மில்க்வைற் செய்தி
Milk White News

தபாற் பெட்டி இலக்கம்: 77 யாழ்ப்பாணம். தொலைபேசி: 7233

கௌரவ ஆசிரியர்: திரு. க. சி. குலரத்தினம் ★ மாசி 1977 — இதழ் - 14

பாலின் பெருமை

பால் இனிப்பானது. இரத்தத்தோடு கலக்கக்கூடியது. பலத்தைத் தருவது. உடம்பை வளர்ப்பது. வாதம், பித்தம் இவைகளை நீக்குவது. வீரியத்தை விருத்தி செய்வது வறட்சியைப் போக்குவது. உடம்புக்கு ஏற்றது. இன்னும் களைப்பு, மயக்கம், சுவாசகாசம், அதிக தாகம், பசி, இரத்தக் குறைவு முதலியவற்றுக்கு நல்லது.

பச்சைப்பால் கபத்தை வளர்க்கும். கட்டிபடக் காய்ச்சிய பால் சமிபாடாவதற்கு அதிக நேரமாகும். அளவுக்குக் காய்ச்சிய பால் சத்துள்ளதாயிருக்கும். சூடான பால் கபம், வாதம் இவற்றை நீக்கும். காய்ச்சியாறிய பால் பித்தத்தைப் போக்கும்.

பாலாடை இரத்தத்தை விருத்தி செய்யும். வீரிய விருத்தி செய்யும். பால் நுரை அமுதம் போல அமையும்.

குழந்தைகளுக்குப் பால்

தாய்ப்பால் இல்லாத குழந்தைகளுக்குப் பசுப்பாலைத் தவிர வேறு ஆதாரம் இல்லை. எனவே பாலைக் காய்ச்சும் போது நான்கு பங்கு நீர்விட்டு, ஒரு வெள்ளைத் துணியில் சிறிதளவு சீரகமும், சுக்கும் கட்டி இட்டுக் காய்ச்சி ஒரு கொதியோடு இறக்கி ஆற்றிப் பருக்குதல் நல்லது. குழந்தை வளருந் தோறும் பாலில் கலக்கும் நீரைக் குறைக்கலாம். எக்காரணங்கொண்டும் குழந்தைக்கு இரவில் பதினொரு மணிக்குமேல் பசுப்பால் கொடுத்தலாகாது. ★

வடமாநில கல்வி அதிபதியின் அலுவலக வளவில் மில்க்வைற் தொழிலதிபர் மரம்நாட்டு விழாவை ஆரம்பித்து வைக்கிறார்.

★ மேட்டு நிலத்தில் வீட்டைக் கட்டு ★

உ

கடவுள் வணக்கம்

திருநாவுக்கரசுநாயனுர் தேவாரம்

கோயில் என்னும் சிதம்பரம்

பண்கொல் : திருநேரிசை

திருச்சிற்றம்பலம்

பத்தனுய்ப் பாடமாட்டேன் பரமனே பரமயோகி
எத்திறுற் பத்திசெய்கே னென்னைநீ யிகழவேண்டா
முத்தனே முதல்வாதில்லை யம்பலத் தாடுகின்ற
அத்தாவுன் ருடல்காண்பா னடியனேன் வந்தவாறே.

அடியேன் பக்தியுடையவனுகிப் பாடுதல் செய்யமாட்டேன், முன்னைப் பழம் பொருட்கும் முன்னைப் பழம் பொருளே, சிவானந்தப்பேறு தருபவனே, அடியேன் எவ்வாறு பக்தி செய்வேன்? பக்திசெய்யத் தெரியாத சிறியேனைத் தேவரீர் இகழ்தல் வேண்டாம். அநாதி முக்தனே, பரத்துவக் கடவுளே, மலத்துன்பத்தினின்றும் உயிர்களை நீக்கி ஆள்தலைச் செய்தருளும் அடியோம் அப்பனே, தேவரீருடைய திருநடனத்தைக் கண்டானந்திக்குமாறு அடியேன் இங்கே வந்துள்ளேன். ★

சுற்றந் தழால்

சுற்றத்தார் தன்னைவிட்டு நீங்காது தழுவிக்கொள்ளுதல்

சுற்றத்தாற் சுற்றப்பட ஒழுகல் செல்வந்தான்
பெற்றத்தாற் பெற்ற பயன்.

ஒருவன் பெற்ற பெருஞ் செல்வத்தால் ஆகிய பயன், அவன் தன் சுற்றத்தாருடன் கலந்து வாழ்தலேயாம்.

Friendship with Kinsmen

To live surrounded by relatives, is the advantage to be derived from the acquisition of wealth.

ஒவ்வொருவரும் தம்மைத் தாமே வேறு எவரையும் விட மிகுதி விரும்பவும் செய்கின்றனர்.

— ஆபிரகாம் கௌலி

அறுபத்துமூவர் திருவுருவங்கள்

தேவாரம் பாடப்பெற்ற திருக்கேதீஸ்வரத்தில் மெய்யடியார்களாகிய அறுபத்து மூன்று நாயன்மாருக்கு ஐம்பொன்னுலாய திருவுருவங்கள் அமைவது பெருந் தவப்பேறு. இப்பெருஞ் சாதனையைச் சாதித்த தனிப்பெருமை யாழ்ப்பாணத்துப் பாடசாலைப் பிள்ளைகளுக்கும் ஆசிரியர்களுக்கும் அதிபர்களுக்குமே உரியதாகும். இக் கைங்கரியத்தில் பெண் பாடசாலையினர் உபகரிப்பு மிகவதிகமாகும். சில கல்லூரி மாணவ மாணவியர் ஐம்பொன்களேயன்றிப் பணமுந்திரட்டியுபகரித்தனர்.

ஆயிரம் இறுத்தல் அளவுக்குப் பாண்டங்கள் சேர்ந்துள்ளதால் நாம் இப்பணியை இப்போது நிறுத்தியுள்ளோம். கடைசி நாள்களில் எமக்குப் பொருளுதவியும் பாண்டவுதவியும் புரிந்த உடுப்பிட்டிக் கல்லூரி, கரவெட்டிக் கல்லூரி, சோமாஸ்கந்தக் கல்லூரி, அத்தியார் இந்துக் கல்லூரி, கோப்பாய் நாவலர் வித்தியாசாலை மாணவ ஆசிரிய அதிபர்களுக்கு நன்றியும் வாழ்த்தும் உரியதாகும். இவர்கள் எல்லோருக்கும் கௌரியம்பாள் சமேத திருக்கேதீஸ்வரப் பெருமான் திருவருள் கிடைப்பதாக. ★

பழங்களின் பெருமதி

பழங்களும் கீரைகளைப் போல வெறும் உணவுப் பண்டங்களாகவன்றி நோய் நீக்கும் மருந்துகளாக உள்ளன. பழங்களைக் கலந்துண்ணுமல் தனியாக உண்ணல் நல்லது என்பர். தாமாகவே கனிந்த பழங்கள் மிகவும் நல்லன. இறைவன் பருவ காலங்களுக்கேற்ப நமக்குப் பழங்களை இயற்கை மூலம் தந்துள்ளார். அவ்வக்காலத்தில் அவற்றை உண்ணல் உடம்புக்கு நல்லதாகும். பழங்கள் பசியையும் பிணியையும் போக்குவன.

பழங்களில் உள்ள சர்க்கரைச் சத்து இலகுவாகச் சமிபாடாகி உடம்போடு ஒட்டக்கூடியது. பழங்களை உணவின் பின்னரே உண்ணவேண்டும். பழங்கள் உடம்பில் விஷத் தன்மையில்லாமல் செய்யும் சக்திவாய்ந்தவை. மலச் சிக்கலைப் போக்குவதில் பழங்கள் நிகரில்லாதவை. குழந்தைகளுக்கு இளமையிலேயே பழங்கள் உண்பதில் ஆர்வத்தை உண்டாக்கிவிட்டால் அவர்கள் இனிப்புகள், சொக்கிளேற்றுகள், ஐஸ்கிறீம்கள் தின்பதில் நாட்டங்கொள்ள மாட்டார்கள். பெரியவர்களானுலும் பீடி சிகரெட் சுருட்டுப் பிடிப்பதில் நாட்டம் கொள்ளமாட்டார்கள். பழங்கள் உண்பதால் உடம்பும் உள்ளமும் உறுதியடையும். ஊக்கம் உண்டாகும்.

பழ ஆகாரத்தினுல் ஆத்மீக சம்பந்தம் உண்டாகும். உடம்பு பரிசுத்தமாய் நோய்கள் இன்றி இருப்பதோடு புலனடக்கம், தியானம், யோகாசனம், மனச்சுத்தம் ஆகிய இவற்றில் ஈடுபடுவதற்கும் இடமளிக்கும். ★

தனிமை நாடுபவன், சிந்திக்கும் கலையைப் பயிலுதல் வேண்டும். நல்ல உரையாடலுக்கு எப்படி நீடித்த பயிற்சி வேண்டுமோ. அப்படியே நல்ல சிந்தனைக்கும் பயிற்சி வேண்டும்.

— ஆபிரகாம் கௌலி

★ அழுகல் பண்டத்தை அப்பால் எறி ★

விவேக பிரஸ்னேத்தரி

★

சுவாமி சிவானந்தர்

1. முத்திக்கு மார்க்கந்தேடத் தூண்டுவது எது?
துன்பம்
2. சிறந்த உணவு எனப்படுவது எது?
கல்வி
3. சிறந்த மனிதப்பண்பு எது?
அன்பு
4. உலகில் மிகமிகக்கெட்டவன் யாவன்?
சுயநலக்காரன்
5. மிக்கொடிய நரகம் எங்கேயுள்ளது?
கோணல் மனத்துள்
6. உயர்ந்த சுவர்க்கம் எங்கேயுள்ளது?
கருணை இதயத்துள்
7. உலகில் விலையுயர்ந்தது எது?
ஆசையின்மை
8. மிகப் பெலமுள்ள மனிதன் யாவன்?
பொறுமையுள்ளவன்
9. மிகப் பலவீனமுள்ளவன் யாவன்?
முன்கோபக்காரன்
10. மிக மகிழ்ச்சியுள்ளவன் யாவன்?
தியாகி

வழக்கிலுள்ள வடமொழிகள் சில

ஆபாசம்	பொய்
ஆமோதித்தல்	உடன்படல்
ஆயத்தம்	முயற்சி
ஆயாசம்	களைப்பு
ஆயுள்	வாழ்நாள்
ஆயுதம்	கருவி
ஆயுர்வேதம்	மருத்துவ நூல்
ஆரணியம்	காடு
ஆரத்தி	ஒளிகாட்டுதல்
ஆரம்பம்	தொடக்கம்
ஆராதனை	வழிபாடு
ஆரியம்	வடமொழி
ஆரோகணம்	ஏறுதல்
ஆரோக்கியம்	நலம்
ஆலம்	நஞ்சு
ஆலயம்	கோயில்
ஆலோசனை	எண்ணம்
ஆவசியம்	கட்டாயம்
ஆபத்து	பொல்லாங்கு
ஆவர்த்தனம்	பழக்கம்
ஆவாகனம்	அழைத்தல், புகுதல்
ஆவேசம்	மருள்
ஆனந்தம்	இன்பம்
ஆனனம்	முகம்
ஆன்மா	உயிர்

வறுமை

மிருச்சகடிகம்

"மனிதன் வறுமையினல் வெட்கமுறுகிறன்
வெட்கத்தால் மகிமை குன்றி வீழ்கிறன்
மகிமை குன்றியவன் அவமதிக்கப்படுகிறன்
அவமதிக்கப்பட்டவன் உற்சாகமிழக்கிறன்
உற்சாகமிழந்தவன் துக்கத்தை அடைகிறன்
துக்கம் அடைந்தவன் புத்தியை இழக்கிறன்
புத்தியை இழந்தவன் நாசத்தை அடைகிறன்."

உழைப்புள்ளவனுக்கு வறுமை உண்டாகாது. எல்லோரும் உழைத்து இனிது வாழ்தல் விரும்பத்தக்கது.

இவ்வாறு சொன்னவர் யாவர்?

(விடைகள் வேறிடத்தில்)

1. ஒரு நல்ல மனிதனுக்கு ஒரு நல்ல நூல் நல்ல சொத்தாகும்.
2. தாய்மொழி ஒருவனுக்குத் தாய்ப்பால் போன்றது.
3. புனிதமான செயல்களில் கமழ்வதே புகழ்
4. முன்னேற்றமடைவதற்குச் சுய நம்பிக்கை அவசியம்.
5. சட்டென்று பதில் கூறுபவனுக்கு அறிவு மட்டம்.
6. அந்திப் பொழுதில் எந்த மாதும் அழகிதான்.
7. பொய்யனின் நாக்கு பாம்பின் நச்சுப் பல்லிற் கொடியது.
8. உள்ளத்தைப் பண்படுத்தக் கானகம் தேவையில்லை.
9. மனிதனைச் சூழ்நிலையே கெட்டவனுக்குகிறது.

பிறருடைய துன்பங்களை நினைத்துப் பார்க்கிறதால், நம்முடைய துன்பங்களை சகிக்கக் கற்றுக்கொள்கிறேம்.
— மார்க் ட்வயின்

பொய்யும் சூதும் முளைக்காத தேசமில்லை. இது முளைக்க எல்லா சீதோஷணங்களும் உதவி செய்யும்.
— அடிஸன்

★ மனையின் அருகே மலசலம் கழியேல் ★

நல்ல சோறு

உடம்புக்கு உரமளிக்கவும், நோய் வராமற் காக்கவும் நமக்கு நல்ல உணவு தேவை. நமது நாளாந்த உணவில் ஒரு நேரமாவது சோறுண்கிறோம். சோறு சமைப்பதற்குரிய தானியங்களுள் நாங்கள் பழகியது நெல். நம்மைப் போலவே ஆசியாக் கண்டத்தில் வாழும் 150 கோடிக்கும் அதிகமான மக்கள் நெல்லரிசிச் சோற்றை உண்கிறார்கள். சீனு, யப்பான், பர்மா, மலாயா, தாய்லாந்து, கம்போடியா, யாவா, சுமத்திரா, இந்தியா முதலிய நாட்டவர் நெல்லரிசியை விரும்பியுண்கிறார்கள்.

தானிய உணவில் உடம்புக்குச் சூட்டைத் தருகின்ற மாச்சத்து இருக்கிறது. நாமுண்ணும் அரிசியிற் பலவகையுண்டு. அரிசியைச் சோருக்கி அன்னம் என உண்கிறோம். அரிசியை மாவாக்கிப் பலவித பலகாரங்களாகவும் பணியாரங்களாகவும் உண்கிறோம். ஆனால் தானியவகைகளில் அரிசியிலேதான் மிகவும் குறைந்த சத்து இருக்கிறது. குரக்கன் என்னும் கேழ்வரகு, கம்பு, சோளம், கோதுமை முதலிய தானியங்களில் மிகவதிகமான சத்துண்டு.

மிகக்குறைந்த சத்துள்ள அரிசியில் ஓரளவுக்குச் சிறந்த பாகம் அதன் மேலுள்ள தவிடு. ஆனால் நாம் தவிடுபோக நன்ருகத் திட்டிவிட்டு, தவிட்டை நீக்கிவிட்டு, தவிடு இல்லாத சாரமற்ற அரிசியை அவித்து, அதிலும் வருகின்ற அற்பசாரமாகிய கஞ்சியையும் வடித்து வெளியே ஊற்றிவிட்டுக் கடைசியான சக்கையை வயிருர உண்கிறோம். இப்படி உண்டு கண்ட சுகம் ஒன்றுமில்லை.

தவிட்டின் தனிக்குணம்

செந்நிறத் தவிடுள்ள அரிசியே ஓரளவுக்குச் சிறந்தது. அதைத் தவிடு நீக்காமல் புழுக்கி அவித்துக் கஞ்சி வடியாமல் உவித்து இறக்கி உண்டால் உடம்புக்கு ஓரளவுக்குச் சுகமுண்டு. தவிடு தசைவளர்க்கும் தன்மையுள்ளது.

தவிடு நீங்கிய அரிசிச் சோற்றிலும் பார்க்க அவல் நல்ல உணவு எனப் பெரியவர்கள் கருதுவதன் காரணம் அதில் தவிடு நீங்காமல் இருப்பதேயாம். எனவே நாம் அரிசியைக் கழுவவேண்டிய அவசியமில்லாமல் குற்றி எடுத்துக்கொண்டால் சத்துள்ள நல்ல சோறு சமைக்கலாம். கஞ்சியை வடிக்காமல் புக்கை போல உவித்தால் அது சத்துள்ள சோருக அமையும். தோல்வியாதி, சொறி, சிரங்கு வாழ்க்கையில் வரா. ★

மில்க்வைற் செய்தி - 14

பெற விரும்புவோர்

மெடிக்கேட்டட் அல்லது நீம் வாசனை

சோப்பின் 2 மேலுறைகள் அனுப்பிப்

பெற்றுக்கொள்ளவும்.

எப்போதும் பொய்க் கல்வி பெருமை பேசும்; மெய்க் கல்வி அடக்கம் பேசும். — ரஸ்கின்

1. மூர்க்கன் எனத் தகுந்தவன் யாவன்?
   முன்கோபக்காரன்
2. யோக்கியன் எனத் தகுந்தவன் யாவன்?
   தன் குற்றங் காண்பவன்
3. யாவராலும் நேசிக்கப் பெறுபவன் யாவன்?
   சாந்தமாகப் பேசுபவன்
4. இவ்வுலகில் இன்பம் எனப்படுவது எது?
   கடனில்லா வாழ்க்கை
5. மகளிருக்கு அமையவேண்டிய குணம் யாது?
   நாணம்
6. ஒருவனுக்கு நிலைத்து நிற்பது எது?
   கீர்த்தி
7. செல்வர்களுக்குப் பாதுகாப்பாய் உள்ளது எது?
   ஈகை
8. பிறநாட்டுக்குப் போகிறவனுக்கு உதவி எது?
   வித்தை
9. எதனைவிட்டுப் பிரிவதால் செல்வனுகலாம்?
   ஆசை
10. எதனைவிட்டுப் பிரிவதால் துயரமில்லை?
   கோபம்

விதி என்ருல் என்ன?

நாம் செய்யும் வினைப் பயன்களே விதியாக உருவெடுக்கின்றன. நமது வினைப்பயனை அநுபவித்துக் கொண்டிருப்பதற்கு நாம் கூறும் பெயர் விதி. நல்லதாயினும் கெட்டதாயினும் தான்தான் படுந்துன்பத்துக்கோ இன்பத்துக்கோ மற்றவரைக் குறை கூருமல் தானே காரணம் என்று கூறவைப்பது விதி. ★

அறிவுக்கொத்த எந்தச் செயலையாவது உயிரினங்களிடம் நாம் கண்டாலுங்கூட, நாம் 'பகுத்தறிவு' என்று கூறும் பண்பிலிருந்து அது தோன்றியிருக்க முடியாது என்றும், அது இயற்கையுணர்ச்சிகாரணமாக நிகழ்வது மட்டுமே என்றும் முடிவுகட்டிக் கூறுகிறோம். அப்படியானல், நம்மிடம் உள்ள தவறுகள் வகையிலும் அதே இயற்கையுணர்ச்சியைக் காட்டிக் குறை கூறுவதுதானே முறை? — ஆபிரகாம் கௌலி

★ மாலை வெயிலை மருந்தென நண்ணு ★

நாவலர் நன்மொழிகள்

1. மனிதப் பிறப்பு

இவ்வருமையாகிய மனிதப்பிறப்பை உண்டாக்கியது உயிர்க்குயிராகிய கடவுளை மனம், வாக்கு, காயங்களினுலே வழிபட்டு அழிவில்லாத முத்தியின்பத்தைப் பெற்று உய்யும் பொருட்டேயாம்.

2. கடவுள் வழிபாடு

கடவுளுக்குச் செய்யும் வழிபாடுகளாவன, அவரை மனசினுலே தியானித்தலும், வாக்கினுலே துதித்தலும், கைகளினுலே பூசித்தலும், கால்களினுலே வலம் வருதலும், தலையினுலே வணங்குதலும், செவிகளினுலே அவருடைய புகழைக் கேட்டலும், கண்களினுலே அவருடைய திருமேனியைத் தரிசித்தலுமாம்.

3. அருள்

அருளாவது இவை தொடர்புடையவை என்றும் இவை தொடர்பில்லாதவை என்றும் நோக்காது இயல்பாகவே எல்லாவுயிர்கள் மேலுஞ் செய்வதாகிய கருணை. அருளெனினும், கருணையெனினும், இரக்கமெனினும் பொருந்தும். உலகவின்பத்துக்குக் காரணம் பொருளேயாதல் போலத் தருமத்துக்குக் காரணம் அருளேயாம். அருளென்னும் குணம் யாவரிடத்திருக்குமோ, அவரிடம் பழி பாவங்களெல்லாம் சிறிதும் அணுகாது நீங்கிவிடும். ★

சிறுமியர் பகுதி

வெள்ளிவிழாப் பதக்கம்

இங்கிலாந்து நாட்டு ராணி எலிசபெத், பட்டத்துக்கு வந்து பிப்ரவரி 6ஆந் திகதியுடன் 25 ஆண்டு ஆகிறது. இந்த வெள்ளிவிழாவை விமரிசையாகக் கொண்டாடுகிறுர்கள். இதையொட்டி, வெள்ளிவிழாப் பதக்கம் ஒன்று வெளியிடப்பட்டு இருக்கிறது. சிறந்த பணியாற்றியவர்களுக்கு இப் பதக்கத்தை ராணி வழங்குவார். வெள்ளியில் செய்யப்பட்ட இந்தப் பதக்கத்தில் ராணி எலிசபெத்தின் உருவம் பொறிக்கப்பட்டு இருக்கிறது.

— செல்வி இ. யோகராணி

பிறருடைய துன்பங்களை நினைத்துப்பார்க்கிறதால், நம்முடைய துன்பங்களை சகிக்கக் கற்றுக்கொள்ளுகிறோம்

— மார்க் ட்வயின்

சிவராத்திரி

அருளொளி அருளிய அற்புதம்

இருள் நீங்கி இன்பம் பயக்கும், மருள் நீங்கி மாசறு காட்சி யவர்க்கு.

மெய்ப்பொருளை அறிதல் பற்றிக் கூறிய திருவள்ளுவர் இவ்வாறு கூறுகிறுர். அஃதாவது மயக்கத்திலிருந்து விலகி, குற்றமில்லாத மெய்யறிவினையுடையவர்களுக்கு, அம்மெய்யுணர்ச்சி துன்பத்தை நீக்கி இன்பத்தைக் கொடுக்கும்.

உயிர்களுக்கு உள்ள இருளை நீக்குவதற்கே இறைவன் உலகத்தையும், பலவகை உடம்புகளையும் படைக்கிறுன், காக்கிறுன் அருள்செய்கிறுன். இந்த அருளைப் பெறுவதற்கு உடம்போடு கூடிய உயிர்கள் செய்யும் முயற்சியே தவம் எனப்படுவது.

தவம் பலவகைப்படும். அவற்றுள் விரதம் என்பது ஒன்று. அது பொறி புலன்களின் வழியே போகவிடாமல் மனத்தைத் தடுத்து நிறுத்த வல்லது. விரதங்களிற் சிறந்தது சிவராத்திரி விரதம். இருள் நீக்கி இன்பம் பெறுவதற்குரிய நாள் சிவனிரா.

உலகம் யாவும் ஒடுங்கி நிற்கும் வண்ணம் ஒடுக்குபவராகிய சிவபெருமானுக்கு ஒடுங்கி என்பது ஒரு திருநாமம். அவர் உலக ஒடுக்கத்துக்குப்பின் உமாதேவியாருக்குத் தமது வடிவத்தைப் பேரொளிப் பிளம்பாகக் காட்டி மீளவும் படைப்பினைச் செய்தருளுவார்.

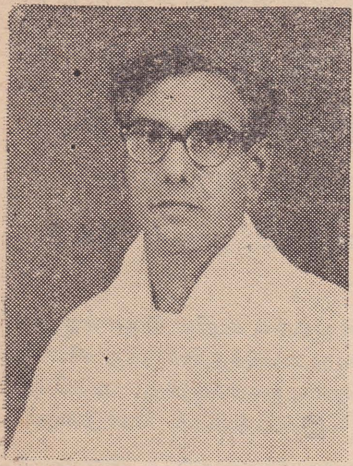
இறைவன் தேவியாருக்குப் பேரொளிப் பிளம்பாகக் காட்சி கொடுத்தருளியதும், திருமாலும் நான்முகனும் காணப் பேரொளியாக நின்று அருளியதும் இத்திருநாளேயாகும். இன்னும் அக்கினிப் பிளம்பாகவுள்ள நெற்றிக் கண்ணினை உண்டாக்கியதும் இந்நாளேயாம் என்பர். எனவேதான் சிவபெருமானின் அருளொளியை நினைந்துருகி வழிபடுவதற்குரிய நாள் சிவராத்திரி என்பர். இந்நாளிலேதான் அவர் அருளொளியினின்றும் அருவுருவமாய சிவலிங்கத் திருமேனியை அருள் மூர்த்தமாக எடுத்தார் என்பர்.

இறைவன் பிரமனுக்கும் விஷ்ணுவுக்கும் ஒளி வடிவாகத் தோன்றி அவர்களுடைய அகந்தையையும் அறியாமையையும் போக்கி அருளிய நாள் எம்மையும் ஆட்கொண்டருளும் நாளாகும். நாமும் அவர்தம் திருப்பாதத்தைத் தேடியோடிக் கண்டு வணங்கி அருள்பெற வேண்டியது இந்தச் சரீரத்தை நாம் சுமந்து திரிவதன் முதற்பயனும்.

சிவராத்திரி தினமாவது மாசி மாதத்துத் தேய்பிறைக் காலம் எனப்படும் அபரபட்சத்தின் பதினுன்காம் நாளாய சதுர்தசி தினமாகும். மாசி மாதத்தில் வரும் இத்தினத்தை மகா சிவராத்திரி என்றே கூறுதல் வழக்கமாகும்.

(தொடர்ச்சி 6ஆம் பக்கம்)

★ சலம் மலம் இரண்டையும் சணமும் அடக்கேல் ★



எல்லார்க்கும் நல்ல குமாரசுவாமி

❀

18-11-16 — 30-12-76

நீண்டு நெடிதுயர்ந்த சிவந்த தங்கமயமான தோற்றம். ஆஜானுபாஹு. புன்னகை தவழும் இனிய முகம். கள்ளம்கபடமற்ற இதயத்தைப் பிரதிபலிக்கும் சாந்த சொரூபம். மற்றவர்களை நோவவைக்காத வசனங்கள். எல்லாரும் நல்லவர்கள் என்று எண்ணும் குழந்தை உள்ளம். சண்முகநாதன் குமாரசுவாமி என்பது அவர் பெயர் அது முருகக் கடவுளின் திருநாமங்களில் இரண்டு.

தலைமுறையாக நடந்துவந்த புத்தக வர்த்தகத்தைப் பார்த்துக் கொடுத்த கடனைத் திருப்பிக் கேட்கத் தெரியாமல் மேலுங் கொடுத்தும் கடுஞ்சொல் பேசாத கனிந்த உள்ளம் நிறைந்த கனவான். கல்வித் தொண்டிற் காலங் கழித்த கண்ணியவான். எல்லார்க்கும் நல்ல குமாரசுவாமி எங்கள் மத்தியில் இல்லை. அமரராகிவிட்டார். நல்லூரான் திருவடியை நாளும் மறவாத அவர் ஆன்மா சாந்தியடையப் பிராத்திக்கிறோம். ★

நூறு வயது வாழப் பத்து யோசனைகள்

(ஆதாரம் — காவேரி)

1. புரதம் மிகுதியாகவும், கொழுப்பு குறைவாகவும், உயிர்ச்சத்து முதலியன சமமாகவும் உள்ள உணவை உண்ணுங்கள்.
2. கழிவுப்பொருள்கள் வெளியேற வழிசெய்யுங்கள்.
3. உடலுக்கும் உள்ளத்துக்கும் ஓய்வு கொடுங்கள்.
4. உள்ளம் விரும்பும் ஓய்வுநேரப் பொழுதுபோக்குகளில் பயனுள்ள வகையில் ஈடுபடுங்கள்.
5. தொல்லைகளையும் எதிர்ப்பையும் சமாளிக்கத்தக்க மனப்பாங்கைக் கொள்ளுங்கள்.
6. உள்ளத்தில் சிக்கல்களையும் நெருக்கடி உணர்வையும் தவிர்த்துக்கொள்ளுங்கள்.
7. குடும்பத்திலும் நண்பர்களிடமும் நீங்கள் எதிர்பார்க்கும் நேசத்தை அவர்களுக்கும் அளியுங்கள்.
8. உங்கள் வேலையில் பெருமிதங் கொள்ளுங்கள்.
9. சமூகத்தின் கூட்டுமுயற்சிகளில் பங்குபற்றுங்கள்.
10. அறிவையும் அநுபவத்தையும் பெருக்கிக்கொள்வதற்கு எப்போதும் தயாராயிருங்கள்.

திருநீலகண்டநாயனர்

திருநீலகண்டநாயனரின் சிறப்புப் பெரிது. திரு என்னும் அடைமொழி பெற்றதும், சிவபெருமானுக்குரிய நீலகண்டம் என்னும் பெயர் பெற்றதும், தனியடியார்கள் அறுபத்து மூவருள் முதலிற் கூறப்பெற்றதும், இல்லறத்து வாழ்ந்தும் பிரமசாரியத்தை அனுட்டித்தமையும் இன்னும் பலவுமாம்.

சிதம்பரத்திலே மட்பாண்டஞ் செய்யுந் தொழிலாளரிடையே அவதரித்து அத்தொழிலையே செய்து திருநீலகண்டம் திருநீலகண்டம் என்று எப்போதும் சிவன் திருநாமத்தைக் கூறுபவராய் வாழ்ந்தார். ஒரு சமயம் சிவபெருமான் சிவயோகியராய் எழுந்தருளி அவரிடம் ஓர் ஓட்டினை அடைக்கலமாக வைத்துத் தரும்படி வேண்டிக் கொண்டார். பின் திருவிளையாடலால் அதனை மறைப்பித்துவிட்டுத் தாம் கொடுத்த ஓட்டை மீளத் தரும்படி நாயனரைக் கேட்டபோது அவர் மயங்கி வேறு பல புதிய ஓடுகள் செய்து தருவதாகப் பணிந்து வணங்கிக் கேட்டும் கேளாத சிவயோகியர், தாம் கொடுத்த ஓட்டையே கொடுக்கும்படி வற்புறுத்தியபோது, அதைக் கொடுக்க வியலாத நாயனர் வருந்திச் சத்தியஞ்செய்து கொடுக்கக் குளத்திலே மனைவியாருடன் மூழ்கி எழும்பியபோது முதுமை நீங்கி இளமைப்பருவ மெய்திச் சிவதொண்டு செய்து வாழ்ந்து முத்தியடைந்தார்கள். அவர் தினம் தை மாதத்து விசாக நாளாகும். அது 11-2-77 வெள்ளிக்கிழமை வருகிறது. ★

(5ஆம் பக்கத் தொடர்ச்சி)

சிவராத்திரி....

சிவராத்திரி வழிபாடு

சிவபெருமானை வழிபடுவதற்குரிய மிகச் சிறந்தவேளை சிவராத்திரியாகும். அன்றிரவு முழுவதும் நான்கு யாமங்களும் சிவபூசை செய்வதற்கு உரிய வேளையாகும். சிவபூசையில்லாதவர்கள் ஆசார சீலராய் ஆலய வழிபாடு செய்து நான்கு யாமப் பூசைகளிலும் வழிபாடு செய்து விழித்திருந்து கொள்வர். நான்கு யாமங்களிலும் இரண்டாம் யாமம் மிகச் சிறந்ததென்பர். அது லிங்கோற்பவ முகூர்த்தம் எனப்படும். பெருஞ் சோதிப் பிழம்பாகத் தோன்றிய சிவபெருமான் அருவுருவமாய லிங்கம்யமாய் ஒடுங்கியவேளை அதுவாகும்.

சிவராத்திரியில் அஞ்ஞான இருளை நீக்கி மெய்ஞ்ஞானமாகிய அருளொளியை இறைவன் ஆன்மாக்களுக்கு அருளுகின்றார். சகல வேள்விகளாலும், தவத்தினாலும், தானங்கள் செய்வதனாலும், கங்கை முதலிய புண்ணிய தீர்த்தங்களில் முழுகுவதனாலும், புண்ணியத் தலங்களில் வசிப்பதனாலும் உண்டாகும் பயன்களை ஒரு சிவலிங்க வழிபாட்டினால் கோடி மடங்கு பயன்களாக அடையப் பெறலாம் என்பது காரணாகமம் கூறும் கருத்தாகும். ★

★ இறைவன் திருவடி என்றும் தொழுது வாழ் ★

சண்டேசுரநாயனர்

அடிச்சண்டிப் பெருமான் என்று சுந்தரமூர்த்தி நாயனாராற் போற்றப்பெற்ற சண்டேசுர நாயனருக்குத் திருக்கோயில்களில் தனிச்சிறப்பு உண்டு. வடக்கு வீதியில் அவருக்குத் தனி எழுந்திருப்பும் உற்சவங்களில் விசேட விழாக்களும் பூசைகளும் தனித்தேரும் உண்டு. திருக்கோயில் வழிபாடு முடிந்ததும் வழிபாடு செய்த பயன் பெறுவதற்கு அவரை ஒரு பக்கமாக நின்று வரங்கேட்டு மீளுகையும் பிற சிறப்புக்களும் உண்டு.

வேதியர் குலத்திற் பிறந்து விசாரசருமன் என்னும் பெயர்பெற்று, அவ்வூர் இடையன் பசுக்களை அடித்து மேய்ப்பதைக் கண்டு பதைத்து அவனை விலக்கிவிட்டு அவற்றை அன்புடன் மேய்த்தபோது அவை அதிகமாகப் பால் சொரிய அப்பாலை மண்ணியாற்றங்கரையில் தாம் மணலாற் செய்த சிவலிங்கத்துக்கு அபிஷேகஞ் செய்து வந்தார். அதனைப் பொருதவர்கள் சொற்கேட்ட தந்தையார் அவரைத் தண்டிக்கவும் அவர் அதனை அறியாது சிவோகம் பாவனையில் இருந்தார். அவ்வேளை தந்தையார் பாற்குடங்களை இடறியபோது விசார சர்மர் அயலிற் கிடந்த தடியை எடுத்து வீச அது மழுவாகித் தந்தையார் காலைத் துணித்தது. அப்போது சிவபெருமான் தேவியாரோடு எழுந்தருளி விசார சருமரின் சிவபூசைக்கு மெச்சி அவரைத் தழுவித் தாமே அவருக்குத் தந்தையாராயினர் தம்முடைய தொண்டர்களுக்கெல்லாம் தலைவராக்கிச் சண்டேசுரர் பதத்தைக் கொடுத்தருளினர். தம்து கொன்றை மாலையைச் சூட்டியருளி அவரைச் சிவமாக்கினர். அவர் தினம் தை மாதத்து உத்திர நாளாகும். அது 7-2-77 திங்கட்கிழமை வருவதாகும்.

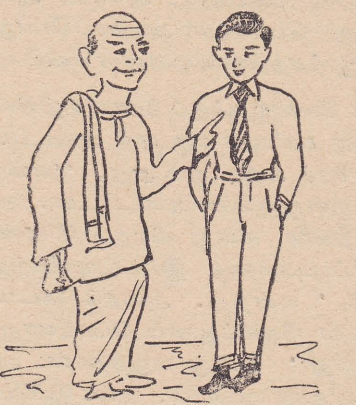
உபவாசமிருந்து விரதங்களை விதிப்படி அநுட்டித்தால் மனிதவியல் நிலைக்கும். கடவுள் பக்தி வளரும். உயிருக்கு உறுதியுண்டு. உடம்பும் சுகமுறும். சைவசமயானுட்டானங்கள் யாவும் உபவாசத்தோடு கூடியிருத்தலில் பல நன்மைகள் மறைமுகமாக அமைந்துள்ளன. விரதங்களுக்கும் உண்டாட்டுகள், களியாட்டங்களுக்கும் தொடர்பில்லை. ★

1977 பெப்ருவரி மாத நிகழ்ச்சிகள்

1-2-77 செவ்வாய்	–	பிரதோஷ விரதம்
3-2-77 வியாழன்	–	பூரணை - தைப்பூசம்
7-2-77 திங்கள்	–	உத்தரம் சண்டேசுரர் குருபூசை
11-2-77 வெள்ளி	–	திருநீலகண்டர், தாயுமானவர்
15-2-77 செவ்வாய்	–	பிரதோஷம் [குருபூசை மாத். முத்துமாரி கொடி
16-2-77 புதன்	–	மகாசிவராத்திரி - நகுலேசுவரர்
17-2-77 வியாழன்	–	அமாவாசை [தேர்
23-2-77 புதன்	–	முன்னேசுவரம் கொடி
25-2-77 வெள்ளி	–	கார்த்திகை
27-2-77 ஞாயிறு	–	கச்சியப்ப சிவாசாரியார் குருபூசை

எழுபதாண்டு ஞானபீடம்

காஞ்சிப் பெரியவர் ஞானபீடமேறி எழுபதாண்டுகள் நிறைவுபெறுகின்றன. இவ்வருடம் 13-2-77இல் அவ்விழா நினைவாக மில்க்வைற் தொழிலதிபர் சிவராத்திரி விரத மகிமை என்னும் நூலை வெளியிடுவார்.



ஒருவர்: என்ன ஐயா அறம் அறம் என்று எங்கள் புலவர்கள் பாடிக் குவித்துள்ளார்களே, அறம் என்ன செய்யும்?

மற்றவர்: பெலத்துப் பேசாதே. முருக்குப் பெருத்த மாதிரிப் பெருத்த நீ இப்படிப் பேசினல் குழந்தைகள் என்ன நினைக்கும். அறஞ் செய்யப் பாவந்தேயும். பாவந்தேய அறியாமை நீங்கும் அறியாமை நீங்க நிலையாமை தோன்றும். நிலையாமை தோன்றப் பற்று நீங்கும். பற்று நீங்க மேலான வீடு பேறு கிடைக்கும். ஆகவே அறஞ்செய்து துய்க்க. செல்வத்துப் பயனே ஈதல்.

(8ஆம் பக்கத் தொடர்ச்சி)

கச்சியப்ப....

வித்வசிரோமணி பொன்னம்பலபிள்ளையவர்கள் கந்தபுராணக் கடலில் ஆழ்ந்து முத்தெடுத்தவர். கந்தபுராணம் படிக்கப்பெற்ற மடம் ஒன்று கந்தமடமாகி ஓர் ஊருக்கே வழங்கும் மேன்மையும் உண்டு. அது எம்மூர்க் கந்த புராண வீதியில் அமைந்துள்ளது.

கந்தபுராணஞ் செய்தவர் கச்சியப்ப சிவாசாரியார். அவர் காஞ்சியில் வாழ்ந்த காளத்தியப்ப சிவாசாரியாரின் மைந்தன். முருகப் பெருமான் திருவருள் பெற்றவர். அவர் பேரருள் துணைகொண்டு வடமொழியில் உள்ள புராணத்தைத் தமிழில் 10,000 செய்யுள்களாகப் பாடியருளினர். முருகப்பெருமானின் பெருமையைக் கூறும் இப் புராணத்தைப் புராண நாயகம் என்றும் போற்றுவர். கச்சியப்ப சிவாசாரியார் தினம் மாசி மாதத்து மிருகசீரிட நாளாகும். அது 27-2-77 ஞாயிற்றுக்கிழமை வருவது. ★

★ திறந்த வெளியில் தினமும் உலாவு ★

சிறுவர் பகுதி

கதையும் கருத்தும்

தீயவர்க்கு உதவுவதும் தீது

செல்வன் நல்லவன், நற்குணங்கள் உள்ளவன். பிறர் துயரம் போக்குபவன். அவனால் அவன் வாழும் ஊர் உயர்ந்தது. பெரியோர் அவனைப் பெரிதும் போற்றினர். அவன் இரக்கத்தின் வடிவினன் எனப் புகழ்ந்தனர்.

செல்வன் வெளியூருக்குப் போனவழியில், காட்டுப் பாதையில் ஒரு கூட்டில் ஒரு புலி அடைபட்டுக் கிடந்தது. செல்வனைக் கண்டதும் அது, ''என்னருகே வா. நான் உன்னை ஒன்றுஞ்செய்யமாட்டேன். நான் எவரையும் கொல்வதில்லை என்று விரதம் கொண்டுள்ளேன். நீ என்னை எப்படியாவது இக்கூட்டிலிருந்து வெளியே விடுவித்துவிடு.'' என்றது. அதைக் கேட்ட செல்வன், ''நீ புலி. உன் பிறவிக்குணம் பொல்லாதது. உன்னை எப்படி நம்புவது'' என்று மறுத்தான். அதற்குப் புலி ''நீ சொல்வது உண்மைதான். நான் இப்போது உத்தமனாகி விட்டேன். நீ எனக்கு உதவி செய்தால் புண்ணியம் உண்டு'' என்று இரந்து கேட்டது. இரக்கத்தின் வடிவமான செல்வன் இதற்குமேல் என் செய்வான். அவன் புலியைக் கூட்டினின்றும் வெளியே விடுவித்தான். பசியுற்று வாடியிருந்த புலி உடனே செல்வனைத் தின்று பசியாற முயன்றது. செல்வன் புலியின் வாக்கை நினைவுபடுத்தினான். புலி சொன்ன சொல்லை மீறியது குற்றம் என்றான். இவ்வழக்கை யாரேனும் ஒரு நடுவரிடம் சொல்வோம். அவர் சொன்னபடி நடக்கலாம்'' என்றான்.

புலியும் சம்மதித்து இருவரும் காட்டுவழியே போனபோது, ஒரு நரி எதிர்ப்பட்டது. இருவரும் நரியிடம் முறையிட்டனர். நரி இருவரையும் கூண்டினருகே அழைத்துச்சென்று செல்வனை அவன் நின்ற இடத்தில் நிற்கச் சொன்னது. புலியையும் கூண்டினுள் நிற்கச் சொன்னது. செல்வனைப் பார்த்து ''இந்தக் கூண்டு எப்படிப் பூட்டப்பட்டிருந்தது''? என்று கேட்டது. உடனே செல்வன் கூண்டைப் பூட்டிக் காட்டினான். புலி முன்போல் கூண்டில் அடைபட்டது. செல்வன் நரிக்கு நன்றி கூறித் தன் வழியே போனான். தீயவர்க்கு உதவுதல் தீமையைப் பயக்கும். இதை அறியாது புலிக்கு உதவி செய்தாயே. இனிமேலாவது கவனமாய் இரு. என்று நரி கூறியது. மாற்றானை உறவென்று நம்பவேண்டாம்.

— மில்க்வைற் தொழிலதிபர் நன்றியை மறவாத
மாணவன் வடலியூர் கணேசன்

ஆதாரம்: பாரதியார் மன்ற வெளியீடு

உண்மை பேசி உத்தமனாக வாழ்
...... மகாத்மா காந்தி ......

தாயுமானசுவாமிகள்

வேதாரணியம் என்னும் திருமறைக் காட்டுக்கும் யாழ்ப்பாணத்துக்கும் மிகநெருங்கிய தொடர்பிருந்தது. அக்காலத்தில் தினமும் வடகடல் வழியாகத் திருமறைக் காடு சென்று தாயுமானேசுவரரைத் தரிசித்து மீளும் அடியார்களும் யாழ்ப்பாணத்தில் வாழ்ந்தனர்.

தாயுமானேசுவரர் திருவருளால் அவதரித்து அவர் திருநாமந் தாங்கிய தாயுமானவப் பெருந்தகையார் தமிழ் நாட்டில் தோன்றிய சமரசஞானி. சைவசமயமே சமயம் எனக் கொண்டவர். அவர்தம் பாடல்களில் புறச் சமயத்தவரும் பெரிதும் ஈடுபாடு கொண்டனர். சேர் அருணாசலம் அவர்கள், கலாநிதி ஐசாக் தம்பையா அவர்கள் இன்னும் பல பெரியார் அவர் பாடல்களை ஆங்கிலத்தில் மொழிபெயர்த்து ஆங்கிலம் பேசும் உலகத்தைத் திசை திருப்பியுள்ளார்கள். அதனால் தாயுமான சுவாமிகளின் பாடல்களுக்கு உலக வியாபகம் உண்டு. வேதாந்த சித்தாந்தத் தெளிவுகூறும் பாடல்களை அருளிய சுவாமிகளின் தினம் தைமாதத்து விசாக நாளாகும். அது 11-2-77 வெள்ளிக்கிழமை வருவது. ★

அருள் விருந்து

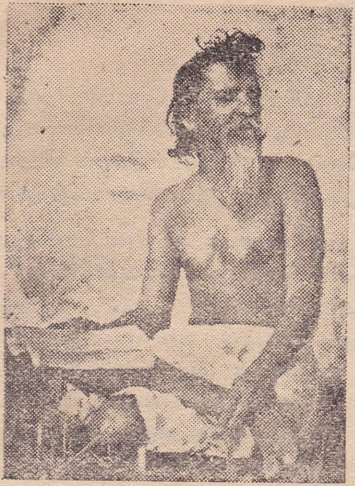
ஆதாரம்: தர்மசக்கரம்

அடக்கத்தோடு இருந்தால் அநுபவம் பெறலாம்.
செய்த பிழைக்கு வருந்து. மீண்டும் அதனைச் செய்யாதே.
அமைதியினின்றே நலன்கள் உருவாகின்றன.
சாந்தமாயிருப்பவன் பல சாதனைகளைச் செய்வான்.
ஆயுதமின்றி அஞ்சாதிருப்பவனே வீரன்.
இயற்கையினூடு அறிவு மிளிர்கின்றது.
அன்புள்ள இடத்தில் பொறாமை இல்லை.
பாபங்களிற் பெரியது வீண்பொழுது போக்குவது.
யோகம் பெருவாழ்வைக் கொடுக்கவல்லது.
அன்புள்ள இடத்தில் தற்பெருமை இருக்காது.

கச்சியப்ப சிவாசாரியார்

இந்து நாகரிகம் எங்கள் பண்பாடு என்று எல்லோரும் ஏத்திப் புகழுகின்ற எங்கள் பாரம்பரியம் கந்தபுராண கலாச்சாரமாகும். அத்தியற்புத அதிமதுர சுத்தச் செந்தமிழ் என்று ஆறுமுகநாவலர் அவர்களும், சைவப் பெரியார் புலோலி சிவபாதசுந்தரம் அவர்களும் பண்டிதமணி கணபதிப்பிள்ளை ஐயா அவர்களும் போற்றிய, போற்றுகின்ற சைவப் பெரும் பண்டாரம் கந்தபுராணமாகும். கந்தபுராணத்துக்குப் பயன் சொல்லும் பாரம்பரியமும் யாழ்ப்பாணத்தின் முதுசொம். நாவலர் ஐயாவின் மருகர்
(தொடர்ச்சி 7ஆம் பக்கம்)

★ திடம்பெற விரும்பினால் தேகப்பயிற்சி செய் ★



இறைவனின் உறைவிடம்

— வினோபாஜி —

இறைவனின் உறைவிடம் எங்கெங்கோ உள்ளது என்பார்கள். ஆனால் இறைவனின் உறைவிடங்களில் குழந்தையும் ஒன்று. துருவன், பிரகலாதன், நசிகேதன், உபமன்யு, சுகன், திருஞானசம்பந்தர், மெய்கண்டார் முதலான குழந்தைகள் இறைவனைக் கண்டு கூறியுள்ளனர். குழந்தைப் பராயத்தில் ஞானவைராக்கியம் பெற்றவர் பலர். இவர்களிடம் இறைவன் தூயவுருவில் தோன்றினார். குழந்தையைப் போன்றவர்களே பரலோகம் போகக்கூடியவர் என்று இயேசு பெருமான் கூறியுள்ளார். தம்மைச் சிறியோர் என்று நினைத்தவரே உண்மையான பெரியவர். ★

யோக வாழ்க்கை

வாழ்க்கையில் தூய இன்பம் நிறைந்து விளங்கும் வண்ணம் வாழ்தலை யோகவாழ்க்கை என்று கூறுவர். யோகம் எல்லோருக்கும் உரிய பயிற்சி. பற்றற்றான்மீது பற்றுள்ள பக்தர்களும், வையத்து வாழ்வாங்கு வாழும் கர்ம வீரர்களும், மருள்நீங்கி மாசறு காட்சியுடைய ஞானியரும் சிறந்த யோகிகளேயாவர். யோகசித்தி பெற்றவர் பூரணவாழ்வு பெற்றவராவர்.

யோகம் என்றால் ஒன்றிப்பு என்பது பொருளாகும். உட் பொருளான சுத்தான்மாவை ஒன்றி வாழ்தலே யோகம். கடவுள் ஒருவனாகி ஏகனாகியுள்ளபோதிலும் அவன் அநேகனாகிப் பலவாய் எல்லா உள்ளங்களிலும் உறைபவன். உள்ளம்விட்டு ஓரடி நீங்கா ஒருவன் என்பது திருமந்திரம். உடல், உயிர், மனம், உள்ளம் அனைத்திலும் அவ்வொளியை விளக்கி வாழ்வைச் சுத்தமாக்குவதே யோகசித்தி.

சகிப்புத்தன்மை

ஆண்களுக்கும் பெண்களுக்கும் பொதுவானதும் மேலானதுமான ஆபரணம் சகிப்புத்தன்மை. சகிப்புத்தன்மையே தானம், சத்தியம், யாகம், கீர்த்தி, தர்மம் எல்லாவற்றையும் காத்து நிற்கிறது. ★

சரியான வழியில் சந்தோஷம் அடையச் செய்யாத கல்வி வீணானதாகும்.

— ரஸ்கின்

வேம்படி வேம்பின் சுயசரிதை

— ரேவதி —

ஆடை அவிழ்த்து, மானபங்கப்படுத்தப்பட்ட திரௌபதையின் மானத்தைக் காத்தான் கிருஷ்ண பகவான். அதே திரௌபதையின் பெண்மைக்காகத் துடித்தெழுந்து காவியம் அமைத்தான் கவிஞன் பாரதி. ஆனால் அந்தோ, இளம் கன்னியாகிய என் ஆடையாம் பட்டையை இழந்து, பரந்த யாழ்ப்பாண மைதானத்திலே மானத்தையும் இழந்து, உயிரையும் அணு அணுவாய் இழந்து கொண்டிருக்கும் அபலையின் அநியாயக் கதையைக் கேட்கக்கூட ஒருவருமில்லையே!

அன்று!...... எனக்கு அறிவு தெரிந்த நாள் முதல் எனக்கு உலகமாய்த்தோன்றியது ஒரு கற்குவியல்தான். உலகின் மேதைகளில் பலர், கடின வாழ்க்கையின் மூலமே உயர்ந்ததுபோல, நானும் அந்தக் கற்குவியலின் நடுவே, ஒளிக்காகவும், நீருக்காகவும் ஏங்கி ஏங்கி உயிர் வாழ்ந்தேன். இல்லை! இல்லை! உயிர்வாழ முயன்றுகொண்டிருந்தேன். ''கல்தோன்றி மண் தோன்றாக் காலம்'' என்பர். நானும் கற்களுக்கு நடுவே, மண்ணிற்காக ஏங்கிய காலமது. பின் ஒருநாள் - இந்தப் பரந்த உலகில் நல்லவர்களும் வாழ்கிறார்கள் என்பதற்குச் சான்று பகர்வது போல், என்னை இடமாற்றம், - அதாவது நல்லதோர் இடத்திற்கு அழைத்துச்செல்லும்படி யாழ். மத்திய கல்லூரி காவல்காரர் இராசையாவிடம் கட்டளையிட்டார். ஓர் அறிவுக் கலைவீசும், கருணையே உருவான ஓர் ஆத்மா, என் தெய்வம். (இவர்தான் டாக்டர் க. கனகரத்தினம் என்று பின்னர் அறிந்துகொண்டேன்) இவர் செய்த சிபார்சின் பேரில் (எதுதான் இக்காலத்தில் சிபார்சின்றி நடக்கின்றது ஐயா?) அதுவரை என்னை இடைக்கிடை கடைக்கண்ணால் பார்த்த இராசையா தன் இரு கைகளாலும் என்னைப் பக்குவமாக ஏந்தி புதிய இடத்தில் குடியேற்றினார். அன்றுதான் வாழ்வின் சுகத்தை முதன்முதலாக அனுபவித்தேன். அன்றுதான் வாழ்க்கை இன்னும் பல காலம் நீடிக்கவேண்டுமென்று விரும்பினேன்.

குழந்தைப் பருவத்திலிருந்து, அழகிய மங்கைப் பருவத்தை அடைந்தேன். 'இந்த மரம் வளருவதற்கிடையில் இந்த யாழ்ப்பாணம் மத்திய கல்லூரியில் ஆறு அடுக்கு மாளிகை வந்துவிடும்'. என்னை அன்று வளர்க்க அரும்பாடுபட்ட என் தெய்வத்தைக் கேலிக்கு இலக்காக்கியவர்களே எனது வளர்ச்சியைக் கண்டு அதிசயித்தனர். சிறிது காலத்தில் என்னிடமே நிழல் தேடியும் வந்தார்கள். என் தெய்வம் விரும்பியதும் அதுதானே!......

எல்லோரும் தெய்வத்தை தரிசிக்கச் செல்வார்கள். ஆனால் நானோ என்னைத் தெய்வம் காணவரும்போது காத்திருந்து தரிசிப்பேன். காலையும், மாலையும் என்னைவந்து

(தொடர்ச்சி 10ஆம் பக்கம்)

★ தேகமோடாடையைத் தினமுஞ் சுத்தி செய் ★

காந்தியடிகளின் வாழ்வில்

தென்னுபிரிக்காவில் காந்தியடிகள் ஒருமுறை பிறிரோறியா என்னும் இடத்துக்குப் போகவேண்டியிருந்தது. அப்பிரயாணத்தின்போது அவர் குறிக்கப்பட்ட இடத்தில் கோச்வண்டி என்னும் குதிரைவண்டியில் போகவேண்டியும் இருந்தது. வண்டியில் கடமையாற்றிய கொண்டக்டர் காந்தியடிகளின் நிறத்தைக் கண்டு அவரை வண்டிக்குள் புகவிடாமல் மேலே குதிரைக்காரனுக்கு அருகில் இருக்கச் செய்தான். சிறிதுதூரம் போனபின், அவரை இறங்கி மிதிப்பலகையில் அமரச்சொன்னுன். காந்தியடிகள் இதை விரும்பாது மறுத்தபோது அவன் அவரின் கன்னத்தில் பெலமாக அறைந்தான்.

பிறிரோறியாவில் காந்தியடிகள் இந்தியரை ஒன்று கூட்டி நேர்மையாயும் நிதானமாகவும் வாழச்சொன்னுர். அவர்களை ஒற்றுமையாக நின்று அநீதியை எதிர்க்கச் சொன்னுர். அந்நாளில் இந்தியர்கள் வீதியோரங்களில் நடைபாதைகளில் உலாவுதல் தடுக்கப்பட்டது. ஒருசமயம் காந்தியடிகள் நடைபாதையில் போனபோது காவலாளி அவரை அடித்துத் துன்புறுத்தினுன். அச்சமயம் ஐரோப்பிய நண்பன் ஒருவர் குதிரைமீது போனபோது காந்தியடிகளைக் கண்டதும் உடனே இறங்கி அவருக்கு உதவி செய்தார். காந்தியடிகள் காவலாளியை மன்னித்து விட்டார். அதுமுதல் அங்கே நிகழ்ந்த அநீதி பலவற்றை நீதிமன்றம் போகாமலே தீர்த்துக்கொள்ளலானுர். ★

மது என்ன செய்யும்?

அது நஞ்சுக்குச் சமானம்
அது நெருப்புக்குச் சமானம்
அது தண்ணீருக்குப் பின்வந்த பானம்
அது மக்களை மூழ்கடிப்பதில் கடலிலும் [கொடியது
அது மதியை ஒழிப்பது
அது மானத்தை ஒழிப்பது
அது இளமையைப் போக்குவது
அது செல்வத்தை அழிப்பது
அது சுதந்திரத்தைப் போக்குவது
அது இராணுவத்திலும் கொடியது
அது குரங்குச் சேட்டைகளைத் தூண்டுவது
அது காட்டுப்பன்றியைப்போல ஆக்குவது

ஆண்கள் செய்யும் சத்தியங்கள் பெண்களை ஏமாற்றும் நயவஞ்சகங்கள்.
— ஷேக்ஸ்பியர்

(9ஆம் பக்கத் தொடர்ச்சி)

வேம்படி........

தன் கண் குளிரக்கண்டு மகிழ்ந்தது போதாதென்று, இராசையாவிடமும் என்னைப்பற்றி விசாரித்து காதாலும் கேட்டு மகிழ்ந்தார் என் தெய்வம். தெய்வத்தால் விரும்பி நேசிக்கப்பட்ட நான் பூரிப்பினுல் பொலிவடைந்தேன்.

இன்பத்தின் எல்லை துன்பம் என்பார்கள் பெரியோர் மகிழ்ச்சி வெள்ளத்தில் நீந்திக்கொண்டிருந்த என்னைக்காண காலதேவனுக்கும் பொறுக்கவில்லைபோலும். ஒருநாள் இரவு என் எதிர்கால இன்ப வாழ்வுக் கனவைக் கனவிலே கண்டு லயித்திருந்தேன். சடுதியாக அருகிலிருந்த சுப்பிரமணியம் பூங்காவிலிருந்த ''மானமே பெண்மையடா'' என்ற பாடல் காற்றைக் கிழித்துக்கொண்டு வந்து என் துயிலைக் கலைத்தது. என் அழகான பச்சை ஆடையைச் சீர்படுத்திக்கொண்டு கண்ணை விழித்தேன். ஆ! யார் இவன்? ஐயையோ! வலது கையில் கத்தியும், இடது கையில் கூடையுமாக என்னை நெருங்குகிருனே! 'அந்தப் பரியாரி சொன்னதற்கேற்ற பதமான பட்டை இதுதான்' என்று அவன் முணுமுணுத்தது என்னை வியர்க்கவைத்தது. என் நெஞ்சு 'திக் திக்' என வேகமாக அடித்தது. ஐயோ! இதோ அவன் என்னை அணுகி அணைக்கிருன் என் ஆடையையும் வலோற்காரமாகக் களைகிருனே! என்னுல் ஒன்றும் செய்யமுடியவில்லை. என் தெய்வத்தைத் தான் நினைந்து கதறினேன் - என் நிலையைக்கண்டு பொருமல் காற்றும் பலமாக வீசியது. ஆனுல் அந்தப் பாதகன் என் ஆடையைக் கொஞ்சமேனும் விட்டுவிடாமல், என்னை முழுமையாக அரிந்து அரிந்து, களைந்தான் - என் கண்கள் இருண்டன. தலை சுற்றியது, அப்படியே மூர்ச்சையடைந்தேன்.

அடுத்தநாள் - உடலின் வேதனையையும், உள்ளத்தின் ஏமாற்றத்தையும் இனியும் எப்படிப் பொறுப்பேன் என்றபடி கண்விழித்தபொழுது, என் தெய்வம் என் கண்முன் சிலையாய் நிற்கக் கண்டேன்.

மக்களுக்கெல்லாம் தாயாகி நின்று நிழல் கொடுத்துதவவேண்டும் என்ற என் தீராத ஆசை, இப்போ நிராசையாகிவிட்டது. இப்பொழுது மரணதேவன்தான் தன் இரு கரங்களையும் நீட்டி என்னை வரவேற்கிருன், அவன் என்னை அரவணைக்குமுன் ஒன்று சொல்ல விரும்புகிறேன். ''எத்தனையோ இன்பக் கனவுகளை மனதில் புதைத்து வைத்துக்கொண்டு வாழ விரும்பும் என்போன்ற அபலைகளை, பரியாரிகளும், அவரது சகாக்களும் தயைகூர்ந்து வாழவிடுங்கள். இல்லையேல் அவர்களும் நான் பட்டபாடு படவேண்டிவரும். பரியாரியாரும் நானும் ஒரே இடத்தில் ஒரே நாளில் சாம்பலாகவுங் கூடும். ஆரறிவார் எல்லாம் எப்பவோ முடிந்த காரியம். ★

ஈழநாடு 6-8-72 வாரமலரில் வெளிவந்தது.

கவிதையில் பற்றுடையவனை மக்கள் திரளிலிருந்து பிரித்துக்காக்க எத்தகைய அடர்ந்த காட்டின் இடையீடும் வேண்டியதில்லை. காதலியிடம் கருத்தூன்றிய காதலன் போல், அவன் நாட்டினுள்ளேயே காட்டகத் தனிமை பெற்றுவிடும்.
— ஆபிரகாம் கௌலி

★ அதிகாலைக் குளிப்பு ஆரோக்கியம் தரும் ★

அருள்மொழிகள்

யோகசுவாமிகள்

1. நீயே உனக்கு நண்பனும் பகைவனும்.
2. வடதிசைகாட்டும் கருவிபோல் இரு.
3. வேலையைச் செய்தும் செய்யாதவன் போல் இரு.
4. காலையிலும் மாலையிலும் தியானஞ் செய்.
5. எல்லாவற்றையும் மிதமாகச் செய்.
6. நிவேதனஞ் செய்தபின்பே சாப்பிடு.
7. மனத்தை ஆத்மாவில் லயிக்கச் செய்.
8. மனத்தை அங்கும் இங்கும் அலையவிடாதே.
9. உன்னை அடக்கி ஆள்.
10. எல்லோரும் நல்லவர்கள் என்று நினை.
11. உள்ளுக்கு ஒருபோதும் பகைகொள்ளாதே.
12. கிழமைக்கு ஒரு தரமாவது விரதம் இரு.
13. என்ன வந்தாலும் பொறுத்திரு.
14. உன் உடம்புக்கு நீயே அரசன்.
15. உலகத்தைத் திருத்தமுன் உன்னைத் திருத்திக்கொள்.

சுக்கிரநீதி

பொறியடக்கம்

1. புலன்களாகிய யானைகளை அறிவென்னும் தோட்டியால் அடக்கல் வேண்டும்.
2. மனத்தை அடக்கினால் பொறிகள் அடங்கும்.
3. தூய்மையான மான் வேடனின் இசையால் மயங்குகிறது.
4. வலிமையுள்ள யானை இன்பத்தால் கட்டுண்டு நிற்கிறது.
5. விட்டிற்பூச்சி விளக்கைப் பார்த்து மயங்கி இறக்கிறது.
6. ஆழத்தில் உள்ள பெரிய மீன் தூண்டில் ஊனில் அகப்படுகிறது.
7. வண்டு தாமரைப்பூவின் மணத்தால் படுகிறது.
8. தனித்தனி வலிமையுள்ள புலன்கள் ஐந்தும் சேர்ந்தால் என்னவாகும்?

சுக்கிரநீதியில் உபகாரச் சம்பளம்

வினை செய்வான் ஒருவன் நாற்பதாண்டுகள் வரை அரசனுக்குத் தொழில் செய்திருப்பானாயின், அதன்பின் அவனுக்கு அவன் வாழ்நாள்காறும் வேலை கொள்ளாமலே அரைக்கூறு வேதனம் உதவிவரல் வேண்டும். அவன் மகன் தொழில்செய்யும் ஆற்றல் இல்லாதவனாயின் வாழ்நாள் வரையும் தந்தையின் வேதனத்திற் காற்கூறு கொடுத்துவரல் வேண்டும். ஆற்றல் உள்ளவனாயின் பாலப்பருவம் நீங்கும்வரையும் கொடுத்துவருதல் வேண்டும். அவன் மனைவி கற்புடையவளாயின் அவளுக்கு வாழ்நாள் வரைக்கும், அவள் மகள் கன்னியாயின் கன்னிப்பருவம் நீங்கும் வரைக்கும் காற்கூற்று வேதனம் உதவல் வேண்டும். ★

பஞ்சதந்திரக் கதை

தனக்குத் தகாத காரியத்தைச் செய்கிறவன்
ஆப்பைப் பிடுங்கிய குரங்கு பட்டபாடு படுவான்.

மகத தேசத்திலே சுத்தன் என்பான் கோயில் திருப்பணிக்குக் கொண்டுவந்த மரங்களில், வாட்காரன் பிளக்கும்படி முளைகள் அடித்துவிட்டுப் போனான். கோயில் நந்தவனத்தில் இருந்த குரங்குகள் அங்கே வந்து விளையாடியபோது, ஒரு குரங்கு மரப்பிளப்பில் இருந்துகொண்டு அடித்த முனையை அசைத்துப் பிடுங்கியது. உடனே குரங்கின் கால் அதற்குள் அகப்பட்டதால் தவித்து இறந்து போயிற்று. ★

நீ உயர்வதற்கு ஒரு வழி

சுவாமி இராமதீர்த்தர் கற்பித்துக் கொண்டிருந்தபோது வாழ்வில் உயர்வது எப்படி என்று பேசினார். அவர் கரும்பலகையில் ஒரு கோட்டைக் கீறி மாணவரிடம் 'இந்தக் கோட்டைச் சிறிதாக்குங்கள் என்றார்'' ஒரு மாணவன் கரும்பலகையருகே சென்று அதன் ஓரத்தை அழிக்க முற்பட்டான். அவர் அவனைத் தடுத்து ''நான் கோட்டை அழிக்கச் சொல்லவில்லையே'' என்றார். விவேகி ஒருவன் கரும்பலகையருகே சென்றான். வெண்கட்டியை எடுத்து முந்திய கோட்டிலும் நீளமான கோட்டைக் கீறினான். சுவாமி மனமகிழ்ந்து, ''வாழ்க்கையில் தான் பெரியவனாக வருவதற்கு மற்றவரை அமுக்கவோ, அழிக்கவோ வேண்டாம். தான் முயன்று பெரிய வேலையைச் செய்தல் வேண்டும்'' என்றார். ★

ஒட்டு மாங்கன்றுகள்

தானே முளைத்து வளர்ந்து பூத்துக் காய்க்கும் மாமரத்திலும் பார்க்க ஒட்டு மாமரம் விரைவிற் காய்த்துப் பயன் தருவதோடு, நல்ல இனத்துக் காய்களையும் எமக்குத் தருவன. விதம் விதமான மாவினங்களைப் பலவிதமாக ஒட்டுகின்ற நுணுக்கங்கள் தெரிந்த நிபுணர்கள் எங்கள் பிரதேசத்தில் வாழுகின்றார்கள். இவர்களிற் பலர் தம் தந்தையார் செய்துவந்த தொழிலை இரண்டாந் தலைமுறையாகச் செய்கிறார்கள். இன்னும் பலர் நாற்பதாண்டுகளுக்கு மேலான அநுபவசாலிகளாய் இருக்கிறார்கள்.

இக்காலத்தில் மாங்கன்றுகளை நல்ல முறையில் ஒட்டிப் பரப்பும் விவ்சாய மன்னர்கள் திருநெல்வேலி, உரும்பராய், கோண்டாவில், இணுவில், மருதனார்மடம் முதலிய ஊர்களில் இருக்கிறார்கள். விவசாயத்தில் ஆர்வமுள்ள இளைஞர்கள் இவர்களிடம் ஒட்டுமுறைகளைப் பழகி மாமரங்களையும் பிற மரங்களையும் நுட்பமாக ஒட்டி எங்கும் பரப்பினால் நாடு செழிக்கும். நாம் வாழலாம். ★

இவ்வாறு சொன்னவர் யாவர்? — விடைகள்

1. வில்லியம் ஹஸ்லிற்
2. காந்தியடிகள்
3. சோக்கிரட்டீஸ்
4. விவேகானந்தர்
5. பிரெஞ்சுப் பழமொழி
6. புளூட்டோ
7. சீனப் பழமொழி
8. மார்க் அரேலியர்
9. காண்டேகர்

★ நித்தமும் வீட்டைச் சுத்தம் பண்ணு ★

பண்பாடு

வாழ்க்கைக்குச் சிறப்பும் தன்மையும் அளிக்கும் அம்சமே பண்பாடு. இது ஒரு குறிப்பிட்ட மக்களின் ஆத்மாவில் குடிகொண்ட ஒளியாகும். இது பாரம்பரியமாக வந்த ஒளியர்கும். இந்த ஒளியைப் பின்பற்றி வாழ்வதே பண்பாட்டின் தனிச் சிறப்பாகும். இந்த ஒளி எப்போது மங்குகிறதோ அப்போது பண்பாடும் மங்கிவிடும் மறைந்துவிடும். எகிப்து, கிரீஸ், இத்தாலி இன்னும் எத்தனையோ நாடுகளின் பண்பாடுகள் ஒளிமங்கியதால் மறைந்துவிட்டன. ஆனால் இந்துப் பண்பாடு என்னும் பெயரில் எங்கள் வைதிகப் பண்பாடு மங்காமல் மறையாமல் சநாதனமாய் நிலவி வருகிறது. எத்தனை புரட்சிகள் சதிகள் எதிர்த்து நின்றபோதிலும், அத்தனை எதிர்ப்புக்களுக்கு இடையிலும் இடையூற்றுக்கிடையூறாய் யான் காப்பன் பெருவேள்வி என்று இராமாயணம் கூறியதுபோல உள்ஒளி மங்காமல் இருந்தால் பண்பாடு மாறாது. மரவுரி தரித்துக் கானகம் சென்றபோதிலும் இராமனின் நாகரிகம் நாகரிகமாகவே இருந்தது. இறைவனில் எல்லாவற்றையும் காண்பது, எலலாவற்றிலும் இறைவனைக் காண்பது. இதுவே எங்கள் பண்பாட்டின் மர்ம ஒளியாகும் என்பது பெரியோரின் கருத்து. ★

ஆசுப்பத்திரிகளில் அரும்பணி

அரசாங்க ஆசுப்பத்திரிகளிலாவது, தனியார் மருத்துவ மனைகளிலாவது, வசதியில்லாதவராவது, வசதி படைத்தவராவது நோயுற்றுக் கிடக்கும்போது, அவர்களுக்கு ஆறுதல் கூறி, மனச் சாந்திக்காகவும், நோய் குணமாவதற்காகவும் நாமும் நற்பணி செய்யலாம். நாம் அதற்கு ஒரு வாரத்தில் ஒரு மணி நேரமாவது ஒதுக்கி வைக்கலாம். இது காஞ்சிப் பெரியவர் கருத்திலிருந்து உதித்த அபிப்பிராயம்.

நோயாளிகளிடம் நாம் அன்பாக இரண்டொரு வார்த்தை பேசலாம், அவர்களுக்குக் கோயிற் பிரசாதங்களான திருநீறு, சந்தனம், குங்குமம், பூ ஏதாவது கொடுக்கலாம். அவர்கள் படிப்பதற்கு ஏதாவது சிறிய துண்டுப் பிரசுரமாவது கொடுக்கலாம்.

இந்தவகையில் சிவதர்மவள்ளல் இடையிடையே செய்துவருகின்றார் இதனை ஒழுங்காகச் செய்வதற்கு இந்து மாமன்றத் தொண்டர்கள் முன்வருதல் வேண்டும். தமிழ் நாட்டில் இப்பணி 1973ஆம் ஆண்டு முதலாக ஒரு சில இடங்களில் நடைபெற்று வருகிறது. இதில் ஆண்பாலாரேயன்றிச் சேவையுள்ளம் படைத்த வயதுவந்த பெண்களும் கைகொடுக்கலாம். ★

குழந்தையை முதன்முதலில் எத்தகைய வாழ்விற்குத் தயார் செய்யவேண்டும் என்பதை முதலில் தீர்மானித்துக் கொள்ளவேண்டும். இல்லையேல், ஆசிரியர் என்று கூறும் எவரும் உண்மையான கல்வியை விருத்திசெய்ய முடியாது.

— ரஸ்கின்

கள்வனைத் திருத்திய காவலன்

கள்வன் ஒருவன் தன் கைவரிசையைக் காட்டுவதற்காக அரண்மனையுட் புகுந்து மறைந்திருந்தான். அவன் ஒழித்திருந்ததை அரசன் தற்செயலாகக் கண்டதும் காணாதவன்போல நடித்துத் தன் தேவியை அழைத்து. ''யார் ஒருவன் ஒருவருட காலம் அயலில் உள்ள பூந்தோட்டத்தில் உண்மையான தவம் செய்கிறானோ அவனுக்கு என் அரசைக் கொடுக்கப் போகிறேன்'' என்றான். அரசன் கூறிய வார்த்தையைக் கேட்ட கள்வன் மெய்தான் என நம்பி மெதுவாக வெளியேறிப் பூந்தோட்டத்தில் கண்ணை மூடிக் கடுந்தவஞ் செய்துவந்தான. இதை அறிந்த மன்னன் மறுவருடம் தவஞ்செய்தவனிடம் சென்று அரசை ஏற்கு மாறு சொன்னான். ஆனால் தவஞ்செய்தவன் அரசனைப் பார்த்துப் புன்முறுவல் செய்து, உந்த அரசினும் மேலான அரசை ஆள நான் அருகதையுள்ளவனாய் விட்டேன். நிலையில்லாத உந்த அரசும் செல்வமும் எனக்கு வேண்டாம்'' என்றான். ★

ஆரோக்கியமான வாழ்வுக்கு

மில்க்வைற்
மெடிக்கேட்டட் சோப்
வாங்கிப் பாவியுங்கள்.

இரண்டு மெடிக்கேட்டட் சோப் மேலுறைகள் கொடுத்தால் ஒரு மில்க்வைற் செய்தி பெற்றுக்கொள்ளலாம்.

நல்ல சாப்பாடு

யோக சுவாமிகளின் அருளினால் சிவதொண்டன் உபயமாக ஆண்டிற் பலமுறை அன்னதானம் கிடைப்பது வழக்கம். ஒரு சமயம் சிவராத்திரியை அடுத்துப் பாரணையின்போது அடியார்கூட்டம் அதிகரித்தது. சிவன்கோயிலடியில் நின்ற சுவாமிக்ள் வருவார் போவார் எல்லோரையும் பார்த்து நல்ல சாப்பர்டு, நல்ல சாப்பாடு என்றார். பின்னர் தமக்கருகே நின்ற அடியார் ஒருவரைப் பார்த்து நல்ல சா வேண்டுமானாற் பாடு என்றார். ★

யாழ்ப்பாணம், சாந்தி அச்சகத்தில் அச்சிட்டவர் திரு. தி. நாகரத்தினம். யாழ்ப்பாணம் மில்க்வைற் சவர்க்காரத் தொழிலகத்தின் சார்பாக வெளியிட்டவர்: ''சிவநெறிப்புரவலர்'' க. கனகராசா ஜே. பி. அவர்கள்.
கௌரவ ஆசிரியர்: திரு. க. சி. குலரத்தினம். 1-2-77.