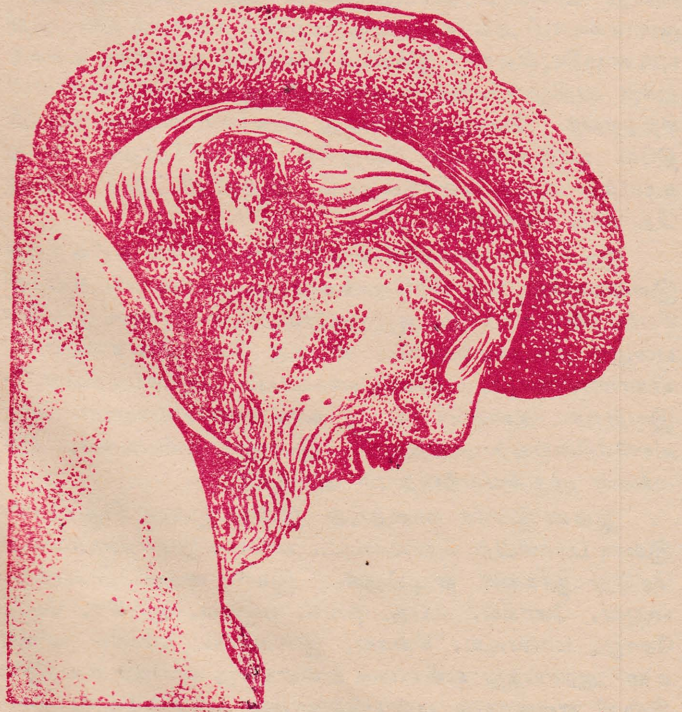
மில்க்வைற் செய்தி
Milk White News

தபாற்பெட்டி இலக்கம் 77 யாழ்ப்பாணம். தொலைபேசி: 7233

கௌரவ ஆசிரியர்: திரு. க. சி. குலரத்தினம் ★ ஆடி 1977 — இதழ் - 19

ஆனந்தக்குமாரசுவாமி

1877 — 1947



சேர் இராமநாதன், சேர் அருணுசலம் ஆகியோரின் தாய் மாமனுராய சேர் முத்துக்குமாரசுவாமி அவர்கள் பெரும் புகழாளர். அவர் இங்கிலாந்தில் முதன் மந்திரிமாரோடு நட்புப் பூண்டு பெருமதிப்புக்குரியவராய்ச் சிறந்த பேச்சாளராயும், எழுத்தாளராயும் அரசியல்வாதியாயும் இருந்தவர். விக்டோரியா இராணியால் கௌரவிக்கப்பெற்றவர். அவர் இங்கிலாந்திலேயுள்ள கென்ற் மாநிலத்திலே கிளே பீபி என்னும் ஆங்கில மாதை மணம் புரிந்து 22-8-1877இல் பெற்ற பிள்ளை ஆனந்தக்குமாரசுவாமி.

கலாநிதி ஆனந்தக் கென்ரிஷ் குமாரசுவாமி அவர்களைக் கலா யோகி என்றும் கலாநிதி என்றும் கூறுவர். கலைகளில் அதிக நாட்டங் கொண்ட ஆனந்தக்குமாரசுவாமி கலைக்காகவே தம்மை அர்ப்பணித்தவர். அவர் எழுபதாண்டுகள் மண்ணுலகில் வாழ்ந்தவர். அவர் 9-9-1947இல் காலமானபோது அகில உலகமும் கண்ணீர்விட்டழுதது. ஆனந்தக் குமாரசுவாமியைப்போலக் கலையை ஆராய்ந்தவர் எவருமில்லை. மகா கவி தாகூரால் அபிமானிக்கப்பெற்ற ஆனந்தக்குமாரசுவாமியை அனகாரிக தர்மபாலாவும், அமெரிக்கப் பெரியாரான ஒல்க்கொட் அவர்களும் புகழ்ந்துள்ளனர்.

ஆனந்தக்குமாரசுவாமி அவர்களின் பன்முக ஞானத்தை மதிப்பிட்ட விவேகிகள் அவரை லியனுடோ டாவின்சி என்பாரின் மேதாவிலாசத்

(தொடர்ச்சி 2ஆம் பக்கம் பார்க்க)

கவியோகி சுத்தானந்த பாரதியாருடன் மில்க்வைற் தொழிலதிபரும் பாரியாரும் பக்தி விசுவாசத்தோடு நிற்கிருர்கள்.

★ விவேகம் என்பது பகுத்தறியும் ஞானம் ★

உ

கடவுள் வணக்கம்

திருநாவுக்கரசு சுவாமிகள் தேவாரம்

திருவையாறு - திருநேரிசை

திருச்சிற்றம்பலம்

எரியலா லுருவமில்லை யேறலா லேறலில்லை
கரியலாற் போர்வையில்லை காண்டகு
சோதியர்க்குப்
பிரிவிலா வமரர்கூடிப் பெருந்தகைப்
பிரானென்றேத்தும்
அரியலாற் றேவியில்லை யையனை யாறனர்க்கே.

தீவண்ணராய் இருப்பவர், விடையினை ஊர்தியாகக் கொண்டவர், யானைத்தோலைப் போர்வையாகக் கொண்டவர், காணத்தக்க மெய்யொளியாயுள்ளவர், நீக்கமில்லாத தேவர்கள் கூடி நின்று மகாதேவன், தேவ தேவன் என்று வாழ்த்தித் தொழுதேத்தும் ஐயாறனுர், அவருக்கு திருமாலே தேவியாய் உள்ளார்.

கண்ணோட்டம்

வேண்டியவரைக் கண்டால் அவர்
கூறியதை மறுக்க முடியாமை

கண்ணிற் கணிகலம் கண்ணோட்டம் அஃதின்றேல்
புண்ணென் றுணரப் படும்.

ஒருவனது கண்ணுக்கு அழகு செய்யும் ஆபரணம் இரக்கம் உடைமையாம். அந்த ஆபரணம் இல்லையானல் அக்கண் புண் என்று கருதப்படும்.

Graciousness

The charm of the eye is in its graciousness; without it the eye will be considered a sore.

'உதவி செய்க' என்பது உலகின் பண்டைய விதி. அதுவே வாழ்வுக்கு மறுபெயர். மரணத்திற்கும் மறு பெயருண்டு. அது பிரிந்திரு என்பதாகும்.

— ரஸ்கின்

(1ஆம் பக்கத் தொடர்ச்சி)

ஆனந்தக்குமாரசுவாமி

துக்கு ஒப்பிடுவர். ஆனந்தக்குமாரசுவாமியைப்போல் அகில உலகப் புகழ்பெற்ற படிப்பாளிகள் இல்லை என்றே கூறலாம். அவர் தமது நாற்பதாம் வயதுக்குள்ளேயே 500 தலைப்புக்களில் எழுதிய ஆராய்ச்சிகள் பலவும் இன்றும் புத்தம் புதிய கலைகளாகவே உள்ளன. அவர் பிரித்தானிய கலைக்களஞ்சியத்துக்கு எழுதிய கலைக்கட்டுரைகள் பல.

நிலநூற் கலையில் தோறியலைப்பற்றி ஆராய்ந்து D.Sc. பட்டம் பெற்ற கலாநிதியவர்கள், அத்துறையில் மெத்தப் பிரகாசித்துவிட்டுக் கலைத்துறையிற் புகுந்தார். சிவபெருமானின் அற்புதத் திருக்கூத்தின் தத்துவத்தைச் ''சிவ நடனம்'' என்னும் தலைப்பில் அழகொழுகும் ஆங்கிலத்தில் எழுதினர். பன்னாட்டுக் கலைகளையும் காய்தல் உவத்தலின்றி நடுநின்ற நன்னெஞ்சோடு ஆராய்ந்த ஆனந்தக் குமாரசுவாமி அவர்கள், மத்தியகாலச் சிங்களக் கலை பற்றியும் எழுதியுள்ளார். இந்தியக் கலைகளின் உயர்வை உலகத்துக்கு அறிமுகப்படுத்தியவர்களுள் ஆனந்தக்குமாரசுவாமி சிறந்தவர். மேற்குத் தேயத்து நாகரிகம் கீழைத் தேசத்திலே ஊடுருவுவதை வெறுத்த கலாவிநோதர் தமது உயர்ந்த உத்தியோகத்தையும் உதறிவிட்டுக் கலைத் தொண்டு செய்தார்.

இவர் நிலவளங்களை உத்தியோக ரீதியில் அறிவதற்கு இலங்கையின் பல பிரதேசங்களையும் பார்வையிட்டுப் பரிசிலனை செய்தபோது, அநுரதபுரம், பொலநறுவை முதலிய பழைய தலைநகரங்களிலே கிடந்த கோயில்களையும், விகாரைகளையும், விக்கிரகங்களையும் ஆராய்தறிந்தார். இவற்றல் இலங்கையின் நாகரிக வளர்ச்சியையும் கலை வளர்ச்சியையும் அறிந்தார். இன்னும் ஓவியங்கள், சிற்பங்கள் முதலியவற்றையும் அறிந்தார்.

இன்ன இன்ன காலத்தில் இன்ன இன்ன சிற்பங்கள் இன்ன பாணியிற் செய்யப்பட்டனவென்றும் வரையறை செய்து நூல்கள் எழுதினர். இவர் சைவ, பௌத்த, ஜைன, மோரிய, குப்த, சுங்க, பல்லவ, ஆந்திர, சேர, சோழ, பாண்டிய, சிங்கள, இஸ்லாமிய நாகரிக முறைகளை ஆராய்ந்து உள்ளதை உள்ளவாறு காய்தல் உவத்தல் இன்றி எவரையும் புண்படுத்தாமல் நன்மனதோடு நூல்களை எழுதினர்.

இவர் எழுதிய நூல்களுள் சிவ நடனம், இராஜபுத்திர ஓவியங்கள், கண்டியர் கலையும் அதன் எழுச்சியும் வீழ்ச்சியும், இந்தியக் கலையிற் சிறந்த பகுதிகள், மத்திய காலச் சிங்களக் கலை இந்தோனேசியக் கலைச் சித்திரம் முதலியன உலகப்புகழ் பெற்றவை. இவர் எங்கள் பனைமரத்தின் மீது அளவுகடந்த பற்றுள்ளவர். இவரின் நூற்றாண்டு நினைவாக எங்கள் பனைவளம் என்னும் நூல் வெளிவரவிருக்கிறது. வாழ்க இவர் திருநாமம்.

மில்க்வைற் செய்தி - 19

பெற விரும்புவோர் நீலசோப் 10 அல்லது மெடிக்கேட்டட் அல்லது நீம் வாசனை சோப் அல்லது பார் சோப் 2 மேலுறைகள் அனுப்பிப் பெற்றுக்கொள்ளவும்.

நலம் தரும் தேன்

தேன் கண்ணுக்குக் குளிர்ச்சி தரும். காயங்களை ஆற்றும். உடம்புக்கு நிறம் தரும். நாடிகளைச் சுத்தமாக்கும். அறிவை வளர்க்கும். ஆற்றலைத் தரும். ஆண்மையைத் தரும். பசியை உண்டாக்கும், சமிபாட்டுக்கு உதவும். சுவாசக் கோளாறு, வயிற்றுக் கடுப்பு, கிருமி நோய், தாகம், வாந்திபேதி, தீப்புண், விக்கல், மலச்சிக்கல் முதலிய நோய்களைக் குணமாக்கும். வயிற்று வலிக்குத் தேன் உடன் மருந்தாகும். மஞ்சட் காமாலைக்கு நல்ல மருந்து. காலையில் நீரில் தேனைக் கலந்து பருகினால் சமியாக் குணம் போகும். வாய்ப்புண், வெடிப்பு, ஆகியவற்றுக்குத் தேன் நல்ல மருந்து. பல் வலிக்கும் தேன் சிறந்த மருந்து. தேள் கொட்டிய இடத்தில் தேனைப் பூசினால் வலி குறையும். இருதய பலன் குறைந்தவர்களுக்குத் தேன் அரிய மருந்து. இருதய நோயைப் போக்க வல்லது. மூத்திர நோய்க்கு முதல் தரமான மருந்து. நாட்பட்ட புண், சீழ் வடியும் புண் ஆகியவற்றுக்கு தேன் சிறந்த மருந்து. புண்ணின் மேல் தேனை விட்டால் குணம் தெரியும். விஷக் கிருமிகளை அளிக்கும் தேனுக்கு வர்ண கோபம் என்றும் பெயர் வழங்குவதுண்டு. தேன் புண்களைக் கழுவவல்லது.

குழந்தைகளுக்கு வரும் பல்நோய்க்கும் தேன் நல்ல மருந்து. பித்த நீரை வேண்டிய அளவுக்குச் சுரப்பிக்க வல்ல தேன், ஆயுளை நீடிக்கும் அரிய மருந்துமாகும்.

தேனின் அருமையை ஹிப்பாக்கிரட்டீஸ், அரிஸ்ரோட்டில் முதலான கிரேக்க அறிஞர்கள் பாராட்டியுள்ளார்கள். அவர்களிற் பலர் நூறாண்டு வாழ்ந்தார்கள். தேனும் தினைமாவும் குறிஞ்சிநில மக்களின் தெவிட்டாத சிறந்த உணவு என்பதை ஒரு நாடோடிப் பாடலால் நாமறிவோம்.

தேனும் தினைமாவும் முருகன்
தின்று கொழுத்தாண்டி.

குறிஞ்சித் தேன் என்பது மலைகளில் உள்ள மரங்களில் எடுக்கப்படுவது. பெருந்தேன் எனப் போற்றப்படுவது. இது காசம், சுவாச காசம், விக்கல், சுரம், தேகக்கடுப்பு, முதலியவற்றை நீக்கிப் பசியும் தேகவனப்பும் உண்டாக்குவது. தொண்டையில் உண்டாகும் கரகரப்பு, தொண்டைக்கட்டு என்பனவற்றைக் குணப்படுத்துவது. இதனால் தேனுக்கு ஸ்வீர்யம் என்றொரு பெயரும் உண்டு. பெருமரங்களில் எடுக்கப்படும் கொம்புத்தேன் வாதம், பித்தம், சிலேட்டுமம் என்னும் மூன்றையும் சமப்படுத்தும் தன்மை வாய்ந்தது. பொந்துத்தேன் உடம்பின் வெப்பத்தைப் பேணுவதோடு இருமல், ஈளை, வாந்தி முதலியவற்றையும் போக்கவல்லது. தேனை வெந்நீரில் கலந்து பருகிவருதல் மிகவும் நல்லது. இதனால் தீபன சக்தி உண்டாகும். இதை உண்டாக்குவதால் தேனுக்குத் தீபகம் என்றொரு பெயரும் வழங்குகிறது.

எங்கள் உடம்பில் சிறுகுடல் நீளமானது. சிறு குடல் வழியே கபம் இருந்தால் மலச்சிக்கல் உண்டாகி வேதனை தரும். எனவே பெருங்குடலில் எனிமா மூலம் தேனைச் செலுத்திக் குடற்சுத்தம் செய்கிறார்கள். இதனால் மலபாரில் தேனுக்கு கிராசிறி என்னும் பெயர் வழங்குகிறது எனபர்.

கண்ணில் உண்டாகும் பலவித நோய்களை நீக்குவதால் தேனுக்குச் சக்ஷீஷயம் என்றும் பெயர். சட்சு என்றால் கண்.

சமிபாட்டுச் சத்தி குறைந்து பெலயீனம் அதிகமாகும் போது கைகொடுத்து உதவவல்லது தேன். தினந்தோறும் சிறிதளவு தேனை நீரிற் கலந்து பருகிவந்தால் உடம்பு சுகமாவதோடு உள்ளமும் உற்சாகமாகி நினைவாற்றல் மிகுந்து அறிவு விசாலமாக ஏதுவாகும். இதனால் தேனுக்கு மேத்யம் என்றும் விருஷயம் என்றும் பெயர்கள் உள்ளன.

திருமுறைகளில் தேன்

பழந்தமிழ் இலக்கியங்களில் ஆயிரக் கணக்கான பாடல்கள் தேனைப் போற்றுகின்றன. அவற்றைவிட, தேவாரம் திருவாசகமாகிய திருமுறைகள் தேனைப் போற்றுவதோடு சிவபெருமான் தேன்போன்றவர். தேனாய் இனிப்பவர். தேனைப்போல இதம் செய்பவர். என்றெல்லாம் பல படியாகப் பாடியருளியுள்ளார்கள். தேன் உடலுக்கு உறுதி தருவது போல உயிருக்கும் உறுதி தருவது என்பது திருமுறையாசிரியர் போன்ற ஞானிகளின் கருத்தாகும். மருந்துக்கு அநுபானமாகக் கொள்ளும் தேன், மருந்தின் வலிமையை அதிகரித்து நன்மை செய்கிறது. தேனை வெயிலில் வைத்தலாகாது. சூடு காட்டலாகாது. நெய்யுடன் சமமாக உட்கொள்ளலாகாது. அதிகமாக உட்கொள்ளலாகாது. ★

★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★

தார் அவமானப் பொருளா ?

வீதிகளில் எங்கள் காலால் மிதிபடும் தார், எதிரிகளை அவமதிக்க நாம் பூசும் தார் அவமானப் பொருளல்ல, அது அபிமானப் பொருள்.

விதம் விதமான வர்ணப் பூச்சுக்கள், மருந்து வகைகள், வாசனைத் திரவியங்கள், மை தினிசுகள், இரசாயனப் பொருள்கள் எல்லாம் தாரிலிருந்தே தயாரிக்கப்படுகின்றன. மஞ்சட் காய்ச்சல், மலேரியாக் காய்ச்சல் முதலியனவுக்கு மருந்து வகைகள் தாரிலிருந்து தயாரிக்கப்படுகின்றன.

★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★

கனவின் பலன் – தீயவை

1. மோதிரம் காணாமல் போதல் – குடும்பக்கலகம்
2, இரும்பாயுதங்களைக் காணல் – தரித்திரம்
3. பழைய பாதரட்சை அணிதல் – தரித்திரம்
4. பசியால் வருந்துவது – கெடுதி
5. அழுக்கு நீர் அருந்துதல் – வியாதி

★ விவேக விருத்தி பெரிய வேளாண்மை ★

கீதை சொன்ன பாதை

பாரத நாட்டின் வேதாந்தத் தத்துவக்கோட்பாடுகள் மூன்றென்ப. அவை அத்துவைதம், விசிஷ்டாத்து வைதம், துவைதம் என வழங்குவன. அவற்றை விரிவுபடுத்திச் சொன்னவர்களான சங்கரர், இராமானுஜர், மத்துவர் ஆகிய மூவரும் பகவத்கீதையைக் கையாண்டுள்ளார்கள். அவர்கள் தங்கள் தங்கள் கோட்பாடுகளுக்குக் கீதையின் பாதை சாதகமாயிருக்கின்றது என்று கூறுவர்.

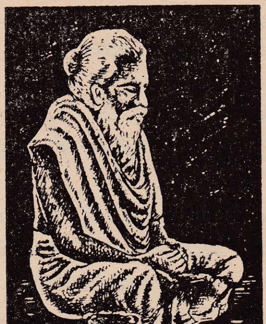
உயிருக்கு உயிராக உள்ளத்தில் எழுந்தருளியுள்ள இறைவனைப் பிரமம் என்று கூறுகிறது. அந்தப் பிரமத்தை நாங்கள் அறியவோ காணவோ உணரவோ அனுபவிக்கவோ விடாமல் மல மாசுகள் மறைத்துக்கொண்டிருக்கின்றன. மல மாசுகளைப் போக்கினால் நாம் பிரம்மத்தை கண்டு பிரமமாகிவிடலாம் என்பது கீதை. பிரமத்தை அறியும் நெறிக்கு, அதனைக்கிட்டும் பாதைக்குப் பிரமவித்தை என்று பெயர்.

இறைவனைக் காணும் பாதைக்கு யோகம் என்று பெயர் கூறுகிறது கீதை. இந்த யோகம் என்பது ஒரு சாதனை. அதன் சாதனைச் சிறப்பால் அங்கும் இங்கும் அலைந்து திரியும் எங்கள் மனத்தை ஒருவழிப்படுத்தி, நெறிப்படுத்திக்கொள்ளலாம். யோகம் என்றால் மனத்தின் தொழில்களைக் கட்டுப்படுத்துதல் என்பதாகும். மனத்தைக் கட்டுப்படுத்துவதால் எமக்கு ஒரு சக்தி உண்டாகும். அதுவே யோகசக்தி. யோகசக்தி பெற்றவர் தமது மன அமைதியை இழக்காமல் இருக்கலாம். அமைதியை இழக்காதிருக்கும் அசைவற்ற நிலைக்குச் சமத்துவம் என்று பெயர்.

திருக்கோயில்

திருக்கோயில் கட்டுவதும் திருவுருவங்கள் உருவாக்கித் திருவிழாக்கள் செய்வதும் தமிழரின் தலையாய கலை. இவற்றால் தனிப்பட்டவரன்றி நாட்டு மக்கள் அனைவரும் நற்கதியடைகிறார்கள். இம்மை, மறுமை இன்பத்தை அடைகிறார்கள். மண்ணகத்து விழாக்கோள் எடுக்க நாட்டில் பசியும் பிணியும் பகையும் நீங்கி வசியும் வளமும் சுரக்கும் என்பது உறுதி. அக்காலத்தில் மண்ணகத்து விழாக்களைப் பார்த்து மகிழ விண்ணகத்துத் தேவர்கள் கூட்டங் கூட்டமாக வந்து போனதாகக் கூறுவர். அந்த வகையில் இக்கால விழாக்களின் பொலிவைக் கண்டு மகிழ மேற்கு நாடுகளின் மக்கள் விசாவெடுத்து உல்லாசப் பிரயாணிகளாய் நம்மிடையே நடமாடுகின்றார்கள். இந்த விழாக்கள் மக்களின் வாழ்க்கையிலே களிப்பையும் ஆர்வத்தையும் தெம்பையும் ஊட்டுகின்றன.

தமிழ்நாட்டுத் திருக்கோயில்களைப் பார்த்துப் போகும் உல்லாசப் பிரயாணிகள் ஒவ்வொரு கோயிலையும் ஒவ்வொருவிதமாகக் கண்டு மகிழ்கிறார்கள். மதுரை மீனாட்சியம்மன் கோயிலை உலக அதிசயங்களில் ஒன்று என்கிறார்கள். மனிதன் நிர்மானித்த மிகப்பெரிய அற்புத சாதனை என்கிறார்கள். கோயில் எங்கிருக்கிறது என்று அவர்கள் வாய்விட்டு கேளாமல் தாமாகவே கோயிலுக்குப் போகக் கோபுரங்கள் வழிகாட்டுகின்றன. அவை எம் வாழ்க்கைக்கும் வழி காட்டுவனதானே. புகழ்பெற்ற சோமர்செற்மாம் என்னும் ஆங்கில எழுத்தாளர் தமிழ் நாட்டுக் கோயிலில் கடவுள் தம் அருகே இருப்பதாகவும், உயிர்ச்சத்தியுடன் இருப்பதாகவும், உடம்பு புல்லரித்ததாகவும் தாம் கண்டதாக எழுதியுள்ளார்.



யோக சுவாமிகள் அருள் மொழிகள்

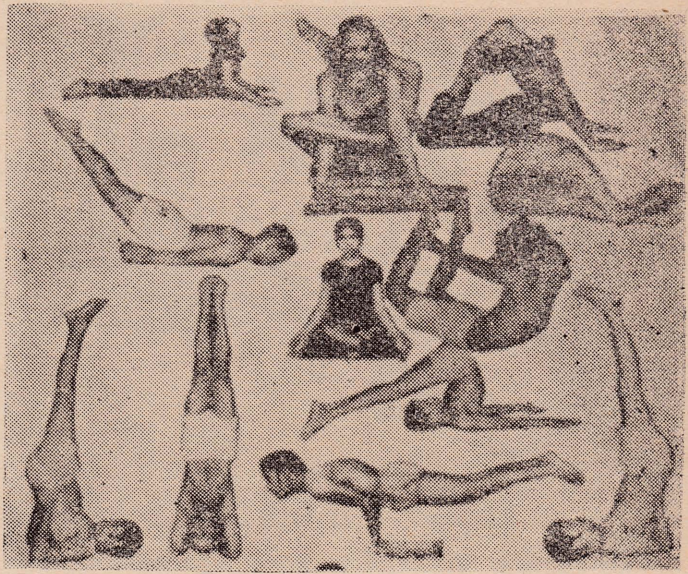
★★★★★★★★★★

1. போனவற்றை நினையாது இருத்தல் வேண்டும்
2. ஒழுக்கமாக இருந்தால் எல்லாம் சரிவரும்
3. இன்பமும் துன்பமும் உலக இயற்கை
4. தன்னை அறிதலே குருபூசை
5. தன்னில் நம்பிக்கை கொள்ளல் வேண்டும்
6. உண்மையை அறியத் தொழுகை வேண்டும்
7. கடவுளைப் பின்பக்கத்தாலும் தொழலாம்
8. உலகில் பெரிய நூதனம் கடவுள்
9. இவ்வுலகம் ஓர் அருமையான தவச்சாலை
10. எல்லாவற்றையும் கடவுளிடம் ஒப்புக்கொடு.
11. துன்பத்தை நீக்க இன்பம் வந்து சேரும்.
12. தொல்லைகளினின்றும் நன்மை பிறக்கும்
13. எதனாலும் தாக்கப்படாமல் இருத்தல் வேண்டும்
14. எல்லாருடனும் கடவுள் இருக்கிறார்
15. கரைச்சல் இல்லாமல் பிள்ளைப்பெற முடியாது

தீவினைகள் பத்து

1. உயிர்க்கொலை
2. நெறி தவறிய காமம்
3. கடுஞ்சொல்
4. பயனில் சொல்
5. அடக்கமின்மை
6. களவு
7. குறளை
8. பொய்
9. நாத்திகம்
10. மாறுபட்டுணர்தல்

★ துன்பமின்றி வாழச் சமய அறிவு தேவை. ★



மூலிகை மர்மம்

சுக்குக்கு மிஞ்சிய மருந்தில்லை; என்று நாடோடியாகக் கூறுவது போல இஞ்சி, சுக்கு, மஞ்சள் முதலிய மூலாதார மூலிகைகள் தென்னமெரிக்காவிலும் பழங்குடி மக்களிடையே பயன்பட்டு வந்துள்ளன. இடைக்காலத்துச் சித்த வைத்தியர் சிலர் சுயநலப் போக்குள்ளவராய்த் தாம் கண்டறிந்த பேருண்மைகளை அனுபவங்களைப் பிறரறியா வண்ணம் தம்முட் பேணுவதற்காக மூலிகைகளுக்கு மர்மமாகப் பெயரிட்டுக் குறிப்பெழுதி வந்தனர். சித்தரத்தையைச் சித்தாத்தை என்றும் முசுமுசுக்கையை இரண்டு குரங்குக் கை என்றும், இன்னும் குழுக்குறியான பெயர்களையும் வழங்கி எழுதி வந்தமையால், பிற்காலத்தவர் அம் மூலிகைகள் எவை என்பதை அறிய முடியாது இடர்ப்பட்டனர். ஆயிரக்கணக்கான மூலிகைகள் நம் நாட்டில் நமக்குத் தெரியாமல் உள்ளன.

சித்தவைத்தியத் துறைகள்

சித்தர்கள் மூலிகைகளோடு நெருங்கிய தொடர்பு கொண்டவர்கள். அவற்றின் வேர், தண்டு, பட்டை, இலை, பூ, காய், கனி, விதை என்பனவாகிய பாகங்களை நன்கறிந்தவர்கள். இரண்டுக்கு மேற்பட்ட மூலிகைகளைச் சேர்க்கும்போது அவற்றின் சம்பந்த முறைகளை நன்கறிந்தவர்கள்.

சித்த வைத்தியத் துறைகளில் மூலிகை வர்க்கம், பாஷாண வர்க்கம், ரசவர்க்கம், உபரசவர்க்கம், உலோக வர்க்கம், உப்புவர்க்கம் என்பனவோடு; வைப்புமுறைகள். கட்டு முறைகள், நீற்றுமுறைகள் என்பனவாகிய இரசாயன ஆய்வுகளையும் செய்திட்டங்களையும் சித்தர்கள் நன்கறிந்திருந்தனர். அன்றி இன்ன மருந்துக்கு இன்ன அநுபானம் இன்ன முறையில் பத்தியம் என்பனவற்றையும் நெறிமுறை பிசகாது கண்டுள்ளனர். தங்கம் முதலிய உலோகங்களைச் சேர்ப்பதோடு, ரசத்தை நீற்றி உபயோகிப்பதையும், மூலிகைகளைக் கொண்டு இரசவாதஞ் செய்யும் முறைகளையும் சித்தர்கள் கண்டனர். பித்தளை செம்பு, போன்ற தரங்குறைந்த உலோகங்களைத் தங்கமாக்குவதே இரசவாதமாகும்.

இரட்டைகள்

திரிபும் மயக்கமும்	கரவும் வஞ்சமும்
சூதும் சூழ்ச்சியும்	வாதும் வம்பும்
பழியும் பாவமும்	வழுவும் பிழையும்

பிணக்கும் பூசலும்

யோகாசனம்

யோகம் என்பது ஒரு பூரணமான ஆத்மீகப் பண்பாடு. அது ஓர் உண்மை வித்தை. அது உடல் உள்ளம் ஆத்மா ஆகிய மூன்றையும் மேம்பாடு அடையச்செய்வது. புலன்களை நல்வழியில் திருப்பி மனத்தை ஒருமுகப்படுத்த வல்லது யோகம். அது ஆத்மாவின் நித்தியமான வாழ்வு. அது மனத்தையும் மாறுபாடுகளையும் கட்டுப்படுத்துவது.

மனம், புலன்கள், பருவுடல் ஆகியவற்றை ஒழுங்குபடுத்துவதோடு; உடலின் உள்ளிருக்கும் நுண்ணிய சக்திகளைச் சமநிலைப்படுத்தவும் யோகம் உதவுகிறது. அது பூரணத்தையும் சாந்தியையும் ஆனந்தத்தையும் உண்டு பண்ணுவது. அதிக சக்தி, ஊக்கம், உற்சாகம், நீண்ட ஆயுள், ஆரோக்கியநிலை ஆகியவை யோகத்தால் உண்டாவன. அது தெய்வீக மகிமையைத் தருவது.

யோகப் பயிற்சி உணர்ச்சிகளையும் உத்வேகங்களையும் மோகங்களையும் தடுக்கும். மனத்தைச் சந்ததமும் சமநிலையில் இருத்த உதவும். அன்றிப் பகவானுடன் இணைக்க வழி செய்யும். இதுவே வாழ்வின் உன்னத லட்சியமுமாம்.

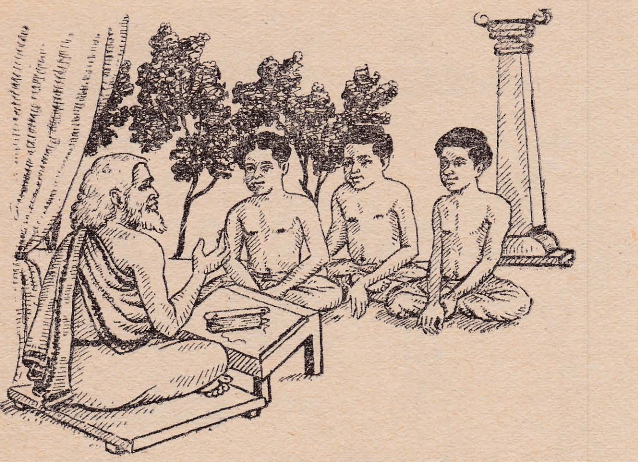
★ ★ ★

உங்களுக்குத் தெரிந்ததும் தெரியாததும்

சிங்கப்பூர் ஒரு தீவு. சிறிய தீவாயினும் பெரிய நாடுகளைப் போலப் பெயர் பெற்றது. நமது தமிழர் சீரும் சிறப்பும் மதிப்பும் பெருமையும் பெற்று வாழுமிடங்களில் ஒன்று. யாழ்ப்பாணத்தாரின் பொருளாதார முன்னேற்றத்திற்கு ஒரு காலத்தில் மூலமாயும் இருந்தது. இன்றும் ஆயிரம் ஆயிரமாக உபகாரச்சம்பளம் பெற்று வரும் சிங்கப்பூர் உத்தியோகத்தர் நம் சூழலில் வாழ்கின்றார்கள்.

இத்தனை பெருமையுள்ள சிங்கப்பூரைத் தனி ஒருத்தர் 20,000 பவுணுக விலைக்கு வாங்கி இருந்தார்,

★ தீராத துன்பம் வழிபட்டால் தீரும் ★



பஞ்ச தந்திரம்

யாதொன்று போயிற்றோ அதை மறுபடி சேகரித்தல் வேண்டும். எது சம்பாதிக்கவில்லையோ அதைச் சம்பாதித்தல் வேண்டும் எதிராக வருகின்ற விக்கினங்களைத் தடுத்தல் வேண்டும்.

உபாயத்தால் ஆகிறது பராக்கிரமத்தால் ஆகாது. எவனொருவன் சாதுக்கள் புத்தியைக் கேளாமல் துஷ்டர் புத்தியைக் கேட்கின்றானோ அவன் மருந்து தின்னாத நோயாளியை போல் விபத்தை அடைவான். பிறர்க்கு நன்மை செய்வது சாதுவுக்குத் தர்மம்.

குருடனுக்குக் கண்ணாடியைக் காண்பித்தாலும் செவிடனுக்கு உபதேசித்தாலும் அவர்கள் விபரீதமாகவே நினைப்பார்கள்.

நமக்கு நன்மை செய்கிறவர் பேச்சை அசட்டை பண்ணலாகாது. யாதொருகாரியம் நேரிடுவதற்கு முன்னதாக ஆலோசிக்கிறவனும் வருகிறபோது ஆராய்கிறவனும் சுகமடைவார்கள்.

குணவந்தர்களின் கூட்டுறவு நன்மை தரும்.

துஷ்ட சிநேகிதனும், விபரீத சேவகனும், அஜாக்கிரதையான மந்திரியும், நன்றியறியாதவனும் அரசிலிருக்கலாகாது.

மரம் நாட்டும் பணி தொடரட்டும்

நாட்டின் நலத்துக்கும் மேம்பாட்டுக்கும் இயற்கை வாழ்வு இன்றியமையாதது. விவசாயமே நாட்டின் முக்கியமான செல்வம். இயற்கை வாழ்வுக்கும் விவசாயத்துக்கும் நெருங்கிய தொடர்பு இருக்கிறது. இயற்கை வாழ்வில் எத்தனையோ இன்பங்கள் உண்டு.

குடும்பத்துக்கு வேண்டிய தானியங்கள் காய்கறிகள் பழங்கள் விறகு பால் என்பன தம் நிலத்திலே கிடைப்பதைப் போல இன்பம் விலைக்கு வாங்கி உண்பதில் இல்லை. தன்பிள்ளை ஆணா ஆவன்னா என்று சொல்லும் போது எவ்வளவு இன்பம் உண்டாகிறது. தனது பயிர் பயன்தரும் போது மட்டற்ற இன்பம் உண்டாகிறது.

அங்கும் ◇ இங்கும்

★ யாழ்ப்பாணத்தவர் நுட்ப புத்தியுடையவர். அவர்கள் 1834-ஆம் ஆண்டு ஆகஸ்ட் 31-ஆந் திகதி மது ஒழிப்புக்கு ஒரு சபையை உருவாக்கினர்.

★ இன்றுள்ள தேசியப் பேரவைக்கு முன் பாராளுமன்றமும், அதற்கு முன் அரசாங்க சபையும், அதற்கு முன் சட்டசபையும் நிலவின. சட்டசபையில் முதன் முதலாகத் தமிழ்ப்பேசும் மக்கள் சார்பாக (தமிழர்-முஸ்லீம்கள்). ஆறுமுகத்தாபிள்ளை குமாரசுவாமி என்பார் 1836-ஆம் ஆண்டிலே அக்டோபர் மாதத்து 26-ஆம் நாளில் நியமனம் பெற்றார்.

★ இலங்கையில் கோப்பித் தோட்டங்களும் தேயிலைத் தோட்டங்களும் இடம்பெற்று நிற்கும் மலையகத்து நிலம் 1839-7-1 இல் ஏக்கர் ஐந்து சிலிங்காக விலைப் பட்டன. ஐந்து சிலிங் அக்காலத்தில் இரண்டரை ரூபாவாகும்.

★ கோப்பாயிலுள்ள கிறிஸ்தவ கல்லூரியைக் கட்டுவதற்கு வடமாகாண அரசாங்க அதிபர் டைக் என்பார் 1840-4-1 இல் 75 பரப்புக் காணியை உபகரித்தார்.

★ யாழ்ப்பாணக் கிறிஸ்தவர்களின் புகழ்பெற்ற உதய தாரகை என்னும் பத்திரிகை 1841-1-7 இல் ஆரம்பிக்கப்பெற்றது. ஹென்றி மாட்டின் என்பார் அதன் ஆசிரியராய் இருந்தார்.

★ அடிமை வியாபாரம் சட்டப்படி இலங்கையில் 1844-12-29 முதலாக நிறுத்தப்பட்டது.

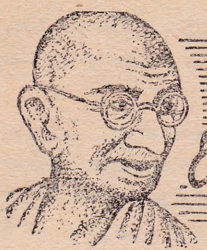
நிமித்தி என்னும் சிங்களச் செடிப் பசளி

கீரை வகையைச் சேர்ந்த தண்டுப் பசளியாகிய இது மிக மலிவானது. எல்லா இடங்களிலும் இலேசாக விரைவில் உண்டாகக் கூடியது. பல முறை கொய்து சமையல் செய்யக் கூடியது. ஒடிப்பதற்கு மிகவும் இலேசானது. அதிக நீர்ப்பிடிப்புள்ளது. மிகச் செழிப்பானது. உலோகச்சத்து நிறையவுள்ளது. இலைகளேயன்றித் தண்டுகளும் சதைப்பிடிப்புள்ளனவாய்த் தளதளவென்றிருக்கும். தண்டுகளில் நார்த்தன்மையிருக்கமாட்டாது.

நிமித்தி இலையும் தண்டும் கறி சமைக்க உதவும். இதில் உணவுச் சத்துகள் மிக அதிகமாகவுண்டு. அவற்றில் இரும்புச்சத்து, சுண்ணாம்புச்சத்து, கனிப்பொருட் சத்து, உயிர்ச்சத்து எனனும் விற்றமின் ஏ, பி, வகைகள் எல்லாம் இதில் போதியளவு உள்ளன.

இப் பசளியை உட்கொள்வதால் பல நன்மைகள் உண்டு. இதனால் இரத்தம் சுத்தமாகிறது. இரத்தம் விருத்தியாகிறது. சோகை நோய் நீங்குகிறது. குடல் சுத்தமாகிறது. மலச்சிக்கல் நீங்குகிறது.

★ தர்மம் தெரிந்தவனுக்கு வெற்றி உண்டாகும் ★



காந்தியடிகளின் வாழ்வில்

சத்தியம், அஹிம்சை, சகோதரத்துவம் ஆகிய முப்பெருநெறிகளைக் கடைப்பிடித்து வாழ்ந்த காந்தியடிகள் ஒருமுறை கப்பல் மார்க்கமாக லண்டனுக்குப் பிரயாணஞ் செய்தார். ஓர் ஐரோப்பியர் காந்தியடிகளைப்பற்றி வசையுடன் கூடிய கவிதை ஒன்றை எழுதி அவரிடம் கொடுத்தார். காந்தியடிகள் கவிதை எழுதிய தாள்களில் குத்தியிருந்த குண்டுசியை மேசைலாச்சியில் பத்திரமாக வைத்துவிட்டு, தாள்களைக் குப்பைக் கூடையில் போட்டார்.

அதைப் பார்த்துக்கொண்டிருந்த ஐரோப்பியர் ''அதில் சாரம் இருக்கிறது கவனித்துப் படியுங்கள்'' என்றார். அதற்குக் காந்தியடிகள், ''சாரத்தைத்தான் லாச்சியில் கவனமாகப்போட்டு வைத்துள்ளேன்'' என்றார்.

சுக்கிர நீதி

நல்லொழுக்கம்

1. புலவர் பழக்கத்தால் பொருளுணர்ச்சி மதிநுட்பம் உண்டாகும்.
2. கலகங்களில் பக்கஞ் சார்தலாகாது.
3. வயது வந்த பிள்ளைகளை அடித்து ஒறுத்தலாகாது.
4. கல்விப் பொருளே எல்லாப் பொருள்களிலும் சிறந்தது.
5. கொடையால் பகைவரும் நண்பராவர்.
6. அளவின் மிகுதல் அழிவுக்குக் காரணமாகும்.
7. அற்ப காரியத்துக்கு அதிக பொருள் செலவு ஆகாது.
8. இளம் பெண்ணையும் பொருளையும் பிறரிடம் வைத்தலாகாது.
9. பொல்லாங்கு புரியும் உயிர்களைக் கொல்லுதல் வேண்டும்.
10. ஆற்றுநீரையுடைய உழவுத்தொழிலே சிறந்தது.
11. இரத்தல் தொழில் கடையிற் கடையதாகும்.
12. விளையாட்டுக்காயினும் பிறர் குற்றங் கூறலாகாது.
13. நல்லோர் உதவி சிறிதெனினும் பெரியதாகும்.

இவ்வாறு சொன்னவர் யாவர்? சொன்னவர்

1. சிங்செள 2. காந்தியடிகள் 3. திருவள்ளுவர்
4. காந்தியடிகள் 5. சோம்செற் மாம் 6. திருவள்ளுவர்
7. சீனப்பழமொழி 8. சாமுவேல் இஸ்மெயில்
9. எட்கார் அலன்போ 10. இங்கர்சால்

கிழக்கும் ★ ★ ★ மேற்கும்

கவியோகி சுத்தானந்த பாரதியார் அவர்களைத் தமிழ்கூறும் நல்லுலகம் நன்கறியும் அவர்கள் பலமொழிப்புலவர், கவி மழைபொழியும் ஆற்றல் உள்ளவர், தமிழ்மொழியில் நூற்றுக்கணக்கான நூல்களை எழுதியவர். யோகமும் தவமும் அவரின் வாழ்வு. உலகெங்கும் ஓயாது சுற்றி வந்திருக்கும் அவருக்கு உலகப் போக்கு நன்கு தெரியும். அவர் கிழக்கும் மேற்கும் ஒன்றுபட்டு வையகம் வாழவேண்டும் என்னும் பொருள் பொதிந்த பாடல்களைப் பொருள் என்னும் இதழுக்கு எழுதியுபகரித்துள்ளார். பொருள் பத்திரிகையினின்று எடுத்த கவிகள் இவை:

1. சக்தி வளருது மேற்கினிலே - ஆத்ம
   சாந்தம் வளரும் கிழக்கினிலே!
   சக்தியுடன் ஆத்மசாந்தமும் கூடினால்
   சண்டைக் கிடமில்லை பாரினிலே...
   ...சக்தி

2. ஞானம் பொலியும் கிழக்கினிலே - விஞ்
   ஞானம் செழிப்பது மேற்கினிலே
   ஞான ஒளியும்விஞ் ஞானமும் கூடினால்
   வானம் விளையாடும் வாழ்வினிலே...
   ...சக்தி

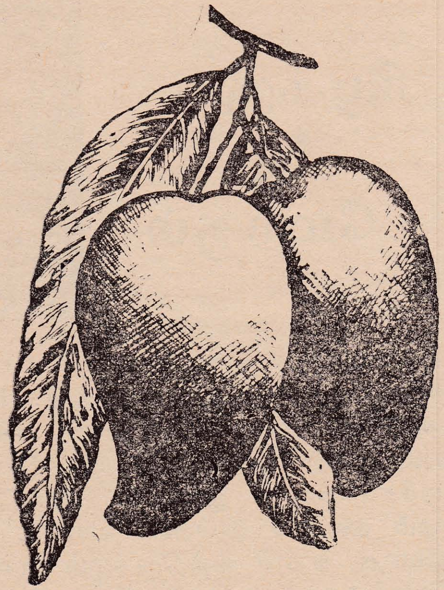
3. பொருள் செழிப்பது மேற்கினிலே - அருள்
   பொங்கித் ததும்பும் கிழக்கினிலே
   அருளும் பொருளும் அளாவியவாழ்க்
   ஆனந்தத் தேனமு தாகிடுமே... (கையே
   ...சக்தி

4. முக்திக்கு முக்தி கிழக்கினிலே - புது
   முயற்சிமுன் னேறுது மேற்கினிலே
   முக்தியும் வீர முயற்சியும் கூடினால்
   மூவுலகும் வெற்றி தாவி வரும்...
   ...சக்தி

5. உலகறி வோங்கிடும் மேற்கினிலே - நல்ல
   உள்ளறி வோங்கும் கிழக்கினிலே
   உலகமும் உள்ளமும் ஒன்றுபட்டால் - உயிர்
   ஒற்றுமையாக நிலவிடுமே...
   ....சக்தி

★ பெற்றோர் மனங்குளிர பிள்ளைகள் வாழ்வார்கள் ★

மா மரம்



இன்று எங்கள் பிரதேசத்து மாம்பழத்துக்குக் கொழும்பிலும் பிறநாடுகளிலும் நல்லமதிப்பு வந்திருக்கிறது. மாம்பழத்தை மூலப்பொருளாகக் கொண்டு உற்பத்திச்சாலைகள் ஆதாயத்தில் இயங்கத் தொடங்கி விட்டன. எத்தனை ஆயிரம் மாம்பழமாயினும் உடனடியாக விலைப்படக்கூடிய வாய்ப்பு வந்துவிட்டது. எங்கள் பிரதேசத்திலே நல்லமுறையில் மாங்கன்றுகளை ஒட்டுவதில் நாற்பது வருடத் தேர்ச்சி உள்ளவர்கள் இருக்கிறார்கள். இடவசதி இல்லாத வளவுகளிலும் உண்டாகி விரைவில் பயன்தரும் இனத்து மா மரங்கள் உள்ளன. நாங்கள் வீட்டு வளவுகள் நிறைய மாமரங்களை நாட்டிப் பழங்களை உற்பத்தியாளருக்கு விற்று வருவாயைப் பெருக்கலாம். மாம்பழம் சத்துள்ள பழம். முப்பழங்களில் ஒன்றென்னும் பெருமை உள்ளது.

மாந்தோப்பு

எழுதுமட்டுவாழ், இயக்கச்சி முதலிய பகுதிகளிலும் இவற்றைச் சூழவுள்ள இடங்களிலும் மாங்குளம் ஓமந்தை முதலிய இடங்களிலும் மாந்தோப்புகளை உண்டாக்கலாம். மலைநாடுகளில் தேயிலை றப்பர் தோட்டங்கள் உருவாகி நீடித்த வருவாயும் வளமும் தந்தமை போல எங்கள் பிரதேசத்து மாந்தோப்புக்கள் எமக்கு வாழ்வளிக்கத்தக்கன. மன்னார் மாதோட்டத்தால் சிறப்புற்றிருந்தது

நாம் வீணைக் கைவிட்டெறியும் மாங்கொட்டைகள் ஒவ்வொன்றும் மரமாகி ஆயிரமாயிரம் பழங்களைத் தருதல் வேண்டும். மாங்கொட்டைகளைக் கன்றுகளாக்கி நல்லமுறையில் ஒட்டி விலையாக்கலாம் வருவாயைப் பெருக்கலாம். மாங்கண்டு ஒட்டுவதில் தாவரவியல் பாடம் மாணவ மாணவிகளுக்கு நல்ல பயிற்சியை உண்டாக்கக் கூடும்.

மாவின் பயன்

மா மரத்தின் எல்லாப் பாகங்களும் மருந்தாகவோ உணவாகவோ உபயோகமானவை. ஆராய்ந்து பார்க்கும் போது வேர், பட்டை, பிசின், கொழுந்து, இலை, சருகு, பூ, பிஞ்சு, வடு எனப்படும் காய், பழம், பருப்பு ஆகிய யாவும் உபயோகமானவை.

மா மரத்தில் ஆயிரம் இனங்கள் உள்ளன. அவை யாவும் வெவ்வேறு வடிவும் பருமனும் சுவையும் உள்ளவை. பழங்களில் நிரம்பியுள்ள உயிர்ச்சத்து மிகச் சிறந்தது. மாம்பழத்தில் ஈரத்தன்மை, புரதச்சத்து, சர்க்கரைச்சத்து, அமிலம் முதலியனவும் உண்டு. இன்னும் பலவித தாது உப்புக்களும் கர்ப்பூரத்தன்மையும் உண்டு.

மாங்காயை உபயோகித்துச் சொதி, சம்பல், சட்னி, ஊறுகாய் முதலியன தயாரிக்கிறார்கள். மாங்காயைச்சீவி வெயிலில் உலரவிட்டு வற்றலாக்கிப் பின்னர் வேண்டும் போது உபயோகிக்கும் முறையும் உண்டு.

மாம்பழத்திலிருந்து சாறு, ஜெல்லி, ஜாம் முதலியன செய்கிறார்கள். மா மரத்தால் எங்கள் வாழ்வும் பொருளாதார வளமும் சிறக்கும்.

நாவலர் நன்மொழிகள்

கடவுள் நினைவு

நிற்கும் போதும், இருக்கும் போதும், கிடக்கும் போதும், நடக்கும் போதும் எப்போதும் கடவுளைச் சிறிதும் மறவாது மெய்யன்போடு சிந்திப்பதே அறிவுடையவர் கடன். இப்படிச் செய்பவரே தமக்கு இனியவர். இப்படிச் செய்யாதவர் தமக்குத் தாமே வஞ்சகர்.

தேவாலயம்

தேவாலயமாவது எங்கும் வியாபகராய் மறைந்திருக்கும் கடவுள் தம்மை ஆன்மாக்கள் வழிபட்டு உய்யும் பொருட்டுச் சாந்நித்தியராய் எழுந்தருளியிருக்கும் இடமாம்.

தேவாலயக் கிரியைகள் காலந்தோறும் தவறாமற் சிரத்தையோடு விதிப்படி செய்யப்படுமாயின், உலகத்திலே காலந்தோறும் மழை தவறாமற் பெய்யும். நென் முதலாகிய வளங்கள் பெருகும். ஆரோக்கியம் உண்டாகும். அரசநீதி நடக்கும். கல்வியறிவொழுக்கமுஞ் சமய புத்தியுந் தழைத்தோங்கும்.

பொருளாதார வளம்

கரும்பின் பொருளாதார வளம் சர்க்கரை, சீனி, கற்கண்டு முதலிய உற்பத்திகளால் அறியப்படும். தேடுவாரற்ற கருப்பஞ் சக்கைக்கும் உற்பத்தி உலகில் எதிர்காலத்தில் நல்ல பயனுண்டு என்கிறார்கள். வேண்டாப் பொருள்களில் விழுமிய பயன் காண விழைகின்ற விஞ்ஞானிகள் கருப்பஞ் சக்கையையும் இலையையுப் விட்டு வைக்க மாட்டார்கள்.

★ வாய்ச்சண்டை வலுச்சண்டைக்கு வழி ★

அருள் விருந்து

ஆதாரம்: தர்மசக்கரம்

1. நாம் எல்லோரும் மண்ணுலகில் நடமாடும் தெய்வங்கள்.
2. முகமலர்ச்சி உள்ளவன் உலகுக்குரியவனுகிருன்.
3. தொழில்களை மேம்படச் செய்பவனே மேலோன்.
4. சத்திய மார்க்கத்தில் போகிறவன் தீமைக்குப் பணிவதில்லை.
5. நல்லொழுக்கம் இச்சைகளைத் தூய்மை செய்யும்.
6. மானுட சேவை ஒப்பற்ற ஆத்ம சாதனமாகும்.
7. தனது சிற்றியல்புகளை வெல்லுதல் பெரிய வெற்றி.
8. தன்னை வென்றவனைத் தேவரும் வணங்குவர்.
9. பலவித சோதனைகளை வெல்வதே பண்பாடு.
10. முகமலர்ச்சி என்பது செலவில்லாத உபசரிப்பு.

தொண்டின் சிறப்பு

- வேற்றுமைகளை விலகச் செய்வது
- பிறவுயிர்களை மதிக்கச் செய்வது
- ஒற்றுமையை நிலை நாட்டுகிறது.
- ஐக்கிய உணர்வை வளர்க்கிறது.
- நல்லறிவை ஓங்கச் செய்கிறது.
- எல்லோருக்கும் சொந்தமாவது.

இவ்வாறு சொன்னவர் யாவர்?

1. அகிம்சை என்பது வீரத்திற் சிறந்த தீரம்
2. அகிம்சையும் சத்தியமும் தோல்வி அடையா.
3. பணிவுடமை எல்லாருக்கும் நல்லது.
4. சமுதாயத்தைப் பின்பற்றி மக்கள் பணிசெய்தல் வேண்டும்.
5. தெரியாததைத் தெரியாது என்று கூறுதல் பெருமை.
6. அறம் சிறப்பையும் செல்வத்தையும் தரும்.
7. அன்பை வாங்கவோ விற்கவோ முடியாது.
8. இல்லறம் மனிதனை மனிதனுக்குகிறது.
9. இலக்கிய ஆசிரியன் அரச புகழ் உள்ளவன்.
10. ஆண்டவனை அளந்து காண முடியாது.

(விடைகள் வேறிடத்தில்)

கனவு

நல்ல பலன் உண்டாவதற்கான கனவுக் காட்சிகள்

வீடு எரிதல், நாகபாம்பு, நீர்ப்பெருக்கம், பயிர் விளைவு, பறவைக்கூட்டம், மாமிசம், தயிர், அன்னம், யானை, எருது, கோபுரம், குளம், மலை, ஆறு, கடல், ஆகாயம், சந்தனம், தேங்காய், பழம், மஞ்சள், எழுத்தாணி, நிறைகுடம், பொன், புத்தகம், கருடன், மயில், நெருப்பு, ஆபரணம், விளக்கு,

நாடும் மொழிகளும்

	நாடுகள்		மொழிகள்
1.	அபிசீனியா	★	அம்பாரிக், அராபி
2.	அவ்கானிஸ்தன்	★	பாரசீகம், புஷ்து துருக்கி மொழி,
3.	அல்ஜீரியா	★	அராபி, பிரஞ்சு
4.	கனடா	★	ஆங்கிலம், பிரஞ்சு
5.	பின்லாந்து	★	பின்னிஷ், சுவீடிஸ்
6.	இந்துசைஞ	★	அன்னமிஸ், கம்போடியம்
7.	ஈருக்	★	அராபி, கடீஸ்
8.	கொறியா	★	சீனம், கொறியம், யப்பானியம்
9.	நோர்வே	★	லன்சிமல், றிக்ஸ்மலி
10.	பாக்கிஸ்தான்	★	உர்து, புர்சு, வங்காளம்
11.	பாலஸ்தீனம்	★	அரபு, ஈபுறூ
12.	போலந்து	★	போலிஸ், யேமன்
13.	தென்ஆபிரிக்கா	★	ஒல்லாந்து, ஆங்கிலம்
14.	ஸ்பெயின்	★	ஸ்பானியம், முஸ்க், கடலன்

(இலங்கை ★ சிங்களம், தமிழ், ஆங்கிலம்)

சர்க்கரை

மனிதன் கண்ட முதல் உணவுப் பண்டம் தேன். அடுத்ததாக அவன் செய்யக்கண்ட தயாரிப்பு சர்க்கரை. சர்க்கரை முதன் முதலாகப் பார்த நாட்டிலேதான் தயாரிக்கப்பட்டது. அதுவும் தமிழ்நாட்டிலே தான் முதலில் தயாரிக்கப்பட்டு அப்பயிற்சி நாளடைவில் வடக்கே பரவியது.

வடக்கே பரவியபின் அதர்வ வேதம், அர்த்த சாஸ்திரம், மனுஸ்மிருதி முதலிய பழைய நூல்கள் சர்க்கரையை வெகுவாகப் பாராட்டின. இற்றைக்கு 1500 ஆண்டுகளுக்கு முன்னர் பாரத நாட்டுக்குச் சென்ற சீனர் சர்க்கரைச் செய்கையைப் பயின்றதாக வரலாறு கூறுகிறது. பாரசீகர் இக்கலையைப் பயின்று மேற்கு நாடுகளுக்குப் பழக்கினுர்கள். சீனியிலும் சர்க்கரையே முந்தியது. சீனியைச் சர்க்கரை என்றே தமிழ் நாட்டவர் வழங்குகின்றுர்கள்.

வேலுக்கு வழங்கும் திருநாமங்கள்

கதிர்வேல், வடிவேல், வஜ்ரவேல்,
படைவேல், தனிவேல், அயில்வேல்.

★ ஞானம் இல்லாத மனிதன் பாலில்லாத மாடு ★

சிவானந்த சீலம்

1. பயனேடுவாழ். பலருக்கும் தொண்டு செய்.
2. புகழ்ச்சியில் பூரிக்காதே. இகழ்ச்சியில் புண்படாதே.
3. சோம்பித்திரியாதே. சோகமுற்று இராதே.
4. வருமுன் காத்துக்கொள். வளமாக வாழ்.
5. அறியாமையை ஒழி. அகங்காரத்தை அடக்கு.
6. உண்மை பேசு. உத்தமனுக வாழ்.
7. முயற்சி செய். கடவுளை நினை.
8. பேராசையை விடு. பேரின்பத்தை நாடு.
9. நல்லதை நினை. நாட்டுக்குத் தொண்டு செய்.
10. யோகத்தைப் பழகு. ஞானத்தை அவாவு.

பொருமை, துவேஷம், சந்தேகம், பழிவாங்கும் மனேபாவம், பெருமை, சுயநலம், முதலியவை களைகள் போன்றவை. இவற்றைக் களைந்து எறிந்துவிட்டு அன்பை உனது இதயப் பூங்காவில் பயிரிடு. அது தெய்வீகமானது.

இயற்கை அறிவு

1. கன்றுக்குட்டி, ஆட்டுக்குட்டி தாயிடம் பால் பருகுகின்றன.
2. முதலை, முட்டை பொரித்ததும் நீரைத் தேடி ஓடுகிறது.
3. கோழிக்குஞ்சு நிலத்தில் உணவைத்தேடித் தின்கிறது.
4. பறவைகள் ஒரே விதமான கூடுகளைக் கட்டுகின்றன.
5. எறும்புகள் மழைக்கு அஞ்சித் திட்டை ஏறுகின்றன.
6. ஆடுகள் அங்குமிங்கும் ஓடி நுனிப்புல் மேய்கின்றன.
7. ஒட்டகம் வேப்பம் இலையை விரும்பித் தின்கின்றது.
8. மீன் குஞ்சுகள் தாமாகவே நீந்திக்கொள்கின்றன.
9. பூனைக்குட்டி எலியைக் கண்டதும் துரத்துகின்றது.
10. நாய்க்குட்டி தானுகவே குரைக்கின்றது.
11. யானைகள் தங்கள் கூட்டத்துத் தலைவனை மதிக்கின்றன.
12. குரங்குகள் தாமாகவே பல்லை இளிக்கின்றன.
13. நாய் தன்னை வளர்ப்பவரிடம் வாலை ஆட்டுகிறது.
14. மயில் தானே தோகையை விரித்து ஆடுகிறது.
15. சேவல் காலைப்பொழுதில் தானே கூவுகிறது.

மனிதர்களின் தீய குணங்களைப் பித்தளைத் தகட்டில் பொறிக்கிறோம், அவர்களின் நற்குணங்களை ஓடும் தண்ணீரில் எழுதுகிறோம்.

— ஷேக்ஸ்பியர்

தொகை விளக்கம்

(முற்றொடர்)

இரண்டு

26.	அவத்தை	கேவலாவத்தை, சகலாவத்தை
27.	அழியாதவை	கடவுள், ஆன்மா
28.	அறிவு	நல்லறிவு, புல்லறிவு
29.	அன்பு	உள்ளன்பு, வெளியன்பு
30.	அஃறிணைப்பால்	ஒன்றன்பால், பலவின்பால்
31.	ஆகமஞானம்	சிவபேதம், உருத்திரபேதம்
32.	ஆகம பேதம்	அபரஞானம், பரஞானம்
33.	ஆகமப் பிரிவு	கிரியாகாண்டம், ஞானகாண்டம்
34.	ஆகமவகை	ஆகமம், உபாகமம்
35.	ஆசாரியர்	தீட்சாகுரு, வித்தியாகுரு
36.	ஆசை	இம்மையாசை, மறுமையாசை
37.	அருள்முறை	மர்க்கடம், மார்ச்சாலம்
38.	ஆணை	கடவுள்ஆணை, அரசாணை
39.	ஆத்மா	சீவாத்மா, பரமாத்மா
40.	இந்திரியம்	கன்மேந்திரியம், ஞானேந்திரியம்
41.	அயனம்	உத்தராயனம், தட்சணயனம்

காலந்தவருமை

"காலம் பெறுமதியானது. காலத்தை வீணுக்காதீர்கள்" என்று தொழிலதிபர் ஒருவர் சொன்னுல் மற்றவர்களுக்கு என்னவோ ஒரு மாதிரி இருக்கும். ஆனுல் காலந்தவருமை வாழும் வழி என்று பெரியோர் கூறுவர்.

அறுபது இரத்தினக்கற்கள் கொண்டு இழைத்தமாலை தொலைந்து போயிற்றே! அதற்கு எவ்வகையினும் ஈடுசெய்ய முடியாதே. அதை மீளப்பெறவியலாதே! போனது போனதுதான் என்று ஒருவர் கூறினுர்.

என்ன ஐயா நான் ஐந்து நிமிட நேரம் தானே பிந்தி வந்தேன் என்ருர் மற்ருெருவர். ஆமாம் நீர் ஐந்து நிமிடம் பிந்தி வந்தது உண்மைதான். ஆனுல் உமக்காக நாங்கள் பன்னிரண்டு பேர் காவலிருந்தோமே. எங்கள் நேரத்தில் ஒருமணி நேரத்தை வீணுக்கி விட்டீரே என்ருர் அவர்.

ஆதாரம்: நல்வழி

★ நல்லதை நினை. நாட்டுக்குத் தொண்டு செய் ★

பனை வளம்

எங்கள் நாட்டின் தேசிய செல்வப் பயிர்களில் ஒன்றான பனை எங்கள் பிரதேசத்தின் நிலையான பயிர். பாரம்பரியமான பயிர். அடிமரத்தில் அகன்று விரிந்து வளரும் வேர் தொடக்கம் நுனி மரத்தின் குருத்தோலை ஈறாகப் பனையின் மூலப் பொருள்களிலிருந்து எண்ணூறு உற்பத்திப் பொருள்களைச் செய்யலாம் என்று முன்னரே கண்டனர். அரிய மருந்தாகவும் உணவாகவும் பயன் தரும் பனை ஆயிரம் ஆண்டுகள் ஈவதில் குறைவில்லாதது. உயிர்ச்சத்தும் ஊட்டச்சத்துமுள்ள பனை, ஊருக்கு லட்சுமி போலச் செல்வந்தருவது. எழுதிப்படிக்க ஏடுகள் தருவதோடு அது ஏழைகள் வாழ்க்கைத் தரத்தை உயர்த்தப் பன்ன வேலைக்குச் சொன்னவண்ணம் குருத்தோலை தருவது. ஏழைகட்கும் செல்வர்கட்கும் இரங்கும் பனை, ஐயமென வந்தவர்க்கும் ஆதரவு தருவது. ஒடியல் வகைகளுக்கு உரிய பனை, கால் நடைகளுக்கு ஓலை தந்து உதவுவது. ஔடதம் எனப் புலவர்கள் போற்றிய பனை. எங்கள் வாழ்வின் முதற்பொருள், நாம் வசிக்கும் இடத்தின் முதல் வளம். அது கார் மழையைத் தருவதோடு கைத்தொழிலுக்கும் வழிகாட்டுவது. பசு வளர்க்க உதவியான பனை, பசுப்பாலையொத்த பதநீரும் தருவது. பசிப்பிணியை நீக்கும் பனை பஞ்சத்தைப் போக்குகிறது.

பனையின் உபயோகம் பாமரர்க்குந் தெரியும். அது கட்டாந்தரையினும் செழிப்புடன் வளர்வது. இயற்கை அன்னை அளித்த ஈடற்ற செல்வம் பனை. பனைத்தொழில் நம் முன்னோர் வளர்த்த தொழில். அதன் ஓலைத்தொழில் ஓய்வுநேர வேலை தருவது. குறைந்த மூலதனத்தைக் கொண்டு நிறைந்த பலன் பெறவும் நாட்டின் நலமும் வளமும் பெருகப் பனையை வளர்ப்போம் என்று தமிழ் நாட்டில் பனையபிவிருத்தி செய்கிறார்கள். நாமும் பனையை வளர்ப்போம் பயனைப் பெறுவோம் என்று பிரசாரஞ் செய்து பனைவளம் பெருக்கப் புறப்பட்டோம்.

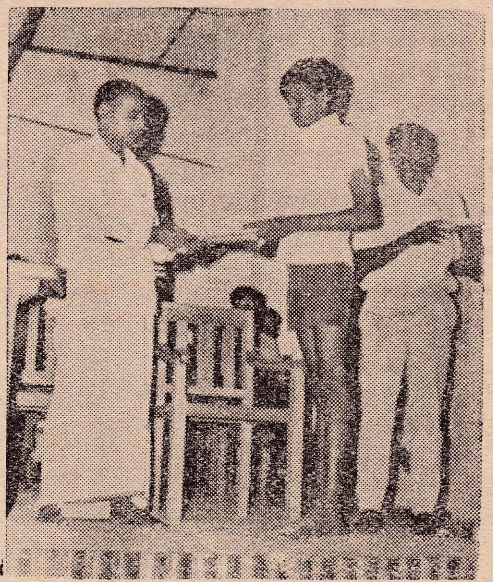
எங்கள் வாகனங்களில் பறக்கும் பனைக்கொடிக்கு நல்ல வரவேற்புக் கிடைத்தது. ஆண்டுதோறும் தனிப்பட்ட பெரியோர் பலரும், சனசமூக நிலையங்களும், பாடசாலைகளும் பல்லாயிரம் பனம் விதைகளை உபகரித்தார்கள். அவ்விதைகளை நாம் வரண்ட பகுதிகளிற் குடியேற்றப் பிரதேசங்களில் நாட்டுவதற்கு விநியோகஞ்செய்தோம். குடியேற்றப் பகுதிகளில் பனம் விதைகள் முளைத்து நிலவடலிகளாய் விட்டன. அவை இனிக் கருக்கு வடலிகளாய் அதன் பின் கங்குவடலிகளாகும்.

கங்கு வடலிகளுக்குப் பொருளாதாரத் துறையில் நல்ல வாய்ப்புக் கிடைக்கும். கங்குமட்டையின் அடிப்பாகத்தை அடித்துச் சீப்பிட்டு அருமையான தும்பு எடுப்பர். உயர்ந்த தரத்துத் தும்பு பலவிதமான தூரிகைகள் துடைப்பங்கள் செய்ய உதவும்.

பனை பழுக்கத் தொடங்கிவிட்டது. பனம்பழம் விழும் பருவகாலம் அண்மையில் உள்ளது. நீங்கள் பனம்பழத்திலிருந்து அதன் களியைக் கறந்துவிட்டு உலர்ந்த விதைகளை எம்மிடம் உபகரித்தால் நாம் இவ்வருடமும் முன்னர் திட்டமிட்ட வண்ணம் அவ்விதைகளை நாடெங்கும் விநியோகஞ்செய்து பனைவளம் பெருக்குவோம்.

பனம் விதைகளை எமக்கு உபகரிக்கும் உங்களுக்குச் சான்றிதழும் பட்டமும் வழங்குவோம். நீங்களும் பனைவளம் பெருக்கிய பண்பாளர் ஆவீர்கள். எங்கள் பனை அபிவிருத்திக்குப் பல்லாயிரம் பனம் விதைகள் பருவகாலந்தோறும் வேண்டும். இன்றுள்ள 77 லட்சம் பனைகளை ஒரு கோடி பனைகளாக நிலவச் செய்வோம்.

பனையைத் தறிக்காதீர் — பயனைக் குறைக்காதீர்



மில்க்வைற் தொழிலதிபரின் பனைவளம் பெருக்கும் திட்டத்துக்கு உதவியாகப் பல்லாயிரம் பனம் விதைகளை உபகரித்த மகாஜனக் கல்லூரி மாணவர்களில் ஒருவர் 'பனைவளம் பெருக்கிய பண்பாளர்' என்னும் பட்டமும் சான்றிதழும் பெறும் காட்சி.

ஆன்மவிசார அருள் வாக்கியங்கள்

1. தன் குற்றங்களைத் தான் அறிந்தவன் அறிவாளி.
2. பொறுமையாளனுக்கே பிறர் குற்றம் விளங்கும்.
3. விருப்பு வெறுப்பு உள்ள வேறுபாடு நமது குற்றம்.
4. மெய்யுணர்வுக்கு உடன்பட விடாது மறைப்பதே துரோபவம்.
5. குற்றவாளியை நிந்திக்கின்றவனும் குற்றவாளியே.
6. மெய்யுணர்வு இல்லாதவனுக்குப் பிறர் குற்றமே தெரியும்.
7. மெய்யுணர்வு உள்ளவனுக்குத் தன் குற்றமே தெரியும்.
8. துன்பநிலையில் அச்சமில்லாவிட்டால் அது துன்பமல்ல.
9. சுகதுக்கங்களில் துக்கம் மருந்து போல்வது.
10. அதிகமாக வருந்துகிறவன் பரலோகத்துக்கு விரைகிறான்.

★ தியானம் பழகினால் மனம் கோணலாகாது ★

காய்கறிப் பயிர்களை நாசஞ்செய்யும்
பூச்சி புழுக்களை உடனடியாக நீக்குவதற்குக்
கைகண்ட தயாரிப்பு.

நீமாரொக்ஸ் கிருமிநாசினி
****

இதைத் தண்ணீரில் ஊறவைத்துத் தெளிக்கவும்.

★ இது ஒரு மில்க்வைற் தயாரிப்பு ★

சிவானந்தர் வழியில் சிதானந்தர்

நாம் நமக்காக அல்லாமல் மற்றவர்களுக்காக வாழ்கின்றோம் என்பதை நமது பண்பாடு கற்பிக்கிறது. நாம் அரை வயிறு உண்டு மற்றவர்களின் பசியைப் போக்குதல் வேண்டும். வாழ்வின் இரகசியம் இதுவே. இதையே வாழ்க்கை என்று சொல்லுகிறோம். இதில்தான் மனித வாழ்க்கையின் உண்மை இருக்கிறது.

நீங்கள் உடல் அல்ல. மனமும் புத்தியும் அல்ல. நீங்கள் திவ்வியமானவர்கள். மகான்கள். நீங்கள் எலும்புகளாலும் சதைகளாலும் ஆன இந்த நாசமடையும் உடலாலும், மாறுபடுகின்ற மனதாலும், புத்தியினாலும் வேறுபட்டவர். நீங்கள் நிர்விகல்பம், மாறுதல் இல்லாத, எல்லையற்ற, கண்களுக்குத் தெரியாத ஆத்மா. நீங்கள் வீணாக விஷய வாசனைகளினாலும், கஷ்டம் தரும் நிலைமைகளிற் கிடக்கின்றீர்கள். விழித்தெழுங்கள். தன்னைத் தானே தெரிந்துகொள்ளுங்கள்.

மாதர் பகுதி

நாரியர் உயர்ந்தால் நாடுயரும். நாட்டின் உண்மையான போஷகர் பெண். மனித சமுதாயத்தின் தலைவிதி பெண்ணின் கையிலே தங்கியுள்ளது. நாகரிகத்தின் உண்மையான பாதுகாப்பாளர் பெண் பாரத நாட்டில் மைத்திரேயி, கார்க்கி, ஒளவையார், ஆதிமந்தியார், புனிதவதியார், திலகவதியார், மங்கையர்க்கரசியார் மாண்புமிக்க பெண்ணரசிகளாவர். தர்மத்தைப் பேணிப் பாதுகாப்பவள் பெண்.

மானிட வர்க்கத்தின் தாய் பெண். அவள் வீட்டுக்கு லட்சுமியும் தெய்வமுமாவள். ஆணின் நல்ல அரைக் கூறினள் பெண் என்று ஆங்கிலேயர் கருதுவர். உலகுக்கு ஆணும் பெண்ணும் இரு கண்கள் போன்றவர்.

பெண் தன்னலமற்ற தியாக உள்ளமும், நல்ல சமுதாயத்தை உருவாக்கும் தூய உள்ளமும் உண்மை அன்பும், கற்பின் திண்மையும் அளப்பரிய பேராற்றலும் உள்ளவள்.

இதிகாசங்களில் வருகின்ற சீதை, சாவித்திரி, தமயந்தி, நளாயினி, அனுசூயை, திரௌபதி தூய்மையிலும் மென்மையிலும் புகழ்பெற்றனர். தூய்மை, தீரம், பொறுமை முதலிய குணங்கள் பெண்ணுக்கு அணிகலன்கள்.

காரியங்கள் செய்வதில் அமைச்சர் போலவும், பணிவிடைகள் செய்வதில் பணிப்பெண் போலவும், தர்மச் செயல்களில் துணைவியாகவும், பொறுமையில் பூமியைப் போன்றும், அன்பு செய்வதில் அன்னை போன்றும் இருப்பவள் லட்சியப் பெண் என்பது வான்மீகி ராமாயணம்.

DIVINE NECTAR

by

Swami Sivananda

22. Do not be hasty. Restrain your emotions.
23. One of the greatest needs of life is meditation.
24. Enter the silence. Listen to the Lord.
25. Wish good to all beings.
26. Control the tongue to control all desires.
27. Smoking is a greater curse than drinking.
28. Peace is in the heart of desireless man.
29. A real hero rejoices in suffering.
30. A racant mind is ever distressed.
31. Continue Japa in meditation.
32. Your only duty is to realise God.

யாழ்ப்பாணம் சாந்தி அச்சகத்தில் அச்சிட்டவர் திரு. தி. நாகரத்தினம். யாழ்ப்பாணம மில்க்வைற் சவர்க்காரத் தொழிலகத்தின் சார்பாக வெளியிட்டவர்; ''சிவநெறிப்புரவலர்'' க. கனகராசா ஜே. பி. அவர்கள்.
கௌரவ ஆசிரியர்: திரு. க. சி. குலரத்தினம். 1-7-77.