# தமிழ்ச்சாரல்

2020

## மலர்களின் பருவநிலைத் தமிழ்ப்பெயர்கள்

1. அரும்பு - அரும்பும் (தோன்றும் நிலை)
2. நனை - அரும்பு வெளியில் நனையும் நிலை
3. முகை - நனை முத்தாகும் நிலை
4. மொக்குள் - முகை மொக்குள் உள்ளது நாற்றம் திருக்குறள் (நாற்றத்தின் உள்ளடக்க நிலை)
5. முகில் - மணத்துடன் முகிழ்த்தல்
6. போது - மொட்டு மலரும்பொழுது காணப்படும் புடைநிலை
7. மலர் - மலரும் பூ
8. பூ - பூத்த மலர்
9. வீ - உதிரும் பூ
10. பொதும்பர் - பூக்கள் பலவாகக் குலுங்கும் நிலை
11. பொம்மல் - உதிர்ந்து கிடக்கும் புதுப்பூக்கள்
12. செம்மல் - உதிர்ந்த பூ பழம்பூவாய்ச் செந்நிறம் பெற்று அழுகும் நிலை

மதிப்பிற்குரிய பாரதி கலை மன்ற உறுப்பினர்களுக்கும், என்னோடு கை கோர்த்து இணைந்த நிர்வாகக் குழுத் தோழமைகளுக்கும், தூண்போல் துணை நிற்கும் அனைவருக்கும் என் வணக்கம் !

கொரோனா வைரஸால் 2020-ஆம் ஆண்டு கடினமான ஆண்டாக மாறியுள்ளது. தமிழ் சாரல் வெளியாகும் இந்நேரத்தில், நம் அன்றாட வாழ்க்கை இயல்பு நிலைக்கு கூடிய விரைவில் வந்துவிடும் என்று நம்புகிறேன்.

இந்த ஆண்டில் அனைத்து உறுப்பினர்களும் கலந்துகொள்ளும் வகையில் மகிழ்விக்குமாறும் பல நிகழ்வுகளை நாங்கள் திட்டமிட்டிருந்தோம். சுகாதார சூழல் காரணமாக அவற்றையெல்லாம் ரத்து செய்ய வேண்டியதாகி விட்டது.

தீநுண்மித் தொற்றால் தொடர முடியாமல் போன நிகழ்வுகளை, இணையவழி மெய்நிகர் செயலிகள் வாயிலாக பல நிகழ்வுகளை செயல் படுத்த முடிந்தது சற்று நிறைவாக உள்ளது. நிலைமையைப் புரிந்து கொண்டு பொறுமை காத்து, பேரளவில் ஒவ்வொரு நிகழ்வுக்கும் ஆதரவு தந்து பங்கு கொண்ட உறுப்பினர்களின் உற்சாகத்திற்கு மனமார்ந்த நன்றிகள் பல.

**ஜனவரி முதல் மார்ச் வரை 5 நிகழ்வுகளை நடத்தியுள்ளோம்.**

1. **ஜனவரி மாதம் ஹூஸ்டன் தமிழாய்வு இருக்கைக்கான நிதி திரட்டும் பட்டிமன்றத்துடன் இவ்வாண்டின் சிறப்பு நிகழ்ச்சிகள் தொடங்கியது.**
2. **அதைத் தொடர்ந்து கோலாகல பொங்கல் நிகழ்வு ஆட்டம், பாட்டம் எனப் பல்சுவை படைப்பாக பரிமளித்தது.**
   - 700 பேர் கலந்து கொண்டனர்.
   - சட்டை, இந்தியாவில் இருந்து இனிப்பு வகைகள், அனைத்து உறுப்பினர்களுக்கும் காலண்டர் அடங்கிய பரிசுப் பை அளிக்கப்பட்டது.
   - புதிதாக சீரமைக்கப்பட்ட மீனாட்சி கோயில் கல்யாண மண்டபத்தில் முதல் நிகழ்வு என பல்வேறு சிறப்பு அம்சங்களுடன் மிகக் கொண்டாட்டமாக நடந்தேறியது.
3. **பாரதி கலை மன்றத்தின் இளைஞர் கழக துவக்கம்.**
   - அடுத்த தலைமுறைக்கு தமிழ் கலாச்சாரத்தை முன்னேற்றுவதில் கவனம் செலுத்தி மீண்டும் இளைஞர் கழகம் தொடங்கப் பட்டது.
   - இந்த நிகழ்வில் ஹூஸ்டனின் பல்வேறு பகுதிகளைச் சேர்ந்த 28 இளைஞர்கள் கலந்து கொண்டனர்.
4. **கேட்டியில் வட்டார வேடிக்கை நிகழ்வில்** *(BKM Neighbor hood Fun Event)* இரவு உணவுடன்

மெல்லிசை நிகழ்ச்சியில் ***(Karoake Night)*** உறுப்பினர்களும் பங்கேற்கும் வகையில் நடத்தப்பட்டது.

5. **பாரதி கலைமன்ற தமிழ்ப் பள்ளி போட்டிகள் மிக சீரிய முறையில் நடந்தேறியது.**

6. **கொரோனா பேரிடர் காலத்தில் பல்வேறு சமூக நலத்தொண்டுகளும் மெய்நிகர் செயலி வழி நிகழ்வுகளும் மேற்கொள்ளப்பட்டன.**

- திரைப்பட கேளிக்கை வினாடிவினா
- நேற்று இன்று நாளை மூன்று தலைமுறை கருத்துப் பரிமாற்றம்.
- கலாட்டக்குடும்பம் விளையாட்டு போட்டி.
- தமிழோடு விளையாடு குழந்தைகள் வேடிக்கை வினாடிவினா நிகழ்ச்சி
- நீயா நானா புகழ் கோபிநாத் அவர்களின் தலைமையில் விவாத மேடை நிகழ்வு.
- அமெரிக்க அளவிலான நாளைய பாரதி பேச்சுப் போட்டி பிரம்மாண்டமான முறையில் முனைவர். பர்வீன் சுல்தானா அவர்கள் மற்றும் கலைமாமணி இசைக்கவி. திரு. ரமணன் அவர்களுடன் இணைந்து வடிவமைப்பு நடைபெற்று வருகிறது.

இத்தீநுண்மிக் காலத்திலும், தமிழ்ப்பள்ளி ஒருங்கிணைப்பாளர்கள் மற்றும் ஆசிரியர்களின் அளப்பரிய சேவை மனப்பான்மை மிகவும் போற்றுதலுக்குரியது. தமிழ்ப் பள்ளிகள் இடைவிடாது நடைபெற வேண்டும் என்ற சீரிய நோக்கில், பல்வேறு வேலைப்பளுவோடு மெய்நிகர் வகுப்புகளாக தொடர்ந்து நடத்தி வருவது, அவர்களின் தாய்மொழிப் பற்றினை பறை சாற்றுகிறது.

அத்தகு கடமையுணர்ச்சி உடைய ஆசிரியப் பெருமக்களுக்கு ஆதரவாக துணை நிற்கும் தமிழ்ப் பள்ளி பெற்றோர்களுக்கும் ஆசிரியப் பெருந்தகையோர்க்கும் உளமார்ந்த நன்றிகள்.

மேலும் அனைத்து தமிழ்ப்பள்ளி மாணாக்கர் விபரங்களை எல்லாம் மின்னாக்கம் செய்து ஒரே இடத்தில் சேமித்து வைக்க எடுக்கப்பட்டுள்ள முயற்சிகளும் மிகவும் பாராட்டுக்குரியது.

விருந்தோம்பலை பெருமை கடமையாகக் கொண்ட நம் தமிழர் பண்பாட்டில் நெருங்கி வந்து விழா எடுக்க முடியாத சூழவிரும் விருந்து படைக்க வேண்டும் என்ற விடாமுயற்சியில், வீடு தேடி வரும் பெருவிருந்தாய் பிரியாணி சமோசா, கேசரி என உறுப்பினர்களின் வாசலில் கொண்டு சேர்க்கும் செயலில் ஈடுபட்டுள்ளோம்.

ஹுஸ்டனில் ஏற்படும் இயற்கை பேரிடர் காலங்களில் நிவாரண முயற்சிளை மேற்கொள்ளும் பாரதி கலைமன்றம், இந்த கொரேனா தொற்று இடர்பாடுகளுக்கும் தடுப்பு நடவடிக்கையாக பயன்படுத்தும் துணி, முகமூடிகளை தயாரிப்பதற்கான முயற்சிகளை ஒருங்கிணைப்பதற்கும், மூத்த குடிமக்கள் மற்றும் உதவி தேவைப்படும் பிற அமைப்புகளுக்கும் விநியோகிப்பதற்கும் ஒரு குழுவை அமைத்துள்ளோம். நிலைமை இயல்பாகும் வரை மற்ற நிவாரண முயற்சிகளுக்கு நாங்கள் தொடர்ந்து ஆதரவளிப்போம்.

பல சிறு வணிகங்கள் இந்த ஆண்டு பாரதி கலை மன்ற நிகழ்வுகளை ஆதரித்தன. இது உறுப்பினர்களுக்கும் அதிக நன்மைகள் வழங்க எங்களுக்கு உதவியது. எதிர்கால ஆண்டுகளிலும் அவர்களின் தொடர்ச்சியான ஆதரவு இருக்கு; என்று நாங்கள் நம்புகிறோம்.

அன்பான உறுப்பினர்களின் பேராதரவினால் ஆலமரமாய் செழித்தோங்கிய நம் பாரதி கலை மன்றம் மென்மேலும் பல்கிப் பெருகி விழுதுகள் பெருக்க உங்கள் உறுப்பினர்கள் தகுதியை புதுப்பித்து ஆதரவினை தெரிவிக்க அன்புடன் அழைக்கிறேன்.

நிறைவாக நோயற்ற வாழ்வே குறைவற்ற செல்வம் என்ற பழமொழிக்கேற்ப ஆரோக்கியமாக இருப்பதன் முக்கியத்துவத்தை நான் வலியுறுத்த விரும்புகிறேன். அதற்கு அரசாங்கம் வலியுறுத்தும் சுகாதார நெறிமுறைகளை தவறாது கடை பிடித்தலே சிறந்த வழியாக அமையும்.

நன்றி வணக்கம்.

அன்புடன்
**செந்தில் ஆற்காட்**
தலைவர்,
பாரதி கலை மன்றம்

## நிர்வாகக்குழு உறுப்பினர்கள்

தலைவர்
**செந்தில் ஆற்காட்**

துணைத் தலைவர்
**கோவிந்தன் சோமாஸ்கந்தன்**

செயலாளர்
**அனிதா கிருஷ்ணன்**

இணைச்செயலாளர்
**கணேஷ் ரகு**

பொருளாளர்
**ராஜா அனந்தராமன்**

இணைப்பொருளாளர்
**கங்காமலர் சிவப்பிரகாஷ்**

இணையதள இயக்குனர்
**கண்ணன் காந்தி**

இணையதள இணை இயக்குனர்
**யாமினி விஜயக்குமார்**

இலக்கிய இயக்குனர்
**ராஜி வாஞ்சி**

இணை இலக்கிய இயக்குனர்
**நளினி சடகோபன்**

நிர்வாக இயக்குனர்கள்
**பிரபாகரன் குணசேகரன்**
**ராமலிங்கம் மகாதேவன்**

தமிழ்ப்பள்ளி இயக்குநர்
**இளங்குழலி மணி**

முன்னாள் தலைவர்
**பிரியா சந்துரு**

*2019 அக்டோபர் முதல்*

- *ட்ரிக் / டிரீட் - இசையும்/மந்திரமும் - மியூசிக்/மாஜிக்*
- *லால்குடி வயலின் இசை நிகழ்ச்சி*
- *திரைப்பட இரவு*
- *ராகாஸ் மெல்லிசை நிகழ்ச்சி / ஆசிரியர் பாராட்டு தினம் - தமிழ்ச்சாரல் வெளியீடு - டிசம்ப்பர் 7,2019.*
- *ஜெனரல் பாடி மீட்டிங் / பொது உறுப்பினர் கூட்டம் / திறமை வெளிப்பாடு நிகழ்ச்சி / டாலேண்ட் ஷோ*

*2020*

- *சிறப்பு பொங்கல் கொண்டாட்டம்*

# ஆசிரியர் பக்கம்

கோடை முடிந்து வாடைக் காலத்திற்குள் வலம் வரும் ஹூஸ்டன் வாழ் தமிழ் மக்களே ! வணக்கம்.

அனைவருக்கும் இனிய 2020 புத்தாண்டு நல்வாழ்த்துகள். கோலாகலமாய் பொங்கல் விழா கொண்டாடி மகிழ்ந்து விட்டு, சித்திரை திருவிழா கொண்டாடும் இத்தருணத்தில், தீநுண்மித் தொற்றுப் பேரிடராய் பூவுலகைச் சூழ ஊரடங்கி உலகடங்கிக் கிடக்க வேண்டிய சுகாதாரச் சூழல் நம் தமிழ்ச்சாரலின் சித்திரைச் சிறப்பிதழ் வெளியீட்டையும் வருடத்தின் வாடைக்காலம் வரை நீட்டித்து விட்டது.

நவம்பர் 2019-லிருந்து மார்ச் 2020 வரையில் நடைபெற்ற நேரிடை நிகழ்வுகளைப் பற்றியும், அதன் பின்னர் நடைபெற்ற இணையவழி மெய்நிகர் செயலிவழி நிகழ்வுகளையும், பாரதி கலை சார்பில் நடைபெற்ற முக்கிய நிகழ்ச்சிகளைப் பற்றிய கட்டுரைகள், ஹூஸ்டன் தமிழ் மக்களின் திறமையினை வெளிப்படுத்தும் விதமாகக் கட்டுரைகள், கவிதைகள், சிறுகதைகள், குழந்தைகளின் ஓவியங்கள், பாரதி கலைமன்ற தமிழ்ப் பள்ளிகளில் பயிலும் மாணவர்களின் பதிப்புகளை வெளியிடுவதில் பெருமகிழ்ச்சி அடைகின்றோம்.

தன்னுடைய பரபரப்பான தினசரி வேலைகளுக்கிடையே, தமிழ்ச்சாரல் வினா விடை பகுதியில், அங்கிங்கெனாதபடி எங்கும் நிறைந்த நீரிழிவு நோய் பற்றிய நம் ஐயங்களை தீர்க்க ஒப்புதல் அளித்த நீரிழிவு நிபுணர் டாக்டர்.நளினி வெங்கட் அவர்களுக்கு எங்களின் மனமார்ந்த நன்றிகள்.

தமிழ்ச்சாரல் இதழுக்கு படைப்புகளை அனுப்பிய அனைவருக்கும் எங்கள் உளம்நிறை நன்றிகளை தெரிவித்துக் கொள்கிறோம். இந்த இதழை வெளியிட உதவிய விளம்பரதாரர்களுக்கும் நன்றியை தெரிவித்துக் கொண்டு, தொடர்ந்து ஆதரவு அளிக்க அன்போடு விரும்பிக் கேட்டுக் கொள்கிறோம்.

நம் வருங்கால தலைமுறைக்கும் தமிழ் மொழியினை எடுத்துச் செல்லும் வகையில் பெற்றோர்கள், தங்கள் குழந்தைகளுக்கு தமிழ் மொழியின் மீது பற்றும், தமிழில் பேசவும், தமிழ் புத்தகங்களை படிக்கவும் ஊக்குவிக்குமாறு அன்புடன் கேட்டுக்கொள்கிறோம்.

தமிழ்ச்சாரலை மென்மேலும் வளப்படுத்த தங்களது மேலான கருத்துக்களையும், ஆக்கப்பூர்வமான விமர்சனங்களையும் எப்போதும் வரவேற்கிறோம். தங்களது கருத்துக்களை literarydirector@bkmhouston.org மற்றும் jointliterarydirector@bkmhouston.org என்ற எங்களது மின்னஞ்சலுக்கு அனுப்பலாம்.

கொரோனா எனும் கொடிய நோயின் கோரப்பிடியில் சிக்கியுள்ள சீருலகு சீக்கிரமே நல்லதோர் தீர்வு காணப்பட்டு சிலிர்த்தெழ விழைகிறோம். இந்நோயினால் பாதிப்படைந்து உயிரிழந்த மருத்துவ உலகத்தையும் மற்றும் அத்தியாவசிய சேவைகள் சார்ந்த அனைவருக்கும் எங்களின் சிரம் தாழ்ந்த வணக்கங்களும் ஆழ்ந்த அஞ்சலிகளும் சமர்ப்பணம்.

நன்றி.

**ராஜி வாஞ்சி & நளினி சடகோபன்**
ஆசிரியர் குழு, தமிழ்ச்சாரல் - 2020.

நற்றமிழுக்கு நன்றி

பொறுப்புத் துறப்பு

எழுத்துப் பிழை மற்றும் அச்சுப்பிழை இருந்தால் எங்களை மன்னிக்குமாறு பணிவன்புடன் கேட்டுக்கொள்கிறோம்.
வாசகர்களின் வசதிக்காக சில பகுதிகளுக்கு ஆங்கிலத்தில் பதில் அளிக்கப்படுகிறது.
அட்டைப்பட வடிவமைப்பு உதவி: அக்ஷயா அடைக்கலவன்.

# சித்திரைச் சிதறல்கள்

## மலர்களே ! மலர்களே ! இது என்ன கனவா?

மலர்களே ! மலர்களே ! இது என்ன கனவா ?
சட்டென சங்க மலர்கள் தமிழ்ச்சாரலில் படையெடுத்ததேனோ?
மலரும் நினைவுகள் பகிரவோ?
இல்லை
நினைவலைகளைத் தீண்டிச் செல்லவோ ?
இல்லை
மழலையர் நெஞ்சில் வாசம் செய்யவோ ?
இல்லை
மனிதன் மறந்த உன் அழகையும் மாண்பையும் புதுப்பிக்கவோ ?
தொன்மையின் சிறப்பை, பசுமையான எண்ணங்களில் கலக்கவோ ?
எதுவாயினும் சரி
உன்னைக் காணும் கண்களுக்கும், உணரும் நெஞ்சங்களுக்கும்
மனநிம்மதியே வரப்பிரசாதம் !!

- வித்யா ரவிசங்கர், கேட்டி

## தைப்பூசத் தமிழ் மாலை

பன்னிரு கைகளும் உன் வேலும்
என்னிரு கண்களும் உன் மேலும்
வந்திரு தினமும் என் பலமாய்
மந்திரம் முழங்கும் என் புலனாய்

காவடி பால்குடம் என் களிப்பு
தேரடி வீதியெலாம் உன் நினைப்பு
அறுபடை வீடும் உன் இடமே
எப்படை வந்திடும் உன் ஜெயமே

மழையின் அருமை உன் மயிலா
தமிழின் பெருமை என் குமரா
அழகின் மறுபெயர் என் முருகா
வாழ்வின் ஒருவரம் என் கந்தா.

R.வெங்கடேசன்

## "நமச்சிவாய"

அகண்ட வானும் அத்தனை அணுவும்
கடந்த காலமும் நிகழும் நேரமும்
நடக்கப் போவதும் நடக்கும் உயிரிலும்
அனைத்தும் ஆடும் ஓம் நமச்சிவாய.

- ராம வெங்கி

## மகளிர் தினச் சிறப்புக் கவிதை

மகளிர் காலம்
வளையல் இசைத்திடும் அக்காலம்
விலங்கு தெறித்திடும் இக்காலம்
பணிவும் பயமும் அக்காலம்
துணிவும் ஜெயமும் இக்காலம்

அடுப்பிலே அடைக்கலம் அக்காலம்
விடுப்பிலும் படைக்களம் இக்காலம்
குனிந்த தலைகள் அக்காலம்
நிமிர்ந்த நடைகள் இக்காலம்

எதிர்காலம் இருட்டானது அக்காலம்
நிகழ்காலம் படியானது இக்காலம்
பழங்காலம் புழுதியாகும் எதிர்காலம்
வருங்காலம் மகளிர் பொற்காலம்

R.வெங்கடேசன்

திருத்தம் :
சென்ற இதழில் வெளியான பகவான் ஸ்ரீ ரமணரன் "அப்பளம் இட்டுப் பாரு" கட்டுரையில் ஸ்ரீ ரமணரின் பாடல் வரிகள் தாங்கிய காணொளி இணைப்பு அச்சில் விடுபட்டுள்ளது. அதை இங்கே இணைத்துள்ளோம். ஆர்வம் உள்ளவர் கண்டு பயன் பெறலாம்.
https://www.youtube.com/watch?v=rXmopaDRiw

# சித்திரைச் சுவை

## கும்பகோணம் கடப்பா

எனக்கு மிகவும் பிடித்தமான ஊர்களில் கும்பகோணமும் ஒன்று. கோவில்களும், மடங்களும் நிறைந்த ஊர் கும்பகோணம். பல திவ்வியதேசக் கோவில்களும், பாடல் பெற்ற திருத்தலங்களும் நிறைந்த ஊர். திரும்பிய இடங்களிலெல்லாம் சிற்பக்கடை, பஞ்சலோக சிலை, பித்தளைப்பாத்திரம், பித்தளை விளக்கு செய்யும் பட்டறை என்று பலவற்றை பார்க்கலாம்.

கும்பகோணம் சமையல் மிகவும் அருமையாக இருக்கும். அதில் கும்பகோணம் கடப்பா மிகவும் பிரசித்தி பெற்றது. இது இட்லி, தோசை, சப்பாத்தி, பூரிக்கு வைத்து சாப்பிட உகந்தது.

**தாளிக்க தேவையான பொருட்கள் :**

கடுகு - 1 டீஸ்பூன்
சீரகம் - 1 டீஸ்பூன்
கறிவேப்பிலை

**வதக்க :**

வெங்காயம் - 1
பூண்டு - 1
தக்காளி - 1
மஞ்சள் தூள் - ஒரு சிட்டிகை

**அரைக்க :**

1/2 கப் தேங்காய்
1/2 டீஸ்பூன் சோம்பு
1/2 டீஸ்பூன் கசகசா
1 டேபிள் ஸ்பூன் பொட்டுக்கடலை
2 பச்சை மிளகாய்

இவை அனைத்தையும் அரைத்து தனியாக வைத்துக் கொள்ளவும். ஒரு பாத்திரத்தில் எண்ணை விட்டு கடுகு வெடித்தவுடன் சீரகம், கறிவேப்பிலை, பூண்டு, வெங்காயம், தக்காளி போட்டு வதக்கவும். சிறிது நேரம் வதங்கியவுடன் மஞ்சள் பொடி சேர்க்கவும்.

நன்கு வதங்கியவுடன் வேக வைத்த உருளைக்கிழங்கு, பாசிப்பருப்பை சேர்க்கவும். பிறகு அரைத்து வைத்த தேங்காயை சேர்த்து மிதமான சூட்டில் வைத்து கலக்கவும். காரம் அதிகமாக தேவைப்பட்டால் இன்னும் இரண்டு பச்சை மிளகாய் சேர்த்து கொள்ளவும்.

சமையல் குறிப்பு அனுப்பியவர் :
**தேன்மொழி கலியபெருமாள்**

## மஞ்சள் ஊறுகாய்

தேவையான பொருட்கள் :

| | | |
|---|---|---|
| மஞ்சள் | - | 1/2 கிலோ |
| மிளகாய்த்தூள் | - | 6 தேக்கரண்டி |
| உப்பு | - | தேவையான அளவு |
| நல்லெண்ணெய் | - | 1/2 கப் |
| எலுமிச்சை சாறு | - | 3 மேசை கரண்டி |
| வரமிளகாய் | - | 3 |
| கறிவேப்பிலை | - | சிறிதளவு |

வறுத்து பொடிக்க :

| | | |
|---|---|---|
| கடுகுத்தூள் | - | 6 தேக்கரண்டி |
| வெந்தயத்தூள் | - | 1 தேக்கரண்டி |
| பெருங்காயம் | - | 1/2 தேக்கரண்டி |

செய்முறை :

மஞ்சள் கிழங்கை நன்கு கழுவி துடைத்து தோல் சீவி வைத்துக் கொள்ளவும். காரட் சீவுவதை போல் சீவி, மிளகாய்த்தூள், உப்பு சேர்த்து ஒரு மணி நேரம் ஊற வைக்கவும். அடுப்பில் வாணலியை ஏற்றி எண்ணெய் ஊற்றி கடுகு, வரமிளகாய், கறிவேப்பிலை வறுத்து வைத்த பொடியுடன் சீவிய மஞ்சளை சேர்த்து கலக்கவும். மிதமான சூட்டில் 15 நிமிடங்கள் வைத்து லேசாக கிளறி இறக்கவும். ஆறியபின் எலுமிச்சை சாற்றை கலந்து பின் பீங்கான் ஜாடியில் வைத்து கொள்ளவும். சுவையான சத்தான மஞ்சள் ஊறுகாய் ரெடி.

குறிப்பு :

விருப்பமுள்ளவர்கள் மாஇஞ்சியை சேர்த்து கொள்ளவும்.

சமையல் குறிப்பு அனுப்பியவர் :

**விமலா சீதாபதி**

## ராகி லட்டு

தேவையான பொருட்கள் :

| | | |
|---|---|---|
| ராகி மாவு | - | 2 கப் |
| நிலக்கடலை | - | 2 கப் |
| வெல்லம் | - | 1 கப் |

செய்முறை :

1. ராகி மாவுடன் தண்ணீர் சேர்த்து (புட்டு பதத்திற்கு) 7 நிமிடம் ஆவியில் வைத்து எடுக்கவும்.
2. நிலக்கடலைப் பருப்பை வறுத்து தோல் உரித்து கரகரப்பாக அரைக்கவும். (தண்ணீர் இல்லாமல்)
3. ராகி புட்டு, நிலக்கடலை, வெல்லம் மூன்றையும் சேர்த்து லட்டுபிடிக்கவும்.

## ராகி ரொட்டி

தேவையான பொருட்கள் :

| | | |
|---|---|---|
| ராகி மாவு | - | 2 கப் |
| வெங்காயம் | - | 1/2 கப் |
| சீரகம் | - | 1 மேசைக்கரண்டி |
| வரமிளகாய் | - | 4 |
| வெல்லம் | - | 3 மேசைக் கரண்டி |
| வாழைப்பழம் | - | 1 |
| கருவேப்பிலை | - | சிறிதளவு |
| உப்பு | - | தேவையான அளவு |

செய்முறை :

1. வெங்காயம், சீரகம், மிளகாய், கருவேப்பிலை சேர்த்து கரகரப்பாக அரைத்துக் கொள்ளவும்.
2. இதனுடன் ராகி மாவு, வெல்லம், வாழைப்பழம், உப்பு, தண்ணீர் சேர்த்து (தோசை மாவு பதம்) தோசைக்கல்லில் ஊற்றவும்.
3. சுவையான ராகி ரொட்டி தயார்.

சுவையான சத்து மிக்க ராகி உணவு வகை சமையல் குறிப்புகளை அனுப்பியவர் :

**சுகந்தி சதீஷ்**

# சித்திரைச் சிறுகதைகள்

## விருந்தும் மருந்தும்

**– நந்து ராதாகிருஷ்ணன்**

சாரதாராமில் இரவு உணவை முடிச்சிகிட்டு சிதம்பரம் பஸ் ஸ்டாண்டில் நின்று கொண்டிருந்தான் கந்தன். அண்ணாமலைல முதல் வருஷம் முடிச்சாச்சு. அடுத்த ஆறு வாரம் ஆரவாரம் தான். சம்மர் ஏறக்குறைய முடிஞ்சிட்டதால பஸ்ல ஈஸியா டிக்கெட் கெடச்சிடுச்சு. ஜன்னலோரமா ஒக்காந்த கந்தன் மனதில் அசை போட்டான்.

இந்த லீவுல முடிஞ்சவரை என்ஜாய் பண்ணிடனும். மூணு வருஷமா அப்பா எங்கேயும் அனுப்பல. காலேஜில சேர்ற வரைக்கும் சொந்தக்காரங்க வீட்டுப்பக்கம் போகாதேன்னு கண்டிஷனா சொல்லிட்டார். இப்போ ஜாலியா போயிட்டு வரலாம். குறிப்பா ரமா அத்தை வீட்டுக்கு.

மத்த அத்தைங்கள விட ரமா அத்தை சூப்பரா சமைப்பாங்க. பரிமாறும் போது ஒரு நிமிஷம் இங்கேயும் அங்கேயும் போகாம என் தட்ட ரீஃபில் பண்ணிகிட்டே இருப்பாங்க. அன்லிமிடெட் மீல்ஸ் மாதிரி. ஹ்ம்ம் அப்ப எல்லாம் சின்ன வயசு. அவ்வளவா சாப்பிட முடியாத வயசு. இன்னும் ஒரு வாரத்துக்கு அங்க தான் டேரா. ஒரு வாரம் கழிச்சு சென்னை வந்தா போதும்னு அம்மா சொல்லிட்டாங்க.

காரைக்கால் புது பஸ் ஸ்டாண்ட் நெருங்கியதுமே, “ப்பா எவ்ளோ மாறிடுச்சு... நன்னாரி சர்பத் கடைக்கு பதிலா கோக்கும் பெப்ஸியும், அன்சாரி சம்சா கடைக்கு பதிலா பீசா பர்கர். பார் மட்டும் அப்படியே இருக்கு பேரை தவிர, அரசனுக்கு பதிலா மனோ. அடடே, மாமா வந்திருக்கிறாரே பிக்கப் பண்ண.

ஹாய் மாமா !

“ஹலோ மை டியர் கந்தா ஹௌ ஆர் யு?”

மாமா ஸ்கூல் பிரின்சிபால். நாங்க சென்னைல வளர்ந்ததாலேயோ என்னவோ, எங்க கிட்ட எப்பவும் இங்கிலிஷ் தான். பேரு பாலகிருஷ்ணன். ஆனால் என் சக வயசு பங்காளியெல்லாம் பீட்டர் பாலு னு தான் கூப்பிடுவோம். அஃப்கோர்ஸ், அவருக்கு பின்னாடி. வழியெல்லாம் ஊர்ல உள்ள மாற்றங்களையெல்லாம் பாத்து மாமா கிட்ட விசாரிச்சேன். வீட்டு வாசல் வந்ததும் வராததுமா...

“டேய் கந்தா.. வாடா வாடா ... எவ்வளவு வளர்ந்துட்ட, மெலிஞ்சுட்ட” ன்னு அத்தை உபசரிச்சிக்கிட்டே முதுகிலே ஒரு அடிய போட்டாங்க. “ஏன்டா, இங்க கோட விடுமுறைக்கு வந்தா உன் படிப்பு கெட்டுடுமா? அந்த கல்லூரில உனக்கு எடம் கிடைக்காதா? உங்கப்பன் சொன்னான்? உங்க அண்ணா தானே, கேக்கலாம்ல?

“சரி சரி, சீக்கிரம் குளிச்சிட்டு தயாராயிட்டு வா. பலகாரம் சாப்பிடலாம். என்னங்க அந்த விசிறியை தட்டி விடுங்க.”

மாறல. அத்தை மட்டும் மாறல. இடியாப்பம் ஆவி பறக்க ரெடியாகும் போதே ஒரு குளியல் போட்டுட்டு பசியோடு வந்தேன்.

“கம் கந்தா லெட்ஸ் ஈட் ப்ரேக்பாஸ்ட்” இது மாமா.

“உங்கப்பன் நேத்து ராத்திரி தாண்டா தொலைபேசில சொல்றான் நீ வரப்போறதா.. அதான் ஆட்டுக்கால் கெடைக்கல” இது அத்தை

சில பல இடியாப்பம், தோசை, பணியாரம், பரோட்டா, சால்னா, கோழி குருமா கபளீகரம் ஆனதும்… “ஏலக்கா போட்ட மிலுக்கு கொண்டு வரவா”ன்னு அத்தை கேட்டதும் தான் ஞாபகத்துக்கு வந்துச்சு. அத்தை சுத்த தமிழ்ல தான் பேசுவாங்க. “மில்க்”ங்கிற வார்த்தையை தவிர, நம்ம பீட்டர் பாலகிருஷ்ணனோட பால்யகால பேரு “பாலு” அதமட்டும் அத்தை சொல்ல மாட்டாங்க.

வேணாம்த்த.. பாலுக்கு எடமிருந்தா ரெண்டு பரோட்டாவ எறக்கிருப்பேன்ல.

சரி போய் ஒய்வெடு. மதியத்துக்கு தரங்கம் பாடிலருந்து மாமாவுக்கு வேண்டியவரு மீனு கொண்டு வராரு. உனக்குத்தான் மீனுன்னா உசுராச்சே.

அத்தை சொல்லிகிட்டே அடுத்த வேலைய பாக்க போய்ட்டாங்க.

ரொம்ப நாள் கழிச்சு டிஃபனே ஒரு பிடி பிடிச்சதாலேயோ இல்ல ஆப்ப மாவுல அத்த ஊத்தின கள்ளோ தெரியல. அசதியும் தூக்கமும் கலந்து அடிச்சுது.

ரெண்டு மணி நேரம் அசந்து தூங்கி எந்திரிச்சதுமே, “டீ குடி கந்தா” னு அத்தை குரல். அட அட அட அத்த அத்த தான்.

மீனையே இத்தனை வகையா சமைக்க முடியுமானு நெனைக்கிற அளவுக்கு வறுவல், பொரியல், கொழம்பு, புட்டுன்னு அசத்திட்டாங்க. மாமா பிரின்சிபாலா இருக்கிறதுல இது ஒரு சௌகரியம். சின்ன வயசில இங்க லீவுக்கு வரும்போதெல்லாம் யாராவது மீனு, கோழி, கறின்னு கொண்டுவந்து குடுத்துக்கிட்டே இருப்பாங்க. அதுக்கெல்லாம் பெயிலா போன ஏதோ ஒரு பயபுள்ள பாசாகுதுன்னு அப்புறம் தெரிஞ்சுகிட்டேன்.

காலம்பர டிபனுக்கு கோழி, ஆடு, முட்ட. மதியம் மீனு. ரவைக்கு என்ன சமயல்ன்னு என் சாப்பாட்டுராம புத்தி யோசிக்க ஆரம்பிச்சத என் கையோ வாயோ கண்டுக்கல.

டின்னர் சாப்பிட்டேனா தெரியல. ஆனா மறுநாள் காலையில வாளியும் கையுமா கொல்லைக்கு ஓடிக்கிட்டு இருக்கிறது எதுக்குன்னு மட்டும் தெரிஞ்சு போச்சு. லஞ்சுக்கும் டின்னருக்கும் நடுவில கேசரியும், சுண்டலும் சாப்பிட்டதாலா? இல்ல டின்னருங்கிற பேர்ல மடையான், கொக்குனு, வறுத்த கறிய மேய்ஞ்சதாலானு ஒரு பட்டிமன்றமே நடத்தலாம்.

சாமி இது தாங்காது. இன்னும் ஒரு நாள் இங்க இருந்தேன்னா, “இருந்துகிட்டே” இருக்க வேண்டி வரும். கௌம்புடா சென்னைக்குன்னு புத்தி சொன்ன யுத்திய கேட்டுக்கிட்டேன்.

“என்னடா வந்ததுமே கௌம்பிட்ட? வாரம் பத்து நாளு தங்குவேன்னு பாத்தா?” அத்தை கேட்டதை அப்படியே பீட்டினார் மாமா.

புளுக சொல்லியா கொடுக்கணும்ங்கிற ரேஞ்சுல ஒரு பொய்ய சொல்லிட்டு விட்டேன் ஜூட்டு.

காரைக்கால் டு சென்னை வண்டில உக்காந்துகிட்டு அடுத்த மூணு நாளைக்கான பத்திய சாப்பாட்டை நெனச்சி நொந்தான் கந்தன். அதே வேலையில..

ஏன் ரமா, ஒரே நாள்ல இப்படியா செலவு பண்ணுவ உங்கண்ண மவனுக்கு? நல்ல வேல ஏதோ செமஸ்டர் ப்ராஜெக்ட்டுன்னு அவன் கௌம்பிட்டான். இல்லன்னா ஒரு வாரம் இந்த விருந்து படலம் என்ன தாளிச்சிருக்கும்.

“அட நீங்க வேற! திடீர்னு கந்தன் வரான்னு அண்ணன் சொன்னதுமே எனக்கு என்ன செய்யுறதுன்னு புரியல. விடுமுற நேரமா இருந்தா பரவாயில்ல. நீங்க பரீட்ச தாள் திருத்தும்போது உங்க பள்ளிக்கூட பசங்க கறி, கோழி, மீனுன்னு கொண்டு வருவாங்க. நா செலவ சமாளிச்சுடுவேன். கந்தனுக்கு கூச்ச சுபாவம். அடிக்கடி கொல்லைக்கு போக சங்கடப்படுவான்னு தெரியும். சின்ன வயசில அப்படித்தானே இருந்தான். அதான் நல்ல சாப்பாட ஒரே நாள்ல போட்டேன். நல்லா கவனிச்சிக்கிட்ட மாதிரியும் ஆச்சு. அவன் சீக்கிரம் கௌம்பினமாதிரியும்ஆச்சு…ஆனா இவ்வளோ சீக்கிரம் கௌம்புவான்னு நெனைக்கல” ன்னு யோசிச்சிகிட்டே அடுப்படி பக்கம் சென்றாள் ரமா.

# அப்பா பைத்தியம்

**– வாஞ்சி கோவிந்த்**

பத்து வருடம் ஆகிவிட்டது.

ராம் இப்போது அமெரிக்காவில் ஒரு தனியார் கம்பெனியில் மேலாளராக இருக்கிறான். அவனுக்கு சாரு என்ற அழகான மனைவியும் சேசு, நீலு என்ற மகனும், மகளும் இருக்கிறார்கள். இந்தியாவில் இருந்து அமெரிக்கா வந்து கிட்டத்தட்ட பத்து வருடத்திற்கு மேல் ஆகிவிட்டது. இப்போது தான் முதன் முறையாக தனது குடும்பத்துடன் வந்துள்ளான். சாருவின் வீடு சென்னையில் உள்ளது. ராமின் வீடு திருச்சி தாண்டி ஒரு சிற்றூர். சென்னையில் வந்து இறங்கியதுமே சாரு, தானும் பிள்ளைகளும் அப்பா வீட்டில் நாங்கள் தங்கிக் கொள்கிறோம். வெயிலில் உங்கள் ஊருக்கெல்லாம் வரமுடியாது என்று சொல்லி விட்டாள். பிள்ளைகளையும் அவளோடு இருக்க சொல்லி கட்டாயப்படுத்தியதால் அவர்களும் அங்கேயே தங்கினார்கள். ராம் மட்டும் சென்னையில் இருந்து சேது எக்ஸ்பிரஸில் பர்த் டிக்கட் எடுத்துக் கொண்டு தனது சொந்த ஊருக்கு கிளம்பினான். ரயில் ஒவ்வொரு ஊரைக் கடக்கும் போதும் அவனுக்கு தனது பழைய நினைவுகள் வந்து போனது. ரயில் திருச்சியை தாண்டியது. புதுக்கோட்டையில் இறங்க வேண்டும். கீரனூரை தாண்டிய போது திடீரென ஏதோ சத்தம் கேட்க ரயில் அங்கேயே நின்றது. ராமின் மனம் எப்போது புதுகையை அடையும் என ஏங்கிக் கொண்டிருந்தது. இவ்வளவு தூரம் வந்து விட்டோம். இன்னும் பத்து நிமிடத்தில் போய்விடலாம். அங்கு சுந்தரம் மாமா டாக்சி எடுத்து வந்திருப்பார். அவரோடு திருமயம் போவதாக ஏற்பாடு செய்திருந்தான்.

ரயில் புறப்பட சற்று நேரம் ஆகும் என சக பயணி வந்து சொன்னதும் அப்படியே இருக்கையில் சாய்ந்தவாறு தனது கடந்த காலத்தை எண்ணி மனம் அசைபோட்டது.

அவனுக்கு நினைவு தெரிந்த நாளிலிருந்து அவன் அம்மாவோடு தான் இருந்தான். மாமா, அத்தை, ஆயா, தாத்தா எல்லோரும் இருந்தார்கள். ஆனால் அப்பா மட்டும் அவர்களோடு இல்லை. அம்மாவிடம் அப்பாவைப் பற்றி கேட்பான். ஆனால் அவர் ஆத்திரம் அடைவார். அதோடு அப்பா இறந்து விட்டதாக சொல்வார். இப்படியே அவனது இளம்பருவம் கடந்தது. பள்ளிக்கு போக ஆரம்பித்தான். ஒரு நாள் அவன் பள்ளிக்கு செல்லும் போது யாரே ஒருவர் தன்னை பின் தொடர்ந்து வருவது போல தோன்றியது. அவன் பயந்து வேகமாக வீட்டிற்கு ஓடி விட்டான். மறுநாளும் அந்த நபர் அவனை பின்தொடர்ந்து பள்ளி வரை வந்தார். இவனை பார்த்து சிரித்தார். ஆனால் அவர் கிழிந்த சட்டையும், அழுக்கு வேஷ்டியும் கட்டிக்கொண்டு தோளில் பெரிய துணிப்பை தூக்கி கொண்டு பார்ப்பதற்கு பிச்சையெடுப்பவர் போல இருந்தார். இப்படியே

சில நாட்கள் சென்றது. ஒரு நாள் பள்ளி போகும் வழியில் உள்ள பெட்டிக்கடையில் பக்கத்து வீட்டு பாலுவும், எதிர் வீட்டு கண்ணனும் கடலைமிட்டாய் வாங்கித் திங்க இவனிடம் காசு இல்லாததால் கடைக்கு வெளியே நின்றான். அதை பார்த்த அந்த பைத்தியக்காரர் அவனருகில் வந்து அவனுக்கு காசு கொடுக்கிறார். அதை சற்றும் எதிர்பார்க்காத ராம் காசுவாங்க மறுத்து விடுகிறான். ஆனால் அவன் மனதில் ஏதோ இனம் புரியாத நெருடல் தாக்கியது. அன்று இரவே அவனது ஆயாவிடம் இந்த விஷயத்தை சொல்லி அவர் யாரென்று கேட்கிறான். ஆயா கண்களில் கண்ணீர் வழிய அவனிடம் உண்மையை சொல்கிறார். அது ராமின் அப்பா என்றும் அவர் மனநிலை சரியில்லாததால் வீட்டில் இருந்து வெளியேறி விட்டதாகவும் சொல்கிறார். அன்றிலிருந்து ராமிற்கு அவன் மனதில் அப்பாவை பற்றிய எண்ணங்கள் அலைமோத ஆரம்பித்து விட்டது. அதன் பிறகு அவரை பார்க்கும் போதெல்லாம் புன்முறுவல் செய்வான். தன்னிடம் உள்ள காசை அவருக்கு கொடுப்பான். ஆனால் அவர் வாங்க மறுத்து விடுவார். இருந்தாலும் எல்லோர் முன்னிலையில் அவரை அப்பா என்று அழைக்க அவனுக்கு ஏனோ மனம் வரவில்லை.

ஒரு நாள் அவன் வீட்டு கொல்லையில் விளையாடிக் கொண்டிருந்தான். அப்போது அவனது அப்பா தொலைவில் நின்று அவனையே பார்த்துக் கொண்டிருந்தார். அவனும் அருகில் சென்று என்ன என்று சைகையில் கேட்டான். அவர் ஒன்றும் இல்லை சும்மா உன்னை பார்த்துக் கொண்டு இருந்தேன் என்று சொல்லவும் அவனுக்கு அழுகை பீறிட்டது. அப்போது அவர் கொல்லைக்குள் வந்தார். கொடியில் காய்ந்து கொண்டிருந்த அவனது நீல நிற சட்டையை எடுத்து தனது பையில் அடைத்துக் கொண்டார். அவனும் அதை பெரியதாக எடுத்துக் கொள்ளவில்லை. சில சமயம் மரத்தடியில் உட்கார்ந்து அந்த சட்டையை வெறித்துப் பார்த்துக் கொண்டிருப்பார் அவனது அப்பா. அப்போதெல்லாம் அவரை அப்படியே கட்டி அணைக்க தோன்றும். ஆனால் மனம் இடம் கொடுக்காது. ஒரு நாள் அவன் வகுப்பில் முதல் மாணவனாக தேர்வு பெற்று சான்றிதழுடன் பள்ளிக்கு வெளியே வந்தான். அங்கே தனது அப்பா நிற்பதை பார்த்ததும் அவரிடம் சென்று காட்ட விரைந்து சென்றான். ஆனால் அவர் அருகில் சென்றதும் ஏதோ அவனை தடுக்க அப்படியே கலங்கி நின்றான். அப்பாவும் வேறு ஏதோ சிந்தனையில் இருந்த மாதிரி அவனுக்கு தோன்றியது. உடனே அங்கிருந்து கண்ணில் நீர் வழிய வீட்டிற்கு ஓடிவிட்டான். இப்படி பலமுறை அவரை பார்க்கும் போதெல்லாம் ஏதோ சின்ன சின்ன மனநெருடல் அவனை வாட்டி வதைக்கும்.

அவரை வீட்டிற்கு கூட்டிப்போகும் அளவிற்கு அவனுக்கு தைரியமும் இல்லை. அம்மா, மாமா என்ன சொல்வார்களோ என்ற பயம் வேறு. இவ்வாறாக தனது பள்ளிப்படிப்பை முடித்து விட்டு, பாலிடெக்னிக்கில் மெக்கானிக்கல் பட்டயம் பெற்று சென்னையில்

வேலையில் சேர்ந்தான். அங்கிருந்து அவனுக்கு அமெரிக்கா செல்ல வாய்ப்பு கிடைக்கவே அங்கு சென்று நல்ல கம்பெனியில் வேலை கிடைக்கவே அங்கு சென்று நல்ல கம்பெனியில் வேலை கிடைக்க அப்படியே செட்டில் ஆகிவிட்டான்.

இதற்கிடையில் அவன் சென்னையை சேர்ந்த சாருவை திருமணம் செய்து கொண்டான். திருமணம் முடிந்து அவனது ஊருக்கு மனைவியுடன் வந்து கோவிலுக்கு சென்றான். சாமி கும்பிட்டுவிட்டு வெளியே வரும் போது அவனது அப்பா தூரத்தில் நின்று இரு கைகளை தூக்கி ஆசீர்வாதம் செய்வது போல் செய்தார். அதை பார்த்ததும் அவனது கண்கள் கலங்கியது. கைக்குட்டையால் கண்களை துடைக்க அவனது மனைவி என்ன ஆயிற்று என்று

கேட்க ஒன்றுமில்லை என்று சொல்லி சமாளித்தான். பிறது அவன் மட்டும் தனியாக சென்று அப்பாவை பார்த்து நலம் விசாரித்து விட்டு அவருக்கு செலவிற்கு கொஞ்சம் பணம் கொடுத்து விட்டு வந்தான்.

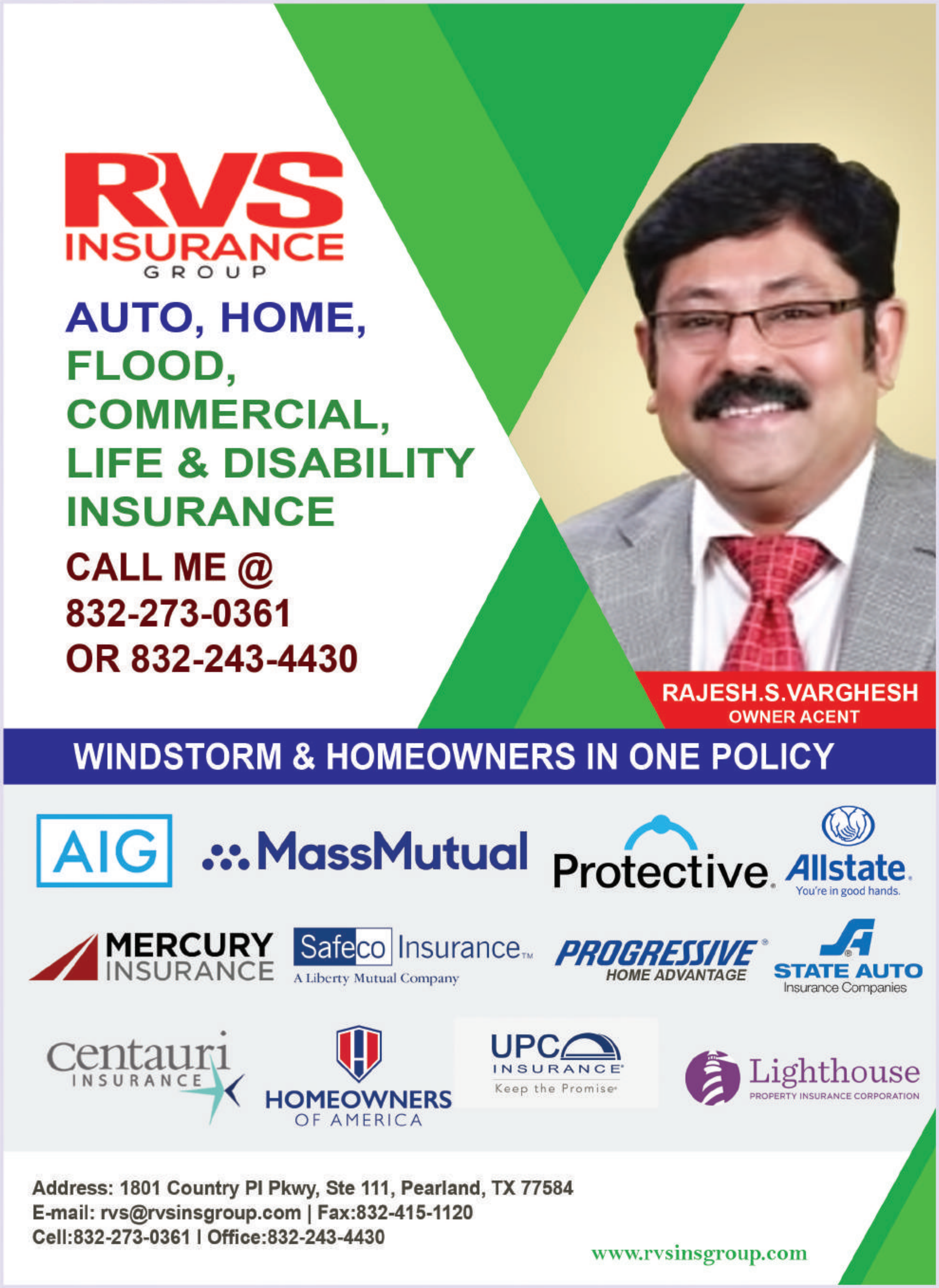
அதன்பிறகு எப்படியோ அவரை மறந்தே போய்விட்டான்.

தனது அம்மாவையும் அமெரிக்கா அழைத்துச் சென்று தன்னுடனே வைத்துக் கொண்டான். இருந்தாலும் தனது சிறு வயதில் இருந்து வந்த ஏக்கம் அவனுள் குறையவில்லை. எப்படியாவது இந்த முறை அதை நிறைவேற்றியே தீர்வது என்ற முடிவோடுதான் வந்துள்ளான்.

ஆம், இந்த முறை எப்படியாவது தனது அப்பாவை தேடி கண்டுபிடித்து அவருக்கு நல்ல மருத்துவமனையில் சிகிச்சை அளிக்க ஏற்பாடு செய்ய வேண்டும். பிறகு அவரை உயர்தர முதியோர் இல்லத்தில் சேர்த்து அவருக்கு வேண்டிய எல்லா உதவிகளையும் செய்ய வேண்டும். இப்போது இதை எதிர்க்க யாரும் இல்லை என்று தீர்மானம் செய்து தான் இந்தியாவிற்கே வந்துள்ளான். அதோடு அமெரிக்காவில் மனநலம் குன்றிய பெற்றோரை எப்படி அவர்களது உறவினர்கள் பராமரிக்கிறார்கள் என்று நன்கு தெரிந்து, தான் இப்படி தனது அப்பாவை கவனிக்காமல் விட்டுவிட்டோமே என்று எண்ணி வருந்தாத நாளில்லை.

ராமால் இருக்கையில் உட்கார முடியவில்லை. அவனுக்கு ஒவ்வொரு நொடியும் ஒரு யுகமாக தோன்றியது. எப்போது ஊருக்கு போவோம். போனவுடன் எப்படியாவது அப்பாவை தேடிக் கண்டுபிடிக்கவேண்டும் என திரும்ப திரும்ப மனதில் வெள்ளோட்டம் பார்த்துக் கொண்டிருந்தான். ரயில் இன்னும் அங்கேயே நின்றது. வெளியே சென்ற ஒரு பயணி உள்ளே நுழைந்ததும் அவரிடம் இன்னும் எவ்வளவு நேரம் ஆகும் ரயில் புறப்பட என்று கேட்டான். அவரும் தெரியலைங்க. யாரோ ஒரு வயதான பெரியவர் ரயிலில் அடிபட்டு இறந்து விட்டார். அவரை இப்போதுதான் சக்கரத்தில் இருந்து வெளியே எடுத்தார்கள். பார்க்கவே படு கோரமாக இருக்கிறது. வயதான பெற்றோரை இப்படி அனாதையாக விடும் பிள்ளைகளை ஜெயிலில் போட வேண்டும் என்று புலம்பிவிட்டு சென்றார். ரயில் புறப்பட இன்னும் சற்று நேரம் ஆகும் என்றவுடன் ராம் வண்டியில் இருந்து இறங்கி கூட்டமாக உள்ள இடத்தை நோக்கி நடந்தான். எல்லோரும் கூடி நின்று அந்த பெரியவரின் சடலத்தை பரிதாபமாக பார்த்துக் கொண்டிருந்தனர். ராம் அந்த கூட்டத்தின் அருகில் சென்றான். அங்கு தரையில் அந்த பெரியவரின் துணிப்பை கிடந்தது. அதில் இருந்த பொருள்கள் எல்லாம் சிதறிக் கிடந்தன. அதைப் பார்த்ததும் அப்படியே உறைந்து விட்டான். ஆம் அந்த பொருள்களில் தனது நீலநிற சட்டை கிடந்தது. அது இவனை பார்த்து சிரிப்பது போல் அவனுக்கு தோன்றியது. கால்கள் நடுங்க கூட்டத்தை விலக்கிக் கொண்டு உள்ளே புகுந்து அந்த பெரியவரின் முகத்தை அருகில் பார்த்தான். வெளிச்சம் குறைவாக இருந்தாலும் தனது அடிமனதில் ஆழமாகப் பதிந்திருந்த அந்த முகம் தனது மூளையில் மின்னல் போல் வெட்டு வெட்டியது. தனது துக்கத்தை கட்டுப்படுத்த முடியவில்லை. அப்படியே அப்பாவின் மேல் விழுந்து அப்பா என்று கதறினான்.

இந்த பெரியவரை ரொம்ப வருசமா எனக்குத் தெரியும். அந்த ரயில்வே ஸ்டேஷனில் காத்து கிடப்பார். எதுக்காக இங்கயே இருக்கீங்க என்று கேட்டால் தனது மகன் ரயிலில் வருகிறான். அவனை வரவேற்க என்று சொல்லுவார். இத்தனை வருஷம் காத்திருந்தவருக்கு இன்றைக்கு தன் மகன் வருகிறான் என்று தெரிந்துதான் இப்படி உசிரை இந்த ரயிலில் விட்டு விட்டார் போலிருக்கு என்று யாரோ பேசியது ராமின் காதில் விழுந்தது.



RVS
INSURANCE
GROUP
AUTO, HOME,
FLOOD,
COMMERCIAL,
LIFE & DISABILITY
INSURANCE
CALL ME @
832-273-0361
OR 832-243-4430
RAJESH.S.VARGHESH
OWNER ACENT
WINDSTORM & HOMEOWNERS IN ONE POLICY
AIG
MassMutual
Protective
Allstate
You're in good hands.
MERCURY INSURANCE
Safeco Insurance
A Liberty Mutual Company
PROGRESSIVE
HOME ADVANTAGE
STATE AUTO
Insurance Companies
Centauri INSURANCE
HOMEOWNERS OF AMERICA
UPC INSURANCE
Keep the Promise
Lighthouse
PROPERTY INSURANCE CORPORATION
Address: 1801 Country Pl Pkwy, Ste 111, Pearland, TX 77584
E-mail: rvs@rvsinsgroup.com | Fax:832-415-1120
Cell:832-273-0361 | Office:832-243-4430
www.rvsinsgroup.com

Proud to Offer

NEW YORK LIFE

# CALL

**Ramesh Cherivirala, MS, Ph.D, LUTCF**
**Financial Adviser#**

Eagle Strategies LLC

**For All your Insurance and Financial Needs**

- Life Insurance
- Long term care insurance
- Disability Insurance*
- Fixed and Variable Annuities ##
- Health Insurance*
- Managed Accounts #
- IRA, 401k, 403b, 529 plans##
- Defined Benefit Plans

## Planning Services:

- Estate Planning
- Retirement Planning
- Education Planning
- Life Insurance Planning
- Business Planning
- Investment Planning
- Net worth Analysis

MDRT®

**Member 2005, 2016, 17 & 18;** Million Dollar Round Table (MDRT): Premier association of financial professionals, recognized globally as the standard of excellence in life insurance sales performance in insurance and financial services industry.

13135 Dairy Ashford Rd, # 550
Sugar Land, TX 77478
Bus: (281) 295-2726
Cell: (713) 875-4336
Email: rcherivirala@ft.newyorklife.com

**Visit his web site at www.RCherryFinancial.Com**

# Financial Adviser offers advisory services through Eagle Strategies LLC, A Registered Investment Adviser;

## Registered representative offers securities through NYLIFE Securities, LLC (Member FINRA/SIPC); A licensed insurance agency

Agent, New York Life Insurance company, 3200 Southwest Freeway, # 1900 Houston, TX 77027; 713-961-4545

*Products offered through one or more carriers not affiliated with New York Life Insurance Company, dependent on carrier authorization and product availability in your state and locality.

Gayatri
BHAVAN

## INDIAN VEGETARIAN RESTAURANT

**Daily Lunch Buffet,**
**South and North Indian Vegetarian dishes,**
**For Catering and Onsite Dosa,chat,Tandoor parties**
**call Subra@440 832 1417,**
**No Onion and Garlic options available.**

Phone: 832 243 1125
Fax : 832 243 1431
Email : info@gayatribhavan.net
Website : Gayatribhavan.net
Address: 14800 Westheimer Rd
SteD, HOUSTON, TX-77082

**WE ALSO DO CATERING**

# TGM PRINTING
ONE STOP SHOP

WE SPECIALIZED IN
ALL YOUR PRINTING AND
MARKETING NEEDS
AWARDS & TROPHIES
T-SHIRT PRINTING
INVITATIONS
MARKETING MATERIALS

13910 Murphy Rd., Stafford, TX 77477 • 281-969-7067

# THE HADI LAW FIRM
ATTORNEYS AT LAW

# இருதலைக் காதல்

## – அருண் ராதாகிருஷ்ணன்

ஆரஞ்சுமிட்டாய் காரணமாக ஏற்பட்ட பிணக்கு. சிலநாட்கள் "குருநாயர்" தங்கராஜுடன் பேசாமல் இருந்தேன். குருநாயர் கைகால் முளைத்த கருத்துகளை ("பிளாக் ஹோல்"லாமா), சந்திப்பை தள்ளிப்போட முடிந்ததே தவிர, முழுவதும் தவிர்க்க இயலவில்லை! தோல்வியை மனப்பூர்வமாக ஒப்புக் கொண்டு, குருநாயரின் வீட்டுக்கு விரைந்தேன் அவரிடம் அறிவு அமுதம் பருக.

திருமதி. காளியம்மாள், குருநாயரை இப்பூவுலகிற்கு ஈன்ற புண்ணியவதி. பெரும்பாலும் தலைவாரி நுனிக்கொண்டை தரித்திருப்பார். நெற்றியில் பழைய ஒரு ரூபாய் அளவிலான பொட்டு எப்போதும் சிகப்பாக ஒளிரும். அந்த குறியீட்டின் உள்ளார்ந்த பொருள் அன்றுதான் எனக்கு புரிந்தது. சற்று தூரத்தில் வரும்போதே "மொத்தடீர் மொத்தடீர்" என்று அடுக்குத் தொடராக ஒலி என் செவிப்பறையை அறைந்தது. நான் வேகமாக விரைந்தேன் வாசலுக்கு, அங்கு அன்பில் உருவான திருமதி. காளியம்மாள், பத்திரகாளியாக மாறி சூரனை வதம் செய்து கொண்டிருந்தார். சூரன் காளிதேவியின் காலடியில் கண்ணீரில் நீந்திக் கொண்டிருந்தார். சற்று உற்று நோக்கிய போதுதான் தெரிந்தது அன்று □சூரா□ அவதாரம் எடுத்திருந்தது குருநாயரே!

இந்த ரணகளத்தில் திரு.காளியம்மாள் எங்கேயென்று தேடினேன், அவரோ அன்று "பல்லி" அவதாரம் எடுத்திருந்தார். சம்ஹாரம் கிட்டத் தட்ட முடிந்த நிலையில், காளிதேவி சாந்தியடைந்து, தன் சிகைகோதி மீண்டும் நுனிக்கொண்டைக்கு வந்தார். வாசலில் நின்ற என்னை இனம் கண்டு கொண்டு, "உள்ள வாப்பா" என்றார். "புன்" நகைத்த முகத்துடன், நான் சப்த நாடியும் அடங்கி அங்கேயே நின்றுவிட்டேன். இரண்டு அணுகுண்டுகளை அங்கத்தில் வாங்கி, முன்பைவிட வேகமாக முன்னேறிய ஜப்பானின் முன்னோடியே குருநாயர்தான். தன் திருமேனியில் ஒட்டியிருந்த தூசிதட்டி பீனிக்ஸ் போல படிகளில் இறங்கி வந்தார் "புண்" நகையோடு.

"எதுக்குடா உங்கம்மா உன்ன அடிச்சாங்க?" என்று கேட்ட எனக்கு, "அடிவாங்கி ரொம்ப நாளாச்சா, அதான் அடி மறந்திரக்கூடாதுன்னு நான்தான் அடிக்க சொன்னேன்" என்றார் சிரிப்போடு. "உன் அனுமதியில்லாமல் உன்னை யாரும் அவமதிக்க முடியாது" என்று சொன்ன புத்தரையே விஞ்சிய சித்தர் என் குருநாயார்! அவரின் அனுமதியில்லாமல் அம்மா கூட அவரை அடிக்க முடியாது. (சில நாட்கள் கழித்து குருநாயரே தன்னுடைய ராபின்ஹுட் நாடகம் வீட்டில் அரங்கேற்றியதின் விளைவுதான் அன்று வாங்கிய அடியின் காரணம் என்று தன்னிலை விளக்கமளித்தார்)

இன்னும் சற்று நேரம் அங்கே இருந்தால் காளிதேவியின் ருத்ரதாண்டவம் எங்கே மீண்டும்

தொடர்ந்து விடுமோ என்றஞ்சி அங்கிருந்து எங்களை அப்புறப்படுத்திக் கொண்டோம். வீட்டின் முடுக்கு சந்தை தாண்டி வெளியே வந்தோம். குருநாயர் எங்கள் தெருவின் சொறிநாய் "அந்தோணியை" தேடினார். என்னது நாய் பேரு "அந்தோணியா"ன்னு தான யோசிக்கிறீங்க? ஆமா, எல்லா தெரு நாய்களைப் போலவும் இதன் பெயரும் "மணி" யாகத்தான் இருந்தது. ஆனால் எங்களுக்கு மணியைவிட அந்தோணி மீதுதான் ரொம்பவும் கோவம். வகுப்பின் சட்டாம்பிள்ளை (மணி கடந்த வருடம் சட்டாம்பிள்ளை என்பதை சொல்லத் தேவையில்லை) அவன்தான். வகுப்பில் "அமைதி" நேரத்தில் எங்கள் பெயரை கரும்பலகையில் நாங்கள் பேசுவதற்கு முன்பாகவே எழுதி விடுவான். "நாங்கதான் பேசவேயில்லையே" என்றால், "நீங்க கண்டிப்பா பேசுவீங்க அதான் முதல்லயே எழுதிட்டேன்" என்று எதிர்காலம் கணிப்பான். சரி வுடு அதுதான் பேரு எழுதியாச்சேன்னு பேச ஆரம்பிச்சா உடனே, "மிக, மிக, மிக அதிகம்" என்று சேர்த்து விடுவான். வகுப்பு முடியும் முன்பாக முத்தாய்ப்பாக "அடங்கவில்லை" என்பதையும் கோர்த்து விடுவான்.

பேசியதற்கு - ஒன்று

ஒவ்வொரு "மிக" வுக்கும் - இரண்டு

"அடங்கவில்லை" க்கு - மூன்று என்று எங்களின் வகுப்பு ஆசிரியர் புள்ளிவைத்து கோலம் போடுவார்.

காளிதேவியிடம் வாங்கிய வரங்களை கை மாற்ற அன்று அந்தோணி அகப்படவில்லை. ஆனால் அந்தோணியின் முகத்தைப் போலவே சப்பையா, உருண்டையா, சதுரமா ஒரு வண்டி அங்கு வந்து நின்றது. வண்டியில் இருந்து ஓட்டுநகர் தவிர்த்து ஒரு குடும்பம் இறங்கியது. வரிசையாக பெட்டிகளை இறக்கியது. குருநாயருக்கு என்ன தோன்றியது என்று தெரியவில்லை. நாமளும் போயி அவங்களுக்கு உதவி செய்யலாமா என்று கேட்டார்? என் பதிலுக்கு காத்திராமல், குடும்பத்தலைவரிடம் போய் "அண்ணாச்சி, நாங்களும் பெட்டியை எடுத்து வைக்கிறோம் என்று கேட்டார்? குருநாயருக்கு தன்னைவிட வயது முதிர்ந்த அனைத்து ஆண்களும் "அண்ணன்" தான். அனைத்து பெண்களும் "அக்கா" தான். முதலில் அண்ணனின் மனைவி "அக்கா" வந்தார். பின்பு அண்ணனின் மகள் "அக்கா" வந்தார். இரண்டு அக்காவுக்குள் குழப்பம் வந்து விடாமல் இருக்க, பின்பு அவர்களின் பெயர்களை "அக்காவுக்கு முன்பு சேர்த்துக்கொண்டோம். மனைவி அக்கா "மீனாட்சி அக்கா" ஆனார். மகள் அக்கா "கவிதா அக்கா" ஆனார். ஒரே ஒரு அண்ணன் தான் என்பதால் அவரின் பெயர் தேவைப்படவில்லை.

எடுத்து வைத்துக் கொண்டிருந்த பெட்டிகளின் இடையில் ஒரு தகர டப்பாவும் இருந்தது. அது அண்ணனுக்கு தெரியாமல் மீனாட்சியக்கா சேர்த்து வைத்த சிறுவாடு. அதை பொறுப்பாக கொண்டுபோய் மீனாட்சியக்காவிடம் கொடுத்து விட்டார் குருநாயார். அண்ணன் அங்கிருந்து நகர்ந்த சமயத்தில், தான் டப்பாவில் வைத்திருந்த பணம் பத்திரமாக இருக்கிறதா என்று சரிபார்த்து விட்டு எங்களைப் பார்த்து நிம்மதியாக சிரித்தார் மீனாட்சியக்கா.

குருநாயர் பல தவறுகளை செய்திருக்கலாம். ஆனால் அவர் ஒரு தவறான குருநாயர் அல்ல என்பதை நிரூபித்த பல தருணங்களில் இதுவும் ஒன்று.

அதன் பின்பு பல மாலை வேளைகளில் கவிதா அக்காவுடன் தான் இருப்போம். சாப்பிட மட்டுமே வீட்டுக்கு போவோம். கவிதா அக்கா பன்னிரண்டாம் வகுப்பு வரை படித்துள்ளார். மேலும் படிக்க தன் தந்தையின் வருமானத்தில் இடமில்லாததால் வீட்டில் இருந்து டியூஷன் எடுக்க ஆரம்பித்தார். சில நாட்களில் அக்காவிற்கு வரன் தேட ஆரம்பித்தனர். பெண் பார்க்க வரும் அனைத்து நாட்களிலும் தவறாமல் நாங்கள் அங்கே இருப்போம். பலகாரங்களை பதம் பார்க்க சில, பல அண்ணன்கள் வந்தார்கள். யாரையும் எங்களுக்கு பிடிக்கவில்லை.

ஒரு பொன் மாலைப்பொழுதில் மீண்டும் ஒரு பெண் பார்க்கும் படலத்தில், மீனாட்சியக்கா எங்களுக்கு "கவிதாக்கா கல்யாணமாயிட்டா உங்கள விட்டுட்டு போயிடுவா" என்று காரவிருந்து கொடுத்தார். அதைக்கேட்ட எங்கள் இருவருக்கும் அழுகை வந்தது. ஆண் பிள்ளைகள் அழுவதில்லை? (அடிவாங்கும் போது தவிர்த்து) என்பதால், கண்ணீருக்கு கைகளால் கரைகட்டினோம்.

இருந்தாலும் கடைசிவரை இருந்து மிக்ஸர், பூந்தி சாப்பிட்டு விட்டு தான் வீட்டுக்கு வந்தோம்.

அதன்பிறகு இரண்டு நாட்கள் நாங்கள் இருவரும் கவிதாக்கா வீட்டுக்கு போகவில்லை. ஆழ்ந்த சிந்தனையிலேயே இருந்தோம். இறுதியாக குருநாயரின் மகாசிந்தனையில் உதித்த யோசனையைக் கூறினார்.

ஆமாம், அந்த யோசனை என்னவென்று நீங்கள் யூகித்தது சரிதான்.

நேராக கவிதாக்காவிடம் போய், "எங்க ரெண்டு பேர்ல ஒருத்தன கட்டிக்கோங்க" என்றோம். அதைக் கேட்டவுடன் கண்ணில் நீர் வரும் வரை சிரித்தார் அக்கா. பொறுமையிழந்த குருநாயர், "போனவாரம் உங்கள பொண்ணு பாக்க வந்த ஆளவிட நாங்க நல்லாத்தானே இருக்கோம்" என்று அக்காவை மிரட்டினார். "இப்போ ஏண்டா திடீர்னு இப்படி வந்து கேக்குறீங்க" என்ற அக்காவிடம் எங்களின் காரணத்தை கூறியபோது, கண்ணீருடன் அமைதியானார். சோகம் அக்காவுக்கு எப்போதுமே பிடிக்காது என்பதால் உடனே பேச்சை மாற்றி விட்டார். "உங்க ரெண்டு பேர்ல யாரு முதல்ல நல்ல வேலைக்கு போயி, பெரிய ஆளா ஆகுறீங்களோ அவங்கள நான் கல்யாணம் பண்ணிக்கிறேன்" என்று முற்றுப்புள்ளி வைத்தார். நாங்களும் நம்பிக்கையோடு வீட்டுக்கு வந்தோம்.

"பெரிய ஆளாக ஒன்னும் செய்ய வேண்டாம். சாப்பிட்டு, சாப்பிட்டு தூங்கினா போதும். ஆனா நல்ல வேலைக்கு போக நல்லா படிக்கணுமே?" என்பதை நினைக்கும் போதே எனக்கு துக்கமாக இருந்தது. அப்படியே துக்கத்துடன் நடந்து கொண்டிருக்க, ராஜமாணிக்கம் மாமா (அம்மாவின் தம்பி) ஒரு காகிதத்தை என்னிடம் தந்தார். அது நான்காக மடித்திருந்தது. அதை பிரிக்க முயன்ற போது, மாமா என்னை தடுத்து "இதை கவிதா அக்காவிடம் கொடுத்துவிடு" என்றார். கணக்குப் பாடம் தான் எனக்கு புரிய நாளாகும். இது உடனே புரிந்து விட்டது. ஏற்கனவே போட்டிக்கு குருநாயர் இருக்கிறார். இதில் மாமா வேற, கடுப்பான நான் கண்டபடி மாமாவை திட்டினேன். (எனக்கும் மாமாவுக்கும் 10 வயது தான் வித்தியாசம்). இந்த கடிதத்தை பற்றி தாத்தாவிடமும், அம்மாவிடமும் சொல்லிவிடுவேன் என்று மிரட்டினேன். கொடுத்த கடிதத்தை வாங்கிக் கொண்டு மாமா ஓடிவிட்டார்.

அதன் பிறகு சில நாட்கள் கவிதாக்கா வீட்டுக்கு நாங்கள் இருவரும் போகவில்லை. பின்பு ஒரு நாள் நான் போனேன். வீடு பூட்டிக்கிடந்தது. என்னவென்று அண்டை வீட்டில் விசாரிக்க, கவிதாக்கா வீட்டைக் காலி செய்து விட்டு சென்றுவிட்டதாக சொன்னார்கள். அழுது கொண்டே வீட்டுக்கு வந்துவிட்டேன். சில நாட்களில் கவிதாக்கா ஏன் வீட்டை காலி செய்தார்கள் என்ற செய்தி என்னையெட்டியது.

நான் தர மறுத்த மாமாவின் கடிதம். வேறு வழியில் கவிதாக்காவை அடைந்துள்ளது. கடிதம் வந்த செய்தி, அக்கா வீட்டில் உள்ள அனைவருக்கும் தெரிந்து பெரிய சச்சரவாகி வீட்டை காலி செய்துள்ளனர். எப்படி அந்தக் கடிதம் மாமாவிடம் இருந்து அக்காவிடம் சென்றது என்று அறிய முற்பட்டபோது, அதை கொண்டு சேர்த்தது சாட்சாத் என் குருநாயரேதான்.

ஆத்திரமும் கோபமும் அடைந்த நான், குருநாயரிடம் இது பற்றி விசாரித்த போது, குருநாயர் அமைதியாக "நமக்கு தேவை கவிதாக்கா நம்மைவிட்டு போககூடாது அவ்வளவுதான். நீயும் நானும் பெரியாளாக ரொம்ப வருசம் ஆகும். அதான் உங்க மாமாவுக்கு உதவி செஞ்சேன்" என்றார். என்னால் எதுவும் சொல்ல முடியவில்லை.

எப்படி யோசித்தாலும் எனக்கு ஆத்திரம் அடங்கவில்லை. மாமாவை ஒன்றும் செய்ய முடியாது. அதனால் அந்தோணியின் பெயரை "ராஜமாணிக்கம்" என்று மாற்றிவிட்டு, அதன் மீது கல்லை விட்டு வீசினேன்.

தகவல் நன்றி: ரவி ஐயர்

# State of North Carolina

**ROY COOPER**

GOVERNOR

**TAMIL LANGUAGE AND CULTURE MONTH**

**2020**

**BY THE GOVERNOR OF THE STATE OF NORTH CAROLINA**

**A PROCLAMATION**

**WHEREAS,** the Tamil community of North Carolina has made significant contributions to our state's diverse culture and population, including preserving and promoting the rich heritage of the Tamil language; and

**WHEREAS,** members of North Carolina's Tamil community are dedicated to preserving Tamil culture, in part through language schools designed to educate young people and preserve Tamil language for generations to come; and

**WHEREAS,** the Tamil language is widely spoken in India, Singapore, Sri Lanka, and many communities throughout our nation and world; this language is central to Tamil identity, and is recognized as one of the world's longest-surviving written and spoken languages; and

**WHEREAS,** Tamil traditions, language, and heritage have impacted many aspects of the economic, social, and cultural history of our state and nation; and

**WHEREAS,** during January, members of the Tamil community celebrate Thai Pongal, a four-day harvest festival that coincides with the first day of the month Thai in the Tamil calendar; and

**WHEREAS,** the State of North Carolina joins in celebrating Thai Pongal and in recognizing the Tamil community for their ongoing contributions to our state;

**NOW, THEREFORE,** I, ROY COOPER, Governor of the State of North Carolina, do hereby proclaim January, 2020, as **"TAMIL LANGUAGE AND CULTURE MONTH"** in North Carolina, and commend its observance to all citizens.

Roy Cooper
Governor

**IN WITNESS WHEREOF,** I have hereunto set my hand and affixed the Great Seal of the State of North Carolina at the Capitol in Raleigh this twentieth day of December in the year of our Lord two thousand and nineteen and of the Independence of the United States of America the two hundred and forty-fourth.

*வடகரோலினா மாகாணத்தின் மாறுபட்ட கலாச்சார வளர்ச்சியில் (diverse culture) தமிழ் சமூகத்தின் உயரிய பங்கினை பாராட்டி, கரோலினா மாகாணத்தின் கவர்னர் திரு. ராய் கூப்பர், இவ்வாண்டு (2020) ஜனவரி மாதத்தை தமிழ் கலாச்சார மாதம் என்று சிறப்பித்துள்ளார். உலகத் தமிழர்களாகிய நாம் அனைவரும் பெருமிதம் கொள்ளும் தருணமிது.*

# நியூஜெர்ஸியில் எனது ஷாப்பிங் அனுபவங்கள்!

– பாலா ஹரி

## ஷாப்பிங் அனுபவம் – 1 – வம்பின் நிறம் சிவப்பு ஒரு வழிசலான அனுபவம்

அந்த சிவப்புக் கலர்ச் சட்டையை அயர்ன் செய்யும் போது, "அந்தச் சட்டையை போட்டுட்டு போகாத கொஞ்சம் சின்னதாகவும் ப்ளைனாகவும் இருக்கு" என்று ஒரு நீலக் கலர் சட்டையை நீட்டிய என் மனைவியின் அறிவுரையை 'சட்டை' செய்யாமல் எனக்குப் பிடித்த சிவப்புச் சட்டையை அணிந்து நடந்தேன்.

அன்று சனிக்கிழமை. இந்தியன் ஸ்டோரில் ஒரே கூட்டம். சாமான்களோடு இலவச இணைப்பாய் ஷாப்பிங் கார்ட்டில் நாலைந்து இடிகளையும் காலில் ரெண்டு மிதிகளையும் வாங்கிக் கொண்டு பின்னர் காஸ்கோவில் சிலபல ஐயிட்டங்களையும் வாங்கிக் கொண்டு டார்கெட் (வால்மார்ட்டின் போட்டியாளர்) முன் வண்டியை நிறுத்தி விட்டு திரும்பினேன்.

என் மனைவி கொடுத்த அதே நீலக்கலரில் உடையணிந்த ஒரு அழகான பெண் என்னைப் பார்த்து சிரித்துக் கடந்தது. அடடா நீலத்துக்கு நீலம் மேட்சாக இருந்திருக்கும்.

ஒரு பெருமூச்சோடு கடைக்குள் நுழைந்தேன். இந்தக் கடையில் வால் மார்ட் அளவிற்கு கூட்டம் இருக்காது. மேலும் அனைத்து வரிசைகளும் எனக்கு அத்துப்படி. அதில் அடுக்குகளில் எங்கே என்ன இருக்கும் என்பதும் அத்துப்படி!

இரண்டு வரிசைகளைக் கடந்த பின், மீண்டும் அந்த நீல உடைப்பெண்! நீல நிறம் வானுக்கும் கடலுக்கும் நீல நிறம் பாடல் வரிகள் மனதில் பாட, *I got 'blues' bumps!*

என் கண்கள் அந்த மயிலைத் தேடி அவள் பின்னால் செல்ல முயன்ற போது அந்தப் பெண்ணே என்னிடம் வந்து "இதன் விலை என்ன என்று கேட்டார்" அடடா நீலப் பட்சி பொறுமையாகப் படித்துச் சொன்னேன்

நீல வானத்தைத் தொடரும் நிலவாகச் சென்றேன். விளையாட்டுப் பொருட்கள் இருந்த அடுக்கை கடந்த போது அங்கே ஒரு சிறுவன் மேல்தட்டில் இருந்த ரேஸ் காரை எடுத்துத் தரச் சொன்னான். மனதில் திட்டிக் கொண்டே

எடுத்துக் கொடுத்து என் தேடலைத் தொடர்ந்தேன்.

நீலத்தை நீளமாக தொடர்ந்தவாறே ஒரு வழியாய் எனது லிஸ்ட்டில் இருந்த அனைத்தையும் (பன்னையும் தான்) மறக்காமல் வாங்கிக் கொண்டு கேஷ் கவுண்டருக்கு வந்தேன்.

கவுண்டரில் வால்மார்ட்டே தேவலாம் என்னும் அளவுக்குக் கூட்டம். என்னடா இது நம் ஷாப்பிங்கிற்கு வந்த சோதனை என்று எந்த வரிசையில் நீலம் நிற்கிறதோ அதே வரிசைக்கு விரையும் போது, அங்கே அழகாக அடுக்கி வைத்திருந்த டிஷ்யூ பாக்ஸ்களில் என் கை பட்டு பத்து பனிரெண்டு பாக்ஸ்கள் ஸ்லோ மோஷனில் கீழே விழுந்து சிதறின.

ஷாப்பிங் கார்டை ஓரமாக வைத்துவிட்டு அவைகளை அடுக்கிக் கொண்டே அந்த நீலப் பறவை பறந்து செல்வதை பதைபதைப்போடு பார்த்துக் கொண்டிருந்தபோது, *"What are you doing here?"* என்ற கண்டிப்பான ஒரு பெண்மணியின் குரல் கேட்டு நிமிர்ந்தேன். அவரது யூனிஃபார்மிலேயே தெரிந்தது அந்தக் கடையில் பணிபுரிபவர் என்று !

*"Sorry, I will put it back"* என்று சொன்னதற்கு அவர்.

*Leave it, go and open the cash counter 12!"* என்றார். தெனாலி கமல் மாதிரி எனக்கு ஒன்றும் விளங்கயில்ல !

*"I don't work here"* என்று சொன்னபோது,

அவர் ஸாரி கேட்டுக்கொண்டாலும் அவர் பார்த்த பார்வையில் இருந்த கோபத்தைச் சென்னைத் தமிழில் ட்ரான்ஸ்லேட் செய்தால், "ஏன்டா சோமாறி, உனிக்கு இன்னா வேற கலர்ல சர்ட்டு கெட்க்கலையா?"

எனது சிவப்பு கலர் சட்டையையும், பொருள்களை அடுக்கி வைப்பதையும் பார்த்து அந்த மேனேஜர் என்னை டார்கெட்டின் எம்ப்ளாயி என்று நினைத்துக் கொண்டார்!

டார்கெட் கடையின் ஊழியர்களின் யூனிஃபார்ம் சிவப்பு !

ஒரே வழிசல் அண்ணாச்சி !

## ஷாப்பிங் அனுபவம்-2
## சிரிக்கிற, சிறுகீரை !

என் வீட்டு சமையலில் வாரம் இருமுறை கீரை கட்டாயம் உண்டு ! (அங்க யாரு உப்புமா எத்தன தடவன்னு கேக்குறது? தூக்கி அடிச்சுடுவேன் பாத்துக்க !)

வீட்டிலிருந்து காரில் சென்றால் 10 நிமிடத்தில் பட்டேல் பிரதர்ஸ் இந்திய மளிகைக் கடை. அதற்கு நேர் பின்னே பட்டிடார் என்று இன்னோரு கடை. ஆனால் இந்தியா மாதிரி குறுக்கே போக முடியாது. ஒரு 5 நிமிடம் காரில் ஒரு பிரதக்ஷனம் செய்ய வேண்டும். இப்படி என் வீட்டுக்கு அருகே பல நம்மூரு பலசரக்குக் கடைகள், உணவகங்கள், துணிக்கடைகள் ஏன் இரண்டு மூன்று நகைக் கடைகளும் இருக்கு!

நான் முதன் முதலில் 1997-ல் பிஸினஸ் விசாவில் அமெரிக்கா வந்தபோது, நியூஜெர்சியில் எடிசனில் இரண்டே இரண்டு (இந்திய) மளிகைக் கடைகள் மட்டுமே! அதேபோல் ஸ்வாகத் (வெஜிடேரியன்) மும்பை எக்ஸ்பிரஸ் (நான் வெஜ்) என்ற இரண்டே உணவகங்கள் மட்டுமே! அலுவலகத்திலிருந்து காரில் செல்ல 20 நிமிடங்கள் ஆகும். ஆனால் கார்தான் இல்லை!

அப்போதெல்லாம் பக்கத்திலிருந்த சைனீஸ் கடையின் ஃப்ரைடு ரைஸ்தான் எங்களின் உயிர் ஆவியாகிவிடாமல் தடுத்த தெர்மகோல்!

20 வருடங்களில் நியூஜெர்சியில் திரும்பிய பக்கமெல்லாம் இந்தியக் கடைகள் ! எதை எடுப்பது எதை விடுப்பதுன்னு ஏகப்பட்ட சாய்ஸ்! சரி கீதைக்கு... சே... கீரைக் கதைக்கு வருவோம்.

இந்தியன் ஸ்டோர்களில் காய்கறிகள் வாங்க ஒரு பேட்டர்ன் உண்டு! வெள்ளி முதல் ஞாயிறு மதியம் வரை கூட்டம் அலைமோதும். ஷாப்பிங் கார்ட்டில் இடி வாங்காமல் வீடு திரும்பினால் கட்டாயம் லாட்டரிச் சீட்டு வாங்கலாம்! ஆனால் பிரஷாக இருக்கும். திங்கள் முதல் வெள்ளி மதியம் வரை அவ்வளவு கூட்டமிராது. அதே சமயம் பிர்ஷ்னெஸ் கம்மி! நான் அன்று சென்றதும் ஒரு வார நாள்.

முதலில் பட்டேல் பிரதர்ஸ் சென்று கீரை/ காய்களை பார்த்தால், கவலையில் சுருங்கிய முதியவர்களின் முகங்களைப் போல் வாடி வதங்கி இருந்தது! சரி, பட்டிடார்போய் பாக்கலாம் என எட்றா வண்டியை' என்று சொல்லி அங்கே போனேன்! அங்கும் அதே கதை. அதே நிலை! விதியை நொந்து கொண்டு உள்ளதில் எது தேறும் என்று பொறுக்கிக் கொண்டிருந்தபோது, பக்கத்தில் பேச்சுக்குரல் கேட்டது. ஒரு பெண்மணி அவர் கணவரிடம், “வாங்க பட்டேல் போலாம் அங்க பிரஷ்ஷா இருக்கும்” என்று அவரின் கையைப் பிடித்து இழுத்துக் கொண்டே பொறுக்கிக் கொண்டிருந்த என்னைப் பார்த்து ஒரு லுக் விட்டுச் சென்ற போது...

என் மனதில் சிரித்த புது மொழிதான்.

இக்கடைக்கு அக்கடைப் பச்சை !

*Original* பழமொழி: இக்கரைக்கு அக்கரைப் பச்சை !

# சித்திரைச் சித்திரங்கள்

காப்பி பெயிண்டிங்
- மகாலெட்சுமி கார்த்தி

ரங்கோலி
- சுபஸ்ரீ கோகுல்

# உமிழ்நீரின் உன்னதம்

சர்க்கரை நோயை இந்த நாட்டை விட்டு அடித்துத் துரத்தும் வேளை வந்து விட்டது. சர்க்கரை நோயை வைத்து இந்தியாவில் மட்டுமே 700 மருந்து நிறுவனங்கள் (கம்பெனிகள்) ஆண்டுக்குப் பல இலட்சம் கோடி ரூபாய்களை அள்ளிச் செல்கின்றனர்.

இனிமேலாவது இதற்குச் செலவு செய்யும் பணத்தை உணவுக்காகச் செலவு செய்தால் உறுதியாக வேளாண்மை செழிக்கும். வேளாண்மை செழித்தால் எல்லாத் தொழில்களும் வீறுநடை போடும். இதற்கான அருமருந்து நம்மிடமே உள்ளது.

சர்க்கரை நோய்க்குக் காரணம் இன்சுலின் ஒழுங்காகச் சுரக்காதது தான். ஆனால், இயற்கையாகச் சுரக்க ஒரே மருந்து எது? உமிழ்நீர் தான்.

சர்க்கரை நோய்க்கும் வாயில் ஊறக்கூடிய உமிழ்நீருக்கும் என்ன தொடர்பு உண்டு என்பதைப் பார்ப்போம்.

உணவுடன் கலந்து செல்லும் உமிழ்நீர்தான். கணையத்திலிருந்து இன்சுலினைச் சுரக்கத் தூண்டும் இயற்கை மருந்து. உமிழ்நீர் எனும் இயற்கை மருந்தை நம் முன்னோர்கள், தாங்கள் உண்ணும் உணவுடன், அதிக அளவு எடுத்துக் கொண்டனர்.

வாழ்வதற்காக உண்டனர். அதனால் தான் பொறுமையுடனும் அமைதியுடனும் பொறுப்புடனும் உணவருந்தினர். அதனால் அவர்கள் சாப்பிடும் உணவுடன் உமிழ்நீர் அதிக அளவு கலந்து வயிற்றுக்குள் சென்றது. கூடுதல் உமிழ்நீரைச் சுரக்கச் செய்வதற்காக ஊறுகாயைச் சிறிதளவு எடுத்துக் கொண்டனர்.

அதேபோல் உணவு உண்பதற்கு 30 நிமிடம் முன்னதாகவும், உணவு உண்டபின் 30 நிமிடம் கழித்தும் நாம் கடலைமிட்டாய், வெல்லம், பனங்கற்கண்டு, பனங்கருப்பட்டி இவற்றில் ஏதாவது ஒன்றை எடுத்துக் கொண்டால் கட்டாயம் உமிழ்நீர் நன்கு சுரக்கும்.

நம் முன்னோர்களுக்கு உமிழ்நீரின் அருமை தெரிந்திருந்தால் ஊறுகாய் என்ற உணவுப் பொருளை கண்டுபிடித்துப் பயன்படுத்தினர். தூண்டல், துலங்கல் என்ற விதியின் படி உமிழ்நீர் என்ற தூண்டுதலால் இன்சுலின் என்ற துலங்கல் சுரக்கப்படுகிறது.

நமது வாழ்க்கையின் வேகம் அதிகரித்து விட்டது. உணவு சாப்பிடும் வேகமும் அதிகரித்து விட்டது. வாழ்க்கைக்கான சாப்பாடு என்ற மனநிலை மாறி, சாப்பிடுவதும் ஒரு 'வேலை' தான் என்ற மனநிலைக்கு வந்துவிட்டோம்.

உணவை ரசித்து, ருசித்து, உமிழ்நீர் கலந்து சாப்பிடாமல், அவசர அவசரமாக வாயில் போட்டு விழுங்குகிறோம். நாம் விழுங்கும் உணவில் உமிழ்நீர் இல்லாததால், அந்த உணவுக்கு இன்சுலின் சுரக்காது.

உணவிலுள்ள குளுக்கோசு, கிளைக்கோசனாக மாறாமல், அது சர்க்கரையாகவே இரத்தத்தில் தங்கிவிடும். நாளடைவில் அது சர்க்கரை நோய் என்று அழைக்கப்படும் நீரிழிவு நோயாக மாறிவிடுகிறது.

சர்க்கரை நோய்க்கு மிகச்சிறந்த இயற்கை மருந்து நம் வாயில் ஊறும் உமிழ்நீர்தான். எனவே, நாம் சாப்பிடும் ஒவ்வோர் உணவிலும் உமிழ்நீர் கலந்து சாப்பிடப் பழகிக் கொள்ள வேண்டும். நாம் குடிநீர் அல்லது தேநீர் அருந்தினால் கூட உமிழ்நீர் கலந்துதான் வயிற்றிற்குள் அனுப்ப வேண்டும்.

நீரிழிவு நோய் எனும் செயற்கையான நோயை உமிழ்நீர் எனும் இயற்கையான மருந்து கொண்டு அழித்து ஒழிப்போம்.

படித்ததில் பிடித்தது பட்டறிவில் உணர்ந்தது.

– கொழுமம் ஆதி.

தொகுத்தவர். வெண்ணிலா சரவணக்குமார்.

# ஆறாம் அறிவு என்றால் என்ன?

தொல்காப்பியம் மிக அழகாகச் சொல்லும்
புல்லும் மரமும் ஓர் அறிவினவே
நந்தும் முரளும் ஈர் அறிவினவே
சிதலும் எறும்பும் மூ அறிவினவே
நண்டும் தும்பியும் நான்கு அறிவினவே
மாவும் மாக்களும் ஐஅறிவினவே
மக்கள் தாமே ஆறு அறிவு உயிரே.

ஓரறிவு உயிர் என்பது என்ன? இவை தத்தம் உடலால் தொடுவதை மட்டும் அறியும். அதுதான் புல், மரம், மெய்யுணர்வு தொடு உணர்வோடு நாவினால் சுவையையும் அறிபவை ஈரறிவு உடையவை. அவையே முரள் மற்றும் நந்து. (முரள் என்றால் அட்டை. நந்து என்றால் நத்தை.)

கரையான் எறும்பு போன்றவை மூன்றறிவு உடையவை. இவை தொடு உணர்வு, சுவை மற்றும் முகரும் பண்பினையும் கொண்டவை. மோப்பம் பிடிக்கும். அதனால் தான் கரையான், புத்தகம் எங்கே இருந்தாலும் வந்து அரிக்கிறது.

நான்கு அறிவு உடையவை என்பவை பார்வையும் சேர்ந்து உடையவை. நண்டு தும்பி ஆகியவை இதற்கு உதாரணம். ஐந்து அறிவு உடையவை விலங்கினங்கள், ஐந்தாவது அறிவு என்பது ஒலி அறிதல்.

ஆறாம் அறிவு என்பது தான் மனத்தால் அறியும் அறிவு. அதனால் தான் கண்ணதாசன் இரண்டு மனம் வேண்டும் என்று ஆண்டவனிடம் கேட்கிறார்.

தொடு உணர்வு மட்டும் இருந்தால் ஓர் அறிவு. தொடு உணர்வும் சுவையும் அறிந்தால் ஈர் அறிவு.

தொடு உணர்வு, சுவை மற்றும் முகரும் அறிவு இருந்தால் மூன்று அறிவு. தொடு உணர்வு, சுவை, முகரும் அறிவு மற்றும் பார்வை இருந்தால் நான்கு அறிவு.

தொடு உணர்வு, சுவை, முகரும் அறிவு, பார்வை மற்றும் கேட்கும் திறன் இருந்தால் ஐந்து அறிவு.

இவற்றுடன் சிந்திக்கும் திறன் இருந்தால் ஆறறிவு.

**தொகுத்தவர்.**
**சௌம்யா கணேஷ்ராம்,**
**கேட்டி.**

# அப்பா

அனைவரும் அறிந்த ஒற்றைக் கால் மண்டபம் !
அதைப்போல் விளங்கும் எங்கள் குடும்பம் !
ஒரு தூணே அந்த மண்டபத்தின் துணை,
நீயே நம் குடும்பத்திற்குச் சுனை

உன் அன்பு நிலையானது.
ஆனாலும் அது எல்லையற்றது.
கிரகங்கள் சுழலுவது சூரியனை !
நம் குடும்பம் சுழலுவது உன்னை !
என் எல்லா பிரச்சனைக்கும் உடனே,
தீர்வு காண வரும் முதல் இதயம் நீ தானே !

**ஈஷாஜோதி பிரபாகரன்,**
**சைப்ரஸ் தமிழ்ப் பள்ளி.**

**நிஷாந்த் சிவசுப்ரமணியம்**
**கேட்டி தமிழ்ப்பள்ளி**

# சாஹஸ் பரத்வாஜ் கணேஷ்

வணக்கம். நான் சாஹஸ் பரத்வாஜ் கணேஷ். நான் சுகர்லாண்டில் உள்ள ஃபோர்ட் செட்டில் மெண்ட் நடுநிலைப் பள்ளியில் 8 ஆம் வகுப்பு படிக்கும் மாணவன்.

நான் 2013 இல் ஹ்யூஸ்டனுக்கு குடிபெயர்ந்தேன். ஒரு நாள், நான் எனது உறவினர்களின் வீட்டிற்குச் சென்றபோது, அவர்கள் பி.கே.எம் என்ற அமைப்பைப் பற்றி பேசுவதைக் கேட்டேன். அந்த சுருக்கத்தின் பொருள் என்ன என்று கூட எனக்குத் தெரிய வில்லை. பாரதி கலைமன்றம் (பி.கே.எம்) பற்றி நான் மேலும் அறிந்தபோது, அந்த அமைப்பு எனது குடும்பத்தினரும் நண்பர்களும் பங்கேற்ற பல்வேறு செயல்கள் செய்வதை அறிந்தேன். அதனால் எனக்கு அவர்களிடம் மிகுந்த பாராட்டு இருந்தது. சில ஆண்டுகளாக, நான் அங்கு சில நிகழ்ச்சிகளில் ஈடுபட்டேன். அவற்றை உங்களுடன் பகிர்ந்து கொள்வதில் மகிழ்ச்சி அடைகிறேன்.

நான் முதலில் ஹ்யூஸ்டனுக்கு வந்தபோது மிகவும் கூச்ச சுபாவமுள்ளவனாக இருந்தேன். நான் நண்பர்களை உருவாக்க தயங்கினேன். பி.கே.எம் மின் வருடாந்திர பொங்கல் நடனம் இருந்தபோது, நடனக் குழுவின் ஒரு பகுதியாக நான் அழைக்கப்பட்டேன். நான் நண்பர்களை உருவாக்க ஆரம்பித்தேன். நாங்கள் ஒருவருக்கு ஒருவர் தெரிந்து கொண்டோம். நாங்கள் மேலும் தொடர்பு கொள்ளும்போது, பி.கே.எம். மக்களைச் சென்றடைய நான் இனி வெட்கப்படுவதில்லை, கூச்சப்படுவதில்லை. நான் சுகர்லாண்ட் சிங்கம்ஸ் சிறுவர் நடனக் குழுவின் ஒரு பகுதியாக இருந்தேன். நாங்கள் சூப்பர் ஸ்டார் ரஜினி அவர்களின் மற்றும் பிற பிரபலமான தமிழ் பாடல்களையும் நிகழ்த்தினோம். எனது முதல் தடவையான நிகழ்ச்சி இன்னும் எனக்கு நினைவிருக்கிறது. நாங்கள் மேடைக்குச் செல்லும் போது நான் அவ்வளவு பயந்தேன். கூட்டத்தினரிடமிருந்து ஒரு பெரிய கைதட்டல் இருந்தது. பார்வையாளர்களிடமிருந்து என் பெரியம்மாவும், என் அம்மாவும் ஊக்குவித்தார்கள். என்னை ஆதரித்தார்கள். அது எனக்கு தைரியம் கொடுத்தது நன்றாக நினைவிருக்கிறது. நான் தவறு இழைத்தாலும், அது ஒன்றும் ஒரு பெரிய காரியம் அல்ல என்று எனக்குத் தெரியும். ஆனால் அந்த நாளில் நாங்கள் அதை உற்சாகமாக நடனமாடி நிறைய கைதட்டல்களைப் பெற்றோம். அந்த முழு அனுபவம் எனக்கு மேலும் மெருகூட்டியது.

நான் விளையாட்டை நேசிக்கிறேன். கிரிக்கெட் விளையாடுவதை ரசிக்கிறேன். என் அப்பா என்னுடன் பி.கே.எம். பிக்னிக் செல்லச்

சொன்ன போதெல்லாம் நான் தயங்குவேன். நான் இதுவரை மூன்று பிக்னிக் சென்றேன். முதல் வருடம் மழை பெய்தது. எல்லோரும் கொட்டகையின் கீழ் மறைந்திருந்தார்கள். இரண்டாம் ஆண்டு கொஞ்சம் சிறப்பாக இருந்தது. நான் சில நண்பர்களை உருவாக்கினேன். அதைவிடவும் மூன்றாம் ஆண்டு சிறப்பாக இருந்தது. எனது பெரும்பாலான நண்பர்கள் அங்கு இருந்தனர். நாங்கள் ஒன்றாக கிரிக்கெட் விளையாடினோம். ரம்மியமான வானிலையில் ஒரு அற்புதமான நேரம் கிடைத்தது மிகவும் அழகாக இருந்தது. ரிங்டாஸ் விளையாட என் பெரியம்மா என்னை அவரது அணியில் சேர வைத்தார். நான் கஷ்டப்பட்டும் குழம்பிக் கொண்டும் இருந்தேன். ஆனால் பின்னர் நான் என் அப்பாவுடன் கிரிக்கெட் விளையாடச் சென்றேன். எனது அணி தோற்றாலும், என் அப்பாவுக்கும் எனக்கும் இடையிலான பிணைப்பு நேரத்திற்கு இது ஒரு சிறந்த அனுபவம். ஒரு சோர்வான நாளுக்குப் பிறகு அங்குள்ள உணவு சுவையாகவும், புத்துணர்ச்சியோடவும் இருந்தது.

எனது தமிழ் பேசும் மற்றும் எழுதும் திறனில் எனக்கு எப்போதும் சிக்கல் இருந்தது. எனது பெற்றோர் தமிழ் பள்ளியை பரிந்துரைத்தனர். எல்லா குழந்தைகளும் கற்றலில் என்னைவிட முந்தி இருந்ததால் நான் அங்கு செல்வதில் பதட்டமாக இருந்தேன். பெரும்பாலான குழந்தைகளை விட நான் பெரியவன். நான் அங்கு சென்றதும் நான் எனது வகுப்பில் தரை மட்டத்தில் இருப்பேன் என்று நினைத்தேன். ஆனால் குறைந்த வகுப்பில் இருக்கும் குழந்தைகளுடன் நான் செல்ல வேண்டியிருந்தது. சிறிய வகுப்பில் ஒரு பெரிய மாணவனை பார்ப்பது மிகவும் சங்கடமாக இருந்தது. அமர்வுகள் தமிழ் கீதத்துடன் தொடங்கி நாங்கள் எங்கள் வகுப்புகளுக்குச் சென்றோம். சில வார்த்தைகளைப் பேசவும், எழுதவும், சில கதைகளைப் புரிந்து கொள்ளவும் கற்றுக்கொண்டேன். அங்குள்ள ஆசிரியர்களும், மாணவர்களும் மிகவும் உதவியாகவும் அக்கறையுடனும் இருந்தனர். அப்போதிருந்து, அதிகமான தமிழைப் புரிந்து கொள்வதும், என் பெற்றோருடன் என் தாய்மொழியில் பேசுவதும் எளிதானது. நான் இதற்கு முன்பு செய்யாத ஒன்று.

இது பி.கே.எம்மில் எனது அனுபவத்தை சுருக்கமாகக் கூறுகிறது.

நான் இப்போது பி.கே.எம் இளைஞர் கழகத்தில் சேர எத்தனிக்கிறேன். மேலும் இளைஞர் கழகத்தின் நடவடிக்கைகள் மிகவும் வேடிக்கையாகவும் சிறுவர்கள் தொடர்புடையதாகவும் இருக்கும் என்று நம்புகிறேன். நான் முதலில் இருந்ததைப் போல தமிழில் பேச வெட்கப்படுகிற நபர்கள் யாராவது ஹூஸ்டனுக்கு வந்தால், நான் நிச்சயமாக பி.கே.எம்-ஐ பரிந்துரைப்பேன். நான் அவர்களுக்கு உதவுவேன். அவர்களுக்குச் சுற்றி காண்பிப்பேன்.

# தோட்டத்தில பாத்தி கட்டி ...

- முனைவர். செல்வி. பாப்பாங்காட்டூர் சென்னியப்பன்

எப்பொழுதும் போல் அலுவலக வேலை, குழந்தைகளின் படிப்பு, இசை, விளையாட்டு, வீட்டு வேலைகள் என நிற்காமல் ஓடும் முடிவில்லா ஓட்டப்பந்தயத்திற்கு நடுவே, இயற்கை விவசாயம், இயற்கை உணவு என தொலைகாட்சி விளம்பரங்கள், இணைய வழி செய்தித்தாள்கள், முகநூல் பக்கத்தில் அவ்வப்போது தலைகாட்டும் தோட்டக்கலை சார்ந்த குழுக்களின் பதிவுகள் கொஞ்சம் கவனத்தை கவரவே (அடிக்கிற அடியில் அம்மி நகர்ந்தே நகர்ந்துடுச்சு). அப்படி என்னதான் இருக்கிறது என ஒரு கை பார்ப்போமே, மிஞ்சிப்போனால் நேரம் கொஞ்சம் விரயமாகும் என அந்தி சாயும் வேளையில் கணவர் போட்ட தேநீரை சுவைத்துக் கொண்டே முடிவெடுத்தாயிற்று.

முடிவெடுத்த வேகத்தில் நாட்டுக்கு மிக வேண்டிய முக்கிய விஷயங்களான நயன்தாரா - விக்னேஷ் சிவன், சமந்தாவின் அடுத்த பட அறிவிப்பு, யோகிபாபுவின் திருமணத்திற்கு வந்திருந்த VIP க்களின் பட்டியல் போன்ற விஷயங்களை புறந்தள்ளிவிட்டு சில பயனுள்ள தோட்டக்கலை சார்ந்த முகநூல் குழுக்களில் இணைந்தது முதல்படி.

தோட்டக்கலை பற்றிய மாத சஞ்சிகைகள், இணையத்தில் கணவர் தேடி தந்த குறிப்புகளையும் (அப்படியாவது) நம்மை கொஞ்சம் சுதந்திரமாய் இருக்க விடுவாளென்ற நப்பாசையால் வந்து விழுந்த உதவியாய் இருக்க வாய்ப்புகள் அதிகம்) திரட்டி படிக்கப் படிக்க பெற்றுக் கொண்டது ஏராளம். படித்ததின் சாராம்சம் அதுவரை வீட்டுத் தோட்டத்தில் காய்கறிகள் பயிரிடுவது ஓய்வு பெற்ற பெரியோர்களின் பொழுபோக்கு மட்டுமே என நினைத்திருந்த இந்த அடியவளின் சிற்றறிவுக்கு கொடுத்தது ஒரு பெரிய சம்மட்டி அடி.

வீட்டுத்தோட்டம் என்னும் செயல்வடிவில் இறங்குவதற்கு முன், ஏன் வீட்டுத்தோட்டம் நமக்கு இன்றியமையாதது என்னும் காரணிகளை விளக்குவது அத்தியாவசியம். முக்கியமாக நான்கு காரணிகளைக் கூறலாம்.

*1. இரசாயனம், 2. சுற்றுச்சூழல், 3. மறுசுழற்சி மற்றும், 4. ஆரோக்கியம்*

*1. இரசாயனம் :*

பூச்சிக்கொல்லி, களைக் கொல்லி, பூஞ்சைக் கொல்லி மற்றும் இதர இரசாயனக் கலவைகள் கலக்கப்பட்ட காய்கறிகள் / கனிகளின் தீமைகள் மற்றும் பக்க விளைவுகள் அனைவராலும் அறியப்பட்டதே. மக்கள் வீட்டுத்தோட்டம் அமைக்க ஆர்வம் காட்டுவதன் மிக முக்கிய காரணியும் இதுவே. ஆனால் நமக்கு அவை கலக்கப்படும் அளவு, நிலைகளை பற்றிய போதிய விழிப்புணர்வு இல்லை என்பதே நிதர்சனம்.

இதை தவிர பதப்படுத்தும் வேதிப்பொருட்கள், சுவையூட்டிகள், காய்கறி/கனிகளை பொலிவுடன் காட்சிப்படுத்த உபயோகப்படுத்தப்படும் மெழுகு, வண்ணப்பூச்சுகள் போன்ற வேதிப்பொருட்கள் பயன்படுத்தாமல் விளைவிக்கும் காய்கறிகளே இல்லை என்னும் நிலை இன்று. துவரம்பருப்பை, பச்சை பட்டாணியை சாயத்தில் ஊற வைப்பது, ஊசி மூலம் தர்பூசணியில் வயிற்றுக்குள் செந்நிறக் கலவையை செலுத்துவது போன்ற இணையத்தை கலக்கிய காணொளிக் காட்சிகள் சிலருக்கு கண்ணில் மின்னி மறையலாம்.

இப்படியே குறை கண்டால் எதையும் உண்ண முடியாது என அதையும் கடந்து வந்தவர்கள் தானே நாம். ஆக விதையில் தொடங்கும் ரசாயனம், வளரும் பருவத்தில் பூச்சிக்கொல்லி, களைக்கொல்லி, பூஞ்சைக் கொல்லி என பெருகி செடிகள் தழைத்து விரைவில் வளர அதிக மகசூல் பெற வளர்ச்சியை தூண்டும் ஹார்மோன்கள் என நீளும். இதை எல்லாம் தாண்டி அறுவடை செய்த காய்கறி / பழங்களின் தோற்றத்தை பொலிவாக்க, விரைவில் கெடாமலிருக்க உபயோகப் படுத்தப்படும் மெழுகு, மேலே தெளிக்கப்படும் வேதிப்பொருட்கள் என பல அத்துமீறல்கள்.

வியாபார நோக்குடன் மரபணு மாற்றம் செய்யப் பட்ட, சுவை குறைந்த அளவில் மட்டும் பெருத்த காய்கறிகள், கனிகள், நம் குளிர்சாதனப் பெட்டிகளை பளபளவென அலங்கரிக்கின்றன. அதே நேரத்தில், நம் தாத்தா பாட்டி காலத்தில், உள்ளூரில் வளர்ந்த சிறிய அளவிலான, முதல் நாள் அறுவடை செய்யப்பட்ட, பூச்சிகளும் புழுக்களும் கடித்து சுவைத்து எஞ்சிய பளபளப்பின்றி, பொலிவிழந்த, நாட்டுப்புற கலைஞர்களைப் போல பரிதாப

தோற்றத்தில், ஆனால் சுவை, தரம், சத்து மிகுந்த காய்கனிகள் எண்ணிப் பார்க்க வேண்டும். சந்தையிலோ அல்லது மிதிவண்டி, டிவிஎஸ் 50 ல் பெரிய கூடைகளில் ஊருக்குள் வீட்டுக்கு வீடு விநியோகம் செய்யும் காய்கறி வியாபாரிகளிடம் இருந்து பேரம் பேசி தேர்ந்தெடுத்த நாட்டுவகை காய்கறிகளின் சுவையும் தரமும் நம்மில் எத்தனை பேருக்கு நினைவிருக்கிறது?

இதில் மனதை உறுத்தும், உறுத்த வேண்டிய நிருபணமான, உண்மை என்னவென்றால் விதை முதல் விளைந்து அறுவடை வரை பல நிலைகளில், பல படிகளில், பல அளவுகளில் பயன்படுத்தப் படும் இவ்வேதிப்பொருட்கள், மருந்துகள் அவைகளின் அபாயகரத்தன்மையாலும், பக்கவிளைவுகளாலும் சில நாடுகளில் தடை செய்யப்பட்டுள்ளன.

"டைகுளோரோ ப்ரொபேன்" இதை உதாரணமாகச் சொல்லலாம். இவ்வேதிப்பொருட்கள் சிறிய பக்க விளைவுகளான வயிற்றுச் செரிமான பிரச்சனை களிலிருந்து அபாயகரமான புற்றுநோய் வரை உண்டாக்கலாம். மேலும் இவை உண்ணும் சிறார்களிடம் ஆட்டிசம் போன்ற குறைபாடுகள் அதிகம் கண்டறியப்படுவதும் வேதனைக்குரியதே. இரசாயனத்தால் பாழாக்கப் பட்ட நிலங்கள் இயற்கை விவசாயத்திற்கு உட் படுத்தப்பட்ட போதும் முன்பு உபயோகப் படுத்திய இரசாயன உரத்தின் தன்மை, அளவை பொறுத்து, தன் பழைய நிலையை வந்தடைய சில வருடங்கள் முதல் பல வருடங்கள் ஆகலாம் எனச்சொல்கின்றனர் ஆய்வாளர்கள்.

2. சுற்றுச்சூழல் :

இரண்டாவது காரணி, சுற்றுச்சூழல் பாதுகாப்பு. இயற்கை விவசாயம் வழி வளர்க்கப்படும் நம் வீட்டுத்தோட்டம், நம் உணவு/காய்கறித் தேவையை நிறைவு செய்வதுடன், சுற்றுச்சூழல் சுகாதாரத்தையும் பேணுகிறதென்றால் அது மிகையில்லை. சிறிய அளவில் என்றாலும், சமுதாயத்திற்கு சிறு பங்களிப்பாய் இருக்கும். மேலும் இயற்கை உரங்கள், மண் புழுக்கள் நம் செடிகள் வளர மட்டும் உதவவில்லை. நிலச்செழிப்பை மீட்டெடுக்கவும், நிலத்தடி நீர் மாசுபாட்டை தவிர்க்கவும் உதவுகின்றன. கற்பனை செய்து பாருங்கள். ஒரு குளிர் இரவில் மங்கலான வெளிச்சத்தில் சூடான சாதம், பருப்பு, தோட்டத்தில் விளைந்த கீரை, வெண்டைப் பொரியல், ரசத்தை ருசித்து உண்ணும்போது கிடைக்கும் மனநிறைவுடன் கூடுதல் நிகழ்வாய் நம் மண்ணை வளமாக்கவும், நிலத்தடி நீரை சுத்தமாக்கவும், நிலத்தில் வாழும் சிறிய உயிரிகளான விவசாயிகளின் நண்பர்களை பேணவும் ஒரு சிறு பங்காற்றுகிறோம் என்பது எத்துணை களிப்பான தருணமாய் இருக்கும்? யோசியுங்கள் அன்பர்களே.

3. மறுசுழற்சி

உலகமே மறுசுழற்சி முறையில்தான் இயங்குகிறது. நாம் மட்டும் விதிவிலக்கா என்ன? இயற்கை முறையில் வீட்டுத்தோட்டம் அமைக்கும்போது சமையலறைக் கழிவுகள், காய்கறி எச்சங்கள், வெட்டியாய் கொட்டிக் கிடக்கும் காய்ந்த இலை / சருகுகள் போன்ற மக்கும் குப்பைகளை உரமாக்கி மறுசுழற்சி செய்வது சுற்றுப்புற சுகாதாரத்தை மட்டும் பேணுவதல்ல. மண்ணை பொன்னாக்கும் விந்தையும் அதுவே.

4. ஆரோக்கியம் :

வீட்டுத்தோட்டம் அமைப்பதன் மிக முக்கிய காரணம் உடல் ஆரோக்கியம் மட்டுமல்ல, உள்ள ஆரோக்கியமும் இதில் உள்ளடங்கும். சோம்பேறி சோமுக்களாய் தொலைக்காட்சி முன் தள்ளிய காலத்தை சன்னல் வழியே கடாசச் செய்து, உற்சாக மூர்த்திகளாய் நம்மை மாற்றும் மாந்தரீகம் தோட்டக்கலை.

உடல் உழைப்பு, அன்போடும் அக்கறையோடும் செடிகொடிகளின் வளர்ச்சியில் நாட்டம், இயற்கையின் கொடையான ஆதவன் தரும் வைட்டமின் டி, இதமான சுகமான தென்றலை சுவாசித்து ஆசுவாசப்படும் உடல், பயிர்கள் வளர்க்கும் பாசிட்டிவான மனநிலை தரும் அமைதி, நிறைவு என அடுக்கிக் கொண்டே போகலாம். நம் கையால் நாம் வளர்த்த பாதுகாப்பான விளைச்சலை, நம் பிள்ளைகள் உண்ணும்போது கிடைக்கும் மனச்சாந்தி எந்த சாந்தி தியேட்டரிலும் நமக்கு கிடைக்கப் போவதில்லை.

எங்கே கிளம்பி விட்டீர்கள்? என்ன, இதை படித்தவுடன் உடனே வீட்டுத்தோட்டம் அமைக்க ஆவலுடன் விதையும் தகுந்த செழிப்பான மண் கலவையும் வாங்க புறப்படுகிறீர்களா? அடுத்த இதழ் வரை பொறுங்கள்... மண்ணின் தன்மை, பருவநிலை, இடம் ஆகியவற்றை பொறுத்து சரியான நேரத்தில், சரியான விதைகளை, சரியான காலத்தில் பயிரிட்டு, அமோகமாக விளைச்சலைப் பெறும் குறிப்புகளை படித்து பயன் பெறலாம்.

# அறுசுவைகளும் ஆரோக்கியமும் (சித்த மருத்துவ ரகசியம்)

*Dr.மனோஜா பார்த்திபன்*

அறுசுவைகள் என்னவென்று தெரியாதவர்கள் யாரேனும் உண்டோ?

வாழ்வதற்காக சாப்பிடுபவர்கள் பலர், சாப்பிடுவதற்காக வாழ்கிறோம் என்று நினைப்பவர்கள் சிலர். இதனிடையில் அறுசுவைக்கும், நம் ஆரோக்கியத்துக்கும் சம்மந்தம் உண்டென்றால் நம்ப முடிகிறதா?

அது எப்படி என்று தெரிந்து கொள்வதற்கு முன் "உணவே மருந்து, மருந்தே உணவு" என்று கூறும் சித்தர்கள் வகுத்த வாதம், பித்தம், கபம் ஆகிய மூன்று விஷயங்களுக்கும், பஞ்சபூதங்களுக்கும், அறுசுவைகளுக்கும் உள்ள ஒற்றுமையை காண்போம்.

வாதம் என்பது உடலின் வாயு சம்மந்தப்பட்டது. அது பஞ்சபூதத்தில் காற்று மற்றும் ஆகாயத்தை குறிக்கும்.

பித்தம் என்பது உடலின் ஆற்றல் சம்மந்தப்பட்டது. அது பஞ்சபூதத்தில் நெருப்பை குறிக்கும்.

கபம் என்பது உடலின் நீர் நிலை சம்மந்தப்பட்டது. அது பஞ்சபூதத்தில் நீர் மற்றும் மண்ணை குறிக்கும்.

மேற்கண்ட மூன்றையும், சித்த மருத்துவம் முக்குற்றங்கள் என வகுக்கிறது. இக்குற்றம் மூன்றும் சமநிலையில் இல்லாமல் போவதுதான் ஆரோக்கியமற்ற நிலை ஆகும்.

உணவில் உள்ள அறுசுவைகளான இனிப்பு, புளிப்பு, உவர்ப்பு, கசப்பு, கார்ப்பு, துவர்ப்பு ஆகியவைகளைக் கொண்டு வாதம், பித்தம், கபம் ஆகிய முக்குற்றங்களையும் சமநிலைப்படுத்த முடியும்.

அது எப்படி? அதுதான் சித்த மருத்துவ ரகசியம்!

சித்த மருத்துவ தத்துவப்படி, நாம் வெறும் சுவைகளாக நினைக்கும் இந்த ஆறு சுவைகளுக்கும், ஐந்து பூதங்களுக்கும் ஒரு தொடர்பு உண்டு.

இனிப்பு சுவை = மண் + நீர் தாத்பரியம் உடையவை.

புளிப்பு சுவை = மண் + நெருப்பு தாத்பரியம் உடையவை,

உவர்ப்பு சுவை = நீர் + நெருப்பு தாத்பரியம் உடையவை,

கசப்பு சுவை = காற்று + ஆகாய தாத்பரியம் உடையவை,

கார்ப்பு சுவை = நெருப்பு + காற்று தாத்பரியம் உடையவை,

துவர்ப்பு சுவை = மண் + காற்று தாத்பரியம் உடையவை,

சுவைகளின் பூதச் சேர்க்கையும், குற்றங்களின் பூதச் சேர்க்கையும், தெரிந்து கொண்டால்; எச்சுவையுள்ள பொருட்களை உண்டால், எக்குற்றம் வளர்ச்சி அடையும் அல்லது சமப்படும் என்பதை தெரிந்து கொள்ளலாம். பின் அந்த தெளிவைக் கொண்டு நம் உடலை நாமே ஆரோக்கியமாக காத்துக் கொள்ளலாம்.

(எ-டு) ஜலதோஷம் இருந்தால் மிளகு பால், மிளகு ரசம் போன்றவற்றை உட்கொள்ள நோயின் வீரியம் குறையும் என்பது அனைவரும் அறிந்தது.

அது எதனால் என்றால், ஜலதோஷம் இருக்கும் போது கபக் குற்றம் மிகுதியாய் காணப்படும். நாம் முன்பே தெரிந்து கொண்டது போல ; கபக் குற்றம் = நீர் மற்றும் மண்ணை குறிக்கும் குற்றம். அதை சமப்படுத்த நீர் தாத்பரியம் இல்லாத சுவைகளாகிய கார்ப்பு, துவர்ப்பு, கசப்பு போன்றவற்றை எடுத்துக்கொள்ள கபகுற்றம் சமநிலை அடைகிறது.

சுவைகளுக்குள் இப்படி ஒரு சுவையான செய்தியா? என்று உங்களுக்கு தோன்றும். ஆனால், இப்படி உணவில் உள்ள ரகசியத்தை தெரிந்து கொண்டால் சித்தர்கள் போல நீங்களும் ஆரோக்கியமாக வாழலாம்.

வேறு ஒரு தலைப்பில் மீண்டும் சிந்திப்போம்.

Bawarchi INDIAN CUISINE
The food you love... The tradition we follow...
IRVING, TX
DINE-IN | TAKE-OUT
DELIVERY | ONLINE ORDERING
CATERING | LIVE-GRILL
CHAT & DOSA | BAR & GRILL
THIS TIME
BIGGER, BETTER & THE BEST
(972) 444-0000 | INFO@BAWARCHIIRVING.COM
7750 N MACARTHUR BLVD, SUITE # 195, IRVING, TX - 75063
WWW.BAWARCHIIRVING.COM
30+ BIRYANI VARIETIES
50+ LOCATIONS #1 Indian Restaurant Chain In USA
30+ BIRYANI VARIETIES
BAWARCHI INDIAN CUISINE
HOUSE SPECIALTY
▶ Natukodi (Country Chicken) Dum Biryani
▶ Ulvacharu Biryani
▶ Rajugari Biryani
▶ Natukodi fry Biryani
▶ Panasapattu Biryani
▶ Avakai Biryani
▶ Hasina Biryani (Goat)
▶ Benz Biryani (Chicken/Goat)
▶ Kouzupitta Biryani
▶ Temper Biryani
▶ Srimanthudu Biryani
▶ Mirchi Biryani (Veg)
▶ Fry Piece Biryani
▶ Vankayi Biryani
▶ Boneless Mutton Dum Biryani
▶ Maharani Royyala Pulav
▶ Kunda Biryani
SIGNATURE HYDERABAD NAWABI DUM BIRYANI
▶ Vegetable Dum Biryani
▶ Paneer Dum Biryani
▶ Egg Biryani
▶ Chicken Dum Biryani
▶ Boneless Chicken Dum Biryani
▶ Boneless Chicken Biryani
▶ Chettinad Chicken Biryani
▶ Vijayawada Special Chicken Biryani
▶ Goat Dum Biryani
▶ Lamb Biryani
▶ Kheema Biryani
▶ Shrimp Biryani
▶ Mutton fry Biryani (Only on Fridays)
▶ Chicken fry Biryani
▶ Shrimp fry Biryani

# Ameriprise Financial

## MOHISIN NOON
Financial Advisor
Vice President

5151 San Felipe Streetm Ste 2100
Houston, TX 77056
Direct: 713.560.6814
mohsin.noon@ampf.com
ameripriseadvisors.com / mohsin.noon

Filling Fragrance Forever...

# Tara Flowers

Sriganesh Devaraj - 512.924.5434
Aravinthkumar Ganesan - 678.576.6111
Devi Prabhaharan - 281.540.1830
Email: tarajasmines@gmail.com

**Great time to buy a NEW HOME or take CASH out of your house!**

**For all your mortgage needs call today!**

**CALL KRISH at 713-859-5024**

SUTHERLAND

**E-Mail - krishnan@sutherlandmortgage.com**
**visit US at www.sutherlandmortgage.com**

**Sutherland Mortgage Services Inc - NMLS # 9891**
Krishnan Swaminathan
NMLS # 20770
9959 Carporate Dr.Sute 3000
Houstan, TX 77036

- ✓ We Offer Purchase, Rate & Tenm and Cash out Loans
- ✓ Conventional, FHA, VA and Jumbo Loans
- ✓ Licensed in 50 States, PR & DC
- ✓ High balance nationwide
- ✓ No escrow walver fee
- ✓ S/S Arm Programs
- ✓ No MI Programs

**WINNER OF BBB's PINNACLE AWARD FOR EXCELLENCE**

AISHA'S®
SALON & SPA
EXCLUSIVELY FOR WOMEN

Open Mon to Sat : 10am - 7pm & sun 12 - 6pm

**Walk - ins are welcome!**

Ladies Only !

**2810 Business Center Dr, #130, Pearland, TX 77584**
**Phone: 713-436-6617**

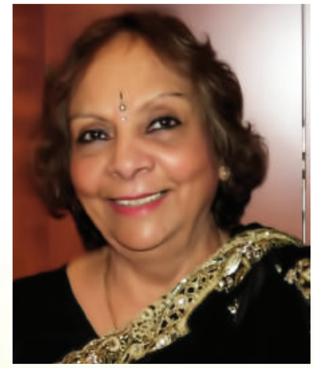
**15134 Hwy 3 (Old Galveston Rd), Webster, TX 77584**
**Phone: 281-486-4400**

**25864 Westheimer Rd, Houston TX 77584**
**Phone: 713-783-8500**

**1130, Katy Freeway, Houston, TX 77584**
**Phone: 832-623-6906**

# பார்க்கும் விழி நானுனக்கு,

- லீலா கிருஷ்ணமூர்த்தி.



இந்தியாவின் பிரபலங்கள் பலர், சிகிச்சைக்காக வெளிநாடுகளுக்கு படை எடுக்க, அமெரிக்காவில் வாழும் இந்தியரான நிதி மேலாண்மை ஆலோசகரான திரு. எஸ். வி. ஆச்சார்யா, தன் தந்தையின் கண் சிகிச்சைக்காக இந்தியாவிலுள்ள தமிழகத்தின் தலைநகரானச் சென்னையில் உள்ள சங்கர நேத்ராலயாவிற்கு செல்கிறார். அங்கே அவர் மனதைத் தொட்ட பல விஷயங்கள். பாகுபாடில்லா ஒரே கட்டணச் சிகிச்சை, வறுமைக்கோட்டிற்கு கீழே வாழும் ஏழை எளியோர்க்கு முற்றிலும் இலவசச் சிகிச்சை போன்றவை மிகச்சிறப்பான அம்சங்களாகும். கண்களின் ஆலயம் என்று போற்றப்படும் சங்கர நேத்ராலயாவிற்கு தன்னால் இயன்ற உதவியை, சேவையை செய்ய மன உறுதி கொண்டு, அதன்

நிறுவனர் டாக்டர். எஸ்.எஸ்.பத்ரிநாத் அவர்களை சந்தித்து, உலகத்தரம் வாய்ந்த கண் சிகிச்சை, இந்தியாவின் ஏழை எளியவர்க்கு கிடைக்க எண்ணி, அமெரிக்கா திரும்பி தன்னைப் போன்ற ஆர்வமிக்கவர்களை சந்தித்து, திட்டமிட்டு, அமெரிக்காவில் நிதி உதவி திரட்டி "சங்கர நேத்ராலயத்திற்கு அனுப்பி வைக்க "*Sankara Nethralaya Opthalmic Mission Trust inc., USA*" என்ற பெயரில் 501 C3 Charity, ஐ.ஆர்.எஸ். பதிவுடன் 1988-இல் மேரிலாண்டில் பிறக்கின்றது. பின்னர் பல நல்ல உள்ளங்கள் அறங்காவலர்களாக இணைய, வாஷிங்டன், அட்லாண்டா, ஹூஸ்டன், டாலஸ், சிக்காகோ, நியூயார்க், லாஸ் ஏஞ்சல்ஸ் மற்றும் சான்ஃபிரான் சிஸ்கோ என கிளைகள் ஆரம்பமாயின.

30 ஆண்டுகள் நிறைவுற்ற நிலையில், இன்றும் அதே முனைப்புடன் செயல்பட்டு வரும் இந்த அமைப்பு, பயனாளிகளின் சார்பான நன்றிகளையும், தாங்கள் கடந்து வந்த பாதையையும் நெகிழ்ச்சியுடன் நினைவு கூறுகிறது. சென்னையின் சங்கர நேத்ராலயா கண் மருத்துவமனை 1978ம் வருடம் முதல் கடந்த 42 வருடமாக உலகத்தரம் வாய்ந்த சிகிச்சையினை, பாகுபாடின்றி மக்களுக்கு வழங்கி வருகின்றது.

கிராமப்புற இலவச சிகிச்சை முகாம்களில் ஏழை எளியோர்களுக்கு சென்னை, செங்கல்பட்டு, திருவள்ளூர், காஞ்சிபுரம் போன்ற மாவட்டங்களிலும், கண்ணுக்குள் பொருந்தும் செயற்கை லென்ஸ், ஆபரேஷன் மற்றும் பல நவீன சிகிச்சைகளை முற்றிலும் இலவசமாக அளித்து வருகிறது.

"MESU" (Mobile Eye Surgical Unit) என்ற நடமாடும் கண் மருத்துவ அறுவை சிகிச்சைப் பிரிவு, மேலும் நவீனமயம் ஏதுமில்லாத கிராமப் புறங்களில் வாழும் மக்கள் பயனடைய, சென்னை இந்தியன் இன்ஸ்டிட்யூட் ஆஃப் டெக்னாலஜி மற்றும் "MESU" (Mobile Eye Surgical Unit) என்ற நடமாடும் கண் மருத்துவ அறுவை சிகிச்சைப் பிரிவை, (இரண்டு பேருந்து மற்றும் அதன் இணைப்புப் பகுதியுடன் (VESTIBULE) உருவாக்கி வெற்றியுடன் செயல்படுத்தி வருகிறது.

நடமாடும் கண் மருத்துவ சிகிச்சையால் "MESU" (Mobile Eye Surgical Unit) பயன் பெறுபவர்கள் யார்?

சாலை மற்றும் சுகாதார சேவை அற்ற மலைவாழ் மக்கள்

பழங்குடியினர்
ஆதரவற்ற நோயாளிகள்
இலவச சேவை பற்றி தகவல் அறியா மக்கள்
பயணம் செய்ய இயலாத பெண்கள்
வயோதிகர்கள்
உடல் நலமற்றோர்
உடல் ஊனமுற்றோர் மற்றும்
மருத்துவமனை செல்ல கூட பணம் இல்லாதோர்.

மெசு திட்டத்தின் *"MESU" (Mobile Eye Surgical Unit)* சிறப்பு அம்சம் :

1. நோயாளிகளுக்கு அவர்கள் இடத்திலே பரிசோதனை, சிகிச்சை மற்றும் ஆபரேசன்.

2. நேரம் வீணாவதில்லை

3. நவீன மயமான "ஃபேடக்கோ எமல்சிஃபிகேஷன்" எனப்படும் கேட்டராக்ட் ஆபரேஷன் "மெசு" மூலம் முற்றிலும் இலவசம்.

4. இதுவரை "மெசு" மூலம் 29 கண் சிகிச்சை முகாம்கள் மற்றும் 3326 ஆபரேஷன்கள் வெற்றிகரமாக நடத்தப்பட்டுள்ளன.

5. இதுவரை "மெசு" மூலம் 29 கண் சிகிச்சை முகாம்கள் மற்றும் 3326 ஆபரேஷன்கள் வெற்றிகரமாக நடத்தப்பட்டுள்ளன.

6. 2015 ஆம் ஆண்டில் "மெசு"வின் சேவை தேசிய அளவில் செயல்படுத்த அனுமதி கிடைத்தது. ஜூலை 31, 2016 அன்று ஜம்ஷெட்பூரில் ஜார்க்கண்ட் மாநில முதல்வர் ஸ்ரீ ரகுபர்தாஸ் அவர்கள் இந்த சேவையை டாடா மெமோரியல் மருத்துவமனை வளாகத்தில் தொடங்கி வைத்தார்.

பள்ளி குழந்தைகளுக்கு இலவச கண் பரிசோதனை முகாம்கள் :

ஒரே நாளில் சென்னையில் 38 மாநகராட்சிப் பள்ளிகளில் 8469 குழந்தைகளுக்கு கண் பரிசோதனை சேவை வழங்கி லிம்கா சாதனைப் புத்தகத்தில் இடம் பெற்றுள்ளது.

தொழிற்சாலைகளில் கண் சிகிச்சை சேவை :

தொழிற்சாலைகளிலும் கண் பரிசோதனை மற்றும் சிகிச்சை முகாம்கள் நடத்தி சேவை செய்து வருகின்றனர்.

*SNEHAM 2020 : (Sankara Nethralaya Eye Hospital Anjali to Mahatma)*

திருவண்ணாமலையில் செப்டம்பர் 2018 முதல் தொடங்கி இலவச சேவை அளித்து வரும் சூரஜ் சங்கர நேத்ராலயா கண் மருத்துவமனை, தற்போது தேச பிதாவின் 150-வது பிறந்த நாளையொட்டி *SNEHAM 2020* என்ற திட்டத்தை தொடங்கி சேவை அளித்து வருகிறது.

சங்கர நேத்ராலயா ஆப்தால்மிக் மிஷன் டிரஸ்ட் இன்க், யுஎஸ்ஏ "சாரிட்டி நேவிகேட்டர்" என்ற அமைப்பிடமிருந்து மிகச்சிறந்த லாப நோக்கின்றி செயல்படும் தொண்ட நிறுவனம் என்ற சான்றிதழை பெற்றுள்ளது என்று பெருமையுடன் தெரிவித்துக்கொள்கிறோம்.

கடந்த முப்பது ஆண்டுகளில் தங்கள் சேவையினால் இந்தியாவிற்கும், அமெரிக்கா வாழ் இந்தியர்களுக்கும் இடையே உறவுப் பாலத்தை ஏற்படுத்தி பாரதத்தில் கண் பார்வையை மீட்டுத்தரும் ஒப்பற்ற ... செய்து வரும் அமைப்பிற்கு நன்றி கலந்த வணக்கத்தை தெரிவித்துக் கொண்டு, தங்கள் ஆதரவினை தெரிவிக்க கீழ்க்கண்ட முகவரியில் தொடர்பு கொள்ள வேண்டிக்கொள்கிறோம்.

திரு. எஸ். வி. ஆச்சார்யா *Shri. S. V. Acharya – 301 529 7377 / acharya@snomtrust.org*

திருமதி. லீலா கிருஷ்ணா *Mrs. Leela Krishnamurthy 832 654 9444 / leelakm@icoloud.com*

மேலும் விவரங்களுக்கு :

*Mr. S.V.Acharya*
*President Emirates,*
*Sankara Nethralaya Om Trust Inc.,*
*9710, Traville Gateway Drive,*
*No.392, Rockville, MD 20850, USA,*
*Tel.No855) 4 Nethra – Toll Free*
*Email : acharya@snomtrust.org*

Donate online: www.SankaranethralayaUSA.org. Cheques/drafts favouring Sankara Nethralaya Om Trust can be sent to the above address.

கட்டுரை சுருக்கம் : தட்டச்சு உதவி : சாந்தி ஸ்ரீ கணேஷ்

# நீரிழிவு நோய் என்றால் என்ன?

*1. நீரிழிவு நோய் என்றால் என்ன? அதன் பல்வேறு பிரிவுகளும் யாவை?*

பொதுவாக நமது உடல் மாவுச்சத்தை க்ளுகோஸாக மாற்றி அதனால் ஏற்படும் சக்தி கொண்டு செயல்படுகிறது. இன்சுலின் என்கிற ஹார்மோன் நம் உயிர் அணுக்கள் க்ளுக்கோஸை உபயோகிக்க துணையாக இருக்கிறது. நீரிழிவு நோய் என்பது நம் உடலால் போதுமான அளவு இன்சுலின் சுரக்க முடியாத காரணத்தினாலோ அல்லது சுரக்கின்ற இன்சுலினால் க்ளுக்கோஸை சரியாக உபயோக படுத்த முடியாததனாலோ ஏற்படும் இந்த இரு காரணங்களால் இரத்தத்தில் க்ளுக்கோஸின் அளவு அதிகமாகிறது.

அமெரிக்க நீரிழவு மையம் (*American Diabetes Association / ADA*) இந்த நோயை பொதுவாக இரு பிரிவுகளாக வகுத்துள்ளது. அவை டைப் *I* (*Type I*) மற்றும் *II* (*Type II*).

டைப் *I* என்பது போதிய அளவு இன்சுலின் சுரப்பு இல்லாததனால் ஏற்படுகிறது. பெரும்பாலான இளம் வயதினருக்கும், உடல் மெலிந்தவர்களுக்கும் ஏற்படும். இந்த குறைபாடு குறித்த காலத்திற்குள், நோயின் தீவிரம் அதிகமான உடல் நல தாக்குதல்கைளை ஏற்படுத்தி விட வாய்ப்புண்டு. அதை பரிசோதித்து அவருக்கு இன்சுலின் சிகிச்சை அளிக்கா விட்டால் *Diabetic Ketoacidosis* என்கிற நிலை ஏற்பட்டு உடல் நலம் விரைவில் குன்றிவிட வாய்ப்புண்டு.

டைப் *II* வகை மிகவும் பரவலாக வயதானவர்களுக்கிடையிலும், உடல் பருமனானவர்களுக்கிடையிலும் காணப்படும். இன்சுலின் ரெசிஸ்டன்ஸ் (*Insullin Resistance*) என்கிற இந்த நிலை நம் உடலால் சுரக்கப்பட்ட இன்சுலினால் க்ளுக்கோஸை உபயோப்படுத்த முடியாததால் ஏற்படும்.

இந்த இருவகைகளை தவிர வேறு காரணங்களாலும் நீரிழிவு நோய் ஏற்படக்கூடும், உதாரணமாக கர்ப்பிணி பெண்களுக்கு ஏற்படும் வகையை ஜெஸ்டாசனல் டயாபடீஸ் (*Gestational Diabetes*) என்பர்.

2. நீரிழிவு நோயினால் ஏற்படும் பாதிப்புகள் யாவை?

அதிக அல்லது குறைந்த இரத்த சர்க்கரை அளவினால் நாளடைவில் கண்கள், நரம்புகள், இரத்த நாளங்கள் மற்றும் சிறுநீரகம் ஆகிய உறுப்புகள் பாதிப்பு அடையக்கூடும்.

மற்ற வளர்சிதை (*Metabolic*) மாற்ற கோளாறுகளான இரத்த கொழுப்பு, கொழுப்பு அதிகரிப்பு ஆகியவை ஏற்படக்கூடும். இரத்த சர்க்கரை அளவு கட்டுப்பாட்டில் இல்லாவிட்டால், தொற்றுநோய்கள் வருவதற்கு வாய்ப்புகள் அதிகம்.

வைரஸ் கிருமிகளால் (தற்போது உள்ள கொரோனா) ஏற்படக்கூடிய ஃப்ளு மற்றும் நுரையீரல் வியாதிகளில் அதிக சிக்கல்கள் ஏற்படலாம்.

இரத்த ஓட்டம், இருதயம் சம்பந்தப்பட்ட வியாதிகளான பக்கவாதம், மாரடைப்பு போன்றவை ஏற்படக்கூடும்.

இரத்த சர்க்கரை குறையும் நிகழவான ஹைபோகிளைசீமியா (*Hypoglycemia*) அதிக இன்சுலின் மற்றும் சர்க்கரை வியாதி மருந்துகள் எடுத்துக்கொள்வதானால் ஏற்படலாம். அதற்கான அறிகுறிகளையும், சிகிச்சைகளையும் தெரிந்துகொள்ள வேண்டும்.

3. நீரிழிவு நோய் வராமல் தடுப்பது எப்படி?

நம் நடைமுறை வாழ்வில் உடல்நலம் குறித்து அக்கறை காட்டுதல் மிக முக்கியம், சீரான உணவு முறைகள் அதிக மாவு சத்து உள்ள பண்டங்களை தவிர்த்தல், அதிக சர்க்கரை மிக்க தித்திப்பு பண்டங்கள், பக்ஷணங்கள், மிட்டாய்கள் ஆகியவற்றை அகற்றி நார்ச்சத்து மிக்க பதார்த்தங்களை உணவில் சேர்த்துகொள்ளுதல் நல்லது.

உடற்பயிற்சி கோட்பாடு மிகவும் அவசியம். உதாரணமாக ஒரு வாரத்தில் ஐந்து நாட்களாவது குறைந்தது முப்பது நிமிடத்திற்கு உடற்பயிற்சி செய்யவேண்டும். பிஎம்ஐ (BMI) எனப்படும் உடல் நிறை குறியீட்டில் கவனம் செலுத்தி, அதை சரியான அளவில் வைத்திருப்பது முக்கியம்.

நல்ல மனநிலையுடன், உடல் நிலையும், துப்புரவு பழக்கங்களும், சரியான தூக்கமும், இன்றியமையாதவை.

மேலும் விபரங்கள் அறிந்துகொள்ள;

www.diabetes.org

**Dr. நளினி ராம்**
Professor of Medicine, Baylor College of Medicine
Chief of Endocrine Service,
Ben Taub Hospital / Harris Health System,

# ...மன்ற நிகழ்வுகள்...

## 2019 அக்டோபர் முதல்

- ட்ரிக்/டிரீட் - இசையும்/மந்திரமும் - மியூசிக் / மாஜிக்
- லால்குடி வயலின் இசை நிகழ்ச்சி
- திரைப்பட இரவு
- ராகாஸ் மெல்லிசை நிகழ்ச்சி / ஆசிரியர் பாராட்டு தினம் - தமிழ்ச்சாரல் வெளியீடு - டிசம்பர் 7, 2019
- ஜெனரல்பாடி மீட்டிங் / பொது உறுப்பினர் கூட்டம் / திறமை வெளிப்பாடு நிகழ்ச்சி / டாலேண்ட் ஷோ

## 2020

- ஜனவரி மாதம் ஹூஸ்டன் தமிழாய்வு இருக்கைக்கான நிதி திரட்டும் பட்டி மன்றத்துடன் இவ்வாண்டின் சிறப்பு நிகழ்ச்சிகள் தொடங்கியது.
- சிறப்பு பொங்கல் கொண்டாட்டம் - பல்சுவை படைப்பாக ஏறத்தாழ 700 பேர் கலந்து கொண்டு சிறப்பிக்க, புதிதாக சீரமைக்கப்பட்ட மீனாட்சி கோயில் கல்யாண மண்டபத்தில் முதல் நிகழ்வு என்ற பெருமையுடன் இரவு உணவுடன் கலை கட்டியது. உறுப்பினர்களுக்கு காலண்டர், சட்டை, இந்தியாவில் இருந்து இனிப்பு வகைகளென மன நிறைவுடன் கை நிறைய பரிசுப் பைகளும் அளிக்கப்பட்டன.
- அடுத்த தலைமுறைக்கான தமிழ் கலாச் சாரத்தை முன்னேற்றுவதில் கவனம் செலுத்தி மீண்டும் இளைஞர் கழகம் புத்தாக்கம் பெற்றது.
- பாரதி கலை மன்ற தமிழ்ப் பள்ளி போட்டிகள் மிக சீரிய முறையில் நடந்தேறியது.
- கொரோனா பேரிடர் காலத்தில் பல்வேறு சமூக நலத்தொண்டுகளும் மெய்நிகர் செயலி வழி நிகழ்வுகளும் மேற்கொள்ளப்பட்டன.
- திரைப்பட கேளிக்கை வினாடி வினா
- நேற்று இன்று நாளை மூன்று தலைமுறை கருத்துப் பரிமாற்றம்.
- தமிழோடு விளையாடு குழந்தைகள் வேடிக்கை வினாடி வினா நிகழ்ச்சி
- நீயா - நானா புகழ் கோபிநாத் அவர்களின் தலைமையில் விவாத மேடை நிகழ்வு
- தமிழ்ப்பள்ளி ஆசிரியர்களை அவர்களின் தன்னார்வலர் தொண்டினைப் பாராட்டி நிகழ்ச்சி, காணொளி மூலம் இணைந்த முனைவர் பர்வீன் சுல்தான அவர்களும், கலைமாமணி இசைக்கவி.ரமணன் அவர்களும் ஆசிரிய பெருமக்களின் சேவைகள் குறித்து வெகுவாக பாராட்டியது குறிப்பிடத்தக்க அம்சமாகும்.

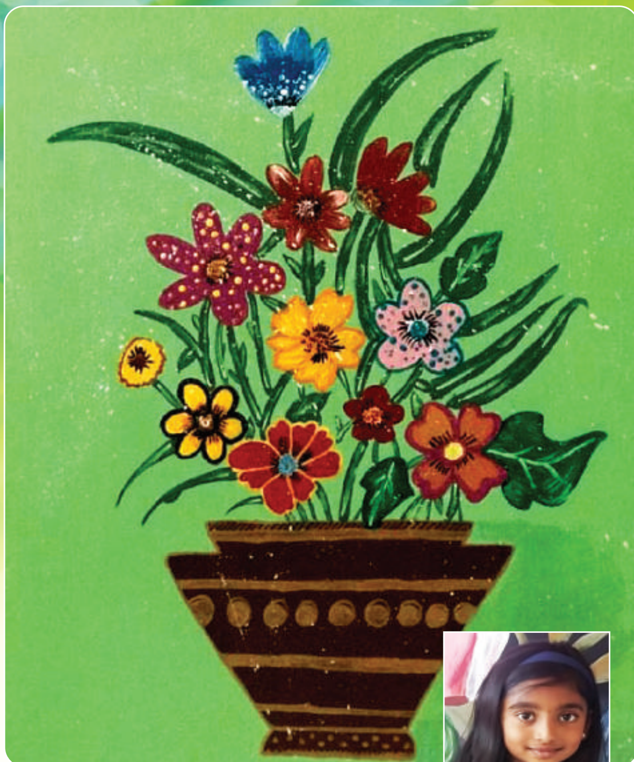
#1 Tamil Non-Profit Organization in Houston
கலாச்சாரம்
கல்வி
www.bkghouston.org
பாரதி கலை மன்றம்
நினைவஞ்சலி
BKM Tribute to SPB
"Remembering the Legend"
Sunday, October 4th, 6.00 - 7.30PM

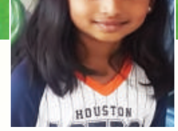
bestbrains
LEARNING CENTERS

Best Brains Cupertino, 10601 S De Anza Blvd, Suite 101,
Cupertino, CA-95014, Phone: 408-643-0000
Email: bestbrains.com, www.bestbrainscupertino.com

klinikals®
Get Better Care

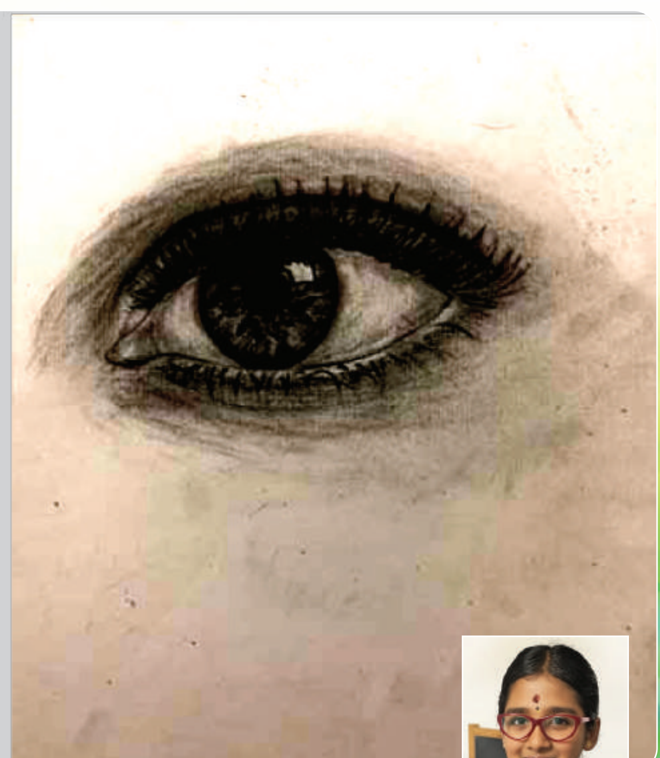
Our Corporate address:
#4 KANAKADHARA, #20(8), Temple Avenue, Srinagar Colony,
Saidapet, Chennai 600 015. Tamil Nadu, INDIA.
Whats app us on 8754412172





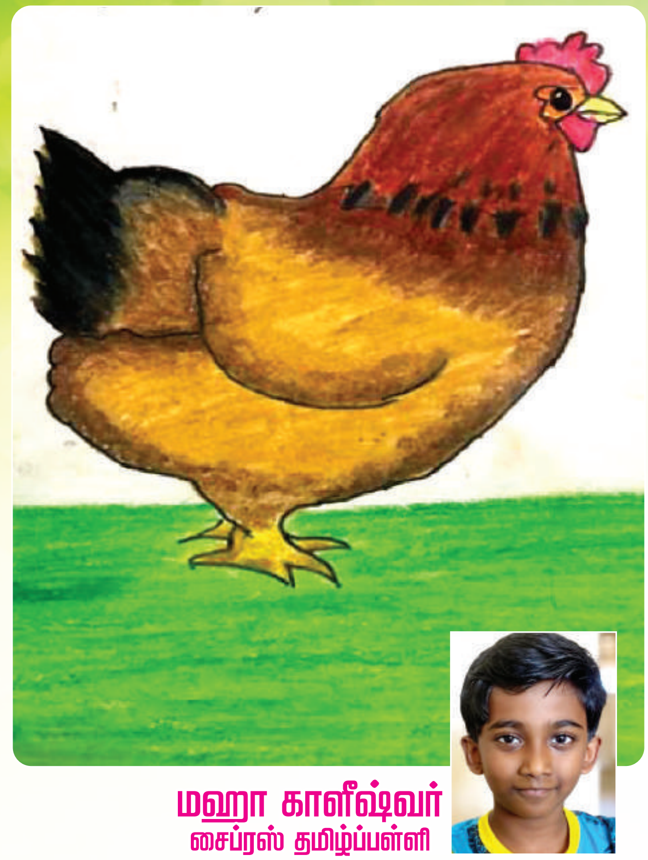
**மஹதி கார்த்தி**
கேட்டி

**சாலுலதா கார்த்தி**
கேட்டி தமிழ்ப்பள்ளி



**அதிதி அரவிந்த்**

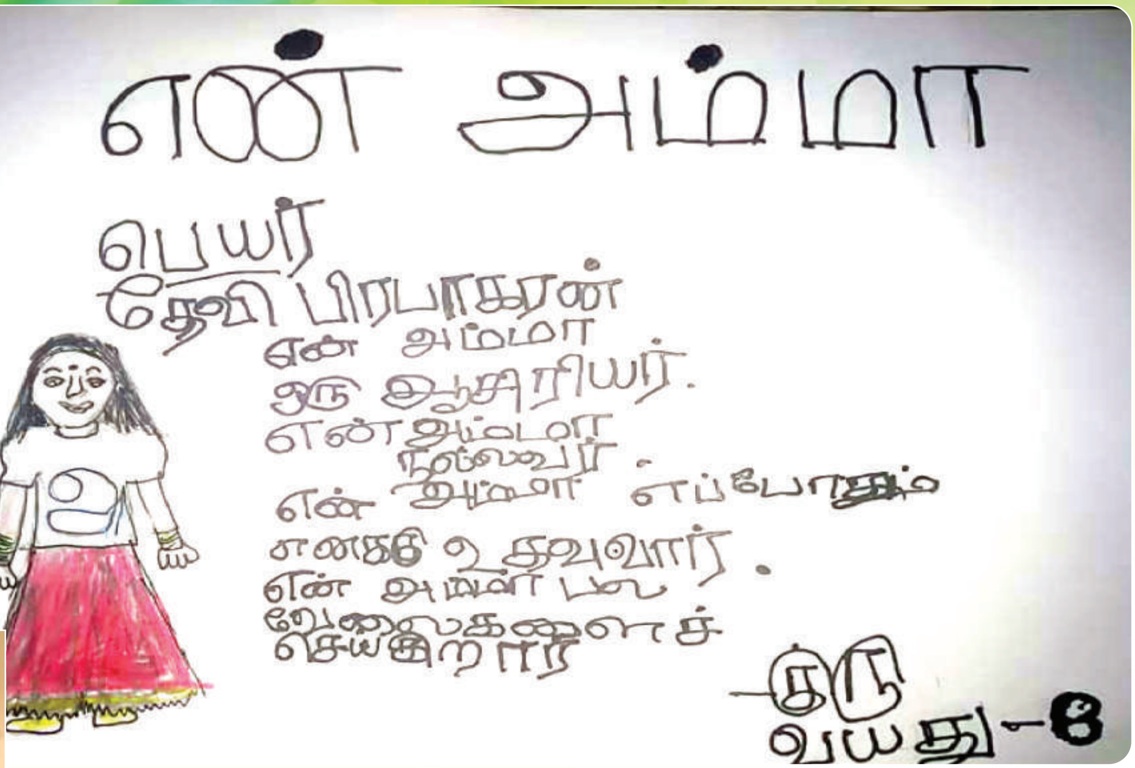
அர்ச்சனா ஆனந்த்
ஹூஸ்டன் தமிழ்ப்பள்ளி

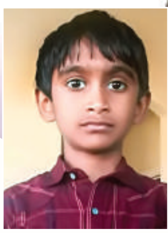


மஹா காளீஷ்வர்
சைப்ரஸ் தமிழ்ப்பள்ளி

சனஸ்யா பாலசுப்ரமணியன்
கேட்டி தமிழ்ப்பள்ளி

சஹானா கோகுல்



குரு பிரபாகரன்
சைப்ரஸ் தமிழ்ப்பள்ளி

அரன்சங்கரன்
கேட்டி தமிழ்ப்பள்ளி

**அனிந்தித் பாலசுப்ரமணியன்**
கேட்டி தமிழ்ப்பள்ளி

**கௌதம் கோகுல்**

**நிஷாந்த் சிவசுப்ரமணியம்**
கேட்டி தமிழ்ப்பள்ளி

## ஆத்திச்சூடி : ஐயமிட்டு உண்

விளக்கம் : உணவு இல்லாதோர்க்கு (அவர்கள் கேட்காமலேயே) உணவு கொடுத்து. பிறகு நாம் உண்ண வேண்டும்.

### வாழும் உதாரணங்கள்

விவசாயி :
உழவுத்தொழில் மூலம் உணவை (நெல், கோதுமை) விளைவித்து உழவர்கள் நமக்கு ஐயமிட்டு உண்கிறார்கள்.

மதுரை நாராயணன் கிருஷ்ணன் பல்லாயிரக் கணக்கில் ஊதியம் தரும் வெளிநாட்டு வேலையை உதறி விட்டு கடந்த பத்து ஆண்டுகளாக 49 லட்சம் ஆதரவு அற்றோருக்கு உணவு சமைத்து வழங்கும் மதுரை நாராயணன் கிருஷ்ணன்.

### நமது பொறுப்பு

உணவு வழங்கும் இயக்கம்

நம் பகுதியில் உணவு வழங்கும் இயக்கம் மூலம் ஏழை, எளியோர்க்கு நம்மால் இயன்ற உணவுப் பொருட்களை வழங்கி அவர்களின் பசியாற்றலாம்.

உணவு சேமிப்பு

வீட்டிலும், வெளியிலும் உணவை விரயம் செய்யாமல் சாப்பிடலாம். சென்னையில் உள்ளது போல மீதமாகும் உணவுப் பொருட்களை நமக்கு அருகிலுள்ள உணவு மையங்களுக்கு வழங்கலாம்.

சனஸ்யா
நிலை-1
BKM தமிழ்
பள்ளி கேம்

# மயில்

இந்தியாவின் தேசியப் பறவை மயில் (Peacock) ஆகும். 1963-ல் மயில் இந்தியாவின் தேசியப் பறவையாக அறிவிக்கப்பட்டது.

தோகை விரித்தாடும் மயிலின் அழகில் மயங்காதவர்கள் எவரும் இல்லை. மயிலின் அறிவியல் பெயர் பவோ கிறிஸ்டட்டஸ். (Pavo Cristatus), ஆங்கிலத்தில் ஆண் மயிலை Peacock எனவும், பெண் மயிலை Peahen எனவும் அழைப்பர். ஆண் மயிலை தமிழில் "சேவல்" என்றும் அழைப்பர்.

மயிலின் முட்டையிலிருந்து வெளி வரும் குஞ்சுகள் பிறந்து சில மணி நேரங்களிலேயே நடக்குமாம்! மயில் மிக அதிகமான ஒலியை எழுப்பக்கூடியவை. மயிலின் சத்தத்தை "அகவல்" என அழைப்பர். மயிலில் பச்சை மயில், நீல மயில், வெள்ளை மயில் என பல வகைகள் இருக்கின்றன. இதில், பச்சை மயிலினங்கள் அழிந்து வருவதாக ஆராய்ச்சியாளர்கள் கூறுகின்றனர்.

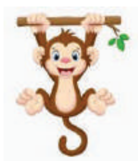
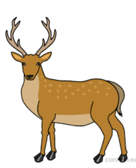
ஆண் மயிலிற்கு அழகிய நீளமான தோகையும், பெண் மயிலிற்கு சிறிய தோகையும் உண்டு. ஆண் மயில் மழை வரும் முன்னரும், எதிரிகளிடமிருந்து தங்களைப் பாதுகாத்துக்கொள்ளவும் தோகை விரித்து நடனமாடுகின்றன. மியான்மர் (Myanmar) மற்றும் காங்கோவின் (Congo) தேசியப் பறவையும் மயிலாகும்.

# தமிழ் குறுக்கெழுத்துப் போட்டி

படம் பார்த்து பெயர் எழுது

| | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | 1 | | | | | 2 |
| | | 3 | | | | 4 | | 5 | |
| | 10 | | | | | | 6 | | 7 |
| | | 8 | 9 | | | | | | |
| | | | | 11 | | 15 | | | |
| | | | 12 | | | | | | |
| | | | | | | 13 | | | |
| | | 14 | | | | | | 16 | |
| | | | | | 17 | | | | |
| 19 | | | | 20 | | | | 21 | 22 |

உருவாக்கியவர் :
தேவி பிரபாகரன்
சைப்ரஸ் தமிழ்ப்பள்ளி

| மேலிருந்து கீழ் | கீழிலிருந்து மேல் |
|---|---|
| 1, | 4, |
| 2, | 8, |
| 5, | 9, |
| 6, | 11, |
| 7,  | 14, |
| 10, | 19, |
| 11, | 20, |
| 12, | 21, |
| 15, | 22, |
| 17,  | |

இடமிருந்து வலம்

6,

9,


11,

12,

13,

14,


16,

18,

19,

வலமிருந்து இடம்

3,

5,

9,

17,

# விடை :

| | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | ம் | | உ 1 | | ல் | | | ப 2 |
| டி | ர | க 3 | | ட | ளி | கா 4 | க் | த 5 | ங் |
| | ப 10 | ங் | டு | ல் | | | ச 6 | ங் | கு 7 |
| யை | ரி | சி 8 | ஆ 9 | யி | ர | ம் | த் | க | ர |
| | சு | ம் | | ம 11 | ர | க 15 | த | ம் | ங் |
| | | த | மி 12 | ன் | ன | ல் | ம் | | கு |
| ர் | | ட | த | ன | | யா 13 | னை | ல் | |
| ணீ | | ஔ 14 | வை | ன் | | ண | | வ 16 | லி |
| ண் | | | ளை | து | மா 17 | ம் | அ 18 | க | ல் |
| த 19 | ந் | த | ம் | ம 20 | ன் | | | த 21 | ப 22 |

# சொல் தேடு

குறைந்தது ஐந்து தமிழ் வார்த்தைகளை
கண்டுபிடித்து சொல்ல வேண்டும்.

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| கு | கோ | ர | லா | ட | ப் | ன் | ஓ |
| பி | ர | ப | ப் | சி | வ | உ | மி |
| ர | கா | ங் | கே | ய | ம் | போ | ள |
| ன் | ள | ள் | கா | ல் | லெ | அ | கு |
| தே | ங் | ர் | மா | ட் | ஐ | து | ணி |
| ப் | தி | ழை | ப் | டு | ட | சூ | ல் |
| பு | க் | பே | பா | தே | பே | ம் | ளை |

மேல்கீழ் இடம் வலம் குறுக்கு எப்படியும்

உருவாக்கியவர்: சாந்தி ஸ்ரீகணேஷ், சைப்ரஸ் தமிழ்ப்பள்ளி

decor
one
Mandaps • Decor • Linens • Floral • Graphics

832-905-9260
K
KHAGOLA
CLASSES
SAT - ACT -AP EXAM PREP K - 12 TUTORING
17920 Huffmeister Rd Ste 300
Cypress, TX, 77429-4285 United States
www.cypresstutor.com
External Website. Opens New Window
Company Type: Independent
(832) 905-9260
KHAGOLA
CLASSES
360 DEGREE COACHING

CRAFTS BASKET
Fancy Jewelry & Festive Decor
Contact :
408 306 0866/281 881 3487
craftsbasketinc@gmail.com
FB: craftsbasket2001
www.craftsbasket.biz