சாயி பஜனை வழிகாட்டி

(பிரசாந்திநிலைய மத்திய காரியாலய வெளியீடு)

தமிழாக்க வெளியீடு:

வடபிராந்திய சத்திய சாயி சேவா நிலையங்களின் இணைப்புக்குழு

K.P.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

ஓம் சாயிராம்

சாயி பஜனை வழிகாட்டி

(பிரசாந்தி நிலையத்திலுள்ள மத்திய காரியாலய வெளியீடு)

வெளியீடு:

வடபிராந்திய சத்திய சாயி சேவா நிலையங்களின்

இணைப்புக் குழு

30.12.2001

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

ஓம் சாயிராம்

அறிமுகம்

அன்பார்ந்த சாயி அடியார்களே!

பிரசாந்தி நிலைய மத்திய காரியாலயத்தினால் கடந்த அக்டோபர் மாதம் வெளியிட்ட இந்த "சாயி பஜனை வழிகாட்டி" என்ற இந்தச் சிறிய நூல், உலகம் முழுவதும் உள்ள சாயி நிலையங்களில் கடைப்பிடிக்க வேண்டிய ஒழுங்கு முறைகள் பற்றி அறிவுறுத்துகிறது. இதன்மூலம் உலகம் முழுவதுமுள்ள சாயி நிலையங்களின் பஜனை களில் ஒருமைத் தன்மையை ஏற்படுத்தியுள்ளார்கள்.

உலகின் எந்தப் பகுதியில் நடைபெறும் பஜனைக்குச் சென்றாலும், சாயி அடியார்கள் எந்தவித குழப்பம் இல்லாமல், சகோதர உணர்வோடு பங்குபற்ற வாய்ப்பு ஏற்பட்டுள்ளது. ஆகவே சாயி நிலையங்கள் இந்த அறிவுறுத்தலுக்கு இணங்க தமது வாராந்த பஜனையை ஒழுங்குபடுத்தி ஒருமைப்பாட்டை ஏற்படுத்த வேண்டும்.

மிகக் குறுகிய காலத்தில் மொழிபெயர்த்துத் தந்த சாயி அன்பர் M.K.சிவபாதவிருதயர் அவர்களுக்கு பகவானின் நல்லாசிகள் கிடைக்கப் பிரார்த்திக்கின்றோம்.

சாயி பக்தர்கள் ஒவ்வொருவரும் அறிந்து வைத்திருக்க வேண்டிய பல அரிய விடயங்கள் அடங்கியுள்ளது.

இந்நூலைத் தமிழில் வெளியிடச் சந்தர்ப்பம் தந்த சுவாமியின் பாதங்களின் எமது நன்றிகளைச் சமர்ப்பிக்கின்றோம்.

S.R.சரவணபவன்
வடபிராந்திய ஆன்மீக இணைப்பாளர்

வே.சேனாதிராஜா
தலைவர் - வடபிராந்திய சபை.
சத்திய சாயி சேவா நிலையங்களின்
இணைப்புக்குழு

30.12.2001
(ஆருத்திரா தரிசனம்,)

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

முன்னுரை

பகவான் ஸ்ரீ சத்திய சாயி பாபா இந்தக் கலியுகத்தில் நாம–ஸ்மரணை சத்சங்கம் என்பவற்றின் முக்கியத்துவத்தைப் பற்றி மீண்டும் மீண்டும் வலியுறுத்தியுள்ளார். தெய்வீகத்தை அணுகு வதற்கு இந்த சுலபமானதும் அதிசுமுமான முறையைத் தந்துள்ளார்.

சாயி பஜனை மண்டலிகள் ஊடாகத்தான் மக்கள் முதலில் அமைப்புக்களுடன் தொடர்புகொள்கிறார்கள். மக்கள் இப்படிக் கூடுகிற பொழுது காதுக்கினிய பக்திபூர்வமான பிரார்த்தனைகள் அவர்களுடைய ஆத்மீக வாழ்வில் ஒரு உயர் மாற்றத்தைக் கொண்டு வருகிறது.

ஆனபடியால் சரியான பக்தி, கட்டுப்பாடு, அர்ப்பணிப்பு என்பவற்றோடு ஒரே சீரான பஜனை இருப்பது அவசியமாகிறது.

சாயி பஜனை மண்டலிகளிலும் சத்தசங்கத்திலும் ஒரு சரியான நடைமுறையை ஏற்படுத்தும் நோக்கத்துடனேயே இந்த வழிகாட்டி தயாரிக்கப்பட்டுள்ளது.

இந்த சத்சங்கத்தில் பங்குபற்றும் ஒவ்வொரு பக்தரும் தம்முடைய உள்ளுறை தெய்வீகத்தை அனுபவிக்க கூடியதான தமது அருட் கருணையை உணரும் பாக்கியத்தை அருளும் படி பகவானது கமலமலர்ப் பாதத்தில் பிரார்த்திக்கிறோம்.

மத்திய நிலையம்
ஸ்ரீ சத்திய சாயி சேவா அமைப்பு
பிரசாந்தி நிலையம்.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

பொருளடக்கம்

சாயி பஜனை நாமஸ்மரணையின் அம்சம் 1

சாயி பஜனையின் விசேட அர்த்தம் 2

நாமஸ்மரணையின் சக்தி 3

நாமஸ்மரணையில் உள்ள சக்தியின் மூலம் 4

நாமஸ்மரணை என்ற பழம் 5

நாமஸ்மரணை உயர்ந்த சாதனை 7

சாயி பஜனை ஒரு ஆத்மீக குழு முயற்சி 9

சாயி பஜனை தரும் சுய ஈடுபாடு என்ற சிறப்பு 10

சாயி பஜனையின் தங்க விதிகள் 10

சாயி பஜனை உண்மையான சேவை 10

சாயி பஜனையில் உள்ள ஒழுக்கக் கட்டுப்பாடு 11

சாயி பஜனை வழிகாட்டலும் வழிமுறையும் 12

- பஜனை ஆயத்தம் 12
- முன்பாடங்களுக்கான விதிகள் 16
- சாயி பஜனையைத் தொடங்குவது, தொடர்வது
- நிறைவேற்றுவது 20
- சாயி பஜனை என்ற (நாம) சங்கீர்த்தனத்தில் பங்குபற்றும்
- எல்லா சாதகர்களுக்குமான பொது விதிகள் 21
- பிரசாதம் 25

பஜனைப் பயிற்சியும் வகுப்புகளும் 26

நகர சங்கீர்த்தனம் 26

நகர சங்கீர்த்தனத்துக்கான வழிமுறைகள் 27

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

சாயி பஜனை நாம ஸ்மரணையின் அம்சம்

மானஸ பஜரே குரு சரணம்

துஸதர பவஸாகர தரணம்

உங்கள் மனதினால் குருவின் பாதங்களைச் சரணடையுங்கள். சம்ஸார ஸாகரத்தின் துன்பங்களிலிருந்து நீங்கள் சுலபமாகக் கரையேற்றப்படுவீர்கள்.

1940ஆம் ஆண்டு ஒக்டோபர் மாதம் 20ந் திகதி புகழ்பூத்த வரலாற்றுப் பெருமைமிக்க "அவதாரப் பிரகடனத்தின்" பின்பு இளைஞனான சத்தியசாயி உரவகொண்டாவில் சூழ இருந்த விரல்விட்டு எண்ணத்தக்க பக்தர்களின் நடுவில் தன்னுடைய தெய்வீக வீரமுழக்கத்தை மேற்சொன்ன பிரார்த்தனையில் திருவாய் மலர்ந் தருளினார்.

இப்படி நபம்ஸ்மரணை என்ற புனித இயக்கத்திற்கான விதைகள்விதைக்கப்பட்டு அது இந்தப் பூவுலகின் ஆழநீளங்களுக்கு அப்பாற்பட்டு 165இற்கு மேற்பட்ட நாடுகளிலுள்ள பல கோடி மக்களுக்கு மன அமைதியையும், ஆத்மீக ஊட்டத்தையும் கொடுக்கும் சாயி பஜன் என்கின்ற நாமஸங்கீர்த்தனை உருவாகியது. இந்த தெய்வீக இயக்கத்தின் முக்கிய நோக்கம் பகவான் பாபாவே சொல்லியுள்ளபடி

"மனுதனுக்கு அவனுள்ளேயே உள்ளுறையும்
தெய்வீகத்தைப் பற்றிய விழிப்புணர்வை
உண்டாக்குவதாகும்."

அவர் மேலும் சொல்கிறார்.

தன்னை நாம ஸங்கீர்த்தனத்திற்கு அர்ப்பணிக்கும் ஒருவன் தோல்விகளையே அறிந்திருக்கமாட்டான்.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

இந்தச் சாதனையில் முழுதாக சிரத்தையோடு ஈடுபடுபவன், அதில் இடைவிடாது ஈடுபடுபவன் எல்லாத் தடைகளையும் தாண்டி முன்னேறுகின்றான். இறுதியாக அவனுடைய சுயஉற்றுதி, சுய ஈடுபாடு, சுய நம்பிக்கை அவனை அவனுடைய ஆத்மீக இலக்கிற்கு (தெய்வீகத்திற்கு) கொண்டு சேர்க்கிறது. மிகவும் பலனளிக்கக் கூடியதும், நாமஸ்மரணையின் உன்னத அம்சமான சாயி பஜனை ஒரு தாக்கமுள்ள ஆத்மீக மறுமலர்ச்சியைத் தரக்கூடியது என்று பகவான் பாபா சிபார்சு செய்துள்ளார்.

"நாமஸ்மரணம் என்னும் நாம ஸங்கீர்த்தனம் அல்லது வாய்விட்டு தொடர்பாக ஆண்டவனின் பெயரை, ஒரு கூட்டமாக பக்தர்கள் மகிமைப்படுத்தும்போது அது அவர்களை விடுவிப்பது மட்டுமல்லாமல் அங்கே உண்டாகும் ஆத்மிக மின் அலைகள் அந்தச் சுற்றாடலில் சந்தோஷத்தையும் அன்பையும் பரப்புகிறது" என்று பகவான் விளக்குகிறார். பஜனை ஆரம்பிக்கப்பட்ட கொஞ்ச நாட்களிலேயே அதனை ஆரம்பித்த சாதகர்களுக்கு அது அமைதியையும் ஆனந்தத்தையும் கொடுக்க வேண்டும் என்ற ஒரே காரணத்துக்காக அதற்குக் கடைப்பிடிக்க வேண்டிய முறைகளையும் அதன் தனித்தன்மையான விதிமுறைகளையும் அருளுரைகளில் தன்னுடைய அளப்பரும் கருணையினால் மிகவும் துலக்கமாகப் பொறித்துள்ளார். அதற்குமேலாக எல்லா உயிர்களின் இதயங்களிலும் உள்ளுறைபவர் என்பதையும், படைப்பிலுள்ள ஒவ்வொரு பொருளுடைய அடிப்படையா கவும் ஆகியுள்ளவர் இறைவன் என்பதையும் ஒரு சாதகனுக்கு உணர்த்தி ஒன்றாக்கும் சக்தியாக சாயி பஜனை என்ற புனித இயக்கம் இருக்கின்றது.

சாயி பஜனையின் விசேட அர்த்தம்

"தனிப்பட்ட ஒருவனை தெய்வீக மயப்படுத்தி, சமூகத்தை ஒன்றிணைக்கும் ஒரு கருவியாக உள்ளது நாமஸ்மரனை என்று அதனுடைய சிறப்பான அம்சங்களை ஜகத்குருவான ஸ்ரீ சத்திய

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

சாயி பாபா வெளியிட்டுள்ளார்" என்று "நாமஸ்மரணை ஒரு உலக சாதனை" என்ற புத்தகத்தின் முன்னுரையில் பேராசிரியர் கஸ்தூரி குறிப்பிட்டுள்ளார். இறைவனின் நாமங்களை உச்சரிப்பதனால் உண்டாகும் ஒலி, எதிரொலி சுற்றாடலையும் மனங்களையும் மாசுக்களிலிருந்து தூய்மையாக்கும் என்று, பலர் கூடிப் பாடுவதனை பகவான் ஊக்குவித்துப் பாராட்டுகிறார். இந்த யுகம் ஆத்மீக விடுதலைக்கு மிகவும் பொருத்தமானது என்று சாஸ்திரங்கள் சொல்கின்றன. முன்னைய காலங்களில் கடுந்தவம் தேவை என்று சொல்லப்பட்டது. கலியுகத்தில் நமஸ்மரணை ஒன்றே ஆத்மிக விடுதலைக்குப் போதுமானது கடவுள் ஆனந்தமானவர். அவரே ஆனந்தம் இந்த ஆனந்தத்தை நாமத்தின் மூலம் தான் நாம் சுவைத்து அனுபவிக்க முடியும்.

கிருதயுகம் அல்லது முதல் யுகம் - தியானம்
திரேதயும் அல்லது இரண்டாவது யுகம் - தர்மம்
துவாபர யுகம் - மூன்றாவது யுகம் - அர்ச்சனை அல்லது கிரியை கலியுகம் - இன்றைய யுகம் - நாமஸ்மரணை

என்று ஒவ்வொரு யுகத்திற்கான ஆத்மீக ஒழுங்குகளை புனித கிரந்தங்கள் வகுத்திருக்கின்றன.

நாமஸ்மரணையின் சக்தி

கடவுளின் பெயரைத் திரும்பத் திரும்பச் சொல்லும் நாமஸ் மரணை என்பது ஒரு பக்தி, ஞான, கர்ம யோகம் என்று சொல்லிக் கொள்ளலாம். இதை சித்தசுத்தி யோகம் என்றும் உணர்வைத் தூய்மையாக்கும் வழி என்றும் சொல்லிக் கொள்ளலாம். கடவுளின் திருப்பெயரை உணர்ந்தோதுவதனால் உண்டாகும் தெய்வீக அலை களினால் உன்னுடைய ஒவ்வொரு கணத்தையும் உருவேற்றி எல்லா நேரங்களிலும் எல்லாச் சுழ்நிலைகளிலும் கடவுளின் பெயரை அன்போடும், பக்தியோடும் நினைத்துக்கொள். அந்த நாமம் இடியேறு போல உன் மலையளவு பாவத்தைக் கூட பொடிப்பொடியாக்கும்.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

மோகம், மயக்கம் என்ற அச்சம் கொள்ள வைக்கும் வருத்தங்களை யும் குணமாக்கவல்லது இந்த சிகிச்சை. இறப்புப் பிறப்பு என்ற தளையிலிருந்து உன்னை விடுவித்து உனக்கு என்றும் நிலைத்திருக் கும் ஆனந்தத்தைத் தரவல்லது இந்த நாமஸ்மரணை என்ற சாதனை யின் மூலம் உங்கள் உண்மைத் தன்மையினைத் தேடும் உறுதியை எடுக்கும்படி உங்களைக் கேட்டுக்கொள்கிறேன்.

"நாமஸ் மரணையில் உள்ள சக்தியின் மூலம்"

ஒரு பக்தனின் மனத்திலுள்ள தீய சுபாவங்களை, அவனின் இதயத்திலுள்ள கெட்ட தீவிர உணர்வுகளான கோபம், பொறாமை, காமம் என்பவற்றை விரட்டக்கூடிய சக்தியை எப்படிப் பெற்றுக் கொள்ளும்? ஏன்? சாதாரண சொற்கள் கூட சக்தியுள்ளனவே. நாங்கள் ஒரு சிறந்த சுவையுள்ள உணவை உண்கிறோம் என்று வைத்துக்கொள்வோம் அப்பொழுது திடீரென்று ஒருவர் அருவருப்பைத் தரும் வார்த்தை ஒன்றைப் பிரயோகிக்கிறார். அது உடனடியாக உமது மனதில் ஒரு புரட்டை ஏற்படுத்தி உணவின் சுவையை இல்லாமல் செய்கிறது. நாங்கள் ஓங்காளித்து சத்தியெடுக்கலாம். அல்லது, அதற்கு அடுத்தபடியாக ஒரு கலாச்சார நிகழ்ச்சியொன்றைப் பார்த்துக்கொண்டிருக்கிறோம். யாரோ ஒருவர் திடீரென்று நெருப்பு நெருப்பு என்று சத்தம் போடுகிறார். ஒரு விகடத்துக்காகத்தான் அங்கே என்ன தாக்கம் இருக்கும்? அந்த வார்த்தையைக் கேட்ட உடனேயே எல்லோரும் கலவரப்பட்டு ஓடத் தொடங்குவார்கள். இருந்தும் இன்னொரு உதாரணம்:- நீங்கள் தாகமாக இருக்கிறீர்கள். நான் ஒரு சுவையான பழத்தை வெட்டி ஒரு இனிய சர்பத் செய்து தருகிறேன் என்று யாரோ ஒருவர் சொல்கிறார். உங்கள் நாக்கில் எச்சில் ஊறுகிறது. இது எல்லாம் எதைக் காட்டுகிறது ஒரு சாதாரண சொல்லு, அந்தச் சத்தம் அதைக் கேட்ட உடனேயே உங்கள் மனத்தில் ஒரு தாக்கம் உண்டாகிறது. அப்படியென்றால் ஒரு தூய, தெய்வீகமான கடவுளின் பெயர் அன்போடு கேள்விப்படுகிற பொழுது, பாடப்படுகிறபொழுது எங்களின் சுபாவத்தில், எங்களின் நடத்தையில்

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

எவ்வளவு அழகான தாக்கத்தை அது உண்டாக்க வேண்டும். அந்தப் பாடல்கள் எமது மனதை அமைதி, தூய்மை என்ற மட்டத்திற்கு உயர்த்துகிறது.

"மனத்தையும் இதயத்தையும் தூய்மையாக்கி புடமிட்டு உயர் மாற்றங்களையெல்லாம் செய்யவல்ல அளவற்ற சக்திகளை அந்த தெய்வீக நாமம் தனக்குள்ளே கொண்டிருக்கிறது."

மீண்டும் சுவாமி தெளிவாக்குகிறார். "கடவுள் சப்த பிரம்ம ஸ்வரூபம். அவர் அஷ்ட (8) ஐஸ்வரியார்களின் (செல்வங்கள்) பொக்கிஷம். முதலாவது பொக்கிஷத் தன்மை கடவுளின் ஒலி வடிவம். இந்தப் பிரபஞ்சம் ஒலியில் இருந்து உண்டாகியது. அதாவது நாதம் சப்தப் பிரம்மம் என்று சொல்லப்படும். இந்தப் பிறபக்கத்தின் ஆதாரம் சப்தம் மட்டுமே. ஒலியின் சக்தியினாலேயே அதனில் மாற்றங்கள் எல்லாம் நடந்தேறுகிறது. அதனால் தான் **சு-சப்தம்** அதாவது நல்ல, புனிதமான ஒலிகளான கடவுளின் மகிமையுள்ள பெயர்கள். **சு-மனஸ்** அல்லது துயமனத்தை உண்டாக்குகிறது. தெய்வீகப் பெயர்களின் உதவியால் நிச்சயமாகவும் நிதானமாகவும் எங்கள் புலன்களைத் தூய்மையாக்கலாம். நாம் சங்கீர்த்தனப் பாதையில் நாம் முன்னேறும் பொழுது எமது உள்ளாந்த தன்மையான ஆனந்தம் தங்கு தடையின்றிப் பெருகி நாங்கள் இடைவிடாத கலப்பில்லாத அமைதியை ஆனந்தத்தை அனுபவிக்கத் தொடங்குவோம்.

நாமஸ்மரணை என்ற பழம்

"நாம-ஸ்மரணை என்பது எல்லாத் தீங்குகளும் மாற்று மருந்து"

என்று சுவாமி வாக்குறுதி தருகிறார். ஒரு மணித்தியாலம் பஜனை செய்ய ஒதுக்கி அதைத் தொடர்ந்து ஆர்வத்துடன் சரியான நோக்கத்தை மனதில் பதித்துக்கொண்டு இந்த ஒழுங்கில் சேவை

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

செய்கிறபொழுது கடவுளின் அருளைப் பெறமுடியும் சுவாமி சொல்கிறார் 'நாமஸ்மரணை எங்களுக்கு என்ன செய்கிறது? அத "தாரணோபாயம்" பந்தம், பற்று என்ற சம்சார சாகரத்தை, பொய்மைகளை கடக்கும் இலகுவான வழி. தனி ஒருவரிடமிருந்து பிரபஞ்சத் தன்மையை வியக்தி (உடம்பு)யிலிருந்து சக்தியை மறைக்கும் திரையை நீக்குவது நாமம். *இந்தத்திரை அகலும் பொழுது தன்னுள் உள்ள தெய்வீகத்தைத் தரிசிக்கத் தொடங்குகிறான்.* அவன் பிரபஞ்சத்தை தன்னுடைய தன்மையாகக் கவனித்துப் பார்க்கிறான். சத்சித் ஆனந்தம் என்ற எல்லையில்லாத சமுத்திரத்தின் ஒரு அலை ஆன அவன் எல்லையில்லாத சக்திகளைத் தேக்கி வைத்துள்ளவன். மீண்டும் அவர் சொல்கிறார்.

1. இறைவனுடைய அருளைப் பெற்றுத் தரக்கூடிய விலைமதிப் பற்ற கருவி.
2. இதயத்தின் ஆழத்திலிருந்து உச்சரிக்கப்படும் பொழுது அவருடைய சாந்நித்தித்தியத்தை உணராலாம்.
3. நீ வாழும் இடத்தை ஒரு குகை அல்லது கட்டிடடம் என்பதற்கு பதிலாக இல்லம் அல்லது கோவில் என்று ஆக்கும்.

தெய்வீகப் பெயர் என்ற விளக்கு ஒருமுறை ஒளியேற்றப் பட்டதும் வீட்டிலுள்ள எல்லாவற்றையும் பிரகாசமடையச் செய்யும். "உனக்கு உள்வீட்டிலும் வெளியிலும் ஒளிவேண்டுமா? அப்படியென்றால் நிலைப்படியிலே விளக்கை வை. அதேபோல் அதுதான் உனது உள்ளும் வெளியிலும் அமைதியைப்பரவவைக்க விரும்பினால் உனது நாவில் இறைவன் நாமத்தை வை. அதுதான் உனது ஆளுமையின் நிலைப்படி. இந்த விளக்கு எந்தப் புயலினாலும் அலைக்கழிக்கப்பட மாட்டாது. மறைந்து போகாது. அணையாது. அது உனக்கும், உன்னருகில் வருபவர்களுக்கும் உண்மையில் இந்த உலகம் பூராவுக்கும் அது சாந்தியைக் கொடுக்கும் என்று துளசிதாஸ் பிரகடனப்படுத்தியுள்ளார்.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

நாமஸ்மரணை - உயர்ந்த சாதனை

நாம-ஸ்மரணையின் சத்தியானால் சம்ஸார சாகரத்தைக் கடந்து தெய்வீக நாமத்தின் இனிமையான அமிர்தத்தை அனுபவித்த, சுவைத்த நாரதர், அனுமான், பிரகலாதன், சூர்தாஸ், தியாகராஜா, மீரா, கபீர், துக்காராம், துளசிதாஸ் என்ற ஒரு சில பக்தர்களின் பெயர்கள் எமது புராணங்களில் உதாரணங்களாக உள்ளன. சுவாமி சொல்கிறார்:-

"இன்னொரு விஷேட சிறப்பு நாம - ஸ்மரணைக்கு உண்டு. அது இதுதான். மற்ற சாதனைகளான யோகம், தவம் போன்றவை சில சித்திகளையும் மாயசக்திகளையும் உன்னில் உண்டாக்கி அகங்காரத்தால் உன்னுடைய கண்ணை மூட வைத்து அதன் பயனாக கடவுளை நிராகரித்து பெற்ற வெற்றி களையும், ஆத்மீக பலத்தையும் இழக்க நேரிடுகிறது. ஆனால் நாம-ஸ்மரணையில் அப்படிப்பட்ட ஆபத்துக்கள் இல்லை. அது பக்தனில் பிரேமையையும் அன்பையும் உண்டாகிறது. பிரேமை யினால் சாந்தி பெறப்படுகிறது. ஒருமுறை சாந்தி அல்லது மனஅமைதி பெறப்பட்டதும் எல்லா நன்மைகளும் இயற்கை யாகவே பெறப்படுகின்றன. அசாதரண யோக, தவ, சக்தி களைக் காட்டிலும் அந்த அசாதாரணமான பிரேமை மிகவும் உயர்ந்தது".

எல்லாத் தெய்வீகப் பெயர்களும் சரிசமமான சக்திகளைக் கொண்டுள்ளன.

ஒருசில பெயர்கள்தான் உயர்ந்த சக்தியைக் கொண்டுள்ளன. என்ற எமது பிழையான கருத்தை இல்லாமல் செய்ய சுவாமி சொல்கிறார்:-

ஒரு சில தெய்வீகப் பெயர்கள்தான் சக்தி வாய்ந்தவை. அல்லது மற்றவற்றிலும்பார்க்கக் கூடிய சக்தியுள்ளவை என்று கருதுவதற்கு

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

ஒரு காரணமும் இல்லை. கடவுள் ஆயிரம் தலைகள் உள்ளவர். ஆயிரம் பாதங்கள் உள்ளவர். ஆயிரம் கண்கள் உள்ளவர். அதன் பயனாக ஒவ்வொருவரும் அநேகமாக தனது மனதுக்கு ஏற்ற தெய்வீகப் பெயரை விரும்புகிறார்கள். அதேபோல தனது மனக்கண் ணின் முன்பு எந்தக் கடவுளின் உருவத்தையும் நாம - ஸமரணையின் போது அல்லது பஜனையின் போது வைத்துக் கொள்ளலாம். *உண்மையில் குறிப்பிட்ட கடவுளின் பாடல்தான் பாடவேண்டும் என்ற கட்டுப்பாட்டை சாயி நிலையங்கள் வைத்துக் கொள்ளக் கூடாது.*

ஒவ்வொரு வரியையும் இரண்டுதரம் மட்டுமே பாடுங்கள். அதற்குக் கூட அல்ல பாடலில் இரண்டு வித வேக நியதியைக் கடைப்பிடி யுங்கள். ஒன்று ஆறுதலாக அடுத்து விரைவாக இந்த வழியில் ஒரு மணித்தியால பஜனையில் கூடிய திருஉருவங்களில் கூடிய பாடல்களை பலவிதமான இராகங்களில், பலவித நடையில் வைத்துக் கொள்ளலாம்.

நாமத்தின் கருத்தும் இதயத்தின் உணர்வும் நாமம் குறிக்கும் கருத்தை நன்றாகத் தெரிந்துகொண்டு இதயத்தில் உண்மையான ஆர்வம் கொண்ட உணர்வோடு பஜனைப் பாடல்களைப் பாடுகின்ற போது கடவுளின் அருளை நிச்சயமாக்கிக் கொள்ளலாம்.

பகவான் பாபா சொல்கிறார்.

உண்மையான, பூரணமான ஆனந்தத்தை நாம சங்கீதத் தனத்தினால் பெற வெண்டுமானால் தன்னுடைய முழுக் கவனத்தையும் தெய்வீக நாமம் குறிக்கும் கருத்தில் வைத் தால் மட்டுமே முடியும். இல்லாவிட்டால் அவனால் இதயத்தின் ஆழத்திலிருந்து ஆனந்தத்தைப் பெறமுடியாமல் சங்கீதத்தைப் பற்றிய ஒரு தோற்றத்தைத்தான் உணரமுடியும்.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

உன்னுடைய உண்மைத் தன்மையை உனக்கு உணர்த்துவதே வழமையான தெய்வீக நாமத்தின் நோக்கம்.

1. இதயத்தில் உள்ள தீவிரமான விருப்பம்.
2. நாவில் நாமம்

இவைதான் பஜனைக்கும், நகர சங்கீதத்தனத்துக்கும் மிகவும் அவசியமானவை.

உணர்வற்ற பெயர் இலக்கை எப்பொழுதும் அடைய முடியாது. இதயத்தில் வணக்கமான, ஆவலான, பணிவன்புடன் கூடிய பூரண மாட்சிமையுடன் இறைவனின் நாமம் சொல்லப்பட வேண்டும்.

சாயி பஜனை ஒரு ஆத்மிக குழு முயற்சி

சாயிபஜனை அல்லது சங்கீர்த்தனம் என்பது அடிப்படையில் எல்லோராலும் ஏற்றுக்கொள்ளப்பட்ட, ஊட்டமுள்ள எளிமையான ஒன்றிணைந்த ஆத்மிகப் பயிற்சி. அது ஒருபொழுதும் ஒரு பிரத்தியேகமான தனிப்பட்ட கிரியை முறை அல்ல. கீர்த்தனை என்ற தனியொருவரால் பாடப்படும் பஜனைப் பாடலுக்கும் சங்கீர்த்தனம் என்ற பலர் சேர்ந்து பாடும் பஜனைக்கும் உள்ள வித்தியாசத்தை விளக்கும் வகையில் சுவாமி சொல்கிறார்; *கீர்த்தனம் என்பது தனிப்பட்டவரின் ஆசைகளைப் பூர்த்தி செய்வதைப் பற்றியது. சங்கீர்த்தனம் என்பது எல்லோருடைய சந்தோஷத்தையும் வளர்க்கும் நோக்கம் உடையது. எல்லா பக்தர்களும் சேர்ந்து பாடும்பொழுது புனித அதிர்வலைகள் ஒரு தனிப்பட்டவருள்ளும், சூழலிலும் உள்ள மறுதலிக்கும் விசைகளான வெறுப்பு, பகை, முரட்டுத்தனம், இம்சை, பேராசை, கோபம் என்பவற்றின் சக்தியைத் தணித்து அவருள் மறைந்துள்ள, தேங்கியுள்ள தெய்வீக சக்தியை வெளியே இயங்க வைக்கிறது.*

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

சாயி பஜனை தரும் சுய-ஈடுபாடு என்ற சிறப்பு

சாயி பஜனையில் ஈடுபடும் எல்லா பக்தர்களும் தீவிரமான பங்காளிகள் அதாவது பஜனை நிர்வாகி, முன்னணிப் பாடகர், கருவிகளை மீட்டுபவர்கள், முன்னணிப் பாடகர்களைப் பின்பற்றிப் பாடும் பின்வரிசைப் பாடகர்கள் எல்லோரும் எவராகவும் இருக்கலாம். இந்த ஊக்கமளிக்கும் ஆத்மிக செயல்பாட்டில் ஒருவரிடம் செயலற்று இருப்பதில்லை. உயர்ந்தவர், தாழ்ந்தவர், மேல் கீழ் என்று பங்காளி களுக்கும் எந்தவித தரப்படுத்தலும் இல்லை. சாயி பஜனையை ஒரு சமூக ஒன்றுகூடலாகவோ நல்ல இன்னொரு செயலாகவோ கருதக்கூடாது தங்கள் சங்கீதத் திறமையைக் காட்டும் ஒரு மேடை யாக அதை நிச்சயம் பாவிக்கக் கூடாது. இது ஒரு உயர்தர ஒழுங்கிலுள்ள ஆத்மீக நடவடிக்கை. அதில் பணிவு, பக்தி, சிரத்தை என்பவற்றோடு ஈடுபடவேண்டும்.

சாயி பஜனையின் தங்க விதிகள்

பாடலாயின் இயல்பாக வாயைத் திறந்து பாடவேண்டும். கைதட்டுவதாயின் ஒரு சரியான சீர் பிரமாணத்தில் இருக்கவேண்டும். பக்தியாயின் இதயமும் மனமும் தெய்வீக நாமத்தின் பிரமையினால் நிரம்பி இருக்க வேண்டும். அப்பொழுது மட்டும்தான் சாயி பஜனையின் சூட்சமமான நிச்சயமான தாக்கத்தை ஒருவரால் உணரமுடியும்.

சாயி பஜனை - ஒரு உண்மையான சேவை

சாயிசேவா அமைப்புகளின் எல்லா நடவடிக்கைகளும் சுயநலமற்ற சேவை என்ற அச்சில் தான் சுழல்கின்றன. அவைகள் அன்பு, சுயநலமின்மை, சரணாகதி என்ற மனோநிலையுடன் செய்யப்பட்டால் அதனால் நினைவுக்கு எட்டாத அளவுக்கு எமக்கு கடவுளின் அருளை அள்ளித் தரும். அது ஒரு சாதகரின் ஆத்மீக வளர்ச்சிக்கு மிகவும் முக்கியமானது. சாயிபஜனை இதற்கு விதிவிலக்கல்ல ஆனால் பல தடவைகள் எமது அடிப்படை சுபாவங்களான அகங்காரம்,

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

மற்றவரைக் குறைகாணுதல், என்பவற்றால் அலக்கழிக்கப்பட்டு அல்லது நடைமுறையிலுள்ள சமூக சம்பிரதாயங்களிற்கு அடிமையாகிப் போனதால் இந்தப் புனிதச் செயலையும் ஒரு இயந்திரகதியில் நடக்கும் ஒரு கிரியை ஆக்கி பெற்றுக்கொண்ட முன்னைய ஆத்மீக சக்திகளையும் வீணாக்கிவிடுகிறோம். எல்லா பக்தர்களும் உண்மையான சேவையின் தன்மையை உள்வாங்கிக் கொள்வார்களானால் இந்த ஒரு மணிநேர பஜனை அவர்களின் இதயங்களை நிச்சயம் புனிதமாக்கும்.

சாய் பஜனையில் உள்ள ஒழுக்கக் கட்டுப்பாடு

ஒருசில கடுமையான கட்டுப்பாடுகளை சூட்சுமமான சிறிய சிறப்பியல்புகளுடன் "வழிகாட்டல்" என்ற தலையங்கத்தில் கொடுக்கப்பட்ட ஒழுங்குமுறையில் பின்பற்றாவிட்டால் சாயி பஜனை என்ற முழுச் செயற்பாடும் ஒரு இயந்திர கதியில் நடக்கும் கிரியை முறையாக மாறிவிடும். எப்படி இருந்தாலும் ஒழுங்குமுறை பணிவுடன் சரியாகப் பின்பற்றப்பட்டால் பஜனை நிச்சயமாக இசைவு, அமைதி, ஆனந்தம் இவைகளை அளிக்கும். ஆகவே சாயி பஜனையின் முன் நிபந்தனை என்னவென்றால் *ஒவ்வொரு சாதகர்களும் குறிக்கப்பட்ட உள்முறைகளில் (அதாவது விதிகளையும் ஒழுங்கு முறைகளையும்) பூரணமான அறிவுள்ளவர்களாக இருக்க வேண்டும்.* அத்துடன் எல்லோரும் வழிமுறைகளின் கட்டுப்பாடுகளுக்கு அனுசரணையாக இருப்பதற்கு ஆயத்தமாக வேண்டும். ஒருவன் சாயி பஜனைக்கு பகவான் பாபாவால் விதிக்கப்பட்ட விதிமுறைகளைத் தெரிந்து விளங்கிக் கொண்டு, பின்பற்றினால் ஒருவருக்கு திறமையையும் உயர் சிறப்பும் கைகூட்டும். படிப்படியாக ஒரு சாதகன் பூரணத்துவத்தின் தலைவாசலுக்கு கொண்டு செல்லப் படுகிறான். அதாவது சுயதரிசனம் அல்லது கடவுள் தரிசனம். ஆகவே சாயி பஜனையின் முக்கிய குறிப்பு ஒழுக்க நெறி.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

சுவாமி எச்சரிக்கிறார்;

நன்றாகப் பதப்படுத்தப்பட்ட இதயத்தில் இறை நாமம் என்ற விதைகளை விதையுங்கள். நம்பிக்கை என்ற பசளை இடுங்கள். கட்டாக் காலி மாடுகளிலிருந்து காப்பாற்ற ஒழுக்கம் என்ற வேலியைப் போடுங்கள். வேலியில்லாமல் பயிர்களைக் காப்பாற்றுவது தோட்டா இல்லாமல் சுடுவதைப் போன்றது. ஒரே சப்தம் ஆனால் விளையாட்டு இல்லை.

மேலும்:-

வாயால் சொல்லுவதும் அல்லது இயந்திர கதியில் நாமத்தைச் சொல்லுவதும் நோக்கத்தை நிறைவேற்றாது. தூய்மையான இதயத்தில் குவிந்த மனதுடன், மனக் கட்டுப்பாட்டுடன் பக்தியில் அந்த நாமம் வரவெண்டும். மனம் தெளிவாக எந்தவித களங்கமும் இல்லாமல் (அதாவது உலக ஆசைகளின் கறைகள்) இருந்தால் தான் நாம - ஸ்மரனை பலனளிக்கும் பக்தனின் இதயத்தின் நிலைமைதான் இந்தச் சாதனையின் தாக்கத்தைத் தீர்மானிக்கும்.

சாய்பஜன - வழிகாட்டலும் வழிமுறையும்

1. பஜனை ஆயத்தம்

சாயி பஜனையை ஆரம்பிக்கும் போது பின்வரும் விதிகளை மனதில் வைத்துக்கொள்ள வேண்டும். மண்டபமும் மூலஸ் தானமும் குறைந்தது பஜனைக்கு அரை மணித்தியாலத்திற்கு முன்பாவது ஆத்தமாக இருக்கவேண்டும். பஜனை மண்டபத் திற்கு நடுவே ஒரு பாதை அமைக்கவேண்டும். அதாவது பகவானின் வேதங்கள் காணாத அந்தத் திருவடி அங்கே அந்த மண்டபத்திற்கு நடந்து வரவேண்டும். பாதையின் இருமரங்கும் பக்தர்களுக்கான இருக்கைகள் போடப்பட வேண் டும் பஜன் நடக்கும் இடத்தில் பூரண தெய்வீக அமைதி நிலவவேண்டும் பஜனை தொடங்குவதற்கு சுமார் பத்து நிமிடங்களுக்கு முன்பு திருவிளக்குகளை ஒளியேற்றி சந்தனக்

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

குச்சிகள் தெய்வீக மணத்தைப் பரப்பவேண்டும். தேவையில் லாத படங்களையும் நாட்காட்டிகளையும் அந்த இடத்தில் இருந்து அகற்றிவிடுங்கள் ஏனென்றால் அவைகள் எங்களு டைய மன ஒருமைப்பாட்டைக் குலைக்கக்கூடும் சாயி அமைப் புக்களின் சர்வதர்மச் சின்னம் நன்றாகத் தெரியுக் கூடிய மாதிரியான இடத்தில் போடப்படவேண்டும்.

2. எல்லா பக்தர்களும் தெளிவாகப் பார்க்கக் கூடிய மாதிரி ஒரு உயர்ந்த மேடையில் எல்லாத் தெய்வங்களின் படங் களும், திருஉருவச்சிலைகளும் அலங்கரிக்கப்பட்ட அமைப் பில் பகவானின் திருஉருவப் பிரதிமையோடு வைக்கப்படலாம். அன்றலர்ந்த மலர்களால் தொடுக்கப்பட்ட மாலைகளால் அலங்கரிக்கப்படலாம். ஆனால் அளவுக்கு அதிகமாக அல்ல. வீண்விரயங்களைத் தவிர்த்துக்கொள்ளுங்கள்.

3. இலகுவாக எல்லோரும் கூடக்கூடிய பொதுவான இடத்தில் பஜனை இடம் அமைய வேண்டும். தனிப்பட்டவர்களின் வீடுகளில் என்றால் அங்கு வீண் விரயமான அமைப்பு எது வும் இருக்கக்கூடாது.

4. ஆண்கள் ஒரு பக்கத்திலும் பெண்கள் ஒருபக்கத்திலுமாக இருக்கை ஒழுங்குகள் ஒருவரிசைக் கிரமத்தில் ஒருவர்பின் ஒருவராக ஒழுங்குபடுத்த வேண்டும். பஜனை முன் பாடகர் களும் தாளவாத்தியங்களும் முன்வரிசையில் அமர வேண்டும்.

5. பக்தர்கள் ஒருசில நிமிடங்களுக்கு முன்பு தமது இருக்கை களில் வந்து அமரவேண்டும்.

பகவான் ஸ்ரீ சத்திய சாயி பாபா என்ற தெய்வம் எங்கள் முன்னே வீற்றிருந்து எங்களுக்குத் தலைமை வகிக்கிறார் என்பதை

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

எப்பொழுதும் திடமான உறுதியுடன் ஞாபகத்தில் வைத்துக்கொள் ளுங்கள்.

பகவான் உறுதியளித்துள்ளார்:-

“எங்கே எனது மகிமை பாடப்படுகிறதோ அங்கே என்னை நான் ஸ்தாபிக்கிறேன்”

பஜனை தொடங்கியபின்பு வருபவர்கள் வருகின்ற வரிசைக் கிராமத்தில் பின்னால் அமரவேண்டும்.

6. உங்களைத் தொடர்ந்து வருபவர்களைத் திரும்பிப்பார்த்து அவர்களை விளித்து மற்றவர்களின் மனஒருமைப்பாட்டை குழப்பிவிடாதீர்கள். நிமிர்ந்து நேராக அமர்ந்து பகவானின் தெய்வீகத் திருவுருவைப் பார்த்து அதை உங்கள் இதயத் தில் உள்வாங்கிக் கொள்ளுங்கள்.

7. ஒலிபெருக்கி ஒழுங்கு செய்யப்பட்டிருந்தால் அதை அரை மணித்தியாலம் முன்பாக அமைத்து அதன் தொழிற்பாட்டை சரிபார்த்துக்கொள்ளுங்கள். ஆண்களின் பின்வரிசையில் ஒலி பெருக்கி இயந்திரத்தை வைப்பதனால் அதன் ஏற்பாட்டாளர் பக்தர்களின் முன்பு வருவதைத் தவிர்த்துக்கொள்ளலாம். ஒலி அமைப்பை நிச்சயப் படுத்துங்கள் ஏனெனில் அது அயலவர்களுக்கு வசதியீனத்தைக் கொடுக்கக் கூடாது.

8. இருக்கை ஒழுங்கு, பாதுகை பாதுகாவல், வாகன ஒழுங்கு இவைகளைப் பராமரிக்க ஆண் பெண் இருபகுதியிலும் சில சேவாதனத் தொண்டர்களுக்ப் பொறுப்புக் கொடுத்துக் கொள்ளுங்கள். புதிய பக்தர்கள் வந்து மூலஸ்தானத்திற்கு காசு போடாமல், தெய்வீகப் பாதையை அடைக்காமல் அவர்களை வழிகாட்டுங்கள்.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

9. தொடங்கும் நேரம், நடைபெறும் நேரம், அதனுடைய வழி முறைகள், பஜனை ஒழுங்கு வரிசை எல்லாம் சரியாகப் பின்பற்றப்பட வேண்டும். விதிவிலக்குகள் தவிர்க்கப்பட வேண் டும் எந்த முக்கிய நபரின் வசதிக்காகவும் எந்தவித மாற்றமும் செய்யப்படக்கூடாது.

10. மாதாந்த பஜனைத் திட்டம் போடப்படுகின்ற போதே மண்டப ஒழுங்குகள், மூலஸ்தான ஒழுங்கு என்பவைகள் பொறுப்புக் கொடுக்கப்பட்டுவிடவேண்டும்.

11. ஆண்களின் பகுதியில் தூய்மையான துணி ஒன்றினால் அலங்கரிக்கப்பட்ட ஒரு ஆசனம் பகவானுக்காக மூலஸ் தானத்தில் வைக்கப்படவேண்டும்.

12. ஆரத்தி செய்பவர், சாயி அருளுரையைப் படிப்பவர், அறிவித் தல்களைச் செய்பவர் என்ற இந்த பக்தர்களும் முன்பாடகர் களுடன் அமர்ந்து இருக்கவேண்டும்.

13. சரியான ஒழுங்குகள் செய்து
    1. ஆண்களின் பெண்களின் பாதணிகளை வெவ்வேறு இடத்தில் வைக்கப்பட வேண்டும்.
    2. குடிநீர் வசதி.
    3. சாயி இலக்கியம் விற்பது.

    என்பன செய்யப்படவேண்டும்.

14. முன்வரிசை ஆசனத்தில் அமர்ந்திருப்பவரின் பொறுப்பில் ஆரத்திப் பொருட்கள், வீபூதி என்பன ஆயத்தமாக இருக்க வேண்டும்.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

15. பஜனை நேரம் முழுவதிற்கும் போதுமான அளவு எண்ணெய், நெய் திருவிளக்குகளில் இடப்பட்டு இருக்கவேண்டும்.

முன் பாடகர்களுக்கான விதிகள்

1. சுலபப் பிராணாயாமம் என்ற ஆழ்ந்த சுவாசத்தை தினமும் செய்து வந்து பஜனை ஆரம்பமாவதற்கு முன்பும் பயிற்சி செய்ய வேண்டும். இது சுவாசத்தை சீர் செய்து ஒழுங்காகப் பாடுவதற்கு உதவிசெய்யும் 3 அல்லது 4 பஜனைப் பாடல் களை வீட்டில் பாடிப் பயிற்சிசெய்து சந்தர்ப்பம் கிடைக்கும் போது பாடுவதற்கு ஆயத்தமாக இருக்கவேண்டும். சாயி பஜனைப் பாடங்களைச் சரியாகப் பாடி அதை அவரது தாமரைப்பாதங் களில் அர்ப்பணிப்பதற்கு என்ற முயற்சி இருக்க வேண்டும்.

2. தெய்வீகப் பாதையின் இரு மருங்கிலும் ஆண், பெண் பஜனை நிர்வாகிகள் முன்வரிசையில் அமர்ந்து இருக்க வேண்டும். பாடும் ஒழுங்கை அவர்கள் தயாரித்து வைத்திருக்க வேண் டும். ஒரு நிர்வாகி வருவதற்கு முடியாவிடின் அவருக்கு அடுத் தவர் ஒழுங்குகளைப் பின்பற்றி முன்வரிசையில் அமர்ந்து பஜனையை ஒழுங்கு செய்ய வேண்டும்.

3. பஜனை நேரத்தில் சமிக்ஞைகள் செய்வது, கதை, நடந்து திரிவது ஏற்றுக்கொள்ளப்படக் கூடியது அல்ல. தவிர்க்க முடியாத சந்தர்ப்பத்தில் வேண்டிய ஒரு செய்தியை காகிதத் தில் எழுதிய குறிப்பு மூலம் கூடிய அவதானத்துடன் கொடுக் கப்படலாம்.

4. "தெய்வீக சிந்தையுடன் பஜனைப் பாடல்களைப் பாடி அதை இறைவனுக்கு அர்ப்பணிக்க வேண்டும். அவை சங்கீதத் திறமைகளை வெளிக்காட்டும் போட்டியாக மாறக் கூடாது. அவை உங்களின் விசிறிகளை அல்ல கடவுளைத் திருப்திப் படுத்த வேண்டும்" - பாபா

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

5. "பஜனை காதுக்கு இனிமையாக இருக்கவேண்டும். உங்களுடைய குரல் இனிமையாக இல்லாவிட்டால் அமைதியாக இருந்து கொள்ளுங்கள். அது ஒரு சிறந்த சேவையாகும்."

6. "பழக்கப்பட்ட பஜனைப் பாடல்களைப் பாடுங்கள் அப்பொழுது எல்லோரும் பின்பற்றலாம் ஆனந்தத்தைப் பகிர்ந்து கொள்ளலாம்." - பாபா

7. பாவிக்கப்படும் சங்கீதக் கருவிகள் முன் பாடகர்களின் குரலை அமிழ்த்தி விடக்கூடாது. அத்தோடு பின்னுக்கு இருப்பவர்களுக்கு அவரின் குரல் தெளிவாகக் கேட்க வேண்டும். ஒன்றுக்கு மேற்பட்ட கருவிகள் பாவிக்கப்பட்டால் அவை பாடுவதோடு ஒரு சமநிலையைப் பேண வேண்டும்.

8. இராகம், கருத்து அதிலுள்ள வித்தியாசம், குரல், சீா, லயம் போன்ற நுணுக்கமான விடயங்களில் கவனம் செலுத்துங்கள்.

9. ஒரு பாடலைக் கூடிய நேரம் பாடி, பல தடவைகள் பாடி பஜனை நேரத்தை ஆக்கிரமிக்காதீர்கள். இரண்டு வேக நடைகளை மட்டும் வைத்திருங்கள் இடைநிலை, வேகம் வரிகளைத் திரும்பச் சொல்வதில் இந்த விடயங்களை ஞாபகத்தில் வைத்துக்கொள்ளுங்கள்.
   1. இரண்டு வரிப் பாடல்கள் என்றால் இரண்டு வேக நடைகளிலும் வரிகளை இரண்டுதரம் பாடுங்கள்.
   2. நாலுவரிப் பாடலானால் இடைநிலை வேகத்தில் இரண்டு முறையும் விரைவு வேகத்தில் ஒருமுறையும் பாடி கடைசி வரிகளை இருமுறை பாடலாம்.
   3. நாலவரிக்கு மேற்பட்டபாடலாயின் எல்லா வேகங்களிலும் ஒருமுறை மட்டும் பாடுங்கள். கடைசி வரியை மட்டும் இரண்டு முறை பாடலாம். இந்த முறையில்

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

பாடப்படும் போது கூடிய எண்ணிக்கையிலான பாடல் கள் கூடிய தெய்வீகத் திருஉருவங்களை பற்றி, கூடிய இராகங்களில், பலவித தெய்வீகத் தன்மைகளைத் தந்து பலபாடல்களுக்கு சந்தர்ப்பம் கொடுத்து ஒரு உயரிய ஆனந்தத்தை எல்லோருக்கும் கொடுக்க முடியும்.

10. பஜனை பாடும்பொழுது ஒரு சேவை என்ற மனோபாவத்தில் பாடாத பொழுது நீங்கள் மற்றவர்களுக்கு ஆனந்தத்தைக் கொடுக்கமுடியாது. உங்கள் இதயத்தில் புனிதமான தெய்வீக உள்ளுணர்வுகள் கொப்புளிக்கும் பொழுதுதான் மற்றவர் களின் இதயத்தில் அது ஒரு தாக்கத்தை ஏற்படுத்தும். அன்பு என்பது ஒரு பிரதான அடிக்குறிப்பாக இருக்கும் பொழுது எங்கே ஒற்றுமை உணர்வு நிலவும் பொழுது அந்தப்பாடல் தூய்மையான, கடவுளை நேசிக்கும் இதயத் திலிருந்து வரும் பொழுது நான் திருப்திப்படுகிறேன். பஜனைப் பாடல்களைப் புத்தகத்தில் வாசிக் பொழுது இதனைப் பெற முடியாது.

11. நீங்கள் ஒரு தீவிர அங்கத்தவர் என்ற படியால் நீங்கள் பாடுவதை வலியுறுத்தி ஒரு திருப்தியடின்மையை முரண்பாடு களை, இசைவின்மையை ஏற்படுத்தாதீர்கள் - பாபா

12. உள்ளுணர்வின் ஆழத்திலிருந்து பிரார்த்தனை வரவேண்டும். கடவுள் உனது உள்ளுணர்வைப் பார்க்கிறாரே தவிர நீ ஏற்படுத்தும் வெளிவேஷப் பொறிகளை அல்ல. உண்மை யான உயர்ந்த உணர்வோடு தெய்வீக இதயத்தை ஆனந்தத் தால் மலரச் செய்ய உன்னால் முடியும் - பாபா

13. பஜனை பாடுவதற்கு முன்பு அல்லது இடையில் ஒரு ஆலா பனை அல்லது சுலோகம் இசைப்பதை தவிர்த்துக்கொள்ளுங்

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

கள். அத்தோடு பஜனைப் பாடலின் கடைசிவரியை மீட்டுச் செல்ல வேண்டாம்.

14. பஜனைப் பாடலின் சொல்லை, இராகத்தை, தாளத்தை மாற்றவேண்டாம். பிரசாந்தி நிலையத்தில் படிக்கின்ற பாடல் கள்தான் பின்பற்றுவதற்கு அனுமதிக்கப்பட்டவை. இருந்தும் பக்தர்களிடையே தேவைப்பட்ட பொழுது கூடிய தாக்கத்தை உண்டாக்குவதற்காக இந்தப் பாடல்களை அடிப்படையாகக் கொண்ட அந்த அந்த நாட்டு மொழியில் பாடல்கள் பாடப் படலாம்.

15. சர்வ தர்ம பிரார்த்தனையும் ஆரத்தி பாடலும் முழு நேரத் திலும் ஓர் இடைநிலை இராகத்தில் பாடப்படவேண்டும்.

16. ஹார்மோனியம், டோலக், மிருதங்கம் என்பவற்றில் திறமை இல்லாமல் இருந்தால் அதனுடன் ஈடுபடுவது அர்த்தமற்றது. கடைசி வரியில் இருக்கும் பக்தனுக்கும் கேட்கும் படியாக பாடகர்களின் சத்தம் இருக்கவேண்டும் என்பதால் கூடியளவு தாள வாத்தியங்களைக் குறைத்துக்கொ ள்ளுங்கள். ஏனெனில் பாடல்களை அவர்கள் சரியாகக் கேட்டால்தான் திரும்பவும் பாடமுடியும். இப்படித்தான் நாம சங்கீர்த்தனையின் நோக்கம் நிறைவேற்றப்படலாம். ஞாபகத்தில் வைத்துக்கொள்ளுங்கள். பாடலுக்கு அனுசரணையாக மட்டும் இருக்க வேண்டும்.

17. ஒரு முன்னணிப் பாடகர் பாடும்பொழுது சில சொற்களை விட்டுவிட்டால் அல்லது பிழையாகப் பாடி இராகத்தை விட்டு விலகினால் இன்னொரு பாடகர் அவருடைய பாடலைச் சரியாக முடிப்பதற்கு உதவி செய்யவேண்டும்.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

சாய் பஜனையைத் தொடங்குவது, தொடர்வது, நிறைவேற்றுவது

சமித்தி பஜனைகள் கீழ்குறிப்பிட்ட ஒழுங்கில் இருக்கவேண்டும்.

1. எல்லோரும் சேர்ந்து மூன்றுமுறை ஓங்கார உபாசனை.
2. ஸ்ரீ கணேசர் பாடல் (1) 3. ஸ்ரீ குரு பாடல் (1)
4. ஸ்ரீ தேவி பாடல் (1)
5. மற்ற நாம வழிகள் அத்துடன் சர்வ தர்ம பாடல்.

   (2) (3) (4) ஆண் பாடகரில் தொடங்கி முன்னணிப் பாடகர்களான ஆணும் பெண்ணும் மாறி மாறிப் பாடல்கள் பாடலாம். அப்பொழுது ஒவ்வொரு வரியையும் அதே சுருதி, அதே இசை, அதே தாளத்தில் மற்றவர்கள் தொடரவேண்டும். இரண்டுவீத வேகத்தில் பாடல்கள் பாடப்படவேண்டும். இடைநிலை, அதேவேகம் இருமிக வேகங்களிலும் கடைசிவரியைக் கீறிட்டுக்கொள்ளலாம். பஜனைப் பாடல் முடிவில் முதல்வரியை மென்மையான வேகத்தில் எல்லோரும் சேர்ந்து பாடவேண்டும்.

6. சர்வதர்ம பாடல் 7. தியானம் சில நிமிடங்கள்.
8. அசத்தோமா பிரார்த்தனை. 9. தெய்வீகச் செய்தி வாசிப்பு.
10. சமித்தி அறிவிப்புகள்.
11. ஆரத்தி - ஓம் சாந்தி சாந்தி சாந்தி.
12. லோக சமஸ்தா (3) பிரார்த்தனை.
13. ஓம் சாந்தி சாந்தி சாந்தி.

ஓங்காரத்தைத் தொடர்ந்து அஷ்டேத்திரமும், பகவானின் செய்திகளைப் பரப்பும் வகையில் 10 - 15 நிமிடப் பேச்சுக்களோ அல்லது சாயி இலக்கிய நூல்களில் இருந்து வாசிப்புக்களோ இலங்கையில் நடைமுறையிலுள்ளது. சமித்தி அறிவிப்புக்களுக்கு முன்பாகவோ அல்லது வேறு பொருத்தமான இடத்திலோ இடம்பெறலாம்.

குறிப்பு:-1. ஆரத்தியின் போது ஆரத்தி எடுக்கும் பக்தரைத் தவிர மற்றவர்கள் தமது தமது இடத்தில் இருக்கையில் அமர்ந்து இருக்க வேண்டும். வீபூதிப் பிரசாதத்தைப் பெறும்பொழுது பக்தர்கள் சேர்ந்து பரமம் பவத்திரம் இசைக்க வேண்டும்.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

2. பொது பஜனைகளில் ஆண் பக்தர்கள் மட்டுமே ஆரத்தி செய்ய வேண்டும்.

3. முழு பஜனையின் நேரமும் சாதாரணமாக ஒரு மணித்தியால மாக இருக்கவேண்டும்.

சாயி பஜனை என்ற (நாம) சங்கிர்த்தனத்தில் பங்குபற்றும் எல்லா சாதகர்களுக்குமான பொது விதிகள்

1. ஒரு மணி நேர பஜனையை சமித்திகள் வாரத்தில் ஒருமுறை இருமுறை வைத்துக்கொள்ளலாம். கடவுளின் மகிமையை அவர்கள் வெவ்வேறு திருவுருவங்களின் பெயரால் வெவ்வேறு முறைகளில் பாடி அந்த அனுபவத்தில் குதூகலமடைகிறார் கள். இப்படியாக எல்லோருமாகச் சேர்ந்து வாய்விட்டுப் பிரார்த்திப்பதற்கும் அமைதியாகத் தனியாகப் பிரார்த்திப்பதற் கும் அவற்றினுடைய நோக்கத்தில் வேறுபாடு உள்ளது. காம, குரோத லோபமோக மத மாச்சரியங்கள் என்ற ஆறு உள் எதிரிகளையும் வெல்வதற்கான ஒரு பரஸ்பர, உதவி யாய் அமைந்த, ஒன்று திரட்டப்பட்ட கூட்டுமுயற்சியாகும் இந்தச் சாதனை. அறியாமை என்ற இருட்டில், இந்தப் பறவை கள் வாழ்க்கை என்ற மரத்தை அரித்து, இதயத்தில் கூடுகட்டி அதை அசுத்தப்படுத்துகிறார்கள். கடவுளின் மகிமைகளைப் பாடுகின்றன பொழுது இதயம் பிரகாசமடையும். இந்த ஒளியில் அந்தப் பறவைகள் முகங்கொடுக்க முடியாமல் போய்விடு கின்றன. அதற்கும் அடுத்தபடியாக, பல கண்டங்களின் ஊடாக ஏற்படும் ஒலி, அலைகளை பயப்படுத்தி பறந்து மறைந்துவிடச் செய்கின்றது.

2. சமித்தி பஜனைகளில் பங்குபற்றிக் கொள்ளுங்கள். பொய்ச் சாட்டுக்களில் மறைந்துகொள்ள முயலாதீர்கள். நீங்கள் உடல்நல மற்றிருந்தால் பஜனை உடல்நலத்தைத் தரும். அல்லது நான் உங்களுக்குச் சொல்கிறேன். கடவுளின்

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

நாமத்தை உதடுகளில் வைத்துக்கொண்டு பஜனை நேரத்தில் மரணிப்பது எவ்வளவோ மேலானது. (Sathya Sai Speaks Vol-2)

3. வியாழன், ஞாயிறு மாலை நேரங்களில் பஜனை நடத்துவது சிறப்பானது. ஆனால் அது மீறமுடியாத சட்டமல்ல. நாள் அல்ல அங்கே முக்கியமானது. அந்த ஆனந்தத்தைப் பாடுவதற்கும் அதைப் பகிர்ந்துகொள்வதற்கும் ஏங்கும் இதயம்தான் அங்கே முக்கியமானது. (Sathya Sai Speaks Vol-6)

4. உடம்புக்கு போஜனம் போல மனதுக்கு பஜனை தேவையானது. ஒவ்வொரு நிமிடமும் பஜனை ஆகட்டும். உங்கள் சுவாசம் போல பஜனை முக்கியமானது.

பஜனையின் நோக்கத்தைப் புரிந்துகொள்ளுங்கள். முழு இதயத்தோடும் உங்களை அதில் அர்ப்பணியுங்கள். பஜன் பாடல்கள் பாடும்போது அந்தப் பாடலின் கருத்து அந்தத் திருநாம அந்தத் திரு உருவம் தரும் செய்தியலழுந்தி அந்த மதுரமான சுவையை உங்கள் நாவில் தவழவிடுங்கள்.

(Divine Album 1978)

5. பக்தியென்பது வியாழக்கிழமைகளில் நீங்கள் பஜனைக்கு எனக் கூடும்பொழுது அணிந்துகொண்டு பஜனை முடிந்தவுடன் கழற்றிவிடக்கூடிய சீருடையல்ல. பெற்றோர்களை, ஆசிரியர்களை, முதியோர்களை, மற்றோர்களை வணங்கும் பணிவான மனோநிலையை வளர்ப்பது அதன் கருத்தாகும். அது ஒரு மனோ ரீதியான வெளிப்பாடு. எப்பொழுதும் இருக்க வேண்டிய மனோநிலை அது. (Divine Album 1978)

6. உங்கள் கிராமங்களில் அல்லது உங்கள் பகுதிகளில் எவ்வளவு நாட்களுக்கு பஜனையை வைத்துக்கொள்ள முடியுமோ அவ்வளவு நாட்களுக்கு பஜனையை வைத்துக்கொள்ளுங்

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

கள். ஆனால் எல்லோரையும் வரவேற்க முடியாத சில வீடு களில் பஜனையை வைத்துக்கொள்ளாதிர்கள். ஆடம்பரமும் வெளிப்பகட்டும் இல்லாமல் மிகவும் எளிமையாக வைத்துக் கொள்ளுங்கள். வீண் விரயத்தைத் தடுத்துக்கொள்ளுங்கள். வெளிப்பொறிகளை அல்ல, உள்ளார்ந்த தீவிரமான விருப்பத் தைத்தான் கடவுள் கவனிக்கிறார். பஜனை ஒரு இடைவிடாத பயிற்சி. அது சுவாசத்தைப் போன்று மிகவும் முக்கியமானதாக வேண்டும். (தெய்வீக அருளுரை - தர்மசேத்திரம், மும்பாய் - 1984)

7. சிலர் வாயைவிட்டு பஜனை படிப்பதில்லை. ஒருவன் கிணற் றில் வீழ்ந்து அதிலிருந்து வெளிவரமுடியாத பொழுது தன் னைக் காப்பாற்றும்படி வாய்க்குள் முணுமுணுப்பானா? (சம் சாரம் என்பது கிணறு அதில் மனிதன் வீழ்ந்திருக்கிறான். தெய்வீகத்திற்கு உங்கள் வேதனை கேட்கக்கூடியபடி உரத் துப் பிரார்த்தியுங்கள். உண்மையில் கடவுளின் அருள் என் பது உங்கள் தீவிரமான உழைப்பைப் பொறுத்தது) முழு உற்சாகத்துடன் உங்கள் கையைத் தட்டுங்கள். உங்கள் மனத்தை அரித்துக்கொண்டிருக்கும் காம உணர்வுகள் உங் களை விட்டுப் பறந்துபோய்விடும். (Sathya Sai Speaks Vol-10)

8. கடவுளின் நாமத்தைப் பாடுவதற்கோ அல்லது பஜனை செய் வதற்கோ வெட்கப்படாதீர்கள். மாறாக பஜனை செய்யும் சந்தர்ப்பம் கிடைத்ததே என்று பெருமைப்படவேண்டும். நல்ல தொரு பாவனைக்கு உங்கள் நாக்கு உபயோகப்பட்டதே என்று பெருமைப்பட வேண்டும் - பாபா.

9. உங்கள் உடம்பை பென்டூலம் (ஊசல்) போன்று ஆட்டிக் கொள்ளாதீர்கள். அல்லது தாளத்தை விட்டு கைதட்டாதிர் கள். இருக்குபொழுது பூரண அமைதியைக் கடைப்பிடித்து

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

உங்கள் அசைவுகளை மட்டுப்படுத்துங்கள். சுயகட்டுப்பாட் டைப் பயிற்சி செய்யுங்கள்.

10. தெய்வீக உணர்வைத் தூண்டும் அனுபவமாக பஜனை இருக்கவேண்டும். பங்குபற்றுபவர்களுக்கு அது உயர்ந்த ஊக்கத்தையும் தூய சக்தியையும் தரவேண்டும். கெட்ட உணர்வுகளிலிருந்து விடுபடவைத்து பலமான தெய்வ நம் பிக்கையை தரக்கூடியமாதிரி ஒவ்வொரு பாடலும் மனதைத் தூய்மைப்படுத்தப்படவேண்டும்.

11. பஜனையில் பங்குபற்றும் ஒவ்வொருவருக்கும் அது ஒரு சாதனை. காமக் குரோதங்களை பக்தனிடமிருந்து தூரமாக் கும் ஒரு நல்ல ஒழுக்கமான முறை அது. காமமென்பது பௌதீக சந்தோஷங்களுக்கு, அதிகாரத்திற்கு, புகழுக்கு, செல்வத்திற்கு, பாண்டித்தியத்திற்கு இச்சைப்படுவது குரோதம் என்பது பிழைத்துப்போன இச்சைகளினால் ஏற்படும் கோபம். பயமும் கவலையும் உள்ள இந்தப் பரபரப்பான யுகத்தில் கடவுளை ஞாபகம் வைத்து அவரின் திருப்பெயரை ஓதுவது தான் எல்லா மனிதர்களுக்கும் கைவரக்கூடியது.

12. போட்டி, பொறாமை, அகம்பாவம் அல்லது ஒருவரைச் சகித் துக்கொள்ள முடியாததால் உண்டாகும் எதனையும் போசித்து வளர்க்கும் பஜனையை நான் விரும்புவதில்லை. பணிவு, மன்னிப்பு, அனுதாபம், சேவை, சுகாதாரத்துவம் அல்லது இடைவிடாது கடவுளை அல்லது நல்ல தன்மைகளை வளர்க்கும் பஜனைகளை நான் பாராட்டுகிறேன். அதற்கு சன்மானம் கொடுக்கிறேன் - பாபா.

13. பஜனை நேரத்தின்போது பூரண மனக்குவிப்பை குறைந்தது பத்து நிமிடங்களுக்கு முன்பாவது பஜனை நடக்கும் இடத் துக்குப்போய் பஜனை தொடங்குமட்டும் உனது கண்ணை மூடி தியானம் செய்.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

14. பஜனை தொடங்கிய பின் பஜனை நிர்வாகி, தீவிர அங் கத்தவர், முன்னணிப் பாடகர் அல்லது எவரென்றாலும் முன் டியடித்து முன்னுக்குப் போகக்கூடாது. அப்போது பின்வரிசை யில் அவர்கள் இருக்கவேண்டும்.

15. பஜனை நிலையங்களில் எந்தவிதமாகவும் காசு சேர்க்கக் கூடாது.

16. பஜனைக்குச் சமுகமளிக்கும் எல்லாப் பக்தர்களும் சாதாரண மாகவும் ஒழுங்கான முறையிலும் உடையணிந்திருக்க வேண்டும்.

17. பஜன் பாடுபவர்களும், பக்தர்களும் ஒழுங்கான தாளத்தைக் கொடுப்பதற்கு கைதட்டுவதற்குக் கற்றுக்கொள்ளவேண்டும். மற்றவர்களுடைய மனம் ஒருமைப்பாட்டைக் குலைக்கும் அள வுக்கு தேவையற்றபடி குரல் பெரிதாக இருக்கவேண்டும் என் பதில்லை.

5) *பிரசாதம்.*

சத்திய சாயி சேவா சமித்திகளில் அங்கீகரிக்கப்பட்ட பொது பஜனைகளில் அல்லது சமித்தி பஜனைகளில் வீபூதிப் பிரசாதத் தைத் தவிர வேறு எதுவும் வழங்கப்படக்கூடாது. சாப்படக்கூடிய எந்த நிவேதனமும் தவிர்க்கப்படவேண்டும். பகிர்ந்துகொள்வ தற்கு நாமம் என்பது ஒரு சிறந்த புனிதப்படுத்தப்பட்ட நிவே தனம் ஆகும். நீங்கள் வீபூதியைப் பிரசாதமாகக் கொள்ள லாம். அதுபோதும். அதுதான் மிகவும் விலைமதிப்புள்ள சக்திவாய்ந்த பிரசாதம். (Sathya Sai Speaks Vol - 6)

பஜனையினால் உண்டாக்கப்பட்ட ஆத்மீகப்மயப் படுத்தப் பட்ட சூழலில் இருந்து வருபவர்கள் மேன்மையான உயர்வு

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

பெற்ற தூய்மையடைந்த மனதைப் பெறவேண்டும். ஆகவே பஜனை முடிந்ததும் அமைதியைக் கடைப்பிடித்து ஆறுதலா கக் கலைந்துசெல்லவேண்டும். அப்போது பஜனையினால் பெறும். ஆனந்தமும் அமைதியும் இதயத்தில் உறைந்து உறுதியாகும். அது படிப்படியாக குணத்தில் ஒரு உயர் மாற்றத்தை ஏற்படுத்தும்.

பஜனைப் பயிற்சியும் வகுப்புக்களும்

முன்னணிப் பாடகர்களுடன் மற்ற எல்லாப் பாடகர்களும் கடமை உணர்வுடன் பஜனை வகுப்புக்களுக்கு போக வேண்டும். திறமையுள்ள பஜனை நிர்வாகியால் அப்படிப்பட்ட வகுப்புக்கள் அடிக்கடி வைக்கப் பட வேண்டும். அன்பான முறையில் அமைதியாக அவர்களுடைய குறைகளை காட்டிக்கொடுக்க வேண்டும். இது அவர்களுக்கு பஜனை நடையையும் சொற்களையும். அந்த ராகத்தையும் ஒரு பொதுவான முறையில் பெற உதவி செய்யும்.

நகர சங்கிர்த்தனம்

எல்லாம் வல்லவனின் நாமங்களைச் சொல்வதால் உண்டான ஆண்டவனின் அருளை வரவழைப்பதற்கு நாளைத்தொடங்குவதே நகர சங்கீர்த்தனத்தின் நோக்கட. எல்லா உயிர்களையும் அதன் மதுரமான சுவையோடும் சக்தியோடும் மீண்டும் உயிர்ப்பிக்கிறது. தெய்வீக நாமங்கள் உண்மையில் சுற்றாடலைத் தூய்மைப்படுத்தி, புனிதப்படுத்துகிறது. அத்தோடு அதைக் கேட்பவர்கள் ஆத்மீக உணர்வேற்றப்பட்டு விழித்தெழுகிறார்கள்.

உங்கள் கிராமங்களிலும் பகுதிகளிலும் நகர சங்கீர்த்தனத்தை நடைமுறைப் படுத்துங்கள். மனிதனின் புலன்கள் இரவு நித்திரையின் பின்பு அமைதியான பொழுது ஆண்டவனின் மகிமைகளைச் சொல்லிக் கொண்டு சுற்றாடலைத் தூய்மைப்படுத்தி கேட்பவர்களின் புத்தியைக் கூர்மையாக்கிக் கொண்டு நீங்கள் நகர வீதிகளில் வலம் வருகிறீர்கள்.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

உங்களுக்கும் மற்றவர்களுக்கும் மனதுக்கும் உடம்புக்கும் ஒரு அரிய சீரமைப்பைச் செய்கிறது. (Sathya Sai Speaks Vol-6)

இது ஒரு பெரிய அளவிலான ஆத்மீக விழிப்புணர்வு அதிகாலையிலே ஒரு கோவிலில் அல்லது ஒரு தூய இடத்திலே எல்லோரும் கூடி பிரணவத்தை உபாசனை செய்து, சுப்பிரபாதத்தைப் பாடி நகரசங்கீதத்தனையை ஆரம்பிக்கிறீர்கள். தெருக்களிலே ஆண்டவனை மகிமைப்படுத்தும் பாடல்களை உரக்கப் பாடிக்கொண்டு போகும் பொழுது அதைக் கேட்டுக்கொண்டு புது நாளைச் சந்திப்பதற்கு ஆயத்தப்படுத்துபவர்கள் தெய்வீகப் பெயர்களின் மதுரமான சுவையையும், பலத்தையும் அனுபவிக்கிறார்கள். உங்களுடன் எந்தப் படத்தையாவது தூக்கித் திரிந்து அந்தப் பெயரிலோ உருவிலோ உள்ள விசுவாசத்தை பறைசாற்றாதீர்கள். ஆண்களும் பெண்களும் வெவ்வேறாக ஒழுங்கு செய்யப்பட்ட கூட்டமாகச் செல்லுங்கள். பஸ்களில் உழும் யந்திரங்களில், சைக்கிள்களில் அல்லது கார்களில் நகரசங்கீர்த்தனை செய்யாதீர்கள். வெறுப்பு, பேராசை, குழுச் சண்டை ஆகியவற்றினால் ஏற்பட்ட கோபமான சப்தத்தினால் மாசுபடுத்தப்பட்ட சூழலைத் தூய்மையாக்குங்கள். எல்லாம் வல்ல கடவுளின் கருணை, எங்கும் நிறைந்த தன்மை என்பவற்றின் நினைவோடு உங்களுக்கும் மற்றவர்களுக்கும் நாள் விடிந்து ஆரம்பிக்கட்டும். இது உங்களுக்குச் சந்தோஷத்தையும் ஆரோக்கியததையும் தரும். உங்களுடைய அயலவர்களின் முழுப்பார்வையில் படும்படி நகர சங்கீர்த்தனம் பாடுவதனால் உங்கள் அகங்காரம் சிதறடிக்கப்படுகிறது. நகர சங்கீர்த்தனம் ஒரு சிறந்த சாதனையும் சமூக சேவையுமாகும்.

(Sathya Sai Speaks Vol-7)

நகர சங்கீர்த்தனத்திற்கான வழிமுறைகள்

ஓம்காரமும் சுப்ரபாதமும் இசைக்கப்படும் மண்டபத்தில் ஒரு ஜோதி விளக்கை ஏற்றுங்கள். அடுத்த பிரகாசமான விளக்குகளை நிறுத்திவிடுங்கள். பஜனை நிர்வாகி அல்லது அவரால் நியமிக்கப்பட்ட

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

வர். ஓம்காரத்தை இசைக்க மற்றவர்கள் பின்தொடர்வார்கள். ஒரு ஆண் அல்லது பெண் பக்தர் நல்ல குரலோடு உள்ளவர் சரியான முறையில் சுப்ரபாதம் இசைப்பார். மற்றவர்கள் பூரண அமைதியுடன் அதைக் கேட்கவேண்டும். பின்பு எல்லா பக்தர்களும் தெருவில் வரிசைக் கிரமத்தில் கூடுவார்கள்:- ஆண்களும் பெண்களும் வெவ்வேறு வரிசைகளில் கூடி நகர சங்கீர்த்தனை ஆரம்பிப்பார்கள். அங்கே நின்று மூன்றுதரம் ஓம்காரம்ஜபித்து பின் விநாயகர் வணக்கத்தை இடைநிலை வேகத்தில் நின்றுகொண்டு பாடுவார்கள். வேகமாகப் பாடும்பொழுது நகர்ந்து குறிக்கப்பட்ட பாதையில் செல்வார்கள். சிறிய, எளிய நாமாவளி பஜனை பாடல்களை மட்டும் பாடுவதில் கவனமாக இருங்கள். சங்கீத கருவிகளைக் இயன்றமட்டும் குறைத்துக் கொள்ளுங்கள். தொடங்கிய இடத்துக்கே திரும்பிவந்து பாடிய பஜனைப் பாடலை வெளியில் நின்றபடி பாடி முடியுங்கள். அதன் பின்பு மண்டபத்திற்கு வந்து அசதோமா, ஆரத்தி ஓம் சாந்தி சாந்தி சாந்தி என்று சொல்லி முடியுங்கள். எல்லா நடவடிக்கைகளும் முடிய ஒரு மணித்தியாலத்தை எடுக்கலாம்.

2. நகர சங்கீர்த்தனத்தை உரக்கப் பாடுங்கள். சர்வதர்ம பாடல்கள் வரவேற்கத் தக்கவை.

3. மிகுந்த விரைவில் வாகனம் போகும் வழிகளைத் தவிருங்கள்.

4. சேவாதளத் தொண்டர்கள் முன்பும் பின்பும், பக்கத்திலும் இருந்து வரிசையில் செல்லும் சாதகர்களை வழிகாட்டி, குறிப்பிட்ட பாதையில் நகர்ந்து வாகனங்களிலிருந்து விலக்குகிறார்கள்.

5. சமித்தி பஜனைகளுக்கு பொருத்தமான அடுத்த ஒழுங்குகள் நகர சங்கீர்த்தனத்திலும் பின்பற்றப்படவேண்டும்.
Spritual Directions for Sathya Sai Orginisation India 23 Nov. 1999 என்ற நூலிலிருந்து தொகுக்கப்பட்டவை.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

பஜனை ஒரு சாதனை

ஒரு பஜனை நேரம் என்பது இறைவனிடம் நீ பெற்றுள்ள ஒரு நேர்முக தரிசன நேரம். அந்த நேரத்தில் ஒவ்வொரு பத்தரும் அமர்ந்து இறைவனின் இருப்பை உணர்ந்து அனுபவிக்க வேண்டும். அந்த நேரத்தில் சிலர் அங்கும் இங்கும் திரிகிறார்கள். சிலர் மந்திரை விட்டு வெளியே சென்று வீண் அரட்டைகளில் ஈடுபடுகிறார்கள். அவர்களுக் கெல்லாம் என் அருளில், ஆசியில் அக்கறை இல்லை என நான் எடுத்துக் கொள்ளலாமா? இல்லை, இல்லை. அவர்கள் அறியாதவர்கள். பஜனையின் புனிதத் தன்மை அவர்களுக்கு இன்னமும் புரியவில்லை.

- பாபா.

(ச.சா. அக்.98 - பக்கம் 28)

பஜனை நேரத்தை இறைவனின் மேல் அன்பை வளர்த்துக்கொள்ளப் பயன்படுத்துங்கள். உட்கார்ந்து கண்களை மூடுங்கள். இதயத்திலிருந்து தெய்வீக எண்ணங்கள் பிரவகிக்கட்டும். புனிதமான வார்த்தைகளை உங்கள் நாக்கு இனிமையாக உச்சரிக்கட்டும். சேவை மனப்பான்மை மனிதில் வளரும். இதயம் தூய்மையடைய இது ஒரு சிறந்த வழி. பஜனை நேரத்தில் எனது அருகாமையை உணர முடியாதவர்கள். சத்திய சாயி நிறுவனத்தில் இருந்து என்ன பயன்?

(ச.சா. அக் 94 - பக்கம் 29)

ஸ்ரீ சாயி ஓப் (f) செற் பிறிண்டேஸ், தாவடி. 021-3527. & K.P.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org