இந்துசமய இறப்புச் சடங்குகளில் இறப்புத்துயரைக் கையாள்வதற்கான ஏற்பாடுகள் - (வவுனியா மாவட்டத்தின் வவுனியா வடக்குப் பிரதேச செயலகப் பிரிவிலுள்ள இந்து சமயத்தவர்களின் வாழ்வியலை அடிப்படையாகக் கொண்ட ஆய்வு)

சஜீபன். சு[1], மேனகா.சி[2]

ஆய்வுச்சுருக்கம்:

இறப்பு என்பது தவிர்க்கமுடியாத நியதியாகும். ஒருவர் உயிருடன் இருக்கும் போது அவருக்கும் அவரின் அன்பிற்குரியவர்களுக்கும் இடையில் உடல், உள ரீதியான தொடர்புகள் காணப்படும். ஆனால் அவர் இறந்தவுடன் இவ்வகை பரஸ்பர உறவு அறுந்துவிடுகிறது. இதனை இறந்தவர்களின் அன்பிற்குரியவர்களால் தாங்கிக் கொள்ள முடியாது உளப்பாதிப்புக்குள்ளாகும் போது இறப்புச் சடங்குகள் சிறந்த உள ஆற்றுப்படுத்தலாக அமைகிறது. அதாவது இறப்பு என்ற நிலையினை உளப்பாதிப்பின்றி ஏற்றுக்கெள்வதற்கும் இறப்பு நிலையினால் ஏற்படும் குற்ற உணர்வுகளினைக் கையாளவும் உளரீதியிலான ஆதரவினைத் தேடுவதற்கும் இச் சடங்குகள் உதவிபரிகின்றன. உண்மையில் இறப்புநிலைச் சடங்குகளினை மேற்கொள்ளல் என்பது ஓர் விஞ்ஞான அடிப்படையிலான செயற்பாடுகளாளக் கொள்ளப்படுகின்றது. எனவே தான் இவ் ஆய்வானது இறப்புத் துயரை கையாள்வதில் இந்து சமய இறப்புச் சடங்குகளின் தொடர்பை இனங்காண்பதை நோக்கமாக கொண்டு மேற்கொள்ளப்பட்டுள்ளது. இதற்கான ஆய்வு பிரதேசமாக வவுனியா வடக்கு பிரதேச செயலக பிரிவினை அடிப்படையாக கொண்டு ஆய்வு மேற்கொள்ளப்பட்டுள்ளது. இங்கு இந்து சமயத்தை பின்பற்றுகின்ற 1414 பேரில் ஆய்வு மாதிரியாக 141 மாதிரி தெரிவு செய்யப்பட்டனர். இவ் ஆய்வானது கலப்பு முறையில் மேற்கொள்ளப்பட்டுள்ளது. இதற்கான தரவு சேகரிப்புக் கருவிகளாக வினாக்கொத்து, Adult Attitude to Grief Scale, நேர்காணல் முறை பயன்படுத்தப்பட்டது. இறப்புத்துயரால் பாதிக்கப்பட்டவர்களின் தனிப்பட்ட தரவுகள் விபரண பகுப்பாய்வின் மூலமும், இறப்பு துயருக்கும் இந்து சமய இறப்புச் சடங்குகளிற்கும் இடையிலான தொடர்புகள் SPSS (verson 20) ல் இணைவு குணகம் மூலமும் நேர்காணலில் பெறப்பட்ட கூற்றுக்கள் உள்ளடக்கப் பகுப்பாய்வின் மூலமும் தரவுகள் பகுப்பாய்விற்கு உட்படுத்தப்பட்டது. புள்ளிவிபர ரீதியாக பெறப்பட்ட முடிவுகள் நிரூபிக்கப்படக் கூடிய வகையில் பண்புசார் தரவுகள் அமைந்திருந்தன. ஆய்வின் முடிவுகளாக: இறப்புத்துயரில் அபரக்கிரியைகள் (R- 0.531)தொடர்புபட்டிருப்பதுடன் அந்தியேட்டிக் கிரியைகள் (R- 0.385) மற்றும் தகனக் கிரியைகள் (R- 0.056) இறப்புத்துயரினைக் குறைப்பதில் தொடர்புபட்டுள்ளன. இந்த ஆய்வின் பரிந்துரைகளாக, இந்து சமய இறப்பு சடங்குகள் கட்டாயம் மேற்கொள்ளப்பட வேண்டும், இறந்தவரின் உடல் கிடைக்கப்பெறாத சந்தர்ப்பத்தில் நினைவுப் பொருளை வைத்து சடங்குகள் நடாத்தப்படுதல் வேண்டும். இறந்தவரின் புகைப்படத்திற்கு சடங்குகள் செய்வதன் மூலம் இறப்புத் துயரினை கையாள முடியும் என ஆய்வின் பரிந்துரைகளை முன்வைக்கலாம். ஆகவே மனிதர்களிடத்தில் இறப்பு சடங்கானது முக்கியமானதாகும்.

திறவுச்சொற்கள்: இறப்பு, இறப்புத் துயர், இறப்புச்சடங்குகள், வவுனியா வடக்குப்பிரதேசம் இந்துசமயம்

[1]மெய்யியல்துறை, யாழ்ப்பாணப் பல்கலைக்கழகம்.
Sasipaiya5@gmail.com
[2]மெய்யியல்துறை, யாழ்ப்பாணப் பல்கலைக்கழகம்.
smenka@univ.jfn.ac.lk

அறிமுகம்

இந்த ஆய்வானது வவுனியா வடக்கு பிரதேச செயலகப்பிரிவினை மையமாகக் கொண்டு ''இறப்புத்துயரை கையாள்வதில் இந்து சமய இறப்பு சடங்குகளின் தொடர்புகள்'' என்னும் தலைப்பினை மையப்படுத்தி செய்யப்பட்டுள்ளது. உலகத்தில் உள்ள அனைத்து உயிர்களுக்கும் பிறப்பு இறப்பு என்பது இயற்கை நியதியாகவே அமைந்துள்ளது. உயிரினங்கள் அனைத்தும் பிறப்பு வாழ்வு இறப்பு எனும் மூன்று பிரதான படிநிலைகளைக் கடந்து செல்கின்றன. இத்தகைய வாழ்க்கைப் படிநிலைகளில் இறப்பு என்பது மீள முடியாத விடயமாகும்.

இறப்புத்துயர் என்றால் என்ன என வரையறுப்போமாயின் பெரும்பாலும் இறப்பினைத் தொடர்ந்து அதுவும் அன்புக்குரியவரின் மறைவினைத் தொடர்ந்து ஏற்படுவதாகும். இது இழவிரக்கம் எனவும் அழைக்கப்படுகின்றது (சோமசுந்தரம், 2001). ஓர் இறப்பினைத் தொடர்ந்து இது எல்லோருக்கும் ஏற்படும் சாதாரண நிகழ்வு. ஆனால் ஒரு சிலரில் இதன் தாக்கம் அசாதாரண நிலையினை அடையலாம். இவ்வாறு இறப்புத்துயரில் உள்ள மக்களது பிரச்சினைகளை இனங்கண்டு அதற்கான தீர்வாகக் கிரியைகளைப் பின்பற்றுவதன் மூலம் அந்தத் துயரத்திற்குரிய தீர்வினைப் பெறமுடியும். அதாவது கிரியைகளைப் பின்பற்றுவதன் மூலம் துயரத்தினைக் குறைத்துக் கொள்ளமுடியும் என்ற கருத்து முன்வைக்கப்படுகிறது. இத்தகைய இறப்பு துயரை சாதாரண துயரம் (Normal Grief), அசாதாரண துயரம் (Abnormal Grief), நீண்டு செல்லும் துயரம் (Chronic Grief) என வகைப்படுத்தியுள்ளனர் (நிஜத்துடன், 2020).

அனைத்து சமயங்களிலும் இறப்பின் போதான கிரியைகள் அவரவர் சமய, பண்பாடு, கலாசார முறைமைகளுக்கு அமைய இடம் பெறுகின்றன. ஏன் எதற்கு என்ற கேள்விகளுக்கு அர்த்தம் தெரியாமல் பெரியவர்கள் நம் நலத்திற்காக ஏற்படுத்தியுள்ள வழக்கம் என்ற ஒரே காரணத்திற்காக செய்யப்படும் அனைத்துச் செயல்களும் சடங்குகள் ஆகும். மனிதருடைய வாழ்க்கைச் சுழற்சியில் மேற்கொள்ளப்படும் சடங்குகளே வாழ்க்கை வட்டச் சடங்குகள் எனப்படும். இச்சடங்குகள் அனைத்தும் மனித வாழ்வைப் பல தொடர்நிலைகளாகப் பகுத்து (பிறப்பு, பூப்பு, திருமணம், இறப்பு) ஒரு நிலையிலிருந்து மற்றொரு நிலைக்கு அறிமுகப்படுத்தும் பொருட்டு மேற்கொள்ளப்படுவதாக அமைகின்றன. மனித வாழ்வில் அடுத்தடுத்து நிகழும் ஒவ்வொரு நிலை மாற்றமும் ஏதேனும் ஒரு சடங்கு நிகழ்வோடு பண்பாட்டு வயப்படுத்தப்படுவது இங்கு குறிப்பிடத்தக்கதாகும். இவற்றைத் தகுதிப் பெயர்ச்சிச் சடங்குகள் (Rites of passage) என்றும் குறிப்பிடுவதுண்டு. நாட்டுப்புற மக்களால் பல்வேறு

வகையான வாழ்வியற் சடங்குகள் காலங் காலமாக நிகழ்த்தப்பட்டு வருகின்றன. இவற்றில் பிறப்புச் சடங்கு, பூப்புச் சடங்கு, திருமணச் சடங்கு, இறப்புச் சடங்கு ஆகியவை குறிப்பிடத்தக்கவை ஆகும் (கந்தையா,2005).

இந்துக்களின் மரணக்கிரியைகளை பொறுத்தவரை பிராமணரின் மரணக்கிரியைகள் பிராமணரல்லாதோரின் மரணக்கிரியைகள் என வேறுபாட்டை காண்கிறோம். பிராமணரல்லாதோர்களில் ஒருவர் இறந்த பின் அவரது ஆன்மா ஈடேற்றம் கருதி அவரது பிள்ளைகள், உறவுகளால் அபரகிரியைகள் மேற்கொள்ளப்படுகின்றன. இக்கிரியைகள் அகநிலையில் ஒருவரின் நற்கதியின் பொருட்டு செய்வதாக கூறினாலும் புறநிலையில் அவற்றினை செய்வோரின் ஆத்ம திருப்தி மேம்படுத்தல் நோக்குடன் அமைந்துள்ளதுடன் இறப்புத்துயரை கையாள்வதில் தனித்துவமாக கூறப்படுகிறது (சிவசண்முகராஜா, சே., 2009).

மனித விருத்திப் பருவங்களில் முதிர்பருவ இடைக்கட்டமானது (Middle Adulthood) 40-65 வயது என எரிக்சனின் உளச்சமுக விருத்திப்பருவ கோட்பாட்டிலும் (இராசேந்திரன்,2016), 40-60 வயதென ஹர்லாக்(Hurlock) பருவ வளர்ச்சி நிலைகளை குறிப்பிடுகிறார். இந்த ஆய்வில் முதிர்பருவ இடைக்கட்டத்தில் 40 - 50 வயதினர் ஆய்வுக்குட்படுத்தப்படவுள்ளனர்.

ஆய்வு பிரச்சினை

கரு உருவாகியது தொடக்கம் சைவசமயத்தில் கிரியைகள் காணப்படுகின்ற போதிலும் இறப்பின் பின் ஏராளமான கிரியைகள் காணப்படுவதோடு இவற்றை மக்கள் தம் வாழ்வில் நம்பிக்கையோடு பின்பற்றி இறப்புத்துயரைக் கையாளுகின்றனர். சமய ரீதியான சடங்குகள் விமர்சனத்திற்குள்ளாகிய போதும் உள ரீதியான பிரச்சினைகள் குறிப்பாக இறப்பு துயரைக் கையாள்வதற்கு இந்து மத சடங்குகள் முக்கியம் பெறுகிறது. இதனால் இத்தகைய கிரியைகளை ஏன் செய்கிறோம், அதனால் இறப்பு துயர் எவ்வாறு தொடர்புபடுகிறது என அறிதல் என்பது இறப்புத் துயரினைக் கையாள்வதற்குச் சிறந்த நுட்பமாகும்.

இலக்கிய மீளாய்வு

Mooren ,(2019), Facilitating grief: An exploration of the function of funerals and rituals in relation to grief reactions எனும் ஆய்வானது Netharland எனும் இடத்தில் 23-88 வயதுடைய 552 நபர்களிடம் மேற்கொள்ளப்பட்டது. இறப்புத்துயரை கையாள்வதில் கிரியைகளின் வகிபங்கு, கிரியை முறைகளை இனங்காணல் போன்றவற்றை நோக்கமாக கொண்டுள்ளது. இறந்தவர்களுக்கு உறவுகளால் செய்யப்படும் கிரியைகள் தொடர்பாக 552

நபர்களிடம் வினாக்கொத்து வழங்கி 289 நபர்கள் இறப்புத்துயரிலிருந்து மீண்டுள்ளதாக SPSS 24.0(IBM crop 2016) மூலம் பகுப்பாய்வு செய்யப்பட்டுள்ளது. இறப்புத்துயரை கையாள இறுதிச்சடங்குகள் உதவியாக உள்ளதாகவும் இதில் உறவு, கல்வி,மதம், பொருளாதாரம் போன்ற காரணிகள் தொடர்புபட்டுள்ளன.

Nicshansarma,(2017), மரணமும் மரணத்துக்கு பிந்திய துயரமும் எனும் ஆய்வானது அவுஸ்ரேலியாவில் மரணத்துயரில் இருப்பவர்கள் மரணச்சடங்கு கிரியை முறைகளை ஒழுங்கு முறையாக செய்வதனுடாக மரணத்துயரிலிருந்து மீண்டெழுவதை கண்டறிதலை நோக்கமாக கொண்டுள்ளது. 24 கேள்விகளை உள்ளடக்கிய வினாக்கொத்து மற்றும் அவதானிப்பு முறை, நேர்காணல் என்பவற்றை ஆய்வு கருவியாக கொண்டு பண்புசார் பகுப்பாய்வு, அளவுசார் பகுப்பாய்வு மூலம் 120 மாதிரிகளில் 67% மானோர் சடங்குகளை மேற்கொண்டு மரணத்துயரிலிருந்து மீண்டுள்ளதாகவும் பங்குபற்றாதவர்கள் குற்ற உணர்வோடு காணப்படுவதாகவும் குறிப்பிடப்பட்டுள்ளது.

Shirley, 1994, Death, Dying and Berevement in a British Hindu Community, London என்ற ஆய்வு இந்து மதத்தில் மரணம் நம்பிக்கைகள், சடங்குகள் என்பன விஞ்ஞான ரீதியாகவும், மருத்துவ ரீதியாகவும் ஏற்றுக் கொள்ளப்பட்டது தொடர்பாக ஆராய்வதை நோக்கமாகக் கொண்டுள்ளது. இது மூன்று பகுதிகளைக் கொண்டு கேள்விகள் அமைகிறது. இந்து சமூகத்தில் மரணம், மறுமை, மரணம் தொடர்பான கேள்விகள், இந்து மத சடங்குகளில் 9 சடங்குகள் பற்றிய கேள்விகள், மருத்துவ ரீதியாக ஏற்றுக்கொள்ளப்பட்டதை உறுதிப்படுத்தல் தொடர்பான கேள்விகள் காணப்படுகிறது. கள ஆய்வு, வினாக்கொத்து மூலம் தரவு சேகரிக்கப்பட்டுள்ளன. 857 மாதிரிகள் தெரிவுசெய்யப்பட்டனர். இதில் 83 வீதமானோர் மரணச்சடங்குகளை மேற்கொள்கின்றனர் எனவும் விஞ்ஞான ரீதியாக ஏற்றுக்கொள்ளப்பட்ட தாகவும் அமைகிறது என்ற முடிவுகளையும் கொண்டுள்ளது.

Kalvanamalini, (2014) Rituals of death in odisha-hindu Religious beliefs and socio cultural practies இந்த ஆய்வானது இந்தியாவிலுள்ள கிழக்கு ஒடிசாவில் இந்துக்களின் மரணச்சடங்குகள் சம்பந்தமாகவும் சமூக கலாசார நடைமுறைகளால் உருவான சமூக ஒன்றிப்பினையும் நோக்கமாக கொண்டு மேற்கொள்ளப்பட்டுள்ளது. இங்கு தற்கொலை செய்பவர்களுக்கு இச் சடங்கு கிரியைகள் இல்லை என்றும் தற்கொலை செய்ய வேண்டாம் என்றும் இது வலியுறுத்துகின்றது. நேர்காணல் மூலமாக தகவல்கள் சேகரிக்கப்பட்டன. அத்துடன் தரவுகளைப் பகுப்பாய்வு செய்வதற்காக Colaizzis seven-step முறைமை

பயன்படுத்தப்பட்டது. 527 மாதிரிகளில் 71% மானோரில் சடங்குகள் செய்வதால் குடும்பத்தில் ஆறுதல் மற்றும் சமூக வாழ்வின் உறவுகளுக்கிடையே பிணைப்பினையும் ஏற்படுத்துகின்றது.

Alexander, Lucy, (2020), How do Funeral Practices Impact Bereaved Relatives' Mental Health, எனும் ஆய்வானது இலண்டனில் மாசி மாத காலப்பகுதியில் இணைய அடிப்படையிலான குறுக்குவெட்டு ஆய்வானது நடத்தப்பட்டது. இதில் 441 பேர் ஆய்விற்கான மாதிரிகளாகத் தெரிவு செய்யப்பட்டனர். கொரோனா காலத்தில் சடங்குகளை எவ்வாறு ஏற்றுக்கொண்டனர். சடங்குகளின் முறைகளை அறிதல் போன்றவற்றை நோக்கமாக கொண்டுள்ளது. 76 வீதமானோர் குறிப்பிட்ட சடங்குகளை பின்பற்றி இறப்புத்துயரை கையாள்கின்றனர் எனும் முடிவை கொண்டுள்ளது.

ஆய்வின் நோக்கம்.

உள ரீதியாக பெரும் பாதிப்பு ஏற்படுத்தும் ஒன்றாக அன்புக்குரியவரின் இறப்பு காணப்படுகின்றது. இவ் இறப்புத் துயரிலிருந்து மீண்டெழ அபரக் கிரியைகள் உதவி புரிகின்றன. அந்த வகையில் ''இறப்புத்துயரை கையாள்வதில் இந்து சமய இறப்பு சடங்குகளின் தொடர்பு'' ஓர் உளவியல் ஆய்வு என்ற ஆய்வில் ஆய்வாளரின் நோக்கம் இரண்டு பகுதிகளைக் கொண்டுள்ளது.

பொதுவான நோக்கம்

இறப்புத்துயரை கையாள்வதில் இந்து சமய இறப்பு சடங்குகளின் தொடர்புகளை இனங்காணல்.

துணை நோக்கம்

- அபர கிரியைக்கும் இறப்புத்துயரினைக் கையாள்வதற்கும் இடையிலான தொடர்பினை அளவிடுதல்.
- தகன கிரியைக்கும் இறப்புத்துயரினைக் கையாள்வதற்கும் இடையிலான தொடர்பினை அளவிடுதல்.
- காடாற்றுதல் கிரியைக்கும் இறப்புத்துயரினைக் கையாள்வதற்கும் இடையிலான தொடர்பினை அளவிடுதல்.
- எட்டுச்செலவு கிரியைக்கும் இறப்புத்துயரினைக் கையாள்வதற்கும் இடையிலான தொடர்பினை அளவிடுதல்.
- அந்தியேட்டி கிரியைக்கும் இறப்புத்துயரினைக் கையாள்வதற்கும் இடையிலான தொடர்பினை அளவிடுதல்.

- வீட்டு கிரியைக்கும் இறப்புத்துயரினைக் கையாள்வதற்கும் இடையிலான தொடர்பினை அளவிடுதல்.
- மாசிகக் கிரியைக்கும் இறப்புத்துயரினைக் கையாள்வதற்கும் இடையிலான தொடர்பினை அளவிடுதல்.

ஆய்வின் கருதுகோள்

H1: இறப்புத் துயரைக் கையாள்வதில் அபரகிரியைகள் தொடர்புபட்டுள்ளன.

H2: இறப்புத் துயரைக் கையாள்வதில் தகன கிரியைகள் தொடர்புபட்டுள்ளன.

H3: இறப்புத் துயரைக் கையாள்வதில காடாற்றுதல் கிரியைகள் தொடர்புபட்டுள்ளன.

H4: இறப்புத் துயரைக் கையாள்வதில் எட்டுச்செலவு கிரியை தொடர்புபட்டுள்ளது.

H5: இறப்புத் துயரைக் கையாள்வதில் அந்தியேட்டி கிரியைகள் தொடர்புபட்டுள்ளன

H6: இறப்புத் துயரைக் கையாள்வதில் வீட்டு கிரியைகள் தொடர்புபட்டுள்ளன.

H7:இறப்புத் துயரைக் கையாள்வதில் மாசிகக்கிரியை இறப்புத்துயரில் தொடர்புபட்டுள்ளன.

H8: கிரியைகளை ஆற்றுவதில் பொருளாதார காரணிகள் தொடர்புபட்டுள்ளன

தரவுப் பகுப்பாய்வு

விபரணப் பகுப்பாய்வு

இறப்புத்துயரை கையாள்வதில் இந்து சமய இறப்பு சடங்குகளின் தொடர்பினை அறிந்து கொள்ளும் நோக்கில் அமைந்த இவ் ஆய்விற்காக 141 முதிர்பருவ இடைக்கட்டத்தில் 40-50 வயதினர் மாதிரிகளாகத் தெரிவுசெய்யப்பட்டனர். வவுனியா வடக்கு பிரதேச செயலகப்பிரிவில் ஊசல்கட்டி, வெடிவைத்தகல்லு, மருதோடை, பட்டிகுடியிருப்பு, கற்குளம், நெடுங்கேனி தெற்கு, நெடுங்கேனி வடக்கு, ஒலுமடு, மாமடு, குளவிசுட்டான், மாறாயிலுப்பை, பரந்தன், அனந்தர் புளியங்குளம், சின்னடம்பன் , நயினாமடு தெற்கு, புளியங்குளம் தெற்கு, புளியங்குளம் வடக்கு, கனகராயன்குளம் தெற்கு, கனகராயன்குளம் வடக்கு, மன்னகுளம் ஆகிய இடங்களில் இவ் மாதிரிகள் அவர்களது பால்நிலை, வயது, திருமணநிலை , சமயம், இருப்பிடம், பொருளாதார நிலை என்பவற்றுக்கு அமைவாகப் பின்வருமாறு வகைப்படுத்தப்படுகின்றனர்.

அட்டவணை: 01 மாதிரிகளின் விபரணப் பகுப்பாய்வு

காரணிகள்	வகைப்பாடு	valid percent
பால்நிலை	ஆண்	46.8
	பெண்	53.2
வதிவிடம்	கிராமம்	100
பொருளாதாரம்	உயர் வருமானம்	41.1
	நடுத்தர வருமானம்	48.9
	குறைவான வருமானம்	9.9
சமயம்	இந்து	100
வயது	40 - 45	64.5
	49 - 50	35.5

மூலம்: வினாக்கொத்து பகுப்பாய்வு

அட்டவணை 01 ன் படி 66 ஆண் மற்றும் 75 பெண்கள் இவ் ஆய்வுக்கான மாதிரிகளாகத் தெரிவுசெய்யப்பட்டனர். 141 மாதிரிகளின் பால்நிலை வேறுபாடு தொடர்பான விபரத்தைச் சுட்டிக்காட்டுகின்றது. இம் மாதிரிகளில் ஆண்கள் 46.8%, ஆனோரும் பெண்கள் 53.2% ஆனோரும் காணப்படுகின்றனர். மாதிரிகளின் பொருளாதார நிலையானது உயர்ந்த அளவில் 9.9% ஆனோரும் சாதாரணநிலையில் 48.9% ஆனோரும், குறைந்த நிலையில் 41.1% ஆனோரும் காணப்படுகின்றனர்.மேலும் 40-45 வயதினைச் சேர்ந்தவர்கள் 64.5% ஆனவர்களும், 45-50 வயதினைச் 35.5% ஆனவர்களும் காணப்படுகின்றனர்.

அனுமான பகுப்பாய்வு

இந்த ஆய்வானது இறப்புத் துயரை கையாள்வதில் அபரகிரியைகளின் தொடர்பு, தகன கிரியை இறப்புத்துயரில் கொண்டுள்ள தொடர்பு, அந்தியேட்டி கிரியை இறப்புத்துயரில் கொண்டுள்ள தொடர்பு, காடாற்றுதல் கிரியை இறப்புத்துயரில் கொண்டுள்ள தொடர்பு, எட்டுச்செலவு கிரியை இறப்புத்துயரில் கொண்டுள்ள தொடர்பு, வீட்டு கிரியை இறப்புத்துயரில் கொண்டுள்ள தொடர்பு, மாசிகக்கிரியை இறப்புத்துயரில் கொண்டுள்ள தொடர்பு, கிரியைகளை ஆற்றுவதில் பொருளாதாரக் காரணிகளின் தொடர்பினையும் ஆராய்கின்றது. இதற்காக மேற்குறித்த மாறிகள் ஒவ்வொன்றும் ஒன்றுக்கொன்று தொடர்புபடுத்தப்பட்டு அவற்றுக்கிடையிலான தொடர்பானது விபரிக்கப்பட்டுள்ளது. இதனை பின்வரும் அட்டவணைகள் விபரித்து நிற்கின்றன.

அட்டவணை 02: இறப்புத்துயரினைக் கையாள்வதில் இறப்புச் சடங்குகளின் தொடர்புகள்

இல	கருதுகோள்	இடைத்தொடர்பு குணகம்	பொருண்மைப் பெறுமானம்
01	இறப்புத்துயரை கையாள்வதில் அபரக்கிரியைகள் தொடர்புபட்டுள்ளன.	.531**	.000
02	தகனக் கிரியைகள் இறப்புத் துயரில் தொடர்புபட்டுள்ளன.	.385**	.000
03	காடாற்றுதல் கிரியைகள் இறப்புத் துயரில் தொடர்புபட்டுள்ளன.	.414**	.000
04	எட்டுச்செலவு கிரியைகள் இறப்புத் துயரில் தொடர்புபட்டுள்ளன.	.501**	.000
05	அந்தியேட்டி கிரியைகள் இறப்புத் துயரில் தொடர்புபட்டுள்ளன.	.506**	.000
06	வீட்டுக் கிரியைகள் இறப்புத் துயரில் தொடர்புபட்டுள்ளன	.516**	.000
07	மாசிகக்கிரியைகள் இறப்புத் துயரில் தொடர்புபட்டுள்ளன	.145**	.087

மூலம்: இணைவுப் பகுப்பாய்வு இறப்புத்துயரை கையாள்வதில் அபரக்கிரியைகள் தொடர்புபட்டுள்ளன

அட்டவணை 02 ன் படி இணைவுக் குணகம் .531 ஆக காணப்படுவதனால் 53% அபரக்கிரியைகள் இறப்புத்துயரினைக் கையாள்வதில் தொடர்புபட்டுள்ளது. மேலும் இதன் பொருண்மைப் பெறுமானமானது .000 ஆக காணப்படுகின்றது எனவே இது 0.05க்கு குறைவாக காணப்படுவதால் இறப்புத் துயரை கையாள்வதில் அபரக்கிரியைகள் தொடர்புபட்டுள்ளன. என்ற முடிவிற்கு வர முடியும் அதனடிப்படையில். இறப்புத் துயரை கையாள்வதில் அபரக்கிரியைகள் தொடர்புபட்டுள்ளன. எனும் கருதுகோளானது ஏற்றுக்கொள்ளப்படுகின்றது.

தகனக் கிரியைகள் இறப்புத் துயரில் தொடர்புபட்டுள்ளன.

அட்டவணை 02 ன் படி இணைவுக் குணகம் .385 ஆக காணப்படுவதனால் 38% தகனக்கிரியைகள் இறப்புத்துயரினைக் கையாள்வதில் தொடர்புபட்டுள்ளது.இதன் பொருண்மைப் பெறுமானமானது .000 ஆக காணப்படுகின்றது எனவே இது 0.05க்கு குறைவாக காணப்படுவதால். தகனக் கிரியைகள் இறப்புத் துயரில் தொடர்புபட்டுள்ளன. என்ற முடிவிற்கு வர முடியும் அதனடிப்படையில். தகனக் கிரியைகள் இறப்புத் துயரில் தொடர்புபட்டுள்ளன. எனும் கருதுகோளானது ஏற்றுக்கொள்ளப்படுகின்றது.

காடாற்றுதல் கிரியைகள் இறப்புத் துயரில் தொடர்புபட்டுள்ளன.

அட்டவணை 02 ன் படி இணைவுக் குணகம் .414 ஆக காணப்படுவதனால் 41% காடாற்றுதல் கிரியைகள் இறப்புத்துயரினைக் கையாள்வதில் தொடர்புபட்டுள்ளது. மேலும் இதன் பொருண்மைப் பெறுமானமானது .000 ஆக காணப்படுகின்றது எனவே இது 0.05க்கு குறைவாக காணப்படுவதால். காடாற்றுதல் கிரியைகள் இறப்புத் துயரில் தொடர்புபட்டுள்ளன. என்ற முடிவிற்கு வர முடியும் அதனடிப்படையில். காடாற்றுதல் கிரியைகள் இறப்புத் துயரில் தொடர்புபட்டுள்ளன. எனும் கருதுகோளானது ஏற்றுக்கொள்ளப்படுகின்றது.

எட்டுச்செலவு கிரியைகள் இறப்புத் துயரில் தொடர்புபட்டுள்ளன.

அட்டவணை 02 ன் படி இணைவுக் குணகம் .501 ஆக காணப்படுவதனால் 50% எட்டுடக் கிரியைகள் இறப்புத்துயரினைக் கையாள்வதில் தொடர்புபட்டுள்ளது.இதன் பொருண்மைப் பெறுமானமானது .000 ஆக காணப்படுகின்றது எனவே இது 0.05க்கு குறைவாக காணப்படுவதால். எட்டுச்செலவு கிரியைகள் இறப்புத் துயரில் தொடர்புபட்டுள்ளன. என்ற முடிவிற்கு வர முடியும் அதனடிப்படையில். எட்டுச்செலவு கிரியைகள் இறப்புத் துயரில் தொடர்புபட்டுள்ளன. எனும் கருதுகோளானது ஏற்றுக்கொள்ளப்படுகின்றது.

அந்தியேட்டி கிரியைகள் இறப்புத் துயரில் தொடர்புபட்டுள்ளன.

அட்டவணை 02 ன் படி இணைவுக் குணகம் .506 ஆக காணப்படுவதனால் 50% அந்தியேட்டிக் கிரியைகள் இறப்புத்துயரினைக் கையாள்வதில் தொடர்புபட்டுள்ளது. மேலும் இதன் பொருண்மைப் பெறுமானமானது .000 ஆக காணப்படுகின்றது எனவே இது 0.05க்கு குறைவாக காணப்படுவதால். அந்தியேட்டி கிரியைகள் இறப்புத் துயரில் தொடர்புபட்டுள்ளன. என்ற முடிவிற்கு வர முடியும் அதனடிப்படையில். அந்தியேட்டி கிரியைகள் இறப்புத் துயரில் தொடர்புபட்டுள்ளன. எனும் கருதுகோளானது ஏற்றுக்கொள்ளப்படுகின்றது.

வீட்டுக் கிரியைகள் இறப்புத் துயரில் தொடர்புபட்டுள்ளன

அட்டவணை 02 ன் படி இணைவுக் குணகம் .516 ஆக காணப்படுவதனால் 51% வீட்டுக் கிரியைகள் இறப்புத்துயரினைக் கையாள்வதில் தொடர்புபட்டுள்ளது. மேலும் இதன் பொருண்மைப் பெறுமானமானது .000 ஆக காணப்படுகின்றது எனவே இது 0.05க்கு குறைவாக காணப்படுவதால். வீட்டுக் கிரியைகள் இறப்புத் துயரில் தொடர்புபட்டுள்ளன. என்ற முடிவிற்கு வர முடியும் அதனடிப்படையில். வீட்டுக் கிரியைகள் இறப்புத் துயரில் தொடர்புபட்டுள்ளன. எனும் கருதுகோளானது ஏற்றுக்கொள்ளப்படுகின்றது.

மாசிகக்கிரியைகள் இறப்புத் துயரில் தொடர்புபட்டுள்ளன

அட்டவணை 02 ன் படி இணைவுக் குணகம் .145 ஆக காணப்படுவதனால் 14% மாசியம் இறப்புத்துயரினைக் கையாள்வதில் தொடர்புபட்டுள்ளது. இருந்தாலும் இதன் பொருண்மைப் பெறுமானமானது .087 ஆக காணப்படுகின்றது எனவே இது 0.05 க்கு அதிகமாக காணப்படுவதால். மாசிகக் கிரியைகள் இறப்புத் துயரில் தொடர்புபட்டுள்ளன எனும் கருதுகோளானது நிராகரிக்கப்படுகின்றது.

6.3 பண்புசார் தரவுப்பகுப்பாய்வு

இவ் ஆய்வுக்கான பண்புசார் தரவுகள் நேர்காணல் முறையினூடாகப் பெற்றுக்கொள் ளப்பட்டது. அந்தவகையில் ஆய்வுக்குட்படுத்தப்பட்ட முதிர்பருவ இடைக்கட்டத்தில் 40 - 50 வயதினரில் 10 பேரை எழுமாற்றாகத் தெரிவுசெய்து குறித்த நேர்காணலானது மேற்கொள்ளப்பட்டது. இங்கு இந்து சமய இறப்பு சடங்குகளினால் இறப்புத்துயரை கையாள்வதிற்கும் இடையிலான தொடர்பானது நேர்காணல் முறையினூடாகத் தரவுகள் சேகரிக்கப்பட்டன. அந்தத் தரவுகள் பின்வருமாறு அமைந்து கொள்கின்றன.

உள்ளடக்கப்பகுப்பாய்வு

அபர கிரியைகள் இறப்புத்துயருடன் தொடர்புபட்டுள்ளது.

மாதிரி 01

''அந்த காலம் தொடக்கம் எப்படி சடங்குகளை செய்வாங்களோ அப்படித்தான் இப்பையும் செய்யிறது நாங்க. அந்தக் காலம் தொடக்கம் இந்த கிரியைகள் எல்லாத்தையும் ஒரே மாதிரி செஞ்சு வாரம். நாங்கள் அப்ப எங்கட வீட்ட எல்லாம் சுத்தி வர துப்பரவாக்கி செய்யிறது. நாங்களும் நிம்மதி அடைஞ்சு செத்துப்போனவங்களும் நிம்மதியா இருக்க தான் செய்றது''.

தகன கிரியைகள் இறப்புத்துயருடன் தொடர்புபட்டுள்ளது.

மாதிரி 01

''மாமா சனிக்கிழமை செத்தவர். சனிக்கிழமை செத்தா சனிப் பிணம் தனியப் போகாது அதனால நாங்க ஒரு கோழிக்குஞ்சை வைச்சு அனுப்புவம். இப்ப எங்கட சொந்தகாரர் யாரையும் பலி வாங்கமாட்டார். இதால நிம்மதி எங்களுக்கு-..

காடற்றுதல் இறப்புத்துயருடன் தொடர்புபட்டுள்ளது.

மாதிரி 01

''என்ட சின்ன வயசில இருந்து பிரண்டு திடீர் என்டு வருத்தத்தில தான் செத்தவன் தகன கிரியை எல்லாம் முடிஞ்சு எரிக்கும் போது என்னால தாங்க முடியல 3ம் நாள் அவடத்துக்கு போய் பால் ஊத்தி சாம்பல கொண்டு போய் கரைச்ச பிறகு தான் நிம்மதியா இருந்திச்சு''

எட்டுச்செலவு இறப்புத்துயருடன் தொடர்புபட்டுள்ளது.

மாதிரி 01

''மனிசி என்ன விட்டுட்டு போயிட்டால் என்டாலும் மனிசிட ஆத்மா அங்க சந்தோசமா இருக்கேனும் என்டு தான் எட்டுச்செலவு செய்தனான். அன்டைக்கு அவளுக்கு பிடிச்ச சாப்பட்ட எல்லாம் செய்து படைச்சதால அவள் சந்தோசப்படுவாள் என்டு நிம்மதியா இருக்கன்''

அந்தியொட்டி இறப்புத்துயருடன் தொடர்புபட்டுள்ளது.

மாதிரி 01

''சாக முதல் அவா சொன்ன மாதிரி அந்திரெட்டி எல்லாம் செஞ்சு கிஞ்சு முடிச்சதால மனசுக்கு ரிலாக்ஸா இருக்கு''

மாதிரி 02

செத்தவங்களுக்கு நாங்க அந்தியேட்டி செய்யிறதாலயும் அவங்களுக்கு விருப்பமான சாப்பாட்ட வைச்சு கதவ மூடுவம். அவங்க வந்து சாப்பிடுவதாலயும் ஒரு மன திருப்தியும் அந்த டைம்ல சொந்த பந்தங்களோடு எல்லாம் இருந்து கதைப்பதால ஒரு ஆறுதல் எங்களுக்கு கிடைக்கும்

வீட்டுக்கிரியை இறப்புத்துயருடன் தொடர்புபட்டுள்ளது.

மாதிரி 01

''என்ட மகன் செய்த ஏதும் பாவம் இருந்தூ- நரகத்துக்கு போயிடுவன் என்டு பசு ஒன்ட ஐயருக்கு தானம் குடுத்ததால புன்னியம் கிடைச்சு சொர்க்காம் போயிடுவான் என்ட நிம்மதி இருக்கு''

மாதிரி 02

''என்ட புருஷன் செத்து தாலி அறுக்கும் போது கவலையா இருந்திச்சு ஆனால் எல்லாரும் என்ன சுத்தி இருந்ததால கொஞ்ச நேரத்துக்கு பிறகு ஆறுதலா இருந்துச்சு அதான் நான் சடங்குகள செய்து வாரன்''

மாதிரி 03

எங்கட மாமி ஒரு ஆள் செத்த பிறகு கோடித்துணி போடுவம். அவங்க் மேல உரிமையாளர்கள் சொந்தபந்தங்கள் எல்லாரும் சாரி வேஷ்டி இப்படியான கோடித்துணி போடுவோம். இதால அவங்களுக்கும் எங்களுக்கும் இடையில இருக்கிற உறவு வலுவாக இருக்ககும் என்டு மனசு ஆறுதல் அடையும்.

ஆய்வின் முடிவுகளும் பரிந்துரைகளும்

முடிவுகள்

ஓர் ஆய்விலுள்ள விடயங்கள் பகுப்பாய்வுக்கு உட்படும் போது அதன் மூலம் பல உண்மைகள் வெளிக்கொணரப்படும். அந்தவகையில் “இறப்புத்துயரை கையாள்வதில் இந்து சமய இறப்பு சடங்குகளின் தொடர்பு” என்ற ஆய்விலிருந்து பின்வரும் முடிவுகள் பெறப்பட்டன.

- இறப்புத் துயரைக் கையாள்வதில் அபரகிரியைகள் பங்களிப்பு தொடர்புபட்டுள்ளன.
- தகன கிரியை இறப்புத்துயரைக் கையாள்வதில் தொடர்புபட்டுள்ளன.
- அந்தியேட்டி கிரியை இறப்புத்துயரைக் கையாள்வதில் தொடர்புபட்டுள்ளன.
- காடாற்றுதல் கிரியை இறப்புத்துயரைக் கையாள்வதில் தொடர்புபட்டுள்ளன.
- எட்டுச்செலவு கிரியை இறப்புத்துயரைக் கையாள்வதில் தொடர்புபட்டுள்ளன.
- வீட்டு கிரியை இறப்புத்துயரைக் கையாள்வதில் தொடர்புபட்டுள்ளன.
- மாசிகங்கள் இறப்புத்துயரைக் கையாள்வதில் தொடர்புபடவில்லை.

பரிந்துரைகள்.

இழப்புத்துயர் உடைய மக்களுக்கான பரிந்துரைகள்.

- சடங்குகள் மற்றும், அபரக்கிரியைகள் மேற்கொள்வதற்கு ஊக்குவித்தல் வேண்டும். உடல் அடையாளம் காணப்படாவிட்டாலும் இத்தகைய சடங்குகளை மேற்கொள்ளல் அவசியம்.
- தகன கிரியை இறப்புத்துயரில் தொடர்புபட்டுள்ளதால் மேற்கொள்ளல் அவசியம்
- அந்தியேட்டி கிரியை இறப்புத்துயரில் தொடர்புபட்டுள்ளதால் மேற்கொள்ளல் அவசியம்
- காடாற்றுதல் கிரியை இறப்புத்துயரில் தொடர்புபட்டுள்ளதால் மேற்கொள்ளல் அவசியம்
- எட்டுச்செலவு கிரியை இறப்புத்துயரில் தொடர்புபட்டுள்ளதால் மேற்கொள்ளல் அவசியம்
- வீட்டு கிரியை இறப்புத்துயரில் தொடர்புபட்டுள்ளதால் மேற்கொள்ளல் அவசியம்
- மாசிகங்கள் இறப்புத்துயரில் தொடர்புபடவில்லை.
- கிரியைகளை ஆற்றுவதில் பொருளாதார காரணிகள் தொடர்பாக கவனம் செலுத்தல் வேண்டும்.
- இறப்பு மற்றும் இழப்பினை இயலுமானவரை உறுதி செய்தல் ஆரோக்கியமானது. தொடர்ச்சியாக காணாமல் போன உறவுகளைத் தேடி அலைவது பாதகமான நிலைமையைத் தரலாம்.
- உடல் கிடைக்கப் பெறாத சந்தர்ப்பங்களில் ஒரு நினைவுப்பொருளை அல்லது கல் ஒன்றினையேனும் வைத்துச் சடங்குகள் நடத்த முடியும்.

- இறந்தவரின் புகைப்படம் ஒன்றினைப் பெரிதாக்கித் தாம் இருக்கும் வீடுகளில் வைப்பதன் மூலம் தங்கள் உணர்ச்சிகளை வெளிப்படுத்துதல் இலகுவானதாக அமையும். அத்துடன் இழப்பினை ஏற்றுக் கொள்வதற்கு ஏதுவாக அமையும்.
- இறந்தவர்களின் சார்பாக பொதுவான நினைவுகூரல் நிகழ்வை ஏற்பாடு செய்வது ஆரோக்கியமானதே. இதை ஆலயங்களிலோ அல்லது மண்டபங்களிலோ ஏற்பாடு செய்யலாம்.
- இறந்தவர்கள் நினைவாக ஒரு நினைவுச்சின்னம் அமைத்தல் நன்று. அத்துடன் ஒரு பொதுவான நினைவுத் தூபி அல்லது மண்டபம் அமைத்து அதில் பெயர்கள் பொறிக்கப்படல் அவசியமான ஒன்றாகின்றது.
- தளர்வுப் பயிற்சிகளை கையாண்டு மனதை ஒருநிலைப்படுத்தலாம்.

உளவளத்துணையாளருக்கான பரிந்துரைகள்

- ஏனைய உளவளத்துணைச் சிகிச்சைகளின் போது மேற்கொள்வது போல் இழவிரக்கத்துக்கு உட்பட்டவர்களுக்கு ஏற்பட்ட இழப்பினைப் பற்றி உரையாடச் சந்தர்ப்பம் அளித்து அதனைக் கரிசனையுடன் செவிமடுத்தல் வேண்டும்.
- அவர்களை மென்மையாகவும், பாதுகாப்பு உணர்வை வழங்குபவராகவும் நாம் அணுக வேண்டும்.
- இழப்பினைப் பற்றி அவர்களது உறவினர்களுடன் உரையாடுவதற்கு ஊக்கமளிப்பதுடன் அதற்கான சந்தர்ப்பங்களையும் ஏற்படுத்த வேண்டும்.
- இறந்தவருடன் இவருக்குள்ள உறவுமுறை, நெருக்கம் ஆகிய பற்றியும் தொடர்பாடல் செய்தல் நன்று.
- குடும்பத்தில் மற்றைய அங்கத்தவர்களைப் பற்றி விசாரித்து அவர்களது நலம் பற்றி உரையாடல் நன்று.
- இறந்தவரின் புகைப்படத்தினைக் காட்டும்படி கோரவேண்டும். அவர்களது அன்றாட செயற்பாடுகள் பற்றியும் விரிவாக உரையாட வேண்டும்.
- இழப்பிற்கு முன்பாக அவர்களது நெருக்கத்தையும் உறவாடலில் ஏற்பட்ட நிகழ்வுகளையும் விரிவாக உரையாட வேண்டும்.
- இழப்பிற்கு உள்ளானவர் சிலநேரம் ஒருவிதக் குற்ற உணர்வுடன் இருப்பர். இதனை ஒரு சாதாரண மனித இயல்பு என்ற அடிப்படையில் புரிய வைக்க வேண்டும். மன்னிப்பு கேட்க விரும்பினால் மன்னிப்பு கேட்க வைத்தல்.
- அவரவர் கலாசார விழுமியங்களுக்கு ஏற்றவாறு இறந்தவர் சார்பாக மேற்கொள்ளப்படும் சடங்குகள் மற்றும் கடமைகளை மேற்கொள்ளும்படி தூண்டுதல் வேண்டும்.

- பொதுவான நினைவுகூரல் மற்றும் நினைவஞ்சலிக் கூட்டங்களில் கலந்து கொள்வதற்கும், ஏனைய இறுதிமரணச்சடங்குக் கிரியைகளிலும் பங்குபற்ற ஊக்கமளித்தல் வேண்டும்.
- ஒரு குழுவாக தங்களை அடையாளப்படுத்திக் கொள்வதற்குரிய சந்தர்ப்பத்தினை நாம் வழங்குதல் மூலம் இழப்பினை ஏற்றுக்கொள்ளக்கூடிய நிலமையை ஏற்படுத்தலாம்.
- தளர்வுப் பயிற்சிகளை வழங்கல்.

புரோகிதர்களுக்கான பரிந்துரைகள்.

- இறந்தவர்களின் உறவுகள் இறுதிக்கிரியைகளில் அழுவதற்குச் சந்தர்ப்பம் வழங்கல்.
- கணவனை இழந்த பெண்களுக்கு இறுதி உடல் அடக்கம் செய்யும் நாளில் புரியப்படும் சடங்குகளை நீக்கப்படுதல் நன்று.

எதிர்கால ஆய்வாளர்களுக்குரிய பரிந்துரைகள்.

- ஆய்வுப் பிரதேசம் பரந்ததாக வரையறுக்கப்படுதல் சிறந்தது.
- ஆய்வுக்குட்பட்டவர்கள் தமது துயர அனுபவங்களை கூறும் போது அழுகின்றனர். அச்சந்தர்ப்பத்தில் அவர்கள் கூறுபவற்றை பொறுமையாக கேட்டல்.
- வேறு மதங்களுக்குரிய சடங்கு கிரியைகளை இழப்புத்துயரத்துடன் ஒப்பீட்டு நோக்கல்

உசாத்துணை

அசோக்றீ, (2000),பதங்களில் விஞ்ஞானம், பாரதி பதிப்பகம்

இந்து சமய கலாசார அலுவலர்கள், (2007), ஆத்ம விமோசனம், இந்துசமய கலாசாரதிணைக்களம், கொளி அச்சகம்.

சண்முகலிங்கம்.த, (2001),சைவ அபரக்கிரியையியல், யாழ்ப்பாணம்.

ஜமாஹிர், பீ.எம், (2010),மெய்யியல் பிரச்சினைகளும் பிரயோகங்களும்,நாதா வெளியீடு,கண்டி

சிவதாஸ்.எஸ், (2009), மகிழ்வுடன்,பாலசிங்கம் புத்தக சாலை

சிவதாஸ், (2006), நலமுடன்,நிகரி வெளியீடு,யாழ்ப்பாணம்.

சிவசண்முகராசா, (1998),உளநெருக்கீடுகளும் மனநலனும்,பாரதி பதிப்பகம்,யாழ்ப்பாணம்

சுப்பிரமணியம்,தி, தமிழகத் தொல்லியலும் வரலாறும்,சென்னை செஞ்சுரி புக் ஹவுஸ்

சிற்றம்பலம்,சி,க., (1991), பண்டைய தமிழகம், திருநெல்வேலி யாழ்ப்பாணம்.

சந்திரவல்லி,சி., (1995), இந்திய வரலாறு கிபி 1256 வரை,சென்னை தமிழ் நாட்டுப்பாடநூல் நிறுவனம்

சிவாலசுந்தரம், சைவக்கிரியை விளக்கம், திருநெல்வேலி, யாழ்ப்பாணம்.

சிவசண்முகராஜா.சே.,(2009), ''மருத்துவ நோக்கில் மரணக்கிரியைகள்'', சித்த மருத்துவ வளர்ச்சிக் கழகம், யாழ்ப்பாணம்.

திரிபுரசுந்தரி ஸ்ரீநிவாசன்,(2010),இந்துமத சம்பிரதாயங்களும் நடைமுறைகளும், ஸ்கிரிப்ட்,ஸெட்,சென்னை

தமிழ்சங்கம் பேராதனைப் பல்கலைக்கழகம்,(2015,2016), இளங்கதிர்

தம்புக்கனகசபை,ஈழத்தமிழரின் வரலாறும் வாழ்வும், காயத்திரி பப்ளிக்கேசன்

பிள்ளை,கே,கே, (2000),தமிழக வரலாறு,மக்களும் பண்பாடும்.

நீலகண்ட சாஸ்திரி, (1996),தென்னிந்திய வரலாறு, இலங்கை

மாரிமுத்து.த, (2011),மன அழுத்தம், விஜயா பதிப்பகம், கோயம்புத்தூர்

வயிரவநாதன், (2012),மரணத்தின் பின் வாழ்வு,வானவில் வெளியீட்டகம்

வாசுதேவக்குருக்கள்.சபா. வாழ்வியல் கிரியைகள், நல்லூர், யாழ்ப்பாணம்.

வைத்தீஸ்வரன்.கா, (2001),சுக வாழ்க்கை பாகம்-1, நீயு கார்த்திகேயன் வெளியீட்டகம்.

வாழ்வியல் வசந்தங்கள், பாகம் 18, (2012), வானவில் வெளியீட்டகம்.

வாழ்வியல் வசந்தங்கள், பாகம் 17, (2012),வானவில் வெளியீட்டகம்

வேதாசலம்,வே, (2011),தென்தமிழ்நாட்டில் நடுகற்கள், சமூகவிஞ்ஞானம், இதழ்:30

லோட்டஸ் எடிசன், (2012), மனோதத்துவவியல் , யாந்மைன்ட் ஸ்பிரஸ்

ஸ்ரீதயாளன். எஸ், (2009),அர்த்தமுள்ள சம்பிரதாயங்கள்,காயத்திரி பப்ளிக்கேசன்

Marry Frances O.Connor, (2019), Grief: A Brief History of Research on How Body, Mind, and Brain Adapt

Mary alice Varga, (2013), A Study Of Graduate Student Grief and Prolonged Grief Disorder, Knoxville

Shirley Firth, (1994), Death, Dying and Berevement in a British Hindu Community, London

Mary Jean Formati, (1995), Grief resolution in the elderly, Northern California

Kellye.D, Schiffiner.B.S, (2011) ,Infulneces on Grief Among Parentally Bereaved Adults

Scocco.P, Preti,A, Totaro.S,Castriotta.C, (2018), Bereavementand grief in adults clinicalfeatures

Kalvanamalini shahoo (2014) Rituals of death in odisha-hindu Religious beliefs and socio cultural practies

Alexander Burrell, Lucy E. Selman, (2020) How do Funeral Practices Impact Bereaved Relatives' Mental Health, Grief and Bereavement

Kanitkar, V.P. (Hemant) & Cole, W. Owen. (1995). world faiths: Hinduism (Teach Yourself Books). London: Hodder Headline Plc.

Klostermaier, Klaus K. (2000). Hinduism: A Short History. Oxford: Oneworld Publications.

Klostermaier, Klaus K. (1998) Hinduism: A Short Introduction. Oxford: Oneworld Publications.

Klostermaier, Klaus K. (2000). Hindu Writings: A Short Introduction to the Major Sources. Oxford: Oneworld Publications.

Kumar, P. Pratap. (2000). Hindus in South Africa: Their Traditions and Beliefs. Durban: University of Durban-Westville.

Moodley, Kandasamy G. (2002). Worer Wulagam Worer Kadavul: One World One God. Verulam: Isai Il-lam Publications.

Ratnakar, Pramesh. Hinduism. (1996). New Delhi: Lustre Press Pvt. Ltd.