



**KMCH COLLEGE OF PHARMACY**

Coimbatore - 641 048.

**2014 - 2015**



2015



**INIZIO**



## **COMMITTEE MEMBERS**

**Chairman**

**Dr. Nalla G Palaniswami**

**Managing Trustee**

**Dr. Thavamani D Palaniswami**

**Ex-Officio Member**

**DR. O.T. Buvaneswaran**

**Mr. M. Natesan**

**Principal**

**Dr. A. Rajasekaran**

**Student Chief Editor**

**Ms. Sanju K**

**Staff Advisor**

**Dr. P. Senthil Kumar**

**Dr. K. K. Sivakumar**

**Co-Editors**

**Ms. Praveena Prasad**

**Mr. Arun Pandiyan S**

## **EDITORIAL COMMITTEE MEMBERS**

**Ms. Anna Susan Mathai**

**Ms. Janet Thomas**

**Mr. Suraj V**

**Ms. Nimmi Susan Chacko**

**Ms. Jovitta Jose**

**Ms. Sona John**

**Mr. Santhosh Kumar**

**Ms. Pretty S Joy**

**Mr. Naveen Venkatesh**

**Ms. Mythili K P**

**Mr. Avin Mathew**

**Mr. Karthikeyan S**

**Ms. Gana Susan Thomas**

**Ms. Tirin Babu**

**Ms. Priyanka E Kurian**

**Mr. Karthi Keyan S**

**Mr. Christuraj J**

**Ms. Pavithra S**

**Ms. Yuvarani S**

**Mr. Revanth**

**Mr. Riyasath Ali S**

**Ms. Merin Joseph**

**Ms. Dona Ann Davis**





# The Tamil Nadu Dr. M.G.R. Medical University



**Dr. D. Shantharam, M.D., D.Diab.,  
Vice-Chancellor**



No. 69, Anna Salai, Guindy,  
Chennai - 600 032. INDIA.  
Phone : 91-44-2235 3595  
Fax : 91-44-2235 3698  
E-mail : [vc@tnmgrmu.ac.in](mailto:vc@tnmgrmu.ac.in)  
Website : [www.tnmgrmu.ac.in](http://www.tnmgrmu.ac.in)

Dated: 29/09/2015

## MESSAGE

It is with great pleasure I learn that KMCH College of Pharmacy, Coimbatore, has planned to release its Annual Magazine titled as "PHLUZIR – A KMCH ELIXIR" for the academic year 2014-15.

On this joyful occasion, I would like to extend my warm felicitations and wishes to the management, teaching and non-teaching staff and students of the College and with their support the Institution is marching ahead towards its academic excellence for the growth of Pharmacy Education all these years.

I am sure that the proposed Magazine would contain informative and interesting articles both by the Faculties as well as the students of the College.

With best wishes, once again,

**Dr. D. SHANTHARAM**

To  
Dr. A. Rajasekaran,  
Principal,  
KMCH College of Pharmacy,  
Coimbatore - 641 048.



## *FROM THE CHAIRMAN...*



I am extremely glad to note that KMCH College of Pharmacy is releasing the college magazine “**PHLUZIR (INIZIO 2015)**” for the academic year 2014 - 2015. Releasing of magazine for every academic year is a very important part of the curriculum which will register the progress of the college and forms an indicator on which front, the college has to focus attention for future development. The institute has brought out successful pharmacists and played a major role in the field of health care profession.

On this memorable occasion, I greet and congratulate all of you and wish success in all future endeavours.

A handwritten signature in black ink, which appears to read "Nalla G Palaniswami". The signature is written in a cursive style and is positioned above the printed name.

**Dr. Nalla G Palaniswami**  
Chairman





***FROM THE MANAGING TRUSTEE...***



I congratulate the efforts of the students and the staff in bringing out the college magazine “**PHLUZIR (INIZIO 2015)**”.

Education Institution is where one learns not only the academic subjects but also acquire extracurricular skills. College magazine plays a vital role in bringing out the talents of the students.

I wish all the faculties and students of the institution, a bright and prosperous future.

A handwritten signature in blue ink that reads "Thavamani D Palaniswami".

**Dr. Thavamani D Palaniswami**  
Secretary



*FROM THE CEO...*



I am happy to know that KMCH College of Pharmacy is releasing the college magazine “**PHLUZIR (INIZIO 2015)**”. I hope that the magazine would contain enlightening and useful articles by the students of the college.

I congratulate and convey my best wishes for accomplishment of the college magazine “**PHLUZIR (INIZIO 2015)**”.

*O.T. Buvaneshwaran*

**DR. O.T. Buvaneshwaran**  
Chief Executive Officer



***FROM THE PRINCIPAL...***



I am delighted to write this message for the release of KMCH college of Pharmacy annual magazine “**PHLUZIR - A KMCH Elixir**”. The magazine provides to the students an ample opportunity to bring out their talents and render their services to their profession and society. I hope that the magazine will definitely contain very useful, educative and illuminative articles for all concerned.

I appreciate the efforts and hard work of the editorial board, the faculties and the students in bringing out the magazine successfully.

with regards,

A handwritten signature in blue ink that reads "A. Rajasekaran".

**Dr. A. Rajasekaran**  
**Principal**



## ***FROM THE STAFF ADVISORS...***



Education is not merely gaining of information but includes morals which help us improve the different facet of mankind. A fundamental role of college education lies in shaping the personality of young people into a healthy mind and happy soul, who is not only equipped with 21st century skills and aptitude required for academic excellence but helping him face the challenges of life in an unprejudiced and delightful way. Therefore, the system of college education should work as a channel in making each youngster a balanced human being having his core strengths embedded in the learning experiences emanating from our rich socio-cultural roots. We feel immensely happy that the students are coming out with the magazine.

The journey of a college student in a society is always filled with expectations and acknowledged by all. We as advisor have always observed the students hard work and they deserve appreciation. The students have proved that if one have positive attitude and constantly strive to give their best effort, eventually one will overcome their immediate problems and find that they are ready for greater challenges. We would encourage the students to be always modest, humble and disciplined, while being ready to expand the horizons of their knowledge and skills by dreaming big and working hard.

We are confident that the outcome of this magazine will pave way for changes and new outlook for this college. We are grateful to all the students who had brought out this magazine in a successful manner. We feel optimistic that this magazine will surely fetch new scope of inspiration. We wish a great success to all our students.

with regards,  
**Chief Staff Advisors**



**Dr. P. Senthil Kumar**



**Dr. K. K. Sivakumar**





## *FROM THE EDITOR...*



The venture of the creation of INIZIO was such a journey of which the destiny was at a longer distance....we started with lots of hope, keeping close the quotes “ plan purposefully prepare prayerfully, proceed positively, pursue persistently. we planned our target, we prepared ourselves and we were optimistic at every step we put forward.

INIZIO, is a reflection of talents and aspirations of our young minds. What they have seen, known and felt, what they think of the world within and without. INIZIO is an attempt to record the formative pulses of creativity of the members in our family. The following pages reflect the creations and pulse of KMCH College of Pharmacy. It presents a panorama of budding and blooming writers, poets and artists. They may soar high and touch the sky.

I still can't believe that INIZIO, became a reality. To bring out a magazine of this variety and calibre needs the whole hearted co-operation of team PHLUZIR without whose support this Herculean task would never have been completed on time. I wish to acknowledge our indebtedness to those who shared the pain in making of it

We also bow reverentially before the Almighty who is the omnipotent force behind every noble creation

**BEHIND US IS THE INFINITE POWER  
BEFORE US IS ENDLESS POSSIBILITY  
AROUND US IS THE BOUNDLESS OPPORTUNITY**

The readers are the best judges. We on our part simply tried our best.  
We place INIZIO, before you with humility and a sense of achievement.

Thanking You

with regards,

A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'Sanju'.





**AL CIELO**



## ACADEMIC EXCELLENCE AWARDS

### Pharm D First Year



**Glency Reji**  
First Rank



**Pretty S Joy**  
Second Rank



**Rakhi K Samuel**  
Third Rank

### Pharm D Second Year



**Deepa Maria Jose**  
First Rank



**Diana M Joseph**  
Second Rank



**Amala Sajeev**  
Third Rank

### Pharm D Third Year



**Geisha Merin Vargesse**  
First Rank



**Nimmi Susan Chacko**  
Second Rank



**Snehamol George**  
Third Rank



## ACADEMIC EXCELLENCE AWARDS

### Pharm D Fourth Year



**Shabana**  
First Rank



**Dona Ann Davis**  
Second Rank



**Suraj V**  
Third Rank

---

### Pharm D Fourth Year (PB)



**Bency**  
First Rank



**Meenu**  
Second Rank



**Ruhma**  
Third Rank

---

### Pharm D Fifth Year



**Jyothi Susan George**  
First Rank



**Rinju Alias**  
Second Rank



**Merin Joseph**  
Third Rank

## ACADEMIC EXCELLENCE AWARDS

### Pharm D Fifth Year (PB)



**Geethu George**  
First Rank



**Vini Susan John**  
Second Rank



**Eldho Mathew**  
Third Rank

---

### B Pharm First Year



**S. Pavithra**  
First Rank



**M. K. Manochitra**  
Second Rank



**M. Siyamala Devi**  
Third Rank

---

### B Pharm Second Year



**Janeesha P**  
First Rank



**Paramasivan**  
Second Rank



**Priyanka Elizabeth Kurian**  
Third Rank





## ACADEMIC EXCELLENCE AWARDS

### B Pharm Third Year



**Praveena Prasad**  
First Rank



**Tirin Babu**  
Second Rank



**Shebina P**  
Third Rank

### B Pharm Fourth Year



**Sanju K**  
First Rank



**Muhammed Sabik**  
Second Rank



**Nisha Subramanian**  
Third Rank

### M Pharm First Year (April 2014)



**Anjali Nair**  
First Rank



**Vidhu Venugopal**  
Second Rank



**Ajeena Alex**  
Third Rank

## ACADEMIC EXCELLENCE AWARDS

### M Pharm First Year (Oct 2014)



**Raina**  
First Rank



**Neena**  
Second Rank



**Shalumol**  
Third Rank

---

## UNIVERSITY RANK HOLDERS



**Kamalanathan**  
Dept. of Pharmaceutics



**Remya Sreedhar**  
Dept. of Biotechnology



## Ph.D AWARDEES



**Dr. K. K. Sivakumar**  
Pharmaceutical Chemistry



**Dr. V. Sivakumar**  
Pharmacy Practice



**Dr. R. Arivukkarasu**  
Pharmacognosy



**Dr. C. Sundaramoorthy**  
Pharmaceutical Biotechnology



**Dr. Geetha**  
Pharmacy Practice



**Dr. Ramachandran**  
Pharmacology





## A BRIDGE

**Deepthi Visakh**

First Year M.Pharm - Pharmaceutical Analysis



A long wonderful bridge, which leads to infinity,  
Built using branches of huge teak tree  
Decorated with Daffodil flowers and Red Roses,  
Beneath it, the lovely Pearl River flows,  
It connects three Ages of life.

It's a pleasant journey begins at the marigold field  
A perpetual scene of beautiful buds ready to bloom  
Fluttering bees and butterflies hither and tither  
Enjoying the splendour of their life in the garden  
It depicts the "CHILDHOOD"  
Where we know only to live in the present  
Without knowing the difference between the life  
and the death.

As the journey starts through the bridge,  
Everyone enjoys the side sceneries but,  
No one discover that time dashes swiftly,  
Hardly know we reached the middle of the bridge,  
Only recover when each footstep furnishes  
shivering the bridge,  
Sometimes even one can fell into the gorgeous  
fathom river  
Sometimes we can survive  
It depicts the "MIDDLE AGE"  
Where we find to know difference between the life  
and death.

Survivor's moves with feeble footsteps and  
lingering breathe,  
Finds the way lead covered with misty fogs,  
Bridge grows to be fragile and pathetic,  
Even have a slight jerking,  
An uncertain journey without any escort, all alone,  
It depicts the "OLD AGE"  
Where we are certain of the future death and full of  
desolation.

At last we stops the journey at the droop marigold  
fields,  
Without buds, flowers, bees and butterflies,  
To share the loneliness of the garden...  
In all the ages... We all are alone!  
But tangled with several relations  
To learn sharing and to show joy, love, care for  
someone,  
That's the magic of life.





## SOCIAL MEDIA MAKING US LESS SOCIAL???

**Sanju K**

First Year M.Pharm - Pharmacology

How many of us can live a day without internet ???

How many of us remember our friends' birthdays unless we see birthday reminders in facebook??

How many of us can say that life is better without facebook and whatsapp?

How many of us are addicted to social networking???and it is hard to agree too.....!!!

How many of us miss to be present in person while we update that moment to facebook????

How many of us feel smileys could express more than our words could do???

How long can you stay without checking your smart phone??? And somewhere I had read that whatsapp is like diaper-we keep on checking even if there is nothing!!!

Isn't it that the likes and comments became a part o our daily life??

Isn't it it that the social media is now in the list of essential needs of a human being to survive??

Isn't it that we miss our friends around....while we long for those friends we have never seen and so remain in our friend list???

Today the media is not what it used to be earlier. As a part of change, our communication habits are changing, and the results may be awful for our mental health. Communication in the past was simple and meaningful. Before the internet there were limited resources of information we had to rely on like Newspapers, Telegrams, and Radio etc.

The culture was then adapting to a limited mass media market, as was the limitation imposed on our mind. However, the reality today is entirely different. The last few years of the internet have exploded into quite an ground-breaking way of mass socialization amongst users with sites likeFacebook, Twitter, Tumblr, and LinkedIn.

These social networking sites have become minute by minute communication necessities for millions of peopleThe social media explosion on the Internet is setting up new rules for all parts of the society. Every day someone joins a social network in hope to connect with other users but it is drawing concerns amongst many that all that precious screen-time is actually diminishing the time we spend communicating face-to-face.

People especially teenagers contributes to a huge part of total social media users worldwide. They



feel that the online friends are more friendly and cooperative than the people they use to deal face-to-face. Social networking has, obviously, seen the largest increase in the past ten years of any online activity. While people have dramatically integrated social networking tools into their lives, it must be noted that true social skills are taught and understood primarily through interacting with our peers face-to-face but the persistent developments in technology, electronics and social networking run the risk of socially alienating the vast majority of people turning them inward and away from one-on-one interaction.

Technology has advanced so quickly in these past years and has found many of us bouncing from one electronic device to another, back and forth, throughout the day. In some ways it appears our social developmental skills are being stunted with such advancements.

Social networking has revolutionized the way we interact with the internet and with other users.

A study in Developmental Psychology hints that multitasking in the digital form through social media can leave today's children socially incompetent.

Our social development is one of the key components in emotional intelligence which is simply put by psychologists as the ability to perceive, control and evaluate emotions. In some facets, it's as though we're heading into a generation of becoming socially awkward.

Number of teenagers is highest in the victims list. Actually the age of a teenager is the age of exploration and curiosity. In the sense, the fun-loving age. But instead of doing it in real life, children use to do it online with totally unknown people.

And the time have arrived to awake to the reality...relationships are harder now because conversations become texting, arguments become phone calls and feelings become status updates!! As Ferric Bueller said "Life move pretty fast, if you don't stop and look around, every once in while you could miss it"

If Facebook helps us to connect and share with people in life....it is the time to understand the people around you...







## A SIGN OF FRIENDSHIP

**Bency Elsa Varghese**

FifthYear Pharm.D - PB

A voyaging ship was wrecked during a storm at sea and only two of the men on it were able to swim to a small, desert like island.

The two survivors who have been a good friends, not knowing what else to do, agreed that they had no other recourse but to pray to God. However, to find out whose prayer was more powerful, they agreed to divide the territory between them and stay on opposite sides of the island.

The first thing they prayed for was food. The next morning, the first man saw a fruit-bearing tree on his side of the land, and he was able to eat its fruit. The other man's parcel of land remained barren.

After a week, the first man was lonely and he decided to pray for a wife. The next day, another ship was wrecked, and the only survivor was a woman who swam to his side of the land. On the other side of the island, there was nothing.

Soon the first man prayed for a house, clothes, more food. The next day, like magic, all of these were given to him. However, the second man still had nothing.

Finally, the first man prayed for a ship, so that he and his wife could leave the island. In the morning, he found a ship docked at his side of the island. The first man boarded the ship with his wife and decided to leave the second man on the island.

He considered the other man unworthy to receive God's blessings, since none of his prayers had been answered.

As the ship was about to leave, the first man heard a voice from heaven booming, "Why are you leaving your companion on the island?"

"My blessings are mine alone, since I was the one who prayed for them," the first man answered. "His prayers were all unanswered and so he does not deserve anything."

"You are mistaken!" the voice rebuked him. "He had only one prayer, which I answered. If not for that, you would not have received any of my blessings."

"Tell me," the first man asked the voice, "What did he pray for that I should owe him anything?"

"He prayed that all your prayers be answered"

**Moral:** For all we know, our blessings are not the fruits of our prayers alone, but those of another praying for us. Value your friends, don't leave your loved ones behind.

***"Friends are relatives you make for yourself."***

*- Eustache Deschamps, French Poet*



## LAUGH IT OFF

**Suraj Vijay**  
Fifth Year Pharm.D



A drug store owner comes to his shop to see a man leaning against the wall with a very sick expression on his face. He asks his assistant about him. The assistant replies "Boss, he came with a very bad cough and we were out of cough drops and syrup so I have him a very strong laxative instead".

The owner is furious "You can't stop a cough with laxatives". The assistant replies "Sure boss it works, look at him he's afraid to cough"



**Amjad Khan. K.V**  
B.Pharm Second Year





## BE A CLOUD...

**Mathews Xavier**

FifthYear Pharm.D

Aren't the clouds beautiful? They look like big balls of cotton... I could just lie here all day, and watch them drift by... If you use your imagination, you can see lots of things in the cloud formations... What do you think you see, Linus?"

"Well, those clouds up there look like the map of the British Honduras on the Caribbean... That cloud up there looks a little like the profile of Thomas Eakins, the famous painter and sculptor... And that group of clouds over there gives me the impression of the stoning of Stephen... I can see the apostle Paul standing there to one side..."

"Uh huh... That's very good... What do you see in the clouds, Charlie Brown?"

"Well, I was going to say I saw a ducky and a horsie, but I changed my mind!"

This a small passage from *The Complete Peanuts, Vol. 5: 1959-1960* by *Charles M. Schulz*.

When I look at the sky I feel like a child , it's embarrassing the images made by the clouds. Today I saw a cloud, uncannily shaped like baby crying with its mouth open across the sky and there is nobody up there, of course. Finding shapes in clouds is something our brains do, and we do it all the time.

These clouds can be full of potential, they can also create a dense fog. Just imagine for a moment a clear blue sky with full of white clouds ,how beautiful it is . Maybe they have lot of stories to tell us and they did it through formations...

How these cotton balls are formed ? what actually they are and how they got that name as clouds? There are so many questions regarding clouds. Clouds are formed from the evaporation of the ocean's water that is warmed by the Sun and rises high into the atmosphere, condensing in tiny droplets on minute particles of dust. Clouds and fog are one and the same thing. Clouds consist of billions of tiny water droplets (and even ice crystals) floating in the sky and appear in a variety of shapes and sizes depending on how and where they formed. In Old English clouds used to be called weolcan, but the word for a rock was clod, like a clod of earth. Clouds were the same sort of shape as rocks, so they were gradually called clods, and then clouds. So it was the



Anglo Saxons, or Old English, who lived between the 5<sup>th</sup> and the 11<sup>th</sup> Centuries, who first called clouds.

Since clouds are water we must understand that water represents very powerful emotion able to create or to destroy .In creation and in death water remains fluid, it never becomes fixed. Clouds are the mists of heaven and earth which represent the divine thought of "God". It represent divinity, pure thought and pure being, emptiness and everything.

As the clouds shift shape, we are reminded that we too can change and move from a seemingly fixed frozen place and can see new and vitalizing images. Clouds never become fixed in form, just like the flow of water clouds tell us to be free from everything yet as pure as divinity.

They are dreams that make us ponder everything we don't understand but are designed to search out. Therefore clouds are creations way of telling us never to settle in one thing or another because in doing so we become fixed and fixed objects always resist the natural flow of universal fluidity.

Be like a cloud, free and in heaven always shifting form and always moving through the skies of infinite space and timeless wisdom. To see and contemplate the clouds is to learn oneself just as it is in all of the elements of nature...



**Sherin John Varghese**  
Pharm.D Fifth Year





## TILL MY LAST BREATH

**Rafnas**

Third Year B.Pharm



Oh! those days are gone  
 The pain of separation  
 Is meeting me silently  
 The dausen of happy days  
 When we walked hand in hand  
 When we sang song by song  
 It's true - we cared for each other  
 We stood silent but  
 Silence told us everything  
 You consoled me when  
 I was depressed  
 You made me smile when  
 I was sad  
 You gave me strength when  
 I was down  
 Now you are not with me  
 You remain close to my heart  
 but far from my eyes  
 Ah! those sweet memories  
 I'll keep in my heart  
 TILL MY LAST BREATH....



## AMAZING FACTS

**K P Mythili**

First Year Pharm.D



1. It is impossible to lick our elbow!
2. A crocodile cant stick its tongue out!
3. A shrimps heart is in its head!
4. Rats and horses cant vomit!
5. If we try to suppress sneeze, we can rupture a blood vessel in our head or neck and die!
6. If we keep our eyes open by forces when we sneeze, we might pop an eyeball out!
7. Sloths take two weeks to digest their food!
8. Guinea pigs and rabbits cant sweat!
9. The porpoise is second to man as the most intelligent animal on the planet!
10. The elephant is the only mammal that cant jump!
11. Right handed people live on average, nine years longer than left handed people!
12. Women blink nearly twice as much as men!
13. The average lead pencil will draw a line 35 miles long or write approximately 50,000 words!
14. Camels have three eyelids to protect themselves from blowing sand!
15. The placement of a donkey’s eyes in its heads enables it to see all four feet at all times!
16. Dolphins sleep with one eye open!
17. Slugs have 4 noses!
18. Owls are the only birds who can see the colour blue!
19. A giraffe can clean its ears with its 21 inch tongue!
20. A cockroach will live for weeks without its head before it starves to death!
21. Starfish have no brains!
22. Polar bears are left handed!
23. Our ribs move about 5 million times a year, every time we breathe!
24. One quarter of the bones in your body, are in your feet!
25. Fingernails grow nearly 4 times faster than toenails!
26. The word “queue” is the only word in the English language that is pronounced the same way when the last four letters are removed!
27. What is called a “French Kiss” in the English speaking world is known as an “English Kiss” in France!
28. “Almost” is the longest word in the english language with all the letters in alphabetical order.





## FILLINGS OF A BLAND SANDWICH

**Ann Jacob**

Pharm.D Internship

Reflecting on the years past  
Fun filled fests and outings  
Chicken grilled with best of friends  
Spiced our dreamy life

On second thoughts a weird dawning  
Best of all were the drab lectures  
Those that unleashed the artist within  
Motivation for something beyond

Books filled with pictures and poems  
Notes exchange with quirky smileys  
Bits of live commentaries that kept sleep at bay  
Records of youth creativity gone viral

Exam halls were joy of a kind  
Silent laughs and stolen glances  
Not for answers but for encouragement  
To buy some time for new theories to form

Nearing the end of this era  
Cant help longing for more  
Lectures and exams seem no longer dull  
But were fillings of frolic and laughter

Will miss you friends, teachers  
We made a wonderful team  
And its all about to end  
Cant bring myself to say bye

Yet its time....BYE BYE KMCH



## A FORGOTTEN HERO OF THE MEDICAL WORLD

**Anna Susan Mathai**

Pharm.D Internship



To be famous, one needs a little more than hard work, intelligence and passion; I guess it's a tad of good luck. I was stumped when my medico friend asked in a rapid fire of Pharma quiz about the person who elucidated the role of ATP as energy source of cell. Many Anglican names stormed through my brain and I blurted out a few reasonable names. But never in my wildest imagination did I think it would be an Indian. I hung my head in shame when he exclaimed that if I as a Pharma student knew so little about a great man as him, how much less the common man would know. Like every other person in my generation, I took my phone and Googled and I was swept off my feet at his achievements and I knew nothing of this virtuoso.

Being an avid reader of Bible, the words of Jesus Christ rung in my head -“No prophet is accepted in his home country”. For his calibre and achievements, Yellapragada Subbarow was never recognised throughout his life. He was born in Bhimavaram, Madras Presidency, now in West Godavari district, Andhra Pradesh, India as the fourth of seven children of Y. Jagganatham and Y. Venkamma. Schooling was a rough patch of his life. Indeed it was a prologue to the days to follow. He suffered poverty, many hardships and death of his close relatives and his schooling at Rajamuhndry was a traumatic episode. He matriculated in his third attempt from Hindu High School, Madras.

Having passed the Intermediate Examination from the Presidency College, he entered the Madras Medical College where his education was supported by friends and Kasturi Suryanarayana Murthy, whose daughter he later married. He stood by his convictions and followed Gandhi's call to boycott British goods and started wearing khadi surgical dress much to the displeasure of M. C. Bradfield, his surgery professor. Consequently, though he did well in his written papers, he was awarded the lesser LMS certificate and not a full MBBS degree.

Subbarow tried to enter the Madras Medical Service without success. He then took up a job as Lecturer in Anatomy at Dr. Lakshmiopathi's Ayurvedic College at Madras. He was fascinated by the healing powers of Ayurvedic medicines and began to engage in research to put Ayurveda on a modern footing.

It was a chance meeting with an American doctor, who was visiting on a Rockefeller Scholarship that changed his mind. The promise of support from Malladi Satyalingam Naicker Charities in Kakinada, and financial assistance raised by his father-in-law, enabled Subbarow to proceed to the U.S. He arrived in Boston on 26 October 1922.





After earning a diploma from the Harvard Medical School he joined Harvard as a junior faculty member. With Cyrus Fiske, he developed the rapid colorimetric method for the estimation of phosphorus in body fluids and tissues. He discovered the role of phosphocreatine and adenosine triphosphate (ATP) in muscular activity, which earned him an entry into biochemistry textbooks in the 1930s. He obtained his Ph.D. degree the same year.

He joined Lederle Laboratories, now a division of Wyeth, after he was denied a regular faculty position at Harvard. At Lederle, he developed a method to synthesize folic acid, Vitamin B9, based on work by Lucy Wills to isolate folic acid as a protective agent against anemia. After his work on folic acid and with considerable input from Dr. Sidney Farber, he developed the important anti-cancer drug methotrexate - one of the very first cancer chemotherapy agents and still in widespread clinical use. This was again a blow on my pride as my then posting was in the oncology posting and every day I came across many cancer patients still being benefitted by this wonder drug. He also discovered the drug Hetrazan which was used by the World health Organization against filariasis. Under Subbarow, Benjamin Duggar made his discovery of the world's first tetracycline antibiotic, aureomycin, in 1945. This discovery was made as a result of the largest distributed scientific experiment ever performed to that date, when American soldiers who had fought all over the world were instructed at the end of WWII to collect soil samples from wherever they were, and bring the samples back for screening at Lederle Laboratories for possible anti-bacterial agents produced by natural soil fungi.

The following information I owe it to the Wikipedia. "Subbarow's colleague, George Hitchings, who shared the 1988 Nobel Prize in Physiology or Medicine with Gertrude Elion, said, "Some of the nucleotides isolated by Subbarow had to be rediscovered years later by other workers because Fiske, apparently, did not let Subbarow's contributions see the light of the day." A fungus was named Subbaromyces splendens in his honor by American Cyanamid. Writing in the April 1950 issue of Argosy, Doron K. Antrim observed, "You've probably never heard of Dr. Yellapragada Subbarow. Yet because he lived you may be alive and are well today. Because he lived you may live longer."

What astonished me most was this, that United States of America, a country that recognizes and absorbs talents did not grant him green card and he remained so throughout his life. On a selfish note, I thank them for this because we Indians can still boast about him. May be some people are not meant to receive fame throughout their life. I do not want to go into depression probing the reasons why he did not receive the applause he deserved during his life time. May be its time for you to google and find out why. But as of now, I feel relaxed and accomplished that I could introduce you to this miracle man who is behind many wonders that we learn with admiration and use with gratitude.



## DON'T READ THIS

**T S Naveen Venkatesh**

Second Year Pharm.D



*Have you seen the heading*  
Please don't read this !  
Then why are you reading ?  
What is the use of reading this ?

*Stop your reading immediately*  
Don't you have will power ?  
Don't continue your reading  
You have read half of this page;  
Cant you stop immediately ?

*Sorry you cannot stop*  
*You are more interested in reading this*  
And this is the end of the passage;  
Have you read it fully? Yes!

*No use of reading this*  
So stop reading immediately.  
You have wasted a bit of time in reading  
In the same way you are wasting  
Time involving in useless things.

***"TIME IS GOLD"***





## SPEECHES THAT CHANGED THE WORLD

**Pretty S Joy**  
Second Year Pharm.D

### **QUIT INDIA:** (Mahatma Gandhi)

“I know the British government will not be able to withhold freedom from us, when we have made enough sacrifice. We must therefore purge ourselves of hatred”.

### **MY BLOOD WILL INVIGORATE INDIA:** (Indira Gandhi)

“I do not care weather I live or die... I am proud that I spend the whole of my life in the service of my people. I shall continue to serve until my last breath and when I die, I can say that every drop of my blood will invigorate India and strengthen it.”

### **TRYST WITH DESTINY:** (Jawaharlal Nehru)

“At the stroke of the midnight hour when the world sleeps, India will awake to life and freedom. A moment comes which comes rarely in history, when we step out from the old to the new, when an age ends...”

### **THE GETTYSBURG ADDRESS:** (Abraham Lincoln)

“...That government of the people; by the people and for the people shall not perish from earth”

### **REMARKABLE RADIUM:** (Marie Curie)

“There is always a vast field left to experimentation and I hope some beautiful progress in the following years. Its my earnest desire that some of u must carry on this scientific work.”

### **I HAVE A DREAM:** (Martin Luther King Jr.)

“...That my four children will one day live in a nation where they will not be judged by their color of skin but by their content of character. I have a dream today !”

### **I AM THE FIRST ACCUSED:** (Nelson Mandela)

“...It is an ideal which I hope to live for and achieve. But if needs be, it is an ideal for which I am prepare to die.”

### **LOVE BEGINS AT HOME:** (Mother Teresa)

“There is so much suffering, hatred, misery and we with our prayer, sacrifice are beginning at home. And it is not how much we do, but how much love we put in the action we do.”

### **STAY HUNGRY STAY FOOLISH:** (Steve Jobs)

“Your time is limited so don’t waste it by living someone else’s life”

### **MAKE IN INDIAN:** (Narendra Modi)

Modi used independence day platform o announce campaign called “Swachh Bharat Abhiyan”

### **MY STORY IS NOT UNIQUE:** (Malala Yousafzai)

“...It is for that frightened children who want peace.”



## MY TROUBLES TO WRITE A POEM

**Kanchana Devi**  
Second Year Pharm.D



Writing an poem is an art, the way you express the words of your heart

The way I too tired one to write, that always reminded to be in plight  
Sitting with a heavy heart in the yard, thinking I would never be a bard

My problem was to choose a good topic,

Thinking which would be good my mind wasn't panic.

Many thoughts lingered, but no words triggered

My mind was completely blank, but I believed on my knack

Gaping at the paper blurred, hoping to get a new word.

As much as possible squeezed my head,

And got a few words without having bread

I experience something how arduous, it is to write a poem

And then all of sudden, a poem gushed into the topic

***“MY TROUBLES TO WRITE A POEM”***





## CAN WE MEET FOR A COFFEE?

**Anna Susan Mathai**

Pharm.D Internship

Can we meet for a coffee,  
In a busy beautiful place?  
Where mountains stop the wind from carrying our whispers,  
And nature gifts bouquets that no man can make.  
    Where busy footsteps rush to places of purpose,  
    Yet streams gush forth and hush those tuk-tuks,  
    Where lovely young women flaunt their zero size,  
    And older ones with naughty kids sigh at their sight.  
Around the corner a pack of young lads are meeting up,  
Seems like they haven't seen each other for ages,  
All boohs and bahs attract the disgust-  
Of stoic man who sure owns something, if not the world.  
    Kids are rushing to some carnival out there,  
    With parents making fences they once hated as kids.  
    Old men are making love with newspapers  
    And old women sharing notes of wisdom about neighbours.  
There's nature around beautiful  
After an early morning shower  
And there are people of all shapes and sizes,  
A world in showcase.  
There is the rich aroma of freshly brewed coffee  
And all that you call the blisses of a simple life to enjoy;  
Yet I can see only myself in your eyes.  
Now I know why I love a coffee with you in a busy beautiful place.

*Can we meet for a coffee ,  
In a busy beautiful place?*



## EVOLUTION OF PHARMACISTS

**Geethu George**

Pharm.D Internship



### FROM COMPOUNDERS TO CLINICAL PHARMACISTS

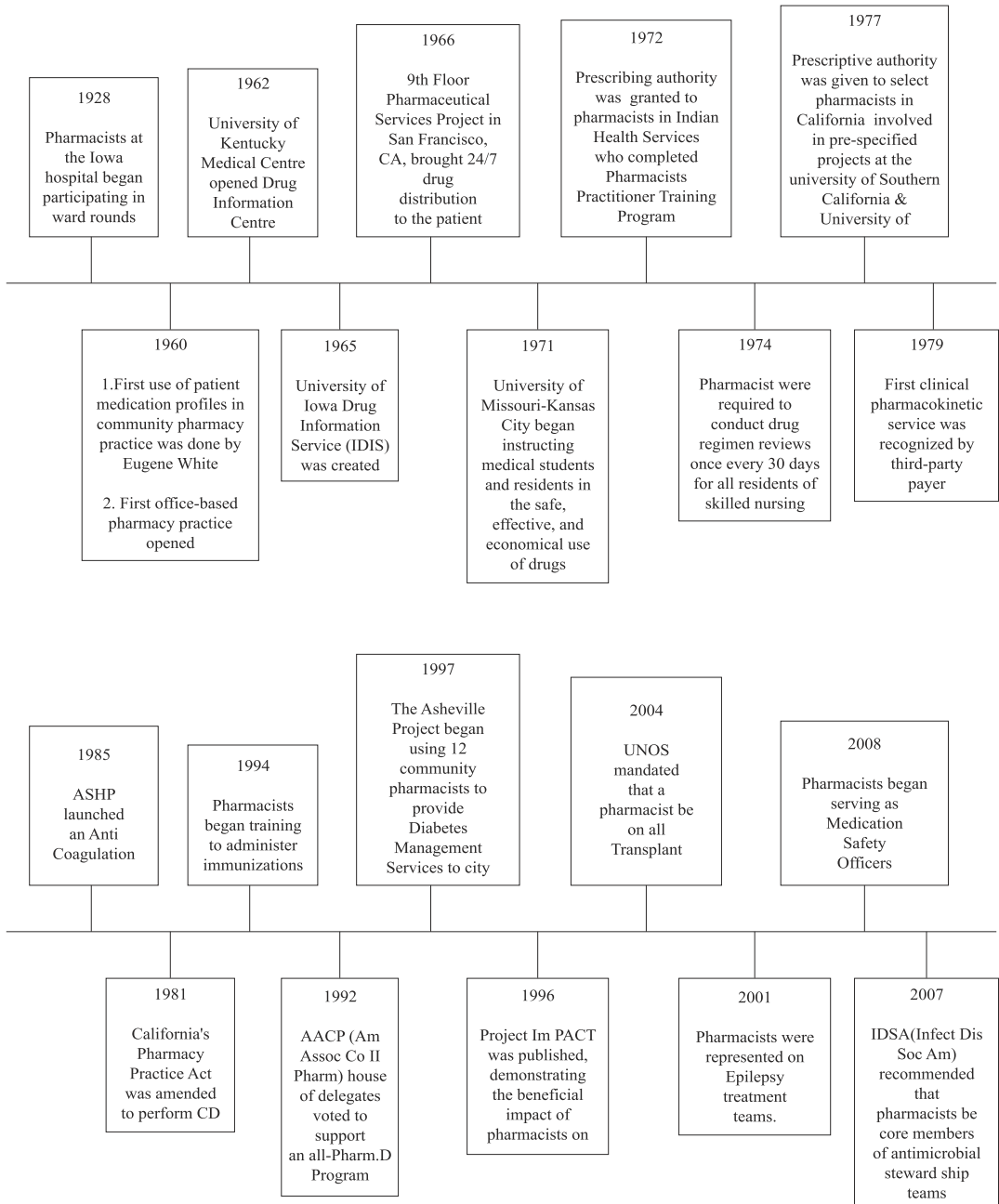
Since decades pharmacy practice is undergoing rapid changes all over the world as an advancing branch of science and technology. In 1940s pharmacist are called by the name COMPOUNDERS because of their involvement in compounding drugs against physician's prescription and in the absence or where there is no access of physician, pharmacists are the only primary care health consultants. Later on, advancement in chemical sciences and professional involvement in synthesis and compounding of chemical drugs gave pharmacist the name CHEMIST & DRUGGIST.

For the past 50 years legislative governments of most of the countries recognised the pharmacist's involvement in providing health care to the public. To regulate the practice of pharmacy in clinical setup, most of the countries came forward to establish a separate Department /Commission /Directorate / Board/Society/Statutory bodies to regulate education and practice and to set standards of practice. The clinical pharmacy movement began at the University of Michigan in the early 1960s, but much of the pioneering work was done by David Burkholder, Paul Parker and Charles Walton at the University of Kentucky in the latter part of the 1960s.

Clinical pharmacy can be defined as the discipline that embodies the application and development of scientific principles of pharmacology, toxicology, therapeutics, clinical pharmacokinetics, pharmacoconomics, pharmacogenomics and other allied sciences for the care of the patients. This new breed of pharmacists is more patient oriented than drug oriented. Clinical pharmacists work directly with physicians, other health professionals and patients to ensure that the medications prescribed for patients contribute to the best possible health outcomes. The discipline arose out of dissatisfaction with old practice norms and the pressing need for a health professional with a comprehensive knowledge of the therapeutic use of drugs.



## Innovation in Clinical Pharmacy Practice



## **CLINICAL PHARMACY PRACTICE IN INDIA**

According to Pharmacy council Of India (PCI) “Clinical Pharmacist” means an individual currently registered and who provides patient care that optimizes the use of medication and promotes health, wiliness and disease prevention. Clinical pharmacists care for patients in all health care settings. Clinical pharmacists often collaborate with physicians and other healthcare professionals.

In India, the concept of patient-oriented pharmacy practice was realized in 1995, after the introduction of practice-based and patient-focused postgraduate courses (masters of pharmacy in pharmacy practice) in two pharmacy institutions (JSS Colleges of Pharmacy, Mysore and Ooty). Thereafter, the pharmacy profession and practice in India underwent a transition. However, only in 2008 did India make rapid progression in practice-based pharmacy education after PCI introduced a practice-based 6-year “doctor of pharmacy (Pharm.D.)” degree course.

A major breakthrough in the history of pharmacy education in India, this multifaceted course redefined the role of pharmacists in the Indian health care system. A paradigm shift occurred, resulting in (1) an increased number of student pharmacists working in the wards of hundreds of hospitals and (2) the increased capabilities of pharmacists in providing patient care services.

Another breakthrough initiative taken by PCI is the provision of an opportunity to upgrade the qualification of existing diploma holders to graduate levels through 2-year blended mode education. Moreover, the Pharmacovigilance Program of India has brought into focus the importance of the safe and quality use of medicines.

These initiatives not only help create job opportunities for pharmacy graduates, but also bring a greater recognition to the pharmacy profession. During the past decade, the pharmacy profession has expanded significantly in the implementation of need-based educational programs and professional practice.

Clinical Pharmacy Council (CPC) established in 2014, has the legal status under Society Registration Act 2001. The CPC is an autonomous, scientific and professional organization that works in a non profit motive for the prime objective of - The development, promotion and advancement of Clinical Pharmacy Education,

Research and Practice in India. The Registered office of the CPC is located in the state of Andhra Pradesh and is spreading its services all over India except in Jammu & Kashmir. CPC has strongly established its services in 14 States of India. The CPC is working hardly for the transformation of traditional pharmacy practice into advanced patient centered practice in India.

The CPC actively develops Clinical Pharmacy Education, Research and Practice as well as developing individual Practitioners, Professional Curricula and providing Professional Recognition (Credentialing), Professional tools, frameworks, support and promote Advanced Practice of CLINICAL PHARMACY in India.





In 2015, the clinical pharmacy council is introducing PHARMA CLINIC PROGRAM OF INDIA (PCPI) in India to facilitate Clinical Pharmacy Services of Qualified & Registered Pharmacists in Rural Communities or anywhere in India where there is no access to Clinical Pharmacy services. Clinical Pharmacy practice in PHARMA CLINICS setup involves reviewing prescriptions to determine which medications are the safest and most effective for treating certain diseases, gathering data from the patient population and performing analysis based on that research. Applicant should be Licensed/Registered Pharmacist by any state Pharmacy Council of India and he should be a Registered Clinical Pharmacist (RCPH) in Clinical Pharmacy Council (CPC). Applicant Pharmacist should have minimum 3 months experience as a Hospital / Clinical Pharmacist under supervision of MCI Registered Physician of any Hospital/Applicant Pharmacist should complete 2 months SAT-CP Training Program in CPC.

The future of the clinical pharmacy profession rests on (1) developing well-qualified, knowledgeable, skilled, and competent human resources; (2) providing high-quality pharmaceutical care services in the health care system; and (3) fulfilling the other professional obligations/responsibilities on the basis of social need. These are achievable only through changes in the legislative framework that improve and maintain the high standards of the pharmacy profession in both educational and practice settings, in the context of, clinical Pharmacist being recognized as inevitable part of the health care system.



**Sherin John Varghese**  
Pharm.D Fifth Year



## FASHION + TREND = YO YO!!

**Greeshma Raj**  
Second Year B.Pharm



The word of fashion is a vast arena and encompasses every spere of your life and your activities. Fashion today has taken a front seat and is of topmost priority to every individual of every age group. Though the impact is more an youngsters; no man escapes the heat of fashion. All that one does today has to be within the limits of fashion. The way you communicate; the way you present yourself everything ought to be a fashionable today. Youngsters today are more prone to immitating their role models and in most cases it is the silver screen heroes or heroines; when it comes to fashion related to your dresses and other trendsetting activities.

Fashion is all over the world, everywhere some are aginst that. Especially in Kerala some people or parents are against new trends in fashion. The so called “YO YO” is ensures passion, but others could not accept this style. It is not the style which decides this character. Many opinionates that the fashionable guys are bad and they are not morally good. The new trends of boys amount to the eurlly thick hair, long hair, dressings style, colourful looks, etc.,, the parents don’t like this at all and they look it has something mad or wrong. While thinking about fashion I remember the story which Fr.Anson told. It is a short documentary. There is a well executive personality waiting for the bus and a blind man is near to him. And the blind man is trying hard to cross the road. The man was reluctant to help him. Then a fashionable “YO YO” boy came and helped the blind man to cross the road. The world of reality stands there!!

So we should not decide a persons character by his external appearance today in this changing world we should accept the youngster style and new trends. There is nothing wrong in being fashionable. It is their choice and it give them satisfaction and pleasure. We should understand how they attain confidence through their appearance. Remember this saying.

***“APPEARANCE CAN BE DECEPTIVE!!”***





## Inspiring Quotes

**Melina D'cruZ**

First Year - B.Pharm

1. If you can't say no, you can't expect to live within your income.
2. Every relationship in this world is like a bird.  
If we hold it loosely it will fly away.  
If we hold it tightly it will die.  
If we hold it affectionately it will be with us for long.
3. We have 100 reasons to be sad that is life but show life that we have 1000 reasons to smile, that is successful life.
4. Success is when people search about you in Google rather than Facebook.
5. If we achieved the whole world still when you loss your soul what's the use of achieving the world.
6. Courage is doing whatever you are afraid to do so .....so there can be no courage unless you are afraid.
7. Personality and attitudes are twisted, because my personality is me and attitude depends on you.
8. Love is not finding someone to live with its finding someone you can't live without.
9. Start by doing what's necessary than do what's possible and suddenly you are doing the impossible.
10. I can't change the direction of wind, but I can adjust my sails to always reach my destination.
11. If opportunity doesn't knock, then build a door.
12. We know what we are, but know what we may be.
13. My mission in life is not merely to survive but to thrive to do so with some passion, some compassion some humour and some style.
14. Trouble with opportunity is that it always look bigger going than coming.
15. Modern paintings are like women , you will never enjoy them if you try to understand.
16. We all can't do great things but we can do small things with great peace of love.
17. Happiness lies not in what one has but in what one is.



## INTERVIEW

**Anna Susan Mathai**

Pharm.D Internship



*Dr. Hisham Mohammed is the critical care pharmacist in Kovai Medical Center and Hospitals. He did his B.Pharm in Amrita Institute of Medical sciences, Cochin, and Pharm.D post baccalaureate in KMCH College of Pharmacy*



*Dr. Veerendra is the oncology pharmacist in Kovai Medical Center and Hospitals. He did his B.Pharm in JKKM Komarapalayam and Pharm.D post baccalaureate in KMCH College of Pharmacy*

I apologize to all my readers because I failed to noet down half of what Dr.Hisham Mohammed and Dr.Veerendra told. With all due respect, I state however that it's their fault. There was so much of quick witted replies and laughing that all of us forgot it was an interview and I forgot to check if my voice recorder was 'on'. Brushing my memory, I will do justice to my task as much as possible.

(Very seriously, I posed the first question)

Me : Was pharmacy your primary choice after 12th?

(Veerendra starts laughing and Hisham joins him)

V : what are we? Celebrities? Breathe..relax... Its really funny to see you holding your breath and positioning yourself to scribble down even our giggles.

H : Hope you are not noting this down

Me : ok.. lets return to my question.

H : You asked a question? Seriously ?! (and there they go into another bout of laughter)

V : Alright..your question.. To be honest, pharmacy was not my first choice. I wanted to do medicine in Ukraine and all formalities and paper works was done. That's when a close relative of mine visited us and managed to convince my dad that all kids studying abroad get addicted to cocaine and drugs. Slam !!! The door was shut. My three other friends who did the processing with me proceeded to Ukraine and I was left back in India. I had a desire to do biotechnology but I hated engineering math. Then the natural choice became Bpharm.



H: As far as I am concerned, I always wanted to be in the medical field. I knew engineering was not my cup of tea and BPharm was in its prime at the time I had to make my choice. There were already many talented people rushing into MBBS and BDS. I did not want to be one of them.

Me: And then why did you choose PharmD?

V: I wanted to do a post graduation and I liked being in the clinical setup. My cousin suggested Pharm.D. When I checked the curriculum, I understood it was comparable with the international standards. However, when I discussed with the head of the department of a pharmacy practice, he told that there are already many people doing masters in pharmacy practice. 'Why do PharmD? Its a waste of time and especially you post baccalaureates are not going to find any job.' Now ,that hurt my ego. And that became my drive to prove successful. Don't be put off by the comments of unsuccessful people. Let that hurt your ego and take it as a positive drive.

Me: So what was your drive to choose Pharm.D?

H: By the final year of B.pharm, I was sure that I wanted to be in the clinical setting. I did not want my brain to get rusted. In any other post graduation or academic setting, getting updated is a choice. But as far as a 'clinical pharmacist' is concerned, it's an absolute need. You have no other go. By 'clinical pharmacist', I meant someone who gets actively involved in pharmaceutical care. Answering a drug information query can have profound impact in the life of a patient. Looking into the curriculum, I felt PharmD approached clinical practice more holistically.

Me: I was your junior. So this question is completely for the readers. How was your college life?

H.V: College life was fun. Especially for the friends. We were all different people and that us many memories- good and bad to relish.

(Surprising right?! Anyone you ask about college life, their first reply will be about friends and friendships. I think they read my mind)

H: Well, if you are asking about the training part, I strongly recommend that you learn your academics well enough. That's to get good marks in exams..But you must must read and be updated with current clinical practice guidelines. That comes from reading journals than textbooks. We have got an excellent hospital and freedom of access to anywhere in the hospital. Learn as much as you can. Talk to clinicians, nursing staff, pharmacist etc who are working in the hospital to know the actual clinical practice. Trust me..it's way different and a lot more exciting than what you learn from textbooks.

V: What Hisham said is so true. We have an excellent hospital facility. Hats off to chairman and trustee madam for that. As I told before, the PharmD curriculum is almost same as the international one. If one gets proper training in the curriculum, a student can start practicing efficiently and be of use to the hospital during internship. The problem is the lack of training. As a student, there is no point grumbling about it. Make sure you study the practical aspects of our curriculum and apply it when you take a case, say for eg: pharmacoeconomics, rather than just filling documentation sheets.

Me: Hmm..that leads to the next question. How can the Pharm.D training program be improved?



- H: Rounds with doctors have to be made compulsory. It is them who must access the students. Then the standards will naturally rise. Also the preceptors must be clinical pharmacist who is or who has been working in that capacity. You can't blame the academic staff if they are not clinically equipped. I think now that many Pharm.D are graduating, they must be appointed as clinical preceptors because they will have had good exposure to the course and they will be more passionate on improving the quality of the course.
- V: Selection of academicians is very important. They must know what they are teaching and guide you in clinical aspects. The projects must be structured and that must be relating to the area you want to work in clinically. Every month there must be discussions happening between head of the institution and students. Even now, interns and Pharm.D students come and ask me - 'what exactly is our role in hospital? What are our duties on a daily basis?' You must think that they are asking it after all the lessons they learned in classrooms and passing out with good percentage marks.
- Me: I know I am one among them who asked that question. So what do you think are the career opportunities for a Pharm.D graduate?
- V: We must create our jobs. While studying itself, narrow down to the departments you are interested in and look for opportunities. Before I joined, there was no clinical pharmacist in our hospital. I waited three and a half months to get appointed. I had to give my work profile to the HR because they were totally unaware of our role. But now if I resign, they will definitely appoint a clinical pharmacist because a job is created. As the first batch, it is your responsibility to do that.
- H: Even if you plan to be a teacher or in industry, I advice to work initial years in clinical setting. There are so many Pharm.D graduates passing out every year and to get your job you must prove that you are different and dedicated. I think it's better to work in hospitals where doctors are trained abroad (like our hospital) so our value is understood. Don't end up doing paperwork. Make a difference in at least one patient's life.
- Me: I am winding it up.. Is there a note of wisdom for student community.
- H: Be passionate about whatever you are doing. Don't wait for someone to teach you, Learn proactively and know your call.
- V: Fight for your rights and not your benefits. Wherever you are working as an intern or in job position, you must be missed by the team when you leave the job. Basically, make a mark.(....And the talk went on for an hour more)





## Jokes

### Keerthana Raghunath

Third Year B.Pharm

1. Name the ant who always likes to be alone?  
Independent
2. Why a leopard can't hide anywhere?  
Because it is always spotted.
3. Teacher: Which one is closer ,sun or Africa?  
John: sun  
Teacher: Why ?  
Jhon: We can see the sun all the time , but can't see Africa.
4. Teacher: Why are you late?  
Student: Because of the sign on the road.  
Teacher: What type of sign?  
Student: "School Ahead, Go Slow"
5. Teacher said the students to convert the sentence "I killed a person" into future tense.  
Suddenly Jhon said, Sir the future tense is " You will go to jail".
6. What kind of tea do soccer player drink?  
Penal Tea
7. Which race has no running?  
A Swimming Race
8. Why didn't Mr. Khan's dog play football?  
Because it was a boxer.
9. Which animal is the best hitter of base ball?  
The Bat.
10. Why couldn't Usain Bolt listen to any of the music?  
" Because he always breaks the record"



## BUILDING STONE OF BROOKLYN BRIDGE

**Basil Babu**  
First Year Pharm.D



The distance between a problem and its solution often depends on our ability to try. There are no standardized method to solve life's problems, but the moment we choose to persistently try we clinch our deal with success.

When John Roebling, chief engineer of the Brooklyn bridge, wanted to build the bridge, experts worldwide asked him to forget the idea because they considered it impossible. But both Roebling and his son Washington, just wouldn't give up! the project started well. But in a series of tragic accidents, Roebling passed away and Washington was not able to walk, talk or ever more. All he could do was to move one finger.

Gradually, using his one finger, he developed a code of communication with his wife. He touched his wife's arm with that finger, indicating his intention to call the engineers again, he used the same method of tapping her arm to tell the engineers what to do. For thirteen years he tapped out his instructions with his one finger, directing operations at the site, until the bridge was finally completed.

Washington's inabilities did not deter him from following his dream. The reason the bridge stands today is because in the face of adversity he did not give up trying. His life teaches us that when we are going through a problem, or are not able to realize our dreams or achieve what we want, we dont always have to do anything extraordinary... we just have to try harder.



**S. Dinesh**  
B.Pharm First Year







## MISUNDERSTANDING

**Deepthi Visakh**

First Year M.Pharm Pharmaceutical Analysis

**M**isunderstanding

**I**s a worst feeling of our mind,

**S**urrounded with wicked thoughts of someone,

**U**nknowingly believing it to be true,

**N**ever trying to find out the truth,

**D**eserted in a land full of haunting thoughts,

**E**agerly waiting for that time to cross soon,

**R**etrieving a huge courage to destroy all the loving memories with them,

**S**omehow we fight, then at last

**T**urning just like a lost wrestler with deep wounds,

**A**nd lay down with shattered mind,

**N**ever trying to patch up,

**D**renching just like a wrecked ship,

**I**n between a bridge of trust and distrust,

**N**eglecting that there is some drop of love resides in mind,

**G**od, please curse these feeling to perpetual death



## THE IMPORTANCE OF A SISTER

**Praveena Prasad**

Fourth Year B.Pharm



A sister is someone who loves you from the heart,  
No matter how much you argue you cannot be drawn apart.  
She is a joy that cannot be taken away,  
Once she enters your life, she is there to stay.

A friend who helps you through difficult times,  
Her comforting words are worth much more than dimes.  
A partner who fills your life with laughs and smile,  
These memories last for miles and miles.

When she is by your side, the world is filled with life,  
When she is not around, your days are full of strife.  
A sister is a blessing, who fills your heart with love,  
She flies with you in life with the beauty of a dove.

A companion to whom you can express your feelings,  
She doesn't let you get bored at family dealings.  
Whether you are having your ups or downs,  
She always helps you with a smile and never frowns.

With a sister you cannot have a grudge,  
She is as sweet as chocolate and as smooth as fudge.  
Having a sister is not just a trend,  
It is knowing you can always turn to her, your best friend.





## SCHOOL MEMORIES

**Soumia Sara John**

First Year Pharm.D

Looking around at my friends  
Who would change to new trends  
No more socks and no more shoes  
No more friends and no more foes  
No more sharing of snacks and lunch  
No more days of fear  
During PT hours, we are not scared of sun  
Always in line, we would talk  
The study hours without leisure talk  
All this we do, to achieve our aim  
Early in the morning we came  
When the bells goes off at break  
It's like someone had offered you a cake  
Questions are written down in a hurry  
For answers, in the paper we bury  
One more hour to get out of this place  
At the end of which we run with bags as if on a race  
With excitement, we hear the final bell of the day  
We bid good bye as if we were to enjoy the vacation in May  
We have done things for which we feel sorry  
There would be nothing else like this memory



## ARE WOMEN SAFE AND SECURE TODAY?

**Keerthana B**

Second Year B.pharm



One of the major issues faced by the Indian society today is the safety and security of women. It is high time to rethink about this matter violence against women has now become a common phenomenon that is taking place in each and every state of the society. It is not the violence or rape alone. It is the dignity and respect that we give to women that matters. Have we ever thought whether women are really safe and secure? unless and until there happens reformations in the country, it can clearly be stated that women are not safe.

We celebrate international women's day on March 8 to commemorate the achievements of women and to acknowledge the special status they deserve in society. What difference has it made to the position of women? But today women are becoming the most vulnerable section as far as their safety and security concerned. We encounter various headlines in the newspapers like sexual assault, molestation, trafficking, sexual harassment, rapes, violence against women etc.. Who do we think is responsible for this? is it a lapse of the legal system? a lapse of the society? or lapse from the side of our country as a whole?

Women are still subject to "honour killings" they are still denied their basic rights to education and freedom and face violence and abuse. In many places in India domestic violence is acceptable to women and cultural and ethical implications are improved on their freedom. As good citizens we have a fundamental duty to contribute towards bringing an order to ensure dignity and respect for women so that she can also enjoy her rights with a sense of pride, freedom and confidence. Also reforms in our legal system such as unbearable punishment which are non-bailable in nature should be introduced. Another step that can be taken for safety measure is the installation of CCTV cameras at strategic places. There must also be personnel who should be dedicated to alleviate the trauma of victimized women. Once they face the dreadful act. They are under mental and physical trauma and their mind needs to be boosted up.

It is a must to protect their charity, modesty and dignity and ensure their dignified position in the society. Our aim must be to protect and promote women belonging to all strata of the society. The benefits should not confine itself to a particular class of women. We need to focus particularly on women because in every society they struggle against gender norms that limit their resources and opportunities for improvement. Women empowerment is a broader fight against the difficulties faced by women. The task is not too difficult to achieve. There is no chance of positive welfare of the world unless the condition of women is improved it is not possible for a bird to fly on one wing.





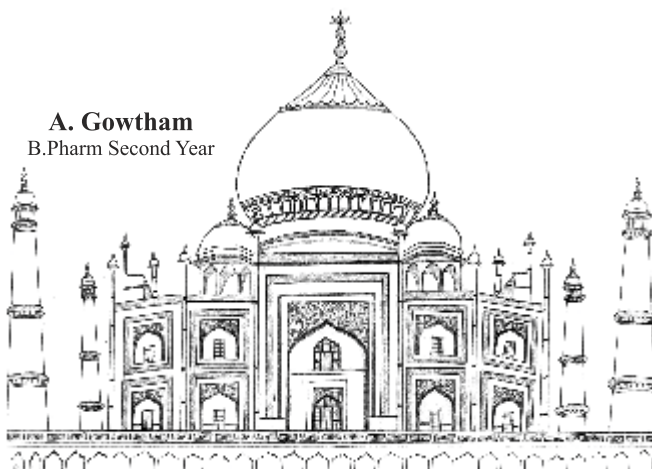
## 10 PARAPROSDOKIANS TO TICKLE YOUR BRAIN

**Praveena Prasad**

Fourth Year B.Pharm

1. Where there is a will, I want to be in it.
2. The last thing I want to do is hurt you, but its still on my list.
3. Since light travels faster than sound, some people appear bright-until you hear them speak.
4. If I agreed with you, we'd both be wrong.
5. We never really grow up; we only learn how to act in public.
6. War does not determine who is right-only who is left.
7. Knowledge is knowing a tomato is a fruit. Wisdom is not putting it in a fruit salad.
8. To steal ideas from one person is plagiarism. To steal from many is research.
9. I didn't say it was your fault. I said I was blaming you.
10. In filling out an application, where it says "In case of emergency, notify", I put "Doctor".

**A. Gowtham**  
B.Pharm Second Year



## THINGS TO DO

**Renuka Devi P**  
Third Year B.Pharm



Three things to respect,

Old age, Religion and Law.

Three things to love,

Purity, Honesty and Hard work.

Three things to cultivate,

Courage, Cheerfulness and Contentment.

Three things to maintain,

Promise, friendship and affection.

Three things to control,

Speech, Behaviour and Action.

Three things to prevent,

Laziness, Falsehood and Anger.



**Nayanthara. P.S.**  
B.Pharm Second Year





## JOKES CORNER

**Gana Susan Thomas**

Fourth Year B.Pharm

1. A doctor is to give a speech at the local AMA dinner. He jots down notes for his speech. Unfortunately, when he stands in front of his colleagues later that night, he finds that he can't read his notes. So he asks, "Is there a pharmacist in the house?"

2. LOOSE WEIGHT:

One fat guy goes to a popular gym in Bangalore, sees an advertisement for a new gym guaranteeing to reduce anyone's weight by 5,10, or 20 kgs on the first day.

So he goes and tells them he want to lose 5 kg. They lead him into a huge gym with all kinds of rope and parallel bars and ladders and tells him to wait for a minute.

He's standing there when on the far side of the gym a door opens and out steps a beautiful girl, with a sign saying, " If you catch me, I'm yours".

He starts running , and just as he gets close, she starts picking up speed. Before he knows it, he's running all over the gym, up the ladders, and down the ladders, across the parallel bars, here and there. And just as he's about to catch the blonde, pop, she disappears through the door. In comes the management who led him to the showers and then weighs him. Sure enough, he lost exactly 5kg.

He's back on the street and starts to think.

"God, I was so close to catching her. If I had a little more time...."

So he races back to the gym and says, "I want to lose 20 more kg."

"No problem, "says he manager.

Again he is led to the large gym. This time he's standing by the door when it opens. Out comes a gorilla with a sign.

"If I catch you, you're mine."



## MISTAKES

**Anitta Rachel Issac**

Third Year B. Pharm



A doctor's mistake is buried.  
A lawyer's mistake is imprisoned.  
An accountant's mistake is total loss  
A dentist's mistake is pulled out.  
A pharmacist's mistake is stopped.  
A plumber's mistake is leaks.  
An electrician's mistake is shacking.  
A teacher's mistake is failure.  
A printer's mistake is confusion.  
And yours?



**Minnu Mariya**

Pharm.D Fourth Year







## **SOCIAL SECURITY..... BOON OR VAIN ?**

**Gana Susan Thomas**

Fourth Year B.Pharm

India always had a joint family system that took care of society security needs of all the members provided that it had the access or ownership of maternal assets like land. In keeping with its cultural tradition, family members and relatives have always discharged a sense of shared responsibility towards one another. To the extent that the family has resources to draw upon, this is often the best relief for the special needs and are required by the aged and those in poor health.

However with increasing migration, urbanization and demographic changes there has been a decrease in large family units. This is where the formal system of social security gain importance. However information and awareness are the vital factors in widening the coverage of social security schemes. Social security in India are need based i.e., the components of social assistance is more important in the publically managed schemes. In the Indian context, social security is a comprehensive approach is designed to prevent deprivation, assure the individual of a basic minimum income for himself and his dependents and to protect the individual from any uncertainties. The state bears the primary responsibility developing appropriate system for providing protection and assistance to its workforce. Social security is increasingly viewed as an integral part of the developing process. It helps to create a more positive attitude to the challenge of globalization, consequences, structural and technological changes.

Social security is essential for the well-being of people and society. It is the basic human right and its fulfilment will contribute to achieving various development goals of the nation. Social security measures have for reaching benefits in form of improving and bringing pride and self-respect amongst the citizens. In this changing world, it is still a question whether social security is a boon or vain. As an Indian citizen, it is up to us to make out whether it is a boon or vain.



## NIGHTMARE

**Merin Joseph**  
Sixth Year Pharm.D



Every night I dream of death!  
Every night is worser than the last,  
Gasping for breath, Way into the depth  
The pain shoots deeper into the soul

I close my eyes with all the soft songs,  
And sleep crawls in so so smooth and sound.  
For all the stress I bear, to rest  
Wishing to float in a dreamy mid!  
The haunted emptiness takes me off,  
Away to the land of mysteries,  
The ghostly whisper and shadows of black,  
Rules the lazy edge of a dream.  
All nights long I whelm in sleep,  
All day long I think over it.  
My life seems so much upside down,  
Seeking ways for nightmares to disappear.

Now I lay so much numb and cold,  
Lifts me out of sleep to wake,  
In fear I try to escape back,  
To such a place without any dream !



**Mohammed Riyaz**  
B.Pharm Fourth Year





## ALWAYS AS ONE...

**Ayesha Zafa Khalid**

Fourth Year B.Pharm

My love, I have tried with all my being  
To grasp a form comparable to thine own,  
But nothing seems worthy.

I know now why Shakespeare could not  
Compare his love to a summer day  
It would be a crime to denounce the beauty  
Of such a creature as thee  
To simply cast away the precision  
God has placed in forging you.

Each facet of you being  
Whether it mental or spiritual  
For which there is no release  
I wish to stay entrapped forever,  
With you for all eternity  
Our hearts, always as one...



## **THE SUJOK THERAPY**

**Reshma Francis**

Fourth Year Pharm.B



The name S U J O K speaks about the therapy. The word " S U " in Korean means the hand and the "JOK" means foot. The most astonishing aspect of this therapy is the simplicity. Anybody who desires himself to learn the basic of sujok therapy can do so within a matter of minutes. This points / areas are composed in a very strict anatomical order, reflecting the structure of the body ( human or animal) in a diminished form on them ( Hand and Feet ).

### **S U J O K I N E M E R G E N C Y**

Accidents or acute disease usually catch people unawares. They tend to be happening in the most undesired time and in places where a victim cannot receive e timely medical aid because necessary drugs or dressing are unavailable for example. Of course, an ambulance should be called first of all. But it often takes a while for a doctor to arrive e. The passing minutes or even seconds are sometimes crucial, though. That is why several very simple manipulations should be carried out immediately on the spot, which will probably prevent severe complications. First aid given by anyone who happens to be nearby is of critical importance for human lives to be saved and health recovered Such aid requires skills in closed- chest heart massage, artificial respiration, arresting the bleeding dressing wounds, immobilization, and so forth.

All these first aid techniques are well known and widely described in numerous medical manuals and reference books but S u J o k therapy that is distinguished for its prompt effects can be equally employed. High concentration in the hands and feet of the Hetero - force, capable of modifying and transforming everything, ensures achievement of quick results of treatment. Hands and Feet are the most distant bodily parts with respect to the body's centre and therefore possess the immense curative e Hetero - potential that can cause quick and far - reaching change in any part of the organism. In urgent cases, when extensive injury requires deep readjustment of functions of v various systems of the human organism to recover the homeostasis, the S u J o k methods are appropriate and rewarding.

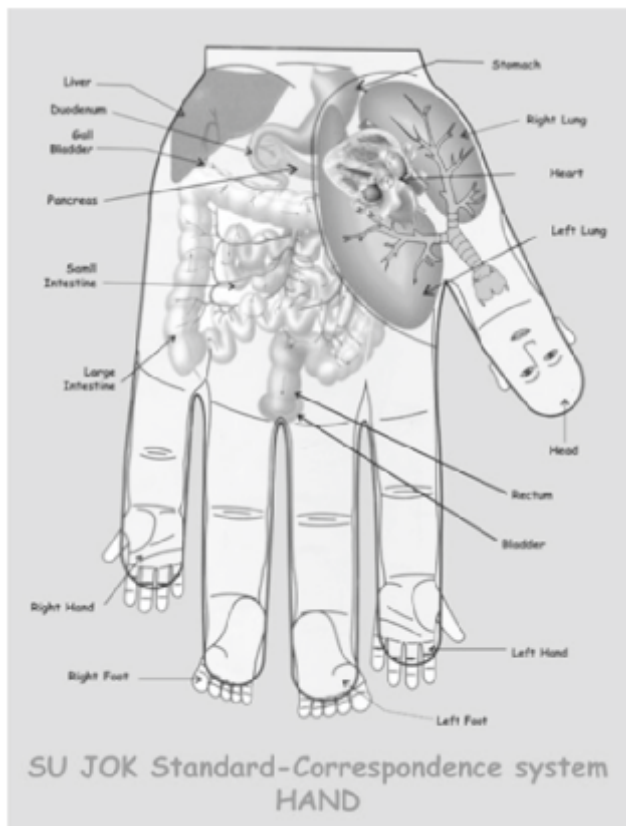
Use of conventional methods of first aid is sometimes constrained or impossible. In traffic accidents, For example frequently there is no way to completely extract a victim out of the car and in some grave injuries no change of the body's position is permitted. Sujok therapy has an arsenal of seemingly very



simple manipulations which make it possible to give an exceptionally efficient first aid right on the spot and during transportation of the patient.

Actually, it can be regarded as an independent first aid method that can be practiced by v virtually everyone who has a good command of its basics.

In many cases, after the first aid has been given by the S u J Ok methods, an ambulance still should be called: Sujok therapy does not rule out traditional medical help, especially when medication is required.



## TAKE TIME

**Chikku Marian John**

Third Year B.Pharm



Take time to live  
It is the secret of success.  
Take time to think  
It is the source of power.  
Take time to play  
It is the secret of youth.  
Take time to read  
It is the foundation of wisdom.  
Take time to be friendly  
It is the road to happiness.  
Take time to laugh  
It helps to lift loads.  
Take time to dream  
It can show you the way.  
Take time to love  
It needs to be nurtured.  
Take time to give  
It is too short a day to be selfish.





## CAN I or I CAN

**Leon Johnson**

Third Year B.pharm

They inspired me, 'I can'.....  
But I excused , I can't....  
They again advised .'I can'.....  
I blamed them  
And said, 'no way'  
Once I asked myself  
Why I can't?  
If they can.....  
I too can.....  
If I can.....  
You too can.....



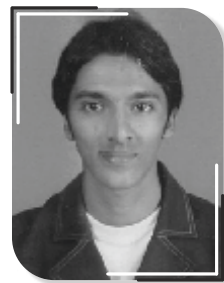
**S.Gugapriya**  
B.Pharm First Year



## POSITIVE THINKING : - A WAY TO SUCCESS

**Blesson P Jacob**

Fourth Year Pharm.D (PB)



In order to turn the mind toward the positive, some inner work is required, since attitude and thoughts do not change overnight.

Read about a subject, think about its benefits, and persuade yourself to try it. The power of thoughts is a mighty power that always shapes life. This shaping is usually done subconsciously, but it is possible to make the process a conscious one. Even if the idea seems strange, give it a try. You have nothing to lose, but only to gain.

- ❖ Ignore what other people might say or think about you, if they discover that you are changing the way you think.
- ❖ Use imagination to visualize only favourable and beneficial situations.
- ❖ Use positive words in your inner dialogues, or when talking with others.
- ❖ Smile a little more, as this helps to think positively.
- ❖ Once a negative thought enters your mind, you have to be aware of it, and endeavour to replace it with a constructive one. The negative thought will try again to enter your mind, and then, you have to replace it again with a positive one. It is as if there are two pictures in front of you, and you have to choose to look at one of them, and disregard the other. Persistence will eventually teach your mind to think positively, and to ignore negative thoughts.
- ❖ In case you feel inner resistance and difficulties when replacing negative thoughts with positive ones, do not give up, but keep looking only at the beneficial, good and happy thoughts in your mind.
- ❖ It doesn't matter what your circumstances are at the present moment. Think positively, expect only favourable results and situations, and circumstances will change accordingly. If you persevere, you will transform the way your mind thinks. It might take some time for the changes to take place, but eventually they will. "Aim at Wise action and not on many directions"
- ❖ Another useful technique is the repetition of affirmations. This technique is similar to creative visualization, and can be used together with it.
- ❖ "Being cheerful keeps you healthy. It is a slow death to be gloomy all the time." So, think Positive and live a Cheerful life throughout.







## IMAGINE A WOMAN

**Ancymol Antony**

Fourth Year B.Pharm

**Imagine a woman** I who believes it is right and good she is a woman. A woman who donors her experience and tells her stories.

**Imagine a woman** who trusts and respects herself. A woman who listens to her needs and desires. Who meets them with tenderness and grace.

**Imagine a woman** who authors her own life. A woman who exerts, initiates and moves on her own belief.

**Imagine a woman** who names her own gods. A woman who imagine the divine in her imagine and likeness.

**Imagine a woman** in love with her own body. A woman who believes her body is enough just as it is.

**Imagine a woman** who honours the body of goodness in her changing body. A woman who celebrates the accumulation of her years and wisdom.

**Imagine a woman** who values the woman in her life. A woman who sits in circle of women.

**IMAGINE YOURSELF AS THIS WOMAN**



## PURSUE YOUR DREAMS

**Surya Sivadasan**

Third Year B.Pharm



“To fulfil your dreams, you need to see them first”. Some fascinating incidents from the lives of great people throw light on the importance of seeing a dream and pursuing it, at times, literally.

To know about such famous and fascinating incidents read on:

One of the most brilliant German chemist of the 19th century, FRIEDRICH AUGUST KUKURLE had seen working for quite some time to solve the structural riddle of the benzene molecules. One night while working late, he fell asleep on chair and dreamt of atoms dancing before him forming various patterns.

One evening when Kukurle was writing his text book, he had another dream. He saw the atom dance before his eye again. He saw "long rows" of atoms "turning and twisting in snake like motion" until one of the snake like form seizes its own tail, creating a ring, and begin to whirl in a circle. Then, as if "by a flash of lighting" kukurle woke up and began to develop the graphical formula for benzene from these dream forms. He suggested a closed ring of six carbon atoms in a regular hexagon, to each of which a hydrogen atom was attached.

Until today scientist accept the basic ring structure of benzene, as proposed by kukurle, although with much modification

NOW YOU KNOW THAT PURSUING DREAMS

DO NOT JUST REALISE GOALS AND ASPIRATIONS

BUT ALSO HAVE THE POWER TO INSPIRE SCIENTIFIC BREAK THROUGH...!





## I FIGHT LIKE A GIRL

**Anusree E**

Fourth Year B.Pharm

I fight like a girl who refuses to be a victim

I fight like a girl whos is tired of being, IGNORED ,HUMORED, BEATEN AND RAPED

I fight like a girl whos sick of not being taken seriously

I fight a girl whos is punished too far

I fight like a girl who offers and demands respect

I fight like a girl who has a lifetime of ANGER, STRENGTH and PRIDE

Pent up in her girly body

I fight like a girl who doesnt believe in FEAR and SUBMISSION

I fight like a girl who knows that,

YOU ONLY HAVE AS MUCH POWER I GRANT YOU

I fight like a girl who will

Never allow you to take more than I offer

I fight like a girl who fights back

So next time you think you can distract yourself

From your insecurities by victimizing a girl

THINK AGAIN

She may be ME and

I FIGHT LIKE A GIRL



## FACTS

**Sonika K R**

First Year Pharm.D



1. If you are right handed, you tend to chew your food on your right side, if you are left handed, you will tend to chew on your left.
2. If you stop getting thirsty, you need to drink more water. For when a human body is dehydrated, its thirst mechanism shuts off.
3. Chewing gums while peeling onions will keep you from crying.
4. Your tongue is germ free only if it is pink. If it is white, there is a thin film of bacteria in it.
5. The Mercedes-Benz motto in 'Das Beste Oder Nichts' meaning 'The Best Or Nothing'.
6. Titanic was the first ship to use SOS signal.
7. Bats always turn left while exiting a cave.
8. Men's shirts have the buttons on the right, while women's have the button on the left.
9. The owl is the only bird to drop its upper eyelid to blink.
10. The color blue has a calming effect .It causes the brain to release calming hormones.
11. The verb 'cleave' is the only English word with two synonyms which are antonyms of each other: adhere and separate.
12. When you blush the lining of your stomach also turns red.
13. The first Harley Davidson motorcycle was built in 1903, and used a tomato can for a carburetor.
14. Google is actually the common name for a number with million zeros.
15. It costs about 7 million dollars to build the Titanic and about 200 million dollars to make a film about it.
16. The sound you hear when you crack your knuckles is actually the sound of nitrogen gas bubbles bursting.



17. The plastic things on the end of shoe laces are aglets.
18. Most soccer players run 7 miles in a game.
19. There are 1792 steps to the top of eifel tower.
20. Colgate faced big obstructive marketing tooth paste in Spanish speaking countries. Colgate translates into the command "GO HANG YOURSELF".
21. Intelligent people have more zinc and copper in their hair.
22. The names of three wise monkeys : ' MIZARU (see no evil), MIKAZARU (hear no evil), MAZARU (speak no evil).
23. Women blink thrice as much as men.
24. German shepherds bite human more than any other breed of dog.
25. Whip makes a cracking sound because its tip moves faster than the speed of sound.
26. If a statue in the park of a person on a horse has both front legs in the air, the person died in the battle; If the horse has one front leg in the air, the person died as a result of wounds in battle; If the horse has all four legs in the ground, the person died of natural cause.
27. The lion that roars in the MGM logo is named Volney.
28. Large kangaroos cover more than 30 feet with each jump.
29. Every time you sneeze some of your brain cells die.
30. The reason honey is easy to digest is that its already been digested by a bee.



## WHAT IS PRAYER?

**R Santhosh Kumar**

Third Year Pharm.D



Earthly life is full of trials and tears. There is endless pain and suffering surrounding us. Man often makes wrong choices between good and bad, needs and wants, contentment and desires, the perfect and imperfect, feelings and emotions, love and hatred and so on. Wrong choices make our life imbalanced and we are engulfed with pain and suffering often leading to anguished emotions and a situation of desperation. Some pray for relief and redemption from this suffering, while others curse the creator for having put them in this situation. Is God responsible for human sufferings? Is god cruel? If God is truly sovereign, how can he let someone he loves suffer?

All I wanted was to succeed at something but all I seemed to do was fail at everything." To err is human, to forgive is divine or god. Sometimes life seems to get all mixed up. Reasoning with the intellect does no good. Everything seems to go in the wrong way. But we fail to understand that there are many secrets hidden in them and many inner experiences can be had by undergoing sufferings. it is good to be put to worries." However this is the time when we all turn towards god to pray for relief. . . . God please help me."

God has time to listen, but do we have time to pray? God has access to our heart and teaches us to pray by showing us the sin that hinders the prayer.

Prayer is one of the greatest tool one can have in this world. Because it opens the door to a dialogue with god within. Prayer is not mystical but purposeful and practical, and should always be done in a joyful spirit from the heart and not from the mind.

So... finally. What is a prayer??

Prayer is not just a set of words that are uttered to god, but a humble condition of heart, putting all our problems in the hands of god with the hope and faith that god will always do the best for us!!

Remember... A genuine prayer gushes out from the inner most core of the heart. And not from the mind!

Learn to accept sufferings as a precious gift from god. After all, it makes us strong!

Praise him, thank him and confess your mistakes by telling him sorry for what we have done and not to repeat it anymore. Use this tool to develop yourself. To become a better human being!





## HAVE YOU QUOTED YOUR GOAL?

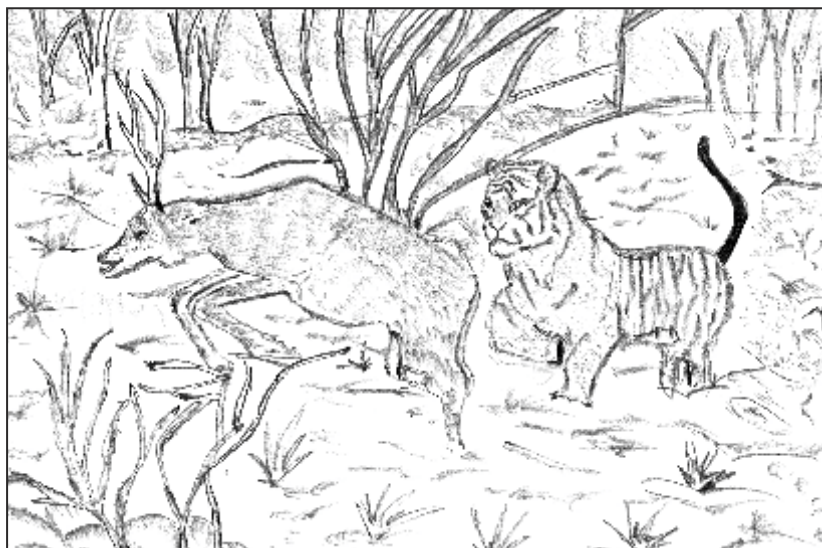
### **Blesson P Jacob**

Fourth Year Pharm.D (PB)

- Obstacles are those frightful things you see when you take your eyes off your goal. (Henry Ford)
- Shoot for the moon. Even if you miss, you'll land among the stars. (Les Brown)
- The important thing is to strive towards a goal which is not immediately visible. That goal is not the concern of the mind, but of the spirit. (Antoine de Saint-Exupéry)
- One half of knowing what you want is knowing what you must give up before you get it. (Sidney Howard)
- If you don't know where you are going, you will probably end up somewhere else. (Lawrence J. Peter)
- It is a most mortifying reflection for a man to consider what he has done, compared to what he might have done. (Samuel Johnson)
- Some of the world's greatest feats were accomplished by people not smart enough to know they were impossible. (Doug Larson)
- Goals are dreams with deadlines. (Diana Scharf Hunt)
- Only those who will risk going too far can possibly find out how far one can go. (T.S. Eliot)
- The road leading to a goal does not separate you from the destination; it is essentially a part of it. (Charles DeLint)
- Success isn't a result of spontaneous combustion. You must set yourself on fire. (Arnold H. Glasow)
- A deadline is negative inspiration. Still, it's better than no inspiration at all. (Rita Mae Brown)
- I love deadlines. I like the whooshing sound they make as they fly by. (Douglas Adams)
- If you want to make your dreams come true, the first thing you have to do is wake up. (J.M. Power)
- Great ideas need landing gear as well as wings. (C.D. Jackson)
- Life's problems wouldn't be called "hurdles" if there wasn't a way to get over them.



- Between the great things we cannot do and the small things we will not do, the danger is that we shall do nothing. (Adolph Monod)
- The question isn't who is going to let me; it's who is going to stop me. (Ayn Rand, The Fountainhead)
- Life is full of obstacle illusions. (Grant Frazier)
- It is never too late to be who you might have been. (George Eliot)
- Success is 10% inspiration, 90% last-minute changes.
- To think too long about doing a thing often becomes its undoing. (Eva Young)
- It is easier to go down a hill than up, but the view is best from the top. (Arnold Bennett)



**Sherin John Varghese**  
Pharm.D Fifth Year







## HEALING WITH COLOR - CHROMOTHERAPY

**Blesson P Jacob**

Fourth Year Pharm.D (PB)

Colors are certain wavelengths of electromagnetic energy seen through our eyes. The color we see is the part of visible spectrum that is reflected back by a certain object. We know that when all colors join the result is white light. Therefore working with White Light brings about completeness, oneness, and union of all complementary parts. Certain colors draw the Angels of Healing to you.

### Colors affect us in different ways:

Color is one of the languages of the Soul, just look at inspired or meditative paintings.

They influence our mood and emotions.

They have their impact on our sense of well-being or uneasiness.

Using and avoiding certain colors is a way of self-expression; it sheds light on our personality.

Colors affect our way of perception (light colors make a space look big, a high ceiling looks less high when painted in a dark color, etc...)

Colors have a symbolic meaning which is immediately recognized by our sub consciousness. It must be said that not all colors mean the same to all persons and all cultures.

They influence the flow and amount of energy in our bodies.

**RED:** Brings warmth, energy and stimulation, therefore good for energy, fatigue, colds, chilly and passive people. Red energizes heart and blood circulation, it builds up the blood and heightens a low blood pressure. Energizes all organs and the senses like hearing, smell, taste, vision and touch. Never treat cancer cells with red, because this color will stimulate cell growth! Red causes the adrenal glands to release adrenalin. This results in greater strength. Red causes haemoglobin to multiply, thus increasing energy and raising body temperature. It is excellent for anemias and blood-related conditions. It loosens, opens up clogs, releases stiffness and constrictions. It is excellent for areas that have become stiffened or constricted.

**ORANGE:** Orange is warm, cheering and non-constricting. Orange has a freeing action upon the body and mind, relieving repressions. Orange shows new possibilities and other options in life, stimulates creative thinking and enthusiasm, and helps to assimilate new ideas. Orange stimulates the lungs, the respiration and digestion. Increases the activity of the thyroid. Relieves muscle cramps and spasm.

**YELLOW:** Yellow helps to strengthen the nerves and the mind. It helps awaken mental inspiration. Thus; it is an excellent color for nervous or nerve-related conditions or ailments. It also energizes the muscles. Dark



Yellow soothes pains in the nerves (Shooting pain). Yellow can be used for conditions of the stomach, liver, and intestines. Speeds up the digestion. It helps the pores of the skin and aids scars tissue in healing itself. Yellow links with and stimulates the solar plexus, or psychic centre. It can be used for psychic burnout or other psychic-related conditions or ailments, activities and cheers up depressed and melancholic people. Gives lust for life.

**GREEN:** Green is the color of nature and the earth. It is balance and harmony in essence and possesses a soothing influence upon both mind and body. It is neither relaxing nor astringent in its impact. Green can be used for just about any condition in need of healing. Green rings psychological and emotional harmony and balance. Green affects blood pressure and all conditions of the heart. It has both an energizing effect and moderating or soothing effect. It cures hormonal imbalances. Stimulates growth hormones and rejuvenation. Cleans and purifies from germs, bacteria and rotting material. Harmonizes the effect on kidneys. Increases immunity. Builds up muscles, bones and tissues. Stimulates inner peace. Strengthens the nervous system.

**BLUE:** Blue is cooling, electric and astringent. Dr. Edwin Babbitt, in his classic, "The Principles of Light and Color," states that "The Blue Ray is one of the greatest antiseptics in the world." Cools down inflammations (Rheumatic inflammations), fever, high blood pressure, stops bleeding, relieves the bursting headaches and calms strong emotions like anger, aggression or hysteria. Brings tranquility. Anti-itching, anti-irritation (for instance redness of the skin), anti-stress, soothes suffering. Blue can be used for any type of ailments associated with speech, communication, or throat. Excellent for laryngitis or inflammation of the larynx.

**INDIGO:** Indigo is a great purifier of the blood-stream and also benefits mental problems. It is a freezing and purifying agent. Indigo combines the deep blue of devotion with a trace of stabilizing and objective red. It governs both physical and spiritual perception. It can be of great assistance in dealing with ailments of eyes and ears.

**VIOLET/PURPLE:** These are colors of transformation. They heal melancholy, hysteria, delusions and alcohol addiction and brings spiritual insights and renewal. These colors slow down an over-active heart; stimulate the spleen and the White blood cells (Immunity). Bring sleep. Sooth mental and emotional stress. Decrease sensitivity to pain. They help in detoxification.

**WHITE:** White is the perfect color; for it is all colors, in perfect balance and harmony. It is the color of the awakened Spirit: the light of perfection; the light of the cosmic consciousness, the Divine Light. Just above everyone has heard of surrounding people with the "White light of Healing and Protection." White light raises the vibration of one's consciousness and the body, bringing harmony in all aspects of one's life. Directing white into a part of the body that needs healing is one of the fastest ways to bring about healing.

**MAGENTA:** Strengthens contact with your life purpose. Stimulates adrenaline and heart activity. Strong but controlled passions and emotions. Symbolizes Daring, ready to fight. Willing to give everything for a goal.

**PINK:** Heals grief and sadness. Restores youthfulness. Brings you in contact with your feelings.



## INSPIRED FROM KINDER GARDEN POEMS

**Priyanka Elizabeth Kurian**

Third Year B.Pharm

FORGIVE ME, IF IT IRRITATES YOU.....

LITTLE JHONY, went up hills.....

Licking to the loli.....

La..... La.....La.....La.....(2)

Little Jhony, went down hills.....

Licking to the loli....

La.....La.....La.....La.....

Little Jhony climbed the trees,

La..... La.....La.....La.....

Little Jhony plucked the mangoes,

La.....La.....La.....La.....

Little Jhony ate the mangoes,

La.....La.....La.....La.....

Aaha....climbing the mountains

Climbing the trees.....

Haha....little Jhony got fed up....

Alas! Little Jhony went to bed.....

Hurr... Hurr.....Hurr.....



## PHOBIAS FROM A TO Z

**Diana M Joseph**

Third Year Pharm.D



### A

Ablutophobia	:	Fear of bathing ,washing and cleaning
Acrophobia	:	Fear of heights
Agoraphobia	:	Fear of open places
Ailuorophobia	:	Fear of cats
Algophobia	:	Fear of pain
Autophobia	:	Fear of isolation

### B

Barophobia	:	Fear of gravity
Bathmophobia	:	Fear of stairs or slopes

### C

Chaetophobia	:	Fear of hair
Chlorophobia	:	Fear of colour green
Chronophobia	:	Fear of time

### D

Decidophobia	:	Fear of making decision
Demonophobia	:	Fear of demons
Dentophobia	:	Fear of dentist

### E

Ecclesiophobia	:	Fear of church
Enochlophobia	:	Fear of crowds
Ergophobia	:	Fear of work

### F

Frigophobia	:	Fear of becoming too cold
-------------	---	---------------------------



**G**

Gelotophobia	:	fear of being laughed at
Gerontophobia	:	fear of growing old
Globophobia	:	Fear of balloons

**H**

Halitophobia	:	fear of bad breath
Heliophobia	:	fear of sunlight
Hexakosioihexekontahexaphobia	:	fear of number 666

**I**

Ichthyophobia	:	fear of fish
---------------	---	--------------

**K**

Kinetophobia	:	fear of movement
Kleptophobia	:	fear of stealing
Koumpounophobia	:	fear of buttons

**L**

Leukophobia	:	fear of colour white
Lilapsophobia	:	fear of hurricanes

**M**

Methyphobia	:	fear of alcohol
Myrmecophobia	:	fear of ants
Melissophobia	:	fear of bees

**N**

Necrophobia	:	fear of death
Nosocomophobia	:	fear of hospitals
Nosophobia	:	fear of contracting a disease

**O**

Oikophobia	:	fear of home surroundings
Oneirophobia	:	fear of dreams
Ophthalmophobia	:	fear of being stared at

**P**



Pediophobia : fear of dolls  
Pharmacophobia : fear of medications  
Philophobia : fear of love  
Phobophobia : fear of oneself  
Pyrophobia : fear of fire

**R**

Radiophobia : fear of X rays

**S**

Siderodromophobia : fear of trains  
Spectrophobia : Fear of mirrors  
Stasiphobia : Fear of standing

**T**

Taphophobia : fear of grave  
Tetraphobia : Fear of number 4  
Thanatophobia : fear of dying  
Triskaidekaphobia : fear of number 13  
Turophobia : fear of cheese

**U**

Uranophobia : fear of heaven

**W**

Workplace phobia : fear of work place

**X**

Xanthophobia : fear of colour yellow  
Xenophobia : fear of strangers  
Xylophobia : fear of trees





## IN THE SPHERE OF SILENCE

**Irene P Sabu**

Third Year Pharm.D

"The most powerful and colorful language in the world is SILENCE"

From the times we are born, there is a continuous din that hits and assails our sense. It never ceases even when we are asleep. It is a din that cocoons us so much that we stop hearing. And even as we stop, we can still hear the din but not the silence.

Both in times of prosperity and in conditions of panic and depression, we seek peace. But we seek it mainly through the feverish activity of the human mind to no avail. The intensity of growth in the last 400 years had been a virtual leap forward in the evolution of mankind.

Man has become adept at creating pleasure and satisfaction for the senses. Because they are superficially created, there are continuous arrays of new toys, new scenes, and new pleasure. But there is never a true peaceful moment. Hence, one of the most valuable things we seek to find is tranquility and ultimately, silence.

The process of being in the sphere of silence lead us to the silence within us. This is a process that goes all the way to the ancient times. This peace is not dependent on circumstances or external conditions. Great men have found it inside themselves even in the midst of war and luxuriated in its freedom, even in chains.

The sphere of silence, if it is practiced properly, is a very powerful tool. It is not just oriented to any one religion, it is universally accepted and practiced by almost all faiths on the planet. It is through silence that you find your inner being. In the process, being in the sphere of silence will address the imbalance that exist in all of us to come to terms with the things we need to do. Eventually, to become better at who we are and what we are and why we are here, ultimately, this will bring us to who we will be.

The sphere of silence to the mind is like the Lotus flower in the sunlight. Just as the Lotus flower opens up its petals to sunlight, the mind in the sphere of silence, opens to receive the knowledge that leads us to wisdom.

Silence brings us back to the rhythm that is as old as the universe and with the universe and with the universal source of strength that throbs through every living- being.

A new born baby starts bawling because it is cocooned in complete silence until the moment it is born.

The eternal sphere of silence, where we all came from, is where we yearn to go back.



## WOMEN SCIENTIST'S WRITTEN OFF BY HISTORY

**Ann Mary Thammy**

Third Year Pharm.D



Women have been very under-represented in the world of science and this is not to say that its because they have not made any discoveries but forgotten due to their male counterparts.

### 1. **ROSALIND FRANKLIN (1920 - 1958)**

Everyone would have probably heard about Watson and Crick credited for their of DNA structure. But most of us may not know the real controversy surrounding their discovery and how it was really more of a discovery of the papers Rosalind Franklin had been working.

### 2. **JOCELYN BELL BURNELL (1943)**

While independently working with radio telescopes, Bell noticed specific and constant signals being given off by something in space. These observations were acknowledged and published with Antony Hewish's (Bell was working under him) name appearing before Bell's. Though she observed and discovered "PULSAR"(Signals given off by neutron stars) Hewish later went on to win Nobel prize for discovery of Pulsar in 1974.

### 3. **LISE MEITNER(1879-1968)**

The process of nuclear fission was a huge discovery for the scientific world ,and few know that Lise was the first to hypothesize it. Otto Hahn and Fritz Strassman went on a win a noble prize for this discovery . While she dint receive the Nobel prize or formal recognition for her discoveries, Lise did have element number 119 named after her which was a consolation prize.

### 4. **ESTHER LEDERBERG(1922-2006)**

Ester was the first to solve the problem of reproducing bacterial colonies with the same original geometry using a technique known as replica plate. Esther's gender discrimination was more of being over shadowed by her husband Joshua Lederberg. While they played equally important roles Esther's contribution went largely unrecognized as Joshua went on to win a Nobel prize for their observations.

### 5. **NETTIE STEVENS(1862-1912)**

Our sex is determined is determined by our 23rd pair of chromosome, the X and Y. A man named Thomas Morgan was credited for this huge biological discovery though the discovery actually goes to Nettie.







## WHO DECIDES THE EXPIRY DATE OF A WOMAN'S DREAM?

**Rexlin V**

Second Year Pharm.D

I saw a movie that seems to have a valid message and a good story line. But this is not about the movie, but rather about the movie's basic story line which hovered around a single dialogue, "Who decides the expiry date of a woman's dream?"

Today's harsh, materialistic and highly competitive world makes it possible for a person to advance and achieve only if he or she has a fixed aim, a final definite goal which needs him or her to dream about it first. But then, in a developing country like India, a country which claims that it shall work for the empowerment of women, eradication of poverty and shall endeavor to give work for all through its policies, women are often stuffed into the cramped spaces of their homes, their minds are pushed into thinking only of dishes to cook and clothes to iron, their imaginations are stifled to only perform the tasks of housework and their only hobbies are limited to watching television soaps and gossiping about their neighbours.

But why? Do we have the answers?

We may. But do we care? The society of today cares, but they don't care. We prefer to stay ignorant of the millions of Indian women pushed into the activities highlighted above. We prefer to state that the workspaces of today are better suited for men. We prefer to believe that women may not be able to carry out duties. But why?

I make use of a statistic the movie brought to light. "In the past 13 Indian presidents, only 1 was a woman. In the past 15 Prime Ministers, only 1 was a woman. Is it because women were incapable of these positions?". Is it because no woman dreamed of that position? Or is it because no woman worked for it? No. Then who decided the expiry date of her dream, of her ambition?

Enough said and asked. Now it's time to act. Now it's time to realize the mistakes many men are committing. And it's also the time to realize the stupidity many women are committing by allowing others to dictate and decide their fate and their life, their deeds and their actions, their thoughts and their imagination. It's time to forge a new path, not only in India, but wherever in the world where a woman acts as per someone else's will or thoughts and not her dreams and ambitions.

What I'm saying may not make sense to many men or even women of today's 'modern' generation. But I do feel that there will be many who will actually think about this. Yes! And that group is which I wet my pen's nib with ink for.



## THE ANSWER TO ALL PROBLEMS

**M Lishani Baraniya**

First Year B.Pharm



There's no concern you can tell  
That's not solvable from e-mail  
Blood pressure running too high?  
Here's a remedy you should try.

Cholesterol more than it should be?  
Then this herb is the solution, you see  
Terrible diabetes has got you down?  
Here's an easy way to stick around.

Medicine comes at too high a price?  
On-line pharmacy will treat you nice  
Are your arteries filled with junk?  
Then clean them out with our junk.

Are you having trouble trying to hear ?  
This device will make sound so clear  
Buying a lot too much gas for your car?  
We sell a gizmo that will take you far.

Arthritis making hard to get around?  
Our medicine is the finest to be found  
Want to win a sweepstakes prize?  
Try this out for a big surprise.

Unhappy with the size of your Weiner?  
What we sell makes you big and meaner  
Having trouble finding a wonderful date?  
With our service, you won't have to wait.

And to get the things you need isn't hard  
Just send the number of your credit card  
And even if you find you aren't satisfied  
We will sure get rich because you tried.





## HER TEAR DROPS

**Ayesha Zafa Khalid**

Fourth Year B. Pharm

She cries herself to sleep every night,  
Holding in with all her might  
She worries about what the future will bring,  
Will she lose everything?

She thinks that she's all alone,  
And the nowhere feels like home.  
She's got a lot of sadness in her eyes,  
Her pain and suffering from all the lies.

Her teardrops are falling down like rain,  
Her heart is broken from all the pain.  
There is so much darkness in her soul,  
This makes her very cold.

Her teardrops are falling, falling



## A NONSURGICAL NON-INFLAMMATORY CHAT WITH THE APPENDIX

**Suraj Vijay**

Fifth Year Pharm.D



### Interview

Name	:	Appendix
Surname	:	Vermiform
Popularly called	:	Vestigial Organ. 🤔
Address	:	Mcburneys point, right iliac fossa gated community.
Cell number	:	Ask the pathologist 🤔 for cell numb and type.
Email id	:	24hours-spain@aahh.abdomen.in (Password: I think is fecolith 🤔)
Facebook status	:	Married to Miss O. Appendix (Meso Appendix)
WhatsApp group	:	Adorable abdomen 20 Members. Admin...liver.
Favourite Music	:	Bowel sounds
Favourite Dance	:	Persistalsa (intestinal salsa dance 🤔)
Favourite TV Show	:	Grays anatomy (very romantic 🤔🤔)
Favourite Indoor Game	:	Hide n Seek. Sometimes I hide beneath the liver in the pelvis to confuse the radiologist. But they have discovered a cat which can find me there too....CAT scan. 🤔



## MEDIFEST DIARIES

### Jeny Ann Vergis

First Year M.Pharm Pharmaceutics

The month of December is often heralded with mirth and laughter, joyful screams, endless chatters, colour and vibrancy all about. With the colourful array of balloons reaching the clouds, the medifest 2015 was given a kick start.

The sports events was indeed the perfect ice breaker where the young kmchians displayed never ending enthusiasm. Athletics portrayed the various participants striving towards the finishing line with only one desire, the desire of triumph.

Sporting events such as football, cricket showcased competitive spirit in the right attitude with the spectators cheering their respective teams on. Unity is strength became a reality in the grounds of Pavvai Arangam as the teammates joined hands to win the trophy of honour.

Indoor games such as badminton, caroms chess, tennycot was greeted with an uproar with excitement shriveling in the air.

Culturals were momments of fun, laughter, occasions to enjoy and times spent with friends. This provided platform for social interactions as different departments came under one roof to visualize the spectacular turn of events.

For starters, the mesmerizing steps of the Bharatnatyam dancers wooed the audiences. Ancient characters came to life on the diers as the dancers narrated various tales through their steps. It was indeed a visual treat to watch the dancers with their western moves leaving the crowd enthralled.

Sharp innovative minds worked out the quizzes and adzap was brought forth with various brainstorming ideas. "just for two mins" accomplished what may not have done if was given more time. Eminent personalities played their roles to perfection.

The crowd tapped their feet to the fast numbers and melodies sung by the nightingales of kmch. The music struckl a chord in each one's heart evoking emotions untold.

Guests perfomances motivated the staff to display their talents which helped them take a walk down the memory lane, back to their very own college days.

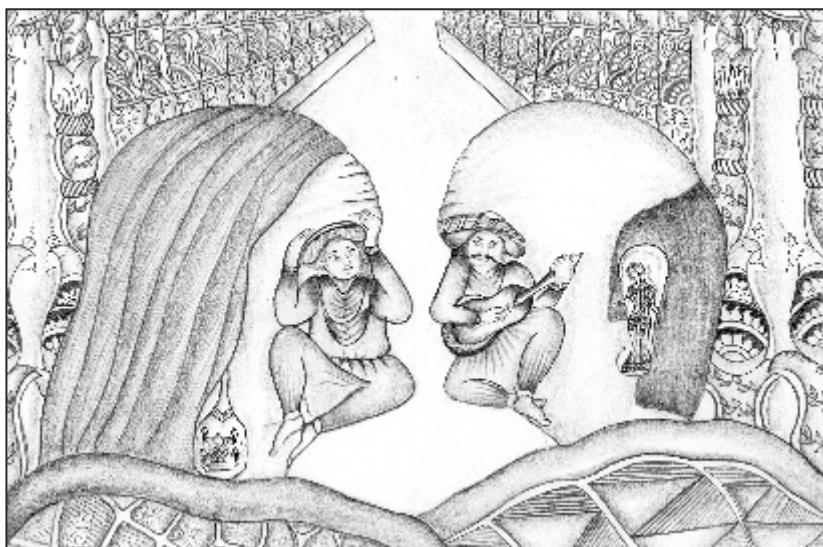


The much anticipated day finally arrived as the grounds adorned various colours as the guests of honour walked the red carpet. From the dazzling performances put forward by pharmacists who were the hosts to the graceful moves by the nurses, College Day certainly left no stones unturned. The physiotherapists rocked the stage with their powerful moves and the occupational therapists displayed creativity and art. Allied health brought the crowd to their feet with their vibrational moves.

The presence of our esteemed Chairman and Madam trustee was a source of encouragement.. Achievement awards were presented to the high achievers which will motivate them to strive hard for success in future endeavors.

The talk of the town was eagerly discussed over a splendid meal and further on chairs were drawn back as the crowd gave themselves to the music played.

The evening was a day to remember and a remainder of one of the best days in the life of a kmchian..



**Siyamala Devi**  
B.Pharm Second Year











## உலகம் உன் காலடியில்....

**எஸ். எம். முகம்மது**

மூன்றாம் ஆண்டு பி.பார்ம்



அகந்தை அழித்து அறிவு பெறு!  
 ஆமையிடம் தோற்கும் பொறுமை பெறு!  
 இகழ்ச்சியைத் தூக்கி தூர விடு  
 ஈகை நட்பை வளர்த்து விடு  
 உன்னால் முடிந்ததை உலகிற்கு காட்டு  
 உளர் ஒழுக்கத்தை காத்திடு  
 எப்படி என்பதை கேட்காதே  
 ஏற்றம் என்பதை பெற்றிட  
 ஜம்புலங்களை அடக்கிடு - பின்பு  
 ஒருவன் அல்ல நீயடா - உனக்கு  
 ஓங்கும் கைகள் பலவடா  
 ஒளவை சொல்லை கேளடா அச்சம் இன்றி வாழடா!





## வா நண்பா ! வாடிலாம் !

**எம். பரமசிவம்**

மூன்றாம் ஆண்டு பி.பார்ம்

இளைஞனே இருட்டில் உட்கார்ந்து இளைப்பாறாதே  
 வா வெளிச்சத்திற்கு வருங்காலம் உன்னை வரவேற்கிறது.  
 நீ நரியினை போல தந்திரமாக இரு ஆனால்  
 பயனில்லா பழைய எந்திரமாக இராதே !  
 தோல்வியைக் கண்டு துவண்டு விடாதே  
 வெற்றிகளைக் கண்டு வியந்து விடாதே !  
 தோல்வி என்பது முடிவல்ல  
 வெற்றி என்பது நிலையல்ல  
 வருங்காலம் நமக்காக வா நண்பா வாழ்வதற்கு !  
 தேனியினை போல சுறுசுறுப்பாய் இரு  
 சிலந்தியினை போல விடாமுயற்சியுடன் இரு  
 சிறுத்தையை போல சீறி வா  
 புலியினை போல பதுங்கி வா  
 வருங்காலம் நமக்காக வா நண்பா !  
 எழுந்திரு நண்பா எழுச்சி காணலாம்.  
 விழித்து வா நண்பா விடியலை காணலாம்.  
 தலையை கொய்தாலும் தன்னம்பிக்கையுடன் இரு,  
 விரட்டி அடித்தாலும் விடாமுயற்சியுடன் இரு:  
 வருங்காலம் நமக்காக வா நண்பா வாழ்வதற்கு  
 பூவினை போல் புன்னகையுடன் இரு  
 கனியினை போல் கனிவுடன் இரு  
 எதிர்காலம் உன்கையில் வெற்றி உனக்கே  
 விருப்பம் நிறைவேற நீ விரும்பியதை நிறைவேற்று



உனக்கென ஒரு இலக்கை அமை  
சரியான வழியை தேர்ந்தெடு  
வெற்றிகனி உன் கையருகிலே  
முயற்சி செய் : ஆனால் முயலாமல் இருக்காதே  
பொறாமை குணத்தை புதைத்து விடு  
கோபத்தினை குறைத்து விடு  
முயலாமையினை முறித்து விடு  
முன்னேறிவிட்டேன் என நினைத்துவிடு  
வெற்றி நமக்கே என இசைபாடு  
வருங்காலம் நமக்கே வா நண்பா ! வாழலாம்  
உன் கண்ணுக்கெட்டிய தூரத்தில்  
கடவுள் இருந்தாலும் கண்டுகொள்ளாமல்  
போராடு உன் கனவு நிறைவேற:  
மறந்தும் வாழ்வில் மற்றவனை நம்பாதே  
அதை உணர்ந்தும் வாழ்வில் உன்னையும் நம்பாதே  
அனைவரும் எதிரிகளே, வாழ்வென்னும் போர்க்களத்தில்  
துணிந்து போரிடு துவண்டு விடாதே  
உற்ற நண்பன் உதவி புரிய  
உன்னருகில் நிற்கிறேன்.  
வா நண்பா வருங்காலம் நமக்காக  
வாழலாம்.





## இன்றைய சமுதாயத்தில் வாழ்க்கைச்சூழல்

**ச. யுவராணி**

இரண்டாம் ஆண்டு, பி.பார்ம

இரண்டு ரயில் தண்டவாளம் அருகருகே இருக்கு

ஒன்றில் எப்பவுமே ரயில் வராது... ரயில் வராத தண்டவாளத்தில் ஒரு குழந்தை விளையாடிக் கொண்டிருக்கிறது. ரயில் வரும் தண்டவாளத்தில் பத்து குழந்தைகள் விளையாடிக் கொண்டிருக்கிறது. அத்தருணத்தில் ஒரு தண்டவாளத்திலும் ரயில் வருகிறது. தூரத்தில் இதனை நீங்கள் பார்க்கிறீர்கள்...?? உங்களுக்கு அருகே ட்ராக் மாற்றும் கருவி இருக்கிறது. நீங்கள் யாரை காப்பாற்றுவீர்கள்...?? இப்படி ஒரு கேள்வியை நேற்று ஒரு விழாவில் ஒருவர் கேட்டார். ப்ராக்கடிகலாக பதில் சொல்லலும் நாம் யாரும் சூப்பர் மேன் இல்லையென்றும் சொன்னார். உண்மையாக நாம் என்ன செய்வோம்.??

ஒரு குழந்தை விளையாடும் இடத்திற்கு தானே ட்ராக்கை மாற்றி விடுவோம். ஏனெனில் 10 குழந்தைகள் காப்பாற்றப்படுமே என்றார். உண்மைதான் என்றோம். இன்றைய சமூகமும் இப்படிதான் உள்ளது. ரயில் வரும் என்று தெரிந்து தப்பு செய்யும் குழந்தைகள் காப்பாற்றப்படுகிறது. ரயில் வராத இடத்தில் யாருக்கும் தொந்தரவு தராமல் தப்பே செய்யாத குழந்தை தண்டனை பெறுகிறது. இன்றைய சூழலில் நம் வாழ்க்கையும், நம் நாட்டின் அரசியலும் இப்படித்தான் இருக்கிறது என்று அழகாக சொல்லி முடித்தார்.



## பிளாஸ்டிக் மனித இனம்

ப. ஹேமலதா

மூன்றாம் ஆண்டு, பி.பார்ம



கேரி பேக்கில் தொடங்கினோம்...  
 கேர் பண்ணாமல் புழங்கினோம்...  
 டேக் இட் ஈஸி லைப்ல  
 ஓவர் டேக் ஆகி போகுது...!  
 தள்ளுவண்டி இட்லி கடையிலிருந்து...  
 பியூர் இன்டர் நேஷனல் வரை...  
 வாழை இலை போய்  
 வாடாத பிளாஸ்டிக் இழை சாப்பாடு ஆயிடிச்சி...!  
 காபி பார்சல் பன்றதிலிருந்து  
 கப்பல பார்சல் பண்ணு வரைக்கும்...  
 இன்றியமையாத ஆயிடிச்சி.  
 மருத்துவத்திற்கு ஒத்துழைக்குது !  
 மத்ததுக்கு பல்லிலிக்குது...  
 மலைப்போல குமிச்சி வச்சி எரிச்சாலும்...  
 மாசு ஆகுது காத்து...  
 பொக்லைன் நோண்டி பொதைச்சு  
 வச்சாலும்  
 பூகம்பம் ஆயிடும் பூமி !  
 அழிக்க முடியா அசுர வளர்ச்சி காட்டுது...  
 யாரு அவதாரம் எடுத்து அழிக்க வருவாங்க தெரியல...!  
 தொல் பொருள் ஆராய்ச்சியில  
 முன்னோர்கள் புழங்கியது எடுத்து மார் தட்டிக்கிட்டும் !  
 இன்னும் ஐந்தாறு வருடங்களுக்கு பிறகு அடுத்த தலைமுறைக்கிட்ட  
 பிளாஸ்டிக் மனித இனம்னு கேவலமா முத்திரை குத்திக்குவோம்.





## பெண்ணின் வாழ்க்கை...

எஸ். பிரேமா

இரண்டாம் ஆண்டு, பி.பார்ம

விதை விதைப்பது போல்  
 தாயின் கருவறையில் உதித்து  
 இயற்கை வெளிச்சத்தை ஈர்ப்பது போல்  
 தாயின் சுவாசத்தை ஈர்த்து  
 மரம் வளர்வது போல்  
 வளர்ந்து வந்தேன் பெண்ணாக !!  
 கிளை கிளைப்பது போல்  
 வாழ்க்கை கிளை கிளையாக  
 செழித்து வளர்ந்து வந்தது !  
 அறுசுவை என்னும் களியின்  
 சுவையும் சுவைத்து வந்தேன் !  
 இத்தனை அழகையும் கண்டு  
 தனது வாழ்க்கையின் துணைக்காக  
 மரம் வெட்டுவது போல்  
 என்னை மணந்து கொண்டு போனான் (மனிதன்)  
 இலைகள் உதிர்வது போல்  
 என் வாழ்க்கை உதிர்ந்து போனது - அவனது காலடியில்  
 துன்பம் வரும் போது  
 என் கைகளை கன்னத்தில் வைத்தேன்  
 அனைவரும் வைவார்கள்  
 அவர்களுக்கு என்ன தெரியும்  
 அதில் என் அன்னையின் முதல் முத்தம்  
 இருக்கிறது என்று !!  
 அதில் தான் எனது வாழ்க்கையும்  
 இருக்கிறது என்று !  
 கடல் அலைக்கு எல்லையில்லை  
 அதே போல் எனது வாழ்வுக்கும் எல்லையில்லை !!



## எ. பிரிட்லோ ராபர்ட்

மூன்றாம் ஆண்டு, பி.பார்ம



### நேர்மை

எனது நாட்டின் குடிமக்கள் சாலைவிதிகளை கடைபிடிப்பதில் மிகவும் நேர்மையானவர்கள் காரணம்...! எவ்வளவு தான் டைட்டாக சரக்கடித்தாலும் சாலையோரமாகத்தான் படுத்துக் கிடப்பர்.

### தாமதம்

வெண்மேகம் கிழித்த சூரியனிடம் கேட்டேன் காலதாமதத்திற்கு காரணம் என்னவென்று ! கிடைத்தது அரைநொடி பதில்... என் அம்மா எழுந்தது 7மணி

### வறுமை

எனது நாட்டில் வறுமை என்பது கிடையாது ஆனாலும்... பசி என பிச்சை கேட்கிறாள் தங்க அணிகலன் அணிந்த தாரகை.







## வெண்கை

**ஆர்.ரேவன்த்**

முதலாம் ஆண்டு, பி.பார்ம

அமைதியின் உடல் சாயம் !  
வண்ண ஓவியத்தில்  
ஒரு துளி வெள்ளை அழகு !  
சின்னஞ் சிறு குழந்தை கண்ணின்  
கன்னங் கரு கருவிழிக்கு அழகு !  
மல்லிகைப் பூவின் பச்சை காம்பின்  
வெள்ளை நிலவின் அழகு !  
கன்னங் கரு கூந்தலில்

ஒரு வெள்ளை முடி அழகு !  
செவ்விதழில் உள்ள  
முப்பத்திரண்டு வெள்ளை முத்தின் அழகு !  
தாயின் சிவந்த இரத்தம்  
வெள்ளை நிறம் அடையும் அழகு!  
ஆனால்  
வெள்ளை சேலை  
பெண் வாழ்வின் முடிவு?

## தமிழர்கள்

**த.யோகா தங்க மோரி**

முதலாம் ஆண்டு, பார்ம.டி



தடுக்கி விழுந்தால் - அ....ஆ  
சிரிக்கும் போது - இ....ஈ  
கூடு பட்டால் உ....ஊ  
மிரட்டும் போது எ....ஏ  
ஆச்சரியத்தின் போது ஒ....ஓ

வக்கனையின் போது,  
விக்கலின் போது ஃ  
இந்த நேரம் வேற்றுமொழி பேசும்  
தமிழர்களிடம் மறக்காமல் சொல்  
உன்மொழி தமிழ்மொழி என்று



## சீர்த் த முகம் லேணும்...!

**கீர்த்தனா ரகுநாத்**

மூன்றாம் ஆண்டு, பி.பார்ம்



இந்த பஸ்ஸு எத்தனை வருஷமா நீங்க கண்டக்டரா இருக்கீங்க?

ஐந்து வருஷமா இருக்கேங்க!

நானும் பலகாலமா இந்த பஸ்ஸு பயணம் பண்ணிக்கிட்டிருக்கேன். எவ்வளவு நெருக்கடியான நேரங்களில் கூட புதறாம, சிரிச்ச முகத்தோட பயணிகள் கிட்ட நடந்துக்கிற உங்கள மாதிரி கண்டக்டர பார்த்ததே இல்லை.

தொழில் எவ்வளவு டென்சன் இருந்தாலும், மனசை லேசா வச்சிக்கணும் சார், அமெரிக்காவலு உள்ள நியூரோசைக்கியட்ரிக் நிபுணர்கள் என்ன சொல்றாங்க தெரியுமா?

என்ன சொல்றாங்க சார்?

மனுஷன் புன்னகைக்கும் போது, சிரிக்கும் போது, மகிழ்ச்சிகரமா இருக்கும் போது உடம்புல ஒருவித அலைகளை உண்டாக்கி, நியூரோ பெப்ட்டைடுகளை உண்டாக்குமாம். இது உடம்புல நோய் எதிர்ப்பு சக்தியை அதிகரிக்கும். இப்படிப்பட்டவங்க தான் அதிக நாள் ஆரோக்கியமா வாழறாங்களாம். அதுமட்டுமில்ல... பொறாமை, ஆசை, கோபம் எல்லாத்தையும் கட்டுப்படுத்தினா, ஆயுள் இன்னும் கூடும்னு ஆய்வுகள் சொல்லுது உயிர் போற நேரத்துல கூட பதட்டப்படக் கூடாது சார்.

அடேங்கப்பா இவ்வளவு தெரிஞ்சிவச்சிருக்கிறதால தான் நீங்க எப்பவும் பதட்டப்படாம சிரிச்ச முகத்தோட வேலை செய்யிறீங்க போல!

ஆமாங்க!

ஆனா உங்க கிட்ட இருக்கற இந்த நிதானம் உங்க டிரைவர் கிட்ட இல்லைன்னு நினைக்கிறேன்.

ஏன் அப்படி சொல்றீங்க?

இப்ப இந்த பஸ் எப்படி போய்க்கிட்டு இருக்குன்னு பாருங்களேன். தாறுமாறாதறிகெட்டு ஓடுற மாதிரி தெரியுது. நீங்களாவது பாத்துட்டு வந்து தான் உங்க கிட்ட பேசிக்கிட்டிருக்கேன். வர்ற வழியில் தான் எங்கயோ விழுந்திருக்கணும்னு நினைக்கிறேன்!

எது பிரேக்கா?

இல்லை டிரைவர்!





## ANDROID ஏனும் கீராமம்

**வெ.நர்மதா**

இரண்டாம் ஆண்டு, பி.பார்ம

மணிச்சத்தம் கேட்டதும்  
ஐஸ்வண்டியை நோக்கி  
ஓடியவன் தான் "Whatsapp"  
ஒலித்ததும் செல்போனை  
நோக்கி ஓடுகிறான்.

பெருமாள் கோயில் சங்கில்  
வேண்டுகலைச்  
சொல்லிவிட்டு நாம்  
சொன்னதைச் சங்கின்  
வழியே கேட்டதுதான் "Talking Tom"

மாலையில் கிழவிகள்  
கூடிப்பேசும்  
பொரணியைப் போல்  
தாமறிந்த செய்தியை  
நொடிப்பொழுதில் ஊருக்கே  
பரப்புகிறது "Twitter"

கவட்டையில் கல் வைத்து  
காகத்தை அடித்த  
ஆட்டம் தான் "Angrybird"

பொங்கச் சோறுக்காக  
கோயிலுக்கு ஓடிய ஓட்டம்  
தான் "Temple run"



## மழை

**செ. கார்த்திகேயன்**

மூன்றாம் ஆண்டு, பி.பார்ம



கடலின் நீர்குடித்து  
கார்முகிலின் வடிவெடுத்து  
வறட்சிகண்ட இடத்திலெல்லாம்  
வாழ்த்தொலிக்க வரும் மழையே!

நீ  
மண்மகளின் மேனியெங்கும்  
மணம்பரப்பி மயக்கவரும் மாயமென்ன?  
உன்வரவில் உலகத்தார் உயிர்செழித்து வாழ்வதென்ன?  
உன் இசையில் இச்சைகொண்டு உலகமெல்லாம் சுழல்வதென்ன?

மண்ணில் விழும் உயிர்களுக்கு  
தாய்ப்பாலே உயிர்ப்பாலாம் !  
அத்தாய்களுக்கும் உயிரூட்டும்  
உன்நீரே தாய்ப்பாலாம் !

நீ  
உழவுக்கு உயிரூட்டும் உயிரல்லவா !  
விண் மண்பார்ந்த  
மண் உனைப்பார்க்கும் தாயல்லவா !  
மண்ணின் பிணி தீர்க்க வரும் மருந்தல்லவா - நீ  
மண்ணின் பாலல்லவா !

கைவளைகள் ஒலியெழுப்ப  
தளிர்க்கரங்கள் கலந்தொலிக்க  
சலசலத்து வரும் பூபாளமே !  
உழுதுண்டு வாழ்வார்க்கு உழவே தலை  
அவ்வழவுக்கும் நீயே தலை.





## உழவனின் அடிகுரல்

**பி.ராஜிகா**

மூன்றாம் ஆண்டு, பி.பார்ம்

இயற்கை முறை விஞ்ஞானம் அவை  
இன்று வெறும் வெங்காயம்  
சானம் தன்னை உரமாக்கி  
மனிதன் உயிர்வாழ  
சோறு படைத்தான் - இன்று  
சிறு புழுக்கூட உயிர்வாழா  
நஞ்சைப் படைத்தான்,  
பாம்பு பட்டாம்பூச்சி சிட்டுக்குருவியும்  
உயிர்களின்றி  
அருங்காட்சியக சிலைகள் ஆகும்.

இயந்திரங்களே தொழில்நுட்ப வளர்ச்சி என்றான்  
மாடு உழும் வயல்களிலே கண்ட காந்த சக்தியை மறந்தான்.  
எருவும், நீரும், சேரும் விதையும் கலந்த இடத்தில்,  
இன்று கம்பியும், கலவையும், கான்கிரீட்டும்  
அல்லவா கலந்து கிடக்குது.  
கலப்பைகள் கூடக் கவலைகொள்ளும் - இவர்  
களைப்பறியா உழைப்பு கண்டு!

கள்ளிச் செடியும் கலவரம் கொள்ளும் - அந்தக்  
காய்ந்த நிலப்பரப்பை காண நேர்ந்தால்  
மண்ணோடு பாதிநாள் மாடுகளோடு மீதிநாள்  
சோகத்தை யாரிடமாவது சொல்லி அழலாமென்றால்  
உறவென்று யாரும் ஒட்டுவதில்லை.

படித்த துறையில் வேலையின்மையா !  
இளைஞனே வேளாண்மையை நாடிடு  
அதை செயல்படுத்தும் நாளிது.



## காமெடி தத்துவம்

எம்.நிவேதிதா

முதலாம் ஆண்டு, பார்ம.டி



1. எவ்வளவு பெரிய சாப்ட்வேர் புரோபஸ்னல்லா இருந்தாலும் மைக்ரோ-சாப்ட் (Microsoft) விண்டோஸ் வழியா காத்து வர வைக்க முடியுமா...?
2. எழுந்திருச்சதற்கு அப்புறம் Good Morning சொல்லலாம் ஆனால் தூங்கினதிற்கு அப்புறம் Good Night சொல்ல முடியுமா...?
3. வாழ்க்கையில் ஒன்னுமே இல்லைனா bore அடிக்கும். மண்டையில் ஒன்னுமே இல்லைனா கிளார் அடிக்கும்.
4. மின்னல பார்த்தா கண்ணுபோயிடும், பார்க்கலேனா மின்னல் போயிடும்.
5. மீனுக்கு எவ்வளவுதான் நீந்த தெரிஞ்சாலும், அதுக்கு மீன் குழம்புல நீந்த தெரியுமா?
6. என்னதான் நாய்க்கு நான்கு கால்கள் இருந்தாலும் அதால கால் மேல் கால் போட்டு உட்கார முடியுமா.?
7. செல்லுல Balance இல்லாம கால் பண்ண முடியாது, மனுஷனுக்கு கால் இல்லன்னா Balance பண்ண முடியாது.
8. நீங்க என்னதான் ஊருக்கே கேட்கிற மாதிரி குறட்டை விட்டாலும், உங்க குறட்டையை நீங்களே கேட்க முடியுமா...?
9. நாய் எவ்வளவுதான் நன்றி உள்ள பிராணியாய் இருந்தாலும், அதால Thank You சொல்ல முடியுமா...?
10. கால் எவ்வளவுதான் வேகமாய் ஓடினாலும், கை-க்கு தான் பரிசு கிடைக்கும்.





## சமீபியாஜித சாமர்த்தியம் !

**ப.ஹேமலதா**

மூன்றாம் ஆண்டு, பி.பார்ம

சில வருடங்களுக்கு முன் கடத்தல் வழக்கில் ஒருவர் காவல்துறை மூலம் கைது செய்யப்பட்டார். அதன் காரணமாக அவர் குடும்பத்தில் பஞ்சம் நிலவியது.

அவர் மனைவி அவருக்கு ஒரு கடிதம் எழுதினார், அதில் “உங்களிடம் ஏதாவது பணம் இருந்தால் அனுப்பி வையுங்கள், அதை வைத்து பாறையாக உள்ள நம் நிலத்தை சரி செய்து, விவசாயம் செய்து பிள்ளைகளைக் காப்பாற்றி கொள்கிறேன்” என்று எழுதியிருந்தார்.

அவர் பதில் கடிதத்தில் “நீ என்ன வேண்டுமானாலும் செய் ஆனால் அந்த நிலத்தில் கை வைக்காதே. அங்குள்ள பாறைகளின் அடியில் தான் நான் கடத்திய பொருள்களை மறைத்து வைத்துள்ளேன்” என்று எழுதியிருந்தார்.

இதைப் படித்த அவர் மனைவி மிகவும் வருத்தினார்.

மறுநாள் காலை அவர்களது நிலம் பாறைகள் அகற்றப்பட்டு சுத்தமாக இருந்தது. இதை அவருக்கு அவர் மனைவி தெரிவித்தார்.

அதற்கு அவர் “இதை செய்தது போலீஸ் அதிகாரிகள் என்றும் நான் கடத்திய பொருட்களைக் கைப்பற்ற எடுத்த முயற்சி” என்றும் கூறினார்.

அவர் தனது சாமார்த்திய அறிவால் தான் கடத்திய பொருள்களையும், தன் குடும்பத்தையும் ஒன்றாக காப்பாற்றினார்.

இதை நல்ல செயல்களுக்கும் பயன்படுத்துவோம்.



## லாழ்சன் நெற்

எம்.முனிரத்தினம்

முதலாம் ஆண்டு, பி.பார்ம்



அதிகம் நல்லவனாய் இருக்க நினைக்காதே  
உன்னை நடிசன் என்று சொல்லிவிடுவார்கள்.  
அதிகம் பொறுமையுடன் நடக்காதே  
பைத்தியம் ஆகும் வரை விடமாட்டார்கள்  
எல்லோரையும் நம்பி விடாதே  
ஏமாற்ற பலர் இருக்கிறார்கள்  
கோபப் படாமலே இருந்து விடாதே  
உன்னை கோமாளியாக்கி விடுவார்கள்.



Gana Susan Thomas  
B.Pharm Fourth Year







## அம்மா

**எம்.மாரிமுத்து**

முதலாம் ஆண்டு, பி.பார்ம

பிறந்த குழந்தை முதல்  
 வளர்ந்து பருவம் அடையும் நாள் முதல்  
 வயது முதிர்ந்து முதியவன் ஆகும் நாள் முதல்  
 முதியவன் ஆன பின் படுக்கைக்கு செல்லும் நாள் வரையும்  
 ஒவ்வொரு வாயும் சொல்ல துடிக்கும் ஒரு அன்பு நிறைந்த  
 வார்த்தை தான் அம்மா...

## தாய்

தாயே நீ இருக்கும் நாள் வரையும் உன் நினைவுகள்  
 எப்போதும் எனக்கு வருவதில்லை தாயே  
 நீ என்னைவிட்டு சென்ற நினைவுகள் மட்டும்  
 என்னை விட்டு எப்போதும் மறைவதில்லை அம்மா  
 உன் பாதங்கள் தான் எனக்கு என்றும்  
 திருக்கோயில் தாயே ! நீ  
 எனக்கு வேண்டும் வருவாயா தாயே !!!

## அம்மா

வார்த்தைகளே இல்லாத வடிவம்  
 அளவுகளே இல்லாத அன்பு  
 சுயநலமே இல்லாத இதயம்  
 வெறுப்பை காட்டாத முகம்  
 அன்பும் பாசமும் நிறைந்த உள்ளம்.  
 அம்மா....



## புறர் நலம்

பி.பிரேம்

மூன்றாம் ஆண்டு, பி.பார்ம



மழை தனக்காக பெய்வதில்லை  
மரம் தனக்காக வளர்வதில்லை  
பூ தனக்காக பூப்பதில்லை  
செடி தனக்காக காய்ப்பதில்லை  
ஆறு தனக்காக ஓடுவதில்லை  
அருவி தனக்காக பாய்வதில்லை  
தந்தை தனக்காக உழைப்பதில்லை  
தாய் தனக்காக சமைப்பதில்லை  
பேனா தனக்காக எழுதுவதில்லை  
கூரியன் தனக்காக உதிப்பதில்லை  
நிலா தனக்காக தேய்வதில்லை  
அதைபோல...  
ஆசிரியர்கள் தனக்காக கற்பிப்பதில்லை  
எனவே...  
உழைப்பில்லாமல் உயர்வில்லை!...  
இதை புரிந்தவர்கள்  
வீணாக போவதில்லை!





## மறு ஜன்மம்

### டி. கீர்த்தனா

இரண்டாம் ஆண்டு, பி.பார்ம

என்னை மார்போடு அணைத்திருந்த  
என் தாயின் முகம் பார்க்கின்றேன்!  
இந்த உலகையே சுற்றி காட்டிய!  
என் தந்தையின் முகம் பார்க்கின்றேன்!

என்னை பள்ளிக்கு அழைத்து சென்றனர்!  
நான் பல நண்பர்களை பார்க்கின்றேன்!  
தோட்டத்திலே மலருகின்ற!  
பலவகை பூக்களைப் பார்க்கின்றேன்!

மரங்களை பார்க்கின்றேன் - அதில்  
அடர்ந்த இலைகளை, கனிகளை காண்கின்றேன்!  
மழை மேகம் பார்க்கின்றேன் - அதில்  
வலைந்த வானவில்லை பார்க்கின்றேன்!

கடல்களும் மலைகளும் காண்கின்றேன்  
கதிரவனும் அதன் நிழலையும் காண்கின்றேன்!  
புல்வெளியும் பூத்துக் குலுங்கும்  
பூஞ்சோலையையும் காண்கின்றேன்!

பலம் கொண்ட யானைகளையும்  
பாய்கின்ற வேங்கைகளையும்  
அழகாக தோகை விரிக்கும் மயில்களையும்  
அற்புதமாக கூவும் குயில்களையும்



தரையிலே மான்களையும்  
தண்ணீரிலே மீன்களையும்  
பறந்து செல்லும் பறவைகளும்  
பாய்ந்து செல்லும் பல விலங்குகளும்  
பார்க்கின்றேன் பார்க்கின்றேன்  
பார்த்து கொண்டே இருக்கின்றேன்

இயற்கையின் தோற்றங்களும்  
எதிர்வரும் மாற்றங்களும்  
மனித முகங்களும்  
புனித ஸ்தலங்களும்  
மகிழ்ச்சியாக பார்க்கின்றேன்  
மலைத்துப்போய் நிற்கின்றேன்

இயற்கைகளையும் செயற்கைகளையும்  
எனக்கு பிரித்து காட்டியது  
இந்த உலகில் என்னவெல்லாம் உள்ளது  
என்று எனக்கு காட்டியது  
என் கண்கள் ஆம் என் கண்களேதான்

இந்த சுகத்தை  
என்னால் இழக்க முடியாது  
இந்த அனுபவத்தை  
என்னால் மறக்க முடியாது  
இத்தையும் காண்பித்த  
என் கண்களை அழிக்க முடியாது  
நன் இறந்தாலும்  
இந்த உலகை பார்த்து கொண்டேதான் இருப்பேன்.

ஏதாவது ஒரு பார்வையற்ற... ஓர்  
சிறுவனின் உடலில் இருந்து  
மீண்டும் இந்த இயற்கைகளை  
ரசித்து கொண்டேதான் இருப்பேன்!





## “தமிழகம் 25”

**ஆர்.மோகனபிரியா**

இரண்டாம் ஆண்டு, பி.பார்ம்

- |  |   |
|--|---|
| தமிழக அரசு முத்திரை கோபுரம்                    | - ஸ்ரீ வில்லிபுத்தூர் கோவில் கோபுரம்        |
| தமிழகத்தின் நுழைவாயில்                         | - தூத்துக்குடி                              |
| தமிழகத்தின் மான்செஸ்டர்                        | - கோயம்புத்தூர்                             |
| மக்கள் தொகை அதிகமுள்ள மாவட்டம்                 | - கோயம்புத்தூர்                             |
| மக்கள் தொகை குறைந்த மாவட்டம்                   | - பெரம்பலூர்                                |
| மிக உயரமான தேசியக்கொடி மரம்                    | - புனித ஜார்ஜ் கோட்டை (150 அடி)             |
| மிகப் பெரிய இந்தியாவின் முதல்<br>கடல்வழி பாலம் | - பாம்பன் பாலம் (ராமேஸ்வரம்)                |
| மிகப் பெரிய தேர்                               | - திருவாரூர் தேர்                           |
| மிகப்பெரிய அணைக்கட்டு                          | - மேட்டூர் அணை                              |
| மிகப் பழமையான அணைக்கட்டு                       | - கல்லணை (திருச்சி)                         |
| மிகப்பெரிய திரையரங்கு (ஆசியாவில்)              | - தங்கம் (மதுரை - 2563 இருக்கைகள்)          |
| மிகப்பெரிய கோயில் பிரகாரம்                     | - ராமேஸ்வரம் கோயில் பிரகாரம்                |
| மிகப்பெரிய கோபுரம்                             | - ஸ்ரீ ரெங்கநாதர் கோயில் கோபுரம் (திருச்சி) |
| மிகப்பெரிய கோயில்                              | - தஞ்சை பிரகதீஸ்வரர் கோயில்                 |
| மிகப்பெரிய தொலைநோக்கி                          | - காவலூர் வைணுபாப்பு (700 m)                |
| மிக உயர்ந்த சிகரம்                             | - தொட்டபெட்டா (2,636 m) (8,648ft)           |
| இந்தியாவின் மிக நீளமான கடற்கரை                 | - மெரினா கடற்கரை (144m) உலகின் 2வது         |
| மிக நீளமான ஆறு                                 | - காவிரி (7604m)                            |
| மக்கள் நெருக்கம் அதிகமுள்ள மாவட்டம்            | - சென்னை (25937/4m)                         |
| மக்கள் நெருக்கம் குறைந்த மாவட்டம்              | - சிவகங்கை (286/4m)                         |
| மலைவாசல் தலங்களின் ராணி                        | - உதக மண்டலம்                               |
| கோயில் நகரம்                                   | - மதுரை                                     |
| தமிழ்நாட்டின் ஹாலாந்து                         | - திண்டுக்கல் (மலர் உற்பத்தி)               |
| மிகப்பெரிய பேருந்து நிலையம் (ஆசியாவில்)        | - கோயம்பேடு பேருந்து நிலையம்                |
| மிகப்பெரிய சிலை                                | - திருவள்ளூர் சிலை (133 அடி)                |



## நட்பின் நினைவோடு நான்

எஸ். பிரேமா

இரண்டாம் ஆண்டு, பி.பார்ம



கண்ணுக்குள் கருவிழியாக

நெஞ்சுக்குள் நினைவாக

பூட்டி வைத்தேன் - கல்லூரி

என்னும் கோவிலில்

கல்வி என்னும் தாயின்

பிள்ளையாக என் நண்பர்களுடன்

நான் வாழ்ந்த அந்த நாட்களை

உயிருக்குள் சுவாசமாக

உள்ளத்தில் நினைவாக

பூட்டி வைத்தேன் - பல

கூட்டுக் கிளியாக வளர்ந்து

கல்லூரி எனும் கோவிலில்

கல்வி எனும் தாயின்

தத்துப் பிள்ளைகளாக வளர்ந்த

என் நண்பர்களுடன் நான்

வாழ்ந்த அந்த நாட்களை

மனிதனின் மூளையாக

மனதில் நினைவாக

பூட்டி வைத்தேன் - கோவையில்

கல்லூரி என்னும் தாயிடம்

மூவிதழ் முளைக்கும் முன்

கல்வி எனும் உணவை உண்டு

அறிவு எனும் உடலை வளர்த்து

என் நண்பர்களுடன் நான்!

வாழ்ந்த என் நாட்களை

கல்வியின் தூணாக

நட்பின் நினைவாக - நெஞ்சில்

பூட்டி வைத்தேன் - கல்லூரி

என்ற மலை உச்சியின் மேல் உள்ள

கல்வி எனும் சிகரத்தை அடைய

என்னுடன் பயணம் செய்த

என் நண்பர்களுடன் நான்

வாழ்ந்த அந்த நாட்களை





## சொர்க்கம் காணும்

**த.பிரியதர்சினி**

இரண்டாம் ஆண்டு, பி.பார்ம்

என் வானத்தில் வெண்ணிலா  
சில நாட்களாய் காணவில்லை  
வந்து வீசும் தென்றலும்  
நின்று போன மாயமென்ன

தெருவோரம் பூங்கொடியாள் அன்று  
நடந்து வந்தான் நந்தவனமாய்  
தீ எரிந்த காடாக - தெரு  
இருப்பது ஏன் சில தினமாய்

இரவு நேர நிலவு கூட  
கூரியனாய் சுடுகின்றது  
இரு விழியும் உரக்கமின்றி  
விடிய விடிய எளிகின்றது

கனவுகளும் நினைவுகளும்  
கலைந்து போக மறுக்கின்றது  
உன்னை காணாத கண்ணிரண்டும்  
கண்ணீரில் குளிக்கின்றது

வருகைக்காக காத்திருந்தாள்  
வாரம் கூட வருடமாக தெரிவிக்கின்றது  
வந்து நீ நின்றுவிட்டாள்  
வருடம் கூட வாரமாக ஓடி வரும்  
விழிகள் சோகம் மறந்து  
சொர்க்கம் காணும்



## முயற்சி

**மு. சௌந்தர்யா**  
முதலாம் ஆண்டு, பி.பார்ம



விதைக்கு தெரியாது  
மரமாவோமென்று...  
பூவிற்கு தெரியாது  
கனியாவோமென்று  
கல்லுக்குத் தெரியாது  
சிலையாவோமென்று  
கூரியனுக்குத் தெரியாது

மீண்டும் உதயமாவோமென்று  
நிலவிற்குத் தெரியாது  
தோன்றி மறைவோமென்று  
ஆனால் மனிதா!  
உனக்கு மட்டும் தான் தெரியும்  
முயற்சி செய்தால்  
வெற்றி நிச்சயமென்று...



## சுத்துக்கள் உறங்காது

**எம். அருள்ஜோதி**  
இரண்டாம் ஆண்டு, பி.பார்ம

விதைத்தவன் உறங்கிவிடுவான் -  
ஆனால் விதைகள் உறங்குவதில்லை  
எண்ணியவன் உறங்கிடுவான் - ஆனால்  
எண்ணாங்கள் உறங்குவதில்லை  
திசைகள் உறங்கிவிடும் - ஆனால்  
தென்றல் உறங்குவதில்லை

மரங்கள் உறங்கிவிடும் - மரத்தின்  
வேர்கள் உறங்காது  
கொடிகள் உறங்கிவிடும் - அதன்  
பூக்கள் உறங்காது  
கவிஞன் உறங்கிவிடுவான் - அவன்  
கவிதைகள் உறங்காது







## கான்வென்ட் காதல்

**எம்.கே.மனோசித்ரா**

இரண்டாம் ஆண்டு, பி.பார்ம

- A னது டைரிகளில்  
 B ரிந்து போன உன் நினைவுகள்  
 C தரிய இதய கண்ணாடியில்  
 D னமும் உன் பின்பங்கள்  
 E தய துடிப்புகளில்  
 F ப்பொழுதும் நம் கனவுகள்  
 G வனுக்குள் உரைந்து போன  
 H ச்சரிகை கருவியாய் உன் பின்பங்கள்  
 I ந்து மணி ஆனவுடன்  
 J ன்ம சந்தோஷம் அடைந்த நாட்கள்  
 K க்காமல் வாங்கி தந்த  
 L ல்லாப்பொருட்களிலும் உன் புன்னகைகள்  
 M மனதிற்குள் இருக்கும் உன் முகம்  
 N னாலும் எனக்கு மகிழ்ச்சி தரும்  
 O ரு நாளும் இல்லாத திருநாளாய் - உன்  
 P ன் வீட்டு ஜன்னலில் இருந்து  
 q டுத்து அனுப்பிய என் காதல் வரவுகள்  
 R வியாய் நான் காதலை சொல்லி  
 S ந்தோஷத்துடன் காத்திருக்க  
 T ருத்திவிடு இது வேண்டாம் என்றாய்  
 U கம் அனைத்தும் இருண்டு விட  
 V டை கொடுத்து போனேன் உன் இடத்தில்  
 WASTEஎன்று நினைத்து வளர்த்தேன் தாடி  
 Y யர்ந்த உள்ளம் கொண்டவள் வந்தாள் என்னை தேடி  
 Z டு என்று சொன்னால் வளர்க்காதே தாடி நான் தான் உன் ஜோடி என்று !!!



## மலை ஏன் தோழியே

ச.குகப்பர்யா

முதலாம் ஆண்டு, பி.பார்ம



சின்னஞ்சிறு வைராங்களே...!

வண்ண வான் விளக்கு (வானவில்)

ஏற்றும் அழகியே!

சிலு சிலு தென்றலின் ஸ்பரிசம்

கிடைத்த என் செல்ல தோழியே!...

என் ஆசையைக் கொஞ்சம் கேளாயோ!

என் உணர்ச்சிகளைக் கேளாயோ!

உன் அழகு மேகப் படுக்கையில்

தூங்க ஆசை...

அது தான் என் தாயின் மடி...

உன் உடல் தீண்டிய வண்ண

பூவிதழில் உரங்க ஆசை

அது தான் சிறுவயதில் நான்

தூங்கிய தந்தை மார்பு...

உன் சின்னஞ் சிறு வைர துளியில்

இருக்கும் இடத்தில் அமர ஆசை...

அது தான் என் தாத்தா பாட்டியின்

மனதில் இருக்கும் இடம்

என் தந்தை பருவம்

திரும்ப கிடைக்க வேண்டும்...

என் சொர்க்க கனவு அது

என் முதுமையில் அசைபோடவேண்டும்...

ஆசை ... ஆசை... ஆசையில்லாத

மனிதன் உண்டோ?

சொல்லு நீ...

என் செல்ல தோழியே





## “சுமை தரும் சுகம்”

சீவக்குமார்

இரண்டாம் ஆண்டு, பி.பார்ம்

“கரு” என்னும் சுமை இல்லையேல் “கருவறைக்கு” ஏது சுகம்!  
 ‘பிணம்’ என்னும் சுமை இல்லையேல் ‘கல்லறைக்கு’ ஏது சுகம்!  
 நம்மை சுமந்தவளும் நம் உயிரை சுமப்பவளும்  
 சுமப்பதைச் சுமை எனக் கொண்டால் நமக்கு ஏது சுகம்!  
 வான் அது சுமக்கும் ‘மேகத்தை’ சுமை எனக்கொண்டால்  
 நமக்கு இங்கு ஏது ‘மழை’ என்னும் சுகம்  
 நம் ‘உடல்’ அது சுமக்கும் ‘உயிரை’ சுமை எனக்கொண்டால்  
 நமக்கு இங்கு ஏது ‘வாழ்வு’ என்னும் சுகம்  
 நமக்கு நிமிடங்களின் சுமை இல்லையெனில்  
 நினைவுகள் என்னும் சுகம் இல்லை...  
 சுமை தரும் சுகம் “அற்புதம்”  
 சுமை தரும் சுகம் கேட்போம்  
 கரை சேரும் வரை அல்ல  
 கல்லறை சேரும் வரை...



## “வாழ்வது ஏப்படி?”

சி. ஞானமூர்த்தி

முதலாம் ஆண்டு, பி.பார்ம



மகிழ்வாய் நாமும் வாழ்ந்திட  
அன்பாய் இருந்திட வேண்டுமே!  
நலமாய் நாமும் வாழ்ந்திட  
அளவாய் சாப்பிட வேண்டுமே!  
வளமாய் நாமும் வாழ்ந்திட  
அயராது உழைத்தல் வேண்டுமே!  
துணிவாய் நாமும் வாழ்ந்திட  
நம்பிக்கையை வளர்த்திட வேண்டுமே!  
சமுதாயத்தை நாமும் படைத்திட  
சாதனைகள் புரிதல் வேண்டுமே!





## கல்வூர்

**அ.சுமையா பானு**

மூன்றாம் ஆண்டு, பி.பார்ம்

நண்பா நண்பா நீ வேண்டும்  
 வாழ்க்கை முழுவதும் நீ வேண்டும்...!  
 கல்லூரி வாழ்க்கையிலே கவலை ஒன்றும் வந்ததில்லை  
 மகிழ்ச்சிக்கும் பஞ்சமில்லை...!  
 இந்த வாழ்க்கை இனி...  
 நமக்குக் கிடைக்கப்போவதுமில்லை...  
 எங்கோ பிறந்த பறவைகளாகிய நாம்  
 “சரணாலயமாய்” இந்த கல்லூரியில் கூடினோம்  
 நம் பாடகைகள் வேறு, பழக்கங்கள் வேறு  
 ஆனால் இந்தச் சிறு வாழ்க்கையோ மிக நன்று  
 இனி அது கிடைப்பதோ... அரிது  
 சரணாலயத்தை விட்டுச் செல்லும்  
 பறவைகள் மீண்டும் கூடும் அடுத்த ஆண்டு  
 ஆனால், இங்கு விட்டுச்செல்லும் நாம்...  
 கூடுவது எப்போது.... அடுத்த பிறவியிலா...?  
 அடுத்த பிறவி ஒன்று கூட இருக்கலாம்..  
 ஆனால் நாம் சந்திக்க ஓர் வாய்ப்பு கிடைக்குமா...?  
 நாம் சரணாலயம் நாடும் பறவைகளாய்  
 இருந்திருந்தால் மீண்டும் சந்திக்கலாம்...?  
 ஆனால் நாமோ கூட்டை விட்டுப்  
 பறந்து செல்லும் சிறகு முளைத்த பறவைகளாயிற்றே  
 மண்ணுக்குள் நாம் செல்லும் காலம் மட்டும்  
 இந்த பொன்னான நாட்கள் நம் மனதில்  
 பசுந்தோட்டமாய் அழியாது நிற்கும் எனும்  
 நம்பிக்கையோடு விட்டுச் செல்வோம்...



## நான்... 'இந்தியா'

குகப்பிரியா

முதலாம் ஆண்டு, பி.பார்ம



அமைதிக்கு ஏங்கும்  
நான்...  
அறிவுக்கு ஏங்கும்  
சேற்று மண்...  
பொழிவுக்கு ஏங்கும்  
நதிகள்...  
உணவிட ஏங்கும்  
என் குழந்தைகள்...  
விடியலுக்கு ஏங்கும்  
சிறு கொடிகள்...  
வாய்ப்புக்கு ஏங்கும்  
பெண்கள்....  
இளமைக்கு ஏங்கும்  
அரசியல்...  
என்னை விழுங்கிட ஏங்கும்  
படர்ந்த மரம்...  
என்னை வீழ்த்திட ஏங்கும்  
சிறு கொடிகள்....  
வீழ்த்திடு! விழித்தெழு  
என்னை மீட்டிடு  
உன் ஒற்றுமையைக் கொண்டு!





## நல்ல நண்பன்

**கே. கசிதா**

மூன்றாம் ஆண்டு, பி.பார்ம

ஒரு ஊரில் ஒரு இளைஞன் இருந்தான். அவன் எப்போதும் கோபப்படும் சுபாவத்தை கொண்டவன். ஒரு முறை அவனது நண்பன் அவனிடம் ஆணிகள் நிரம்பிய பையை கொடுத்தான். நீ எப்போதெல்லாம் நீ கோபப்படுகிறாயோ அப்போதெல்லாம் ஒரு ஆணியை இந்த சுவற்றிலே அடிக்கவும் என்றான். இளைஞனும் அப்படியே செய்து வந்தான். முதல் நாள் அவன் 35 ஆணிகளை அடித்தான். மறு நாள் 30 என்று இப்படியாக குறைந்து கொண்டு வந்தது. சில நாட்கள் கழித்து அவன் கோபப்படுவதை நிறுத்தி விட்டான். அதனால் அவன் ஆணிகளை அடிக்கவில்லை. அதை அவனது நண்பன் பார்த்து பெருமைப்பட்டான். அவனை முழுவதுமாக திருத்த ஆசைப்பட்ட அவன் அவனிடம் அடித்த ஆணிகளை பிடுங்க சொன்னான்.

என் நண்பனே நீ நான் சொன்னபடியே எல்லா வேலைகளையும் செய்தாய். இப்போது நீ அடித்த ஆணிகள் பிடுங்கப்பட்டு விட்டன ஆனால் ஆணி அடித்த இடங்களில் உள்ள ஓட்டைகளை பார். இந்த சுவர் முன்னால் இருந்த மாதிரி இல்லை. எல்லா இடங்களிலும் ஓட்டைகள் உள்ளன அது போலத்தான் நீ கோபத்தில் சொல்லும் வார்த்தைகளும் செயல்களும் ஒரு வடுவை உண்டாக்கி விடும். நீ என்னதான் உன் செயல்களுக்கு மன்னிப்பு கேட்டாலும் அந்த வடு மாறாது மறையாது. நீ வார்த்தைகளால் உண்டாக்கும் வடுவிற்கும், செயல்களால் உண்டாக்கும் வடுவிற்கும் எந்த ஒரு வித்தியாசமும் இல்லை.

என் நண்பனே, உண்மையை சொல்லப் போனால் நண்பர்கள் ஒரு அரிய பொக்கிஷங்கள். அவர்கள் உன்னை சிரிக்க வைப்பார்கள். உன் வாழ்க்கையில் நீ உயர தட்டிக் கொடுப்பார்கள். நீ சொல்வதை காது கொடுத்து கேட்பார்கள். நீ நல்ல நிலைமைக்கு வரும்போது புகழ்வார்கள் அதையும் இதய பூர்வமாக செய்வார்கள். அதை தான் நான் இப்போது செய்தேன் .

நீதி:

தீயினால் சுட்டபுண் உள்ளாறும் ஆறாதே

நாவினால் சுட்ட வடு



## நம்வுஷன் வெற்ற தடயம்

**ச. ஷக்கீல் அஹமது**

இரண்டாம் ஆண்டு, பி.பார்ம்



எறும்புகள் சுறுசுறுப்பிற்காக பிறந்தவை. எறும்புகள் பல லட்டசக்கணக்கான ஆண்டுகளாக பூமியில் உயிர் வாழ்ந்து கொண்டிருக்கின்றன. உலகில் அண்டார்க்காவை தவிர அனைத்து கண்டங்களிலும் வெற்றிகரமான உயிர் வாழ்கின்றன. எறும்புகளும் தேனீக்களும் கிட்டத்தட்ட ஒரே மாதிரியான கூட்டுறவு வாழ்க்கையை மேற்கொள்கின்றன. இந்த எறும்புக் கூட்டத்திலும் இராணி எறும்பு, ஆண் எறும்பு மற்றும் வேலைக்கார எறும்புகள் உள்ளன.

எறும்பு புற்றானது பல்வேறு கிளைகளையும் மாற்று வழிகளையும் உடைய பெரிய காலனி ஆகும். வேலைக்கார எறும்புகளின் தாடை பெரியதாக இருப்பதால் அவற்றால் உணவினை சரியாக உட்கொள்ள முடியாது.

அவற்றிற்கு ஆயுட்காலம் குறைவு. வேலைக்கார எறும்புகளின் தாடையின் கடிக்கும் செயல் முறையானது ஒரு கத்திரிக்கோலின் செயல் முறையினை ஒத்தது.

### எறும்புகளை பற்றி தெரிந்தவை, தெரியாதவை :

எறும்புகளுக்கு நுரையீரல் கிடையாது. அவை தங்கள் உடலின் மேல் உள்ள சிறுசிறு நுண்ணிய துவாரங்களின் மூலம் தனக்கு தேவையான உயிர் வெளியினை பெற்றுக் கொள்கிறது.

எறும்புகளின் மேற்பரப்பு உடலானது “கரோட்டின்” எறும்புகளை உணவாக கொள்ளும் பொருளால் ஆனது.

எறும்புகளில் பார்மிக் அமிலம் நிறைந்துள்ளன. எறும்புகளை உணவாக கொள்ளும் பூச்சிகள் இதனை தங்கள் பாதுகாப்பிற்காக பயன்படுத்துகின்றன.

### பிரமோன் சங்கல் தொட்பு

நீங்கள் அனைத்து இடங்களிலும் எறும்புகள் ஒரே சீராகவும், வரிசையாகவும் செல்வதனை கவனித்திருப்பீர்கள்! அவை ஏன் வரிசையாக செல்கின்றன என்று சிந்தித்ததுண்டா? இந்த எறும்புகளின் அழகிய வரிசைக்கு காரணம் பிரமோன் எனப்படும் ஒரு வகை ஹார்மோன். இது





எறும்புகளின் வயிற்றிலிருந்து சுரக்கக்கூடியது. இந்த பிரமோன் முறை எவ்வாறென்றால் ஒரு கயிற்றினை பிடித்துக் கொண்டு நடப்பது போலத்தான்! எறும்புகள் தான் செல்லும் வழியெல்லாம் பிரமோனை சுமந்து கொண்டே செல்கிறது. இந்த பிரமோனை பின்பற்றி பின்னே வரும் எறும்புகளும் ஒரு பாதையில் சீராக செல்கின்றன. இவ்வாறு ஒவ்வொரு எறும்பும் தங்கள் பின்னே பிரமோனை இட்டுக் கொண்டே செல்வதால் மொத்த எறும்புக் கூட்டமும் பாதையில் மாறாமல் செல்ல வேண்டிய இலக்கை சென்றடைய முடிகிறது.

நம்மால் இந்த பிரமோன் சங்கிலி தொடர் நிகழ்வில் ஒரு தடங்கலை ஏற்படுத்த முடியும். எப்படியென்றால் சுவரில் செல்லும் எறும்புகளின் வரிசையை கவனியுங்கள். அந்த வரிசைக்கு இடையே உங்கள் விரலால் தேய்க்கும் போது எறும்புகள் குழப்பமடைந்து அங்குமிங்கு திரிவதை பார்ப்பீர்கள். இது ஏனென்றால் நீங்கள் விரலால் தேய்க்கும் போது ஒரு எறும்புக்கும் மற்றொரு எறும்பிற்கும் இடையே உள்ள பிரமோன் தொடர்பு துண்டிக்கப்படுகிறது. இதனால் இந்த குழப்ப நிலை ஏற்படுகிறது. சிறிது நேரத்தில் இந்நிலை மாறி எறும்புகள் வழக்கம் போல செல்ல ஆரம்பிக்கும்.

அண்மைக் காலங்களில், இதற்கு முன்னர் எறும்புகளைப் பற்றி மாந்தர்கள் அறிந்திராத தகவல்கள் பலவற்றை நவீன ஆராய்ச்சிகள் மூலம் நமக்கு தெரியவந்துள்ளது. விலங்குகள், பூச்சியினங்கள் ஆகியவற்றின் வாழ்க்கைப் போக்கை ஆய்வு செய்திட்டவர்கள் மனித இனத்தின் வாழ்க்கைப் போக்கோடு எறும்புகளின் வாழ்க்கை போக்கு மிகவும் நெருக்கமான தொடர்பை அதன் சாயலை காண்டிருக்கின்றது எனக் கூறுகின்றன. அதை போல நாமும் முயற்சி எடுக்க வேண்டும்.

“முடியும் வரை முயற்சி செய்”

உன்னால் முடியும் வரை அல்ல

நீ நினைத்தது முடியும் வரை”

மனிதர்களைப் போன்றே எறும்புகள் இறந்த உடல்களை மண்ணில் புதைத்து விடுகின்றன.

பணிகளை பங்கிட்டுக் கொள்ளும் நவீன முறையை அவை கையாண்டு மேலாளர்கள், மேற்பார்வையாளர்கள், தொழிலாளர்கள், மேலாண்மை செய்பவர்கள், உழைப்பாளிகள் என்று துறைப் பிரித்து தொழிலாற்றுகின்றன.

அவை அவ்வப்போது தங்களுக்குள் அனைவருமாக ஒன்று கூடி மகிழ்ச்சியாக அளவாளாவிடக் கொள்கின்றன. அவை தமக்கிடையே அதி முன்னேற்றமடைந்த தகவல் பரிமாற்ற முறையை கையாள்கின்றன. அவை சீரான பொதுச் சந்தைகள் நடத்தி, பண்டமாற்று முறையை செய்து கொள்கின்றன.



## பெண்கள் முன்னேற்றம்

**அ. ஹேமலதா**

முதலாம் ஆண்டு, பி.பார்ம



மங்கையராய் பிறப்பதற்கே மாதவம் செய்திடல் வேண்டுமம்மா! எனும் சொற்றொடருக்கு ஏற்ப பெண்கள் சமுதாய முன்னேற்றத்தில் பெரும்பங்கு பெறுகின்றனர். பெண்களை போகப்பொருளாய் பூட்டிவைத்தும், அடுப்பறையில் துயர்படுத்தி வேடிக்கை பார்த்து கொண்டிருந்த அவலநிலை மறைந்து இன்று நல்லதொரு மறுமலர்ச்சி உருவாகியுள்ளது. மாதர்தமை இழிவு செய்யும் மடமைதனை கொளுத்திடுவோம். ஆங்கே சட்டங்கள் செய்வதிலும், பட்டங்கள் ஆள்வதிலும் பாரினில் ஆணுக்கு பெண் இங்கு இளைப்பில்லை தான்! என பெண்கள் முன்னேற்றம் வித்திலிருந்து வெடித்து கிளம்பும் விருட்சமாக நம் கண்முன் நிற்கிறது.

இந்திய நாட்டின் மொத்த மக்கள் தொகையில் பெண்கள் 54% விழுக்காடு ஆவர். இதில் 68% விழுக்காடு படிப்பறிவு பெற்றவராவர். அரசின் பெண்கள் இடஒதுக்கீடு மசோதா, பெண்கள் சுயநிதி உதவி குழுக்கள், பெண்கள் உயர்கல்வி போன்ற ஆக்கப்பூர்வமான திட்டங்களினால் அபரிதமான வளர்ச்சி தோன்றியுள்ளது. மருத்துவம், பொறியியல், கட்டுமானம், வேளாண்மை, விண்வெளி மற்றும் பலதுறைகளில் இன்று பெண்கள் சாதனை படைத்துவருகின்றனர்.

ஆயிரம் மைல்களுக்கு அப்பால் அயல்நாடுகளில் இன்று பெண்கள் தன்னந்தனியே துணிவுடன் பணியாற்றுகின்றனர். இசை, நாட்டியம் இவைகளே பெண்களுக்கு உகந்த துறைகள் என்ற நிலைமாறி பெண்கள் விண்வெளி, கடல்வழி, மல்யுத்தம், சுரங்கங்கள், கட்டுமானம் மற்றும் பல கடினமான துறைகளிலும் சாதனை படைப்பது பெண்கள் முன்னேற்றத்தினை உள்ளங்கை நெல்லிக்கனி போல தெளிவுபடுத்துகிறது.

வீட்டிற்கு பெண்கள் நாட்டிற்கு ஆண்கள் என்ற முரண்பாடான மூடநம்பிக்கை முற்றிலும் மறைந்தேறிவிட்டது. ஒருமுறை ஜவஹர்லால் நேரு ஜப்பான் நாட்டிற்கு பயணம் சென்றபோது, அந்நாட்டு பெண்கள் வீட்டிலிருந்தபடியே குடிசை தொழில்கள் மூலம் கடினமாக உழைத்து, தங்கள் வருமானத்தில் தனித்து நிற்பதை கண்டு வியந்துபோனார். அதுவே அந்நாட்டின்



பொருளாதார வளர்ச்சிக்கு அடித்தளமானது என்பதையும் அறிந்து கொண்டார். நேருவின் அன்றைய கனவு இன்று நிறைவேறி விட்டது. எனினும் ஒரு நாணயத்தின் இரண்டு பக்கம் போல, மறுபக்கம் வரதட்சணை கொடுமை, பால்ய விவாகம், பாலியல் வன்முறை ஆகியன பெண்கள் முன்னேற்றம் தடைபடுவதை எதிர்கொள்ள வேண்டிய சூழ்நிலையில் நாம் உள்ளோம். போதைக்கு அடிமையாகி பாதைமாறும் ஆண்வர்க்கத்தின் அடக்குமுறையால் பெண்கள் முன்னேற்றம் சற்றே தடைபடுகிறது. தனிநபர் வருமானம் 38% விழுக்காடு ஆகும். இது ஒரு நல்ல முன்னேற்றம் எனினும் முழுமையான முன்னேற்றம் அல்ல. இனியொரு விதி செய்வோம்! எங்கும் ஆணுக்கு பெண் சரிநிகர் சமமே என கூளுரைத்து, தெளிவான குறிக்கோளில், தன்னம்பிக்கையில். கடின உழைப்பில் ஒன்று கூடுவோம்! உயர்வோம்!

சர்வதேச மார்ச் மகளிர் மாதத்தில் சபதமெடுப்போம்! வாரீர்! வாரீர்!



**T. Malathi**  
B.Pharm Second Year



**S. Karthikeyan**  
B.Pharm Third Year



## சுகம்

சீ.நீவேதா

முதலாம் ஆண்டு, பி.பார்ம்



சிவப்பு வண்ண முகம் - அவள்  
 சிரிப்பது என்ன சுகம்  
 சிரித்தால் குழிவிழும் கண்ணம் - அதில்  
 விழுகின்றேன் நானே இன்னும்  
 கண்கள் இரண்டும் மீனானது - அதை  
 கண்டேன் என் மணம் வீணானது  
 மார்கழி பனியில் பூவாக நனைந்தாள் - என்  
 மனதுக்குள்ளே ஒரு பூவாக மலர்ந்தாள்  
 இரவில் வருகின்ற நிலவென குளிர்ந்தாள் - என்  
 உறவில் வர அவள் தவம் என புரிந்தாள்  
 இரவில் வருகின்ற நிலவென குளிர்ந்தாள் - என்  
 உறவில் வர அவள் தவம் என புரிந்தாள்  
 என்னை விட்டு பிரிந்து சென்றாள் - என்  
 கண்ணை விட்டு பிரிய வில்லை  
 நிஜமாக விலகி சென்றாள் - என்று  
 நிழலாக தொடர்ந்து வந்தாள்  
 என் நெஞ்சில் இன்னும் அவளது எண்ணம்  
 அந்த எண்ணத்திலேயே உயிர் வாழ்கின்றேன் இன்னும்  
 கண்ணை உனக்காக நான் - அடிப்  
 பெண்ணை எனக்காக காத்திரு.





## மனம் கவர்ந்த ஆசிரியர்

**கே. எஸ். எஸ். சக்கரவர்த்தி**

முதலாம் ஆண்டு, பி.பார்ம

ஆசிரியர் பணி என்பது வெறும் கல்வியை மட்டும் கற்றுத் தருவது அல்ல. ஒழுக்கம், பண்பு, ஆன்மீகம், பொது அறிவு, ஆற்றல், உணக்கம், தன்னம்பிக்கை, விடாமுயற்சி, வாழ்க்கை என அனைத்தையும் மாணவர்களுக்கு எடுத்துக் கூறி அவர்களை சிறந்த மனிதர்களாக்கும் உன்னதப் பணியாகும். அப்படிப்பட்ட தெய்வீகமான ஆசிரியப் பணியை மாணவர்களுக்கு அளிக்க தன்னலமற்ற தியாக மனப்பான்மை கொண்டவராக இருந்தால் மட்டும் போதாது. கற்பிக்கும் தொழிலை நேசிப்பவராகவும் இருக்க வேண்டும். அவரே உண்மையான ஆசிரியர். மாணவர்களுக்கு உண்மையான வழிகாட்டியாக விளங்கி, ஒவ்வொரு மாணவர்களையும் சிறந்த மனிதர்களாக்குவது ஆசிரியர்களே! அத்தகைய எழுச்சி மிக்க மாணவர்களை ஒரு சிறந்த ஆசிரியரால் தான் உருவாக்க முடியும்.

ஒரு நல்ல ஆசிரியராக தமது இறுதி காலம் வரை வாழ்ந்து காட்டி, தத்துவ மேதையாக விளங்கிய டாக்டர் சர்வ பள்ளி ராதாகிருஷ்ணன் அவர்களின் பிறந்த நாளான செப்டம்பர் 5ஆம் நாள் ஒவ்வொரு வருடமும் ஆசிரியர் தினமாக இந்தியா முழுவதும் கொண்டாடப்பட்டு வருகிறது.

என் மனம் கவர்ந்த ஆசிரியர் என்னுடைய தாய். என் தாய் தந்தை இருவரும் ஆசிரியர்களே. தொடக்கப்பள்ளி தலைமை ஆசிரியராக பணியாற்றுகிறார். என் தாய்க்கு சமுதாயத்தின் மேல் உள்ள பண்பும், மாணவர்களை வழிகாட்டிச் செல்லும் விதமும், மாணவர்களுக்கு உதவி மனப்பான்மையை வளர்க்கும் விதமும், அவர்களின் தனித்திறனை கண்டறிந்து வளர்த்த விதமும் என்னை கவர்ந்தது.

மாணவர்களுக்கு செயல்வழிக் கற்றலை அறிமுகப்படுத்த போராடினார். அதனால் தொடக்கப் பள்ளிகளில் தற்போது செயல்வழிக் கல்வி அறிமுகப்படுத்தப்பட்டு நடப்பில் இருந்து வருகின்றது. இதனால் பல மாணவர்களுக்கு தன் திறமையை தானே அறிய முடிந்தது. சுற்றுப்புற கிராமப் பகுதிகளில் இடைநின்ற மாணவர்களை கண்டறிந்து அவர்களுக்கும் அவர் பெற்றோருக்கும் விழிப்புணர்வு ஏற்படுத்தினார். இதனால் அம்மாணவர்கள் மேலும் கல்வி கற்க உதவினார். தாழ்த்தப்பட்ட மாணவர்களும் இதனுள் இருந்தனர்.



மாணவர்களின் ஓவியம் போன்ற திறமைகளை கண்டு தினசரி புத்திரிக்கைகளில் வெளியிட்டார். இதனால் அக்கிராமப்புற மாணவனின் தன்மம்பிக்கை வளர்ந்தது. மாற்றுத்திறனாளிக்கான அரசின் சலுகைகள் கிராமப்புற மாணவர்களுக்கு சேர முயற்சி செய்துள்ளார். பள்ளியில் கண் சிகிச்சை முகாம் நடத்தி கண் பார்வை இழந்த மாணவனுக்கு அறுவை சிகிச்சை செய்து பார்வை தெரிய பாடுபட்டார். பள்ளியில் ”மாணவர்களிடம் உதவி செய்ய வாருங்க தோழர்களே” என்னும் அமைப்பை ஏற்படுத்தி தன்னால் இயன்ற பொருளை சேமித்து, வருட இறுதியில் அரசு பள்ளி மாணவர்களை ஆதரவற்ற குழந்தைகளுக்கு சென்றடைய ஏற்பாடு செய்தார். அவர்களுடன் ஒரு நாள் இருந்து வரச் செய்கின்றார்.

கண்தானம், இரத்ததானம், போலியோ முகாம்களில் கலந்து தன் சேவைகளை செய்து வருகின்றார்.

வாரமாத இதழ்களில் கட்டுரை, கவிதைப் போட்டிகளில் கலந்து வெற்றிபெற்றுள்ளார். வரலாற்று சிறப்பு மிக்க வீரப்பெண்களை கதைகளாக்கி மலர்களில் பதித்துள்ளார்.

ஆசிரியர்களுக்கான சிறப்புப் போட்டிகளில் வெற்றிபெற்றுள்ளார். மாணவர்களின் திறனான கதை, கட்டுரை எழுதும் திறன்; ஓவியம் வரையும் திறமைகளையும் இதழ்களில் வெளிவர காரணமாயிருந்துள்ளார்.

மேற்கண்ட செயல்களுக்காக பெற்ற சான்றிதழ்கள் மற்றும் விருதுகள் பல.

செயல்வழிக் கற்றலில் ஆராய்ச்சி செய்து வெற்றி பெற்றமைக்காக “கற்றலில் புதுமை படைத்த ஆசிரியர்” என்று இந்திய அளவில் IIM (Indian Institute of Management) அகமதாபாத் சர்ரதன் டாடா விருது வழங்கப்பட்டது.

இடைநின்ற மாணவர் நலன் கண்டு போராடியதற்காகவும், சமுதாயத்திற்கு உழைத்ததற்காகவும் “காமராஜர் நல்லிணக்க விருது” சேலம் அறக்கட்டளை சார்பாக வழங்கப்பட்டது.

ஆசிரியராக மட்டும் இல்லாமல் சமுதாயத்திற்காக சிறந்த தொண்டு செய்தமைக்காக “பசும்பொன் முத்துராமலிங்கத் தேவர் விருது” வழங்கி சிறப்பிக்கப்பட்டது மற்றும் FA விருது சிறப்பான கற்பித்தல் திறனிற்காக சிகரம் தொட்ட ஆசிரியர் எனும் விருது வழங்கி தமிழ்நாடு அரசு சிறப்பித்தது.

மேற்கண்ட சிறப்புகள் அனைத்திற்காகவும், தமிழகத்தின் உயரிய விருதான இராதாகிருஷ்ணன் விருது (நல்லாசிரியர் விருது) வழங்கி தமிழ்நாடு அரசு சிறப்பித்துள்ளது.



பள்ளியில் ஏற்படுத்திய புதுமைக்காக, தமிழ்நாடு கல்வி மற்றும் ஆராய்ச்சி மற்றும் பயிற்சி நிறுவனம் (SCERT) புதுமை ஏற்படுத்திய ஆசிரியை என்று பள்ளியில் பதப்பிடிப்பு நடத்தப்பட்டது. விரைவில் தமிழ்நாடு அரசு அப்பதப்பிடிப்பை இணையதளத்தில் வெளியிட உள்ளது.

இவை அனைத்தையும் கண்டு மிகவும் வியந்தேன். சமுதாயத்திற்காகவும், மாணவர்களுக்காகவும் உழைத்த ஆசிரியராக மட்டும் இல்லாமல், குடும்பநலனுக்காக ஒரு சிறந்த இல்லத்தரசியாக விளங்குகின்றார். எனக்கு விவரம் தெரிந்த வயதில் இருந்தே விடாமுயற்சி, சாதிக்க வேண்டும் என்ற எண்ணம் கொண்டு செயல்பட்டார்.

மேலும் குடும்ப நலன், அன்பு, கருணை போற்றவற்றுள்ளும் சிறந்து விளக்குகின்றார்.

இந்த ஆசிரியரிடம் கல்விப்பாடம் அதிகம் கற்கவில்லை என்றாலும் அனுபவப் பாடம் நிறைய கற்று தெரிந்துள்ளேன். இத்தகைய திறமை பெற்ற ஆசிரியரையும்; அன்பு, பாசம் தவறாதவரையும் என் தாயாக பெற்றமைக்கு பெருமிதம் கொள்கிறேன். இதுபோலவே விடாமுயற்சியுடனும், சாதிக்க வேண்டும் என்று எண்ணம் கொண்டு அனைவரும் செயல்பட வேண்டும். ஆசிரியப் பணிக்கு மட்டும் இல்லாமல் எல்லாத் துறைகளிலும் விடாமுயற்சியுடன் போராடினால் வெற்றி காணலாம்.

மாணவர்களும் ஆசிரியர் கூறும் நன்மொழிகளைக் கேட்டும், அவர்களுக்கு அடிபணிந்து நடத்தல் மிகவும் நன்று.

உடையார்முன் இல்லார்போல் ஏக்கற்றுங் கற்றார்

கடையரே கல்லாதவர்.

- திருவள்ளுவர்

செல்வர் முன்னே ஏழைகள் நிற்பது போல் ஆசிரியர் முன்னே, விரும்பிப் பணிந்து கற்றவரே உயர்ந்தவர்; அப்படி நின்று கற்க வெட்கப்பட்டுக் கல்லாதவர், இழிந்தவரே



நட்டி

கே. கசிதா

மூன்றாம் ஆண்டு, பி.பார்ம



நட்டிக்குள்  
 நிறங்கள் அழகே!  
 நட்டிக்குள்  
 குறும்பு அழகே!  
 நட்டிக்குள்  
 எண்ணங்கள் அழகே!  
 நட்டிக்குள்  
 எதிர்பார்ப்புகள் அழகே!  
 நட்டிக்குள்  
 வம்பும் அழகே!  
 நட்டிக்குள்  
 அன்பும் அழகே!  
 நட்டிக்குள்

ஆணவமும் அழகே!  
 நட்டிக்குள்  
 அப்பாவித்தனமும் அழகே!  
 நட்டிக்குள்  
 புன்னகையும் அழகே!

நிலையாக எதுவும் நீடிப்பதில்லை!

அதனால்  
 உணர்வுகள் எல்லாவற்றிலும்  
 உற்சாக வடிவம் மட்டுமே  
 உறுதியாய் நீடிக்கும்!

அம்மா  
 உணர்வுகள் அனைத்தும்  
 உறைந்து போகும்  
 உள்ளுக்குள் ஓடிடும்  
 உருவகம் இவள் பாசத்திற்கு!  
 உவமைகளை வேண்டாத  
 உயிரோவியம்!  
 ஒவ்வாத ஓரிலக்கியம்  
 நிகரில்லா  
 நலம் விரும்பி அன்னை!







## அம்மாஷன் துடிப்பு

**எஸ்.மோகன்ராஜ்**

முதலாம் ஆண்டு, பி.பார்ம

உனக்காக துடித்த ஓர் இதயம்  
 உனக்காக மட்டும் துடித்த ஓர் இதயம்  
 ரத்தத்தை உணவாய் மாற்றிய ஓர் இதயம்  
 அதை உனக்காக பரிமாறிய ஓர் இதயம்  
 நீ கேட்டதெல்லாம் கொடுத்த ஓர் இதயம்  
 நீ செய்த சேட்டை எல்லாம் பொறுத்த ஓர் இதயம்  
 இன்று துடிக்கிறது...  
 இன்றும் கூட துடிக்கிறது! முதியோர் இல்லத்தில்  
 என் மகன் எப்படி இருக்கிறானோ என நினைத்து  
 மகனே.....!



## செல்பாஸ் மாத்திரை

**கிரா. பரணி**

முதலாம் ஆண்டு, பி.பார்ம



செல்பாஸ் மாத்திரையை குடித்துத் தற்கொலை செய்து கொள்பவர்களை காப்பாற்ற வழி இல்லை என்பது நாம் அறிந்தது ஆனால் அது உண்மை இல்லை காப்பாற்ற வழி இருக்கிறது அவர்கள் அந்த மாத்திரை குடித்தது உங்களுக்கு 10 நிமிடங்களுக்குள் தெரிய வந்தால் உடனே நீங்கள் செய்ய வேண்டியது என்னவென்றால் தேங்காய் எண்ணெய் 250 மில்லியை அவர்களை குடிக்க வைப்பதன் மூலம் அவர்களை காப்பாற்ற முடியும். மேலும் 30 நிமிடங்களுக்குள் மருத்துவமனையில் சேர்த்து அவர்களை காப்பாற்ற முடியும்.





## கருவறைக் கதறல்கள்

எம். மணிமேகலை

முதலாம் ஆண்டு, பி.பார்ம

வானுக்கு நிலவுதான் சமையா?  
 பசுவுக்கு பெற்ற கன்றுதான் சமையா?  
 அன்னை உன் கருவறையில்  
 நான் தான் சமையா?  
 உன் முகத்தைப் பார்க்க ஆசை!  
 ஆனால் உனக்கோ என்னை  
 கலைக்க ஆசை!  
 உன் கருவறையில் நானும்  
 ஒரு சமையாகி விட்டேன்  
 என்னை கருவிலேயே கதறவைத்து  
 விட்டாயே!

## சருகுகளா? விதைகளா?

சருகுகளை விட்டுச் செல்லும் மரங்கள்  
 வரலாற்றில் மடிந்து விடுகின்றன ஆனால்  
 விதைகளை விட்டுச் செல்லும் மரங்கள்  
 வரலாற்றில் சாதனை படைக்கின்றன  
 இவற்றில் நீ சருகுகளா? அல்லது  
 விதைகளா?



## கற்றுக் கொண்டேன்... கற்றுக் கொள்ள

சிதறிக் கிடக்கும் சமுதாயத்தை  
சீர்திருத்த நான் சீர்திருத்தவாதி அல்ல  
சிதைந்து கிடக்கும் என்னுள்  
புதைந்து கிடக்கும் வலிமைகளை  
கடைந்து எடுத்து வாழ்த்துடிக்கும்  
மிகச் சாதாரணமான மனிதன்.  
எனக்குப் பொய் சொல்லத் தெரியாது என்றேன்  
என்னை மகா பொய்யன் என்றார்கள்  
நீதி நேர்மை நியாயம் என்றேன்  
என்னைத் திமிர் பிடித்தவன் என்றார்கள்  
பொய் சொன்னால், அநியாயம் செய்தால்  
மனிதன் என்பார்களோ?  
நான் நல்லவனாக வாழ ஆசைப்பட்டேன்  
ஏனோ எனக்கு நல்லவனாக நடிக்கத் தெரியவில்லை  
இளமைப் பருவத்தில் நான் பேனா மையினால்  
எழுதிய காதல் கவிதைகளை விட  
என் இயலாமையை நினைத்து இருட்டறையில்  
கண்ணீரால் எழுதிய சோகக் கவிதைகளை அதிகம்  
எதையெதையோ கற்றுக்கொள்ள ஆசைப்பட்டேன் நான்  
வாழ்க்கையைக் கற்றுக் கொள்ள மறந்துவிட்டேன்  
இப்போது கற்றுக் கொண்டேன் வாழ்க்கையை கற்றுக்கொள்ள  
பணத்தையும், பகையையும்  
மனிதங்களைக் கற்றுக் கொண்டேன் - வாழ்க்கையின்  
புனிதங்களைக் கற்றுக் கொண்டேன்...



## ஏன் மனிதன் சோகத்தில் வாழ்கின்றான்?

ஆசைப்பட்டு அளவோடு இல்லையென்றால் வறுத்தப் படு  
வறுத்தப்பட்டு வதங்கி விடாதே பின்வாங்கிடுவாய்  
நாம் சாதிக்க வேண்டியது பல துணிந்து எழு  
ஆசையாக கனி தருவோம் பிறர்க்கு  
கூரியன் உதயமானால் தான் பகலிற்க்கு அழகு  
நிலாமுழுமை அடைந்தால் தான் இரவிற்கு அழகு  
மரம், செடி, கொடி, இவையெல்லாம் உயிரோடு  
இருந்தால்தான் அதற்கு அழகு  
இவையெல்லாம் காலத்திற்கு ஏற்ப அழகாக  
இருக்கும்போது ஏன் மனிதன் மட்டும்  
சோகத்தில் வாழ்கின்றான்?



## அவா அறுத்தல்

சி. ஞானமூர்த்தி

முதலாம் ஆண்டு, பி.பார்ம



அவா = வெகுளி (வெகுளி தனமாக இருத்தல்)

ஒரு குரு (குறவி) தனது வேலையை முடித்து விட்டு தனது வீட்டிற்கு செல்கிறார். அவருடன் அவரது சீடனும் (மாணவர) சென்று கொண்டிருந்தான்.

அவர் (குரு) சென்ற வழியில் ஒரு பெரிய ஆறு ஒன்று குறுக்கிட்டது. அது ஒரு மிகப்பெரிய காட்டாறு. அதில் சில சமயம் அல்லது திடீரென வெள்ளம் பெருக்கெடுத்து வரும் வெள்ளம் குறைவதற்கு சற்று (சிறிது) நேரம் ஆகும்.

குரு ஆற்றில் இறங்கி நடக்க ஆரம்பிக்கிறார். அவருடன் அவரது சீடனும் நடக்கிறார். சற்று (சிறிது) தூரத்தில் ஓர் இளம் பெண்ணும் நடந்து கொண்டு இருந்தாள். ஆற்றில் கிடு கிடுவென வெள்ளம் பெருகியது. கழுத்து வரை தண்ணீர் சென்றது. அந்த பெண்ணால் வெள்ளத்தை சமாளிக்க முடியவில்லை. உடனே குரு சென்று தன் இரு கைகளாலும் தூக்கி தன் தலையின் மேல் வைத்துக்கொண்டு சென்று கரையை அடைந்தார். அந்த பெண்ணை அங்கேயே இறக்கிவிட்டு சென்றார்.

ஆனால் கூடவே! அந்த சீடனுக்கோ பகிர் என்றது. அய்யோ என்ன அநியாயம் இது. குரு (குறவி) தனது கைகளால் ஒரு கன்னிபெண்ணைத் தூக்கி விட்டாரே! என்று அவனுக்கு (சீடனுக்கு) சந்தேகம் ஏற்பட்டது இதை கேட்கலாமா வேண்டாமா என்று பயப்பட்டான்.

சீடனோ! குரு(குறவி)வை விட மவுனக்காரன் எந்த விசயமாக இருந்தாலும் மனதில் இறுக்கி மறைத்து விடுவான். இருவரும் வீடு சென்று அடைந்தனர். குரு (குறவி) சீடனின் முகத்தை பார்த்தார் அவன் ஏதோ சந்தேகத்தில் இருப்பதை உணர்ந்தார். அவனே கேட்கட்டும் என அமைதியாய் இருந்தார்.

இரவு வரை கேட்க வில்லை. இதை பொறுக்க முடியாத குரு சீடனை நோக்கி உனக்குள் ஏதோ சந்தேகம் எழுந்துள்ளது அது என்னவென்று பயமில்லாமல் கேள் என்றார். அவன் முதலில் தயங்கினான். சிறிது நேரம் கழித்து துணிந்தவனாக மாறி குருவிடம் கேட்டான்



குருவே காலையில் நடந்த சம்பவம் தான் என்றான். குரு (குறவி) காலையில் என்ன நிகழ்ந்தது என்றார். உடனே சீடனோ இல்லை குருவே காலையிலே நீங்கள் ஒரு இளம் பெண்ணை தங்கள் கைகளால் தொட்டு தூக்கி வைத்து கொண்டு வந்தீர்கள் அல்லவா என்று கூறியவாறு சீடன் நெளிந்தான்.

இதை கேட்ட குரு கடகடவென சிரித்தார். குரு! அட முட்டாளே! நான் அவளை அங்கேயே இறக்கி விட்டேன் அல்லவா! இன்னுமா அவளை சுமந்து கொண்டு இருக்கிறேன் என்று சிரித்தார். இதைக் கேட்ட சீடன் வாயடைத்துப் போனான்.

கருத்து:

எந்த செயலும் அறிவுநுள் முனிதனுள் புகும் போதுதான் சரி, தவறு, விருப்பு மற்றும் வெறுப்பு ஆகியவை புரிகிறது.

பற்றற்று வினைபுரிபவன் எளிதில் தெனின்னும் விடுபட்டு விடுகிறான்.

*மனத்துக்கண் மாசிலன் ஆதல் அனைத்துறன்*

*ஆகல நீர பிற*

*– வள்ளுவர் வாக்கு*



## தோல்வீ என்றால் என்னை?

**சி.வளர்மதி**

முதலாம் ஆண்டு, பி.பார்ம



தோல்வி என்பதன் பொருள்,  
 நீங்கள் தோற்று விட்டீர்கள் என்பதல்ல,  
 நீங்கள் இன்னும் வெற்றியடையவில்லை என்பதே.  
 நீங்கள் முட்டாளாக இருந்தீர்கள் என்பதல்ல,  
 உங்களுக்கு அதிக உணக்கமும், உறுதியும் இல்லை என்பதே,  
 நீங்கள் குறையுடையவர் என்பதல்ல,  
 நீங்கள் இன்னும் நிறைவடையவில்லை என்பதே,  
 நீங்கள் முயற்சியை விட்டு விட வேண்டும் என்பதல்ல  
 நீங்கள் கடினமாய் உழைக்க வேண்டும் என்பதே,  
 நீங்கள் தகுதியில்லாதவர்கள் என்பதல்ல  
 நீங்கள் வெற்றியடைய இன்னும் காலம்  
 கணியவில்லை என்பதே...







## உறுமை

### அ. ஜீவானந்தம்

மூன்றாம் ஆண்டு, பி.பார்ம

நான் உண்ணும் உணவு  
சுவைப்பதற்காக இல்லை  
என் உயிரை காப்பாற்ற

வறுமையில் இருப்பது தவறில்லை  
ஆனால் வாழ்நாள் முழுவதும்  
வறுமையாக இருப்பது தான் தவறு

நான் வறுமையாக இருக்கும்  
போது வறுமை தெரியவில்லை  
ஆனால் பிறர் நீ பிச்சைக்காரன்  
என்று கூறும் போது என் வறுமை தெரிகிறது

பணம் இருப்பவன் எதையும்  
வாங்குவான் ஆனால் பணம்  
இல்லாதவன் பிறர் மனதில் வாழ்வான்.

## தந்தை

தந்தை தன் குழந்தைக்கு எவற்றையும் கொடுப்பார் ஆனால் நீ நினைப்பது தந்தை சமை  
என்று.

தந்தை நினைப்பது குழந்தைகளின் வாழ்க்கை ஆனால் குழந்தை நினைப்பது  
என்னுடைய வாழ்க்கை

தந்தை உன்னிடம் காட்டுவது அன்பு ஆனால் நீ காட்டுவது வெறுப்பு

தந்தை நினைத்தால் தன் உயிரையும் கொடுப்பார் என்று நினைத்து நீ தந்தை உயிரை  
எடுக்காதே!



## உண்மை

**சி.வளர்மதி**

முதலாம் ஆண்டு, பி.பார்ம



பொய் சொல்லி தப்பிக்காதே  
உண்மையை சொல்லி மாட்டிக்கொள்!  
பொய் வாழ விடாது! உண்மை சாக விடாது!  
மனம் சொல்வதை செய் வெற்றியோ  
தோல்வியோ அதை தாங்கும் சக்தி  
அதற்கு மட்டும் தான் உண்டு.

## மகிழ்ச்சி படிசூளில்....

**ரா. கௌசல்யா**

முதலாம் ஆண்டு, பி.பார்ம



விழுவதும் எழுவதும் தான்... வாழ்க்கை  
ஏன் விழுந்தோம்... எப்படி எழுந்தோம்  
என உணர்ந்தால்...  
அதை அறிந்தால்...  
ஏற்றமோ.... இறக்கமோ...  
என்றும் வாழ்வின்...  
மகிழ்ச்சி படிசூளில் .... நாம் இருப்போம்.





## மாற்றமும் மாறத்தான் வேண்டும்

**கிரா. அரவிந்தன்**

இரண்டாம் ஆண்டு, பி.பார்ம

மொத்தமும் நேசிக்கிறேன்  
என் தேசத்தை  
எங்கு தொடங்கி எங்கு முடிப்பேன்  
நான் அறியேன்...!  
இதோ என் தேசம்  
என் விழி வழியே...  
அடிமைத் தனம் என்னும் கொடுந்தீயில்  
விழுந்தெழுந்த என் தேசம்...  
இன்றோ...  
கறுப்பு பணம் என்னும் மறைமுக  
அடிமைத்தனதீனுள் விழுந்ததே!  
பணம் இருந்தும் கொடுக்க மனம்  
இல்லை  
மனம் இருந்தும் கொடுக்க பணம்  
இல்லை  
அப்பணம் கறுப்பு பணம் ஆனதால்  
இனி இப்பாதையில் தானா என் தேசம்...!  
இப்பாரதத்தின் மறைமுக மன்னனா நீ...?  
இல்லை... இல்லை

இன்று சிறைக் கைதியாக நீ (கறுப்பு பணம்)  
இனி இப்பாதையில் தானா என் தேசம்...!  
ஆயிரம் அரண் உண்டு...  
இங்கே இப்பாரதத் தாயின் எல்லைக்கு  
ஏனோ...  
இப்பாரத பெண்களின் கற்பிற்கு  
கவசம் இல்லை தான் இங்கே...  
இனி இப்பாதையில் தானா என் தேசம்...!  
சோரியில் பிறந்தவனுக்கு...  
இங்கே கல்லூரி கனவு கூடாது  
தேசத்தின் முதல் தரக் கல்லூரியின்...  
வாசல் என்ன...?  
பெயர் பலகை கூட அறியேன்  
என் பள்ளிப்பருவத்தில்  
இதுவே நம் கல்வி முறையின்  
விழிப்புணர்வு...  
மதிப்பெண்கள் பெற்று தந்த மாபெரும்  
வெற்றி...  
என் சமுதாயத்திற்கு...



இனி இப்பாதையில் தானா என் தேசம்...?  
 கனவுகள் ஆயிரம் கண்டோமே...  
 இன்றே கண்ட கனவுகள்  
 கலைந்திடுமோ...?  
 அறியேன்...!  
 தேடும் பாதையின் தேடலை  
 தொலைத்திடும்  
 தூரம் காண்கிறேனே... இன்று...!  
 நீரில் ஊழல்  
 காற்றில் ஊழல்  
 நிலக்கரியில் ஊழல்  
 இன்னும் எத்தனையோ ஊழல்  
 ஊழல் இல்லையேல்  
 இங்கு யாருக்கும்  
 சாதல் இல்லை...  
 ஏனோ அறியவில்லை தான்...  
 காற்றின் ஒலிக்கற்றைகளும்  
 ஊழல் கற்றைகளாகினவே இன்று...!  
 இனி இப்பாதையில் தானா என் தேசம்...  
 வருத்தப்படாத வாலிபர்களாக வாழ  
 நினைக்கும்  
 இன்றைய வாலிபர்களுக்கு  
 என்ன வருத்தம்  
 வளம் கொண்ட இந்தியா  
 இன்னொருவர் கைவசமாகுமோ என்று

இனி இப்பாதையில் தானா என் தேசம்  
 மாற்றம் தேவை தான்  
 இங்கோ  
 மாற்றமும் மாறத்தான் வேண்டும்  
 இன்றே புதிதோர் விதி செய்திடுவோம்  
 நம் மதி கொண்டு  
 பல மொழி கொண்ட பாரதம்  
 இனி ஓர் வழி நடக்க  
 அகிம்சை வழி அறவழி தான்  
 ஏனோ... இன்று  
 அதுவே இம்சை வழியாகி போனதே...!  
 எல்லையில் ஆயுதம் ஏந்தினோம்...  
 அந்நியர்களை அழிக்க அல்ல...  
 அச்சுறுத்த  
 புதியதோர் ஆயுதம் செய்வோம்  
 தண்டனைகளை கடுமையாக்குவோம்...  
 தண்டிக்க அல்ல...  
 தவறுகளை குறைக்க...!  
 முட்களால் ஆன பாரதத்தை  
 முயற்சி என்னும் முதலீடு கொண்டு...  
 முல்லைக் கொடியாக்க முயற்சிப்போம்...!  
 இந்திய உற்பத்தி பொருளுக்கு உயிர்  
 கொடுத்து  
 உற்பத்தியாளனுக்கு கை  
 கொடுத்திடுவோம்...!



விழித்தெழுந்து, துணிந்து செல்வோம்...  
 விதைக்கு உயிர் கொடுக்கும்  
 விவசாயத்திற்கு கை கொடுப்போம்  
 பல வண்ணம் இங்கு இருந்தாலும்  
 இந்தியன் என்னும் ஓர் எண்ணம்  
 கொள்வோம்...!  
 இந்திய இளைஞர்களை  
 ஊக்குவிப்போம்...  
 இமைக்கும் நொடியில்  
 இடபக்கம் சுழலும் பூமியையும்  
 வலப்பக்கம் சுழலச் செய்திடுவோமே...  
 வாழப் பிறந்தவர்கள் மட்டும் அல்ல  
 உலகையும் ஆளும் நம்பிக்கை  
 கொண்டவர்கள் நாங்கள்  
 கல்வி முறையில் மாற்றம்  
 செய்திடுவோம்  
 இளம் சிறார்கள் சிறகு உலர்த்தி  
 பறக்க கற்றுக் கொள்ளட்டுமே  
 கற்ற கல்வியை செயல்  
 முறையாக்குவோம்

கண்ட கனவினை நனவாக்கிடுவோமே...!  
 சுவாசமோ... தேசமோ...  
 இருவேறு வார்த்தையும்  
 ஓர் அர்த்தம் கொண்டதாய்  
 கற்றவனின் தேடல் இது...!  
 காடுகளுக்கும் காப்புரிமை  
 கொடுத்திடுவோம்...  
 வன உயிர்களுக்கு வாழ்வளிக்க  
 நீர் ஆதாரங்களை நிரந்தரமாக்குவோம்...  
 பேணி காக்க வழி செய்திடுவோம்  
 நெகிழிகளை ஒழித்திடுவோம்...  
 விதைத்திடுவோம் இன்றே...  
 உயிர்தெழுவோம் என்ற நம்பிக்கையில்  
 சந்திரனோ... செவ்வாயோ...  
 இனி நட்சத்திரங்களையும் தொடுவோம்...!  
 இளைஞன் என்னும் வளமான ஆயுதம்  
 கொண்டு  
 பெரும் ஆயுதம் செய்திடுவோம்...  
 மாற்றத்திற்கும் மாற்றம் செய்திடுவோம்  
 இனி...!



## குரு உணக்கம்

சி.வளர்மதி

முதலாம் ஆண்டு, பி.பார்ம



ஒரு கல்லாய் இருந்தேன் என்னை  
சிற்பமாய் மாற்றினாய்,  
செடியாய் இருந்தேன் என்னை  
மரமாய் மாற்றினாய்,  
எழுத்தாய் இருந்தேன் என்னை  
கவிதையாய் மாற்றினாய்  
அவ நம்பிக்கையுடன் இருந்தேன்  
என்னை நம்பிக்கையுடன் எழுச்செய்தாய்  
இருளாய் இருந்தேன் என்னை  
மேதையாய் மாற்றினாய்  
நம்முடைய பிறப்பு சாதாரணமாய் இருக்கலாம்  
ஆனால் நம்முடைய சாதனை ஒரு  
சரித்திரமாய் மாற வேண்டும் என்று  
கூறிய ஆசிரியரை என்றும் மதிப்போம் உயர்வோம்!





## கல்வாரியன் மீது ஏனக்கீகார் காதல்

**இரா. அரவிந்தன்**

இரண்டாம் ஆண்டு, பி.பார்ம

முதல் நாள் உன்னைக் கண்ட நேரம்

எதிர்பார்ப்புகளால் எதிர்கொள்ள வில்லை தான்...

ஆனாலும் உன்னோடு நான் கடந்த நான்கு வருடங்களும், வாழ்க்கையின்  
எதிர்பார்ப்புகளை எதிர்பாராமல் என்னுள் விதைத்தவள் தான்  
நீ எனக்கு... !

உன்னோடு பாதம் பதித்து

அமர்ந்து பயின்ற இடங்களை மட்டும்

பிரிந்து செல்லும் நேரம் இது...!

நம்பிக்கை கொடுத்து,

நண்பர்களோடு

நினைவுகளை மட்டும் பரிசாய் கொடுத்து,

என்னை போ என்று

நீயே சொல்லும் நேரம் வந்ததோ...?

உன்னை கற்களின் கட்டிடமாய்...

பார்க்க வில்லை நான்...

என்னை பரிச்சயம் செய்து,

பார்த்தவளாய் மட்டுமே பார்க்கிறேன் நான்...

நீயும் பிரம்மன் ஆனாய்

மனிதனில் மாணவனை படைத்ததற்கு...





**Camera Speaks...**





**Krishna Vijayan**



**Krishna Vijayan**





P Suresh



Suganth





Krishna Vijayan



Krishna Vijayan





Suganth



Bharani





**Say Cheezzzz...**





MAGAZINE COMMITTEE







TEACHING FACULTY



NON-TEACHING FACULTY



M.PHARM FIRST YEAR





**B.PHARM THIRD YEAR**



**B.PHARM SECOND YEAR**





**B.PHARM FIRST YEAR**



**PHARM.D. FIFTH YEAR**





PHARM.D. FOURTH YEAR



PHARM.D. THIRD YEAR





PHARM.D. SECOND YEAR



PHARM.D. FIRST YEAR





## M.PHARM SECOND YEAR





## B.PHARM FINAL YEAR







PHARM.D. FINAL YEAR





## MEDIFEST - 2014





# MEDIFEST - 2014





## SIXTH YEAR PHARM.D NAME & ADDRESS

### Agra Joy

Kizhakkepadavath (H)  
Velimanam (PO), Valayamcode  
Kannur, Kerala - 670 704  
Mobile: 95437 82804  
Email: agrajoyedr@gmail.com



### Anumol Johny

Poozhikalayil (H), Manakad (PO)  
Thodupuzha, Idukki  
Kerala - 685 608  
Mobile: 94884 70865  
Email: anu1410mol@gmail.com



### Alex Baby

Kollamparambil, Charamangalam  
Muhamma P.O, Alapuzha - 688 525  
Mobile: 95008 97935  
Email: alexbaby002@gmail.com



### Arun S Pandiyan

S/o M. Soundararajan  
2/125, Ikundam (Villa)  
Ikothapalli (PO), Krishnagiri - 635 203  
Mobile: 99941 74665  
Email: arunpandiyan20@gmail.com



### Anitha Joseph

Thuruthel (H), Velimanam P.O  
Payam, Kannur, Kerala - 670704  
Mobile: 95665 94722  
Email: anithajoseph15@gmail.com



### Arya Parvathy B A

Blavath (H), Cherumukkumana  
Kizhakkepram, North Paravur  
Ernakulam, Kerala  
Mobile: 80158 87461  
Email: parukutty92@gmail.com



### Ann Jacob

Mizpah, Canan Nagar  
Manakala PO  
Adoor, PTA, Kerala - 691 551  
Mobile: 95006 50367  
Email: smileinchrist@gmail.com



### Deenamol George

Kizhakkencheril (H), Pampakuda (PO)  
Muvattupuzha (Via), Ernakulam (Dist)  
Kerala - 686667  
Mobile: 90432 31211  
Email: deenamolgeorge@gmail.com



### Anna Susan Mathai

Vellaramala House  
Pazhavangadi P.O, Ranni  
Kerala - 689 673  
Mobile: 81449 79734  
Email: annasusanmathai@gmail.com



### Eldho Thomas

Finny Ben Jose  
18 Byrne Boulevard, St.Catharine's,  
ON, L2T2H7, Canada  
Contact : 98941 35204, 00 1 416-880-8076  
Email: finnybj@gmail.com



### Anu Siby

Kizhakkethengolil (H), Veerpad PO  
Veerpad, Kannur, Kerala - 670 704  
Mobile: 78450 43267  
Email: anusibyedr@gmail.com



### Finny P Thampan P

Unnathundil House, Edakkadu PO  
Kadampnanadu, Kollam  
Kerala - 691 552  
Mobile: 94957 09845  
Email: finnypthampan@gmail.com



**Jeeva Jolly**

Punnthra (H), N.piramadom P.O  
Ernakulam (Dist), Kerala - 686 667  
Mobile: 99521 74480  
Email: jeevajolly73@gmail.com



**Riya Issac**

Kunnel (H), Nellad P.O, Veetoor  
Ernakulam, Kerala - 686 669  
Mobile: 90039 26147  
Email: riya91issac@gmail.com



**Jyothi Susan George**

Kizhakkethadathil  
Vadakkencherry P.O  
Palakkad, Kerala - 678 683  
Mobile: 89033 04508  
Email: jyothiksg@gmail.com



**Sagar M J**

Maliakkal House, Palliangadi,  
Paravattani, East Port PO,  
Thrissur, Kerala - 680 005  
Mobile: 80895 15054  
Email: msj1690@gmail.com



**Maria Paul**

Kuncharath, Convent Square  
Alappuzha  
Mobile: 97515 91812  
Email: mariaandrose@yahoo.com



**Senthil Prabhu N**

S/o . C.S.Natraj  
193/40 Sivasakthi Nagar  
Sirupooluvapatti, Velampalayam  
Tirupur - 641601  
Email: senthilprabhu150@gmail.com



**Mebin Alias**

Kalathinal House, Maneed P.O  
Ernakulam, Kerala - 686 726  
Mobile: 95432 83891, 80564 53576  
Email: mebinpharma@gmail.com



**Sheeba Mathew**

Plamthottathil (H), Mundiappally PO  
Thiruvalla, Pathanamthitta (Dist)  
Kerala - 689 593  
Mobile: 95858 39760  
Email: sheebamathew26@gmail.com



**Merin Joseph**

Merin Bhavan, Kadampanad South P.O  
Pathanamthitta (Dist), Kerala - 691 553  
Mobile: 88705 19240  
Email: merinjoseph40@gmail.com



**Sreedevi M Karuvallil**

Pownami (H), N. R city (PO)  
Rajakkad, Idukki (Dist)  
Kerala - 685 566  
Mobile: 97441 68616



**Nisha Augustine**

Vadakkemuriyil, Koottupuzha P.O  
Peratta, Kannur, Kerala - 670 706  
Mobile: 78719 91021  
Email: nishaaugustine6@gmail.com



**Sreedevi P V**

Paramboor Illam  
Thuruthikkadu PO  
Mallappay, Pathanamthitta  
Kerala - 689 587  
Mobile: 80754 04276  
Email: srdvpv@gmail.com



**Rinju Alias**

Thanickakuzhiyil House  
South Marady P.O, Muvattupuzha  
Ernakulam, Kerala - 686673  
Mobile: 86809 64465  
Email: rinjualias7@gmail.com



**Sruthy Jose**

Thundathil House, Peroor P.O  
Kottayam, Kerela - 686 637  
Mobile: 81487 85657  
Email: 005muth@gmail.com



**Jishnu R K**

Neenu Joseph Mattathil  
Enachira, Veroor P.O, Changanacherry  
Kottayam, Kerala - 686 104  
Mobile: 85476 42180  
Email: meneenu@ymail.com



**Taniya Jacob**

Puthenpurakkal (H), Manthakkad  
Malampuzha, Palakkad, Kerala  
Mobile: 904357 5116  
Email: jacob.taniya26@gmail.com



**Tinu Siby**

Vattaparambil (H)  
Anicadu Avoly P.O, Muvattupuzha  
Ernakulam (Dist), Kerala - 686 670  
Mobile: 94973 67013  
Email: tinusiby23@gmail.com



**Aswathi P Ramdas**

Paruthimuriyil (H), Kadavoor (PO)  
S.Punnamattom, Muvattupuzha  
Ernakulam, Kerala - 686 671  
Mobile: 99610 06741  
Email: aswathydas999@gmail.com



**Tom Stanly**

Uzhuthuval House, Padinjattinkara P.O  
Palayam, Kottayam (Dist)  
Mobile: 96293 33614, 94460 89578  
Email: tomuzhuthuval@gmail.com



**Aswathy Rajan**

Ambuzhavelil House  
Thazhakkara P.O, Mavelikkara  
Alappuzha - 690 102  
Mobile: 96561 40127



**Vini Susan John**

Nedungadappallil House  
Santhipuram P.O, Nedungadappally  
Kottayam - 686 545  
Mobile: 96293 33602, 82815 74171  
Email: vinisjohn@yahoo.co.in



**Divea Ann**

Ninan Cheenivilayil, Pazhavangadi P.O  
Ranny, Pathanamthitta, Kerala  
Mobile: 98948 59534  
Email: ninandivea@yahoo.com



**FORTH YEAR B. PHARM  
NAME & ADDRESS**

**Eldho Mathew**

Oravakuzhiyil House  
South Marady Post, Muvattupuzha  
Ernakulam, Kerala - 686 673  
Mobile: 94952 73353  
Email: eldhomathewpharmd@gmail.com



**Omer Elsharif Gomma Aboklam**

No.199, Bahry, Khastonm - Sudan  
Contact: 002 4991 2353886  
Email: atropineg@gmail.com



**Geethu George**

Kodackanal House, Kunnony PO  
Poonjar, Kottayam, Kerala - 686 582  
Mobile: 85471 84328  
Email: geethukodackans@gmail.com



**Parthiban M**

Akkaraipatty, Odaipatti (PO)  
Ambalikai (UIA)  
Oddanchatram (TK), Dindigul  
Mobile: 91598 03845  
Email: parthipharma@hotmail.com





**Praveena Prasad**

36/327, Nandanam Apts,  
Thiruvambady P.O  
Thrissur, Kerala - 680 022  
Mobile: 98955 72410  
Email: praveena\_dad@yahoo.com



**Shobana S**

Vasagam Pillai Street,  
Pandian Nagar Chinnamanur  
Theni - 625515, Tamilnadu  
Mobile: 96551 69274  
Email: sshobanasridhar@gmail.com



**Ramathayalan N**

1/345, Mahaliamman Thottam  
Arivolinagar, Mannarai,  
Tirupur - 641602  
Mobile: 95787 07337  
Email: ramdhayalan@gmail.com



**Siefeldeen Mohamed**

Sudan  
Sudan  
Mobile:  
Email:



**Reenu Rachel Thomas**

Karinjapallil Krupa Bhavan  
Kappil East Krishnapuram P.O  
Alappuzha, Kerala - 690 533  
Mobile: 97150 51393  
Email: reenurachel93@gmail.com



**Sindhuja V**

88H, Nehrunagar (W), Kalapatti Road  
Civil Aerodrome Post,  
Coimbatore - 641014  
Mobile: 99440 94539  
Email: sindhujavenugopal31@gmail.com



**Rincy K A**

6/685, Sardar Nagar, Old Court Road  
Gudalur, The Nilgiris - 643 212  
Mobile: 94424 13705  
Email: rincygdr.b.pharm@gmail.com



**Sujeena H**

Kadaikambatty Vill  
Kannerimukku Post, Kotagiri  
The Nilgiris - 643 217  
Mobile: 95858 95724  
Email: sujeenah@yahoo.in



**Sanjay Kumar D**

3/1006, Anjenayar Koil Street  
Devapandalam P.O  
Sankrapuram, Villupuram - 606 402  
Mobile: 95970 12531  
Email: sanjaykumarug@gmail.com



**Suresh A**

6/271, Mankaradu  
Bodinaikkan Patty (PO)  
Namakkal - 637 405  
Mobile: 73734 93372  
Email: gowthamsuresh.75@gmail.com



**Sarun A V**

Ariyamvally (H), Thiruvallur P.O  
Vatakara, Kozhikode - 673 541  
Mobile: 89438 47840  
Email: sarun56@gmail.com



**Syed Imran S**

Kothapalli (PO & Villa)  
Krishnagiri (Dist)  
Krishnagiri - 635 203  
Mobile: 80567 64676  
Email: syedimran8056@gmail.com



**Shebina P**

Palakkal House, Near VM Convent  
Ponnani Malappuram, Kerala  
Mobile: 80899 80969



**Tirin Babu**

Erumala (H)  
Ekkunnam Asamanoor P.O  
Ernakulam, Kerala - 683 549  
Mobile: 94963 61167  
Email: erumalat@yahoo.com



**Abdul Kaleel**

Kadapurathakath (H), Karukathiruthy  
Ponnani, Malappuram  
Kerala - 679 577  
Mobile: 97455 67295  
Email: abdulkaeelk@gmail.com



**Vetrivel B**

3/122, Pillayar Kovil Street  
Tholasampatty P.O, Omalur (TK)  
Salem - 636 503  
Mobile: 96292 16816  
Email: vetribala03@gmail.com



**Abeer Habeeb**

Khas, Pakkathparamb Road  
PO Ponnani, Malappuram  
Kerala - 679 577  
Mobile: 86065 51235  
Email: abeerhabeeb@gmail.com



**Vinodh B**

26/133, Woodlands  
Estate Kullakamby Post  
The Nilgiris - 643 217  
Mobile: 83447 85882  
Email: vinodhbanna@gmail.com



**Abobackr**

House No:175 B[4]  
Alsafa, Port Sudan, Red Sea State  
Sudan  
Contact: 002 499 1139 6154, 95855 26182  
Email: bkry246@yahoo.com



**Vinoth Kumar C**

37/4, Perumal Nayudu Street  
KK Patti, Uthamapalayam (TK)  
Theni - 625 521  
Mobile: 95008 07124  
Email: vinodrockzz94.vk@gmail.com



**Alavudheen C P**

Cheruparambil (H), Kuttikkad PO  
Ponnani, Malappuram  
Kerala - 679 577  
Mobile: 90481 40157  
Email: alavumusthafa@gmail.com



**Zainudheen T P**

Thachamparambath (H)  
Ponnani Malappuram  
Kerala - 679 577  
Mobile: 99472 17245  
Email: zainuhaj74@gmail.com



**Amrutha S**

Cheruvil (H), Vadakkenirappu PO  
Njeezhoor, Kottayam  
Kerala - 686 612  
Mobile: 81290 12074  
Email: amrutha.aro@gmail.com



**Prakash.T**

4/186, Manikanoor Paiyur (PO)  
Krishnagiri - 635 112  
Mobile: 96009 05875  
Email: prakashjacob47@gmail.com



**Ancymol Antony**

Vallupara (H), Vallachira PO  
Thrissur, Kerala - 680 562  
Mobile: 99475 58462  
Email: ancymol722@gmail.com



**Anitha T J**

Thekken (H), Nalukettu PO, Palamury  
Koonor, Chalakkudy Via  
Thrissur, Kerala - 680 308  
Mobile: 95396 88009  
Email: anithajose1593@gmail.com



**Fenilson Thomas**

Pulikkottil House  
Thaikkad PO, Guruvayur  
Thrissur, Kerala - 680 104  
Mobile: 88910 14739  
Email: fenilsonthomas@gmail.com



**Anusree E**

Eroth (H), Thiruvallur PO, Vadakara  
Kozhikode, Kerala - 673 541  
Mobile: 94952 23608  
Email: erothanusree@gmail.com



**Gana Susan Thomas**

Kaniamparambil Grace Villa  
Thadiyoor PO, Tiruvalla  
Pathanamthitta, Kerala - 689 545  
Mobile: 90424 27661  
Email: ganasusanthomas93@gmail.com



**Ayesha Zafa Khali Zerha**

Anand Nagar, Kallekulangara PO  
Palakkad, Kerala - 678 009  
Mobile: 7736 235120  
Email: isha.zafa@gmail.com



**George Mathew**

Panachiyil House, Peringole  
Kolenchery, Ernakulam  
Kerala - 682 311  
Mobile: 82812 25767  
Email: g.mathew1993@gmail.com



**Ayoub Dawood**

Elfasher, North Dartur, Sudan  
Contact: 002 499 1584 1241  
Email: ayoubdaoud2015@gmail.com



**Hima S**

Kulathinkal (H), Panniyankara PO  
Vadakkenchery, Palakkad  
Kerala - 678 683  
Mobile: 9446035287  
Email: himasahadevan.94@gmail.com



**Boominathan A**

3/83 Kamalipuliyankulam  
Naraikudi P.O, Thirushuli (TK)  
Virudhunagar - 626 607  
Mobile: 96555 64741  
Email: kamaliboomi@gmail.com



**Ivin Merin Thampy**

Palathumapattu House, Budhanoor PO  
Chengannur, Alappuzha  
Kerala - 689 510  
Mobile: 8943163570  
Email: ivinpalathumpattu@yahoo.com



**Chandrasekhar R**

1812, Ponnammal Nagar 1st  
Pandiyam Nagar, P.N Road  
Tiruppur - 641 602  
Mobile: 94888 94415  
Email: chandrasekarpharm@gmail.com



**Jacob Jose**

Kalappurackal (H), Mattakkara PO  
Kottayam, Kerala - 686 564  
Mobile: 9809111918  
Email: kingjacobjose@gmail.com



**Delwin Davies**

Neelankavil House, Chittilappilly P.O  
Thrissur, Kerala - 680 551  
Mobile : 80865 88454  
Email: delludavies@gmail.com



**Jagannathan M**

Krishna V, Kandyil (H)  
Thiruvallur PO, Vatakara Via  
Kozhikode, Kerala - 673 541  
Email: krishnavijayan93@gmail.com



**Nikedh S**

Puthuchi (H), Ayalur P.O  
Palakkad, Kerala - 678 510  
Mobile: 97467 57085  
Email: nikisuresh123@gmail.com



**Manikandan**

3/144, West Street, South Panavadi  
Panavadi Chaitram PO  
Sankaran Kovil (TK)  
Tirunelveli - 627 956  
Mabile: 97877 16717  
Email: davidmani75@gmail.com



**Omer Idres**

Omer Mohamed, Block No.6  
Korpa, Port Sudan, Sudan  
Mobile: 99527 41645  
Email: hakin118@gmail.com



**SECOND YEAR M. PHARM  
PHARMACEUTICS NAME & ADDRESS**

**Mohamed Nabeel**

151, Arrkawit, Khartoum, Sudan  
Contact: 002 499 1116 4164  
Email: thebird551@hotmail.com



**Anju Mary Jose**

Kochupurackal (H)  
Vazhakulam P.O, Kavana  
Muvattupuzha, Ernakulam - 686 670  
Mobile: 94007 91001  
Email: anjumaryjk@gmail.com



**Mohammed Azhar**

12/76,C New No:12/198 F  
Mica Mount, Gudalur [GGT]  
The Nilgiris - 643 212  
Mobile: 87543 34007



**Dinimol V S**

Vallarkottu (H), Ayavana P.O  
Muvattupuzha, Ernakulam - 686 668  
Mobile: 96562 82993  
Email: dinimolvs@gmail.com



**Mohammed Riyaz**

Puthuparambil (H), Nariparambue PO  
Malappuram, Kerala - 679 573  
Mobile: 81484 99969  
Email: mhriyaz007@gmail.com



**Bhavya Sivadas P**

Peechanagadath (H), Civil Station P.O  
Calicut - 673 020  
Contact: 0495 237 4333  
Email: bhavyasivadas123@gmail.com



**Muhand Omer Elbashir**

35, Elmagal, Algazeera, Sudan  
Contact: 002 499 1518 1424  
Email: muhands@hotmail.com



**Shyaleen Rose Sebastian**

Eallamkunnam (H)  
Thrickodithanam P.O  
Changanacherry, Kottayam - 686 105  
Mobile: 95676 76973  
Email: shyaleenrose@gmail.com



**Muhsin P**

Parambil House, Chullikikapparambu  
Ponnani PO, Malappuram  
Kerala - 679 586  
Mobile: 8089669929  
Email: moosy29@gmail.com



**Sneha Mathew**

Puthenpurackal (H), Cheeranchira P.O  
Changanacherry, Kottayam - 686 106  
Mobile: 96566 91114  
Email: snehamathew274@gmail.com



**M. Ramki**

D No. 11/220, Ashok Nagar  
Gudur, Andhra Pradesh - 524 101  
Mobile: 86089 74613  
Email: manapati.ramki4@gmail.com



**Thafla V.T**

Thondanchirakkal (H), Alankode P.O  
Kalachal, Malappuram - 673 985  
Mobile: 78679 31729  
Email: thaflavt@gmail.com



**Shalumol Varghese**

Mangalasseril (H), Tholassery P.O  
Thiruvalla, Pathanamthitta - 689 101  
Mobile: 99462 14800  
Email: meetshalu18@gmail.com



**Rekha Alunkal Kanakan**

Alingal (H), Othungode  
Thirunellai P.O, Palakkad - 678 004  
Mobile: 86540 24634  
Email: rekhaalunkal025@gamil.com



**Raina Gracy John**

Kadakilathu (H), Kallissery P.O  
Mazhukeer, Chengannur  
Alapuzha - 689 124  
Contact: 95626 76271 / 0479 242 7313  
Email: rainagj90@gmail.com



**Akbar Ali U K**

Urakottil (H), Vellila P.O  
Mankada, Malappuram - 679 324  
Mobile: 74183 93618  
Email: alivellila307@gmail.com



**Bestin K Martin**

Kalapurackal (H), Thekkumbhagm  
Thodupuzha, Idukki - 685 585  
Mobile: 97448 70550  
Email: bestinkmartin2014@gmail.com



**Remya S**

Kizhakkepat (H), Kunduvampadam P.O  
Palakad - 678633  
Mobile: 81118 59863  
Email: remyasubranian001@gmail.com



**Winnie Rose Jacob**

Vallikapil (H), Kurisumood P.O  
Changanassery, Kottayam  
Email: winnierose@gmail.com



**Suhail Elsayed**

D No.74, Thrumugan Nagar  
Nehru Nagar, Kalapatti Road  
Coimbatore  
Email:



**Paul V Jose**

Vettikanakudy (H), Elambakapilly P.O  
Perumbavoor, Ernakulam - 683 544  
Email: paulvjose2009@gmail.com



**Neena George**

Pravarthum Malayil (H)  
Kadanad P.O, Pala  
Kottayam, Kerala - 686 653  
Email: neenageorge32@gmail.com



## PHARMACY PRACTICE NAME ADDRESS

### Ajeena J Alex

Alappattu House, Azhoor  
Pathanamthitta PO, Kerala - 689 6645  
Email: ajeena.alex5@gmail.com



### Rasmy P

Srivalsam House,  
Near Neliparanbath Temple  
Krishi Rhavan Road, Kozhikode  
Kerala - 673 633  
Contact: 0495 244 1725 / 89439 20799  
Email: rasmy12383@gmail.com



### Aparna P

Souparnika House, Kuttoolangadi  
Ramanattukara PO, Kozhikode  
Kerala - 673 633  
Contact: 0495 244 1488 / 95442 41379  
Email: aparnap956@gmail.com



### Shantiya K

Shantiya Cottage, Feroke PO  
Nallur, Calicut, Kerala - 673 631  
Contact: 94962 40237 / 0495 248 4350  
Email: shantiyaksuresh@gmail.com



### Emilda Varghese

Maliakal House, Libra Castle  
Puthenpeedika PO, Trissure Dist  
Kerala - 680 642  
Contact: 0487 273 1875 / 81295 35986  
Email: emilda.varghese2009@gmail.com



### Shaima K A

Kattungal House  
Vadakkumuri PO, Perigottukara  
Trissur, Kerala - 680 570  
Contact: 0487 227 4206 / 99432 76590  
Email: shaimakattungal@gmail.com



### Jain Abraham

Tc 17/1850, Pura-34, Chegallor Road  
Poojappura, Trivandrum - 695 012  
Mobile: 96332 56862, 99613 61431  
Email: lightjain.abraham274@gmail.com



### T Kumutha

Chennimalaipalayam PO  
Aval Poondurai, Erode - 638 115  
Mobile: 74026 83779  
Email: kumuthapharmacy@gmail.com



### Leena George

Palakathadathil House, Elanad PO  
Trissur, Kerala - 680 586  
Contact: 0488 428 7847 / 98476 99529  
Email: leenzin@gmail.com



### V Prem Sundhari

14 Kabilan Garden,  
Ramanuja Nagar East  
Uppilipalayam PO,  
Coimbatore - 641 015  
Mobile: 99409 59497  
Email: pharmprem25@gmail.com



### Nayana Honey J

Honey Dew, Down Hill PO  
Malappuram Dist, Kerala - 676 519  
Contact: 0483 273 7668 / 81290 99492  
Email: nayanahoney90@gmail.com



### Vidhu Venugopal

Puthettu House, Neerickadu PO  
Kottayam Dist, Kerala - 686 564  
Mobile: 94973 27332  
Email: vidhu2812@gmail.com



### Neethu Muralidharan

Sreenidhi (H), Kilimangalam PO  
Chelakkara, Trissure - 680 591  
Mobile: 99498 76516, 96058 46191  
Email: neethutty@gmail.com





# Autographs





# Autographs







# Autographs





# KMCH INSTITUTE OF HEALTH SCIENCES

(Run by Kovai Medical Center Research and Educational Trust)

Coimbatore



Institutions  
where  
Discipline is Principle  
Performance a habit  
and  
Success a Journey

## KMCH COLLEGE OF PHARMACY

Approved by the Government of Tamil Nadu and recognized by the PCI & AICTE. Affiliated to The Tamil Nadu Dr. M.G.R. Medical University, Chennai.

### B. Pharmacy | M.Pharmacy

#### Branches :

- Pharmacy Practice
- Pharmaceutics
- Pharmacology
- Pharmaceutical Analysis
- Pharmaceutical Biotechnology
- Pharmaceutical Chemistry

### Pharm D | Pharm D (Post Baccalaureate)

### Ph.D. in Pharmacy Practice

## ALLIED HEALTH SCIENCE COURSES

Affiliated to The Tamil Nadu Dr. M.G.R. Medical University, Chennai.

- B.Sc.** Physician Assistant
- B.Sc.** Radiology and Imaging Technology
- B.Sc.** Nuclear Medicine Technology
- B.Sc.** Cardiac Technology
- B.Sc.** Radiotherapy Technology
- B.Sc.** Dialysis Technology
- B.Sc.** Respiratory Therapy
- B.Sc.** Cardio Pulmonary Perfusion Care Technology
- B.Sc.** Operation Theatre & Anaesthesia Technology

## KMCH COLLEGE OF PHYSIOTHERAPY

Recognized by the Government of Tamil Nadu and affiliated to The Tamil Nadu Dr. M.G.R. Medical University, Chennai.

### Bachelor of Physiotherapy (BPT) Master of Physiotherapy (MPT)

#### Branches :

- Advanced PT in Orthopedics
- Advanced PT in Cardio-Respiratory Diseases
- Advanced PT in Neurology

## KMCH COLLEGE OF OCCUPATIONAL THERAPY

Recognized by the Government of Tamil Nadu and affiliated to The Tamil Nadu Dr. M.G.R. Medical University, Chennai.

### Bachelor of Occupational Therapy (BOT) Master of Occupational Therapy (MOT)

#### Branches :

- Advanced OT in Orthopedics
- Advanced OT in Neurology
- Advanced OT in Paediatrics
- Advanced OT in Psychiatry

## KMCH COLLEGE OF NURSING

Approved by the Government of Tamil Nadu. Recognized by the Tamil Nadu Nurses and Midwives Council, Chennai and the Indian Nursing Council (INC), New Delhi. Affiliated to The Tamil Nadu Dr. M.G.R. Medical University, Chennai.

### B.Sc. (Nursing) Post Basic B.Sc. Nursing M.Sc. (Nursing)

#### Branches :

- Medical - Surgical Nursing
  - Child Health Nursing
  - Maternity Nursing
  - Community Health Nursing
  - Psychiatric Nursing
- Post Basic Diploma**
- Critical Care Nursing
  - Emergency and Disaster Nursing
- Ph.D. in Nursing**

## KMCH INSTITUTE OF HEALTH AND HOSPITAL ADMINISTRATION

Kovai Medical Center and Hospital & Bharathiar University :  
CCII - Collaborative Course for Industry and Institution.

### MBA (Hospital Management)



## CAMPUS HIGHLIGHTS

All paramedical UG & PG programmes under one roof | Attached with 800 bed multi-disciplinary super speciality hospital | Clinical training and guidance by super speciality consultants | Laboratories with state-of-the-art equipments | Library with rare collection of books and journals | E-library with good collections of E-journals | Hostel facilities for men and women

940/1A & B, Kovai Estate, Kalapatti Road, Coimbatore - 641 048. Tamil Nadu, India  
Tel: 0422 - 2369300, 2369301, 2369325 | Web: www.kmch.ac.in | Email: info@kmch.ac.in