FLAT FOR RESALE @CHROMEPET
CHITLAPAKKAM
NR NELLAI SUPER MARKET
G.FLOOR 822 sqft
UDS-543.72
F.FLOOR-978 sqft
UDS-646.91
90035 29020
95000 35454

GST ROAD NEWS

TAMBARAM

Weekly News Paper

Email:gstroadnews@gmail.com www.gstroadnews.com

Chitlapakkam, Tambaram West, Tambaram East, Sanitorium, Kadapperi, Venkatraman Nagar, Nehru Nagar, Mahalakshmi Nagar, Servamangala Nagar

Vol:13 Issue - 38 04 Jan 2026 - 10 Jan 2026 4 Pages - Free Circulation Ct: 99628 80902

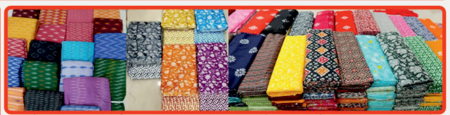
FLATS FOR SALE
@ CHROMEPET
EAST PUDHUVAI NAGAR
Nr.VAISHNAVA COLLEGE
SARAVANA STORE GATE
READY TO MOVE
3 BHK - 1165 Sqft
3-UNITS- FULLY FURNISHED
ONE FLAT ONE FLOOR
Rs.9000 /- Per Sqft
INCLUSIVE OFF ALL
(Except Reg)
CCTV-CCP-LIFT, AS PER VASTHU
MR CONSTRUCTION
90035 29020/95000 35454

தங்கம் விலையில் சரிவு

சென்னையில் 22 காரட் தங்கம் 1 கிராமின் விலை ரூ.60 குறைந்து ரூ.12,520 ஆகவும், ஒரு சவரன் விலை ரூ.480 குறைந்து ரூ.1,00,160 ஆகவும் இருக்கிறது. அதேவேளையில், 24 காரட் சுத்தத் தங்கம் 1 கிராம் விலை ரூ.66 குறைந்து ரூ.13,658 ஆகவும், சவரன் விலை ரூ.528 குறைந்து ரூ.1,09,264 ஆகவும் விற்பனை ஆகிறது.

PROFESSIONAL PAINTING
SPECIAL OFFER
EXTERIOR PAINTING WORK
INCLUDING MATERIAL
PONGAL OFFER STARTING FROM JUST
@RS 8/- PER SQFT {till Jan 31st}
82482 65196

ஸ்ரீ மயில் வீரா ஸ்டோர்


இங்கு அனைத்து விதமான டவல், வேஷ்டி, நைட்டிகள், பெட்கவர், தலையணைகவர், தரமான துணி வகைகள் குறைந்த விலையில் கிடைக்கும்.
PLEASE VISIT SHOP
JSB ILLAM Door No.20 PL No.11/ A
Srinivasa Nagar Main Road, Hasthinapuram,
Chrompet. Ch- 44. Ph:78239 00277

3BHK IND VILLA FOR SALE
CUSTOMISATION AVAILABLE

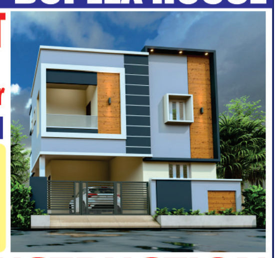
@CHROMEPET
THIRUMALAI NAGAR,NEAR ZION SCHOOL
LAND AREA -818 Sqft
BUILT UP AREA - 1500 Sqft
AMENITIES
☑ Lift ☑ CCTV
☑ Covered car parking ☑ As Per Vastu
☑ 100% Red bricks ☑ East facing property
9952749939

FLATS FOR SALE @ HASTHINAPURAM

3 BHK LUXURY APARTMENT
READY TO OCCUPY
₹99L (ALL INCLUSIVE)
Free Modular kitchen
☑ Lift ☑ CCTV ☑ CCP ☑ As Per Vastu
DECCAN CONSTRUCTION
2nd Main Road, Venkatraman Nagar, Hasthinapuram, Chennai - 64.
9841659939 / 9841319996

FLAT FOR SALE

@ CHROMEPET
BASHYAM NAGAR
Nr.KUMARANKUNDRAM TEMPLE
2BHK-927-Sqft
AMENITIES
LIFT UP TO TERRACE / COVEREDTERRACE
AS PER VASTHU / CCP-CCTV / EV CHARGER POINT
AUTOMATIC WATER TANK LEVELLER / RED BRICKS
SR CONSTRUCTION
95088 96088

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

NSN GROUP OF SCHOOLS
KNOWLEDGE IS POWER
QUALITY SCHOOL GOVERNANCE NABET
Chennai-44, Chennai-64, chennai-69 Ph :74018 88116 / 78240 88812 / 74018 88115

Applications are invited for the academic Year (2026-2027) from female candidates with experience. Candidates with subject proficiency and competence, Good communication skill, Technosavy, willingness to learn, can apply.

PGT - Postgraduate with B.Ed
TGT / SGT / PRT - Graduate with B.Ed
KINDERGARTEN - UG & Montessori Trained
STUDENT COUNSELLOR - Specialization in Psychology

SPECIAL EDUCATOR
Diploma in special education (Learning disability)
TECHNICAL POSITIONS:
Website Developer / Content Developer / Social Media Co-ordinator

NON - TEACHING STAFF
PET, Stem Lab Trainer, Science Lab Attender, Librarian, Staff Nurse, HR,Office Staff & Admin Officer with School Experience
Other Positions
Yoga, Classical Music, Art & Craft

Attractive salary will be paid, commensurate to experience.
Apply immediately with photo & mobile number to email id
NSN (Matric) Chrompet : nsnappln@gmail.com
NSN (CBSE) Chitlapakkam : nsnapplncbse@gmail.com
NSN (CBSE) Kundrathur : nsnkundrathur@gmail.com

PREMIUM 2,3,4 BHK FLATS FOR SALE @ CHROMEPET

PADMANABHA NAGAR
Nr. KARUMARI AMMAN TEMPLE
24 HRS POWER BACKUP*

4 BHK - 1825 Sqft
2 BHK - 941 & 898 Sqft

BALAJI NAGAR
Nr. PURUSHOTHAMAN NGR PERUMAL TEMPLE
24 HRS POWER BACKUP*

4 BHK - 1710 Sqft
2 BHK - 867 & 843 Sqft

BASHYAM NAGAR
Nr. ABIRAMI KALYANA MANDABAM
24 HRS POWER BACKUP*

3 BHK - 1132 Sqft
2 BHK - 1028 Sqft

Specification
With Lift
As Per Vaasthu
CCP
CCTV
Videodoor Phone
Ev Charger Point
AUTOMATIC WATER TANK LEVELLER
Red Bricks Construction

Sankar Constructions
98416 59929 / 98416 59930
Project Approved by: LIC HFL LIC HOUSING FINANCE LTD HDFC BANK SBI

திருமணம் கைகூடச் செய்யும் ஆண்டாள் கடைபிடித்த விரதம்

அதிகாலை பிரம்ம முகூர்த்த நேரத்தில் செய்யப்படும் செயல்கள் நல்ல பலன்களைக் கொடுக்கும். மார்கழி மாதம் முழுவதும் இறைவழிபாடு செய்தால் ஒரு வருடம் முழுவதும் இறைவனை வழிபட்ட பலன் கிடைக்கும். திருப்பாவை, திருவெம்பாவை ஓதி வழிபட்டால் நம் பாவங்கள் அழிந்து புண்ணியம் வந்து சேரும். மார்கழியில் வரும் வைகுண்ட ஏகாதசியன்று உண்ணா நோன்பு இருந்து பரமபத வாசல் தரிசனம் செய்தால் எல்லா பலன்களும் கிடைக்கும். அதுபோல திருவாதிரை தினத்தன்று களி நிவேதனம் செய்து நடராஜரை வழிபட்டால் வெற்றி கிடைக்கும். ஆண்டாள் இயற்றிய பிரபந்தங்கள் இரண்டு. ஒன்று திருப்பாவை. மற்றொன்று நாச்சியார் திருமொழி. மார்கழி நோன்பு இருக்கும் பெண்கள் அதிகாலையில் பாடுவதற்காக திருப்பாவையை ஆண்டாள் இயற்றினார்.

திருப்பாவையில் மொத்தம் 30 பாடல்கள். நோன்பு இருந்த ஒவ்வொரு நாளும் ஒரு பாடலாக 30 பாடலை ஆண்டாள் பாடினார். வேதங்களின் முடிவுப் பகுதியாகிய உபநிஷதங்களின் நுட்பமான பொருட்களை திருப்பாவை எடுத்துச் சொல்வதாக ஆய்வாளர்கள் கருதுகிறார்கள். திருப்பாவையில் உள்ள 30 பாடல்களில் முதல் 5 பாடல்கள் மார்கழி நோன்பு பற்றியும், அடுத்த 10 பாடல்கள் தோழிகள் அதிகாலையில் எழுப்பப்படுவது பற்றியும், அதற்கு அடுத்த 10 பாடல்கள் கண்ணனை கண் விழிக்க செய்யும், கடைசி 5 பாடல்கள் பாவை நோன்பு பயன்கள் பற்றியும் சொல்கிறது. திருப்பாவையின் 30 பாடல்களையும் கற்பவர்கள் எப்போதும் திருமால் அருளால் பூ உலகிலும், வான் உலகிலும் இன்ப வாழ்க்கை வாழ்வார்கள். எல்லா நலன்களும் கிடைக்கும். அதோடு வாழ்வாங்கு வாழ்ந்து பின்பு மோட்சத்தையும் அடைவார்கள்.கன்னிப் பெண்கள் தாங்கள் விரும்பும் கணவனை அடைய நோன்பு இருப்பது வழக்கம். பிரம்ம முகூர்த்தம் எனப்படும் நேரத்தில் (அதிகாலை 4 மணி முதல்) கன்னிப் பெண்கள் தங்கள் தோழியருடன் சென்று குளித்து, நல்ல கணவர் வேண்டும் என்று வழிபடுவதே இந்த நோன்பின் முக்கிய அம்சமாகும். மார்கழி மாதம் 30 நாளும் இந்த நோன்பை கடை பிடிப்பது விசேஷம் என்பதால் இதை மார்கழி நோன்பு, பாவை நோன்பு என்று கூறுகிறார்கள்.திருப்பாவை பாடி மார்கழி நோன்பு இருந்து ரங்கநாதரை ஆண்டாள் திருமணம் செய்து கொண்டாள். ஆண்டாள் இருந்த விரதத்தை இப்போதும் கன்னிப் பெண்கள் அனுஷ்டித்தால் நல்ல கணவர் கிடைப்பார்.அந்த எளிய பரிகார விரதம் எப்படி இருக்க வேண்டும் தெரியுமா?கன்னிப் பெண்கள் தினமும் அதிகாலை 4.30 மணிக்கே எழுந்து நீராடி திருப்பாவை படிக்க வேண்டும். மார்கழி முதல் தேதியில் 'மார்கழித் திங்கள் மதி நிறைந்த நன்னாள்' என்ற பாடலை பாட வேண்டும். இப்படி திருப்பாவையின் 30 பாடலையும் பாட வேண்டும். மார்கழியில் 29 நாட்களே இருப்பதால் கடைசி நாள் (மார்கழி 29ந்தேதி ஜனவரி 13 போகி தினத்தன்று) மட்டும் கடைசி 2 பாடல்களை பாட வேண்டும். நாச்சியார் திருமொழியில் ஆண்டாள் தன் திருமணம் எப்படி நடந்தது என்பது பற்றிய கனவை எழுதியுள்ளார். "வாரணம் ஆயிரம் சூழ வலம் செய்து" என்று தொடங்கும் அந்த பாசுரங்களை மார்கழி மாதம் முழுவதும் பெண்கள் படித்தால் உடனே திருமணம் நடக்கும்.வாரணம் ஆயிரம் பாடி முடித்ததும் பெருமாள், ஆண்டாள் படம் மீது பூ தூவி வழிபட வேண்டும். இதனால் ஆண்டாள் மனம் மகிழ்ந்து நல்ல கணவர் கிடைக்க அருள்வாள். திருமணத் தடைகள் இருந்தால் விலகி விடும்.

தினமும் 10 நிமிட பூஜை: உங்கள் வீட்டின் தலையெழுத்தையே மாற்றும்!

வீட்டில் பூஜை செய்வது என்பது வெறும் ஆன்மிக சடங்காக மட்டும் கருதப்படாமல் புனிதமான ஆன்மிக செயலாகவே கருதப்படுகிறது. பூஜை செய்யும் போது தீர்த்தம், பிரசாதம், விளக்கு, தூபம் முதலியவற்றை சரியான முறையில் பயன்படுத்தி மந்திரங்களை உச்சரிப்பதால் எதிர்மறை ஆற்றல்கள் நீங்கி வீட்டில் நேர்மறை சக்திகளை ஈர்க்கின்றன. அந்த வகையில் 10 நிமிடம் தினமும் வீட்டில் பூஜை செய்வதால் கிடைக்கும் நன்மைகள் குறித்து இப்பதிவில் காண்போம்.ஆன்மிக ஒழுக்கம்: வீட்டில் பூஜை செய்யும்போது மனம், சொல், செயல் மூன்றும் ஒன்றாக இணைந்து பூஜை செய்ய வேண்டும். பூஜையின் முழு பலன்கள் கிடைக்க பூஜை செய்வதற்கு சில நிமிடங்களுக்கு முன்பு அமைதியாக அமர்ந்து மனதை ஒரு நிலைப்படுத்துவது ஒரு முக்கியமான ஆன்மிக ஒழுக்கமாக இருக்கிறது. வீட்டில் பூஜை செய்யும்போது சுவாமி முன் நின்று விளக்கேற்றி முடித்தால் மட்டும் முழு பலன் கிடைக்காது. ஆகவே, வீட்டில் பத்து நிமிடம் மனம் ஒன்றி பூஜை செய்யும்போது ஆன்மிக ஒழுக்கம் ஏற்படுகிறது.

நேர்மறை ஆற்றல்: உலகில் நல்ல சக்தியும் எதிர்மறை சக்தியும் இயங்கினாலும் ஒருவருக்கு பல தடைகள், குழப்பங்கள், மன அழுத்தங்கள் போன்றவை ஏற்படுவது எதிர்மறை ஆற்றல்களின் தாக்கமாகவே கருதப்படுகிறது. எதிர்மறை ஆற்றல்கள் அகற்றப்பட்டு நேர்மறை சக்திகளை வீட்டுக்குள் அழைக்கும் சக்தி பூஜைக்கு இருக்கிறது.உள்ளம் தெளிவடைதல்: உயிரின் ஆதாரமாக மட்டும் நீர் கருதப்படாமல், தெய்வீக ஆற்றலை தாங்கும் சக்தி கொண்டதாக இருப்பதால் வீட்டில் பூஜை செய்யும்போது தீர்த்தம் கட்டாயம் வைக்க வேண்டும். பூஜையின் போது, 'இறைவனே இந்த தீர்த்தத்தில் எழுந்தருள்வாயாக' என மனதார வேண்டி தீர்த்தம் வைக்கும் போது தெய்வீக அதிர்வுகள் மனதில் உள்ள அசுத்தமான எண்ணங்களை நீங்கச்செய்து உள்ளம் தெளிவடைகிறது.பூஜையின்போது இறைவனுக்கு நன்றி செலுத்தும் விதமாக, சாதாரண உணவு இறைவனுக்கு வைக்கும் பொழுது அது புனிதமாக மாறுகிறது. எளிய பொருட்களான கற்கண்டு, சர்க்கரை, பால், பழங்கள் போன்றவையே பூஜைக்கு போதுமானவையாகும். அதிலும் குறிப்பாக வெற்றிலை, பாக்கு வைத்து இறைவனை வழிபடுவதால் குடும்ப நலன் அதிகரிக்கிறது. விளக்கேற்றுதல்: விளக்கின் ஒளி அறியாமை என்னும் இருளை அகற்றுவதோடு ஞானத்தை அளிக்கும் அடையாளமாகப் பார்க்கப்படுவதால், பூஜையில் விளக்கு ஏற்றுதல் மிகவும் முக்கியமான ஆன்மிக அம்சமாகும். வீட்டில் உள்ள தோஷங்கள் நீங்கி நல்ல சக்தி நிரந்தரமாக நிலைத்திருக்க, அகல் விளக்கு அல்லது நெய் விளக்கு ஏற்றுவது அவசியம். ஆன்மிக ரீதியாக தூபம், சாம்பிராணி போடுவதால் எதிர்மறை ஆற்றல்கள் அகன்று சுத்தமான தெய்வீக அதிர்வுகளை உருவாக்குகிறது. வீட்டில் பூஜை செய்யும்பொழுது குறைந்தபட்சம் ஒரு மந்திர ஸ்லோகம் அல்லது இறைவனின் நாமத்தை உச்சரிப்பது வலிமையான ஆன்மிகப் பயிற்சியாக அமைந்து மன அமைதியை அதிகரிக்கிறது. அதிகமான மந்திரங்கள் தெரியாவிட்டாலும் 'ஓம் நமசிவாயா, ஓம் நமோ நாராயணா, ஓம் சக்தி' போன்ற

எளிய நாமங்களை மனதார சொல்லும் போது அதனுடைய பலன் பல மடங்கு அதிகரிக்கிறது. ஞானம் பெறுதல்: இறைவனுக்கு பூஜை முடிந்த பின்பு அமைதியாக அமர்ந்து சில நிமிடங்கள் நன்றி செலுத்துவது முக்கியம். வாழ்க்கையில் நிறைவு மற்றும் மன அமைதியை தரும் முக்கிய ஆன்மிக ரகசியமாக நன்றி உணர்வு இருக்கிறது. இவ்வாறு தினசரி பூஜை செய்வதால் குடும்பத்தில் ஒற்றுமை பெருகி மனோபலம் அதிகரிக்கிறது. மேலும், ஆரோக்கியமும் செழிப்பும் நிலைத்து இருக்கும்.ஆகவே, தினந்தோறும் 10 நிமிடங்கள் வீட்டில் பூஜை செய்வதை ஒரு பழக்கமாக மட்டுமல்லாமல், வாழ்க்கையை ஒழுங்குபடுத்தும் ஆன்மிக சாதனையாக மாற்றிக் கொண்டால் என்றென்றும் வீடு சுபிட்சம் நிறைந் ததாக இருக்கும்.

மார்கழி தேய்பிறை சஷ்டி

முருகப் பெருமானின் அருளை பெறுவதற்கு மிகவும் ஏற்ற நாளாக கருதப்படுவது சஷ்டி திதியாகும். வாழ்க்கையில் என்ன தடைகள், துன்பங்கள் இருந்தாலும் அவற்றில் இருந்து விடுபடுவதற்கு சஷ்டி திதியில் முருகனை வழிபட்டாலே போதும். முடிந்தவர்கள் விரதம் இருந்து வழிபடலாம். முடியாதவர்கள் முருகனை நினைத்து மனதார வழிபட்டாலும் முருகப்பெருமானின் அருள் கிடைக்கும். மார்கழி மாதத்தில் வரும் ஒவ்வொரு திதி, நட்சத்திரம், கிழமை ஆகியவை மிகவும் சிறப்புடையதாகும். அந்த வகையில் மார்கழி மாதத்தில் வரும் தேய்பிறை சஷ்டி மிக மிக உத்தமமான நாளாகும். இந்த நாளில் எவர் ஒருவர் விரதம் இருந்து முருகப் பெருமானை வழிபட்டு, முருக தரிசனத்தை பெறுகிறார்களோ அவர்களுக்கு வாழ்க்கையில் மிகப் பெரிய ஏற்றம் ஏற்படும்.

மார்கழி தேய்பிறை சஷ்டி :

தெய்வ வழிபாட்டிற்குரிய மிக உன்னதமான மாதமான மார்கழி மாதத்தில் வரும் தேய்பிறை சஷ்டி மிகவும் விசேஷமானதாகும். நம்முடைய துன்பங்களை தேய்ந்து போக வைப்பதுடன், நமக்கு அளவில்லாத செல்வத்தை பெறுவதற்குமான அற்புதமான நாளாகும். பெருமாள் மற்றும் சிவ வழிபாட்டிற்கு மிகவும் ஏற்ற மாதமணான மார்கழி மாதத்தில், இவர்கள் இருவரின் அம்சத்தையும் பெற்ற முருகனுக்குரிய விரத நாள் வருவது மிகவும் முக்கியமானதாகும். அதிலும் இந்த ஆண்டு மார்கழி தேய்பிறை சஷ்டி, இது முருகப் பெருமானின் அருளுடன், அளவில்லாத செல்வத்தை அள்ளித்தரக் கூடிய உன்னத மான பலன் தரும் நாளாக அமைகிறது.இந்த நாளில் அதி காலையில் எழுந்து குளித்து விட்டு, வீட்டில் விளக்கேற்றி வைத்து முருகப் பெருமானை மனதார வழிபடுவது நல்லது. முருகப் பெருமானுக்குரிய மந்திரங்களை சொல்லி வழிபடலாம். அருகில் இருக்கும் கோவிலுக்கு சென்று முருகப் பெருமானின் அபிஷேகத்திற்கு தேவையான பால், தயிர், சந்தனம், பஞ்சாமிர்தம், இளநீர், பன்னீர் போன்ற பொருட்களை வாங்கிக் கொடுப்பது நல்லது. சஷ்டி திதி காலையி

லேயே முருகப் பெருமானுக்குரிய வழிபாடுகளை செய்து விட வேண்டும். வீட்டின் பூஜை அறையில் வெற்றிலையில் தீபம் ஏற்றுவது, ஷட்கோண கோலமிட்டு தீபம் ஏற்றுவது, வேல் பூஜை, வேல் வழிபாடு செய்வது ஆகியவை முருகப்பெருமானின் நிறைவான அருளை தரும். அதோடு முருகனிடம் முன் வைத்த கோரிக்கைகள் உடனடியாக நிறைவேறும்.

திருவெம்பாவை நோன்பு மாணிக்கவாசகர்

திருவெம்பாவை நோன்பு என்பது மார்கழியில் வரும் திருவாதிரைக்கு ஒன்பது நாட்களுக்கு முன்பு கடைப்பிடிக்கப்படுகிறது. அதாவது திருவாதிரையோடு சேர்த்து விரத நாட்கள் மொத்தம் பத்து நாட்கள் ஆகும்.இந்நோன்பில் அதி காலையில் எழுந்து நீராடி சிவகாமியுடன் கூடிய நடராஜரை வழிபடுவர். இவ்விரதத்தின்போது ஒரு வேளை அவித்த உணவினை மட்டுமே உண்பர். இவ்விரத்தினை பெரும்பாலும் கன்னிப் பெண்கள் கடைப்பிடிப்பர்.

இவ்விரதத்தின்போது மாணிக்கவாசகர் அருளிய 'திருவெம்பாவை" பாடல்கள் பாடப்படுகின்றன. இவ்வழி பாட்டில் சிவபெருமானுக்குப் பிரியமான பிட்டு படைக்கப்படுகிறது. இதனால் இவ்வழிபாடு "பிட்டு வழிபாடு" என்று அழைக்கப்படுகிறது.

CLASSIFIEDS

RENTAL

IND.HOUSE FOR RENT- FIRST FLOOR @ PALLAVARAM CLOSE TO AIRPORT& RAILWAY STATION
3BHK AC,CP,CCTV
GARDEN ,TV NET, MODULAR KITCHEN
99405 07235

FLAT FOR RENT @ CHROMPET
NEAR BALAJI HOSPITAL
3 BHK 1100 Sqft
1st floor, Car parking,
Semifurnished, lift,
inverter Provision, East Facing
87788 64431

COMMERCIAL RENT

COMMERCIAL INDEPENDENT HOUSE RENT@ CHROMPET
NR MIT CAMPUS
OLD HASTHINAPURAM MAIN ROAD
1600 Sqft
Ground & 1st Floor
GODOWN & WARE HOUSE
94440 30251

உங்கள் வீட்டை உடனே வாடகைக்கு விட வேண்டுமா?
GST ROAD NEWS-ல்
விளம்பரம் செய்ய 2 x 4cm Rs.525 /-(Colour) மட்டுமே
044 - 22236399 / 89395 26999

INDEPENDENT HOUSE

RESIDENTIAL HOUSE FOR SALE@PAMMAL
1880 Sqft
BOREWELL & SUMP
91087 81087
99410 23393

FLAT RESALE

FLAT FOR RESALE
@ PAMMAL THIRUNEERMALAI ROAD
SRINIVASAN STREET
OPP.KALAIMAGAL VIDYALAYA
2 BHK-900 Sqft
UDS-400 Sqft
45.L (NEGO)
99414 49100

FLAT FOR RESALE @ CHROMPET
NR.ST MARK'S SCHOOL
2BHK-EAST FACING
G.FLOOR-33L
99620 03409

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.

மார்கழி மாத சங்கடஹர சதுர்த்தி

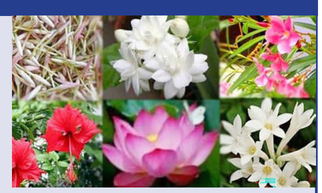
விநாயகரை மார்கழி மாத சங்கடஹர சதுர்த்தி தினத்தன்று விரதம் இருந்து வழிபட்டால் பல நன்மைகள்பெறலாம். விநாயகர் வழிபாடு மற்றும் விரதத்திற்குரிய மிக சிறந்த தினங்களில் மார்கழி மாத சங்கடஹர சதுர்த்தி தினமும் ஒன்று. இந்த தினத்தில் விநாயகப்பெருமானை விரதமிருந்து வழிபடுபவர்கள் தங்கள் வாழ்வில் அனைத்தும் கிடைக்கப் பெறுவார்கள்.அன்று அதி காலை நீராடி, உணவு ஏதும் உட்கொள்ளாமல் மாலை வரை விநாயகப்பெருமான் நினைவோடு ஏதும் உண்ணாமல் விரதம் இருக்க வேண்டும். பால், பழம் மட்டும் சாப்பிட்டு விரதம் இருக்கலாம். மாலையில் அருகிலுள்ள விநாயகர் கோயில், சந்நிதிக்கு சென்று விநாயகப் பெருமானுக்கு நடைபெறும் அபிஷேகதிற்கு பசும் பால் தந்து, ஆராதனை பூஜையில் கலந்து கொண்டு விநாயகரை வழிபட வேண்டும். வழிபாடு முடித்து ஆலயத்தை எட்டு முறை வலம் வந்து வணங்க வேண்டும். கோயிலில் அனைத்து பூஜை வழிபா டுகள் முடிந்ததும் வீட்டிற்கு வந்து உபவாசத்தை முடித்துக் கொள்ள வேண்டும். விநாயகருக்கு விரதமிருந்து வழிபடுவதால் குடும்பத்தில் இருக்கும் பொருளாதார கஷ்ட நிலை நீங்கும். தம்பதிகளுக்குள் ஏற்படும் பிரிவினைகள் நீங்கி ஒற்றுமை மேலோங்கும். நீண்ட காலமாக நோய்களால் அவதிப் படுபவர் கள் நோய்கள் நீங்கி பூரண உடல் நலம் பெறுவார்கள். வேலை தேடி அலைந்தவர்களுக்கு விரைவில் வேலை கிடைக்கும். திருமணம் தாமதமாகும் ஆண்கள் மற்றும் பெண்களுக்கு விரைவில் திருமணம் நடைபெறும்.

அர்ச்சனைப் பூக்களின் பலன்கள்

அர்ச்சனைக்கு உபயோகிக்கும் மலர்களைக் கொண்டு நமக்கு கிட்டும் பலன்கள் வித்தியாசப் படும். எந்தெந்த பூக்களால் அர்ச்சனை செய்தால் என்ன மாதிரியான பலன்கள் நமக்கு கிட்டும் என்பது இங்கு காண்போம்.

அர்ச்சனைப் பூக்களின் அருமையான பலன்கள்:

அல்லிப்பூ – செல்வம் பெருகும். பூவரசம் பூ – உடல் நலம் பெருகும். வாடமல்லி – மரண பயம் நீங்கும்.மல்லிகை – குடும்ப அமைதி. செம்பருத்தி – ஆன்ம பலம்,நோயற்ற வாழ்வு . அரளிப் பூ – கடன்கள் நீங்கும். அலரிப் பூ – இன்பமான வாழ்க்கை. ஆவாரம் பூ – நினைவாற்றல் பெருகும். ரோஜா பூ – நினைத்தது நடக்கும். மருக்கொழுந்து – குல தெய்வம் அருள். சம்பங்கி – இடமாற்றம் கிடைக்கும்.



சங்குப் பூ (வெள்ளை) – சிவப் பூஜைக்கு சிறந்தது. சங்குப்பூ (நீலம்) – விஷ்ணு பூஜைக்கு சிறந்தது. மனோரஞ்சிதம் – குடும்ப ஒற்றுமை. தாமரைப் பூ – செல்வம் பெருகும், அறிவு வளர்ச்சி பெறும். நாகலிங்கப் பூ – லட்சுமிகடாட்சம், ஆரோக்யம். முல்லை பூ – தொழில் வளர்ச்சி, புதிய தொழில்கள் உண்டாகும். நித்திய கல்யாணி பூ – முன்னேற்றம் பெருகும். தங்க அரளி (மஞ்சள் பூ) – குருவின் அருள், பெண்களுக்கு மாங்கல்ய பலம் கடன்கள் நீங்கும், கிரக பீடை நீங்கும்.

குரோம்பேட்டை புருஷோத்தமநகர் ஸ்ரீ சாஸ்தாசேவா சங்கம் சார்பில் 47ஆம் ஆண்டு லட்சார்ச்சனை வைபவம் , புவனேஸ்வரி நகர் ஸ்ரீ அபிராமி திருமண மண்டபத்தில் நடைபெற்றது. இதனைத் தொடர்ந்து புதன்கிழமை காலை 5:30 மணியளவில் மகா கணபதி ஹோமம் நடந்தது 9 மணியளவில் திருவிளக்கு பூஜை ஸ்ரீ லலிதா சகஸ்ரநாம அர்ச்சனை வெகு விமர்சையாக நடைபெற்றது. இதில் நூற்றுக்கும் மேற்பட்ட பெண்கள் விளக்கு பூஜை வழிபாடு செய்தனர்.

குரோம்பேட்டை ராதாநகர் ஸ்ரீ ராமசுப்பிரமண்ய சுவாமி ஆலயத்தில் ஆருத்ரா தரிசனம் நடைபெற்றது. காலை 4.30மணியளவில் நடராஜபெருமானுக்கு சிறப்பு அலங்காரங்கள் செய்யப்பட்டு 6 மணியளவில் பக்தர்களுக்கு ஆருத்ரா தரிசனத்தில் காட்சியளித்தார். இதில் நூற்றுக்கும் மேற்பட்ட பக்தர்கள் கலந்து கொண்டு தரிசனம் செய்தனர். விழாவில் கலந்து கொண்ட அனைவருக்கும் திருவாதிரை களி வெண்பொங்கல் பிரசாதமாக வழங்கப்பட்டது. விழா ஏற்பாடுகளை எஸ்.ஆர்.எஸ்.எஸ்.சபா நிர்வாகிகள் சிறப்பாக செய்திருந்தனர்.

ஓய்வூதிய திட்டம்: அரசு ஊழியர் போராட்டம் வாபஸ்

புதிய ஓய்வூதியத் திட்டத்திற்கு ஜாக்டோ ஜியோ வரவேற்பு : கால வரையற்ற போராட்ட அறிவிப்பு வாபஸ்.புதிய தமிழ்நாடு உறுதியளிக்கப்பட்ட ஓய்வூதியத் திட்டத்தை முதல்அமைச்சர் மு.க.ஸ்டாலின் இன்று அறிவித்துள்ளார். முதல்அமைச்சரின் இந்த அறிவிப்பு அரசு ஊழியர்கள் சங்கங்கள் வரவேற்பு தெரிவித்துள்ளன. சென்னை தலைமைச் செயலகத்தில் முதல் அமைச்சர் மு.க.ஸ்டாலினை நேரில் சந்தித்து அவருக்கு இனிப்பு வழங்கி, அரசு ஊழியர்கள் நன்றி தெரிவித்தனர். தொடர்ந்து செய்தியாளர்களைச் சந்தித்த ஜாக்டோ ஜியோ அமைப்பினர், “23 ஆண்டு கால ஓய்வூதியம் இல்லாத நிலைமைக்கு இன்று முற்றுப்புள்ளி வைக்கப்பட்டுள்ளது.

பொங்கல் விழா ஜல்லிக்கட்டு அறிவிப்பு.

பொங்கல் விழாவை முன்னிட்டு மதுரையில் நடைபெறும் ஜல்லிக்கட்டுக்கான தேதி அட்டவணை அறிவிப்பு.வரும் 15ம் தேதி பொங்கல் அன்று அவனியாபுரத்திலும், பாலமேட்டில் 16ஆம் தேதியும் ஜல்லிக்கட்டு நடைபெறும்.உலகப் புகழ்பெற்ற அலங்காநல்லூர் ஜல்லிக்கட்டு வரும் 17ஆம் தேதி நடைபெறும் என அறிவிப்பு.

கத்திரிக்காய் எள் மசாலா

தேவையான பொருட்கள்: பெரிய கத்திரிக்காய் - 1 , உப்பு சுவைக்கேற்ப, சர்க்கரை - 1 டீஸ்பூன், மல்லித் தூள் - 1 டேபிள் ஸ்பூன், மஞ்சள் தூள் - 1 டீஸ்பூன், சீரகத் தூள் - 1 டீஸ்பூன், புளிச்சாறு - 1 டேபிள் ஸ்பூன், எண்ணெய் - 3 டேபிள் ஸ்பூன் வறுத்து அரைப்பதற்கு... வரமிளகாய் - 4 , எள்ளு விதைக - 2 டேபிள் ஸ்பூன், பூண்டு - 4 பல்

செய்முறை: முதலில் ஒரு வாணலியை அடுப்பில் வைத்து, அதில் வரமிளகாய், எள்ளு விதைகள் மற்றும் பூண்டு பற்களை சேர்த்து பொன்னிறமாக வறுத்து இறக்கிக் குளிர வைத்து, மிக்சர் ஜாரில் போட்டு, சிறிது நீரை ஊற்றி நன்கு அரைத்துக் கொள்ள வேண்டும். பின் கத்திரிக்காயை நீரில் கழுவி, அதை நீளத் துண்டுகளாக வெட்டிக் கொள்ள வேண்டும்.

பின்பு ஒரு வாணலியை அடுப்பில் வைத்து, அதில் எண்ணெய் ஊற்றி சூடானதும், கத்திரிக்காய் துண்டுகளை சேர்த்து நன்கு வதக்க வேண்டும். அதன் பின் அதில் உப்பு, சர்க்கரை மற்றும் மஞ்சள் தூள், மல்லித் தூள், சீரகத் தூள் சேர்த்து நன்கு கிளறி விட வேண்டும். பின் வாணலியை மூடி வைத்து 10 நிமிடம் கத்தரிக்காயை வேக வைக்க வேண்டும்.

கத்திரிக்காய் நன்கு வெந்ததும், அதில் எள்ளு மசாலாவை சேர்த்து, சிறிது நீரை ஊற்றி நன்கு கிளறி, 5 நிமிடம் வேக வைக்க வேண்டும். இறுதியாக புளிச்சாற்றினை சேர்த்து கிளறி, 5 நிமிடம் மீண்டும் வேக வைத்து இறக்கினால், சுவையான கத்திரிக்காய் எள்ளு மசாலா தயார்.

விஜய் படத்துக்கு 60% தியேட்டர்கள் ஒதுக்கீடு

திரையரங்கு உரிமையாளர்கள் எல்லோரும் விஜய் படத்தை திரையிடதான் ஆர்வமாக இருக்கிறோம்.ரசிகர்கள் அதைத்தான் விரும்புகிறார்கள்.ஜனநாயகனுக்கு 60சதவீத திரையரங்குகளும், பராசக்திக்கு 40 சதவீத திரையரங்குகளும் ஒதுக்க திட்டமிட்டிருக்கிறோம். என்று தியேட்டர் அதிபர் சங்கத் தலைவர் திருப்பூர் சுப்பிரமணியன் கூறினார்.

பிரிட்ஜ் ஏர் கூலருக்கு தர குறியீடு கட்டாயம்

பிரிட்ஜ் ,ஏர்கூலர் கேஸ் அடுப்பு, போன்ற வற்றுக்கு தரக்குறியீடு பெறுவது கட்டாய மாக்கப்பட்டுள்ளது. இது அமுலுக்கு வந்தது.

வேலு நாச்சியாருக்கு பிரதமர் மோடி புகழாரம்.

“ராணி வேலு நாச்சியாரின் பிறந்தநாளில் அவருக்கு மரியாதை செலுத்துகிறேன். துணிச்சலையும், வியூகத் திறமையையும் கொண்டிருந்த அவர், இந்தியாவின் துணிச்சல் மிக்க வீராங்கனைகளில் ஒருவராக நினைவுகூரப்படுகிறார். காலனித்துவ ஒடுக்குமுறைக்கு எதிராகக் கிளர்ந்தெழுந்த அவர், இந்தியாவை ஆள இந்தியர்களுக்கே உரிமை உண்டு என்பதை வலியுறுத்தினார். நல்லாட்சி மற்றும் கலாச்சார பெருமைக்கான அவரது உறுதிப்பாடும் போற்றத்தக்கது. அவரது தியாகமும் தொலைநோக்குத் தலைமையும் பல தலைமுறைகளை ஊக்கப்படுத்தும் என்று பிரதமர் நரேந்திர மோடி.

ஆங்கில புத்தாண்டை முன்னிட்டு தமிழக முதல்வர் மு.க.ஸ்டாலினை தாம்பரம் மாநகர திமுக மகளிர் அணி அவைத்தலைவர் பரிமளா சிட்டிபாபு சந்தித்து வாழ்த்து பெற்ற போது எடுத்த படம்.

பொங்கல் பண்டிகை சிறப்பு ரயில்கள் அறிவிப்பு

பொங்கல் பண்டிகையை முன்னிட்டு தென் மாவட்டங்களுக்கு சிறப்பு ரயில் களை தெற்கு ரயில்வே அறிவித்துள்ளது.நாகர்கோவில்–தாம்பரம் இடையே சிறப்பு ரயில் (06012) ஜனவரி 11, 18 ஆகிய தேதிகளில் நாகர்கோவிலில் இருந்து இரவு 11மணிக்கு புறப்பட்டு மறுநாள் காலை 10.15மணிக்கு தாம்பரம் வந்தடையும்.தாம்பரம்–குமரி சிறப்பு ரயில் (06011) ஜனவரி 12, 19 ஆகிய தேதிகளில் தாம்பரத்திலிருந்து மதியம் 3.30 மணிக்கு புறப்பட்டு மறுநாள் அதிகாலை 03.30 மணிக்கு குமரி சென்றடையும்.குமரி –தாம்பரம் நாகர்கோவில் சிறப்பு ரயில் (06054) ஜனவரி 13, 20 ஆகிய தேதிகளில் குமரியில் இருந்து இரவு 8.30க்கு புறப்பட்டு மறுநாள் காலை 10.15மணிக்கு தாம்பரம் வந்தடையும். தாம்பரத்திலிருந்து (06053) ஜனவரி 14, 21 ஆகிய தேதிகளில் மதியம் 12.30 மணிக்கு புறப்பட்டு மறுநாள் அதிகாலை 03.30 மணிக்கு நாகர்கோவில் சென்றடையும். நெல்லை–செங்கல்பட்டு சிறப்பு ரயில் (06156) ஜனவரி 9, 16 ஆகிய தேதிகளில் நெல்லையில் இருந்து அதிகாலை 3.45க்கு புறப்பட்டு மதியம் 01.15 மணிக்கு செங்கல்பட்டு வந்தடையும்.செங்கல்பட்டில் இருந்து (06155) ஜனவரி 9, 16 ஆகிய தேதிகளில் மதியம் 03.30 மணிக்கு புறப்பட்டு மறுநாள் இரவு 02.00 மணிக்கு நெல்லை சென்றடையும்.நெல்லை–செங்கல்பட்டு சிறப்பு ரயில் (06158) ஜனவரி 10, 17 ஆகிய தேதிகளில் நெல்லையில் இருந்து அதிகாலை 3.45க்கு புறப்பட்டு மதியம் 01.15 மணிக்கு செங்கல்பட்டு வந்தடையும்.செங்கல்பட்டில் இருந்து (06157) ஜனவரி 10, 17 ஆகிய தேதிகளில் மாலை 5 மணிக்கு புறப்பட்டு மறுநாள் அதிகாலை 3 மணிக்கு நெல்லை சென்றடையும்.

10 ஆண்டுகள் பணியாற்றினாலே ஓய்வூதியம் வழங்கப்படும் முதல்வர்

ஓய்வூதியம் பெறுவோருக்கு 6 மாதத்துக்கு ஒருமுறை அரசு அலுவலர்களுக்கு இணையாக அகவிலைப்படி அறிவிக்கப்படும். ஓய்வூதிய நிதியத்துக்கு தேவைப்படும் கூடுதல் நிதி முழுவதும் தமிழ்நாடு அரசே ஏற்கும்.அரசு ஊழியர்களின் 20 ஆண்டு கால கோரிக்கை நிறைவேற்றும் வகையில் ஓய்வூதிய திட்டத்தை செயல்படுத்த முதலமைச்சர் மு.க.ஸ்டாலின் உத்தரவு.

திருப்பரங்குன்றம் மலையில் உயிர் பலியிட தடை

திருப்பரங்குன்றம் மலையில் உள்ள தர்காவில் சந்தனக்கூடு விழா நடத்தலாம். கந்தூரி நடத்தவும், உயிர் பலியிடவும் தடை விதித்தது உயர் நீதிமன்ற மதுரைக் கிளை.

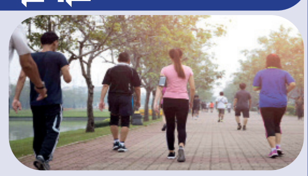
On-Line Also. Age No Bar
HINDI PRACHAR SABHA
PARICHAYA TO PRAVEEN
SPOKEN HINDI - ENGLISH
HINDI - ENGLISH - SANSKRIT - TAMIL
Search @ Google & Just dial for
MPR Hindi Study Centre
87545 19519 98418 19519

WANTED
குரோம்பேட்டை பஸ் ஸ்டாப் அருகில்
உள்ள பிளாஸ்டிக் கம்பெனிக்கு படித்த / படிக்காத
பெண்கள் / பையன்கள்
வேலைக்கு தேவை Part Time / Full Time
S.S.Raj, Dalee Plastics
208, Gst Road, Near Poorvika Cellshop, Chromepet
72996 30890 / 99401 67165

KR HOMES
ENGINEER & CONTRACTOR
★ CONSTRUCTION
★ ARCHITECTURAL PLANS
★ APPROVALS
★ RENOVATION
★ LABOUR CONTRACT
80724 99969

SPECIAL INVITATION
குரோம்பேட்டையில் உள்ள
பிரபல நிறுவனத்திற்கு Retd,
SENIOR CITIZEN, LADIES தேவை
AGE - 30 TO 75, SSLC AND ABOVE
Work From Home
Unlimited Incentive, Only KYC Docs
73586 21949

தினமும் நடைப்பயிற்சி... கிடைக்கும் அற்புத பலன்கள்



ஒரு நாளில் சில நிமிடங்கள் முதல் மணித்துளி வரை நடைப்பயிற்சி செய்ய வேண்டும் என்று மருத்துவர்கள் கூறுகின்றனர். 30 நிமிடங்கள் நடந்தால் உடலில் தேவை இல்லாத கொழுப்பு கரைந்து வெளியேற தொடங்குகிறது. ஆதிகாலத்தில் மனிதர்கள் வயிற்று பசிக்கு உணவைத் தேடி காடுகள், மலைகளில் நடந்து வேட்டையாடி கிடைத்ததை உண்டு வாழ்ந்தார்கள். இயற்கையான வாழ்வில் உடல் உறுதியாக இருந்தது. உடலில் வலுவான நோய் எதிர்ப்பு சக்தி இருந்ததால் பெரிய அளவில் நோய்களின் தாக்கம் இல்லை.வண்டி சக்கரம் மற்றும் வேட்டை ஆயுதங்கள் கண்டு பிடிக்கப்பட்ட பிறகு மனிதன் இலகுவாக உணவை வேட்டையாட தொழில்நுட்பங்களை கண்டு பிடித்தான். இந்த தொழில் நுட்ப வளர்ச்சி இன்றைக்கு உட்கார்ந்த இடத்தில் இருந்து பிரபஞ்சத்தில் பல லட்சம் மைல் தொலைவில் இருக்கும் கோள்களுக்கு ராக்கெட்டுகளை அனுப்பும் அளவுக்கு விரிவாகி இருக்கிறது. ஆனால், மனிதனின் வாழ்வியல் நடந்து ஓடி உணவு தேடும் தேவை குறைந்து போனதால் நோய்களின் இருப்பிடமாக மாறி வருகிறது. இதனை தவிர்க்க, ஒரு நாளில் சில நிமிடங்கள் முதல் மணித்துளி வரை நடைப்பயிற்சி செய்ய வேண்டும் என்று மருத்துவர்கள் கூறுகின்றனர். உலக அளவில் பல்வேறு பகுதிகளில் நடத்தப்பட்ட ஆய்வில் நடைப் பயிற்சி பல்வேறு பலன்களை தருவதாக கண்டறியப்பட்டுள்ளது. அதாவது 5 நிமிடங்கள் நடந்தால் மனநிலை மேம்படுகிறது. 10 நிமிடங்கள் நடந்தால் மன அழுத்தத்தை ஏற்படுத்தும் கார்டிசோல் ஹார்மோன் அளவு குறைந்து மனதில் அமைதி ஏற்படுகிறது. 15 நிமிடங்கள் நடந்தால் ரத்தத்தில் சர்க்கரையின் அளவு வெகுவாக குறைகிறது. 30 நிமிடங்கள் நடந்தால் உடலில் தேவை இல்லாத கொழுப்பு கரைந்து வெளியேற தொடங்குகிறது. 45 நிமிடங்கள் நடைப்பயிற்சி செய்தால் மனதில் இருக்கும் தேவை இல்லாத குழப்பங்கள் நீங்க, சிந்தனை குறைந்து தெளிவான மனநிலை ஏற்படுகிறது. 60 நிமிடங்கள் நடந்தால் மனதில் உற்சாகம் பிறக்கிறது என்று ஆய்வுகளில் தெரிய வந்துள்ளது.இதையெல்லாம் விட தினமும் நடந்தால் உடலில் ரத்த சுழற்சி சீராக நடந்து உடலின் அனைத்து உறுப்புகளும் புத்துணர்வுடன் இயங்குகின்றன என்று மருத்துவ ஆய்வுகள் கூறுகின்றன. இவ்வாறு நன்மை தரும் நடைப்பயிற்சியை நாமும் மேற்கொள்ளலாம்.

ஸ்ரீ ராம ஜெயம்
அருள்மிகு ஸ்ரீ பிரசன்ன யோக ஆஞ்சநேயர் பெருமாள் திருக்கோவில்
அனுமார் கோயில் தெரு, நேரு நகர், குரோம்பேட்டை, சென்னை – 600 044.
திருப்பணி வேண்டுகோள்
கடந்த ஏப்ரல் (21.04.2024) முதல் கட்டுமான திருப்பணிகள் நடைபெற்று வருகிறது.
அருள்மிகு ஸ்ரீ பிரசன்ன வெங்கடேச பெருமாள் அருள்மிகு அலர்மேலு மங்கை தாயார் அருள்மிகு ஸ்ரீ லட்சுமி நரசிம்மர் அருள்மிகு ராமானுஜர் அருள்மிகு லட்சுமி ஹயகிரிவர் அருள்மிகு ஆஞ்சநேய சுவாமி ஆலயத்தில் கட்டுமான பணிகள் நடைபெற்று வருகிறது. திருப்பணி முடியும் தருவாயில் உள்ளதால் மேலும் இத்திருப்பணிகள் பூர்த்தி செய்வதற்கும் மிக விரைவில் கும்பாபிஷேகம் செய்வதற்கும் நன்கொடை கட்டுமான பொருட்கள் வழங்க விருப்பமுள்ளவர்கள் திருக்கோயில் பரம்பரை அறங்காவலரை தொடர்புகொள்ளுமாறு அன்புடன் கேட்டுக்கொள்ளப்படுகிறது.

இங்ஙனம்
G. தேவராஜன், பரம்பரை அறங்காவலர், செல் : 72999 37100

தாம்பரம் மாநகராட்சி சிட்லபாக்கம் 43வது வார்டு, ரோஸ்லி நகர் பகுதிவாழ் பொது மக்களின் நீண்ட நாள் கோரிக்கையான மழைக்காலங்களில் தெருக்கள் முழுவதும் குளம் போல் மழை நீர் தேங்கியுள்ளதை சீர்படுத்த மாமன்ற உறுப்பினர் சிட்லபாக்கம் சி.ஜெகன் தாம்பரம் சட்டமன்ற உறுப்பினர் எஸ்.ஆர்.ராஜாவிடம் வேண்டுகோள் விடுத்தன் பேரில் சட்டமன்ற உறுப்பினர் பரிசீலித்து சிட்லபாக்கம் ரோஸ்லின் நகர் 1வது மற்றும் 2வது தெருக்களில் மழை நீர் வடிகால்வாய் அமைக்கும் பணி ஒப்பந்ததாரரின் மூலம் தொடங்கப்பட்ட போது எடுத்த படம்.

அரசு ஊழியர்களுக்கு ஓய்வூதிய திட்டம் ஸ்டாலின் அதிரடி அறிவிப்பு

முதலமைச்சர் ஸ்டாலின் இன்று வெளியிட்ட அறிக்கையில் ,அரசு அலுவலர்கள் மற்றும் ஆசிரியர்களின் நலனையும் அவர்களின் குடும்பத்தின் எதிர்காலத்தையும் மனதில் கொண்டு, தொலைநோக்குப் பார்வையுடனும் நடைமுறை சாத்தியங்களுடனும் கூடிய வகையில், அரசு அலுவலர்கள் மற்றும் ஆசிரியர்களின் இருபது ஆண்டு கால கோரிக்கையை நிறைவேற்றி, பழைய ஓய்வூதியத் திட்டத்திற்கு இணையான ஓய்வூதியத்தையும், பணப் பயன்களையும் பெற வழிவகுக்கும் வகையில் செயல்படுத்தப்பட உள்ள இந்த TAPS திட்டத்தினை, அரசு அலுவலர்கள் மற்றும் ஆசிரியர்கள் ஒருமனதாக வரவேற்று, அதனைச் செயல்படுத்துவதற்கான முழு ஒத்துழைப்பையும் நல்குமாறு தமிழக முதல்வர் மு.க.ஸ்டாலின் கேட்டுக் கொண்டுள்ளார்.

வங்கக் கடலில் உருவாகும் காற்றழுத்த பகுதி! தமிழகத்தில் மழைக்கு வாய்ப்பு!

வங்கக் கடலில் வருகின்ற ஜன.6ஆம் தேதி குறைந்த காற்றழுத்த தாழ்வுப் பகுதி உருவாக வாய்ப்புள்ளதாக இந்திய வானிலை ஆய்வு மையம் தெரிவித்துள்ளது.இதன்காரணமாக டெல்டா மற்றும் தென் மாவட்டங்களில் ஜனவரி 2வது வாரத்தில் கனமழை பெய்ய வாய்ப்புள்ளதாக கணிக்கப்பட்டுள்ளது.

திருவான்மியூரில் தமிழ்நாட்டிலேயே மிக நீண்ட 4 வழி மேம்பாலம்

திருவான்மியூரில் இருந்து உத்தண்டி வரை ஈசிஆர் சாலையில் அமையவுள்ள 15 கிலோமீட்டர் நீளமுள்ள மேம்பாலத்திற்கான ஒப்பந்தத்தை கேஎன்ஆர் கன்ஸ்ட்ரக்ஷன்ஸ் நிறுவனம் பெற்றுள்ளது.சென்னையில் அமைய உள்ள நீளமான இரண்டாவது பெரிய பாலமாக இது இருக்கும் என்று எதிர்பார்க்கப்படுகிறது.தமிழ்நாடு மாநில நெடுஞ்சாலை ஆணையம் (TNSHA) ரூ. 2,100 கோடி மதிப்பீட்டில், திருவான்மியூர் முதல் உத்தண்டி வரை 14.2 கி.மீ. நீளத்திற்கு நான்கு வழி மேம்பாலம் அமைக்க உள்ளது. இது மாநில அரசு மேற்கொள்ளும் மிக நீளமான உயர்மட்ட சாலைத் திட்டமாகும். நிலம் கையகப்படுத்துதல் மற்றும் பிற காரணங்களால் திட்டத்தின் இறுதிச் செலவு மாறக்கூடும்.

தமிழக அரசு ஊழியர்களுக்கு மகிழ்ச்சியான செய்தி

அரசு ஊழியர்களுக்கு பொங்கல் போனஸ் அறிவிப்புசி, டி பிரிவு ஊழியர்கள், ஆசிரியர்களுக்கு ரூ.3,000 என்ற உச்ச வரம்புக்குட்பட்டு மிகை ஊதியம். ஓய்வூதியதாரர்கள், முன்னாள் கிராம அலுவலர்களுக்கு ரூ.1,000 பொங்கல் போனஸ்.தொகுப்பூதியம், சிறப்பு காலமுறை ஊதிய பணியாளர்களுக்கும் ரூ.1,000 போனஸ்.

முகப்பருவை போக்க உடனடி பலன் தரும் இயற்கை வைத்தியம்

பரு வந்தால் நம்முடைய முகத்தின் அழகே மறைந்துவிடும். பெண்களுக்கு இயற்கை முறையில் பருவை போக்க எளிய வழிகள் இருக்கிறது. இளமைப் பருவத்தில் ஆண்களுக்கும், பெண்களுக்கும் முகத்தில் பரு வருவது இயற்கை தான். ஆனால், பரு வந்தால் நம்முடைய முகத்தின் அழகே மறைந்துவிடும். இதனை போக்க அதிரடியாக செயற்கை மருந்துகளை வாங்கி பயன் படுத்தும் பெண்களுக்கு இயற்கை முறையில் பருவை போக்க எளிய வழிகள் இருக்கிறது. தக்காளி சருமத்தை சுத்தப் படுத்தி அழகாக வைத்துக் கொள்ள உதவும் சிறப்பான மருந்து. தினமும் சிறு சிறு தக்காளி துண்டு களைக் கொண்டு சிறிது நேரம் மசாஜ் செய்து கழுவி னால் முகப்பருக்களும், அதனால் ஏற்பட்ட தழும்பு களில் இருந்தும் விடுபடலாம். கிராம்பும், பருக்களை குணப்படுத்தும் ஒரு மருந்து தான். கிராம்பை நீரில் போட்டு கொதிக்க வைத்து பின்னர் குளிர வைக்க வேண்டும். குளிர வைத்த கிராம்பை அரைத்து பருக்கள் உள்ள இடங்களில் தடவி சிறிது நேரம் கழித்து கழுவிவர பருக்கள் குணமடையும். இதே போல் வாழைப்பழத்தின் தோலை அரைத்து அதனுடன் குறைந்தளவு தயிர் சேர்த்து முகத்திற்கு தடவி ஊற வைத்து பின்னர் கழுவினால் முகப்பரு மற்றும் கரும்புகளில் இருந்து விடுபடலாம். சிறந்த மருந்தாக பயன்படும் தேனும் பருக்களுக் குரிய மருந்து தான். பருக்கள் உள்ள இடங்களில் தேனை தடவி சிறிது நேரம் ஊற வைத்த பிறகு பால் கொண்டு கழுவி, குளிர்ந்த நீரில் கழுவி னால் பருக்களை போக்கலாம். கடலை மாவு, சந்தனப் பொடி, தயிர் மற்றும் எலுமிச்சை சாறு சேர்த்து கலந்து முகத்திற்கு தடவி ஊற வைத்து கழுவினால் பருக்கள் நீங்கும். தலைவலிக்கு நாம் செய்யும் பழக்கம் தான் ஆவிபிடிப்பது. இதனை பருக்களை போக்கவும் செய்யலாம். ஆம், நம் சருமத்தில் உள்ள இறந்த செல்கள் மற்றும் அழுக்களை போக்க ஆவிப் பிடிப்பதும் முக்கிய ஒன்று. ஆவிப்பிடித்தால் முகத்து வாரங்கள் திறந்து, அதிலுள்ள அழுக்குகள், இறந்த செல்கள் தளர்ந்துவிடும். இதன் மூலமாக மாசு நிறைந்த இறந்த செல்கள் முழுவதுமாக வெளியேறி பருக்களை குணப்படுத்தலாம்.

சுரைக்காயின் மருத்துவப் பயன்கள்!

வெயில் காலத்தில் விலை குறைவாக கிடைக்கும் சுரைக்காயில் அவ்வளவு சத்துக்கள் உள்ளன. குறிப்பாக, சுரைக்காயில் பல்வேறு மருத்துவ பயன்கள் அடங்கியுள்ளன. அவற்றை பற்றி விரிவாக அறிந்து கொள்ளலாம்.1. சுரைக் காயை அடிக்கடி உணவில் சேர்த்து வந்தால் சிறுநீரக கோளாறு, உடல் சூடு குறையும்.2. சுரைக்காயில் வைட்டமின் பி, சி சத்துகளை கொண்டுள்ளது. நீர்சத்து 96.07 %, இரும்புச் சத்து 3.2%, தாது உப்பு 0.5 %, பாஸ்பரஸ் 0.2%, புரதம் 0.3%, கார்போஹைட்ரேட் 2.3% போன்ற சத்துகளை கொண்டுள்ளது சுரைக்காய்.3. சுரைக்காயின் சதைப் பகுதியை ரசமாக்கி அதனுடன் ஒரு தேக்கரண்டி எலுமிச்சை பழச்சாற்றை சேர்த்து பருகி வர சிறுநீரக கோளாறுகளிலிருந்து குணம் பெறலாம். சிறுநீர் கட்டு, நீர் எரிச்சல், நீர் கட்டு, ஆகிய நோய்களுக்கு சிறந்தது.4. அஜீரணக்கோளாறு உள்ளவர்கள் சுரைக்காயை சாப்பிடலாம். கோடைகாலத்தில் சுரைக்காயை சாப்பிட்டு வர தாகம் ஏற்படாது. மேலும் நாவறட்சியை போக்கும்.5. கை, கால் எரிச்சல் நீங்க சுரைக்காயின் சதைபகுதியை எரிச்சல் உள்ள இடத்தில் வைத்து கட்டினால் எரிச்சல் குறையும். உடலை குளிர்ச்சியாக வைத்து கொள்ள விரும்பினால் சுரைக்காயை பயன்படுத்தலாம்.6. நீரிழிவு நோய் உள்ளவர்கள் இந்த காயை அடிக்கடி பயன்படுத்தி வர ரத்தத்தில் சர்க்கரையின் அளவு கணிசமாக குறையும்.7. வெப்பத்தினால் வரும் தலைவலி நீங்க சுரைக்காயின் சதைப்பகுதியை அரைத்து நெற்றியில் பற்றுபோட தலைவலி நீங்கும்.8. சுரைக்காயை ஏதாவது ஒரு வகையில் உணவில் சேர்த்து வந்தால் உடல் சூடு தணியும்,வெப்ப நோய்கள் ஏதும் ஏற்படாது.9. மனித உடலில் உள்ள தேவையற்ற வியர்வை, சிறுநீர் வழியாக வெளியேறும். சுரையின் இலைகளை நீரிலிட்டு ஊறவைத்து அந்த நீரைப் பருகி வந்தால் வீக்கம், பெருவயிறு, நீர்க்கட்டு நீங்கும். காமாலை நோய்க்கும் பயன்படுத்தலாம்.10. சுரைக்காயை மதிய உணவுடன் சேர்த்து அருந்தி வந்தால் பித்தம் சமநிலை அடையும். சுரைக்காய் நரம்புகளுக்கு புத்துணர்வைக் கொடுத்து, உடலை வலுப்படுத்தும்.

Published by K.MURUGANANTHAM Plot No:4/7, Padmanaban Nagar, Karumariamman Kovil First Street, Chrompet - 600 044. Printed by him B.Ashok kumar at RATHNA OFFSET PRINTERS, No:40, Peter's Road, Royapettah, Ch- 14. Editor: K.MURUGANANTHAM. RNI No. TNBIL / 2013 / 48725