Anode Fabricators Pvt Ltd

Innovation In Inert Metals

MMO, Platinized Ti & Nb Anodes

Ti Nb Ir Ta Ru Pt

#48 Noothanchery, Madambakkam, Chennai – 73, India. Ph: 0091 44 2278 1148 Fax: 2278 1362 Email: info@tianode.com Web: www.tianode.com

INTER - ORGANIZATIONAL NEWSLETTER – OCT 2007

FORECASTING 07-08

Turnover	: 150% ↑
Employment	: 10% ↑
Profitability	: 100% ↑
Rejection Rate	: 100% ↓

TESTIMONIALS

Customers:

Up to Aug 07	: 251 Nos
Up to Sep 07	: 254 Nos

Performance: SEP 2007

Turnover growth	: 32.22 %
Employment growth	: 3.40 % ↑
100% Attendance	: 10.98 %

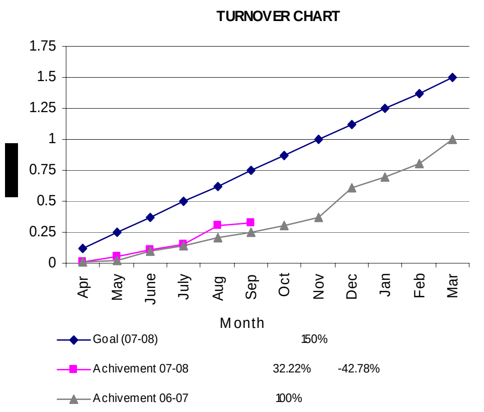
MANAGEMENT

Ms. P.E. Nancy	: Director
Mrs. J. Vanajambika	: Director

KEY PERSONS

Mr. M.P.V. Jeyakumar	: CEO.
Mr. RS. Thangappan	: GM.
Mr. M. Suyambu	: Production.
Mr. T. Amaladhas	: Plating.
Mr. T. Ramesh	: Stores.
Mr. N. Murugan	: Planning.
Mr. RM. Ravichandran	: Marketing.
Mr. T. Suyamburaja	: Purchase
Mr. C. Babu	: Finance.
Mr.C. Sounder suresh	: Outsourcing

ACHIEVEMENT



தேனீயைப் போல் வாழ்வோம்

மனிதானகப் பிறந்து விட்டோம். நம்மை மலைபோல் பல துன்பங்கள் சூழ்கின்றன. இருந்தாலும் அவற்றைக் கண்டு பயந்து விடக் கூடாது.

தேனீக்களின் வாழ்க்கையைப் பார்த்து மனிதன் கற்றுக் கொள்ள வேண்டியவை நிறைய உள்ளன.

தேனீக்கள் மிக மிக உயரமான இடங்களில் கூட அடுக்கடுக்காய் அழகிய சதுரக் கூடுகளைக் கட்டி விடுகின்றன. இந்த திறமையை மனிதவியலோடு ஒப்பிட்டுப் பாருங்கள். தேனீக்கள் உயரத்தைக் கண்டு எப்படி மலைப்பதில்லையோ, அவ்வாறே மனிதனும் தன் கடமை எவ்வளவு கடினமானதாயினும் மலைக்கவோ, தயங்கவோ கூடாது.

மரம், செடி, கொடிகளின் பாகங்களில் இருந்து அவை தேன் எடுத்து வருகின்றன. இந்தத் தேனை அவை எப்படி கண்டு பிடித்து எடுக்கின்றன? இது எப்படி சாத்தியமாகிறது? மனிதனால் இப்படி பூவில் இருந்து தேன் எடுக்க முடியுமா? நுண்ணிய ஆராய்ச்சி செய்தால் தான் இது போன்ற சாதனைகள் சாத்தியமாகும். மனிதனும், தேனீயைப் போல் நுண்ணறிவு பெற வேண்டும் என்பதை இது காட்டுகிறது.

தேன் எடுக்கச் செல்லும் வண்டுகள், வந்த வழியை மறக்காமல் அதே வழியில் மீண்டும் திரும்புகின்றன. மனிதன் வெற்றி பெற்ற பிறகு, வந்த வழியைத் திரும்பிப் பார்க்க வேண்டும். தன் வெற்றியின் மூலம், அவன் பணக்காரனாகி விட்டாலும் கூட, அதன் பின்னணியில் இருப்பவர்களையும், முன்பு என்ன நிலையில் இருந்தோம் என்பதையும் மறந்து விடாமல் நினைத்து பார்க்க வேண்டும்.

இப்படி, தேனிக்கள் போலவே வாழ கற்றுக் கொள்வோம்.

முன்னேற்றம் யாருக்குச் சொந்தம்?

உங்களது குறைகளை நினைத்து வருத்தப்படாதீர்கள். உடலிலும், மனதிலும் உள்ள குறைபாடுகளை நினைத்து துயரப்படுவதால் பயன் ஏதும் விளையாது. துன்பங்களை ஒரு பொருட்டாக நினைக்காமல், அதை எதிர்த்து நிற்கப் பழகுங்கள்.

நம்பிக்கை, நேர்மை, பக்தி இம்மூன்று குணங்களும் உங்களிடம் இருக்கும் வரையில் முன்னேற்றம் உங்களுக்குச் சொந்தமானதாகும். பகைவனாக இருந்தாலும், அவனிடமும் பிரியமாகவும், இனிமையாகவும் பேசுங்கள். அவர்களிடம் பாரபட்சம் பார்த்து ஏளனமாக நினைக்காதீர்கள். இவ்வாறு இருப்பவர்களுக்கே இறைவனது அருள் கிடைக்கும்.

உங்களிடம் தீய எண்ணங்கள் வராமல் இருக்க எண்ணங்களை புனிதமாக்கிக் கொள்ளுங்கள். நல்லதை மட்டுமே சிந்தியுங்கள். பிறரைப் பற்றி ஒருவன் உங்களிடம் குறை கூறினால் அதை ஏற்க மறுத்து விடுங்கள். அடுத்தவரின் குறைகளை கேட்பது பெரும் பாவமாகும். அதுபோல பிறரது குற்றங்களைப் பற்றியும் பேசாதீர்கள். ஏனெனில், இதுவே உங்களுக்கு பிரச்சனைகள் உருவாவதற்கு காரணமாகிவிடும். உங்களை சார்ந்தவர்கள் குற்றம் செய்தால், பொறுத்துக் கொள்ளுங்கள். எந்த குற்றத்தையும் மன்னித்து விடுங்கள்.

தூய்மையாக இருப்பதும், மற்றவர்களுக்கு நன்மை செய்வதுமே இறைவழிபாட்டின் சாராம்சமாகும். நீங்கள் அனைவரிடத்திலும் அன்பாக இருங்கள். உங்களது வலிமையை தேவை இல்லாத விஷயங்களில் காட்டாமல், அமைதியுடன் ஆக்கப்பூர்வமான பணிகளில் ஈடுபடுங்கள்.

தொகுத்தளித்தவர்

பி.இ. நான்சி — டைரக்டர் அட்மின்.

சிந்தனை துளிகள்

ஒரு குறிக்கோளுடன் உழைப்பவனுக்குத்
தோல்வி கிடையாது

– ஆப்ரஹாம்லிங்கன்

நல்லதை நாடிச் செய்யும்
மனிதன் நாளும் வளர்வான்

– குன்றக்குடி அடிகளார்

மனிதனை அணி செய்யும்
குணங்களில் முதன்மையானது தைரியம்.

– டேனியல் வெப்ஸ்டார்.

நேசி

எல்லோரையும் நேசி
எதையும் எதிர்பாராமல்

அளித்தவர்
திருமதி. விஜயலஷ்மி

படிப்பு மாணவர்களுக்கு அவசியம்.
துடிப்பு பாசத்திற்க்கு அவசியம்
நடிப்பு நடிகர்களுக்கு அவசியம்
துடுப்பு படகிற்க்கு அவசியம்
நடப்பு நாட்டிற்கே அவசியம் !

அளித்தவர்
சி.ரம்யா தேவி
D/o. திரு. சி.சின்னத்தங்கம்

மாற்றிவிடு

குப்பைகள் உரமாய் ஆகிறபோது
கற்பனை நிஜமாய் ஆகாதோ — ஒரு
கைப்பிடி தானியம் எறும்புகள் சேர்க்கும்
நம்மால் சேமிக்க முடியாதோ?

சொந்த முயற்சியில் சிலந்தியின் வலையை
செய்துகொள்வதைப் பார்த்தாயோ — நீ
சிந்தும் வியர்வையில் எந்த செயலையும்
எளிதாய்த் தொடலாம் கேட்டாயோ?

வாழும் வாழ்க்கை நிரந்தரமல்ல
வகுக்கும் செயல்களை நிலையாக்கு!
தாழ்வும் உயர்வும் தானாய் வாராது
உனது வெற்றியை உருவாக்கு!

தாண்டிச் செல்லும் நொடிகளின் முதுகில்
தனிப்பெரும் வெற்றிகள் ஏற்றிவிடு
மீண்டும் மீண்டும் உன்னைத் தூண்டி
மாறா விதியையும் மாற்றிவிடு!

நமது நம்பிக்கை என்ற நூலிலிருந்து
தொகுக்கப்பட்டது.

சாதனை படைத்தோரின் வாழ்க்கை குறிப்புகள்

பெயர் : மைக்கேலாஞ்சலோ
பெற்றோர் : லொ டோவிகோடி சியேடினா
பிறப்பு : மார்ச் 6, 1478
இறப்பு : பிப்ரவரி 18, 1564
இடம் : டஸ்கோனி

14–16 ஆம் நூற்றாண்டுகளில் நிகழ்ந்த கலை – இலக்கிய மறுமலர்ச்சி இயக்கம் சார்ந்த தலைசிறந்த ஓவியராகிய மைக்கேலாஞ்சலோ புவோனாராட்டி ஓவியக் கலை வரலாற்றில் முன்னணிக் கலைஞராக விளங்கியவர் ஆவார். பெருந்திறமை வாய்ந்த ஓவியராகவும், சிற்பியாகவும், கட்டிடக்கலை வல்லுநராகவும் திகழ்ந்த மைக்கேலாஞ்சலோ எண்ணிறந்த அரிய கலைப்படைப்புகளை விட்டுச் சென்றுள்ளார். சிறந்த வேலைப்பாடுகளுடைய இந்தப் படைப்புகள் நான்கு நூற்றாண்டுகளாகக் காண்போரின் கண்ணையும் கருத்தையும் கவர்ந்து வருகின்றன.

இத்தாலியில் ஃபிளாரன்ஸ் நகரிலிருந்து சுமார் 40 மைல் தொலைவிலிருந்த கேப்பிரசி என்ற நகரத்தில் 1457 ஆம் ஆண்டில் மைக்கேலாஞ்சலோ பிறந்தார். மிக இளம் வயதிலேயே இவர் தமது கலைத் திறமையைக் காட்டினார். தம் 13 ஆம் வயதில் ஃபிளாரன்ஸ் நகரில் புகழ் பெற்ற ஓவியராக விளங்கிய கிர்லாண்டையோ என்பாரிடம் இவர் பயிற்ச்சியாளராக சேர்ந்தார். இவரது 15 ஆம் வயதில் ஃபிளாரன்ஸ் அரசர் வீறார்ந்த லோரன் சோ (Lorenzo the Magnificent) இவரை தமது மெடிசி அரண்மனையில் வாழ்வதற்க்கு அழைத்துக் கொண்டார். அது முதற்கொண்டு இவர் அரச குடும்பத்தின் ஓர் உறுப்பினராகவே வாழ்ந்தார். லோரன்சோ மன்னர் இவரது புரவலராகவும் ஆனார். மைக்கேலாஞ்சலோ தமது வாழ்நாள் முழுவதிலும் தமது மகத்தான கலைத் திறமையை வெளிப்படுத்தினார். போப்பாண்டவர்களும், சமயச்சார்ப்பற்ற அரசர்களும் கலைப்படைப்புகளை வடிவமைக்கவும் உருவாக்கவும் இவரை அழைத்தனர். இவர் பல்வேறு இடங்களில் வாழ்ந்தாலும், தம் வாழ்நாளில் பெரும்பாலான காலத்தை ரோம் நகரிலும், ஃபிளாரன்ஸ் நகரிலுமே கழித்தார். இவர் 1564 அம் ஆண்டில், தமது 89 ஆம் பிறந்த நாளுக்குச் சற்று முன் காலமானார். அவர் திருமணம் செய்து கொள்ளாமலே வாழ்ந்தார்.

இவர் தம் காலத்தில் வாழ்ந்த, தமக்கு மூத்தவரான லியோனார்டோ–டாவின்சியைப் போல் பல துறைப் புலமை வாய்ந்தவராக இல்லாதிருப்பினும் மைக்கேலாஞ்சலோசின் பல துறைத் திறமையினைக் குறைத்து மதிப்பிடுவதற்கில்லை. மனித முயற்சியின் இரு தனித் துறைகளில் சாதனையின் கொடுமுடியினை எட்டிய ஒரே கலைஞர்–ஏன் ஓர் மனிதர் மைக்கேலாஞ்சலோதான் எனில் மிகையன்று. ஓவியர் என்ற முறையில், நேர்த்தியான கலைப்படைப்புகளைப் படைத்ததிலும், பிற்கால ஓவியர்கள் மீதும் தம் செல்வாக்கைச் செலுத்தியதிலும் மைக்கேலாஞ்சலோ சிகரத்தையே எட்டினார். ரோம் நகரிலுள்ள சிஸ்டன் தேவாலயத்தின் உள் முகடுகளை அலங்கரிப்பதற்க்கு இவர் வரைந்துள்ள மேல் மண்டப ஓவியங்கள், வரலாற்றில் தலைசிறந்த கலைப்படைப்புச் சாதனங்களில் ஒன்றாகக் கருதப்படுகிறது. எனினும் மைக்கேலாஞ்சலோவோ தம்மை ஒரு சிற்பி என்றே கூறிக்கொண்டார். பல திறனாய்வாளர்களும் இவரை ஒரு தலைசிறந்த சிற்பக் கலைஞர் என்றே கருதுகிறார்கள். எடுத்துக்காட்டாக இவர் உருவாக்கிய டேவிட், மோக்ஸ் ஆகியோரின் சிலைகள் ஈகையற்ற கலை வேலைப் பாடுகளாக போற்றப்படுகின்றன.

கட்டிடக் கலைத் துறையில் இவருடைய புகழ்பெற்ற சாதனைகளில் தலை சிறந்தது ஃபிளாரன்ஸில் இவர் வடிவமைத்து எழுப்பிய மெடிசி தேவாலயம் ஆகும். பல ஆண்டுகள் ரோம் நகரிலுள்ள புனித பீட்டர் தேவாலயத்தின் தலைமைக் கட்டிடக் கலைஞராகவும் இவர் பணி புரிந்தார்.

மைக்கேலாஞ்சலோ தம் வாழ்நாளில் ஏராளமான கவிதைகளையும் இயற்றினார். இவர் இயற்றிய 300 கவிதைகள் இன்னும் உயிர் வாழ்கின்றன. இவர் இயற்றிய கணக்கற்ற ஈரேழ் வரி பாக்களும் (Sonnets) மற்றக் கவிதைகளும் இவருடைய இறப்புக்குப் பின்னரே வெளியிடப்பட்டன. இவை இவருடைய ஆளுமையை அறிந்து கொள்ளப் பெரிதும் உதவுகின்றன. இவர் ஒரு தேர்ந்த புலவராகவும் விளங்கினார் என்பதையும் இவை புலப்படுத்துகின்றன.

தொகுத்தளித்தவர்
ஜி.கல்யான்குமார்.
System – Admin

வாழ்வின் பேரேட்டில்

வியர்வைத் துளிகள் வரவுக் கணக்கில்
கண்ணீர்த் துளிகள் செலவுக் கணக்கில்
நம்பிக்கைத் துளிகள் சேமிப்புக் கணக்கில்
கனவுத் துளிகள் நடப்புக் கணக்கில்
சந்தித்த அனுபவம் லாபக் கணக்கில்
வீண் செய்யும் நிமிடங்கள் விரயக் கணக்கில்
சோம்பல் நேரங்கள் தேய்மானக்கணக்கில்
செய்யும் பொதுச்சேவை வட்டிக் கணக்கில்
அறியும் தகவல்கள் கூட்டல் கணக்கில்
அச்சம், சோர்வு கழித்தல் கணக்கில்
அறிவும், தெளிவும் வகுத்தல் கணக்கில்

நமது நம்பிக்கை என்ற நூலிலிருந்து
தொகுக்கப்பட்டது.

விழாத மனிதனா நீ ?

விழுந்து கிடப்பதாய்
அழுபவனே...
நீ...
எழுவதற்காகத்தானே
விழுந்திருக்கிறாய்...?

அனுபவம்
உனக்கு
விதை தூவுகிறது...
வாய்ப்பு
மழை பொழிகிறது...
செழிக்க வேண்டாமா நீ...?

உன்மேல்
விழும்
ஒவ்வோர் அடியும்
வெற்றியின்
கதவைத் தட்டும்
கரவொலி...

கவலைகள் எல்லாம்
அனுபவத்
திவலைகள்...
ஒவ்வொன்றும்
வெற்றியைக்
கற்றுக் கொடுக்கும்
கலைகள்...

என்
பாதங்கள்
பதியும் இடங்களில்
முட்களா என்று
முகஞ்சுழிக்காதே...

நமது நம்பிக்கை என்ற நூலிலிருந்து
தொகுக்கப்பட்டது.

பின்னிட்டுப் பார்க்காதே

தொடங்கிய ஓட்டத்தில் முன்னோக்கி பார்த்து ஓடக் கூடியவனே வெற்றி பெறுவான். பின்னாலே யார், யார் எல்லாம் வருகிறார்கள் என்று திரும்பி பார்க்கிற இருமனமுள்ளவன் தன் ஓட்டத்தில் நிச்சயமாகவே வெற்றி பெற இயலாது. எனவே பின்னிட்டுப் பார்க்காதே.

இங்கிலாந்து தேசத்திற்க்கும் ஜெர்மனி தேசத்திற்க்கும் இடையே போர் நடந்தது. ஜெர்மனியினர் உயர்ந்த மலை மேல் நின்று கொண்டு இங்கிலாந்து வீரர்களை சுட்டு வீழ்த்தி கொண்டு இருந்தனர். இங்கிலாந்து வீரர்கள் ஜெர்மனி படையினரை நெருங்க ஒரு பெரிய ஆற்றுப் பாலத்தை கடந்து தான் செல்ல வேண்டும். ஆற்றுப் பாலத்தை கடந்து உள்ளே சென்ற உடன் குண்டு மழை பொழிந்து இங்கிலாந்து விரர்களை கொன்று விடுவார்கள் ஜெர்மன் வீரர்கள் இதனால் இங்கிலாந்து படையினர் தோல்வி முகத்திற்கே வந்து விட்டனர். எஞ்சிய வீரர்கள் ஆற்றுப்பாலத்தை கடந்து முகாமிற்க்கு தப்பி ஓடி வந்து விட்டனர். அடுத்த நாளும் இது போல் சண்டை அவர்கள் பின்னோக்கி ஓடி வரும் போது இங்கிலாந்து படையின் தலைவன் ஆற்றுப் பாலத்தை வெடி வைத்து தகர்த்துப் போட்டான். வீரர்கள் அனைவரும் ஐயோ! தப்பி போக வழியில்லாமல் இப்படி முட்டாள்தனம் செய்து விட்டீர்களே என்றனர். ஆனால் தப்பி போக வேறு வழி இல்லை என்ற உடனே ஆக்ரோஷமாக சண்டையிட்டு ஜெர்மனி படையினரை வென்று வெற்றி வாகை சூடினார்கள்.
பின்னிட்டுப் பார்த்து வழி இருந்ததால் ஓடி தோல்வி அடைந்தனர். பின்னிட்டு பார்த்து வழி இல்லாததால் முயன்று சண்டையிட்டு வெற்றி அடைந்தனர். எனவே பின்னிட்டுப் பார்த்து தோல்வி அடையாதே. முன்னேறு வழிகள் உண்டாகும்.

தொகுத்தளித்தவர்
டி. கிங்ஸ்டன் – Logistics

புதிய சிந்தனை

இன்றைய உலகின் பரபரப்புக்கு ஈடுகொடுத்து வாழ நம்மில் பலரும் பழகிவிட்டோம். தலைவாழ இலை போட்டு ஆற அமர ருசித்து சாப்பிட்ட காலம் எல்லாம் மலையேறி விட்டது. இப்போது நின்று கொண்டே சாப்பிடும் 'பாஸ்ட்புட்' காலம். என்ன சாப்பிட்டோம் என்பதே மறந்து விடும் அளவுக்கு எதையோ கொரித்தபடி அடுத்தடுத்த வேலைகளில் பிசியாக ஓடிக் கொண்டிருக்கிறோம்.
இப்படி காலம் எத்தனை வேகமாக மாறிக் கொண்டிருந்தாலும் நாம் மனதளவில் இன்னும் மாறாமல் தான் இருக்கிறோம்.

அந்த மனிதர் 'டிப்டாப்'பாக காணப்பட்டார். சபாரி டிரஸ் அணிந்து பார்ப்பவர் கண்களில் ஒரு 'பெரியமனித' தோரணையை ஏற்படுத்தினார். மோட்டார் பைக்கில் ஏறி அவர் புறப்பட்டபோது அந்த கம்பீரம் கூட ரசிக்கவே வைத்தது. ஆனால் பாருங்கள்... அவர் வாகனப் பயணத்தின் போதே தெருவில் எச்சில் துப்பினார். அப்போது தான் இந்த மாதிரியான சில்லறை விஷயங்களில் அவர் இன்னமும் மாறவில்லை என்பது தெரிய வந்தது.
தோற்றத்தில் வருவது மட்டுமல்ல நாகரீகம்... எண்ணங்களிலும் வர வேண்டும். அது தான் நிஜமான நாகரீகம். நாம் எச்சில் துப்பும் போது நமக்குப் பின்னால் வருபவர்கள் மீது அது பட்டு அவர்களுக்கு பாதிப்பு ஏற்படுத்துமே என்ற எண்ணம் அவர் மனதில் கொஞ்சமாவது ஏற்பட்டிருந்தால் அப்படியொரு அநாகரீக செயலை செய்திருக்க மாட்டார். எப்போது ஒரு விஷயம் தவறு என்று நமக்குப் படுகிறதோ, அப்போதே அதில் இருந்து நாம் விடுபட்டாக வேண்டும். அந்தமாதிரியான சிந்தனை மனதுக்குள் வலுப்பட்டாலே ஒரு நல்ல மாற்றம் ஏற்படத் தொடங்கி விடும்.

இன்றைக்கு தகவல் துறையின் வளர்ச்சி பிரமிக்க வைக்கிறது. இந்த வளர்ச்சியை வைத்துக் கொண்டு நாம் முன்னேற என்னென்னவோ செய்யலாம் என்றாலும் என்ன நடக்கிறது? செல்போனில் படமெடுக்க முடியும் என்ற நுட்பத்தை வைத்துக் கொண்டு பெண்களை அவர்கள் அறியாமல் படம் பிடிக்கும் இழிவான வேலையைத்தான் பலரும் செய்து கொண்டிருக்கிறார்கள்.
டிராபிக் போலிஸ் இல்லாத இடங்களில் போக்குவரத்து விதியை மீறும் மக்கள் நம்மிடையே அதிகம். இப்படிப்பட்டவர்கள் உயர்பதவியில் கூட இருக்கிறார்கள். எண்ணங்களில் மேன்மை இல்லாத நிலை தான் இதற்கெல்லாம் காரணம். மனம் வக்கிர எண்ணங்களிலோ, பழி வாங்குதலிலோ அலை மோதிக்கொண்டிருந்தால் புதுமையான சிந்தனைகள் மலர வாய்ப்போது? இதையும் மீறி நல்ல சிந்தனைகளை இன்றைய சமூக வளர்ச்சிக்கு பயன்படுத்துகிறவர்களை பாயசத்தில் கிடக்கும் முந்திரிப்பருப்பு மாதிரி தேடித்தான் கண்டு பிடிக்க வேண்டியிருக்கிறது. இவர்களின் எண்ணிக்கை கூடினால் எண்ணங்களில் நிச்சயம் புதுமை கொடி கட்டிப் பறக்கும்.

தொகுத்தளித்தவர்
கே.பத்மபிரியா – HRD

FUNCTIONAL WISHES

DIWALI

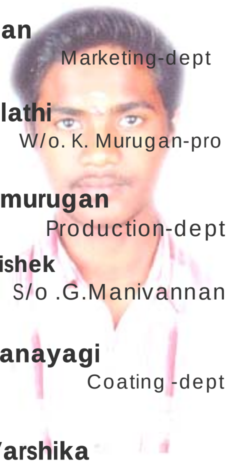
NOV-08

Best Wishes by Ti Employees.

EXTERNAL SUPPORT

Banking	: M/s.United Bank of India
Auditing	: M/s. Nisar & Kumar
AQ Auditing	: M/s. Juran Quality
Legal Adviser	: Lr. M.K. Govindan
Central Excise	: Mr. Raghavan
Health Care	: M/s. Bethesda Hospital

BIRTH DAY WISHES



Mr. A. Mohan Marketing-dept	Nov 10
Mrs. M. Malathi W/o. K. Murugan-pro	Nov 12
Mr .V. Balamurugan Production-dept	Nov 12
Master.S.Abishek S/o .G.Manivannan	Nov 14
Mrs.M. Loganayagi Coating -dept	Nov 21
Baby T.R. Varshika D/o. T. Ramesh-stor- mgr	Nov 21
Mr. D. Kingston Logistics-dept	Nov 30

எந்தக் குழந்தையும் நல்லக் குழந்தைதான் மண்ணில்
பிறக்கையிலே!
அவர் நல்லவராவதும் தீயவராவதும் அன்னை வளர்ப்பினிலே!

Best Wishes by Ti Employees.

சிறுகதைகள் பணியாளர்கள்
மற்றும் குடும்பத்தினரிடமிருந்து
வரவேற்கப்படுகிறது.
– **Editor**

குழந்தைக்குக் கபமா? வீட்டு மருத்துவம் இருக்க கவலை ஏன்?

குழந்தைகளின் கப நோய்களைத் தீர்க்க கீழ்க்கண்ட எளிய மருத்துவ முறைகள் உதவும்.

1. துளசியினை சுத்தமாக எடுத்து வந்து, சாறு எடுத்துக் கொடுக்க சளி சரியாகும்.
2. தூதுவாளை இலையை அரைத்து பசும்பாலுடன் தரலாம்.
3. துளசியை ஆவியில் வேக வைத்து சாறு எடுத்து, மிளகு சிறிது சேர்த்துக் கொடுக்கக் குணமாகும்.
4. தூதுவாளை, புதினா, கொத்துமல்லி, மிளகு, இஞ்சி, பூண்டு சேர்த்து துவையல் செய்து சுடு சாதத்துடன் தர கப நோய் குணமாகும்.
5. ஆடாதொடை இலையை சாறு எடுத்து, தேன் கலந்து சாப்பிட சளி, இருமல் குறையும்.
6. ஓமவல்லி, கற்பூரவல்லி இலைகளைச் சாறு எடுத்துத் தர சளி குறையும்.
7. தூதுவாளை பழங்களை தேனில் போட்டு வைத்துச் சாப்பிட சளி குறையும்.
8. வில்வ இலையுடன் மிளகு சேர்த்து அரைத்துச் சாப்பிடலாம்.
9. கரிசலாங்கண்ணி இலையுடன் மிளகு சேர்த்து அரைத்துச் சாப்பிட சளி வெளியேறும்.
10. விஷ்ணுகிரந்தி செடியை வெந்நீரில் சாப்பிட சளி காய்ச்சல் குணமாகும்.
11. மருள் பட்டையின் சாறுடன் சுக்கு, மிளகு திப்பிலி பொடித்து சேர்த்துச் சாப்பிட கபம் கரைந்து வெளிவரும்.
12. குப்பைமேனி இலையுடன் மிளகு, பூண்டு சிறிது கலந்து அரைத்துச் சாப்பிட கபம் கரைந்து வெளியேறி சளி குணமாகும்.
13. அதிமதுர வேர்த் துண்டை வாயில் அடக்கிக் கொண்டு சுவைக்க இருமல் குணமாகும்.
14. முற்றிய வெண்டைக்காய் சூப் இருமலைக் குறைக்கும்.
15. துளசியில் பல வகைகள் உள்ளன. கருந்துளசிக்கு காரம் அதிகம். சளியை நன்கு கரைத்து வெளியேற்றும்.
16. துளசிச் சாறு, இஞ்சிச் சாறு, திப்பிலி, மிளகு கலந்து சாப்பிட குணம் உடனே கிடைக்கும்.
17. நெல்லி வற்றல் சூரணம் அல்லது நெல்லிக்காய் லேகியம் தொடர்ந்து சாப்பிட்டு வர உடல் தேறும். சளி பிடிக்காது.
18. மார்பில் சளி கட்டிக் கொண்டு சிரமப்படும் போது வெற்றிலை இரண்டு எடுத்து சிறிது விளக்கெண்ணெய் தடவி, வாட்டி பற்றுப் போட தொந்தரவு குறையும்.
19. அப்பக்கோவை என்ற கோவை இனத்தின் இலைச்சாற்றை மார்பில் தடவ கபம் கரைந்து வெளியேறும்.
20. லவங்கப் பட்டை கஷாயத்தில் வால் மிளகுத் தூள் கலந்து கொடுக்க தொண்டை அழற்சி, சளி, இருமல் தீரும்.

தேன் மருத்துவம்

நமது உடலுக்கு தேன் உதவுவதற்கு நிகராக வேறு எதுவும் இல்லை! தேனில் புரதமும், கொழுப்பும் சிறு அளவில் இருக்கின்றன. தரசம் எனப்படும் சர்க்கரைப் பொருளும், ஆறு வைட்டமின்களும் இருக்கின்றன. மேலும், தாமிரம், இரும்பு, மக்னீசியம், கால்சியம், பொட்டாசியம், கந்தகம், பாஸ்பரஸ் ஆகிய தாதுப்பொருட்கள் குவிந்து கிடக்கின்றன. சற்று சூடான பாலில் தேன் கலந்து குடித்தால் இரவில் நன்றாக தூக்கம் வரும். தேனுடன் பாதாம் பருப்பைச் சேர்த்து சாப்பிட்டால் உடல் வலிமை பெறும்.

நாட்டுக் கோழி முட்டை ஒன்றை உடைத்து அதனுடன் 3 தேக்கரண்டி அளவு தேன் கலந்து சாப்பிடவும். தொடர்ந்து 40 நாட்கள் காலை உணவை குறைத்து இதை சாப்பிட்டால் முகம் அழகாகும். உடல் நல்ல வலிமை பெறும். அதேபோல், வயிறு தொடர்பான நோய்கள் தீரும். உடலும் வலிமையாகும்.

500 கிராம் முருங்கை விதைகளைத் தோல் நீக்கி ஒரு மண் சட்டியில் போட்டு 250 மலி நெய் விட்டு வேக வைக்கவும். பின்னர் அதை அம்மியில் வைத்து அரைத்து அடை போல் தட்டி நிழலில் உலர வைக்க வேண்டும். மீண்டும் இடித்து நிழலில் உலர்த்தி எடுத்து 500 கிராம் தேனை விட்டுக் கிளறி வைத்துக் கொள்ளவும்.

அளித்தவர்
திருமதி. விஜயலஷ்மி