183

Regd. No. M. 2475 NOVEMBER. 1930. Vol. V—No. 11

கிராம அபிவிருத்தி

6-JAN 1931

பாரஸ்டு பஞ்சாயத்து பத்திரிகை

ஆபீஸ்: மைலாப்பூர்: மதராஸ்.

பொருளடக்கம்.

நெ.		பக்கம்.
56.	கனம் திவான்பகதூர் பி. முனுசாமி நாயுடுகாரு.	131
57.	ஸ்ரீமான் வி. குப்புராவ் அவர்கள் M. L. C.	132
58.	ஸ்ரீமான் வெங்கடசாமி நாயுடு.	133
59.	நமது உணவு.	133
60.	உருளைக்கிழங்கு.	136

வருட சந்தா ரூ. 3.
தனிப்பிரதி அணா 6.

எடிட்டர் & மானேஜர்:
எ. சுவாமிநாதய்யர், பி. ஏ.

உம்முடைய மதிப்பு என்ன தெரியுமா ?

உம்முடைய வருமானத்தைத் தெரிவித்து
எங்களைக் கேளுங்கள்:—

யுனைடெட் நாஷனல் இன்ஷியூரன்ஸ்
கம்பெனி லிமிடெட்:

ஹெட் ஆபீஸ்: கராச்சி

சுகாதார பாடங்கள்.

I, II, III வது பாரங்களுக்கு (விலை முறையே, 6 அணா, 4 அணா, 6 அணா) வீரவ நல்லூர், ஸெகண்டரி பாடசாலை ஆசிரியர் எம். எஸ். சுப்பிரமணியன் எழுதியவை.

தமிழ்நாடு "சிறு சிறு பாடங்களாக பல படங்களுடன் ஆசிரியர் சுகாதார முறைகளைத் தெளிவாக விளக்கிக் காட்டியிருக்கிறார்"

ஆரோக்கிய தீபிகை "சுலப நடையில் சிறுவர்கள் எளிதில் தெரிந்து கொள்ளும் படி எழுதப் பட்டிருக்கின்றன. ஒவ்வொரு எலிமெண்டரி பாடசாலைகளிலும் இவைகளைப் பாடப் புத்தகங்களாக வைப்பார்களென்று நம்புகிறோம்".

ஊழியன் "பள்ளி மாணவர் மட்டுமன்று; பிறரும் படித்துப் பெரும் பயனடையத் தக்கனவ".

புத்தகங்கள் ஆசிரியருக்கு எழுதிப் பெற்றுக் கொள்ளலாம்.

மைலாப்பூர், மாரி செட்டி வீதி 19 நெ. வீடு
K. S. M. சர்மா விடமும் கிடைக்கும்.

ரூரல் இந்தியா

(பாரேஸ்டு பஞ்சாயத்து பத்திரிகை.)

எடிடர், மானேஜர்—எ. ஸ்வாமிநாதய்யர், ரிடயர்ட் டிப்டி கலெக்டர்.

ஆபீஸ் : மைலாப்பூர், மதராஸ்.

வால்யூம் V. 1930ளு நவம்பர்மீ. நெ. 11.

கனம். திவான் பஹதூர் பி. முனுஸாமி நாயுடு காரு.

சிறப்பு வாய்ந்த சென்னை கவர்னர் அவர்கள் பாரேஸ்டு பஞ்சாயத்தார் சங்கத்தின் தலைவராகிய கனம். திவான் பஹதூர் பி. முனிஸாமி நாயுடு காருவை பிரதம மந்திரியாக நியமித்திருப்பது சென்னை பாரேஸ்டு பஞ்சாயத்தார்களுக்கு அளவற்ற சந்தோஷத்தைக் கொடுக்கிறது. கனம். திவான் பஹதூர் முனிசாமி நாயுடுகாரு சிறந்த புத்திமான், இணையற்ற தேச ஊழியர், ஏழைக் கிராமவாசிகளின் நண்பர், ஜஸ்டிஸ்க்கக்ஷியின் தலைவர் என்றும், தேசாபிவிருத்தி பிரஜா க்ஷேமம் முதலியவைகளையே முக்கிய நோக்கங்களாகக்கொண்ட ஒவ்வொரு இயக்கத்திலும் சேர்ந்து உழைக்கப்பட்டவரென்றும் எல்லோரும் அறிவார்கள். ரிபார்ம் ஆக்டின் படி சட்டசபை அமைந்து வேலை செய்ய ஆரம்பித்தது முதல் கனம். நாயுடு காரு வியவஸாய வகையிலும் பாரெஸ்டு பஞ்சாயத்து வகையிலும் இடைவிடாமல் கேள்விகளைக்கேட்டுக்கொண்டும் குறைகளைப்பற்றி வாதித்துக்கொண்டும் வந்திருக்கிறார். பரெஸ்டு பஞ்சாயத்து விஷயங்களில் அவருக்குள்ள அநுபவம் வேறொருவருக்கும் இல்லை. கவர்மெண்டாரும் அது காரணம் பற்றியே அவரை டிராப்டு ஸ்டாண்டிங்கு ஆர்டர் பரிசோதனைக் கமிட்டியில் ஓர் அங்கத்தினராக நியமித்தார்கள். கனம். நாயுடு காரு அக்கமிட்டியில் பாரெஸ்டு பஞ்சாயத்துகளின் க்ஷேமத்துக்காக வெகு உயர்வான ஊழியங்களைச் செய்தார். கனம் நாயுடு காருவின் மந்திரி உத்தியோக காலத்தில் பாரெஸ்டு பஞ்சாயத்து விஷயங்களும், வியவஸாய விஷயங்களும் அபிவிருத்தி விஷயங்களும் நன்றாய் கவனிக்கப்படுமென்பதில் சந்தேகமேயில்லை.

கனம் பி. டி. ராஜன் அவர்களும், கனம். திவான் பஹதூர் எஸ். குமாரசாமி ரெட்டியார் அவர்களும் மந்திரிகளாக நியமிக்கப் பட்டிருக்கிறார்கள். இவர்களும் தேசாபிவிருத்திக்காக உழைக்கப் பட்டவர்கள். கனம் ரெட்டியார் அவர்கள் பாரெஸ்டுப் பஞ்சாயத்து சங்கத்தைச் சேர்ந்தவர். கனம். பி. ராமச்சந்திர ரெட்டிகாரு சட்ட சபைத்தலைவராக தேர்ந்தெடுக்கப்பட்டிருக்கிறார். கனம். ரெட்டிகாருவும் பாரெஸ்டு விஷயங்களில் அநுபவமுள்ளவர். ஆகவே இயக்கத்திற்கே நல்ல காலம் வந்திருக்கிறது போல் காண்கிறது. இனியாவது பஞ்சாயத்தார்கள் பாரெஸ்டு பஞ்சாயத்து விஷயங்களில் சிரத்தை எடுத்துக் கொண்டு ஐக்கிய உணர்ச்சியை வஹித்து முன்னேற்றமடையப் பாடுபட வேண்டும். அவர்கள் பாடுபடுவார்களாகில் கனம் மந்திரிகளும் சட்டசபை மெம்பர்களும் தங்களால் ஆகக்கூடிய ஒத்தாசைகளை யெல்லாம் செய்வார்கள் என்பது நிச்சயம்.

முதல் முதலான வேலை என்னவென்றால் பிரதி பஞ்சாயத்தாரும் சென்னைப் பஞ்சாயத்தார் யூனியனில் பங்கெடுத்துக் கொண்டு பங்குக்காரராக ஆகவேண்டும். ஒருவர்கூட தவரக்கூடாது. மாஹாண ஐக்கியம் வலுத்தால் தான் ஐக்கிய உணர்ச்சி தக்கபடி அமையும். நமது இயக்கம் ஓங்குவதற்கு நமது யூனியன் வலுக்க வேண்டியது அவசியமாயிருக்கிறது. பஞ்சாயத்தார்கள் யூனியனில் பங்குகளை எடுத்துக் கொள்வதுடன் ரூரல் இந்தியாப் பத்திரிகைச் சந்தா பாக்கிகளை உடனே செலுத்தி விடவேண்டும். பத்திரிகையிருப்பதால் தான் யூனியன் அழியாமல் இருக்கிறதென்பது எல்லோருக்கும் தெரிந்த விஷயம். பத்திரிகையைப் பெரிதாக்கவும் வேண்டும்; அதைக் கன்னட பாஷையிலும் பிரசுரிக்க வேண்டும். கன்னட தேசத்தில் அநேகப் பஞ்சாயத்துகள் புதிதாக ஏற்படுத்தப் பட்டிருக்கின்றன; மேலும் மைசூர் நாட்டிலும், மற்ற கன்னட நாடுகளிலும் இப்பத்திரிகையை வேண்டுகிறார்கள். ரூரல் இந்தியாப் பத்திரிகை மூலமாகத்தான் பாரெஸ்டுப் பஞ்சாயத்து விஷயங்களும் வியவஸாயம் பிரஜா க்ஷேமம் முதலிய விஷயங்களும் மேல் மேலும் நன்றாய் எடுத்துரைக்கப்பட வேண்டும்.

காலஞ்சென்ற ஸ்ரீமான் வி. என். குப்புராவ் அவர்கள், எம். எல். ஸீ.

ஸ்ரீமான் வி. என். குப்புராவ் அவர்கள் சென்னைக் கிரிமினல் கோர்ட்டு லாயர்களுள் பிரமுகராயிருந்து நல்ல கீர்த்தியை அடைந்தவர். அவர் ஏழைக் கக்ஷிக்காரர்களுக்கே உழைத்து வந்தவர். பெருந்தன்மையை வஹித்தவர். [illegible] மெம்பரான விஷயம் எல்லோருக்கும் சந்தோஷத்தைக் கொடுத்தது. ச[illegible] சபையில் ஏழை ஜனங்களின் குறைகளை ராவ் பகதூர்

199348

டாக்டர் ஸி. நடேச முதலியார் அவர்களைப்போலவே எடுத்துக்காட்டி வாதிக்கக்கூடியவர். ஏழை ஜனங்களுக்கு உதவிபுரிய வேண்டு மென்கிற நோக்கம் டாக்டருக்கு இருப்பது போல் இவருக்கும் இருந்தது. அவ்வுத்தேசத்துடனே தான் அவர் பாரெஸ்டு விஷயங்களில் ருசி கொண்டு 5-வது பாரெஸ்டு பஞ்சாயத்து மாஹாணக் கன்பரன்சில் ஆஜராகி அதன் நடவடிக்கைகளில் ஆவலுடன் கலந்து கொண்டார். சட்டசபையில் பாரெஸ்டு பஞ்சாயத்துகளின் குறைகளை யெடுத்துக் காட்டி வாதிக்கப் போகிறதாகவும் உறுதிமொழி கூறினார். வட ஆர்க்காடு ஜில்லாவின் ஜனங்கள் பலவிதக் குறைகளிலிருந்து உபத்திரவப்பட்டுக் கொண்டு வருகிறார்கள். ஸ்ரீமான் குப்புராவ் உயிரோடிருந்தால் அக்குறைகள் நீங்க வேண்டிய நிமித்தமாக நிரம்பவும் பாடுபடுவார். பாலார் விஷயமும், பாசன விஷயமும் நன்றாய் கவனிக்கப்படும். ஸ்ரீமான் குப்புராவ் அநேக அற்புத யோசனை வஹித்திருந்தார். வட ஆர்க்காடு ஜனங்களுக்கும், ஏழை ஜனத்தொகைக்கும், பாரெஸ்டு பஞ்சாயத்துகளுக்கும், அவர் மரணம் ஒரு பெரிய நஷ்டம் தான்.

ஸ்ரீமான் வெங்கடசாமி நாயுடு.

சித்தூர் ஜில்லாவில் ஒரு பாரெஸ்டு பஞ்சாயத்து பிரஸிடெண்டாகிய ஸ்ரீமான் வெங்கடசாமி நாயுடுகாரு ஒரு கொலை கேஸைக் கண்டுபிடித்து கொலை செய்த குற்றவாளியை தண்டனை செய்து வைத்தார். செஷன் ஜட்ஜி குற்றவாளிக்குத் தண்டனை விதிக்கும் பொழுது போலீஸ் உத்தியோகஸ்தரில்லாத ஒரு நபர் இவ்விதமாக கொலைக் குற்றத்தைக் கண்டுபிடித்து கொலை செய்தவனைத் தண்டனைக்குக் கொண்டு வந்தது நிரம்பவும் புகழத்தக்கதென்று கூறியிருக்கிறார். பாரெஸ்டு பஞ்சாயத்தார்களுள் அநேகர் பிரஜா க்ஷேமத்தை உத்தேசித்து இவ்வித வேலைகளைச் செய்கிறார்கள். அநேக இடங்களிலிருந்து அவர்களுடைய இவ்வித முயர்ச்சிகளைப்பற்றி செய்திகள் வருகின்றன. பாரெஸ்டு பஞ்சாயத்தார்கள் கிராம ஸமூஹத்தைக் காப்பாற்றுவதற்கு பாத்தியப்பட்டவர்களாகையால் இவ்வித வேலை செய்வது அவர்களுடைய கடமையே.

நமது உணவு:

(107-ம் பக்கத்திலிருந்து தொடரப்பட்டது.)

விடாமின் ஏ.

இந்த விடாமினானது செடிகளின் பச்சை இலைகளின் மேல் வெய்யல் படுவதால் உண்டாகிற பொருள். மனிதனும் மிருகங்களும் அதைத் தயாரித்துக்கொள்ள சக்தியை யுடைத்தானவைகளல்ல. அவைகள் சாகங்களை உண்பதால் அந்தை அடைந்துக் கொள்கின்றன. இந்த விடாமின் கொழுந்துகளி

லும், குருத்துகளிலும் தான் அதிகமாகவிருக்கிறது, விதைகளிலுமிருக்கிறது. மனிதனும் மிருகங்களும் விடாமின் ஏ-யையுடைய சாகங்களைப்புசிக்கும் பொழுது அவ்விடாமின் அவைகளின் சரீரத்திலுள்ள கொழுப்பில் சேர்ந்து கரைந்து விடுகிறது. கொஞ்சம் விடாமின் லிவரிலும், மூத்திர கோசங்களிலும், இன்னும் இதர உறுப்புகளிலும் போய் அடைகிறது. ஆனால், மனிதனின் லிவரில்தான் அது அதிகமாய்ச் சேர்கிறது, முலைப்பாலிலும் சேர்கிறது. பச்சை இலைகளில் போஷிக்கப் படாத மாடுகளின் பாலிலும் விடாமின் ஏ-குறைவாகவிருக்கும். அந்தப்பால் குழந்தைகளுக்கு சரியான ஆகாரமாகாது. ஸ்திரிகள் பச்சைக்கீரைகளை ஆகாரத்தில் சேர்த்துக்கொள்ளவேண்டும். அவர்கள் பச்சைக்கீரைகளை புசித்தால் அவர்களுக்குப் பிறக்கும் குழந்தைகளின் சரீரங்களில் விடாமின் ஏ சரியாய் அமையும். விடாமின் ஏ குழந்தைகளின் சரீரங்களில சரியாக அமையாத போனால் அவைகள் பல குறைவோடும், நோயாளிகளாகவும் ஏற்படும். இந்தியாவில் அதிக சிசுமரணங்களுக்குக் காரணமே தாயார்கள் ஏ விடாமின் தக்கபடி உடைத்தாயில்லாத உணவுகளை புசிப்பது தான். பக்ஷிகளின் முட்டைகளிலும் ஏ விடாமின் அதிகமாகவிருக்கிறபடியல் அதுவும் மனிதருக்குத்தக்க உணவாக விருக்கிறது. உளுந்து, கடலை, துவரை முதலிய தான்யங்களின் முளைகளில் விடாமின் ஏ இருக்கிற படியால் அத்தான்யங்களை நீரில் நனைத்து முளைக்கட்டி உபயோகிக்க வேண்டும். சமுத்திரக்கரைகளிலும் குளம் குட்டைகளிலும் ஏ விடாமினையுடைய செடிகளும் பூண்டுகளும் வளர்கின்றன. அவைகளில் சஞ்சரிக்கும் மீன்கள் அப் பூண்டுகளையும் செடிகளையும் தின்கின்றன வாதலால் விடாமின் ஏ யானது அந்த ஜந்துக்களின் சரீரங்களில் அதிகமாக அமைகிறது. மனிதன் மீனைப்புசிப்பதாலும் அதிக ஏ விடாமினை அடைகிறான். காரட், சக்கரை வெள்ளிக் கிழங்கு முதலிய மஞ்ள் நிறமுள்ள கிழங்குகளில் இந்த விடாமின் இருக்கிறது. வெண்மையான கிழங்குகளில் இது இல்லை. சரீர வளர்ச்சிக்கும் மராமத்திற்கும் விடாமின் ஏ அத்தியாவசியமானது. சிறுவர்கள் வளர்வதற்கும், வயதுவந்தவர்களின் சரீரங்களில் ஏற்படும் அழிவுகளுக்கு பர்த்தி செய்வதற்கும் உபயோகப்படுகிறது. இரத்தத்தைச் சரியான ஸ்திதியில் வைப்பதற்கும் வேண்டியதாக விருக்கிறது. தசை, நரம்புகளில் அதிக நீர் சேராதபடி யிருப்பதற்கும் அவசியமாய் வேண்டியிருக்கிறது. சரீரத்தில் நோய் மூலங்கள் சேர விடயாலும் செய்கிறது.

நோய்கள் மைக்ரோப்ஸ் என்று சொல்லப்பட்ட கண்ணுக்குப் புலப்படாத சிறு கிருமிகள் சரீரத்தில் புகுவதினால் உண்டாகின்றன வென்பது எல்லோருக்கும் தெரியும். கிருமிகள் நம்முடைய மேல்தோலின் வழியாகவும் உள்புறத்தோலின் வழியாகவும் செல்கின்றன. மேல் தோல் சுத்தமாகவிருந்தால் அதன் மேல் கிருமிகள் வளரமாட்டா. கொசுக் கடித்தால் மலே

ரியா உண்டாகிறது, இதர விஷப்பூச்சிகள் கடித்தால் ஜுரம் உண்டாகிறது. மற்றபடி சரீரத்தின் மேல் தோலும் உள் தோலும் சரியான ஸ்திதியில் இருக்கும்பொழுது நோய்க்கிருமிகள் சரீரத்திற்குள் செல்ல முடியாது. விடாமின் ஏ. சரியாய் அமைந்திருந்தால் அவைகள் சரியான ஸ்திதியில் இருக்கக்கூடும். தக்க அளவில் விடாமின் ஏ. உணவுடன் சரீரத்தில் செல்லாத போனால் மேற்கூறிய தோல்கள் பலக்குறைவை யடைகின்றன, அவைகள் தளர்ந்து போவதால் நோய்க்கிருமி உள்ளே செல்லக்கூடும். நோய்கள் இவ்விதமாகத்தான் உண்டாகின்றன. கண், காது, மூக்கு, தொண்டை, சுவாஸக் கோசம், ஜீர்ணகோசம் இவைகளில் கொதிப்பு உண்டாவது விடாமின் ஏயின் குறைவால்தான். உணவு பதார்த்தங்களை அதிகமாக வேகவிட்டாலும் அல்லது அவைகளைக் காற்றுப்படும்படி வேகவைத்தாலும் விடாமின் ஏ. நசித்துப்போகிறது.

அரிசியில் விடாமின் ஏ கொஞ்ச அளவில் இருக்கிறது. அந்த விடாமினும் நெல் மில்லில் குத்தப்பட்டால் நசித்துப்போகிறது. நெல்லைப்புழுக்கி காற்றில் உணற்றும் பொழுதும் நசித்துவிடுகிறது. கீழே சொல்லப்பட்ட I வகுப்புப் பொருள்களில் விடாமின் ஏ அதிகமாக விருக்கிறது:—

I கொழுத்த மீன்கள்; மீன் எண்ணைகள்; கோழிமுட்டை; வெண்ணை; நெய்; லிவர்; மூத்திர கோசங்கள்; ஆட்டு மாம்ஸம்; மிருகங்களின் கொழுப்புகள்; வெண்ணையெடுக்காத பால், பச்சைக்கீரையுள்ள காய்கறிகள்.

ஏ விடாமினைக் கொஞ்சம் குறைவாக உடைத்தான பொருள்கள் அடியில்கண்ட II வகுப்பில் குறிக்கப்பட்டிருக்கின்றன:—

II மஞ்சள் நிரமான கிழங்குகள், சீமைத்தக்காளிப்பழம் முளைவந்த கடலை முதலிய பொருள்கள்.

விடாமின் ஏ இன்னும் குறைவாக விருக்கிற பொருள்கள் கீழேகண்ட III-ம் வகுப்பில் குறைக்கப்பட்டிருக்கின்றன:—

III வெண்ணையெடுத்த பால், பருப்பு தான்யங்கள், பட்டாணி, கொள்ளு, அவரை, கோதுமை, சோளம், கம்பு, ஓட்ஸ், பார்லி, மிளகாய், தேங்கா யெண்ணை, ஆரஞ்சுபழத்தின் ரஸம், விடாமின் ஏ ரொம்ப குறைவாகயிருக்கப்பட்ட வஸ்துக்களாவன.

IV தேன், அரிசி, வெங்காயம், உருளைக்கிழங்கு, முள்ளங்கி, வாழைக்காய், கொட்டைகள், நிலக்கடலை எண்ணை, நல்லெண்ணை, பருத்திக்கொட்டை எண்ணை; கொழுப்பு.

விடாமின் ஏ அடியோடே இல்லாத பொருள்கள்:—

V வெள்ளை மாவுகள், மில்லில் குத்தப்பட்ட எண்ணை; ஆமண்டு ஆயில்.

191378

உணவுகளில் I வகுப்பு பதார்த்தங்கள் இருக்க வேண்டியது அவசியமானது. இல்லாவிட்டால் தேக வளர்ச்சியும் ஆரோக்கியமும் சரியாய் அமையாது. ஆனால் உணவுகள் II, III, IV, V வகுப்புப்பொருள்களை அதிகமாகக் கொண்டிருந்த போதிலும் அவைகளோடு வெண்ணையெடுக்காத பால், வெண்ணை, வெண்ணை காய்ச்சின நெய் கீரைகள் இவைகள் சேர்க்கப்பட்டால் சரீர ஆரோக்கியம் நன்றாய் அமையும். உணவுகளில் விடாமின் ஏ குறைவாக விருப்பதால் கீழேகண்ட வியாதிகள் மனிதர்களுக்கு உண்டாகின்றன:— கண் எரிச்சல், பார்வை மங்கல், ஜலதோஷம், நெஞ்சுக்கட்டு, மார்ச்சளி, க்ஷயரோகம், சீதபேதி, வயிரெரிப்பு, பாண்டு, மூத்திர அடைப்பு.

உருளைக்கிழங்கு.

(ஸ்ரீமான் பி. எஸ். பர்த்தசாரதி ஐய்யங்கார், பி. ஏ., பி. எல். எழுதியது)

உருளைக் கிழங்கை விரைபோட்டு பயிர் செய்வதில்லை. வள்ளிக் கிழங்கைப்போல் கொடிகளை நட்டும் வளர்ப்பதில்லை. உருளைக் கிழங்கையே நீண்டவாக்கில் அறுத்தாகிலும், அப்படியே முழுக்கிழங்கையாகிலும் நிலத்தில் நட்டு (புதைத்து) செடிவளர்க்கவேண்டும். அப்படி வளர்ந்து வரும் செடியின் அடியில் வேரண்டையில் நிலத்தின் கீழ் உருளைக்கிழங்குகள் உண்டாகும். ஆகையால் உருளைக் கிழங்கைப் பயிரிட கொஞ்சமே களிமண் கலந்த இளகிய மணல் நிலந்தான் மிகவும் நல்லது. அந்த மணல் நிலத்தில் பசுந்தாள் எருவு முதலிய; இந்திரிய வஸ்துக்களைக் கலந்து மக்க வைத்திருந்தால் மிகவும் நல்லது. கொஞ்சங்கூட களர் அல்லது 'சவுடு' இருந்தாலும் நல்லதல்ல. செம்மண் கலந்த மணல் நிலமானால் சாதாரண கறுத்த களிமண் கலந்த மணல் நிலத்தைக் காட்டிலும் மிகவும் நல்லது. செம்மண் நிலத்தில் பயிராகும் கிழங்குகளை வேக வைத்தால் உள்ளே மணல்மணலாய் இருக்கும். கிழங்குகளும் மூன்று நான்கு மாதங்கள் வைத்தபோதிலும் அழுகுவதில்லை. செம்மண் நிலத்தில் இரும்பு இருப்பதே இதற்கு முக்யகாரணமாம். கறுத்த களிமண் அல்லது கரிசல் நிலங்களிலும் அதிக களிமண்ணுள்ள மணல் நிலங்களிலும் விளையும் கிழங்குகள் சீக்கிரத்தில் அழுகும். அநேக மாதங்கள் வரையில் வைக்க முடியாது. அல்லாமலும் செடியையும் அடியிலுள்ள கிழங்குகளையும் சில பூச்சிகளும் பூஞ்சாண நோய்களும் சேர்ந்து கெடுக்கும். செம்மண்ணில் பயிரிட்டால், அனேகமாய் நோய்கள் வருவதில்லை உருளைக் கிழங்கை இதுவரையில் பயிர் செய்யாத நிலத்தில் நட்ட போதிலும், சாதாரணமாய் நெல் முதலியவைகளைச் சாகுபடி செய்த பழைய நிலத்தில் கூட முதல் முதல் நட்டாலும், முதல் இரண்டு வருஷங்கள் வரையில் நன்றாய் கிழங்கு விளைவதில்லையாம். இரண்டு மூன்று வருஷம் சென்ற பிறகு ஏழெட்டு வருஷம் வரையில் அதில் உருளைக் கிழங்கு நன்றாய்ப் பயிராகி கிழங்கு இடும். ஆனபோதிலும் ஏழெட்டு வருஷம் பயிரிட்ட பிறகு, அந்த

நிலத்தில் உருளைக் கிழங்கைப் பயிரிடக்கூடாது. தற்கால தாவர சாஸ்திர ஆராய்ச்சிகளின் படி, அதே பயிரை அடுத்தாற்போல் பல வருஷங்கள் நட்டால், அவற்றின் வேர்களிலிருந்து நமக்கு ஜலமலங் கழிவதுபோல் வெளிவரும் சில வஸ்துக்கள் அதிகமாய்ச் சேர்ந்து, செடியைக் கெடுதி செய்யும் என்றும்' பலவித பூஞ்சாண நோய்களை உண்டாக்கும் என்றும், கொடிய பூச்சிகள் சேரும் என்றும் கூறுகின்றனர்.

மற்றும் உருளைக்கிழங்கு பயிரிடும் நிலங்களில் நீர் தேங்கக்கூடாது; ஈரம் தங்கி சத சதப்பாயும் (சதுப்பாயும்) இருக்கக்கூடாது. நல்ல வடிகால் வசதி இருக்க வேண்டும். மற்றும் நிலத்தில் சுமார் ஒன்பது முதல் பதினைந்து அங்குல ஆழம் வரையிலாகிலும் மேற் சொன்ன வகையான மண் இருக்க வேண்டும் சுமார் ஆறு அங்குல ஆழத்திற்குக் குறைந்துள்ள கல் நிலங்களும், முறம்பு நிலங்களும் இதைப்பயிரிட உதவா. அதிக சுண்ணாம்பு கலந்த நிலமும் பயன்படாது நீலகிரி முதலிய மலைப்பிராந்தியங்களில் உருளைக்கிழங்கைப் பயிரிட்டால் அதற்கு நீர் பாய்ச்ச வேண்டிய அவசியமில்லை. ஆனால் பெங்களூர், பூனா, அலஹாபாத், காசி, பாத்துவான் முதலிய நாடுகளில் பயிரிடும்போது, மழை குறைவாயிருந்தால் நீர் பாய்ச்ச வேண்டும். உருளைக்கிழங்கை பம்பாய் இராஜதானியில் பூனா முதலிய இடங்களில், ஆறுகளில், முலாம்பழம் முதலியவற்றைப் பயிரிடுவதுபோல் இதையும் பயிரிடுகிறார்கள். ஆற்று நிலத்தில் மேலேயே ஊற்று இருப்பதாலும், மணலுடன் இலை முதலிய இந்திரிய வஸ்துக்கள் அழுகிய வண்டல் மண் கலந்திருப்பதாலும், உருளைக்கிழங்கு நன்றாய்ப் பயிராகின்றது. சென்னை இராஜதானியிலும் நாம் உருளைக்கிழங்கை மலையடி வாரங்களிலுள்ள ஆறுகளிலாகிலும் குளிர்காலத்திலும் பயிரிட்டுப் பரிசோதித்தல் நலம்.

உருளைக்கிழங்கைப் பயிரிட அதிக மழை அவசியமில்லை. இது வளரும் நான்கு மாசங்களிலும் மொத்தத்தில் பதினைந்து அங்குலத்திற்குக் குறையாமலும் முப்பது அங்குலத்திற்கு அதிகப்படாமலும் மழைபெய்ய வேண்டும். இந்த மழை கொஞ்சங் கொஞ்சமாய், விட்டு விட்டு, இந்த நான்கு மாதங்களிலும் பெய்தால் நல்லது. நவம்பர் மாதத்தில் நடும் உருளைப்பயிருக்கு பனி அதிகம் விழும். இதனுடன் சுமார் பத்து வாரங்கள் மட்டும், வாரத்திற்கு அரை அங்குல மழைக்குச் சமானமான நீரை, இந்தச் செடிகளுக்குப் பாய்ச்ச வேண்டும்.

வருஷத்தில் சுமார் அறுபது அங்குலம் மழைபெய்யும் இடங்களில் கூட வரப்புகள் அமைத்து மேடாக்கி உருளைக்கிழங்கை நன்றாய்ப் பயிரிடலாம். மற்றும் உருளைக்கிழங்கை நிழலடர்ந்த இடங்களிலும், மரங்கள், வீடுகள் முதலியவைகள் குறுக்கே இருப்பதால் நன்றாய்க் காற்று வீசாத நிலங்களிலும் பயிரிடக்கூடாது. அதிக நிழலிருந்தால் கிழங்குகள் பருத்து உருண்

டிருக்காமல், நீண்டு சன்னமாய்ப் போகும் விரைத்த கிழங்கும், சரியாய் அழுகி அதன் கண்களிலிருந்து முளைக்கும் செடிக்கு ஆகாரமாகாமல், நட்ட கிழங்கே ஒருவிதமாய் அடியில் நீண்டு வளர ஆரம்பிக்கும். சென்னை முதலிய குளிர் குறைந்த இடங்களில்கூட கிழங்கை நட்டால் செடி முளைக்கும். அடியில் நெல்லிக்காயளவு சிறு கிழங்குகளும் உண்டாகின்றன. ஆனால் சிறிதாயிருப்பதாலும், உருசி குறைந்திருப்பதாலும், அதிக மாசூல் காணாததாலும் வளர்ப்பவர்க்கு லாபம் தரமாட்டாது. இரண்டாயிரம் முதல் நாலாயிரம் அடி உயரம் வரையில் உள்ள மலைச்சாரல்களில் உருளைக்கிழங்கை சென்னை ராஜதானியில் பயிரிட்டுப் பார்த்தார்கள் செடிகள் நன்றாய் வளர்ந்தன. கிழங்குகளும் சாதாரணம் போல் இருந்தன. ஆனால் இவைகளை வேகவைத்தால் களிமண் அல்லது மெழுகுபோல் ஒட்டிக்கொண்டு வழவழப்பாய் இருந்தன. உருசியும் குறைவு. உருளைக்கிழங்கை நீர் பாய்ச்சாமல் புஞ்சைப்பயிராய் பயிரிடுவதும் உண்டு. நஞ்சைப்பயிராய் சம நிலங்களில் பயிரிடும்போது கிழங்குச் செடிகளை வரப்பின்மேல் வளர்க்க வேண்டும். வரப்பின் கீழுள்ள உழுத சாலில் வாய்க்கால்போல் ஓடும்படி வாரத்திற்கொருதரம் நீர் பாய்ச்ச வேண்டும்.

எருவு.

உருளைக்கிழங்கைப் பயிரிடும் நிலம் செம்மண் கலந்த மணல் பாங்காயிருக்க வேண்டும் என்றும், அந்த நிலத்தில் பசுந்தாள் எருவு என்னும் தழை அல்லது செடிப்பயிர்கள் நன்றாய் அழுகி நிலத்துடன் கலந்திருந்தால் நல்லதென்றும் முன்னமே சொல்லப்பட்டது. இதுவுமல்லாமல் உருளைக் கிழங்குப் பயிருக்கு அதிக எருவும் போட வேண்டும் உருளைக்கிழங்குச் செடிகளுக்கு 'பொடாஷ்' கலந்த எருக்கள் மிகவும் அவசியம். ஆகையால் இந்தியாவில் அடுப்புச் சாம்பலையும் கட்டைச் சாம்பலையுங் சாணி எருவுடன் கலந்து எருவாய்ப் போடுகிறார்கள். 'தொழு எரு' என்னும் மாட்டுச் சாணம் நன்றாய் மக்கியிருக்க வேண்டும். குதிரைச் சாணமாகிலும் மாட்டுச்சாணமாகிலும் மக்காத புது எருவானால் செடிகளில் அதிகமாய்க் கிழங்கு இடும். ஆனால் அந்தக் கிழங்குகளில் தண்ணீர் அதிகமாய் இருக்கும் உள் சதை மணல் அல்லது சிறு நொய்போல் இராது; களிமண்போல் ஒட்டிக்கொள்ளும் உயர்ந்த அழுத்தமான களிமண் நிலங்களில் பயிரிட்டால் கூட, கிழங்கு இப்படி களிமண்போல் ஒட்டியிருக்குமென முன்னமே சொல்லப்பட்டது. இப்படி களிமண்போல் அழுந்தியிருக்குங் கிழங்குகளை வேகவைத்தால், மேல் பாகம் மட்டும் வெந்திருக்கும் உள்பாகம் கல்போல் கெட்டியாயிருக்கும். இந்தக் கிழங்குகளில் உருசியும் மணமும் குறைவு. 'நைட்ரோஜன்' கலந்த எருக்களும், 'பாஸ்பரஸ்' கலந்த எருக்களும் கூட இந்தப் பயிருக்கு அவசியமே, ராபர்ட்சன் துரை நாற்பத்தைந்து வருஷங்களுக்கு முன் பிரசங்கம்

செய்யும்போது உருளைக் கிழங்குக்கு போடத்தகுந்த எருக்களை சரியாய்க் கண்டு பிடிக்கவில்லை. சென்ற பத்து வருஷங்களுக்குள் ஐரோப்பாவிலும் அமெரிக்காவிலும் கிழங்கு மாசூலை இரசாயன பரீட்சை செய்து, அதில் செடிகளுக்கு முக்கிய உணவுகளாகிய 'நைட்ரோஜன்' 'பாஸ்பரஸ்' 'பொடாஷ்' என்பவைகள் எவ்வளவு இருக்கின்றன என்று கண்டு பிடித்து, அந்த அளவை அனுசரித்துத் தகுந்த எருக்களைக் கண்டு பிடித்திருக்கிறார்கள். ஒரு ஏக்காரில் அமெரிக்க ஐக்கிய மாகாணங்களில் 10,000 பவுண்டு கிழங்குகள் விளையும். இந்தக் கிழங்குகளில் நைட்ரோஜன் சுமார் 27 பவுண்டும், 'பாஸ்பாரிக ஆஸிட்' 12 பவுண்டும், 'பொடாஷ்' 60 பவுண்டும் சராசரியில் அடங்கியிருக்கும். ஆகையால் போடும் எருக்களில் மேல் சொன்ன மூன்று உணவுகளும் கொஞ்சம் அதிகமாகவே இருக்க வேண்டும். இந்த இரசாயனப் பரீக்ஷையிலிருந்து உருளைக் கிழங்குக்கு மிகவும் அதிகமாய் வேண்டியது 'போடாஷ்' என்றும், அதற்கு அடுத்தது 'நைட்ரோஜன்' என்றும் விளங்குகின்றது. 'பாஸ்பாரிக் ஆசிட்' மிகவும் சிறிய அளவே வேண்டும். இந்தியாவில் அநேக நிலங்களில் இயற்கையாகவே இதைக்காட்டிலும் அதிக 'பாஸ்பாரிக்' ஆசிட் உண்டு. இப்பொழுது கடைசியாய் தேர்ந்தெடுத்த முறைப்படி போடும் எருவில் நூறு பவுண்டில், நைட்ரோஜன் நான்கு பவுண்டும், நீரில் கரையத் தகுந்த 'பாஸ்பாரிக ஆசிட்' எட்டு பவுண்டும், போடாஷ் பத்து பவுண்டும் இருந்தால், காலத்திற்கு முன்னமே பயிரிடும் முதல் போகக் கிழங்குக்கு மிகவும் நல்லது எனக்கண்டு பிடித்திருக் கின்றனர். இந்த அளவுப் பிரகாரம் ஆயிரம் பவுண்டு முதல் இரண்டாயிரம் பவுண்டு எருவை ஒரு ஏக்கராவுக்குப் போடுகிறார்கள். ஆனால் சீதோஷ்ண ஸ்திதிக்குத் தக்கவாறு மேல் சொன்ன அளவை சில இடங்களில் மாற்றுவதும் உண்டு. அக்டோபர் நவம்பர் மாதங்களில், பின்னிட்டு நடும் தாமதமாய் விளையும் கிழங்குப் பயிருக்கு வேறு விதமாய் எருவு கலந்து போடவேண்டும். நூறு பவுண்டில் ஐந்து பவுண்டு நைட்ரோஜன், எட்டு பவுண்டு பாஸ்பாரிக் ஆசிட்டும், ஏழு பவுண்டு போடாஷ் வீதம் கலந்த எருவில், ஏக்ராவுக்கு ஒரு டன் வீதம் போடுகிறார்கள். இப்படிப் போடும் எருவில் மூன்றில் ஒரு பங்குக்கு குறையாமல் சாணி எருவு கலந்திருக்க வேண்டும். இரசாயன எரு ரூபமாய் போடாஷ் என்னும் வஸ்துவைக் கலக்கும்போது, க்ளோரைட் ஆப் போடாஷைக் காட்டிலும் சல்பேட் ஆப் போடாஷைக் கலப்பதே நலம். க்ளோரைட் அப் போடாஷைப் போட்டால் கிழங்கு பார்வைக்கு நன்றாயிருப்பதில்லை. ஒரே இராசியாயும் இருப்பதில்லை. கிழங்கில் ஈரம் அதிகமாயிருக்கும். உள்ளேயுள்ள 'ஸ்டார்ச்' என்னும் மாவும் குறைந்திருக்கும். தொழு எருவு முதலியவற்றில் உள்ள நைட்ரோஜன் நல்லது. ஆனால் இத்துடன் சுமார் அரைவாசி வரையில் கூட சமபாகம் நைட்ரேட் ஆப் சோடாவையாகிலும் சல்பேட் ஆப் அம்மோனியாவையாகிலும் கலந்து போடலாம். 'பாஸ்பாரிக் ஆசிட்' டைப் போடும் போது எலும்பிலிருந்து செய்யும் சூபர் பாஸ்பேட்டைப் போடவேண்டும்.

செடி நடல்.

உருளைக் கிழங்கை அக்டோபர் மாதக் கடைசியிலிருந்து நவம்பர் மாதம் வரையில் இந்தியாவில் நடவேண்டும். உருளைக் கிழங்கை விரை போட்டுப் பயிர் செய்வதில்லை. நன்றாய் முற்றிய நடுத்தரமான கிழங்குகளை அறுக்

காமல் அப்படியே நடுவதே நலம். நிலத்தை நன்றாய் ஆழ உழவேண்டும். நீலகிரி முதலிய இடங்களிலும், வீடுகளில் பயிர் செய்யும் போதும் நிலத்தை பிக் ஆக்ஸினால் வெட்ட வேண்டும் நிலத்தைப் புழுதியாக்கி மேடும் பள்ளமு மான 'சால்களை' பலர் செய்கிறார்கள். இந்த சால்களில் நீலகிரி முதலிய இடங்களில் வரப்பின் மேல் ஆறு முதல் எட்டு அங்குல தூரத்திற்கு ஒன்று வீதம் கிழங்குகளைச் சுமார் நான்கு அங்குல ஆழத்தில் நடுகிறார்கள். இந்தச் சால்களிலுள்ள வரப்புகள் சுமார் பதினெட்டு அங்குல அகலங் கூட இருக்கும். இந்த வரப்பின் இருபக்கத்திலும் கிழங்கை நடுவார்கள். சாலுக்குச் சால் இரண்டடி தூரம் இருக்கும். இம்மாதிரி வரப்புகள் அமைத்து வெங்காயம், சேப்பங்கிழங்கு, மஞ்சள் முதலியவைகளைச் சாதாரணமாய்ப் பயிரிடுகிறார்கள். சில வேளைகளில் கிழங்கை நீண்டவாக்காய்க் அறுத்து நடுவதும் உண்டு. ஒவ்வொரு துண்டிலும் இரண்டு கண்கள் அல்லது முளைகள் இருக்கவேண்டும். நட்டு சுமார் ஒரு மாதங் கழிந்த பிறகு, செடிகள் சுமார் ஆறு முதல் ஒன்பது அங்குல உயரம் இருக்கும் போது, ஒவ்வொரு செடியைச் சுற்றிலும் மூன்று நான்கு அங்குல உயரம் நலத்தைக் கொத்தி மண்ணை அணைப்பார்கள். இப்படிச் செய்தால் வேர்கள் நன்றாய்ப் பரவி, நல்ல கிழங்குகள் உண்டாகும். உருளைக் கிழங்கில் சுமார் ஐந்நூறு ஜாதிக்குமேல் உண்டு. சில கிழங்குகளின் தோல் சிவப்பாயும், சில நீலமாயும், சில மஞ்சளாயும், மற்றுஞ்சில கடுகுகாய் நிறமாயும் இருக்கும். மற்றும் சில கிழங்குகள் மிகவும் பெரிதாயிருக்கும். ஒரே கிழங்கு சுமார் ஒரு வீசை எடை கூட இருக்குமாம். சில கிழங்குகள் நெல்லிக்காய் அல்லது சிறிய எலுமிச்சம் பழம் அளவேயிருக்கும். வங்காளத்தில் ஏராளமாய்ப் பயிரிடும் காட்டுக் கிழங்குகள் இப்படிச் சிறுத்து இருக்கின்றன. மற்றும் சில கிழங்குகள் நீண்டு உருண்டிருக்கும். 'கிட்னி பொடேடோஸ்' என்னும் நீலகிரிக் கிழங்குகள் இப்படி யிருக்கின்றன. இவைகளை வேக வைத்தால் கிழங்கைச் சுலபமாய் பொடி செய்யலாம். அதிகமாய் வேக வைத்தால் உள்ளே யிருக்கும் 'ஸ்டார்ச்சு' என்னும் மாவு பதார்த்தம் நீரில் கரைந்து போவதால் கிழங்கும் கரைந்து போம். எல்லா வர்ணக் கிழங்குகளிலும் தோலில்தான் நிறம் பேதம். உள்சதை வெளுத்தேயிருக்கும்.

மாசூல்.

கிழங்கைநட்டு நான்கு மாதம் ஆனதும், செடிமுற்றி கீழுள்ள கிழங்குகள்வெட்டி யெடுக்கப்படுவதமாகும். அப்போது செடித்தண்டு உலர்ந்தாற்போல் சிவந்துவரும். இலைகள் பழுத்து உதிரும். அப்போது ஐரோப்பா முதலிய இடங்களில் ஓர்விதமான கலப்பையால் நிலத்தை ஆழ உழுவார்கள் உழுத நிலத்திலுள்ள கிழங்கை எடுத்துச் சேகரிப்பார்கள். இந்தியாவில் சாதாரணமாய் களைவெட்டி அல்லது தொளரால் ஒவ்வொரு செடியண்டையும் நிலத்தைக்கொத்தி கிழங்கை எடுப்பார்கள். சாதாரணமாய் நீலகிரியில் வருஷத்தில் இரண்டு போகம் கிழங்கை அதேநிலத்தில் பயிரிடுகிறார்கள். நல்ல பலி தமானால் ஒவ்வொரு மாசூலுக்கும் சுமார் ஒரு 'டன்' அல்லது 90 மணங்கு கிழங்கு கிடைக்கும. ஆனால் அனேகருக்கு ஏக்ரா ஒன்றுக்கு 1000 பவுண்டு எடை கிழங்குதான் ஒவ்வொரு மாசூலுக்கும் கிடைக்கிறதாம். இங்கிலாந்தில் வருஷத்தில் ஒரு மாசூல்தான் கிடைக்கிறது. ஆனால் ஏக்கரா ஒன்றுக்குச் சராசரி ஆறு 'டன்' எடை கிழங்கு கிடைக்கிறது.

(சுதேச மித்திரன்.)

SADHANA AUSADHALAYA

DACCA (Bengal)

—ADHYAKHA—

Joges Chandra Ghose, M. A. F. C. S. (London)

Formerly Professor of Chemistry, Bhagalpur College.

மிகவும் சுத்தமான ஆயுர்வேத ஔஷதங்கள் கிடைக்கும் வேண்டுவோருக்கு விலைப்பட்டி இனாமாக அனுப்பப் படும். வியாதியின் விவரத்தைத் தெரிவித்தால் இனாமாக மருந்து பட்டி அனுப்பப் படும்.

மகரத்வஜம். (சுவர்ணஸிந்தூரம்.)

அசல் தங்கத்துடன் ஒரு சேர் ... ரூ 4 0 0.

இது எல்லா வியாதிகளுக்கும் கைகண்ட மருந்து: பித்தம் வாதம் முதலிய வியாதிகளைப் போக்குவதுடன் ரத்த சுத்திக்கும் ஏற்றது.

சரிபாடி ஸாரஸா.

இது மூல ரோக ஸம்பந்தமான வியாதிகளுக்கெல்லாம் ஸரியான மருந்து.

விலை ஒருசேர் ரூ 3 0 0

சுக்ர ஸஞ்சீவி.

இது வீர்யக் குறைவு, அபோகத் தன்மை, சுவப்னஸ்கலிதம் முதலிய வியாதிகளுக்கு அமிர்தம் போன்ற மருந்து.

விலை சேர் 1க்கு ரூ 16 0 0.

அபல பந்தப ஜகா.

இது ஸ்திரீகளுக்கு உண்டாகும் இடுப்பு நோய், முதுகு வலி கர்ப்பப்பை வியாதி, அகாலமாதவிடாய் முதலிய கொடும் வியாதிகளைப் போக்கும்.

16 டோஸ் ரூ 2. 50 டோஸ் ரூ 5.

ஸுராஜ்மல் கம்பெனியாருடைய
வெள்ளி சாமான்கள்

எல்லோருக்கும் திருப்தியை கொடுக்கும்.

நம்முடைய வெள்ளி சாமான்கள் சில பேருக்கு மாத்திரம் திருப்தி அளிப்பவை அல்ல. ஸகலமானவர்களுக்கும் தேவை யானவை. மிகவும் அதிகமாகவும், நேர்த்தியாகவும் அவை தயாரிக்கப் படுவ தால் வெகு ஸரஸமான விலைக்கு விற்கக் கூடும்.

ஸாமான்கள் வெகுநாளைக்கு உப யோகப்படுவதால் சிக்கனமானவையே. நீங்கள் கஷ்டப்படும்போதும்: ஸுகப் படும்போதும் அவை உங்களுக்குப் பய னளிப்பவை.

199398

ஸுராஜ்மல் லல்லுபாய் அண்டு கோ,

வைர, ரத்ன வெள்ளி தங்க வியாபாரிகள்.

313, எஸ்பிளனேட் மதருஸ்.

ராக் போர்ட்டு கேட் : திருச்சி.