அமைதியும் ஆரோக்கியமும்

புதுயுகத்தின் வழிகாட்டி

அமைதி - 5 ஆரோக்கியம் - 5 டிசம்பர் - 2017

நவீன நீர்வழிச்சாலை

எண்ணம் போல் வாழ்க்கை

நதிகள் இணைப்பு - சாகசம்
நீர்வழிச்சாலை - சாத்தியம்

அமைதியும் ஆரோக்கியமும்

புதுயுகத்தின் வழிகாட்டி

amaidhiyumaarokiyamum@gmail.com

www.amaithiyumarokiammum.com

Helpline : + 91 88838 05456

டிசம்பர் 2017

பொருளடக்கம்

04 நவீன நீர்வழிச்சாலை

16 ஆயகலைகள் 64 (பாகம் 3)

21 ஆரோக்கியமான குழந்தைபெற, தைரியமாக இருக்க, நன்கு படிக்க, மூளைக்காய்ச்சலை குணப்படுத்த, இடுப்பு வலி நீங்க...

23 வாழ்க்கைக்கான கல்வி

24 நம்பினால் நடக்கும் 1

வெளியீடு

கிரிஐயா பப்ளிகேஷன்ஸ்

நெ. 69, NSK வீதி, செல்வபுரம்,
கோயம்புத்தூர் – 641 026, தமிழ்நாடு, இந்தியா.

giriiyyapublications@gmail.com

www.giriiyyapublications.com

ஒருவருட சந்தா ரூ. 600/-
விலை ரூ. 50/-

ஆசிரியர் மடல்

அன்பு நண்பர்களே !

தமிழ்நாட்டில் மட்டும் அதிகப் பிரச்சனைகள் இருப்பது போல செய்திகளை ஊடகங்கள் வழியாக நாள்தோறும் நாம் பார்த்துக்கொண்டு வருகிறோம். உண்மையிலேயே தமிழ்நாட்டில் அதிகப் பிரச்சனைகள் இல்லை.

உலகத்திலேயே தமிழக மக்களுக்குத்தான் அதிக அளவில் நல்ல விசயங்கள் புரிந்துள்ளது. எனவே தீமையான விசயங்களைக் கண்டு அதற்கு எதிராக கொந்தளிக்கிறார்கள், பதறுகிறார்கள். இதைத்தான் பிரச்சனை என்று ஊடகங்கள் காட்டுகின்றன.

சிங்கப்பூர் போன்ற வளர்ந்த நாடுகளில் எந்த ஒரு பிரச்சனையும் இல்லை. ஏனென்றால் இந்த நாடுகளெல்லாம் முற்றிலுமாக "இலுமினாட்டி" எனும் வியாபாரிகளிடம் மாட்டிக் கொண்டுள்ளது. எனவே மிகவும் அமைதியாக அந்த நாடுகளெல்லாம் இருப்பது போல ஊடகங்கள் காட்டுகின்றன. ஆனால் மக்களுக்கு அங்கு எந்த சுதந்திரமும் இல்லை. எதையுமே திருப்பி கேட்க முடியாது. ஆனால் தமிழகத்தில் தவறைத் தட்டிக் கேட்கும் சுதந்திரமும், சுயமாக வாழ்வதற்கு சுதந்திரமும் இருப்பதால் அதிக சிக்கல்கள் இருப்பதுபோல் தோன்றுகிறது. எனவே நீங்கள் ஊடகங்களைப் பார்த்து வருத்தமடையாதீர்கள். நாம் நன்றாகத்தான் இருக்கிறோம். அதிக அறிவோடு, ஞானத்தோடு வாழ்ந்துகொண்டு இருக்கிறோம் என்பதை எண்ணி மகிழ்ச்சியாக இருங்கள்.

செழிக்கட்டும் விவசாயம் ! சீர்படட்டும் நிர்வாகம் ! உலக மக்களின் முகங்களில் நிலவட்டும் புன்சிரிப்பு ! வளர்க ஆன்மீகம், வாழ்க வாழ்வாங்கு ! என அடிக்கடி உச்சரித்துக்கொண்டு இருங்கள். கண்டிப்பாக நாம் இந்த உலகை ஒற்றுமையாக, அமைதியானதாக மாற்ற முடியும்.

ஹீலர் பாஸ்கர்

நவீன நீர்வழிச்சாலை

ஹீலர் பாஸ்கர்
நிறுவனர், அனாடமிக்
செவிவழிதொடு சிகிச்சை.

நதிகள் இணைப்புப் பற்றி பலரும் பேசி வருகிறார்கள். இந்தியாவில் உள்ள நதிகளை இணைத்துவிட்டால் இந்தியாவின் தண்ணீர் பஞ்சம் தீர்ந்து விடும் என்று பலரும் கருத்து தெரிவித்து வருகின்றனர். ஆனால் நதிகள் இணைப்பு சாத்தியமே இல்லை. ஏன் நதிகள் இணைப்பு சாத்தியம் இல்லை என்பது பற்றியும் நீர்வழிச்சாலை சாத்தியமானவை என்பது பற்றியும் இந்தக்கட்டுரை உங்களுக்குத் தெளிவாக விளக்கும்.

தற்போது தமிழ்நாடு மட்டுமன்றி இந்தியா முழுவதுமே பல இடங்களில் நிலத்தடி நீர்மட்டம் (Ground Water Level) குறைந்து வருகிறது. மேலும் பல இடங்களில் அளவுக்கு அதிகமாக மழை பொழிகிறது. பல இடங்களில் அளவுக்கு அதிகமான வெள்ளப்பெருக்கு ஏற்படுகின்றது. பல இடங்களில் மழைபொழிவதே இல்லை. பல இடங்களில் விவசாயம் செய்வதற்கு தண்ணீர் இல்லாமல் விவசாயிகள் தற்கொலை செய்து கொள்கிறார்கள். இவ்வாறு பல பிரச்சனைகளை நாம் சந்தித்து வருகிறோம். இதற்கு ஒரே தீர்வு நதிநீர் இணைப்பு தான் என்று கருத்துக் கூறி வருகிறார்கள். நதி நீர் இணைப்பு என்பது சாத்தியமில்லை. ஏனெனில் இது சாகசம் செய்வதற்கான முயற்சி. ஆனால் நீர்வழிச்சாலை என்பதே சாத்தியமான முயற்சி. இந்தக் கட்டுரையில் இது தொடர்பாக இன்னும் விளக்கமாக பார்க்க இருக்கிறோம்.

நவீன நீர்வழிச்சாலை என்பது நதிநீர் இணைப்பிற்கு நேர்மாறானது. அதாவது நதிகளை இணைப்பது வேறு திட்டம். நீர் வழிச்சாலை என்பது வேறு திட்டம்.

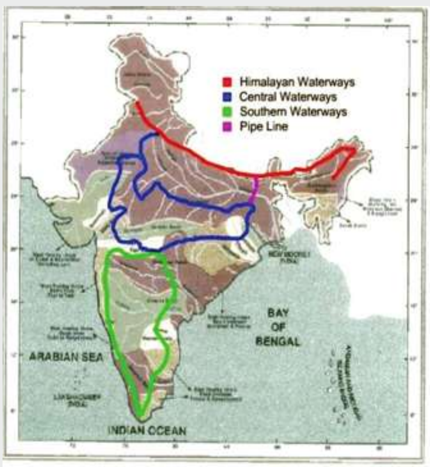
நீர்வழித்தடத்தைப் பயன்படுத்தி உருவாக்கும் சாலைகள் நீர்வழிச்சாலைகள் ஆகும். இவற்றைக் கால்வாய் என்று அழைக்கிறார்கள். நதிகளை இணைக்காமல் நீர்வழிச்சாலைகள் எனும் கால்வாய்களை அந்தந்த பகுதிகளுக்கு ஏற்றாற்போல அமைப்பதே நவீன நீர்வழிச்சாலையாகும். எனவே நதி நீர்

இணைப்பு என்பதும் நவீன நீர்வழிச்சாலை என்பதும் வேறுவேறு என்பதை நன்கு புரிந்து கொள்வோம்.

இந்தியாவில் மூன்று வகையான நீர்வழிச்சாலையை அமைப்பதே நவீன நீர்வழிச்சாலை திட்டமாகும். இந்தியாவில் உள்ள அனைத்து நதிகளையும் இந்த மூன்றுவகை நீர்வழிச்சாலைத் திட்டத்தின் கீழ் கொண்டு வரலாம்.

நீர்வழிச்சாலைகள் என்பது மூன்று வகையாக பிரிக்கப்படுகிறது. தென்னந்தியா, மத்திய இந்தியா வட இந்தியா ஆகிய நிலப்பரப்புகளில் பாயும் நதிகள் கடல் மட்டத்திலிருந்து அவற்றின் உயரத்தின் அடிப்படையில் இவை வகுக்கப்படுவதாகும். உதாரணமாக தென்னிந்தியா, மத்திய இந்தியா உள்ள நதிகளைவிட வட இந்தியாவில் கடல்மட்ட உயர அளவில் 250 மீட்டர் வித்தியாசப்படுகிறது.

மூன்று வகையான நவீன நீர்வழிச்சாலைத் திட்டம் பற்றி அருகில் உள்ள வரைபடத்தில் குறிக்கப்பட்டிருப்பதைக் காணலாம். தமிழ்நாடு, கேரளா, ஆந்திரா, கர்நாடகா தெலுங்கானா, மகாராஷ்டிரா ஆகிய ஆறு மாநிலங்களைக் கொண்டவை. தென்னிந்தியா என்று அழைக்கப்படுகிறது. தென்னிந்திய நதிகளை நவீன நீர்வழிச்சாலை திட்டத்தில் 250 மீட்டர் (MSL - Meen Sea Level) பச்சை நிற வண்ணத்தில் குறிப்பிட்டு காட்டப்பட்டுள்ளதைக் காணலாம்.



இரண்டாவதாக மத்திய இந்தியாவில் உள்ள டெல்லி, பீஹார், குஜராத், பஞ்சாப் ஆகிய மாநிலங்களில் 250 மீட்டர் (MSL - Meen Sea Level) அளவில் நவீன நீர்வழிச்சாலை அமைக்கப்படுவது நீல நிறத்தில் குறிப்பிட்டுக் காட்டப்பட்டுள்ளது.

மூன்றாவதாக இமாச்சல பிரதேசம், அஸ்ஸாம் ஆகிய மாநிலங்கள் வட இந்திய நீர்வழிச்சாலைகளில் இடம்பெறும். இவை 500 மீட்டர் (MSL - Meen Sea Level) அளவு கொண்ட இவற்றை சிவப்பு நிறத்தில் அடையாளப்படுத்திக் காட்டப்பட்டுள்ளது.

இவ்வாறு மூன்று வகையாக இந்திய நதிகளை நீர்வழிச்சாலைகள் மூலம் இணைப்பதே நவீன வழிச்சாலைத் திட்டமாகும். நீர்வழிச்சாலை என்பது சமமட்டமாக (Zeroslope) அமைக்கப்படும் என்பது தான் நாம் இங்கு கவனிக்க வேண்டிய முக்கியமான விசயம். அதாவது 250 மீட்டரில் (MSL) அமைக்கப்பட்ட அந்த நீர்வழிச்சாலையானது அதன் மொத்த நீளமும் சமமட்டத்தில் (Zeroslope) தான் இருக்கும்.

பொதுவாக ஒரு நீர்வழித்தடத்தில் தண்ணீர் செல்வதற்கு ஏதுவாக

பள்ளமாக (Slope) இருக்க வேண்டும் என்று கூறுவார்கள். நீரானது மேடான இடத்திலிருந்து பள்ளத்தை நோக்கிச்செல்லும் என்பது உலகில் அனைவரும் அறிந்திருக்கும் உண்மை. ஆனால் இந்த நீர் வழிச்சாலை திட்டத்தில் பள்ளம் என்பதே இல்லாமல் எல்லா இடத்திலும் சமமாக இருக்கிறது.

"வல்லான் வகுத்த வாய்க்கால் வடக்கேயும் பாயும், தெற்கேயும் பாயும்'' என்று கூறுவார்கள். அதாவது புத்திசாதுர்யம் மிக்கவர்கள் உருவாக்கிய கால்வாய் வடக்கேயும் பாயும், தெற்கேயும் பாயும். ஏனென்றால் மேடுபள்ளம் இல்லாமல் எல்லா இடத்திலும் சமமாக இருக்கும்படி (Zeroslope) ஒரு நீர்வழித்தடத்தை அமைத்துவிட்டால் எந்த இடத்தில் தண்ணீர் அதிகம் உள்ளே வந்தாலும் அது சமமாக எல்லா இடங்களிலும் நிரப்பப்படும். இது தவிர எந்த இடத்தில் வேண்டுமானாலும் தண்ணீரை தேவையான அளவு வெளியேற்றிவிடலாம். இதுதான் நீர்வழிச்சாலைத் திட்டம்.

நீர்வழிச்சாலை இரண்டு கால்வாய்களை உள்ளடக்கியதாக திட்டமிடப்பட்டு இருக்கிறது. இரண்டு கால்வாய்களும் முறையே 210மீட்டர், 110மீட்டர் என்ற அளவில் அகலம் கொண்டவையாக இருக்கும். இந்த 210 மீட்டர் அகலம் கொண்ட கால்வாய் குடிநீர், விவசாயம், மீன்பிடி தொழில், 60 ஆயிரம் மெகாவாட் மின்சாரம் உற்பத்தி செய்தல் ஆகியவற்றுக்காக பயன்படுத்தப்படுகிறது. 110 மீட்டர் அகலமுள்ள கால்வாய் கப்பல், படகு போக்குவரத்திற்கு பயன்படுத்தப்படும். இதுதான் திட்டம்.

இந்தியாவில் வருடத்திற்கு 1500 பி.சி.எம். தண்ணீர் நிலத்திலிருந்து அதாவது சுமார் 52000 டி.எம்.சி தண்ணீர் வெள்ளமாக கடலுக்கு சென்று கலக்கிறது. அதில் 400 பி.சி.எம். தண்ணீரை இந்த நீர்வழிச்சாலை வழியாக திசை திருப்புவதன் மூலம் இந்தியா முழுவதும் எப்போதும் நீர்வளம் இருந்து கொண்டே இருக்கும். இதனால் விவசாயம், மின்சார உற்பத்தி போக்குவரத்து, நிலத்தடி நீர்மட்டம் ஆகியவற்றுக்கு இத்திட்டம் பயனுள்ளதாக இருக்கும்.

இந்தியாவில் ஆண்டு முழுவதும் பெய்யும் மழையை சேமித்து வைத்தால் அது இந்தியா முழுவதும் ஒரு மீட்டர் உயரம் நிற்கும் அளவு இருக்கும் என புள்ளிவிபரம் சொல்கிறது.

இந்த நீர்வழிச்சாலை திட்டத்தில் மோட்டார்கள் பயன்படுத்துவது இல்லை என்பதும் புகை இல்லை என்பதும் மிக முக்கியமான, ஆச்சர்யப்பட வைக்கும் ஓர் அம்சம். எளிமையான வழிமுறைகளை உள்ளடக்கிய பயன்தரும் சிந்தனையின் வெளிப்பாடு இத்திட்டம்.

இந்த திட்டத்தினை செயல்படுத்த 5.35இலட்சம் கோடிகள் செலவு பிடிக்கும் என்று 2005ஆம் ஆண்டு கணக்கிடப்பட்டது. இதை நிறைவேற்ற ஐந்திலிருந்து பத்து ஆண்டுகள் காலம் ஆகும். இந்த திட்டத்தினை

நிறைவேற்றுவதன் மூலம் அரசாங்கத்திற்கு ஆண்டொன்றிற்கு சுமார் ஒரு இலட்சம் கோடி இலாபம் கிடைக்கும் என்று 2005ஆம் ஆண்டு நிலவரப்படி கணக்கிடப்பட்டது. எனவே ஆறே ஆண்டுகளில் கட்டுமானத்திற்காக செலவிட்ட தொகையை அரசாங்கம் எடுத்து விடலாம். பிறகு வரும் அனைத்து வருமானமும் அரசாங்கத்திற்கே.

இந்த திட்டம் செயல்படுத்தப்பட்டால் 50 அடி ஆழத்தில் கிணறு, போர்வெல் ஆகியவற்றில் எளிதாக நீர் கிடைக்கப்பெறும். அதாவது இந்தியா முழுவதுமே நிலத்தடி நீர் மட்டம் ஐம்பதடியில் இருக்கும் அளவிற்கு உயர்ந்திருக்கும்.

இந்த திட்டத்தை உலகிற்கு அறிமுகம் செய்தவர் திரு.ஏ.சி. காமராஜ் ஐயா அவர்கள். இவர் மதுரையைச் சேர்ந்தவர். இவரைப்பற்றி விரிவாக இந்தக் கட்டுரையின் இறுதியில் பார்க்க இருக்கிறோம்.

நீர்வழிச்சாலை பலநாடுகளிலும், பல மாநிலங்களிலும் பின்பற்றப்படும் ஒரு வெற்றிகரமான திட்டமாகும். அதைப்பற்றிய சில உதாரணங்களைப் பார்ப்போம்.

உதாரணம் 1

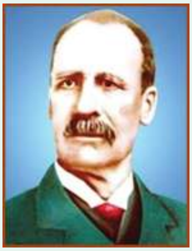
சீனா ஒரு இலட்சத்து இருபதாயிரம் கி.மீ தூரத்திற்கு இதுபோன்ற நீர்வழிச்சாலை திட்டத்தினை அமைத்திருக்கிறது. இதனால் ஆண்டொன்றுக்கு 70000 மெகாவாட் மின்சாரத்தைத் தயாரித்துவருகிறது. "சீனாவின் துயரம் என்று அழைக்கப்படுவது மஞ்சள் நதி (Yellow River)," இந்த நதியை ஏன் சீனாவின் துயரம் என அழைக்கிறார்கள் என்பதை சற்று தெரிந்து கொண்டால் இந்த திட்டத்தின் பயன் நன்கு புரியும். திடீரென்று ஏற்படும் வெள்ளப் பெருக்கினால் இந்த மஞ்சள் நதி தனது வழித்தடத்தை விட்டு ஊருக்குள் புகுந்து பல சேதங்களை ஏற்படுத்தி வந்தது. வெள்ளப்பெருக்கின் போதெல்லாம் மஞ்சள் ஆற்றின் போக்கினால் மாறி மாறி நிகழ்ந்த சேதங்களை தவிர்க்க நதியை ஒழுங்குபடுத்துவதற்காக உருவாக்கப்பட்டதே "த்ரீகார்ஜஸ் டேம்திட்டம்" மஞ்சள் நதியைப் பற்றி அறிந்து கொண்டால் நீர்வழிச்சாலை திட்டத்தை எளிதில் புரிந்துகொள்ள முடியும். எனவே நீர்வழிச்சாலை திட்டம் என்பது ஒரு அதிசயமான திட்டம் அல்ல. ஏற்கனவே சீனாவில் பயன்பாட்டில் உள்ள ஒரு அற்புதமான திட்டமாகும்.

உதாரணம் 2

பக்கிங்ஹாம் கால்வாய் என்பதை நாம் கேள்விப்பட்டிருப்போம். இந்த கால்வாய் ஆந்திராவில் ஆரம்பித்து கோதாவரி நதியின் வழியாக வந்து கிருஷ்ணா நதியை அடைந்து பின்னர் சென்னை வழியாக மரக்காணம் செல்கிறது. இது சமமட்ட கால்வாய்

(Zeroslope) கிடையாது என்ற போதும் இதுபோன்று என்றோ ஏற்படுத்தப்பட்ட ஒரு திட்டத்தினால் தான் பல ஊர்களுக்கு இது நீராதாரமாக விளங்குகிறது என்பதை உதாரணமாக கொள்ளலாம்.

உதாரணம் 3



இங்கிலாந்து நாட்டைச் சேர்ந்த "பென்னிகுயிக்" என்பவர் முல்லைப் பெரியாறு அணைத்திட்டத்தை உருவாக்கியவர். கேரளாவில் பெய்யும் மழை உபரியாக நதிகளில் கலந்து பல மடங்கு வீணாக கடலில் சேர்வதை தமிழ்நாட்டிற்குத் திருப்பினால் தமிழகத்தின் நீர்தேவையை பூர்த்தி செய்யும் என்பதை ஆராய்ச்சி செய்து அதன் விளைவாக உருவாக்கப்பட்டதே முல்லைப் பெரியாறு கால்வாய். இந்த முல்லைப் பெரியாறு கால்வாயானது நதிகளின் மூலம் கடலில் கலக்கும் தண்ணீரைத் திருப்பி விடப்பட்டதால் வைகை ஆற்றின் வழியாக ஐந்து தமிழக மாவட்டங்களுக்கு தண்ணீர் கொடுத்துவிட்டு இராமநாதபுரம் வரை செல்கிறது.

முல்லைப் பெரியாறு கால்வாய் திட்டத்தை என்றோ செயல்படுத்தியதால் தான் இன்று ஐந்து தமிழக மாவட்டங்கள் பயன்பெறுகிறது என்பது உண்மை.

உதாரணம் 4

நெதர்லாந்தில் இதுபோன்று நீர்வழிச்சாலைகள் உள்ளது.

உதாரணம் 5

கனடாவில் இதுபோன்று நீர்வழிச்சாலைகள் உள்ளது.

நதிகளை இணைப்போம் என்று பல அரசியல்வாதிகளும், பல நடிகர்களும், பல தன்னார்வ தொண்டர்களும் கூறிக் கொண்டிருக்கின்றனர். ஆனால் இதில் எவருக்கும் இந்தியாவில் எத்தனை நதிகள் இருக்கிறது என்றும், அதை எப்படி இணைப்பது என்றும், இணைப்பதற்கு சாத்தியம் இருக்கிறதா? இல்லையா? அதற்கு எவ்வளவு செலவாகும்? எத்தனை குகைகள் அமைக்கவேண்டும்? எத்தனை மோட்டார் பம்புகள் வைக்கவேண்டும் என்பது தெரியாது. இதைப் பற்றியெல்லாம் யோசிக்காமல் எல்லோரும் சொல்கிறார்கள், நாமும் சொல்வோம் என நதிகளை இணைப்போம் என்று சொல்கிறார்கள்.

நதிகளை இணைப்பது என்பது வேறு. நீர்வழிச் சாலை என்பது வேறு. நதிகள் இணைப்புத்திட்டத்தின் மொத்த வரலாறையும் சுருக்கமாக நாம் பார்க்கலாம்.

இது 30 இணைப்புக்களைக் கொண்டது. வடக்கே 14 இணைப்புக்களும் தெற்கே 16 இணைப்புகளும் கொண்டது. இத்திட்டத்தை 30 ஆண்டுகளுக்கு மேலாக ஆய்வு செய்துகொண்டு வருகிறார்கள். ஆனால், இந்தத் திட்டத்தை மாநிலங்கள் ஏற்றுக் கொள்ளவில்லை. காரணம், தண்ணீர் அதிகமாக உள்ள மாநிலம் தண்ணீர் தர

தயங்குகிறது. இப்பொழுது கொடுத்துவிட்டால் பின்னால் நமக்குத் தேவைப்படும் பொழுது என்ன செய்வது என்ற பயம். ஆக இத்திட்டம் 30 ஆண்டுகளுக்கு மேல் அரசின் ஆய்வில் தான் இருக்கிறது. அடுத்தக்கட்ட நடவடிக்கைக்கு வரமுடியவில்லை. இதுவே நதிகள் இணைப்புத் திட்டமாகும்.

திட்டம் 1

முதன் முதலில் இந்தியாவில் உள்ள எல்லா நதிகளையும் இணைப்பதற்குத் திட்டமிட்டவர் இங்கிலாந்தைச் சேர்ந்த “சர் ஆர்தர் காட்டன்'' என்பவர். இத்திட்டத்தினை அவர் 1800-ல் முதன் முதலில் வடிவமைத்துக் கூறினார். அவர் கூறிய திட்டம் நதிகள் இணைப்பு அல்ல. நீர்வழிச்சாலைத் திட்டமாகும். ஆனால் அப்போதிருந்த இங்கிலாந்து அரசு இதை நிறைவேற்ற மறுத்து விட்டது. இது நிறைவேறினால் இந்தியா செழிப்பாக மாறிவிடும். விவசாயம் ஓங்கும் மக்கள் நன்றாக வாழ்வார்கள் என்பதைப் புரிந்துகொண்ட அவர்கள் அதைக் கிடப்பில் போட்டுவிட்டார்கள். புகைவண்டிப் போக்குவரத்தை மட்டும் ஏற்படுத்தினார்கள். காரணம் என்னவென்றால் இரயில் போக்குவரத்தின் மூலம் இந்தியாவின் வளங்களை சுரண்டி வெளிநாடுகளுக்கு எடுத்துச் செல்ல இந்த போக்குவரத்து வசதியாக இருக்கும் என்று அதை செயல்படுத்தினார்கள். ஆனால் நீர்வழிச்சாலைத் திட்டத்தால் இந்தியா செழிப்படையும் என்பதால் 1800 ஆம் ஆண்டிலேயே ஆங்கில அரசால் ஒதுக்கப்பட்ட திட்டமே நீர்வழிச்சாலை திட்டமாகும்.

திட்டம் 2

அதன்பின் பிரதமர் நேருவின் காலகட்டத்தில் கே. எல். ராவ் திட்டம் என ஒன்று உருவாக்கப்பட்டது. இது நதிகளை இணைப்பதற்கு தீட்டப்பட்ட திட்டமாகும். கே.எல்.ராவ் என்பவர் இத்திட்டத்தை வடிவமைத்தார். இத்திட்டத்தினை அமல்படுத்து வதற்காகவே அவருக்கு மந்திரி பதவியை வழங்கினார் நேரு. அந்த திட்டத்திற்கு பெயர் “கங்கை - காவேரி இணைப்புத்திட்டம்'' ஆனால் இத்திட்டம் நிறைவேறுவதற்கு சாத்தியமே இல்லை. நிறைய குகைகள் தோண்டவேண்டியிருந்தது. நிறைய மோட்டார் பம்ப்புகள் பயன்படுத்த வேண்டியதும் மிக மிக அதிகப்படியான செலவுகள் பிடிப்பதாகவும் இத்திட்டம் கொண்டிருந்தது. விந்திய மலையைத் தாண்டி தண்ணீரைக் கொண்டு வருவது என்பது மிகவும் கடினமான ஒன்று என்பன போன்ற பல காரணங்களால் அரசாங்கம் இத்திட்டத்தை கைவிட்டுவிட்டது. எனவே புரிந்துகொள்ள வேண்டியது என்னவெனில் நதிகள் இணைப்பு என்பது பிரதமர் நேரு காலத்திலேயே நிறைவேற்ற முடியாது என்று கைவிடப்பட்ட திட்டம் என்பது தான்.

திட்டம் 3

இந்த திட்டத்தின் பெயர் கேப்டன் தஸ்தர் திட்டம். கேப்டன் தஸ்தர் என்பவர் உருவாக்கிய இத்திட்டத்தை மாலைக் கால்வாய் திட்டம் (Garland

Cannal Plan) என்றும் அழைக்கப்பட்டது. இத்திட்டத்தின்படி அனைத்து நதிகளையும், இணைத்துவிட முடியும் என அவர் அறிவித்தார். ஆனால் இந்த திட்டமும் அதிக பொருட் செலவு பிடிப்பதாகவும், நடைமுறைப்படுத்துவதிலும் பல்வேறு சிக்கல்கள் இருந்ததால் கைவிடப்பட்டது.

திட்டம் 4

மீண்டும் நதிகளை இணைக்க 1982 ஆம் ஆண்டு மத்திய நீர்வளத்துறை செயலாளர், பொறியாளர் சி.சி. பட்டேல் அவர்களால் ஒரு திட்டம் கொடுக்கப்பட்டது.

திட்டம் 5

இந்த நதிகள் இணைப்புத்திட்டத்தில் பல ஆண்டுகள் பணியாற்றிய மதுரையைச் சேர்ந்த பொறியாளர் திரு.ஏ.சி. காமராஜ் ஐயா அவர்களால் உருவாக்கப்பட்ட திட்டமே தேசிய நவீன நீர்வழிச்சாலைத் திட்டமாகும். தற்போது நாம் இந்த திட்டத்தைப் பற்றித்தான் பார்த்துக் கொண்டு இருக்கிறோம்.

எனவே நவீன நீர்வழிச்சாலை திட்டம் மட்டுமே நிறைவேற்ற சாத்தியமான ஒரு திட்டமாகும். மேலும் அதிக செலவின்றி நிறைய, பலன்கள் அளிக்க கூடிய திட்டமாகும். மற்ற அனைத்து திட்டங்களும் செயல்படுத்த முடியாத திட்டங்களாகும்.

இந்த நீர்வழிச்சாலைத்திட்டத்தைப் பற்றிப் பேசும்போது பல விஞ்ஞானிகள் கேட்கும் முக்கியமான கேள்விகளில் இரண்டு.

1. சமதளத்தில் (Zeroslope)கால்வாய் அமைத்தால் தண்ணீர் எப்படி ஓடும்?
2. மழை மூலமாக பெறப்படும் உபரி நீரை கடலில் கலக்கச் செய்யவேண்டும். அவ்வாறு கடலில் கலக்கவேண்டிய நீரைத் தேக்கிவைத்தால் மைக்ரோ ஆர்கானிசம் பாதிப்பு ஏற்படும். இது இயற்கைக்கு விரோதமானது. இதை தவிர்ப்பது எப்படி?

மேற்கண்ட இரண்டு கேள்விகளுக்கும் இங்கு தெளிவாக பதில் காணலாம்.

1. சமதள கால்வாயில் தண்ணீர் எப்படி ஓடும்?

நாம் ஏற்கனவே மேற்கோள் காட்டி கூறியதை இங்கு மீண்டும் நினைவுபடுத்துகிறோம். "வல்லான் வகுத்த வாய்க்கால் வடக்கேயும் பாயும், தெற்கேயும் பாயும்" இந்த கூற்றை உறுதிப்படுத்திக்கொள்ள நீங்களே சின்னதாக ஒரு பரிசோதனை செய்து பாருங்கள். சமதளத்தில் உள்ள கால்வாய் ஒன்றில் எவ்வளவு தண்ணீர் ஊற்றினாலும் அதில் ஓடும் தண்ணீர் அந்த கால்வாய் எங்கெல்லாம் செல்கிறதோ அவ்வளவு கி.மீ தூரத்திற்கும் சென்று நிரம்புவதுடன் ஒரே உயரத்திற்கு தண்ணீர் நிற்கும். எனவே மோட்டார் இன்றி தண்ணீரை பல ஆயிரம் கி.மீ தூரத்திற்கு கொண்டு

செல்ல சமதளமான கால்வாயினால் மட்டுமே முடியும் என்பது அறிவாளிகளின் திட்டம். எனவே இந்த கால்வாய் வல்லான் வகுத்த கால்வாய். அதாவது அறிவுள்ளவன் வகுத்த கால்வாய். ஆகவே இது எப்படியும் பாயும்.

இந்த திட்டத்தைப்பற்றி மட்டும் புரிந்து கொண்டால், இந்த ஒரே ஒரு விஞ்ஞானத்தைப் பயன்படுத்தி இந்த உலகத்தை செழிப்பாக மாற்றலாம்.

2. மழைநீர் முழுவதும் கடலில் சேரவேண்டும். அதை தேக்கி வைத்தால் மைக்ரோ ஆர்கானிசம் எனப்படும் இயற்கை குற்றம் ஏற்படும் என்று சிலர் கருத்து தெரிவிக்கின்றனர். அதாவது ஃப்ளோரா, ஃப்ளோனா எனப்படும் விசயங்களில் குளறுபடிகள் ஏற்படும் எனவும் கூறுகிறார்கள். கண்டிப்பாக அப்படி எதுவும் நிகழாது அதாவது 1500 பி.சி.எம் தண்ணீரில் 400 பி.சி.எம். தண்ணீரை மட்டுமே நீர்வழிச்சாலைத் திட்டத்தில் பயன்படுத்துகிறோம். இந்த தண்ணீரும் நிலத்தில் (கால்வாயில்) பயணித்து இறுதியாக கடலில் தான் கலக்கிறது. எனவே உறுதியாக இயற்கைக் குற்றம் நிகழாது என்பது தான் உண்மை.

இதற்கு சில உதாரணங்களைக் கூறலாம்.

உதாரணம் 1

பிரம்மபுத்திரா நதி திபெத்தில் ஆரம்பித்து இந்தியாவில் அருணாச்சலபிரதேசம், அஸ்ஸாம் ஆகிய மாநிலங்களைக் கடந்து பங்களாதேஷில் கலக்கிறது. அதாவது தண்ணீர் பல நாடுகள், பல மாநிலங்களைக் கடந்து செல்வதால் எவ்வித பாதிப்பும் இல்லை என்பதற்கு இது ஒரு உதாரணம்.

உதாரணம் 2

காவேரி நதி கர்நாடகாவிலிருந்து பயணித்து தமிழகம் வழியாகச் சென்று கடலில் கலக்கிறது.

இது தவிர மூன்றாவதாக மற்றொரு கேள்வியை சிலர் எழுப்புகின்றனர். அதாவது புவி வெப்பமயமாதல் (Global Warming) இதனால் வரக்கூடும் என்கின்றனர். கண்டிப்பாக வராது. உலகில் நிறைய மரங்கள். செடிகள், கொடிகள் இருக்கும்போதும், நிலத்தடி நீர்மட்டம் உயர்ந்திருக்கும் போதும் புவி வெப்பமயமாதல் குறையுமே தவிர நிச்சயம் அதிகமாகாது என்பதே உண்மை.

திரு. ஏ.சி. காமராஜ் ஐயா அவர்களின் நவீன நீர்வழிச்சாலை திட்டத்தை முழுவதுமாக ஏற்றுக் கொண்டவர் மறைந்த ஜனாதிபதி டாக்டர் அப்துல் கலாம் அவர்கள். தனது நூலான விஷன் இந்தியா 2020 புத்தகத்தின் பக்கம் 256 முதல் பக்கம் 260 வரை நெட்வொர்க்கிங் ஆஃப் வாட்டர் என்ற தலைப்பில் இவரது திட்டம் குறித்து விளக்கமாக எழுதி உள்ள அவர் அதை உடனடியாக அமல்படுத்தும் நடவடிக்கையை மேற்கொள்ளவேண்டும் என்று அதில் குறிப்பிட்டுள்ளார். இதுமட்டுமன்றி அப்போதைய தமிழக முதல்வர் ஜெயலலிதா அவர்களிடம் நேரில் சென்று விரிவாக எடுத்துரைத்து

இத்திட்டத்தை உடனே அமல்படுத்துமாறு கேட்டுக்கொண்டுள்ளார். மேலும் முன்னாள் முதல்வர் கலைஞர் கருணாநிதியையும் நேரில் பார்த்தும் இத்திட்டத்தைப்பற்றி விரிவாக கூறியுள்ளார்.

எனவே அப்துல் கலாமின் கனவுத்திட்டம் இதுவே. இத்திட்டத்தை நிறைவேற்றினால் அப்துல் கலாமின் ஆத்மா சாந்தி அடையும் என்பது உண்மை.

மேலும் அப்துல் கலாமின் உதவியாளர் திரு. வி.பொன்ராஜ் என்பவர் "இளைஞர்களின் காலம்'' என்ற நூலை எழுதியுள்ளார். நக்கீரன் பதிப்பகத்தார் வெளியிட்ட அந்த நூலின் 118 ஆம் பக்கத்தில் நீர்வழிச்சாலை திட்டத்தைப் பற்றியும், இதுகுறித்து அப்துல் கலாம் அவர்களின் ஆசை பற்றியும் விரிவாக எழுதியுள்ளார்.

நவீன நீர்வழிச்சாலையினால் ஏற்படும் நன்மைகள் என்ன?

1. இனிமேல் வெள்ளப்பெருக்கால் ஊருக்குள் சேதங்கள் ஏற்படாது. ஏனென்றால் எவ்வளவு வெள்ளம் வந்தாலும் எந்த மாநிலத்தில் இது ஏற்பட்டாலும் அது பல ஆயிரம் கி.மீ தூரம், பல மாநிலங்களுக்கு நீர்வழித்திட்டத்தால் கொண்டு செல்லப்படும்பொழுது பல மாநிலங்களுக்கு நீர் பாசனத்திற்கு உதவும்.
2. வெள்ள நீரை கடலில் வீணாக கலக்காமல் நாம் பயன்படுத்த முடியும்.
3. வருடம் முழுவதும் இருவழிச் சாலையாக நீர்வழிச்சாலையை போக்கு வரத்திற்கு நாம் பயன்படுத்த முடியும்.
4. எந்த இடத்திலும் மோட்டார் பம்ப் தேவையில்லை.
5. குடிநீருக்கு பயன்படுத்தலாம்.
6. விவசாயத்திற்கு பயன்படுத்தலாம்.
7. வருடத்திற்கு 60000 மெகா வாட் மின்சார உற்பத்தியை செய்ய முடியும்.
8. இந்தியா முழுவதும் நிலத்தடி நீர்மட்டத்தை உயர்த்த முடியும்.
9. விவசாயம் செய்யாமல் கிடக்கும் தரிசு நிலங்களிலும் விவசாயத்தை ஆரம்பிக்கலாம்.
10. தரைப் போக்குவரத்தில் வாகனங்கள் வழியாக பொருட்களை கொண்டு செல்வதை விட நீர்வழிப் போக்குவரத்தைப் பயன்படுத்தி கொண்டு செல்வது செலவு மிக குறைவு.
11. பல ஆயிரம் மக்களுக்கு வேலைவாய்ப்பு கிடைக்கும்.
12. இந்தியா முழுவதும் வனப்பகுதிகளை (காட்டுப்பகுதிகள்) அதிகரிக்க முடியும்.
13. பூட் எனும் திட்டத்தை அரசாங்கம் ஏற்படுத்த முடியும். பூட் என்பது. (Build own Operation Transfer) இப்போது சாலைகளில் வாகனத்தில் பயணிக்கும் போது சுங்க வரி செலுத்தி செல்வதைப் போன்றது பூட் திட்டம். அரசாங்கம் முதலீடு செய்து ஒரு சாலை விரிவாக்கத்தை செய்து கொடுத்துவிட்டு பின்னர் பொதுமக்களிடம் டோல் கேட் மூலம் அந்தந்த இடங்களில் சுங்க சாவடிகளில் பணம் வசூலிப்பதைப் போன்றது. இந்த நீர்வழிச்சாலையையும் அதேபோல அரசு உபயோகிக்கலாம். அரசு அல்லது தனியார் நிறுவனங்கள் இத்திட்டத்தைப் பொறுப்பேற்று நிறைவேற்றிய பின்னர் இந்த போக்குவரத்தை உபயோகிக்கும் மக்களிடம் கட்டணம் பெற்றுக் கொள்ளலாம். இதனால் அரசுக்கும்

வருவாய் கிடைக்கும். ஊரும் நன்றாக வளமாக இருக்கும்.

14. இந்தியா முழுவதும் நிறைய மரங்கள் வளரும்.

15. புவிவெப்பமயமாதல் இல்லாமல் போகும்.

இந்த திட்டத்தை உருவாக்கிய திரு.ஏ.சி. காமராஜ் ஐயா அவர்களைப் பற்றிப் பார்ப்போம்.

இவர் கடந்த 40 ஆண்டுகளாக நதிகள் இணைப்பு மற்றும் நீர்வழிச்சாலை திட்டத்தில் பணி மற்றும் ஆராய்ச்சி செய்வதில் தன் வாழ்வை முழுமையாக அர்ப்பணித்துள்ளார். சுயமாக நவீன நீர்வழிச்சாலை திட்டத்தை வடிவமைத்திருக்கிறார். இதற்கென பதினெட்டு வருடங்கள் நீண்ட ஆய்வு மேற்கொண்டிருக்கிறார்.

இந்தியாவில் நதிகளுக்கான வரைபடங்கள், புகைப்படங்கள், கேச்மென்ட் என எதுவும் இல்லாத கால கட்டத்தில் 2001 ஆம் ஆண்டில் இவற்றைப் பெற்று வருவதற்காக நாசாவிற்கு சென்றுள்ளார். அவற்றையெல்லாம் நாசாவிடம் இருந்து பெற்றுக்கொண்டு இந்தியா திரும்பிய அவர் நீர்வழிச்சாலை திட்டத்தை தயாரித்து உள்ளார். எனவே இத்திட்டத்திற்கான முழு பொறுப்பும், பாராட்டுகளும் ஏ.சி. காமராஜ் ஐயா அவர்களையே சாரும்.

இவர் பி.இ. (ஹானர்ஸ்) எம்.ஐ.இ. படித்துள்ளார் இவரது திட்டத்திற்கு நேஷனல் வாட்டர் வேஸ் டெவலெப்மென்ட் டெக்னலாஜி (National Water Ways Development Technology) என்று பெயரிட்டுள்ளார். இதை சுருக்கமாக "நவாட்டெக்" என்று அழைக்கப்படுகிறது. இதன் சேர்மன் இவர்தான்.

ஏ.சி.காமராஜ்

மேலும் விபரங்களுக்கு ஏ.சி.காமராஜ் என்ற இணையதளம் www.nationalwaterways.com மற்றும் nawadtech@gmail.com தொலைபேசி எண் 0452-2589215, 4219215, 95003 32020 ஆகியவற்றில் தொடர்பு கொள்ளலாம்.

நாம் அனைவரும் ஒன்றிணைந்து இத்திட்டத்தை உடனடியாக போர்க்கால அடிப்படையில் செயல்படுத்த உதவ வேண்டும் என்பதே எனது மற்றும் அனைத்து நல்ல உள்ளங்களின் விண்ணப்பமாகும்.

திரு.ஏ.சி. காமராஜ் ஐயா அவர்கள் இந்த நவீன நீர்வழிச்சாலை திட்டத்தை அமல்படுத்துவதற்கு இரண்டுவிதமான திட்டங்களை வைத்திருக்கிறார். ஒன்று பைலட் ப்ராஜக்ட் மற்றொன்று ரிசர்ச் சென்டர்.

1. பைலட் ப்ராஜக்ட் (Pilot Project)

இந்தியா முழுவதும் நீர்வழிச்சாலைத் திட்டத்தை செயல்படுத்த மிகப்பெரிய அளவில் பொருட்செலவும், அதற்குரிய கால அவகாசமும் தேவை. எனவே சிறிய அளவில் அதற்கு மாதிரி வடிவமாக மூன்று இடங்களைத் தேர்ந்தெடுத்து பைலட் ப்ராஜக்ட் எனப்படும். சாம்பிள்

ப்ராஜக்ட் (Sample Project) செய்ய உள்ளார். 1. மேட்டூர், 2 சாத்தனூர் டேம், 3. மாவூர் டேம், (சிறுமலையில் உள்ளது)

இத்திட்டத்தை அமல்படுத்துவதற்கு தேவையான அரசாங்க ஒத்துழைப்பும், பொருளதார வசதிகளும் இவருக்குத் தேவை. இதில் இரண்டு வழிகள் பின்பற்றலாம். முதலாவது அரசாங்கமே இத்திட்டத்தை ஏற்று செயல்படுத்தலாம். அல்லது அரசு அனுமதியுடன் தனியார் நிறுவனங்கள் இத்திட்டத்தை நிறைவேற்ற முன்வரவேண்டும். இதுதவிர அரசு ஒத்துழைப்புடன் பொதுமக்கள் தங்கள் பங்களிப்பை அளிக்க முன்வந்தால் திரு.ஏ.சி. காமராஜ் ஐயா அவர்களே பொறுப்பேற்று இத்திட்டத்தை செயல்படுத்துவார்கள்.

2. ரிசர்ச் சென்டர் (Research Centre)

இந்தியா முழுவதும் இவ்வளவு பெரிய திட்டத்தை செயல்படுத்த வேண்டுமெனில் அதற்கு ரிசர்ச் சென்டர் தேவைப்படுகிறது. இதற்கு 100 ஏக்கர் இடமும் சுமார் 100 கோடி ரூபாயும் தேவைப்படும்.

ரிசர்ச் சென்டர்களின் பயன் என்னவெனில் இது குறித்த ஆராய்ச்சிகள் செய்வது, சுனாமி போன்ற பேரழிவுகள் ஏற்படும் போது பாதுகாப்பு முன்னேற்பாடாக செய்ய வேண்டியவற்றை பற்றி ஆய்வு செய்வது, வெள்ளப் பெருக்கின் போது தண்ணீருக்கு வடிகால் அமைப்பது பற்றி ஆய்வு செய்வது ஆகியன இதில் அடங்கும். இதுதவிர இந்தியா முழுவதும் எந்தெந்த மாநிலங்களில் எந்த அளவு மழைப்பொழிவு உள்ளது என்று கணக்கெடுப்பது மற்றும் கேட்ச் மென்ட் ஏரியா எனப்படும் ஒவ்வொரு நதிக்கும், நீர்வழிச்சாலைக்கும் எந்தெந்த வழிகளில் நீர் வரத்து இருக்கும் என கணக்கிடுவதும் மற்றும் கட்டமைப்பு, பராமரிப்பு போன்ற பல்வேறு திட்டங்களைச் செயல்படுத்த பெரிய அலுவலகத்தினை அமைத்து பணி மேற்கொள்ள வேண்டியிருக்கிறது. இவற்றை முறையாக செயல்படுத்தவேண்டும் என்பதும் இதை உடனடியாக செயல்படுத்தவேண்டும் என்பதும் அவர் விருப்பம்.

இதற்கு அரசாங்கமோ, தனியார் நிறுவனங்களோ, பொதுமக்களோ தேவையான பங்களிப்பை செய்வது மிகவும் சிறப்பாக இருக்கும்.

இத்திட்டத்தை இந்த கட்டுரையின் வாயிலாக உங்களால் கற்பனை செய்து பார்க்க முடிகிறதெனில் சிறந்தது. ஒருவேளை கற்பனை செய்ய இயலாதவர்கள் மதுரையில் திருமங்கலத்திலிருந்து விருதுநகர் செல்லும் வழியில் ஒரு மாதிரி வடிவமாக

இத்த திட்டத்தை செய்து வைத்திருப்பதை நேரில் சென்று கண்ணால் பார்த்து வரலாம். அதாவது மதுரையிலிருந்து விருது நகர், செல்லும் வழியில் காமராஜ் காலேஜ் ஆஃப் இன்ஜினியரிங் என்று ஒரு கல்லூரி நான்கு வழிச்சாலையில் அமைந்துள்ளது. இது திருமங்கலத்திலிருந்து 18 கி.மீ தூரத்திலும், விருது நகரிலிருந்து 10கி.மீ தூரத்திலும் உள்ளது. கள்ளிக்குடி என்ற ஊரிலிருந்து 3 கி.மீ தூரத்தில் உள்ளது. இந்த கல்லூரிக்கு நீங்கள் பார்வையிடச் சென்றால் பிரதான நுழைவாயிலின் வலது புறமாக நீர்வழிச்சாலை திட்டத்தின் மாதிரியை கல்லூரி நிர்வாகம் இதை செலவிட்டு இதை உருவாக்கி வைத்துள்ளது. இந்திய வரைப்படம் போன்று வடிவமைத்து கால்வாய்களை அதில் அமைத்து மூலம் தண்ணீர் எப்படி செல்கிறது என்பதைப் பார்வையிட்டு வரலாம்.

இந்த மாதிரி நீர்வழிச்சாலையை காமராஜ் கல்லூரியில் ரூ.22 இலட்சம் செலவில் உருவாக்க உதவி செய்த கீழ்க்கண்ட நல்ல உள்ளங்களுக்கு நன்றி!

1. முன்னாள் செயலாளர்.
Er. C. மாரிமுத்து.
2. தற்போதைய செயலாளர்
திரு. மகேஷ்குமார்.
3. முன்னாள் பொருளாளர்
திரு. M.S.P.R. நிவராஜன்.
4. டீன் Dr.K. சாருகேசி.
5. முதல்வர். Dr. ஆனந்த்.
6. துறைத்தலைவர் திருமதி. லட்சுமி
7. திரு. D. வேலுமணி
8. திரு. V. வெங்கட்ராமன்
9. திரு. N. விக்னேஷ்குமார்
10. திரு. S. வைத்தியநாதன்
11. திரு. P. பொன்கார்த்திகேயன்.

நன்றி ! நன்றி ! நன்றி !

இப்படி ஒரு திட்டம் இருப்பதைப் பற்றி என்னை நேரில் சந்தித்து விளக்கமாக கூறிய திரு.போஸ் மற்றும் திரு. ஸ்ரீதர் ஆகியோருக்கு நன்றிகள் கோடி.

மேலும் திரு. ஏ.சி. காமராஜ் ஐயா அலுவலகத்தில் பணியாற்றும் பிரபு மற்றும் அனைத்து நண்பர்களுக்கும் நன்றி !

இத்திட்டம் நிறைவேற்றினால் இதுவே உலக அதிசயமாக இருக்கும். அப்துல்கலாமின் கனவுதிட்டம் நிறைவேற அனைவரும் ஒன்றுசேர்வோம்.

செழிக்கட்டும் விவசாயம் !
சீர்ப்படட்டும் நிர்வாகம் !

ஆயகலைகள் – 64

பாகம் 3

- ஹீலர் பாஸ்கர்

11. மந்திரசாத்திரம் (மந்திர நூல்)

மந்திரம் என்பது காலை விழித்தது முதல் இரவு தூங்குவதற்கு முன்பு வரை ஒவ்வொரு காரியமும் செய்வதற்கு முன்பாக ஒவ்வொரு மந்திரத்தை உச்சரிக்கவேண்டும் என்பதைப் பற்றி இந்தக் கலை கூறுகிறது. உதாரணமாக காலை எழுந்தவுடன் முதலில் உள்ளங்கையைப் பார்த்து கூறவேண்டிய மந்திரம், பிறகு பூமியைத் தொட்டு கூறவேண்டிய மந்திரம், குளிப்பதற்கு முன்னால் சாப்பிடுவதற்கு முன்னால், வேலையைத் துவங்குவதற்கு முன்னால் என ஒவ்வொரு காரியத்தையும், துவங்குவதற்கு முன்னால் சொல்ல வேண்டிய மந்திரங்கள் உள்ளது.

இந்த மந்திரங்களை நாம் மனப்பாடம் செய்து சொல்லலாம். இவ்வாறு செய்வதன் மூலம் நமது எண்ணங்கள், சொல், செயல் ஆகியவை ஒழுங்காகிறது. இந்த மந்திரங்களைப் பற்றித் தெரியவில்லை என்றாலோ, இந்த மந்திரங்களை மனப்பாடமாகத் தெரியவில்லை என்றாலோ பரவாயில்லை, மந்திரங்களை உச்சரிக்கத் தெரியவில்லை எனில் சொந்தமாகவே நல்லவார்த்தைகளை நாம் உபயோகப்படுத்தலாம்.

உதாரணமாக, சாப்பிடுவதற்கு முன்னால் சொல்லவேண்டிய மந்திரம் என்று ஒன்று உள்ளது. அது தெரியவில்லை என்ற போதும் "இறைவா இந்த உணவு மருந்தாக மாறட்டும். இறைவா! இந்த உணவைக் கொடுத்த உங்களுக்கு நன்றி!" இந்த உணவு என் உடல் ஆரோக்கியத்தையும், மன நிம்மதியையும் கொடுக்கட்டும்" என்று சொந்தமாக நாமே வார்த்தைகளை அமைத்துக் கூறலாம்.

மந்திரசாத்திரம் என்பது நமது முன்னோர்களால் உருவாக்கப்பட்ட ஒரு நூல், இந்த மந்திர நூல் உருவாவதற்கு

இலக்கண சாத்திரமும், ஒலி நுட்பசாத்திரமும் உதவி செய்கிறது.

திருப்பதிகம் என்ற மந்திர நூல் உள்ளது. இதில் அனைத்து நோய்களுக்கும் மந்திரங்களை உச்சரிப்பதன் மூலம் வைத்தியம் பார்க்க முடியும். உதாரணமாக காது கேளாதவர்களை குணப்படுத்துவதற்கு என்றும், கண் தெரியாதவர்களை குணப்படுத்துவதற்கு என்றும் மந்திரங்கள் உள்ளது. அந்த மந்திரங்களைத் தொடர்ந்து உச்சரிக்கும் போது காது கேட்கிறது. கண்பார்வை தெரிகிறது. மந்திரத்தை உச்சரித்தால் எப்படி வியாதி குணமாகும் என்று கேட்கலாம். இது ஒருவித்தை. அதாவது ஒவ்வொரு வார்த்தைக்கும், ஒவ்வொரு உச்சரிப்பிற்கும் நமது உடலில் ஒரு அதிர்வு ஏற்படுகிறது. இதைக் கண்டறிந்து எந்த வார்த்தையை, தொடர்ந்து உச்சரிப்பு செய்தால் ஒரு குறிப்பிட்ட வியாதி குணமாகும் என்று கண்டறிந்து அந்த வார்த்தைகளால் உருவாக்கப்பட்ட வரிகளே மந்திரமாகிறது. எனவே மந்திரங்களை உச்சரிக்கும் பொழுது அதற்குரிய பொருளை அறிந்துகொள்ள முயற்சி செய்வதைவிட அதை உச்சரிக்கும் போது ஒருவர் உடலில் ஏற்படும் அதிர்வுகளே முக்கியம் என்பதைப் புரிந்து கொள்ளவேண்டும்.

உதாரணமாக கந்த சஷ்டி கவசம் எனும் ஒரு மந்திரத்தைப் பார்க்கலாம். அதில் பல இடங்களில் ரரரர ரிரிரி என்று வரும். உடனே இதற்கு என்ன அர்த்தம் என்று தேடிக்கொண்டிருக்ககூடாது. ரரர ரிரிரி என்று உச்சரிக்கும் போது நமது உடலில் ஏற்படும் அதிர்வுகளைத்தான் புரிந்து கொள்ளவேண்டும்.

சமீபத்தில் என் நண்பருடன் கோவையில் உள்ள கிறிஸ்துவ தேவாலயம் ஒன்றிற்கு சென்றிருந்தேன்.அங்கே ஜெபத்தில் இருந்தவர்கள் ஜெபத்தின் நடுவே ரரர ரிரிரி என்று உச்சரிப்புகளை ஏற்படுத்திக் கொண்டிருந்தனர்.

எனவே மந்திரங்கள் என்பது அதிர்வுகள் சம்பந்தப்பட்டது என்பதைப் புரிந்து கொண்டு அதை நாம் பயன்படுத்திக் கொள்ளலாம்.

எனவே நாமும் நமது குழந்தைகளும் மந்திரங்கள் உச்சரிப்பதை வழக்கத்தில் கொள்வோம். ஏற்கனவே நமது வழக்கத்தில் இருக்கும் மந்திரங்களை அல்லது சுயமாக நாமாக உருவாக்கிய நேர்மறையான மந்திரங்களைக் கற்றுக் கொடுத்து அதன் மூலம் நமது சொல், செயல், எண்ணங்களை ஒழுங்குபடுத்தி ஆரோக்கியமாக, நிம்மதியாக வாழ்வோமாக !

12. நிமித்த நூல் (சகுன சாத்திரம்)

நிமித்த நூல் என்பது சகுனங்களைப் பற்றி விவரிப்பது அதாவது சகுனங்கள் என்பவை பின்னர் நடக்கக் கூடியவை பற்றி சில அறிகுறிகள் (Symptoms) மூலம் புரிந்து கொண்டு நமது வாழ்க்கையை, நடவடிக்கையை மாற்றி அமைப்பதும், அதிலிருந்து தப்பித்துக் கொள்வதற்கும் புரிந்து கொள்ள உதவுவதே நிமித்த நூலாகும்.

உதாரணமாக பல்லி பற்றிய சகுனத்தைப் பற்றி கூறலாம். பல்லி தலையில் விழுதல், தோளில் விழுதல், தரையில் விழுதல் ஆகியவற்றால் சம்பந்தப்பட்டவர்களுக்கு என்னென்ன பலன் கிடைக்கும் என்று முன்பே கணித்து வைத்திருக்கிறார்கள். இது உண்மையானது. பல வருட ஆராய்ச்சிக்குப் பிறகு எழுதப்பட்டதாகும்.

இதே போல பூனை குறுக்கே செல்வது, பக்கவாட்டில் செல்வது, குறிப்பிட்ட ஒலி எழுப்பி கத்துதல், ஆகியவற்றைச் செய்யும்போது அந்த மாதிரி சமயங்களில் என்ன நடக்கும் என்று முன்பே சொல்லியிருக்கிறார்கள்.

பறவைகள், விலங்குகள் ஆகியன எழுப்பும் சத்தத்தை வைத்து தங்களுக்கு முன்னால் எந்த விலங்கு இருக்கிறது, தண்ணீர் உள்ள இடம் எதுபோன்ற விசயங்களையெல்லாம் நமது முன்னோர்கள் கண்டுபிடித்தார்கள். அதே போல மேகங்களின் நிறம், அவை இருக்கும் உயரம், போகும் வேகம் ஆகியவற்றை வைத்து மழை எப்போது பெய்யும் என்பதை கணடறிந்து வைத்திருந்தார்கள்.

கண்ணாடி உடைந்து போதல், தீபம் அணைந்து போதல் ஆகியன நல்ல சகுனம் இல்லை என்று நம் முன்னோர் கூறுவர். ஆம், ஒரு வீட்டில் மனிதர்களுக்கு நிம்மதி இல்லை என்றால் கண்ணாடி உடைந்து கொண்டே இருக்கும். தீபம் அணைந்து கொண்டே இருக்கும். இதை வைத்துப் புரிந்துகொண்டு அவர்களது வாழ்வை ஒழுங்கு செய்வதற்கான ஏற்பாடுகளை செய்யலாம்.

அதேபோல பசுமாட்டுச் சாணத்தில் பிள்ளையார் பிடித்து வீட்டில் வைத்திருப்பார்கள். அந்த பிள்ளையாரைத் தேடி எறும்பு வந்தால் ஒரு சகுனம் என்றும், புழு, பூச்சி வந்தால் ஒரு சகுனம் என்றும், அது உடைந்தால் ஒரு சகுனமும், ஒன்றுமே ஆகாமல் அப்படியே இருந்தால் ஒரு சகுனம் என்றும் அதற்கான காரண, காரிய அடிப்படையில் கண்டுபிடித்து வைத்திருக்கிறார்கள். எனவே ஒவ்வொரு வீட்டு வாசலிலும் மாட்டுச்சாணத்தைக் கொண்டு பிள்ளையார் என்ற பெயரில் பிடித்து வீட்டு வாசலில் வைப்பார்கள். அதை வைத்து அந்த வீட்டிலும், அதைச் சுற்றியுள்ள பகுதிகளும் எந்த மாதிரியான அதிர்வு உள்ளது என்பதைப் புரிந்து கொள்ள முடியும்.

இவ்வாறு சகுனங்களைக் கொண்டு ஆராய்ச்சி செய்து அதுபற்றி விரிவாக விவரிப்பதே நிமித்த நூலாகும், இதுபோன்ற விசயங்களைத் தெளிவாகத் தெரிந்த நபர்கள் எனக்கு கட்டுரை வடிவில் எழுதி அனுப்புங்கள். நாம் அதை மக்களுக்கு கூறலாம்.

13. சிற்ப சாத்திரம் (கம்மிய நூல்)

சிற்பம் செதுக்குவதற்கு தேவையான அனைத்து நுட்பங்களையும் இந்த நூல் வழங்குகிறது. அதாவது எந்தெந்த பொருட்களில் சிற்பங்கள் செய்யலாம். எந்தப் பொருட்களை சிற்பம் வடிக்க எடுத்துக் கொள்கிறாமோ அதற்கு எந்தெந்த உபகரணங்களைப் பயன்படுத்தவேண்டும். சிற்பத்தின் வடிவம் எப்படிஇருக்கவேண்டும்? சிற்பத்தின் அளவு எவ்வளவு இருக்கவேண்டும்? சிற்பம் செய்வதற்கு உகந்த நேரம். அதன் பலன்கள் என சிற்பம் தொடர்பான அனைத்து விசயங்களையும் கற்றுக் கொடுப்பதே சிற்ப சாத்திரமாகும்.

இந்தக் கலையைத் தற்போது கற்றுக் கொள்ளவேண்டுமா? வேண்டமா? என்பதை நாம் முடிவு செய்து கொள்ளலாம். இதில் ஆர்வம் உள்ளவர்கள் இக்கலையைக் கற்றுக்கொள்ளலாம். ஆர்வம் இல்லாதவர்கள் இதை கற்றுக் கொள்ளத் தேவையில்லை. ஆனால் ஆயகலைகளில் 13வது கலையாக நமது முன்னோர்கள் குருகுலக்கல்வி முறையில் கற்றுக்கொடுத்து வந்திருக்கிறார்கள்.

சிற்பம் என்பது வெறும் கல்லில் வடிக்கப்படும் சிலை என்று யாரும் எண்ணிவிடவேண்டாம். இந்த சிற்பக் கலை தெரிந்திருந்தால் சாக்பீசில் சிற்பம் செய்யலாம். அரிசியில் சிற்பம் செய்யலாம், களிமண்ணில் சிற்பம் செய்யலாம். இதுபோன்று பல பொருட்களில் கலை நயம் மிக்க சிற்பத்தை வடிவமைக்கலாம். இது நமது வாழ்க்கைக்கு உதவுவதாகவும் இருக்கும், அலங்காரக் கலைப் பொருட்களாகவும் நாம் வடிவமைக்கும் பொருட்களைப் பயன்படுத்தலாம்.

எனவே சிற்பக்கலை என்பது பல்வேறு இடங்களில் பயன்படக்கூடிய ஒருகலையாகும். எனவே இந்தக்கலையை நாமும் நமது குழந்தைகளும், கற்றுக்கொண்டு வாழ்வில் பயன்படுத்தலாம்.

14. மருத்துவ நூல் (வைத்திய சாத்திரம்)

மருத்துவக்கலையில் மனிதனுக்கு வரும் அனைத்து வியாதிகளுக்கும் வைத்தியம் பார்ப்பதற்கான அனைத்து வித்தைகளையும் கற்றுக் கொடுத்து இருக்கிறார்கள்.

உணவை எப்படி மருந்தாக மாற்றுவது? தண்ணீரை எப்படி மருந்தாக மாற்றுவது? மூச்சுக்காற்றை எப்படி மருந்தாக மாற்றுவது? உழைப்பை எப்படி மருந்தாக மாற்றுவது? தூக்கத்தை எப்படி மருந்தாக மாற்றுவது? மனதை எப்படி மருந்தாக மாற்றுவது? மற்றும் மூலிகைகள், பாஷானங்கள், குளிகைகள் என்று அனைத்து விதமான மருத்துவ சிகிச்சைகளையும் இந்தக் கலையில் கற்றுக் கொடுத்து இருக்கிறார்கள்.

இந்தக் கலையைத் தான் அனாடமிக் தெரபி (செவிவழிதொடு சிகிச்சை) என்ற பெயரில் கோவையில் உள்ள கோவைபுதூரில் எங்கள் நிஷ்டை பயிற்சி மையத்தில் ஐந்து நாள் பயிற்சி வகுப்பாக நடத்தி வருகிறேன். இந்த வகுப்பிற்கு நேரடியாக வரலாம். அல்லது வீடியோ டிவிடிகளில் பெற்றுக் கொண்டு

வீட்டிலேயே பார்த்து புரிந்துகொண்டு இந்த மருத்துவத்தைக் கடைபிடித்து குணமடையலாம்.

15. உருவசாத்திரம் (உறுப்பு அமைப்பு நூல்)

உருவ சாத்திரம் "சாமுத்திரிகா'' என்று அழைக்கப்படுகிறது. ஆண் மற்றும் பெண் உடல் உருவ அமைப்பைப் பார்த்தவுடன் அவர்கள் இந்த மாதிரியான குணாதிசியம் கொண்டவர்களாகத்தான் இருப்பார்கள் என்பதை கண்டறிந்ததை விளக்கமாகக் கூறும் நூல் தான் உருவ சாத்திரம். இதன் மூலம் நாம் நமது நண்பர்கள், உறவினர்கள் மற்றும் தொழில் ரீதியாக நாம் பழகும் நபர்களிடம் அவர்களது உருவத்தை வைத்தே அவர்களை எடைபோட்டு அவர்களிடம் எந்த மாதிரி பழகவேண்டும் என்பதை நாம் முடிவு செய்து கொள்ளலாம். இதுவும் வாழ்க்கைக்கு மிகவும் அவசியமானதாக இருக்கிறது.

ஒருவருக்கு அமைந்திருக்கும் மச்சம், ரேகைகள், பாவனைகள், உருவ அமைப்பு ஆகியவற்றின் மூலம் அவரது குணநலன், எதிர்காலம் ஆகியவற்றைக் கணிக்கமுடியும். ஒருவரைப் பற்றிப் புரிந்து கொள்வது உருவசாத்திரக்கலையைக் கற்றவர்களுக்கு எளிது. இந்த உருவ அமைப்பு, ரேகை, மச்சம் ஆகியவற்றை "சாமுத்திரிகா லட்சணம்'' என்றும் குறிப்பிடுவதுண்டு, ஆயகலைகளில் உருவசாத்திரம் பதினைந்தாவது கலையாக அமைந்திருக்கிறது.

இந்தக் கலையை நாம் கற்றுக் கொள்வதன் மூலம் நாம் பழகும் ஒவ்வொரு நபரிடமும் அவர்களது உருவத்தை வைத்தே அவர்களது குணத்தை அறிந்துகொள்ள முடியும். அதற்கேற்றார் போல் அவர்களிடம் பழகி உறவுகளை மேம்படுத்திக்கொள்ள முடியும்.

உருவ சாத்திரம் தொடர்பான செய்திகளைப் பற்றி தெரிந்தவர்கள் கட்டுரையாக எழுதி அனுப்பினால் மக்களுக்கு அதை நாம் எடுத்துக் கூறலாம்.

ஆயகலைகளில் மீதம் உள்ளவற்றை இனிவரும் இதழ்களில் தொடர்ந்து பார்க்கலாம்.

(ஆயகலைகள் 64 பற்றி எனக்கு எளிமை யாகப் புரிய வைத்த திருச்செங்கோட்டைச் சேர்ந்த திரு. மணிகண்டன் அவர்களுக்கு நன்றி!)

ஆரோக்கியமான குழந்தை பெற்றெடுக்க என்ன செய்யவேண்டும்?

கர்ப்பிணி பெண்களின் நடவடிக்கையே நல்ல ஆரோக்கியமான குழந்தை பிறப்பதற்கு அடித்தளமாக அமைகிறது. கருவுற்ற மூன்றாவது மாதத்திலிருந்து கர்ப்பிணி பெண்கள் ஒருபுறமாக சாய்ந்து படுத்து இரண்டு கால்களுக்கு இடையில் தலையணை வைத்து தூங்கவேண்டும். அதே போல் மல்லாந்து படுக்கும் பொழுது வலது காலுக்கு அடியில் தலையணை வைத்துக் கொள்ளவேண்டும். இதனால் கருப்பையிலிருக்கும் கருவுக்கு தேவையான காற்றோட்டம் கிடைத்து குழந்தை ஆரோக்கியமாக பிறக்க வழி ஏற்படுகிறது. மேலும் ஆசனவாய் வழியாகவும் அதிகமான காற்றோட்டம் ஏற்பட்டு கர்ப்பிணி பெண்களும் ஆரோக்கியமாக இருக்க வழி ஏற்படுகிறது. மேலும் எட்டாவது மாதத்தில் இருந்து வயிற்றைதாங்கிப் பிடித்துக் கொண்டு நடக்கவேண்டும். ஒரு நாளில் எவ்வளவு முடியுமோ அவ்வளவுக் அவ்வளவு நடந்து கொடுத்தால் சரியாக பத்தாவது மாதத்தில் ஆரோக்கியமான குழந்தையை சுகமாக பெற்று எடுக்கலாம் என்பது நிச்சயம்.

தைரியமாக இருப்பது எப்படி?

தைரியமாக இருக்கவேண்டும் என்றால் ஒரு விஷயத்தைப் பற்றி முழுமையாக தெரிந்து கொள்ளவேண்டும். ஒரு விஷயம் எப்பொழுது தோன்றுகிறது. எப்பொழுது முடிகிறது என்பதை கவனிக்கவேண்டும். இதற்கு காலையில் விழிப்பு வந்தவுடன் படுக்கையில் இருந்து எழுந்திருக்கவேண்டும். அவ்வாறில்லாமல் ஒரு ஐந்து நிமிடம் படுத்திருக்கலாம் என்று படுத்திருந்தால் நிச்சயமாக தைரியம் குறையும்.

மேலும் காலையில் விழிப்பு நிலை வந்தவுடன் ஐந்து வரை மனதிற்குள் எண்ணி முடிந்தவுடன் எழுந்து கழிவு நீக்கி குளித்து முடிக்கவேண்டும். அவ்வாறு செய்வதால் கல்லீரல் அதன் வேலையை சீராக செய்ய ஆரம்பிக்கிறது. எனவே நமக்கு எதையும் சந்திக்கும் தைரியம் கிடைக்கும்.

மாணவர்கள் களைப்பில்லாமல் இரவு நெடுநேரம் படிப்பதற்கு என்ன செய்யவேண்டும்?

மாணவர்கள் இரவில் நெடுநேரம் படிக்கவேண்டும்

என்றால், முதலில் முக்கியமான தலைப்புகளையும் பின்னர் உபதலைப்புகளையும் படிக்கவேண்டும். லேசான அசதியிலும் படிக்கவேண்டும், மேலும் அதிக நேரம் படிக்கவேண்டும் என்றால் ஒரு கால் டம்ளர் தண்ணீரை வாயில் வைத்துக்கொண்டு "ஐந்து நிமிடம்" நடந்து கொடுக்கவேண்டும். பின்னர் அந்த தண்ணீரை துப்பிவிட்டு சிறுநீர் கழித்துவிட்டு படிக்க ஆரம்பித்தால் மேலும் இரண்டு மணிநேரம் விழிப்புடன் படிக்க முடியும்.

மூளைக்காய்ச்சலும் தீர்வும் :

மூளைக்காய்ச்சல் எனப்படும் பன்றிக் காய்ச்சல் ஏற்படுவதன் காரணம் நமது வாயின் மேல் அண்ணத்தில் அதிகமான எண்ணெய் மற்றும் கொழுப்புச் சத்து கண்களுக்குச் செல்லக் கூடிய குளுக்கோஸ் மற்றும் ஆக்ஸிஜனைத் தடை செய்கிறது. இதனால் மூளைக்குள் ஏற்படும் வெப்பமானது குளிரூட்டப்படாமல் வெப்பமாகவே நிலை பெறுகிறது. இதை போக்குவதற்கு, உப்பு கலந்த வெந்நீரால் இருபது நிமிடத்திற்கு ஒருமுறை கண்களை மூடிக்கொண்டு நன்றாக வாய் கொப்பளித்துக் துப்ப வேண்டும். இதன் மூலம் வாயின், மேலண்ணத்தில் ஏற்பட்ட கொழுப்பு தடைகள் நீங்கி விடும். நோய் சரியாகும்.

இடுப்பு வலி உடனே நீங்க

1 டம்ளர் வெந்நீரில் 1/2ஸ்பூன் பொங்கல் பெருங்காயம் 1/2ஸ்பூன் உப்பு கலந்து மெதுவாக அருந்த வேண்டும். பின்னோக்கி 5 முறை அல்லது 5 நிமிடம் நடக்க வாயு நன்றாக பிரிந்து வலி குறையும்.

மேலும் விபரங்களுக்கு
சுத்த வைத்தியம் புத்தகத்தை படியுங்கள்.
தொடர்புக்கு : +91 80982 79405

மித்ர ஸ்ரீ
யதார்த்தானந்த
சரஸ்வதி

- திரு. நூர்தின்

வாழ்க்கைக்கான கல்வி

ஒரு சின்ன கதை...

வட அமெரிக்காவில் ஒரு பறவை இனம் அழிந்து வந்தது. அதை பாதுகாக்க அந்த நாட்டு அரசாங்கம் முடிவு செய்தது. அதற்காக உயிரியல் பூங்காவில் தனியாக ஒரு அறை அமைக்கப்பட்டு பாதுகாக்கப்பட்டது. அந்த பறவைக்கு தனி பாதுகாவலர். தனி உணவு என அதற்கு தேவையான அனைத்து வசதிகளும் செய்து தரப்பட்டது. கோடை காலத்தை சமாளிக்க தனியாக குளிர் அறையும் அமைக்கப்பட்டது.

பறவை இனம் பெருகியது. பின்னர் வெளி உலகத்திற்கு சுதந்திரமாக அவை பறக்க விடப்பட்டது.

அதற்கு தன் எதிரிகள் யார் என்று தெரியவில்லை. ஆனால் எதிரிகளுக்கு உணவானது. மின் கம்பங்களில் எப்படி அமர்வது என்று தெரியவில்லை. இதனால் பறவைகள் அழியக் தொடங்கின. (எதிரிகளுக்கு உணவாக, மின்கம்பங்களில் கருகி, வண்டிகளில் மோதியும்) எந்த இனம் அழியக்கூடாது என்று முயற்சி எடுக்கப்பட்டதோ, அந்த இனம் அதுவே அழிய காரணமானது.

அதேபோல் தான் நாம். நமக்கும் கிடைக்காதவைகளை நம் பிள்ளைகளுக்கு கிடைக்கட்டுமென்று கொடுத்து கொடுத்து அழகு பார்க்கிறோம். அழிவுக்கு உறுதுணையாக இருக்கிறோம்.

பூங்காவில் இருக்கும் விலங்கிற்கு வேட்டையாட தெரியாது. அதே போல் தான் அதிகம் செல்லம் கொடுக்கும் பிள்ளைகளால் தோல்விகளைத் தாங்கமுடியாது.

பிள்ளைகளை வெளி உலகத்தை தானாக உணர வழிவிடுங்கள். நல்லது, கெட்டதை தானாக கற்றுக் கொள்ளட்டும்.

நம் பிள்ளைகளுக்கு அதிகம் செல்லம் கொடுத்து விட்டோம். அவன்/அவள் வெளி உலகத்தை எப்படி சமாளிக்கப்போகிறார்கள் என்ற ஐயம் உங்களுக்கு வேண்டாம். நீங்கள் கற்றுக் கொடுக்க மறந்த பாடத்தை இந்த சமூகம் மற்றும் இயற்கை கற்றுக் கொடுக்கும். எப்படி எனக்கும் என்னைப் போல் பலருக்கும் கற்றுக் கொடுத்ததோ அதே போல.

இதைத்தான் ஆங்கிலத்தில் Survival of Fittest என்று சொல்கிறோம். அதாவது தக்கவை வாழும்.

அதை நோக்கித்தான் எல்லா மானிடப் பிறவிகளும் ஓடிக்கொண்டு இருக்கின்றன.

நம்பினால் நடக்கும்

- திரு. நூர்தீன்

மகான் ஒருவர் ஒரு ஊருக்கு வருகை புரிந்திருந்தார். அங்கிருந்த மடம் ஒன்றில் தங்கியிருந்து மக்களுக்கு பல நல்ல உபதேசங்களைச் செய்தார்.

“இறைவன் அளவற்ற ஆற்றல் மிக்கவன், அவனால் முடியாதது என்று எதுவும் இல்லை. அவன் பெயரைச் சொல்லி நாம் செய்யும் எல்லாச் செயல்களும் கண்டிப்பாக வெற்றி அடையும்'' என்றெல்லாம் பிரசங்கம் செய்தார். அப்படிச் சொல்லிக் கொண்டிருக்கும் போது இடையில் இறைவனின் ஒரு குறிப்பிட்ட பெயரை மந்திரம் போன்று சொல்லி “இதை நம்பிக்கையோடு உச்சரித்துக் சென்றால் தண்ணீர் மீது கூட நம்மால் நடக்க முடியும்'' என்று கூட்டத்தில் உரையாற்றினார்.

கூட்டத்தில் ஒருவர் இருந்தார். அவர் வீட்டுக்குச் செல்ல அந்த ஊரில் ஓடிக்கொண்டிருந்த ஆற்றைக் கடந்தாக வேண்டும். தினமும் ஆற்றைக் கடக்க தொலைவில் இருக்கும் ஒரு பாலத்தையே உபயோகித்துக் கொண்டிருந்தார். இதைக் கேட்டதும் அவருக்கு பெரிய சந்தோசம்.

அன்றைக்கே மாலையில் வீடு திரும்பும்போது அவர் ஆற்றங்கரைக்கு வந்து நின்றார். மகான் சொன்ன இறைவனின் பெயரை நம்பிக்கையோடு சொன்னார். காலைத் தூக்கி ஆற்றில் ஓடிக்கொண்டிருந்த தண்ணீரின் மீது வைத்தார். இப்போது தண்ணீரின் மீது நின்று கொண்டிருந்தார். அடுத்தடுத்து கால்களை மாற்றி வைத்தார். கால்கள் மூழ்கவே இல்லை. அப்படியே தண்ணீரின் மீது நடந்து அடுத்த கரையை அடைந்து விட்டார்.

அவருக்கு மிக சந்தோசம் “ஆகா, இப்படி ஒரு அற்புதமா?'' என அவருக்கு ஆச்சர்யம் தாளவில்லை. மனைவியிடம் சொல்லிச் சொல்லி மாய்ந்தார். இப்படி ஒரு விசயத்தைச் சொல்லிக் கொடுத்த மகானை நாம் கௌரவப்படுத்த வேண்டும் என்று மனைவியிடம் பேசி மறுநாள் வீட்டிற்கு அழைத்து வந்து அவருக்கு மதியவிருந்து கொடுப்பது என்று முடிவு செய்தார்.

மறுநாள் காலை அதேபோல் ஆற்றை நடந்தே கடந்து மகானைச் சந்தித்து அவசியம் தன் வீட்டுக்கு சாப்பிட வரவேண்டும் என்று அழைத்தார். மகானும் ஒத்துக் கொண்டார். அந்த மனிதரும் மதியம் வந்து தன் வீட்டிற்கு அழைத்துச் செல்வதாக கூறிச் சென்றார்.

மதியம் அந்த மனிதரோடு மகான் விருந்துக்கு புறப்பட்டார். இருவரும் ஆற்றங்கரையை அடைந்தனர். அந்த மனிதர் இறைவன் பெயரை உச்சரித்தார். காலை ஓடிக்கொண்டிருக்கும் தண்ணீரின் மேல் தூக்கி வைத்தார். சில அடிகள் எடுத்து வைத்து நடந்த பிறகு திரும்பிக் பார்த்தார். மகான் கரையிலேயே நின்று கொண்டிருந்தார். அந்த மனிதர் நின்ற இடத்திலிருந்து கொண்டே “வாங்க ஐயா” எனக் குரல் கொடுத்தார். மகானோ ஒன்றும் புரியாமல் கரையிலேயே நின்று கொண்டு விழித்தார். அந்த மனிதர் திரும்ப கரைக்கு வந்து மகானின் கையைப் பிடித்து இழுக்க பயந்து போன மகான் அவர் பிடியிலிருந்து விடுவித்துக் கொண்டு “ஏம்பா உன் வீடு எங்கே இருக்கு?” என்று கேட்டார். அக்கரையிலிருக்கும் தன் வீட்டைச் சுட்டிக்காட்டினார் அந்த மனிதர். அதற்கு அந்த மகான் “இந்த ஆற்றைக் கடக்க படகு வசதி எதுவும் இல்லையா?” என்று கேட்டார்.

அதற்கு அந்த மனிதர் “படகெல்லாம் எதற்குங்க ஐயா நீங்கள் நேற்றுக் கற்றுக் கொடுத்தீங்களே ஆண்டவன், பெயரான ஒரு வார்த்தை. அதைச் சொன்னால் போதும் ஐயா’ என்றார்.

அதற்கு அந்த மகான் நான் கற்றுக் கொடுத்தேனா? நிறைய பேசியிருக்கிறேன். அதில் எந்த வார்த்தையை நான் சொன்னேன்?” என்று கேட்க “ஐயா நீங்க தானே இந்த வார்த்தையைச் சொன்னால் தண்ணீரின் மேல் கூட நடக்கலாம்ன்னு சொன்னீங்க. அதைச் சொல்லி காலெடுத்து தண்ணீர் மேல வையுங்க அப்படியே நடந்துடலாம்” என்றார் அந்த மனிதர்.

மகான் மிரண்டு போய் “அப்பா அதெல்லாம் சும்மா ஒரு பேச்சுக்கு, ஆண்டவனின் சக்திகளைப் பற்றி உங்களுக்கு விளக்குவதற்கு சொன்ன உதாரணங்கள். அதைப் போய் முழுசா எடுத்துக்காதே” என்றார். அதற்கு அந்த மனிதர் “இல்லைங்க ஐயா, அந்த வார்த்தை நீங்க சொன்ன மாதிரி உண்மையிலேயே சக்தி வாய்ந்தது. நான் நேற்று மாலையும், இன்றைக்கு காலையிலும் அந்த மந்திரத்தை அப்படியே சொன்னேன். அதனால் தண்ணீர் மேல் என்னால் நடக்க முடிந்தது. நீங்களும் இப்ப அந்த மந்திரத்தை சொன்னால் அப்படியே நடந்திடலாம். அவ்வளவு தான்” என்று சொல்லி விட்டு விறுவிறுவென நடந்து போக ஆரம்பித்தார்.

மகானுக்கு இப்பொழுது தான் சந்தேகமே வந்தது. உண்மையிலேயே அந்த வார்த்தை சக்தி வாய்ந்ததா? இதை சொன்னால் உண்மையிலேயே தண்ணீர் மேல் நடக்க முடியுமா? நடந்து தான் பார்க்கலாமே என்றெல்லாம் யோசனை வந்தது.

சிறு தயக்கத்தோடு அந்த மந்திர வார்த்தையை சொன்னார். காலை எடுத்து மெதுவாக தண்ணீரின் மீது வைத்தார். கால் பொதக் கென தண்ணீருக்குள் இறங்கி மூழ்கியது. அடுத்த காலை எடுத்து வைத்தார். அதுவும் அப்படியே மூழ்கியது. பயந்து போனார் மகான்.

பாதி ஆற்றைக் கடந்திருந்த அந்த மனிதர் திரும்பிப் பார்த்தால் மகான் கரையோரம் கொண்டைக்கால் அளவு தண்ணீருக்குள் நின்று கொண்டிருந்தார்.

மகான் உரையைக் கேட்ட அந்த மனிதர் வார்த்தையை முழுமையாக நம்பினார். அது அவரின் ஆழ்மனதுக்குள் சென்று பதிந்து விடவே முழு நம்பிக்கையோடு அவர் செயலில் இறங்கியதால் நினைத்தது நடந்தது.

ஆனால் உரையாற்றிய மகான் அந்த வார்த்தையை முழுமையாக நம்பி ஆழ்மனதிற்குள் அதை அனுப்பவில்லை. அதனால் அரைகுறை நம்பிக்கையோடு செயல்பட நினைத்த காரியம் கைகூடவில்லை.

நமது கோவை நிஷ்டையில் இலவச பயிற்சி

வாங்க பழகலாம்

உங்கள் வாழ்வில் மிக முக்கியமான இரண்டு நாட்கள்

திருமதி. மணிமொழி – பெண்கள் ஆலோசகர்
திரு. ரமேஷ் – இயற்கை உணவு
ஏர்வாடி இப்ராஹிம் – தே. எண்ணெய் சோப்
திருமதி. சத்யா – ஜோதிடம்
திரு. ரூபேஷ்குமார் – முதலுதவி

திரு. மொழிப்பிரியன் – 200 மொழிகள் கற்கும் கலை
திரு. சௌந்திரராஜன் – நடன யோகா
ஹீலர் சுகுமார் – இயற்கை மருத்துவம்
திருமதி. சாய்தேவி – சுகப்பிரசவம்

பல அறிஞர்கள் மருத்துவர்கள், சிந்தனையாளர்கள், ஆராய்ச்சியாளர்கள், ஆன்மீகவாதிகள் போன்றவர்கள் தங்கள் கற்றறிந்த உலக உண்மைகளை கற்றுத்தரும் ஓர் அற்புதமான அரிய நிகழ்ச்சி.

இரண்டு நாட்களில் பல உலக உண்மைகளை அறிய வாருங்கள்.

அனுமதி இலவசம்

பயிற்சி நடைபெறும் இடம்
நிஷ்டை சர்வதேச வாழ்வியல் பயிற்சி மையம்
நெ.1, லக்ஷ்மிநகர், பரிபூர்ணா எஸ்டேட் அருகில், கோவைப்புதூர், கோயமுத்தூர்.

+91 88706 66966 www.anatomictherapy.org
முன்பணம் ரூ.500/— முன்பணம் இறுதி நாளில் திருப்பித்தரப்படும்.

Dec (2017) 16 & 17
Jan (2018) 20 & 21

சென்ற மாத நிகழ்ச்சிகள்...

04.11.2017 - கோவை

04.11.2017 - கோவை.

05.11.2017 - ஒசூர்.

05.11.2017 - கோவை.

10 - 12.11.2017 - கோவை.

12.11.2017 - தர்மபுரி.

18 & 19.11.2017 - கோவை

18 & 19.11.2017 - கோவை

19.11.2017 - சென்னை.

22.11.2017
முதல்
26.11.2017
ஐந்து நாள் பயிற்சி முகாம்,
கோவை

கோவை
9 - 10
DEC 2017

நேர்த்தியான கலை இரண்டு நாள் பயிற்சி முகாம்

இடம் : நிஷ்டை சர்வதேச வாழ்வியல் பயிற்சி மையம்
நெ. 1, லக்ஷ்மி நகர், பரிபூர்ணா எஸ்டேட் அருகில், கோவைப்புதூர்,
கோவை - 641 042. தொடர்புக்கு : +91 88706 66966

முன்பணம் : **Rs. 500/-** (முன்பணம் இறுதி நாளில் திருப்பி தரப்படும்.)

அச்சரப்பாக்கம்
10
DEC 2017

அனாடமிக் தெரபி ஒரு நாள் பயிற்சி முகாம்

இடம் : கற்பக அம்மாள் திருமண மண்டபம்
வடபழனி ரோடு, அன்பு நகர், அச்சரப்பாக்கம்.
தொடர்புக்கு : +91 97903 96229

முன்பணம் : **Rs. 50/-** (மூலிகை தேநீர் மற்றும் மதிய உணவு உட்பட)

கோவை
16-17
DEC 2017

வாங்க பழகலாம் இரண்டு நாள் பயிற்சி முகாம்

இடம் : நிஷ்டை சர்வதேச வாழ்வியல் பயிற்சி மையம்
நெ. 1, லக்ஷ்மி நகர், பரிபூர்ணா எஸ்டேட் அருகில், கோவைப்புதூர்,
கோவை - 641 042. தொடர்புக்கு : +91 88706 66966

முன்பணம் : **Rs. 500/-** (முன்பணம் இறுதி நாளில் திருப்பி தரப்படும்.)

மும்பை
16&17
DEC 2017

அனாடமிக் தெரபி ஒரு நாள் பயிற்சி முகாம்

இடம் : நெரூல் முருகன் கோவில்
Plot no 13 sector 29 opp to best bus depo SIES college side
Nerul east New Mumbai. Contact : 99208 12383,76665 80805

முன்பணம் : **Entry Free** (முன்பணம் இறுதி நாளில் திருப்பி தரப்படும்.)

கோவை
20-24
DEC 2017

அனாடமிக் தெரபி ஐந்து நாள் பயிற்சி முகாம்

இடம் : நிஷ்டை சர்வதேச வாழ்வியல் பயிற்சி மையம்
நெ. 1, லக்ஷ்மி நகர், பரிபூர்ணா எஸ்டேட் அருகில், கோவைப்புதூர்,
கோவை - 641 042. தொடர்புக்கு : +91 88706 66966

நுழைவு கட்டணம் : **Rs. 5000/-** (உணவு, தங்குமிடம் உட்பட)

கோவை
23-24
DEC 2017

தந்த்ரா வழியில் தாம்பத்யம் இரண்டு நாள் பயிற்சி

இடம் : நிஷ்டை சர்வதேச வாழ்வியல் பயிற்சி மையம்
நெ. 1, லக்ஷ்மி நகர், பரிபூர்ணா எஸ்டேட் அருகில், கோவைப்புதூர்,
கோவை - 641 042. தொடர்புக்கு : +91 88706 66966

நுழைவு கட்டணம் : **Rs. 3000/-** (உணவு, தங்குமிடம் உட்பட)

முன்பதிவு செய்ய : +91 99442 21007, 98424 52508
www.anatomictherapy.org

அமைதியும் ஆரோக்கியமும்

புதுயுகத்தின் வழிகாட்டி

நெ.69, N.S.K. வீதி, செல்வபுரம், கோயம்புத்தூர் - 641 026, தமிழ்நாடு, இந்தியா. செல் : (+91) 88838 05456

Email : amaidhiyumaarokiyamum@gmail.com / Web : www.amaithiyumarokiammum.com

சந்தா விண்ணப்ப படிவம்

பெயர்

பிறந்த தேதி வயது :

தொழில் .... இனம் : ஆண் ☐ பெண் ☐

கைபேசி வாட்ஸ் அப் நெ.

இ-மெயில்

முகவரி ....

....

.... பின்கோடு

தமிழ்நாடு : 1 வருட சந்தா ரூ. 600/- 2 வருட சந்தா ரூ. 1200/- 5 வருட சந்தா ரூ. 2750/-

பிறமாநிலங்கள் : 1 வருட சந்தா ரூ. 700/- 2 வருட சந்தா ரூ. 1400/- 5 வருட சந்தா ரூ. 3250/-

பணம் செலுத்தும் முறை

காசோலை ☐ கா. எண் ....

வரைவோலை ☐ வ. எண் ....

மணி ஆர்டர் ☐ ரசீது எண் ....

இணையதள பண பரிமாற்றம் ☐ இ.ப.எண் ....

பணம் ☐ நேரடியாக ☐ வங்கி ....

(வங்கியில் பணம் செலுத்தியிருந்தால் நகல் கொடுக்கவும் (அ) Scan செய்து E-mail மூலமாக அனுப்பவும்)

பணம் செலுத்திய நாள்

செலுத்திய தொகை

புதுப்பித்தல் ☐

புதியதாக ☐

சந்தாதாரர் கையொப்பம் ....

வெளிநாட்டில் உள்ள அன்பர்கள் சந்தா தொகை **ரூபாய் 400/-** ஐ செலுத்தி மாதா மாதம் **E-mail** மூலம் இதழை பெற்றுக்கொள்ளலாம்

அலுவலக உபயோகத்திற்கு மட்டும்

1. பதிவு எண் : .... 3. புதுப்பித்தல் தேதி : ....

2. பதிவு தேதி : .... 4. வருட சந்தா தொகை : ....

அலுவலர் கையொப்பம் .... ரசீது எண் :

கீழ்க்கண்ட வங்கி கணக்கில் பணம் செலுத்தவும்

பெயர் : **அமைதியும் ஆரோக்கியமும்,** கணக்கு எண் : **034205008485**

வங்கி : **ICICI,** கிளை : ஆர்.எஸ்.புரம், கோயமுத்தூர். IFSC Code : **ICIC0000342**

சந்தாதாரர்கள் கவனத்திற்கு

1. அமைதியும் ஆரோக்கியமும் மாத இதழ் உங்கள் வீடு தேடி வர விண்ணப்பத்தை முழுவதும் பூர்த்தி செய்து அனுப்புங்கள்.
2. வருட சந்தா செலுத்தி உங்கள் பெயரை பதிவு செய்தபின் தொடர்ந்து 12 மாதங்கள் இந்த இதழ் உங்கள் வீடு தேடி வரும்.
3. இதழ் தொடர்ந்து உங்களுக்கு கிடைப்பதில் தாமதம் அல்லது கிடைக்கவில்லை எனில் எங்களுக்கு தெரியப்படுத்துங்கள்.
4. உங்கள் வீடு, அலுவலக முகவரி, தொலைபேசி எண்கள் மாற்றத்தின்போது எங்களுக்கு தெரியப்படுத்தினால் மாற்றப்பட்ட முகவரிக்கு தொடர்ந்து இதழ் அனுப்பப்படும்.
5. உங்கள் நண்பர்கள் மற்றும் உறவினர்களுக்கு இந்த இதழ் குறித்து தெரிவியுங்கள். அவர்களும் சந்தாதாரராய் இணைய உதவுங்கள்.
6.. சந்தா புதுப்பிக்கப்படும் காலவரையறையின் போது உங்களுடைய சந்தா எண், தேதி ஆகியவற்றை தவறாமல் குறிப்பிட்டு புதுப்பித்துக் கொள்ளவும்.

ஆசிரியர் குழு

ஆசிரியர்
திரு. **ஹீலர் பாஸ்கர்**,நிறுவனர்,
அனாடமிக் தெரபி ஃபவுண்டேஷன்.

துணை ஆசிரியர்
திரு. **சுகுமார்** (மருத்துவர்),பொள்ளாச்சி.
திரு. **மகாலிங்கம்**,பாண்டிச்சேரி.
திருமதி. **மணிமொழி**,திருச்சி.
திரு. **சுந்தர்ராஜன்**,ஸ்ரீவில்லிப்புதூர்.
திரு. **பிரேம்குமார்**,கோவை.

வடிவமைப்பு
திரு. **ல. விஜய்**,கோவை.

நிர்வாக அலுவலர்கள்
திரு. **ஆனந்தராஜ்**,மேலாளர்,கோவை.
திரு. **ப.பூபதி**, துணை மேலாளர்,திருச்சி.
திரு. **ரா.ஸ்ரீனிவாசன்**,ரிப்போர்டர்,கோவை.
திரு. **ரவி**, ரிப்போர்டர்,சென்னை.
திரு. **கோ. நந்தகோபால்**, ரிப்போட்டர்,கோவை.

அச்சகம் : **சண்முகா ப்ராசஸ்**, சிவகாசி.

அமைதியும் ஆரோக்கியமும்
புதுயுகத்தின் வழிகாட்டி

நெ. 69, NSK வீதி, செல்வபுரம், கோயம்புத்தூர் – 641 026, தமிழ்நாடு, இந்தியா.
amaidhiyumaarokiyamum@gmail.com
www.amaithiyumarokiammum.com
Helpline : + 91 88838 05456

உங்கள் கவனத்திற்கு

அமைதியும் ஆரோக்கியமும் மாத இதழுக்கு எங்களுடன் கைகோர்த்த அனைவரும் வாழ்க வளமுடன்! மாத இதழுக்கு சந்தா செலுத்தி ரசீது பெறாத அன்பர்களுக்கு இந்த மாத இதழுடன் ரசீது இணைக்கப்பட்டுள்ளது. இதனை பெற்றுக் கொள்ளவும். மேலும் மாத இதழ் விண்ணப்பத்தை பூர்த்தி செய்து கொடுக்காத அன்பர்கள் இந்த மாத இதழ் இறுதி பக்கத்தில் இணைக்கப்பட்டுள்ள விண்ணப்பத்தை முழுவதும் பூர்த்தி செய்து எங்கள் முகவரிக்கு கொரியர் மூலம் அனுப்பி வைக்கலாம் அல்லது பூர்த்தி செய்த விண்ணப்பத்தை Scan செய்து E-mail மூலமாக அனுப்பி வைக்கலாம்.

இப்படிக்கு,

நன்றி.

ஹீலர் பாஸ்கர்

Owned Published and Printed by : S.S. Baskar Published from No. 191, Ramamoorthy Pathai, Housing Unit, Selvapuram North, Coimbatore - 641 026 and Printed at Sri Aathi Lakshmi Graphics, 14/33 Sivan Koil Cross Street, Kodambakkam, Chennai - 24.

Post Reg. No. CB/133/2016-18 | RNI No. TNBIL/2013/58540 | Dated : 5th August 2013

GIRI IYYA PUBLICATIONS

கிரி ஐயா பப்ளிகேஷன்ஸ்

இம்மாத வெளியீடு

திருமதி. மல்லிகா அவர்களின்

லெமோரியா

சமையல் கலை

நமது பாரம்பரிய உணவுகள் சிறுதானிய உணவுகள் தான். இவை மழைவளம், மண்வளம் ஆகியவற்றிற்கு ஏற்ப இயற்கை நமக்கு அளித்த கொடையாக விளங்குபவை.

ஆனால் இயற்கை அளித்த சிறுதானிய உணவுகள் மறைந்து போய் அயல்நாட்டு உணவுகள் மூலம் மக்களின் மோகம் அதிகரித்து வருகிறது.

இந்த நாட்டத்தை போக்கி மக்களை மீண்டும் சிறுதானிய உணவு முறைக்கு மாற்றுவதற்கான ஒரு முயற்சி தான் இந்தப் புத்தகம்.

இந்த சிறுதானிய உணவுகளை எவ்வாறு சமைப்பது, இதனை உண்பதன் மூலம் என்னென்ன பலன்கள் கிடைக்கின்றது என்பதை இந்தப் புத்தகத்தின் மூலம் தெரிந்துகொள்வோம்.

மேலும் பயனுள்ள புத்தங்களுக்கு

GIRIIYYA PUBLICATIONS

Kovaipudur, Coimbatore.

Contact : **+91 96290 32767**

www.giriiyyapublications.com

Post Reg. No. CB/133/2016-18 | RNI No. TNBIL/2013/58540 | Date of Posting : 5th or 6th Every Month

ANATOMIC THERAPY FOUNDATION INDIA

நமது
கோவை
நிஷ்டையில்

ஹீலர் பாஸ்கர்
அவர்களின்

மனிதன் மனிதனாக வாழும் கலை

ஐந்து நாள் சிறப்பு பயிற்சி முகாம்

மருந்தில்லா மருத்துவம், மனதின் மணம், யோகா, தியானம், மூச்சு பயிற்சிகள், இயற்கை உணவு, காதல் கலை, சுயதொழில் கலை, உலக அரசியல், நியுரோதெரபி, பானு வீட்டு கல்வி முறை, வாழை இலை குளியல் மற்றும் பல பயனுள்ள தலைப்புகள்

டிச 20 முதல் டிச 24 வரை (2017)
ஜன 24 முதல் ஜன 28 வரை (2018)

நன்கொடை
ரூ.5000/-
உணவு, தங்குமிடம் மற்றும் உட்பட

பயிற்சி நடைபெறும் இடம்
நிஷ்டை சர்வதேச வாழ்வியல் பயிற்சி மையம்
நெ.1, லக்ஷ்மிநகர், பரிபூர்ணா எஸ்டேட் அருகில்,
கோவைப்புதூர், கோயமுத்தூர்.

+91 88706 66966 www.anatomictherapy.org

<u>டிவிடி வாங்க விரும்புவோர்</u>

அனாடமிக் தெரபி ஐந்து நாள் பயிற்சி முகாம்

சுயசிகிச்சை கலை, மனதின் மணம், முக்தி, எண்ணம் போல் வாழ்க்கை,
காதல் கலை, நாலூமா யோகா, ரங்கராட்டின இரகசியம்,
உலக அரசியல் ஆகிய 10 டிவிடிகள் அடங்கியது.

Rs.700/-
Only

Dvd Purchase : **Giri Iyya Publications,** Kovaipudur, Coimbatore.
✦ Contact : **+91 96290 32767** ✦ **www.giriiyyapublications.com**

ATF179