

சிவமயம்



யாழ் வடமராட்சி கிழக்க ஆழியவளையைப் பிறப்பிடமாகவும் வசிப்பிடமாகவும் கொണ്ട്
அமரர் வேலுப்பிள்ளை சங்கரப்பிள்ளை
அவர்களின் சிவப்பேறு குறித்த
நினைவு மலர்
27-04-2013

சுமர்ப்பணம்

குடும்பத்தின் ஒளிவிளக்காய் திகழ்ந்து

அன்போடும் பண்போடும்,

பாசத்தோடும் எம்மை வளர்த்து

முறையான கல்வி புகட்டி .

வஞ்சம் வினையறியாது .

நெஞ்சத்தில் நேர்மையுடனும்

நற்பண்புடனும் வாழ்ந்து .

எம் வாழ்வின் வழிகாட்டியாகத்

திகழ்ந்து எம் நலனுக்காய்

தன்னலம் பாராது அல்லும் பகலும்

அயராது உழைத்து

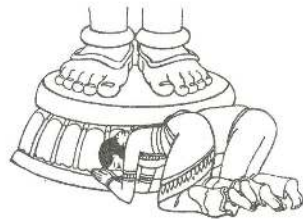
தெய்வத்தோடு கலந்துவிட்ட

எம் அன்புத் தெய்வத்தின்

பாதக் கமலங்களுக்கு

இம் மலரை ஆக்கி

சுமர்ப்பிக்கின்றோம்.



இவ்வண்ணம்

குடும்பத்தினர்.

வையத்துள் வாழ்வாங்கு வாழ்பவர் வானுறையும்
தெய்வத்துள் வைக்கப்படும்.



அமரர்.வேலுப்பிள்ளை சங்கரப்பிள்ளை

மதித்திட மலர்ந்தது

01.01.1926

மலைத்திட மறைந்தது

28-03-2013

திதி நிர்ணய வெண்பா

ஆண்டு நந்தன வருடம் ஆகி வரும் பங்குனித் திங்கள்
பூண்ட அபரபக்க பிரதமை திதியில் நீண்ட புகழ்
சங்கரப்பிள்ளை பேரான் பேருடலம் இங்கு விட்டு
பரமசிவன் பதமடைந்த நாள்.

திருமுறைப் பாடல்கள்



விநாயகர் துதி

ஐந்து கரத்தனை ஆனை முகத்தனை
இந்தின் இளம்பிறை போலும் எயிற்றனை
நந்தி மகன்றனை ஞானக் கொழுந்தனை
புந்தியில் வைத்தடி போற்று கின்றேனே.

தேவாரம்

சலம்பூவொடு தூபம் மறந்தறியேன்
தமிழோடிசை பாடல் மறந்தறியேன்
நலந்தீங்கினு முன்னை மறந்தறியேன்
உன்னாமம் என்னாவில் மறந்தறியேன்
உலந்தார் தலையில் பலிகொண் டுழல்வாய்
உடலினுள் உறு சூலை தவிர்த்தருள்வாய்
அலந்தேனடியே னதிகைக் கெடில
வீரட்டானத் துறை யம்மானே.

திருவாசகம்

பால்நினைந் தூட்டும் தாயினுஞ் சர்லப்
பரிந்து நீர் பாவியே னுடைய
ஊனினை உருக்கி உள்ளொளி பெருக்கி
உலப்பிலா ஆனந்த மாய
தேனினைச் சொரிந்து புறம்புறந் திரிந்த
செல்வமே சிவபெருமானே
யானுனைத் தொடர்ந்து சிக்கெனப் பிடித்தேன்
எங்கெழுந் தருளுவ தினியே.

திருவிசைப்பா

கற்றவர் விழுங்குங் கற்பகக்கனியைக்
 கரையிலாக் கருணை மா கடலை
 மற்றவர் அறியா மாணிக்க மலையை
 மதிப்பவர் மனமணி விளக்கைச்
 செற்றவர் புரங்கள் செற்றவெம் சிவனைத்
 திருவீழி மிழலை வீற்றிருந்த
 கொற்றவன் தன்னைக் கண்டு கண்டு உள்ளங்
 குளிரவென் கண்கள்குளிர்ந் தனவே.

திருப்பல்லாண்டு

சொல்லாண்ட சுருதிப் பொருள் சோதித்த
 தூய்மனத் தொண்டருள்ளிர்
 சில்லாண்டிற் சிதையஞ் சிலதேவர்
 சிறு நெறி சேராமே
 வில்லாண்ட கனகத் திரண்மேரு
 விடங்கள் விடைப் பாகன்
 பல்லாண் டென்னும் பதங்கடந் தானுக்கே
 பல்லாண்டு கூறுதுமே.

திருப்புராணம்

இறவாத இன்ப அன்பு
 வேண்டிப் பின் வேண்டுகிறார்
 பிறவாமை வேண்டும் மீண்டும்
 பிறப்புண்டேல் உன்னை என்றும்
 மறவாமை வேண்டும் இன்னும்
 வேண்டும் நான் மகிழ்ந்து பாடி
 அறவா! நீ ஆடும் போதுன்
 அடியின்கீழ் இருக்க என்றார்.

திருப்புகழ்

முத்தைத்தரு பத்தித்திருநகை
 அத்திக்கிறை சத்திச்சரவண
 முத்துக்கொரு வித்துக்குருபரனென வோதும்
 முக்கட்பர மற்றுச் சுருதியின்
 முற்பட்டது கற்பித்திருவரு
 முப்பத்துமு வர்க்கத்தமரரு மடிபேணப்
 பத்துத்தலை தத்தக்கணைதொடு
 மொற்றைக்கிரி மற்றைப்பொழுதொரு
 பட்டப்பகல் வட்டத்திகிரியி விரவாக்
 பத்தற்கிர தத்தைக்கடவிய
 பச்சைப்புயன் மெச்சித்தருபொருள்
 பட்சத்துடன் ரட்சித்தருளுவ தொருநாளே
 தித்தித்திசை யொக்கப் பரிபுர
 நிர்த்தப்பதம் வைத்துப்பயிரவி
 திக்கொக்கா டிக்கழுகொடு கழுகாடத்
 திக்குப்பரி வட்டக்கலைகொடு
 சித்தரப்பவு ரிக்குத்திகுதிசு
 திக்குத்திசு திக்குத்திரிகட மெனவோதும்
 கொத்துப்பறை கொட்டக்களமிசை
 குக்குக்கு குக்குக்குகு
 குத்திப்புகை புக்குப்பியென முதுகுகை
 கொட்புற்றெழு நட்பற்றவுணரை
 வெட்டிப்பலி யிட்டுக்குலகிரி
 குத்துப்படவொற்றிப்பாரவல பெருமாளே.

வாழ்த்து

வான்முகில் வழாது பெய்க மலிவளம் சுரக்க மன்னன்
 கோன்முறை அரசு செய்க குறைவிலா துயிர்கள் வாழ்க
 நான்மறை அறங்களோங்க நற்றவம் வேள்வி மல்க
 மேன்மைகொள் சைவநீதி விளங்குக உலகமெலாம்.

திருச்சிற்றம்பலம்

அமரர் வேலுப்பிள்ளை – சங்கரப்பிள்ளையின் வாழ்க்கைப்பாதை.....

ஆழமாக வளைந்து செல்லும் கடற்கரை ஓரமதில், அழகியமணற்பரப்பும் கற்பகதருக்களான பனை, தென்னை, ஆல், வேம்புகளும், இயற்கைக்காடுகளும் கொண்டமைந்த வடமராட்சிகிழக்கில் அடியவர்க்குக் காவல் புரியும் ஆலடிவைரவர், ஆத்தியடிப் பிள்ளையார், முருகையன் கோவில், வீரபத்திரர் என்னும் ஆலயங்கள் புடைசூழ, மத்தியிலே கலைவளர்க்கும் கல்விக்கூடமும் அமைந்து சிறப்பாகக் கல்வியிலே வளர்ச்சி காணும் அழகுமிளிர் ஆழியவளை என்னும் கிராமத்தில் வேலுப்பிள்ளை அன்னம்மா தம்பதியினரின் இரண்டாவது புதல்வனாக 1926.01.01 இல் வந்துதித்தார். இறைபக்தி கொண்ட இவர்கள் தம்புதல்வனுக்கு சங்கரப்பிள்ளை என நாமம் சூட்டி மகிழ்ந்தனர்.

பெற்றோரின் அரவணைப்பு இவருக்கு நீடிக்கவில்லை. சிற்றன்னை, மாமன்மாரின் அரவணைப்பிலே வளர்ந்த இவர் பொறுமையும், பண்பும் தன்னகத்தே கொண்டவர். பிறருடன் முரண்படுதல், சண்டையிடுதல் இவர் வரலாற்றில் கிடையாது. சுயஆற்றலும், செய்யும் தொழிலைத்திறமையாகக் கொண்டு நடாத்தும் தலைமைத்துவப்பண்பும் நிறைந்தவர். இவருடைய கம்பீரநடை அனைவரையும் கவர்ந்ததாகும்.

மணப்பருவம் வந்ததும் அவர் வணங்கும் குலதெய்வமான வைரவரின் அருளால் பாசமும் பற்றும் மிக்க, அன்பே உருவான வந்தாரை வரவேற்கும் பண்புடைய, மற்றவர்க்கு இரக்கம்காட்டும் எதையும் தாங்கும் இனிய வாழ்க்கைத் துணையாக உடுத்துறையிலுள்ள வைரமுத்து சின்னம்மா தம்பதியினரின் மூன்றாவது புத்திரி இரத்தினத்தை அவர்தம் உறவினரும், மற்றோரும் நல்லாசியுடன் 1945ம் ஆண்டு மணம்முடித்து வைத்தனர்.

இவர்களின் இல்லறத்தின் சிறப்பால் தெய்வானைப்பிள்ளை, சந்திரலீலா, ஆனந்தராசா, குணநாயகம், திரவியராசா, கலைஞானதேவி, பரமேஸ்வரன், சயிஞானதேவி, சாந்திதேவி, விஜயச்சந்திரன் என ஐந்து பெண்பிள்ளைகளையும், ஐந்து ஆண் பிள்ளைகளையும் வைரவரின் அருளால் சிறப்புறப் பெற்றெடுத்து, தகுந்த கல்வியூட்டி,

பண்பாடுகளைப் புகட்டி அன்புடன் வளர்த்தனர். பிள்ளைகளுக்கு சமூகத்தில் கௌரவமான அந்தஸ்தை ஏற்படுத்திக் கொடுப்பதில் மிகுந்த அக்கறை கொண்டவர். தன் மருமக்களை தன் அன்பாலே அரவணைப்பார். தனது பேரப்பிள்ளைகள் பற்றி பெருமிதமாகக் கூறுவார். பேரப்பிள்ளைகள், பூட்டப்பிள்ளைகளைக் கண்டால் அவர் கண்களிலும், முகத்திலும் பெருமிதமும், ஆனந்தமும் தாண்டவம் ஆடும்.

இருந்த போதும் தனது நான்காவது மகன் குணநாயகம், மருமகன் வனிதாமணி, மருமகன் கந்தசாமி, பேரப்பிள்ளைகள் செல்வநாயகி, திருமகள், கலைச்செல்வன், கவிதா என்போரின் திடீர் இழப்புகள் இவரைப் பெரிதும் பாதித்தது.

1980 காலங்களில் இருந்து இவர் நோய்வாய்ப்படும் வரை தனது குல தெய்வமாகிய ஆலடி வைரவர் ஆலய பூசகராக சிறந்த முறையில் செயற்பட்டு வந்தார்.

அவர் என்றும் வணங்கும் வைரவரை அன்றும் (22.03.2013) வெள்ளிக்கிழமை தன் உடல்நிலையையும் பொருட்படுத்தாமல் வைரவர் பாதமே தஞ்சமென அடிமேல் அடிவைத்துச் சென்று கிணற்றிலே தோய்ந்து கோவிலில் வாசலிலே கைகூப்பியவர் மயக்கமடைந்தார். பிள்ளைகள் அவரை வைத்தியசாலையில் சேர்த்தபோதும் எதுவும் பயனளிக்கவில்லை. அவர் வணங்கும் வைரவர் 28.03.2013 அன்று 87வது அகவையில் தன்னிடமே அணைத்துக் கொண்டார். அருமைமனைவி , பிள்ளைகள், மருமக்கள், பேரப்பிள்ளைகள், பூட்டப்பிள்ளைகளைப் பிரிந்து இறைவனிடம் அடைக்கலம் புகுந்துவிட்டார்.

எமது குலவிருட்சம் இறையடி சேர்ந்தபோதிலும் அவரின் நினைவுகள் எம் எல்லோரது நெஞ்சங்களிலும் நிறைந்து நிற்கும். அவரது ஆத்மா சாந்திபெற எல்லாம் வல்ல இறைவன் அருள்புரியவேண்டிப் போற்றிப் பணிவோமாக!

ஓம் சாந்தி! சாந்தி!! சாந்தி!!!

“தன்னடக்கமும் , சுறுசுறுப்பும் என்றும் மனிதனை வாழவைக்கும்”

பொது அறிவு

1. தண்ணீருக்கு அடியில் சென்று ஆராய்ச்சி செய்ய உதவும் மூச்சு கருவியின் பெயர் ஸ்கிபூபா
2. முதன் முதல் 1893ம் ஆண்டு நினைவு தபால்தலையை வெளியிட்ட நாடு அமெரிக்கா
3. பிளாஸ்ரிக்குகளை எரிக்கும் போது டையாக்சின் என்ற நச்சுப் புகை வெளியேறுகிறது.
4. பாம்பு நாக்கின் மூலம் வாசனையை உணர்கிறது.
5. காண்டா மிருகத்தின் கொம்புகள் உண்மையில் எலும்புகள் அல்ல. அவை மிகக் கடினமான மயிரிழைகளால் உருவானவை.
6. உலகிலேயே உயரமான சிகரம் எவரெஸ்ட் இதன் உயரம் 8848 மீட்டர்கள்.
7. திரை அரங்குகளே இல்லாத நாடு பூட்டான்.
8. உலகிலேயே மிகப்பெரிய நூலகம் மாஸ்கோவில் உள்ள வெனிஸ் நூலகம்.
9. உலகிலேயே துணியில் செய்தித்தாள் வெளியிடும் நாடு ஸ்பெயின்.
10. உலகிலேயே வெப்பமான இடம் அசீசீயா (லிடியா).
11. உலகிலேயே குளிர்ந்த இடம் சைபீரியா (ரஷ்யா).
12. விமானம் பறக்கும் உயரத்தை அளக்க உதவும் கருவியின் பெயர் ஆல்டிமீட்டர்.
13. பூனையின் கண்பார்வை மனிதனை விட 8 மடங்கு கூர்மையானது.

14. கறையான் ஒரு நாளைக்கு முப்பதாயிரம் முட்டை இடும்.
 15. நத்தைகளால் தொடர்ந்து 3 ஆண்டுகள் வரை நித்திரை கொள்ள முடியும்.
 16. மனிதனுடைய காதுகளால் 130பெசிபல் அளவுதான் பொறுத்துக் கொள்ளமுடியும்.
 17. தலைமுடி , நகம் என்பன இறந்த பின்பும் ஒரு வாரம் வரையில் வளரக்கூடியவை.
1. எலுமிச்சம் பழத்தில் உள்ள அமிலம் - சிட்ரிக் அமிலம்
 2. சிறுநீரில் உள்ள அமிலம் - யூரிக்கமிலம்
 3. எறும்பின் கொடுக்கில் உள்ள அமிலம் - பார்மிக் அமிலம்
 4. புளித்த பாலில்உள்ள அமிலம் - லாக்டிக் அமிலம்
 5. கெட்டுப்போன வெண்ணெய்யில் உள்ள அமிலம் - பியூட்ரிக் அமிலம்
 6. புளி , திராட்சை , ஆப்பிள் உள்ள அமிலம் - பார்பாரிக் அமிலம்.
 7. வினாகிரியில் உள்ள அமிலம் - அசிட்டிக் அமிலம்
 8. ஆப்பிளில் உள்ள அமிலம் - மாலிக் அமிலம்
 9. தக்காளியில் உள்ள அமிலம் - ஆக்ஸாலிக் அமிலம்
 10. கொழுப்புக்களில் உள்ள அமிலம் - ஸ்டீயரிக் அமிலம்
 11. பித்த நீரில் உள்ள அமிலம் - கோலிக் அமிலம்

மண் பாணையில் வைக்கப்படும் நீர் குளிர்ச்சியாக இருப்பதேன்?

மண் பாணையில் நுண்துவாரங்கள் உள்ளன. இதன் வழியாகநீர் கசியும். கசிந்த நீர் வெளிக்காற்றின் உஷ்ணத்தால் ஆவியாகும். ஆவியாவதற்குத் தேவையான அதிகப்படி உஷ்ணத்தைப்பாணையில் உள்ள நீரிலிருந்தே எடுத்துக்கொள்ளும் அப்போது நீரின் வெப்பநிலை வெளிக்காற்றின் வெப்பத்தைவிட குறைந்து காணப்படும் அதனால் பாணைத் தண்ணீர் குளிர்ச்சியாக இருக்கிறது.

தந்தையர்கள்

வரலாற்றின் தந்தை	- ஹெரடோரஸ்
நவீன விஞ்ஞானத்தின் தந்தை	- சேர் ஐசாக் நியூட்டன்
சாரணியர் இயக்கத்தின் தந்தை	- பேடன் பவல்
நவீன சுற்றுலாவின் தந்தை	- தாமஸ் குக்
நவீன வானவியலின் தந்தை	- நிக்கனஸ் கோப்பர்நிக்கஸ்
வானொலியின் தந்தை	- மார்க்கோணி
எண்களின் தந்தை	- பைதகரஸ்
மருத்துவதுறையின் தந்தை	- ஹிப்போகிரட்டீஸ்
ஆவர்த்தன அட்டவணையின் தந்தை	- திமீத்ரி இவனோவிச் மெண்டலீவ்
ஐதரசன் குண்டின் தந்தை	- அட்வர் பெல்லர்
ஐக்கிய நாடுகளின் தந்தை	- கோர்டல்ஹல்

நரம்புத்தளர்ச்சி நீங்க

1. வல்லாரைக் கீரையை அடிக்கடி உணவுடன் சேர்த்து உண்டு வர நரம்புத்தளர்ச்சி நீங்குவதுடன் மனதையிரியமும் ஆண்மையும் பெருகும்.
2. எலுமிச்சம் பழச்சாற்றுடன் சிறிது திப்பிலி சர்க்கரை இவற்றைச் சேர்த்து அரைத்து அளவாய் உண்டு வர நரம்பு தளர்ச்சி தீரும்.

நீரிழிவு நோய் நீங்க

- ❖ முருங்கைக் கீரையுடன் எள் சேர்த்து சமைத்து உண்ண நீரிழிவு நோய் குணமாகும்.
- ❖ தினசரி பாதாம் பருப்பு உட்கொள்வதன் மூலம் நீரிழிவு குணமாகும்.
- ❖ அத்திப்பட்டை , ஆவாரம்பட்டை , மருதம்பட்டை , மூன்றையும் காய்ச்சி கஷாயம் செய்து குடிக்கநீரிழிவு நோய் குணமாகும்.

உடல் சூடு

உடல் சூடு உள்ளவர்கள் வாழைப்பூவுடன் பாசிப்பருப்பு சேர்த்து கடைந்து நெய்சேர்த்து வாரம் இருமுறை உண்டு வந்தால் உடல்சூடு குறையும்.

கை கால் எரிச்சல் நீங்க

கை கால் எரிச்சலால் அவதிப்படுபவர்கள் வாழைப்பூவை இடித்து அதனுடன் சிற்றாமணக்கு எண்ணெய் சேர்த்து வதக்கி கை கால் எரிச்சல் உள்ள பகுதிகளில் ஒற்றடம் கொடுத்து வந்தால் கை கால் எரிச்சல் குணமாகும்.

இருமல் நீங்க

வறட்டு இருமல் உள்ளவர்கள் வாழைப்பூ இரசம் செய்து அருந்தி வந்தால் இருமல் நீங்கும்.

மலட்டுத்தன்மை நீங்க

வாழைப்பூவை அடிக்கடி உணவில் சேர்த்து வந்தால் மலட்டுத் தன்மை நீங்கும்.

தலைவலி

நெற்றியில் அல்லது மண்டைக்குள் ஏற்படும் வலியைத்தலைவலி என்கிறோம். இது ஒரு பொதுவான நோய் என்றாலும் இனி வரப்போகும் நோய்களுக்கு அறிகுறியாகும். நம்முகத்தில் தசைநார்கள் இறுக்கப்படுவதனால்தான் பெரும்பாலான தலைவலிகள் ஏற்படுகின்றன. தலைவலி வருவதற்கு கடுமையான உழைப்பு , ஓய்வின்மை , உடல்சூடு , வயிற்று நோய்கள் , போதிய உணவின்மை , மன அழுத்தம் காரணங்களாகும். மூளையின் ரத்த நாளங்களில் ஏற்படும் ஒருவித மாற்றத்தால் ஒற்றைத் தலைவலி ஏற்படுகின்றது. தலைவலிகள் அனைத்தையும் ஆரம்பத்திலேயே குணப்படுத்திவிட முடியும்.

கல்வியில் தடம்பதிக்க.....

ஆர்வம் வேண்டும் , அக்கறைவேண்டும் , முயற்சிவேண்டும் , பயிற்சிவேண்டும் , எல்லாவற்றையும் விட மனஒருமைப்பாடு வேண்டும் , அலைபாயும் மனம் எதனையும் சாதிக்காது. குவிந்தமனம் எதையும் சாதிக்கும் வலிமையுடையது. மனஒருமைப்பாட்டை விளக்க மகாபாரதத்தில் ஒரு கதை உள்ளது.

துரோணர் தம்மாணவர்களின் மதிநுட்பத்தைச் சோதிக்க நினைத்தார். ஒரு மர நுளிக்கினையில் மரக்கட்டையால் செய்த காக்கையின் உருவத்தைக்கட்டித் தொங்கவிட்டார். மாணவர்களே! இந்தக் காக்கையின் தலையைக் கீழே விழுத்த வேண்டும். என்றார். முதலில் தருமனைக்கூப்பிட்டார். தருமா காக்கை தெரிகிறதா? ஆம் நான் தெரிகின்றேனா? ஆம் தருமா வில்லைக்கீழேவை என்கிறார் துரோணர். இவ்வாறே துரியோதனனை அழைக்கிறார். துரியோதனனும் இவ்வாறே பதில் கொடுக்கிறார். அர்ச்சுனனை அழைக்கிறார் ? மரம் தெரிகிறதா ? இல்லை கிளை தெரிகிறதா? இல்லை. காக்கை தெரிகிறதா? இல்லை. பட்சியின் தலை தெரிகிறதா ? இல்லை. அப்போ என்னதான் தெரிகிறது அர்ச்சுனா? சுவாமி கழுத்து மட்டும் தான் தெரிகிறது என்கிறான் அர்ச்சுனன். அப்போ கணையை விடு என்கிறார் துரோணர். அர்ச்சுனன் கணையால் காக்கையின் தலைகீழே விழுகின்றது. குறிபார்த்து நிற்பவனுக்கு குறியைத்தவிர மற்றஎதுவும் தெரியக்கூடாது. இதுபோலவே கல்விகற்பதற்கு இலட்சியம் , கவனம் , மனஒருமைப்பாடு மிகமிக அவசியமானது.

எப்படிப் படிப்பது ?

அளவான - கண்கூசாத வெளிச்சம் உள்ள இடத்தில் படிக்கவேண்டும். புத்தகத்தில் வந்து வெளிச்சம் படும்படியும் கண்ணுக்கு அளவான தொலைவில் புத்தகம் இருக்கும்படி படித்தல் நலமாகும். முதுகுத்தண்டு நேராக நிமிர்ந்த நிலையில் இருக்கும் போது நுரையீரல்கள் மடியாது. சுருங்காது நுரையீரல் பிரணவாயு நிரப்பி இருப்பதனால் களைப்பு சலிப்பு ஏற்படாது.

மறதிக்கான காரணம்

தாழ்வு மனபான்மை, மனக்குழப்பம், சோம்பல், பயம், அதிர்ச்சி, முயற்சியின்மை, ஆர்வமின்மை, ஊக்குவிப்பு இன்மை, நினைவூட்டல் இன்மை, உடல்நலக்குறைவு.

மேற்கூறப்பட்ட பத்துக்காரணங்களில் எது நம்மைப் பாதித்திருக்கின்றது என்பதைக் கண்டறியுங்கள். மறதி மறந்துவிடும். படிப்பு எளிதாகும்.

படிக்கும் திறனை வளர்க்க...

மனிதன் உடல், உள்ளம், உயிர் என்கின்ற முக்கூட்டுக் கலவையாகும். படிக்கும் திறன் வளர உடல்வலுவாக இருக்கவேண்டும். மதமதவென்று வளர்ந்து விட்டால் போதாது. சுறுசுறுப்பு வேண்டும். நன்றாகக்கற்பதற்கு சிறந்த இரத்த ஓட்டம் நடைபெறல்வேண்டும். உண்ணும் உணவுக்கேற்ப உடற்பயிற்சி செய்தல்வேண்டும். பரீட்சைக்காலங்களில் அளவுக்கு அதிகமான உப்பு, காரம், எண்ணெய், நெய், மாமிசம் உட்கொள்வதைத் தவிர்த்தல் வேண்டும். Fresh Juice என்கின்ற புதுப்பழச்சாறுகளைப் பெற்றோர் பிள்ளைகளுக்குத் தயாரித்துக் கொடுத்து சுறுசுறுப்பை ஏற்படுத்தல் வேண்டும்.

பேரிச்சம்பழம், புரோட்டின் சக்திமிக்க முளைகட்டிய கொத்துக்கடலை, பாசிப்பயறு, பட்டாணி, வேர்க்கடலை, சுண்டல்களை பிள்ளைகளுக்குக் கொடுத்துப்பழக்குவது பெற்றோரின் கடமையாகும். பாடமும் தினந்தோறும் சிறிது சிறிதாகக் கூட்டிப் படித்தால் சுமை தெரியாது. ஒரே நாளில் பசுமாட்டைத் தூக்கமுடியாது. சிறுகன்றுமுதல் தூக்கிப்பழுகினால் பின்னர் பசுமாட்டையும் இலகுவாகப் பின்னர் தூக்க முடியும். ஒருவருட்பாடத்தை ஒரு நாளில் மூளை சுமக்காது. அன்றாடப்பாடத்தை அன்றாடம் படிப்பது அவசியம்.

முனை பலத்தைக் காட்டுவது எப்படி ?

முடியும். முயன்றால் முடியும். ஒரு முறைக்கு நூறு முறை சொன்னாலும் எந்தமுனையிலும் எதுவும் பதியும். கொஞ்சம் கொஞ்சமாகப் பதியும். தாமதமாகும். ஆனால் முடியும்.

ஒருமாணவனுக்கு கணக்கு வரவில்லை. ஆசிரியருக்கு கோபம் வந்துவிட்டது. “டேய் நீ தலைகீழா நின்றாலும் உனக்கு கணக்கு வராதடா” என்று திட்டினாராம். மாணவன் கணக்குச் செய்வதற்கும் தலைகீழா நிற்பதற்கும் என்ன தொடர்பு என்று சிந்தித்தான். சிரஸாஸனம் செய்வது என்று அந்தச் சிறுவன் புரிந்துகொண்டு மூளைக்குப்போகும் இரத்தத்தின் அளவைக்கூட்டி மூளையின் செயற்பாட்டை ஆசிரியரின் உதவியுடன் செய்து வெற்றிகண்டான். இச்சிறுவன்தான் தற்போது தமிழகத்தின் நினைவுக்கலை மன்னர் கணகசப்புரத்தினம் அவர்கள். நினைவாற்றல் பெறப்பயிற்சி வகுப்புக்கள் நடாத்திச்சாதனை புரிகின்றார்.

இத்துடன் பிரணாயாமம் என்கின்ற மூச்சுப்பயிற்சி மூச்சினை ஒழுங்குபடுத்தி , உள்வாங்கி , உள்ளே அவசியம் எனில் தக்கவைத்து மெதுவாக வெளிவரும் கணக்காக திட்டமிட்ட மூச்சுப்பயிற்சியை , பிரணாயாமத்தை மேற்கொண்டால் உங்கள் மூளை பிரகாசம் அடையும். ஆசிரியரின் உதவியுடன் மூச்சுப்பயிற்சியினை மேற்கொள்ளுங்கள்.

நூல் பயில் சூயல்புகள்

கல்வி பயிலும் மாணவர்களாயினும் சரி அல்லது மற்றவர்களாயினும் சரி கல்விக்கென்று இலக்கண ஆசிரியர் வகுத்துள்ள ஏழு நிலைகளைக் கருத்திற் கொள்ளுதல் வேண்டும்.

1. தாம் படிக்கும் பாடங்களை நடைமுறை வாழ்க்கை பட்டறிவுகளோடு பொருத்திப் பார்த்துப் பயிலுதல்.
2. படிக்கும் பாடங்களை அல்லது செய்திகளைக் குப்பைபோல் படித்தும் வீசி விடாமல் பொன்போன்று போற்றிப் பாதுகாத்தல்.
3. ஆசிரியரிடம் கேட்டவற்றை அவ்வப்போது நினைத்துப் பார்த்தல்.
4. உடன்பயில் மாணவர்களுடன் ஐயம் நீங்குமாறு உரையாடுதல்.

5. புரியாதவைகளை உடன் பயில்வோரிடம் வினவி விடை அறிதல்.
6. மற்றவர் தன்னை வினவும் போது தெரிந்தவைகளை விளக்கமாகக் கூறுதல்.
7. செவியை வாயாகவும் நெஞ்சினைக் களனாகவும் கொண்டு ஆசிரியர் கூறுபவைகளை அப்படியே மனதில் நிலை நிறுத்துதல்.

இந்த ஏழு நிலைகளைக் கடைப்பிடித்துக் கல்வி கற்றோர் திறமையான மாணாக்கர்களாய் ஆக்கப்படுகின்றார்கள்.

கேட்டவை நினைத்தல்

பயிலும் பாடங்களை ஒரு நாளைக்கு மூன்றுமுறை சிந்தித்தல் வேண்டும். முதலில் மாலையில் ஒரு முறை புத்தகத்தையோ குறிப்புக்களையோ பார்க்காமல் கற்பிக்கப் பெற்ற பாடங்களை மனக்கண்முன் கொண்டு வருதல் வேண்டும்.

தமிழாசிரியர் நடத்திய பாடம் எது? கணக்கு ஆசிரியர் எந்தெந்தப் பயிற்சிகளை நடத்தினார்? அறிவியல், வரலாறு, புவியியல் பாடங்களில் என்னென்ன செய்திகள் சொல்லப் பெற்றன? என்று எண்ணமிடல் வேண்டும்.

ஏதேனும் நினைவிற்கு வராவிட்டாலோ, ஐயப்பாடு தோன்றினாலோ புத்தகத்தைச் சோம்பல் பாடாது எடுத்து புரட்டிப் பார்த்து தெரிந்து கொள்ளல் வேண்டும்.

இதே போல் இரவில் படுக்கச் செல்வதற்கு முன் ஒருமுறை நினைவில் வைக்க வேண்டிய குறிப்புக்களை நினைவில் கொண்டு வருதல் வேண்டும். நினைவில் வராதவைகளை மட்டும் திரும்பவும் புரட்டிப் பார்த்தல் வேண்டும்.

மீண்டும் வைகறையில் எழுந்ததும் இதேபோல் நினைவில் கொண்டு வந்து ஐயம் தெளிதல் வேண்டும்.

இவ்வாறு ஒரு நாளைக்கு மூன்று முறை நினைக்கும் பயிற்சியை மேற்கொண்டால் படிப்பவை நன்கு மனதில் பதியும். நினைவுப் பயிற்சிக்கு ஏற்ற நேரம்.

விளையாடிய உடனோ, கடினமான வேலை செய்து உடல் சோர்வுற்ற நேரத்திலோ, பசியான நேரத்திலோ, வயிறு நிறைய உண்ட பின்போ, தூக்கம் கண்ணை சுழற்றுகின்ற நேரத்திலோ நினைவுப் பயிற்சி செய்வதால் பயன் இராது.

சோர்வு நீங்கிய வேளையிலும், உணவு உண்ட ஒரு மணி நேரத்திற்குப் பிறகும், நன்றாகத் தூங்கி எழுந்த பிறகும் நினைவுப் பயிற்சி மேற்கொள்வது நலம்.

இரவு எட்டு மணிக்குமேல் பத்து மணிக்குள்ளாகப் பாடங்களைப் படிக்க வேண்டும். தொடர்ந்து படிப்பதால் பாடத்தில் சலிப்பு ஏற்படுவது இயல்பு. சலிப்பு ஏற்பட்ட வேளைகளில் பாடத்தைச் சிறிது நேரம் ஒதுக்கி வைத்துவிட்டு நமக்குப் பிடித்தமான விளையாட்டிலோ, நல்ல சிறுகதைகள் படிப்பதிலோ, இன்னிசை கேட்பதிலோ, மனம் விரும்பிச் செய்யும் வேறு செயல்களில் ஈடுபடுவதிலோ நேரத்தைச் செலவிட வேண்டும். ஆனால் வெகுவிரைவில் மறுபடியும் படிப்பதற்கு ஆயத்தமாகிவிட வேண்டும்.

அடுத்தவர்களின் தூண்டுதலின் பேரில்தான் படிப்பது என்னும் பழக்கத்தை அறவே ஒழிக்க வேண்டும். பசி வந்தவுடன் உணவு தேடுவதிலும் தாகம் ஏற்பட்டவுடன் தண்ணீர் குடிப்பதிலும், வேளை வந்தவுடன் சிற்றுண்டி தேனீரை நினைப்பதிலும் எவ்வளவு கருத்துடனும் ஆர்வத்துடனும் இருக்கின்றோமோ அதே அளவு ஆர்வத்துடன் பள்ளி செல்லும் வேளையில் பள்ளி செல்லவும், படிப்பதற்கு உரிய வேளைகளில் படிக்க பழக வேண்டும்.

இதுவரை நினைவுக்கலை ஏந்தல் ராமையா அவர்கள் சொல்லித் தந்த செய்திகளைச் சொன்னேன். அடுத்து மிகமுக்கிய செய்தி சொல்கிறேன்.

எந்தச் சாமியைக் கும்பிட்டால் படிப்பு வரும்

சாமி கும்பிடுவதற்கும் படிப்பிற்கும் தொடர்பு இருக்கின்றதா? என்று பலர் கேட்கின்றார்கள். உண்டு. மனதை ஒருமுகப்படுத்தினால் படிப்பு வரும். சாமி கும்பிடுதல் என்பது மனதை ஒருமுகப்படுத்துதல்தான். பிறகென்ன? சாமி கும்பிட்டால் படிப்பு நன்றாக வரும். உடனே எந்த சாமியைக் கும்பிட்டாலும் படிப்பு வரும் என்பேன் நான். காரணம் கும்பிடுகிறவன் கும்பிடுவதில்தான் அதாவது மனத்தை ஒருமுகப்படுத்து வதில்தான் வேறுபாடு இருக்கிறது. சுவாமியில் ஏது வேறுபாடு? எந்தச்

சுவாமியைக் கும்பிட்டாலும் படிப்பு வரும். யேசு , அல்லா , முருகன் , சிவன் யாரை வேண்டுமானாலும் கும்பிடுங்கள். ரொம்பவும் கடவுளையே சுற்றி சுற்றி வந்தால் போதாது. தன்னம்பிக்கை , முயற்சி , உழைப்பு , விழிப்பு இவை மிகவும் தேவை.

கொடுத்து வாங்கிப் படித்தல்

பள்ளிப் பருவத்தில் நண்பர்கள் கிடைப்பார்கள். அவ்வாறு கிடைக்கும் நட்பை வெட்டிப் பேச்சு பேசுவதிலும் வீண் பொழுதுபோக்கிலும் கழிக்கக்கூடாது. திருக்குறளின் ஓர் அடியை ஒருவர் சொல்ல அடுத்த அடியை அடுத்தவர் சொல்லலாம். ஆங்கிலத்தில் சில வார்த்தைகள் கடினமாக இருக்கலாம். அதில் இவர் ஒரு எழுத்து அவர் அடுத்த எழுத்து என்று விளையாட்டாகச் சொல்லலாம். L.T என்று ஏதாவது ஒரு எழுத்தில் தொடங்கும் வார்த்தைகளை நண்பர்கள் மாறி , மாறி சொல்லி வார்த்தை வளத்தை அபிவிருத்தி செய்ய முடியும்.

ஒருவர் கணக்கைச் சொல்லலாம். மற்றவர் விடை சொல்லலாம். அறிவியல் கோட்பாடுகளை ஒருவருக்கொருவர் சொல்லிக் கொள்ளலாம். வீட்டிற்கு சென்றபின் , நண்பர்கள் வீட்டுக்குத்தானோ , தன் வீட்டுக்கு நண்பனோ வந்து படிப்பைத் தொடரலாம். இதனை Group Study என்கிறார்கள். ஒருவர் கேள்வி கேட்க , மற்றவர் பதில் சொல்வது என்று முறை வைத்துக் கொள்ளலாம்.

வீட்டிலேயே தேர்வு எழுதலாம். ஒருவர் எழுதியதை மற்றவர் மதிப்பிடலாம். நிச்சயமாக இம்முறையைப் பின்பற்றினால் நாள்தோறும் படிப்பறிவு அதிகமாவதைக் காணலாம். மூன்று நான்கு பேர்களும் இவ்வாறு சேர்த்து பயிலலாம். நல்ல உச்சரிப்பும் குரல் வளமும் கொண்டவரை உரக்கப் படிக்கச் செய்து மற்றவர் கேட்கலாம். படித்து முடித்தபின் கேட்டவர் , படித்தவர் எல்லோருமாகச் சொல்லிப் பழகினால் அச்செய்தி மறக்கவே மறக்காது.

இவ்வாறு படிக்க வேண்டும் என்பதை நன்னூல் என்ற இலக்கண நூல் பொதுப்பாயிரத்தில் காணப்படும் சூத்திரம், 'ஒத்த கல்வி பயில்வோர் கூடி ஒருவருக்கொருவர் கேட்டும் சொல்லியும் பயில்வதால் சிறந்த புலமை உண்டாகும் என்று விளக்குகிறது. ஆரோக்கியமான போட்டி உண்டாகின்றது.

இதன் மூலம் மறைமுகமாக இன்னொரு நன்மை கிடைக்கிறது. வகுப்பில் ஆசிரியர் பாடம் நடத்தும்போது நன்றாகக் கவனிக்கிறார்கள். ஏனென்றால் அவ்வாறு கவனித்தால்தானே மாலை நடக்கவிருக்கும் உரையாடலில் நண்பனை வெற்றிபெற முடியும்? ஒருவர் கவனமாகக் கேட்ட விஷயம் இன்னொருவரால் தவறவிடப்பட்டிருக்கும். மாலை அல்லது இரவு அவர்கள் இருவரும் சந்தித்துப் பேசும்போது கவனிக்கத்தவறியது கவனத்துக்கு வரும்.

எப்படியோ, இருவரும் முழுவதும் கவனித்த பயனை அடைகிறார்கள். இருவர் மூவராகச் சேர்ந்து படிப்பதால் பாடத்தில் கவனம் உண்டாகின்றது. ஒருவர்க்கு ஒருவர் தந்தும் பெற்றும் முழுமையான அறிவைப் பெறுகிறார்கள். ஆனால் நண்பர்கள் கூடக்கூட வெட்டி அரட்டை, வீண்பேச்சு, கவனச் சிதறல் ஏற்படவும் வாய்ப்புண்டு. Group Study என்று பெயர் பண்ணிக் கொண்டு நேரத்தைப் பலரும் வீணாக்கினால் உடனடியாக அங்கிருந்து புறப்பட்டுவிட வேண்டும்.

நூல் நிலையத்திற்கு பயன்படுத்தல்.

ஒவ்வொரு கல்லூரியிலும் நூல் நிலையம் உண்டு. அதனை இன்று மாணவர்கள் குறைவாகவே பயன்படுத்துகின்றார்கள். கல்லூரியில் கிடைக்கும் ஓய்வு நேரத்தில் நூல் நிலையம் சென்று புத்தகம் படிக்கும் வழக்கம் உண்டாக வேண்டும். இப்பழக்கம் நல்கல்விக்கு உறுதுணையாக விளங்கும். பொதுஅறிவை நூல் நிலையத்தின் மூலம் வளர்த்துக் கொண்டால் தேர்வு எழுதும்போது மேற்கோள்காட்ட உதவும். பிற்காலத்தில் வேலை வாய்ப்புக்கும் உதவும்.

ஆங்கில அறிவை அவசியம் வளர்க்க ஆங்கில செய்தித்தாள்களையோ, புத்தகங்களையோ படிக்கும் போது தெரியாத புரியாத ஆங்கில வார்த்தை வந்தால் உடனே பொருள் தெரிந்து கொள்ள கைவசம் அகராதி Dictionary அவசியம் வைத்திருக்க வேண்டும். நூலகங்களில் அகராதி கொண்டுபோக முடியாது என்றால் புரியாத வார்த்தைகளைக் குறித்துக் கொண்டு வந்து வீட்டில் உடனடியாகப் பார்த்து பொருள் தெரிந்து கொள்ள வேண்டும். பேசும்போது புதிதாகக் கற்ற ஆங்கிலச் சொற்களைப் பயன்படுத்த முயற்சி செய்ய வேண்டும்.

படித்தவை நினைவில் நிற்க.....

படித்தவை நினைவில் நிற்க மூளையின் கோடான கோடி செல்கள் இயக்கப்பட வேண்டுமென்கின்றார் தாம்பரம் ஜெய்கோபால் கரோடியா தேசிய மேல் நிலைப்பள்ளி இயற்பியல்துறை ஆசிரியர் சோ.சம்பந்தன் இதற்காக 7R - களை நாம் கடைப்பிடிக்க வேண்டும்.

1. Recording : தொடர்ந்து 45 நிமிடம் ஒரு பாடக்கருத்தை ஜம்பொறிகளை இணைத்து பதிவு செய்தல்.
2. Recongnization : பாடக்கருத்தின் முக்கிய குறிப்பு வார்த்தைகளைத் தேர்ந்தெடுத்து வரிசையாக நினைவில் பட வடிவில் இருத்தி வைத்தல் வேண்டும்.
3. Recalling : அக்குறிப்பு வார்த்தைகளை முதலில் மெதுவாகவும், பின்னர் வேகமாகவும் , மறுபடி அதிவேகமாகவும் நினைவு கூர்தல் வேண்டும்.
4. Relax : சிறு இடைவெளியாக மனதிற்கு மாற்றத்தைக் கொடுக்க வீட்டிலேயே வேறொரு செயலில் ஈடுபட்டுவிட்டு , மீண்டும் 5 நிமிடங்களுக்கு படித்த இடத்திற்கே வந்து விடுதல் வேண்டும்.
5. Retention : இடைவெளிக்கு முன் மீண்டும் குறிப்பு வார்த்தைகளை நினைவு கூர்ந்து செய்யும்போது மனதில் நிலை நிறுத்தப்படுகிறது.
6. Review : இப்போது புத்தகத்தை எடுத்து முழுப்பகுதியையும் குறிப்பு வார்த்தைகளோடு இணைத்து முழுவடிவில் மீள்பார்வை செய்தல் வேண்டும்.
7. Writing : இறுதியாகப் படித்தவற்றை விளக்கமாக எழுதிப்பார்த்தல் வேண்டும் என்கிறார் திரு.சோ.சம்பந்தன் அவர்கள்.

ஆசிரியர் பங்கு என்ன ?

படிப்பில் ஈடுபாடு ஏற்பட ஆசிரியர்கள் ஒரு மிகமுக்கிய காரணம். எந்த ஆசிரியர் மீது மாணவனுக்கு வெறுப்பு வருகின்றதோ அந்தப் பாடத்தின் மீதே வெறுப்பு ஏற்பட்டு அதைப் படிக்க முடியாமல் போன மாணவர்களும் உண்டு. மாணவர்கள் மீது அன்பு , பரிவு , அக்கறை , அவர்கள் தவறுகளைப் பெரிதுபடுத்தாமல் புரிய வைத்து திருத்தும் ஆசிரியர்கள் உண்மையில் தெய்வங்கள். மனப்பாடம் செய்ததை வகுப்பறையில் வந்து ஒப்பித்துவிட்டு சம்பளம் வாங்கும் மனித

ரேப்ளருக்கேட்டால் அசிங்கப்படுத்தப்படுகிறது. தகுதி மிக்க ஆசிரியர் எப்படி பாடம் நடத்துவார் என்பதைப் பற்றி ஓர் ஆங்கிலப் பொன்மொழி.

“A poor teacher tells average teacher explains. A good teacher demonstrates A great teacher inspires” என்று ஆசிரியர்களை வகைப்படுத்துகிறது. சமாரான ஆசிரியர் பாடத்தைச் சொல்கிறார். சராசரி ஆசிரியர் விளக்குகிறார். நல்லாசிரியரோ கண்முன் கொண்டு வந்து நிறுத்துகிறார். மிகச் சிறந்த ஆசிரியர்தான் உணர வைத்து நம் பாதையையே மாற்றுகிறார். வேறு வேலைகளுக்கு முயற்சி செய்பவர்கள் இடைக்கால ஏற்பாடாக ஆசிரியர் வேலையில் சேரும் அக்கிரமம் அழிய வேண்டும்.

திரு.பாக்யராஜ் படத்தில் ஒரு காட்சி. தினம் தோறும் தாமதமாக வந்து பாக்யராஜ் அவர்களிடம் அடிவாங்கும் மாணவன் அன்றைய தினம் சரியான நேரத்திற்கு வந்துவிடுகிறான். “ஏண்டா இன்றைக்கு சரியான நேரத்துக்கு வந்துட்டாய்” என்று ஆசிரியர் கேட்டதும் மாணவர்கள் சிரிக்கிறார்கள். “அப்பா செத்துட்டார் சார். இனிமே சரியான நேரத்துக்கு வருவேன்” என்றதும் பாக்யராஜ்க்குக் கண்கலங்கும். உடல் நலமில்லாத தந்தைக்குப் பணிபுரிவதால் தாமதமாகும் மாணவன் நிலையைத் தாம் புரிந்து கொள்ளவில்லையே என்று வெட்கப்படுவார்.

இப்படி மாணவர்கள் குடும்பப் பின்னணி தெரியாத ஆசிரியர்கள் நமது கல்விமுறையின் சாபக்கேடு. ஆசிரியர்கள் மாணவனது இயல்பு , தேவை, பயம் , குழப்பம் , கவலை , திறமை , இவற்றை உணர்ந்து ஊக்குவிக்க வேண்டும். இன்றைய என் வளர்ச்சிக்குக் காரணம் என் பள்ளியின் தமிழாசிரியர் தண்டழிழ்கொண்டல் சிதம்பரம் சுவாமிநாதன் அவர்கள் சுவையாகப் பாடம் நடத்தி , என்னை மேடையில் பேசத் தூண்டி, ஊக்குவித்து உருவாக்கினார். அப்படிப்பட்ட ஆசிரியர்கள் பெருகினால் எல்லா மாணவர்களும் வெற்றி பெறுவது நிச்சயம்.



படிக்க... ஜெயிக்க...

தேர்வுக்குமுன் பின்பற்ற வேண்டிய வழிகள்

குட்டி தியாகம் டி.வி பெட்டியை ஒரு மாதத்திற்கு மூடிவிடுங்கள். உயர்ந்த மதிப்பெண் என்னும் நிலையான இடத்தைப் பிடிக்க தற்காலிக சந்தோஷங்களை விட்டு விடுவது தவறல்ல.

முன்னைய ஆண்டு வினாத்தாள்களைக் குறைந்த பட்சம் 10 ஆண்டுகள் ஒன்றுவிடாமல் பயிற்சி செய்யுங்கள் எழுதிப் பாருங்கள்

காலை ஐந்துமணிமுதல் இரவு பத்து மணிவரை முழுமையாகப் படியுங்கள் சோர்வு ஏற்படும்போது கைவீசி உலாவுங்கள் விளையாடுங்கள். மாமிச உணவு வேண்டாம். விரதம் இருந்தும் படிக்கவேண்டாம். நொறுக்குத் தீனியைத் தவிர்த்து பழங்கள் பழச்சாறு சாப்பிடுவது நல்லது.

தேர்வு நாட்களில் மதியம் சற்று ஓய்வு எடுத்து விட்டு பின் படியுங்கள் வலிந்து தொடர்ந்து படிக்கவேண்டாம்.

எழுதி எழுதி படியுங்கள் தவறுகளை நீங்களே திருத்திக் கொள்வீர்கள்.

அரசு அறிவித்த அட்டவணைப்படி இடைஇடையேயிருக்கும் விடுமுறை நாட்களை மனதில் கொண்டு அப்பாடங்களை முழுமையாகத் தயாரிக்கத் தவறிவிடாதீர்கள்.

எளிமையான, உங்களுக்கு பிடித்த பாடத்தை சிறிது நேரம் படித்து விட்டு பிறகு கடினமான பாடத்தைப் படியுங்கள்.

நண்பர்களோடு படிப்பதாகச் சொல்லி நேரத்தை விரயம் செய்துவிட்டு ஏமாந்து விடாதீர்கள்.

உங்களுக்குத் தேவையான பொருட்கள் அனைத்தையும் தயார் நிலையில் வைத்துக் கொண்டு படித்தால் அவற்றை தேடுவதில் உங்கள் பொன்னான நேரம் வீணாகாது.

நினைவாற்றல் வளர்ப்பது என்று கண்டகண்ட இரசாயன மாத்திரைகள் உண்ணவேண்டாம். வல்லாரைக் கீரை அல்லது அதை உள்ளடக்கிய சித்த ஆயுர்வேத மாத்திரைகள், மருத்துவர் ஆலோசனைப்படி உண்ணலாம்.

தேர்வு அறையில் பின்பற்ற வேண்டிய வழிகள்.

- ❖ தேர்விற்கான அறைக்குள் நுழைந்து உங்கள் இருக்கையில் அமர்ந்த பின் பதட்டம் தவிர்த்து நீங்கள் கொண்டு வந்துள்ள பொருட்கள் மற்றும் பரீட்சை அனுமதிப்பத்திரம் முதலியவற்றை மேசை மீது எடுத்து வைப்புகள்.
- ❖ பதிவெண்ணை தவிர வேறு எந்த அடையாளமும் கேள்வித்தாளில் இடுதல் கூடாது.
- ❖ கேட்கப்பட்ட அளவிற்கு குறைவாகவோ மிக அதிகமாகவோ விடைகள் எழுத வேண்டாம்.
- ❖ விடைகள் திருத்தமாகவும் தெளிவாகவும் அடித்தல் திருத்தலின்றியும் அமையட்டும்.
- ❖ உங்கள் மத நம்பிக்கையை வெளிப்படுத்தும் அடையாளங்கள் எதையும் விடைத்தாளில் குறிக்க வேண்டாம்.
- ❖ மிகவும் நன்றாகத் தெரிந்த வினாக்களை முதலில் எழுதி முக்கிய கருத்துக்களை அடிக்கோடிட்டு கண்டுபிடியுங்கள்.
- ❖ வரைபடங்களைத் தெளிவாக வரைந்து பத்திரங்கள் , குறியீடுகள் முதலியவற்றை தனியே இனம் காணுமாறு எழுதுங்கள்.
- ❖ வேறுபாடுகளையும் வகைகளையும் அட்டவணையிட்டுக் காட்டுங்கள்.
- ❖ சக மாணவியிடம் பேசியோ பார்த்தோ எழுத முயற்சி செய்யாமல் நேர்மையான முறையில் தேர்வு எழுதுங்கள்.
- ❖ தேர்வில் 200 மதிப்பெண்ணுக்கும் பதில் எழுதுங்கள் கேள்விகள் எதையும் பதிலெழுதாமல் விட்டுவிட வேண்டாம்.
- ❖ தேர்வுஎழுதி முடித்தபின் கடைசி பத்து நிமிடத்தைச் சரிபார்ப்பதற்காக ஒதுக்குங்கள்.
- ❖ சிவப்பு , பச்சை வண்ணங்களில் அடிக்கோடிட வேண்டாம். திருத்தும் ஆசிரியர்கள் உபயோகிக்கும் நிறங்கள் அவை. எனவே கறுப்பு மையால் முக்கிய சொற்றொடர்களை வெளிப்படுத்துக.
- ❖ தெரிந்தும் தெரியாத வினாக்களுக்கு விடை எழுதும் முயற்சியைத் தொடங்கினால் நேரம் வீணாகும். தெரிந்த விடைகளும் மறந்து விடலாம். எனவே தெரிந்த விடைகளை எழுதிய பின் மற்ற வினாக்களுக்கு விடை நேரம் இருந்தால் பிறகு நினைவுபடுத்தி எழுதுங்கள்.

நல்வாழ்த்துக்கள்

தேர்விலும் வாழ்விலும் வெற்றிபெற தீயயூர்வறான ஆசிகள்
வெற்றி நிச்சயம்.

**கண்ணீர் அஞ்சல் துண்டூப் பிரசுரம் வெளியிட்ட
பின்வருவோர்க்கு எமது நன்றிகள்.**

1. யா/வேலாயுதம் மகா வித்தியாலயம்
2. யா/புற்றளை மகா வித்தியாலயம்
3. வடமராட்சி கல்வி வலய முன்பள்ளி டிப்புளோமா மாணவர்கள்
4. இலங்கை செஞ்சிலுவை சங்கம், வடமராட்சி கிழக்குப் பிரிவு
5. அதிபர் சங்கம் வடமராட்சி கல்வி வலயம்
6. இனிய வாழ்வு இல்லம், வள்ளிபுனம், முல்லைத்தீவு
7. ஆலடி வைரவர் ஆலய பரிபாலன சபை , ஆழியவளை
8. கடற்றொழிலாளர் கூட்டுறவுச்சங்கம், ஆழியவளை
9. கலைவாணி சனசமூகநிலையம், ஆழியவளை
10. அருணோதயா விளையாட்டுக்கழகம், ஆழியவளை

**மலர்வளையம் வைத்து அஞ்சல் செலுத்திய
பின்வருவோர்க்கு எமது நன்றிகள்.**

1. யா/வேலாயுதம் மகா வித்தியாலயம்
2. பழைய மாணவர் சங்க தாய்க்கிளை, யா/வேலாயும் ம.வி.
3. பழைய மாணவர்சங்கம் கொழும்புக்கிளை, யா/வேலாயும் ம.வி.
4. யா/புற்றளை மகா வித்தியாலயம்



நன்றி நவில்கின்றோம்

“எந்நன்றி கொன்றார்க்கும் உய்வுண்டாம் உய்வில்லை
செய்நன்றி கொன்ற மகற்கு.”

எங்கள் குலத்துக்கே ஒளியாய் நின்று
வாழ்வுக்கு வழிகாட்டிய அன்புத் தெய்வம்
அமுரர்.வேலுப்பிள்ளை சங்கரப்பிள்ளை
அவர்களின்

சூர்ணோற்சவம் முதல் சபிண்டகரணம் வரை சகல
கிரிகைகளையும் ஆக்கித் தந்துதவிய பிரதம குருக்கள்
அவர்களுக்கு இதய பூர்வமான வணக்கத்தை
தெரிவித்துக்கொள்கின்றோம்.

எம் அன்புத்தெய்வம் பரஞ்சோதியுடன் கலந்தவேளை
அன்னாரின் சகல கிரியைகளிலும் பங்கேற்று ஆத்மசாந்திக்காக
பிரார்த்தித்த நல்ல உள்ளங்களுக்கும் மற்றும் உறவினர்கள்,
நண்பர்கள் . அயலவர்கள் . சுற்றத்தார்க்கும்

அனுதாபச்செய்தியை அனுப்பி உள்ளக்குறல்களை
வெளிப்படுத்திய அன்பு நெஞ்சங்களுக்கும் . சந்தர்ப்பங்களுக்
கேற்றவாறு பல வழிகளிலும் உதவிபுரிந்த நல்உள்ளங்களுக்கும்,
கயர்ணர் அஞ்சலிகளை அச்சிட்டு வெளியிட்ட அமைப்புக்
களுக்கும் மற்றும் மலர்வளையம் மாலைகள் சாத்தி அஞ்சலி
செலுத்தியோருக்கும் அந்தியேட்டிக் கிரியைகள், சபிண்டகரணக்
கிரியைகள் யாவற்றிலும் கலந்து அவரது ஆத்மசாந்திக்காக
பிரார்த்தித்த அனைவருக்கும் தவிர்க்க முடியாத காரணங்களி
னால் கலந்துகொள்ள முடியாமல் மனதாரப் பிரார்த்தித்த
அனைவருக்கும் . இம்மலரை ஆக்குவதற்கு உதவிபுரிந்த
அனைவருக்கும் . உரியநேரத்தில் சீந் நினைவு மலரை
அச்சிட்டுத் தந்த S.P.M பிறிண்டர்ஸ்
நிறுவனத்தினருக்கும், எமது மனமார்ந்த நன்றிகளைத்
தெரிவித்துக் கொள்கின்றோம்.



இங்ஙனும்
-குடும்பத்தார்-

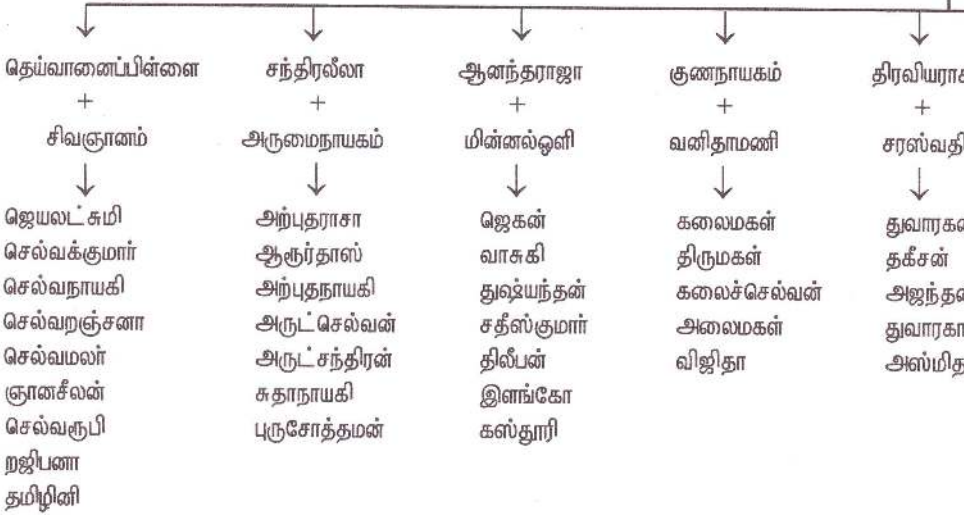
வம்ச

முருகுப்பிள்ளை வேலுப்ப

சங்கரப்ப

+

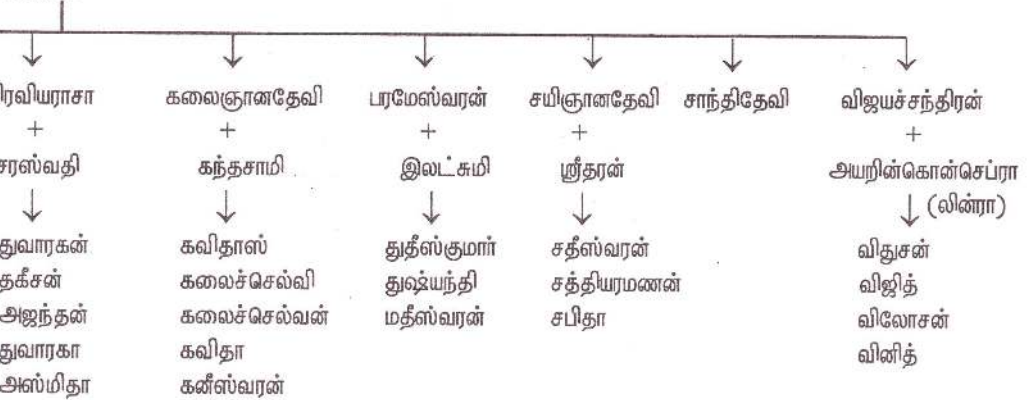
இரத்த



சாஸ்திரம்

வேலுப்பிள்ளை + அன்னம்மா

↓
புகரப்பிள்ளை
+
இரத்தினம்



கீதாசாரம்



“எந்நடத்தினோ,
 பிழ்நன்றாகவே நடத்தற.
 எந்நடக்கிறீதோ,
 பிழ்நன்றாகவே நடக்கிறற.
 எந்நடக்க இருக்கிறீதோ,
 பிழ்வும் நன்றாகவே நடக்கம்.
 உன்னுடையதை எதை சீர்த்தாய்?
 எதற்காக நீ சீரூகிராய்?
 எதை நீ மிகாண்டு வந்தாய்.
 பிதை நீ சீரூப்பதற்க.
 எதை நீ படைத்திருந்தாய்,
 பிழ் வினாவதற்க.
 எதை நீ எடுத்தற்க மிகாண்டுயோ,
 பிழ் சிங்கிருத்தே எடுக்கப்பலற.
 எதைக் கொடுத்தாயோ,
 பிழ் சிங்கிரியே கொடுக்கப்பலற.
 எந் சின்று உன்னுடையதோ,
 பிழ் நானா
 ஸ்ரீமநாருவருடையதாகிறற.
 ஸ்ரீமநாருநாள்,
 பிழ் ஸ்ரீமநாருவருடையதாகம்”



**ஒதுவே உகை நயதயும்,
 எனது படைப்பின் சாராம்சமுமாகும்.
 - பகவான் ஸ்ரீ கிருஷ்ணர் -**