

WANTED
DTP OPERATOR
MALE & FEMALE
PART @ FULL TIME
COREL DRAW
PHOTOSHOP
INDESIGN
TAMIL TYPING
89395 26999

GST NEWS

ROAD

TAMBARAM Weekly News Paper
Email: gstroadnews@gmail.com www.gstroadnews.com
Chittlapakkam, Tambaram West, Tambaram East, Sanitorium, Kadapperi, Venkatraman Nagar, Nehru Nagar, Mahalakshmi Nagar, Servamangala Nagar
Vol:13 Issue -10 15 June 2025 - 21 June 2025 4 Pages - Free Circulation Ct: 99628 80902

MARUTI SUZUKI
ARENA
For Service Booking Call
AUTO TECH
Ph: 97100 11888
044 - 223 88888
No.6, 1st Street,
Kamatchi Colony,
Sanatorium,
Chennai 600 047.

இஸ்ரேல் ஈரான் மோதலால் டெல்லி, மும்பையில் விமான போக்குவரத்து பாதிப்பு

ஈரான் மீது இஸ்ரேல் நேற்று தாக்குதல் நடத்தியது. இதன் காரணமாக ஈரான் நாடு தனது வான்வெளியை மூடியது. இது சர்வதேச விமான போக்குவரத்தை பாதித்தது. குறிப்பாக இந்தியாவில் இருந்து பல வெளிநாடுகளுக்கு சென்ற, அங்கிருந்து வந்த விமானங்கள் பாதிக்கப்பட்டன. இந்த விமானங்கள் பிற விமான நிலையங்களுக்கு மாற்றி விடப்பட்டன. இந்தியாவைப் பொறுத்த வரை நேற்று மதியம் வரை 16 விமானங்கள் பிற விமான நிலையங்களுக்கு திருப்பி விடப்பட்டன. இந்த பாதிப்புகள் குறித்து டெல்லி விமான நிலையம் பயணிகளுக்கு முன் எச்சரிக்கை தகவல்களை வழங்கியுள்ளது.

3 BHK INDEPENDENT DUPLEX HOUSE
FOR SALE @ CHROMPET
Site Address :
Hasthinapuram, Saraswathi Nagar
Nr. Thirumalai Nagar, Zion School
3 BHK
As per Vasthu, CCP, Loan Arranged
MANICKAM CONSTRUCTION
Off.Address: Plot No.37, 7th Main Road, Vinobaji Nagar, Hasthinapuram, Chennai - 64.
94442 14382 / 94442 55004

FLATS FOR SALE
@ EAST TAMBARAM
NR, SANATORIUM RLY STATION, NR BY SCHOOLS
ADITHYA PARADISE
SITE ADDRESS NO.17, LIC COLONY
EAST TAMBARAM, CHENNAI- 600 059
3&4 BHK
TOTAL 8 UNITS
4BHK
1850 Sqft
3BHK
1200 Sqft
SPECIFICATION
AUTOMATIC LIFT
AS PER VAASTHU
CCP CCTV
VIDEODOOR PHONE
RED BRICKS CONSTRUCTION
EV CHARGER POINT
AUTOMATIC WATER TANK LEVELLER
FOR BOOKING CONTACT:
PH: +91 94440 25159 / 99400 98722

PREMIUM 2,3,4 BHK FLATS FOR SALE @ CHROME PET

KRISHNA NAGAR

(Nr.Hasthinapuram Bus Stand)



AVAILABLE
3BHK 1287 Sq Ft
24 Hrs Power Backup*

LAND OWNERS
(1 to 3 GROUNDS)
CONTACT FOR
JOINT VENTURES
OR
OUTRIGHT
PURCHASES...

PADMANABHA NAGAR

(Near GURU RAGHAVENDRA TEMPLE)



2 BHK - 985 Sqft

Sankar Constructions
98416 59929 / 98416 59930

Specification

- AUTOMATIC LIFT
- As Per Vaasthu
- CCP
- CCTV
- Videodoor Phone
- Red Bricks Construction
- Ev Charger Point
- AUTOMATIC WATER TANK LEVELLER

RAJASTHAN CRAFT MELA COTTON & SILK EXPO 2025 EXHIBITION CUM SALE



DATE:13-6-2025 TO 24-6-2025
SRI RAMGANESH MAHAL
RP.ROAD,HASTHINAPURAM,
CHROMPET 9940422426

WANTED SITE ENGINEER & DRIVER FOR BUILDER OFFICE 5-YEAR EXPERIENCE

SRI DEVI BUILDER
95000 76091/ 96771 14444

PAAVAYEE BUILDERS
Since 1988 Flat Promoters | Individual Villas | Commercial
PREMIUM FLATS FOR SALE
@ HASTHINAPURAM
3 BHK
✓ Lift ✓ CCP ✓ CCTV
✓ Metro Water ✓ Video Door
No Water Logging
SITE ADDRESS : MC NAGAR 1st MAIN ROAD,
(OPP. TO SAI BABA TEMPLE),
HASTHINAPURAM, CHITLAPAKKAM.
Office Address : New No.27, Old No.15,
Church Road, Radha Nagar, Chrompet, Chennai-44.
98410 69244 / 98408 66223

FLATS FOR SALE

@ CHROMPET RADHA NAGAR
Jesupatham Street, Nr.GGN School

2BHK - 856 Sqft
3 Units only
Only One Unit Per Floor
✓ LIFT ✓ CCP ✓ AS PER VAASTHU
9444020442

PREMIUM APARTMENT FOR SALE

@ TAMBARAM, IRUMBULIYUR

READY TO OCCUPY 2BHK FLATS
ONLY 3 FLATS AVAILABLE
* COVERED CAR PARKING
* GARDENING ECO FRIENDLY
* VIDEO DOOR PHONE
* EV CHARGING POINTS
69.2 L
Reg. Extra
9840150169 / 7305060963

PREMIUM FLATS FOR SALE @ CHROMPET

THIRUMALAINAGAR, Nr. Zion School

Natarajan Apartment
LINITH CASITA
2 BHK
980 Sqft
3 BHK
1240 Sqft
6 UNITS
ONWORDS
Rs.67 L
ALL INCLUSIVE
✓ Lift ✓ CCP ✓ CCTV
✓ As Per Vasthu

GJ CONSTRUCTION
98409 41585

குரு பகவானுக்கும், தட்சிணாமூர்த்திக்கும் உள்ள வித்தியாசம் தெரியுமா?:

தட்சிணாமூர்த்தி என்பவர் யார், குரு பகவான் என்பவர் யார் என்பது பலருக்கு வேறுபாடு தெரிவதில்லை. இந்த தெய்வங்களை எப்படி வணங்குவது, அவர்களுக்கு படைக்க வேண்டிய நைவேத்தியம், அணிவிக்க வேண்டிய வஸ்திரம் என்ன, அவர்களுக்கிடையே உள்ள தனித்துவம் என்ன என்பதை இங்கு விரிவாக பார்ப்போம்...

தட்சிணாமூர்த்தி என்பவர் யார், குரு பகவான் என்பவர் யார் என்பது பலருக்கு வேறுபாடு தெரிவதில்லை. இந்த தெய்வங்களை எப்படி வணங்குவது, அவர்களுக்கு படைக்க வேண்டிய நைவேத்தியம், அணிவிக்க வேண்டிய வஸ்திரம் என்ன, அவர்களுக்கிடையே உள்ள தனித்துவம் என்ன என்பதை இங்கு விரிவாக பார்ப்போம்...

குரு தட்சிணாமூர்த்தி வேறுபாடு..

நம்மில் பெரும்பாலானோர் தட்சிணாமூர்த்தியும், குரு பகவானும் ஒன்று என நினைத்துக் கொண்டு இருக்கிறோம். ஆனால் ஒருவர் ஞான குரு, மற்றொருவர் நவகிரக குரு என்பது தெரிவதில்லை.

இதன் காரணமாக கோயில்களில் வியாழக்கிழமைகளில் குரு பகவானை வணங்குவதற்காக அல்லது பரிகாரம் செய்வதற்கு என நினைத்து தட்சிணாமூர்த்தி முன் பக்தர்களின் கூட்டம்



அதிகரித்து வருகிறது.

அதே சமயம் உண்மையான குரு முன் வழிபடச் செல்பவர்களின் எண்ணிக்கை மிகுறைவாகவே உள்ளது. இதன் காரணமாக குரு பகவானுக்கு செய்ய வேண்டிய வழிபாட்டு முறையை தட்சிணாமூர்த்தி முன் செய்து வருகின்றனர்.

குருபுரஹ்மா: குருவிஷ்ணு: குரு தேவோ மஹேஸ்வர:

குரு சாக்ஷாத் பரப்ரஹ்ம தஸ்மைநீ குருவே நம:

என்றஸ்தலோகத்தில் குரு என்ற வார்த்தைக்கு தட்சிணாமூர்த்தி என்று அர்த்தம். ஆனால் குரு என குறிப்பிடப்படுவதால் குரு பகவானும், தட்சிணாமூர்த்தியும் ஒன்று என பலரும் நினைத்துக் கொண்டிருக்கின்றனர்.

அதே சமயம் ஆலங்குடியில் குரு பகவானுக்குரிய கோயிலும், பட்டமங்கலத்தில் தட்சிணாமூர்த்தி ஸ்வாமியும் பிரபலமடைந்து இருப்பதால் இருவரும் ஒன்று என எண்ணத்தோன்றச்

செய்துள்ளது.

நவகிரகங்கள் என்பது இறைவன் இட்ட கட்டளையை, கடமையைச் செய்யக் கூடிய ஒன்பது கோள்களாகும். அவற்றில் ஒருவர் தான் குரு பகவான் எனும் ப்ரஹ்ஸ்பதி.

இரு தெய்வங்களுக்கு இடையே உள்ள வித்தியாசம் என்ன என்பதை இங்கு பார்ப்போம்.

தட்சிணாமூர்த்தி என்பவர் யார், எப்படி இருப்பார்?

சிவன்கோயிலில் தென்முகம் பார்த்து அருள்பாலிப்பவர் தட்சிணாமூர்த்தி. இவர் எப்போது தியானத்தில் ஆழ்ந்திருப்பார். தட்சிணாமூர்த்தி என்பவர் ஞான குரு. அவருக்கு விருப்பமான நிறம் வெண்மை. அதனால் அவர் வெண்ணிற ஆடையில் அருள்பாலிப்பார். (ஸ்வேதாம்பரதரம் ஸ்வேதம் என வேதத்தை குறிப்பிடப்படுகிறது. அதாவது ஸ்வேதம் என்றால் வெண்மை என்று பொருள்.

இவர் சிவ பெருமானின் ரூபம். ஸ்நகாதி முனிவர்களுக்கு வேத ஆகமத்தை உபதேசிக்கும் குருவின் உருவமாக தட்சிணாமூர்த்தி கல்லால மரத்தின் அடியில் அமர்ந்திருக்கக் கூடியவர். இவரை ஞான குரு அல்லது ஆதி குரு என அழைக்கப்படுகிறார்.

ஞானம் வேண்டி தட்சிணாமூர்த்தி முன் நாம் தியானத்தில்

அமர்ந்து வழிபடலாம். அதே சமயம் ஞானத்தை வேண்டுவர்களுக்கு வியாழக்கிழமை தான் உகந்தது என்று இல்லை. எந்த கிழமையானாலும் அவருக்கு உகந்ததே.

குரு என்பவர் யார், எப்படி இருப்பார்?

நவகிரகங்களில் இருக்கக் கூடிய குரு பகவானோ வடக்கு திசை நோக்கி வீற்றிருப்பார். இவருக்கு உகந்த நிறம் மஞ்சள். அதே போல் அவருக்கு விருப்பமான நைவேத்தியம் கொண்டைக் கடலை.

இவருக்கு மஞ்சள் வஸ்திரத்தைச் சாற்றுவதும். கொண்டைக்கடலை மாலை அணிவிப்பதும் உகந்தது.

ஆனால் குரு என்பவர் இந்திரலோகத்தில், தேவர்களுக்கெல்லாம் குருவாக, ஆலோசனை வழங்கக் கூடியவராக அதாவது ஆசிரியர் பணியை செய்யக் கூடியவர் ப்ரஹ்ஸ்பதி எனும் குரு பகவான். (வியாழன் கோள்).

ஆசிரியராக குரு ஆசிரியர் தொழிலைச் செய்வதால் இவரை பொதுவாக குரு என அழைக்கப்படுகின்றார்.

இப்போதாவது ஞானத்தை வழங்கக்கூடிய குரு தட்சிணாமூர்த்தி வேறு. நவகிரகங்களில் இருக்கக் கூடிய குரு வேறு என்பதை உணருங்கள்.

அட்சதை தூவி வாழ்த்துவது எதற்காக?

ஒரு கையில் அரிசி வைத்துக் கொள்ளுங்கள், மற்றொரு கையில் கோதுமை மணியை வைத்துக் கொள்ளுங்கள். இரண்டு தானியங்களையும் கைகளில் வைத்து உணர்ந்து பார்த்தால், அரிசி வைத்திருக்கும் கை நடுங்குவதை உணரமுடியும். ஆனால், கோதுமையில் அப்படி ஆகாது. அரிசியின் குணம் அப்படி. இதுபோல் ஆசீர்வதிக்க அரிசியிலும் பச்சரிசியே சிறப்பு வாய்ந்தது. அரிசி உயிரோடு இருக்க வேண்டியது அவசியம். அதனை சக்தியூட்ட அரிசியின் கொஞ்சம் மஞ்சளையோ அல்லது குங்குமத்தையோ சேர்த்துக் கொள்ளலாம். இந்தக் கலவையை உங்கள் கைகளில் வைத்துக் கொள்வதால், சுற்று நேரத்தில் அந்த அரிசி உங்கள் உணர்வையும் சக்தியையும் கிரகித்துக் கொள்ளும். உங்கள் தன்மையை அது உள்வாங்கிக்



கொள்ளும் திறன் அதற்கு இருக்கிறது. மேலும், நம் கலாச்சாரத்தில் அரிசியை கைகளில் வாங்கக்கூடாது, கொடுக்கக்கூடாது என்றும் சொல்லி வைத்துள்ளார்கள், அல்லவா? ஆனால் இன்றோ, திருமணங்களில் ஆசீர்வதிக்க வந்தவர்கள் உட்கார்ந்துள்ள இடத்திற்கே சென்று, அதன் தாழ்பரியம் புரியாமல் கைகளில் அள்ளிக் கொடுக்கிறார்கள். சில காலத்திற்கு முன்பு வரை கூட தாழ்பரிக் அரிசியை வைத்து, வாழ்த்த வந்தவர்களை எடுத்துக்கொள்ளச் சொல்வார்கள், கைகளில் கொடுக்க மாட்டார்கள். இதுபோன்ற ஒரு

வழக்கம் உருவாக்கப்பட்டதற்கு மிக முக்கிய காரணம், உங்கள் சக்தியை நீங்கள் இன்னொருவருக்கு கடத்தத் தேவையில்லை என்பதால்தான். ஏதோ ஒரு முகார்த்தத்திலோ அல்லது சுப நிகழ்ச்சியிலோ இருக்கும்போது மட்டும் வாழ்த்துவதற்கு அட்சதை வழங்குவார்கள். உங்கள் உணர்வு நல்ல நிலையில் இருக்கும்போது மட்டும்தான் அரிசி, கோபத்தில் வீட்டில் சண்டையிடும்போது அரிசி அல்ல. அதிலும் அரிசியை மனமக்கள் மேல் ஏறியுக் கூடாது. அது சரியல்ல! அவர் தலைமேல் ஒரு குறிப்பிட்ட பகுதியில் அதை வைக்கவேண்டும். ஆசீர்வாதம் செய்யும்போது, சற்று நேரம் நல்ல உணர்வுடன் கைகளில் வைத்துக்கொண்டு அவர் தலைமேல் வைக்க வேண்டும். ஆனால், இன்று நமக்கு பொறுமை

கைவிட்டு போய்விட்டது, வீசியெறியத் துவங்கிவிட்டோம். சரி, தலையில் ஏதோ ஒரு பகுதியில் வைத்துவிட்டால் போதுமா என்றால், அப்படியில்லை. தலையில் ஒரு குறிப்பிட்ட பகுதி இருக்கிறது. அந்தப் பகுதியில் அட்சதையை வைக்கவேண்டும். அப்படி வைக்கும்போது உங்கள் உணர்வுடன், அந்த அரிசி வேறு விதத்தில் வேலை செய்யும். ஆனால், அதை சரியான இடம் தெரிந்து வைக்க வேண்டும். ஒரு காலத்தில், அறிவியலாக உருவாக்கப்பட்ட விஷயம் இன்றுவெறும் சம்பிரதாயமாக மாறிவிட்டது துரதிருஷ்டம்! நம் உயிர் செயல்படும் விதம் புரிந்து, அது எப்படி செயல்படுகிறது என்கிற அறிவியல் தெரிந்து, மனிதனுடைய வளர்ச்சிக்காக பலருகவினை இத்தக்கலாச்சாரத்தில் நாம் உருவாக்கினோம். ஆனால், விஞ்ஞானம் சடங்காக மாறிவிட்டது. விஞ்ஞானம் மீண்டும் உயிர் பெற்றால் சிறப்பாக இருக்கும்.

தினந்தோறும் சாயி கும்பிடுங்கள்.. இந்த 10 விஷயத்தை மறக்காம மனசுல வெச்சுக்கோங்க...

1. காயத்ரி மந்திரத்தை பயணத்தின்போது, சொல்லக் கூடாது. சுத்தமான இடத்தில் தான் காயத்ரி மந்திரத்தை ஜெபிக்க வேண்டும்.

2. கற்பூரம் ஏற்றி கடவுளுக்கு காட்டும் பொழுது, இறைவனின் காலிற்கு நான்கு தடவை சுற்றிக் காண்பிக்க வேண்டும். தொப்புளுக்கு இரண்டு தடவை சுற்றிக் காண்பிக்க வேண்டும். முகத்துக்கு ஒரு தடவையும், முழு உருவத்துக்கும் மூன்று தடவையும் காண்பித்து வழிபட வேண்டும்.

3. நமது வீட்டு வாசலில் கோலம் போடாமலும், வீட்டில் விளக்கேற்றாமலும் அருகில் இருக்கும் ஆலயங்களுக்குச் செல்லக் கூடாது. அப்படிச் செல்வதால் பலன்கள் கிடையாது.

4. விளக்கு எரிந்துக் கொண்டிருக்கும் பொழுது, அதில் இருக்கும் எண்ணெய் அல்லது நெய்யை கையால்

தொடுவதும் அதன் பிறகு அதைத் தலையில் தடவிக் கொள்வதும் கூடாது.

5. சிவன் அர்ச்சனைக்கு உகந்தது வில்வ இலை.

விஷ்ணு விற்கு உகந்தது துளசி. விநாயகர்

வழிபாட்டிற்கு உகந்தது அபிஷேகம்

அருகம்புல். அதே போல் பிரம்மாவிற்கு உகந்தது அத்தி

இலை. இவற்றை மாற்றி, மற்ற தெய்வங்களுக்கு வைத்து வழிபடக் கூடாது.

6. கலச பூஜை செய்கிறோம்.

கலசத்தின் அர்த்தங்கள் தெரியுமா? கலசத்தை தான்

சரீரம் என்கிறோம். கலசத்தின் மேல் சுற்றியிருக்கும் நூல்

தான் நம் உடம்பில் இருக்கும் நாடி, நரம்புகள். கலசத்தின்

உள்ளே இருக்கும் தீர்த்தம் உள்ளே இருக்கும் தீர்த்தம்

தான் இரத்தம். கலசத்தின் மேல் உள்ள தேங்காய்,

தலையாக கருதப்படுகிறது. கலசத்தின் மேல் உள்ள

தேங்காயைச் சுற்றியிருக்கும் மாவிலையை, சுவாசமாகப்

பார்க்கிறோம். கலசத்தின் அடியில் இருக்கும் அரிசியும், இலையும் தான் மூலாதாரம்.

அதில் இருக்கும் கூர்ச்சம் தான் மூச்சாக கருதப்படுகிறது.

உபசாரத்தை பஞ்சபூதங்களாக வழிபடுகிறோம்.

7. பெண்கள் வேல் மற்றும் சிவலிங்கத்தை அபிஷேகம்

செய்யக்கூடாது

8. கோவில்களில் சூடம் மற்றும் தீபத்தை கைகளில் ஏற்றி காண்பிக்க கூடாது.

9. பூஜைக்குப் பயன்படுத்திய தேங்காயை சமையலில் சேர்த்து, பின்னர் அந்த

உணவை மீண்டும் சாமிக்கு நிவேதனம் செய்யக்கூடாது.

10. அமாவாசை விரதமிருப்பவர்கள்

அன்று, வீட்டில் தான் சாப்பிடவேண்டும். வெளியே

சமைத்ததை சாப்பிடக்கூடாது. முடிந்தால் அமாவாசை அன்று

பசியுடன் இருப்பவர்களுக்கு உணவு தரலாம். அமாவாசை

தினங்களில் வீட்டு வாசலில் கோலம் போடக் கூடாது.

செல்வ செழிப்போடு வாழ செம்பருத்தி பூ உதவுகிறது

பொதுவாகவே செம்பருத்தி பூவுக்கு நல்ல விஷயங்களை வசியம் செய்யக்கூடிய தன்மை

அதிகமாக உள்ளது. குறிப்பாக செம்பருத்தி பூவுக்கு உள்ளே இருக்கும் மகரந்தத்திற்கு

அந்த சக்தி அதிகமுண்டு. செம்பருத்தி பூவுக்கு நடுவே சாம்பு போட ஒன்று

எட்டிப்பார்க்கும் அல்லவா. அந்த காமப்பைலேசாகையில்

உரசி எடுத்தால், மகரந்தம் உங்களுக்கு கிடைத்து விடும்.

அந்த மகரந்தத்தை மட்டும் எடுத்துக் கொள்ளுங்கள்.

இந்த மகரந்த துகள்களை ஒருசிறியப்பாவில் போட்டுக் கொள்ளுங்கள். பிளாஸ்டிக்

டப்பாவாக இருந்தால் கூட பரவாயில்லை. செம்பருத்தி

பூ மகரந்த துகள்களுடன், சிறிதளவு அரகஜா, சிறிதளவு

நலக்காய் பொடி, போட்டு ஏன்றாக கலந்து இதை ஒரு

மைபோல தயார் செய்து கொள்ள வேண்டும்.

இதை உச்சந்தலையில் வைத்துக்கொள்ளலாம் தவறு கிடையாது. அப்படி இல்லை

கொள்வதற்கு வசதியாக தயார் செய்து கொள்ளுங்கள்.

இந்த கலவையை கலப்பதற்கு தண்ணீர்

ஊற்ற வேண்டாம். நெய் ஊற்றி குழைத்து இதை மை

போல தயார் செய்து பூஜை அறையில் வைத்து விட்டு,

மனதார குலதெய்வத்தையும் மகாலட்சுமியையும், சக்கிர

பகவானையும் நினைத்து பிரார்த்தனை செய்து

கொள்ள வேண்டும். ஒரு தீபம் ஏற்றி வைத்துவிட்டு

இந்தப் பிரார்த்தனையை மனதார செய்யுங்கள். அதன்

பின்பு தினம்தோறும் இந்த திலகத்தை நெற்றியில் இட்டு

வர உங்களுக்கு பண வசியம் ஏற்படும்.

இது கருப்பு நிறத்தில் தான் இருக்கும். நெற்றியில் வைத்தால் இது என்ன திலகம்

என்று கேட்பார்கள் என்றால், இதை உச்சந்தலையில் வைத்துக்கொள்ளலாம் தவறு கிடையாது. அப்படி இல்லை



என்றால் இந்த மையை நெற்றியில் வைத்து விட்டு

அதன் மேலே குங்குமமிட்டு கொண்டாலும் தவறு கிடையாது. இந்த திலகத்தை

மட்டும் நெற்றியில் இட்டு வந்தால் உங்களை விட்டு

துரதிஷ்டம் தூரம் சென்று விடும்.

அதிர்ஷ்டம் பக்கத்தில் வந்துவிடும். கடன் தொல்லை

தீரும். பணக்கஷ்டம் தீரும். வீட்டில் மனநிம்மதி இருக்கும்.

உலகத்தில் இருக்கக்கூடிய அத்தனை நல்லதும்

ஒவ்வொன்றாக உங்களுக்கு நடக்கத் தொடங்கும். நீங்கள்

வேண்டுமென்றால் 48 நாட்கள் இந்த திலகத்தை

வைத்து தான் பாருங்களைன். வாழ்வில் வரக்கூடிய

நல்ல மாற்றங்களை நம்பிக்கையோடு செய்தால்

நல்ல பலன் உண்டு.

CLASSIFIEDS

RENTAL

COMMERCIAL SPACE FOR RENT
@CHITLAPAKKAM
1500 sq.ft New
2nd FLOOR
9043641379 / 9176682911

FLATS FOR RENTAL
@ CHROMPET
AVAILABLE 2BHK
PURE VEG
8072230451

SALE

PLOT SALE
Nr.SANATORIUM RLY STATION
1125sqft RS.8500/- Per Sqft
NEW DUPLEX HOUSE
Nr.SANATORIUM RLY STATION
RS.130 CR
FLAT FOR RESALE
Nr.HASTINAPURAM MOSQ
3BHK -RS.75 Lakh
9840036137

BUILDING CONTRACT

KR HOMES
Home Construction
@ 2400/- Sq.Ft.,
INCLUDING OHT & SEPTIC TANK
ELEVATION WORK
ARCHITECTURAL DESIGN
ENGINEER SUPERVISION
BRANDED MATERIALS
8072499969

உங்கள் வீட்டை உடனே வாடகைக்கு விட வேண்டுமா?
GST ROAD NEWS-ல்
விளம்பரம் செய்ய 2 x 4cm Rs. 525/- (Colour) டிஸ்ட்ரீட்
044-2224 0607 / 89395 26999

DISCLAIMER
Readers are advised to make appropriate enquiries while responding to advertisement in these columns. GST Road News does not vouch for any claims made by the Advertisers. The Printer, Publisher, Editor and Owner of GST Road News Shall not be held responsible for any consequences in case such claims are found to be false.

FLAT RESALE

FLAT FOR RESALE
@CHROMPET
RADHA NAGAR
Fernando Street
2 BHK 742 Sqft
UDS 412 Sqft
FIRST FLOOR - 9 YEARS OLD
98408 13922 / 82207 14258

FLAT FOR RESALE
@HASTHINAPURAM
JAIN NAGAR
3 BHK - 1155 Sqft
UDS - 495 Sqft CCP
8072230451

FLAT FOR RESALE
@ CHROMPET
@Raghava Nagar
2 BHK - 800 Sqft
UDS - 300 Sqft,

@MARUTHI NAGAR
3 BHK - 1888 Sqft
UDS - 880 Sqft
80722 30451

FLAT FOR RESALE
@NEHRU NAGAR

2 BHK - 650 Sqft
UDS - 327 Sqft
SEMI INDEPENDENT DUPLEX HOUSE
@PURUSHOTHAMAN NAGAR
1640 Sqft UDS -875 Sqft
80722 30451

FLAT FOR RESALE
@ PERUNGUDI

2 BHK 1ST FLOOR
910 Sqft
UDS 455 Sqft
8 YEARS OLD TOTAL FLATS-6
CAR PARK / COVERED 1 BIKE PARKING
9791072058

திருமண வதந்திக்கு முற்றுப்புள்ளி வைத்த அனிருத்!

திருமணம் குறித்த வதந்தி பரவி வந்த நிலையில், அதற்கு முற்றுப்புள்ளி வைத்திருக்கிறார் இசையமைப்பாளர் அனிருத். கடந்த சில நாட்களாக இசையமைப்பாளர் அனிருத்துக்கும், சன் குழுமத்தின் தலைவர் கலாநிதி மாறனின் மகள் காவ்யா மாறனுக்கும் திருமணம் நடைபெற இருப்பதாக தகவல் கள் வெளியாகி வந்தன. ஐபிஎல்-ல் ஹைதராபாத் அணியின் உரிமையாளராக இருந்து வருகிறார் காவ்யா மாறன். இதனால் இந்த வதந்தி வைரலாக பரவியது.

இதனைத் தொடர்ந்து தனது எக்ஸ் தளத்தில் அனிருத், “கல்யாணமாஞ் தயவு செய்து வதந்திகளை பரப்பாதீர்கள்” என்று பதிவிட்டுள்ளார். இதன் மூலம் இந்த வதந்திக்கு முற்றுப்புள்ளி வைக்கப்பட்டு இருக்கிறது. தற்போது தென்னிந்திய திரையுலகில்



தயாராகி வரும் ‘க்லி’, ‘ஜெயிலர் 2’, ‘ஜனநாயகன்’, ‘மதராஸி’, ‘கிங்டம்’, ‘லவ் இன்சூரன்ஸ் கம்பெனி’, ‘தி பாரடைஸ்’ உள்ளிட்ட பல படங்களுக்கு இசையமைப்பாளராக பணிபுரிந்து வருபவர் அனிருத் என்பது குறிப்பிடத்தக்கது. ‘ஜெயிலர்’ படத்தின் பிரம்மாண்ட வெற்றிக்காக ரஜினி மற்றும் இயக்குநர் நெல்சன் ஆகியோருக்கு மட்டுமன்றி இசையமைப்பாளர் அனிருத்துக்கும் விலை உயர்ந்த காரை பரிசாக வழங்கினார் கலாநிதி மாறன் என்பது நினைவுகூரத்தக்கது.

தங்கம் விலை தொடர் உயர்வு

சென்னை நகரில் 1 கிராம் 24 கேரட் தங்கம் விலை ரூ.10,141 ஆக உள்ளது, இதேபோல் 1 கிராம் 22 கேரட் தங்கம் விலை ரூ.9,296 ஆகவும், 1 கிராம் 18 கேரட் தங்கம் விலை ரூ.7,651 ஆகவும் உள்ளது.

இஸ்ரேல் ஈரான் போர் காரணமாக தங்கத்தின் விலை மேலும் உயரும் என நிபுணர்கள் எச்சரித்து உள்ளனர்.

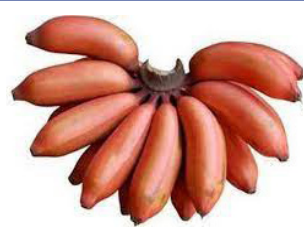
அகமதாபாத் விமான விபத்தில் பலி எண்ணிக்கை 274 ஆக உயர்வு.

ஏற்கனவே விமானத்தில் பயணித்த 241 பேர் உயிரிழந்த நிலையில், மருத்துவக் கல்லூரி மீது மோதியதில் மாணவர்கள் 10 பேர், பொதுமக்கள் என 33 பேர் உயிரிழப்பு என அதிகாரப்பூர்வ தகவல்.

தினமும் ஒரு செவ்வாழை சாப்பிடுவதால் ஏற்படும் நன்மைகள்..!

தினமும் ஒரு செவ்வாழை சாப்பிடுவதால் ஏராளமான நன்மைகள் இருக்கும் நிலையில் அவற்றில் சிலவற்றை தற்போது பார்ப்போம், செவ்வாழைப் பழத்தின் பயன்கள்

1. உடல் எடையை கட்டுப்படுத்தும்: செவ்வாழைப் பழத்தில் மற்ற பழங்களை விட குறைவான கலோரி அளவு கொண்டுள்ளது. இதில் அதிகமான நார்ச்சத்து இருப்பதால், உடல் எடையை குறைக்க உதவுகிறது.



2. சிறுநீரக ஆரோக்கியம்: செவ்வாழைப் பழத்தில் அதிக அளவில் பொட்டாசியம் உள்ளது. இது சிறுநீரகத்தில் கற்கள் உருவாகாமல் தடுக்கும். 3. சரும ஆரோக்கியத்தை பாதுகாக்கும்: செவ்வாழைப் பழம் சருமத்தில் உள்ள குருதி சுற்று இயக்கத்தை

மேம்படுத்துகிறது. இதில் 75% நீர் மற்றும் ஆன்டி ஆக்ஸிடென்டுகள் உள்ளதால், சருமத்திற்கு தேவையான ஈரப்பதம் கிடைக்க உதவுகிறது.

4. ரத்தத்தை சுத்திகரிக்கும்: செவ்வாழைப் பழத்தில் உள்ள வைட்டமின் B6, ரத்தத்தின் தரத்தை மேம்படுத்தி ஹீமோகுளோபின் அளவை அதிகரிக்கிறது.

5. தலைமுடிக்கு ஆரோக்கியம்: தலைமுடியில் உள்ள பொருகு மற்றும் வறட்சி குறைய, செவ்வாழைப் பழத்தை தேங்காய், எள் அல்லது பாதாம் எண்ணெய்யுடன் கலந்து தலையில் தேய்க்கலாம்.

மீண்டும் கயிலாய யாத்திரை

5 வருடங்களாக நிறுத்தி வைக்கப்பட்டிருந்த கயிலாய யாத்திரை மீண்டும் ஆரம்பிக்கப்படுகிறது. முதல்

தவணையாக 50 பக்தர்கள் வரும் 15ம் தேதியன்று கேங்டாக்கிலிருந்து நாதுலா கணவாய் வழியாக கயிலாய

தரிசனம். ஒரு வழியாக இந்தியா சீனா இடையேயான நீண்ட பேச்சு வார்த்தைகளுக்கு பிறகு இந்த வருடத்திலிருந்து கயிலாய நாதர் தரிசனம்.

அற்புத மருத்துவ குணங்கள் நிறைந்த பலாப்பழம்

பலாப்பழத்தின் சுவைக்கு ௬0 இணை இல்லை. அதேபோல் அதில் உள்ள அற்புத குணத்திற்கும்தான். பலாப்பழத்தில் உள்ள சத்துக்கள் பற்றி பார்ப்போமா!!!

முக்கனிகள்... மா, பலா, வாழை. இதில் பலாப்பழத்தின் வாசனையே நாக்கை சப்புக் கொட்டச் செய்யும். இதன் சுவைக்கு வேறு எதையும் ஈடாக சொல்ல முடியாது. பலாப்பழம் ஊட்டச்சத்து மிக்கது மட்டுமின்றி மருத்துவ குணமும் கொண்டது.

இதில் உடலுக்கு தேவையான வைட்டமின் ஏ, சி மற்றும் தயமின், பொட்டாசியம், கால்சியம், இரும்புச்சத்து, நையாசின் மற்றும் துத்தநாகம் போன்றவை அடங்கி உள்ளன. பலாச்சுளையில் இருக்கும் பொட்டாசியம் அதிகம். இதனால் ரத்த அழுத்தத்தை குறைத்து இதய நோய் வராமல் தடுக்கிறது. பலாப்பழத்தில் இரும்புச்சத்து இருப்பதால் அனிமியா வராமல் தடுப்பதோடு, உடலில் ரத்த

ஓட்டத்தை சீராக்குகிறது. இதனால் உடல் மிகுந்த ஆரோக்கியம் அடைகிறது. ஆஸ்துமாவால் பாதிக்கப்பட்டவர்கள் அதிகம் உள்ளனர். அவர்கள் படும் கஷ்டம் மிகவும் அதிகம்தான். அதிலும் குளீர்காலத்தில் சொல்லவே தேவையில்லை. இவர்களுக்கு சிறந்த மருந்து ஒன்று உள்ளது. பலா மரத்தின் வேரை வேக வைத்து அந்த நீரோடு, பலாப்பழச்சாற்றை கலந்து குடித்தால் ஆஸ்துமா அப்படின்னா... என்னவென்று கேட்பார்கள். அந்தளவிற்கு மருத்துவ குணம் நிறைந்தது. தைராய்டு குறைபாடு உள்ளவர்கள் பலாச்சுளையை சாப்பிட்டு வந்தால் இந்த குறைபாடு குணமாகும். மேலும் உடலுக்குத் தேவையான ஹார்மோனை உற்பத்தி செய்யும் தன்மை கொண்டது பலாப்பழம். குழந்தைகளுக்கு இந்த பழம் மிகவும் நல்லது. இதை குழந்தைகளுக்கு சாப்பிடக் கொடுப்பதால் எலும்புகள் வலுவடைகின்றன. பலாப்பழத்தில் மெக்னீசியம் அதிகம்

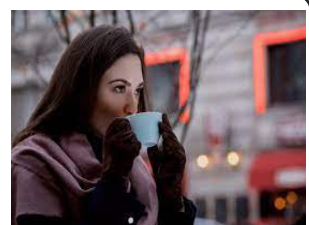


இருப்பதால் இது எலும்பு சம்பந்தமான எந்த நோயும் வராமல் தடுக்கிறது. வைட்டமின் ஏ மற்றும் சி இருப்பதால் இது ஒரு சிறந்த ஆன்டி ஆக்ஸிடன்ட் ஆக உள்ளது. அது மட்டுமா? நார்ச்சத்து அதிகம் உள்ள பழம் எதுவென்று கேட்டால் நிச்சயமாக அது பலாப்பழம்தான். அல்சர், செரிமானக் கோளாறு, கண்களில் ஏற்படும் கோளாறு ஆகியவற்றை குணப்படுத்துவதிலும் இதற்கு முதன்மையான இடம்தான். பலாப்பழத்தில் கலோரி குறைவாக இருப்பதால் இதய நோய் இருப்பவர்களுக்கு சிறந்தது. பலாப்பழத்தை சாப்பிட்டு வருபவர்கள் ஆரோக்கியத்துடன் இருப்பார்கள். இதை எல்லாம் அறிந்துதான் நம் முன்னோர்கள் முக்கனிகளில் பலாப்பழத்திற்கு 2ம் இடம் கொடுத்துள்ளனர்.

கார்ப், டி குடிப்பது ஏன்?

சோர்வாக உணரும் போது காபி அல்லது டீ குடிக்க நினைக்கிறோம். காரணம் அவற்றில் மனிதனின் நரம்பு மண்டலத்தை தூண்டி உற்சாகப்படுத்தும் வேதிப்பொருட்கள் இருக்கின்றன. அதன் காரணமாக காபி அல்லது டீ குடித்ததுமே நாம் உற்சாகமாக உணர்கிறோம். தவிர, காபியில் காபீன் என்கிற வேதிப்பொருள் இருக்கிறது. இது ஒரு வித மயக்கத்தை ஏற்படுத்துவதால்தான் அடிக்கடி காபி குடிக்க வேண்டும் என்று தோன்றுகிறது. ஒரு நாளுக்கு இரண்டு முறை டீயோ, காபியோ குடிப்பது உடல் நலத்துக்கு கேடு விளைவிக்காது. அப்படி குடிப்பதால் சில நன்மைகளும் ஏற்படலாம். காபி குடிப்பதால் அல்சைமர், பार्சின்சன்ஸ், இதய நோய், ஈரல் நோய், கீல்வாதம், நீரிழிவு போன்றவை ஏற்படுவதை ஓரளவுக்கு கட்டுக்கும் வகைக் முடியும் என்று ஆராய்ச்சியாளர்களும், மருத்துவர்களும் கூறுகின்றனர். மூளை நரம்புகளில் அடினோசின் ஆதிக்கத்தை காபீன் குறைப்பதால் மன அழுத்தம் குறையும் என்றும்

அவர்கள் தெரிவிக்கிறார்கள். காபியில் எவ்வளவு நன்மை இருக்கிறதோ, அந்த அளவுக்கு டீ குடிப்பதிலும் நன்மைகள் இருப்பதாக மருத்துவ அறிக்கைகள் சொல்கின்றன. டீ குடிப்பதால் பார்சின்சன்ஸ், ருமட்டாய்டு ஆர்த்தர்டிஸ் போன்றவை ஏற்படும் ஆபத்து ஓரளவுக்கு குறைகிறதாம். ஒருவர் தொடர்ந்து 10 ஆண்டுகளுக்கு சரியான அளவில் டீ குடித்து வந்தால், அவருடைய எலும்புகள் மற்றவர்களைவிட உறுதியாக இருக்கும். ரத்த அழுத்தம் கட்டுக்குள் இருக்கும் என்கிறார்கள். இவ்வளவு நன்மைகள் இருக்கும் பானங்களை குடிப்பதில் என்ன தவறு என்று யோசிக்கலாம். அளவுக்கு அதிகமானால் அமிர்தமும் நஞ்சாகும். காபியும், டீயும் மட்டும்தான் நலம் தருமா என்ன? அளவுக்கு அதிகமான பயன்பாடு பல உடல் நல பாதிப்புகளை ஏற்படுத்தலாம். காபியில் இருக்கும் காபீன் குறிப்பிட எல்லையை தாண்டும் போது, அதுவே உடல் நல பாதிப்புக்கு காரணமாக அமைந்துவிடும். அளவுக்கு அதிகமாக காபி குடிப்பதால் ரத்தத்தில் இருக்கும் இரும்புச்சத்தின் அளவு



குறைந்து பெண்களுக்கும், குழந்தைகளுக்கும் ரத்தசோகை ஏற்படலாம். காபியில் இருக்கும் சில வேதிப்பொருட்கள் இதயத்துக்கு எதிரானவை. அவை இதய வால்வுகளை விரைப்படையச் செய்து, பெரும் பாதிப்புகளை ஏற்படுத்தலாம். தலைவலிக்காக குடிக்கப்படும் காபியின் அளவு, அதிகமானால் மைக்ரேன் எனப்படும் ஒற்றை தலைவலி ஏற்படலாம். சிலருக்கு தூக்கத்தில் சிக்கல்கள் உண்டாகலாம். இன்னும் சிலருக்கு சரியான நேரத்தில் காபி குடிக்கவில்லை என்றால் பதற்றம் உண்டாகும். இதுவும் ஒரு வகை நோய்தான். எலும்பின் உறுதிக்கு துணைபுரிகிற அதே டீதான், எல்லை மீறும் போது எலும்பின் உறுதியை பாதிக்கிறது. பற்சிதைவுக்கும் அளவுக்கு அதிகமான டீ காரணமாக இருக்கலாம் என்றும் டாக்டர்களால் நம்பப்படுகிறது.

ஈரான் மீது ஏவுகணைகளை வீசிய இஸ்ரேல். வலுக்கும் போர்.

ஈரான் மீது இஸ்ரேல் இரண்டு முறை தாக்குதல் நடத்தியதற்கு பதிலடியாக இஸ்ரேல் மீது நூற்றுக்கணக்கான ஏவுகணைகளையும், ட்ரோன்களையும் ஏவியுள்ளது ஈரான் ராணுவம். ‘ஆபரேஷன் ட்ரூ ப்ராமின்’ என்று இந்த தாக்குதலுக்கு பெயரிடப்பட்டுள்ளதாக இஸ்ரேல் ராணுவம் தெரிவித்துள்ளது.

repute
packaged drinking water

Reason We have for your Thirst

20 Ltr Can

ORDER WATER TODAY

QR Code

suitable for office & home

www.reputeh2o.com

98845 44444

WANTED TELECALLER @CHROMPET

PART-TIME/FULL TIME FRESHER'S & EXPERIENCE WITH COMPUTER KNOWLEDGE

9952084164

ஆட்கள் தேவை

குரோம்பேட்டை ராதா நகரில் உள்ள கட்டுமான நிறுவனத்திற்கு

+2-முகிரி படித்த கம்யூட்டர் தெரிந்த ஆண்கள்- பெண்கள் வேலைக்கு தேவை. நல்ல சம்பளம்

94440 20442

NETLON

SAI SRI DHARSHINI ENTERPRISES

Plot No:10, Door:13, Mageshwari Nagar, 3rd Street, Hasthinapuram, Chennai - 600 064.

SAINT-GOBAIN MOSQUITO NET

PROPRIETOR **M.VENKATESH, B.COM.,**

97103 55252 / 86109 10731

சென்னை பல்கலைக்கழக தேர்வு ஒத்திவைப்பு

குரூப் 1 முதன்மை தேர்வானது நாளை மறுநாள் ஜூன் 15ம் நாள் நடைபெற இருப்பதால், அதே நாளில் நடைபெற இருந்த சென்னை பல்கலைக்கழகத்தின் தொலைதூரக் கல்வி செமஸ்டர் தேர்வுகள் ஒத்திவைக்கப்பட்டுள்ளது. மாற்றுத் தேதிகள் www.ideunom.ac.in இணையதளத்தில் வெளியிடப்பட்டுள்ளதாக சென்னை பல்கலைக்கழகம் அறிக்கை வெளியிட்டுள்ளது.

EXHIBITION-CUM-SALE DISCOUNT ON HANDLOOMS & JEWELLERY FROM 13TH JUNE TO 24TH JUNE

An exhibition-cum-sale of clothes, jewellery and handicrafts is going on in Sri Ram Ganesh Mahal, RP Road, Hasthinapuram. Chromepet. from 13th June to 24th June. The readymade section includes handloom items like Orissa sarees, Rajasthan gagra choli, dress material, women tops, Jaipur chudidhar, kurtipajama, Madurai sarees, Panjab Phulkari dress material, Readymade shirts, Bermudas, Lucknow chicken tops, Kalamkari sarees and tops, Khadi kurta and Tiruppur cotton dresses. Other items include Pochampalli / Rajasthan bedsheets, Jaipur five stone jewellery, Terracotta, curtains, Orissa banjara bags, wall hangings, Rudraksha and



Karungali malai Tiruppur cotton dresses, shoes, sandals and jewellery from different states. Up to 20% discount is offered on all items. 10% discount is given on handicrafts. The exhibition is open from 10.30 a.m. to 9 p.m. on all the days. Credit, debit cards and other online payments are accepted. There is no entrance fee. For more details, call 99404 22426.

WANTED @CHROMPET

SITE SUPERVISOR FOR CONSTRUCTION COMPANY

93616 59989

SPECIAL INVITATION

குரோம்பேட்டையில் உள்ள விரபல நிறுவனத்திற்கு Retd, SENIOR CITIZEN, LADIES தேவை AGE - 30 TO 75, SSLC AND ABOVE Work Form Home Unlimited Incentive, Only KYC Docs

73586 21949

LIC

NEED SENIOR CITIZENS, RETIRED BANKERS, HOME MAKERS, BUSINESS PEOPLE

WANTED FINANCIAL ADVISORS

GROW YOUR INCOME WITH LIC OF INDIA (OPPORTUNITY FOR ALL)

STIPEND - Rs.7000 PER MONTH NO AGE LIMIT FOR REGISTRATION:

CONTACT: M. AASHIKA DEVELOPMENT OFFICER LIC OF INDIA

96770 14565 94443 06688

WANTED @CHROMPET HASTHINAPURAM

MATHS, CHEMISTRY PHYSICS & ACCOUNTS STAFF FOR XI & XII MATRIC / CBSE

TUITION CENTRE

97890 08897 / 73583 60609

INDIA'S LEADING MNC REQUIRES FOR IT'S NEW BRANCH OPENING IN VELACHERY

WANTED

RETIRED VRS FROM GOVT&PVT SECTOR PROFESSIONALS / HOMEMAKERS GAZETTED OFFICERS / BFSI - SECTORS

Flexible working Hours / Unlimited Earning Potential

9840606284

