

அற்றது அறிந்து கடைப்பிடித்து மாறல்ல  
துய்க்க துவரப் பசித்து.

குறள் #944

#KalviApp

1. முன் உண்ட உணவு செரித்த தன்மையை அறிந்து மாறுபாடில்லாத உணவுகளைக் கடைபிடித்து அவற்றையும் பசித்த பிறகு உண்ண வேண்டும்.
2. முன்பு உண்டது சீரணமாகிவிட்டதை அறிந்து நன்கு பசிக்கும்போது உடம்பிற்கும் காலத்திற்கும் ஒவ்வாத உணவினை விலக்கி, வேண்டியவற்றை உண்க.

**(First) assure yourself that your food has been digested and never fail to eat, when very hungry, whatever is not disagreeable (to you).**

1. மு.வரதராசனார் 2. சாலமன் பாப்பையா