நற்பணியே நம் வாழ்வு!
MADURAI SEED

மதுரை சீடு இளைஞர்கள் வழங்கும்

புதிய வெளிச்சங்கள்

தனிச்சுற்று இதழ்

**"வெளிச்சத்தின் வேராய் விளங்குவோம்
புது உலகின் மாதிரியாய் திகழ்வோம்"**

ஆகஸ்ட் 2010 - நவம்பர் 2010 உலகு - 3 வெளிச்சம் - 8

மனமது செம்மையானால்

மனம், உடல் இரண்டின் செயல்பாடுகளில் மாற்றம் ஏற்பட்டால் இரத்த அழுத்தம், சர்க்கரை நோய், மூட்டுவலி, இதயநோய் என பல வகைகளில் நோய்க்கு ஆளாகி அவதியுறுகின்றனர்.

மனது எரிச்சல், கோபம், அழுத்தம், கிளர்ச்சி போன்றவற்றிற்கு ஆட்படும் போது உடல் சூடாகிறது. இதனால் முக்குற்றங்களில் ஒன்றான பித்தத்தின் சுரப்பு அதிகரிக்கிறது. பித்தம் அதிகரித்து இரத்தத்தில் கலப்பதால் இரத்ததில் உள்ள குளுக்கோஸ் (சர்க்கரை) அளவு அதிகரிக்கிறது. உடலுக்குத் தேவையான சர்க்கரை முறைப்படி எடுத்து செல்லப்படாமல் இரத்தத்தில் சேர்ந்து விடுகிறது. பின்னாளில் இந்த தேவையற்ற சர்க்கரை மது மேகமாக மாறி தீங்கிழைக்கிறது. இது போல் இரத்தத்தில் உள்ள நீர்ச்சத்து வற்றும் போது, கொழுப்பு அதிகமாகி அவை இரத்த நாளங்களில் படிந்து இரத்த அழுத்தத்தை உண்டு பண்ணுகிறது. ஆகையால் உடல் பாதிப்பிற்கு மனதின் சீர்கேடே பிரதானமாகிறது. மன அழுத்தம் தான் அஜீரணக் கோளாறை உண்டு பண்ணுகிறது. மலச்சிக்கலை ஏற்படுத்துகிறது.

மனமது செம்மையானல் மந்திரங்கள் செபிக்க வேண்டாம், மருந்துகள் உண்ண வேண்டாம். என்கின்றனர். மனம், புத்தி, செயல் அகங்காரம் இவை அனைத்தும் ஒருங்கிணைந்து செயல்பட்டு வந்தால் சாதாரண மனித நிலையிலிருந்து மேம்பட்டு தேவர் நிலைக்கு ஆட்கொள்ளப்படுவார்கள்.

மனம், உடல், உயிர் இம்மூன்றும் நேர்க்கோட்டில் வரும் போது மனதில் சஞ்சலமிருக்காது உடல் புத்துணர்வுடன் காணப்படும். நீண்ட ஆரோக்கியத்தை கொடுக்கும்.

K.அழகிரி, C.கற்பகஜோதி, A.பைசர்கான்

மனிதனும் தெய்வமாகலாம்

மனிதனுடைய ஆறாவது அறிவு அதிகமாக செயல்படுவதால் அவன் பித்தாகி வெறி பிடித்தவன் போல செயல்படுகிறான். இந்த வெறி மிதமாக பயன்படுத்தப்பட்டால் மனிதன் அழிவின் விளிம்பை அடைந்திருக்க முடியாது. இதற்கு மனிதன் விவேகத்தோடும், நிதானத்தோடும், தன்னலமில்லாமல் செயல்பட்டால் அவன் பாதையில் வீற்றிருக்கும் அழிவை அகற்றி விடலாம். மனிதம், தான் சென்ற பாதையை மறந்து போகாமல் இனி வரும் தலைமுறைகளுக்கு வழிகாட்டியாக நிற்க வேண்டுமல்லவா? இந்த ஆழமான அழகான கருத்தோடு செயல்படும் ஒவ்வொரு மனிதனும் தெய்வமாகலாம்.

N.ராமச்சந்திரன். S.முருகபாண்டி

ஆய்வீது ...

வாஞ்சிநாதன் ஆஷ் துரை இருந்த இரயில் பெட்டியின் உள்ளே சென்று அவனை நேருக்கு நேராக சுட்டுக் கொன்றார். அவனது மனைவியினை உயிரோடு விட்டு விட்டார். பிறகு காவலர்கள் துரத்தும் பொழுது ஒரு கழிவறையின் உள்ளே சென்று பின்னர் வெளியே வந்து வேறொரு கழிப்பறையில் தன்னைத் தானே சுட்டுக் கொண்டு உயிர் விட்டார்.

இந்நிகழ்வினை ஆராயும் பொழுது கீழ்கண்டவை வெளிப்படுகின்றன.

எண்	நிகழ்வு	வாஞ்சி நாதனின் குணங்கள்
1.	வாஞ்சிநாதன் ஆஷ்துரையை நேருக்கு நேர் நின்று சுட்டுக் கொன்றது	வீரம் வெளிப்படுகிறது
2.	வாஞ்சிநாதன் ஆஷ்துரையின் மனைவியை கொல்லவில்லை	பெண்களை கொல்ல கூடாது என்ற மரபும் இரக்கமும் வெளிப்படுகிறது
3.	வெள்ளைய காவலர்கள் துரத்தும் பொழுது வாஞ்சிநாதன் முதலில் நுழைந்த கழிவறையை விட்டு வெளியேறுதல்	தெரியாமல் பெண்கள் கழிவறைக்குள் நுழைந்தது தவறென உணர்ந்து கலாச்சாரத்தை கடைபிடித்தார் என தெரிகிறது.
4.	வாஞ்சிநாதன் தன்னைத்தானே சுட்டுக்கொண்டார்	வெள்ளையர்களின் கையில் தன் மரணம் நிகழக்கூடாது என்ற சுய கௌரவமும் சுய மரியாதையும் வெளிப்படுகிறது.

P.மணிகண்டன், P.பாண்டியராஜன், M.முத்துப்பாண்டி

சேமிப்பும், ஆரோக்கியமும்

இன்றைய இளைஞர்களுக்கு சேமிப்பும், ஆரோக்கியமும் கடைபிடிக்க வேண்டிய இரு விஷயங்களாகும்.

சமச்சீரான உணவு, உடற்பயிற்சி, தீய பழக்கங்கள் இன்மை இருந்தால் தான் உடல் ஆரோக்கியமாய் இருந்து நீண்ட ஆயுளை பெறலாம்

சேமிக்கும் பழக்கமின்மை உடல் ஆரோக்கியத்தையும் நீண்ட ஆயுளையும் குறைக்கும்

சேமிப்பும், ஆரோக்கியமும் மனிதனை சமூகத்தில் உயர்நிலைக்கு கொண்டு செல்லும். பலரும் மதிக்கத்தக்க மனிதராக மாற சேமிப்பும் ஆரோக்கியமும் மிக முக்கிய காரணிகளாக உள்ளன என்பதை மறுக்க இயலாது.

சேமிப்பே வாழ்வை வளமாக்கும் சேமிப்பும் உடல் ஆரோக்கியமும் ஒன்றோடு ஒன்று பிணைந்தவை கடைபிடிப்பீர் - உடல்நலனை! சேமிப்பை!! வளமாக்குவீர் உங்கள் வாழ்வை !!!

M.மருதுபாண்டி, N.சௌந்தரபாண்டி, M.மகுடபதி

வேண்டுவன

சாதனையாளர்களாக வேண்டுமெனில் அனைவரும் செய்யும் செயலை சற்று வித்தியாசமாக செய்வதன் மூலம் வாழ்வில் வெற்றி காணலாம். மற்றவர்கள் செய்யும் சிறிய செயலைக் கூட பாராட்டக் கற்றுக்கொள்ள வேண்டும். ஆணெனினும், பெண்ணெனினும் ஒரு சுய தொழிலைக் கற்று கொள்வது அவசியம். நம் வாழ்வின் குறிக்கோளினை நோக்கியே நம் பயணம் இருத்தல் வேண்டும். வாழ்வின் இறுதிவரை கற்கும் தாகமும், இருக்க வேண்டும்.

O.மணிகண்டன், M.தங்கலெட்சுமி, K.முத்துமாரி, P.அஷ்டலெட்சுமி

முட்டாள்களின் பட்டியல் !

கதை : ஒரு முறை அக்பரின் அரண்மனைக்குச் சில உயர்ரக அரபுக் குதிரைகளோடு வந்தான் வியாபாரி ஒருவன். குதிரைகளின் கம்பீரத்தில் மயங்கிய அக்பர் அத்தனை குதிரைகளையும் வாங்கிக்கொண்டார். அதோடு சில லட்ச ரூபாய்களை முன்பணமாகக் கொடுத்து மேலும் பல குதிரைகளைக் கொண்டுவருமாறு பணித்தார். “அப்படியே ஆகட்டும் பேரரசே!” என்று பணத்தோடு அவன் கிளம்பிச் சென்றான் சில நட்கள் கழித்து அக்பர் பீர்பாலிடம் நாட்டில் உள்ள முட்டாள்களின் பட்டியலைத் தயாரிக்கச் சொன்னார் (அவ்வப்போது பீர்பாலிடம் இப்படிக் கோக்குமாக்கு சவால்கள்விடுவது அக்பர் வழக்கம்!) பீர்பால் ஒரு பட்டியலைத் தயாரித்து நீட்டினார். அதில் முதல் பெயர் - அக்பர்! நாட்டின் பேரரசனை முதல் முட்டளாகக் குறிப்பிடுவதுதான் உன் மதியூகமா? என்று சினத்தில் சிடுசிடுத்தார் அக்பர்.

பீர்பாலின் தீர்வு : பொறுமையாகப் பதில் அளித்தார் பீர்பால். எந்த உத்தரவாதமும் இல்லாமல் முன் பின் தெரியாதவனிடம் சில லட்சரூபாய்களை தூக்கிக் கொடுத்த செய்கைதான் உங்களுக்கு அந்த அந்தஸ்தைப் பெற்றுத் தந்தது!.

ஒருவேளை அந்த வியாபாரி குதிரைகளோடு திரும்பி வந்துவிட்டால்? என்று கேட்டார் அக்பர் அப்போது உங்கள் பெயரை நீக்கிவிட்டு அவன் பெயரை அங்கு சேர்ப்பேன்! என்றார் பீர்பால் ஒரு கணம் யோசித்த அக்பர் தனது தவற்றை உணர்ந்து அமைதியாகிவிட்டார்.

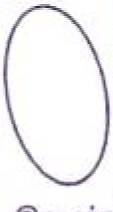
செய்தி-1. எவருடைய முக தாட்சண்யத்துக்காகவும் அதீத சலுகை வழங்காதீர்கள் பிறகு வருந்துவது நீங்களாகத்தான் இருக்கும் எவர் மீது எப்போது நம்பிக்கை வைப்பது என்பது சூழ்நிலையைப் பொறுத்தது என்றாலும் அந்த சூழல் உங்கள் கட்டுப்பாட்டில் இருப்பதாகப் பார்த்துக்கொள்ளுங்கள்.

செய்தி-2. உங்களுக்குக் கீழ் உள்ளவர்கள் உங்கள் தவற்றைச் சுட்டிக்காட்டினாலும், கோபப்படாமல் அந்த தவறில் இருந்து நீங்கள் புரிந்து கொள்ள வேண்டிய பாடத்தை உணருங்கள்!

கோழியா - முட்டையா ?

கதை : அன்றைய அலுவல்கள் முடிந்து அரசவை கலையும் வேளையில் வந்தார் அந்தப் பண்டிதர். அறிவார்ந்த மனிதர் என்பதால் அவரை தவிர்க்க முடியாமல் வணங்கினார் அக்பர். "உமது அமைச்சர்களுக்கு ஒரு சவால் ஒரு கஷ்டமான கேள்விக்குப் பதில் அளிக்க நான் சித்தமாக இருக்கிறேன்!" என்றார் பீர்பால்.

பீர்பாலின் தீர்வு: "உதடு பிரியாமல் புன்னகைத்த பண்டிதர், கோழி முதலில் வந்ததா முட்டை முதலில் வந்ததா?" என்று கேட்டார். ஒருகணம் கூட யோசிக்காமல் கோழிதான் அதில் எந்த சந்தேகமும் இல்லை என்று பதில்அளித்தார் பீர்பால் அந்த மின்னல் வேகப் பதிலில் திகைத்த பண்டிதர் "அது எப்படி ? முட்டை ஏன் முதலில் வந்திருக்கக் கூடாது?" என்று கேட்டார். "இந்த இரண்டாவது மூன்றாவது கேள்விகள் என்னை ஆச்சர்யப்படுத்துகின்றன. பண்டிதரின் ஒரே ஒரு கடினமான கேள்விக்கு நான் பதில் அளித்து விட்டேன் என்பதை நான் நினைவூட்டத் தேவை இல்லை" என்றார் பீர்பால் அடக்கமாக!



செய்தி : நீங்கள் ஒருவருக்குப் பொறிவைக்க நினைத்தால் அவர் தப்பிப்பதற்கான அனைத்து வழிகளையும் அடைத்து விடுங்கள்!

இவண்

மதுரை சீடு இளைஞர்கள்

நிறைவான கல்விப்பணிகளில் V.மாரியம்மாள், A.S.கார்த்திக்பாரதி, M.மன்சூர்அலி

மதுரை சீடு இளைஞர் பேரவை தலைவர்கள் 2010 - 2011

M.தங்கலெட்சுமி, M.அழகிரி

புதிய வெளிச்சங்கள் பொறுப்பாளர் - **C.கற்பகஜோதி**

தொடர்புக்கு.

MADURAI SEED YOUTH FEDERATION (MSYF)
MADURAI SEED
Arjun Shanmuga Illam, 439/1 East Street,
Karumbalai, Madurai - 625 020. Ph : 0452 - 2537670, 98948 05446
E-mail : maduraiseed1999@gmail.com Web :www.madurai-seed.org