

# உற்றநோய் நோன்றல் உயிர்க்குறுகண் செய்யாமை அற்றே தவத்திற் குரு.

குறள் #261

#KalviApp

1. தனக்கு உற்ற துன்பத்தை பொறுத்தலும் மற்ற உயிர்க்குத் துன்பம் செய்யாதிருத்தலும் ஆகிய அவ்வளவே தவத்திற்கு வடிவமாகும்

2. பிறரால் தனக்குச் செய்யப்படும் துன்பங்களைப் பொறுத்துக் கொள்வது, துன்பம் செய்தவர்க்கும் துன்பம் செய்யாதிருப்பது என்னும் இவ்வளவுதான், தவம் என்பதன் இலக்கணம்.

**The nature of religious discipline consists, in the endurance (by the ascetic) of the sufferings which it brings on himself, and in abstaining from giving pain to others.**

1. மு.வரதராசனார் 2. சாலமன் பாப்பையா