



STANLEY ALUMNI ASSOCIATION

STANLEY ALUMNI MEET- 2025

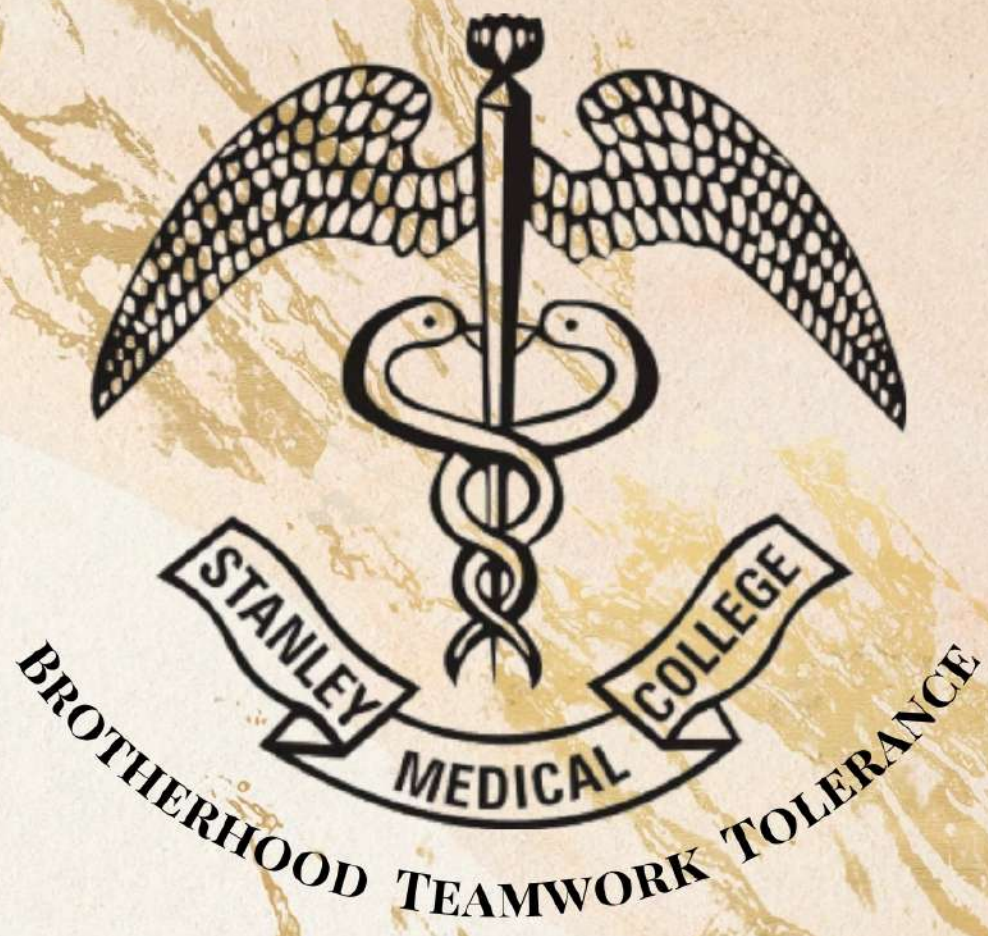
26.01.2025

E-SOUVENIR



★ REMINISCE REVEL REVITALIZE ★





BROTHERHOOD TEAMWORK TOLERANCE

A Message from the President

-Dr. S. Varadarajan

The Stanley Alumni Association, one of the oldest and most prestigious alumni networks in the country, continues to grow stronger with dynamic leadership and active, vibrant members. Under my leadership, we have made significant strides over the past year, working together to advance our mission of fostering connections, supporting students and enhancing the legacy of Stanley Medical College.

ACHIEVEMENTS FROM THE PAST YEAR

In 2024, we hosted the Stanley Alumni Day on a grand scale, with over 1000 alumni attending the event. For the first time, we introduced the Stanley Meritorious Award, recognizing top academic excellence in university examinations with a gold coin. This initiative reflects our commitment to celebrating outstanding academic achievements.

A major milestone was the successful revival of the Rural Medical and Social Service League (RMSSL). Since October, we have been running monthly speciality medical camps in collaboration with Stanley Medical College, including:

- Breast Cancer Awareness Camp (October)
- Ophthalmology Camp (November)
- Diabetes Camp (December)

Additionally, we have launched several academic initiatives with the Stanley Medical Club, encouraging research and innovation among students.

LOOKING AHEAD

This year, we have an ambitious agenda:

- Revival of the Stanley Medical Journal A project already underway.
- Stanley Alumni Building The most significant and long cherished dream of our association. The groundwork is almost complete, and we are thrilled to announce that we will soon lay the foundation stone. We are optimistic about holding our next Annual General Body Meeting in our own building

CALL FOR SUPPORT

I extend my heartfelt gratitude to all our office bearers and members for their unwavering support. I now invite every Stanleyan to contribute generously towards the construction of the Stanley Alumni Building. The landmark project will symbolize the unity and strength of our alumni community for generations to come.

Finally, I encourage everyone to participate in Alumni Day 2025. Let us come together to share memories, relieve nostalgia and create new connections.

Thank you for your continued support and I wish you all a successful and fulfilling year ahead.



Warm regards,
Dr. S. Varadarajan
President, Stanley Alumni Association

Dear Stanleans,

I have been associated with Alumni Association activities since my Prof. R.S. Muralidharan called me to work with him when he was President of SAA. I have associated with my seniors like Prof Selvam, Prof Darwin, Dr. Dinakar, Dr. King, Dr. Anbarasu and others. I am very much Proud to be a founder and was instrumental in the formation of Stanley Alumni Trust. It's a matter of pride to serve my Alma mater both as a faculty and Alumni office bearer. Now I am associated with Prof. Varadarajan and team that comprises of seniors and juniors with blend of experience and energy. We have started working on several projects like Alamadhi, Alumni Building, Stanley Medical Journal, Academic, research and social activities. With the extensive guidance of College Administration and tremendous support cum wishes of all of you our team will succeed in taking SAA to higher level.

Long live Stanlean spirit !!



With best regards,
Dr. A. Ramalingam
Honorary Secretary SAA

Dear Stanleans,

Greetings from finance secretary!

Stanley always in everyone of our blood and breath! It gives me immense pleasure in writing to you that we, office bearers- are doing great job to accomplish the vows we taken! Be it Alamadhi camps, Stanley medical journal or the Alumni building everything is shaping up well!

I request all your kind hearts to take part in donations also as you all love stanley with our full hearts!

Thank you

Love STANLEY !
Live as STANLEANS !!

Long live Stanlean spirit !!!



With Best regards
Dr.Saravanan Vedhagiri
Finance Secretary, SAA

Greetings to all stanleans!

This souvenir stands as a testament to the dedication, talent, and collaborative spirit that define our community. It's truly an honour to be the editor of this memorable souvenir, capturing the essence of our shared experiences and achievements.

As we flip through its pages, let us reflect on the milestones we've reached and the bonds we've created. Each article, photograph, and sentiment shared is a mosaic of our collective journey.

Heartfelt gratitude to all contributors, whose words and visuals have breathed life into these pages, creating a momentous and impressive souvenir thus continuing the legacy of excellence and progress that has defined Stanley for over a century.

A sincere thank you to our valued advertisement sponsors for their unwavering support. Your generosity has made our souvenir truly special

May this souvenir serve as a time capsule, preserving the special memories. Here's to the stories told, the challenges overcome, and the triumphs celebrated. Thank you for being part of this remarkable journey.

Cheers to the memories we've created and the ones yet to unfold!

Thank you all

Long live Stanlean spirit !!



With Best regards
Dr.G.Reetu
2008 Batch
Editor SAA

SAA Office bearers



Dr. S Varadarajan
President



Dr. V Manivannan
Vice President



Dr. N Malathy
Vice President



Dr. A Ramalingam
General Secretary



Dr. G Chandrasekar
Assistant Secretary



Dr. Saravanan Vedhagiri
Finance Secretary



Dr. V Lakshmanamoorthy
Joint Secretary



Dr. G Reetu
Editor

EC MEMBERS



Dr.M.Mani Surya Kumar
1988 Batch



Dr.P.Saravanakumar
1999Batch



Dr.V.Xavjer Christu Rajan
2000 Batch

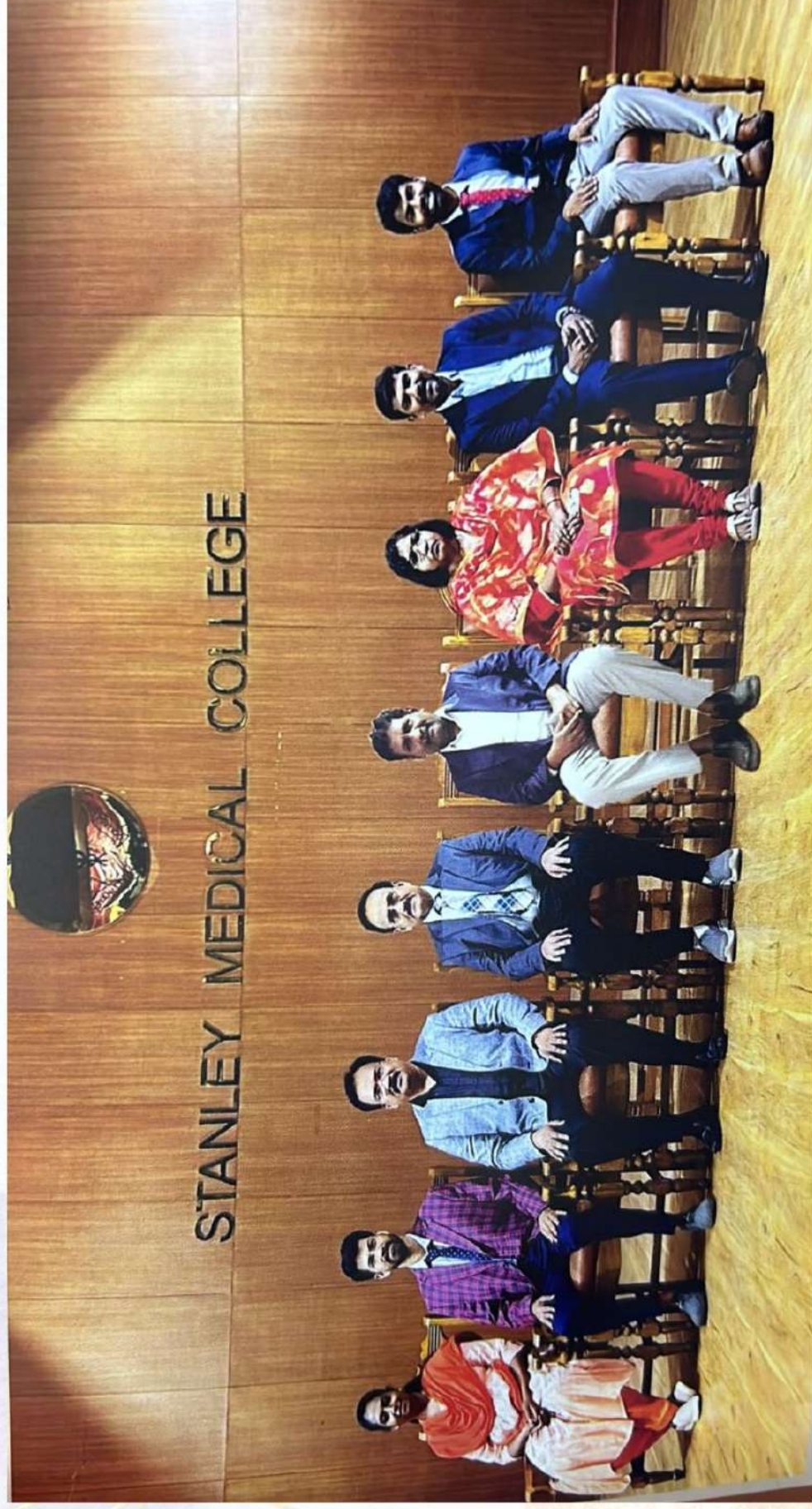


Dr.Vivrk Mariappan
2002 Barch



Dr.J.Deepika
2012 Batch

SAA Office bearers Group Photo



STANLEAN AWARDEES



Dato Dr. P. Mahendran
1959 Batch



Prof. Dr. C. Palanivelu
1971 Batch



Prof. Dr. Mohamed Rela
1975 Batch



Dr. Usha Vishwanath
1978 Batch



Dr. Aravindan Selvaraj
1984 Batch



Prof. Dr. M. Edwin Fernando



Prof. Dr. N. Rajkumar



RMSSL SECRETARY AWARDEES



Prof. Dr. P. Andappan
1958 Batch



Prof. Dr. M. Raguram
1963 Batch



Dr. D. Haridoss
1968 Batch



Dr. S. S. Lakshmanan
1968 Batch



Dr. Ajmal M. Y.
1972 Batch



Dr. D. Padmavathy
1975 Batch



Dr. Ejaz Ahmed Sheriff
1984 Batch



Dr. K. Kalidoss
1985 Batch

RMSSL SECRETARY AWARDEES



Dr. G Niruban Chakravarthy
2004 Batch



Dr. S Swetha
2006 Batch



Dr. M Nithya Priyan
2007 Batch



Dr. G Reetu
2008 Batch



Dr. G Tamil Kumaran
2011 Batch



Dr. Senthil M
2020 Batch



Yuvashree Srinivasan
2020 Batch

STANLEY MERITORIOUS AWARDS

-2025



Sutharsun V - 2019 Batch
Best outgoing MBBS student



Arvind Sundar S
2019 Batch



Asswin Nethrra S
2020 Batch



Narmadha J L
2021 Batch



Nithya Shree PL
2023 Batch

Thanks to 1989 Batch

We would like to extend our deepest gratitude to the 1989 batch for their generous sponsorship of this year's alumni meet. Your unwavering support has made this event a reality, bringing together old friends and creating new memories for all attendees. It is because of your commitment to the growth and continued success of our alumni community that we are able to celebrate our shared history and strengthen the bonds that tie us together. Your contribution has truly made a difference, and we are thankful for your dedication to keeping the spirit of our alma mater alive.

Thank you once again!

Long Live Stanlean Spirit !!

1989 SPONSOR BATCH GROUP PHOTOS



1989 SPONSOR BATCH GROUP PHOTOS



Stanley Alumni Trust - A Dream Project

Having taken up the responsibility as the general warden in the year 1991 and steering through a pleasant and a memorable journey till 2013 inside the same campus where we grew as students, had given me the opportunity to live through and observe many academic, social, personal, and economic aspects of hostel students lives, in different dimensions, stitched together with the fibres of love, fun, ambitions, dreams and what not.

Economic logistics had been a part of life, probably the backbone of students' journeys towards the completion and achievements of academic as well as social performances. We could observe that, if not many, a handful had always been looking for financial assistance in silence, for the successful outcome of the efforts and the preparations taken to complete the course.

Along with a few like-minded friends from my batch, I started a program in 2008, which extended financial assistance to the hostel students to pay the hostel fees. Starting with two

students, we ended up with more than 6 students in this sponsorship/scholarship program. This need-based financial assistance program paved way to the permanent scholarship program by registering 'Stanley Alumni Trust'. It was inaugurated when we organised the 'Platinum Jubilee Global Alumni Meet' in 2014, during the Platinum Jubilee year of our great institution, attended by more than 1100. Stanleians from all over the globe, at hotel Hyatt and the hostel and the college campus for two days, me being the President and Dr Murali 75 batch being the secretary of the Alumni Association.

Murali and I had been conducting all Alumni related activities from 1996 to 2016.

The ongoing projects were organising the annual gathering of the Alumni on the last Sunday of every January, the students rural medical activities through RM & SSL, (Rural medical and social service league which was a Pioneer project started by



As a beneficiary of the scholarship programme, with a gold medal in Pediatrics (UG) from Stanley, she is doing her MD Pediatrics in Bangalore through All India Entrance. On her graduation day with her parents.
(Photo courtesy-Beneficiary)



Rupee One Lakh Cheque handed over by Dr Manigandan 1972 batch to the Trust, with Dr Jithendar Singh, Central Minister, Government of India.

Dr Kalyanaraman, neurosurgeon, the best outgoing student in 1955) at Alamadhi, a village near Red hills at the land and building donated to Stanley, and the 'Green hand project introduced and initially financed by the Alumni where the students were involved in growing saplings from seeds. and distributing more than 1.5 lakh for free to the public.

The Silver Jubilee auditorium was presented by Stanleams, raising funds to build it, and was inaugurated by the then President Sarayanapalli Radhakrishnan in 1964, It stands tall in the campus and remembered as the symbol of love of Stanleams towards the great institution.

The Golden Jubilee celebrations in 1995 ended up in modifying the old examination hall into the present airconditioned and modernized "Golden Jubilee Auditorium", which again represents the love, the affection, and the commitment of the Stanleams towards our great institution.

All great institutions throughout the world have scholarship programs of various proportions and dimensions, and we decided to introduce a scholarship program as a platform in the name of Stanley Alumni Trust', registered in 2013 as per Indian trust act.

Me as the founder president and Doctor Murali as the secretary and several other like-minded Stanleams from 1955 batch to 2001 batch are the trustees and many Stanleams from different batches. Dr. Ramanan Srinivasan 1965 US,

Dr Gnana Bhaskar 1968 Malaysia, Dr Gomathinayagam 1974, are in the advisory board.

Many Stanleams from different batches were involved in the deliberations ever since 2012 to finalise all aspects of the trust activities, like the scholarships and regarding other Rural medical Services, Disaster Management and Eco friendly programs of the trust.

During the inauguration of the trust as a token of love and affection, while celebrating the 'Platinum Jubilee' of our great institution in 2014, Dr King Viswanathan 1961 donated INR 1,11, 111, Dr Jayakar Thomas 1970 one lakh, Dr Bharathi Varadharajan 1973 one lakh, Dr Raja Sabhapathi 1972 one lakh, Dr.Nagarajan 1972 one lakh to mention a few, followed by many Stanleams and the Stanlean Spirit was evident and overwhelming.

The trust started with one scholarship in 2014 and subsequently received 80g income tax exemption for the donors. The trust now has 45 ongoing Scholarships and beneficiaries in both men and women hostel.

About 25 UG students have completed their course and four students have joined post-graduation in different specialities like orthopedics, general medicine, pediatrics and many are awaiting the results.

Many of the beneficiaries are in sports and are secretaries in hostel and college and take active participation in many more activities . Our aim is to

have 100 scholarships from the trust, so that each batch has 25 students as Beneficiaries out of 250 students in a Batch

Many flowers wither away for want of little rain in the deserts but then with little care, bloom to paint the colours of enjoyment in life.

There have been many individual Stanleans, batches and trusts by the Stanleana, donating to the trust to establish scholarships in their name.

An amount of three lakhs rupees was transferred to the trust from the Global meet accounts after settling all accounts. Various batches from 1957, 1963, 1966, 1967, 1968, 1972, 1975 and 1976 have established scholarships in their batch name and 1965, 1971, 1974, 1981, 1985 and 1987 batches have contributed towards the Corpus fund. The efforts taken by Dr.Raghurans and Dr.Rajanikanth along with late Dr:Nalini from US in 1963 batch to collect two scholarships from their batch and Dr. Sethu Ramanathan for two more scholarships from his 1968 batch is laudable and amazing.

Many individual Stanleans like Dr. Durairaj 1955, Dr.Krishnan Gopal 1957, Dr Nalla Palani Swami 1961, Dr . Joan Shresta

USA 1964, Dr.Nallathambi from USA 1966 and his brothers through their family trust- three scholarships, Dr.Chandran from UK 1968, Dr.Ganesan Hi-Tech 1973, Dr.Deivanayagam 1957, Dr.Amaresh 1957, contributed 10 lakhs each to establish scholarships in their/family names.

In the temporary yearly scholarship scheme, which was initiated by Dr Bala Kumari from 1976 batch, six Stanleans from her batch and other batches including 2001 are contributing rupees 60000 per year to meet the hostel expenses of the selected candidates. Fifteen such beneficiaries are receiving these scholarships.

Basically, all the expenses towards conducting the Trust meeting, the selection/interview process of the students etc and food, stationery and other related expenses are met/ sponsored by either one of the trustees or the advisors or donors or other Stanleans. Dr. Jaffray as the secretary hosts all the meetings and arranges the food and stationeries and other activities of the trust in his Hospital.

Only the yearly audit fees and the monthly fees to the part time clerical computer staff is paid from the bank account.



Interview committee 2021



Selection committee 2022

My visit to UK with Dr Shanmuganathan as the secretary in 2017, in a weekend to attend UK Stanleams meet at Birmingham and the participation again in the US Stanleams meet during the weekend at Florida in US in 2019, to promote the trust activities resulted in getting a few scholarships from US. Dr.Nallathambi US was instrumental to establish four US scholarships through Tamil Nadu foundation

A contribution of 10 lacs received from a donor is deposited in the bank, establishing a perennial scholarship in their name.

The awarded scholarships are need based and the hostel fee of the selected candidate is paid from tal year till the completion of the course. The trust has its rules and regulations in the selection, awarding and continuing these Scholarships.

The candidates for the scholarship are selected via applications to the trust and by conducting an interview by the trustees, the advisory board and donors, by awarding marks independently, following specific yardsticks and guidance. The hostel fee for the selected candidates is issued deducting the amount for the extras availed, to the respective wardens only, after getting the approval from the wardens and the Dean. The fee is paid from the interest accrued from the fixed deposits of the 10 lakhs, in the financial institutions.

During Corona period, the trust could collect about Rs 23 lakhs from Stanleams and others.

Dr.Mau Rajendran from 1957 batch From Madurai played major role in the collection of funds and supervising the trust activities. The trust distributed all types of masks like N95, hand sanitizers, medicines, PPF kita, face Shields, hand gloves ate to more than 50 government institutions like medical colleges (Stanley, KMC, Omandoorar, KGH, IDG, Madurai, Salem, Thanjavur Dharmapuri, Theni medical colleges), District headquarters hospitals and primary health centres. The trust assisted STANA Stanley Alumni of North America, by financing 2.15 lacs to procure generators and to distribute the oxygen concentrators sent from US to many hospitals.

Stanleams can contact the trustees for more details and can visit www.stanleyalumnitrust.com and email to stanleyalumnitrust@gmail.com

The trustees and the advisory board members thank all Stanleams who have quietly contributed but for whom the program would not have reached where it stands now. I always believe that, the present should know the past to build its future. Stanleams had always been the pioneers in innovative projects like RM&SS, Green Hands and may charter new course of innovative platforms in the future, for the benefit of the students, the Institution, and the society.

Dr. Dinakar Moses
President
Stanley Alumni Trust



STANLEY MEDICAL USA

ALUMNI

Stanleams started emigrating to USA from early 70s setting a trend that continues till today . The numbers were small in earlier years but that significantly increased after the implementation of Medicare in 1965 the Govt sponsored healthcare coverage for the elderly - to meet the demands of this new initiative as there were not enough US trained physicians.

Our alumni who came earlier were scattered throughout this vast nation , were busy establishing their career after training . There were very few personal contacts for obvious reasons. All that changed in 1990 when over 150 alumni gathered in Pittsburgh for our very First reunion, hosted by Dr N Ramakrishna (65 batch) with help from Drs Prakash Rau (65) and Manohar Nallathambi (66). That " spirit" paved the way for many more reunions and closer relationships among the alumni-more on that in a later paragraph.

A number of Stanleams excelled in their field of specialization , in some of the most prestigious academic institutions in USA, making their indelible mark. Below is a list, though not a complete one -

- KK Venkat (60)-Transplant Nephrology - Univ of Michigan
- MR Murali (62)-Allergy/Immunology - Harvard
- N Pandian (63)-Cardiology (Echo) - Tufts
- KN Siva Subramanian (64)- Neonatology Georgetown
- MC Thirumoorthy (64)Ped Inf Diseases - Wayne State Univ
- S Lakshmanan (65) -Forensic Medicine/Coroner Univ of Southern Calif.
- Isaac Francis (66)-Radiology (Cancer Imaging)- Univ of Michigan
- S. Sriram (66)-Neurology (Mult. Sclerosis) - Vanderbilt
- N. Raveendhran (67)-Hepatology - Johns Hopkins
- V. Ramachandran (68)-Neuro Scientist - Univ Calif - San Diego
- R. Ramanathan (69)-Neonatology-Univ Calif, Los Angeles
- Panduranga Rao (79)-Nephrology (Program Chief) - Univ of Michigan
- Ramaswamy Govindan (80)-Thoracic Oncology- Washinton Univ, St Louis
- Baskaran Sundaram (88)-Radiology (Thoracic) Jefferson Univ, Philadelphia

The loyalty to our alma mater is exhibited by donating to various causes related to Stanley . The most significant is the establishment of six fully funded scholarships through Stanley Alumni Trust - one as a group , the others by individual donations-Drs G Durairaj (57) , Gopal Krishnan (59) Nallathambi (66) and two" In Memoriam"- Joan Shresta (63) and Inbavazhvu(69) Besides the scholarships , our alumni have donated generously to various sports events, to provide educational materials to the library & to buy rapid COVID testing equipment during the pandemic for the hospital. This show of altruism is emblematic of who we are as Stanleans, no matter which part of the globe we live.

Subsequent to our very first reunion , we had several more in the following two decades , meeting in various cities in USA , UK , Egypt , Italy & the Caribbeans , hosted by enthusiastic alumni - each time reminiscing our good old days in Stanley. Children of the alumni grew up as friends , remain as such even today. Each wedding of a Stanlean family will be a mini reunion.

There was a " lull" with the yearly reunions due to reasons that were beyond anyone's control. It was rejuvenated in 2017 by Drs Abdul Kani (79) & Arivoli Veerappan (79). It was held in Orlando attended by over 250, many from India and UK . It was indeed a joyful occasion. The second Global meet will be held in Orlando as well- Oct/Nov 2025 (look for the flyer in a different page) We welcome you all to join us, for two full days of fun and fellowship in one of the premier tourist destinations in the world.

LONG LIVE THE STANLEAN SPIRIT!

Submitted by the Organizers of Second Stanley Global Meet

Dr.Abdul Kani (79).



Dr.Arivoli Veerappan (79).



Dr.Manohar Nallathambi (66)





**STANLEY MEDICAL USA ALUMNI
INVITES YOU TO JOIN OUR
SECOND GLOBAL REUNION**



WHEN
OCT 31, 2025
TO
NOV 02, 2025

ROSEN SHINGLE CREEK RESORT
9939 UNIVERSAL BLVD, ORLANDO, FLORIDA, USA

DR. ABDUL KANI

**DR. ARIVOLI
VEERAPPAN**

**DR. MANOHAR
NALLATHAMBI**

STANLEY UK ALUMNI

Dear Stanleams,

On behalf of Stanleams UK, I extend our best wishes to all the dedicated Office Bearers of Stanley Alumni Association, India for organising another spectacular event on the Indian Republic Day 2025 in Chennai. I would like to specially call out and thank the Stanley 1989 batch for their generous sponsorship at this event.

Since its inception in 2016, Stanleams UK has grown from strength to strength under the stewardship of Dr. S Varadharajan (1978 batch), reaching a membership of nearly 500 presently. We have conducted three landmark events, with the latest 2023 gathering serving as a testament to our collective strength and unity. On that occasion, the distinguished Dr. King Vishwanathan updated us about the Stanley India Alumni Trust's initiatives in nurturing upcoming Stanleams. His compelling presentation inspired generous contributions from UK and US based alumni, collecting an impressive Rs. 20 lakhs. Looking ahead, we anticipate our next UK Global event to be in 2026.

Across the Atlantic, our colleagues Dr. Abdul Kani and Dr. Arivoli are preparing for the Stanlean Global event in Florida, USA (October 31 - November 2, 2025). We extend our wholehearted support for their endeavours.

These gatherings are not mere reunions – they are a reflection of our shared heritage, forging bonds spanning continents and generations. Each passing year, the Stanley spirit burns brighter, ignited by unwavering dedication and passionate engagement of our fellow Stanleams. Together, we're not just preserving our legacy, we are creating connections that will inspire future generations of Stanleams.

May our cherished fellowship continue to illuminate paths and touch lives across the globe!

Long live Stanlean spirit!!!



Best wishes,

Dr. R Prabhakar (1981)
General Secretary
Stanleams UK

Alumni General body meeting :

18.08.2024



Alamadhi

Inauguration -06/10/2023



Breast Cancer Camp- 20/10/2023



Ophthalmology Camp-10/11/2023



Diabetes Camp- 15/12/2023





Weekly Camps -







2024-25 COUNCIL BATCH PHOTOS



2024-25 ROTARACT CLUB

Council Inauguration :

30.08.2024



Rotaract activities :



1984
Batch
Reunion
Photo



Greetings from Dr Dinesh, Singapore!

World's top 2% scientists

3 years in a row! I am deeply honored and humbled to be recognized as one of the world's top 2% scientists for the third consecutive year - 2022, 2023 & 2024. I extend my sincere gratitude to my exceptional team, mentors, seniors, students, and family for their unwavering support and contributions to my success.

Hind Rattan Award

I was also honoured with the prestigious Hind Rattan Award at the Constitution Club of India, Sansad Marg, New Delhi, India, on the eve of the Republic Day of India, 25 Jan 2024.

The Hind Rattan Award, which means 'Jewel of India', is one of the highest Indian diasporic awards granted every year to Non-Resident Indians (NRIs) by the NRI Welfare Society of India.

The award ceremony was attended by the members of India's Prime Minister's Office, government officials, judges and advocates of the Supreme Court of India, international diplomats, and celebrities.

About two dozen of these awards are given annually to people chosen from the several millions of Indian diaspora members for keeping the flag of India high. Most recipients are professionals working in the academic, health, science and technology sectors and who have made an impact in their fields at the international level.



Fig_Assoc Prof Dinesh Kumar Srinivasan is recognized as one of the world's top 2% of highly cited researchers in 2022, 2023 and 2024._



Fig_Assoc Prof Dinesh Kumar Srinivasan (fourth from right) receives the Hind Rattan Award from Dr Raghuraj Singh, State Minister of Labour and Employment, Government of Uttar Pradesh, India. (Photo Credit: Goyal Photo, Delhi)_

Dr S Dinesh Kumar
Stanley 1989 Batch
MBBS, MS, PhD (NUS), Fellow
(Cleveland Clinic, USA)
National University of Singapore,
Singapore

Echoes of Valor :THE STAN NCC

From stethoscope to salutes



CATC Camp held at
Sathyabama Institute of
Science and Technology
From 12.06.2024 to
21.06.2024



Special National Integration Camp(SNIC) held at Srinagar, JK
From 19.06.2024 to 30.06.2024



Ek Bharat Shreshtha Bharat camp
held at Uttar Pradesh
From 17.09.2024 to 28.09.2024



Sivaji Trail Trekking Camp,
Kolhapur, Maharashtra
From 04.11.2024 to
14.11.2024

Independence day &
Republic day parade
held at Stanley Medical
College



NCC Day Celebration with our JCO sir at Stanley Medical College and Old age
home visit On 24.09.2024



Blood Donation Camp held at
Stanley Medical College
On 06.04.2024

Women's Day celebration held
at Stanley Medical College
On 08.03.2024





DDG visit at 1 TN MED
Unit, Chennai
On 19.11.2024

Puneet Sagar
Abhiyan-2024 held
at Marina Beach ,
Chennai



Weapon Training
held at 1 TN MED
Unit , Chennai

42nd Cadofest event held at
DG Vaishnav College
From 13.03.2024 to 15.03.2024



On this momentous occasion of 10 years of unwavering service, we salute Capt. Dr. V. Lakshmanamoorthy, whose dedication, leadership, and commitment have shaped the destiny of Stanley Medical College NCC (Stan NCC).



MENTAL HEALTH

Boredom and monotonous life, less energy!

If you feel a boredom in your daily life, exhausted to do your work, feeling your life is monotonous, feeling less energetic to accomplish your tasks, then it may be to your Dopamine neurotransmitter system or the reward system, which needs some service!

Dopamine, the chemical in our brain is responsible for our motivation, through which we feel the pleasures of life, and the neural pathway that involves dopamine is the reward dependent system which reinforces our behaviour, with rewards!

The optimal functioning of this reward system is needed to have good energy levels, to feel motivated and to involve in pleasureable activities. That depends on dopamine levels, number of dopamine receptors and its sensitivity to Stimulus.

This reward dependency is a trait of personality and it varies from person to person. ie, from low to high. If it is high, then there are more chances of developing addicting behaviours. It could be drug, food, sex, social media, internet, gambling etc.

When one get in to an addictive behaviour, there is overstimulation of the reward system through a particular way. For example, Say "likes" from facebook posts, may trigger dopamine release in an individual and this overstimulation will lead to downregulation of dopamine receptors in his brain.

Down regulation could be either reduced number of receptors or reduced responsiveness of the receptor to dopamine. With downregulation of receptors, the individual then tend to indulge more to get the same desired effect. That is the development of tolerance.

This reduced reward sensitivity, reflects in our daily life in the form of boredom, monotonousness.. The normal dopamine release, you get through meeting your friends may not be sufficient enough to produce pleasure able effects.

The normal dopamine levels may not be adequate to make you feel energetic, due to this reduced reward sensitivity. This reduced energy will than lead to depression and mood swings. So, what can be done to reverse this dopamine desensitization?

Dopamine detox.. i.e., Stopping and being abstinent from the specific stimuli that is causing overstimulation in the specific individual. This needs will, determination and patience to bounce back if one gets setback!

Then our good old all time life style changes, they are adequate Sleep, routine physical activity and moderate and balanced healthy diet. Mindfulness practice of being totally present in the present moment and relaxation techniques too will help us to restore our normal dopamine sensitivity!

Let us practice this & live a cheerful energetic life!

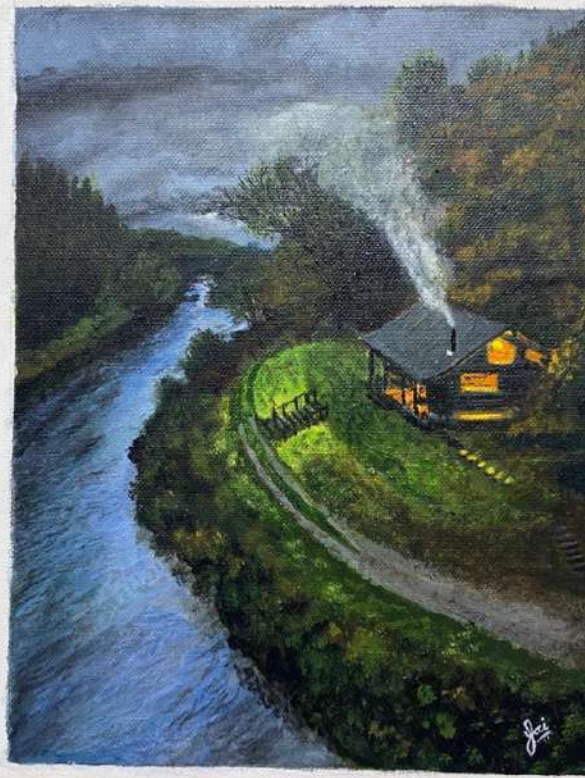


Dr. R. Nishanth., MBBS., DPM.,
Consultant Psychiatrist,
Ailanto 97 Batch,
STANLEY MEDICAL COLLEGE.

Dr. Seva Philomin
1984 Batch MBBS
Stanley medical college



Dr. Jaichandran S
1987 Batch MBBS
Stanley medical college

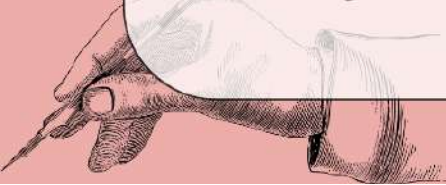


உடுக்கை இழந்தவன் கைபோல ஆங்கே
இடுக்கண் களைவதாம் நட்பு.

Dr.MAnanthan , M.S.,M.Ch.,
Associate Professor of Paediatric Surgery,
Government Tirunelveli Medical College,
Tirunelveli- 627011.

நமது கல்லூரி வாழ்க்கையைப் பற்றி ஒரு கட்டுரை!!

பெரும்பாலான எங்க ஹாஸ்டல் பயலுகளுக்கு பொழுதுபோக்கேப் பொண்ணுங்களப் பத்தி பேசிக்கிட்டேயிருப்பதுதான். அந்த வயதில் நேரமேப் பத்தாது. பேசினதையேப் பேசுவோம், அனுதினமும் பேசுவோம் & இரவு முழுக்கப் பேசுவோம் ஆனாலும் போரடிக்காது. அப்படியாப் பட்ட *Fantasy talks* போடுகிற ஒன்லி வெட்டிக்கும்பல் அது. அந்தக் கும்பலில் நம்ம ஊர்ல உள்ள சில கட்சிகள் மாதிரி எல்லாரும் தலைவர்கள்தான். எப்படியாவது நாசமாப் போயே ஆகணும் என்கிற வெறியோடு தனக்குத் தானே ஆப்புகளைச் சொருகிக் கொள்கிற நாசகாரக் கும்பல். அதைத் தவிரவும் சில கும்பல்கள் இருந்தன. படிப்பாளிக்கும்பல் (எந்த நேரமும் புஸ்தகமும் கையுயுமாச் சுத்திக்கிட்டேயிருக்கும் , கிளாஸ் டெஸ்ட்டில கூட அரை மார்க் கொறைஞ்சாலே கண்ணால ஒண்ணுக்கெடுத்து ஏரியாவையே சோகமாக்கிடும்), வெறுப்பாளிக் கும்பல் (எதப் பாத்தாலும் வெறுப்பாவேச் சுத்திக்கிட்டிருக்கும், தண்ணி முதல் கன்னி வரை எல்லாமேப் பிரச்சினைதான்னு நினைக்கும் , இதைத் திருப்திப் படுத்த யாராலும் முடியாது, சும்மாப் படுத்தி எடுத்துரும்) , பணக்காரக் கும்பல் (காலைல எழுந்திரிச்சாலே இன்னைக்கு யாரைக் கூட்டிட்டுப் போகலாம் , எங்க போகலாம் , எந்த டிரெஸ் போடலாம், எந்த 5 ஸ்டார் ஹோட்டல் , என்ன சாப்பிடலாம் என்கிற தேக முக்கியத்துவம் வாய்ந்த எண்ணங்களிலேயேச் சுத்திக்கிட்டேயிருந்து , தேக நலன் ஒண்ணேதான் எனது வாழ்நாள் குறிக்கோள் என வாழ்ந்து கொண்டிருக்கும் , இவங்களப் பாத்து மத்தவங்க “சும்மா வாழ்றடா மச்சி ! ” எனச் சொல்கிற வார்த்தைகள்தான் பின்னாளில் ஸ்லேங்கா *slang* உருவாச்சு). பாசக்காரக் கும்பல் (லேடீஸ் ஹாஸ்டல் போயிப் பேசிட்டு வரும் , பொண்ணுங்களுக்கு, துணி ஒண்ணுதான் துவைச்சுத் தராது , மத்தப் படி எல்லா வேலையும் செஞ்சு குடுக்கும் , லீவு விட்டா ரயில்வே ஸ்டேஷன் வரைப் போய்க் கண்ணீரோட வழியனுப்பி வைக்கும்), ஆகிய கும்பல்கள் இந்த “நமக்கு நாமே அழிவு ” திட்டத்தில் சேராது. ஒரு பொண்ணு , அனாட்டமி பிளாக் மேலேயிருந்து தற்செயலா ரோட்டில போற நாயப் பாத்தாக்கூட அந்த நேரம் அந்த எடத்துல நம்ம நின்னு தொலைச்சோம்னாப் போச்சு. ஒன்னத்தான் அவ பாத்தா , அவ பாக்கும் போது கண்ணுல மின்னல் தெறிச்சது அப்படி இப்படின்னு ஏத்தி விடும். ரெண்டாம் நாளும் எதேச்சையா அந்தப் பொண்ணு பாத்திருச்சுன்னா கத கட்டுவானுங்க பாரு ! பேரு சாஸ்திரம் , ஊரு சாஸ்திரம் , உடை சாஸ்திரம் , உருவ சாஸ்திரம் எல்லாம் சொல்லி உண்மையிலேயே நம்மளக் கிறுக்குப் பிடிக்க வச்சு அவ மேல கிரஷ் ஆகிற வரைக்கும் இந்தக் கும்பல் விடாது. முதல்ல வெறுப்பாயிருக்கும் அப்புறம் வெறுப்பு நீங்கும் கடைசியா விருப்புப் பிறக்கும். அந்த வயசு ஹார்மோன் எஃபெக்ட்னால மைன்ட் கரப்ட் ஆகி கிரஷ் பிறக்கும். அவ்வளவுதான் மாய வலைல சிக்கியாச்சுன்னு தெரிஞ்சதுக்கப்புறம் தீப் தூபங்கள் காட்டி கிரஷ்ஷ அழியாம வளர்க்கும். நம்மளும் அத உண்மைன்னு நம்பி நாசமாப் போவோம் / போக வப்போம். இந்த லட்சணத்தில படிப்பு எங்க ஏறும்? படிப்பு மேல பிடிப்பு இல்லாம ஆகிரும்.



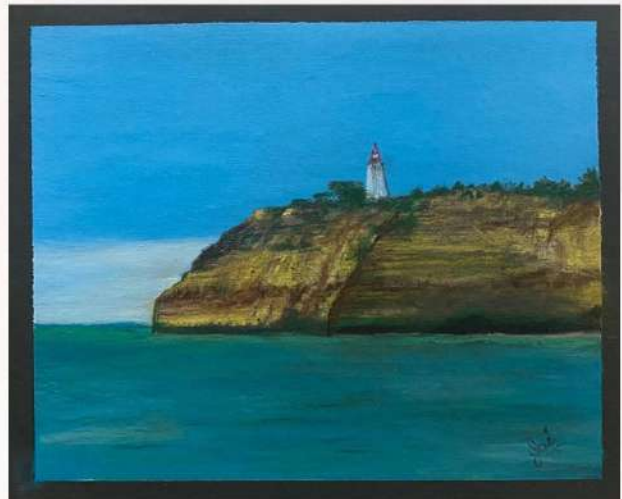
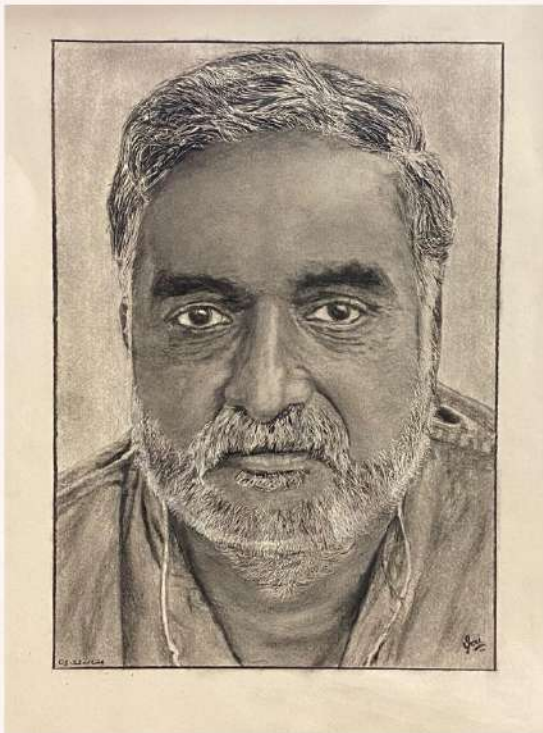
இப்படித்தான் எனக்கும் ஒரு கிரஷ் உருவானது. ஏத்திவிட்டு ஏத்திவிட்டு லவ் லெட்டர் எழுதுற வரைக்கும் ஆகிப் போச்சு . அப்போ ஒரு நண்பன் பள்ளிக்கூடத்துல இருந்தே ஒரு பிள்ளைய லவ் பண்ணிக்கிட்டிருந்தான். அந்த எக்ஸ்பீரியன்ஸ் வச்சு லவ் லெட்டர் எழுதுறதுக்கான வார்த்தைகள் , கவிதைகள் மற்றும் சினிமாப் பாடல்கள் எல்லாம் சரசரவென அள்ளிக் குடுப்பான் . ஆனா என் கையால எழுதத் தைரியமில்ல ! அதுனால ஒரு ரைட்டர் ஒருத்தனப் பிடிச்சு எழுத வச்சாச்சு ! கண்ணே மணியேன்னு காதல் கடிதம் செம கன்னா (Gunn) உருவாகி விட்டது. என் பேரப் போட்டு எழுதாம மொட்டைக் கடிதாசி மாதிரி மொட்டை லவ்லெட்டர். (அந்தப் பாவந்தானோ என்னமோ எனக்குச் சின்ன வயசுலேயே சொட்டை விழுந்தது.) அட்ரஸ் எழுதிக் கவர் ஒட்டி நம்ம ஆஸ்பத்திரி போஸ்ட்ஆஃபீஸ் பாக்ஸுல போடும்போது என் இதயம் பயம் & ஹார்மோனல் எஃபெக்ட்டுல துடிச்ச துடிப்பிருக்கே அதச் சொல்லி மாளாது. வாயத். தொறந்து பாத்தா உள்ளே இதயம் தெரிஞ்சிருக்கும். அந்த பாக்ஸுக்குள்ள போடுறதுக்கு முன்னாடி கூட தயங்கித் தயங்கி மாட்டிக்கிட்டா கேவலம்டா ! ஊரெல்லாம் காறித்துப்புற மாதிரிப் போயிடும்டான்னு சொன்னேன். அதுக்கு முந்துன நாள்தான் அந்தப்பொண்ணும் , அவங்க அப்பா அம்மாவும் , எங்க அப்பா அம்மாவும் எல்லாருமாச்சேந்து என்னைச் செருப்பால அடிக்கிறது மாதிரிக் கனவு வேறக் கண்டிருந்தேன். டேய் ! இவ்வளவு தூரம் வந்தாச்சு இனிப் பின்வாங்கினா ஒனக்குத்தான் கேவலம் , இதப் பண்ணாமப் போயிட்டோமேன்னு சாகும்போது கூடப் பாடாப் படுத்தும், நிம்மதியாச் சாக விடாது. வெற்றியடைஞ்சா ! நெனைச்சுப்பாரு, அந்தப் பொண்ணு ஒனக்குத்தான் , எவ்வளவு சந்தோஷம் ?

நீ சந்தோஷமடைஞ்சா ஒன்ன விடக் கஷ்டப்பட்டு இது எழுதுன எங்களுக்குத்தாண்டா சந்தோஷம் னு உசுப்பேத்திட்டானுங்க ! சரிடா ! அடைஞ்சா மகாதேவி இல்லையேல் மரணதேவி ன்னு சொல்லிக்கிட்டே உள்ளே போட்டாச்சு. போட்டதுக்கப்புறம் ராத்திரிலாம் தூக்கமில்ல ! எந்த நேரமும் டீன் / வார்டன் ஆஃபிஸுலருந்து கூப்பிட்டு விடப் போறது மாதிரியே பயம். ஆனாலும் எங்களோட லவ் ஃபேக்டரியின் அதி தீவிர உற்பத்தித் திறனால ஒரு வாரத்துக்குள்ளேயே மூணு லெட்டரத் தட்டியாச்சு. இப்படியாகத் திக்குத்தெரியாத காட்டில பக்குபக்குனு பயத்தோட போயிக்கிட்டிருக்கும் போது ஒரு பாசக்காரன் வந்து எல்லாத்தையும் போட்டு ஒடைச்சான். நீதான்னுத் தெரியும் ! இனிமே எழுத வேண்டாம்னு கேட்டுக்கிட்டதாச் சொன்னான். (ரொம்ப டீஸன்ட்டாக் கையாண்ட அந்தப் பொண்ணுக்கும் , பொண்ணோடத் தோழிக்கும் எனது மனமார்ந்த நன்றிகள் பல) அதோட அந்தப் பயணம் அவசரகதியில முடிவுக்கு வந்தது. இதில் என்ன தமாஷுன்னா அந்தப் பாசக்காரன் பின்னாளில் லவ் பண்ணிக் கல்யாணம் பண்ணினான். அவன் மகன் எம்.எஸ் பண்ணும்போது & எங்க டிபார்ட்மென்ட்டுக்கு ஒரு மாசம் டிரெயினிங் வந்த போது எனக்கும் ஒங்க ஸாருக்கும் நடுவுல ஒரு பெரிய கதையிருக்குன்னு வேறச் சொல்லியனுப்பிட்டான். அது என்ன கதை ஸார்?னு அவன் மகன் என்கிட்டத் துளைச்சுத் துளைச்சுக் கேட்டான். அதை ஒங்கப்பாகிட்டயேக் கேளு ! அவர்தான் நல்லாச் சொல்லுவாருன்னு வெட்கப்பட்டுத் திருப்பி அனுப்பிச்சிட்டேன் !!





Dr. Jaichandran S
1987 Batch MBBS
Stanley medical college



Dr.MAnanthan , M.S.,M.Ch.,
Associate Professor of
Paediatric Surgery, Government
Tirunelveli Medical College,
Tirunelveli- 627011.

சீனியர்கள்

ஹாஸ்டல் வாழ்க்கைல சீனியர்களுக்கு முக்கிய பங்கிருக்கு.நம்ம மருத்துவ வாழ்க்கையும நம்மள நல்லா ஆக்குறது முதல் நாசமாக்குறது வரை அவங்களோட பங்களிப்பு கொஞ்சமாவது இருக்கும்.எங்களோட இம்மீடியட் சீனியர் ஒருத்தர் பேசக்கூடாத வார்த்தைகளைப் பேசனதுனால அவர சட்டையப் பிடிச்ச அடிக்கப் போனதுல இருந்து அவங்க பேட்ச்சுக்கும் எங்களுக்கும் ஜென்மப் பகையாகிப் போச்சு. அது வழி வழியா வந்து எங்களுக்கு அடுத்த பேட்ச்சுக்கு அடுத்த பேட்ச் வரை தொடர்ந்துச்சு.இன்னும் தொடர்ந்துக்கிட்டிருக்கு ! ஒரே பேட்ச்சுக்குள்ளேயே சிலரோடு சிலர் பேசுறதேயில்ல. அத எல்லாம் எழுதணும்னா பெரிய புஸ்தகம் பத்தாது.அதுனால அந்தத் தலைப்புக்குள்ளப் போகல.

எங்க இம்மீடியட் சீனியர் பேட்ச்சுல "முஃப்டி முகம்மது" ன்னு ஒருத்தர் இருந்தாரு. காஷ்மீர்க் காரர்.நல்ல மனுஷர். யார்கிட்டயும் வம்பு தும்புக்குப் போக மாட்டார். ஆனாக் கொஞ்சம் டென்ஷன் பேர்வழி போல, ஃபிஸியாலஜி எக்ஸாம்ல knee jerk எலிசிட் பண்ணச் சொல்லியிருக்காங்க.அண்ணன் பதட்டத்துல , பேஷன்ட்ட நிக்க வச்ச முட்டில நீ ஹேம்மரத் தட்டி விட்டிருக்காரு ! எக்ஸாமினர்ஸ் அத்தன பேரும் விழுந்து விழுந்து சிரிச்சிட்டாங்களாம். நிக்க வச்ச நீயில் தட்டிய முஃப்டி , முட்டி முகம்மது என அன்போடு அழைக்கப்பட்டார்.

பாசுமணிங்கிற சீனியர் சி பிளாக்லருந்து கற்களை வீசி , நியூ பிளாக் பாத்தரும் கண்ணாடிய உடைச்சு , செங்குட்டுவனோட (காவேரி ஆஸ்பத்திரி பார்ட்னர்) பாத்தருக்குள்ளேயிருந்து அதிபயங்கரமாப் பாடும் பாட்டுத் திறமைய வளரவிடாம அப்ரப்ட்டா நிறுத்துனவர்.

" இரஃபான்" னு ஒரு சீனியர் இருந்தாரு, மலேசியாக் காரர் & பெரும் பணக்காரர் சாயங்காலம் சரியா 5.00 மணிக்கு குளிச்சு ,உடம்புக்கு ஸ்பிரே, முகத்துக்குப் பவுடர்லாம் போட்டுக்கிட்டு கிளிப்பச்சைக் கலர்ல டிஷர்ட்டும் , ஷார்ட்ஸும், அந்தக் காலத்துலேயே வெளிநாட்டு ஸ்நீக்கர்களையும் போட்டுக்கிட்டு விளையாடப் போவார்னு பார்த்தா நேரே லேடீஸ்ஹாஸ்டல் வழியா வெளியே போய் வள்ளலார் நகர் பஸ் ஸ்டாண்டுக்குப் போய் நாயர் கடைல லெமன்ஜூஸ் குடிச்சிட்டு வருவாரு ! நாள்தவறாமத் தினமும் நடக்கும்.

இன்னொரு சீனியர் இருந்தாரு , எங்களுக்கு ரெண்டு வருஷம் முந்தின பேட்ச் , ஆள் செம ஸ்மார்ட்டா இருப்பாரு! அவர் பேரே அவங்க பேட்ச்சுல ஆணழகன்.ஆனா அவருக்கு நரிக்குறவர் இனத்தைச் சேர்ந்த பெண்களைத்தான் பிடிக்கும். இதுக்காக வேண்டி என்னையும் பாடாப் படுத்தி , பிராட்வேல குறளகம் போகும்போது , கண்ணாடிக் கடைகள் தொடங்குறதுக்கு முன்னாடி, இடது புறமா ஒரு கிணறும் , சில கவர்ன்மென்ட் கட்டிடங்களும் , மரமும் இருக்கும்.அங்கேதான் இந்தக் கூட்டம் இருக்கும். அதுக்கு எதிரா உள்ள ஒரு கடைல பன்னும், பக்கோடாவும் , மிக்சரும் அப்புறம் டியும் வாங்கிட்டு அரை மணி நேரத்துக்கும் மேல அவங்கள ரசிச்சுக்கிட்டே மெதுவாச் சாப்பிடுவாரு. எனக்கும் வாங்கிக் குடுப்பாரு. அதுவரை நானும் தேமேன்னு நின்னுக்கிட்டிருப்பேன். ஒருநாள் தாங்க முடியாமக் கேட்டுட்டேன் , ஏன் ஸார் இவ்வளவு அழகா இருக்கீங்க, உங்க கிளாஸ்ல பல பொண்ணுங்களுக்கு நீங்கதான் கிரஷனுக் கேள்விப்பட்டிருக்கேன், ஆனா ஒங்களுக்கு ஏன் இவங்களப் பிடிச்சிருக்கு ? "னு. இவங்களோட இந்த ரஸ்டிக் பியூட்டி ஒரு கலாரசிகனுக்குத்தான் தெரியுமனு ஒரே போடாப் போட்டார். மனுஷன் கூட நம்ளும் இருந்தா கலாரசிகனா நம்மளையும் மாத்திருவார்னு பயந்து கொஞ்சங் கொஞ்சமா விலகிட்டேன். ரகசியம்னால அவர் பேர் வேண்டாம்.

"மனோகரன் "னு திண்டுக்கல் சீனியர் ஒருத்தர் இருந்தாரு. சொர்க்கம் மதுவிலேங்கிற கமலஹாஸன் பாட்டுக்கு கிட்டார் வாசிப்பாரு. அந்த ஒரே பாட்டுத்தான் எப்பவும்!! . கடைசீல செங்குட்டுவனுக்கு நேர்ந்த கதிதான் அவங்க பேட்ச் மேட்டுகளால அவருக்கும் நடந்தது.

சுதா குமார்க்கு எங்களுக்கு மூன்று வருஷம் சீனியர் இருந்தார் இருந்தாரு. அவர் பண்ணுன அட்டகாசங்கள் எண்ணிலடங்காதவை. ஒரு நாள் ராத்திரி வேளைல அவரும், அவரோட நண்பர்களும் சேர்ந்து , ஃபுல் ஆல்கஹால் எஃபெக்ட்டுல , லேடீஸ் ஹாஸ்டல் வார்டன் வீட்டு முன்னாடி கூடிட்டாங்க. அப்போ ஒரு பையோகெமிஸ்ட்ரி புரொஃபஸர்தான் லேடி வார்டன். முதல்ல லேடி வார்டன் டௌன் டௌன் னு ஆரம்பிச்சு கொஞ்சங்கொஞ்சமா உக்கிரமாகிக் கெட்ட வார்த்தைல முடிஞ்சது. முத்தாய்ப்பாக மேடத்தை ஏலத்தில் விட ஆரம்பிச்சிட்டாங்க. யாரையோ வம்படியா இழுத்துட்டு வந்து ஒரு ரூபாய்க்கு அவர்கிட்ட வித்துப்பட்டாங்க.அவரு வாங்க மாட்டேன்னு ஓட, இவங்க அவர அழுக்கிப்பிடிச்சு விக்க ஒரேக் களேபரம்தான். எதுக்காக வேண்டி இந்த அட்ரீழியத்தப் பண்ணினாங்கன்னுத் தெரியல.

ஆல் இந்தியா பாஸ்கெட்பால் டோர்னமென்ட் நடந்தப்போ டிரம்ஸ் , தகர டப்பா & கம்புல ஒரு மண்டை ஓட்டை சொருகி வச்சிக்கிட்டு ஆதிவாசி வேஷம் போட்டு அவர்கூடச்சேந்து கத்தி எங்க டமை ஸப்போர்ட் பண்ணுனது ரூபகமிருக்கு.

பிரிஜ்மோகன் னு ஒரு சீனியர் , மாணிக்கவேல் அண்ணனுக்கு முந்துன பேட்ச் - இந்திக்காரர், உயரம்குறைவா இருப்பார், " என் பேர் என்ன தெரியுமா? பெரும்பாலான எல்லா ரிவர்லயும் நான் இருப்பேன் , புத்திசாலியாயிருந்தாக் கண்டுபிடி பார்ப்போம்" னு சொல்வார். தமிழ்நாட்டுல , எல்லா ஊர் ரிவர்லயும் இருக்கக் கூடியது வராஹம்தான், அதுவாணு கேட்கலாம்னு நெனைச்சேன். உயிருக்குப் பயந்து கேட்கலை !! அப்புறம் அவரே" பிரிட்ஜூடா , இது கூடத் தெரியலயா" ன்னு சொல்லிட்டு என்னை முட்டாளாக்கினது மாதிரி நெனைச்சு பயங்கரமாச் சிரிச்சுக்கிட்டாரு.

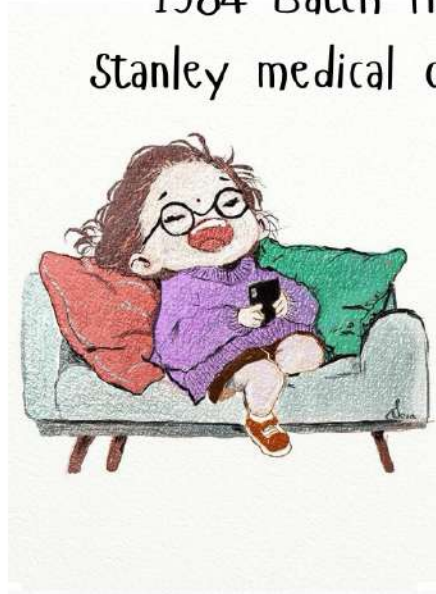
நேப்பாளி பாலகிருஷ்ணன்னு ஒரு சீனியர் இருந்தாரு. அவரு எக்ஸாமே அட்டென்ட் பண்ணாம , ஹாஸ்டல்ல தங்கிக்கிட்டே வெளியே பிராக்டீஸலும் பண்ணிக்கிட்டிருந்தாரு.இந்த மாதிரி நீண்ட நாள் சீனியர்கள் ஹாஸ்டலக் கெடுத்துக்கிட்டிருக்காங்கன்னு சொல்லி அவங்களையெல்லாம் மாஸ் பாஸ் குடுத்து ஹாஸ்டல சுத்தம் பண்ணுனாங்கன்னுக் கேள்வி.அப்போ நடந்தது இது.எந்தளவுக்கு உண்மைன்னுத் தெரியல. நேப்பாளிய எக்ஸாம் அட்டென்ட் பண்ண வைக்க மேலிடத்திலிருந்து உத்தரவு வந்ததாகவும் , சும்மா அட்டென்ட் பண்ணுனாலேப் போதும், பாஸ் கொடுக்கப்படும் என்று வாக்குறுதியும் கொடுக்கப் பட்டதாகவும் பேச்சடிபட்டது. ஆனா இவர் , கேள்வி எதுவுமே கேட்கவேக் கூடாது என்ற கண்டிஷன் போட்டுத்தான் (அதுபடியேச் செஞ்சாங்களாம்) அட்டென்ட் பண்ணிப் பாஸானார் என்ற செய்தியும் அப்போ உலா வந்தது.

இன்னொரு சீனியரப்பத்தி சொல்லாமப் போனா ஸ்டேன்லியோட சரித்திரமே நிறைவு பெறாது.எங்களோடக் குடும்பக் கிளாஸ்மேட் வித்யாசாகர் அய்யா. அஞ்சாறு வருஷத்துக்கு முன்னாடியே இறந்து போயிட்டார்னு சமீபத்துலதான் கேள்விப் பட்டு சோகமாயிட்டேன். May I help you? Board போட்டு உதவி செய்தது , எக்ஸாம் போஸ்ட்போன்மென்ட் வாங்கித்தரப் மோராடியது ,அவரோட நேஸல் வாய்ஸ் , அந்த ஹேர்ஸ்டைல் & கண்ணாடி எல்லாம் கண்ணுக்குள்ளேயேயே இருக்கு ! அவரத்தான் யாரோ புரொஃபஸர் கேட்டாங்களாம், ஏன்யா இந்தப் பேர் வச்சிக்கிட்டு இப்படியிருக்க ? ன்னு , அதுக்கு அந்த அய்யா சொன்னாராம் , '' என்னோட பேருக்கேத்தது மாதிரிக் கடலளவு கத்துக்கணும்னுதான் காலேஜ விட்டு வெளியேறாம இங்கேயே இருக்கேன் ''!!

ஸ்கிட் போடும் அசோகன்(இப்போ பெரிய்ய ஃபேமஸான சைக்கியாட்ரிஸ்ட்) , டான்ஸாடும் சுகுமாரன் (வான். மேகம் - ரேவதி பாட்டுக்கு நர்ஸ் டிரெஸ்ஸப் போட்டு டான்ஸாடி அதகளம் பண்ணினார்) , புல்லட் மாணிக்கவேல் - விருதுநகர் , மோகனவேல் சாரோட சொந்தக் காரர், மெஸ் விஜயராவ், ஏ.ஆர்.பி செளத் பாஸ்கர், நாக்கு நடடி என்கிற நடராஜன் - எம்.எஸ் பண்ணினார் , தூக்கில் தொங்கி இறந்துட்டார் ,

இப்படி நெறைய்யா சீனியர்கள் பண்ணிய அட்டகாசங்களை நெனைக்க நெனைக்க மனதில் மகிழ்ச்சிதான் !!

Dr. Seva Philomin
1984 Batch MBBS
Stanley medical college



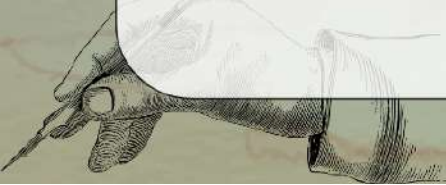
Dr. Jaichandran S
1987 Batch MBBS



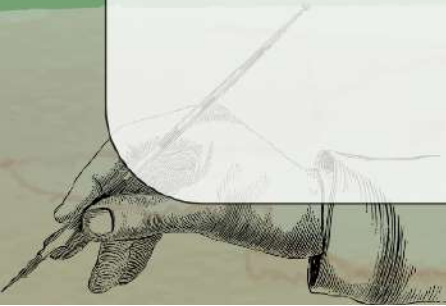
Dr.MAnanthan , M.S.,M.Ch.,
Associate Professor of Paediatric
Surgery, Government Tirunelveli Medical
College,
Tirunelveli- 627011.

ஸ்டேன்லி மெஸ்.

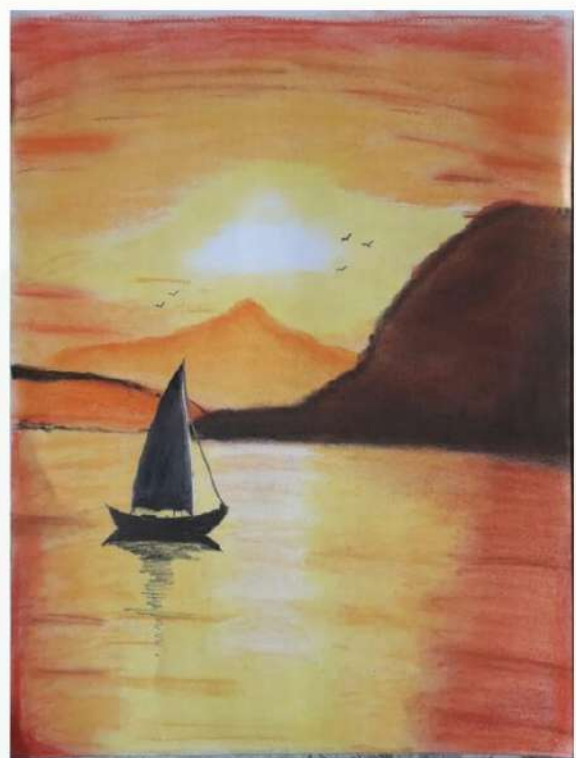
அப்போ மெட்ராஸிலேயே பெஸ்ட் மெஸ்ஸுன்னா ஸ்டேன்லியத்தான் சொல்வாங்க. அடுத்ததா வெடரனரி காலேஜ் . 1950 ல ராயல் மெஸ்ஸு ஒண்ணு இருந்துச்சாம். அதுல யூனிஃபார்ம் போட்ட சர்வர்களும் , பேன்ட் மியூனிக்ஸும் , பாரும் இருந்ததாக ஸ்டேன்லி ஸர்ஜன் (ஹாஸ்டல் பார்பர்) முடி வெட்டும்மோது கதைகதையாச் சொல்வாரு. எந்தளவுக்கு உண்மைன்னுத் தெரியல!! . ஐஸ் வாட்டர் எப்பவும் கிடைக்கும்.ஜிம்முல எக்ஸர்ஸைஸ் முடிச்சுட்டு ஐஸ் வாட்டர் குடிச்சா சொர்க்கந்தான். நாலு மணிக்கு ஸவீட் , மிக்ஸர் & காஃபி/ டீ கிடைக்கும். பணக்கார சீமான்கள் அங்க சாப்பிடாம டிவி ரூம் மேல இருக்கிற கேன்டின்ல சாப்பிடுவாங்க. அங்க மட்டன் பஃப்ஸ் ரொம்ப ஃபேமஸ். அங்க ஸ்வீட்ஸ் மற்றும் கூல்டிரிங்ஸ்லாம் இருக்கும்.அந்த கேன்டின்லதான் 24 மணி நேரமும் காஃபி / டீ கிடைக்கும்.எக்ஸாம் டைம்ல ரீடிங் ரூம்ல படிச்சிட்டிருக்கிறவங்களுக்கு யுவராஜ்னு ஒரு பையன் கேன்டின்லருந்து கொண்டுவந்து குடுப்பான்.நான் சொன்ன சீமான் கூட்டங்கள் அத உபயோகப்படுத்திப்பாங்க. ஏன்னா “போயிக்குடிக்கிற நேரத்துல ரெண்டு பக்கம் அதிகமாப் படிச்சுடலாம்” கிற, கல்வி மேல உள்ள தணியாத தாகத்துனாலதான். எனக்குலாம் அது எட்டாக் கனிதான். மாசம் அம்பது ரூபாய் பாக்கெட் மனில அதெல்லாம் நெனைச்சப்பாக்கவே முடியாது. நம்ம மெஸ்ஸுலதான் மூணு நேரமும் முட்டை கிடைக்கும். “நேரு” ன்னு ஒரு முட்டை மாஸ்டர் ஒரு சின்ன ஸ்டீல்ல உக்காந்துக்கிட்டு அந்த உயரத்தில் உள்ள அடுப்புல சைனீஸ் டைப் ஃபிரையிங் பேன் வச்ச விதவிதமா முட்டை தயார் பண்ணிக் குடுப்பான். அதுக்கு வெள்ளைக்கலர் டோக்கன். மாச ஆரம்பத்திலேயே ஆஃபிஸ்ல அத வாங்கிக்கலாம்.மெஸ்ஸுக்குப் போகும்போது ரெண்டைக் கிழிச்சப் பாக்கெட்ல போட்டுக்குவோம். முட்டை டிஷ்கள் பேரு சேலம் , கோயம்பத்தூர் , ஸ்ரீபிரியா , சில்க் இன்னும் பல பேர்கள்ல உருவெடுத்து நம்மை கிளுகிளுப்போடு சாப்பிட வைக்கும்.ரொம்பக் காலமா ஹாஸ்டல்ல தங்கிப் படிச்சிட்டிருந்த சூப்பர் சீனியர்கள் மெஸ் பில்லேக் கட்டாமல் சாப்பிடுவாங்க. மெஸ் செர்வன்ட்ஸுக்குப் பணத்தக் குடுத்து ரூமுகேக் கொண்டு வரவைச்ச சாப்பிடுவாங்க இல்லைன்னா யாரும் இல்லாத நேரத்துல சாப்பிடுவாங்க. அவங்க ஓண்ணுமேப் பண்ண முடியாது. சிலர் டிரக் அடிக்கடவும் இருப்பாங்க. வெளியிலயும் பிராக்டிஸலும் பண்ணுவாங்க. ஹாஸ்டலவேக் கெடுத்துக்கிட்டிருந்தாங்கன்னு மாஸ் பாஸ் குடுத்து வெளிய அனுப்புனாங்க. பரீட்சைல இவங்க அடிச்ச கூத்துகள்லாம் சொல்லி மாளாது. அதத்தனியா ஒரு எபிஸோடாவே எழுதலாம். சில மெஸ் செக்ரட்டரிகள் பெரிய ஊழல் பேர்வழிகளாயிருப்பாங்க. அவங்களுக்கெதிராத் திடீர்னு கலவரம் வெடிக்கும். ஆனா எதுக்கும் கலங்க மாட்டாங்க.



ஒருத்தர அப்படித்தான் பிடிச்சு “எதுக்குயா இவ்வளவு முந்திரிப் பருப்பு வாங்குனதாக் கணக்குக் காமிச்சுருக்க ? ” ன்னுக் கேட்ட போது “பொங்கலுக்குப் போட ” ன்னுச் சொன்னாரு. “பொங்கல்ல முந்திரிப் பருப்பையேப் பாக்கலியே?” ன்னுச் சொன்ன போது “அதை அரைச்சுப் போட்டோம்” னுக் கதை விட்டாரு. இப்போ அவரு ஆந்திராவுலப் பெரிய அரசியல்வாதியா ஆயிட்டாருன்னுச் சொல்றாங்க. அப்போதான் ஸ்ரீநாத் ரெட்டின்னு ஒரு சீனியர் மெஸ்செக்ரட்டரியா வந்தாரு. அதுதான் பொற்காலம். விதம்விதமா சாப்பாடுகளைப்போட்டு அசத்திட்டாரு. அப்போதான் பீஃப் எட்டிப் பாத்துச்சு அப்புறம் நிரந்தரமாச்சு. புதன் / வெள்ளி கீரைஸ் (Ghee rice) , சிப்ஸ் , லெமன்ஜூஸ் , சிக்கன் அதகளப் படுத்தும். நல்லா வயிறு முட்டத் தின்னுப்பிட்டு நியூபிளாக் எதிரேயுள்ள டேங்க் மேடை மேல சாஞ்சிருவோம். நியூ பிளாக்லத் தங்கியிருந்தவங்க தலையணையைக் கூடக் கொண்டு போயிருவோம். அப்புறம் என்ன , பொண்ணுங்களப் பத்தி இடைவிடாத பேச்சுத்தான். ஆனா யூனிட்மேட்டுகளத் தவிர வேற பொண்ணுங்ககிட்ட நேர்ல பேசுறதுக்குள்ள கை கால்லாம் வெலவெலத்துப் போயிரும். பேசத் தைரியமே வராது. தான் ஒருதலையா லவ் பண்ணுற பொண்ணுகிட்ட , காதலைத் தைரியமாச் சொல்லப் போறேன்னுக் கிளம்பி , பக்கத்துல போனவுடனேப் பயந்து போய் , “ ஒங்க பேர் என்ன ? ” ன்னு கேட்டுக் கேவலப் பட்டுத் திரும்பி வந்த கதைகள்லாம் உண்டு. அந்த கீரைஸ் போடுற அன்னைக்கு முட்டை கிரேவியும் , சிக்கன் கிரேவியும் இருக்கும். ரெண்டுக்கும் வேற வேற கலர்ல பிளாஸ்டிக் டோக்கன் மெஸ் வாசல்லக் குடுப்பாங்க. நோட்ல என்ட்ரி போட்டுட்டு எத்தன வேணுமோ வாங்கிட்டு உள்ள சர்வர்கிட்ட குடுத்தா அவன் கலருக்கேத்தது மாதிரிக் கொண்டு வருவான் சாப்பிட வேண்டியதுதான். ஏழு முதல் எட்டு மணி வரை ரொம்பக் கூட்டமாயிருக்கும். இதுனால எக்ஸாம் கோயிங் டேபிள்னு ஒண்ணு இருக்கும், அதுல மத்த யாரும் ஒக்காரக் கூடாது. இந்தக் கலர் டோக்கன் விஷயத்துல ஒரு பெரிய தப்பு இருந்துச்சு. கலர் கோடிங் கன்ஸிஸ்டன்ட்லா இருக்காது. இந்த வாரம் புதன் கிழமை சிக்கனுக்கு மஞ்சள் கலர் டோக்கன் இருந்தா ஒண்ணு ரெண்டு வாரத்துல அவங்கள அறியாம முட்டை கிரேவிக்குக் குடுத்திருவாங்க. அன்னைக்கு நாலு டோக்கன் வாங்கி மூணு டோக்கன் பத்திரப்படுத்தி வச்சிருவேன். கொஞ்சம் டோக்கன்களச் சேத்ததுக்கப்புறம் ரூம் மேட் ஸ்டேன்லி அண்ணாகிட்ட “என்னண்ணா! முட்டை விலைல சிக்கன் சாப்பிடலாமா ” ஏன்னு கேட்டேன். எப்படி ஆனந்த் எப்படி முடியும்னுக்கேட்டாரு ? விஷயத்தச் சொன்னேன் , வாயப் பொளந்துட்டாரு! முதல்ல , அன்னைக்குச் சிக்கன் டோக்கன் என்ன கலர்னு ஒற்று வேல பாக்குறதுக்கு ஒரு ஆள் போயிப்பாத்துட்டு வந்ததும் சந்தோஷமா நானு , ஸ்டேன்லி , பிரிட்டோ , நேரு எல்லோரும் போயிச்சாப்பிடுவோம். ஒரேக்குஷிதான். ஆனா ஒரு ரெண்டு தடவ இந்த மொல்ல / கேப் மாரித்தனம் பண்ணினதுக்கப்புறம், நிறத்திரலாம்னு முடிவெடுத்து டக்குன்னு நிறுத்திட்டோம். ஆனா எங்க பேட்ச்சுல சில பேர் அப்புறமா இந்த டெக்னிக்க யூஸ் பண்ணி மாட்டிக்கிட்டாங்க (பேர் வேண்டாம்) இப்ப நாங்க சந்திச்சாலும் அந்தத் திருட்டுத்தனத்த நெனைச்சு ஒருபுறம் கேவலமா இருந்தாலும் மறுபுறம் சிரிச்சுக்குவோம் !!



Dr. R Gowthami
2007 Batch MBBS
Stanley medical college



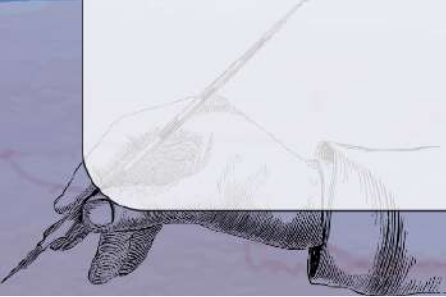


Dr. R Gowthami
2007 Batch MBBS
Stanley medical college

Dr.MAnanthan , M.S.,M.Ch.,
Associate Professor of Paediatric
Surgery, Government Tirunelveli Medical
College,
Tirunelveli- 627011.

ஸ்டேன்லி ஹாஸ்டல் ரெஸ்ட்ரூம்கள் !!

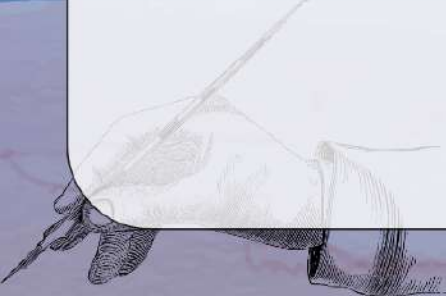
ஸ்டேன்லி ஹாஸ்டல் ரெஸ்ட்ரூம்கள் பிரசித்தி பெற்றவை. எந்த பாத்ரூமிலும் ஷவர் ஹெட் இருக்காது. புதுசா மாட்டினாலும் பிச்சிருவானுங்க. ஷவர் ஹெட்லருந்து பூவாளி மாதிரி விழுந்தா ஒருத்தனுக்கும் பிடிக்காது. சும்மா தபதபன்னு குற்றால அருவி மாதிரி ஷவர் ஹெட் இல்லாமல் நம்ம ஹெட் மேல கொட்டினாத்தான் குளிச்சது மாதிரி ஒரு திருப்தி. அழுக்கடைந்த & பாசி பிடிச்ச இத்துப் போன கதவுகள் இப்பவோ அப்பவோனு விழத் தயாராயிருக்கும். குண்டு பல்பு போட்டு இருளை முடிஞ்ச அளவு விரட்டிக் கொண்டிருக்கும். ரேகிங் போது ஸ்ட்ரிப் அவுட் பண்ணிப் பண்ணி பழகிப் போனதால நிர்வாணமா எல்லார் முன்னாடியும் நின்னாக் கூட வெட்கமே இருக்காது. சில தீவிரவாதிகள் ரூம்லருந்தே நிர்வாணமாப் போனதெல்லாம் உண்டு. ஒரே பாத்ரூம்ல சில நேரம் மூணு பேர் கூடக் குளிப்பதுண்டு. கத பேசிக்கிட்டேக் குளிப்பதும் ஒரு சுகம்தான். PWD இஞ்சினீயர்களின் அதி அற்புத மூளைத் திறன் கொண்டு கட்டினதால ஸ்லோப்பிங் கிரேடியன்ட் கதவுப் பக்கமா இருக்கும். குளிச்ச தண்ணியெல்லாம் கதவுப் பக்கம் வெளிய வரும். அதுனால வழக்காம ஜாக்கிரதையா நடக்கணும். அதுக்கு எதிரே டாய்லெட் இருப்பதால் அதுக்குள்ள போய் ஃபிளஷ் பண்ணி டீ இன் ஒன் வேல செய்யும். சிக்கன நடவடிக்கை & சீக்கிரம் டேமேஜ் ஆகாம இருக்கணுங்கிறதுக்காக பாத்ரூம் ஃபுளோருக்கும் கதவுக்கும் நடுவில் முக்காலடிக்கு மேல் இடைவெளியிருக்கும். (அந்த இடைவெளின்னால பெரிய கதை ஒண்ணு நடந்துச்சு). ரெண்டு யூரினல்ஸ் இருந்தாலும் சில கட்டுக்கடங்காக் காளைகள் டாய்லெட்ல அடிச்சிட்டுத் தண்ணி கூட ஊத்தாம நாதாரித்தனமாப் போயிருவானுங்க. அதுனால ரீனல் & ரெக்டல் எஃப்ளூயன்டஸ் , சோப்புகள் , சுவர்கள் மற்றும் கதவுகளிலிருந்து வரும் பூஞ்சைக் காளான் போன்றவைகளிலிருந்து வரும் அற்புதமான வாசனைகள் கலந்து கட்டிய பரிமள சுகந்த வாசம் வந்து குடலைப் பிடுங்கும். இந்தக் காளைகள் யூரினலில் அடிக்கணுங்கிறதுக்காக ரெட் பிளாக்கில் “ இங்கே பிஸ் அடிக்கவும்” என்று எழுதியிருந்தது . அதை எவனோ சேட்டைக் காரன் P க்குப் பதிலா K போட்டுட்டான் . எந்தக் காலேஜுக்கு விளையாடப் போனாலும்,



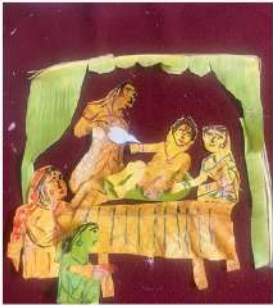
அல்லது வெளியே போனாலும் (எங்களுக்கு விளையாடுற அந்தக் கெட்ட பழக்கம்தான் இல்ல - வேடிக்கை பார்க்க & வெளியில் இருந்து ஆதரவு குடுக்க) பெயர்ப் பலகை எதையாவது திருடிக் கொண்டு வருவது வழக்கம். எங்க ரூம்ல கர்னல் அஹ்லிஜா என்கிற பலகை தொங்குச்சு. மாப்பிள்ளைகள் ரூம்ல இங்கே வைக்கோல் விற்கப்படும் என்கிற பலகை ரூமுக்கு வெளியே இருந்தது. இப்படி அடிச்சுக் கொண்டு வந்த இன்னொரு பலகைல *Vegetarian Mess* னு இட்டாலிக் டைப்புல இருந்ததை மாப்பிள்ளை ' இது எடுப்பா இல்லடா' ன்னு சொல்லி மஞ்சள் பேக்கிரவுண்டில கறுப்பு எழுத்துக்கள் தெரியும்படி கவர்ச்சிகரமா மாத்திட்டான். (அவன் ஒரு பெரிய பெயிண்ட்டர் & ஆர்ட்டிஸ்ட்). அதைக் கொண்டு போய் எங்க ரூம் (நம்பர் 9) பக்கத்தில் உள்ள டாய்லட் காம்ப்ளக்ஸ் கதவு மேல உள்ள கம்பிகள் உள்ள பகுதில மாட்டியாச்சு. ஒரு நாள் தனியா ரூமுக்குள்ள இருக்கும்போது , யாரையோ பார்க்க வந்த சொந்தங்கள் மெஸ்ஸுனு நெனைச்சு தெரியாம உள்ளே நுழைஞ்சு "சண்டாளப் பாவிகள் என்ன எழுதி வச்சிருக்கானுங்க பாரு , இவனுங்க உருப்படுவானுங்களா ! நெனைக்க நெனைக்கக் குமட்டுது ! " ன்னு திட்டிக்கிட்டே போற சத்தம் கேட்டது. வாயப் பொத்தி சிரிச்சுக்கிட்டே சத்தம் போடாம இருந்தாச்சு!! .

எங்க ரூம்மேட் ஒரு பச்சைக் கலர் துண்டு ஒண்ணு வச்சிருந்தார். அதைத் துவைப்பதேக் கிடையாது. அலாவுதீன்படத்துல வற்ற பறக்கும் கம்பளம் மாதிரி ஒரு பக்கம் பிடிச்சா சும்மா ஸ்டிஃபா நிக்கும். மடிச்சுத் தோளில் எல்லாம் போட முடியாது. பாத்ரூமுக்குள்ள போனவுடனே அதுக்குத் தண்ணியத் தெளிச்சுக் கொஞ்சம் இளகி வந்தவுடனே ஷவர் குழாய் மேலப் போடுவாரு. அப்பவும் கோபத்த விடாம பாதி விறைச்சுக்கிட்டுத்தான் இருக்கும். ஒரு வழியாத் துவட்டி முடிச்சவுடனே , அப்படியேக் கம்பில காயப் போட்டுருவார். மறுநாள் இதேதான் ரிப்பீட். ஒரு நாள் மாப்பிள்ளை அது பக்கத்தில் ஓரசுற மாதிரிப் போனவுடனே " பாத்துப் போங்க ஜான் , உடம்பக் கிழிச்சு ஒங்க உயிருக்கு ஆபத்தாயிருச்சின்னா நான் பொறுப்பில்லை" ன்னு சொல்லிட்டார். அந்தளவுக்கு ஸ்டீல் பிளேட் மாதிரி வலிமையா இருந்துச்சு. அதக் கடைசிவரை மாத்துனதாத் தெரியவில்லை!!.

எங்க இன்னொரு ரூம்மேட் பாக்கத்தான் அப்பாவி மாதிரியிருப்பான், பாத்ரூமுக்குள்ள போயிட்டான்னா அடப்பாவியா மாறிப்போய் சீறும் சிறுத்தை / பாயும் புலி ரேஞ்சுக்கு பாட்டுக்கள எடுத்து விடுவான், அதக் கேட்டு பக்கத்து பாத்ரூம்ல இருக்கிறவன்லாம் பதறிக் கதறுவானுங்க. ஒரு தடவை சீனியர்ஸுக்கு எக்ஸாம் நேரத்துல , அமைதியான காலை நேரத்துல நியூ பிளாக் பாத்ரூம்ல போய் " பொன்மேனி உருகுதே" ங்கிற பாட்ட சத்தம் போட்டு பாடியிருக்கான். ' பிளாக்லருந்து சீனியர்கள் கல்லை எறிஞ்சு , கண்ணாடியெல்லாம் உடைச்சு " ங்கோ.... உன் மேனி உருகாது, கருகிடும்"னு சொல்லித் திட்டியிருக்கானுங்க ! அன்னைக்குப் பாட்ட நிறுத்துனவன்தான் அப்புறம் பாடவேயில்லை !!



Dr. Veena Balamurugan





Dhanya Lakshmi J
2024 Batch



அச்சமடைவது எப்போது?

ஆரோக்கிய எழும்பல்.
அன்றாட தொடக்கம்.
வழக்கமான நாள் கடத்தல்.
வருத்தமில்லா உறக்கம் !

இடர்பாடுகள் தோன்றும் போது,
சிக்கல்கள் நேரும் போது,
முடிவுகள் முன்னரே உணர்ந்தால்! அவை
முற்றுறும் கால அளவு புரிந்தால்!!
அச்சப்படுவதில்லை!!!

வினை புரியும் விளைவுகள்
விளங்கியிருக்க...
எதிர் வினையாய் ஆகும்போது
அச்சப்படுவதில்லை!!

அனுபவங்கள் தந்த
அணுகுமுறையையே
அன்றாடம் கடைபிடிக்கிறேன்!

அறிவியல் முன்னேற்றங்கள்,
பின் வந்த தலைமுறையின்...
மாற்று வழிமுறைகள்,
அறியாமல்,
தேர்ச்சி பெறாமல்
இருந்திடுவேனோ?
அச்சமுண்டு!!!

சாகசங்கள் விருப்பமில்லை!
சராசரியே சாதனை எனக்கு!!

சாதாரணம் அச்சமில்லை
அற்பமாகிடுமோ? என
அச்சமுண்டு!!

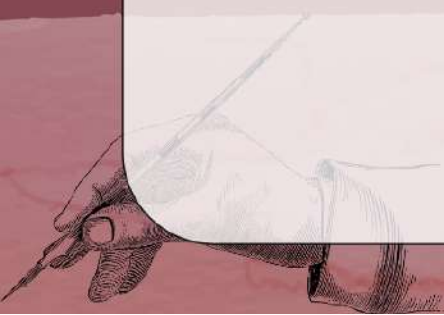
இழப்பு அச்சமில்லை!
இழிவு அச்சமுண்டு!!

மதிப்பு அச்சமில்லை!
மன்னிப்பு அச்சமுண்டு!!

கடவுள் அச்சமில்லை!
கர்மபயன் அச்சமுண்டு!!

தோல்வி அச்சமில்லை!
துவண்டிடுவேனோ? என்ற
அச்சமுண்டு!!

அச்சம் என் உந்துதல்....



A S Vinochan Sriram
2024 Batch



R Harish Karthick
2024 Batch



Indumathi S
2023 Batch



அழகான அணிகலன்

அழகியை பேரழகியாக்கிய,
வகை வகை யான அணிகலன்களுக்குள்
அழகானது
யாரென போட்டி.

பூசுக்குடி கொண்டாடும் சுபதினத்தில்
மங்கையவள் அணியும் நெற்றிசுட்டியா?

நங்கையவள் நடனமாடும்போது, - காதோடு
கொஞ்சி பேசும் டோலாக்கு காதணியா?

கண்டவுடன் சுண்டி இழுக்கும்
நல்லாளின் வைரக்கல் மூக்குத்தியா?

கன்னியவள் கைக்கூப்பி வணங்குகையில்
கலகலவென இசைக்கும் வண்ண வளையல்களா?

சுந்தரியின் சங்கு கழுத்தில்
தகதகவென ஜொலிக்கும் தங்கசங்கிலியா?

கோதையிடம் காதல் பேசும்
மணவாளன் சூடிய மோதிரமா?

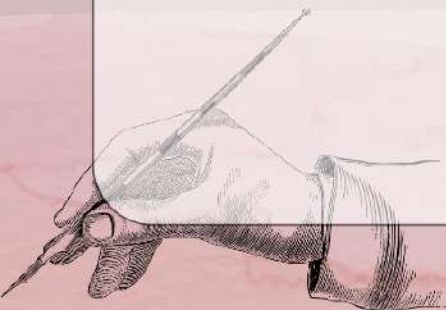
பூவையரை கொடியிடையாக்கிய
இடையணியான மேகலையா?

பேதையவள் வெட்கத்துடன் ஓடுகையில்
ஜல் ஜல் என பாடும் வெள்ளி கொலுசா?

பாவையரின் பாதமெத்தையாகி
கல், மண், முள் குத்தாமல் காத்து,
அழகாக, அளவாக பொருந்தும் காலணியா?

அழகோடு, ஆரோக்கியம் ஈந்த
காலணியே, அணிகலன்களுக்குள் அழகானது
முடிவில், ஐயமும் உள்ளதோ?

1984-90-இல், ஸ்டான்லியில் நடந்த பொற்காலத்தில்
என்னை தாங்கி, பாதுகாத்து, - இன்று
மூட்டு வலி நிவாரணமாகி
நீரிழிவுநோய் பாதகங்களின் எதிரியாகி,
சடுவெய்யில், கடுங்குளிர் காவலனாகி
பாதத்திற்கு நற்பணிகள் பல புரியும்
அழகு காலணிக்கு ஜே! ஜே!



Dhanya Lakshmi J
2024 Batch



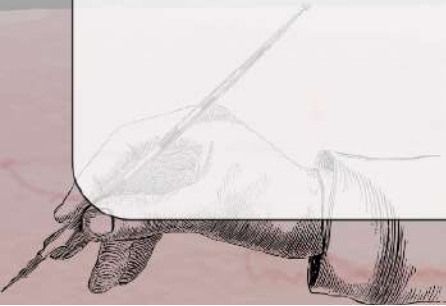
Aravind Balaji K
2023 Batch



மரு. கருணாகரன்
(1985 Batch)

ஸ்டான்லி மருத்துவக் கல்லூரி

பள்ளி முடித்துப் பதின் பருவம் நுழைந்தோம்
முடியாத மருத்துவம் முனைய
உன்னுள் அடைந்தோம்
பாடங்கள் மட்டும் அல்ல
(பெண்) பார்வைகளையும் படித்தோம்
நோய்களை மட்டும் அன்றி
நோயாளிகளையும் அறிந்தோம்
சொர்க்கம் உணர்ந்தோம்
நரகம் புரிந்தோம்
மாற்றுப் பாலின மறுதலில்
மயங்கிக் தெளிந்தோம்
மீசையும் தாடியும்
வளர்த்து அழித்தோம்
பாதைகள் மாறிமாறிப்
பயணங்கள் தொடர்ந்தாலும்
கல்லூரி பந்தம் மட்டும்
காற்றாடி நூலாய்...
இரு முறை துடிக்கும் இருதயமும்
ஸ்டான்லி, ஸ்டான்லி என்றே துடிக்கும்
நட்பின் இலக்கணங்களை
நாள்தோறும் உணர்த்தி
நீங்கா நினைவுகளில்
நீச்சலிடும் எங்கள்
அன்னை ஸ்டான்லியே!
நன்றிகளும் வணக்கங்களும்!!



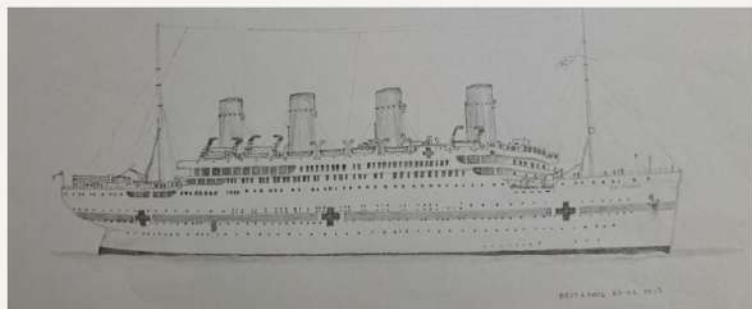
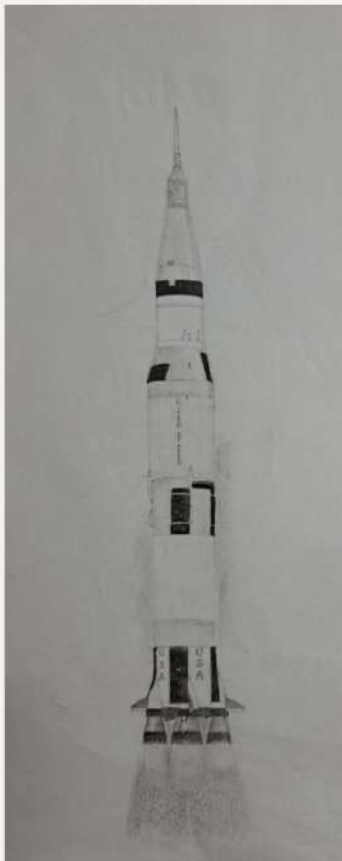
Jothika RJ
2023 Batch



Ranjini R
2024 Batch



Pranav Rajasekaran
2023 Batch



மரு. இளஞ்செழியன்

இவ்வுலகில் நீக்கமற நிறைந்திருப்பவன் ஒருவனை நெடுங்காலமாய் அறிவேன் நான்

அவன் என் நெஞ்சில் மட்டுமல்ல உடலில், குடலில் உறுப்புகளில், சத்தமில்லாமல், நின்று சாதகம் செய்து கொண்டிருக்கிறான்

பரிணாமத்தின் பதின் படிகளில் தன் பயணத்தை தொடங்கியவன், கடந்த பல மில்லியன் ஆண்டுகளாய் பதறாது தன் பாதை தவறாது பயணிக்கின்றான்

புரோகார்யோட்டாய் இப்புவியில் புகுந்தவன் தன் இணையர் நியூக்ளியஸ் மற்றும் மைட்டோ காண்ட்ரியாவுடன் இணைந்து நம் மூதாதையர் இயூகார்யோட் சந்ததிக்கு இனிதாய் அடிகோலினான்.

சந்ததிகளில் பலவாய் உருவான சகல உயிரினங்களின் சந்து பொந்துகளிலும் சாப்ரோபைட்டாய், பாரஸைட்டாய், நிரம்பி அவற்றின் நித்திய வாழ்வுக்கு நிரந்தர பங்காளியானான்

வறண்ட பாலைவனம், வான் ஊர்திகள், விண்வெளிகலன்கள் , வென்னீர் ஊற்றுக்கள் ,வியத்தகு ஆழங்கள், பூமியின் உள்ளுக்கு , அணுக் கழிவுகள் ,ஆசிட் ஊற்றுகள் உறைபனி மலைகள் , மின்சாரத்தை பெற்றெடுக்கும் மின்காந்த கலன்கள், எண்ணெய் கழிவுகள் என எங்கெங்கிலும், கால் பதித்தான்

அவனின்றி ஓர் அணுவும் அசையாது ஆம் இவ்வுலகில் நீக்கமற நிறைந்திருப்பதாய் நெடுங்காலமாய் நான் அறிந்தவன் இவனே

ஆம் உங்கள் ஒவ்வொருவரிலும் ஒவ்வொரு செல்லிலும் ஒளிந்திருக்கிறான் அவன்.

அவன் யாரென்று புரிந்திருப்பீர்

அவன்... பாக்டீரியா , தான் என்று அறிந்திருப்பீர்.

சாப்பிரோபைட்டாய் அவன் செய்த சாதகம் சாதனா சர்கம் போன்றிருந்தது

அவன் பாரஸைட்டாய் ஆன பின்போ சாதனா போய் சகிக்கவொணா வேதனை வெக்கை என்றானது

நாம் எடுக்கும் ஆயுதங்களை நம் எதிரியே தீர்மானிக்கிறான் என்ற சொல் வழக்கின் இலக்கணம் அவன் நாம் எடுத்த ஆயுதங்களுக்கு (antibiotics) அவன் மறுபடியோ (Mutation) பேராயுதங்கள்.

ஆகவே நண்பர்களே அவன் அழிக்க முடியா வரம் பெறுவதை நிகரான ஆயுதமெடுத்து (rational antibiotic)

உறுதியாக தடுப்போம் அவன் நிரந்தர நீசனாவதை (antibiotic resistance)

தகர்ப்போம் .





Subikshha J M
2024 Batch



Jayashree Lakshmi R
2024 Batch



Nithya Bharathi S
2024 Batch



மரு. ரேணுகா
1989 Batch

மான்கள் ஆட
கால்கள் ஆட
மயில்கள் ஆட
கைகள் ஆட

முன்னாள்
இன்னாள்
மாணவர்கள் ஆட

அடடா
ஸ்டான்லி கல்லூரி
திருநாள் இன்று

மரு. சாவித்திரி
1989 Batch

கைகள் இரண்டும் கட்டி
இருந்தாலும்
தோள் சாய நான் இருப்பேன்
என்றென்றும்...

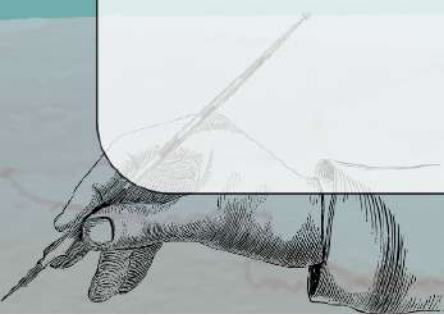
நட்பு

R.காவ்ய தர்ஷினி
2023 Batch

அரும்பாக இருந்தவளை மலராக மாற்றினாள்
பேதையாக இருந்தவளைப் பெண்ணாக மாற்றினாள்
வெற்று காகிதமாக இருந்தவளை ஓவியமாக மாற்றினாள்

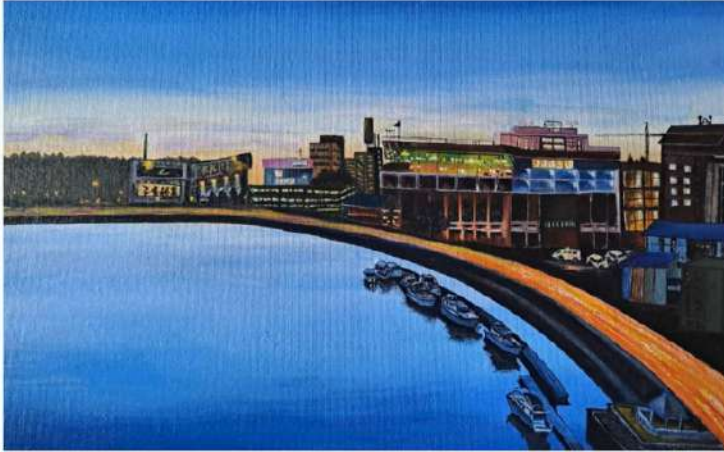
ஏமாற்றகளைப் பாடமாக மாற்றினாள்
உன் மடியில் இருந்த வரை உலகம் அழகாகத்தான் தெரிந்தது
என் முகம் பார்க்கும் முன்பே என்னை நேசித்த என் தாயே !

இனிய அன்னையர் தின வாழ்த்துக்கள் !





Shivani RV
2024 Batch



க.பிருந்தா கௌஸல்யா.

2023 Batch

இணையம்!

வீடு விட்டு வீடு சென்று பேசின காலம் சென்றது, வீட்டுக்குள்
உள்ளவர்கள் பேசியும் பல நாட்கள் சென்றது,

முகம் பார்த்து பேச நேரமில்லை ஆனால் முக நூலில் பேச நேரம் மிக
அதிகம்,

நிலவில் கால் பதித்த நாம், சாப்பீராட்டிற்காக நிலத்தில் கால்
பதிக்காமல் போனது ஏனோ?

விழுந்தால் கை கொடுக்க ஒரு நண்பன் இல்லை ஆனால்
இணையத்திலோ இலட்சத்தை மிஞ்சுகிறது,

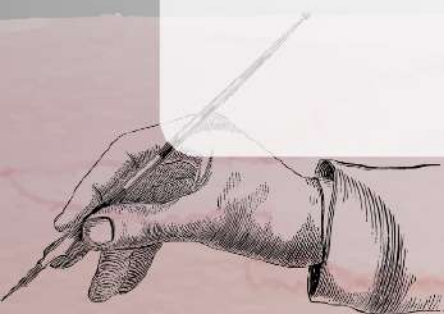
இது மனித சமூகமா? இல்லை இணைய சமூகமா?

உண்ணும் உணவு முதல் உகுத்தும் உடை வரை இணைய மயமாக.
ஆனதால் என்னமோ உழைப்பு எண்ணும் வார்த்தை கூட மறந்து
போனது,

இங்கு மனித நேயம் அல்ல இணைய நேயம் தாள் உள்ளது.

இது சமூக வளர்ச்சியா? இல்லை மனித அழிவின் வளர்ச்சியா?.

ஊரடிகார சமகாலத் தோழர்களே, நம் சமூகத்தை மாற்ற வாரீர், நல்ல எதிர்
காலத்தை உருவாக்குவீர் !!!.



Alumni Sports Meet 2024







Alumni Day 2024















Alumni day 2024 award winners













UNTIL WE MEET AGAIN NEXT YEAR