Tamilmanam – International Research Journal of Tamil Studies
An international, peer-reviewed academic journal
e-ISSN: 3049-0723
pISSN:3107-7781

தமிழ்மணம்
Peer-reviewed · Open access · Google Scholar · Crossref DOI · SJIF
Imapact Factor 3.5 · Monthly
DOI: 10.63300/tmi12n062026.01
Vol. 12, No. 06 (2026) 12 06 2026 p1–15 TIRJTS-2026-0008

UGC Approved by Transparent Peer Review

RESEARCH ARTICLE

திருக்குறளில் சிற்றினஞ்சேராமை : மூளைநரம்பியல் நோக்கில் ஓர் ஆய்வு

Avoiding Bad Company in Thirukkural: A Neuro-Neurological Perspective

Prof. Dr. M. A. Aleem[1,*iD]

[1] Neurologist Dhanalakshmi Srinivasan Medical College, Siruvachur and ABC Hospital, Trichy.
***Corresponding author:** Prof. Dr. M. A. Aleem, drmaaleem@hotmail.com
ORCID iD: Prof. Dr. M. A. Aleem https://orcid.org/0000-0002-4556-8826

ARTICLE INFO

Article history
Received: 20 October 2026
Revised: 22 October 0202
Accepted: 25 October 2026

Article ID
TIRJTS-2026-0008

Peer review
Double-blind peer review

Keywords
Thirukkural
Avoiding Bad Company
Peer Well-being
Mental Health
Neuro-neurology
Social Brain
Dopamine
Prefrontal Cortex

ABSTRACT

The conclusion of this study is that the mind-peer relationship described in "Sittrinan-Cheramai" (Avoiding Bad Company), the 46th chapter of Thirukkural, aligns significantly with contemporary neuro-neurological findings. Situated in the Porutpaal (Wealth) under Arasiyal (Politics), this chapter asserts that a person's intellect, character, and morality are shaped by the company they keep. This study examines all ten couplets (451–460) using textual analysis, rhetorical analysis, and interdisciplinary comparative methods.

Peer-related terms appear 11 times across the ten couplets, and mind-related terms appear 7 times across seven couplets. Laziness and lack of drive (451) are associated with frontostriatal circuits and dopamine. The alteration of knowledge through association (452, 454) connects with the brain's reward system and social alignment mediated by oxytocin.

Purity of mind (455) depends on the functioning of the medial prefrontal cortex, insula, and orbitofrontal cortex. The classification of good and bad company (460) is mediated by the amygdala and ventromedial prefrontal cortex. Valluvar's statement, "Knowledge takes the nature of one's company," serves as an ancient literary testimony to the modern scientific understanding that social environments alter brain function and behavior.

How to cite this article: Prof. Dr. M. A. Aleem (2026). திருக்குறளில் சிற்றினஞ்சேராமை : மூளைநரம்பியல் நோக்கில் ஓர் ஆய்வு. *Tamilmanam – International Research Journal of Tamil Studies*, *12*(06), 1–12. https://doi.org/10.63300/tmi12n062026.01
Copyright and licence: © 2026 The Author(s). This is an open access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution 4.0 International License (CC BY 4.0), which permits unrestricted use, distribution and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

பேரா. மரு. எம். ஏ. அலீம்

மூளைநரம்பியல் நிபுணர், தனலட்சுமி சீனிவாசன் மருத்துவக் கல்லூரி, சிறுவாச்சூர் மற்றும் ஏபிசி மருத்துவமனை, திருச்சி, தமிழ்நாடு, இந்தியா.

ஆய்வுச் சுருக்கம்

திருக்குறளின் 46ஆம் அதிகாரமான 'சிற்றினஞ்சேராமை' கூறும் மனம்–இனம் தொடர்பு, இக்கால மூளைநரம்பியல் கண்டுபிடிப்புகளோடு பெரிதும் ஒத்துப்போகிறது என்பதே இவ்வாய்வின் முடிவு. பொருட்பால், அரசியல் இயலில் அமைந்த இவ்வதிகாரம், ஒருவரின் அறிவும் குணமும் ஒழுக்கமும் அவர் சேரும் இனத்தால் வடிவமைக்கப்படுகின்றன என்கிறது. இவ்வாய்வு அதன் பத்துக் குறள்களையும் (451–460) பனுவல் பகுப்பாய்வு, சொல்லாட்சிப் பகுப்பாய்வு, இடைத்துறை ஒப்பீடு ஆகிய முறைகளில் ஆராய்கிறது.

இனம் சார்ந்த சொற்கள் பத்துக் குறள்களிலும் 11 முறையும், மனம் சார்ந்த சொற்கள் ஏழு குறள்களில் ஏழு முறையும் இடம்பெறுகின்றன. சோம்பலும் ஊக்கமின்மையும் (451) ஃப்ரான்டோ-ஸ்ட்ரையேட்டல் சுற்றுகளோடும் டோப்பமைனோடும் தொடர்புடையன. சேர்க்கையால் அறிவு மாறுவது (452, 454) மூளையின் வெகுமதி அமைப்போடும், ஆக்சிடோசின் வழி நிகழும் சமூக ஒத்திசைவோடும் இணைகிறது.

மனத்தூய்மை (455) மீடியல் பிரிஃப்ரான்டல் கார்டெக்ஸ், இன்சுலா, ஆர்பிட்டோஃப்ரான்டல் கார்டெக்ஸ் ஆகியவற்றின் இயக்கத்தைச் சார்ந்தது. நல்லினம்–தீயினம் என்னும் பகுப்பு (460) அமிக்டலா, வென்ட்ரோமீடியல் பிரிஃப்ரான்டல் கார்டெக்ஸ் ஆகியவற்றால் நிகழ்கிறது. 'இனத்தியல்பது ஆகும் அறிவு' என்னும் வள்ளுவர் கூற்று, சமூகச் சூழல் மூளையின் இயக்கத்தையும் நடத்தையையும் மாற்றும் என்னும் இக்கால அறிவியல் புரிதலுக்கு ஒரு தொன்மையான இலக்கியச் சான்றாகத் திகழ்கிறது.

திறவுச்சொற்கள்: திருக்குறள், சிற்றினஞ்சேராமை, இனநலம், மனநலம், மூளைநரம்பியல், சமூக மூளை, டோப்பமைன், பிரிஃப்ரான்டல் கார்டெக்ஸ்

1. முன்னுரை

ஒருவர் சேரும் இனமே அவரது மனத்தையும் அறிவையும் வடிவமைக்கிறது என்பது 'சிற்றினஞ்சேராமை' அதிகாரத்தின் மையக் கருத்து. உலகப் பொதுமறை எனப் போற்றப்படும் திருக்குறள், தனிமனித ஒழுக்கத்தையும் சமூக வாழ்வையும் இணைத்து நோக்கும் அறநூல். அதன் பொருட்பாலில், அரசியல் இயலில், 'பெரியாரைத் துணைக்கோடல்' (அதிகாரம் 45) என்பதை அடுத்து 'சிற்றினஞ்சேராமை' (அதிகாரம் 46) அமைந்துள்ளது.

முன்னது, அறிவு, குணம், ஒழுக்கம் ஆகியவற்றில் அனுபவம் மிக்க தக்கோராகிய பெரியோரைச் சார்ந்திருக்க வலியுறுத்துகிறது. பின்னது, அம்மூன்றிலும் தெளிவற்ற, கீழ்த்தரமான எண்ணமும் செயலும் உடையோராகிய சிற்றினத்தைத் தவிர்க்கச் சொல்கிறது. அறிவு, குணம், ஒழுக்கம் ஆகிய மூன்றும் மூளைநரம்பியல் இயக்கத்தின் முதன்மையான வெளிப்பாடுகள் என்பதால், இவ்வதிகாரத்தை மூளைநரம்பியல் நோக்கில் ஆராய்வது பொருத்தமானது.

1.1 ஆய்வுச் சிக்கல்

மரபுவழி உரைகள் இவ்வதிகாரத்தை அறவியல், அரசியல் நோக்கில் விளக்குகின்றன. ‘இனத்தியல்பது ஆகும் அறிவு’, ‘மனத்தானாம் மாந்தர்க்கு உணர்ச்சி’ போன்ற கூற்றுகளுக்கு உயிரியல் அடிப்படை உண்டா என்னும் வினாவுக்கு விடை தேடுவதே இவ்வாய்வின் சிக்கல்.

1.2 ஆய்வு நோக்கங்கள்

1. இவ்வதிகாரத்தில் இனம், மனம் ஆகிய கருத்துகள் எவ்வாறு கட்டமைக்கப்பட்டுள்ளன என்பதைச் சொல்லாட்சி வழி கண்டறிதல்.
2. ஒவ்வொரு குறளின் கருத்தையும் அதனோடு தொடர்புடைய மூளைப்பகுதிகள், நரம்பியல் வேதிப்பொருள்கள் ஆகியவற்றோடு ஒப்பிட்டு விளக்குதல்.
3. வள்ளுவர் வலியுறுத்தும் மனநலம்–இனநலம் இணைப்பின் இக்காலப் பொருத்தப்பாட்டை மதிப்பிடுதல்.

1.3 ஆய்வு முறை

இவ்வாய்வு பனுவல் பகுப்பாய்வு (Textual Analysis), விளக்கமுறை (Descriptive), இடைத்துறை ஒப்பீட்டு (Interdisciplinary Comparative) அணுகுமுறைகளைப் பின்பற்றுகிறது. முதன்மைச் சான்று திருக்குறளின் 46ஆம் அதிகாரம் (குறள் 451–460). துணைச் சான்றுகளாக மூளைநரம்பியல், உளவியல் ஆகிய துறைகளின் எட்டு ஆய்வுக் கட்டுரைகளும் உலக சுகாதார நிறுவனத்தின் நிலைப்பாட்டு அறிக்கையும் என ஒன்பது ஆக்கங்கள் பயன்படுத்தப்பட்டுள்ளன.

ஒவ்வொரு குறளும் மூலம், பொருள், மூளைநரம்பியல் நோக்கு என்னும் மூன்று படிநிலைகளில் ஆராயப்படுகிறது. அதன்பின், அதிகாரத்தின் சொல்லாட்சி எண்ணிக்கை அடிப்படையில் பகுக்கப்பட்டு, குறள்கள் சுட்டும் மூளைப்பகுதிகள் ஒருங்கிணைத்து நோக்கப்படுகின்றன.

2. கலைச்சொல் விளக்கமும் அதிகார அமைப்பும்

இவ்வதிகாரம் இனம், மனம் என்னும் இரண்டு சொற்களை அச்சாகக் கொண்டு சுழல்கிறது. எனவே, அவற்றின் பொருளைத் தெளிவுபடுத்துவது இவ்வாய்வின் அடிப்படை.

2.1 இனம்

‘இனம்’ என்னும் சொல்லுக்கு, அது வழங்கும் சூழலுக்கு ஏற்பப் பொருள் கொள்ளப்படுகிறது. அது ஒரு குறிப்பிட்ட குழுவையும், பொதுவான மரபியல் பண்புடைய விலங்கு அல்லது தாவரப் பிரிவையும், மொழி, பண்பாடு, வழிமரபு அடிப்படையில் பிரிக்கப்படும் மக்கள் தொகுதியையும் குறிக்கும். இவ்வதிகாரத்தில் இனம் என்பது, ஒருவர் நாளும் பழகும் நட்பு வட்டம், கூட்டம், குழு, குமுகம் ஆகியவற்றைக் குறிக்கிறது.

2.2 மனம்

மனம் என்பது சிந்தனை, நோக்கு, உணர்ச்சி, கற்பனை ஆகியவற்றின் உணர்வுநிலை; எண்ணங்களும் உணர்வுகளும் அறிவும் திரண்ட தொகுப்பு. இதற்கு உள்ளம், நெஞ்சம், புலன், அகம், சித்தம் எனப் பல ஒருபொருட் சொற்கள் உண்டு.

சங்க இலக்கியங்கள் மனத்தை உணர்வுகளின் இருப்பிடமாகக் கொண்டு, காதலின் ஆழத்தையும் வாழ்வின் பிற சிக்கல்களையும் அதன் வழி விளக்குகின்றன. தொல்காப்பியமும் அகநானூறும் இதற்குத் திணைவழி விளக்கம் தருகின்றன. தமிழ் மரபில், புலன்வழி உணர்வதற்கு முன் எண்ணங்கள் தோன்றும் இடமாக மனம் கருதப்படுகிறது.

2.3 சிற்றினம்

அறிவு, குணம், ஒழுக்கம் ஆகியவற்றில் தெளிவற்ற, கீழ்த்தரமான எண்ணமும் செயலும் உடையோர் கூட்டமே சிற்றினம். அத்தகைய கூட்டத்தோடு சேராமல் விலகியிருத்தலே ‘சிற்றினஞ்சேராமை’.

2.4 அதிகாரத்தின் சொல்லாட்சி

இனம் சார்ந்த சொற்கள் பத்துக் குறள்களிலும் 11 முறை வருகின்றன; மனம் சார்ந்த சொற்கள் 453 முதல் 459 வரை தொடர்ச்சியாக ஏழு குறள்களில் வருகின்றன.

சொல் வகை	குறளில் வரும் வடிவங்கள் (குறள் எண்)	வருகை
இனம்	சிற்றினம் (451), இனத்தியல்பது (452), இனத்தானாம் (453), இனத்துளது (454), இனந்தூய்மை (455), இனந்தூயார்க்கு (456), இனநலம் (457), இனநலம் (458), இனநலத்தின் (459), நல்லினத்தின் (460), தீயினத்தின் (460)	10 குறள்களில் 11 முறை

சொல் வகை	குறளில் வரும் வடிவங்கள் (குறள் எண்)	வருகை
மனம்	மனத்தானாம் (453), மனத்துளது (454), மனந்தூய்மை (455), மனந்தூயார்க்கு (456), மனநலம் (457), மனநலம் (458), மனநலத்தின் (459)	7 குறள்களில் 7 முறை
ஏமாப்பு (பாதுகாப்பு, வலிமை)	ஏமாப்பு (458), ஏமாப்பு (459)	2 குறள்களில் 2 முறை
எச்சம் (எஞ்சி நிற்கும் புகழ்)	எச்சம் (456)	1 குறளில் 1 முறை

மனத்தையும் இனத்தையும் ஒரே குறளுக்குள் இணைத்துக் கூறும் இவ்வமைப்பு, தனிமனித மனநலம் சமூக இனநலத்தோடு பிரிக்க முடியாதது என்னும் அதிகாரத்தின் மையக் கருத்தைப் புலப்படுத்துகிறது. இயற்கையோடு இயைந்த ஐந்திணைப் பகுப்பின் வழியே குழு அடிப்படையிலான சமூக அமைப்பையும் உறவுகளையும் கட்டமைத்த தமிழ் மரபின் தொடர்ச்சியையும் இது காட்டுகிறது.

3. குறள்வழி மூளைநரம்பியல் பகுப்பாய்வு

இவ்வதிகாரத்தின் பத்துக் குறள்களும் மூலம், பொருள், மூளைநரம்பியல் நோக்கு என்னும் முறையில் ஆராயப்படுகின்றன. குறள் மூலம், பரிமேலழகர் உரைப் பதிப்பை அடிப்படையாகக் கொண்டு, படிப்பதற்கு எளிதாகச் சீர்பிரித்துத் தரப்பட்டுள்ளது.

3.1 குறள் 451: சிற்றினம் அஞ்சும் பெருமை

சிற்றினம் அஞ்சும் பெருமை சிறுமைதான்
சுற்றமாச் சூழ்ந்து விடும்.

பொருள்: பெருமைப் பண்புடையோர் சிற்றினத்தோடு சேர அஞ்சுவர்; சிறுமைக் குணமுடையோரோ அதனைத் தம் சுற்றமாகவே கருதித் தழுவிக்கொள்வர்.

மூளைநரம்பியல் நோக்கு: இவ்வாய்வு, ‘சிறுமை’ என்பதன் ஒரு வெளிப்பாடாக ஊக்கமும் செயலாற்றலும் இல்லாத சோம்பல் நிலையைக் கொள்கிறது. அறிவாற்றல் மிக்கோர் சோம்பலுக்கு அஞ்சுவர்; ஆற்றலற்ற சோம்பேறிகளோ ஒத்த தன்மையுடையோரைத் தம் உறவாகக் கருதிக் காலம் கழிப்பர்.

மூளையின் ஃப்ரான்டோ-ஸ்ட்ரையேட்டல் சுற்றுகளில் (Frontostriatal Circuits) ஏற்படும் இயக்கக் குறைபாடுகள், மந்தமான சிந்தனைக்கும் ஊக்கமின்மைக்கும் சோம்பலுக்கும் வழிவகுக்கின்றன. சுறுசுறுப்பான இயக்கத்துக்குத் தேவையான டோப்பமைன் (Dopamine) என்னும் நரம்பியல் வேதிப்பொருள் குறைவதும் இதற்குக் காரணம். ஃப்ரான்டோ-ஸ்ட்ரையேட்டல் பகுதி, ஆன்டீரியர் சிங்குலேட் கைரஸ் (Anterior

Cingulate Gyrus), ஆக்ஸிபிட்டோ-ஃப்ரான்டல் (Occipito-frontal) இணைப்புகள் ஆகியவற்றை உள்ளடக்கிய நரம்பிழை வட்டப்பாதையின் இயக்கக் குறைவும் இந்நிலையோடு தொடர்புடையது [1].

இத்தகையோர் பிறரையும் எதிலும் அக்கறையற்றவர்களாக்கித் தம்மோடு ஒரு கூட்டமாக இணைத்துக்கொள்வர். இவ்வாறு உடல், மனச் சோர்வு ஒருவரிடமிருந்து பிறருக்குப் பரவி ஒரு சோம்பல் கூட்டமே உருவாகும் என்பதை இக்குறள் முன்னுணர்த்துகிறது. ஆகவே, செயல்திறன் மிக்கோர் அத்தகைய கூட்டத்தோடு உறவாட அஞ்சி விலகுவர்.

3.2 குறள் 452: நிலத்தியல்பும் இனத்தியல்பும்

நிலத்தியல்பான் நீர்திரிந்து அற்றாகும் மாந்தர்க்கு
இனத்தியல்பது ஆகும் அறிவு.

பொருள்: சேர்ந்த நிலத்தின் இயல்பால் நீர் தன் தன்மை மாறுவதுபோல, மக்களின் அறிவும் அவர் சேர்ந்த இனத்தின் இயல்பை ஒத்ததாக மாறும்.

மூளைநரம்பியல் நோக்கு: நம் தோழமை, சேர்க்கை, சேரும் இடம் ஆகியவை நம் அனுபவத்தையும் அறிவாற்றலையும் வடிவமைக்கின்றன. இது மூளையின் வெகுமதி அமைப்பு (Reward System) இணைப்புகளின் ஒத்திசைந்த இயக்கத்தால் நிகழ்கிறது. அறிவுசார் செயல்பாடுகள், பிரிஃப்ரான்டல் கார்டெக்ஸ் (Prefrontal Cortex) பகுதியின் பல கிளை இணைப்புகள் வழியே நடைபெறுகின்றன.

தோழமைக்குக் காரணமான மூளைப்பகுதிகளின் இயக்கம், நண்பர்களிடையே ஒத்த மூளை அதிர்வுகளை (Neural Synchrony) ஏற்படுத்துவதாக இக்கால ஆய்வுகள் கூறுகின்றன [2]. எனவே, ஒரு குழுவின் செயல்பாட்டுத் தாக்கம் அதிலுள்ள அனைவரின் மூளையிலும் பதிவாகிறது. தீய செயலுடையோரோடு பழகினால் அவர் குணம் நம்மைத் தொற்றும்; அறிவுடையோரோடு தோழமை கொண்டு கலந்துரையாடினால் அவர் அறிவும் அனுபவமும் நமக்கும் வாய்க்கும்.

நிலத்துக்கு ஏற்ப நீர் மாறும் என்னும் உவமை வழியே, இவ்வறிவியல் உண்மையை வள்ளுவர் எளிமையாக உணர்த்துகிறார். நல்ல குழு, இனம், சுற்றம், ஒத்த நற்குணமுடையோர் ஆகியோரோடு சேர வேண்டும் என்பதே இக்குறளின் அறிவுரை.

3.3 குறள் 453: மனத்தால் உணர்ச்சி, இனத்தால் மதிப்பு

மனத்தானாம் மாந்தர்க்கு உணர்ச்சி இனத்தானாம்
இன்னான் எனப்படுஞ் சொல்.

பொருள்: மனிதர்க்கு உணர்ச்சி அவரவர் மனத்தால் உண்டாகிறது; ‘இவன் இத்தகையவன்’ என்னும் மதிப்போ அவன் சேர்ந்த இனத்தால் உண்டாகிறது.

மூளைநரம்பியல் நோக்கு: மனம், மூளை என்னும் உயிரியல் வன்பொருளில் இயங்கும் ஆற்றல்மிகு செயல்பாட்டு மென்பொருள் போன்றது. நம் நனவான எண்ணங்கள், உணர்ச்சிகள், நினைவுகள், நடத்தைகள் ஆகியவை எவ்வாறு உருவாகிச் செயல்படுகின்றன என்பதை அதுவே தீர்மானிக்கிறது. மனத்தோடு தொடர்புடைய முதன்மை மூளைப்பகுதிகள் பின்வருமாறு:

- **பெருமூளை (Cerebrum):** பகுத்தறிவு, மொழி, சிக்கல் தீர்த்தல், புலன்வழித் தகவல்களைப் புரிந்துகொள்ளுதல் போன்ற உயர் அறிவாற்றல் செயல்களுக்குப் பொறுப்பானது.
- **அமிக்டலா (Amygdala):** லிம்பிக் அமைப்பின் (Limbic System) இப்பகுதி அச்சம், இன்பம், துன்பம் போன்ற உணர்ச்சிகளைச் சீர்படுத்துகிறது.
- **ஹிப்போகாம்பஸ் (Hippocampus):** நினைவுகளை உருவாக்கி நிலைநிறுத்துவதில் முதன்மைப் பங்கு வகிக்கிறது.

இப்பகுதிகளுக்கு இடையேயான செய்திப் பரிமாற்றத்துக்குச் செரட்டோனின் (Serotonin), டோப்பமைன், குளுட்டமேட் (Glutamate) ஆகிய நரம்பியல் வேதிக்கடத்திகள் (Neurotransmitters) உதவுகின்றன. இவை மனநிலையைச் சீர்படுத்தி, ஒரு சூழலை எதிர்கொள்ளவோ அதனின்று விலகவோ நம்மைத் தூண்டுகின்றன. மூளையில் ஏற்படும் பாதிப்புகளும் இவ்வேதிப்பொருள்களின் ஏற்றத்தாழ்வுகளும் மனநிலையை நேரடியாகப் பாதிக்கின்றன [3].

ஆகவே, ‘உணர்ச்சி மனத்தால் ஆகும்’ என்னும் வள்ளுவர் கூற்று இம்மூளைநரம்பியல் உண்மையோடு ஒத்துப்போகிறது. மேலும், ஒருவர் நன்னெறிச் சிந்தனையோடு மேற்கொள்ளும் வாழ்க்கை நடைமுறைகள், அவர் சார்ந்த நல்லோர் அல்லது தீயோர் கூட்டத்தின் வழியே சமூகத்தால் அறியப்படுகின்றன. இதனையே ‘இனத்தானாம் இன்னான் எனப்படுஞ் சொல்’ என்கிறார் வள்ளுவர்.

3.4 குறள் 454: மனத்துளது போலக் காட்டும் இன அறிவு

மனத்துளது போலக் காட்டி ஒருவற்கு
இனத்துளது ஆகும் அறிவு.

பொருள்: ஒருவரின் அறிவு அவருடைய மனத்திலிருந்து தோன்றுவதுபோலத் தோற்றமளித்தாலும், உண்மையில் அது அவர் சார்ந்த இனத்திலிருந்தே உருவாகிறது.

மூளைநரம்பியல் நோக்கு: நாம் சார்ந்துள்ள கூட்டமும் நட்பு வட்டமும், மூளையின் ஸ்ட்ரையேட்டம் (Striatum) பகுதியையும் ஆக்சிடோசின் (Oxytocin), டோப்பமைன் ஆகிய வேதிப்பொருள்களைக் கொண்ட நரம்பிழைகளையும் சார்ந்து இயங்குகின்றன. இவ்வமைப்பின் வழி ஏற்படும் சமூகத் தொடர்பு, மனத்தின் உணர்ச்சிகளைச் சீர்படுத்தி இனத்தாரிடையே ஒரு ஒத்திசைவை உருவாக்குகிறது. அதற்கேற்ப நம் செயல், அறிவு, ஆற்றல் ஆகியவை வெளிப்படுகின்றன [4].

நல்லொழுக்கமுடைய மக்களோடு வாழும்போது மனம் அறநெறியில் செல்கிறது. அறநெறி தவறிய கூட்டத்தோடு இருப்பவரின் அறிவு தனக்குரியதுபோலத் தோன்றினும், அது அக்கூட்டத்தின் ஒத்திசைந்த நடத்தையையே வெளிப்படுத்தும். மனம், அறிவு, இனம் ஆகிய மூன்றும் இணைந்து இயங்கும் இத்தன்மையை இக்குறள் நுட்பமாக உணர்த்துகிறது.

3.5 குறள் 455: மனத்தூய்மையும் செயல்தூய்மையும்

மனந்தூய்மை செய்வினை தூய்மை இரண்டும்
இனந்தூய்மை தூவா வரும்.

பொருள்: மனத்தின் தூய்மையும் செய்யும் செயலின் தூய்மையும் ஆகிய இரண்டும், ஒருவர் சேர்ந்த இனத்தின் தூய்மையைப் பற்றுக்கோடாகக் கொண்டே வரும்.

மூளைநரம்பியல் நோக்கு: மனத்தூய்மையும் நடத்தைத் தூய்மையும் தத்துவ, ஆன்மீகக் கருத்துகளாகத் தோன்றினாலும், அவை அறிவாற்றல் நரம்பியல் (Cognitive Neuroscience) அடிப்படை உடையவை. மீடியல் பிரிஃப்ரான்டல் கார்டெக்ஸ் (Medial Prefrontal Cortex), இன்சுலா (Insula), ஆர்பிட்டோஃப்ரான்டல் கார்டெக்ஸ் (Orbitofrontal Cortex) ஆகிய பகுதிகளின் நரம்பிழை இணைப்புகள் இதற்குக் காரணமாகின்றன [5]. இவற்றின் பங்கு பின்வருமாறு:

- **மீடியல் பிரிஃப்ரான்டல் கார்டெக்ஸ்:** சுயசிந்தனை, அக உணர்ச்சிச் செயலாக்கம், சமூக-அறவியல் தீர்ப்புகள் ஆகியவற்றை நெறிப்படுத்துகிறது. இதன் சீரான இயக்கம் மனத்தையும் செயலையும் அறவழியில் செலுத்துகிறது; குறைவான இயக்கம் அதற்கு எதிராகச் செலுத்தக்கூடும்.
- **இன்சுலா:** தூய்மைக்கேட்டின்பால் எழும் உள்ளுணர்வு அருவருப்பு, அறவியல் வெறுப்பு, அவற்றுக்கான எதிர்வினை ஆகியவற்றை இயக்குகிறது.
- **போஸ்டீரியர் சிங்குலேட் கார்டெக்ஸ் (Posterior Cingulate Cortex):** இதன் இயக்க மாறுபாடுகள் மனக்குழப்பம், எண்ணங்களை அசைபோடுதல் (Rumination), தன்னலக் கவனச்சிதறல் ஆகியவற்றோடு தொடர்புடையன.
- **ஆர்பிட்டோஃப்ரான்டல் கார்டெக்ஸ்:** மனக்கிளர்ச்சி சார்ந்த, சமூகம் விரும்பாத எதிர்வினைகளைத் தடுத்து, அறவியல் அடிப்படையில் நடத்தையை உடனுக்குடன் சீர்செய்கிறது.

இத்தகைய நரம்பியல் அமைப்புகள், ஒருவர் சார்ந்த கூட்டத்தின் பழக்கவழக்கங்களுக்கு ஏற்ப ஒத்திசைகின்றன. சமூக நலனை விரும்பும் கூட்டம் மனத்தையும் செயலையும் அறநெறியில் செலுத்தும்; நெறிதவறிய கூட்டம் அவற்றைத் தன் வழியிலேயே இழுத்துச் செல்லும். மனத்தூய்மையும் செயல்தூய்மையும் இனத்தூய்மைக்கு ஏற்ப அமையும் என்னும் கருத்தையே வள்ளுவர் இக்குறளில் கூறுகிறார்.

3.6 குறள் 456: தூயோர்க்கு நல்லெச்சம்

மனந்தூயார்க்கு எச்சம்நன்று ஆகும் இனந்தூயார்க்கு
இல்லைநன்று ஆகா வினை.

பொருள்: மனத்தூய்மை உடையோர்க்குப் பின் எஞ்சி நிற்கும் எச்சம் (மக்கட்பேறும் புகழும்) நன்றாக அமையும்; இனத்தூய்மை உடையோர்க்கு நன்மை தராத செயல் எதுவும் இல்லை.

மூளைநரம்பியல் நோக்கு: தூய எண்ணமும் செயலும் உடையோர், தனிமையிலும் பொது இடங்களிலும் நல்ல மனத்தோடு நடந்துகொள்வோர் ஆகியோரின் மூளைநலம் (Brain Health) பல வகையிலும் பாதுகாக்கப்படுகிறது [6]. அவர் வாழ்வு முடிந்த பின்னும் அவர் புகழ் நிலைத்து நிற்கும்.

அதுபோலவே, நல்லுள்ளமும் நன்னடத்தையும் உடைய தூய கூட்டத்துக்கு நன்மையன்றித் தீங்கு நெருங்காது. தூய மனத்தால் தூய இனத்துக்கு விளையும் நன்மைகளை வள்ளுவர் இக்குறளில் விளக்குகிறார்.

3.7 குறள் 457: மனநலமும் இனநலமும்

மனநலம் மன்னுயிர்க்கு ஆக்கம் இனநலம்
எல்லாப் புகழும் தரும்.

பொருள்: மனநலம் உயிர்க்கு ஆக்கம் தரும்; இனநலம் எல்லாப் புகழையும் தரும்.

மூளைநரம்பியல் நோக்கு: மனநலம் என்பது அமிக்டலா, பிரிஃப்ரான்டல் கார்டெக்ஸ், ஹிப்போகாம்பஸ் முதலிய பகுதிகளின் இணைப்புகளில் நிகழும் நரம்பியல் வேதித் தூண்டுதல்களால் அமையும் ஓர் அகநிலை. இப்பகுதிகளின் சீரற்ற இயக்கம் மனநலத்தைப் பாதித்து, அறநெறி தவறிய நடத்தைக்கு இட்டுச் செல்லும்; மூளைநலமும் உடல்நலமும் பாதிக்கப்படும் [7]. மனநலச் சீர்கேடு, தொற்றுநோய்கள், தொற்றாநோய்கள், விபத்துகள், தற்கொலை, கொலை போன்ற வன்செயல்கள், வன்கொடுமை ஆகியவற்றுக்கு வித்திடக்கூடும். ஆகவே, மனநலம் உயிர் காக்கும் ஆக்கம் என்கிறார் வள்ளுவர்.

ஒரு சமூகத்தின் ஒட்டுமொத்த ஒத்திசைவுச் செயல்பாடுகள், மூளையின் சில பகுதிகளின் கூட்டு இயக்கத்தால் நிகழ்கின்றன. ஒருவரைப் பார்த்து ஒருவர் தொழில்நுட்பம், கற்றல், நெறியான வாழ்வு ஆகியவற்றைக் கற்கின்றனர். வாழிடங்களைத் தூய்மையாக வைத்தல், பேரழிவுகளிலிருந்து சமூகத்தையும் உடைமைகளையும் காத்தல் போன்ற கூட்டு நற்செயல்கள் அச்சமூகத்துக்கு நாட்டளவிலும் உலகளவிலும் அழியாப் புகழைத் தேடித்தருகின்றன.

நல்ல மனமுடையவர் நன்னெறிக் குழுவோடு இணைந்து செயல்பட்டால் விளையும் நன்மையை இக்குறள் கோடிட்டுக் காட்டுகிறது.

3.8 குறள் 458: சான்றோர்க்கும் இனநலம் ஏமாப்பு

மனநலம் நன்குடையர் ஆயினும் சான்றோர்க்கு
இனநலம் ஏமாப்பு உடைத்து.

பொருள்: மனநலம் நன்கு அமையப்பெற்ற சான்றோர்க்கும், இனநலமே மேலும் வலிமையும் பாதுகாப்பும் தருவதாகும்.

மூளைநரம்பியல் நோக்கு: நன்னெறி கடைப்பிடிக்கும் மனமுடையோரின் மூளை, உணர்ச்சிப் பெருக்குகளுக்கு அவரை அடிமையாக்காமல், உயர்ந்த சான்றோராக வாழ வைக்கிறது [1]. அத்தகையோர் நன்னெறி ஒழுக்கமிகு கூட்டத்தில் இருப்பின், அது அவருக்கும் அவர் கூட்டத்தாருக்கும் கூடுதல் வலிமை சேர்க்கிறது. எந்த இன்னலையும் எதிர்கொள்ளும் ஆற்றலும் பாதுகாப்பான வாழ்வும் இதனால் வாய்க்கின்றன.

மனநலத்தை இனநலத்தின் வலிமையோடு இணைத்து, அது ஏற்றம் சேர்க்கும் என்கிறார் வள்ளுவர்.

3.9 குறள் 459: மனநலத்தால் மறுமை

மனநலத்தின் ஆகும் மறுமைமற்று அஃதும்
இனநலத்தின் ஏமாப்பு உடைத்து.

பொருள்: மனநலத்தால் மறுமை இன்பம் உண்டாகும்; அதுவும் இனநலத்தால் மேலும் பாதுகாப்புப் பெறும்.

மூளைநரம்பியல் நோக்கு: மனிதன் இறந்த பின் தொடரும் ஆன்மீக வாழ்வை மறுமை என்கிறோம். மனநலத்துக்கும் எதிர்கால இன்ப எதிர்பார்ப்புக்கும் இடையேயான தொடர்பு, மூளையின் எதிர்பார்ப்பு வலையமைப்புகளைச் (Anticipatory Networks) சார்ந்தது [8]. நம் மனம் ஒரு நேர்மையான எதிர்காலத்தை எண்ணும்போது பிரிஃப்ரான்டல் கார்டெக்ஸ், வென்ட்ரல் டெக்மென்டல் பகுதி (Ventral Tegmental Area), மீடியல் ஆர்பிட்டோஃப்ரான்டல் கார்டெக்ஸ் ஆகியவை இயங்குகின்றன.

இத்தகைய எதிர்பார்ப்பு மூளையின் டோப்பமைன் பாதையைத் தூண்டி, நிகழ்காலத்திலேயே வெகுமதி உணர்வையும் அமைதியையும் உருவாக்குகிறது. மீடியல் ஆர்பிட்டோஃப்ரான்டல் கார்டெக்ஸ் எதிர்கால இன்பத்தின் மதிப்பை மனத்தில் உணர்த்துகிறது; இன்சுலா, ஆழ்ந்த மனத்தெளிவு, அமைதி, பரவசம் ஆகிய நிலைகளை உணர உதவுகிறது. இவ்வாறு மறுமை இன்பத்தை மனம் முன்கூட்டியே சுவைக்கிறது.

தூய அறநெறியும் ஆன்மீக மனமும் உடையோர், மறுமை இன்பத்தை எண்ணித் தம் இம்மை வாழ்வை மேலும் செம்மைப்படுத்துவர். அவர் சார்ந்த அறநெறிக் கூட்டமும் பாதுகாப்பு மிகுந்த சமுதாயமாகத் திகழும். மனநலம், மறுமை, இனநலத்தின் வழி வரும் பாதுகாப்பு ஆகிய மூன்றையும் இக்குறள் இணைத்துக் கூறுகிறது.

3.10 குறள் 460: ***நல்லினமும் தீயினமும்***
நல்லினத்தின் ஊங்குந் துணையில்லை தீயினத்தின்
அல்லற் படுப்பதூஉம் இல்.

பொருள்: ஒருவர்க்கு நல்லினத்தைவிடச் சிறந்த துணையும் இல்லை; தீயினத்தைவிடத் துன்பம் தருவதும் இல்லை.

மூளைநரம்பியல் நோக்கு: மனித மூளையின் வென்ட்ரோமீடியல் பிரிஃப்ரான்டல் கார்டெக்ஸ் (Ventromedial Prefrontal Cortex), அமிக்டலா ஆகிய பகுதிகள் சமூகத்தில் உள்ளோரை உட்குழுவினர் (In-group), வெளிக்குழுவினர் (Out-group) என வகைப்படுத்திக் கையாளும் ஆற்றல் கொண்டவை. இப்பகுப்பு சமூகப் பிணைப்புக்கும் வாழ்வின் மேம்பாட்டுக்கும் துணைசெய்கிறது. இதில் ஈடுபடும் மூளைப்பகுதிகளின் பங்கு பின்வருமாறு:

- **அமிக்டலா:** நேரவிருக்கும் அச்சுறுத்தல்களை அறிந்து தற்காப்புச் செயல்முறைகளை வகுக்கிறது; தீய கூட்டத்தாரின் முகங்களைக் கண்டவுடனேயே தற்காப்பு நிலைக்கு நம்மை ஆயத்தப்படுத்துகிறது [9].
- **வென்ட்ரோமீடியல் பிரிஃப்ரான்டல் கார்டெக்ஸ்:** அறவியல் மதிப்பீடுகள், சுய அடையாளம், தன் குழுவினர்–தீயோர் பற்றிய ஒப்பீடு ஆகியவற்றைப் பகுப்பாய்வு செய்கிறது.
- **மீடியல் பிரிஃப்ரான்டல் கார்டெக்ஸ்:** குழுக்களுக்கிடையேயான போட்டியில் தன் செயல்களைப் பக்குவப்படுத்தி, அறவியல் அடிப்படையில் சுயமதிப்பீடு செய்ய உதவுகிறது.
- **ஸ்ட்ரையேட்டம்:** ஒத்திசைவுடன் இயங்கும் கூட்டத்தில் கிடைக்கும் பாராட்டையும் வெகுமதியையும் கொண்டு நம்மை ஊக்குவிக்கிறது.
- **இன்சுலா:** தீய எண்ணமுடைய கூட்டத்தின் அச்சுறுத்தல் அறிகுறிகளை உணர்ந்து, அவர்பால் வெறுப்பையும் விலகலையும் தூண்டுகிறது.

இவ்வாறு நம் மூளையே நல்லினத்தையும் தீயினத்தையும் பகுத்தறிந்து, நற்செயல்களுக்குத் துணைநின்று, தீயினத்தால் வரும் தீங்கிலிருந்து நம்மைக் காக்கிறது. நல்லினம், தீயினம் என்னும் இருவகை இனங்களின் விளைவுகளை வள்ளுவர் இக்குறளில் தெளிவாகப் பகுத்துரைக்கிறார்.

4. ஒருங்கிணைந்த பகுப்பாய்வு: குறளும் மூளை அமைப்பும்

பத்துக் குறள்களும் மனம்–இனம் இணைப்பை மூன்று படிநிலைகளில் விளக்குகின்றன: இனம் அறிவை மாற்றுதல் (451–454), இனம் மனத்தூய்மையை நிர்ணயித்தல் (455–456), இனநலம் வாழ்வுக்கும் மறுமைக்கும் ஏமாப்பு தருதல் (457–460). அட்டவணை 1, ஒவ்வொரு குறளுக்கும் தொடர்புடைய மூளைப்பகுதிகளையும் நரம்பியல் வேதிப்பொருள்களையும் தொகுக்கிறது.

அட்டவணை 1: சிற்றினஞ்சேராமை—குறள்வழி மூளைநரம்பியல் தொடர்புகள்

குறள்	மையக் கருத்து	தொடர்புடைய மூளைப்பகுதிகள்	நரம்பியல் வேதிப்பொருள்கள்	சான்று
451	சிற்றினம் அஞ்சுதல்; சோம்பல் பரவுதல்	ஃப்ரான்டோ-ஸ்ட்ரையேட்டல் சுற்றுகள், ஆன்டீரியர் சிங்குலேட் கைரஸ், ஆக்ஸிபிட்டோ-ஃப்ரான்டல் இணைப்புகள்	டோப்பமைன்	[1]
452	இனத்தியல்பே அறிவு	வெகுமதி அமைப்பு, பிரிஃப்ரான்டல் கார்டெக்ஸ்		[2]
453	உணர்ச்சி மனத்தால், மதிப்பு இனத்தால்	பெருமூளை, அமிக்டலா, ஹிப்போகாம்பஸ்	செரட்டோனின், டோப்பமைன், குளுட்டமேட்	[3]
454	அறிவு இனத்துள் உருவாதல்	ஸ்ட்ரையேட்டம்	ஆக்சிடோசின், டோப்பமைன்	[4]
455	மனத்தூய்மை, செயல்தூய்மை	மீடியல் பிரிஃப்ரான்டல் கார்டெக்ஸ், இன்சுலா, ஆர்பிட்டோஃப்ரான்டல் கார்டெக்ஸ், போஸ்டீரியர் சிங்குலேட் கார்டெக்ஸ்		[5]
456	தூயோர்க்கு நல்லெச்சம்	ஒட்டுமொத்த மூளைநலம்		[6]
457	மனநலம் ஆக்கம், இனநலம் புகழ்	அமிக்டலா, பிரிஃப்ரான்டல் கார்டெக்ஸ், ஹிப்போகாம்பஸ்		[7]

குறள்	மையக் கருத்து	தொடர்புடைய மூளைப்பகுதிகள்	நரம்பியல் வேதிப்பொருள்கள்	சான்று
458	சான்றோர்க்கும் இனநலம் ஏமாப்பு	உணர்ச்சியை ஒழுங்குபடுத்தும் மூளை அமைப்புகள்		[1]
459	மனநலத்தால் மறுமை	பிரிஃப்ரான்டல் கார்டெக்ஸ், வென்ட்ரல் டெக்மென்டல் பகுதி, மீடியல் ஆர்பிட்டோஃப்ரான்டல் கார்டெக்ஸ், இன்சுலா	டோப்பமைன்	[8]
460	நல்லினம் துணை, தீயினம் அல்லல்	அமிக்டலா, வென்ட்ரோமீடியல் / மீடியல் பிரிஃப்ரான்டல் கார்டெக்ஸ், ஸ்ட்ரையேட்டம், இன்சுலா		[9]

பிரிஃப்ரான்டல் கார்டெக்ஸ் சார்ந்த பகுதிகள் ஐந்து குறள்களிலும் (452, 455, 457, 459, 460), டோப்பமைன் நான்கு குறள்களிலும் (451, 453, 454, 459), அமிக்டலாவும் இன்சுலாவும் தலா மூன்று குறள்களிலும் இடம்பெறுகின்றன. அறநெறி முடிவெடுத்தல், ஊக்கமும் வெகுமதியும், அச்சுறுத்தலை உணருதல் ஆகிய மூன்றுமே இவ்வதிகாரத்தின் நரம்பியல் மையம் என்பதை இது காட்டுகிறது.

5. விவாதம்

வள்ளுவர் கூறிய இனம்–மனம் இணைப்பு, இன்றைய சமூக நரம்பியலின் (Social Neuroscience) மையக் கண்டுபிடிப்புகளோடு ஒத்துப்போகிறது. நண்பர்களிடையே மூளை அதிர்வுகள் ஒத்திசைதல் [2], குழு நடத்தையில் ஆக்சிடோசின்–டோப்பமைன் அமைப்புகளின் பங்கு [4], உட்குழு–வெளிக்குழுப் பகுப்பில் அமிக்டலாவின் பங்கு [9] ஆகியவை இதற்குச் சான்றுகள்.

5.1 இக்காலப் பொருத்தப்பாடு

உலக சுகாதார நிறுவனம் மூளைநலத்தை வாழ்நாள் முழுவதும் பேணவேண்டிய ஒன்றாகக் குறிப்பிடுகிறது [6]. மனநலச் சீர்கேடு நரம்பியல் நோய்களோடும் சமூகத்

தீங்குகளோடும் பிணைந்தது [7]. இவ்விரண்டும், தனிமனித மனநலத்தைச் சமூக இனநலத்தோடு இணைத்த வள்ளுவரின் பார்வைக்கு இக்காலச் சான்றுகளாகும்.

இன்றைய சூழலில் ‘இனம்’ என்பது குடும்பம், நட்பு வட்டம் மட்டுமன்றி, கல்வி நிறுவனங்கள், பணியிடங்கள், இணையவழிச் சமூகக் குழுக்கள் ஆகியவற்றையும் உள்ளடக்கும். நல்லினச் சேர்க்கையை ஊக்குவிக்கும் சூழலை இவ்விடங்களில் உருவாக்குவது மூளைநலம் பேணும் ஒரு சமூக நடவடிக்கையாகும் என இவ்வாய்வு பரிந்துரைக்கிறது.

5.2 ஆய்வின் வரம்புகளும் எதிர்கால ஆய்வுகளும்

- இவ்வாய்வு முன்வைக்கும் தொடர்புகள் கருத்தியல் ஒப்பீட்டு அடிப்படையிலானவை; அவற்றை நேரடிப் பரிசோதனைகள் வழி மதிப்பிடுவது எதிர்கால ஆய்வுக்குரியது.
- பரிமேலழகர் முதலிய மரபுவழி உரையாசிரியர்களின் விளக்கங்களோடு விரிவான ஒப்பீடு இவ்வாய்வின் எல்லைக்கு அப்பாற்பட்டது.
- இனச் சேர்க்கை மூளையின் இயக்கத்தை மாற்றும் தன்மையைத் தமிழகச் சமூகச் சூழலில் கள ஆய்வுகள் வழி ஆராயலாம்.

6. முடிவுரை

‘சிற்றினஞ்சேராமை’ அதிகாரம், மனமும் இனமும் பிரிக்க முடியாதவை என்பதைப் பத்துக் குறள்களில் படிப்படியாக நிறுவுகிறது. இனம் சார்ந்த சொற்கள் 11 முறையும் மனம் சார்ந்த சொற்கள் ஏழு முறையும் இடம்பெறுவது இவ்விணைப்பின் முதன்மையைக் காட்டுகிறது. ஏமாப்பு (458, 459), எச்சம் (456) ஆகிய சொற்கள் வழியே மனநலத்தின் விளைவுகளையும் வள்ளுவர் சுட்டுகிறார்.

ஒவ்வொரு குறளின் கருத்தும் இன்றைய மூளைநரம்பியல் கண்டுபிடிப்புகளோடு பொருந்துகிறது. சோம்பலும் ஊக்கமின்மையும் டோப்பமைன் சுற்றுகளோடும், சேர்க்கையால் அறிவு மாறுதல் வெகுமதி அமைப்போடும், மனத்தூய்மை பிரிஃப்ரான்டல்–இன்சுலா இணைப்புகளோடும், நல்லினம்–தீயினம் பகுப்பு அமிக்டலாவோடும் தொடர்புடையன.

பொருட்பாலின் அரசியல் இயலில் வைத்து, தனிமனித மனநலத்தைச் சமூக இனநலத்தோடு இணைத்த வள்ளுவரின் பார்வை, இன்றைய மூளைநலம், மனநலம், சமூக நலம் சார்ந்த சிந்தனைகளுக்கு வழிகாட்டும் தொன்மையான அறிவுச் சான்றாகத் திகழ்கிறது. நல்லினம் சேர்தல் தனிமனித ஒழுக்கம் மட்டுமன்று; அது மூளைநலம் பேணும் சமூக நடைமுறையும் ஆகும்.

துணைநூற்பட்டியல்

முதன்மை நூல்: திருவள்ளுவர். திருக்குறள், பொருட்பால், அரசியல், அதிகாரம் 46: சிற்றினஞ்சேராமை (குறள் 451–460), பரிமேலழகர் உரை. தமிழ் விக்கிமூலம்.

References

Rahamatova Muhayyo Marfjon Kizi. Brain and laziness: scientific facts and practical solutions. Journal of Applied Science and Social Science. 2025;3:492–494.

Sonta Hun. The neuroscience of social connection: how relationships shape the brain. Journal of Psychology and Cognition. 2024;9(1):218.

Jiang Y, Zou D, Li Y, et al. Monoamine neurotransmitters control basic emotions and affect major depressive disorders. Pharmaceuticals (Basel). 2022;15(10):1203.

Chang-Hao Kao. Neurotransmitters and their influence on mental health disorders. Neuroscience and Psychiatry. 2024;7(6):284–286.

Banich MT, Mackiewicz Seghete KL, Depue BE, Burgess GC. Multiple modes of clearing one's mind of current thoughts: overlapping and distinct neural systems. Neuropsychologia. 2015;69:105–117.

World Health Organization. Optimizing brain health across the life course: WHO position paper. Geneva: World Health Organization; 2022 Aug 9.

Pringsheim J. Neurology and mental health. Neurol Clin Pract. 2017;7(2):96–97.

Bubic A, von Cramon DY, Schubotz RI. Prediction, cognition and the brain. Front Hum Neurosci. 2010;4:25.

Levy I, Schiller D. Neural computations of threat. Trends Cogn Sci. 2021;25(2):151–171.