம்மைப் பார்க்க பூலோகத்திற்கு வருகின்றனர். கருடபுராணம், விஷ்ணு புராணம், வராகபுராணம் போன்ற தெய்வீக நூல்கள் இந்த பட்சத்தின் பெருமையைப் போற்றிக் கூறியுள்ளன. இதற்கு முந்தைய யுகங்களில் மறைந்த முன்னோரைக் கண்ணால் காணும் பாக்கியம் மக்களுக்கு கிடைத்திருக்கிறது. நாம் கலியுகத்தில் வாழ்வதால், அது சாத்தியமில்லாமல் போய்விட்டது. இந்நாட்களில் நம் வீடுகளை மிகத் தூய்மையாக வைத்துக் கொள்ள வேண்டும். சைவம் மட்டுமே உண்ண வேண்டும். வீட்டில் ஒருவருக்கொருவர் சண்டையிடக் கூடாது. வீணான பொழுதுபோக்கு அம்சங்களை அறவே

தவிர்த்து, உள்ளத்தையும் உடலையும் தூய்மையாக வைத்துக் கொள்வது மிகவும் அவசியம். இந்த பதினான்கு நாட்களும் பிதுர்வழிபாட்டினைச் செய்வது சிறப்பு. புண்ணிய நதிக்கரைகள், தீர்த்தக்கரைகள், ராமேஸ்வரம் போன்ற கடற்கரைத்தலங்களுக்கு ஒருநாளாவது செல்ல வேண்டும். முடியாதவர்கள் காகத்திற்கு அன்னமிடலாம். பசுவுக்கு புல், பழம் கொடுக்கலாம்.

முன்னோரின் பெயர்களை உச்சரித்து, "காசி காசி என்று சொன்னபடியே, வீட்டு வாசலிலேயே எள்ளும் தண்ணீரும் விட்டு கூட திதி பூஜையைச் செய்யலாம். பின்னர், பூஜையறையில் நம் முன்னோர்களை நினைத்து வழிபாடு செய்ய வேண்டும். இந்த எளிய பூஜை அளவற்ற நன்மைகளைத் தரக்கூடியது. ஸ்ரீமந்நாராயணனே ராமாவதார, கிருஷ்ணாவதார காலங்களில் பிதுர்பூஜை செய்து முன்னோர்களை வழிபாடு செய்துள்ளதாக புராணங்கள் கூறுகின்றன. தெய்வப்புலவர் திருவள்ளுவர் இல்லறத்தார் கடமைகளில் முதல் கடமையாக முன்னோர் வழிபாட்டைக் (தென்புலத்தார் வழிபாடு) குறிப்பிடுகிறார். திருமணத்தடை, புத்திரப்பேறு இன்மை, கடன்தொல்லை, மனக்கவலை, நவக்கிரக தோஷங்கள் என்று வாழ்வின் அனைத்து விதமான சிரமங்களையும் போக்கும் ஈடுஇணையற்ற பிதுர் வழிபாட்டினை இம்மஹாளய புண்ணிய காலத்தில் செய்து பயனுடையதாக்குவோம்.

இந்நாளில் பிதுர்களுக்கு தர்ப்பணம் செய்வதால் அவர்களது பரிபூரண ஆசி கிடைக்கும்.



துக்கங்கள் நீங்க; தீய சக்திகள் விலக

✉ Datchu @ Mythili

ஹராய பீமாய ஹரிப்ரியாய
பவாய சாந்தாய பராத்பராய
ம்ருடாய ருத்ராய த்ரிலோசனாய
நமோஸ்து துப்யம் சரபேச்வராய

- ஸ்ரீ சரபாஷ்டகம்

பொருள்: துக்கங்களைப் போக்குகிற சரபேஸ்வரரே நமஸ்கரம். பாவிகளுக்கு பயங்கரமாய் தோற்றமளிப்பவரே, விஷ்ணுவிடத்தில் அன்பு கொண்டவரே, மங்கள் உருக்கொண்டவரே, சாந்த மூர்த்தியே, உலகத்துக்கெல்லாம் மேம்பட்டவரே, சுகம் அருள்பவரே, மூன்று கண்களை உடையவரே, சரபமூர்த்தியே, நமஸ்காரம்.

இத்துதியை ஞாயிற்றுக்கிழமை, ராகு காலத்தில் பாராயணம் செய்தால் துக்கங்கள் நீங்கும்; தீய சக்திகளிடமிருந்து பாதுகாப்புக் கிட்டும்.



தமிழ் மந்திரம்

விநாயகர் துதி

மங்களத்து நாயகனே மண்ணாளும் முதலிறைவா
பொங்குதன வயிற்றோனே பொற்புடைய ரத்தினனே
சங்கரனார் தருமதலாய் சங்கடத்தைச் சங்கரிக்கும்
எங்கள் குலவிடி விளக்கே எழில் மணியே கணபதியே!

SPIRITUAL NOTEBOOK

செப்டம்பர்

- 12 - சங்கடஹர சதுர்த்தி
- 14, 30 - சஷ்டி
- 19 - ஏகாதசி
- 21 - பிரதோஷம்
- 23 - அமாவாசை
- 25 - நவராத்திரி ஆரம்பம்

அக்டோபர்

- 2 - சரஸ்வதி பூஜை/ஆயுத பூஜை
- 3 - விஜயதசமி
- 4 - ஏகாதசி
- 5 - பக்ரித்
- 6 - பிரதோஷம்
- 11 - சங்கடஹர சதுர்த்தி

சூண்டா

...Sriramajayam @ Viswnathan



MOVIE REVIEW

சென்னையிலிருந்து ஒரு சிறு குறும்பட இயக்குனர் கார்த்தி சுராஜ் (சித்தார்த்) தனக்கு கிடைத்த சினிமா வாய்ப்பாக ஒரு ரவுடியைப் பற்றி பெரிய திரைப்படம் எடுக்க மதுரையில் உள்ள பயங்கர ரவுடி கட்டபஞ்சாயத்து, தாதா, கொலைகாரனான அசால்ட் சேதுவை (பாபி சிம்ஹா) தேடிப் போகிறார் நம்ம சித்தார்த். அசால்ட் சேதுவோ தன்னைப்பற்றி கார்ட்டூன் படம் போட்டு கதை எழுதிய பத்திரிகை நிருபரை தீயிட்டு கொளுத்திய படுபயங்கரமானவன் என்பதை அறிந்த சித்தார்த், மதுரையில் உள்ள அவனது நண்பன் (கருணாகரன்) உதவியுடன் அசால்ட் சேதுவின் அடியாட்களுடன் தொடர்புகொண்டும், அடியாட்கள் மூலமாக அசால்ட் சேதுவின் வரலாற்றை தெரிந்து கொள்ள, முயற்சி செய்கிறார். அதுவும் தோல்வி அடைகிறது. கடைசியா அசால்ட் சேதுவுக்கு, மெஸ் சாப்பாடு நடத்தும்

அம்பிகாவின் மகள் கண்ணம்மாவை (லட்சுமி மேனன்) காதலிப்பதுபோல் நடித்தும் சேதுவின் கதையை தெரிந்துகொள்ளச் செய்கிறார்.

ஒரு கட்டத்தில் சித்தார்த் மற்றும் அவனுடைய கூட்டாளி கருணாகரன் ஆகியோர் அசால்ட் சேதுவிடம் மாட்டிக்கொள்கிறார்கள். பிறகு எப்படி தப்பிப்பது கதையும், அசால்ட் சேதுவின் கதையை எப்படி படமாக்கினான் என்பதை பல திகில் திருப்பங்களுடனும் படம் காட்டுகிறார் இயக்குனர் கார்த்திக் சுப்புராஜ்.

சாதாரண வசனங்கள் நிறைய உண்டு. ஒரு பயங்கரமான கொலைவெறி படத்தை காமெடி படமாக அரங்கம் அதிர சிரிக்க வைக்கும் காட்சிகள். மற்றபடி சந்தோஷ் நாராயணனின் பின்னணி இசை அருமையாக உள்ளது. அதைப்போல மதுரை மாநகரம் ஒளிப்பதிவு அருமை.

Online Tamil Book Store

CDs / DVDs



Tamil & English Books

Educational Books

Parenting Books



Literature Books

Competitive Exams Books

Historical Novels

www.myangadi.com



Motivational Books

Favourite Author's Books &

Most Popular Books



Pregnancy Books

Stories & Novels



BUY NOW
@ one place

www.MyAngadi.com

Free shipping across India
for purchase above ₹ 500*



Festival Recipes

நெய்யப்பம்

...Sbsudha

தேவையானப் பொருட்கள்:

கோதுமை மாவு - 1 கப்
உடைத்த பாகு வெல்லம் - ¼ கப்
அரிசி மாவு - 1 டேபிள் ஸ்பூன்
ஏலத்தூள் - ½ ஸ்பூன்

உப்பு - 1 சிட்டிகை
நெய்யில் வறுத்த மிகச்சிறிய தேங்காய்
துகள்கள் - 1 டேபிள் ஸ்பூன்

செய்முறை:

- வெல்லத்தை ஒரு கப் நீரில் ஊற வைத்து கையால் கரைத்து வைத்துக் கொள்ளவும். அடுப்பில் வைக்க வேண்டாம்.
- பின் சிறிது சிறிதாக கோதுமை மாவு, அரிசி மாலை இதில் கலந்துகொண்டே வரவும், கட்டி பிடிக்காமல் இதை கிளறுவது கொஞ்சம் சிரமமான விஷயம்தான்.
- கெட்டி தோசை மாவு பதத்தில் இருக்க வேண்டும்.
- இதில் சிட்டிகை உப்பு, ஏலப்பொடி, தேங்காய் அனைத்தையும் கலந்து பத்து நிமிடம் ஊற விடவும்.
- பின் அப்பக்குழியை அடுப்பில் ஏற்றி, அதில் முதலில் ஒவ்வொரு குழியிலும் சிறிதளவு நெய்யும் பின் அதன் மேலே சமையல் எண்ணெயையும் கலந்து சூடாக்க வேண்டும்.
- எண்ணெய் சூடானதும் மிதமான தீயில் வைத்துவிட்டு, ஒவ்வொரு குழியாக இந்த மாலை விட்டு நிரப்ப வேண்டும். ஒரு நிமிடம் கழித்து நீண்ட கம்பியோ, ஸ்க்ரூ டிரைவரோ கொண்டு மெல்லத் திருப்பி விட வேண்டும். மொத்தமாக சிவந்த நிறம் வரும்வரை காத்திருந்து, பின் எண்ணெயை வடித்து வடிதட்டில் டிஷ்யூ பேப்பரில் எடுத்து வைத்துக்கொள்ளுங்கள். அப்பம் ரெடி.

குறிப்பு:

இது எங்களது அனைத்து பண்டிகை தினங்களிலும் கண்டிப்பாக செய்தாக வேண்டிய ஒன்று. கேரளா கோவில்களிலும் இது மிகப் பிரபலம்.

ரவா கேசரி

...JV_66 @ Jayanthi

தேவையானப் பொருட்கள்:

உப்புமா ரவை - 1 கப்
சர்க்கரை - 2 கப்
முந்திரி - 25 கிராம்
நெய் - ¼ கப்

ஏலக்காய், கிராம்பு - சிறிதளவு
(பொடித்தது)
கேசரி பவுடர் - 2 சிட்டிகை
தண்ணீர் - 1 ½ கப்

செய்முறை:

- ஒரு வால்பாத்திரத்தில் சுடுதண்ணீர் வைத்துக் கொள்ளவும்.
- ஒரு கடாயில் 2 ஸ்பூன் நெய் விட்டு, முந்திரிகளைப் போட்டு சிவக்க வறுத்து, முந்திரியை மட்டும் எடுத்து ஒரு தட்டில் வைத்துக்கொள்ளவும்.
- அந்தக் கடாயில் உள்ள நெய்யுடன் மேலும் ஒரு ஸ்பூன் நெய் சேர்த்து, ரவையைப் போட்டு, சிவக்க வறுக்கவும். கருகி விடக்கூடாது. இதை வறுக்கும்போதே, கேசரி பவுடரையும் போட்டு விடவும்.
- இப்போது, தயாராக உள்ள சுடுதண்ணீரை எடுத்து அடுப்பை சிம்மில் வைத்து, கொஞ்சம் கொஞ்சமாக அந்த ரவையின் மீது ஊற்றிக்கொண்டே கிளறவும்.
- இதிலேயே ரவை வெந்து விடும். தண்ணீர் அதிகம் ஆனாலும் சுவையாக இருக்காது. குறைவாக இருந்தால் வேகாது.
- சர்க்கரையை சேர்க்கவும். நெய்யை சேர்க்கவும். ஏலப்பொடியைச் சேர்க்கவும். வறுத்து வைத்துள்ள முந்திரியைச் சேர்க்கவும்.
- கைவிடாமல் கிளறி, பக்கங்களில் ஓட்டாமல் வரும்போது இறக்கி வைத்து பரிமாறவும்.
- சுவையான ரவாகேசரி தயார்.
- தேவையானால் திராட்சையும் சேர்க்கலாம். சர்க்கரை அதிகம் விருப்பமில்லாதவர்கள் 1 : 2 க்கு பதில் 1 ரவைக்கு 1 ½ சர்க்கரை போட்டுக் கொள்ளலாம்.



பேளி

...Amrudha

தேவையானப் பொருட்கள்:

மைதா - 1 கப்

கடலைப் பருப்பு - ½ கப்

தேங்காய் - ¼ துருவியது

வெல்லம் - ¾ கப்

ஏலக்காய் பொடி - தேவைக்கேற்ப

மஞ்சள் தூள் - ஒரு சிட்டிகை

எண்ணெய் - தேவைக்கேற்ப

வாழை இலை - போளி தட்ட

செய்முறை:

- மைதா மாவுடன் மஞ்சள் தூள், நீர் சேர்த்து நன்றாகப் பிசைந்து கொள்ளுங்கள்.
- அதில் சிறிது எண்ணெய் விட்டுப் பிசைந்து இரண்டு அல்லது மூன்று மணி நேரம் எண்ணெயில் மாவு நன்றாக ஊற மூடி வைத்துக் கொள்ளுங்கள்.

பூரணம் செய்முறை:

- கடலைப் பருப்பை குழைவாக வேக வைத்துக் கொள்ளுங்கள். பின்னர் நீரை வடித்து பருப்பை உலர வையுங்கள்.
- உலர்ந்ததும் அதில் தேங்காய், வெல்லம், ஏலக்காய், நெய் சேர்த்து அரைத்துக் கொள்ளவும். அதனை உருண்டைகளாக உருட்டி வைக்க வேண்டும்.

போளி செய்முறை:

- வாழை இலையில் சிறிது எண்ணெய் தடவி வைத்து கொள்ளுங்கள். அதில் சின்ன உருண்டையாக மாவினை எடுத்து வட்டமாகத் தட்டிக் கொள்ளுங்கள்.
- பின்னர் பூரணம் உருண்டையை அதன் நடுவில் வைத்து தட்டிய மாவினை மூடவும்.
- பிறகு அதை ரொட்டி போல் தட்டவும். சிறிது எண்ணெய் விட்டு அதனை சூடான தோசைக் கல்லில் போட்டு எடுத்தால் போளி ரெடி.



கர சீடை

...Susibabu @ Susila

தேவையானப் பொருட்கள்:

அரிசி மாவு - 1 கப் (அரிசியைக் கழுவி
துணியில் காய வைத்து மிஷினில்
அரைக்கவும்)
உளுந்து மாவு - 1/4 கப்

வெள்ளை எள் - 2 டீஸ்பூன்
தேங்காய் - 3 கரண்டி (துருவியது)
வெண்ணெய் - 200 கிராம்
உப்பு - தேவைக்கேற்ப

செய்முறை:

- கொடுத்துள்ளவற்றை ஒன்றாகக் கலந்து தண்ணீர் விட்டு பிசையவும்.
- உருண்டை உருண்டையாக உருட்டி ஒரு துணியில் போடவும்.
- கொஞ்சம் காய்ந்த பின் எண்ணெயில் பொறித்து எடுக்கவும்.
- ஆற வைத்து பரிமாறவும்.

குறிப்பு:

- ஈர மாவுடன்
போட்டால்
வெடிக்கும்.



சுய்யன்

...JV_66 @ Jayanthy

தேவையானப் பொருட்கள்:

மைதாமாவு - 3/4 கப்
அரிசிமாவு - 1 டீஸ்பூன்
மஞ்சள் தூள் - 2 சிட்டிகை
சமையல் சோடா - 1 சிட்டிகை
உப்பு - 1 சிட்டிகை
எண்ணெய் - பொரித்தெடுக்க

பூரணம் தயாரிக்க:

தேங்காய் துருவல் - 1 கப்
வெல்லம் பொடித்தது - 1 கப்
ஏலப்பொடி
அரிசிமாவு - சிறிதளவு

செய்முறை:

- வெல்லப்பொடியை கடாயில் சிறிதளவு (1 ஸ்பூன்) தண்ணீர் சேர்த்து நீர்க்கச் செய்து, வடிகட்டிக் கொள்ளவும்.
- கடாயில் இதைக்கொட்டி, தேங்காய் துருவல், ஏலப்பொடியைச் சேர்த்து ஒன்றாகச் சேர்ந்து வரும்போது அரிசிமாவைத் தூவி கிளறி இறக்கி வைக்கவும்.
- இதுதான் பூரணம். இவற்றை சிறிய உருண்டைகளாகப் பிடித்து வைத்துக் கொள்ளவும்.
- இதில் இன்னொரு முறையாக, கடலைப்பருப்பை வேக வைத்து, அதனுடன் தேங்காய் துருவல், வெல்லம் சேர்த்து அரைத்து, அதை அடுப்பில் சிறிதளவு கிளறி வைத்துக்கொண்டும் பூரணமாக உபயோகிக்கலாம்.
- ஒரு பாத்திரத்தில் மைதா, அரிசி மாவு, உப்பு, மஞ்சள் தூள், சமையல் சோடா இவற்றைப் போட்டு தோசைமாவு பதத்தில் கரைத்துக் கொள்ளவும்.
- கடாயில் எண்ணெய் ஊற்றிக் காய்ந்ததும், அதில் பூரண உருண்டைகளை, இந்த மைதாக் கரைசலில் நன்றாக முக்கி எடுத்து, மெதுவாக எண்ணெயில் போடவும். இதன் மீது மேலும் சிறிது மாவுக் கரைசலை விடவும்.
- அடுப்பை சிம்மில் வைத்து திருப்பி விட்டு, கோல்டன் பிரவுன் நிறம் வந்த பிறகு எடுத்து வைக்கவும். சில சமயம் மாவின், வெல்லத்தின் தன்மையால், வெந்த பிறகும், இது வெள்ளை நிறத்திலேயே கூட இருக்கும். அப்படியும் இருக்கலாம்.
- ஒரு ஈட்டிற்கு 4 உருண்டைகளைப் போடலாம்.
- சுவையான இனிப்பான சுய்யன் தயார்.



அப்பம்

...Amrudha

தேவையானப் பொருட்கள்:

பச்சரிசி - ¾ கப்

தேங்காய் - ½ கப் (துருவியது)

ஏலக்காய் பொடி - ¼ டீஸ்பூன்

வெல்லம் - ஒரு கப் (துருவியது)

கோதுமை மாவு - ½ கப்

எண்ணெய் - தேவையான அளவு

செய்முறை:

- அப்பம் செய்வதற்கு முன் அரிசியை ஒரு மணி நேரம் ஊற வைத்துக் கொள்ளுங்கள்.
- பின் ஊற வைத்த அரிசியின் நீரை நன்கு வடித்து, அரிசியை மட்டும் எடுத்து மிக்ஸியில் அரைக்கவும். சிறிது நீர் சேர்த்து அந்த அரிசியுடன் தேங்காய், ஏலக்காய் பொடி சேர்த்து மீண்டும் அரைத்துக் கொள்ளவும்.
- இரண்டு டேபிள் ஸ்பூன் அளவு நீர் விட்டு மிக்ஸியைச் சுத்தப்படுத்திக்கொள்ளுங்கள். அந்த நீரை நீங்கள் அரைத்த மாவில் கலந்து கொள்ளலாம்.
- பின்னர், அதில் வெல்லம் சேர்க்கவும். சிறிது நேரம் கழித்து அதில் கோதுமை சேர்த்து நன்கு கலக்கிக் கொள்ளுங்கள். அப்பம் மாவை, தோசை மாவின் பதத்திற்குக் கொண்டு வரவும்.
- உடனேயே கடாயில் எண்ணெய் விட்டு, அது காய்ந்ததும் அப்ப மாவை டீஸ்பூன் கொண்டு இடவும். பொங்கி பொன்னிறமாக வந்தததும் மறுபக்கம் திருப்பிப் போட்டு பொரித்து எடுக்கவும்.
- வெல்லத்தை உங்களின் சுவைகேற்ப சேர்த்துக் கொள்ளலாம்.
- சுவையான இனிப்பான சுய்யன் தயார்.



ஜவ்வரிசி பாயசம்

...Angu Aparna

தேவையானப் பொருட்கள்:

ஜவ்வரிசி - 100 கிராம்
பால் - ஒரு லிட்டர்
சர்க்கரை - 200 கிராம்
ஏலக்காய் தூள் - சிறிதளவு

வறுத்த முந்திரிப்பருப்பு - 10
உலர் திராட்சை - 10
கேசரி பவுடர் - சிறிதளவு

செய்முறை:

- முதலில் ஒரு வாணலியில் ஜவ்வரிசியை லேசாக வறுத்து எடுத்துக் கொள்ளவும்.
- பின் ஒரு பாத்திரத்தில் பாலை ஊற்றி அதனுடன் வறுத்து வைத்துள்ள ஜவ்வரிசியைப் போட்டு வேக விடவும்.
- அரிசி நன்றாக வெந்ததும் சர்க்கரையைச் சேர்க்கவும்.
- பின் பாயசம் நன்றாக கொதி வந்தவுடன் அடுப்பை அணைத்து விடவும்.
- இன்னொரு வாணலியில் சிறிது எண்ணெய் அல்லது நெய் ஊற்றி முந்திரிப்பருப்பு மற்றும் உலர் திராட்சை போட்டு வறுத்து எடுக்கவும்.
- பின் கேசரி பவுடர், ஏலக்காய் தூள், வறுத்து வைத்துள்ள முந்திரி, திராட்சையை பாயசத்தில் போட்டு நன்றாகக் கலக்கவும்.
- சுவையான பாயசம் தயார்.



Salma's Kitchen - மைசூர் போண்டா

தேவையானப் பொருட்கள்:

மைதா - 1 கப்
அரிசி மாவு - 1/4 கப்
ரவை - 2 டேபிள் ஸ்பூன்
தயிர் - 1 கப்
பச்சை மிளகாய் - 2
உப்பு - தேவைக்கேற்ப

சீரகம் - 1 டீஸ்பூன்
கறிவேப்பிலை - சிறிதளவு
இஞ்சி - சிறிதளவு
வெங்காயம் - 1 (சிறியது)
சமையல் சோடா - 1 சிட்டிகை
எண்ணெய் - பொறிப்பதற்கு

செய்முறை:

- வெங்காயம், இஞ்சி, மிளகாய், கறிவேப்பிலை எல்லாவற்றையும் மிக்லியில் அரைத்துக் கொள்ளவும்.
- மைதா, அரிசி மாவு, ரவை, தயிர் எல்லாவற்றையும் சேர்த்து அரை மணி நேரம் அல்லது ஒரு மணி நேரம் வைக்கவும்.
- அதோடு மிக்லியில் அரைத்ததையும், சீரகம், உப்பு, சோடா உப்பையும் சேர்க்கவும். கெட்டியாகக் கலக்கவும், தேவைப்பட்டால் கொஞ்சம் தண்ணீர் ஊற்றி கலக்கலாம்.
- எண்ணெயை வாணலியில் ஊற்றி, அது காய்ந்ததும் உருண்டைகளாகப் போட்டு பொறித்து எடுக்கவும்.
- சூடான, சுவையான போண்டா தயார்.



Deepika's Kitchen - வெஜிடபிள் ஸ்டப்டு ரோல்

தேவையான பொருட்கள்:

பிரட் - 10

வெங்காயம் - 1 (சிறியது)

காரட் - 1

உருளைக்கிழங்கு - 3 (பெரியது)

பட்டாணி - சிறிதளவு

நெய் - சிறிதளவு

உப்பு - தேவையான அளவு

மிளகாய் தூள் - 1 டீஸ்பூன்

கொத்தமல்லித்தூள் - 1 டீஸ்பூன்

மஞ்சள் தூள் - 1/2 டீஸ்பூன்

தண்ணீர் - சிறிதளவு

பட்டை, ஏலக்காய் - 1

செய்முறை:

- முதலில் உருளைக்கிழங்கு, பட்டாணியை வேக வைத்து, உருளைக்கிழங்கை மசித்து தனியே வைத்துக் கொள்ளுங்கள்.
- அதன் பிறகு ஒரு கடாயில் நெய் ஊற்றி, பட்டை, ஏலக்காய் போட்டு அது பொரிந்ததும் வெங்காயம் போட்டு நன்றாக வதக்கவும்.
- வெங்காயம் வதங்கியதும் அதனுடன் கேரட் சேர்த்து பச்சை வாசம் போகும் வரை வதக்கி, பின் தேவையான அளவு உப்பு சேர்க்கவும்.
- அதன் பின் அதனுடன் வேக வைத்த பட்டாணி, மஞ்சள் தூள், மிளகாய் தூள், கொத்தமல்லித்தூள் சேர்த்து சிறிது நேரம் வதக்கிய பின் மசித்து வைத்த உருளைக்கிழங்கு சேர்த்து வதக்கவும்.
- நன்றாக வதங்கியதும் அதை எடுத்து ஆற வைக்கவும். அதற்கிடையில் பிரட்டின் ஓரங்களை வெட்டி, பிரட்களை சரி பாதியாக வெட்டி வைத்துக் கொள்ளவும். ஆறியதும் மசாலா கலவையை நீளவாக்கில் பிடித்து வைத்துக் கொள்ளவும்.
- வெட்டி வைத்துள்ள பிரட்டை தண்ணீரில் லேசாக நனைத்து, நன்றாகத் தண்ணீரை பிழிந்து அதற்குள் பிடித்து வைத்துள்ள மசாலாவை வைத்து மூடி விட வேண்டும்.
- இவ்வாறு எல்லாவற்றையும் உருண்டை பிடித்து வைத்து விட்டு, ஒரு வாணலியில் எண்ணெய் ஊற்றி காய்ந்ததும் இந்த பிரட்டை பொன்னிறமாக பொறித்து எடுக்கவும்.
- சாஸ் தொட்டு சாப்பிட்டால் மிகவும் சுவையாக இருக்கும்.



Chitra's Kitchen - வெஜிடபிள் ப்ரெட் போண்டா

தேவையானப் பொருட்கள்:

பொடியாக நறுக்கிய காரட் - அரை கப்
 பொடியாக நறுக்கிய பீன்ஸ் - அரை கப்
 முட்டை கோல் - அரை கப்
 வேகவைத்த உருளைக்கிழங்கு - ஒன்று
 அல்லது இரண்டு
 சாண்ட்விச் பிரட் - ஆறு
 கடலை மாவு - அரை கப்

மிளகாய் தூள், மஞ்சள் தூள், உப்பு,
 தனியா தூள், கரம் மசாலா தூள், ஆம்கூர்
 பொடி - தேவைக்கேற்ப.
 அரிசி மாவு - அரை கப்
 சோடா உப்பு - ஒரு சிட்டிகை
 (விரும்பினால்)
 எண்ணெய் - பொரிக்கத் தேவையான
 அளவு

செய்முறை:

- காய்களை அரை வேக்காடு வேக வைக்கவும். அதிகம் தண்ணீர் வேண்டாம். பாதி வெந்ததும் வடிக்கவும். ஒரு வாணலியில் எண்ணெய் விட்டு, கடுகு தாளித்து, வெந்த காய்களை வதக்கவும். சீக்கிரமே வெந்துவிடும். இதில் தேவையான மஞ்சள் மிளகாய் தூளை சேர்த்து, வதக்கவும். பொடி வாசனை போனதும், வெந்த கிழங்கை மசித்துப்போட்டு தனியா தூள், ஆம்கூர் பொடி சேர்த்து, கரம் மசாலா தூளையும் சேர்த்து அடுப்பை அணைக்கவும். உப்பு போட்டு நன்றாக கலந்து ஆற விடவும்.
- நன்றாக ஆறியதும் நெல்லிக்காயளவு உருண்டைகளாக உருட்டிக்கொள்ளவும்.
- சாண்ட்விச் பிரட்டை ஓரங்கள் நீக்கி தயாராக வைக்கவும். ப்ரெட் ஸ்லைஸ்களை லேசாகத் தண்ணீர் தெளித்து (அதிகம் நீர் தெளித்தால் ஷேப் மாறிவிடும்), இரண்டு உள்ளங்கைகளால் அழுத்தம் கொடுக்க ப்ரெட் ஸ்லைஸ்கள் நழுத்தாற்போல் ஆகும். இதன் நடுவில் காய் பூரணத்தை வைத்து கொழுக்கட்டை போல மூடி விடவும். இப்படி எல்லா பிரட் ஸ்லைஸ்களையும் தயார் செய்து வைக்கவும்.
- மேல் மாவுக்கு கடலை மாவையும் அரிசி மாவையும் கலந்து உப்பு சேர்த்து, இதற்கும் பெருங்காயப் பொடியும், காரப்பொடியும் சேர்த்து விரும்பினால் ஒரு சிட்டிகை சோடா உப்பு சேர்த்து பஜ்ஜி மாவு பதத்துக்கு கரைத்துக்கொண்டு, தயார் செய்து வைத்த பிரட் உருண்டைகளைத் தோய்த்து எண்ணெயில் சிம்மில் வைத்து நிதானமாகப் பொரிக்கவும்.

குறிப்பு:

- பூரணம் சிறிய அளவில் இருந்தால்தான் ப்ரெட் ஸ்லைஸ்குள் வைக்க முடியும்.
- ப்ரெட் ஸ்லைஸ் தயார் செய்தது மாவிலும் தோய்த்தபின் கமலா ஆரஞ்சு sizeக்கு வந்துவிடும். அதனால் பொரிக்க எண்ணெய் அதிகம் வேண்டும்.
- பூரணம் கொஞ்சமாக இருப்பதால் காரம் அதிகம் போடவும். நடுவில் பிரட் ஸ்லைஸ் காரம் இருக்காது. மேல்மாவும் பூரணமும் தான் காரமாக இருக்கும்.
- இதை முழுதாகவோ பாதியாக வெட்டியோ பரிமாறலாம்.
- இவ்வளவு பெரிய ஸ்லைசை விரும்பாதவர்கள் பிரட் ஸ்லைசை நான்காக வெட்டி இரண்டு துண்டுகளுக்கு மத்தியில் பூரணத்தை வைத்து ஓரங்களை நனைத்து ஒட்டி மாவில் தோய்த்துப் பொரிக்கலாம். அது போண்டா ஷேப்பில் வராது.
- செய்வது பாடு என்றாலும் சாப்பிட சத்தான வயிறு நிரம்பும் டிபன் இது.

Ramya's Kitchen - முட்டை குருமா

தேவையானப் பொருட்கள்:

முட்டை - 4
பெரிய வெங்காயம் - 2 (பொடியாக நறுக்கியது)
தக்காளி (சிறியது) - 2
எண்ணெய் - சிறிதளவு
தேங்காய் - நான்கு சில்

சோம்பு - 1 ஸ்பூன்
கசகசா - 1 ஸ்பூன்
குழம்பு மிளகாய் தூள் - தேவையான அளவு
உப்பு - தேவையான அளவு

செய்முறை:

- அடுப்பைப் பற்ற வைக்கும் முன், மிக்சியில் சோம்பு, கசகசா, தேங்காய் மூன்றையும் சிறிது தண்ணீர் சேர்த்து ஊற வைக்கவும்.
- வாணலியில் எண்ணெய் காய்ந்ததும், நறுக்கி வைத்த வெங்காயத்தைப் போட்டு வதக்கவும்.
- அடுத்து தக்காளியைப் போட்டு வதக்கவும்.
- அடுத்து மிளகாய் தூள், உப்பு, ஊற வைத்த பொருட்களை மிக்சியில் நன்றாக மைய அரைத்து அதையும் சேர்த்து, சிறிது நீர்விட்டு, தட்டு போட்டு மூடி, கொதிக்க விடவும்.
- குழம்பு நன்றாகக் கொதித்ததும், தீயை மிதமாக வைத்து, ஒவ்வொரு முட்டையாக எடுத்து, உடைத்து ஊற்றவும்.
- முட்டைகள் ஒன்றோடு ஒன்று சேராமல், தள்ளி, தள்ளி ஊற்றவும்.
- தட்டு போட்டு மூடி, தீயை மிதமாகத் தான் வைக்க வேண்டும். முட்டை வெந்ததும் அடுப்பை அணைத்து விடவும்.
- தயவுசெய்து கரண்டியைப் போட்டு கிளற வேண்டாம், ஒவ்வொரு முட்டையும் தனித்தனியாக இருக்க வேண்டும்.
- இந்த குருமா கெட்டிப்பதத்தில் இருக்க வேண்டும், சாதம், சப்பாத்தி இரண்டிற்குமே நன்றாக இருக்கும்.



Priya's Kitchen - Egg Dosa

Ingredients:**For dosa:**

Dosa batter - As required
Oil

For Egg:

Eggs - 3 - 4
Onion - 1 medium

Tomato - 1 medium
Green chilly - 1 - 2 as per taste
Coriander leaf - 1 tbsp
Cabbage - Handful
Salt - To taste
Pepper powder - 1/2 tsp or as per taste
Turmeric powder - Pinch
Oil - 1 tsp

Method:

- Chop onions, green chillies and cabbage finely. Remove seeds from tomato and chop it finely too.
- Heat oil in kadai.
- Add cabbage saute for a minute.
- Add onions, green chillies, saute until onion slightly translucent.
- Add tomatoes and cook for couple of minutes.
- Now add the turmeric powder, salt and pepper powder. Mix well.
- Remove from flame and let it come to room temperature.
- Beat the eggs well. Add the cooled onion - veg masala. Mix together.
- Heat dosa tawa.
- Pour a ladleful of dosa batter and spread as usual.
- Now pour a ladle of the prepared egg mix over the dosa.
- Sprinkle some oil. Cook in medium flame.
- Flip and turn over and cook other side too.
- Serve hot with chutney of choice.
- Lastly - can use carrots/mushrooms /capsicum or any veg of choice too.



Aparna's Kitchen Dalcha - Hyderabad Special Recipe

Ingredients:

Mutton - 1/4 kg

Bengal gram - 100 gms

Ginger garlic paste - 2 tsp

Coriander powder - 2 tsp

Turmeric powder - 1 tsp

Red chilly powder - 1 tsp

Green chillies - 2 to 3

Onion - 3 nos (Finely sliced)

Oil - 2 tsp

Method:

- Clean and wash the mutton pieces. Cut mutton into small pieces.
- Soak the Bengal gram dal in water for 30 minutes.
- Then boil the dal by adding enough water and turmeric powder.
- After the dal is cooked, mash it well and keep aside.
- In another pan, pour a tsp of oil and fry the 2 sliced onions. Crush and keep aside.
- Now heat oil in another pan, add the remaining sliced onions and fry till gets golden brown.
- Then add the ginger garlic paste, a pinch of turmeric powder and fry it to till light brown.
- Then now add the mutton pieces and fry till oil separates.
- Now Add chilli powder, coriander powder and 2 cups of water and cook till the mutton is tender.
- Now add the mashed dal, crushed fried onions to the mutton masala. Add some water and salt as needed.
- Simmer the stove till the mutton completely cooked.
- Now dalcha is ready to serve.



Mahi's Kitchen - கடாய் சிக்கன்

தேவையானப் பொருட்கள்:

கோழிக்கறி - 1 கிலோ

பெரிய வெங்காயம் - 2

தக்காளி பழம் - 2

இஞ்சி பூண்டு விழுது - 1 டேபிள் ஸ்பூன்

குடைமிளகாய் - 1

தயிர் - 1 டேபிள் ஸ்பூன்

மஞ்சள் தூள் - ¼ டீஸ்பூன்

சிகப்பு மிளகாய் தூள் - 1 டேபிள் ஸ்பூன்

கரம் மசாலா தூள் - 1 டீஸ்பூன்

பிரிஞ்சி இலை - 1

எண்ணெய் - 3 டேபிள் ஸ்பூன்

உப்பு - தேவையான அளவு

கொத்தமல்லி தழை - சிறிதளவு

(பொடியாக நறுக்கியது)

கடாய் சிக்கன் மசாலா பவுடர் செய்யத்

தேவையானப் பொருட்கள்:

தனியா - 2 டேபிள் ஸ்பூன்

சீரகம் - 1 1/2 டேபிள் ஸ்பூன்

மிளகு - 1/2 டீஸ்பூன்

செய்முறை:

- முதலில் கோழிக்கறியை மஞ்சள் தூள் சேர்த்து நன்றாகக் கழுவி வைக்கவும்.
- வெங்காயத்தைப் பொடியாக அரிந்து வைக்கவும். ஒரு தக்காளிப்பழத்தை பொடியாக நறுக்கி வைத்துக்கொண்டு மற்றொரு பழத்தை அரைத்து வைத்துக் கொள்ளவும்.
- குடைமிளகாயைப் பெரிய துண்டுகளாக நறுக்கி வைத்துக் கொள்ளவும்.
- ஒரு வாணலியில் எண்ணெய் ஊற்றி நன்றாகக் காயவிடவும். எண்ணெய் காய்ந்ததும் முதலில் பிரிஞ்சி இலையைப் போட்டு, பிறகு நறுக்கி வைத்துள்ள வெங்காயத்தைப் போட்டு நன்றாகச் சிவக்க வதக்கி, தக்காளிப் பழத்தையும் சேர்த்து நன்றாக வதக்கவும்.
- பிறகு இஞ்சி பூண்டு விழுதைப் போட்டு பச்சை வாசனை போகும் வரை வதக்கி, அரைத்து வைத்துள்ள தக்காளி விழுதையும் சேர்த்து நன்கு வதக்கி, மஞ்சள்தூள், மிளகாய்தூள், கரம் மசாலா தூள், தயிர், வறுத்து பொடித்து வைத்துள்ள கடாய் சிக்கன் மசாலா பவுடரையும் சேர்த்து நன்கு எண்ணெய் பிரிந்து வரும் வரை வதக்கி, கழுவி வைத்துள்ள கோழிக்கறி, உப்பு சேர்த்து நன்றாகப் பிரட்டி, 1/4 கப் தண்ணீர் சேர்த்து மூடிபோட்டு நன்றாக வேக விடவும்.
- ஒரு சிறிய கடாயில் சிறிது எண்ணெய் விட்டு நறுக்கி வைத்துள்ள குடைமிளகாயை, சிறிது உப்பு சேர்த்து 3 நிமிடம் வதக்கி, பொடியாக நறுக்கி வைத்துள்ள கொத்தமல்லித் தழையையும் தயாரான கோழிக்கறியில் சேர்த்து நன்றாகக் கலந்து அடுப்பை அணைத்து விடவும்.
- இப்பொழுது சுவையான கடாய் சிக்கன் பரிமாறத் தயார். இதை ஆப்பம், சப்பாத்தி, ரசம், சாம்பார் சாதத்துடன் சேர்த்து சாப்பிட சுவையாக இருக்கும்



ஆண் வைத்தியர்களிடம் செல்லும் பெண் நோயாளிகளின் கவனத்திற்கு!

 Sriramajayam

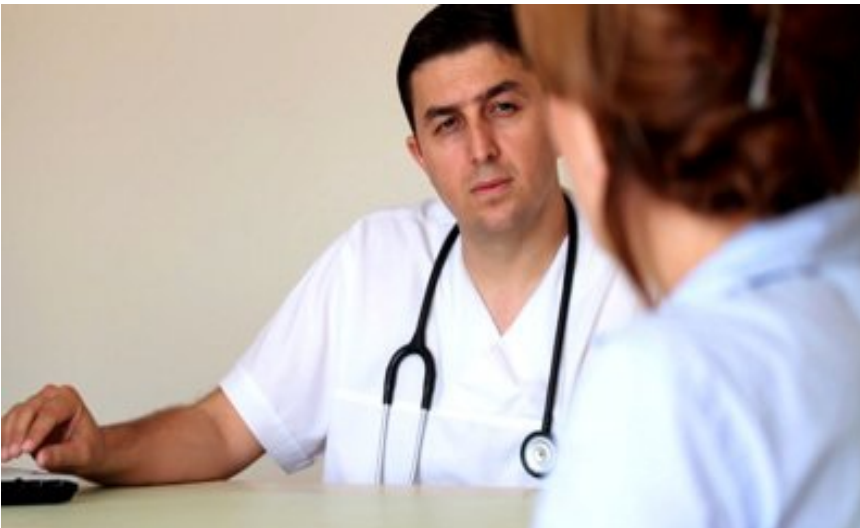
பெண் நோயாளிகளுக்கு சிகிச்சை அளிக்கும்போது, ஆண் வைத்தியர்கள் கடைப்பிடிக்க வேண்டிய மருத்துவ நெறிமுறைகள் தனியாக உள்ளன.

தனியார் மருத்துவமனை, அரசாங்க மருத்துவமனை, தனியார் கிளினிக்கிற்கு சிகிச்சைக்கு வரும் ஒரு பெண் நோயாளியை, ஆண் வைத்தியர் பரிசோதிக்கும்போது, அந்த அறையில் பெண் தாதி அல்லது பெண் உதவியாளர் கட்டாயம் இருக்க வேண்டும்.

மேலும் பெண் நோயாளியுடன் வரும் பெண் உதவியாளரும் அறையில் இருக்கலாம். பெண் நோயாளி தங்களுடைய பிரச்சினையை சொல்லிய பிறகு, இதற்கு என்ன மாதிரியான பரிசோதனைகளைச் (தொடுதல்) செய்ய போகிறோம் என்பதை முன் கூட்டியே நோயாளியிடம், ஆண் வைத்தியர் தெரிவிக்க வேண்டும். அதற்கு பெண் நோயாளி சம்மதம் தெரிவித்த பிறகே, பரிசோதனைகளை வைத்தியர் செய்ய வேண்டும்.

வயிற்று வலி, கல்லீரல், சிறுநீரகம்போன்ற பிரச்சினைகளுடன் பெண்கள் வருவார்கள். இதற்கு வயிற்றுப் பகுதியை தொட்டும், அழுத்தியும், தட்டியும் பார்த்துதான் பிரச்சினையைக் கண்டறிய முடியும்.

இந்த பரிசோதனைகளைச் செய்ய ஆண் வைத்தியர், கண்டிப்பாக பெண் நோயாளியின் அனுமதி பெறவேண்டும். அதன் பின்னரே பெண் நோயாளியின் வயிற்றை தொடவோ, அழுத்தவோ, தட்டிப்பார்க்கவோ வேண்டும். அப்போது, அதற்கு பெண் நோயாளி ஆட்சேபம் தெரிவித்தால், ஆண் வைத்தியர் உடனடியாக தன்னுடைய கையை எடுத்துவிட வேண்டும்.



சிகிச்சைக்கு வரும் பெண் நோயாளியிடம், ஆண் வைத்தியர்கள் தவறான தொடுதல் முறையில் சில்மிஷ வேலையில் ஈடுபட்டால் பெண்கள் அதனை சம்பந்தப்பட்ட இடங்களில் முறையிட்டு அவர்கள் மீது தகுந்த நடவடிக்கை எடுக்கலாம்.

எப்படி ஜெயிப்பது?

...ஏகன் @ Arunkumar S.K

உலகம் எதை நோக்கி சுற்றுகிறது?
மனிதர்கள் எதற்காக இப்படி
ஓடுகிறார்கள். விடை எளிமையானது:
வெற்றியைத் தேடி. வெற்றி பெற என்ன
வேண்டும் என்று பலருக்கு
தெரிந்திருந்தாலும் புரியவில்லை.
இப்படி வெற்றியை நோக்கி வெறியோடு
ஓடுபவர்களை பார்த்து இருக்கிறேன்.
அவர்களை ஆராய்ந்து இருந்து
இருக்கிறேன். பலர் பலவாறு
முயற்சித்தும் வெற்றி அடையாமலே
இருப்பது ஏன் என்று யோசித்து
இருக்கிறீர்களா? அதன் விடையும்
எளிமையானது தான். அவர்களின்
செயல்கள் தட்டையான தன்மை
கொண்டது. ஏதோ ஒரு நல்ல குணத்தை
அல்லது பழக்கத்தை கையில் எடுத்துக்
கொண்டு ஓடுகிறார்கள். அது போதும்
என்கிறார்கள் நிஜம். அப்படிப்பட்ட
ஓட்டம் வெற்றியில் முடியுமா?

அடைந்து விடலாம் என்று
நினைக்கிறீர்களா? அது சிரமம். ஏன்...?
முடியாது என்று கூட சொல்லலாம். பின்
எப்படி ஜெயிப்பது என்கிறீர்களா?
வாழ்வை வெல்ல உங்களுக்கு உலகம்
பற்றி அறிந்து இருக்கவேண்டிய
அவசியம் இல்லை. உங்களைப் பற்றி
தெரிந்து இருந்தால் போதுமனது.
பலர் மற்றவரை எடை போடுதலில்
காலத்தை செலவிடுகிறார்கள். கேட்டால்
'நம்மைச் சுற்றி இருப்பவரைப் பற்றி
தெரியாமல் எப்படி நாம் சரியாக வாழ
முடியும் என்று கேட்கிறார்கள். சரிதான்.
ஆனால் மற்றவர்கள் மாறிக்கொண்டே
இருப்பார்கள். அவர்களுக்கு தக்கவாறு
நாம் மாறத்துவங்கினால் நம்மால்
கடைசிவரை வாழமுடியாமல் போகும்.
உங்களை நீங்கள் எடை போடுங்கள்.
அதற்காய் நீங்கள் எத்தனை ஆண்டுகள்
செலவிட்டாலும் பரவாயில்லை.

உலகை புரிந்து கொண்டால் வெற்றி

நிறைய கற்றுக்கொண்டால் வாழ்வை





ஜெயிக்கலாம் என்று எப்போதும் கற்றுக்கொண்டே இருப்பவர்களை பார்த்திருக்கிறேன். கற்றுக்கொள்வது நல்லது தான். ஆனால் பலர் கற்றுக் கொள்வதோடு வாழ்வையும் முடித்துக் கொள்கிறார்கள். கற்றதை செயல் வடிவத்தில் மாற்றுவதில்லை. ஆகவே அவர்களால் சமூகத்திற்கு என்ன நன்மை என்ற கேள்வியும் கேட்க வேண்டி உள்ளது. ஏன் சமூகத்தையும் சேர்த்து யோசிக்க வேண்டுமா என்றால் நிச்சயமாக. நாம் கூட்டு வாழ்க்கை பிராணி. ஆகவே உங்களை நீங்கள் எந்த காரணத்திற்காகவும் சமூகத்தில் இருந்து விளக்கிக் கொள்ள முடியாது. கடின உழைப்பு வாழ்கையை உயர்த்தும் என்று சொல்கிறார்கள். நிச்சயம் கடின உழைப்பு அவசியம் தான். ஆனால் 'தவறான பாதை'யில் வேகமாய் ஓடுவதில் எந்த வித பயனும் இல்லை.' நிறைய உழைப்பவர்கள் எல்லோரும் முழுமையாய் வாழ்ந்து விட்டார்களா என்றால் இல்லை. ஏதோ ஒருவழியில் அவர்களின் உழைப்பின் பயனை வீணாக்கி விடுகிறார்கள். சிலர் குடிபழக்கத்தினால், சிலர் தவறான நட்பினால், சிலர் ஊதாரித்தனத்தினால். சிலரோ அனுபவமின்மையால், அவசர புத்தியினால் இப்படி பல காரணத்தினால் தோற்றுப் போகிறார்கள்.

புத்திசாலித்தனம் தான் வாழ்கையை வெல்ல அவசியம் என்று சொல்கிறார்கள். வெறும் புத்திசாலித்தனம் உங்களைச்சுற்றி உள்ள சூழ்நிலையை, சந்தர்ப்பத்தைப் பயன்படுத்திக் கொள்ள உதவும். ஆனால் உங்களால் எல்லாவற்றையும் சரிசெய்து விட முடியாது. எப்போதும் வெற்றிபெற முடியாது.

நேரம் தவறாமை உங்களை உயர்த்திவிடும் என்கிறீர்களா? கிடையாது. எத்தனையோ மிக உயர்ந்த பதவியில் இருப்பவர்கள் காலம் தவறியே வருகிறார்கள். காலம் தவறாமல் பெட்டிக்கடை திறக்கும் எத்தனையோ நபரைப் பார்த்திருக்கிறேன். பேப்பர் போடும் பையனில் இருந்து டீக்கடையில் வேலை பார்ப்பவர் வரை பலரை பார்த்துள்ளேன். அவர்கள் காலம் தவறாமல் இருக்கிறார்கள். ஆனால் அவர்களிடம் வளர்ச்சியை நான் கண்டதில்லை. ஏன்?

முயற்சி நம்மை வெற்றி அடையவைக்கும் என்று சொல்கிறீர்களா? எல்லா முயற்சியும் வெற்றி அடைவதில்லை. முயற்சிகள் எல்லாம் பெரியதாய் இருக்க வேண்டிய அவசியமும் இல்லை. பலமுறை முயன்றும் தோற்றுப்போகிறவர்கள் எத்தனையோ பேர். இப்படி வெற்றி சூத்திரம் தேடி நேரத்தை வீணடித்துக் கொண்டிருக்கிறோம். ஏதோ ஒன்றை பிடித்துக் கொண்டு கரை ஏறிவிடலாம் என்று கணக்குப் போடுகிறீர்களா? வாழ்க்கை அப்படி வடிவமைக்கப் படவில்லை. அதற்கு அறிவு மட்டும் போதாது, உழைப்பு மட்டும் போடாது, நேரம் தவறாமை, முயற்சி என எந்த ஒன்றும் தனித்தனியாய் பயனற்றது தான்.

ஆனால் அது ஒன்று சேர்கையில் சரிவிகிதத்தில் கூடுகையில் மட்டுமே வெற்றி கிடைக்கும். வாழ்வை வெல்ல உங்களை அறிதல் மிக அவசியம். வெற்றி என்பது துரத்திப் பெறவேண்டிய பொருளல்ல. உங்கள் சட்டை பையிலிருந்து எடுக்கவேண்டிய இனிப்பு மிட்டாய்.

வள்ளுவன் பக்கம்

...Parasakthi

குறள் பால்: அறத்துப்பால்
குறள் இயல்: இல்லறவியல்
அதிகாரம்: நடுவு நிலைமை

116. கெடுவல்யான் என்பது அறிகதன் நெஞ்சம்
நடுவொரீஇ அல்ல செயின்.

விளக்கம் :

தன் நெஞ்சம் நீதியை விட்டுவிட்டு அநீதி செய்ய எண்ணினால், அதுவே தான் கெடப் போவதற்கு உரிய அறிகுறி.

Explanation :

Let him whose mind departing from equity commits sin well consider thus within himself, "I shall perish."

117. கெடுவாக வையாது உலகம் நடுவாக
நன்றிக்கண் தங்கியான் தாழ்வு.

விளக்கம் :

நீதி என்னும் அறவாழ்வு வாழ்ந்தும் ஒருவன் வறுமைப்பட்டுப் போவான் என்றால், அதை வறுமை என்று உயர்ந்தோர் எண்ணவேமாட்டார்.

Explanation :

The great will not regard as poverty the low estate of that man who dwells in the virtue of equity.

118. சமன்செய்து சீர்தூக்குங் கோல்போல் அமைந்தொருபால்
கோடாமை சான்றோர்க் கணி.

விளக்கம் :

முதலில் சமமாக நின்று பிறகு தன்மீது வைக்கப்பட்ட பாரத்தை நிறுத்துக் காட்டும் தராசு போல, நீதிக்குரிய இலக்கணங்களால் அமைந்து ஓரம் சார்ந்து விடாமல் இருப்பது சான்றோராகிய நீதிபதிகளுக்கு அழகாம்.

Explanation :

To incline to neither side, but to rest impartial as the even-fixed scale is the ornament of the wise.

119. சொற்கோட்டம் இல்லது செப்பம் ஒருதலையா
உட்கோட்டம் இன்மை பெறின்.

விளக்கம் :

மனம் ஓரஞ் சாராமல் சமமாக நிற்குமானால் சொல்லிலும் அநீதி பிறக்காது; அதுவே நீதி.

Explanation :

Freedom from obliquity of speech is rectitude, if there be (corresponding) freedom from bias of mind.

120. வாணிகம் செய்வார்க்கு வாணிகம் பேணிப்
பிறவும் தமபோல் செயின்.

விளக்கம் :

பிறர் பொருளையும் தம் பொருள் போலக் காத்து, வியாபாரம் செய்தால் வியாபாரிகளுக்கு நல்ல வியாபார முறை ஆகும்.

Explanation :

The true merchandize of merchants is to guard and do by the things of others as they do by their own.

நீயா நானா

...Sumathisrini

அன்புத் தோழமைகளுக்கு வணக்கம்!
இந்த மாத நீயா நானாவின் தலைப்பு:
**இன்று தொலைக்காட்சிகளில் வரும்
விளம்பரங்கள் நன்மை பயப்பவையா?
தீமை பயப்பவையா?**

பொதுவாக விளம்பரம் என்பது தகுதியுள்ள வாடிக்கையாளர்கள் தங்கள் பிராண்டுகளை அல்லது ஒரு குறிப்பிட்ட வகை தயாரிப்புகள் அல்லது சேவைகளை அதிக அளவில் வாங்க உண்டாக்கப்பட்ட தொடர்பு சாதனம். ஆனால் இன்றைய தொலைக்காட்சி விளம்பரங்களோ ஒரு கடை அல்லது பொருளை அறிமுகப்படுத்தவும் மக்கள் மத்தியில் பிரபலமாக்கவும், சினிமாவில் அதிகமாக சம்பளம் வாங்கும் கவர்ச்சி நடிகை, மற்றும் நடிகை குறிப்பிட்ட காலம் வரை தனது விளம்பரத்தில் மட்டுமே நடிக்க வேண்டும் என்று கையெழுத்து போட்டுக் கொள்கிறார்கள்.

இதனால் பொருளின் விளையும் அதிகமாகிறது, இவர்களின் சம்பளமும் அதிகமாகிறது. கடைசியில் இது எல்லாம் நம் தலையில் விழுவதை யாரும் உணரவில்லை.

விளம்பரங்களினால் முழுதும் தீமையே

என்று சொல்லிவிடாதபடி, மக்களுக்கு தேவையான சில பயனுள்ள தகவல்களும் விளம்பரங்களின் வாயிலாக தெரிவிக்கப்படுகின்றன. அரசாங்கத்தின் மக்களுக்கான பொது அறிவிப்புகள், மக்கள் விழிப்புணர்வு விளம்பரங்கள், புதிய பொருட்களின் அறிமுகம் போன்றவை விளம்பரங்கள் மூலமாக மக்களுக்கு கொண்டு செல்லப்படுகின்றன.

விளம்பரங்களின் முக்கிய குறிக்கோள், பொருட்களைப் பற்றி மக்களுக்கு எடுத்துரைப்பதுதான். ஆனால், அதையா இந்த விளம்பரங்கள் நமக்குக் கூறுகின்றன? உதாரணத்துக்கு, ஒரு ஷாம்பூ விளம்பரம்... அந்த ஷாம்பூவை உபயோகித்தால், முடிகள் பளபளக்கும், உறுதியாகும் என்று காட்டுவார்கள். ஆனால், அந்த விளம்பரத்தின் அடியில், கண்ணுக்கே தெரியாத வகையில் சிறிய எழுத்தில், இந்த விளம்பரம் கிராபிக்ஸில் எடுக்கப்பட்டது என்று வரும். இதை எவ்வளவு பேர் பார்த்திருக்க முடியும்? நடிகர்கள், நடிகைகள், விளையாட்டு வீரர்களை வைத்து எடுக்கும் போது, அந்த நட்சரங்களைத் தான் நாம் பார்ப்போமே தவிர, இந்தச் சின்ன சமாச்சாரங்களையாப் பார்க்கப் போகிறோம்?

தன் சேனலின் ரேட்டிங் அதிகப்படுத்த சில முட்டாள்தனமான வேலைகளையும் செய்கிறார்கள். சின்ன நூல் அளவு கதையை வைத்துக்கொண்டு இரண்டு மூன்று வருடம் வரை நீட்டி செல்லக் கூடியவாறு சீரியலை தயாரிக்கிறார்கள். பார்க்கப்போனால் 10 நிமிடம் கதைக்காக 20 நிமிடம் விளம்பரம் தான்.

தொலைக்காட்சி விளம்பரங்கள் குழந்தைகளை கவரும் வண்ணம்





தயாரிக்கப்படுகின்றன. வெறும் பொம்மைகள், மிட்டாய்கள், பிஸ்கட்கள் போன்ற குழந்தைகள் உபயோகப்படுத்தும் பொருட்கள் மட்டும் குழந்தைகளை ஈர்க்கவில்லை. பெரியர்வர்கள் பயன்படுத்தும் கார், செல்போன், தொலைக்காட்சி போன்ற பொருட்களின் விளம்பரங்களும் குழந்தைகளைக் குறி வைக்கின்றன. ஏனென்றால் தங்கள் செல்வாக்கால் தங்கள் பெற்றோர்களைக் குறிப்பிட்டப் பொருளை வாங்கத் தூண்டுபவர்களாக குழந்தைகள் இருக்கிறார்கள். 8 வயது குழந்தை எந்த கம்ப்யூட்டர் வாங்க வேண்டும் என்று சொல்லுவதையும், 12 வயதில் எந்த கார் வாங்க வேண்டும் என்று சொல்லுவதையும் நாம் சர்வசாதாரணமாக எடுத்துக் கொள்கிறோம். எல்லா விஷயங்களும் தெரிகிறது என்று மகிழ்ச்சியும் அடைகிறோம். இதனால் ஏற்படும் தீமைகளை நாம் யோசிப்பதில்லை.

குழந்தைகள் மனிதர்களை மதிப்பதை விட அவர்கள் வைத்திருக்கும் பொருட்களை மதிக்கக் கற்றுக் கொள்கிறார்கள். என்னிடம் இது இல்லையென்றால் என்னைப் பற்றி பிறர் என்ன நினைப்பார்கள் என்ற மன அழுத்தத்திற்கு ஆளாகிறார்கள். நிலையில்லா வாழ்க்கையில் இன்று கிடைக்கும் பொருள், நாளை கிடைக்காமல் போனால் எதிர்கொள்ளும் தைரியம் இல்லாமல் வளர்கிறார்கள். நாம் கேட்பது எல்லாம் கிடைக்கும் என்ற எண்ணத்தில் இருக்கிறார்கள், கிடைக்கவில்லை என்றால் தாழ்வு மானப்பானமை அடைக்கிறார்கள்.

நாம் காசு கொடுத்து வாங்கிய தொலைக்காட்சியில், நாம் செலவழிக்கும் மின்சாரத்தில், நாம் காசு கொடுத்து வாங்கிய அந்தப் பொருட்களின் மூலம் எவ்வளவு பேர் சம்பாதிக்கிறார்கள்? ஆனால், நம்மை ஏமாளியாக்குவதுதான்

கொஞ்சம் அதிகம். எனவே விளம்பரங்களின் மூலம் விஷயங்களைச் சொல்லுங்கள்... விஷமங்களைச் சொல்லாதீர்கள்.

மேலும், இந்தத் தலைப்புக் குறித்த நம் பெண்மை தோழமைகளின் கருத்துக்களைக் காண்போம்.

விஸ்வநாதன்

சரி, முதலில் தொலைக்காட்சிகளில் வரும் விளம்பரங்கள் நன்மைகள் பார்ப்போமா?

1. விளம்பரம் மூலமாக நம் கிராமத்து மக்களுக்கு விவசாயம் குறித்து நன்மைகள் உருவாகிறது.
2. கல்வி குறித்த விளம்பரங்கள் கிராமங்களிடையே விழிப்புணர்வை ஏற்படுத்துகின்றன.
3. அரசாங்க மருத்துவமனை வழி உடல்சார்ந்த விழிப்புணர்வு தந்து மக்களைச் செயல்படத் தூண்டுகின்றன.
4. புதிய உற்பத்திச் சாதனங்களை அறிமுகப்படுத்தி வேலைப் பளுவைக் குறைக்கின்றன.
5. கிராமத்து மக்களுக்கு நவீன வாழ்க்கை உருவாகிறது.
6. குறிப்பாகச் சொல்லப் போனால், எல்லா மாநகரம், நகரம், பேரூராட்சி, பஞ்சாயத்து, கிராமம் ஆகிய இடத்தில் இருக்கும் மக்களுக்கு நிறைய நன்மைகள் உள்ளன. இப்போது தொலைக்காட்சிகளில் வரும் விளம்பரங்கள் நன்மைகள் பற்றி விரிவாகச் சொல்கிறேன்.

சுருக்கமாகச் சொன்னால், ஒரு கிராமத்துப் பெண் அந்தக் காலத்தில் தாவணி பாவாடை கட்டி இருப்பார்கள். ஆனால், இப்போது சுடிதார் மற்றும் இரவில் இரவு உடை (நைட்டி) போட்டு இருப்பார்கள். இது மட்டுமல்ல, பழைய காலத்து கிராமத்து மக்களுக்கு காலையில் சில இடத்தில், தங்களின் பல் தேய்க்க கோபால் பல்பொடியைப்



பயன்படுவார்கள். சில இடத்தில் செங்கல் தூளைப் பயன்படுவார்கள். சில இடத்தில் வேப்பங்குச்சியை பயன்படுத்துவார்கள். ஆனால், இன்று பெரும்பாலும் பற்பசை பயன்படுத்துவார்கள். இதனால், விளம்பரம் மூலமாக கிராமத்து மக்களுக்கு நவீன வாழ்க்கை உருவாகிறது.

ரம்யாராஜன்

நன்மையே அதிகம் என்பது என்னுடைய கருத்து. விளம்பரங்கள் மூலமாகத் தான், நாம் நிறைய பொருட்கள் மார்க்கெட்டுக்கு வருவதைத் தெரிந்து கொள்கிறோம். பொருட்களின் விவரம், அது எங்கு கிடைக்கும், தள்ளுபடி இருக்கிறதா, இதையெல்லாம் நாம் விளம்பரங்கள் வாயிலாகத் தான் தெரிந்து கொள்ள முடியும்.

உதாரணத்துக்கு, நாம் புடவை கடைக்குப் போனால்... எல்லா டிசைனும் எடுத்துப் போட்டுப் பார்த்தால் நமக்கு நேர விரயம் தான். அதே விளம்பரங்கள் மூலமாக இப்போது எது லேட்டஸ்ட் பேஷன் என்று தெரிந்து கொண்டு போனால் வாங்குவது சுலபமாக இருக்கும். சில நேரங்களில் வரும் விளம்பரங்கள் முகம் சுளிக்கும்படியாகவும் இருக்கிறது. ஆனால், அதைத் தவிர்த்துப் பார்த்தால் விளம்பரங்களால் நன்மை தான்.

லஷ்மி

விளம்பரம் என்பது தொழில் சந்தையில் ஒரு பொருளை அறிமுகப்படுத்துவதற்கு கையாளப்படும் யுத்திகளில் ஒன்று. உலகின் எந்த மூலையில் ஒரு பொருள் அறிமுகப்படுத்தப்பட்டாலும், அதைத் தான் இருக்கும் இடத்திலிருந்தே மக்கள் அறிந்து கொள்வதற்கு இந்த விளம்பரம் உதவுகிறது.

முன்பு எல்லாம் செய்தித்தாள்களில் மற்றும் திரை அரங்குகளில் மட்டுமே

சில மணித் துளிகள் இடம் பெற்ற இந்த விளம்பரங்கள், இப்போது தொலைக்காட்சி வந்த பிறகு நிகழ்ச்சிகள் சில மணித் துளிகளும், விளம்பரங்களே பெருமளவும் ஆக்கிரமித்து இருக்கிறது. இது நன்மையா, தீமையா எனப் பார்த்தால் எந்த பொருள் விளம்பரப் படுத்தப்படுகிறது, அவை எந்த முறையில் மக்களிடம் சென்று அடைகிறது என்பதைப் பொறுத்தே அமையும். ஏனெனில் இன்று உயர்தர, நடுத்தர மற்றும் கீழ்தட்டு மக்கள் என அனைவரிடமும் தொலைக்காட்சி இருக்கிறது.

நன்மை, தீமை என பல கலந்து இருந்தாலும் விளம்பரம் என்பது இந்த அவசர உலகில் மக்கள் தாங்கள் இருக்கும் இடத்திலே அனைத்துப் பொருட்களையும் அறிந்து கொண்டு அவற்றில் எது சிறந்தது என முடிவு எடுக்கவும், மேலும் தயாரிக்கும் நிறுவனமும், ஊர் ஊராகச் சென்று விளம்பரம் செய்யும் செலவு குறைந்து, இந்தத் தொலைக்காட்சியில் விளம்பரம் செய்வதன் மூலம் அனைத்து ஊர்களுக்கும் அவர்களின் பொருள் சென்று அடைவதற்கும், முன்பு எல்லாம் விற்பனைப் பிரிவில் ஒரு நபர் விளம்பரப்படுத்துவதற்கென்றே பணியில் இருப்பார். ஆனால் இப்போதோ விளம்பர நிறுவனம் என்றே தனியாக நிறுவனம் வைத்து இன்றைய இளைஞர்களுக்குப் பெருமளவில் வேலை





வாய்ப்பு தரும் தொழிலாகவும் இது மாறி இருப்பதால், படைப்பாற்றல் திறமை உள்ளவர்களுக்கு இந்த ஒரு தங்கச்சுரங்கம் தான் என பல நன்மைகள் இந்த விளம்பரத்தினால் கிடைக்கிறது.

ஆனால் விளம்பரங்கள் பொருளின் தன்மையையும் தரத்தையும் மக்களுக்கு உணரவைத்து, அதனால் அந்தப் பொருளை வாங்க வைக்க வேண்டுமே தவிர, பயமுறுத்தியோ, இல்லை இல்லாத ஒரு விஷயத்தை மாயை ஏற்படுத்தியோ அந்தப் பொருளை விளம்பரப்படுத்தக் கூடாது. இந்த விஷயங்களை தவிர்த்துப் பார்த்தால் தொலைக்காட்சி விளம்பரங்கள் நன்மையானதும், அத்தியாவசியமானதும் கூட.

சுபஸ்ரீ முரளி

அதிகபட்ச விளம்பரங்களில் வரும் காட்சிகள் மற்றும் பேசும் வசனம் இவைகளால் எழுதப் படிக்கத் தெரியாதவர்கள் மற்றும் காது கேளாதோர் பார்த்து புரிந்துகொள்ளலாம், பார்வை அற்றோர் கேட்டும் புரிந்து கொள்ளலாம். இதனால் விளம்பரம் அனைவரையும் சென்று அடைகிறது. இது விளம்பரத்தின் மிகப் பெரிய பலம்.

இன்றைய நிலையில் இந்தியாவில் போலியோ என்னும் நோய் அறவே இல்லை என உலக சுகாதார அமைப்பு அறிவித்துள்ளது. இதற்கு தொலைக்காட்சி விளம்பரமும் ஒரு காரணம். எந்த நாட்களில் எந்த இடத்தில் குழந்தைகளுக்கு போலியோ சொட்டு மருந்து போடப் படுகிறது என்பதை விளம்பரம் மூலமே பெரும்பான்மையான மக்கள் அறிந்து பயனடைந்துள்ளனர்.

சுசி பாபு

விளம்பரங்களால், "ஏன், எதற்கு, எப்படி" என்ற கேள்விகளை எழுப்பி பல

விஷயங்களைத் தெரிந்து கொள்கிறார்கள். நாம் பார்க்கும் சீரியல்களை விட விளம்பரங்கள் நன்மையே அளிக்கிறது.

மேரி டெய்லி

பெண்ணை கேவலப்படுத்தி வரும் அனைத்து விளம்பரங்களும் அவர்களது விளம்பரப்பொருளையும் அதனை உருவாக்கிய அனைவரையும் பெண்குலத்தையும் அவமானப்படுத்துவதற்கு சமம்.

பெண் உரிமை என்று போராடும் மகளிர் குலம் இந்த மாதிரி விளம்பரங்களை கண்டும் காணாமல் இருப்பது வெட்கப்பட வேண்டிய விஷயம்.

விளம்பரம் என்பது மழைத்துளி போல் பாரபட்சம் இன்றி பூமியில் உள்ள அனைவருக்கும் பயனளிக்க வேண்டும். காமம், கவர்ச்சி என்று சித்தரித்து காட்டாற்று வெள்ளமாய், ஆழி பேரலையாய் மாறி உலகை அழிக்கக்கூடாது.

கௌரி மோகன்

எது நல்லது என்று புரியாமல் எல்லாவற்றையும் மாறி மாறி வாங்கி பாவிப்பவர்கள் தீமையையே பெறுவார்கள். பணச்செலவுடன் ஆரோக்கிய சீர்கேடு வருவதற்கும் வாய்ப்புண்டு. ஒரு பொருள் வாங்கினால் இன்னொரு பொருள் இலவசம் என்பதில் மயங்கி தரமற்றப் பொருட்களை வாங்கும் நிலை ஏற்படலாம். இவற்றினிடையே தீமை பயக்கக்கூடிய விளம்பரங்களும் இருக்கின்றன. நிலம், மனை விற்பனை தொடர்பானதும், கட்டிட நிர்மான சேவை தொடர்பான விளம்பரங்களும் நம்பகத்தன்மை இல்லாமல் இருப்பதற்கான வாய்ப்புக்கள் உண்டு. இவற்றை நம்பி மக்கள் படுகுழியில் விழவும் நேரலாம். எனவே இது போன்ற



விளம்பரங்களை ஏற்கும் முன், தொலைக்காட்சி நிறுவனங்கள் குழுக்களை அமைத்து, அவற்றை ஆராய்ந்து உறுதி படுத்தியபின் விளம்பரம் செய்வதே சிறந்ததாகும். மக்களும் இது தொடர்பான விளம்பரங்களில் விழிப்புடன் இருப்பது அவசியம். இவை எல்லாவற்றையும் கருத்தில் கொண்டு பார்க்கும்போது, மனக்கட்டுப்பாடும் தீயவற்றை கண்டறிந்து விலக்கி வாழும் பண்பும் இருக்கும் பட்சத்தில் விளம்பரங்கள் நன்மை பயப்பவையே.

விஜி வேதாசலம்

விளம்பரங்கள் என்றால் என்ன? எதற்காக விளம்பரம் செய்கிறார்கள்? விளம்பரம் இல்லாமல் எந்த ஒரு பொருளையும் சமுதாயமாகிய நாம் அறிய முடியாது. ஆக விளம்பரத்தை நாம் விரும்பிப் பார்க்கும் நிகழ்ச்சிக்கு நடுவே ஒளிப்பரப்பினால், அந்த விளம்பரம் நம்மை வந்தடையும். நமக்கும் விளம்பரதாரருக்கும் இடையே இருப்பது தான் தொலைக்காட்சி நிகழ்ச்சி.

விளம்பரம் நமக்கு நன்மையா, தீமையா என்று பிரித்து கூறமுடியாது. நன்மைகள் சிலவும் தீமைகள் பலவும் இருக்கிறது என்பது என் கருத்து.

காயத்ரி டால்

நாம் சிந்தித்தால் விளக்கமுடியாத, சில சமயம் பார்க்க முடியாத விளம்பரங்களும் வருகிறது. வெள்ளையா இருந்தால் தான் அழகு என்கிற எண்ணத்தில் வருகின்ற எத்தனையோ அழகு சாதனப் பொருட்களை கடையில் வாங்குறோம். ஒன்று போனால் இன்னொன்று. ஆதாரமாக இருக்கும் முகத்தை சேதாரம் செய்து கொள்கிறோம். அடுத்தது தள்ளுபடி, அப்பப்பா.. என்னக் கூட்டம்! வெளியில் வருவதற்குள் விடிந்து விடும்.

கலர் கலரா கோட்டைக் காட்டி நம்மைக் கட்டி போடுகின்ற தந்திரம். நமக்கு இன்னும் புரியவில்லை. அதோட விளைவு, சேனல் தரம் உயரணும். ஏமாறுபவர்கள் இருக்கும்வரை ஏமாற்றுபவர்கள் இருந்து கொண்டே தான் இருப்பார்கள். என்னால் சொல்ல இயலாத செய்திகளும் இதில் அடங்கும். நீங்களே பார்த்து முகம் சுளித்திருப்பீர்கள் அல்லது மிகவும் குழம்பி இருப்பீர்கள். அதனால் விளம்பரங்கள் வெறும் வெற்றிடமாக இல்லாமல், விழிகள் பிதுங்கும் வேலையாக இல்லாமல் பயனுள்ளதாக இருக்கவேண்டும் என்று நினைக்கிறேன்.

சௌமியஸ்ரீ

விளம்பரங்கள் நிறைய இடைத்தரகர்களை குறைக்கிறது. For example, while buying some soap or something, if the shop keeper tells that the maximum best is general sense. Brand X and even star Y uses that, we (consumer usually buy that.. but nowadays ads made us to learn about TFM, Sulphate and all...)

The XX College ad during result announcements has stopped lot of suicides and gave them the confidence that they can also win.

விளம்பரங்களின் தேவை பொருட்களை, அவற்றைப் பற்றிய அறிவை மக்களிடம் கொண்டு சேர்ப்பது. அவற்றை வாங்குவதும், வாங்காததும் மக்களின் சுய சிந்தனைக்கு உட்பட்டது.

இந்தத் தலைப்பின் கீழ் தத்தம் கருத்துக்களை முன்வைத்த அனைத்துத் தோழமைகளின் பதிவுகளும் அருமை. இதில் சிறப்பாக விவாதம் செய்து பரிசு வெல்லும் தோழி **லக்ஷ்மிக்கு** பெண்மையின் வாழ்த்துக்களும், பாராட்டுக்களும்.

முதல் சம்பளம்

...Subhasreemurali

ஆதவன் காலையிலிருந்து தன் கிரணங்களால் பூமியை சுட்டெரித்து வேலை முடிந்ததும் சோம்பல் முறித்துக் கொண்டு கிளம்ப யத்தனிக்கும் அந்தி வேளை. சத்திரபாளையம் என்ற கிராமத்தின் அருகே உள்ள காட்டுப்பகுதியில் வீராவும் தன் வேலையை முடித்துவிட்டு வீடு திரும்பிக் கொண்டிருந்தான். சுமார் பத்து வயது நிரம்பிய சிறுவன் வீரா. சாலைவழியாக போனால் வீட்டுக்கு போக ஒரு மணிநேரம் ஆகும். அதுவே காட்டுப்பகுதியில் அரைமணி நேரத்திற்குள் வீட்டை அடைந்துவிடலாம். எனவே தினமும் காட்டுப்பகுதி வழியாகத் தான் போவான்.

பண்ணையாரின் தம்பி வைதும்பன் வீட்டில்தான் அவனுக்கு வேலை. வீட்டில் ஒட்டடை அடிப்பது, அறைகளை சுத்தம் செய்வது மற்றும் பல எடுபடி வேலைகள் செய்து வந்தான். வீராவும் அவன் தம்பியும் பள்ளியில் படித்துக் கொண்டிருந்தனர். அவன் தந்தைதான் வைதும்பன் வீட்டில் வேலை செய்துக் கொண்டிருந்தார். வீட்டில் அவன் தாய் இருப்பார்.

ஒரே நாளில் சிறுவனாக



இருந்த அவன் வீட்டின் தலைவனாகி விட்டான். குடும்ப தலைவன் என்ற முள் கிரீடம் அவன் தலையில் சூட்டப்பட்டது. ஒரு மாதத்திற்கு முன் அவன் தந்தையின் அகால மரணத்தின் காரணமாக ஏற்பட்ட மாற்றம். கடமையின் பொருட்டு கல்வியைத் துறந்தான். இளம் விதவை தாயையும், தம்பியையும் காப்பாற்றும் பொறுப்பு அவனிடம் வந்தது. வீரா சிறுவனாக உள்ளதால் அவன் தந்தை செய்த வேலைகளை முழுவதும் செய்ய முடியவில்லை. இருந்த போதிலும் வைதும்பன் அவன் குடும்ப நலன் கருதி அவனால் முடிந்த வேலைகளை மட்டும் செய்யுமாறு கூறினார். அதற்கு சம்பளம் தந்தார். அவன் படிப்பைத் தொடர வேண்டும் என வலியுறுத்திக் கொண்டே இருப்பார். வீராவும் வீட்டில் இருந்தபடியே படித்தான்.

அன்று ஒரு மாதம் முடிந்து அவன் சம்பளம் வாங்கினான். முதல் சம்பளம். அத்துடன் வைதும்பன் பரிசாக அவனுக்கு பேனா, பென்சில், ரப்பர் மற்றும் இதையெல்லாம் போட ஒரு பென்சில் டப்பாவையும் கொடுத்திருந்தார். வீராவுக்கு இரட்டை மகிழ்ச்சி. வீட்டை நோக்கி அந்தக் காட்டுப் பகுதியில் நடந்து வருகையில் அவன் கையிலிருந்த டப்பா தவறி கீழே விழுந்தது. அதைக் குனிந்து எடுத்தவனுக்கு அதிர்ச்சி. அதில் இரத்தக் கறை ஒட்டியிருந்தது. ஏதாவது மிருகத்திற்கு அடிப்பட்டு இருக்கும்... காட்டுப் பகுதியாயிற்றே என தன்னை சமாதானம் செய்துக் கொண்டே நடக்க முற்பட்டான். அப்போது அவனுக்கு ஒரு விசித்திர சப்தம் கேட்டது. அவன் மனமோ முதலில் இங்கிருந்து ஓடு என்றது. அவன் மூளையோ என்னவென்று பார்



என்றது. ஒரு சிறிய போராட்டம் அவனுள்.

இறுதியில் மூளை வென்றது. இரத்தக் கறையையும், சத்தத்தையும் வைத்து இடது திசை நோக்கி நடந்தான், தைரியமான வீரா. அங்கே வாலிபன் ஒருவன் மரத்தடியில் சோர்ந்து அமர்ந்து வலியால் முனகிக் கொண்டிருந்தான். அவன் வலது கணுக்காலில் காயம் அதிலிருந்து இரத்தம் வழிந்தது.

“ஐயோ ரத்தம்” தன்னையும் அறியாமல் கத்திவிட்டான் வீரா.

சட்டென சத்தம் வந்ததால் அந்த வாலிபன் தன் ஒரு கையை சட்டையினுள் மறைத்து வைத்திருந்த கத்தியிலும், மற்றொரு கை அருகிலுள்ள மூட்டையிலும் பதிந்தான். வாலிபன் திரும்பிப் பார்த்தான். சிறுவனாகையால் கத்தியின் பிடி தளர்ந்தது. ஆனால் மூட்டையிலுள்ள பிடி தளரவில்லை. சண்டை போடும் நிலையில் வாலிபன் இல்லை.

இதையெல்லாம் கவனிக்காத வீரா “வைத்தியர் கிட்ட போலாம் வாங்க, நான் கூடிட்டு போறேன்”.

வாலிபனோ “தண்ணி... தண்ணி” பேச முடியாமல் திக்கித் திணறினான்.

“இருங்க கொண்டு வரேன்” என அருகில் உள்ள ஓடைக்குச் சென்றான். இரண்டு கைகளையும் சேர்த்து கிண்ணம் போலாக்கி அதில் தண்ணீர் பிடித்துக் கொண்டு வந்தான். பிஞ்சு கையில் எத்தனை தண்ணீர் பிடிக்கும். அதுவும் ஓடி வரும்போது சிந்தவும் செய்தது. ஆதலால் வீரா நான்கைந்து முறை செல்ல வேண்டியதாயிற்று.

“இப்ப பரவாயில்லயா அண்ணா?” என பெரிய மனிதன் போல் விசாரித்தான் வீரா.

“ம்ம்... பரவாயில்ல”.

“வாங்க வைத்தியர்கிட்ட போலாம்”.

“வேண்டாம்... சரியாயிடும்”.

“அதெப்படி தானே சரியாகும்... வைத்தியம் பாக்கணும்... எப்படி காயம் ஆச்சு?”

“இன்னிக்கு நான் வேலைக்குப் போயி முதல் சம்பளம் வாங்கியிருக்கேன். முதல் வேலையில்லயா... அதான் கொஞ்சம் தப்பாயிடிச்சு” என சிரிப்புடன் தன் அருகிலுள்ள





மூட்டையை வெறித்துப் பார்த்தான். வீராவுக்கு ஒன்றும் புரியவில்லை. ஆனால் முதல் சம்பளம் என்ற வார்த்தை மட்டும் அவன் மனதில் பதிந்தது. உற்சாகமாக அவனும் “அட நானும் இன்னிக்கு முதல் சம்பளம் வாங்கி இருக்கேன்” என்றான்.

“என்ன நீயுமா?” என்றான் குழப்பமாக.

கள்ளம் கபடம் அறியாத வீரா “ஆமாம் அண்ணா... ஒரு மாசத்துக்கு முன்னாடி எங்க அப்பா...” என அத்தனையையும் ஒன்றுவிடாமல் கூறினான்.

இதைக் கேட்ட வாலிபனுக்கு தன்னுடைய முதல் சம்பளத்திற்கும் அவனுடைய முதல் சம்பளத்திற்கும் உள்ள வேற்றுமை புரிந்தது.

“உன் சம்பளம் எவ்வளவு?”

”இருநூறு ரூபாய்” எனப் பெருமையாகக் கூறினான்.

“என்கூட வரியா... இதைவிட நிறைய வாங்கலாம்”.

“முடியாது... அம்மாவையும் தம்பியையும் விட்டு வர முடியாது” அவன் முகத்தில் மழலை ஊஞ்சலாடியது.

வாலிபன் மனதில் ஏதோ பிசைந்தது. சிறுவனுக்கு இருக்கும் பொறுப்பு தனக்கு இல்லாமல் போனதே என்ற குற்ற உணர்ச்சி மேலோங்கியது.

“நீங்க வர மாட்டிங்க... நானே வைத்தியரை கூட்டிட்டு வரேன்” என்று அந்த வாலிபன் மறுத்தும் காதில் வாங்காமல் ஓடினான் வீரா.

சிறிது நேரத்தில் வைத்தியருடன் வந்தான் வீரா. வைத்தியர் வைத்தியம் பார்த்து வாலிபனுக்கு கட்டுப்

போட்டார்.

வாலிபன் வீராவிடம் தற்போதைக்கு தன் நிலை தெரியவேண்டாம் என “நீ போ... நான் வைத்தியரோடு போறேன்... கேட்க மறந்துட்டேன் உன் பேர் என்ன?”

“வீரா... உங்க பேரு”.

“கண்ணன்”.

“இல்ல... திருடன்னு சொல்லுங்க”.

விக்கித்துப் போனான் கண்ணன்.

“ஆமாம்... கண்ணன் வெண்ணையைத் திருடினான்... அதனால் திருடன்தானே” எனக் கூறிப் பெரிதாகக் கைதட்டிச் சிரித்தான் வீரா. கண்ணனுக்கு அப்போதுதான் உயிரே வந்தது போல் இருந்தது.

“வீரா நீ எனக்கு நிறைய உதவி செஞ்சிருக்கே... ரொம்ப நன்றி” என வாஞ்சையுடன் அவன் தலையைத் தடவியவாறு கூறினான்.

“சரி... சரி என்கூட வாங்க என் வீட்டுக்குப் போகலாம்?”

”கண்டிப்பா வருவேன் மூணு மாசம் கழிச்சி...”

வீரா முழித்தவாறு “ஏன் மூணு மாசம்?”

”அது அப்படிதான்... நீ இப்ப போ அம்மா உனக்காக காத்திருப்பாங்க” அரை மனதோடு வீரா சென்றான்.

வீரா போனதும் “வைத்தியரே என்னை போலீஸ் ஸ்டேஷன் கூட்டிட்டு போக முடியுமா நடக்க கஷ்டமா இருக்கு?”

தவறான முறையில் சம்பாதித்த கண்ணனின் முதல் சம்பளம் கடைசி சம்பளமானது.

3

பெரும்புகழ் கிண்டிப்புகழ்

- Sakthi Thirumalai



எப்போது என்றே தெரியாமல் நடந்து
நடந்து அசதியாகிப்போய்
உறங்கிவிட்டான் எழிலன்.

உறங்கி எழுந்து தட்டு தடுமாறி
கண்விழித்துப் பார்க்க அது
முடியாமல் அவன் கண்களில் பாரம்
அழுத்தின.

மங்கிய ஒளியில் கண்விழித்து
கடிகாரத்தைப் பார்த்தான். அது 10.00
என்று காட்ட
மெல்ல எழுந்து நன்றாக விழி
உயர்த்தி பார்க்க அவன் மட்டும்
தனியாக இருந்தான் அந்த பெரிய
அறையில்.

அவன் தரம்பத்தினியை
காணவில்லை. ஆனால் அதை பற்றி
அவன் கவலையும் படவில்லை.

ஒருவழியாக தன் காலைக் கடன்களை
முடித்துவிட்டு அவன் வெளியே வர
அவனை நுரை பொங்கும் காபியுடன்
வரவேற்றார் தங்கம்மா பாட்டி.
எழிலன் முகத்தில் கேள்விக்குறியுடன்
அவரைப் பார்க்க அவர் தன் தாம்பூலக்
கரையேறிய பற்களுடன் சிரித்தார்.

தங்கம்மா பாட்டி பல வருடங்களாக
அந்த வீட்டில் வேலை செய்பவர்.
சிவகுருநாதர் தனிமை விரும்பி
என்பதால் அவர் பாதி நாள் தன்
பண்ணை வீட்டிலயே தங்கிவிட அந்த
வீடே அவர் கட்டுப்பாட்டிற்கு கீழ்
தான் வேலை செய்கிறது என்றே
கூறலாம். ஆனால் அந்த வீட்டை தன்
உயிரினும் மேலாக மதிக்கும்
விசுவாசி.

அவரிடமிருந்து ஒரு விஷயத்தையும்
வாங்கிவிட முடியாது. அதே சமயம்
அவரிடமிருந்து ஒருவரும்
தப்பிக்கவும் முடியாது.

காபியை வாங்க மறுத்தப்படி, "எனக்கு
இதெல்லாம் வேண்டாம் பாட்டி"
என்று கூற அவரும் ஏதோ
புரிந்தாற்போல் முகத்துடன்,

"என்ன பேரா... பழக்கமில்லையா?
இல்லை இந்த வீட்டுல
பழக்கமாக்கிக்கப் பிடிக்கலையா?"
என்று கூர்மையான பார்வையுடன்
கேட்க,

அவரின் சமயோஜிதத்தைக்
கண்டுகொண்ட அவன் முகத்தில்
மெல்லிய புன்னகை கோடுகள்
அதிசயமாய் தோன்றின. அதை
மறைத்தப்படி,

"அதெல்லாம் இல்லை பாட்டி...
பழக்கமில்லை அவ்ளோதான்..."
என்று நிர்ந்தாட்சியமாக மறுத்தவனை
வியப்புடன் பார்த்தாள் தங்கம்மா
பாட்டி.

"ம்ஹும்... என்னவோ நீ சொல்லுத...
நானும் நம்புறேன்... ஆமா பேரா...
முழிச்ச இவ்ளோ நேரமாச்சு...
பொண்டாட்டியை காணாமேன்னு நீ
கேட்ப... கேட்பன்னு நானும்
பார்த்துக்கிட்டு இருந்தேன்" என்று
கேள்வியுடன் பார்க்க,

அப்போதுதான் அவள் இந்த வீட்டில்
இல்லையென்றே உணர்ந்தான்
எழிலன் (போச்சுடா...!!).



எழிலன் திக்கி வேண்டா
வெறுப்பாக... "இல்லை... அது வந்து...
அவ எங்கே...?" என்று கேட்க,

தங்கம்மா பாட்டி வாய் விட்டு சிரிக்க
ஆரம்பித்தார்.

எழிலன் பொறுமையிழந்து, "பாட்டி
இப்போ எதுக்கு சிரிக்கிறீங்க?" என்று
கேட்க,

பாட்டி தன் சிரிப்பை அடக்கியபடி,
"ஊரில் பொண்டாட்டி எங்க
போயிருக்காணு வேலைக்காரிக்
கிட்ட கேட்ட முதல் புருஷன் நீதான்...
ஏதோ சரியில்லையே... சரி... சரி அதை
விடு... அவ காலங்கார்த்தாலே
எந்திரிச்ச ஆபிசுக்கு போயிட்டா
பேரா... அவ எப்பவுமே இப்படித்தான்
வேலை... வேலை... வேலை தான்
அவளுக்கு எல்லாம்.

நீதான் அவளை கொஞ்ச கொஞ்சமா
மாத்தணும் பேரா... சரி உனக்கு என்ன
டிபன் வேணும்... சொல்லு... அவ
எப்படியும் சாப்பிட வரமாட்டாள்.
உனக்கு பிடிச்சதை கேட்டு சமைக்கச்
சொன்னா... சொல்லு பேரா" என்று
வாஞ்சையாய் அவன் கேசத்தைக்
கோத எழிலனுக்கோ ஏதோ எரிச்சலாக
வந்தது.

"ஆமா அவ பெரிய மகாராணி... அவ
ஆபிசுக்கு போவா... நான் மட்டும்
வெட்டி ஆபிசரா உட்கார்ந்து
கிடக்கணுமா? இனிமே நான்
யாருன்னு பாருடி..." என்று
மனதுக்குள் கருவியவன் பாட்டியிடம்,
"அதெல்லாம் வேண்டாம் பாட்டி...
எனக்கு வெளியே வேலை இருக்கு"
என்று கூறிவிட்டு தன் அறைக்குச்
சென்று குளித்துவிட்டு வீட்டை விட்டு
வெளியேறினான்.

அவனையே பார்த்துக்கொண்டிருந்த
தங்கம்மா பாட்டி பூஜை அறைக்குச்
சென்று அங்கு சிரித்துக்கொண்டிருந்த
முருகனை கண்கலங்கியபடி

கையெடுத்துக் கும்பிட்டு, "என்
பேத்தியை இதுக்கு மேலையும்
சோதிக்காதே முருகா... அவளுக்கு
நல்ல வழி காட்டு" என்று நெக்குருகி
வேண்டினார்.

ஆனால் அவர் வேண்டுகல்கு
நேர்மாறாக அன்றிலிருந்து எழிலனின்
குணம் முற்றிலுமாக மாறிப்போனது.

முதல் வேலையாக சிவகுருநாதர்
கம்பெனியில் பார்த்துக்கொண்டிருந்த
வேலையை விட்டான்.

அவனிடம் வருத்தத்துடன் பேச வந்த
ஷாலினியின் முகத்தில்
அறைந்தாற்போல், "இதை பாரு
ஷாலினி... நான் என்ன பண்ணேன்...
ஏது பண்ணேன்னு உங்கிட்ட
சொல்லவேண்டிய அவசியம்
இல்லை. என்னை மறந்திரு...
அதுதான் உனக்கு நல்லது" என்று
கடினமாக குரலில் கூற,

"முடியலை எழில்... என்னால
முடியலை... என்னை எவ்ளோ
அசிங்கமா கூட நினைச்சுக்கோங்க...
ஆனா என்னால் உங்களை இப்பவும்,
நீங்க இன்னொருத்தங்களுக்கு
சொந்தமான பின்பு கூட
மறக்கமுடியலை. செத்துடலாம்
போல இருக்கு எழில். எழில் எப்படி
நீங்க இப்படி மாறினீங்க...? சிரிக்கறது,
சிரிக்க வைக்கிறது தவிர வேற எதுவும்
தெரியாதே உங்களுக்கு... இப்போ
அந்த சிரிப்பு எங்கே எழில்...?
மாறிடுங்க எழில்... பயமாயிருக்கு..."
என்று கதற,

எழிலன் ஒரு
வெற்றுப்புன்னகையுடன், "அவன்
செத்துட்டான் ஷாலினி... அவன்
செத்துட்டான்... இப்போ என்னை
போகவிடு" என்று கத்திவிட்டு
நிரந்தரமாக அந்தக் கட்டிடத்தை
விட்டு வெளியேறினான். அவன்
வெளியேறியதை ஷாலினி
மட்டுமன்றி சிவகுருநாதரும்



கேள்வியுடன்
பார்த்துக்கொண்டிருந்தார்.

அடுத்த கட்டமாக விஜய்யும்
அவனுமாக சேர்ந்து ஒரு தொழில்
ஆரம்பிக்க அனைத்து
முயற்சிகளையும் எடுத்தனர்.

இது திடீரென்று எடுத்த முயற்சி
இல்லை. வேலையில்
இருக்கும்போதே தேவையான
இடங்களில் எல்லாம் உதவிக்கு
ஏற்பாடு செய்து வைத்திருந்தான்.

முதலில் சிறிய அறை ஒன்றை
வாடகைக்கு எடுத்து அதில் தான்
அவர்கள் வேலையைத் துவங்கி
இருந்தனர். ஏற்கனவே இருந்த
அலுவலகத்தில் நிறைய பேரை
சந்தித்துப் பழக்கப்படுத்தியிருந்ததால்
அது சுலபமாகவே இருந்தது. அதிலும்
அதிசயமாக கிட்டத்தட்ட
ஆறுமாதமாக இழுத்தடிக்கப்பட்டுக்
கொண்டிருந்த வங்கிக் கடனும்
வந்துவிட, தன் மனம் முழுவதையும்
அதில் ஐக்கியப்படுத்தினான். ஆனால்
அவன் குடும்பத்திலோ குழப்பங்கள்
இரட்டிக்கப்பட்டன. அதன் முதல்
கட்டமாக
இப்பொழுதெல்லாம்
மைத்ரேயியிடம் பேசாமல் இருந்த
நிலை மாறி, சிறு விஷயத்திற்கும்
அவளை வம்பிழுத்து சண்டை போட
ஆரம்பித்தான்.

"நீயே இந்த கல்யாணம்
தேவையில்லை என்று கதறி ஓடும்
வரை நான் பின்வாங்கமாட்டேன்"
என்று கருவிக்கொண்டு அவளை
வாட்ட ஆரம்பித்தான்.

அன்று இரவு வழக்கம்போல் அவன்
தாமதமாக அர்த்த ஜாமநேரத்தில்
வீட்டிற்கு வர, அவன் வரும்வரை
காத்துக்கொண்டிருந்த மைத்தி தான்
படித்துக்கொண்டிருந்த
புத்தகத்திலிருந்து தலையுயர்த்தி,
"சாப்பிட்டீங்களா?" என்று கேட்க,

அவள் கேள்வியை எரிச்சலுடன்
பார்த்தான் எழிலன்.

அவன் பார்வையை உணர்ந்து, "ஏன்
இவ்வளவு வெறுப்பு? நான் என்ன
கேட்டுட்டேன்?" என்று நக்கலாகக்
கேட்க,

எழிலன், "நான் இந்த வீட்டுல
என்னைக்கு சாப்பிட்டுருக்கேன்?"
என்று கத்த

மைத்தி தலை சாய்த்து அதே கிண்டல்
தொனியில், "நான்
சாப்பிட்டீங்களா தானே
கேட்டேன்... வீட்ல
சாப்பிட்டீங்களா தானே கேட்கலையே"
என்று கூற,

எழிலன் பொறுமையிழந்து, "என்ன
நக்கலா...? பணக்காரிங்கிற திமிரு
உன்னை இப்படியெல்லாம்
பேசவைக்குது" என்று கூற,

மைத்தி, "அப்படித்தான்
வைச்சிக்கோங்க... அதென்ன தப்பா?
நான் பணக்காரி தானே?" என்று
அதிராத குரலில் கூற, அவள் பதிலில்
எழிலன் அதிர்ந்தாலும் வெளியே
காட்டிக்கொள்ளாமல். "அதாண்டி...
இந்தத் திமிரு தானே என்னை என்
குடும்பத்துக்கிட்ட இருந்து பிரிச்சது...?
எல்லாத்துக்கும் விலை கொடுத்து
வாங்கற கர்வம்" என்று கத்த மைத்தி
தாழ்ந்த குரலில், "இதைப் பாருங்க...
நான் உங்களை பிரிக்கலை... உங்க
ஈகோ தான் பிரிச்சது... பிரிச்ச
வைச்சிருக்கு... உங்கம்மா எவ்வளவு
வாட்டி வீட்டுக்கு வந்தாங்க... ஒரு
வாட்டி முகம் கொடுத்து
பேசினீங்களா? என்னைத் தப்பு
சொன்னா என்ன அர்த்தம்?" என்று
கேட்க,

எழிலன் பேசாமல் முகத்தைத்
திருப்பிக்கொள்ள,

மைத்தி, "என்ன... பேசமுடியலை



இல்லை... நமக்கு கல்யாணம் ஆகி ஒரு மாசமாச்சு... இது வரைக்கும் உங்களை ஏதாவது நான் தொந்தரவு பண்ணிருக்கேனா? நீங்க எங்கூட பேசமாட்டீங்க, இந்த வீட்ல சாப்பிடமாட்டீங்க, என் பணத்துல வாழமாட்டீங்க, சரி... ஆனா வெளியே நடிக்கவாவது செய்யலாம் இல்லை... இந்த கல்யாணம் உங்களுக்கு மட்டும்தான் அதிர்ச்சியா? எனக்கு இல்லையா? நான் ஏற்கனவே ரொம்ப நொந்துப்போயிருக்கேன்... என்னை மறுபடியும் நோகடிக்காதீங்க ப்ளீஸ்..." என்று கூறியவள் அவன் அருகே சென்று, "உங்களுக்கு என்னதான் பிரச்சினை? எங்கிட்ட சொல்லுங்க... என்னால முடிஞ்சதை செய்யறேன்" என்று மெல்லிய குரலில் கூற,

எழிலன், "பரவாயில்லை... ஒரு பிரச்சினையை நல்லாவே சமாளிக்கிற... முதல் கல்யாணத்துல ரொம்ப அனுபவமோ...? ஆனால எனக்கு அவ்ளோ பக்குவம் கிடையாதுமா. முதல் கல்யாணம் பாரு" என்று நக்கலாகக் கூற மைத்தியின் முகத்திலோ எதிர்பாராத விதமாக புன்னகை தவழ்ந்தது.

எழிலோ மனதுக்குள், "என்னடா இவ கத்தி ஆர்ப்பாட்டம் பண்ணுவானு பார்த்தா சிரிக்கிறா?" என்று குழம்ப,

மைத்ரேயி, "இப்போ எதுக்கு இதைச் சொன்னீங்க... நான் கஷ்டப்படணுமா? சரி நான் கஷ்டப்பட்டுட்டேன்... நீங்க ஜெயிச்சிட்டீங்க... எனக்கு தூக்கம் வருது... பை!" என்று சடசடவென்று கூறிவிட்டு படுக்கைக்குச் சென்றவளைக் கண்டு தலையில் அடித்துக்கொண்டான் எழிலன்.

"நல்லா தான் இருக்கா... அப்பப்போ இப்படி ஆகிடுறாளே.. என்ன பிரச்சினையோ ஆண்டவா..." என்று கூறிவிட்டு தனக்கென்று இருக்கும் தனி படுக்கையில் சென்று

விழுந்தான். கண்முன் கவிழ்ந்த இருட்டுப்போல் வாழ்க்கையும் கவிழப்போவது போல் இருந்தது அவனுக்கு.

இப்படியாகப் போய்க்கொண்டிருந்த அவர்கள் வாழ்க்கையில்...

ஒருநாள் மைத்ரேயி ஹாலில் அமர்ந்து லாப்டாப்பில் மூழ்கி இருக்க, அங்கே, "பாட்டி பாட்டி" என்று வீடே அதிரும்படி கத்திக்கொண்டு வந்தான் நம் கதாநாயகன்.

அவன் குரலைக் கேட்டு தங்கம்மா பாட்டி, "என்ன பேரா?" என்று இந்த வயதிலும் குதித்து ஓடிவர, மைத்தி பொங்கி வந்த சிரிப்பை அடக்கியபடி நடப்பதை கவனித்தாள்.

எழிலன் தன்னை கண்டு கொள்ளாமல் இருக்கும் மைத்ரேயியை கவனித்தப்படி, "பாட்டி... எனக்கு பிசினஸ் இப்போதான் கொஞ்சம் சூடுபிடிக்க ஆரம்பிச்சிருக்கு... என் முதல் ஆர்டர் இன்னைக்கு தான் கிடைச்சது. நான் இங்கே தங்கற செலவு, என் சாப்பாட்டு செலவுக்கு, இந்தாங்க இந்த 25,000 வைச்சிக்கோங்க. இனிமே மாசாமாசம் பணம் தந்துட்டு தான் இந்த வீட்ல தங்குவேன். கவலைப்படாதீங்க கணக்கு கேட்கமாட்டேன்... இந்தாங்க வாங்கிக்கோங்க பாட்டி".

தங்கம்மா பாட்டிக்கு தர்மசங்கடமும், எழிலனின் மேல் கண்மண் தெரியாமல் கோபமும் வந்தது.

"பேரா... என்ன இது...? தப்பு பேரா... அநியாயம் பண்ண..." என்று மைத்தியை பார்த்தபடி மெல்லிய குரலில் கெஞ்ச,

எழிலனோ, "பாட்டி... நீங்க யாருக்கும் பயப்படவேண்டாம்... இதை வாங்கிக்கங்க... இதை நீங்க



வாங்கினாத்தான் நான் இந்த வீட்டில் தங்குவேன்... மம்" என்று அழுத்தம் திருத்தமாகக் கூற பாட்டியோ தயங்கி தயங்கி மறுக்க,

"வாங்கிக்கோ பாட்டி... சார்தான் தராறே... ஏன் வேண்டாங்கிற...? வாங்கு பாட்டி" என்று கூற,

பாட்டி, "சும்மா இரு பாப்பா... எல்லாத்திலயும் விளையாடாதே... அவர்கிட்ட வேண்டாம்னு சொல்லு" என்று அதட்ட,

"ஏன் சொல்லணும்... அவர்தான் நியாயமா பேசுறாரே... எதுக்கு வீணா விவாதம் பண்ணிக்கிட்டு... வாங்கிக்கோ பாட்டி..." என்று புன்னகையுடன் கூற,

எழிலனுக்கோ அவள் பேச்சை ஆச்சரியத்தைத் தந்தாலும் பேசாமல் இருந்தான்.

பாட்டியோ அவள் குரலில் எதையோ கண்டுக்கொண்டார். பின்னே... அவளைத் தாயாய் இருந்து வளர்த்தவராயிற்றே! அதனால், "சரி பேரா... கொடு" என்று வாங்கிக்கொள்ள, அவனோ அசட்டையாகத் தந்துவிட்டு மாடிக்குச் சென்றான்.

பாட்டி, "உனக்கென்ன கிறுக்கா...? அவங்கிட்ட போய் பணம் வாங்குற... அவன் உனக்கு யாருன்னு மறந்துப்போச்சா?" என்று கடிந்துக்கொள்ள,

மைத்தி சிரித்தப்படி தான் பணம் வாங்கிய காரணத்தைக் கூற ஆரம்பித்தாள்.

அவள் கூறக் கூற, பாட்டியின் முகத்தில் இருள் விலகி வெளிச்சம் பரவ, "என் கண்ணு... நான் வளர்த்த வளர்ப்பு வீண்போகாதுன்னு காமிச்சிட்டே... நான் போய் பணத்தை

சாமிக்கிட்டே வச்ச எடுத்துக்கிட்டு வரேன்..." என்று செல்ல, அவர் செல்வதையே மகிழ்வுடன் பார்த்துக்கொண்டிருந்த மைத்தி தன் கண்களில் பூத்த நீர்க்கோலங்களை யாரும் அறியாமல் மறைத்துக்கொண்டாள்.

பின் எழுந்து மேலே செல்ல, அங்கே அறையின் வாசலில் அவளை நமட்டுச் சிரிப்புடன் வரவேற்றான் அவள் கணவன்.

"பரவாயில்லையே பணத்தை கொடுத்த உடனே வாங்கிட்டே... என்ன... தி கிரேட் கொடுமுடி சோழன் வம்சத்துக்கே பணக்கஷ்டம் வந்திருச்சோ?" என்று நக்கலாகக் கேட்க, மைத்ரேயியோ சற்றும் தளராமல், "ஆமா எனக்கு புருஷனா இருந்தா பணம் வாங்க மறுக்கிறதுல ஒரு அர்த்தம் இருக்கு. நீங்களே மூணாவது மனுஷன் மாதிரி நினைச்ச நேரம் வர்றீங்க... போறீங்க... அப்புறம் வாங்கறதுல என்ன தப்பு?" என்று கேட்க,

எழிலனோ எரிச்சலுடன், "அப்போ உன் முதல் புருஷன் கிட்டயும் இப்படித்தான் பணம் வாங்கினியா?" என்று கேட்க,

மைத்தியோ யோசிப்பது போல் புருவத்தைச் சுருக்கி, "இல்லையே... அவர் உங்களை மாதிரியெல்லாம் சீன் போடமாட்டாரு... உரிமையோட தான் இந்த வீட்டில் இருந்தாரு... ஹி ஈஸ் வெரி நைஸ் பெர்சன் யு நோ...?" என்று கிறக்கக் குரலில் கூற,

எழில், "ஏஏஏய்ய்..." என்று கத்தியபடி அவள் கழுத்தைப் பிடித்தாள். மைத்ரேயியோ சற்றும் அசராமல் அவனையே பார்க்க, என்ன நினைத்தானோ, "சே" என்று அவளை விட்டுவிட்டு வெளியேறினாள்.

மைத்ரேயியோ உள்ளே சென்று தன்



அறைக்கதவை அறைந்து சாற்றினாள்.

இவர்கள் இரண்டு பேர் வாழ்க்கையும்
என்னதான் ஆகும் என்று கீழே நின்ற
தங்கம்மா பாட்டி தலையில்
கைவைத்துக்கொண்டாள்.

@@@@@

விஜய்யின் வீட்டில் குட்டிப்போட்ட
பூனை போல அங்கும் இங்கும்
நடந்துக்கொண்டிருந்தான் எழிலன்.

"எங்கிட்ட என் மூஞ்சியை நேரா
பார்த்து சொல்றாடா... அவ முதல்
புருஷன் தான் நல்லவனாம்... நான் சீன்
போடுறேனாம். எவ்ளோ... அவளுக்கு
எவ்ளோ தைரியம் இருக்கும்.
அப்படியே கழுத்தைப் பிடிச்சு
நெறிக்கப்போயிட்டேன். அவ நல்ல
நேரம்... ஏதோ நினைச்சு விட்டுட்டேன்.
இல்ல இன்னைக்கு அவளுக்கு நினைவு
நாளா போயிருக்கும்" என்று
கத்தியவனை கண்கொட்டாமல்
பார்த்துக்கொண்டிருந்தான் விஜய்.

எழில் நிற்காமல் மீண்டும், "அவ முதல்
புருஷன் தான் உசத்தி... அப்ப ஏன்
மச்சான் என்னை கல்யாணம்
பண்ணிக்கிட்டா? நான் என்ன பார்த்தா
லாசு மாதிரி தெரியிறேனா?" என்று
கேட்க, "ஆம்" என்று தலையாட்ட வந்த
விஜய் சட்டென்று
சுதாரித்துக்கொண்டான்.

ஆனாலும் அதைக்
கண்டுக்கொள்ளாமல், "ஒரு இம்மி
அளவு கூட என்னை மதிக்கிறதில்லை
மச்சான்... எது சொன்னாலும் ஒரு
நக்கல் சிரிப்பு. இரண்டு வார்த்தையில்
பதில்... ஆனா அதுவும் சும்மா
சாட்டையடி மாதிரி இருக்கும்.
ஒருநாள்... ஒருநாள் எங்கிட்ட
அனுசரணையா பேசினதில்லை.
எப்போ பார்த்தாலும் ஆபிஸ், ஆபிஸ்...
அங்கே அப்படி என்னதான்
வைச்சிருக்காளோ...? அவ பி.ஏ. ஒருத்தி
இருக்காளே ஜீவா... அவ இவளுக்கும்
ஒரு படி மேல.

சரி மச்சான் இது எல்லாத்தையும் கூட
நான் மன்னிச்சிருவேன். ஆனால்
இன்னைக்கு அவ பேசினதை என்னால்
மன்னிக்கவே முடியாது. அவளை நான்
ஒருவழி பண்ணாம
ஓயப்போறதில்லை" என்று கத்தியவன்
ஓன்றும் பேசாமல் அமைதியாக
அமர்ந்திருக்கும் தன் நண்பனிடம்,
"என்னடா... வந்ததில் இருந்து நானே
பேசிக்கிட்டு இருக்கேன்... நீ
ஓண்ணுமே பேசமாட்டேங்கற...?
சொல்லுடா... ஏதாவது சொல்லு" என்று
கத்த... சிரிப்பை அடக்கியபடி,
மெதுவாக எழுந்து அவனிடம் வந்த
விஜய் அவன் கைகளைப் பற்றிக்
குலுக்கி,

"கங்கிராட்டஸ்டா மச்சான்...
இப்போதான் நீ ஒரு முழுமையான
குடும்பஸ்தனா மாறி இருக்கே. உன்
பேச்சில இருந்தே தெரியுது" என்று கூற,

"என்னடா சொன்னே... துரோகி...
உன்னை கொல்லாமல் விடமாட்டேன்"
என்று துரத்த, அவனிடம்
அகப்படாமல் தப்பிக்க ஓடினான்
விஜய்.

ஆனால் அவன் கூறியதில் இருந்த
உண்மையை எழில் உணர்வானா?

அதே நேரம் தன் அலுவலகத்திற்கு
வந்த ஒருவரை கன்னம் பழுக்க
அறைந்திருந்தாள் மைத்ரேயி.

அவன், "அம்மா..." என்று அலறிய
சத்தம் கேட்டு ஜீவா உள்ளே நுழைய,

அங்கே அடிவாங்கிய கன்னத்தைத்
தாங்கிப்பிடித்தவாறு அதிர்வுடன்
நின்றிருந்தவனைக் கண்டு அதிர்ந்தாள்.

காரணம் அங்கே நின்றிருந்தது
தரணிவேலன்... மைத்ரேயியின் முதல்
கணவன்.

(இன்னும் அறிவோம்...)



MY

ANGADI

com

**Traditional Tanjore
Paintings Collection**



**Call us @
83441-43220**

**Free shipping
across India.**

**International Shipping
also Available.**

**Traditional Paintings
@ www.MyAngadi.com**

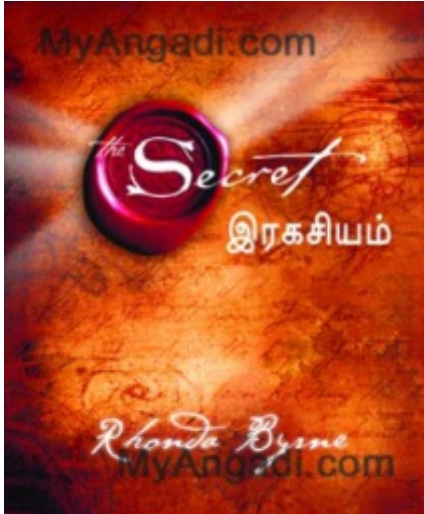
Buy Now ▶▶



August Month Contest Winners

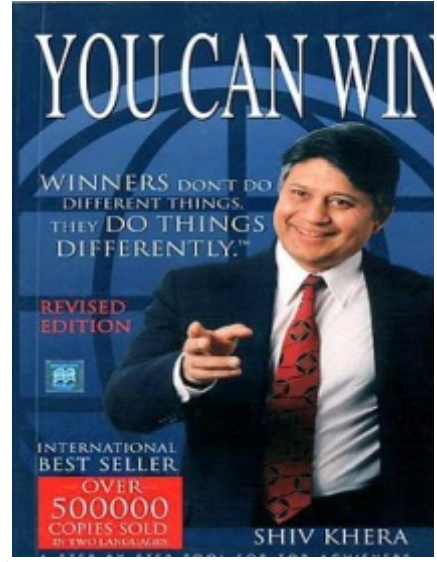
1. Penmai Special Contest:

Independence Day Contest - Subhashree
Murali



3. Penmai's Super Star:

Best Neeya Naana Participant - Lashmi



2. Neeya Naana Winner - Lashmi



September Month Contest

Penmai's Special Contest:

Navarathri Golu Contest

Neeya Naana - September Month:

சினிமாவால் கலாச்சார சீர்கேடு
உண்டாகி உள்ளதா இல்லையா?

Penmai's Super Star of the Month:

Penmai Panel will select the best player of Penmai every month, it may be like, Best Motivator, Best Poet, Best writer, Best Creator, Best Adviser etc. You can play any role like this, the thing you have to do is to give your best.

For Advertisements Please Contact

support@penmai.com or
call us at **8344 143 220**

**Submit your works
or questions to**

Penmai.com

**Write us
your feedback to**

admin@penmai.com

**For advertisement
please contact**

8344 143 220