

சிவமயம்



விடத்தற்பளையைப் பிறப்பிடமாகவும் மாவடி, கரவெட்டி கிழக்கை
வசிப்பிடமாகவும் கொண்ட

அமரர் திருமதி யாழிளி கந்தவேள்

அவர்களின் சிவப்பேறு குறித்த

நினைவு மலர்

06.09.2008

சிவமயம்



தோற்றம்
10.03.1983

மறைவு
24.07.2008

திருமதி யாழினி கந்தவேள்

திதி

ஆண்டாகஞ் சர்வதார் யாழமத் யமரபுக்கப்
புண்ட தீத் சத்தமயே பேசு - மாண்டமகள்
சற்குணத்து யாழினியாள் கைலைமை நாதனார்
நற்பதத்தை நாடிய நாள்.

உ

சிவமயம்



தோத்தர்ப்பாக்கள்

தருச்சிறம்பலம்

வீநாயகர் துத்

தேவர் தொழுதெழுங்கருணைச் செல்வனே போற்றி
சிறந்தொளிரு மங்கல சொருபனே போற்றி
ஓவறு சித்திகளனைத்தும் உதவுவோய் போற்றி
ஓலிகெழு கிண்கிணி பாதசால நூபுரங்கள்

தேவாரம்

பேயடையா பிரிவெய்தும் பிள்ளையினே டுள்ளநினைவு
ஆயினவே வரம்பெறுவர் ஐயுறவேண்டா வொன்றும்
வேயனதோ ஞமைபங்கன் வெண்காட்டு முக்குளநீர்
தோய்வினையார் அவர்தம்மை தோயாவாந் தீவினையே.

எத்தாயார் எத்தந்தையார் எச்சுற்றத்தார்
எம்மாடு சும்மாடாம் ஏவர் நல்லார்
செத்தால் வந்துதவுவார் ஒருவரில்லைச்
சிறுவிறகால் தீமுட்டிச் செல்லாநிற்பார்
சித்தாய வேடத்தாய் நீடு பொன்னித்
திருவானைக் காவுடைய செல்வா என்றன்
அத்தாவுன் பொற்பாதம் அடையப் பெற்றால்
அல்லகண்டங் கொண்டடியேன் எச்செய்கேனே.

தீருவாசகம்

பால்நினைந் தூட்டுந் தாயினுஞ்சாலப்
பரிந்துநீ பாவியேனுடைய
ஊனினை உருக்கி உள்ளொளிபெருக்கி
உலப்பிலா ஆனந்தமாய
தேனினைச் சொரிந்து புறம்புறந் திரிந்த
செல்வமே சிவபெருமானே
யானுனைத் தொடர்ந்து சிக்கெனப்பிடித்தேன்
எங்கெழுந்தருளுவதினியே.

தீருவீசைப்பா

ஒளிவளர் விளக்கே உலப்பிலா வொன்றே
உணர்வு சூழ் கடந்ததோர் உணர்வே
தெளிவளர் பளிங்கின் திரள்மணிக் குன்றே
சித்தத்துள் தித்திக்கும் தேனே
அளிவளர் உள்ளத் தானந்தக் கனியே
அம்பலம் ஆடரங்காக
வெளிவளர் தெய்வக் கூத்துகந் தாயைத்
தொண்டனென் விளம்புமா விளம்பே.

தீருப்பல்லாண்டு

மிண்டு மனத்தவர் போமின்கள்
மெய்யடியார்கள் விரைந்து வம்மின்
கொண்டுங் கொடுத்துங் குடிகுடி
ஈசற்கு ஆட்செய்மின் குழாம்புகுந்த
அண்டங் கடந்தபொருள் அளவில்லாதோர்
ஆனந்த வெள்ளப் பொருள்
பண்டு மின்று மென்று முள்ள
பொருளென்றே பல்லாண்டு கூறுதுமே.

தீருப்புராணம்

ஆறிருதடந்தோள் வாழ்க ஆறுமுகம் வாழ்க வெற்பைக்
கூறுசெய் தனிவேல் வாழ்க குக்குடம் வாழ்க செவ்வேள்
ஏறிய மஞ்சை வாழ்க யானைதன் னணங்கு வாழ்க
மாறிலா வள்ளி வாழ்க வாழ்கச் ரடியா ரெல்லாம்.

தீருப்புகழ்

| | |
|--------------------|--------------|
| பக்தியால் யானுனைப் | பலகாலும் |
| பற்றியே மாதிருப் | புகழ்பாடி |
| முத்தனா மாறெனைப் | பெருவாழ்வின் |
| முத்தியே சேர்வதற் | கருள்வாயே |
| உத்தமா தானசற் | குணர்நேயா |
| ஒப்பிலா மாமணிக் | கிரிவாசா |
| வித்தகா ஞானசத் | திநிபாதா |
| வெற்றிவேலாயுதப் | பெருமாளே. |

வாழ்த்து

வைய நீடுக மாமழை மன்னுக
மெய் விரும்பிய அன்பர் விளங்குக
சைவ நன்னெறிதாந் தழைத் தோங்குக
தெய்வ வெண்திரு நீறு சிறக்கவே.
தீருச்சிற்றம்பலம்



தெய்வத் துதிப்பாக்கள்

விடத்தற்பளை சம்பாவளி வீரகத்த விநாயகர் துதி

என் கற்ப நாளிருந்து இன்றுவரை யுன்னை மறந்த தில்லை
பங்கப்பட்ட உடலுடன் வாழ்ந்திங்கு ஏதுபயன், இனி
இங்கற்பம் மானிடவாழ் வென்று உணர்ந்து கொண்டேன்
உன் பொற் பாதத் தேற்றிடையா வீரகத்தி விநாயகரே.

பாரதத்தை பாறைமீது பதித்தருளிய தயாபரணே, தயா
சூரனைத் தடிந்து தலைக்குட்டும் தோப்புக்கரணமும்

- கொண்டவனே

வீரகத்தி விநாயகரே விடத்தற்பளை மேவி யருள்பவரே
யாரைநம்பி இனிஇருப்பேன், வந்தேன் உன்னடி வாழ்வதற்கே.

விடத்தற்பளை உசன் புதுக்குளத்து அம்பாள் துதி

பாவருந் தமிழால் பேர்பெறப் பாடிப் பன்னுவ நாணெப் பொழுதும்
தேவரும் முனிவரும் அறியாச் செய்ய சேவடிசூட்டுவ தென்னாள்
மூவருமாகிநின்ற மெய்மையே உசன் புதுக்குளத்து அம்பாளே
யாவரும் போற்றி வழிபட நின்று யாவையும் படைத்திடும்

- தாயே.

வலம்வர வாழ்வு தரும் வடிவே போற்றி
வாட்டங்கள் போக்கும் வேதாத்தை போற்றி
தலம்சுற்றிப் போற்றய என்னையும் நீ
தளராமற் காப்பாயே போற்றி போற்றி.

நுணுவில் பிள்ளையார் துதி

நுணுவினுள் அணுவாய் அனைத்திலும் நின்றவரே
நுணுவிற் பதியமர்ந்தே நன்மைகள் செய்பவரே
பணமே வழ்வல்ல என்பதை நானின்று கண்டுகொண்டேன்
கணமேனும் உன்னை மறவாத என்னையும் காத்தருளே.

உற்றதுணை யொன்றுண்டேல் உன்னையல்லா லாருளரோ
நற்றவத்து ஞானிகளும் நாடரிய நற்பொருளே, நலஞ் செய்யும்
கற்றவரு மேத்துங் கரிமுகனே கமலப்பூமலரும் குளமு முன்முன்னே
மற்றெவரே காப்பார் மாமுதலே ஏழைக்கினியருளே.

அத்துளு அம்பாள் துத்

வண்டு முரல யிதழ்விண்டலரு மலர்க் கடப்பு
மண்டு பொழிலத்துளு மேவும் அஞ்சன விண்ணத்தியே
கண்டு மனமொழி மெய்யால் வணங்க அருள்புரிவாய்
பண்டு வினைகள் தொலைவுற்றுச் சேர்வார் பரசுகமே.

அத்துளுத் தாயேயம்மா அடைக்கலம் நீயேயென்று
நித்தமும் நான் பணிந்தேன் நீயென்னைக் காத்திடம்மா
செத்துநான் போவதுண்மை சேவித்த அடியாள் என்னை
இத்தரை மீதில் அம்மாவுன் இணை மலர் சேர்த்திடாயோ.

சூக்கம் : கரவையூர் கவிஞர் தமிழகத்தாள்.

அமரர் யாழ்நீன் கந்தவேளின் வாழ்க்கை வரலாறு

ஈழத் திருமணிநாட்டின் மணி மகுடமாகிய
யாழ்ப்பாணத்தில் மா, பலா, வாழை, சோலை மருவு
தென்மராட்சிப் பகுதியிலுள்ள விடத்தற்பளையில் புகழ்பூத்த
சைவவேளாளர் மரபில் உதித்த கனகாம்பிகைக்கும்
கந்தசாமிக்கும் சிரேஷ்ட புத்திரியாக 1983.03.10 இல்
பிறந்தவர் அமரர் யாழ்நீனி.

இவர் இளமைக்காலத்திலிருந்தே நாளொருமேனியும்
பொழுதொரு வண்ணமுமாக அம்மா - பப்பாவின் மடியிலும்

பேர்த்தி பேரனின் அரவணைப்பிலும் சித்தியின் சீராட்டிலும் வளர்ந்து வந்தார்.

மாமியரின் மடியில் மதலையாக மாமா மாரின் அணைப்பில் அன்புச் செல்வியாக அத்தான் - மச்சாள் மாரிடத்தில் செல்லச் சீமாட்டியாக அம்மம்மா தாத்தாமாரிடம் சிப்பியில் பிறந்த முத்தாக பெரியப்பா - பெரியம்மா மாரிடம் மழலைபொழியும் ஒரு சேயாக அண்ணா - அக்கா - தம்பி தங்கையுடன் ஒரு தத்தித்திரியும் கிளியாக எல்லோரிடமும் ஒரு ஆடும்மயிலாக அழகு நிலவாகப் பரிணமித்த காலத்தில் 1984.04.14இல் அரியதொரு சகோதரனாகப் பிரணவனைக் கிடைக்கப் பெற்றார். இருவரும் கூடி விளையாடி மகிழ்ந்திருந்த காலத்தில் தன் கல்வியை யா/ விடத்தற்பனைக் கமலாசனி வித்தியாலயத்தில் தொடர்ந்தார். G.C.G O/L வரை இப்பாடசாலையிலேயே கல்வி பயின்ற இவர் இடப்பெயர்வு காரணமாக வடமராட்சியில் வாழ்ந்துவரும் காலத்தில் சாவகச்சேரி இந்துக்கல்லூரியில் தனது உயர்தர வகுப்புக் கல்வியைத் தொடர்ந்தார்.

உயர்தர வகுப்புக்கல்வியை முடிக்கமுன்பே இவருக்குத் திருமணபந்தத்தில் இணையும் பாக்கியம் கிடைத்தது. அதன் பயனாக மாவுடி கரவெட்டி கிழக்கிலுள்ள குணம் - குணமணி தம்பதியினரின் மூத்த புதல்வனான கந்தவேளைக் கரம்பிடித்தார்.

“மனைத்தக்க மாண்புடையளாகித் - தற்கொண்டான்
வளத்தக்கான் வாழ்க்கைத் துணை”
என இல்லறத்தை நல்லறமாக நடாத்தி வந்தார்.

பதிசாற் தவறாத பாவையாக தன் கணவருக்கு நன்மந்திரியாக தேவைக்கேற்ப ஆலோசனைகள் தந்ததோடு

குலதெய்வங்களையும் பயபக்தியுடன் வணங்கி வந்தார். விடத் தற்பளையிலுள்ள சம்பாவெளி வீரகத்தி விநாயகரையும் புதுக்குளத்து அம்மாளையும் நுணுவில் பிள்ளையாரையும் கரவெட்டியில் தமது இல்லத்தின் அருகேயுள்ள வைரவரையும் குலதெய்வங்களாக வணங்கி 2001.11.17 இல் அபிநயனையும் 2005.01.05 இல் அட்சயனையும் அருமைப்புதல்வராகப் பெற்றெடுத்தார். மூத்தமகன் பிறந்தபொழுது தனது கணவன் ஒரு விஞ்ஞானப்பட்டதாரியாகியமையையும் இரண்டாவது மகன் பிறந்தபொழுது ஒரு பட்டதாரி ஆசிரியராகியமையையும் பெருமையான அணிகலன்களாகப் பூண்டு தன் வாழ்க்கையைச் சந்தோசமாக நடாத்தி வந்தார். நாட்டு நிலைமை காரணமாக இவரது கணவர் வெளிநாட்டிற்கு இடம்பெயர்ந்து சுவிஸ்லாந்தில் வாழ்ந்த காலத்தில் தனது அன்புச் செல்வங்களையும் கூட்டிக்கொண்டு வெளிநாடு செல்வதற்குரிய ஆயத்தங்களைச் செய்துகொண்டிருந்தார். எனினும் கணவரைப் பிரிந்து வாழ்ந்த வாழ்க்கை அவருக்குக் கவலையளித்தது. வெளிநாடு செல்லுந் தவணை பின்போடப்பட்டு வந்தமையால் அவரின் உடல்நலம் திடீரெனப் பாதிக்கப்பட்டு 24.07.2008ல் இறையடி எய்தினார்.

மனித வாழ்க்கை நிலையற்றது ஆண்டாண்டு தோறும் அழுது புரண்டாலும் மீண்டும் பெற முடியாது நிலையற்ற இந்த வாழ்க்கையை வள்ளுவநாயனார் “நெருநல் உளளொருவன் - இன்றில்லை என்னும் பெருமை உடைத்திவ்வுலகு” நேற்றிருந்தார் இன்றில்லை என்னும் பெருமையுடையது என நீர்க்குமிழிபோன்ற எமது வாழ்வை விளக்குகிறார். விளங்க நாம் முற்பட்டாலும் நாம் சாதாரண மனிதர்கள். முனிவர் ஞானியர்கள் அல்ல இதனால் இறப்பின் இழப்பு அதன் வேதனை ஈடுசெய்ய முடியாத அந்தத்தவிப்பு எம்மை எல்லாம் ஈடாட வைக்கிறது.

இவ்வாறான ஓர் இழப்பு எம்மிடையே நிகழும்போது
நாம் விழிக்கின்றோம். புலம்புகின்றோம். ஆனால்
“அவனே படைத்தான் அவனே அழைத்தான்” என
நினைத்து ஆறுதல் கொள்வதே அறிவு

சதிபதியாய் வாழ்ந்த பத்தினியைப் பறிகொடுக்கிறேனே
என்று கணவன் மனமுடைய அன்னைக்கு நிகர் அகிலத்தில்
உண்டோ எனப்பிள்ளைகள் பரிதவிக்க பத்துமாதம் சுமந்து
பெற்ற அன்னையும் அத்துனும் ஓலமிட நடுவூரின் நல்ல
மரமொன்று விழுகிறதேயென்று உற்றார், உறவினர்,
அயலவர் நெஞ்சம் வருந்தி நெக்குருகி அலமந்து நிற்க
உடன் பிறந்த சகோதரன், எனது ஒரேயொரு அக்காவைப்
பறிகொடுத்தேனேயென்று ஓலமிட அன்னைக்கு நிகரான
சித்தி யாழினியாள் என்றழைக்க இறையருள் சேர்ந்த
இத்தெய்வத்தை “பிறந்தவர் மடிவது இயற்கை நியதியே
என்பதையுணர்ந்து மனமாறி அன்னார்தம் ஆத்மா
இறைவனுடன் சங்கமமாக சாந்தி வேண்டிப் பிரார்த்திப்
போமாக.

ஓம் சாந்தி! சாந்தி!! சாந்தி!!!

“யாவும் எப்பவோ முடிந்தகாரியம்” - யோகர்சுவாமிகள்.

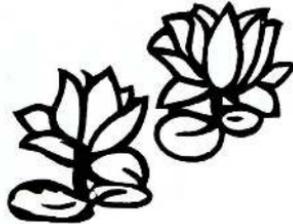
ஆண்டாண்டு தோறும் அழுதுபுரண்டாலும்
மாண்டார் வருவரோ இம்மாநிலத்தே - வேண்டாம்
நமக்குமதுவழியே நாம் போமளவும்
எமக்கென்னண்டிடிரும்.



ஆக்கம் : கரவையூர் கவிஞர் தமிழகத்தான்

ஊமரர் யடித்துச் சுவைத்தவற்றுட் சீல

- 1) சொன்ன சொல் மீளப் பெறமுடியாது ஆகவே நன்றாகச் சிந்தித்தபின் சொல்.
- 2) உனது வாழ்வில் அன்பு, அடக்கம், சிக்கனம் என்ற மூன்று செல்வங்களையும் தேடிவைத்துக் கொண்டால் அவை மட்டுமே போதுமானவை. ஏனெனில் அவை ஏனையவற்றையும் தந்துவிடும்.
- 3) எங்கெங்கோ பிறந்து எங்கெங்கோ வளர்ந்து எத்தனை பேராக இணைந்திருப்போம் நாம் - இப்போது எம்மைப் பிரித்து வைத்துக் காலக்கூற்றன் பெருமிதம் கொள்வதும் ஏனோ?
- 4) சோம்பலும் சோர்வுமாக நூற்றாண்டு வாழ்வதைவிட பெருமுயற்சியோடு ஒரு நாள் வாழ்வதே மேலானது.
- 5) வாழ்வின் வெற்றிக்கு ஐந்து
உள்ளத்திலே உண்மை
வாக்கில் தெளிவு
தொழிலில் திறமை
தொண்டில் நேர்மை
துன்பத்தில் சகிப்பு



பகவத்கீதை சொல்லும் வாழ்க்கை

வாழ்க்கை ஒரு சவால் - அதனைச் சந்தியுங்கள்
வாழ்க்கை ஒரு பரிசு - அதனை ஏற்றுக்கொள்ளுங்கள்.
வாழ்க்கை ஒரு சாகசப்பணம் - அதனை மேற்கொள்ளுங்கள்.
வாழ்க்கை ஒரு சோகம் - அதனைக் கடந்துவாருங்கள்
வாழ்க்கை ஒரு துயரம் - அதனைத் தாங்கிக் கொள்ளுங்கள்
வாழ்க்கை ஒரு கடமை - அதனை நிறைவேற்றுங்கள்.
வாழ்க்கை ஒரு விளையாட்டு - அதனை விளையாடுங்கள்
வாழ்க்கை ஒரு பாடல் - அதனைப் பாடுங்கள்
வாழ்க்கை ஒரு விநோதம் - அதனைக் கண்டறியுங்கள்
வாழ்க்கை ஒரு பயணம் - அதனைபுகழுடன் முடித்துவிடுங்கள்
வாழ்க்கை ஒரு உறுதிமொழி - அதனை நிறைவேற்றுங்கள்.
வாழ்க்கை ஒரு காதல் - அதனை அநுபவியுங்கள்.
வாழ்க்கை ஒரு அழகு - அதனை ஆதரியுங்கள்
வாழ்க்கை ஒரு உணர்வு - அதனை உணர்ந்து கொள்ளுங்கள்
வாழ்க்கை ஒரு போராட்டம் - அதனை எதிர்கொள்ளுங்கள்
வாழ்க்கை ஒரு குழப்பம் - அதனை விடை காணுங்கள்.
வாழ்க்கை ஒரு இலக்கு - அதனை எட்டிப் பிடியுங்கள்.

மன அமைதீப் பூங்காவிற்கு ஒரு நல் வாழ்க்கைப்

பாதை

(சுவாமி சீவானந்தா)

கடவுளின் அளவுகோல் என்பது

எத்தனை முறை பிரார்த்தனை செய்யப்பட்டது.
எத்தனை தடவை மந்திரங்கள் ஜபிக்கப்பட்டன. எத்தனை
முறை விளக்குகள் ஏற்றப்பட்டு ஆரார்த்தி காண்பிக்கப்
பட்டது. எத்தனை முறை மணி அடிக்கப்பட்டு மறைநூல்கள்
வாசிக்கப்பட்டன. போன்றவற்றால் மனிதனின் செயல்களை

தெய்வீக அளவுகோல்கள் மதிப்பிடுவதில்லை. உங்கள் இதயத்தில் எழும் எண்ணங்களின் தரத்தைப் பொறுத்து எத்தகைய வார்த்தைகளை நீங்கள் உங்கள் அண்டை அயலாரிடம் பயன்படுத்துகின்றீர்களோ அவற்றைப் பொறுத்து உங்கள் வாழ்வை நீங்கள் யார் யாருடன் கழிக்க வேண்டும் என்று இறைவன் விதித்திருக்கின்றானோ அவர்களுடன் நீங்கள் ஈடுபடும் ஒவ்வொரு செயலையும் பொறுத்தே தெய்வீக அளவுகோல்கள் மனிதனை மதிப்பிடுகின்றன என்று நான் திட்டவாட்டமாக உங்களுக்குக் கூறுகின்றேன்.

குறை கூறலாமா?

நான் திரும்பவும் கூறுகின்றேன். உங்கள் வேலையை நீங்கள் பாருங்கள். எவரையும் எதையும் குறை கூறாதீர்கள். குறை கூறுதல் என்பது திட்டவாதற்கு நிகர். எது நடந்தாலும் அது கடவுளின் இச்சையால் நடக்கின்றது. கடவுளின் அனுக்கிரகம் இன்றி எதுவுமே நிகழ்வதில்லை. ஏதாவது நிகழ்ந்தது என்றால் அது உங்கள் பார்வையில் நல்லதாகவோ அல்லது கெட்டதாகவோ இருக்கலாம். அதற்கு கடவுளின் அனுமதி இருக்கிறது என்றுதான் பொருள். நீங்கள் அதைக் கண்டனம் செய்தால் கடவுளின் விருப்பத்தை கடவுளின் பேரறிவை, கடவுளின் தீர்ப்பை நீங்கள் விமர்சிக்கின்றீர்கள் என்று தானே அர்த்தம். அதைச் செய்யாதீர்கள் உங்களுக்கு அமைதி கிட்டும்.

பிறர் தம்மைத் திட்டும் போது....

பிறர் உங்களைக் காரமின்றித் திட்டுவதாகவும் காரணமின்றித் துன்புறுத்துவதாகவும் நீங்கள் கூறுகின்றீர்கள். அது உண்மையாக இருந்தாலும் கூட அதற்காக அலட்டிக் கொள்ளாதீர்கள். நிலைமையைப் பொறுமையுடன்

சமாளியுங்கள் இக்கட்டான நிலைமைகளைச் சமாளிப்பதில் அமைதி ஒரு சக்திவாய்ந்த ஆயுதம் என்பதை நீங்கள் காண்பீர்கள். யாராவது உங்களைத் திட்டினால் கண்களை மூடிக்கொண்டு பொறுமையாக இருங்கள். பிறர் அவர்கள் விருப்பம் போல் நினைக்கட்டும். அவர்கள் விரும்புவதைச் சொல்லட்டும்.

இந்த உலகம் முட்டாள்கள் நிறைந்தது. நீங்கள் அறிவுடையவராக விளங்குங்கள். எல்லோர் முன்னிலையிலும் பணிவுடன் இருங்கள். எந்த நிலையிலும் அடக்கமாக இருங்கள். எந்த நிலைமையிலும் அடக்கமாக இருங்கள். நான் உயர்ந்தவன் அல்லது தாழ்ந்தவன் என்ற எண்ணத்தை விடுத்து அனைவரிடமும், அனைத்திடத்தும் கடவுளைக்காணக் கற்றுக்கொண்டால்தான் இதுசாத்தியமாகும். கடவுள் அப்படி விரும்புகிறார். எனவே அது அப்படி இருக்கட்டும். பிறர் உங்களை நிந்திக்கையில் நீங்கள் மௌனமாக இருங்கள். கலக்கம் அடையாதீர்கள். பழிச்சொற்களை ஏற்றுக்கொண்டால் அடக்கத்திலும், தூய்மையிலும் நீங்கள் வளர்ச்சி அடைவீர்கள். அதுவே ஒரு தவம். ஆன்மீகத்தில் நீங்கள் உயர்வடைவீர்கள்.

பகைமை - எடுத்தாரை சுடும் நெருப்பு

உங்களைத் திட்டுபவர் அல்லது துன்புறுத்துபவர் மீது உங்கள் இதயத்தில் எந்தவிதமான பகைமை உணர்ச்சியையும் கொள்ளாதீர்கள். வெளிப்படையாக கோபத்தைக் காட்டுவதைவிட இது மிகவும் மோசமானது. இது மானஸீகப் புற்றுநோய், பகைமையை வளர்க்காதீர்கள். மறவுங்கள், மன்னியுங்கள். இது ஏதோ ஒரு வெறும் லட்சியவாத பழமொழி அல்ல. உங்கள் அமைதியைப் பாதுகாக்க ஒரேவழி இது தான். உள்ளே பகைமையை

வளர்ப்பது என்பது ஒருவனுக்கு மிகுந்த கெடுதியைச் செய்யும். உங்களுக்குத் தூக்கம் போய்விடும். உங்கள் இரத்தத்தை நீங்கள் நஞ்சாக்குகின்றீர்கள்.

ரத்தக்கொதிப்பும், படபடப்பும் உங்களிடம் அதிகரிக்கும். பழிச்சொல்லோ, அவதூறோ உங்களுக்கு கடந்த காலத்தில்தான் எப்பொழுதோ செய்யப்பட்டது. அது முடிந்து போன விஷயம். சிந்திய பால் அது அதையே மீண்டும் மீண்டும் நினைத்து அந்த அவதூறு அல்லது பழிச்சொல்லின் துன்பத்தை ஏன் நீங்கள் நீடிக்கிறீர்கள்? பகைமை மற்றும் வெறுப்பு எனும் ஆறுகின்ற காயத்தை நீங்கள் குத்திக் குத்தி மீண்டும் ஏன் புண்ணாக்குகின்றீர்கள்? இது மிகவும் முட்டாள்தனம் இல்லையா? இந்தச் சிறிய விஷயங்களில் நேரத்தையும், வாழ்க்கையையும் வீணடிப்பது என்பது தகாத ஒன்று. ஏனெனில் மனித வாழ்வு மிகவும் சுருங்கியது. இன்றிருப்பார் நாளை இல்லை. இந்தத்தீய வழக்கத்தை விடுங்கள். உங்களுக்கு விருப்பமான வேலை ஒன்றில் பூரணமாக மனத்தை லயிக்கச் செய்வதே நீங்கள் செய்யவேண்டிய சிறந்த காரியமாகும்.

உங்களுக்குப் பிடித்தமான வேலை அல்லது பொழுதுபோக்கில் நீங்கள் கறுகறுப்பாக ஈடுபடுவீர்களானால் உங்களுக்கு மிகுந்த மன அமைதி கிட்டும். அப்பொழுது ஒன்றைப் பெற்றோம். ஒன்றைச் செய்தோம் என்ற மனத்திருப்தி உங்களுக்குக் கிட்டும். மனிதன் வெறும் உணவால் மட்டுமே வாழமுடியாது என்ற பழமொழியை நினைத்துப் பாருங்கள். பணத்தைக் காட்டிலும் மன அமைதியே பெரிது என நீங்கள் எண்ணினால் அதிக வருமானத்துடன் கூடிய ஆனால் நீங்கள் விரும்பாத ஒருவேலையை விட குறைவான வருமானத்துடன் கூடிய மன அமைதி தரும் ஒரு வேலையை நீங்கள் மனமுவந்து ஏற்பீர்கள்.

பொறுப்புக்களை என்ன செய்வது?

பொறுப்புக்களை தட்டிக்கழிக்காதீர்கள், தப்பி ஓடப்பார்க்காதீர்கள். அப்படிச் செய்தால் உங்களுக்கு மன அமைதி கிட்டாது. அதிகமான கவலைகள் தான் உங்களைச் சேரும். ஏனெனில் உங்களது கடமைகளை நீங்கள் தட்டிக்கழிக்கப்பார்க்காதீர்கள் என்ற எண்ணமே உங்கள் மனதை அரித்து ஏற்கனவே உங்களிடம் இருந்த கொஞ்சம் அமைதியையும் இல்லாதாக்கிவிடும் இதைவிட உங்களால் முடிந்தது மட்டும் திறமையுடன் உங்களது பொறுப்புக்களை நிறைவேற்றப் பாருங்கள்.

ஆனால் ஒன்றை முக்கியமாக இங்கே மனதில் கொள்ளவேண்டும். 'நான் செய்கின்றேன்' என்ற ஆணவத்துடன் தினமும் மேலும் மேலும் புதிய பொறுப்புக்களை கூட்டிக்கொண்டு போகக்கூடாது. சாதாரண நடைமுறைப் பாஷையில் இதுதான் 'வம்பை விலைக்கு வாங்குவது' எனப் பொருள்படும். இதற்கு மாறாக உங்களது பொறுப்புக்களுக்கு ஏற்ப உங்கள் புறவேலைகளை மென்மேலும் குறைத்துக் கொள்ளுங்கள். அதிக நேரத்தை பிரார்த்தனை, சிந்தனை மற்றும் தியானத்தில் செலவிட விருப்பம் கொள்ளுங்கள். மனமே இல்லாததாகும் பொழுதுதான் பூரண அமைதி கிட்டுகிறது. மனம் என்பது எண்ணங்களின் குவியலே. எண்ணங்கள் என்றால் சலனம், செயல் குறையக் குறைய எண்ணங்களும் குறையும். எவ்வளவுக்கெவ்வளவு எண்ணங்கள் குறைகின்றனவோ அந்த அளவு மனஅமைதி அதிகரிக்கும். எண்ணமின்மைதான் பூரண அமைதி நிலவும் மிக உயர்ந்த நிலையாகும்.

பயனுள்ள வேலை

எப்பொழுதும் ஏதாவது பயனுள்ள, நன்மை பயக்கும் வேலையைச் செய்யுங்கள். இதைச் செய்யலாமா, அதைச் செய்யலாமா? என்று அலைந்து திரிவதில் நேரத்தை வீணாக்காதீர்கள். இதனால் பயனற்ற மனப்போராட்டத்தில் நீங்கள் நாட்கள், வாரங்கள். மாதங்கள் ஏன் வருடங்களைக் கூட வீணாக்கி கடைசியில் ஒன்றும் செய்யாமல் போய்விடுவீர்கள். அதிகமாக திட்டங்களை தீட்டவேண்டாம். திட்டம் போடுவது கடவுள்தான். எப்பொழுதும் ஏதாவது நல்லதைச் செய்து கொண்டிருங்கள். ஆக்கபூர்வமான உங்கள் காரியத்தில் இடைவெளி ஏதும் இருக்க வேண்டாம். ஒரு சிலர் கவனக்குறைவான வினாடிகள் கூட வாழ்வில் உங்களை கீழே தள்ளிவிடும். காலமே வாழ்வு. நேரத்தை பொன்போல பாதுகாத்து அதைமிகவும் பயனுள்ள விதத்தில் செலவிடுங்கள்.

நீங்கள் உடலளவில் ஓய்வெடுத்துக் கொண்டிருந்தாலும் மனதை வெறுமையாக வைத்திருக்காதீர்கள். ஜெபம், மானசீகப் பிரார்த்தனை மற்றும் ஏதாவது பயனுள்ள நூல்களைப் படிப்பதில் ஈடுபடுங்கள். எல்லா தொல்லையும் மனதில்தான் உதிக்கின்றன. எனவே ஆரம்ப ஸ்தானத்தை சுத்தமாக வைத்திருங்கள். உங்கள் வாழ்வாகிய நதி ஸ்படிகம் போல தூய்மையாகப் பாயும்.

இடுக்கண்களை சந்திப்பது இன்பமே

இடுக்கண்கள் எதிர்கொள்ள நீங்கள் தயங்கினால் உங்களால் வாழ்க்கையில் எதையுமே சாதிக்க முடியாது. ஏதோ காலத்தைக் கழிக்கலாமே தவிர, அது வாழ்வாகாது. உண்மையாக வாழ்வது என்றால், அது இலட்சியம் உடையதாயிருக்க வேண்டும். அடைவதற்கான

இலட்சியங்கள், முயல்வதற்கான குறிக்கோள்கள் இருத்தல் வேண்டும். எதிர்ப்பைச் சமாளிக்காமல் இலட்சியங்களை அடையமுடியாது. இத்தகைய எதிர்ப்புக்கள் உங்களது மன அமைதியைக் குறைக்கக்கூடாது. மாறாக வாழ்க்கைப் போராட்டத்தை வீரத்துடன் எதிர்கொள்ள அது உங்களுக்கு ஆற்றலை அளிக்க வேண்டும். நடைமுறை வாழ்வில் இத்தகைய எதிர்ப்புச் சக்திகளை தவிர்க்க முடியாத தீங்கு என்று ஏற்றுக்கொண்டு அவற்றை அன்றாட வாழ்வின் ஒரு அங்கமாக பார்க்க நீங்கள் கற்றுக்கொள்ள வேண்டும்.

நினைவிற்குக் கட்டும், நிகழ்ச்சிகள் முன்பே நிச்சயிக்கப்பட்டவை.

எதற்கும் வருத்தப்பட வேண்டாம். உங்களுடைய கடந்தகால அனுபவங்களிலிருந்து நீங்கள் பாடங்களைக் கற்றுக் கொள்ளுங்கள். அந்தப் பாடங்களை அடிக்கடி நினைத்துப் பாருங்கள். அந்தப் பாடங்கள் உங்கள் எதிர்காலச் செயல்களுக்கு வழிகாட்டியாக அமையட்டும். ஆனால் கடந்த காலத்தைப் பற்றிய கவலையில் மூழ்காதீர்கள். நான் அப்படிச் செய்திருந்தால் இப்படி ஆகியிருப்பேன். இப்படிச் செய்திருந்தால் என்று எண்ணுவதெல்லாம் வீணான சிந்தனையாகும். நேரம் வீண், சக்தி வீண் ஏனெனல் கலவை சக்தியை கலைத்து விடுகிறது. வேறு எதுவும் அது செய்வதில்லை.

உண்மை எதுவெனில், எது நடந்ததோ அது அப்படித்தான் நடக்க வேண்டும் என்பது ஆண்டவனின் திட்டம். அதற்கு மாறாக அது நடந்திருக்க முடியாது. ஒரு சிறுதுகளின் அசைவு முதல் பிரபஞ்சத்தின் பிரமாண்டமான இயக்கம் வரை கடந்தகாலம் நிகழ்காலம் மற்றும் எதிர்காலத்தில் ஒவ்வொரு நிகழ்ச்சியும்

எல்லாம்வல்ல எல்லாம் அறிந்த எங்கும் நிறைந்த பரம்பொருளின் அருளால் இப்படித்தான் நிகழ வேண்டும். என்று தீர்மானிக்கப்பட்டிருக்கிறது. நிகழ்ச்சிகள் எவ்வாறு நிகழ வேண்டும் என்று விதிக்கப்பட்டிருக்கின்றனவோ. என்று நிகழ்கின்றன. அவன் கண்ணுக்குப்படியே அனைத்தும் நிகழும்.

கடவுளின் விருப்பத்தை மாற்ற எந்த மனிதராலும் இயலாது. நிகழ்வது நிகழ்ந்தே தீரும் என்பதே பிரபஞ்சம் எங்கும் உள்ள ஒரு உண்மையாகும். கவலைப்படுவது, வருந்துவது என்பது உங்கள் கோழைத்தனத்தை வெளிப்படுத்தி, ஒன்றுமில்லாத ஒன்றிற்காக உங்கள் மன அமைதியைக் குலைத்துக் கொள்வதைக் குறிக்கும். ஒவ்வொரு நிகழ்விலும் இறைவனின் திருவருள் இலங்குகிறது என்பதைக் கண்டு உணர்ந்து, உங்களுக்குள்ளும் உலகத்துடனும் அமைதியாக வாழ்வதே அறிவுடைமை ஆகும்.

மன அமைதியெற வழிகள் நிறைய

வாழ்க்கையில் மன அமைதியை விரும்பும் ஒருவன் ஒவ்வொரு நிலையிலும், நிகழ்விலும் விவேகத்துடன் செயல்பட வேண்டும். எது சரி, எது தவறு, எது முடியும், எது முடியாது என்பதைப்பற்றி நமக்குத் தெளிவாக நம் முன்னோர்கள் நிறைய நூல்களில் சொல்லிவிட்டு போயிருக்கிறார்கள். அவை கல்ப காலத்திற்கும் பொருந்துபவை. ஒரு குறிப்பிட்ட நிலைமையி சான்றோர்கள் சொன்ன நெறிமுறை எது? மறை நூல்கள் கூறுவது என்ன? உங்கள் மனசாட்சி கூறுவது என்ன? இந்தமாதிரி தருணங்களில் மகாத்மாக்கள் எப்படி நடந்து கொண்டிருக்கிறார்கள். இப்படி ஒவ்வொரு நிலையிலும்

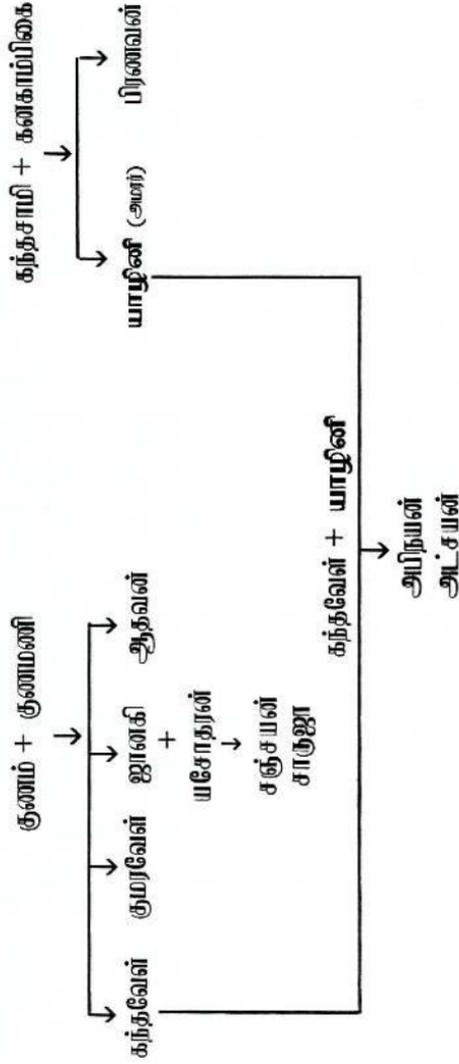
நமது பார்வையை தெளிவுபடுத்திக் கொள்ளலாம். சரியான பாதையைக் கண்டுபிடிக்க ஆத்ம சோதனை செய்வது மிக எளிது! மனம் போன போக்கெல்லாம் போய் புலன்கள் மற்றும் உணர்ச்சிகளின் வழியில் இயந்திரமயமாக செல்வது என்பது மாயை விரித்த வலையில் நேராக சென்று விழுவதேயாகும்.

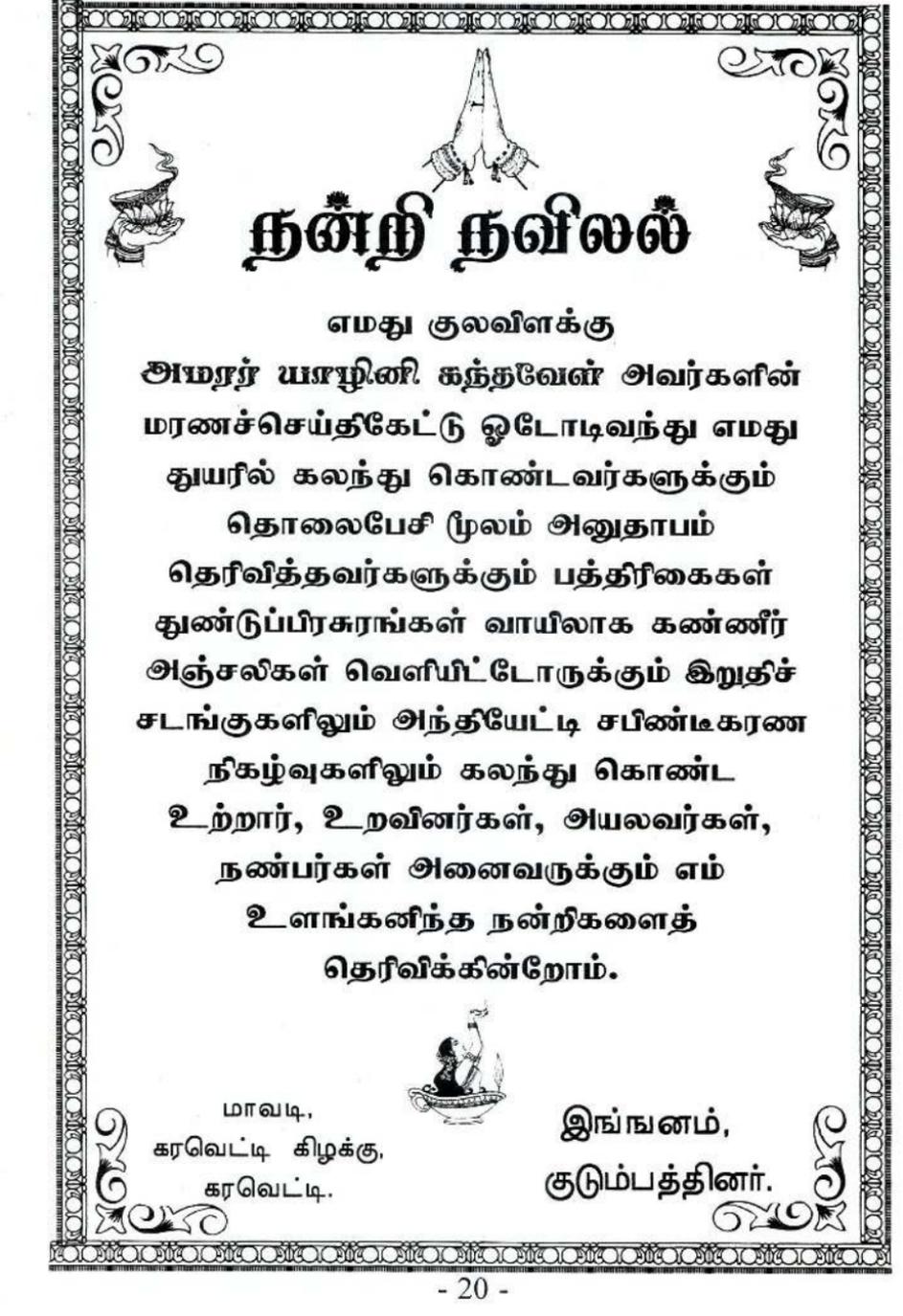
உங்களுக்கு அமைதி வேண்டுமா

நல்லாரோக்கமும் பொருளாதார பாதுகாப்பும் மன அமைதிக்கு மிகவும் இன்றியமையாதவை என்பது எல்லோரும் அறிந்ததே. ஆனால் இவை இரண்டும் இருப்பினும் பலரும்ட தொடர்ந்து மன அமைதியின்றி அல்லல்படுகின்றனர். நீங்கள் இந்தவகையைச் சேர்ந்தவர்களா? ஆமாம் என்று நீங்கள் பதில் சொன்னால் மேலும் நீங்கள் இதைப்படியுங்கள். உங்களது தொல்லைகள் பெரும்பாலும் நீங்களாகவே உண்டாக்கிக் கொண்டது என்பதனால் அவை தவிர்க்கப்படக்கூடியவையே. எப்படி என்று நாம் பார்ப்போம்.

நீங்கள் அடிக்கடி பிறர் விஷயங்களில் தலையிடுகின்றீர்களா? அவர்கள் தவறாகவே இருக்கலாம் ஆனால் அதை முன்னிட்டு நீங்கள் அல்லலுறுவானேன்? யாரையும் எதையும் குறைகூறாதீர்கள். பிறருக்குத் தீர்ப்பளிக்கும் அதிகாரத்தை கடவுள் உங்களுக்குக் கொடுக்கவில்லை. எல்லோரும் அவரவர் விருப்பப்படியே நடக்கின்றனர். ஏனெனில் அவர்களுக்குள்ளே இலங்கும் கடவுள் அவர்களை அப்படி செய்ய தூண்டுகின்றார். உங்கள் அமைதியை பாதுகாக்க நீங்கள் உங்கள் சொந்த வேலையில் மட்டும் கவனம் செலுத்தினால் போதும் என்பது ஒரு நல்ல விதியாகும்.

வம்சாவழி





நன்றி நவிலல்

எமது குலவிளக்கு
அமரர் யாழினி. சுந்தவேள் அவர்களின்
மரணச்செய்திகேட்டு ஓடோடிவந்து எமது
துயரில் கலந்து கொண்டவர்களுக்கும்
தொலைபேசி மூலம் அனுதாபம்
தெரிவித்தவர்களுக்கும் பத்திரிகைகள்
துண்டுப்பிரசுரங்கள் வாயிலாக கண்ணீர்
அஞ்சலிகள் வெளியிட்டோருக்கும் இறுதிச்
சடங்குகளிலும் அந்தியேட்டி சபிண்டகரண
நிகழ்வுகளிலும் கலந்து கொண்ட
உற்றார், உறவினர்கள், அயலவர்கள்,
நண்பர்கள் அனைவருக்கும் எம்
உளங்கனிந்த நன்றிகளைத்
தெரிவிக்கின்றோம்.

மாவடி,
கரவெட்டி கிழக்கு,
கரவெட்டி.



இங்ஙனம்,
குடும்பத்தினர்.

கீதாசாரம்



எனு நடந்ததோ, அனு நன்றாகவே நடந்தது.
எனு நடக்கிறதோ, அனு நன்றாகவே நடக்கிறது.

எனு நடக்க இருக்கிறதோ,
அனுவும் நன்றாகவே நடக்கும்.

உன்னுடையது எதை இடிந்தாய்?

எதற்காக நீ அழுகிறாய்?

எதை நீ கொண்டுவந்தாய்?

அதை நீ இழப்பதற்கு.

எதை நீ படைத்திருக்கிறாய்,

அது வீணாகுவதற்கு.

எதை நீ எடுத்துக் கொண்டாயோ,

அது இங்கிருந்தே எடுக்கப்பட்டது.

எதைக் கொடுத்தாயோ,

அது இங்கேயே கொடுக்கப்பட்டது.

எனு இன்று உன்னுடையதோ,

அது நானா மற்றொருவருடையதாகிறது.

மற்றொருநான் அது வேறொருவருடையதாகும்.



குதுவே உகை நியதியும்,

எனது படைப்பின் சாராம்சமுமாகும்.

-பகவான் ஸ்ரீ கிருஷ்ணர்-

சுவிட்சேரியா - 021 - 226 4014 www.paranjanam.com