



# வைகறை

SENIOR TAMILS' CENTRE OF ONTARIO

ஒன்றாரியோ முதுதமிழர் மன்றம்

VAIHARAI 141

DEC 9, 2022

கடலில் கல்லெறிந்தால்  
கடலுக்கு வலிப்பதில்லை,  
கல் தான்  
காணாமல் போகிறது.  
விமர்சனங்கள் கல்லாக  
இருக்கட்டும்  
நாம்  
கடலாக இருப்போம்.  
இனிய காலை  
வணக்கம்

சிந்திக்க வேண்டிய சில விடயங்கள்

- மாற்ற முடியாத, திருத்தமுடியாத காரியங்களைப் பற்றி அநாவசியமாகக் கவலைப்படுவது,
- தனது நம்பிக்கை, கொள்கைகளைப் பிறர்மேல் வற்புறுத்தி சுமத்துவது, அற்ப விடயங்களை உதறித் தள்ள மறுப்பது, மனம் வளர்ச்சியடைய சிந்தித்து செயற்பட இடங்கொடாதிருப்பது இவையனைத்துமே மனிதனின் குறைபாடுகள்.
- மனிதர்கள் தங்கள் செயலை நியாயமானது என்று காட்டவே சிந்தனையை பயன்படுத்துகிறார்கள். சிந்தனையை மறைக்கவே சொல்லைப் பயன்படுத்துகிறார்கள்.
- பிறர் எதைச் செய்ய வேண்டுமென்று விரும்புகிறோமோ அதை நீயே செய்து காட்டு.
- பிடித்தமானவர் என்ன தவறு செய்தாலும் அது விருப்பமாகத்தான் இருக்கும். வெறுக்கத்தக்க பல குறைகள் நிறைந்திருந்தாலும் தன் உடலில் யாருக்குத்தான் விருப்பமில்லை.
- மனதில் பலவீனம் புகுந்துவிட்டால் அங்கே அமைதி ஏற்படும்வரை கோபம்தான் நிறைந்திருக்கும்.
- துன்பத்தை பகிர்ந்துகொள்ள ஒரு நண்பன் இருந்தால் துன்பம் பாதியாகக் குறைந்துவிடும். இன்பத்தை பகிர்ந்துகொள்ள ஒரு துணை இருந்தால் இன்பம் பலமடங்கு அதிகமாகிவிடுகிறது.
- நமக்கு கிடைக்கும் முதற் சந்தர்ப்பமே தக்க சந்தர்ப்பம். அதனால் நமக்கு கிடைக்கும் முதற் சந்தர்ப்பத்தை எப்பொழுதும் நழுவவிடக் கூடாது.
- புத்தகங்களைப் படித்து அறிந்துகொள்ளும் அறிவு மட்டும் இந்த நூற்றாண்டின் வாழ்க்கைக்கு போதாது. மனிதர்களைப் படித்து அறிந்துகொள்ளும் ஞானம்தான் இந்தக்காலச் சமூகத்தில் வெற்றி பெறுவதற்கு சரியான கருவி. ஏனென்றால் ஒவ்வொரு மனிதனும் பல குழப்பங்கள் நிறைந்த ஒவ்வொரு புத்தகமாகத்தான் இருக்கிறான். அவனைப் படித்து புரிந்து கொள்வது அருமையாக இருக்கும்.
- சந்தர்ப்பங்களும் ஆசைகளும் அருகருகே நெருங்கும் போது எத்தனையோ நினைவுகள் தானாகவே எளிதாக நிறைவேறிவிடுகின்றன.
- நல்லவரைப் பார்க்கும்போது பின்பற்ற நினைவுங்கள். தீயவரைப் பார்த்தால் உங்கள் இதயத்தைப் பரிசோதித்துக் கொள்ளுங்கள்.

Remember,  
Without the  
difficult times in  
your life, you  
wouldn't be  
who you are  
today.  
Be grateful  
for the good  
and the bad.



**புதியதாக திருமணமான பெண் தன் தாய்க்கு எழுதிய கடிதம் அனைவரும் கட்டாயம் படிங்க!!!**

அன்புள்ள அம்மா,

எல்லா பெண்களைப் போலவே கல்யாண கனவில் களித்து மனதைக் கொள்ளையடித்தவரை உங்கள் சம்மதத்துடன் குதூகலமாக ஆடம்பரமாக திருமணம் புரிந்து கொண்டேன். பின்னர் தான் தெரிந்தது வாழ்க்கை சினிமாவில் போடும் சுபத்திற்கு பின்பு தான் தொடங்குகிறதென்று. வாழ்க்கையில் விரும்புவது விரும்பப் படுவதென்பதையும் தாண்டி நிறைய இருக்கிறது என்று தெரிய வருகிறது.

எத்தனை பொறுப்புகள்? எத்தனை சுமைகள்? எத்தனை எதிர் பார்ப்புகள்? எத்தனை தியாகங்கள்? எத்தனை ஏமாற்றங்கள்? நினைத்த நேரத்தில், நிம்மதியாக முழு தூக்கம் கலைந்த நேரத்தில் எழுந்திருக்க முடியவில்லை. குடும்பத்தில் மற்றவர் விழிக்கும் முன் நான் விழித்து என் வேலைகளை ஆரம்பிக்க வேண்டி இருக்கு.. உன்னோடு இருந்த நாட்களில் எனக்கென்ற விருப்பமான உடைகளில் சிட்டாக பறந்து கொண்டிருந்தேன்.. இங்கே அவர்கள் விரும்பிய உடையில் வலம் வருவதையே விரும்புகின்றனர்.. இதோ என் தோழியை.. தோழனைப் பார்த்து விட்டு வருகிறேன் என்று உன்னிடம் சொல்லிவிட்டு சென்றது போல் சொல்லிச் செல்ல இயலவில்லை. என் தேவைகளை விட அடுத்தவர் தேவைகளை முன் வைத்தே நான் நடந்து கொள்ள வேண்டி இருக்கு.. நினைத்த நேரத்தில் தூங்க கூட முடிவதில்லை.

எனக்கு விருப்பமான டிவி நிகழ்ச்சியைக் கூட பார்க்க முடிவதில்லை.. சில நேரங்களில் எதற்கு இந்த திருமணம் என்று அலுப்பாக இருக்கிறது.. இந்த திருமணம் என் சுதந்திரத்தை அல்லவா பறித்து விட்டது.. என் சுயத்தை அல்லவா சூறையாடி விட்டது உன்னிடம் இருந்த போதே மிக மகிழ்வாக இருந்தேனே! உன்னிடம் திரும்ப வந்து விடலாமா என்று கூட தோன்றுகிறது. உன் மடியில் படுத்து கொள்ளும் போல இருக்கிறது அம்மா வேண்டாம் வேண்டாம் என்று நான் சொல்ல சொல்ல ஒரே ஒரு இட்லி போட்டுக்கோ.. உனக்கு பிடிக்குமென்னு பால் கோவா செஞ்சேன்னு நீ பின்னாலயே வந்து வந்து ஊட்டி விடுவதை கொஞ்சிக் கொள்ள வேண்டும் போலிருக்கிறது. எந்த கவலையும் இல்லாமல் உன் அரவணைப்பில் உன் கொஞ்சலில் உன் பாதுகாப்பிலேயே இருந்திருக்க கூடாதா என்று தோன்றுகிறது..

ஆனால் அடுத்த கனமே நீயும் என் வயதில் என்னை மாதிரி தானே உணர்ந்திருப்பாய். நீ உன் திருமணத்தில் செய்த தியாகங்கள் தானே எனக்கு இந்த அழகிய நினைவுகளைக் கொடுத்திருக்கிறது.. நீ அன்று நான் இன்று நினைப்பது போல் நினைத்திருந்தால் நான் இன்று இருப்பேனா? நீ செய்த தியாகங்களையும் உழைப்பையும் பாசத்தையும் எதிர்பாரா அன்பையும் நான் திருப்பித் தர வேண்டாமா.. என்று நினைத்து கொள்கிறேன்.. அதுவும் உன்னிடம் இருந்து கற்றது தான்.. அப்படி நினைக்கும் போது வாழ்க்கையே எளிதாக தெரிகிறது.. தெளிவாக புரிகிறது காலம் செல்ல செல்ல நீ உன் குடும்பத்தை நேசித்தது போல் நானும் என் குடும்பத்தை நேசிக்க ஆரம்பித்து விடுவேன்.. நீ செய்த தியாகங்களை நானும் செய்ய தயாராகி விடுவேன்..

உனக்கு நாங்கள் கொடுத்த மன உறுதியை திடத்தை என் குடும்பமும் எனக்கு தரும். ஆமாம் மா நீ எனக்கு கொடுத்ததை நானும் என் குடும்பத்திற்கு கொடுக்க தயாராகி விட்டேன்.. நன்றிம்மா..

என்றும் அன்புடன்...!!

உன் தேவதை

பெண் அன்பில் ஒரு தாய்  
பெண் வெறுப்பில் ஒரு நெருப்பு  
பெண் கண்டிப்பில் ஒரு ஆசிரியர்

பெண் அழகில் ஒரு தேவதை  
பெண் வெற்றிக்கு ஒரு மாலை  
மொத்தத்தில் பெண் தியாகத்தின் மறு உருவம்.

பெண் அறிவில் ஒரு மந்திரி  
பெண் நட்பில் ஒரு நேர்மை



**விரும்புவதால்  
கருவரையில் மீண்டும்  
ஒரு முறை இடம்  
கிடைப்பதில்லை..  
வெறுப்பதால்  
கல்லறையும் நம்மை  
விட்டு விட  
போவதில்லை.. இருக்கும்  
வரை மகிழ்ச்சியாக  
இருப்போம்..**

தட்டப்படாத தங்கம்  
ஆபரணம் ஆவது இல்லை...  
துளையிடப்படாத மூங்கில்  
புல்லாங்குழல் ஆவது இல்லை...  
உளியின் வலிக்குப் பயந்த கல்  
சிற்பமாக ஆவது இல்லை...  
சிரமப்படாமல் சிகரம் தொட முடியாது...  
சவால்கள் இல்லாத வாழ்வில்  
சாரம் இல்லை...

- ❖ I am in the process of positive change. And I greet each new day with gratitude, positive energy and a fresh outlook.
- ❖ I plant the seed of love in the garden of my life. Love is magical and powerful. Love unites us and brings peace to us all.



டேப் ரிகார்டர் & கேசட் இவையிரண்டும் அறிமுகமான போது உலகில் இதை விட ஒரு விஞ்ஞான வளர்ச்சி ஏதும் இருக்காது என்று நம்பினோம். அந்தளவு கவர்ச்சி! அதிலும் கேஸ்ட்டில் பாடல்கள் ரிகார்டிங் செய்யப்போவதே ஒரு தனி சுகம். பரிட்சைக்கு கூட அப்படி தயாராகி இருக்க மாட்டோம் நமக்கு பிடித்த பாடல்களை...அதிலும் 60 நிமிட காசட்டில் 12 பாடல்களும், 90 நிமிட காசட்டில் 18 பாடல்களும் பதியலாம். கடைக்காரர்கள் நமக்கு 60 நிமிட காசட்டையே பரிந்துரை செய்வார்கள். முதலில் நம்மை சினிமா பற்றிய அறிவுத் தேடலில் விட்டவர்களும் மியூசிக்கல்ஸ் கடைக்காரர்கள் தான். என்ன பாட்டு என்ன படம் என்பதே அவர்களுக்கு தெரியாது

சங்கரகணேஷ் இசையமைத்த பாடல்களை இளையராஜா ஹிட்ஸில் பதிந்து தந்து விட்டு கேட்டால் தம்பி இது ராஜா மியூசிக் தான் என்று தீக்குண்டமே இறங்குவார்கள்! நாமும் பயந்து ஆமாங்க அண்ணன் சொன்னா சரியா தான் இருக்கும் என ஜகா வாங்கவேண்டி இருக்கும். இதற்காகவே தேடித்தேடி பாடல்கள் பற்றிய விவரங்களை எடுக்க கற்றுக்கொண்டோம். அதிலும் சிலர் ரஜினி ஹிட்ஸ், கமல்ஹிட்ஸ், ராஜாஹிட்ஸ் எனப் பிரித்து எழுதி இருப்பார்கள். சிலர் கலர் ஸ்கெட்ச்

பேனாவில் தென்றல், நிலா, பூ, நெஞ்சம் என தொடங்கும் பாடல்களாக தனித்தனி நோட்டுகளில் ரசனையாக எழுதி வைத்திருப்பார்கள். நாம் கேட்ட பாடல்களை பதிந்து அவர்கள் தந்து விட்ட அடுத்த நொடி வீட்டிற்கு வந்து டேப்ரிகார்டரில் பாடலை கேட்கும் சுகம் அடடா! இளையராஜாவின் பொற் காலமான 80ல் கல்லுக்குள்ளரம், பன்னிர்ப்புஷ்பங்கள், ஆராதனை, மஞ்சள் நிலா, ஆனந்தக்கும்மி, காதல் ஓவியம், சிட்டுக்குருவி, என ராஜா பட்டையை கிளப்பிய திகட்டாத பாடல்கள்.

சில மொக்கை படங்களில் கூட அற்புதமான பாடல்களை தந்து இருப்பார் ராஜா! அதை தேடி எடுத்து பதிவதில் தனிச்சிறப்பு. அந்த படங்களின் பேரெல்லாம் தேடுவதற்கு கூகுள் வசதி அன்று இல்லை. தனி நோட்டு வைத்து எழுதிக் கொள்வோம். இதற்குப் பிறகு அசெம்பிள் செட் வந்து சக்கை போடு போட்டது. இதற்காக தனி ஸ்பீக்கர் பாக்ஸ் செய்து வைத்திருப்போம். இப்போது மோகன், விஜயகாந்த், ராமராஜன் பாடல்களின் காலம். அந்த பாடல்கள் ஸ்டிரியோ இசையில் கிடைத்தன. அந்த பாடல்களின் ஸ்டிரியோ இசையை தெருவே அலற விட்டு கேட்டது ஒரு அலாதி இன்பம். இது வீடா? இதில் டேப் சிக்கி கொள்வது அதை பென்சிலால் சரி செய்வது, அறுந்து போன டேப்பை குய்க்கிபிசு வைத்து ஒட்டுவது போன்ற மெக்கானிக் வேலைகளும் தெரிந்து வைத்து கொண்டோம். அதுவும் ஒரு கனாக்காலம்!!!



Very Rare Photo of Kalki Krishnamoorthy when he visited Jaffna in 1950. This photo was taken in Pointpedro by Kugan Studio (Pointpedro)

கல்கி கிருஷ்ணமூர்த்தி 1950 ஆம் ஆண்டு யாழ்ப்பாணப் பகுதியிலுள்ள பருத்தித்துறைக்கு விஜயம் செய்த பொழுது எடுத்த அரிய புகைப்படம்.

Ramaswamy Krishnamurthy (9 September 1899 – 5 December 1954) better known by his pen name Kalki. Kalki Krishnamoorthy visited Jaffna three times first in late 1940s and then twice in early 1950s.

In the Photo front row from left to right:

Periyasamy Thooran, Balasuntharam, Nadarajah, Sithamparapillai, Handy Perinpanayagam (Known as Handy Master), Mrs Sivakamasundari Nadesapillai ( Sir Pon Ramanathan's daughter) Kalki Krishnamoorthy, Aerampamoorthy, Nadesapillai. Back row only three people are identified Artist Mali, Ambikaipakan and Raja Ariyaratnam,

Sir Pon Ramanathan married Sellachchi Ammal, daughter of Mudaliyar E. Nannithamby, in 1874. They had three sons (Mahesan, Rajendra and Vamadevan) and two daughters (Sivakolunthu, Rukmini). After being widowed Ramanathan married Australian lady R. L. Harrison (later known as Leelawathy). They had a daughter, Sivagamisundhari.

Sivagamisundhari is the one on this photo standing in between Handy Master and Kalki Krishnamoorthy. Ponnaiyan Selvan was written by Kalki Krishnamoorthy from 29 October 1950 to 16 May 1954

## வாழ்க்கை அர்த்தம்...

ஐந்து வயதுச் சிறுவன் ஒருநாள் தன் அம்மாவிடம் கேட்டான், அம்மா, வாழ்க்கையின் ரகசியம் என்ன? அம்மா சொன்னாள்..

எப்போதும் மகிழ்ச்சியாக இருப்பதுதான்.

அன்று அவன் பள்ளிக்குச் சென்றபோது, ஆசிரியை, மாணவர்களைப் பார்த்து,

'நீங்கள் வளர்ந்து என்ன ஆகப்போகிறீர்கள்?'

என்று கேட்டார். ஒரு பையன் மருத்துவர் என்றான்.

இன்னொரு பையன் இன்ஜினியர் என்றான்.

விதவிதமான பதில்களில் விதவிதமான விருப்பங்கள் தொனித்தன. ஆனால், அந்த சிறுவன் மட்டும்,

"நான் மகிழ்ச்சியாக இருக்கப் போகிறேன்" என்றான்.

ஆசிரியை கோபமாக, உனக்குக் கேள்வி புரியவில்லை ' என்றார். சிறுவனோ ' டீச்சர், உங்களுக்கு வாழ்க்கை புரியவில்லை' என்றான்!"

வாழ்க்கையின் அழகு என்பது நீங்கள் எவ்வளவு மகிழ்ச்சியாக இருக்கிறீர்கள் என்பதில் இல்லை...

உங்களால் அடுத்தவர் எவ்வளவு மகிழ்ச்சி

அடைகின்றார்கள் என்பதிலேயே இருக்கிறது.

மகிழ்ச்சி இருக்குமிடத்தில் வாழ நினைப்பதை

விட நீங்கள் இருக்குமிடத்தில் மகிழ்ச்சி என்னும்

விதையை தூவிக் கொண்டே இருங்கள்.

வாழ்க்கை நிறைவானதாக இருக்கும்...

The moment  
you accept  
what troubles  
you've been  
given,  
the door  
will open.

Rumi



வாய்ப்புண், குடற்புண்களைக் குணமாக்கும்  
மணத்தக்காளி, தேங்காய்.



தொற்று நோய்கள் வராமல் இருக்க  
நெல்லிக்காய்.

- ஒரு மனிதன் தன்னை உலகிற்கு புத்திசாலி என்று நிரூபிப்பதை நிறுத்தும்போது வெற்றி பெறுகிறான்.

### Story Time: The obstacles in our path

In ancient times, a King had a boulder placed on a roadway. Then he hid himself and watched to see if anyone would remove the huge rock. Some of the king's wealthiest merchants and courtiers came by and simply walked around it. Many loudly blamed the king for not keeping the roads clear, but none did anything about getting the stone out of the way. Then a peasant came along carrying a load of vegetables. Upon approaching the boulder, the peasant laid down his burden and tried to move the stone to the side of the road. After much pushing and straining, he finally succeeded.

After the peasant picked up his load of vegetables, he noticed a purse lying on the road where the boulder had been. The purse contained many gold coins and a note from the king indicating that the gold was for the person who removed the boulder from the roadway. The peasant learned what many of us never understand. Every obstacle presents an opportunity to improve our condition. "As you start to walk on the way, the way appears."

"Very little grows on jagged rock. Be ground. Be crumbled, so wild flowers will come up where you are." Rumi

ஒரு மனிதர் சாலை ஓரத்தில் ஓடிக் கொண்டிருந்தபோது தெரியாமல் இன்னொரு நபர் மீது இடித்துவிட்டார்.ஐயோ... தெரியாமல் இடித்து விட்டேன் மன்னித்து விடுங்கள் என்று இவர் சொல்ல, பரவாயில்லை என்று அவர் சொல்ல இருவருமே கண்ணியத்துடனும் புன்னகையுடனும் விடைபெற்றார்கள். அவர்களிடையே மனஸ்தாபத்துக்கான காரணமில்லாமல் போயிற்று அன்று அவர் வீட்டுக்கு வந்தார். இரவு உணவு முடித்து திரும்புகையில் அவருடைய மகன் அவருக்குப் பின்னால் நின்றிருந்தான். கைகளைப் பின்னால் கட்டியபடி, தந்தை திரும்புகையில் அவனைத் தெரியாமல் இடித்து விட்டார். 'வழியில் நிற்காதே. ஓரமாய்ப் போ..' அவருடைய வார்த்தையில் அனலடித்தது. சிறுவன் முகம் வாடிப்போய் விலகினான். அவனுடைய கண்களில் சோகத்தின் நதி முளைத்தது. அது இமை ஓரங்களை இடித்து தரையிறங்கத் துவங்கியது. இரவு தூங்குகையில் அவர் மனதுக்குள் ஒரு சிந்தனை ஓடியது. வழியில் யாரோ ஒருவரிடம் நாகரீகமாகவும், அன்பாகவும் நடந்து கொள்ளத் தெரிந்த எனக்கு சொந்த மகனிடம் அப்படி நடந்து கொள்ளத் தெரியவில்லையே என்று மனதுக்குள் எண்ணினார். நேராக எழுந்து மகனின் படுக்கையறைக்குச் சென்றான். உள்ளே மகன் தூங்காமல் விசும்பிக் கொண்டிருந்தான்.\* அவனுடைய கண்கள் சிவந்திருந்தன. அவனருகில் மண்டியிட்ட தந்தை 'என்னை மன்னித்துவிடு நான் உன்னிடம் அப்படிப் பேசியிருக்கக் கூடாது..' என்றார்.\*

சிறுவன் திரும்பினான்.\* சிறுவனின் கண்களிலிருந்த கவலை சட்டென்று மறைந்தது. எழுந்து உட்கார்ந்தான். வேகமாக கட்டிலிலிருந்து கீழே குதித்து கட்டிலினடியில் வைத்திருந்த பூங்கொத்தை தந்தையின் கையில் வைத்தான். 'இதென்ன?' தந்தை வியந்தார். இன்றைக்கு வெளியே நடந்து கொண்டிருந்தபோது இந்தப் பூக்களைப் பார்த்தேன். பல நிறங்களில் இருந்த பூக்களைப் பொறுக்கி உங்களுக்காக ஒரு மலர்க்கொத்து செய்தேன். அதிலும் குறிப்பாக உங்களுக்கு நீல நிறம் பிடிக்கும் என்பதற்காக அதை நிறைய சேகரித்தேன். அதை உங்களிடம் ரகசியமாகச் சொல்வதற்காகத் தான் உங்கள் பின்னால் வந்து நின்றேன்.. சிறுவன் சொல்ல தந்தை மனம் உடைந்தார். சிறுவனையும் மலர்களையும் ஒருசேர அணைத்த அவருடைய கண்களில் கண்ணீர் வழிந்தது. ஒரு மழலையின் அன்பைப் புரிந்து கொள்ள முடியாத நிலையில் தான் இருந்ததற்காக அவர் வருந்தினார்.\*

குடும்பம் என்பது கடவுள் நமக்காக பூமியில் ஏற்பாடு செய்திருக்கும் சொர்க்கம். அதை சொர்க்கமாக்குவதும் நரகமாக்குவதும் நம்முடைய செயல்களில் தான் இருக்கிறது. பணத்துக்கான ஓட்டங்களில் நாம் இழந்து கொண்டிருப்பது ஆனந்தத்தின் நிமிடங்களை என்பதை நாம் அறிந்து கொள்ள வேண்டும். ஒரு வேளை நாம் நாளை இறந்து போக நேரிட்டால் அலுவலகம் இன்னொரு திறமை சாலியை சில நாட்களில் கண்டு பிடிக்கும். குடும்பம் அப்படியல்ல. ஏற்படும் இழப்பு ஆழமாய்த் தைத்த முன் போல நினைவுகளால் நிமிண்டும் போதெல்லாம் வலித்துக் கொண்டே இருக்கும். வாழ்க்கையில் எல்லாம் இருந்தாலும் அன்பினால் நிரப்பப்படாவிட்டால் அது வெறுமையாகவே இருக்கும். பணமே மகிழ்ச்சியைத் தரும் என்பது தலைமுறைக்குத் தரப்பட்டிருக்கும் தவறான பாடம். மகிழ்ச்சியை சதுர அடிகளில் வாங்க முடியாது. எனவே தான் ஏழைகளால் மகிழ்ச்சியாய் இருக்க முடிந்த அளவுக்கு பணக்காரர்களால் நிம்மதியாக இருக்க முடிவதில்லை.\* குடும்பங்களில் அதிக நேரம் செலவிடுங்கள். அன்பை அதிகமாய் சம்பாதிப்பீர்கள்.



The most beautiful things in life are not just things. They are memories, people, places, moments, feelings, love, family, friendship, smiles, and laughter.

### 10 THINGS TIME HAS TAUGHT ME

1. Most of our life is spent chasing false goals and worshipping false ideals. The day you realise that is the day you really start to live.
2. You really, truly cannot please all of the people all of the time. Please yourself first and your loved ones second, everyone else is busy pleasing themselves anyway, trust me.
3. Fighting the ageing process is like trying to catch the wind. Go with it, enjoy it. Your body is changing, but it always has been. Don't waste time trying to reverse that, instead change your mindset to see the beauty in the new.
4. Nobody is perfect and nobody is truly happy with their lot. When that sinks in you are free of comparison and free of judgement. It's truly liberating.
5. No one really sees what you do right, everyone sees what you do wrong. When that becomes clear to you, you will start doing things for the right reason and you will start having so much more fun.
6. You will regret the years you spent berating your looks, the sooner you can make peace with the vessel your soul lives in, the better. Your body is amazing and important but it does not define you.
7. Your health is obviously important but stress, fear and worry are far more damaging than any delicious food or drink you may deny yourself. Happiness and peace are the best medicine.
8. Who will remember you and for what, become important factors as you age. Your love and your wisdom will live on far longer than any material thing you can pass down. Tell your stories, they can travel farther than you can imagine.
9. We are not here for long but if you are living against the wind it can feel like a life-sentence. Life should not feel like a chore, it should feel like an adventure.
10. Always, always, drink the good champagne and use the things you keep for 'best'. Tomorrow is guaranteed to no one. Today is a gift that's why we call it the present.

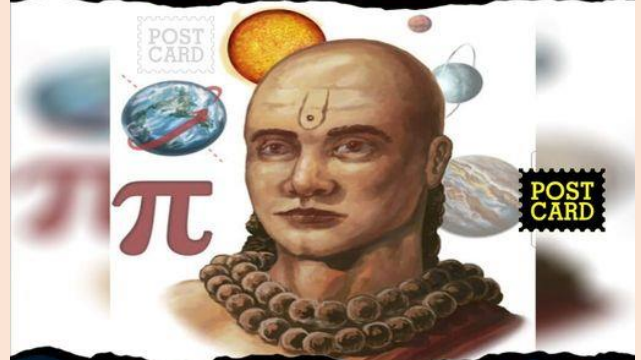
There was a group of women gathered at a seminar on 'How to live in a loving relationship with your husband'. The women were asked, 'How many of you love your husbands?' All the women raised their hands. Then they were asked, 'When was the last time you told your husband you loved him?' Some women answered today, some yesterday, some didn't remember.

The women were then told to take their cell phones and send the following text: I love you, sweetheart. Then the women were told to exchange phones and read the responding text messages.

Here are some of the replies:

1. Who is this??
2. Eh, mother of my children, are you sick?
3. What now? Did you crash the car again?
4. I don't understand what you mean?
5. What did you do now? I won't forgive you this time.
- 6.?
7. Don't beat about the bush, just tell me how much you need?
8. Am I dreaming?
9. If you don't tell me who this message is actually for, someone will die.
10. I asked you not to drink anymore.
11. Wrong number.
12. I thought I got up on the usual side of the bed?
13. Shall I fix the appointment with the shrink for Saturday?

**Acharya Aryabhata,**  
**The Ancient Genius of Bharat.**  
**One of the most prolific Mathematician**  
**and Astronomer in the World.**



**He was the first one who formulated concept of Zero "0" & acknowledged for calculating Pi ( $\pi$ ) to 4 decimal places: 3.1416. He received his education from Nalanda.**

Money is a worry this year. So please don't fall into the trap of believing December must be all matching pyjamas, expensive soirées, perfect festive tableware and gifts galore. Christmas is a feeling. An open door to a house full of love, is far more wonderful than an over-stretched host, frayed at the edges with worry, exhaustion and overwhelm. Keep your gifts simple, thoughtful. Buy from small businesses where you can. Pop a much-needed item into the food-bank collection as you shop. That circle of goodwill is important right now. It will come back to you, I promise. We can ride this wave the old-fashioned way, together, with *kindness*. And find joy in the moments, because that's where she lives...

Donna Ashworth

