குருவே துணை

வாழ்க வையகம்

வாழ்க வளமுடன்

வேதாத்திரிய வித்தகம் '23

கொழும்பு அறிவுத்திருக்கோயில் திறப்பு விழா சிறப்பு மலர்

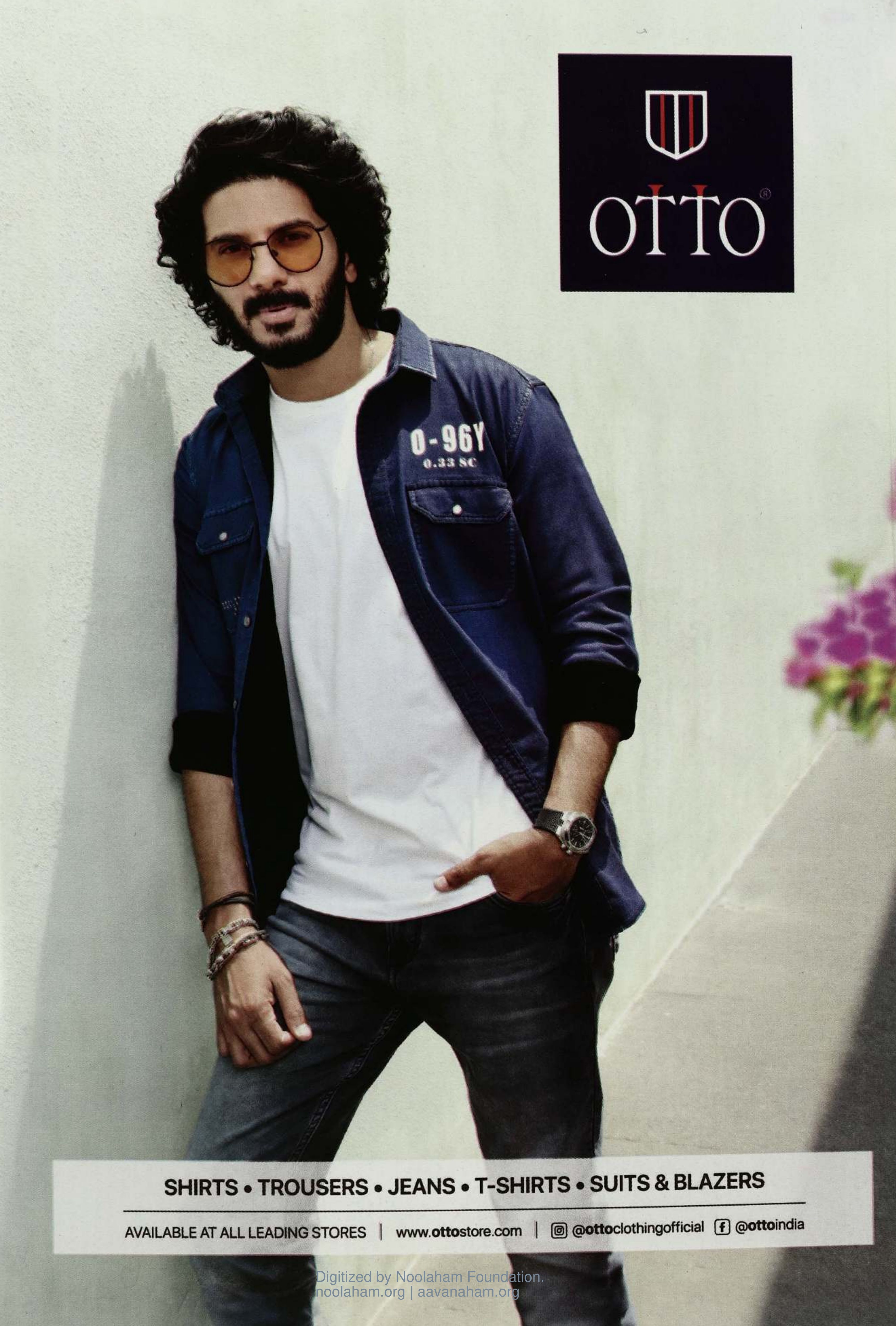
27.08.2023

பொது நூலகம்
யாழ்ப்பாணம்

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

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

பொதுசன நூலகம் யாழ்ப்பாணம்
11265 PL A
Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org



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

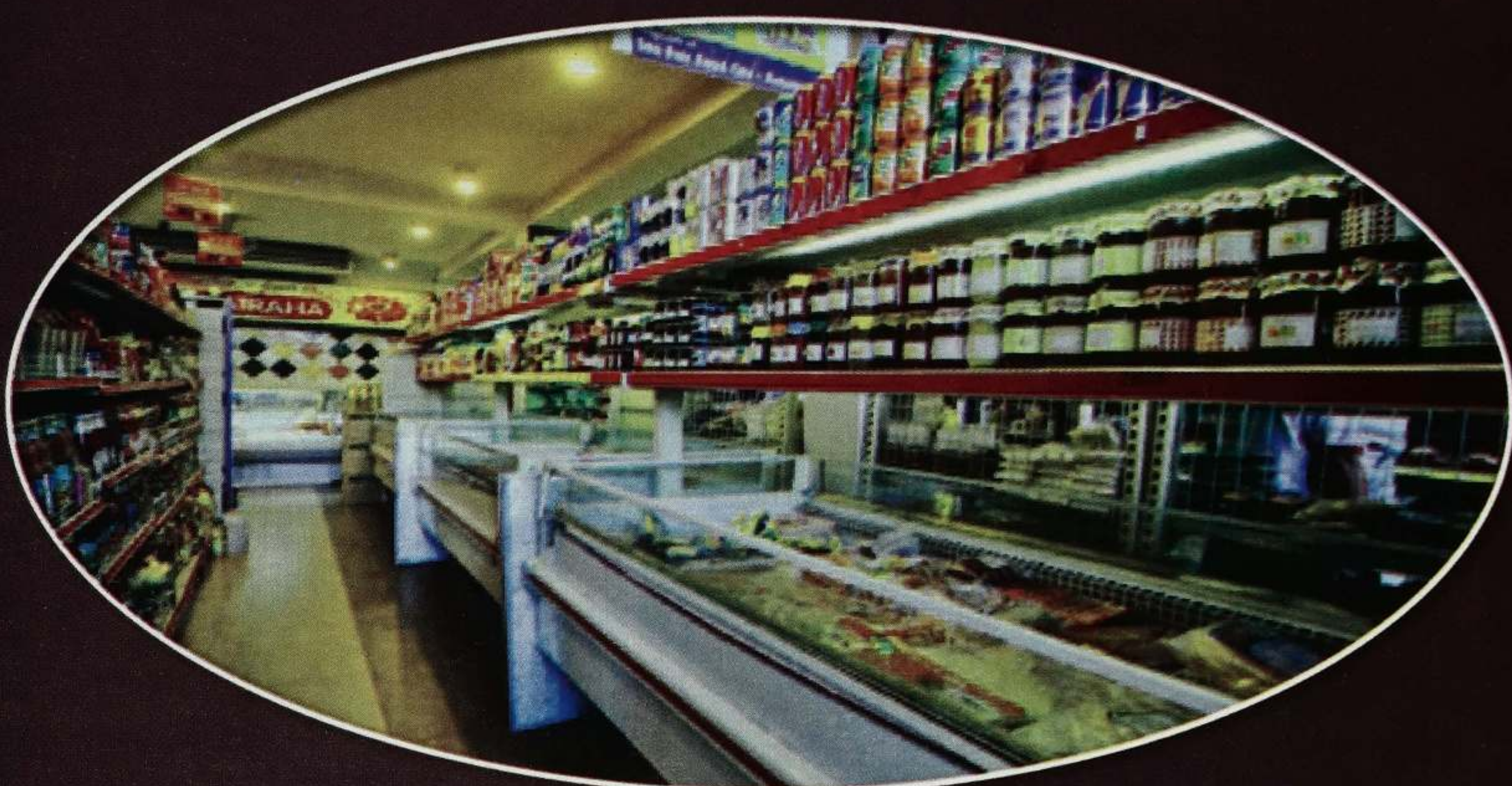
கொழும்பு அறிவுத்திருக்கோயில் திறப்பு விழா
சிறப்புற வாழ்த்துகின்றோம்.

Annai Nagaa Food City

For all your daily needs

341, 343, Point Pedro Road, Nallur - Jaffna

உங்கள் தினசரி தேவைகளுக்கு



Suben Imports
168 Central Road
Colombo 12

Ambigi Kalanchiyam
171 Kks Road
Jaffna

TKT Wholesale
173 KKS Road
Jaffna

K.K.S Association
181 Damstreet
Colombo 12

Annai Nagaa Food City
Colombo |Jaffna Town |Nallur | Kokuvil

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

NAIDU HALL
SINCE 1939

CELEBRATING WOMEN

SINCE 1939

In 1939, a pioneer from a humble, hardworking background had a visionary dream of empowering Indian woman. He envisioned a bold and confident generation of young women, and the garments that would inspire this transformation. He introduced Indian woman to the brassiere, which was stitched at a small tailoring unit in Chennai.

He knew that the ladies of the time wouldn't step out of their homes to make such purchases. So he employed door-to-door sales girls to visit them, and explain the benefits of adorning a brassiere. His attempts at empowering these women won him numbers of customers; this popularity inspired him to create a fashion landmark in the same city. The man was none other than our esteemed, M G Naidu. He was also responsible for establishing Naidu Hall, which is now a go-to brand across several generations of women in the state.

Our Stores

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

குருவே துணை

வாழ்க வையகம்

வாழ்க வளமுடன்

வேதாத்திரிய வித்தகம் '23

கொழும்பு அறிவுத்திருக்கோயில்

திறப்பு விழா சிறப்பு மலர்

27.08.2023

வெளியீடு

கொழும்பு அறிவுத்திருக்கோயில்

இல. 53 1/A, இராமகிருஷ்ண வீதி, கொழும்பு 06, இலங்கை.

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

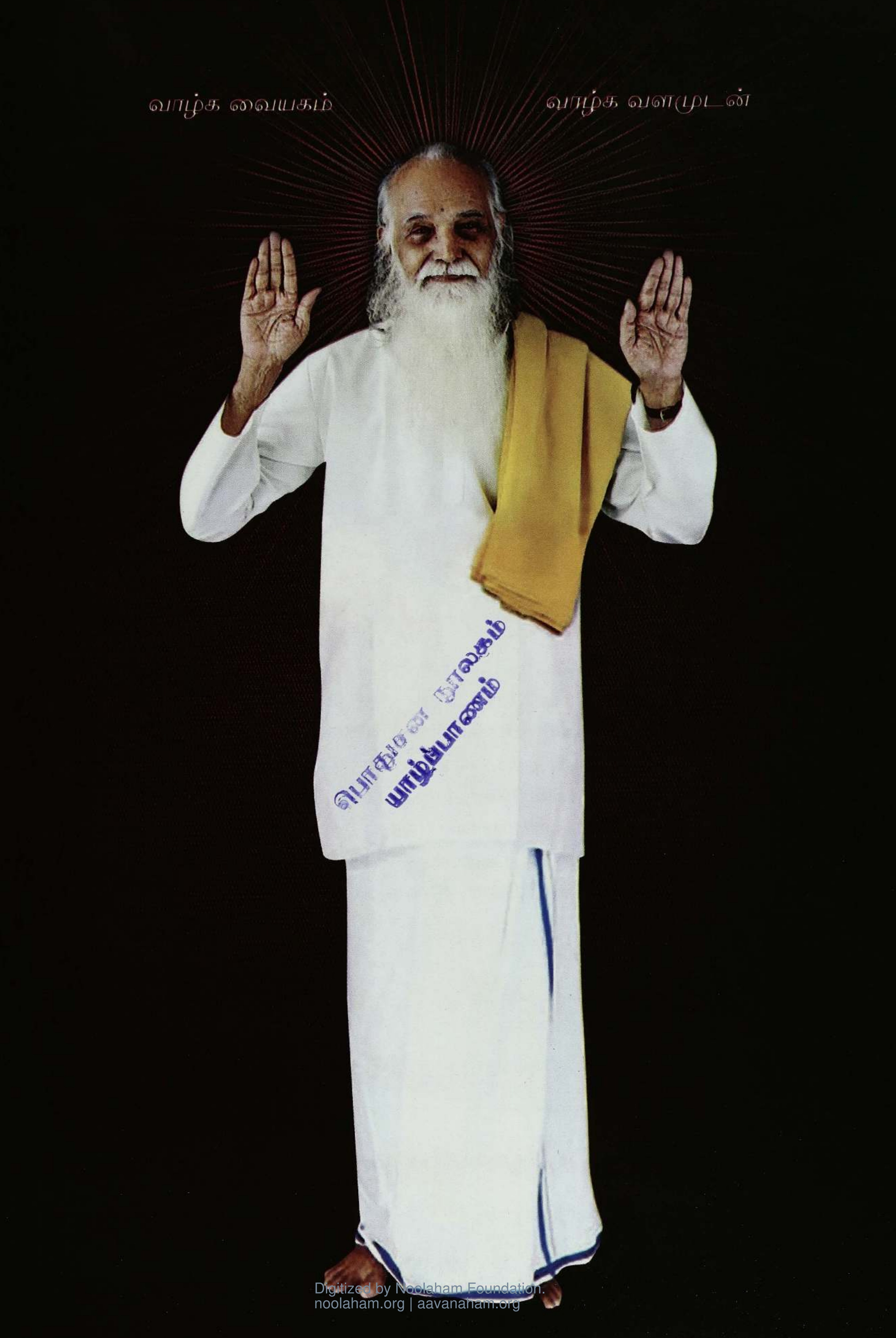
தலைப்பு : வேதாத்திரிய வித்தகம் '23: கொழும்பு அறிவுத்திருக்கோயில் திறப்பு விழா சிறப்பு மலர்

பதிப்புத் திகதி : *27.08.2023*

வெளியீடு : கொழும்பு அறிவுத்திருக்கோயில்
இல. 53/1A, இராமகிருஷ்ண வீதி, வெள்ளவத்தை, கொழும்பு-06
தொ.பேசி : +94714042300 / +94779371846
மி.அஞ்சல்: srilankaskytrust53@gmail.com

அச்சு : குமரன் அச்சகம்
39, 36ஆவது ஒழுங்கை, கொழும்பு - 06
தொ.பே.: 0112364550

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



பொதுசன நூலகம்
யாழ்ப்பாணம்

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

இறை வணக்கம்

எல்லாம் வல்ல தெய்வமது; எங்கும் உள்ளது நீக்கமற;
சொல்லால் மட்டும் நம்பாதே; சுயமாய்ச் சிந்தித்தே தெளிவாய்!
வல்லாய் உடலில் இயக்கமவன்; வாழ்வில் உயிரில் அறிவுமவன்;
கல்லார் கற்றார் செயல் விளைவாய்க் காணும் இன்ப துன்பமவன்.

அவனின் இயக்கம் அணுவாற்றல்; அணுவின் கூட்டுப் பக்குவம் நீ
அவனில்தான்நீ, உன்னில் அவன்; அவன்யார்? நீயார்? பிரிவேது?
அவனை மறந்தால்நீ சிறியோன்; அவனை அறிந்தால்நீ பெரியோன்;
அவன் நீ ஒன்றாய் அறிந்தஇடம், அறிவு முழுமை அதுமுக்தி.

குரு வணக்கம்

அறிவேதான் தெய்வமென்றார் தாயுமானார்;
அகத்ததுதான் மெய்ப்பொருள் என்றெடுத்துக்காட்டி,
அறிவதனை அறிவித்தார் திருவள்ளுவர்;
அவ்வறிவை அறிவதற்கு முறைகள் சொன்னார்
அறிஞர் திருமூலர்; அவ்வறிவில் ஆழ்ந்து,
ஆனந்தக் கவியாத்தார் இராமலிங்கர்.
அறிவில் அறிவாய் நிலைத்து அறம்வகுத்தோர்,
அதை வாழ்ந்து காட்டினோர், நினைவு கூர்வோம்.

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

அருள்நிதி பத்மஸ்ரீ SKM மயிலானந்தன்
தலைவர் உலக சமுதாய சேவா சங்கம்

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

அருள்நிதி அ. மதுரைவீரன்

தலைவர் உலக சமுதாய சேவா சங்கம், கொழும்பு மண்டலம்
தலைவர் இலங்கை மனவளக்கலை அறக்கட்டளை

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

கொழும்பு மண்டல நிர்வாகக் குழு
அ/நி. ஸ்ரெல்லா புனிதராஜா, அ/நி. இரா. வசந்தகுமார், அ/நி அ. மதுரைவீரன், அ/நி ஆ. தங்கராஜா, அ/நி ப.சு. செல்வரட்னம்,
அ/நி செ. கனகராஜா, அ/நி ந. பாலசந்தரம், அ/நி தனராஜ்

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

இலங்கை மனவளக்கலை மன்ற அறக்கட்டளை அறங்காவலர் குழு
அ/நி. நிரஞ்சனா நவரட்னராஜா, அ/நி. இரா. வசந்தகுமார், அ/நி ஆ. தங்கராஜா, அ/நி அ. மதுரைவீரன், அ/நி சி. முருகானந்தவேல்,
அ/நி ப.சு. செல்வரட்னம், அ/நி தனராஜ், அ/நி ந. குழந்தைவேல்

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

இலங்கை மனவளக்கலை மன்ற நிறுவன அறங்காவலர்கள்
அ/நி தனராஜ், அ/நி தேவதாஸ், அ/நி. இரா. வசந்தகுமார், அ/நி அ. மதுரைவீரன், அ/நி சி. முருகானந்தவேல்,
அ/நி ப.சு. செல்வரட்னம், அ/நி ந. குழந்தைவேல்

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

THE WORLD COMMUNITY SERVICE CENTRE
FOUNDER PRESIDENT YOGIRAJ VETHATHIRI MAHARISHI - ESTD. 1958

26, SECOND SEAWARD STREET, VALMIKI NAGAR, THIRUVANMIYUR, MADRAS - 600 041. ✆ 24411692
E.mail : wcsc@md4.vsnl.net.in

SKM. MAEILANANDHAN
PRESIDENT

T.N.ARULANANDHAN
SECRETARY

20.05.2004

பேரன்புமிகு பேராசிரியர் அ/நி. உழவன் தங்கவேல் அவர்களுக்கு,

வணக்கம். வாழ்க வளமுடன்.

இப்பவும் இலங்கையிலிருந்து இன்று எனக்கு ஒரு E-mail வந்துள்ளது. அதற்கு பதிலும் எழுதி விட்டேன். இவ்விரு கடிதங்களின் நகலை இத்துடன் அனுப்பியுள்ளேன். தாங்கள் இலங்கை சென்று. மனவளக்கலையை பரப்பி வருமாறு அன்புடன் கேட்டுக் கொள்கிறேன்.

நாம் ஏற்கனவே எடுத்துள்ள முடிவுப்படி. பயிற்சிக்காக மட்டும் பெறப்படும் கட்டணத்தில்(25) சதவிதம். தாங்கள் வரும்பொழுது நேரிடையாகப் பெற்று வர கேட்டுக் கொள்கிறேன். மேலும். அங்கு அமைப்பு ரீதியாக செயல்படுவதற்கு தேவையான முன்னேற்பாடுகளை முடிந்த அளவு செய்து வர அன்புடன் கேட்டுக் கொள்கிறேன்.

நன்றி.

தங்களன்புள்ள.

SKM. Maeilanandhan

(எஸ்கேஎம். மயிலானந்தன்)

பெறுதல்

பேராசிரியர். அ/நி. உழவன் தங்கவேல் அவர்கள்.
நாமக்கல் அறிவுத் திருக்கோவில்.
நரசிம்மர் சன்னதித் தெரு.
நாமக்கல்

வேதாத்திரி
4.6.2004

இணைப்பு – 2 E. Mail.

CONTACT ADDRESS : 156, GANDHIJI ROAD, ERODE - 638 001 PH: 2258212, 2258213, 2258216, 2255701, 2254205, FAX : 0424-

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

குருவே துணை

வாழ்க வையகம் வாழ்க வளமுடன்

உலக சமுதாய சேவா சங்கம் - கொழும்பு மண்டலம்,
இலங்கை மனவளக்கலை மன்ற அறக்கட்டளை

பொது நூலகம் யாழ்ப்பாணம்

கொழும்பு அறிவுத்திருக்கோயில்

திறப்பு விழா

27.08.2023 ஞாயிற்றுக் கிழமை

காலை 06.30 மணி முதல் திறப்பு விழா நிகழ்வுகள் ஆரம்பமாகும்

அறிவுத் திருக்கதவு திறத்தல்

திறந்து வைப்பவர்:

உலக சமுதாய சேவா சங்கத் தலைவர்,

அருள்நிதி பத்மஸ்ரீ SKM மயிலானந்தன் அவர்கள்

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

நிகழ்ச்சி நிரல்

இடம்: இராமகிருஷ்ண மிஷன் பிரதான மண்டபம்

காலை அமர்வு

10.30 மணி : மங்கள விளக்கேற்றல்

அருள்நிதி பத்மஸ்ரீ SKM மயிலானந்தன்
தலைவர், உலக சமுதாய சேவா சங்கம், இந்தியா
நிர்வாக அறங்காவலர், அறிவுத்திருக்கோயில், ஆழியாறு

10.40 மணி : இறைவணக்கம், குருவணக்கம்

அருள்நிதி தர்மநாயகி சேகர்
வெள்ளவத்தை அறக்கட்டளை

10.45 மணி : நிகழ்ச்சி தவம்

அருள்நிதி மீனாகுமாரி கனகராஜ் மனவளக்கலைப் பேராசிரியர்,
தலைவர், புதுசெட்டித்தெரு தவமையம்

10.50 மணி : விருந்தினர்களை மேடைக்கு அழைத்தல்

முன்னிலை வகிப்பவர்கள்:

அருள்நிதி ஆ. சின்னசாமி
துணைத் தலைவர், உலக சமுதாய சேவா சங்கம்
இணைநிர்வாக இயக்குனர், அறிவுத்திருக்கோயில், ஆழியாறு

அருள்நிதி M.K. தாமோதரன் முதுநிலைப் பேராசிரியர்
துணைத் தலைவர், உலக சமுதாய சேவா சங்கம்
இயக்குனர், WCSC - SMART

அருள்நிதி Dr. T. K. S. சேகர் மனவளக்கலைப் பேராசிரியர்
பொதுச்செயலாளர், உலக சமுதாய சேவா சங்கம்

அருள்நிதி N. சீனிவாசகம்
உரிமையாளர், தேவி ஜுவலரி, கொழும்பு

11.00 மணி : வரவேற்புரை

அருள்நிதி ஆ. தங்கராஜா மனவளக்கலைப் பேராசிரியர்,
செயலாளர், உலக சமுதாய சேவா சங்கம், கொழும்பு மண்டலம்,
இலங்கை மனவளக்கலை மன்ற அறக்கட்டளை

11.10 மணி : தலைமையுரை

அருள்நிதி அ. மதுரைவீரன் மனவளக்கலைப் பேராசிரியர்,
தலைவர், உலக சமுதாய சேவா சங்கம் - கொழும்பு மண்டலம்,
இலங்கை மனவளக்கலை மன்ற அறக்கட்டளை

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

11.20 மணி : 'வேதாத்திரிய வித்தகம் 23' சிறப்பு மலர் வெளியீடு
வெளியிடுபவர்:
அருள்நிதி N. சீனிவாசகம்
உரிமையாளர், தேவி ஜுவலரி, கொழும்பு
பெற்றுக்கொள்பவர்:
அருள்நிதி பத்மஸ்ரீ SKM மயிலானந்தன்
தலைவர், உலக சமுதாய சேவா சங்கம், இந்தியா
நிர்வாக அறங்காவலர், அறிவுத்திருக்கோயில், ஆழியாறு

11.30 மணி : வாழ்த்துரை
அருள்நிதி சி. முருகானந்தவேல் மனவளக்கலைப் பேராசிரியர்,
தலைவர், யாழ்ப்பாணம் அறிவுத்திருக்கோயில்
பொருளாளர், இலங்கை மனவளக்கலை மன்ற அறக்கட்டளை

11.35 மணி : வாழ்த்துரை
அருள்நிதி P.K. ஆறுமுகம்
துணைத்தலைவர், உலக சமுதாய சேவா சங்கம்
அறங்காவலர், அறிவுத்திருக்கோயில், ஆழியாறு

11.40 மணி : வாழ்த்துரை
அருள்நிதி K.R. நாகராஜன்
துணைத்தலைவர், உலக சமுதாய சேவா சங்கம்
அறங்காவலர், அறிவுத்திருக்கோயில், ஆழியாறு

11.45 மணி : வாழ்த்துரை
அருள்நிதி உழவன் மா. தங்கவேல் முதுநிலைப் பேராசிரியர்
துணைத்தலைவர், உலக சமுதாய சேவா சங்கம்
இயக்குனர், WCSC - விரிவாக்கம்

அருள்நிதி பத்மஸ்ரீ SKM மயிலானந்தன் அவர்களுக்கு நினைவுச் சின்னம் வழங்குதல்
வழங்குபவர்:
அருள்நிதி இரா. வசந்தகுமார் மனவளக் கலை துணைப் பேராசிரியர்
துணைத் தலைவர் - விரிவாக்கம், உலக சமுதாய சேவா சங்கம் - கொழும்பு
மண்டலம், இலங்கை மனவளக்கலை மன்ற அறக்கட்டளை

11.50 மணி : சிறப்புரை
அருள்நிதி பத்மஸ்ரீ SKM மயிலானந்தன்
தலைவர், உலக சமுதாய சேவா சங்கம், இந்தியா
நிர்வாக அறங்காவலர், அறிவுத்திருக்கோயில், ஆழியாறு

12.30 மணி : நன்றியுரை
அருள்நிதி ஸ்ரெல்லா புனிதராஜா மனவளக்கலைப் பேராசிரியர்
தலைவர், விவேகா தவமையம், கொட்டாஞ்சேனை

12.40 மணி : நிகழ்ச்சி நிறைவு - உலகநல வாழ்த்து
திருகோணமலை தவமையம், மாத்தளை தவமையம்,
மட்டக்களப்பு தவமையம்

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

இடம்: இராமகிருஷ்ண மிஷன் பிரதான மண்டபம்

மாலை அமர்வு

04.30 மணி : இறைவணக்கம், குருவணக்கம்
அருள்நிதி திருமதி அ. தங்கராஜா மனவளக்கலைப் பேராசிரியர்

04.35 மணி : நிகழ்ச்சி தவம்
அருள்நிதி திருமதி வி. மதுரைவீரன்
மனவளக்கலைப் பேராசிரியர்

04.40 மணி : வரவேற்புரை
அருள்நிதி N. பாலசுந்தரம் மனவளக்கலைப் பேராசிரியர்,
தலைவர், ஹட்டன் தவமையம்

04.55 மணி : தலைமை உரை
அருள்நிதி அ. மதுரைவீரன் மனவளக்கலைப் பேராசிரியர்,
தலைவர், உலக சமுதாய சேவா சங்கம், கொழும்பு மண்டலம்,
இலங்கை மனவளக்கலை மன்ற அறக்கட்டளை

05.10 மணி : 'வேதாத்திரிய வித்தகம் 23' நூல் அறிமுகம்
அருள்நிதி P. S. செல்வரட்ணம்
துணைத்தலைவர்-SMART, உலக சமுதாய சேவா சங்கம், கொழும்பு மண்டலம்,
இலங்கை மனவளக்கலை மன்ற அறக்கட்டளை

05.25 மணி : விவரணச் சித்திரம் - ''வந்தவர் எங்கே போயினர்''
வழங்குவது: WCSC - யாழ் மண்டலம்

05.55 மணி : விருந்தினர்களை மேடைக்கு அழைத்தல்

06.10 மணி : வாழ்த்துரை
அருள்நிதி S. குழந்தைவேல் மனவளக்கலை துணைப் பேராசிரியர்,
தலைவர், உலக சமுதாய சேவா சங்கம், யாழ்ப்பாண மண்டலம்

06.25 மணி : வாழ்த்துரை
அருள்நிதி M.K. தாமோதரன் முதுநிலைப் பேராசிரியர்
துணைத் தலைவர், உலக சமுதாய சேவா சங்கம்
இயக்குனர், WCSC - SMART

06.40 மணி : சிறப்புரை
சிறப்புப் பேச்சாளர் திருமதி பாரதி பாஸ்கர்
பட்டிமன்றப் பேச்சாளர், சென்னை, தமிழ்நாடு

07.30 மணி : நன்றியுரை
அருள்நிதி கலாராணி வசந்தகுமார்
மனவளக்கலைப் பேராசிரியர்

07.45 மணி : நிகழ்ச்சி நிறைவு - உலகநல வாழ்த்து
வாசல தவமையம், நாவலப்பிட்டி தவமையம், ஹற்றன் தவமையம்.

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

இலங்கை மனவளக்கலை மன்றம் ஹட்டன் அறக்கட்டளை அறங்காவலர் குழு -2022

அமர்ந்திருப்பவர்கள் இடமிருந்து வலம் : துணைப்பேராசிரியர் அருள்நிதி எஸ்.அண்ணாசாமி உப தலைவர், ஆசிரியர் (SMART), துணைப்பேராசிரியர் அருள்நிதி கே.சித்ரவேல் - செயலாளர், பேராசிரியர் அருள்நிதி என்.பாலசுந்தரம் தலைவர், துணைப்பேராசிரியர் அருள்நிதி கே.ஸ்ரீதரன் - பொருளாளர், துணைப்பேராசிரியர் அருள்நிதி என். கருணாகரன். - உப தலைவர், கிராமிய அபிவிருத்தி.

நிற்பவர்கள் இடமிருந்து வலம் : அருள்நிதி ஜே.மகேஸ்வரி உப தலைவர் - பள்ளிக் கல்வி, துணைப்பேராசிரியர் அருள்நிதி சி.விஜயநதி உப தலைவர் - விஷன் (VISION). அருள்நிதி பி.மலர்ஞானமணி - உப தலைவர் - விரிவாக்கம் துணைப்பேராசிரியர் அருள்நிதி கே.பாக்கியலட்சுமி - உப தலைவர் - பிரமுகர்கள், விளம்பரம்.

விவேகா ஸ்கை நிர்வாகக் குழு

தலைவர்: மரிஸ்ரெல்லா புனிதராஜா, செயலாளர்: எம் மகேந்திரராஜா,
உபசெயலாளர்: எஸ் இந்திரகுமார், பொருளாளர்: வி. ராதாகிருஷ்ணன்,
உப தலைவர்கள்: அருட்தந்தை பிரிட்டோ அலோசியஸ், அ/நி எஸ். லிலியன், அ/நி ஜே. காமாட்சி,
அ/நி தி. ஜெகதாம்பு, அ/நி எஸ். சிவசண்முகநாதன், அ/நி ஆர். புஸ்பலதா

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

சொய்சாபுர தவமையம் நிர்வாகக் குழு

தலைவர்: அ. செல்வேந்திரன், செயலாளர்: பா.ஜெயகாந்தா, பொருளாளர்: கு. சற்குணநாதன், உபதலைவர்கள்: அ/நி தி. விமலாவதி, அ/நி தி. பாலநவநீதன், பா மாலவன், அ/நி வசந்தி, அ/நி விமலா, அ/நி செல்வரட்ணம், அ/நி பவானி

யாழ் மண்டலம் -அறங்காவலர் குழு

தலைவர்: த. குழந்தைவேல், பொருலாளர்: பொ. பாலகிருஷ்ணன், செயலாளர்: திரு.கே. மகாலிங்கம் உபதலைவர்கள்: திருமதி அ. வேதநாயகம், திரு.பொ.பாலசிங்கம், பேராசிரியர் கா. குகபாலன், திருமதி வ. மேகலிங்கம், திருமதி வி. ரகபாலா, திரு. ச. இந்திரகுமார்

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

மட்டக்களப்பு தவமையம் நிர்வாகக் குழு

தலைவர்: ந. கருணைநாதன், செயலாளர்: அ/நி ராஜன், பொருலாளர்: அ/நி தர்மசீலன்
உபதலைவர்கள்: அ/நி ரிஷி, அ/நி சுலோச்சனா, அ/நி குணமணி

புதுச் செட்டித்தெரு தவமையம் நிர்வாகக் குழு

தலைவர்: அ/நி கனகராஜ், செயலாளர்: அ/நி விஸ்வநாதன், பொருளாளர்: அ/நி சுந்தரலிங்கம்,
உப தலைவர்கள்: அ/நி சுகந்தினி, அ/நி மீனாகுமாரி, அ/நி அன்ரன் இமானுவேல் திரேசா புஸ்பம், அ/நி வைஜெயந்திமாலா, அ/நி பழனிச்சாமி

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

வல்வெட்டித்துறை தவமையம்

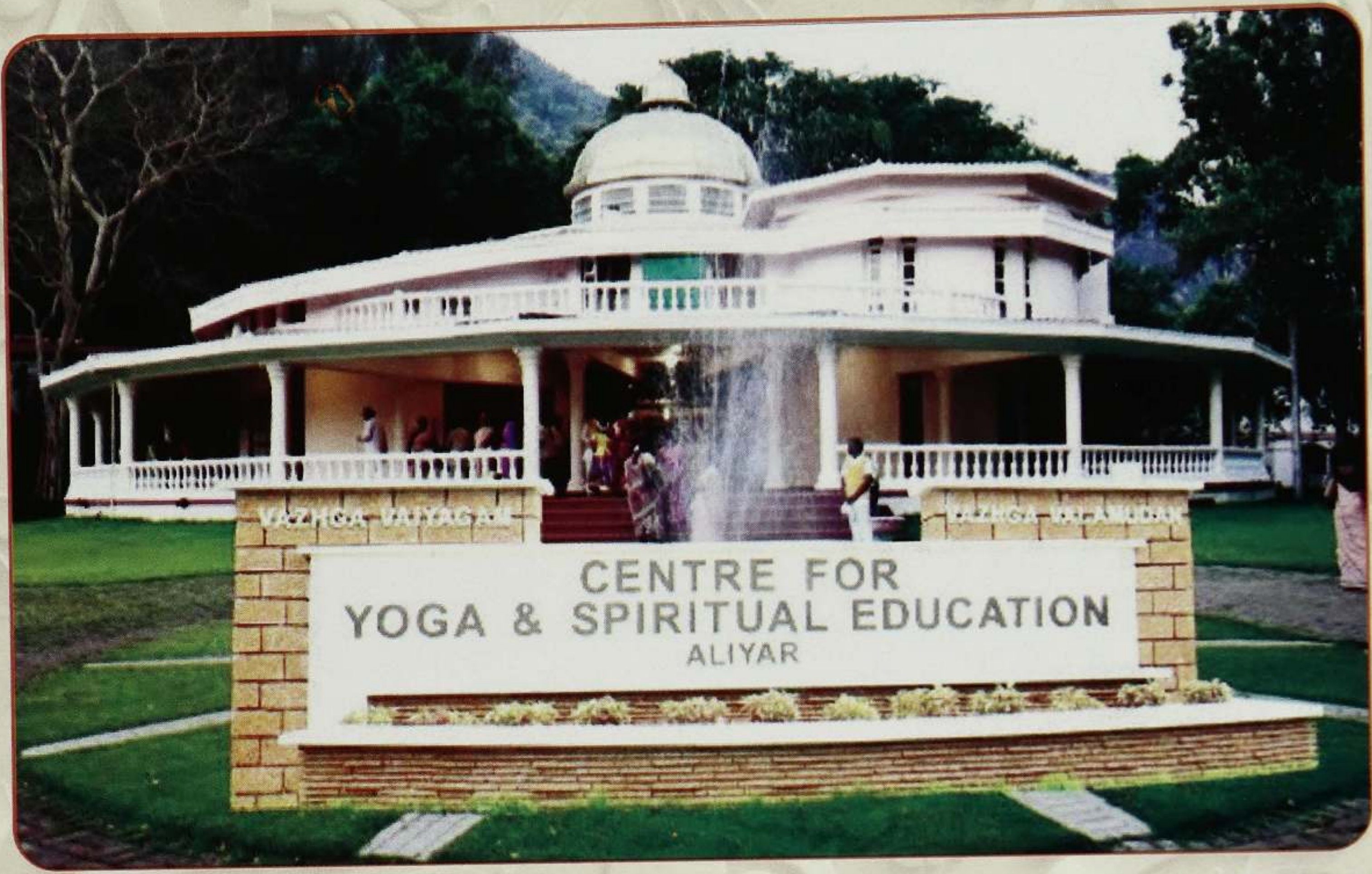
இருப்பவர்கள் இடமிருந்து வலம் : அருட்செல்வி. திருமதி கோணேஸ்வரி தயாகரன், பேராசிரியர் திருமதி ஜெயராஸ், பேராசிரியர் திருமதி பரமேஸ்வரி முத்துக்குமாரன், அருள்நிதி திருமதி சித்ரலேகா

நிற்பவர்கள் இடமிருந்து வலம் : செல்வரட்ணம், அருட்செல்வி. இந்திரதாஸ் சுபாசினி, செந்தித்துரை முருகேசன்.

நாவலபிட்டி தவமையம் நிர்வாகக் குழு

தலைவர்: அ/நி லயன் டாக்டர் வே.யோகநாதன், உப தலைவர்: அ/நி வை. சரோஜா, செயலாளர்: அ/நி ம. சுலோசனா, பொருளாளர்: அ/நி புண்ணியசீலன், உபதலைவர்கள்: அ/நி க. செல்வி, அ/நி செ. சுகுமாரி, அ/நி அ. வைத்தியலிங்கம், அ/நி பு. ராமநாதன், அ/நி செல்வி வி. உஷா, அ/நி கு. வேலம்மாள்

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



ஆழியார் அறிவுத்திருக்கோயில் - ஓங்கார மண்டபம்

ஆழியார் அறிவுத்திருக்கோயில் - மணிமண்டபம்

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

ஆழியார் அறிவுத்திருக்கோயில் நுழைவாயில்

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

Founder Father
Thathuvagnani Vethathiri Maharishi

SKM. MAEILANANDHAN
PADMASHRI AWARDEE
PRESIDENT

The World Community Service Centre
An Organization For Yoga And Spiritual Education
(Estd.1958 Regd.Under Tamil Nadu Societies Registration Act.)
26,Second Seaward Street, Valmiki Nagar, Thiruvanmiyur,
Chennai - 600 041. Tamilnadu. India
Tel : 044 - 24571153, 24571264, Mobile : 94451 79431
E-Mail : chennai.wcsc@vethathiri.ac.in
web : www.vethathiri.edu.in

Vazhga Valamudan

Dr. S. SEKHAR
GENERAL SECRETARY

வாழ்த்துரை

பத்மஸ்ரீ SKM மயிலானந்தன்
தலைவர்
உலக சமுதாய சேவா சங்கம்

உலக மக்கள் அனைவரும் நல்ல உடல் நலமும், மன வளமும் பெற வேண்டும். தீய குணங்களை நீக்கி, நற்பண்புகளை அடைய வேண்டும். அதன் பயனாக, வாழ்க்கை நிறைவும், அமைதியும், அன்பும் நிறைந்ததாக அமைய வேண்டும். ஒவ்வொரு தனி மனிதனுடைய வாழ்வும், சமுதாய நலனில், வளர்ச்சியில் பங்கு கொள்வதாக அமைய வேண்டும்.

மனிதகுலம் இறைஞானம் பெற்று, செயலுக்கு விளைவாக விளங்கும் இறை நீதியை மதித்து, போற்றி, அதன்வழி வாழ வேண்டும். உருவத்தால், பெயரால், இடத்தால் வேறுபட்டிருந்தாலும், ஆத்மாவால் நாம் அனைவரும் ஒன்று என்ற பேருண்மையை உணர்ந்து, பேதமின்றி, ஒருவருக்கொருவர் அன்போடும், கருணையோடும் ஒத்தும், உதவியும், நிறைவோடும், அமைதியோடும் வாழ வேண்டும். இதுவே தெய்வீக வாழ்க்கை. இதுவே இன்றைய காலத்திற்குத் தேவையான ஆன்மிகக் கல்வி.

பெரும்பாலும் இன்றைய கல்வியில் விடுபட்டுள்ள அறநெறி மற்றும் அகப்பண்பாட்டிற்கான ஆன்மிகக் கல்வியை, வாழ்க்கைக் கல்வியாக ஆசான் அருள்தந்தை அவர்கள் மனவளக்கலை யோகா என்ற பெயரில் வடிவமைத்துக் கொடுத்துள்ளார்கள். இக்கல்வியை, மக்களிடையே எவ்வித பேதமுமின்றி போதிப்பதற்காக, உலக சமுதாய சேவா சங்கத்தின் இணைப்புப் பெற்ற அறக்கட்டளைகள் செயல்பட்டு வருகின்றன. அதே போல வெளிமாநிலங்களிலும், வெளிநாடுகளிலும் செயல்பட்டு வருகின்றன.

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

அறிவுத் திருக்கோயில்கள் யோகா மற்றும் ஆன்மிகக் கல்வி மையங்களாக செயல்பட வேண்டும். முழுமை நல வாழ்விற்குத் தேவையான உடல், மனம், உயிர், அறிவு மற்றும் சமுதாய நலன் போன்ற கல்வி மற்றும் பயிற்சிகளை மக்களுக்குக் கொண்டு செல்வதில் மனவளக்கலை குடும்பத்தைச் சேர்ந்த அனைவரும் முனைப்புடன் செயல்பட்டுக் கொண்டிருக்கிறோம்.

ஸ்ரீலங்கா நாட்டில் கொழும்பு மாநகரில் ஸ்ரீலங்கா SKY ட்ரஸ்ட் மிகச் சிறப்பாக செயல்பட்டு வருகிறது. இக்கல்வியை பரப்பிட உதவியாக பிரம்மாண்டமான அறிவுத்திருக்கோயிலை உருவாக்கியிருப்பது குறித்து மிக்க மகிழ்ச்சி. சிறப்பு வாய்ந்த இந்த அறிவுத்திருக்கோயில் திறப்பு விழாவில் சிறப்பு மலர் ஒன்றையும் வெளியிட இருக்கிறார்கள்.

அறிவுத் திருக்கோவில் திறப்பு விழா காணும், ஸ்ரீலங்கா SKY ட்ரஸ்ட் அறங்காவலர்கள், ஆசிரியர்கள் மற்றும் இதற்காக பொருள் உதவி செய்தவர்கள், தொண்டாற்றிய அன்பர்கள் அனைவரையும் அருள்தந்தை அவர்களின் அருளாசிகளோடு நானும் வாழ்த்தி மகிழ்கிறேன். தொடர்ந்து அருட்பணி சிறக்க அனைவரும் இணைந்து, அருட்தொண்டாற்ற அன்புடன் கேட்டுக் கொள்கிறேன்.

SKM. மயிலானந்தன்,
தலைவர்,
உலக சமுதாய சேவா சங்கம்

இச்சையின்றியே நாம் உடலாய் வந்தோம்
இச்சைக்கடங்காமலே உடல் மாய்ந்திடும்
இச்சையுள்ளவரையே நம் வாழ்வாகும்
இச்சை ஒழித்திட ஏன் முயல்கின்றீர்கள்?

- மகரிஷி

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

வாழ்த்துரை

எஸ். ஆரோக்கியசாமி
(ஓ.சி.டீ) கார்மேல் சபை

இலங்கைத் திருநாட்டில், வெள்ளவத்தையில் புதிதாக கட்டப்பட்டுள்ள அறிவுத் திருக்கோயிலின் திறப்பு விழாவும், அதன் எதிர்வரும் செயல்பாடுகளும் சிறப்புற என் வாழ்க வளமுடன் என்ற வாழ்த்துகளும், ஜெபங்களும்.

வேதாத்திரி மகரிஷி அவர்களின் உயரிய எண்ணங்களும், உலக அமைதிக்கான செயற்பாடுகளும் நம் நற்றமிழ் மண்ணில் தோன்றி, இன்று உலக நாடுகள் அனைத்திலும் ஆலமரம் என விழுதிட்டு பரவி வருவது மனித வேறுபாடுகளைக் களைந்து ஒட்டுமொத்த மனித குலத்தின் நலனில் அக்கறைக் கொண்டு, 'உலக சமுதாய சேவா சங்கம்' தன்னலமற்ற முறையில் அரும் பெரும் பணி ஆற்றி வருவது பெரியதொரு வரப்பிரசாதமாக இருக்கிறது. நான் மேற்கொண்டிருக்கின்ற என் ஆன்மிக பணியோடு இணைத்து உலக சமுதாய சேவா சங்கத்தில், நானும் ஓர் உறுப்பினர் என்பதில் எனக்கு மிக்க மகிழ்ச்சி.

என் ஆன்மிக பணியை சிறப்புற ஆற்றுவதற்கு மகரிஷியின் இறைநிலை சார்ந்த தத்துவங்களும், எளிய விளக்கங்களும், நடைமுறைக்கு சாத்தியமான நவீன ஆன்மிக சிந்தனைகளும் உற்ற துணையாக இருக்கின்றது.

இன்று மனிதன் பல துறைகளில் விஞ்ஞான வளர்ச்சியை அடைந்தாலும், மனித இனம் சந்திக்கும் சிக்கல்களுக்கு முறையான தீர்வை அரசியலாலும், ஆன்மிகத்தாலும் தர முடியாத சூழலில் மகரிஷியின் மனவளக் கலையின் ஊடாக தரும் மெய்ஞ்ஞான விளக்கங்கள் சீர்த்திருத்த பண்பாடான சமுதாயம் உருவாக ஒரு சிறந்த மாமருந்தாக இருக்கின்றது.

உலகம் அமைதி அடைய, தனி மனித அமைதி அவசியம் என்பதைத் திட்டமிட்ட உடல், மன பயிற்சியின் வழியாகவும் தத்துவ விளக்கங்கள் பெற்றோர் வழியாகவும் தருவது சிறப்பு.

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

இவற்றை முறையாக கற்பது மட்டுமல்ல தினம் தொடர் பயிற்சியின் வழியாக உடல் நலம், மன வளம், குடும்ப அமைதி, பொருள் வளம், நட்பு நலம் பேணும் பல மெய்யன்பர்களை, மனவளக்கலை மன்றங்களில் காண முடிகின்றது. மேலும் யாம் பெற்ற பேறு பெறுக இவ்வையகம் என்ற உயரிய எண்ணத்தோடு பிறர் நலம் சேவையில் தன்னலமற்ற முறையில் ஈடுபடும் மன்ற உறுப்பினர்கள் மிகவும் பாராட்டுக்குரியவர்கள்.

'தன்னை அறிய தனக்கொரு கேடில்லை' என்ற மூலனின் வாக்கையும், 'மனமது செம்மையானால், மந்திரங்கள் ஜெபிக்கத் தேவையில்லை' என்ற முன்னோர்களின் வாக்கையும், 'சுவரில்லாமல் சித்திரம் வரைய முடியாது' என்ற முதுமொழிக்கும் ஏற்ப, ஆன்மிக நலம் என்பது உடல் நலனையும் மையப்படுத்தியது என்று உணர்ந்து, உடல் மன பயிற்சிகள் மன்றத்தில் சிறப்புற நடாத்தபட்டு வருவதை, மாந்தர் அனைவரும் பெற்று பயன்பெற என் வாழ்த்துகளும் ஜெபங்களும். அகில உலகம் முழுவதும் பரவி இருக்கும் அறிவு திருக்கோயில்கள், தவ மையங்கள், மற்றும் உறுப்பினர்கள் அனைவரையும் வழிநடத்திவரும் உலக சமுதாய சேவா சங்கத்தின் தலைவர் அருள்நிதி எஸ்.கே.எம். மைலாந்தன் அவர்களுக்கு என் உளங்கனிந்த பாராட்டுக்கள், அத்தோடு இணைந்து இலங்கை திருநாட்டில் வேதாத்திரிய வித்து வேருன்றி தழைத்து வளர குடும்பத்தோடு தம்மை அர்ப்பணித்து மற்றும் மெய்யன்பர்களையும் சிறப்புற வழிநடத்தும் அருள்நிதி மதுரைவீரன் ஐயா அவர்களுக்கும், அவரோடு இணைந்து அர்ப்பண உணர்வோடு பணியாற்றிக் கொண்டிருக்கும் ஒவ்வொருவருக்கும் என் ஜெபங்களும் ஆசீர் வாதமும்.

உலக அமைதிக்கான மகரிஷியின் கனவு நிறைவுற வெள்ளவத்தை அறிவு திருக்கோயிலின் செயல்பாடுகளும், ஒரு வித்தாக அமையும் என்பது என் நம்பிக்கை. உடல் நலனுக்கான உடற்பயிற்சியும், உயிர் நலனுக்காக காயகல்ப பயிற்சியும், மன அமைதிக்காக தியானப் பயிற்சிகளும் தன்னை அறிய உதவும் தவ தற்சோதனைப் பயிற்சி களும் சிறப்புடன் நடைப்பெற என் வாழ்த்துகள்.

பயிற்சிப் பெற்ற மெய் அன்பர்கள், தொடர்ந்து மெய் விளக்கங்கள் பெற்று பயிற்சிகளைத் தொடர்ந்து செய்து உடல் நலத்தோடும் மன வளத்தோடும் இன்புற்று வாழ, வாழ்க வளமுடன் என மனமார வாழ்த்துக்கிறேன்.

இவன்,

ஆன்மிகப் பணியின் அருட்பணி

எஸ். ஆரோக்கியசாமி (ஓ.சி.டீ) கார்மேல் சபை

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

வாழ்த்துச் செய்தி

அருட்தந்தை
பிரிட்டோ அலோசியஸ். (அ ம தி)

இலங்கை மனவளக்கலையின் ஆண்டு நிறைவையொட்டி வாழ்த்துச் செய்தி அனுப்புவதில் பெருமகிழ்வு கொள்ளுகிறேன்.

கொழும்பு மனவளக்கலை மன்றமானது கடந்த பல வருடங்களாக சிறப்பாக இயங்கிக்கொண்டு வருகிறது. எனினும் கடந்த இரண்டு வருடங்களாக கொரோனா பெருந்தொற்றுக் காரணமாக சற்று பின்னடைவு இருந்தாலும் பல புதிய தொழில்நுட்பங்களைப் பயன்படுத்தி அதன் அங்கத்தினருக்கு பெரும் சேவை செய்து வந்துள்ளது. இவ்வருடமானது 2023 இலங்கை மனவளக்கலையின் மன்றத்திற்கு ஒரு முக்கியமான வருடமாகும். பல சவால்களுக்கு மத்தியிலும் இன்று வெள்ளவத்தையில் 'கொழும்பு அறிவுத்திருக்கோயில்' பல நிகழ்வுகளுடன் கோலாகலமாக திறப்பு விழா நடைபெறவிருப்பதையிட்டு மனம் மகிழ்கின்றேன்.

'நீங்கள் மண்ணுலகிற்கு உப்பாய் இருக்கின்றீர்கள்.... நீங்கள் உலகிற்கு ஒளியாய் இருக்கின்றீர்கள்' (மத்-5:13-14) என்ற இயேசுவின் வார்த்தைகளுக்கு இணங்க கொழும்பு அறிவுத்திருக்கோயிலானது, 'தந்தை தத்துவ ஞானி வேதாத்திரி மகரிஷி' வாழ்ந்து கற்று கொடுத்த அனைத்து விதமான உடற்பயிற்சி, தியானம், நற்சிந்தனைகளை எமது வாழ்வில் பின்பற்றுவதன் மூலம் இம் மனவளக்கலையின் சிறப்பினையும் படிப்பினையையும் எல்லாத் திசைகளுக்கும் கொண்டு செல்ல தந்தை வேதாத்திரி மகரிஷி எம் எல்லோருக்கும் அருள் புரிய வேண்டும் என எனது செபத்துடன் கூடிய நல் வாழ்த்துகளைத் தெரிவித்துக் கொள்கிறேன்.

நன்றி.

வாழ்க வளமுடன்

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

வாழ்த்துரை

மனவளக் கலை பேராசிரியர் அ/நி அ. மதுரைவீரன்
தலைவர்
உலக சமுதாய சேவா சங்கம்
கொழும்பு மண்டலம்
இலங்கை மனவளக்கலை மன்ற அறக்கட்டளை

அருள் தந்தை வேதாத்திரி மகரிஷி அவர்கள் எண்ணிய எண்ணங்கள் இன்று செயலாக மலர்ந்து கொழும்பு மாநகரிலே மிகப்பெரிய செலவில் ஏழு மாடிகள் கொண்ட அறிவுத் திருக்கோயிலாக மலர்ந்துள்ளது. இது இலங்கை மனவளக்கலை மன்றத்தின் மிகப்பெரிய சாதனை. அதற்காக என்னோடு இணைந்து வாழ்க வையகம் வாழ்க வளமுடன் குரு வாழ்க குருவே துணை என வாழ்த்திய அனைவருக்கும் நன்றி கூறுகின்றேன்.

நமது தலைவர் சமூக சேவைக்காக பத்மஸ்ரீ பட்டம் பெற்ற அருள்நிதி SKM மயிலானந்தன் ஐயா அவர்களின் பொற்கரங்களால் இன்று அறிவுத் திருக்கோயிலானது திறந்து வைக்கப்படுவதையிட்டு எமது இலங்கை கொழும்பு மண்டலமும், இலங்கை மனவளக்கலை மன்ற அறக்கட்டளை அறங்காவலர்களும் அறக்கட்டளை சார்ந்த பேராசிரியர்கள், துணை பேராசிரியர்கள், ஆசிரியர்கள், அன்பர்கள் அனைவரும் பெரும் மகிழ்ச்சி அடைவார்கள் என்பதை அறிவோம். கொழும்பு அறிவித்திருக்கோவில் நிர்மாணப் பணிகளுக்காக என்னுடன் தோளோடு தோள் நின்று உழைத்த அத்துணை நல் உள்ளங்களுக்கும், இதற்கான பொருளுதவி செய்தவர்களுக்கும், வார்த்தைகளில் அடங்காத எத்தனையோ பல உதவிகளைச் செய்த அனைவருக்கும் எனது மனமார்ந்த நன்றிகளையும் வாழ்த்துகளையும் தெரிவித்துக் கொள்கின்றேன். கொழும்பு அறிவுத்திருக்கோவில் கட்டி முடிப்பது எங்களது முதற்பணி சிறப்பாக நடந்துள்ளது. அதைத் தொடர்ந்து எங்களுக்கும் எங்களது பேராசிரியர்கள், துணைப்பேராசிரியர்கள், தன்னார்வ குழுக்களுக்கும் மிகப்பெரிய வேலை காத்திருக்கிறது. அதுதான் தொடர்ச்சியாக மக்களுக்குப் பயிற்சியை கொண்டு

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

செல்வது, சமுதாயத்தை மேம்படுத்துவது, மனிதனை மாமனிதனாக்குவது, பாடசாலை மற்றும் கல்லூரிகளிலும் இந்தப் பயிற்சியைப் பெரிய அளவில் எடுத்துச் செல்வது, கிராம வளர்ச்சித் திட்டங்களை செயல்படுத்துவது, இன்னும் பல ஊர்களில் மனவளக்கலை மன்றங்களையும் அமைப்பது போன்ற பெரும் பணி கொழும்பு அறிவுத்திருக்கோயிலுக்காக காத்திருக்கிறது. அதற்கு வேதாத்திரி மகரிஷி அவர்கள் எங்களோடு சூட்சுமமாக இணைந்து நிச்சயம் துணை புரிவார். மீண்டும் இந்த தெய்வீக பணிக்கு இலங்கையிலும், இந்தியாவில் தமிழ்நாட்டிலும், சிங்கப்பூர், கனடா, இங்கிலாந்து, பிரான்ஸ் போன்ற பல நாடுகளில் இருந்து எங்களுக்கு நன்கொடை, பொருள் உதவி அளித்த அத்துணை நல்லுள்ளங்களுக்கும் மற்றும் அனைவருக்கும் நீள் ஆயுள் நிறை செல்வம் உயர் புகழ் மெஞ்ஞானம் ஓங்கி வாழ மனதார வாழ்த்துகிறேன் வாழ்க வளமுடன்!

நன்றி.

வாழ்க வளமுடன்

பொது நூலகம்
யாழ்ப்பாணம்

இயல்பறிதல்

சுகதுக்கம் அனுபவித்தேன், சோர்வு கண்டேன்
சுய அறிவால் ஆராய்ந்தேன், முடிவுகாண
சுகதுக்கம் உடலியங்கும் அறிவில் கண்டேன்
சூட்சுமமாய் மனங்குவித்து, ஒடுங்கிநின்று
சுகதுக்கம் கடந்துமோன நிலையுணர்ந்தேன்
சொரூபத்தில் அரூபநிலை யறிந்துவிட்டேன்
சுகதுக்கச் சுழல்தாண்ட முறை கேட்போருக்குச்
சொற்குறிப்பால் 'கட+உள்' என்று சுருக்கிச் சொல்வேன்.

- மகரிஷி

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

"வேதாத்திரிய வித்தகம்-23" சிறப்பு மலருக்கான

வாழ்த்துரை

அருள்நிதி ஆ.தங்கராஜா
(B.Sc,Dip in Edu,M.A in YOGA for YHE)
மனவளக்கலைப் பேராசிரியர்
செயலாளர் உலக சமுதாய சேவா சங்கம் கொழும்பு மண்டலம்
'இலங்கை மனவளக்கலை மன்ற அறக்கட்டளை

அறிவெனும் விழியினிலே ஞானம் எனும் ஒளிபெருக்கி மாயை எனும் திரை கடந்து தன்னிலையைத் தான் அறியும் மார்க்கம் தந்த ஆசான் அருட்தந்தை வேதாத்திரி மகரிஷி அவர்களால் 1958ஆம் ஆண்டு "தன்னிலை விளக்க மன்றம்" என ஆரம்பிக்கப் பட்டு பல படிகளில் பரிணாம வளர்ச்சி கண்டு இன்று உலக சமுதாய சேவா சங்கம் என மலர்ச்சி பெற்று உலகெங்கும் அதன் கிளைகளைப் பரப்பி பூமிப்பந்தில் வியாபித்துள்ளது.

கடந்த பதினேழு ஆண்டுகளாக இலங்கையிலும் உலக சமுதாய சேவா சங்கமும் இலங்கை மனவளக்கலை மன்ற அறக்கட்டளையும் இணைந்து அதன் கிளைகளை நிறுவி விரிவாக்கம் கண்டு வருகின்றது.

அருட்தந்தை அவர்களால் வடிவமைக்கப்பட்ட "மனவளக்கலை யோகா" எனும் வாழ்வியலுடன் இணைந்த ஆன்மிகக் கல்வியை மக்கள் மத்தியில் எடுத்துச் சென்று மக்களின் தேவைகளை நிறைவு செய்யும் நிலையங்களே "அறிவுத்திருக்கோயில்கள்" ஆகும். அதன் அடிப்படையில் கொழும்பு மண்டலமும் இலங்கை மனவளக்கலை மன்ற அறக்கட்டளையும் இணைந்து இலங்கையின் தலைநகர் கொழும்பில் "கொழும்பு அறிவுத்திருக்கோயில்" என அறிவுக்கு ஒரு கோயிலை பல்வேறு சிரமங்களின் மத்தியிலும் நிறுவியுள்ளனர்.

ஆகஸ்ட் மாதம் இருபத்தி ஏழாம் நாள்(27.08.2023) அறிவுத்திருக்கோயிலின் அறிவுக்கதவு சம்பிரதாய பூர்வமாகத் திறப்புவிழா காண உள்ளது.

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

இத்திறப்பு விழாவைச் சிறப்பிக்கும் முகமாக அறிவுத்திருக்கோயிலின் சிறப்புகளையும் தேவைகளையும் வெளிப்படுத்தும் வகையில் வெளிவர உள்ள "வேதாத்திரிய வித்தகம்-23" சிறப்பு மலருக்கான வாழ்த்துரைச் செய்தியை வழங்குவதில் மண்டலச் செயலாளர் என்ற வகையில் மனமார மகிழ்ச்சி அடைகின்றேன்.

எதிர்காலத்தில் கொழும்பு அறிவுத்திருக்கோயில் அதன் நோக்கங்களை சிறப்பாக நிறைவேற்ற இறையருளும் குருவருளும் துணைபுரிய வேண்டும் என வாழ்த்தி எனது வாழ்த்துரையை நிறைவு செய்து கொள்கின்றேன்

நன்றி

வாழ்க வளமுடன்

சிறு வயதில் கொண்ட பக்தி

கடவுள்தான் அனைத்தையுமே படைத்தான் என்றேன்
கண்காது மூக்குவைத்துக் கதைகள் சொன்னேன்
கடவுள் என்று கற்சிலையை அறையில் வைத்துக்
கதவு அடைத்துப் பூட்டியும் வைத்தேன் பின் அந்தக்
கடவுளுக்குப் பசிதீர்க்க பால் நெய் தேங்காய்
கனிவகைகள் கற்சிலைமுன் படைத்தேன் ஆனால்
கடவுள் நிலை அறிந்தபோதென் செய்கை யெல்லாம்
கண்டு விட்டேன் சிறுபிள்ளை விளையாட்டாக.

- மகரிஷி

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

வாழ்கவையகம்
VazhgaVaiyagam

குருவேதுணை

வாழ்கவளமுடன்
VazhgaValamudan

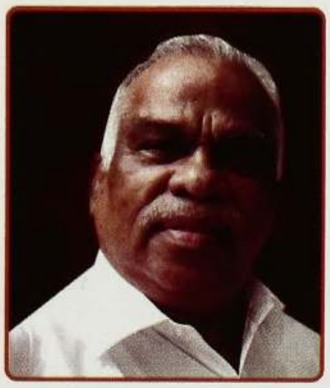
THE WORLD COMMUNITY SERVICE CENTRE

FOUNDER FATHER: THATHUVAGNANI VETHATHIRI MAHARISHI
Estd. 1958 Under Tamil Nadu Societies Registration Act
SKM.MAEILANANDHAN, President DR.S.SEKHAR, General Secretary

DIRECTORATE OF EXTENSION

A Wing of The World Community Service Centre

ULAVAN M.THANGAVELU
Vice President -WSCS
Director Extension



வாழ்த்துச் செய்தி

உழவன் மா.தங்கவேலு
இயக்குநர்

இயற்கை வளம் நிறைந்த, சைவம் சித்தாந்தம் வளர்ந்த, பாரம்பரியமிக்க, இனிமையும், இயற்கையும் நிறைந்த இலங்கைத் திருநாட்டில் கொழும்பு மாநகரில் அருட்தந்தை வேதாத்திரி மகரிஷி அவர்களின் அருள் ஆசியோடும் பலநூறு தர்ம சிந்தனையாளர்களின் பேருதவியாலும், உழைப்பாலும் ஆழியார் அறங்காவலரும், இலங்கை கொழும்பு மண்டல தலைவரும் இலங்கை மனவளக்கலை மன்றம் அறக்கட்டளை நிர்வாக அறங்காவலருமான பெரும் மதிப்பிற்குரிய மதுரைவீரன் அவர்கள் தலைமையில் உலக நாடுகளுக்கு மனவளக்கலையை கொண்டு சேர்க்கும் மகத்தான செயலின் ஒரு மணிமகுடமாக கொழும்பு அறிவுத்திருக்கோவில் அமைக்கப்பட்டு உலக சமுதாய சேவா சங்க தலைவர் பத்மஸ்ரீ SKM மயிலானந்தன் அவர்களின் திருகரங்களால் சமுதாய சேவைக்கு அர்ப்பணிக்கப்படும் இத்திருநாளில் அனைவருக்கும் வாழ்த்துகள்.

இந்த மகத்தான செயலுக்கு இலங்கை மனவளக்கலை மன்றம் அறக்கட்டளையின் ஸ்தாபன அறங்காவலர்களான தலைவர் மதுரைவீரன் தம்பதியர், செயலாளர் இரா.வசந்தகுமார் தம்பதியர், பேரா.முருகானந்தவேல், செல்வரத்தினம், மகாதேவன், குழந்தைவேல், தனராஜ், தேவதாஸ் மற்றும் கணேசன் ஐயா, தங்கராஜா தம்பதியர்கள், Dr.பாலசுப்ரமணியம் மற்றும் அறங்காவலர்கள், ஞானாசிரிய பெருமக்கள் தன்னார்வத்

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

தொண்டர்கள். ஆகிய அனைவருக்கும் மனமார்ந்த நன்றியை வாழ்த்தாக ஆசான் நினைவில் நின்று வாழ்த்தி மகிழ்கின்றோம். வாழ்க வளமுடன்..!

அருட்தந்தை வேதாத்திரி மகரிஷி அவர்களிடம் (04.06.2004ஆண்டு) ஆழியாரில் இலங்கைக்கு சென்றுவர ஆசிபெறும்போது இலங்கை சிறந்த நாடு மேலும் சிறப்பாக சைவம் சித்தாந்தம் வளர்ந்த நாடு என்றும், 1973ஆம் ஆண்டு சென்று இராமகிருஷ்ண நிலையத்தில் தங்கியிருந்தேன் என்று தன் மகிழ்ச்சியைத் தெரிவித்தார்கள்.

மேலும் இலங்கை திருநாட்டிற்கு மனவளக்கலை SKY YOGA பயிற்சி சென்றால் அது உலகம் முழுவதும் செல்ல வாய்ப்பாக அமையும் என்றும், நீங்கள் சென்று கொடி ஏற்றிவிட்டு வாருங்கள் என்றும் வாழ்த்தி அனுப்பிவைத்தார்கள். நமது அருட்தந்தையின் வாழ்த்து தான் நமது இத்தனை வளர்ச்சிக்கும் உறுதுணையாக உள்ளது. தொடர்ந்து நமக்கு எப்பொழுதும் உறுதுணையாகவும், வழிகாட்டுதலாகவும் இருக்கும்.

நமது தலைவர் SKM மயிலானந்தன் அவர்களின் (கடிதம் 20.05.2004) அனுமதி மற்றும் வழிகாட்டுதலின்படி பேராசிரிய தம்பதியர் வசந்தகுமார் கலாராணி மற்றும் அவர்கள் குடும்பத்தாரின் பெரும் முயற்சியால் 09.06.2004 முதல் 29.06.2004 (20) நாட்கள் வரை பல பகுதிகளிலும், பள்ளி கல்லூரிகளிலும் பயிற்சிகள் வழங்கப்பட்டது. ரூபாவாகினி, சக்தி TV போன்ற தொலைகாட்சிகளிலும், நேர்முக நிகழ்ச்சிகளும், தினக்குரல் பத்திரிக்கை முழுப்பக்க செய்திகளும் வெளிவந்தது. இதெல்லாம் அருட்தந்தையினுடைய மகா வாழ்த்துகளால் நடைபெற்றது என்பதை உணரமுடிந்தது.

மேலும் தலைவர் அவர்களின் இலங்கையில் மனவளக்கலை அமைப்பை ஏற்படுத்த வேண்டும் என்ற வேண்டுகோளின்படி மதுரைவீரன் அவர்கள் சென்னை சில்க்ஸ் ஆறுமுகம் அவர்களின் வழிகாட்டுதலின்படி சென்னையில் பயிற்சி பெற்றிருந்தார். பின் இலங்கையில் நான் தங்கியிருந்த வசந்தகுமார் இல்லத்திற்கு சந்திக்க வந்தார்கள். அன்று மாலை வெள்ளவத்தை தமிழ் சங்கத்தில் நடைபெற்ற அறிமுக விழாவில் முருகானந்தவேல் அவர்களின் அறிமுகம் கிடைக்கபெற்றது.

மேலும் 25.06.2004 அன்று வசந்தகுமார் அவர்கள் மூலம் கொழும்பில் ஒரு கூட்டம் ஏற்பாடு செய்யப்பட்டு, அக்கூட்டத்தில் கீழ்கண்ட பொறுப்பாளர்கள் தேர்வுசெய்யப்பட்டு உலக சமுதாய சேவா சங்க தலைவருக்கு அனுப்பி வைக்கப்பட்டது.

கொழும்பு மனவளக்கலை மன்றம் உதயம் 25.06.2004.

1. தலைவர்- திரு.அ.மதுரைவீரன்-தொழிலதிபர்
2. செயலாளர்- திரு.இரா.வசந்தகுமார்-பொறியியலாளர்.
3. பொருளாளர்-திரு.ப.சு.செல்வரட்னம்-தொழிலதிபர், அகில இலங்கை சமாதான நீதிவான்.

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

4. திரு.சின்னதுரை முருகானந்தவேல்-தொழிலதிபர், அகில இலங்கை சமாதான நீதிவான்.

5. திரு.ப.மகாதேவன்-பொறியியலாளர்.

6. திரு.சு.கணேசன்-ஆசிரியர்

மேற்கொண்ட அனைவரும் பொறுப்பேற்று கொண்டார்கள். இவ்வாறு இலங்கையில் உருவான வேதாத்திரிய ஆலமரம் கிளைவிட்டு படர்ந்து இரண்டு மண்டலங்களாக ஒன்று கொழும்பு மண்டலம் மற்றொன்று யாழ் மண்டலமாக உயர்ந்து, பல பாட சாலைகளிலும் தொழிற்சாலைகளிலும் கிராமங்களிலும் வேதாத்திரிய கல்வி சிறப்பாக நடைபெற்று வருகிறது. மேலும் ஒரு சிகரமாக ஏழு மாடி அறிவு திருக்கோவில் திறக்கப்படும் இந்நன்நாளில் அனைவரையும் வாழ்த்தி மகிழ்கின்றோம். வாழ்க வளமுடன்.

நன்றி வாழ்க வளமுடன்
''நீதிநெறிஉணர் மாந்தராகிவாழும் நிலைஉணர்ந்து
தொண்டாற்றி இன்பம் காண்போம்''

இப்படிக்கு,
குருவின் சேவையில் விரிவாக்க இயக்குனரகம்
இயக்குனர் உழவன் மா.தங்கவேலு.

இன்பம் துன்பம்

இன்பம் துன்பம் என்பதென்ன? இவையிரண்டும்
எங்கிருந்து தோன்றுகின்ற தெனவாராய்ந்தேன்
இன்பமே இயற்கையிலே எதிலும் என்றும்
எங்கும் நிறைந்துள்ளது; அனுபோகத்திற்கு
இன்பத்தின் அளவுமுறை மாறும்போது
ஏற்படும் ஓர் பொருத்தமிலா உணர்ச்சியேதான்
இன்பத்தின் மறுபெயராம் துன்ப மாயும்
இரண்டும் அறிவின் அலைகளாயும் கண்டேன்.

- மகரிஷி

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

Vazhga Vaiyagam

Founder Father
Thathuvagnani Vethathiri Maharishi

SKM. MAEILANANDHAN
PADMASHRI AWARDEE
PRESIDENT

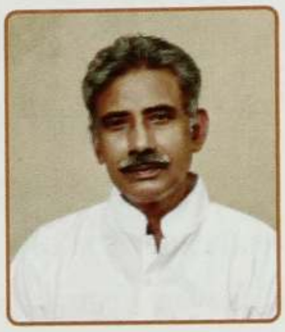
The World Community Service Centre

An Organization For Yoga And Spiritual Education
(Estd.1958 Regd.Under Tamil Nadu Societies Registration Act.)
26, Second Seaward Street, Valmiki Nagar, Thiruvanmiyur,
Chennai - 600 041. Tamilnadu. India
Tel : 044 - 24571153, 24571264, Mobile : 94451 79431
E-Mail : chennai.wcsc@vethathiri.edu.in
web : www.vethathiri.edu.in

Vazhga Valamudan

sky Yoga

Dr. S. SEKHAR
GENERAL SECRETARY



வாழ்த்துச் செய்தி

முனைவர்.கு. சேகர்
முதுநிலை பேராசிரியர்
பொதுச்செயலாளர்- WCSC
12.06.2023

நாம் காணும் இவ்வுலகம் எல்லா வளமும் பெறுவதற்கு தனிமனித அமைதி, குடும்ப அமைதி, உலக அமைதி என்பவற்றை தன் வாழ்நாள் நோக்கமாகக்கொண்டு உலக சமுதாய சேவா சங்கத்தை அருட்தந்தை நிறுவினார். சங்கத்தின் பயிற்சி முறைகளை கற்றுத்தரும் பாடசாலையாக மனவளக்கலை யோகா மன்றங்கள் ஆங்காங்கு உருவாகி இயங்கி வருகின்றன. மன்றங்களின் மூலம் அனைத்து மக்களுக்கும் எவ்வித பேதமுமின்றி ஆன்மிக பயிற்சிகள் கற்றுத்தரப்படுகின்றன. மன்றங்களில் அன்பர்கள் தவ உணர்வில் மேலோங்கி சொந்தமாக மன்றத்திற்கு அறிவுத்திருக்கோயில்களை உருவாக்கி வருகின்றனர்.

தத்துவஞான ஆன்மிகக் கல்வியைக் கொடுக்க எழுந்த எண்ண எழுச்சியே அறிவுத்திருக்கோயில்கள்,

உலகத்தில் நாம் காணும் இன்றைய சிக்கல்களை சீர் செய்ய அவ்வப்போது மகான்கள் வந்து கொண்டே இருக்கிறார்கள். அவ்வாறு நாம் வாழும் காலத்தில் அவதரித்த மகானே அருட்தந்தை வேதாத்திரி மகரிஷி அவர்கள்.

பல்லாயிரக்கணக்கான அறிவுத்திருக்கோயில்கள் மக்களுக்கும், கல்விப் பாடசாலைகளிலும், தொழில் நிறுவனங்களிலும், கிராமங்களிலும், பட்டி தொட்டிகளிலும் ஆன்மிகக் கல்வியைப் போதித்துக்கொண்டிருக்கின்றன. இந்தத் தெய்வீக அருட்தொண்டில் ஈடுபட்டு இன்று அறிவுத்திருக்கோயில் திறப்புவிழா காணும் கொழும்பு மனவளக்கலை

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

மன்ற அறக்கட்டளை அறங்காவலர்களுக்கும், ஆசிரியர்களுக்கும், அன்பர்களுக்கும் எனது அன்பான வணக்கங்களையும், வாழ்த்துகளையும் தெரிவித்துக்கொள்கின்றேன்.

சமுதாய நலம் காக்க துன்பமற்ற வாழ்வு, பொருள் வாழ்வு, அருள் வாழ்வு இவற்றிற்கான அறவாழ்க்கைக் கல்வியை கொடுக்க வேண்டும். அதற்காகவே அறிவுத்திருக்கோயில்களில் கர்மயோக வாழ்விற்கான சிந்தனைகளும், பயிற்சிகளும் கொடுக்கப்படுகின்றன.

மனவளக்கலை, மனிதனின் நல்வாழ்விற்கான முழுமையான யோகமாகும் என்பதில், அருட்தந்தை வழியில் ஞானம் பெற்ற நம் அனைவருக்கும் அசையாத நம்பிக்கையுண்டு. முழுமை நல வாழ்வு என்பது உடல்நலம், மனவளம், அறிவுநலம், சமுதாய நலம், ஆன்மிக நலம் என்று பொருள் கொள்ளலாம்.

அருட்தந்தையின் நோக்கம் நிறைவேறிக்கொண்டிருக்கின்றது. அறிவுத்திருக்கோயில்கள் வாயிலாக உலக சமுதாய சேவா சங்கத்தின் உயர் நோக்காகிய உலக சமாதானம் என்பதனை அடைய நாம் ஒவ்வொருவரும் மனவளக்கலைப் பயிற்சிகளைப் பின்பற்றி அதில் கிட்டும் பேரின்பத்தில் நாம் வாழும் சமுதாயத்தில் அதை மன்றங்களின் மூலம் பரவச் செய்யவேண்டும். இன்று திறப்புவிழா காணும் கொழும்பு அறிவுத்திருக்கோயில் தனது தெளிந்த இறை வழிகாட்டலின் ஊடாக சிதைந்து கிடக்கின்ற நம் மனித சமூகத்தை நெறிப்படுத்தி, மனித வாழ்வில் நிறைவும் அமைதியும் உருவாகி பெருவாழ்வு பெற்றுய்ய பாடுபடவேண்டும் என வாழ்த்தி அமைகின்றேன்.

நன்றி.

வாழ்க வையகம்! வாழ்க வளமுடன்!

முதுநிலை பேரா.முனைவர்.அருள்நிதி.கு.சேகர்,
பொதுச்செயலாளர்,
உலக சமுதாய சேவா சங்கம், சென்னை

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

வாழ்த்துச் செய்தி

அருள்நிதி, பேராசிரியர் த. குழந்தைவேல்
தலைவர்
உலக சமுதாய சேவா சங்கம்
யாழ். மண்டலம்.

ஒரு குடையின் கீழ் உலக நாடனைத்தும் ஒன்றுபட்டு
உயர் அறிஞர் கட்சியின் கீழ் ஒத்துதவி அமைதியாக வாழவேண்டும்
இரு நிலைகள் இருப்பு சிவம் இயக்கம் விண் இணைப்பேதான்
எல்லாத்தோற்றங்களுமே எனும் உண்மை மக்களெல்லாம் உணரவேண்டும்
கருவுற்ற நாள் முதலாம் பிறப்பு இறப்பு வளர்ப்பு கல்வி பிறவும்
இறையுணர்வறத்தால் பேருலகில் மாந்தருக்கே அமைய வேண்டும்
திருவருளாம் தெய்வமது திகழ் காந்த ஆற்றலாய்ச்
செயலுக்குத் தக்கபடி தீர்வுதரும் நீதி மக்கள் உணரவேண்டும்

என்று அருட்தந்தை வேதாத்திரி மகரிஷி தனது அருள்வேட்கையாக, மனவளக்கலை யோகாவை வாழ்க்கைநெறியாக வடிவமைத்தார். வேதாத்திரியத்தை உலகெங்கும் எடுத்துச்செல்ல அறிவுத்திருக்கோயில்கள் அமையவேண்டும் என்பது பெருவேட்கையாகவும், இருந்திருக்கும். தாயின் கருவிலிருந்து இவ்வுலகிற்கு வந்த பின் தாயால் தந்தையை கண்டோம். தந்தை, தாய் இருமுது குரவராகி மூன்றாவது தெய்வமாய் குருவை பெறுவதற்கு அருந்தவம் செய்திருத்தல் வேண்டும். அத்தவத்தால் குருவாய் வந்தமைந்தார் வேதாத்திரி மகரிஷி. அவரின் வேதாத்திரிய தத்துவத்தை, வாழ்வியலை இலங்கை மனவளக்கலை மன்ற அறக்கட்டளை எனக்கு தாய்வீடாக இருந்து நல்கியது. நம்முடைய அஞ்ஞானத்தை குரு தன் கருணையால், அருளால் போக்குபவர். எமது அறியாமையை, நம்மை நாமே அறிந்து கொள்ளாமல், உணர்ந்துகொள்ளாமல் இருக்கும் போது குரு நம்மை மேன்மையுறச் செய்ய நம்முடைய வாழ்வில் வருவார். அவ்வாறு சூட்சுமமாய் நமக்குள் வாழ்ந்து கொண்டு வழிகாட்டிக் கொண்டிருக்கின்ற கருணை வள்ளலாகிய அருட்தந்தை வேதாத்திரி

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

மகரிஷி அவர்களின் தெய்வீக மாண்பை அறிந்து கொள்வதே இம்மானிடத்தின் பயன் என்று கருதுகிறேன்.

யோகக் கலையையும் காலத்திற்கேற்ற வகையில் வடிவமைத்து வாழ்க்கையின் நெறியாகக் (மனவளக்கலை) கடைப்பிடித்து ஒவ்வொருவரும் வாழவேண்டும் என்ற எண்ணத்தோடு தொண்டாற்றி இன்பம் காணுதல் என்ற கோட்பாட்டின் அடிப்படையில் அறிவுத் திருக்கோயில்கள் ஏற்றம் பெறுதலில் உழைத்தல் நம் தலையாய கடமையாகும்.

ஈழவள நாட்டிலே தலைநகரிலே தனிப்பெரும் மாண்புடன் எழுந்து நிற்கிறது கொழும்பு அறிவுத் திருக்கோயில். ஞானகுரு, நல்லாசிரியர், ஞானாசிரியர், ஆசான், ஆன்மிக அறிவொளி என குருவிடம் இருந்து பெற்றவற்றை அறிவுத்திருக்கோயில் வாயிலாக கொண்டு செல்லுதல் யான் பெற்ற இன்பம் பெறுக இவ்வையகம் என்ற திருமந்திரக் கூற்றுக்கு அமைந்தாற் போல் தொண்டாற்றி இன்பம் காண்போம். இந்த உண்மையை அறிகின்ற அறிவே மெய்யறிவாகும். மெய்யறிவை ஆன்மிகத் தேடலை சுவீகரிக்கின்ற இடமாக கொழும்பில் அறிவுத்திருக்கோயில் அமைதல் யாம் செய்த தவமே. அவ்வகையில் இலங்கை மனவளக்கலை மன்ற அறக்கட்டளையின் அரும்பெரும் பணியில் தோற்றம் பெறும் கொழும்பு அறிவுத் திருக்கோயில் மனவளக்கலைகளின் தாய்வீடாகும். இவ்வறிவுத் திருக்கோயில் தோற்றம் பெறுவதில் தன்னை அர்ப்பணித்த அருள்நிதி, பேராசிரியர் திரு மதுரைவீரன் ஐயா அவர்களின் பணி போற்றுதற்குரியது. மேலும் அவரோடு ஒன்றித்து நின்று திருக்கோயில் எழுந்து நிற்பதில் முன்னின்று உழைத்த இலங்கை மனவளக்கலை மன்ற அறக்கட்டளையின் அறங்காவலர்கள், அருட்தொண்டர்கள் மற்றும் தமிழ்நாட்டின் வேதாத்திரிய பெருந்தகைகள் யாவருக்கும் மனமார்ந்த வாழ்த்துகள். அவர்களை வாழ்க வளமுடன் என்று வாழ்த்துகின்றேன். இலங்கை வாழ் மக்களுக்கு இவ்வறிவுத்திருக்கோயில் அளப்பரிய பணியாற்றும் என்பதில் ஐயமில்லை.

இவ்வறிவுத் திருக்கோயில் உதயமாவதை முன்னிட்டு வெளிவரவிருக்கும் 'வேதாத்தரிய வித்தகம் 23' எனும் மலர் சிறப்புற அமைய வாழ்க வளமுடன் என்று வாழ்த்துகளைத் தெரிவித்துக்கொள்கிறேன். அறிவுத்திருக்கோயிலும் வேதாத்திரிய வித்தக மலரும் வேதாத்திரிய அன்பர்கள் எல்லோருக்கும் பயனுள்ளதாக அமைய வேண்டி எல்லாம் வல்ல இறையருளையும் குருவருளையும் இறைஞ்சி வாழ்த்தி மகிழ்கின்றேன்.

வாழ்க வையகம்! வாழ்க வளமுடன்!

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

வாழ்த்துச் செய்தி

மனவளக்கலை பேராசிரியர் சி.முருகானந்தவேல்
தலைவர்
யாழ். அறிவுத்திருக்கோவில்
மனவளக்கலை மன்ற அறக்கட்டளை.

*''ஒவ்வொரு நாளையும் இறைநிலையின் அன்பு ஊற்றுப்பெருக்க
நன்னாளாகவே கருதி என்றும் கொண்டாடுவோம்''*

வாழ்விலே எல்லா வளங்களும் பெற்று சந்தோசமாக வாழ அடி அத்திவாரமிட்ட அருட்தந்தை வேதாத்திரி மகரிஷி அவர்களை நெஞ்சிலே சுமந்து வாழ்கின்ற அருள்நிதியின் நெஞ்சில் உதித்தவை. மகரிஷி அவர்களின் அருளாசி பெற்ற தமிழகத்தின் தொப்புள்க்கொடி உறவு போலுள்ள இலங்கைத் தீவின் தலைநகரான கொழும்பிலே அறிவுத்திருக்கோவில் மலர்வதை எண்ணி மட்டற்ற மகிழ்ச்சி கொள்கிறேன். மகரிஷி அவர்களின் மகா மந்திரமான 'வாழ்க வளமுடன்' என்ற மந்திரமானது மக்கள் அமைதியுடனும் சுபிட்சத்துடனும் (மதங்கடந்த) முழுமை நல வாழ்வு வாழ உதவுகிறது. அதற்கு ஆலமர விருட்சமாக இருப்பது இந்த மனவளக்கலை மன்றமே ஆகும். என் வாழ்விலே பல அரிய விடயங்களை கற்றுணர்ந்து நான் உயர்ந்து விளங்கவும் பேராசிரியர் என்ற பட்டம் கிடைப்பதற்கு உந்து சக்தியாகவும் இருந்தது இந்த மனவளக்கலை மன்ற அறக்கட்டளையாகும். அப்படிப்பட்ட மனவளக்கலை மன்ற அறக்கட்டளையினுடைய ஆரம்ப நிகழ்ச்சியிலே கலந்து கொண்டது வேதாத்திரி அவர்கள் எனக்கு வழங்கிய வரம் என்றும், பெருமை என்றும் நான் கருதுகிறேன். அதனைவிட, பல்வேறு அறிஞர்கள் பேராசிரியர்கள், பெரியோர்கள், கல்விமான்கள், அறிவுப்பாலத்தின் ஊடாக மனவளக்கலையில் என்னை இணைத்தது நான் வாழ்வில் செய்த பெரும்பேறு என எண்ணுகிறேன்.

மனவளக்கலை மன்ற அறக்கட்டளை என்ற ஆலமரவிருட்சத்திலே வாழ்வில் பெற்றுக்கொண்ட சிறந்த ஞானமும் நற்பேறும் சொல்லிலடங்கா. அதற்கு அருட்தந்தை அவர்களின் வழிகாட்டலே முக்கிய காரணமாகும். அவ்வாறான அருட்தந்தையை மனதாலே வணங்கி நிற்பதோடு, இலங்கையின் தலைநகரில் ஏழு மாடி அடுக்கில் எழில்பரப்பி அமைந்திருக்கும் அறிவுத்திருக்கோவில் ஆயிரமாயிரம் முழு நிலாக்கண்டு ஊழி தோறூழியாக நீடூழி சிறப்பாய் அமைய திருவருளும் குருவருளும் நிலைபேறாய் நினைந்து கூடி நிற்க வேண்டும் என வாழ்க வளமுடன் என வாழ்த்தி நிற்கிறேன்.

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

யாழ்ப்பாணப் பல்கலைக்கழகம், இலங்கை
යාපනය විශ්වවිද්‍යාලය, ශ්‍රී ලංකාව
UNIVERSITY OF JAFFNA, SRI LANKA

மெய்ப்பொருள் காண்பது அறிவு

Professor. S. Srisatkunarajah
Vice Chancellor
B.Sc(Hons) Jaffna, PGDE(Merit) OUSL, Ph.D Heriot-Watt,
Professor in Mathematics

எமது இல. / මගේ අංකය / **My Number** }   உமது இல. / ඔබේ අංකය / **Your Number** }   **Date :** 17.04.202

வாழ்த்துச் செய்தி

பேராசிரியர் சி. சிறிசற்குணராஜா
துணைவேந்தர்

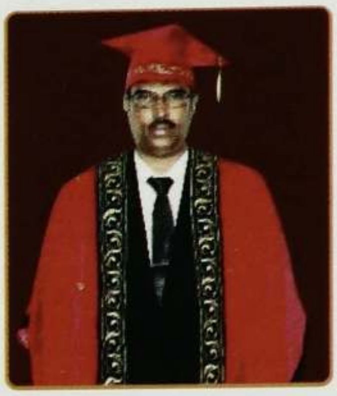
உலக சமுதாய சேவா சங்கத்தின் (World Community Service Centre) கொழும்பு மண்டலமும், இலங்கை மனவளக் கலை மன்ற அறக் கட்டளையும் இணைந்து இலங்கையின் பல்வேறு பாகங்களிலும் 'அருட்தந்தை வேதாத்திரி மகரிஷி' அவர்களால் வடிவமைக்கப்பட்ட மனவளக் கலை யோகா எனும் எளிய முறைக் குண்டலினி யோகப் பயிற்சிகளை வாழ்வியலுடன் இணைத்து ஆன்மிகக் கல்வியாக வழங்கி வருகின்றன.

அதற்கேற்ப அறக் கட்டளையின் அறங்காவலர்கள் மிகுந்த அர்ப்பணிப்புடன் பயிற்சி மையங்களை நிறுவி அதன் ஊடாகச் சிறந்த நற்பணியினை ஆற்றி வருகின்றனர். அதன் ஒரு அங்கமாக அமைந்தவை தான் அறிவுத் திருக்கோயில்கள் (Temple of Consciousness).

முதன்முதலாக யாழ்ப்பாணத்தில் அமைக்கப்பட்ட அறிவுத் திருக்கோயிலைத் தொடர்ந்து இப்போது தலைநகர் கொழும்பின் வெள்ளவத்தையில் ரம்மியமான ஒரு சூழலில் 'கொழும்பு அறிவுத் திருக்கோயில்' அமைக்கப்பட்டுள்ளது. அதன் திறப்பு விழாவை முன்னிட்டு வெளியிடப்படுகின்ற 'வேதாத்திரிய வித்தகம் 23' எனும் சிறப்பு மலர் மனித வாழ்வில் யோகக் கலையின் முக்கியத்துவத்தையும் வேதாத்திரி மகரிஷி அவர்களைப் பற்றியும் பலவேறு அம்சங்களைத் தாங்கி வந்துள்ளது. அத்தகையதொரு சிறப்பு மலருக்கு வாழ்த்துச் செய்தி வழங்குவதில் பெருமை கொள்கின்றேன். அறிவுத் திருக்கோயில் அதன் பணிகளைச் சிறப்பாக நிறைவேற்றி அனைத்து மக்களும் பயன்பெற வேண்டும் என எல்லாம் வல்ல பரம்பொருளின் பெருங் கருணையைப் பணிந்து பாராட்டுகிறேன்.

பேராசிரியர் சி. சிறிசற்குணராஜா
துணைவேந்தர்

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



வாழ்த்துரை

பேராசிரியர் வ.கனகசிங்கம் உபவேந்தர்
கிழக்குப் பல்கலைக்கழகம்,
இலங்கை.

'அன்னசத்திரம் ஆயிரம் வைத்தல்
ஆலயம் பதினாயிரம் நாட்டல்
பின்னருள்ள தருமங்கள் யாவும்
பெயர் விளங்கி ஒளிர நிறுத்தல்
அன்னயாவினும் புண்ணியம் கோடி
ஆங்கோர் ஏழைக்கு எழுத்தறிவித்தல்'

என்பது பாரதியாரின் திருவாக்கு. ஆம், தருமங்களில் சிறந்த தருமம் ஏழைக்கு எழுத்தறிவித்தல். வேதாத்திரி மகரிஷியின் அறிவுத் திருக்கோயிலும் அச்சிந்தனையின் வழிவந்ததாக அறியமுடிகின்றது. மகரிஷி அறிவே தெய்வம் என்கின்றார்.

பரந்துபட்ட பாரத தேசம் எங்கினும் காலந்தோறும் பல ஞானிகளும் யோகிகளும் உருவாகி அறிவையும் ஆன்மிகத்தையும் அடியவர்களுக்கு அருளிய வண்ணமே உள்ளார்கள். அறிவியல் கண்டுபிடிப்புகளுக்கும், ஆராய்ச்சிகளுக்கும் மத்தியில் புராதனமான சனாதனதர்மம் எனப் பெயர்பெற்ற இந்துசமயம் உலகலாவிய சமயமாக உருவெடுப்பதற்கும் அதன் உள்ளார்ந்த மெய்யியலே அடித்தளம் எனலாம். அந்தவகையில் வேத இலக்கியங்களில் விரவிக்காணத்தக்க சிந்தனைகள் அதன் தொடர்ச்சியாக வந்த இலக்கியங்களில் செல்வாக்குச் செலுத்துவதனை அறியமுடிகின்றது. இலக்கிய கர்த்தாக்கள் தாம் வாழ்வில் கண்டுணர்ந்த அனுபவங்களையும் அனுபூதி நெறியினையும் அடியவர்களுக்கு போதனைகளாக மனமாற்றம் செய்தனர். அவ்வாறான ஒரு பின்னணியிலேதான் நாம் வேதாத்திரி மகரிஷியின் வாழ்க்கையினையும் அவரது போதனைகளையும் நோக்குவது பொருத்தம். சாமானிய மனிதர்களின் வாழ்வுத் தத்துவம் பற்றிய பல்வேறுவிதமான வினாக்களுக்கும் விடையிறுக்கும் பொருட்டே மனவளக்கலையினையும், யோகாப் பயிற்சியினையும் நடைமுறை வாழ்வியலில் அறிமுகஞ் செய்தார்.

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

மனவளக்கலை மனிதனது உளத்தூய்மைக்கு அடித்தளமிடுகின்றது, அறிவை மேம்படுத்துகின்றது. சமகால உலகில் மனித குலம் உளத்தூய்மையின்மையாலும், அறிவுக்குறைவாலும் பல்வேறு விதமான சவால்களைச் சந்திக்க நேரிடுகின்றன. அது மட்டுமன்றி உளநோயினாலும், உடல் நோயினாலும் அவதியுறுகின்றனர். அவை நலமான வாழ்வை சீர்குலைக்கின்றன.

'மெய்ப்பொருள் காண்பதறிவு'

என்பார் திருவள்ளுவர். சைவசமயத்திலே சரியை, கிரியை, யோகம், ஞானம் என்னும் நாற்பாதங்கள் உள்ளன. அவற்றிலே முதல் மூன்று பயிற்சியினாலும் ஞானத்தை அடைய முடியும். இதனை அடியொற்றி அறிவை உயர்த்தி அறம் வளர்க்கும் பயிற்சி முறைகள் பலவற்றினையும் நல்கும் வகையில் பல இடங்களில் வேதாத்திரி மகரிஷி நிலையங்களை நிறுவியுள்ளார். இதன் மூலம் மகிழ்ச்சியான வாழ்க்கைக்கு வழியேற்படுத்திக் கொடுத்துள்ளார். அதன் பொருட்டே இலங்கை மனவளக் கலை மன்றத்தினர் பல்வேறு வகையான செயற்பாடுகளில் ஈடுபட்டுள்ளனர். இதன் ஓர் அம்சமாகத் திகழ்வது இலங்கையின் கொழும்பு மாநகரில் நிறுவப்பட்டு திறக்கப்படவுள்ள அறிவுத்திருக்கோயில் திறப்பு விழாவாகும். இவ்வறிவுத் திருக்கோயில் மூலம் ஆத்ம தாகம் நீங்கும் என்பது எமது நம்பிக்கை. திறப்பு விழா சிறப்பாக நடைபெற எமது மனமார்ந்த நல்வாழ்த்துகள்.

அணு

அணுவினது தத்துவத்தை யான் ஆராய்தேன்
அண்டபிண்ட சராசரங்கள் அதன் கூட்டன்றோ?
அணுவினிலே சூடுண்டு குளிரும் உண்டு
அதனுள்ளே காந்தமென்ற உயிரும் உண்டு
அணுவினிலே இருளுண்டு ஒளியும் உண்டு
அசைவுண்டு எழுச்சி கவர்ச்சிகளு முண்டு
அணுவினிலே அண்டபிண்டம் அனைத்தும் உண்டு
ஆலமரம் அதன்வித்தில் உள்ளாற்போல.

- மகரிஷி

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

வாழ்க வையகம்

வாழ்க வளமுடன்

VETHATHIRI MAHARISHI KUNDALINI YOGA
AND KAYAKALPA RESEARCH FOUNDATION

அறிவுத்திருக்கோயில் - ஆழியாறு

எஸ்.வி. பாலசுப்ரமணியம்
தலைவர்

மனிதவுயிர் பிறவியதன் மதிப்புணர வேண்டும்
மனம்உயிர் மெய்மூன்றான மறைபொருட்களான
மனிதனுடைய ஆற்றல்களை மலரவைக்க வேண்டும்.
மறைந்திருக்கும் உட்பதிவாம் பலவினைகள் தம்மை
மனிதனே மாற்றிஅறச் செயல்பதிவு செய்து
மனத்தூய்மை வினைத்தூய்மை பெற்றுபரத் துறைந்து
மனிதனவன் உயர்மனிதனாக வாழச் செய்யும்
மனவளக் கலையிதனைப் பரப்பிநலம் காண்போம்.

அருட்தந்தை வேதாத்திரி மகரிஷி

உலகம் விஞ்ஞானத்தில் வளர்ந்து வரும் இக்காலத்தில் அதற்கு இணையாக மெய்ஞானத்திலும் மேன்மையுற அருட்தந்தை வேதாத்திரி மகரிஷி மனவளக்கலை யோகாவை மனிதகுலத்திற்கு அர்ப்பணித்தார். வாழ்க்கைக்குப் பொருள் எவ்வளவு அவசியமோ அதே போல அறநெறியும் இறையுணர்வும் பெறுவதே மனிதப் பிறவியின் நோக்கமாகும். இதை அறியத் தவறுதலே மனித வாழ்வின் குழப்பதிற்கும், சிக்கல்களுக்கும் காரணம்.

பரிணாமத்தின் உச்சநிலை நோக்கி மனிதனை அழைத்துச் செல்லவும், இயற்கையோடு இசைந்து வாழவும், இன்ப துன்பத்தை ஏற்கும் மனப்பக்குவத்தைப் பெறவும் ஆன்மிகக் கல்வியால் மட்டுமே முடியும். அக்கல்வியை அளிப்பதே மனவளக்கலை பயிற்சியின்

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

நோக்கமாகும். அகநோக்கிய பயணமே மனித குலத்தின் பிறவிப் பயனை அடைய உதவும். இதற்கான பயிற்சிக் களமாக உலகிலுள்ள அனைத்து அறிவுத்திருக்கோயில்களும் அருட்தொண்டாற்றி வருகின்றன.

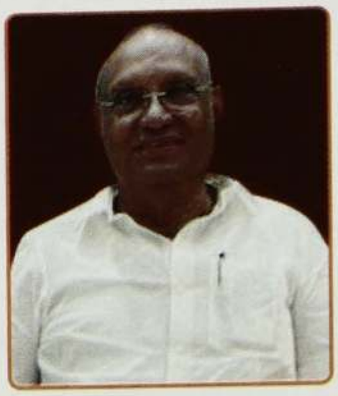
இதில் புதிதாக பூத்திருக்கும் புதுமலர் இலங்கை, கொழும்பு மனவளக்கலை அறிவுத்திருக்கோயில். இது அனைத்து மக்களுக்கும் அக்கல்வியை வழங்க அர்ப்பணிப்புணர்வோடு தொண்டாற்றவும் இப்புதிய அறிவுத்திருக்கோயில் மூலம் பல்லாயிரக்கணக்கான இலங்கை மக்கள் அறநெறிக் கல்வியைக் கற்று உடல்நலம், மனவளம், உயிர்வளம் மற்றும் அனைத்து வாழ்க்கை வளங்களும் பெற்று பிறவிப்பயனை அடையவும் மனமார வாழ்த்துகிறேன். இப்புனிதத் திருக்கோயிலை உருவாக்கிய அறங்காவலர்கள், ஆசிரியர்கள், அருட்தொண்டர்கள், இதற்குப் பொருளுதவி அளித்த அனைத்து அன்பு உள்ளங்களுக்கும் எனது மனமார்ந்த வாழ்த்துகளைத் தெரிவித்து மகிழ்கிறேன். தங்கள் அறக்கட்டளையின் ஆன்மிகப் பணிகளில் இறையருளும், குருவருளும் துணைநிற்க மகரிஷியை வேண்டுகிறேன்.

வாழ்க வளமுடன்

(எஸ் வி பாலசுப்ரமணியம்)

Temple Of Consciousness, Arutperumjothi Nagar, Aliyar, Pollachi - 642 101. Coimbatore Dt, Tamil Nadu.
Cell : 75982 38733, 75982 59733 ; E-mail : aoaliyar@vethathiri.ac.in /Auto reply: aliyartoc@gmail.com
Website : www.vethathiri.edu.in / www. kundaliniyoga.edu.in
AliyarArivuthirukoil
6379282565 YouTube

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



வாழ்த்துரை

அருள்நிதி சின்னசாமி
ஆழியாறு அறிவுத்திருக்கோயில்
இணை நிர்வாக அறங்காவலர்
உலக சமுதாய சேவா சங்கம் துணைத் தலைவர்

ஆசான் அருட்தந்தை வேதாத்திரி மகரிஷி அவர்கள், உலக மக்கள் அனைவரும் இன்புற்று வாழ, மனவளக்கலை யோகா எனும் ஆன்மிகக் கல்வியை மனித குலத்திற்கு அருட்கொடையாக வழங்கிச் சென்றுள்ளார்கள்.

இத்தகைய ஆன்மிகக் கல்வியை கற்றுத் தருவதற்காக அருட்தந்தை அவர்கள் ஆழியாறிலே 'ஓம்' என்னும் அமைப்பிலே அறிவுத் திருக்கோயிலை நிறுவி அங்கேயே தங்கியிருந்து தொண்டாற்றினார்கள். அதுபோல அகிலமெல்லாம் அறிவுத்திருக்கோயில்களை அமைத்து உலகமக்கள் அனைவருக்கும் மனவளக்கலை யோகா பயிற்சிகளை வழங்கிட வேண்டும் என்று பெரிதும் விரும்பினார்கள். மகரிஷி அவர்களின் எண்ணங்களை செயலாக்கும் வண்ணம் மனவளக்கலை மன்ற அறங்காவலர்கள், பேராசிரியர்கள், மற்றும் அன்பர்கள் இணைந்து அருட்தொண்டாற்றி வருகிறார்கள். மகான் வாழும் காலத்தில் பெரியவர்கள் பலரோடு என்னைப் போல் பலரும் இருந்து அருட்பணியாற்றிய காலம் எங்கள் வாழ்நாளின் பொற்காலம். நாங்கள் செய்த பெரும் பாக்கியம்.

இலங்கை கொழும்பு அறிவுத் திருக்கோயில்
அறிவறிய அறம் செழிக்க அன்போடு கருணை
அருள் சுரக்கும் இறைஉயிர் அறிவுபெற்று உய்ய
அருள் நாட்டம் உடையவர்கள் அன்பளிப்பு உழைப்பு
அருட்கொடையால் அகில உலகோர்க்கும் பொதுவாக
அருள் விளக்கமாய் அன்பர்கள் கூடும் இடமாக
அருட்சோதி இராமலிங்கர் தொண்டு தொடர்ந்தோங்க
அமைதி மனநிறைவு தரும் ஆனந்த நிலையம்.
---அருட்தந்தை வேதாத்திரி மகரிஷி.

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

இந்த அற்புதமான பயிற்சிகளை இலங்கைவாழ் மக்கள் அனைவருக்கும் வழங்குவதற்காக, இலங்கை, கொழும்பு மனவளக்கலை மன்ற அறிவுத் திருக்கோயில் மிக பிரம்மாண்டமாக உருவாக்கப்பட்டுள்ளது. இதன் திறப்புவிழா ஆகஸ்ட் 27.8.2023 திகதியன்று உலக சமுதாய சேவா சங்கத் தலைவர் பத்மஸ்ரீ. SKM. மயிலானந்தன் அண்ணா அவர்களால் திறந்து சமுதாயத்திற்கு அர்ப்பணிக்கப்பட உள்ளது. இந்த அறிவுத்திருக்கோயிலின் அருட்பணி சிறக்கவும், அனைவரின் தொண்டு தொடர்ந்தோங்கவும் எல்லாம் வல்ல இறைஅருளையும், குருஅருளையும் பிரார்த்திக்கிறேன். இந்த அறிவுத்திருக்கோயில் உருவாகுவதற்கு அருளாலும், பொருளாலும், சேவையாலும் உதவிய அறங்காவலர்கள், ஆசிரியர்கள், பொறுப்பாளர்கள், சேவையாளர்கள் குறிப்பாக கொழும்பு அறிவுத் திருக்கோயில் தலைவர் மதிப்புக்குரிய திரு.அ.மதுரைவீரன் அண்ணா மற்றும் குடும்பத்தார் அனைவருக்கும் எனது மனமார்ந்த வாழ்த்துகளைத் தெரிவிப்பதில் பெருமகிழ்ச்சி அடைகின்றேன்.

வாழ்க வளமுடன்!

கண்டவர் ஏன் விண்டதில்லை?

ஆதியென்ற வெளியினிலே அணு எவ்வாறு
அவதரித்தது என்றறியப் போனார் எல்லாம்
ஆதியாம் நிலையடைந்தார் அறிவு அங்கேது?
அறிவுநிலை அடைந்தபின்னர் அதை யூகிப்பார்
ஆதியே அணுவான காரணத்தை
அறிஞரெலாம் விளக்காதது இதனால் என்று
ஆதிநிலை, அணுநிலை இவ்விரண்டு மாகி
அறிந்தநிலையில் விளக்கம் பெற்று விட்டேன்.

- மகரிஷி

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

P. K. Aroomugum

12.06.2023

அன்புடையீர்!

வாழ்க வளமுடன் !

எல்லாம் வல்ல அருட்பேராற்றலின் கருணையினால், நமது இலங்கை அறிவுத் திருக்கோவில் திறப்பு விழா நடைபெறுவது குறித்து மிக்க மகிழ்ச்சி. தனிமனித அமைதியே உலக அமைதிக்கு வித்திடும் என்ற அருட்தந்தையின் வாக்கை மெய்ப்பிக்க வந்த அற்புதம்தான் அறிவுத் திருக்கோவில்.

ஒவ்வொரு மனிதனின் உடல், மனம், ஆன்மாவைத் தூய்மைப்படுத்தி, மனநிறைவுடனும் மன மகிழ்ச்சியுடனும் வாழச் செய்யும் அற்புதப் பயிற்சியே மனவளக்கலை. மனிதர்களை தெய்வீகமானவர்களாக உருவாக்கும் அறிவுக்களம்தான் அறிவுத் திருக்கோவில். இலங்கையில் ஏற்பட்ட கடுமையான பொருளாதார மந்த நிலைமையிலும் இவ்வளவு சிறப்பாகச் செயல்படுத்தப் பாடுபட்ட தலைவர் மற்றும் அனைத்து அறக்கட்டளை உறுப்பினர்களையும் மனம் குளிர பாராட்டுகிறேன். இறையருளும், நம் அருள் தந்தையின் ஆசியும் எப்போதும் உங்களுக்கு எல்லா வழிகளிலும் கிடைக்கப்பெற்று, மட்டற்ற மகிழ்ச்சியுடன் வாழ வாழ்த்துகின்றேன்.

அன்பர்களின் பேராதரவுடனும், அருட்தந்தையின் அருளாசிகளோடும் உருவாகியுள்ள இலங்கை அறிவுத்திருக்கோவில் உலக மக்கள் அனைவருக்கும் ஒளி விளக்காகத் திகழும் என்பது திண்ணம். அன்பர்களே வாரீர் ! அறிவின் இருப்பிடம் அறிந்து இன்புற, அன்பர்களே வாரீர் ! என்ற குருநாதரின் வார்த்தைகளைச் செயல்படுத்த உலக மக்கள் நம் இலங்கை அறிவுத்திருக்கோவிலைப் பயன்படுத்திக் கொள்ள வேண்டும் என்று பிரார்த்தித்து, வாழ்த்தி நிறைவு செய்கிறேன்.

அன்புடன்

வாழ்க வையகம் ! வாழ்க வளமுடன்!

P.K. (signature)

P. K. ஆறுமுகம்

Managing Director The Chennai Silks | Sree Kumaran Thangamaligai

World Community Service Centre, Azhiyar — Vice President | WCSC, Tirupur Zone — President | NAWAD Association — President | Valam Foundation, Tirupur — Treasurer

Corporate Office : SF. No : 38/1, SCM Spinning Mill Compound, N.G. Palayam Pirivu, Thekkalur, Avinashi - 641 654.
Ph : 04296 277150 Email : pka@sktm.in www.sktm.in

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

RAMRAJ
COTTON

K.R. Nagarajan
Founder Chairman

Trustee, Temple of Consciousness, Aliyar
Vice President, The World Community Service Centre
President, Kamban Kazhakam, Tirupur
President, Nagaichuvai Mandram, Tirupur
Joint Secretary - Vettri Trust, Tirupur
Advisory committee Member, Vanam India Foundation, Palladam

ENES TEXTILE MILLS
Ramraj-V-Tower
10, Sengunthapuram 1st Street
Mangalam Raod, Tirupur - 641 604
Tel : +91 421 4304147 (30 Lines)
Mob : +91 99655 16147 (Office)
Email : krnagarajan@ramrajcotton.net
Web : www.ramrajcotton.in

K.R. நாகராஜன்
நிறுவன -தலைவர்
ராம்ராஜ் காட்டன்

வாழ்த்துரை

அன்புடையீர், வணக்கம் வாழ்க வளமுடன்

பாரம்பரியமும் பண்பாடும் போற்றிவாழும் இலங்கை தேசத்தில் கொழும்பு மாநகரில் 27.08.2023 அன்று அறிவுத்திருக்கோயில் திறப்புவிழா நடைபெறுவது அறிந்து அகமகிழ்கிறேன்.

''சிங்களத் தீவினுக்கோர் பாலம் அமைப்போம்'' என்ற மகாகவி பாரதியின் வாக்கிற்கிணங்க, அருட்தந்தை வேதாத்திரி மகரிஷி அவர்கள் அருளிய ஸ்கை யோகா மனவளக்கலைப் பயிற்சிகள் மூலம் இலங்கைக்கு உறவுப்பாலம் அமைக்கும் முயற்சியில் ஈடுபட்டு வெற்றிகண்ட அனைத்து அன்பர்களுக்கும் மனமார்ந்த பாராட்டுகளையும், வாழ்க வளமுடன் என்ற வாழ்த்துகளையும் தெரிவித்துக் கொள்கிறேன்.

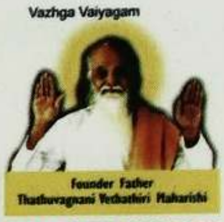
படிப்பு, வேலை, முன்னேற்ற வாழ்வு என அனைத்திற்கும் நம் குழந்தைகளைத் தயார்படுத்துகிறோம். அதேவேளையில் வீட்டுக்கும் நாட்டுக்கும் பெருமை சேர்க்கிற பெருவாழ்வை வாழ்வதற்கு, அடுத்த தலைமுறையினருக்கு நற்பண்புகளையும் நல்ல செயல்களையும் கற்றுத்தரும் புனிதமான இடமாகத் திகழும் கொழும்பு அறிவுத்திருக்கோயில் தொண்டு தொடந்தோங்க உளமார வாழ்த்துகிறேன் மற்றும் கொழும்பு அறிவுத் திருக்கோயில் திறப்பு விழாவில் வெளியிடப்படும் ''வேதாத்திரிய வித்தகம் 23'' தரமான விதைகளை உற்பத்தி செய்யும் நாற்றங்காலாகத் திகழும் என்பது திண்ணம்.

வேதாத்திரிய தொண்டில் ஈடுபட்டு, விழுதுகளாகத் திகழும் அன்பர்கள் அனைவரும் அருட்பேராற்றல் கருணையினால் உடல்நலம், நீளாயுள், நிறைசெல்வம், உயர்புகழ், மெய்ஞ்ஞானம் ஓங்கி வாழ்க வளமுடன் என வாழ்த்தி மகிழ்கிறேன்.

உறவுகள் மேம்பட,

K.R. நாகராஜன்

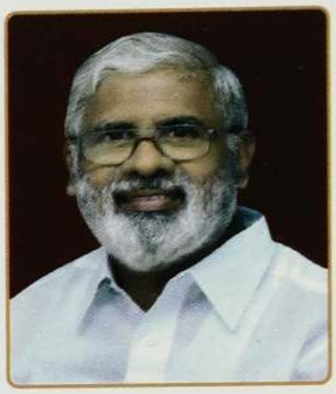
Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org



SKM. MAEILANANDHAN
PADMASHIRI AWARDEE
PRESIDENT

WCSC - DIRECTORATE OF SMART
A Wing of The World Community Service Centre
"An Organization for Yoga and Spiritual Education"
2/428, Vethathiri Nagar, Collectorate (Po), Dindigul - 624 004.
Mobile : 94427 35656,94889 47444
E-Mail : wcsc.smart@gmail.com Web : www.vethathiri.edu.in

Vazhga Valamudan
sky Yoga
M.K.DHAMODHARAN
DIRECTOR



வாழ்த்துரை

M.K.தாமோதரன்
உலக சமுதாய சேவா சங்க துணைத்தலைவர்
SMART இயக்குநர்

மனித வாழ்க்கை கர்மாவின் அடிப்படையில் அமைவதால் கர்மாவையே யோகமாக மாற்றி வினைத்தூய்மை பெற விஞ்ஞான அடிப்படையில் கர்மயோக நெறியை உலக சமயமாக அளித்துள்ளார் அருள் தந்தை வேதாத்திரி மகரிஷி அவர்கள்.

ஒவ்வொருவரும் உடலுக்கும், உயிருக்கும், மனத்திற்கும் பயிற்சி அளித்து மனித உருவில் இறைவனாக வாழப் பழக வேண்டும் என்பதே மகரிஷியின் நோக்கம்.உடல் இருக்கும் வரையே உயிர் நிலைக்கும். உயிர் நிலைக்கும் வரையே மனம் இயங்கும். மனம் இயங்கும் வரையே அதைநெறிப்படுத்தி, முறைப்படுத்தி, வளப்படுத்தி வாழ்வை உயர்த்த இயலும். இதைப்பழக மக்களுக்கு உகந்த இடமே அறிவுத்திருக்கோயில். அறிவே இறைவனாகக் கொண்டு நடமாடும் கோயிலாக மனிதன் மாறும் வரை இது ஒவ்வொருவருக்கும் அவசியம். இதைப் புரிந்து வருபவன் புண்ணியம் செய்தவன்.

ஸ்ரீலங்கா கொழும்பு நகரில் நன்னெறியாளர் பேராசிரியர்.மதுரைவீரன் அவர்கள் தலைமையில் ஆன்மிக அன்பர்கள் பலரும் இணைந்து நகரின் மையத்தில் பலமாடிக் கட்டிடமாக பல்நோக்கு வசதிகளோடு காலத்திற்கேற்ப அறிவுத்திருக்கோயிலை அமைத்துள்ளார்கள். ஸ்ரீலங்காவில் 190க்கும் மேற்பட்ட ஞான ஆசிரியர்கள் இணைந்து மகரிஷியின் ஞானக்கல்வியைப் பரப்பி வருகிறார்கள். ஆகஸ்டு 27, 2023 அன்று உலக சமுதாய சேவா சங்கத் தலைவர் பத்மஸ்ரீ SKM மயிலானந்தன் அவர்களால் சான்றோர்கள் முன்னிலையில் சமுதாயத்திற்கு அர்ப்பணிக்கும் சரித்திர நிகழ்விற்கும், 'வேதாத்திரிய வித்தகம் 23' சிறப்பு மலர் வெளியீட்டு விழாவிற்கும் வாழ்த்துகளைத் தெரிவித்துக்கொள்கிறேன்.

பல நூறாண்டுகள் மக்களைப் பண்படுத்தும் பல்கலைக்கழகமாகக் கொழும்பு அறிவுத்திருக்கோயில் திகழ இறையருளும், குரு அருளும் துணை நிற்க.

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

வாழ்த்துரை

திரு. ப.சு. செல்வரட்னம்
அறங்காவலர்
உபதலைவர் SMART

ஓரறிவில் தொடங்கிய உயிரின பரிணாமப் பயணம் ஆறறிவு மனிதன் எனும் இலக்கை அடைவதற்கு எடுத்துக் கொண்ட ஆண்டுகள் ஆயிரமாயிரம். அந்த ஆயிரமாயிரம் ஆண்டுகளில் மனிதன் தான் எதிர்கொண்ட சவால்களையும், அவற்றினால் பெற்ற அனுபவங்களையும், அறிவையும் கொண்டு தன்னுடைய வாழ்க்கைப் பாதையை தகவமைத்துக் கொண்டான். ஆனால் தனது அடிப்படைத் தேவைகள் நிறைவேறிய பின் மனம் போன போக்கில் தடம் மாறி பயணிக்கும் மனிதன் துன்பங்களை எதிர்கொள்கிறான். தனது வாழ்வின் நோக்கம் அறியாது தள்ளாடுகிறான். உடற் துன்பங்களும், மனத்துன்பங்களும் அவனை அமைதியிழக்கச் செய்கின்றன.

மனிதன் தனது வாழ்க்கை பாதையில் தடம் மாறி தடுமாறும் போதெல்லாம் அவனை சரியான வழியில் இட்டுச் செல்ல இயற்கை ஒரு உகந்த மனிதரை தேர்ந்தெடுக்கிறது. அவர்கள் தங்கள் வாழ்வு முழுவதும் ஒரு மெழுகுவர்த்தியைப் போல் தங்களை உருக்கி கொண்டு மற்றவர்களின் இருண்ட வாழ்க்கைக்கு ஒளி தருகிறார்கள். அவர்களை நாம் ஞானிகள் என்றும். மகான்கள் என்றும் போற்றுகிறோம்.

அவ்வாறு அகிலத்தின் அக இருளை அகற்ற 1911 ஆடித் திங்களில் அவதரித்த விடிவெள்ளி வேதாத்திரி. சுயமாக சிந்திக்கத் தொடங்கிய பருவம் தொட்டு அவருடைய சிந்தையெங்கும் பிறர் நலமே நிறைந்திருந்தது. ஏழ்மையில் உழன்றாலும் எண்ணங்கள் என்னவோ ஏகாந்தத்தில் பயணித்தன.

மனித அவலங்களை மாற்றுவதற்கான தேடலும், தீவிர சிந்தனையும், ஆழ்ந்த தவமும் வேதாத்திரியம் என்னும் வாழ்க்கைக் கல்வியாக வடிவம் பெற்றது. எல்லோருக்குமான உடல் மன பயிற்சிகள், மனிதன் மாண்புற வாழ வழிகாட்டும் வாழ்க்கை நெறி. இதுவே வேதாத்திரியம்.

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

பேதங்களைக் கடந்த இந்த மானுடக் கல்வியை மனித இனம் தனதாக்கிக் கொண்டால் ஒவ்வொரு தனி மனிதனும் பெறும் அமைதி உலக அமைதியாக பரிணமித்து மனிதர் யாவரும் மனது இதமானவராகி இந்த அகிலம் அமைதிப் பூங்காவாக அருள் மணம் வீசும்.

மனித வாழ்வு மதிப்புமிக்கதாக, அர்த்தமிக்கதாக மாறும்.

1958இல் தொடங்கிய அருட்தந்தை வேதாத்திரி மகரிஷி அவர்களின் அருட்பணி 2006ஆம் ஆண்டு அவர் இவ்வுலகிலிருந்து உடலளவில் விடைபெறும் வரை தொடர்ந்தது. அதன்பின் அவர் சூக்குமமாய் நிறைந்து வழி நடத்த உலக சமுதாய சேவா சங்கத் தலைவர் பத்மஸ்ரீ எஸ்கேஎம் மயிலானந்தம் ஐயா அவர்களின் சீரிய வழிகாட்டலில் ஆயிரமாயிரம் வேதாத்திரிய தொண்டர்களின் அயராத முயற்சியில் பல்லாயிரம் தவமமையங்களாக, பலநூறு அறிவித்திருக்கோயில்களாக மலர்ந்து மனிதரை புனிதராக்கும் ஆசானின் அருட்பணி தொடர்கிறது.

அந்த வகையில் எதிர்வரும் 27.08.2023 அன்று இலங்கை வெள்ளவத்தையில் கொழும்பு அறிவுத்திருக்கோயிலின் அறிவுத்திருக்கதவுகள் அனைவரும் பயன்பெற அகலத் திறக்கின்றன.

இவ்வேளையில் இலங்கை மனவளக்கலை அன்பர்களின் பல்லாண்டு கனவை மெய்ப்பிக்க தலைவர் அருள்நிதி மதுரைவீரன் ஐயா அவர்களின் தலைமையின் கீழ் அயராது உழைத்த அறங்காவலர்கள், மனவளக்கலை அன்பர்கள், நிதியுதவி மற்றும் பொருளுதவி அளித்து துணைபுரிந்த கொடையாளர்கள் அனைவருக்கும் எனது சிரந் தாழ்த்திய நன்றிகளை தெரிவித்துக்கொள்கிறேன்.

திறப்பு விழா சிறப்புற ஆசான் அருட்தந்தை வேதாத்திரி மகரிஷி அவர்களை நினைவில் நிறுத்தி வாழ்த்தி மகிழ்கிறேன்.

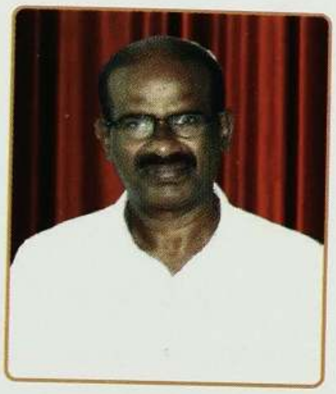
நன்றி.

வாழ்க வளமுடன்!

இச்சை என்பது தேவையுணர்வாகும்
இச்சை மீறச் செயல் வேகமாகிவிடும்
இச்சைச் செயலில் இணைந்திடும், மீறிடும்
இச்சைப் பழக்கத்தால் எண்ணங்களாகிடும்.

\- மகரிஷி

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



வாழ்த்துரை

அருள்நிதி தேவதாஸ்
நிறுவன அறங்காவலர்

*'எல்லாம் வல்ல தெய்வமது எங்கும் உள்ளது நீக்கமற
சொல்லால் மட்டும் நம்பாதே சுயமாய்ச் சிந்தித்தே தெளிவாய்'*

என்ற ஆசான் அருட்தந்தை வேதாத்திரி மகரிஷி அவர்களின் வாக்கிற்கு அமைவாக எங்கும் நீக்கமற நிறைந்த இறையாற்றலின் துணைகொண்டு இலங்கைத் தீவின் தலைநகர் கொழும்பில் உதயமாகியுள்ள அறிவுத்திருக்கோயில் நம்நாட்டு மக்களுக்குக் கிடைத்த மிகப்பெரிய பொக்கிஷமாகும். பல இன்னல்களைச் சந்தித்த இந்நாடு பல்வேறு தடைகளையும் தாண்டி படிப்படியாக மீண்டு வருகின்ற இவ்வேளையில் மக்களின் அறியாமை என்ற இருளை நீக்கி அறிவுச்சுடர் ஏற்றி மக்கள் அனைவருக்கும் நல்வழிகாட்டி வாழ்க்கைப் பயணத்தைத் தொடர்ந்து வாழ்வில் முழுமைபெற அறிவுக்கு என ஒரு கோயில் அமைந்திருப்பது இன்றியமையாத ஒன்றாகும்.

ஒரு நாட்டின் வளர்ச்சி என்பது வெறுமனே பொருளாதாரத்தில் மட்டும் தங்கியதல்ல. மக்களின் உடல் ஆரோக்கியம், மனஆரோக்கியம், சமூக ஆரோக்கியம் மேம்பாடு அடைந்தால் மட்டுமே பொருளாதாரத்திலும் மேம்பாடு அடையமுடியும். இத்தகைய ஆரோக்கியங்களை ஒருசேர தரக்கூடியதாக விஞ்ஞானத்துடன் இணைந்து மெஞ்ஞானத்தைக் கொடுக்க வல்ல ஒரு கல்வியை குழந்தைகள் முதல் பெரியோர் வரை அனைவருக்கும் கொடுக்கக்கூடிய கல்வி முறைதான் 'மனவளக்கலை யோகா' என அறிவுத்திருக்கோயில்கள் அனைத்திலும் வழங்கப்படுகின்றது. அனைவரும் இக்கல்வியைக் கற்று பயன்காண அன்போடு அழைக்கின்றது அறிவுத்திருக்கோயில். அந்தவகையில் கொழும்பு அறிவுத்திருக்கோயில் தனது பணிகளைச் சிறப்பாக செய்து மக்கள் வளம்பெருக்க வாழ்த்தி மகிழ்கின்றோம்.

வாழ்க வளமுடன்

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

வாழ்த்துரை

பேரா. மறி ஸ்ரெல்லா புனிதராஜா
தலைவர் விவேகா ஸ்கை மன்றம்
உப தலைவர்: WCSC *விஷன் கொழும்பு மண்டலம்*

'உலகின் ஒளி நானே; என்னைப் பின் தொடர்பவர் இருளில் நடக்கமாட்டார்; வாழ்வுக்கு வழி காட்டும் ஒளியைக் கொண்டிருப்பார்'.

பரபரப்பான இவ்வுலகில் மனிதனை மனிதனாக மாற்றி மாமனிதன் என்ற நிலையடைவதற்கு உலகின் ஒளியாக அவதரித்தவர் வேதாத்திரி என்ற பெயர் கொண்ட அருட்தந்தையவர்கள். அவரைப் பின் தொடர்ந்து அவர் அருளிய மனவளக்கலையை பயில்பவர்கள் இருளில் நடக்க மாட்டார்கள். வாழ்வுக்கு வழிகாட்டும் ஒளியைக் கொண்டிருப்பர்.

இலங்கை திரு நாட்டில், தலைநகரில், வெள்ளவத்தையில் ஏழு மாடிக் கட்டிடத்துடன் அழகுற அமைந்திருக்கும் அறிவுத் திருக்கோவிலுக்கு வாழ்த்துரை வழங்குவதில் பெரு மகிழ்வு கொள்கின்றேன். இவ்வரிய அறிவுத் திருக்கோவிலை தங்களது எண்ணம், சொல், செயல் மூலம் அமைத்திட உதவிய தலைவர் மதுரைவீரன் மற்றும் அனைத்து அறம் சார்ந்த அருளாளர்களுக்கும் அன்பு கலந்த வாழ்த்துகள்.

அருட்தந்தை வேதாத்திரி மகரிஷி அவர்களின் வழிகாட்டுதலுடன் எடுத்துக் காட்டாக விளங்கும் இவ் அறிவுத் திருக்கோவில் இன, மத, மொழி, பேதமின்றி அனைவருக்கும் கலங்கரை விளக்கமாக திகழ்ந்து மன மகிழ்வோடும், மனநிறைவோடும், மன அமைதியுடன் மக்கள் உடல், உயிர், உள எழுச்சி பெற்றவர்களாக வாழ்ந்து மற்றவர்களையும் வாழ வைக்கும் உயரிய பணியை செவ்வனே நிறைவேற்றக் காத்திருக்கின்றது.

மக்கள் அனைவரும் இருள் நீக்கி ஒளி பெற்று ஆன்ம உயர்வு பெறும் இவ் அறிவுத் திருக்கோவில் வாழ்க வளர்க, வளமுடன் என வாழ்த்தி நிற்கின்றேன். விதை விருட்சமாவதுபோல் பலரும் பயன்பெற அகமகிழ்ந்து வாழ்த்துகின்றேன்.

வாழ்க வளமுடன்! வளர்க வேதாத்திரியம்!
அனைவரும் தொண்டாற்றி இன்பம் காண்போம் குருவடி சரணம்

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

வாழ்த்துரை

அருள்நிதி ந. பாலசுந்தரம்
மனவளக்கலை பேராசிரியர்
தலைவர், இலங்கை மனவளக்கலை மன்ற
ஹட்டன் அறக்கட்டளை
உப தலைவர், இலங்கை மனவளக்கலை மன்றம், கொழும்பு மண்டலம்

ஞாலம் உய்யவென எழுந்துள்ள ஞானக்கருவூலம் வாழ்க வளமுடன்

அகத்தவமும், அருட்பணியும், அனைத்து மக்களுக்கும்
அறிவறிய, அறம்நிற்க, வழிகாட்ட வேண்டி,
மிகத்தெளிந்த அறிவோடு மேலும்மேலும் எண்ணி,
மென்மனத்தார் ஒத்துழைப்பும், பொருள்வளமும் கொண்டு,
இகத்துக்கும் பரத்துக்கும் நேர்வழியைச் சீராய்
எல்லார்க்கும் காட்டும் அருட்தொண்டு இல்லம்கண்டேன்,
பகுத்தறிவும், தொகுத்துணர்வும், பண்பாடும் ஓங்க
பலநாட்டு அறிஞர்களும் பயன்விளைக்க வாரீர்.

அருட்தந்தை *(22.07.1998)*

தத்துவஞானி யோகிராஜ் வேதாத்திரி மகரிஷி அவர்கள் முப்பத்தைந்து வருடங்களுக்கு முன்னே மொழிந்தருளிய தீர்க்கதரிசனக் கவிவரிகளிவை. அறிவுக்குத் திருக்கோயில் தந்த ஆத்மஞானி மகரிஷியின் திருவாய்மொழியிலேயே

''மிகத்தெளிந்த அறிவோடு மேலும் மேலும் எண்ணி
அருட்தொண்டு இல்லம் கண்டேன்''

என்று அறிவுத்திருகோவிலுக்கு வரைவிலக்கணம் வரைகிறார். இக்கவியை விட ஆலயத்தின் திருப்பணியெவை என்றுரைக்க வியாக்கியானம் வேண்டியதில்லையன்றோ!

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

அறிவுத்திருக்கோயில்கள் வையகம் முழுவதும் வியாபித்து ஊர்தோரும் உருவாகவேண்டுமென்ற குருவின் எண்ணத்தின் விளைவே இலங்கை மனவளக்கலை மன்ற அறக்கட்டளையின் தலைமையகமாம் வெள்ளவத்தையில் அமையப்பெற்ற இந்த ஞானக் கருவூலமாகும்.

இது இறுதியல்ல இன்னுமோர் அத்திவாரத்தின் ஆதாரம். பல்கிப் பெருகி வாழையடிவாழையாக வளரும் என்பது எம் எண்ணத்தின் திண்ணம்.

ஆலய அமைப்புப் பணிகள் நேர்த்தியாக நிகழ்ந்தேகி நாளொரு மேனியும் பொழுதொரு வண்ணமுமாக மலர்ந்த திருக்கோயில் இன்று கம்பீரமாய்த் தோற்றமளிப்பினும் அதனுள் அடுக்கப்பட்டுள்ள ஒவ்வொரு செங்கற்களும் செயற்குழுவினரும் நல்லுள்ளம் கொண்ட அன்பர்களும் நல்கிய ஈடுயிணையற்ற சேவைகளை யான் சேர்ந்திருந்தே கண்ணுற்றுள்ளேன். அதனிலும் இலங்கை மனவளக்கலை மன்றத் தலைவர் அவர்களின் தியாகப்பூர்வத் திருப்பணி கண்டு விழியோரம் நீர்க் கசிந்து வியந்து அன்பர் பலரோடு பகிர்ந்து மெய் சிலிர்த்த சந்தர்ப்பங்கள் பற்பல. இதனையே 'மென்மனத்தார் ஒத்துழைப்பும், பொருள்வளமும் கொண்டமைந்த இல்லம்' என்று போற்றுகிறார் ஞானகுரு அவர்கள்.

இகத்துக்கும் பரத்துக்கும் நேர்வழியை காட்டும் இலங்கை மனவளக்கலை மன்றத்தின் தலைமையகத்தின் அறிவுத்திருக்கோயில் உருவாக்கத்தின் சிந்தனை தோற்றம் தொடக்கம் கால்கோள் குழியமைத்த முதல் ஊழியரிலிருந்து அருந்தொண்டாற்றிய கடையூழியர் வரை கருமயோகிகளாகவே காண்கிறேன். அவர்கள் திருப்பணி வாழ்க வளமுடன் என வாழ்த்துகிறேன்.

அருட்தந்தை மொழிந்தவண்ணமே அருள்நாட்டம் உடையவர்கள் அன்பளிப்பு, உழைப்பு, அருட்கொடையால் அகில உலகோர்க்குப் பொதுவாக அமையப்பெற்ற அறிவுத் திருகோயில் அருட்பேராற்றல் கருணையினால் பிரபஞ்ச ஆற்றலை ஆகர்ஷணம் செய்து அன்பர்களனைவருக்கும் பரவச்செய்து இலங்கைத் திருநாடு இன்புற்றுய்ய ஆத்மார்த்தமாக வாழ்த்துகிறேன்.

நன்றி

வாழ்க வளமுடன்.

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

வாழ்த்துரை

செ. கனகராஜ்
விளம்பரம் உபதலைவர்
WCSC கொழும்பு மண்டலம்

இலங்கைத் திருநாட்டிலே கொழும்பு மாநகரிலே வெள்ளவத்தை எனுமிடத்தில் அமைந்துள்ள கொழும்பு அறிவுத் திருக்கோயில் ஆகஸ்ட் 27ஆம் திகதி 2023 ஆண்டு மக்களின் சேவைக்காக திறக்கப்படவுள்ள செய்தியை அறிந்து மட்டற்ற மகிழ்ச்சி அடைகிறேன். விழா மலருக்கு எனக்கு வாழ்த்துரை எழுதுவதற்கு வாய்ப்பு கிட்டியதற்கு குருவிற்கும், இறையருளுக்கும் முதற்கண் என் வணக்கத்தினையும் வாழ்த்துகளையும் கூறிக் கொள்கிறேன்.

கொழும்பு அறிவுத் திருக்கோவில் திறப்பு விழா காணும் இந்நன்நாளில் இக்கோவில் உருவாவதற்கு அரும்பாடுபட்ட நம் அறக்கட்டளை தலைவர் பேரா.மதுரை வீரன் ஐயா அவர்களுக்கும் மற்றும் உதவி செய்தவர்கள் (சரீரம், பணம், வாழ்த்து) அனைவருக்கும் தொண்டுள்ளங்களுக்கும் அன்பு உள்ளங்களுக்கும் புது செட்டித் தெரு மன்ற அன்பர்கள் சார்பிலும் வாழ்த்துகளை கூறிக் கொள்கிறேன்.

எப்பொருளை எச்செயலை எக்குணத்தை
எவ்வுயிரை ஒருவர் அடிக்கடி நினைந்தால்
அப்பொருளின் தன்மையாய் நினைப்போர் ஆற்றல்
அறிவினிலும் உடலினிலும் மாற்றங்காணும்

இப்பெருமை இயல்பூக்க நியதியாகும்
எவரொருவர் குருவை மதித்து ஒழுகினாலும்
தப்பாது குருவுயர்வு மதிப்போர் தம்மைத்
தரத்தில் உயர்த்திப் பிறவிப்பயனை நல்கும்

- ஞா.கள

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

மனம், மெய், உயிர் எனும் மூன்று மறைபொருட்களை உணர்ந்து வாழ்வதற்கு வழி செய்வது ஆன்மிக வாழ்க்கையே ஆகும். இந்த ஆன்மிக வாழ்க்கையே மனிதனை மனிதனாக ஒழுக்கம், கடமை, ஈகை உணர்ந்து வாழ்பவனாகச் செய்யும்.ஆறாவது அறிவின் வெளிப்பாடு, மனவேகம், உடல் வேகம், உயிர் வேகம் என்ற மூன்று வேகமும் ஒன்றுபட்டு உயர வேண்டும். உடலோடு உயிர், உயிரோடு மனம் ஆகியவை ஒன்றுபட்டு ஒத்துழைக்க வேண்டும். இதற்கு இந்த அறிவுத்திருக்கோயில்

உடலுக்கு உடற்பயிற்சி

மனதிற்கு தியானப்பயிற்சி

உயிருக்கு காயகல்பப்பயிற்சி

என்ற மூன்றும் நம் உடல், உள்ளம், உயிரை மேன்மைப்படுத்தி தூய்மைப்படுத்தி மனிதன் வாழ்வதற்கு வாழ வழிவகுக்கிறது. ஆன்மிகத்தில் உயர்ந்த பெரியவர்கள் ஒரு பாலமாக இருந்து அவர்கள் வாழ்வில் ஏற்பட்ட அனுபவங்கள் மற்றும் உபதேசங்களை நமக்கு தேவையானவற்றை நமக்குப் புரியும் விதத்தில் எளிமையான முறையில் நடைமுறை தமிழில் ஆசான் அருட்தந்தை வேதாத்திரி மகரிஷி அவர்கள் விளக்குகிறார்.

இந்த அரும்பிறவியில் முன்வினை யறுத்து
எல்லையில்லா மெய்ப்பொருளை அடைவதற்கு
வந்த ஒரு உதவி குரு உயிரின் சேர்க்கை
வணங்கி குரு திரு வடியை வாழ்த்தி வாழ்வேன்

- மகரிஷி

நம் பிறவிக் கடலை நீந்திச் சென்றடைய தகுந்த குருவை பெற்ற பாக்கியசாலிகள் ஆகிய நாம் உலக மக்கள் அனைவரையும் சாதி, மொழி, மத, இன, வேறுபாடின்றி வாழ்க வையகம் வாழ்க வையகம் வாழ்க வளமுடன் என்று வாழ்த்திக் கொண்டே இருப்போம்.

நன்றி

வாழ்க வளமுடன்

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

வாழ்த்துரை

முனைவர். க.பெருமாள்
Director VISION Academy/OSFC
ஆழியார்.

கொழும்பு அறிவுத்திருக்கோயில் திறப்பு விழா ஆகஸ்ட் 27-ஆம் தேதி நடைபெறவிருப்பதை அறிந்து மகிழ்கிறேன். அருட்தந்தை வேதாத்திரி மகரிஷி அவர்கள் உருவாக்கிய உலக சமுதாய சேவா சங்கத்தின் முக்கிய பயிற்சிமையம் அறிவுத்திருக்கோயில், தமிழ்நாட்டிலும், வெளிமாநிலங்களிலும், வெளிநாடுகளிலும் இத்தகைய அறிவுத்திருக்கோயில்கள் நிறைய உருவாகிக் கொண்டிருக்கின்றன. மனித வாழ்வின் நோக்கம். அறிவிலே முழுமை அடைவதை 'அறிவு முழுமை அது முக்தி' என மகரிஷி அவர்கள் குறிப்பிடுகிறார்கள். அறிவின் பயணத்தில் வெற்றியடைவதற்கு உதவி செய்வதுதான் அறிவுத்திருக்கோயிலின் முக்கியப் பணி.

அறிவறிய வேண்டு மெனில் புலன் கடந்து
அறிந்துள்ள அத்தனையும் கடந்து நின்று
அறிவிற்கு இயக்ககளப் பொருள் பரம
அணுவான உயிர்நிலையை உணர வேண்டும்.
அறிவங்கே உயிராகும் துரியமாகும்
அந்நிலையும் கடந்துவிடத் துரியாதீதம்
அறிவிந்த நான்கு நிலைகளில் அவ்வப்போ
அனுபவமாய் நின்று நின்று பழக வெற்றி.

ஞா.க.

அறிவினை அறிய வேண்டுமெனில் புலன்பற்றுகளைக் கடக்க வேண்டும். இதுவரை பெற்ற அனுபவங்களைக் கடக்க வேண்டும். அறிவின் இயக்கங்களில் பொருளாக உள்ள உயிரை உணர வேண்டும். துரிய தவத்தில் உயிரை உணர்ந்து துரியாதீதத்தில் மனமாக

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

விரிந்து இறைநிலையோடு கலந்து பேரறிவாய் மாறும் அனுபவம் பெற வேண்டும். இந்த சிறப்புகளைப் பெறுவதற்கு உரிய வழிமுறைகளான, தவமும் தற்சோதனை முறைகளும் தான் அறிவுத்திருக்கோயில்களில் சொல்லிக் கொடுக்கப்படுகின்றன. மனிதன் தனக்குள்ளாக நிறைந்துள்ள தெய்வத்தன்மையை உணர்ந்து, உணர்ச்சி நிலைகளிலிருந்து விடுபட்டு, அன்பும் கருணையுமாய் அனைத்து உயிர்களையும், தெய்வத்தின் திருவுருவமாய் கண்டு மகிழ உதவும் பயிற்சி களம் தான் அறிவுத்திருக்கோயில். இயற்கை எழில் மிகுந்த கடல் சூழ்ந்த இலங்கையில் இரண்டாவது அறிவுத்திருக்கோயில் கொழும்பில் உருவாகியுள்ளது. சாதி, மதம், இனம் எனும் பற்றுகளைக் கடந்து மனிதனை மனிதனாக மதித்து தெய்வத்தின் சிறப்பியக்கமாக கண்டு மகிழ இவ்வறிவுத்திருக்கோயில் உதவி செய்யும். இவ்வறிவுத்திருக்கோயில் உருவாக உழைத்த அத்துணை அன்பு உள்ளங்களுக்கும் நன்றியைத் தெரிவித்து மகிழ்கின்றேன்.

அறிவறிய அறம் வளர
அன்போடு கருணையிவை பெருக
தேவையைச் சீர்செய்து இயற்கை எழில் காண
பகுத்தறிந்து தொகுத்தறிந்து பண்போடு
பரமத்தின் மூலநிலை கண்டு உணர
விரிந்தருவில் வேதாந்த சித்தாந்த
விளக்கம். விரிவாய் தானுணர
ஐம்புலனில் அமைதிபெற்று அறுகுணத்தில் சீராகி
எண்குணத்தான் இயல்பு பெற்று எல்லாம் வல்ல
இறைநிலையே தானாகி நிற்கின்ற தற்பதமாய்
நிறைபேறு நிலை பெறவே அறிவுத்திருக்கோயில்
வாரீர் வாரீர் வந்தருள் பெறுவீர்.
வாழ்க வளமுடன் வாழ்க வளமுடன்.

நன்றி

பொதுசன நூலகம் யாழ்ப்பாணம்

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

வாழ்த்துரை

மு.நி. பேரா. Dr. N.A.பெருமாள்,
Vice President, The World Community Service Centre,
Director General, WCSC-VISION for Wisdom,
Temple of Consciousness, Aliyar.

எல்லாம் அறியும் அறிவு தனைவிட்டு
எல்லாம் அறிந்தும் இலாபமங் கில்லை
எல்லாம் அறிந்த அறிவினை நானென்னில்
எல்லாம் அறிந்த இறையென லாமே.'' . . . திருமூலர்.

மெய்யறிவு பெறாது பிற அறிவெல்லாம் பெற்றிருந்தாலும் அதனால் ஒரு பயனும் இல்லை என்கிறார் அறிஞர் திருமூலர்.

இதே போன்று 'சித்த வேதம்' எனும் நூலில் சுவாமி சிவானந்த பரமஹம்சர் ''தன்னை உணராத படிப்பு எதுவாயினும் பொருளற்றதே; தன்னை உணர, தன்னைத்தான் படிக்க வேண்டும்.'' என்கிறார்.

பத்தொன்பதாம் நூற்றாண்டில் அவதரித்த மகாகவி பாரதியார் (1882-1921) அறிவே தெய்வம் என்று வேதங்களும், சுருதிகளும் கூறியதை கேட்டதில்லையா என சமுதாயத்தை வினவினார். இருபதாம் நூற்றாண்டில் அவதரித்த, அறிஞர் திருமூலரை மானசீக குருவாக ஏற்றுக்கொண்ட, வேதாத்திரி மகரிஷி அவர்கள் (1911-2006) 1973ஆம் ஆண்டில் இறையைப் பற்றிய தெளிவான விளக்கங்களைக் கூறினாலும், 'சுயமாய்ச் சிந்தித்தே தெளிவாய்' என்கிறார். 1992ஆம் ஆண்டில் உறுதியாக ''அஞ்சுவதேன் துணிந்துரைப்போம் அறிவே தெய்வம்'' என்கிறார்.

அறிவே தெய்வம் என்று அவ்வாறு உறுதியாக கூறுவதற்கான காரணம் மகரிஷி அவர்கள் கூறுகின்ற தெய்வம் பற்றிய விளக்கம் விஞ்ஞான அடிப்படையிலும், அறிவுப்பூர்வமாகவும், மனித அறிவிற்கு ஏற்புடையதாகவும், பொருத்தமானதாகவும் (Logically&science of reasoning) இருப்பதே.

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

அறிவே தெய்வம் என உறுதியாகக் கூறினாலும் மகரிஷி அவர்கள் வழக்கமாகக் கூறும் ஆலோசனை 'நான் கூறுவது தகவல் மட்டுமே. அதனை உறுதிப்படுத்திக் கொள்ளுங்கள். அதன் பிறகு அதற்கேற்றவாறு உங்களை மாற்றிக் கொள்ளுங்கள் 'Information, Confirmation, Transformation' என்பது அவர் அறிவே தெய்வம் என உறுதியாகக் கூறியதற்கும் பொருந்தும். அவர் கூறுவதை அப்படியே ஏற்றுக்கொள்ளாமல் நம்மை உறுதிப்படுத்திக்கொள்ளவே, சுயமாய்ச் சிந்தித்தே தெளிவாய் என்கிறார்.

அறிவே தெய்வம் என்று உறுதியாகக் கூறிய மகரிஷி அவர்கள் மேலும் கூறுவதாவது:

''நான் எனினும் நீஎனினும் நிறையறிவில் ஒன்றே;

நல்லுயிரில் வினைப்பதிவில் முன்பின்னாய் உள்ளோம்'' ... என்பது.

வினைப்பதிவில் நாம் முன்பின்னாக இருந்தாலும், மகரிஷி அவர்கள் நமக்கு அளிக்கும் உறுதியினை நாம் அனைவரும் கவனத்தில் கொள்ள வேண்டும். நம்மைப் பார்த்து ''உத்தம நண்பர்காள் உங்கட்கும் உரியது இறைவனைக் காண்பது (அறிவின் முழுமைப்பேறு)'' என்றும் கூறுகிறார். இறைவனைக் காண்பது என்பது அறிவால் அறிவாகிய இறையை உணர்வதாகும்.

'அறிவே தெய்வம்' என்பதை உறுதி செய்துகொள்வதில் மனித குலத்திற்கு இருக்கின்ற ஐயத்தை இயற்கை (இறை), நீக்கித் தெளிவுபடுத்துவதற்காக இணைகோடுகளாகவே இருந்து வந்த விஞ்ஞானமும் மெய்ஞ்ஞானமும் இணைய வேண்டும் என்கின்ற தேவையை உலகப்புகழ் விஞ்ஞானி ஐன்ஸ்டீன் (1879-1955) வாயிலாக ''Science without Religion is lame, Religion without Science is blind'' என்கின்ற எண்ணத்தை எழுப்பி, ஐன்ஸ்டீன், பாரதியார் இருவருக்கும் பின்னவரான வேதாத்திரி மகரிஷி அவர்களின் வாயிலாக அறிவிற்கான அறிவுப்பூர்வமான **உறுதியான இறுதியான விளக்கம் அளித்து ''அஞ்சுவதேன் துணிந்துரைப்போம்! அறிவே தெய்வம்'' எனவும் உரைக்க வைத்தது இறை.** இதுவன்றோ இயற்கையின் (இறை) திருவிளையாடல்.

இத்திருவிளையாடல், மேற்குறித்த மூவரும் சமகாலத்தில் வாழ்ந்ததால் மெய்ப்பொருள் விளக்கம் ஒருவரிடமிருந்து அடுத்தடுத்து மற்றவர்களிடம் விரிவாகித் தெளிவாகியது எனலாம். இந்நிகழ்வு இறைக்கு எவ்வாறு சாத்தியமாகியது? இறை அறிவாக இருப்பதனால்தான் சாத்தியமாகியது. இயற்கையின் ஆதிநிலை (Primordial State of the Universe) அறிவாக இருந்ததால்தான் சாத்தியமாகியது. **வார்த்தைகளால் கூற முடியாத சிறப்பு வாய்ந்த இத்தகைய அரூபமான அறிவாகிய இறையை மனிதன் தன் அறிவால் நேரிடையாகவே வழிபட பிரத்தியேகக் கோயில் (Exclusive Temple of Consciousness) அவசியம் தானே!**

எனவே இயற்கை (அறிவு, இறை) 1984இல் தனக்கென ஒரு கோயிலை நிறுவ வேதாத்திரி மகரிஷி அவர்களை திருக்கருவியாகக் ஏற்படுத்திக்கொண்டது. அதுதான் ஆழியாறிலுள்ள உலகின் முதல் அறிவுத்திருக்கோயிலாகும். அதனைத் தொடர்ந்து, மகரிஷி அவர்களின் (இயற்கையின் - இறையின்) எண்ணம் ஈடேறும் வகையில்

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

உலகெங்கிலும் ஆங்காங்கே அறிவுத்திருக்கோயில்கள் உருவாகி வருகின்றன. இயற்கையே-அறிவே-இறையே உருவாக்கிய அறிவுத்திருக்கோயில்கள் வரிசையில் ஒன்று இப்போது கொழும்பில் திறக்கப்பட இருக்கும் அறிவுத்திருக்கோயில் என்று அறிந்து மிக்க மகிழ்ச்சி அடைகிறேன். மனிதன் துன்பமில்லாமல் வாழ்வதற்கு திருவள்ளுவர் கூறும் 'பொய்தீர் ஒழுக்க நெறி நிற்றல்' அவசியமாகின்றது. மனிதன் மனிதனாக வாழ்வதற்கான ஒழுக்கவியல் கல்வி அவசியமாகின்றது. எனவே ஒழுக்கவியல் கல்வியைப் போதிக்க உருவாக்கப்பட்ட புனித இடங்களே (Special Institutions imparting Disciplinary&Education) அறிவுத்திருக்கோயில்கள்.

மக்களில் எழுத்தறிவு பெற்றவர்களின் எண்ணிக்கை (literacy rate) 100 விழுக்காட்டினை எட்ட வேண்டும் என்கின்ற நோக்கத்துடன் கல்வித்துறை, ஆவன செய்து வருவதுபோல், மனித அறிவின் முழுமைப்பேற்றிற்கு ஒழுக்கவியல்-மாண்பியல் கல்வியை கற்பிக்கும் திருவேதாத்திரியமும் மனிதகுலம் மெய்விளக்கத் தெளிவு பெறுவதற்கு ஏதுவாக **வினைப்பதிவில் முன்பின்னாய் உள்ளதை சரி செய்து** மனிதகுலத்தின் வினைப்பதிவுகளை (En masse) நல்வினைப் பதிவுகளாக உயர்த்த, அறிவுத்திருக்கோயில்களை ஏற்படுத்தி, பேறுகளில் சிறந்ததான, உன்னதமான, புனிதமான குணநலப்பேற்றினை அடையும் வழிகளைக் கூறுகின்றது. குணநலப்பேறு என்பதில் பேறு என்பது என்ன? பெறுவது பேறு. மனிதன் வாழ்நாளில் பலவற்றைப் பெறுகிறான். பெறுவது பேறு என்றாலும் பெறுவதெல்லாமே பேறுகள் ஆகா. ஆனால் அவற்றில் ஒருசில மட்டுமே பேறு எனக் கருதப்படுகின்றன. பெறுவதில் அரிய ஒன்றுதான் பேறாகக் கருதப்படுகின்றது.

''அரிது அரிது மானிடராய் பிறத்தல் அரிது'' என்கிறார் அவ்வைத்தாய். ஆகவே அரிதான மனிதப்பிறவியின் நோக்கம் பேறுகளில் அரிதான மெய்விளக்கப்பேற்றினைப் பெற்று மனிதன் வாழும்போதுதான் மற்றெல்லா உயிர்களைக் காட்டிலும் (ஓரறிவிலிருந்து ஐந்தறிவு வரை) மனிதப்பிறவியை அரிய பிறவியாகக் கருத முடியும். மற்ற உயிர்களுக்குக் கிடைக்காத பேறு மனிதன் மெய்விளக்கம் பெறுவது. மெய்விளக்கம் பெறுவதில் பூரணத்துவம் எய்துவதற்கு, மனிதன், குணநலப்பேற்றைப் பெற்று அறிவின் முழுமையில் வெற்றியடைய வேண்டும்.

'குணநலப்பேறு' என்கின்ற சொல்லைக் கேட்பதே காதுகளுக்கு இனிமையாக உள்ளதால், தற்சோதனைப் பயிற்சிகளால் குணநலப்பேற்றையே பெற்றுவிட்டால் எப்போதுமே ஆனந்தம்தான். சிந்தனையையே மூச்சாகக் கொண்ட வேதாத்திரி மகரிஷி அவர்கள், ''சிந்தனையின் பயனாக அறுகுணச் சீரமைப்பு என்ற ஒரு பெரிய உலக நலக் கருத்து உருவாகியது; அக்கருத்தே தற்சோதனை எனும் உளப்பயிற்சி முறையாக உருவானதற்கு காரணம்'' என்கிறார். குணநலப்பேறு மூன்று சொற்களைக் கொண்டதால், அம் மூன்று சொற்களையும் பிரித்து தனித்தனியாக பொருள் கொண்டால் மகரிஷி அவர்கள் கூறும் குணநலப்பேற்றின் மகத்துவம் விளங்கிவிடும்.

மனித அறிவு, அறியாமை, அலட்சியம், உணர்ச்சிவயம் ஆகிய மூவகை ஏழ்மையில் சிக்கித் தவிக்கின்றது. இம்மூன்று ஏழ்மைகளாலேயே மனிதன் துன்புறுகின்றான். உணர்ச்சி

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

நிலையால் ஏற்படுகின்ற பேராசை, சினம், கடும்பற்று, முறையற்ற பால் கவர்ச்சி, உயர்வு-தாழ்வு மனப்பான்மை, வஞ்சம் ஆகிய அறுகுணங்களை சீரமைக்கவே மனவளக்கலை எனும் அருமருந்தை வேதாத்திரி மகரிஷி அவர்களின் வாயிலாக இயற்கை (இறை) மனிதகுலத்திற்கு அளித்துள்ளது.

மனவளக்கலை எனும் அருமருந்தால் அறுகுணங்கள் சீரமைக்கப்படும்போது அதன் விளைவுகளான நிறைமனம், சகிப்புத்தன்மை, ஈகை, கற்பு, சமநோக்கு, மன்னிப்பு ஆகிய மனித மாண்பினை உயர்த்தும் நற்பண்புகள் மனிதனிடம் மேலோங்கி விலங்கினப்பண்புகள் எழா வண்ணம் எப்போதும் அயரா விழிப்புணர்வு மனிதனை ஆளுமை செய்யும். எனவே மனிதனின் தரம் உயரும். ஆதிமனிதனிடத்திலிருந்து கருத்தொடராக வந்துள்ளவன்தான் தற்போதைய மனிதனும். இதற்கிடையில் எங்கேயும் தொடர் விட்டுப்போகவில்லை. ஆகவே விலங்கினப்பண்பு மனிதர்களிடம் மறைந்தோ அல்லது மேலோங்கியோ உள்ளது. இதுவரை பல்லாயிரம் பிறவிகளாக மனிதனுக்கு விலங்கினப்பண்பை செயலற்றதாக்கும் பயிற்சி கிட்டவில்லை. இப்போது திருவேதாத்திரியத்தின் தோற்றத்தால் விலங்கினப்பண்பை செயலற்றதாக்கும் அறுகுணசீரமைப்பு பயிற்சி கிட்டுவதால் விலங்கினப்பண்புகள் எழாநிலையில் விழிப்புடன் மனிதன் மனிதனாக வாழ்வான். இது கிடைத்தற்கரிய பேறுதானே! ஆகையால் அறுகுணச்சீரமைப்பின் வாயிலாக மனிதன் குணநலப்பேற்றினை பெற்று அறிவின் முழுமைப்பேற்றில் வாழ்வாங்கு வாழ்வான்.

மனிதகுலம் உய்வதற்குத் தேவையான அறிவுத்திருக்கோயில்களை உருவாக்கும் புனிதப்பணியில் இலங்கை மனவளக்கலை மன்ற அறக்கட்டளை அன்பர்களை ஈடுபடுத்தி, உடல், பொருள், ஆவி மூன்றையும் அர்ப்பணிக்கச் செய்து, இயற்கையே (இறையே-அறிவே) தனக்கென ஏற்படுத்திக் கொண்ட அறிவுத்திருக்கோயில்கள் வரிசையில், இலங்கை மனவளக்கலை மன்ற அறிவுத்திருக்கோயில் நிறுவப்பட்டு திறப்பு விழா கொண்டாடுவது அறிந்து மிக்க மகிழ்ச்சி. நிருவாகிகள் மற்றும் மன்ற அன்பர்களின் அறிவுத்தொண்டு பாராட்டுதற்குரியது. எனது உளங்கனிந்த பாராட்டுகள்.

நிருவாகிகள், மன்ற அன்பர்கள் மற்றும் அவர்களது அன்புக்குடும்ப அன்பர்கள் அனைவரும் உடல்நலம், நீளாயுள், நிறை செல்வம், உயர்புகழ், மெய்ஞ்ஞானம் ஓங்கி வாழ இறையருளும், குருவருளும் துணைசெய்யட்டும்.

கொழும்பு அறிவுத்திருக்கோயிலுக்கு பல்லாயிரம் அன்பர்கள் வந்து அறிவை அறியும் அறிவின் முழுமைப் பேற்றினை அடைந்து வாழ்வாங்கு வாழ வாழ்த்துகள்.

கொழும்பு அறிவுத்திருக்கோயில் வாழ்க வளமுடன்.

வளர்க கொழும்பு அறிவுத்திருக்கோயில்.

வாழ்க திருவேதாத்திரியம்! வளர்க திருவேதாத்திரியம்!!

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

வாழ்த்து மடல்

முனைவர்.சு.இலக்குமணன்,
இயக்குநர், ஆராய்ச்சி மற்றும் மேம்பாடு,
அறிவுத்திருக்கோயில், ஆழியாறு.

அன்புடையீர்,

கொழும்பு அறிவுத்திருக்கோயில் திறப்பு விழா குழுவினர் அனைவருக்கும் எமது பணிவார்ந்த வணக்கங்களும் இனிய வாழ்த்துகளும் உரித்தாகுக.

மனிதகுலம் தோன்றி வாழ ஆரம்பித்த காலத்திலிருந்தே மனித வாழ்வில் ஏற்படும் துன்பங்கள் பற்றியும் அவற்றிலிருந்து விடுபட்டு வாழும் வகை பற்றியும் சிலர் சிந்திக்கவே செய்தனர். கால ஓட்டத்தில் அச்சிந்தனையாளர்களின் கருத்துக்களை மேலும் மேலும் சிந்திந்து வாழும் வகையறிந்து வழி நடத்தியோரே ஞானிகள் எனப்பட்டனர். அந்நல்லோர் சொன்ன கருத்துக்களையெல்லாம் பின்பற்றி வாழாத குறைபாடுகளே இன்றைய வாழ்க்கை சிக்கல்களுக்கெல்லாம் காரணங்களாகும். மனித குலம் தற்காலத்தில் விஞ்ஞானத்தால் பெரும் வளர்ச்சி பெற்றிருந்தாலும் இயற்கை மற்றும் வாழ்க்கைத் தத்துவங்களை உணர்ந்து, மதித்து பின்பற்றாமையே இன்றைய துன்பங்களுக்கெல்லாம் காரணங்களாகும்.

இச்சூழலில், வாழ்வியல் சார்ந்த உண்மைகளைத் தந்த ஞானியரின் வரிசையில் இறுதியாக வந்த மகான் யோகிராஜ் வேதாத்திரி மகரிஷி அவர்கள் ஆவார். மகரிஷி அவர்கள் தமது கவி ஒன்றில், ''அறிவில் அறிவாய் நிலைத்து அறம் வகுத்தோர், அதை வாழ்ந்து காட்டினோர் நினைவு கூர்வாம்'' என்று குறிப்பிட்டிருப்பதை நாம் நினைவில் கொள்ள வேண்டியுள்ளது.

மனிதர்களை வழி நடத்தக்கூடியதாக உள்ள இறையறிவே ''அகம்'' (Consciousness) என்று போற்றப்படுகிறது. மனிதன் எந்த ஒரு பிழை செய்தாலும் அகமே அதனைச் சுட்டிக் காட்டி நல்வழிப்படுத்தும் வகையில் செயல்படுகிறது. இருப்பினும், பொருள், புகழ், செல்வாக்கு, புலனின்பம் எனும் பிடிகளில் சிக்கியுள்ள மயக்கத்தால், மனிதன் இறைவனின் குரலை கேட்க முடிவதில்லை. மயக்கத்தில் ஆழ்ந்து தீயனவற்றிலே பழகித் துன்பத்திலே உழல்வது இன்றைய வாழ்க்கையாக உள்ளது.

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

விஞ்ஞான அறிவு வெகுவாக வளர்ந்து வாழ்க்கை வசதிகளைப் பெருக்கித் தந்தும் மனித வாழ்வில் நிறைவும் அமைதியும் கிட்டியபாடில்லை. இக்கருத்தினை,

''எல்லாம் அறியும் அறிவு தனைவிட்டு
எல்லாம் அறிந்தும் இலாபமங் கில்லை
எல்லாம் அறிந்த அறிவினை நானென்னில்
எல்லாம் அறிந்த இறையென லாமே.'' - (திருமூலர் 2551)

என்று தெளிவாக்கியுள்ளார்.

இறையே தன்மாற்றத்தால் மனிதராகவும், மனிதருள் அகமாகவும் இருப்பதையும் வினைக்கேற்ற விளைவாக வருவதையும் ஒவ்வொருவரும் அறிந்து தெளிவு பெற்று வாழ வேண்டிய அளவிற்கு தற்போது மனிதகுலம் பலவகையாலும் ஏற்றம் பெற்றுள்ளது. இருப்பினும், புலன் வழி பழக்கத்தாலும், வினை விளைவு என்ற இறைநீதியை உணர்ந்து மதிக்காமையினாலும் மனிதர்கள் துன்பம் அடைகின்றனர். இறைநிலை உணர்வும் தெளிவும் பெற்றவரே துணிவு கொண்டு அறநெறி வாழ்ந்து தூய்மை எய்தி நிறை நிலை அடைய இயலும்.

''கண்காணி யில்லென்று கள்ளம் பலசெய்வார்
கண்காணி யில்லா விடமில்லை காணுங்கால்
கண்காணி யாகக் கலந்தெங்கு நின்றானைக்
கண்காணி கண்டார் களவொழிந் தாரே.'' - (திருமூலர் 2029)

வாழும் உயிரினங்களுள் மனிதர்க்கே உரிய சிறப்பு அவரது சிந்தனைத் திறனாகும். அத்திறம் கொண்டு வாழ்க்கைச் சிக்கல்களைச் சீரமைத்துத் துன்பமிலாமல் வாழ முடியும். இறைத் தத்துவத்தில் ''செயலுக்கேற்ற விளைவு'' என்பது மிக முக்கியமானது. இதனை மதித்துப் போற்றும் அளவிற்கே மனிதர்கள் துன்பங்களிலிருந்து விடுபட இயலும். இக்கருத்தைத் திருமூலபிரான் ''பிரானடி பேணுதலின்'' சிறப்பு பற்றி விளக்கியுள்ளார்.

''வினை விளைவு'' என்ற இறைநீதியை அனைவரும் மதித்து ஒழுகும் அளவில்தான் தூய்மை எய்த இயலும் என்றும், மற்றவர்கள் அப்பேற்றினை அடையும் வாய்ப்பை இழந்தனரே என்றும் பாடியுள்ளார்.

''பெறுதற் கரிய பிறவியைப் பெற்றும்
பெறுதற் கரிய பிரானடி பேணார்
பெறுதற் கரிய பிராணிகள் எல்லாம்
பெறுதற் கரியதோர் பேறிழந் தாரே''. - (திருமூலர் 2052)

''பூரணம், பேராற்றல், பேரறிவு, காலம்'' என்ற நான்கு தன்மைகளையும் மகரிஷியவர்கள் மிக தெளிவாக விளக்கியுள்ளார்கள். இந்நான்கினையும் அறிவால் உணர்ந்து தேர்ந்து செயல்படும் சிறப்பு மனிதர்க்கே உரியதாகும். இறையின் தன்மைகளை உணர்வதிலும், தேர்ந்து செயல்படுவதிலும் அறிவே உதவுகின்றது. மனிதர்கள் எந்த அளவிற்கு அறிவையும்

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

அதன் மூலமான இறையையும் தெரிந்து மதிக்கின்றார்களோ அந்த அளவிற்கே மனிதகுலம் மேம்பட முடியும் என்பதைக் கீழ்வரும் கவியில் மகரிஷியவர்கள் வெளிப்படுத்தியுள்ளார்கள்.

''அறிவினது வளர்ச்சியில்லா மக்க ளுக்கு
அவசியத் தேவைப்பொருட்கள் கிடைக்கா விட்டால்,
நெறிதவறிச் செயல்விளைக்கும் துணிவு உண்டாம்
நிலஉலகில் இந்தநிலை மீற மீற,
வெறிகொண்டு மனிதர்பலர் ஆற்றும் செய்கை
விதம்பலவாய் துன்பத்தை அதி கரிக்கும்
வறியோர்கல் லார்என்றே இல்லாத வாறு
வாழ்வதற்குத் திட்டமிட்டு நலனைக் காண்போம்.'' - (ஞா.க.198)

என்றும் மனிதகுலம் வளமும் அமைதியும் நிறைந்ததாக வாழ வேண்டுமென்றால் இறைநெறி உணர்ந்த அறிஞர்களின் வழிகாட்டல்களும் அவசியமாகும் என்ற கருத்தை பின்வரும் கவியில் கூறியுள்ளார்கள்.

''அறிவறிந்தோர் எண்ணிக்கை பெருகிவர வேண்டும்
அன்பு, கடமை, ஆட்சி, அறம், தொண்டு எல்லாம்
அறிவறிந்தோர் விளக்கும் வாறுணர்ந்துயர்ந்து போற்றி
அருள் நெறியில்மக்களெல்லாம் வாழ்ந்துய்ய வேண்டும்
அறிவறிந்தோர் விளக்கத்தால் அறம் பழக்கமாகும்
அறக்கல்வி இளைஞர்கட்கு எளிதில் கிட்டவேண்டும்.
அறிவறிந்தோர் உள்ளுணர்வின் ஆழ்ந்த கருத்தெல்லாம்
ஆட்சிமுறையில் மலர்ந்து உலகம் உய்யவேண்டும்.'' - (ஞா.வா.)106

என்று உளம் தெளிந்த நோக்கில் கீழ்வரும் கவியையும் தந்துள்ளார்கள்.

''அறிவறிய அறம் செழிக்க அன்போடு கருணை
அருள் சுரக்கும் இறைஉயிர் அறிவு பெற்று உய்ய
அருள்நாட்டம் உடையவர்கள் அன்பளிப்பு உழைப்பு
அருட்கொடையால் அகில உலகோர்க்குப் பொதுவாக
அருள் விளக்கமாய் அன்பர்பலர் கூடும் இடமாக
அருட்சோதி இராமலிங்கர் தொண்டு தொடர்ந்தோங்க
அமைதி மனநிறைவு தரும் ஆனந்த நிலையம்.'' - (அருட்தந்தை)

என்ற பேருணர்வில் அறிவுத்திருக்கோயில் அமைந்ததாக மகரிஷியவர்கள் கூறியுள்ளார்கள்.

அதே உணர்வில் நின்று அன்பர் பலரும் உலகெங்கும் ஆங்காங்கே அறிவுத்திருக்கோயில்கள் அமைத்து அறநெறி தழைக்க அருட்தொண்டாற்றி வருகிறார்கள். அவ்வகையில் இலங்கையில், கொழும்பு நகரில் அறிவுத்திருக்கோயில் ஒன்று மிகச் சிறப்பாக அமைக்கப்பெற்று 27-08-2023 அன்று திறப்புவிழா காணவுள்ளது. இந்த

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

அறிவுத்திருக்கோயில் அப்பகுதி மக்களுக்கு ஏற்ற முறையில் அறநெறி செழித்து, அன்பும், கருணையும், அமைதியும் ஓங்கி வாழ அருள்தொண்டாற்றும் என்பதில் ஐயமில்லை.

இந்த அருட்பணியில் பங்கேற்ற அறங்காவலர்கள், அருட்தொண்டர்கள் அனைவருக்கும் எமது பணிவார்ந்த வாழ்த்துகள். இறையருளாலும் குருவினுடைய நல்லாசிகளாலும் அனைவரும் நல்ல உடல்நலம், நீளாயுள், நிறைசெல்வம், உயர்புகழ், மெய்ஞ்ஞானம் ஓங்கி வாழ்வார்களாக என மனநிறைவுடன் வாழ்த்தி மகிழ்கிறேன்.

நன்றி,

வாழ்க வையகம்   வாழ்க வளமுடன்

அன்புடன்
இறைதொண்டில்
முனைவர்.சு.இலக்குமணன்,

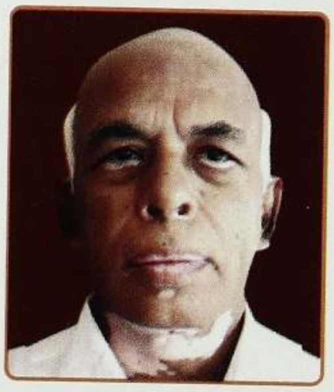
பேராதாரச் சக்தி

வெட்டவெளி சக்தி என்பதில்லையானால்
வேறு எந்தப்பொருள் வலிது பிரபஞ்சத்தில்?
தொட்ட, தொடப்பட்ட இரு பொருட்களுடே தொட,
தொட்டதாய் எண்ணும் அரூபம் யாது?
பட்ட பகலில் வானில் மீன்கள் தோன்றா.
பார்வையில்லார்க்கவை எந்த நாளும் காணா
எட்டவில்லை அறிவிற்கு என்றால், உள்ள
இயற்கைத் தத்துவம் எங்கே ஒளிந்து கொள்ளும்?

- மகரிஷி

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

வாழ்த்துரை



பே.ஆ. அ.நி. வே. பழனிசாமி,
கோவை.

'வாழ்க வையகம், வாழ்க வளமுடன்' என்பது ஒரு தாரகமந்திரம். வான்காந்தத்தை தூய்மை செய்யும் ஆற்றல் படைத்த தாரகமந்திரம். தினசரி காலையில் கண் விழித்த உடனும், இரவு உறங்கும் முன்பும் பத்து முறை இத்தாரக மந்திரத்தை உச்சரிக்க வேண்டுமென்ற முறையை வகுத்துள்ளார். மகரிஷி.

'வாழ்க' என்று உச்சரிக்கும்போது, நுனி நாக்கு மேலண்ணம் தொடுவது, அர்த்த லம்பிகா யோகம். அந்த யோகத்தால் மனம் ஒடுங்கி விரிந்து பரந்த உலகோடு தொடர்புகொள்ள, பிரபஞ்ச சக்தியால் நமது எண்ணம் விரைவில் செயலாக்கம் பெறும்.

சுழற்தட்டு விளையாட்டில் சுற்றிவிட்டோன் போல், நம்மிடம் இருந்து புறப்படும் நல்ல எண்ணம், திரும்பவும் நம்மிடமே வருவதால், இரண்டு பங்கு நன்மை விளைக்கும். எனவே வாழ்த்தப்படுபவர் பெறுகின்ற நன்மை போல், இருமடங்கு நன்மை வாழ்த்துபவருக்குக் கிட்டுவது அலைஇயக்கவிதி.

மௌனத்தில் பிறக்கும், ஒலிக்கும், வாழ்த்துக்கும் ஆற்றல் அதிகம். உலகநியதிப்படி நுண்ணிய அலைகளுக்கு சக்தி அதிகம். மணலில் நடக்கும்போது, காலடிச் சுவடுகளின் முன்பகுதி குழிந்திருக்கும். ஐந்து விரல்களின் உந்துசக்தி அடுத்த அடி வைப்பதற்கான சக்தி தருகிறது. வில்லில் ஏற்றிய அம்பை பின்னால் இழுக்குமளவுக்கு, அம்பின் வேகம் நீண்ட தூரம் செல்லும். பதுங்கும் புலி. தூரம் பாய்கிறது. மைக்ரோ அலைகளைக் காட்டிலும், நானோ அலைகளுக்கு ஆற்றல் அதிகம். இதுபோல், நுணுகிய மனதின் ஆற்றல், எண்ணத்திற்கு வலு சேர்க்கும். இதை வாழ்வின் மேன்மைக்குப் பயன்படுத்திக் கொள்ளவேண்டும்.

தத்துவ விளக்கங்கள் மூலம் பெறுகின்ற தெளிவு, தவத்திற்குத் துணை செய்யும். தவத்தால் இறைஞானம் பெறும்போது, 'அறிந்தது சிவம்; மலர்ந்தது அன்பு'. அன்புகலந்த வாழ்த்துக்கு ஆற்றலதிகம். கடவுளின் குணம் அன்பு (Attractive force). Attractive force is

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

nothing but creative force. ஆக்கபூர்வமான அலை நன்மை தருவதால், அதற்கு ஏற்றவாறு மனம் தன்னைப் பக்குவப் படுத்திக்கொள்ள வேண்டும்.

வாழ்க வையகம் - நான் மட்டுமல்ல, எனது குடும்பம் மட்டுமல்ல, இந்தியா மட்டுமல்ல, உலகம் முழுவதும் நன்றாயிருக்க வேண்டும். 'வாழ்க வளமுடன்' என்றால், உலகில் எல்லா வளங்களும் தேவைக்கு மேல் உள்ளன என்று பொருள். நமது தேவைக்குப் போதவில்லை என்றால், பற்றாக்குறை. தேவைக்கு சமமாயிருந்தால் கொடுக்க முடியாது. வளமாக இருந்தால் தான் மற்றவருக்கு கொடுக்க முடியும். அவ்வகையில் மக்கள் தருவதற்குத் தயாராயிருக்க வேண்டுமே தவிர, பெறுவதற்கல்ல. தருமளவு வளம் பூமியில் நிறைந்துள்ளது.

உலகமக்களின் அறிவும் உழைப்பும், வாழ்க்கை வளங்களாகக் கிடைத்துக் கொண்டே இருக்கின்றன. எல்லோரும் நன்றாக வாழ்ந்தால் தானே, நாமும் நன்றாக வாழமுடியும். அறிவுப் பூர்வமான வாழ்வு அனைவருக்கும் வேண்டும். வான்காந்தக் களம் தூய்மை பெற வாழ்த்தும் பண்பாடு துணையாகும்.

பேதம் கடந்தவரது வாழ்த்து தான் உண்மையில் அர்த்தமுள்ள, நிறைவான வாழ்த்து. தாய் தந்தை, சகோதர சகோதரிகள், நண்பர்கள், உறவினர்கள் வாழ்த்தினாலும், மகானின் ஆசீர்வாதத்தை நாடுவதற்குக் காரணம் இதுதான். மகானின் ஆசீர்வாதம், எதிர்பார்ப்பில்லாத வாழ்த்து (Unconditional blessings). அதனால், தனக்கு நல்லது நடக்க வேண்டும் என்று மகானின் காலில் விழுந்து ஆசிபெற முனைகின்றனர். எவ்வித எதிர்பார்ப்பும் இல்லாது, எல்லோரும் நலமாக, வளமாக வாழவேண்டும் என்ற உணர்வைப் பெற. 'பிரம்மஞானம்' வேண்டும். தன்னைப்போல் பிறரை மதிக்கும் தகைமை வேண்டும். அன்பு பெருகவேண்டும்.

ஒவ்வொரு சீவனிலும் இறைவனைக் காணக்கூடிய பக்குவம் வரும்போது, Unconditional blessings வரும். தெய்வீகம் மலரும்போது, வாழ்த்து பலமடங்கு சக்தி பெறும். ஒருவருக்கொருவர் வாழ்த்தி, ஒத்து உதவி வாழ்வது, இயற்கைவிதி என்பதை உணர்வதற்கு இறைத்தன்மை வேண்டும். அதற்காக தவம் செய்து, தத்துவ விளக்கங்களைக் கேட்டு பக்குவமடைந்து, அன்பில் முழுமை பெறுவோம். பண்பில் மேன்மை பெறுவோம். கர்வமில்லாமல் வாழ்த்துவோம்! வளர்வோம்!

நாம் சார்ந்திருக்கின்ற இவ்வுலக மக்களும் நம்மோடு கரம்கோர்க்க ஆங்காங்கே அறிவுத் திருக்கோயில்களை நிறுவி ஆன்மிக சேவையை சிறப்புற விரிவாக்கி வருகிறது. மகரிஷி நிறுவிய உலக சமுதாய சேவா சங்கம். அதில் ஒரு அங்கமாக இலங்கை கொழும்பு நகரில் பிரம்மாண்ட அளவில் அறிவுத் திருக்கோயிலை நிறுவி மக்களுக்குத் தொண்டாற்ற உறுதுணையாய் விளங்கும் அனைத்து நல்உள்ளங்களுக்கும், பயன் கொள்ள இருக்கும் கொழும்பு மக்களுக்கும் மகரிஷியின் நினைவோடு இப்புனித நாளில், 'வாழ்க வளமுடன்! வாழ்க வையகம்!' என வாழ்த்தி உளம் பூரிக்கின்றேன்.

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

வாழ்த்துரை

கு.இந்திரா
ம.வ.க. பேராசிரியர்
கல்லிடைக்குறிச்சி
தமிழ்நாடு.

கொழும்பு மாநகரில் எழும்பி கம்பீரமாக நிற்கும் அறிவுத்திருக்கோயில் பூமியில் பிறந்து இருக்கும் மனிதர்களுக்கும், பிறக்கவிருக்கும் மனிதர்களுக்கும், பிறவியின் நோக்கத்தை உணர்த்தவல்லதாக அமைந்து இருக்கிறது.

மனிதனாக பிறந்த ஜீவன்களின் இலக்கு என்னவென்றால் நாம் பூமிக்கு வந்தது எங்கும் நிறைந்திருக்கும் ஜோதி சொரூபமாகியுள்ள இறைவனை அடைவதற்காக என்பது தான். அது எளிதில் நடக்கக் கூடியதன்று. அதற்கு கடின முயற்சியும், பயிற்சியும், தேவை. அந்தப் பயிற்சிக்குத் தகுந்தவாறு அமைந்துள்ள சரீரம், மனித சரீரம் மட்டுமே ஆகும். வேறு எந்தச் சரீரமும் பயிற்சியால் முயற்சி செய்து இறைவனை அடைய முடியாது. மனிதனாகப் பிறந்த அத்தனை ஜீவன்களும் இறைவனை அடையத் தகுதி உள்ளவர்கள்.

உடம்பினால் பெற்ற பயனாவதெல்லாம்
திடம்பட ஈசனைத் தேடு

- ஔவை.

கால தேவன், சிறை அதிகாரியைப் போலவே மிகவும் கடுமையானவன், காலம் கொடியது. துன்பத்தால் துயருறும் மனிதனிடம் கூட, அது கருணை காட்டுவதில்லை.

நேரம் தான் நமக்கு மிகமிக அவசியத் தேவை. ஆனால் அதைத்தான் நாம் மிகமிக அதிகமாகவே வீணாக்குகிறோம். காலையில் எழுந்திருக்கும் போது உங்களுடைய சட்டைப் பையில் 24 மணி நேரம். அனைத்தும், உங்கள் ஒருவருக்கே சொந்தம். அதை யாரும் உங்களிடம் இருந்து திருடி விட முடியாது. மற்றவர்களுக்கும், உங்களுக்குக் கிடைக்கும் காலத்தை விடக் கூடுதலாகவோ, குறைவாகவோ கிடைப்பதில்லை. அனைவருக்கும் 24 மணி நேரம் உறுதியாகக் கிடைக்கும். அடுத்த மணி உங்களுக்காகக் காத்து நிற்கிறது. அதனை நன்கு பயன்படுத்திக் கொள்ள தவறிவிடாதீர்கள்.

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

உங்களுக்காகப் பிரம்மத்தின் வாசல் திறந்திருக்கிறது. அதன் வழியே சென்று பிரம்மத்தை அடையச் சிரத்தையுடன் செயல்பட வேண்டியது. உங்களது கடமை. தூய்மையான மனமும், இறை நம்பிக்கையும் கொண்டு இந்த உபதேசத்தின் பொருளை உணர்ந்து செயல்பட்டாலோ ஞான வாழ்வு வாழலாம்.

எத்தனை உபதேசங்களைப் படித்தாலும் எவ்வளவு கீதை உரைகளைக் கேட்டாலும் அவற்றின் கருத்துக்களை உள் வாங்கி, அவற்றை அன்றாட வாழ்க்கையில் கடைப்பிடிப்பவர்களுக்கு மட்டுமே ஆன்மிகம் என்றால் என்ன என்பது விளங்கும். மனிதமனம் தனக்குத் தானே தானாகப் போட்டுக் கொண்டிருக்கும் தளைகளையும் கட்டுக்களையும் விடுவிப்பதுதான் குருவின் பணி. 'வேதாத்திரிய வித்தகம் 23' சிறப்பு மலர் மலர்ந்து மணம் வீசுவதற்கு மனமார்ந்த வாழ்த்துகள்

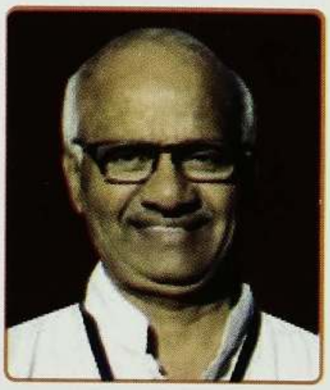
வாழ்க வளமுடன்.

பேராதாரச் சக்தி

நான் என்ற தத்துவமே நாமா யுள்ளோம்
நாடுகள் பலவற்றில் வாழுகின்றோம்
ஊன் உருவம் வரையில் அறிவெல்லை யாக்கி
ஒருவருக் கொருவர் இன, தேச சாதி,
தான், தனது எனும்பேதம் கொண்டு வாழ்வில்
தனித்தியங்கித் துன்புற்றோம். ஆழ்ந்தா ராய்ந்து,
ஆன்மநிலை யறிந்ததனால், பேதமற்ற
அரூபசக்தி நிலையில் நாம் ஏகனானோம்.

- மகரிஷி

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



Blessing Massage

C.Sathiyamurthy & Meena S Murthy.
Bangalore Malleswaram SKY Trust.
Bangalore.

With utmost joy and reverence, I Extend my heartfelt greetings on this momentous Occasion- the opening of the Temple of Consciousness at Sri Lanka SKY Trust in the vibrant city of Colombo.

Today, we gather to honour and celebrate the profound teachings of our revered founder, Sri Vethathiri Maharishi. His Enlightening wisdom has touched the lives of countless seekers, guiding them towards Inner peace, harmony, and self-realization.

The inauguration of the Temple of Consciousness symbolizes a powerful milestone in our collective journey towards spiritual growth and Expanded awareness. Within the sacred walls of this hallowed sanctuary, we find solace, Inspiration, and the opportunity to deepen our connection with the divine essence within us.

With profound gratitude, I Extend my heartfelt appreciation to All the devoted souls who have dedicated their time, energy, and resources to bring this magnificent vision to life. Your unwavering commitment and unwavering support have made the manifestation of the Temple of Consciousness possible, serving as a beacon of light and inspiration for generations to come.

May this sacred space be a haven for introspection, meditation, and self-discovery, where the weary find solace, the seekers find guidance, and the souls find liberation. May it radiate a transformative energy that touches the lives of all who enter, igniting the spark of divine consciousness within them.

On this joyous day, let us join together in celebration, embracing the profound significance of this milestone. May the Temple of Consciousness stand as a testament to our shared commitment to personal growth, spiritual evolution, and the realization of our true selves.

With deepest joy and gratitude,

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

வாழ்த்துமடல்

ப. சக்திகுமாரவேல்
அறிவுத்திருக்கோயில், ஆழியாறு
பொள்ளாச்சி-642101
24.06.2023

மண்ணுலகில் மனிதகுலம் அவதரித்து பல்லாண்டுகள் கடந்து விட்டன. தொடர்ந்து மனிதகுல வரலாற்றில் சிந்தனையாளர்கள், மகான்கள், சித்தர்கள் அவதரித்து வருகின்றனர். மனிதகுலம் மகிழ்ச்சியாகவும், அமைதியாகவும் வாழ்வதற்கு தாங்கள் உணர்ந்த சத்தியங்களை வாழ்வியல் நெறிகளாக அறவழியிலும் அன்பு நெறியிலும் இவ்வையகத்தில் வழங்கிச் சென்றனர். அவ்வகையில் இருபதாம் நூற்றாண்டில் மண்ணுலகில் அவதரித்த ஆசான் அருள்தந்தை வேதாத்திரி மகரிஷி அவர்கள் மனிதகுல அமைதிக்கு தன்னை முழுமையாக அர்ப்பணித்துக் கொண்டார். அவர்தம் அகத்தவ ஆய்விலும் ஆராய்ச்சி முடிவுகளிலும் அறிவே தெய்வம் எனத் தெளிவாக உணர்ந்தார். தான் உணர்ந்த அறிவின் தெளிவை அனைவரும் உணர வேண்டும் என்பதற்காக உலகின் முதல் அறிவுத்திருக்கோயிலை ஆழியாரில் நிறுவினார். இவர்தம் எளிமையான மனஇயக்கக் கோட்பாடுகள், தவமுறைகள், உயிரை வளமாக்கும் காயகல்பம், மகிழ்ச்சியான வாழ்க்கைக்கு தற்சோதனைப் பயிற்சி களை அறிவுத்திருக்கோயில் மூலம் அன்பர்களுக்கு வழங்கினார். இவர்தம் சிறப்புமிக்க பயிற்சிகளை பலரும் வாழ்க்கையில் கடைபிடித்து நன்மையடைந்தனர். பயன்பெற்ற சான்றோர் பலரும் இணைந்து உலகெங்கும் வேதாத்திரிய வாழ்க்கை வளக்கல்வியை பரப்புவதற்கு அறிவுத்திருக்கோயில்களைத் தொடர்ந்து அமைத்து வருகின்றனர். அவ்வகையில் இலங்கையில் கொழும்பு அறிவுத்திருக்கோயில் வேதாத்திரிய அருட்தொண்டர்கள் பலரின் தொடர் முயற்சியால் சீரும் சிறப்புமாக கட்டி முடிக்கப்பட்டு திறப்புவிழா காண இருக்கின்றது. ஆன்மிக பூமியாக விளங்கும் இலங்கைத் திருநாட்டில் பெருமைக்குரிய அறிவுத்திருக்கோயில் உருவாவதற்கு தங்களை முழுமையாக அர்ப்பணித்து தொண்டாற்றிய அன்புள்ளங்கள் அனைவருக்கும் மனமார்ந்த வாழ்த்துகளை குருவின் நினைவில் நின்று வாழ்த்தி மகிழ்கிறோம். இத்திருக்கோயிலின் அருட்தொண்டு இலங்கை மக்கள் மனத்தில் நிலைத்த அமைதியையும், ஆனந்தத்தையும் வழங்கட்டும். இலங்கை மக்களுக்கு இறையருளும் குருவளும் என்றென்றும் துணையாக இருந்து ஆசீர்வதிக்கட்டும். வாழ்க வளமுடன்.

என்றும் குருவின் பணியில்

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

வாழ்த்துரை

சி.பாஸ்கரன்
மனவளக்கலை பேராசிரியர்
கூடலூர், நீலகிரி மாவட்டம்.
தமிழ்நாடு.

வாழ்க வையகம்

அறிவறிய அறம்வளர்க்க அறிவுத்திருக்கோயில்........... அறிவின் நிலை உணர தன்னை அறிய வேண்டும். தன்னை அறிந்தால்.... நமக்கு என்ன கிடைக்கும் ? என்றால், பரம சுகம், ஆனந்தம், குறைவில்லாத பேறு. ஏனவே தான் வள்ளலாரும்

'தன்னையறிந்து இன்பமுறவே வெண்ணிலாவே
ஒரு தந்திரம் நீ சொல்ல வேண்டும் வெண்ணிலாவே'

என்றார்

தன்னை அறியும் போது எல்லாம் இன்பம், இன்பம் என்றால் சலிப்பில்லாத இன்பம். எதை அடைந்தால் இந்த சலிப்பில்லாத இன்பம், நிறைவு, சுகம், ஆனந்தம் கிடைக்கும் என்றால் தன்னை அறிய வேண்டும் இதனையே அருணகிரிநாதர்

''யானாகிய என்னை விழுங்கி
வெறும் தானாகிய நிலை நின்ற தற்பரம்
நீ வேறு எனாது நான் வேறு எனாது
நீயும் நானுமாய் ஏகபோகமாய் இருக்கும் வகை
பரமசுகம் அதனை அருள்'

என்றார்.

இந்த பரமசுகத்தை அடைய நாம் என்ன செய்ய வேண்டும்? மனதை கடக்க வேண்டும். மனம் என்றால் என்ன? நினைவுகளின் தொகுப்பு. இதுவே மனதின் சொரூபம். நினைவுகள் தவிர்த்து ஜகம் என்ற ஒரு பொருள் இருக்கிறதா என்றால் இல்லை. எனவே தான் நினைவுகளால் பின்னப்பட்ட வலையில் சிக்கித் தவிக்கும் நிலையில் இருந்து விடுபடவேண்டும். அப்போது தான் தன்னிலை விளக்கம் கிடைக்கும்.

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

மனம் ஆத்ம சொரூபத்தினின்று வெளிப்படும் போது ஜகம் தோன்றும். ஆகையால் ஜகம் தோன்றும் போது சொரூபம் (Self Realization) தோன்றாது. சொரூபம் பிரகாசிக்கும் போது ஜகம் தோன்றாது. ஏனவே மனம் ஆத்ம சொரூபம், சூட்சும சரீரம் என்று விளக்கும் போது மட்டும் தான் தன்னிலை விளங்கும்.

இதனை திருமூலர்,

'தன்னை அறிய தனக்கொரு கேடில்லை!
தன்னை அறியாமல் தானே கெடுகின்றான்!!
தன்னை அறியும் அறிவை அறிந்த பின்!
தன்னையே அர்ச்சிக்க தான் இருந்தானே!

என்றும் கீதையில் கிருஷ்ணர்,

'உன்னை அறிந்தால் என்னைஅடைவாய்'

என்றும் கூறியுள்ளார்கள்.

இதனை அடைவதே பிறவியின் நோக்கம் என்பதை

'தன்னை அறிய வேனும் அகப்பேய்!
சாராமல் சார வேனும்!
பின்னை அறிவது எலாம் அகப்பேய்!
பேய் அறிவு ஆகுமடி!

என்று அகப்பேய் சித்தர் அவர்களும் விளக்கியுள்ளார்.

இந்த ஆனந்த சுக அனுபவத்தை எப்படி பெறுவது என்று தேடிய போது கிடைத்த பதில்,

''ஆக்ஸிஜனை வெளிப்படுத்துதல் மரத்தின் சுபாவம்
அதுபோல் ஆனந்த மயம் தான் நம் சுபாவம்'

என்பது.

இந்த இருப்பின் தன்மையை எப்போது உணரலாம்.

''ஆழ்ந்த தூக்கத்திலும் விழிப்புநிலையில் இருக்கும்
போது நம் சுபாவமான ஆனந்தத்தை உணர முடியும்''

இத்தகைய சுகத்தை மக்கள் பெற்று உய்ய இலங்கையில் அமைந்துள்ள அறிவுத்திருக்கோயில் வழிகாட்டும்.

அறம் வளர அறிவு சிறக்க அறிவுத்திருக்கோயில் அமைத்த அனைத்து அறங்காவலர்களுக்கும், நிருவாகிகளுக்கும், பொறுப்பாளர்களுக்கும் எனது மனமார்ந்த வாழ்த்துகள்.

இலங்கை மக்களுக்கு அறிவின் தெளிவு நிலையை உணர்த்த நிறுவப்பட்டுள்ள ஆன்மிக கல்வி நிலையமான அறிவுத்திருக்கோயில் மனித குலத்தில் நிலவும் அறிவு

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

வறுமையை போக்ககூடியதாக அமைந்து உலக மக்கள் மகிழ்ச்சியும், அமைதியும், நிறைவும் பெற வழிகாட்டும் என்பதில் எந்த ஐயமும் இல்லை. அத்தகைய அறிவுத்திருக் கோயிலுக்கு அருட்தந்தை நம்மை....

'பல நாட்கள் தவம் செய்து கனல் மிகுந்து
பக்குவமும் தனையறிந்த நிலையும் கொண்டு
நலமொன்றே பலனான ஞானமார்க்கம்
நாடிநிற்கும் எவர்க்கும் அவர் அறிவிற்கேற்ப
சில நாளில் சீவனையே சிவனாய்க் காணும்
சிந்தனையின் சிகரத்தில் கொண்டு சேர்த்து
உலக சமாதானம் பெறும் திட்டம் காட்டி
உயர்ஞானம் உணர்த்துகின்றேன் கொள்வீர் வாரீர்'

என்று வரவேற்கின்றார்.

வாருங்கள் அறிவுத்திருக்கோயிலுக்கு அறிவின் நிலையுணர்ந்து தொண்டாற்றி இன்பம் காண்போம்.

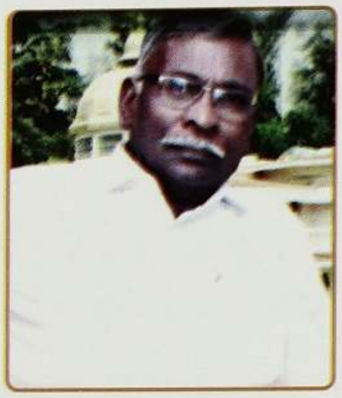
வாழ்க வளமுடம்

கடமையை உணருவோம்

கல்லும் மரமும் மௌன நிலையில் நின்று
கடமை தவறாது பயனாகும்போது
சொல்லும் கருத்தும் உடைய மனிதன் ஏனோ
சுகங்கெட்டுச் சமூகத்தை மறக்க வேண்டும்
அல்லும் பகலும் ஆசை ஒழிக்க வென்றே
ஆசைதனை பேராசையாக்கிக் கொண்டு
தொல்லை படும் அன்பர்களே சுருங்கச் சொல்வேன்
சுய நிலையை அறிய கருதவமே போதும்.

- மகரிஷி

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



அறிவுத்திருக்கோயில் திறப்பு விழா
வாழ்த்துச் செய்தி

முதுநிலை பேராசிரியர் அருள்நிதி வேதசுப்பையா,
கோயம்புத்தூர், தமிழ்நாடு, இந்தியா.

கொழும்பு அறிவுத்திருக்கோயில்,

மனிதனை மனிதன் மதித்து ஒத்து உதவி வாழ ஆன்மிக அறிவு விளக்கேற்றும் அருட்தொண்டினை சிறப்பாக ஆற்ற வாழ்த்தி மகிழ்கின்றோம்.

தெய்வத்தையும் தெய்வ நீதியையும் அறிய உதவும் கோயிலே அறிவுத்திருக்கோயில்.

உடலில் நோயும் மனதில் கவலையும் இல்லாமல் வாழ தெய்வத்தையும் தெய்வ நீதியையும் அறியும் கலையே மனவளக்கலை யோகா.

உடலுக்கும் உயிருக்கும் மனதுக்கும் பயிற்சி அளித்து தெய்வத்தை அறிந்ததும், அனைத்துயிரும் ஒன்றென்று அறிந்த அடிப்படையில் கடமைகளை ஆற்றும் அன்பு மலர்ந்துவிடும்.

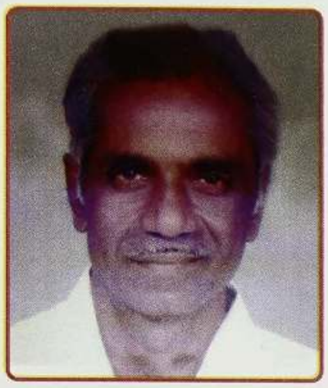
ஒழுக்கம், கடமை, ஈகை ஆகிய அறநெறிகளை கடைப்பிடித்து உடல் நலத்தோடும், பொருள் பலத்தோடும், நட்பு நலத்தோடும், எதற்கும் பேராசைப்படாமல் நிகழ்கால உலக இன்பங்களைத் துய்த்து மனநிறைவோடும் வாழலாம். ‘உடலில் நோயும் மனதில் கவலையும் இல்லாமல் வாழ்வதே நல்வாழ்வு!‘

எல்லோரும் நலமாக வாழும் முறையைக்கற்று பயனடைய கொழும்பு அறிவுத்திருக்கோயிலை பயன்படுத்திக் கொள்ள அன்புடன் அழைக்கின்றோம்.

வாழ்க வேதாத்திரியம் வாழ்க வளமுடன்

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

வாழ்த்துரை



முதுநிலைப் பேராசிரியர் அ.விவேகானந்தம்
சேலம் அறக்கட்டளை

இறைவா! நற்கர்மயோகம் உலக சமய மென்ற
எண்ணமதை என்னுள்ளத்தே எழுப்பிவிட்டாய், அறிவேன்!
உறைவாய் என்னுளத்தறிவாய், உனக்கு எனைத்தந்தேன்!
ஒரு சிறிய தொண்டானாக எனைஉலகுக் காக்கு!
முறையாகத் தலைவர்களை அறிஞர்களை இணைத்து.
முழுஅளவில் மனிதகுலம் உணர்ந்து ஏற்கச் செய்வாய்!
மறைவாக மாந்தருள்ளே அறிவாக உளநீ,
மண்ணுலகில் மக்களிடம் பரவ விடல் வேண்டும்.

கவி எண்:1836

என்ற கவிக்கேற்ப இலங்கை கொழும்பில் அமைந்திருக்கும் அறிவுத்திருக்கோயிலின் திறப்பு விழா 27-8-2023 அன்று நமது மதிப்பிற்கும் மரியாதைக்கும் உரிய உயர்திரு. பத்மஸ்ரீ விருது பெற்ற 'S.K.M மயிலானந்தன்' அவர்கள் பொற்கரங்களால் திறப்பது கண்டு பெரு மகிழ்ச்சி அடைகிறேன்.

இதனை இதனால் இவன் முடிப்பான் என்று
ஆய்ந்து அதனை அவன் கண்விடல்

என்ற குறளுக்கேற்ப, இலங்கை மனவளக்கலை அறங்காவலர்களிடம் பொறுப்பை இறைநிலை அளித்திருக்கின்றது. அந்த பொறுப்பேற்று அறிவுத்திருக்கோயிலை கட்டி முடித்திருக்கும் அனைத்து அன்பு உள்ளங்களையும் நெஞ்சார வாழ்த்தி மகிழ்கிறேன்.

ஒரு செயலை செய்வது என்பது எளிதான காரியமல்ல. இலங்கை என்றாலே அனைவரது மனதில் எழுவதும் 'ராம்' காவியங்கள் தான். அதை எழுதியவர்கள் 150க்கும் மேற்பட்டோர் என இருந்தாலும் அனைவரது உள்ளத்தில் எழுவது. வால்மீகி, கம்பன், துளசிதாசர் என்பவர்கள் தான். அன்று தொடங்கி இன்று வரையிலும் அந்த மண்ணில் போர் பிணக்கு இனக்கலவரம் முடிவுக்கு வராமல் தான் இருக்கின்றது.

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

பல்லாயிரம் ஆண்டுகளாக பல அறிஞர்கள், ஞானியர்கள் தோன்றி நல்ல கருத்துகளைச் சொல்லியும் வாழ்ந்து, காட்டியும் மனிதன் மாறவில்லை கண்ணதாசன் எழுதியது போல் 'ஆசை, கோபம் களவு கொள்பவன் பேச தெரிந்த மிருகம். அன்பு, நன்றி கருணை உள்ளவன் மனித உருவில் தெய்வம்' என்று இதை மாற்றும் வகையில் ஆசான் அருட்தந்தை அவர்கள் தற்காலத்திற்கு ஏற்ற வகையில் உடல், மனம், உயிர், குணம் அனைத்திற்கும் எளிமையான பயிற்சிகளை அமைத்துக் கொடுத்துள்ளார்கள்.

அதை அனைத்து மக்களும் பயின்று வாழ்வில் வளம் பெறவும் மகிழ்ச்சியாக வாழவும் கொழும்பில் அமைந்திருக்கும் அறிவுத்திருக்கோயில் அமையும் என்பதில் ஐய்யமில்லை.

ஆசான் வேதாத்திரி மகரிஷி அவர்கள் ஊர்தோறும் அறிவுத்திருக்கோயில்கள், தெரு தோறும் தவமையங்கள் அமைய வேண்டும் என்று எண்ணியதை நிறைவேற்ற அனைவரும் ஒன்றிணைவோம். உலகில் அமைதியான முறையில் மக்கள் வாழ ஏற்றதொரு பயிற்சி தான் மனவளக்கலை. ஆகவே இந்த அறிவுத்திருக்கோயில் அமைய பாடுபட்டிருக்கும், அறங்காவலர்கள், அதற்காக மனமுவந்து பொருளால், உடல் உழைப்பால், மனதால் உதவி செய்த அத்தனை உள்ளங்களையும் நெஞ்சார வாழ்த்துகின்றேன்.

பாரதி கூறியது போல்

தேடி சோறு நிதம் தின்று
பல சின்னசிறு கதைகள் பேசி
மனம் மிக வாடி துன்பம் மிக உழன்று
பலர் வாட பல செயல்கள் செய்து
நரை கூடி கிழப்பருவம் எய்திபின்,
பிறர் கூற்றுக்கு இரையென மாயும்
பல வேடிக்கை மனிதரை போல்
நானும் வீழ்வேனென்று நினைத்தாயோ

என்று கூறுவான். அதுபோல் இல்லாமல் வாழ தெரிந்து வாழ்வோம் மற்றவரையும் வாழவைப்போம்.

இலங்கைக்கு பலமுறை நான் சென்று வர அனுமதி அளித்த தலைவர் மதிப்பிற்குரிய பத்மஸ்ரீ. S.K.M. மயிலானந்தம் அவர்களையும், அதற்கு உதவிய அனைத்து அன்பு உள்ளங்கள் அனைவரையும் நினைத்து வணங்குகின்றேன்.

இலங்கை மக்கள் அன்பு அபரிமிதமானது. அதையும் மறக்கமுடியாது. அறிவுத்திருக்கோயில் அமைய பொருள் அளித்த அத்தனை அன்பு உள்ளங்கள் அனைவரையும் குருவின் திருவடியில் நின்று இறைவன் அருளால் அனைவரும் நல்ல உடல் நலம், நீளாயுள், நிறைசெல்வம், உயர்புகழ், மெய் ஞானம் பெற்று நீடுழி வாழ வாழ்த்தி நிறைவுசெய்கின்றேன்.

வாழ்க வளமுடன்!

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

வாழ்த்து மடல்

மாலா ஜெயபிரகாஷ்
முதுநிலைப் பேராசிரியை
27-06-2023

எல்லாம் வல்ல இறையாற்றலின் கருணையினாலும், குருவின் திருவருளாலும் உலக அமைதி எங்கும் மலர மகரிஷி அவர்களின் மனவளக்கலை மக்கள் அனைவருக்கும் சென்று சேர்ந்திட கொழும்பு அறிவுத் திருக்கோயில் உருவாக்கப்பட்டு திறப்பு விழா காணும் செய்தியினை அறிந்து மிகவும் மகிழ்கின்றேன்.

பல முறை கொழும்பு வந்திருந்து முதல் BATCH அருள்நிதியர்கள் மற்றும் துணை

பேராசிரியர்களுக்கான பயிற்சிகள் தரும் நல்வாய்ப்பினைத் தந்த இறைநிலைக்கு நன்றி...குருவிற்கு நன்றி!

ஒரு மலரும் நினைவு -

2006ஆம் ஆண்டு ஜனவரி மாதம் கொழும்பு வந்திருந்தபோது அங்கு நடைபெற்ற உள்நாட்டுப் போர் பாதிப்புகள் என்னை மிகவும் துயரத்தில் ஆழ்த்தியது அந்த ஆண்டு பெப்ரவரி 15 அன்று மகரிஷி அவர்களை சந்தித்தபோது அவர் என்னைக் கேட்ட முதல் கேள்வி -

‘ஸ்ரீலங்கா எப்போ போகப் போறம்மா?’

‘இப்பதான் போயிட்டு வந்திருக்கேன் சாமி’ என்றேன்.

‘எப்ப கூப்பிட்டாலும் போயிட்டு வாம்மா.....பெருமைக்காக சொல்லலை......நம் மனவளக்கலை ஒன்றுதான் அங்கு அமைதியைக் கொண்டு வரும்’ என்றார்கள் மகரிஷி அவர்கள்.

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

அடுத்த மாதம் (மார்ச் மாதம்) மகரிஷி அவர்கள் மகா சமாதியடைந்து விட்டார்கள்.

இது மகரிஷி எனக்கிட்ட கட்டளையாகக் கருதி அடுத்த ஆண்டு துணைப் பேராசிரியர் பயிற்சிக்குச் சென்றேன். இந்த துணைப் பேராசிரியர்கள்தான் இன்று பேராசிரியர்களாக அயராது தொண்டாற்றி ஆயிரமாயிரம் மனவளக்கலைஞர்களை உருவாக்கி இப்போது அழகிய அறிவுத்திருக்கோயிலையும் கொழும்பு நகரில் நிருமாணித்துள்ளார்கள் என்பது அறிந்து மேலும் மகிழ்ச்சி.

இன்றைக்கு இந்த அறிவுத்திருக்கோயில் திருப்பணியில் தங்களை அர்ப்பணித்துக் கொண்டு அயராது பாடுபட்டுவரும் அனைத்து நல்ல உள்ளங்களும் வாழ்வின் எல்லா வளங்களும் நிறைவாகப் பெற்று நீடூழி வாழ வாழ்த்துகின்றேன்.

கொழும்பு அறிவுத் திருக்கோயில் வாழ்க வளமுடன்!

மதங்களின் முடிவு

எம்மதத்தும் கடவுள் என்ற குறிப்பு உண்டு
எண்ணி வணக்கம் செலுத்தும் முறைகளுண்டு
நம்மறிவைப் புலன்கள் தமைப் பண்படுத்தி
நல்வாழ்வைத் தரும் வழிகள் இவைதாமாகும்
இம்முறையில் பண்பட்ட அறிவின் வேகம்
இறைவனைக் கண்டடைந்து விடமீறும் அப்போ
அம்முறையில், அறிவினிலே ஆதி காணும்
அத்துவித ஆசனத்தில் அமரவாரீர்.

- மகரிஷி

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

வாழ்த்துரை

இரா.ஜெயபால்
உலக நல பொடித் தொண்டன்

பிறந்த ஆண்டு, இறந்த ஆண்டு இந்த இரண்டு ஆண்டுகளுக்கிடையே உள்ள சிறிய கோடுமட்டுமா நமது வாழ்க்கை? நாம் வாழ்ந்ததை உலகம் கொண்டாட வேண்டாம். நாடு கொண்டாட வேண்டாம், ஊர் கொண்டாட வேண்டாம் கடைசியில் நம் குடும்பத்தாரும், உறவினர்கள் மட்டுமாவது நம் இறப்பு ஓர் இழப்பாக அல்லாமல் நம்மைப் போல் வாழவேண்டும் என்ற ஒரு உத்வேகத்தை அளித்தால் அது நமது பிறவிப் பயனை நல்கும்.

அன்பு எனும் ஒற்றைச் சொல் நம் வாழ்க்கையைப் புடமிடும். அன்புக்கு ஏங்குபவர்களே அவர்கள் எந்த உயரத்தில் இருந்தாலும் உலகம் முழுவதும் உள்ளார்கள். ஆனால் நாம் அனைவரும் அன்பு செலுத்தப் பிறந்தவர்களே! அன்பை உங்கள் எதிரிகளிடம் பயன் படுத்தும் ஆயுதமாகப் பாவியுங்கள். அது உயிர்களுக்கே நன்மை பயக்கும்.

உடுத்தும் உடை, உண்ணும் உணவு, குடியிருக்கும் வீடு அனைத்தும் உலகமும் இயற்கையும் நமக்குக் கொடையாக கொடுத்தது. என் உழைப்பினால் உயர்ந்தேன் என மார்தட்டிக் கொள்ளலாம். நீங்கள் சம்பாதித்த பணத்தை வைத்துக் கொண்டு இயற்கையையும், சமுதாயத்தையும் பயன்படுத்திக் கொள்ளாமல் இந்த உயர்வு சாத்தியமா? என சிந்தியுங்கள். பல பேரின் உழைப்பால் வாழ்ந்து கொண்டிருக்கிறோம் என்கிற நிதர்சன உண்மை நம்மை சுடும். உழைப்பிற்கு மரியாதை செலுத்தக் கற்றுக் கொள்ளுங்கள். அது நம்மை உயர்வானவராக மாற்றும்.

நூறு வீதம் துக்கத்தோடு வாழமுடியாது என வாதிடாதீர்கள். யாரும் நம்மை பார்க்கவில்லை, எனினும் குறைந்த பட்ச ஒழுக்கத்தோடு மட்டுமாவது வாழ முயற்சி செய்யுங்கள். அது பலர் கருமையத்திலும் ஊடுருவி அவர்களையும் நல்வழிப்படுத்தும்.

நாம் குடியிருக்கும் நிலம், பூமி, கோள்கள் நட்சத்திரங்கள் உள்ளவற்றை துய்க்க மட்டுமே எனக்கு அவன் அனுமதியளித்திருக்கிறான் எனும் பாவனையோடு வாழுங்கள். அது உங்கள் மனதை தெளிவாக்கும். உயர்ந்த எண்ணங்களை அளிக்கும்.

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

ஆசைகளை சீர்படுத்துங்கள் அது உங்களை கண்ணியமிக்க மனிதராக காட்சிப்படுத்தும்.

யாருக்கும் தெரியாது என்று நினைத்து செய்யும் சூதை இறைவன் கருமையத்திலிருந்து கணக்கிட்டுக் கொள்கிறான் என்பதை அறியுங்கள். தவறுகள் இருந்தாலும் தப்பு செய்ய மாட்டோம்.

நல்ல நட்பை, தீய நட்புடன் கூடி விலக்கிவிடாதீர்கள். அது நமக்கு நாமே விதித்துக்கொள்ளும் தண்டனையாகும். இடித்துரைப்பவர்களே நல்ல நண்பர்கள் என இனம் காணுங்கள்.

உடலுக்குள் நடக்கும் சீரான செயல்களை இயக்கங்களை மதித்து அது செவ்வனே நடைபெறும் தகைமைக்கு ஒத்து நடக்கும் இறை வழிபாட்டை கடைபிடியுங்கள். அது நீண்ட ஆயுளை தரும்.

துறந்து ஓடி எங்கும் ஒளியமுடியாது. ஏற்று எல்லா உறவுகளுடன் இருக்கவும் முடியாது. உறவுக்கும் துறவுக்குமான நிலை அறிந்து செயல்படுங்கள்.

கருத்தொடராக நாம் வந்திருந்த போதிலும் இந்த உடலில் இந்தப் பெயரில், இந்த ஒருமுறைமட்டுமே இறையானது வாய்ப்பினை நல்கியிருக்கிறது ஆனந்த வாழ்க்கைக்காக.

மனதின் எல்லையை விரியுங்கள். எல்லாம் இன்ப மயமாக காட்சியளிப்பதைக் கண்டு களிக்கலாம். பணம் தேவையில்லை எல்லாம் விலையற்றுக் கிடக்கிறது என்ற உண்மை உயர்வடைய வைக்கும்.

கவலைகள் கற்பனையானவை என்பதை அறிய மனதை விரித்தும் நுணுகியும் பாருங்கள்.

நான் எனும் உடல், நான் எனும் உயிர், நான் எனும் மனம், நான் எனும் அறிவு இதற்கான தகைமை உணருங்கள்; பயமில்லா வாழ்க்கை அமையும்.

இவற்றையெல்லாம் மனம் ஏற்றுக் கொள்ள தியானம் அவசியம். பயிற்சியாக பயன்பாட்டிற்குக் கொண்டு வர ஓர் இடம் தேவை. அது கொழும்பு அறிவுத்திருக்கோயிலாக இருக்கும் பட்சத்தில் நீங்களும் உயர்ந்து மற்றவர்களையும் உயர்த்தும் அருட்பணியில் இணைந்து பணியாற்ற வாருங்கள். நம் வாழ்க்கையையும் ஓர் செய்தியாக உலகிற்கு சொல்வோம் என்றும் அருட்தந்தை வேதாத்திரி மகரிஷி வாழ வழிகாட்டுவார்.

இத்தகைய வேள்விக்கான அறிவுத்திருக்கோயிலை நிறுவ உதவிய அத்துணை நல் உள்ளங்களையும் உளமார வாழ்த்தி மகிழ்கிறேன்.

வாழ்க வளமுடன்

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

வாழ்த்துரை

அருள்நிதி முருகானந்தம்
CEO
ஆழியாறு அறிவுத்திருக்கோயில்

மனிதகுலம் மனநிறைவாகவும், மகிழ்ச்சியாகவும் வாழ வேண்டி பயிற்சிமுறைகளையும், தத்துவங்களையும் மனவளக்கலை என்ற பெயரில் நம் அருட்தந்தை வேதாத்திரி மகரிஷி அவர்கள் வடிவமைத்து அகிலத்திற்கு அருளிச்சென்றுள்ளார்.

இன்றைய உலகில் நாடு, மொழி, சாதி, மதம்,இனம் கடந்து தற்காலச் சூழ்நிலைக்குக் கட்டாயம் தேவைப்படும் மனவளக்கலை பயிற்சிகளையும், மகரிஷியின் தத்துவங்களையும் ஆழ்ந்து சிந்திக்கவும், பின்பற்றவும் வழிவகுத்து வழிகாட்டும் அறிவுத்திருக்கோயில்கள் அகிலத்தின் அமைதிக்கான விதைகள்.

ஆன்மிகப் பயணத்தில் ஒரு மைல்கல் என அருட்தந்தையால் போற்றப்பட்ட அறிவுத் திருக்கோயில்கள்.

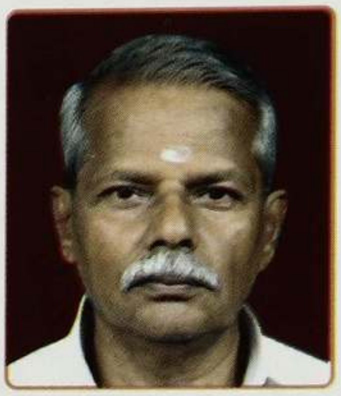
''அகத்தவமும், அருட்பணியும், அனைத்து மக்களுக்கும்
அறிவறிய, அறம்நிற்க, வழிகாட்டவேண்டி,
மிகத்தெளிந்த அறிவோடு மேலும் மேலும் எண்ணி,
மென்மனத்தார் ஒத்துழைப்பும் பொருள்வளமும் கொண்டு
இகத்துக்கும் பரத்துக்கும் நேர்வழியைச் சீராய்
எல்லார்க்கும் காட்டும் அருட்தொண்டு.''

என்ற குருவின் ஞானக்கவிக்கிணங்க மாண்புமிக்க மனிதர்களை உருவாக்கும் பண்பாட்டுக் கல்வியை வழங்கும் கல்வி நிலையமாக இந்த இலங்கை, கொழும்பு மனவளக்கலை மன்ற அறிவுத்திருக்கோயில் சிறந்தோங்கி விளங்க இறையருளும் குருவருளும் துணைபுரியுமாக என உளமார வாழ்த்தி மகிழ்கிறேன். இந்த சிறப்புமிக்க அறிவுத்திருக்கோயில் உருவாவதற்கு உறுதுணையாக இருந்த அனைத்து நல்லுள்ளங்களுக்கும் மனமார்ந்த வாழ்த்துகளையும் நன்றிகளையும் தெரிவித்துக்கொள்கிறேன்.

நன்றி வாழ்க வளமுடன்.

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

வாழ்த்துரை



தி. முருகன்
இணை இயக்குநர்
WCSC SMART

மாயக்கண்ணாடி

இந்த உலகமக்கள் துன்பத்திலிருந்து விடுபடவேண்டும் என்பதற்காகவே இம்மண்ணுலகில் அவதரித்த அனைத்து குருமார்களையும் வணங்குகிறேன்.

இலங்கைத் திருநாட்டில் ஒற்றுமையும்,சமாதானமும்,மகிழ்ச்சியும் பெருக கொழும்பு அறிவுத்திருக்கோயில் பெரும் பங்காற்றும் என்பதில் எள்ளளவும் ஐயமில்லை. கொழும்பு அறிவுத் திருக்கோயிலில் இருந்து புறப்படும் அருளலைகள் இலங்கை மட்டுமன்றி அனைத்து நாடுகளிலும் அன்பையும்,சமாதானத்தையும் ஏற்படுத்தட்டும். இந்தபுனிதப் பணியில் பங்கேற்று பொருள் தொண்டு செய்தவர்களுக்கும், உடல் உழைப்பைக் கொடுத்தவர்களுக்கும் இறையாற்றலும், குரு வேதாத்திரி மகரிஷி அவர்களின் அருளாற்றலும் எல்லாநன்மைகளையும் அளிக்கட்டும்.

நம்மிடம் நம் முன்னோர்கள் செய்த நல்லசெயல்களும், மற்றசெயல்களும் காந்த அலைப் பதிவுகளாக உள்ளன. வினைப்பதிவுகள் பதிவாகியுள்ள இடமே கருமையம் ஆகும். எல்லா உயிரினங்களுக்கும் கருமையம் உண்டு. முன்னோர்களின் பதிவுகள் மட்டுமன்றி ஒருவர் இந்தப் பிறவியில் செய்த வினைகளும், புலன்கள் மூலம் பெற்ற அனுபவங்களும் கருமையத்தில் பதிவாகி விடுகின்றன. நம்மிடமே இந்தப் பதிவுகள் இருந்தாலும் அவற்றைப் பார்க்கவோ, அறிந்து கொள்ளவோ முடியாது. எனவே கருமையத்தை மாயக்கண்ணாடி என மகரிஷி அவர்கள் குறிப்பிடுவார்கள்.

ஒரு கம்பியூட்டரில் Hard Disc-இல் நாம் விரும்பும் நிகழ்ச்சிகளை அல்லது செய்திகளை ஒலிப்பதிவாகவும், ஒளிப்பதிவாகவும் (Audio & Video) பதிவுசெய்கிறோம். தேவைப்படும் போது பதிந்தவற்றைப் பார்த்து, கேட்டு மகிழ்கிறோம். கருமையத்திலுள்ள பதிவுகளும் அவ்வப்போது சூழ்நிலைகளுக்கேற்ப எழுச்சிபெற்று மூளை செல்களின் மூலம் நமக்கு

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

எண்ணங்களாக விரித்துக் காட்டப்படுகின்றன. இவ்வாறு வரும் எண்ணங்களுக்கேற்ப நாம் செயல்படுகிறோம்.

எந்தபொருள் சுழன்றாலும் அதற்கு ஒரு மையப்புள்ளி தானாகவே அமைந்து விடும். இது இயற்கை நியதி. அதுபோல் உயிரினங்களில் சீவகாந்தம் வேகமாக சுழன்று ஓடுவதால் அதற்கும் ஒரு மையப்புள்ளி ஏற்படுகிறது. அது காந்த ஈர்ப்புமையமாக கருமையாக அமைந்து விடுகிறது. கருமையப் பதிவுகளுக்கேற்ப ஒருவருடைய குணங்களும்,செயல்களும் அமைந்துவிடுகின்றன. இறையாற்றலே காந்தம் என்ற ஆற்றலாக தன்மாற்றம் பெறுகின்றது. கரு என்றால் இறைநிலை என்று பொருள். கோயில்களில் கருவறை என்று சொல்வது அதனால் தான். கருமையத்தில் சீவகாந்தத் திணிவு, உயிர்த்துளிகளின் திணிவு, வித்து சக்தி மூன்றும் இணைந்துள்ளன. கருமையம் தன் ஈர்ப்பு ஆற்றலால் அனைத்து செயல்களையும், புலன் அனுபவங்களையும் ஈர்த்துச்சுருக்கி இருப்பாக பதிவு செய்கிறது. தனது விலக்கும் ஆற்றலால் பெற்ற பதிவுகளை விரித்து மூளை செல்கள் மூலம் எண்ணங்களாகக் காட்டுகின்றன.

நம் வாழ்வில் நமக்குக் கிடைத்துள்ள அனைத்துக்கும் இந்தகருமையப் பதிவுகளே முக்கிய காரணமாகிறது.

1. நல்ல கல்வி கிடைப்பதற்கு
2. நல்ல வேலை கிடைப்பதற்கு
3. நல்ல வாழ்க்கைத் துணை கிடைப்பதற்கு
4. நல்ல குழந்தைகள் கிடைப்பதற்கு
5. நல்ல குரு கிடைப்பதற்கு
6. மகிழ்ச்சியான வாழ்க்கை அமைவதற்கு

அனைத்திற்கும் கருமையப் பதிவுகளே காரணம் ஆகும். எனவே இந்தகருமையப் பதிவுகளில் வேண்டாத பதிவுகளை செயலுக்கு வராமல் தடுக்க சில பயிற்சிகள் நமக்கு அவசியமாகிறது. வீட்டில் தேங்கியுள்ள குப்பைகள், கழிவுகளை அகற்றி சுத்தம் செய்கிறோம். அதுபோல் கருமையத்தைத் தூய்மைசெய்வதும் அவசியம் ஆகிறது. அதற்காக வேதாத்திரி மகரிஷி அவர்கள் உருவாக்கியதே மனவளக்கலை யோகா என்னும் ஆன்மிகப் பயிற்சிகள் ஆகும். அதைக் கற்றுக் கொடுப்பதற்காக ஏற்படுத்தப்பட்டதே அறிவுத்திருக்கோயில்கள் மற்றும் மனவளக்கலை மன்றங்கள் ஆகும்.

கருமையத்தைத் தூய்மை செய்யும் வழிகள்

1. எளியமுறை உடற்பயிற்சி, காயகல்பப் பயிற்சியைக் கற்றுக் கொண்டு நாள்தோறும் தவறாமல் செய்து வருதல்.

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

2. அகத்தவம் என்னும் சாதனை பயிற்சிகளைக் கற்றுக்கொண்டு செய்து வருதல்.

3. சுத்தமான எளிமையான உணவுகளை அளவோடும், முறையோடும் உண்பது.

4. அகத்தாய்வுப் பயிற்சி மூலம் நல்ல எண்ணங்களை நாமே விரும்பி அடிக்கடி எண்ணுதல்.

5. தேவையற்ற ஆசைகளையும், நிறைவு செய்யமுடியாத ஆசைகளையும், நமது பயிற்சிகள் மூலம் சீரமைத்து நிறைமனம் என்ற உயரிய பண்பைப் பெறுதல்.

இது எப்படி கருமையத்தில் மாற்றத்தை ஏற்படுத்தும்? உதாரணமாக 1 டம்ளர் தூய நீரில் சிறிது எலுமிச்சைச் சாற்றைக் கலக்கிறோம். பின் அதில் சிறிது சர்க்கரையைக் கலக்கிறோம். நீரின் தன்மை நாம் அதனுடன் எதையாவது சேர்க்க சேர்க்க அதன் தன்மை மாறுகிறதல்லவா? அதுபோலவே மகரிஷி அவர்கள் கொடுத்துள்ள ஆன்மிகப் பயிற்சிகள் நம் கருமையத்தின் தன்மையில் மாற்றத்தை ஏற்படுத்தும். எந்த அளவு நல்ல மாற்றங்களை ஏற்படுத்துகிறோமோ அந்த அளவு வாழ்வில் வெற்றியும்,மகிழ்ச்சியும் உண்டாகும்.

இந்தக் கட்டுரை எழுத அடியேனுக்கு வாய்பளித்த கொழும்பு மண்டலத் தலைவர் அருள்நிதி மதுரைவீரன் ஐயா அவர்களுக்கும், எனதுநண்பர் பேரா. தங்கராஜா மற்றும் இந்த விழா மலர்க் குழுவினருக்கும் நன்றிகளை உரித்தாக்குகிறேன். இரண்டுமுறை இலங்கைக்கு என்னை அனுப்பிய உலக சமுதாய சேவா சங்கத் தலைவர் பத்மஸ்ரீ SKM மயிலானந்தன் ஐயா மற்றும் SMART இயக்குநர் முதுநிலைப் பேராசிரியர் M.K. தாமோதரன் ஐயா அவர்களுக்கும் நன்றியினைத் தெரிவித்துக் கொள்கிறேன். இலங்கைத் திருநாட்டில் அருட்பணி ஆற்றிவரும் பேரா. முருகானந்தவேல் ஐயா, அருள்நிதி வசந்தகுமார் ஐயா, அருள்நிதி. குழந்தைவேல் ஐயா மற்றும் ஏனைய ஆசிரியர்களுக்கும் அறங்காவலர்களுக்கும் மனமார்ந்த வாழ்த்துகள். கொழும்பு அறிவுத்திருக்கோவில் திறப்புவிழா சிறப்பாக நடைபெற வாழ்த்துகள்.

வாழ்க வளமுடன்.

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

வாழ்த்துரை

அ/நி கலாவதி கோபாலகிருஷ்ணன்
முதுநிலை பேராசிரியர்
ஞானாசிரியர்-

இறைவன் தந்தது தோலாடை

(என்) பெற்றோர் தந்தது நூலாடை (என்) பாட்டி தந்தது பாலாடை ஆசான் தந்தது அருளாடை

நாம் தற்போது தர இருப்பதோ வாழ்த்தாடை

வாழ்த்து என்றால் என்ன?

வாழ்க வளமுடன்

உடல், உயிர், மனம், நட்பு, பொருள் இவற்றில் வளம் உயர்த்தி, மந்த வாழ்வை இன்பமயமாக்கும் ஒரு அற்புத மந்திரமே நமது வாழ்க வளமுடன் என்ற மகாமந்திரமாகும்

- இலங்கை மாநகர் அறிவு திருக்கோயில் மூலமாக அனைத்து நல் இதயங்களையும் மனமார்ந்த நறுமணம் கமழும் மனமலர்களால் வாழ்த்தி மகிழ்கிறோம். உங்களது தொண்டு மென்மேலும் சிறக்க வாழ்த்துகள் பல உரித்தாகுக.
- அருமையான, அற்புதமான குரு நமக்குக் கிடைத்துள்ள முகம் தெரியாமல் கிடந்தவர்களுக்கு முகவரி தந்தது நம் குரு. அனைவரின் கருமையத்தோடும் கலந்தவர் நமது அருளாசான். குருவின் நாமமே கீதம். குருவின் பாதமே மோட்சம். குருவின் வழியே வாழ்க்கை என்று வாழ்ந்து கொண்டிருக்கும் (இலங்கை வாழ் மக்களுக்கு) இந்த அறக்கட்டளை மன்றத்தைச் சார்ந்த அனைத்து நல் இதயங்களும் வாழ்க வளமுடன்.
- பதஞ்சலியின் அட்டாங்கயோகத்தின் எட்டு அங்கங்களை சிறிது மாற்றி யோசித்து, தற்காலத்திய மக்களுக்குப் பயன்படும்வகையில் 1. உடலுக்கு - உடற்பயிற்சி, 2. மனதிற்கு- 9 விதமான தவப்பயற்சிகள், 3. உயிருக்கு - காயகல்ப பயிற்சி, 4. அகத்தாய்வு (அ) - தற்சோதனை மூலம் குணப்பேறுக்கு, 5. சீவகாந்தத்தை பெருக்கிக்

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

கொள்ள தீபம் - கண்ணாடி பயிற்சிகள்: 6. இறைவனை உணர, காண, பேச அறிவு மௌனப்பயிற்சி, 7. மனிதர்கள் தடுமாறாமல், தடம் மாறாமலிருக்க சத்சங்க பயிற்சிகள், 8. தொண்டு பயிற்சியும் இலங்கை மனவளக்கலை அறிவு திருக்கோயில் மூலம் தந்துகொண்டுள்ள அனைத்து அன்பர்களும் வாழ்க வளமுடன்.

- இலங்கையில் 2004ஆம் ஆண்டு 7 அறங்காவலர்களுடன் ஆரம்பித்த, இம்மன்றம் வளர்ந்து ஆகப்பெரியதாகி, தற்போது 7 மாடிகளுடன் கூடிய அறிவுத் திருக்கோயிலாக உயர்ந்துள்ளதைக் கண்டு, 05.08.2009இல் மகரிஷி மங்கலம் விழா மலரை வெளியிட்டு வேதாத்திரிய வித்தகம் என்ற விருட்சம் மீண்டும் வேதாத்திரிய வித்தகமாக பரிணமித்ததை அறிந்து மகிழ்ச்சி அடைகிறோம்.
- இலங்கை அறிவுத்திருக்கோயில் என்ற 7 மாடிக் கட்டடம் பல்கலைக்கழகம் போல் செயல்பட்டு, 7 கடல்கள் 7 நதிகள், 7 கன்னிகைகள், 7 பருவங்கள் (ஆண், பெண்ணுக்கு) - 7 நாட்கள் (வாரத்திற்கு), 7 ஜென்மங்கள் (தலைமுறைகள்), 7 ஸ்வரங்கள், 7 நிறங்கள், 7 தாதுக்கள் போன்று ஜொலிக்க உள்ளதை அறிந்து பரவசமடைகின்றோம்
- ஒரு மனிதனுக்கு தன்னருள், குருவருள், திருவருள் தேவை இவை மூன்றையும் பெறக்கூடிய இடமாக செயல்பட்டுக் கொண்டிருக்கும் இலங்கை அறிவுத்திருக்கோயில் பல்லாண்டு, பல்லாண்டு, பல கோடி நூற்றாண்டு வாழ்க, வாழ்க, வாழ்க என மனமார வாழ்த்துகிறோம்.
- நீங்கள் அனைவரும் வாழுங்காலத்தில் பூலோக சுவர்க்கத்தை அனுபவிக்க இம்மன்றங்களே வழிகாட்டிகளாக செயல்படும் என்பதில் எள்ளளவும் சந்தேகமில்லை.
- அறிவுத்திருக்கோயிலில் இருப்போர், வருவோர், போவோர் அனைவரும் சீரோடும், சிறப்போடும், பேரோடும், புகழோடும், வாழ்வில் எல்லா வளங்களும் பெற்று, வாழ்வாங்கு வாழ குருவருளும், திருவருளும் துணைபுரிய வாழ்க வளமுடன், வாழ்க வளமுடன், வாழ்க வளமுடன் என்று வாழ்த்தி நிறைவு செய்கிறோம்.

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

The World Community Service Centre
May 27, 2023
Prof. Murali Krishnan Sreenivasan
Joint Director, WCSC Extension (North America and Europe)
Pleasanton, California, USA.

''தங்கமே அனையார் கூடிய ஞான சமரச சுத்தசன்மார்க்கச்
சங்கமே கண்டு களிக்கவும் சங்கம் சார்திருக் கோயில் கண்டிடவும்
துங்கமே பெருஞ்சற் சங்கம்நீ டூழி துலங்கவும் சங்கத்தில் அடியேன்
அங்கமே குளிர நின்றனைப் பாடி ஆடவும் இச்சைகாண் எந்தாய்''

என்ற வள்ளற் பெருமானின் தெய்வீக இச்சைக்கிணங்க வடலூர் சத்திய தருமச்சாலையும், ஆழியாறு அறிவுத்திருக்கோயிலும், உலகெங்கும் மேலும் பல அறிவுத்திருக்கோயில்களும் எழுந்து உலக மக்களுக்கு வழிகாட்டியாகத் திகழ்கின்றன. அதன் திருவழியாக எழுந்த கொழும்பு அறிவுத்திருக்கோயில் திறப்புவிழாவிற்கு எனது உளங்கனிந்த வாழ்த்துகளையும் மகிழ்ச்சியையும் தெரிவித்துக்கொள்கிறேன்.

எந்த ஒரு அறிவுத்திருக்கோயிலும் எழுவதற்கு முன்னராக அதை சீராக பராமரிக்கவும், அதை மையமாகக்கொண்டு, இறையையும் குருவையும் மனதில் ஏற்றிக்கொண்டு அறவழி நின்று சீரிய ஆன்மிக சேவை செய்ய நன்மக்கள் குழு ஒன்று தயாராக வேண்டும். அந்த முறையிலே,

'' உள்ளம் பெருங்கோயில் ஊனுடம்பு ஆலயம்
வள்ளற் பிரானுக்கு வாய் கோபுரவாயில்
தெள்ளத் தெளிந்தார்க்கு சீவன் சிவலிங்கம்
கள்ளப் புலனைந்தும் காளாமணி விளக்கே''

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

என்ற திருமூலர் வாக்குக்கிணங்க நடமாடும் அறிவுத்திருக்கோயில்களாகத் திகழ்ந்து மனவளக்கலையை கொழும்பு பகுதி மக்களுக்கு சிறப்பான தொண்டாற்றி, சமுதாயத்தை மேம்படுத்தி, இந்த அறிவுத்திருக்கோயில் அமைவதற்கு முக்கியகாரணமாகத் திகழும் கொழும்பு மனவளக்கலை மன்ற ஆசிரியர் பெருமக்கள், அறங்காவலர்கள் மற்றும் தன்னார்வத்தொண்டர்கள் அனைவரையும் உளமார வாழ்த்தி மகிழ்கின்றேன்.

சமுதாயத்துக்கு சேவை செய்வதற்கு தன்னை தயார் செய்துகொண்டிருக்கும் கொழும்பு மனவளக்கலை மன்ற பயிற்சியாளர்கள் அனைவரையும் குரு நினைவாக வாழ்த்துகின்றேன்.

அன்பர்களே, மானிடராய் பிறத்தல் அரிது என்பது நாம் அறிவோம்! அத்தகைய மனித வாழ்வில் அனைவரும் இன்புற்று வாழ வழி காட்டும், நம் அருட்தந்தை அவர்கள் அருளிய மனவளக்கலையை கொழும்பு அறிவுத்திருக்கோயில் வாயிலாக அனைத்து மக்களுக்கும் சென்றடையச்செய்வோம்!

பிரம்மஞானி மகாகவி பாரதி சொன்னது போல்,

தேடிச்சோறு நிதந்தின்று பல சின்னஞ்சிறு கதைகள் பேசி
மனம் வாடித் துன்பமிக உழன்று
பிறர் வாடப் பல செயல்கள் செய்து நரை கூடிக் கிழப்பருவமெய்திக்
கொடுங்கூற்றுக் கிரைஎனப்பின் மாயும் பலவேடிக்கை மனிதரைப் போல்
நான் வீழ்வேன் என நினைத்தாயோ?

என்ற கேள்வியை உலக மக்கள் அனைவரும் எழுப்பி, தம் மனதை வளப்படுத்தி, குடும்பம்,சுற்றம், சமுதாயம் இவற்றோடு ஒத்தும் உதவியும் வாழ்ந்து, உலகை உய்வடையச் செய்யும் சீரிய வேதாத்திரியப் பாதையில் கொழும்பு அறிவுத்திருக்கோயில் திறப்பு விழா ஒரு திருப்புமுனையாகத் திகழட்டும்!

வாழ்க வையகம்! வாழ்க வளமுடன்!

wcsc.co.usa@vethathiri.ac.in

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

வாழ்த்துச் செய்தி

தலைவர், கோப்பாய் தவமையம்
யாழ்ப்பாணம்.

அறிவிற்கு ஓர் ஆலயம் அமைத்து, வழிகாட்டிய பெருந்தகை தத்துவஞானி வேதாத்திரி மகரிஷி அவர்கள். அவர் வழியில் இன்று வான் உயர்ந்த கோபுரமாய் ஏழுமாடிகளைக் கொண்டமைந்த அழகியதோர் ஆலயத்தின் திறப்புவிழா. அதனை சிறப்பிக்கும் வகையில் வெளியிடப்படும் 'வேதாத்திரிய வித்தகம்' மலரிற்கு வாழ்த்துச் செய்தி வழங்குவதில் அகம் மகிழ்கின்றது கோப்பாய் தவமையம்.

விலங்கினத்தின் வித்தெடுத்து வந்த மனிதன் துன்ப மயமாகின்றான். துன்பத்தை குறைக்க எதிர்பார்ப்பை விடவேண்டும். ஏமாற்றத்தை தவிர்க்க வேண்டும். அதற்கு சிந்தனையும் - அந்த சிந்தனை தந்த விளக்கத்தை செயலுக்குக் கொண்டு வருகின்ற அறிவு மேன்மையும் பெற்றிட உள்ளுணர்வுக் கல்வியால் மட்டுமே முடியும். அகக்கண் என்கின்ற உளக்கண் உள்ளுண்மையைக் காணும் - உள்ளுணர்வைத் தூண்டும்.

அகத்தினுள் அகத்தவனைக் காண வழிகாட்டிட்ட ஞானத்தந்தை தந்திட்ட கலை மனவளக்கலை. தன்னையறிந்து உள்ளுணர்ந்து அந்நிலையில் நிலைத்து வாழ்ந்து உலகநலத்தொண்டராய் விளங்கிய குருபிரான் இன்றும் சூக்குமமாய் எங்கும் வியாபித்து எம்மை எல்லாம் வழிநடத்திக் கொண்டிருக்கின்றார்.

'பிள்ளைகளும் குடும்பமும் நற்பேறு பெற்றுத் துய்க்க
அழைக்கின்றேன் உலகோரே! அன்பின் பெருக்கத்தால்'

என அழைத்திட்ட குருபிரான்,

உடல்நலம், உயிர் நலம், மனநலம் பெற்று இல்லறத்தில் இனிமை கண்டு நல்லதோர் சந்ததியை உருவாக்கிடவும், வாழ்வின் நோக்கத்தை நிறைவேற்றிடவும் வழிவகைகளை தந்துள்ளார்.

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

இத்தகைய சிறப்புவாய்ந்த ஆன்மிக கல்வியாம் மனவளக்கலையை மக்களிற்கு கொடுப்பதற்காக கொழும்பு மாநகரிலே தலைநிமிர்ந்து நிற்கிறது அறிவுத் திருக்கோயில். அதன் திறப்பு விழாவை கௌரவிக்கும் 'வேதாத்திரிய வித்தகம் 23'.

இவற்றின் மலர்ச்சியில் முன்னின்று உழைத்திட்ட தலைவர் உட்பட அனைத்து நல்லுள்ளங்களையும் பாராட்டி வாழ்த்துகிறோம். நன்றிதனை காணிக்கை ஆக்குகிறோம்!!

'நற்சிறப்பு விழாவினிலே நயங்கள் பொங்க
நன்மலரின் உதயம்நல் வேதாத்திரிய வித்தகம்
அற்புதமாய் மிளிர்ந்திடும் அழகைக் கண்டு
அகம்மகிழ்ந்து வாழ்த்துகின்றோம் ஆயிரமாம் வாழ்த்து'.

கடவுள்

கடவுள் யார் என அறிய ஆர்வம் கொண்டு
கருத்துடனே ஆராயும் அன்பர் கேளாய்
கடவுள் ஒன்றே பூரணமாம், உவமை இல்லை
கருத்தொடுங்கிக் கருத்தறிந்த நிலையில் மௌனம்
கடவுள் அணு,ஒலி, ஒளி, ஈர்ப்பிவையா யுள்ளான்
கண்டிடலாம் அவனை எங்கும் இயற்கையாக
கடவுளே அணு, அண்ட பிண்ட மானான்
கருத்தானான் அந்நிலையே நீயும் நானும்.

- மகரிஷி

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

வாழ்த்துச் செய்தி

ச.சந்திரசேகரம்
தலைவர்,
மாத்தளை காந்தி மனவளக்கலை மன்றம்,
மகாத்மா காந்தி சர்வதேச மத்திய நிலையம் - மாத்தளை.

வாழ்க வேதாத்திரியம் வளர்க குருபுகழ் மாத்தளை காந்தி மனவளக்கலை மன்றத்தின் வாழ்த்துச் செய்தி.

இயற்கை எழில் கொஞ்சும் இலங்கை திருநாட்டின் தலைநகராம் கொழும்பு மாநகரில் தலைநிமிர்ந்து நிற்கும் மனவளக்கலை அறிவுத்திருக்கோயிலின் திறப்பு விழாவையொட்டி வெளிவரும் 'வேதாத்திரிய வித்தகம்'' எனும் சிறப்பு மலருக்கு வாழ்த்துச் செய்தி வழங்குவதையொட்டி மனம் புளகாங்கிதம் அடைகிறது.

இன்று உலகம் வியக்கவைக்கும் விஞ்ஞான வளர்ச்சிகளுடன் நாம் வெகுவாக முன்னேறி வருகிறோம். நம் முன்னோர்கள் அனுபவிக்காத எத்தனையோ வாழ்க்கை வசதிகளை இன்று நாம் அனுபவிக்கின்றோம். ஆனால் மனிதனுக்கு அமைதியும் மகிழ்ச்சியும் நிம்மதியும் நாளுக்கு நாள் வெகுவாக குறைந்தே வருகிறது. இந்நிலையில் இன்று மனித குலத்திற்கு உடல் ஆரோக்கியம், நீளாயுள், உயிர்வளம், மனஅமைதி என்பவற்றை மனவளக்கலை பயிற்சி ஒன்றால் மட்டுமே அளித்திட முடியுமென உணர்ந்த அருட்தந்தை தத்துவஞானி வேதாத்திரி மகரிஷி அவர்கள் உலக சமுதாய சேவா சங்கம் ஒன்றினூடாக அறிவுத்திருக்கோவில்கள் மூலம் இதனை நிவர்த்தி செய்யலாம் என எண்ணி இந்தியாவில் ஆரம்பித்து உலக நாடுகள் பலவற்றிலும் ஏறத்தாழ 237 அறிவுத்திருக்கோயில்கள் மூலம் இப்பணி சிறப்பாக நடைபெற்று வருகிறது.

அந்தவகையில் இலங்கையிலும் இரண்டு அறிவுத்திருக்கோயில்களை ஒன்று யாழிலும் இரண்டாவதாக இன்று திறப்புவிழா காணும் ஏழு மாடிக்கட்டிடம் கொண்ட கொழுப்பு அறிவுத்திருக்கோயிலாகவும் திகழ்கின்றது.

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

நான் இந்த மனவளக்கலைப் பயிற்சிகளை பயின்று அதன் நன்மைகளை என்னுள் உணர்ந்துள்ளேன். இறைவன் எல்லா உயிரிலும் நிறைந்துள்ளான். என்னுள்ளும் இறைநிலையே உள்ளது என்பதை நான் அறிந்துள்ளேன். விலங்கினப்பதிவுடன் வந்த மனிதன் தன் பாவப்பதிவுகளைப் போக்கி தெய்வீக நிலைக்குத் தன்னை உயர்த்துவதற்காக அமைக்கப்பட்ட இந்த அறிவுத்திருக்கோயில் நல்ல மானுடர்களை வளர்க்கும் மையமாகத் திகழவேண்டுமென மனமார வாழ்த்துகின்றேன்.

தன்னுள் உள்ள தெய்வத்தை உணர்ந்து அன்பும் அறமும் கருணையும் கொண்ட மனிதர்களை உருவாக்கும் பணியில் ஈடுபடும் இவ்வறிவுத்திருக்கோயில் அறிவுப்பசி போக்கும் இல்லமாக அமைய என் உள ஆசிகள் இறைவனை உணர்வதற்கு உகந்த இடமாக இந்த அறிவுத்திருக்கோயில் திகழ வேண்டுமென குருபிரான் மகரிஷி அவர்களின் தாளில் சிரம்வைத்து கரம் கூப்பி வாழ்த்துகிறேன்.

'உட்கண் திறக்கும் திறவுகோல் இங்கு தான் உண்டு வேறு எங்கு தேட வேண்டும்' வாழ்க வையகம்! வாழ்க வளமுடன்!

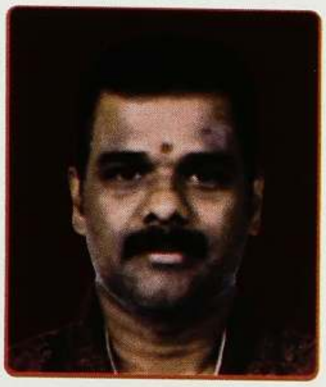
பிரம்மம்

நான் என்ற பிரம்மத்தை அறிந்தேன் அஃது
நினைவதனின் முடிவாகும், மூலமாகும்
சூனியமே! தோற்றமெலாம் அதிலிருந்தே!
சுத்த வெளி! மௌனமது! உவமைஇல்லை!
ஊன் உருவில் ஓடும் உயிர்ச்சுழற்சி வேகம்
உற்பத்தி செய்கின்ற மின் சாரத்தில்
தோன்றுகின்ற அலை இயக்கம் அறிவு ஆகும்.
சுயநிலையில் தியானித்து அறிதல் ஞானம்.

- மகரிஷி

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

வாழ்த்துச் செய்தி



அருள்நிதி. ஆறுமுகம் பாலகிருஷ்ணன்
உலக சமுதாய சேவா சங்கம்
மலேசிய ஒருங்கிணைப்பாளர்.

இலங்கை கொழும்பு வெள்ளவத்தை பகுதியில் 7 மாடி அறிவுத்திருக்கோயில் ஆகஸ்ட் 27ஆம் திகதி 2023 உலக சமுதாய சேவா சங்கத்தின் தலைவர் எஸ். கே. எம் அய்யா அவர்களின் திருக்கரங்களால் திறக்கப்படவுள்ளது என அறிந்து அகம் மகிழ்கின்றோம். பெருமை மிகு இந்நிகழ்விற்கு வாழ்த்துரை வழங்குவதில் பெருமிதம் கொள்கின்றோம்.

அறிவை அறிய அறம் செழிக்க அறிவுத்திருக்கோவில் தொண்டாற்றி வருகிறது. சமுதாயத்தில் விடுபட்டு போன வாழ்க்கைக் கல்வியினை கற்றுத்தரும் ஒரு ஞானத்திருக் கூடமாக அறிவுத்திருக்கோயில் இலங்கை கொழும்பு வெள்ளவத்தை பகுதியில் உருவாகியுள்ளது. மேலும், சமுதாயத்தில் மெய்யுணர்வாக இறைநிலை தெளிவும் அதன் வெளிப்பாடாக மனித குலத்தில் அமைதியும் அன்பும் கருணையும் பண்பாடாக மலரும். மனிதர்கள் வளம் ஓங்கி நிறைவுடனும் அமைதியுடனும் கூடிவாழ வழி உண்டாகும் என்ற உண்மையை உலகிற்கு உணர்த்தியுள்ளார்கள் அருட்தந்தை வேதாத்திரி மகரிஷி அவர்கள்.

அந்த வகையில், மனிதகுல மேன்மையைக் கருத்திற் கொண்டு கொழும்பு வெள்ளவத்தைப் பகுதி அன்பர்களின் பெரு நாட்டத்தாலும், உழைப்பினாலும் அறிவுத்திருக்கோயில் எழுந்தருளியிருப்பது மகிழ்ச்சியையும் மனநிறைவையும் அளிக்கிறது.

இந்த அறிவுத்திருக்கோயில் அப்பகுதி மக்களுக்கு இறையுணர்வையும் அறநெறிகளையும் எளிய முறையில் அளித்து அவர்களை உயர்வடையச் செய்யும் என்பதில் சிறிதும் ஐயமில்லை.

மென்மேலும் மகரிஷியின் உலக சமாதான கனவை நிறைவு செய்ய இந்த அறிவுத்திருக்கோவில் திறம்பட செயல் பட இறை அருளையும் குரு அருளையும் வேண்டி அனைவரையும் வாழ்க வளமுடன் என்று வாழ்த்தி நிறைவு செய்கின்றோம்.

வாழ்க வளமுடன்.

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

வாழ்த்துச் செய்தி

மு.பரிமளேஸ்வரி
துணைப்பேராசிரியர்
V.V.T. sky yoga
தலைமைப்பொறுப்பாளர்

பல்வேறு வளங்களையும் தன்னகத்தே கொண்ட இயற்கை எழில் நிறைந்த இலங்கைத் திருநாட்டில் உள்ள கொழும்பு மாநகரில்,......

2004ஆம் ஆண்டு தத்துவஞானி ஆசான் அருள் தந்தை வேதாத்திரி மகரிஷி அவர்களின் ஆசீர்வாதம் பெற்று, உலக சமுதாய சேவா சங்கத் தலைவர் S.K.M. மயிலானந்தன் ஐயா அவர்களுடைய வழிகாட்டுதலின் படி முதுநிலைப் பேராசிரியர்கள் இலங்கை வந்து ஆரம்பித்து வைத்த மனவளக்கலை யோகா இன்று பல படித்தளங்களைத் தாண்டி, முன்னேறி அறிவுத் திருக்கோயிலாக மலர்ந்துள்ளது.

'வேதாத்திரிய வித்தகம்' மலர்ந்து மணம் வீசும் சிறப்பு மலருக்கு வாழ்த்துச் செய்தி வழங்குவதில் மகிழ்ச்சி அடைகின்றேன்.

ஆன்மிகப் பாதையில் செல்லும் அனைத்து அன்பு உள்ளங்களையும் அணைத்து, இயற்கை தனது ஆற்றலை அளிக்க தயாராக உள்ளது என்பதை எடுத்துக் காட்டாக இலங்கை முழுவதும் ''மனவளக்கலை யோகா''வைப் பரப்பி அருட்தொண்டர்கள் அருட்பணியாற்றிக் கொண்டு உள்ளார்கள். 2015ஆம் ஆண்டு Diploma in yoga Humen Excellence Certificate தரும் போது முனைவர் மு.பெருமாள் ஐயா தனது உரையில் வீட்டுக்கு ஒரு தவமையம் அமைத்து 'அருள் தந்தை ஆசானின் கனவை எல்லோரும் இணைந்து நனவாக்குவோம்'. என்று கூறினார். அந்த 'எண்ணம்' என் மனதில் ஆழமாக பதிந்து விட்டது. ஒவ்வொருநாளும் தவம் முடிய சங்கல்பம் செய்து என் எண்ணத்துக்கு வலு ஊட்டுவேன்.

மூன்று வருடம் Advance Diploma வை முடித்து விட்டு துணைப்பேராசிரியரும் ஆகிவிட்டேன்.

இடம்பெயர்ந்து இருபத்தி மூன்று ஆண்டு காலம் கொழும்பில் வாழ்ந்தேன். எனது ஊராகிய இலங்கையின் தலைபோல் காணப்படும் யாழ்ப்பாண குடா நாட்டின் வடபகுதியில்

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

அமைந்துள்ள வல்வெட்டித்துறை நகரில் 'V.V.T. sky yoga' என்ற தவமையத்தை யாழ் மண்டல அறக்கட்டளைத் தலைவரும் பேராசிரியருமான அருள்நிதி குழந்தைவேல் ஐயா அவர்கள் 28/03/2021 திறந்து வைத்தார். இன்றுவரை பயிற்சிகள் தியானம், பாடசாலை வரை முன்னேற்றம் அடைந்துள்ளோம்.

துன்பங்களை போக்கி இன்பங்களை அளவோடு அனுபவித்து,

''தனக்கோ பிறருக்கோ, தற்காலத்திலோ பிற்காலத்திலோ, உடலுக்கோ, உயிருக்கோ'' தீங்கு நேரா வண்ணம் நடந்து கொள்ள வேண்டும்.

நல் வாழ்வுக்கான அறிவை அறியும் திறமையும், பிறரை நேசிக்கும் அன்பு மலரவும், மனிதன் தன்னையும் இயற்கையையும் முழுமையாக அறிய வேண்டும். இவ்வறிவே ஆன்மிக அறிவு. ஆன்மாவை அறியும் கலையே யோகக்கலை.

சிந்திக்கும் வயதை அடைந்த அனைவரும் எளிதாக ஆன்மாவை அறிய வடிவமைக்கப்பட்டுள்ள யோகக்கலையே ''மனவளக்கலை sky yoga'' ஆறாவது அறிவைக் கொண்டு, மறை பொருட்களைச் சிந்தித்து, இயற்கையை முழுமையாக அறிந்து அமைதியாகவும், இன்பமாகவும் வாழ வழிகாட்டியுள்ளார்.

ஆனந்தம் பெருகினால் அருள் நிறைந்து விடும்.
அருள் நிறைந்தால் அன்பு பெருகிவிடும்.
அன்பு பெருகினால் ஆணவம் அழிந்து விடும்.
ஆணவம் அழிந்தால் இறை உணர்வு சித்திக்கும்.
இறை உணர்வு சித்தித்தால் பிறவி பயணம் அறுபடும்.
பிறவிப்பயணம் அனுபட்டால், பிறப்பின் நோக்கம் நிறைவேறும்.

அப்படி பிறப்பின் நோக்கம் நிறைவேற குரு உணர்வு தேவை. அந்த குரு உணர்வுக்கு குருவாக வந்த ஆசான் அருட்தந்தை வேதாத்திரி மகரிஷி அவர்களின் மனவளக்கலை யோகாவை கற்க மலர்ந்துள்ளது தான் கொழும்பு அறிவுத் திருக்கோயில். ஆன்மிகப் பணியில் பயணித்துக்கொண்டிருக்கும் அனைத்து அன்புள்ளங்களுக்கும் மனமார்ந்த நல் வாழ்த்துகளைத் தெரிவித்து மகிழ்கின்றேன்.

இறையருளும் குரு அருளும் துணை நிற்கத் தொடர்ந்து தொண்டாற்றி இன்பம் காண்போம்.

வாழ்க வளமுடன்

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

வாழ்த்துரை

பொதுசன நூலகம் யாழ்ப்பாணம்

பேராசிரியை முத்துலக்ஷ்மி
மதுரை

ஆசான் அருட்தந்தை வேதாத்திரி மகரிஷி அவர்கள், உலக மக்கள் அனைவரும் இன்புற்று வாழ, மனவளக்கலை யோகா எனும் ஆன்மிகக் கல்வியை மனித குலத்திற்கு அருட்கொடையாக வழங்கிச் சென்றுள்ளார்கள்.

இத்தகைய ஆன்மிகக் கல்வியை கற்றுத் தருவதற்காக அருட்தந்தை அவர்கள் ஆழியாறிலே 'ஓம்' என்னும் அமைப்பிலே அறிவுத் திருக்கோயிலை நிறுவி அங்கேயே தங்கியிருந்து தொண்டாற்றினார்கள். அதுபோல அகிலமெல்லாம் அறிவுத்திருக்கோயில்களை அமைத்து உலகமக்கள் அனைவருக்கும் மனவளக்கலை யோகா பயிற்சிகளை வழங்கிட வேண்டும் என்று பெரிதும் விரும்பினார்கள். மகரிஷி அவர்களின் எண்ணங்களை செயலாக்கும் வண்ணம் மனவளக்கலை மன்ற அறங்காவலர்கள், பேராசிரியர்கள், மற்றும் அன்பர்கள் இணைந்து அருட்தொண்டாற்றி வருகிறார்கள். மகான் வாழும் காலத்தில் பெரியவர்கள் பலரோடு என்னைப் போல் பலரும் இருந்து அருட்பணியாற்றிய காலம் எங்கள் வாழ்நாளின் பொற்காலம். நாங்கள் செய்த பெரும் பாக்கியம்.

இலங்கை கொழும்பு அறிவுத் திருக்கோயில்
அறிவறிய அறம் செழிக்க அன்போடு கருணை
அருள் சுரக்கும் இறைஉயிர் அறிவுபெற்று உய்ய
அருள் நாட்டம் உடையவர்கள் அன்பளிப்பு உழைப்பு
அருட்கொடையால் அகில உலகோர்க்குப் பொதுவாக
அருள் விளக்கமாய் அன்பர்கள் கூடும் இடமாக
அருட்சோதி இராமலிங்கர் தொண்டு தொடர்ந்தோங்க
அமைதி மனநிறைவு தரும் ஆனந்த நிலையம்.

---அருட்தந்தை வேதாத்திரி மகரிஷி.

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

இந்த அற்புதமான பயிற்சிகளை இலங்கைவாழ் மக்கள் அனைவருக்கும் வழங்குவதற்காக, இலங்கை, கொழும்பு மனவளக்கலை மன்ற அறிவுத் திருக்கோயில் மிக பிரம்மாண்டமாக உருவாக்கப்பட்டுள்ளது. இதன் திறப்புவிழா வருகின்ற 27.8.2023ஆம் திகதியன்று உலக சமுதாய சேவா சங்கத் தலைவர் பத்மஸ்ரீ. SKM.மயிலானந்தன் அண்ணா அவர்களால் திறந்து சமுதாயத்திற்கு அர்ப்பணிக்கப்பட உள்ளது. இந்த அறிவுத் திருக்கோயிலின் அருட்பணி சிறக்கவும், அனைவரின் தொண்டு தொடர்ந்தோங்கவும் எல்லாம் வல்ல இறைஅருளையும், குருஅருளையும் பிரார்த்திக்கிறேன். இந்த அறிவுத்திருக்கோயில் உருவாகுவதற்கு அருளாலும், பொருளாலும், சேவையாலும் உதவிய அறங்காவலர்கள், ஆசிரியர்கள், பொறுப்பாளர்கள், சேவையாளர்கள் குறிப்பாக கொழும்பு அறிவுத் திருக்கோயில் தலைவர் மதிப்புக்குரிய திரு.அ.மதுரைவீரன் அண்ணா மற்றும் குடும்பத்தார் அனைவருக்கும் எனது மனமார்ந்த வாழ்த்துகளைத் தெரிவிப்பதில் பெருமகிழ்ச்சி அடைகின்றேன்.

வாழ்க வளமுடன்.

பிரம்ம வித்தை

வித்தை என்றால் பிரம்ம வித்தை உயர்வதாகும்
வேதாந்தம் பேசுவதால் கிட்டிடாது
அத்து விதமாகி அவன் எங்கு மாகி
அணு முதலாய் அண்டங்களாகித் தாங்கும்
சுத்த வெளி சூனியமாய், நிறைந்த தன்மை
சூட்சுமமாய் அனுபவமாய், அறிந்து நிற்கும்
தத்துவத்தின் முடிவான தானேயான
தனை யறிந்த வித்தை அது தர்க்கம் வேண்டாம்

- மகரிஷி

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

வாழ்த்துச் செய்தி

Lion Dr. V.யோகானந்தன் தலைவர்
நாவலப்பிட்டி தவமையம்
இலங்கை

''வாழ்வென்ற உரிமை எல்லார்க்குமுண்டு
வாழ்வோர்க்குச் சாதகமாய் வாழுமட்டும்
வாழ உள்ளோர் அனைவருமே ஒன்றுகூடி
வகுத்திடுவோம் ஒரு திட்டம் வளமாய் வாழ''

என்று உலக சமாதானத்திற்காக ஆசான் அருட்தந்தை வேதாத்திரி மகரிஷி அவர்கள் உருவாக்கியதே உலகசமுதாய சேவா சங்கம் ஆகும். அதற்காக தனிமனித ஒழுக்கம் மிக முக்கியமாக கருதப்படுகின்றது. உடல் ஆரோக்கியம், உள ஆரோக்கியம் மற்றும் சமூக ஆரோக்கியம் இவை மூன்றும் சேர்ந்ததே ஆரோக்கிய வாழ்வு என உலக சுகாதார ஸ்தாபனம் வரையறுக்கின்றது. இதற்காக, உருவாக்கப்பட்டதே மனவளக்கலை என்ற மாபெரும் மருந்து என்று கூறுவேன். நான் ஒரு வைத்தியர் என்ற வகையில் இதன் மகத்துவத்தை நன்கு உணர்ந்துள்ளேன். அதற்கு வாய்ப்பாக எனது மருத்துவமனையிலேயே நாவலப்பிட்டி தவமையத்தை நடாத்தி வருகின்றேன். அதனால் தவமையத்திற்கு பயிற்சியளிக்க வரும் அத்துணை பேராசிரியப் பெருமக்களுடனும் நெருங்கிய தொடர்பைப் பேணக்கூடியதாக இருக்கின்றது.

உலகம் என்ற மண்மீது அனைவரும் பிறந்தோம்
உயிர்காக்கும் காற்று ஒன்றே மூச்சு விடுவதற்கு
உலகுக்கோர் சூரியன்தான் ஒளிவீசுவதற்கு
உள்ள கடல் ஒன்றே நீர் ஆவியாகிப் பொழிய
உலகில் உள்ளோர் எவரும் இதில் ஒன்றும் செய்ததில்லை

இதனால் வாழ்வதற்காக ஒருவர் மற்றவரைக் கொன்று உயிர்வாழ முடியாது.

தனிமனித ஆரோக்கியமே சமுதாய ஆரோக்கியம் என்றுணர்ந்து மகரிஷி அவர்கள் வகுத்துத்தந்த மாபெரும் கலை என போற்றப்படும் மனவளக்கலையை பயின்று அனைவரும் பயன்பெற வேண்டும் என்பதே எனது அவாவாகும்.

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

இலங்கையில் யாழ்ப்பாணத்தில் அமைந்துள்ள அறிவுத் திருக்கோயில் திறப்பு விழாவில் கலந்து கொண்டதை பெரும்பேறாகக் கருதுகிறேன். அதேபோல் இலங்கை மனவளக்கலை மன்ற அறக்கட்டளையின் கௌரவ தலைவர் ஐயா மதுரைவீரன், கௌரவ செயலாளர் அன்பர் வசந்தகுமார் இவர்களுடன் இணைந்த குழுவினரின் அரும்பெரும் முயற்சியினால் உருவாக்கப்பட்ட கொழும்பு வெள்ளவத்தை அறிவுத்திருக்கோயில் திறப்பு விழாவை முன்னிட்டு வெளிவரும் 'வேதாத்திரியவித்தகம் 23' என்ற மலருக்கு வாழ்த்துச் செய்தி வழங்குவதில் மிகவும் திருப்தியடைகின்றேன்.

மகான்கள் நினைப்பதே நடக்கும் நடப்பதே எண்ணுவர். ஆகவே அருட்தந்தையின் எண்ணப்படியே ஓர் உலகக் கூட்டாட்சி வலுவாய் வரவேண்டும், உலகில் அமைதி நிலவ வேண்டும். அதற்காக அயராது உழைப்போம் என உறுதிபூணுவோம். கொழும்பு அறிவுத்திருக்கோயில் மூலமாக இலங்கையில் பல்லாயிரக்கணக்கான அன்பர்கள் பயன்பெற வேண்டுமென உளமார வாழ்த்துகிறேன்.

குரு வாழ்க, குருவே துணை.

தன்னை யறிந்தால் கடவுளை அறியலாம்

உன்னையோ கடவுளையோ அறிய வென்றால்
ஒரு குறுக்கு வழியுண்டு; உள்ளுணர்ந்து
தன்னையறிந் தன்நிலையில் நிலைத்து வாழும்
தனிக்கருணை வடிவான குரு வடைந்தால்
அன்னை வயிற்றடைந்துருவாய் உடலாய் வந்த
ஆதி கருவைப் புருவத்திடையுணர்த்தப்
பின்னை நீ அவ்விடத்தில் நிலைக்க, உந்தன்
பேதமற்ற நிலை, கடவுளாகி நிற்கும்.

- மகரிஷி

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

Wishes

Dr. Kavitha Sujeeve
D/o Mr and Mrs Maduraiveeran
Meditation Centre Adelaide
South Australia

My heartfelt wishes to Sri Lanka SKY Trust on the grand opening of Arivuthirukkovil.

We have been fortunate to learn Yoga and meditation from professors and teachers who have cultivated this teachings in Sri Lanka with the only focus to bring peace and tranquility in peoples lives.

My parents , Mr Maduraiveeran and Mrs Vijayalakshmi Maduraiveeran introduced us to Simplified Kundalini Yoga in our early years.

Although, only after we moved to Australia and In 2019 my parents helped our Adelaide Tamil Sri Lankan community to learn the concepts of SKY yoga and meditation in a comprehensive manner. Thereafter , SKY Prof A/N A. Thangarajah kindly continued his introspection teachings untiringly through Zoom video with a systematic approach.

We are so grateful for their contribution to our wellbeing. Today we practice and reap the benefits of SKY yoga and meditation in our day to day lives.

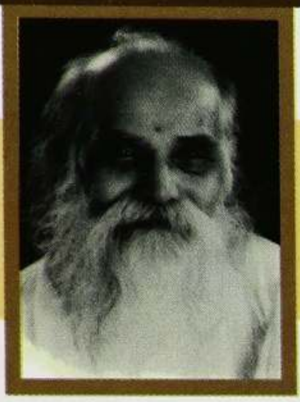
We pray that all their work help many others to learn, grow and develop spiritually, physically and mentally. We are positive these practices will guide us into a deeper state of harmony, inner peace and oneness with the world around us.

May peace, love and joy reside in the hearts of people who visit Arivuthirukkovil

Vazhga Valamudan

Best Wishes

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



SKY YOGA CENTER
DUBAI, UAE
Affiliation No:
WCSC/AFF/UAE/004

Phone: +971506786027
Email: wcscuae@gmail.com
Website: www.vethathiri.edu.in

July 1, 2023

SRILNAKA SKY TRUST
COLOUMBO TEMPLE OF CONSCIOUSNESS

Vazhga Vaiyagam **Vazhga Valamudan**

அன்புடையீர் வணக்கம் வாழ்க வளமுடன். அருள்தந்தை வேதாத்திரி மகரிஷியின் அருளோடும் ஆசியோடும் கொழும்பில் அமையவுள்ள அறிவுத்திருக்கோவிலுக்கு SKY YOGA CENTER&DUBAI சார்பாக வாழ்த்துக்களை தெரிவித்துக் கொள்கிறோம். வாழ்க வளமுடன்.

மகரிஷியின் கனவாகிய உலக அமைதியை தனிமனித அமைதி மூலமே அடைய முடியும் என்பதை உணர்ந்து கொழும்பு மக்கள் அனைவரும் வாழ்வில் உயர்ந்து மகிழ்ச்சியாகவும், அமைதியாகவும் வாழ நல்லதோரு தொடக்கமாக அமையவிருக்கின்ற அறிவுத்திருக்கோயிலை வாழ்த்தி மகிழ்கின்றோம். வாழ்க வளமுடன்.

இன்றைய கால கட்டத்தில் மனிதனுக்கு உள்ள பல பிரச்சினைகளையும் எளிமையாக கையாளுமாறு உடல்நலம், உயிர் வளம், மனவளம் காத்து, துன்பம் போக்கும் தூய நெறியாகிய அன்பு,அறம் இவற்றை காத்து அறிவில் உயர்வடைவதற்கு கொழும்பு மக்களுக்கு ஒரு படி கல்லாக (Milestone) அறிவுத்திருக்கோவில் அமையவுள்ளதை எண்ணி பெருமகிழ்ச்சியடைகின்றோம். தனிமனிதன் வாழ்வு செம்மையாகவும், வளமுடையதாகவும்,நிறைவு பெற்றதாகவும் அமைய தற்காலத்தில் இறையுணர்வும், அறநெறியும் இன்றியமையாததாகின்றன. அதை எளிமையான முறையில் குண்டலினி யோகத்தின் மூலம் எல்லோருக்கும் பயனுள்ள வகையில் கற்றுக் கொடுப்பதற்காக சிறப்பாக அமைந்துள்ள கொழும்பு அறிவுத்திருக்கோயிலுக்கும், அருமையாக அமைவதற்கு உதவிய அன்பர்கள் அனைவருக்கும் வாழ்த்துகளைத் தெரிவித்துக் கொள்கிறோம். வாழ்க வளமுடன்.

கொழும்பு அறிவுத்திருக்கோயிலின் சேவையினால் மக்கள் அனைவரும் பல பயன்கள் பெற வேண்டுமென்று இறையருளையும், குருவருளையும் வேண்டி SKY YOGA CENTER -DUBAI சார்பாக அன்பான வாழ்த்துக்களை தெரிவித்துக் கொள்கிறோம். வாழ்க வளமுடன்.

Sincerely,

Murugaraj,
WCSC-Coordinator – UAE & OMAN

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

UK SKY Meditation Centre

'Wavertree', 6 Hillcroft Avenue,
Pinner, Middlesex HA5 5AW, UK

E-mail: skyuk@vethahiri.ac.in
skyogauk@aol.com

Web: http://vethathiri.edu.in

Trade as SKY TRUST UK

K A Gangakumaran
M: +44 7766 442 273
President

S Uthayanan
M: +44 7785 241 435
Secretary

R Thangarajan
M: +44 7983 808 895
Treasurer

London:
JLN Gupta
M: +44 7947 229 264
skyyogalondon@vethathiri.ac.in

Lancashire:
Dr S Karunanithi
+44 7708 466 431
skyyogalancashireuk@vethathiri.ac.in

Midlands:
Deepa Muthukrishnan
+44 7841 463 456
skyyogamidlandsuk@vethathiri.ac.in

Milton Keynes:
M Manickavasagan
+44 7515 108 086
skyyogamiltonkeynesuk@vethathiri.ac.in

Cambridge:
Vasanthadevi Selva
+44 7448 628 942
Harisuthan Bose
+44 7404 524 777
skyyogacambridgeuk@vethathiri.ac.in

S Kirupananthavel
Auditor

வாழ்க வையகம் வாழ்க வளமுடன்

இலங்கைத் திருநாட்டின் கொழும்பு மாநகரில் இறையருள் குருவருள் துணையுடன் அமையப்பெற்று மிளிர்ந்து நிற்கும் அறிவுத்திருக்கோயில் வாழ்க வளமுடன் என வாழ்த்தி மகிழ்கிறேன்.

உலகலாவிய மனித குலத்தை மேம்படுத்த தன் வாழ்நாள் முழுவதையும் அர்ப்பணித்த பாமர மக்களின் தத்துவஞானி அருட்தந்தை வேதாத்திரி மகரிஷி அவர்களின் சிந்தனையான மனிதகுலம் வாழ்வில் முழுமைபெற்று அன்பும் கருணையும் நிறைந்து உலகளாவிய சமாதானம் என்ற இலக்கை அடைய இலங்கைத் தாயின் கொழும்பு வெள்ளவத்தை நகரில் அறிவே தெய்வம் என உணர்த்த அமையப் பெற்றிருக்கும் ஆன்மிக அறிவுத் திருக்கோயிலை வாழ்க வளமுடன் என வாழ்த்துகிறேன்.

உயர்ந்த கடைமையில் சிறந்த வேதாத்திரிய மெய்யன்பர்கள் அனைவரது நற்சிந்தனையாக கடைமையில் இறைநிலை கண்டு பெரும் பணியோடு நிறைவு கண்டிருக்கும் தலைவர் உட்பட அனைத்து அறங்காவலர்களான வேதாத்திரிய தொண்டர்களையும் வாழ்க வளமுடன் என வாழ்த்துகிறேன். கடமையை உணர்ந்திடு காலத்தால் செய்திடு என்ற வேதாத்திரிய தத்துவமே இன்று அறிவுத் திருக்கோயிலாக மலர்ந்துள்ளது.

உங்கள் அனைவருக்கும் இறைவன் அருளும் குருவின் துணையும் கிடைத்து வாழ்வில் வளம்பெற்று முழுமை நிலையடைய வாழ்த்தி மகிழ்கின்றேன்.

கதிரவேலு கங்காகுமாரன்
தலைவர் மனவளக்கலை மன்றம் பிரித்தானியா

Affiliated to **The World Community Service Centre (WCSC)**
26 Second Seaward Street, Valmiki Nagar, Thiruvanmiyur, Chennai 600041, Tamil Nadu, India.
Aim: Individual peace, Family peace, World peace

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

வாழ்த்துரை

குருவின் சேவையில்
பேரா.அருள்நிதி ஸ்ரீமதி
தலைவர், ஸ்கை லாசல் தவமையம்
கொழும்பு

அறிவு - அறிவுக்கு அடிமையாவதே பக்தி
அறிவை அறிவால் அறியப் புகுதல் யோகம்
அறிவை அறிவால் அறிந்த நிலையே முக்தி
அறிவை அறிந்தோர் அன்பின் அறமே ஞானம்

அன்பர்களே கோயில்கள் ஆயிரமாயிரம் கட்டியிருக்கிறோம். நாம் அதிலெல்லாம் பயன் கண்டு வருகிறோம். ஆனால் கோயில் என்ற அர்த்தத்தை அறிவிக்கக் கூடிய வகையில் நம் அறிவுருத்திருக்கோயில் கட்டப்பட்டிருக்கிறது. இவ் அறிவுத்திருக்கோயில் உலகிற்கெல்லாம் ஓர் ஆன்மிக பயணத்திற்கு ஒரு மைல் கல்லாக அமைய வேண்டும் என்பதே என்னுடைய விருப்பமாக அமைகிறது. ஏனென்றால் இனம், மதம், சாதி, மொழி பாராது, அனைவருக்கும் பொதுவான ஓர் ஆன்மிகப் பயிற்சியாக யோகிராஜ் வேதாத்திரி மகரிஷியால் வடிவமைக்கப்பட்டுள்ளது.

எல்லோரும் இங்கே வரலாம், மகிழ்வோடு இருக்கலாம். பயிற்சிகள் பெறலாம். மனம் சோர்வுற்றிருந்தாலும் அவை நீங்கும் முறையில் ஓய்வு தரும் பயிற்சிகளைப் பெற்றுக்கொள்ளலாம். குடும்பத்திலோ, தொழிலிலோ அல்லது வேறு விதமாகச் சோர்வு உற்றவர்களும் இங்கு வந்து பயன் பெறலாம். எந்த முறையிலே நம்முடைய ஆற்றலை மக்களுக்கும், சமுதாயத்திற்கும் பயன்படுத்தலாம் என்பதைத் தெரிந்து கொண்டு தொண்டுகள் பல செய்து வாழ்க்கையில் ஒரு திருப்பத்தை ஏற்படுத்தலாம்.

ஆம் இலங்கை கொழும்பு மாநகரில் அமைந்துள்ள இவ் அறிவுத்திருக்கோயில் இங்கு உள்ள மக்களெல்லாம் சாந்தியும் சமாதானமும் பெற்று வாழ ஓர் ஆதார நிலையமாக அமைந்து அருட்தந்தை வேதாத்திரி மகரிஷியின் கனவான உலக சமாதானம் நிலவ எனது பரிபூரண அன்பையும் ஆதரவையும் தந்து கொழும்பு அறிவுத்திருக்கோயில் சிறப்புற மலர்ந்து தனது ஆன்மிக மணத்தை எல்லா இதயங்களுக்கும் இனிதாய் வீச உளமார வாழ்த்தி மகிழ்கிறேன்.

‘‘உனக்கும் நல்லதாய் ஊருக்கும் நல்லதாய் நினைப்பதும் செய்வதும் நித்தியக் கடன்’’

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

வாழ்த்துரை

அருள்நிதி கருணைநாதன்
தலைவர்
மட்டக்களப்பு தவமையம்

எண் சாண் உடம்பிற்கும் சிரசே பிரதானம் இப் பழமொழிக்கு ஒத்தாற் போல் இலங்கை மணித் திருநாட்டின் தலையென விளங்கும் கொழும்பு மாநகரில் நீலக்கடல் நித்திலங் கொளிக்கும் வெள்ளவத்தை ஸ்ரீ ராமகிருஷ்ண மிஷன் எதிரில் உடல் சக்கரங்கள் ஏழையும் இயக்கும் ஏழு அடுக்கு மாடியில் அருட்தந்தை வேதாத்திரி மகரிஷி அவர்களின் புதிய வேதத்திற்கு வித்தாய் அமைந்துள்ள அறிவுத் திருக்கோயில் மூவின மக்களும் நன்மை பெறும் வகையில் அறிவாய் மலர்வதில் மட்டக்களப்பு விபுலானந்தர் ஈந்த உள்ளக் கமலமடி உத்தமனார் வேண்டுவது எனும் மகுடவாக்கியத்திற்கு அமைவாக மட்டக்களப்பு மனவளக்கலை மன்றம் தலைவர், நிர்வாக உறுப்பினர்கள், மக்கள் ஆகியவர்களின் கமலத்தின் ஊடாக நூல் வெளியீட்டுக்கு வாழ்த்துச் செய்தி வழங்குவதில் பெரும் மகிழ்வடைகின்றது.

இவ்வுலகில் மனித குலம் வாழ்வதற்கு யோகக் கலையை ஐம்பது வருடங்கள் ஆராய்ந்து அறிந்ததோடு வர்மக்கலை, சித்த வைத்தியம், வான சாஸ்திரம் பூமியின் தோற்றம். உயிரின் தோற்றம் உடல் இயக்கத்தில் விஞ்ஞானம் மற்றும் மெஞ்ஞானத்தின் பங்கும் இவற்றையெல்லாம் மிகத் துல்லியமாக ஆராய்ந்தறிந்த ஒரு விஞ்ஞானி இவராவார். இவர் கண்டுபிடித்த அமுதத்தை எமக்கு ஒரு சிறிய குவளையில் அடக்கி தந்துள்ளார் நீங்கள் அருந்துங்கள் அமுதத்தை நாம் பருக வேண்டும் என்றால் அறிவு திருக்கோயில்களுக்கு செல்லவேண்டும் அங்குதான் வேதாத்திரியின் சீடர்களால் அந்த அமுதங்களை எல்லாம் மக்களுக்குப் பகிர்ந்து அளித்துக் கொண்டிருக்கின்றார்கள் வரும் காலங்களில் தலைநகர் வாழ் மக்கள் அமுதத்தை அருந்துவதால் கிடைக்கும் நன்மைகள் உலகிற்கு முன் உதாரணமாக அமையும் என்பதில் எந்தவித ஐயமும் இல்லை அறிவுத்திருக்கோயில் மூலம் அனைவரும் நிலையான சமாதானம், நீள் ஆயுள், நிறை செல்வம் பெற்று வையகத்தில் வாழ்வாங்கு வாழ்வார்கள் என்பது திண்ணம்.

இங்கு கிடைக்கும் அமுதங்கள்

1. உடலை இயக்க எளிய முறை உடற்பயிற்சி. (ஒன்பது)

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

2. மனதை இயக்கத் தவம்
3. உயிரை இயக்கக் காயகல்பம்

மேலும் பல எளிய பொறிமுறை பயிற்சிகள் அதன் விளக்கம் தெளிவு தன்னிலை ஆராய்தல் போன்ற எளிய பயிற்சிகள் அறிவுத்திருக்கோயில்கள் வழங்கிக் கொண்டிருக்கின்றன.

அறிவை அறிவால் அறியும் அறிவே அறிவ
எப்பொருள் யார்யார்வாய்க் கேட்பினும் அப்பொருள்
மெய்ப்பொருள் காண்பது அறிவ

குறள் 423

எல்லாம் அறியும் அறிவு தனை விட்டு எல்லாம் அறிந்தும் இலாபம் அங்கு இல்லை
எல்லாம் அறிந்த அறிவினை தான் என்னில் எல்லாம் அறிந்த இறை எனலாமே

திருமந்திரம் 2596

தூங்கல்லாக்கும் துணை ஏழ் புவனமும் வாங்க வல்லார்க்கும் வலி செய்து நின்றிட்டுத்
தேங்க வல்லார்க்கும் திளைக்கும் அமுதமும் தாங்க வல்லார்க்குத் தான் இடம் ஆமே

திருமந்திரம் 638

ஞானம் அறிய நரை திரை மாறிடும் பாலனும் ஆவார்
பரநந்தி யானையே.

- திருமந்திரம்

சொல்லால் மட்டும் நம்பாதே சுயமாய் சிந்தித்தே தெளிவாய்

- மகான் மகரிஷி வேதாத்திரி

குருவினுடைய ஜீவகாந்த ஆற்றலுடனும் தெளிவான விளக்கத்துடன் விரிவான பயிற்சியுடனும் குருவின் மகிமையுடனும் எம்மையும் எமது உடலையும் மனதையும் உயிரையும் லயிக்க வைக்கும் இடம் தான் அறிவு திருக்கோயில்கள். இலங்கை திருநாடு முழுவதும் நன்மை பெறவு அறிவுக்கு விழிப்பை கொடுக்கும் அறிவுத் திருக்கோயில்களை உருவாக்குவதால் எமது மக்களின் வாழ்க்கை முறை சிக்கல்களை களைதல் காலத்தின் தேவையாகும். அதை ஓட்டி வலம் வர இருக்கும் இம்மலருக்கு வாழ்த்துச் செய்தி கூறுவதில் மட்டக்களப்பு மன்றம் சார்பாகப் பெருமை அடைகின்றேன். இவ்விடத்தில் அறிவுத்திருக்கோவில் எழுப்புவதில் முன் நின்று உழைத்த தலைவர், செயலாளர், பொருளாளர் அதன் நிர்வாக குழு ஆலோசனைக் குழு அறங்காவலர்கள் நிதி உதவி செய்த அன்பர்கள் அனைவரதும் எண்ணத்திற்கு செயல் வடிவம் கொடுத்த சிற்பிகள் அனைவரும் வாழ்க வளமுடன்.

மனவளக்கலை யோகா மூலம் குடும்பத்தையும் நாட்டையும் உலகையும் உயர்த்துவோம் வாரீர் வாரீர் வாரீர்

வாழ்க வையகம் வாழ்க வையகம் வாழ்க வளமுடன்

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

வாழ்த்துரை

பேராசிரியை அ. வேதநாயகம்
பொறுப்பாசிரியர் யாழ். கோவை மனவளக்கலை மன்ற அறக்கட்டளை
ஓய்வு நிலைக் கல்விப் பணிப்பாளர்.

இலங்கை மணித்திருநாட்டில் இனிமையான சூழலில் அறிவுக்கோர் ஆலயம் அற்புதமாய் மலர்கிறது. அண்ணாந்து பார்க்கிறேன் ஆனந்தமாய் இருக்கிறது. ஏழுமாடி கொண்ட எண்ணற்ற மக்களுக்கு ஏற்ற தொண்டாற்ற இனிமையாய் மலர்கிறது. வாருங்கள் வாருங்கள் என உலக மக்களை அறைகூவி அழைக்கிறது. பயிற்சி பெறுங்கள், பயிற்சி செய்யுங்கள். மனிதனாய்க் கூடி வாழ்வோம், இன்பமாய் வாழ்ந்திடுவோம். இரண்டொழுக்க பண்பாட்டை பின்பற்றி வாழ்த்தி மகிழ்வதற்கு வழியும் காட்டுகின்றோம். குருவின் ஆசிபெற்ற அருட்தொண்டன் மதுரைவீரன், அவர்தம் அம்மையாரும் சிந்தையிலே விருப்பம் கொண்டு சீராக அமைந்த கோயில். பல அன்பர்கள் தொண்டாற்றி மகிழ்ந்தமர்ந்த கோயில் அது. அற்புதமாய் மலர்கிறது. துரியதவமியற்றி மனம் நிறைந்து வாழ்த்துகிறேன். பயிற்சி தனை பெற்று அதன் வழிநின்று துன்பமுறும் எம்மக்கள் துயர்துடைத்து வாழட்டும். இன்பமாய் வாழ்பவர்கள் பேரின்பம் அடையட்டும்.

அறிவுத்திருக்கோயில் அமைப்பதற்காய் ஓடி ஓடி உழைத்தவர்கள் உயர்நிலையை அடையட்டும். இறையருளும் குருவருளும் இனிதாகக் கிடைக்கட்டும். இந்த நாள்! சொல்ல வார்த்தையில்லை. எங்கும் அருளாற்றல் நிறைந்து ஆனந்தம் தருகிறது. ஆற்றல் மிகுந்த குருவின் உண்மைத் தொண்டர்கள் அலங்கரித்து நிற்கின்ற தேவலோகக் காட்சி இது. குருவின் பாதம் பற்றி வியத்தகு தொண்டாற்றி எமக்கெல்லாம் பெருவழிகாட்டியாக இறையருளும் குருவருளும் நிறைந்து இன்பமாய் வாழும் பத்மஸ்ரீ அருள்நிதி எஸ். கே. எம். மயிலானந்தம் ஐயா அவர்களின் கரங்களால் ஆரம்பித்து வைக்கப்பட்ட அறிவாலயம் ஓயாது உறங்காது அருட்தொண்டாற்ற பலகோடி வாழ்த்துகள்.

தொண்டாற்றி இன்பம் காண்போம்.

வாழ்க வளமுடன்!

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

வாழ்த்துரை

ஐங்கரன்
தலைவர்
திருகோணமலை தவமையம்

மனிதகுலம் மனநிறைவாகவும், மகிழ்ச்சியாகவும் வாழ வேண்டி பயிற்சி முறைகளையும், தத்துவங்களையும் மனவளக்கலை என்ற பெயரில் நம் அருட்தந்தை வேதாத்திரி மகரிஷி அவர்கள் வடிவமைத்து அகிலத்திற்கு அருளிச் சென்றுள்ளார்.

இன்றைய உலகில் நாடு, மொழி, சாதி, மதம்,இனம் கடந்து தற்காலச் சூழ்நிலைக்குக் கட்டாயம் தேவைப்படும் மனவளக்கலை பயிற்சிகளையும், மகரிஷியின் தத்துவங்களையும் ஆழ்ந்து சிந்திக்கவும், பின்பற்றவும் வழிவகுத்து வழிகாட்டும் அறிவுத்திருக்கோயில்கள் அகிலத்தின் அமைதிக்கான விதைகள்.

ஆன்மிகப் பயணத்தில் ஒரு மைல்கல் என அருட்தந்தையால் போற்றப்பட்ட அறிவுத் திருக்கோயில்.

'அகத்தவமும், அருட்பணியும், அனைத்து மக்களுக்கும்
அறிவறிய, அறம்நிற்க, வழிகாட்டவேண்டி,
மிகத்தெளிந்த அறிவோடு மேலும் மேலும் எண்ணி,
மென்மனத்தார் ஒத்துழைப்பும் பொருள்வளமும் கொண்டு
இகத்துக்கும் பரத்துக்கும் நேர்வழியைச் சீராய்
எல்லார்க்கும் காட்டும் அருட்தொண்டு..'

என்ற குருவின் ஞானக் கவிக்கிணங்க மாண்புமிக்க மனிதர்களை உருவாக்கும் பண்பாட்டுக் கல்வியை வழங்கும் கல்வி நிலையமாக இந்த இலங்கை, கொழும்பு மனவளக்கலை அறிவுத்திருக்கோயில் சிறந்தோங்கி விளங்க இறையருளும் குருவருளும் துணைபுரியுமாக என உளமார வாழ்த்தி மகிழ்கிறேன். இந்த சிறப்புமிக்க அறிவுத்திருக்கோயில் உருவாவதற்கு உறுதுணையாக இருந்த அனைத்து நல்லுள்ளங்களுக்கும் மனமார்ந்த வாழ்த்துகளையும் நன்றிகளையும் தெரிவித்துக்கொள்கிறேன்.

நன்றி!

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

2022 மனைவிநல வேட்பு நாள் நிகழ்வுகள்

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

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

Best Wishes from...

RAVI

Mobile: (+94) 777 373 337
(+94) 753 115 119
(+94) 753 115 118
(+94) 753 115 117

Tel : (+94) 112 436358, 112 448221
(+94) 112 392241, 112 392242
Fax : (+94) 112 471966
Email : info@ravijewellers.lk
Web : www.ravijewellers.lk

Ravi Jewellers (Pvt) Ltd
115, Sea Street, Colombo 11, Sri Lanka.

Ravi Forexae (Pvt) Ltd
(Authorised Money Changer)

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

Best Wishes from...

Sharp Centre (Pvt) Ltd

WHOLESALE & RETAIL DEALERS IN
TEXTILES SPECIALISTS IN KNITTED FABRICS

No. 126, Maliban Street,
Colombo-11, Sri Lanka.
Tel: 2472886, 2472885 Fax: 0094-11-2472885

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

Best Wishes from...

ELITE TEXTILE

Importers and Wholesale, Dealers in Textiles

Tel: 0094 112323080 Fax: 0094 112332823

E-mail: elite_textile@yahoo.com

No. 60, 3rd Cross Street, Colombo 11.

Best Wishes from...

Fashion Lady

TAILORING
SPECIALIST IN LADIESWARE

No.253A 1/2,
George R De. Silva Mawatha,
Colombo 13.

Tel: 011-2431410, 077 5444955

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

Best Wishes from...

Mahens

The Original Recipe

No. 91/2, Pamankada Lane, Wellawatte.
0114 339 578 | 0114 339 579 | 0114 972 437 | 0777 563 620
Email : mahensabaratnam40@gmail.com
Web : www.mahencatering.com

Best Wishes from...

Shakthi Distributors

No. 85, 87, Sri Kathiresan Street, Colombo-13.
Tel: 011 7982949
E-mail: shakthidistribut70@gmail.com

pyramid wilmar
Changing life for the better!

Fortune
EDIBLE OILS & FOODS

MeadowLea
A moment of goodness

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

TRIOS INTERNATIONAL LLC

Unlock Success in the UAE Market with
Trios International LLC
Your Trusted Business Consultancy Partner

COMPANY FORMATION ASSISTANCE

Navigate the complexities of setting up a company in the UAE with our expert guidance

VISA ASSISTANCE

Seamlessly navigate visa procedures and ensure compliance with immigration regulations

BANK ACCOUNT SET UP ASSISTANCE

Benefit from our extensive network to facilitate hassle-free bank account setup for your UAE business

GENERATING BUSINESS LEADS

Tap into our strategic resources and industry connections to generate valuable business leads

BUSINESS DEVELOPMENT

Leverage our expertise to develop and grow your business in the UAE market

Unlock the potential of the UAE market.
Contact us today to discuss your business consultancy needs

Shabber Shiraz
Mobile **+971567061334**
WhatsApp **+94775547212**
Email **s.shiraz@triosintl.com**

Dubai, UAE . Colombo, Sri Lanka

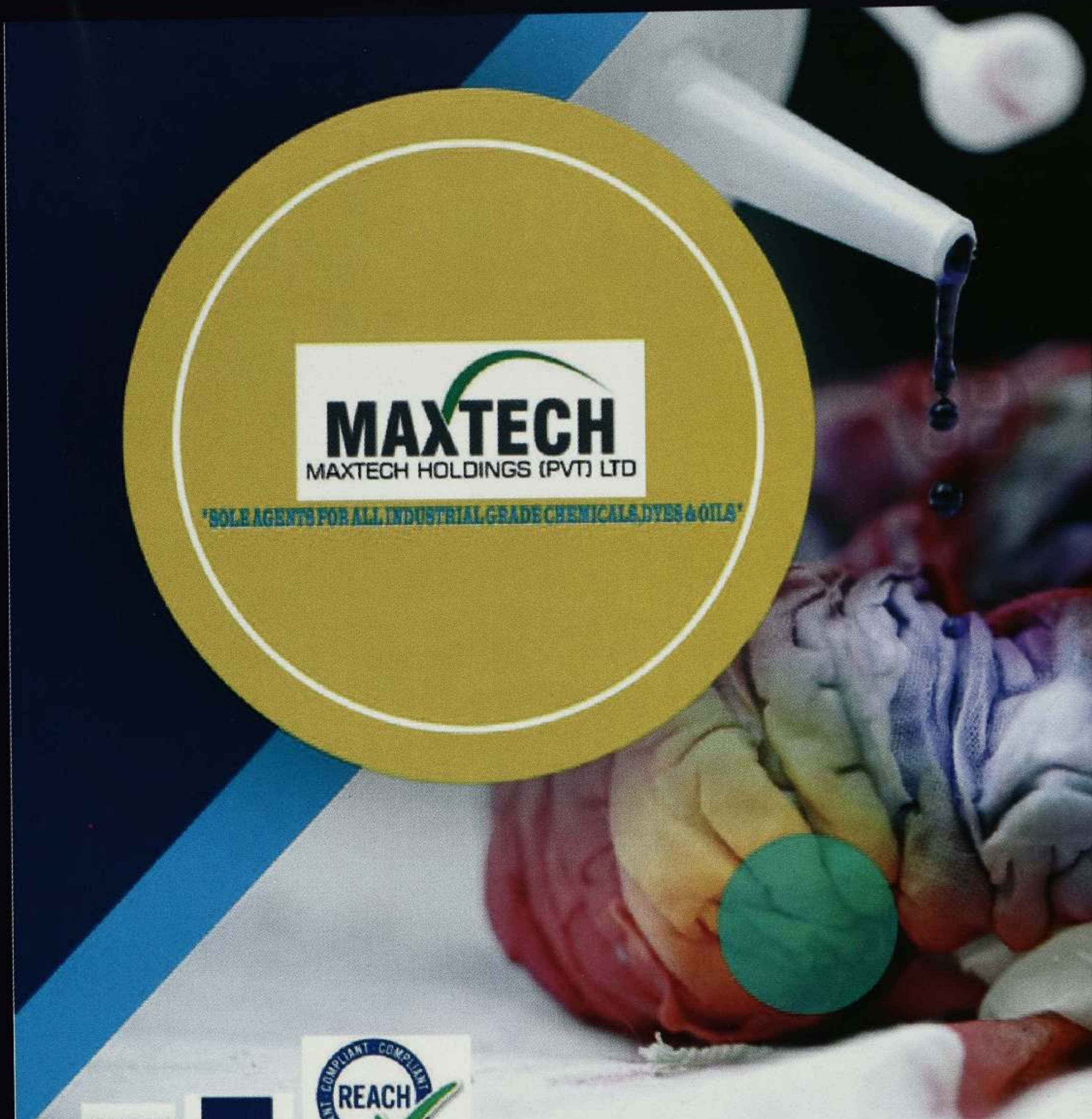
www.triosintl.com

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

Best Wishes from...

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

Best Wishes from...



Registered Address:
No.100-1/19, Keyzer Street,
Colombo-11, Srilanka.
Operating Address:
No.17/3, Joseph Lane, Bambalapitiya,
Colombo-04, Srilanka.
TEL: 011 4540340 MOB: 077 5097851
EMAIL ID: pradhap@royaltricots.com
www.maxtechholdings.com

TEXTILE DYES & CHEMICALS
LEATHER DYES & CHEMICALS
PAPER DYES & CHMICALS
PLASTIC POLYMERS & MASTERBATCH
PAINT CHEMICALS & PIGMENTS
FOOD COLORS 6 INTERMEDIATES

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

Best Wishes from...

LAK ENTERPRISES

MANUFACTURERS OF KNITTED FABRICS, IMPORTERS AND GENERAL TRADERS OF ALL KIND OF TEXTILES

120A 1/1, Main Road, Bakery Junction, Attidiya, Dehiwala

+94 77 765 6268 | +94 76 628 0404

asif@lakfab.lk
www.lakfab.lk

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

Best Wishes from...

UNIQUE ENTERPRISE

UNIQUE ENTERPRISE

GENERAL MERCHANTS

Dealers in Hardware, Electrical Fittings & Engineering Tools Bolts & Nuts, Etc.

178/B, Central Road, Colombo - 12.

Tel: 2448346, 2449854

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

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

Best Wishes from...

BEST WISHES FROM YARN CLOTHING (PVT) LTD

A premier garment manufacturing company dedicated to bringing your fashion visions to life.

What we do

1. Product development
2. Raw material sourcing
3. Sampling Process
4. Manufacturing process
5. Quality Control
6. Supply chain Management
7. Compliance and Regulations

merchandising@yarnclothing.co
+94 77 745 8187
@yarnclothingsl

YARN CLOTHING®
CLOTHING FOR EVERY STORY

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

Best Wishes from...

Supreme Fabrics

Knitted Fabric Supply (Tshirt Fabric)

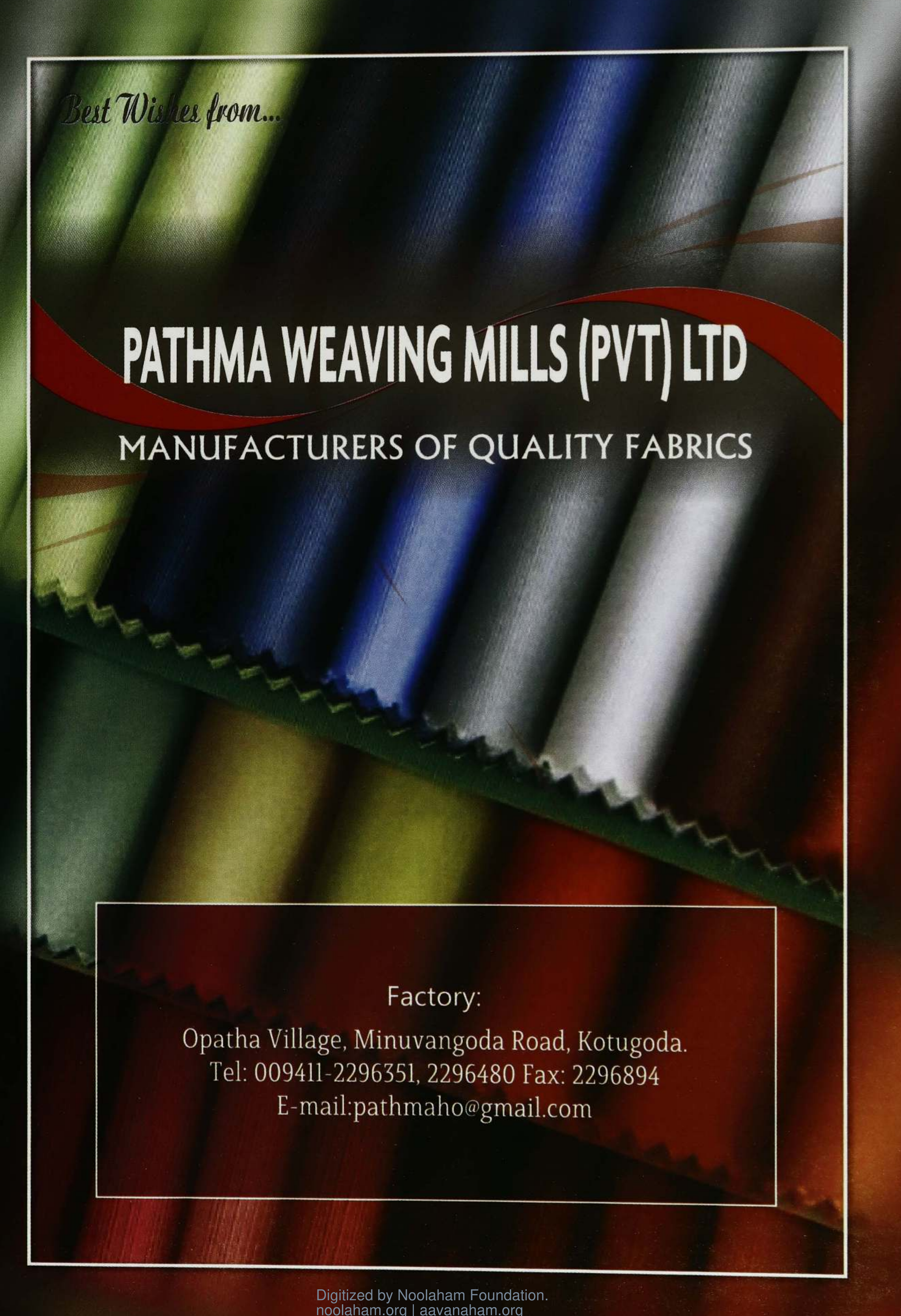
Outlet:

149A, Pamunuwa Road, Maharagama
+94 38 229 7947: +94 38 223 0955

Head office /Factory:

293/8, Suramya Place, Galle Road,
Gorakapola, Panadura 12500,
Sri Lanka.

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



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

Best Wishes from...

VINOMA CREATION
FOR FASHIONABLE LIFE

VINOMA
CREATION

T-SHIRTS

- SCREEN PRINTING
- SUBLIMATION
- DIGITAL PRINTING
- EMBROIDERY

PROMOTIONAL T -SHIRTS

CALL NOW
077 3 331 755
dinethapparel@gmail.com
VINOMA CREATION
49, ROHINI PLACE, NEDIMALA,
DEHIWALA.

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

வளமான வாழ்விற்கு
உடல் நலமும் மனவளமும்

வளமான வாழ்க்கை வாழ்வதற்கு உடல்நலம் மட்டும் அல்லாது மனநலமும் இன்றியமையாத தாகும். 'வாழ்க வளமுடன்' எனும் வாசகத்தை தாரக மந்திரமாகக் கொண்டு, மக்களுக்கு போதித்தவர் வேதாத்திரி மகரிஷி. இவர் அமைத்துக் கொடுத்த 'மனவளக்கலை' எனும் பயிற்சி இன்றைய உலகின் மன அழுத்தத்தில் இருந்தும் டென்ஷன் முதலானவற்றில் இருந்தும் விடுவிக்க வல்லது என்பது உலகறிந்த உணர்வார்ந்த உண்மையாகும்.

மனநலம் என்பது ஒரு நபரின் ஒட்டுமொத்த உளவியல் மற்றும் உணர்ச்சியின் நிலையைக் குறிக்கிறது. இது ஒரு நபரின் மனநிலை, உணர்ச்சிகள், நடத்தைகள், பல்வேறு வாழ்க்கை சூழ்நிலைகளை சமாளிக்கும் ஆற்றல் மற்றும் மாற்றி அமைக்கும் திறன் ஆகியவற்றை உள்ளடக்கியது. மேலும் அவர்கள் எப்படி நினைக்கிறார்கள் உணர்கிறார்கள் மற்றும் செயல்படுகிறார்கள் என்பதை பாதிக்கின்றது. தனி நபர்கள் நேர்மறை உணர்ச்சி களை வெளிப்படுத்தவும், ஆரோக்கியமான உறவுகளை உருவாக்கவும், மன அழுத்தம் மற்றும் சவால்களைச் சமாளிக்கவும் அவர்கள் சார்ந்த சமூகத்திற்கு அர்த்தமுள்ள பங்களிப்புகளைச் செய்யவும் மன ஆரோக்கியம் வழி வகுக்கின்றது.

மனநலம் என்பது மன நோய் அல்லாது இருப்பது மட்டுமன்றி நேர்மறையான மனநிலையில் இருப்பதும் ஆகும். ஒருவர் நல்ல மனநிலையில் இருக்கும் பொழுது தான் சிறப்பான சிந்தனைக்கு உள்ளாக்கப்படுவார். இச்சிந்தனைகளே அவருடைய வெற்றியின் ஆரம்பமாகும். மனநலமானது பல்வேறு காரணிகளில் தங்கியுள்ளது. உயிரியல் காரணிகளான மரபியல் மற்றும் மூளையின் வேதியியல் தொடக்கம் வீதி விபத்துக்கள், நெருங்கிய உறவினரின் மறைவு மற்றும் துஷ்பிரயோகம் போன்ற எதிர்மறை நிகழ்வுகளும் மனநிலையைப் பாதிக்கின்ற காரணிகளாகும். மேலும் மனநலத்தில் செல்வாக்கு செலுத்துகின்ற காரணிகளாக மனநோய்கள் கொண்ட குடும்ப வரலாறு, பிரச்சினைகளை கையாளும் தன்மை மற்றும் சமாளிக்கும் திறன்கள் என்பனவும் அடங்கும்.

செழிப்பான உயர்தர வாழ்க்கைக்கு மனநலத்திற்கான ஆதரவை பெற்றுக்கொள்ளல் அவசியமாகின்றது. இன்றைய காலகட்டத்தில் சிறுவர்கள் கூட எனக்கு ஒரே ''டென்ஷன்'' என்று சொல்வதைக் காணமுடிகிறது. ''நான் ஸ்ட்ரெஸ் (Stress)யாக இருக்கின்றேன், என்னை டென்ஷன் ஆக்காதே, எரிச்சலூட்டடதே, வெறுப்பாக இருக்கின்றது'' போன்ற வார்த்தைகளை அதிகம் கேட்க கூடியதாக இருக்கின்றது. சிலர் அதீத மனஉளைச்சலால் மனப்பக்குவமுமின்றி தற்கொலை என்ற எதிர் மறை எண்ணத்தை நோக்கியும் பயணிக்கின்றனர்.

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

நவ நாகரிக உலகில் மனிதன் ஏதாயினும் ஒரு காரியத்தில், அல்லது பிரச்சினையில் சிக்குண்டவனாகவே இருக்கின்றான். காலையில் எழுந்தது முதல் இரவில் நித்திரைக்குச் செல்லும் வரையில் பெரும்பான்மையான மக்களின் மனதில் கவலைகள் நிறைந்து, நிம்மதி இழந்தே காணப்படுகின்றனர். நாம் எப்பொழுதும் மன அமைதிக்காக ஏங்குகின்றோம். ஆனால் மன நலத்தைப் பேணுவதற்கான நடவடிக்கைகளில் பலரும் ஈடுபடுவதில்லை மற்றும் பலருக்கு எவ்வாறான செயற்பாடுகள் மன நலத்தை மேம்படுத்தும் என்பது பற்றியும் தெளிவு கிடையாது. பின்வரும் செயற்பாடுகள் மனநலத்தைப் பேணுவதற்கு உதவி செய்யும்.

1. தொழில்சார் உதவியை அணுகுதல்:
   சிகிச்சையாளர்கள், ஆலோசகர்கள் அல்லது மனநல மருத்துவர்கள் போன்ற மனநல நிபுணர்களிடம் உதவியைப் பெறுதல். குறிப்பிட்ட மனநலக் கவலைகளைத் தீர்க்க அவர்கள் மதிப்புமிக்க வழிகாட்டுதல்கள், ஆதரவு மற்றும் ஆதார அடிப்படையிலான தலையீடுகளை வழங்குவார்கள்.

2. சமாளிக்கும் உத்திகளை உருவாக்குதல்:
   மன அழுத்தம், பதற்றம் மற்றும் பிற மனநல சவால்களை நிர்வகிக்கப் பயனுள்ள சமாளிக்கும் வழிமுறைகளைக் கற்றுக்கொள்ளுதல். இதில் நினைவாற்றல், ஆழ்ந்த சுவாசப் பயிற்சிகள், உங்களுக்கு மகிழ்ச்சியையும், மன ஆறுதலையும் தரும் பொழுதுபோக்குகள் மற்றும் செயல்பாடுகளில் ஈடுபடுவது போன்ற நுட்பங்களை உள்ளடக்குதல்.

3. ஆதரவு வலைப்பின்னலை உருவாக்குதல்:
   உணர்ச்சிபூர்வமான ஆதரவை வழங்கக்கூடிய ஆதரவான மற்றும் புரிந்துகொள்ளும் நபர்களை உங்களைச் சுற்றி வையுங்கள். இந்த வலைப்பின்னலில் குடும்பம், நண்பர்கள், ஆதரவு குழுக்கள் அல்லது ஆன்லைன் சமூகங்கள் இருக்கலாம். உங்கள் அனுபவங்களையும் உணர்வுகளையும் மற்றவர்களுடன் பகிர்ந்துகொள்வது மன அழுத்தத்தைத் தணிக்கவும், சொந்த உணர்வை வளர்க்கவும் உதவும்.

4. சுய பாதுகாப்புக்கு முன்னுரிமை அளித்தல்:
   மன நலத்தை மேம்படுத்தும் சுய பாதுகாப்பு நடவடிக்கைகளில் ஈடுபடுங்கள். வழக்கமான உடற்பயிற்சி, சத்தான உணவை உண்ணுதல், போதுமான தூக்கம் மற்றும் நல்ல சுகாதாரத்தைக் கடைபிடிப்பதன் மூலம் ஆரோக்கியமான வாழ்க்கை முறையை பராமரிப்பது இதில் அடங்கும். கூடுதலாக, வாசிப்பு, பொழுதுபோக்குப் பயிற்சி செய்தல் அல்லது இயற்கையில் நேரத்தைச் செலவிடுதல் போன்ற மகிழ்ச்சி யையும் ஓய்வையும் தரும் செயல்களுக்கு நேரத்தை ஒதுக்குங்கள்.

5. மீண்டெழும் தன்மையை மேம்படுத்துதல்:
   வாழ்க்கையின் சவால்கள் மற்றும் பின்னடைவுகளைச் சிறப்பாகச் சமாளிப்பதற்கான மீண்டெழும் தன்மையை உருவாக்குதல். மீண்டெழும் தன்மை (resilience) என்பது நேர்மறையான மனநிலையை வளர்ப்பது, சிக்கலைத் தீர்க்கும் திறன்களை வளர்ப்பது

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

மற்றும் நெகிழ்வுத்தன்மை வளர்ப்பது ஆகும் . ஒரு சிகிச்சையாளருடன் பணிபுரிவது, மீண்டெழும் தன்மையை வளர்த்துக் கொள்ளவும், துன்பத்திலிருந்து மீள்வது எப்படி என்பதை அறியவும் உதவும்.

6. சகாக்களின் ஆதரவைத் தேடுதல்:
ஒரே மாதிரியான அனுபவங்கள் அல்லது சவால்களைக் கொண்ட நபர்களுடன் இணையக்கூடிய ஆதரவுக் குழுக்கள் அல்லது ஆன்லைன் சமூகங்களில் சேரலாம். இது தனிமைப்படுத்தப்பட்ட உணர்வுகளைக் குறைக்கவும், நடைமுறை ஆலோசனை மற்றும் சமாளிக்கும் உத்திகளை வழங்கவும் உதவும்.

7. உங்களைப் பயிற்றுவித்தல்:
மனநல நிலைமைகள், அவற்றின் அறிகுறிகள் மற்றும் கிடைக்கக்கூடிய சிகிச்சை களைப் பற்றி அறிந்து கொள்ளுங்கள். உங்கள் சொந்த மன ஆரோக்கியம் அல்லது உங்கள் அன்புக்குரியவர்களின் மனநலத்தைப் புரிந்துகொள்ளுதல், சரியான ஆதரவைப் பெறுதல், சிகிச்சையைப் பற்றி தகவலறிந்து முடிவுகளை எடுத்தல் என்பவற்றிற்கு உதவும்.

8. வேலை மற்றும் வாழ்க்கையை சமநிலைப்படுத்துதல்:
மன அழுத்தத்தைக் குறைப்பதற்கும், சோர்வைத் தடுப்பதற்கும் ஆரோக்கியமான வேலை-வாழ்க்கை சமநிலையை பராமரிக்க வேண்டும். எல்லைகளை அமைத்துக் கொள்ளுதல், சுய பாதுகாப்புக்கு முன்னுரிமை கொடுத்தல், குடும்ப அங்கத்தவர்களுக்கும், நண்பர்களுக்கும் நேரத்தை ஒதுக்குதல் மற்றும் உங்களுக்கு நிறைவையும், மகிழ்ச்சியையும் தரும் வேலைக்கு வெளியே உள்ள செயல்களில் ஈடுபடுதல் மூலம் வேலை மற்றும் வாழ்க்கையை சமநிலைப்படுத்தலாம்.

ஒரு வளமான வாழ்க்கையை நடத்துவது என்பது பொருள், செல்வம் மற்றும் சாதனைகளுக்கு அப்பாற்பட்டது. நல்ல மன ஆரோக்கியம் செழிப்பின் ஒரு அங்கமாகும். ஏனெனில் இது நமது உணர்ச்சி ,நல்வாழ்வு, உற்பத்தித்திறன், உறவுகள் மற்றும் உடல் ஆரோக்கியத்தை பாதிக்கின்றது. மன நலத்திற்கு முன்னுரிமை அளிப்பதன் மூலம், வாழ்க்கையின் பல்வேறு அம்சங்களில் செழித்து, உண்மையான நிறைவை அனுபவித்து வளமான வாழ்க்கையை வாழலாம். மன ஆரோக்கியத்தின் முக்கியத்துவத்தை அங்கீகரிப்பதும், ஆதரவைத் தேடுவதும், சுய-கவனிப்புப் பயிற்சி செய்வதும், ஆரோக்கியமான சமாளிக்கும் வழிமுறைகளை வளர்ப்பதும் முக்கியமாகும். அவ்வாறு செய்வதன் மூலம், வலுவான மற்றும் சமநிலையான மனநிலையைப் பேணி வளமான வாழ்க்கையை நாம் வாழலாம்.

டாக்டர் கந்தசாமி அருளானந்தம்,
துறைத் தலைவர்,குடும்ப நல வைத்திய நிபுணர்,
சௌக்கிய பராமரிப்பு விஞ்ஞான பீடம்,
கிழக்குப் பல்கலைக்கழகம்.
0714471064/ arulanandemk@esn.ac.lk

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

ஜீவ தோற்ற சிந்தனையில் சித்தாந்தமும் வேதாத்திரியமும்

பாண்டித்திய ஞானம் கொண்டோர்க்கு மட்டுமே பரம்பொருள் பற்றிய உண்மைநிலை விளக்கத்தை உணரும் வல்லமையுண்டு என்ற நிலையைத் தகர்த்து, பாமரரும் உணரும்வண்ணம் இறைநிலைத் தத்துவத்தை எளிமையாக்கி எடுத்துரைத்த எம் குருவுக்கு வணக்கம்.

மாபெரும் தத்துவ தலைப்பைத் தொட்டுவிட்டேன் என்ற தவிப்பிருப்பினும் குருவருளும் திருவருளும் என்னை ஆற்றுப்படுத்தும் என்ற நம்பிக்கையுண்டு. வரிகளுக்கு வரையறையுண்டு என்பதால் சிறுக உரைத்து விளக்க முயல்வோம்.

சித்தாந்தம்,என்றும் அழியா உண்மைப் பொருளாக மூன்று பொருள்களைக் கொள்ளும். அவை மேற்பொருள் என்ற இறைநிலை, இடைப்பொருள் என்ற உயிர்கள், கீழ்ப்பொருள் என்ற மலங்கள். இதையே வேதாத்திரியம் சுத்தவெளி, ஜீவன், செயல் விளைவு என்று ஆழவிளக்கும்.

சித்தாந்த மாயை, வேதாத்திரிய சுத்தவெளி

சித்தாந்தம் காரியங்களுக்கெல்லாம் மூலமான மாயை தொடர்பாக பேசும் அதேவேளை அதையே வேதாத்திரியம் சுத்தவெளி என்ற நாமம்கொண்டு விளக்குகிறது. முதலில் சித்தாந்தம் சொல்லும் மாயைபற்றி சுருக்கமாக நோக்குவோம்.

இது கண்ணுக்குப் புலப்படாத நுண்மையுடைய அருவப் பொருள் ஆகும். அண்ட கோடிகள் அனந்தமானவை. அவ்வண்ட கோடிகளெல்லாம் விரிந்து தோன்றுவதற்கு இடமாக இருப்பது மாயையென்றால் அம்மாயையின் விரிவை நம்மால் உணரவும் கூடுமோ? என மாயையின் நுண்மையை விளக்கும் சித்தாந்தம்.

சுத்தவெளிபற்றி சொல்லும் வேதாத்திரியம் இவ்வாறு விளக்கும். எல்லையற்ற பிரபஞ்சத்தின் தொடக்கம் இறைநிலை என்று மதிப்பாகப் பேசப்படுகின்றது. இறைந்தும் நிறைந்தும் எங்கும், எதிலும் ஊடுருவி ஒரு பாய்மப் பொருளாக இயங்கிக் கொண்டிருக்கின்ற, புலன்களுக்கு எட்டாத ஒரு பேராற்றலே, ‘இறைநிலை’ எனப்படுகின்றது. இந்த எல்லை காண முடியாத தெய்வீகப் பேராற்றல் எதுவாக இருக்கமுடியும்? என்று அறிவை உயர்த்தி ஆராய்ந்தால், 'எல்லையற்ற பேராற்றலாக விளங்குவது பிரபஞ்சம் முழுவதும் நிறைந்துள்ள இறைவெளியே’ என விளங்கும்.

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

மாயையை சுத்தமாயை, அசுத்த மாயை என இரண்டாக எடுத்துரைக்கும் சித்தாந்தம். இதையே சுத்தவெளி இயக்கமண்டலம் என எளிமையாக விளக்குகிறது வேதாத்திரியம்.

அசுத்த மாயையினின்றும் தோன்றிய காரியத்தை பிரகிருதி மாயை என சுட்டும் சித்தாந்தம், பிரகிருதி மாயையிலிருந்து தோன்றும் ஆன்ம தத்துவங்கள் 24 தொடர்பாக வியாக்கியானம் செய்கிறது.

அந்த 24 ஆன்ம தத்துவங்களாவன:

- அந்தக்கரணங்கள் 4 சித்தம், புத்தி, அகங்காரம், மனம்
- ஞானேந்திரியங்கள் 5 செவி, தோல், கண், நாக்கு, மூக்கு
- கன்மேந்திரியங்கள் 5 வாய், கால், கை, எருவாய், கருவாய்
- தன்மாத்திரைகள் 5 சத்தம், பரிசம், ரூபம், ரசம், கந்தம்
- பூதங்கள் 5 ஆகாயம், காற்று, நெருப்பு, நீர், நிலம்

மிக ஆழமான தத்துவமாகிய இதனின்றும் இனி நாம் எடுத்துக்கொண்ட - ஜீவ தோற்றம் என்ற பொருள் குறித்து சிந்திக்கும் தருணமிது. இங்குதான் வேதாத்திரியம் இத்தத்துவத்தை எளிமையாக இவ்வாறு விளக்குகிறது. இறைநிலையின் திறம் மூன்று பற்றி விளக்கும் வேதாத்திரியம் 1. தன்மாற்றம் 2. இயல்பூக்கம் 3. கூர்தலறம் பற்றி பேசும்.

சித்தாந்தத்தின் அந்தக்கரணமும் வேதாத்திரியத்தின் இயல்பூக்கமும்

ஜீவ தோற்றம் பற்றி சொல்ல விழைந்த சித்தாந்தம் இவ்வாறு விளக்குகிறது. 'பிரகிருதி மாயை முக்குண வடிவாய் இருக்கும். சாத்வீகம், இராசதம், தாமதம் ஆகிய முக்குணங்களையும் சூக்குமமாய் உள்ளடக்கி நிற்கும் நிலையே பிரகிருதி மாயை ஆகும். பிரகிருதியினின்றும் உயிருக்கு உதவுவனவாகிய அகக் கருவிகள் முதலில் தோன்றும். அகக்கருவிகளை அந்தக் கரணங்கள் என்பர். சித்தம், புத்தி, அகங்காரம், மனம் என்னும் நான்குமே அவ்வகக்கருவிகள்''

இத்தத்துவத்திற்கு இணையான இயல்பூக்கம் (Mutation) பற்றி பேசும் வேதாத்திரியம் எளிமையாக இவ்வாறு விளக்கும்.

'இறைவெளி தன்மாற்றம் அடைகின்றபோது, அந்தந்த இயக்கத்திற்கும், தோற்றத்திக்கும் இடத்திற்கும் காலத்திற்கும் தக்கவாறு, செயலும் விருப்பமும் தானாகவே எழுச்சிபெறும். அதாவது இறைநிலையே ஒவ்வொரு பொருளிலும் ஆற்றலாகவும், அறிவாகவும் அடங்கியிருப்பதால் அது தானாகவே தேவைக்கேற்ப காலத்தால் மலர்ச்சி பெற்று வெளிவருகிறது. அதையே இயல்பூக்கம் என்கிறோம்' அதாவது சூழ்நிலைக்குத் தக்கவாறு ஆற்றலைத் தகவமைக்கின்ற அறிவின் சிறப்பு பற்றியே வேதாத்திரியம் பேசுகிறது.

இதை கருத்தொருமித்த தத்துவமாகக் கருதினாலும், சிந்தனை ஆற்றல்மிக்க சான்றோர்கள் பகுத்து புரிந்துகொள்ளுமளவில் சித்தாந்தம் சொல்ல விழைந்த தத்துவத்தைக்

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

காலத்தின் தேவைகருதி வேதாத்திரியம் எளிமைப்படுத்தி எல்லோரும் புரிந்து கொள்ளுமளவில் விளக்குகிறது.

ஞானேந்திரியங்கள்

அகக்கருவிகளின் பின்னர் புறக் கருவிகளாகிய ஞானேந்திரியங்கள் தோன்றுவதை விளக்கும் சித்தாந்தம், செவி, தோல், கண், நாக்கு, மூக்கு என்பன ஒன்றன்பின் ஒன்றாக முறையே தோன்றும். இவை புறத்தே உள்ள ஓசை, ஊறு, ஒளி, சுவை, மணம் என்னும் புலன்களை ஆன்மா அறிதற்குக் கருவிகளாதலின் ஞானேந்திரியங்கள் எனப்பட்டன என்று விளக்குகிறது.

இக்கருத்தினை சகலரும் புரியும்வண்ணம் வேதாத்திரியம் விளக்குகையில் ஓரறிவு முதல் ஐயறிவு வரை (இயல்பூக்க அறிவு) விஞ்ஞான விரிவுரையாக தெட்டத்தெளிவான புரிதலைத் தருகிறது. 'காந்தமே சுவை மணம் என்ற நிலைகளை அடையும்போது இரச ாயனமாக மாறுகிறது. அதன்படி சீவகாந்தமே பச்சையமானது. அவ்வுயிருக்கு எழுந்த ஆற்றல் குறைவை ஈடு செய்ய தானே போக்கிக்கொள்ளக்கூடிய சிறப்புடை உயிரினமே தாவரமாகும். ஆரம்பத்தில் தோன்றிய ஓரறிவு உயிரினங்களின் ஒரு பகுதி, தாவரங்களைச் சார்ந்து அவற்றை உண்டு வாழும் நிலை உருவானது விலங்கினம் என்ற பிரிவு வந்தது.

மீண்டும் ஆற்றல் தேவையை (பசி) உணரும்போது உணவின் தன்மையை உணரும் புலன் மலர்ச்சியே இரண்டாவது அறிவாகும். இவ்வாறே தேவையின் அடிப்படையில் இயல்பூக்கத்தினால் ஐயறிவுவரை ஜீவதோற்றம் உருவானதாக வேதாத்திரியம் விளக்கும்.

கர்மேந்திரியங்கள்

புலன்களின் துணைக்கொண்டு உடலை இயக்கி உணவைத் தேட உதவும் செயற் கருவிகளே கர்மேந்திரியங்கள் வாய், கால், கை, எருவாய், கருவாய் எனப்படுகின்றன என வேதாத்திரியம் விளக்குகிறது.

நிறைவாக, ஆன்மிகத்தை உலகிற்குப் போதித்த அனேகமான தத்துவங்கள் துரதிர்ஷ்டவசமாக உயர் சிந்தனையாளர்களால் மட்டுமே உணரக்கூடியதாக அமைந்துவிட்டன. சாதாரண மக்களுக்கு இத்தத்துவங்களைப் புராணங்களாகவும் இதிகாச ங்களாகவும் கதைகளாக விழைந்தமையினால் அவை கிரியைகளாகவும் பூஜைகளாகவும் மட்டுமே கடைப்பிடிக்கப்பட்டன. இதன் காரணமாக இவற்றின் மூல தத்துவங்களில் சே தமாகும் நிலை ஏற்பட்டது. இந்நிலையில்தான் காலத்தின் தேவை கண்டு தோற்றம்பெற்ற வேதாத்திரி மகரிஷி அவர்கள் மகா தத்துவங்களை பாமரரும் உணரும் வண்ணம் எளிமையாக விளங்கச் செய்துள்ளார். வாழ்க வளமுடன்.

ஓ. சித்ரவேல்
துணைப் பேராசிரியர்,
ஹட்டன் அறக்கட்டளை

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

மங்கையரை மகிமை செய்த மகரிஷி

பிரம்ம ஞானம் பெறவல்லோர் என்ற
பெருமைக்கு உரியோர்க்கெல்லாம்
ஆண்பால் அந்தஸ்தளித்த சமுதாயமிது

சித்தன், முனிவன் என்ற பதங்களுக்கு இங்கு
பெண்பால் பதங்களில்லை
ரிஷி என்றோ யோகி என்றோ மாதரை
மகிமை செய்வதில்லை

ஆன்மிகத்திலும் மேலாதிக்கம் செய்யும்
ஆணாதிக்க சமுதாயத்தில்
பெண்ணுக்கும் பிரம்மஞானமளித்த
பிதாமகன் எங்கள் மகரிஷி.

வள்ளுவன் வாசுகிக்கும்
வனமுனி விஸ்வாமித்திரர் மேனகைக்கும்
வழங்காத வரப்பிரசாதமே
வேதாத்திரி தந்த அன்னை

லோகாம்பாள் மகிமைசொல்லும்
மனைவி நலவேட்புநாள்
லௌகீக பற்றறுக்கும் துறவிக்கு நிகராக
பெற்றோரை விட்டுசெல்லும்
பெண்மையை வைத்த மகான்

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

இல்லத்து அரசி என்ற முத்திரையைக் குத்திக்கொண்டு
அடுப்படியில் மட்டுமே ஆட்சி புரிந்தவள் - இன்று
அரங்கிலேறி 'அகத்தவ' ஞானம் பேசும்
பேராசிரியராய் பெருமை தந்த பிதா!

அண்டத்தின் சிருஷ்டி பிரமனென்பார் அது ஆன்மிக தரிசனம்
பிண்டத்தின் சிருஷ்டி பெண் அது பிரபஞ்ச நிதர்சனம்
ஆக்கம் ஒன்றுதான் அவளும் சிருஷ்டிதான்
கருவிலே திருவுடை சிசுவை சிருஷ்டிக்க
காயகற்பம் பெண்ணுக்கு
வேதாத்திரியம் தந்த தேவாமிர்தம்.

தேகம் திடம் கொண்டு மாதர் நலன் ஓம்ப
யோகப் பயிற்சிகளை ஒழுங்குறவே வடிவமைத்து
ஊர்தோறும் உடற்பயிற்சி மையமமைத்த மகான் எங்கள்
மகரிஷி சிந்தனைகள் காலம் கடந்தும் ஞாலம் உய்விக்கும்

வாழ்க வளமுடன்.

திருமதி விஜயநதி சித்ரவேல்
துணைப்பேராசிரியர்- ஹட்டன் அறக்கட்டளை

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

வேதாத்திரியம் காட்டும் ஆன்மிகப் பாதை

ஆன்மிகப்பாதை என்பது மனிதகுலத்திற்கு மட்டும் உரிய ஒன்றாகும். இயற்கையில் மனிதனைத் தவிர, வேறு எந்த ஜீவ இனங்களும் ஆன்மிக செயற்பாடுகளில் ஈடுபடுவதில்லை. காரணம் அவ்வாறு ஈடுபடுவதற்கான அறிவு அவற்றிற்கு இல்லை என்பது முதன்மையானது. மேலும் அவை எதுவும் தமது வாழ்வியற் செயற்பாடுகளை இயற்கைக்கு முரணாக அமைத்துக் கொள்வதில்லை.

மாறாக மனித இனம் தோன்றிய காலம் முதல் ஒரு குறிப்பிட்ட கால எல்லை வரை இயற்கையோடு இணைந்ததாகவே வாழ்வியல் செயற்பாடுகளை மேற்கொண்டு இயற்கையோடு இயற்கையாக வாழ்ந்து வந்தது. இதனால்தான் அருட்தந்தை அவர்கள் மனித இனம் பற்றிக் கூறும் போது 'இயற்கை என்ற நந்தவனத்தில் இறுதியாகப் பூத்தமலர்' என இனம் காட்டியுள்ளார்.

அதன் விளைவு அவன் அறிவில் சிறப்புப் பெற்றவனாகவும் அதன்மூலம் தனது மூலத்தையும் பரிணாமவளர்ச்சியையும் அறியும் அறிவாக ஆறாவது அறிவு எனும் பகுத்தறிவைக் கொண்டுள்ளான். இருந்த போதும் ஆரம்பகாலத்தில் தனது வாழ்வியல் செயற்பாடுகளை இயற்கையில் இருந்து வேறுபடுத்தி வாழத் தெரியாதவனாக இருந்தான்.

காலத்தின் நகர்வு அவனது அறிவில் விழிப்புநிலையைத் தோற்றுவித்ததன் விழைவு தனது தோற்றம் தனது வரலாறு பற்றி அறிய முற்பட்டான். இந்த விழிப்புநிலை காரணமாக அவனது வாழ்வியல் பலமாற்றங்களைக் காணும்போது புதிய புதிய அனுபவங்களைப் பெற்றான்.

இந்த அனுபவங்கள் அவனுக்கு இன்பமாகவும் துன்பமாகவும் அமைவதை எண்ணி சிந்திக்கும் போது இயல்பாகவே இவையாவும் ஏன்? ஏதனால்? ஏற்படுகின்றன என்ற கேள்விகளும் கூடவே ஏற்பட்டன. இந்தக்கேள்விக்கு விடைகாண முற்பட்டபோது அவனிடம் ஏற்பட்ட புரிதல்தான் இன்ப துன்பங்கள் அனைத்தும் காரண காரியங்களுடன்தான் ஏற்படுகின்றன என்பதாகவும் அந்தக்காரண காரியங்களை இனங்காணவேண்டியது மனிதனின் அறிவின் தேவையாகவும் உணர்ந்து கொண்டான்.

இந்தப்புரிதலின் மூலம் ஏற்பட்ட சிந்தனைதான் இன்ப துன்பங்கள் அனைத்தும் தனக்கும் மேலான ஒரு ஆற்றல் மூலம் நிர்ணயம் செய்யப்படுகின்றது எனவும் அந்த ஆற்றலை மதித்து வாழ்வதே மானுடவாழ்வு சிறக்க உதவும் என்பதாக அவனது அறிவுக்கு எட்டியது. அந்த ஆற்றலை மறந்து செயற்படும் போது அதனை நினைவூட்டுதாக

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

அமைவதே துன்பங்கள் எனவே துன்பம் தவிர்த்து இன்பமாக தனக்கும் மேலான ஆற்றலை மதிக்கவேண்டியது அவசியம் என்பதை முற்றாக நம்பினான்.

இந்த நம்பிக்கையின் அடிப்படையில் தனக்கும் மேலான ஆற்றலை தெய்வம் எனவும் அதனை நம்புவது தெய்வபக்தி எனவும் அந்த தெய்வத்திடம் தனக்கு ஏற்படும் துன்பங்களைப் போக்கவும் இன்பத்தைப் பெறவும் மேற்கொள்ளும் வேண்டுதலே தெய்வ வழிபாடு எனவும் அமைந்தது.

இந்நம்பிக்கையும் வழிபாட்டுமுறையும் மானுடவரலாற்று இயங்கியலில் பலபரிமாணங்களைப் பெற்று பல்வேறு சடங்குகள் சம்பிரதாயங்களால் மெருகூட்டப்பட்டு பல்வேறு வழிபாட்டு முறைகளாகவும் பல்வேறு தெய்வங்களாகவும் வியாபகம் பெற்று மானுடவர்க்கம் தமக்கிடையே குலவேறுபாடுகள் சாதியவேறுபாடுகள் மதவேறுபாடுகள் தோன்ற வகைசெய்தது. இதுவே காலத்தின் நீட்சியில் மனிதர்கள் இடையே பலபிரிவுகளும் அதன் அடிப்படையில் பல பிணக்குகளும் தோன்றக் காரணமாக அமைந்தது.

பலபிரிவுகள் தோன்றியபோதும் அனைத்துப்பிரிவினரும் தெய்வம் என்ற மேலான ஆற்றலை ஏற்றுக்கொள்வதில் ஒருபுள்ளியில் சந்தித்து நிற்கின்றனர். அனைத்து பக்தி வழிபாட்டு முறைகளிலும் உள்ள உண்மைத் தன்மையாகிய 'தெய்வம்' அனைவராலும் ஏற்றுக்கொள்ளப்பட்டுள்ளமை சிறப்பாக உள்ளதுடன் வேற்றுமையிலும் ஒற்றுமையின் வெளிப்பாட்டினைக் காணக்கூடியதாக இருப்பதை அறியக்கூடியதாக உள்ளது.

ஆரம்பத்தில் தெய்வ நம்பிக்கையை வெளிப்படுத்தியவர்கள் அதனை எல்லோரும் அறிந்துகொள்ளக் கூடியவகையில் கூறிய கருத்துக்கள் மக்களைச் சென்றடைவதைக் காட்டிலும் சடங்குகளும் சம்பிரதாயங்களும் மக்கள் மத்தியில் அதிக அளவில் பிரபல்யம் பெற்றுவிட்டதால் தெய்வம் பற்றிய உண்மை மறைக்கப்பட்டுள்ளது

இன்றைய விஞ்ஞான தொழில்நுட்ப மேம்பாட்டு நிலையும் மக்கள் மத்தியில் தெய்வ நம்பிக்கையைப் பின்தள்ளியது போல் ஒரு பிரம்மையை ஏறபடுத்தியுள்ளது. இதனால் இன்றைய அவசரமானதும், அவசியமானதுமாக உள்ள தேவை என்பது தெய்வ நம்பிக்கையின் உண்மைத் தன்மையும் விஞ்ஞனத்தின் உண்மைத் தன்மையும் இணைந்து பயணிக்க வேண்டும்.

ஆன்மிகப்பாதையில் துவைதக் கோட்பாட்டில் புதைந்துள்ள அத்வைதம் உலகமக்கள் அனைவராலும் இலகுவில் புரிந்துகொள்ளப்பட வேண்டும். அதற்கான ஒரு புதிய ஆன்மிகப் பாதையை ஏற்படுத்தியவர்தான் இருபதாம் நூற்றாண்டு கண்ட 'பாமரமக்களின் தத்துவஞானி அருட்தந்தை யோகிராஜ் வேதாத்திரி மகரிஷி' அவர்கள்.

இதுவே வேதாத்திரியம் காட்டும் ஆன்மிகப் பாதை. இதனையே 'மனவளக்கலை யோகா' எனவும் அதற்கான பாடத்திட்டம்தான் 'வேதாத்திரியம்' எனும் வாழ்க்கைவளக் கல்வியாகும். இக்கல்விமுறையானது முற்றிலும் பயிற்சிநெறிகளுடன் கூடிய முழுமை

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

நல்வாழ்வுக்கான மனவளக்கலை யோகா என உலகம் முழுவதுமாக மனவளக்கலை மன்றங்கள் மற்றும் அறிவுத்திருக்கோயில்களூடாகவும் வழங்கப்படுகின்றது.

''தன்னை அறியத் தனக்கொரு கேடில்லை
தன்னையறியாமல் தானே கெடுகின்றான்
தன்னை அறியும் அறிவுபெற்றபின்
தன்னை அர்ச்சிக்கத் தான் இருந்தானே''

என்பது அறிஞர் திருமூலர் வாக்கு. இந்த வாக்கிற்கு அமைவாக வேதாத்திரியம் காட்டும் ஆன்மிகப்பாதை தன்னை அறியும் விஞ்ஞான ஆய்வில் தொடங்கி உடல் நலம் உயிர் வளம் மனவளம் கூடிய தனிமனித ஆரோக்கியம் பேணி அங்கிருந்து உறவுகள் மேம்பாடு பேணும் அகத்தாய்வுப் பயிற்சிகள் மூலம் சமூக ஆரோக்கியம் பேணி ஈற்றில் இயற்கை பற்றிய முழுமையான அறிவைப் பெற்று இறையுணர்வும் அறநெறியும் கொண்ட ஆன்மிக ஆரோக்கியம் உணர்ந்து வாழ்வில் முழுமைபெற்று ஆன்ம ஈடேற்றம் தருவதுதான் மனவளக்கலை யோகாப் பயிற்சிகள். இப்பயிற்சிகளைக் கற்று உன்னதமான மானுடவாழ்கையை வாழ அனைவரையும் அழைக்கின்றோம்

நன்றி

வாழ்க வையகம் வாழ்க வளமுடன்

அருள்நிதி ஆ.தங்கராஜா
(B.Sc,Dip in Edu,M.A in YOGA for YHE)
மனவளக்கலைப் பேராசிரியர்

கடவுள் ஞானம்

கடவுள் எனப் படுபவனே மனிதனானான்
கருத்தியங்கிக் கருத்துயர்ந்து கருத்தறிந்தான்
கடவுளாய் அனைத்தையுமே கண்டுவிட்டான்
காண்பவனே ஆதியந்த மாகி நின்றான்
கடவுள் நிலை யறிந்தவனே அறியாதோர்க்குக்
கருத்துணர்த்தும் நூல்கள் பல எழுதிவைத்தான்
கடவுள் இரகசியம் அதனை வெளியாய்க்
காட்டும் கடமையே சிறந்த தெனக் கண்டான் ஞானி.

- மகரிஷி

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

வாழ்த்தும் பயனும்

வாழ்த்தி வாழ்த்தி பயன்பெறுவோம் பிறர் நலமாக வாழ வேண்டுமென்று எண்ணுவது மனிதனின் உயர்ந்த பண்பு . அந்த எண்ணத்தை சொல் மூலமாக வெளிப்படுத்தலே வாழ்த்து ஆகும் , மனிதர்கள் சந்திக்கும் போதும் வாழ்வின் முக்கிய நிகழ்வுகளிலும் விழாக்களிலும் ஒருவரை ஒருவர் வாழ்த்திக் கொள்கிறோம் பக்தர்கள் இறைவனை வாழ்த்துவதும் சான்றோர்கள் மணமக்களை வாழ்த்துவதும் பெற்றோர்கள் குழந்தைகளை வாழ்த்துவதும் இயல்பு. வாழ்த்து என்றாலே அதை நினைக்கும் தோறும் அதை சொல்லும் போதும் மனதிலே ஒரு அமைதியான நிலை ஏற்படும். ஏனெனில் பிறர் நலமாக வாழ வேண்டும் என்ற கருத்தோடு எழும் ஒரு ஒலியே வாழ்த்து என்ற வார்த்தை உயர்ந்த வாழ்வு வாழ்ந்த மகான் வேதாத்திரிய மகரிஷி அவர்களால் அருளப்பட்ட மகா மந்திரமாகும். பல அற்புதங்களை இது ஏற்படுத்தக் கூடியது. வாழ்க வளமுடன் என்று மற்றவரை பார்த்து சொல்லும் போது எல்லா பேறுகளையும் உங்களுடைய வாழ்க்கையிலே பெற்று நீங்கள் சிறப்பாக வாழ வேண்டும் என்ற விரிந்த ஆழ்ந்த கருத்தினை உடைய வாழ்த்தாக அமைகிறது.

வாழ்த்தினால் ஏற்படும் பயன்கள்:

வாழ்த்து அலைகள் செல்லும் இடமெல்லாம் நன்மைகளைப் பயக்கும் தன்முனைப்பை குறைத்து பிரபஞ்சத்தில் உள்ள பொருட்களோடும் மக்களோடும் நல்ல முறையில் தொடர்பு கொள்ள உதவுகிறது வாழ்த்துபவரையும் வாழ்த்தப்படுபவரையும் மேம்பட செய்கிறது வாழ்த்துவதால் சினம் கொள்வதை தவிர்த்துக் கொள்ளலாம் பகைமை தவிர்க்கலாம் அதோடு மட்டுமின்றி நாம் 'வாழ்க வளமுடன்' என்று சொல்லும்போது பிறர் உள்ளத்தில் நமது கருத்தும் உயிராற்றலும் ஊடுருவி இரண்டு பேருக்கும் இடையே இனிய நட்பை வளர்க்கிறது. அன்பும் பண்பும் கொண்டு ஒத்தும் உதவியும் வாழ உதவுகிறது. வாழ்த்து அலை வாழ்த்து பவர் நினைத்தாலும் நினைக்காவிட்டாலும் முன்பே ஏற்படுத்தி விட்ட தொடர்பு படி இருவருக்கும் இடையே தொடர்ந்து ஓடிக்கொண்டிருக்கும். இதனால் இருவருக்கும் ஒருவருக்கொருவர் நன்மை கருதி எண்ணுவதும் சாதாரண நிகழ்ச்சியாக மாறிவிடும். வாழ்த்துபவர்களது உயிரிலிருந்து நன்மையை விளைவிக்கக்கூடிய அலைகளே எப்போதும் வீசிக்கொண்டிருக்கும். வாழ்த்தி வாழ்த்தி எப்படிப்பட்டவர்களையும் நண்பர்களாக மாற்றிவிட முடியும். பிறருடைய செயல்களை திருத்தி விட முடியும். எண்ணங்களை ஒழுங்குப்படுத்தி விட முடியும். ஒரு செடியை பார்த்து கூட வாழ்க வளமுடன் என்று சொன்னால் அந்த செடியில் இருக்கக்கூடிய குறைகள் நீங்கி அது செழித்து வளரும் வாழ்க என்ற வார்த்தை வார்த்தையில் உள்ள 'ழ்' என்ற சிறப்பான

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

எழுத்தை உச்சரிக்கும் போது நமது நாக்கு மடிந்து மேலண்ணத்தில் நன்கு தொட்டு அழுத்துகிறது. இந்த அழுத்தம் உள்ளே இருக்கும் பிட்யூட்டரி சுரப்பியையும் பீனியல் சுரப்பியையும் நன்கு இயக்குவதற்கு தூண்டுகிறது. இவ்விரு சுரப்பிகளும் இயக்கம் பெறுவதால் நமது உடல் நலமும் மனவளமும் சிறப்படைகின்றது. பீனியல் சுரப்பியை மனோன்மணி என்று அழைக்கின்றனர். மனதிற்குரிய ஒரு ஆற்றல் உள்ள கருவி என்பதற்காக மன+ உள்+ மணி என்ற மூன்று வார்த்தைகளை மனோன்மணி என்று சொல்வார்கள்.

இதற்கு மனதுக்கு உட்பொருளாக உள்ள இரத்தினம் என்று பொருள் நாம் ஒவ்வொரு தடவையும் பிறரை வாழ்த்தும்போது 'ழ்' என்று உச்சரிக்கும்போது மனோன்மணியோடு தொடர்பு கொள்கிறோம். அதே நேரத்தில் நாம் அவர் நன்றாக இருக்க வேண்டும் என்று எண்ணுகிறோம். அவர் உருவத்தை நினைத்து வாழ்த்துகிறோம். அந்த வாழ்த்து உடனடியாக செயலுக்கு வரும். வாழ்த்துகள் நமது மனதில் இருந்து தான் பிறக்கிறது. முதலாவதாக நாம் வாழ்த்தப்படுகிறோம். அடுத்தபடியாக மற்றவர்களுக்கு செல்கிறது, இணக்கம் வருகிறது, இங்கே மனம் என்பதை பற்றி தெரிந்து கொள்ள வேண்டும். மனம் உயிரின் படர்கை நிலை, உடலின் உயிர் ஓடிக் கொண்டிருக்கிறது, உயிரிலிருந்து ஒரு அலை வருகிறது. அது ஜீவகாந்த அலை. ஐந்து புலன்கள் வழியாக மூளையின் வழியாக அதை பயன்படுத்துகிறோம் அது மனமாக செயல்படுகிறது. மனதின் அடித்தளம் இறைநிலையே. இறைநிலையே வாழ்த்துகிறது அது உடனே செயலுக்கு வரும். மனதார வாழ்த்த வேண்டும்.

வாழ்த்து என்பது ஜீவகாந்த அலை. அதற்கு ஐந்து வகையான இயக்கங்கள் உள்ளது. மோதுதல், பிரதிபலித்தல், சிதறுதல், ஊடுருவுதல் இரண்டிற்கும் இடையே ஊடாடிக் கொண்டிருத்தல். ஒருவர் மற்றவரை வாழ்த்தும்போது அந்த வாழ்த்து இருவருக்கும் இடையே ஓடிக்கொண்டே இருக்கும். இருவருக்கும் இடையே ஒரு உயிரோட்டம் உண்டாகி விடுகிறது. அது ஆயுள் முழுவதும் இருக்கும். நீங்கள் அன்போடு நல்ல எண்ணத்தோடு பாய்ச்சி விட்டால் போதும். அவர் உங்களை பார்த்தாலும் அல்லது பார்க்காமல் இருந்தாலும் அவரது உயிரிலிருந்து நன்மையான அலை வீசிக் கொண்டே இருக்கும்.

ஒருவரின் உயிர் சக்தியில் இருந்து சுழன்று வரக்கூடிய அலை அவருடைய எண்ணம் தன்மை ஆகியவற்றையெல்லாம் பெற்றிருக்கும் அந்த அலை எங்கெல்லாம் வீசுகிறதோ அங்கே இந்த உயிரின் கருத்து தன்மை இவற்றிற்கு ஏற்ப விளைவுகளைத் தரும்.

வாழ்த்துகள் நுண்ணிய மன நிலையில் இருந்து பிறக்கின்றன, உடனேயே விளைவுகளை ஏற்படுத்தும். அதேபோல பிறர் கொடுக்கும் சாபங்களும் வாழ்த்து அலை எப்படி செயல்படுகிறதோ அதேபோன்று செயல்படுகிறது. ஆனால் அவை செயலுக்கு வர நீண்ட காலமாகும். ஏனென்றால் சாபங்கள் உணர்ச்சிவயப்பட்ட நிலையில் கொடுக்கப்படுகின்றது. இக்கால இடைவெளி வரை அந்த சாபம் சம்பந்தப்பட்ட இரண்டு பேரையும் வெவ்வேறு வகையில் கெடுத்துக் கொண்டே இருக்கும்.

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

சங்கல்ப்பம் தான் வாழ்த்து

அருட்பேராற்றல் கருணையினால் உடல் நலம், நீளாயுள், நிறை செல்வம், உயர் புகழ், மெய்ஞ்ஞானம் ஓங்கி வாழ்வோம் என்று தனக்குள்ளாகவே சொல்வது தன் வாழ்த்து ஆகும்.

ஒருவர் தனக்குள் சொல்லிக் கொள்ளும்போது தனக்குள் இருக்கும் உயிர் இயக்கத்திற்கு ஓர் ஒலிப்பதிவை ஏற்படுத்தி விடுகிறார்.

ஒரு முறை ஏற்படுத்தக்கூடிய இந்தப் பதிவு தானாகப் பலமுறை விரிந்து விரிந்து இயங்கிக் கொண்டே இருக்கும், இதுவே சங்கல்பம் ஆகும். அதனாலே உடலை நல்ல முறையிலே வைத்துக்கொள்ள வேண்டும். உடலில் உள்ள ஜீவ காந்தம் அதைப் பிரதிபலிக்கிறது. அதனால் அது எல்லா செல்களிலும் ஒலிக்கத் தொடங்குகின்றது. ஒரு மனிதன் அறிவிலே உடல் நலத்திலே செல்வத்திலே நலமாக இருந்தால் அது சமுதாயத்திற்கும் பல நன்மைகளை விளைவிக்க கூடியதாக இருக்கும்.

இது ஒரு சமுதாய தொண்டும் கடமையும் ஆகும். உடல் நலம் மனித வாழ்வுக்கு மிக இன்றியமையாதது. உடல் நலமாக இருந்தால் தான் இன்பமாக இருக்க முடியும். மனநலம் பெருகும். நமது கடமைகளைச் செய்ய முடியும். நீள் ஆயுள் என்றால் நான் நீண்ட நாள் வாழ வேண்டும் என்று தனக்குள்ளாகவே நினைக்கும் போது அதற்கு ஏற்ற முறையிலே செயலையும் எண்ணங்களையும் வைத்துக் கொள்ளக்கூடிய ஒரு பொறுப்புணர்ச்சி தானாகவே வந்து விடும்.

நம்மிடம் உள்ள வினைப் பதிவுகளை எல்லாம் தீர்த்து புனிதப்படுத்திக் கொண்டும் தூய்மைப்படுத்திக் கொண்டும் இறைநிலை அடைவதற்கு நீள் ஆயுள் வேண்டும்.

நிறை செல்வம் என்பது பெரிய அளவிலே ஒரு செல்வத்தை அல்லது பணத்தைக் குறிப்பது அல்ல, தன் வாழ்வுக்கு வேண்டிய அளவு வசதி அளிக்கக்கூடிய எல்லா பொருட்களும் வேண்டும் என்ற அளவிலேயே மனதை வைத்துக் கொள்வதற்கு போதுமான செல்வம் பெறுவது. உயர் புகழ் என்பது தான் விரும்பி ஏதேனும் ஒன்றைச் செய்து அதன் மூலமாக வாழ வேண்டும் என்று நினைப்பது அல்ல, தன் செயலின் மூலமாக மக்கள் காட்டும் மனநிலைதான் புகழாக இருக்கும்; அதுவே உயர் புகழாகும்.

மெய்ஞானம்

மெய்ஞான உணர்வைப் பெறுவதற்காகத் தான் ஆறாவது அறிவு படைத்த மனிதன் வந்துள்ளான். இயற்கையின் இரகசியங்களை இயற்கையின் அமைப்புகளை இயற்கையின் வளங்களை இயற்கையின் நியதிகளை உணர்ந்து கொள்வதே மெய்ஞானம் ஆகும்.

இவ்வாறு நம்மை நாமே வாழ்த்திக் கொள்கிறோம். பிறரை வாழ்த்துதல் சமுதாயத்தில் பலரோடு இணைந்து தான் நாம் வாழ வேண்டியதாக இருக்கிறது. ஆகவே அவர்களுக்கும் நமக்குமிடையே ஒரு இனிய உறவை வைத்துக்கொள்ள வாழ்த்த வேண்டும்.

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

வாழ்க்கைத் துணையை வாழ்த்துவோம்

கணவன் - மனைவி உறவு தெய்வீகமானது. அவரவர் ஆன்மாவே அவரவர் கர்ம வினைக்கு ஏற்ப கணவன் மனைவியை தெரிவு செய்து கொள்கிறது. நட்பையும், அன்பையும் வளர்க்க வாழ்த்து ஒரு ஆற்றல் வாய்ந்த மந்திரமாகும். குடும்பத்தில் பகை இருந்தால் இருவருக்கும் இடையே அடிக்கடி சண்டைகள் குழப்பங்கள் வரலாம். பகையினால் அல்லது அலட்சியம் காரணமாக ஏற்படும் வருத்தம் சாபமாகி விடுகிறது, கணவன் மனைவி என்ற உறவிலே அவர்களுடைய எண்ணத்திற்கு வலு அதிகம். இருவருக்கும் இடையே நோய்களை ஏற்படுத்தும் தற்செயல் விபத்துக்களில் இந்த எண்ண அலைகளின் தாக்கமே இதற்கு காரணமாக உள்ளது. எனவே வாழ்த்து மிக மிக அவசியம்.

குழந்தைகளை வாழ்த்துதல்

குழந்தைகளை வாழ்த்துவோம். பெற்றோர்கள் ஏதாவது பழி செயல்கள் தவறான செயல்கள் செய்திருந்தால் அதன் பதிவு குழந்தைகளுக்கும் இருக்கும். அப்பதிவுகளை மாற்றி சூழ்நிலையாலே குழந்தைகளின் வாழ்க்கை மேலும் பாதிக்காமல் அவர்கள் நல்லவர்களாக உலகில் சிறப்புடன் வாழ வேண்டும். எதிர்காலம் ஒளிமயமாக அமைய வேண்டும். கல்வியிலே உயர வேண்டும் என்று வாழ்த்துதல் அவசியம். ஒவ்வொருவராக அவர்கள் உருவங்களை மனதில் நினைத்து வாழ்க வளமுடன் என்று மனதார வாழ்த்த வேண்டும் வாழ்த்துவதினால் தந்தைக்கும் மகனுக்கும் தாய்க்கும் மகளுக்கும் உள்ள பிணக்குகள் நீங்கி இணக்கமான சூழ்நிலை அமையும்.

உடன் பிறந்தவர்களை வாழ்த்துதல்

உடன் பிறந்தவர்களை வாழ்த்துவோம். இவர்கள் நமது இரத்த சம்பந்தப்பட்டவர்கள். நமது உயிர் தாய் தந்தை என்ற இந்த இருவரிடம் இருந்து வந்துள்ளது. அதே தாய் தந்தையரின் உயிர் தான் உடன் பிறந்தோர் இடமும் இருக்கின்றது. உயிர் ஒன்று தான். உடல் வேறுபட்டு இருக்கிறது. நாம் எல்லோருக்கும் அந்த கருமையப் பதிவு ஒன்றாகவே இருக்கும். அதனால் நாம் தூய்மை அடைகிறபோது அவர்களும் தூய்மை அடையட்டும் என்று நினைத்து வாழ்த்த வேண்டும். நாம் எத்தகைய நினைவுகள் அதிர்வுகள் நன்மை தீமைகள் அடைந்தாலும் அந்த அதிர்வுகள்தான் உடன் பிறந்தவர்கள் அத்தனை பேருக்கும் போகும். அவர்கள் நல்லவர்களாகவே வாழ அவர்களை வாழ்த்த வேண்டும்.

நண்பர்களை வாழ்த்துதல்

நட்பு மனிதனுக்கு உயர்ந்த செல்வம். நமக்கு ஒரு துன்பம் வரும்போது எந்தவித எதிர்பார்ப்பும் இன்றி தானாக வந்து உதவி அந்த துன்பத்திலிருந்து விடுவிக்க கூடிய மனம் உடையவர்கள் நண்பர்கள். நட்பை மேன்மைபடுத்தி கொள்ள அவர்களையும் வாழ்த்த வேண்டும்.

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

தொழில் துறையில் தொடர்புடையவர்களை வாழ்த்துவோம் ஒவ்வொரு நாளும் நாம் தொடர்புகொள்ளக் கூடியவர்களை நினைத்து வாழ்த்த வேண்டும். தினசரி வாழ்க்கையில் எத்தனை பேரோடு தொடர்பு கொள்கின்றோமோ அவர்களை வாழ்த்தி வாழ்த்தி பிணக்கில்லாமல் ஒருமைப்பாட்டுக்குக் கொண்டு வந்து விட்டோமானால் வெற்றி அமைதி மகிழ்ச்சியாகவே இருக்கும். காழ்ப்புணர்ச்சி இல்லாமல் அவர்களுக்கு வாழ்த்து கூறி வந்தால் விளைவுகள் நல்லவைகளாக வந்துவிடும். சுமுகமாக வேலைகள் நடக்கும் எதிரிகளாக நினைப்போருக்கு வாழ்த்து. நாம் அனைவரும் வினைப்பதிவோடு இந்த உலகிற்கு வந்துள்ளோம். அந்தப் பதிவுகளை வெளியாக்கி தூய்மைப்படுத்த வேண்டியது இறைநிலையின் இயற்கை நியதி. இயற்கை பெரும்பாலும் வேற்று மனிதர் செயல்களின் மூலமே அப் பதிவுகளை வெளிக்கொண்டு வருகிறது. தனது வினைப்பதிவே இன்னொருவர் மூலமாக துன்பமாக விளைந்தது என்று உணர்ந்து கொண்டால் பிறர் மீது வெறுப்பு உண்டாகாது. பதிவாக இருந்தது பயனாக முடிந்தது. நமக்கு துன்பம் தருபவர்களையும் எதிரிகளாக நினைப்பவர்களையும் அவர்களும் நல்வாழ்வு பெற வேண்டுமென்று மனவிரிவோடு மகிழ்ச்சியோடு வாழ்த்த வேண்டும். ஒருவர் நமக்கு எதிரி என்று நினைக்கிற போது அவர் துன்பம் செய்தார் என்று நினைக்கிற போது நமது மனம் பாதிப்புக்கு உள்ளாகும்.

அந்த பாதிப்பால் நமது ஜீவகாந்த ஆற்றல் விரயமாகும். அந்த நினைவு வராத அளவுக்கு நமது எண்ணங்களை மாற்றிக் கொண்டு மனதை வளப்படுத்த வேண்டும் வாழ்த்து எப்படிப்பட்ட எதிரியையும் மாற்றி அமைத்து நல்லதையே செய்யக்கூடிய அளவில் கொண்டு வந்து விடும். உலக நல வேட்பு, உலகில் உள்ள பொறுப்புடைய தலைவர் எல்லாம் உயிர் அறிவை உள் உணர்வாய் பெறுதல் வேண்டும். ஒவ்வொரு தனிமனித அமைதி மூலமே உலக அமைதி பெற முடியும் உலக தலைவர்களையும் வாழ்த்த வேண்டும். மக்கள் நிம்மதியாக வாழ வேண்டும். மழை வாழ்த்து அவசியம். ஒரு தனி மனிதன் நலமாக வாழ வேண்டுமானால் இந்த உலகம் முழுவதும் வளமாக இருந்தால் தான் முடியும். நல்லாட்சி நடந்து கலகங்கள் மறைந்து மெஞ்ஞான ஒளி வீசி உலக மக்கள் வாழ்வில் உயர்ந்து வாழ வேண்டும் என்பதே உலக நல வாழ்த்து. சங்கல்பங்கள் சங்கல்ப்பம் நான் எனது வாழ்நாளில் யாருடைய உடலுக்கும் மனதிற்கும் துன்பம் தர மாட்டேன் துன்பப்படுபவருக்கு என்னால் ஆன முடிந்த உதவியை செய்வேன் என்று மூன்று தடவை உறுதிமொழி எடுக்க சொல்கிறார்கள் மகரிஷி அவர்கள்.

உலக நல வாழ்த்து

வாழ்க வையகம் வாழ்க வையகம் வாழ்க வளமுடன் என்று வாழ்த்த வேண்டும்.

- பேரா. விஜயலட்சுமி மதுரைவீரன்
தலைவர்
அன்னை லோகாம்பாள் மகளிர் அணி

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

நான் ஏன் பிறந்தேன்?

நான் ஏன் பிறந்தேன்? ஒவ்வொரு மனிதனது வாழ்விலும் என்றாவது ஒருநாள் நிச்சயமாக இக் கேள்வி எழும். பல்லாயிரம் ஆண்டுகளாக, பல்வேறு தலைமுறைகளாக இக் கேள்விக்கு விடை தேடியோர் எண்ணற்றோர். ஆனால் இதைப்பற்றிய சிந்தனையே இல்லாமல் வாழ்ந்து கொண்டிருப்போர் பல கோடிக்கும் மேல்! ஆண்-பெண் சேர்க்கையினால் பிறந்தோம் என்பது நிதர்சனமான உண்மையாக இருந்தாலும் கூட அதற்கு அப்பாலும் ஏதாவது அர்த்தம் இருக்குமா என்பதுதான் அவர்களுடைய தேடலுக்கு மிக முக்கியமான காரணமாக அமைந்தது.

மனிதனால் உருவாக்கப்பட்ட பொருட்கள், வாகனம், சாதனம் மற்றும் அனைத்திற்கும் கூட நிறம், தரம், பயன்பாடு, பயன்பாட்டுக்காலம் என அனைத்துமே அவனாலேயே நிர்ணயம் செய்யப்பட்டுள்ளது. அவை என்ன பயன்களை வழங்குவதற்காக உருவாக்கப்பட்டதோ, அவற்றை தவறாமல் எமக்கு அளிக்கின்றன. விலங்குகள், பறவைகளும் கூட அப்படித்தான்! அவற்றிற்கு எதில் ஆற்றல் உள்ளதோ அவற்றையே வெளிக்காட்டும். அவற்றிற்கு என்ன பண்புகள் உள்ளதோ அவற்றையே வெளிக்காட்டுகின்றன.

ஆனால் மனிதனாகப் பிறந்தவன் எதை வெளிக்காட்டுகின்றான்? அவனுக்கு இருக்கவேண்டிய பண்புகள்தான் என்ன?

உண்மையில் மனிதன் இப்படித்தான் இருக்க வேண்டுமென ஏதேனும் விதிமுறைகள் உள்ளனவா? அல்லது எப்படி வேண்டுமானாலும் வாழலாமா?

பிறப்பும் இறப்பும் இயற்கை. இருக்கும் வரையில் தேவையான சுகபோகங்களை அனுபவித்து விட்டு பரலோகம் போய்ச் சேர வேண்டியதுதான்! என எண்ணி நம் வாழ்க்கையை ஓட்டிவிட வேண்டியதுதான் என எண்ணலாம் . இப்படிப்பட்ட எண்ணங்கள் நம் மனதில் தோன்றுவதுண்டு.சில காலத்திற்கு முன்பு என் மனதிலும் இது போன்ற எண்ணங்கள் தோற்றம் பெற்றன என்பது உண்மையே. நாம் பிறந்ததில் ஏதேனும் அர்த்தம் உள்ளதா? உழைக்க வேண்டும்.பணம் சம்பாதிக்க வேண்டும். வீடு, வாகனம் வாங்க வேண்டும். இதை ஒட்டியே பலரது வாழ்க்கை ஓடிக் கொண்டிருக்கிறது. அவர்களுடைய எண்ணத்தில் தவறேதும் இல்லை. மிகவும் பரபரப்பாக இயங்கிக் கொண்டிருக்கும் இவ்வுலகில் வாழ்வதற்கான பொருளாதார வசதி வாய்ப்புகள் எமக்கு தேவைதான். ஆனால் மனிதன் அதன் பின்னாலேயே ஓடிக்கொண்டிருக்கிறான். பொருளாதார வசதி

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

படைத்த மனிதர்கள் நிம்மதியாக, சந்தோஷமாக வாழ்கிறார்களா? அவர்களுடைய வாழ்க்கையில் அவர்கள் திருப்தி அடைகிறார்களா? எல்லாவிதமான சுகபோகங்களை அனுபவிப்பவர்களும் கூட ஏதோ ஒரு விதத்தில் அவர்களது வாழ்க்கையில் குறைபாடு இருப்பதாகவே உணர்கிறார்கள்.. உண்மையில் நாம் பிறந்ததின் பலனை அனுபவிக்கிறோமா?நாம் என்னதான் செய்ய வேண்டும்?

இந்த பிரபஞ்சம், அதில் இருக்கும் நம் பூமி, தோற்றப் பொருட்கள் மற்றும் அனைத்து உயிரினங்களும் மனிதன் உட்பட எப்படி உருவாகின என்பதைப் பற்றிய பல்வேறுபட்ட தத்துவங்கள் பல்வேறு அறிஞர்களால் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றன. எம்மில் பலருக்கு பூமி மற்றும் அனைத்து தோற்றப் பொருட்களின் உருவாக்கம் பற்றிய தேடல் உண்டு. பல காலமாக நம் மனதில் சரியான விடை தெரியாமல் இருந்த இக் கேள்விக்கான விடையை நம் அறிவுக்கு ஏற்ப, எல்லாராலும் ஏற்றுக் கொள்ள கூடிய யதார்த்தமான முறையில் அளித்தவர் குரு வேதாத்திரி மகரிஷி அவர்கள். அவரின் தத்துவத்தின்படி இறைநிலை, இறைவன் அல்லது கடவுள் தன்மாற்றமடைந்து இப்பிரபஞ்சமும் மனிதன் உட்பட தோற்றங்கள் அனைத்தும் தோற்றுவிக்கப்பட்டன. இவ்வாறாக தோற்றம் பெற்ற முதல் மனிதப் பிறவி தொடக்கம் இன்றைய மனிதன் வரை ஆற்றிய கருமங்கள், செயல்கள், எண்ணங்கள் அனைத்துமே கருமையம் எனப்படும் நமது ஆன்மாவில் பதிவாகியுள்ளன. இவ்வாறாக, நாம், நமது பெற்றோர், அவர்களுடைய பெற்றோர் என நமது முன்னோர் வாயிலாக பெற்றோர்களின் கருமையப் பதிவுகள் அவர்களுடைய பிள்ளைகளின் பிறப்பின்போது, பிள்ளைகளுக்கு கடத்தப்படுகின்றன. இந்த வினைப்பதிவுகளையே சஞ்சித கர்மம் என்கிறோம். இந்தப் பிறவியிலே நாம் செய்யும் செயல்கள், எண்ணிய எண்ணங்கள் அனைத்தும் பதிவுகளாக நமது கருமையத்திலே பதிந்துள்ளன. இந்த பதிவுகள் எம்மை என்ன செய்யும்?இந்த பதிவுகளின் அர்த்தம் தான் என்ன?

வினைப்பயனே ஒரு தேகம் கண்டாய் என அறிஞர்கள் கூறியுள்ளார்கள்.

சூக்குமமாய் குறுகி நின்று தொடங்கியது தன் வளர்ச்சி
சொல்லறிய மறைபொருளாய் தொடர்ந்து வரும் வினைக்கேற்ப
ஆட்சியின்றி ஆளுகின்ற ஐயன் திருவருளால்
அன்னை கருப்பை விடுத்து அடைந்து விட்டேன் மண்ணுலகை

- வேதாத்திரி.மகரிஷி-

நமது மூதாதையர்கள், நமது பெற்றோர்களின் வினைப்பதிவுகளிற்கமைய நாம் பிறந்துள்ளோம். இவ்வாறாக நம்மிடம் இருக்கும் வினைப்பதிவுகளின் காரணமாக பிறப்பு தொடர்கிறது.அது மட்டுமல்ல கருமையப்பதிவுகளுக்கு ஏற்றபடி, நாம் செய்த புண்ணிய செயலுக்கான பதிவிற்கு அமைய நமக்கு நன்மை தரக்கூடிய விளைவும் பாவப்பதிவாகவிருப்பின் தீமை தரக்கூடிய விளைவும் நம் வாழ்வில் ஏற்படும். எனவே நம்வாழ்வில் ஏற்படும் இன்ப துன்பங்களுக்குக் காரணம் நம் பெற்றோர் வழியாக எமக்கு வந்த சஞ்சித கர்மமும் நாம் பிறவியில் செய்த பிராப்த கர்மமும் ஆகும். நாம் மகிழ்ச்சியாக

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

இருக்க வேண்டுமென்றால் நாம் என்ன செய்ய வேண்டும், என்ன செய்யக்கூடாது என்பது தெளிவாகிறது. இறைநிலையில் இருந்து தோற்றம் பெற்ற மீண்டும் இறைநிலையை சென்றடைய வேண்டும். இறைநிலை தூய்மையானது. பதிவுகள் அற்று களங்கங்கள் இறக்கும் போது நம் ஆன்மா தூய்மையாக இருந்தால் மட்டுமே இறைநிலையை சென்றடைய முடியும். அதற்காக நாம் பிறந்த இந்த பிறப்பிலேயே நம்மிடமுள்ள பாவப் பதிவுகளை போக்கிக் கொள்ள வேண்டும். அதற்கு நாம் என்ன செய்ய வேண்டும்?

அதற்காக நாம் அறநெறிகளான ஒழுக்கம், கடமை, ஈகை மற்றும் தவம் போன்றவற்றை நம் வாழ்வில் கடைப்பிடிக்க வேண்டும். இந்த அறநெறி வாழ்க்கையை கடைப்பிடிப்பதற்கு நமது உடல் நோய் நொடியின்றி இருக்க வேண்டும். இதற்காக நமது மனமும் எமக்கு ஒத்துழைக்க வேண்டும். உடல் நோய் பீடிக்காமலிருக்க நமக்கு உடற்பயிற்சி தேவையாகிறது. இதற்குரிய பயிற்சிகளை எமக்கு வழங்குவதே மனவளக்கலை பயிற்சி நெறிகளாகும். நம் வாழ்க்கையை அது அர்த்தமுள்ள ஒன்றாக மாற்றியமைக்கின்றது. மாற்றத்திற்கு நீங்கள் தயாரா?

ஆக்கம்
அருள்நிதி க. ஸ்ரீதரன்
அட்டன்
மனவளக்கலை மன்ற அறக்கட்டளை.

அறிவாட்சி மலர்க

அறிவறிந்தோர் எண்ணிக்கை பெருகிவர வேண்டும்
அன்பு, கடமை, ஆட்சி, அறம், தொண்டு எல்லாம்
அறிவறிந்தோர் விளக்கும் வாறுணர்ந்துயர்ந்து போற்றி
அருள் நெறியில்மக்களெல்லாம் வாழ்ந்துய்ய வேண்டும்
அறிவறிந்தோர் விளக்கத்தால் அறம் பழக்கமாகும்
அறக்கல்வி இளைஞர்கட்கு எளிதில் கிட்டவேண்டும்
அறிவறிந்தோர் உள்ளுணர்வின் ஆழ்ந்த கருத்தெல்லாம்
ஆட்சிமுறையில் மலர்ந்து உலகம் உய்யவேண்டும்.

- மகரிஷி

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

மனவளக்கலையில் எனது அனுபவம்

மனிதனின் நிறைவான வளமான வாழ்க்கைக்கு அடிப்படையாக இருப்பது நல்ல உடல்நலமும், மனவளமும். உடலும், மனமும் எவ்வளவு பலமாக இருக்கிறதோ அந்த அளவுக்கு மனித வாழ்வு நிறைவாக அமையும். பண்படுத்தப்பட்ட பகுத்தறிவு உள்ள மனித சமுதாயத்திற்கு வாழ்வியல் நெறிகளை விளங்க வைத்து பரிணாமத்தின் உச்ச நிலை நோக்கி அழைத்துச் செல்லும் உள உடல் பயிற்சி அவசியமானதே.

வாழ்க்கை, சமுதாயம், குடும்பம் என்ற முக்கோண இணைப்பில் வாழ்ந்த எனக்கு ஏதாவது ஆன்மிக பயிற்சிக்குள் நுழைய வேண்டும் என உள்மனது உணர்த்தியது. வெளி உலகம் தெரியாமல் தடுமாற்றமான சூழ்நிலையில் இருந்தபோது சொய்சாபுர தவமையத்தில் உடல்நல பயிற்சிகள் கற்றுக் கொடுக்கப்படுவதாய் அறிந்து அவ்விடம் சென்று பயிற்சியில் பங்கு பற்றினேன். உறுதிமொழி பத்திரத்தில் கையெழுத்து போடும்போது அலட்சியமாய் இருந்தேன். ஆனால் போகப் போக நிறைய விடயங்களை உள்ளடக்கியதாய் இருப்பதை உணர்ந்து கொண்டேன். பேராசிரியர் பாலநவநீதன் ஜெயகாந்தா அம்மா அவர்களின் தலைமையில் தவமையம் நடைபெற்றுக் கொண்டிருந்தது. தத்துவஞானி அருட்தந்தை வேதாத்திரி மகரிஷி அவர்களால் வடிவமைக்கப்பட்ட உடல், உள, உயிர் மேம்பாட்டிற்கான மனவளக்கலை யோகப் பயிற்சியாகும். உடலையும் மனத்தையும் வளமாக்கி ஓர் நிறைவான வாழ்க்கையை கொடுக்கும் ஓர் உன்னதமான பயிற்சியே இந்த மனவளக்கலை. இந்தப் பயிற்சிகளை எல்லாம் நான் முறையாக கற்க வேண்டும், மற்றவர்களையும் பயிற்சியில் உள்வாங்க வேண்டும் என்ற ஆவல் மேலோங்கியது. 17/03/2018 அன்று தொடங்கி நான் பயிற்சிகளை மேற்கொண்ட போது, என்னுள் நிறைய மாற்றங்கள் ஏற்படுவதை உணர்ந்தேன். உடலில் ஓர் உற்சாகம், எதையும் தாங்கும் மனவலிமை, சமநோக்கு போன்ற நிலைகள் என்னுள் ஏற்பட்டது. நான் உயரவும், பிறரை உயர்த்தவும் ஏற்ற பயிற்சியாக அமைந்தது. உடலுக்கு வலிமையும், ஆரோக்கியத்தையும் கொடுக்க வல்ல எளிய முறை உடற்பயிற்சி, உயிருக்கு ஜீவகாந்த சக்தியை பெருக்கும் எளிய முறை காயகல்ப பயிற்சி, மன அடக்கத்திற்கு அகத்தவம், அகத்தாய்வு போன்ற பயிற்சி களும் நடைபெற்றன. ஆக்கினை, துரியம், சாந்தி யோகம் முதலிய தவங்களை தவறாது செய்வதன் மூலம் மன அமைதி, அறிவுக்கூர்மை, அறிவின் ஓர்மை, மன உறுதி என்பன உண்டாகும்.

தற்சோதனையில் எண்ணங்களை ஆராய்கின்றபோது விழிப்பு நிலையில் அறிவு செயல்படும், நல்லது தீயது பகுத்துணரும் ஆற்றல் உண்டாகும். தேவையற்ற எண்ணங்களை

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

நீக்கி நல்ல பதிவுகளை ஏற்படுத்த முடியும். ஆசை சீரமைப்பில், முரணான ஆசை, தீய ஆசை, தீய விளைவுகளை தரக்கூடிய ஒழுக்கக் குறைவான ஆசை, இவைகளை இனங்காண முடிகிறது. நிறை மனம் பெற்று அமைதி உண்டாகும். சினம் தவிர்ப்பின்போது உணர்ச்சி வசப்பட்ட பகை உணர்வு நீங்கி பொறுமை அடைய முடியும். பொறுமையுடைமை வாழ்வில் மிக முக்கியமானது. கவலை ஒழிப்பு பயிற்சியில் இயற்கையின் ஒழுங்கமைப்பு அறிந்து சிந்திக்கும் திறன் பெருகும், தன்னம்பிக்கை, முயற்சி, துணிவு உண்டாகும். கவலையை வளர்த்துக் கொண்டால் கொடிய உள நோய் உண்டாகலாம். எனவே கவலை ஒழிப்பு மிக அவசியம். நான் யார் என்ற ஆராய்ச்சியை நாம் ஒவ்வொருவரும் கேட்டுக் கொண்டால் உடல், உயிர், மனம் மூன்றும் சேர்ந்தது தான் 'நான்'. இதற்கு விடை கிடைத்தால் தெய்வத்தை அறியலாம், தெய்வ நிலை அறியலாம், மெய்ப்பொருளை உணரலாம். இந்தப் பிரபஞ்சத்தின் இரகசியங்கள் அத்தனையும் விளங்கி 'இறைவனே நானாக இருக்கிறேன்' என்ற உண்மையை தெளிவாக உணர்ந்த நிலையில் தன்முனைப்பு நீங்கி எவருக்கும் துன்பம் கொடுக்காமல் துன்பப்படுவோருக்கு என்னால் முடிந்த உதவி செய்து இன்புற்று வாழலாம். அறநெறி வாழ்க்கைக்குட்பட்டு தெய்வநீதி உணர்ந்து ஒவ்வொரு செயலுக்கும் விளைவு உண்டு என்பதை நன்கு விளங்கி வாழ முயற்சிக்க வேண்டும். புலன்கள் மூலம் ஏற்படும் இச்சைகளில் இருந்து விடுபட்டு, ஒவ்வொருவரிடமும் காணப்படுகின்ற நுட்பமான நுழைபுலன் அறிவுகளைக் கொண்டு திட்டமிட்டு செயலாற்றி வாழ்வில் வெற்றி பெறலாம். இத்தகைய மேன்மை கொண்ட யோக பயிற்சிகளை அனைவரும் முறைப்படி கற்றுத் தேறிப்பயனடைவது சிறந்தது.

ஆன்மிக வாழ்க்கை என்பது ஆனந்தமயமானது. ஆன்மிக கல்விக்கும் வழிகாட்டுதலுக்கும் உகந்த இடமே ஆசான் அருட்தந்தை அவர்கள் வடிவமைத்த மனவளக்கலை மன்ற அறக்கட்டளை ஆகும். மக்களின் மனநிலையை அமைதி நிலைக்குக் கொண்டுவந்து, அமைதி, இன்பம் நிறைவுடன் வாழ இறையருள் பொங்கி குருவாகி வந்திட்ட அருட்தந்தை தத்துவஞானி வேதாத்திரி மகரிஷி அவர்கள் நீங்காது என்றும் பேரருள் பொழிந்திடுவாராக.

'வாழ்க வளமுடன்'

நன்றி

கூ. விமலாவதி
சொய்சாபுர தவமையம்
அறங்காவலர்

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

அருள் வழிப் பாதையில் ஹட்டன் அறக்கட்டளை

(ஆவணப் பதிவு)

இலங்கை மனவளக்கலை மன்றம், ஹட்டன் அறக்கட்டளையின் வரலாற்றுச் சுவட்டின் மீட்டுப்பார்த்து பகிர்ந்துகொள்ள விழைகின்றேன்.

இம் மன்றத்தை உருவாக்கும் முயற்சிகள் முதன்முறையாக 2004 ஆம் ஆண்டு ஹட்டன் மாவட்டத்தில் ஆரம்பிக்கப்பட்டுள்ளது. பேராசிரியர் அருள்நிதி வசந்தகுமார் அவர்களின் முயற்சியால் இணைப்பாளராக திரு. கணேசன் நியமிக்கப்பட்டு மனவளக்கலை பயிற்சிகள் நடாத்தப்பட்டன. இணைப்பாளர் திரு. கணேசன் அவர்களின் ஏற்பாட்டிலும் பேராசிரியர் அருள்நிதி வசந்தகுமார் அவர்களின் வழிகாட்டலிலும் சில வருடங்கள் பயிற்சிகள் நடாத்தப்பட்டு மொத்தம் 216 மெய்யன்பர்கள் காயகல்பம், ஆரம்பநிலை (Foundation Course) பயிற்சிகளை நிறைவு செய்துள்ளார்கள். அதன்பின் சற்று தளர்வு நிலை ஏற்பட்டுள்ளது.

மீண்டும் 2011 ஆம் ஆண்டு உத்வேகத்துடன் மீளமைக்கும் பெருமுயற்சி எடுக்கப்பட்டது. குறிப்பாக பேராசிரியர் அருள்நிதி கலாராணி வசந்தகுமார் அவர்கள் தம் உறவினர்கள் சிலரையும் சேர்த்துக்கொண்டு வீடுதோறும் சென்று பயிற்சிக்கான அன்பர்களைச் சேர்க்கும் செயற்பாட்டில் ஈடுபட்டார்கள். பயிற்சி பெறும் குழுவில் என்னையும் இணைத்துக்கொண்டார்கள். 14.05.2011 அன்று இந்திய பேராசிரியர் அருள்நிதி எஸ்.பொன்னுசாமி அவர்களால் அறிமுக உரை நடாத்தப்பட்டது. 15.05.2011 அன்று தொடங்கிய பயிற்சியில் 47 அன்பர்கள் கலந்துகொண்டு காயகல்பம் மற்றும் ஆரம்பநிலை பயிற்சிகளைப் பெற்றுக்கொண்டோம்.

20.05.2011 சான்றிதழ் வழங்கும் நிகழ்வு நிறைவுபெற்றவுடன், நிறைவுதின நிகழ்வுக்கு வருகை தந்திருந்த இலங்கை மனவளக்கலை மன்றத் தலைவர் பேராசிரியர் அருள்நிதி மதுரைவீரன் அவர்கள், இந்திய மூத்த பேராசிரியர் அருள்நிதி உழவன் தங்கவேல் அவர்கள், பேராசிரியர் அருள்நிதி வசந்தகுமார் அவர்கள், பேராசிரியர் அருள்நிதி செல்வரட்னம் அவர்கள் எல்லோரும் சேர்ந்து எங்கள் குழுவில் சிலரை அழைத்து அவர்கள் ஏற்கனவே எடுத்துள்ள தீர்மானங்களை எங்களிடம் கூறினார்கள்.

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

ஹட்டனில் தவமையம் ஒன்றை ஆரம்பிக்க எண்ணியுள்ளதையும் அதன் தலைவராக திரு.என்.சிவலிங்கம் அவர்களை நியமித்து உதவும் குழுவாக திரு.கே. சித்ரவேல், திரு.கே. ஸ்ரீதரன், திருமதி. ஜே.மகேஸ்வரி ஆகியோருடன், திரு.சிவலிங்கம் ஐயாவுக்கு உறுதுணையாக சற்று பின்வாங்கிய என்னையும் இணைத்தார்கள். இன்னும் சிலரை சேர்த்துக்கொள்ளும்படி எங்களைக் கேட்டுக்கொண்டார்கள். வாரம் ஒருமுறை கூட்டுத்தவத்தை நடாத்த திருமதி ஜே.மகேஸ்வரி அம்மா குடியிருந்த இல்லத்தை பயன்படுத்தலாம் என மனமுவந்து கூறினார்கள். அதன்படி ஹட்டன் 4/21, பன்சல வீதி என்ற முகவரியில் தவமையம் இயங்கியது. இதுவே ஹட்டன் தவமையத்தின் ஆரம்பமாகும்.

தொடர்ந்து வேறொரு தினத்தில் நாங்கள் கலந்துரையாடி பின்வரும் குழுவை அமைத்தோம். தலைவர் - திரு.என்.சிவலிங்கம், செயலாளர் - திரு.என்.பாலசுந்தரம், பொருளாளர் - திரு.கே.சித்ரவேல், செயற்குழுவினர் - திரு.கே.ஸ்ரீதரன், திருமதி ஜே.மகேஸ்வரி, திருமதி சி.விஜயநதி, திருமதி பி.மலர்ஞானமணி, செல்வி. கே.பாக்கியலெட்சுமி. இக்குழு முழு முயற்சியுடன் செயற்பட்டு பல பயிற்சிகளை ஏற்பாடு செய்தது. பயிற்சிகளை நடாத்த இலங்கை மனவளக்கலை ஏற்பாட்டில் பேராசிரியர்கள் இந்தியாவிலிருந்தே வரவழைக்கப்பட்டனர். உதவிக்காக சிரமங்களை பொருட்படுத்தாமல் கொழும்பிலிருந்து துணைப் பேராசிரியர்கள், அருள்நிதிகள் வருகை தந்து இங்கேயே தங்கியிருந்து வரும் பேராசிரியருடன் இணைந்து பயிற்சிகளைக் கொடுத்து பெருந் தொண்டாற்றியதை நாங்கள் என்றும் நினைவில் வைத்திருப்போம்.

2013 ஆம் ஆண்டிலிருந்து ஹட்டன் 88, தும்புறுகிரிய வீதியில் அமைந்துள்ள செயலாளர் அருள்நிதி கே.சித்ரவேல் அவர்கள் வீட்டிலேயே தவமையம் நடைபெறுகிறது. தவமையத்திற்கான விசேட ஏற்பாடுகளை அவர் செய்துள்ளமை மகிழ்விற்குரியதாகும்.

அவ்வகையில் 2011 ஆம் ஆண்டு முதல் பின்வரும் பேராசிரியர்கள் ஹட்டன் அறக்கட்டளைக்கு வருகை தந்துள்ளனர்.

வருடம்	தொகை	வருகை தந்த பேராசிரியர்கள் பெருமக்கள்
2011	05	S. பொன்னுசாமி ஐயா, R. காசிநாதன் ஐயா, திருமதி பு.கலாவதி அம்மா, மு. கணேசன் ஐயா, A. விவேகானந்தன் ஐயா ,
2012	06	T. முருகன் ஐயா, திருமதி S.இந்திரா அம்மா, T. காந்தி; ஐயா A. விவேகானந்தன் ஐயா, M. ராஜேந்திரன் ஐயா
2013	06	திருமதி A. லீலாவதி அம்மா, A. விவேகானந்தன் ஐயா(இரு முறைகள்), K.சரவணன் ஐயா, F. பரமசிவம் ஐயா, B.R. சௌந்தரராஜன் ஐயா
2014	07	திருமதி J. தாமரைச்செல்வி அம்மா, B.R. சௌந்தரராஜன் ஐயா A. சுப்பையன் ஐயா, A. விவேகானந்தன் ஐயா, S. சேர்மா செல்வராஜ் ஐயா, U. பரமசிவம்; ஐயா, வேத சுப்பையா ஐயா

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

2015	01	திருமதி மு. பொன்னம்மாள் அம்மா
2016	01	A. விவேகானந்தன் ஐயா

பேராசிரியர் அருள்நிதி A. விவேகானந்தன் ஐயா ஆறு முறை வருகை தந்திருப்பது விசேட அம்சமாகும்.

2015 ஆம் ஆண்டிலிருந்து ஹட்டன் அறக்கட்டளையின் துணைப் பேராசிரியர்களும், அருள்நிதிகளும் பயிற்சிகளை மேற்கோண்டோம். இடைக்கிடை நமது தலைவர் பேராசிரியர் அருள்நிதி மதுரைவீரன் அவர்களும், பேராசிரியர் அருள்நிதி தங்கராஜா அவர்களும் வருகை தந்து பயிற்சிகளை நடாத்தியுள்ளார்கள்.

2014 ஆம் ஆண்டு ஹட்டன் தவமையம் ஹட்டன் அறக்கட்டளையாக தரம் உயர்த்தப்பட்டது. அதற்கேற்ப பின்வரும் நிர்வாகக் குழுவினர் தெரிவுசெய்யப்பட்டனர்.

ஆலோசகர் - திரு.என்.சிவலிங்கம்

தலைவர் - அருள்நிதி. என். பாலசுந்தரம்,

செயலாளர் - அருள்நிதி கே.சித்ரவேல்,

பொருளாளர் - அருள்நிதி கே.ஸ்ரீதரன்,

உப தலைவர்கள்

அ/நி. S.அண்ணாசாமி - SMART

அ/நி. S.விஜயநதி - VISION

அ/நி. மு.பாக்கியலெட்சுமி - VIP விளம்பரம்

அ/நி. T.கனகசபாபதி - விரிவாக்கம்

அ/நி. க.மலர் ஞானமணி - பள்ளிக் கல்வி

அ/நி. து.மகேஸ்வரி - கிராமிய அபிவிருத்தி

(அ/நி T.கனகசபாபதி மறைவையொட்டி அவ்விடத்திற்கு அ/நி. N.கருணாகரன் தெரிவுசெய்யப்பட்டுள்ளார்.)

பயிற்சி விபரங்கள்:

இதுவரை மொத்தமாகப் பயிற்சி பெற்றோர் - 1984

அகத்தாய்வு 1ஆம் நிலை முடித்துள்ளோர் - 93

அகத்தாய்வு 2ஆம் நிலை முடித்துள்ளோர் - 27

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

அகத்தாய்வு 3ஆம் நிலை முடித்துள்ளோர் - 10 (இவர்கள் அகத்தாய்வு 4ம் நிலை பயிற்சி பெற வேண்டும்)

அகத்தாய்வு 3ஆம் 4ஆம் நிலை முடித்துள்ளோர் - 21 (இதில் அறுவர் பிரம்மஞானம் முடித்து ஆசிரிய பயிற்சிக்குக் காத்திருக்கின்றார்கள்)

ஹட்டன் அறக்கட்டளை பேராசிரியர்கள், துணைப் பேராசிரியர்கள், அருள்நிதியர், விபரம்:

பேராசிரியர்ர் (FRT)	- 01,
துணைப் பேராசிரியர்; (AFR)	- 06,
துணைப் பேராசிரியர் (AFR)	- 04,
அருள்நிதி	- 53.

மனைவிநல வேட்பு நாள்:

2011 ஆம் ஆண்டு செப்டம்பர் மாதம் முதன் முறையாக மனைவிநல வேட்பு நாள் கொண்டாடப்பட்டது. இலங்கை மனவளக்கலை மன்ற தலைவர் பேராசிரியர் மதுரைவீரன் தம்பதியரும், அன்றைய ஹட்டன் தவமைய தலைவர் திரு. சிவலிங்கம் தம்பதியரும் சிறப்பு தம்பதிகளாகக் கலந்து நிகழ்வை சிறப்பித்தார்கள். தொடர்ந்து ஒவ்வொரு வருடமுமாக 2016 வரை நடைபெற்றது. பின் 2018, 2019 ஆம் ஆண்டுகளிலும் இவ்வைபவம் சிறப்புடன் நடைபெற்றது.

சமூகத்தில் பிரபல்யமான இரு தம்பதிகளும், ஹட்டன் அறக்கட்டளை அங்கத்தவர்களில் மூத்த ஒரு தம்பதியரும் சிறப்புத் தம்பதிகளாக அழைக்கப்பட்டு பாராட்டி கௌரவிக்கப்பட்டார்கள்.

ஹட்டனில் நடைபெற்ற அத்தனை மனைவிநல வேட்பு நாள் நிகழ்வுகளையும் நமது பேராசிரியர் அருள்நிதி செல்வரட்னம் ஐயா நடாத்தி வைத்தமை சிறப்பம்சமாகும்.

மன்ற அங்கத்தவர் டிப்ளோமா கல்வி:

Vision Diploma	- 19
Advanced Diploma - I	- 11
Avanced Diploma - II	- 07

மேலும் உரிய காலங்களில் உலக சமாதான தினம், மகரிஷி வேட்பு நாள், மகரிஷி பிறந்தநாள் போன்ற தினங்களில் விசேட தவ நிகழ்வுகளும் நடைபெற்றன. பௌர்ணமி தினங்களில் மௌனமும் அனுஷ்டிக்கப்பட்டது.

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

அத்துடன் ஹட்டனில் நடைபெற்ற பிரம்மஞானம், ஆசிரிய பயிற்சிகளின்போது எல்லா ஏற்பாடுகளையும் ஏற்று பொறுப்புடன் தொண்டாற்றியமை எங்களுக்கு மனநிறைவைக் கொடுக்கின்றது.

கொழும்பு வெள்ளவத்தை அறிவுத் திருக்கோயில் அன்பளிப்பாக ஹட்டன் அறக்கட்டளை சார்பாகவும், அங்கத்தவர் சிலரின் உதவியுடனும் மிகச் சிறிய தொகையாக ரூபா.500,000/= பங்களித்தமை ஆறுதலைக் கொடுக்கின்றது.

வாழ்க வையகம், வாழ்க வளமுடன் - நீங்களும் உங்கள் அன்பு குடும்பமும் வாழ்க வளமுடன் என்ற நமது குருவின் சிந்தனையோடும் தொடர்ந்து அனைவரின் ஆதரவோடும் ஹட்டன் அறக்கட்டளை தொண்டாற்ற இறையருளும், குருவருளும் துணைபுரியட்டும்.

உங்கள் சுக வாழ்வில் எங்கள் அகம் மகிழும்.

வாழ்க வளமுடன்.

என்றும் தொண்டில்,

அருள்நிதி நல்லையன் பாலசுந்தரம்
மனவளக்கலை பேராசிரியர்
தலைவர், இலங்கை மனவளக்கலை மன்ற
ஹட்டன் அறக்கட்டளை
உப தலைவர், இலங்கை மனவளக்கலை மன்றம்
கொழும்பு மண்டலம்

மெய்ப்பொருளே நானாகவும் உள்ளது

வேதத்தை யான்படித்த தில்லை ஆனால்
வேதத்தின் உட்பொருளாய் என்னைக்கண்டேன்
வாதத்தில் யான் கலந்து கொண்டதில்லை
வாதிப்போர் அனைவருக்கும் பொருளாய் உள்ளேன்
பேதித்த அண்டங்கள் உயிர்கட்கெல்லாம்
பிறப்பிடமாய்க் கருப்பொருளாய் என்னைக் கண்டேன்
சோதிப்போர் புலனறிவால் என்னைக் காணார்
சுயநிலையை அகத்துணர அவர் நான் ஒன்றே.

- மகரிஷி

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

பொது சன நூலகம் யாழ்ப்பாணம்

மகரிஷியின் அன்பு ஊற்று

காலத்திற்கு காலம் ஆறறிவு கொண்ட உலக மக்களை உய்விக்கும் வண்ணம் பிரபஞ்சம் என்ற இயற்கை அல்லது இறை இறை ஞானிகளைத் தோற்றுவிக்கிறது. தோற்றுவிக்கின்றது என்பது உண்மைத் தத்துவமாகும். இந்த வகையில் 20ஆம் நூற்றாண்டில் தத்துவஞானி வேதாத்திரி மகரிஷி அவர்கள் சென்னைக்கு அருகாமையிலுள்ள கூடுவாஞ்சேரி கிராமத்தில் 1911ஆம் ஆண்டு பிறந்தார். இவருக்கு தூரதிருஷ்டி கொண்ட ஞானி ஒருவரால் வைக்கப்பட்ட பெயர்தான் வேதாத்திரி என்பதாகும். இந்தப் பெயரும் மகரிஷி அவர்களோடு இயற்கையாக இணைந்ததன் மூலம், சிறுவயதிலேயே அவருக்குள் மூல தத்துவங்கள் உருவாகத் தொடங்கி பல கேள்விகள், ஆராய்ச்சிகள் மனதில் ஆரம்பமாகியது எனலாம். இந்தவகையில் எளிய நெசவாளிக் குடும்பத்தைச் சார்ந்த அவருக்குள் கடவுள் யார்? உயிர் என்றால் என்ன? வறுமை ஏன் வருகிறது? என்ற கேள்விகளுக்கு விடைகாண வேண்டுமென்ற உள் எழுச்சி எழுந்தது. சிறுவயதிலிருந்தே இடைவிடாத முயற்சியின் மூலம் வாழ்க்கையில் முன்னேறி தியான முறைகளில் சிறந்ததான எளியமுறைக் குண்டலினி யோகத்தினை உருவாக்கி, அதனை பிறருக்கும் பயன்படும் வகையில் கற்பித்தது மட்டுமன்றி, உயிர்ச்சக்தியை பாதுகாப்பதன் மூலம் ஆயுளைத் தள்ளி போடலாம் என்று சித்தர்கள் கண்ட நெறியான காயகல்பம் யோகத்தினை ஒரு காலத்தில் பரிபாஷையில் விளங்காமல் மறைந்திருந்த இந்த பொக்கிஷத்தை இக்காலத்திற்கேற்ற மெய்ஞான விஞ்ஞான விளக்கத்தில் எளிய முறையில் யாவரும் விளங்கும் படி தெளிவுபடுத்தியும், அத்துடன் சிறுவயது குழந்தைகள் தொடக்கம் வயது முதிர்ந்த பெரியோர் வரையில் அன்புடன் அனைவரும் வாழ்வின் நெறியாக பயின்று பயன்பெறக்கூடிய வகையில் எளியமுறையிலான உடற்பயிற்சியை பலகால ஆராய்ச்சியின் மூலம் உருவாக்கி உலக மக்கள் ஆரோக்கியமாக வாழ வழிசமைத்தார், அத்துடன் ஒரு பாடத்திட்டமாக அகத்தாய்வு பயிற்சியின் நோக்கமும் பயன்களும் என தன்னைப்பற்றி சிந்தித்தல், தன்குறை உணர்தல், திருத்தம் பெற வழிவகுத்தல், வகுத்த வழியே வாழ்ந்து உடல் நலம், மன வளம், உயிர்நலம், நட்பு நலம் என அன்பும் கருணையோடு, கருமையத் தூய்மை, இறை உணர்வு, மௌனம் என அன்பாக கருணை வடிவமாக மகரிஷி அவர்கள் உண்மையை அகத்தின் மூலம் தரிசித்து நெறிப்படுத்தியது மட்டுமல்ல, இயற்கையில் எல்லாம் சரியாக அமைந்திருந்த போதிலும் மனிதனின் செயலுக்கேற்ப அவ்வப்போது பொருத்தமான விளைவுகளும் ஏற்பட்டு வருகின்றன என உணர்ந்து, தனிமனித வாழ்விலும் உலக நிலையிலும் போதிய

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

அமைதியின்மையும், வாழ்வில் சச்சரவுகளும், சிக்கல்களும், அச்சமுமே நிறைந்துள்ளது எனலாம். காரணத்தை தேடினால் மனிதகுலம் அறநெறியை மறந்து தன்னளவில் பெரும் பாலானவர்கள் அறத்தின் வழி செல்லாது தடம்புரள்வதை அவதானிக்கக் கூடியதாக உள்ளது, இதற்காகத்தான் ஞானிகள் பலரும் இயற்கை பொதுவிதியான அறத்தை வலியுறுத்தினார்கள், அந்த வழியில்தான் மனவளக்கலை மன்றத்தினூடாக வேதாத்திரி மகரிஷி அவர்கள் மனித குல வாழ்வைச் சீரமைக்க தனிமனிதன் பின்பற்ற வேண்டிய அறநெறி என்ற ஆன்மிக ஒழுக்கமே ஐந்தொழுக்கப் பண்பாடாகும். போதை, போர், பொய், பகை, என்ற நான்கையும் ஒழித்தல் என்று அற ஒழுக்க விதியை அமைத்து, இதையே இரண்டொழுக்கப் பண்பாடாக ''நான் யாருடைய உடலுக்கும், மனதுக்கும் துன்பம் தரமாட்டேன், துன்பப்படுபவர்களுக்கு என்னாலான உதவியைச் செய்வேன்'' என்ற விழிப்புணர்வை ஏற்படுத்துகிறார், அத்துடன் வாழ்க வையகம், வாழ்க வையகம், வாழ்க வளமுடன் என உலகத்தை இரண்டுமுறை வாழ்த்தி நாமும் தவம் செய்து மனோ சக்தியை கூட்டுமுகமாக வாழ்த்துகள் வாழ்க்கை பயனாக மாற்றும் மனம் ஓர்அலை இயக்கமாகும். அத்துடன் தவம் செய்து அருள் நிலையில் இருந்து வாழ்த்துவதால் அந்த வாழ்த்து மோதுதல், பிரதிபலித்தல், சிதறுதல், ஊடுருவுதல் இரண்டிடையே ஓடுதல் என்ற இயக்கத்தால் வாழ்த்து பயனளிக்கின்றது என்பதோடு அகத்தவத்தினூடு நான்யார்? என்ற தத்துவத்தை உயிரைப் பற்றிக்கொண்டு பெற்றோர் வழி அவர்களின் பெற்றோர் என பின்னோக்கிச் சென்று இறை நிலையே ''நான்'' என்று உணர்ந்து தெளிவு பெற வைக்கின்றார். , உலக சமாதானத்தையும் வலியுறுத்தி 1958ஆம் ஆண்டு உலக சமுதாய சேவா சங்கத்தை உருவாக்கி எல்லோரும் அன்பும் கருணையுமாக விழிப்புடன் ஒவ்வொருவரும் வாழவேண்டும் என்ற உணர்வோடு வழிசமைத்துக் கொடுத்துள்ளார் எமது வேதாத்திரி மகரிஷி அவர்கள்.

விஸ்வலிங்கம் சிவசெல்வம்

இச்சை என்பதியற்கை எழுச்சியே
இச்சிப்பதே ருசு இயங்கும் உடலுக்கு
இச்சையில் கற்பனை எழுவதை ஆய்ந்தறி
இச்சித்தனு பவித்திச்சை இயல்பைப் பார்

- மகரிஷி

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

மகரிஷியின் சிந்தனைத் துளிகள்

1. தவத்தில் ஆழ்ந்திடு வாழ்வில் உயர்ந்திடுவாய்
2. இயற்கையை உணர்ந்துகொள்கின்ற பேற்றினை இறையுணர்வு என்று கூறுகின்றோம்.
3. இயற்கை நியதிக்கும் மனிதன் விருப்பத்திற்கும் இடையிலுள்ள தொடர்பு பற்றி அறியாமல் மயக்க நிலை என்ற இருளில் மூழ்கி இருப்பதனாலேயே இந்த உலகம் முழுவதும் தடுமாறிக் கொண்டிருக்கிறது.
4. தானும் அமைதியாக இருந்து கொண்டு சமுதாயத்தோடும், உலக நாட்டிலுள்ள மக்களோடும் ஒத்தும் உதவியும் இணக்கமாக வாழ்வதே அறம் என்பதாகும் என்றார் மகரிஷி.
5. மனதிற்கு முன்னோர்கள் செய்த வினைப் பதிவு வித்தில் உண்டு. மூளையிலே உன் செயலின் பதிவனைத்தும் உண்டு.
6. எதிர்பார்த்தல் எப்போதும் எவரிடமும் ஏமாற்றமே விளைவிக்கும்.
7. பிறர் பொருள், பிறர் மனை, மதித்து வாழும் பேரொழுக்கம் அன்பும் அருளும் பெருகச் செய்யும் என்கிறார் மகரிஷி.
8. மனித இன வாழ்வு முன்னேற்றம் சீர்திருத்தம் என்ற இரு வகையாலும் மனித வாழ்வு வளம் பெறுகிறது என்கிறார் மகரிஷி.
9. துன்பம் குறைந்திட இன்பம் நிலைத்திருக்கும் இன்பம் பெருகிட துன்பம் விளைந்திருக்கும் என்கிறார் மகரிஷி.
10. வாழ்க்கையில் ஒவ்வொருவரும் அனுபவிப்பது இன்பம் அல்லது துன்பம் இரண்டும் வேறா? இல்லை என்று சொல்கிறார் மகரிஷி அவர்கள். துன்பம் குறைந்திட, இன்பம் பெருகிட பெருகிட அதுவே துன்பத்தை விளைவிக்கும். எனவே இன்பமோ, துன்பமோ, வேறு, வேறு இல்லை. இன்பத்தின் அளவு முறை மாறும் போது அது துன்பமாக மாறி வருகிறது என்கிறார் மகரிஷி.
11. மரம் வளர்ந்தால் மரத்தினது தன்மை எல்லாம் வித்திலும் உண்டு.

மனிதன் வந்த கதையை திரும்பிப் பார்த்தால் உயிரற்ற பொருட்களாக செல்லக்கூடிய நட்சத்திரங்கள், கோள்கள் அதற்குப் பிறகு ஓரறிவு தாவரம் தொடங்கி ஆறறிவு படைத்த மனிதன் வரை அந்த விதைக்குள்ளே பொதிந்து இருக்கிறது. இந்த தன் மாத்திர சரித்திரத்தைப் பெருமையாக மகரிஷி விளக்குகிறார்.

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

மனித வாழ்வை மேம்படுத்தும் மனவளக்கலை

மனிதனைப் பூரண மனிதனாக்குவது கல்வி இது கல்வித் தத்துவ ஞானிகளின் கருத்து. இன்றைய காலகட்டத்தில் கல்வி தொழிலுக்கு வழிகாட்ட வேண்டும் என்ற கருத்து வலுப்பெற்றுள்ளது. ஏனெனில் தொழில் சார்ந்த அறிவு பெற்றால்தான் தொழில் துறைகளில் ஈடுபட்டு வருமானம் ஈட்டலாம். வாழ்க்கைக்குத் தேவையானவற்றைப் பெற்றுக் கொள்ளலாம். என்றாலும், தொழில் செய்து வாழும் மனிதனுக்குத் தான் எதிர்கொள்ளும் ஏற்ற இறக்கங்கள், துன்ப துயரங்கள் என்பவற்றைத் தற்துணிவுடனும் மன உறுதியுடனும் ஏற்றுக்கொள்வதற்கு மனவளக்கலையே வழிகாட்ட முடியும். மன உறுதியும் உள உறுதியும் கொண்ட மனித சமுதாயம் உருவாவதற்கு மகரிஷி வேதாத்திரி அவர்கள் கற்றுத் தந்துள்ள மனவளக் கலைசெயற்பாடுகள் வழி சொல்லுகின்றன.

மனவளக்கலை மூலம் உடற்பயிற்சியினால் உடலுறுதியும், தவம் செய்வதனால் மன உறுதியும் எமக்குக் கிடைக்கின்றது. எதனைக் கண்டும் அஞ்சாத தற்துணிவொன்று எம்முள் புகுந்துகொள்கிறது. அச்சமில்லை அச்சமில்லை என்று பாரதியார் உயர்த்திச் சொன்ன வார்த்தைகள் எம்மை ஆக்கிரமித்துக் கொள்கின்றன.

இலங்கைத் தமிழர்கள் எதிர்கொண்ட சோகங்கள், துயரங்கள், மன உளைச்சல்கள் அத்தனையும் எம்மை விட்டகலும் வண்ணம் எம்மை வழிநடத்திச் செல்லும் வேத வாக்கியமாக மனவளக்கலை வாக்கியங்கள் அமைந்துள்ளன என்பதை உறுதிபடக் கூறமுடியும். 'சுயமாய்ச் சிந்தித்தே தெளிவாய்' எனும் வாக்கியம் மனிதனைச் சிந்திக்கத் தூண்டுகிறது. எண்ணித் துணிக கருமம் என்ற வள்ளுவர் வாக்கு இங்கு நினைவு கூரத்தக்கது.

உடற்பயிற்சியின் சிறப்பைக் குறிப்பிடாமலிருக்க முடியாது. உடலின் அங்கங்கள் அத்தனைக்கும் பயிற்சியுண்டு. உடலின் அங்கங்களில் ஒன்று இயங்காவிட்டாலும் உடலுறுதி பிழைத்துவிடும். எனவேதான் மனவளக்கலைப் பயிற்சிகள் மூலம் அங்கம் அங்கமாகச் செயலூக்கம் பெறும் வகையில் பயிற்சிகளை அறிமுகம் செய்துள்ள மகரிஷி அவர்களை நாம் போற்றாமலிருக்க முடியாது. மனித சமுதாயமே மகரிஷியவர்களுக்கு நன்றிக் கடன் பட்டிருக்கிறது. மனித சமுதாயத்தில் எவரும் சிந்தித்தறியாத மனவளக் கலையைத் தனது அறிவுத் திறனாலும் ஆற்றலினாலும் உருவாக்கித் தந்துள்ளார் மகரிஷியவர்கள்.

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

தமிழ் நாட்டில் அறிமுகப்படுத்தப் பட்ட மகத்துவம் மிக்க மனவளக்கலை எமது நாட்டுக்கு அதாவது இலங்கைக்கு எப்படி வந்தது என்பதை நாம் அறியவேண்டாமா? இலங்கை மனவளக்கலை மன்றத் தலைவர் அருள்நிதி அ.மதுரைவீரன் அவர்களும் அருள்நிதி இரா. வசந்தகுமார் அவர்களும் இணைந்து மேற்கொண்ட முயற்சியே இதற்குக் காாரணம். திரு. மதுரைவீரன் அவர்கள் ஒரு செயல்வீரன். எடுத்த காரியத்தைத் தொடர வேண்டும் என்ற அயராத உழைப்பால் மலர்ந்ததே இலங்கை மனவளக் கலை அறக்கட்டளையும் அதனுடன் இணைந்து செயல்படும் ஏனைய உறுப்பினர்களும். சுவாமி விவேகானந்தர் எவ்வாறு இராமக்கிருஷ்ண பரமகம்சரின் சிந்தனைகளை உலகறியச் செய்தாரோ அதுபோலவே திரு. மதுரைவீரன் அவர்களும் இலங்கைச் சமூகத்தின் உய்வுக்காகவும் உயர்வுக்காகவும் பயன்படத்தக்க வேதாத்திரியத்தைக் கொண்டுவந்து சேர்த்தார்.

தனிமரம் தோப்பாகாது என்பது ஆன்றோர் கருத்து. அதுபோலவே திரு. மதுரைவீரன் அவர்களும் பல தொண்டர்களையும் தன்னுடன் இணைத்துக் கொண்டு செயலில் இறங்கினார். இதனால் தான் யாழ்ப்பாணம், மட்டக்களப்பு, திருகோணமலை, மாத்தளை போன்ற இலங்கையில் தமிழர்கள் வாழும் அத்தனை பகுதிகளிலும் மனவளக்கலைப் பயிற்சி மையங்களை அமைக்க முடிந்தது. இதில் மிகச் சிறப்பானதும் பெருமை மிக்கதுமானது யாழ்ப்பாணத்தில் அமைக்கப்பட்டுள்ள அறிவுத் திருக்கோயில் மற்றும் கொழும்பில் அமைக்கப்பட்டுள்ள அறிவுத்திருக்கோயிலும் ஆகும்.

செல்வத்தைச் சேர்த்தால் மட்டும் போதாது. அதில் ஒரு சிறுபகுதியாவது சமூகத்தின் நற்காரியங்களுக்குச் செல்லவேண்டும் என்ற உயரிய நோக்கில் யாழ்ப்பாணம், கொழும்பு போன்ற இடங்களில் வாழும் செல்வந்தர்கள் அறிவுத்திருக்கோயில்கள் அமைக்கும் பணியில் இறங்கிச் செயல்படுத்தியுள்ளனர். செல்வந்தர்கள் மட்டுமல்லாது மனவளக்கலை மன்ற அன்பர்கள் அனைவரும் நிதி வளத்தினை நல்கியமை பெருமைக்குரியது. செயற்கரிய செய்வார் பெரியார் என்ற கோட்பாட்டை நிலைநாட்டியமை அறிவுத்திருக்கோயில்கள் அமைக்கப்பட்டமை மூலம் புலப்படுகிறது.

மனவளக்கலைப் பயிற்சி மூலம் நாம் பெறும் பயன்கள் என்ன? எமது உடலின் பாகங்களான கண், மூக்கு, வாய், காது, கால், கை என்பன ஒவ்வொன்றும் செயலூக்கம் பெறுகின்றன. காது கேட்பது, கண்பார்வை, மூச்சுவிடுதல் என்பன செம்மையாகின்றன. உடலின் இரத்தவோட்டம் மூட்டுக்களின் இயக்கம் என்பன எந்தவித தடங்கலும் இன்றிச் செயற்படக்கூடிய நிலையை இப்பயிற்சிகள் வழங்குகின்றன. உள் உறுப்புக்களான இதயம், சிறுநீரகம் சிறுகுடல், பெருங்குடல், நுரையீரல் என்பன தளர்வின்றிச் செயற்பட இபபயிற்சி வகைசெய்கிறது. இவை உடல்நிலைக்குக் கிடைக்கும் பயன்கள்.

உள்ளத்துக்கு என்ன நடக்கிறது என்பதையும் நாம் உணரவேண்டும். நாம் முழுஈடுபாட்டுடன் பயிற்சிகள் செய்யும்போது மன நிலையில் திடகாத்திரமாக இருக்கின்றேன் என்ற மகிழ்ச்சி ஏற்படுகிறது.

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

தவம் செய்யும்போது நாம் புறநிலைகளிலிருந்து விடுபட்டுத் தெய்வீக நிலைக்குக் கொணரப்படுகிறோம். சிந்தனைக் கலைப்பு எமக்கு ஏற்படாதிருக்க கண்களை மூடித் தியானத்தில் ஈடுபடும்போது இறைவனோடு இணைவதான ஒரு உணர்வு எமக்கு ஏற்படுகிறது தெய்வம் நம்மை அணுகும் போதோ அல்லது தெய்வத்தை நாம் அணுகும் போதோ நமக்குத் தெய்வீக உணர்வு உருவாகின்றது. இது தான் பக்தி. பக்தி உணர்வு உருவாகும்போது தீமை நம்மை அணுகாது. தீயவற்றிலிருந்து நாம் விடுபடுவோம். நல்லதே நடக்கும். நல்லதையே நாடுவோம். நல்லவர்களோடு இணைந்து நல்லதையே செய்வோம். இதுதான் இன்று மனவளக்கலை மன்றங்களில் நடைபெறுகின்றது. தூய சிந்தனையுள்ள நல்ல உள்ளங்கள் இணைந்து மனவளக்கலை அறக்கட்டளை அமைப்பதும் பயிற்சிகளைப் பலருக்கும் கற்றுக் கொடுப்பதும் அறிவுத் திருக்கோயில்கள் அமைப்பதும் போன்ற நற்பணிகளில் தம்மை ஈடுபடுத்திக் கொள்கின்றனர்.

போர்க்குணங்களால் கவரப்பட்டுப் போரையே தொழிலாகக் கொள்ளும் சில உலக நாடுகளுக்கு இத்தூய கருத்துக்கள் அடங்கிய மனவளக்கலைக் கோட்பாடுகளைப் பரப்பினால் உலகில் அநீதி நீங்கி நீதி தளைத்து நிம்மதி பிறக்கும். மனித குலம் நிம்மதியாக வாழக்கூடிய அமைதிப்பூங்காவாக இவ்வுலகம் மாற வாய்ப்புண்டு. ஆனால் பூனைக்கு மணி கட்டுவது யார் என்ற கேள்வி எழுகிறது. என்றாலும் உலக சமாதானம் நிலைபெற வேண்டும் என்று ஒரு சிறு துளி போன்ற மனவளக்கலை அன்பர்களாகிய நாம் என்றென்றும் பிரார்த்திப்போமாக. நல்லதையே சிந்திப்போம். மனவளக்கலை வழி நடப்போம்.

வாழ்வோம் வளமுடன்!

அருள்நிதி திருமதி பேரின்பநாயகம்
மட்டக்களப்பு தவமையம்

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

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

Best Wishes from...

UNION
KNITTED FABRICS

SINGLE JERSEY / PIQUE / SPANDEX / RIBS / COLLARS AND CUFFS
140GSM / 160GSM / 190GSM / 220GSM AND 240GSM

- READY STOCKS
- VARIETY OF COLORS
- A GRADE FRESH STOCKS
- SOFT HAND FEEL
- SAMPLES AVAILABLE

209-B

PAMUNUWA ROAD, MAHARAGAMA
Tel : 0777 559 431 / 011 28 44 669

QUALITY • TRUST

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

Best Wishes From....

WARNA GARMENTS

- Petty Coat
- School Pantes
- Boys Vest
- Baby Panty
- Ladies Skiny
- Undr Skirt
- Werali Short

No. 53/A, Buddhaloka Mawatha, Suwarapola, Piliyandala.
Tele : 0717 101680 / 0719 206500
E-mail : sadamalianusha960@gmail.com

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

Best Wishes from...

GP ENTERPRISES (Pvt) Ltd

FIBRE TO FABRICS

Your Trusted Source for High-Quality Yarns, Fabrics, and Elastics.

Introducing **GP ENTERPRISES (PVT) LTD,** *your trusted supplier of premium yarns, fabrics, and elastics. With a wide range of high-quality materials, we cater to manufacturers seeking top-grade raw materials for their textile production. Experience our commitment to excellence and reliability in every thread.*

POLYESTER STAPLE FIBER . TPM YARNS FOR WOVEN LABLES

COTTON YARN . ACRYLIC YARN . POLYESTER YARN . VISCOSE YARN

ALL KINDS OF BLENDED YARNS IN BOTH RAW WHITE & DYED YARNS

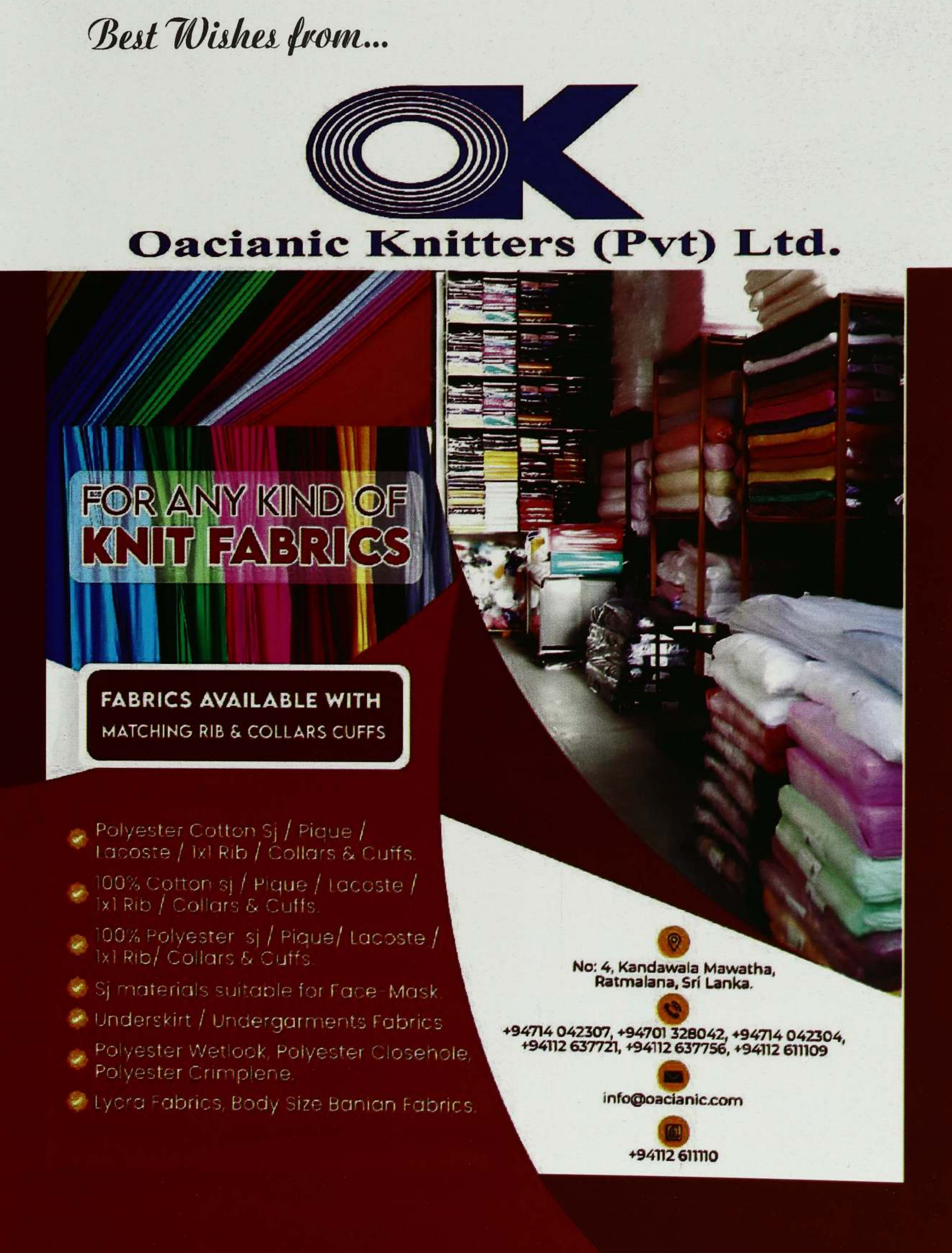
JACQUARD & PLAIN ELASTICS . ALL KINDS OF FABRICS

Contact us today for all your textile needs.

Shiraz Gaffar	Mobile	+94777741986
	Email	shiraz@impexinternational.lk
Shabber Shiraz	Mobile	+971567061334
	WhatsApp	+94775547212
	Email	shabbershiraz@gmail.com

COLOMBO . DUBAI . SINGAPORE

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



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

Best Wishes from...

நியூ கணேஷா
ஜுவலர்ஸ்

New
Ganesha
Jewellers

Dealers in Genuine 22kt Gold Jewellery

#267, 265, Galle Road,
Wellawatte,
Colombo 06

Tel: 011 2360651, 2503413
Fax: 011 2363576

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

DENIM

Best Wishes from...

S

Spencers

Importers, Wholesale Dealers in Textiles

Specialist in Denim, Suiting & Twill Fabrics

No. 101 & 103 Keyzer Street, Colombo 11

Tel:2324888, 2471641 Fax:2336909

Email: spencerscolombo@hotmail.com

Best Wishes from...

KTC

Regd.No. PV 00215527

KRISHNA

Trade Center (Pvt) Ltd

Wholesale & Retail Dealers in Indian Goods & Grocery

51, Sri Kathiresan Street, Colombo-13, Sri Lanka.

Tel: 0112 449 840
0766 863 664

E-mail: krishnatradecentre51@gmail.com

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

Best Wishes from...

வாழ்க வையகம்

வாழ்க வளமுடன்

இலங்கைத் திருநாட்டின் தலைநகராம்

கொழும்பு மாநகரில் மலர்ச்சி பெற்றுள்ள

'கொழும்பு அறிவுத்திருக்கோயில்'

அருட்தந்தை வேதாத்திரி மகரிஷி அவர்கள்

தந்த வேதாத்திரிய வித்தின் விளைநிலமாகி

வேதாத்திரிய விருட்சத்தை

வளர்த்தெடுத்து வேதாத்திரியம் என்ற

கனியை இலங்கை மக்கள் அனைவரும்

சுவைத்திட அருட்தொண்டாற்ற

நமது உளம் கனிந்த வாழ்த்துகளைத்

தெரிவிப்பதில் பெருமகிழ்ச்சி

அடைகின்றோம்.

திரு. திருமதி தங்கராஜா அன்னம்மா குடும்பம்

திரு. திருமதி திவாகர் நிலானி குடும்பம்

திரு. திருமதி கிஷாந்தன் பிரதீபா குடும்பம்

திரு. திருமதி டினேஸ்க்காந்தன் எலேன் குடும்பம்

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

Best Wishes from...

TWIN CLOTHING
fashion • comfort • quality

EXCEL WITH OUR APPAREL SOLUTIONS

T SHIRTS
EMBROIDERED T SHIRTS /
SUBLIMATION & SCREEN-PRINTED T SHIRTS

CAPS & HATS

BAGS
BACKPACKS / COOLING BAGS / TRAVELLING BAGS

BOTTOMS & SHORTS

SAFETY WEAR

QUALITY MAINTENANCE 100% QUALITY INSPECTION AT EACH LEVEL GUARANTEED

FACILITIES
- FABRIC & COLLAR CUFF KNITTING
- EMBROIDERY
- SUBLIMATION PRINTING
- SCREEN PRINTING
- CUTTING TO SEWING GARMENT FINISHING

CLIENTS
MAS brandix pepsi LION Coca-Cola
Browns NDB bank SLTMOBITEL SriLankan Airlines
HNB PEOPLE'S BANK LANKATILES BOC

TWIN CLOTHING (PVT) LTD
No.137M, Colombo Road, Biyagama

Mobile 0763777129 / 0762271836 / 0763480386
Phone 0112488502 Hotline 0763 777 888
E mail info@twinclothing.lk Web twinclothing.lk

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

அறிவுத்திருக்கோயில் அடிக்கல் நாட்டு விழா - 26.08.2018

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

புதுச்செட்டித் தெரு தவ மையம்
அறிவுத் திருக்கோயில் சிறப்புடன் பொழிவுற்றுப் பணியாற்ற மனமார்ந்த வாழ்த்துகளைத் தெரிவித்துக் கொள்கின்றோம்.

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

Dewmini Fashion (Pvt)Ltd

No 209/1, Dewala Road

Kaballagoda, Horana

Srinlanka

Phone +94777531363

E-mail: nandasiri@dewmini.lk, Dewminifashion71@gmail. com

Manufacturers and exporters of all kinds of Knit Garments

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

Best Wishes from...

1st choice

Wholesale Dealers In Innerwear, Swimwear, Sports Goods & Swimming Products

No. 104-A, Keyzer Street,
Colombo - 11, Sri Lanka
Tel : 011-2430517
Mob : 077-7777921

Email: 1stchoicecmb@gmail.com,

Website: www.1stchoice.lk

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

Best Wishes from...

J.K. TEXTILE (PVT) LTD.

EXCLUSIVE MEN'S WEAR FASHIONABLE GARMENTS

No. 49A, Keyzer Street,
Colombo - 11, Srilanka
Tel. : 2439439, Fax : 2394179
Email : jktextile53a@gmail.com
Website : www.jktextile.lk

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

Best Wishes from...

NANDA TEXTILES

IMPORTERS & WHOLESALER OF COTTON FABRICS & TEXTILES
SPECIALIST IN READYMADE MOSQUITO NET
MOSQUITO NET FABRICS & CURTAINING

No. 140 Keyzer Street, Colombo - 11, Sri Lanka

Phone: 2320797 / 2434898
E-mail: nandatexlk@yahoo.com

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

Best Wishes from...

JDM Elegance (Pvt) Ltd

Direct Importers & Wholesale Dealers in Textiles

No.40, Keyzer Street, Colombo 11
Tel : 2432221, 2432522
E-mail : jdmelegance@gmail.com

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

Best Wishes from...

SIRASA TEX

SIRASA TEX

Dealers in Imported & Local Readymade Garments

No 180, Keyzer Street,
Colombo - 11,
Sri Lanka.

Tel : +94 112 433979/4734799
Fax : +94 114 710485
E-mail : sirasafashion@gmail.com

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

Best Wishes from...

Om Saravana Co.

Importers General Merchants & Commission Agents
(Dealers in Sugar & Flour)

No: 229, 5TH CROSS STREET, COLOMBO -11.
Tel: 0094 112 435168, 0094 112 433864,
0094 773 113278, 0094 112 435189

Fax: 0094 112 445945 E-mail: omsaravana229@gmail.com

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

Best Wishes from...

SADANA

Importers, Wholesale Dealers in Textiles,
Readymade Garments

75, Keyzer Street,
Colombo 11,
Sri Lanka.

Tel : 2433096
2438771
Fax : ++94-11-2381991

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

Best Wishes from...

MT

Malbon Tex

Importers Wholesale & Retail Dealers In Textiles
Specialist in Suiting & Shirting

மெல்போன் டெக்ஸ் මැල්බොන් ටෙක්ස්

No. 106/B, 2nd Cross Street, Colombo - 11, Sri Lanka.
Tel : +94 11 2436411 Mob : 077 3687332

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

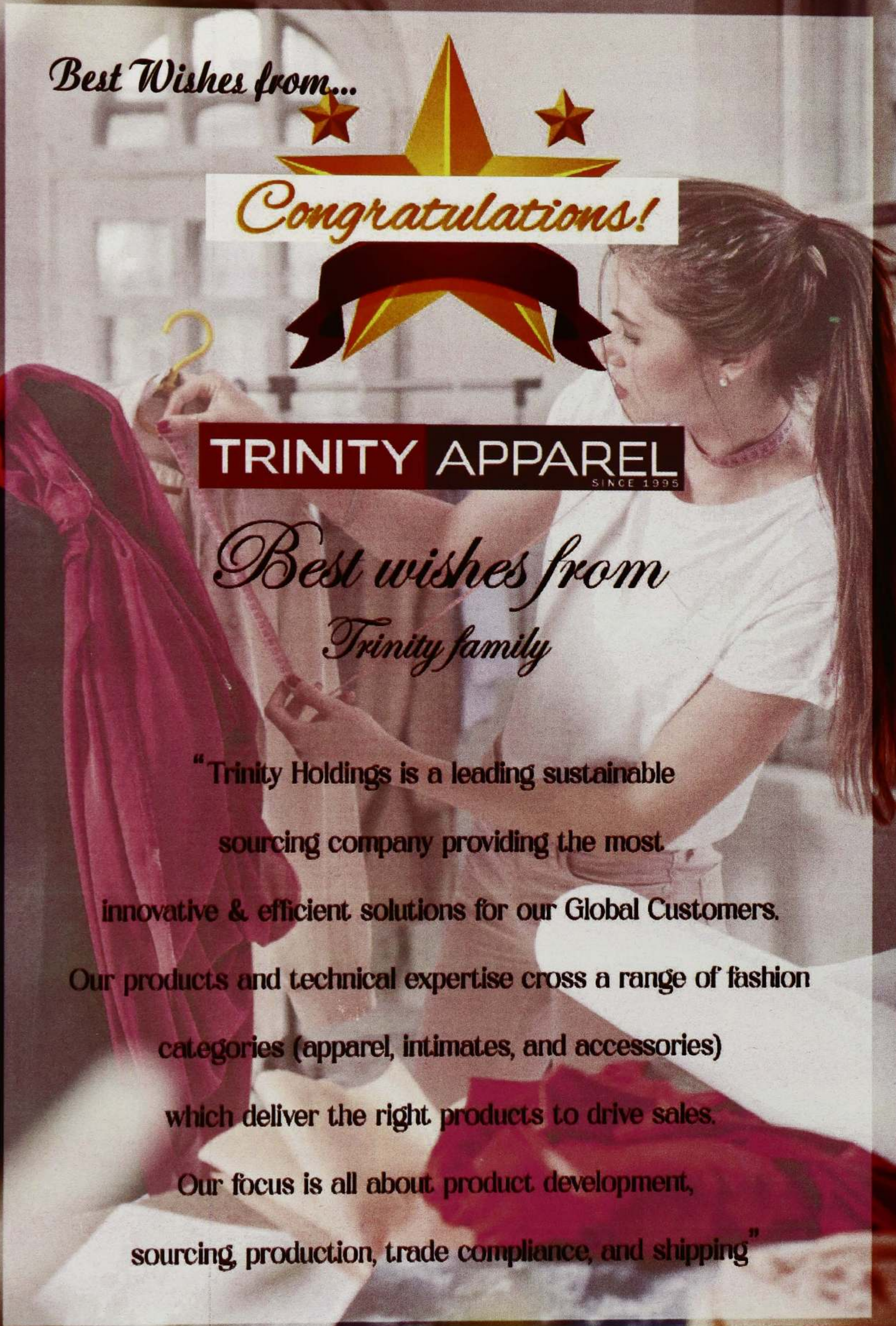
Best Wishes from...

MAGNUM TEXTILE

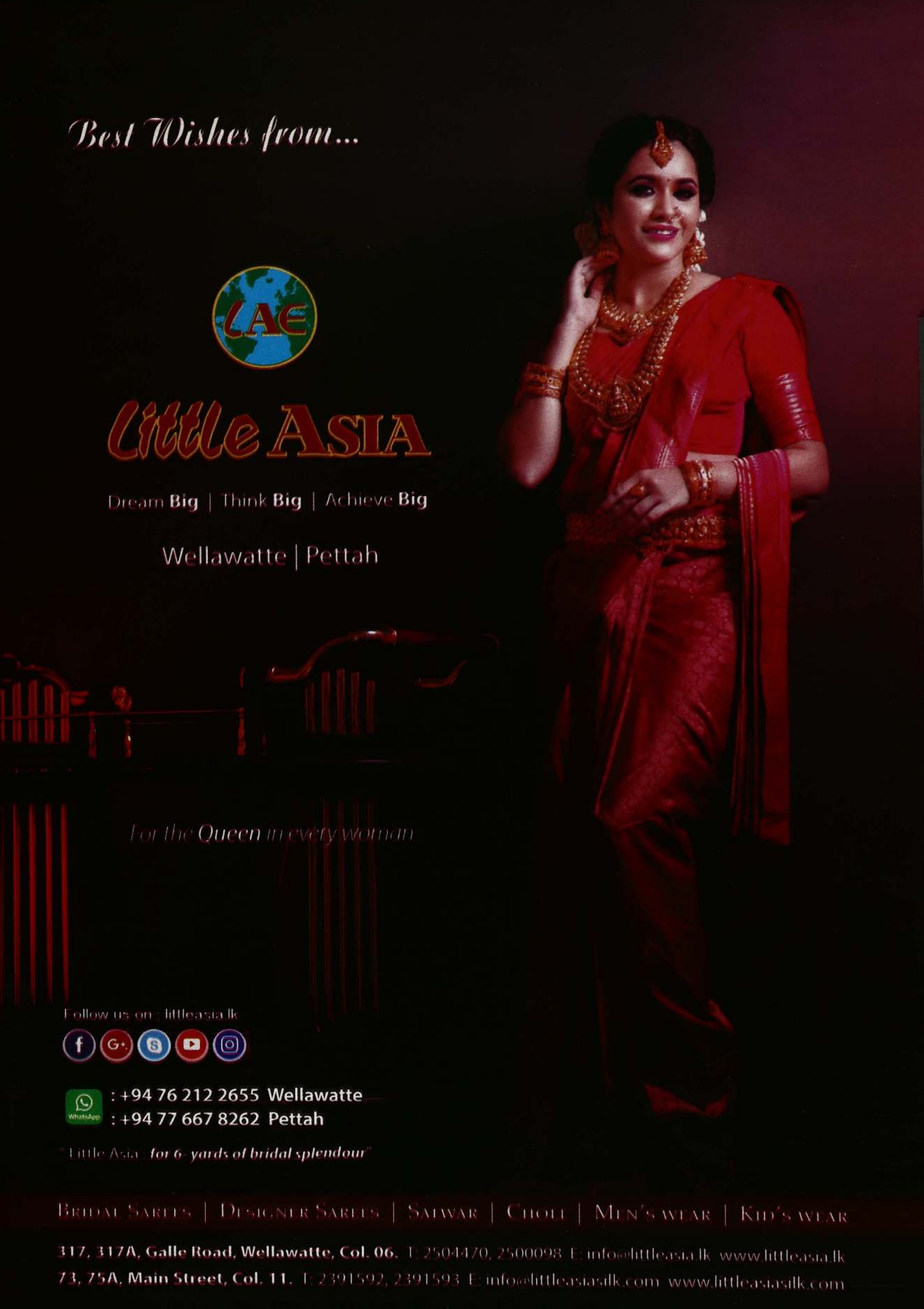
Manufacturers of Synthetic & Cotton Textiles Importers,
Wholesale & Retail Dealers in Fabrics & Yarn

60-1/3, Third Cross Street,
Colombo 11, Sri Lanka.
E-mail: magtex@sltnet.lk
Tel: 011-2321655 Fax: 011-2430835

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



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



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

Best Wishes from...

Hotel lovely

A/C, Non - A/C
ROOMS

Transport facilities and room rental facilities will be provided to Indian tourists from the Sri Lankan airport.

No. 29, Ramakrishna Road, Wellawatte, Colombo 06

Tel: 0112 361 678 | 0772 721 216

Best Wishes from...

Subani Jewels

AGI

Dealers in Gold Jewellery
Diamonds & Gems

GEM IDENTIFICATION LABORATORY
96, Sea Street,
Colombo 11, Sri Lanka.

Tel: 011 2330053 Fax: 011 2336507
Mob. 077 3205334 E-mail: n_vishnu_b@hotmail.com

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

நான் யார்?

நமது வேதாத்திரி மகரிஷி அவர்களின் உச்சகட்ட அகத்தாய்வு பயிற்சிதான் நான் யார்? என்ற விளக்கம். அழகாக அற்புதமாக விளக்கம் இந்த நான் யார்? என்ற தத்துவத்தில் உள்ளது. எண்ணம் ஆராய்தல், ஆசை சீரமைத்தல், சினம் தவிர்த்தல், கவலை ஒழித்தல், நான் யார்? என்பது அகத்தாய்வின் முக்கிய பகுதிகள். நான் என்பது மனம். மனம் என்பது இறந்த காலத்தின் தொகுப்பு. மனம் என்பது தோல், நாக்கு, மூக்கு கண், காது வழியாக அனுபோக அனுபவங்களை நமது மூளையின் வழியாக உணர்ந்தால் அதுதான் மனம். இந்த ஐந்து புலன்களுக்கும் ஞான இந்திரியங்கள் என்ற பெயரும் உண்டு. உணர்ந்தவற்றை முக்கியமாக அந்தந்த அலைச்சூழலுக்கு ஏற்ப கருமையத்தில் பதிவு செய்து கொண்டே இருக்கும். மீண்டும் நாம் எப்போதெல்லாம் அந்த அலைச்சூழலுக்கு மனம் வருகிறதோ, அப்போதெல்லாம் ஆழ்மனம் என்கிற கருமையத்தில் இருந்து மூளையின் வழியாக எண்ணங்களாக விரித்து காட்டுகிறது. மனம் எங்கிருந்து உற்பத்தியாகிறது? உயிரினங்களில், உயிர் உடலை விட்டு பிரிந்து விட்டால் அந்த உடலுக்கு பிணம் என்று பெயர். அந்த இடத்தில் மனம் இயங்காது. ஆகவே மனம் உயிரிலிருந்து வெளியே வருகிறது. உயிர் என்பது என்ன என்று பார்த்தால், எந்த இடத்தில் பஞ்ச பௌதிகத்தன்மை இணக்கமாக இருக்கிறதோ, அங்கு மீண்டும் விண், விண்காந்தமும் தானாகவே வந்துவிடும். விண் தான் காற்று, விண்தான் நெருப்பு, விண்தான் நீர், விண்தான் நிலம், விண்தான் ஜடப்பொருள். இந்த பஞ்சபூதங்கள் இணக்கமாக இருக்கும் போது மீண்டும் விண், விண் காந்தம் தானாக வந்துவிடும். இந்த தனித்து சுழன்று ஓடுகிற விண்தான் உயிர். அந்த விண்ணில் இருந்து வெளியேறுகிற காந்தம்தான் ஜீவகாந்தம் என்றும் அழைக்கின்றோம். இப்பொழுது இந்த உயிர் சக்தி நமது உடலில் இருக்கின்ற காந்தமும் என்ன செய்கிறது என்பதை பற்றி ஆராய்ச்சி செய்வோம். ஒவ்வொரு மனித உடலிலும் சுமார் நூறு இலட்சம் கோடி செல்கள் உள்ளன. ஒவ்வொரு நிமிடத்திற்கும் மனித உடலில் இருந்து 300 கோடி செல்கள் மடிந்து கொண்டு உள்ளது. இந்த இறந்து போன செல்களை துல்லியமாக மூச்சுக்காற்று, வியர்வை, கண்ணீர், மலம், சிறுநீர் வழியாக வெளியேற்றி மீண்டும் நாம் சாப்பிடுகிற உணவிலிருந்து 300 கோடி செல்களை தயாரித்து முடிசெல், மூக்குசெல், கண்செல், இரத்த செல் என்று பலவிதமான செல்லில் உற்பத்தி செய்து, எந்தெந்த இடத்தில் வைக்க வேண்டுமோ அங்கு அங்கு துல்லியமாக வைக்கிறது. இப்பொழுது நினைத்துப்பாருங்கள் நாம் அனைவரும் தாயின் வயிற்றில் இருக்கும் பொழுது ஒரு சிறு புள்ளியாக தான் இருந்தோம். இந்தப் புள்ளியிலிருந்து பிறந்த நாம் கல்லீரல், கணையம், பல், வாய், கண் மூக்கு என்ற பல புலன்களை சரியாக எந்தெந்த இடத்தில் வைக்க வேண்டுமோ அந்தந்த இடத்தில் துல்லியமாக வைத்துள்ளது. நன்றாக

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

நினைத்துப் பாருங்கள் நாக்கில் பெண்களுக்கு இருப்பது போல் ஒரு ஆறடி கூந்தல் வளர்ந்தால் நாம் என்ன செய்யமுடியும்? கையில் நகத்தை வெட்டினால் நகம் வளர்கிறது. ஆனால் அதே நகம் கண்களில் ஒரு 50 முளைத்தால் நாம் என்ன செய்வது? இப்பொழுது நம்மை எல்லாம் அப்படியா உருவாக்கி வைத்துள்ளது. இதை செய்வதற்காக ஒரு அறிவு நம் உயிர் சக்திக்கு இருக்குமா? இருக்காதா? இதுதான் சிந்தனை அறிவு. முதல் கேள்வி நமது உயிர் சக்திக்குள் ஓர் அறிவு இருக்கிறது. இப்பொழுது இரண்டாவது கேள்வி? அந்த அறிவு நம் மனதில் இருந்து வெளியாகும் ஆறாவது அறிவை விட உயர்வானதா? மட்டமானதா? இது இரண்டாவது கேள்வி? நம் உயிரில் உள்ள அறிவு நமது ஆறாவது அறிவை விட உயர்வானதா? மட்டமானதா? என்பதுதான். ஏனென்றால் நமது உயிர் சக்தி செய்கிற ஒரு காரியத்தை கூட நமது ஆறாவது அறிவு செய்ய முடியாது. ஒரு சொட்டு இரத்தம் செய்ய முடியாது, நமது உடலில் உள்ள எந்த உறுப்பையும் நமது ஆறாவது அறிவு செய்ய முடியாது எனில் இதெல்லாம் செய்வதற்கு ஒரு அறிவு இருக்குமா இருக்காதா? இது இரண்டாவது கேள்வி? முதல் கேள்வி நமது உயிர் சக்திக்குள் ஓர் அறிவு இருக்கிறது. இரண்டாவது கேள்வி அந்த அறிவை நமது ஆறாவது அறிவை விட மிகவும் உயர்வான அறிவு. இந்த உயர்வான அறிவுக்கு சித்தர்கள் வைத்த பெயர்தான் கடவுள், இறைவன், தெய்வம் என்றால் இப்பொழுது நாம் எல்லாம் யார்? நாமே தெய்வமாக இருக்கிறோம். அறிவாக இருக்கிறோம் பேரறிவாக, பேராற்றல் ஆக இருக்கிறோம். ஆனால் நாம் தெய்வமாக உள்ளதை ஏன் நம்மால் உணர முடியவில்லை. நாம் பல இலட்சம் பிறவிகளை தாண்டி வந்துள்ளதால் தான், தனது என்ற ஆறு தீய குணங்களுடன் வந்துள்ளோம். இறைவனின் மறுமுனை நமது மனம் என்பதை அடியோடு மறந்து விட்டோம். அதை மாற்றி நமது உடற்பயிற்சி, காயகல்பம், தியானம், அகத்தாய்வு பயிற்சி மூலம் நம்மை உணர்ந்து மற்றவர்களுக்கும் உணர்த்துவோம். நம்மை நாம் உணர்ந்தால் அனைத்தும் தெளிவாகத் தெரிந்துவிடும். வாழ்த்துகள்.

நன்றி வாழ்க வளமுடன்!

பேராசிரியர்
முனைவர் மாணிக்கவாசகம்
தலைவர் உன்னியூர் அறக்கட்டளை
நாமக்கல்

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

குருவாகி உருவாகி

வாழவேண்டும் என்றெண்ணி உலக மீது
வந்ததில்லை எனினும் நாம் பிறந்து விட்டோம்
வாழவேண்டும் உலகில் ஆயுள் மட்டும்
வாழ்ந்தவர்கள் அனுபவத்தைத் தொடர்ந்து பற்றி
வாழவென்ற உரிமை எல்லோர்க்கும் உண்டு,
வாழ்வோர்க்குச் சாதகமாய் வாழும் மட்டும்,
வாழ உள்ளோர் அனைவருமே ஒன்று கூடி
வகுத்திடுவோம் ஒரு திட்டம் வளமாய் வாழ

உலக சமாதானம்

நித்திய உண்மையோடு இசைந்து வாழ்தல், இறைவனை அடைதல், என்ற வகையில் பந்தமுற்ற ஆன்மா ஒரு புறத்தும், சுதந்திரமான சர்வவியாபகமான ஆன்மா இன்னொரு புறத்திலுமுள்ளன. வேற்றுமை நெருக்கடியான நிலையிலிருந்து ஆன்மா படிப்படியாக விடுதலை பெற்றால்தான், இந்த உயர் இலட்சியத்தை நோக்கி முன்னேற முடியும். அதன் அமைதியற்ற இயல்பு மறைந்து சாந்தியும் அமைதியும் ஏற்பட வேண்டும். இறைநிலை உலக சமாதானத்தையும் சாந்தியையும் வேண்டி நிற்கிறது. ஆன்மா இருளிலும் மயக்கத்திலும் தடுமாறும் உணர்ச்சியின் வடிவமாகும். ஆன்மா எய்த நினைக்கும் பெரிய இலட்சியம் அதனிடத்து உதயமாகும் முன், அது புறத்திலிருந்து நிலையான இறைநிலையின் ஸ்பரிசத்தைப் பெறவேண்டும். இந்த அகநிலை உணர்வு இறைவனோடு கொண்டுள்ள நீடித்த தொடர்பினால், தங்களையே அவ்விறைவன் மயமாக்கிய ஞானிகளிடமிருந்து கிடைக்கிறது. அதன் பின் ஆன்மாவைப் பற்றும் வேட்கை அதைத் தளரா உறுதியோடும் கொழுந்து விட்டெரியும் ஆர்வத்தோடும் தன்னிலையின் மாட்சியையும் தன்தெய்வீக அழியா இயல்பையும் அறிவதற்குக் கொண்டு செல்கிறது.

அண்டமதில் உருவெடுத்து அறிவைப் பெற்று
அவ்வறிவு ஒன்று முதல் ஆறதாகி
கொண்டமேலாம் இவ்வுருவில் குறிப்பில்லாமல்
கோடான கோடி எண்ணி அனுபவித்து
கண்ட பலன் எனையறிய நினைந்தேன் அப்போ
கருத்துணர்த்திக் கனல்மூட்டிக் கருவாம் ஞான
குண்டலினி எனும் என்மெய் உணர்வெழுப்பி
குறித்து எனை அளித்த குருவே அன்பே!

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

இந்த நிலையில் குருமகான் வேதாத்திரி மகரிஷி எனது வாழ்வின் அத்துணை நெருக்கடிகளுக்கெல்லாம் புள்ளியிட்டு உடைக்கும் அணுவைப் போல் வந்தாரெனின் அதன் பாக்கியத்தை என்னென்று சொல்வேன்.

குருவைப் பெறுதல்

கு + ர் + உ குரு குகாரத்துக்கு சித்தியைக் கொடுப்பவர் எனவும் ர்,காரத்துக்கு பாவத்தைத் தகிப்பிக்கும் தீயென்றும் உ,காரத்துக்கு சிவன் என்றும் பொருள். இம்மூன்றும் நிறைந்தவரே குருவாவார். கு - மலம், ரு × நீக்குபவர். நாம் தேடும் ஒரு புதிய இடத்திற்கு செல்ல வேண்டுமானால் அந்த இடத்தை நன்கறிந்த வழிகாட்டி ஒருவர் வேண்டும். நாம் முத்தியடைவதற்கு வழிகாட்டக் கூடிய குரு முற்றறிவினராய் இருக்க வேண்டும். ஐயந்திரிபு அற வழிகளை நமக்கு எடுத்துரைக்கும் ஆற்றல் இருக்க வேண்டும். எட்டுணையும் சந்தேகமின்றி குருவைப் பெற்றமை யான் பெற்ற இன்பம் என்பேன்.

குருவைப் பெறுவதற்கு முன் அதாவது மனவளக்கலைக்கு முன் எனது வாழ்க்கைப் பரிமாணங்களை மீட்டிப் பார்க்கின்றேன். ஏழ்மையுடன் கூடிய சாதாரண விவசாயக் குடும்பத்தில் பிறந்தவன் யான். தந்தையார் மிகவும் துடுக்கான நேர்மை, உண்மை, துணிவு என்பவற்றை வாழ்நாள் பற்றாகக் கொண்டவர். விவசாயம், வியாபாரம், பண்டமாற்று வியாபாரம், வாகனம், வைத்தியசாலையில் வேலை என பல்வேறு தொழில்களில் ஈடுபட்டவர். ஆனாலும் எடுத்த விடயங்களில் அவருடைய முன்கோபமும் துடுக்குத் தனமும் வாழ்க்கையில் முன்னேறுவதற்கான வழிகளை அடைத்துவிட்டிருந்தது. எனது தாயார் தந்தையாரின் குணங்களுக்கு எதிர் நேரிடையான பண்புகளைக் கொண்டிருந்தார். அன்பு, பரிவு, அரவணைப்பு என்ற உயர் குணங்களைக் கொண்டிருந்தார். தாயாரின் தகப்பனார் விவசாயக் குடும்பம். தாயாரின் சகோதரர்கள் வசதியாக வாழ்ந்தவர்கள். எனது தாயார் தந்தையாரைத் திருமணம் செய்தபின் வசதியாக வாழ்ந்த குடும்பத்தினர் விலகிக்கொண்டார்கள்.

குடும்பத்தில் நான் இரண்டாவது பிள்ளை, மூத்தவர் அக்கா, மூன்று தங்கைகள், இரண்டு தம்பிகள் என பெரிய குடும்பம் எங்களது குடும்பம். அப்பா தனது மாமனாரின் புடைவைக் கடையில் வேலை செய்து கொண்டிருந்த காலத்தில் அவர்கள் அதாவது மாமனார் தனது புதல்விக்கு திருமணம் செய்து வைக்கலாம் என்ற எண்ணத்தில் இருந்தார். அவ்வெண்ணம் நிறைவேறவில்லை. எனது அம்மாவின் பக்கம் அப்பா திரும்பியதால் மாமனாரின் கடையில் இருந்து விலகவேண்டியிருந்தது. அதற்குப் பின் அப்பாவின் முன்கோபக்காரியங்கள் அவர் செய்த எல்லாத்தொழில்களிலும் பின்னடைவை ஏற்படுத்தின. ஆனாலும் அவர் தனது நேர்மையையும் துணிவையும் கைவிடவில்லை. அம்மா எங்களை வளர்க்க அரும்பாடுபட்டார். ஒன்பதுபேர் கொண்ட குடும்பத்தை காத்தல் என்பது மலையாய் அவரது தலையில் இறங்கியது. எவ்வாறாயினும் உணவைத்தேடி விடுவார். பசியாறி உறங்குவோம். இவ்வாறாக குடும்பம் நகர்ந்த வேளையில் நான் சிறுவனாயிருந்த

Digitized by Noolaham Foundation
noolaham.org | aavanaham.org

காலத்தில் அப்பாவுடன் கமத்தில் வேலை செய்ய வேண்டியிருந்தது. படிப்பு சரியாகப் பிடிபடவில்லை. படிப்பு வர மறுக்க நான் எனது அம்மாவின் சகோதரர்களைப்போல் வரவேண்டும் என்பதுதான் பெருநோக்கமாக இருந்தது. சிறுவயதில் கொழும்பு நகரவேண்டியிருந்தது.

வேறொரு கடையில் வேலை செய்து கொண்டு மேலும் சிறு சிறு தொழில்களையும் செய்துகொண்டிருந்தேன். கொழும்பில் எனது தாய்மாமன் மொத்த விற்பனைக் கடையை நடாத்திவந்தார். அவருடைய கடையில் வேலை செய்வதற்கான சந்தர்ப்பம் கிடைத்தது. வேலைசெய்துகொண்டிருக்கின்ற காலத்தில் கடையில் வேலை செய்தவர்கள் சிலர் சில பொருட்களை முறையற்ற விதத்தில் கொள்வனவு செய்தபோது அதை நான் நிறுத்தி நேர்மையான முறையில் கொள்வனவு செய்து கண்ணியத்தை வெளிப்படுத்தியபோது மாமாவின் அபிப்பிராயத்தைப் பெற்றுக்கொண்டேன். அவரும் கடையில் சில பொறுப்புக்களை என்னிடம் ஒப்படைத்தார். வேலை செய்து கொண்டு, மேலும் சிறு சிறு வியாபாரத்தை வெளியிலும் செய்து வந்தேன். கடையில் சிறிய சம்பளம் கிடைத்தது. அச்சம்பளத்தில் என்னுடைய செலவுகளையும் பார்த்துக்கொண்டு வீட்டுக்கும் அனுப்பவேண்டியிருந்தது. இச்சந்தர்ப்பத்தில் எனது தாய்மாமனே எனது முன்னேற்றத்தின் முதற்குரு. என்தாய்மீது கொண்டிருந்த அன்பு என்மீது திரும்ப அவர் காட்டிய வழியில் பயணித்தேன். என் தகப்பனாரின் கோபத்தை என்மீது காட்டினாலும் என்னை வெளியில் அனுப்பாமல் பல பொறுப்புகளைத் தந்து எனக்கு வியாபார நுணுக்கங்களையும் என்னுள் புகுத்தியவர். இதற்கெல்லாம் காரணம் அவர் என் தாய்மீது கொண்ட பாசமாகும். தொடர்ந்து இவ்வாறு நாட்கள் நகர்ந்தது. தொழிலை நன்றாக பழகியிருந்தேன். அப்படியிருக்கும்போது ஒருநாள் கடையில் வியாபார இலாப நட்டக் கணக்குப் பார்த்த வேளையில் மூவாயிரம் ரூபா குறைந்த நிலையில் அதனை நானே செலுத்தவேண்டிய நிர்பந்தத்திற்கு ஆளானேன். அப்பணத்தை நீண்ட காலத்திற்கு எனது சம்பளத்தில் கழித்துக்கொண்டார்கள். அந்தச் சந்தர்ப்பத்தில் எனது தாயார் நோய்வாய்ப்பட்டு அமரரானார். அவருடைய இறுதிக் கிரியைகளைச் செய்யக் கூட மிகக் கஷ்டப்பட வேண்டியிருந்தது. அந்நிகழ்வை இன்றும் எண்ணும் போது எனது கண்கள் பனிக்கும். பிற்காலத்தில் வியாபாரத்தில் உயர்ந்து விட்ட பிறகு அம்மாவிற்கு செய்யவேண்டியவற்றை செய்ய அம்மா உயிருடன் இல்லை என்ற வேதனை இன்னமும் மனதை நெருடுவதாகவே இருக்கிறது. தாயாரின் மறைவிற்குப் பின் எனது மூத்த அக்கா தனது குடும்பத்தையும் எங்கள் குடும்ப உறுப்பினர் ஆறு பேரையும் பாரமெடுத்து சுமந்தார். தந்தையாரின் பொறுப்பு என்மீது விழுந்தது. நான் கஷ்டப்பட்டு செயற்பட்டாலும் என் அக்காதான் தாய்க்குத் தாயாக நின்று வளர்த்தெடுத்தார்.

இச்சந்தர்ப்பத்தில் நண்பன் ஒருவன் புதிய கடை எடுத்து என்னைச் சிறு சிறு உதவிகள் செய்யக் கேட்ட போது அவனுடைய கடையில் ஒருநாள் இரவு தங்கிவிட அது எனக்கு வினையாகிப் போனது. அங்கிருந்த இன்னொரு நண்பன் எனது மாமனாரிடம் புதுக்கடை தொடங்கிவிட்டதாக கூற மாமனார் சந்தேகத்துடன் என்னை நோக்க அவருடன் தொடர்ந்து

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

வேலை செய்யக் கூடாது என்று எண்ணி இன்னொரு நண்பனிடம் சேர்ந்து இருவரும் சொந்தத் தொழில் செய்ய முடிவு செய்து மாமனாருக்குக் கடிதம் ஒன்றை எழுதி சொந்தத் தொழிலை செய்வதாகக் குறிப்பிட்டிருந்தேன். அதனைப் பார்த்த அவர், கேலியாக சொந்தத் தொழில் செய்யப் போறாராம் என்று கூறி அவமானப்படுத்த அதில் இருந்து தனியாக வியாபாரம் செய்து முன்னேற வேண்டும் என எண்ணி நண்பனுடன் தொடர்ந்து அக்கடையை நடாத்தி கொண்டிருந்த வேளை புதுப்பிரச்சினை ஒன்று உருவாகியது. நாம் நடத்திய கடையை சொந்தக்காரன் விற்றுவிட, வாங்கியவன் வந்து எங்களை கடையை விடுமாறு கூற நாம் மறுக்க அவன் பல வழிகளில் எங்களை வெளியேற்ற முயற்சி செய்த வேளை தந்தையார் தனது பலத்தைப் பயன்படுத்தி தற்போதைக்கு அவனுக்கு விடைகொடுத்தார். தொடர்ந்து அந்தக் கடையை சில மாதங்கள் நடாத்தி வியாபாரம் செய்து சிறிது சிறிதாக முன்னேறி சொந்தமாகக் கடையொன்றை வாங்கும் நிலைக்கு உயர்ந்தோம். அதில் இருந்து வியாபாரம் செய்து மீண்டும் ஒரு கடையை வாங்கி வியாபாரத்தில் உயர்ந்து நல்ல நிலைக்கு வந்த வேளையில் மீண்டும் பேரிடி விழுந்தது.

அதுதான் இனக்கலவரம். 1983 கலவரத்தின் போது ஏற்பட்ட நெருக்கடியிலிருந்து மீண்டுவர சொல்லொனா துன்பங்களை அனுபவிக்க வேண்டியிருந்தது. கடையைக் கொள்ளையடித்து சூறையாடிய போது தப்பி ஓடவேண்டிய சூழ்நிலையில் எதைச் செய்வது எதை எடுப்பது எங்கு போவது என திணறிய காலங்களில் பெற்றோர் செய்த தவப்பயன் நம்மைக் காப்பாற்றியது. தப்பி ஓடும் போது நண்பன் ஒருவர் மதில் ஏறிப் பாய்ந்த போது அவரின் கால் முறிய அவரையும் தூக்கிக் கொண்டு அகன்று மகாநாம பாடசாலைக்குச் சென்று தங்கியிருந்த வேளை அங்கும் சோதனை, உணவு இல்லை, நீர் இல்லை, களைப்பு, பசி எல்லாம் வாட்டிய போது பௌத்த மதகுரு ஒருவரின் உதவியுடன் கடையில் இருந்த மீதி பொருட்களை கொண்டு சென்று சமைத்துக் கொடுத்து பிறரின் உயிர் காப்பாற்றியது இன்றும் எனது மனக்கண்ணில் நிழலாடுகிறது.

சிறுகச் சிறுக வியாபாரத்தைக் கட்டியெழுப்பப் பட்ட பாடு காலமே எமக்கு கற்றுத் தந்தது. இலங்கை அரசியல், பொருளாதார நெருக்கடிகளின் போது நாம் பட்ட துன்பங்கள் சொல்லில் அடங்காதவை. எந்த நேரத்திலும் உயிருக்கு ஆபத்து வரலாம் என்ற போதிலும் எடுத்த முயற்சியைக் கைவிடக்கூடாது என்பதையும் சிறுவயது முதல் பட்ட துன்பங்களும் அவமானங்களும் தூக்கி நிறுத்தியது. கற்றுக்கொண்ட பாடங்கள் அவற்றைக் கடந்து செல்ல துணை நின்றன.

1990களில் இருந்து 2000 வரையான காலப்பகுதி மிகவும் கடினமானதும் கடந்து வருவதும் கத்தி முனையிலும் முட்கம்பிகளிலும் நடப்பதைப் போன்றிருந்தது. வட பகுதிக்கான வியாபாரத்தை மேற்கொள்வது இரு தரப்பினருக்கும் இடையில் ஊடாடிய ஊடாட்டங்கள் மிகவும் ஆபத்தானது. வியாபாரியாகப் பெயர் பெற்றிருந்த என்னை தேடி பல குழுக்கள் குறிவைத்தன. ஒவ்வொரு குறியிலிருந்தும் தப்பிப் பிழைத்தேன்.

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

இழக்க வேண்டியதை சக்திக்கு மீறி இழக்கவேண்டியிருந்தது. வடபகுதிக்கு சரக்கோடு சென்ற கப்பல் கவிழ்ந்து போனது. ஒட்டுமொத்த வியாபாரமும் இழக்கின்ற நிலை வந்தபோதும் கதிர்காமக் கந்தனின் அன்னதானத்தை ஒரு போதும் நிறுத்தியதில்லை. இத்தனை இடர்களுக்குள்ளும் தெற்கில் நானும் வடக்கில் சகோதரரும் இருந்து எமது வியாபாரத்தை தூக்கி நிறுத்திக் கொண்டோம். அரசபடைகளுக்கும் விடுதலைப்படைக்கும் இடையில் திக்குமுக்காடிப் போனாலும் அக்காலப் பேரவலங்களைக் கடந்து வர துணிவும் நேர்மையும் எம்மை வழிநடத்தின என்பேன்.

இவ்வாறு பேரவலங்களைக் கடந்து ஒரு நிலையில் வந்து நின்றபோது சகோதரருடனான பிணக்குத் தோன்றியது. வியாபாரத்தில் இருவரும் உழைத்தாலும் அவரது கொள்கைகளும் செயற்பாடுகளும் வழிதவறிப்போக அதனைத் திருத்த அவரை நாடிய போது அது பாகப்பிரிவினையில் வந்து நின்றது. பல ஆலோசனைகள், அறிவுரைகள் எதுவும் அவரது நடத்தையில் எடுபடவில்லை.

குருவை சந்தித்தல்

இந்நிலையில்தான் குருமகான் வேதாத்திரி மகரிஷி அவர்களிடம் இதற்கொரு தீர்வு வேண்டி ஆழியாறு செல்ல ஒரு சந்தர்ப்பம் கிடைத்தது. நெருங்கிய நண்பர் ஒருவரின் உதவியுடன் சென்று மகரிஷியின் அருகிருந்து எனது பிரச்சினைகளை மனம் விட்டு சொன்னேன். அவர் தந்த பதில்கள் எனக்கு திருப்தியாக இருக்கவில்லை. பாகப்பிரிவினையில் எழுபது வீதத்தை தம்பி (சகோதரர்) கோருகிறார் என்று கூறினேன். என்னதான் இருந்தாலும் அவர் உழைப்பில் பங்கு கொண்டவர், மற்றையபடி எனது உழைப்பே அதிகமாக இருந்தது. சிறுவயது முதல் இவ்வியாபாரத்தை நான் கட்டியெழுப்பப் பட்டபாடு கண்முன்னே நின்றது. அவற்றை எல்லாம் தாரைவார்த்துக் கொடுக்க எனது மனம் ஏகவில்லை. மகரிஷி அவர்கள் தம்பி கேட்பதைக் கொடுத்து விடுங்கள் என்றார். அவர் கூற்று எனக்கு அதிர்ச்சி தந்தது. முதலில் மனம் ஒப்பவில்லை. ஒரு மனதுக்கு வரமுடியாமல் விடைபெற்றேன். சில மாதங்களின் பின் மகரிஷி கூறியது போன்று 70% பங்கை சகோதரரிடம் ஒப்படைத்தேன். அப்பொழுது ஒரு கையறு நிலையை உணர்ந்தேன்.

ஆனால் அது சிறிது காலமே நீடித்தது. விட்டுக்கொடுத்தவர் கெட்டுப் போவதில்லை என்ற கூற்றுக்கிணங்க கொடுத்ததை விட இரு மடங்காகக் கிடைத்தது. சகோதரர் வைத்திருந்த கடன்களையும் அவரால் விற்கப்பட்ட சொத்துக்களையும் மீளப் பெற முடிந்தது. நினைத்துப் பாராத விடயம் நடந்த போது எமக்கு வாய்த்த குருமகான் இவர்தான் என்பதை மனமும் உடலும் கெட்டியாகப் பிடித்துக் கொண்டது. மனவளக்கலை புடம்போட்டு எடுத்தது. அதனுள் கரையவேண்டிய தேவையும் உணர்வும் தானாக வெளிப்பட்டன. எத்துணை இடர்களைக் கடந்து விட்டோம், அருட்தந்தை தந்த காப்பும் தற்சோதனையும் தொண்டாற்ற வேண்டும் என்ற உணர்வையும் உந்தித் தள்ள அவர்களது வாழ்க்கை வரலாறு எனக்குப் பாடமாக அமைந்தது. நான் அனுபவித்த வாழ்வியல் அனுபவங்களைப் போலவே

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

குருமகான் மகரிஷியின் வாழ்வியல் அனுபவங்களும் என்பதை உணர்ந்த போது அவர் உலக சமாதான கனவோடு எழுந்து நிற்க அவரது எண்ணங்களோடு எமது எண்ணமும் கலந்திருப்பதை நினைத்து நினைத்து ஆனந்தம் கொள்கிறது.

வேதாத்திரியம் என்னை 'தொண்டாற்றி இன்பம் காண்' என்ற மகாவாக்கியத்துக்குள் இழுத்துச் சென்றது. சேவை உணர்ச்சி புகுத்தப்பெற்றால்தான் வாழ்க்கை தன் உன்னத நோக்கத்தை நிறைவேற்றுகிறது. அன்பும் தியாகமும் உள்ள வாழ்வின் நறுமணமே சேவை. வாழ்க்கையே ஒரு முயற்சியாகலின் வேலை செய்வதே வாழ்க்கையின் உண்மை இயல்பு. தொழில் அன்பினால் ஊக்கம் பெற்றால் அத்தொழிலே சேவை எனப் பெயர் பெறும். நயத்திற்காகச் செய்யும் சேவை, பரிசுக்காகச் செய்யும் சேவை, சேவையாகாது. உண்மையான சேவை தூய அன்பாலும் கருணையாலும் செய்யும் தொழிலாகும். இப்படிச் செய்யும் தொழில் வாழ்வை விடுதலை அடையச் செய்து அதை நித்திய இன்பத்திற்குள் நிறைக்கும். அவ்வகையில் வேதாத்திரியத்திற்குள் நுழைந்த பின் இந்தியாவிற்கு வெளியில் முதல் முதலாக இலங்கையில் யாழ்ப்பாணத்தில் அறிவுத் திருக்கோயிலை நிர்மாணிக்க முடிந்தது. பல மனவளக்கலை அறக்கட்டளைகளை உருவாக்க முடிந்தது. அதன் நீட்சியாக இன்று தலைநகரில் எழுந்து நிற்கும் கொழும்பு அறிவுத் திருக்கோயிலும் மகரிஷி எமக்குத் தந்த அருங்கொடை.

வாழ்வே வேதாத்திரியத்திற்குள் மூழ்கிப் போனதை எண்ணி எண்ணி மனம் ஆனந்தம் கொள்கிறது. ஏழ்மையாய்ப் பிறந்து, குருவாய் வந்து எனைப் போலவே இருந்த மகான் என்வாழ்விற்குள் நுழைந்து என்னை மீட்டெடுத்தார். அந்த மீட்சிக்குள் ஒரு சிறு துரும்பாக அவரின் வாழ்வியல் நெறியைப் பற்றிக் கொண்டேன். எண்ணும் போதெல்லாம் எண்ணம் அசைவற்று நிற்கிறது. அதுவே என் வாழ்வாகவும் மலர்கிறது. என்கடன் வேதாத்திரியப் பணி செய்து கிடப்பதே. அதற்காக யாழ். மண்டலத் தலைமைப் பொறுப்பைத் தந்து என்னை தன் பணிக்குள் இழுத்துக்கொண்டிருக்கிறது.

நல்ல ஒழுங்கும் அடக்கமும் உள்ள மனதில் விளைவது தன்னலத்தியாகம். வாழ்க்கை இன்பம் பூரணமான தன்னல மறுப்பு நிலவும் வாழ்க்கையிலேயே உண்டு. உன்னத மகிழ்ச்சியை தன்னிடத்தே கொண்டுள்ள வாழ்க்கை உலகம் முழுவதன் மகிழ்ச்சிக்கும் ஏற்ற செயல்களே செய்து செல்லும் குறுகிய அகம்பாவம் உள்ள சுயநல வாழ்வு மனிதனை அச்சம், சந்தேகம், துன்பம் என்ற பாறைகளிடத்தே ஒதுக்கிவிடும். மேலும் மேலும் ஒளியைக் கொடுப்பதனால் ஒரு மெழுகுவர்த்தி எரிந்து முடிகிறது. மலர் தான் வாடி அழியும் வரை நறுமணத்தைத் தந்துகொண்டே இருக்கிறது. இறுதித் தணல் சாம்பலாகும் வரை நெருப்பு தன்னால் முடியுமானவரை வெப்பத்தைத் தருகிறது. இன்பமெனும் ஆடையை அணிந்துள்ள ஆன்மா மனதாலும் சரீரத்தாலும் தான் செய்யும் பல்வேறு செயல்களால் உலகின் துன்ப நிவர்த்திக்காக தன்னையே கொடுத்து உடல் அழியும் வரை உழைக்கிறான். இதுவே ஆத்மதியாகம். தன்னைத் தியாகம் செய்வதால் சிறிதும் துன்பம்

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

அனுபவிக்காது ஆன்மா இயல்பான ஆனந்தரூபமாக விளங்கும்.

இந்த எல்லையற்ற ஆன்ம பலத்தை குருவடிவாக வந்த மகரிஷி சூட்சுமமாக நின்று அருளை நிதியாகத் தந்து தனக்கும் உலகம் முழுவதற்கும் நல்ல பலனை விளைவிப்பதற்காக மனித வாழ்வை உயர்ந்த சர்வ வல்லபம் வாய்ந்த உணர்வில் உறையச் செய்து அதை உன்னத நிலைக்கு உயர்த்த முடியும் என்பதை உயர்ந்த வாழ்க்கை நெறியாக தந்து சென்றிருக்கிறார்.

காலத்திற்குக் காலம் உலகின் மீது பிரகாசிக்கும் ஆத்ம சூரியர்களில் ஒருவரை உண்மையாகப் பின்பற்றுவதற்கு ஒருவன் சட எண்ணங்களையும் மனதின் இழிவான தூண்டுதல்களையும் வென்று அடிமைப்படுத்தி தனது நித்தியத்துவத்தை உணரும் அறிவைப் பெற வேண்டும். இங்ஙனமாக வாழ்வின் முயற்சிகளை எல்லாம் 'அறிவை அறிவால் அறிதல்' என்ற உயர்நோக்கோடு எம்மை வழிநடாத்திக் கொண்டிருக்கின்ற தபோ புருஷர் வேதாத்திரி மகரிஷி என்றால் அது மிகையன்று. அவர் கற்றுத் தந்த நெறி நின்று வாழ்வோம். வாழ்விப்போம்.

தந்தைதாய் ஈருயிரும் ஒன்று சேர்ந்து,
தழைத்துஒரு உடலாகி உலகில் வந்தேன்:
அந்த ஈருயிர்வினைகள் அறமோ மற்றோ
அளித்தபதிவுகள் எல்லாம் என்சொத் தாச்சு,
இந்தஅரும் பிறவியில்முன் வினைய றுத்து,
எல்லையில்லா மெய்ப்பொருளை அடைவ தற்கு,
வந்தஒரு உதவிகுரு உயிரின் சேர்க்கை,
வணங்கிகுரு திருவடியை வாழ்த்தி வாழ்வேன்!

வாழ்க வளமுடன்!

து.பேராசிரியர் குழந்தைவேல்
தலைமை யாழ். மண்டலம்

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

வானியல் விஞ்ஞானி சுவாமி வேதாத்திரி மகரிஷி

மெய்ஞ்ஞான விஞ்ஞானி, விஞ்ஞான மெய்ஞ்ஞானி, பாமரர்களின் தத்துவஞானி என்றெல்லாம் போற்றப்படும் மகரிஷி அவர்களை 'வானியல் விஞ்ஞானி' என்ற வகையில் அவர் இன்றைய விஞ்ஞான உலகிற்கு, குறிப்பாக அண்டவியல் எனும் வானியல் விஞ்ஞானத்தின் இன்றைய தேடல்களுக்கு தந்துள்ள உண்மைகளை சிறிது இக்கட்டுரையில் காண இருக்கின்றோம்.

இன்று நாம் வானியல் விஞ்ஞானத்தின் பொற்காலத்தில் வாழ்ந்து கொண்டிருக்கின்றோம்.

முப்பத்து மூன்று ஆண்டுகளுக்கு முன் விண்வெளியில் ஏவப்பட்டு நிலைநிறுத்தப்பட்ட ஹப்பிள் தொலைநோக்கி அண்டக்கோள்களின் அற்புத காட்சிகளை, காலக்ஸிகளை, கருந்துளைகளை இலட்சக்கணக்கில் படமெடுத்து அனுப்பிக்கொண்டேயுள்ளது. அது அனுப்பியுள்ள விஞ்ஞானத் தரவுகள் ஏராளம், ஏராளம்.

2021ஆம் ஆண்டு மிகுந்த பொருட்செலவில் விண்வெளிக்கு அனுப்பப்பட்ட ஜேம்ஸ் வெப் தொலைநோக்கி ஜூலை 2022 முதல் செயல்பட ஆரம்பித்து இன்றுவரை அனுப்பிக்கொண்டிருக்கும் படங்களும், தரவுகளும் கற்பனைக்கும் எட்டாதவைகளாக இருக்கின்றன. அடிப்படை விஞ்ஞானத்தினையே மாற்றி அமைப்பதாக உள்ளன. இருப்பினும் வானியல் விஞ்ஞானிகள் கருந்துளை, கரும் சக்தி மற்றும் கரும்பொருள் பற்றி விடைகள் தெரியாமல் விழித்துக் கொண்டிருக்கின்றார்கள்.

மறைந்த புகழ்பெற்ற இயற்பியல் அறிஞர் ஹாக்கிங் அவர்கள் தனது இறுதி புத்தகமான ' பெரிய கேள்விகளுக்கான சுருக்கமான விடைகள் கீழ்கண்ட வினாக்களை எழுப்பி அவருக்கான கருத்துக்களை தந்துள்ளார்:

1. கடவுள் என்று ஒருவர் இருக்கின்றாரா?
2. இந்த பேரண்டமும், இதில் உள்ள கோடானு கோடி பொருட்களும் எவ்வாறு தோன்றின?
3. அண்டத்தின் எந்தப் பகுதியிலாவது (நம்மைப் போல) நுண்ணறிவு உயிரினங்கள் உள்ளனவா?
4. எதிர்காலத்தைக் கணிக்க இயலுமா?
5. கருந்துளைகள் என்றால் என்ன?
6. காலப் பயணம் உண்மையில் சாத்தியமா?
7. நாம் நெடுநாட்கள் உயிருடன் வாழ முடியுமா?

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

8. அண்டத்தில் வேறு கோள்களில் குடியேறி வாழ முடியுமா?
9. செயற்கை நுண்ணறிவு எதிர்காலத்தில் மனிதனுக்கு அச்சுறுத்தல் தருமா?
10. நம் எதிர்காலத்தை எப்படி அமைத்துக் கொள்வது?

மேற்கண்ட கேள்விகளுக்கு ஹாக்கிங் தந்துள்ள பதில்கள் முழுமையாக இல்லை என விஞ்ஞானிகள் கருதுகின்றனர்.

வானியல் விஞ்ஞானியாக நமது மகரிஷி அவர்கள் வானியல் பற்றியும், அதன் முக்கிய பகுதியான அண்டவியல் (Cosmology) பற்றியும் அகத்தாய்வு மற்றும் பிரம்மஞானப் பயிற்சிகளில் நமக்கு அறிமுகப்படுத்தி இலட்சக்கணக்கான மக்களுக்கு வானியலை எளிமையாக அறிமுகப்படுத்தியுள்ளார்கள். துரியத்திலிருந்து துரியாதீதம் செல்லும் பயனாய் பாதையினில் பேரியக்க மண்டலம் எனும் பேரண்டத்தினை எளிமையாக அறிமுகப்படுத்தி அதை பற்றி மேலும் அறியும் ஆவலை நமக்கு ஏற்படுத்தியுள்ளார்கள். மகரிஷி நமக்குத் தந்துள்ள பிரம்மஞானம், பிரபஞ்ச தன்மாற்ற சரித்திரம் போன்ற நூல்களை ஆழ்ந்து படிக்கும்போது விஞ்ஞானிகளைவிட நாம் மேம்படுகின்றோம். இறைநிலைத் தவத்தில் சொல்லப்படும் ஒவ்வொரு வரிகளையும் ஆழ்ந்து சிந்தித்து செயல்படுத்தினால் போதும் - இறைவன் முதல் எல்லாவற்றினையும் அறிந்து கொள்ளலாம்.

மகரிஷியின் மனவளக்கலை ஒன்றுதான் மனிதகுலத்தின் பல்வேறு சிக்கல்களைக் களைந்து மக்கள் என்றும் மகிழ்ச்சியுடனும், அமைதியுடனும், சுதந்திரமாக வாழ வழி வகுத்துள்ளது.

மகரிஷி விரும்பிய உலக சமாதானம் விரைவிலேயே வருவதற்கு திறப்பு விழா கண்டுள்ள கொழும்பு அறிவுத்திருக்கோயில் மிக முக்கிய பங்கு வகிக்கும் என்பதில் சற்றும் ஐயமில்லை.

வாழ்க கொழும்பு அறிவுத்திருக்கோயில்!

வாழ்க கொழும்பு அறிவுத்திருக்கோயில் அருட்தொண்டர்கள்!

வாழ்க வானியல் விஞ்ஞானி மகரிஷி அவர்கள் புகழ்!

முதுநிலை பேரா. கு ஜெயபிரகாஷ்
கூடுதல் இயக்குநர் /விஷன்

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

பற்றற்ற வாழ்வு

மனிதன் பிறந்தது முதல் முடிவு வரையில் மகிழ்ச்சியும் மனநிறைவோடும் வாழ்வதற்குத்தான் விரும்புகிறான் ஆனால் உலகியல் பற்றுக்களின்காரணமாகத்தான்.மனிதவாழ்வில் துன்பங்கள் விளைகின்றன.

நான்கு வகைப்பற்றுக்கள் எல்லா மனிதரிடமும் உள்ளடங்கியுள்ளன.

தான் என்ற அதிகாரப்பற்று, பொருள்களைத் தேடிய மனிதனுக்கு பொருட்கள் மீது பற்று ஏற்படுகிறது.

பொருளைக் கொண்டு மற்றவர்களை தனக்கும் கீழ் வைத்து அதிகாரம் செய்யும் செல்வாக்கில் பற்று ஏற்படுகிறது. மனிதன் தனியாக வாழ முடியாது. ஆகவே குடும்பம் என்ற அமைப்பில் தன்னைச் சார்ந்த மக்களிடம் பாசம் என்று எல்லை கட்டிய மனநிலையில் குடும்பப் பற்று ஏற்படுகிறது.

மனித பிறவியின் நோக்கம் இறைநிலையின் செயல் விளைவு நியதியை உணர்ந்து இனிமையாக வாழ்வது ஆகும். அந்த நோக்கம் நிறைவேற வேண்டுமானால் உலகியல். பற்றுக்களிலிருந்து மனிதன் விடுபட்டு தன்னிலை அறிந்து, கருமையம் தூய்மையாகி இறைப் பற்றில் வாழவேண்டும். அதற்கு மன ஓர்மைப் பயிற்சியில் ஈடுபடவேண்டும். அதுவே தியானம் என்னும் தவம் ஆகும். மனோமையம் இருபுருவ மத்தியாகிய நெற்றி. அறிவின் இயக்க மையம். தலை நடு உச்சி. அவ்விடங்களில் மனதை நிறுத்தி தியானம் செய்யச்செய்ய தன்னையறிந்து, உலகையும் அறியலாம். அறிந்த உண்மைகளை நடைமுறைப்படுத்தி, விளைவறிந்த விழிப்பு நிலையில் செயலாற்றத் தொடங்கினால் பற்று நீங்கி பற்றற்ற வாழ்வு வாழலாம்.

நெற்றியில் உச்சியில் ஞாபகமாயிரு,உற்றுற்றுப்
பார்த்திரு உன்னை உலகை பின்,
கற்றபடி நட கருத்து விழிப்புடன், பற்றற்று
வாழும் பழக்கம் உண்டாகிவிடும்

(தத்துவஞானி வேதாத்திரி மகரிஷி)

வாழ்க வளமுடன்.
அ/நி. தர்மலிங்கம்

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

மகளிர் நலத்தில் மகரிஷியின் பயிற்சிகள்

'உடம்பார் அழியின் உயிரால் அழிவர். திடம்பட மெஞ்ஞானம் சேரவும் மாட்டார்' என்ற திருமூலரின் கூற்றுக்கிணங்க மகரிஷி அவர்கள் மனிதன் வையத்துள் வாழ்வாங்கு வாழ அரிய பல பயிற்சிகளை நமக்கு நல்கியுள்ளார். அவற்றுள் பெண்கள் நலத்தில் பங்காற்றும் பயிற்சிகள் சிலவற்றை ஆராயலாம் என விளைகின்றேன்.

ஓர் குடும்பத்தின் அச்சாணி பெண்ணாகும். எனவே இவள் உடல் உள ஆரோக்கியம் பேணுதல் முக்கியமான ஒன்றாகும். இதில் காலை மாலை காயகல்ப பயிற்சி முக்கிய இடம் வகிக்கின்றது. மகரிஷி அவர்களின் நாடி சுத்தி, தண்டுவட சுத்தி, கபாலபதி போன்ற மூச்சு பயிற்சிகளில் சற்று கவனத்தைச் செலுத்துவோம்.

நாடி சுத்தி, இதில் சின்முத்திரை நாசிகா முத்திரை என்ற இரண்டு யோக முத்திரைகள் பாவிக்கப்படுகின்றது. இதில் சின்முத்திரை ஆனது ஞான முத்திரை என்றும் அழைக்கப்படும். இது மன வளத்தை மேம்படுத்துகின்றது. அதாவது ஞாபகசக்தி அதிகரிக்கும், மன அமைதி பெறும். மூளையின் தொழிற்பாடுகளை ஆரோக்கிய நிலையில் வைத்திருக்கும். பீனைல் சுரப்பி, கபச்சுரப்பி, தைரொயிட் சுரப்பி போன்றவற்றின் செயற்பாடுகளை நன்நிலையில் பேணுவதால் பெண்களின் பாலியல் ஓமோன்களை நன்நிலையில் பேண உதவுகின்றது. அடுத்து நாசிகா முத்திரை, இதனை விஷ்ணு முத்திரை என்றும் சொல்வார்கள். அம்முத்திரை சுவாசப்பை மற்றும் இதயத்தை ஆரோக்கியமாக வைத்திருக்க உதவுவதுடன் மலக்கட்டு போன்ற பிரச்சினைகளை நிவர்த்தி செய்கின்றது. மனஅழுத்தம் அழற்சி, ஒற்றைத்தலைவலி, நரம்பு சம்பந்தமான பிரச்சினைகள் குறட்டை போன்ற பிரச்சினைகளுக்கும் தீர்வாக அமைகின்றது. நாடி சுத்தியின் போது இடது மூக்குத்துவாரம் வழி மூச்சை எடுத்து வலது மூக்குத்துவாரம் வழி மூச்சை விடுதல், வேண்டும். மூச்சை உள்ளெடுக்கும் நேரத்தை விட மூச்சை வெளிவிடும் நேரம் இரண்டு மடங்காகும். இதன் போது இடகலை பிங்கலை, சுழுமுனை என்பன ஒழுங்காக்கப்படுகின்றன. இரத்தம் ஒட்சியேற்றப்பட்டு உடல் முழுவதும் பாய்ந்து சென்று உடலிற்கு புத்துணர்ச்சி அளிக்கின்றது. உடலின் நீர்ப் பீடத்தன்மையையும் அதிகரிக்கின்றது. பெண்களின் ஒவ்வோர் வயதிலும் ஏற்படும் ஓமோன் சம்பந்தமான பிரச்சினைகள் நிவர்த்திக்கப்படுகின்றன.

அடுத்ததாக தண்டுவட சுத்தி பற்றிப்பார்ப்போம். இதில் சாதாரண உள் வெளி மூச்சு என்றாலும் நினைவானது மூலாதாரத்திலிருந்து ஆக்கினைக்கும் ஆக்கினையில் இருந்து மூலாதாரத்திற்கும் செல்கின்றது. இதனால் ஆறு ஆதாரங்களும் தூண்டப்படுகின்றன. அனைத்து நரம்பு மண்டலங்களும் தூண்டப்படுகின்றன. பெண்களின் கரு உற்பத்தியில்

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

மூலாதாரம் மணிப்பூரகம் அநாகதம் என்பன முக்கிய இடம் வகிக்கின்றன. விசுத்தி சக்கரம் தூண்டப்படுவதினால் தைரோயிட் சுரப்புக்கள் ஒழுங்கமைக்கப்படுகின்றது. இதனால் பால்வினை ஓமோன்களின் சுரப்புக்கள் சீர் செய்யப்படுவதினால் மாதவிடாய் ஒழுங்காக்கப்படுவதுடன் கருமுட்டை நன்கு வளர்ச்சியடைகின்றது. இதனால் வளமான எச்சம் தோன்றுவதற்கு வழி வகுக்கின்றது. அநாகதச் சக்கரம் தூண்டப்படுவதால் அன்பு, காதல் போன்ற ஆரோக்கியமான உணர்வுகள் தோற்றுவிக்கப்படுகின்றன. அத்துடன் மணிப்பூரகம் தூண்டப்படுவதால் சரியான செரிமானம் ஆவதுடன் கரு உற்பத்தியில் அபானவாயு கூடி பிராணவாயு குறைதல் வேண்டும். எனவே இவ்வாயுக்களின் சீரமைப்பில் மணிப்பூரகம் உதவிபுரிகின்றது. சுவாதிட்டானம் தூண்டப்படுவதனால் கருப்பை உறுதியாகவும் நன்கு ஆரோக்கியமாகவும் பேணப்படும். சூலகம் சம்பந்தமான ஓமோன்களின் சமநிலை பேணப்படும். மூலாதாரமே கருவின் ஆதாரம். கரு உருவாகியது முதல் ஆரோக்கியமான குழந்தையாக மண்ணில் தவழும்வரை உறுதுணையாக இருப்பது மூலாதாரம் ஆகும். உடலின் அனைத்துச் செயற்பாடுகளும் மூலாதாரத்திலேயே தங்கியுள்ளது. முள்ளந்தண்டின் உறுதி பேணல் பிள்ளைப் பேற்றின் போது ஏற்படும் உபாதைகளை நிவர்த்தித்தல், இலகு பிரசவம், குழந்தையின் ஆரோக்கிய வளர்ச்சி என்பவற்றிக்கு இத்தண்டுவட சுத்தியானது பெரிதும் உதவுகின்றது.

அடுத்து கபாலபதி பற்றி பார்ப்போமானால் வலதுகை வலது தொடையில் இருக்கும், இடதுகை கிண்ணம் போன்று நாசித்துவாரத்தின் வழி வரும் கழிவுகளை ஏற்கக் கூடியவாறு வைத்திருத்தல் வேண்டும். பத்து தடவைகள் வெளிமூச்சை இரு மூக்குத்துவாரங்கள் மூலம் வேகமாக மாறி மாறி வெளியேற்றுதல் வேண்டும். பின் இளைப்பாறி மீண்டும் இவ்வாறு செய்தல் வேண்டும். இப்படி மூன்று தடவைகள் செய்தல் வேண்டும். இப்பயிற்சி மூலம் நோய் எதிர்ப்புசக்தி கூடுகின்றது. மன அழுத்தம் குறைகின்றது. வயிறு மற்றும் கருப்பையிலுள்ள கொழுப்பு குறைக்கப்படுகின்றது. சுவாச சம்பந்தமான பிரச்சினைகள் அற்றுப் போகின்றது. மனம் அமைதி பெறுகின்றது. ஈரலிலுள்ள கொழுப்பு அகற்றப்படுகின்றது.

இதனை இதய வருத்தம் உள்ளவர்கள் செய்தல் கூடாது. அத்துடன் கரு உற்பத்தியை எதிர்பார்த்திருக்கும் பெண்கள் உடல் உறவின் பின்னர் இப்பயிற்சியை செய்தல் கூடாது. இப்பயிற்சியானது பெண்களின் ஆரோக்கியத்தில் மாதவிடாயை சீராக்குகின்றது. கருப்பபைக்கட்டி, கருப்பை அழற்சி போன்ற கருப்பை சம்பந்தமான பிரச்சினைகளிற்குந் தீர்வாக அமைகின்றது:. சீரற்ற இரத்தப் போக்கை சீர்படுத்துகின்றது. மாதவிடாய் நின்ற பின்னரான உபத்திரவத்தை சீர் செய்கின்றது.

பெண்களின் ஆரோக்கியம் பேணுவதில் வேதாத்திரி மகரிஷி அருளிய மூன்று முத்தான மூச்சு பயிற்சிகளும் எனது அனுபவத்தில் உண்மையென நிரூபிக்கப்பட்டவை. நான் ஒரு சித்த வைத்தியர். 2016ஆம் ஆண்டு தொடக்கம் குழந்தைப் பேற்று சிகிச்சை

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

யை மேற்கொண்டு வருகின்றேன். இற்றை வரை 73 குழந்தைகள் ஆரோக்கியமாக பிரச விக்கப்பட்டுள்ளன. இன்னும் சிலர் கர்ப்பிணிகளாக உள்ளனர். வருடத்திற்கு நான்கு அல்லது ஐந்து என்ற வீதத்தில் குழந்தைகள் கிடைக்கின்றன. இதில் 90 வீதம் ஆனவை மேற்படி பயிற்சிகள் மூலம் ஈட்டிக்கொண்ட வெற்றிகளே. எனவே இச்சாதனைகளை வேதாத்திரி மகரிஷியின் பாதார விந்தங்களில் சமர்ப்பிக்கின்றேன்.

வாழ்க வையகம்! வாழ்க வையகம்! வாழ்க வளமுடன்!

அருள்நிதி Dr.(MRS). சுலோசனா கிருபாகரன்
(B.S.M.S) (MSC in MAAI)
திருகோணமலை தவமையம்.

யோகம்

பயிற்சிகள் யோகமல்ல

உடற்பயிற்சி மாத்திரமே யோக மல்ல;
உளப்பயிற்சி அற்புதங்கள் வேத பாடம்
கடற்கரையில் மலைகாட்டில் உடல் வருத்தும்
கடும் மூச்சுப் பயிற்சி மட்டும் யோகமல்ல;
படர்க்கையினால் மனம் அலையா விழிப்பில் நிற்கப்
பண்படுத்தும் பயிற்சிகளாம் இவை பிறவித்
தொடராறுக்கும் தூய வினையாற்றும் பண்பாம்
துயர்களைந்து நிறைவளிக்கும் வாழ்வே யோகம்.

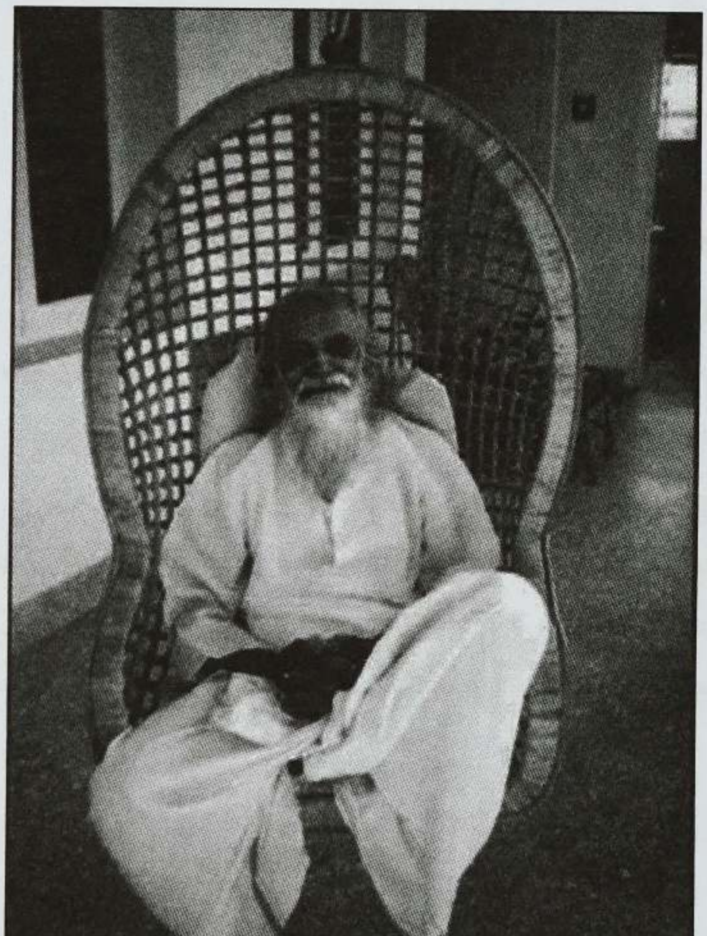
- மகரிஷி

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

இன்ப ஊற்று பெற்றிட வாரீர்!

மனவளக்கலை எனும் வேதாத்திரிய பொக்கிஷத்தை
இனமத நாடு எல்லையற்று உணர
கன மழைபெய்து பொழியும் காந்தம் தலை உச்சியிலே
உனதாக்கி சென்னை அத்துவித இயற்கை இரகசியங்கள்
ஈளமிழைக்கும் அனுதிய குணங்களை களையெடுத்து
ஞான வாழ்வு பெற்று தான், சமுதாயம், இயற்கை எனும்
மூன்றிடமும் இனிமை காத்து வாழ்த்தி வாழ வாரீர்

துணை பேராசிரியர் Dr. ஆறுமுகம் ஞானமூர்த்தி
Ma in Yoga (YHE)



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

மனம் பக்குவம் அடைய மகரிஷி காட்டும் வழி

உலகில் உள்ள மக்கள் அனைவரும் இன்பமாக வாழவே விரும்புகின்றனர். இயற்கையில் எல்லாம் இறைவன் படைப்பில் இன்பமயமாக உள்ளன. இன்று விஞ்ஞானம் மனிதர்களுக்கு எல்லாம் செய்து கொடுத்துள்ளது ஆனாலும், மனிதகுலம் பெரும்பாலும் தொடர்ந்து உடலாலும்-மனதாலும் துன்பங்களை அனுபவித்து வருகிறது; அதற்கெல்லாம் அடிப்படைக் காரணம் மனித மனம் பக்குவப்படாமையேயாகும். மனம் என்பது உயிர்த்துகள்களில் இருந்துவரும் ஜீவகாந்தமே. எமது உடலில் இரத்தோட்டம், வெப்ப ஓட்டம், காற்றோட்டம், உயிரோட்டம், காந்தோட்டம் என ஐந்து ஓட்டங்கள் செயல்படுகிறது. இவை மூளை வழியாக ஜீவகாந்த செலவாகிறது. அதுவே மனம்

'மனம் அசையாத போது உள்ளம்
உள்ளம் அசையும் போது மனம்;'

எனவே இந்த அசையும் மனதை நாம் பக்குவப்படுத்த வேண்டும்.

மனமானது பஞ்சதன்மாத்திரைகளை உணர்வதற்காகவே உருவானது. இந்த உணர்வுகளால் உந்தப்பட்டு வாழ்வில் மனதை அலையவிட்டு துன்பங்களையே தனக்குள் நிரப்பிக் கொள்கிறான் மனிதன். மனிதனிடம் உள்ள களங்கங்களைப் போக்கவும், பதிவுகளின் வெளிப்பாடாகவரும் எண்ணங்களை நேர் எண்ணங்களாக மாற்றுதற்கும் மனதைப் பக்குவப்படுத்த வேண்டுமென்கிறார் வேதாத்திரி மகரிஷி அவர்கள். இல்லையேல் தூய்மையற்ற மனதில் தோன்றும் எண்ணம், சொல், செயல் யாவும் தீயவையாகவே அமையும். மனிதன் என்றால் மனம்-மனம் என்றால் மனிதன்-மனதின் தன்மையே மனிதனுடைய தன்மை-மனதின் மாண்பும் அதுவே-மனிதனின் உயர்வும் அதுவே மனிதவாழ்வின் இரகசியம் இனிமையாகவும்-மனதின் இயங்கு தன்மையைப் பொறுத்தும் உள்ளன. ஆகவே நாம் எந்தளவு மனதைப் பக்குவப்படுத்திக் கொள்கிறோமோ-வலுப்படுத்திக் கொள்கிறோமோ அந்தளவில் தான் வாழ்வு-மதிப்பு-சந்தோசம்-இன்பம். இவை மனம் பக்குவப்பட்டால்தான் சாத்தியமாகும்.

வாழ்வில் இன்பம் பெருகவேண்டும், நிம்மதி நிலவவேண்டும், இறக்கும் வரை தூய மனநிலையோடு வாழவேண்டுமென நினைக்கின்றோம். அதை செயலில் நடத்திக்காட்ட முடியாமல் தடுமாறுகிறோம். கவலையடைகிறோம். விடைகாணமுடியாமல் உள்ளோம். காரணம் எமது மனதை இன்றும் நாம் அறியவில்லை. பக்குவப்படுத்தவில்லை. அவ்வாறு அறிந்தாலும் அதனை அடக்க நினைக்கின்றோம். மனதை அடக்க நினைத்தால்

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

அலையும்-அறிய நினைத்தால் அடங்கும் என்கிறார் மகரிஷி. மனதைப் பக்குவப்படுத்த எழுந்தவையே அறமும்-மதமும். தன்னலங்கருதி மயக்க நிலையில் உணர்ச்சி வசப்பட்டு-புலன்வயப்பட்டு காமம், கோபம், பேராசை, கடும்பற்று, அகந்தை, வஞ்சகம் ஆகிய ஆறுகுணங்களாக மாறி செயல்படும். துன்பங்களில் இருந்து தன்னை விடுவித்து தன் வாழ்வை இன்பமாக்கிவாழ மனப்பக்குவம் தேவை.

நாம் எண்ணும் எண்ணத்தின் அளவை ஒட்டியே மனதின் தரமும் உயர்வும். அதனால் எண்ணத்தைப் பண்படுத்த வேண்டும். எண்ணத்தைப் பண்படுத்த மனதைப் பண்படுத்த வேண்டும். அதற்கு வேதாத்திரி மகரிஷி காட்டிய தியான முறைகளைக் கடைப் பிடித்தோமாயின் புறத்தே குதிக்கும் மனதை அமைதி நிலைக்குக் கொண்டுவந்து பக்குவப்படுத்திவிடலாம். மனதைத் தாழ்த்துவதும் -மனவளம் பேணுவதும் நம்மிடம் தான் உள்ளது. எனவே ஒவ்வொரு மனிதனும் தன்னையறிந்து-தன் மனதைப் பக்குவப்படுத்தி நன்மை பயக்கும் செயல்களைப் புரிந்து வாழமுடியும்.

மனித மனதைப்பற்றி மனிதர் அறியாமல்

மயங்குகிறார் மயக்குகிறார் உண்மை எங்குகாணும்

என்கிறார் மகரிஷி அதாவது நாம் எமது மனதை அறியாதவரை எல்லாம் துன்பமயமாகும். அறியும்போது வாழ்வின் அர்த்தம் புரிந்துவிடும். அதற்கு மனதைப் பக்குவப்படுத்தல் வேண்டும்.

'மனம் போல் வாழ்வு' 'எண்ணம் போல் வாழ்வு' என்பர். ஆகவே மனம் நல்லாய் இருக்க வேண்டும் உங்கள்மனசு நீங்கள் சொன்னதைக் கேட்டுதா? இல்லையே நாம் சொன்னதை மனம் கேட்குதா? அல்லது மனம் சொன்னதை நாம் கேட்கிறோமா? நல்ல செயல் செய்ய வேண்டுமென நினைக்கின்றோம் ஆனால் முடியவில்லை. தீயவற்றை விடுவோம் என எண்ணுகிறோம். ஆனால் முடியவில்லை. ஆகவே என் மனதை என்னுள்ளேயே திருப்பி அகநோக்காக்கி தியானத்தில் திளைத்து மனதைப் பக்குவப்படுத்துவோம் நல்ல எண்ணங்களை மனதிற்குக் கொடுப்போம். மனதிலிருந்த சொல் செயலாகிறது. ஆகவே இவையெல்லாவற்றிற்கும் அடிப்படைக் காரணம் மனமே. மனம் நாம் பார்த்த-கேட்ட-சுவைத்த அனைத்தினதும் குவியல். 'மனமது செம்மையானால் மந்திரம் செபிக்க வேண்டாம்' என்பது போல் நம்மனதிற்கு நாமே காவலாளியாக இருந்து மன ஓர்மை-கூர்மை-சீர்மை.

ஐம்புலன்களை நாம் கட்டுப்படுத்தும் போது வாழ்க்கை இன்பமாகும். அது மனதால் மட்டுமே முடியும். 'மனித மனம் ஒரு குரங்கு, மனித மனமொரு குரங்கு' என்றார் கண்ணதாசன். அது கண்ணுக்குத் தெரியாத அலை. மனதில் உள்ளது தான் எண்ணம்-சொல்-செயலாக வரும். ஆகையால் நாம் மனதை எப்போதும் விளைவறிந்த விழிப்பு நிலையில் செயற்பட வைத்துக் கொள்ள வேண்டும். மனதைப் பக்குவப்படுத்தும் போது புலன்கள் கட்டுப்பாட்டிற்குள் வரும். காட்டாற்று வெள்ளத்தை அப்படியே விட்டுவிட்டால் அது அழிவை, துன்பத்தை ஏற்படுத்திவிடும். அதை அணைகட்டி மறித்துத் தேக்கினால்

Digitized by Noolaham Foundation
noolaham.org | aavanaham.org

அதன் மூலம் நல்ல பயன் அடையலாம். அது போல எமது மனதையும் அப்படியே அலையவிடாமல் தியானம் செய்து பக்குவப்படுத்தி நல்லதைப் புகுத்தி-அல்லதை விடுத்து பதித்துவிட்டோமானால் வாழ்க்கை சிறப்பாகும். நாம் வாழ்வில் பல பாத்திரம் ஏற்று நடிக்க வேண்டியுள்ளது. அதற்கு மனம் என்ற மந்திரசாவியை எமக்குச் சேவகனாக்கிக் கொள்ளவேண்டும்.

'மனம் செய்யும் வாணிபமே வாழ்க்கை' என்கிறார் குருபிரான். வேதாத்திரி மகரிஷி 'வினைத்தூய்மை வேண்டின் மனத்தூய்மை வேண்டுவது இன்றியமையாதது' எனவும் 'வினைத்தூய்மை வித்தா மனத்தூய்மை' எனவும் குருபிரான் விளம்பியுள்ளார். எனவே நாமும் மனதைப்பக்குவப்படுத்த விளைவோம். நம்மை நாமே ஆத்மவிசாரணை செய்து அமைதியான-இன்பமான வாழ்வு வாழ உள்ளதை உணர்தல் நல்லதை செய்தல்-அல்லதை விடுத்தல் இம்மூன்றையும் கடைப்பிடித்து வாழ்வோம். மனதைப் பக்குவப்படுத்த மகரிஷி தந்த உடற்பயிற்சி, மூச்சுப்பயிற்சி, காயகல்ப பயிற்சி செய்து மனப்பக்குவமடைவோம்.

அருள்நிதி-தேவரஞ்சிதம்-ப.நி.சுரேஸ்குமார்
மாத்தளை காந்தி தவமையம்
மாத்தளை

இச்சை தொடர்புறும் இடமொக்க இயங்கிடும்
இச்சையின் பலனாகும் இன்பமும் துன்பமும்
இச்சையின் மூலத்தில் முடிவில் இதே சிவம்
இச்சைத் தத்துவம் இயற்கையின் உச்சமாம்.

இச்சை இரத்தச் சுழலில் பிறந்திடும்
இச்சை ஒழிந்திடும் இச்சுழல் நின்ற பின்
இச்சையின் சக்தியை இச்சையில் சேமிக்க
இச்சை உயர்ந்திடும் இன்பம் பெருகிடும்.

\- மகரிஷி

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

மௌனத்தின் மகாசக்தி

மௌனம் என்ற சொல்லின் அர்த்தத்தை அநேகமானவர்கள் 'பேசாமல் இருப்பது' என்றே அர்த்தம் கொண்டு வாழ்கின்றனர். அதேவேளை வாய்பேசாவிட்டாலும் அவர்களின் உடலும்-உள்ளமும் பேசிக்கொண்டேயிருக்கும். மௌனமாக இன்றைய நாள் கழிய வேண்டுமென எண்ணிக் கொண்டு அடுத்த வீட்டு சண்டை சச்சரவுகள், குடும்ப கொடுக்கல் வாங்கல், வீடு சொத்துக்கள் பற்றிய சிந்தனை என மனம் எங்கெல்லாம் ஓடிக் கொண்டேயிருக்கும்.

பேசாமல் இருப்பதுதான் மௌனமா? இல்லவேயில்லை. ஏனெனில் எமது எண்ணங்களை எமது கட்டுப்பாட்டிற்குள் கொண்டுவந்து புலன்கடந்த நிலையில் இருக்கும் போதுதான் மௌனம் சித்தியாகும். அதாவது 'சிற்றறிவை பேரறிவோடு இணைக்கின்ற யுக்தியே இந்த மௌனமாகும்' எண்ணம் கடந்து-புலன்கடந்து-அறிவை எட்டக்கூடிய நிலைக்கு உள்மனதைக் கொண்டுவர எடுக்கும் இந்த முயற்சியே மௌனம். அலையும் மனதை அமைதியாக்க ஒரு 40 நிமிடம் மௌனத்தில் இருந்துகொண்டு மனதை உள்நோக்காகத் திருப்பி-இறைசிந்தனையுடன் மட்டுமே மனதை நிறுத்தி இருந்தாலே போதும். அந்நேரம் உள்நுழையும் எண்ணங்கள் நல்லனவாக நுழையும். 'மௌனம் மகாசக்தி ஆற்றல்' என்கிறார் வள்ளலார். அதாவது நாம் மௌனத்தில் இருக்கும் போது உள்நுழைந்த சக்தி எங்கள் தோற்றத்தையே-Power full கொண்டதாக மற்றவர்களுக்குக் காட்டிவிடும். மௌன ஆற்றல் சக்தியால் நாம் அமைதி நிலைக்கு மாறுவதோடு-அந்த மௌன ஆற்றல் சக்தி எங்களை சுயகட்டுப்பாட்டிற்குள் கொண்டுவர உதவி அருமருந்தாகவும் விளங்குகின்றது. இதனால் நாம் நாளாந்தம் எதிர்கொள்ளும் உலகியல் பிரச்சினைகளையும் தீர்த்துவிடக்கூடிய சக்தியை மனதிற்குக் கொடுக்கின்றது.

நாம் ஏன் இந்த மௌனம் என்ற ஒன்றை வாழ்வில் கடைப்பிடிக்க வேண்டுமென சிந்திக்கின்றபோது-நாம் மாதம் முழுவதும் செய்த செயல்களை-எமது இருப்பைக் கணக் கெடுத்துப் பார்ப்பதற்கு ஒரு நாளாவது மௌனம் தேவை. வியாபாரிகள்-வர்த்தக நிலைக்காரர் தமது வரவு-செலவை-இருப்பைக் கணக்கெடுப்பது போல் நாம் செய்த நல்லவை-தீயவை அதனால் நாம் பெற்றுக்கொண்ட இன்ப-துன்பம் எவையென்பதை அறிந்து என்னை நான் சரிபார்த்துக் கொள்ள மாதத்திற்கு ஒரு நாளாயினும் மௌனம் இருத்தல் அவசியம். இதைத்தான் நம்முன்னோர்களும் பௌர்ணமி, அமாவாசை, பிரதோஷம் நாட்களில் மௌனம் அனுட்டித்தும் வினைப்பதிவைப் போக்கினர். காரணம் இந்தநாட்களில் தான் நாம் பஞ்ச பூதங்களுடனும்-கோள்களுடனும் நெருக்கமடைகிறோம்.

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

அதனால் அவற்றிலிருந்துவரும் ஆற்றல்-சக்தி நேரடியாக எமது உடலோடும்-உள்ளத்தோடும் உறவாடும். ஆகவே நாம் மௌனத்தில் இருக்கும் போது மனம் அலைவிரைவு 8-14 சுழல் விநாடிக்கு வந்து அமைதிநிலையடைவதால் உடலில் ஒரு புத்துணர்வு-ஓர்அதிர்வுத் தன்மை ஏற்பட்டு உடலில் ஜீவகாந்தம் செறிவதை எமக்கு உணர்த்துகிறது.

மௌனத்தின் மகாசக்தியினால் 1) எம்மிடம் சுயகட்டுப்பாடு ஏற்படுகிறது. 2) பகைவர்களை-எதிரிகளை வெல்லககூடிய சக்தியை உடலிற்கு ஊட்டிவிடுகிறது. 3) சண்டைகள்-பிணக்குகள் தோன்றும் சந்தர்ப்பத்தில் உடலில் உள்ளார்ந்த ஆற்றலை ஏற்படுத்தி மனதைப் பக்குவப்படுத்துகிறது. 4) மனதில் மௌனத்தின் வெளிப்பாடாக மகத்தான குணங்களை எம்மிடத்தில் ஏற்படுத்தி விடுகிறது. ஆகவே மனச்சாட்சியின் இரகசிய சுரங்கம் மௌனமேயாகும். இதனையே கண்ணதாசனும் 'மௌனத்தில் விளையாடும் மனச்சாட்சியே' என்று பாடியுள்ளார்.

மௌனமாக இருப்பதன் முழுநோக்கமே மன அடக்கமாகும். மனதையும்-உள்ளத்தையும் சிதறாமல் பார்ப்பதற்காக-கண்காணிப்பதற்காகவே நாம் வாழ் நாளில் மௌனம் இருத்தல் வேண்டும். 'எமது குடும்ப தேவையாலும், பொருளாதார தேவையாலும் அதிகளவில் எமது உள ஆற்றலைச் செலவழிக்றோம். அவற்றிலிருந்து சற்று விலக மனதை அகத்தாய்வு செய்ய மேற்கொள்ளும் முயற்சியே இந்த மௌனம். நாம் பேசாமல் இருந்தாலும்-கண்களை மூடியபடி இருந்தாலும் எமது எண்ணங்கள் ஓடிக் கொண்டுதான் இருக்கும். மனதால் உணரும் அனைத்தும் உயிர்மையத்தில் பதியப்படும். நாம் மௌனமாக இருக்கும் போதுதான் இறைவன் எம்மிடம் பேசுவார். அதேவேளை எமது உடலில் ஜீவகாந்தசக்தி சேமிப்பாகும். அத்துடன் கர்மேந்தியங்களான கை, கால், வாய், குதம், பால்குறி என்பன உணர்வில் இருந்தும் இயங்குதன்மையில் இருந்தும் அடக்கம் பெறும். அதேபோல் ஞானேந்திரியங்களான கண், காது, மூக்கு, நாக்கு, தோல் இவையும் உணர்வு கடந்த நிலைக்கு வந்துவிடும். உதாரணமாக ஆமை தன் உறுப்புகளை உள்ளிழுத்து செத்தது போல் இருக்கும் நிலை. இந்த மௌன மகாசக்தி உடல் முழுவதையும் ஆக்கிரமித்து உடல் - மனம் - உயிர் இவற்றைத் தனது கட்டுப்பாட்டிற்குள் கொண்டு வந்துவிடும். இந்நிலையில் எம்மைப் பற்றியுள்ள ஆணவம், கன்மம், மாயை ஆகிய மும்மலங்களும் கரைந்துவிடும். புலனடக்கம் பெற்று மௌனத்தில் நாம் இருந்துவிட்டோமென்றாலும் எமக்குள் ஏதோ ஒன்று உதித்துக் கொண்டுதான் இருக்கும் அது தான் 'ஆத்மா' மௌனத்தில் அதை நாம் பற்றிப் பிடிக்க வேண்டும். அந்த மன எண்ண ஓட்டங்களை நாம் கடந்து நின்றால் உள்ளே ஏகம் என்பது தெரிந்துவிடும். இதனையே வேதாத்திரி மகரிஷி அவர்கள் 'இறைநிலையோடு எண்ணத்தைக் கலக்கவிட்டு ஏற்படும் ஓர் அமைதியிலே' என்ற கவியால் எடுத்தியம்பியுள்ளார். ஞானம் மௌனத்தில் இருந்து பிறக்கிறது. மௌனம் கடவுளின் பாசையாகும். நாம் நினைப்பதைவிட மௌனம் அதிகம் பேசும். வார்த்தைகள் இல்லாத புத்தகமே மௌனம். மௌன வெளிச்சத்தில் ஒளிமயமாகலாம். மௌன இருட்டில் துன்பங்களைப் புதைக்கலாம். மௌன கேடயத்தில் எல்லாப் பிரச்சினைகட்கும் தீர்வு காணலாம். மௌனம் ஒரு பூட்டு-அனைத்து துன்பங்களையும் பூட்டிவிடலாம். ஒரு

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

வகையில் நாம் மௌனத்தில் ஆழ்ந்து விடுகின்றபோது இதயத்தை இதமாக்கி அமைதியை அனுபவிக்கிறோம். மௌனமே கோபத்திற்கு சிறந்த பதிலாகவும் உள்ளது. ஆகவே இன்றைய நவீன உலகின் பரபரப்பான வாழ்வில் நாம் அனைவரும் மௌனத்தைக் கடைப்பிடிக்க வேண்டிய கட்டாயத்தில் உள்ளோம்.

'சும்மா இரு' என்று அருணகிரி நாதரும் 'மௌனமாய் இரு' என புத்தபிரானும் கூறுவது எமது இரு விடையத்தை உணர்த்துகிறது.

1. பேசும் போது எமது அனுபவத்தை ஆற்றலை இழந்துவிடுகிறோம் .
2. நம்முடைய வார்த்தை மூலம் நமது உணர்வுகள் தூண்டப்பட்டு ஜீவகாந்த சக்தியை இழந்து விடுகிறோம்.

ஆகவே மௌனத்தினால் எமக்குக்கிடைக்கும் மகாசக்திகளாக

1-எம்மால் மற்றவர்களை கூர்ந்து கவனிக்கமுடிவதோடு அமைதியாக மற்றவர்கள் புரியும் செயல்களைப் பார்க்கமுடியும்.

2-எதிரில் உள்ளவரின் உடல்மொழிகளை கவனிக்கும் சக்தி கிடைக்கிறது.

3-உணர்ச்சிவசப்படும் நிலையில் இருந்து எம்மைப் பாதுகாத்துக் கொள்ளமுடியும்.

4-பிரச்சினைகளுக்கு முகங்கொடுக்கும் ஆற்றலும்-பிரச்சினைளைத் தீர்த்து வைக்கும் மகாசக்தியும் கிடைக்கும்

5-எண்ணம் கடந்து-புலன் கடந்து அறிவு எட்டக்கூடிய ஆற்றல் கிட்டும்.

6-கருமைய வினைப்பதிவை மாற்றியமைக்க முடிகிறது.

7-மன அடக்கம் பெறுகிறோம்-உள ஆற்றல் சிதறாது காக்கப்படும்.

8-வாழ்வில் மகிழ்ச்சி, நிம்மதி, அமைதி, இன்பம் இவை கிட்டும்.

எனவே 'மௌனம் இருந்து ஏற்படுத்திக் கொண்ட பதிவுகள் சாதாரண காலங்களில் கூட மேலே வந்து அமைதி நிலைக்கு உங்களை அழைத்துச் செல்லும்' என்கின்றார் குருபிரான் மகரிஷி அவர்கள். ஆகவே மௌனம் இருந்து அதனால் பெறும் மகாசக்தியால் உடல்நலம்-உயிர் வளம் மனவளம் பெற்று உயர்வோமாக!

''வாயினால் பேசா மௌனம் வைத்து
தாயிலாமல் கலந்தேன் பராபரனே'' - தாயுமானவர்

வாழ்க வையகம் வாழ்க வையகம் வாழ்க வளமுடன்

அருள்நிதி-சந்திரசேகரம்
மாத்தளை காந்தி தவமையம்
மாத்தளை

Digitized by Noolaham Foundation
noolaham.org | aavanaham.org

விழிப்பு நிலையே வெற்றிக்கு வித்து

விழிப்பு நிலையிலேயே இருக்கப்பழகிக் கொண்டோமானால் மற்றவர்களுடைய எண்ண அலைகள் தீமை விளை விப்பனவாக இருந்தாலும் உணர்ச்சிக்கு ஊக்கம் கொடுப்பனவையாக இருந்தாலும் அவை நம்மை பாதிக்காது.

உதாரணமாக நான்கு வானொலி நிலையங்கள் நான்கு விதமான வேறுபட்ட நிகழ்ச்சி களை ஒரே நேரத்தில் ஒலிபரப்புகின்றன. நம் வானொலியை எந்த அலைநீளத்தில் வைக்கின்றோமோ அது மாத்திரம் தான் இங்கே கேட்கும். மற்றையவை எல்லாம் வந்து மோதும் ஆனால் கேட்காது. தேவையற்ற அலை கழிப்பும் பாதிப்பும் இல்லாமல் விட்டு விலகி எந்த நிலையில் இருக்கின்றோமோ அந்த நிலைக்கு ஏற்ப என்ன தேவையோ அது கிடைக்கும். நாம் என்ன செய்ய வேண்டுமோ அதை நினைப்போம். நாம் என்ன நினைக்கின்றோமோ அதை செய்ய வேண்டும் என்ற அளவிலேயே மனிதத் திறமை வெளிப்படுகின்றது. இந்த மனிதத் திறமை அதிகரிக்க அதிகரிக்க என்ன ஆகும் நாம் எங்கு போனாலும் நமக்காக மற்றவர்கள் தாமாகவே அந்த அலையிலே கட்டுப்பட்டு நம் மதிப்பை உணர்ந்து புரிந்து கொள்ள அவர்களுக்கு எண்ணம் தோன்றும் எங்கே போனாலும் நமக்கு வெற்றியாகவே இருக்கும்.

அப்படி எங்கேயாவது வெற்றி இல்லாமல் தடை ஏற்பட்டாலும் அந்த தடையினால் நமக்கு கெடுதல் இல்லை நம்மை திருப்பி விடுவதற்காக அந்த அலை நீளத்தில் தேவையில்லாதவற்றை தள்ளி விடுகின்றது. இதனால் அந்த வேலை நடக்கவில்லை என்று எண்ணி அமைதி அடைந்தால் இந்த காலத்தில் எந்த சூழ்நிலையில் எந்த வேலை நடக்க வேண்டுமோ அது தானாகவே நடந்து விடும்.

முற்றறிவு (Total consciousness) என்று சொல்லக்கூடிய பிரபஞ்சம் முழுவதும் நிறைந்திருக்கக் கூடிய இதே அறிவுதான் எங்கேயும் இருக்கின்றது அது தொகுப்பறிவு (Well achieve Knowledge) இதனால் அந்த இடத்திலிருந்து நாம் எண்ணிய எண்ணத்திற்குரிய காலமும் வேகமும் வரும்போது அது தானாகவே மலர்ந்து செயலாகிறது.

அறிவை அறிய ஆர்வம் இருந்து விட்டால் அது தன்னை அறிந்து முடிக்கும் வரையில் அமைதி பெறாது.

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

அறிவின் குறைபாட்டினால் இயற்கை நியதி தெரிவதில்லை. செயல் விளைவு தத்துவம் புரிவதில்லை. (Caaso + Reject + Gyotsm).

தவறு செய்தால் இன்றோ நாளையோ அறிவுக்கோ, உடலுக்கோ துன்பம் விளையும் என்பது தெரிவதில்லை இத்தகைய அறியாமையினால் தவறு செய்து பின் கவலைப் படுகின்றோம்.

இயற்கையை எவ்வளவுக்கெவ்வளவு நாம் அறிந்து கொள்கின்றோமோ அவ்வளவுக்கு தான் நாம் மனம் விரிவும் திண்மையும் பெறும். மனதின் திண்மைக்கு ஏற்பவே செயல்திறம் அமையும். செயல் திறமைக்கு ஏற்ப வாழ்க்கையானது வெற்றியும் மகிழ்ச்சியும் நிரந்தரமாக விளங்கும்.

உணர்ச்சிகளில் மயங்காமல் வாழும் தெளிவு நிலையே விழிப்பு நிலையாகும். தேவை பழக்கம் சூழ்நிலை அவற்றில் மயங்காமல் தன் நிலைமை மறவாது, கடந்த கால அனுபவம், தற்கால சூழ்நிலை, எதிர்கால விளைவு என்ற மூன்றையும் நினைத்து நோக்கி அளவோடும் முறையோடும் தனது ஆற்றலை செலவிட்டு வாழும் அவற்றின் தெளிவு நிலையே விளைவறிந்த விழிப்பு நிலையாகும்.

அறிவு அகண்டாகார நிலையில் (சுத்தவெளியில்) தோய்ந்து தெளிவடையும்போது அறிவுக்கு அயரா விழிப்பு நிலை கிட்டும்.

எப்பொழுதும் விழிப்போடும் சிந்தனையோடும் ஆற்றும் செயல்களினால் முன்வினையின் தீமைகள் தடுக்கப்படும். எதிர்காலமும் இனிமையாக இருக்கும். நல்லதையே ஒவ்வொரு செயலிலும் செய்து கொண்டே வந்தால் இறைவனுடைய ஆற்றலையே நாம் நம்மிடத்தில் காணக்கூடிய அளவுக்கு ஒரு விழிப்பு நிலை வந்து விடுகின்றது.

மனதை விரித்து இறை நிலையோடு இருக்க விழிப்பு நிலையில் இருக்கப் பழகலாம். மனதை விழிப்பு நிலையில் அயரா விழிப்பு நிலையில் வைத்திருப்பது தவம் இதற்கு அகத்தாய்வு பயிற்சி உதவும்.

அகத்தவத்தின் முழுமையை பெற்று விட்டால் சித்தர்கள் விளங்குகின்ற மனநிலையான அயரா விழிப்பு நிலையில் உலக வாழ்வை துய்த்து எல்லையில்லா பேரின்பமான இறைநிலையை தானாக உணர்கின்ற அறிவினையும் இறைநிலையை தன்னிடம் அறிவாக இயங்கும் உண்மையினையும் அறிய முடியுமா? முடியும். எவ்வாறு எனப் பார்ப்போம்;

உதாரணமாக ஒரு காலியான பாத்திரத்தை நிமிர்த்தி தண்ணீருக்குள் அழுத்த அதில் நீர் நிறைந்து விடும். பின்னர் அதை விட்டு விட்டால் அது நீரில் மூழ்கி மறைந்து போகும். அதுபோலவே பார்த்தல் கேட்டல் நுகர்தல் உணர்தல் சுவைத்தல் ஆகிய ஐயுணர்வுகளில் செயலாற்ற பழகிவிட்ட அறிவானது உணர்ச்சி நிலை எய்து உணர்ச்சிமயமாகி தன் உண்மை நிலையினை இழந்து விடுகிறது அதே பாத்திரத்தை தலைகீழாய் தண்ணீருக்குள்

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

அமிழ்த்தி பிடித்தால் அதில் நிறைந்திருக்கும் காற்றானது வெளியே போகாமல் நிலைத்து நிற்பதால் அப்பாத்திரத்தினுள் நீர் நுழையாது. அப்பாத்திரம் தலைகீழான நிலையில் நீர் நிறைய இடம் தராமல் மிதந்து கொண்டே இருக்கும் அதேபோல் தன் ஆதி நிலை அறிந்து அகண்டாகாரத்தில் விழிப்புடன் இருக்க அறிவு பழகிக் கொண்டால் புலன்களின் மூலம் செயலாற்றிய போதிலும் அகண்ட ஞாபக வேகத்துடன் இருப்பதல்லாமல் புலனியக்க வேலை முடிந்தவுடன் தன் நிலைத்த விரிந்த எல்லைக்கு வந்து நிலைத்திருக்கும். இதனால் விழிப்பு நிலையை வெற்றிக்கு வித்தாகும் என்றார் மகரிஷி.

வாழ்க வளமுடன்

A/N Mrs. Tharmanayagi Segar
அ/நி திருமதி தர்மநாயகி சேகர்
(Advance Diploma)

இச்சித்த பயனாக இதுவரைக் கண்டதென்?
இச்சை சுகதுக்கத்தப்பாலும் உள்ளதோ?
இச்சையின் காரணம் என்ன? வினவிக்கொள்
இச்சை இருப்பு இயல்பியக்கம் தோன்றும்.

இச்சையின்றேல் ஏது இப்பிரபஞ்சம்?
இச்சைக்குள்தானே இயங்குகின்றது?
இச்சை விரிந்திட ஐம்புலனே வழி
இச்சை அறிவென்ற பெயர் பெற்ற திதனாலே.

- மகரிஷி

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

அறிவை அறிய அழைக்கும் அறிவுத் திருக்கோயில்

எந்த மனிதனுக்குத்தான் பிரச்சினைகள் இல்லை? பிரச்சினைகள் இல்லை என்றால் வாழ்க்கையே இல்லை.

உலகில் வாழும் மனித குலத்துக்கு உடல் நலத்தில் மனநிறைவு 'நட்பு நலத்தில்' பொருள் வளத்தில்,ஏன் அறிவு வளத்தில் பிரச்சினைகள் ஏற்படும். அந்த அனைத்து பிரச்சினைக்கும் தீர்வு தான் இந்த அறிவு: அதனை அறிய வாருங்கள் அறிவு திருக்கோவிலுக்கு.

இதைத்தான் வள்ளுவர் பெருந்தகை

'அறிவற்றங் காக்கும் கருவி' என்றும்
'அறிவுடையார் எல்லாம் உடையார்' என்றும் கூறுகிறார்.

எனவே வாழ்க்கை பிரச்சினைகள் அனைத்தையும் ஒவ்வொன்றாக அறிந்து அறிந்து அவற்றுக்குத் தீர்வு கண்டு கவலை இல்லாமல் வாழும் அறிவு தேவை.

அந்த அறிவை அறிய மெய்ப்பொருள் (இறைநிலை) முதல் மனிதன் வரை இயற்கையின் அமைப்பு, இலக்கம், விளைவுகளை தெளிவாக அறிய வேண்டும். இதை கூறுபவர்கள் நல்வழியில் வாழ்வாங்கு வாழ்ந்த மெய் ஞானிகளும் மகான்களும்.

இத்தகைய நல்வாழ்வுக்குத் தேவையான, முழுமையாக அறியும் கலையே யோகக்கலை. அதுதான் எமது குரு வேதாத்திரிய மகரிஷியால் இயற்கையாக வடிவமைத்து கொடுக்கப்பட்டுள்ள மனவளக்கலை யோகா, இதில் அனைத்துமே உண்டு; தெளிவாகவும், இலகுவாகவும் உண்டு.

1. உடலுக்கு எளிய முறை உடற்பயிற்சி
2. உயிருக்கு எளிய முறை காலகற்பப் பயிற்சி
3. மனதுக்கு எளிய முறை அகத்தவப் பயிற்சி
4. ஒவ்வொரு மனிதனும் தன்னை அறிந்து தன்னிடம் உள்ள குறைகளை நீக்கி வாழ எளிய முறை அகத்தாய்வுப் பயிற்சி.

இந்த பயிற்சிகளை முறையாகச் செய்து இயற்கையை முழுமையாக அறிந்ததும் மெய்ப்பொருள் ஒன்றே அனைவரின் உடலிலும் மனமாக உள்ளது. ஆகவே இயற்கை இன்பங்களை துய்த்து வாழ்வதை அறிய முடியும்.

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

பொருள்,புகழ், செல்வாக்கு, புலன் இன்பம், ஆகியவை இன்னும் வேண்டும், எனக்கே வேண்டும், என்னும் பேராசை எளவே மாட்டாது மனமானது நிறைவும், அமைதியும் பெறும்.

உடல், உயிர், மனம், நட்பு ஆகிய நான்கையும் காக்கும் அறிவும் உள்ளனவாக விளங்கும். அத்துடன் உணவு, உழைப்பு, உறக்கம், உடலுறவு, எண்ணம் என்பவற்றின் அளவும், முறையேயாகும். யாருக்கும் துன்பம் தராமலும், பிறர் துன்பம் போக்கியும் அறவாழ்க்கை வாழ முடியும்.

அறவழியில் சமுதாய நலனை முன்வைத்து இயற்கை வளம் கெடாமல் இயற்கையுடன் இணைந்து தேவையற்ற செலவுகளைத் தவிர்த்து பொருள் வளத்தோடு வாழ முடியும்.

உடல் நலத்தோடும் பொருள் வளத்தோடும் நட்பு நலத்தோடும் மனநிறைவோடும் நலமாக வாழும் முறையை கற்று பயனடையும் அறிவை அறிந்து கொள்ள எமது அறிவு திருக்கோயிலுக்கு வாருங்கள் என்று அன்போடு அழைக்கிறோம்.

வாழ்க வளமுடன்.

ஆக்கம்
A/N.N . Lalitha
மன்றப் பொறுப்பாளர்,
வெள்ளவத்தை

இச்சை எழும்போதே காரணம் கண்டிடு
இச்சை முடிந்திடச் சூழ்நிலை பார்த்திடு
இச்சை முடிந்தால் எழும் விளைவை யூகி
இச்சை முறையாய் இயங்கும் அமைதியில்.

இச்சை ஒலி, ஒளிபோல் எழும் மாறிடும்
இச்சையும் வெளியோடு இணைந்து ஒன்றாகிடும்
இச்சை இயங்காத இடமதே சூனியம்
இச்சையும் அதுவாகி இரண்டற்றுப் போமங்கே.

- மகரிஷி

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

மனவளக்கலை ஏன்?

பிறப்பு என்பது ஒரு நிகழ்ச்சி. எமது பிறப்பு என்பது மாற்றம் செய்ய முடியாதது. நாம் எங்கே எப்போது யார் மூலம் பிறப்போம் என்று எமக்குத் தெரியாது ஆனாலும் பிறந்து விட்டோம் வாழ்ந்துதான் ஆகவேண்டும். எமது வாழ்க்கையையும் வாழும் முறையையும் தீர்மானிக்கவும் எமது இறப்பை ஒரு சரித்திரமாக்கவும் மனவளக்கலை பேருதவி செய்கின்றது. மனவளக்கலை எமக்கு வாழ்க்கையில் எவ்வெவ் வழிகளில் உதவுகின்றது என சற்று விரிவாகப் பார்ப்போம்:

உலகில் பிறந்த ஒவ்வொருவரும் பூரண உடல்நலத்துடன் மனநிம்மதியாகவும் சகல வளங்களுடனும் அனைவரும் பாராட்டக் கூடியவாறும் நீண்ட ஆயுளுடன் வாழவே விரும்புகின்றனர். இது உலகில் பிறந்த ஒவ்வொருவரினதும் நியாயமான ஆசைகளாகும். ஆனால் உண்மையில் உலகில் நடப்பது என்ன எனப் பார்ப்போமானால் பலவிதமான நோய்கள், மனநிம்மதியற்ற நிலை, போட்டி பொறாமை எரிச்சல் பல்வேறு வாழ்க்கைச் சிக்கல்கள் போன்ற துன்பங்களுடனேயே மக்கள் வாழ்கின்றனர்.

சிறுவயதிலேயே இவ்வாறானவற்றைச் சிந்தனைக்கு எடுத்த ஒரு இளைஞன்தான் வேதாத்திரி என்பவர். இச்சிந்தனையின் வெளிப்பாடாக அவரின் மனதில் எழுந்த கேள்விகள் துன்பங்கள் எதனால் ஏற்படுகின்றன, ஏழ்மை எதனால் வருகின்றது, கடவுள் என்பவர் யார் என அமைந்ததுடன் அதற்கான விடைகாண முற்பட்டார்.

பலநூல்களைக் கற்றதுடன் பல வைத்தியமுறைகளையும் கற்றுத் தெளிந்த நிலையில் தனது உடலை ஒரு ஆராய்ச்சிக் கூடமாகப் பயன்படுத்தி கண்ட பேருண்மைகளை ஒன்றிணைத்து உருவாக்கிய பொக்கிஷம்தான் வேதாத்திரியம் எனும் ஐந்தாவது வேதம். இதனையே மனவளக்கலை யோகா என பயிற்சிமுறைகளாக வடிவமைத்து மனிதகுலம் மகிழ்ச்சியுடன் வாழ வழிவகுத்துக் கொடுத்துள்ளார்.

இப்பயிற்சி முறைகளை எல்லா வயதினரும் எல்லா நாட்டவரும் எல்லாக் காலங்களிலும் செய்யக்கூடியவாறு மிகவும் எளிமைப் படுத்தியுள்ளமை மகரிஷி அவர்களின் சிறப்பு ஆகும். உடற்பயிற்சிகள் விஞ்ஞான விளக்கங்களுடன் வழங்கப்படுவது உடல் ஆரோக்கியம் பேணுவதற்கு அறிவுபூர்வமாக அமைவது சிறப்பம்சமாக உள்ளது. மேலும் காயகல்பம் தியானம் போன்ற பயிற்சிகளில் ஆன்மிகமும் விஞ்ஞானமும் ஒன்றிணைந்துள்ளமை யோகப்பயிற்சிகளின் புதிய அணுகுமுறையாக அமைகின்றது.

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

மேலும் சமூக ஆரோக்கியம். ஆன்மிக ஆரோக்கியம் பேணும் வகையிலான அகத்தாய்வு தன்னிலை விளக்கம் பிரம்மஞானம் போன்ற தத்துவ விளக்கங்களையும் வழங்கும் வகையில் பயிற்சிகள் அமைந்துள்ளமையால் மனிதன் அறிவில் முழுமைபெற்று ஆன்மிக உயர்வு பெறுவதற்கும் தனிமனித அமைதி மூலம் உலக அமைதிக்கு வழி ஏற்படுத்தவும் மகரிஷி அவர்கள் வழிகாட்டியுள்ளார்.

நன்றி

வாழ்க வளமுடன்

ஆக்கம்
 க.விக்கினேஸ்வரன்
துணைப் பேராசிரியர்

இச்சை யார்? நீயார்? இரண்டா? ஒன்றா? சொல்லு!
இச்சை எங்கே? நீ எங்கே? எதோ பிரி!
இச்சையாக இருக்கிறாய் நீயேதான்
இச்சை வேறென்று எண்ணி மிரள்கிறாய்.

இச்சையே ஒரு நாடக மன்றம் போல்
இச்சையே அதில் எண்ணற்ற நடிகரும்
இச்சையே அதைப் பார்ப்போர் ரசிப்போராம்
இச்சையே அதன் நிர்வாகி உடையவன்.

- மகரிஷி

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

எண்ணமே இயற்கையின் சிகரமாகும்

எண்ணம் என்பதும் மனம் என்பதும் ஒன்றே. மனமோ சீவகாந்த அலை. சீவகாந்தமே உடல் முழுவதும் நிரம்பி உள்ளதுஇயக்கும் சக்தி. கருமையமோ திணிவு பெற்ற சீவகாந்தம். எப்படிப் பார்த்தாலும் கருமையம், உள்ளம், ஆன்மா எல்லாம் சீவகாந்தத்தின் தன்மாற்றமே. இத்தனைக்கும் எண்ணமே காரணம் எண்ணமே அறிவாக மலர்ந்துள்ளது இங்கு மகரிஷி கூறிய ஓர் விடயம் .

காந்தநிலை அறியாமல் கடவுள் நிலை அறிவதோ கருமையம் அறியாமல் அறிவுதனை அறிவதோ மாந்தராக வாழுகின்ற மாண்புடைய எவருக்கும் மாற்றுவழி தத்துவத்தில் விஞ்ஞானத்தில் இல்லையே என்கிறார் குருபிரான். இயற்கையின் அல்லது இறைநிலையின் தன்மாற்ற வரலாறு தான் மனிதன் ஆவன். இவன் ஆன சரித்திர உண்மை அல்லது மெய்ப்பொருள் சிவன் ஜீவனானான் மனித எண்ணங்களே பிரபஞ்ச பரிமாணமங்களின் தொகுப்பு. படைத்தவனை தேடவேண்டாம். யாரையும் யாரும் திட்டவும் வேண்டாம். கோபப்படவும் வேண்டாம் விதி தலைவிதி என்று புலம்பவும் வேண்டாம் எல்லாவற்றையும் படைத்தவனும் தோற்றவித்தவனும் அழிப்பவனும் மனிதனே. மனிதனின் எண்ணங்களே இயற்கையின் முக்குணங்ளையும் சமநிலைப் படுத்தக் கூடியதும் எண்ணங்களே.

எண்ணமே இயற்கையின் சிகரமாகும்
இயற்கையே எண்ணத்தில் அடங்கிப்போகும்
எண்ணத்தின் நிலைகாட்ட முடிவதில்லை
இல்லை என்று சொல்லவும் யாரும் இல்லை
எண்ணம் எழும் இடமோ ஓர் புள்ளியாகும்
இயங்கி முடியும் அளவோ அகண்டாகாரம்
எண்ணமே செயற்கைக் கருவிகள் அனைத்தினோடு
இயற்கைக் கருவிகளை எல்லாம் இயக்கும் சக்தி

\- மகரிஷி

இச்சக்தியே எல்லாப் படைப்புக்கும் இயக்கத்திற்கும் மாபெரும் ஆற்றல் இவ்வாற்றலோ எண்ணத்தின் மறு வடிவம்.

இவ்வாறு சிகரமாக மலர்ந்ததே 'கொழும்பு அறிவுத் திருக்கோயில் மகரிஷியின் தெய்வீக எண்ணம் மனவளக்கலை அன்பர்கள் மூலம் பரிணமித்துள்ளது. இவ் எண்ணத்திற்கு

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

செயல் வடிவம் கொடுத்த அறங்காவலர்களுக்கும் அன்பும் கருணையுடன் வழிநடத்திக் கொடுத்துக் கொண்டிருக்கும் தலைவர் மதுரைவீரன் ஐயா அவர்களுக்கும் வாழ்த்தினையும் நன்றியினையும் 'யாழ் தவமையம்' தெரிவித்துக் கொள்கிறது. பெரும் மகிழ்ச்சியும் அடைகின்றது.

'மனம் உண்டானால் மார்க்கம் உண்டு' என்பதை நிரூபித்து தெய்வீக எண்ணம் மலர்ந்துள்ளது. எண்ணத்தில் உறுதியும் ஒழுங்கும் அமைந்திடில் எண்ணியதெல்லாம் எண்ணியபடியே ஆகும். இறுதியாக

அஞ்ஞானம் அறிவினது ஆரம்பநிலை
விஞ்ஞானமோ அறிவினது வேகநிலை
மெஞ்ஞானமோ அறிவினது பூரணமாகும்.
இஞ்ஞானம் மூன்றும் இயற்கையின் எண்ண நிலை

- மகரிஷி

அறியாமையே துன்பம். அஞ்ஞானம் நீங்கி விஞ்ஞான மெஞ்ஞானம் வளர்த்து பூரண அமைதி வாழ்வில் நித்திய வாழ்வின் நோக்கத்தையடைய அறிவுத் திருக்கோயில்கள் மலரட்டும் என நன்றியுடனும் மகிழ்ச்சியுடனும் வாழ்த்துகிறேன்.

வாழ்க வையகம்! வாழ்க வையகம்! வாழ்க வையகம்!

உலக அமைதி
நன்றியுடன்
தர்மினி தேவானந்தா

இச்சைக் குறுகிடில் அறுகுணமாகிடும்
இச்சையின் பூரணம் நிர்க்குணமாகிடும்
இச்சையின் தத்துவம் முழுதும் உணர்ந்திடில்
இச்சை ஈசன் இரண்டும் ஒன்றாம் அங்கே.

இச்சை தோன்றும் சுயமாகவும் பிறர்
இச்சையும் உன்னுள் பிரதி பலித்திடும்
இச்சை எழும்போதே ஆய்வோர் அறிவார்கள்
இச்சை இச்சையை ஆளும் திறன் காண்பார்.

- மகரிஷி

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

மனவளக்கலை யோகா

நோயற்ற உடலும், வளமுள்ள மனமும் இருந்தால் வாழ்க்கை இன்பமாக அமையும்: இயற்கை தருவது, இன்றைய விஞ்ஞான வசதிகள் தருவது வசதியான வாழ்க்கைக்காக இருந்தாலும் மனிதர்கள் ஏன் துன்பத்தை அனுபவிக்கின்றனர்?

இத்தகைய துன்ப நிலையில் இருந்து விடுபட்டு அமைதியான இன்பமான வாழ்க்கையையே அனைத்து மனிதர்களும் விரும்புகின்றனர். இந்த விருப்பத்தை நிறைவேற்ற வழிகாட்டிக் கொண்டிருப்பது தான் வேதாத்திரி மகரிஷி அவர்களால் வடிவமைக்கப்பட்டு ஒழுங்குபடுத்தப்பட்டதும் சாதனை மார்க்கத்துடன் கூடிய போதனைகளையும் உள்ளடக்குகிறது. இதில் எது இல்லை என்றால் எல்லாமே உள்ளது என்பதுதான் விடை.

1 நோயற்ற வாழ்வுக்கு உடல் நலம் காக்கும் பயிற்சியாக எளிய முறை உடற்பயிற்சி.

2 உடல்நலம் பேண போதிய அளவு உயிராற்றலை ஏற்படுத்தக்கூடிய எளிய முறை காயகற்ப பயிற்சி.

3 குறை அறிவாகிய மனதை நிறை அறிவாகிய இறை நிலையுடன் இணைப்பதற்கு அகத்தவப் பயிற்சி.

4 அறவழியில் பொருளீட்டி அனைத்து மக்களுடனும் நட்பு நலம் பேணி சமுதாய நலம் காப்பதற்கு எம்மை நாமே அறிந்து வாழ அகத்தாய்வு பயிற்சி.

இவை அனைத்தையும் நாள் தவறாமல் ஒவ்வொரு மனிதனும் வாழ்க்கையில் கடைப்பிடித்து வரும்போது அளப்பரிய நன்மைகளை பெறமுடியும்.

உடல்நலம், உயிர்வளம், மனவளம், நட்பு
நலம், சமுதாய நலம், தொண்டாற்றி
இன்பம் காணும் நலம் என்பன எம் முள்
உயர்ந்து கொண்டே செல்லும்

அகத்தவம் செய்து செய்து மனதை இறை நிலையோடு இணைத்தும் மனம் நிறைவு பெறும் இயற்கையை மதித்து வாழும் இறை உணர்வு அன்பு கருணை மேலோங்கும்

அறவழியில் செயல்களை ஆற்றி ஒழுக்கம் கடமை ஈகையுடன் வாழும் போது உலக இன்பங்களை அளவோடு துய்த்து மனநிறைவோடு அமைதியோடும் வாழ முடியும்

Digitized by Noolaham Foundation
noolaham.org | aavanaham.org

மனதில் இருக்கும் நிறைவேறாத பொருள் புகழ் செல்வாக்கு புலனின்ப ஆசைகள் கவலைக்கு வழி. அதே நேரம் இவை அனைத்தும் தனக்கே இருக்க வேண்டும் என்று பேராசைப்பட்டு உணவு உழைப்பு உறக்கம் உடலுறவு எண்ணம் என்பவற்றில் அளவும் முறையும் மீறும் இடத்து அதுவே நோய்க்கும் வழியாகும்.

எனவே ஒவ்வொரு மனிதனும் உடல் துன்பம் மனத்துன்பம் இல்லாமல் வாழ தன்னையும் கடவுளையும் அறிய வேண்டும். இதைத்தான்

'தன்னையும் அறிய தனக்கொரு கேடில்லை' என்றார் திருமூலர்

அதே நேரம் வள்ளுவர் என்ன கூறுகிறார்?

'தனக்குவமை இல்லாதான் தாள்சேர்ந்தார்க் கல்லால்
மனக்கவலை மாற்றல் அரிது.'

இவை அனைத்துக்கும் நல்வழி காட்டுவதே மனவளக்கலை யோகா.

வாழ்க வளமுடன்

ஆக்கம்
பிரதீபா கிஷாந்தன்.
கொழும்பு அறிவுத்திருக்கோயில்

இச்சை வேகமே மீறிட மீறிட
இச்சிக்கும் வேகமாய் இயங்கும் நிலையைப்பார்
இச்சை வேகமும் இச்சிக்கும் வேகமும்
இச்சித்தறிந்திட இரண்டும் நீ அவ்விடம்.

இச்சை என்பது உயிரினப் பெருநிதி
இச்சை இயக்கமே வாழ்வு எனப்படும்
இச்சையின் தோற்றம் விளைவை யறியாதோர்
இச்சையை இழிவாக்கிப் பழிக்கின்றார்.

- மகரிஷி

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

மனவளக்கலை முதுநிலைப் பேராசிரியர் இரா.ஜெயபால் அவர்களை முன்னிறுத்தி வேதாத்திரியம்

கற்றதும் பெற்றதும்

மனவளக்கலை முதுநிலைப் பேராசிரியர் திரு. இரா. ஜெயபால் ஐயா அவர்கள், வேதாத்திரிய தத்துவம் சார்ந்த விளக்க வகுப்புக்களில் என்னை ஓரளவுக்கேனும் மேற்குறித்த தத்துவம் சார்ந்த புரிதலுக்குள் கொண்டு சென்ற பேராசிரியர் என்பேன். இலங்கையிலும் ஆழியாறிலும் அவருடனான உரையாடல்களில் வேதாத்திரியத்தைப் புதிய அறிவியலோடு இணைத்து கற்பிக்கும் பாங்கு அலாதியானது. உலக அறிவியல் மேதைகளின் கோட்பாடுகளை வேதாத்திரி மகரிஷி அவர்களின் கோட்பாட்டோடு இணைத்து பேசும் போது, வேதாத்திரியம் மிக எளிமையாக சாதாரண மனிதனுக்கும் விளங்கக் கூடிய வகையில் இருப்பதாகக் கூறுவார். **உணர்தல், துய்த்தல், பிரித்துணர்தல் தன்னை அறிய அது கொண்ட முயற்சி என்றும் உணர்வு அறிவை அறிகிறது. இதுவே தெய்வ தரிசனம். விலங்கு வாழ்க்கை பதிவில் இருக்கும் கருமையத்தைத் திருப்புங்கள், 'மனம் திரும்புங்கள்' உலகை மாற்றியமைக்க நாமும் மனம் திரும்புவோம். தியானத்தின் வழியாக தற்சோதனையால் தூய்மைப்படுத்துவோம். நாம் வேதாத்திரிய வித்துக்களாகவும் வழிகாட்டிகளாகவும் அமைவோம். கூழாங்கற்கள் கூட வேதம் உணர்ந்து ஓதும் ஓர் அற்புதம்! சாக்கடைகள் கூட கடலின் ஒரு பகுதியே என கடலின் மதிப்பிற்கு சாக்கடையை உயர்த்தும் உயர்ந்த சிந்தனைகள் மனவளக்கலையே! இந்த ஞானத்தை படையலிட்ட ''விஞ்ஞான மெய்ஞ்ஞானியை' மறவாதிருப்போம் என்று வேதாத்திரியத்தை ஊற்றாகப் பாய்ச்சிய பேராசிரியர் அவர்களின் கற்பித்தல்** மகத்தானது. கற்றல், கற்பித்தலின் அகநோக்கில் கடினமான கற்றல் கட்டமைப்புக்குள் கொண்டு செல்லும் போது பேராசிரியர் தனக்கென்று ஒரு தனித்துவமான சீர்மியத்தை உள்வாங்கிக் கொண்டு கற்பிக்கும் போது ஆச்சரியமும் அதே நேரம் ஆர்வமும் என்னுள் உருக்கொண்டன. அவற்றை முன்னிறுத்தி அவர் கற்றல் பாணியிலிருந்து கற்றதும் பெற்றதுமாக இச்சிறு கட்டுரையை எழுதுகிறேன்.

'மரத்தை மறைத்தது மாமதயானை
மரத்தில் மறைந்தது மாமதயானை
பரத்தை மறைத்தது பார் முதல் பூதம்
பரத்தில் மறைந்தன பார்முதல் பூதமே!'

(10ஆம் திருமுறை - திருமூலர் திருமந்திரம்)

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

ஐம்புலன்களின் வழியாகவே மனிதனுக்கு அறிதல் சாத்தியமாகிறது. புலன்களோ உடலுள் பொருந்தியவை. எனவே 'நான் அறிகிறேன்' என்று அறியும் தூய தன்னுணர்வு இந்தப் பரு உடலுக்குக் கட்டுப்பட்டது. இப்போது, உடல் மனிதனுக்கு அறிதலின் பாதைகளை நோக்கித் திறந்திருக்கும் வாசலா அல்லது புலன்களைச் சார்ந்தே இருப்பதால் உடல் அறிதலின் பரப்பைக் கட்டுப்படுத்தும் வேலியா? உடலைக் கடந்து மனிதனின் தன்னுணர்வு தன் இருப்பைத் தக்கவைத்துக்கொள்ள முடியுமா? அவ்வாறு முடியுமென்றால் அறிதலுக்கு வாய்ப்பே இல்லையா அல்லது நேரெதிராக அறிதல் எல்லைகளற்று விரிந்துவிடுமா? அறிதலில் பரவசமும், தன்னுணர்வின் / இருப்பின் இயல்பைக் குறித்த தேடலும் கொண்ட அனைவருக்கும் எழும் வினாக்கள் இவை.

டு டோர்ட்மண்ட் பல்கலையில் (Tu Dortmund University) கோட்பாட்டு பௌதிகவியலாளரான ஹைன்ரிச் பா(ஸ்) (Heinrich Pas) இந்தப் பழங்கருத்தில் எதிர்கால பௌதிகவியல் உள்ளது என்று தனது 'த ஒன்' (The One) என்ற நூலில் விளக்கியுள்ளார். துகள் பௌதிகவியல். அண்டவியல், கால- வெளியின் கட்டமைப்பு ஆகியவற்றைப் பற்றிய இவரது ஆய்வுகள் '**சைன்டிஃபிக் அமெரிக்கன்**' மற்றும் '**நியூ சைன்டிஸ்ட் மெகசினின்**' முகப்பில் இடம் பெற்ற சிறப்பைக் கொண்டவை. அவர் தன் நூலின் முக்கிய கருதுகோள்களாக பல விடயங்களைச் விபரிக்கின்றார்.

நம் அனுபவங்களுக்குப் பின்னே, குவாண்ட உண்மை:

சுத்தவெளி (quantum Reality) மறைந்துள்ளது. அடிப்படை உண்மையிலிருந்து நாம் அறிந்து கொண்டவைகள் அடிப்படை உண்மைகளா அல்லது நம் பார்வையின் தன்மைகளா? **'வானகமே, இளவெயிலே, மரச்செறிவே, நீங்களெல்லாம் கானலின் நீரோ, வெறும் காட்சிப் பிழைதானோ?** என்று வினவுகிறார் மகாகவி பாரதி. கோபன் ஹேகனில், (Copenhagen) குவாண்ட இயக்கவியலைப் பற்றிய சிந்தனையில், இந்தக் கருத்தின் வீச்சினாலும், அதன் புரியாத சாத்தியங்களாலும் 1927இல் நீல்ஸ் போர், (Niels Bohr) வெர்னெர் ஹைசென்பெர்க் (Werner Heisenberg) இருவரும் திகைத்துப் போயினர். இயற்கையிலுள்ள பொருட்களில் ஒன்றான ஒளி, அலையாகவும், துகளாகவும் இருப்பதை அவர்கள் உணர்ந்தனர். ஆனால், ஒரே நேரத்தில் இரண்டையும் நாம் காண முடிவதில்லை அல்லவா? ஹைசென்பெர்க்கின் நண்பராகிய வுல்ஃப்கேங் பாவ்லி (Wolfgang Pauli) ஒரு உதாரணத்தின் மூலம் இதை விளக்க முற்பட்டார். இரு வேறு கண்கள் கொண்டு இந்த இரு வேறு குணங்களைப் பார்க்கலாம் அது அலையோ, துகளோ, ஒன்று மட்டுமே பார்க்கக் கிடைக்கும். இரண்டையும் ஒரே நேரத்தில் பார்ப்பது- அது பித்தனாகி நம்மை அலைய வைத்துவிடும். துகளாகவோ, அலைகளாகவோ நம் அனுபவ ஒருங்கிணைத்தலில் இருப்பது மறைந்துள்ள உண்மைதானோ? என வினாவெழுப்பும் விஞ்ஞானியின் கருத்தை பேராசிரியர், மகரிஷியின் மேற்குறித்த பாடலுடன் ஒப்பிட்டு விளக்குவார்.

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

ஒன்றுமில்லா ஒன்று இருள், பூர்ணம், மௌனம்
உள்ளுணர்ந்து ஒடுங்கி நிற்கும் நிலையைப் போன்ற
ஒன்றுமில்லா ஒன்றுக்கு ஆதியில்லை
ஒலி, வெளிச்சம், இயக்கம் அணு அதன் பூரிப்பு
ஒன்று மில்லா ஒன்று இந்த நாலானாலும்
ஒன்றைவிட்டு ஒன்று பிரியாத தாகும்
ஒன்றுமில்லா ஒன்றின் இரகசியத்தைக் கண்டால்
உண்டு என்பது இல்லை என்பது இரண்டும் ஒக்கும்

என்றபாடலில் மேற்குறித்த பௌதிகவியலாளர்களின் கருத்தியலை கட்டுடைத்தார் வேதாத்திரி மகரிஷி என்பார்.

ஆனால், மேலே நாம் குறிப்பிட்ட மூன்று பௌதிகவியலாளர்களும் அவ்வாறு கருதவில்லை. கண்களில் தெரியும் காட்சியே உண்மை என்றும், பொதிக்கப்பட்டுள்ள மறைந்த அடிப்படை உண்மை என எதுவுமில்லை என்றும் அவர்கள் நம்பினார்கள். இவர்களின் கருத்து: குவாண்டம் இயக்கவியல் (Quantum Mechanics) ஆழ்ந்த உண்மையை விளக்கவில்லை, நாம் இயற்கையை முழுவதுமாகப் புரிந்து கொள்ளவில்லை என்பதைத் தான் காட்டுகிறது. குவாண்ட இயக்கவியலின் மரபுவழிக் கூற்றாக இது பல்லாண்டுகள் கோலோச்சியது.

ஐன்ஸ்டைன், ஷ்ரோடிங்கர் (Einstein, Schrodinger) போன்ற அறிவியல் மேதைகள் இதற்கு நேர்மாறான சிந்தனையைக் கொண்டிருந்தனர். இறுதிப் பத்தாண்டுகளில், நம்முடைய அனுபவங்களின் பின்னே, குவாண்ட உண்மை இருக்கிறது என்பதற்கான குறிப்புகள் வெளிவரத் தொடங்கின் உண்மையின் ஆழ் அடுக்குகளிலிருந்து நம் அனுபவங்கள் தொடங்குகின்றன என்பதும் புலனாயிற்று. மிகப் பெரிய குவாண்ட அமைப்புகள், ஒரு மில்லி மீட்டர் அளவிற்கே பெரிதாக உள்ள பொருட்கள், பல நூறு கிலோமீட்டர்கள் பரப்பிலும் கவனிக்கப்பெற்ற ஒளியின் குவாண்டக் குணாதிசயங்கள் (உதாரணம்: நோபல் 2022 பௌதிகவியல் பரிசு) போன்றவை குவாண்ட இயக்கவியலின் குறிப்புக்களைத் தந்து அதில் மேலே செல்ல உந்துதலை அளித்தன. முக்கியமான செயல் என்று, 'டிகோஹிரன்ஸ்' (Decoherence -சீர்மை இல்லாமை) வழிமுறையைக் கண்டுபிடித்ததைச் சொல்லலாம். இதுதான் குவாண்ட உண்மைகளை நாம் காண வழிவகை செய்தது.

இதனை வேதாத்திரி மகரிஷி பரவெளி என்று எளிய முறையில் விளக்கமளிப்பதை பேராசிரியர் மிகநுணுக்கமாக விளக்குவார்.

பேரண்டப் பெருவெளியை நினைக்குந் தோறும்
பெருகிவரும் இன்பத்தை யான் என் சொல்வேன்
ஓரண்டத்துள் கோடி கோடியண்டம்
ஒவ்வொன்றும் அளப்பரிய எல்லை யன்றோ?

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

யாரண்ட முடியும் அங்கே 'நான்' அல்லாமல்
எனினும் தன் நிலையறிந்தோர்க்கு எளிது ஈது,
நீரண்டத்துறைந்த நில உலகில் வாழும்
நிலையற்ற சீவகோடி தரமொத் தாய்வீர்

பரிணாமம், இயல்பூக்கம், கூர்தலறம், இயல்பூக்கம் அடைய சுற்றுச் சூழலே காரணம். தேவை, பாதுகாப்பு என்பவற்றை அடிப்படையாக வைத்தே பரிணாம வளர்ச்சியடைகிறது. அவ்வியல்பூக்கமே அறிவின் வெளிப்பாடு என்பது தத்துவம். ஒன்றிலிருந்து ஒன்றாக பலகோடி ஜீவராசிகளாக, வடிவம் புலன் கருவிகளை அடைய வைத்தது இறைநிலையின் அறிவே. இப்பரிமாணத்தில் வந்ததே அனைத்து உயிரினத்தோற்றங்களும் ஆகும். தாவரம் முதற்கொண்டு அனைத்து ஜீவராசிகளும் தோற்றம் பெற்றதை விஞ்ஞானிகள் DNA இரசாயன மூலக்கூறுகள் என கூறுகின்றனர்.

மனித உடலில் 120 டிறில்லியன் செல்கள் உள்ளது என்றும் ஒவ்வொரு செல்லிலும் ஒரு நியூக்கிளியஸ் உண்டு என்றும் ஒவ்வொரு நியூக்கிளியஸுக்குள்ளும் 23 சோடி குரோமோசோம்கள் உண்டு என்றும் அவை இரண்டு மீற்றர் நீளமும் அதற்குள் ATC, CAG, TCA, CAG, GAC போன்ற Sequence அமைப்பு 25000 கோடான்களாகவும் உள்ளது. இதை கோடான்களின் எண்ணிக்கையாகப் பார்த்தால் (46 x 25000 x 120,000,000,000) x 700 கோடி மனிதர்கள் 7 இலட்சம் கோடி ஜீவராசிகள். இத்துணை அமைப்பை இவ்வளவு துல்லியமாகப் பலகோடி ஆண்டுகள் நிர்வாகம் செய்தது எது? இன்றும் நிர்வகிப்பது எது? நுணுகி ஆய்வு செய்யும் விஞ்ஞானத்திற்கு ஒரு தொகுப்புப் பார்வை வேண்டும். அதனை தத்துவம் அளிக்கிறது என்பார்.

வேதாத்திரியின் கருமையம் என்கிற கருத்துப் பற்றிக் கற்பிக்கின்ற போது, காந்த நிலை அறியாமல் கடவுள் நிலை அறிவதோ கருமையம் அறியாமல் அறிவினை அறிவதோ மாந்தராக வாழுகின்ற மாண்புடைய எவருக்கும் மாற்றுவழி தத்துவத்தில் விஞ்ஞானத்தில் இல்லையே

என்று வேதாத்திரி மகரிஷியின் ஞானப் பேழைப் பாடலை எடுத்துக்காட்டி ஏனைய தத்துவங்களையும் விஞ்ஞானத்தையும் இணைக்கின்ற மாபெரும் கல்விக் கோட்பாடாக இருப்பதை காட்டுவார். இவ்விஞ்ஞானம் Physics, Chemistry, Genetics, Upto wane genetics வரை ஏற்றத்தைத் தரும் என்பார்.

ஒன்றேயான, அனைத்தும் ஒருமித்து இருப்பது மறைந்துள்ள உண்மை

நாம் அனுபவித்துக் கொண்டிருப்பதன் பின்னே மறைந்துள்ளதாகக் கருதப்படும் அந்த உண்மைதானென்ன? நீங்கள் நினைக்கக்கூடியவற்றில் மிக அழகானது அது. நீராய், வளமாய், தான்யமாய், பல்லுயிர்களாய், வானாய், காற்றாய், நெருப்பாய், வெளியாய் இருக்கும் அனைத்தையும் எப்படித்தான் ஒட்டுப் போட்டானோ?

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

ஆதியன்ற வெளியினிலே அணு எவ்வாறு

அவதரித்தது என்றறியப் போனார் எல்லாம்

ஆதியாம் நிலையடைந்தார் அறிவு அங்கேது?

அறிவநிலை அடைந்தபின்னர் அதை யூகிப்பார்

ஆதியே அணுவான காரணத்தை

அறிஞரெலாம் விளக்காதது இதனால் என்று

ஆதிநிலை, அணுநிலை இவ்விரண்டு மாகி

அறிந்தநிலையில் விளக்கம் பெற்று விட்டேன்.

இதனை குவாண்டப் பிணைப்பு (சிக்கல்) (Quantum Entanglement) என்று அறிவியலாளர்கள் சொல்கின்றனர். சின்னஞ்சிறு பகுதிகளாய் அமைந்துள்ள குவாண்டப் பொருட்களின் குணம் இந்தப் பிணைப்பு. இதில் வியப்பிற்குரிய ஒரு செய்தி என்னவென்றால், அமைந்துள்ள பொருளைப் பற்றி என்னென்ன அறிய வேண்டுமோ, அதனை நன்றாக அறிந்திருந்தாலும், அதன் உட்பொருளான தொகுதிகள் / பகுதிகள் பற்றி நிலவும் அறியாமை தான் என்பர்.

குவாண்டப் பொருட்கள், அலைகளால் அமைந்துள்ளதால் இந்தக் கருத்து முக்கியத்துவம் பெறுகிறது. காற்றடிக்காத, அமைதியான, கண்ணாடித் தகடு போன்ற கடலை கற்பனை செய்யுங்கள்/நேரிலும் பாருங்கள்(!). தனிப்பட்ட இரு அலை வகைகள், ஒன்றன் மீது மற்றொன்று மேலிட்டுவரும்போது, இது எப்படி சாத்தியமாயிற்று என்று சிந்தியுங்கள். முழுதும் தட்டையான பரப்புகள் இரண்டு, ஒன்றின் மீது மற்றொன்றாக அடுக்கப்படும்போது சீரான பரப்பு தெரியும் மற்றொரு சாத்தியம், ஒரே மாதிரியான இரண்டு அலைகள் ஒன்றின் மீது மற்றொன்று பயணிக்கிறதாக எடுத்துக் கொண்டு, (மாறி மாறியும் இது நடக்கலாம்) ஒன்றின் முகட்டின் மேல் மற்றொன்றின் நீளலைகள் பெயர்வதாலும் நடக்கலாம். கண்ணாடித்தகடாகக் காட்சி அளிக்கும் கடலை இரு எழுச்சிகளின் விளைவாக மட்டுமே நாம் பார்த்தோமென்றால், தனித்தனி எழுச்சிகளின் வகைகளை நம்மால் அறிய முடியாது. இதைப் போலத்தான் குவாண்டப் பொருட்களின் அமைப்பில் இடம் பெறும் பகுதிகள், வரையறைக்கு உட்பட்ட வகையில் இருப்பதில்லை. பரிசோதனைகளின் மூலம் அவற்றை பகுத்து அறியும் வரை அவைகள் இல்லை இதை, முழுமையைச் சிதைத்தே அறிகிறோம்.

நமது தினசரி வாழ்வில் நாம் காணும் பொருட்களின் பன்மை என்பது, வகுக்கப்படாத முழுமையைச் சார்ந்த நம் கண்ணோட்டமே

எல்லாம் ஒன்று என்றால், பொருட்களின் பன்மை ஏன்? இதற்கான விடை, நாம் முன்னர் குறிப்பிட்ட டிகோஹிரென்சில் உள்ளது. ஏதோ ஒன்றை நாம் கவனிக்கும்போது, என்ன நடக்கிறது என்பதை அறிவதற்கு, நாம் உலகை மூன்றாகப் பகுத்துக் கொள்ள வேண்டும்- பார்வையாளர், பார்க்கப்படும் பொருள், மீதி உலகம் (சூழல்). நம் சுற்றுப் புறத்திலிருந்து முழுவதுமாக நாம் தனித்திருக்க முடியாதென்பதால், நாம் அதனுடனும்,

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

பார்க்கப்படும் பொருளுடனும் இணைந்தே செயலாற்றுகிறோம். இந்த உட்செயற்பாடுகள் பிணைப்பை உண்டாக்குகின்றன. ஆயினும், முழு அண்டத்தை அறிந்தவர் எவருமே இல்லை என்பதால், பார்வையாளருக்கு, சூழலில் அடங்கியுள்ள தகவல்கள் அணுக முடியாதவையாகின்றன. இந்த அண்டத்தை ஒற்றையாகச் சேர்க்கும் வித்தை இந்த அணுக முடியாமையில் இருக்கிறது என விஞ்ஞானம் கூறினாலும் அதனையும் அணுகமுடியும் உணரமுடியும் என வேதாத்திரியம் மெய்ப்பித்தது.

அடிப்படை பௌதிகவியல் மேலும் முன்னேற்றம் காண, ஏகத்துவத்தை குவாண்ட இயக்கவியலின் விளைவு என எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும்

இது அவ்வளவு பொருட்படுத்தத் தக்கதா? பல பொதீகவியலாளர்கள் இந்தக் கூற்று உண்மை, பொய் என எடுத்துக்கொள்ளமாட்டார்கள். அவர்களுக்கு இயற்பியல் என்பது, கணித மாதிரிகளை அமைப்பது, அதை வைத்து கணக்கிடுவது, முடிவுகளை பரிசோதனையுடன் ஒப்பிட்டுப் பார்ப்பது என்பதே. மீபொருண்மையுடன் ஆழச் சிந்தித்தல் இல்லாத வரை இது அவர்களுக்கு ஏற்புடையதே. ஆனால், உண்மை நிலவரம் இதுவல்ல. அடிப்படை பௌதிகவியல் இப்போது சிக்கலைச் சந்தித்து வருகிறது எதை அடிப்படை என இதுவரை உணர்ந்தோமோ, அதைப் பற்றிய மறுபார்வையிடும் தேவை எழுந்துள்ளது. நம்முடைய மிகச் சிறந்த தேற்றங்களில் கூட விளக்கவொண்ணா தற்செயல்கள் இருக்கின்றன. பொருள், வெளி, காலம் போன்ற அடிப்படைகளில் கட்டமைக்கப்பட்டுள்ள இயற்பியல், அனைத்திற்குமான கோட்பாட்டைக் கண்டறிய வேண்டிய ஆவலால், தள்ளாடுகிறது, துக்கப்படுகிறது. சின்னச்சின்ன கட்டமைப்புப் பகுதிகளின் வழியே உலகை நாம் அறிந்து வந்துள்ளோம். பொருட்கள் அணுக்களால் ஆனவை என்று நினைக்கப்படுகின்றன,

துகள் பௌதிகவியலாளர்கள், மிகச் சிறிதான, மிகப் பெரிதான பொருட்களின் பௌதிகவியலில், தொடர்பு உள்ளதா என்று ஆராய்கிறார்கள். (அண்டத்தில் உள்ளது பிண்டத்தில் உள்ளது- அதாவது நாமே உலகம் உலகமே நாம். அதன் கட்டமைப்பும், நம் கட்டமைப்பும் ஒன்றே.) ஒன்றுபட்ட, அடிப்படையான குவாண்ட விவரணைகள் மூலம் காலம், வெளி இவற்றை அறிய முடியுமா என்று சரக் கோட்பாட்டாளர்கள் ஆய்வு செய்கிறார்கள். இவைகளின் சாத்தியத் திறவுகோல் **'ஒன்றில்'** இருக்கலாம்.

நம் வேதங்கள் ஒவ்வொருக்குமான மூன்று உடல்களைப் பற்றிச் சொல்கின்றன. பரு உடல், சூக்ஷ்ம உடல், காரண உடல். பரு உடலில் செயல் புரிவதற்கான ஐந்து கருவிகளும், நுட்ப உடலில், ஞானக் கருவிகள் ஐந்தும், மனம், புத்தி, அகங்காரம், சித்தம் ஆகியவையும் உள்ளன. காரண உடல் ஆன்மா- அது எங்கும் நிறைந்து, அனைத்து வல்லமைகளுடன் இருப்பது, அழிவற்றது.

குவாண்ட இயக்கவியலின் படி உடல் அழிந்த பிறகு, நுட்ப உடலும், காரண உடலும்,/ பெர்மியான்கள், போஸான்கள் (Fermions, Bosons) போன்ற துகளாகி, பின்னர் அலை துகள் என்ற இருமையில் கலந்து, அதன் பின்னர் அலையாக, குவாண்டப் பரப்பாக, 10

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

பரிமாணமுள்ள சரங்களாகின்றன. கேன உபனிடதம் (3.6 3.10) பிரம்மன், அக்னி மற்றும் வாயு தேவனை, அழைத்து, துரும்பை நூலாகுமாறு எரிக்கவும், புல்லைப் பெயர்க்கவும் சொல்கிறார். இருவராலும் முடியவில்லை. நுட்ப உடலின் சரமே இதன் பொருள். நம் ஆடல்வல்லான் உருவம் புலப் பரப்பினை மட்டும் பேசவில்லை. உயிரியக்கத்தின் செயல்பாடும், அதன் முடிவில் சரங்களாவதையும் சுட்டுகிறது.

'ஏகம் சத் விப்ர பெரும் வதந்தி'- உண்மை ஒன்றே. அதை ஞானிகள் பலவாறு அழைக்கிறார்கள். **'ஏகன் அனேகன் விமலன் அடி போற்றி'** என்று பாடுகிறார் மாணிக்க வாசகர். திருமங்கை ஆழ்வாரின் திருநெடுந்தாண்டகப் பாடல் இவ்வாறு அமைந்துள்ளது:

'பாருருவில் நீர் எரிகால் விசும்பும் ஆகி
பல்வேறு சமயமுமாய்ப் பரந்து நின்ற
ஏருருவில் மூவருமே யென்ன நின்ற
இமையவர் திருவுரு வேறெண்ணும்போது
ஓருருவம் பொன்னுருவம் ஒன்று செந்தீ
ஒன்று மாகடலுருவம் ஒத்து நின்ற
மூவுருவும் கண்ட போது ஒன்றாம் சோதி
முகிலுருவம் எம்மடிகள் உருவம் தானே.'

மேற்குறித்தவாறான சிந்தனைகளில் பல கருதுகோள்களை உட்புகுத்தி வேதாத்திரிய மெஞ்ஞான விளக்கத்தை, ஞானத்திறவுகோலை எமது கைகளில் வேதாத்திரியம் விட்டுச்செல்ல அதனை சிறப்பார்ந்த முறையில் எமக்கு கற்பித்துக்கொண்டிருக்கின்ற **பேராசிரியர் இரா.ஜெயபால் ஐயா** வேதாத்திரியத்தின் வித்து என்றாலும், விருட்சம் என்றாலும் அது மிகையன்று.

அருள்நிதி எஸ். இந்திரகுமார் M.A
விரிவுரையாளர், இலங்கைத்தொழிநுட்பக்கல்லூரி

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

மனவளக்கலையின் நன்மைகள்

உடலுறுதி பெறகாய கல்பம் என்னும்
ஒருசிறந்த பயிற்சியுடனே தொடங்கி நித்தம்
விடயம்பல கற்பதுடன் தவத்தி னாலே
வேண்டாத அறுகுணத்தைத் தவிர்த்து விட்டு
நடத்தைதனில் மாற்றங்கள் பெறுதல் வேண்டும்!
நல்லெண்ணம் உள்ளத்தில் பெருகி விட்டால்
முடங்காது துணிவுகொண்டு எதையும் செய்து
முடிக்கின்ற வல்லமையைப் பெறலாம் நாங்கள்!

இயற்கையினால் பாதிப்பு வரலாம் என்று
இறைவனென வணங்குகிறோம் யாவற்றையும்!
அயலவரை மதித்துதவி செய்து வாழ்ந்தால்
அன்புநெஞ்சம் மனிதநேயப் பண்பு கூடும்!
உயர்ந்தவர்கள் தாழ்ந்தவர்கள் வேற்று மையே
உலகிலில்லை! அனைவருள்ளும் கடவுள் உள்ளார்
துயரங்கள் பிறருக்கு தருதல் ஆகா!
துவண்டுபோகும் வேளையிலே தியானம் செய்யே!

எண்ணத்தில் தெளிவிருந்தால் செயலை நன்றாய்
இச்சைபடி செய்திடலாம்! தவறு நேர்ந்தால்
திண்ணமாக முடிவெடுக்க வில்லை என்று
திருத்தங்கள் செய்துகொண்டு முன்னே செல்லே!
அண்டரொப்ப அமைதியுடன் தியானம் செய்தால்
ஐம்புலன்கள் அறிவின்வழி நடப்ப தோடு
கண்ணீரும் புன்னகையும் நமக்கு கீழே
கட்டுப்பட்டு இருக்குமெனில் தவறா காது!

ஹரிஹரன்
மனவளக்கலைப் பயிற்சி பெற்ற அன்பர்
கொழும்பு அறிவுத்திருக்கோயில்

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

தாயிற் சிறந்த தயவான தத்துவனே

திருவாசகத்தில் மணிவாசகரின் ஒரு வாசகம் இது. எமது குருபிரான் தாயினும் சால தாயானவர். வேதாத்திரியம் தாயினும் சிறந்த தாயான தத்துவமாகும். நாயினும் கடையாக இருந்த நம்மையெல்லாம், நன்னிலைக்கு இட்டுச் சென்றது வேதாத்திரியமே. சலனம் பெற்ற விலங்கினம் நாய், அதனால் ஓர் இடத்தில் நிலைத்து நிற்க முடிவதில்லை. அங்குமிங்கும் அலைந்தே தன் கடமை புரிவது.

எமது மனமும் அப்படியே, நாய் நன்றியுடையது, தலைவனுக்கு கீழ்படிந்து அவனையும் நன்கறிந்தும் செயல்படுவது. ஆனால் மனிதனே எளிதில் நன்றி மறப்பவன் தலைவனை அறியவும் மாட்டான், கீழ்படியவும் மாட்டான். தன் சுக வாழ்வை இடையுறுத்தும் இறைநிலையை ஏற்க மறுப்பவன். இதனால் தான் மணிவாசகர் நாயினும் கடையேன் என கூறுகிறார்.

அறியாமையாகிய இந்த இருளை நீக்க, பாவ புண்ணிய சங்கிலியை அறுத்து உயிரை விடுவிக்க மன்றாடுகிறார். மனித மனம் நிலைத்து நிற்க முடியாத நாயைப்போல அல்லாடுகிறது.

இன்பம் தரும் என எண்ணி பல தீய செயல்களில் ஈடுபட்டு மென் மேலும் தனது பாவக் கணக்கை கூட்டிக் கொள்கிறது.

விலங்குகள் முற்றிலும் உணர்வால் செயல்படுபவை பசியும் காமமும் வந்தால் தன்னிலை மறந்து தன்னிச்சையாக செயல்படுவன. மனிதன் அறிவாட்சி பெற்றவன். புலன் ஐந்தும் செய்யும் செயலால் மயங்கி விழிப்புணர்வு இழந்து விலங்கைப்போல் அலைகிறான், இங்கே தான் நமது மனவளக்கலை முன்நிற்கின்றது. உடல் பயிற்சி மூலம் உடல் வளம் பேணவும், மனவளம் பேண தவம் அகத்தாய்வு தந்து உடலும் மனமும் வளம் பெற்று விழிப்புணர்வு பெற்ற அறிவைத் தந்து பிறப்பின் பயன் அடைய உந்துகோலாகியுள்ளது.

நம்மில் உள்ளதை நாம் அறிய வழிகாட்டியுள்ளது. வேதாத்திரியம் இந்த வகையில் உலக மக்களை நன்னெறிப்படுத்த அவ்வப்போது அவதார புருசர்கள் தோன்றியது போல இறைநிலையே குரு வடிவு பெற்று உதவ வந்தது போல ஒரு தாய் தன் பிள்ளைக்கு பாரபட்சமின்றி எல்லோரையும் ஒரு நிலையில் கண்டுகொண்டு ஈன்ற போதிலும் பெரிதுவக்கும் தாய் போல தாயிற் சிறந்த தாயான தத்துவனான எமது குரு பிரான்

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

தத்துவஞானி வேதாத்திரி மகரிஷி அவர்கள் பிரகாசிக்கிறார்கள்.

ஏழ்மையில் பிறந்து எளிமையான வாழ்வு வாழ்ந்து தன் வாழ்வின் அனுபவத்தில் இன்பதுன்ப அனுபவத்தின் காரண காரியத்தைக் கண்டுணர்ந்து, கற்றோராலும் மற்றோராலும் போற்றும் படி மனவளக்கலையை எமக்களித்திருக்கிறார்.

பிரபஞ்ச இரகசியத்தை நன்குணர்ந்து இறைநிலையே பிரபஞ்சமாகவும் அதிலுள்ள சடப்பொருள், உயிர்ப்பொருள் அனைத்திலும் இறைநிலைதான் இருக்கிறது என்பது மட்டுமல்லாது இறைநிலைதான் அறிவாகவும் பரிணமித்திருக்கிறது என்பதை துல்லியமாக கூறி,

முதல் நிலையும், கடைநிலையும் இறைநிலைதான் என்பதை நாமாகவும் பிறவாகவும் அதுவே நிலைத்திருக்கிறது எனவே நம் அமைதி குடும்ப அமைதியாகி உலக அமைதியாகும் என்பதை உலகோர் உணர வைத்த அருட் தந்தை தாயிலும் மேலான தயாபரனே. இதில் எள்ளளவும் சந்தேகமில்லை அவர் கலைதனை நாமும் பயின்று பிறரும் பயில் தொண்டாற்றி இன்பம் காண்போம்.

வாழ்க வையகம்! வாழ்க வளமுடன்!.

மோகனா ஜெயபிரகாஷ்
மாத்தளை தவமையம்

இச்சை இயங்கும் நிலைக்கேற்ப பெயர் பெறும்
இச்சையே காம முதலான அறுகுணம்
இச்சையின்றேல் உயர் ஞானந்தான் ஏது?
இச்சையே நீ நான் இவர் அவர் என்பதும்.

இச்சை யார்? நீயார்? இரண்டா? ஒன்றா? சொல்லு!
இச்சை எங்கே? நீ எங்கே? எதோ பிரி!
இச்சையாக இருக்கிறாய் நீயேதான்
இச்சை வேறென்று எண்ணி மிரள்கிறாய்.

- மகரிஷி

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

அனுபவம் புதுமை

அடியேன் 2007ஆம் ஆண்டு ஜூன் மாதம் 9ஆம் திகதி முதன்முதலில் மனவளக்கலை ஓர் அறிமுகம் என்ற வகுப்பில் கலந்துக் கொண்ட நாள். இதற்கு முன் நிறைய ஆன்மிக சங்கங்களுக்குச் சென்று உள்ளேன். ஆனால் மற்ற எங்கும் சென்று கிடைக்காத ஓர் நிம்மதி, அமைதி பேரின்பம் எல்லாவற்றையும் இங்கு தான் நான் அனுபவித்தேன்.

முதல் நாள் அறிமுக உரையே என்னை பல கோணங்களில் சிந்திக்க வைத்தது. இரண்டாம் நாள் காயகல்பம் எனக்கு விளக்கம் கிடைக்க சிறிது நாட்கள் பிடித்தது. ஆனால் பயிற்சியின் பலன் நிறையவே கிடைக்கப்பெற்றேன். வேதாத்திரி மகரிஷி அவர்களுக்கு வந்த அதே கேள்வி எனக்கும் சுமார் 32 வயதில் என் எண்ணத்தில் உதித்துக் கொண்டே இருந்தது. கடவுள் என்பவர் யார்? ஏன் மக்கள் அனைவரும் ஆலயங்களுக்குச் சென்றாலும் அவர்களின் துன்பங்கள் தீரவில்லையே என்று. இதற்கான பதில் எனக்கு கிடைத்தது. மனவளக்கலையில் அகத்தாய்வு இரண்டாம் நிலையில் ''நான் யார்'' என்ற வினாவின் மூலம் விடை கிடைத்தது.

படிப்படியாக ''Foundation Course'' முடித்தாகி விட்டது. ஆரம்பப் பயிற்சியே சிறப்பாக உணர பெற்றேன். முடித்து விட்டு வீட்டில் இருக்கும் போது ஒவ்வொரு நாளும் உணவு உண்கிறேனோ இல்லையோ பயிற்சிகள் ஒழுங்காக செய்து முடித்து விடுவேன். கிட்டத்தட்ட மூன்று மாதம் ஆனபின் அகத்தாய்வு முதல்நிலை கற்றுக் கொண்டேன். இதில் எனக்கு கவர்ந்த விடயமாக பஞ்சபூத நவக்கிரகத் தவத்தை சொல்லலாம். பஞ்சபூதத்தின் மேல் தவம் செய்யும் போது நீரின் ஓசையை கூட என்னால் உணரமுடிந்தது. அது மட்டும் அல்லாமல் எண்ணம் ஆராய்தல் மூலம், ஆசையை சீரமைக்க கவலை ஒழிக்க, சினத்தை தவிர்க்க என்னால் முடிந்தது. மற்றும் அகத்தாய்வு இரண்டில் எனக்கு கிடைக்கப்பெற்ற புதையல் துரியாதீத தவம். வாழ்க்கையே திருப்பி போட்டது. லௌகீகமான வாழ்க்கையில் இருந்து ஆன்மிக வாழ்க்கைக்கான வழியில் செல்லத் தொடங்கினேன். இறைவனை உணர்வதற்கான ஒரு நிலை எனக்கு ஏற்பட்டது. இதன் பிறகு பிரபஞ்ச இரகசியங்கள் ஒவ்வொன்றாக கிடைக்கப் பெற்றது. குருவின் உயிர்க்கலப்பும் ஏற்பட்டதை என்னால் உணரமுடிந்தது. தவம் சிறப்பாக செய்ய நினைப்பது நடக்கவும், நடப்பதையே நினைக்கவும் முடிந்தது.

இப்படியாக 3,4ஆம் அகத்தாய்வு செய்து சரியாக ஒன்பது மாதத்தில் அதாவது ஒரு குழந்தை பேறு கிடைப்பது போல் பிரமஞானியாகவும் அருள்நிதியாகவும் உயர்த்திக் கொண்டேன். பின்னர் எனக்குள் எழுந்த ஆசையே தவமையம் ஒன்றை திறப்பது. என்

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

கனவும் நனவாகியது. மனவளக்கலை ஆசிரியர் அ.நி சாந்தினி சண்முகநாதன் என்பவரால் அவரது இல்லத்தில் மேல்மாடியை தந்து இலவசமாக நடத்துமாறு கேட்டுக்கொண்டார். இந்த இடத்தில் அவருக்கு நன்றியை தெரிவித்துக்கொள்கிறேன். மேலும் எனது தொண்டினை பேராசிரியர் வரைக்கும் உயர்த்திக் கொண்டு மக்கள் தொண்டே மகேசன் தொண்டு எனவும் இப்பிறவியில் கிடைத்த ஒரு கொடையாக எனது கடைசி மூச்சும் மனவளக்லையே என்று சொல்லிக் கொண்டு இன்னும் பல அனுபவங்கள் எழுதுவது என்றால் இந்த புத்தகம் போதாது என கூறிக் கொண்டு, இந்த உயர்வுக்கும் வாழ்வுக்கும் வேதாத்திரி மகரிஷிக்கு நன்றியையும் வணக்கத்தையும், வாழ்த்துகளையும் பணிவன்புடன் தெரிவித்துக் கொள்ள ஆசைப்படுகின்றேன்.

சிறப்பாக குருவின் பணியில் பங்கு பெற்று பணி ஆற்ற திருவருளும் குரு அருளும் துணை புரியட்டும் என்று கூறிகொள்வதில் பெருமிதம் கொள்கிறேன்.

வாழ்க வேதாத்திரியம் குருவே சரணம்!

குருவின் சேவையில்
பேரா. அ/நி - ஸ்ரீமதி
பொறுப்பாசிரியர்
ஸ்கை வாசல தவமையம்
கொழும்பு

இச்சையே ஒரு நாடக மன்றம் போல்
இச்சையே அதில் எண்ணற்ற நடிகரும்
இச்சையே அதைப் பார்ப்போர் ரசிப்போராம்
இச்சையே அதன் நிர்வாகி உடையவன்.

இச்சைக் குறுகிடில் அறுகுணமாகிடும்
இச்சையின் பூரணம் நிற்குணமாகிடும்
இச்சையின் தத்துவம் முழுதும் உணர்ந்திடில்
இச்சை ஈசன் இரண்டும் ஒன்றாம் அங்கே.

- மகரிஷி

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

இறை உணர்வும், அற உணர்வும்

அன்பு என்பது அரவணைத்துக் கொள்ளும் பண்பு. ஒரு பெருமைக்குரிய நட்பு ஊற்று. இந்த அன்புக்கு மேலாகக் கருணை என்பது, அப்படி அரவணைத்துக் கொண்ட பிறகு செய்யக்கூடிய செயல்கள் ஆகும். அதனால் கருணை என்பது ஊக்குவிப்பது, வாழ வைப்பது, ஏன்! வழி நடத்துவது என்று கூடச் சொல்லலாம்.

இறைவன் தூணிலும் இருப்பான்! துரும்பிலும் இருப்பான்! இது பக்தி மார்க்கத்தில் நாம் அறிந்தது. எனவே எம்முள்ளும் இறைவன் இருக்கிறான். எமது உயிரின் மையத்தில் அறிவாக இருக்கின்றான் என்பது ஞான மார்க்கத்தில் கிடைத்த தெளிவு. அந்த உயிருக்கு நாம் என்னென்ன நன்மைகள் செய்கின்றோமோ, அதுவே இறைவனுக்கு நாம் செய்யும் கடமையாகிய இறைவழிபாடு.

இறைவனும், அவனுடைய ஆற்றலும் தான், இந்தப் பிரபஞ்சத் தோற்றங்கள் அனைத்துமாகும். இந்த இறைவன் எம்முள் இருந்து எம்மை வழிநடத்துகின்றான் எனும் உண்மையை உணர மகிழ்ச்சியும், நிறைவும் ஏற்படும். அந்த நேரத்தில் நல்லதைச் செய்து அல்லதை விட்டுவிடுவோம்.

எமது வாழ்க்கை சீரானதாக, அமைதியாக நடந்து கொண்டிருக்கும் போது எதிர்பாரதவாறு திடீரென ஒரு சிக்கல், அல்லது துன்பம் ஏற்பட்டால், ஏன்? எதற்கு? எப்படி இது ஏற்பட்டது? என்று நம்மை நாமே கேட்போம். துன்பம் பெரியளவில் எனின், இந்த இறைவனுக்கு கண் இல்லையா? நாம் யாருக்கு என்ன துன்பம் / கெடுதல் செய்தோம்? என்றெல்லாம் பல வினாக்கள் எம்முள் எழும். உண்மையிலேயே அது துன்பம் அன்று. நாம் உணர்வதற்காகவும், உணர்ந்து திருந்துவதற்காகவும் வந்த ஒரு வாய்ப்புத்தான் அந்தத் துன்பம். நாம் செய்த செயல் தவறானது, இனியும் தவறான செயல்கள் செய்தால் இப்படியான துன்ப விளைவுகள் ஏற்படும் என்பதற்கு இறைநிலை வழங்கிய எச்சரிக்கை. ஆகவே இப்படி வராது காத்துக் கொள்வது எமது செயலில்தான் தங்கியுள்ளது.

ஏனெனில், செயலுக்கு ஏற்ற விளைவு என்பது இயற்கை நியதி. அதுவே இறை நீதியும் கூட. அதிலும் சிறப்பாக மனிதன் செய்யும் செயலுக்கு விளைவாக வருவது இறைநிலை என்பதை உணர்வதே இறையுணர்வு.

நல்ல செயல் → நல்ல விளைவு → இன்பமான வாழ்க்கை

தீய செயல் → தீய விளைவு → துன்பமான வாழ்க்கை

இறையுணர்வு ஏற்பட, தானும் அன்பு, கருணையுடன் வாழ்ந்து பிறரையும் இவ்வாறு வாழவைக்க வேண்டும் எனும் அறவுணர்வு ஏற்படும்.

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

அற உணர்வு 3 தன்மைகளுடையது.

1. ஒழுக்கம் 2. கடமை 3. ஈகை

1. ஒழுக்கம் → தனக்கோ, பிறருக்கோ, தற்காலத்திலோ, பிற்காலத்திலோ, உடலுக்கோ, உயிருக்கோ துன்பம் எழாதவாறு அளவோடும் முறையோடும் திட்டமிட்டு செய்யும் செயல்.

2. கடமை → நாம் அனைவரும் பிறந்து, வளர்ந்து, வாழ உதவிக் கொண்டிருப்பதும், பாதுகாப்பை வழங்கிக் கொண்டிருப்பதும் இந்த சமூகமேயாகும். எனவே சமூக வளத்தைப் பாதுகாக்க ஒவ்வொருவரும் உடலாற்றல், உழைப்பாற்றல், அறிவாற்றல் மூலம் சமூகத்திடம் பெற்ற கடனைத் திருப்பிச் செலுத்துவதே கடமை ஆகும். இதைத்தான்,

''ஒரு பிடி உணவில் ஒற்றுமையைக் கண்டிடு உழைப்பினால் பதில் உலகுக்குத் தந்திடு'' என்று வேதாத்திரி மகரிஷி குறிப்பிடுகிறார்.

3. ஈகை → மனிதன் துன்பப்படும் போது உதவி தேவை. இந்தத் தேவையை அறிந்து, இடத்துக்குத் தக்கவாறு தனது உடலாற்றல், அறிவாற்றலால் அவர்கட்டு உதவி, அவர்கள் படும் துன்பத்தில் இருந்து மீட்பது ஈகை ஆகும்.

அறம் இன்றி மனித குலத்தில் அமைதி இருக்காது. எந்த நோக்கத்திற்காக நாம் உலகில் பிறந்தோமோ, அந்த நோக்கத்தை அடைய அறம் வேண்டும். அறம் சார்ந்த அறநெறி வாழ்க்கை வாழும் போது ஏற்படுவது அற உணர்வு. இதை உணர்ந்து செய்வதற்கு இறையுணர்வு தேவை. அதனால் தான் இறை உணர்வும் அற உணர்வும் எமது இரு கண்கள் போன்றவை.

இறையுணர்வு தனிமனிதனுக்குரியது. இதனால் அகத்தவம் மேலோங்கும். மனத்தூய்மை ஏற்படும்.

அறஉணர்வு தனிமனித - சமூகத்துக்குரியது. இதனால் அறவாழ்க்கை வாழ்ந்து வினைத்தூய்மையடையப் பெறலாம்.

இறை உணர்வும், அற உணர்வும் மனிதனை ஆறாம் அறிவில் உயரவைத்து வீடுபேற்றுக்கு வழிவகுக்கும்.

இத்தகைய வாழ்க்கையை வாழ, சாதனைகளுடன் கூடிய போதனை மார்க்கத்தை வழங்குவதுதான் அருட்தந்தை வேதாத்திரி மகரிஷி வழங்கிய மனவளக்கலையோகம் ஆகும்.

வாழ்க வளமுடன்

ஆக்கம் : பேரா. திருமதி அன்னம்மா தங்கராஜா
கொழும்பு அறிவுத்திருக்கோயில்.

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

ஆன்ம பலம்

லௌகீக வாழ்க்கையில் பற்று, பாசங்கள் பலவீனமானவையாகவே இருக்கும். அதனால் எளிதில் பற்றிக் கொள்ளும். அதற்கு அடிப்படையாக உடல், மன எண்ணங்களின் வலிமையை விட ஆத்மாவின் வலிமையைப் பலப்படுத்த வேண்டும். அதற்குத் தேவை முதலில் மனிதன் தன் அகத்துள் உள்ள உட்பொருளை உணர்தல் ஆகும்.

'ஐயப் படாஅது அகத்து உணர்வனை
தெய்வத்தோ டொப்பக் கொளல்'

என்றார் வள்ளுவர்.

'தன்னையறிய தனக்கொரு கேடில்லை

என்பது திருமூலர் வாக்கு.

புலன்மயக்கத்தில் இருந்து தன்னைக் கொஞ்சம் கொஞ்சமாக விடுவிக்கும் போதுதான் ஆன்மாவை அறிய முடியும். ஏனெனில் புலன்கட்கு அடிமையாக இருக்கும் வரை அகத்துள் நுழைந்து ஆன்மாவை அறிய முடியாது.

அகத்துள் நுழைய ஆழ்ந்த தவமும், சிந்தனையில் தெளிவும் தேவை. இதற்கு மனதை வெல்ல வேண்டும்.

மனதோடு வாழும்வரை வாழ்க்கைச் சிக்கல்கள், உறவுகள், பாசங்கள் அகத்தே பயணம் செய்யத் தடை ஆகும்.

மனம் என்ற தடையைத் தாண்டிவிட்டால் ஆன்ம தரிசனம் தொடங்கிவிடும். இதற்கு காட்டிற்குச் சென்று கடுந்தவம் புரியத் தேவையில்லை. எதிலும் சிக்கிக் கொள்ளாத வாழ்க்கை வாழ்ந்தாலே போதும். முக்கியமாக உணவு, உழைப்பு, உறக்கம், உடலுறவு, எண்ணம் ஆகிய ஐந்திலும் அளவு, முறை பேணி வாழ வேண்டும். புகழ் வரும் போது வரட்டும் அதற்காக அதனைத் தேடாதீர்கள். உறவுகள் இருக்கட்டும். ஆனால் உறவுகளில் ஊறிவிடக்கூடாது.

அவனின்றி ஓர் அணுவும் அசையாது. 'எல்லாம் வல்ல இறைநிலையே' என்ற வார்த்தைகளை வாழ்க்கையாக்குங்கள். எதிர்மறை எண்ணங்கள் எழாமல் நம்பிக்கையை சுவாசமாக்கி நல்ல வார்த்தைகளைப் பேசுங்கள். முடிந்தவரை உங்கள் பேச்சு குறையட்டும்.

உங்கள் ஆன்மபலம் பலருக்குப் பல செய்திகளைச் சொல்லி விடும். இதற்கு நல்லதொரு உதாரணம்:

Digitized by Noolaham Foundation
noolaham.org | aavanaham.org

'ரமண மகரிஷி அருகில் யாராவது வந்து உட்கார்ந்தாலே போதும்;

அவர்கள் கேள்விகளுக்கும் பதிலும், விளக்கமும் கிடைத்துவிடும்.

அவ்வளவு ஆன்மபலம் நிறைந்தவர் அவர்.

(i) 'உன்னுள்ளே நானடங்க, என்னுள்ளே நீ விளங்க'

(ii) 'என்னுள் இருக்கும் இறைவனே எல்லா உயிர்களுக்குள்ளும் இருக்கின்றான்...'

(iii) என்னுள் உள்ளது அச்சம், பயம் அனைத்தையும் தாண்டிய மனநிலை'...

இப்படியான நம்பிக்கைகள் எழ எழ ஆன்ம பலம் கூடும். மனதைக் கடந்து உள்ளே சென்று இறைவனைக் காண முடியும்.

'ஆன்மபலம் நிறைந்தவர்கள் மற்றவர்களை மாற்றிவிடுகிறார்கள் பலவீனமான ஆன்மாக்கள் மற்றவர்களால் மாற்றப்படுகின்றார்கள்.'

ஆக்கம் :
து.பே : குணமணி. விக்னேஷ்வரன்
மட்டக்களப்பு. தவமையம்.

இச்சை தோன்றும் சுயமாகவும் பிறர்
இச்சையும் உன்னுள் பிரதி பலித்திடும்
இச்சை எழும்போதே ஆய்வோர் அறிவார்கள்
இச்சை இச்சையை ஆளும் திறன் காண்பார்.

இச்சை வேகமே மீறிட மீறிட
இச்சிக்கும் வேகமாய் இயங்கும் நிலையைப்பார்
இச்சை வேகமும் இச்சிக்கும் வேகமும்
இச்சித்தறிந்திட இரண்டும் நீ அவ்விடம்.

- மகரிஷி

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

காயகல்பப் பயிற்சி
விஞ்ஞான மெய்ஞ்ஞான நோக்கு

காயகல்பம் என்பது உண்ணும் ஒரு வகையான மருந்து என்று காலங்காலமாக மக்களிடையே நிலவி வருகிறது. காயகல்பம்என்பது மருந்தன்று உயிரை வளப்படுத்தக்கூடிய ஒரு பயிற்சி.

காயம் என்பது உடல். கல்பம் என்பது உறுதி. எனவே உறுதியான உடலைப்பெற்று, ஆயுளை நீடித்து என்றும் இளமை காத்து, நோயின்றி, நீண்ட காலம் வாழ்வதற்கேற்ற ஒரு அற்புதமான பயிற்சி.

சித்தர்களால் வடிவமைக்கப்பட்டதால் சித்தர்கலை என்று சொல்லப்படுகிறது. எனினும் மூடுமந்திரமாக இருந்த இதை, உலகமக்களுக்கு இலகுவாகவும், தெளிவாகவும் வடிவமைத்துக் கொடுத்தவர் எமது குருவான பாமரமக்களின் தத்துவஞானி வேதாத்திரி மகரிஷி ஆவார். ஏன் இதை அவர் வடிவமைத்தவர் என்பதற்கு 3 நோக்கங்கள் உள்ளன.

(i) நோயின்றி வாழ்தல்

(ii) விரைவில் முதுமை அடைவதைத் தவிர்த்து, இளமையோடு இருத்தல்

(iii) மரணத்தைத் தள்ளிப் போடுதல்.

அதனால் இக்கலை இளைஞர்களுக்கு விருந்து, முதியவர்க்கு மருந்து. அத்துடன் மனவளக்கலையின் உச்சக்கட்டப் பயிற்சியே காயகல்பப் பயிற்சி, இப்பயிற்சி குண்டலினி யோகப்பயிற்சிக்கு உதவுவதைப் போல் குண்டலினி யோகப் பயிற்சிகாயகல்பப் பயிற்சிக்கு உதவும்.

அப்படி என்ன இரகசியம் இதில் உள்ளது? மெய்ஞ்ஞான நோக்கில் மனித உடல் பஞ்சபூதக் கூட்டால் ஆனது. நிலம், நீர், நெருப்பு, காற்று, விண் என்பவற்றின் சேர்க்கை:

ஒரு கட்டிடத்தைக் கட்டி எழுப்பும் போது சரியான cement கலவையைப் பயன்படுத்தும் போது கட்டிடம் உறுதி ஆகும். இதுபோன்றே மனித உடல் cells அனைத்தும் ஜீவகாந்தம் எனும் ஆற்றலால் ஒன்றுடனொன்று ஈர்த்து கட்டி எழுப்பப்பட்டுள்ளது.

எவ்வளவுக்கு ஜீவகாந்தம் உள்ளதோ அந்தளவுக்கு உறுதியாக, நலமாகக் காணப்படும். ஜீவகாந்தம் குறையைக் குறைய உடலும் படிப்படியாக நரை - திரை - மூப்பு - மரணம் எனும் நிலைக்கு இட்டுச் செல்லும். போதியளவு ஜீவகாந்தத்துக்குத் தேவையான அளவு உயிர்த்துகள் இருக்க வேண்டும். ஏனெனில் உயிர்த்துகளின் தற்சுழற்சியின் போது

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

தோன்றுவதே ஜீவகாந்தம் நமது உடலில் உள்ள விந்து - நாதம் எனும் ஜீவவித்துக் குழம்பின் அளவையும், தரத்தையும் பொறுத்தே உயிர்த்துகள்களின் எண்ணிக்கையும், ஜீவகாந்தத்தின் திணிவும் அமையும். விந்து - நாதத் திரவமே மனித உடலின் தோற்றம், தன்மை, வளர்ச்சி, இயக்கம், விளைவுகள் அனைத்துக்கும் அடிப்படை ஆற்றலாக உள்ளதால் இது மிகவும் மதிப்புடைய பொருளாகும்.

நாம் உண்ணும் உணவு இரசம் - இரத்தம் - தசை - கொழுப்பு - எலும்பு - மஜ்ஜை விந்து / நாதம் எனும் 7 தாதுக்களாக மாறும் தாயின் கருப்பையுள் குழந்தை வளர்ச்சியடையும் போது அதன் உடல் உறுப்புகள் கட்டி எழுப்பப்படுவது இந்த மாற்றத்தினாலேயாகும்.

குழந்தை பிறந்து, வளர்ந்து, பருவமடையும் போது, தலை உச்சியிலிருந்து கீழே இறங்கி மூலாதாரத்தில் விந்து - நாத மையமான விந்து நாதக் கலயத்தை அடைந்து Sexual Vital Fluid - ஜீவ வித்துக்குழம்பு ஆகிறது.

இந்த ஜீவவித்துக் குழம்பிலிருந்து உயிர்த்துகள்கள் புறப்பட்டு உயிரோட்டமாக உடல் முழுவதும் சென்று அனைத்து செல்களுக்கும் ஜீவகாந்த ஆற்றலைக் கொடுத்துவிட்டு மீண்டும் விந்து நாதத் திரவத்தில் தோய்ந்து திணிவு பெறும்.

ஜீவவித்துக்குழம்பு Sex Organs ஐ அண்மித்து உள்ளது. அத்துடன் உயிராற்றல் நிறைந்தது. இந்த நிலையில் இது உடலைக் கட்டி எழுப்ப உதவுவதுடன், கழிவாகவும் செல்ல முயலும். இதைச் சரியான முறையில் அகற்றும் போது அது எதிர்கால சந்ததி விருத்திக்குப் பயன்படும். அவ்வாறில்லாமல் அது தப்பான வழியில் உடலை விட்டு வெளியேறும் போதும் உடலாற்றல் - ஜீவகாந்தம் குறையும்.

இதனையே ஔவையார் :-

'ஆனமுதலில் அதிகம் செலவானால்
மானமிழந்து மதிகெட்டுப் - போனதிசை
எல்லார்க்கும் கள்ளனாய் ஏழ் பிறப்பும் தீயனாய்
நல்லார்க்கும் பொல்லானாம் நாடு' - என்றார்.

ஆகவே இவ்வாறு வீணாக இழக்கப்படுவதை உடலாற்றலாக மாற்றும் பயிற்சியே காயகல்பக்கலை, ஜீவவித்துக்குழம்பின் மீள்சுழற்சி என்பதாகும். - Recycling of Sexual vital. இது இருவகைப் பயிற்சிகளையுடையது.

1. அஸ்வினி முத்திரை அல்லது நரம்பூக்கம்
   முதுமையைத் தடுக்கவும், மரணத்தைத் தள்ளிப்போடவும், ஒவ்வொரு நாளும் தளர்ச்சியுறும் நரம்புகளை ஊக்கப்படுத்தும் பயிற்சி.

2. ஓஜஸ் மூச்சு
   வித்து சக்தியைப் பதங்கமாக்கி, அதன் உற்பத்தி நிலையத்தோடு இணைக்கும் பயிற்சி.

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

இவ்விரு பயிற்சிகளின் போதும் விந்துநாதம் கடையப்பட்டு திணிவு பெற்ற உயிர்த்துகள்கள் பிரிக்கப்பட்டு, மூளைக்கு எடுத்துச் செல்லப்பட்டு உடல் முழுவதும் கொண்டு செல்லப்படும். இதனால் Cells இடையேயுள்ள பிணைப்பு வலுவடையும். உடல் கட்டுக்குலையாமல் காக்கப்படும்.

அதனால் காயகல்பக்கலைப் பயிற்சியை "Anti – Ageing Process" என்றும் கூறுவர்.

காலை, மாலை ஒரு நிமிட நேரம் - 3 தடவை : நின்றநிலை, உட்கார்ந்த நிலை, படுத்தநிலை என்று செய்யப்படுகின்றது.

இதனால் பல நன்மைகளைப் பெறலாம்.

(i) பாலுணர்வு முறைப்படுத்தப்படும்.

(ii) உடல் நோய்கள் அனைத்தும் குணமாகும்.

(iii) நோய் எதிர்ப்பாற்றல் கூடும்.

(iv) நீரிழிவு நோய், மலச்சிக்கல் நீங்கும்.

(v) நினைவாற்றல் குணமாகும்.

(vi) மாதவிடாய்த் தீர்வு, கருப்பை கோளாறு நீக்கம்.

வாழ்க வளமுடன்!

ஆக்கம் :
Dr. Thangarajah Thivagar
Mrs. Nilani Thivagar
கொழும்பு அறிவுத்திருக்கோயில்

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

பொதுசன நூலகம் யாழ்ப்பாணம்

கடவுளும் யோகமும்

பிரபஞ்சத் தோற்றங்கள் அனைத்தும் இறைநிலை எடுத்த வடிவங்கள். கற்பனை வந்தவாறு காட்டினேன். காண்பனவெல்லாம் சொப்பனம் என உணர்ந்தவன் ஞானியாவான்.

இறைநிலை என்பது மிகப்பெரிய கவித்துவம் எனும் ஆற்றல் கொண்டது. அது எழுதிய மிகப்பெரிய கவிதைதான் இப்பிரபஞ்சம். ஆனந்தம் மிகுந்த நிலையில் எதுகை மோனைகளுடன் எழுதிய கவிதைதான் இப்பிரபஞ்சம்.

இறைநிலை தான் எழுதிய கவிதையை மீட்டுப்பார்த்து அதனை மேலும் மெருகூட்டுவது தான் அதன் வேலை. அதனைத்தான் இயற்கை நியதி இயற்கை சட்டம், செயல் விளைவுத் தத்துவம் எனவும் தெய்வத்தின் வெளிப்பாடு எனவும் கூறப்படும்.

அதனை உணர்வது தான் ஆன்மிக அறிவு எனவும் அந்த உணர்வின் அடிப்படையில் வாழ்வதுதான் ஆன்மிக வாழ்வு எனவும் கூறப்படும். இந்த அறிவை வளர்க்கும் கலைதான் ‘யோகம்’ எனப்படும். மனிதனைத்தவிர இயற்கையில் எந்த ஒரு பொருளுக்கும் அல்லது உயிர்வகைக்கும் இக்கலை அவசியம் இல்லை, தேவையும் இல்லை.

காரணம் அவை அனைத்தினதும் இருப்பும் செயலும் இயல்பாகவே யோகநிலையில் உள்ளது.

ஆனால் மனிதன் மட்டுமே இதற்கு விதிவிலக்கு. காரணம் அவன் அந்த இயற்கைச் சட்டத்தை அறியும் பாதையில் பயணப்படும்போது தான் அறியும் அனைத்தும் இறைநிலை தான் தன்னில் உயர்ந்த அறிவாக வெளிப்படுகின்றது என்ற உண்மையை மறந்து தனது சொந்த அறிவின் விளைவுதான் தனது அனைத்து முன்னேற்றங்களும் என எண்ணுகின்றான். இதுவே அவனது தன்முனைப்பு எனப்படும். இத்தன்முனைப்பின் விளைவு மனிதன் என்ற உயிரினம் மட்டுமே அப்போதைக்கு அப்போது இறைநிலையை மறந்து செயலாற்றுவதால் சம்சார சாகரத்தில் துன்பங்களை அனுபவிக்கின்றான். இத்துன்பங்கள் என்பது இறைநிலை தனது இருப்பை மறத்து மனிதனுக்கு தனது இருப்பை நினைவூட்டும் சந்தர்ப்பங்களாகும்.

இறைத்தன்மை நினைவுக்கு வரும்போது அதனை நம்புதல் அறிதல் உணர்தல் அதனுடன் தன்னை இணைத்தல், அதுவாகவே மாறுதல் போன்றவைதான் யோகம் எனப்படுகின்றது.

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

யோகங்கள் பலவகை;

பக்தி யோகம்: இறையாற்றலை நம்புதல் அதனூடாக இறைநிலை எய்தல் பக்திமார்க்கம்.

கர்ம யோகம்: கர்மங்களை இறைநிலையாக உணர்ந்து கர்ம மாற்றி அதனூடாக இறைநிலை எய்தல்.

இராஜயோகம்: எங்கும் நீக்கமற நிறைந்த இறையாற்றலே தன்னுள்ளாகவும், உள்ளதை அறிந்து உணர்ந்து மனம் என்ற கருவியூடாக உயிரறிவை உள்ளுணர்வாய்ப் பெற்றுக் கொள்ளல்.

ஞான யோகம்: எந்த ஒன்றை அறிவதன் மூலம் எல்லாவற்றையும் அறிந்து கொள்ளல் ஞானம் அடைதல் எனப்படும். அறிந்து கொள்வனவற்றுள் உயர்ந்தனவற்றையும் ஆற்றவேண்டியவற்றுள், சிறந்தனவற்றையும் அறிதலும் ஆற்றுதலும் ஞானம் எனப்படும். அத்தகைய ஞானத்தைப் பெற்றுக் கொண்டால் அது ஞான மார்க்கம் எனப்படும். அதுவே இறையுணர்வு பெறுதலும் இறைநிலை அடைதலும். ஆகும்.

இயங்கும்வரை மனம் இயக்கத்தை நிறுத்தினால் அது அறிவு. அறிவு தெளிந்தால் அதுவே ஞானமாகவும் அறிவாகவும் இருப்பது இறை ஆற்றலே என உணர்ந்தால் அதுவே தெய்வம். மனித வாழ்வின் நோக்கமும் இலக்கும் அறிவில் முழுமை பெற்று இறையுணர்வு பெறுதலும் அந்த உணர்வுடன் அறம் சார்ந்த வாழ்க்கை வாழ்வதும் ஆகும். அதுவே ஆன்மிக வாழ்வு எனப்படும். இத்தகைய ஆன்மிக வாழ்வு எந்த உயிர்களுக்கும் தேவையற்றதும் மனிதனுக்கு மட்டுமே தேவையானதும் ஆன ஒரு சிறப்பு வாழ்க்கை நெறி ஆகும்.

வாழ்க வளமுடன்

என்றும் குருவின் சேவையில்
சதுஸ்க்க விக்னேஸ்வரன்
மட்டக்களப்பு தவமையம்

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

நிறைவாழ்வு தரும் மனவளக்கலை யோகா

இன்றைய விஞ்ஞான உலகில் பரபரப்பாக இயங்கிக்கொண்டு தன் வாழ்வை இயந்திரமயமாக்கி வாழ்க்கையை உருட்டிக் கொண்டிருக்கும் மனிதகுலம் என்றுமே இன்பமாக வாழ்வேண்டுமென்றே ஆசைப்படுகின்றது. அதற்கு அன்றிலிருந்து இன்றுவரை இயற்கையும் இறைநிலையும் ஒத்தாசை புரிந்து வருகிறது. ஆனாலும் ஆறறிவுடைய மனிதன் பெரும்பாலும் உடலால் உயிரால் மனதால் துன்பப்பட்டுக் கொண்டேயிருக்கிறான்.

இந்தத் துன்பங்களையெல்லாம் போக்கி மக்கள் அனைவரும் நல்ல உடல் நலம், உயிர்வளம், மனவளம் பெற்று தன் வாழ்க்கைப் பயணத்தை-வந்த பிறவியின் நோக்கை உணர்ந்து அன்பு,அமைதி,இன்பம் நிறைவு இவற்றைப் பெற்று இன்ப வாழ்வு வாழ ஏற்ற ஆன்மிகக் கல்வியை விஞ்ஞான-மெய்ஞ்ஞான அனுபவங்களை தன்னை கருவியாக்கி அதனை உலக மக்களனைவரும் பெறும் வகையில் பயிற்சிகளாக மனவளக்கலை யோகாவை அருட்தந்தை வேதாத்திரி மகரிஷி அவர்கள் எமக்கு கொடுத்துள்ளார். மகரிஷி அவர்கள் தந்த இந்த மனவளக்கலை யோகா பயிற்சிகள் இன-மத-சாதி பேதங்களின்றி ஆண்-பெண் இருபாலாரும் பெற்று ஆரோக்கிய வாழ்வு வாழ வழி வகுத்துள்ளது.

எளிய முறை உடற்பயிற்சிகள், எளிய முறை காயகல்பப் பயிற்சி, எளிய முறை தியானப்பயிற்சிகள், அகத்தாய்வுப் பயிற்சிகள் என பல்வேறு பயிற்சி முறைகளை இன்றைய சமுதாயம் பெற்று ஆரோக்கியமாக வாழ வேணடுமென்ற நோக்கில் இந்தியாவில் ஆரம்பித்து உலகின் பல நாடுகளிலும் கனடா, ஐக்கிய அமெரிக்கா, அவுஸ்திரேலியா, பிரித்தானியா அந்தவகையில் இலங்கையிலும் யாழ்ப்பாண அறிவுத் திருக்கோயில் -தொடர்ந்து எதிர்வரும் August-மாதம் திறப்புவிழா காணும் கொழும்பு அறிவுத்திருக்கோயில் என்பனவும் இலங்கை வாழ் மக்கள் அனைவரும் முழுமை நலவாழ்வு வாழும் வகையில் உருவாக்கப்பட்டுள்ளது அது மட்டுமன்றி இலங்கையில் பல மாவட்டங்களில் இந்த மனவளக்கலை யோகா (simply fiu kudalini yoga) பயிற்சிகளை வழங்கும் தவமையங்கள் இயங்கிக் கொண்டிருக்கின்றன. உங்கள் உடலாரோக்கியம் கருதி,உயிர் வளம் பெற்று அமைதி, வாழ்வு வாழ இலவசமாக இந்த தவமையங்கள் உங்களுக்காக இயங்கிவருகின்றன.

உலகத்தில் பல உடற்பயிற்சி முறைகள் உள்ளன. அவற்றையெல்லாம் ஆராய்ந்து தேவையானற்றைச் சேர்த்துக் கூட்டி மருத்துவத்துறையில் தனக்குள்ள அனுபவத்தையும் கொண்டு பலகாலம் பயிற்சி செய்து அதனால் கிடைத்த அனுபவங்களையெல்லாம் கணித்துப் பார்த்தே இந்த எளிய முறை உடற்பயிற்சியை வேதாத்திரி மகரிஷி உருவாக்கியுள்ளார் உடலுறுப்புகள் எதனையும் வருத்தாமலும் பயிற்சிக்காக அதிக நேரம்

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

எடுக்காமலும் இந்த மனவளக்கலை யோகாவை மகரிஷி தந்துள்ளார். அனேகமான யோகப் பயிற்சிகள் தனித்தனியான பயிற்சிகளாகும். ஆனால் மனவளக்கலை யோகாவில் உடற்பயிற்சியின் போது மனமும் இணைந்து பயிற்சி செய்கின்றோம் உடலை ஆரோக்கியமாக வைத்திருக்க எளிய முறை உடற்பயிற்சியும், உயிரை வளப்படுத்தி நீ ண்டகாலம் வாழ காயகல்பப் பயிற்சியும் மனதை வளப்படுத்த தியானப் பயிற்சிகளும் என உடல், உயிர் மனம் மூன்றும் வளமடையும் போது மனிதன் மாமனிதனாகிறான். நிறைவாழ்வு வாழ்கிறான். இன்பமான வாழ்வை அனுபவிக்கிறான்.

இன்றைய நவீன இயந்திரமயமான உலகில் உணவு, உழைப்பு, உறக்கம், எண்ணம், உடலுறவு இவற்றில் அளவு முறை மீறி நடைமுறை வாழ்க்கைக்கோலமே மாற்றமடைந்து வருகிறது தொழில் முறையில் எமது உடலின் சில உறுப்புகள் மட்டுமே அதிகமாக பயன்படுகிறது உதாரணம்-கணினியுடன் நீண்ட நேரம் வேலை செய்வது போன்றவையாகும் இதைவிடுத்து அனைத்து உறுப்புகளையும் நன்முறையில் இயக்கி, நோய் தடுப்பாற்றலைப் பெருக்கி நமது வாழ்வை நிறைவாழ்வாக மாற்றும் பயிற்சிகளே வேதாத்திரி மகரிஷி அவர்கள் எமக்களித்த பொக்கிஷமான மனவளக்கலையாகும்.

காலங்காலமாக பல அறிஞர்கள், ஆராய்ச்சியாளர்கள் சிந்தனையாளர்கள், ஆன்மிகவாதிகள் என்றெல்லோரும் மனித வாழ்க்கையில் இடம்பெறும் நோய், முதுமை, மரணம் இவற்றைத் தவிர்க்கவோ தள்ளிப்போடவோ முடியுமா? என சிந்தித்து விடைகண்டவர்கள் ஒரு சிலரே. அந்தவகையில் வேதாத்திரி மகரிஷி அவர்கள் இவற்றிற்கு விடைகாண உயிர், உயிரின் மூலம், உயிர்தாங்கி, உயிர்விளைவு இந்த இரகசியங்களை அனுபவபூர்வமாக உணர்ந்து விஞ்ஞான - மெஞ்ஞான நுட்பங்களோடு எமக்கு அளித்த இந்தப்பயிற்சி முறைகளை அறிவுத்திருக்கோயில்களிலோ, தவமையங்களிலோ நீங்கள் பெற்று உங்கள் வாழ்க்கையை நோயற்ற - ஆரோக்கியமான நிறைமனங்கொண்ட வாழ்க்கையாக மாற்றுங்கள்.

மனிதகுல வாழ்க்கையில் நிலவி வரும் பெரும்பாலான சிக்கல்களைத் தீர்க்கவல்லதும், மாணவர்கள் ஆசிரியர்கள், விஞ்ஞான ஆராய்ச்சியாளர்கள், மருத்துவர்கள், இளைஞர்கள் அனைவர்க்கும் - ஏன் இல்லறத்தார்க்கும் பெரு நன்மையளிக்கக்கூடிய காயகல்பம் எனும் பெருநிதியை உரிய குருவிடம் பயின்று அருளும், பொருளும் நீளாயுளும் ஒருங்கே பெற்று உடல் நலம்,. உயிர்வளம், மனவளம், அறிவு நலம் ஓங்கி அறிவுத்திருக்கோயில்களை நாடிச் செல்லுங்கள்.

நாம் நிறைவாழ்வு வாழ மகரிஷி அவர்கள் தினசரி எம்மை நாமே கண்காணித்து நாமே காவலாளியாக இருக்க வேண்டுமென்று கூறுகிறார். அதிகாலையிலேயே காலைக்கடன்களை முடித்து உடலுக்கு உடற்பயிற்சியும் உயிருக்குக் காயகல்ப்பப் பயிற்சியும், மனதுக்குத் தியானப் பயிற்சியும் செய்தலும், நாம் உண்ணும் உணவில் ஒழுங்கு முறையைக் கடைப்பிடித்தும், உடலுறுப்புகளுக்கு சீரான அசைவைக் கொடுக்கும் வேலைகளைச் செய்தும் அறவழியில் பொருளீட்டியும் வாழ நினைத்தோமேயானால்

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

வாழ்க்கை வாச மலர்கள் பூத்துக் குலுங்கும் பூஞ்சோலையாகும். தனது ஆயுள் 56 வயதுவரையுமே என ஜோதிடம் கூறியிருந்தபோதும் வேதாத்திரி மகரிஷி அவர்கள் தனது நாளாந்த உடற்பயிற்சியாலும்- தியானத்தாலும் 96 வயது வரை வாழ்ந்து ஜீவசமாதி அடைந்தார்கள். எனவே அறிவுத் திருக்கோயிலுக்கு வாரீர் அறிவுப் பசி நீக்குவோம்.

அருள்நிதி சுதர்ஷினி சுதர்சன்
கொழும்பு அறிவுத்திருக்கோயில்
வெள்ளவத்தை

இச்சை என்பது உயிரினப் பெருநிதி
இச்சை இயக்கமே வாழ்வு எனப்படும்
இச்சையின் தோற்றம் விளைவை யறியாதோர்
இச்சையை இழிவாக்கிப் பழிக்கின்றார்.

இச்சை இயங்கும் நிலைக்கேற்ப பெயர் பெறும்
இச்சையே காம முதலான அறுகுணம்
இச்சையின்றேல் உயர் ஞானந்தான் ஏது?
இச்சையே நீ நான் இவர் அவர் என்பதும்.

இச்சையின் மூலமும் முடிவும் ஒரே நிலை
இச்சை ரசிப்பது எண்ணுதல் அறிவாகும்
இச்சைப் பொருள்வரை இயங்க ஐயுணர்வாகும்
இச்சை உயர்ந்து தன்னிலை கண்டால் ஞானமாம்.

- மகரிஷி

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

மனவளக்கலை – எனது அனுபவப் பகிர்வு

நான் மனவளக்கலை பயிற்சி பற்றிய விபரத்தை பத்திரிகையில் 2007ஆம் ஆண்டு பார்த்து, மூத்த பேராசிரியர் உழவன் தங்கவேல் அவர்கள் (தமிழ்நாடு) மற்றும் காலம் சென்ற மூத்த பேராசிரியர் அறிவானந்தம் அவர்கள் (தமிழ்நாடு) ஆகியோரால் இலங்கை இராமகிருஷ்ண மண்டபத்தில் அற்புதமாக பயிற்சி பெற்றேன். ஒவ்வொரு நாளும் பயிற்சியின் எதிர்பார்ப்புகள் பூரணமாக நிறைவைத் தந்தது. மற்றும் உயிர்ப்பயிற்சியான காயகல்பம், தற்சோதனை இவற்றின் அனுபவங்களை மேலும் விளக்கமாக கீழே தர இருக்கின்றேன்.

1. **எளியமுறை உடற்பயிற்சியின் அற்புதமான அனுபவங்கள்**

   உண்மையாகவே ஒரு உடல் தவமாகவே செய்து உணர்வு பெற்றேன். இதனை தினந்தோறும் ஒருமுறை செய்தேன். அதன்போது உடல் முழுவதும் இரத்த ஓட்டம் சீராவதால் வேலைகளை செய்ய உதவுகின்றது என்றால் அது மிகையாகாது.

2. **காயகல்ப பயிற்சியின் அனுபவங்கள்**

   காயகல்பம் என்பது சில நிமிட பயிற்சி என்றாலும் அதனால் ஏற்படும் பயன்கள் அற்புதமானவை. இது எனது உயிர்சக்தியின் வரவை கூட்டியது, செலவை குறைத்தது, இருப்பை கூட்டியது, உடற்பயிற்சி செய்ய ஒரு சக்தியாக அமைந்தது. முகப்பொழிவு ஏற்பட்டது. நிறைவு வாழ்க்கையை நிச்சயமாக்கியது.

3. **தவத்தினால் ஏற்பட்ட சிறப்புகள்**

   மனத் தெளிவு, அமைதி, எனது உடல் பாரம் குறைந்தது போன்ற லேசான உணர்வு பெற்றேன். முடிவுகளை சீர்மை, கூர்மை, நேர்மையுடன் எடுக்க வழிவகுத்தது.

4. **அகத்தாய்வு (தற்சோதனை) பயிற்சியினால் ஏற்பட்ட பயன்கள்.**

   இதனை தவத்தின் பின் செய்ததினால் ஏற்பட்ட மனவிரிவு, பிரச்சினைகளை ஆராய்ந்து முறைப்படுத்தி தீர்வு எளிதாக காண வழிவகுத்தது.

வேதாத்திரிய பொக்கிஷத்தைக் கற்றதன் மூலம் இயற்கை பற்றியும் சமுதாயம் பற்றியும் அறிந்ததனால் அவை எனக்கும் எனது குடும்பத்தினருக்கும் பல அற்புதங்கள் நடத்திக் கொண்டே இருக்கின்றன. நன்றி.

துணைப்பேராசிரியர்
Dr. ஆ.ஞானமூர்த்தி MD.Md (Yoga)

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

வேதாத்திரியத்தில் எனது அனுபவம்

உலகில் காலத்திற்கு காலம் மகான்கள், ஞானிகள், சித்தர்கள் தோன்றிக்கொண்டே உள்ளனர். இவர்கள் மக்களை இயற்கையோடு இசைந்து வாழ்ந்து மக்களையும் அவ்வழியில் வாழ்வதற்குரிய வாழ்வியல் நெறிமுறைகளையும் வகுத்துத் தந்துள்ளார்கள்.

ஆயகலைகள் அறுபத்து நான்கு என்பர் அதில் யோகக்கலை மனிதர்களை அறவாழ்வு வாழ்வதற்கும் உடல் ஆரோக்கியத்துடன் வாழ்வதற்கும் வழி சமைத்துள்ளது.

பதஞ்சலி முனிவரால் அட்டாங்க யோகம் (பதஞ்சலி யோகம்) அறிமுகப்படுத்தப்பட்டது. இவ்யோகத்தை எல்லோரும் செய்வது சிரமம். அத்தோடு பெண்கள் செய்வது மறுக்கப்பட்டது.

தற்காலத்தில் வாழ்ந்த வேதாந்திரி மகரிஷி அவர்கள் இதனை எளிமைப்படுத்தி 'எளிய முறை குண்டலனி' யோகமாக அறிமுகப்படுத்தினார்.

அவர் தொலைநோக்குச் சிந்தனையை கொண்டிருந்தார். தனிமனித அமைதி உலக அமைதியை உருவாக்க முடியும் என்பதாகும். தனி மனிதன், குடும்பம், சமூகம் இணைந்தால் தான் இது சாத்தியம். எனவே முதலில் தனி மனித அமைதிக்கு உடல் நலம், உயிர் வளம், மனவளம் சிறப்பாக அமைய வேண்டும் என்பதற்காக வளப்படுத்தும் பயிற்சிகளை வகுத்துள்ளார். சிறுவர் முதல் முதியோர் வரை செய்யக்கூடியதாய் இலகுபடுத்தி உள்ளார்.

உடல் நலம்	-	உடற்பயிற்சி
உயிர்வளம்	-	காயகற்பம்
மனவளம்	-	தியானம், அகத்தவம், அகத்தாய்வு மௌனம்

உடலின் மகத்துவமும் அதைப்பேணும் அவசியத்தையும் திருமூலர் திருமந்திரத்தில் தெளிவாக கூறியுள்ளார்.

உடம்பார் அழியின் உயிரார் அழிவர்
திடம்பட மெய்ஞ்ஞானம் சேரவும் மாட்டார்
உடம்பை வளர்க்கும் உபாயம் அறிந்தே
உடம்பை வளர்த்தேன் உயிர் வளர்த்தேனே

ஞானத்தை அடைய உயிர் தேவை. உயிர் வாழ உடல் தேவை என்பதை விளக்குகிறார்.

உலக சமுதாய சேவா சங்கத்தை 1958 ஆம் ஆண்டு நிறுவி பல திட்டங்களையும் ஆலோசனைகளையும் வகுத்துள்ளார். இச்சங்கம் பல நாடுகளிலும் நன்கு செயற்பட்டு வருகின்றது.

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

உலகிலுள்ள பொறுப்புடைய தலைவரெல்லாம்
உயிரறிவை உள்ளுணர்வாய் பெறுதல் வேண்டும்
உலகனைத்து நாடுகளிலுன் எல்லை காக்க
ஓருலகக் கூட்டாட்சி வலுவாய் வேண்டும்
உலகில் போர் பகை அச்சமின்றி மக்கள்
உழைத்துண்டு வளம் காத்து வாழவேண்டும்
உலகெங்கும் மனித குலம் அமைதியென்னும்
ஒரு வற்றாத நன்னிதி பெற்று உய்ய வேண்டும்

மனிதன் தன் கர்மாக்களை அழிப்பதற்கு வாழ்த்துதல் நன்று என்று கூறியுள்ளார். இயற்கை வளத்தையும் அனைத்து ஜீவராசிகளையும் தினமும் வாழ்த்தி நட்பு கொள்வோம். 'வாழ்க வையகம்'. 'வாழ்க வளமுடன்' இதுவே மகரிஷியின் திருமந்திரமாகும். வாழ்த்தும் போது வாழ்த்துபவர், வாழ்த்தப்படுவோர், வாழ்த்தும் பொருட்கள் என்பவற்றுக்கிடையில் இணைப்பு ஏற்படும்.

இரண்டொழுக்கப் பண்பாடென்பது நான் எனது வாழ்நாளில் யாருடைய உடலுக்கும் மனதிற்கும் துன்பம் தரமாட்டேன், துன்பப்படுபவர்களுக்கு என்னால் முடிந்த உதவிகளைச் செய்வேன்.

நாம் நாள்தோறும் இதனைச் சொல்லும்போது செல்களில் (கலம்) பதியப்படும். இதனால் மனிதப்பண்பு வளரும். துன்பத்தை நீக்கி மகிழ்ச்சி கிடைக்கும். இதில் ஈகை, கடமை, மனித நேயப் பண்பாடுகள் கூறப்பட்டுள்ளது.

இவ்வொழுக்கத்தின் விளைவால் வேதாந்திரி மகரிஷியின் தொண்டரான எனது நண்பர் கயிலைநாதன் என்பவர் எனது துன்பங்களைக் கண்டு இதற்கு தீர்வு கிடைக்க வேண்டுமெனில் கொக்குவிலில் அறிவுத்திருக்கோவில் உள்ளது. அங்கு செல்லுமாறு ஆலோசனை வழங்கினார்.

எனக்கு தற்போது 72 வயது. 10 வருடங்களுக்கு முன் நான் நீரிழிவு, கொலஸ்ரோல், இரத்த அழுத்தம், காது கேளாத்தன்மை, கண் பார்வைக் குறைபாடு போன்ற உபாதைகளால் பாதிக்கப்பட்டிருந்தேன். நண்பர் கூறிய நாளிலிருந்து இன்றுவரை நான் அறிவுத் திருக்கோயிலுக்கு செல்கிறேன். அவரது பயிற்சிகள் அனைத்தையும் ஒழுங்காக செய்து வருகின்றேன். அவர் எழுதிய நூல்கள், கவிதைகள் என்பவற்றை வாசிப்பேன். அவற்றின் ஒவ்வொரு வரிகளும் வாழ்க்கையை வழிநடத்தும் முத்துக்கள். இன்று எனது நோய் முற்றாக நீங்கி ஆரோக்கியமாக உள்ளேன்.

நான் முதலில் சென்றபோது அறிமுக உரையுடன் அடிப்படை உடற்பயிற்சியை ஆரம்பித்தனர். அப்போது உடல், உயிர், மனம் வளப்படுத்தும் பயிற்சிகளை வழங்கினார்கள். சுவர் இருந்தால் தான் சித்திரம் வரையலாம். அப்போது தான் கீழே கூறப்பட்டுள்ள எமது ஓட்டங்கள் சீராகும். இவற்றில் சீர்குலைவு ஏற்பட்டால் அவை வலியாகி, நோவாகி

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

பின்னர் நோயாகிவிடும். இரத்தோட்டம், வெப்ப ஓட்டம், உயிரோட்டம், காந்த ஓட்டம் இவ்வோட்டங்களை சீர்படுத்தி உடல் இயக்கங்களை நன்கு இயங்கச் செய்ய முடியும் என்பதனை அவர்களின் விளக்கத்தின் பின் நன்கு உணர்ந்தேன். தொடர்ந்து செய்தேன் பஞ்ச பூதங்களின் கூட்டே உடல் என்ற தத்துவம் விளங்கியபோது நான் பஞ்ச பூதங்களுடன் நட்புக்கொள்ளத் தொடங்கினேன்.

மகரிஷி அவர்கள் தனது தத்துவக் கொள்கையை காந்தத்துவம் மூலம் விளக்குகின்றார்.

தற்சோதனைக்கு முன்னுரிமை கொடுத்துள்ளார். இதன் மூலம் நாம் நம்மை வளப்படுத்திக் கொள்ள முடியும். நாம் செய்யும் கர்மாக்களால் உடலில் நோய், உள்ளத்தில் களங்கம், வாழ்வில் சிக்கல் தோன்றுகின்றது. இதிலிருந்து விடுபட்டு வாழ்வில் இனிமை காத்து முழுமைப்பேறு அடைவதே மனிதப் பிறவியின் நோக்கம்.

வேதாந்திரி மகரிஷி கூறுகின்ற ஐவகை கடமை தான், குடும்பம், சுற்றம், ஊர், உலகம் எனவும் தன்முனைப்பு காரணமாக எழும் தீய குணங்கள் அதாவது பேராசை, சினம், கடும்பற்று, முறையற்ற பால் கவர்ச்சி, உயர்வு தாழ்வு மனப்பான்மை, வஞ்சம் என்பனவும் இத்தகைய குணங்களால் பொய், களவு, கொலை, சூது, கற்பழிப்பு என்னும் ஐந்து பழிச்செயல்களிலிருந்து விடுபடுவதற்கு அறுகுண சீரமைப்பு பயிற்சியை தந்துள்ளார் இதனால் மனிதன் நல்வழி பெற முடியும்.

தனது கருத்துக்களுக்கு மெய்ஞ்ஞான விளக்கத்திற்கு விஞ்ஞான விளக்கங்களைக் கொடுத்துள்ளார். அதாவது விஞ்ஞானத்தில் நிற மூர்த்தங்கள் பரம்பரை அலகுகளால் கடத்துவது போல் கருமையம் எமது பதிவுகளை பரம்பரைக்கு கடத்துவதை வேதாத்திரி நன்கு விளக்கியுள்ளார். எனவே கருமையம் தூய்மை அடைய வேண்டும். இதற்கு உடற்பயிற்சி, அகத்தவம், அகத்தாய்வு, தியானம், மௌனம் செய்தல் வேண்டும்.

'ஐந்தில் வளையாதது ஐம்பதில் வளையாது' எனவே இவ்வரிய கலையை இளையோருக்கு பயிற்றுவிக்க வேண்டும். இதற்கு அறநெறி பாடசாலைகள், பள்ளிக்கூடம் போன்ற நிலையங்களில் இதனை வழங்குவது சிறப்பு. வாரத்தில் ஒரு நாளாவது மாணவர்களுக்கு நேரசூசியில் இடம் ஒதுக்கப்பட வேண்டும். கருத்தரங்கு, சத்சங்கம், பொது இடங்களில் இவற்றை செய்து காட்ட வேண்டும்.

நாம் எமது குறுகிய வாழ்க்கைக் காலத்தில் ஒன்றாக நின்று தன் முனைப்பை நீக்கி சமூகத்திற்கு வேதாத்திரியத்தை கொண்டு செல்ல முனைவோம். பக்தி நெறியில் மனிதன் தெய்வத்தை நம்புகிறான், ஞான நெறியில் தெய்வத்தை உணருகிறான் இதில் எதைப் பின்பற்றினாலும் தன்முனைப்பு நீங்கிவிடும். விழிப்போடு கடமையாற்றினால் வாழ்வு நிறைவை அளிக்கும், மகிழ்ச்சி ஓங்கும், மனிதன் அருட்பேறு பெற்று இன்பத்தில் அமைதி பெறுவான்.

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

எமது வாழ்விற்கு வழிகாட்டிய குருவைப் போற்றி அவரின் கருத்துக்களை மனதில் கொண்டு வாழ்ந்து மற்றவர்களையும் வாழவைத்து தியானம், அகத்தவம், அகத்தாய்வு, வாழ்த்துதல், மௌனம் என்பவற்றை முறையாக செய்து உயிர்வளம், உடல் நலம், மன நலம், நட்பு நலம், அறிவு வளம் பெருக்கி 'நான்' என்பது நீங்கி யாம், நாம் ஒன்றாகி சமூகத்திற்கு அன்பும் கருணையுடனும் தொண்டு செய்து வேதாத்திரியத்தை உலகிற்கு அறியச்செய்து அவரின் நோக்கத்தை வளப்படுத்துவோம்.

வேதாத்திரியம் ஓங்குக!
உலகம் அமைதி பெறுக!
வாழ்க வையகம் வாழ்க வளமுடன்!

ஆ.செல்லத்துரை
துணை பேராசிரியர்
யாழ். அறக்கட்டளை

இச்சையை புள்ளியாய் நிறுத்தப் பழகிடு
இச்சை விரிந்தால் ஆராய்ச்சியாக்கிடு
இச்சை விரிந்து பேராதார நிலையெய்த
இச்சைப் புலன்களை வென்று நிலைபெறும்.

இச்சை முதல்படி காமதேனு. வென்பார்
இச்சை ஒழுங்குற்றால் கற்பகம்.. என்பார்கள்
இச்சை உயர்நிலை சிந்தாமணி... யாகும்
இச்சை நிலைக்கேற்ப இம்மூன்று பேர் பெறும்.

- மகரிஷி

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

மகத்தான வாழ்விற்கு மனவளக்கலை

அரிது அரிது மானிடராதல் அரிது
மானிடராயினும் கூன் குருடு செவிடு
பேடு நீங்கிப் பிறத்தல் அரிது
கூன் குருடு செவிடு பேடு
நீங்கிப் பிறந்த காலையும்
ஞானமும் கல்வியும் நயத்தல் அரிது
ஞானமும் கல்வியும் நயந்த காலையும்
தானமும் தவமும் தான் செய்தல் அரிது
தானமும் தவமும் தான் செய்வாராயின்
வானவர் நாடு வழி பிறந்திடுமே!

எனும் ஔவை பாடலில் கூறியுள்ளது போல் கூன் குருடு செவிடு பேடு நீங்கிப் பிறந்திருக்கும் இவ்வரிய மானிடப் பிறவியின் வெற்றியே தானும் அமைதியும் நிறைவும் பெற்று வாழ்வதுடன் தன்னைச் சுற்றி இருப்பவர்களையும் அந்த நிறைவான வாழ்விற்கு வழி காட்டுவதுதான்!

அவ்வாறான வாழ்வியல் கல்விக்கு வழிகாட்டுவதே மனவளக்கலையாகும். நம் குரு வேதாத்திரி மகரிஷி அவர்கள் தான் பெற்ற ஞானத்தினால் கிடைத்த பயனை எல்லோரும் பெற வேண்டும் என்ற நோக்கில் பல ஆராய்ச்சிகளின் பின் மிக எளிய முறையில் வடிவமைத்துக் கொடுத்திருப்பதுதான் இப்பெரும் பொக்கிஷமாகிய

- எளிய முறை காயகல்ப்பப் பயிற்சி
- எளிய முறை தியானப் பயிற்சி
- எளிய முறை உடற்பயிற்சி
- எளிய முறை அகத்தாய்வுப் பயிற்சி என்பனவாகும்.

பல பிறவித் தொடரின் வழியாக வந்து இறுதியில் பெறப்பட்ட மனிதப் பிறவியானது அத்தனை பதிவுகளையும் கருமையம் எனும் நம் உயிர் மையத்தில் உள்ளடக்கியுள்ளது. இங்குள்ள பதிவுகளைப் போக்கித் தூய்மைப்படுத்துவதோடு மட்டுமன்றி வாழத் தெரியாமல் எப்படி வேண்டுமானாலும் வாழலாம் என்ற வாழ்க்கை முறைகளை மாற்றி சிக்கலின்றி இனிமையாக வாழ வழி காட்டக்கூடிய உன்னதமான பயிற்சிகள் மனவளக்கலையில் வெறும் போதனைகளாக அல்லாது சாதனை முறைகளாக அமைந்துள்ளன.

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

இந்தப் பயிற்சிகளைப் பெறுவதற்கான தகுதியாக நமது குரு வேதாத்திரி மகரிஷி அவர்கள் சொல்லக்கூடியது மனிதனாக இருக்க வேண்டும். அவனுடலில் உயிர் இருக்க வேணடும் என்பது தான்!

எல்லாக் குறைகளும் நீங்கிப்பிறந்த போதும் ஞானமும் கல்வியும் நயத்தல் அரிது என்ற வரியில் நாம் உணர்வது என்ன? 'நயத்தல்' என்பது விரும்புதல் என்று பொருள் தருவதாகும். எனவே நாம் ஒவ்வொருவரும் விரும்பிக் கற்றுக் கொள்ள வேண்டும்.

யாரும் யாரையும் எப்போதும் திருத்திவிடவே முடியாது என்று குரு ஆணித்தரமாகக் கூறுவார். எனவே இந்தப் பயிற்சிகள் நாமாகக் கற்றுக் கொண்டு நமது அறிவுக்கு ஏற்புடையதாக இருப்பின் தொடர்ந்து செய்துவர அதற்குரிய பலனை நிச்சயமாகக் கொடுக்கிறது என்பது அனுபவப்பூர்வமான உண்மை.

ஒரு மனிதன் இந்த சமுதாயத்தில் தடுமாறாமல் தடம் மாறாமல் ஒழுக்கமுடையவனாக விளைவறிந்த விழிப்புநிலையோடு, தனது கடைமைகளைச் செவ்வனே செய்து இன்பமாக வாழ வழிகாட்டும் மகத்தான வழிமுறை இதுவாகும்.

முதல் நாள் வழங்கப்படக்கூடிய தீட்சையுடனான தவம் என்பது தொடர்ந்து நாம் செய்து வரும்போது குருவுடன் உயிர்க்கலப்புப் பெறுவதை தவத்தில் உணர முடியும்.

உடலில் உயிர் எங்கு, எப்படி இருக்கிறது என்ற சிந்தனையே இல்லாத நமக்கு நம் உயிரை, உயிர்த்துடிப்பை உணர்த்திக் காட்டி அவ்வுயிரில் அறிவாக, இருப்பாக இருந்து இயக்குவது அந்த தெய்வமேதான் என்ற வகையில் மிக உயர்ந்த தத்துவத்தை மிக எளிய முறையில் உணர வைக்கும் குருவின் சிறப்பை எவ்வாறு வார்த்தைகளில் கூற முடியும்?

அகத்தாய்வு எனும் சுயபரிசோதனையில் நமது எண்ணங்களை ஆராய்ந்து, ஆசை களை சீரமைத்து, சினம் தவிர்த்து, கவலைகளை ஒழித்து, ஆறு குண சீரமைப்புப் பெற்று, இல்லறத்தில் பொருளீட்டி தானும் நிறைவாக, இனிமையாக வாழ்ந்து பிறரையும் இன்பமாக வாழ வழிகாட்டக்கூடிய அறவாழ்வு பெற முடிகிறது.

அகத்தாய்வுப் பயிற்சிகளைக் கற்றுக்கொள்ளும்போது ஒவ்வொரு வகுப்பிலும் அடடா... நமது கதையை அல்லவா குரு சொல்லியிருக்கிறார்? நான் தேடிய கேள்விகளுக்கு பதில் கிடைக்கிறதே!.. என ஒவ்வொருவரும் வியக்கக் கூடியளவிற்கு குருவின் விளக்கங்கள் அமைந்திருப்பது மிகச் சிறப்பு!

தன்னைப் போல பிறரையும் நேசிக்கும் அன்பும் கருணையும் மலர ஆரம்பிக்கும். இதுவே மூலம் எனும் தெய்வத்தை உணரும் முழுமைப்பேறு ஆகும். இவை அனைத்தும் எம்மால் அனுபவிக்க முடியும்?... எப்போது?

நாமாக விரும்பி இவையனைத்தையும் கற்றுக் கொண்டு தெளிந்து தானமும் தவமும் செய்யக்கூடிய அறவாழ்வு வாழும் போது அனுபவிக்கலாம்.

Digitized by Noolaham Foundation
noolaham.org | aavanaham.org

ஐயப்படாது அகத்தது உணர்வானைத்

தெய்வத்தோடு ஒப்பக் கொளல்

என வள்ளுவரும் இதனையே கூறுகிறார்.

ஔவை கூறும்

வானவர் நாடு வழி பிறந்திடும்

என்பதும் இதுவே!

இத்தகைய மகத்தான மாற்றங்களை அவரவர் மனங்களில் அவரவரே விரும்பிப் பெறக்கூடிய இந்தப் பயிற்சிகளைக் கற்றுக் கொண்டு வாழ்வில் வெற்றி பெற அனைவரையும் அழைக்கின்றோம்!

வாழ்க வளமுடன்!

பேராசிரியை கலாராணி வசந்தகுமார்

இச்சை வேகம் தடைப்படும் காலத்தில்
இச்சைச் சினமாகக் கவலையாய் நிலைமாறும்
இச்சையின் தோற்றமும் முடிவுமறிந்திடில்
இச்சையே எல்லை யற்ற பராபரம்.

- மகரிஷி

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

ஆறுமுகம் ஆன வகை
அருட்தந்தை வேதாத்திரி மகரிஷி

சக்தியும் சிவமும் சேர்ந்து பிறந்தது பிரணவம் என்று சொல்வார்கள். பிரணவம் என்பது காந்தம் தான். இந்தக் காந்தத்தைப் பழைய கால மெய்ஞ்ஞானிகள் தான் வெளியில் கொண்டு வந்தார்கள். மத்தியில் பக்தி மார்க்கம் வந்த போது, உண்மைக் கருத்து தவறிப் போய்விட்டது.

இறையாற்றலும் அதனுடைய சக்தியான இயக்க அலையும் சேர்ந்தது தான் காந்தம். விண் என்ற நுண்துகள்களின் செறிவுக்குத் தகுந்தவாறு, அதனுடைய அடர்த்திக்குத் தகுந்தவாறு ஐந்து நிலைகளை அடைந்து. அதாவது விண்வெளி என்றும், காற்று என்றும், அழுத்தக்காற்று என்றும், நீர் என்றும், நிலமென்றும் ஆனது.

ஒவ்வொரு பொருளிலேயும் ஒவ்வொரு பௌதிக நிலையிலேயும் அந்தக் காந்தம் என்பது தன்மாற்றம் அடைகிறது. விண்வெளியில் அழுத்தமாகவும், காற்றில் சப்தமாகவும், அழுத்தக் காற்றில் ஒளியாகவும், நீரில் சுவையாகவும், நிலத்திலே மணமாகவும், வந்த பரிணாமத்திலே பரிணாமத்தில் என்னென்ன தன்மாற்றம் அடைகிறதோ- அதையெல்லாம் உணர்ந்து கொள்ளக் கூடிய மனமாகவும் உயிர்களில், வந்தது.

இதை வேதாந்தத்தில் உள்ளவர்கள் 5 கரம் என்று சொன்னார்கள். பிரபஞ்சம் 5 கைகளை உடையது. இதை தெரிந்து கொண்டாலொழிய உலகத்தில் ஒன்றையும் நாம் அறிந்து கொள்ள முடியாது. ஆகையினால் இதை முதலில் தெரிந்து கொள்ளுங்கள் என்று சொன்னார்கள். 5 கரம் என்று சொன்னால் பிற்காலத்தில் வந்தவர்கள் 5 கரம் என்பது என்ன என்று எதையாவது கொடுத்து விட வேண்டும் என்பதற்காக யானையைச் சொன்னார்கள். யானை முகம் ஒன்று வைத்து ஐங்கரன் என்றார்கள்.

இந்தக் கதை அன்றிலிருந்து இன்றுவரை தொடர்ந்து வழக்கத்தில் வந்து கொண்டுதான் இருக்கிறது. ஆனால், ஐங்கரன் என்பதை என்னவென்று தெரிந்து கொண்டால், இப் பிரபஞ்சத்திற்கு எல்லாவற்றிலும் அடிப்படையாக உள்ள ஐந்து ஆக, அழுத்தம், ஒலி, ஒளி, சுவை மணமாக மாறின. இது வேதாந்திகளுடைய கருத்து என தெளிவுபடுத்தியிருக் கிறார்கள். அதன் பிறகு சித்தாந்திகள் தான் மனதிற்கு உள்ளே திருப்பித் தியானம் செய்தார்கள். அவர்கள் '5 பௌதிக நிலையில் 5 பூதங்கள், அதில் பஞ்சதன் மாத்திரை, சரி. அதில் மனம் என்பதை காணோமே?' என்று தேடினார்கள்.

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

அதனால் ஐந்துடன் ஆறாவதாக மனமும் பஞ்சதன்மாத்திரைக்கு ஒத்ததாகக் கொடுத்து, '6 நிலைகள் பிரபஞ்சத்திற்கு உண்டு' என்றார்கள். பின் 6 நிலைகள் என்ற போது, அது 6 தலைகள் என்றானது. முன்னேயே உருவானது அல்லவா 5 கரம், 5 கரன் அண்ணன் ஆனான். ஆறுமுகன் தம்பியானான்..

ஏறுமயி லேறிவிளை யாடும்முகம் ஒன்று.

ஈசருடன் ஞானமொழி பேசும் முகம் ஒன்று.

மாறுபடு சூரனைவ தைத்தமுகம் ஒன்று.

வள்ளியைம ணம்புரிய வந்தமுகம் ஒன்று.

கூறுமடி யார்கள்வினை தீர்த்தமுகம் ஒன்று.

குன்றுறுவ வேல்வாங்கி நின்றமுகம் ஒன்று.

ஆறுமுக மானபொருள் நீயருளல் வேண்டும்.

ஆதியரு ணாசலம் மர்ந்தபெரு மாளே!

என்று ஆறுமுகம் கொண்டவனாகக் கற்பிக்கப்பட்ட முருகனைப் பார்த்து அருணகிரிநாதர் கேட்டார். ''அந்த ஆறுமுகமான பொருள் (அர்த்தம்) எனக்கு வேண்டும்'' என்று கேட்டுப் பார்த்தார்.

ஏனெனில், ஒவ்வொரு சமயத்திலும் முருகனுக்கு இருப்பதாக அவருக்குத் தெரிந்தது ஒரே முகம் தான். ஆனால், அந்தக் கேள்வி காலந்தோறும் எல்லோரிடமும் தொடர்ந்து இருந்து கொண்டே இருப்பதாலே இன்று, ஆறாவதாக அறிவு கண்டுபிடிக்கப்பட்டு, அதற்குத் திருக்கோயில்கள் வந்துகொண்டிருக்கின்றன. அருணகிரியார் வாழ்ந்த காலத்தில் ஆறுமுகமான பொருளை விளக்குவதற்கு இல்லை. இப்போது உண்மையான தத்துவத்தை- உள்ளே ஆழ்ந்த ஆராய்ச்சியோடு கவனித்தோமானால், பிரபஞ்ச இயக்கத்தின் இரகசியங் கள் அவ்வளவும் வெளியாகிவிடும்.

இப்போது இத்தகைய உண்மையை உணர்ந்து கொள்வதற்குக் காலம் வந்துவிட்டது. பிரபஞ்சத்தில் இறைவனின் தன்மைகள்-முதலிலே காந்தமாகவும்- அக்காந்தம் மலரும் போது பிறகு அழுத்தம், சப்தம், வெளிச்சம், சுவை, வாசனை, மணம் என்று ஆறாகவும் - வந்தன. இவ்வளவுதான் பிரபஞ்சத்தில் உள்ளவை. இவற்றின் ஊடே காந்தம் இருக்கிறது. அந்த ஆறுமுகங்களில் ஒன்றாகிய மனம் நம்மிடம் இருக்கிறது. அதைத் திருப்பிக் காந்தத்திலே செலுத்தினால், முதலில் காந்தம் (சீவகாந்தம்) தெரியும். பின்னர் அந்தக் காந்தத்தில் சரிபாதியாக இருக்கின்ற இறைநிலை தெரியும்.

எனவே, இறைவனை அறிய, உள்ளே போக வேண்டும். அகநோக்குப் பயிற்சி செய்வதின் அடிப்படையை விளக்குவதாக இந்தக் காந்தத்தின் விளக்கம் - காந்தத் தத்துவம்-விளக்குகிறது. இதையெல்லாம் சித்தர்கள்தான் கண்டுபிடித்தார்கள்.

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

இன்பம் – துன்பம் – அமைதி

அருட்தந்தை வேதாத்திரி மகரிஷி

இன்பம் துன்பம் என்பதென்ன?
இவையி ரண்டும்
எங்கிருந்து தோன்றுகின்றது
எனஆ ராய்ந்தேன்
இன்பமே இயற்கையிலே
எதிலும் எங்கும்
என்றும்நிறை வாயுள்ள
தனுபோகத் திற்கு
இன்பத்தின் அளவுமுறை
மாறும் போது
ஏற்படும்ஓர் பொருத்தமிலா
உணர்ச்சி யேதான்
இன்பத்தின் மறுபெயராம்
துன்ப மாயும்
இரண்டும்அறி வின்அலைக
ளாயும் கண்டேன்

நம்மில் பெரும்பாலோர் வாழ்வில் இன்பம், துன்பம், இந்த இரண்டில் ஒன்றை மாற்றி ஒன்று அனுபவித்து வருகிறோம். இந்த இன்ப துன்பமானது எவ்வாறு உண்டாகிறது என்று ஆராயும்போது, இந்த இரண்டு விதமான உணர்ச்சிகள் மட்டுமில்லாமல் இன்னொரு உணர்ச்சியும் இருக்கின்றது என்பது தெரியவரும். அதற்குப் பெயர் அமைதி அல்லது சம உணர்வு என்பதாகும். அமைதியான உணர்வானது சிறிது ஊக்குவிக்கப்படுமானால் அப்போது ஏற்படுகின்ற உணர்வுதான் இன்பம். இந்த ஊக்குவித்தலினால் அதிகமாகி அணு அடுக்குச் சிதைவு ஏற்பட்டு உயிர்ச் சக்திக்கு அழிவு ஏற்படுகின்ற காலத்தில் அதுவே துன்பமாக மாறுகிறது.

அமைதி நிலையில் (Normal) இருக்கின்ற பொழுது அதைச் 'சத்துவ குணம்' என்று கூறுவார்கள். அப்போது மனமானது நல்ல எண்ணமாக, தெய்வீக நிலையில் இருக்கிறது.

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

அமைதி நிலையிலிருந்த உணர்வு ஊக்குவிக்கப்பட்டு, ஏதோ ஒன்றை அனுபவிக்கும் போது ஏற்படுகிற இன்பம் இருக்கிறதே, அதை 'ரஜோ குணம்' என்றும் அதற்கு மேலே துன்பம் வருகின்ற அளவுக்கு இயக்கமும், செயலும், வேகமும் உண்டாகின்ற போது அதைத் 'தமோ குணம்' என்றும் பிரித்துச் சொல்வார்கள்.

பசி எடுக்கிறது. அது துன்பம் ஆக உணரப்படுகிறது. அந்தப் பசியை உணவினாலே நீக்கிக் கொள்ளுகின்றோமே, அப்போது பெறுவது இன்பம். துன்பத்திலிருந்து மீட்டுக் கொள்ளுகிற போது ஒரு இதம் வருகின்றதல்லவா, அதை இன்பமாகத் தான் கொள்ள வேண்டும்.

இப்போது பசி நீங்கி விட்டது. இன்பமும் இல்லை, துன்பமும் இல்லை. அந்த இடத்திலேதான் அமைதி இருக்கிறது. அதுதான் Normal.

அப்படித் தன் நிலையில் நில்லாமல் இருந்தால் முழுமை நிலை, பகுதி நிலை என்று இரண்டு பிரிவாகி, அந்த இடத்தில்தான் 'தன்முனைப்பு' (Ego) உண்டாகிறது. உணர்ச்சி வயப்பட்ட நிலையில்தான் தன்முனைப்பு உண்டாகிறது. அங்கு பலவிதமான முரட்டுச் செயல்களும், நோய்களும், தீச்செயல் பதிவுகளும் உண்டாகின்றன.

ஆகவே, இந்த நிலையை மாற்றி அமைத்துக் கொண்டு அமைதி நிலைக்கு வந்து விட்டோமேயானால் பல விளக்கங்கள் உண்டாகின்றன.

உலகம், இன்பம், துன்பம் இவைகளில் ஏற்படுகின்ற விளக்கங்களுக்கு ஏற்ப வாழ்க்கையை அமைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

அமைதி நிலையிலிருந்து பெற்ற தெளிவின் வாயிலாக திருத்திக் கொள்ள வேண்டு மென்று நினைக்கின்ற போதே திருத்திக் கொள்ள வேண்டும். உணர்ச்சி வயப்பட்ட நிலையிலே திருத்திக் கொள்ள முடியுமா என்றால் முடியாது. திருந்த வேண்டும் என்று தோன்றும். ஆனால் திருத்தத்திற்கு மனம் வராது.

ஆகையினால் மாற்றமும் திருத்தமும் பெற்று முழுமைபெற வேண்டுமானால் அமைதி நிலைக்கு மனதைக் கொண்டு வரவேண்டும். அதற்கு, அகத்தவம் அன்றி வேறு வழி இல்லை. அகத்தவத்தில் மனம் நுண்ணிய அலைக்கு வந்த பிறகு நன்மை, தீமையை உணருவதுதான் தற்சோதனை (Introspection) என்ற அகத்தாய்வுப் பயிற்சியாகும். இந்த அகத்தவம், அகத்தாய்வு இரண்டினால், முன்பின் வினைகளால் ஆக்கப்பட்ட மனத்தின் தன்மை (Personality), மனப் பண்பு இவற்றை மாற்றிக் கொள்வதற்கு ஏற்ற பயிற்சியே இவைகள். இதனாலே தான் ஒரு முழுமையான மாற்றம் ஏற்படும்.

முன்வினைப்பதிவுகளால் தூண்டப்பட்டு அதே வழியில் பழக்கப்பட்ட வழிகளிலேயே சென்று பாரத்தை அல்லது அழுத்தத்தை அதிகமாக்கிக் கொள்கின்ற போது, அதைப் 'பிரவிர்த்தி மார்க்கம்' என்பர். அகத்தவத்தினாலும், அகத்தாய்வு முறையினாலும் உடல், உயிர், மனம், தன்மாற்றம் பெற்றுத்தான் உய்ய வேண்டும். விடுதலை பெற வேண்டும் என்ற எண்ணத்தோடு நல்லன எண்ணுதல், நல்வினைகள் ஆற்றுதல், மனத்தூய்மை,

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

வினைத்தூய்மை இவற்றால் எல்லாவற்றையும் அழித்தோ, மேல்பதிவு செய்தோ, புதிய பதிவுகளை ஏற்று அதைக் கொண்டு எளிதாகவும் விரைவாகவும் தன்னுடைய முழுமையை அடைவதற்குரிய எண்ணங்களும், செயல்களும் ஏற்பட்டு விடுமேயானால் அதுவே 'நிவர்த்தி மார்க்கம்' என்று சொல்லப்படுகிறது. வேதம், புராணம் என்று எதை எடுத்தாலும் அவை இந்த அடிப்படையைத்தான் கூறிக் கொண்டிருக்கின்றன.

ஆகவே அகத்தவம், அகத்தாய்வு (தற்சோதனை) இவை இரண்டும் மனிதனுக்கு மிகவும் இன்றியமையாதவை. இவற்றால் தன்விளக்கம் பெற்று, தன்நிலை உணர்ந்து வாழ்வை வளப்படுத்திக் கொண்டு, தானும் வாழ்ந்து, வாழ்வாங்கு வாழ அனைவருக்கும் உதவ வேண்டும் என்றால் தவமும் தற்சோதனையும்தான் இதற்கு உதவ முடியும். அத்தோடு பஞ்சதன்மாத்திரை என்ற விளக்கம் அவசியமானது. இது நேர்முறைப்

பயிற்சியாகும் (Practical). இதை ஒரு விளக்கமாக எடுத்துக் கொள்ளக் கூடாது. காரியாம்சத்தில் கண்டுபிடிக்க வேண்டும்.

நீங்கள் உணவு உண்ணும்போது கவனியுங்கள்

'இதன் சுவை என்ன? சுவைக்கின்றவர்கள் யார்? சுவையின் அளவு என்ன? சுவையினால் ஏற்படக் கூடிய விளைவு என்ன?'

6 என்று தினசரி வாழ்க்கையிலே பயன்படுத்தி பழகிக் கொள்ளக் கூடிய ஒரு சிறந்த பயிற்சியாகும் பஞ்சதன்மாத்திரை. அந்தப் பயிற்சிகளின் விளக்கத்தால் நீங்கள் தெளிவு பெற்று முழுமையாக வாழ்வை மேம்படுத்திக் கொள்ள வேண்டும்.

ஆலயம் என்றால் என்ன?

ஆலயமென்றால் அறிவுஓர்மை நிலைபெற்று
ஆன்மாவெனும் உயிரில் அடக்கமுறும் பேறாம்.
ஆலயமெனும் சொல்லில் 'ஆ' ஆன்மாவாகும்.
அடுத்துவரும் 'லயம்' அதனின் அடக்கநிலைக் குறிப்பு
ஆலயமாம் பயிற்சி முறை தேர்ந்தாற்றப் பழக
அறிவு உயிரை உணரும் மெய்ப்பொருளாகும்.
ஆலயத்தால் மனிதன் அறவழி கண்டு வாழ்வான்
அதற்கறிவின் தரமொக்க இருவழிகள் உண்டு.

(மகரிஷி)

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

மத போதனைகளை மதித்து வாழ்வோம்

அருட்தந்தை வேதாத்திரி மகரிஷி

இயற்கை வளங்களை அறிவின் கூர்மையைக் கொண்டும், கைத்திறன் கொண்டும் உருமாற்றி அழகுபடுத்தி வாழ்வின் வளங்களாகத் துய்த்து மனிதன் வாழ வேண்டி உள்ளது. ஒருவர் உற்பத்தி செய்யும் பொருட்கள் சமுதாயத்தில் பலருக்கும், பலர் உற்பத்தி செய்யும் பொருட்கள் ஒவ்வொரு தனிமனிதனுக்கும் பரவி, வாழ்வு வளம் பெற்று வருகின்ற உண்மையினை அனைவரும் அறிவோம். இதனால் சமுதாயக் கூட்டும் இனிமையான நட்புணர்வும் மனித இன வாழ்வுக்கு இனிறியமையாதனவாக உள்ளன.

மேலும், எல்லா மூலப்பொருட்களும் இயற்கையின் பரிணாம நியதியினால் உற்பத்தியாகி விடுகின்றன. அவற்றை வாழ்க்கைப் பொருட்களாக்கவும், அப்பொருட்களை துன்பம் தராத முறையில் அளவுமுறை தேர்ந்த அறிவோடு அனுபவிக்கவும், இயற்கைத் தத்துவத்தை அறிந்து கொள்ள வேண்டியிருக்கின்றது. இயற்கைத் தத்துவத்தை உணர்ந்து கொண்டு அதன் இயக்க நியதிக்கு முரண்படாது வாழும் அறிவு சார்ந்த தூய நெறியே இறை வழிபாடு ஆகும். மனிதனுடைய எந்தச் செயலானது இயற்கையாற்றலின் இயக்க நியதிக்கு முரண்படுகின்றதோ அங்கு தான் துன்பங்கள் தோன்றுகின்றன.

மேலும் சமுதாயத்தில் மற்ற உறுப்பினர்களோடும் நட்பு கொண்டு, ஒத்தும் உதவியும் வாழ ஒழுக்கம், கடமை, ஈகை எனும் முச்செயல் இணைப்பான அறநெறியும் வேண்டும் என்பதையும் நம்முன்னோர்கள் உணர்ந்தார்கள். மனித இன வாழ்வு சிக்கலின்றி துன்பமின்றி அமைதியாகவும் மகிழ்ச்சியாகவும் அமைய வேண்டும் என்ற பெருநோக்கத்தில் இறைவழிபாடும், அறநெறியும் ஒன்றிணைந்த போதனையை மதம் எனும் வாழ்க்கை நெறியாக அமைத்துக் கொடுத்துள்ளார்கள்.

இதுவரையில் உலகில் தோன்றிய எந்த மதமானாலும் இறைவழிபாடு என்ற இயற்கையை மதித்து வாழும் பண்பாடும், தன்னோடு உலகில் பிறந்து வாழும் எல்லோரோடும் ஒத்தும் உதவியும் வாழும் அறநெறியும் முக்கியமான போதனைகளாக உள்ளன. காலத்தாலும், இடத்தாலும், மொழியாலும், மத போதனைகளிலோ சாதனைகளிலோ சில சில மாற்றங்கள், வேறுபாடுகள் இருந்தாலும், ஆழ்ந்து சிந்தித்ததோமானால்,

1. இறைவழிபாடு,
2. அறநெறி

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

என்ற இரண்டு கருத்துத்துக்கள்தான் எல்லா மதங்களுக்கும் பொதுவான அடிப்படை நோக்கங்களாக இருப்பதை உணரலாம்.

'இறைநிலையை உணர்வது என்பது எல்லார்க்கும் முடியுமா? என்று திகைக்க வேண்டாம். நாம் உணவு உண்ணுகிறோம். அது என்னவாகின்றது? ரசம், இரத்தம், சதை, கொழுப்பு, எலும்பு, மூளை, வித்து என ஏழு தாதுக்களாகி, உடலை நலமுடன் இயங்கச் செய்கின்றது என்பதைச் சிந்திக்கும் ஆற்றலுள்ள எல்லாரும் அறிவோம். எனினும் உணவிலிருந்து ஏழு தாதுக்களாக மாற்றம் பெறும் அற்புதச் செயல்களில் ஒன்றையேனும் மனிதனால் செய்ய முடியுமா? முடியாது. அப்படியாயின், 'நமக்கு உள்ளாக நடைபெறும் இத்தகைய வியத்தகு செயல்களையெல்லாம் ஒழுங்கோடு நடத்துவது யார்? அதுதான் இறையாற்றல்.

அது பேரியக்க மண்டலம் எங்கும் மனிதமனத்திற்கு ஒன்றுமில்லாத சுத்த வெளியாக இருந்து கொண்டு அணு முதல் அண்டங்களையெல்லாம் ஊடுருவி நிறைந்து, தன் இறுக்கச் சூழ்ந்தழுத்தும் பேராற்றலால் முறையாக இயக்கிக் கொண்டிருக்கும் அருட் பேராற்றலான தெய்வ நிலையாகும். இப் பேராற்றலின் தன்மைகள்தான், பிரபஞ்சத்தில்,

பரிணாமம்,

இயல்பூக்கம்,

செயலுக்குத் தக்க விளைவு ஆகிய கூர்தலறம்

எனும் மூன்றாக மலர்ந்து பேரியக்க மண்டலமாகக் காட்சியளிக்கின்றது. இயற்கையின் செயல் விளைவு தத்துவத்தை உணர்ந்து மதித்து வாழும் மனிதனால் தான் வளமாக வாழ முடியும்.

உதாரணமாக:

ஒரு மனிதனிடம் ஒரு பவுண்ட் எடையுள்ள குறிப்பிட்ட உணவை ஏழு தாதுக்களாக மாற்றும் ஆற்றல் இயற்கையால் அமைக்கப்பட்டிருக்கும் போது, 1/2 பவுண்ட் எடையுள்ள உணவை உட்கொண்டால் என்னவாகும்? உணவு வயிற்றில் தேக்கமுற்றுப் புளித்துச் செறியாமை ஏற்படும். விளைவு? பலப் பல கேடுகளை விளைவிக்கும், துன்பங்கள் உண்டாகும். இந்த உண்மையினை உணர்ந்து இறையாற்றலை மதித்துச் செயல்புரிந்து வாழ்வதுதான் இறை வழிபாடு.

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

SRI DEIVAM

Sri Deivam Forex (PVT) Ltd

Buying & Selling of Foreign Currencies

Money Changer

98400 70708 / 99400 88000

Regd Office:

#77/3, Bazullah Road, Kamadhenu Apt.
T.Nagar, Chennai- 600 017. Tel: +91-44-4260 4000

Branch:

The Chennai Silks (Inside the Building)
#55, Usman Road, Chennai- 600 017
Mob: 81900 99000 / 99400 88000

srideivam@gmail.com | www.deivam.com

WESTERN UNION WU moving money for better

MoneyGram. International Money Transfer

XPRESS MONEY simple. fast. safe

Ria

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

Best Wishes from...

ALWAYS IN FASHION, ALWAYS IN VOGUE

THE PERFECT FIT FOR EVERYBODY

MOODI

Moodi Apparel And Fashion (Pvt) Ltd.
No 248, Kumburuhena ,
Mapalagama Central,
Galle, Sri-Lanka.

www.moodi.lk

+94 91 229 6667, +94 77 549 7818

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

Mr.Selvanayagam

&

Family

Colombo.

Tel : 0777888701

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

Best Wishes from

V. Douglas Paul

Best Wishes from

பேரா புனிதராஜா

பேரா. மறிஸ் ரெல்லா

அ/தி பிரவின்ராஜ்

அ.செ வினோஜா

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

Best Wishes from

கோல்டன் அடவு பிடிக்கும் இடம்

உத்தரவுபெற்ற நகை அடவு பிடிப்பவர்கள்

337, பேஸ்லைன் வீதி,
கொழும்பு 09.

Best Wishes from

விவேகா ஸ்கை மன்றம்

அறங்காவலர்கள்
அருள் தொண்டர்கள்

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

WNJ
SINCE 1978

45
SINCE 1978
YEARS

வெள்ளவத்தை
நித்தியகல்யாணி
ஜுவலரி

"நம்பிக்கையே எமது பாரம்பரியம்"

+94 11 236 3392 | www.nithyakalyani.com | inquiry@nithyakalyani.com

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

Best Wishes from...

Bobby
JEWELLERS

&

HOTEL ANNAPOORANAA

#159, SEA STREET, COLOMBO 11, SRI LANKA.
Tel : (+94) 11 2449682, 2458930 HAP: (+94) 11 2330621
Fax : (+94) 11 2458931 Res: (+94) 11 2423371

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

Best Wishes from...

K.G. TEXTILE

IMPORTERS & DEALERS IN TEXTILES

115, Keyzer Street,Colombo - 11.
Tel: 2337027 Fax: 2440595

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

Best Wishes from...

AUTHORISED

SARRITA
JEWELLERY

MONEY CHANGER
ARR (PVT) LTD.

සරිටා

சரிட்டா

"Glamorizing All Precious Moments In Life"

BUYERS & SELLERS OF BULLION
(GOLD & SILVER)

CUSTOM MADE JEWELLERY
&
FOREIGN CURRENCY EXCHANGERS,
BUYERS & SELLERS

No. 42, Sea Street, Colombo 11, Sri Lanka.
Tel : (+) 94 11 2435361, (+) 94 11 2325485, (+) 94 11 2435298
E-mail : info@sarritajewellery.com | Web : www.sarritajewellery.com

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

Best Wishes from...

SVS

S.V.S. Murukesan Chettiyar

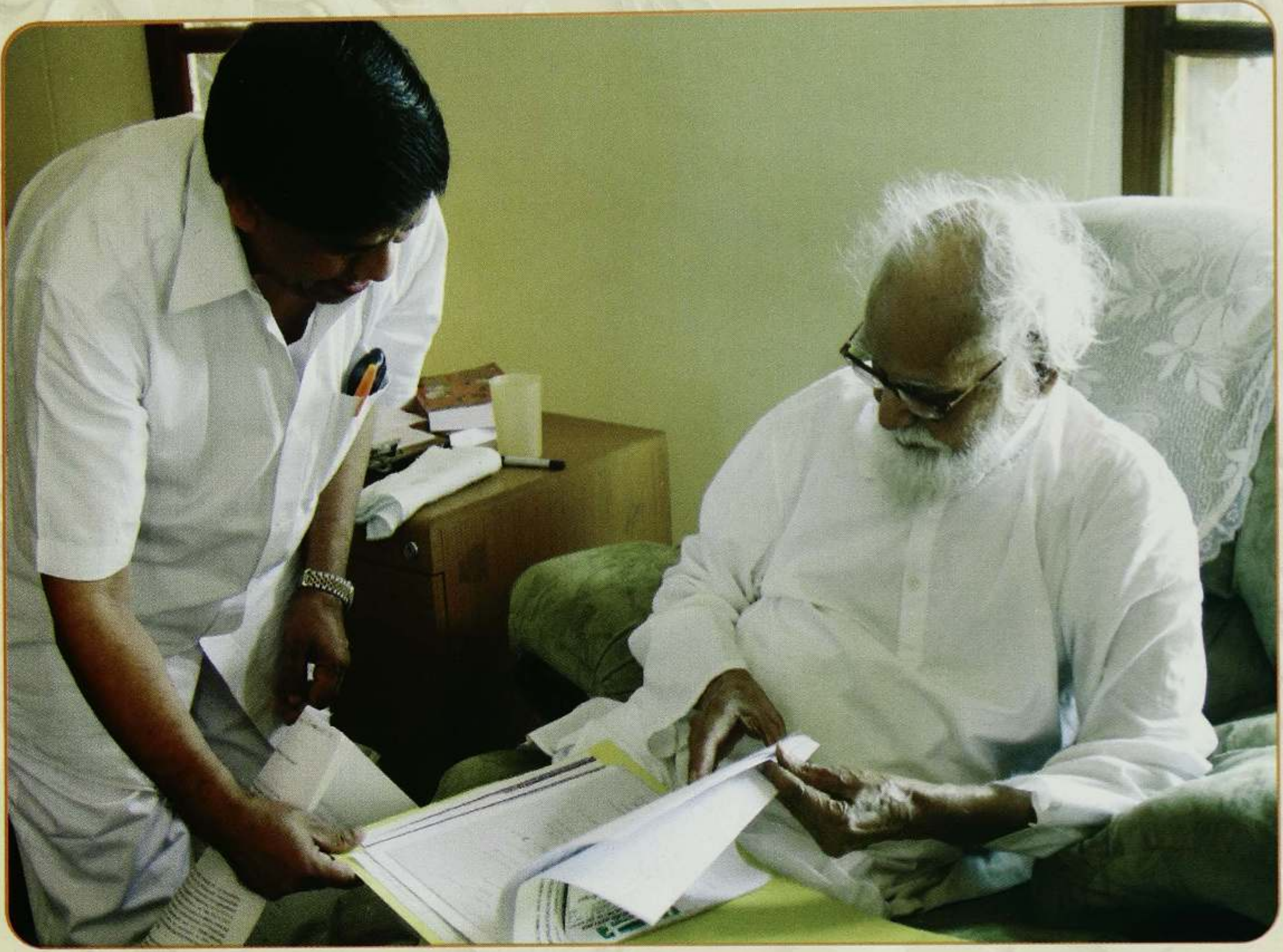
231, 5th Cross Street, Colombo - 11.

Tel: 329595, 338325 Mobile: 077 - 325209

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

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

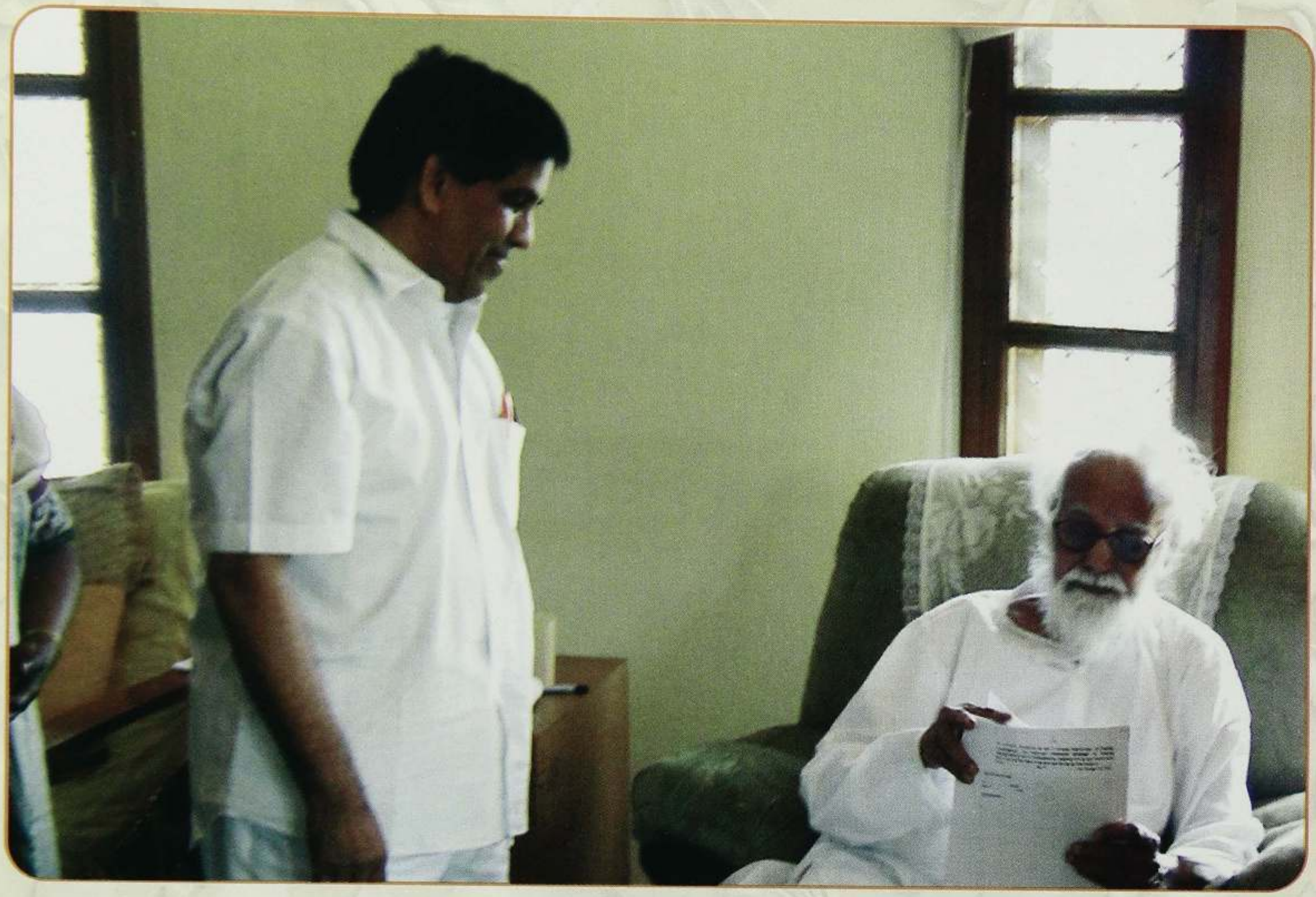
Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org



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

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

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



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

அழைப்புக் கவி

அன்பர்களே, வாரீர்!
அறிவின் இருப்பிடம்
அறிந்து இன்பமுற *(அன்பர்களே)*
இன்பநிலையதை ஏகநிலையதை
அன்பு நிலையதை
அறிந்திடலாம் இன்று *(அன்பர்களே)*

தின்று திரிந்து உறங்கவோ பிறந்தோம்
என்று நினைந்ததால் ஏனென உணர்ந்தோம்
அன்றாட வாழ்வை அறிந்தனுபவிக்க இ
ன்றேனும் விரைந்து எழுச்சிபெற்றுய்வீர்
(அன்பர்களே)

பூரணதூலமும் பொருந்து சூக்குமம்
காரணமான கருவையு மறிந்து
ஆரணமான அணுவறிந்து சுடர்
தாரக மவுன தவத்தில் நிலைபெற
(அன்பர்களே)

எத்தனை ஆயிரம் ஆயிரம் இன்பங்கள்
இவ்வுலகெங்கும் பேரண்ட முழுமையும்
அதன் அருளாட்சியாக நிறைந்துள்ளான்
அறிவை விரித்து அனைத்தும் துய்த்தின்புற
(அன்பர்களே)

நீங்களும் உங்கள் அன்புக் குடும்பமும்
நீளாயுள் உடல்நலம் நிறைசெல்வம் மெய்ஞ்ஞானம்
ஓங்கிச் சிறப்புற்று உள்ள நிறைவோடு
உள்ளொளிபெருக்கி உண்மைப்பொருள் காண
(அன்பர்களே)

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

பரிணாமத்தின் உச்சம்

அருட்தந்தை வேதாத்திரி மகரிஷி

பிறவித் தொடராக ஓங்கிய அறிவாலும் அறிந்தோர் விளங்கிக் கொண்ட வகையாலும், தானே சிந்தித்துச் சிந்தித்துக் கண்ட தெளிவாலும் ஒருவர் மெய்ஞ்ஞானம் பெற முடியும். கோடியில் இவ்வமைப்பு ஒருவருக்கே பயனாகும். மற்றவர்கள் விளக்கம் பெற்றவர்களிடம் கற்று விளங்கிக் கொண்டுதான் அத்தெளிவில் வாழ வேண்டும். பிறகு தன்முயற்சியால் குரு வின் உதவி கொண்டு முழு விளக்கம் பெற்று வெற்றியோடு வாழலாம்.

இம்முறையில் பெரும் எண்ணிக்கையில் மக்கள் வெற்றி பெறலாம். நாளுக்கு நாள் உலகில் பல பொருட்களின் உற்பத்தி பெருகிக் கொண்டே இருப்பதாலும் அவற்றைப் பயன்படுத்தும் போது பல புதிய விளைவுகள் தோன்றுவதாலும் அடிக்கடி நீண்ட தொலைவில் இடப்பெயர்ச்சி பெற்று வாழவேண்டிய நிர்ப்பந்தம் பெருகி வருவதாலும் ஒரு காலத்தில் விளக்கிய விளக்கம். மற்றொரு காலத்தில் முழுதுமாகப் பொருந்தாததா கின்றது.

எனவே தான் அவ்வகை விளக்கம் பெரும்பாலான மக்கள் அறிவுக்குப் பொருந்தாது போகின்றது. இந்த நிலைமையை உணர்ந்து ஞான நெறியில் மக்கள் தகுதி பெறுவதற்கான வாய்ப்பினை ஏற்படுத்திக் கொடுப்பது பேரறிஞர்கள் கடமையாகும்.

இந்தக் கடமையினை உணர்ந்து காலத்தோடு உரிய கடமைகளை ஆற்றத் தவறினால் மக்கள் ஞானநெறியும் அறியாமல் பக்திநெறியிலும் நிற்காமல் வாழ்வில் தேக்கமுறுவார்கள். இதன் விளைவாக வாழ்வில் குழப்பங்கள் பல்வேறு வகையில் உருவாகி மக்களின் வாழ்வில் அமைதி குலையும். எனவே விளங்கிக் கொண்டு நடத்தும் வாழ்வே உளக்கவர்ச்சி உடையதாக- பொருத்தமுடையதாக - அமைதி தருவதாக அமையும். இந்தக்காலத்தில் இந்த முறையே நிச்சயமான பலனை பெரும் அளவில் அளிக்கவல்லது.

மனிதன் என்ற தத்துவத்தை நான்கு சிறப்பு நிலைகளாகப் பிரிக்கலாம். அவை:

- உடல்
- உயிர்
- மனம்
- மெய்ப்பொருள்

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

என்பனவாகும். இந்நான்கும் பொருள் நிலையில் ஒன்று தான். ஆனால் இயக்கச் சிறப்புகளால் பிரித்து உணரத்தக்கவையாக இருக்கின்றன. ஒரே பொருள் அதன் இயல்பான பரிணாம வளரச்சியால் நான்கு நிலைகளையும் அடைந்து ஒன்றில் ஒன்றாக நான்கும் இணைந்து இயங்கும் சிறப்பே மனிதனாக விளங்குகின்றது.

உடல் என்பது திரட்சியே (mass), ஆற்றல் (Engry) என்பது மெய்ப்பொருளின் இயக்க நிலையே. மெய்ப்பொருள் தான் இயக்கத்தில் ஆற்றலாகின்றது. ஆற்றலின் திணிவு உடல், உடலில் நிறைந்த ஆற்றல் உணர்ச்சியெனும் சிறப்புற்று உடலை உணர்ந்து பேரியக்க மண்டலத் தோற்றங்களை உணர்ந்து உணரும் ஆற்றலான உயிரையும் உணர்ந்து முடிவாகத் தனது மூலநிலையான மெய் நிலையை நிலைக்களனாக உள்ள ஆதி நிலையை உணர்ந்து முழுமை பெறுகின்றது.

உணர்ச்சியிலிருந்து முழுமை பெறும் வரையில் நடைபெறும் சிறப்பாற்றல் தான் மனம் (Mind) என்றும், அறிவு (Consciousness) என்றும், வழங்கப்படுகின்றது. எனவே மெய்ப்பொருள், ஆற்றல், தோற்றம், மனம் (Truth, Energy, Mass, Consciousness) என்ற நான்கு நிலைகளும் ஒரு பொருளின் பரிணாம வளர்ச்சியின் வேறுபாடுகளே. இந்த விளக்கத்தையே பேரியக்க மண்டல இயக்கங்கள் அனைத்தையும் மதிப்பிட அடிப்படை யாகக் கொள்ளலாம்.

நுண்ணிய இயக்க ஆற்றலான பரமாணு முதல் பெரும் நட்சத்திரங்கள் உட்பட மனதில் கொண்டு ஆழ்ந்து ஆராய்ந்தால் ஒரு பேருண்மை விளங்கும். ஒவ்வொரு அணுவும் அல்லது அணுக்கொத்தும் தன்னியக்கம், தொடரியக்கம், பிரதிபலிப்பு இயக்கம், விளைவு என்ற நான்கு வகையான தன்மைகளோடு இயங்குகின்றன.

எந்த ஒரு இயக்கமும் தனியாகத் துண்டுபட்டு நடைபெறுவதில்லை. பேரியக்க மண்டலம் என்ற கோர்வையில் அமைந்துள்ள இயற்கை ஒழுங்கமைப்பை நாம் காரண விளைவு நியதி (Cause and Effect System) என்று கூறுகிறோம். இந்த விளைவின் கீழ் தோன்றிய மனிதனின் நோக்கம் அறிவின் முழுமை பெற்று அமைதி பெறுவதேயாகும்.

அறிவின் முழுமைக்கு வாழ்க்கை அனுபவம் வேண்டும். அவ்வனுபவத்திற்கு உடல் என்ற நற்கருவியை நன்றாகப் போற்றிக் காத்து பயன்படுத்த வேண்டும்.

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

யோகம், ஞானம், வீடுபேறு

அருட்தந்தை வேதாத்திரி மகரிஷி

ஆன்மா தனது பழிச்செயல் பதிவுகளை நீக்கிப் பரம்பொருளை உணர்ந்து பிறவிக் கடலை நீந்திக் கரையேறுவதற்காகவே தனக்கேற்றதோர் உடலைக் கட்டிக் கொண்டது. அதைக் காத்தும் வருகின்றது. எனினும் புலன்களில் மயங்கிக் கிடக்கும் வரை மாயை என்ற விளக்கமிலா மனநிலையோடு ஆன்மா செயல்படுகிறது. தெளிவு பெற்ற நிலையிலோ அதுவே தெளிந்த அறிவு நிலையிலும் செயலாற்றுகின்றது.

உயிராற்றல் உடலில் சுழன்றோடும்போது, விளைவாக உணர்ச்சியென்ற சிறப்பு ஏற்படுகின்றது. உடல் என்பது இரத்தம், வெப்பம், காற்று என்ற மூன்றும் ஒழுங்காக அதனதன் விரைவுகளிலும், அதனதன் வழிகளில் சுழன்றோடும் படியும், அமைந்துள்ள அணு அடுக்கு நிலையமாகும். எந்தக் காரணத்தாலும் இரத்தம், வெப்பம், காற்று இவற்றில் ஒன்றுக்குத் தடையோ, திசை மாற்றமோ, முறையற்ற வெளியேற்றமோ அடையுமானால், அந்த இடத்திலுள்ள உடலுறுப்பின் அணு அடுக்குச் சிதைவுற்று உயிருக்குத் துன்ப உணர்வு உண்டாகும். இத்தகைய துன்பத்திலிருந்து விடுபட ஆன்மா ஒரு செயலையோ, பொருளையோ, சூழ்நிலையையோ நாடுகின்றது. இந்த நாட்டமே தேவையுணர்வாகும்.

இவ்வாறு ஆன்மாவின் படர்க்கையாற்றல் முதலில் துன்ப உணர்வாயும், அடுத்துத் தேவையுணர்வாயும், பின் முறையே முயற்சியாயும், செயல் ஆகவும் இன்பதுன்ப விளைவுகளாகவும், அவற்றின் அனுபோகம் ஆகவும், அனுபவம் ஆகவும், ஆராய்ச்சி யாகவும், தெளிவு ஆகவும் முடிவு ஆகவும் விரிந்தியங்குகின்றது.

இவ்வாறு உடலோடு கொண்ட தொடர்பால் உயிருக்கு ஏற்படும் மேற்கண்ட பத்து படர்க்கையாற்றலாக விளங்கும் நிலைகளே ஒரு தொகுப்பாகி மனம் என்று கருதப் படுகின்றது. மனம் என்ற நிலையில் இன்பதுன்ப அனுபோகங்களிலேயே லயித்துத் தனது பிறவி நிலையில் செயல்புரிந்து வாழும்போது அடிக்கடி ஆன்மாவானது உணர்ச்சி வயப்படுகின்றது. அத்தகைய உணர்ச்சி வயப்படும் ஆன்மநிலைகளே பேராசை, சினம், கடும்பற்று, முறையற்ற பால் கவர்ச்சி, உயர்வு-தாழ்வு மனப்பான்மை, வஞ்சம் என்ற ஆறு வேண்டாக் குணங்களாகும். இத்தகைய அறுகுண எழுச்சி நிலையில் தான் மீண்டும் பழிச்செயல்களாற்றித் தனக்கும் பிறர்க்கும் துன்பங்களைப் பெருக்கிக் கொள்கிறது.

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

இந்த மயக்க நிலையிலிருந்து ஆன்மா தன்னை விடுவித்துக் கொள்ள ஏற்ற பயிற்சியே யோகம், மனம் என்ற படர்க்கையாற்றல் முதலில் ஆன்மாவிலேயே ஒடுங்கி லயமாக வேண்டும். இதற்கு ஆன்மாவின் இயக்க மையம் மூலாதாரத்தினின்றும் புருவமத்தி ஆகிய ஆக்கினை நிலைக்கு மாற்றம் பெறவேண்டும். மூச்சுப் பயிற்சியால் ஆன்மாவின் இயக்க மையத்தை மூலாதாரத்திலிருந்து ஆக்கினை நிலைக்கு மாற்றியமைக்க இயலும்தான், என்றாலும், அதற்குப் பல ஆண்டுகள் ஆகும். ஆனால் தவ ஆற்றல்மிக்க ஆசான் நேராகத் தொட்டுக்காட்ட, ஒரு நொடியில் உயிரின் இயக்க மையம் மாறி அமைந்துவிடும். ஆன்ம சக்தியை யோகிகள் குண்டலினி சக்தி என்று கூறுகிறார்கள். ஆதலால் ஆன்மலயப் பயிற்சி யைக் குண்டலினி யோகம் என்று கூறுவது வழக்காயிற்று. ஆன்மாவில் லயமாகிய மனம் அடைந்த உயர்பேறுதான் அறிவு என்னும் சிறப்பு.

இவ்வாறு மனம் அறிவாகி ஆன்ம உணர்வைப் பெற்ற விழிப்பில் தன் மூலம் நாடி ஒடுங்கும்போது தன்னை மெய்ப்பொருளாகவே உணர்ந்து கொள்கின்றது. ஆன்மா இந்த முழுமைப் பேற்றினை அடைவதற்கு ஏற்ற உளப்பயிற்சியே யோகமாகும்.

அறம், தவம் இவற்றின் பயனாக ஆன்மா தன்னிலை விளங்கப் பெற்ற அறிவின் நிலையே 'ஞானம்' ஆகும். இந்த முழுமைப்பேற்றை வீடுபேறு என்றும் வழங்கி வருகின்றோம்.

வீடு என்றால் இடம் அல்லது ஆதாரம் என்று பெயர். எந்தத் தோற்றத்திற்கும் ஒரு ஆதாரம் உண்டு. மனதிற்கு ஆதாரம் அல்லது இடமாக உள்ளது எதுவென ஆராய்ந்தால் முடிவாகத் தனக்கு எந்த ஆதாரமும் இல்லாத ஒருபொருளே மனதுக்கும் மற்ற எல்லாவற்றிற்கும் ஆதாரமாகவும் இடமாகவும் இருப்பது உணரப்பெறும்.

உதாரணம்;

மேஜை மீது ஒரு புத்தகம் இருக்கிறது;

அந்தப் புத்தகத்திற்கு மேஜை இடமாக உள்ளது

மேஜைக்கு பூமி இடமாக உள்ளது;

பூமிக்கு ஆகாயம் இடமாக உள்ளது;

ஆகாயத்திற்கு வெட்டவெளியே இடமாக உள்ளது;

உட வெளிக்கு இடமே இல்லை.

பொருள் என்றும் இடம் என்றும் இருந்தால் இரண்டில் எது முந்தியதாக இருக்கும்? எது வலுவுள்ளதாக இருக்கும்? இடம் தானே? எனவே இடமாக உள்ள வெட்ட வெளியே முந்திய நிலை. அதிலிருந்தே தோற்றத்திற்கு உரிய பொருள் தோன்றியிருக்க வேண்டும். எனவே இடமே ஆதியானது. அதற்கு ஆதாரம் வேறு இல்லாததால் அது அநாதி யானது. 'வீடாக இருக்கும் பெருவெளி இயக்கத்தில் அணுவாகி அணுக்களின் இணைப்

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

பியக்கங்களால் பேருலக நிகழ்ச்சிகள் பலவுமாகி, உயிர்களாகி, உயிர்களில் ஒன்றாகிய நானுமாக இருக்கிறேன்' என்ற தெளிவு பெறுதலே வீடுபேறாகும்.

பேருலகமாகிய இப்பிரபஞ்சம் முழுமைக்கும் இடமாக உள்ள வீடே, பெருவெளியே மெய்ப்பொருள் என உணர்ந்து,

'அப்பொருளே நானுமாக இருக்கிறேன்' என்று உணர்ந்து,

'அதன் மூலம் எழுந்த கோடான கோடி உயிரினமும் எனது உடன் பிறந்தோர்களே' என்ற அக உணர்வுடன் எந்த உயிருக்கும் துன்பம் அளிக்காது இயன்ற வரையில் இன்பம் நல்கி வாழும் பெரும் பேறுதான் வீடுபேறு ஆகும்.

பெருவெளியாகிய மெய்ப்பொருள் வான் என்றும் வழங்கப் பெறுவதால் வீடுபேறு பெற்றவர் வானவர் (வான்+அவர்), தேவர் (தெய்வர்) என்று வழங்கப்படுகின்றனர். தன்னை அவனாகக் கண்ட காரணத்தால் தானவன் (தான்+அவன்) எனவும்படுகின்றார்.

தனது விரிந்த அறிவால் எப்போதும் பிரபஞ்ச இணைப்போடுதான் நினைவு மற்றும் செயல்கள் அவர்களுக்கு இருக்குமாதலால் அவர் உள்ளத்தின் நிலை சுவர்க்கம் (சுவர் + அகம்) என்று கூறப்பட்டது 'சுவர்' என்றால் 'ஆகாயம்' எனப் பொருள். அவர் தம் அறிவில் பேரியக்கக் கோளம் முழுமையுமே எப்போதும் காட்சியாக உள்ளதாலும் இந்தச் சிறப்பைப் பெற்றவர் முடிவிலா இன்பத்தை அடைவதாலும் இந்த நிலைக்குப் பேரின்பம் என்று பெயரிடப்பட்டுள்ளது.

மனித உடல் வரையில் ஒருவன் எல்லை கட்டி அதுவே 'தான்' என்று கொண்டிருந்தால், அத்தகைய அறிவின் நிலை நரகம் (நர+அகம்) என்று கூறப்படும். உடல் வரையில் மாத்திரம் எல்லை கூடிய நினைவால், 'தன் மக்கள், தன் பொருள்' என்று, அறிவு குறுகிய எல்லையில் சிக்குண்டு இயங்கும். காமம் முதலிய ஆறு குணங்களாக அடிக்கடி அறிவு எழுச்சி பெற்று இயங்கிச் செயலாற்றும். விளைவாகத் துன்பங்கள் பல எழும். இதனால் நரகம் துன்பமுடைத்து என்பது வழக்காயிற்று.

மனிதனின் சிறப்பும்

திவ்விய உருவின் திறமே மனிதன்
ஒருவன் அறிவில் உயர்ந்து எதையும்
உலகோர் அனைவரும் ஒத்தனுபவிக்க
பரவச்செய்து பயன் விளைவிக்கும்
அற்புத அறிவின் சிற்பமே மனிதன். - (மகரிஷி)

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

மலர்வழியே விளங்கும் மறைபொருள்

'மலரே மலரே நீயார் உன்
மணமும் அழகும் வண்ணமும் என்
பலவாரான நினைவகற்றிப்
பார்க்க உன்னில் ஆழ்ந்து விட்டேன்''.

இயற்கை அழகை ரசிக்கும் உன்
எண்ணம் மிகமிக உயர்ந்துளது
செயற்கை மயக்கம் தெளிந்தறிவு
செம்மை பெறஎன் கதை சொல்வேன்''.

'மலரே! நீயார் எனக் கேட்டாய்
மறை பொருளான தெய்வமே நான்
சிலரே அறிவார் இவ்வுண்மை
சிந்தனை செய்ய வல்லவர்கள்'

'பரம அணுக்கள் பல.கோடி
பண்பாய்க் கூடி ஒரு கூத்து
கரம் கோர்த்தாடும் நாடகத்தோர்
கூட்டம் எந்தத் தோற்றமும் ஆம்'

இறைவன் என்ற ஆதிபரம்
எடுத்த பலப்பல கோடி உரு
நிறைந்த பெரிய மண்டலமே
நெடிய விரிந்த பேரண்டம்.

பெரிய இயக்க மண்டலமே
பிரபஞ்சம் எனும் மேடையிலே

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

அரிய உருவ அழகோடு
ஆடுகின்றேன் நான் அவன்கதையாய்.

ஆதியின் அசைவே பரம அணு
அவை ஒவ்வோர் அளவில் கூட
வேதம் கூறும் ஐம்பூதம்
விண்முதல் மண்வரை வேறில்லை.

ஒவ்வொரு பொருளும் பரமுதலாய்
அவ்வுருவரையில் வந்த கதை
செவ்விய சிறு சொல் பரிணாமம்
சிறப்பை உணர்வாய் நீயுமதே.

'என்னைக் கண்ணால் பார்மலராய்
எனதமைப் புணர அணுக்கூட்டே
முன்னம் பரமே அணுவாச்சு
மூலம் சிவமாம் பிரம்மமதே.

உருவம் மலர்தான் உட்பொருளை
உணர விண்ணெனும் நுண்ணணுவே
அருவம் ஆதி அசைந்த நிலை
அணுமுதல் அகண்ட பேரண்டம்.

உன்னை யாரென்றேன் மலரே
உணர்த்தி விட்டாய் உண்மைப்பொருள்
பின்னை இந்தப் பேரறிவில்
பிறழாதிருப்பேன் விழிப்புடனே.

ஆறறிவாக வாழ் மனிதர்
அதற்கு ஏற்ப பொருத்தமுள
பேறு உண்மைப் பொருளுணர்தல்
பிறவிப் பயனைப் பெற்றுவிட்டேன்.

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

மனிதனின் சிறப்பு

பூரணப் பொருளே புதுமையடைந்து
ஆரணமான அணுவாய் விரிந்து
அணுவின் கூட்டம் இயக்கம் பக்குவம்
அசைவாய் இசைவாய் அண்ட கோடிகளாய்
ஓரறிவினம் முதல் ஐயறிவினம் வரை
ஊனாய் உயிராய் உருவ பேதங்களாய்
தானாய் விரிந்த தத்துவமாகிய
சுவை முதல் ஐந்தையும் சுகிக்கவும் அறியவும்
கர்ம ஞானக் கருவிகள் பெற்று
அறிந்தும் வாழ்ந்தும் அரூப நிலையாம்
ஆதி நிலையை அறிந்து முடிவுற,
எழுந்த வேகத்தால் எடுத்த வடிவம்
அறிவின் நிலைகள் ஐந்துக்கும் அப்பால்
அறிவின் உயர்வாம் ஆறாம் நிலையில்
வந்து பிறந்து வாழ்வதே மனிதன்;
சிந்தனை அறிவின் சிறப்பே மனிதன்,
யூகம் யுக்தி யோசனை யோடு
வேகம் நுட்பம் விளைவதற் குரிய
அறிவின் நிலையே ஆறாம் நிலையாம்.
அவ்வித அறிவின் ஆட்சியே மனிதன்
இந்த உலகில் மனிதன் தோன்றிய
அந்த நாள் முதல் இன்று வரைக்கும்
வழி வழியாக வாழ்ந்த மனிதர்கள்
வாழ்க்கை வசதிகள் தேடிய முறையும்
அறிவின் மேன்மை அடைந்த முறையும்
நெறியில் நிலைத்த நினைப்பின் சக்தியால்
ஐம்புலன் அறிவால் ஆராய்ச்சி தன்னால்
நம்பிய வழியில் நாட்டம் செலுத்தி
பார்த்தும் கேட்டும் பழக்கத்தாலும்
தானும் அறிந்து தக்க பலன் பெறும்

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

செவ்விய அறிவின் சிறப்பே மனிதன்;
திவ்விய உருவின் திறமே மனிதன்
ஒருவன் அறிவில் உணர்ந்த எதையும்,
உலகோர் அனைவரும் ஒத்துனுபவிக்க
பரவச்செய்து பயன் விளைக்கும்
அற்புத அறிவின் சிற்பமே மனிதன்.
தனித்த மனிதன் தான் விரும்பிய
அனைத்தையும் முடிக்க அவர் சரீர
சக்தி மாத்திரம் தாங்கா விட்டால்
யுக்தி யோசனை யூகம் கொண்டு
அப்பொருள் அடைய அச்செயல் முடிக்க
இப்புவியிலுள்ள எத்தனை பேரையும்,
ஒன்றாய்த் திரட்டி ஒற்றுமை செய்து
நன்றாய் முடிக்க நல்லறிவாகிய
உயர்ந்த சக்தியாம் ஒளியே மனிதன்.
ஊனுடைச் சிறந்த உருவே மனிதன்
மனிதன் நினைத்த செயல்கடம்மை
அனுபவக் கருவிகள் அறிவின் கருவிகள்
இத்தகைப் பத்து இந்திரியங்களால்
சித்தப்படியே செய்து முடிப்பான்.
இந்திரியங்களின் இயக்கச் சக்தி
எல்லைக்குட் பட்டிருப்பதனாலே
ந்தச் சக்தியை அதிகப்படுத்த
அறிவைச் செலுத்தி ஆராய்ச்சி செய்து
உடற்கருவிகட்கு உபகருவிகளை,
இடத்துக் கேற்ப ஏற்படுத்திக் கொள்ளும்
வல்லமை அறிவின் வடிவமே மனிதன்.
நல்ல அமைப்புகள் உள்ளவன் மனிதன்
ஆராய்துணரும் அறிவின் உயர்வால்
ஊரார் உலகோர் உள்ளம் விரும்பும்
இச்சையை அறிந்து இரக்கங் கொண்டு
அச்செயல் முடிக்க அன்பில் பரவி
ஆர்வம் கொண்டு அறிவால் வகுத்து
சோர்வில்லாமல் சொல்லால் செயலால்
பலரின் ஏக்கம் முடிக்கத் தக்க
உலகில் உயர்ந்த உருவமே மனிதன்.

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

ஓரறிவாகிய உருவம் முதலாய்
ஆறறிவாகிய அந்நிலை வரைக்கும்
அனந்தம் கோடி யாகிய உருவில்,
நினைந்த ஒன்றையோ நேரும் பலதையோ
எவ்வுரு இயல்பும் இனிதே உணர்ந்து
அவ்வியல் பொக்க அதை யனுபவிக்கவும்
தன்னிட அறிவைத் தலைமை யாக்கி
நிர்வகித்து நினைந்தவை முடிக்கவும்
அமைந்த அறிவின் ஆட்சியே மனிதன்,
சமைந்த அறிவின் சக்தியே மனிதன்.
ஆன்மா அறிவின் ஆறாம் நிலையில் தான்
புகுந்ததால் தரித்த ரூபம்
மனிதனாகிய மகத்துவ மாச்சு.
இனியவன் கடமையை உணர்வதே சிறப்பு,
ரத்த சுவாசச் சுழலாய் இயங்கும்
அத்தனை கோடி உயிரினம் யாவும்
இன்ப துன்பம் இரண்டினுட் பட்டே எ
ன்றும் இருப்பது என் இவற்றிற்கு
இருப்பிடம் எங்கே என்றாராய்ந்து
விருப்பும் வெறுப்பும் எவரெனக் கண்டு
அறிவே இவையாய்த் தோன்றி இயங்கி,
அவைதாம் மாறிடும் தன்மையும் கண்டு,
அத்தகை அறிவின் தத்துவமறிய
அறிவை ஒன்றி அறிவில் நிறுத்தி,
அறிவையே அறிய ஆழ்ந்து ஆழ்ந்து
பொறிபுலன் அடக்கிப் பொறுமை யடைந்து
ஒன்றி ஒன்றி ஒருவனாய் நின்று
உட்புறம் நோக்கி உணர்ந்து முடிவில்
ருவ மனைத்திலும் ஊடே நிறைந்த
அருவ நிலையும் அவ்வவ் வுருவின்
அமைப்புச் சிறப்பும் இயக்க மொப்ப
அரூப இயக்கச் சிறப்பு முணரும்.
பேரறிவாகிய பிம்பமே மனிதன்.
அனைத்தும் அறிந்துபின் அறிவையு மறிந்ததால்
ஆதி நிலையையும் அறிந்தே முடித்தான்.

பொது நூலகம்
யாழ்ப்பாணம்

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

நினைப்பது நடக்கும்

விழிப்பு நிலையிலேயே இருக்கப் பழகிக் கொண்டோமானால், மற்றவர்களுடைய எண்ண அலைகள் தீமை விளைவிப்பனவாக இருந்தாலும், உணர்ச்சிக்கு ஊக்கம் கொடுப்பவையாக இருந்தாலும், அவை நம்மைப் பாதிக்காது. உதாரணமாக, நான்கு வானொலி நிலையங்கள் நான்கு விதமான வேறுபட்ட நிகழ்ச்சிகளை ஒரே நேரத்தில் ஒலிபரப்புகின்றன. நம் ரேடியோவை எந்த அலை நீளத்தில் வைக்கிறோமோ அது மாத்திரம்தான் இங்கே கேட்கும். மற்றவை எல்லாம் வந்து மோதும்; ஆனால் கேட்காது.

அதுபோலவே, தேவையற்ற அலைக்கழிப்பும் பாதிப்பும் நம்மை விட்டு விலகி எந்த நிலையில் இருக் கிறோமோ அந்த நிலைக்கு ஏற்ப நமக்கு என்ன தேவையோ அது கிடைக்கும். நாம் என்ன செய்ய வேண்டுமோ அதை நினைப்போம். நாம் என்ன நினைக்கிறோமோ அதைச் செய்ய முடியும் என்ற அளவிலே மனிதத் திறமை வெளிப் படுகிறது. இந்த மனிதத் திறமை அதிகரிக்க அதிகரிக்க

நாம் எங்கு போனாலும், மற்றவர் அந்த அலையினாலே கட்டுப்பட்டு, நம் மதிப்பை உணர்ந்து புரிந்து கொள்ள அவர்களுக்கு எண்ணம் தோன்றும். எங்கே போனாலும் நமக்கு வெற்றியாகவே இருக்கும்.

அப்படி எங்கேயாவது வெற்றி இல்லாமல் தடை ஏற்பட்டாலும் அந்தத் தடையினால் நமக்குக் கெடுதல் இல்லை. ''நம்மைத் திருப்பி விடுவதற்காக இந்த அலை நீளத்தில் தேவையில்லாதவற்றைத் தள்ளி விடுகிறது. அதனால் அந்த வேலை நடக்கவில்லை'' என்று எண்ணி அமைதி அடைந்தால், எந்தக் காலத்தில் எந்தச் சூழ் நிலையில் அந்த வேலை நடக்க வேண்டுமோ அப்போது அது தானாகவே நடந்து விடும்.

முற்றறிவு (Total Consciousness) என்று சொல்லக் கூடிய பிரபஞ்சம் முழுவதும் நிறைந்திருக்கும் அறிவு தான் எங்கேயும் இருக்கிறது. அது தொகுப்பறிவு (Collective Knowledge). அதனால், நாம் எண்ணிய எண்ணத்திற்குரிய காலமும், வேகமும் வரும்போது அது தானாகவே மலர்ந்து செயலாகிறது.

வாழ்க வளமுடன்

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

ஆசை நிறைவேறும்

ஆசை எழும்போது, அதாவது ஏதோ ஒரு பொருளை நாம் விரும்பும் போது அறிவிலே விழிப்போடு இருக்க வேண்டும். தவறினால் பல தீய விளைவுகள் உண்டாகும். வாழ்க்கையில் எளிதில் தீர்க்க முடியாத பல சிக்கல்கள் தோன்றி விடும். ஒரு பொருள் மீது ஆசை எழும்போது அதனோடு உறவு கொண்டு, கண்ட முன் அனுபவம், தற்காலச் சூழ்நிலை, எதிர்கால விளைவு இம்மூன்றையும் ஒன்றிணைத்து நோக்க வேண்டும். அப்போது தான் அறிவு தனது நிலை பிறழாது, மயக்கமுறாது. நலம் என உணர்ந்தால் அளவோடு, முறையோடு அப்பொருளைப் பெறவும், துய்க்கவும் முயல வேண்டும். அறிவில் விழிப்போடு இருக்கும் வரையில் மாணா மனநிலை என்பது ஏது?

ஒருவருக்குப் பல பொருட்கள் மீது விருப்பம் எழலாம். அவற்றை வரிசையாகக் குறித்துக் கொள்ள வேண்டும். குறிப்பிட்ட ஒரு பொருளின் தேவை இன்றி யமையாததா, அதனை அடையத் தனது ஆற்றலும், சூழ்நிலைகளும் ஒத்து இருக்கின்றனவா? கணிக்கும் அல்லது எதிர்பார்க்கும் விளைவுகள் என்ன? இவற்றைக் கொண்டு சிந்தனை செய்யுங்கள்.

தேவையும், ஆற்றலும், சூழ்நிலையும், விளைவாகக் காணும் நலனும் ஒத்திருந்தால் அதனை அடைய முறையான முயற்சியை உருவாக்கிக் கொள்ளுங்கள். செயலாற்றி வெற்றி பெறுங்கள். இல்லையெனில், 'இன்னின்ன நிலைமைகளால் இந்தப் பொருள்மீது ஆசை கொள்ளுதல் தவறு, எனவே இந்த ஆசையை நான் நீக்கிக் கொள் கிறேன்'' என்று பல தடவை காலை, மாலை அதற்கென உட்கார்ந்து மனதிற்குள் உறுதி கூறிக் கொள்ளுங்கள்.

சில குறிப்பிட்ட பொருட்களைப் பற்றி இவ்வாறு முடிவு செய்து கொண்டால் மீண்டும் பிற பொருள் மீது முறையற்ற அவா எழாது. நலம் தரும் பொருட்களைப் பெறத் தேவையான ஆற்றலும் நன்கு வளர்ச்சி பெறும். அடுத்தடுத்து வாழ்வில் வெற்றிகள் பல கிட்டும். வாழ்வில் முழு அமைதியும் பெறலாம். இவ்வழியில் ஆசையை முறைப்படுத்திக் கொள்ள வேண்டும்.

வாழ்க வளமுடன்

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

கடவுள் எங்கே இருக்கிறார்?

கடவுள் எங்கேயோ இருப்பதாக எண்ணிக் கொண் டிருக்கிறார்கள். அவன் மனிதனின் மன இயக்கத்தில் இருக்கிறான். ஆம், தெய்வம் அதற்குள்ளாகவும் இயங்கிக் கொண்டிருக்கிறது. வேறு வேறாக இல்லை, இறைவன் மனிதனிடம் ஒன்றுபட்டுத் தான் இருக்கிறான்.

ஆனால், மனிதனுடைய எண்ணத்தின் காரணமாக, இச்சையின் காரணமாக, பல பொருட்களின் மீது வைத் திருக்கிற ஆசையின் காரணமாக, இறைவன் தூரத்தில் இருப்பதுபோல் மனிதனுக்குத் தோன்றுகிறது. இச்சையின் அடுக்குகளே இறைவன் தூரத்தில் இருப்பது போல் செய்து வருகின்றன.

நமக்கும் கடவுளுக்கும் எவ்வளவு தூரம் இருக்கிறது என்று ஒரு கணக்கெடுக்க வேண்டுமா? எத்தனை பொருட்களின் மீது ஆசை இருக்கிறதோ, வரிசையாக எழுதிப் பட்டியலிட்டால் அது இருக்கும் நீளத்தைக் கொண்டு இவ்வளவு தூரம் தான் நமக்கும் கடவுளுக்கும் இருக்கக் கூடிய தூரம்.

பொருட்களின் மீது இருக்கக் கூடிய ஆசைகள் எவ்வளவோ, அந்த அளவுக்குக் கடவுளுக்கும், மனித னுக்கும் உள்ள தூரம் அதிகமாகும். ஆகவே, ஆசை என்பதைச் சீரமைத்து விட்டோமேயானால், இறைவனைக் காணலாம்.

ஆசையை அனுமதித்துக் கொண்டே இருந்தால், அதை ஒவ்வொரு நிமிடமும், ஒவ்வொரு ஆண்டும் செயலாக்கிக் கொண்டு தான் இருப்போம். அந்த வகையில் வேலை இருந்து கொண்டே இருக்கும். ஆனால், ஆசை சீரமைக்கப்பட்டது என்றால், ஒரு பளுவும் இல்லை. ஆகையினால், மனம் துல்லியமாக, நிறைவாக இருக்கும். அங்கே இறைவன் இருப்பான்.

வாழ்க வளமுடன்

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

ஞானம்–பக்தி–மாயை–முக்தி

ஒரு குழந்தைக்குத் தகப்பன் யார்? என்ற உண்மை யைப் பொதுவாகத் தாயார் அறிந்துள்ள நிலையைப் போன்று, மற்றவர்களால் அறிந்து கொள்ள முடியாது.

இது போன்று ஒரு தத்துவத்தைச் சந்தேகமற, மாற முடியாத, மாற்ற முடியாத வகையில் அறிந்து கொண்ட திட நிலையானது ஞானம் எனப்படும்.

வளர்ப்போர் சொல்லிக் கொடுத்ததையே திருப்பித் திருப்பிச் சொல்லும் கிளியைப் போன்று, தன் தாயார் சுட்டிக் காட்டிய ஒருவர் தான் தனது தகப்பன் என்று உறுதியாகச் சொல்லும் மகனின் மனநிலை போன்று, எழுதப்பட்டுள்ள கருத்துக்களே சரியென நம்பி உறுதி கொண்டிருப்போர் நிலையும் இம்மாதிரியேயாகும்.

கற்பனை வேகத்தால் இயற்கையை மறந்து, சமூகத்தின் அமைப்பையும் மறந்து, மக்களின் எண்ணம், சொல், செயல்களால் விளைந்து வரும், விளையப்போகும் நிகழ்ச்சி களையும் மறந்து, உடலளவில் தேவைகளையும் அறிவுக்கு அந்தச் சமயப் பொருத்தமானதையும் ஞாபகத்தில் கொண்டு, புலனறிவின் எல்லையிலேயே மட்டும் நின்று, மயக்க நிலையில் எண்ணிச் செயலாற்றுவது 'மாயை' எனப்படுகிறது.

எள்ளுக்குள் எண்ணெயைப் போன்று பிரபஞ்சம் எங்கும் எல்லாவற்றிலும் நீக்கமற நிறைந்து நின்று இயங்கும் ஆன்மா, ஜீவன், கடவுள், இயற்கை, சக்தி என்று பலவாறாகச் சொல்லப்படும் அரூப சக்தியை அறிவால் அறிந்து, வாழ்வில் அமைதி பெறுவதே, அறிவில் தெளிவு பெறுவதே, 'முக்தி' எனப்படும்

வாழ்க வளமுடன்

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

இன்ப ஊற்று

என்னிடம் ஒரு முழுமையான ஆற்றலோடு எல்லாம் வல்ல இறைவன், என்னைப் படைத்திருக்கிறான், பக்தி மானாக இருந்தாலும், ஞானவானாக இருந்தாலும் அவனு டைய பிரதிநிதியாகவே, அவனுடைய பகுதியாகவே தான் இருக்கிறேன். பேராற்றல் என்னிடம் அடங்கி இருக்கிறது. இதைக் கொண்டு என்னென்ன நலம் செய்து கொள்ள வேண்டுமோ அதை நானே விளைவித்துக் கொள்வேன்.

பிறருடைய உதவி தேவையான இடத்திலே அவர் களுக்கு உதவி செய்து அந்த உதவியை 'நான் பெறுவேன்' என்ற அளவிலே உதவுபவர்களுக்கெல்லாம் நாம் பதில் செய்து கொண்டிருப்பேன் என்ற அளவிலே, கடமை உணர்வோடு நின்று பாருங்கள். பெரிய சக்தி வாய்ந்த ஒரு ஆற்றல் உங்களிடம் பெருகி விடும். தினந்தோறும் அதைப் பயன்படுத்துங்கள்.

நீங்கள் ஒரு அதிகாரியாக இருக்கலாம். உங்கள் அதிகாரத்தின் கீழ் ஆயிரமாயிரம் மக்கள் துன்பப்பட்டுக் கொண்டு இருக்கக் கூடும். நீங்கள் இந்தப்புறம் திரும்பி நாம் அவர்களுக்கு என்ன செய்ய முடியும் என்று எண்ணி விட்டீர்களேயானால், அத்தனை ஆயிரம் மனிதர்களும் அவர்களின் தேவைகளும் நேரடியாக உங்களுக்குத் தெரியத் தொடங்கும். அதைச் செய்ய ஆரம்பித்தீர்களே யானால், அவ்வாறு செய்யச் செய்ய இன்ப ஊற்றுத்தான் மனதிலே வளரும். தெய்வத்தோடு தெய்வமாகவே நிற்கும் ஒரு நல்ல காட்சி உள்ளத்தில் ஏற்படும்.

வாழ்க வளமுடன்

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

கடவுள் வணக்கம்

''எல்லாம்வல்ல பரம்பொருள் (கஞூணிதிடிஞீஓுணஞிஓு) எனக்கு வேண்டியதை எல்லாம் உரிய காலத்தில் கிடைக்குமாறு வைத்திருக்கும்பொழுது அந்தப் பரம்பொருள் இந்த இயற்கையாக, பிரபஞ்சமாக, உலகமாக, மக்களாக, நமக்கு உரியவர்களாக, நம்முடைய அறிவாக இருந்து கொண்டு எல்லாவற்றையும் அளித்துக் கொண்டே இருக்கிற போது நாம் எதற்காக இது இல்லை, அது இல்லை என்று குறைபட்டுக் கொள்ள வேண்டும், பிச்சை எடுக்க வேண்டும்? செய்ய வேண்டியதை மனம் கோணாமல் செய்து விட்டு கவலைப்படாமல், பிறரை நொந்து கொள்ளாமல் இருங்கள். உங்களுக்கு முரண் பட்டவர்கள் யாரேனும் இருப்பின் அவர்களை வாழ்த்திக் கொண்டே இருங்கள். உங்களை வாழ்த்திக் கொள்ளுங்கள். உங்கள் குடும்பத்தாரை வாழ்த்துங்கள். சுற்றத்தாரை வாழ்த்துங்கள், சமுதாயத்தை வாழ்த்துங்கள்.

மன அமைதியைப் பேணும் வகையில் தியானம், சிந்தனை, அகத்தாய்வு இவற்றில் தொடர்ந்து ஈடுபடுங்கள். உடற்பயிற்சியை நன்கு செய்து வாருங்கள். ஒட்டு மொத்தமான வாழ்க்கைப் பயிற்சியை இவ்வாறு தொடர்ந்து கைக் கொண்டால் வேறு எந்த ஞானமும் வேண்டாம். இன்னும் ஒரு கடவுளும் வேண்டாம்.

ஏனென்றால், எந்தச் செயல் செய்தாலும் அங்கே விளையும் விளைவு கடவுள் செயல் தான். (கூடச்ஞு டிண் ஞுடஓு ஞிச்தண்ஓு ச்ணஞீ ஓுஓூஓுஞிஞு ண்தூண்ஞுஓுட்) அது இயற்கை தரும் விளைவு தான். நீங்கள் செய்யும் செயலுக்கு உங்களுக்கு இன்பமோ, துன்பமோ, வெகுமதியாகவும், தண்டனையாகவும் கொடுத்துக் கொண்டே இருப்பது எதுவோ அதுதான் எல்லாம் வல்ல இறை. ஆகவே, அந்த இறைவனை உங்களுடைய செயலின் விளைவாகக் காலையிலிருந்து மாலை வரையில் பார்த்து மதிப்புக் கொடுத்து வாருங்கள். அதுவே கடவுள் வணக்கம். அதை விட்டு விட்டுத் தனியாக ஒரு கடவுளைத் தேட வேண்டாம்.'

வாழ்க வளமுடன்

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

மனவளக்கலை

''உலக சமுதாயச் சூழ்நிலையில் விரிந்த கண்ணோட் டத்தோடு மக்களுக்குத் தொண்டு முறையில் ஆன்மிக அறிவை ஊக்குவிக்கவும், அதனைத் தடுத்துக் கொண்டி ருக்கும் கற்பனை நிலையையும், துன்பங்கள், சிக்கல்கள், போன்றவற்றையும் குறைப்பதற்காகத் திட்டமிட்டுத் தொடங்கப் பெற்ற நிறுவனமே உலக சமுதாய சேவா சங்கமும் அதன் செயல் வழியாகிய மனவளக்கலையும் ஆகும்.

கர்மயோகம் என்னும் வாழ்க்கை நெறியை மக்கள் பண்பாடாக வளர்ப்பது சிறந்ததோர் சீர்திருத்தத் திட்ட மாகும். சிந்தனையை வளர்க்கவும், அறிவிற்கு நுண்மை, கூர்மை, உறுதி, தெளிவு இவற்றையளித்து அமைதியை உருவாக்கவும் வல்ல அகத்தவமுறை இதில் இருக்கிறது. நான் என்ன செய்கிறேன், இதனால் என்ன விளைவு ஏற்படும் என்பதை உணர்ந்து, நல்லன தேர்ந்து செயலாற்றும் பண்பாட்டை வளர்க்க அகத்தாய்வுப் பயிற்சி இருக்கிறது.

நோய்களைப் போக்கிக் கொள்ளவும், நோய் வராமல் காக்கவும் ஏற்ற உடற்பயிற்சியும், உடலோம்பும் அறிவுக்கான பாடங்களும் உள்ளன.

விளைவறிந்து செயலாற்றும் விழிப்பு நிலையில் ஒவ்வொரு செயலிலும் இறையுணர்வைப் பெறவும், அறவழி வாழவும் ஏற்ற கர்மயோக நெறி நிற்கும் வாழ்க்கை முறை இருக்கிறது. பிறவிப் பயனாகிய அறிவை அறிய, இறைநிலையோடு ஒன்று கலந்து பேரின்ப வாழ்வினை அனுபவிக்க ஏற்ற அறிவு விளக்கப் பயிற்சியும் வாழ்வு முறையும் உள்ளன.

தன் தகுதியை விளங்கிக் கொண்டும், அதை வளர்த்துக் கொண்டும், தன்னம்பிக்கையோடு வாழ்வை நடத்த அச்சமின்மையையும், தகைமையையும் வளர்த்துக் கொள்ள ஏற்ற ஆக்கமுறை வாழ்க்கை நெறி இருக்கிறது. பொதுவாகவும் சுருக்கமாகவும் சொல்லுமிடத்து, மனிதன் மனிதனாக வாழ ஏற்ற ஒரு சாதனை வழியே மனவளக் கலையாகும்''.

வாழ்க வளமுடன்

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

மகளிரும் ஆன்மிகமும்

வாழ்க்கையானது ஆண், பெண் என்ற இருவரும் இணைந்து தான் நடைபெறுகின்றது. இந்த உலகில் எல்லோருக்குமே இந்த இரண்டு பேர் கூட்டுறவில்தான் பிறவி தோன்றுகிறது. என்றாலும் கூட ஒரு சில காரணங் களால் உலகெங்குமே ஆண்கள் மேலாகவும் பெண்கள் கீழாகவும் மதிக்கப் பெறும் ஒரு சந்தர்ப்பம் இருந்தது.

காலத்தால் அந்தச் சந்தர்ப்பம் போனபிறகும் கூட, வழக்கத்தை ஒட்டி, பழக்கத்தை ஒட்டி அதே ஆதிக்க மனப்பான்மை ஆண்களுக்கு ஏற்பட்டுத் தொடர்ந்து வந்து கொண்டே இருக்கிறது. ஒரு சமுதாயம் திருந்த வேண்டுமானால் இந்தக் குறைபாடுகள் நீங்கத்தான் வேண்டும். அந்தக் குறைபாடுகளை நீக்கிக் கொள் வதற்கு ஒரு சாரார் மட்டும்-ஆண்கள் மட்டுமோ, அல்லது பெண்கள் மட்டுமோ-முயன்றால் போதாது. இரண்டு பேர்களுமே அந்தக் குறைபாடுகளை உணர வேண்டும்; அவற்றை முறையாகப் போக்கிக் கொள்ளுகின்ற விருப்பம் அவர்களுக்கு வர வேண்டும்.

ஒரு குடும்பம் என்று எடுத்துக் கொண்டீர்களானால் அந்தக் குடும்பம் நலம் பெற வேண்டும், அந்தக் குடும்பத்திலே நல்ல குழந்தை பிறக்க வேண்டும், அந்தக் குழந்தை அறிவுடையவனாக, சமுதாயத்தில் பொறுப்புள்ள பிரஜையாக வாழ வேண்டும். குடும்பத் திற்கும் நல்ல உறுதுணையாக இருக்க வேண்டும் என்று தான் எல்லோரும் விரும்புகிறோம். அப்படியா னால் அந்தக் குழந்தைப்பேறுக்கு உரிய ஆண், பெண் இருவரு ருமே சம உரிமை, அறிவிலே திறமை, நுட்பம் இவை நிறைந்தவர்களாகத்தான் இருக்க வேண்டும்.

ஆண்களுக்கு மாத்திரம் சில கல்வி வசதி, செல்வ வசதி இன்னும் அதிகார வசதி எல்லாமே வைத்துக் கொண்டு பெண்களுக்கு அவை மறுக்கப்பட்டால் என்ன ஆகும் ? ஒரு புறம் அறிவிலே அல்லது செல்வத்திலே, மற்ற எல்லா வற்றிலும் எழுச்சி, மற்றொரு புறத்திலே எல்லாவற்றிலும் தாழ்ச்சி. இந்நிலையில் பிறக்கக் கூடிய குழந்தை கூட அப்படித்தான் இருக்கும். இந்த ஏற்றதாழ்வினை நீக்கிக் கொள்ள வேண்டும்.

வாழ்க வளமுடன்

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

உளப்பயிற்சி

பருவமழை பொழிகிறது; ஆற்றில் வெள்ளம் பெருக் கெடுத்தோடுகிறது; வெள்ளம் அதிகமாக இருந்தால் விளைநிலங்களில் பரவிப் பயிர்களை அழித்து விடும். ஆற்று வெள்ளம் கரை புரண்டால் ஊர்களிலே பாய்ந்து வீடுகளை மூழ்கடித்து விடும்; மக்கள், மாடுகள், ஆடுகள் இவற்றிற்கும் அழிவைத் தரும்.

அதே ஆற்றில் ஒரு அணை (ஈச்ட்) கட்டி நீரைத் தேக்கிக் கால்வாய்களை அமைத்து நீரின் போக்கைக் கட்டுப்படுத்திக் கொண்டால் என்ன வியத்தகு மாற்றம்! எவ்வளவு நன்மை விளைகிறது! ஆண்டு முழுவதும் வயலுக்குப் பாய்ச்சுவதற்கு நீர் கிடைக்கிறது, குளிக்கவும் அருந்தவும் மக்களுக்குத் தண்ணீர் கிடைக்கிறது. ஆற்றுக் கால் பகுதியிலுள்ள ஊர்களெல்லாம் வளம் பெற்றுச் செல்வம் கொழிக்கிறது.

இவ்வாறே மனிதனுடைய ஆற்றல் எல்லையற்றது. இதனை வேறு எதனோடும் ஒப்பிட்டுக் கணித்து உவமை கூற முடியாது. மனிதனிடம் அடங்கியுள்ள ஆற்றல் அத்தகைய பெருமையுடையது; இயற்கையின் பெருநிதி யாகும் அது. அதை உணர்ந்து கட்டுப்படுத்தித் தேக்கி முறையாகச் செலவிட வழி கண்டு விட்டால், வாழ்நாள் முழுவதும் உடல்நலம் காக்கலாம், மனவளம் பெருக்க லாம். வாழ்வில் வெற்றி, மகிழ்ச்சி, இன்பம் அமைதி இவற்றை அடையலாம்.

இவ்வாறு ஒழுங்குபடுத்தப்பட்ட மனிதனுடைய ஆற்றல் அவன் குடும்பத்திற்கும், சமுதாயத்திற்கும் வளம் பெருகும் ஊற்றாக அமையும். மனிதனுடைய இத்தகைய பேராற்றலைக் கட்டுப்படுத்தி ஒழுங்குபடுத்தித் திட்ட மிட்ட முறையில் செயல்படுத்திப் பயன் காணவல்ல ஒரு உளப்பயிற்சியையே ''தியானம்'' என்று கூறுகிறோம்.

வாழ்க வளமுடன்

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

இலங்கை மனவளக்கலை மன்ற அறக்கட்டளையின் தோற்றமும் ஏற்றமும்

ஆசான் தத்துவஞானி வேதாத்திரி மகரிஷி அவர்கள் பிற நாட்டவர்களின் கலை கலாசாரம் பற்றி அறிந்து கொள்வதற்காகவும் தனது ஆன்மிக சிந்தனையை விளக்குவதற்காகவும் உலகின் பல்வேறு நாடுகளுக்கும் சென்று வந்துள்ளார்கள்.அவ்வாறு இலங்கைக்கும் வருகை புரிந்து கொழும்பு கண்டி போன்ற நகரங்களுக்குச் சென்று இலங்கையின் கலை கலாசாரத்தை அறிந்து கொண்டார். இங்கு பக்தி மார்க்கம் தலைத்தோங்கி இருப்பதைக் கண்டு ஞானமார்க்கமும் இதனோடு சேர்ந்து இருந்தால் மேலும் நன்றாக இருக்கும் என்று நினைத்தார்கள். இலங்கையிலும் தக்க தருணத்தில் மனவளக்கலை பயிற்சிகள் விளையும் என்று கூறியிருந்தார்கள். மகான்கள் நினைப்பதே நடக்கும். நடப்பதே எண்ணுவர்.

இலங்கையில் வசித்த திரு ஆர். வசந்தகுமார், திருமதி கலாராணி வசந்தகுமார் தம்பதிர், தனது அக்கா திருமதி. இந்திராதேவி அப்புசாமியின் வற்புறுத்தலின் பேரில், 1996 ஆம் ஆண்டு நாமக்கல் மனவளக்கலை மன்றத்தில் பேராசிரியர் உழவன் தங்கவேலுவிடம் பயிற்சிகளை கற்றுக் கொண்ட போது இலங்கையிலும் மனவளக்கலை பயிற்சிகள் ஆரம்பிக்கும் எண்ணம் உதயமானது. அதன் பிறகு நாமக்கல்லுக்குச் செல்லும் போதெல்லாம் இலங்கையில் பயிற்சிகளை ஆரம்பிப்பது பற்றி வசந்தகுமார் தம்பதியர் பேராசிரியர் உழவன் தங்கவேலுடன் கலந்துரையாடினார்கள். இதற்கிடையில் 2003 ஆம் ஆண்டு இலங்கைக்கு தனிப்பட்ட பயணத்தை மேற்கொண்டு இருந்த அருள்நிதி பி. பார்த்திபனை தொடர்பு கொண்டு இலங்கையில் பயிற்சிகளை முடிந்தால் ஆரம்பிக்குமாறு பேராசிரியர் உழவன் தங்கவேல் அவர்கள் திரு. வசந்தகுமாரை கேட்டுக் கொண்டார். அதன்படி சுமார் 20 அன்பர்களுக்கு மனவளக்கலை பயிற்சிகள் இலங்கையில் இருந்த அருள்நிதி ஆர் கிருஷ்ணகுமாரின் உதவியுடன் அருள்நிதி பார்த்திபன் அவர்களால் கொழும்பு பம்பலப்பிட்டியில் கட்டி முடியும் தருவாயில் இருந்த திரு. எஸ் பி சண்முகம் என்போரின் வீட்டில் கற்றுத் தரப்பட்டது. இத்தருணத்தில் மனவளக்கலை பற்றிய அருள்நிதி பார்த்திபனின் பேட்டி இலங்கை தொலைக்காட்சி நிலையத்தில் ஒளிபரப்பானது

அதைத்தொடர்ந்து இலங்கையில் சம்பிரதாயபூர்வமாக மனவளக்கலையை ஆரம்பிக்க வேண்டும் என்று அருள்நிதி பி. பார்த்திபன் தொடர்ந்து வலியுறுத்தி வந்ததின் காரணமாக 2004 ஆம் ஆண்டு ஏப்ரல் மாதம் தமிழ்நாடு நாமக்கலில் அருள்நிதி பார்த்திபன், பேராசிரியர் உழவன் தங்கவேலு, திரு ஆர் வசந்தகுமார் திருமதி கலாராணி வசந்தகுமார்

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

ஆகியோர் கலந்துரையாடி ஜூன் மாதம் இங்கு உத்தியோகபூர்வமாக பயிற்சிகளை ஆரம்பிப்பது என்று முடிவு எடுத்தனர். அதன்படி இலங்கைக்கு திரும்பிய வசந்தகுமார் தம்பதியர் 2004ஆம் ஆண்டு ஜூன் மாதம் 11ஆம் திகதி மாலை 6:30 மணிக்கு கொழும்பு தமிழ் சங்கத்தில் அங்குரார்ப்பண அறிமுக கூட்டம் நடாத்துவது என தீர்மானித்து அதற்கான சகல ஏற்பாடுகளையும் மேற்கொண்டனர். மலையகத்தில் பன்னிரண்டாம் திகதி முதல் இரு வாரங்களுக்கு பயிற்சிகளை நடத்துவதற்கான நேர அட்டவணை தயாரிக்கப்பட்டு உலக சமுதாய சேவா சங்கத்திற்கு அனுப்பப்பட்டது. மலையகத்தில் பயிற்சிகளை மேற்கொள்வதற்காக அனைத்து வேலைகளையும் பத்தனையைச் சேர்ந்த ஆசிரிய ஆலோசகர் எஸ் கணேசன் அவர்கள் ஒருங்கிணைத்தார்.

இதேவேளை உலக சமுதாய சேவா சங்கத்தின் துணைத் தலைவர் திரு கே ஆறுமுகம் அவர்கள் மூலமாக திரு ஆர் வசந்தகுமார் அவர்களை தொடர்பு கொண்ட திரு. ஏ. மதுரவீரன் அவர்களும் மகரிஷியை நேரில் கண்டு ஏற்கனவே ஆசி பெற்ற திரு. எஸ். முருகானந்தவேல் அவர்களும் மற்றும் பி.எஸ். செல்வரத்தினம் அவர்களும் திரு. மகாதேவன் அவர்களும் அறிமுக கூட்டத்திற்கு வருவதாக தெரிவித்திருந்தார்கள்.

2004 ஆம் ஆண்டு ஜூன் மாதம் 11-ம் திகதி வெள்ளிக்கிழமை அன்று 6.30மணிக்கு மனவளக்கலை அறிமுக கூட்டம் விமர்சையாக ஆரம்பிக்கப்பட்டது. சுமார் 150 பேர் கலந்து கொண்ட இக்கூட்டத்தில் கொழும்பு கம்பன் கழகத் தலைவர் திரு தே ஈஸ்வரன் அவர்கள் கௌரவ அதிதியாகக் கலந்து சிறப்புரையாற்ற, உலக சமுதாய சேவா சங்கத்தின் சார்பில் பேராசிரியர் உழவன் மா தங்கவேல் அவர்கள் அறிமுக உரை ஆற்றினார். திரு. பி. எஸ். செல்வரத்தினம் அவர்கள் நிகழ்ச்சிகளைத் தொகுத்து வழங்கி வரவேற்புரை நிகழ்த்தினார். திரு ஏ மதுரவீரன், திருமதி கலாராணி, திரு. எஸ். முருகானந்தவேல், திருமதி விஜயலட்சுமி ஆகியோர் மனவளக்கலை பற்றிய தமது அனுபவங்களை பகிர்ந்து கொண்டார்கள். இந்தியாவிலிருந்து வருகை தந்த மனவளக்கலை ஆசிரியர்கள் இருவரும் ஆண்களாக இருந்ததோடு மனவளக்கலை பெண் ஆசிரியை இல்லாதது இருந்தது ஒரு குறையாக இருந்த வேளையில் கூட்டம் முடியும் தருவாயில் திருமதி கனகலட்சுமி அவர்கள் தான் ஆசிரியர் பயிற்சி பெற்றவர் என்று மேடைக்கு வந்து பேசியது இன்ப அதிர்ச்சியாக இருந்தது திரு சி நடராஜசிவம் அவர்களின் உரையின் பின் நன்றி உரையுடன் அன்றைய நிகழ்வு இனிதே நிறைவு பெற்றது

ஜூன் 12ஆம் 13ஆம் தேதிகளில் கொழும்பு தமிழ்ச் சங்கத்தில் மனவளக்கலை பயிற்சிகள் பேராசிரியர் தங்கவேலு அவர்களால் நடத்தப்பட்டது. சுமார் 50 பேர் அளவில் கலந்து கொண்ட பயிற்சியில் அருள்நிதி பி பார்த்திபன் அருள்நிதி கனகலெட்சுமி ஆகியோர் ஆசிரியராக கடமை புரிந்தனர். இந்நிலையில் திரு ஏ மதுரைவீரன், திரு. பி. எஸ். செல்வரத்தினம் திரு எஸ் முருகானந்தவேல் திரு பி மஹாதேவன் ஆகியோர் தங்களை முழுமையாக மனவளக்கலை நடவடிக்கையில் ஈடுபடுத்திக் கொண்டனர். அதன் தொடர்ச்சியாக 2004 ஆம் ஆண்டு ஜூன் மாதம் 13ஆம் திகதி மாலை திரு மதுரை

Digitized by Noolaham Foundation
noolaham.org | aavanaham.org

வீரன் இல்லத்தில் பேராசிரியர் உழவன் தங்கவேல் தலைமையில் ஒரு சிறு கலந்துரையாடல் நடாத்தப்பட்டு இலங்கை மனவளக்கலை மன்ற அறக்கட்டளை உதயமானது. இதன் அறங்காவலர்களாகப் பின்வருவோர் நியமிக்கப்பட்டனர்.

திரு. ஏ. மதுரை வீரன் தலைவர்

திரு. ஆர். வசந்தகுமார் செயலாளர்

திரு. பி. எஸ். செல்வரத்தினம் பொருளாளர்

திரு. எஸ். முருகானந்தவேல்

திரு. எஸ். மகாதேவன்

திரு. எஸ். கணேசன்

இவ்வாறு அறங்காவலர் குழு நியமிக்கப்பட்ட பின்பு புது உத்வேகத்துடன் பயிற்சி கள் ஆரம்ப ஆரம்பமாயின.

கொழும்பில், வெள்ளத்தை சைவ மங்கையர் கழகத்திலும் பம்பலப்பிட்டி இந்துக்கல்லூரியிலும் மாணவர்களுக்கு காயகல்ப பயிற்சிகள் நடத்தப்பட்டன. சூரியன் FM, ரூபவாகினி, சக்தி டிவி போன்றவற்றில் பேட்டிகள் ஒலி ஒளி பரப்பாகின. நாவலப்பிட்டி கதிரேசன் கல்லூரியின் மாணவர்களுக்கு காயகல்ப பயிற்சியும் ஆசிரிய ஆலோசகர் எஸ் கணேசன் அவர்களின் ஏற்பாட்டில் பத்தனை கோயில் மற்றும் கொட்டகலை தமிழ் வித்தியாலம், கொட்டகலை ஆசிரியர் பயிற்சி கல்லூரி ஆகிய இடங்களில் காயகல்ப பயிற்சிகளும் அட்டன் ஐலண்ட் கல்லூரியில் பொதுமக்களுக்கு இருநாள் பயிற்சிகளும் வழங்கப்பட்டன

திரு எஸ் கணேசன் அவர்கள் தொடர்ந்து அறங்காவலராக செயற்படல் முடியாமல் போனதால் அவர் அப்பொறுப்பிலிருந்து விடுவிக்கப்பட்டார். திரு பி எஸ் செல்வரத்தினம் பொருளாளராக இருந்து இணைச் செயலராக மாற்றம் பெற பொருளாளராக திருப்பி மகாதேவன் அவர்கள் நியமிக்கப்பட்டார். சில காலத்தின் பின் திரு மகாதேவன் அவர்கள் தொழில் நிமித்தம் வெளிநாடு செல்ல நேர்ந்ததால் திரு ஆர் தேவதாஸ் அவர்கள் அறங்காவலராக நியமிக்கப்பட்டு பொருளாளராக பொறுப்பேற்றுக் கொண்டார். மேலும் இலங்கை மனவளக்கலை மன்றத்தின் செயல்பாடுகளில் ஈடுபாடு கொண்டு அதன் வளர்ச்சிக்கு அயராது பாடுபட்டுக் கொண்டிருந்த திரு. குழந்தைவேல் அவர்களும் திரு தனராஜ் அவர்களும் அறங்காவலர்களாக நியமனம் பெற்றனர். ஏழு உறுப்பினர்களைக் கொண்ட அறங்காவலர்கள் குழு மனவளக்கலையின் ஒரு முன்மாதிரியாகவும் ஒற்றுமையோடும் அர்ப்பணிப்புடனும் செயல்பட்டு வந்தது. இதே போல் மனவளக்கலை பயிற்சிகள் மற்றும் தத்துவங்களால் ஈர்க்கப்பட்ட திரு.கணேசன் அவர்கள் பொறுப்பாசிரியராக நியமனம் பெற்று ஒரு மூத்த ஆலோசகராகச் செயல்பட்டு வந்தார்.

ஆரம்ப காலத்தில் மனவளக்கலை ஆசிரியர்கள் இல்லாத நிலையில் இந்தியாவில் இருந்து தொழில் நிமித்தம் இங்கு வந்த அருள்நிதி பி சுரேஷ்குமார் அவர்களும் அருள்நிதி

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

ஸ்ரீ ராஜன் அவர்களும் ஆற்றிய தன்னலமற்ற சேவையை இலங்கை மனவளக்கலை மன்றம் என்றென்றும் நினைவு கூரும்.

ஆரம்ப காலங்களில் இரண்டு நாட்களாக நடைபெற்ற அடிப்படை பயிற்சிகளை பேராசிரியர் எம்.கே தாமோதரனின் ஆலோசனையின் படி ஏழு நாட்களாக மாற்றியதை தொடர்ந்து பயிற்சிகளின் தொகை கணிசமாக உயர தொடங்கியது. இப்பயிற்சிகள் எல்லாம் இராமகிருஷ்ண மிஷன் மண்டபத்தில் இடம்பெற்று வந்தன. ஆன்மிக சூழல் நிறைந்த மண்டபம் இலங்கை மனவளக்கலை மன்றத்திற்கு ஒரு வரப்பிரசாதமாகவே அமைந்தது

மன்றத்தின் பயிற்சிகளை இந்தியாவிலிருந்து வந்த பேராசிரியர்கள் முன்னெடுக்க வார இறுதியில் இந்து கல்லூரியிலும் பின்பு திரு வியாசர் இலவசமாக தந்த கட்டிடத்திலும் கூட்டுத்தவம் இடம்பெற்றது. இந்துக்கல்லூரி தமது மண்டபத்தை எமது ஆன்மிக உரைகளுக்கு தந்து உதவியதையும் நினைவு கூர வேண்டும். எமது மன்றத்தின் பால் நல்லெண்ணம் கொண்டு எமக்கு உதவிய இந்து கல்லூரி அதிபர் திரு முத்துக்குமாரசாமி மற்றும் திரு வியாசர் அவர்கள் ஒரு இக்கட்டான காலகட்டத்தில் செய்த உதவிகள் இலங்கை மனவளக்கலை மன்ற வளர்ச்சிக்குப் பெரிதும் உதவின. பின்பு திரு.டி குழந்தைவேல் திருமதி கே மகேஸ்வரி தம்பதியர் தமது இல்லத்தை சனி ஞாயிறு தினங்களில் தந்துதவ, கூட்டுத்த வத்தில் கணிசமான தொகையினர் பங்கு பெறத் தொடங்கினர். இவ்விரு தினங்களிலும் தமது இல்லம் மன்றமாக மாறும்போது ஏற்படும் இடைஞ்சல்களுக்கு மத்தியில் வருபவர்களை உபசரித்து அனுப்பிய இத்தம்பதியருக்கு இலங்கை மனவளக்கலை மன்றம் என்றென்றும் கடமைப்பட்டுள்ளது.

இவ்வாறு வளர்ச்சி அடைந்து கொண்டிருந்த இலங்கை மனவளக்கலை மன்றம் 2007ஆம் ஆண்டு மூர் ரோடு வெள்ளவத்தையில் அமைந்த ஓர் இடத்தை வாடகைக்கு அமர்த்தி தன்னார்வ தொண்டர்களைக் கொண்டு இயங்க ஆரம்பித்தது. பின்பு அருள்நிதி தா.பால நவநீதன் நிர்வாக அலுவலராக வேதன அடிப்படையில் நியமிக்கப்பட்ட உடன் முழு நேரமாக மன்றம் இயங்கத் தொடங்கியது. இலங்கை மனவளக்கலை மன்றத்தால் தரத் தீர்மானிக்கப்பட்ட தொகையை விட குறைவான தொகையை தனக்கு வேதனமாக தரவேண்டும் என்று கேட்டு பெற்றுக் கொண்டு அருள்நிதி திரு பால நவநீதன் மன்ற பணிகளில் நேரம் காலம் பாராது தன்னை முழுமையாக அர்ப்பணித்துக் கொண்டார். அவரது சேவையை வார்த்தைகளால் விளக்கி விட முடியாது .2009 ஆம் ஆண்டு தொடக்கம் இரண்டு வருடங்களுக்கு இலக்கம் 16, லில்லி அவென்யூ, வெள்ளவத்தை என்ற முகவரியில் மன்றம் இயங்கி கொண்டிருந்தது.

2007 ஆம் ஆண்டு திரு ஏ மதுரவீரன் திரு எஸ் முருகானந்தவேல் திருமதி விஜயலட்சுமி ஆகியோரும் பெரும் முயற்சியால் தங்களது சொந்த செலவில் இங்கிலாந்து சென்று இலங்கை மனவளக்கலை மன்றம் சார்பாக பேராசிரியர் லட்சுமணன் உடன் மனவளக்கலை பயிற்சிகளை ஆரம்பித்ததனர்.மன்ற வரலாற்றில் இது ஒரு மைல் கல் ஆகும். அதன் பின்பு இரு முறை திரு எஸ் முருகானந்தவேலும் பேராசிரியர் லட்சுமணனும் இங்கிலாந்து

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

ஜெர்மனி மற்றும் பிரான்ஸ் நாடுகளுக்குச் சென்று அங்கு மன்றங்களை உருவாக்கி மனவளக்கலை வளர உந்து சக்தியாக விளங்கினர்.

இதேவேளை பயிற்சிகளில் அடுத்தடுத்த நிலைகளை கற்றுத் தேர்ந்த திரு பிஎஸ் செல்வரத்தினம் ,திருமதி வி கலாராணி, திரு ஏ மதுரை வீரன் ,திருமதி எம் விஜயலட்சுமி ,திரு எம் சதானந்தன், திரு பிரசன்னா சண்முகநாதன், செல்வி சங்கீதா, செல்வி பகவதி, திரு எஸ் கணேசன் ,டாக்டர் சசிதரன், திரு பிரகதீசன், திரு முத்தையா பிள்ளை ஆகியோர் பயிற்சிகளை கற்று இலங்கை மனவளக்கலை மன்றத்தின் முதல் தொகுதி ஆசிரியராக மகரிஷியிடம் சான்றிதழ்கள் பெற்றுக் கொண்டனர் இதனைத் தொடர்ந்து இலங்கையில் முதலாவது பிரம்மஞான மற்றும் ஆசிரியர் பயிற்சி 2007 ஆம் ஆண்டு பிப்ரவரி மாதம் அட்டன் நகரில் 4 நாள் பயிற்சியாக பேராசிரியர் வேத சுப்பையா, பேராசிரியர் ராமநாதன் அவர்களால் வெற்றிகரமாக நடத்தி முடிக்கப்பட்டது. அடுத்தடுத்த வருடங்களில் இப்பயிற்சி கள் அட்டன் மற்றும் கொழும்பு நகரங்களில் நடைபெற்றது. அத்தோடு, அடுத்த படி நிலையான மனவளக்கலை துணை பேராசிரியர் தேர்வு நடத்தப்பட்டது. 2008 ஆம் ஆண்டு ஜூன் மாதம் 15 ஆசிரியர்கள் மனவளக்கலை துணை பேராசிரியர்களாக நியமனம் பெற்றனர்

உலகில் உள்ள எல்லா மனவளக்கலை மன்றங்களும் இந்தியாவை தலைமையகமாகக் கொண்ட உலக சமுதாய சேவா சங்கத்தின் நெறிமுறைகளுக்கு அமையவே நடைபெற்றுக் கொண்டிருக்கின்றன. இலங்கையிலுள்ள மன்றங்களும் அவ்வாறே தனது பணிகளை மேற்கொண்ட நிலையில், உலக சமுதாய சேவா சங்கம் தனது இரு கிளைகளை கொழும்பு கிளை மற்றும் யாழ்ப்பாண கிளை என்ற பெயரில் இலங்கையில் 2015ஆம் ஆண்டு நிறுவி, நிர்வாகத்தை இலகு படுத்தியது. கொழும்பு கிளையின் தலைவராக திரு மதுரவீரனும் யாழ்ப்பாண கிளை தலைவராக திரு முருகானந்தவேலும் நியமிக்கப்பட்டனர். பின்பு யாழ்ப்பாண கிளை தலைவராக திரு குழந்தைவேல் அவர்கள் பொறுப்பேற்றுக் கொண்டார்.

இக்காலப் பகுதியில் கொழும்பு கிளையின் ஊடாக அட்டன், நாவலப்பிட்டி, மாத்தளை, திருகோணமலை, மட்டக்களப்பு போன்ற நகரங்களில் மனவளக்கலை மன்றங்கள் ஆரம்பிக்கப்பட்டன. திரு பாலசுந்தரம், Dr. யோகானந்தன். திரு. சந்திரசேகர், திரு ஐங்கரன் முறையே அதன் தலைவர்களாக இருந்து சிறப்பாக செயல்பட்டு வருகின்றனர். திரு கனகராஜ் தலைமையில் புதுச்செட்டி தெருவிலும், திருமதி ஸ்டெல்லா தலைமையில் விவேகானந்த சபையிலும் திருமதி ஸ்ரீமதி தலைமையில் மட்டக்குளியாவிலும் மனவளக்கலை மன்றங்கள் சிறப்பாக நடைபெற்று வருகின்றன. அண்மையில் பண்டாரவளயில் ஆசிரியர் கருணாகரனின் முயற்சியால் மனவளக்கலை பயிற்சிகள் ஆரம்பிக்கப்பட்டன. இவ்வாறு இலங்கையில் மனவளக்கலை மன்றங்கள் மெது மெதுவாக ஆனால் உறுதியாக காலூன்ற தொடங்கிவிட்டன. உடலுக்கும் மனதிற்குமான பயிற்சி கள், தன் குற்றம் குறைகளை ஆராய்வதற்கான அகத்தாய்வு பயிற்சிகளோடு ஆன்மிகத்தின் அடிப்படை உண்மைகளையும் கூறுக் தருவதால் இந்து, பௌத்த, இஸ்லாம், கிறிஸ்துவ

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

போன்ற எல்லா மத மக்களும் இப்பயிற்சிகளை கற்று வருகிறார்கள். இதனால், மனவளக்கலை பயிற்சிகள் மக்களிடையே ஒரு தாக்கத்தை ஏற்படுத்தி சிந்தனையை தூண்டசெய்கிறது. இச் சிந்தனை மாற்றம், காலப்போக்கில், சமுதாயத்தில் அமைதி நிலவ வழிகோலும்.

தமிழகத்திலிருந்து வேலை நிமித்தம் இலங்கை வந்த திரு யாகவர்ணன் அவர்கள் இளம் சிறார்களுக்கான மனவளக்கலை பயிற்சிகளை தொடர்ச்சியாக கற்றுத் தந்து உதவினார்.

மனவளக்கலையின் பாடத்திட்டங்களை தமிழ்நாட்டில் உள்ள பெரும்பாலான பல்கலைக்கழகங்கள் ஏற்றுக்கொண்ட நிலையில், மனவளக்கலை பயிற்சியாளர்கள், பல்கலைக்கழகங்களில் யோகா பட்டய கல்வியை தொடர வழி ஏற்பட்டது. 2015 ம் ஆண்டு தமிழகத்திலிருந்து வந்த காலஞ்சென்ற மனவளக்கலை பேராசிரியர் திரு ராதாகிருஷ்ணன் அவர்கள் இப்பட்டய கல்வியை இலங்கை மக்களுக்கு கற்றுத்தர ஆரம்பித்து வைத்தார். கணேசன் ஐயா என்று எல்லோராலும் அழைக்கப்படும் திரு கணேசன் அவர்கள் இப்பாடத்திட்ட செயல்பாடுகளில் தன்னை முழுமையாக அர்ப்பணித்துக் கொண்டார். தனது முதுமையும் பாராமல் மன்ற வளர்ச்சிக்காக அரும்பாடுபட்டார். அவரது மறைவை இலங்கை மனவளக்கலை மன்றம் ஈடு செய்ய முடியாமல் தவித்துக் கொண்டிருக்கின்றது

இலங்கையில் மனவளக்கலை மன்ற ஆசிரியர்கள் இல்லாத நிலையில் தமிழ்நாட்டில் இருந்து வந்த மனவளக்கலை பேராசிரியர்கள் திரு.வேத சுப்பையா, திரு, உழவன் தங்கவேலு ,திருமதி மாலா ஜெயப்பிரகாஷ், திரு விவேகானந்தன் திரு பரமசிவம் ,காலம் சென்ற திரு அறிவானந்தம் விஞ்ஞானி லட்சுமணன், கலாநிதி கே பெருமாள் திரு தாமோதரன் போன்றவர்கள் இலங்கையில் மனவளக்கலை பயிற்சிகளை தொடர்ச்சியாக கற்றுத் தந்து இங்கும் ஆசிரியர்கள் உருவாக காரணமாகினர்.

திரு தங்கராஜ், திருமதி தங்கராஜ், திரு மதுரை வீரன், திருமதி மதுரை வீரன், திரு. விக்னேஸ்வரன் ,திருமதி மீனா, திருமதி ஸ்டெல்லா, திருமதி ஶ்ரீமதி, திரு. பாலசுந்தரம், திரு. சித்திரவேல், Dr. பாலசுப்பிரமணியம், திரு. முருகானந்த வேல், திரு. செல்வரத்தினம், திருமதி பரிமளேஸ்வரி, திருமதி தர்மினி சேகர் திருமதி தர்மிணி, திருமதி. ஜெகதீஸ்வரி திருமதி ஜெயகாந்தா போன்றவர்கள் மனவளக்கலை பேராசிரியர்களாக உருவாகினர்

கொவிட் காலப்பகுதியில் மன்றங்கள் இயங்க முடியாத ஒரு நிலை இருந்தது அப்போது zoom வழியாக நிகழ்ச்சிகள் நடந்தன.

இதே வேளை, 2012ஆம் ஆண்டு அறங்காவலர்களின் மற்றும் மனவளக்கலை அன்பர்களின் நிதி உதவியுடன் இலங்கை மனவளக்கலை மன்றத்திற்காக பழைய கட்டிடத்துடன் கூடிய ஒரு காணி சொந்தமாக பெற்றுக்கொள்ளப்பட்டது. இந்த இடம் வெள்ளவத்தை ராமகிருஷ்ண வீதியிலுள்ள ராமகிருஷ்ணன் மண்டபத்திற்கு முன்பக்கத்தில்

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

அமைந்தது ஒரு சிறப்பு அம்சமாகும். இவ்விடத்திலேயே மன்றத்தின் எல்லா பயிற்சி களும் 2019 ஆம் ஆண்டு வரை நடைபெற்றது. பின்பு இலங்கை மனவளக்கலை மன்றத்திற்கான புது கட்டிடத்திற்கு அடிக்கல் நாட்டப்பட்டது. இவ்வாறு ஆரம்பிக்கப்பட்ட கட்டிடம் கொவிட் மற்றும் இலங்கையில் ஏற்பட்ட பொருளாதார பிரச்சினை போன்ற பல இன்னல்களால் கடும் நிதி நெருக்கடியை எதிர்கொண்டது. சற்றும் தளராத , மன்றத்தின் தலைவர் திரு மதுரை வீரன் அவர்கள் தனது சொந்த பணத்துடன் மற்றவர்களிடமும் நிதியை திரட்டுவதில் முன்னின்று கடுமையாக உழைத்தார். இக்கட்டிட நிர்வாண பணிகளை திரு வசந்தகுமாரின் கட்டிட நிறுவனம் அசல் விலை மற்றும் நிறுவனத்தின் நிர்வாக செலவுகளுடன் கூடிய இலாபம் இல்லாத விலைக்கே கட்டுவது என அறங்காவலர் குழு கூட்டத்தில் தீர்மானிக்கப்பட்டது. இவ்வாறு செவ்வனே கட்டி முடிக்கப்பட்ட 'கொழும்பு அறிவுத்திருக்கோயில்' 2023 ஆம் ஆண்டு ஆகஸ்ட் மாதம் 27ஆம் திகதி வைபவ ரீதியாக உலக சமுதாய சேவா சங்கத்தின் தலைவர் பத்மஸ்ரீ திரு. SKMமயிலானந்தன் அவர்களால் திறந்து வைக்கப்பட உள்ளது. நீண்ட கால கனவு நனவாகியது, அனைவரதும் மனதில் மகிழ்ச்சியை ஏற்படுத்தி உள்ளது. புதிதாக கிடைக்கப்பெற்ற கட்டிடத்தினால் புத்தெழுச்சி பெற்ற இலங்கை மனவளக்கலை மன்றமானது மனவளக்கலை என்ற வாழ்க்கை கல்வியை இலங்கை மக்களுக்கு எடுத்துச் செல்ல ஆவலுடன் எதிர்பார்த்து நிற்கின்றது.

து.பேராசிரியர் அருள்நிதி இரா. வசந்தகுமார்
அறங்காவலர்
இலங்கை மனவளக்கலை மன்ற
அறக்கட்டளை

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

மலர் வெளியீட்டுக் குழு சார்பில் அகம் மகிழ்ந்து உதிர்க்கும் நன்றிகள்

அருள்நிதி ப.சு. செல்வரட்னம்
பொறுப்பாளர்-விழா சிறப்பு மலர்க் குழு

கொழும்பு அறிவுத்திருக்கோயில் அறிவுக்கதவு திறப்பு விழாவைச் சிறப்பிக்கும் வகையில் 'வேதாதிரிய வித்தகம்-23' எனும் இம்மலரினைத் தொகுத்தளிக்கும் வாய்ப்பினை கொடுத்த இறைநிலைக்கும் அதற்கான அனுமதியை வழங்கிய இலங்கை மனவளக்கலை மன்ற அறங்காவலர்களுக்கும் முதற்கண் மனமார்ந்த நன்றிகளை உரிதாக்கிக் கொள்கின்றோம். மலர் சிறப்புற அமைவதற்கு வாழ்த்துச் செய்திகளை மனநிறைவுடன் வழங்கிய உலக சமுதாய சேவா சங்கத் தலைவர் பத்மஸ்ரீ SKM மயிலானந்தன் ஐயா உட்பட அனைத்து அறிஞர் பெருமக்களுக்கும் மனமார்ந்த நன்றிகளை தெரிவிப்பதில் பெருமகிழ்ச்சி அடைகின்றோம். இம்மலர் சிறப்புற மலர்வதற்கு விளம்பரங்கள் தந்து பொருளாதார பலம் கொடுத்த அனைத்து அன்புள்ளங்களுக்கும் மனமார்ந்த நன்றிகள் உரித்தாகட்டும்.

அனைத்து விளம்பரங்களையும் சேகரிப்பதில் முன்நின்று உழைத்த அ/நி மதுரைவீரன்,

அ/நி ஹரிநாத, அ/நி பிரகதீஸ்வரன், அ/நி மீனாகுமாரி, அ/நி ஸ்ரெல்லா,

அ/நி விக்கினேஸ்வரன், அ/நி தங்கராஜா அனைவருக்கும் பற்பல நன்றிகள்

மலரின் கனதியை உறுதிசெய்யும் முகமாக கருத்தாழங் கொண்ட ஆக்கங்களை வழங்கிய அனைத்து அன்பர்களுக்கும் நன்றிகள் சேரட்டும்.

ஆக்கங்களைத் தொகுப்பதிலும் அச்சுப்பிழைகளை உற்று நோக்கி நேர்செய்வதிலும் உதவிய அ/நி இந்திரகுமார், அ/நி தங்கராஜா மற்றும் கணினித் தொகுப்புச் செய்து உதவிய சித்திரா அவர்கட்கும் நன்றிகளைத் தெரிவிக்கின்றோம்.

மலரினை அழகுற வடிவமைத்துக் கொடுத்த குமரன் புத்தக இல்ல நிறுவனத்தினருக்கும் அச்சேற்றிக் கொடுத்த தேவி அச்சக நிறுவனத்தினருக்கும் எமது நன்றிகள்.

முடிந்தவரை தவறுகளைத் திருத்தி அமைத்துள்ளோம் அதனையும் மீறி ஏதேனும் தவறுகள் இருப்பின் பொறுத்தருள வேண்டுகின்றோம்.

அறிவுத்திருக்கோயில் திறப்பு விழா சிறப்பு மலராக மலரும் 'வேதாத்திரிய வித்தகம் - 23' சிறப்புடன் மலர்ந்து மணம் பரப்பிட பல்வேறு வழிகளிலும் உதவிய அனைத்து நல்ல உள்ளங்களுக்கும் எங்கள் நெஞ்சார்ந்த நன்றிகள்.

வாழ்க வையகம்! வாழ்க வளமுடன்!

Digitized by Noolaham Foundation
noolaham.org | aavanaham.org

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

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

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

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