

உ
சிவமயம்



கொக்கிளாயைப் பிறப்பிடமாகவும் திரியாயினை
வசிப்பிடமாகவும் கொண்ட
அமரர். ஆறுமுகம் செல்வராசா
அவர்களின் சிவபதப்பேறு குறித்து வெளியிடப்பட்ட
31ம் நாள் நினைவுமலர்

உ
சிவமயம்



கொக்கிளாயைப் பிறப்பிடமாகவும்,
திரியாயை வசிப்பிடமாகவும் கொண்ட

அமரர்

ஆறுமுகம் செல்வராசா

அவர்களின்

சிவதம்பீறு குறித்த

நினைவுமலர்

21.12.2018

எங்கள் இல்லத்தின்
பெருந்தலைவர்!
இதயத் தெய்வத்திற்கு

சமர்ப்பணம்

குடும்பத்தின் ஒளிகிளக்காய் திழ்ந்து
தெய்வத்துள் தெய்வமாகிகிட்ட
எங்கள் குடும்ப ஒளிகிளக்கீக
எம் நெஞ்சங்களில் மட்டுமன்றி
பாச உள்ளங்களில் எல்லாம்
உந்தன் வெள்ளை உள்ளத்தைக் காட்டி நின்றீர்.
அன்பு நிறைந்து எம்மைப் பாதுகாத்தீர்
பண்புடனும் பாசத்துடனும்
இறைபக்தியுடனும் வாய்ந்து இன்று
வானுறையும் தெய்வமாகிகிட்ட
எமது அன்புத் தெய்வத்தின் திருப்பாதார
விந்தங்களில் இம்மஸறிகைச்
சமர்ப்பிக்கின்றோம்.

- குடும்பத்தினர் -

உ
சிவமயம்



அமரர்
ஆறுமுகம் செல்வராசா

தோற்றம்
30.06.1938

மறைவு
22.11.2018



திதி வெண்பா

சிந்தைநிறை விளம்பி வருட கார்த்திகையில்
வந்த திதி வளர்பிறை சதுர்த்தசியில்
சந்ததி சூழ செல்வராசா எனும் காராளன் புவிவாழ்வு நீத்தே
எந்தை பிராண்டி இளைந்தார் இனிதே.

உ-
சிவமயம்



விநாயகர் துதி

திருச்சிற்றம்பலம்

சுக்லாம் பரதரம் விஷ்ணும் சசிவர்ணம் சதுர்ப்புஜம்
ப்ரசன்ன வதனம் த்யாயேத் ஸர்வ விக்னோப சாந்தயே!

தேவாரம்

தோடுடைய செவியன் விடையேறியோர் தூவெண்மதிசூடிக்
காடுடைய சுடலைப் பொடிபூசியென் னுள்ளாங்வர்கள்வன்
ஏடுடையமலரான் முனைநாட் பணிந்தேத்த வருள்செய்த
பீடுடைய பிரமாபுர மேவிய மெமானிவ னன்றே.

திருவாசகம்

பால் நினைத்தாட்டும் தாயினும் சாலப்
பரிந்து நீ பாவியேனுடைய
ஊனினையுருக்கி உள்ளொளி பெருக்கி
உலப்பிலா ஆனந்தமாய
தேனினைச் சொரிந்து புறம் புறம் திரிந்த
செவ்வமே சிவபெருமானே
யானுனைத் தொடர்ந்து சிக்கெனப் பிடித்தேன்
எங்கெழுந் தருளுவதினியே.

திருவிசைப்பா

ஒளிவளர் விளக்கே உலப்பிலா ஒன்றே!
 உணர்வுகூழ் கடந்ததோர் உணர்வே!
 தெளிவளர் பளிங்கின் திரள்மணிக் குன்றே!
 சித்தத்துள் தித்திக்கும் தேனே!
 அளிவளர் உள்ளத் ஆனந்தக் கணியே!
 அம்பலம் ஆடரங்காக
 தெளிவளர் தெய்வக் கூத்துகந் தாயைத்
 தொண்டனேன் விளம்புமா விளம்பே.

திருப்பல்லாண்டு

சீரும் திருவும் பொலியச்
 சிவலோக நாயன் சேவடிக்கீழ்
 ஆரும் பெறாத வறிவு ரூலில்
 பெற்றதார் பெறுவா ரூலில்
 ஊரும் உலகுங் கழறவுழறி
 யுமை மணவாளனுக்காட்
 பாரும் விசும்பு மறியும் பரிசுநாம்
 பல்லாண்டு கூறுதுமே.

திருப்புராணம்

இறவாத இன்ப அன்பு
 வேண்டிப் பின் வேண்டு கின்றார்
 பிறவாமை வேண்டும் மீண்டும்
 பிறப்புண் டேல் உன்னை என்றும்
 மறவாமை வேண்டும் இன்னும்
 வேண்டும் நாம மகிழ்ந்து பாடி
 அறவா நீ ஆடும் போதுன்
 அடியின் கீழ் இருக்க என்றார்.

திருப்புகழ்

பகதியால் யானுனைப் பலகாலும்
பற்றியே மாதிருப் புகழ்பாடி
முத்தனா மாறெனைப் பெருவாழ்வின்
முத்தியே சேர்வதற்கு கருள்வாயே
உத்தமா தானசற் குனநேயா
ஒப்பிலா மாமணிக் கிரிவாசா
வித்தகா ஞானசத் திநிபாதா
வெற்றி வேலாயுதப் பெருமானே.

வாழ்த்து

வான்முகில் வழாதுபெய்க! மலிவளம் சுரக்க மன்னன்!
கோன்முறை அரசசெய்க! குறைவிலாதுயிர்கள்வாழ்க!
நான்மறை அறங்களோங்க! நற்றவம் வேள்வி மல்க!
மேன்மைகொள் சைவநீதி விளங்குக உலகமெல்லாம்!

திருச்சிற்றம்பலம்



வீநாயகர் அகவல்

சீதக் களபச் செந்தாமரைப்பூம்
 பாதச் சிலம்பும் பலவிசை பாடப்
 பொன்னரை ஞானும் பூந்துகில் ஆடையும்
 பேழை வயிறும் பெரும்பாரக் கோடும்
 வேழ முகமும் விளங்குசிந் தூரமும்
 அஞ்சு பரமும் அங்குச பாசமும்
 நெஞ்சிற் குடிகொண்ட நீல மேனியும்
 நான்ற வாயும் நாலிரு புயமும்
 மூன்று கண்ணும் மும்மதச் சுவடும்
 இரண்டு செவியும் இலங்குபொன் முடியும்
 திரண்டமுப் புரிநூல் திகழொளி மார்பும்
 சொற்பாதம் கடந்த தூரியமெய்க்ஞ் ஞான
 அற்புதம் நின்ற கற்பகக் களிநே!
 முப்பழ நுகரும் மூவுக வாகன!
 இப்பொழு தென்னை ஆட்கொள வேண்டித்
 தாயா யெனக்குத் தானெழுந் தருளி
 மாயாப் பிறவி மயக்கம் அறுத்துத்
 திருந்திய முதலைந் தெழுத்தும் தெளிவாய்ப்
 பொருந்தவே வந்தென் உளந்தனில் புகுந்து
 குருவடி வாகிக் குவலயந் தன்னில்
 திருவடி வைத்துத் திறமிது பொருளென
 வாடா வகைதான் மகிழ்ந்தெனக் கருளிக்
 கோடா யுத்தால் கொடுவினை களைந்தே
 உவட்டா உபதேசம் புகட்டியென் செவியில்
 தெவிட்டாத ஞானத் தெளிவையும் காட்டி
 ஜம்புலன் தன்னை அடக்கும் உபாயம்
 இன்புறு கருணையின் இனிதெனக் கருளிக்

கருவக ளொடுங்கும் கருத்தினை யறிவித்(து)
 இருவினை தன்னை அறுத்திருள் கடிந்து
 தலமொரு நான்கும் தந்தெனக் கருளி
 மலமொரு மூன்றின் மயக்கம் அறுத்தே
 ஒன்பது வாயில் திரத்தால்
 ஐம்புலக் கதவை அடைப்பதும் காட்டி
 ஆறா தாரத்(து) அங்குச நிலையம்
 பேறா நிறுத்திப் பேச்சுரை யறுத்தே
 இடைபிங் கலையின் எழுத்தறி வித்துக்
 கடையிற் சூழமுனைக் கபாலமும் காட்டி
 மூன்றுமண்டலத்தின் முட்டிய தூணின்
 நான்றெழு பாம்பின் நாவில் உணர்த்திக்
 குண்டலியதனிற் கூடிய அசபை
 விண்டெழு மந்திரம் வெளிப்பட உரைத்து
 மூலா தாரத்தின் மூண்டெழு கனலைக்
 காலால் எழுப்பும் கருத்தறி வித்தே
 அமுத நிலையம் ஆதித்தன் இயக்கமும்
 குமுத சகாயன் குணத்தையும் கூறி
 இடைச்சக் கரத்தின் ஈரெட்டு நிலையம்
 உடல் சக்கரத்தின் உறுப்பையும் காட்டிச்
 சண்முக தூலமும் சதுர்முக சூக்கமும்
 எண் முகமாக இனிதெனக் கருளிப்
 புரியட்ட காயம் புலப்பட எனக்குத்
 தெரியெட்டு நிலையும் தெரிசனப் படுத்திக்
 கருத்தினில் கபால வாயில் காட்டி
 இருத்தி முத்தி யினிதெனக் கருளி
 என்னை யறிவித்(து) எனக்கருள் செய்து
 முன்னை வினையின் முதலைக் களைந்து
 வாக்கும் மனமும் இல்லா மனோலயம்

தேக்கியே யென்றன் சிந்தை தெளிவித்து
 இருள்வெளி யிரண்டுக்கு ஒன்றிடம் என்ன
 அருள்தரும் ஆனந்தத்து அமுத்தியென் செவியில்
 எல்லை யில்லா ஆன்ந தம்அளித்து
 அல்லல் களைந்தே அருள்வழி காட்டிச்
 சத்தத்தின் உள்ளே சதாசிவம் காட்டிச்
 சித்தத்தின் உள்ளே சிவலிங்கம் காட்டி
 அணுவிற்(கு) அணுவாய் அப்பாலுக்கு அப்பாலாய்க்
 கணுமுற்றி நின்ற கரும்புள்ளே காட்டி
 வேடமும் நீறும் விளங்க நிறுத்திக்
 கூடுமெய்த் தொண்டர் குழாத்துடன் கூட்டி
 அஞ்சக் கர்த்தின் அரும்பொருள் தன்னை
 நெஞ்சக் கருத்தின் நிலையறி வித்துத்
 தத்துவ நிலையைத் தந்தெனை யாண்ட
 வித்தக விநாயக விரைகழல் சரணே!

(விநாயகர் அகவல் முற்றிற்று)



தீர்யாய்

ஆலங்குளத்து ஐயனார் சீந்து

1. சீர்மேவு ஆலங்குளத்தையனார் தமது
செங்கமல பொற்பாதம் சிரமுறத் தொழுது
ஏர்மேவு சீந்து தனை யானிசைத்திடவே
என்னாவிலே வந்து முன்னாக நடவாய்
2. கூர்மேவு ஒருமருப் பிருபிறப்பாகும்
குஞ்சுமா மதிய நிகர் கொண்டகாரணனே
வார்மேவு கழபமுலை வலைவக்கின்னி தமான
மணவாளனே கிருபை வளர்வேளமுகனே
3. வேழமொருபோது முறை கூறு முருகேசன்
வேதமுனி வோர்கள் மையனாகி மனம்வேறாய்
தாளதன மோகினிய தானவடிவாகி
தற்பரனுமப் பொழுது மிக்க மையல் கொண்டு
4. மாளமட மானின் விழி மாதுதனை மேவ
மற்பொலி கடற்கரை வடற்ரை நிழற்றே
ஆழிபுடை சூழலகில் மானிடர்கள் வாழ
ஐயனார் வந்து அரிகையிடை பிறந்தார்
5. அரிசெங்கை தனில்வந்து உதித்தபடியாலே
அரிஐயனென்று திருநாமமும் இயம்பி
கரியொன்று பரியொன்று கனகதண்டிகையும்
கதிர் தங்கு பல பல ஆயுதமெடுத்து

6. மரபிஞ்சு பூவுலகில் மானிடமருக்கு
மடைபொங்கல் தாமுண்டு இருமென்று போனார்
சுரைபிஞ்சு தென்னிலங்கைப் பதியை நோக்கி
சோதியென் ஆதி ஐயனாரும் வந்தனரே
7. சோதி பெறு வண்சாமரைத் தொகுதி வீச
துய்ய பதினெட்டுவகை வாத்தியம் முழங்க
ஏதிமுதலான படை வீரர் புடை சூழ
ஈழமா நகரிகண்டின்பமிகவாகி
8. பாதிமதி போலும் நுதல் மாதரிருபேரும்
பன்னிரண்டாயிரம் பரிகலம் சூழ
ஆதி முதலாய்க் கருக்குபனையடி தன்னில்
ஐயனார் பரிகலம் வந்திறங்கியதே
9. வந்திறங்கித் தென்னிலங்கை மாநகரில்
வன்மை செறி கள்வதிடல் தன்னில் வந்தமர்ந்து
அந்தமாநகரிலுள்ளோர் பொங்கல் மடை செய்ய
அவர்க்கருள் கொடுத்துயர் மலைக்கு நிகராகி
10. தந்திதனிலேறியே ஈழமாநகரியைக்
சுதீதனில் வலவந்து உலவுபடையுடனே
கொந்துலவு சோலை சூழ ஆலங்குளத்தில்
குடியாக உறைகின்ற வடிவையனாரே
11. ஐயனா என்னுமொரு தெய்வீக முண்டாம்
ஆலங்குளத்துப் புளியடி தன்னில்
மெய்யனே உன்னுடைய சன்னிதியில் வந்து
விளக்கிட்டு அடியார்கள் மீளவே முன்னம்

12. பொய்யாமல் வானின் மழை பெய்ய அருள்செய்துநின்
புதுமையது காட்டுவாய் புதலந்தன்னில்
ஐயனே புதராயர்க்கு முன்னவனே
காரியே திரியாபூர் வாழ்மையனாரே
13. ஊரான திரியாயில் வாழும் மானிடர்களுள்
உண்மையது அவரறிய வேணுமேயானால்
காரான மேகமது பெய்யவும் வேணும்
கதிர்ப்புது போகாமல் விளையவும் வேணும்
14. நேரான தெய்வமென நினைக்கவும் வேணும்
நித்தமும் பொங்கல் மடை செய்யவும் வேணும்
பேரான ஆலங்குளத்தையதேவே
பிழை பொறுத்தெம்மையாழ் கரிய மெய்ப்புயரே



சடங்குக்கான காரணங்கள்

சடங்குகளில் ஒர் ஒழுங்கு இருக்கிறது. ஒரு நியதி இருக்கிறது. ஏதே செய்ய வேண்டியதை செய்கிறோம் என்ற பாதுகாப்பு உணர்ச்சி, நம்பிக்கை இருக்கிறது. மேலும் சட்டென்று காரண காரிய அறிவு மூலம் ஒரு விஷயத்தில் ஈடுபடுத்துவது எல்லாராலும் முடியாது. பல செயல்கள் மூலம் பல சடங்குகள் மூலம் நம்மை நாமே நம்பவைக்கிறோம். சடங்குகள் நம்பிக்கை தரும் ஒரு பாதை. சடங்குகளில் விஷயங்களை உருவாக்கப்படுத்துகிறோம். பாவனை செய்கிறோம். நிஜமாகச் செய்வதின் முன்பு மனதை நம்ப வைக்கும் முதற்படி.

- பேராசிரியர் ஷெஸ்டன் ஸ்மித் -

பட்டினத்துப்பிள்ளையார் பாடல்

தாயாருக்குத் தகனக்கிரியை செய்கையின் பாடியது

ஊயிரண்டு திங்களாய் அங்கமெலாம் நொந்து பெற்றுப்
பையலென்ற போதே பரிந்தெடுத்துச் செய்ய இரு
கைப்புறத்தில் ஏந்திக் கனகமுலை தந்தாளை
எப்பிறப்பில் காண்பேன் இனி

முந்தித் தவம் கிடந்து முன்னூறுநாள் சுமந்தே
அந்திபகலாய்ச் சிவனை ஆதரித்துத் தொந்தி
சரியச் சுமந்து பெற்ற தாயார் தமக்கோ
எரியத் தழல் மூட்டுவேன்

வட்டிலிலும் தொட்டிலிலும் மார்மேலும் தோள்மேலும்
கட்டிலிலும் வைத்தென்னைக் காதலித்து முட்டச்
சிறகிலிட்டுக் காப்பாற்றிச் சீராட்டிய தாய்க்கோ
விறகிலிட்டுத் தீமூட்டு வேன்

அரிசியோ நானிடுவேன் ஆத்தாள் தனக்கு
வரிசையிட்டுப் பார்த்து மகிழாமல் உருசியுள்ள
தேனே திரவியமே செல்வந் திரவியப்பூ
மானே என அழைத்த வாய்க்கு

அள்ளி இடுவது அரிசியோ தாய்தலைமேல்
கொள்ளிதனை வைப்பேனோ கூசாமல் மெள்ள
முகமேல் முகம்வைத்து முத்தே என்றன்
மகனே என அழைத்த வாய்க்கு

முன்னை இட்ட தீ முப்பிறத்திலே
பின்னை இட்ட தீ தென்இலங்கையில்
அன்னை இட்ட தீ அடிவயிற்றிலே
யானும் இட்ட தீ மூழ்க மூழ்கவே

வேகுதே தீயதனில் வெந்து பொடிசாம்பல்
ஆகுதே பாவியேன் ஐயகோ மாகக்
குருவி பறவாமல் கோதாட்டி என்னைக்
கருதி வளர்த்தெடுத்த கை

வெந்தாளோ சோணகிரி வித்தகா நிற்பதத்தில்
வந்தாளோ என்னை மறந்தாளோ சந்ததமும்
உன்னையே நோக்கி உகந்து வரம் கிடந்து என்
தன்னையே ஈன்றெடுத்த தாய்

வீட்டிருந்தாள் அன்னை வீதிதனில் இருந்தாள்
நேற்றிருந்தாள் இன்றுவெந்து நீறானாள் பால்தெளிக்க
எல்லோரும் வாருங்கள் ஏதென்று இராங்காமல்
எல்லாம் சிவமயமே யாம்.



வாழ்க்கைச் சரித்திரம்

மாணிக்கத்தீவாம் ஈழத்தின் வடபுலத்தே
பழம்பதியாம் செல்வமலி கொக்கிளாயில்
செந்நெல்லும் தென்னைகளும் இணைந்தாட
ஆறுமுகம் செல்லமாணிக்கம் பெற்றெடுத்த
செல்வமகளாய் செல்வராசா சீர்பெற்ற
ஆயிரத்து தொழாயிரத்து முப்பத்து எட்டில்
மண்ணுலகிலே சீருடனே வந்து அவதரித்தார்.
பொன்னுலகம் வந்து பூமியிலே விழுந்தது போல்
செல்வம் நன்றாய் பெருகிநின்ற வேளையிலே
மூத்த மகளாய் அன்னப்பிள்ளையும்
மோட்சி அம்மாவுடன் தியாகராஜாவும்
பின்னவளாய் அழகம்மாவும் செல்வநாச்சியாரும்
அன்புச் சகோதரங்கள் வந்து பிறந்தனர்.
காலமது சக்கரமாய் சுழன்று போக
பால் சொரிந்து கனிகள் சிந்திநிற்கும்
குளக்கோட்டன் நன்கமைந்த திரியாயில்
தாய்வீடு நன்றாய்த் தேடிவந்தே
மக்களோடு தம்பதியர் வாழ்ந்துநின்றார்.
கருவிலே நல்ல திருவுடைய செல்வராசா
மூத்தோருடன் முழுநிலவாய் விளங்கிநின்றார்.
பள்ளிப்பருவம் கூடிவரவே திரியாய்ப் பள்ளியிலே
பெற்றோரும் பக்குவமாய் சேர்த்துவைத்தார்.
சிறுவயதில் தெய்வ நற்பக்தி கொண்டே
வரண விக்னேஸ்வரர் ஆலயம் நாடியே

அறப்பணிகள் பற்பல செய்துநின்றார்.

பால்முகமும் கண்டோர் வியக்கும் பனிமனமும்
கம்பீர நடையுடனே இளம் காளை போலே

புத்துக்குலுங்கி காண்போரை வியக்கவைத்தார்.
காளைக்கேற்ற கன்னி அவளைத்தேடியே

பத்திரகாளி உறையும் சம்பூர்ப்பதி நாடி
அருளம்பலம் உமையாத்தை பெற்றெடுத்த

செல்வமகளாம் வள்ளிப்பிள்ளையை
ஊரார் பேசி உற்றார் கூடியே நினைந்து

புரட்டாதித் திங்கள் அறுபத்தைந்திலே
ஊரார் புகழ் திருமணமும் செய்து வைத்தார்.

இருவீட்டுச் செல்வமும் பெருகிவரும் வேளையிலே
நல்ல விவசாயியாய் திகழ்ந்திடும் நிலையிலே

புண்ணிய பூமியிலே கருத்தொருமித்த தம்பதியாய்
மணவாழ்விலே நன்றாய்த் திளைத்திருந்தார்.

இல்லறமும் நல்லறமாய் அமைந்தவேளை
செல்வமகளாய் செல்வராணி பிறந்தார்.

மூத்த மகளை சீராட்டி வளர்த்து வரும் போதில்
பஞ்சாட்சரமும் நல்லமகளாய்ப் பிறந்தார்.

விவசாயத் தொழிலைக் கண்ணியமாய்ச் செய்தார்.
நல்ல மகளாய் உதயராணி பின் கேதீஸ்வரி.

சசிகலா என மக்களை பெற்று மணமகிழ்ந்தார்.
இறைவனின் அருளால் பிரசாந்தனும்

கடைக்குட்டியாய் பிறந்தது கண்டே
உள்ளத்தால் மகிழ்ந்தே பெருமைகள் கண்டார்.

குழந்தைகள் அறுவரும் கல்வியும் பண்பும்
சீராய்ப் பெற்றிட அரும்பணி செய்தார்.

கற்ற தொழிலோடு ஆலயங்கள் தேடியே

மக்களுக்காகவே தொண்டுகள் செய்தார்.

மூத்த மகளை ஆசிரியை ஆக்கியே

காளிராஜாவை மருமகனாக்கியே

முகாமைத்துவ உதவிப் பணியில் சேர்த்துவைத்தார்.

அன்பு மகனாம் பஞ்சாட்சரத்தை ஆசிரியராக்கி
லக்ஷணியைத் திருமணமும் செய்து வைத்தார்.

உதயராணியை முழுமனதோடு சிவசங்கரநாதனுக்கு
திருமணம் செய்தே நல்லழகு பார்த்தார்.

கேதீஸ்வரியை சசிகுமாருக்கு திருமணமும் செய்தார்.
இளைய மகளாம் சசிகலாவிற்கு லவேந்திரனை

உரிய முறையில் திருமணமும் செய்து நின்றார்.

இளைய மகனாம் பிரசாந்தனை அன்புடன் வளர்த்தே

பனிபடர் தேசம் நியூசிலாந்து அனுப்பியே

தர்மினிக்கு மணம் செய்து வைத்தார்.

முறிவு வைத்தியம் பயின்றே பல பணி செய்தார்.

அன்பான பேச்சும் அறிவான கதைகளும்

உற்றார் இடத்தே பெருமதிப்பைப் பெறவே

சமூக சமயப் பணிகளை சளைக்காமல் செய்தார்.

நாட்டின் சூழலால் ஊரை இழந்தே

குடும்பத்தோடு பலவிடம் கண்டார்.

அடுக்கடுக்காகவே பேரக்குழந்தைகள் பிறக்கவே
மக்களைத் தேடியே குதூகலித்தார்.

காலமும் விரைவாய் மாறிடும் பொழுதில்

திரியாய் சென்றே நிரந்தரமானார்.

கோயிலும் சுனையும் கடலுடன் சூழ்ந்த

திருமலையொங்குமே திருமுறை பாடியே

பக்தி நிலையில் பரவசமாய் இருந்தார்.

மூத்த மகளின் இல்றைம் தேடியே
 ஓரிரு ஆண்டுகள் இன்பமாய் வாழ்ந்தார்.
 யாழ்நகர் சென்றே முருகனை வணங்கியும்
 வெருகலம்பதி கண்டு கந்தன் விரதமும் கண்டார்.
 அகவை எண்பதைக் கண்டிட்ட போதிலும்
 ஆளுமையோடு இறைபணி செய்தார்.
 பேரர்களின் எண்ணத்தை மகிழ்வோடு செய்தே
 பொழுதைப் போக்கியே சிறப்புடன் வாழ்ந்தார்.
 காலம் நெருங்கி வரவே கவசம் பாடியே
 தூங்கச் சென்றவர் நிரந்தரமாய்த் தூங்கினார்.
 தேனீர்வேளை பண்பாய் மருமகள் எழுப்பினார்.
 ஆழ்ந்து உறங்கியே இறையடி சேர்ந்தார்.
 கார்த்திகை தீப நாளை தெரிவு செய்தே
 மண்ணுலக வாழ்வை சீராய் முடித்தே
 உறவுகள் கதற ஊரார் கண்ணீர் சிந்த
 சங்கரன் பாதத்தில் சரண் அடைந்தார்.



குறையேது கண்டேன் ஐயா....

எங்கோ பிறந்த என்னை
 நல்ல மனைவியாக்கியே
 குறைவிலா வாழ்வு தந்தே
 சீரோடும் சிறப்போடும் வாழவைத்தாய்
 இரவு பகலாய் உழைத்து உழைத்து
 மக்களுக்காய் நல்ல வாழ்வு தந்தீர்
 முகம் பார்க்க நினைக்கையிலே
 மறைந்து போன மாயமென்ன
 மின்னி முழங்காமல் மறைந்ததுமேனோ
 மக்கள் என்றாலே கொள்ளை ஆசை
 மூத்த மகனோடு கூடி இருந்த வேளை
 பொல்லாத காலன் கொன்றழிந்ததேனோ
 மரணச் செய்தி தெரிந்துதானே
 கடைசியாய் முகம் காட்டிச் சென்றாய்
 மறக்க முடியவில்லை ஐயா,
 துன்பம் வந்து துடிதுடித்த வேளையிலே
 நெருங்கி இருந்தே துயர் துடைப்பாய்
 கோபம் வந்த வேளையெல்லாம்
 மௌனமாய் ஒதுங்கி இருப்பேன்
 பாசம் காட்டி எனை அழைப்பாய்
 தெய்வத்தின் பாதம் தேடி பிரிந்தாயோ
 பிறப்பொன்று மெய்யானால்
 துணைவனாய் வந்து பிறக்க வேண்டும்

ஆசை மனைவி

அப்பா

உயிரிலும் மேலான என் அப்பா
உங்கள் கைபிடித்து நடந்த காலங்களும்
உங்கள் நெஞ்சில் தூங்கி அழுத நாட்களும்
மீண்டும் எப்போது வரும் அப்பா?

அப்பா என்ற சொல்லிற்கு உயிர் தந்த வள்ளலே
இனி அப்பா என்று யாரை அழைப்பேன் நான்?
உங்கள் பிள்ளைகளை தனியாக விட்டுச் சென்றதேனோ?
எங்கள் உயிரில் கலந்து கலந்து விட்டீர்கள் அப்பா.

இன்னும் பல வருடங்கள் நீங்கள் எம்மோடு
இருப்பீர்கள் என்று நாம் எண்ணியிருக்க
எதிர்பாரா விதமாக கண்ணிமைக்கும் நேரத்தில்
எம்மை விட்டு பிரிந்து சென்றீர்களே அப்பா

நீதி, நேர்மை, நியாயம் என்று
உங்களிடம் நாம் கற்றது சிறிதே அப்பா
இன்னும் பல கற்க வேண்டிய நாம் எதிர்பார்த்திருக்க
எம்மை ஏமாற்றியது ஏனோ?

அம்மாவும் நாம் அறுவரும் உங்களை இழந்து
படுகின்ற வேதனைகளும் கஷ்டங்களும்
உங்களுக்குப் புரிகிறதா அப்பா? எம்மை
தவிக்க விட்டு சென்றுவிட்டீர்களே தனியாக

உங்களை எம் குழந்தை போல்
பார்த்துக் கொண்டோம் - இறுதியில்
உங்கள் உயிரைக் காப்பாற்ற எங்களால்
முடியாமல் போய் விட்டதே அப்பா

எப்போது அப்பா மீண்டும் உங்கள்
முகத்தை நான் காண்பேன்?
மறு பிறப்பிருந்தால் உங்கள் மகனாக
பிறக்கும் வரம் வேண்டுகிறேன் இறைவனிடம்

அன்புள்ள மகன்
செ. பஞ்சாட்சரம்



சித்தர் பாடல்கள்

“மாடு மனை வீடு வாசல் விளையாட்டே என்றன
மனைவி மக்கள் எனபதும விளையாட்டே
தேடி வைத்த பொருள் எல்லாம் விளையாட்டே
இச் செகத்தில் திரிவதும் விளையாட்டே”

உடலை விட்டு உயிர் போகிறது, போற்றி பராமரித்த உடல் பிணமாய்க்
கிடக்கிறது. அது கண்டு பெற்றோர் அழுகிறார்கள். சுகாடு வந்தவர்கள்
ஏதோ தெளிவு பெற்றவர்கள் போல் பேசுகிறார்கள். ஆனால் தங்களுக்கு
இது நிகழும் என்பதை மட்டும் மறந்து விடுகிறார்கள். எல்லாமே
விளையாட்டாக நடந்து விடுகிறது.

தெய்வத்திலும் மேலான என் அப்பா எங்களை எல்லாம் விட்டுப் பிரிந்த நாள்

அப்பா! உங்களுடைய இறுதி
காலத்தில் உங்களுக்கு
சேவை செய்யக் கூட முடியாத
தூரதிஷ்டசாலி நான்...

உங்களை குழந்தை போல
பார்த்துக்கொள்ள
வேண்டுமென்ற எனது ஆசை
கனவாகி போனதே அப்பா...

இறுதி காலங்களில் உங்கள்
கூடவே இருந்து உங்களை
மகிழ்ச்சியாக வைத்திருக்க
ஆசைப்பட்டேன் அப்பா...

கடந்த ஆறு வருடங்கள்
உங்களைப் பார்க்காமல்
நான் பட்ட துயர்கள் சொல்லில்
அடங்காதவை...

இனிவரும் காலங்களில்
உங்களது குரலை கூட கேட்க
முடியாத கொடுத்திற்கு ஆளாகி
விட்டேன் அப்பா...

நான் உயிரோடு இருந்தும்
உங்களைப் பார்க்க வர
முடியாமல் இருப்பதை விட கொடியது
வேறொன்றும் இல்லை அப்பா...
இறுதி நேரத்தில் உங்களை
பார்க்க கூட வரமுடியாத
இந்த தூரதிஷ்டசாலி மகனை
மன்னியுங்கள் அப்பா...
இதுவரையில் அப்பா என்று
கூப்பிடுவதற்கு என்
உயிரிலும் மேலான ஒரு உறவு
இருந்தது
எங்கே அந்த புனிதமான
உறவு இன்று...???

எனது வாழ்க்கையின்
மிகப் பெரிய இழப்பு
நீங்கள் என் கூட இல்லாதது.

நீங்கள் உங்களைப் பற்றி
சிந்தனை செய்வதை விட
எங்களைப் பற்றி சிந்தனை
செய்ததே அதிகம் அப்பா...

எனது ஆசைள் அனைத்தும்
கனவாகிப் போய் விட்டதே அப்பா...
உங்கள் ஆசைகளை
நிறைவேற்றுவேன் நான்

உங்கள் வாழ்க்கையை எங்களுக்காக
அர்ப்பணித்தீர்கள் அப்பா
எங்களுக்காக மிகவும்
கஷ்டப்பட்டு விட்டீர்கள் அப்பா...

அமைதியாக உறங்குங்கள்
ஒருநாள் நானும் வருவேன்
உங்களைத் தேடி நீங்கள்
இருக்குமிடம்...
உங்கள் ஆத்மா சாந்தியடையட்டும்....

உங்களில் இருந்து உயிர் பெற்ற
உங்கள் மகன்
பிரசாந்தன்



அன்புள்ள அப்பாவிந்த.....

அன்னையவள் கருவறை விட்டு
அகிலம் காண புன்னகை மறுத்து
உன் கைகளில் தவழ்ந்தோம்
அன்பு மக்களாய்...

பிஞ்சு விரல்கள் - உன்
கரம் தொடும் வேளை
நெஞ்சம் இனைத்து
புன்னகை செய்தாய்

தத்தி நடந்தோம் தடக்கி விழுந்தோம்
உன் கரம் கொடுத்தாய் நடைபழக
இன்று நடக்கின்றோம் அப்பா - ஆனாம்
நீ மட்டும் எங்களுடன் இல்லை
உன் நிழல் கூட துணையில்லை

உன் மடியில் தூக்கம் கொண்டோம்
உன் தூக்கம் செல்லமாய் கெடுத்தோம்
இன்று நீ மட்டும் தூங்குகிறாய்
எமது தூக்கம் தொலைக்கின்றோம்
உன் நினைவுகளோடு

நேர் சீராய் உன் வேலைகண்டு
இறைவன் செய்தானோ ஓர் இடமாற்றம்
தன்னருகில் உனை வைத்து
எமை தவிக்க விட்டானோ

தந்தையாக நீ செய்த கடமைகள் பல
மக்களாக செய்திட நினைத்தோம்
சில கைமாறு... வேளைவரும் முன்னே
காலம் பதில் கூறியது ஏனோ?

காலை உன் முகம் காண அன்புடன் அழைப்பாய்
 மாலை உன் கால்கள் பிடிப்பதே - எம்
 வரமெனக் கொண்டோம் - ஆனால்
 கடைசி வேளை எமை கண்திறந்து பார்க்காமல்
 கண்கலங்க விட்டதேனோ
 ஒருமுறை அழைக்கின்றோம் எம்முடன் இருக்க
 மறுமுறை உனை அனுப்ப மனமில்லாத மக்களாய்

உன் தடம் பின்பற்றி வந்தோம்
 எங்கள் வழிதனைக் கண்டோம்
 தொடர்ந்து செல்கின்றோம் தனிமையில்
 கம்பியில்லா முடவன் போல

பிரிவின் வலி கண்டோம்
 கண்ணின் வழி ஈரம் கொண்டோம்
 நெஞ்சமது நொருங்க உணர்ந்தோம்
 எமை விட்டு நீ செல்லும் போது
 எங்கு சென்றாலும் புன்னகை மறவாதே
 உன் மகள்கள் எமை நினைக்க மறுக்காதே

ஒரு மடல் போதாது அப்பா
 எம் உணர்வுகளை கூறிட
 உள்ளம் முழுதும் நீயே
 உயிரிலும் மேல் நீயே
 கண்ணில் ஈரம் இல்லை மேலும்
 நினைவுகள் மட்டுமே மீதம்
 உயிர் நீத்தும் எம்முடன் இருப்பாய் எப்போதும்

உன் அன்பு மகள்கள்:
 செல்வராணி, உதயராணி
 கேதீஸ்வரி, சசிகலா

இன்னும் சில காலம்

ஆயிரம் உறவு பல உலகிலிருந்தும்
உயிரோடு கலப்பது சில உறவுகளே
அவ்வாறு எம் உயிரோடும் உணர்வோடும் கலந்து
ஒரு உறவு எம் பாசத்திற்கும் மதிப்பிற்கும் உரிய
எமது அருமை மாமனாருக்கு
எம்முள் எழுந்த சில கவி வரிகள்

உங்கள் மேல் வைத்த மதிப்பிற்குரியளவு
மனதினுள் ஏதோ ஒரு வகையான அளவு கடந்த
அன்பும் பாசமும் வைத்திருக்கின்றோம்.

பல உறவுகள் அருகில் இருந்தும் இன்றும் எங்களை
அழைப்பதற்கு நீங்கள் அருகில் இல்லையே மாமா
தவறுகள் காணும் போதெல்லாம் மாமா என்ற உரிமையில்
பலவாறு கண்டித்தீர்கள் அவ் கண்டிப்பை
இழந்து உங்கள் பிரிவால் கண்ணீர் சிந்துகின்றோம்.

நற்குணம் கொண்டும் அனைவரின் நன்மதிப்பு பெற்று
இவ்வுலகில் வாழ்ந்தீர்கள்
காலன் அவனின் கண்பட்டதோ தெரியவில்லை
இவ்வுலக வாழ்வை விட்டு எங்கள் அனைவரையும்
பிரிந்து கடவுளின் பாதத்தை சரணடைய காரணம் என்ன...?

இன்னும் சில காலம் இவ்வுலகில் வாழ்ந்திருந்தீர் எனின் - நீங்கள்
கண்ட கனவுகள் நனவாகியிருக்கும்
அனைத்து வலிகளையும் உங்கள் மனதினுள் அடக்கி
அமைதியாக கண்மூடி உறங்குகிறீர்கள்.

உறங்குங்கள் மாமா
நீங்கள் கண்ட கனவுகள் உங்கள் ஆசீர்வாதத்தோடு
நாங்கள் அனைவரும் சேர்ந்து நிறைவேற்றுகின்றோம்
உங்களின் ஆத்ம சாந்திக்காய் இறுதிவரை
பிரார்த்திக்கின்றோம்.

எம் பாசமிகு மாமனாரை
இழந்த துயரால் துயரும்
மருமக்கள்
காளிராசா, லக்ஷுனி
சிவசங்கரநாதன், சசிக்குமார்
லவேந்திரன், தர்மினி



உலகத்தில் இந்த மரணத்தில் மட்டும்
உயர்வும் தாழ்வும் இல்லை - இது
உருவ மில்லாத எவனோ
உண்டாக்கி வைத்த எல்லை

- பட்டுக்கோட்டை கலயாண சுந்தரம் -

விதியென்னும் குழந்தை கையில்
உலகந் தன்னை
விளையாடக் கொடுத்து விட்டாள்
இயற்கை அன்னை - அது
விட்டெறியும் உருட்டி விரும்
மனிதர் வாழ்வை

- பட்டுக்கோட்டை கலயாண சுந்தரம் -

நெடுந்தூரம் சென்றது ஏனோ

அம்மப்பா என்ற வார்த்தை என்னிடமிருந்து விடைபெற்று விட்டது
இன்று அழைப்பதற்கு நீங்கள் இல்லை
காலத்தின் அழைப்பினில் நீங்கள்
நெடுந்தூரம் சென்றது ஏனோ

இதோ உங்கள் நினைவு மலரில்
உங்கள் நினைவுகளுடன்
என்னுள் நீங்கள் விட்டு சென்ற விதைகளை
விதைகின்றேன் மன நெருடல்களுடன்

காலத்தின் தேவை எதுவோ
அது நடந்திற்றே முடியும் என்பர்
காலனின் தேவை அதுவோ
அதை மாற்றல் முடியாது என்பர்

படுக்கையிலிருந்த அந்த ஜீவன்
இறை சந்நிதானத்தில் அமைதி கொண்டிருக்க சென்றுவிட்டது
இச் சங்கதி கேட்டு
சங்கற்பம் கொண்டேன்

உங்கள் குழந்தைகளை குணவதிகளாக வளர்த்தீர்கள்
அதில் என் தாய் உங்கள் முதற் குழந்தை
தம் மக்கள் அனைவருமே
தலைநிமிர்ந்து நடந்திடவே இங்கு
எந்நேரமும் உழைக்கின்றார்
எல்லாம் தந்தை வளர்ப்பின் வெளிப்பாடுகள் அல்லவா
உங்கள் மகளை தாயாய் பெற்றதற்கு
உங்களிடத்தில் தலைவணங்குகின்றேன்.

மறுஜென்மம் ஒன்று இருந்தால் அவரை
 மறுபடியும் உங்கள் மகளாக ஏற்றுவிடுங்கள்
 ஞாலத்திலும் மானப்பெரிது நல்லொழுக்கம்
 நல்லொழுக்கம் பூசிட்ட வித்தகர் அல்லவா நீங்கள்
 உங்கள் கைவண்ணங்கள் சீரிய
 சிற்பங்களாய் இங்கு
 ஒளிர்கின்றன உங்களை போல்

வியத்துகள் ஒருபோதும் விளையாட்டாய் நடப்பதில்லை
 அங்கனமே நடந்தால் நீங்கள் விரைந்து வந்திட தாமதிப்பதில்லை
 பெண் பிள்ளைக்கு முழுந்தாள் காயம் அழகற்றது
 என்ற உங்கள் சீரிய பேச்சு
 இன்றும் என்னுள்
 அதை சீர் செய்திடவே
 காயங்களுக்கு மருந்து சொல்லி விட்டுச் சென்ற
 பட்டம் வாங்காத வைத்திய கலாநிதி
 அல்லவா நீங்கள்!

உங்கள் பேரப்பிள்ளைகளை புகழுடன்
 மெச்சுகின்ற நீங்கள் - இன்று
 அவர்களின் கதறல்கள் கேட்கவில்லை போலும்
 இற்றைக்கு நீங்கள் தடம்பதித்த
 நூற்றாண்டில்
 கணனியில் கண்ணையும்
 கையிருப்பில் கருத்தையும்
 ஏந்திய ஏந்திழைகள் சொந்தமாகிவர
 இன்னும் இன்னும்
 புள்ளியாகிப் போனது உறவுகள்

தொலைபேசியில் தீபாவளி வாழ்த்துக்கள் தெரிவித்த
நவீன மனிதன் அல்லவா நீங்கள்
உங்கள் கைபேசி யாருமற்று அநாதரவாய் ஆயிற்று
மீண்டும் அழைக்குமா தீபாவளி வாழ்த்துக்களுடன்

அன்றும் அதே புன்னகையோடு விடைபெற்றீர்கள்
உங்கள் ஆத்மா சாந்தியடையட்டும்
துயர மனங்களை தேற்றட்டும் உங்கள்
பிரகாசனை ஆத்மா

என்றும் மன நெருடல்களுடன்
பேரப்பிள்ளை பாத்திரம் ஏந்தி நிற்கும்
வரிசையில் நான் இங்கு
உங்கள் நினைவலைகளுடன்

பேத்தி
பிரபாழிணி காளிராஜா



தேடுகின்றோம் அம்மப்பா, அப்பப்பா

குன்று போல் நிமிர்ந்த தோற்றமும்
வேட்டி கட்டி நிற்கும் நல்லழகும்
பாசமாய் அணைக்கும் கரமும்
சிரித்த இனிய நல்ல முகமும்
வாட்டி வதைக்குதப்பா....
மீண்டெழுந்து வருவாயோ
படம் பார்க்க அழைத்த போதில்
மறைய முன்னர் இராப்பொழுதில்
சிரித்த முகத்தோடு ஏற்று வந்தாய்
ஒருபோதும் காணா மகிழ்வடைந்தோம்
இரவு உணவுண்டே நித்திரையானாய்
விடிந்தெழுந்தோம் எம்மை அழவைத்தாய்
தேடுகின்றோம் தினமும் ஐயா,
தெய்வமாய் போனதாய் அறிந்தோம்
எமையெல்லாம் பரிதவிக்க விட்டே
மறைந்து போன மாயமென்ன
இறைபதம் அடைந்து வரவே
மலர்ப்பாதம் பணிந்து நிற்போம்.

அன்புப் பேரக்
குழந்தைகள்

அரசு ஊழியர்கள் ஓய்வூதியத்தை துரிதமாக பெற தேவையான ஆவணங்கள்

அரசு உத்தியோகத்தர்கள் ஓய்வு பெறும்போது ஓய்வூதியச் சம்பளக் கொடுப்பனவைத் துரிதப்படுத்த உத்தியோகத்தரினது சுயவிபரக் கோவையில் இருக்க வேண்டிய முக்கிய ஆவணங்கள் இல்லாமையே இக்காலதாமதத்திற்கு காரணமாகவுள்ளதென்பதை அவதானிக்க முடிகின்றது. எனவே ஒவ்வொரு உத்தியோகத்தரும் தமது சுயவிபரக் கோவையில் இருக்க வேண்டிய ஆவணங்கள் தொடர்பாக தமது கவனத்தை செலுத்துதல் ஓய்வூதிய நடவடிக்கையை துரிதப்படுத்தும் செயலாகும். எனவே ஒரு சுயவிபரக் கோவையிலும் இருக்க வேண்டிய ஆவணங்கள் தங்களுக்கு அறியத்தரப்படுகின்றன. தாங்கள் சுயவிபரக் கோவையில் கீழ்க் காட்டப்பட்டுள்ள ஆவணங்கள் உள்ளனவா என்பதனை உறுதிப்படுத்திக் கொள்ளவும்.

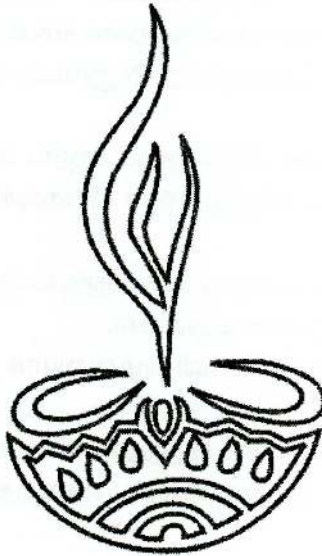
01. நிரந்தரமானதும் ஓய்வூதிய உரித்துடையதுமான நியமனக் கடிதம்.
02. நியமனம் ஏற்றுக்கொள்ளப்பட்டதை நிரூபிக்கும் கடிதம் அல்லது உடமை பொறுப்பேற்றல்.
03. தகுதிகாண் நிலைக்காலம் நீடிக்கப்பட்டிருப்பின் அதற்குரிய கடிதங்கள்
04. மருத்துவ அறிக்கை
05. சேவையில் நிரந்தரப்படுத்திய கடிதம்ஃ பதவியில் உறுதிப்படுத்திய கடிதம்.
06. சத்தியப்பிரமாணம்/ உறுதியுரை
07. அமைய சேவைக்காலம் இருப்பின் அதற்குரிய கடிதங்கள்
08. விதவைகள், அநாதைகள் அங்கத்துவ அட்டையின் ஒரு புகைப்படப் பிரதி.
09. அரசாங்க சேவை சகாய நிதியில் பங்குகொண்ட கடிதங்கள்.
10. கோவையில் பதவியுயர்வுடன் தொடர்புடைய கடிதங்கள்.

11. சம்பள ஏற்றங்கள் அங்கீகரிக்கப்பட்ட கடிதங்கள்.
12. இடமாற்றங்களுக்கு உரிய கடிதங்கள்.
13. வினைத்திறன்காண் தடைகளில் சித்தியடைவதற்குரிய அல்லது அவற்றிலிருந்து விலக்களிக்கப்பட்டதற்குரிய கடிதங்கள்.
14. ஊழியரின் பிறப்புச் சான்றிதழ்.
15. விவாகச் சான்றிதழ்.
16. பிள்ளைகளின் பிறப்புச் சான்றிதழ்.
17. வெளிநாடுகளில் பிறந்த பிள்ளைகள் இருப்பின் அவர்களின் பிறப்புகள் இலங்கையில் பதிவு செய்யப்பட்டதை நிரூபிக்கப்பட்ட கடிதங்கள்.
18. விவாகரத்து செய்யப்பட்டிருப்பின் அவ் வழக்குத் தீர்ப்பின் ஒரு பகுதி.
19. மீண்டும் விவாகமாகியிருப்பின் விவாகச் சான்றிதழ்.
20. வாழ்க்கைத் துணைவர் அல்லது பிள்ளைகள் மரணித்திருப்பின் அவர்களின் மரணச்சான்றிதழ்.
21. வலது குறைந்த பிள்ளைகள் இருப்பின் அவர்களின் வலது குறைவை நிரூபிக்கின்ற மருத்துவச் சான்றிதழ்களும் உரிய மற்ற சான்றிதழ்களும்.
22. வாழ்க்கைத் துணைவர் தொழில் புரிபவராயின் அது பற்றிய விபரங்கள்.
23. தேசிய அடையாள அட்டையின் புகைப்படப் பிரதி அல்லது சாரதி உத்தரவுப் பத்திரம் இருப்பின் அதன் புகைப்படப் பிரதி ஒன்று.
24. கல்விச் சான்றிதழ்களின் பிரதிகள்.
25. தொழில்சார் தகமைகள் பெற்றிருப்பின் அச் சான்றிதழ்களின் பிரதிகள்.
26. உள்நாட்டு வெளிநாட்டு பயிற்சியின்போது பெறப்பட்ட சான்றிதழ்கள்.
27. அரைச்சம்பள விடுமுறைகள் மற்றும் சம்பள மற்ற விடுமுறைகள் பற்றிய விபரங்கள்.
28. பிரசவ விடுமுறைகள் பற்றிய விபரங்கள்.
29. திடீர் விபத்துக்கான விடுமுறை பற்றிய விபரங்கள்.
30. வெளிநாட்டு விடுமுறை பற்றிய விபரங்கள்.

31. முற்பட்ட ஆண்டுகளில் விடுமுறைகள் பெற்றிருப்பின் உரிய விபரங்கள்.
32. கற்கை விடுமுறைகள் பெறப்பட்டிருப்பின் உரிய விபரங்கள்.
33. வருடாந்த விடுமுறை அறிக்கைகள் (பெற்றுக்கொள்ளப்படாத விடுமுறைகளுக்காக ஓய்வுபெறும் தறுவாயில் கொடுப்பனவுகள் செய்யப்படுவதால்)
34. பதவி வெறி தாக்கல் கட்டளையும் திரும்பச் சேவையில் அமர்த்தும் கட்டளைகளும்.
35. ஒழுக்காற்று கட்டளைகளும் அக் கட்டளை நடைமுறைப்படுத்திய கடிதங்களும்.
36. ஒழுக்காற்று கட்டளைகளுக்காக சமர்ப்பித்த மேன்முறையீடு பற்றிய தீர்மானங்கள்.
37. இரண்டாம் நிலை அடிப்படையில் சேவையிலிருந்து விடுவிக்கப்பட்ட கடிதங்கள் (இருக்குமாயின்)
38. இரண்டாம் நிலை அடிப்படையில் இந்தக் காலத்தில் அந் நிறுவனத்தால் ஓய்வுச் சம்பளத்திற்காக சம்பளத்திலிருந்து 25 வீதம் ஓய்வூதியப் பணிப்பாளருக்கு அனுப்பப்பட்டவை நிரூபிக்கும் கடிதங்கள்.
39. மாகாண சேவைக்கு விடுவித்தலட பற்றிய கடிதங்கள்.
40. மாகாண சேவையிலிருந்த அரச சேவைக்கு உள்ளீர்க்கப்பட்ட கடிதங்கள்.
41. சேவை பாராட்டப்பட்ட கடிதங்களும் குற்றம் தெரிவித்த கடிதங்களும்
42. கடன் பெறப்பட்டதற்கான கடிதங்கள்.
43. நாளதுவரைபடுத்தி விதிமுறையாக பேணிவருகின்ற வரலாற்றுத்தாள்.
44. அரச விடுதியில் வசிப்பதாக இருந்தால் வீட்டு வாடகைஇ மின்சாரம், தொலைபேசிக் கட்டணங்கள் செலுத்தப்பட்டுள்ளதற்கான அறிக்கைகள்.

45. பெயர் மாற்றக் கடிதம் (கடமையின் போது திருமணமாகிய பெண் உத்தியோகத்தர்களுக்கு மட்டும்)
46. உடன்படிக்கை படிவம்
47. சொத்து பிரகடனம்.
48. கணவர்/ மனைவியின் பிறப்புச் சான்றிதழ்.
49. உரிய வேறு ஆவணங்கள்.

இந்த ஆவணங்களில் தங்களுக்குப் பொருத்தமான ஆவணங்கள் இதுவரையில் சமர்ப்பிக்கப்படாதிருப்பின் அவற்றைத் தங்களுக்குரிய திணைக்களங்களில் விரைவில் கையளிக்கப்படல் வேண்டும்.



“உணவுக் கட்டுப்பாடு”

சமச்சீர் உணவு பழக்கத்தின் முக்கியத்துவம்

நீரிழிவு கட்டுப்பாட்டிற்கு, சரியான உணவு தேர்ந்தெடுப்பதில் ஒரு முக்கிய பங்கு வகிக்கிறது. எந்த உணவை எடுப்பது, எந்த உணவை தவிர்ப்பது என்பதை அறிந்து கொள்வது மிகவும் முக்கியமாகும். நீங்கள் நீரிழிவின் ஆரம்ப நிலையில் இருந்தாலோ அல்லது உங்கள் குடும்பத்தில் எவருக்கேனும் நீரிழிவு இருந்தாலோ, உங்களுக்கு நீரிழிவு வராமல் தடுக்க சமச்சீரான உணவு பழக்கத்தை கடைப்பிடிப்பது அவசியமாகும்.

நீரிழிவிற்கான உணவுக் கட்டுப்பாட்டை பின்பற்றுவது என்பது உண்ணாமல் இருப்பதோ அல்லது சுவையற்ற உணவை உண்பதோ அல்ல. உணவு கட்டுப்பாட்டில் இருக்கும் போது நீங்கள் உங்களுக்கு விருப்பமான உணவைத் தேர்ந்தெடுத்து, பசி ஏதும் இல்லாமல், மகிழ்ச்சியாக அளவோடு உண்ணலாம்.

ஊட்டச்சத்துக்களை தெரிந்து கொள்வதன் மூலம், நீரிழிவிற்கான உணவினை திட்டமிடல்.

அவசியமான ஊட்டச்சத்துக்கள், அதன் மூல உணவுப் பொருட்கள் மற்றும் பரிந்துரைக்கப்பட்ட அளவைப் பற்றி விரிவாகக் கொடுக்கப்பட்டுள்ளது.

1. மாவுச்சத்து

உணவு உண்ட ஒரு மணி நேரத்திலோ அல்லது உடனடியாகவோ மாவுச் சத்து (சர்க்கரை மற்றும் ஸ்டார்ச்) இரத்தத்தில் குளுக்கோசாக மாறுகிறது. அதனால் உணவிற்குப் பின் இரத்தத்தில் உள்ள குளுக்கோஸ் அளவிற்கும், நாம் சாப்பிட்ட உணவில் உள்ள மாவுச்சத்தின் அளவிற்கும் நேரடியாக தொடர்பு உள்ளது என்பதை அறியலாம்.

மாவுச்சத்தை இரு வகைகளாக பிரிக்கலாம் - கூட்டு மாவுச்சத்து. எளிதான மாவுச்சத்து

வகை	கூட்டு மாவுச்சத்து	எளிதான மாவுச்சத்து
உணவு மூலம்	முழுதானியங்கள் - ப்ரௌன் அரிசி கேழ்வரகு, சோளம், பார்லி, ஓட்ஸ் முழு பயறுகள் - காராமணி, சோயா, பீன்ஸ், கொண்டுடைக் கடலை பழங்கள் மற்றும் காய்கறிகள்	சுத்தியரிக்கப்பட்ட மாவுகள். சர்க்கரை, தேன். வெல்லம், முழுமையாக பட்டை தீட்டப்பட்ட அரிசி. மைதா பிரெட், உருளைக்கிழங்கு, சேனைக்கிழங்கு, கேரட், பீட்ரூட் போன்ற கிழங்கு வகைகள்.
இரத்த சர்க்கரையின் தாக்கம்	தாமதமான செரிமானம் இரத்த சர்க்கரையை நல்ல கட்டுப்பாட்டில் கொண்டுவிட உதவும்	விரைவான செரிமானம் இரத்த சர்க்கரையை அதிகரிக்கும்
பரிந்துரை	மிதமான அளவு சேர்த்துக் கொள்ளலாம்	தவிர்ப்பது நல்லது

சரியான அரிசி வகையை தேர்ந்தெடுங்கள்

கடைகளில் கிடைக்கும் பெரும்பாலான அரிசி வகைகள் அனைத்தும் முழுவதுமாக பட்டைத்தீட்டப்பட்டவை. இந்த அரிசி வகைகளில் உள்ள நுண்ணிய ஊட்டச்சத்துக்கள் மற்றும் முக்கியமான ஊட்டச்சத்துகள் அரைவையின் போது அழிந்து விடுகின்றன. எ்டார்ச் அதிகமுள்ள என்டோஸ்பெர்ம் மட்டுமே அதிகளவில் நிறைந்திருக்கும்.

ப்ரௌன் அரிசி என்பது ஒரு முழு தானியம் (100% பட்டைத்தீட்டாத அரிசி). மேலும் அதில் தவிடு மற்றும் மேல் பாகத்திலுள்ள அனைத்து ஊட்டச்சத்துப் பொருட்களும் அப்படியே கிடைக்கிறது. ஊட்டச்சத்தின் அடிப்படையில் பார்க்கும் பொழுது, பட்டைத்தீட்டப்பட்ட அரிசியை விட, ப்ரௌன் அரிசியில் நார்ச்சத்து, வைட்டமின்கள், தாது உப்புக்கள் மற்றும் பயனளிக்கக்கூடிய உயிர்வேசித் சத்துக்கள் போன்றவை நிறைந்தது.

சர்க்கரை ஏற்றும் தன்மை (GI)

சர்க்கரை ஏற்றும் தன்மை என்பது உணவு செரிமானம் அடையக்கூடிய வேகத்தையும் மற்றும் அவ்வுணவு குளுக்கோஸாக மாறக்கூடிய வேகத்தையும் அளக்கும் அளவாகும்.

அதிக சர்க்கரை ஏற்றும் தன்மை - அதிக இரத்தச் சர்க்கரை அளவு குறைவான சர்க்கரை ஏற்றும் தன்மை - இரத்தச் சர்க்கரை கட்டுப்பாட்டில் இருக்கும்.

குறைவான சர்க்கரை ஏற்றும் தன்மை	மிதமான சர்க்கரை ஏற்றும் தன்மை	அதிக சர்க்கரை ஏற்றும் தன்மை
கீரைகள் காய்கறிகள்	முழு கோதுமை மாவು முழு தானியங்கள் முழு கோதுமை பிரெட் நவதானிய பிரெட் ப்ரௌன் அரிசி பயறு வகைகள் கடலைப்பருப்பு உளுத்தம் பருப்பு துவரம் பருப்பு	பச்சை அரிசி மைதா பிரெட் சர்க்கரை வெல்லம் மைதா

பரிந்துரைக்கப்பட்ட அளவு - மொத்த கலோரியிலிருந்து 50 - 60%

2. புரதச்சத்து

புரதம் நம் உடலுக்கு தேவையான முக்கிய ஊட்டச்சத்தாகும்.

புரதச்சத்துக்கள் நிறைந்த உணவு வகைகள்

அசைவ உணவு வகைகள்	சைவ உணவு வகைகள்
மீன், கோழி, முட்டையின் வெள்ளைக்கரு, மாட்டிறைச்சி, பன்றியிறைச்சி, ஆட்டிறைச்சி, சாசேஜன் (ஆட்டுக்குட்டி இறைச்சி) இறால், நண்டு, மூளை, ஈரல்	முழு பயிறு வகைகள், பருப்பு வகைகள், பால் மற்றும் பால் சார்ந்த உணவுப் பொருட்கள்
புரதம் மற்றும் கொழுப்பு சேர்ந்துள்ளது	புரதம் மற்றும் நார்ச்சத்து சேர்ந்துள்ளது

- முழு பயிறு வகைகள், பருப்பு வகைகள், பால் மற்றும் பால் சார்ந்த உணவுப் பொருட்கள், மீன், கோழி, முட்டையின் வெள்ளைக்கரு இவற்றை சேர்க்கவும்.
- மாட்டிறைச்சி, பன்றியிறைச்சி, ஆட்டிறைச்சி, ஈரல், மூளை (உறுப்பு உணவுகள்), இறால், நண்டு இவற்றை தவிர்க்கவும்.

பரிந்துரைக்கப்பட்ட அளவு - மொத்த கலோரியிலிருந்து 10 - 15%

3. கொழுப்புச் சத்து

கொழுப்புச் சக்தியின் பிரிவுகள்

காணக்கூடிய கொழுப்பு - வெண்ணெய், நெய், வனஸ்பதி

காணமுடியா கொழுப்பு - முட்டை, இறைச்சி, கொட்டை மற்றும் எண்ணெய் வித்துக்கள்

- ◆ பலவகையான சமையல் எண்ணெயை இணைத்து உபயோகிக்கவும்.
- ◆ கடலெண்ணெய், நல்லெண்ணெய், அரிசி தவிடு எண்ணெய், கடுகு எண்ணெய், சோள எண்ணெய், கனோலா எண்ணெய் மற்றும் ஆலிவ் எண்ணெய் இவற்றை பயன்படுத்தலாம்.

- ◆ சூரியகாந்தி மற்றும் சாஃபளவர் எண்ணெய் பயன்படுத்தும் போது மேலே குறிப்பிட்டுள்ள ஒரு எண்ணெயுடன் பயன்படுத்தவும்.
- ◆ நெய், வெண்ணெய், வனஸ்பதி, தேங்காய் எண்ணெய் மற்றும் பாமாயில் இவற்றில் சேச்சுரேட்டட் கொழுப்பு அதிகமாக உள்ளதால் தவிர்ப்பது நல்லது.

பரிந்துரைக்கப்பட்ட அளவு - மொத்த கலோரியிலிருந்து 30%

4. நார்ச்சத்து

உணவில் நார்ச்சத்து என்பது கூட்டு மாவுச்சத்தின் ஒரு முக்கிய பங்காக இருக்கிறது. பழங்கள், காய்கறிகள், பயறுகள், முழு தானிய பிரெட் மற்றும் ப்ரெளன் அரிசி போன்றவற்றில் நார்ச்சத்து நிறைந்துள்ளது. மற்ற ஸ்டார்ச்ச்களைப் போல நார்ச்சத்து செரிமானமோ, உட்கிரகிக்கவோ முடியாது. அதனால் இவற்றில் இரத்தத்தில் சர்க்கரையை ஏற்றும் தன்மை குறையும்.

நார்ச்சத்தினை இருவகையாக பிரிக்கலாம்

கரையக்கூடிய நார்ச்சத்து - பழங்கள், காய்கறிகள்

கரையா நார்ச்சத்து - முழு தானியங்கள் மற்றும் பயறுகள்

நார்ச்சத்து உணவின் நன்மைகள்

- ◆ இரத்த சர்க்கரையை கட்டுப்படுத்த மிகவும் நல்லது.
- ◆ கலோரிசத்து இல்லாமலே, வயிறு நிரம்பிய தன்மை அளிக்கும் (கரையக்கூடிய நார்ச்சத்து - இரத்தத்தில் கொழுப்பை குறைக்கும்)
- (கரையாத நார்ச்சத்து - மலச்சிக்கலை தவிர்க்கும்)

- ◆ கொட்டைகள் புரதம், நார்ச்சத்து மற்றும் தேவையான கொழுப்பு நிரம்பியது. ஆயினும் கலோரி சத்து அதிகமாக உள்ளது.
- ◆ எனவே குறைந்த அளவில் எடுத்துக் கொள்ளலாம்.

பரிந்துரைக்கப்பட்ட அளவு - மொத்த கலோரியிலிருந்து 20%

5. காய்கறிகள்

பலநிற காய்கறிகள் நம் உடலுக்கு நல்ல ஆரோக்கியத்தையும், எரிபொருள் சக்தியையும் மற்றும் நோய் எதிர்ப்பு சக்தியையும் அளிக்கக்கூடிய வைட்டமின், தாதுப்பொருட்கள் மற்றும் பைட்டோ கெமிக்கல்சை அதிக அளவு கொண்டுள்ளது.

அரிசியைக் காட்டிலும் காய்கறிகள் மற்றும் பயறுவகைகளை அதிகமாக எடுத்துக்கொள்ளுங்கள்.

தாராளமாக எடுத்துக்கொள்ள கூடிய காய்கறிகள்

- | | |
|------------------------|----------------------|
| ◆ பூசணிக்காய் | ◆ பீன்ஸ் |
| ◆ பாகற்காய் | ◆ சுரைக்காய் |
| ◆ கத்தரிக்காய் | ◆ அவரைக்காய் |
| ◆ ப்ராக்கோலி | ◆ முட்டைகோஸ் |
| ◆ மலபார் வெள்ளரிக்காய் | ◆ காலிஃப்ளவர் |
| ◆ சொள - சொள | ◆ கொத்தவரங்காய் |
| ◆ ஆஸ்பாரசுள் | ◆ ப்ருசல் ஸ்ப்ரௌட்ஸ் |
| ◆ காராமணி | ◆ வெள்ளரிக்காய் |
| ◆ கறிவேப்பிலை | ◆ கொத்தமல்லித் தழை |
| ◆ முருங்கைக்காய் | ◆ குடைமிளகாய் |
| ◆ பர்னிப் | ◆ இஞ்சி |
| ◆ பூண்டு | ◆ கீரைகள் |

- | | |
|-------------------------------------|---------------------------|
| ◆ நூல்கோல் | ◆ கோவைக்காய் |
| ◆ வெண்டைக்காய் | ◆ புதினா |
| ◆ வெங்காயம் | ◆ பப்பாளிக்காய் |
| ◆ வாழைப்பூ | ◆ வாழைத்தண்டு |
| ◆ பட்டாணி | ◆ புலங்காய் |
| ◆ பீர்க்காய் | ◆ தக்காளி (காய் ஒரு பழம்) |
| ◆ டிண்டா | ◆ முள்ளங்கி |
| ◆ சிறுகீரை | ◆ பார்ஸ்லி |
| ◆ பச்சை முட்டைகோஸ் | ◆ பச்சை லெட்டியூஸ் |
| ◆ பச்சை வெங்காயம்
(வெங்காய தாள்) | |

அளவோடு எடுத்துக்கொள்ள கூடிய காய்கறிகள்

- ◆ கேரட்
- ◆ பீட்ரூட்
- ◆ டபுள் பீன்ஸ்

தவிர்க்க வேண்டியவை

- ◆ உருளைக்கிழங்கு
- ◆ சேனைக்கிழங்கு
- ◆ சேப்பங்கிழங்கு
- ◆ வள்ளிக்கிழங்கு

அசைவ உணவுகள்

- ◆ அசைவ உணவின் அளவை குறையுங்கள்
- ◆ தேர்ந்தெடுக்கவும் - கோழி இறைச்சி, மீன், முட்டை
- ◆ தவிர்க்கவும் - ஆட்டிறைச்சி, பதப்படுத்தப்பட்ட இறைச்சி

ஆரோக்கியமான உணவு தட்டு

உங்களுடைய தட்டில் பாதியளவு காய்கறிகள் மற்றும் கீரையை கொண்டு நிரப்புங்கள். நான்கில் ஒரு பங்கினை பருப்பு மற்றும் பயறு வகைகளைக் கொண்டு நிரப்புங்கள். மீதம் உள்ள ஒரு பங்கில் அரிசி (அ) கோதுமை (அ) கேழ்வரகு கொண்டு நிரப்புங்கள். உங்கள் உணவின் அளவை கவனத்தில் கொள்ளுங்கள்.

ஆரோக்கிய உணவு தட்டினை உருவாக்க சில குறிப்புகள்

- ◆ பட்டைத் தீட்டிய வெள்ளை அரிசிக்கு பதிலாக உயர் நார்ச்சத்து அரிசி, ரவை, ப்ரௌன் அரிசியை தேர்ந்தெடுக்கவும்.
- ◆ முழுமையாக காய்கறிகள், பருப்பு மற்றும் பயறுவகைகளை தேர்ந்தெடுக்கவும்.
- ◆ உணவில் கொழுப்பினை சரியாக தேர்ந்தெடுக்கவும், சேச்சுரேட்டட் மற்றும் பரான்ஸ் அமிலக் கொழுப்பு குறைவாக உள்ள உணவினை தேர்ந்தெடுக்கவும்.
- ◆ உப்பின் அளவைக் குறைக்கவும். அப்பளம், ஊறுகாய் மற்றும் உப்பு நிரம்பிய உணவினை தவிர்க்கவும்.

மேலும் பசியாக உள்ளதா? கலோரி சத்து குறைவான உணவை எடுக்கவும்

(ஒரு பகுதி அளவு - 20 கலோரிகள்)

- | | |
|---------------------------------------|-------------------|
| ◆ தெளிந்த சூப் | ◆ தக்காளி சாறு |
| ◆ சர்க்கரை சேர்க்காத எலுமிச்சை சாறூர் | ◆ ஆடைநீக்கிய மோர் |
| ◆ மிளகு ரசம் | ◆ காய்கறி சாஸ்ட் |

தவிர்க்க வேண்டிய உணவுகள்

- ◆ சர்க்கரை, தேன், குளுக்கோஸ், ஜாம், வெல்லம், இனிப்பு வகைகள், கேக்
- ◆ இளநீர், தேங்காய், குளிர்பானங்கள், மதுபானங்கள் மற்றும் இனிப்பு சேர்ந்த ஆரோக்கிய பானங்கள்
- ◆ உலர்ந்த பழ வகைகளான திராட்சை, அத்தி, பேரிட்சம்பழம்
- ◆ பழங்களான வாழைப்பழம், மாம்பழம், பழைப்பழம், சீத்தாப்பழம், திராட்சைப்பழம்
- ◆ பிஸ்கட் மற்றும் பேக்கரி உணவுகளை தவிர்க்கவும். (பிரௌன் பிரட், நவதானிய பிரட் தவிர)

பழங்கள் எடுத்துக் கொள்ளலாமா?

- ◆ இரத்தச் சர்க்கரை கட்டுப்பாட்டில் இருக்கும் போது எடுத்துக் கொள்ளலாம்.
- ◆ பழச்சாற்றை தவிர்க்கவும். முழு பழமாக எடுத்துக் கொள்ளவும்.
- ◆ ஆப்பிள், ஆரஞ்சு, சாத்துக்குடி, பப்பாளி, கொய்யா, பேரிக்காய், கிர்ணி, தர்பூசணி, ஸ்ட்ராபெர்ரி, பூளு, பெர்ரி, நாவல்பழம் ஆகிய பழங்களை எடுத்துக் கொள்ளலாம்.



மரண அறிவித்தல்

மலர்வு

30



06



1938



உதிர்வு

22



11



2018

(கொட்கொண்டை நெடுமடமாவட்டம் வட்டாரம் - 06 திடியைய சைக்கிள்மடமாவட்டம் கொண்ட.)

அமரர் சுறுமுடும் செல்வராசா

அவர்கள் 2018.11.22 வியாழக்கிழமை அன்று கீழைபுத்தம் எய்தினார்

அவ்வார் காலஞ்சென்ற சுறுமுடும், செல்வராசாக்கம் தம்புகளின் அன்புமகனும், வள்ளல் நின்றவரின் அன்பும் கணவரும் காலஞ்சென்ற அன்னப்பிள்ளை, அழகம்மா, கையால் தியாகராஜா, செல்வராசாசியாந், திருமதி-ஞானப்பிரகாசம் ஆகியோரின் அன்புச் சகோதரருமாவார். அவர் திருமதி செல்வராணி (ஆசிரியை, தி/வியாழநாதர் கல்லூரி), மஞ்சாட்சரம்(ஆசிரியர், கீழ்க்கொண்டை ஸ்ரீகோண்டை ம.வி), உதயராணி, கீழ்க்கொண்டை, சசிசுமார், நியாந்(திருச்சிவநல்லூர்) ஆகியோரின் அன்புத்தந்தையும், கவிஞர் (மெழுகு கவிஞர்) சைவராசா, திரு.கோண்டை, வக்கிரம், சிவசுமார், சசிசுமார், கீழ்க்கொண்டை ஆகியோரின் மாமனாரும், திரு.கோண்டை(ஓய்வறிவை சே.ஆ. ஆலோசகர்), கருணாதேவி, குகைவந்தி, அமரர். கீழ்க்கொண்டை, திரு.கோண்டை(ஓய்வறிவை ஆதித்) ஆகியோரின் கைத்தந்தையர். மற்றும் சிந்தியா, அனோஜா, நியாந், ஜெனாபி, நவகண்டி, டி.கோண்டை, பந்தியன், நந்தன், கீழ்க்கொண்டை ஆகியோரின் நெருங்கியவர்கள்.

அன்னாரின் பூதவுடல் 2018.11.23 வெள்ளிக்கிழமை மாலை 3.00

மணியளவில் இல. 161/1, கிரீன் வீதியிலுள்ள அன்னாரது இல்லத்தில் இருந்து நல்லடக்கத்திற்காக திருக்கோண்டை இந்து மயானத்திற்கு எடுத்துச் செல்லப்படும்.

இவ் அறிவித்தலை உற்றார், உறவினர்கள், நண்பர்கள் அனைவரையும் ஏற்றுக்கொள்ளுமாறு கேட்டுக்கொள்கின்றோம்.

தகவல்
கூடுப்பதினார்
077 6028368

கண்ணீர் பூக்கள்

மலர்வு

30



06



1938

உதிர்வு

22



11



2018



கொட்களாயை நிறட்டி மகவும், வட்டாரம் - 06, திரியைய வசிப்பிடமாகவும் கொண்ட

அமரர். திரு. ஆறுமுகம் செல்வராசா

அவர்கள் 22.11.2018 விடியற்கிழமை அன்று திடீரவசை நேர்ந்தார்

பாசத்தின் ஒளி விளக்காய்
பண்பான தகையாய்
கேசத்தின் கீள் மதியாய்
நிலவெளி போல் உணவகீழ்

அன்பான மகனாய்ப்
அவந் நிறுவிய பிள்ளைகளும்
ஆறாந் நாயந்ருவாய்
அழகின்தார் உமை நிகைந்து

செல்வம் படைத்த திரியாய் எனும் திருவூரில்
செல்வராசா எனும் சிறப்பான பெயர் கொண்ட
சீராக வாழ்ந்து
சிவகவுட்கே சென்று விட்டார்

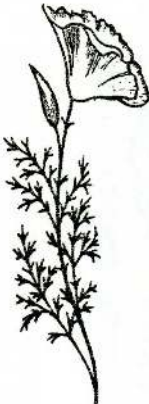
விண்ணவன் தேவகின்தார் - பேரம்
விண்ணவனும் கூடி நின்றார்
உந்தார் உருவிகளும்
உம் பிரிவால் நாயகுந்தார்

உமை நன்று நாயும்வ வளவென்றதைத்தாரோ?
சிவகினி திருப்பாடிமகை
சேர வென்று நிகைக்கீரோ?
உமைத் தொகைத் துன்பத்தால்
ஊமைகளாய் மகனின்து
உதிர்க்கின்தோம் கண்ணீர் பூக்களாய்

அன்னாரின் நினைவால் நாயகுந்திருக்கும் குடும்பத்தாருக்கு எழுது ஆழ்ந்த
அனுதாபங்களை தெரிவிப்பதுடன் ஆத்மா சாந்தியடைவாய் நிரந்தரத்திக்கின்றோம்.

பிரிவால் நாயகுந்தும்

தி / வி / கோவைநிலை மகா வித்தியலாய்
அதிபர், ஆசிரியர், மாணவர்கள், யா.ச.ச





கண்ணீர் அஞ்சல்



விண்ணில்

22



11



2018

மண்ணில்

30



06



1938



அமரர் ஆறுமுகம் செல்வராசா

அன்னை சிந்தாமலா சாந்தியடைய சிவசுந்தரி அம்மா

பிரபல தயாரம்
ஓய்வறிஞர்

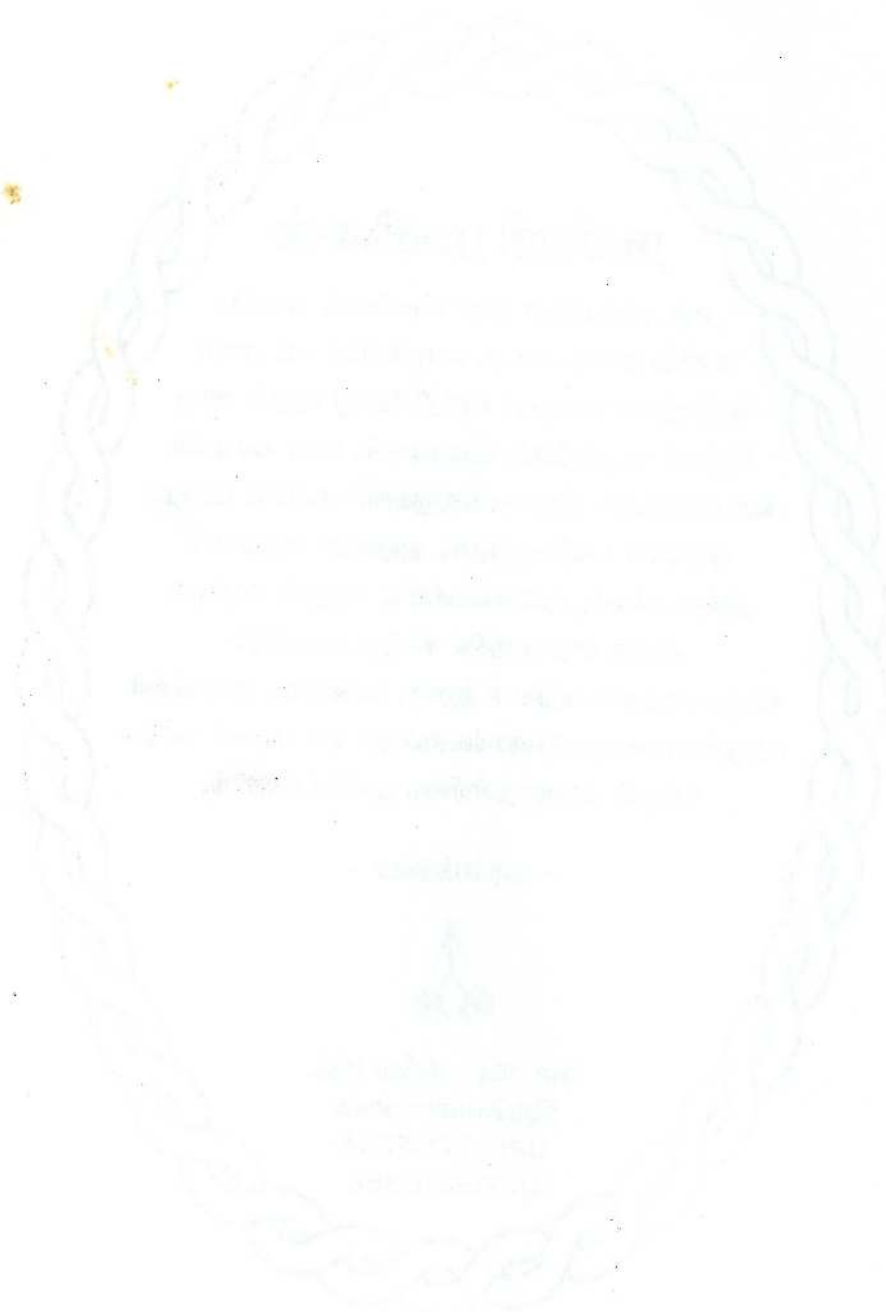
நன்றி நவிலல்

எம் குடும்பத்தின் ஓளி விளக்காய் இருந்து
எமக்கு நல்வழிகாட்டி, வாழவைத்த எம் அன்பு
தெய்வத்தின் மறைவுச் செய்தி கேட்டு நேரில் வந்து
அஞ்சலி செலுத்தியும், பதாதைகள், மலர் வளையம்
காட்சிப்படுத்திய நிறுவனங்களுக்கும் அஞ்சலி பிரசாரம்
வெளியிட்டவர்களுக்கும், தந்தியில் அனுதாயம்
தந்தோருக்கும், தொலைபேசியில் ஆறுதல் கூறியும்,
இறுதி ஊர்வலத்தில் கலந்து கொண்டும்
எமக்கு ஆறுதல் கூறிய உற்றார், உறவினர், நண்பர்கள்
மற்றும் அனைத்து நெஞ்சங்களுக்கும் எம் இதயம் கனிந்த
என்றும் மறவா நன்றியை நவில்கின்றோம்.

- குடும்பத்தினர் -



இல. 161/1, கிரீன் வீதி,
திருகோணமலை.
026-2225704
0776028368



வம்சாவழி

ஆறுமுகம் + செல்லமாணிக்கம்

- அன்னப்பிள்ளை + சுப்ரமணியம்
- மோட்சியம்மா + ஞானப்பிரகாசம்
- தியாகராசா + பாக்கியவதி
- அழகம்மா + கனகரத்தினம்
- **செல்வராசா**
- செல்வநாச்சியார் + ஜெபரட்ணம்

- கு
- இ
- **செ**
- க
- கு

செல்வராணி
+
காளிராசா

பஞ்சாட்சரம்
+
லக்ஷுனி

உதயராணி
+
சிவசங்கரநாதன்

- சிந்துஜா + சுஜீவன்
- அனோஜா
- பிரபாழினி
- ஜதுஷாயினி

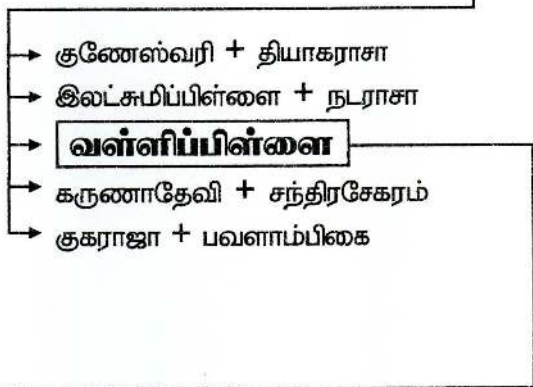
↓
துலக்ஷன்
டனுசன்

↓
பார்த்தீபன்

↓
தஜஸ்வியா

சாவழி

அருளம்பலம் + உமையாத்தை



நயராணி
+
ங்கரநாதன்

ர்த்தீபன்

கேதீஸ்வரி
+
சசிசுமார்

ரதீசன்

சசிகலா
+
லவேந்திரன்

சேஜிகா

பிரசாந்தன்
+
தர்மினி

செயல்முறை

முடிவு



முடிவு

முடிவு

முடிவு

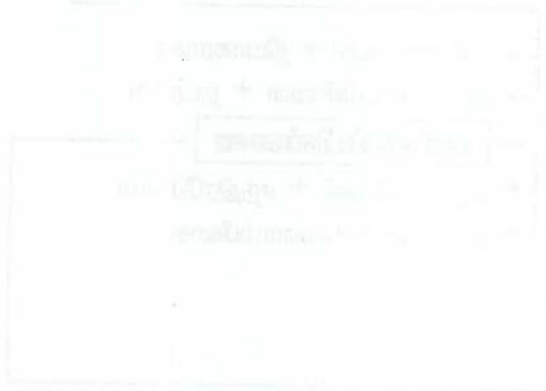
முடிவு

முடிவு

முடிவு

முடிவு

செய்து கொடுக்கப்பட்டுள்ளது.



செய்து கொடுக்கப்பட்டுள்ளது

செய்து கொடுக்கப்பட்டுள்ளது
செய்து கொடுக்கப்பட்டுள்ளது

செய்து கொடுக்கப்பட்டுள்ளது
செய்து கொடுக்கப்பட்டுள்ளது

கீதாசாரம்

எது நடந்ததோ
அது நன்றாகவே நடந்தது
எது நடக்கிறதோ
அது நன்றாகவே நடக்கிறது
எது நடக்க இருக்கிறதோ
அதுவும் நன்றாகவே நடக்கும்
உன்னுடையது எதை இழந்தாய்?
எதற்காக நீ அழுகிறாய்?
எதை நீ கொண்டு வந்தாய்?
அதை நீ இழப்பதற்கு?
எதை நீ படைதிருக்கிறாய்?
அது வீணாகுவதற்கு?
எதை நீ எடுத்துக் கொண்டாயோ,
அது இலக்கிருந்தே எடுக்கப்பட்டது.
எதை கொடுத்தாயோ,
அது இலக்கேயே கொடுக்கப்பட்டது.
எது இன்று உன்னுடையதோ
அது நாளை
மற்றொருவருடையதாகிறது
மற்றொரு நாள்.
அது வேறொருவருடையதாகும்.
இந்த மாற்றம் உகை நியதியாகும்.

கீதாசார உகை நியதியும்,
ஏனது படைபிழை சராம்சமுமாகும்
-பகவான் ஸ்ரீ கிருஷ்ணர்-

