



ஞான மண்டலம்



ஸ்ரீமத் சுவாமி கெங்காதரானந்தா

நகர்ப்பதிவு 2002

புத்தகப் பதிவு
1881



3

ஞான மண்டலம்



இஃது

ஸ்ரீமத் சுவாமி கெங்காதரானந்தா
அவர்களால் இயற்றப்பட்டது.

சிவயோக சமாஜம்
பெருந் தெரு,
திருகோணமலை, இலங்கை.

அச்சுப்பதிவு : தானையான் அச்சகம், 115, மெசெஞ்ஜர் வீதி,
கொழும்பு - 12. இலங்கை.

முதற் பதிப்பு } 2000 பிரதிகள்
 1984

Σ



வகை அடைய அடைய

முல்லை

மதுரை மதுரை மதுரை மதுரை
 மதுரை மதுரை மதுரை மதுரை

மதுரை மதுரை
 மதுரை மதுரை
 மதுரை மதுரை

மதுரை மதுரை மதுரை மதுரை : மதுரை மதுரை
 மதுரை மதுரை மதுரை மதுரை



ஸ்ரீமத் சுவாமி கெங்காதரானந்தா
அவர்கள்



பொருளடக்கம்

	பக்கம்
1. பரமேஸ்வரா !	... 1
2. சரணாகதி	... 6
3. ஞான மண்டலம்	... 9
4. ஞான சுகம்	... 14
5. அநாதியான சிவயோக மார்க்கம்	... 17
6. இல்லறம்	... 22
7. மனம் கெட்டால் மாநிலம் கெடும்	... 26
8. சுயாதீன மனம்	... 30
9. சனாதன தர்மம்	... 33
10. ஹட யோகம்	... 36
11. மெய்யுணர்வு	... 41
12. இதயத் தியானம்	... 46
13. மரணத்திற்குப் பின்.....	... 51
14. பாரதக் கதை தரும் போதனை	... 55
15. கீதையின் அருளுரை	... 58
16. பலாபலனில் பற்றுதல் வையாதே	... 68
17. இந்து	... 71
18. கதிர்காம சேஷத்திரம் — I	... 82
19. கதிர்காம சேஷத்திரம் — II	... 86
20. சன்மார்க்க சுகம்	... 90
21. வஜ்ராமருதம் — இரண்டாம் பாகம்	... 100
22. ஸ்ரீ கிருஷ்ண அஷ்டோத்திர சதநாம அர்ச்சனை	... 108

ஓம் கீதா கெங்காதராய நம:
ஸ்ரீமத் சிவ. சி. மாணிக்க வாசகர்
அவர்கள் அருளிய
மு க வு ரை

பாரத நாட்டிலிருந்து காலத்திற்குக் காலம் பல ஞானிகளும் யோகிகளும் எங்கள் நாட்டிற்கு வருகை தந்து எங்கள் நாட்டையும் மக்களையும் ஞான வாழ்க்கையில் ஈடுபடுத்தி, இந்த நாட்டில் தெய்வீக ஒளியை ஏற்றி வைத்திருக்கிறார்கள்.

புத்த பகவானே இந்த நாட்டிற்கு விஜயம் செய்து களனி, நாகதீபம் போன்ற இடங்களில் உபதேசம் செய்ததாகப் புத்த ஏடுகள் பெருமைப்படுகின்றன. கோரக்கர் முதலாம் மகாமுனிவர்கள் இங்கு வருகை தந்து திருமலையில் தவம் இயற்றியதாக ஹிந்து ஏடுகள் கூறுகின்றன.

சமீப காலத்தில் முத்துலிங்க சுமாமிகள், நவநாத சித்தர், கடையிற் சுவாமிகள், சித்தானைக் குட்டிச் சுவாமிகள் போன்றவர்கள் இங்கு வருகை தந்து இந்த நாட்டு மக்கள் பலரையும் ஆத்மீக வாழ்க்கையில் ஈடுபடச் செய்தார்கள். தெற்கில் முத்துலிங்க சுவாமிகளும், கிழக்கில் சித்தானைக் குட்டிச் சுவாமிகளும், வடக்கில் கடையிற் சுவாமிகளும், மேற்கில் பெரியானைக் குட்டிச் சுவாமிகளும், தானையான் பாவாவும், நாட்டின்

மத்தியிலே நவநாத சித்தரும் வாழ்ந்து அருள் சுரந்ததனாலும், அவர்களுடைய சமாதிக் கோயில்கள் இன்றும் அந்த ஆத்ம சக்தியின் பொக்கிஷங்களாகத் திகழ்வதாலுந்தான் இந்த நாடு பல இன்னல்களின் மத்தியிலுங்கூட நிலை குலையாமல்தெய்வீக அருளுடன் திகழ்ந்து கொண்டிருக்கின்றது.

இத்தகைய ஞானிகளின் ஞானப் பரம்பரையில் உதித்தவர்தான் இன்று ஞான ஒளிபெருக்கிய வண்ணம் வாழ்ந்து வருகின்ற அருள் வள்ளல் சுவாமி கெங்காதரானந்தாஜி அவர்கள்.

1940-ஆம் ஆண்டளவில் இந்த நாட்டிற்கு வருகை தந்து, திருமலையிலே 12 வருடங்களாகத் தவமியற்றி பரிபூரணநிலை அடைந்து ஞான தீபமாகத் திகழும் சுவாமிகள் பலதிசைகளிலும் தமதருளைப் பரப்பிய வண்ணமிருக்கின்றார்.

“வித்திலிருந்து மரமும், மரத்திலிருந்து காய், கனியும் உண்டானாலும், மரத்தில் காய்த்துக் கனிந்த கனியானது மரத்திற்கு உரியதன்று. இது மரத்தின் நியதி. அதே போன்று தவத்திலிருந்து ஞானமும், ஞானத்திலிருந்து சுகமும் பிறந்தாலும் ஞானத்தின் சுகமானது ஞானிக்கு மட்டும் உரியதன்று” என்று சுவாமிகள் “ஜீவனாம்ருதம்” என்கின்ற நூலிலே அழகாக எடுத்துக் காட்டியிருக்கிறார்கள். அதே கூற்றிற்கிணங்கச் சுவாமிகள் தம் ஞானத்தின் பயனைப் பக்தகோடிகளில் ஆத்மீக முன்னேற்றத்திற்காக வழங்கிய வண்ணமிருக்கின்றார்.

ஸ்ரீமத் சுவாமிகள் தனது பக்தர்களுக்குச் செய்யும் உபதேசங்கள் பல வகைப்படும்.

ஒவ்வொரு பக்தனின் பரிபக்குவத்திற்கேற்பக் கொடுக்கப்படும் உபதேசம் ஒருவகை. அத்தகைய

உபதேசம் அந்தப் பக்தனுக்கு மட்டுமே உரியது; பயன் கொடுக்கக்கூடியது; மற்றையோர் அந்த உபதேசத்திற்கு உரிய பலனை அடைவர் என்று கூறமுடியாது. அவ்வுபதேசத்தை அறிய வேண்டிய அவசியமுமில்லை. இந்த உபதேசமானது ஒரு வைத்தியர் நோயாளியின் நிலைக்கு ஏற்ப எழுதிக் கொடுக்கும் மருந்து பட்டியல் போன்றது.

இன்னும், சுவாமிகளின் ஆச்சிரமமான “சிவயோக சமாஜத்தில்” சுவாமிஜி அவர்களினால் ஸ்தாபிக்கப்பட்ட, பாங்குளம் நடேசர் கோவிலில், ஏகாதசி, சிவராத்திரி போன்ற புனித நாட்களிலே அல்லது சனிக்கிழமைகளில் நடாத்தப்படும் கூட்டுப்பிரார்த்தனைகளின்போது சில சமயங்களில், சுவாமிகள் உபந்நியாசம் செய்வது வழக்கம். இத்தகைய உபந்நியாசங்கள் பொதுவாக ஆத்மீக வாழ்க்கைக்கு உறுதுணையானவை. இந்த உபந்நியாசங்களைப் பல பக்தர்கள் குறிப்பேடுகளில் பதிவு செய்து வைத்திருக்கின்றார்கள். இவை இன்னும் அச்சேறவில்லை; அதற்கான அனுமதியுங் கிடைக்கவில்லை.

இவற்றைத் தவிர சுவாமிஜி அவர்கள் சில துண்டுப் பிரசுரங்கள் வாயிலாகவும், இந்நாட்டின் தின ஏடுகளில் வெளியிட்ட கட்டுரைகள் வாயிலாகவும் பலவிதமான அரிய கருத்துக்களை மக்களுக்குத் தெரிவித்திருக்கின்றார்கள். “தினபதி” ஏட்டில் “வெள்ளி விருந்திலும்”, அதற்கு முன்பு “தினகரன்”, “வீரகேசரி” போன்ற தின ஏடுகளிலும் இந்தக் கட்டுரைகள் வெளிவந்திருக்கின்றன. இந்தக் கட்டுரைகளின் மூலப்பிரதிகளில் சிலவற்றைத் தேடி எடுத்து ஒரு சிறு நூலாக வெளியிடுவதற்குத் திருவுளம் அருள் பாலித்திருக்கின்றது.

இந்த நூலிலும் இதர கட்டுரைகளிலும், உபந்நியாசங்களிலும் சுவாமிஜி மூன்றே அடிப்படை உபதேசங்களைப் பல பல கோணங்களிலிருந்து எடுத்துரைக்கின்றார்.

முதலாவது உபதேசம் கடமையைப் பற்றியது. தனக்குள்ள கடமைகளை ஒருவன் சரிவரச் செய்ய வேண்டும். ஒருவன் குடும்பஸ்தனாகவிருக்கில் தன் தாய், தந்தை, மனைவி, மக்களுக்குச் செய்ய வேண்டிய கடமைகள் பலவுண்டு. அவன் செய்யுந் தொழிலில், தொழில் துறையில் சேர்ந்தவர்களுக்கும் செய்ய வேண்டிய கடமைகளும் உண்டு. இனசனத்திற்குச் செய்ய வேண்டிய கடமைகளும் உண்டு. துறவிகளுக்குச் செய்ய வேண்டிய கடமைகளும் உண்டு. தன்னை வளர்த்தெடுத்த நாட்டிற்குச் செய்ய வேண்டிய கடமைகளும் உண்டு. இந்தக் கடமைகள் யாவும் சித்தசுத்தியுடனும், நிறை மனதுடனும், அன்புடனும், ஆர்வத்துடனும் செய்யப்பட வேண்டியவைகளாகும்.

சுவாமிஜியின் இரண்டாவது அருளுரை “பரிசுத்தமான இருதயத்தோடு ஒருவன் வாழவேண்டுமென்பதே யாகும்.” இருதய சுத்தி மிக முக்கியமானது. கறள் நீக்கிய இரும்பைக் காந்தம் கவர்ந்திழுப்பதைப் போன்று பரிசுத்தமான மனதைத் தெய்வ சக்தி ஆகர்ஷிக்கும். தெய்வ கிருபையும், கடாட்சமும் என்றும் உண்டு. அவன் அருளைப்பெறச் சுத்தமான இருதயம் முக்கியமானது.

சுவாமிஜியின் மூன்றாவது அருளுரை “தெய்வ சரணாகதி” பற்றியது. தெய்வ சரணாகதி நினைப்பதைப் போல் அவ்வளவு சுலபமல்ல. மேலே கூறப்பட்டுள்ள இரண்டு முறைகளையும் நன்றாகக் கடைப்பிடித்தொழுகுபவர்களுக்குத்தான் தெய்வ சரணாகதி சாத்தியமாகும்.

இந்த மூன்று மார்க்க முறைகளையும், வாழ்க்கை நெறிகளையுந்தான் சுவாமிஜி அவர்களது கட்டுரைகள் எடுத்துக் கூறுகின்றன.

“நான மண்டலம்” என்னும் இந்தச் சிறுநூல் மக்களின் ஆத்மீக வாழ்விற்கு உறுதுணையாக விளங்கும் என்ற நம்பிக்கையினால் இதனைப் பிரசுரிப்பதில் பேரானந்தம் அடைகின்றோம்.

சிவ. சி. மாணிக்கவாசகர்.

கைத்தொழில் விஞ்ஞான

அலுவல்கள் - அமைச்சு

கொழும்பு - 2.

1984 - 07 - 10



பரமேஸ்வரா

பிரபோ !! பரமேஸ்வரா ! சமஸ்த ரூப பாவங்களிலும் நீ மலர்ந்திருக்கின்றாய். எங்கும் எதிலும் உன் தெய்வமணம் வீசுகிறது. அவ்யக்த தத்துவமான உன்னை, தத்துவ ரீதியாக எங்ஙனம் நிரூபிக்க முடியும். சிந்தனைக் கதீதமானவனைச் சொற்களால் வர்ணிப்பதெப்படி? மனாதீதமான பரம சத்தியமே! உன்னுடைய வியாபக சக்தியை உணருகின்றேன். மேலே உன் திருக்கரங்கள்; கீழே உன் திருவடிகள்; மத்தியில் பிரபஞ்சம்; இப் பிரபஞ்சத்தில் இந்தச் சரீரம் தோன்றி உலாவுகின்றது. இடறி விழுந்தாலும் உன் திருவடியில் வீழ்வேன். உயர்ந்தாலும் உன் திருக்கரத்தை அடைவேன். உமது திருவடியும் திருக்கரமும் பரமசுகமுடையது. ஆகையால் உயர்விலும் தாழ்விலும், பரமசுகமே தவிர துன்பம் என்பதில்லை. உன் அருட் பொழிவில் தோய்ந்தபின்பயம் என்பதில்லை. சங்கடமென்பதுமில்லை. எல்லாம் உன் ஒளி மயம்! அருள்மயம்!! நன்மை தீமைகள் உன் திருவடி ஸ்பரிச மகிமையால் ஒழிந்தன. எஞ்சியிருப்பது எல்லாம் ஆத்மசுகம். ஈடு இணையற்ற இந்த தெய்வ சுகத்திற்கு முன் இப்பிரபஞ்ச சுகமெல்லாம் எம்மாத்திரம்? சாட்சி மாத்திரமாய் நிற்கும் பரமானந்தமே!! என்னை மறந்த நிலையில் உமது கருணையை உணருகின்றேன். உன்னைத் தவிர மற்றொன்றும் இல்லை என்பதை மீண்டும் மீண்டும் உணருகின்றேன். அந்த மெய்யுணர்விலே வாழும் வாழ்க்கைதான் வாழ்க்கை.

கருணை வள்ளலே! அஞ்ஞானத்தால் தனக்குத்தானே துன்பமிழைத்துக்கொண்டிருக்கும் மனித சமுதாயத்திற்கு தெளிந்த மெய்யுணர்வைக் கொடுப்பாயாக! அவர்களைத் தெய்வ வாசனை உடையவர்களாக்குக! ஆத்மசுகமென்ற அமிர்தத்தின் ஒரு துளியை என்றாலும் அவர்களுடைய நெஞ்சில் ஊற்றிவிடுக.

விஞ்ஞானம் இப் பூவுலகத்திற்குப் புதிதாய் வந்த தொரு நவீன சாஸ்திரம் என்று கருதுவது பிழை. இதற்கு முன்பும் அது அநேக தரம் வந்தும் போய்க் கொண்டிருந்திருக்கின்றது. மின்சார சேமிப்பு நிலையங்கள் வெறும் சேமிப்பு நிலையங்களே தவிர, உற்பத்தி நிலையங்களல்ல. அது வேறொரு இடத்தில் உற்பத்தியாகிச் சேமிப்பு நிலையங்களுக்கு விநியோகிக்கப்படுகின்றது. விஞ்ஞான அறிவும் மனிதர்களுடைய மூளையிலிருந்துதான் உற்பத்தியாகின்றதெனக் கருதுவது மிகத்தவறு. வெறும் ஜடப் பொருளாகிய மூளை, அறிவு மண்டலத்தில் ஒரு வானொலிப் பெட்டியின் 'வால்ப் (F)' போன்றது. அதற்கு மேற்பட அதற்கொரு ஸ்தானமும் உபயோகமுமில்லை. அப்படியென்றால் இந்த அறிவெல்லாம் மூளைக்கு எங்கிருந்து வருகின்றது? பிரபஞ்சத்தின் கருவூலத்திலிருக்கும் ஞானமய கோசத்திலிருந்து உருவாகி எமது பிண்டத்திலிருக்கும் ஞானமய கோசத்தின் வழியாக மூளைக்குச் செல்கின்றது. இந்த உண்மையை உணராமல் மனிதருடைய மூளைதான் விஞ்ஞானம் முதலிய அறிவுக்கு மூலகர்த்தா என்று நினைக்கும்பொழுது அவனுக்கொரு அகந்தை வருகின்றது. நான்தான் சிருஷ்டி கர்த்தா என்பதுதான் அந்த அகந்தை. இந்த ஆணவத் திமிர்தான் பொல்லா வினைகளை வரவழைக்கின்ற பெரும் பூதங்கள். மனிதன் காரண காரியங்களைப் பற்றிய யதார்த்த அறிவுடையவனாகும் பொழுது பெரும் குழப்பங்களை விளைவிக்கின்ற இந்த ஆணவத் திமிர் தானாகவே ஒடுங்கி ஒழியும்.

குறியில்லாமல் அம்பெய்தால் எய்த அம்பால் ஆபத்துக்களே விளையும். இவ்வாறானதுதான் வாழ்க்கையும். மனிதன் ஒரு உயர்ந்த இலட்சியத்துடன் வாழ வேண்டும். அன்றாடக் கடமைகளை இலட்சியத்தில் பொருந்தும்வண்ணம் செய்து கடமையின் பலாபலனாகிய இன்ப துன்பங்களை இலட்சியத்துக்காகச் சமர்ப்பணம் பண்ணவேண்டும். இவ்விதம் வாழுகின்றவன் சீரிய குறிக் கோளையடைந்த ஒரு பெருமகனுக்குரிய சுதந்திரத்தையும் சுகத்தையும் அனுபவிக்கின்றான்.

ஞானம்! இதுதான் இலட்சியங்களில் சிறந்த இலட்சியம். ஜீவித தர்மங்கள் இந்த இலட்சியத்துடன் இணையாவிட்டால் வாழ்க்கையின் அச்சாணி உடையும். பணமும் பொருளும் வாழ்க்கைக்கு அவசியமான போதிலும் மனிதன் வெறும் ஒரு பொருளாதாரப் பிராணியாக மாறுவது ஆபத்தானது. ஜீவாதாரத் தேவைகளில் தன்னிறைவெய்தினால் கூட மனிதன் திருப்திப்படுவதில்லை. அதற்கப்பால் ஒரு இருதய தாகம் இருக்கின்றது. மனிதருடைய மன வேட்கைக்கு முடிவு காணும் அந்த அந்தரங்க ஆத்மீக மூல உணர்வுகளை மனித சமுதாயம் புறக்கணிக்கும்போது நீர் வற்றி வரண்டுபோன குளத்தை விட்டு நீர்ப்பறவைகள் பறந்து செல்வது போன்று அமைதியும் அகமும் உலகத்தை விட்டுப் பறந்து செல்கின்றது. மனித இருதயங்கள் ஞான கலசங்களாகப் பரிணமிக்கும்போது சமுதாயங்களுக்கிடையில் தெய்வீக உறவு நிலவிச் சாந்தியும் சமாதானமும் வேரூன்றித் தழைக்கும்.

ஒரு ஆசிரியர் தனது மாணாக்கர்களின் கல்வித் தராதரத்தை அறிவதற்காக இடையிடையே பல சோதனைகளை நடத்துகின்றார். மாணாக்கர் கற்ற கல்வியில் எவ்வளவு தூரம் தேர்ச்சி பெற்றிருக்கின்றார்கள் என்பதைத் திட்டவாட்டமாக ஒரு ஆசிரியருக்கு கிரகிக்க முடியாமையால் ஒரு பரீட்சை மூலம் கிரகிக்க வேண்டியிருக்கின்றது. இறைவனும் தனது பக்தர்களை அடிக்கடி சோதனை செய்து பார்க்கின்றார் என்பது இறை பக்தர்களின் நம்பிக்கை. இறைவனே சர்வக்ருன். எல்லாம் அறிபவனாகிய இறைவனுக்கு சோதனையென்றொரு மத்திமம் மூலமாகவா பக்தர்களின் உள்ளத்தை அறிய வேண்டும்? முக்காலமும் உணர்ந்த முழு முதல் மூர்த்திக்கு தமது மனதிலிருக்கும் அதி சூக்குமமான அசைவுகளைக் கூட சோதனையொன்றுமில்லாமலே நன்கு அறிய முடியும். பின்னர் நம்மையெல்லாம் சோதிப்பது எதற்காக? அது நம்மை நாம் அறிவதற்கு. மற்றொன்றுக்கு மாகவல்ல. இதை உணர்ந்தவர்களுக்குத் துன்பமும் துயரமும் இல்லை. மனக் கலக்கம் அன்னவர்களைக் தீண்டுவதுமில்லை. தெய்வம் நம்மை வருத்துவதன் நோக்கத்தை உணர்ந்து அதற்குக் கீழ்ப்படிந்து வாழ்கின்றவர்கள் ஞானத்தின் ஏழு படிகளாகிய சுபேச்சை, விஜாரணை, தனுமானசி, சத்துவாபத்தி, அசம்ஸத்தி, பதார்த்தாபாவனை, தூரியம் என்ற ஏழு நிலைகளையும் கடந்து சாயுச்சியம் என்ற பரம பதத்தை அடைகின்றனர்.

துரியோதனன் முழுமுதற் கடவுளாகிய கார்வண்ணனைத் தரிசித்தவன். அவன் ஸ்ரீ கிருஷ்ணபகவானுடைய முப்பெரும் சக்தியை உணர்ந்திருந்தான். அது மாத்திரமல்ல. தினசரி ஸ்ரீ கிருஷ்ணனுடன் உறவாடும் அரிய சந்தர்ப்பங்களும் துரியோதனனுக்குக் கிடைத்திருந்தது கிடைப்பதற்கரிய பெரும்பேறு; அவனுக்கு கிடைத்திருந்தும், இறையவதாரமாகிய ஸ்ரீ ஹரிக்கு எதிர்மாறாகவே செயல் புரிந்தான். இறுதியில் பகவானுடைய பகைவனாகவே மாறிவிட்டான். படைத்தல், காத்தல், அழித்தல் போன்ற முப்பெரும் சக்தி வாய்ந்த இறையனுடன் நேர்முகமாகப் பகை கொள்வதற்குரிய துணிச்சல் எவ்வாறு உண்டாயிற்று? அவனுடைய கடும் ஆணவத்தாலும் பேராசையாலும் அந்தத் துணிச்சல் உண்டாயிற்று. இவ்விருகொடிய குணங்களால் அவனுடைய ஆட்சியும் அந்தஸ்த்தும் உயிரும் பறிக்கப்பட்டன. உலகம் எத்தகைய நற்பேறுகளெய்தினாலும்சரி, ஆணவத் தமிரும் பேராசையும் அடங்காவிட்டால் துரியோதனன் கதை போன்றுதான் முடியும். புராண இதிகாசங்களும் சரித்திர வரலாறுகளும் இதனை ஞாபகப்படுத்திக்கொண்டிருக்கின்றன.

சரணுகதி

பல ஜென்மங்களில் செய்த புண்ணியத்தின் பயனாக ஒருவருடைய மனதில் பகவத் பக்தி தோன்றுகின்றது. களஞ்சியத்தில் கிடக்கின்ற வித்து, அங்கு கிடந்தபடி முளைவிட்டுக் காய்த்துப் பலன் தருவதில்லை. பண்படுத்திய நிலத்தில் விதையை விதைத்து, நீரிறைத்து உரமும் போட்டுப் பக்குவமாய் வளர்த்தெடுத்தரல்தான் அது பலன் தருகின்றது.

அதே போன்று, மனிதனுடைய மனதில் பீஜாவஸ்தையில் இருக்கின்ற பக்தியுணர்வை, ஞானானுஷ்டானங்களால் விருத்தி செய்து இறையருளைப் பெறவேண்டும்.

இந்தப் பிரதான தர்மத்தில் யாதொரு முயற்சியும் செய்யாத ஜனங்கள், கற்பூரம் கொளுத்தி, தேங்காயுடைத்து ஒரு தோத்திரத்தையும் பாடினால், ஆகாத காரியமெல்லாம் கடவுள் ஆக்கித் தரவேண்டுமென்று எண்ணுகின்றனர். இந்த லட்சணத்தில்தான் அநேக பக்தர்களின் பக்தி விசுவாசங்கள் இருக்கின்றன.

துரியோதனாதியர் பாஞ்சாலியை வஸ்திராபகரணம் செய்தபோது ஒரு கையால் சேலையைப் பிடித்தபடி, மற்றக் கை உயர்த்தி கண்ணா! கண்ணா!! என்று அரற்றி அழுதாள். கண்ணன் வரவேயில்லை. இறுதியில் இரு கரங்களையும் உயர்த்தி, நெஞ்சருகி அழுத பொழுது தான் கண்ணன் தரிசனம் கொடுத்தார்.

பாஞ்சாலியைப் போன்று தன்னை மறந்து, கண்ணை இழந்த நிலையில் கடவுளிடம் சரணுகதி அடையும் மனப் பக்குவம் நமக்கு வரும்பொழுது மாத்திரந்தான், இறைவனுடைய அருளாசிகள் கிடைக்கும்.

கடவுள் நமக்கு எல்லாவற்றையும் தருவார் என்ற நம்பிக்கையை விட, எல்லாம் தந்திருக்கிறார் என்ற உண்மையை உணரும் பொழுது, எல்லாம் நமக்கு முன்னே இருப்பதாகத் தெரியும்.

நாம் இப்பூமண்டலத்திற்கு வருமுன், சீவியத்திற்குத் தேவையானவற்றை எல்லாம் ஒரு குறையுமில்லாமல் நமக்கு முன்னே ஆக்கி வைத்தபின்தான் எங்களை இறைவன் இங்கு இறக்கி விடுகின்றான்.

கர்ப்பப் பையிலிருந்து வெளிவரும் குழந்தைக்கு பசி, தாகம் தணிப்பதற்குரிய பாலமுதைத் தாயினுடைய தனத்தில் சுரக்க விட்ட பின்புதானே குழந்தையும் வெளிவருகின்றது.

இவ்வளவு தூரம் பெருங் கருணை காட்டிப் பாதுகாப்பளிக்கின்ற இறைவனுடைய மகா தயாள குணத்தை ஒரு கணம் நினைத்தால் போதும், மனம் அவன்பால் பற்றிப் பக்திமயமாவதற்கு.

இவ்வாறு உயிரினங்களை மறவாது கருணை கூர்ந்து சம்ரக்ஷணை செய்து வருகின்றவனை மறந்து, கர்வங்கொள்கின்ற பொழுதுதான் வினையும் வந்து சூழ்கின்றது. அடுத்தவருக்கு ஒரு சிறு உபகாரம் செய்தால் அதற்குப் பிரதிபலனை மனிதர் எதிர் பார்க்கின்றனர். கிடைக்காதவிடத்தில் அவர்களை நன்றி கெட்டவர்களாகவும், பெரும் பகைவர்களாகவும் கருதிக் கொள்கின்றனர். அவ்விதமாயின் மனிதரைப் படைத்து, இமைப் பொழுதும் மறவாமல் காத்து வருகின்ற இறைவனுக்கு நெஞ்சார உபசாரம் செய்யாவிட்டால் அவனுக்கு மனிதர்கள் நன்றிகெட்டவர்களாகவும், பகைவர்களாகவும் தானே இருக்க வேண்டும். ஆனால் இறைவன் நம்மவர்களைப் போன்று அப்படியெல்லாம் நினைப்பதில்லை.

அவன் தன்னை நினைப்பவருக்கும், நினையாதவருக்கும் தன்னுடைய கருணை கடாக்ஷத்தைச் சமமாகப் பொழிகின்ற பெருங் குணமுடையவன்.

மனப் பயம், மனக் கலக்கம் வரும் பொழுதும், வராத பொழுதும் அவனையே தஞ்சமென்றெண்ணி நின்றால் பொல்லாப்பு அகன்று வாழலாம்.

மனம் நொந்து போய்த் தளர்ந்த நிலையில் இறை வன்பாற் கொள்ளும் சரணாகதியைத் தவிர, மனத்துயரம் தீர்ப்பதற்கு வேறென்ன வழி? வேறென்ன கதி? இதனை மக்கள் நன்கு சிந்தித்து செயல் பட்டால், முக்தி இன்பம் பெறலாம் என்பது திண்ணம்.

ஞான மண்டலம்

மனிதன் என்ற சொல்லுக்கு அர்த்தமென்ன? எதை ஆதாரமாக வைத்து இச் சொல் வழங்கி வருகின்றது? கை, கால், கண் என்பவற்றுடன் ஒன்பது துவாரங்களுடன் கூடிய உயிர்த் துடிப்பிருக்கும் வெறும் ஒரு மாமிச பிண்டத்தை மாத்திரம் கருத்தில் கொண்டு தானா இப் பெயர் வழங்கி வருகின்றது? அல்லது அதை விட ஆழமும் விசாலமுமான பொருள் வேறேதுமிருக்கின்றதா? ஒரு யந்திரத்தைச் சரியான முறையில் இயக்குவதற்கு அதைப் பற்றிய தக்க அறிவிருந்தாற்றான் முறையாக அதனை இயக்க முடியும். அதேபோன்று மனிதன் தன்னைப் பற்றிய தெளிந்த ஞானமுடையவராயிருந்தாற்றான் வாழ்க்கை என்ற யந்திரத்தை நெறி தவறாமல் இயக்க முடியும். தற்சமயம் கல்வி முறைகள் உலகாயதப் பொருள்களை அறிவதற்கும் அதைச் சம்பாத்தியம் பண்ணுவதற்கும் உபயோகப்படுமே தவிர மனிதன் தன்னையும் தன் வாழ்க்கையைப் பற்றியும் அறிவதற்குச் சிறிதளவேனும் பயன் பெறக்கூடிய வகையிலில்லை. ஜீவிதத்தைப் பற்றிய யதார்த்த ஞானக் குறைவுதான் தனி மனிதனிலிருந்து சமுதாயம் முழுவதிலும் தோன்றிக்கொண்டிருக்கும் சகல சங்கடங்களுக்கும் மூலகாரணம். மனிதன் தெளிந்த தன்னறிவின் ஒளியைக் கொண்டு வாழ்க்கையைப் பார்க்க வேண்டும். அதன் வெளிச்சத்தில் தேட வேண்டியதைத் தேடியெடுத்து அனுபவிக்க வேண்டும். மனிதன் இவ் வழியில் வாழ்ந்தால் ஜீவிதம் சம்பூரண சுகமுடையதாய் அமையும்.

மனதைக் கொண்டு வாழ்கின்றவன் மனிதன் ஆகையால் “மனம் போல மாங்கல்யம்” என்றதோர் பழமொழியும் இருக்கின்றது. மனம் மனிதனை ஆளாமல் மனிதன் மனத்தை ஆளுகின்ற திறமையும் சக்தி

யும் பெற்றால் வண்டரிக்காமல் பூத்து மலரும் நறு மலர் போன்று வாழ்வும் ஆனந்தப் பொன்மலராய் மலர்ந்து மணம் கமழும். மனம் என்ற வஸ்துவை உன்னிப் பார்க்குக. அதில் சந்தோஷம், திருப்தி, அன்பு, ஐக்கியம் போன்ற பசுமையான சுகவுணர்வுகளும், பகை, பொருமை சினம், கோபம், வஞ்சனை முதலிய புன்னெறி உணர்வுகளும் நீர்க் குமிழி போன்று மறைவதும் தோன்றுவது மாயிருப்பதை அவதானிக்கலாம். இத்தகைய நல்லதும் கெட்டதுமாகிய எண்ணரிய எண்ணங்களின் பிரதிபலிப்பால் மனதின் சமநிலை அல்லது ஏகாக்கிருகை கலைந்து இயல்பான சாந்தியும் சுகமும் இழக்கப்படுகின்றது. மனிதனுடைய அறிவாற்றலும் திறமையும் சுகமும் மனதின் சமநிலையில்தான் தங்கியிருக்கின்றது. மனம் குழம்பினால் ஜீவிதம் குழம்பும். சாசுவதமான இன்பத்தையும் அறிவாற்றலையும் செல்லரித்து விடுகின்ற உணர்வலைகளின் தாக்கம், மனிதனை வாழ்க்கையின் யதார்த்தவசங்களிலிருந்து இருளடைந்த மாயா மார்க்கங்களுக்குத் திசை திருப்பிவிடுகின்றது.

தூலப் பிராண சக்தி மனதைத் தாக்கும்பொழுது வெடித்துச் சிதறிப் பறந்து திரியும் பஞ்சுத் துகள்கள் போன்று மனமும் சிதறி விடுகின்றது. சிதறிய மனம் தொட்டடுத்து நிற்கும் விஷயாதிகளில் கலந்து அதனதன் குணரூப வடிவங்கொண்டு அதற்கேற்ற சுக துக்கங்களை அனுபவித்து நிற்கும். புல்லுருவி போன்ற மனம் எதில் கலந்து நிற்கின்றதோ அதன் வடிவங்கொள்வதுதான் மனதின் இயல்பு. இப்படி விஷய வாசனைகளில் சென்று விழுந்த மனம் வாசனா குணங்களாகிய எண்ணச் சுழிகளில் சுழன்று சுழன்று சமுத்திர அலைகளிலகப்பட்ட றப்பர்ப் பந்து போன்று அங்குமிங்குமில்லாத நிலையில் தத்தளித்துக்கொண்டிருக்கும். இதுதான் பெரும்பாலும் மனிதருடைய மானசீக அனுபவம். சகாராப் பாலைவனங்களில் ஒரு வகையான நீண்ட முள்ளுடைய முட்செடிகள் இடையிடையே

முளைத்து வளருகின்றன. அங்கு வாழும் ஒட்டகங்கள் அச் செடியின் நீண்ட முட்களுக்கிடையிலிருக்கும் பொடியிலைகளைத் தின்ன முயற்சிக்கும்பொழுது முகத்தில் முட்கள் குத்தி இரத்தம் தாரை தாரையாக வழியத் தொடங்கும். இரத்தம் வழிய வழிய ஒட்டகம் அதைத் தான் தின்ன முயற்சிக்குமே தவிர தின்னும் ஆசையை விட்டுவிட மனமில்லாமல் அங்கேயே மாண்டு மடிகின்றது. இதைப்போன்றதுதான் சிற்றின்பப் பற்றுடைய மனிதனுடைய நிலையும். ஆயினும் மனிதன் பகுத்தறிவற்ற மிருகமல்ல. பகுத்தறியும் விவேகமுடையவன். நிலையற்ற அற்ப சுகங்களில் மயங்கிக் கைக்கெட்டியது வாய்க்கெட்டாமலும், வாய்க்கெட்டியதை உட்செலுத்த முடியாமலும் வேதனைப்படும் பாரிசுவாத நோயாளிகளைப் போன்றுதானா பெரும் பேறுகளையுடைய மனிதன் வாழ்ந்து மடிய வேண்டும்?.

எண்ணங்களை வைத்துக் கால்பந்து விளையாடிக் கொண்டிருக்கும் மனதை அவ் விளையாட்டரங்கினின்றெடுத்து ஆத்மாவின் பிரசாந்த மதுரமயமான வெளியரங்கில் வைத்து வாழ்கின்ற மனிதன் தான் மனிதன். இதற்குரிய சக்தி மனிதனுக்கில்லையெனினும் மனிதனில் அது இருக்கின்றது. நீரில் கலந்திருக்கும் பால் போன்று மனதில் கலந்திருக்கும் அந்த மகா சக்திக்குக் கீழ்ப்பணிந்து அதன் வழி நடத்தலுக்கு நம்மை ஆளாக்கிக் கொண்டால் மார்க்க தரிசனம் சுகமாயிருக்கும். அப்பெருஞ் சக்தியின் அருளாசியால் மனதை மாயா மயக்க உணர்வு மண்டலத்திலிருந்து ஆனந்தமயமான ஞானப் பேருணர்வு மண்டலத்தில் நுழைய விட்டால் அம் மண்டலத்தின் ஈர்ப்புச் சக்தியால் ஈர்க்கப்பட்டு அது அங்கேயே சஞ்சாரஞ் செய்துகொண்டிருக்கும். சூரியனைச் சுற்றிக்கொண்டிருக்கும் பூமியும் இடையிடையே சூரியனை அண்டி வருவது போன்று இறையழகொழுகும் ஞானமய மண்டலத்தையடைந்த மனமும் அங்கேயே

சுற்றிச் சுற்றி இறுதியில் அம்மண்டல மத்தியில் ஞான பிந்துவாயொளிரும் சர்வேஸ்வரனில், நீரில் கலந்த உப்புப் போன்று இரண்டறக் கலந்து விடுகின்றது. இதுவே யோகமென்பது. இதற்குப் பின் மனம் ஒரு பொழுதும் இந்தக் கர்ம பூமியை நோக்கித் திரும்பி வருவதில்லை. ஜீவன் எண்ணற்ற ஜடங்கள் வழி பிரயாணம் செய்து தனது யாத்திரையை இனிது முடிக்கின்றது. சாயுச்சிய மென்ற இந்நிலையை ஜீவன் அடையும் பொழுது ஜீவனின் வளர்ச்சி பரிபூரணமடைகின்றது. உயிர்கள் இயற்கையாகவே ஒருநாள் இந்நிலையை அடைந்துதானாகவேண்டும். ஆயினும் விவேகமுடைய மனிதன் சம்சார சாகரத்திலிருந்து விரைவில் கரையேறுவதற்கு முயற்சியென்பதொன்று அவசியமிருந்து தானாகவேண்டும். இயற்கை நியதிகளுடன் தன் முயற்சியும் சேரும் பொழுது நீரும் உரமும் போட்ட செடியின் வளர்ச்சி துரிதப்படுவது போன்று ஜீவனுடைய வளர்ச்சியும் துரிதமடைகின்றது. இதற்காகத்தான் ஆத்மீக சாதனைகள் உருவாக்கப்பட்டிருக்கின்றன.

ஆத்மீக சாதனைகளென்றால் யோக ஞான மார்க்கங்களென்று மாத்திரம் கருதக்கூடாது. சமயாசார அனுஷ்டானங்களும் ஏனைய வழிபாட்டு முறைகளெல்லாம் இதனை ஆதாரமாகக் கொண்டவை. ஆகையால் இது தான் சரி, மற்றவையெல்லாம் பிழையென்று கூறுவதற்கில்லை. அவரவர்களுடைய பக்குவத்திற்கும் ருஜிக்கும் ஜீரண சக்திக்கும் ஏற்றவாறு எந்தவொரு மார்க்கத்தை வேண்டுமானாலும் கடைப்பிடித்தொழுகலாம். செய்யும் சாதனைகள் உயிரணுக்களைத் தொடும் வண்ணம் செய்யப்பட்டால் எந்தவொரு சாதனையிலும் நிச்சயம் சித்தி கிடைக்கும். கண்ணப்பர், சபரி, ஹனுமார், குகன் போன்றவர்கள் இதற்கு உதாரணமாயிருக்கின்றனர்.

எண்ணங்களாகிய சித்த விருத்திகளால் ஜீவன் சம் சார துக்கத்தை அனுபவிக்க வேண்டியிருக்கின்றது. சித்த விருத்திகளைத் தடை செய்தால் கிரகண பீடை நீங்கிய சந்திரனைப் போன்று மனம் ஒரு நிலைப்பட்டு ஒன்றாகப் பிரகாசிக்கும். தெளிந்து அசைவற்றிருக்கும் மனதில் பிரம்மப் பிரகாசம் தானாகவே ஒளிரும். இந்த ஒளியின் மகிமையால் கவர்ப்பட்ட மனம் காலக் கிரமத்தில் அதனில் கலந்து அது மயமாய் விடுகின்றது. இது தான் பிறவிப் பேறென்று சாஸ்திரங்கள் புகழும் சாயுச்சியம் அல்லது முக்தி பதம். நமக்கு அரிய மனித ஜென்மம் கிடைத்திருப்பது எதற்காகவென்று ஆழ்ந்து சிந்திக்க வேண்டும். பஞ்சமா பாதகங்களால் ஐம்பொறிகளையும் கெடுத்து ஜென்மத்தையும் பாழாக்கி விடுவதற்காகவா? அல்லது கிடைத்த ஜென்மத்தைக் கடைத்தேற்றுவதற்காகவா? இதனைப் பகுத்தறிய முடியாத ஜென்மம் பாபக் கறை படிந்ததேயாகும். சிந்தித்துத் தெளிவடைந்து கடைத்தேற முயற்சிக்க வேண்டும். வானம்பாடி வானத்தில் பறந்து திரியும் பறவையாயினும் பூமியில் இறங்கித்தான் இரை தேடுகின்றது. மனிதனும் தனது மனதை இறை மண்டலத்தில் சஞ்சாரம் செய்யவிட்டு இந்தக் கர்ம பூமியில் வாழும் வரை தன் தன் கருமங்களைச் செவ்வனே செய்ய வேண்டும். முயற்சிக்கு முன்னுக்கும், முயற்சியின்மைக்குப் பின்னுக்கும் கடவுள் நிற்கின்றார் என்பதை உணருவாயாக! பேசுவதிலும் கேட்பதிலும் வாசிப்பதிலும் மாத்திரம் நிற்காமல் சிறிதேனும் சாதனை செய்து பயனடைவாயாக!

ஞான சுகம்

உலகம் நியதி தவறாமல் போய்க் கொண்டிருக்கின்றது. அதில் பிசகேற்படுவதில்லை. பிசகு இருந்தால் அது நம்முடையதன்றி உலகத்தினுடையதல்ல. ஒவ்வொருவரும் வைத்துப் பார்க்கும் கண்ணாடியின் நிற வித்தியாசத்திற்குத் தக்கவாறு எல்லாம் காட்சியளிப்பதன்றிச் சத்தியம் ஒன்றேதான். சத்தியம் இன்னதென்று மனதில் தெளிந்தால் வித்தியாசமாய்த் தோன்றியதெல்லாம் ஒன்றின் பிரதிபலிப்பென்ற உண்மையை விளங்க வேண்டும். இது விளங்கினால் மனிதனின் குதர்ச்சக சுபாவங்கள் தீர்ந்து சந்தேக நிவிர்த்தி வரும். மனதிற்குச் சாந்தியும் கிடைக்கும். சத்தியம் தெளிந்து நேர்முக ஞானம் வந்தால் கலக்கமெல்லாம் தீரும். கிலேசமிராது. இது விளங்குவதற்கேற்ற முறையில் வாழ்க்கையைத் திருத்தி அமைப்பதுதான் புருஷ தர்மம்.

மது, மாமிசம், விபசாரம், கொலை, களவு, கொள்ளை, இலஞ்சம் போன்ற மகாபாதகங்களை அடிமனதிலிருந்து அறவே விலக்கி உண்மையைப் பேசித் தர்மத்தின் வழி வாழவேண்டும். அசுத்தங்களை மனதில் வைத்து இறைவனை வழிபட்டால் அது கருணை காட்டாது. இரக்கமுங் கொள்ளாது. மனதிலிருந்து கழிவுகளை நீக்கி வழிபாடியற்றினால் ஆகாததும் ஆகும். வேண்டி நின்றால் பெரும் ஞானமும் கிடைக்கும். இந்த ஞானம் வெளிப்படும் வரையில் இருளில் தடவித் திரியும் குருடனைப் போன்றுதான் வாழ்க்கையும், வாழ்க்கை அனுபவங்களாமிருக்கும். ஆகையால் குருடனைப் போன்று தட்டுத் தடுமாறி வாழ்ந்து மடியாமல் இருட்டிலும் ஒளி விட்டுக்கொண்டிருக்கும் சர்ப்பமணி போன்று மாயா இருளடைந்த இந்த மயக்க

உலகத்தில் ஞான ஒளியின் துணையால் சேர வேண்டிய கரையைச் சேர வேண்டும். இதற்காகத்தான் மனிதன் இங்கு தோன்றியிருக்கிறான். இந்த மேலான ஞான நிலவில் இளைப்பாறியிருந்தால் பிறவிக் கிலேசங்களெல்லாம் தீரும். ஆத்மாவுக்குப் பரம திருப்தியும் சுகமும் கிடைக்கும். கண் கூசாத இந்த நிழலிலிருந்து பார்த்தால் உலகத்தின் திருகுதாளங்களெல்லாம் விளங்கும். அது விளங்க விளங்க ஞானம் ஸ்திரப்படும். இது ஸ்திரப்படும் வரையில் ஜென்மக் கிலேசம் இருந்தே தீரும். இவையெல்லாம் பலரும் பலகாலமாய்க் கேட்டுப் பழகிய பாடங்கள். இருந்தும் ஏதோ ஒருவனுக்குத் தவிர மற்றவர்களுக்கு இதில் உள்ளார்வம் உண்டாவதில்லை. அதற்குத் தக்க காரணம் உண்டு. புண்ணியக் குறைவு, அதுதான் காரணம். ஆகையால் அந்த ஆர்வம் இல்லாதவர்களுக்கு ஞான வாசனை வருவதற்கு நிறையப் புண்ணிய கருமங்களைச் செய்து வரவேண்டும். கடுகளவேனும் சுயநலமில்லாமல் புண்ணிய சீலராய் வாழ்ந்தால் ஒரு நாள் ஞானக் கதவு நிச்சயம் திறக்கப்படும்.

மரங்கொத்திப் பறவை என்றொரு பறவை இருக்கின்றது. அதற்கு நல்ல மரத்தில் கூடுகட்டி முட்டையிட வேண்டுமென்றொரு ஆசையிருப்பதால் நல்ல மரத்தைத் தேடி எல்லா மரங்களையும் கொத்திப் பார்த்துக் கொண்டு திரியும். ஒரு மரத்திலும் திருப்தி வருவதுமில்லை. இதற்கிடையில் ஆகாசத்திலே முட்டையும் போட்டு முட்டை கீழே விழுந்து உடைகின்றது. இதைப் போலவே மனிதனும் எல்லாவற்றையும் ருசிபார்த்துத் திரிகின்றான். ஒன்றிலும் போதுமென்ற திருப்தியும் சுகமும் உண்டாவதில்லை. நிரந்தரமான திருப்திக்குரிய ருசி எதில் இருக்கின்றதென்று அறிவதற்கிடையில் மரணம் மனிதனைக் கௌவிக் கொள்கின்றது. இதே நிலை மாறி

மாறி நிகழ்ந்து கொண்டிருப்பதால் ஜீவனுக்கு ஈடேற்றங் கிடைப்பதில்லை. எத்தகைய சுகங்களை அனுபவித்தாலும் அவற்றிலெல்லாம் ஒரு பற்றுக்குறை அல்லது ஒரு திருப்திக் குறை இருப்பதாகத் தோன்றும். அந்தப் பற்றுக்குறைதான் ஜீவிதாசைசனைப் பரிபூரணப் படுத்தும் ஞானம். ஞானம் மிளிர்ந்தால் குறையிலும் நிறையிலும் நிரந்தரமான திருப்தி, நிரந்தரமான சுகம். இந்த அனுபவத்திற்கு வரவேண்டிய மனிதர் மரங்கொத்திப் பறவையைப் போல் வாழ்வதென்றால் அது பெரும் சங்கடத்தில் முடியும். மனிதருடைய முயற்சியின்பங்களுக்குப் பரிபூரணத்துவம் வராது. ஆகையால் ஜென்ம சுகம் சம்பூரணமடைவதற்கு நேர காலத்துடன் ஞான வழியில் முயற்சிக்க வேண்டும். முகத்தில் தாக்கப்படும் அலை உணர்வுகளைக் கொண்டு அனுகூலப்பிரதிகூலங்களை அறிந்து வாழும் வெளவால் போன்று மனிதன் தனது மெய்யுணர்வு அலைகளுக்குள் ஐம்புல வாசனைகளைச் சுருட்டி எறிந்தால் மெய்யுணர்வு அலைகள் அவனை ஞானக் கரையில் ஏற்றி விடும். இனிமேலாவது கிடைத்த ஜென்மத்தைப் பாழாக்காமல் உறுதியான வைராக்கியத்துடன் அப்பியாசித்து ஞானமாகிய பெரும் பேற்றைப் பெறுக.

அநாதியான சிவயோக மார்க்கம்

இன்று நடைமுறையிலிருக்கும் நானாவித மதங்களுடைய தத்துவச் சிந்தனைகளும், ஆரியாஷ்டாங்க யோக (பௌத்த தர்மம்) நெறிகள் உட்பட சகல யோக மார்க்கங்களும் அநாதியான சிவயோக மார்க்க விளக்கொளியில் நின்று காலாகாலத்தில் கொளுத்தியெடுத்த தீபச்சுடர்களாகும். சகல மதங்களுடைய ஆத்மீக தத்துவ தரிசன மார்க்கத்திற்கும், எல்லாவிதமான சந்நியாச (துறவறம்) தர்மத்திற்கும் இந்த சுத்த சிவயோக மார்க்கந்தான் ஆதிமூல காரணமாயிருந்தது. கலியுகாரம்பகாலத்திற்கு முன் சிவயோக நெறிகள் உலகம் முழுவதும் பரவியிருந்ததற்குப் புராண, இதிகாச, சரித்திரச் சான்றுகள் பல இருக்கின்றன. ஜம்புத்தீவம் (ஆசியா), புஷ்கர தீவம் (வட அமெரிக்கா), ப்ளாஸ்க தீவம் (தென் அமெரிக்கா), குச தீவம் (அவுஸ்திரேலியா), க்ரௌஞ்ச தீவம் (ஆபிரிக்கா) முதலிய பெரிய கண்டங்களிலும், சகஸ்தானம் (பேஷியா), காந்தார தேசம், (பாபிலோனியா,) நீல தேசம் (எகிப்து), பாலஸ்தீனம் முதலிய தூர தேசங்களில் இந்த யோக மார்க்கம் பிரசித்தமான ரீதியில் பரவியிருந்தது. சிவயோகத் திருக்கூட்டங்கள் ஆங்காங்கு சென்று குகைகளில் தங்கியிருந்து தவயோக மியற்றியவாறு சிவயோக வித்தியாசாலகளை அமைத்து சிவயோகநெறிகளை ஸ்தலவாசிகளிடம் பிரசாரஞ்செய்து வாழ்ந்தனர். அக்காலத்தில் அநாகரிகமான முறையில் வாழ்ந்திருந்த ஸ்தலவாசிகளைத் தார்மீக நெறியில் வாழ நெறிப்படுத்திக் கொண்டிருந்தனர். சுத்த சைவ போசனிகளாயிருந்த சிவயோகத் துறவிகள் விவசாயம், வைத்தியம், பாற்பண்ணைகள் முதலியவைகள் மூலமாகச் சமுதாய சேவையும் செய்து வந்தார்கள்.

ஆத்மாவின் ஜீவ சங்கற்பத்தால் தோன்றிய நான், எனது என்ற சுயநலத்தைத் துறந்து உலக சுகத்திற்கும் ஆத்மாக்களுடைய விடுதலைக்கும் தங்களை அர்ப்பணித்து வாழ்கின்றவர்களே சந்நியாசிகளாவர். நேபாள தேசத்தில் பிறந்த சதாசிவ குருமகேஸ்வரன் என்ற மகா சிவ யோகி சிவயோக மார்க்கத்தின் யோக கர்தாவாகவும், பரமாச்சாரியருமாயிருத்தவர். காலாந்தரத்தில் ஈசானன் என்று அறியப்பட்டு வந்த ஞான நிஷ்டையுடைய இந்த யோக மார்க்க சிவாசாரியர் கலியுகாரம்பத்திற்கு முன் வாழ்ந்தவர். பாசுபதம், சைவம், சாக்தம், ஈசானம், ஐஸ்வரியம், பைரவம், கபாலிகம், வாமதேவம், பதஞ்சலம் ஸ்தவிர பௌத்தம் (தேர புத்தம்) போன்ற பிரசித்தயோக மார்க்கங்களுக்கெல்லாம் தாய்மையாயிருந்தது சிவயோகமென்பது சந்தேகமேயில்லை. விஞ்ஞானபாதம் (Gnostics). சிராமணீகம் (சமணம்) போன்ற விதேச நாமங்களாலறியப்படும் சந்நியாச தர்மங்களெல்லாம் சிவயோக சந்நியாச மார்க்கத்திலிருந்து பகிர்ந்தெடுக்கப்பட்டவைகளேயாகும்.

பாரத தேசத்திற்கு வெளியில் வாழ்ந்து வந்த சிவ யோகிகளைப் பிற்காலத்தில் மூர்க்க குணம் படைத்த ஹிப்புறு வர்க்கத்தினர் மெல்ல மெல்லக் கொன்றெடுக்கினார்கள். அதனால் தூர தேசங்களில் சிவயோக நெறிகள் மங்கி விட்டன. பாரத நாட்டில் பிரசாரத்திலிருந்த சிவயோக தத்துவ சாஸ்திரங்கள் கலியுகம் ஆரம்பித்த சிறிது காலத்திற்குப் பின் ஏற்பட்ட பிரளயத்தால் முக்கால் பங்கும் அழிந்துவிட்டது. பாரத யுத்தம் கி. மு. 3080இல் நடைபெற்றது. பகவான் ஸ்ரீ கிருஷ்ணனுடைய தேகவியோகம் கி. மு. 3067இல் நிகழ்ந்தது. பகவானுடைய தேகவியோகத்திற்குப் பின்னர்தான் முன் குறிப்பிட்ட பிரளயம் நிகழ்ந்தது. அதற்குப்பின் அங்கும் இங்குமாகச் சிதறிக் கிடந்த சிவயோக நெறிச்

சாஸ்திரங்களை நகுலீசமுனி போன்ற சில மகா யோகிகள் நர்மதாநதிக் கரையோரங்களிலும், விந்திய மலைப் பிரதேசங்களிலும் பிரசாரஞ் செய்து புனர்ஸ்தாபனம் செய்தார்கள்.

புத்தாவதாரத்திற்குப் பின் முற்றிலும் சைவமாயிருந்த சிவயோக நெறிகள் சில மாற்றங்களுடன் புனரமைப்புச் செய்யப்பட்டு ஆரியாஷ்டாங்க யோகமென்ற (பௌத்த தர்ம யோகம்) ஒரு தனி பௌத்த யோக மார்க்கம் உருவாக்கப்பட்டது. சிவயோக மார்க்க நெறிகள் பரவியிருந்த தேசங்களிலெல்லாம் ஆரியாஷ்டாங்க யோகிகளாயிருந்த புத்த பிக்குகள் சென்று அதிதீவிரமாகப் பிரசாரம் செய்தமையால் சிவயோக மார்க்க நெறிகள் பலவீனமடையத் தொடங்கின. எனினும் இன்று உலகம் முழுவதும் பல ரூபத்தில் செயல்பட்டுக் கொண்டிருக்கும் யோக மார்க்கங்களெல்லாம் ஆதிச் சிவயோக மார்க்க அக்கினிச் சுவாலையினின்றொழந்த பொறிகளாகும். இந்துக்களுடைய தத்துவ தரிசனத்தாலறியப்பட்ட சிவயோக மார்க்கமும் அதிலிருந்து உடலெடுத்த ஆரியாஷ்டாங்க யோகமும் சனாதன தர்மம் என்ற ஒரு தாயின் வயிற்றிற் பிறந்த குழந்தைகள்.

யோகம் என்றால் என்ன? அது மனித சமுதாயத்திற்கு எவ்வகையில் பயன்படுகின்றது? நமது மனம் இறைவனிடத்தில் இரண்டறக் கலந்திருந்தால் அது யோகம் எனப்படும். பிறவித் துன்பங்களுக்குக் காரணமாயிருக்கின்ற சித்த விருத்திகளைத் தடைசெய்வதால் ஜீவனுடைய தனித்துவம் நீங்கி ஜீவன் சிவத்தோடு ஐக்கியப்படுகின்றது. சிவ உபாசனையால் இந்த ஐக்கிய நிலை அடைவது சிவயோகம் எனப்படும்.

சித்த விருத்திகளைத் தடைசெய்வதால் மனம் யோக நிலை அடைகின்றது. மனம் இடையறாது உருவாக்கிக் கொண்டிருக்கும் எண்ணரிய எண்ண அலைகளைச் சித்த விருத்திகள் என்று குறிப்பிடுவர். பிறவித் துன்பங்களுக்குக் காரணமாயிருக்கின்ற சித்த விருத்திகள் ஒழிந்த மனதில், தெளிந்த நீரில் பிரகாசிக்கும் சந்திரபிம்பம் போன்று இறையொளி நன்றாக ஒளிருகின்றது. இத்தகைய பெரும் பேறு பெற்ற மனம் வசந்த கால சுகத்தை நுகரும் பூங்குயில் போன்று புலநுகர்ச்சிகளை நீக்கிச் சதா இறையின்பத்தில் லயித்திருக்கும். காலகதியில் சதாசிவமாகிய இறைவனில் இரண்டறக் கலந்து அதுவாகவே மாறிவீடும். இதுதான் ஜீவாத்மாக்களுடைய பரமலட்சியமாயிருக்கின்ற சிவயோக பதம் அல்லது ஜீவாத்ம பரமாத்ம ஐக்கியம்.

பிறவித் துன்பங்களைத் தீர்த்து சாகுவதமான சுகத்தைத் தரும் இந்த யோக உணர்வு இயற்கையாகவே ஒவ்வொரு ஜீவனிலும் மறைமுகமாக மறைந்திருக்கின்றது. ஒருவர் உலகியலின்பங்களையும் வேண்டும் வண்ணம் அனுபவித்த பின்னும் இன்னும் ஏதோ ஒன்றை அனுபவிக்க வேண்டியிருப்பதாகவுள்ள ஆவல் அவரிடம் ஒன்றிருப்பதாக உணருகின்றார். என்னும் அது இன்ன தென்பதை மனக் குழப்பத்தால் அறிந்து கொள்வதில்லை. ஒவ்வொரு மனிதர்களுடைய இருதயக் கருவறையிலும் மறைந்திருந்து தூண்டிக் கொண்டிருக்கும் இந்த வாஞ்சைதான் இறை இன்பத்திற்குரிய அந்தர்முக தாகம்.

நெல்லையும் பதரையும் வேறு பிரித்தறிய முடியாத விவசாயிகள் போன்று மனிதர்கள் மாயா வசத்தால் பலதையும் எடுப்பதற்கும் பிடிப்பதற்குமாய் ஓடியோடி முயற்சித்துக்கொண்டிருக்கின்றார்கள். அயராமல் முயற்சிகள் பலசெய்தும் கைக்கெட்டியது வாய்க்கெட்டவில்லை,

வாய்க்கெட்டியது வயிற்றுக்கெட்டவில்லை யென்ற நிலையில் காலம் கழிந்து கொண்டிருக்கின்றது. நீரென்று கருதி கானல் நீருக்குப் பின்னால் திரிந்து மடியும் மான் கூட்டங்களைப் போன்று மேலும் மேலும் துயரங்களைத் தரும் அற்ப சுகத்திற்குப் பின்னால் சென்று விரக்தியுடனும், அதிருப்தியுடனும் ஜீவன் பிரிகின்றது.

எண்ணரிய பரிணாம வளர்ச்சிக்குப் பின் மிக அபூர்வமாகக் கிடைத்த புனிதமான மனித ஜென்மம் இவ்வாறு வீணாகிக்கொண்டிருக்கின்றது. ஆகையால் சாகுவதமான சுகத்தைத் தரும் ஜீவித தர்மங்களை அனுசரித்து வாழ்ந்து, ஜீவித இலட்சியத்தை அநுபூதி மயமாக்குவதற்கு முயற்சிக்க வேண்டும். முக்கரணங்களைச் (மனம், வாக்கு, காயம்) சுத்திகரித்துப் பலப்படுத்தக் கூடியதும் அனைவராலும் அப்பியாசிக்கக் கூடியது மாகிய சில பரிசீலனங்கள் (இயமம், நியமம், ஆசனம்) போன்றவை யோக மார்க்கங்களில் இருக்கின்றன. இவைகளையாவது சித்த சுத்தியுடன் நித்தியமும் பழகி வந்தால் சிறந்த மனச் சுகத்துடனாவது வாழலாம். இத்தகைய ஆத்மீகப் பரிசீலனங்களுக்கு நமது சிந்தனையைச் செலுத்தத் தவறினால் எதிர்கால சமுதாயம் விலங்குணர்வுகளை விட மோசமடையும்.

இல்லறம்

ஆகாய விமானம் பூமியில் சிறிது நேரம் ஓடிய பின்புதான் மேலெழுந்து பறக்கின்றது. விமானம் மேலெழுந்து பறக்கின்ற சக்தியும் வேகமும் ஓடுகின்ற ஓட்டத்தில் இருந்துதான் பெறுகின்றது.

அதே போன்று இப்பூவுலக வாழ்க்கையைக் கிரமமாய் வாழ்ந்து முடிப்பவர்களுக்குத்தான் மேலான ஞானவாழ்க்கைக்குரிய சக்தியும் மனபரிபாகமும் கிடைக்கின்றன.

இல்லற தர்மத்தின் ஒவ்வொரு படியையும் ஒழுங்காக ஏறிச் செல்கின்றவர்களே இறுதியில் ஞானத்திற்கு அருகதையுடையவர்களாயிருப்பார்கள்.

சகல சராசரங்களும் தீவ்விய ஞானத்தை நோக்கிப் பருணமித்துக் கொண்டிருக்கின்றன.

பரிணாம வளர்ச்சியின் மேல்நிலைக்கு வந்திருக்கின்ற மனிதன் தனது சம்பூரண வளர்ச்சியைத் துரிதப்படுத்துவதற்காகச் சில விசேஷ தர்மங்களைக் கடைப்பிடித்து வாழ வேண்டும்.

இல்லற தர்மம்:

அவைகளை அனுசரித்து வாழ்கின்றவர்களே உத்தமமான மனிதர்கள். உத்தமமான மனிதன்தான் ஞானவானாகப் பரிணமிக்க முடியும்.

மனிதனை மேல்நிலைக்கு உயர்த்துகின்ற தர்மங்களில் இல்லற தர்மமே முதல் தர்மம்.

இந்த ஆரப்ப தர்மத்தைச் செவ்வனே நிறைவேற்றி முடிக்காதவர்கள் எவ்வுலகத்திருந்தாலும் சரி, அவர்கள் கர்ம தோஷத்தினால் சதா துன்பப்பட்டுக் கொண்டேயிருப்பார்கள். அவர்களுக்குக் கெதி மோட்சமென்பதில்லை.

முதல் தர்மமாகிய இல்லற தர்மத்தின் மகிமையையும் பெருமையையும் எடுத்துக் காட்டுவதற்காகவே நமது தெய்வங்களும் அவதார புருஷர்களாகிய இராமரும், கிருஷ்ணரும் மற்றையோரும் இல்லறவாசிகளாகவே திகழ்ந்தனர்.

பிரசித்தமான கர்ம யோக மார்க்கம் இல்லற தர்மத்திற்கு ஒரு அழுக்கற்ற கண்ணாடி போல் பிரகாசிக்கின்றது.

கர்மயோக மார்க்கத்தை அறிந்து, அதன் வழி வாழுகின்ற இல்லற தர்மிகள், இந்த விசாலமான சம்சார சாகரத்தை வெகு சாதூரியமாய்க் கடந்து நற்கதியடைவார்கள்.

ஒவ்வொருவருக்கும் தமது சொந்தக் கடமையிலிருந்து தேசக் கடமை வரையிலும் பலவாறான கடமைகள் இருக்கின்றன.

தன் தன் கடமைகளைச் செயற்படுத்தும்போது வரும் இடையூறுகளைத்தான் வாழ்க்கைப் பிரச்சினைகள் என்று சொல்கின்றோம்.

இப்பொழுது மனிதர்கள் பெரும் மூளைசாலிகளாகவே வளர்ந்து வருகின்ற போதிலும், வாழ்க்கைப் பிரச்சினைகளும் எல்லை மீறி வளர்ந்து வருகின்றன. கெட்டிக்காரர்கள் கூட வாழ்க்கைப் பிரச்சினைகளுக்கு முன் தடுமாறி நிற்பதைக் காணும் பொழுது, இவர்களுடைய அறிவாற்றல்களெல்லாம் வாழ்க்கை மர்மங்களை அறிவதற்குப் பயனற்றவை எனத் தோன்றுகின்றன.

காட்டுப்பன்றி :

ஒரு காட்டுப் பன்றி தனது குட்டிகளுக்குப் பாலூட்டும் பொழுதெல்லாம், தனது வீரபராக்கிரமங்களைக் குட்டிகளுக்குப் புனைந்து கூறுவது வழக்கம்.

ஒருநாள் இப்படிச் சொல்லிக்கொண்டிருக்கையில் ஒரு வெடிச் சத்தம் கேட்டது. சத்தம் கேட்டவுடனே,

தாய்ப்பன்றி குட்டிகளையும் விட்டு ஓடிப் போய்விட்டது.

பின்பு பன்றிக் குட்டிகள் தாய்ப் பன்றியைத் தேடிப்பிடித்துத் தங்களை விட்டோடியதன் காரணத்தை விசாரித்தன.

தாய்ப் பன்றி “என் அருமை மக்களே! வெடிச் சத்தத்திற்கு முன் எனது துணிச்சலெல்லாம் பறந்து விடுன்றது” என்று கூறியது.

இதே போன்றுதான் வாழ்க்கைப் பிரச்சினைகளுடன் நேர்முகப் பலப் பரீட்சை நடத்தும் பொழுதுள்ள மனிதர்களுடைய நிலையும்.

விஞ்ஞானம், அரசியல் போன்ற உலகாயத அறிவுகளெல்லாம் இப் போராட்டத்திற்கு முன் முழந்தாளிடுகின்றன. அவ்விடத்தில் மகா மேதைகளும் தளர்ந்து விடுகின்றனர்.

வாழ்க்கைத் தர்மங்களைச் சரிவரக் கற்றுக்கொள்ளாத காரணத்தால் இன்று தனி மனிதனிலிருந்து உலகம் முழுவதிலும் குழப்பங்களும், தற்கொலைகளும், வெட்டுக் குத்துகளும் நடைபெறுகின்றன.

மனிதன் செயலாற்றும் திறமைசாலியாய் மட்டுமிருந்தால் போதாது. அதிலிருந்தெழும் பிரச்சினைகளைச் சாதாரியமாய்த் தீர்த்துக் கருமமாற்றும் நுண்ணறிவும் ஆற்றலும் பெறவேண்டும்.

இதனைப் பெறாவிட்டால் மேலும் அனர்த்தமும் வெறுப்பும், விரக்தியும்தான் வாழ்க்கையில் கண்ட பலனாயிருக்கும்.

கர்ம ரகசியம்:

கருமமாற்றும் நியதி நியமங்களையறியாமல் வந்த விரக்தியும் வெறுப்பும் அயோத்தியில் வைத்து இராமனுக்கும், குருஷேத்திரத்தில் வைத்து அர்ச்சுனனுக்கும் உண்டாயின.

தக்க தருணத்தில் இராமனுக்குத் தனது குலகுரு வாகிய வசிஷ்டரிடத்திலிருந்தும், அருச்சுனனுக்குக் கிருஷ்ணரிடத்திலிருந்தும் கர்ம ரகசியங்கள் உபதேச மாகக் கிடைத்தன.

வாழ்க்கையில் விரக்தியடைந்த அவர்கள் மீண்டும் கர்மத் திறமையுடையவர்களாயினார்கள்.

அதே கர்ம ரகசியங்களை மானிடர் தமது வாழ்க்கையிலும் பகிர்ந்தெடுக்க வேண்டும். அப்பொழுதுதான் தன் தன் கடமைகளில் குறுக்கிடும் பிரச்சினைகளைத் தீர்ப்பதென்பதற்குரிய நுண்ணறிவும் கர்மத் திறமையும் கிடைக்கும்.

குடும்பச் சண்டையிலிருந்து தேசியக் கலவரங்கள் வரை தோன்றுகின்ற சகல பிரச்சினைகளுக்குரிய காரண காரியங்களும் இராமாயண காவியத்தில் அநிநுட்பமாக எடுத்துக் காட்டப்பட்டிருக்கின்றன.

மனிதருடைய மனம் செயற்பட்டுக்கொண்டிருக்கும் காலம்வரையில் இராமாயண சம்பவங்கள் நிகழ்ந்து கொண்டேயிருக்கும்.

இராமர் மனித வாழ்க்கைக்கு ஒரு உதாரண புருஷர். இந்த மகா புருஷன் கையாண்ட வாழ்க்கை நெறிகளை ஏனைய மனிதர்களும் வாழ்கையில் கையாளுவார்களேயாகில் இம்மண்ணுலகில் தாமரை இலையில் நீர் போல் வாழ்ந்து சாஸ்வதமான சத்தியத்தை இங்கேயே அனுபூதிமயமாக்கலாம்.

மனம் கெட்டால் மாநிலம் கெடும்

பிரமாண்டமான இப்பிரபஞ்ச நியமங்களைப் பற்றிய ஒரு சாமானிய அறிவு உணர்வுக்காவது இம் மண்ணுலக மனிதன் ஒரு கணமேனும் தலைவணங்கி நிற்பானே யானால் இவ்வையகம் பெருஞ் சுகமடைய வழியுண்டு.

மனிதன் இப்பூவுலகில் வாழ்ந்தும் அதன் உண்மைகளை உள்ளபடி அறியாமல் ஒன்றை இன்னொன்றாகவே கருதி வாழ்வதால் ஏமாற்றங்கள் பல சம்பவிக்கின்றன.

உண்மையைக் கிரகிக்க முடியாத மனம், மாறி மாறி வரும் ஏமாற்றங்களால் தன்னம்பிக்கை இழந்து வாழுந் திறமையுமற்று இறுதியில் மன வெறுப்பால் தரந் தாழ்ந்த குணமுடையதாகவும் மாறி விடுகின்றது.

மனித சுபாவம் :

மனிதருடைய அந்தரங்க உணர்வு தனது சக ஜீவிகளிடம் அன்பும் சமரச பாவனையும் உடையதாயிருந்த போதிலும், சொந்த விருப்பு வெறுப்புகளுக்குப் பங்கம் விளையும் பொழுது மனித சுபாவம் கொடிய விலங்குகளைவிட மூர்க்க குணமுடையதாகின்றது.

நேற்று வரையிலும் இனிமையாகவும் நன்மையாகவும் போற்றிப் புகழ்ந்து வந்தவைகள் எல்லாம் கசப்பும் பகைமையும் உடையவைகளாகவே மாறிவிடுகின்றன. பகைமை கொண்ட மனமும் பாகனில்லாத யானையும் ஒன்றே. இங்ஙனம் சுயநலத்தால் வெறுப்பும் பகைமையும் கொண்டு சீறும் மனம் நல்ல குணங்களெல்லாமிழந்து மதயானை போன்று தனக்கும் சமுதாயத்திற்கும் பெருங் கேடுகளை விளைவிக்கின்றது.

இப்படியான கரவுக் குணத்திலிருந்தெழுந்த விளைவுகள் தனி மனிதனிலிருந்து உலக ரீதியில் தோன்றிக்

கொண்டிருக்கும் சகல தொல்லைகளுக்கும் மூல காரணம்.

மிக அரிது:

காலம் போகப் போகச் சிறிதேனும் உள்ளக் களிப்புடன் அமைதி நிறைந்த ஆத்மார்த்தமான ஒருவரைக் காண்பதே அரிதாகிவிட்டது.

மனிதன் தன் தன் உணர்வுகளை, செயல்பாடுகளை உன்னிக் கவனிப்பதில்லை. மனம் தோற்றுவிக்கும் விருப்பு வெறுப்புகளின் பலாபலன்களை அலசி ஆராய்வதுமில்லை.

கெடுபிடிக்குரிய யதார்த்த காரணங்கள் வேறெங்கேயோ இருக்கையில், விருப்பு வெறுப்புகளை மாத்திரம் முன்வைத்துப் பிரச்சனைகளைத் தீர்க்கப் பார்த்தால் மேலும் புதிய பிரச்சனைகளைத் தோற்றுவிக்கும்.

மனிதன் மனச் சாட்சியை நேர் கோட்டில் வைத்துக் காரிய காரணங்களைப் பார்த்தறியப் பழகவேண்டும்.

மனித மனம்:

பால் அதிக சத்து நிறைந்த உணவாயினும் கெட்டால் நச்சுத் தன்மையடைகின்றது.

மனத்தால் வாழுகின்றவன் மனிதன். மனிதருடைய மனம் கெட்டுவிட்டால் இவ்வையகம் முழுவதும் கெடும்.

அடிமனம் விஷக் கலப்பில்லாத அமிர்த துல்லியமானது. பேராசையும் அகங்காரமும் மனமென்ற பொதிக்குள் விஷத்தை ஊற்றிவிடுகின்றது.

அக்கினியின் ஒளியால் கவரப்பட்டு அதிலேயே மாண்டு மடிகின்ற விட்டில் பூச்சி போன்று உலக வாசனையால் தடிப்பேறிய அகங்காரமும் பேராசையும் அதற்குரியவரைச் சுட்டெரிக்கின்றன.

உலகின் நிலை :

கேடுகள் பூமியில் இருந்தும் வானத்தில் இருந்தும் உருக்கொள்வதில்லை. அவைகள் மனித மனத்தில் இருந்து சிருஷ்டிக்கப்படுகின்றன.

பேராசையும் சுயநலமும் கேடுகளை வளர்த்தெடுக்கின்றன.

இவ்விரு நீச குணங்களுடைய பராமரிப்பில் வளர்ந்து வருகின்ற உலகம் சர்வ நாசத்திற்கு ஊர்ந்து செல்லக் கூடும்.

மிலேச்ச குணங்கள் கண்களைத் திசைமாறிப் பார்ப்பதற்குப் பழக்கி வைத்திருக்கின்றபடியால் அது நேரான மார்க்கத்தைப் பார்ப்பதற்குரிய ஒளியை இழந்து வருகின்றது.

ஜனங்களுடைய நல்ல சுபாவந்தான் உலக சேமத்தின் ஆதார பீஜம். இதை ஒவ்வொருவரும் திடமாகவே கருத்தில் ஊன்ற வேண்டும்.

மனிதர் களங்கமற்ற நற்குண சீலராய் வாழ்ந்தால் கலகமும் கலக்கமும் இருக்க மாட்டா. எதார்த்தம் இவ்வாறிருக்கையில் வெவ்வேறு மார்க்கங்களில் யோக சேமங்களைத் தேடப் பார்ப்பது அர்த்தமற்ற தாய் விடுகின்றது.

ஆத்மீக சிஷ்ணங்கள் சமய ஆசார அனுஷ்டானங்கள் எல்லாம் மனக் கசடுகளை உருக்கி மனிதர்களை நல்ல சுபாவ சுத்தியுடையவர்களாக்குவதற்கு உரிய உபாயங்களாகும்.

மனிதர் சர்வ சக்திகளையும் உபயோகித்து நற்குணங்களை விருத்தி செய்ய வேண்டும்.

உபத்திரவங்கள் :

துர்க்குணம் உடையவர்கள் வாழுகின்ற இடங்களில் பெரும் உபத்திரவங்கள் நிகழ்கின்றன. இதுதான் இன்றைய உலகநிலை.

மென்மேலும் மனக்கசடுகள் வளர்ந்துகொண்டே போனால் மனிதனுக்கும் விஷக்கிருமிகளுக்கும் அதிக லித்தியாசமில்லா துவிடும்.

நமது உணர்வு மாற்றத்திற்காகக் காலம் காத்து நிற்பதில்லை. இனியாவது மனிதர்கள், சமுதாயம் போய்க்கொண்டிருக்கும் பாதையைப் பற்றிச் சரியான அறிவுடையவர்களாகாவிட்டால் எதிர்காலம் அமங்கல கரமான பல சம்பவங்களால் பாதிக்கப்படும்.

மனிதருடைய துர்க்குணங்களே சாசுவதமான சுகத்திற்கும் சுதந்திரமான வளர்ச்சிக்கும் இடையூற யிருக்கின்றன.

உலக சமுதாயத்தின் இரு பெருங் கண்களாகிய அரசு தர்மமும் ஆத்மீக தர்மமும் அந்தரங்க சுத்தி யுடன் சரியான இலட்சியத்தில் செயல்பட்டால் உயர்ந்த சீலமுடைய ஒரு மனித சமுதாயத்தை உரு வாக்குவது சுலபமானதாகும்.

மனிதர் துர்க்குணங்களிலிருந்து முக்தராகுவது தான் உலக சமாதானத்திற்கும் மாயக் கலப்பில்லாத சாந்த மதுரமான வாழ்க்கைக்கும் ஏக மார்க்கம்.

சுயாதீன மனம்

காட்டில் சூரப்பற்றை என்று கூறப்படும் ஒரு இன முட்செடி இருக்கின்றது.

இது வளைந்த கூரிய சிறு முட்களையுடையதாய் அடர்த்தியாக வளர்ந்திருக்கும் ஒருவகை முட்புதர்.

இந்த முட்செடியில் காய்த்துப் பழுக்கும் சிறு பழங்கள் வெளவாலுக்கு மிக உருசியான உணவு.

வெளவால்:

இதைத் தின்பதற்காகப் பறந்து வந்து இச்செடியில் தொங்கும் வெளவாலின் தோற் செட்டைகள் இம் மரத்தில் கொழுவிக்க கொள்ளும்.

கொழுவிக்க கொள்ளும் பகுதியை விடுவிக்க முயற்சிக்கும் பொழுது, ஏனைய பகுதிகளும் முள்ளில் கொழுவிக்க கொள்கின்றன. இதனால் வெளவால் தன்னை விடுவிக்க முடியாமல் அதிலேயே கிடந்து மாண்டு மடிக்கின்றது.

இதே போன்று மனிதரும் விஷய சுகங்களென்ற சிறு பழங்களை உண்பதற்காக ஜென்ம வாசனைகளென்ற முட்புதரிற் சிக்கி, மீள முடியாமல் அந்தரப்படுகின்றனர்.

விவேகத்தை உபயோகித்துச் சிரத்தையோடும் பொறுமையோடும் இதிலிருந்து மீள முயற்சிக்காதவர்களுடைய ஜீவன் மீண்டும் இதனையே பற்றிக்கொண்டு வீணாக மாய்கின்றது.

மழை:

மழை உயிரினங்களை உயிர்ப்பிக்கின்றது. இருள் மயமான முகல்கள் இல்லாமல் மழையாகிய அமிர்தம் வர்ஷிப்பதில்லை.

அதே போன்று சுக துக்கங்களாகிய கருக்கூட்டல் இல்லாமல் ஈஸ்வர அனுபூதி என்ற தேவாமிர்தம் மனிதரில் பொழிவதில்லை.

ஆகாய விமானங்கள் ஏறி இறங்கும் விமானத்தளம் போன்று ஜீவாத்மாக்கள் ஏறி இறங்கிக் கொண்டிருக்கும் ஒரு பெருந் தளந்தான் இந்தக் கர்ம பூமி.

ஜீவிகளுடைய பிரயாண இலட்சியத்தை அடைவதற்கு இதைத் தவிர பிறிதோரிடமில்லை. எனவே முட்புதர் நிறைந்ததாயினும் மண்டலங்களிற் சிறந்த மண்டலமாகிய இந்தக் கர்ம பூமியில் மனிதராய்ப் பிறந்தவர்கள் எல்லாம் பெரும் புண்ணியசாலிகள்.

நாம் காலூன்றி நிற்கும் இத்தளத்தை வெறுக்காமலும், அதே சமயம் இதிலிருக்கும் முட்புதரிற் கொழுவிக்கொள்ளாமலும் ஜீவிதத்தைச் சம்பூர்ணமாக்க வேண்டும்.

பாஷாணம் :

நமக்கு பந்த மோட்சங்களைத் தருவது மனம்தான் என்பது அனைவரும் அறிந்த விஷயம். மனம் பாஷாணம் போன்று மிகக் கெட்டதும், நல்லதுமாயிருக்கின்றது.

பாஷாணத்தைச் சுத்திகரித்து ஒளஷத வீரியமாகக் கிணல் அதைக் கொண்டு தீராத வியாதிகளையெல்லாம் தீர்க்கலாம்.

அதே போன்று அழுக்காறு நீங்கிய மனம் பிறவித்துன்பங்கள் என்னும் மகாரோகத்தைத் தீர்க்கும் பெரும் சித்த ஒளஷதமாகப் பரிணமிக்கின்றது.

மனிதரால் இலகுவில் கிரகிக்க முடியாத மனதின் இரகசிய நுண்ணியக்கக் கேந்திர ஸ்தானங்களைத் தடவிப் பார்த்துப் பிடிக்கவேண்டிய இடத்தில் பிடித்தால்,

“நாககெந்தி” மூலிகை நுகர்ந்த நாகம் போன்று மனம் அடங்கி நிற்கும்.

அடங்கிய மனம் நில்லென்றால் நிற்கும். போ என்றால் போகும். இவ்வாறு அடங்கிச் சுயாதீனப்பட்ட மனதை விட ஒருவர் வேறென்ன பேறு பெறவேண்டியிருக்கின்றது?

இதற்குரிய மானசீகப் பயிற்சிகளை ஆத்மீக தர்மங்கள் நமக்குத் தருகின்றன.

ஒருவர் தன் மனம் சுயாதீனமடைந்த பின்னர் வாழுகின்ற வாழ்க்கைதான் எதார்தமான வாழ்க்கை.

உலகியல் இன்பங்களுக்காக பல வழியிலும் பகீரதப் பிரயத்தனம் செய்து கொண்டிருப்பவர்கள் நாள் தோறும் சிறிது நேரமாவது மனப்பூர்வமாக ஜெபம், தியானம், பிரார்த்தனை, நாமசங்கீர்த்தனங்களாகிய ஆத்மீகப் பரிசீலனங்களைச் சிரத்தையோடு செய்து வருவார்களாகில் லௌகீகமும் ஆத்மீகமுமான வாழ்க்கையில், இன்றிருப்பதைவிடக் கூடுதலான திருப்தியும் சுகமும் முன்னேற்றமும் அடைவார்கள்.

சிறிது சிறிதாகச் செய்யும் ஆத்மீகப் பயிற்சியால் காலக்கிரமத்தில் தன்னைத்தான் அறியும் ஞானம் என்ற பேரறிவைப் பெறலாம். இந்தப் பேரறிவுதானே பிறவிப் பயன் தரும் பேறு!

சனாதன தர்மம்

இறைவனுக்குச் சனாதனன் என்றொரு விசேட நாமம் இருக்கின்றது. சனாதனன் என்றால் என்றும் இருப்பவன் என்று பொருள்.

தர்மம் சனாதனனாகிய இறைவனிடத்திலிருந்து தோன்றியதாகையால், அதற்குச் சனாதன தர்மம் அல்லது எப்பொழுதும் இருக்கின்ற தர்மம் என்பது அர்த்தம்.

தர்மம் என்பது ஒரு மத விஸ்வாச சம்பிரதாய மன்று. தர்மம் வாழ்க்கையின் பீஜ சக்தி.

இதன் கர்ப்பாசயத்தில் கருக் கொண்டு வளரும் மனிதர்கள் ஜீவித தர்மங்களை நல்லவண்ணம் அனுபவித்து ஜீவித இலட்சியத்தை அடைகின்றனர்.

இணைக்கும் கருவி :

மின்சார சக்தியையும், மின் விளக்கையும் இணைக்கின்ற மின்கம்பி போன்று, இறைவனுடைய தெய்வீக சக்தியை மனித இருதயத்துடன் இணைக்கும் இணைப்புக் கருவிதான் சனாதன தர்மம்.

உலகம் என்னென்ன அபிவிருத்திகளைப் பெற்றிருந்த போதிலும் தார்மீக நெறிகளையிழந்த மனித வர்க்கம் மின்சார இணைப்பற்ற மின் விளக்கைப் போன்றதே.

பஞ்சமா பாதகங்களைத் தீண்டாத ஜீவிதம், இருதய சுத்தியோடு கூடிய ஈஸ்வர பக்தி, சமபாவனை, பரோபகாரம், இணங்கி வாழும் குணம், தன்னலம் குறைந்த சுபாவம் இவைகள் தர்மத்தின் அவயவங்கள்.

மனித சக்திக்கும் அறிவுக்கும் மீறிய உலகப் பிரச்சினைகள், இன மத துவேஷங்கள், அதிகரித்து வரும் சமுதாய விரோதச் செயல்கள், அனுகூலமில்லாத காலநிலைகள் போன்ற விபரீத சம்பவங்களெல்லாம்

தர்மத்தின் அவயவ சக்திகள் தளர்ந்து வருவதன் அறிகுறிகள்.

ஜனங்களுக்கிடையில் பக்தி விஸ்வாசம் மேம்பட்டு வருவதாகத் தோன்றினாலும் கூட, தற்பொழுது தர்மத்தின் உண்மையான நிலை, “தர்மங்கரோதுபறவை” களின் கதை போன்றிருக்கிறது.

விநோத பறவை:

ஒரு தேசத்தில் தர்மம் குன்றி அதர்மம் பெருகிக் கொண்டிருந்த சமயத்தில் தர்மப் பிரசாரத்திற்காகப் “தர்மங்கரோத பறவைகள்” என்ற பேரில் ஒரு பறவைக் கூட்டம் அங்கு வந்து சேர்ந்தது.

அப்பறவைகள் மக்கள் போற்றும் வண்ணம் தர்மப் பிரசாரம் செய்து வந்தன.

அந்த நாடு பசு சம்ரட்சனையில் பேர் பெற்ற நாடு. காலப் போக்கில் அங்கு வளர்க்கப்படும் பசுக்களுடைய கண்கள் இராக் காலங்களில் களவு போய்க்கொண்டிருந்தன.

ஊர்மக்கள் இதனைக் கண்டு பிடிக்க முடியாமையால் மன்னனிடம் முறையிட்டனர்.

இதன் காரணத்தைக் கண்டறிவதற்கு மன்னன் தனது அதிகாரிகளைப் பணித்தார். சில நாட்களின் பின்னர் அதிகாரிகள் மன்னனிடம் வந்து காரணத்தை அறிவித்தனர். “தர்மம் கரோது பக்ஷீணம் இராத்திரௌகோ நேத்திரௌ பக்ஷீணம்” என்பது தான் காரணம் என்றனர்.

“பகல் முழுதும் தர்மப் பிரசாரம் செய்துவரும் பறவைகளே இராக் காலத்தில் பசுக்களின் கண்களைக் களவெடுத்து வருகின்றன. அவைகளுக்குப் பசுக் கண்களே உணவு. வேறொன்றும் உண்பதில்லை” என்று சொல்லி முடித்தார்கள்.

இந்தப் பறவைகளின் கதை போன்றதுதான் இன்றைய உலகப் போக்கு.

இன்னும் இதே நிலையில் போய்க் கொண்டிருந்தால் பாரத யுத்தத்திற்குப் பின் கௌரவர் குலத்திற்கு நேர்ந்ததுதான் நமது எதிர்கால சமுதாயத்திற்கு நேரலாம்.

ஆகையால் மனிதர்களைப் பேயராய்ப் பித்தராய் அலைய விடாமல் தடுத்தாட்கொண்டுவரும் சனாதன தர்மம் சிறப்புற வளருவதற்கு ஒவ்வொருவரும் தன் தன் கருமத்தைச் சுத்திகரிக்க வேண்டும்.

தார்மீக சமுதாயம் :

தேசத் தலைவர்கள், மதகுருமார்கள், சமயப் பிரசாரர்கள், கல்விமான்கள், ஆசிரியர்கள், பெற்றோர்கள் போன்ற தேசத்தின் இரத்த நாளங்களாயிருப்பவர்கள்; ஆசார சீராயிருந்து சிரத்தையோடும், கருணையோடும் பாமர மக்களைத் தார்மீக போதமுடையவர்களாக்க வேண்டும்.

தேசாபிவிருத்திக்குரிய சகல துறைகளிலும் சனாதன தர்மத்தின் அமிர்தம் பொழியும்பொழுது இன்றுவரையும் உபத்திரவப்படுத்திக் கொண்டிருக்கும் சகல கஷ்டங்களும் சகஜமாகவே தீர்ந்து சாந்தியும் சுகமும் நிறைந்த ஒரு தார்மீக சமுதாயம் உதயமாகும்.

ஹட யோகம்

“சுவர் இருந்தால்தான் சித்திரம் வரையலாம்” என்பது பழமொழி. வாழ்க்கையின் அடிக்கல் போன்ற அதி முக்கியமான ஒரு காரியத்தை இந்தப் பழமொழி நமக்கு ஞாபகப்படுத்திக் கொண்டிருக்கிறது.

வாழ்க்கை என்பது கர்மங்களின் ஒரு தொகுப்பு. உறங்குவது கூட ஒரு கர்மம் அல்லது ஒரு செயல். சரீர சுகம் இல்லாதவர்களிடத்தில் உறக்கம் என்ற கர்மம் ஒழுங்காக நிகழ்வதில்லை.

இதே போன்று தேகாரோக்கியமில்லாதவரால் யாதொரு கர்மமும் சரிவரச் செய்து முடிக்க முடியாத தால் ஆரோக்கியத்தைப் பேணி வளர்க்க வேண்டியது மனிதருடைய முதற் கடமையாகும். இதுதான் முன் கூறிய பழமொழியின் அர்த்தம்.

ஜீவித தர்மங்களைச் செவ்வனே செய்வதற்கும், அனுபவிப்பதற்கும் சரீரம் முதற் காரணமாயிருப்ப தால் அதைப் பலப்படுத்திச் சுகமாய் வைத்திருக்க வேண்டும்.

யோக மார்க்கம் :

மனித ஜென்மத்தைக் கடைத்தேற்றி எடுப்ப தற்கு அநேக யோக மார்க்கங்களிருக்கின்றன.

அதில் ஹடயோகம் பிரசித்தமானது. ஹட யோகம் சரீர மன சாஸ்திரங்களுடைய ஒரு சம்பூர்ண ஞானக் களஞ்சியம்.

ஹட யோகம் முக் கரணங்களிலிருக்கின்ற மலங் களை நீக்கி ஞான மார்க்கத்தில் தடையின்றிச் சஞ்சாரம் செய்வதற்குத் தகுதி உடையவராக்கித் திகழ்வதுதான் இதன் அந்தரங்க நோக்கம்.

எனினும் ஞானயோக மார்க்கங்களைக் கடைப் பிடித்தொழுகாதவரும் சரீர மன சுத்திக்கு மாத்திரம் பிரயோசனப்படக் கூடிய பகுதிகளை அப்பியாசித்து சுக மடைவதற்கும் தடையேதுமில்லை.

இதன் ஆரம்பப் பயிற்சிகள் ஒருவருக்குப் போதிய மனவலிமையையும் தேகாரோக்கியத்தையும் கொடுக்கத் தக்கது.

தீர்க்காயுள், நோயற்ற வாழ்க்கை, மனச்சாந்தி முதலியவற்றை விரும்புகிறவர்கள் மூப்பு, பிணி, ஆண், பெண் வித்தியாசமில்லாமல் நோக்கத்திற்குரிய சாதனைகளைச் செய்து சுகமாய் வாழலாம்.

ஹட யோகம் :

“ஹ” என்றால் இட கலையில் (இடது நாசியில்) ஓடிக்கொண்டிருக்கும் சுவாசத்தையும், “ட” என்றால் பிங்கலை என்ற வலது நாசியில் ஓடிக்கொண்டிருக்கின்ற சுவாசத்தையும் குறிக்கின்றன.

இடகலை பிங்கலையை ஒன்று சேர்த்து இணைப்பதற்குரிய யோக மார்க்கத்திற்குக் ஹடயோகம் என்று பெயர்.

வலது இடது கலையில் ஏறி இறங்கிக்கொண்டிருக்கும் சுவாசத்தை பிராணாயாமத்தால் ஜடராக்கினியுடன் சேர்ந்து மூலாதார பத்மத்தில் உறக்க நிலையில் கிடக்கும் குண்டலினி என்ற மகாசக்தியைத் தட்டி உணர்த்தி, முதுகெலும்பிலிருக்கும் சுமுமுனைத் துவாரம் வழியாக உச்சியிலிருக்கும் பிரமாந்திர வாசலில் ஏற்றி நிறுத்த வேண்டும்.

அப்படி நிறுத்தினால் பிரமாந்திர வாசல் திறக்கப்படும். இது திறந்த பின், பகிர்முக மனம் அல்லது வெளிமனம் அடங்கி, அந்தர் முக மனம் (உள்மனம்) பிரகாசிக்கத் தொடங்கும்.

அந்தர்முக மனப் பிரகாசத்தால் சமாதியென் றொரு அவஸ்தை மூலமாக ஞானம் சித்திக்கின்றது.

இந்த இறுதி வைபவத்தை நோக்கித்தான் மனித னிலிருந்து பிராணிகளீராக வாழ்க்கை என்ற யாத்திரை யைச் செய்து கொண்டிருக்கின்றன.

உயிர்ச் சக்தி

சரீரத்தில் அதி பிரதான பகுதி சுவாசம். யோக பரிபாஷையில் இதைக் கலை யென்றும் சரமென்றும் கூறுவார்கள்.

உடம்பில் ஒரு சில நிமிஷங்கள் சுவாசங்கள் ஓடா திருந்தால் தேகம் உயிரற்று விடுவதால் உயிர்ச்சக்தி சுவாசத்தில் தான் தங்கியிருக்கின்றதென்பதை அறியலாம்.

சகல சராசரங்களும் இந்தப் பிரதான சக்தியால் இயக்கப்படுகின்றன.

தேகம் தனது இயக்கத்திற்குத் தேவையான பிராண சக்தியைப் பஞ்சபூதங்களிலிருந்து பெறு கின்றது.

சரீரத்தில் பிராண சக்தி குறைந்தால் வியாதி வரும். நின்றால் மரணமும் சம்பவிக்கும்.

இரத்தத்தை ஓடச் செய்வது, உண்ணும் உணவைச் சீரணிக்கக் கூடிய ஜீரணசக்தியை கொடுப்பது, ஹிரு தயத் துடிப்புண்டாக்குவது, நுண் சுரப்பிகளிலிருந்து சுரக்கும் பலவிதமான ரசங்களை உற்பத்தி செய்வது போன்ற அதி அற்புதகரமான வேலைகள் பிராண சக்தி யால் நிகழ்ந்து கொண்டிருக்கின்றன.

இதே பிராண சைதன்னியம்தான் ஜீவிகளுடைய ஜீவனாகவும் அந்தராத்மாவாகவும் குடிகொண்டிருக் கின்றது.

நரம்பு மண்டலம் :

மனித சரீரத்தில் அநேகம் கரந்திகள் அல்லது நரம்பு மண்டலங்கள் இருக்கின்றன.

நரம்பு மண்டலங்கள் நாடி நரம்புகளிலிருக்கின்ற வாத, பித்த, கப தோஷங்களைச் சமப்படுத்தி அவைகளை நிலைதவறாமல் இயக்குதல், மனம், புத்தி, காயங்களை இணக்கிச் செயல்படுத்துவது போன்ற நுட்பமான கருமங்களை ஆற்றிக் கொண்டிருக்கின்றன.

வெளி மனதின் விகாரங்கள் உணர்வுகளையெல்லாம் உள்மனம் வாங்கி அதற்குரிய சுக துக்கங்களை நாடி நரம்புகள் வழியாகச் சரீரம் முழுவதற்கும் அனுப்பி வைப்பதில் நரம்பு மண்டலங்கள் முக்கிய பங்கு வகிக்கின்றன.

இப்படித்தான் நாம் சுக துக்கங்களை உணர்ந்து கொள்ளுகின்றோம்.

ஆசனம், நாடி சுத்திப் பிராணாயாமம், சும்பகப் பிராணாயாமம், பந்தனம், கிரியைகள் போன்றவை ஹடயோகத்தின் அதிமுக்கியமான பகுதிகள்.

சாஸ்திர ரீதியான ஆசனங்கள் எண்பத்தினான்கு. இவைகள் சரீரத்திற்கும் மனதிற்கும் உபாதிகளை உண்டாக்குகின்ற ராஜச தமோகுண தர்மங்களை நாசஞ் செய்து, சோம்பல், சோர்வு, தடுமாற்றம், சந்தேகம், சஞ்சலம், போன்றவைகளை நீக்கி மனதிற்கு ஸ்திரத்தன்மையையும், சரீரத்திற்கு ஆரோக்கியத்தையும் கொடுக்கின்றன.

பிரதான பிராணாயாமங்கள் எட்டு. அவைகள் — சூரிய பேதனம், உஜ்ஜாயி, சீல்க்காரி, சீதலி, பஸ்திரிகா, பிராமரி, மூர்ச்சை, ப்ளாவினி, என்பவைகளாகும்.

இந்த எட்டுவித பிராணாயாமத்தால் வியாதிகள் குணமடைவதுடன் நாடி நரம்புகளிலிருக்கின்ற

கொழுப்பையும் கரைத்துச் சுவாசத்தை முழுச் சரீரத்திலும் தட்டுத்தடையில்லாமல் ஏற்றவும் இறக்கவும் வேண்டிய நேரம் வரை சுவாசபந்தனம் செய்வதற்கும் இதனால் முடியும்.

முத்திரைகள், பத்து. அவைகள்:- மகாமுத்திரை, மகாபந்தம், மகாவேதம், கேசரி, உட்டியாணை, மூலபந்தம், ஜாலந்திர பந்தம், விபரீத கரணி, வச்சிரோளி, சக்திசாலனம் என்பவைகள்.

இந்தப் பத்து முத்திரைகளையும் குரு சந்நிதானத்தில் தக்க சில நோன்புகளுடனிருந்து சாதனை செய்து சித்தியடைந்தால் சப்த தாதுகள் சுத்திகரிக்கப்பட்டு பெரும் பயன் பெறலாம்.

அதி நுட்பமான சித்திகளால் சகஸ்ரராதாரக் கதவு திறந்து அதிலிருக்கின்ற ஞானானந்த ரசத்தைச் சரீரத்திலும் ஜீவனிலும் ஒழுகச் செய்து ஜீவிதம் ஆனந்தமாகித் திகழ்கின்றது.

இப்படி தேகத்திற்கும், தேசிக்கும் பரம சுகத்தைத் தருவதாசிய ஹட யோக வித்தைகள் நமது பூர்வீக சொத்தாகவே இருக்கையில் அவற்றை அறிவதிலும் அப்பியாசிப்பதிலும் உதாசீனர்களாயிருப்பது ஏனோ?.

மெய்யுணர்வு

உலகம் உணர்வு மயம். பதியிலிருந்து பசுக்கள் வரை சங்கிலித் தொடர்புபோல் நீண்டு விரிந்து நிற்கின்றது உணர்வு. உணர்வின் மாற்றத்திற்குத் தக்கபடி உயிர் பல வடிவங்கொள்ளும். உணர்வு இரண்டு வகைப்படும். ஒன்று சிற்றுணர்வு அல்லது பொய்யுணர்வு. மற்றது உள்ளுணர்வாம் மெய்யுணர்வு. சிற்றுணர்வு மனம், புத்தி, காயங்களுடன் சம்பந்தப்பட்டு புறவாழ்வைத் தூண்டி நிற்கும். மெய்யுணர்வு இதயத்தின் ஆழ்ந்த பகுதியில் மெய்ப்பொருளை ஊடுருவி நின்று அகவாழ்வை உணர்த்தி நிற்கும். அறிவும் உணர்வும் ஒன்றோடொன்று சம்பந்தப்பட்டவை. உணர்வு விரிந்து இறுதியில் எப்பொருளில் கலந்து நிற்குமோ அதில் அறிவும் வளர்ந்து முற்றுப்பெறும். அதாவது சிற்றுணர்வு மாறி மெய்யுணர்வாகுங்கால் சிற்றறிவு மெய்யறிவாக மாறும். புறவுணர்வு புறவாழ்வினால் வரும் அற்ப சுகங்களைத் தந்து இறுதியில் துன்பத்திலாழ்த்தி நிறுத்தும். உள்ளுணர்வு அகவாழ்வை உணர்த்தி அகப்பொருள் ஒன்றையே நாடி நின்று அதன் வழிவரும் முடிவில்லாத இறை இன்பத்தை அனுபவிக்கச் செய்யும். மனிதனில் இந்த இரண்டுவித உணர்வுகளும் கலந்து நிற்கின்றன. சிற்றுணர்வும் மெய்யுணர்வும் கலந்த கலவையின் வடிவமே மனிதன். மனித உணர்வில் ஒளியும், இருளும், அறிவும், அறியாமையும் கலந்திருக்கும்.

புறவுணர்வு மேலோங்கி நிற்குங்கால் நிலையற்ற குறுகிய இன்பங்களைத் தரும் விஷயாதிகளை நாடிச் செல்ல மனம் தூண்டி நிற்கும். உள்ளுணர்வு மேலோங்கி நிற்கும்பொழுது பந்த பாசங்களைக் கடந்த மெய்ப்பொருளின் இன்பத்தை நாடி மனம் உயர்ந்து செல்லும்.

நிலையற்ற பொருளை வருந்தி அடைவதும் அதன்பின் இழக்க நேரிடும் பொழுது சினம் கொள்வதும், சினத்தினால் கோபமும், கோபத்தினால் மனங்கலங்கிப் புத்தி தடுமாறுவதும், புத்தித் தடுமாற்றத்தினால் அழிவும் உண்டாவதற்குச் சிற்றுணர்வின் ஆதிக்கமே காரணம். சமூகத்திற்கு காணும் புன்மையான குணங்களும், கபடமுயற்சியால் வரும் அழிவுகளும் புறவுணர்வின் விழைவால் வருவனவே. சிற்றுணர்வுக்குக் கீழ்ப்படிந்து நிற்கும் மனமானது நஞ்சு கலந்து அமைதியும் இன்பமும் காணமுடியாமற் கலங்கி நிற்கும். உலகமனைத்தையும் அடக்கியாள வலிமை பெற்றாலும் சிற்றுணர்வின் வழி நிற்பவன் தன்னில் ஒளியும் இன்பமும், அமைதியுங்காண்பது அரிது. புறவுணர்வுக்குப் பின்னால் சத்தியத்தை நாடி நிற்கும் மெய்யுணர்வின் வழிச்சென்று, உட்புருஷனின் தொடர்பால் வரும் அருட்சக்திக்கு நமது வாழ்வைத் திறந்து கொடுத்து நிற்போமாகில் ஒளியும், ஆற்றலும், தன்னறிவும் நிறைந்த ஒரு பகுதிக்கு நாம் உயர்ந்து சென்று அதை வத இன்பத்தில் கலந்து நிற்போம்.

அநேக குறைபாடுகள் நிறைந்து, குழப்ப நிலையிலும் தீராத துன்பத்திலும் திரும்பத் திரும்பச் செல்லும் சங்கட நிலை மாறவேண்டுமாகில், சிற்றுணர்வைப் புறக்கணித்து உள்ளுணர்வின் வழி ஊடுருவிச் சென்று, உட்புருஷனைக் கண்டு தெளிந்து, அவன் ஆணையின் கீழ்ப்படிந்து வினையாற்றுவதைத் தவிர வேறு வழியில்லை. துவேஷமும், வஞ்சனையும், வேற்றுமைகளும் வளர்ந்து அமைதி குறைந்து அழிவின் வரம்பை மோதி நிற்கும் மனித குலம் இருளில் நின்று ஒளிக்கும், அறியாமையினின்று அறிவுக்கும், வேற்றுமையினின்று ஒற்றுமைக்கும், சென்று பூரண அமைதியும், அன்பும்,

இன்பமும் நிறைந்த ஒரு புது உலகம் காண அருள் வழியை நாடிச் செல்ல வேண்டியிருக்கின்றது.

மனம், புத்தி, பிராணன்களில் வீறிட்டு நிற்கும் புன்னெறியை நீக்கி மெய்யுணர்வால் அப்பகுதிகளை நிரப்பி அதனால் வரும் பக்தி, ஞானம், ஆனந்தம் என்ற ஈஸ்வர குணங்களை வாழ்வுடன் சம்பந்தப்படுத்த முடியுமானால் கற்பனையில் இருக்கும் சகல நன்மைகளும் அனுபவத்துக்கு வந்தே தீரும். “உள்ளுணர்வு அல்லது மெய்யுணர்வின் வழியே அருள் வழியாம்” அருள் வழி செல்பவன் அருளாளன். அவன் குறைவற்றிருப்பான். பந்த பாசங்களைத் தரும் சிற்றுணர்வின் முடிச்சறுத்து, உள்ளுணர்வின் வழி நடத்துதலுக்கு நெஞ்சந் திறந்து கொடுப்போமாகில் அது நம்மை ஆணவ மலங்கள் நிறைந்த துன்பப் பாதையினின்று விலக்கியெடுத்து அருள் பொழியும் ஒளி பொருந்திய பாதையில் வழி நடத்திச் சென்று இறுதியில் தனது இருப்பாகிய மெய்ப் பொருளில் அழுத்தி நிறுத்தும். சத்தியத்தின் அல்லது அந்தராத்மாவின் உணர்வுக்கு இசைந்து நின்று அது வழிவரும் அருட்சக்தி வழி நடத்திச் செல்லும் பொருட்டு நம்மை ஒரு சாதனமாய்க் கருதி நிற்பதே “சும்மா இரு” என்று சான்றோர்களால் கூறப்படுவதின் சாரமாகும்.

கிணற்றுத் தவளையின் பூலோக அறிவு போலிருக்கும் மனமும், புத்தியும், தனக்குப் பின்னால் உண்மையின் வழி நிற்கும் மெய்யுணர்வை ஆராய்ந்தறிய இடந் தருவதில்லை. தகுந்த ஆத்ம சாதனங்களால் மெய்யுணர்வு அல்லது கடவுளுணர்வு விருத்தியடைந்து வருங்கால் பலவீனங்களும், அறியாமையும், இடர்களும் படிப்படியாய் விலகி நின்று அருளின்பந் ததும்பிப் பரவத் தொடங்கும். மெய்யுணர்வு கிளம்பி

வருமிடத்து உட்பார்வையால் உன்னிப் பார்த்து, அறிந்து, தெளிந்து, அதுவழி மெய்ப்ப் பொருளின் இருப்பை அகமுகமாய்க் கண்டறிவதே “தன்னைத் தானறிதல்” என்றதன் பொருளாம். மெய்யுணர்வு கிளம்பிப் பரவத் தொடங்குங்கால் உட்பகுதிகள் அனைத்திலும் விளக்க முடியாத அமைதியும், இன்பமும், தூய்மையும் குடிகொள்ளும். மனப் பிராணன்களின் கிளர்ச்சிகள் அடங்கி அமைதி பெறும். மெய்யுணர்வின் வெளிப்பாட்டை விளிப்புடனிருந்து கவனித்து வருவோமாகில் பண்பற்ற அஞ்ஞான உணர்வு விலகி அமைதியும் இன்பமும் நிறைந்த ஒளிமயமான ஒரு தூயசக்தி நம்மில் இறங்கி வந்து அல்லது வெளிப்பட்டு நின்று சகல துறைகளிலும் அது தானாக நம்மை வழி நடத்திச் செல்வதைக் கண்கூடாகக் காணலாம்.

இது மிகச் சிரமமான காரியமாயிருந்தாலும் முயற்சியால் சாதிக்க முடியாததொன்றல்ல. ஆர்வத்தோடு தக்க சாதன முறைகளை மேற்கொண்டொழுகினால் நிச்சயம் பயனளிக்கும். ஆத்ம சாதன முறைகள் சகலதும் பொய்யுணர்வை அடக்கி மெய்யுணர்வை வெளிப்படுத்தும் பொருட்டே வகுக்கப்பட்டிருக்கின்றன. சிற்றுணர்வாம் பொய்யுணர்வு மெலிந்து மெய்யுணர்வு தடிப்பேற ராஜஸ, தாமஸ குணங்களின் தன்மை மாறி அகந்தையின் எழுச்சியும் அடங்கி நின்று தெய்வீக குண விசேஷங்கள் மலர்ந்து நிற்கும். பொய்யுணர்வடங்கி மெய்யுணர்வின் வழிவரும் அருட்பொழிவுக்கு நம்மை முற்றாக அர்ப்பணித்து நிற்போமாகில் பழைய வாசனைகளையும், இன்னும் கேடுடைய யாவற்றையும் அதுவே விலக்கித் தந்து குறைவற்ற அருளின்பத்தில் நம்மை அணைத்துச் சேர்த்து நிறுத்தும். கேவல புத்தியால் புரியும் படிப்பினாலும், தர்க்கவாதங்

களிஞாலும் பலனில்லை. அவைகள் குழப்பத்தைப் பெருக்கும். தெளிவு காணமுடியாது. சாதனையினாலேயே சாத்தியம் கைவரும். விதிப்படி “இதயத் தியானம்” பழகி வந்தால் மெய்யுணர்வின் வழி தெளிந்து காணும். மெய்யுணர்வின் எழுச்சியாலும் அருள்நிறைந்த ஒளியின் பொழிவினாலும் சக்தியும், ஞானமும் வாழ்வில் படர்ந்து நின்று குறைவற்ற தெய்வீக இன்பத்தை அனுபவிக்க இதயத் தியானத்தை மேற்கொள்வீராக.

இதயத் தியானம்

மனிதன் மங்களகரமான பல சங்கற்பங்களுடன் தான் வாழ்க்கையை ஆரம்பிக்கிறான். காலக்கிரமத்தில், குடும்பம், உற்றார் உறவினர். பொருளாதாரம், சரீரம், தன்மனம் போன்றவைகள் லிருந்தெழும் உபாதிகளுடைய உபத்திரவங்களால் மனதின் சமநிலை கெட்டு மனம் தொல்லை கொடுக்க ஆரம்பிக்கிறது.

கிறுகச் சிறுகப் பெருகிவரும் மனத் தொல்லைகளுடன் சில காலங் கழிய, ஏற்கனவே மனதில் வைத்திருந்த சங்கற்பங்களுக்கு எதிர்மாறாக அன்றாட அனுபவங்களும் நிகழ்ந்து கொண்டு வர, மனமானது மென்மேலும் கலக்கமடைந்து புத்தியும் தடுமாறி சமுத்திர அலைகளில் அகப்பட்ட பந்து போல் தத்தளிக்கின்றது.

எண்பத்து நான்கு லட்சம் பிறவிகளில் அபூர்வமாகப் பெற்றெடுத்த இந்த மனித ஜென்மம் அஞ்ஞானத்தால் இப்படியொரு சோக நாடகமாய் முடிவடைகிறது.

ஆசைப்பட்டுக் கொண்டிருக்கும் உலகியல் இன்பங்கள் எல்லாம் இன்று வரும், நாளை வரும் என்று எதிர்பார்த்துக் காலத்தை விரயமாக்காது எஞ்சிய காலத்தையாவது ஞான தர்மங்களை அனுசரித்து வாழ்ந்து இருளில் இருந்து ஒளிக்கு வர முயற்சிக்க வேண்டும்.

ஜீவிதக் கிலேசங்களில் இருந்து விமோசனம் அடைவதற்கு ஞான தர்மங்களை அன்றாட வாழ்க்கையுடன் இணைப்பதைத் தவிர வேறு வழியில்லை என்பதையும் உணர வேண்டும்.

பரிசுத்தமான இருதயத்தில் இருந்துதான் களங்கமற்ற பெரும் சுகத்தைத் தரும் தெய்வீக அமிர்தக்

கசிவு ஊற்றெடுக்கின்றது. அந்த அமிர்தக் கசிவில் இருந்து ஒரு சிறு துளியேனும் ஒருவன் ஒருமுறை உட்கொள்ள முடியுமேயானால் அவனுடைய வாழ்க்கைச் சேற்றில் முளைத்த வெண்டாமரை போல் அருள் மழை பொழிந்து மலரும்.

இந்தத் தெய்வீக மாற்றங்கள் வெறுமனே ஞான நூல்களை வாசிப்பதாலோ அருளுரை கேட்பதாலோ உண்டாவது இல்லை. அப்பியாசம்-அதொன்றினாலன்றி வேறொன்றினும் அது சித்திப்பதில்லை. எனவே உறுதியான வைராக்கியத்துடன் ஒரு ஆத்மீக உள்முகப் பயிற்சிக்கு உங்களைத் தயார்படுத்திக் கொள்வீர்களாக!

முத்துச் சிப்பியில் விழும் ஒரு சிறு மழைத்துளி விலை மதிக்க முடியாத ஒரு முத்தை உருவாக்குவது போன்று ஒழுங்கான ஒரு சிறு ஆத்மீகப் பயிற்சி கூட ஒருவனைக் கடைத்தேறச் செய்யப் போதுமானது.

வைகறையில் உறக்கமுணர்ந்து சிறிதளவு குளிர்ந்த ஜலம் பருகிக் காலைக் கடன்களை முடித்துக் கொள்க, நேர வசதிக்கேற்றவாறு தேகப் பயிற்சிகள் செய்து முடிந்த பின்னர் நீராடுக. தேக சுகம் குறைந்தவர்கள் ஈரச் சீலையால் சரீர சுத்தி செய்தல் போதுமானது.

அதற்குப்பின் வழிபாட்டு அறையில் அல்லது தூய்மையான இடத்தில் விளக்கேற்றி நறுமணம் வீசும் மலர்களை வைத்துத் தக்க ஆசனத்தில் நேரே நிமிர்ந்து அமர்ந்திருக்கவும் மனம் கசிந்துருகும் வண்ணம் பக்திப் பாடல்கள் சிலவற்றைப் பாடிய பின்னர் குருவணக்கமும் இறை வணக்கமும் செய்து முடிக்க வேண்டும்.

பின்னர் சுருக்கமான முறையில் ஆராதனைகளைச் செய்க. உடம்பை நேராக வைத்திருந்து மூக்கு நுனியைப் பார்த்தபடி சிறிது நேரம் இருந்த பின் நாசியை விரலால் பிடிக்காமல், இரு நாசித் துவாரங்

களாலும் சுவாசத்தை நிதானமாக உள்ளிழுக்கவும், நெஞ்சில் வைத்திருக்கக் கூடிய அளவுக்கு வைத்திருந்து மெல்ல மெல்ல வெளிவிடவும். சுவாசத்தை உள்ளுக்கு இழுக்கும் பொழுதும், வெளி விடும் பொழுதும் சுவாசம் ஆடாமல் முறியாமல் பார்த்துக் கொள்ளவும்.

சுவாசத்தை ஏற்றி இறக்கும் பொழுது மனதை அதில் லயப்படுத்துவது அவசியம். இதனைச் செய்யக் கூடிய அளவுக்குச் செய்து (ஆரம்பத்தில் ஐந்திலிருந்து பதினைந்து தடவை) முடிக்கவும்.

பின்னர் நாசி வழியாக ஓடித் திரிந்து கொண்டிருக்கும் சுவாசத்தை ஊன்றிக் கவனித்தபடியே இருக்கவும். இது சரியாக அமைந்தால் கொஞ்ச நேரத்திற்குள் எண்ணங்களடங்கி மனம் சாந்த நிலையடையும்.

சாந்த நிலை அடைந்து வரும் மனதைச் சகுணத்தியானத்தில் நிறுத்திப் பழக வேண்டும். இறைவனுடைய ஏதாவதொரு திருவுருவத்தை நெற்றி, இருதயம், நாசி போன்ற தியான ஸ்தானங்களில் சங்கல்பித்து அதில் மனதை இடையறாது நிறுத்திப் பழகுவது தான் சகுணத் தியானம் என்பது.

இதனை இருவேளை செய்க. தியானம் முடிந்தபின் எழுந்து தியான சித்திக்காக இறைவனுடைய தாளிணைகளை மனப்பூர்வமாக வணங்கி சாந்த சீலனாய் அன்றாடக் கடமைகளைச் செவ்வனே செய்து வருக. வீட்டில் இட வசதி இல்லாவிடில் ஆலயம் போன்ற இடங்களில் செய்வது நலம்.

பயிற்சிக் காலத்தில் தாது புஷ்டிக்கும் மன ஒருமைப்பாட்டிற்கும் உதவக் கூடிய பசும்பால், பசு நெய், தேன் போன்றவைகளை உட்கொள்ளக்கூடிய வசதியும் தேக நிலையும் இருப்பவர்கள் பசுல் வேளையில் மாத்திரம் உட்கொள்ளவும், இரவு படுக்கைக்குப் போகும்

முன் திரிபலாதி சூரணம் ஒரு களஞ்சியளவில் எடுத்துச் சர்க்கரையில் குழைத்து உண்டு கொஞ்சம் இளம் வெந்நீர் பருகிப் படுக்கவும். இது மல சுத்தியைச் செய்து வாத, பித்த, கப தோஷங்களைத் தீர்க்கும். தேகத்தை ஆரோக்கியமாய் வைத்திருக்க உதவும்.

ஆசார சீலராயிருந்து ஒரு மண்டலம் தொடக்கம் மூன்று மண்டல காலம் வரையில் (ஒரு மண்டலம் நாற்பத்தொரு நாள்) தொடர்ந்து பழகி வரும் பொழுது உடலிலும் உணர்விலும் நல்ல மாற்றங்கள் தென்படும்.

சுபாவத்திலும் இம்மாற்றங்களைக் காணலாம். இடையிடையே தெய்வீக தரிசனங்கள் கிடைக்கும். அவை மனம் ஒருமுகப்பட்டு வரும் பொழுது காணும் மானசீக தரிசனங்களைத் தவிர ஞான சித்திகளல்ல.

அனுபவங்களை அடக்கமாக வைத்திருக்கவும். இந்த சாதனையை அன்றாட வாழ்க்கையுடன் இணைத்து வாழ்கின்ற ஒருவருக்கு அருளொளி வீசும் ஒரு புதுக்கோணத்தில் இருந்து வாழ்க்கையைப் பார்ப்பதற்கும் அனுவிப்பதற்கும் முடியும்.

அது மாத்திரமல்ல, ஜீவிதப் பிரச்சினைகளில் யதார்த்த காரணத்தைக் கண்டறிந்து, அதில் இருந்து விமோசனமடைவதற்குரிய மார்க்கங்களைத் தெளிந்து காண்பான். பட்டமரத்தைத் துளிர்க்க வைக்கும் விருஷாயுர்வேத காயகற்ப சிகிச்சை போன்று, இச்சிறு ஆத்மீகப் பயிற்சி தளர்ந்து போன வாழ்க்கையை மீண்டும் துளிர்க்க வைக்கும்.

பயிற்சியின் ஆழமும் சக்தியும் கூடிவரும் பொழுது அண்ட சராசரங்களுடைய சூத்திரதாரியாகிய

இறைவனுடைய சூத்திரக் கயிற்றில் கோத்து ஆடிக்கொண்டிருக்கும் பாவைகள்தான் இப்பிரபஞ்சமும், பிரபஞ்ச வஸ்துக்களும், அதில் உட்பட்ட நாங்களும் என்ற பரமார்த்தீக போதம் வரும் இந்தப் பெரும் அனுபவ அறிவுதான் ஜன்மக் கிலேசங்களைத் தீர்க்கும் சம்பூரண ஞானம்.

மரணத்திற்குப் பின்...

வாழ்க்கையின் முடிவு மரணம் என்பது அனைவரும் அறிந்த விஷயம். மரணத்திற்குப் பின் என்ன? என்பதை யாரும் அறிவதில்லை.

விஷய ஞானம் இல்லாத இடத்தில் பயம், பீதி முதலிய மனக் கஷ்டங்கள் தோன்றுவது சகஜம்.

மரணம் என்று நினைக்கும் பொழுது மரணத்திற்குப் பின் என்ன நிகழ்கின்றதென்ற சரியான அறிவில்லாததால் மரண பயம் உண்டாகின்றது.

மரணம் என்பது ஜீவனைப் பொறுத்தவரையில் புதிய சக்தியும், உற்சாகமும், புது ஆற்றல் திறமையும் உயிரில் உருவாகும் ஒரு புனிதமான நிகழ்ச்சி.

பகல் முழுவதும் உழைத்துக் களைப்படைந்தவர்களுக்கு இரவு உறக்கம் களை தீர்த்துப் புத்துணர்வும், தென்பும் அளிப்பது போன்று, வாழ்நாள் முழுவதும் பல துறைகளிலும் செயலாற்றி வாழ்வில் களைப்படைந்த மனிதர்களுடைய ஜீவன் சுயமாகவே ஏற்றெடுத்த ஒரு தீர்க்க கால உறக்கம் அல்லது ஓய்வுதான் மரணம்.

பழுதடைந்த உடையை மாற்றிப் புது உடை அணிவது போன்று ஜீவன் தனது இலட்சியத்தை அடையும் வரையும் பழுதடைந்த சரீரத்தை மாற்றிப் புதுச் சரீரத்தில் நுழைய வேண்டியிருக்கின்றது.

மரணத்திற்குப் பின் உயிர் என்ன நிலையடைகின்றதென்பதைப் பற்றி இந்து சமய சாஸ்திரங்கள் விளக்கந் தருகின்றன.

கண்ணுவன், கபிலன் போன்ற மகா ரிஷிகளின் பரி

ஊம சித்தாந்த சாஸ்திரங்களில் இது விஞ்ஞான பூர்வமாகத் தெளிவுபடுத்தப்பட்டிருக்கின்றது.

நசிகேதன் நமனைக் குருவாக ஏற்பதற்குரிய காரணம், மரணத்திற்குப் பின் ஜீவனுடைய நிலையை அறிவதற்குரிய பெரும் அவா தான் என்பதை கடோப நிஷதம் கூறுகின்றது.

ஒரு நோயாளி நோயைக் குணப்படுத்துவதற்காக ஒரு வைத்தியரைச் சந்திக்கச் செல்கின்றான். பின்னர் சந்திக்க முடியாமல் திரும்பி வருகின்றான். மீண்டும், மீண்டும் செல்லும் பொழுதும் அதே நிலைதான்

மருத்துவரைச் சந்திக்கும் வரையும் வருத்த முடையவர் வருவதும் போவதுமாகிய நிகழ்ச்சி நடைபெற்றுக்கொண்டிருக்கின்றது.

மருத்துவரைச் சந்திப்பதுதான் நோயுடையவரின் நோக்கமாகையால் அது கைகூடும் வரையும் இவ்வாறு நிகழ்ந்து கொண்டிருக்கின்றது.

ஜீவன் சிவத்துடன் ஐக்கியப் படுவதுதான் பிறவியின் நோக்கம் என்ற காரணத்தினால், ஜீவன் சுத்த சிவநிலை அடையும் வரையும் பிறப்பு, இறப்பு என்பன நிகழ்ந்து கொண்டிருக்கும்

உயிரைப் பற்றிய சில அடிப்படைத் தத்துவங்களைத் தெரிந்து கொள்ளும் பட்சத்தில் இவ் விஷயத்திலிருக்கும் பல சந்தேகங்கள் தீர்க்கப்பட்டு விடுகின்றன. உயிரியல் சாஸ்திரம் :

இந்துமத உயிரியல் சாஸ்திரப்படி சகல சராசரங்களும் உயிருடையன. தூணிலும், துரும்பிலும், உயிர் ஊடுருவி நிற்கின்றது. மனிதனும், மனிதனுடைய நிழலும் போன்று உயிர் பரமாத்மாவின் பிரதி பாசம்.

ஆகையால் உயிரை ஆக்கவும், அழிக்கவும் முடியாது. உயிரை உண்டாக்க முடியாத காரணத்தால்

ஒரு புதுச் சரீரம் உருவாகும் பொழுது, நிலையான பழைய உயிரைத் திரும்பவும் சுவீகரிக்க வேண்டியிருக்கிறது.

பழைய உடல் அழிந்து புதுப் புது உடல் உருவாகிக்கொண்டிருப்பதாலும், என்றும் இருக்கின்ற உயிரை அழிக்கவும் ஆக்கவும் முடியாதிருப்பதாலும் மறுபிறப்பென்பது நிகழ்ந்து கொண்டேயிருக்கும்.

மரணம் :

ஒரு திரவத்தின் அடிப்படையான இறுதி அணுக்களிலிருந்து விசேஷ ரீதியில் உருவாகும் அலைநீளச் சலன சக்தியே உயிரென்று நவீன அலைச் சித்தாந்த சாஸ்திரங்கள் கூறுகின்றன.

ஜீவன் தேகத்திலிருந்து பிரிவது (மரணம்) ஒரே நேரத்தில் ஒரே முறையில் நிகழ்வதில்லை. ஒரு குறிக் கப்பட்ட நேரத்திற்குள் இரண்டு தரமாக ஜீவன் பிரிந்து செல்கின்றது.

முதல் தரம் நிகழ்கின்ற மரணம் தைதீக மரணம் என்றும் இரண்டாம் முறை நிகழ்வது கோச மரணம் என்றும் சொல்லப்படும்.

வெறும் சரீரத்திலிருந்து மாத்திரம் உயிர் பிரிந்து சரீரம் செயலற்றுப் போகும் நிலைக்கு தைதீக மரணம் என்றும், இறுதியில் பஞ்ச கோசத்திலிருந்து உயிர் பிரிவதை கோசீக மரணம் என்றும், பஞ்ச கோசத்திலிருந்து முற்றாக ஜீவன் பிரிந்தாற்றான் உண்மையான மரணம் சம்பவிக்கின்றது என்றும் கூறப்படுகிறது.

தைதீக மரணத்திற்குப் பின் இரண்டு அல்லது மூன்று மணித்தியாலத்திற்குள் கோசீக மரணம் நிகழ்கிறது.

அபூர்வமாக சில சந்தர்ப்பங்களில் கோசீக மரணம் நிகழ்வதற்கு முன், சரீரத்திலிருந்து பிரிந்து நின்ற ஜீவன் திரும்பவும் சரீரத்தில் நுழைவதுண்டு.

இதைத்தான் இறந்தவர் திரும்பவும் உயிர் பெற்ற சம்பவமாகக் கேள்விப்படுகிறோம்.

எனவே சில சந்தர்ப்பங்களில் இவ்விதம் நிசுழ்வதால் சரீரம் அதிகம் பழுதடையாத நிலையில் மரணம் சம்பவிக்கும்போது, குறைந்தது ஆறு அல்லது எட்டு மணித்தியாலங்களின் பின்னர் தகனம் செய்வதுதான் உசிதமானதாகும்.

ஞானம் :

முன் ஜென்மங்களைப் பற்றி அறிவதற்கு “பரித்துவாஜ தர்சனம்” என்ற ஒரு சாஸ்திரக் கிரந்தம் இன்றும் நடைமுறையில் இருக்கின்றது. இதை இதய சுத்த முடையவர்கள், நாலு ஆண்டுகள் அப்பியாசித்தால் தமது சொந்தப் பூர்வ ஜென்மங்களைப் பற்றியும், எட்டாண்டு பயின்றால் மற்றவர்களுடைய பூர்வ ஜென்ம விருத்தாந்தங்களைப் பற்றியும் அறியத்தக்க ஞானம் சித்திக்கும்.

அல்லது மூலாதார சக்தியை ஆதார சக்கரங்கள் வழியே சகஸ்ராரத்தில் ஏற்றி நிறுத்திப் பழகிய மகாயோகிகள், சித்தத்தில் அடங்கிக் கிடக்கும் பூர்வ ஜென்ம வாசனைகளில் சம்யமனம் செய்து பார்க்கும் பொழுது முன் ஜென்மங்களைப் பற்றிய அறிவு கிடைக்கின்றது.

ஜீவன் பிறவி தோறும் செய்த கர்ம பலாபலன்களுக்குத் தக்கபடி, அடுத்தடுத்துப் பிறவிகளெடுத்துச் சுக துக்கங்களை அனுபவிக்கின்றது.

முற்சென்மங்களிற் செய்த கர்ம பலன்களைப் பற்றி மனிதன் அறிவானாகில் பாப கர்மங்களைப் புரிவதற்கு அஞ்சி வாழ்வான்.

ஆகையால் பிறவி தோறும் வினையாற்றிக் களைப்படைந்த ஜீவன் களையைத் தீர்த்துப் புத்துணர்வு பெறுவதற்காக மரணம் என்ற ஒரு இடைக்கால ஒய்வெடுப்பதைப் பற்றிச் சந்தோஷம் அடையாமல் பயப்படுவதேன்?.

பாரதக் கதை தரும் போதனை

மனித ஜீவிதம் ஒரு அமார்க்களம். சுகம் துக்கம் இரண்டுக்குமிடையே நடைபெறும் இப் போராட்டத்தின் மத்தியில் நின்று வாழ்க்கையை ஆனந்த மயமாக்கித் தீர்க்க வேண்டும்.

இதுதான் வாழ்க்கையின் யதார்த்த தத்துவ தரிசனம்.

பாரதப் போர்முனையில் வைத்துக் கிருஷ்ணன் அர்ச்சுனனுக்கு இதற்குரிய சித்தாந்தத்தை உபதேசித்தார்.

மகா காவியம் :

அர்ச்சுனன் போர்க்களத்தில் வைத்தே அதை அனுபூதிமயமாக்கினான். பாரதக் கதை ஒரு வெறும் கதையல்ல. அது ஒரு முழுமையான ஜீவித சாஸ்திரம்.

இந்த மகா காவியம் தரும் ஜீவித மார்க்கங்களை மனித சமுதாயம் கடைப்பிடித் தொழுகுமேயானால் உலகம் உய்யும்.

பாரதக் கதையில் வரும் உத்தம பாத்திரங்களாகிய பஞ்ச பாண்டவர்கள் அனுபவித்த கஷ்ட நஷ்டங்கள் கொஞ்சமல்ல.

அரசாட்சி, உடைமைகள், மாண்புமானம் எல்லாம் இழந்து வசிப்பதற்கொரு இடமும் வீடும் இல்லாமல் வனத்திலே நாடோடிகளாய்த் திரிந்தனர்.

மனக் கலக்கமின்றி ஆனந்தமயமான மனத்துடன் யாவற்றையும் வரவேற்றனர். மனந் தளராமல் அவ்வளவு தூரம் பொறுமையோடு சாந்த சீலராய் வாழ்வதற்கு இறைவனிடத்தில் வைத்திருந்த பக்தியும் சரணாகதியுமே காரணமாயிருந்தன.

பக்தியும் சரணாகதியும் மனிதரை அப்பேர்ப்பட்ட மன பரிபாகமுடையவர்களாக்கித் தீர்க்கின்றன.

மனிதன் தனது துன்பங்களை ஒழிக்க முயற்சிப்பதற்கு முன் அவைகளைப் பொறுமையோடு சகிப்பதற்குரிய மனப்பக்குவத்தைத்தான் முதல் பெறவேண்டும்.

அதற்குப் பயன்படக்கூடிய பக்தியைத்தான் உண்மையான டக்தியென்று சொல்லலாம்.

பக்தர்கள் தமக்கு மிகப் பிரியமானதையும், இறை பக்திக்காக அர்ப்பணம் பண்ணத் தயாராயிருக்கும் தியாக சீலமுடையவர்களாக மாறும் பொழுது மாத்திரந்தான் பகவத் பக்தியின் பரிபூரண சுகம் பக்தர்களுக்குக் கிடைக்கும்.

அங்குசம் :

யானையை அங்குசத்தால் மடக்குவது போன்று தொல்லைகளைச் சிருஷ்டிக்கும் மனதைப் பக்தியென்ற அங்குசத்தால் மடக்கிச் சுயாதீனப்படுத்தும் பக்தன், சமுத்திர அலைகளுக்கிடையில் மிகச் சந்தோஷமாக நீந்திக் கரையேறும் சிறந்த ஒரு நீச்சல் வீரனைப் போன்று இம் மண்ணுலக வாழ்க்கையின் வெப்பம், குளிரால் தாக்கப்படாமல் நீந்திக் கரையேறுகின்றான்.

ஆகையால் பக்தர்களுடைய பக்தி விசுவாசங்களைப் பாண்டவர்களைப் போன்று நிலை குலையாமல் உறுதிப்படுத்தினால் இப் பூவுலகப் பிரச்சினைகளெல்லாம் பக்தனுக்கு அர்ச்சனை மலர்கள் போன்றவையாகவே இருக்கும்.

பாரத மகா காவியம் போன்ற நூல்களைக் கற்றறிவதால் மாத்திரம் பெறும் பயனென்ன?

பாரதக் கதையை நன்றாகக் கற்றறிந்த ஏழைப் பிராமணன் இருந்தான். பெருத்த குடும்பம். வறுமையால் கஷ்டப்பட்டுக் கொண்டிருந்த அந்தப் பிராமண

னுக்கு வறுமையைப் போக்குவதற்கு அவனுடைய மனைவி ஒரு ஆலோசனை கூறினாள்.

“மிக நல்லவராகிய நமது மன்னர் ஒரு பெரும் புலவர் சபையை வைத்திருக்கிறார். நீங்கள் மன்னரிடம் போய்ப் புலவர் சபையில் பாரதக் கதையை விரிவுரை செய்வதற்குரிய ஒரு சந்தர்ப்பத்தைக் கேளுங்கள். கிடைத்தால் அதற்கொரு மானியத்தையும் தந்து கொண்டிருப்பார். அதனைக் கொண்டு நாம் சீவிக்கலாம்” என்று கூறிப் பிராமணனை வழியனுப்பினாள்.

பிராமணன் மன்னரிடத்தில் சென்று வந்தநோக்கத்தைத் தெரிவித்தான். மன்னர் அதற்குச் சம்மதித்தார். ஆனால் அதற்கு முன் பாரதக் கதையை நன்கு மீண்டும் படித்து விட்டு வாருங்கள் என்று கூறி அனுப்பி விட்டான்.

ஏகாந்தமான இடத்திற்குச் சென்று தனிமையிலிருந்து பாராயணம் செய்யத் தொடங்கினான் அந்தப் பிராமணன்.

நாளடைவில் பாரதக் கதையின் உட்பொருளில் இரண்டறக் கலந்து குடும்பம், வறுமை யாவற்றையும் மறக்கலாயினான்.

இறுதியில் இவ்வையக ஆசைகளெல்லாம் பிராமணனை விட்டு அழிந்தொழிந்தன. மாசு படியாத இறையின்பத்தில் லயித்தான்.

கற்ற ஞானம் வாழ்வாக மலரும் போதுதான் கற்றதனால் பலன் ஏற்படும்.

இப் பிரபஞ்சத்தைப் பந்தாக்கி விளையாடிக் கொண்டிருக்கும் இறைவனுடைய திருவிளையாடலை ஞானானுபூதியால் உணர்ந்தவர்களுக்கு இவ்வையக வாழ்வு பேரானந்தம் தரும் ஒரு விளையாட்டு.

பேராசையால் மதயானைகள் போன்று கலகஞ்செய்து திரியும் மனிதர்கள், கற்றவைகளில் நல்லவற்றை ஜீவிதமயமாக்கினால் இந்த உலகம் ஆனந்தமயமாயிருக்கும்.

கீதையின் அருளுரை

ஸ்ரீ பகவத் கீதையைப் பற்றி இங்கு விளக்க வேண்டிய அவசியமில்லை. பாரத யுத்தத்தில் பகவான் ஸ்ரீ கிருஷ்ணன் அருச்சுனனுக்கு உபதேசித்தருளிய இப்புனித நூல் சகல உலகத்தவராலும் அறியப்பட்டது. வராக புராணத்தில் சாட்சாத் விஷ்ணுவால் விளக்கப்பட்ட கீதையின் மகத்துவத்தின் ஒரு சிறு பகுதி இச்சிறு நூலின் கடைசியில் சேர்க்கப்பட்டிருக்கின்றது. வியாச பகவான் இயற்றிய மகா பாரதத்தில் வரும் பீஷ்ம பர்வத்தில் கீதா தத்துவம் விளக்கப்பட்டிருக்கின்றது. பதினெட்டு அத்தியாயங்களில் எழுநூறு சுலோகங்களால் கீதை எழுதப்பட்டிருக்கின்றது. இகபரங்களைப் பற்றி அறிய வேண்டிய சகல விளக்கங்களை யும் மனிதன் கடைத்தேற வேண்டிய சகல வழிவகைகளையும் இதில் பகவான் கிருஷ்ணன் திருவாய் மலர்ந்தருளியிருக்கிறார். கீதை தனி ஒரு சமயத்தவருக்கோ, இனத்தவருக்கோ சார்புடையதன்று. இதன் உபதேசங்களும் கருத்துக்களும் சகல மனித சமூகத்தவருக்கும், சமயத்தவருக்கும் உரியது. ஏற்றுக்கொள்ளத்தக்கது. சொந்தமானது. கீதையை முழுதும் படித்துப் பயன் பெற முடியாத அன்பர்களுக்கு அதன் முக்கிய கருத்துக்களையாவது இதனாலறிந்து பயனடையலாமென்று கருதுகின்றோம். கீதையின் முக்கிய போதனைகளும், சாதன முறைகளும் இச்சிறு நூலில் தரப்பட்டிருக்கின்றன. மெய்யன்பர்கள் யாவரும் மன ஒருமையுடன் ஊன்றிப் படித்து அவ்வழி நின்று இறைவனருளால் பூரண விடுதலையின் மிகச் சிறந்ததை அடைவீர்களாக.

சாங்கிய யோகம்: (ஆத்ம தத்துவ விளக்கம்)

ஸ்ரீ கிருஷ்ண பரமாத்மா கூறுகிறார்.

சுலோகம் 3. பார்த்தா! கோழையின் இயல்பை அடையாதே. இது உனக்குப் பொருந்தாது. இழிவான மனத்தளர்ச்சியை நீக்கி எழுந்துநில்.

அர்ச்சுனன் கேட்டது:

சுலோ. 6. சிறுமை என்ற குறையால் நல்லியல்பு இழந்தவனாய் அறநெறி இன்னதென்றுணராமல் கலங்கிய அறிவுடன் உன்னைக் கேட்கின்றேன்.

சுலோ. 7. கண்ணா! எது எனக்குச் சிறந்ததென்பதை நீ நிச்சயப்படுத்திக் கொள்வாயாக. நான் உனது சீடன். உன்னிடம் தஞ்சமடைகிறேன். உபதேசித்தருளுக.

சுலோ. 12. கண்ணன் உபதேசித்தது:

முன்பு எப்பொழுதாவது நான், நீ, இங்குள்ள வேந்தர் யாவரும் இல்லாதிருந்ததில்லை இனி இந்தச் சடலங்கள் அழிந்தாலும் நாம் என்றைக்கும் இல்லாமற்போகவும் மாட்டோம்.

சுலோ. 14. குந்தியின் மகனே! குளிர் வெப்பம், சுகம் துக்கம், யாவும் இயற்கையின் நடைமுறையால் தோன்றி மறைவன. என்றும் நிலைபெற்றிருப்பனவல்ல. பாரதா! அவற்றைப் பொறுத்துக்கொள்ளப் பழகு.

சுலோ. 15. எவன் இவற்றால் கலங்காமல் இன்ப துன்பங்களைச் சமனாகக் கொள்வானோ அந்தத் தீரன் சாகாநிலைக்கு (மோட்சத்திற்கு) தகுந்தவனாகின்றான்.

- சுலோ. 16. இல்லாதது உள்ளதாகாது. உள்ளது இல்லாததாகாது. பேரறிஞர்கள் இவை இரண்டுக்குமுள்ள வேற்றுமைகளை உணர்வார்கள்.
- சுலோ. 20. ஆத்மா பிறப்பதுமில்லை. இறப்பதுமில்லை. இது முன் இல்லாதிருந்து பிறகு பிறந்ததுமல்ல, ஆத்மா பிறப்பு இறப்பற்றது. குன்றாதது, வளராதது, காயம் அழிக்கப்பட்டாலும் அவன் அழியான்.
- சுலோ. 22. பழைய துணிகளைக் கழற்றி எறிந்து புதியதைப் போட்டுக்கொள்வது போல் ஆத்மா நைந்த உடல்களைக் களைந்து புதியவற்றில் புகுகின்றது.
- சுலோ. 27. பிறந்தவன் இறப்பதும் இறந்தவன் பிறப்பதும் நிச்சயமெனில் இத்தவிர்க்க முடியாத விஷயத்தில் நீ வருந்துவது தகுதியன்று.
- சுலோ. 28. உயிர்கள் தொடக்கத்தில் தோன்றாமலும் இடையில் தோன்றியும் முடிவில் தோன்றாமலும் இருக்கின்றன. இதைக் குறித்து நீ துயரப்படுவானேன்.
- சுலோ. 30. பாரதா! எல்லாவற்றிலும் உறைகின்ற இந்த ஆத்மா கொல்ல முடியாதது, ஆகையால் நீ எந்த உயிரின் பொருட்டும் வருந்துதல் வேண்டாம்.
- சுலோ. 33. அறப் போராகிய இதனைச் செய்யாது விட்டால் தவ தர்மத்தையும் கீர்த்தியையும் இழந்த பாவத்தை அடைவாய்.

சுலோ, 35. நீ பயத்தினால் போரை விட்டு விலகிய தாக மகாரதர் எண்ணுவார்கள், உன்னை எவர்கள் போற்றினார்களோ அவர்களால் இகழப்படுவாய்.

சுலோ, 37. அறப் போரில் மடிந்தால் வானுலகை எய்துவாய், ஆகையால் போரின் பொருட்டு உறுதிகொண்டு எழுந்திரு. (நம் வாழ்வும் ஒரு போராட்டம் தானே).

மனிதனின் துக்கத்துக்கும் அழிவுக்குமுள்ள

காரணங்களை பகவான் சொல்லுகிறார் :

சுலோ, 62. விஷய சுகங்களை நினைப்பதால் பற்றுண்டாகிறது. பற்று தல் ஆசையாகவும், ஆசை சினமாகவும் வடிவெடுக்கின்றது.

சுலோ, 63. சினத்தால் மனக்குழப்பமும், மனக் குழப்பத்தால் மறதியும், மறதியினால் புத்தி நாசமும், புத்தி நாசத்தால் மனிதனுக்கு அழிவும் உண்டாகின்றது.

சுலோ, 66. மனோலயம் இல்லாதவனுக்கு ஆத்ம போதமும் ஆத்ம பாவனையுமில்லை. ஆத்மத்தியானம் இல்லாதவனுக்கு சாந்தியில்லை. சாந்தியில்லாதவனுக்குச் சுகமேது?

சுலோ, 68. எவன் ஒருவன் ஆசைகளை அறவே அகற்றி நான் எனது, என்பதற்று அகங்காரமின்றி நடமாடுகிறானோ அவன் அமைதி பெறுகின்றான்.

தியான யோகம் ,

சுலோ, 5. தன்னைத்தான் உயர்த்திக் கொள்க. தன்னைத் தன்னால் இழிவுறுத்த வேண்டாம்.

தனக்குத் தானே நண்பனுமாவான்; பகை
வனுமாவான்,

சுலோ. 6. தன்னைத் தான் வென்றவனே தனக்குத்
தான் நண்பன், தன்னைத் தான் வெல்லா
லாதவன் தனக்குத் தானே பகை வன்
போல் கேடு விளைவிப்பான்.

சுலோ, 7. தன்னை வென்று சித்தம் தெளித்தவ
னுக்குக் குளிர் வெப்பங்களிலும், சுகம்
துக்கம், இசழ்ச்சி புகழ்ச்சிகளிலும் ஈஸ்வர
தரிசனம் நிலைத்திருக்கும்.

தியான யோகப் பயிற்சி விளக்கம்:

சுலோ. 11. சுத்தமான இடத்தில் அதிக உயரமில்லா
மலும், அதிக தாழ்வில்லாமலும், மான்
தோல், துணி, தர்ப்பை, இவைகளை விரித்து
அதன்மேல் உறுதியாய் ஆசனத்தமர்ந்து

சுலோ. 12. மனதை ஒருமுகமாக்கி புலச் செயல்களை
யும் நன்கு கட்டுப்படுத்திச் சித்தசுத்தியின்
பொருட்டு யோகம் பயில்க,

சுலோ. 13. உடல், தலை கழுத்து நேராக அசைவின்றி
வைத்து உறுதியுடன் மூக்கு நுனியைப்
பார்த்துக்கொண்டு திசைகளைப் பாராமல்

சுலோ 14. மன அமைதியுடையவனாய் அச்சத்தைப்
போக்கி பிரமச்சரிய விரதம் பூண்டு
மனதை வசப்படுத்திச் சித்தத்தை என்
பால் வைத்து என்னையே குறியாகக்
கொண்டு யோகத்தில் இருக்கக்கடவாய்.

சுலோ. 15. இவ்விதம் எப்போதும் மனதைத் தியானத்தில் பயிற்றி உள்ளத்தைக் கட்டுப்படுத்திய யோகி, என்பால் நிலைபெற்றதாகிய மிகச் சிறந்த விடுதலையால் உண்டாகும் ஆறுதலை அறிவான்.

சாதகன் அனுசரிக்கவேண்டிய நியமங்களின் சுருக்கம்:

சுலோ. 16. மிகைபட உண்போனுக்கும், உணவற்றோனுக்கும் யோகமில்லை. அதிகம் உறங்குபனுக்கும் அதிகம் விழித்திருப்பவனுக்கும் யோகம் கைகூடுவதில்லை.

சுலோ. 25. உறுதியான புத்தியால் மனதை ஆத்மாவில் நிறுத்தி மெல்ல மெல்ல அமைதிபெறுக. எதற்கும் கவலை யுறுதிருக்கக்கடவாய்.

சுலோ. 26. எங்கெங்கே மனம் சஞ்சலமாய் உறுதியின்றி உழல்கின்றதோ அங்கங்கே அதைக் கட்டுப்படுத்தி ஆன்மாவின் வசத்துக்குக் கொண்டு வருக.

சுலோ. 28. இங்ஙனம் குற்றங்களைப் போக்கி எப்போதும் ஆத்மாவில் லயித்திருப்பானாகில் அந்தயோகி பிரம்மத்தைத் தொடுவதாகிய மிக உயர்ந்த இன்பத்தை எளிதில் எய்துவான்,

மனிதன் இயல்பு விளக்கப்படுகிறது:

அர்ச்சுனன் உரைத்தது:-

சுலோ. 34. கண்ணா! மனம் சஞ்சலமுடையது. தவறு செய்யும் இயல்புடையது. வலிவுடையது. அதைக் கட்டுப்படுத்துதல் காற்றைக் கட்டுப்படுத்தும்படி வேண்டாம்.

டுவதுபோல் மிகக் கடினமான காரிய
மென்று நான் கருதுகிறேன்.

கண்ணன் கூறியது :

சுலோ. 34. பெருந்தோளாய்! மனதைக் கட்டுதல்
அரிதுதான். அலையும் சுபாபமுடையது
தான். ஐயமில்லை. ஆனால் குந்தியின்
மகனே! அதைப் பயிற்சியினாலும் வைராக்கி
யத்தினாலும் உறுதியினாலும் கட்டி
விடலாம்.

சுலோ. 36. தபசிலும் ஞானத்திலும் யோகி சிறந்து
விளங்குகின்றான். கர்மயோகத்திலும்
அவன் சிறந்தவன். ஆதலால் அர்ச்சுனா நீ
யோகியாகுக.

பக்தி யோகம்: (இறைவனை உபாசிக்கும் முறை)

பகவான் திருவாய் மலர்ந்தது:

சுலோ. 7. எவரெவர் அனைத்தையும் எனக்கு அர்ப்ப
பணம் செய்து என்னையே தஞ்சமாகக்
கொண்டு சிதற மனத்துடன் என்னையே
தியானித்து வழிபடுகின்றார்களோ அவர்
களை நான் மரண சம்சாரக் கடலில் நின்
றும் விரைவில் தூக்கி விடுவேன்.

சுலோ. 8. மனதை என்பால் நிறுத்து. புத்தியை
என்னுட் புகுத்து. இனி நீ என்னிடத்தே
வசிப்பாய் ஐயமில்லை.

இதுகாறும் கூறியவற்றை அனுசரிக்க முடியாத
வர்கள் செய்யக் கூடியவை:

சுலோ. 9. இனி மனதை என்னில் உறுதியாக நிறுத்த
வல்லமை இல்லையென்றால் பழகிப் பழகி
என்னை அடைய விரும்பு.

சுலோ. 10. பழகுவதில் நீ திறமையற்றவனாகில் என் பொருட்டுத் தொழிலைச் செய்வதைக் குறிக்கோளாகக் கொள்க. என் பொருட்டுக் கர்மம் செய்வதாலும் நீ பெருநிலையடைவாய்.

சுலோ. 11. இதுவும் உன்னால் செய்ய இயலாவிட்டால் என்னிடம் அடைக்கலம் புகுந்து, தன்னடக்கம் பயின்று எல்லாச் செய்கைகளின் பலன்களையும் எனக்கு அர்ப்பணம் செய்து நில். நீ நற்கதியடைவாய்.

பக்தனின் சுபாவமும் இலட்சணமும்:

சுலோ. 19. புகழ்ச்சி, இகழ்ச்சி, மானம், அவமானம், குளிர், வெப்பம், சுகம், துக்கம் இவற்றைச் சமனாகக் கருதும் பற்றற்ற மெளனி; கிடைத்ததில் போதுமென்ற நிறைவுடையவன்; தனக்கென்று ஓர் இடம் தேடாதவன்; நிச்சய புத்தியுடையவன் இத்தகைய சுபாவமுடைய பக்திமான் எனக்கினியவன்.

சந்யாச யோகம் :

ஒருவன் எளிதில் கடைத்தேற வழி:-

சுலோ. 56. எத்தொழிலைச் செய்தாலும் என்னையே சரணமாகக் கொண்டவன் எனதருளால் அழிவற்ற பரம பதத்தை எய்துகிறான்.

சுலோ. 58. என்னைச் சித்தத்தில் வழுத்திக் கொண்டிரு. எனதருளால் எல்லாத் தடைகளையும் தாண்டிச் செல்வாய் அன்றி நீ அகங்காரத்தால் இதனைக் கேளாது விடுவாயெனில் பெரும் நாசத்தை அடைவாய்.

சுலோ. 62. பாரதா! எல்லாப் பாங்கிலும் என்
 னையே சரணம் புகு. எனதருளால் பரம
 சாந்தியாகிய நித்திய இன்பத்தை
 எய்துவாய்.

சுலோ. 63. இங்ஙனம் மகா இரகசியமாகிய
 ஞானத்தை உனக்குரைத்தேன். இதனை
 முற்றிலும் ஆராய்ந்து எப்படி விருப்
 பமோ அவ்விதம் செய்.

சுலோ. 64. இன்னும் ஒருமுறை எல்லாவற்றிலும்
 ஆழ்ந்த எனது இறுதி வசனத்தைக்
 கேள். நீ எனக்குற்ற நண்பன். உனக்கு
 நல்லதைச் சொல்லுகிறேன் கேள்,

சுலோ. 65. உன் மனதை எனதாக்குக. என்னிடம்
 பக்தி பூண்டு என் தொண்டனாகுக. என்
 னையே வணங்கு; என்னையே அடைவாய்.
 நிச்சயம், உனக்கு உறுதி கூறுகின்றேன்.
 நீ எனக்கு இனியவன்.

பகவானின் இறுதி வசனம் :-

சுலோ. 66. எல்லா அறங்களையும் விட்டு என்னையே
 சரணடைக. சகல பாவங்களில் நின்றும்
 நான் உன்னை விடுவிக்கிறேன். துயரப்
 படாதே.

ஸ்ரீ பகவத் கீதா மகத்துவம் :

விஷ்ணுவினால் திருவாய் மலர்ந்தருளப் பெற்றது:

கேள்வி ; பகவானே ! பரமேசா !! சம்சார தோஷத்தால் கட்டுண்டு கிடக்கும் ஒருவன் உயர்ந்த பக்தியைப் பெறுவது எங்ஙனம்?

விடை : எவனொருவன் கீதா பயிற்சியில் இன்புறுவானோ அவன் முன் ஜன்ம கர்ம தோஷத்தால் தவிப்பினும் அவன் முக்தனாவான். இவ்வுலக சுகத்தையும் அனுபவிப்பான்.

முறைப்படி கீதா பாராயணம் செய்து தியானம் செய்கின்றவனை மகா கொடிய பாவங்களும் தீண்டாது.

பகவத் கீதை எங்கிருக்கிறதோ, எங்கு கீதா போதனை நடைபெறுகிறதோ, அங்கு புண்ணிய தீர்த்தங்கள் அனைத்தும் வந்து சேர்ந்த பலனும் மற்றும் புண்ணியங்களும் வந்து கூடுகின்றன.

கீதா பாராயணமும் பயிற்சியும் செய்து கொண்டிருப்பவன் வெகு சீக்கிரத்தில் பூரண விடுதலையடைகிறான். மரணத் தறுவாயில் 'கீதை' என்று உபசரிப்பவர் உடனே பரம பதமடைவர்.

கொடிய பாவங்கள் செய்தவனும் கீதையின் கருத்தைக் கேட்பதில் விருப்பங் கொள்வானாகில் அவன் செய்த பாவங்கள் நீங்கி ஸ்ரீ வைகுண்டமேகி மகா விஷ்ணுவுடன் இரண்டறக் கலந்திருப்பான்.

“பலாபலனில் பற்றுதல் வையாதே”

கர்ம பலனைத் துறப்பதால் வரும் பேரானந்தப் பெரும் பேற்றுக்கு நம்மை ஆளாக்கித் தீர்ப்பதற்கு கர்ம ரகசியத்தைப் பற்றி அறிவது அவசியமாகும். கர்ம பலன் சாராமல் கர்மம் செய்யும் அதிநுட்பமான கரும நியமங்களைத் தத்துவார்த்த ரீதியாக விரித்துக் கூறும் ஓர் அரிய நூல் பகவத்கீதை. பகவத் பிரசாதமாகக் கிடைத்த அந்த அபூர்வ நூலின் சாராம்சம் கர்மம் செய் பலாபலனில் பற்றுதல் வையாதே. கர்ம பலனைத் துறந்து சமசித்தனாய் இருப்பவர்களுடைய கரும் வினைகள் தீர்ந்து நித்திய சுகம் கிடைக்கும். இறப்பு பிறப்பொழிந்து இறை சம்பந்தமும் கிடைக்கும். ஜீவன் அடைய ளேண்டிய இறுதி நிலையும் இதுதான். கீதா தர்மங்கள் வாழ்க்கைத் தர்மங்களைப் புறக்கணிப்பதில்லை. கர்மத்தில் விரக்தி மனோபாவமில்லாமல் சுயதர்மத்தை முறையாகச் செய்வதற்குரிய ஊக்கம் அளிக்கின்றது. அங்ஙனம் சுயதர்மத்தை முறைதவறாமல் செய்கின்றவர்களுக்கு நாளடைவில் சுயமாகவே ஞானம் சித்திக்கு மென்பது கீதையின் கருத்து. வாழ்க்கைப் பிரச்சினைகளைத் தீர்க்கத் தெரியாமல் மதிமயங்கி விரக்தியடைந்திருப்பவர்களுக்கு சுய நம்பிக்கையும் உற்சாகமும் தாராளமாகக் கீதை அள்ளி வழங்குகின்றது. கர்மத்தை துறப்பதும் பலன் கருதாமல் கருமமாற்றுவதும் எவராலும் செய்யமுடியாத காரியம். இவ் விஷயத்தில் யோகியும் போகியும் ஒரே சார்புடையவர்கள். ஊண், உறக்கம், தொழில், வழிபாடு, தவயோகமெல்லாம் பலன் கருதிச் செய்பவை. பயன் கருதாமல் கருமமாற்ற முடியாதொன்றிருக்கையில் கர்ம பலனைத் துறப்பதென்ப

தின் அர்த்தமென்ன? பயன் எதுவாயினும் சரி அதில் விருப்பு வெறுப்பில்லாமல் சமசித்தனாய் இருப்பதென்பது அதன் உட்பொருள். இதை நடைமுறைப்படுத்துவது மிகக் கடினமான காரியமாகிலும் சிரமமான பயிற்சி, வைராக்கியம், உறுதியான மனம், திருவருள் துணைகொண்டும் சாதிக்கலாமென்று கீதை வலியுறுத்திக் கூறுகின்றது. உண்மைப் பொருளாகிய பகவான் கீதோபதேசம் மூலமாக நமக்கு உறுதிமொழி அளிக்கும்பொழுது நாம் அதில் நம்பிக்கை இல்லாமலிருப்பதற்குரிய காரணங்களில்லை. வினைப்பயனைவிட செயலின் பலபலனைப் பற்றி மனம் உருவாக்கிக்கொண்டிருக்கும் “ப்ரதீகரணம்” அதிக துன்பத்தை விளைவிக்கக் கூடியது. கர்ம பலனைப் பற்றி எண்ணாத எண்ணமெல்லாம் எண்ணி எண்ணிக் கொண்டிருக்கும் மனோவாசனை “ப்ரதீகரணம்” எனப்படும். மனம் உருவாக்கிக்கொண்டிருக்கும் ‘ப்ரதீகரண’ அலைகள் கிரியா சக்தியைப் பலஹீனப்படுத்திக் காரியத் தடையும் மனக்குழப்பமும் விளைவிக்கின்றன. மனதின் ப்ரதீகரண சக்தியைக் குறைத்து கர்ம பலனைத் துறப்பதற்குரிய வழியென்ன?

‘ப்ரசாதயால் சர்வதுக்கானாம் ஹானி’ கர்ம பலன் சுகமோ துக்கமோ அது எதுவாயினும் சரி கிடைப்பதை திருவருள் பிரசாதமாய் ஏற்றுக்கொள்ளப்பழகினால் துயரம் தீரும். ஆலய வழிபாட்டிற்குப் (ஆலயம் வழிபடுகிறவர்களுக்குப்) பின் பிரசாதம் கிடைக்கிறது. சில சமயம் சர்க்கரை அமுது, பஞ்சாமிருதம் போன்ற சுவைமிக்க இனிய பிரசாதம் கிடைக்கும். வேறு சில வேளையில் கிடைப்பது நீர், குழை, மலர் போன்றவையாயிருக்கும். அது எதுவா

யினும் சரி கிடைக்கும் பொருளின் குறை நிறை தரா தரமேதுமே நினைக்காமல் நிறை மனதுடன் ஈஸ்வர பிரசாதமென்ற மனோபாவனையுடன் அதை ஏற்றுக் கொள்கிறோம். அதே மனோபாவனையுடன் தினசரி செய்யும் கர்ம பலன் எதுவாயினும் சரி வருவதெல்லாம் திருவருள் பிரசாதமென்ற மன சங்கல்பத்துடன் ஏற்கப் பழகினால் வினைப்பயன் சாராத எல்லையில்லா இன்பமும், ஆழ்ந்த உள் அமைதியும் நித்ய அனுபவமாயிருக்கும். இறுதியில் முக்தி நிலையைத் தருகிற ஞானம் இயல்பாகவே உதிக்கும்.

மனிதர் தமது சுய விருப்பு வெறுப்புகளைச் சாதிப்பதற்காக எத்தனையோ கருமங்களை வருந்திச் செய்கின்றனர். அதனால் வரும் கடுங் துன்பங்களைப் பொறுக்கவும் ஏற்கவும் பழகிக் கொள்கின்றனர். மேலும் பிறவித் துன்பங்களைப் பெருக்கும் இத்தகைய செயலைச் செய்கின்ற மனிதன் முன்வினையைத் தீர்த்துப் பின்வினை சாராமல் அல்லலொழிந்து நித்ய சுகமும், சாந்தியும் தரும் இந்தப் பயிற்சியைச் செய்து கடைத்தேறினால் என்ன?

மனித சரீரத்தில் நிறைந்திருக்கும் ஜீவன் மேன்மையானது. மரணத்திற்குப் பின் ஜீவனுக்கு மீண்டும் மனித சரீரம் கிடைக்குமோ என்பது சந்தேகம். சம்சார சமுத்திரத்தைக் கடப்பதற்குரிய மனித சரீரமென்ற பொருத்தமான தோணியும் குருவென்ற சக்கானும் இறை அருள் என்ற சாதகமான காற்றும் கிடைத்தும் கரையேற முயற்சிக்காத மனித ஜென்மம் தற்கொலைக்கு ஒப்பானது.

இந்து

பழமையிலும் புதுமையிலும் புகழ் பூத்து நிற்கும் இந்து என்ற நிறை வசனம் பூர்வீக காலத்திலிருந்தே உலகப் பேரறிஞர்களை வெகுவாகக் கவர்ந்து வந்திருக்கின்றது. அறிவுமண்டலத்தில் பலவாறான விமர்சனங்களுக்கும் கேந்திர பிந்துவாயிருக்கின்ற இச்சொல் அனேக கால கட்டங்களில் பல வர்க்கங்கள் மதங்கள் நாஸ்திகம் போன்றவைகளின் கடும் தாக்கங்களை ஏற்க வேண்டியிருந்தது. அத்தகைய தாக்கங்களுக்கிடையிலும் சமுத்திர அலைகள் மத்தியில் அசைவற்று நிற்கும் கருங்கல் பாறை போன்று இன்றும் உலக வியாபக ரீதியில் அது தலைநிமிர்ந்து நிற்கின்றது. தோன்றியும் தோன்றாமலுமிருக்கின்ற சகல தர்மங்களையும் சகல சாஸ்திரங்களையும் உள்ளடக்கி நிற்கும் இந்து என்ற பதத்திற்குச் சரியான அர்த்தமென்ன? அது யாரை அல்லது எதைக் குறிக்கின்றது.

‘ ஹீனம் தூ-ஷய தீதி ஹிந்து’ அதர்மங்களை ஒழிக்கின்றவன் இந்து “ஹிம் ஸாம்தமய நீதி ஹிந்து” ஹிம் சாபரமாய சகல கருமங்களையும் நீக்கி ஜீவிகளை ஏகாத்ம பாவனையுடன் பார்க்கின்றவன் ஹிந்து. “ஹிம் ஸந்தி தர்மோ நிதி ஹிம்-ஸா” சனாதன தர்மங்களுக்குக் கேடு விளைவிப்பவரை ஒடுக்கி விடுகின்றவன் ஹிந்து, இந்து என்ற சொல்லுக்கு இந்துமத சாஸ்திரங்களில் இப்படிப்பட்ட அர்த்தங்களைக் காணக்கூடிய தாயிருந்தாலும் அவையொன்றும் அதன் பொருளைச் சம்பூரணப்படுத்துவதாயில்லை. காரணம் அதன் உட்பொருள் வசனாதீதமானது. ஆத்மானுபூதியால் மாத்திரம் உணரக் கூடியது. அது மட்டுமல்ல இந்து என்ற

பதப் பிரயோகத்தின் ஆரம்ப காலம் இதுவரையில் அனுமான நிர்ணயமாயிருப்பதைத் தவிர சரியான கால நிர்ணயம் நிச்சயிக்கப்படவில்லை. நீண்ட காலமாகப் பௌதிக ஆத்மீக அனுபவங்களிற் கூடி வளர்ந்து வந்த இந்து மதம் அகண்ட பிரபஞ்ச சாராம்சங்களைத் தன்னகத்து அனுபூதிமயமாக்கிய ஒரு சர்வக்ஞான கலசம். இதுவரை காலமும் தோன்றியிருக்கின்ற சகல ஆத்மீக பௌதீக ஒளிகளும், சகல மதங்களுடைய அடிப்படைச் சித்தாந்தங்களும் இந்துக்களுடைய வேதாந்த தரிசன சாஸ்திரம் என்ற மணிவிளக்கிலிருந்து கொளுத்தியெடுத்த சுடர்களென்பது வெளிப்படையான ஒரு சத்தியமாகும். வேதாந்த தரிசனங்களிற் பரவலாகக் காணும் பொருளாதார சமத்துவ சித்தாந்தங்களுடைய ஒரு பிராகிருதபாவம் மாத்திரந்தான் மாக்ஸீசு தத்துவமென்பதைக்கூட நீங்கள் அறியும் பொழுது வியக்கக்கூடும். வேதாந்த தரிசன சாஸ்திரங்களைத் தவிர மற்றதொரு சாஸ்திரங்களும் சம்பூரணமானவையல்ல. வேதாந்த தரிசனங்களில் காணும் அந்தர்முக சத்தியங்களை ஏற்காத நவீன சாஸ்திரங்களும் பூரணப்படுவதில்லை.

சனாதன தர்மத்தை அனுசரித்து வாழ்கின்றவர்களெல்லாம் இந்துக்கள் என்ற நம்பிக்கை இந்துக்களிடம் பரம்பரை பரம்பரையாகவே இருந்து வருகின்றது. முற்றிலும் யதார்த்தமாயிருக்கின்ற இக்கருத்தில் ஹிந்துக்கள் முழுத் திருப்தியுடையவர்களாயிருக்கின்றனர். ஆகையால் சனாதன தர்மந்தான் இந்து அல்லது இந்துமதம். சனாதனம் அல்லது என்றும் இருக்கின்ற தர்மம் என்பது இந்து சமுதாயத்தின்

ஜீவித நிஷ்டையாயிருக்கின்ற படியால்தான் இன்று வரை யாதொரு உந்துதலும் இல்லாமல் இந்து கால வெள்ளத்தில் ஒழுகிப் போகாமல் இன்றும் மிதந்து நிற்கின்றது. சனாதன தர்மத்தின் மூல சக்திகள் உயிர்நங்களுடைய நிலை பேற்றிற்கும், மானவ சமுதாயத்தினுடைய சேம நலத்திற்கும் அவ்வப்போது விலைமதிக்க முடியாத பலவற்றையும் ஈன்று கொடுத்திருக்கின்றது. இவைகள் உலக அரங்கில் இந்துக்களுக்கு நிலையானதொரு அந்தஸ்தை வழங்கியிருக்கின்றன. நாம் நம்முடைய தர்மத்தைப் பற்றியும் கலை கலாச்சாரங்களைப் பற்றியும் பெருமையடைசுன்றோம். எனினும் கண் மூடித்தனமாகப் பழையதெல்லாம் நல்லவையென்றும், புதியவையெல்லாந் தீயவையென்றும் கருதுவது சரியில்லை. இந்த இரண்டு வழிகளிலிருந்தும் விலகி மூன்றாவதொரு வழியிற் சிந்தனையைச் செலுத்த வேண்டும். பழையதிலும் புதியதிலும் நல்லவற்றை மாத்திரம் தேர்ந்தெடுத்து இரண்டும் கலந்த தொரு புதிய வெளிச்சத்தில் நடந்து செல்ல வேண்டும்.

மாற்றமும் வளர்ச்சியும் இயற்கை நியதிகளென்பதை அறிந்து செயலாற்றாவிட்டால் கால சக்கரம் நம்மை ஒரு மூலையில் உருட்டிவிடும். இந்து மதத்தின் சகல துறைகளும் காலா காலத்தில் படிப்படியாக மாற்றியமைக்கப்பட்டு வந்ததுதான் இன்று காணும் உயர் நிலை. ஆகையால் அடிப்படையில் மாற்றமில்லாமல் தேவையான மாற்றங்களைச் செய்வதற்கு தயங்கக் கூடாது. இதற்கேற்ற விசால மனதையும் அறிவையும் ஆற்றலையும் இந்துக்கள் பெற்றெடுக்கவேண்டும்.

சரித்திர காலந் தொடக்கம் விதேச ரீதியிலும் தேசிய ரீதியிலும் இந்துக்கள் பல கோணத்திலிருந்தும்

தாக்கப்பட்டு வந்திருக்கின்றனர், எனினும் இந்துக்களுடைய தாராள மனமும் பொறுமையும், விரோதிகளிடத்தில் இணங்கிவாழும் ஒருமைப்பாட்டுணர்வும், அவர்களை மென்மேலும் மேன்மைப்படுத்தியிருக்கின்றது. நமது சாதன தர்மத்தின் அத்திவாரம் மிக ஆழத்தில் பதிக்கப்பட்டிருப்பதால் இதுவரை ஏதொரு சக்திக்கும் அதைச் சதைக்கவோ, நொருக்கவோ முடியவில்லை. எனினும் இடைக்காலத்தில் எமக்கிடையே வளர்ந்து வந்த சில பலவீனங்கள் சமுதாய ஐக்கியத்தில் ஆழமான சில பிளவுகளை ஏற்படுத்திவிட்டிருக்கின்றது. பிரபஞ்சத்தில் பரஸ்பர விரோதங்கள் என்று தோன்றக்கூடிய பலவற்றையும் இணைத்து வாழத் தகமையுடைய இந்துக்கள் தங்களுடைய சமுதாய முரண்பாடுகளைச் சமப்படுத்துவதில் தோல்வி கண்டிருக்கின்றனர்.

வேற்றுமையிலும் ஒற்றுமையைக் காணும் ஆத்மீக ரகசியங்களை உலகத்திற் கெடுத்தோதிய இந்துக்கள் இதில் தோல்வி கண்டிருப்பதன் காரணம் என்ன? இந்தத் தோல்வியின் யதார்த்த ரூபத்தை ஒரு ஆத்ம பரிசோதனை மூலம் கண்டறிவதால் மாத்திரந்தான் இந்தப் பிரச்சனையிலிருந்து விமோசனமடையலாம். இந்து சமூகத்தில் இன்று காணும் சீர்கேடுகளுக்கு அன்னியரை குற்றஞ் சாட்டுவது நமது சுபாவமாயிருந்து வருகின்றது. இதில் சில உண்மைகளிருந்த போதிலும் தம்மிடமிருக்கின்ற ஏதோ பலவீனந்தான் அவர்களுக்கு அத்தகையதொரு சந்தர்ப்பமளித்திருக்கின்ற தென்பதை அவதானமாகச் சிந்தித்தறியவேண்டியிருக்கின்றது.

குலம், கோத்திரம், ஜாதி, தீண்டாமை, மத தத்துவக் கொள்கைகள், குரு பரம்பரிய பேதங்கள், வழி

பாட்டு முறைகள் போன்றவைகளிலிருந்தெழுந்த பிணக்கும் போராட்டமுந்தான் இந்துக்களுடைய ஐக்கியத்தைச் சீர்குலைத்து வந்திருக்கின்றது. இந்தப் பலவீனங்களை அன்னியர் தங்கள் சுயநலத்திற்குச் சாதகமாகப் பயன்படுத்தினார்களென்பதுதான் உண்மை. நமது ஐக்கிய சக்தியைப் பிளவுபடுத்திக் கொண்டிருக்கும் உயர்வு தாழ்வுகளையும் முரண்பாடுகளையும் அறவே ஒழிக்க வேண்டும். இந்து ஆலயங்கள் இந்து சமுதாயத்தில் நடுநாடியாகவே இருந்து வந்திருக்கின்றன. இதன் கற்பகக் கிரகத்திலிருந்து ஒழுகிவரும் பிராணசக்தி சமுதாயத்தின் நாடித் துடிப்பைச் சீராகக் குகிறது. சேத்திரச் சைதன்னியம் இருந்திருக்காவிட்டால் இந்துமதம் வரண்ட பாலைவனம் போன்று சூனிய நிலையை அடைந்திருக்கும்.

வார்ண பேதங்களும், முரண்பாடுகளும் சம்பிரதாய பேதங்களுமுடைய இந்துக்களெல்லாம் ஆலயத்தின் ஏக சைதன்ய சக்தியில் ஐக்கியப்படுகின்றனர். வெவ்வேறு தசையில் இயங்கிக்கொண்டிருக்கும் இந்துக்களுடைய நாடி நரம்புகளை ஒன்றிணைத்துச் சமுதாயத்தின் இரத்தாசயங்களை ஆலயங்கள் சுத்திகரித்துக் கொண்டிருக்கின்றன. இத்தகைய மகாமகிமை பொருந்திய ஆலய கர்மங்களும், நிர்வாக முறைகளும் எவ்வளவு தூரம் இலட்சிய சுத்தியோடும், ஆத்மார்த்தத்தோடும் நடைபெறுகின்றதென்பது இன்று ஒரு விமரிசன விஷயமாயிருக்கின்றது. ஆலயங்களில் பிராணநாடியைப் பாதிக்கக்கூடிய இவ்விஷயத்தில் கண்முடிமௌனிகளாயிருப்பதும், அல்லது தெளிவும் சக்தியுமில்லாத அபிப்பிராயங்களை வைத்துக் கொண்டிருப்பதும் எதிர்காலத் தலைமுறைகள் அவிசுவாசிகளாக மாறுவதற்குக் காரணமாயிருக்கின்றது. ஆலயமென்ற

நடுநாடியின் இருமருங்கிலும் இயங்கிக்கொண்டிருக்கும் இடகலை பிங்கலை போன்ற பெரும் சுவாசக் கலைகளாகிய ஆலய குருமார்களும் தர்மகர்த்தாக்களும் தான் ஆலயச் சுடரொளியைத் தூண்டிவிடும் தூண்டுகோல்கள்.

இவர்கள் போதிய இலட்சிய சுத்தியோடும் ஆத்மார்த்தத்தோடும் ஈஸ்வரார்ப்பண புத்தியோடும் ஆலய கைங்கரியங்களை நிர்வகிக்கத் தவறும் பட்சத்தில் சேத்திரங்கள் விரைவில் இரவுச் சந்தைகளாக மாறிவிடும். இதில் பரவலாகக் காணப்படும் சீர்கேடுகளைத் தகுந்த முறையில் திருத்தியமைப்பதற்கு ஆலய பக்தர்கள் சிரத்தையெடுக்கவேண்டும். தவறினால் வளர்ந்து வரும் நமது பசுமை நிறைந்த இளம் உள்ளங்களில் மதத்தைப் பற்றிய தப்பிப்பிராயங்கள் ஏற்பட்டு சூனியவாதிகளாக மாறிவிடுவர். பக்தர்களுடைய பக்தி விஸ்வாசங்களைத் தவறான வழியில் சுரண்டியெடுத்து ஆலயங்களை வளர்க்கப்பார்ப்பது ஆலயங்களுக்கும் மதத்துக்கும் பெருங் களங்கத்தை ஏற்படுத்துவதாயிருக்கும். இந்து மதத்தை எதிர் நோக்கியிருக்கும் இன்னொரு அபாயமும் இருக்கின்றது.

பெரும்பாலான இந்துக்கள் கிராமப் புறங்களில் தான் வாழ்கின்றனர். அவர்கள் அஞ்ஞானத்தாலும் வறுமையாலும் மதரீதியான ஐக்கியத்தை யிழந்து கூறுகூறுகப் பிரிந்து கொண்டிருக்கின்றனர். உதிர்ந்து விழும் இத் துண்டுகளைக் கொத்தித் தின்னக் கூடிய கழுக்குகள் ஏற்கனவே ஆங்காங்கு கூடுகட்டி வாழ்ந்து வருவதையும் அறிந்திருக்க வேண்டும். நகர மத்தியில் வசதியான நாற்காலிகளில் மாத்திரம் உட்கார்ந்து

கொண்டிருக்கும் நமது மத தத்துவ சம்ஹிதைகளும், புகழ் பெற்ற மத இயக்கங்களும் ஆதரவற்று ஒளியிழந்தவரும் கிராம இந்துக்கள் மத்தியில் ஒரு கைவிளக்கையாவது கொழுத்தி வைக்க முயற்சி செய்தால் இருளடைந்த அவர்களுடைய வாழ்விலும் ஒரு விடிவெள்ளி உதிக்கலாமல்லவா? தனி நபர்களை மாத்திரம் மோட்சத்திற்கனுப்பி வைக்க முயற்சிக்கின்றவர்கள் சமுதாய மோட்சத்திலும் ஒரு சிறு கண்பார்வை செலுத்தினால் சமுதாயம் மோட்சத்துக்கு அருகதையுடையதாய்த் தீரும். சுதந்திரத்திற்குப் பின்னர் இந்துக்களுடைய எண்ணிக்கை கணிசமான அளவுக்குக் குறைந்திருக்கின்றதென்பது ஆழமாகச் சிந்திக்க வேண்டிய விஷயம். பல தலைமுறைகளாய் எங்களை நோக்கி ஒழுகிவந்த விதேசச் சிந்தனைகளும் பழக்க வழக்கங்களும் இந்துக்களுடைய பாரம்பரியச் சிறப்புகளைச் சாரமாய்ப் பாதித்திருக்கின்றன. இன்னும் நாம் அதே ஒழுங்கில்தான் ஒழுகிக் கொண்டிருக்கின்றோம். இந்த அடிமைத்துவ நிலை எங்களுடைய சுய அறிவிலும் சிந்தனையிலும் முரண்பாடுகளையும் மயக்கத்தையும் உண்டாக்கியிருக்கின்றது மல்லாமல் சுதந்திரமாகிய மூல வேரையும் அறுத்து விட்டிருக்கின்றது. இனியாவது சொந்தக் கால்களில் நிற்பதற்கும், சுயமாகச் சிந்திப்பதற்கும், செயலாற்றுவதற்கும் முயற்சிக்க வேண்டும். இந்து என்று சொல்வதற்கு வெட்கப்படும் சில பகுத்தறிவாளர்கள் காலம் மாறுவதை அறிவதில்லை. இந்துக்களுடையதாயிருக்கின்ற எதையும் நிந்தனைக் கண்கொண்டு பார்க்கின்ற இந்த நவீன பகுத்தறிவாளர்கள் விஞ்ஞான மண்டலத்தில் நிமிஷம் தோறும் மாறிக் கொண்டிருக்கும் மாற்றங்களை அறியத்

தவறிவிடுகின்றனர். பத்தொன்பதாம் நூற்றாண்டின் ஏட்டுப் பிரதிகளாயிருக்கின்ற இவர்கள் இருபதாம் நூற்றாண்டில் நவீன விஞ்ஞான கூட்டங்களில் இந்துமத வேதாந்த தரிசனங்களைச் சாஸ்திர ரீதியாக நிரூபித்து வருகின்றனர் என்பதை அறிய வேண்டும். இங்ஙனம் நவீன விஞ்ஞான சித்தாந்தங்கள் வேதாந்த தரிசனங்களை நோக்கிப் பருணமித்து வருகின்ற இவ்வேளையில் விஞ்ஞான அறிவில் அரிச்சுவடிப் பாடத்திலிருக்கின்ற நம்மவர்களில் பலர் மத யதார்த்தங்களில் கண்மூடிகளாயிருப்பது முழு முட்டாள்தமைமாகும்.

மத ஞானமில்லாத பௌதீக சாஸ்திரமும், பௌதீக சாஸ்திரமில்லாத மத ஞானமும் மனித சமுதாயத்தின் சரியான வளர்ச்சிக்கு உதவுவதாயிருப்பதில்லை. ஆகையால் எதிர்கால உலகம் ஞான விஞ்ஞான யோகத்திலிருந்து உடலெடுத்த பழமையும் புதுமையுங் கலந்த ஒரு நவீன உலகமாயிருக்கும். இதன் அறிகுறியாக பௌத்த சுபீட்சம் நிறைந்த மேல் நாடுகளிலிருந்து தங்களுடைய கலை கலாச்சாரங்களைப் புறக்கணித்து இந்து ஆத்மீகக் குருமார்களை நாடி வந்து குவியும் மேல் நாட்டு இளைஞர்களைப் பார்த்தால் இதன் தாற்பரியங்களை நீங்கள் ஊகித்தறியலாம். வளர்ந்து வரும் இளம் வயதினர்கள் தங்களுடைய ஜீவித மூலகங்களை நோக்கி இறங்கிச் செல்வதற்கு இவ்வளவும் போதுமானது

இனி எங்களுடைய வேதாந்த தரிசனங்களின் சாரம் என்ன? பரமாத்மா என்பது ஏகமான, நிலையான ஒரு சத்திய வஸ்து. அது சர்வ சராசரங்களினுடைய இருதய குகையில் இருக்கின்றது. உள்ளேயிருப்பது போல் வெளியிலும் இருக்கின்றது. அது சலிக்கின்றது. சலனமில்லாமலுமிருக்கின்றது. எக்காரணங்

கொண்டும் பிளவு படாத ஏக சக்தி எனினும் புலன்களுடைய பௌதீகானுபவங்களில் அது பலவாறாகத் தோற்றப்படுகின்றது. இதுதான் பிரபஞ்சத்தின் தோற்றம், நிலைபேறு, ஓடுக்கம் இவைகளுக்கு மூல காரணமாயிருக்கின்ற பரமாத்மா, இவ்வாறு பலவாறாகத் தோற்றப்படுகின்ற துவைத பாவம், ருசிக்கும் சமியாப்பாட்டுக்கும் தக்கபடி படிப்படியாக வளர்ந்து அத்வைதம் என்ற ஏகாத்மவாதத்தில் முடிகின்றது. இதுதான் வேதாந்த தரிசனம் தரும் ஏகாத்மவாத சித்தாந்தம். இது முழு மனித வர்க்கத்தை மாத்திரமல்ல, சகல ஜீவராசிகளையும் ஒரு குடும்பமாகவே இணைத்து வாழ வைப்பதற்குரிய அற்புத ஆற்றலுடையது. அமங்கலகரமானதொரு முகூர்த்தத்தை நோக்கிச் சென்று கொண்டிருக்கும் இவ்வுலகத்தைப் பாதுகாப்பதற்குரிய சக்தி, இந்த ஏகாத்மவாத சித்தாந்தத்தைத் தவிர வேறெதற்கும் இருப்பதாகத் தெரியவில்லை. இந்த இலட்சியத்தின் கீழ் ஆத்மீகத் தலைவர்களும் மதாசாரியர்களும், மதஸ்தாபனங்களுமெல்லாம் ஒன்றுதிரண்டு செயலாற்ற வேண்டும்.

இது விஷயத்தில் ஜனங்களை ஒன்று திரட்டி அறிவுடையவர்களாக்கித் தீர்க்கும் பொழுது சமுதாயத்தில் உடைந்திருக்கும் பிணைப்புக்களெல்லாம் இணைந்து சரியாகிவிடும். இந்து சமுதாயம் ஒருமுகப்பட்ட பெரும் சக்தியாகவே வடிவெடுக்கும். பிராமணர்களுக்கு இருக்க வேண்டிய பிரம்ம சிந்தனையும், சத்திரியர்களுக்கிருக்க வேண்டிய வீரமும், வணிகர்களுக்கிருக்கவேண்டிய வர்த்தக விவசாயத் திறமையும்,

சூத்திரர்களுக்கிருக்க வேண்டிய தொண்டாற்றும் விசால மனமும் எவரொருவரிடத்தில் இருக்கின்றதோ அவர்தான் உத்தமமான இந்து.

சுருங்கக் கூறின் இந்து மதத்தின் பல துறைகளிலும் நிலவி வருகின்ற பாகுபாடுகளும், ஆலய கைங்கரியங்களிலும் நிர்வாகத் துறைகளிலும் வளர்ந்து வருகின்ற சீர்கேடுகளும், கிராமிய இந்துக்களுடைய பரிதாபகரமான நிலையும், மத அறிவின்மையால் இளம் வயதினர்களுக்கிடையில் தோன்றிக் கொண்டிருக்கும் தப்பிப்பிராயங்களும், சம்பூர்ணமடையாத விஞ்ஞான அறிவால் வரும் சூனிய வாதம் போன்றவைக்கு முடிவு காணும் வண்ணம் சக்தி வாய்ந்த ஒரு மார்க்கத்தைக் கண்டறிய வேண்டியிருக்கின்றது. இதுதான் இன்றைய அவசரமான தேவையும் நோக்கமும். இந்து என்ற அபிமானமும் மனப்பூர்வமான இருதயமும் இருக்குமாகில் இதற்குரிய சக்தி உங்களிடமே இருக்கின்றது.

உங்களுடைய இருதய நாடிகளைப் பூர்வீக இருஷிகளின் இருதயத்துடன் இணைக்கുക. இவர்கள் விட்டுச் சென்ற ஆத்மீகச் சுவடிகளை நன்றாகக் கற்றுணர்ந்து அதில் இரண்டறக் கலந்து விடுங்கள். உங்கள் கலை கலாச்சாரத்துக்கு முத்து மணிகளாயிருப்பவைகளைப் பேரபிமானத்துடன் தயங்காமல் ஏற்றுக்கொள்ளும் பொழுது உங்களுடைய சூக்கும சரீரத்தில் ஒரு சுதந்திரமான யதார்த்த இந்து உருவாகுவான். இந்தப் பரிபூரண சுதந்திரந்தான் ஒரு இந்துவின் பரம இலட்ச

சியம். இதில்தான் உங்களுடைய ஐக்கியமும் திருப்தி
யும் சாஸ்வதமான இன்பமும் தங்கியிருக்கின்றது.
இதை உணர்க. அனுபவிக்குக. வருங்கால உலகம்
தனது ஆத்மாவின் குளிர்மைக்காக உங்களை நோக்கித்
தான் வரப்போகின்றது. அதற்கிடையில் உங்களுடைய
சொந்த கொதிவலிகளைத் தீர்த்து, ஒரு யதார்த்த
இந்துவாகத் தலைநிமிர்ந்து நில்லுங்கள்.

கதிர்காம கேஷத்திரம்-1

வடக்கே இமயந் தொடக்கம் தெற்கே மாத்தறை வரையிலிருக்கின்ற அநேக லட்சம் பக்தர்களை அதிசயிக் கத்தக்க முறையில் கவர்ந்து கொண்டிருக்கின்ற கதிர் காம கேஷத்திரம் வழமையான ஆலய அமைப்புக்கும் நியமங்களுக்கும் அப்பாற்பட்டது.

அங்கு ஆகம முறைப்படி அமைக்கப்பட்ட ஆலய மும், விக்கிரகமும், கோபுரமும்மில்லை. வெறும் அம்பல உருவத்தில் தோற்றமளிக்கின்ற ஆலய மண்டபத்தில் முருகனுடைய திருவுருவம் வரையப்பட்ட திரைச்சீலை தொங்க விடப்பட்டிருக்கின்றது.

இதற்கு மேல் முருக பக்தர்களுடைய மனம் கவரக் கூடிய வேறேதும் அங்கிருப்பதாகத் தெரியவில்லை.

இரகசியம் என்ன?

வழிபடுபவர்களுடைய மனம் பக்திப் பரவசமடைவ தற்கு யாதொரு வெளிக் கவர்ச்சியும் இல்லாத இத் தலத்திற்கு பக்தர்கள் தினசரி திரளாகத் திரண்டு சென்று மெய் மறந்த நிலையில் வழிபாடியற்றி வரு வதின் இரகசியம் என்ன?

பார்த்து வழிபடுவதற்குரிய மூலஸ்தானத் திருவுரு வமும் பூஜா விதானங்களும்மில்லாத இந்தக் கதிர்காம முருகனில் அம்பல முன்றில் பாமரனும் ஆண்டியும் அரசனும் முருகா! முருகா!! என்ற அற்புத நாமத்தை உச்சரித்தவாறு தம்மை மறந்த நிலையில் வழிபாடியற் றும் தெய்வீகக் காட்சியை கதிர்காம சன்னிதா னத்தைத் தவிர வேறெங்கிலும் காண முடியாது.

பக்தர்களுக்கு பக்தி நெறியைப் பற்றிய ஒரு பேருண்மை இங்கு விளங்குகின்றது. பெருங் கோபுரங்களும், மகா மண்டபங்களும்ல்ல இறைவன் வேண்டுவது.

பக்தர்களுடைய தூய்மையான இருதயம்தான் அவன் வேண்டுவது. மனிதர்களுடைய மேல் மனதிலிருக்கும் வேற்றுமைகளும், வெறுப்பும், விரக்தியும் எல்லாம் முருகன் சன்ந்தியில் ஒடுங்கிவிடுகின்றன.

முத்துலிங்க சுவாமி :

ஆதி காலத்தில் கதிர்காம மலைச்சாரலைச் சார்ந்த வனந்தரத்தில் தபோதனர்கள் தபம் இயற்றுவதற்கு அனுசூலமான அருட்பொழிவிருந்தது. பல தேசங்களைச் சேர்ந்த யோகிகள், முனிவர்கள் இங்கு வந்து பர்ணசாலைகளை அமைத்து தபமியற்றினார்கள்.

அவர்களுக்கிடையில் மகாசித்திகள் பெற்ற முத்துலிங்க சுவாமிகள் என்ற பெரும் மகான் பிற்காலத்தில் வந்து சேர்ந்தார்.

தபோவனத்தில் உயர்ந்தெழுந்த தபச்சுவாலைச் சக்தியை முத்துலிங்க சுவாமிகள் சண்முக சக்கரத்தில் ஆவாகனம் செய்து, இன்று காணும் ஆலயமிருக்கும் இடத்தில் பிரதிஷ்டை செய்தார். இந்த இடம்தான் மகா மகிமை பொருந்திய மூர்த்தி, தலம், தீர்த்தம் ஒருங்கே அமையப் பெற்ற கதிர்காமக்ஷேத்திரமாகும்.

பாத யாத்திரை :

பக்தர்கள் பாத யாத்திரையாகச் சென்று ஆலய தரிசனம் செய்யும் வழக்கம் இன்றும் நடைமுறையில் இருந்து வருகின்றது.

ஏனைய வழிகளில் சென்று வழிபடுபவர்களை விடப் பாதயாத்திரையில் செல்கின்ற பக்தர்களுக்கு அழியாத

பல தெய்வானுபவங்கள் பிரத்தியட்சப்படுகின்றன. பாரத நாட்டிலும் ஈழ நாட்டிலும் நடைபெறுகின்ற பாத யாத்திரைகளில் இலங்கையின் வடபகுதியிலிருந்து கரையோரமாக இரண்டு மாத காலம் யாத்திரை செய்து கதிர்காம சந்நிதியை அடையும் பாத யாத்திரை மிகவும் சிறப்புடையது.

இவ்வளவு நீண்டகால பாத யாத்திரை வேறெங்கும் நடைபெறுவதில்லை. பக்தர்களுடைய அகம்புற மலங்களைக் கசக்கிப் பிழிந்தெறியும் இந்தப் புனித யாத்திரைக்கு ஈடு இணையான யாத்திரை வேறெதுவுமில்லை.

இந்த யாத்திரையில் பாணமையிலிருந்து கதிர்காம மாணிக்க கங்கைக் கரை வரையிலும் நடைபெறுகின்ற பாத யாத்திரை முருகனடிமைகளுக்கு கடும் ஆத்ம சோதனைக்குரிய தொன்றாகும்.

பாணமையிலிருந்து முருகனுடைய காணிக்கைப் பொருளடங்கிய அடப்பத்தைச் சிரசில் தாங்கிக் கொண்டு, ஓயாமல் திருமுருக நாமத்தை உச்சரித்தபடி சந்நியாசி மலை, உகந்தை, வாகரவெட்டை, நாவல்மடு, கூமுனை, வியானை, கட்டகமம் முதலிய பொருள் செறிந்த பெயருடைய வனப் பிரதேசங்களைக் கடந்து கதிர்காமக் கந்தனை சென்றடைகின்றனர்.

கொடூரமான வன விலங்குகளுடைய பெரும் உபத்திரவம் நிறைந்த இப் பிரதேசம் சுமார் எழுபது மைல் தூரமுடையது. இங்குதான் யாத்திரை செய்கின்றவர்களுடைய பக்தி விசுவாசங்களைச் சோதனை செய்கின்ற அற்புத சம்பவங்கள் நடைபெறுகின்றன.

ஐந்து அல்லது ஆறு நாட்களுக்கு நீடிக்கின்ற இந்த யாத்திரைதான், யதார்த்தமான பாத யாத்திரை,

இந்த நாட்களில் அடியார்களுக்குக் கிட்டுகின்ற தெய்வானுபவங்கள் அனந்தம்.

நடுக்காட்டில் எதிர்ப்படும் காட்டு மிருகங்களின் தொல்லைகள், சில சந்தர்ப்பங்களில் பெரு மழை, பெரும் புயல், காட்டில் திசை மாறிச் செல்லுதல், நோய்வாய்ப்படுதல் போன்ற அபாயங்களிலிருந்து ஸ்ரீ முருகன் தோன்றாத் துணையாய் நின்று தன்னடியார்களை எவ்வாறு பாதுகாக்கிறான் என்பது வர்ணனைக்கு அடங்காது.

யாத்திரையின் பல கட்டங்களிலும் மனிதனுடைய சிறுமையையும், இறைவனுடைய பெருமையையும் உணர்த்தக் கூடிய பல சம்பவங்களை முருகன் நிகழ்த்திக் காட்டுகின்றான்.

முருக தரிசனம்

திரு முருகனுடைய கடும் சோதனைகளைச் சகித்தும் உணர்ந்தும் வழித்துணையாய் வருகின்ற முருகனுடைய திவ்விய சக்திகளைக் கண்டு களித்தும் யாத்திரிகர் கூட்டம் கதிர்காம சந்நிதியை அடைகின்றது.

இரண்டு மாத காலம் தொடர்ந்து செய்த தவயோக பாத யாத்திரையின் முடிவில் வினைப்பயன் தீர்ந்த உணர்வுடன் புது ஜென்மங்களாய்க் கதிர்காமக்ஷேத்திர சந்நிதியில் முருக தரிசனம் செய்கின்றது.

கதிர்காம கேஷத்திரம் II

சகடம் போன்ற வாழ்க்கையில் எதுவும் நிலையாய் நிற்பதில்லை. மாறி மாறி வரும் மாரியும், கோடையும் போன்று சுக துக்கங்களும் வந்தும் போய்க்கொண்டும் இருக்கின்றன. இது பிராராப்த நியதி.

மனிதர் எவ்வளவு விழிப்பாயிருந்து, கருமங்களாற்றிய பொழுதிலும், சில சந்தர்ப்பங்களில் துன்பங்களும் கஷ்டங்களும் ஒன்றுக்கு மேல் ஒன்றாக வந்து, செய்வதென்னவென்று தெரியாமல் தடுமாறி தளர்ந்து போகும் நிலை வருவதுண்டு.

மனிதன் தனது சக்தியும் தன்னறிவும் இழந்து, மனக் கலக்கத்துடன் வாழ வேண்டிவரும் பொழுது, புத்துணர்வுக்கும் மனச்சாந்திக்குமாக ஒரு புகலிடம் தேவைப்படுகின்றது.

புகலிடம் :

அந்தப் புகலிடங்கள்தான் நமது மத கேந்திர ஸ்தானங்களாகிய ஆலயங்கள்.

பாலேவன சஞ்சாரிகளுக்கு பாலேவனத்தில் தென்படும் பசுந் தரைகள் போன்று, ஜீவித யாத்திரையில் களைத்து தளர்ந்துபோகின்வர்களுக்கு குளிர்மையூட்டி அவர்களுடைய வாழ்க்கையில் மீண்டும் ஒருமுறை தன்னம்பிக்கையும் உயிரோட்டமும் உண்டாக்குகின்றன ஆலயங்கள்.

இவ்விதமான மகா மகிமை பொருந்திய ஆலயங்களில் அதிபிரசித்தமானது திருமுகனின் அருள் கதிரொளி ஒளிர்ந்து கொண்டிருக்கும் கதிர்காம கேஷத்திரம்.

பல்லாண்டுகளாக உத்தம தவயோகிகளின் தவச் சுவாலைகளாலும், தன்னையே தஞ்சமென்றென்னி வரும் தன்னடியவர்களுடைய பக்தி உணர்வலைகளாலும் உருவேறி நிற்கும் இந்த ஆலய சன்னிதியை நோக்கி இன்னும் எண்ணற்ற பக்தர்கள் சென்று கொண்டிருக்கின்றனர்.

மனமுருகி தரிசனம் செய்கின்றவர்களுக்கு தரிசன சுகமும் கிடைக்கின்றது.

க்ஷணையா எங்கிருந்து எவர் எந்த வேஷத்தில் வந்தவராகிலும் சரி, மண்ணில் கலந்திருக்கும் ஈர்ப்புச் சக்தி போன்று அருள் காந்த சக்தி கலந்திருக்கும் கதிர் காம சன்னிதான முன்றலில் காலடி வைத்ததும் க்ஷணமெல்லாம் தீர்ந்து புத்துயிர் பெறுகின்றனர்.

புலன்களைக் கவரக்கூடிய வெளிக் கவர்ச்சிக ளொன்றுமில்லாத அம்பலத்தில் மறை பொருளாகவே மறைந்திருந்து ஞானம் செங்கதிர் வீசிக் கொண்டிருக்கும் ஞானக் கனியாகிய சேவலனை ஒருமுறை உருகி நினைந்தாற் போதும் பலமுறை செய்த பாபங்கள் எல்லாம் உருகிவிடும்.

திருமுருகலையத்தைச் சுற்றிக் கிடக்கும் மணற் புழுதியில் அங்கம் பட உருண்டு வருகிறவர்களுடைய அங்கத்தால் செய்த பாபங்கள் எல்லாம் தேய்ந்து தீர்கின்றன.

மருந்தாலும், மந்திரத்தாலும் தீராததெல்லாம் அங்கு தீர்த்து விடும். இப்புனித பூமியில் நின்றும், இருந்தும், படுத்தும் தியானிக்கின்றவர்களுடைய மனத்துயரமெல்லாம் சூரியனைக் கண்ட பனிபோல் நொடிப் பொழுதில் மறையும்.

பாத யாத்திரை :

வட மாகாணத்திலிருந்து முருக பக்தர்கள், சுமார் இரண்டரை மண்டல காலம் விரத, நோன்புகளுடன் பாத யாத்திரை செய்து கதிர்காம ஆலயத்தை அடைந்து வழிபாடியற்றும் தியாகபூர்வமான ஒரு பக்தி நெறி வேறெங்கும் காணமுடியாததும், கதிர்காம முருகனுடைய ஏக சைதன்ய சக்தியால் மாத்திரம் உருவாகிய ஒரு பெரும் சாதனையுமாகும்.

பாத யாத்திரையில் பங்கு கொள்ளும் பக்தர்கள், வைகாசிப் பூரணையன்று வற்றுப்பளை அம்பாள் ஆலயத்தில் ஒன்று சேர்ந்து அன்றைய தினம் அங்கு நிகழும் பொங்கல், பூஜைகளில் பங்கெடுத்து அம்பாளை வழிபட்டு அங்கிருந்து யாத்திரையை ஆரம்பிக்கின்றனர்.

கரையோரமாகச் செல்லும் இந்த ஸ்தல யாத்திரைக்காரருக்கு வழிநெடுகிலும், வேளா வேளைக்கு அமுதும், தான தருமங்களும் குறைவில்லாமல் கிடைக்கின்றன.

பொத்துவில் வரையிலும் இது நடைபெறும். பொத்துவிலிலிருந்து புறப்பட்டு சின்னக் கதிர்காமம் போலக் காட்சியளிக்கும் உகந்தைமலை முருகனை வழிபட்டு, அங்கிருந்து அடர்ந்த வனங்கள் வழியாய், கொடியேற்றத் தினத்தில் கதிர்காமம் சென்றடைகின்றனர்.

யாத்திரையின் பயன்

இந்தப் புனித யாத்திரையின் பயனாகத் தீராத சுர்ம வியாதிகள் தீர்ந்தவர்களையும். நீண்ட கால கிரக பீடைகளாலும் கடுந் துன்பம் அனுபவித்துக்கொண்டிருந்தவர்களுடைய துயரம் தீர்ந்து, உடலாலும் உள்ளத்தா

லும் சுகத்துடன் வாழ்கின்றவர்களையும் நேரிற் பார்த்திருக்கின்றோம்.

இரண்டு மண்டல காலத்திற்கு மேல் நீண்டு நிற்கும் இந்தப் பாத யாத்திரரின் மகா விரதம் கதிர்காம மாணிக்க கங்கையில் தீர்த்தமாடுவதுடன் முடிவடைகின்றது.

தான் இதுவரை காலம் தூக்கித் திரிந்து வந்த வினைப் பொதிகளை ஸ்ரீ முருகன் திருமலரடியில் சமர்ப்பணம் பண்ணி; களை தீர்ந்தவராய் உள்ளக் களிப்புடன்; வீடு திரும்புகின்றனர்.

ஞான மார்க்கத்திற் சென்று தம்மைக் கடைத்தேற்றிக் கொள்ளமுடியாத பாமர மக்களுக்கு கதிரமலைக் கந்தன் தனது பெருங் கருணையால் இவ்வாறெரு, இலகுவான வழியைக் காட்டி பேரருள் பொழிந்து வருகின்றான்.

இதை உணர்ந்து அவனது அருளமுத மழைத் தூறலில் நனைந்து சென்று ஜென்ம கிலேசங்களைத் தீர்த்து கடைத்தேறுவீர்களாக.

சன்மார்க்க சுகம்

சிறந்த ஒரு ஜீவித லக்ஷியம், ஈஸ்வர பக்தி, சரீர சுகம், மனக் கட்டுப்பாடு, நித்திய கருமங்களில் ஒழுங்கு, ஹிருதய சுத்தி, கரும சுத்தி, குடுப்ப ஐக்கியம், இந்த எட்டும் ஒருவருடைய வாழ்க்கையில் அமையுமானால் அவருடைய வாழ்க்கையும் அமிர்தம் உண்டு வாழும் அமிர்த பக்ஷணிகள் போன்று அமிர்தமயமாயிருக்கும்.

ஜீவகாருண்ணியம், எவரோடும் மரியாதையுடன் பழகுதல், தான தருமங்கள் செய்தல், பொது சேவை களைப் ப்லேச்சையில்லாமல் மனப்பூர்வமாகச் செய்தல், எக்காரணங் கொண்டும் அயலவரை வெறுக்காதிருத்தல், சமுதாயத்தின் ஒரு பகுதிதான் நாங்களும் என்ற பாவனையுடன் வாழ்தல், அவசியமில்லாத விருந்துப சாரங்களில் கௌரவத்திற்காகப் பங்குபற்றுவதைத் தவிர்த்து அத்தகைய விருந்துபசாரங்களைத் தாங்களும் செய்யாதிருத்தல், எந்தச் சூழ்நிலையிலும் பொறுமையை இழக்காமல் காரியமாற்றுதல், சூழ்நிலைகளின் நிர்ப்பந்தங்களுக்கு லக்ஷியமும் கொள்கையும் அடிமைப்பட்டுப் போகாத மனத்திடம், உலகத்தவர்களுடைய இகழ்ச்சி, புகழ்ச்சிகளுக்குச் செவி சாய்க்காதிருத்தல், காரியம் செய்யுமுன் நிதானமாகப் பலமுறை சிந்தித்துத் தெளிவுபடுத்திச் செய்தல், இயன்றளவில் கடன் படாதிருப்பதும், படுவதாகில் தனது தகுதிக்குட்பட்டுப் பெறுதல்.

எப்பொழுதும் நல்லவர்களுடன் சகவாசம் செய்ய வேண்டும். எல்லாவற்றிலும் சந்தேகம் கொள்வதும், மற்றவர்களைக் குறை கூறுவதும், கண்டதிலும் கேட்டதிலும் குறை குற்றங்களைப் பார்ப்பதும் அறவே ஒழிக்கப்பட வேண்டும். கொடுக்கல் வாங்கல் விஷ

யங்களில் நாணயமாய் நடக்க வேண்டும். மனக் கொந்தளிப்பாயிருக்கும் பொழுது எந்த ஒரு காரியத்தையும் முடிவு செய்யாமலிருப்பதும், மற்றவர்களுடைய கஷ்ட நஷ்டங்களில் ஈவிரக்கத்துடன் நடந்து கொள்வதையும் கடைப்பிடிக்க வேண்டும். செய்யும் செயலின் பலாபலனை எண்ணியெண்ணிக் கொண்டிராமல் இறைவனையே தஞ்சமெனக் கொண்டு செயற்படுவதும், உதிக்கும் எண்ணங்கள் எதுவாயினும் சரி இறையுணர்வோடு கலந்து வருமளவிற்குத் தெய்வ பக்தியை ஆழமாக்க வேண்டும். இவைகளை அன்றாட வாழ்விற்கு கடைப்பிடித்தொழுகினால் நிஜமான மனச்சுகத்துடன் ஐஸ்வரியமாய் வாழலாம்.

தேகப் பயிற்சி:

ஒருவர் தனது சுய கருமங்களைச் சரிவரச் செய்வதற்குச் சரீரம் அதி பிரதானமாயிருப்பதால் அதனை ஆரோக்கியமாய் வைத்திருக்க வேண்டும். சரீர சுகமில்லாதவர்களுடைய ஜீவிதம் கிலேசகரமாயிருக்கும். உணவு, உறக்கம், தொழில் தேகப் பயிற்சி, மனப் பயிற்சி இவைகளை ஒழுங்குபடுத்திச் செய்வதால் ஆரோக்கியமான நீடித்த ஆயுள் கிடைக்கும். மற்றைய தேகப் பயிற்சிகளை விட யோகாசனப் பயிற்சிகள் சிரேஷ்டமானவை. சரீரம், மனம், புத்தி, பிராணன் இவைகளைச் சுத்திகரித்து ஒன்றிணைந்து ஒழுங்காக இயங்கச் செய்வதற்கு இதற்கிணையான பயிற்சிகள் வேறெதுவுமில்லை. இது மனிதனிலிருக்கும் ஆற்றல் சக்தியை அதிகரிப்பிக்கும். ஒடுங்கியிருக்கும் சைதன்னிய சக்தி வெளியில் தோன்றிச் செய்யும் செயலுக்கு அபூர்வமான சக்தியளிக்குந் தனியாற்றல் யோகாசனங்களுக்குண்டு. இருக்கும் நோய்களைக் குணப்படுத்தி

நோய்த் தடுப்புச் சக்திகளையும் கூட்டும். குரு மூலம் கற்றுச் செய்க.

உணவு:

உண்ணும் உணவுக்கும் மன உணர்விற்கும் நெருங்கிய தொடர்பிருக்கின்றது. மனச் சுகம்; சாந்தம்; தீர்க்காயுள்; ஸ்திர புத்தி; மனத் தைரியம்; சகன சக்தி; நோய் தடுக்கும் சக்தி என்பன உண்ணும் உணவைப் பொறுத்துள்ளன. இருதயத் துடிப்பு, நாடித் துடிப்பு, இரத்தோட்டம் என்பன சீராகச் செயற்படுவதற்கும் உணவு முக்கிய காரணமாயிருக்கின்றது. இத்தகைய பெரும் நன்மைகளுக்கு மற்றெல்லா உணவுகளையும் விடத் தாவர உணவு மிக விசேஷமானது. மத்தியான வேளைகளில் அரை வயிறு உணவினாலும், காற்பங்கு நீரினாலும், மீதிப் பாகம் காற்றினாலும் நிரப்பப்படுவதுதான் சீரான உணவு நியமம். தேகத்திலிருக்கும் இயற்கையான சக்திகளை வீண் விரயம் செய்யாமலிருந்தால் குறைந்தளவு உணவினாலேயே நல்ல ஆரோக்கியமாயிருக்கலாம். காலை மாலையில் மிகக் குறைந்தளவு உணவும் கூடுதல் நீரும் பருகுவது சிறந்த நன்மை பயக்கும்.

பசுவின் நெய், தேன், மோர், ரசம் இவைகளைத் தினசரி உணவில் அளவாகச் சேர்த்துக் கொண்டால் அநேக நன்மைகளைப் பெறலாம். பசுவின் நெய் நல்ல ஞாபக சக்தியைத் தரும். கிரகிக்குந் தன்மையை அதிகரிப்பிக்கும். புத்தி வளர்ச்சிக்கு விசேஷமானது. அன்றாடம் சரீரத்தில் சேரும் விஷக் கிருமிகளைக் கொல்லும். மன மகிழ்ச்சியை உண்டாக்கும். சாப்பாட்டுத் தன்மைக்குத் தக்கபடி ஒரு கரண்டிக்கு மேற்படாமல் மத்தி

யான உணவில் முதல் சாதத்தில் கலந்துண்ணவும். நெய்யை அவ்வப்போது உருக்கி உபயோகிக்கவேண்டும்.

தேன் :

இதில் இரும்பு போன்ற அநேக உலோகச் சத்துக்கள் தாராளமாயிருக்கின்றன. அனேக நோய்களைச் சுகப்படுத்தும் ஔஷதத் தன்மையுடையது. தேனில் போட்டு வைக்கப்படும் பொருட்கள் நீண்ட காலம் கெட்டுப் போகாமலிருப்பதிலிருந்தே இதன் மகிமையைத் தெரிந்து கொள்ளலாம். பதினைந்து துளி எலுமிச்சம் பழம் பிழிந்து வடித்தெடுத்த சாற்றில் இரண்டு தேக்கரண்டி தேனைக் கலந்து இரு வேளை பருகி வந்தால் ஹிருதய ரோகத்திற்கு நன்று, நாடி துடிப்பைச் சீராக்கி விடும். காலையில் எழுந்தவுடன் உள்ளங்கையில் சிறிதளவு தேனை விட்டு நக்கிச் சாப்பிட்டு வந்தால் அனேக குடல் வியாதிகள் நீங்கும். நீரிற் கலந்தும் மற்றும் உணவுகளுடன் கலந்தும் சாப்பிடலாம். ஆத்மசாதனைக்கு அனுகூலமானது.

மோர் :

வெண்ணெய்யை நீக்கி எடுத்த மோரை நீரில் கலந்து உணவின் கடைசிப் பகுதியில், உணவுடன் கலந்தோ அல்லது தனியாகவோ உபயோகித்து வந்தால் இரைப்பை ஒழுங்காக இயங்கும். தீபன சக்தியை உண்டாக்கும்.

ரசம் :

தினசரி இரத்த நாளங்களிற் சேரும் கொழுப்பைக் கரைத்து, இரத்த ஓட்டத்தைச் சமப்படுத்தும். இரத்த அழுக்கம் வராது. கடைசி உணவுடன் கலந்தோ கலக்காமலோ உபயோகிக்கலாம். நெய், தேன், மோர், கீரை

இவை நான்கும் இராக்காலங்களில் உண்பது நல்ல தல்ல. முளை கட்டிய பாசிப் பயற்றைப் பச்சையாகவோ தேன் கலந்தோ பாவிப்பதும், எள்ளும் பேரீச்சம் பழமும் சேர்த்திடித்த உருண்டைகளை உண்டு வந்தால் அதிக போஷக சத்தும் ஊட்டச் சத்தும் கிடைக்கும். கிழங்கு வகைகளை விடக் காய் பிஞ்சுகள் கூடுதலான சத்து நிறைந்தவை.

வாரம் ஒருமுறையாவது உச்சியிலிருந்து பாதம் வரை எண்ணெய் தேய்த்து ஸ்நானம் செய்வது சொல்லரிய நன்மைகளைத் தரும். பொன்னாவரசுப் பூ அல்லது சமூலம் அவித்த நீரை நாள் தோறும் பருகி வந்தால் இரத்த விருத்தி உண்டாகும். தாகம் தணியும். நீரழிவு வியாதிகளுக்கு மிகவும் நன்று, தேகசாந்தியைத் தரும். இரவு படுக்கைக்குப் போகும் முன் குளிர்ந்த ஜலத்தில் பாதங்களை நன்றாகக் கழுவிச் சுத்தப்படுத்தித் திரிபலாதி சூரணத்தை ஒரு கழஞ்சளவு சர்க்கரையிற் குழைத்துச் சாப்பிட்டுப் படுக்கவும். இது அனேக நோய்களைக் கண்டிக்கும். மல சோதனையைச் சரிப்படுத்தும். வாத பித்த கப தோஷங்களைத் தீர்த்து உழைச்சல், பிடிப்பு, வலிகளொன்றுமில்லாமல் தேகம் சுகமாயிருக்கும். எளிதான இம்முறைகளை அனுசரித்து வாழ்ந்தால் நோய்கள் குறைந்து நீடித்த ஆயுளுடன் சுகமே வாழலாம்.

உறக்கம் :

எண்ணற்ற எண்ணங்களின் தாக்கத்தால் களைத்துப்போன மனம் தானாகவே மேற்கொள்ளும் ஒரு குறுகிய ஓய்வு காலந்தான் உறக்கம். எவ்வளவு நேரம்

உறங்க வேண்டுமென்பதை விட, எப்படி உறங்கிய தென்பதுதான் முக்கியம். கனவுகளும் மன அலட்டலு மில்லாமலிருந்தால் குறைந்த நேர உறக்கம் போது மானது. உறக்கத்திலிருந்து விழித்தால் புத்துணர்வும் அமைதியும் சந்தோஷமுந் தோன்றுமேயாகில் அதுவே திருப்திகரமான நல்லுறக்கம்.

தொழில் :

தொழிலில் ஏற்றத் தாழ்வுகளில்லை. ஜன்ம வாச னைக்கேற்றவாறு எத்தகைய தொழிலாயினும் சரி அத னைச் சுய தர்மமாகவே ஏற்க வேண்டும். லாப நஷ்டங் களுக்கு முக்கியத்துவம் கொடாமல் தொழிற் கடமை களை அந்தரங்க சுத்தி, பொறுப்புணர்ச்சி, பலாபலனில் பற்றுதல் வைத்துப் பழகாமலிருத்தல் போன்ற நெறி யான வழிகளைக் கடைப்பிடித்துச் செய்து வந்தால் எத் தொழிலும் உத்தமமானதே யாகும்.

குடும்பம் :

ஒரு குடும்பத்தின் சகல ஐஸ்வரியங்களும் அக் குடும்பத்தின் ஐக்கியத்தில் தங்கியிருக்கிறது. குடும்பத் தில் எள்ளளவேனும் பிளவிருக்குமேயானால் குடும்ப வளர்ச்சியும் சந்தோஷமும் குன்றி விடும். முயற்சிகள் வீணாகும். சதா ஒரு சின்னப் போர்க்களம் போன்ற நிலை உருவாகும். நரக வேதனைதான் நித்திய அனுப வமாயிருக்குமாகையால் இல்லற ஐக்கியத்தில் கண் ணுங் கருத்துமாயிருப்பது அவசியம். பெண்கள் பெண் களுக்கிருக்கவேண்டிய பெண்மைக் குணத்துடனும், ஆண்கள் ஆண்களுக்கிருக்க வேண்டிய புருஷ தருமத் துடனும் குடும்பத்தை நடத்துவார்களாகில் ஐக்கியம் நிலைக்கும். அவ்வப்போதிருக்கும் மனோபாவத்தை

அன்னியோன்னியம் உணர்ந்து சகிப்புத் தன்மையுடன் நடந்து கொண்டால் குடும்பப் பிரச்சனைகள் ஒருபோதும் தோன்றா. சந்தேகத்திற்கு இடமில்லாமல் நடைமுறைகள் தெளிவாகவும் ஆத்மார்த்தமாகவும் இருக்க வேண்டும். குடும்பத்தின் ஐஸ்வரிய தேவதையை ஆகர்ஷணம் செய்தெடுக்க வேண்டியது லக்ஷ்சமியின் பிரதி ரூபங்களாகிய பெண்களாகையால் அவர்கள் மிகப் பொறுமையுடனும், களங்கமற்ற அன்புடனும், இருதய சுத்தியுடனும் எல்லாவற்றிலும் இணங்கியும் இணைந்தும் குடும்பத்தை நடத்த வேண்டிய முக்கிய பொறுப்பு அவர்களிடமிருக்கின்றது. ஒரு குடும்பத்தில் சுகமும் திருப்தியும் ஸ்ரீதேவிகளாகிய பெண்களுடைய பாவன இருதயத்தில்தான் தங்கியிருப்பதாகையால் அவர்களைப் பூஜிக்கத்தக்கவர்களாகவே கருத வேண்டும். குடும்பம் முழுவதும் ஒரே இலட்சியத்தின் கீழ் இணைவதுடன், நியாயமான முயற்சியாற்றுகிடைக்கும் ஊதியத்தில் பரிபூரண திருப்தியுடனும் வாழ வேண்டும். இவ்வாறான இல்லற தர்மத்துடன் வாழும் இல்லம் அஷ்ட ஐஸ்வரியங்களின் விளைநிலமாகவே இருக்கும். ஒரு நல்ல குருவின் துணையை நாடி வாழ்வது மிக நன்று.

குழந்தைகள் :

குழந்தைகள் நல்லவர்களாக வளர வேண்டுமென்றால் பெற்றோர்கள் நல்லவர்களாகவே வாழ வேண்டும். பூர்வ ஜன்ம வாசனைகள், பெற்றோர்களின் குண விசேஷங்கள், சகவாசம் இவை மூன்றும் சேர்ந்துதான் ஒருவருடைய வாழ்க்கை நிர்ணயிக்கப்படுகின்றது. இதைக் கருத்தில் வைத்துப் பிள்ளைகளை வளர்க்க வேண்டும். திருத்த வேண்டிய இடத்தில் சாம, தான, பேத,

தண்டங்களைக் கிரமமாயும் சாதூரியமாயும் உபயோகிக்க வேண்டும். அவசர புத்தியும் கோபமும் வளர்ப்பு முறையில் ஆகாது. வயதையும் பருவ வித்தியாசத்தையும் கருத்திற் கொண்டு அதற்கேற்ற முறையில் மிக நிதானமாகவும் கரிசனமாகவும் நடந்து கொள்ள வேண்டும். எப்பொழுதும் நல்ல சகவாசத்திற்குரிய சூழ்நிலையை அமைத்துக் கொடுக்க வேண்டும். சரீர உணர்ச்சிகளைத் தூண்டிவிடும் உணவுகளைக் கொடுக்காமல் வளர்ப்பது நல்ல குணங்களை வளர்க்கும். எல்லாவற்றையும் விட ஒழுக்கந்தான் சிறந்ததென்ற கருத்தில் குழந்தைகளை வளர்ப்பது அதி முக்கியமானது.

தினசரி கருமங்கள் :

குறைந்த பட்சம் காலை யில் நாலு மணிக்காவது எழுந்திருக்க வேண்டும். படுக்கையிலிருந்தபடி சிறிது நேரம் மானசீகமாக இறை வணக்கம் செய்க. செய்த பின் இரு நாசியிலும் ஓடிக்கொண்டிருக்கும் சுவாசத்தைக் கவனிக்குக, நாசியில் கை வைத்துப் பார்த்தால் ஒன்றில் கூடுதலாகவும் மற்றதில் குறைவாகவும் ஓடிக்கொண்டிருப்பதை அறியலாம். கூடுதலான சுவாசம் ஓடும் நாசியின் பக்கமிருக்கும் கன்னத்தில் அதே பக்கமிருக்கும் கையால் கொஞ்ச நேரம் மிருதுவாய்த் தடவிக் கொடுக்கவும். தடவி முடிந்த பின் அதே பக்கமிருக்கும் கால் பெருவிரலை நிலத்தில் ஊன்றி எழுந்து சென்று ஒரு கிண்ணம் குளிர்ந்த ஜலத்தைப் பருகவும். யோக ரகசியமாகிய இப் பெருங் கிரியை மனதிலும் சரீரத்திலும் ஆச்சரியகரமான நற்பலனை விளைவிக்கும்.

சகல விக்கினங்களையும் தீர்த்துக் கடமைகளில் வெற்றியைத் தரும். அதற்குப் பின் மலசல மோசனஞ் செய்து பல் துலக்கி யோகாசனப் பயிற்சிகள் செய்க

இது செய்ய முடியாதவர்கள் சிரசிலிருந்து பாதம் வரை ஒரே பாங்கில் சாவகாசமாய் உடலை நன்றாகத் தேய்த்து விடவும். குழந்தைகள், கர்ப்பிணிகள், நோயாளிகள், வயோதிபர்கள் யோகாசனப் பயிற்சி பெற்றவர்களின் உபதேசப்படி செய்ய வேண்டும். ஆசனப் பயிற்சி முடிந்து ஐந்து நிமிஷங்களுக்குப் பின் வழமையாய்க் குடிக்கும் ஏதேனும் பானங்களைக் குடித்துக் கொஞ்சம் ஓய்வாயிருந்த பின் ஸ்நானம் செய்யவும். ஸ்நானம் செய்ய முடியாதவர்கள் ஈரச் சீலையால் துடைத்துச் சுத்தஞ் செய்து பூஜை அறையிலிருந்தால் அல்லது சுத்த மர்ன வேறேதும் ஓரிடத்தில் அமர்ந்திருந்து இறைவழி பாடியற்றித் தகுதிக்கும் நேரத்திற்குந் தக்கபடி பிராணாயாமம், ஜெபம், தியானம் முதலியன செய்க. இவைகளை அவரவர்களுடைய குரு மூலம் கற்றுக் கொள்க. சாதனைகள் முடிந்த பின் தன் தன் நித்திய கடமைகளைச் செய்யத் தொடங்கவும். மாஸ்யிலும் நேரத்துக்குத் தக்கபடி இறை வணக்கம், ஜெபம், தியானம், செய்க. ஜெபம், தியானம் செய்ய இயலாதவர்கள் தேவார திருவாசகங்கள் அல்லது பஜனைப் பாடல்களை மனமுருகிப் பாடி வழிபாடு செய்க, வழிபாடும் சாதனையும் எதுவாயினுஞ் சரி, செய்வது உங்களுடைய ஆத்மாவைத் தொடும் வண்ண மனமுருகிச் செய்க. தினசரி கடமைகளின்போது அடிக்கடி இறைவனை நினைவு கூருக நாமத்தை மானசீகமாய் உச்சரிக்குக. படிப்படியாக வாழ்க்கையின் எல்லா வசங்களிலும் சதா இறைவனுடைய சிந்தனை சகஜமாய் வருமளவிற்குச் சிந்தனையை வளர்த்தெடுக்குக. மெல்ல மெல்ல உங்களுடைய முக்கரணங்களையும் அது - மயமாக்கி விடுக. உங்களுடைய விசுவாசத்திற்கும் ஆறு

தலுக்கும் இறைவனைத் தவிர வேறொன்றும் இவ்வுலகத்தில் இல்லையென்ற போதத்துடன் அந்தத் திவ்ய சக்தியில் இணங்கிச் சேர்க. இவ்விதம் உங்களை நீங்களே உயர்த்திக் கொள்வீர்களாகில் எந்த ஒரு வாழ்க்கைத் தருமத்தின் கீழ் வாழ்வதாயினும், ஜாதக பலன் எவ்வாறிருந்த போதிலும் எல்லாம் அனுகூல சுகமுடையதாயமையும், இறுதியில் மாயா சக்தியின் கெடுபிடியிலிருந்து நீங்கி, முக்தராய்த் தொல்லைகளற்ற சாசுவதமான இன்பத்துடன் ஜீவித கருமங்களை முடிக்கலாம். சாதாரண வாழ்க்கைத் தருமங்களைப் புறக்கணிக்காத இந்த எளிதான ஜீவிதக் சிரமங்களை அனுசரித்து வாழ்ந்து உங்களைத் தெய்வ தரிசனம் பெறுவதற்குத் தகுதியுடையவராக்கித் தீர்க்குக!

வஜனம்ருதம் - இரண்டாம் பாகம்

1. இறைவனைக் காண்பது கடினமான காரியமன்று. அதனைப் பார்ப்பதற்குரிய கண்ணாடியாகிய ஹிருதயத்தைப் பரிசுத்தப்படுத்துவதுதான் மிகக் கடினமானது.
2. இறைவன் பொருட்டு தனக்கு மிகப் பிரியமானதை விட்டு விடுவதற்கும், மிகவும் வெறுப்பானதை ஏற்றுக் கொள்வதற்கும் தயாராயிருப்பவனே யதார்த்தமான இறைபக்தன்.
3. ஞானம், அது ஒரு இரவில் அடையக் கூடிய காரியமல்ல. நாகமணியைச் சுற்றிக் கிடக்கும் நாகம் போன்று, ஜீவனைச் சுற்றிக் கிடக்கும் தீய வாசனைகள் கடுந் தவத்தால் நீங்கும் பொழுது மாத்திரந்தான் ஞானம் பிரகாசிக்கும்.
4. பார்க்கப் பார்க்க, பழகப் பழக அலுப்பும் வெறுப்பும் தட்டாமலிருப்பது எதுவோ அதுதான் சாஸ்வதமான அன்பும் இன்பமுந் தரும் முழுமுதற் தெய்வம்.
5. புலனுணர்வுகள் கடுகளவேனும் இருக்கும் வரை ஞான ஒளியைக் காண்பதென்பது வெறும் ஒரு மனச் சங்கற்பம்.
6. பக்தியென்பது மன உணர்வுகளை மீறிச் செல்லும் பொழுது அனுபவப்படுகின்ற ஒரு தனித்த பேரானந்தம்.
7. இந்தப் பிரபஞ்சத்தை நாங்களோ எங்களுடைய பாட்டனாரோ படைக்கவில்லை. அதைப் படைத்தவன் இன்னொருவன் இருக்கின்றான். நீ அணிந்திருக்

கும் ஆடைகளை நிர்மாணிப்பவரை நேரில் கண்டிருக்காவிட்டாலும் அப்படியொருவர் இருக்கின்றார் என்பதை நம்பித்தானாக வேண்டும். இப்பிரபஞ்சம் சூனியத்திலிருந்து தோன்றவில்லை. இதைப்படைத்தவன் ஒருவன் இருக்கின்றான் என்ற பிரத்தியட்ச ஞானம் உனக்குண்டாகும் பொழுது நீயும் மற்றவர்களும் கர்த்தாக்களல்ல, வெறும் கருவிகளேயென்ற அறிவு வரும், அகங்காரம் ஒழியும்.

8. அடிக்கடி உனது குருவினிடத்தில் அமர்ந்திருந்து குரு முகத்திலிருந்து வரும் வார்த்தைகளை ஹிருதயம் கொடுத்துக் கேள். அது உனது மனச் சலனங்களைத் தீர்த்து மனத் தென்பைத் தரும்.

9. உனது துன்பங்களைத் தீர்க்கும் சக்தி உனக்கில்லாமலிருக்கலாம். ஆயினும் அதனைத் தீர்க்கக் கூடிய ஒரு சக்தி உன்னிடமிருக்கின்றது. அதற்கு உன்னைச் சுயாதீனப்படுத்தினால் காற்றில் பறந்து போகும் சாம்பல் போன்று துன்பங்களெல்லாம் பறந்து விடும்.

10. முழு மானவ சமுதாயத்தையும் நம்முடன் வாழுகின்ற தெய்வமென்று கருதிக் கொண்டால் உயிர் ஐக்கியம் தானாகவே உண்டாகும்.

11. நெஞ்சில் திருக்கை வால் ஏற்றுத் திரிபவர்களிடத்தில் எட்டத்தில் நின்று கொள்.

12. பூமி முழுவதிலும் எவ்வளவோ குப்பை கூளங்கள் மண்டிக் கிடக்கின்றன. அவையெல்லாம் உன்னால் சுத்தஞ் செய்ய முடியுமா? இல்லை. ஆனால் பூமியின் ஒரு பகுதியாகிய உனது முற்றத்தை தினசரி கூட்டிச் சுத்தமாய் வைத்திருக்க முடியும். அதே

போன்று உலகத்தவர்களுடைய மனதை உன்னால் சுத்திகரிக்க முடியாவிட்டாலும் உனது சொந்த மனதின் அழுக்காறுகளை நீக்கிச் சுத்தமாய் வைத்திருக்க முடியும்.

13. மனிதருடைய மனக் குற்றங்கள்தான் இவ்வுலக துன்பங்களையெல்லாம் சிருஷ்டிக்கின்றன. ஜனங்கள் மனக் குற்றமற்றவர்களாயிருந்தால் இப்பூவுலகம் உண்மையில் ஒரு பூவுலகமாகவேயிருக்கும்.

14. ஒருவரில் பிசாசுக்கள் இருக்கின்றதா? இல்லையா? என்று தெரிவது எப்பொழுது? அவனுடைய சுய நலத்துக்குப் பங்கம் வரும் பொழுது.

15. ஒரு குடம் பாலில் ஒரு துளி நஞ்சு கலந்தால் பால் முழுவதும் கெட்டு விடுவது போன்று ஒருவர் எவ்வளவு நல்ல குணமுடையவராயிருந்த போதிலும் ஒரு சிறு கெட்ட குணமிருக்குமானால் மற்றெல்லா நற்குணங்களையும் அது கெடுத்து விடும்.

16. இலவசமாய்ப் பெறுகின்ற எதுவும் உபத்திரவம் தரக்கூடியவை.

17. வறுமை, நோய், அறிவின்மை இவைகளைப் பயன்படுத்திக் காரியம் சாதிப்பது தரங் குறைந்த பண்பற்ற செயல்.

18. கலியுக மனிதர்கள் அதிக மனச் சலனமுடையவராயினும் மிருதுவான குணமுடையவர்கள். இவர்களுடைய நித்திய ஜீவிதத்தை ஞான மூலகங்களுடைய பற்றாக் குறையால் பிசாசுக்கள்தான் அதிகம் இடத்தைப் பிடித்திருக்கின்றன.

19. அன்றாடக் கடமைகளைப் பகடைக் காய்களை உருட்டி விளையாடுவது போன்று விளையாடினால்

ஜீவிதமும் ஒரு சூது விளையாட்டாகவே முடியும். எனவே கடமைகளை நெறிப்படுத்திப் பொறுப்புணர்ச்சியோடு செய்க.

20. மனிதன் உலகப் புதினங்களைப் பார்ப்பதற்காக எவ்வளவோ துடித்துக் கொண்டிருக்கின்றான். அதற்காகச் செலவழிக்கும் நேரத்தில் மிகச் சிறிய பங்கையாவது தன் தன் மனதில் நிகழ்ந்து கொண்டிருக்கும் புதினங்களைப் பார்ப்பதற்குச் செலவு செய்தால் பாவத்தைத் தீர்ப்பதற்கான ஞானம் பிறப்பதற்கு வழி தோன்றும்.

21. இணங்காத ஜந்துக்களையும் தடவக் கூடிய இடத்தில் தடவிக் கொடுத்தால் அது இணங்கி நிற்பது போன்று, விலங்கு மனத்தையும் தடவக் கூடிய இடமறிந்து தடவிக் கொடுத்தால் அதுவும் இணங்கி நிற்கும்.

22. மனம்: வேஷத்திற்குரிய இலட்சியத்தைப் பொருந்தாதவர்களுடைய வேஷமே பொய் வேஷம்.

23. சித்து; வித்தை; ஜாலம் இம் மூன்றும் கோணத்திலிருப்பவை. வித்தைகள்; மருந்து; தேவதா உபாசனைகளால் நிகழ்த்துபவை. ஜாலம்: கையடக்கம் மெய்யடக்கத்தால் செய்பவை. இவைகள் வெறும் வினோதங்களே தவிரக் கடவுட்காரியமல்ல. சித்து என்பது முற்றிய ஞானிகளிடத்திலிருந்து சந்தர்ப்பானுசரணம் இயற்கையாகவே நிகழ்ந்துகொண்டிருப்பவை.

24. நமது ஊனக் கண் பார்வைக்கு எட்டாத நட்சத்திர மண்டலங்கள் இருக்கின்றன. விஞ்ஞானிகளுடைய ஊனக் கண்களுக்கும் அவை புலனாவதில்லை.

ஆயினும் விஞ்ஞானி அவைகளைப் பார்த்தறியக் கூடிய தூரதர்சனிக் கருவிகளினால் அம் மண்டலங்களைப் பார்த்தறிகின்றான். ஞானியோ தூரவெளியைத் தாண்டி நிற்கும் ஞானம் என்ற தனது தூரதர்சனியால் கட்புலனாகாத இறைவனையும் பார்க்கின்றான்.

25. சர்க்கரையில் குழைத்து வைத்த எட்டிக் கொட்டையின் கசப்பு பல்லாண்டுகள் சென்றாலும் கசப்புக் கசப்பாயிருப்பதைப் போன்று எண்ணற்ற எண்ணக் கும்பலில் புதைந்து கிடக்கும் மனதை மடக்கியெடுத்துத் தன் நிலைப்படுத்தாதவர்களுடைய வாழ்க்கை எட்டிக் கொட்டையைப் போன்று கடும் கசப்பாகவேயிருக்கும்.

26. பசுப்பால் தாது விருத்திக்குரிய நல்லுணவாயினும் வயிற்று வலிக்காரனுக்கு அது தீங்கை விளைவிக்கும். நல்லுபதேசங்களையும் அவரவருடைய பக்குவத்திற்கேற்பக் கொடுக்காவிட்டால் விபரீத பலன் விளையும்.

27. புனிதமான கெங்கா நதியில் மூழ்கிக் கிடக்கின்ற பிராணிகளுக்கு ஞானம் வந்து மோட்சங் கிடைக்கின்றதா? இல்லை. அதே போன்று ஞான சாதனை ஏதுமின்றி ஞான விஷயங்களைக் கேட்பதிலும் வாசிப்பதிலும் மூழ்கிக் கிடக்கின்றவர்கள் எவ்வாறு ஞானிகளாவர்.

28. பிள்ளைகள் நல்லவர்களாய் வளர வேண்டுமென்று பெற்றோர்கள் எண்ணினால் பெற்றோர்கள் நல்லவர்களாய் வாழ வேண்டும்.

29. ஒருவர் எண்ணி வந்த எண்ணங்களின் பிரதி ரூபந்தான் அவருடைய சூக்கும சரீர வடிவம்.
30. அன்பும் ஐக்கியமும் உடையவராயிருக்க. எனினும் அதற்காகத் தன் நெறி தவறாமல் இருப்பவரே நெறியாளர்.
31. ஹிருதய சுத்தி; இதுதான் ஜீவித சாரம். இதைப் பெற்றவர்கள் கற்பக விருட்சத்தின் கீழ் இருப்பவர்கள்.
32. குறியில்லாமல் அம்பெய்தால் எய்த அம்பால் ஆபத்துக்களே விளையும். இவ்வாறானதுதான் ஒரு சிறந்த குறிக்கோளில்லாத வாழ்க்கையும். மனிதன் ஒரு உயர்ந்த இலட்சியத்துடன் வாழ வேண்டும். அன்றாடக் கடமைகளை இலட்சியத்தில் பொருந்தும் வண்ணம் செய்து கடமையின் பலா பலனாகிய இன்பதுன்பங்களை இலட்சியத்துக்காகச் சமர்ப்பணம் பண்ண வேண்டும். இவ்விதம் வாழுகின்றவன் சீரிய குறிக்கோளை அடைந்த ஒரு பெருமகனுக்குரிய சுகத்தை அனுபவிக்கின்றான். ஞானம்; இதுதான் இலட்சியங்களில் சிறந்தது. ஜீவித தர்மங்கள் இந்த இலட்சியத்துடன் இணையாவிட்டால் வாழ்க்கையின் அச்சாணி உடையும். ஜீவாதாரத் தேவைகளில் தன்னிறைவெய்தினார் கூட மனிதன் அதில் திருப்திப்படுவதில்லை. அதற்கப்பால் ஒரு இருதய தர்கம் இருக்கின்றது மனிதருடைய மன வேட்கைக்கு முடிவு காணும் அந்த அந்தரங்க ஆத்மீக மூல உணர்வுகளை மனித சமுதாயம் புறக்கணிக்கும்போது நீர் வற்றி வரண்டுபோன குளத்தை விட்டு நீர்ப்பறவைகள் பறந்து செல்வது

போன்று அமைதியும் சுகமும் உலகத்தை விட்டுப் பறந்து செல்கின்றன.

33. தலைமயிர் தலையில் இருக்கும் வரையில் தலைக்குப் பாதுகாப்பும் அழகுங் கொடுக்கின்ற பொருளாகவேயிருக்கின்றது. அது உண்ணும் உணவில் இருக்குமாகில் வாந்தியும் சத்தியும் வரப் பார்க்கும். அதே போன்று ஒவ்வொன்றும் அதனுடைய ஸ்தானத்திலிருக்காவிட்டால் அவைகளுடைய மதிப்பும் மரியாதையும் குறைந்து விடும். அவ்வாறே மனிதனுடைய நிலையும்.

34. மனச் சங்கற்பம் நல்லதாயிருந்தால் கர்மமும் நல்லதாயிருக்கும்.

35. சந்திரனைச் சுற்றிப் பரிவட்டந் தோன்றினால் அது மழைக்குரிய அறிகுறியாயிருப்பது போன்று ஹிருதயத்தைச் சுற்றி நல்லுணர்வலைகளின் பரிவட்டம் தோன்றினால் அது இறையருள் பொழியப் போவதன் அறிகுறி. பரிவட்டம் நெருங்கி நின்றால் உடன் மழையும், தூரமாயிருந்தால் தாமதமாகவும் பொழியும். திருவருளும் அதே போன்ற தென அறிக.

36. தொட்டாற் சுருங்கிச் செடியைத் தொட்டால் அதன் இலைகள் சுருங்கி விடும். சுருங்கிய இலைகள் உடனே நிமிருமாகில் மழையும் விரைவாகப் பெய்யப் போகின்றதென ஊகிக்கலாம். வரும் துன்பங்களையும் உடனுக்குடன் மறந்து மனந் தெளிவடைகின்றவர்களை நோக்கி ஐஸ்வரிய தேவதையும் விரைவாக வந்து கொண்டிருக்கின்றதென்பதையும் அறிக.

37. சமயத்தை ஜால வித்தைகளின் விளையாட்டரங்க மாய் மாற்றுகின்றவர்கள் கடவுளைக் கேலியும் கிண்டலும் செய்வதாகவே முடியும். சித்துக்கும் ஜாலத்திற்கும் வித்தியாசம் தெரியாத பாமர பக்த ஜனங்கள் கண்கட்டு வித்தைகளைக் காட்டிச் சித்தர் போல் நடித்துத் திரிபவர்களிடம் விழிப்பாயிருக்கவும்.

38. அணுப் பிரமாணமான துரும்பிலிருந்து எண்ணற்ற ஜடப் பொருள்களின் வழியாகப் படிப்படியாய் வளர்ந்து வந்த மாமலை போன்ற ஒரு உணர்வு மலை தான் மனிதரிலிருக்கும் மனம். அதனை ஒரே நாளில் தகர்த்தெறிய முடியாது. ஆத்மீக மார்க்கத்தில் நீண்ட காலம் தளராமல் முயற்சிக்க வேண்டும்.

39. பலவற்றையும் சுற்றறிகின்ற மனிதர் வாழ்க்கையைப் பற்றி அறிவதில்லை. அதையறியாதவர்கள் செம்மையாய் வாழ்வதெப்படி?

40. அறுசுவை உணவுகளில் பாகற்காய் போன்ற கசப்புப் பதார்த்தங்களையும் ருசியாக உண்ணப் பழகிய மனிதன் தனது வாழ்க்கையில் வரும் கசப்பான காரியங்களையும் ருசியுடன் ஏற்கப் பழகினால் வாழ்க்கையில் துன்பமென்பதே இராதல்லவா?

41. கோளங்களைச் சிருஷ்டித்த கடவுளுக்கு கோள்களிலிருந்து வரும் தாக்கங்களையும் தீர்க்க முடியாமலா போகும்?

ஸ்ரீ கிருஷ்ண அஷ்டோத்திர சத நாம அர்ச்சனை

மாதம் இருமுறை வரும் ஏகாதசி நாட்களில் சிவயோக சமாஜத்தின் சத்சங்கத்தில் நடைபெற்று வரும் கிருஷ்ண சதாஷ்டக நாமார்ச்சனை மந்திரம் இங்கு தரப்பட்டுள்ளது. மேற்படி நாட்களில் இம் மந்திரத்தை ஒருமுகத்துடன் தனியாகவோ, அர்ச்சனையாகவோ மன ஒருமைப்பாட்டுடன் செய்து வந்தால் தீவினைகள் தீர்ந்து மனச் சாந்தியுடன் ஐஸ்வரியத்துடன் கிரக பீடை தீர்ந்து வாழ்வார்.

“வஸு தேவ ஸுதம் தேவம் கம்ஸ சாணூ-ர மர்தனம் தேவகீ பரமானந்தம் கிருஷ்ணம் வந்தே ஜகத்குரும்”

1. ஓம் பரமாத்மணே நம
2. ஓம் பரப்பிரஹ்மணே நம
3. ஓம் ஸ்ரீ கிருஷ்ணாய நம
4. ஓம் புருஷோத்தமாய நம
5. ஓம் பூத பவ்விய பவத் ஸாக்ஷிணே நம
6. ஓம் மகா யோகேஸ்வராய நம
7. ஓம் ஹரயே நம
8. ஓம் அவ்யக்த மூர்த்தயே நம
9. ஓம் ஓங்காராய நம
10. ஓம் சரணணியாய நம
11. ஓம் பூத பாவனாய நம
12. ஓம் அச்சுதாய நம
13. ஓம் அமிர்த விஜ்ரான்தாய நம
14. ஓம் ஆதி தேவாய நம

15. ஒம் குரோற்கு குரவே நம
16. ஒம் விஸ்வேஸ்வராய நம
17. ஒம் விஸ்வ ரூபாய நம
18. ஒம் தர்மியா மிருத மஹாத்யே நம
19. ஒம் சர்வ பூதால்மனே நம
20. ஒம் சர்வ பூதாசய ஸ்திதிதாய நம
21. ஒம் சுப்ரமேயாய நம
22. ஒம் சுவால் மவேத்ரே நம
23. ஒம் க்ஷேத்திர க்ஷேத்திரக்ஞ குருபத்ரகே நம
24. ஒம் ஸர்வாச்சரிய மயாய நம
25. ஒம் தேவாய நம
26. ஒம் க்ரிஸலன க்ஷேத்திர ப்ரகாஷாய நம
27. ஒம் ஜகன்னிவாசாய நம
28. ஒம் பூததயே நம
29. ஒம் சர்வ லோக மகேஸ்வராய நம
30. ஒம் ஈசாய நம
31. ஒம் ஈட்டியாய நம (Eddiaya - துதிக்கப்படுபவன்)
32. ஒம் தேவ தேவாய நம
33. ஒம் வாசுதேவாய நம
34. ஒம் ஜனார்த்தனாய நம
35. ஒம் பராபர ப்ரக்ரித்தியால்மனே நம
36. ஒம் மஹத் பீஜப்ரதாய நம
37. ஒம் பித்ரே நம
38. ஒம் மாயா யந்திர ப்ராமயித்தரே நம
39. ஒம் யோக மாயா ஸமா விருதாய நம
40. ஒம் மாயா சந்தாரகாய நம
41. ஒம் பர்த்தரே நம
42. ஒம் சர்வ பூத ஸுஹர்தே நம

43. ஓம் விபவே நம
44. ஓம் ஜகன்மணி கணப்ரோத சூத்ரால்மனே நம
45. ஓம் பீஜாயா வியாய நம
46. ஓம் ஸத ஸத்தத் பராய நம
47. ஓம் யோகினே நம
48. ஓம் விஸ்வத் யோக போதகாய நம
49. ஓம் வேதாந்த கிருதே நம
50. ஓம் வேத வேத்தியாய நம
51. ஓம் மிருத்யு ஸம்சார விமோசகாய நம
52. ஓம் ஞான முத்திராய நம
53. ஓம் ஞான தீபாய நம
54. ஓம் ஞான யக்ஞப்ரியாய நம
55. ஓம் ஸமாய நம
56. ஓம் நிர்ம்ம மாயாய நம
57. ஓம் நிரஹம்காராய நம
58. ஓம் நிர்தோஷாய நம
59. ஓம் அதந்திரிய க்ரியாய நம
60. ஓம் அதி யக்ஞாய நம
61. ஓம் யக்ஞ போத்ரே நம
62. ஓம் யக்ஞ சக்ரப்ரவர்த்ரகாய நம
63. ஓம் சர்வ யக்ஞ ப்ரபவே நம
64. ஓம் யக்ஞாய நம
65. ஓம் பவாமய மஹேனஷதாயே நம
66. ஓம் ஆத்ம பாவப்ரபாய நம
67. ஓம் ஸ்திய ப்ரதிக்ஞாய நம
68. ஓம் ஸம தர்சனாய நம
69. ஓம் ஸாங்கிய தத்துவ ரகசியக்ஞாய நம
70. ஓம் போக தியாக விதாய காய நம

71. ஓம் வைராக்கிய யோகோபதேஷ்டே நம
72. ஓம் தியானப்பியாச ப்ரசோதகாய நம
73. ஓம் அனலாப்த ப்ராப்பியஹ்யாய நம
74. ஓம் நிஷ்டாத்துய ஸமாஸ்ரயாய நம
75. ஓம் தர்ம ஸம்ஸ்தாபனோ துக்தாய நம
76. ஓம் கர்ம ரோக விவர்ஜிதாய நம
77. ஓம் தர்மா விருத்த காமல்மனே நம
78. ஓம் ஸத்து விருத்தி விவர்த்த காய நம
79. ஓம் சர்வ சங்கல்ப்ப ரஹிதாய நம
80. ஓம் நிஸ்த்தரை குண்ணிய பதஸ்திதாய நம
81. ஓம் நிஸ்ரேயஸ ப்ராப்தி ஹேதவே நம
82. ஓம் நிஸ்ங்கயதி பூஜிதாய நம
83. ஓம் ஸனாதனாய நம
84. ஓம் செளம்மியவ புருஷே நம
85. ஓம் விபூதி கண பூஷிதாய நம
86. ஓம் ஸுபுக்தாதி ப்ரியாய நம
87. ஓம் புத்தி யோகதாய நம
88. ஓம் கில் பிஷாபஹாய நம
89. ஓம் சவால்ம ராமாதி நேதிஷ்டாய நம
90. ஓம் இந்திரியா ராமதூரகாய நம
91. ஓம் பாஹிய ஸ்பர்ச ப்ரதீபஸ்தாய நம
92. ஓம் ப்ரம்ம ஸ்பர்ச ஸுகால் மஹாய நம
93. ஓம் சதுர் விதஜ்ஞ ஸேக்கியாய நம
94. ஓம் ஸம் தர்சித சதுர் புஜாய நம
95. ஓம் தைவி ஸம்ஸத் ஸமாரத்தியாய நம
96. ஓம் ஞான மௌன ஜெபப்ரியாய நம

97. ஓம் அனன்ய பக்தி ஸுலபாய நம
98. ஓம் பரமானந்த மாதவாய நம
99. ஓம் ஏகாக்ஷர ப்ரம்ம வேத்தியாய நம
100. ஓம் சர்வ பாப விமோசனாய நம
101. ஓம் சர்வ குஹிய தமஞான தார்த்தரே நம
102. ஓம் ஸம் மோஹனாசாய நம
103. ஓம் அஷேஸம்சய செளத்தரே நம
104. ஓம் தர்ம விருத பலப்ரதாயே நம
105. ஓம் அந்திய ஸ்துதி ஸமாஸாத்திய நம
106. ஓம் பகவதே நம
107. ஓம் தேவகீ ஸுதாய நம
108. ஓம் கீதா கெங்காதராய நம

~~~~~

ஞானமண்டலம் என்னும் நூல்  
முற்றிற்று.



|                         |     |     |
|-------------------------|-----|-----|
| வகு யாபயணை இன்ப யாங்கு  | வகு | 77  |
| வகு யாபயணை கருணை யாப    | வகு | 78  |
| வகு யாபயணை விவரப் புகழ் | வகு | 79  |
| வகு யாபயணை பாப யாங்க    | வகு | 100 |
| வகு யாபயணை பாப யாங்க    | வகு | 101 |
| வகு யாபயணை பாப யாங்க    | வகு | 102 |
| வகு யாபயணை பாப யாங்க    | வகு | 103 |
| வகு யாபயணை பாப யாங்க    | வகு | 104 |
| வகு யாபயணை பாப யாங்க    | வகு | 105 |
| வகு யாபயணை பாப யாங்க    | வகு | 106 |
| வகு யாபயணை பாப யாங்க    | வகு | 107 |
| வகு யாபயணை பாப யாங்க    | வகு | 108 |

77. வகு யாபயணை இன்ப யாங்கு  
 78. வகு யாபயணை கருணை யாப  
 79. வகு யாபயணை விவரப் புகழ்  
 100. வகு யாபயணை பாப யாங்க  
 101. வகு யாபயணை பாப யாங்க  
 102. வகு யாபயணை பாப யாங்க  
 103. வகு யாபயணை பாப யாங்க  
 104. வகு யாபயணை பாப யாங்க  
 105. வகு யாபயணை பாப யாங்க  
 106. வகு யாபயணை பாப யாங்க  
 107. வகு யாபயணை பாப யாங்க  
 108. வகு யாபயணை பாப யாங்க  
 109. வகு யாபயணை பாப யாங்க  
 110. வகு யாபயணை பாப யாங்க  
 111. வகு யாபயணை பாப யாங்க  
 112. வகு யாபயணை பாப யாங்க



