

கோகில தீபம்



சிவமயம்



சோலை பல்வையாண்கட்டு பிறும்பிடமாகவும்
வதிவிடமாகவும் கொண்ட

அமரர்

முத்துலிங்கம் கோகிலன்

அவர்களின் சிவப்பேறு குறித்த

“கோகில தீபம்”

07.03.2023

சுமர்ப்பணம்

குடும்பத் தலைவராய்
எம் குல விருட்சமாய் விளங்கி
குடும்பை களைந்த இனியவரே!
அப்பா! எம் அப்பா!
அன்பில் அருளில் அனைவரையும்
அணைத்து நிற்கும்,
பண்பில் - வந்தாரை வரவேற்று மகிழ்ந்து
விருந்தளிக்கும் மாண்பில் நிகரற்று,
விளங்கிய எம் தந்தையே!
எமை சீன்று பிரிந்தீர்.
இறையடியே தஞ்சமெனப் போனீர்!
எம் பேர் வாழும், நீர் எம்மிற் பதித்த
பண்புகள் வாழும்!
எம் அருமைத் தந்தையே
உங்கள் ஆத்மா - விநாயகர் திருவருள்
துணைகொண்டு, எம் குலதெய்வமாம்
முத்துமாரி அம்மன் திருத்தாள்களை சென்றடைய
பிரார்த்தித்து "கோகில தீயம்" எனும் மலரினை உம்
பாதங்களில் சுமர்ப்பணம் செய்கின்றோம்.

ஓம் சாந்தி! சாந்தி!! சாந்தி!!!

குடும்பத்தினர்.



அன்னை மடியில்
1992.10.08

அமர்

இறைவனடியில்
2023.01.22

முத்துலிங்கம் கோகிலன்

திதி நிர்ணயம்

சொல்லவரு சுபகிருதில் சுபர்ந்திமோசி மாதமதில்
வல்லவளர் வழங்குதிதி திருதியை - நல்லவராம்
போற்றுமுயர் முத்துலிங்க புத்திரனார் கோகிலன்
சாற்றுமுயர் வீற்றார் சார்ந்து.

உ
சிவபயம்

தோத்திரப் பாக்களி



திருச்சிற்றம்பலம்

விநாயகர் துதி

ஐந்து கரத்தனை ஆனைமுகத்தனை
இந்தின் இளம்பிறை போலும் எயிற்றனை
நந்தி மகன்றனை ஞானக் கொழுந்தினைப்
புந்தியில் வைத்தடி போற்றுகின்றேனே.

தேவாரம்

ஓவு நாள்உணர் வழியும் நாள்உயிர்
போகும் நாள்உயர் பாடைமேல்
காவும் நாள்இவை என்ற லாற்கரு
தேன்கி ளர்புனற் காவிரிப்
பாவ தண்புனல் வந்தி ழிபரஞ்
சோதி பாண்டிக் கொடுமுடி
நாவ லாஉனை நான்ம றக்கினும்
சொல்லும் நாநமச்சி வாயவே

திருவாசகம்

பூசுவதும் வெண்ணீறு பூண்பதுவும் பொங்கரவம்
பேசுவதும் திருவாயால் மறைபோலும் காணோ
பூசுவதும் பேசுவதும் பூண்பதுவுங் கொண்டென்னை
ஈசனவன் எவ்வுயிர்க்கும் இயல் பாணான் சாழலோ

திருவிசையா

அன்னமாய் விசும்பு பறந்தயன் தேட
அங்ஙனே பெரிய நீசிறிய
என்னையாள் விரும்பி என் மனம் புகுந்த
எளிமையை என்றுநான் மறக்கேன்
முன்னமால் அறியா வொருவனாம் இருவா
முக்கணா நாற்பெருந் தடந்தோள்
கன்னலே தேனே யமுதமே கங்கை
கொண்ட சோளேச்சரத்தானே.

திருப்பல்லாண்டு

ஆரார் வந்தார் அமரர் குழாத்தில்
அணியுடை ஆதிரைநாள்
நாரயணனொடு நான்முகன் அங்கி
இரவியும் இந்திரனும்
தேரார் வீதியில் தேவர் குழாங்கள்
திசையனைத்தும் நிறைந்து
பாரார் தொல்புகழ் பாடியும் ஆடியும்
பல்லாண்டு கூறுதுமே

திருப்புராணம்

ஐந்துபேரறிவும் கண்களே கொள்ள
அளப்பெருங் கரணங்கள் நான்குந்
சிந்தையேயாகக் குணமொரு மூன்றுந்
திருந்துசாத்துவிகமே யாக
இந்துவாழ் சடையா னாடு மானந்த
எல்லையில் தனிப்பெருங் கூத்தின்
வந்தபேரின்ப வெள்ளத்துள் திளைத்து
மாறிலா மகிழ்ச்சியின் மலர்ந்தார்.

திரும்புகழ்

பக்தியால் யானுனைப் பலகாலும்
பற்றியே மாதிருப் புகழ்பாடி
முத்தனா மாறெனைப் பெருவாழ்வின்
முத்தியே சேர்வதற் கருள்வாயே
உத்தமா தானசற் குணநேயா
ஒப்பிலா மாமணிக் கிரிவாசா
வித்தகா ஞானசத் தினிபாதா
வெற்றிவே லாயுதப் பெருமானே

வான்முகில் வழாது பெய்க மலிவளஞ் சுரக்க மன்னன்
கோன்முறை அரசு செய்க குறைவிலா துயிர்கள் வாழ்க
நான்மறை அறங்கள் ஓங்க நற்றவம் வேள்வி மல்க
மேன்மைகொள் சைவநீதி விளங்குக உலகமெல்லாம்.
திருச்சிற்றம்பலம்

என் எண்ணம்

எந்தச் சமயத்தைச் சேர்ந்தவர்களும் முழு மனிதனுக்குரிய
அறவாழ்க்கையை மேற்கொள்வதற்கான வழிவகைகளை இவ்
இசைக்கோர்வை எடுத்தியம்புகிறது.

சமயங்கள், ஒவ்வொருவரிடமும் சமூக இசை வாக்கத்தையும், மனித
தத்துவத்தின் மேம்பாட்டையும் வலியுறுத்துகின்றன. ஆனால்
அக்கருத்துக்கள் மறைபொருளாகத் தோத்திரப் பாடல்களில் அமையும் போது
பலர் கருத்தறியாமலே ஓதுவது மனப்பக்குவத்துக்கும், மெய்க்ஞானம்
பெறுவதற்கும் மிகு பயன்தராத நிலையை உணர்ந்துள்ளோம்.

விசேடமாக சிறுவர்களின் மொழியாற்றலுக்கு ஏற்படைய இலகுவான
கருத்துள்ள பாடல்கள் இல்லாத குறையை அவதானித்து இக் குறைபாட்டை
ஓரளவேனும் நிவர்த்திக்கும் வகையில் அவசரமாக எழுதப்பட்டுள்ள இந்
நூலின் குற்றம் களைந்து குணங்கொள்ளுமாறு வேண்டுகின்றேன். கல்வி
நோக்கம் குறிக்கோள்களுக்கமைய எழுதப்பட்டுள்ள இக் கோர்வையை
சிறுவர் இசையுடன் ஓதும் போது இசைஞானம், மெய்க்ஞானம் வளரும்,
அதே வேளை மனதை அறவாழ்வுக்கு இட்டுச் செல்லும் என
நம்புகின்றோம்.

வாழ்க்கை வரலாறு

சைவமும் தமிழும் தழைத்தோங்கும் பண்புள்ள பதியாக விளங்குவது பூநகரி பிரதேசம் என்றால் மிகையாகாது. மா, பலா, வாழை, முக்கனிகளும் நெல் விளைநிலங்கள் கடல்வளம், வனவளம், தெங்கு, பனை எனப் பலவகைகளாலும் மேலும் சிறப்புக்குரிய இடமாக திகழ்வதும் சிறப்பம்சமாகும். இப்பிரதேசத்தில் சோலை பல்லவராயன்கட்டு மேலும் ஒருபடி உயர்ந்து பன்றி வெட்டி, நாகபடுவான் என இருபெரும் குளங்களும் தன்னகத்தே அமைந்து சிறப்பு பெறுகின்றது.

இவ்விடத்தில் வாழ்ந்து வருபவர்கள் நெற்றியில் சந்தனப் பொட்டுடனும், எந்நேரம் தனது துவிச்சக்கர வண்டியின் பின் கரியலில் மணவெட்டியும் கட்டிக்கொண்டு தான் செய்யும் தொழிலே தெய்வம் என்னும் மனஉறுதியும், முத்துமாரி அம்மன் குலதெய்வமாகவும் கொண்டு வாழ்ந்த குடும்பம் முத்துலிங்கம் குணலட்சுமி குடும்பமாகும். இரண்டு பேரும் பெயர் அமைந்தது போல் வாழ்வியலும் சிறப்பாக நாம் உண்டு நாம் செய்யும் விவசாயம் உண்டு என்று மண்ணோடும், கால்நடைகளுடனும் நன்றே வளம் பெருக்கி வாழ்ந்து வாழ்ந்து வருகின்றனர். தெய்வீகத்துடனும், சிறந்த பண்பிலும், வாழ அவர்களின் பெயர் அமைந்ததும் சிறப்புக்குரியது.

இவர்கள் இருவரும் பூவும் மணமும் போன்று வாழ்ந்து வருகின்றனர். இவர்களுக்கு குலதெய்வத்தின் மீது அதீதமான பக்தி வைராக்கியம் உண்டான காரணத்தினால் சோலை பல்லவராயன் கட்டை வதிவிடமாகவும் அமைத்துக் கொண்டார். இவர்களின் இல்லற வாழ்வில் முதல் மழலைச் செல்வமாக பெற்ற பெண் குழந்தைக்கு ரோகிணிகேவி என்னும் நாமகரணம் கூட்டி நன்றே வாழ்ந்து வந்தனர். சந்தானலட்சுமி அருள்கடாட்சம் பெற்று இரண்டாவது பெண்குழந்தைக்கு சரஸ்வதி, மூன்றாவது மகனுக்கு சத்தியநாதன், நான்காவது மகளுக்கு சந்திரமோகன், ஐந்தாம் கால பெண்பிள்ளை கெஞ்சினாலும் கிடையாது என்று கூறுவர் இவர்களுக்கு ஐந்தாவது பெண் பிள்ளையாக பெற்ற

பெண்மகவுக்கு சாந்தினி , ஆறாவது மகவுக்கு உமாதேவி, ஏழாவது மகவுக்கு ரோகினிகலா என்றும் பெயரிட்டனர். 1992.01.08 அன்று திகதி எட்டாவது மகவாக, செல்வப்புதல்வனாக பெற்றவருக்கு கோகிலன் என்றும் நாமம் சூட்டினர். இவர்கள் சிறப்புற தெய்வீகம் நிறைந்த குடும்பமாக வாழ்ந்து வந்தனர். அஷ்டமகவுகளும் இளமைத்துடிப்பும் துணைவியும் பொருந்திய நற்குண நற்செயல்களுடன், கல்வி கற்று தந்தை தாயாருக்கு உறுதுணையுடைய பிள்ளைகளாக வாழ்ந்து வந்தனர்.

எட்டாவது செல்வப்புதல்வனை கடைக்குட்டி என்று, முத்துவிங்கமும், குணலட்சுமியும் செல்வமாக கோகிலன் மீது அன்பு பாராட்டி வளர்த்து வந்தனர், கோகிலனை - தம்பா என்னும் செல்லப் பெயர் கொண்டு அவர்கள் சகோதரர்கள் அழைக்கலாயினர். தம்பா என்ற பெயர் ஊர்கள் எங்கும் அவருக்குரிய பெயராகவே துலங்கியது.

இளமைப்பருவத்தில் துடிப்பு மிக்கவராகவும் செல்லமாகவும் வளர்ந்து வந்தார். மூத்த சகோதரர்களின் அரவணைப்பும், தாய் தந்தையாரின் பரிவும் இவர் மீது சிறப்பாகக் தெரிந்தது. இளமைக் கல்வியை கிளி/நாகபடுவான் இலக்கம் 3 அ.த.க. பாடசாலையிலும் இடைநிலைக்கல்வியை கிளி/ஜெயபுரம் மகாவித்தியாலயத்திலும் கற்றார். தந்தைவழி பரம்பரையாக செய்து வந்த விவசாய வளங்களை தன் தந்தையுடனும் சகோதரர்களும் ஓய்வுநேரங்களில் சுறுசுறுப்புடன் செய்துவந்தார்.

இவர் இளமையில் நண்பர்கள் கூட்டத்துடன் இணைந்து வாகனங்கள் ஓட்டுவதற்கு பழகிக்கொண்டார். பின்னர் தனது திறமை காரணமாக உழவு இயந்திரம் இயக்குவதில் பெரும் திறமைசாலியாகத் திகழ்ந்தார். மணப்பருவம் அடைந்ததும் தென்மராட்சி, கொடிசாமம், தவசிகுளம், மிருசுவில் பதியில் தெய்வீகமாகவும் வாழ்ந்து வந்த குடும்பம் சிற்றம்பலம் மகேஸ்வரி தம்பதிகள் ஆவார். இவர்களது மூன்றாவது புத்திரியாகவும், இக்குடும்பத்தில் செல்வப்புதல்வியாக பிறந்த சுவேந்தினி என்பவரை பெரியோர்கள் 2012ம் ஆண்டு திருமணபந்தத்தில் இணைத்து

வைத்தனர். இரண்டு பேரும் அவரவர் பெற்றோர்களுக்கு செல்வமாகப் பிறந்து வாழ்ந்தது சிறப்பம்சமாகும். இவ்வாறு திருமணம் அமைவது அரிது. அரிய பேறாகப் பெற்ற திருமணப்பந்தத்தில் சிறப்புற இல்லை சிறக்க நல்லறம் பெருக இரு ஆண் மகவுகளைப் பெற்றெடுத்தனர். முதல் பெற்ற புத்திரனுக்கு துசான் என்றும், இரண்டாவது புத்திரனுக்கு பிரசாந் என்றும் நாமகரணம் செய்து இரண்டு கண்களாகப் போற்றி வளர்த்து வந்தனர். துசான் கிளி/கரியாலை நாகபடுவான் இலக்கம் 3 அ.த.க. பாடசாலையில் கல்வி கற்று வருகிறார்.

பிரசாந் அன்புச்சோலை முன்பள்ளியில் கல்வி பயின்று வருகின்றார்கள். தம்பாவின் தனித்திறமை காரணமாக சிறந்த விவசாயியாகத் திகழ்ந்தார். உழுவியந்திரம் தனக்கென வைத்திருக்கும் பாக்கியசாலியானார். ஊரவர்கள் எல்லோருக்கும் உதவி செய்யும் மனோபக்குவம் கொண்டவர். இதனால் சென்ற இடமெல்லாம் தனக்கென ஒரு கூட்டத்தை சேர்த்துக் கொண்டார். கிளிநொச்சி, பூநகரிப் பிரதேசத்தில் தம்பா என்றால் தெரியாதவர்கள் இல்லை என்ற அளவுக்கு பெயருடன் வாழ்ந்தார்.

எப்படி இருப்பினும் விதியை யாரால் வெல்ல முடியும். பூவுலகம் என்பது பொன்னுலகம் என்றால் மிகையாகாது. சிறந்த நாடகமேடை இம்மேடையில் பாத்திரங்கள் ஏற்று நடித்து கொள்வது அனைத்து உயிரினங்களுக்கு விதிப்படியே அமையும். அதே போன்று கோகிலன் தம்பா அவர்களின் நடிப்புக்கு பூமியில் நிறைவாகும் நேரம் நெருங்கியது. பூவுலக வாழ்வை விட்டு இறைவனடி சேரும் காலமும் அண்மித்து விட்டது என்பது வேதனைதரும் விடயமாகும். இருப்பினும் நியதியை யாராலும் மாற்ற முடியாது. அவரது ஆத்மா 22.01.2023 மாலை 5.30 மணியளவில் வளர்பிறை திருதியை திதி கூடிய நேரத்தில் இறைவனடி சேர்ந்தது. அன்னாரது ஆத்மாவானது குலதெய்வமாமம் முத்துமாரி அம்மன் திருவருளால் திருகையன் திருப்பாதம் சென்றடையப் பிரார்த்தனை செய்து மனம் சாந்தியடைவோமாகா.

ஓம் சாந்தி! ஓம் சாந்தி! ஓம் சாந்தி!!!

விநாயகர் துதிகள்

காசிக் கலம்பகம்

பாசத் தளை அறுத்துப் பாவக் கடல் கலக்கி
நேசத் தளைப்பட்டு நிற்கும் - மாசற்ற
காரார் வரை ஈன்ற கன்னிப் பிடி அளித்த
ஓராணை வந்தென் உளத்து.

மூதுரை

வாக்குண்டாம் நல்ல மனமுண்டாம் மாமலராள்
நோக்குண்டாம் மேனி நுடங்காது - பூக்கொண்டு
துப்பார் திருமேனித் தும்பிக் கையான் பாதம்
தப்பாமற் சார்வார் தமக்கு

நல்வழி

பாலுந் தெளிதேனும் பாகும் பருப்புழிவை
நாலும் கலந்துனக்கு நான் தருவேன் - கோலஞ்செய்
தூங்கக் கரிமுகத்துத் தூமணியே நீ எனக்குச்
சங்கத் தமிழ் மூன்றுந் தா.

விவேக சிந்தாமணி

அல்லல் போம் வல்வினை போம் அன்னை வயிற்றிற் பிறந்த தொல்லை போம்
போகாத் துயரம் போம் - நல்ல குணமதிகமாம்
மாமதுரக் கோபுரத்துள் வீற்றிருக்கும்
கணபதியைக் கைதொழுதக் கால்

திருவிளையாடற் புராணம்

உள்ளமெனும் கூடத்தில் ஊக்கமெனுந் தறி நிறுவி உறுதியாகத்
தள்ளரிய அன்பெனுந் தொடர்பூட்டி இடைப்படுத்தித் தறுகட் பாசக்
கள்ள வினைப் பசுபோதக் கவளமிடக் களித்துண்டு கருணை யென்னும்
வெள்ளமதம் பொழிசித்தி வேழத்தை நினைந்து வரு வினைகள் தீர்ப்பாம்.

சத்தியாய் சிவமாகித் தனிப்பர
முத்தியான முதலைத் துதிசெய்யச்
சுத்தியாகிய வாற்பொருள் நல்குவ
சித்தியானை தன் செய்ய பொற் பாதமே

கந்தபுராணம்

திகட சக்கரச் செம்முகம் ஐந்துளான்
சகட சக்கரத் தாமரை நாயகன்
அிகட சக்கர வின்மணி யாவுறை
விகட சக்கரன் மெய்ப்பதம் போற்றுவோம்.

உச்சியின் மகுடம் மின்ன ஒளிந்தர நுதலின் ஓடை
வச்சிர மருப்பின் ஒற்றை மணிகொள் கிம்புரி வயங்க
மெய்ச்செவிக் கவரி தூங்க வேழமா முகங்கொண் டூற்ற
கச்சியின் விகட சக்கரக் கணபதிக் கன்பு செய்வாம்.

மண்ணுலகத்தினிற் பிறவி மாசற
எண்ணிய பொருளெல்லாம் எளிதின் முற்றுறக்
கண்ணுதல் உடையதோர் களிற்று மாமுகப்
பண்ணவன் மரைடி பணிந்து போற்றுவாம்.

விருத்தாசல புராணம்

திருவும் கல்வியுஞ் சீரும் தழைக்கவும்
கருணை பூக்கவும் தீமையைக் காய்க்கவும்
பருவமாய் நம துள்ளம் பழுக்கவும்
பெருகு மாழ்த்துப் பிள்ளைகளைப் பேணுவோம்.

சேக்கிழார் புராணம்

வானுலகம் மண்ணுலகம் வாழ மறை வாழப்
பான்மைதரு செய்யதமிழ் பார்மிசை விளங்க
ஞானமத ஐந்துகர மூன்றுவிழி நால்வாய்
யானைமுக னைப்பரவி அஞ்சலிசெய் கிற்பாம்

“கோகில தீயம்”

ஏழு தலைமுறைகளின் பாவங்களைப் போக்கும் சிவமகா மந்திரம்

ஏழு தலைமுறை பாவங்களைப் போக்க ஒரு மந்திரம் உள்ளது. நாம் செய்தது மட்டுமல்ல, நம் முன்னோர்கள் செய்த பாவமும் நமக்குத் துன்பத்தைக் கொடுக்கிறது.

பாவங்கள் செய்யாமல் இருக்க முயற்சி செய்ய வேண்டும். அத்துடன் ஏற்கனவே செய்த பாவங்களுக்கும் பரிகாரம் தேட வேண்டும்.

அந்த வகையில் நம்முடைய ஏழு தலைமுறையினர் செய்த பாவங்களைப் போக்கிக் கொள்ள ஒரு சிவமகா மந்திரம் உள்ளது.

உங்கள் ஊரில் உள்ள பாடல் பெற்ற சிவத் தலங்கள் இருந்தால் அங்கு செல்லுங்கள். அல்லது பழைய சிவன் கோயில் இருந்தால் அங்கு செல்லுங்கள். சிவனை வேண்டிக் கொள்ளுங்கள்.

நான் செய்த பாவங்கள் மற்றும் என் முன்னோர் செய்த பாவங்களைத் தீர்த்து அருள வேண்டும் என்று மனமுருக மன ஒருமைப்பாட்டுடன் வேண்டிக் கொள்ளுங்கள்.

அத்துடன் கீழ்க்கண்ட மந்திரத்தை முடிந்த அளவு கூறுங்கள். இதை அவ்வப்போது செய்து வாருங்கள். நல்ல முன்னேற்றம் கிடைக்கும்.

சொல்ல வேண்டிய மந்திரம்
ஓம் ஆம் ஹொளம் செளம்.

சரியாக உச்சரிக்க: ஓம் ஆம் ஹவம் சவம் என்பதுதான் மேலே கொடுக்கப்பட்டுள்ளது.

நோய் வர சில காரணங்கள்

உடலை முரட்டுத்தனமாகப் பயன்படுத்துதல், தேவையில்லாமல் வெயில், மழை, பனி ஆகியவற்றில் காய்தல், நனைதல் போன்றவற்றால் நோய்கள் வருகின்றன. இவ்வாறு செய்யாதீர்கள்.

தேவையான அளவு ஓய்வு எடுக்காமல் உடலை வாட்டிக் கொள்ளுதல் உடலை பலவீனமாக்கும். எனவே உடலுக்குத் தேவையான அளவு ஓய்வு கொடுங்கள்.

எப்பொழுதும் சோம்பலாகவும், தூங்கிக் கொண்டும் இருத்தல் உடலைச் சேர்வறு செய்யும். இதைத் தவிருங்கள். ஓய்வு தேவைதான், ஆனால் அதுவே பெருந்தூக்கமாக இருக்கக்கூடாது. காலையிலும், மாலையிலும் தூங்குதல் தவறு. அவ்வாறு அதிகமாகத் தூங்கினால் உடலில் மந்தத் தன்மை ஏற்பட்டுவிடும்.

பகலில் தூங்கினால் பலவித வாத நோய்கள் வருவதற்கு வாய்ப்புள்ளது. உடலுக்கு ஓய்வு கொடுக்க வேண்டும், அதே நேரத்தில் பெருந்தூக்கம் கூடாது. கோழித் தூக்கம் போடலாம் இதனால் உடலுக்குப் புத்துணர்ச்சி கிடைக்கும்.

உணவில் முறையாக இல்லாமை. அதாவது உடலுக்கு ஒவ்வாத காய்கறிகள் என்று தெரிந்தாலும் ஆசையின் காரணமாக அதைச் சாப்பிடுதல், மீந்துவிடுமே, வீணாகி விடுமே என்பதற்காக அதிகமாகச் சாப்பிடுதல்.

மீந்துபோன, ஊசிப்போன (பழுதடைந்த) பண்டங்களைக் கீழே கொட்ட மனமின்றிச் சாப்பிடுதல்.

தேவைக்கு ஏற்ற அளவு தண்ணீர் குடிக்காமல் அலட்சியமாக இருத்தல். சிறுநீர், மலம் ஆகியவற்றை மிக அதிக நேரம் அடக்கி வைத்தல். மேலே கூறிய அனைத்தும் நோய்கள் வர சில முக்கிய காரணங்கள் ஆகும்.

மனதை நல்ல நிலையில் வைத்துக் கொள்ளாமல் சஞ்சல நிலையில் வைத்துக்கொள்ளாதல். பிறர் வைத்திருக்கும் அனைத்தும் தனக்கும் வேண்டும் என நினைத்தல், பிறரைப் பார்த்து பொறாமைப்படுதல். தேவையில்லாமல் பிறரைப் பகைத்துக் கொள்ளாதல். இவை எல்லாம் மனதைத் தன்வசம் இல்லாமல் செய்கின்றன. எனவே மனதைச் சாந்தமான நிலையில் வைத்துக் கொள்ள முயற்சி செய்ய வேண்டும். முயற்சி செய்தால் மனம் அமைதியாக இருக்கும்.

இதற்கு நாம் நம்மைப் பிறரோடு ஒப்பிட்டுப் பார்த்து வாழக் கூடாது. அவரவர் வினை வழி அவரவர் அனுபவம் என்பார்கள். ஒவ்வொருமும் தான் செய்த பாவ, புண்ணியங்களுக்கு ஏற்றவாறு பலன் அடைகிறார்கள். துன்பப்படுகிறார்கள். எனவே நாம் நம்முடைய வழியை நல்ல வழியாக அமைத்துக்கொள்ள வேண்டும்.

எனவே உணவில் முறையாக இருங்கள். மனதை அமைதியாக வைத்துக் கொள்ளுங்கள். இதை நினைவில் வைத்துக் கொண்டு சிறிது சிறிதாகப் பயிற்சி செய்தால் இரண்டும் நன்றாக அமையும்.

எதற்கெடுத்தாலும் உங்களைப் பற்றியே நினைத்துக் கவலைப்படாதீர்கள். இது நடுத்தர வயதில் தோன்றும் எண்ணம் ஆகும். பிறருக்கு வந்த நோய் தனக்கும் வந்திருக்குமோ அல்லது வந்து விடுமோ என்ற பயமே நடுத்தர வயதுப் பெண்களிடம் இன்று அதிகம் காணப்படுகிறது. இந்த எண்ணத்தாலேயே அவர்களுக்கு நோய் வந்துவிடுகிறது. சுருக்கமாகக் கூறினால் அவர்களே நோயை வரவழைத்துக் கொள்ளுகிறார்கள்.

பிறர் பரிதாப்பட வேண்டும் என்ற சுயபச்சாதாப உணர்வினால், தன்னுடைய நோயைப் பற்றியும், தான் செய்து கொள்ளும் வைத்தியத்தைப் பற்றியும், எல்லோரிடமும் சிலர் கூறுவதைக் கேட்கலாம். இவ்வாறு சுயபச்சாதாப உணர்வு வரக் கூடாது.

இந்த நிலையை மாற்றிக் கொள்ள வேண்டும். நம்முடைய நோயைப்பற்றிப் பெருமையாகவோ அல்லது பிறர் பச்சாதாப்பட வேண்டும் என்பதற்காகவோ யாரிடமும் பேச வேண்டாம்.

உடல் என்று இருந்தால் நோய் வரத்தான் செய்யும். வைத்தியம் பார்த்துத்தான் ஆக வேண்டும். நோயைப் பற்றி எப்பொழுதும் நினைத்து அதைப் பெரிதுபடுத்துவது மனமே. எனவே உணர்ந்து செயல்பட வேண்டும். உறுதியாகச் செயல்பட வேண்டும். வைத்தியம் செய்து கொண்டு, இறைவனின்மீது பாரத்தைப் போட்டுவிட்டு நான் விரைவில் குணமாகி விடுவேன் என்ற உறுதியான நினைப்பை மனதில் கொள்ள வேண்டும்.

நாம் செய்யும் நல்ல காரியங்கள் மற்றும் தீய காரியங்களைப் பொறுத்தே நமக்கு வருகின்ற நோயின் தீவிரமும் இருக்கும். நல்ல காரியங்கள் செய்யும்போது பிறரைப்பற்றி நினைப்பதால் நம் உடலின் துன்பம் குறைகிறது. பிறருக்கு உதவுவதால் மனம் இலேசாகிறது. மகிழ்ச்சியடைகிறது. அவர்களுடைய வாழ்த்து நோயின் தீவிரத்தைக் குறைக்கிறது. எனவேதான் நல்லதை நினைக்க வேண்டும். நல்லதைச் செய்ய வேண்டும் என்று பெரியோர்கள் கூறியுள்ளார்கள்.

அல்லது பொறாமையாலும், கெட்ட எண்ணங்களாலும், பிறர் கெட்ட வேண்டும் என்று நினைப்பதும், அதற்காக தீய செயல்களைச் செய்வதும், உடலில் ஏற்படும் நோயின் தீவிரத்தை அதிகப்படுத்தும். பாதிக்கப்பட்டவர்களின் ஏச்சுக்களும், பேச்சுகளும் நோயை முன்னைவிட அதிகப்படுத்திவிடும்.

இந்த அடிப்படையில் கூறப்படுவதுதான் "மனம்போல் வாழ்வு" என்ற பழமொழி. எனவே இதை ஒவ்வொருவரும் தீவிரமாகச் சிந்திக்க செயல்பட வேண்டும். இதுவரை எப்படி இருந்திருந்தாலும், இனியாவது முறைப்படி, நல்லதை நினைத்து, நல்லதைச்செய்து வாழவேண்டும் என்று உறுதி எடுத்துக் கொள்ளுவோம்.

மாத்திரை சாப்பிடும் முறை

மருத்துவரிடம் சென்று வைத்தியம் பார்த்துக் கொள்ளும்போது. அவர் சில மாத்திரைகளை எழுதிக் கொடுக்கிறார். இவற்றை வாங்கி ஒவ்வொருவரும் ஒவ்வொரு விதமாகச் சாப்பிடுகிறார்கள்.

தண்ணீர் கொண்டு வர சோம்பேறித்தனப்பட்டுக் கொண்டு சிலர் அப்படியே விழுங்கி விடுகிறார்கள். சிலர் காப்பி, பால் சாப்பிடும்போது மாத்திரையைச் சாப்பிட்டு காப்பி, பாலை தண்ணீருக்குப் பதிலாகக் குடிக்கிறார்கள். இவை எல்லாம் தவறு.

மாத்திரைகளைக் கீழ்க்கண்ட முறையிலேயே சாப்பிட வேண்டும்.

1. தண்ணீரைக் குடிக்க வேண்டும். தண்ணீர் இல்லாமல் மாத்திரை சாப்பிடக் கூடாது. இப்படி விழுங்கினால் அவை உணவுக் குழாயில் ஒட்டிக் கொண்டு அரிப்பை ஏற்படுத்தும். அதிலும் ஆஸ்ப்பரின மாத்திரைகள் வயிற்றின் உட்சுவர்களை அரிக்கும் தன்மை உடையவை.

2. எரித்ரோமைசின் (Erythromycin) சாப்பிட்டால் ஆரஞ்சு, எலுமிச்சை, தக்காளி, ஆகியவற்றை உடனே சேர்த்துக் கொள்ளாதீர்கள். இப்படிச் சேர்த்துக் கொண்டால் மருந்தின் மருந்தின் முழுப் பயனும் கிடைக்காமல் போய்விடும். மருந்து சாப்பிட்ட பின் கிடைக்காது.

3. டெட்ரா சைக்கிள் மாத்திரை சாப்பிட்ட உடன் பால் சாப்பிடக் கூடாது. அல்லது பால் சம்பந்தப்பட்ட பொருட்கள் சாப்பிடக் கூடாது. அவ்வாறு சாப்பிட்டால் பாலில் உள்ள கால்சியம் மருந்தின் சக்தியைக் குறைக்கும். இரண்டு மணி நேரம் கழித்துச் சாப்பிடலாம்.

4. மாத்திரை சாப்பிட்ட உடன் பாகற்காய், அகத்திக்கீரை போன்றவற்றைச் சாப்பிட வேண்டியதில்லை. மாத்திரை சாப்பிடும் சமயம் இவற்றைத் தவிர்த்தால் கூட நல்லது.

5. மாத்திரையை முகர்ந்து பார்க்கக் கூடாது.

6. மாத்திரைகளைக் கூடியவரை குளிர்ச்சியான இடத்தில் வைக்கவேண்டும். வெயில் சூடு, அடுப்புச் சூடு பரவும் இடங்களில் வைக்கக் கூடாது.

7. மருத்துவரின் ஆலோசனை இல்லாமல் நாமாகவே நமக்குத் தெரிந்த, அல்லது பிறர் கூறும் மாத்திரைகளை வாங்கிச் சாப்பிடக் கூடாது.

8. ஒரு வேளைக்கு மாத்திரை சாப்பிடாமல் விட்டுப் போய்விட்டது என்பதற்காக அடுத்த வேளை மாத்திரை சாப்பிடும்போது ஏற்கனவே சாப்பிடாமல் விட்ட மாத்திரையைப் சேர்த்துச் சாப்பிடக் கூடாது.

9. மாத்திரை சாப்பிடும் காலத்தில் திராட்சை, ஆப்பிள், ஆரஞ்சு போன்ற பழச்சாறுகளைக் குடிக்க வேண்டாம். இது மருந்துகளின் ஏற்புத் திறனைப் பாதிக்கும்.

இதய நோய், புற்று நோய் ஆகியவற்றிற்காக மருந்து, மாத்திரை எடுத்துக் கொள்பவர்கள் மேலே கூறிய பழச்சாறுகளை மருந்து சாப்பிடும் காலத்தில் அருந்த வேண்டாம். அவ்வாறு அருந்தினால் அது மருந்து, மாத்திரைகளின் வீரியத்தைக் குறிக்கிறது.

வாழ்வது சில காலமே - எல்லாம் சில காலமே
புண்ணியம் தேடிக் கொள்ள ஆரம்பிப்போம்.
புண்ணியக் கணக்கை அதிகரிப்போம்.



வாடிய பயிரைக் கண்ட போதெல்லாம் வாடினேன், பசியினால் இளைத்து, உடல் மெலிந்து, வீடு தோறும் கெஞ்சிக் கேட்டும் பசி தீராமல் களைத்துப்போன ஏழைகளைக் கண்டு உள்ளம் பதைத்தேன், நீங்காத நோயினால் அவதிப்படுகிறவர்களை நேருக்கு நேர் பார்க்கும்போது உள்ளம் துடித்தேன், பசியால் பட்டினி கிடந்தாலும் மானம்தான் பெரியது என்று நினைத்து யாரிடமும் பிச்சை கேட்காமல் பட்டினி கிடக்கிறவர்களைக் கண்டு நானும் இளைத்தேன்.

இன்றைய கணவன் மனைவியின் நிலை

இன்று பல குடும்பங்களில் கணவனும் மனைவியும் வேலைக்குச் செல்லுகிறார்கள். சில குடும்பங்களில் குடும்பப் பிரச்சினை, தேவைகள், குழந்தைகள் படிப்பு போன்றவற்றில் இருவரும் கலந்து பேசிச் செய்கிறார்கள். பல குடும்பங்களில் இந்த நிலை இல்லை.

எல்லாப் பொறுப்பையும் மனைவியே சுமக்கும் சூழ்நிலை உள்ளது. இதனால் மனைவிக்குக் கணவன் பேரில் ஒருவித அதிருப்தி மனதில் அவளை அறியாமல் புகுந்து கொள்ளுகிறது.

வேலைக்குச் செல்லாத மனைவி பிறருடன் தன் வீட்டு நிலையை ஒப்பிட்டுப் பார்த்துக் கொண்டு அவர்களைப் பாருங்கள், இவர்களைப் பாருங்கள், நம்மிடம் என்ன உள்ளது. நீங்களும் இருக்கிறீர்களா? என்று கணவனைச் சாடுகிறாள். இதனால் சில கணவர்கள் நேர்மையற்ற வழியில் சம்பாதிக்கவும். ஏமாற்றிச் சம்பாதிக்கவும் ஆரம்பிக்கிறார்கள். இதற்கு மூலகாரணம் மனைவியே. தவறான வழியில் கணவன் செல்லாமல் தடுக்கும் ஆற்றல் பெண்ணுக்கே உண்டு.

பிழையான வழியாக இருந்தாலும் பிழைக்கும் வழியைத் தேடும் கணவனை மனைவி ஆரம்பத்திலேயே கண்டித்தால் அந்தக் குடும்பம் மானம், மரியாதையுடன் வாழ முடியும்.

பல்வேறு ஆசைகளையும், மனதில் சுமக்கும் மனைவி நிறைவேறாத எல்லாவற்றையும் மனதிற்குள் போட்டு வைத்துக் கொண்டு அதனால் டென்ஷன், பிரகடர், என்று துன்பத்திற்குள்ளாகிறாள்.

இன்று கணவன் மனைவிக்கு இடையில் கண்ணுக்குத் தெரியாத விரோத மனப்பான்மை இருக்கிறது. இது வெளியில் தெரியாது. ஆனால் இருவரின் செயல்பாடுகளிலும் அது பிரதிபலிக்கும். அவர்களுக்கிடையில் நட்பு இல்லை. இருவருக்கும் அமைதி இல்லை. எப்போதும் ஏதாவது ஓர் காரணத்திற்காக சண்டைதான் வருகிறது.

நாம் செய்வது சரியா? என்று தெரியாமலேயே இருவரும் சண்டை போடுகிறார்கள். கணவன், மனைவி இருவரில் ஒருவர் விட்டுக் கொடுத்தால் இந்தப் பிரச்சனை தீரும். ஆனால் யார் விட்டுக் கொடுப்பது? ஏன் விட்டுக் கொடுக்க வேண்டும்? இதுதான் இன்றைய பெரும்பான்மையான குடும்பங்களின் நிலை. ஒரு வீட்டில் வாழ்கிறார்கள் என்பதில் நடித்துக் கொண்டிருப்பதுதான் இதன் பொருள். சேர்ந்து வாழ்கிறார்கள் என்பதைத் தவிர உணர்வுகள், செயல்களில் இவர்கள் ஒருவரை ஒருவர் சார்ந்து வாழவில்லை. அவரவர் இஷ்டம் போல் செயல்படுகிறார்கள்.

இந்த நிலையை நன்றாக யோசித்துப் பார்க்க வேண்டும். விரோத மனப்பான்மை தனக்குள், தனக்குத் தெரியாமல் இருக்கிறதா? என்பதைச் சிந்திக்க வேண்டும். இருவரும் விட்டுக் கொடுக்க வேண்டும். வாழப்போவது சில காலம். அதற்குள் ஏன் இந்த நிலை? வாழ்வை நல்ல முறையில் அமைதியான வழியில் நடத்த வழிகாண வேண்டும்.

விட்டுக் கொடுப்பவர்கள் கெட்டுப் போவதில்லை. கெட்டுப் போகிறவர்கள் விட்டுக் கொடுப்பதில்லை என்பதை நினைவில் கொள்ள வேண்டும். விட்டுக் கொடுத்து வாழாதலே குடும்ப அமைதிக்கு முக்கிய தேவை. குடும்ப முன்னேற்றத்திற்கு முக்கிய தேவை.

மஞ்சளம் மருதானியும்

சுகாதார விதிப்படி பெண்கள் மஞ்சள் தேய்த்துக் குளிப்பது நல்லது. சூரியனுடைய ஒளி படாமல் நிழலில் இருக்கும் பெண்களுக்கு மேக சம்பந்தமான நோய் வரலாம். மஞ்சள் நல்ல பாம்பு விஷத்தையும் கண்டிக்கும் சக்தி உடையது. நல்ல பாம்பு கடித்தவர்களுக்கு பச்சை மஞ்சளின் சாறு பிழிந்து கொடுத்தால் அந்த விஷம் உடன் இறங்கிவிடும்.

மஞ்சள் அபாயமான விஷத்தையும் ஒழித்துவிடும் சக்தி உடையது என்பதாலேயே சமையலில் பயன்படுத்தப்படுகிறது. மேலும் காயங்கள், புண்கள் ஆகியவற்றில் உள்ள கிருமிகளைக் கொன்று அதை ஆற்ற மஞ்சள் பற்று போடப்படுகிறது. இவ்வாறு சிறந்த மஞ்சள் பூச்சு பெண்கள் உடலில் உள்ள விஷநீரைப் போக்கும் என்பதாலேயே பெண்கள் மஞ்சள் பூசிக் குளிக்கும் பழக்கம் வந்தது.

குளிக்கும்போது தாலிச்சரட்டில் அல்லது திருமாங்கல்யத்தில் மஞ்சள் பூசிக்கொண்டு குளித்தால் அது கழுத்து, மார்பு ஆகிய பாகங்களில் பட்டு உடலில் நோய் எதிர்ப்புச் சக்தியை உண்டாக்கும்.

மருதோன்றி என்றும் மருதானியின் சிறப்பு

மருதோன்றி இலையானது விஷநீரைப் போக்கும் சக்தி உடையது. ஆகையில் அதைக் கை, கால்களில் பூசிக் கொள்ளுவதால் ரண சம்பந்தமான நோய் வராமல் தடுக்க முடியும்.

மேலும் காலில் தோன்றும் பித்தவெடிப்பு முதலியனவை வராமல் தடுக்கிறது. வந்தால் போக்குகிறது. இதை அறியாது மருதோன்றிக்குப் பதில் கடைகளில்விற்கும் நெய்யில்பாலிஷ் போன்றவற்றைப் பயன்படுத்துவது சாயம் பூசுவதற்கு ஒப்பாகுமே தவிர, நோய்களைப் போக்காது.

வெள்ளைத் தேமல் உள்ளவர்கள் மருதாணி இலையை நிழலில் உலர்த்தி பொடி செய்து காலையில் வெறும் வயிற்றில் 12 போன்று குடிக்க நோய் குணமாகும். மஞ்சளும், மருதாணியும் கலந்து உள்ளங்கைகளில் பூசிக்கொண்டால் கர்ப்பச் சிதைவு ஏற்படாது. கை, கால்களில் பூசிக்கொண்டால் மலட்டுத் தன்மை ஏற்படாது.

குல தெய்வ வழிபாடு

குலதெய்வ வழிபாடு மிக மிக முக்கியம். ஒவ்வொரு ஆண்டும் குடும்பத்துடன் சென்று குலதெய்வ வழிபாடு செய்ய வேண்டும். கிளம்பும் நாள், நேரம் நல்ல நேரமாக இருக்க வேண்டும். கூடிய வரை அதிகாலையில் சென்று இரவில் திரும்பி விடுதல் நல்லது. இரவுப் பயணத்தைத் தவிர்க்க வேண்டும்.

பிள்ளிக் செல்வது போல் குலதெய்வ வழிபாட்டுக் கோயிலுக்குச் செல்லக் கூடாது. பயபக்தியுடன் குலதெய்வ நினைவுடன் சென்று அதே நினைவில் திரும்பி வரவேண்டும்.

சிறுவர்கள், இளைஞர்கள், ஆகியோர் மகிழ்ச்சியாகப் பேசிச் சிரித்துக் கொண்டு, பாட்டுக் கேட்டுக் கொண்டு வந்தாலும், குடும்பத் தலைவரும், தலைவியும் அதில் கலந்து கொள்ளாது குலதெய்வ நினைவுடன் சென்று வரவேண்டும். குலதெய்வ எல்லைக்கு முன்பாகவே அவர்களையும் பேச்சை நிறுத்தி, பாட்டை நிறுத்தி குலதெய்வ சிந்தனையுடன் இருக்க அறிவுறுத்த வேண்டும்.

வீட்டில் திருமணம் போன்ற சபகாரியங்கள் ஆரம்பிக்கும் முன்பாக குலதெய்வத்திற்குப் படையல் செய்த பின்னரே சபகாரியங்களுக்கான ஏற்பாடுகளை ஆரம்பிக்க வேண்டும். குலதெய்வ வழிபாடு மிக முக்கியமானதாகும். இதுவரை குலதெய்வ வழிபாடு செய்யாதவர்கள் தங்கள் குலதெய்வம் இருக்கும் இடத்தை அறிந்து கொண்டு ஒரு நல்ல நாளில் நல்ல நேரத்தில் சென்று குலதெய்வ வழிபாட்டை ஆரம்பிக்கலாம்.

மெய்நெறி - முப்பது

அன்பே தெய்வம் அதையே வாழ்த்துவோம் அறம் பல செய்து வளமே வாழ்வோம்	1	பூமியில் வாழ்தல் நித்தியம் அல்ல புகழுடன் வாழும் புண்ணியம் செய்வோம்	7
நிலந்தனில் வாழும் உயிர்களை மதிப்போம் உண்மையை பேசி உத்தமர் ஆவோம்	2	எங்கும் நிறைந்துள்ள இறைவனைக் காண நல்லவர் குணத்தை நலமே தேடுவோம்	8
தர்மமே செய்வோம் தகவுடன் வாழ்வோம் எங்கும் நிறைந்துள்ள சக்தியைத் தேடுவோம்	3	வள்ளுவர் காட்டும் வழியினை நாடுவோம் அறம், பொருள், இன்பம் அறிவுடன் தேடுவோம்	9
என்றும் எவர்க்கும் அன்பினைக் காட்டுவோம் கண்ணும் கருத்துமாய் கல்வியைத் தேடுவோம்	4	உற்றவர் போல மற்றவர் வாழ நித்திமும் நாங்கள் நீதியாய் நடப்போம்	10
விண்ணிலும் மண்ணிலும் விரிந்துள்ள சக்தியை என்றுமே வணங்கி நன்மைகள் பெறுவோம்	5	கற்றவர் கூறும் நல்வழி கேட்டு ஒற்றுமை பேணி உலகினில் வாழ்வோம்	11
எண்ணும் எழுத்தும் கண்ணனைக் கொள்வோம் கல்வியைக் கற்று நல்லவன் ஆவோம்	6	எல்லா மனிதரும் மனிதராய் வாழ நல்வழி கூறும் சமயிகள் ஆவோம்	12

புற இருள் போக்கிடும் நெய்யொளி போல அகவிருள் நீக்கிட் ஆலயம் போவோம்	13	வாழ்வினில் ஏழ்மை வந்து வாட்டிழனும் நேர் வழிசெல்வோம் நேர்மையாய் நடப்போம்	20
எம்மை நாம் ஆளவும் உலகினை ஆளவும் கள்ளம் ஒன்றில்லா கருணையைச் சொரிவோம்	14	வெற்றியும் தோல்வியும் விதி விலக்கல்ல முயற்சியில் ஆழ்ந்தே வெற்றிகள் காண்போம்	21
எங்களை அணுகும் எல்லா நோயையும் சுகவழி செல்வதால் சுக நலம் காண்போம்	15	அன்னையும் பிதாவும் முன்னறி தெய்வம் பணிவுடன் உணர்ந்தவர் பணிவிடை செய்வோம்	22
எண்குணம் கொண்டவன் இறைவன் என்றறிவோம் நற்குணம் கொண்டே நல்வழி நாடுவோம்	16	நமக்குயிர் ஈந்த நன்னிலம் தன்னை கண்ணனைக் கொண்டு நம் கடன் செய்வோம்	23
குற்றம் பார்க்கில் சுற்றம் இல்லை சமனிலை உணர்ந்தே குணம் நிலை கொள்வோம்	17	எம் உளம் தனிலே இறைவனைக் காண உள்ளிருள் நீக்கும் உபாயங்கள் தேடுவோம்	24
காரிருள் போக்கிடும் கதிரவன் போல அறியாமை நீக்கி அறிவொளி பெறுவோம்	18	நன்மைகள் ஊடே நலன்களைப் பெருக்கி வல்வினை போக்கிடும் கடவுளை வாழ்த்துவோம்	25
பால் நினைந்தாட்டும் தாயினைப் போல ஏழைகள் வாழ்வை எழில் பெறச் செய்வோம்	19	ஆசுகள் அறுக்கும் ஆசிரியன் போல கோபங்கள் நீக்கிக் குணங்களைக் கொள்வோம்	26

அஞ்சானம் அகற்றிட
விஞ்சானம் நாடுவோம்
மெஞ்சானம் கொண்டே
இறைபதம் காண்போம் 27

கடவுளைத் தேடுமுன்
அறியாமை நீக்குவோம்
மூட நம்பிக்கையின்
மூலவேர் களைவோம் 28

அறிவியல் நோக்கிலே
அணுகுவோம் செயல்களை
பொருளியல் பெருக்கிட
புதுவழி காணுவோம் 29

கண்ணினைக் காக்கும்
இமையினைப் போல
தமிழ்மொழி காத்து
தமிழனாய் வாழ்வோம் 30

அறவழி நாற்பது

அறிவினைத் தேடி
அறவழி வாழ
கல்வியின் இலக்கினைக்
கசுடறக் கற்போம் 1

புரண மனிதனாய்
புவியினில் வாழ
நாற் குணந்தனை
நலமுடன் தேடுவோம் 2

நிறைவான தொடர்பை
வனமாகக் கொள்ள
அடிப்படை அறிவைத்
தவறாமல் கற்போம் 3

தமிழ் மொழிதன்னை
பேசவும் எழுதவும்
பள்ளி நாம் சென்று
பாங்குடன் கற்போம் 4

உலகத்தை அறியவும்
அதை வலம் வரவும்
பொது மொழி யொன்றைத்
தேடியே கற்போம் 5

தன்னுடல் பேணவும்
பிறர் நலம் காக்கவும்
சுகநல் வழியினை
இனிதே கற்போம் 6

வேலையை மாற்றவும்
ஓய்வினைக் கொள்ளவும்
அழகினை இரசிக்கும்
பண்பினைத் தேடுவோம் 7

மனிதனாய் எம்மை
மனிதர்கள் ஏற்க
ஒழுக்கத்தை நாங்கள்
உயிரெனக் கொள்வோம் 8

சூழலை அறிவினால்
வென்று நாம் வாழுவே
புத்தியைத் தீட்டிடும்
உத்தியை நாடுவோம் 9

தாய் மொழி தமிழை கண் மணியாக்கி காப்பதும் வளர்ப்பதும் கடனெனக் கொள்வோம்	10
நாமெலாம் தமிழர்கள் எமது பண்பாட்டை உயிரெனக் கொண்டே ஒழுக நாம் முந்துவோம்	11
எம் மொழி காப்பதும் எம் இனம் காப்பதும் எம் கலை பண்பையும் காப்பதென் கடனே	12
பொருட்களை வாங்கவும் பொருட்களை விற்கவும் உதவிடும் அறிவினைத் தகவுடன் தேடுவோம்	13
சமூகத்தின் பழக்கங்கள் எதுவாக விருப்பினும் அறிவியல் முறையிலே அவற்றை நாம் அணுகுவோம்	14
அஞ்ஞான விளக்கங்கள் எவர் வாய்க் கேட்பினும் மெய்ஞானம் தேடியே சிந்தனை செய்வோம்	15

பொருளாதார வளம்

பொருள் வளம் தன்னை பெருக்கி நாம் வாழ அறிவினைத் தேடுவோம் செயற்றிறன் தேடுவோம்	16
தொழில்களில் ஏற்றம் தொழில்களில் தாழ்வு என்றென ஏதும் இலையென உணர்வோம்	17
சூழலில் ஆற்றிடும் தொழில்களை இரசித்தே தொழில் புரிவோரினை மனிதராய் மதிப்போம்	18
மாற்றிடும் சூழலை மனதினிற் கொண்டு பொருள் வளம் பெருக்கிட எம் உளம் திருத்துவோம்	19
எம் சிறப் பாற்றலை உய்த்து நாம் உணர்ந்தே உயர்கலை தேடியே தொழிலினிற் சிறப்போம்	20
பொருள் வளம் பெருக்கும் தொழில் தனைப் பெருக்கிட திட்டங்கள் தீட்டியே முயற்சிகள் செய்வோம்	21

சமூக நீதியுணர்வு
எம்மை ஆளாக்கிய
எம் சமூகத்தினை
உயர் நிலைக் கேற்றிட
உழைப்பினைச் சொரிவோம் 22

எமக் குள்ள உரிமையை
உணர்ந்து நாம் பேணி
நற் குடிமகனாம்
நாட்டினில் வாழ்வோம் 23

உற்றவர் போல
மற்றவர் உரிமையை
உணர்ந்து நாம் மதித்திடும்
உளத்தினை வளர்ப்போம் 24

நாட்டுக்கும் வீட்டுக்கும்
ஆற்றிடும் கடமையை
கடனெனக் கொண்டே
தீர்த்து நாம் வைப்போம் 25

வாக்கினை அளித்திடும்
உரிமையைத் தெரிந்தே
நடுநிலை நின்றே
நீதியை நாட்டுவோம் 26

கூட்டத்தில் பேசிடும்
மாற்றனின் கருத்தை
புரிந்திடும் முயற்சியில்
பொறுமையைக் காப்போம் 27

ஆயிரம் பிரச்சினை
வந்துற்ற போதிலும்
வாதத்தைச் செய்து நாம்
நல்வழி காண்போம் 28

வாதங்கள் தோற்பினும்
வாடியே சோரோம்
தீர்வினை நோக்கியே
தீர்க்கமாயுழைப்போம் 29

எப்பொருள் கேட்பினும்
எவர் மொழி கேட்பினும்
மெய்ப்பொருள் கண்டதை
பகுத்து நாமறிவோம் 30

நாமெலாம் தமிழர்
நமக்குண்டு சமூகம்
எம் முழைப்பெல்லாம்
அதற்கே அளிப்போம் 31

எம் சமூகத்தல்
அநீதி வந்துற்றால்
தளர்ச்சியை விட்டு
நாம் முனைவோம் 32

நாட்டின் நற்குடிமகனாதல்

எம் திருநாட்டின்
வளங்களைப் பேணும்
வழிகளைத் தேடியே
வசந்தத்தைக் காண்போம் 33

ஒழுங்கென ஏற்ற சட்டத்தை மதித்து சமூகத்தின் நீதி ஒழுங்கிடச் செய்வோம்	34	ஏதிலி வாழ்க்கை எமக்குரித்தல் சொந்த நாட்டினிலே உழைத்தே வாழ்வோம்	41
பெற்றவர் மற்றவர் பேதங்களின்றி மற்றவரெவரையும் மதிப்புடன் நடத்துவோம்	35	ஆணவம் கன்மம் மாயையை விட்டு எம்முளத்துக்கு உண்மையாய் வாழ்வோம்	42
வீட்டிலும் நாட்டிலும் மகிழ்வுடன் வாழ தீயதை விட்டு நல்லதைக் காண்போம்	36	சமூகத்தின் மயமாய் எமையுரு வாக்கும் அற வெறி கற்றே மனிதனாய் வாழ்வோம்	43
சமூகத்துக்குழைக்கும் நிலையங்கள் நாடியே நற்பணி செய்ய நித்தமும் முயல்வோம்	37	ஏழைகள் வாழ்வு என்றுமே உயர்ந்து சமதர்ம வாழ்வு நிலைத்திட உழைப்பேர்	44
மக்களை மக்களாய் மதித்திடும் கொள்கை துணிவுடன் பற்றிய தர்மத்தைக் காப்போம்	38	பொது	
எம்முயிர் போகினும் எம்பொருள் போகினும் ஆளுமை பேணியே சத்தியம் காப்போம்	39	சான்றோர் கூறும் அறநெறி கற்றே சமூகத்தில் மனிதனாய் வாழ்ந்திட முயல்வோம்	45
எமக்கறிவீந்த எம் திருநாட்டினில் உழைப்பினை நல்கி எம்கடன் தீர்ப்போம்	40	ஆண்களும் பெண்களும் சமனென மதித்து அவரவர் கடமையை ஆற்றியே வாழ்வோம்	46

அறிவினைத் தேடி அகவிருள் நீக்கி புத்தியைத் தீட்டியே புதியன படைப்போம்	47	போர் முனைவந்து போக்கிடம் போகினும் நேர்வழி செல்ல கடினமா யுழைப்போம்	53
ஐம்பெரும் பூதம் எமைச் சூழ்ந்திருக்கு அறியாமை நீக்கியே அவற்றை நாம் ஆள்வோம்	48	சீர்தனம் கேட்கும் சிறுமையை விட்டே பொருண்மியம் தேடியே புதுவழி காண்போம்	54
நீதிக்கு மாறாக நூறுபேர் நின்றிடனும் நேர்வழி சென்றே நின்மதி காண்போம்	49	அன்பெனும் மருந்து அருமருந் தென்று கொண்டு நாம் வாழ்ந்து ஒற்றுமை காண்போம்	55
நேரத்தைப் பொன்னென நெஞ்சினிற் கொண்டு காரியம் செய்து நற்பயன் காண்போம்	50	ஒற்றுமை யென்றொரு நற் கயிறிருக்க வெற்றுமை விட்டிங்கு வெற்றியைக் காண்போம்	56
வஞ்சனை செய்ய வாய்ப்புள்ள போதிலும் நெஞ்சிற்கு நீதியாய் என்றுமே செல்வோம்	51	உடல்வளம் களைத்து உயிரே போகினும் போதையை விலக்கி சாதனை செய்வோம்.	57
பொறாமையின் வழியில் பொய்மை பேசினும் பொறுமையைக் கொண்டே ஆளுமை செய்வோம்	52		

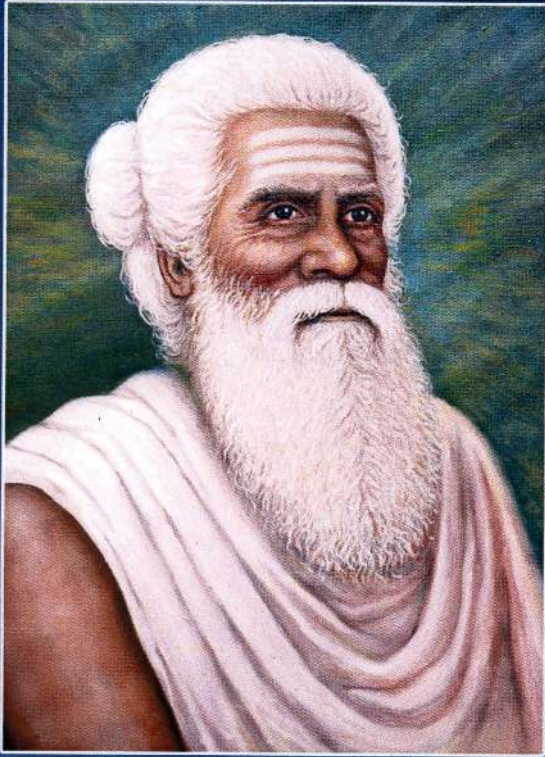
நன்றி. நவிஸல்

22.01.2023 அன்று எங்கள் அன்பு, அறிவுத் தெய்வம் அமரர். முத்துலிங்கம் கோகிலன் அவர்கள் காலமான செய்தி கேட்டு ஓடோடி வந்து உதவிகள் புரிந்த உற்றார் உறவினர், நண்பர்களுக்கும் அன்னாரின் இறுதிக் கிரியைகளில் கலந்து கொண்டோருக்கும் கண்ணீரஞ்சலி பத்திரிகை, பதாதைகள் மூலம் பிரசுரித்தோருக்கும் நிகழ்வில் கலந்து கொள்ள முடியாது தொலைபேசி மூலம் தொடர்பு கொண்டு எமது துயரில் பங்கெடுத்துக் கொண்டோருக்கும், அந்தியேட்டி சபிண்டிகரணக் கிரியைகளைத் திறம்படச் செய்த ஆச்சாரியப் பெருந்தகைகளுக்கும் இம்மலரை அழகுற அச்சிட்டுத் தந்த பதிப் பகத்தினருக்கும் மற்றும் இம்மலர் சிறப்புற வழிகாட்டி ஆக்கிய பெரியோர்கட்கும் எமது மனமார்ந்த நன்றியைத் தெரிவித்துக் கொள்கின்றோம்.

ஓம் சாந்தி! ஓம் சாந்தி!! ஓம் சாந்தி!!!

குடும்பத்தினர்





ஒரு பொல்லாப்புமில்லை
முழுதும் உண்மை
அது அப்படித்தான்
நூதன மொன்றுமில்லை
சுற்றிச் சுற்றி சுப்பருடைய கொல்லை
காயமொரு சித்திரக்கோயில்
எல்லாம் எப்பவோ முடிந்த கதை
சர்வம் சிவன் செயல்
சர்வம் சிவமயம்
தன்னை அறி சும்மா இரு

- யோகர் சுவாமிகள்