யாழ் / கொக்குவிலைப் பிறப்பிடமாகவும்,
கொழும்பு / வெள்ளவத்தையை வசிப்பிடமாகவும் கொண்ட

அமரர்

திருமதி. இந்திரமதி பகீரதன்

அவர்களின்

நினைவு மலர்

27.09.2014

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | noolaham.media

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | noolaham.media

உ
சிவமயம்

மலர்வு 28 02 1956

உதிர்வு 25 08 2014

அமரர்

திருமதி. இந்திரமதி பகீரதன்

திதி வெண்பா

ஜய வருடம் ஆவணித் திங்கள்
ஒன்பதாம் நாள் / பூண்ட அமாவாசைத் திதி
சேர் நாளில் உத்தமி நல்லாள் திருமதி இந்திரமதி பகீரதன்
அரனுறை பாதம் சேர்ந்தார் உயிர் நீத்து.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | noolaham.media

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | noolaham.media

சமர்ப்பணம்

அன்பின் திருவுருவாய்
பாசத்தின் உறைவிடமாய்
தன்னடக்கத்தின் சிகரமாய்
இரக்கத்தின் ஊற்றாய்
சேவையின் சோதரியாய்
நேர்மையின் இலக்கணமாய்
தனக்கென வாழாது
பிறர் நலனுக்காய் அரும்பாடுபட்டு.
'இறைவன் விரும்பும்' வாழ்க்கை வாழ்ந்து
இவ்வுலகை நீத்த அமரருக்கு
இந்நூல் சமர்ப்பணம்.

- குடும்பத்தினர்

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | noolaham.media

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | noolaham.media

உ
சிவமயம்

பஞ்சபுராணம்

திருச்சிற்றம்பலம்

விநாயகர் வணக்கம்

திருவாக்கும் செய்கருமம் கைகூட்டும் செஞ்சொல்
பெருவாக்கும் பீடும் பெருக்கும் - உருவாக்கும்
ஆதலால் வானோரும் ஆனைமுகத்தானைக்
காதலால் கூப்புவர்தம் கை.

தேவாரம்

தாயினும் நல்ல தலைவரென் றடியார் தம்மடி போற்றிசைப்பார்கள்
வாயினும் மனத்தும் மருவிநின் றகலா மாண்பினர் காண்பல வேடர்
நோயிலும் பிணியுந் தொழிலர் பால் நீக்கி நுழைதரு நூலினர் ஞாலங்
கோயிலுஞ் சுனையுங் கடலுடன் சூழ்ந்த கோணமா மலையமர்ந் தாரே.

திருவாசகம்

அம்மையே அப்பா ஒப்பிலா மணியே!
அன்பினில் விளைந்த ஆரமுதே
பொய்ம்மையே பெருக்கிப் பொழுதினை சுருக்கும்
புழுத்தலைப் புலையனேன் தனக்கு
செம்மையே ஆய சிவபத மளித்த
செல்வமே சிவபெருமானே
இம்மையே உன்னை சிக்கெனப் பிடித்தேன்
எங்கெழுந் தருளுவது இனியே.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | noolaham.media

திருவிசைப்பா

கற்றவர் விழுங்குங் கற்பகக் கனியை
கரையிலா கருணைமா கடலை
மற்றவரறியா மாணிக்க மலையை
மதிப்பவர் மனமணி விளக்கை
செற்றவர் புரங்கள் செற்றவெஞ் சிவனை
திருவீழி மிழலை வீற்றிருந்த
கொற்றவன் தன்னை கண்டு கண் டுள்ளம்
குளிர வென்கண்கள் குளிர்ந்தனவே.

திருப்பல்லாண்டு

சீரும் திருவும் பொலியச் சிவலோக
நாயகன் சேவடிக்கீழ்
ஆரும் பெறாத அறிவு பெற்றேன்
பெற்றதார் பெறுவாருலகில்
ஊரும் உலகும் கழற உழறி
உமைமண வாளனுக்காட்
பாரும் விசும்பும் அறியும் பரிசுநாம்
பல்லாண்டு கூறுதுமே.

திருப்புராணம்

உலகெலா முணர்ந்தோதுதற் கரியவன்
நிலவுலாவிய நீர்மலி வேணியன்
அலகில் சோதியன் அம்பலத்தாடுவான்
மலர் சிலம்படி வாழ்த்தி வணங்குவாம்.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | noolaham.media

திருப்புகழ்

இறவாமல் பிறவாமல் எனையாள்சற் குருவாகிப்
பிறவாகி திரமான பெருவாழ்வை தருவாயே
குறமாதை புணர்வோனே குகனேசற் குமரேசா
கறையானைக் கிளையோனே கதிர்காமப் பெருமாளே.

வாழ்த்து

வான்முகில் வழாது பெய்க மலிவளஞ்சுரக்க மன்னன்
கோன் முறை யரசு செய்க குறைவிலாதுயிர்கள் வாழ்க
நான் மறையறங்களோங்க நற்றவம் வேள்விமல்க
மேன்மை கொள் சைவநீதி விளங்குக உலகமெல்லாம்.

திருச்சிற்றம்பலம்

- அன்பு காட்டு ஆனால் அடிமையாகிவிடாதே
- இரக்கம் காட்டு ஆனால் ஏமார்ந்து போகாதே
- பணிவாய் இரு ஆனால் கோழையாய் இராதே
- கண்டிப்பாய் இரு ஆனால் கோபப்படாதே
- சிக்கனமாய் இரு ஆனால் கஞ்சனாய் இராதே
- வீரனாய் இரு ஆனால் போக்கிரியாய் இராதே
- சுறுசுறுப்பாய் இரு ஆனால் பதட்டப்படாதே
- தர்மம் செய் ஆனால் ஆண்டியாகி விடாதே
- பொருளைத் தேடு ஆனால் பேராசைப் படாதே
- உழைப்பை நம்பு ஆனால் கடவுளை மறவாதே

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | noolaham.media

அமரர் திருமதி. இந்திரமதி பகீரதன் அவர்களின் வாழ்க்கைச் சுருக்கம்

சைவமும் தமிழும் தழைத்தோங்கும் ஈழத்தமிழ் மண்ணில் கொக்குவிலைச் சேர்ந்த அமரர் திரு. மகேந்திரன் (கூட்டுறவு உதவி ஆணையாளர்) சிரோன்மணி தம்பதியினருக்கு எட்டாவது மகவாகப் பிறந்து அன்பிலும், பாசத்திலும், அடக்கத்திலும், பக்தியிலும் சிறந்தவராக விளங்கினார். அயலவர், நண்பர்கள், உறவினர்கள் யாவரையும் மதித்துப் போற்றும் இயல்பினால் அனைத்து உள்ளங்களிலும் நீங்கா இடத்தைப் பெற்றார்.

ஆரம்பக்கல்வியை கொக்குவில் இந்துக் கல்லூரியில் ஆரம்பித்து உயர்தரக் கல்வியை வட்டுக்கோட்டைக் கல்லூரியில் பயின்று படவரையியலாளராக (Draftsman) Thurairajah Associatesஇல் 3 வருட காலம் பணியாற்றினார். பாடசாலை நாட்களில் கல்வியிலும், விளையாட்டிலும் தன் திறமையை வெளிப்படுத்தி ஆசிரியர்களின் நன்மதிப்பைப் பெற்றார். நடனம், சங்கீதம், தையற்கலை என்பவற்றில் அதிக ஈடுபாடு கொண்டு அத்துறைகளில் தேர்ச்சியும் பெற்றார். எதையும் நேர்த்தியாக பிறரைக் கவரும் வகையில் செய்யும் திறன் படைத்தவர்.

சுன்னாகம் சூராவத்தையைச் சேர்ந்த அமரர் திரு. சண்முகராஜா (புகையிரத நிலைய அதிபர்) ரஞ்சிதாதேவி தம்பதிகளின் சிரேஷ்ட புதல்வன் பகீரதனை (Navigation Officer) தன் வாழ்க்கைத் துணையாகக் கொண்டு இல்லறத்தை நல்லறமாக்கி மகிழ்வுடன் வாழ்ந்தார். கணவர் வேலை நிமித்தம் வெளிநாடு செல்லும் காலங்களில் குடும்பப் பொறுப்பை நேர்த்தியாகச் செய்து தன் மகன் ஷஞ்ஜீவுக்கு தாய்தந்தையாகவும் ஆசிரியராகவும் விளங்கி, அவர் முன்னேற்றத்திற்கு அரும்பாடுபட்டார். தன் சுகதுக்கங்களைப் பரிமாறிக் கொள்ள மகளில்லையே என்று ஏங்கித் தவித்த வேளையில் 8 வருடங்களின் பின்னர் தனுஷாவைப் பெற்றெடுத்து சீராட்டிப் பாராட்டி வளர்ப்பதில் மனநிறைவு கண்டார்.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | noolaham.media

'கல்வி அறிவுடன் சமயப் பற்றும் சேர்ந்தாலே மனிதன் பூரணத்துவம் அடைகிறான்' என்பதற்கிணங்க இளவயது முதல் தெய்வபக்தியில் சிறந்து விளங்கி வெள்ளிக்கிழமை தோறும் நாச்சியம்மன் ஆலயத்தை தன் சகோதரிகளுடன் சென்று தரிசிப்பது வழக்கம். திருவிளக்குப் பூஜையிலும் தவறாது கலந்து கொண்டதுடன் பூமாலை கட்டும் திருப்பணியையும் மேற்கொண்டார். வெளிநாட்டிலிருக்கும் தன் சகோதர சகோதரிகளின் வேண்டுகோள்களை நிறைவு செய்வதில் ஆர்வமுள்ளவர். விருந்தோம்பலில் வகை வகையாய் உணவு செய்து பரிமாறி வீட்டாரதும், உறவினரதும் மனங்களில் நீங்கா இடம் பிடித்தவர். தன் கணவரின் குறிப்பறிந்து நடந்து அவரது நலனில் மிகுந்த அக்கறை காட்டி நன்மதிப்பைப் பெற்றதால் எக்கருமத்தைச் செய்வதற்கும் அவர் பூரண சுதந்திரத்தை வழங்கி இருந்தார்.

தெய்வத்தின் மீது அதீத நம்பிக்கை கொண்டு தான் சிறிது காலமாவது சுகத்துடன் வாழ்ந்துவிட வேண்டுமென்று ஆசைப்பட்டார். அவரது நோயை மாற்றி பூரண சுகத்துடன் வாழ வைக்க அவரது கணவர் எடுத்த பிரயத்தனங்கள் சொல்லிலடங்கா. விதி மதியைவென்று இரண்டரை மாதங்களில் அனைவரையும் மீளாத்துயரில் ஆழ்த்தி விட்டு 25.08.2014 அன்று இறைவனடி சேர்ந்து விட்டார்.

அன்போடு பழகிய அனைத்து உள்ளங்களிலும் அவர் இரண்டறக் கலந்து நிற்பார் என்பதில் ஐயமில்லை. அவரது ஆத்மா சாந்தி அடைந்து தெய்வீக ஒளிநிலை பெறப் பிரார்த்திப்போமாக!

ஓம் சாந்தி! சாந்தி!! சாந்தி!!!

அன்பு தான் வாழ்க்கை அதை வெறுத்து ஒதுக்குவதை மரணம் என்று தான் சொல்லவேண்டும்.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | noolaham.media

விநாயகர் அகவல்

சீதக் களபச் செந்தா மரைப்பூம்
பாதச் சிலம்பு பலஇசை பாடப்
பொன்அரை ஞாணும் பூந்துகி லாடையும்
வன்ன மருங்கில் வளர்ந்தழ கெறிப்பப்
பேழை வயிறும் பெரும்பாரக் கோடும்
வேழ முகமும் விளங்குசிந் தூரமும்
அஞ்சு கரமும் அங்குச பாசமும்
நெஞ்சிற் குடிகொண்ட நீல மேனியும்
நான்ற வாயும் நாலிரு புயமும்
மூன்று கண்ணும் மும்மதச் சுவடும்
இரண்டு செவியும் இலங்குபொன் முடியும்
திரண்டமுப் புரிநூல் திகழொளி மார்பும்
சொற்பதங் கடந்த துரியமெய்ஞ் ஞான
அற்புதன் ஈன்ற கற்பகக் களிறே!
முப்பழம் நுகரும் மூஷிக வாகன!
இப்பொழு தென்னை யாட்கொள வேண்டித்
தாயாய் எனக்குத் தானெழுந் தருளி
மாயாப் பிறவி மயக்க மறுத்தே
திருந்திய முதல்ஐந் தெழுத்துந் தெளிவாய்ப்
பொருந்தவே வந்தென் உளந்தனிற் புகுந்து,

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | noolaham.media

குருவடி வாகிக் குவலயந் தன்னில்
திருவடி வைத்துத் திறம்இது பொருள்என
வாடா வகைதான் மகிழ்ந்தெனக் கருளிக்,
கோடா யுதத்தாற் கொடுவினை களைந்தே
உவட்டா உபதேசம் புகட்டிஎன் செவியில்
தெவிட்டாத ஞானத் தெளிவையுங் காட்டி,
ஐம்புலன் றன்னை அடக்கு முபாயம்
இன்புறு கருணையின் இனிதெனக் கருளிக்,
கருவிக ளொடுங்குங் கருத்தினை யறிவித்(து)
இருவினை தன்னை அறுத் திருள் கடிந்து
தலமொரு நான்குந் தந்தெனக் கருளி
மலமொரு மூன்றின் மயக்கம் அறுத்தே,
ஒன்பது வாயில் ஒருமந் திரத்தால்
ஐம்புலக் கதவை அடைப்பதுங் காட்டி
ஆறா தாரத் தங்கிசை நிலையும்
பேறா நிறுத்திப் பேச்சுரை யறுத்தே,
இடைபிங் கலையின் எழுத்தறி வித்துக்,
கடையிற் சுழுமுனைக் கபாலமுங் காட்டி,
மூன்றுமண் டலத்தின் முட்டிய தூணின்
நான்றெழு பாம்பின் நாவில் உணர்த்திக்,
குண்டலி யதனிற் கூடிய அசபை
விண்டெழு மந்திரம் வெளிப்பட உரைத்து,
மூலா தாரத்தின் மூண்டெழு கனலைக்
காலால் எழுப்புங் கருத்தறி வித்தே
அமுத நிலையும் ஆதித்தன் இயக்கமும்
குமுத சகாயன் குணத்தையுங் கூறி
இடைச்சக் கரத்தின் ஈரெட்டு நிலையும்
உடற்சக் கரத்தின் உறுப்பையுங் காட்டிச்,

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | noolaham.media

சண்முக தூலமுஞ் சதுர்முகச் சூக்கமும்
எண்முக மாக இனிதெனக்கு கருளிப்,
புரியட்ட காயம் புலப்பட எனக்குத்
தெரியெட்டு நிலையும் தெரிசனப் படுத்திக்,
கருத்தினிற் கபால வாயில் காட்டி,
இருத்தி முத்தி இனிதெனக் கருளி,
என்னை அறிவித்து, தெனக்கருள் செய்து
முன்னை வினையின் முதலைக் களைந்தே,
வாக்கும் மனமும் இல்லா மனோலயம்
தேக்கியே எந்தன் சிந்தை தெளிவித்(து)
இருள்வெளி யிரண்டிற் கொன்றிட மென்ன
அருள் தரும் ஆனந்தத் தழுத்தி, என்செவியில்
எல்லை இல்லா ஆனந் தமளித்து
அல்லல் களைந்தே, அருள்வழி காட்டிச்,
சத்தத்தி னுள்ளே சதாசிவம் காட்டிச்,
சித்தத்தி னுள்ளே சிவலிங்கங் காட்டி,
அணுவிற் கணுவாய் அப்பாலுக் கப்பாலாய்க்
கணுமுற்றி நின்ற கரும்புள்ளே காட்டி,
வேடமும் நீறும் விளங்க நிறுத்திக்,
கூடுமெய்த் தொண்டர் குழாத்துடன் கூட்டி,
அஞ்சக் கரத்தின் அரும்பொருள் தன்னை
நெஞ்சக் கருத்தின் நிலையறி வித்துத்,
தத்துவ நிலையைத் தந்தெனை ஆண்ட
வித்தக! விநாயக! விரைகழல் சரணே.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | noolaham.media

சிவபுராணம்

(காப்பு)

தொல்லையிரும் பிறவிச் சூழுந்தளை நீக்கி
அல்லலறுத் தானந்த மாக்கியதே - எல்லை
மருவா நெறியளிக்கும் வாதவூரெங்கோன்
திருவா சகமென்னுந் தேன்.

நமச்சிவாய வாழ்க நாதன்தாள் வாழ்க!
இமைப்பொழுதும் என்நெஞ்சில் நீங்காதான் தாள் வாழ்க!
கோகழி யாண்ட குருமணிதன் தாள் வாழ்க!
ஆகம மாகிநின் றண்ணிப்பான் தாள் வாழ்க!
ஏக னனேகன் இறைவன் அடி வாழ்க!

வேகங் கெடுத்தாண்ட வேந்தன் அடிவெல்க!
பிறப்பறுக்கும் பிஞ்ஞகன்றன் பெய்கழல்கள் வெல்க!
புறந்தார்க்குச் சேயோன்றன் பூங்கழல்கள் வெல்க!
கரம்குவிவா ருண்மகிழுங் கோன்கழல்கள் வெல்க!
சிரங்குவிவா ரோங்குவிக்கும் சீரோன் கழல் வெல்க!

ஈச னடிபோற்றி எந்தை யடிபோற்றி
தேச னடிபோற்றி சிவன்சே வடிபோற்றி
நேயத்தே நின்ற நிமல னடிபோற்றி
மாயப் பிறப்பறுக்கும் மன்ன னடிபோற்றி
சீரார் பெருந்துறைநம் தேவ னடிபோற்றி

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | noolaham.media

ஆராத இன்பம் அருளுமலை, போற்றி
சிவனவனென் சிந்தையுள் நின்ற அதனால்
அவனரு ளாலே அவன்தாள் வணங்கிச்
சிந்தை மகிழச் சிவபுரா ணந்தன்னை
முந்தை வினைமுழுதும் ஓய வுரைப்பன்யான்

கண்ணுதலான் தன்கருணைக் கண்காட்ட வந்தெய்தி
எண்ணுதற் கெட்டா எழிலார் கழல்இறைஞ்சி
விண்ணிறைந்து மண்ணிறைந்து மிக்காய் விளங்கொளியாய்
எண்ணிறந்து எல்லை இலாதானே நின்பெருஞ்சீர்
பொல்லா வினையேன் புகழுமா றொன்றறியேன்

புல்லாகிப் பூடாய்ப் புழுவாய் மரமாகிப்
பல்விருக மாகிப் பறவையாய்ப் பாம்பாகிக்
கல்லாய் மனிதராய்ப் பேயாய்க் கணங்களாய்
வல்லசுர ராகி முனிவராய்த் தேவராய்ச்
செல்லா நின்றவித் தாவர சங்கமத்துள்

எல்லாப் பிறப்பும் பிறந்திளைத்தே னெம்பெருமான்
மெய்யேயுன் பொன்னடிகள் கண்டு இன்று வீடுற்றேன்
உய்யவென் னுள்ளத்துள் ஓங்கார மாய்நின்ற
மெய்யா விமலா விடைப்பாகா வேதங்கள்
ஐயா வெனவோங்கி ஆழ்ந்தகன்ற நுண்ணியனே

வெய்யாய் தணியாய் இயமான னாம்விமலா
பொய்யா யினவெல்லாம் போயகல வந்தருளி
மெய்ஞ்ஞான மாகி மிளிர்கின்ற மெய்ச்சுடரே
எஞ்ஞானம் இல்லாதேன் இன்பப் பெருமானே
அஞ்ஞானந் தன்னை அகல்விக்கும் நல்லறிவே

ஆக்கம் அளவுறுதி யில்லாய் அனைத்துலகும்
ஆக்குவாய் காப்பா யழிப்பாய் யருள்தருவாய்

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | noolaham.media

போக்குவா யென்னைப் புகுவிப்பாய் நின்தொழும்பின்
நாற்றத்தி னேரியாய் சேயாய் நணியானே
மாற்ற மனங்கழிய நின்ற மறையோனே

கறந்தபால் கன்னலொடு நெய்கலந்தாற் போலச்
சிறந்தடியார் சிந்தனையுள் தேனூறி நின்று
பிறந்த பிறப்பறுக்கும் எங்கள் பெருமான்
நிறங்களோர் ஐந்துடையாய் விண்ணோர்கள் ஏத்த
மறைந்திருந்தாய் எம்பெருமான் வல்வினையேன் தன்னை

மறைந்திட மூடிய மாய இருளை
அறம்பாவம் என்னும் அருங்கயிற்றாற் கட்டிப்
புறந்தோல் போர்த் தெங்கும் புழுவழுக்கு மூடி
மலஞ்சோரு மொன்பது வாயிற் குடிலை
மலங்கப் புலனைந்தும் வஞ்சனையைச் செய்ய

விலங்கு மனத்தால் விமலா வுனக்குக்
கலந்தஅன் பாகிக் கசிந்துள் ளுருகும்
நலந்தா னிலாத சிறியேற்கு நல்கி
நிலந்தன்மேல் வந்தருளி நீள்கழல்கள் காட்டி
நாயிற் கடையாய்க் கிடந்த அடியேற்குத்

தாயிற் சிறந்த தயாவான தத்துவனே
மாசற்ற சோதி மலர்ந்த மலர்ச்சுடரே
தேசனே தேனார் அமுதே சிவபுரனே
பாசமாம் பற்றறுத்துப் பாரிக்கும் ஆரியனே
நேச அருள்புரிந்து நெஞ்சில்வஞ் சங்கெடப்

பேராது நின்ற பெருங்கருணைப் பேராறே
ஆரா வமுதே அளவிலாப் பெம்மானே
ஓராதா ருள்ளத் தொளிக்கும் ஒளியானே

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | noolaham.media

நீரா யுருக்கியென் னாருயிராய் நின்றானே
இன்பமுந் துன்பமும் இல்லானே உள்ளானே

அன்பருக் கன்பனே யாவையுமா யல்லையுமாம்
சோதியனே துன்னிருளே தோன்றாப் பெருமையனே
ஆதியனே அந்தம் நடுவாகி யல்லானே
ஈர்த்தென்னை ஆட்கொண்ட எந்தை பெருமானே
கூர்த்தமெய்ஞ் ஞானத்தாற் கொண்டுணர்வார் தங்கருத்தின்

நோக்கரிய நோக்கே நுணுக்கரிய நுண்ணுணர்வே
போக்கும் வரவும் புணர்வுமிலாப் புண்ணியனே
காக்குமெங் காவலனே காண்பரிய பேரொளியே
ஆற்றின்ப வெள்ளமே அத்தாமிக் காய்நின்ற
தோற்றச் சுடரொளியாய் சொல்லாத நுண்ணுணர்வாய்

மாற்றமாம் வையகத்தின் வெவ்வேறே வந்தறிவாம்
தேற்றனே தேற்றத் தெளிவேயென் சிந்தனையுள்
ஊற்றான உண்ணா ரமுதே உடையானே
வேற்று விகார விடக்குடம்பி னுட்கிடப்ப
ஆற்றேனெம் மையா அரனேயோ என்றென்று

போற்றிப் புகழ்ந்திருந்து பொய்கெட்டு மெய்யானார்
மீட்டிங்கு வந்து வினைப்பிறவி சாராமே
கள்ளப் புலக்குரம்பை கட்டழிக்க வல்லானே
நள்ளிருளில் நட்டம் பயின்றாடும் நாதனே
தில்லையுட் கூத்தனே தென்பாண்டி நாட்டானே

அல்லற் பிறவி அறுப்பானே ஓவென்று
சொல்லற் கரியானைச் சொல்லித் திருவடிக்கீழ்ச்
சொல்லிய பாட்டின் பொருளுணர்ந்து சொல்லுவார்
செல்வர் சிவபுரத்தி னுள்ளார் சிவனடிக்கீழ்ப்
பல்லோரு மேத்தப் பணிந்து.

****

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | noolaham.media

சகலகலாவல்லி மாலை

வெண்டா மரைக்கன்றி நின்பதந்
தாங்கவென் வெள்ளையுள்ளத்
தண்டா மரைக்குத் தகாது கொ
லோசக மேழு மளித்
துண்டா னுறங்க வொழித்தான்பித்
தாகவுண்டாக்கும் வண்ணம்
கண்டான் சுவைகொள் கரும்பே
சகல கலாவல்லியே

நாடும் பொருட்சுவை சொற்சுவை
தோய்தர நாற்கவியும்
பாடும் பணியிற் பணித்தருள்
வாய்பங்க யாசனத்திற்
கூடும் பசும்பொற் கொடியே
கனதனக் குன்றுமைம்பாற்
காடுஞ் சுமக்கும் கரும்பே
சகல கலாவல்லியே

அளிக்குஞ் செந்தமிழ்த் தெள்ளமு
தார்ந்துன் னருட்கடலிற்
குளிக்கும் படிக்கென்று கூடுங்கொ
லோவுளங் கொண்டுதெள்ளித்
தெளிக்கும் பனுவற் புலவோர்
கவிமழை சிந்தக்கண்டு
களிக்குங் கலாப மயிலே
சகல கலாவல்லியே

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | noolaham.media

தூக்கும் பனுவற் றுறைதோய்ந்த
கல்வியுஞ் சொற்சுவை தோய்
வாக்கும் பெருகப் பணித்தருள்
வாய்வட நூற்கடலும்
தேக்குஞ் செழுந்தமிழ்ச் செல்வமுந்
தொண்டர்செந் நாவினின்று
காக்கும் கருணைக் கடலே
சகல கலாவல்லியே

பஞ்சப் பிதந்தரு செய்யபொற்
பாதபங் கேருகமென்
நெஞ்சத் தடத்தல ராததென்
னேநெடுந் தாட்கமலத்து
தஞ்சத் துவச முயர்த்தோன்செந்
நாவு மகமும் வெள்ளைக்
கஞ்சத் தவிசொத் திருந்தாய்
சகல கலாவல்லியே

பண்ணும் பரதமுங் கல்வியுந்
தீஞ்சொற் பனுவலும்யான்
எண்ணும் பொழுதெளி தெய்தநல்
காயெழு தாமறையும்
விண்ணும் புவியும் புனலுங்
கனலும்வெங் காலுமன்பர்
கண்ணும் கருத்தும் நிறைந்தாய்
சகல கலாவல்லியே

பாட்டும் பொருளும் பொருளாற்
பொருந்தும் பயனுமென்பாற்
கூட்டும் படிநின் கடைக்கணல்
காயுளங் கொண்டு தொண்டர்

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | noolaham.media

தீட்டுங் கலைத்தமிழ்த் தீம்பா
லமுதந் தெளிக்கும் வண்ணங்
காட்டும்வெள் ளோதிமப் பேடே
சகல கலாவல்லியே

சொல்விற் பனமு மவதான
முங்கவி சொல்லவல்ல
நல்வித்தை யுந்தந் தடிமைகொள்
வாய்நளி னாசஞ்சேர்
செல்விக் கரிதென் றொருகால
முஞ்சிதை யாமைநல்குங்
கல்விப் பெருஞ்செல்வப் பேறே
சகல கலாவல்லியே

சொற்கும் பொருட்கு முயிராமெய்ஞ்
ஞானத்தின் றேற்றமென்ன
நிற்கின்ற நின்னை நினைப்பவர்
யார்நிலந் தோய்புழைக்கை
நற்குஞ்சரத்தின் பிடியோ
டரசன்ன நாணநடை
கற்கும் பதாம்புயத்தாளே
சகல கலாவல்லியே

மண்கண்ட வெண்குடைக் கீழாக
மேற்பட்ட மன்னரும்மென்
பண்கண் டளவிற் பணியச்செய்
வாய்படைப் போன் முதலாம்
விண்கண்ட தெய்வம்பல் கோடியுண்
டேனும்விளம்பிலுன்போற்
கண்கண்ட தெய்வமுளதோ
சகல கலாவல்லியே.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | noolaham.media

நவக்கிரக தோஷம் நீங்க

ஞாயிறு

சீலமாய் வாழச் சீரருள் புரியும்
ஞாலம் புகழும் ஞாயிறே போற்றி
சூரியா போற்றி சுந்தரா போற்றி
வீரியா போற்றி வினைகள் களைவாய்

திங்கள்

எங்கள் குறைகள் எல்லாம் தீர்க்கும்
திங்களே போற்றி திருவருள் புரிவாய்
சந்திரா போற்றி சற்குணா போற்றி
சங்கடந் தீர்ப்பாய் சந்திரா போற்றி

செவ்வாய்

சிறப்புறு மணியே செவ்வாய்த் தேவே
குறைவில்லா தருள்வாய் குணமுடன் வாழ
மங்களச் செவ்வாய் மலரடி போற்றி
அங்காரகனே அவதிகள் நீக்கு

புதன்

இதமுற வாழ இன்னல்கள் நீக்கு
புதபகவானே பொன்னடி போற்றி
பதம் தந்து ஆள்வாய் பண்ணொலியானே
உதவியாய் அருளும் உத்தமா போற்றி

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | noolaham.media

வியாழன்

குணமுள்ள வியாழக் குருபகவானே
மணமுள்ள வாழ்வு மகிழ்வுடன் அருள்வாய்
பிரகஸ்பதி வியாழ பரகுருநேசா
கிரகதோஷ மின்றிக் கடாட்சித் தருள்வாய்

வெள்ளி

சுக்கிர மூர்த்தி சுகமிகு ஈவாய்
வக்கிர மின்றி வரமிகத் தருவாய்
வெள்ளிச் சுக்கிர வித்தக வேந்தே
அள்ளிக் கொடுப்பாய் அடியார்க்கருளே

சனி

சங்கடம் தீர்க்கும் சனி பகவானே
மங்களம் பொங்க மனம் வைத்தருள்வாய்
சச்சரவின்றி சாகா நெறியில்
இச்சகம் வாழ இன்னருள் தா தா

ராகு

அரவெனும் ராகு ஐயனே போற்றி
கரவா தருள்வாய் கஷ்டங்கள் நீக்கி
ஆக அருள்புரி அனைத்திலும் வெற்றி
இராகுக் கனியே ரெம்மியா போற்றி

கேது

கேது தேவே கீர்த்தித் திருவே
பாதம் போற்றி பாவந் தீர்ப்பாய்
வாதம் வம்பு வழக்குகள் இன்றிக்
கேது தேவே கேண்மையாய் ரக்ஷி

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | noolaham.media

அபிராமி அந்தாதி

காப்பு

தாரமர் கொன்றையுஞ் சண்பகம் மாலையுஞ் சாத்துந்தில்லை
யூரர்தம் பாகத் துமைமைந்த னேயுல கேழும்பெற்ற
சீரபி ராமியந் தாதியெப் போதுமென் சிந்தையுள்ளே
காரமர் மேனிக் கணபதி யேநிற்கக் கட்டுரையே.

நூல்

ஆதித்தன் அம்புலி அங்கி குபேரன் அமரர்தங்கோன்
போதிற் பிரமன் புராரி முராரி பொதியமுனி
காதிப் பொருபடைக் கந்தன் கணபதி காமன்முதல்
சாதித்த புண்ணியர் எண்ணிலர் போற்றுவர் தையலையே.

உதிக்கின்ற செங்கதிர் உச்சித் திலகம் உணர்வுடையோர்
மதிக்கின்ற மாணிக்கம் மாதுளம் போது மலர்க்கமலை
துதிக்கின்ற மின்கொடி மென்கடிக் குங்கும தோயமென்ன
விதிக்கின்ற மேனி யபிராமி யென்றன் விழுத்துணையே.

மணியே மணியி னொளியே ஒளிரு மணிபுனைந்த
அணியே யணியும் அணிக்கழ கேயணு காதவர்க்குப்
பிணியே பிணிக்கு மருந்தே யமரர் பெருவிருந்தே
பணியேன் ஒருவரை நின்பத்ம பாதம் பணிந்தபின்னே.

பரிபுரச் சீறடிப் பாசாங் குசைபஞ்ச பாணி இன்சொல்
திரிபுர சுந்தரி சிந்துர மேனியள் தீமைநெஞ்சில்
புரிபுர வஞ்சரை அஞ்சக் குனிபொருப் புச்சிலைக்கை
எரிபுரை மேனி இறைவர்செம் பாகத் திருந்தவளே.

தனம்தரும் கல்விதரும் ஒருநாளுந் தளவர்வறியா
மனம்தரும் தெய்வ வடிவும்தரும் நெஞ்சில் வஞ்சமில்லா
இனந்தரும் நல்லன எல்லாந் தரும் அன்பர் என்பவர்க்கே
கனந்தரும் பூங்குழலாள் அபிராமி கடைக்கண்களே.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | noolaham.media

துக்க நிவாரண அஷ்டகம்

மங்கள ரூபிணி மதியணி சூலினி மன்மத பாணியளே
சங்கடம் நீக்கிடச் சடுதியில் வந்திடும் சங்கரி சௌந்தரியே;
கங்கண பாணியன் கனிமுகங் கொண்டநல் கற்பகக் காமினியே;
ஜெயஜெய சங்கரி கௌரி க்ருபாகரி துக்க நிவாரணி காமாட்சி! 1

கானுறு மலரெனக் கதிர்ஒளி காட்டிக் காத்திட வந்திடுவாள்;
தானுறு தவஒளி தாரொளி மதியொளி தாங்கியே வீசிடுவாள்
மானுறு விழியாள் மாதவர் மொழியாள் மாலைகள் சூடிடுவாள்;
ஜெயஜெய சங்கரி கௌரி க்ருபாகரி துக்க நிவாரணி காமாட்சி! 2

சங்கரி சௌந்தரி சதுர்முகன் போற்றிடச் சபையினில் வந்தவளே;
பொங்கரி மாவினில் பொன்னடி வைத்துப் பொருந்திட வந்தவளே;
எங்குலந் தழைத்திட எழில்வடிவுடனே எழுந்த நல் துர்க்கையளே;
ஜெயஜெய சங்கரி கௌரி க்ருபாகரி துக்க நிவாரணி காமாட்சி! 3

தணதண தந்தண தவிலொலி முழங்கிடத் தண்மணி நீ வருவாய்
கணகண கங்கண கதிர்ஒளிவீசிடக் கண்மணி நீ வருவாய்
பணபண பம்பண பறையொலி கூவிடப் பண்மணி நீ வருவாய்
ஜெயஜெய சங்கரி கௌரி க்ருபாகரி துக்க நிவாரணி காமாட்சி! 4

பஞ்சமி, பைரவி, பர்வத புத்திரி, பஞ்சநல் பாணியளே
கொஞ்சிடும் குமரனைக் குணமிகு வேழனைக் கொடுத்த நல் குமரியளே!
சங்கடந் தீர்த்திடச் சமரது செய்தநற்சக்தியெனும் மாயே;
ஜெயஜெய சங்கரி கௌரி க்ருபாகரி துக்க நிவாரணி காமாட்சி! 5

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | noolaham.media

எண்ணிய படிநீ யருளிட வருவாய் ,எம்குல தேவியளே;
பண்ணிய செயலின் பலனது நலமாய்ப் பல்கிட அருளிடுவாய்;
கண்ணொளி யதனால் கருணையே காட்டிக் கவலைகள் தீர்ப்பவளே;
ஜெயஜெய சங்கரி கௌரி க்ருபாகரி துக்க நிவாரணி காமாட்சி! 6

இடர்தரு தொல்லை இனிமேல் இல்லையென்று நீ சொல்லிடுவாய்;
சுடர்தரு அமுதே! சுருதிகள் கூறிச் சுகமது தந்திடுவாய்!
படர்தரு இருளில் பரிதியாய் வந்து பழவினை ஓட்டிடுவாய்
ஜெயஜெய சங்கரி கௌரி க்ருபாகரி துக்க நிவாரணி காமாட்சி! 7

ஜெயஜெய பாலா சாமுண்டேஸ்வரி ஜெய ஜெய ஸ்ரீதேவி
ஜெயஜெய துர்க்கா ஸ்ரீ பரமேஸ்வரி ஜெய ஜெய ஸ்ரீதேவி;
ஜெயஜெய ஜெயந்தி மங்கள காளி ஜெய ஜெய ஸ்ரீதேவி;
ஜெயஜெய சங்கரி கௌரி க்ருபாகரி துக்க நிவாரணி காமாட்சி! 8

தவறு செய்தால் உடனே மன்னிப்புக் கேட்பதைக் கௌரவமாகக் கருதுங்கள்.

எப்போதும் எந்த விடயத்தையும், முடிவு எடுத்துவிட்டுப் பேச வேண்டாம். பேசிவிட்டு முடிவு எடுங்கள். முக்கியமாக நடுநிலை தவறவேண்டாம். சில சங்கடங்களைச் சகித்துத் தான் ஆகவேண்டும் என உணருங்கள்.

மற்றவர்களைத் தவறாகப் புரிந்து கொள்ளாதீர்கள். மற்றவர்களின் நிறைகளை மனதாரப் பாராட்டுங்கள்.

புன்முறுவல் காட்டவும், சிற்சில அன்புச் சொற்களைச் சொல்லவும் கூட நேரம் இல்லாதது போல் நடந்து கொள்ளாதீர்கள்.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | noolaham.media

To My Beloved Amma

A Mother plays an important part in every child's life. Her unconditional love is the biggest support her child can get till her last breath.

It is hard to accept that my amma is not with me anymore. Wherever I look around home it reminds me of her. She was the pillar for me and my sister when Appa leaves to work.

Amma used to tell her childhood stories which are very interesting to hear.

Nothing can beat Amma's cooking. Any food she prepares leaves me want for more and more. She enjoys travelling to other places and long drives as well. I can still remember the moment when we visited Singapore last year where Amma enjoyed to the fullest. Amma loves flowers and looks after them very well. She waters the flowers every morning.

She always asks me whether will I look after her but now she did not give me the opportunity to look after her, but only light a lamp in front of her picture. She has given me a big responsibility that is to look after my sister.

Now Amma is a god to me. I believe that her blessings will be showered on me, appa and my sister.

Loving Son,
Shanjeev

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | noolaham.media

நான் மடி சாய்ந்த தெய்வத்தாய்

என்னை பத்து மாதம் சுமந்து பல வலிகளுக்கு முகங்கொடுத்து பெற்று வளர்த்த என் தாய்க்கு என்ன கைம்மாறு செய்வேன் என்று சிலவேளைகளில் என் மனதில் பெரும் கேள்வி எழும். அப்போது என் மனதிலேயே ஒரு சத்தியம் செய்தேன். நான் வளர்ந்த பின் அவர் என்னை எவ்வாறு தனக்கு கிடைத்த பொக்கிஷம் போல பாதுகாத்தாரோ அவ்வாறே அவரை நானும் பாதுகாக்க வேண்டுமென்று. ஆனால் அவர் எனக்கு எவ்வித பொறுப்புமே கொடுக்காமல் என் வாழ்விலிருந்து நீ பொக்கிஷமாகவே இரு என எண்ணி மறைந்து விட்டார்.

என் மனமோ அல்லது உடலோ சோர்வடையும் போது நான் நாடுவது என் தாயையே. அவர் கூறும் ஆறுதல் வார்த்தைகளும் அரவணைக்கும் மடியும் எனக்கு சொர்க்கமாக இருந்தது. என்னை அவர் ஒருபோதும் கஷ்டப்பட வைத்ததில்லை. பாடசாலையில் கொடுக்கப்படும் சில கைவேலைகளில் அம்மாவின் கைவண்ணமே மிளிரும். அம்மாவின் சுவையான சமையல் போன்று நான் எங்குமே உண்டதில்லை. அவரது அனைத்து வேலைகளிலும் நேர்த்தியைக் காணலாம்.

அம்மா எனக்கொரு தாயாக மாத்திரம் இல்லாமல் ஒரு தோழியாகவும், காக்கும் தெய்வமாகவும் இருந்தார். என் தாயின் அர்த்தம் நிறைந்த சுவாரசியமான பேச்சு இன்னும் என் காதில் ஒலித்துக் கொண்டே இருக்கிறது. தான் நோய்வாய்பட்ட போதும் கூட எம் யோசனையாகவே இருப்பார். அவர் மனமறிந்து இதுவரைக்கும் யாரையுமே காயப்படுத்தியதில்லை. மாறாக சொந்தபந்தங்களினதும் மனதிற்கு இனியோரினதும் கவலையை தன் கவலையாக கருதும் இளகிய மனம் படைத்த என் தாயின் மறைவு என் வாழ்வையே புரட்டிப் போட்டுவிட்டது. என்னைப் பொறுத்தவரையில் இது விதியின் சதியே ஆகும்.

என்னுடன் வெறும் 14 வருடங்களே வாழ முடிந்ததை எண்ணி மிகவும் வருந்துகிறேன். அனைத்திலும் நிதானத்தை கடைபிடிக்கும் நீங்கள் மரணத்தை நோக்கி அவசரமாக சென்றதேனோ? இருந்தாலும் உங்கள் இனிமையான நினைவுகள் என்றும் என் மனதில் பசுமரத்தாணி போல் நிலைத்து நிற்கும் அம்மா.

அன்பு மகள்

தனுஷா

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | noolaham.media

அன்பும், பொறுமையும் ஒருங்கே அமைந்த அன்பு தங்கைக்கு,

நீ பெற்ற பிள்ளைகள், உன் அன்புக் கணவர், உடன்பிறப்புகளுக்கு ஒன்றும் சொல்லாமல் எப்படி போனாய்? எம்மை முடிவில்லாத வேதனையில் ஆழ்த்திவிட்டாய். கதைக்கும் போது எப்பொழுதும் சிரிப்புடன் பெரியக்கா என்று சொல்வது என் காதுகளில் ஒலித்துக் கொண்டே இருக்கிறது.

நாங்கள் கனடாவிற்கு வந்த பின் நீ அழகாக கோலம் போடுவதை சகோதரிகள் மெச்சி கடிதத்தில் எழுதுவார்கள். உனது உயர்ந்த அன்பினால் எம் எல்லோரையும் உன் வசப்படுத்தி உள்ளத்தில் நீங்காத இடத்தை எடுத்து இருக்கிறாய். உன் உயர்வான குணத்தை பல கோணங்களில் பார்க்கிறோம்.

வீட்டில் உதவிக்கு வந்த பிள்ளைகளுக்கு அக்கறையாகப் பாடம் சொல்லி கொடுத்தாய். பகீரதனுக்கு சிறந்த மனைவியாகவும், பிள்ளைகளுக்கு அன்புத் தாயாகவும் இருந்திருக்கிறாய். நாங்கள் இங்கிருந்து நந்தினியும், நீயும் ஒருவருக்கொருவர் துணையாக என்றும் இருப்பீர்கள் என்று நினைத்து இருந்தோம்.

இன்னும் மனம் நீ இல்லை என்ற உண்மையை ஏற்கமறுக்கிறது. நீ பூவோடும், பொட்டோடும் சிறப்பாக சென்று விட்டாய். பகீரதனுக்கும், பிள்ளைகளுக்கும் என்றும் பக்கபலமாக இருந்து வழிநடத்துவாய் என நம்புகிறோம். நாம் என்றும் உன் நினைவோடும் தீராத துயரத்தோடும் இறைவனை மன்றாடி நிற்கிறோம்.

அன்புள்ள பெரிய அக்கா
மங்கையர்க்கரசி

உலகிலுள்ள மதங்கள் எல்லாம் உயிரற்ற வெறும் கேலிக் கூத்தாக இருக்கின்றன. இப்பொழுது உலகத்துக்குத் தேவைப் படுவது ஒழுக்கம் தான். தன்னலம் சிறிதும் இல்லாமல், நிறைந்த அன்புடன் பழகுபவர்களே இப்போது உலகத்திற்குத் தேவைப்படுகிறார்கள். இத்தகைய அன்புடையவர் சொல்கிற ஒவ்வொரு சொல்லும் இடியோசை போல எங்கும் முழங்கும்.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | noolaham.media

அன்பு சகோதரியே ஏன் இந்த அவசரம்?

நாச்சிமார் கோயில் அம்மனுக்கு மாலை கட்டி போட்டு அழகு பார்த்த நீர் ஏன் உதிர்ந்த பூவாக போனீர்? எனக்குஅன்பான சகோதரியாக, நல்ல ஆசிரியையாக, உற்ற தோழியாக இருந்தீர். என் மனச்சுமைகளை எல்லாம் உம்மிடம் சொல்லித்தான் ஆறுதல் அடைவேன். மிகவும் பொறுமையாக என் கதைகளைக் கேட்டு ஆறுதல் சொல்லும் உமது அன்பான குரலை இனி எப்போது எங்கு கேட்பேன்?

எனக்கு சேலை கட்ட பழக்கியதே நீர் தான்! ஆனால் உம்மைப் போல் மிகவும் நேர்த்தியாக எனக்கு இன்றும் மட்டும் கட்ட தெரியாது. என்னிடம் சமையல் குறிப்புகள் எல்லாம் அக்கறையாக கேட்பீர். பிள்ளைகளுக்கு செய்ய வேண்டும் என்று இனி பகீரதன் அண்ணா, பிள்ளைகளுக்கு யார் அப்படி செய்து கொடுப்பார்கள்?

உமது இழப்பால் எம் அனைவரது வாழ்விலும் கடும் புயல் வீசுகிறது. எங்கு சென்றாலும் உமது முகம் நிழலாடுகிறது. உமது இழப்பை மனம் இன்னும் ஏற்க மறுக்கிறது. உம்மை வந்து பார்க்காததிற்கு என் ஆழ்மனதில் இருந்து மானசீகமாக மன்னிப்பு கேட்கிறேன்.

அடுத்த பிறவி என்று இருந்தால் மீண்டும் உமக்கு சகோதரியாக பிறக்க வேண்டும். என்றும் உன் வழியைப் பின்பற்றித்தான் நான் வாழ விரும்புகிறேன்.

என்றும் மனதில் உமது நினைவுகளோடும் தீராத கவலைகளோடும் வாழும்

உன் அன்புத் தங்கை
கௌரி

நூறு பேர் சேர்ந்து ஒரு முகாம் அமைக்கலாம். ஆனால் ஒரு இல்லத்தை இல்லமாக்க ஒரு பெண் வேண்டும்.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | noolaham.media

தண்மதியாய் என்னுள்ளங்குளிர்வித்த இந்திரமதிக்கு என் நினைவலைகள்.....

அன்னையும் உற்றாரும் வெளிநாடு செல்ல
உனக்கென நானும் எனக்கென நீயும் - என
வாழ்வில் ஒன்றிணைந்தோம்
அன்புச் சகோதரியாய் உற்ற தோழியாய்
இன்பதுன்பங்களில் கைகோர்த்தோம்
தினம் தினம் காணும் சந்திப்பிலும் - முதன்முதலாய்
காணும் புத்துணர்வூட்டினாய்
வகைவகையாய் உணவு தந்து உபசரித்தாய்
'ஆள்பாதி ஆடை பாதி' என நேர்த்தியாய் உடையணிந்து
விழாக்களின் போது என் தோற்றத்தையும் பொலிய வைத்தாய்
எவர் மனதையும் புண்படுத்தாத பெருந்தன்மையால்
அனைவர் மனதையும் கொள்ளை கொண்டாய்
வெளிநாட்டு விருந்தினர் இல்லந்தேடி வரும்போது
விருந்தோம்பலால் அவர் இதயங்கவர்ந்தாய்.

தாய்க்குத் தாயாய் என் மகளைச் சீராட்டி
அவள் கண்ணில் நீர் வழிந்தால் - உன்
நெஞ்சில் உதிரங் கொட்டக் கண்டேன்.
'அன்புக்கும் உண்டோ அடைக்குந்தாள்' என்ற
குறளுக்கு இலக்கணமாய் - தக்க சமயங்களில்
உதவிக் கரம் நீட்டினாய்
பிள்ளைகள் நலன் கருதி நீ செய்த தியாகங்கள் பல.
அவர்கள் கூறும் அறிவுரை கேட்டு - நீயும்
சிறு குழந்தையானாய்.
கணவர் நலன் போற்றி பணிவிடை
செய்வதில் ஆத்ம திருப்தி கண்டாய்.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | noolaham.media

இறுதிவரை எனக்கு ஊன்றுகோலாவாய் - என்ற
நம்பிக்கை கானல் நீராகுமென்று
கணமெனும் நினைக்கவில்லை.
நோயுற்றபோது பகீரதனின் அன்புச் சேவையும்
சோதரர்களின் பிரார்த்தனையும் - அற்புதம்
செய்யுமென்று இறைமீது நம்பிக்கை கொண்டேன்.
விதி சதி செய்து இரண்டரை மாதங்களில்
நீ மறைந்த மாயத்தை என் சொல்வேன்!
நாம் வாழும் வரை எம் மனங்களில்
நீ வாழ்வாய் - உன் ஆத்மா தெய்வீக
ஒளிநிலை பெறப் பிரார்த்திக்கிறேன்.

அன்புச் சகோதரி
நந்தினி. வி.

பெறாமகள் அபியின் இரங்கற் செய்தி

பெறாத அன்னையாக சிறு குழந்தையில் என்னைச் சீராட்டிப் பாராட்டி வளர்த்த உங்கள் திடீர் மறைவால் பேரதிர்ச்சியும், கவலையும் அடைந்தேன். சில வருடங்களாவது எமக்கு உறுதுணையாக விளங்குவீர்கள் என நம்பிக்கை கொண்டிருந்தேன். என் மீது அளவற்ற அன்பையும் பாசத்தையும் காட்டி என் தேவை அறிந்து சேவை செய்தீர்கள்.

விடுமுறையில் வரும் போதெல்லாம் எனக்கு விருப்பமான உணவுகளையும், தின்பண்டங்களையும் செய்து தருவீர்கள். உங்கள் பிள்ளைகளுக்கு ஒரு படி மேலாக என் மீது பரிவு காட்டினீர்கள். இதற்கெல்லாம் நன்றிகளை வார்த்தைகளால் சொல்ல முடியாது.

ஷஞ்ஜீவ், தனுஷாவை என் உடன்பிறப்புக்களாக நினைத்து அவர்களுக்கு வழிகாட்டியாகவும், உறுதுணையாகவும் இருப்பதுதான் நான் உங்களுக்குச் செய்யும் நன்றியாகும்.

என் அம்மாவை இழந்தது போன்ற துன்பத்தையே அனுபவிக்கிறேன். உங்கள் ஆத்மா என்றும் சாந்தியடைய மனமாரப் பிரார்த்திக்கிறேன்.

அபிராமி

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | noolaham.media

To Our Beloved Sister-in-law & Aunt

It was our deepest shock to hear the sudden demise of Anni / Maami and we still can't accept the reality that she is no more with us.

Usha :

Firstly, I pray God to give all the support, strength and courage to my brother & his children to overcome this grief.

Taking a trip down Memory Lane, I think of the day she got married to my brother... when it all began. I was thrilled and overjoyed to welcome the new member of our family. She soon became the sister I'd never had, our bond being stronger than that of in-laws. Together we had great times: laughing for silly jokes, visiting so many places, talking like best friends... and this is just the beginning of a very long list! At this time I have to mention my parents, who were also very fond of her and she was like their own daughter. She was friendly, affectionate and easily adaptable and I will never forget those happy days.

Suresh:

We were all taken aback by the sudden demise of Anni. Although her health wasn't strong in her last few weeks we were praying for and expecting her recovery.

She was very warm, hospitable and a good conversationalist. Whenever we paid a visit, we tend to forget how time flies... as she

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | noolaham.media

managed to engage us in an interesting manner, leaving us laughing heartily. We will truly miss her.

Sujo:

I am very sad to lose Maami, my favourite aunty, needless to say how much I am going to miss her! Her death made me realize how things can change so fast in a short span of time. It was during my last vacation in March that I skyped with her and everything seemed so normal that little did I foresee what was coming. Everything happened in the blink of an eye... and now being back on vacation again, the fact that she is no more just cannot sink into my acceptance.

If I could mention just a few of the many thinks I would miss about her, it would be her kind and loving nature, her delicious dishes... whenever I visit Sri Lanka she was always delighted to make favourite food, her friendliness, compassion and her entertaining personality.

May Her Soul Rest In Peace.

From: Sureshkumar & Family

குழந்தை பிறந்தால் மகிழ்கின்றோம். ஒருவர் இறந்தால் அழுகின்றோம். ஏன்? இரண்டுமே நாமில்லை அதனால் தானா?

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | noolaham.media

என் அன்பு அக்கா,

பாசம், இரக்கம், பொறுமை, தன்னடக்கத்திற்கு இலக்கணமானவர். எதையும் நேர்த்தியாகச் செய்வதில் இவருக்கு நிகர் இவரே தான்! இவரின்று எம்முடன் இல்லை என்பதை ஏற்க என் மனம் மறுக்கின்றது. தினந்தோறும் கண்ணீரில் எம் வாழ்க்கை கழிகின்றது. இவரின் இழப்பு எம்மை முடிவில்லாத சோகத்தில் ஆழ்த்தியுள்ளது. கண்காணா தூரத்தில் நாமிருக்க கண்மூடிப் போனார் என் அக்கா.

தனக்கு வந்த நோயின் தீவிரம் என்னவென்று தெரியாமல் சடுதியில் போய் விட்ட செய்தியை ஏற்க முடியாது தவிக்கின்றேன். அண்ணன் அவதியாக அவரைப் பார்க்க என்று போனபோது கண்மூடிய நிலையில் அவர் முகம் பார்க்காமலே மறைந்துவிட்டார். அல்லும் பகலும் அவர் சுகம் பெற ஆண்டவரைப் பிரார்த்தித்தும் இம்மாயை வாழ்வைத் துறந்து மறைந்து விட்டார்.

அக்காவின் வாழ்க்கை அழகானது. அன்பான கணவனுக்கேற்ற மனைவியாக வாழ்ந்தார். கண்மணிகளாய் இரு பிள்ளைகளைப் பேணி வளர்த்தார். நிறைவான வாழ்க்கையை அந்த ஆண்டவன் இடையில் ஏன் பறித்தானோ தெரியவில்லை!

தாங்கொணாத் துயரத்தில் வாழும் கணவருக்கும், பிள்ளைகளுக்கும் யார் தான் ஆறுதல் கூறமுடியும். எம்மை வழிநடத்திச் செல்லும் இறைவனே அவர்களுக்கும் வழிகாட்டுவார் என்ற நம்பிக்கையுடன் வாழ்வோம்.

என்றும் உங்கள் ஆத்மாவிற்கு சாந்தி கிடைக்க இறைவன் துணை நிற்பாராக!

அன்புத் தங்கை
மதிவதனி

மரணம் வெல்ல முடியாததென்பதை அறிந்தும், மனிதர்கள் மரணத்தை எண்ணிக் கலங்குகிறார்களே.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | noolaham.media

An Aunt Who Cannot be Forgotton....

The Aunt was fondly remembered by her brothers, sisters nephews & nieces those who were living in Canada. Some of us have never seen her but only heard about her, seen her in photos and skype.

When my dad heard about her illness he wanted to go rightaway to see her, but she is the one told him not to come; she thought she will get better then my dad can go and see her.

No one can't predict when a person becomes ill whether that person will survive or not. Unfortunately my Aunt didn't survive; my dad went to see her when see was unconsious. Very sad now she is gone.

We feel very sad about the two children and the uncle. We are unable to be with them because we are far away from them. With out thoughts only we can pray to God to be with them and guide them with their future. I am writing this on behalf of my mom and my self.

Samantha

இவ்வுலகில் ஒரே ஒரு முறைதான் நான் வாழ்கின்றேன். ஆகவே, நல்லவை செய்ய வேண்டுமாயின் அன்பு செய்ய வேண்டுமெனில், அதை இன்றே இப்பொழுதே செய்வேன்.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | noolaham.media

அன்புச் சகோதரி இந்திரமதிக்கு
எனது கண்ணீர் அஞ்சலி...

அன்பு என்ற மணம் பரப்பிய மல்லிகைப்பூ இன்று வாடி விட்டது. உம்மை நினைக்கும் போது அன்பு, மென்மை, அமைதி ஞாபகத்திற்கு வரும்.

நானும் மதியும் 2003 இல் உம்மிடம் வந்தபோது எந்தக் குறையும் இல்லாமல் எம்மை அன்பாக உபசரித்தீர். எமது வாழ்க்கையிலேயே சந்தோஷமான நாட்களாக இவற்றை கருதலாம்.

வீட்டை வைத்திருப்பதில் தனி அழகு, எதை வாங்கினாலும் ஒரு அழகு இருக்கும், உடுத்துவதில் தனி அழகு என்று எவ்வளவோ உம்மைப் பற்றிச் சொல்லலாம். உறவினர் யார் இலங்கைக்கு வந்தாலும் உம்மிடம் வராமல் யாரும் இங்கு திரும்பமாட்டார்கள். உம்முடைய அன்பைப் பற்றித் தான் சொல்லுவார்கள்.

கடைசியாக நான் உம்முடன் தொலைபேசியில் கதைத்த போது கூட மிக உற்சாகமாக மிகுந்த நம்பிக்கையுடன் இருந்தீர். "தம்பி வருகிறார் உம்மை பார்க்க" என்ற செய்தி கேட்க கண் விழித்து விட்டு அதன்பின் பிடிவாதமாக கண்களை திறக்காமலேயே சென்று விட்டீர். நம்ப முடியவில்லை, இந்திரமதி என்ற அன்புருவம் இந்த உலகத்தில் இல்லை என்பதை.

பகீரதனுக்கும், ஷஞ்ஜீவ், தனுஷாவிற்கும் மிக சந்தோஷமான வாழ்க்கையை கொடுத்தீர். இனி எப்படி அவர்களுக்கு ஆறுதல் கொடுக்கப் போகிறீர்? தாங்க முடியாத வேதனையில் எம்மை ஆழ்த்திவிட்டு எங்கு சென்றீர்?

உன் ஆத்மா சாந்தியடைய இறைவனை பிரார்த்திக்கின்றேன்.

அன்புச் சகோதரி
வசந்தி

ஒருவரை நாம் இழக்கும் வரை நம் வாழ்வில் அவர்களின் முக்கியத்துவத்தை உணர தவறி விடுகின்றோம். எமது வாழ்க்கை பயணத்தில் எதையும் இழக்க முன் உணர்ந்து கொள்ள முயல்வதே சிறந்தது.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | noolaham.media

அன்பும், பாசமும் நிறைந்த தங்கை,

ஒருவருக்கு அவரது மறைவின் பின் ஓர் சில வார்த்தைகளைக் கூறுவதற்கு முன் இப்படி ஒரு நிகழ்வு எதற்காக நடந்து போயிற்று என்று நினைக்கிறது என் மனம்? தினந்தோறும் உன் பிரிவை எண்ணி கலங்குகிறது எனது மனம். நீ போன நாள் முதல் உறக்கமே வருவதில்லை. எல்லாமே கனவு போல் தான் இருக்கிறது.

எனது குடும்பத்துடன் ௨00௬ இல் உங்களுடன் வந்து நின்று உன்னுடனும் பிள்ளைகளுடனும் எத்தனை மகிழ்ச்சிகரமாக இருந்திருப்போம். அது ஓர் நீங்காத நினைவாகும்.

அன்பான உபசரிப்பிலும், பிள்ளைகளின் அன்பு, பாசத்திலும் நாங்கள் மிக மிக மகிழ்ச்சி அடைந்து போனோம்.

அன்புத் தங்கையாகிய உனது வாழ்க்கை நல்லதொரு கணவருடனும், அன்பான இரு பிள்ளைகளுடனும் சீராக இருந்தது கண்டு ஆண்டவனுக்கே பொறுக்கவில்லையோ, ஏன் இந்த அவசரத்தில் உன் உயிரைப் பறித்துக் கொண்டானோ தெரியவில்லை. தீராத நோய் வந்து திடீரென்று உன் உயிரைப் பறித்துச் சென்றதை என்னவென்று சொல்வது?

உனது நோயைப் பற்றிக் கேட்ட நாள் முதல் எத்தனையோ கோயில்களுக்குப் போய் உன் பெயரில் அர்ச்சனைகள் செய்தேன். ஏன் என்றால் கடவுள் உனக்கு நல்ல சுகம் தருவார் என முழு நம்பிக்கை. நடந்தது வேறாகி விட்டதே. நாமொன்று நினைக்க தெய்வம் ஒன்றை நினைத்து விட்டது. எம் கையில் எதுவுமில்லை. கண்காணாத தூரத்தில் நாமிருந்து கவலைப்பட முடிந்ததே தவிர வேறொன்றும் செய்ய முடியவில்லை. நாம் கொடுத்து வைத்தது அவ்வளவு தான்.

தற்போது எம் கவலை உனது கணவரதும், பிள்ளைகளினதும் தான். நாம் அவர்களது அருகாமையில் கூட இல்லை. எங்கோ தொலைதூரத்தில் என்ன பயன்? அவர்களுக்கு அருகிருந்து அன்பு செலுத்திப் பார்க்க வேண்டும்.

கடவுள் தான் உன் உயிரைப் பறித்தார் அவரால் மட்டுமே உன் குடும்பத்தை வழி நடத்த முடியும். கடவுள் துணையுடன் உன் ஆத்மா சாந்தி பெற வேண்டி நிற்கும் அண்ணனும், அவரது குடும்பத்தினரும்.

சிவகுமாரன்

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | noolaham.media

பகவத் கீதையின் முத்துக்களில் சில...

1) **எங்கெங்கும் நானே**

எவன் எங்கும் என்னைக் காண்கின்றானோ எல்லாப் பொருட்களையும் என்னிடத்தில் காண்கின்றானோ, அவனுக்கு நான் மறைவதில்லை எனக்கு அவனும் மறைவதில்லை.

2) **மனத்தைச் செலுத்து**

மனத்தை என்னிடத்தே வைத்து மதியை என்னுள் செலுத்து, பின்பு நீ என்னுள் உறைவாய்; ஐயமில்லை.

3) **உறுதியான மனம்**

என்னிடத்தில் உறுதியாக உன் மனத்தைச் செலுத்த இயலாவிடின், பழகிப் பழகி என்னை அடைய விரும்பு.

4) **எப்படி வழிபடுகின்றார்கள்**

யார் என்னை எப்படி வழிபடுகின்றார்களோ அவர்களை நான் அப்படியே சார்கின்றேன்.

5) **பக்தன் யார்?**

எவ்வுயிரிடத்திலும் வெறுப்பின்றி நட்பும் கருணையும் கொண்டு, "நான் - எனது" என்பது நீங்கி, இன்பத்தையும் துன்பத்தையும் நிகராகக் கொண்டு, பொறுமையாய் எப்போதும், மகிழ்ச்சியோடும், தன்னடக்கம் பெற்று திட உறுதி கொண்டு, என்னிடத்தில் மனத்தையும் மதியையும் சமர்ப்பித்து, யார் என் பக்தனாகிறானோ அவன் எனக்கு பிரியமானவன்.

6) **மனத்தவம்**

மன அமைதி, அன்புடைமை, மௌனம், தன்னடக்கம், தூய எண்ணம் இவை மனத்தவம் எனப்படும்.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | noolaham.media

7) **மனத்தை அடக்குதல்**

மனம் கட்டுப்படாதது தான்: சலனம் உடையது தான். ஐயமில்லை எனினும் அதைப் பழக்கத்தாலும், வைராக்கியத்தாலும் அடக்கி விடலாம்.

8) **செய்கையின் பயன்**

தொழில் புரியத்தான் உனக்கு அதிகாரம் உண்டு அதன் பயன்களில் எப்பொழுதும் உரிமை பாராட்டாதே, செய்கையின் பயனைக் கருதாதே, தொழில் புரியாமலும் இருக்காதே.

10) **நல்ல செயல்**

நற்காரியங்கள் செய்யும் எவனும் கெட்ட கதி அடைவதில்லை.

11) **சாந்தி நிலை எது?**

இச்சையற்று எல்லா இன்பங்களையும் துறந்து, யான் எனது என்பனவற்றை அகற்றியவனே சாந்தி நிலை அடைகின்றான்.

12) **மதம் என்றால் என்ன?**

ஒன்றே மதம் அதுவே அன்பு மதம்
ஒன்றே குலம் அதுவே மனித குலம்
ஒன்றே மொழி அதுவே இதய மொழி
ஒன்றே தெய்வம் அது எங்கும் நிறைந்துள்ளது

13) **தெய்வத்தை அடையும் பாதை**

அன்புடனே ஒவ்வொரு தினத்தையும் துவக்கி
அன்புடனே கழித்து அன்பினால் நிரப்பி
அன்புடனே முடியுங்கள். இதுவே
தெய்வத்தை அடையும் நேர்ப் பாதை.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | noolaham.media

விவேகானந்தரின் பொன்மொழிகள்

- கல்வி என்றால் என்ன? புத்தகங்களை படிப்பதா? இல்லை பலவிதமானவற்றைக் குறித்த அறிவா? அதுவும் இல்லை. எத்தகைய பயிற்சியின் மூலம் மன உறுதியின் வேகமும் அதன் வெளிப்படும் தன்மையும் கட்டுப்பாட்டிற்கு உட்பட்டு பயன்தரும் வகையில் அமைகிறதோ அந்தப் பயிற்சிதான் கல்வியாகும்.
- ஒவ்வொருவரும் கட்டளை இடவே விரும்புகின்றான். கீழ்ப் படிவதற்கு ஒருவரும் தயாராகவில்லை.
- மக்கட் பேற்றாலோ, செல்வத்தாலோ அல்ல தியாகத்தில் மட்டுமே அமரநிலை அடைய முடிகின்றது.
- ஒவ்வொரு மனிதனும் ஒவ்வொரு நாடும் பெருமை அடைவதற்கு மூன்று விடயங்கள் அவசியம்.
  1. நன்மை தரக்கூடிய சக்திகளின் உறுதியான நம்பிக்கை.
  2. பொறாமையும் சந்தேகமும் இல்லாமல் இருத்தல்.
  3. நல்லவர்களாக இருக்கவும் நன்மை செய்யவும் முயற்சி செய்யும் அனைவருக்கும் உதவி புரிதல்.
- ஒருவருக்கு ஒருவர் கொடுப்பதும் வாங்குவதும் தான் இயற்கையில் உள்ள விதியாகும்.
- நீ எதைச் செய்தாலும் அதன் பொருட்டு உனது மனம் இதயம், ஆன்மா முழுவதையும் அதற்கு அர்ப்பணித்து விடு.
- உலகில் எதையும் பிறரிடம் இருந்து நீ எதிர்பார்க்க முடியாது.
- நம்பிக்கையை இழந்துவிடாதே. பாதை, கத்தி முனையில் நடப்பதைப் போல் மிகவும் கடினமானது தான். எனினும் எழுந்திரு, விழித்துக்கொள். மனம் தளராதே. நீ அடைய வேண்டிய உனது இலட்சியமாகிய குறிக்கோளைக் கண்டுபிடி.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | noolaham.media

எல்லாவகைப் புற்றுநோய்களின் பொதுவான அறிகுறிகள்

❊ உடலில் உள்ள மச்சங்களில் மாறுபாடு உண்டாகும்.

❊ கழுத்துப் பகுதியில் வலியற்ற கட்டி உருவாகும்.

❊ வாந்தி, மயக்கம், அளவுக்கு மீறிய உடல் சோர்வு.

❊ சிறுநீர், மலம் ஆகியவற்றில் இரத்தம் கலந்து வெளியாகும்.

❊ கிடுகிடுவென எடை குறையத் தொடங்கி, உடல் மெலிதல்.

❊ சாப்பிட முடியாமல் மற்றும் செரிமானக் கோளாறு.

குறிப்பு:

❊ புற்றுநோய் வந்தால் மரணம் நிச்சயம் என்றெல்லாம் எதுவும் இல்லை. நவீன சிகிச்சை முறைகள் நிறைய வந்துள்ளன. முறையாக சிகிச்சை மேற்கொண்டால் நிவாரணம் பெறலாம். பின்வரும் விஷயங்களைக் கடைப்பிடித்தால், புற்றுநோய்க்கு இடமளிக்காமல் நிம்மதியாக வாழலாம்.

❊ சாப்பாட்டில் நாள் தவறாமல் பூண்டு, வெங்காயம் ஆகியவற்றை நிறைய சேர்த்துக் கொள்ளுதல்.

❊ அசைவ உணவுகளில் மீனைத் தவிர மற்றவைகளைத் தவிர்த்தல். குறிப்பாக மாட்டிறைச்சியை அடியோடு ஒதுக்குதல்.

❊ புகை, மது, போதைப் பொருள்களைப் பழகாதிருத்தல்.

❊ தினசரி ஒரு வேளையாவது பச்சைக்காய் உணவை சாப்பிடுதல்.

❊ நாள்தோறும் 3 லீட்டருக்குக் குறையாத அளவு நீர் அருந்துதல்.

❊ வறுத்த மற்றும் கருகிய உணவுப் பொருள்களைத் தவிர்த்தல்.

❊ சுகாதாரக் குறைவான உணவகங்களில் சாப்பிடாமல் இருப்பது.

❊ தியானம் மற்றுந 30 நிமிட நடைப்பயிற்சி.

❊ காலையில் 15 நிமிட சூரியக் குளியல்.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | noolaham.media

சர்க்கரை நோய்

அறிகுறிகள்:

* கை, கால் அடிக்கடி மரத்துப் (உணர்ச்சியற்று) போதல்.
* அளவுக்கதிகமான தாகம்.
* அடிக்கடி சிறுநீர் கழித்தல்.
* காயம் அல்லது புண் ஏற்பட்டால் ஆறாமல் இருப்பது.
* தலைச்சுற்றல்.
* சாப்பிட்ட சிறிது நேரத்திலேயே பசி எடுத்தல், உடல் அரிப்பு

காரணம்:

* பரம்பரை (அப்பாவிற்கு இருந்தால் பிள்ளைகளுக்கும் கண்டிப்பாக வரும்)
* உடல் உழைப்பின்றி இஷ்டத்திற்கு எல்லாவற்றையும் சாப்பிடுவது (வளைப்பது), இனிப்பு வகைகளை நிறையத் தின்பது.
* அரவை மிஷின் போல சதா சர்வகாலமும் ஏதாவது நொறுக்குத் தீனிகளை உள்ளே தள்ளிக் கொண்டிருப்பது.
* மொடாக் குடியுடன் இணைந்த - முரட்டுச் சாப்பாட்டு முறை என இப்படியாக வயிற்றை ஒரு குப்பைக் கூடை போல ஆக்கிவிடுவது மற்றும் அளவுக்கதிகமான நிரந்தரமனச் சுமை.

தடுத்துக் கொள்ள:

* தினசரி குறைந்தபட்சம் 30 நிமிடங்களாவது வேகமான நடைப் பயிற்சியை மேற்கொள்ளுதல்.
* 35 வயதிற்குப் பிறகு மிக அளவான திட்டமிட்ட உணவு முறையை ஏற்படுத்திக் கொள்ளுதல்.
* எண்ணெய்ப் பலகாரங்களான பஜ்ஜி, வடை போன்றவற்றை முற்றிலுமாகத் தவிர்த்தல்.
* வெண்ணெய், நெய், கடலை எண்ணெய், பாமாயில், தேங்காய் எண்ணெய் முதலியவற்றை ஒதுக்கிவிட்டு சூரியகாந்தி மற்றும் நல்லெண்ணெய் ஆகியவற்றை மட்டுமே பயன்படுத்துதல்.
* ஆட்டிறைச்சி, பிராய்லர் கோழி இறைச்சி ஆகியவற்றைத் தள்ளிவிட்டு மீன், முயல் முதலியவற்றை சேர்த்துக் கொள்ளுதல்.
* பொரித்த அல்லது வறுத்த உணவு வகைகளை நிறுத்திவிடுதல்.
* உணவில் அதிகமானளவு வெங்காயம், பூண்டு, கீரைவகை, முளை கட்டிய பயிர் வகை, கேழ்வரகு (ராகி), கோதுமை ஆகியவற்றை சேர்த்துக் கொள்ளுதல்.
* கிழங்கு மற்றும் மாவு உணவுப் பொருள்களைத் தவிர்த்துக் கொள்ளுதல்.
* இவற்றுடன் ஆண்டிற்கு ஒருமுறை முழு உடல் பரிசோதனை செய்து கொள்ளுவது.
* தினசரி தியானம் செய்வது.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | noolaham.media

நன்றி நவிலல்

25.08.2014 திங்கட்கிழமை சிவபதமடைந்த

திருமதி. இந்திரமதி பகீரதனின்

துயரச் செய்தி கேட்டு ஓடோடி வந்து

வேண்டிய உதவிகள் செய்து

ஆறுதல் கூறி தேறுதல் தந்தோருக்கும்,

நேரில் வந்து இறுதிக் கிரியைகளில் கலந்து கொண்டோர்க்கும்,

மலர்வளையம் சாத்தி மரியாதை செய்தோர்க்கும்,

தொலைபேசியில் துயரைப் பகிர்ந்து கொண்டோர்க்கும்

எம் மனப்பூர்வமான நன்றிகளைத் தெரிவிக்கிறோம்.

"இடர் வரும் போதும் உள்ளம் இரங்கிடும் போதும்

மாந்தர் உறவு கொள்வார்" என்பதை நிரூபித்த

அனைத்து அன்பு உள்ளங்களையும்,

31ஆம் நாள் கிரிகையின் போது வருகை தந்த

அனைத்து நெஞ்சங்களையும்

நன்றியுடன் நினைவு கூருகிறோம்.

இங்ஙனம்
கணவர், பிள்ளைகள்,
குடும்பத்தினர்.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | noolaham.media

வம்சாவ

கிருஷ்ணசாமி + தையல்முத்து

சிரோன்மணி சபாரெட்ணம்

மகேஸ்வரி மகேந்திரன் நாகேந்திரன் + மங்கையர்க்கரசி

மங்கையர்க்கரசி + செல்வராஜா

மயூரன் + சங்கீதா

கீரன்

ஹரன்

ஜெயஸ்ரீ + சுயம்புலிங்கம்

சிவகுமாரன் + ரேவதி

பிரணவன்

யாதவன்

திருக்குமரன் + ஸபினா

நந்தினி + விஸ்வநாதன்

அபிராமி

வசந்தி + ஞானேஸ்வரன்

மைதிலி + ரொஷான்

ஆரதி

ஆனந்தசுந்தரம் + சௌந்தரம்

ஆனந்தவல்லி + குமார்சாமி

முத்துக்குமாரசாமி

சண்முகராஜா

கந்தையா + மே

ரஞ்சிததேவி

சத்தியதேவி + அருணாச்சலம்

பகீரதன்

சுதாகரன்

உஷாயினி + சுரேஸ்குமார்

சுஜர்னி

ஷஞ்ஜீவ் தனுஷா

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | noolaham.media

ரவழி

விஸ்வலிங்கம் + மங்கையர்க்கரசி

ரன் + கரசி

இராசேந்திரன் + சித்திராலட்சுமி

நகுலேந்திரன் + ஜெயராணி

தெய்வேந்திரன் + விஜயலட்சுமி

பாலேந்திரன் + நாகேஸ்வரி

புவனேந்திரன் + திலகவதி

இந்திரகுமாரன் + கீதா

ஸமந்தா

*** இந்திரமதி**

மதிவதனி + கேதீஸ்வரன்

அஞ்சனா

கமலினி + சுந்தர்ராஜு

கார்த்திகேயன்

ர்

ரதி

மகேஸ்வரி

நிமலாதேவி + கணபதிப்பிள்ளை

தேவதாசன் + சரஸ்வதி

சுசிலாதேவி

ம்

ஷா

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | noolaham.media

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | noolaham.media

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 படைத்திருக்கிறாய்,
அது வீணாகுவதற்கு,
எதை நீ எடுத்துக் கொண்டாயோ,
அது இங்கிருந்தே எடுக்கப்பட்டது.
எதைக் கொடுத்தாயோ,
அது இங்கேயே கொடுக்கப்பட்டது
எது இன்று உன்னுடையதோ,
அது நாளை
மற்றொருவருடையதாகிறது,
மற்றொருநாள்
அது வேறொருவருடையதாகும்.

"இதுவே உலக நியதியும்
எனது படைப்பின்
சாராம்சமுமாகும்"

–பகவான் ஸ்ரீ கிருஷ்ணர்–

Digitized by Noolaham Foundation
noolaham.org | aavanaham.org