சுக

வாழ்விற்கு

எளிமையான

எண்ணங்கள்

(பாகம் - 11)

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

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

குறிப்பு

"வாழ்க்கை என்றால் தினம் தினம் ஏதாவது கற்றுக் கொண்டே இருப்போம். வாழ்ககை என்ற புத்தகத்துக்கு புதுப் புது அத்தியாயங்கள் சேர்த்துக் கொண்டே இருப்போம். எனவே அக்கற்றலுக்கு தெளிவான எண்ணங்கள் ஆதாரமாக இருக்கு மென்பது என் பணிவான கருத்தாகும்.

- 2012ம் ஆண்டளவில் "என்னில் தெளிந்த எண்ணங்கள் என்னும் சிறு நூல் ஒன்றை வழங்கியி ருந்தேன். அன்று அநேகர் உற்சாகப்படுத்தியி ருந்தனர் எனவே அனைத்தையும் மனதில் இருத்தி "சுகவாழ்விற்கு எளிமையான எண்ணங்கள்" என்னும் சிறு நூலை தருவதில் மகிழ்ச்சியடைகின்றேன்."

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

- வாழ்கை வாழ்வதற்கே வரிசையை முறிக்கலாமா?
- பல பாடங்களை உள்ளடக்கியதே வாழ்க்கை.
- சந்தர்ப சூழல்கள் வாழ்க்கையை தீர்மானிக்க அனுமதிக்கலாகாது.
- ஒவ்வொரு நாளும் ஏதோ படித்துக் கொண்டே இருக்கின்றோம்.
- மானிடப் பிறப்பு அரிதென்றால், அதன் மேன் மையை தூக்கி நிமித்துவது எங்கள் பொறுப்ப ல்லவா?
- சந்தோஷம் என்றால் குளிர்மையான உணர்ச்சி.
- குழந்தாய், நீ நடமாடும் மலர், வாசனையை பரப்பிய வண்ணம் நடமாடு.
- நல்லவன் மற்றவனை தீயவன் என்று சொல்லு வானோ?
- தம்பி உனக்குள் இருக்கும் திறமையை அறியாய்.
- சாத்தியமில்லை என்பதை, சாத்தியமாக்குவது உன்திறமை.
- இன்பம், துன்பம் எங்கள் படைப்பல்லவா? எனவே எங்கள் படைப்புகளால், படைப்புக்கள் வருந்த லாமா?

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

- வாழைதான் வாழைப்பழம் தரவேண்டும் எங்கள் உணர்வுகள் அனைவரையும் வாழ வைக்க வேண்டும்.

- இன்பம் இலேசாகவும், துன்பம் சுமையாகவும் இருக்கும்.

- நான் பூமியின் விருந்தினர்களில் ஒருவன்.

- பிறப்பு - வாழ்வு - இறப்பு என்ற வரிசையில் வாழ்வே என் கையில்.

- பதட்டப்படாதே சும்மா இரு.

- அன்பு பேசுவதற்கும் எழுதுவதற்கும் அல்ல. பகிர்ந்து கொள்ள மட்டுமே.

- நேரத்தை பயனாக்குவதும், வீணாக்குவதும் நாமே.

- பொறுப்புணர்தல் பெரிய விஷயம்.

- பொறுப்புத் துறப்பு பலவீனம்.

- ஜனனம் மரணம் என்ற துருவங்களுக்கிடையில் ஓடுவது வாழ்க்கை நதி.

- மாலைமரியாதை விரும்பாதவர்களுக்கும் இறுதியில் போட்டிடுவார்கள்.

- அடித்தகைதான் அணைக்கும் என்றால் அடித்துப் போட்டு தான் அணைக்க வேண்டுமா?

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

- மேடையில் போட்ட வேடத்தை வாழ்க்கையிலும் போடாதே.
- தரித்த வேடத்திற்கேற்ப நடி.
- தோன்றுவதெல்லாம் மறைந்து விடும்.
- எந்த வளர்ச்சியும் தொடருவதில்லை.
- கதிரவனும் கதிரும் உயிரும் உடலும் போலவே.
- சிலர் நிழல் போல் தொடருவேன் என்பார்கள், ஆனால் நிழல் முன்னாலும் போகும்.
- புலன்களின் ஆரவாரம் எல்லையை மீறுகின்றது.
- புலன் உறுப்புகள் தாங்கள் நினைத்தவாறு இயங்க அனுமதிக்கலாமா?
- நேசிப்பவராகிய கடவுள் அச்சப்படுத்துவர் அல்லர்.
- "சந்தேகம்" நிம்மதியை விழுங்கிவிடும்.
- சந்தேகம் ஒரு கொடிய கிருமி.
- சந்தேகப்படுபவர் உருப்படமாட்டார்.
- தர்ம வழி அடைக்கப்பட்டு விட்டது.
- நல்லதை நினை நல்லாய் இருப்பாய்.
- நேரத்தை மதிப்பவன் கட்டுப்பாடுடையவன்.

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

- மாணவ, நேரத்தை மதி. இல்லாது விட்டால் பின்னர் வருந்துவாய்.

- ஓய்வு எப்பொழுதென்றால் என்னத்தைச் சொல்ல, எப்பொழுதும் ஓய்வுதான்.

- ஓய்வாகு பதட்டப்படமாட்டாய்.

- செல்வமும் வேணும்; தேடும் முறையில் தர்மமும் வேணும்.

- அன்பனே உன் வாழ்க்கை முறை அடுத்தவருக்கு பரிசாக அமையட்டும்.

- போட்ட கணக்குகள் தீர்ந்த பாடில்லை புதிய கணக்குகளைப் போடலாமா?

- சோர்வும் சோம்பலும் சோகத்தின் அறிகுறி.

- ஆண்டியையும் அரசனையும் ஒருமைப்படுத்துவது நித்திரை விழித்ததுமே தங்களை அறிவார்கள்.

- ஏதாவது தங்கள் தேவைக்காக மட்டும் உன்னை அழைத்தால், சந்தோஷப்படு ஏனெனில் அவர்களுடைய இருண்ட நேரத்தில் ஒளியாக இருக்கின்றாய் அல்லவா!

- தீர்விற்கு வரமுடியாமலிருப்பதற்கு, முரண்பாடுகள் 10% என்றால், குரல் வளம் 90% ஆக இருப்பதேயாகும்.

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

- பொக்கட் காலியாக இருந்தாலும் நிரம்பி யிருந்தாலும் எண்ணங்கள் தோன்றலாம்.
- அழகான வாழ்க்கையை அவலட்சணப் படுத்தாதே.
- பிரச்சனைகளுடன் வலியும் சேர்ந்திடும்.
- உன்னைத் தெரிந்தவர் நீ ஒருத்தனே.
- அன்பனே, தீங்கு செய்தவனுக்கு நல்லது செய்வது உன் பிறவிக்குணம்.
- உன்னுடைய கோபம் முதலில் உன்னேயே தண்டிக்கும்.
- உன் கையில் உள்ளதே நிஜம்.
- தன் தன் பணியைச் செய்தால் பிரச்சனைகள் ஏது?
- அதையும் இதையும் நினைத்து உக்கிப் போனாய், நினைவை நீட்டாதே.
- சாராம்சமாகு இது காலத்தின் தேவையாகும்.
- தன்னை அளப்பது விவேகியின் செயல்.
- அன்பனே தேடிய பணத்தை மட்டும் எண்ணலாம் அல்லவா?
- பக்குவப்படு, நிம்மதியாக இருப்பாய்.
- சமரசமாகு சந்தோஷமாக இருப்பாய்.

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

- மூட் அவுட் என்றால் சூட்சும கோபம்.
- செயலிலும் பேசும் மொழியே வலிக்கும்.
- குணப்படுத்து, குணசீலன் ஆவாய்
- அங்கலாய்ப்பு வரப்போவதை தடுக்குமா?
- தலை கீழாக நடப்பதால் உலகம் தலை கீழாகத் தொங்குகின்றது.
- சமயங்களை உருவாக்கிய நோக்கம் இன்னமும் பூரணப்படுத்தப்படவில்லை என்றே நினைக்கின்றேன்.
- விதை ஒன்று பழங்களோ எண்ணற்றது ஒரு பழத்தின் விதைகளை எண்ணலாம் அவ்விதை தரும் பழங்களை எண்ணலாமா?
- சிறு வயதில் முதியவர்களைக் காணும் போதெல்லாம் எனக்கும் அவர்களுக்கும் இருக்கும் வெளியை கற்பனை செய்வேன், ஆனால் நினைப்பு ஓய முன்னரே முதுமை கவ்விக் கொண்டது.
- "எல்லாம் அவனே" என்போம், பின்னர், "என்னாலும் முடியும்"என்றும் சொல்லுவோம்.
- இளையவனே, முதியோரை உதாசீனம் செய்யும் போதெல்லாம் உன் பாட்டன், பூட்டன், ஏன் பெற்றோரையும் நினையப்பா.

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

- அறியாமைகள் தொங்கிக் கொண்டு நின்றால், எப்படி வாழ்வைச் சீராக்குவது.

- தனக்குத் தனக்கு வரும் போதே உணருதலும் அதிகரிக்கும்.

- குழந்தை அழுவதில் நியாயம் இருக்கும் நீ அழுவதில் என்ன நியாயம்.

- கடந்த 30 வருடங்களுக்குள் முடிச்சுப் போட்டு வைத்திருந்தவைகள் அவுட்டு விடப்பட்டு விட்டது. எப்போவோ முடிந்த காரியங்களை யார் அறிவார்.

- மனக்குழப்பத்திலிருந்து பிறப்பதே, உலகக் குழப்பம்.

- உன்னையும் என்னையும் நகர்த்துவது ஒரே சக்திதான்.

- அடுத்தவனை கண்காணிக்க துடித்தால் உன்னைக் கண்காணிப்பது எப்போது?

- உன் குறைகளை அமுக்கி அடுத்தவன் குறைகளை நீந்த வைக்காதே.

- எல்லோரையும் மனத்தில் இருத்து.

- உலக விவகாரங்களால் உறிஞ்சப்படாதே.

- பரத நாட்டியம் ஆகும் குழந்தையின் முக பாவத்தை வர்ணிப்போம், அடிக்கடி மாறும் முகத்தை வர்ணிப்பது யார்?

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

- முகம் தான் வாசல், அனைத்தும் அதனூடாகவே செயல்படுகின்றது.
- எது நம்பிக்கை, எது மூடநம்பிக்கை, யார் அறிவார்,
- அவரவர் நம்பிக்கையோடு வாழட்டுமே.
- நீ அலைவது போதாதென்று மனத்தையும் ஏன் அலையவைக்கின்றாய்?
- 10 நிமிடம் சும்மா இரு, உலகம் உனக்குள்ளே அடக்கம்.
- கடன் விட்டுச் செல்லாதே.
- நீதி, நியாயம், நேர்மை ஊசலாடுகின்றன.
- அழிக்காதே, தழைக்கவை.
- குற்றம் காணுதல் பழக்கமானால் வாழ்வது எப்போது.
- தவறுகளை ஏற்பது பலம், திருத்துவது இரட்டிப்பு பலம்.
- எவரையும் கட்டிப் போடவேண்டுமானால் அது அன்புக்கயிறாக இருத்தல் வேண்டும்.
- சுடுநீரும் நெருப்பை அவிக்கும், ஆனால் ஆணவம் ஆணவத்தால் அவியாவது
- இன்றைய பொது எதிரிகள் கோபமும் காமமும் எனலாம்.

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

- சக்கர அமைப்பைக் கொண்ட உலகிலே எதுவும் நிரந்தரமாக இருக்க முடியாது.
- மனத்தின் மூலைகளில் எதையும் ஒழித்து வையாதே.
- கண்களை பார்த்து பேசவே கண்கள் முன் வைக்கப்பட்டுள்ளன.
- தம்பி மற்றவர்களிடத்தில் தேடிப் பிடிப்பது உன்னிடத்திலும் இருக்கின்றன.
- சொல்லிச் செய்வது சேவையாகுமா?
- நல்லவர், தீயவர் என்று எப்படியப்பா பிரிக்கின்றாய்.
- செத்தவன் போல் இரு, எல்லோருக்கும் சுகம்.
- கண்களால் மட்டுமல்ல மனமும் பார்க்கும்.
- நடப்பது கால்களால் மட்டுமல்ல மனத்தாலும் நடக்கலாம்.
- ஆசைகள் தீவிரமானால் சாம்பலாக்கு.
- உடல் மாற்றத்தையே மரணம் என அழைக்கின்றார்கள்.
- தன்னை நேசிப்பவனை கடவுளும் நேசிப்பார்.

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

- அன்பனே நீ போகின்ற பாதையே அனைவருக்கும் எனவே சரியான வழியைக் காட்டிவிடு.
- இனிமையாக பேசி, அன்புக்காட்டிய நேரம் உனக்குச் சொந்தம்.
- ஒழுங்கில் இருந்து பிறந்ததே 'ஒழுங்கை'.
- இன்று நிஜத்தைத் தேடி எங்கே போவது.
- 'உதவு'என்ற சொல் மதிப்பு வாய்ந்தது, ஏனெனில் உதவவே வாழுகின்றோம். இங்கே மனத்தாலும் உதவலாம்.
- ஊதாரித்தனம் பட்டினிச் சாவிலும் கொண்டுபோய் விடலாம்.
- உடல் சாம்பலாகினாலும், உண்மை சாம்பலாகாது.
- திருத்திப் பேசு, திரிச்சுப் பேசாதே.
- வாழ்ந்த காலத்தை மற வாழும் காலம் சிறப்பாகும்.
- உல்லாச புரி உனக்குள்ளேதான்.
- எதையும் வேண்டாதவனுக்கு தட்டுப்பாடேது.
- வசதிகளுடன் எளிமையும் வேண்டும், அதாவது வசதியான வாழ்க்கை எளிமையைக் காட்டவேண்டும்.

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

- சொத்துக் குவிப்பு ஏன்? என்ன செய்யப் போகின்றாய்?
- வாழ்க்கை என்றால் தேர்வுகளும் வரும்.
- சந்தோஷம் வேண்டி எதையும் செய்யலாமா?
- அரசியல் நாகரிகம் வற்றிப் போய்விட்டது?
- மற்றவனை வருத்தி வாழவேண்டுமா?
- மெய்யும் பொய்யும் கலந்து பேசாதே.
- விட்டுக் கொடப்பா. அது உன் பலம்.
- அவதானித்து பதிலளிப்பது பண்பு.
- எல்லோருக்கும் எல்லாம் தெரிவதில்லை ஆனால் எல்லோரும் ஏதாவது தெரிந்திருப்பார்கள்.
- ஓடும் நதியில் எவரும் அள்ளலாம், திறந்த மனத்தை எவரும் அணுகலாம்.
- மற்றவர்கள் அணுகக் கூடியதாக நடந்து கொள்.
- அளவோடு பேசினால் அனைவருக்கும் சுகம்.
- அக/புற சுத்தம் இல்லாது சுகவாழ்வு சாத்தியமா?
- பணிவுடையோனுக்கு, அச்சமேது, பதற்றமேது, வன்மம் ஏது, எதிர்பார்ப்பேது.

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

- பதற்றம் வாழும் காலத்தை குறைத்து விடும்.
- சமயங்கள் மனிதனை உருவாக்க தவறிவிட்டன.
- கலியுகி மனங்கள் அட்டகாசமாக மோதுகின்றன.
- ஆன்மீகம் மனிதனை முழுமையாக்கும்.
- மதமாற்றம் வேண்டாம், மனமாற்றம் போதும்.
- மதத்தில் ஒன்றுமில்லை; எல்லாம் மனத்தில்தான் தான்.
- பார்த்த சினிமாவை பார்க்க மாட்டோம், பார்த்த காட்சிகளே மீண்டும் மீண்டும் தோன்றுகின்றன.
- அழும் குழந்தைக்கு பொம்மை, மீனுக்கு தூண்டிலில் இரை ஏமாத்துபவருக்கு ஒன்றும் அவசியமில்லை.
- மழை இடத்தை தெரிவு செய்வதில்லை; நாங்கள் மனிதர்களை தெரிவு செய்வோம்.
- ஒவ்வொரு துளியும் நதிக்கு முக்கியம், மாணவ, ஒவ்வொரு விநாடியும் உனக்கு முக்கியம்.
- "முழுதும் உண்மை" என்ற உண்மை உணரப்பட்டால், உல்லாசமாக வாழலாம்.
- தன்னை அறிந்தவருக்கு, சமயமேது, சடங்கேது, சம்பிராதயமேது, தனிமை ஏது, பயமேது.

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

- ஆரம்பத்தில் மரத்தின் தயவை வேண்டி நிற்கும் கொடி, பின்னர் அதை மறைத்து விடும், அவ்வாறே சிலர் ஆரம்பத்தில் தாழ்மையாகவும் போகப் போக வேறு விதமாகவும் நடந்து கொள்வர்.
- பயணம் வில்லங்கமாக இருந்தாலும் அடைய வேண்டிய இடம் மகிழ்ச்சியாக இருக்கலாம்.
- ஒத்துப்போவது ஒத்துழைப்பு.
- எவரும் உன்னை விரும்பாது விட்டாலும், தம்பி, நீ அனைவரையும் விரும்புகிறாய் அல்லவா.
- விட்ட பிழையை விட்டுக் கொண்டிருந்தால் எப்போது சரிசெய்வது.
- குணங்களுக்கும் முகங்களுக்கும் தொடர்புண்டு.
- என் நினைப்புக்களே என்னைச் சங்கடப்படுத்தும்.
- உன்னை மறந்தவர்களையும் நினைவில் இருத்து.
- இன்று குடும்ப அன்பின் மதிப்பு என்ன?
- பற்று பதற்றத்தைத் தரும்.
- பற்றில் பற்று வையாதே.
- காமம், கோபம், ஆசை, வன்முறை இன்றைய ஆட்சியாளர்கள்.

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

- ஒவ்வொரு சமயத்திற்கும் ஒவ்வொரு கடவுளானால், தன்னை எப்படி அறிமுகப்படுத்தி இருப்பார் என்பது வியப்பாக இருக்கின்றது.

- நீ ஒருவன், நான் ஒருவன், அவ்வாறே கடவுளும் ஒருவர். அவ்வளவுதான்.

- வாழ்க்கையை நடித்துக் காட்டலாம், ஆனால் வாழ்க்கையை நடிப்பாக்கலாமா?

- நாங்கள் பாவிகள் அல்லர், ஆனாலும் பாவச் செயல்கள் தவிர்க்கப்படல் வேண்டும்.

- மனிதன் மனிதனை வதைக்கின்றான், வதைப்பு மனித சாதியுடன் மட்டும் சம்பந்தப்பட்டது.
- சிலுவையில் அறையப்பட்டது எப்பவோ எடுத்த முடிவு, யாம் அறிவோம்.

- மானிடம், தன்னை - இனம், மொழி தேசியம், சமயம், உயர்வு, தாழ்வு, என்ற வகையில் பிரித்து வருந்துகின்றது.

- வளர்ப்பு, கவனிப்பு, அன்பு, கருணை, சகிப்பு, அர்பணிப்பு, இனிமை, சினம், கொள்ளாமை உடையவர்கள் தாய் ஸ்தானத்தில் உள்ளவர்கள்.

- நீதி, நியாயம் எங்கே?

- மனிதனுடைய தீர்ப்பில் குற்றம் (flaws) இருக்கவே செய்யும்.

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

- யார் யாரைத் திருத்துவது, எல்லோரும் திருந்த வேண்டியவர்கள், வரிசையில் நிற்கின்றோம்.
- முதன்மையானவரும் இல்லை, முழுமையான வரும் இல்லை.
- சந்தோஷப்படுத்து சந்தோஷமாக இருப்பாய்.
- எண்ணுவதெல்லாம் பேசலாமா?
- தடுமாறுபவரே தடுமாறவைப்பார்.
- நீ "உடல் அல்ல" என்று சொன்ன சிவயோக சுவாமிகள் முற்சந்திக் குப்பையிலே முடங்கிக் கிட" என்றார். என்றால், ஆன்மா முடங்குமா என நாங்களே சிந்திக்க வேண்டும். அவர் வேண்டுவதெல்லாம், 'அமைதியாக இரு' என்பதாகும்.
- ஆத்மா பலமே பெரியது. மகாத்மா காந்தி, அன்னை திரேசா, நெல்சன் மண்டேலா போன்றோரின் ஆயுதம்.
- காலனுடன் இணக்கம் காணலாம். காலத்துடன் இயலாது.
- சிலர் தங்கள் வைத்தியரிடம் பசியில்லை என்பார்கள். சிலர் எந்நேரமும் பசிக்குது என்பார்கள். உடலும் - உயிரும் சேர்ந்திருக்கும் வரை அப்படித்தான்.

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

- கடவுளிடம் தஞ்சம் கோரினால் மனிதர்களிடம் கோர வேண்டியதில்லை.
- திருத்த வெளிக்கிட்டால் திருந்த மாட்டாய்.
- நேரம், காலம், நிலைமை ஆகியவற்றுடன், யாருடன் பேசுகின்றேன் என்ற அறிவும் வேண்டும்.
- தன் நம்பிக்கையும் கடவுள் நம்பிக்கையும் வாழ்க்கை என்ற வண்டியில் பூட்டிய இரு சக்கரங்கள்.
- ஞானியானவர் மற்றவரை அஞ்ஞானி என சொல்லமாட்டார்.
- கற்றதன் பயன் நடத்தையில் தெரியும்.
- தடித்தமனம் தடித்த வார்த்தைகளேயே பேசும்.
- கற்றதல்ல கற்றுக் கொடுத்ததே முக்கியம்.
- தங்கக் குவியலுக்கு முன்பு இருந்தாலும் மயங்காதே.
- அதிக நகைப்பும் ஆபத்தாகலாம்.
- சட்டம், சாட்டை, செய்யாததை மனம் செய்யும்.
- விளையாட்டுக்காயினும் பிறர் பொருள் கவர்தல் யோக்கியமல்ல.

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

- முருங்கை முறிந்தால் கிளை விடும். பனை முறிந்தால்? பனைகள் முறிந்து விட்டன.

- இன்று சாயம் பூசிய உறவுகளே அதிகம்.

- அண்ணன் தம்பியை பார்ப்பதில்லை, தம்பி அண்ணனை பார்ப்பதில்லை, உறவின் அர்த்தம் புரியவில்லை.

- உன் கைரேகைகளை அடிக்கடி பார்க்கின்றாய், கையில்லாதவன் என்ன செய்யலாம்.

- குழந்தை அடுத்த பரம்பரையின் விதை.

- மலரின் தேனுக்கும் தேன் கூட்டுக்குமான தொடர்பு போலவே செயல்களுக்கும் செயலால் ஆகும் பயன்களுக்குமாகும்.

- தேனைத் தந்த தேனியை அழிக்கலாமா? பாலைத் தந்த பசுவை சுவைக்கலாமா?

- நேரத்தை கடத்துவது சுலபம் பிடித்துக் கொள்வது சிரமம்.

- உணர்ச்சி வசப்படாதே உணர்வுகளை இழப்பாய்.

- நான் ஒரு பாவை, ஆட்டுபவன் ஆட்டுமால் போல் ஆடுவேன்.

- சகோதார, அகங்காரத்தை சங்காரம் செய்.

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

- பொறுமை பேண், எல்லாம் கடந்து விடும்.
- ஆணவம் அங்கீகாரம் கிடைக்கும் வரை ஓயாது.
- "நாணயம்" என்ற பண்பை சிறுவனாக இருந்த பொழுதே என் தந்தையரின் செயல்களில் இருந்து கற்றுக்கொண்டேன்.
- பிறர் சொத்தை தன்வசப்படுத்தல் பகிரங்க கொள்ளை.
- நியாயமான ஆசைகளை ஒதுக்கலாகாது.
- போற்றுதல் சுகமானால், தூற்றுதலிலும் சுகம் காணவேண்டும்.
- வேகம், விவேகம் இரண்டும் சமநிலைப்படல் வேண்டும்.
- சௌகரியங்கள் நிலைக்குமா
- பற்றில்லா இறைவனைப் பற்றினால் பின்னர் பற்றேது.
- வைத்திருப்பதுடன் திருப்தி இல்லையானால் வரப்போவது திருப்தி அளிக்குமா?
- மதமடைவதனால் மதங்களில் குற்றம் காண்கின்றோம்.
- உன்னை மதி , மதம் மதிக்கப்படும்.

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

- மதமே மதக் கொள்கைகளை மீறவைக்கின்றது.
- மண்ணுடன் மண் சேரும், ஆனாலும் மண்ணின் மைந்தர்கள் என தங்களை அழைப்பவர்கள் சேர மாட்டார்கள்.
- ஒவ்வொரு பழமும் ஒவ்வொரு சுவை. ஒவ்வொருவருக்கும் ஒவ்வொரு குணம், சுவையை மாற்றேலாது. சுபாவத்தை மாற்றலாம்?
- விதை விதைத்து பயிர் செய்பவன் மனிதன் விதையாது பயிர் செய்பவன் பரமன்.
- எளிமையே அழகு.
- துணிவு அவசியம் துணிந்தவனுக்கு துரும்பும் ஆயுதம்.
- அதிகரிப்பது வன்முறை, அரிதாகிப் போவது நிம்மதி.
- நல்ல உள்ளங்களை தேட வேண்டிய காலம்.
- பூத்தமலர் வாடலாம், பட்டமரம் சரியலாம், பழுத்த இலை விழலாம் ஆனால் வயது வித்தியாசம் பார்க்காமல் சரிக்கிறார்களே.
- ஒவ்வொருவருடைய மனமும் மடமானால் நிம்மதியை தேடவேண்டிய அவசியம் இருக்காது.

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

- மேலே போகும் ஊஞ்சல் கீழே வரத்தான் வேண்டும். ஆயினும் உயரிய பண்புகளை தனதாக்கியவர் தாழ்நிலைக்கு வரமாட்டார்.
- நேரம் வரும்போதே திரையும் இறக்கப்படும்.
- சிற்பி முத்தைக் காத்து அழுகிவிடும், பிராணனைக் காக்கும் உடலுக்கும் அதே கதிதான்.
- தான் சார்ந்த சமயமே சமயமென வாதிடுதல் நாகரிகமல்ல.
- அகமுகமாகு, ஆனந்தமாக இருப்பாய்.
- எத்தனை மனிதர்களோ அத்தனை மனங்களும் இருக்கத்தானே வேண்டும்.
- உயிரும் உடலும் ஹாட்வெயர், சொவ்ட்வெயர் தொடர்பு மாதிரியே.
- ஆத்மீகமும் விஞ்ஞானமும் தழுவிச் செல்ல வேண்டும்.
- சீண்டினால் தீண்டுவது பாம்பு, சீண்டாமல் தீண்டுபவன் மனிதன்.
- வாழும் காலமோ சொற்பம், பயமும் கவலையும் வாழும் காலத்தை எடுத்து விட்டால், எப்போது வாழ்வது?

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

வாழும் காலத்தை எடுத்து விட்டால், எப்போது வாழ்வது?

- பிணக்குகள் இல்லாத இணக்கமான சமுதாயத்தை உருவாக்க ஒத்துழைப்பு கொடப்பா.
- ஆத்மபலத்தை அதிகரிக்க மௌன விரதம் நல்லதே.
- தேனைச் சேகரிப்பதில், தேனீக்கு இன்பம், கொடுப்பதில் மலருக்கு இன்பம், சேவை செய்வதில் உனக்கு இன்பமல்லவா?
- கடவுளின் மொழி மௌனம் அதனாலேயே அனைவரது மொழிகளையும் அறிவார்.
- மௌனம் என்றால் உதடுகள் அசையா நிலை அல்ல.
- விதையானது தன் தன்மையை மாற்றுவதால் செடியாகி, கொடியாகி, மரமாகி, அளப்பரிய பயனைத் தருகின்றது. அவ்வாறே மாயை என்ற போர்வையை அகற்றினால் அளப்பரிய சேவை செய்யலாம்.
- "எப்பவோ முடிந்த காரியம்" என்ற மந்திர மொழி காதிற்குள் ஒலிக்க வேண்டும்.
- தூசிக்கு சமானமானதற்கும் தர்க்கிக்கலாமா?

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

- பலாப்பழத்தின் சுவையை சொல்லில் விளக்கேலாது, ஒருவருடைய சேவை மனப்பான்மையை சொல்லால் அறியத்தர இயலாது.

- அறிவு சொன்னாலும் உணர்வு இடங் கொடா விட்டால் காரியம் கைகூடாது.

- எளிமை, பணிவு நிறைந்த பெட்டகமாக இருதம்பி.

- அறம் செய விரும்பு, ஆறுவது சினம், அவ்வாறே அனைவரையும் நேசி, எவரையும் வெறுக்காதே.

- குழந்தைகளுக்கு சொகுசு வாழ்வைக் காட்டினால் விரைவில் முடமாகி விடுவார்கள்.

- நியாயமாக நட, நியாயப்படுத்தாதே.

- 'கோபம்' பலமென சிலர் கூறுகின்றனர். ஆம் அது அழிக்கும் பலம்.

- ஆக்கிரமிக்கும் மனம் மாற்றுக் கருத்தை ஏற்குமா?

- பண்புகள் இல்லா வாழ்க்கை புகைப்பிடித்த லாம்பு மாதிரியே.

- வருவதும் போவதுமாக இருப்பதாலேயே வாழ்க்கை ஆனந்தமாக இருக்கின்றது.

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

- வருவதும் போவதுமாக இருப்பதாலேயே வாழ்க்கை ஆனந்தமாக இருக்கின்றது.
- புலம் பெயர்வால் பழக்கங்கள் மாறுகின்றதா, அடுத்த பரம்பரை என்னவோ.
- கடவுளின் சக்திக்கு மாயசக்தி குறைவானதல்ல.
- பொருத்தாதே, பொருந்தச் சொல்லு.
- கொடுத்தளவே கிடைக்கும்.
- வழங்குபவராக (கொடை) இருந்து விடு.
- உன் பெற்றோரை தெரிவு செய்ய மாட்டாய், வாழ்க்கையை தெரிவு செய்யலாம்.
- மனச்சாட்சியை கொல்லாதே.
- சாட்சிகள் பொய்யாகலாம், ஆனால் மனச்சாட்சி பொய்யாகாது.
- கற்பதனால் அறிவும், உண்பதனால் உடலும் வளருகின்றன உள்ளமும் வளர வேண்டுமல்லவா!
- குழந்தை தன் கையில் இருக்கும் பொம்மையை உயிர்த்தன்மையுடன் பார்க்கும், அவ்வாறே கடவுள் நம்பிக்கையில் உயிர்த்தன்மை தெரியவேண்டும்.

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

- இதிகாசங்களில் தோன்றும் பாத்திரங்கள் மனிதனை உணரவைக்கவே படைக்கப்பட்டன.
- நீர் உயர, நெல் உயரும், நெல் உயர கோன் உயர்வான், கோன் உயர மக்கள் உயர்வார்கள், என்றனர் முன்னோர், ஆனால் இன்று எல்லா உயர்வும் கோனுடன் நின்று விடும்.
- தத்துவங்கள் இப்போது மட்டுப்படுத்திய ஒத்திகையை நடத்துகின்றன.
- சகோதரராக எல்லோரும் வாழவேண்டும் என்ற நினைப்பே உன்னையும் உயர்த்தும்.
- தெய்வீகத்திற்கும் எனக்கும் இடையிலான பாலம் மௌனம்.
- பல பாதைகள் இருந்தாலும், ஒரே பாதையாலேயே போகலாம், சேவை செய்ய பல வழிகள் இருந்தாலும் உனக்கு வசதியானதை பிடித்துக் கொள். நீ அறிந்த ஞானத்தை பகிர்தலும் சிறந்த சேவையாகும்.
- ஒழிவு, மறைவு ஏன்? வெளிச்சமாக இரப்பா?
- ஆத்மபலம் குன்றுவதால் நாளுக்கு நாள் நிலைமை மோசமடைகின்றது.

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

- ஆத்மபலம் குன்றுவதால் நாளுக்கு நாள் நிலைமை மோசமடைகின்றது.

- உன்னோடு திரியும் நிழலே உனக்குதவாது. தேடிய சொத்தை வைத்து என்ன செய்யப் போகின்றாய்.

- ஆத்ம சக்தி அல்லது உயிர்ச்சக்தி வெளியேறி னால் உடலுக்கு வைத்தியம் செய்யலாமா?

- உன்னுடைய நிழலில் மற்றவனை இருத்து.

- பதிலளி, எதிர்க்காதே.

- எவரையும் ஒதுக்கி விடாதே. தூக்கி நிமிர்த்து.

- எப்படி நடக்க வேண்டுமோ அப்படியே நடக்குது. ஒன்றிலும் ஒருவரிலும் பிழையில்லை.

- எவர் வெறுக்கின்றாரோ அவரையே அணைத்துக் கொள்.

- நான் பிசி (Busy) என்று சொல்வது ஒரு பழக்கம். தேனீக்கள், எறும்பு, பட்சிகள் அனைத்தும் பிசிதான்.

- சந்தோஷமாக இருப்பது சிரமமானால், மகிழ்ச்சியாக இருப்பவரிடம் சேர்ந்திடப்பா.

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

- பயம் பரபரப்பை உருவாக்கும்.
- அகமனிதனாலேயே (Inner - human) புறமனிதனை (Outer - human) கட்டுப்படுத்தலாம்.
- வாழ்க்கை என்றால் வலியும் இருக்கும்.
- நீ ஒரு தோற்றம் எடுத்தால், அடுத்தவர் இன்னொன்றை எடுப்பார் தோற்றங்கள் மோதிக்கொள்ளும்.
- மிகச் சிறிய சாவியே பெரும் கதவை திறக்கும் ஒரு துளி அன்பு மூடிய மனத்தை திறக்கும்.
- 'சந்தேகம்' நஞ்சிற்கு சமம்.
- இன்று எவருக்கும் பாதுகாப்பு இல்லை.
- செய்ய வேண்டியதை தள்ளிப் போட்டால் சுமை கூடும்.
- இல்லாதவொன்றை கற்பனை செய்யும் போது பயம்.
- கடந்த கால நிகழ்வுகளை திரும்பத் திரும்ப அலசும் போது அழுத்தம்.
- அங்கலாய்ப்பு வேண்டாம் உனக்குரியது எவரிடமும் போகாது.
- என்ன செய்கின்றேன். என்ன செய்ய வேண்டும் என்பதில் தெளிவில்லையானால் பதற்றம்.

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

எவரிடமும் போகாது.

- என்ன செய்கின்றேன். என்ன செய்ய வேண்டும் என்பதில் தெளிவில்லையானால் பதற்றம்.
- சமயங்களையும் சமயமுறைகளையும் ஆராய வேண்டாம்.
- வழங்கலின் இன்பத்தை அனுபவி. (Donation)
- வாழ்க்கை என்றால் விளையாட்டென்போம். ஏதாவது பிரச்சனையானால் துவண்டு போவோம்.
- திருப்தி இல்லையானால், சந்தோஷம் தங்குமா?
- அன்பு தானே மன்னிக்க தூண்ட வேண்டும்.
- அன்பனே உன்னை கட்டித் தழுவியவர்கள். அத்தருணத்தில் எட்டியே நிற்பர்.
- உன்னிருக்கும் இளைஞன் வெளியேறி விட்டால் பிறகென்ன மதிப்பு.
- விட்ட மூச்சுக்களை வைத்து வாழ்ந்த காலத்தை கணக்கிடாதே. தனதாக்கிய தருணங்களை வைத்தே கணக்கிடலாம்.
- குழந்தாய் உனக்குப் பிடித்த நற்குணம் ஒன்றை தீட்டிய வண்ணம் இரு.
- ‘பயம்’ வாழ்க்கையை சூறையாடிவிடும்.
- மரணம் தீர்மானிக்கப்பட்டது, ஆனால், வாழ்வு

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

- நாக்கைப் பாவிப்பதற்கு மூன்று வருடங்கள் ஆகலாம், ஆனால் அதை, எங்கே, எப்போது, எவ்வாறு உபயோகிப்பது என்பதனைப் பழக வாழ்நாள் முழுவதும் தேவைப்படுகின்றது.
- விஞ்ஞான வளர்ச்சியில் இன்று முன்னணி நட்சத்திரம் மொபைல் போன், நேரத்தை உறிஞ்சுவதும் அதுவே.
- கையடக்கக் கருவி உலகத்தையே கிராமமாக்கி விட்டது.
- கோபம் உள்ளே கொதித்து, வெளியே வெண் அலைகளைப் பரப்பும்.
- நீ செய்த நல்லவைகள் (Goodness) எல்லாம், இக்கட்டான வேலையில் உன்னை விடுவிக்க வரிசையில் நிற்பார்கள்.
- மனிதர்களை விட கடவுளிடம் தொடர்பு கொள்வது சுலபம்.
- குழந்தாய், நல்லவைகளையும், சரியானவை களையும், பயனுள்ளதையும் செய்.
- மட்டுப்படுத்திய வார்த்தைகள் எல்லோருக்கும் நல்லது.
- கடவுள் சோதிப்பதில்லை.
- அவரவர் செய்தவைகள் அவரவரை சோதிக்கும்

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

- கடவுள் சோதிப்பதில்லை.
- அவரவர் செய்தவைகள் _அவரவரை சோதிக்கும்
- சோதனை நேரத்தில் அமைதி பேணுதல் விவேகம்.
- திருப்தியானவனே செல்வந்தன்.
- தடியை முறிக்கேலாது போனால் இரண்டாகப் பிழந்து முறித்திடலாம். இதனை வாழ்க்கையிலும் அரசியலிலும் பயிற்சி செய்கின்றார்கள்.
- சகிப்பு தலைசிறந்த பண்பு, அதில் திறமைச் சித்தி எடுக்க முடியவில்லையே என கவலைப்படாதே, பக்குவப்படப்பட சரிவரும்.
- அழகானவர் யார்? அனைவரும் அழகானவர்களே.
- மென்மையான வார்த்தைகளை இனிமையாகப் பேசி, உள்ளத்தைக் குளிரவைப்பவராக, இரப்பா.
- எடுத்துச் செல்வதற்கு வரையறை கிடையாது.
- உன்னுடைய பௌதிக தேட்டத்தை திருடினாலும் ஆத்மீக தேட்டத்தை திருடமுடியாது.
- 'சிலர் என் பொறுமையை சோதிக்கின்றாய் என்பர்' அதாவது சோதனை நீடிக்குமானால்

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

- இன்று மதிப்பிழந்திருந்திருப்பது நேரம்.
- சந்தோஷம் என்றால் எல்லாம் சரியாக இருக்கின்றதென்றும் இல்லை.
- எண்ணங்களை கட்டுப்படுத்து, பேச்சு சிக்கனமாகும்.
- சேவை செய்வதில் நிறைவு காண்.
- திருந்து திருத்துவாய்.
- அற்பமானவைகளை பொறுக்கி மூட்டை கட்டி, திரும்பவும் திறவாதவாறு சீல் பண்ணிவிடு.
- எவருடனும் பகைக்காது விட்டால், சந்தோஷமாக வாழலாம்.
- கடவுள் என்னுடைய வாழ்க்கையை வரைபவர் (Desinger) அல்லர்.
- இயற்கையுடன் ஒட்டி வாழ்ந்தால், அதுவே பெரும் செல்வம்.
- பூமியின் சொந்தக்காரர் யார்? பூமியில் வாழும் அனைத்தும் அனைவருமே.
- விஞ்ஞானம் மனிதர்களுக்கிடையிலான வெளியை சுருக்கும். மெய்ஞ்ஞானம் மனங்களுக்கிடையிலான தூரத்தை கட்டுப்படுத்தும்.

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

- விஞ்ஞானம் மனிதர்களுக்கிடையிலான வெளியை சுருக்கும். மெய்ஞ்ஞானம் மனங்களுக்கிடையிலான தூரத்தை கட்டுப்படுத்தும்.

- பதற்றம் வாழ்க்கை காலத்தை குறைக்கும்.

- இருட்டில் யுத்தம் செய்யலாம். இருட்டுடன் யுத்தம் செய்யலாமா? இருட்டைப் போக்க வெளிச்சம் வேண்டும். அவ்வாறே அறியாமைகளை அகற்ற அறிவு அவசியம்.

- சிலர் மண்ணின் மைந்தர்கள் என்றும் சொல்லிக் கொள்கின்றார்கள். எல்லோரும் மைந்தர்களே. உதாரணமாக, அவுஸ்ரேலிய நாட்டில் அபொறிஜினஸ் (Aborigins) என்றழைக்கப்படும் தேசிய இனம் தங்களை அவ்வாறு அழைத்தால் நியாயம் இருக்கின்றது.

- இன விரிசல் அதிகரித்த நாடுகளில், நான் வாழும் நாடே முன்னிலையில்.

- சிறிய செயலாக இருக்கலாம். ஆனால் அது அடுத்தவர்களுக்கு பெரும் துயரைக் கொடுக்கலாம்.

- அன்பனே நீ யாராக இருந்தாலும் என்னவாக இருந்தாலும் 6x3 அடிக்குள் அடக்கம்.

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

- உன்னை விளம்பரப்படுத்தாதே. அதை மற்றவர்கள் செய்வார்கள்.
- நண்ப, எளிமை உன் தனித்துவமானால் எக்காலமும் வில்லங்கப்படமாட்டாய்.
- எளிமையும் நேர்மையும் இணைந்தவைகள்.
- எளிமையான வாழ்வு 50% உயர்ந்த சிந்தனையுடன் 100%.
- கௌரவமான வாழ்வா? ஆடம்பர வாழ்வா என நீயே தெரிவு செய்.
- மாணவர்களை உயர்த்த தேர்வு அவசியம், எங்களை உயர்த்திக் கொள்ள தேர்வுகளையும் சந்திக்க வேண்டும்.
- ஒரு மனத்தையே கையாள முடியவில்லை, ஆனாலும் மறந்து வாழ ஒன்று, இணைந்து வாழ ஒன்று இருக்கலாம்.
- 'நாவடக்கம்' மற்றவர்களையும் சிந்திக்க வைக்கும்.
- நல்ல ஆசிரியர் கதவைத் திறப்பார். நீ தான் வகுப்பறைக்குள் நுழைய வேண்டும்.
- ஆசை என்ற விதை வளர வளர நேர்மை செத்தும் போகலாம்.

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

- நல்ல ஆசிரியர் கதவைத் திறப்பார். நீ தான் வகுப்பறைக்குள் நுழைய வேண்டும்.
- ஆசை என்ற விதை வளர வளர நேர்மை செத்தும் போகலாம்.
- அவதானித்து பதிலளி.
- சொர்க்கம், நரகம், இரண்டும் இங்கேதான்.
- நீ கொடுத்த துன்பத்தை தீர்ப்பவர் யார்?
- மனம் ஒரு அப்பாவிக் குழந்தை, வளர்த்தெடுப்பதும் காலியாக்குவதும் நாமே.
- பற்று, பற்றில்லை, இதிலே சமநிலை காண்.
- ஆத்மீக பேச்சு அசல் என்போம் அதில் ஏதாவது எடுத்தோமா என்பது சுய விசாரணையாகும்.
- சிலர் சொல்லிச் செய்வார்கள். சிலர் சொல்லியும் செய்யமாட்டார்கள். சிலர் சொல்லாமலே செய்வார்கள் ஆனாலும் இதனால் பிரச்சனையும் உருவாகலாம் காலம் அப்படி.
- சத்தம் நிறைந்த உலகம் என்கின்றனர். கலியுகம் என்றால் சத்தம் நாளாந்தம் அதிகரிக்கும்.
- ஆமை சுயமாக தன்னை பாதுகாப்பது போன்று

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

நாங்களும் அனர்த்தங்களைத் தவிர்க்கலாம்.

- மரத்தை அலங்கரிப்பது கொப்புகள், கிளைகள், இலைகள், பழங்கள் போலவே குழந்தாய் உன் பண்புகள் உன்னை அலங்கரிக்கும்.
- மரத்தின் வெளித்தோற்றத்தைப் பார்த்து பிரமித்துப் போவோம், ஆனால் அத் தோற்றத்திற்கு காரணமாக இருக்கும் 'வேரை' எவரும் சிந்திப்பதில்லை. ஆனாலும் நீ வேர் மாதிரி இருந்திடப்பா.
- குற்றங்கள் (Flaws) எவரிடத்திலும் இருக்கலாம். அவைகளை சுட்டிக்காட்டுவதில் மோடனாக இரு.
- அடுத்தவரை உயர்த்திவிட்டால். வந்த நோக்கத்தை பூர்த்தி செய்கின்றாய்.
- 'மனிதம்' செத்தால் மனிதன் யார்?
- தளராத நம்பிக்கை விதியை துரத்தாது விட்டாலும் தூரத்தில் வைத்து விடும்.
- எந்த குடியில் எந்த இடத்தில் பிறப்பேன் என்பதை தீர்மானிக்கும் உரிமை தரப்படவில்லை.
- சந்தோஷமாக வாழ்வது ஒரு கலை.
- உன் வீட்டுச் சுவரிலே தொங்கியவாறு உன்னை உசார்படுத்தும் கடிகாரம் வீட்டு விறாந்தையில் போடப்பட்டிருக்கும் சாய் நாற்காலி,

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

- அங்கிங்கு ஓடித்திரிவது மனத்தின் சுபாவம், கட்டுப்படுத்துவது என் சுபாவம்

- நறுமணமில்லாத மலரானாலும் காட்சிக்கு வைக்கலாம் அல்லவா எவரையும் பயன்படுத்தலாம்.

- வேகபுத்தி அல்ல, விவேகபுத்தியே அர்த்தமான பயனைத் அளிக்கும்.

- உள்ளத்தை குளிர வைக்க சிறு புன்னகையே போதும்.

- தம்பி, நீ எவரையும் ஏமாற்றலாம் ஆனால் உன்னை ஏமாற்றமாட்டாய்.

- சரீரி என்ற சிந்தனை இருக்கும் மட்டும், திருப்தி காணமாட்டாய்.

- வாழும்போது வாழ்த்துவோம், எல்லோரும் வாழ்த்துக்குரியவர்களே.

- வாழ மறந்தாலும் வாழ்த்த மறவாதே.

சுபம்

" அனைவரும் நலமுடனும்
வளமுடனும் வாழ்க"

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

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

எங்கள் எண்ணங்கள்
அனைவருக்கும்
சுகம் அளிக்க வேண்டும்

த. சிவப்பிரகாசம்
44/4, 4/2, தர்மாராம வீதி,
கொழும்பு - 06, இலங்கை
தொலைபேசி : 250 4885 / 077 074 0859

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