

சித்த வைத்திய குறிப்புகள்

உடல் சூடு மற்றும் கண் எரிச்சல் இருந்தால், வில்வக் காயை பால்விட்டு அரைத்து நல்லெண்ணெயுடன் சேர்த்து காய்ச்சி அவ்வெண்ணெயை தலையில் தேய்த்து சிறிது நேரம் ஊறிய பிறகு குளித்து வந்தால் சூடு தணியும், கண் எரிச்சல் நீங்கும்.

குழந்தை பேறு காலத்தில் வலி குறைய முருங்கை இலை 10 கிராம், கொத்துமல்லி 10 கிராம் ஆகிய இரண்டையும் தண்ணீரில் இட்டு கொதிக்க வைத்து ஆறிய பின் அந்த நீரைக் குடித்து வந்தால் வலி குறையும்.

குழந்தை பேறு இல்லாதவர்கள், இலந்தை இலை, மிளகு - 6, பூண்டு -

15 வயது சிறுமிக்கு காய்ச்சல் என்று சில நாட்கள் முன்னதாக மருதத்துவமனைக்கு அந்த சி கி ச் சைக் கா க வந்திருந்தனர். அன்று மருத்துவரின் அறிவுரைப்படி அச்சிறுமிக்கு பரிசோதனை இரத்தப் மேற்கொண்டுள்ளனர்.

தான் அன்று ஒரு அதிர்ச்சிகரமான விஷயத்தை மருத்துவரும் அச்சிறுமியின் பெற்றோரும் அறிய வந்தனர். என்னவெனில் அச்சிறுமியின் சிறுநீரகங்களும் இரண்டு செலிழந்து விட்டது என்பது. பெற்றோர் அச்சிறுமியின் கலங்கி விட்டனர். எவ்வாறு இந்த பெரிய சங்கடம் உருவானது என்று மருத்துவர் அறிய அச்சிறுமியிடம் விசாரித்தபோது தான் தெரிந்தது அச்சிறுமி பள்ளி செல்லும் போதெல்லாம் கழிக்கவே சிறுநீரை மாட்டாராம்.

ஏனெனில் சிறுநீர்

நகத்திலா?

அகத்தின் அழகு முகத்தில் சரியே! அகத்தில் என்பது உடலில் சுகவீனம் இருந்தால் அது முகத்தில் பருக்களாகவும், கருப்பு நிறத்திட்டுக்களாகவும் வெளிப்படும். அகத்தில் எந்தவித நோய் நொடியில்லாமல் இருந்தால் முகத்தில் பொலிவு இருக்கும். மேலும் அகத்தின் நோய்கள் நகத்திலும் தெரியும். எப்படி என்கிறீர்களா? லேசான நகங்கள் சிகப்பு

(ரோஸ்) நிறத்தில், சற்று பளபளப்பாக இருந்து ஒரு சிறு வளர்பிறை வடிவம் இருந்தால் உடலில் நல்ல இரத்த ஒட்டம் இருப்பதைக் குறிக்கும். நகங்கள் மிகவும் சிவந்து காணப்பட்டால், உடலில் உள்ள ரத்தத்தின் அளவு அதிகம் என்பதைக் குறிக்கும். அப்படிப்பட்டவர்களுக்கு கொதிப்பு வர இரத்தக் வாய்ப்பு உண்டு.

விரல் நகங்கள் சற்று நீல நிறமாக இருந்தால் இதயம் பலவீனமாக இருப்பதைக்

Be yourself

Never change role your originality for the yours. So be yourself, sake of others because you are the best. no one can play your

4, ஆகியவற்றை அரைத்து மூன்று நாட்கள் சாப்பிட்டு வந்தால் கருப்பை சுத்தமாகி குழந்தை பேறு உண்டாகும். ஜலதோஷம் உள்ளவர்கள்

சர்க்கரை, பால் சேர்க்காத காப்பியை கடுங் அருந்தினால் ஜலதோஷம் நீங்கும்.

பனங்கிழங்கை உண்டு வந்தால் பித்தம் நீங்கி உடல் பலம் அதிகரிக்கும்.

கண் வலி, மற்றும் கண் சிவந்திருந்தால் பளியம் பூவை அரைத்து கண்ணைச் சுற்றி கண்ணில் உள்படாமல், பற்றிட கண்வலி கண் சிவப்பு மாறும்.

சிறுநீரை அடக்கலாமா?

கழிக்க அச்சிறுமிக்கு இருந்த தயக்கமும் அப்பள்ளியில் அதற்கான வசதி வாய்ப்புகள் குறைவாக இருந்ததுமே இதற்கு முக்கிய காரணமாக இருந்துள்ளது. சிறுநீரை அடக்கும் அச்சிறுமியின் பழக்கத்தால் சிறுநீர்ப்பாதையில் தொற்று இறுதியில் ஏற்பட்டு செலிழந்து சிறுநீரகமே போனது தான் கொடூரத்தின் உச்சம். அதைவிட கொடூரம் என்னவெனில் அடுத்த இரண்டாவது நாள் அச்சிறுமி தழுவி மரணத்தையும் விட்டாள்.

கல்லூரிகள் பல பள்ளிகளில் மற்றும் மாணாக்கர்களுக்கு ஒது க்கப்பட்டுள்ள கழி வறைகளை கண்டீர்களானால் நம் வயிற்றுக்குள் உணவ செல்லாது. அவ்வளவு இருக்கிறது அசுத்தமாக கழிவறைகள்.

அகத்தின் அழகு முகத்திலா?

குறிக்கும்

விரல் நகங்கள் சற்று மஞ் சள் நிறத்தில் இருந்தால் இரத்தத்தில் நிகோடின் விஷம் கலந்து இருப்பதைக் குறிக்கும். விரல் நகங்களில் சொத்தை விழுந்து கறுத்துக் காணப்பட்டால் உடலுக்குப் போதிய ஊட்டச் சத்துக் குறைவு இருப்பதைக் குறிக்கும். நகங்கள் உப்பினால் போல் இருந்தால் ஆஸ்துமா போன்ற மூச்சு சம்பந்தமான பாதிப்புகள் இருப்பதைக் குறிக்கும். நகங்களில் வெள்ளைப் புள்ளிகள் இருந்தால் உடல்நலம் குன்றி இருப்பதற்கு அடையாளம். வெளுப்பாக நகங்கள் இருந்தால் உடலில் போதிய இரத்தம் இல்லை என்பதைக் குறிக்கும். நகங்களில் வரிகள்

அதிகமாக இருந்தால் வாயுத் தொல்லை இருப்பதை இது குறிக்கும்.

better

than



<u>அக்னி முத்திரை</u>



நீங்கள் உடல் பருத்தவரா? கொழுப்புச் சக்தி மிகுந்தவரா? உங்கள் எடையைக் குறைக்க கொழுப்புச் சக்தி கரைய முத்திரையை அக்கினி செய்யவும். அதாவது மோதிர விரலை மடக்கவும். மடக்கிய மோதிர விரலின் விரலை மீது கட்டை இரண்டாவது மடிப்பின் மீது அழுத்திப் பிடிக்கவும். மற்ற

சிறுநீர்

ஆசன

தோலை வறுத்து

அன்னாசிப்

அருந்தவும்.

எரிச்சலா?

பொடியாக்கி

ஆமணக்கு

குணமாகும்.

கழுவி

ஒரு

சித்த வைத்திய குறிப்புகள்

பழச்சாறு

வாயிலில்

பழத்

அதை

கருக்கி

அரைத்து

உறக்கத்தில்

அஸ்வகந்த

எண்ணெயில்

கடுப்பு

மாதுளம்

கலந்து ஆசன வாயிலில் பூச

சுருக்கா? நன்னாரி வேர் 5

கிராம் எடுத்து அதை நன்றாக

அதை காச்சிய பசும்பாலில்

சிறுநீர் கழிவு ஏற்படுகிறதா?

லேகியத்தை பாலில் கலந்து

காலை மாலை என இரு

வேளை சாப்பிட்டு வந்தால்

விட்டு

கலந்து அருந்தவும்.

ஸ்பூன்

இரவில்

சிறுநீர் கடுப்பு, சிறு நீர்

நீங்க

வேண்டாம்.

இம்முத்திரையைச்

மூன்று விரல்களும்

உள்ளவாறு) ஒரு நாளைக்கு 5

நிமிடங்கள் வீதம் பல தடவை

வந்தால்

சீரணச் சக்தியை அதிகரித்து

கொழுப்பையும் குறைக்கும்.

உஷ்ண உடல் உள்ளவர்கள்

இருக்கட்டும்.

உஷ்ணத்தை

செய்கா

நேராக

(படத்தில்

உடலில்

செய்ய

உருவாக்கும்,

தைராய்டு உள்ளவர்கள் கடல் பாசியை உண்ணலாம்.

இலையை வேப்ப சேர்த்து அரைத்து மற்றும் பிடரியில் பூசினால் சரியாகி விடும்.

தீர, சித்திரத்தை, குடித்து வர குணமாகும்.

தாவரமும் அசைவ உணவு உண்ணுமா?

பூச்சிகள் நெபந்தஸ் செடியின்

குவளை போன்ற பகுதியில்

உள்ள நுழைந்ததும் குவளை

பூச்சிகளின் கதை அவ்வளவ

நெபந்தஸ் செடியின்

பிறகு

மூடிக்கொள்ளும்.

தான்.



தாவரங்களின் வழக்கமான உணவு 'ஸ்டார்ச்'. சூரிய ஒளி, கார்பன் - டை - ஆக்ஸை டு , தண்ணீர் இவைகளைக் கொண்டு தாவரங்கள் ஸ்டார்ச்சைத் தயாரித்துக் ஆனால், கொள்கின்றன. தாவரங்களில் அசைவ உணவ உண்ணும் ஒரு செடிதான் வித்தியாசமான 'நெபந்தஸ்'. இதன் இலைகளின் பகுதி ஒரு குவளை போன்ற வடிவத்தில் அமைந்திருக்கும். அதற்கு ஒரு மூடியும் இருக்கும். இந்தக் குவளை வடிவம் வண்ணங்களில், பல பல வடிவங்களில், பலவித வாசனைகளோடு பூச்சிகளை ார்க்கும் விதத்தில் அமைந்திருக்கிறது. இந்த வாசனையில் மயங்கி

குவளைகள் நம்முடைய வயிறு போலச் செயல்பட்டு பூச்சிகளைச் செரிமானம் செய்துவிடும். நைட்ரஜன் இடங்களில் சத்து இல்லாத வளர்வதால் இந்தத் தாவரம் நைட்ரஜன் சத்து நிறைந்திருக்கும் பூச்சிகளை உட்கொள்கிறது. இந்தத் தாவரம் போர்னியா, சுமத்ரா மலேசியா, பிலிபைன்ஸ். வடக்கு ஆஸ்திரேலியா ஆகிய நாடுகளில் இந்தியாவில் உள்ளது. மேகலாயா மாநிலத்தின் காசி மலைப்பகுதியில் காணப்படுகிறது.

Visit our website : www.purasaitimes.com for our current issue.



ஆண்டவர் கூறுவது **இது**வே!

ഖിഞ്ഞ്ഞ്ചരകെപ് படைத்த ஆண்டவர் கூறுவது இதுவே:

அவரே கடவுள்; மண்ணுலகைப் படைத்து உருவாக்கியவர் அவரே; நிலை நிறுத்துபவரும் அதை அவரே; வெறுமையாய் இருக்குமாறு படைக்காது மக்கள் வாழுமாறு அதை உருவாக்கினார், நானே

சிலந்திப்பூச்சியின்

உதாரணம்

ஆண்டவர், என்னையன்றி வேறு எவரும் இல்லை". பைபின்-ஏசாயா 45:18



அல்லாஹ் அல்லாதவற்றைத் (தங்களுக்குப்) பாதுகாவலர்களாக கொண்டவர்களுக்கு எடுத்துக் சிலந்திப்பூச்சியின் உதாரணம் உதாரணம் போன்றது. அது ஒரு வீட்டைக் கட்டியது நிச்சயமாக வீடுகளிலெல்லாம் மிகவும்

பலவீனமானது சிலந்திப் பூச்சியின் வீடேயாகும். இதை அறிந்து கொண்டிருப்பார்காளயின் தாங்கள் அவர்கள் இணையாக எடுத்துக் கொண்டவற்றின் பலவீனத்தை அறிவார்கள்!

> குர்ஆன் மஜீத் அல் அன்கபூத் அத் 29:41

கர்மம் செய்வது அவசியம்

முதலியவர்கள் "ஜனகர் கர்மத்தாலேயே முக்தியடைந்தார்கள். உலகத்தை பின் வழியில் நடத்துதலை நன்குணர்ந்தாவது கர்மஞ் செய்யக் கடப்பாடுடைத்திரு"

ஸ்ரீமத் பகவத்கீத<u>ை</u> அத் 3 (20)

ஜனகர், அசுவபதி முதலிய ராஜரிஷிகள் ராஜ்யபரிபாலனம் மற்றும் நானாவித கர்மங்களில் பிரவேசித்திருந்தனர். நன்கு அரசாளுதலோடு அவர்களுடைய வாழ்க்கை நின்று விடவில்லை. கர்ம மார்க்கத்தைக் கைப்பற்றியே அவர்கள் முக்தியடைந்தார்கள்

ஞானியர்கள் கர்மத்தில் ஈடுபடுதலில் இன்னொரு சிறப்பு உண்டு. குருடன் குருடனுக்கு வழிகாட்ட முடியாது. கண்ணுடையவன்தான் கண் இல்லாதவனுக்கு வழி காட்ட இயலும். ஞானக் கணணுடையவர்கள் கர்மத்தைத் தவறுதலின்றிச் செய்ய வல்லவர் ஆவர். கர்மம் செய்தே முன்னேற்றம் அடைந்தாக வேண்டிய உலக மக்களை நல்வழியில் நடித்துதல் அவர்களுக்கு இயலும். ஆகவே அத்தகைய பொறுப்பை எண்ணிப் பார்க்குமிடத்து கர்மம் செய்வது அவசியமாகிறது.

பயனுள்ள குறிப்புகள்

பப்பாளிக் காயை சாம்பாரில் போட்டு சமைத்து உண்டு வந்தால் சாம்பரின் அதிகரிக்கும், சுவையும் உடலில் இரத்தமும் அதிகரிக்கும்.

அண்ணாசிப் பழச் சாறு அருந்துவதால் மஞ்சள் காமாலை நோய் குணப்படும். அண்ணாசிப் பழச் சாற்றுடன் சேர்த்து மிளகுத்தூள் அருந்தி தினமும் வந்தால் சோர்வு உடல் மறையும், சளித்தொல்லை அகலும்.

பாலும் தேனும் கலந்து அதில் ஆப்பிள் துண்டுகளை முக்கிச் சாப்பிட்டு வந்தால்

மதிப்பே இல்லாத பூஜ்ஜியத்தை உலகிற்கு அறிமுகப்படுத்தி தன் மதிப்பை கூட்டியவன் தான் இந்தியன்! பாம்புக்கு காது கிடையாது எனில், தவளை

எப்படி தன் வாயால் கெடும்? சொல்லுங்க? சந்தோசமாக உள்ளவனிடம் மட்டுமே

இவ்வுலகம் நலம் விசாரிக்கும்! கஷ்டத்திலே இருப்பவனோட தொலைபேசி எண் கண்டிப்பாக பழைய செல்போனோட

நரம்புகள் புத்துணர்ச்சி பெறும். தேனில் ஊறவைத்த

ஆப்பிள் ரோசா மலருடன் துண்டுகளையும் சேர்த்து சாப்பிட்டு வந்தால் இரத்த சோகை நீங்கும்.

ஆரஞ்சுப் பழச் சாற்றில் மிளகுப் பொடி, சிறிது உப்பு கலந்து சாப்பிட்டால் வாந்தி நிற்கும். அஜீரணம் தீரும்.

திராட்சை சாற்றை சர்க்கரை கலக்காமல் அருந்துவது நீரிழிவு நோயாளிக்கும் நல்லது. புற்று நோயையும் நீக்கும்.

சில அருமையான சிந்திக்க வேண்டிய விஷயங்கள்

தொலைஞ்சு போயிருக்கும். நாம் நிராகரிக்கப்படும் நம் கோபத்தை இடத்தில் காட்டுவதை விட சிரிக்க முகத்தை காட்டுவதே

மிகச்சிறந்த பதிலடி. பழகிய மிருகங்களிடம் இருக்கும் பாசம் கூட சில மனிதர்களிடம் இருப்பதில்லை! வாழத் தெரியாம சாமியாரா போனவங்கிட்ட. எப்படி வாடிறதுன்னு கேக்க போவுது ஒரு மூடர் கூட்டம்!

Page 2

பிரச்சினை தீரும். பிரச்சினை மூக்கில் நீர் வடிகிறதா? ஒமம் நெற்றி

தேக்கம் நீங்க வல்லாரைப் பொடி, தூதுவளைப் பொடி ஆகி இரண்டையும் தேக்கரண்டி வீதம் பாலில் கலந்து குடித்து வர சளி

இரைப்பு இருமல்

சுவாச உறுப்புகளில் சளி ஒரு

நீங்கும். மருதம்பட்டை திப்பிலி, சுக்கு ஆகியவற்றில் கஷாயம் வைத்து 48 நாட்கள்

_____ PURASAI TIMES _____

The

pen

the

а

over

Government

Honey- original or spurious



A few vendors sell honey at halls road, Kilpauk, Saying that it was procured originally from hills. He also keeps honey hives so as to prove that it is original. But it is left to people to test its originality before purchase and consume. Sometime honey is prepared out.

History of pen

ink

French

reservoir.

patented this in May

patents and production

then increased in the

1850s. Dip pens were generally used before the development of

fountain pens in the later 19th century, and

are now mainly used in

illustration, calligraphy,

and comics. While a

fountain pen offers the

1827. Fountain



In 1809, Bartholomew Folsch received a patent in England for a pen with an ink reservoir. A student in Paris, Romanian Petrache Poenaru invented a fountain pen that used a quill as an

Cold tea bags to Treat Dark Circles

effective and highly easy ways to combat these dark circles is to use cold tea bags. Preferably, use green tea or chamomile tea bags for quick results.

Bottlenose dolphins are

one of the few species,

along with apes and

humans, that have the

themselves in a mirror.

Cecil

was

wheels,

known for having

powered vacuum

British

factories

Chairman and

Booth

introducing

powered

Before Booth

of the vacuum

machines blew or

of sucking it up.

later, in 1901 he

Music Hall in London.

an American machine

of

to

is

intelligent,

recognise

considered

Booth

an

their

They're

ability

This

'reflective'

Hubert

1955)

Ferris

the

residual caffeine helps constrict to vessels which reduces blood flow, helping to provide some relief from dark circles. How To Use Cold Tea Bags - Soak

the bags in water and chill in the refrigerator. Remove from the fridge and gently place them on both your eyes for 10 to 15 mins. Repeat regularly.

pollution is real threat to

dolphins, They are fast

sprinters, They like to

blow bubbles, Dolphins

are chatty animals,

They can turn off half of

the their brain, Fishing

gear is a major threat to

dolphins.

Dolphin

intelligence. Dolphins are also among the few animals that have been documented using tools. Dolphins can be found all over the world and in different environments, Freshwater dolphins, Underwater noise

Hubert Cecil Booth

(4 July 1871 - 14 January engineer, Enalish best invented one of the first cleaners. He also designed suspension bridges and Later ne became Managing Director of Vacuum Cleaner and Engineering Co. known is for one of the first cleaners. vacuum introduced his version cleaning cleaner, brushed dirt away, instead As Booth recalled decades attended "a demonstration of by its inventor" at the Empire



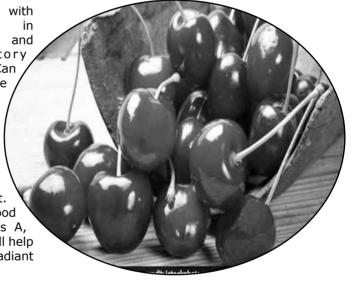
History of Madras High Court



"It was started as "Choultry Court" 341 years ago i.e. in 1682. Later it became a Supreme Court of Judicature. Sir Colley Scotland was appointed the first Chief Justice of the Supreme Court of Madras in 1862. Muthusamy Aiyar Sir appointed the was first Indian Judge in 1878" said justice Mr.C. Nagappan

impressive health benefits of cherries

Packed nutrients, Rich antioxidants anti-inflammatory compounds, Can exercise boost recovery, May benefit heart health, Improve symptoms of arthritis and improve gout, sleep quality, Easy to add to your diet. Cherries are a good source of vitamins A, B, C and E which all help to keep the skin radiant and healthy.



Duplicate Taj Mahal



While the original Taj Mahal of Agra was built as a symbol of husbandly love, the Taj Mahal replica of Aurangabad, known as Bibi ka Maqbara, has been built by Aurangzeb's son Prince Azam Khan in memory of his empress-mother Dilras Banu Begum. Bibi

Ka Maqbara is a nice Monument that is well maintained & protected by the ASI. It is very near to Aurangabad City & is Famously known as the Mini Taj Mahal of Aurangabad.

Bibi Ka Maqbara was the largest structure that Aurangzeb had to his credit and bears a

striking resemblance to the Taj Mahal. the mausoleum of Dilras' mother-in-law, Empress Mumtaz Mahal, who herself died in childbirth. Aurangzeb, himself, is buried a few kilometers away from her mausoleum in Khuldabad.

convenience of less frequent refills, dip pen has certain advantages fountain pen. One of the most It is thought that the blood

_____ PURASAI TIMES _____

W

in

involved

Careless

these

Garbages around Electric transformers



House wastes and construction wastes like doors are being disposed near the electricity pole and

Drink Water Aplenty

Drinking water at the But right time to maximise its effectiveness on the whole human body. We know water is important but may not be aware how when and what quantity should one drink. Drink enough water every intake.

avoid drinking immediately before bed time. Above 90% of heart attack occur early in the morning and it can be reduced if one takes a glass or two water an hour earlier before going to bed at night. Drink one glass of water

every day morning after waking up which helps to activate internal organs. One glass of water 30 minutes before a meal helps digestion. One glass of water before taking a bath helps lower your blood pressure.

to epidemic of condition

that have let to diabetes

high cholesterol the

underlying reason for

both health causes is

due to the narrowing of

blood vessels going to

cholesterol deposits.

and

blood pressure

transformers

the

the

garbages.

in

Block 1st street in Anna Nagar. This not only poses danger for

ones

removing

disposal from the public is the root cause behind this. The corporation must also take steps to install dustbins in the vicinity. This might bring

the behavioral change

among the people.

people disposing the garbage but also

Shocking but true to main cause that let

Some of the significant factors that have contributed to Indians becoming more prone to heart attacks and strokes are industrialisation and globalisation leading to unhealthy eating pattern. Said Dr Dinesh Babu cardiovascular

consultant in Abu He further Dhabi. said Indians are more likely to be affected by cardiovascular disease at an earlier age in there 40s and 50s compared to westerners in the 60s and 70s lack of exercise and smoking or

Threat imposing wall in Anna Nagar East



The park wall in C block, 10th street in Anna Nagar East is found in a condition damaged posing a threat to the people walking and commuting by the side. The condition is such that it could fall anytime. Proper support has to be kept to avoid the broken wall falling in the road abruptly. Entire restructuring of the wall could be a better option to make that spot safe.

Lamp post Gardening @ Medavakkam Tank road



In Medavakkam Tank road near Hindustan college, Lamp post was fully covered with thin stems. It was look like a gardening. The lamp post back side bushes are also there. Concerned department need to take action.



VKIDS TSK Senior Kindergarteners are started their learning through fun activities.

Cold soup recipes to beat the heat! WATERMELON SOUP

Ingredients: Watermelon chunks (de-seeded) Mint leaves Ginger and garlic paste Chilli flakes Method: Blend 1 cup de-seeded watermelon chunks, 3-5 mint leaves, 1 tsp ginger and garlic paste, salt and pepper to taste, 1 tsp chilli flakes. Refrigerate and serve cold, with a topping of mint leaves.

BEETROOT SOUP

Ingredients: Boiled beetroot Yogurt Cumin seeds Coriander leaves Salt Pepper Mint leaves Method: Blend 1 cup boiled beetroot, 1/2 cup yogurt, 1 tsp roasted cumin seeds, 1 tbsp coriander leaves, salt and pepper to taste and a few mint leaves. Adjust the consistency with cold water and serve fresh.

AVOCADO SPINACH SOUP

Ingredients: Spinach leaves Avocado Garlic Basil leaves Yogurt Lemon juice Paprika powder Salt Pepper Method: Blend parboiled 1 cup spinach leaves, 1 ripe avocado, 1 garlic, 2 tsp basil leaves, 1 cup yogurt, 2 tbsp lemon juice, 1 tsp paprika powder, salt and pepper to taste. Blend all ingredients and adjust the consistency with cold water. Serve fresh.

CHICKPEA SESAME SOUP

Ingredients: Boiled chickpea Garlic clove Sesame seeds Cumin seeds Lime juice Olive oil Salt Pepper Method: Blend 1 cup soaked and boiled chickpea, 1 garlic clove, 2 tbsp sesame seeds, 1 tsp roasted cumin seeds, 2 tsp lime juice, 2 tbsp olive oil, salt and pepper to taste. Blend all ingredients well to make a smooth paste. Add cold water to adjust the consistency and serve fresh.

If any interesting News & Views in your area Please Contact : 97104 52204 Email : purasait@gmail.com

Reasons why visiting the temple is good for your health



A temple is a place of blessings, where everyone comes with positive thought а creating a

wave of positivity in the temple space. This helps calm our minds and absorb more positive vibrations and energy. It is evident that every ritual has a symbolic and a scientific objective Humans behind it. have five senses. And each ritual, like ringing the bell, lighting the camphor, offering flowers, applying tilak and performing Pradakshina in the temple, is meant to activate our senses. Walking barefooted on

these floors will help the energy pass through your body. It is also symbolic of leaving your ego behind. The ringing of the bell creates the hearing sense is activated when you ring the temple bell. Camphor is often lit in a thali during an aarti because it activates the sense of sight in your body. The sight of colourful blooms coupled with their sweet smell is enough to bring us out of a bad mood. The sense of touch is also activated by the softness the flowers. The 'theertham' or holy water is a mixture of pure water with herbs and flowers stored in a copper or solver vessel in front of the idol. "It is supposed to activate one's sense of taste.

Page 4

– PURASAI TIMES -

நீர் மோர் பந்தல் திறப்பு விழா – கீழ்ப்பாக்கம் கார்டன்



டாக்டர் கலைஞர் பொது நல மன்றம் சார்பாக மாண்புமிகு தமிழ்நாடு முதலமைச்சர் முத்துவேல் கருணாநிதி ஸ்டாலின் அவர்களின் ஆணைக்கிணங்க மக்கள் தாகம் தீர்க்க சென்னை மேற்கு மாவட்டம் அண்ணாநகர் வடக்கு பகுதி 101 வது வட்ட திமுக அனைவரும் சேர்ந்து நீர் மோர் பந்தல் திறப்பு விழா 12.04.2025 சனிக்கிழமை அன்று காலை 10 மணியளவில் கீழ்ப்பாக்கம் கார்டன் காலணியில் திறந்து வைத்தனர். இதில் தலைமை மா.சிகாமணி (மன்ற செயலாளர்), மற்றும் கீதாசிகாமணி மன்ற ஆலோசகர் / முன்னாள் துணை வட்ட செயலாளர், க.கோவிந்தராஜ்-101 வது வட்ட கழக செயலாளர், நே.சிற்றரசு M.A., M.Phil., MC., (சென்னை மேற்கு மாவட்ட கழக செயலாளர்/ சென்னை மாநகராட்சி நிலைக்குழு பணிகள் தலைவர், தயாநிதி மாறன் MP (மத்திய சென்னை நாடாளுமன்ற உறுப்பினர் / விளையாட்டு மேம்பாட்டு அணி செயலாளர்) மக்கள் சேவகர் M.K மோகன் MLA அண்ணா நகர் சட்டமன்ற உறுப்பினர் / தலைமை செயற்குழு உறுப்பினர், ச.பரமசிவம் M.A.,B.L., (அண்ணா நகர் வடக்கு பகுதி கழக செயலாளர்) கார்த்திக் மோகன் B.E., M.S., (மாநில தகவல் தொழில்நுட்ப அணி துணை செயலாளர்), தபிழன் பிரசன்னா (கழக மாநில செய்தி தொடர்பு பேச்சாளர் / அண்ணா நகர் தொகுதி பார்வையாளர்), S.சேரன் (தலைமை செயற்குழு உறுப்பினர்) A.D. முருகன் (தலைமை பொதுக்குழு உறுப்பினர்) மற்றும் கழக உறுப்பினர்கள் ஆகியோர் கலந்து கொண்டனர்.

For Advertisement Contact : 98409 37719 / 2661 3111 / 4551 8154 www.purasaitimes.com

SUMMER SALE @ ALAIKHA



Summer sale starts at Alaikha. The for shop garments provide their Own Manufacturing exclusive collection for teens, Ladies. Cotton fabrics for summer comfort, Excusive cotton sets, Party wears and sarees @ Fabulous discounts. More than 3000 items and designs are there. Showroom offers new arrival modern collections. It has an exclusive collection of frocks, designer salwar, lehengas, Kurthis, Dresses and Sarees etc., Clothing is a beautiful visual demonstration of the social and emotional need of people wearing it.

So enjoy your dressings with styling, good looking & more comfortable dresses for this festive season with us. Offering stitching also @13, 4th Ave, AG Block, Anna Nagar, Shanthi Colony (Near to Shanthi colony signal & Opp to Beta) Valet parking available on weekends & holidays. Contact number : 96000 92733, +91 44 4500 0999.

Dog chasings in Ayanavaram



Incidents of dogs chasing the vehicles are increasing day by day in the vicinity of Ayanavarm. Frequent episodes of dogs chasing the vehicle commuters are found happening in the area. This could lead to accidents endangering both the dog and the people's life, putting at stake. The corporation should take necessary steps in this regard.













_____ PURASAI TIMES _____

Ajith's Good Bad Ugly gets UA



highly anticipated The Kumar-starrer Ajith Good Bad Ugly has successfully completed its censorship formalities ahead of its theatrical release on April 10. The film has been granted a U/A certificate from the Central Board of Film Certification (CBFC), as officially announced by the makers on Monday. The action-packed entertainer, directed by Adhik Ravichandran, has a runtime of 139.52 minutes (2 hours and 20 minutes).

The film boasts a stellar ensemble cast alongside Ajith Kumar, including Trisha, Arjun Das, Shine Tom Chacko, BS Avinash, Prabhu, Prasanna, Rahul Dev, Yogi Babu, and Sunil. The recently released trailer has already created waves among fans, striking a nostalgic chord. In notable moment, а Trisha's character recalls an incident from Mankatha, while Simran, whose role had been kept under wraps, appears in a scene expressing how much she has missed him. The trailer also features Ajith delivering his iconic line, "Kai Irukkum Kaal Irukkum...", from Dheena, blending nostalgia with intense action sequences.

the technical On front, Good Bad Ugly Abinandhan features Ramanujam as the director of photography, Vijay Velukutty as the editor, and GM Sekhar the as production designer. Stunts are choreographed by Supreme Sundar and Kaloian Vodenicharov. The film is produced by Naveen Yerneni and Y Ravi Shankar, with Shiv Chanana as the coproducer. With a mix of nostalgia, action, and a power-packed cast, Good Bad Ugly is set to be a thrilling treat for Ajith Kumar's fans when it hits the big screens on April 10.

completed Vaazhai and

is currently directing

Bison: Kaalamaadan, a

sports drama featuring

Vikram

and

Dhruv

Sivakarthikeyan Productions to Present Darshan-Kaali Venkat's 'House Mates'



Darshan and Kaali Venkat are set to star in the upcoming film House Mates, directed by T Raja Vel. While an official release date is yet to be announced, Sivakarthikeyan Productions confirmed on Wednesday that they would be presenting the film. "We watched it. We loved every bit of it. The unique concept, the entertainment, and this new team's sincere effort truly stood out, and we knew we had to present it," wrote Sivakarthikeyan Productions on their X handle.

The production house has previously backed successful films like Kanaa, Vaazhl, Doctor, Kurangu Pedal (which also starred Kaali Venkat in a prominent role), and Kottukkaali. With House Mates, they continue their trend of supporting fresh storytelling and new talent in the industry. Apart from Darshan

and Kaali Venkat, House Mates features a talented supporting cast including Arsha Chandini Baiju, Vinodini, Dheena, Abdool Lee, and Master Henrik. The film is produced by S

Vijaya Prakash under the Playsmith Studios banner, with director SP Sakthivel co-producing under the South Studios banner.

Director T Raja Vel has previously worked as a co-director with Ajay Gnanamuthu and was part of the writing team Demonte Colony of bringing valuable 2, experience to his directorial venture. According to a press note, House Mates is set around an apartment complex, exploring

the daily emotions of middle-class families. The film is crafted as a full-fledged fantasyhorror experience that families can enjoy together.

Cinematographer MS Sathish is handling the visuals, while Rajesh Murugesan, known for his work in Neram and Premam, is composing the music.

For Advertisement Contact : 98409 37719 / 2661 3111 / 4551 8154 www.purasaitimes.com

Anunama Paramociwaran			
Anupama Parameswaran in the lead roles. With multiple projects on both their plates, the commencement of D56 might take some time. Given the critical and commercial success of Karnan, expectations for D56 are naturally high. With Mari Selvaraj's signature socio- political storytelling and Dhanush's compelling performances, the film promises to be a major cinematic event. More details regarding the cast, crew, and shooting schedule are expected to be revealed soon.	The circulation of 82,000 copies of PuCOLOURCOLOUROne Sq.Cm₹65Full Page:₹58,500Half Page:₹29,250Quarter Page:₹14,265Size 10 x 2:₹5,200Size 5 x 2:₹2,600Front PageBack PageInside PageThird PageBlack & White Page	ITINGESITING OG WEEKLYITING IS GONE ON EVERY SUNDARYITING IS GONE ON EVERY SUNDARYITING IS GONE ON EVERY SUNDARYITING IS CONCERNANCEBLACK AND WHITEOne Sq.CM $₹$ 45Full Page $₹ ₹ 40,500$ Half Page $₹ ₹ 40,500$ Half Page $₹ ₹ 40,500$ Half Page $₹ ₹ 40,500$ Quarter Page $₹ ₹ 10,125$ Size 10 x 2 $₹ ₹ 3,600$ Size 10 x 2 $₹ ₹ 3,600$ Size 5 x 2 $₹ ₹ 1,800$ Size 5 x 2 $₹ ₹ 1,0,125$ Size 10 x 2 $$ ₹ ₹ 75/-$$ Sq.Cm $₹ 65/-$$ Sq.Cm $₹ 70/-$$ Sq.Cm $₹ 50/-$$	FOR COMPLAINT OR IRREGULAR SUPPLY OF PAPER CALL: 97104 52204 PHOTO COMPLAINTS MAY BE SENT THROUGH SWHATSAPP : 97104 52204 CUT-OFF TIME FOR CLASSIFIEDS ON FRIDAYS IS 9.30-11.30 a.m.
WEAR MASK STAY HOME STAY SAFE	Purasa # 33, Mookathal Str Chennai - 600 007. Dial: 4551 815	is, Extra Addi. Per Word Rs.20/- CT ADDRESS i Times eet, Purasawalkam, (Near CSI Church) 54 / 2661 3111 09 37717 / 98409 37719	Rental / Wanted and other For More Advertisements Please refer Classified Bazzar.
ntals, Buying & Selling of Houses, . 500/- through "CLASSIFIEDS". . 20/- for every additional word) Friday from 9.30 a.m. to 11.30 a.m.		Advertise in PURASAI TIMES CLASSIFIEDS	

Dhanush, Mari Selvaraj reunite for 'D56' under Vels Film International

After their successful would be producing first collaboration *Karnan*, actor in Dhanush and director Mari Selvaraj are set to team up again for a new project, tentatively titled *D56*. The film was officially announced 2023, and while in both were engaged in their respective commitments. the project is now taking shape with Vels Film International stepping in as the production house.

Initially, it was speculated that Dhanush's Wunderbar Films would bankroll the project. However, official the recent announcement confirmed that Vels Film International

the film. Alongside this revelation, a poster with the caption "Roots begin a great war" was released, hinting at a narrative historical something Mari Selvaraj had alluded to in earlier discussions.

While D56 has been confirmed, the timeline for its commencement remains uncertain due to Dhanush's packed schedule. His 51st film, Kuberaa, directed by Sekhar Kammula, is in the works, along with his fourth directorial venture, Idly Kadai (his 52nd film), and Tere Ishk Mein, directed by Aanand L Rai, which is his 53rd project. Mari Selvaraj, on the

other hand, recently

WEA MAS

STAY HUI STAY SAI Advertise on Business Offers, Rentals, Buying Flats, Plots, by spending only Rs. 500/- throu

(Rs. 500/- for the first 20 words and Rs. 20/- for every Cut-off time for Classifieds on Friday from 9.30 a.m. to 11.30 a.m.

CLASSIFIED ADVERTISEMENTS are accepted at your Doorstep (Service Charges Rs.50) # 33, Mookathal Street, (Next to CSI Church), Purasawalkam, Ch-7. Ph : 2661 3111, 98409 37719. 97104 52204

13.04.2025

PURASAI TIMES —

BUYING & SERVICE

• Good Price, We Buy Old Lcd, Led Audios, Computer, Ups Battery A/C etc., service also undertaken. Contact: S.K ASSOCIATES -9444149335, 8428880834.

• Old TV LED, LCD, Computer, Monitor, UPS, Invertor, Batteries, Heater, Generator, Laptop, Fridge, A/C, Hi MusicSystem, Fi Furnitures and all scrapes. Ct: 8 7 5 4 4 0 2 1 9 9 / 81898 02989.

PEST CONTROL

Termite Control Bed Bugs Control Cockroach Control, service. Quality Contact: 97104 52204 37727. 98409

RENTAL

 PURASAIWALKAM, Shanmugarayan Street, 1 Bhk 450 Sq Ft. In Ground Floor,3 Phase Eb, 2 Wheeler Parking, 24/7 Both Water,Cctv Rent Coverage Rs.12500 +Rs.1000 For Maintenance. Contact: S.Saravanan Cell 94440 76313. No.

COMMERCIAL SPACE FOR RENT

• PURASAIWAKKAM, First floor (1200+1100 sq.ft) Tana street, Purasaiwakkam, 98409 Ct: 37727.

SALE

AYANAVARAM **SAYANI,** 3 bhk 1090sq.ft/632 UDS lakhs,2bhk • Rs.98 975sq.ft/565 UDS Rs. NURSERY & 90 lakhs Negotiable, **PRIMARY** an islamic 1st floor, Reserved school, for the car park, Lift, CMDA best academic and and HRM) at kilpauk. Authorised, Contact: islamic education. 98402 98400

KILPAUK, Near Ormes Road, Duplex House. 1385 sq.ft. buildup UDS area. 765 sq.ft. and 1380 760 UDS sq.ft. sq.ft. Rs. 2.10 Cr. contact 9840091981.

• PURASAIWAKKAM, 3000 sq.. ft. near perambur railway station old house sale contact 9840091981.

THIRUMULLAI **VOYAL,** 3349 sq.ft, Thirumullaivoyal, Rs. 1500 per sq.ft. Ct: 9840091981. AKG

 PURASAIWAKKAM, near spr city, built up, chargeable-1853(1600 built up, 510 sq.ft pvt terrace), 4th UDS-803sq.ft, 2 flr, car parks, 8yrs old. Rs.1.90cr(Nego) only veg. Ct: 9840091981.

C3 FITNESS

 Start your fitness today at vepery -98840 97333 , 98843 96333/ kilpauk 9176899333, 9176844333.

SUMMER CAMP

. мсс SCHOOL SPORTS ACADEMY Summer coaching camp 2025 . Venue: MCCHSS. Ct: 79045 09262/ 89403 00446.

ADMISSION OPEN

 CSI. ST.MATTHIAS' ANGLO INDIAN HR. SEC. SCHOOL Admissions open 2025-2026. for Ct: 044-25325317

VELAMMAL NEXUS Admission 2025-26 open Contact 7358 390 408 w w W • velammalnexus.com.

MOUNT SAFA 62735. 044 4858 5344



SS STAY

Daily room rent available @ No:1 manonmani ammal st, Kilpauk, Chennai-10. Ct: 98843 44444 / 044 - 3578 1019.

ALAIKHA SUMMER SALE

• SHANTHI COLONY, fabrics Cotton for summer comfort, top starting @499, discounts on branded CALL innerwear. 96000 92733, 0999 +9144 4500

BUZZING BEES

 One on One sessions, Multi -Sensory, Play -Way method, Flexible timing, Positive Ambience.Enroll in our Unique Reading Programme and see your child begin to LOVE LEARNING. Ct: 90425 00841

TUITION

 +1, +2, Chemistry Tuitions Home any time Schedule offered by а teacher specialist in chemistry No fear on equation we are here. check us with demo class. Centum Guaranteea. Ct:9444912555.

 Accounts tuition for 11th& 12th STD State board taken by a lady tutor (MBA Finance Weekly 3 classes. 31109 / Ct: 91 75500 92828/ For more details. Contact: 98416 30119



Page 7

R.N.I. No.TNENG/2002/9551

– PURASAI TIMES —



Unsafe condition



In Villivakkam Two wheeler riders was drive in a critical condition. Because one who sitting backside, he was hold the rods in a back ward position without any cloth tieing. People should aware to tie the red cloth on the top of the rods. if suppose not to do accident will occur anytime.

Skin Care Tips For Summer

summer a facial mist.

1.Include cleansing, toning, and moisturizing in your summer skin

your skin clean and looking fresh. 2. As a part of your skin care routine, wash your face with clean water a few times daily to keep it clean and sweatfree. To keep your skin hydrated, you could also use a hydrating mask or

3. Don't forget to use a sunscreen to protect against the UV-A

care regimen, to keep and UV-B rays of the sun, which can cause sunburn, tan, wrinkles, and age spots.

4. Use non comedogenic makeup products .

5. The skin around the eyes is delicate. Wear sunglasses when going out in the sun and use a moisturizing under-eye gel for extra protection. 6. Use a lip balm that contains SPF, and wear it under vour lipstick.

Health benefits of omum

omum seeds and add equal quantity of rock salt. Grind finely to as powder and store in a bottle. Have a quarter to half a teaspoon of this mixture, with hot water 2-3 times a day. A pinch of this mixture can also relieves heart burn, Grind together about 100g of omum,

For acidity, lightly roast 100g of dry ginger and 25g of rock salt and store in a bottle. When needed take a teaspoon of the mixture with warm water. For colic or indigestion related pain, crush a teaspoon of carom seeds coarsely and have it with a pinch of rock salt. For indigestion with constipation, and stomach ache, dilute

half a cup of ripe pulp of fruits with half cup of water. Add two ground blac peppercorn, a pinch of asafetida, and half a teaspoon of pounded omum seeds, Stir well, add a teaspoon of a cream, and drink this twice a day. It will clear an obstinate colon and relieve the discomfort of indigestion.

For Advertisement Contact : 98409 37719 / 2661 3111 / 4551 8154 www.purasaitimes.com

If any interesting News & Views in your area Please Contact : 98409 37719

Health Benefits of Eating Ice Cream



It Is Loaded With Vitamins and Minerals, It Gives You Energy, It Helps Boost Your Immunity, It Helps in Stimulating Your Brain, It Helps in Strengthening Your Bones, It Makes You Happier, It Increases Your Libido, It Prevents Breast Cancer, It Helps You Lose Weight, It Improves Your Fertility.

Exercise equipment in Shenoy Nagar Skating park



exercise The new equipments in Shenov Nagar park were arranged. Park visitors told all the exercise equipments are very useful to the beginners and senior citizen. In a evening time and early morning many of them visit and done the exercise on a regular basis. Near by residents please visit the park @ Pulla avenue Shenoy Nagar. Stay fit and live healthiest life.

Surge in the sales of Nungu ahead of the summer



As the Nungu season has started, frequency of nungus being sold in kilpauk have humongously increased. The healthy eatable is sold across the nook and corner of the area. Pedestrians and commuters are finding it easier to make their purchases.