



# பெண்மை.கரம் மின் இதழ் புதுமையைத் தேடி...

திருமணம்  
பற்றி பேசலாமா?



கார்த்திகை  
திருநாள்



மனைவி  
என்பவள்

பண்டிகை  
பலகாரங்கள்



Penmai  
Celebrity  
Talkshow





மலர் 3  
இதழ் 2

**அன்பு பெண்மைத் தோழமைகளுக்கு வணக்கம்,**

நாம் கொண்டாடும் பல தினங்களில் மிக முக்கியமான மற்றும் சிறப்பு வாய்ந்த தினம் குழந்தைகள் தினம். நம் நாட்டில் பெண்களையும் குழந்தைகளையும் எந்த அளவிற்கு மதிக்கிறோமோ, நேசிக்கிறோமோ அதே அளவு நேரடியாகவோ மறைமுகமாகவோ வெறுக்கவும், துன்புறுத்தவும் படுகின்றனர்.

கணிசமான சதவிகிதக் குழந்தைகள் ஊட்டசத்துக் குறைபாட்டால் பாதிக்கப் படுகின்றனர். பல குழந்தைகள், குழந்தைத் தொழிலாளர்களாக பணிபுரிகின்றனர். இதைவிடக் கொடுமை பள்ளிக் குழந்தைகள் மட்டுமில்லாமல், தவறும் குழந்தைகள் கூட பாலியல் துன்புறுத்தல்களுக்கு ஆளாகின்றனர். ஆண் குழந்தைகளும் விதிவிலக்கல்ல. பெண்கள் பாராளுமன்றம் இதே மண்ணில் தான், பெண் சிசுக்கள் மண்ணில் புதைக்கப்படுகின்றனர்.

ஒவ்வொரு குழந்தைகள் தினமும் மிட்டாய் வழங்கி மட்டுமே முடியக்கூடிய தினமல்ல. பலருக்கு எட்டாக் கனியாக இருக்கும் அடிப்படைக் கல்வி, ஒரு வேளை உணவு, உடலை மறைக்க உடை, குடிசையிலாவது தங்கும் இடம் போன்ற அத்தியாவசிய உரிமைகள் வழங்கும் தினமும் கூட. எதிர்கால உலகை ஆளப்போகும் இந்த மொட்டுக்களை மகிழ்விப்பதற்காக மட்டும் இந்தக் குழந்தைகள் தினம் கொண்டாடப்படாமல் அவர்கள் படும் இன்னல்களை களைவதற்கான தினமாகவும் இனி வரும் குழந்தைகள் தினம் கொண்டாடப்பட வேண்டும்.

குழந்தைகளுக்கு இழைக்கப்படும் ஒவ்வொரு அநீதியும் நம் எதிர்கால நாட்டிற்கு இழைக்கப்படும் அநீதியே! குழந்தைகள் தங்களின் குழந்தைப் பருவத்தை அதற்குரிய மகிழ்ச்சியோடும், உரிமையோடும் அனுபவித்து வளரட்டும்.

**- உங்கள் தோழி இளவரசி**





- 06 குழந்தைகளிடம் திருமணம் பற்றி பேசலாமா?
- 09 கர்ப்பிணிகள் தெரிந்து கொள்ள வேண்டிய விஷயங்கள்!
- 13 மஞ்சளின் உடல்நலப் பயன்கள்
- 37 உடம்பில் அழபட்டால் உடனடி சிகிச்சைகள்
- 39 தேடலும் திணிப்பும்
- 50 நெஞ்சுக்குள்ளே இன்னாரென்று...
- 05 *Right month to start formula milk for kid?*
- 10 *How to make Eyebrows Thicker?*
- 10 *3 in 1 Home Made Hair Oil*
- 11 *Attractive Cotton Chudithar*
- 29 *Penmai's Kitchen Queen*
- 35 *Celebrity Talkshow*

### 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.



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

com



**BUY NOW**

Free shipping across India

International Shipping  
also Available

Call us @  
**83441 43220**

**TRADITIONAL TANJORE  
PAINTINGS COLLECTION**



## MOMS VS KIDS



### What is the right month to start formula milk for kid?

**...SBS @ Sankavi**

- It's the best to continue one and only mother's milk for 1st 6 months of baby's life, if at all milk is sufficient.
- (Milk is said to be sufficient, if child passes urine 6-8 times a day and sleeps 2-3 hrs. after a feed).
- Supplementary foods have to be given only after 6 months that too iron rich food like ragi preferred.
- Mother's milk can be continued till 2 yrs maximum. Please don't prefer formula feeds and bottle feeds as it has many disadvantages.
- If mother's milk is not sufficient, then give formula feeds as per doctor's advice and that too not in bottles.
- give your milk to the child. You can very well give upto 2 years.
- Till 6 months, only the mother's milk is enough for the child. It will give all the necessary nutrients for the child.
- No other milk can be compared to this.
- In case you need to join the office, if you are working, you can pump your milk in a container and keep it in the refrigerator, so that, the person who takes care of the baby, can feed that milk.
- If only in extreme cases, that you are not able to feed the baby, then you can go for the formula milk. You can also give the plain cow's milk (boiled).

**...Jv\_66 @ Jayanthi**

#### What is the necessary to give the formula milk?

- Even if you are not having enough milk to feed him, you can consult your doctor for more secretion and many foods will help in milk secretion.
- At least till one year, you ought to





# குழந்தைகளிடம் திருமணம் பற்றி பேசலாமா?



...JV\_66@Jayanthy

குழந்தைகளுக்கு 10 வயது இருக்கும்போதிலிருந்து பேச்சுவாக்கில் சொல்வது போல, உறவுகளில் திருமணம் செய்வது மருத்துவப்பார்வையில் நல்லது அல்ல என்பதை வலியுறுத்த வேண்டும்.

அவர்களுக்கு மாமா அல்லது அத்தை மகன்/மகள் இருந்து, பருவ வயதில் அவர்கள் மீது காதல் வயப்பட வாய்ப்பு உள்ளது.

வாய்ப்பு உள்ளது.

இதனைத் தவிர்க்க, பத்து வயதிலிருந்து அவ்வப்போது (அடிக்கடி அல்ல, 6 மாதம் அல்லது வருடத்துக்கு ஒரு முறை) டிவியில் வரும் சினிமா அல்லது சீரியல் நிகழ்ச்சிகளில், இது போன்ற கதைகள் வரும் போது எடுத்துச் சொன்னால், மனதில் நன்றாகப் பதிந்து விடும். கதைகளில் வருவது நிஜம் அல்ல என்பதையும் சொல்லவும்.

சில வீடுகளில் பெரியவர்களுக்கு, இதை மறுக்கத் தோன்றாது. சில வீடுகளில் என்னதான் மருத்துவ விஷயங்களை எடுத்துச் சொன்னாலும், சிறியவர்கள் மனம் நோக

நிஜத்தில் இப்படித் திருமணம் செய்பவர்களின் சந்ததியினர் பாதிப்பு அடையக் கூடும் என்றும், ஏதோ சில குடும்பங்களில் மட்டுமே இப்படி நிகழாமல் இருக்கலாம், அதற்காக ரிஸ்க் எடுக்கக் கூடாது என்றும், இன்னும் கொஞ்சம் பெரியவர்கள் ஆன பிறகு சொல்லவும்.



# A Parenting Checklist

 Rameshshan @ Ramesh Shanmugam

Article published by WHO

**Encouraging children to play and explore helps them learn and develop socially, emotionally, physically and intellectually. This helps children get ready for school.**

Children play because it is fun. Play is also key to their learning and development. Playing, both structured and unstructured, lays the foundation for a child's development of future

learning and life skills. It helps children:

- Develop their knowledge, experience, curiosity and confidence;
- Learn by trying things, comparing results, asking questions and meeting challenges;
- Develop the skills of language, thinking, planning, organizing and decision-making.







Stimulation, play and being included in play with other children and adults are very important for children with disabilities or chronic illnesses, such as children with HIV.

When parents and other caregivers talk and interact with children in their first language, it helps children develop the ability to think and express themselves. Children learn language quickly and easily through hearing and singing songs, having stories told or read to them, repeating rhymes and playing games.

Girls and boys need the same opportunities for play and interaction with all family members, including siblings and grandparents, and in activities outside the home. Play and interaction with the mother and the father help strengthen the bond between the child and both parents.

Family members and other caregivers can help children learn by giving them simple tasks with clear instructions, providing objects to play with and suggesting new activities. They should not dominate the child's play.

All children need a variety of simple

play materials that are suitable for the stage of development and learning. Water, sand, cardboard boxes, wooden building blocks, and pots and lids are just as good for facilitating a child's play and learning as toys bought from a shop.

Parents and caregivers need to be patient when a very young child insists on trying to do something without help. Children learn by trying until they succeed. As long as the child is protected from danger, struggling to do something new and difficult is a positive step in the child's development.

Children are constantly changing and developing new abilities. Caregivers should notice these changes and follow the child's lead. Responding to and encouraging children help them develop more quickly.

As young children grow older they need opportunities to learn and socialize with other children of their age. Group learning activities, run by a trained caregiver or teacher at home or in a nursery school or kindergarten, are important in helping children get ready for school.







## எடை:

கர்ப்பக் காலத்தில் கர்ப்பிணிகள் எடை 12 கிலோ வரை கூடலாம். இதில் கரு, பனிக்குடம், அதில் உள்ள திரவம் ஆகியவற்றின் எடை 4.4 கிலோ, கருப்பையும், மார்பகமும் 1.1 கிலோ, ரத்த அதிகரிப்பு 1 கிலோ, கொழுப்பு சேர்வது 2 கிலோ, நீர் தேங்குவது 4 கிலோவும் ஆகும்.

## உணவு முறை:

புழுங்கல் அரிசியில் வைட்டமின் பி சத்து அதிகம் உள்ளது. ஆனால் பாலிஷ் செய்யப்பட்ட புழுங்கல் அரிசியில் இருந்து இச்சத்து பிரிக்கப்படுவதால் சத்து கிடைக்காது. வைட்டமின் பி சத்து நீரில் கரையும் தன்மை உள்ளது. வேகவைத்து கஞ்சியை வடித்துவிடும் போது அதில் சென்று அச்சத்து வீணாகிறது. அதனால் கஞ்சித் தண்ணீர் குடிப்பது நல்லது.

விலங்கு உணவுகளில் இருந்து மட்டுமே வைட்டமின் பி12 சத்து கிடைக்கிறது. ரத்த அணுக்கள் உண்டாக வைட்டமின் பி12 தேவை. ரத்த சோகை உண்டாவதற்கு இதன் பற்றாக்குறையும் ஒரு காரணம். மீன், முட்டை, பால் இறைச்சி ஆகியவற்றை அதிகமாகச் சாப்பிட்டு இச்சத்தைப் பெறலாம்.

## கர்ப்பிணிகள் தெரிந்து கொள்ள வேண்டிய முக்கியமான விஷயங்கள்!

...Jayakalaiselvi

தினமும் குறைந்த கொழுப்புள்ள பால் 750 மில்லி கிராம் அருந்தினால், அன்றையத் தேவையில் சுமார் 80 விழுக்காடு கால்சியத்தைப் பூர்த்தி செய்யும். பால் சாப்பிடாதவர்கள், சிறிய வகை மீன்கள், பச்சைக் காய்கறிகள், சோயா, ஆரஞ்சு ஆகியவற்றைச் சாப்பிடலாம்.

## கருச்சிதைவு:

ஏழில் ஒரு கரு சிதைகிறது. அவற்றில் பெரும்பாலானவை ஆறு முதல் பத்து வாரங்களில் சிதைந்து போகின்றன. குறிப்பாக, 25 வயதுக்கு உட்பட்ட பெண்களுக்கு கருச்சிதைவு ஏற்படுவதற்கான வாய்ப்புகள் அதிகம். இவர்களுக்குப் பத்தில் ஒரு கரு வீதம் சிதையலாம். முப்பத்தைந்து வயதுக்கு மேலானால் ஐந்தில் ஒரு கரு கலைவதற்கான வாய்ப்புகள் அதிகம்.

கர்ப்பத்தின் போது ஏற்படும் எந்த ரத்தப் போக்கும் கருச்சிதைவின் தொடக்கமாக இருக்கக்கூடும். ரத்தப் போக்கு ஏற்பட்டு அதிகமான ரத்த இழப்பு ஏற்பட்டால், உடனடியாக மருத்துவரிடம் ஆலோசனை பெறுங்கள்.

ஒரு முறை கருச்சிதைவு ஏற்பட்டால், அடுத்தமுறை நலமான மகப்பேறு அடையும் வாய்ப்பு 80 விழுக்காடு இருக்கும். இரண்டு முறை கருச்சிதைவு ஏற்பட்டிருந்தால் 75 விழுக்காடும், மூன்று முறை ஏற்பட்டிருந்தால் 70 விழுக்காடு வாய்ப்பும் இருக்கும்.

## உடற்பயிற்சி:

உடற்பயிற்சி செய்ய விரும்பும் கர்ப்பிணிகள், பிசியோதெரபி நிபுணரின் ஆலோசனை மற்றும் உதவியுடன் பயிற்சிகளை மேற்கொள்வது நல்லது. பயிற்சியின் போது கணவர் உடன் இருந்தால் இன்னும் சிறப்பாக பயிற்சி செய்யலாம்.



## How to make Eyebrows Thicker?

...gkarti @ Karthiga

Wondering how to get thicker eyebrows? Learn how to get thick eyebrows using these natural products.

Applying castor oil on eyebrows really helps in making eyebrows thick. Use castor oil before going to bed and leave it overnight.

### How to make eyebrows thicker naturally?

- Applying Vaseline around eyebrows can moisturize the area and helping in thickening of eyebrows. Use Vaseline twice or thrice a day.
- Apply lukewarm coconut oil on your eyebrows and leave it over night. Coconut oil helps in inducing hair growth.
- Applying almond oil (Via Vitamin E) on your eyebrows daily will add volume to them.
- Massaging olive oil on your brows on a regular basis gives fuller and thicker



## 3 in 1 Home Made Hair Oil

...Sarayu\_frnds @ Sakthi

### தேவையானப் பொருட்கள்:

- கறிவேப்பிலை - 100 கிராம்
- மருதாணி இலை - 50 கிராம்
- வேப்பிலை - 20 கிராம்
- துளசி இலை - 50 கிராம்
- தேங்காய் எண்ணெய் - 1 லிட்டர்

### செய்முறை:

- மேலே கொடுத்துள்ள எல்லா இலைகளையும் நன்குக் கழுவி பின் ஒரு பேப்பர் மீது பரப்பி வைத்து நிழலில் காய வைக்க வேண்டும்.
- இந்த இலைகள் காய 10 நாட்கள் ஆகிவிடும்.
- தொட்டுப் பார்த்தால் சர சரவென்று சத்தம் கேட்கும் பதத்தில் இருக்கும் போது, ஒரு சில்வர் பாத்திரத்தில் தேங்காய் எண்ணெய் விட்டு, காய்ந்த இந்த இலைகளையும் போட்டு 12

நாட்கள் வெயிலில் வைத்து எடுக்க வேண்டும்.

- இயற்கையான சூரிய ஒளியின் சூட்டில் எண்ணெய் சூடேறி இலைகள் எண்ணெயில் நொதித்து விடும்.
- எண்ணெய் பச்சை நிறத்தில் மாறி வாசமாக இருக்கும்.

### பயன்கள்:

- தலைக்கு தினமும் தேய்ப்பதால் உடல் குளிர்ச்சியாக இருக்கும், முடி நன்கு வளரும்.
- வாரம் ஒரு முறை உடம்பு முழுவதும் தேய்த்து அரை மணி நேரம் ஊற வைத்து, பின் பாசிப்பருப்பு மாவு தேய்த்துக் குளித்தால் தோல் மினு மினுக்கும்.
- வேப்பிலை, துளசி சேர்ப்பதால் சளித் தொல்லை இருக்காது, பேன் பொருகு நீங்கும்.



# Attractive Cotton Chudithar

 Mary Daisy



### Things Needed:

1. Paper
2. One strand from the broom stick
3. Adhesive
4. Colors

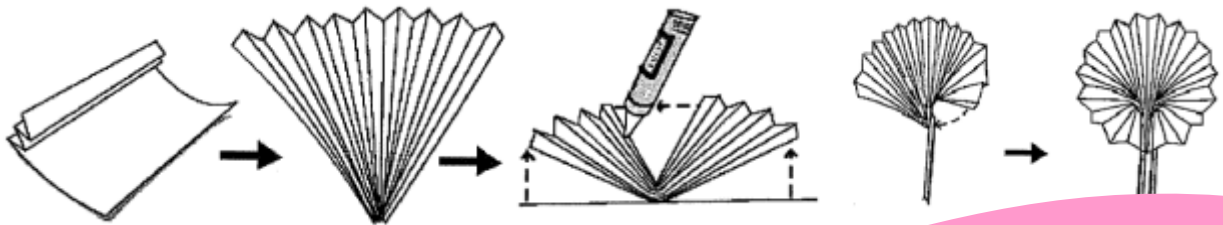
### Method:

**Step 1:** Fan fold the paper as shown in the figure.

**Step 2:** Again fold it from the centre and stick the inner leaves of the paper with each other.

**Step 3:** Break two sticks from the end of the broom stick and stick it to the fan as shown in the picture. This will make it easier to hold and to fan.

Use bright colors to color your fan and carry it with you as it is likely to come in quite handy.



## Sloka for Kids

### Shanthakaram Sloka

Santhakaram Bujaga sayanam Padmanabham suresam |  
Viswadhaaram Gagana sadrusam Megha varnam shubangam ||  
Lakshmi kantham kamala nayanam Yogi hrid dyana gamyam |  
Vande Vishnum Bhava bhayaharam sarva lokaika natham ||

### Meaning

I bow before the God Vishnu, Who is personification of peace, Who sleeps on his folded arms, Who has a lotus on his belly, Who is the God of gods, Who is the basis of earth, Who is similar to the sky, Who is of the color of the cloud, Who has beautiful limbs, Who is the consort of Lakshmi, Who has lotus like eyes, Who is seen by saints through thought, Who kills all worries and fears, And who is the lord of all the worlds.





# மஞ்சளின் உடல்நலப் பயன்கள்

Roja123

மருத்துவ குணங்கள்:

மஞ்சள் சூரணம் உட்கொண்டால் குடல் நோய் விரைவாகவும், நிரந்தரமாகவும் தீரும்.

பச்சை மஞ்சளை அரைத்து, வண்டுக்கடி, சிலந்திக்கடி ஆகியவற்றில் பூசினால் நோய் தீரும்.

மஞ்சளைச் சுட்டு எரிக்கும்போது எழும் புகையை மூக்கு வழியாக உள்ளுக்கு இழுத்தால், ஜலதோஷம், கொடிய தலைவலி, தலைக்கனம், தும்மல் போன்றவை குணமாகும்.

மஞ்சள் புகையை வாய் வழியாக இழுத்தால், மதுபோதை விலகும். மஞ்சளை வறுத்துப் பொடியாக்கி வைத்துக்கொண்டு உடலில் தோன்றும் அனைத்து வகையான புண்களையும், புரையோடுதலையும் நீக்கிவிடலாம்.

மஞ்சளைச் சுட்டு கரியாக்கிய சூரணத்தை உட்கொண்டால்,

மேகப்புண், தோல் தொடர்பான நோய்கள், விகாரத்தன்மை, அதிசாரக் கழிச்சல் போன்றவை நீங்கும். வாய்வு தொடர்பான மார்புவலி, தலைவலி குணமாகும்.

மஞ்சளை நன்றாக அரைத்து, தண்ணீரில் கரைத்துத் தெளிய வைத்து, தெளிந்த நீரை வடித்துவிட்டு, பாத்திரத்தில் தங்கியுள்ள பொடி, திப்பியுடன் அடுப்பில் வைத்து நன்றாக எரித்தால், நீர் சுண்டி உப்பு கிடைக்கும். இந்த உப்பைச் சாப்பிட்டால், குடல் கிருமிகள் வெளியேறி விடும். துர்நாற்றம் நீக்கும்.

மஞ்சளில் வேப்பிலை சேர்த்து அரைத்து விட்டால் அனைத்து வகையான நச்சுயிரி, தீ நுண்மம், நுண்ணுயிரிகளையும் அழிக்கும் சக்தியுண்டாகும்.

மஞ்சளும், சுண்ணாம்பும் சேர்த்துக் கரைத்து ஆரத்தி எடுத்தால், தொற்றி நோயுண்டாக்கும் நுண்ணுயிரிகள்

Nutritional Value of Turmeric (For 100 gms)

## Nutrients

|               |          |
|---------------|----------|
| Energy        | 354 Kcal |
| Carbohydrates | 64.9 g   |
| Protein       | 7.83 g   |
| Total Fat     | 9.88 g   |
| Cholesterol   | 0 mg     |
| Dietary Fiber | 21 g     |

## Vitamins

|            |          |
|------------|----------|
| Folates    | 39 µg    |
| Niacin     | 5.140 mg |
| Pyridoxine | 1.80 mg  |
| Riboflavin | 0.233 mg |
| Vitamin C  | 25.9 mg  |
| Vitamin A  | 0 IU     |
| Vitamin E  | 3.10 mg  |
| Vitamin K  | 13.4 µg  |

## Electrolytes

|           |         |
|-----------|---------|
| Sodium    | 38 mg   |
| Potassium | 2525 mg |

## Minerals

|            |          |
|------------|----------|
| Calcium    | 183 mg   |
| Copper     | 603mg    |
| Iron       | 41.42 mg |
| Magnesium  | 193 mg   |
| Manganese  | 7.83 mg  |
| Phosphorus | 268 mg   |
| Zinc       | 4.35 mg  |



...Angu Aparna





அழியும்.

மஞ்சள் பூசிக் குளிப்பதால், புலால் நாற்றம், கற்றாழை நாற்றம் நீங்கும். மஞ்சளும், நெல்லிப்பொடியும் சமமாகக் கலந்து, தினம் உட்கொண்டால் நீரிழிவு கட்டுப்படும்.

மஞ்சள், வேப்பிலை, வசம்பு சேர்த்து அரைத்து, உடம்பில் பூசிக் கெண்டால் மேகப் புண், மேகப் படைகள், வட்டமான படைகள், நச்சுக்கடிகள் நீங்கும்.

தினம் அரை கிராம் அளவில் மஞ்சள் பொடி சாப்பிட்டால், வயிற்றுப்புண், வலி நீங்கும். வாதத்தைக் கண்டிக்கும். மஞ்சளை இலுப்பெண்ணெயில் குழைத்துத் தடவினால், பித்த வெடிப்பு குணமாகும்.

மஞ்சளை வேப்ப எண்ணெயில் தோய்த்துக் கொளுத்தினால் புகை வரும். மூக்கு வழியாக உள் இழுத்தால், தலைவலி நீங்கும். மஞ்சளை நல்லெண்ணெயில் கலந்து கற்பூரம் சேர்த்துக் காய்ச்சி, புண்களுக்குப் போட்டால், விரைவில் ஆறாத புண்கள் ஆறும்.

மஞ்சள், பூண்டு, வசம்பு சேர்த்து வேப்ப

எண்ணெயில் கொதிக்க வைத்து வடிகட்டி வைத்துக்கொண்டு, காதில் சில துளிகள் விட்டு வந்தால், காதில் சீழ் வடிதல் நின்றுவிடும்.

மஞ்சளும், கடுக்காயும் சேர்த்து அரைத்துப் பூச, சேற்றுப் புண் குணமாகும்.

அடிபட்ட புண்ணுக்குப் மஞ்சளை அரைத்துப் போட்டால், சீக்கிரம் புண் ஆறிவிடும்.

அடிபட்ட வீக்கம், இரத்தக்கட்டிற்கு மஞ்சளைப் பற்றுப் போட்டால், இரத்தக்கட்டு, வீக்கம் நீங்கி வேதனை குறைந்து விடும்.

பெண்களின் பிறப்பு உறுப்பில் தோன்றும் கிரந்திப் புண்ணுக்கு, மஞ்சளை அரைத்துப் பூசினால், மிக எளிதாக நோய் நீங்கும்.

பெண்களுக்கு குழந்தை பிறந்த பிறகு ஏற்படும் வயிற்று வலி, சூதகச் சிக்கல் போன்றவை மஞ்சள் பொடி சாப்பிடுவதால் நீங்கும்.

மஞ்சளை கஷாயமாக்கி, பிரசவமான பெண்களுக்குக் கொடுத்தால், வயிற்றில் தங்கியுள்ள விஷ நீர் வெளியேறி விடும்.

## Granny Remedies

...Parasakthi



**முகப்பருவினால் ஏற்படும் தழும்புகள் குறைய :**

கொஞ்சம் படிகாரத்தை எடுத்து தண்ணீரில் போட்டு வைத்துக் கொள்ள வேண்டும். அந்த தண்ணீரால் முகத்தை சில நாட்கள் தொடர்ந்து கழுவி வந்தால் முகப்பருவினால் தோன்றிய தழும்புகள் குறையும்.



உன்னைச் சரணடைந்தேன்



# கார்த்திகை திருநாள்

...Sumathisrini

கார்த்திகை மாதம் பௌர்ணமியன்று கார்த்திகை நட்சத்திரம் வரும் நாளில் திருவிளக்கேற்றி வழிபடுவதனால் கார்த்திகை தீபம் எனப் பெயர் பெற்றது. கார்த்திகை நாளில் வரிசையாகத் திருவிளக்கேற்றி எங்கும் கொண்டாடும் வழக்கம் புராதன காலந்தொட்டு இருந்து வருகிறது. தீபம் என்பது நம் உள்ளத்தின் இருளைப் போக்கி ஒளி பரவச் செய்யும். தீபம் ஞானத்தின் அறிகுறி. மங்கலத்தின் சின்னம்.

பஞ்ச பூதங்களில் ஒன்றான அக்னியைத் திருப்தி செய்வதுதான் இப்பண்டிகையின் நோக்கமாகும். அருட் பெருஞ்ஜோதியாம் ஆண்டவன் அருவமாகவும், உருவமாகவும் விளங்குவது போன்று அக்னியும் பிரகாசிக்கின்றது. அக்னியிலே பல விதமான தீபங்கள் தோன்றுவது போல் 'சிவம்' என்ற நாமம் ஒன்றே பல தத்துவங்களைக் கடந்து பற்பல ஜோதி ஸ்வரூபமாகக் காட்சி தருகிறது. அக்கினியின் சக்தியால் அழுக்கு களையப்படுகிறது.

ஹோமத்தில் எழுகின்ற அக்னியின் வாயிலாக ஆண்டவனுக்கு அவிர்பாகம் அளிக்கின்றோம். கார்த்திகை மாதம் முதல் தேதி தொட்டு கடைசி நாள் வரை தினமும் மாலையில் வீடுகளிலும் ஆலயங்களிலும் விளக்கேற்றி வைத்துக் கொண்டாடுவர். தினமும் விளக்கேற்ற இயலாதவர்கள் துவாதசி, சதுர்த்தசி,

பௌர்ணமி ஆகிய மூன்று தினங்களிலாவது தவறாது நல்லெண்ணெய் விளக்கேற்ற வேண்டும். கார்த்திகை மாதம் 1, 28 ஆகிய இரு தேதிகளில் கார்த்திகை நட்சத்திரம் வருமாயின் 28-ம் தேதி வரும் நட்சத்திரத்தில்தான் திருக்கார்த்திகைப் பண்டிகை கொண்டாடப்பட வேண்டும்.

சிவ கார்த்திகை, விஷ்ணு கார்த்திகை என கார்த்திகை இரண்டாக கொண்டாடப்படுகிறது. இதில் திரிபுர அசுரர்களை அடக்கிய திருநாள் சிவகார்த்திகை என்றும், மகாபலி சக்கரவர்த்தியின் ஆணவத்தை அடக்க விஷ்ணு வாமன அவதாரம் எடுத்த நாள் விஷ்ணு கார்த்திகை என்றும் கொண்டாடப்படுகிறது.

இறைவன் சந்ததியில் ஏற்றப்படும் தீப ஒளியின் மகிமையை மகாபலி சக்கரவர்த்தியின் கதை மூலம் அறியலாம்.

முற்பிறவியில் மகாபலி சக்கரவர்த்தி எலியாக பிறந்திருந்தான். தான் அறியாமலேயே, தினமும் விளக்கில் இருக்கும் எண்ணெய் குடித்து வரும்போது, திரி தூண்டி வந்தது. இதன் காரணமாக கர்ப்பக்கிரகத்தினுள் சர்வகாலமும் விளக்குப் பிரகாசமாக ஒளி நிறைந்து விளங்கிற்று. அறியாமலே எலி செய்த புண்ணிய காரியத்தினால் அடுத்த பிறவியில் மகாபலி சக்கரவர்த்தியாகப் பிறவியை அடைந்தது. இறைவன்





மகாபலிக்கு முக்தி கொடுத்தபோது  
மகாபலியின் விருப்பப்படி, கார்த்திகை  
தீபம் எல்லா இடங்களிலும் சிறப்பாக  
நடைபெற இறைவன் திருவுளம்  
கொண்டான்.

அதனால் கார்த்திகை தீபத்தன்று  
அனைவரின் வீடுகளிலும் மாலையில்  
தீபமேற்றி நெல் பொரியில் உருண்டை  
செய்து இறைவனுக்கு நைவேத்தியம்  
வைத்து வழிபடுகிறார்கள்.

இறைவனை விளக்கேற்றி வழிபடுவது  
தொன்றுதொட்டு வந்த பழக்கமாயினும்,  
அது என்றென்றும் நலம் தரும்  
வழிபாடாகவும் கருதப்படுகிறது.  
வைஷ்ணவ ஆலயங்களிலும்  
விளக்கொளிப் பெருமாள் என்று ஒரு  
பெருமானைக் கொண்டாடுகினனர்.  
அகல், எண்ணெய், திரி, சுடரொளி ஆகிய  
நான்கும் அறம், பொருள், இன்பம், வீடு  
என்ற தத்துவங்களை உணர்த்துவது  
போலாகும். பலிமகராஜன் தனது  
உடம்பிலே தோன்றிய வெப்பத்தைக்

கார்த்திகை விரதமிருந்து  
தீர்த்துக்கொண்டார் என்று புராணம்  
கூறுகிறது. எம்பெருமான் தன்மீது  
திருவடி சாதித்து ஆட்கொண்ட போது  
தனது மறைவு நாளை தீபங்களை ஏற்றி  
உலகோர் அனைவரும்  
கொண்டாடவேண்டும் என்று  
அனந்தனைப் பணிந்து கேட்டான்.

ஒருமுறை அம்பிகை மகிஷாசுரனுடன்  
போர் புரியும் போது தவறுதலாக  
சிவலிங்கம் ஒன்றை உடைத்துவிட்டார்  
என்றும் அதனால் ஏற்பட்ட தோஷத்தை  
நிவர்த்திசெய்து கொள்வதற்குக்  
கார்த்திகை தினத்தன்று தீபம் ஏற்றி  
விரதம் இருந்து பெருமானின்  
பேரருளால் தோஷ நிவர்த்தி  
கிடைத்ததாக தேவி புராணம் கூறுகிறது.

கார்த்திகைத் தீபங்கள் ஏற்றும் போது  
கூறப்படும் மந்திரம்:

கீட : பதங்கா மதகாஸ்ச வ்ருதா  
ஜ்வே ஸ்தயே விசரந்தி ஜீவா







த்ருஷ்ட்வா ப்ரதீபம் ந ச ஐநம் பாகிந:  
பவந்தி நித்யம் சவ பசா ஹி விப்ரா.

இந்த மந்திரத்தைச் சொல்லி விளக்கேற்றி  
வழிபடுவதால் இம்மையில் அனைத்து  
சுபீட்சங்களுடன் வாழ்ந்து  
எம்பெருமானின் பேரருளால் பிறவாப்  
பெருவாழ்வு பெறலாம்.

தீபத்தின் ஒளி காணும் இடத்தில் ஸ்ரீதேவி  
மங்களம் பொங்க வாசம் புரிவாள்.  
இக்கார்த்திகை தினத்தன்று நெற்பொரி  
வைத்து நிவேதனம் செய்வர்.

கார்த்திகை விரதத்தை பன்னீரண்டு  
ஆண்டுகள் கடைப்பிடித்து நாரத மகரிஷி  
சப்தரிஷிகளுக்கும் மேலான பதவியை  
அடந்தார். திரிசங்கு மன்னன், பகீரதன்  
கிருத்திகை விரதத்தின் பயனால்  
பேரரசானார்கள்.

தீபத் திருநாளை கொண்டாட வீட்டை  
சுத்தமாக துடைத்து அல்லது அலம்பி  
விட்டு இழை கோலம் போடலாம்.  
வாசலிலும் கோலம் போட்டு விளக்கு  
வைத்தால் அழகாக இருக்கும்.

வீட்டில் உள்ள அனைவரும் எண்ணெய்  
தேய்த்துக் குளிக்க வேண்டும். புதிய  
ஆடைகள் வாங்கி இருந்தால் அணிந்து  
கொள்ளலாம்.

சுவாமி இடத்தை சுத்தம் செய்து ஐந்து  
முக விளக்கேற்றவும். வெள்ளி  
விளக்கென்றால் நெய் மட்டும் தான்  
ஊற்றி விளக்கேற்ற வேண்டும்.  
வெண்கலம், பித்தளை அல்லது மண்  
விளக்கென்றால் மட்டுமே  
நல்லெண்ணெய் விட்டு விளக்கேற்ற  
வேண்டும்.

புது அகல் விளக்குகளை வாங்கினாலும்,  
பழைய அகல்களையே  
பயன்படுத்தினாலும், ஒரு வாரம் முன்பே  
ஏதோ சனிக்கிழமையன்று இரவு  
முழுதும் தண்ணீரில் போட்டு வைத்து,  
மறுநாள் ஞாயிறு காலையில் காய  
வைத்து எடுத்து வைத்துக் கொள்ளவும்.  
பண்டிகையின் முதல் நாள் இரவே,  
விளக்குகளில் முக்கால் பாகம்  
எண்ணெய் ஊற்றி, திரிகளை இட்டு  
வைத்துக் கொள்ளவும். விளக்குகளில்  
வழிய வழிய எண்ணெய் ஊற்றக் கூடாது.  
தரை வீணாகும்.

விளக்குத் திரியின் முனையை நன்றாக  
கூர்மையாக திரிக்கும் போது,  
கற்பூரத்தைப் பொடித்துக் கொண்டு  
விரலால் அதை தொட்டுத் தொட்டுத்  
திரித்தால் விளக்கேற்றும் போது  
சுலபமாக ஏற்ற முடியும். திரி விளக்கின்  
உள்ளேயே இருக்குமாறும், ஒரு முத்து  
போல விளக்கின் ஜோதி சுடர்  
விடுமாறும் விளக்கேற்ற வேண்டும்.  
கொழுந்து விட்டு எரிந்தால் சீக்கிரமே  
விளக்கு திரி அடி வரை தொடர்ந்து  
எரிந்து, எண்ணெய் வேறு கீழே சிந்தும்.

கார்த்திகை தீபநாளன்று எல்லா  
தீபங்களையும் சுவாமி அறையில் வைத்து  
ஏற்றி கற்பூர தீபாராதனை செய்த பிறகு  
வாசலில் கோலத்தின் மீதும் படிகளின்  
ஓரங்களிலும் அழகு மிளிர வைக்கலாம்.

தீபத் திருநாளின் அருமை பெருமைகளை  
உணர்ந்து, விளக்கேற்றி வழிபட்டு,  
வாழ்வில் சகல வளங்களையும் பெற்று  
மகிழ்வோமாக!





## நன்மைகள் பெருக, துயரங்கள் விலக நவக்ரக ஸ்லோகம்

Datchu @ Mythili



ஆதாரே ப்ரதம: ஸஹஸ்ர கிரண: தாராதிப: ஸவாலயே  
மா ஹேயோ மணிபூரகே ஹ்ருதிபுத கண்டேச வாசஸ்பதி:  
ப்ருமத்யே ப்ருகு நந்தன: தினமணே: புத்ர த்ரிகூட ஸ்தலே  
நாட மர்மஸு ராஹு கேது குளிகர: குர்யாத் ஸனோ மங்களம்.

பொருள்: மூலத்தில் கதிரவனும் ஸ்வாதிஷ்டானத்தில்  
சந்திரனும் மணிபூரகத்தில் சீலமிகு அங்காரகனும்  
அநாகத்தில் புதனும் விசுத்தியிலே குருவும்  
சுக்கிரபகவான் ஆக்ஞையிலும் சனிபகவான்  
சுழிமுனையிலும் நாடிதனில் ராகுவும் மர்மக்  
குறிதனில் கேதுபகவானும் நின்று எங்களுக்கு  
எப்போதும் நன்மைகளைப் பெருக்கட்டும்; எங்கள்  
துயரங்களை விலக்கட்டும்.

(இத்துதியை தினந்தோறும் பாராயணம் செய்து வர  
கோள்களினால் விளையும் துயரங்கள் அகன்று  
நன்மையே நிலைக்கும்).

### SPIRITUAL NOTEBOOK

#### நவம்பர்

- 10 - சங்கடஹர சதுர்த்தி
- 12, 27 - சஷ்டி
- 18 - ஏகாதசி
- 20 - பிரதோஷம்
- 22 - அமாவாசை

#### டிசம்பர்

- 2 - ஏகாதசி
- 4 - பிரதோஷம்
- 5 - திருவண்ணாமலை தீபம்
- 10 - சங்கடஹர சதுர்த்தி

## தமிழ் மந்திரம்

### விநாயகர் துதி

தெள்ளத் தெளிவான தெய்வீக நற்கருணை  
அள்ளி வழங்கி வரும் அறக்கடலே - பிள்ளையாரே  
பெரு ஊற்றாய் பொங்கிவரும் பேரறிவு திறமை தனை  
உறுதியுடன் உவந்தளிக்க வா!



# கத்தி

...Sriramayajam @ S.Viswanathan

## MOVIE REVIEW

கதிரேசன் என்கிற கத்தி (திருடன்) கொல்கத்தா சிறையிலிருந்து தப்பித்து, சென்னை விமான நிலையத்திருந்து வெளிநாடு செல்ல முயற்சி செய்கிறார். அப்போது விமான நிலையத்தில் சமந்தாவை சந்திக்கிறார். சமந்தா அழகில் பார்த்தவுடன் மயங்கி தன் கையில் இருக்கும் விமானம் போர்டு பாஸ்சை கிழித்து, பிறகு சமந்தாவைத் தேடுகிறார்.

அன்று இரவு சமந்தாவை தேடும் நேரத்தில், ஒரு கும்பல் யாரோ ஒருவரை சுட்டுத்தள்ளிவிட்டு ஓடுகிறார்கள். யார் என்று பார்த்தால் அது ஜீவானந்தம் என்ற இன்னொரு விஜய். உடனே கதிரேசன் தன் நண்பருடன் (சதீஷ்) ஜீவானந்தை பக்கத்தில் உள்ள மருத்துவமனையில் தன் நண்பர் மூலமாக சேர்த்து விடுகிறார். கதிரேசன் தன்னிடம் இருக்கும் வாட்ச் மற்றும் மணிபர்ஸ் ஆகியவற்றை ஜீவானந்தத்திடம் தன் நண்பர் மூலமாக வைக்கிறார். பிறகு கதிரேசன் ஜீவானந்தமாக மாறி, ஜீவானந்தம் இருக்கும் முதியோர் இல்லத்தில் சேர்வார். அங்கு போன பிறகு தான் தெரிய வருகிறது, ஜீவானந்தம் ஒரு

பெரிய போராளி என்பது. அதுவும் விவசாய நிலத்தை மீட்கும் போராளி ஆவார். தன்னுடைய தன்னுத்து கிராமத்தில் இருக்கும் விவசாய நிலத்தை ஒரு பெரும் பன்னாட்டுக் கம்பெனியின் பணக்கார முதலாளி அபகரிக்க முயற்சி செய்கிறார். சரி, நல்லது செய்ய நினைக்கும் ஜீவானந்தத்துக்கு ஏன் இந்த நிலைமை? அந்த கும்பல் யார்? ஆள் மாறாட்டம் செய்த ஜீவானந்தம் (கதிரேசன்) எப்படி கிராமத்து மக்களை காப்பாற்றுகிறார் என்பதுதான் மீதிக்கதை.

கடைசியில் சென்னைக்குச் செல்லும் குடிநீரை மூன்று நாட்கள் தடுத்து நிறுத்திவிட்டு, ஊரையே பரபரப்பாக்கி எல்லா டி.வி நிருபர்கள் மற்றும் பத்திரிகை நிருபர்கள் ஆகியோருக்கு ஜீவானந்தம் (கதிரேசன்) பேட்டி கொடுக்கும் போது பார்க்கணுமே... அட்ராசக்கை! ஒரு பெரிய வசனம் பேசுவார். அதாவது ஒரு பெரிய பணக்காரன் 5000 கோடி கடன் வாங்குவார், அதைத் திருப்பிக் கொடுக்கமாட்டார். கடன் வாங்கியவர் தற்கொலை செய்து கொள்ளவில்லை. கடன் கொடுத்தவனும்

pathalapathy VIJAY

கத்தி







# MOVIE REVIEW

தற்கொலை செய்து கொள்ளவில்லை. ஆனால், ஒரு விவசாயி ஐயாயிரம் ரூபாய் கடன் வாங்கி, அதை திருப்பிக் கட்ட முடியாமல் தற்கொலை செய்துகொள்கிறார். இதெல்லாம் என்ன நியாயம் என்று சொல்லுவார். அப்புறம் 2 ஜி ஊழல் பற்றி சின்னதாகச் சொல்லுவார். சென்சாருக்கு பயந்தோ என்னவோ, விஜய் மல்லய்யா, 2 ஜி, கொக்கோகோலா எனப் பலரையும் பெயர் சொல்லாமல் அட்டாக் செய்வார் இந்த ஜீவானந்தம் (கதிரேசன்). இன்னும் கதை சொன்னால் சுவாரசியமாக இருக்காது. நீங்களே படத்தை பாருங்கள்.

படத்தில் இடையில், "கம்யூனிசம் என்பதை ஒரு வரியில் சொல்லுங்கள்" எனக் கத்தித் திரைப்படத்தில் ஜீவானந்தம் எனும் பெயரில் நடித்துள்ள விஜய்யிடம் கேட்கிறார் அவரின் திரைப்படத் தங்கை.

"பசி அடங்கிய பின் சாப்பிடும் இட்லி உனக்குச் சொந்தம் அல்ல, அடுத்தவனுக்கே சொந்தம்" என்கிறார் ஜீவானந்தம்.

அப்போதுதான் தெரிகிறது, ஜீவானந்தம் என்ற பெயரை ஏன் வைத்தார்கள் என்று. படத்தில் நான் கம்யூனிஸ்ட் என்று மறைமுகச் சொல்கிறார் ஜீவானந்தம். ஜீவானந்தம் என்று பார்த்தால், அவர் அரசியலுக்கு வந்தாலும் வந்துவிடுவார் எனத் தோன்றுகிறது. விஜயகாந்தே வந்துவிட்டார், விஜய் வந்தால் என்ன எனக் கேட்கிறீர்களா? இளைஞர்கள் எல்லாரும் அரசியலுக்கு வருவது நல்லதுதானே?

இப்படத்தில் ஜீவானந்தம் - கதிரேசன் என்ற இரு கேரக்டரில் நடித்துள்ளார். கத்தி விஜய்யிடம் சிக்கி தவிக்கும் சதிஷ் காமெடியில் வெளுத்து கட்டியிருக்கிறார். விஜய் (கதிரேசன்) சமந்தாவின் காதல் காட்சிகளில் மிக அழகாக காட்சியளிக்கிறார்.

அனிருத் இசையில் மூன்று பாடல்கள் ரசிக்க முடிகிறது. பின்னணி இசையும் அருமை. பாடல்கள் படமாக்கப்பட்ட விதம் நன்றாக உள்ளது.

முதல் பாதி சுமாராகச் செல்கிறது. இரண்டாம் பாதி பழைய படம் ரமணா போல் செல்வதால் ஓரளவு அமர்ந்து பார்க்கலாம். அதாவது ரமணாவில் விஜயகாந்த் தன் இளைய மக்களுடன் போராடுவார். இந்த கத்தி படத்தில் விஜய் தன் வயசான மக்களுடன் போராடுவார்.

இயக்குனர் ஏ.ஆர் முருகதாஸ் தான் இயக்கும் ஒவ்வொரு படத்திலும் ஒரு கருத்தைச் சொல்வார். அதேபோல் இந்தப் படத்திலும் நல்லக் கருத்தை வைத்து நல்ல படத்தை இயக்கியுள்ளார்.

ஆக, கத்தி மக்களிடம் நல்ல பேசும் படமாக அமையும். என்னுடைய மதிப்பெண் 7/10







**Tamil & English Books**

**Educational Books**

**Parenting Books**



**Literature Books**

**Competitive Exams Books**

**Historical Novels**

[www.myangadi.com](http://www.myangadi.com)



**Motivational Books**

**Favourite Author's Books &  
Most Popular Books**



**Pregnancy Books**

**Stories & Novels**

**Free shipping across India  
for purchase above ₹ 500\***

**BUY NOW**  
@ one place

[www.MyAngadi.com](http://www.MyAngadi.com)

# Diwali Recipes

அச்சு முறுக்கு

...Angu Aparna

தேவையானப் பொருட்கள்:

அரிசி மாவு - 2 கப்  
மைதா - 1/2 கப்  
சர்க்கரை - 1 கப் (பொடித்துக்  
கொள்ளவும்)  
தேங்காய்ப்பால் - 2 கப்

வெள்ளை எள் - 1 டீஸ்பூன்  
(விருப்பப்பட்டால்)  
உப்பு - 1 சிட்டிகை  
எண்ணெய் - பொரிக்கத் தேவையான  
அளவு

செய்முறை:

- ஒரு பாத்திரத்தில், அரிசி மாவு மற்றும் மைதா மாவு இரண்டையும் சலித்துவிட்டு போட்டுக் கொள்ளவும்.
- இதனுடன் பொடித்த சர்க்கரை, உப்பு, எள் மற்றும் தேங்காய் பால் சேர்த்து, சிறிதளவு தண்ணீர் ஊற்றி தோசை மாவு பதத்திற்கு நன்றாக கரைத்துக் கொள்ளவும்.
- பின் ஒரு வாணலியில் எண்ணெய் ஊற்றி, காய வைக்கவும். எண்ணெய் நன்றாகக் காய்ந்ததும், முறுக்கு அச்சை எண்ணெயில் ஒரு நிமிடம் வைத்து எடுத்து பின் அதனைக் கரைத்து வைத்துள்ள மாவிற்குள் வைக்கவும். அச்சில் உள்ள எண்ணெய் சூட்டினால் மாவு அச்சில் ஓட்டிக் கொள்ளும்.
- இப்போது மீண்டும் அச்சை மாவுடன் எடுத்து எண்ணெயில் மூழ்கும் படியாக வைக்க வேண்டும்.
- மாவு வெந்ததும், சிறிது நேரத்தில் அச்சில் இருந்து பிரியும். அப்போது லேசாக அச்சை உதறினால் முறுக்கு தனியாக பிரிந்து எண்ணெயில் விழும்.
- முறுக்கு நன்றாக வெந்து பொன்னிறமாக மாறும் வரை திருப்பிவிட்டு வேக வைத்து எடுக்கவும். மீதி இருக்கும் மாவையும் இதே போல, அச்சு முறுக்காக பொரித்து எடுத்துக் கொள்ளவும்.
- இனிப்புடன் கூடிய சுவையான அச்சு முறுக்கு தயார்.

குறிப்பு:

- முறுக்கு அச்சு, நீளமான கம்பியின் முனையில் வித விதமான வடிவங்களில் இருக்கும். இது பாத்திரக் கடைகளில் கிடைக்கும்.





## பாதாம் கேக்

...jv\_66 @ Jayanthi

**தேவையானப் பொருட்கள்:**

பாதாம் பருப்பு - 1 கப்  
சர்க்கரை - 2 கப்  
நெய் - 1 கப்  
கேசரி பவுடர் - 1 சிட்டிகை

**செய்முறை:**

- பாதாம் பருப்பை சுடுநீரில் 1 அல்லது 2 மணி நேரம் ஊற வைக்கவும்.
- ஊறிய பருப்புகளைத் தோல் உரித்து, சிறிதளவு தண்ணீர் சேர்த்து, மிக்சியில் நைசாக அரைத்துக்கொள்ளவும்.
- ஒரு அடி கனமான கடாயில், 2 கரண்டி தண்ணீர் சேர்த்து சர்க்கரையைப் போட்டு பாகு வைக்கவும்.
- ஒரு சிட்டிகை கேசரி பவுடர் சேர்க்கவும்.
- 2 கம்பிப் பதம் வர வேண்டும் - அந்தப் பாகு கெட்டியாக வரத் தொடங்கும்போது, சிறிதளவு எடுத்து இரண்டு விரல்களில் வைத்து பிரித்துப் பார்த்தால், 2 கம்பிகள் வரும். இதுதான் கெட்டிப் பாகு.
- இப்போது அரைத்து வைத்த பாதாம் விழுதை அதில் சேர்க்கவும்.
- நன்றாகக் கிளறிக்கொண்டே இருக்கும்போது, பாத்திரத்தில் ஒட்டுகிறார் போல வரும்போது, உருக்கிய நெய்யை சேர்க்கவும்.
- நன்றாகக் கிளறி, பாத்திரத்தில் ஒட்டாமல் வரும்போது இறக்கி, ஒரு நெய் தடவிய அகலத் தட்டில் அல்லது கேக் ட்ரேயில் கொட்டவும்.
- அது கெட்டி ஆகத் தொடங்கும்போது வில்லைகள் போடவும்.
- சுவையான பாதாம் கேக் தயார்.





## கோதுமை அல்வா

...Kasri66 @ Chithra

### தேவையானப் பொருட்கள்:

சம்பா கோதுமை அல்லது  
கோதுமை ரவை - 1 கப்  
சர்க்கரை - 3 கப் ( சிலர் ரெண்டரை கப்  
போட்டும் செய்வர்)  
நெய் -  $\frac{3}{4}$  கப் அல்லது 1 கப்

ஏலக்காய் தூள் - தேவையான அளவு  
கேசரி கலர் - தேவையான அளவு  
முந்திரி - தேவையான அளவு (சீவியது);  
புதிதாக முயற்சி செய்பவர்கள் 10-லிருந்து  
12 எடுத்துக் கொள்ளவும்.

### செய்முறை:

- கோதுமையில் செய்ய விரும்பினால் முதல் நாள் இரவே கோதுமையை ஊற விடவும். அட்லீஸ்ட் 12 மணி நேரம் ஊறினால் தான் நன்கு காணும். ரவையில் செய்ய விரும்பினால் ஆறு மணி நேரம் ஊறினால் போதும். அதனால் காலையில் ஊற போடவும்.
- இதை நன்கு தோசைக்கு அரைப்பது போல கிரைண்டரில் அரைக்கவும். மிக்சியில் அரைப்பது அவ்வளவு நன்கு வராது. அரைத்து சக்கை எல்லாம் போக பாவை ரெண்டு மூன்று மணி நேரம் ஊற வைக்கவும்.
- இந்த பால் மேலே தண்ணீரும் கீழே பாலுமாக இருக்கும். மேலுள்ள நீரை இருத்துவிட்டு, பால் ரெண்டு கப் வரும்படி எடுக்கவும். அதாவது நீரை இருத்துவிட்டு பாவை அளக்கவும். பால் ரெண்டு கப் வந்தால் சரி. குறையும் என்றால் வெறும் நீர் விட்டு ரெண்டு கப் ஆக்கவும்.
- ஒரு நான்ஸ்டிக் வாணலியில் சர்க்கரையைப் போட்டு மூழ்கும் வரை நீர் விட்டு, சர்க்கரை கரைந்ததும் நன்கு கொதிக்கும் போது ரெண்டு ஸ்பூன் பால் விட்டால்







அழுக்கு நுரைத்து வரும். அதை கரண்டியால் எடுத்துப் போடவும்.

- இனி பக்கத்தில் ஒரு அடுப்பில் 4 அல்லது 5 கப் நீரை கொதிக்கவிடவும். கொதிக்கும்போது அடுப்பை அணைக்காமல் சிம்மில் வைக்கவும். இப்போது சர்க்கரையில் பாகு வந்திருக்கும். ஒரு கம்பிப் பாகு வந்ததும், கேசரி கலர் சேர்த்து, எடுத்து வைத்திருக்கும் கோதுமை பாலை விட்டு நன்கு கிளறவும். அடுப்பு சிம்மிலேயே இருக்கட்டும்.
- பால் நன்கு பாகுடன் சேர்ந்து கொண்டதும், அல்வா கெட்டியாக ஆரம்பிக்கும். இப்போது பக்கத்தில் அடுப்பில் இருக்கும் கொதி நீரில் ஒரு கப் எடுத்து அல்வாவில் விட்டு மீண்டும் கிளறவும்.
- மீண்டும் கோதுமை பால் வெந்து அல்வா பதத்துக்கு வரும். மீண்டும் இன்னொரு கப் கொதி நீர் சேர்த்துக் கிளறவும். கெட்டியானதும் மூன்றாவது கிளாஸ் கொதி நீர். இப்படி கொதி நீர் சேர்த்து கிளற கிளற அல்வா கண்ணாடி போல நன்கு வெந்து வரும். அளவும் நன்கு காணும்.
- இனி ஏலத்தூள் போட்டு நெய்யை கொஞ்ச கொஞ்சமாக ஊற்றிக் கிளறவும். நெய் கூட நான் சொன்ன அளவு பிடிக்காது. அப்படியே நெய் அதிகமானாலும் அதிகப்படி நெய்யை அல்வா வெளியே கக்கிவிடும்.
- அல்வா ஒட்டாமல் வந்ததும் சீவிய முந்திரியைக் கொஞ்சம் அலங்கரிக்க வைத்துவிட்டு, மீதியை அல்வாவில் கொட்டி கிளறவும். மேலே அரை மூடி லெமன் ஜூஸ் விட்டு ஒரு கிளறு கிளறினால் சர்க்கரை உரைவதைத் தடுக்கலாம். அல்வாவுக்கு ஒரு glossy look கிடைக்கும். இனி அல்வாவை நெய் தடவிய தட்டில் கொட்டி, ஆறியதும் துண்டு போடவும்.

## குறிப்பு:

- முந்திரியை மேலே நெய்யை brush பண்ணி மைக்ரோவேவில் லேசாக சூடு படுத்தி பின் சிப்ஸ் கட்டையில் சீவினால் வறுத்த முந்திரி பார்க்கவும் சாப்பிடவும் மொறுமொறுப்பாக இருக்கும்.
- நெய் கக்கினாலும் அதுதான் பதம். பாத்திரத்தில் ஒட்டாமல் வந்தாலும் பதம் தான். அதிகப்படி நெய்யை வடித்து வேறு ஸ்வீட்ஸ் செய்ய உபயோகிக்கலாம்.
- இது கொஞ்சம் வேலை இழுத்தாலும் நன்றாக வரும்.

இதையெல்லாம் செய்ய நேரம் கிடையாது என்பவர்களுக்கும் ஈனியா செய்ய ஒரு செய்முறை சொல்றேன்.

- ரெண்டு கப் கோதுமை மாவை (சுமார் 400 கிராம்) சப்பாத்திக்கு பிசைவது போல பிசைந்து ஒரு சுத்தமான வெள்ளைத் துணியில் நன்கு முடிந்து அது முழுகும் வரை சுமார் நாலு கப் நீரில் முக்கி வைக்கவும்.



- மாவு அசையாமல் ரெண்டு மூணு மணி நேரம் இருக்கட்டும். இந்த மாவைத் துணியை விட்டு வெளியே எடுக்காமலேயே கைகளால் பிசையவும்.
- பால் வரும். துணிக்குள் மாவு ஜவ்வு போல இருக்கும். பாலை மட்டும் பிழிந்து பிழிந்து (எல்லாம் தண்ணீருக்குள்ளேயே செய்யவும்) பால் வந்து மூட்டை சிறியதாக ஆனதும் நன்கு பிழிந்து எடுத்துக்கொள்ளவும்.
- இந்தப் பாலை அரை மணி நேரம் வைத்தால் நீர் மேலாகவும் பால் கீழாகவும் நிற்கும். மேலேயுள்ள நீரை வடித்து மேலே முதல் முறையில் சொன்னது போல 2 கப் பால் எடுத்து அதே முறையில் மீதியைச் செய்யவும். கிரைண்டர் இல்லாதவர்கள், நேரம் இல்லாதவர்கள் இப்படி செய்யலாம். இது நிச்சயமாக நன்கு வரும்.
- சர்க்கரை மட்டும் சிலர் எடுக்கும் மாவுக்கு ரெண்டு பங்கு என்று செய்வர். இனிப்பு அதிகம் வேண்டாதவர் மூணு கப் எடுக்கலாம்.
- இந்த ரெண்டாவது முறை கூட செய்ய நேரம் இல்லாதவர்கள் ரெடிமேட் அல்வா செய்யலாம். இது ஒரு ரெண்டு நாள்தான் வரும். வடிவம் கிடைக்காது. இதற்கு ஒரு கப் கோதுமை மாவுக்கு ஒண்ணரை கப் சர்க்கரை தேவை.
- ஒரு கப் மாவை ஒரு வாணலியில் நெய் விட்டு, நன்கு வாசனை வரும் வரை வறுக்கவும். நெய்க்கு அளவு இல்லை. மாவு நன்கு வறுபட வேண்டும். பக்கத்தில் ஒரு பாத்திரத்தில் நீரை கொதிக்க விடவும். மாவு வறுபட்டு நன்கு மணமாக வந்ததும், கொதி நீரை கேசரிக்கு செய்வது போல விட்டு மாவு கெட்டியானதும் சர்க்கரையையும் கொட்டி, (அடுப்பு சிம்மில் இருக்கட்டும்) கேசரி கலர், ஏலத்தூள் போட்டு சர்க்கரை நன்கு சேர்ந்து கொண்டதும் மேலே மீண்டும் கொஞ்சம் நெய் விட்டு தட்டில் கொட்டி முந்திரிப்பருப்புகளை வறுத்துப்போட்டு அலங்கரிக்கவும். இது செய்வது சுலபம். நிமிஷத்துக்குள் ஆகிவிடும். சர்க்கரையை பாகு வராமல் நேரடியாக சேர்ப்பதால் துண்டு போட வராது.

## குறிப்பு:

- பொதுவாக எல்லா அல்வாவுக்கும் நல்ல நெய் விட்டு செய்வதுதான் நல்லது. டால்டா, பசு நெய் அவ்வளவாக நன்றாக வராது.



## தேங்காய் பர்பி

...Angu Aparna

**தேவையானப் பொருட்கள்:**

தேங்காய் துருவல் - 4 கப்

சர்க்கரை - 4 கப்

பால் - ½ கப்

ஏலக்காய்த் தூள் - சிறிதளவு

**செய்முறை:**

- ஒரு வாணலியை அடுப்பில் வைத்து சூடேற்றி, அதில் தேங்காய் துருவலைப் போட்டு 5 வினாடிகள் வறுத்து எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும்.
- பின் இன்னொரு பாத்திரத்தில் சர்க்கரையைப் போட்டு அதில் ஒரு கப் தண்ணீர் விட்டு, கொதிக்க வைக்க வேண்டும். தண்ணீர் கொதிக்க ஆரம்பிக்கும் பொழுது பாலை ஊற்றி சில வினாடிகள் விட்டு இறக்கி எடுத்துக் கொள்ளவும். இதனை வடிகட்டியில் வடித்து எடுத்துக் கொள்ளவும். இப்போது வடிக்கட்டிய சர்க்கரைப் பாகை மீண்டும் கொதிக்க விடவும்.
- பால் கொதிக்க ஆரம்பித்ததும், அடுப்பை மிதமான சூட்டில் வைத்து, வறுத்து வைத்துள்ள தேங்காய் துருவலைப் போட்டு நன்றாகக் கிளற வேண்டும். தேங்காய் துருவல் சர்க்கரைப் பாகுடன் நன்றாகக் கலந்து கெட்டியாகும் வரை அடிக்கடி கிளறி விட வேண்டும்.
- கலவை சிறிது கெட்டியாகியதும் ஏலக்காய் தூளைப் போட்டு கிளறி அடுப்பை அணைக்கவும். பிறகு இதனை ஒரு நெய் தடவிய தட்டில் கொட்டி, பரப்பிக் கொள்ளவும். இது ஆறியதும் பர்பிகளாக வெட்டி எடுத்துக் கொள்ளவும்.

**குறிப்பு:**

- பர்பி மிகவும் கெட்டியாகும் வரை அடுப்பில் வைக்கக் கூடாது. ஓரளவு நன்றாக சேர்ந்தாற் போல் வந்தவுடன் இறக்கி விட வேண்டும். இல்லை என்றால் பர்பி துண்டுகள் போட வராமல் உதிரியாக இருக்கும்.
- தேங்காய் துருவும் போது மேலாகத் துருவ வேண்டும். அடி மூடியோடு சேர்த்து துருவக் கூடாது.







## ஜாங்கிரி

...Kasri66 @ Chithra

### செய்முறை:

- முழு உளுத்தம் பருப்பு ஒரு கப் என்றால் ஒரு டீஸ்பூன் பச்சரிசி தேவை. இந்தளவு பருப்பு எடுத்துக்கொண்டால் சர்க்கரை 400 கிராம் வேண்டும். அது தவிர கேசரி கலர் அல்லது ஜிலேபி கலர் பவுடர் கடையில் கிடைக்கும். ஏலத்தூள் வேண்டாம், ரோஸ் எசென்ஸ் போடலாம்.
- உளுந்தையும் அரிசியையும் அரை மணி நேரம் ஊற வைத்து கிரைண்டரில் தண்ணீர் விடாமல் வெண்ணெய் போன்று நைசாக அரைக்க வேண்டும். இந்த மாவு தண்ணீரில் போட்டால் பந்து போல மேலே மிதக்கும். மாவை வழிக்கும் முன் கொஞ்சம் ஜாங்கிரி கலர் சேர்க்கவும்.
- இனி ஒரு வாய்கன்ற பாத்திரத்தில் சர்க்கரையைப் போட்டு மூழ்கும் வரை நீர் விட்டு சர்க்கரை கரைந்ததும் அழுக்கெடுத்து ஒரு கம்பிப் பாகு காய்ச்சவும்.
- பாகு வந்ததும் அதிலும் கொஞ்சம் ஜாங்கிரி கலர் பொடி சேர்த்து ரோஸ் எசென்சும் சேர்த்து இறக்கவும். இனி ஒரு அடி தட்டையான கடாய் அல்லது ஒரு பிரஷர் பேனில் எண்ணெய் விட்டு நன்கு காய விடவும்.
- ஜாங்கிரி ரெட் இருந்தால் அதை உபயோகிக்கலாம். இல்லாவிட்டால் ஒரு கனமான பாலிதீன் கவர் எடுத்து அதில் மாவைப் போட்டு மேலே ஒரு ரப்பர் பாண்ட் போட்டு இருக்கக் கட்டி, ஒரு முனையை கத்திரித்து பிழியவும். நடுவில் ஓட்டை விட்டு சுற்றிலும் வளைய வளையமாகப் பிழியவும். எண்ணெய் நன்கு காய்ந்ததும் அடுப்பை நிதானமாக வைக்கவும்.
- Induction stove இருந்தால் ஒரே temperatureஇல் வைக்கலாம். ஜாங்கிரி திருப்பும் கம்பி இருந்தால் அடிப்பக்கம் மேலாகத் திருப்பி, வெந்ததும் பாகில் போட்டு (அஞ்ச நிமிடம் வைத்திருந்து) ஒரு தாம்பாளத்தில் எடுத்து வைக்கவும்.

### குறிப்பு:

- ஒரு ஜாங்கிரி பிழிந்து, பக்கத்திலேயே இன்னொன்று பிழிந்தால் கலையாமல் இருக்கும். இதற்கு அடி தட்டையான வாணலி தான் வேண்டும்.





## Sakthi's Kitchen | Homemade Fruit Jam

### தேவையானப் பொருட்கள்:

தக்காளி - 1 கிலோ

காரட் - 1/2 கிலோ

சர்க்கரை - 2 கிலோ

வாழைப்பழம் - 5 (நன்கு பழுத்தது)

அன்னாசிப்பழம் - 4 (ஸ்லைஸ்)

பலாச்சுளை - 6

ஆப்பிள் - 2

மாம்பழம் - 1

பேரிட்சை - 5 துண்டுகள்

### செய்முறை:

- தக்காளியை நன்கு வேகவைத்து அரைத்துக்கொள்ளுங்கள்.
- அரைத்த விழுதை வடிகட்டி சாறு எடுத்துக்கொள்ளுங்கள்.
- கேரட்டை நன்றாக வேகவைத்து தனியே எடுத்து வைத்துக்கொள்ளவும்.
- மிக்குியில் அனைத்து பழங்களையும் நீர் விடாது அரைத்து ஒன்றாக வைத்துக்கொள்ளுங்கள்.
- அடி கனமான பாத்திரத்தை அடுப்பில் வைத்து சர்க்கரை கரையும் அளவு தண்ணீர் விட்டு பாகு காய்ச்சிக் கொள்ளவேண்டும்.
- பின் அதில் அரைத்த தக்காளி சாறு, வேகவைத்து அரிந்து வைத்துள்ள கேரட் மற்றும் அனைத்து பழக் கூழையும் சேர்த்து விட்டு நன்றாகக் கிண்டியபடியே இருக்கவும்.
- நன்கு கொதித்தவுடன் அடுப்பை மிதமாக வைத்து மேலும் சற்று நேரம் கிளறியபடியே இருக்கவும்.
- ஜாமின் பதம் வந்தவுடன் இறக்கி ஆற வைத்து, நல்ல டப்பாவில் போட்டு வைத்துக்கொள்ளுங்கள்.
- தண்ணீர் பட்டு விடாமல்





## Madhumathi's Kitchen

### தொண்டக்காய்(கோவக்காய்) துவையல்

**தேவையானப் பொருட்கள்:**

பழுத்த தொண்டக்காய்  
(கோவக்காய்) - 6 அல்லது 7  
தக்காளி - 2 இரண்டு  
பச்சை மிளகாய் -  
தேவைக்கேற்ப  
உப்பு - தேவைக்கேற்ப



**செய்முறை:**

- வாணலியில் சிறிதளவு எண்ணெய் சேர்த்து அதில் தக்காளி மற்றும் தொண்டக்காய் சேர்த்து வதக்கவும்.
- நன்றாக வதங்கிய பிறகு சிறிது நேரம் ஆற விடவும். பிறகு பச்சை மிளகாய், மிளகளவு புளி மற்றும் உப்பு சேர்த்து அரைக்கவும்.
- தொண்டைகாய் துவையல் ரெடி. சாதத்துடன் கலந்து சாப்பிட்டால் மிகவும் ருசியாக இருக்கும்.



Image credit: Jeyashris Kitchen





## Mahi's Kitchen தூத் பேடா

### தேவையானப் பொருட்கள்:

பால் பவுடர் - 1 கப்  
கன்டன்ஸ்ட் மில்க் - 1/2 டின்  
வெண்ணெய் - 3 டேபிள் ஸ்பூன்  
பால் (அ) கிரீம் - 1/4 கப்  
ஏலக்காய் தூள் - 1/4 டீஸ்பூன்

மஞ்சள் புட் கலர் - ஒரு சிட்டிகை  
(விருப்பப்பட்டால்)  
ஒன்றிரண்டாக பொடித்த பிஸ்தா (அ)  
பாதாம் - சிறிதளவு

### செய்முறை:

- முதலில் ஒரு நான்ஸ்டிக் கடாயை அடுப்பில் வைத்து அதில் வெண்ணெயைப் போட்டு உருக்கி, அடுப்பை அணைத்து விட்டு கீழே இறக்கி, அதில் பிஸ்தா, பாதாம் தவிர அனைத்துப் பொருட்களையும் சேர்த்து கட்டியில்லாமல் நன்றாகக் கலந்து, மீண்டும் அடுப்பில் வைத்து மிதமான தீயில் அடி பிடிக்காமல் கிளறிக் கொண்டே இருக்கவும்.
- கலவை நன்றாக வெந்து கடாயில் ஒட்டாமல் சுருண்டு வந்ததும் அடுப்பை அணைத்து விட்டு கீழே இறக்கி சிறிது நேரம் ஆற விடவும்.
- கை பொறுக்கும் சூட்டில் ஆறியதும் உள்ளங்கையில் சிறிதளவு நெய் தடவிக்கொண்டு தேவையான அளவில் கலவையை எடுத்து உருட்டி நடுவில் லேசாக அழுத்தி விட்டு பொடித்த பிஸ்தா (அ) பாதாம் பருப்புகளை வைத்து அலங்கரித்துப் பரிமாறவும்.
- கடையில் வாங்கிய சுவையைப் போலவே வீட்டிலேயே தயாரித்த வாயில் போட்டாலே கரையக்கூடிய சுவையான தூத் பேடா சுவைக்கத் தயார்.

### குறிப்பு:

- விருப்பப்பட்டால் பாலில் ஊறவைத்த குங்குமப்பூவையும் சேர்த்துக்கொள்ளலாம்.
- அனைத்துமே பால் பொருட்கள் என்பதால் கவனமாக அடுப்பை மிதமான தீயில் வைத்து கை விடாமல் கிளறிக்கொண்டே இருக்க வேண்டும்.
- நான் இதற்கு 5% மில்க் கிரீம் சேர்த்து செய்தேன்.





## Ramya's Kitchen Crispy Fried Chicken

### Ingredients:

|   |                                    |
|---|------------------------------------|
| Egg - 1                                 | Chilli powder - 1 tsp              |
| Milk - 4 tbsp                           | Onion powder - 1 tsp(optional)     |
| Chicken - 1 cup(cut into medium pieces) | Garlic powder - 1 tsp(optional)    |
| All purpose flour(maida) - 1/2 cup      | Bread crumbs - 1/2 cup             |
| Salt - To taste                         | Vegetable oil - As per requirement |
| Black pepper powder - 1 tsp             |                                    |

### Method:

- In a bowl, combine milk and egg (slightly mix, don't beat more).
- In other bowl, take all purpose flour. In that add chilli powder, pepper, salt (onion, garlic powder is optional) and mix it well.
- In a plate, take some bread crumbs.
- First take one piece of chicken dip it in egg mix, then in all purpose flour, again dip it in egg mix, finally roll it in bread crumbs and keep it in a plate.
- Like this all the chicken pieces we have to do and keep it in a plate.
- In a pan pour oil, after it gets heated, keep the stove in medium flame, now fry the coated chicken.
- Cook until the coating gets brown.
- Drain on a paper towel-lined platter.
- Serve immediately.
- It will be very tasty and crispy. Children Love this dish.





## Deepika's Kitchen

### பிரட் அடை

#### தேவையானப் பொருட்கள்:

பிரட் - 10

வெங்காயம் - 2

தக்காளி - 2

பச்சை மிளகாய் - 3

மஞ்சள் தூள்

மிளகாய் தூள்

கரம் மசாலா - சிறிதளவு

உப்பு - தேவையான அளவு

எண்ணெய் - தேவையான அளவு

#### செய்முறை:

- ஒரு கடாயில் சிறிதளவு எண்ணெய் ஊற்றி வெங்காயம் சேர்த்து வதக்கவும். வதங்கியதும் தக்காளி சேர்த்து வதக்கவும். தக்காளி வதங்கும் போது சிறிதளவு உப்பு சேர்த்தால் விரைவில் வதங்கி விடும்.
- அதில் சிறிதளவு மஞ்சள் தூள், மிளகாய் தூள், கரம் மசாலா, உப்பு சேர்த்து வதக்கவும். பிறகு அதை இறக்கி வைத்து ஆற விடவும்.
- பிரட்களை தண்ணீரில் போட்டு எடுத்து வைத்துக் கொள்ளவும்.
- அந்த பிரட்களை வதக்கிப் போட்டு நன்றாக உருண்டைப் பிடித்து வைத்துக் கொள்ளவும்.
- ஒரு தவாவில் எண்ணெய் ஊற்றி இந்த உருண்டைகளை வடை போல தட்டிப்போட்டு சுட்டு எடுக்கவும்.







## Suji's Kitchen

### Vathakulambu

#### Ingredients:

Small onion - 20 - 25 nos  
Garlic pods - 10  
Sunda Vathal - 4 tsp  
Curry leaves  
Kulambu powder  
Jaggery  
Oil  
Mustard seeds  
Urad dal  
Fenugreek  
Asafoetida  
Salt  
Coconut (Optional)  
Tamarind



#### Method:

- Fry the vathal in oil and keep aside.
- Fry onion, garlic, curry leaves, coconut (optional).
- Grind the fried items with half of sunda vathal.
- Add oil in a pan. Add mustard, urad dal, fenugreek and asafoetida.
- Add the paste, kulambu powder, tamarind extract, salt and allow to boil.
- When the oil gets separate, add some jaggery and remaining vathal.





## N.Sitalakshmi - Writer

**Q:** நீங்க எப்படி உங்க கதைகள்ல வற்ற பெண்களோட மனசு மட்டும் எழுதாம, ஆண்களோட உணர்வுகள், அவர்களின் நினைப்பையும் சேர்த்து சொல்கிறீர்கள்... அதுவும் அதுவும் எந்தவித குறைவின்றி...? கனமான கருக்களம் எங்கிருந்து எடுக்கிறீர்கள்?

**Ans:** ஆண் மனசு... பெண் மனசு என்று இரண்டு வகை இல்லை. மனித மனம் என்று ஒரு வகை தான்! அதனால் அந்த சூழ்நிலையில் ஒரு நல்லவன் எப்படி நினைப்பான்... ஒரு கெட்டவன் எப்படி நினைப்பான் என்ற கற்பனை மட்டுமே! ஆழமான கரு... நாட்டில் நடக்கும் விஷயங்கள் தான் கரு! *I write things, I hear... I read... I see!*

**Q:** கதை எழுத என்ன என்ன தகுதிகள் தேவை என்று நீங்கள் நினைக்கிறீர்கள்? புதியதாக ஒருவர் கதை எழுத வேண்டுமென்றால் அவர்களுக்கு உங்களின் அறிவுரை என்ன?

**ANS:** கதை எழுத, “நீங்கள் நீங்களாகவே புதுமையாக யோசியுங்கள்”, அது போதும். வேறெந்த தகுதியோ, அறிவுரையோ தேவை இல்லை என்பது என்னுடைய கருத்து!



**Penmai  
Celebrity  
Talkshow**



# Raks Anand - Blogger

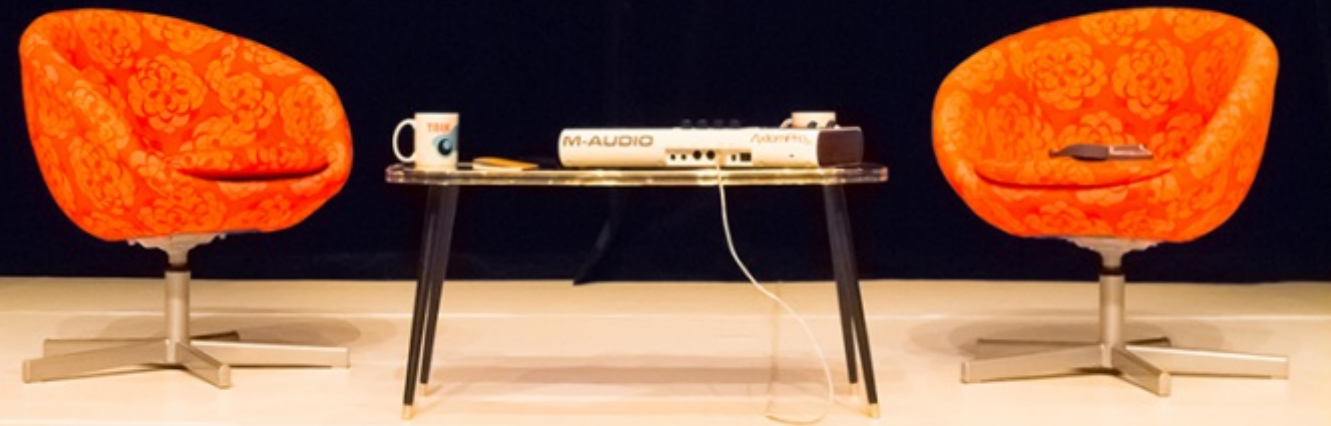
**Q: How many times do you try a recipe before blogging?**

**Ans:** Apart from the authentic recipes and usual recipes, the new recipes, if it turns out good, I post immediately. If I am not confident about the method and taste - that is - if I make it up and bring the taste, I will try again to make sure it comes out perfect and then only post. Because, I always care about reader friends -they should try and get it right, otherwise, my name only will get spoiled right

**Q:** யாரவது உங்களுடன் சந்தேகம் கேட்டால் நீங்கள் அந்த உணவை செய்து பார்த்து, உறுதிபடுத்திக் கொண்ட பிறகு தான் பதில் கொடுப்பீர்களா அல்லது இதுவரை செய்து பார்த்த அனுபவத்தை வைத்து பதில் சொல்வீர்களா?

**Ans:** Since I try and post the recipes with step by step pictures and procedure, I will be double sure about the recipes, so I can clear their doubts by asking them back some questions.

என்னை ஒரு கேள்வி கேட்டால் நான் நான்கு கேள்விகள் கேட்பேன். அதிலிருந்தே அவர்கள் செய்த தவறு தெரிந்து விடும். So I can clear it.







## உடம்பில் அடியடால் உடனடி சிகிச்சைகள்

 gowrymohan



நம் உடம்பில் இருக்கும் எலும்புகள் ஆரோக்கியமாக இருந்தால் தான் நாம் சுறுசுறுப்பாக அன்றாடப் பணிகளை குறைவின்றி செய்து முடிக்க முடியும். எனவே எலும்பு தொடர்பான பிரச்சினைகளில், பிறகு பார்த்துக்கொள்ளலாம் என்று அசட்டையாக இருக்கக்கூடாது.



உடனுக்குடன் டாக்டரை பார்த்து ஆலோசனை பெற்று எலும்புகளில் ஏற்பட்டுள்ள பிரச்சினைகளை தீர்த்துவிட வேண்டும். இது தொடர்பான டிப்ஸ்களை பிரபல மருத்துவர் கமலி ஸ்ரீபால் வழங்கியுள்ளார். உங்கள் காலில் சுளுக்கா? அல்லது சற்று பலமான அடியா? PRICE முறையை கையாளுங்கள்.



*P - Protection  
R - Rest  
I - Ice  
C - Compression  
E - Elevation*



*Protect - பாதுகாத்தல் - பாதிக்கப்பட்ட இப்பகுதியினை மேலும் பழுதாகாமல் பாதுகாத்தல் வேண்டும்.*

*Rest - ஓய்வு - 48-72 மணிநேரம் அதாவது 2 முதல் 3 நாட்கள் பாதிக்கப்பட்ட பகுதிக்கு ஓய்வு கொடுங்கள்.*



*Ice - ஐஸ் கட்டி - குளிர் ஒத்தடம் 2 முதல் 3 நாட்களுக்கு கொடுங்கள். உடைத்த ஐஸ் கட்டிகளை ஒரு டவலிலோ அல்லது பாலித்தீன் கவரிலோ பாதிக்கப்பட்ட பகுதியில் சுமார் 15 நிமிடங்கள் ஒத்தடம் கொடுங்கள்.*



இதனை நாள் ஒன்றுக்கு 4 – 5 முறை செய்யுங்கள். ஐஸ் பையினை அப்படியே பாதிக்கப்பட்ட பகுதி மீது வைத்து விடாதீர்கள். இது அதிக குளுமையினால் காயத்தை ஏற்படுத்தும்.

**Compress** - அழுத்தம் - எலாஸ்டிக் அல்லது பேன்டேஜ் கொண்டு அதிக இறுக்கம் இல்லாமல் சுற்றி விடுங்கள். இது ரத்த ஓட்டத்தினை தடை செய்யும்படி இருக்கக்கூடாது. இரவு தூங்கப் போவதற்கு முன் அதனைக் கழட்டி விடுங்கள்.

**Elevation** - காலை சற்று உயர வைத்தல். இரண்டு தலையணை வைத்து காலை அதன் மீது தூக்கி வைத்துக் கொள்ளுங்கள்.

அடிபட்ட மூன்று நாட்களுக்குள் குடு ஓத்தடம், மசாஜ், அடிபட்ட இடத்தில் வெந்நீர் ஓத்தடம் கொடுத்தல் போன்றவை பாதிப்பினை அதிகப்படுத்தி விடும்.

**நீங்கள் கீழே விழுந்து விட்டீர்களா?**

**எலும்பு முறிவு என அச்சமாக இருக்கிறதா? அதற்கான அறிகுறிகள்:**

- தாங்கமுடியாத வலியும், வீக்கமும்.
- மாறுபட்ட நிறம்.
- நகர்த்த முடியாமை, நகர முடியாமை.
- அடிபட்ட இடத்தில் வித்தியாசமான வளைவு, தொய்வு. உடனடியாக எலும்பு மருத்துவரை அணுகவும்.

**எலும்பின் அதிசயம்!**

உடலில் உள்ள 206 எலும்புகளில் பாதிக்கு மேல் கை, கால்களில் தான் உள்ளன. 52 எலும்புகள் பாதங்களில் உள்ளன.

ஒருவரின் வாழ்நாளில் ஒவ்வொரு பாதமும் பூமியை, சுமார் 10 மில்லியன் முறை தரையில் தொடுகின்றது (நடப்பது, ஓடுவது, குதிப்பது) இவை அனைத்தும் இதில் அடங்கும்.

முகத்தில் 14 எலும்புகளும், 54 எலும்புகள் இரண்டு கைகளிலும் உள்ளது. காதில் உள்ள எலும்பு மிக மிகச் சிறியது. 2.5 மில்லி மீட்டர் நீளம் உடையது.

எந்த உடற்பயிற்சி, இதயத் துடிப்பினை கூட்டி, ரத்த ஓட்டத்தினை தூண்டி நன்கு மூச்சு விடச் செய்கின்றதோ, அதனை ஏரோபிக்ஸ் என்கிறோம். இது இசையோடு ஒத்துச் செய்யப்படுவதால், மனதினையும் மகிழ்ச்சியாக வைக்கின்றது.

**இவ்வகையான உடற்பயிற்சி...**

- இருதயம், ரத்த ஓட்டம், நுரையீரலை சீர் செய்கின்றது.
- உடல் எடை குறைய உதவுகின்றது.
- உடல் இயக்கம் எளிதாகின்றது.
- சதைகள் ஆரோக்கியத்துடனும், இளமையுடனும் இருக்கின்றன.
- எலும்பின் உறுதி நிலைக்கும்.





# தேடலும் திணிப்பும்

...ஏகன் @ Arunkumar S.K

என் நண்பர் ஒருவர் தான் எழுதியதாக ஒரு வாசகத்தை காண்பித்தார். அது “என் தேடல் பணத்தை நோக்கியதாக இருப்பதாலேயே நான் உதவாக்கரை எனப்படுகிறேன்”.

இந்த வரிகளில் தெரியும் வழிகள் அவர் காயத்தின் ஆழத்தை தெரியப்படுத்துகிறது. இது பொன்மொழி அல்ல இளைஞர்களின் ‘ஸ்டேட்மென்ட்’.

இளைஞர்கள் மட்டுமல்ல, உலகில் உள்ள ஒவ்வொருவருக்கும் ஏதோ ஒரு தேடல் இருக்கவே செய்கிறது. ஆனால் நமக்கு இருக்கும் தேடலில் முக்கால் பங்கிற்கு மேல் திணிப்பால் வந்த தேடல் தான்.

நீங்கள் விரும்பினாலும் விரும்பாவிட்டாலும் பணத்தை நோக்கி ஓடியே தீர வேண்டும். பணம் மட்டுமல்ல, எதுவும் உங்களின் தேடலால் நடைபெறுவதில்லை. நாம் வியர்க்க விறுவிறுக்க தேடிப் பெறுவதை இயல்பாக செய்யவில்லை. ஒரு கட்டாயத்தால் செய்கிறோம். ஆனால் நம்மை அறியாமலே செய்கிறோம்.

தேடலுக்கும் திணிப்பிற்கும் இடையேயான வித்தியாசத்தை நம்மால் உணர முடியவில்லை. உணரவிடாமல் தடுக்கப்பட்டுளோம். இப்போது சிந்தித்து பாருங்கள், நீங்கள் ‘எதையோ’ தேடிக்கொண்டிருக்கிறீர்கள். அது; பணமாகவோ, அரசாங்க வேலையாகவோ, அமெரிக்க மாப்பிள்ளையாகவோ கூட இருக்கலாம். அந்த தேடல்கள் உண்மையிலேயே நீங்களாக உண்டாக்கிக் கொண்டதா? அல்லது யாரோவின் திணிப்பா?

சட்டென்று பதில் சொல்லுகையில் “நான் தான்” என்று சொல்லுவோம். ஆனால் அது நிஜமல்ல.

எடுத்துக்காட்டாக, கல்லூரி இறுதி ஆண்டில் உங்களுக்கு அமெரிக்காவில் அதிக சம்பளத்தில் வேலை கிடைப்பதாகக் கொள்வோம். அதே சமயம் நீங்கள் சுயதொழில் செய்ய ஆசைப்படுகிறீர்கள். இப்போது உங்களால் என்ன செய்ய முடியும் என்று நினைக்கிறீர்கள்? எதுவும் முடியாது. உங்களின் ஆசையைப் புதைக்கச் சொல்லி உங்களைச் சுற்றி ஒரு கூட்டம்







நச்சரித்துக் கொண்டே இருக்கும்.

நன்றாகப் படித்து அதிக சம்பளம் வாங்கும் இளைஞன் மாற்றுத் திறனாளி பெண்ணையோ, விதவையையோ திருமணம் செய்து கொள்ள நினைப்பதாகக் கொள்வோம். இப்போது அவரின் விருப்பம் நிறைவேறுமா? பணத்திற்கும், பெருமைக்கும் எதிராக உங்கள் தேடல் இருக்குமேயானால் அதற்கு இருமடங்கு எதிர்ப்பு எதிர்பக்கம் எப்போதும் இருக்கும்.

பள்ளி முடித்த ஒரு இளைஞன் என்ன படிக்க வேண்டும் என்ற ஒரு திணிப்பு ஒவ்வொரு ஆண்டும் நடந்து கொண்டே இருக்கிறது. ஆனால் அவை 'வழிகாட்டுதல்' என்னும் பெயரில் நடந்து கொண்டிருக்கிறது. உங்களுக்கும் எனக்கும் அது வேறு வேறு பெயர்களில் நடக்கிறது அவ்வளவே.

சுதந்திரத்திற்கு எதிர் பதம் அடிமைத்தனம் இல்லை, திணித்தல்.

ஒரு இளைஞன் 'இளங்கலை தமிழில்' சேருவது எவ்வளவு கடினம் என்று நான் சொல்லி உங்களுக்குத் தெரிய வேண்டியதில்லை. ஏன்? தமிழ்நாட்டில் தமிழ் கற்பதை எல்லோரும் எதிர்க்கிறார்களா? இல்லை. சமுதாயம் செய்யும் திணிப்பானது தமிழுக்கு எதிரானதல்ல. அது தமிழ் கற்பதால் பணம் சம்பாதிக்க இயலாது என்பதால்.

நீங்கள் வேட்டி கட்டவோ, சிறு உணவகங்களில் சென்று சாப்பிடவோ, செல்போன் இல்லாமல் இருக்கவோ, தமிழ் புத்தகம் படிக்கவோ கூட உங்களுக்கு சுதந்திரம் இல்லை.

உங்கள் உணவில் தொடங்கி உடை, இருப்பிடம் என எல்லாவற்றிடிலும்





திணிப்பானது உங்களை அறியாமல் நடந்துகொண்டே தான் இருக்கிறது.

இந்த சமுதாயத்தில் நீங்கள் சுதந்திரமாக இருப்பதாக எண்ணிக் கொண்டிருக்கிறீர்களா? விருப்பமானதைச் செய்வதாக எண்ணி மகிழ்ச்சி கொள்கிறீர்களா? இல்லை. இவை எல்லாம் திணித்தலின் வடிவங்கள்.

நீங்கள் என்ன வேலை செய்ய வேண்டும், என்ன படிக்க வேண்டும், யாரை திருமணம் செய்ய வேண்டும், என்ன உடை அணிய வேண்டும், வாகனம் எப்படி இருக்க வேண்டும், உங்களின் செல்போன் கம்பெனி எதுவாக இருக்க வேண்டும் என சர்வமும் திணிக்கப்பட்டதே.

நீங்கள் எதை சுயமாக செய்வதாக நினைக்கிறீர்களோ அதை நீங்களாக செய்யவில்லை. இந்த சமூகம் சாவி கொடுத்த பொம்மை போல உங்களைச் செயல் பட வைக்கிறது.

உங்களின் செல்போன் 'உள்ளங்கையின் நீளம்' இருப்பதே சிறந்தது. அதுவே மகிழ்ச்சி என்று உங்களை இந்த சமூகம் நம்ப வைத்துள்ளது. இன்னும் எவ்வளவோ. இவ்வளவு ஏன் நீங்கள் அணியும் உள்ளாடை முதல் உங்களுடைய வாழ்க்கைத் துணை வரை அனைத்தும் திணித்தலே.

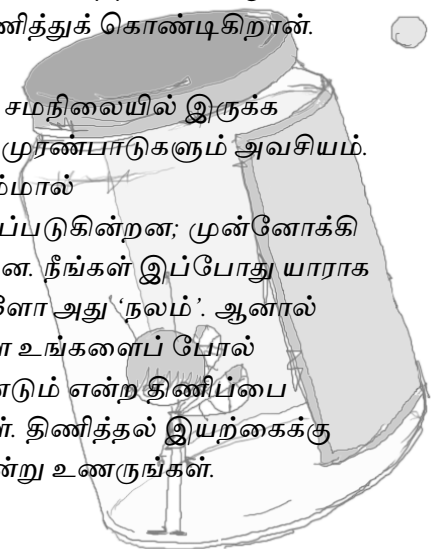
நீங்கள் இந்திய நிறுவனம் தயாரிக்கும் குளிர் பானங்களை அருந்துவதையோ, செல்போன் இல்லாமல் இருப்பதையோ இந்தச் சமூகம் கேவலம் என்கிறது. இயலாமையின் குறியீடாகக் காண்கிறது. நாம் தொட்டியில் இட்ட மீன் போல வாழ்கிறோம். உங்களைச்சுற்றி எல்லாம் இருப்பது போல உள்ளது. ஆனால் எதுவும்

நீங்கள் வடிவமைத்ததல்ல. நீங்கள் விரும்பியது அல்ல. ஆனால், "இதுவே நீங்கள் விரும்பியது", "இதற்காகவே நீங்கள் வாழ்கிறீர்கள்" என்று எதையோ நம்பவைத்து அதையே தருகிறது.

உங்களுக்குள் தேடல் இருப்பதாக நினைத்து கொண்டிருக்கிறீர்களா? இதற்கு "ஆமாம்" என்று பதில் சொல்லும் பலபேர் ஏமாற்றப்பட்டவர்களே. ஆம், அது அவர்களின் தேடல் அல்ல. அவர்களுக்குள் திணிக்கப்பட்டதைத் தேடிய ஓட்டம் அது. திணிதலில் இருந்து நீங்கள் தப்பிக்க வேண்டுமானால், உங்கள் வாழ்க்கையை வாழவேண்டும் என்றால் இரண்டு விஷயங்களை செய்யவேண்டும். ஒன்று நிறைய வாசிக்க வேண்டும் (வாசிக்கத் தொடங்குங்கள்); இரண்டு, வாழ்வின் தேடல் பணத்தை நோக்கியதாக இருக்க வேண்டியதில்லை என்று உணர்வது.

இந்த உலகம் ஒரு கதம்பம். எந்த ஒரு ரோஜாப்பூவும் மற்ற பூவை ரோஜாவாக மாறச் சொல்லுவதில்லை. எந்த ஒரு சிங்கமும் மற்ற விலங்குகளை சிங்கமாக மாற உந்துவதில்லை. மனிதன் மட்டும் முட்டாள்தனமாய் மற்றவரின் மீது தன்னைத் திணித்துக் கொண்டிருக்கிறான்.

இந்த உலகம் சமநிலையில் இருக்க வேறுபாடும் முரண்பாடுகளும் அவசியம். அவையே நம்மால் நிலைநிறுத்தப்படுகின்றன; முன்னோக்கி நகர்த்துகின்றன. நீங்கள் இப்போது யாராக இருக்கிறீர்களோ அது 'நலம்'. ஆனால் மற்றவர்களை உங்களைப் போல் இருக்கவேண்டும் என்ற திணிப்பை செய்யாதீர்கள். திணித்தல் இயற்கைக்கு எதிரானது என்று உணருங்கள்.





குறள் பால்: அறத்துப்பால்  
குறள் இயல்: இல்லறவியல்  
அதிகாரம்: அடக்கம் உடைமை

126. ஒருமையுள் ஆமைபோல் ஐந்தடக்கல் ஆற்றின்  
எழுந்மையும் ஏமாப் புடைத்து.

விளக்கம் :

ஆமை தன் நான்கு கால், ஒரு தலை ஆகிய ஐந்து உறுப்புகளையும் ஆபத்து வரும்போது ஒட்டுக்குள் மறைத்துக் கொள்வது போல, ஒருவன் தன் ஒரு பிறப்பில் மெய், வாய், கண், மூக்கு, செவி ஆகிய ஐந்து பொறிகளையும் அறத்திற்கு மாறான தீமை வரும்போது அடக்கும் ஆற்றல் பெறுவான் என்றால், அது அவனுக்குப் பிறவி தோறும் ஏழு பிறப்பிலும் - அரணாக இருந்து உதவும்.

**Explanation :**

Should one throughout a single birth, like a tortoise keep in his five senses, the fruit of it will prove a safe-guard to him throughout the seven-fold births.

127. யாகாவா ராயினும் நாகாக்க காவாக்கால்  
சோகாப்பர் சொல்லிழுக்குப் பட்டு.

விளக்கம் :

எதைக் காக்க முடியாதவரானாலும் நா ஒன்றையாவது காத்துக் கொள்ள வேண்டும். முடியாது போனால் சொல்குற்றத்தில் சிக்கித் துன்பப்படுவர்.

**Explanation :**

Whatever besides you leave unguarded, guard your tongue; otherwise errors of speech and the consequent misery will ensue.

128. ஒன்றானுந் தீச்சொல் பொருட்பயன் உண்டாயின்  
நன்றாகா தாகி விடும்.

விளக்கம் :

தீய சொற்களின் பொருளால் பிறர்க்கு வரும் துன்பம் சிறிதே என்றாலும் அந்தக் குறை ஒருவனிடம் இருந்தால் அவனுக்குப் பிற அறங்களால் வரும் நன்மையம் தீமையாகப் போய்விடும்.

**Explanation :**

If a man's speech be productive of a single evil, all the good by him will be turned into evil.

129. தீயினாற் சுட்டபுண் உள்ளாரும் ஆறாதே  
நாவினாற் சுட்ட வடு.

விளக்கம் :

ஒருவனை மற்றொருவன் தீயால் சுட்ட புண் உடம்பின்மேல் வடுவாக இருந்தாலும் உள்ளத்துக் காயம் காலத்தில் ஆறிப்போய்விடும். ஆனால் கொடிய வார்த்தைகளால் நெஞ்சைச் சுட்ட வடு அதில் புண்ணாகவே கிடந்து ஒரு நாளும் ஆறாது.

**Explanation :**

The wound which has been burnt in by fire may heal, but a wound burnt in by the tongue will never heal.

130. கதங்காத்துக் கற்றடங்கல் ஆற்றுவான் செவ்வி  
அறம்பார்க்கும் ஆற்றின் நுழைந்து.

விளக்கம் :

கல்வி கற்று மனத்துள் கோபம் பிறக்காமல் காத்து, அடக்கமாக வாழும் ஆற்றல் படைத்தவனை அடைவதற்கான நேரத்தை எதிர்பார்த்து அறம் அவன் வழியில் நுழைந்து காத்து இருக்கும்.

**Explanation :**

Virtue, seeking for an opportunity, will come into the path of that man who, possessed of learning and self-control, guards himself against anger.



# நீயா நானா

...Sumathisrini

அன்பு தோழமைகளுக்கு வணக்கம்.

இந்த மாத நீயா நானாவின் தலைப்பு:  
**அன்றாடம் நடக்கும் அதிகமான  
விபத்துக்களுக்கு யார் காரணம்?  
பொதுமக்களின் விதிமீறல்களா? அல்லது  
நம் அரசாங்கத்தின் ஒழுங்கற்ற  
விதிமுறைகளா?**

மனிதர்களின் மரணத்தை விளைவிக்கும்  
காரணிகளில், விபத்துக்கள் முதலிடத்தில்  
இருப்பதாக தேசிய குற்ற பதிவுகள்  
கழகம் கூறியுள்ளது.

இந்தியாவில் விபத்துக்கள்  
அதிகரிப்பதற்கு வாகன ஓட்டிகள்  
வேகமாக செல்வதே காரணம். சராசரி  
வேகத்தை விட 5 சதவீதம் அதிகவேகத்தில்  
செல்பவர்களுக்கு விபத்தினால் காயம்  
ஏற்படும் வாய்ப்பு 10 சதவீதமும், மரணம்  
சம்பவிக்கும் அபாயம் 20 சதவீதமும்  
அதிகரிக்கும் என ஒரு அறிக்கையில்  
கூறப்பட்டுள்ளது.

விபத்து நடப்பதற்கு, சூழ்நிலை  
மட்டுமே காரணம் இல்லை. மனம்

மற்றும் உடல்நிலைதான் முக்கிய  
காரணம். பெரும்பாலான விபத்துக்கு  
அதிவேகம், மது அருந்திவிட்டு வாகனம்  
ஓட்டுதல், சீட் பெல்ட் அணியாதது,  
கவனச்சிதறல் ஆகியவையே மிக முக்கிய  
காரணங்கள்.

இந்தியாவில் ஆண்டுக்கு 1.42 லட்சம்  
பேர் விபத்தில் உயிர் இழக்கின்றனர்.  
ஐந்து லட்சத்துக்கும் மேற்பட்டவர்கள்  
காயம் அடைகின்றனர். இதில் அதிக  
அளவில் விபத்து ஏற்படுவதற்கு வாகனம்  
ஓட்டும் நேரத்தில் ஏற்படும்  
கவனச்சிதறலே முக்கிய காரணம். கவனச்  
சிதறல் ஏற்படுத்தும் காரணிகளில் முதல்  
இடத்தில் செல்போன் உள்ளது.

விபத்துக்கள் நடப்பதற்கு யார் காரணம்?  
மனிதத் தவறுகள்தானே. விபத்தில்  
பாதிக்கப்படும் இருவரில் ஒருவர்தான்  
அந்த மீறலைச் செய்திருப்பார். அவரிடம்  
கேட்டால், “போய்விடுவார் என்றுதான்  
நான் நினைத்தேன்” என்பார்.  
அடிபட்டவரிடம் கேட்டால்,  
“அவன்தான் நான் கிராஸ் செய்வதற்குள்  
மோதி விட்டான்” என்பார். இது முதல்





வகை விபத்துக்கள்.

இரண்டாம் வகை விபத்துக்கள்...  
சாலைகள் சரியில்லாமல் பல்லை  
இளித்துக் கொண்டிருப்பது.

ரோட்டோரமாக இருக்கின்ற கடைகளை  
விரிவுபடுத்துகிறோம் என்று சொல்லி  
நாள்கணக்கில் மணலையும்,  
செங்கல்லையும் ரோட்டோரமாக கொட்டி  
வைக்கிறார்கள். சாப்பிடக்கூட  
நேரமில்லாமல் அரக்கப் பரக்க ஓடிக்  
கொண்டிருப்பவனுக்கு கல்லும்,  
மண்ணுமா ஒரு விஷயம். ஸ்லிப்பாகி  
கீழே விழுகிறான். அடிபடுகிறான். ஆயுசு  
கெட்டியாக இருந்தால் பிழைப்பான்.  
இல்லையெனில் மரணம் தான்.

ஆனால் இதற்கான வழியை ஏற்படுத்தி  
வைத்திருப்பது யார்? இந்த இடத்தில்  
விபத்து ஏற்பட்டது எதனால்? மணல்  
கொட்டியிருப்பதினால்தானே? அதை  
தடுத்தால் தான் என்ன?

முதலில் விபத்தே ஏற்படாமல் இருக்க  
என்ன வழி என்று யோசிக்கலாமே.  
யாருக்குமே கமிஷன் கொடுக்காமல்,  
கமிஷன் வாங்காமல் நல்லதொரு சாலை  
வசதிகளை மக்களுக்கு செய்து  
கொடுப்போம் என்ற அக்கறை  
அரசியல்வாதிகளுக்கும்,  
ஆட்சியாளர்களுக்கும் இருக்க வேண்டும்?  
விபத்துகள் பற்றிய போதிய விழிப்புணர்வு  
நம்மிடம் இல்லை. விபத்துக்களைத்  
தடுப்பதற்கான முறைகளைத்  
தெரிந்துகொள்வதன் மூலம், நம்  
பாதுகாப்பு உறுதிசெய்யப்படுகிறது.  
மேலும் இந்தத் தலைப்பு சார்ந்த நம்  
பெண்மை தோழமைகளின்  
கருத்துக்களைக் காண்போம்.

**ஸ்ரீ ராமஜெயம் @ விஸ்வநாதன்**

இந்திய நகரங்களில் உள்ள பெரும்பாலான  
நகர்ப்புற போக்குவரத்து வசதிகள்  
போதுமானதாக இல்லாமலும் மற்றும்  
சீரழிந்த நிலையிலும் காணப்படுகின்றன.  
தரம், பொது போக்குவரத்து முறை,  
தேவையான அளவிற்கு ஏற்றாற் போல்

இல்லை. இதன் விளைவாக,  
விரும்பத்தகாத வகையில் இரு சக்கர,  
மூன்று சக்கர, நான்கு சக்கர, ஆறு சக்கர  
மற்றும் பத்து சக்கர ஆகிய போக்குவரத்து  
வாகனங்கள் விரைவான வேகத்தில்  
வளர்ந்து வருகிறது. இதன் காரணமாக,  
போக்குவரத்து நெரிசல் ஏற்படுவது  
மட்டுமல்லாமல், விபத்துகளினால்,  
உயிரிழப்பும் ஏற்படுகின்றது.  
பலதரப்பட்ட வாகனங்களாலும்,  
பாதசாரிகளாலும், நெடுஞ்சாலைகளில்  
விபத்துக்கள் அதிகமாக ஏற்படுகின்றன.  
போக்குவரத்து பொறியாளர்கள்  
பாதுகாப்பான போக்குவரத்திற்கு  
வழிவகை செய்தல் வேண்டும். சாலை  
விபத்துகளை முற்றிலுமாக தடுக்க  
முடியாது. ஆனால், போக்குவரத்து  
பொறியியல் சார்ந்த நுட்பங்கள் மற்றும்  
மேலாண்மை மூலம் விபத்து விகிதத்தை  
ஒரு குறிப்பிட்ட அளவுக்கு குறைக்க  
முடியும். இதற்காக போக்குவரத்து  
விபத்துக்கள் குறித்து ஆய்வுகள்  
மேற்கொள்ளப்படல் வேண்டும்.  
விபத்துக்கள் எதனால் ஏற்படுகின்றது  
என்ற முறையான விசாரணை மற்றும்  
ஆய்வுகளை மேற்கொண்டால், அதை  
தடுப்பதற்குரிய வழிவகைகளை கண்டறிய  
உதவும்.

தற்காலிக உரிமம் வைத்திருக்கும்  
இளவயது வாகன ஓட்டுனர்கள், பார்வை  
குறைபாடு உள்ள பகுதிகளில் எந்தவித  
சமிக்ஞை (கையால் காட்டும் சிக்னல்)  
செய்யாமல் ஒரு பாதையிலிருந்து  
மற்றோர் பாதைக்கு திடீரென மாறுவதால்,  
இவ்வகையான விபத்துக்கள்  
ஏற்படுகின்றன. பாதை மாறும்  
சமயங்களில் அடிக்கடி பின்நோக்கு  
கண்ணாடிகளை உபயோகிப்பதன் மூலம்,  
இவ்வகையான விபத்துக்களை குறைக்க  
முடியும்.

**கௌரி மோகன்**

அன்றாடம் நடக்கும் வீதி விபத்துக்களுக்கு  
இரு பகுதியினரின் ஒழுங்கற்ற முறைகளே  
காரணங்களாகும் என்பது எனது கருத்து.  
பொதுமக்கள்:



- நேரத்தை திட்டமிடாது அவசரமாக வேகமாகச் செல்வது.
- நீயா நானா முந்துவது என்ற போட்டி மனப்பான்மை.
- சிறிய தூரத்துக்கும் வாகனத்தில் செல்வது.
- கௌரவம் என்று குடும்பத்தில் உள்ள ஒவ்வொருவரும் தனித்தனி வாகனம் பயன்படுத்துவது.
- கை பேசியில் கதைத்துக்கொண்டு, போதையுடன், மன சஞ்சலத்துடன் வாகனம் செலுத்துவது.

அரசாங்கம்:

- ஓட்டுனருக்கும் வாகனத்திற்கும் அனுமதிப்பத்திரம் வழங்குவது.
- சாலை விதிகளை மீறுவோரை பிடித்து விட்டுவிடுவது,
- குறைபாடுகள் உள்ள வாகனங்களை பிடித்து விட்டுவிடுவது.
- கண்ணாடி, signal light இல்லாமை; புகை கக்குவது; சத்தம் எழுப்புவது...
- வாகனங்களுக்கு ஏற்ற வகையில் பயணிகளின் எண்ணிக்கையை கட்டுப்படுத்தாமை.
- முக்கியமான சந்திகளில் கமெராக்கள் வைத்து கண்காணிக்காமை.

எனவே அரசாங்கத்தினதும் பொதுமக்களினதும் அலட்சியம் மட்டுமல்ல லஞ்ச ஊழலுமே அதிகமான வீதி விபத்துக்களுக்குக் காரணங்களாகும்.

**ரம்யா ராஜன்**

இரண்டுமே தான் காரணம். மக்கள் ஒழுங்காக விதிமுறைகளை பின்பற்ற வேண்டும் அல்லது விதி முறைகளை ஒழுங்காக பின்பற்றாத மக்களை சட்டத்தின் உதவியோடு தான் மிரட்ட வேண்டியது இருக்கிறது. அதற்கு அரசாங்கத்தின் விதிமுறைகளும் தேவை. ஆனால்... ஒழுங்கற்ற விதிமுறை அல்லது அதை முறையாக உபயோகிக்க தவறுவதும், விபத்து ஏற்படுவதற்கு காரணம் தான்.

இன்று நாட்டில் பொது மக்களின், அலட்சியம் மற்றும் பொறுமை இன்மையால் சாலை விதிகளை மீறுவதின் மூலம் நிறைய விபத்துக்கள் நடக்கிறது.

இந்தக் காலத்தில் பெற்றவர்கள் தங்கள் பிள்ளைகளை சிறு வயது முதலே சாலை விதி முறைகளை கடைபிடிக்கப் பழக்குங்கள். நாம் ஒழுங்காக சாலை விதிகளை பின்பற்றினால் தான், நம் பிள்ளைகளுக்கும் அந்த பழக்கம் வரும். நாம் அலட்சியப்படுத்தினால் அவர்களும் அவ்வாறு தான் நடந்து கொள்வார்கள். அது அவர்களுக்கே ஆபத்தாக முடியலாம்.

மக்கள், சாலை விதி முறைகளை முறையாகக் கடைபிடிக்க வேண்டும், அதே போல் அரசாங்கமும் சட்ட திட்டங்களை கடுமையாக்க வேண்டும். அப்போது தான் நம் நாட்டில் சாலை விபத்துகளில் பலியாகும் அப்பாவி மக்களைக் காப்பாற்ற முடியும்.

**ஜெயாகலைசெல்வி**

நேரம் பொன்னானதுதான். ஆனால் உயிர் அதனினும் மேலானதல்லவா? இந்த உண்மையை அனேகர் புறக்கணிப்பதால் ஏற்படும் விபத்துகள்தான் அனேகம். சமீபத்தில் ஒரு மந்திரி இறந்தது இதனால்தான். சரியானபடி திட்டமிட்டு நிதானமாக பயணிக்க வேண்டும். சீக்கிரம், சீக்கிரம் என்று அவசரப்பட்டு யமலோகத்திற்கு சீக்கிரம் போக்கூடாது. சீக்கிரம் போகவேண்டுமென்று அதிக வேகத்தில் வாகனங்களை ஓட்டும்போது பல தவறுகள் நிகழும்.

திட்டம் என்னமோ நல்ல திட்டம்தான். ஆனால் அந்த ஓட்டுநர், சனிக்கிழமை பகல் முழுவதும் வேலை செய்திருக்கக் கூடும். அவருடைய முதலாளி வரும் கிராக்கியை விட மனமில்லாமல் இந்த ஓட்டுநரையே அனுப்புவார். அவருக்கும் வேறு ஓட்டுநர் கைவசம் இருந்திருக்கமாட்டார். இந்த ஓட்டுனரும்





கிடைக்கப்போகும் அதிக ஊதியத்திற்காக இந்த வேலையை ஒப்புக்கொள்வார். நிகழ்வதென்ன? விபத்தை வெற்றிலை பாக்கு வைத்து அழைப்பதுதான்.

சாலை விதிகள் நம் பாதுகாப்பிற்காக ஏற்படுத்தப்பட்டவை என்ற எண்ணம் நம்மிடையே இல்லை.

சிறந்த நெடுஞ்சாலைகள் வளைவுகளில் பேங்க் செய்யப்படுவன. அப்போதுதான் வண்டி வளைவில் தடுமாறி வளைவைவிட்டு அகலுவது நிகழாது.

நெடுஞ்சாலைகளில் நிறைய லேன்கள் இருந்தால் வாகனங்கள் விரைவாக செல்வதோடு விபத்துக்களும் குறைகின்றன. ஆனால் ஓட்டுனர்கள் தங்கள் விதிமுறைகளை கடைபிடிக்க வேண்டும்.

## இரஃபானா

பொதுமக்களின் விதிமீறலே!!!

சாலை சரியாக பராமரிக்கப்படவில்லை என்று அறிந்தும் அனுமதிக்கப்பட்ட வேகத்தைவிட வேகமாகச் செல்வதே விபத்திற்கு முக்கிய காரணமாகும். இது ஓரிருவர் மட்டும் அல்ல. நான்சாலையில் கண்டவிதத்தில் 100க்கு 80 சதவீதம் ஓட்டுனர்கள் அதிவேகத்திலே செல்கின்றனர். இது மாற்றப்பட வேண்டியதல்லவா? படித்தவர்களும் சாலைவிதிகளை மதிக்காமல் செல்வது நாகரிகம் ஆகிவிட்டதல்லவா? நம்நாட்டின் நெடுஞ்சாலைதுறை, சாலைகளை மேம்படுத்த எடுத்திருக்கும், எடுத்துக்கொண்டு இருக்கும் முயற்சிகளைப் பற்றி நான் படித்துக்கொண்டு இருக்கும் துறையில் இருப்பதால் ஓரளவிற்கு அறிவேன். அரசாங்கத்தை மட்டும் குறை கூறிக்கொண்டு நம் மக்கள் செய்யும் விதிமீறல்களை காணாமல் விடுவது எப்படி?

லஷ்மி

விபத்து என்பது எதனால் ஏற்படுகிறது. கவனக்குறைவு, எதிலும் அவசரம், அலட்சியப் போக்கு மற்றும் இயற்கையாக நடக்கும் விபத்து போன்றவைகளால் ஏற்படுகிறது. இதில் நாம் எவ்வளவு தான் கவனமாக இருந்தாலும், நிதானமாக நடந்து கொண்டாலும் சில விபத்துக்களைத் தடுக்க முடிவது இல்லை.

ஏனெனில் சாலை பயணம், கட்டிடம் இவை எல்லாம் தனி மனிதனைச் சார்ந்து இல்லை. இவை எல்லாம் அனைவருக்கும் பொதுவான ஒரு விஷயம். அதனால் இதில் தனிமனிதன் சரியாக இருந்தாலும், அரசாங்கத்தின் விதிகள் சரியில்லாமல் இருந்தால் கண்டிப்பாக பாதிப்பு அனைவருக்கும் தான். ஒவ்வொரு மனிதனுக்கும் ஒவ்வொரு தேவைகள், அவசரங்கள் இருக்கும். அப்போது அவன் கடைபிடிக்கும் வழிமுறை அவனுக்குச் சரியாகப் படலாம். ஆனால் அது அனைவருக்கும் நன்மை பயக்குமா?

அரசாங்கம் முறையான வசதிகளைச் செய்து கொடுக்கட்டும். அதை மீறி தனி மனிதன் நடக்க முயற்சித்தால் அதற்கு தண்டனை வழங்கலாமே தவிர பொதுத்துறை அமைப்பான இவைகளுக்கு தனி மனிதனின் முயற்சி மட்டும் வெற்றியை தராது. மாறாக குழப்பத்தை ஏற்படுத்திவிடும். எனவே அனைவருக்கும் பொதுவான விதிமுறைகளை உருவாக்கி விபத்துக்கள் அற்ற இனிமையான பயணத்தை உருவாக்க தனி மனிதர்களோடு அரசாங்கமும் இணைந்து செயல்படவேண்டும்.

இந்தத் தலைப்பின் கீழ் தத்தம் விவாதங்களைப் பதிவு செய்த அனைத்துத் தொழமைகளின் கருத்துக்களும் அருமை. இதில் சிறப்பாக விவாதம் செய்து பரிசு வென்ற தோழி **ரம்யா ராஜன்** அவர்களுக்கு பெண்மையின் வாழ்த்துக்களும், பாராட்டுக்களும்.



## மனைவி என்பவள்

...Subhasreemurali

“பாட்டி நான் காலேஜ் போயிட்டு வரேன்” என ஐஸ்வர்யாவும் கிளம்ப வீடே வெறிச்சோடி இருந்தது அலமு என்கிற அலமேலு பாட்டிக்கு. இரண்டு மாதத்திற்கு முன்தான் அலமு பாட்டியின் கணவர் பரமேஸ்வர ஐய்யர் காலமானார். வயது எழுபத்தி நாலு. இருவருக்கும் நான்கு ஆண் பிள்ளைகள், இரண்டு பெண் குழந்தைகள். மாப்பிள்ளைகள், மருமகன்கள், பேரன், பேத்தி என எப்பொழுதுமே வீடு திருவிழா போல் ஜே ஜேவென இருக்கும் குடும்பம். ஆனால் எப்பொழுதும் உறவுகள் நம் கூடவே இருப்பதில்லை. மூத்த மகன் குடும்பத்தைத் தவிர மற்றவர்கள் அனைவரும் வெவ்வேறு இடத்தில் வேலைக்காரனமாக வாசம்.

பரமேஸ்வர ஐய்யர் மறைவுக்கு அனைவரும் வந்தனர். காரியம் முடிந்ததும் சென்றுவிட்டனர். முதல் முறையாக அலமு பாட்டி வீட்டில் தனிமையின் கொடுமையை உணர்ந்தார். எல்லா வேலைகளையும் மருமகளே செய்துவிட்டாள். மகனும் மருமகனும் வேலைக்கு வென்றுவிட்டனர். மூத்த பேத்திக்கு திருமணமாகி தஞ்சாவூரில் இருக்கிறாள். இளையவள் கல்லூரி சென்றுவிட்டாள். மனது கணவரை நினைத்து வாடியது. சாப்பிட்டு தூங்க வேண்டிய வேலை மட்டுமே இருந்தது.

தன் அறைக்கு வந்த பாட்டிக்கு கணவரின் பிரிவை நினைத்துப் பார்க்க நெஞ்சமே வெடித்துவிடும் போல் இருந்தது. புதியதாக மாட்டிய கணவரின் புகைப்படத்தை பார்த்து அழுதுவிட்டார் அலமு பாட்டி. “என்னா என்னையும் அழைச்சிண்டு போயிருக்கக் கூடாதா... இங்க எல்லாரும் பாசமாத்தான் இருக்கா. ஆனா நீங்க இல்லாம என்னால இருக்க முடியலன்னா” என கதறிவிட்டார். தாத்தா பதிலேதும் கூறாமல் மலர்மாலை வழியாக பாட்டியைப் பார்த்து சிரித்த வண்ணம் இருந்தார். தன்னைத் தானே சமாதானம் செய்து கொண்டார் பாட்டி. அப்பொழுது அவர் கண்ணில் பரமேஸ்வர ஐய்யரின் பச்சை நிற டிரங்குப்

பெட்டி கண்ணில் பட்டது. ஐய்யர் ஒருபோதும் அதை மற்றவர்கள் தொட அனுமதித்ததே இல்லை. பாட்டியும் கணவர் சொல்லை என்றுமே மீறியது இல்லை.

பாட்டி அலமாரியிலிருந்து துருப்பிடித்த பெட்டியை இறக்கினார். தூசித்தட்டி துடைத்தார் பெட்டியை. அதற்கு ஒரு பூட்டுகூட இல்லை. பெட்டியைத் திறந்தார். பாட்டி அதனுள் தாத்தாவின் பெற்றோரின் பழைய புகைப்படங்கள், சில கடிதங்கள் மற்றும் ப்ரோநோட்டுகள் இருந்தது. மற்றும் கொஞ்சம் சில்லறை காசு. இவற்றுக்கெல்லாம் கீழே 1960ஆம் வருட டைரி.

மூக்குக் கண்ணாடியை சரி செய்தவாறு அதைப் பிரித்துப் பார்த்தார் பாட்டி. பூச்சிகள் அரித்து பழுப்பு நிறத்தில் இருந்த காகிதங்களை சிரமப்பட்டுப் படித்தார். அதில் முதலில் அனைவருக்கும் புத்தாண்டு நல்வாழ்த்துகள் இருந்தது. பிறகு பொங்கல் வாழ்த்துக்கள். மேலும் மளிகை சாமான் பாக்கி ரூபாய் 14.25 காசு. பால் கணக்கு 3 ரூபாய் என எல்லாம் சாதாரணமாகவே இருந்தது. பாட்டி ஒவ்வொரு பக்கமாக திருப்பிக் கொண்டிருந்தார். வெற்றுக் காகிதத்தை திருப்பப் பிடிக்காமல் மூட இருந்த சமயத்தில் அந்த பக்கம் கண்ணில் பட்டது.







12 பிப்ரவரி என்ற தேதியில் ஐய்யரின் குண்டு குண்டு கையெழுத்தில், “இன்று என் இருபதாவது பிறந்தநாள். காலையில் குளித்து பட்டு வேஷ்டி, அங்கவஸ்த்திரம் அணிந்து சந்தியாவந்தனம் செய்த பிறகு அம்மா அப்பாவை நமஸ்கரித்தேன். எனக்கு பத்து ரூபாய் தானை பரிசாக அப்பா கொடுத்தார். எங்கள் வீட்டில் இருந்து பத்து நிமிட நடையில் இருக்கும் ஜம்புலிங்கேஸ்வரர் ஆலயத்திற்கு குடும்பத்தோடு சென்றோம். அப்பாவும் அண்ணனும் முன்னே செல்ல நானும் என் இரண்டு தங்கைகள் மற்றும் தம்பி பின் தொடர்ந்தோம். பின்னால் மன்னியும் அம்மாவும் வந்தார். அன்று நான் மிகவும் சந்தோஷமாக இருந்தேன். பாட்டியும் அண்ணாவின் ஐந்து மாதக் குழந்தை பிச்சுவும் வரவில்லை.

கோயிலில் என் பெயரில் அர்ச்சனை செய்யப்பட்டது. அங்கிருந்த குளத்தருகில் நாங்கள் அமர்ந்தோம். அங்கே எங்கள் பக்கத்து வீட்டு சுவாமிநாத ஐய்யர் குடும்பமும் இருந்ததை அப்பா பார்த்தவுடன் பேசச் சென்றுவிட்டார். நாங்களும் பின் தொடர்ந்தோம். அவரும் என்னை ஆசிரவதித்தார். அப்பொழுதுதான் நான் முதன்முறையாக புதிய அவதாரமாக யமுனாவை பார்த்தேன். அவள் புடவை கட்டியிருந்தாள் அவரின் இரண்டாவது மகள். பதினைந்து வயது இருக்கலாம். இத்தனை நாள் பாவாடை சட்டையில் சிறு பிள்ளையாக இருந்தவள் இன்று பெரிய பெண்ணாகக் காட்சியளித்தாள்.

காதில் ஜிமிக்கி, எட்டுகல் வைர பேசரி, ராக்கோடி மற்றும் பட்டு குஞ்சலம் போட்ட ஐடை, சேலையில் புருச் என பார்க்க டி.ஆர். ராஜகுமாரி போல் இருந்தாள்”. இதைப் படித்ததும் அலமும் பாட்டி, தாத்தாவை புகைப்படத்தின் மூலமாக ஒரு முறைமுறைத்தார்.

பாட்டி மேலும் படித்தார். “யமுனா பத்தாவது வரை படித்திருக்கிறாள். ஆங்கிலம் கூட கொஞ்சம் கொஞ்சம் தெரியுமென அவள் அப்பா கூறக் கேட்டு இருக்கிறேன். அழகாய் பாடுவாள், நடனமாடுவாள். யமுனா அலங்காரப் பிரியை. என் மனதிலும் சிம்மாசனம் போட்டு அமர்ந்துவிட்டாள். இன்றுதான் முதன்முதலில் பிறந்ததுபோல்

உணர்ந்தேன்”. இதை படிக்கையில் அலமும் பாட்டியின் கண்ணீர் டைரியில் உருண்டு தாத்தாவின் கையெழுத்தை நனைத்தது.

15 பிப்ரவரி, “யமுனா எங்கள் வீட்டுக்கு இன்று வந்தாள். அவர்கள் வீட்டில் ஏதோ விசேஷம் என அவள் வீட்டு பக்ஷணத்தை அம்மாவிடம் கொடுத்தாள். என் தங்கைகள் மற்றும் மன்னியிடமும் பேசினாள். எனக்கு அவளிடம் பேச ஆசைதான். ஆனால் ஏனோ கூச்சமாக இருந்தது. அதனால் நான் என் அறையில் இருந்தபடியே அவளைப் பார்த்தேன். “திலகா உன்கிட்ட சிவகாமியின் சபதம் கடைசி பாகம் இருக்கா?” என என் பெரிய தங்கையிடம் வினவிக் கொண்டிருந்தாள் யமுனா.

எனக்கு உடனே அவள் கேட்ட புஸ்தகத்தை வாங்கித் தர வேண்டும் என மனம் துடித்தது. அடுத்த இரண்டு நாட்கள் அலைந்து திரிந்து என் சிநேகிதன் சங்கர ராமனிடமிருந்து சிவகாமியின் சபதம் கடைசி பாகத்தை இரவலாகப் பெற்றேன்”.

18 பிப்ரவரி, “என் வீட்டில் யாருமில்லை. யமுனாவின் வீட்டில் அவளும், அவள் தம்பியும் மட்டுமே. புருஷா வெட்கப்படக் கூடாது என மனதை தைரியப்படுத்திக் கொண்டு அவள் வீட்டுக்குச் சென்றேன். யமுனாவின் தம்பி திண்ணையில் அமர்ந்து விளையாடிக் கொண்டிருந்தான். என்னைப் பார்த்ததும், “என்ன அண்ணா இந்த பக்கம்?” எனக் கேட்டான். அவனுடைய ‘அண்ணா’ என்ற வார்த்தை சுருக்கென்றது

“யமுனா இல்லயா?” எனக் கேட்டேன்.

“எதுக்கு?”

“இல்ல... இந்த புஸ்தகத்தைக் கொடுக்கணும்...”

“யாரு?” எனக் கேட்டுக் கொண்டே வெளியே வந்தாள் யமுனா. என்னைப் பார்த்ததும் புன்னகைத்தாள். “வாங்கோ உட்காருங்கோ... அப்பா வெளிய போயிருக்கா வர நாழியாகும்...”

“இதைக் கொடுக்கதான் வந்தேன்” என அவளிடம் கொடுத்தேன் புஸ்தகத்தை. யமுனாவின் மருதாணி பூசிய கைகள் அதை வாங்கின. வாங்கியவள் முகத்தில் பிரகாசம், “உங்களுக்கு எதுக்கு சிரமம்?





ரொம்ப நன்றி... சீக்கிரம் படிச்சிட்டு..."

“சிரமமெல்லாம் இல்ல... அவசரமில்ல... மெதுவா படி நான் வரேன்” எனக் கிளம்பினேன். அதற்கு மேல் அங்கிருக்க எனக்கு தைரியமில்லை. என் வாழ்க்கையில் மறக்க முடியாத நாளானது அன்று.

22 பிப்ரவரி. இன்று நாங்கள் கும்பகோணம் பயணமானோம் என் திருமணத்திற்கு பெண் பார்க்க. அப்பாவிடம் வேண்டாம் என்று கூறும் அளவு தைரியம் எனக்கு இல்லை. பெண்ணின் பெயர் அலமேலுவாம். பார்க்க சுமாராக இருந்தாள். யமுனா மாதிரி அழகு இல்லை. படிப்பு, பாட்டு, நடனம், ஆங்கிலப் புலமை எதுவும் யமுனா அளவு இல்லை. எனக்கு மனம் ஒப்பவில்லை. ஆனால் என்னை ஒருவரும் கேட்கவில்லை. அப்பாவே எல்லாம் பேசி முடித்துவிட்டார். அம்மா, மன்னி எல்லோருக்கும் பரம திருப்தி. என்னைத் தவிர அனைவரும் மகிழ்ச்சியாக இருந்தனர். “என்னடா இஞ்சி தின்ன குரங்கு மாதிரி முகத்த வெச்சிண்டு... நன்னா சிரிச்சி சம்மந்தி ஆத்துக்காராளோட பேசு” என அம்மா என்னை அதட்டினார்.

“எங்க ஆத்து பொண்ணுக்கு தமிழ் நன்னா தெரியும். வீணை அமர்களமா வாசிப்பா” என ஏதோ கூறினார். என் காதில் எதுவும் விழவில்லை. அப்பா குறித்த நாளில் எனக்கும் அலமுவுக்கும் திருமணம் நடந்தது. ஆனால் என்னால் அலமுவிடம் சகஜமாக நடந்து கொள்ள முடியவில்லை.

“இரண்டொரு மாதத்தில் யமுனாவுக்கும் திருமணம் நடந்தது. அவள் பூரண மகிழ்ச்சியோடு திருமணம் செய்துக் கொண்டாள். அது எனக்கு அதிர்ச்சி அளித்தது. அந்த கோபத்தையும் ஏமாற்றத்தையும் அலமுவிடம் காட்டினேன். என் கோபத்தைத் தாங்கி பதில் கூறாமல் மௌனமாகவே இருப்பாள். நான் தான் பித்துக்குளிப் போல் மனைவி என்பவள் யமுனாவைப் போல் இருக்க வேண்டும் என கற்பனைக் கோட்டை கட்டி இருந்தேன். எல்லாம் தரைமட்டமாகிவிட்டது”.

“இதற்கு மேல் இந்த டைரியில் எனக்கு வேலையில்லை...”

மனைவி என்பவள், நம் இஷ்டப்படி அமையமாட்டா”. அதற்கு மேல் டைரியில் வெற்றுக் காகிதங்கள் மட்டுமே புலப்பட்டது.

கண் கலங்கிய அலமுப் பாட்டிக்கு இப்பொழுதுதான் அனைத்தும் கொஞ்சம் கொஞ்சமாகப் புரிந்தது. திருமணமாகி கிட்டத்தட்ட ஒரு வருடக் காலம் தன் கணவர் தன்னை, “சரியான ஜடத்தை என தலையில் கட்டிட்டா” என எரிந்து விழுந்தது, பற்றும் பாசமும் இல்லாமல் இருந்ததின் காரணம்.

அதற்குப் பிறகு டைரியில் ஒன்றுமே இல்லை என நினைத்த அலமுப் பாட்டிக்கு கடைசி பக்கம் கண்ணில் பட்டது.

31 டிசம்பர் 2008 என்று தேதி போட்டு அதே டைரியில் இருந்தது.

“இந்த டைரியில் இன்னும் சொல்ல வேண்டியது உள்ளது. அலமு நான் உனக்கு நிறைய கொடுமை செஞ்சிட்டேன்டி. பகவான் அதுக்கு எனக்கு தண்டனை தரணும். உன் பொறுமையும் பொறுப்பும் என்னை மாத்திடுச்சு... நம்ம ஆறு குழந்தைகள் என்னமா நீ வளர்த்து ஆளாக்கி இருக்க. என் மனசுல இருந்த யமுனா போயிட்டா. இப்போ நீ மட்டும் தான் என் மனசுல இருக்க. யமுனா ஒரு மாயை... எப்படி மனுஷா இருக்கறத விட்டுட்டு பறக்கறதுக்கு ஆசை படறாளோ, அப்படி நான் செஞ்சிட்டேன். உன்கிட்ட இதையெல்லாம் சொல்லி மன்னிப்பு கேட்கிற அளவு நான் பக்குவப் படல... திராணியும் இல்ல. இதை நீ படிக்கும்போது நான் உயிரோட இருக்க மாட்டேன். ஏன்னா உன் முகத்துல விழிக்கிற தகுதி எனக்கில்ல. என்னை மன்னிச்சிடுடி அலமு... எத்தனை ஜென்ம எடுத்தாலும் நீதான் என ஆத்துக்காரியா வரணும்”.

மனைவி என்பவள் என்னைக்குமே எனக்கு என் அலமுதான். இதைத் தவிர எனக்கு வேற ஒண்ணும் சொல்லத் தெரியல”.

இதைப் படித்து முடித்த அலமுப் பாட்டியின் கண்களில் ஆனந்தக் கண்ணீர் வழிந்தது.

# 4

## பெரும்புள்ளி இன்புறஞ்

- Sakthi Thirumalai



"நீங்க வந்துதான் ஆகணும்னு வற்புறுத்தலை. ஆனால் நீங்க வரலைன்னா அதுக்கான விளைவுகளையும் நீங்க சந்திக்கணும்... அதுக்கு தயாரா இருந்தால் வராதிங்க..." என்று எரிச்சலுடன் வரவேற்பறையில் நின்றுக்கொண்டு எழிலனிடம் கடந்த அரை மணி நேரமாக நடந்துக்கொண்டிருந்த வாக்குவாதத்திற்கு இறுதியுரை அளித்தாள் மைத்ரேயி. பின் அவளும் எவ்வளவுதான் பொறுமையாக இருப்பது? கம்பெனியின் ஆண்டு விழாவிற்கு வரக்கூறி ஒரு வார்த்தை கூறியதற்கு,

"நான் என்ன வேலைவெட்டி இல்லாத வெட்டியாளா? இல்லை மானங்கெட்ட மனுஷனா? அப்படியே ஒரு பொம்மை மாதிரி வந்து உனக்கு அடியாளாய் விழாவில் நிற்கணுமா? அதுக்கு வேற ஆளைப் பாரு?" என்று கத்த ஆரம்பிக்க, பதிலுக்கு அவளும் பேச அது ஒரு முடிவுக்கே வராமல் நீண்டுக்கொண்டே போக, அதை ஒரு முடிவுக்குக் கொண்டு

வரத் தான் மைத்தி தடாலடியாக பேசியது.

ஆனால் அதைக் கேட்ட எழிலன் நழுட்டு சிரிப்புடன், "என்ன மிரட்டிப் பார்க்கிறியா? இதுக்கெல்லாம் வேற ஆளைப் பாரு... இதுக்கு பயப்பட நான் ஒண்ணும் கேவலமானவன் இல்லை..." என்று கத்திவிட்டு வீட்டை விட்டு வெளியேற தங்கம்மா பாட்டி தன் வயதையும் மீறி ஓடிச்சென்று,

"பேரா... பேரா நில்லு... இப்படி பொசுக்கு பொசுக்குன்னு கிளம்பிடுறியே? கொஞ்சம் நில்லு" என்று கெஞ்ச,

அவரைத் திரும்பி ஒரு பார்வை பார்த்தவன், "தயவுசெய்து இதில் தலையிடாதீங்க பாட்டி... அவளை முதலில் ஒரு பொண்ணா மாத்துங்க... இல்லைன்னா அவளோட முதல் கல்யாணம் மாதிரி தான் இந்த கல்யாணமும் ஆகும்" என்று கூற,

தங்கம்மா பாட்டி அதிர்ந்துப்போய்







நிமிர்ந்து, "பேராஆஆஆ... வாயைக் கழுவு... அவனை பத்தி உனக்கு என்னய்யா தெரியும்...? நாக்கு மேல பல்லைப்போட்டு இப்படி சொல்லிட்டியேய்யா... அவ எப்படி..." என்று தழுதழுக்க,

"பாட்டிம்மா... உள்ளே வா..." என்று உள்ளிருந்து வந்த அழுத்தமான குரல் அவரைத் தடுத்தது.

தங்கம்மா பாட்டி திரும்பிப்பார்க்க மைத்திதான் கடும்கோவம் முகத்தில் கொப்பளிக்க, "உள்ளே போ பாட்டிம்மா... இனி அவர் கிட்ட ஒரு வார்த்தை பேசினே நான் என்ன செய்வேன்னு எனக்கே தெரியாது" என்று கத்த, அவள் பேச்சை மீற முடியாமல் தளர்ந்த நடையில் இயலாமையும் தெரிய உள்ளே நடந்துப்போனார் தங்கம்மா பாட்டி. அவர் போவதையே பார்த்துவிட்டு திரும்பி அவனை ஒரு பார்வை பார்த்த மைத்தி எழிலனிடம்,

"இன்னும் எத்தனை பேர் மனசை கஷ்டப்படுத்தணும்னு கங்கணம் கட்டிக்கிட்டு இருக்கீங்க...? ஒரு வயசான பாட்டி அவங்க... சின்ன வயசில் இருந்த என்னை வளர்த்தவங்க... அவங்க கிட்டப்போய்... சே... என்னை அசிங்கப்படுத்த உங்களுக்கு எல்லா உரிமையும் இருக்குதான். ஆனால் அதுக்காக உங்களை நீங்களே தாழ்த்திக்காதீங்க... உங்களுக்கு என்ன பிரச்சினை என்று தயவுசெய்து சொல்லுங்க... அப்போதான் என்னால் என்ன முடியும்னு பார்க்கமுடியும்..." என்று கூற,

எழிலன் எந்த பதிலும் பேசாமல் கதவை படாரென்று சாத்திவிட்டு வெளியேற அவனை அயர்ச்சியுடன் பார்த்துக்கொண்டிருந்தாள் மைத்ரேயி.

"ஏன் எழில்... ஏன் இப்படி? என்னை பிடிக்கவே பிடிக்காதா உங்களுக்கு... நான் என்ன செஞ்சா உங்களுக்குப் பிடிக்கும்? உங்க மனசை என்னால் புரிஞ்சிக்கவே முடியலை எழில். நான் சாகறதுக்குள்ளேயாவது உங்களுக்கு என்னை பிடிக்குமா எழில்...?"

என்று தன் மனதுக்குள் ஆயிரம் போராட்டம் நடக்க அப்படியே அமர்ந்துவிட்டாள் மைத்ரேயி.

கால் போன போக்கில் நடந்த எழிலன் நேராக சென்ற இடம் விஜய்யின் வீடு தான்.

கதவைத் திறந்த விஜய் நண்பனைப் பார்த்து அலுப்புடன், "என்னடா... இன்னிக்கு என்ன சண்டை போட்டே... யாரை வெறுப்பேத்தினே?" என்று தன் வழக்கமான கேள்வியைக் கேட்க அவனை முறைத்த எழிலன், "டேய்... என்ன கிண்டலா? எனக்கு என்ன வேற வேலை இல்லையா? சண்டைப் போடுறதுதான் வேலையா?" என்று கேட்க,

சிரித்த விஜய், "உனக்கு கல்யாணம் ஆன நாளிலிருந்து அந்த வேலையாத் தான் திரிஞ்சிக்கிட்டு இருக்கே... நான் ஒண்ணு சொல்லட்டா? நீ உன் அம்மா தங்கச்சி கிட்ட பேசாமல் இருப்பதால் தான் அந்த ப்ரஸ்ட்ரேஷனில் இப்படி எல்லாம் நடந்துக்கிறே. அவங்க கிட்ட பேசு எழில்..." என்று தோழனாய் அமைதிப்படுத்த,

எழில் தலையைப் பிடித்துக்கொண்டு, "என்னை கொஞ்சம் ப்ரியா விடு விஜய். அவங்களைப் பத்தி பேசாதே... என்னை அவங்க தூக்கி எறிஞ்சிட்டாங்க... இனிமே அவங்க முகத்திலயே முழிக்க மாட்டேன்... மாட்டேன்..." என்று சிறுபிள்ளைத்தனமாகக் கத்துபவனிடம் என்ன சொல்வது என்று தெரியாமல் அதிர்ந்து நின்றான் விஜய்.

பின் அவனை மாற்ற, "சரி... விடு... இப்போ என்ன பிரச்சினை? என்ன நடந்தது?" என்று கேட்க,

நடந்தது அனைத்தையும் கூறிய எழிலன், "அவளுக்கு திமிருடா...? உடம்பு முழுக்க திமிர்... சே..." என்று தன் மனத்தாங்கலை தன்னுடைய பார்வையில் இருந்தே தன் நண்பனுக்கு சமர்ப்பித்தான் எழில். கொஞ்சம் கொஞ்சமாக அவனுடைய கஷ்டங்களையே எழில் கூற விஜய்க்கே





மைத்தியின் மீது கோபம் வந்தது,

ஏனென்றால் மற்றவர்கள் கூறி அவனுக்கு தெரிந்த மைத்ரேயியும் இப்போது தன் நண்பன் கூறி தான் கேட்ட மைத்ரேயிக்கும் வித்தியாசமே இல்லை. எல்லாரும் அறிந்த மைத்தியின் மனதுக்குள் அதற்கு சம்பந்தமே இல்லாத ஒரு குழந்தை இருக்கிறாள் என்பது அனைவருக்கும் இருண்டகண்டமாகவே ஆகிப்போனது. எனவே எழிலனிடம், "எழில்... நீ கவலைப்படாதேடா... நிச்சயம் இதெல்லாம் ஒரு முடிவுக்கு வரும். அவளுக்கு ஒருநாள் இருக்கு ஆப்பு. நீ பேசாமல் முகத்தை கழுவிட்டு வா... உ போடுறேன்..." என்றுவிட்டு கிச்சனுக்குள் நுழைய எழிலனும் சந்திர ஆசுவாசப்பட்டு முகத்தை கழுவிக்கொண்டு வர அவன் கைப்பேசி அழைத்தது. எடுத்துப்பார்க்க சிவகுருநாதர் தான் பேசினார்.

"எழில்... நீங்க பங்க்ஷனுக்கு வரலைன்னு மைத்தி சொன்னா... ஏதாவது பிராப்ளமா? எதுவா இருந்தாலும் சொல்லுங்க... ஆனால் வராமல் மட்டும் இருக்காதீங்க... இது ஒரு பெரிய விழா... நீங்க வரலைன்னா எல்லாரும் கண்ணு காது மூக்கு வைச்சு பேச ஆரம்பிப்பாங்க... வந்து ஒரு ஒரு மணிநேரம் தலையை காமிச்சிட்டு போனா நல்லா இருக்கும்..." என்று வேண்டினார்.

எழிலனுக்கு எரிச்சல் உண்டாவதற்கு பதில் ஆச்சரியமாக இருந்தது. எப்போதும் சிவகுருநாதரிடம் ஒரு கண்டிப்பு இருக்கும். ஆணவப்பேச்சு எட்டிப்பார்க்கும். குடும்பத்தாரையே எட்டி நிறுத்தித் தான் பேசுவார். மைத்ரேயியே அவரைக் கண்டால் அடங்கிப்போவதை அவன் பார்த்திருக்கிறான்... ஆனால் அவர் இப்படி வேண்டுவதைப் பார்க்க ஆச்சரியமாக இருந்தாலும், "இல்லை சார்... எனக்கு வரப்பிடிக்கலை... வேலை இருக்கு..." என்று பதிலளிக்க,

சிவகுருநாதரின் பேச்சு கம்மியது. "என்ன எழில் இன்னும் சார் என்று கூப்பிடுறீங்க...? தாத்தான்னு கூப்பிடலாமே? சரி அதை விடுங்க...

தயவுசெய்து இதைக் கொஞ்சம் யோசிங்க. எழில். நீங்க வரலைன்னா தேவையில்லாத சந்தேகத்திற்கு வழி வகுக்கும். அதான் சொல்றேன்..." என்று கூறும்போதே அவர் யாரிடமும் இதுவரை இப்படி கெஞ்சியதில்லை என்ற சேதியும் அவனுக்கு மறைமுகமாக அவர் பேச்சிலிருந்தே தெரிய இதை மறுத்தாலும் அவர் விடப்போவதில்லை என்பதை உணர்ந்தான். ஏனோ அவரிடம் மைத்தியைப்போல் எடுத்தெறிந்துப்பேச மனம் வரவில்லை. எனவே

பல்லைக் கடித்துக்கொண்டு, "சரி... சார்..." என்று கூறி பின், "சாரி... எனக்கு சட்டுன்னு இப்படித்தான் கூப்பிட வருது... கொஞ்ச நாளில் மாத்திக்கிறேன்" என்றுவிட்டு அவர் பதிலுக்கு காத்திராமல் துண்டித்தான்.

மறுமுனையில் ஒரு நீண்ட பெருமூச்சுடன் வைத்த சிவகுருநாதர் தன் முன் எங்கேயோ பார்த்தவாறு நின்றிருந்த மைத்ரேயியைப் பார்த்து,

"ஒரு சின்ன விஷயம்... இந்த விழாவிற்கு எழிலைக் கூட்டிவருவது... அதைக் கூட உன்னால் செய்யமுடியலை இல்லை...? நீயெல்லாம் என் சாம்ராஜ்யத்தை எப்படி எடுத்து நடத்தப்போறே... ஏன் இப்படி இருக்கே மைத்ரேயி?" என்று கத்த அடிப்பட்டவாறு நிமிர்ந்த மைத்தி,

"தாத்தா அவர் வரேன்னு சொன்னாரா?" என்று கேட்க,

அவர், "ஆமா... வரேன்னு சொல்லிட்டார்... எல்லார்க்கிட்டேயும் பேசிற முறைன்னு ஒண்ணு இருக்கு... அதுக்கு தகுந்த மாதிரி பேசணும்... இது கூட உனக்கு சொல்லித்தருவாங்களா? உன் புருஷன் கிட்டயே உன்னால் பேசமுடியலை என்றால் நீ யாருக்கிட்ட பேசுவே?" என்று அழுத்தமாக வினவ,

மைத்தி ஒன்றும் பேசாமல் மெளனிக்க சிவகுருநாதர் தொடர்ந்தார்..." உனக்கு தெரியாது மைத்தி... நான் இந்த கல்யாணத்தை நடத்த என்னவெல்லாம் விட்டுக்கொடுத்திருக்கேன் என்று... உன் முதல் கல்யாணம் மாதிரி நடந்துவிடக்



கூடாதுன்னு ஒவ்வொரு சின்ன விஷயத்தையும் பார்த்து பார்த்து இந்தத் திருமணத்தை சாதாரணமா செய்யலை... சிற்பம் மாதிரி செதுக்கியிருக்கேன்... அதுக்காக உங்க விட்டுக்கு வந்து உங்க வாழ்க்கையை நான் வாழமுடியாது... நீதான் உன் வாழ்க்கையைப் பார்த்துக்கணும்" என்று கூற தலை நிமிர்ந்த மைத்ரேயி அவரை வெற்றுப்பார்வை பார்த்து, "சரி தாத்தா... நீங்க சொல்ற மாதிரியே ஒரு சிற்பம் மாதிரி எங்க திருமணத்தை செதுக்கினீங்க சரி. ஆனால் எழில் என்ற கல்லுக்கிட்ட அதை செதுக்கிறதுக்கு முன்னாடி மனப்பூர்வ சம்மதமானு கேட்டீங்களா தாத்தா..." என்று கேட்க, அவர் அந்த கேள்வியில் அவளை அதிர்ச்சியுடன் பார்க்க, மைத்தி அதே சிரிப்புடன்,

"இந்த மைத்ரேயி நீங்க உளிக்கொண்டு அடிக்கிற அடிக்கு எல்லாம் சிற்பமா வளைவா தாத்தா... ஆனால் எழில் அப்படி இல்லை... இது உங்களுக்குப் போகபோகத் தான்

தெரியும்... அது தெரியவரும்போது மனசை திடப்படுத்திக்கோங்க... உங்களை இன்னிக்கு ரொம்ப எதிர்த்து பேசிட்டேன் மன்னிச்சிடுங்க..." என்று விட்டு அந்த அறையை விட்டு வெளியேற, அவள் பேச்சின் முழு சாராம்சத்தையும் அறிய சிவகுருநாதரால் முடியவில்லை.

ஆனால் என்றைக்கும் தன்னை எதிர்த்து ஒரு வார்த்தை கூட பேசாத தன் பேத்தி இன்று பேசிய வார்த்தைகளில் ஏதோ ஒன்று இருக்கிறது என்பதை மட்டும் உணர்ந்தார்.

அவ்வளவு நேரம் தன் மனைவியைப் பற்றி புலம்பிவிட்டு இப்போது விழாவிற்கு கிளம்பி நிற்கும் தன் நண்பனை வேற்றுக்கிரகவாசி போல் பார்த்த விஜய்யைக் கண்ட எழில், "என்ன பார்க்கிறே... நான் எழில் தாண்டா... யாரையோ பார்க்கிற மாதிரி பார்க்கிறே..." என்று எரிந்து விழ,

விஜய் நக்கலாக, "இல்லை... இங்க எழில்... எழில் என்று ஒரு மானஸ்தன் இருந்தான் அவனைத்தான் தேடிக்கிட்டு

இருக்கேன்" என்று எரிச்சலாகக் கூற,

எழில், "ஏண்டா நீயும் என்னை புரிஞ்சுக்கலையா?" என்று ஆற்றாமையுடன் கேட்க,

விஜய், "என்னடா புரிஞ்சுக்கணும்... அரை மணிநேரம் முன்னாடி நீ ஆடிய ஆட்டம் என்ன... இப்போ பணை மேக்கப் என்ன... ஓடிப்போயிடு... இனிமே வந்து புலம்பினே... அவ்வளவுதான்... என்னைப்பார்த்தா கேணப்பய மாதிரி இருக்கா... பக்கி... போடா... போடா வெளியே..." என்று அவனை தரதரவென இழுத்து வெளியே தள்ள,

எழில், "ஏய் நான் சொல்றதைக் கேளு..." என்று கூறியது விஜய்யின் வீட்டுக் கதவைதான் சென்றடைந்தது... ஏனென்றால் 'படால்' என்று கதவை மூடியிருந்தான் அவன்.

இது அவர்களுக்குள் சகஜம் தான். கோபம் என்றால் வெளியே தள்ளுவதும் பின் சமாதானமாகி அணைத்துக்கொள்வதும். நட்பு என்றாலே அணைப்பதும் அடிப்பதும் தானே.

ஆனால் எழிலை குழம்ப வைத்தது விஜய் அல்ல... அவனேதான்.

"ஏன் நான் இப்போ விழாவுக்குப் போறேன்... பெரிய ஜம்பமா பேசினது நாந்தானே... இப்போ அவர் ஒரு வார்த்தை சொன்னதும் கிளம்புறேனே அதுக்குக் காரணம் மரியாதையா... இல்லை வேற ஏதாவதா?" என்ற உழப்பிய மனதின் தலையில் தட்டி,

"சீ... சும்மா குழப்பாதே... அவர் மேல் கொஞ்சம் மதிப்பு ஜாஸ்தி... அதான்.. மத்தப்படி அந்த ராட்சசிக்காக எல்லாம் போகலை..." என்று அதட்ட, அவன் மனமோ, "நான் அவ பேரையே சொல்லலையே?" என்று வாதம் புரிய அதை மீண்டும் தலையில் தட்டி அமரவைத்தான்.

பின் ஓட்டி அடைத்து தாமதமாகச் செல்ல அங்கே அவன் வந்தபிறகு தான் விழாவையே ஆரம்பிக்குமாறு





சிவகுருநாதர் கூறியிருந்தார் போலும்.

அவன் வந்தப்பிறகுதான் உரை  
ஆரம்பித்து, பின் பணியாளர்களை  
ஊக்குவிக்கும் வண்ணம் பரிசுகள்  
வழங்கப்பட்டன.

தன்னை ஒருமுறை பார்த்துக்கொண்டான்  
எழிலன்... பரவாயில்லை... ஃபார்மல்  
சர்ட்டிபிகேட் ஆடம்பரமாக  
இல்லாவிட்டாலும் சற்று நாகரீகமாக  
இருந்ததில் திருப்தி தான்.

அவன் மறுக்க மறுக்க சிவகுருநாதர்  
அவனை இழுத்துக்கொண்டு மேடைக்குச்  
சென்று அமரவைத்தார்.

அவன் கண்கள் அவனை அறியாமலேயே  
கீழே ஒரு ஓரமாக நின்றிருந்த  
மைத்தியிடமும் ஜீவாவிடமும் சென்றது.

மைத்தியை பார்த்தவன் சற்றே  
ஆச்சரியப்பட்டான். இந்த விழாவிற்ரு  
சாதாரண ஜார்ஜெட் புடவையில் தான்  
வந்திருந்தான் அவன்.

கழுத்தில் தாலியுடன் சேர்த்து மெல்லிய  
செயின்... காதுகளில் பிளாஸ்டிக் கம்மல்.  
எளிமையாக இருந்தாலும் அதுவே  
அவளுக்கு ஒரு கம்பீரத்தைத் தந்திருந்தது.  
எப்படியும் தன் சட்டையை விட அது  
விலை குறைவுதான். ஆனாலும் முந்தைய  
வருடங்களில் அவள் இப்படி  
எளிமையாக இருந்ததில்லை. மிகுந்த  
ஆடம்பரத்தை விரும்பாத போலும் சிறு  
சிறு நகைகள் மூலம் தன் தரத்தை  
மேம்படுத்திக்காட்டுவாள். ஆனால் இந்த  
ஆண்டு அது எல்லாமே மறைந்திருந்தது.  
அதை நினைத்த எழில் கணநேரத்தில் தன்  
எண்ணத்தை கசக்கி எறிந்தான். ஆனால்  
மைத்ரேயின் நிலையோ வேறு மாதிரியாக  
இருந்தது.

ஜீவா, "ஏன் மேடம்... கொஞ்சம் இன்னும்  
நல்ல புடவையா, நகை எல்லாம்..." என்று  
கேட்க அவளை முறைத்த மைத்தி,

"என் கணவரோட சம்பாத்தியத்தில்  
எவ்வளவு ஆடம்பரமாக  
இருக்கமுடியுமோ அது எனக்கு  
போதும்..." என்று கூற,

அவளை நிமிர்ந்துப்பார்த்த ஜீவா, "ஏய்  
என்ன சொல்றே... இதெல்லாம்... எழில்..."  
என்று பணியாளிலிருந்து மாறி  
தோழியாகத் தன் தோழியிடம் வினவ,

மைத்தி சிரித்து, "ஆமாம்... அவர்தான்  
மாசா மாசம் சாப்பாட்டுக்கு பணம்  
கொடுக்கிறாரே... அவர், அவர் சாப்பாட்டு  
மட்டுமில்ல என் சாப்பாடு மற்றும் இதர  
செலவுக்கும்... நான் அதைதான்  
எடுக்கிறேன். பொண்டாட்டிக்கு  
இதெல்லாம் வாங்கித் தராமல் யாருக்கு  
வாங்கித்தரப் போறார். அவர்  
முதன்முதலில் பணம் கொடுத்தப்பவே  
தங்கம்மா பாட்டிக்கிட்ட இதைத்தான்  
சொன்னேன். அவங்களுக்கு ரொம்ப  
சந்தோஷம்" என்று கூற தன் தோழியின்  
காதலைப் பார்த்து மனம் நெகிழ்ந்தான்  
ஜீவா..

"மைத்தி... உன் காதலை எல்லாம்  
அவர்கிட்ட சொன்னால்தானே அவருக்கு  
புரியும். உன் கடந்த காலத்தைத் தான்  
சொல்லவேண்டாம்னு சொல்லிட்டே...  
குறைந்த பட்சம் உன் மனசு  
புரிஞ்சாலாவது அவர் உன்னை  
புண்படுத்தாமல் இருப்பாரே... இப்போ  
பார் இந்த விழாவுக்குக் கூட சார்  
தலையிட்டதால் தான் வந்திருக்கார்...  
அவர் உன்னை புரிஞ்சிக்கவே  
இல்லையே?" என்று சங்கடப்பட,

ஒரு புன்னகையுடன் அவளைப் பார்த்த  
மைத்தி, "அன்பு என்பது பாடம் இல்லை  
ஜீவா... ஒரு டீச்சர் வைத்து கிளாஸ்  
நடத்த... அது ஒரு உணர்வு...  
உணர்ந்துதான் புரியணும். இப்போ நான்  
சொன்னால் அவர் நம்பிடுவாரா? என்னை  
மடக்கமுடியாதுன்னு இப்படி  
நடிக்கிறியான்னு கேட்பார்? என்ன  
சொல்லுவேன் நான்... சொல்லு. அவர்  
நல்லவருன்னு அவர் சொல்லியா எனக்கு  
அவரைப் புடிச்சது? அதே மாதிரி நான்  
சொல்லாமலே அவருக்கு என்னைப்  
பிடிக்கணும்..." என்று கூறிவிட்டு  
மௌனிக்க, ஜீவா சூழ்நிலையை மாற்ற  
வேண்டி, "சரி மைத்தி ஸ்கூல் ஆண்டு  
விழாவும் இன்னைக்கு இருக்கு...  
மறந்துடலையே..." என்று கேட்க, மைத்தி  
அவளை முறைத்து, "எப்படி  
மறக்கமுடியும். அவ்வளவுதான் ஒரு





மணிநேரத்தில் எல்லாம் முடிஞ்சிரும்...  
கிளம்பிடலாம்..." என்று கூற ஜீவாவும்  
ஆமோதித்தான்.

ஆனால் எழில் தான் ஆயிரம் டிகிரி  
செல்லியஸின் கொதிநிலையை  
அடைந்துக்கொண்டிருந்தான்.

இந்த விழா ஆரம்பித்ததில் இருந்த  
அவனைப் பார்க்கும் அனைவரும் கூறும்  
வாக்கியங்கள், "புடிச்சாலும்  
புரியங்கொம்பா பிடிச்சிட்டங்க எழில்..."

"சாரே உங்களுக்கு பிசினஸ் தொடங்கிக்  
கொடுத்துட்டாராமே... ஜாலி வாழ்க்கை  
எழில்..."

"மைத்ரேயி மேடம் கொஞ்சம் ஒரு  
மாதிரியா இருந்தாலும் துணிஞ்சு இறங்கி  
உங்க வாழ்க்கையை சேஃப்  
பண்ணிக்கட்டங்க... பொண்ணுக்கு  
பொண்ணும் ஆச்சு... பணத்துக்கு  
பணமும் ஆச்சு".

"மேடத்துக்கிட்ட இந்த அன்பு அக்கறை  
எல்லாம் எதிர்ப்பார்க்க முடியாதுதான்...  
ஆனாலும் பணம் இருக்கே... அது  
போதாதா?"

என்று அவனிடம் வந்த அனைவரும்  
என்னவோ கூட இருந்து அவர்கள்  
வாழ்வை நேரில் கண்டவர்கள் போல்  
ஏதேதோ கேட்க, எழிலனால்  
தாங்கமுடியவில்லை. தான் இங்கு  
வந்ததே தவறு என்பதை உணர்ந்த அவன்  
விருந்தைக் கூட தவிர்த்துவிட்டுச்  
செல்ல எத்தனிக்க அப்போது  
மைத்ரேயியின் குரல் ஒலிப்பெருக்கியின்  
உதவியுடன் அந்த அறையை நிறைத்தது.

"குட் ஈவ்னிங்க்..ப்ரெண்ட்ஸ்..." என்று  
முத்துப்பற்கள் தெரிய அதிசயமாக  
புன்னகைத்த மைத்தியைப் பார்த்து  
அனைவரும் அதிர்ந்துதான் போயினர்.

பின்னே... அவர்களைப் பொறுத்தவரை  
சிரிப்பு என்றால் என்னவென்றே  
தெரியாத ஒரு ரோபோ என்று  
நினைத்திருந்தவள் திடீரென இப்படி  
புன்னகைத்தால் அனைவருக்கும்  
அதிர்ச்சியாக இருக்காதா? அவர்களும்

பாவம் தானே?

"குட் ஈவ்னிங்க் ப்ரெண்ட்ஸ்" என்று  
ஆரம்பித்தவள்" இங்க உள்ளவங்க  
எல்லாருக்கும் என் வணக்கம்... எல்லாரும்  
ரொம்ப சந்தோஷமா இருப்பீங்க... நானும்  
தான்.

உங்களுக்கெல்லாம் கம்பெனியைப் பத்தி  
சந்தோஷம் என்றால் எனக்கு என்னோட  
எழிலனோட வாழ்க்கையைப் பற்றிய  
சந்தோஷம்" என்று கூறிவிட்டு சிறு  
வெட்கத்துடன் நிறுத்த அனைவருக்கும்  
நெஞ்சு வலி வராத குறைதான்.

அவள் கூறியதைக் கேட்ட எழிலும்  
அப்படியே அசந்துப்போய் நிற்க, ஜீவா  
சிரிப்பை அடக்கவழி தெரியாமல் ஒரு  
தூணின் பின்னால் ஒளிந்து கொண்டாள்.  
ஆனால் மைத்தி விடவில்லை.

"நான் எதுக்கு பேச வந்திருக்கேன் என்று  
சில பேருக்கு ஆச்சரியமா இருக்கலாம்.  
சில பேருக்கு அதிர்ச்சியாகக் கூட  
இருக்கலாம். ஆனா என்னால் இந்த  
சந்தோஷமான நாளில் கூறாமல்  
இருக்கமுடியலை. இன்னையோட  
எனக்கும் எழிலுக்கும் திருமணம் ஆகி 100  
நாட்கள் முடிவடைகிறது.  
சினிமாக்காரங்க மட்டும் தான் 100  
நாட்கள் விழாவைக் கொண்டாடணுமா?  
வாழ்வில் திகட்டத் திகட்ட இன்பத்தை  
ரசிக்கிற நாங்க கொண்டாடக்கூடாதா?

இந்த 100 நாட்கள் எழில் எனக்குக்  
கொடுத்தது காதல்... காதல்... காதல்  
மட்டுமே... வேறி வேறு பரிமாணங்கள்...  
வார்த்தைகளில்... வார்த்தைகளால்  
கோர்க்கப்படாத

உணர்வுகளில்... வாட் எ மேன் ஹி. ஈஸ்...!  
உங்க எல்லாருக்குமே தெரியும்.  
எல்லாருக்கும் தெரியும். இது என்  
இரண்டாவது திருமணம்... ஆனால் எழில்  
ஒருநாள் கூட அதை  
குத்திக்காட்டியதில்லை. என் மனசை  
ரொம்ப நாகுக்காக பார்த்துக்கிட்டார்..."  
என்று கூறும்போதே அவர் கூறிய  
வார்த்தைகள் மனதில் வந்துப்போக,  
அதை அவசரமாக அழித்தவள், "சோ...  
என்னை இவ்ளோ நல்லா  
பார்த்துக்கிட்டவருக்காக நான் என்ன



செய்றது...? நன்றி கூட சொல்லமுடியாது...  
இல்லையா?

உங்கக்கிட்ட இதை எல்லாம்  
சொல்றதுக்காக இந்த மேடையை எனக்கு  
தந்ததற்கு நன்றி... நான் முகடு தான்...  
ரோபோ தான்... மெஷின் தான்... ஆனால்  
இந்த மெஷினுக்குள் இருக்கும்  
பெண்ணை கண்டுப்பிடித்த எழிலுக்கு  
என் வாழ்நாள் முழுக்க  
கடமைப்பட்டிருக்கேன்..." என்று  
கூறிவிட்டு ஜீவாவைப் பார்க்க,

ஜீவா தன் கட்டைவிரலை உயர்த்தி,  
"சூப்பர் மச்சி... அடி தூள்..." என்று  
வாயசைக்க,

மைத்தி சிரிப்பை அடக்கி, "என்னை பூ  
மாதிரி பார்த்துக்கிட்ட என் கணவருக்காக  
ஒரு பாட்டு பாடலாம்னு இருக்கேன்...  
என் குரல் கேவலமாதான் இருக்கும்.

கொஞ்சம்  
பெரிய மனசு  
பண்ணி  
அட்ஜஸ்ட்  
பண்ணிக்கோ  
ங்க..." என்று  
விட்டு தன்  
புன்னகை  
மாறாமல்  
எழிலனையே  
வைத்த கண்  
வாங்காமல்  
பார்த்து பாட  
ஆரம்பித்தாள்.

ஆனந்தம்

ஆனந்தம் பாடும்  
மனம் ஆசையின் ஊஞ்சலில் ஆடும்  
ஆனந்தம் ஆனந்தம் பாடும்  
மனம் ஆசையின் ஊஞ்சலில் ஆடும்  
ஆயிரம் ஆயிரம் காலம்  
இந்த ஞாபகம் பூ மழைத் தூவும்  
காற்றினில் சாரல் போலப் பாடுதே  
பூக்களில் தென்றல் போலத் தேடுதே  
நீ வரும் பாதையில்  
கண்களால் தவம் இருப்பேன்  
ஆனந்தம் ஆனந்தம் ....  
உன்னைப் பார்த்த நாளில் தான்  
கண்ணில் பார்வைத் தோன்றியது  
உந்தன் பேரைச் சொல்லித் தான்  
எந்தன் வாசல் தோன்றியது  
உன்னை மூடி வைக்கத் தான்  
கண்ணில் இமைகள் தோன்றியது  
உன்னைச் சூடிப் பார்க்கத் தான்  
பூக்கள் மாலை ஆகியது  
நீ என்னைச் சேர்ந்திடும் வரையில்  
இதயத்தில் சுவாசங்கள் இல்லை  
நீ வந்து தங்கிய நெஞ்சில்  
யாருக்கும் இடமே இல்லை  
பார்த்து பார்த்து ஏங்கிய சொந்தம்  
வாசலில் வந்துச் சேர்ந்ததே  
உன்னை நீங்கி எந்நாளும்  
எந்தன் ஜீவன் வாழாது  
உந்தன் அன்பில் வாழ்வதற்கு  
ஜென்மம் ஒன்றுப் போதாது  
உன்னை எண்ணும் உள்ளத்தில்  
வேறு எண்ணம் தோன்றாது  
காற்று நின்றுப் போனாலும்  
காதல் நின்றுப் போகாது  
எங்கெங்கோ தேடிய வாழ்வை  
உன் சொந்தம் தந்தது இங்கே







சந்தங்கள் தேடிய வார்த்தை  
சங்கீதம் ஆனது இங்கே  
ஆசைக் காதல் கைகளில் சேர்ந்தால்  
வாழ்வே சொர்க்கம் ஆகுமே  
ஆசைக் காதல் கைகளில் சேர்ந்தால்  
வாழ்வே சொர்க்கம் ஆகுமே

பாடி முடித்து கண்ணீருடன் அவள் நிமிர்,  
அங்கே கரகோஷங்கள் அடங்க வெகு  
நேரம் ஆனது. அவளின் காதல், அன்பு  
அனைத்தும் அவள் முகம் பிரதிப்பலிக்க,  
அது எழிலனைத் தவிர அனைவருக்கும்  
புரிந்தது. இதுவரை அவனை ஏதோ  
பணத்துக்காக வந்தவனைப் போல்  
பார்த்த அனைவரும் இப்போதும்  
மரியாதையுடன் பார்த்தனர்.  
அப்போதுதான் எழிலனுக்குப் புரிந்தது.  
ஆனால் அதை அவன் நடிப்பாகவே  
நினைத்தது யாருடைய தவறோ??

ஒருவழியாக அனைவரின் கைத்தட்டலும்  
ஓய, அங்கிருந்த அனைவரும்  
அவர்களுக்கு வாழ்த்து சொல்லி மாய,  
சிவகுருநாதர் முகத்தில் என்றும் இல்லாத  
ஒரு நிம்மதி பூத்தது. அவரிடம்  
ஸ்கூலுக்குச் செல்ல வேண்டிய  
விஷயத்தைக் கூற அவரும்  
பிரகாசத்துடனே விடைக்கொடுக்க,

எழிலனிடம் வந்த மைத்தி, "எனக்கு ஒரு  
வேலை இருக்கு... அவசரமா போகணும்...  
பஞ்சாயத்துக்கு பிராது இருக்குன்னு  
தெரியும்... வீட்டுக்குப்போனதும்  
வச்சுக்கலாம்" என்று விட்டு ஓட எழிலன்  
பல்லைக் கடித்தான். ஆனாலும் அவள்  
இவ்வளவு அவசரமாக எங்கே  
செல்கிறாள் என்று ஆர்வம் மேலோங்க,

காரில் ஏறிய மைத்தியையும்,  
ஜீவாவையும் தன்னுடைய பைக்கில்  
சிறிய இடைவெளியில் பின் தொடர  
ஆரம்பித்தான் எழில்.

காரின் உள்ளே காலை  
ஓட்டிக்கொண்டிருந்த ஜீவா மைத்தியிடம்  
"அம்மணி... இன்னைக்கு ஓபல் ஓபார்மில்  
இருந்தீங்க போலவே.. என்னா பேச்சு...  
என்னா பாட்டு... முடியலை மேடம்.."  
என்று புல்லரிக்க அவளைப் பார்த்தி  
சிரித்த மைத்தி,

"பின்னே என்ன ஜீவா...? எல்லாரும்  
அவரை வாய்க்கு வந்த மாதிரி  
பேசுறாங்க... என்னைத் தான் தப்பா  
பேசினாங்க... பேசிட்டுப்போகட்டும்  
என்று விட்டுட்டேன்.  
அவரைப்போய்... அதான் இந்த பிளான்.  
இனிமே எவனாவது அவரை  
பணத்துக்காக வந்தேன்னு சொல்வான்..?"  
என்று சாதுர்யமாகக் கேட்க அவளை  
நெகிழ்ச்சியாகப் பார்த்த ஜீவா, "உன்னை  
மாதிரி யாருமே கிடையாது மைத்தி...  
மத்தவங்களுக்கு எப்படியோ எனக்கு நீ  
பண்பு எல்லாம் குழந்தைத்தனமாகத்  
தான் தெரியுது.  
அதுதான் உன்னை நீயா இருக்க  
வைக்கிறது... அந்தக் குழந்தைத்தனத்தை  
தாத்தாக்காக மறைச்சிக்கோ... ஆனா  
அழிச்சிடாதே... அதுதான் எனக்கு  
வேணும்..." என்று கூற, அங்கே  
உணர்ச்சிக்கரமான சூழல் அரங்கேற்ற இந்த  
பேச்சினாலோ இருட்டினாலோ அவர்கள்  
எழிலை பார்க்கவே இல்லை.

பின் சூழலை மாற்ற ஜீவா மைத்தியிடம்,  
"மைத்தி உண்மையாவே இன்னைக்கு  
நூறாவது நாளா? கரெக்டா வரலையே?  
என்று கேட்க,

அவளிடம் அசடு வழிந்த மைத்தி,  
"இல்லை ஜீவா... அதுக்கு இன்னும் பத்து  
நாள் இருக்கு... ஏதோ வாய்க்கு வந்ததை  
சொன்னேன்.." என்று கூற, ஜீவா சிரிப்பை  
அடக்கமுடியாமல் குபீரென்று  
சிரிக்கத்துவங்கினாள்.

அதே நேரம் அவர்கள் காலைப் பின்  
தொடர்ந்து கொண்டிருந்த எழில்,  
அவர்கள் கார் நுழைந்த இடத்தைப்  
பார்த்து துணுக்குற்றான்.

காரணம் அந்த இடம் ஆண்டாள் குப்பம்  
ஆகும். இன்று முதல் மைத்தியின்  
உண்மையான முகம் அவனுக்குத்  
தெரியவருமா?

அவள் நெஞ்சுக்குள் இருப்பது, தான் தான்  
என்று அறிவானா?

(இன்னும் அறிவோம்)





**ANGADI**



**Traditional Tanjore  
Paintings Collection**



**Call us @  
83441-43220**

**Free shipping  
across India.**

**International Shipping  
also Available.**

**Traditional Paintings  
@ [www.MyAngadi.com](http://www.MyAngadi.com)**

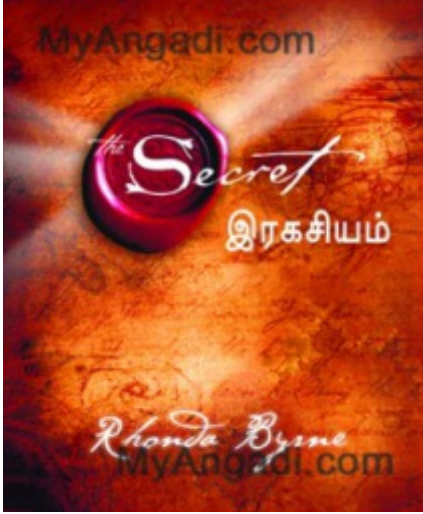
**Buy Now ►►**



## October Month Contest Winners

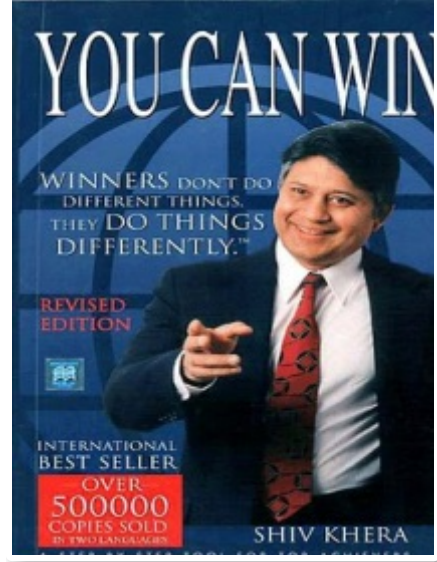
### 1. Penmai Special Contest:

Diwali Special Contest - Sangi Chandru



### 3. Penmai's Super Star:

Best Comtest Participant - Subhashree Murali



### 2. Neeya Naana Winner - Ramyaraj



## November Month Contest

### Penmai's Special Contest:

Children's Day Contest

### Neeya Naana - November Month:

மனோதேரிரியம் ஆண் பெண் இருவரில் யாருக்கு அதிகமாக உள்ளது? ஆண்களுக்கா? பெண்களுக்கா?

### 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**