ஓம்

ஸ்ரீ ராம ஜெயம்

லக்ஷ்மி நாராயணா

ஸ்ரீ ராம நவமி

பங்குனி - 1990

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

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

ஓம் நமோ நாராணய

நயவேன் பிறர் பொருளை
நள்ளேன் கீழாரோடு
உய்வேன் உயர்ந்தவரோடு
அல்லால் வியவேன்
திருமாலை அல்லாது தெய்வம்
என்று ஏத்தேன்
வருமாறு என் என்மேல்வினை

அத்தா ! அரியே ! என்று
உன்னை அழைக்க
பித்தா ! என்று பிறர் என்னை
பேசுகிறார்.
முத்தே மணி மாணிக்கமே!
முளைக்கின்ற
வித்தே ! உன்னை எங்ஙனம்
நான் விடுகேனோ ?

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

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

லக்ஷ்மி நாராயணாய நம

அக்ஷர பிரம்ம யோகம்

அழிவற்ற பரம் பொருளே பிரம்மம். அதனியல்பை அறிதல் ஆத்ம ஞானம் எனப்படும். உயிர்த் தன்மையை விளைவிக்கும் இயற்கை கர்மம் எனப்படும்.

பூதஞானமாவது அழிவுறும் இயற்கை. புருஷனைப் பற்றியது தேவ ஞானம். பிறந்தவனில் உயர்ந்தவன் தன் உடலில் பரப்பிரம்மத்தை அறிதல் யாக ஞானம். இறுதிக் காலத்தில் உடலைத் துறந்து பரபிப்ரம்மத்தின் நினைவுடன் இறப்போன். பரம்பிரம்மத்தை அடைவான். இதில் எதுவித சநதேகமில்லை. இறக்கும் போது எவற்றை எண்ணுகிருனே பிறக்கும் போதும் அவற்றையே மறுபடியும் அடைகிருன். ஆகவே எக்காலத்திலும் பரம்பொருளையே நினைத்துக் கொண்டிருத்தல் வேண்டும். பரம்பிரம்மத்தினிடம் மனதையும் புத்தியையும் அர்ப்பணம் செய்வதனுல் பரம்பிரம்மத்தையே பெறுவான். வேறிடஞ் செல்லாமே யோகம் பயிலும் மனத்துடன் சிந்திப்பவன் தேவனுகிய பரப்புருஷனை அடைகிருன். முற்றும் உணர்ந்தவனை பழையவனை எல்லாவற்றையும் ஆள்பவனை அணுவிலும் பார்க்கச் சிறியவனை எண்ணுதற்கரிய வடிவுடையோனை. அஞ்ஞான இருளுக்கு அப்பாற்பட்டவனை பக்தியோடும் உறுதியான மனத்தோடும் யோகபலத்தோடும் புருவத்தின் மத்தியில் பிரயு

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

ணன் முழுவதையும் வைத்து மரண காலத்தில் யார் நினைக்கிறுனே அவன் பரம புருஷனை அடைகிறுன். இந்த நிலையை வேதமுணர்ந்தோர் அழிவற்றது என்பர். பற்று நீக்கிய ஞானிகள் எந்த நிலையில் புகுவார். எதை விரும்பி பிரம்மசரியத்தைக் கடைப்பிடிக்கிறுர்கள். அதை பகவான் கூறுகிறுர். எல்லாப் பொறிகளையும் ஒருநிலைப்படுத்தி மனத்தை இருதயத்தில் நிறுத்தி உயிரை உச்சந்தலையில் நிலைநிறுத்தி யோக தாரணையில் உறுதிபெற்று "ஓம்" என்ற ஓர் எழுத்து பிரம்ம மந்திரத்தை உச்சரித்துக் கொண்டு எல்லாம் வல்ல ஸ்ரீமத் நாராயணனை ஸமரிப்பவனுய் உடம்பைத் துறப்போன் பரமகதியை அடைகிறுன். நித்திய யோகத்திலிருந்து வேறு எண்ணமில்லாமல் பகவானை எப்பொழுதும் எண்ணும் யோகிக்கு ஸ்ரீமத் நாராயணன் எளிதில் அகப்படுவான். பகவானை அடைந்து பரம கதியடைந்த மகாத்மாக்களுக்கு நிலையற்றதும் துன்பத்தின் இருப்பிடமாகிய மறுபிறுப்பு இல்லை. பிரமலோகத்தில் உள்ள எல்லா உயிர்களுக்கும் மறுபிறப்புண்டு. பிரம்மத்திற்கு ஆயிரம் யுகம் ஒரு பகல் ஆயிரம் யுகம் ஒரு இரவு பிரம்மத்தின் பகலில் மறைக்கப்பட்ட ஆத்மாக்கள் மறுபடியும் பிறக்கின்றன. பிரம்மத்தின் இரவு வந்தவுடன் ஆத்மாக்கள் ஓய்வெடுப்பதற்காக அடங்குகின்றன. தன் தன் வசமில்லாத ஆத்மாக்கள் பிரம்மத்தின் பகலில் பிறந்தும் இரவில் அழிந்தும் அல்லல்படுகின்றன. பிறப்பு, இறப்பு இல்லாத நிலை ஒன்றிலிருக்கிறது. அதைப் பரமபதம் என்பர். ஆத்மாக்கள் அழியும்போது பரமபதம் அழிவதில்லை பரமபதத்தை அடைந்த ஆத்மாக்கள் மீண்டும் பிறப்ப

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

தில்லை. வேறிடஞ்செல்லாத பக்தியால் பரமபதம் எய்தப் படும். பரப்பிரமத்திலேயே எல்லா உயிர்களும் நிலை கொண் டன. பரப்பிரமம் உலகமெங்கும் பரந்திருக்கிறது. தீ, ஒளி, பகல் சுக்கிலபக்ஷம் உத்திராயணத்தின் ஆறு மாதங்கள் இவற்றில் இறக்கும் ஞானிகள் பரம்பிரமத்தை அடைகின் றனர். புகை, இரவு கிருஷ்ணபக்ஷம் தக்கிணயத்தின் ஆறு மாதங்களில் இறக்கும் ஞானிகள் சந்திரனது ஒளியைப் பெற்றிருந்தும் மறுபிறவியை அடைகின்றனர். உலகத்தில் உலகத்தில் இந்த ஒளிவழியும் இருள்வழியும் என்றென்றும் உள்ளறையாகக் கருதப்படுகின்றன. இவற்றில் ஒன்றினால் பிறவாமையை அடையலாம் மற்றதினால் பிறப்பையும் இறப்பையும் அடையலாம். இரண்டுவழிகளை அறிந்தயோ கிகள் மோகத்தையடைகிறதில்லை. ஆகையால் யோகநிலை யிருந்தால் என்றோ பரமபதத்தையடையலாம். இதைத்தெ ரிந்த யோகியானவன் வேதம், வேள்வி, தானம், தவம் ஆகியவற்றின் நற்பலன்களைக் கடந்து ஆதிநிலையான பரம பதத்தை அடைகிறான். ஆகவே புத்தியோகம் மூலம் பரப் பிரமத்தோடு தொடர்பு கொண்டு அறியாமையிலிருந்தும் மாயாவிகாரத்திலிருந்தும் விடுபட்டு பேரின்ப சாந்தியை அடையமுயற்சிப்பதே பிறப்பெடுப்பின் நோக்கம்.

ஓம் சாந்தி.

லக்ஷ்மி நாராயணா.

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

நமக்கு ஏன் இந்த துன்பம்?

இந்த சரியான காலத்தில் தான் இம்மாதிரியான கேள்விகள் எழும். துன்பத்திற்குக் காரணம் நாங்கள் அனுபவித்த இன்பங்கள் தான் இன்பம் என்று எங்களை நாங்கள் ஏமாற்றி அனுபவித்தவை தான் எங்களுக்கு இந்த துன்பரூபத்தில் கிடைத்திருக்கும் வெகுமதிகள் இன்பம் என்று துன்பத்தையே சேர்த்தோம் வாழ்வில் எத்தனை ரூபங்களாக வந்து துன்பப்படுத்துகின்றன என்பதை அனுபவித்தபின்பே தெரிய வருகிறது. இதற்கெல்லாம் காரணம் ஆள்கொல்லி என்று அழைக்கப்படும் பணந்தான்

இந்த பணமில்லாவிட்டால் ஒன்றும் செய்ய முடியாது என்ற நிலைக்குப் பாமரமக்கள் தள்ளப்படுவதனால் எந்தவிதமான பாவங்களைச் செய்தும் இதை சம்பாதிப்பதற்கு முயற்சிக்கிறார்கள் இப்படியாக சம்பாதித்த பணத்தைக் கட்டிக் காப்பாற்றுவதில் தன் கவனங்களை செலவழிக்கிறார்கள். இதனால் துன்பமே அடைக்கிறார்கள் வயிற்றைக்கட்டி வாயைக்கட்டி சேர்த்தபணத்தை சுற்றம், நீர், நெருப்பு கெட்டவர்கள், காமம், சூது, களியாட்டம், திருடர்கள்,

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

மது முதலியவற்றிலிருந்து பாதுகாக்க முடியாமல்கலையினால் துன்பத்தையும் சம்பாதிக்கிறார்கள்' பணத்தினால் எல்லா விதமான கெட்ட பழக்கங்களும் அவனைத் தேடிக்கொண்டு வருகிறது. இதனாலேயே இந்த உலகில் துன்பங்களை அனுபவிக்க வேண்டிவருகிறது. பாடுபட்டு தேடியபணம் அவர்கள் இறக்கும் போது அவர்களுடன் கூடி வருவதில்லை அப்படியானபணத்தை யார் அனுபவிப்பார்கள் என்றும் அவர்களுக்குத் தெரியாது. பணம் ஆட்கொல்லி என்று தெரிந்த சாதுவும், மனைவியும், காட்டுப்பாதையினால் சென்றுகொண்டிருந்தார்கள் ஒரு புதருக்கருகில் ஒரு மூடையிருப்பதைக் கண்டார்கள் இருவரும் மூடையில் என்ன இருக்கிறது என்று அறிந்து ,ஆட்கொல்லி ஆட்கொல்லி,. என்று சத்தம் போட்டுக்கொண்டு ஓடினார்கள் இதை பார்த்துக் கொண்டிருந்த இருசகோதரர்கள். ஏன் சத்தம் போட்டுக்கொண்டு ஓடி வருகிறீர்கள் என்று கேட்டார்கள் அதற்கு சாது புதருக்கு அருகில் ஆட்கொல்லி இருக்கிறது அதனால் தான் பயந்து ஓடுகிறோம் என்றார் சகோதரர்கள் இருவரும் என்னதானிருக்கிறது என்று பார்க்க புதருக்கருகில் சென்றார்கள். கழட்டிய பொதியில் தங்கமும், நாணயங்களும் நகைகளும் இருப்பதைப்பார்த்து சந்தோஷத்தில் ஓடியவர்களை விசர்கள் என்று எண்ணி இருவரும் பொதியை எடுத்தார்கள் பொதியை சுமந்து கொண்டு வரும்போது சகோதரர்களில் ஒருவனுக்கு தாகம் ஏற்பட்டது. தாகசாந்தி செய்து வருவதாகச் சொல்லி மற்றவனை பொதியை பார்த்துக் கொள்ளும்படி கூறி முன்னவன் நீர் நிலைத்தேடிச் சென்றான், சென்றவனிடம் தனக்கும் நீர் கொண்டுவரும்

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

படி கூறினான், தண்ணீர் குடிக்கச்சென்றவன் தாகசாந்தி செய்துவிட்டு தொண்ணை ஒன்றில் நஞ்சு இலைகளை போட்ட நீரை எடுத்துக்கொண்டு வந்தான். அப்பொழுது பொதியை காவல் காத்துக் கொண்டிருந்தவன் தான் வைத்திருந்த கத்தியைச் தீட்டிக்கொண்டிருந்தான். தண்ணீர் கொண்டு வந்தவனையும் எட்டிப்பிடித்து கத்தியால் குத்தினான். குத்து பட்டவன் இறந்தான். பின்பு களைப்பு காரணமாக இறந்தவன் கொண்டுவந்த தண்ணீரைக் குடித்துச் சிறிது நேரத் மயக்கமடைந்து இறந்தான். இருசகோதரர்களும் தனியத் தனிய எடுத்த பணத்தை அனுபவிக்க எண்ணி ஆட்கொல்லியினால் கொல்லப்பட்டார்கள். பண ஆசையினால் இரு சகோதரர்கள் புதரில் இருந்து எடுத்த பணத்தை அனுபவிக்காமல் இறந்தார்கள் சாதுபயந்த ஆட்கொல்லியைத் தெரிய முந்தியே இருவரும் இறந்தார்கள்.

பண ஆசையை கைவிட்டு சற்குணங்களைச் சம்பாதிப்பதில் பாடுபட்டால் மானிடப்பிறவி எடுத்தபலனையும் அனுபவித்துத் துன்பமில்லாமல் இன்பமாக வாழலாம். இறை பக்தியினால் ஈஸ்வர தியானம் கைகூடும். தியானத்தால் பேரின்பமான சச்சித்தானந்தத்தை அடையலாம். ஆகவே துன்பத்திற்கு காரணமாக பணஆசையை விட்டு ஈஸ்வர தியானத்தைச் செய்ய முயற்சிப்போம்.

லக்ஷ்மி நாராயணு

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

நமக்கு ஏன் இந்த
சோதனையும் வேதனையும்

நம்முடைய வேதாந்தம் பக்திமுறை என்பவற்றை நாகரிய வாழ்க்கை காரணமாக விட்டுவிட்டு மேலைநாட்டவர்கள் வேண்டாம் என்றுவிட்ட காரியங்களை ஏற்றுக்கொள்ளுகிறோம். இவற்கு மூலகாரணம் பணம் இதுவே பெரிதாகி விட்டது. இனிமேலாவது பண ஆசையைவிட்டு நற்குணங்களைச் சம்பாதிப்பதில் பாடுபடவேண்டும். அப்பொழுதுதான் ஜன்மா எடுத்தபலனை நாம் அடைந்து உலகத்திற்கு உபகாரமாக வாழலாம். **— காஞ்சிப் பெரியார்**

மேற்கூறியவைகள் காஞ்சி பெரியரால் கூறப்பட்டது. இதிலிருந்து எங்களின் வேதனைகள் சோதனைகளுக்குக் காரணம் இந்தப்பணம்தான். இதனால்தான் நாங்கள் பாவகாரியங்களைச் செய்து, துன்பங்களில் உழல்கிறோம். இது எங்களுக்கு தெரிந்தும், தெரியாமலும் உலக மாயையினால் மறைக்கப்படுகிறது பணமில்லாவிட்டால் எங்களால் ஒன்றும் செய்யமுடியாது என்ற பிரமையினால் அதை தேடுவதற்குப் பலபாவங்கள் செய்கிறோம் இதனால் ஒருவரைஒருவர் ஏமாற்றி வாழ எத்தணிக்கிறோம். எங்கள் கல்வியையும் இதற்கே பாவிக்கிறோம். படித்தவர்கள் என்று சொல்லிக்கொண்டு உலகத்தை ஏமாற்றிப் பாவங்களையே செய்கிறோம்.

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

எங்கள் சமுதாயம் இதன் அடிப்படையிலேயே ஏற்படுத்தப்படுகிறது. பணமிருந்தால் எதுவும் செய்யலாம். என் எண்ணி அதைச் சேர்பதற்காக எத்தனையோ பாவவழிகளையே முயற்சிக்கிறோம் சாஸ்திரங்கள் சமயங்கள் எல்லாவற்றையும் இதற்காகவே மாற்றி அமைக்கிறோம். எதிலும் ஏய்த்து பிழைப்பதிலேயே காலத்தைப் போக்குகிறோம் அத அதனால்தான் எங்களுக்கு இந்த வேதனையும் சோதனையும் ஏற்படுகிறது.

எங்கு எதில் பார்த்தாலும் பணம்தால் முதலிடம் வகுக்கிறது. கலியாணம், வியாபாரம் சடங்குகள் சம்பிரதாயங்கள், சமய வாழிபாடுகள் எல்லாவற்றிலும் இதுவே தலை எடுத்தாடுகிறது இதனால் எல்லோரும் ஏதோ ஒரு சூதுக்கு வழியில் இதைச் சம்பாதிக்க எத்தனிக்கிறார்கள். பெண்பிள்ளைகளைப் பெற்றவர்கள் இதனால் துன்பமடைகிறவேளையில் பணத்தை எந்தவிதத்திலும் சம்பாதிக்கவே எத்தனிக்கிறார்கள். சரி அப்படிச்சம்பாதித்த பணத்தினால் இன்பத்தை அடைகிறார்களா. இல்லை மேலும் துன்பத்தையே விலைக்கு வாங்குகிறார்கள். உள்ளவனும் ஏமாற்றுகிறான். இல்லாதவனும் ஏமாற்றுகிறான். பணமுள்ளவன் கௌரவப் பிச்சைக்காரன் இல்லாதவன் தரித்திரப்பிச்சைக்காரன். ஒருவன் சாப்பாட்டுக்காகத் திருடுகிறான். மற்றவன் தன் பாவங்களைமறைப்பதற்காகத் திருடுகிறான். முன்னையவன் திருடன் என்று ஏர்க்கப்படுகிறான். பின்னையவன் திருடனாக இருந்தும் தன் பணபலத்தினால் சமுதாயத்தில் முன்னணியில் திகழ்கிறான். இதன் காரணமாகவே எல்லோரும் எந்தப் பாவத்தை செய்தாவது பணத்தை சேர்க்கவேண்டும் என்று இராப்பகலாகப் பாடுபடுகிறார்கள்.

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

ஆனந்தமாக இருக்க வழிகள்

உன் ஆசிகளை எண்ணுக. பகவானின் படைப்பில் மானிடர்தான் இறந்தபிறப்பு. அதிலும் கூன் குருடு செவிடு ஊமையாக இல்லாது பிறத்தல் எல்லாவற்றிலும் சாலச் சிறந்தது. எதுவிதமான குறையும் இல்லாமல் நாங்கள் பிறந்ததற்கு இறைவனின் நன்றியுள்ளவர்களாக இருக்கவேண்டும். அதிலும் இப்பிறவியில்தான் நாங்கள் வைகுந்த பதவியை அடையமுடியும். தேவர்களுக்கும் பிறப்பு இறப்பு மோட்சமில்லை. ஆகையால்தான் உன் ஆசிகளை எண்ணுக என்றார்.

அன்புக்குரியவனாக இரு நாங்கள் அன்புக்குரியவனாக இருக்க பிறரிடம் அன்புசெய்ய வேண்டும். அப்பொழுதுதான் எல்லோரும் எங்களை விரும்புவார்கள். அதே அன்பை பகவானிடம் செலுத்தினால் அவன் அன்பும் எங்களை அணைத்து அருள்பாலிக்கும் மக்களிடம் அன்பு செலுத்தும்போது பல இழப்புக்கள் நேரிடும். துன்பங்கள் ஏற்படும் கவலைகள் ஏற்படும். ஆனால் பகவானின் அன்பில் எதுவித இழப்போ துன்பமோ கவலையோ ஏற்படாது. ஏன் என்றால் அவன் அருள் பாலித்துக் கொண்டே இருப்பான். ஆனந்தமான மாயத் தேனினை சொரிந்து கொண்டிருப்பான். தாயன்பைவிட அவனன்பு சாலச்சிறந்தது. பக்தியினால் அவனிடம் அன்பு

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

செலுத்தலாம். பாமாலை பூமாலை முதலியவற்றை அளித்து பக்தியை வளர்த்தால் அவனின் அன்புக்குரியவராகுவோம்.

முதிர்ச்சியுடையவனுக இரு. முதிர்ச்சிக்கு வயது ஏறினல் போதாது. ஞானம்தான் படிப்படியாகக் கூடவேண்டும். ஞானத்திற்கு அறிவுதேவை. அறிவென்றல் இறைவநிவு. பகவானை அறிதல் எனப்பொருள்படும். இதற்கு ஆசைகளைக் குறைத்து ஈஸ்வரதியானம் செய்யவேண்டும். ஈஸ்வரதியானத்தால் ஞானச்சுடரை ஏற்றலாம். ஞானத்தில் முதிர்ச்சி அடைந்தால் இன்பத்தை அடைந்து ஆனந்தமடையலம்

யாருக்கும் உரியவன் என்பதை நினை. உரிமை என்ற கோட்பாட்டில் கணவன் மனைவிக்கு உரிமை மறுதலியும் சரியே மக்கள் பெற்றேர்க்கும் உரிமை பெற்றேர் பிள்ளைகளுக்கு உரிமை. இது உலக வழக்கு ஈஸ்வர தியானம் செய்கிற ஞானி எல்லோருக்கும் உரியவன், அவனும் தெய்வமும் ஒன்று. அதனுல் ஆனந்தமாக இருக்கிறன். பொதுதன்மையை அடைந்தால் ஆனந்தமாக இருக்கலாம். எந்நாளும் இன்பமே அல்லாது துன்பமில்லை. பயப்படாதே ஆசையினுலும் பாசத்தாலும் பயம் ஏற்படுகிறது. இறை பக்தியினுல் அவனருள் கிட்டுகிறது. அவனின் அருள்மழையில் நனைந்து கொண்டிருக்கும்போது ஆபத்துக்களிலிருந்து காப்பாற்றுவான் என்ற திடசித்தத்தால் பயமற்றுப் போகிறது. பயமில்லாநிலையில் ஏகாந்தம் ஏற்படுகிறது யமனுக்

கும் அஞ்சாத நிலையை அவனருள் கொடுக்கிறது. மரணத்தை எண்ணியே பயம் ஏற்படுகிறது. மரணம் நிச்சயமான என்ற அறிவு வந்தால் பயமில்லாமல் ஆனந்தமாக இருக்கலாம். ஆரோக்கியமாக இரு. சுத்தம் சுகம் தரும் புறச்சுத்தம் சுகம் தருமாயின் அகச்சுத்தம் எல்லாம் தரும் மனத்தூய்மை ஏற்பட அவனருளை நாடவேண்டும். பூக்கொண்டு பகவானை வணங்கினால் நல்ல மனம் இருக்கும். இதற்கு சோம்பலில்லாமல் செய்தால் இரு ஆரோக்கியங்களும் கிட்டும். பின் பகவானருளால் ஆனந்தமாக இருக்கலாம்.

அனுபவிப்பதை நிறுத்து. இன்பங்களை அனுபவிப்பதனால்தான் வினைகளை விதைக்கவேண்டி வருகிறது. அதனால் துன்பங்கள் வருகின்றன. துன்பங்கள் கவலைகள் ஆனந்தத்தைக் கெடுக்கிறது. பேரின்பத்தை அனுபவிக்க பகவான் அருள்வேண்டும். பக்தியால் அவனருளைப்பெற்று அனுபவிப்பதை நிறுத்தினால் ஆனந்தமாக இருக்கலாம். புத்திக்கூர்மையாக இரு. அறிவினால்தான் புத்திக்கூர்மையாக இருக்கலாம். கலைகளினால் அறிவைப்பெறலாம். இதனால் ஞானத்தைப் பெறலாம். ஞாத்தால் பகவானை அறியலாம். அறிந்தவர்களால் அவனைத் தொழுது ஏற்றமுடியும். அவன் பாதத்தை வணங்கினால் அவனருள் கிட்டும். வாடாத அவன் மலரடியில் மலர்களைவைத்து வணங்குவதனால் புத்திகூர்மையாகும். அறிவு ஆழமாகவும் அகலமாகவும் கூர்மையாகவும் இருந்தால் ஞானம்பிறக்கும். ஞானத்தால் ஆனந்ததேன் சொரியும். அதில் நனைந்தால் ஆனந்தமாக இருக்கலாம்.

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

உபயோகமாகவாழ். மானிடப்பிறப்பு எடுத்தான் நோக்கம் பேரின்பமடைதலயாம். அதற்கு உபயோகமாக வாழ்வதற்கு பகவானின் பாதக்கமலங்களைப் பூசிக்கவேண்டும். ஈஸ்வர தியானஞ்செய்து உபயோகமாக வாழ்ந்து ஆனந்தமாக இருக்கலாம்.

வெளிவிடு சத்சித்தானந்த அனுபவங்களை வெளிவிட்டு மற்றவர்களும் தெரிந்து ஈஸ்வர தியானத்தைக் கைக்கொள்வதனால் அவர்களின் அனுபவங்களை அறிந்து ஆனந்த மழையில் நனைந்து ஆனந்திக்கலாம்.

ஹம்ஸோ மந்திரரகசியம்

"ஹ" என்ற அச்சரம் பரப்பிரமத்தையும் "ஸோ" என்ற அச்சரம் பிரமத்தையும் குறிக்கும் ஹம்ஸோ என்றால் பரப்பிரமமும் பிரமமும் சேர்ந்தநிலை. உடல் உயிர்வாழ்வதற்கு அபான பிராணவாயுகள் முக்கியம். இவ் இருவாயுக்களும் சுவாசத்தின் மூலம் உடலைச் சேருகின்றன வெளிவிடுவாயு குறைவாகவும் உள்ளிழுக்கும் வாயுகூடுதலாகவும் இருந்தால் வாழும்நாள் கூடும். பிராணவாயு ஸோ வாகவும் கைக்கொண்டு எங்கள் சுவாசத்தை மேற்கொண்டுவருவதனால் சுவாசத்தை ஒருநிலைப்படுத்தலாம். உள்எடுக்கும்போது ஹ

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

என்ற அச்சரத்தை மனதால் நினைத்துக்கொண்டும் வெளி விடும்போது ஸோ என்ற அச்சரத்தை நினைத்துக்கொண்டும் சுவாசித்தல் வேண்டும்.

இப்படி செய்வதினால் பிரமமும், பரப்பிரமமும் புருவ மத்தியை அடைந்து ஒருநிலைபடுகிறது. ஜீவாத்மவும் பரமாத்மாவும் ஒன்றுபடும்நிலை ஏற்படுகிறது. இரண்டு கண்களுக்கு மத்தியில் ''ஹம்ஸ'' ஆனது பிரகாசிக்கிறது.

இதையே ஒரு நிலைபடும்நிலை என்றுஅழைப்பர் சாதுகள். ஆகவே பரப்பிரமமே பிரமமாகிறது. சுவாசிக்கும்போது ஹம்ஸோ என்ற மந்திரத்தை ஜெபித்தால் எல்லா இடர்களும் நீங்கும் ஜெபிப்பவர்கள் பரமாத்ம சொரூபத்தை அடைகிறுர்கள் என்பதற்குச் சந்தேகமில்லை இது சத்தியம்.

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

எம். சிவலோகநாதன்
க. தொ. அ. (குடிசார்) - 1970
கட்டட ஆலோசகர்
[illegible] நாராயண
35, [illegible] வீதி
யாழ்ப்பாணம்

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

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

லக்ஷ்மி நாராயணு

35, சப்பல் வீதி,
யாழ்ப்பாணம்.

மேக்கூரி, யாழ்ப்பாணம்.

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