S. MUTHUCUMARU,
PEN-Y-LAN,
DOLOSBAGE, (CEYLON)

ஆத்ம ஜோதி

சுவாமி சுத்தானந்த பாரதியார்

ஓம்

ஆத்ம ஜோதி

ஓர் ஆத்மீக மாத வெளியீடு

எல்லா உலகிற்கும் இறைவன் ஒருவன்
எல்லா உடலும் இறைவன் ஆலயமே — சுத்தானந்தர்

சோதி 9 | ஏவிளம்பி௵ சித்திரை௴ 1-ந் உ (13-4-57) | சுடர் 6

பொருளடக்கம்.

	விஷயம்	பக்கம்
1	மானமாகவாழும் யோகியே	161
2	யோகி சுத்தானந்தர் வாழ்த்து	162
3	அன்றும் இன்றும்	163
4	சில தீர்க்கதரிசன வாக்குகள்	166
5	யோக ஆசனங்கள்	169
6	வள்ளுவர் முதல் வள்ளலார் வரை	173
7	சுந்தரமூர்த்தி நாயனார்	177
8	முத்தமிழ் முனிவர்	179
9	அந்தர்யோக சாதனை தினங்கள்	181
10	ஸ்ரீ இராமகிருஷ்ண அஞ்சலி	182
11	ஐந்துவயதுக் கவியோகி	184
12	புதுயுகயோகி	188
13	திருமுறைக்காட்சி	191

ஆத்ம ஜோதி

ஆயுள் சந்தா ரூபா 75: வருடச்சந்தா ரூபா 3/-
தனிப்பிரதி சதம் 30

கௌரவ ஆசிரியர்: க. இராமச்சந்திரன்
பதிப்பாசிரியர்: நா. முத்தையா
ஆத்மஜோதி நிலையம் நாவலப்பிட்டி [இலங்கை]

மானமாக வாழும் யோகியே!

இராகம்: பிலகரி — தாளம்: திரிபுடை

பல்லவி

மான வாழ்க்கை வாழும் யோகியே—ச
மான வாழ்க்கை — ரச
மான வாழ்க்கை — சரச
மான வாழ்க்கை — சமரச
மான வாழ்க்கை — ஏகரச
மான வாழ்க்கை வாழும் யோகியே! (மான)

அநுபல்லவி

வான வெளியென மோன வெளியினில்
ஞான வொளியென ஊனில் விளங்கியே [மான]

சரணம்

கன்னித் தமிழிசை மின்னிப் பொலியவே
கனிந்த முத்தமிழ் அணிந்து தந்தனே;
அன்னையின் பணி தன்னுயிர் என
ஆற்றிடும் சுத்தானந்த யோகியே! (மான)

என்பும் உருகிடும் அன்பும் அருளுடன்
துன்பம் விலகிடும் இன்பப் பேரருளுடன்
மன்பதை மகிழ் நின்பணி இன்னும்
அறுபதும் பொன் அம்ப லந்தரும். (மா)

—வி. கு. நடராஜன்

குறிப்பு:- 'மானமாக வாழும்' என்பதில் சுவாமிகளின் சிறந்த கொள்கை அடங்கியுள்ளது. தமது தேவைகளைத் தம் உழைப்பினால் பெறவேண்டுமேயன்றி எவரிடமும் யாசிப்பதில்லையென்பது அவரின் இலட்சியம்.

யோகி சுத்தானந்தர் வாழ்த்து

வாழ்க வாழ்க வாழ்க வாழ்க
வாழ்க வாழ்க வாழ்கவே!
வாழ்க யோகி சுத்தானந்தன்
வாழ்க என்றும் வாழ்கவே! (வாழ்க)

சிவ கங்கைக்குச் சிறப்பளித்த
செல்வன் நாமம் வாழ்கவே!
பவ நெறியிற் பட்டுழலாப்
பண்பன் பாதம் வாழ்கவே (வாழ்க)

தமிழர் செய்த தவப் பயனாய்த்
தரணி வந்தோன் வாழ்கவே!
தமிழ்ப் பணியைத் தனது தவமாய்த்
தலைமேற் கொண்டோன் வாழ்கவே (வாழ்க)

அருணை ரமணன் அருளைப் பெற்ற
அன்பன் நாமம் வாழ்கவே!
அரவிந்தத்தேன் உண்டெழுந்த
அருட் கவிஞன் வாழ்கவே! (வாழ்க)

நித்திய யோக சித்தி தன்னில்
நிலைத்து நிற்போன் வாழ்கவே!
சத்திய சாந்த சன் மார்க்கமே
சமய மென்றோன் வாழ்கவே! (வாழ்க)

அறுப தாண்டு நிறைவு பெற்ற
அண்ணல் நாமம் வாழ்கவே!
அறு முகவன் அருள் பெற்றின்னும்
அறுப தாண்டு வாழ்கவே! (வாழ்க)

—க. இ.

அன்றும் இன்றும்

(ஆசிரியர்)

இம்மாத இறுதியில் (11–5–57) கொண்டாடப்பட விருக்கும் சுத்தானந்தரின் மணிவிழாவை எண்ணும்போது, ஏறக்குறைய நாற்பது ஆண்டுகளாக எமது கவனத்தை ஈர்த்த எத்தனையோ நிகழ்ச்சிகள் எம் மனக்கண்முன் காட்சி கொடுக்கின்றன. அவற்றையெல்லாம் விபரிப்பின் அது பெரிய நூலாகி விடும். அகையால் முக்கியமான சிலவற்றை மாத்திரம் வாசகர்களுக்கு நினைவூட்ட விரும்புகின்றோம்.

முதலாவதாக, 1938-ம் ஆண்டு வெளிவந்த 'உதிர்ந்த மலர்கள்' என்னும் தொகுப்புநூல் சுத்தானந்தரின் பழைய நூல்களிலிருந்து எடுக்கப்பட்ட மணி மொழிகளாகும். அக்காலத்தில் 'பாரத சக்தி மகாகாவியம்' 'ஆத்ம சோதனை' 'காலைக்கதிர்' 'இதுதான் உலகம்' 'கலைக்கோயில்' முதலாய பெரிய நூல்கள் வெளிவரவில்லை. திரு. வி. கலியாண சுந்தரனார், டாக்டர். உ. வே. சாமிநாத ஐயர், கவிமணி தேசிக விநாயகம் பிள்ளை, திரு. கா. சுப்பிரமணியபிள்ளை, திரு. தெ. பொ. மீனாட்சி சுந்தரனார், திரு. ஜீ. சுப்பிரமணிய பிள்ளை, திரு. எச். ஏ. பொப்லி முதலாய பேரறிஞர்களின் வாழ்த்துரைகளைப் பெற்ற 'யோக சித்தி" "திருக்குறளின்பம்" 'சிலம்புச் செல்வம்' ஆகிய மூன்றும் அப்போது அச்சேறிக்கொண்டிருந்தன.

அவ்வேளையில் ஒருமுறை ஓர் அன்பரில்லத்தில் பெரியார் ஒருவர் தங்கியிருப்பதாகக் கேள்விப்பட்டு அவர் தரிசனத்திற்காக அங்கு சென்றவேளையில் சுத்தானந்தரினது நூல்களைப்பற்றிய பேச்சு எழுந்தது. அப்பெரியார் எமது அன்பரை நோக்கி, 'எவ்வளவு இனிய எளிய நடையில் அரிய பெரிய விஷயங்களை இவர் எழுதி விளக்கித்தருகிறார்! குழந்தைகள் கூட இலகுவில் விளங்க முடியும்; தம்பி, இப்புத்தகங்களை எல்லோரும் படிக்க வேண்டும்' என்றார்.

சுத்தானந்தரின் நூல்களைத் தவறவிடாமல் சேகரித்துக்கொண்டு வந்த என்னுள்ளத்தில் அப் பெரியாரின் வார்த்தை எனக்குத் தனிமுறையில் தரப்பட்ட கட்டளைபோலத் தோன்றியது. கொழும்பு திரும்பியதும், அன்பர்கள் சிலரிடம் மேற்குறிப்பிட்ட விடயம் பற்றிப் பேசினேம். அவர்களுள் காலஞ்சென்ற பண்டிதர் வண்ணை நெ. வை. செல்லையா அவர்களும் ஒருவர். அந்நாளில் சுப்ரமணிய பாரதியாரதும் சுத்தானந்தரதும் புலமையும் புகழுங்குறித்துப் பொறுமைகொள்ளாத, அன்னார் பாக்களில் குறைகுற்றங் கண்டுபிடியாத பண்டிதர்களோ, புலவர்களோ மிகச் சிலராவர். பண்டிதர் செல்லையா அவர்கள் அச்சிறு கூட்டத்தைச் சேர்ந்த ஒருவர். ஈழத்தைப் பொறுத்தமட்டில் அவர் ஒருவரே எனக் கூறுதல் மிகையாகாது. எனவே, அன்னாரின் அணிந்துரையுடன் "உதிர்ந்த மலர்கள்" வேறு அன்பர் ஒருவரின் பொருளுதவி கொண்டு அச்சேறி இலவச வெளியீடாக வெளி வந்தது மிகவும் பொருத்தமுடையதாகும். சுத்தானந்தருடைய நூல்கள் இலங்கையிற் பரவுதற்கு இந்த வெளியீடும் தூண்டுதலாயிருந்ததெனலாம். இது திருவருட்சித்தமாக நடந்த நிகழ்ச்சியாகும்.

அடுத்த முக்கிய நிகழ்ச்சி சுத்தானந்தரின் இலங்கை விஜயம் இருபத்தைந்தாண்டுகளாக மோன தவத்திலிருந்து தமிழுக்கும் சமயத்திற்கும் அளப்பருந் தொண்டாற்றிய யோகியார், எப்போது புதுவை அரவிந்த ஆச்சிரமத்திலிருந்து வெளிவந்து தங்கட்குக் காட்சியளிப்பாரென்று, இந்தியா இலங்கை, மலாயா முதலாமிடங்களிலுள்ள அவரது அபிமானிகள் ஆவலுடன் எதிர்பார்த்தார்கள். 1950-ம் ஆண்டு கார்த்திகை மாதத்தில் அவர் மோனத்தவம் நீங்கி வெளிவந்துவிட்டாரென்னுஞ் செய்தி, பத்திரிகைகள் மூலம் பரவியதும், நாலாபக்கங்களிலுமிருந்து அவருக்கு அழைப்புகள் சென்று குவிந்தன.

நாவலர் பெருமானை 'ஐந்தாம் குரவர்' எனப் போற்றி வாழ்ந்த சுத்தானந்தரின் உள்ளத்தில் இலங்கை மக்களின் அழைப்பு முதலிடம் பெற்றதில் வியப்பொன்றுமில்லை; அதற்கிணங்கி 1952ம் ஆண்டு பிற்பகுதியில் அவர் இலங்கைக்கு விஜயஞ் செய்தார். அந்த ஆண்டில் அவர் வருகையின் தொடர்பில் நிகழ்ந்த நிகழ்ச்சிகள்

இலங்கையின் சரித்திரத்தில் என்றும் நிகழ்ந்திராதவை. தமிழர்கள் மாத்திரமன்றி, கிறிஸ்தவச் சகோதரர்களும் இஸ்லாமிய அன்பர்களும் தங்கள் ஊர்கட்கு வருமாறு அழைத்தனர். இலங்கையிலுள்ள நகரசபைத் தலைவர்களும், மாகாணத் தலைவர்களும், போட்டியிட்டுக்கொண்டு அவருக்குப் பூமாலையும் புகழ்மாலையுஞ் சூட்டினர். பௌத்தபிக்குகளும் கத்தோலிக்கக்குருமார்களும் பாதிரிமார்களும் பல இடங்களில் ஒரே மேடையிலமர்ந்து அவருக்கு வணக்கஞ்செலுத்தி வாழ்த்துங் கூறினர். மௌல்விகள் திருக்குரான் ஓதி ஆசியும் அன்பும் வழங்கினர். கிழ்மாகாணத்திலுள்ள பண்டிதர் குழுவும் புலவர் குழாமும் அவர் அப்பிரிவில் சென்ற இடமெல்லாம் பாமாலை சூட்டிப் பக்தியுடன் பணிந்தனர்.

அன்றைய இலங்கையில் மக்களுக்கிடையே இருந்த அன்பு ஒற்றுமை ணர்ச்சி சகோதர நேயம் முதலாய பெருங்குணங்களையும் இன்றைய இலங்கையில் அவர்களிடையே காணப்படும் வேற்றுமை, பொறுமை, சீற்றம், பகைமை பழிவாங்குதல் முதலாம் இழிகுணங்களையும் ஒப்பிட்டுப் பார்க்கும்போது நமது நாடு அரசியல்வாதிகளின் சூழ்ச்சிகளாலும், ஆசை, ஆணவ, அதிகார வெறிகளாலும் எவ்வளவு தூரம் சீர்குலைந்து அல்லற்படுகிறதென்பது தெற்றென விளங்கும்.

இலங்கை மக்கள் முன்போல் சந்தோஷமாயும் சாந்தியுடனும் பகைமையின்றியும் வாழவேண்டுமாயின் நாட்டில் ஆத்மீக சக்தி மிளிரவேண்டும். இத்தகைய தொண்டை உலகிற்குச் செய்யப் பிறவி எடுப்பவர்களே சுத்தானந்தர் போன்ற பெரியார்கள்.

அவரது மணிவிழாவைச் சிறப்புடன் கொண்டாடும்பொருட்டு தென்னாட்டிலுள்ள பிரமுகர்கள் பலர் முன்வந்திருப்பதை அறிந்து அளவற்ற மகிழ்ச்சியடைகின்றோம். அதற்கு அறிகுறியாகவே இம்மாத 'ஆத்ம ஜோதி' சுத்தானந்தர் மலராக வெளிவருகின்றது. அன்பர்களின் நன்முயற்சி பூரணசித்தியடையுமாறு எல்லாம் வல்ல பராசக்தியின் திருவருளை வேண்டுவோமாக.

சில தீர்க்கதரிசன வாக்குகள்.

(பத்தொன்பது ஆண்டுகட்கு முன், தென்னாட்டில் ஹிந்தி மொழிப் பிரச்சனைப்புயல் வீசியபோது யோகி சுத்தானந்த பாரதியார் எழுதிய நூலிலிருந்து எடுக்கப்பட்ட கீழ்க்கண்ட வசனங்கள், ஒன்பது பத்து மாதங்கட்கு முன் இலங்கை மொழிப்பிரச்சனை குறித்து எழுதியவை போல் அமைந்திருப்பதை வாசகர்கள் உணர்வார்களென நம்புகிறோம். 'ஹிந்தி' யென்ற சொல்வரும் இடத்தில் 'சிங்களம்' என்ற சொல்லை வைப்பதே வேண்டப்படும். ஆசிரியர்)

ஹிந்தி பயின்றதால் எனது தமிழ் எள்ளவும் கெடவில்லை. அதற்குப் பதிலாக ஹிந்தியைப் போலத் தமிழை வளர்க்கவேண்டுமென்ற ஆர்வக் கனல் பிறந்தது. ஹிந்திக் கதைகள் போலத் தமிழில் எழுத எழுச்சி பிறந்தது. ஹிந்தியை வெறுப்பதல்ல, எதிர்ப்பதல்ல, தமிழை உறுதியாக நின்று வளர்ப்பதே தமிழர் கடமை.

❀ ❀ ❀ ❀

இணையற்ற இலக்கியச் செல்வங்கொண்டது தமிழ். தற்காலத்தில் இளம் பொலிவுடன் வழங்கும் தென்மொழி தமிழே. தமிழ் பலமொழிகளுக்குத் தாய்மொழியாவது. தமிழ் நம் நாட்டுக்குப் பொதுமொழியாக வர உரிமையுண்டு. ஏனெனில் அது முன்பே நிலத்திற்குரிய மொழி.

ஆனால், தமிழர் தமது உரிமையை உணரவில்லை. வீடு கொள்ளை போனபிறகு "கூ கூ" என்றால் பலனென்ன?

❀ ❀ ❀ ❀

செயலற்ற ஆவேசப் பேச்சுக்களாலும் பயனில்லை. "நான் தமிழன்; இன்று நான் 24 மணிநேரம் உயிர்த்திருக்கிறேன். இதில் தமிழ் வளர்ச்சிக்கு 2 மணி நேரமாவது செலவிட்டேனா?' என்று ஒவ்வொரு தமிழனும் தன்னையே தினந்தோறும் கேள்வி கேட்கட்டும்.

❀ ❀ ❀ ❀

தமிழே! உனக்கு இவ்வளவு பெருமையும் உரிமையும் இருக்கும் போது நீ மூலையில் ஒதுங்கி நிற்பதேன்?" என்று என் உள்ளம் கேட்கிறது. இன்று தமிழன்னை என்ன சொல்லுகிறாள்?

"அப்பனே, வீண் கூச்சல் போட்டென்ன பயன்? வெள்ளம் வருமுன்பு கல்லணைபோட்டிருக்கவேண்டும்; வெள்ளம் வந்த பிறகு கையணைபோட்டால் நிற்குமா? எனக்கு உரிமையுள்ளது; பெருமையுள்ளது; சரிதான். ஆள் வலிமையில்லையே. எனது சொந்த மைந்தரே, சாதிப்பிளவும் வசைபுராணமுமாயிருக்கும் போது நாட்டில் யார் என்னை மதிப்பார்?" என்கிறாள் தமிழ்த்தாய்.

❀ ❀ ❀ ❀

தமிழர்க்கு நல்ல காலம் வந்துவிட்டது! ஹிந்தி வந்தது, தமிழ் ஒழிந்தது! இச்சமயம் நாம் செய்யத்தக்கதென்ன? வீண் கூச்சலை விட்டொழிக்கவேண்டும். மனித சக்தியை வீணாக்கும் கிளர்ச்சிகளை விலக்கவேண்டும்.........

பிறரைப் பகைப்பதால், பிறரிடம் பொறாமை கொள்வதால் நாம் முன்னேற முடியாது. அவர்கள் தமது மொழிக்கு என்ன செய்கிறார்களோ அதை நாம் தமிழுக்குச் செய்யவேண்டும்.

❀ ❀ ❀ ❀

தமிழ் நாட்டில் தமிழ் மொழிதான் கட்டாயமாக இருக்கவேண்டும், பத்து முதல் பதினாறு வயதுமட்டும் தாய்மொழியுடன் ஆங்கிலமும் நாட்டிற்கியைந்த ஒரு மொழியும் கற்பதில் குற்றமில்லை பதினொரு வயதுமுதல் பதினாறுவது வயது மட்டிலும் மனித சக்திகள் வளரும் பருவம். அப்போது மாணவன் எளிதாக வேறுமொழிகளைக் கற்கலாம்.

❀ ❀ ❀ ❀

இப்போது தமிழ் நாட்டின் முதன்மையான சம்பவம் திடீரென்று தமிழருக்குத் **தமிழுணர்ச்சி** வந்ததேயாம். இது யாரால் வந்தாலும் சரி அவரை நாம் மதிப்போம்.

இப்போதெழுந்த கனல் ஒவ்வொரு தமிழர் உள்ளத்திலும் பற்றியேறவேண்டும். தமிழை வளர்க்க ஒவ்வொரு தமிழனும் கங்கணங் கட்டிக்கொண்டு முன்வரவேண்டும்.

காலக் கடலை எதிர்த்துக் கூச்சற்போடுவதில் பயனில்லை. தமிழ்க்கப்பலை ஒழுங்குபண்ணி அக்கடலைத்தாண்டி ஞாலத்துறைகளையெல்லாம் அளக்கவேண்டும்.

தமிழர் ஆற்றல் தமிழ் முன்னேற்றத்திற்கே செலவழியவேண்டும். தமிழை ஆங்கிலத்திற்குச் சமானமாக உலகமொழியாக்கவேண்டும்.

❁ ❁ ❁ ❁

கொள்கை வேறுபாட்டை ஒரு அறிவாளியுரைத்தால் அவனைப் பிரதிவாதியாக நினைக்கக்கூடாது. தமிழனைத் தமிழன் பகைக்கக்கூடாது. தமிழன் சொல்லும் நியாயத்தைத் தமிழன் ஆராய்ந்து பார்க்கவேண்டும். வேறுபாடிருந்தால் பெயர்களைக் குறிக்காது ஆளைத்தாக்காது 'இந்தக் கொள்கையில் இன்ன பிழையுள்ளது; இது இவ்வாறிருந்தால் நலம்" என்று இன்சொல்லால் எடுத்துரைக்கவேண்டும்.

❁ ❁ ❁ ❁

தமிழன்பர்களே, நான் சொல்லுவதை வேறுவிதமாக நினைக்கக்கூடாது. காலவேகத்தை எதிர்த்து விரட்டமுடியாது, அதை வென்று தலைநிமிருங்கள்! ஹிந்தி தமிழை விழுங்குமென்று அஞ்சுகிறீர்கள்? இதென்ன பேதமை; கடலைக்குடித்த அகத்தியர் சந்ததிகட்கு இந்த ஹிந்தி எம்மட்டு? ஹிந்தியும் வியக்கும்படி தமிழை முன்னேற்றுவோம். வாருங்கள். நமது சக்திகளை வீணாக்காமல் நிலையான பணிகளைச் செய்வோம் வாருங்கள்!

❁ ❁ ❁ ❁

"சாதிப்பித்தம் வேண்டாம்—வீண்
சண்டை போட வேண்டாம்,
பேத புத்தி வேண்டாம்—நம்முட்
பிரிவினைகள் வேண்டாம்,
கோதிலாத தூயர் சொல்லும்
கொள்கை பற்றி வாழ்வோம்—பிடி
வாதம் செய் திடாமல்—பொது
வாய்மை தன்னை மதிப்போம்,"

யோக ஆசனங்கள்

(S. A. P. சிவலிங்கம், ஞானகுருயோகாசனசாலை, சேலம்)

22 ஆஹர்க்ஷண தநுராசனம்
(ஆரம்பிக்கும் விதம்)

சுத்தமானதும், காற்றோட்டமுள்ளதும், சமதளமானதுமான விரிப்பின்மேல் பத்மாசனத்தால் அவயவங்களை பிருசெய்துகொள்ளவும்.

பின் கால்களிரண்டையும் முன்பக்கம் நீட்டியுட்கார்ந்து கொள்ளவும். கால்களையகட்டக்கூடாது. இந்நிலையில் இடதுகாலை வலதுகணுக்கால்மேல் வைக்கவும். மூச்சை முழுவதும் வெளிவிட்டு இடதுகையால் வலதுகாலின்பெருவிரலை பிடித்துக்கொள்ளவும். முன் குனியக்கூடாது. வலதுகையை வலது காதுப்பக்கம் கொணர்ந்து இடதுகாலின் பெருவிரலைப் பிடித்துக்கொள்ளவும்.

முகம் நேராய் நிமிர்ந்து முன்பக்கம் பார்வை இருத்தல்வேண்டும். கால்கள் விறைப்பாய் இருக்கவும். இந்நிலை தேவைக்குத்தக்கவாறு இருந்தபின் மறுகாலிலும்மாற்றி இதுபோல் செய்யவும். சித்திரம் 22. பார்க்கவும்.

ஆசனத்தைக் கழற்றும் விதம்

மூச்சையுள்ளிழுத்தவாறு மெதுவாக வலதுகையின்உதவியால் பிடித்திருக்கும் இடதுகாலின் பெருவிரலைவிட்டு பின்வலதுகாலைப் பிடிக்கவும். இடதுகையையும்விட்டு பிரு செய்து, விறைப்பின்றி

இரண்டுகால்களையும் கீழேவைத்து நீட்டி, மெதுவாக மல்லாந்து படுத்து கைகளிரண்டையும் விரல்கள் மேல் பார்த்தவண்ணம் முகத்தை கீழே பக்கவாட்டில் திருப்பிவைத்து சிரமபரிகாரம் செய்து கொள்ளவும்.

சாதாரணமாய் மூன்று நான்கு தடவைசெய்யலாம். பெண்கள் மாதவிடாய், கெர்ப்பகாலம் தவிர மற்றநாட்களில் செய்யலாம்.

பலன்கள்:- விந்து ஸ்கலிதமாகுதல், நீர்த்துப்போதல் முதலியவற்றை குணப்படுத்தி விந்துவை கெட்டிப்படுத்தும். சிறுநீர்ப்பைக்கு வலுவைக் கொடுக்கும். சிறுநீர் வெளிச்செல்லும் சமயம் அடைப்பு போன்ற உணர்ச்சியை நீக்கும். சிறுநீர் கஷ்டமின்றி வெளிவரும்.

23 ஹஸ்தபாத சிர்சாசனம்

(ஆரம்பநிலை)

சமதள விரிப்பின்மேல் பத்மாசனம், பாதஹஸ்தாசனம்செய்து அவயவங்களை இளக்கிக்கொள்ளவும்.

பின் விரிப்பின்மேல் நின்றுகொள்ளவும். வலக்கையை இடுப்பில் வைத்துக் கொள்ளவும். மெதுவாக குனிந்து இடதுகாலைமாத்திரம் சமநிலைக்கு நேராய்தூக்கவும். வலது கையில் இடதுகாலின் பெருவிரலைக் கெட்டியாகப் பிடித்துக்கொண்டு மூச்சு முழுவதும் வெளிவிட்டு தலையுடன் இடுப்புவரை குனிந்து முகத்தை இடதுகாலின் முழங்கால்மேல் தொடவும். சித்திரம் 23. பார்க்கவும்.

இந்நிலையில் தேவைக்குத் தக்கவாறு இருக்கவும். வலதுகால் மடக்காமல் நன்கு கீழேவிறைப்பாய் படிந்திருக்கவும். இவ்வாறு மறுகாலையும் மாற்றிச் செய்யவும்.

ஆசனத்தைக் கழற்றும் விதம்

குனிந்து இருந்தபின் மெதுவாக கையைத் தளர்த்தி பிடித்திருப்பதை விறைப்பின்றி விட்டு விடவும். காலை கீழேயூன்றி, இடுப்பிலிருக்கும் கையையும் எடுத்துவிடவும். இந்நிலையில் சாதாரணமாய் சுவாசம் விட்டிழுத்து சிரமபரிகாரம் செய்து கொள்ளவும்.

பலன்கள்:- இடுப்புச்சதைகள், தசைகள், கழுத்து, கைகள், தொடைகள், பீஜங்கள் முதலிய அவயவங்களுக்கு வலுவைக் கொடுக்கும்.

பெண்களுக்கு கர்ப்பப்பைகள், சினைமுட்டைகள் முதலிய [illegible]ண்போகாது காத்து, மாதவிடாய் கிரமமாய் போகும். அக்காலங்களில் ஏற்படும் பல நோய்களைக் குணமாக்கும்.

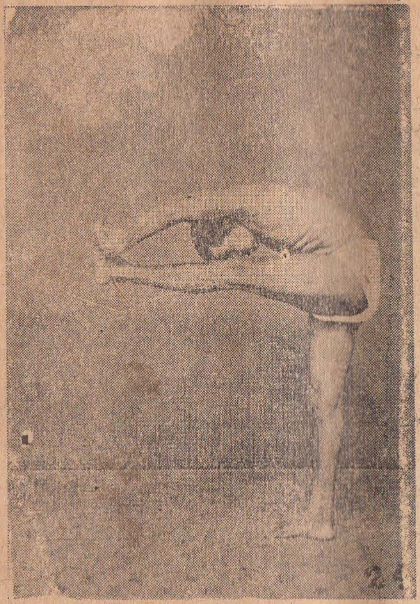
வயது வரம்பு:- ஆண்பெண் அனைவரும் செய்யலாம். விருத்தர் முதல் பாலர்வரை செய்யலாம். பெண்கள் கெர்ப்பகாலம் மாதவிடாய் காலங்கள் தவிர மற்ற காலங்களில் செய்யலாம்.

24 பாதஜுஸ்ட சிர்சாசனம்

(ஆரம்பநிலை)

சமமானதும், சுத்தமானதும், காற்றோட்டமுள்ளதுமான இடத்தில் பத்மாசனம், பஸ்சிமோத்தாஞசனம் செய்து அவயவங்களை இளக்கிக் கொள்ளவும்.

பின் விரிப்பின்மேல் நேராகநின்றுகொள்ளவும். வலதுகாலை நேராக சமமான நிலையில் மேல்தூக்கவும். பின் சுவாசம் முழுவதும் வெளிவிட்டு வலது, இடது கைகளால் வலதுகாலின் உள்ளங்காலை கெட்டியாகப் பிடித்து இடுப்புடன் தலையைக் குனிந்து



முகத்தை வலது காலின் முழங்காலில் தொடும் வண்ணம் இருத்தல் வேண்டும். சித்திரம் 24 பார்க்கவும். சற்று கடினமான ஆசனம். நீண்ட பழக்கத்தாலும், ஒருமை மனத்தாலும் கஷ்டமின்றி செய்யலாம்,

இம்மாதிரி வலது காலையும் செய்யவும்.

ஆசனத்தைக் கழற்றும் விதம்

இடுப்புடன் குனிந்து முகத்தைக் காலின்மேல் வைத்திருக்கும் நிலையில் மெதுவாக கைகளைத் தளரவிட்டு பிடிப்பை எடுத்து காலை கீழே ஊன்றி கைகளிரண்டையும் எடுத்து சிரமபரிகாரம் செய்துகொள்ளவும். தேவைக்குத் தக்கவாறுசெய்யவும்! நான்கைந்து தடவைகள் வீதம் செய்யலாம்.

பலன்கள்: சென்ற ஹஸ்தபாத சிர்சாசனத்தின் பலனைக் கொடுக்கும். கால்களுக்கு நல்ல வலுவைக் கொடுக்கும் நரம்புகள் வீரியப்படும்.

வயது வரம்பு: பாலர் முதல் விருத்தர் வரை செய்யலாம்.

தலை நிமிர் தமிழா—பெற்ற
தாயின் மனங்குளிர
மலை குலைந்தாலும்—தமிழா
மனங் குலையாதே.

சுத்தானந்த பாரதி

வள்ளுவர்முதல் வள்ளலார்வரையில்.

(யோகி சுத்தானந்தபாரதியார்)

உலகமெல்லாம் உள்ளமொன்றி
ஒரு குலம் போல் வாழுவோம்
கலகமின்றிக் கவலையின்றிக்
கருணையன்பு சூழுவோம்
அருண ஜோதிக் கிரணம் போல
அருளொளியிற் கூடுவோம்
மரண பயமும் வென்று சாந்த
மங்கலத்தில் ஆடுவோம்

ஒரு கடவுள் ஒருலகம்
ஒருமை யன்பு நேயமே
பெருமையான சமய மென்று
பிரியமாக வாழுவோம் ...

ஒரு நாட்டை அதன் பெரியாரால் அறிகிறோம். அமெரிக்கா என்றதும் வாஷிங்டன், லிங்கன், எமர்ஸன் முதலியோர் நினைவு வரும். எடிஸன் நினைவு வாராமற்போகாது. இதேமாதிரி தமிழகத்தில் ஏராளமான வீரரும் அரசரும், அறிஞரும் கவிகளும் இருந்தார்கள். இருக்கிறார்கள். திருமாவளவன் என்ற சோழன், பெரும் படை கொண்டு இமயமலை முதல் இலங்கைவரையில் போர் நடத்தி வெற்றிபெற்றான். இளஞ்செழியன் என்றபாண்டியன் பதினொரு மன்னரை ஒரே போரில் வென்றான். தமிழர் வீறுபடைத்தவீரர் அறப்போரில் இறப்பதை மோட்சமாகக் கருதும் சூரர். ஒரு தமிழ்த்தாய் போர்முரசைக் கேட்டதும் தன் மகனுக்கு இனியஉணவளித்து, கையில் வேலும் வாளுந் தந்து ஆசிகூறி, "மகனே போ நாட்டுக்காக, அறத்திற் காகப் போர்புரி. அதர்மப் பகையை வென்றுவா" என்றனுப்புவாள். ஒரே புதல்வனைக்கொண்ட அதே தாய், தன்மகன் கடும் போர்செய்து, மார்பில் அம்பு பட்டு இறந்ததைக் கண்டதும் மிகப்பெருமையடைந்து மகிழ்வாள். தமிழ்வீரரின் வாள் அநியாயப் போர் செய்ததில்லை. தேசத்தை, தருமத்தை, மானத்தைக் காக்கத் தமிழர் உயிரைத் துரும்பாக எண்

ணிப் போர்புரியவல்லவர்கள். தமிழர் வீரத்தைப் போலவே ஞானமும் புகழ்பெற்றது. மற்றெந்த நாட்டைக் காட்டிலும் தமிழ்நாட்டிலேதான் தெய்வப் பெரியார் கூட்டம் அதிகம். தமிழகத்தில் சுமார் நூற்றைம்பது மகான்கள் விளங்கினார்கள். அவர்கள் சரித்திரங்களெல்லாம் ஆங்கிலத்தில் வரும். நீங்கள் பார்க்கலாம். இங்கே உதாரணத்திற்காக இரண்டொருவர் பெருமையைச் சொல்லுகிறேன்.

வள்ளுவர் என்ற அருட்புலவர் திருக்குறள் என்ற வேத நூலை அருளினார். கீதை போர்க்களத்தில் எழுந்து ஆத்ம உணர்வுடன் அர்ச்சுனனைப் போர் புரியத் தூண்டுகிறது. திருக்குறள் மகான் வள்ளுவரின் அனுபவ வாக்கு. அந்த மகான் மயிலாப்பூரில் நெசவுத் தொழிலால் சுதந்தரமாகப் பிழைத்துக் கொண்டு, தமது அனுபவங்களைத் திருக்குறளாக யாத்தார். மனிதன் அறமறிந்து, உண்மையறிந்து, அன்பு கொண்டு, இல்லறத்தில் வாழ்ந்தே தெய்வத் தன்மை பெறலாம் என்று சொல்லாலும் செயலாலும் விளக்கியவர் வள்ளுவமுனிவர்.

அன்பின் வழியது உயிர்நிலை; அறத்தால் வருவதே இன்பம். ஆதிபகவன் முதற்றே உலகு; அருட்செல்வம் செல்வத்துட் செல்வம். வாய்மையே தூய்மை; துன்புறூஉம் இன்சொல்லவர்க்கு; ஒழுக்கமுடைமை குடிமை; உலகத்தோடொட்ட ஒழுகுதலே கல்விக் கழகு. பொறுத்தாற்கே புகழ்; தவஞ்செய்வார் தம்கருமஞ் செய்வார். பொய்யாமையன்ன புகழ் இல்லை. இன்னாசெய்தாரை ஒறுத்தல் அவர் நாண நன்னயஞ் செய்துவிடல். கூத்தாட்டவைக் குழாத்தற்றே செல்வம்; அடல்வேண்டும் ஐந்தன் புலனை. கண்ணுடைய ரென்போர் கற்றோர். அறிவுடையார் எல்லாம் உடையார். உள்ளமுடைமை உடைமை. இவைபோன்ற நூற்றுக்கணக்கான மெய்யுரைகளை வள்ளுவர் திட்பநுட்பமான சூத்திரங்களாகச் சொல்லியிருக்கிறார். திருக்குறளே எங்கள் "பைபிள்" அதை மெச்சாதாரிலர். உங்களுக்கு ஒரு பைபிள்தான் உண்டு. எங்களுக்கு நூற்றுக்கணக்கான அறநூல்கள் உண்டு. ஆயிரக்கணக்கான அருட்பாசுரங்கள் உண்டு. எங்களுக்குத் தருமோபதேசம் செய்ய

வருள் ஔவை என்னும் பெண்மணி முதன்மை பெற்றிருக்கிறார். தமிழர் பெண்மையைப் பெருமை செய்பவர். ஔவையின் ஆத்திசூடியைத்தான் நாங்கள் சிறுவருக்கு முதலிற் பாடஞ் சொல்வது வழக்கம். அதன் முதல் வரி அறஞ் செயவிரும்பு. ஆதலால் எங்கள் தமிழ்ச்சமுதாயம் அறவுணர்ச்சியில் ஊறி வீறு பெற்ற தீரர் கூட்டம். எங்கள் பெண்கள் கற்புநிலை தவறமாட்டார்கள். கற்பை உயிரினும் பெரிதாக மதிப்பவர். ஆணைப் பெண், சிவமாகவும். பெண்ணை ஆண் சக்தியாகவும் மதிக்கும் அருள்பெற்ற நாட்டவரே எமது தமிழர். தமிழர் உள்ளம் கருணையில் ஊறியது. பாரி என்ற மன்னன் தேரில் போகும் வழியில் ஒரு முல்லைக்கொடி கொழு கொம்பில்லாமல் தவழுவதைப் பார்த்தான். உடனே கருணையுடன் தனது தேரையே அதற்குக் கொழு கொம்பாக்கித் தான் நடந்து ஊர்சேர்ந்தான். தாயுமானவர் என்னும் மகான் இறைவா நான் பூசைக்குக்கூட மலர் பறிக்கக் கூசுகிறேன். ஏனெனில் நீ என்னுள் இருப்பதுபோலவே மலரிலும் புன்னகைக்கிறாய், என்கின்றார். ஆண்டாள் என்னும் அற்புதப் பெண்மணி உலகெங்கும் இறைவனைக்கண்டு அவனையே தனது ஆத்மபதியாகக் கொண்டாள். அப்பர் என்ற மகான் இறைவனைத்தவிர வேறு எவருக்கும் நான் குடியல்லேன். நமனையும் அஞ்சேன் என்று ஒரு மன்னனுக்கும் பதில் சொன்னார். ஞானசம்பந்தர் என்ற மூன்று வயதுப்பிள்ளை அற்புதமான தேவாரங்கள் பாடி ஜெயித்தார். பகைவரை வென்றார். இறைவனருளைப்பெற்று சோதியிற் கலந்தார். உங்களுக்கு இராமகிருஷ்ணரைப்பற்றி விவேகானந்தரும் அவருடைய சீடர்களும் சொல்லியிருக்கின்றார்கள். அவர் வடக்கே விளங்கிய அதே காலத்திலேதான் தெற்கே வடலூரில் ஓர் அற்புத ஞானி விளங்கினார். அவர் பெயர் இராமலிங்கர். இதோ பாருங்கள் அவரியற்றிய அருட்பா. இதன் ஒவ்வொரு வரியும் அவருள் எழுந்த வேத வாக்கு. மனித சமுதாயத்திற்கு ஒரு தமிழ்ப் பெரியார் தந்த பொக்கிஷம். சாதிமத சாத்திர கோத்திர பேதமேயில்லாமல் மனித சமுதாயமெல்லாம் கருணையும் சிவகாருண்யமுங் கொண்டு, அன்மநேய ஒருமையில் வாழும் வகையை இந்தமகான் பதினாயிரக்கணக்கான பாடல்களால் உலகிற்குப் பாடித் தந்திருக்கின்றார். அருட்பா போன்ற மற்றொரு நூல் எந்த நாட்டிலும் எம்மொழியி

லும் உதித்ததில்லை. நண்பர்களே, தமிழில் பொதிந்துள்ள கலைச் செல்வமும், அருட்செல்வமும், எல்லையற்றன. சுமார் நூறு தெய்வப்புலவர்கள் எங்கள் தமிழ் மொழியில் புண்ணிய நூல்களைச் செய்திருக்கிறார்கள். அவற்றில் திருக்குறள் ஒன்றே உலகிற்குத்தெரியும். மற்ற ஏராளமான நூல்கள் இன்னும் குடத்தில் விளக்குகள் போலவே உலகறியாதிருக்கின்றன. நாளைமுதல் உங்களுக்குத் தமிழகப் பெரியாரையும் அருள் வாக்குகளையும் விளக்கக் கடமைப் பட்டிருக்கிறேன். தமிழ் என்ற தென்மொழி இன்றும் சிறந்து விளங்குகிறது. அதில் அரிய பெரிய இலக்கியங்கள் உள்ளன. அற்புதமான கவிகளும் மகான்களும்இருக்கின்றார்கள், தமிழ் உலகமொழிகளில் மிகவும் திட்ப நுட்பமானது. தமிழ் இசை நிரம்பியமொழி. வேறெந்தமொழியிலும் அவ்வளவுபெரிய அருட்பாசுரங்கள் இல்லையெனலாம். இந்தப் பெருங்கூட்டத்திற்கு மறுபடியும் தமிழிசை விருந்தை ஊட்டி என் சொற் பொழிவை முடிக்கிறேன்.

அன்பு தெய்வம் என்று சொல்லும்
அமுதமான தமிழ் மொழி
இன்ப வாழ்வை இலகக் காட்டும்
எல்லை யற்ற தமிழ் மொழி
வாழ்க எங்கள் தாயமுதம்
வாழ்க தூய வாய்மையே
வீழ்க துன்பம் அச்சம் இன்னல்
வீரசக்தி ஓங்கவே

எந்தாய் வாழ்க!

('கலைக்கோயில்' என்னும் நூலின், 'சிகாகோபிரசங்கம்' எனத் தலையங்கம் கொண்ட 26ம் அத்தியாயத்திலிருந்து எடுக்கப்பட்டது)

சுந்தரமூர்த்தி நாயனார்

திருக்கேதீச்சரத் திருப்பதிகம்

பண்-நட்ட பாடை
திருச்சிற்றம்பலம்

நக்தார் படைஞானன்பசுவேறிந் நனைகவிழ்வாய்
மத்தம் மதயானை யுரிபோர்த்த மணவாளன்
பத்தாகிய தொண்டர் தொழுபாலா வியின்கரைமேற்
செத்தாரெலும்பணிவான் திருக்கேதீச்சரத்தானே

2. சுடுவார்ப்பொடி நீறுநல்ல துண்டப் பிறைக்கீழும்
கடமார்களியானையுரி யணிந்த கறைக்கண்டன்
படவேரிடை மடவா ளொடுபாலாவி யின்கரைமேல்
திடமாவுறைகின்றான் திருக்கேதீச்சரத்தானே.

3. அங்கமொழியன்னவ ரமரர் தொழுதேத்த
வங்கம் மலிகின்றகடல் மாதோட்டநன்னகரில்
பங்கஞ்செய்த பிறைசூடினன் பாலாவியின்கரைமேல்
செங்கண்ணர வசைத்தான் திருக்கேச்சரத்தானே.

இராகம் சுத்த நாட்டை
[சுர்த்தா 36] தாளம்— சதுரச்ரஜாதி ரூபகம்

எண்	0	1	0	1
	; கா .	கம பா பா பா	; கம	பா : பா பா
	. நத்	தா. .ர் படை	. ஞா.	னன். ப சு
	ச்ச் ரீ	பமம க க சா	கா மா	பா; மம பம
	வே. .	றி. . ந் ந. னை	க விழ்	வாய், அ...
1	கசகம	பதிச்நி பநிபா	;கம	பா; பா பா
	.. ந. த்	தா...ர் ப. டை	.ஞா.	னன், ப சு

ச்ரிச்ரி பமபம க க சா கம கம பா; மமபம
வே... றி. ,, ந்ந. னே க. வி. ழ் வாய்.அ...

2 கசகம பநி பநிச்நிபாபா ;கம பநிச்நிபமபா
.. ந.த் தா...... ர்படை .ஞா. ன...ன்ப.சு
கம கம பநிபம ககசா கா மா பா; மமபம
வே... றி...ந் ந.னே க விழ் வாய் அ...
கச கம பநி பநிச்நிபாபா ;கம பநிச்நி பமபா
.. ந. த் தா.....ர் படை .ஞா. ன... ன் ப சு
கம கம பநிபம ககசா காமா பா; பா;
வே... றி.. ந் ந. னே கவி ழ் வாய்...
;மக மா: பா நீ பநிச்நி பமபா மக மா
.ம. த் தம், ம த யா... னே.. ய. ரி.
; கம பா; மக சா ;மக சா ; , .
.போர்த் தா. ம. ணை .வா. ளன். . .
; கம பா; நீ நீ நீ பநிச் நி பா நீ ச்ா ச்ா
. ப . த் தா. கிய தொ.. ண் ட.ர் தொழு
ச்ா க்ா ச்நிச்நிபநிபம பாநீ ச்ா; ச்நி பம
பா. லா.. வி. யி ன். க ரை மேற். அ...

1 பம கம பநி பநி நீ நீ பநிச்நி பநி பநி ச்ா ச்ா
., ப. த் தா... கிய தொ . ண் ட ..ர் தொழு
ச்க்ச்நி பநிச்நி பநிபம பா நீ ச்ா; கம பநி
பா... லா ... வி. யி. ன். க ரை மேற். அ ..

2 பம கம பநி பநி நீ நீ பநிச்நி பநி பநி ச்ா ச்ா
. , ப. த். தா... கிய தொ... ண ட.., ர் தொழு
பநிச்க் ம்ச்நிச்நிபம பா நீ ச்ா; கமபநி
பா... லா... வி. யி. ன் கரை மே. .ற். அ
பம கம பநிபநி நீ நீ பநிச்நி பநி பநி ச்ாச்ா
.. ப, த் தா... கிய தொ...ண் ட...ர் தொழு
பநிச்க் ம்க்ச்நிச்நிபம பா நீ ச்ா; ச்ா;
பா... லா... வி. யி. ன் கரை மே. ற்.
; பநி ச்ாநீ'பாநீ கமபநி ச்நிபம கமபா
. செ.த் தா. ரெலும் ப. ணி. வா... ன்றி. ருக்
காமா பநிச்நிபாமா கா கா சா; ; ;
கே. தீ ..ச்சரத் தா. னே ...

முத்தமிழ் முனிவர்
கவியோகி சுத்தானந்த பாரதியார்
மணிவிழா

கவியோகி சுத்தானந்த பாரதியாரை உலகம் நன்கு அறியும். அவர் ஒரு அருள் பெற்ற மகான், தமிழ் நாட்டின் தனிப்பெரும் தவயோகி, கவி, இசைப் புலவர். அவர் வாக்கில் கவிவாணி சிறுவயதுமுதல் விளையாடுகிறாள், இலகும் கவிகள்வரை பாடியுள்ளார் சுமார் ஆயிரம் நூல்களுக்கு ஆசிரியர். 'பாரத சக்தி' என்னும் மாபெரும் காவியத்தை உலகிற்கு அளித்தவர். இளமைமுதல் யோகப்பயிற்சியிலும், பல சமய ஆராய்ச்சியிலும் பழுத்து நிறைவெய்தியவர். உலகில் பல பாகங்களுக்கும் சென்று ஆங்காங்கு கலை வளத்தையும், நாகரிகத்தையும், பண்பாட்டையும் விளக்கி நம் நாட்டிற்குப் பெருமை தேடித்தந்தவர். தமிழுக்கும், தமிழ் நாட்டிற்கும், தமிழர்களுக்கும், மனித சமுதாயத்திற்கும் யோகியார்செய்த தொண்டு அளப்பரியன. தமிழும் யோகமுமாய் வாழ்கிறார். வட லூரில் யோக சமாஜம் கண்டு, அரிய அருட்பணிகள் செய்து வருகிறார்கள். யோக சமாஜத்தை சென்னையிலும், நாட்டின் பலபாகங்களிலும் நாட்டி, தமிழரின் அருட் பெருமைகளை உலகிற்கெல்லாம் விளக்க ஆர்வம் கொண்டிருக்கிறார்கள்.

கவியோகியின் மணிவிழா—அறுபதாண்டுவிழா 11—5—57-ல் வருகிறது. அதைத் தமிழ்நாட்டின் தலைநகரமாம் சென்னையில் சிறப்புடன் கொண்டாடவேண்டும். தலைநகரத்தில் மட்டுமல்ல நாடு முழுவதும் நல்லமுறையில் கொண்டாடி, தமிழ் தவம்புரியும் முத்தமிழ் முனிவரை பாராட்டி அவர்பணிநலம் பரவ ஊக்குவிக்க வேண்டும். அதற்காக மணிவிழாக் கொண்டாட, முடிவு செய்துள்ளோம். இதற்குத் தமிழ் மக்களின் பேராதரவை எதிர்பார்க்கிறோம்.

இந்த விழாத்தமிழ் மொழிக்குச் செய்யும் அணி விழாவாகும். எந்தவித வேற்றுமையும் இன்றி எல்லோரும் மணிவிழாவில் கலந்து கொண்டு, தமிழை யும், தமிழ் பாடும் முத்தமிழ் முனிவரையும் சிறப்பி ப்போமாக. இந்தவிழா நல்லமுறையில் வெற்றிபெற உதவும் அன்பர்களுக்கும் ஆலோசனை கூறும் நண்பர்களுக்கும் நன்றி — நன்றி.

மணிவிழா மலர் ஆங்கிலம், தமிழ் இரண்டிலும் வெளியிட திட்டமிட்டிருக்கிறோம். சென்னையில் 11-5-57- மணிவிழா சிறப்புற நடத்தி முத்தமிழ் முனிவரை பெருமைப்படுத்த வேண்டும். விழாவின் போது யோகியாருக்கு ஒரு பணமுடிப்பு தரவேண்டும். அல்லது சென்னையில் நல்ல இடத்தில் யோக சமாஜத்திற்கு தக்க இடம் அமைத்துத்தரவேண்டும். என்பது எமது அவா.

இந்த முயற்சிகள் வெற்றிபெற நிதிவேண்டும். எல்லோரும் நிதிதந்துதவவேண்டும். இந்த அறிக்கையை பார்க்க நேர்கிற அன்பர்கள், தங்கள் நண்பர்களுக்கும் சொல்லி நிதி வசூலித்து உதவவேண்டும். நன்கொடை அனுப்ப விரும்பும் அன்பர்கள் திருமதி ஸ்ரீகாலக்ஷ்மி குமாரசாமி, மணிவிழா பொக்கிஷதார் 216, திருவொற்றியூர் ஹை ரோடு, தண்டையார்பேட்டை, சென்னை—21, என்ற விலாசத்திற்கு அனுப்பவும். இதன் விபரங்கள் பிரபல பத்திரிகைகளில் வெளியிடப்படும்.

முத்தமிழ் முனிவர் மணிவிழா மாண்புற நடைபெற எல்லோரையும் அன்புடன் அழைக்கிறோம். எல்லோரின் ஆதரவையும் வேண்டுகிறோம். எல்லோரும் நிதிதந்து உதவும்படி வேண்டுகிறோம்.

கவியோகி சுத்தானந்த பாரதியார் தமது கடமையை உலகிற்கு செய்தார் — செய்கிறார் — செய்வார் நாம் நமது கடமையை அவருக்குச்செய்வோமாக,

இன்பமே சூழ்க எல்லோரும் வாழ்க.

அந்தர்யோக சாதனைதினங்கள்

இடம்:-சச்சிதானந்த தபோவனம். தென்னக்கும்பர, கண்டி
காலம் 16-4-57· அதிகாலை தொடங்கி 20-4-5 இரவுவரை நடைபெறும்.

100 பேர்வரையில்தான் இதில்சேர்த்துக் கொள்ளப்படுவர். கலந்துகொள்ளவிரும்புவோர், தாங்கள் பங்குபற்ற விரும்பும் திகதிகளைக்குறிப்பிட்டு உணவுச்செலவுக்காக நாள் ஒன்றுக்கு மூன்றுரூபாவீதம் 12—4—57 மாலைக்குள்ளாக நேரிலோ தபால் மூலமோ செலுத்திப் பதிவு செய்துகொள்ள வேண்டும். தனியாக வாசிப்பதற்கென ஆத்மீக நூல்கள் ஒன்றிரண்டும், படுக்கைகளும் அவரவர்களே கொண்டுவருதல் நலம். ஆண், பெண் இருபாலாருக்கும் இதில் இடமுண்டு, பன்னிரெண்டு வயதுக்குட்பட்டவர்களும், குழந்தைகளோடு வரும் தாய்மார்களும் இதில் பங்குபெறஇயலாது.

சக்தி அன் கோ.,

சுவாமி சித்பவானந்தர், சுவாமி சுத்தானந்தர், சுவாமி இராமதாசர். இராம கிருஷ்ணமடாலய வெளியீடுகள் ஆதியன விற்பனைக்கு உண்டு. வேண்டுவோர் மேற்குறித்த விலாசத்தில் பெற்றுக் கொள்ளலாம்

35, கொத்மலை வீதி, நாவலப்பிட்டி

ஆத்ம ஜோதி
நேயர்களுக்கு
எமது அன்பார்ந்த
புத்தாண்டு
வாழ்த்துக்கள்
உரித்தாகுக
ஆத்மஜோதி நிலையம்
நாவலப்பிட்டி

ஸ்ரீ ராமகிருஷ்ண அஞ்சலி

(பரமஹம்ச தாசன்)

அன்பான தாயுமெனை வறுமையின் பேர்சொல்லி
ஆதரவி லாது விட்டாள்;
அரியநற் றந்தையும் சிறுவயதி லேபிரிந்
தல்லற்கா ளாக்கி விட்டார்;
வன்பகை யடக்குமுயர் தோளெனும் சோதரரென்
வாயுரை யடக்கி விட்டார்;
வருகவென் றுபசரித் தேத்திடும் சுற்றமும்
மனநோகச் சீறி விட்டார்,
நின்பாத மே, இனியென் உறவெனப் பற்றினேன்,
நீயுமிரங் காது விட்டால்,
நிலையற்ற இவ்வுலகில் எளியனின் கதியாது?
நித்யனே: சக்தி முதல்வா!
என்புநைந் துருகுமுள் ளன்பர்க்கிரங்கிடும்
இனியதீங் கருணை வடிவே!
எல்லையறு பேரருள் அன்னைசா ரதைமகிழ்
ஸ்ரீராம கிருஷ்ண மணியே! [5]

தீராத பிணி,மூப்புச் சாக்காடு தன்னிலே
சேயேன் உழன்றி டாமல்,
தீங்கருணை யோடு,நின் பூங்கமல விணைகளில்
திருவுள மிரங்கி யாண்டு,
பாராத பேரின்ப அனுபூதி வானிலே,
பந்தமற் றுலவி நிற்கப்,
பகரரிய மோனப் பழம்பெரும் வித்தையைப்
பாவிக் குணர்த்தி யருளாய்!

தாராத ரம்மறிந் துணைவந் தடைந்தவித்
தமியேனை யாட்கொ ளாயேல்,
சகமெலாம் நின்மேற் பெரும்பழி சுமத்துமே,
தாங்கும்வலி உனக்குள்ள தோ?
ஏராள மானபேர் தீராத வினைபோக்கி
இணையற்ற வாழ்வு தந்தாய்!
எல்லையறு பேரருள் அன்னைசா ரதைமகிழ்
ஸ்ரீராம கிருஷ்ண மணியே! [6]

தானம் தவம்சிறிது மறிகிலேன்: நல்லவர்
சகவாசம் பற்றி யறியேன்;
தானென்ற ஆணவங் கொண்டலைந் தேயெங்கும்
சளசள வென்று நாளும்
ஞானமும் கல்வியும் கரைகண்ட வன்போல
நாப்பறை யடித்து வருவேன்;
நல்லார், அடக்கமே மெய்த்தவ மெனக்கூறின்
நாணியுளங் குன்றி நிற்பேன்;
ஆனந்த சாகரந் தன்னிலே மூழ்கியுரை
யற்று.மனம் அற்றுநிற்க,
அண்ணலே. நின்கடைக் கண்ணோக்க மில்லையேல்
அடிமைக்கு வகையு முண்டோ?
ஈனப்பு லன்வென்ற ஞானப்பு தல்வர்பலர்
ஈன்றுலகை உய்க்க வந்த,
எல்லையறு பேரருள் அன்னைசா ரதைமகிழ்
ஸ்ரீராம கிருஷ்ண மணியே! [7]

ஐந்து வயதுக் கவியோகி

[சுத்தானந்த தாசன்]

எனக்குப் பத்து வயது இருக்கும். கிளிக்கண்ணிப்பாட்டு ஒன்றில் இரண்டு அடிகள் உள்ளத்தில் பதிந்து விட்டன. எங்கு சென்றாலும் உரத்த சத்தமாய்ப் பாடிக் கொண்டு செல்வேன். குரல் கன்ன கடூரமாய் இருந்தாலும் நான் பாடி ரசிப்பதில் ஒரு தனிப் பிரியம். ஆனபடியால் மற்றையோருடைய அபிப்பிராயத்தை எதிர் பாராமலே அவர்கள் காதைத் துளைக்கும்படி பாடுவதுண்டு. பாட்டு நீங்கள் யாவருங்கேட்டு அறிந்த பாட்டுத்தான். இப்போ பாட்டைப் பாடிப்பாருங்கள்.

ஐந்து வயதினிலே - அறியாப்பருவத்திலே
பிஞ்சிலே கூடினேன்டி - பிரியமனம் இல்லையடி

ஒருநாள் எனது ராகத்தில்பாடி ஆனந்தம் அடைந்திருக்கும்போது திடீரென எனது மாமா எதிரே தோன்றினார். உனக்குப் படிப்பதற்கு வேறு பாட்டில்லையாடா? இந்தக் கூத்துப்பாட்டுத்தான் அகப்பட்டதா? என்று கடிந்தார். அன்றுமுதல் இப்பாட்டை மற்றவர்கள் கேட்கத்தக்கதாகப் படிப்பதில் ஒரு பயம் எற்பட்டது. மனதுக்குள்ளே நினைவு வரும்போதெல்லாம் முணுமுணுப்பதுண்டு. காலகதியில் அதுவும் மறக்கவேண்டிய நிலை வந்துவிட்டது.

ஐந்தாவது வயது. விபரந்தெரியாத பிராயம். பழுக்காத ஓர் நிலையிலே கூடுவது, பிரியமனமில்லாது போவது, இவையெல்லாம் பலவருடங்களுக்கு முன்னே கேட்டபோது விளங்காப் புதிராகவே இருந்தது. இந்தப்பாடல் யோகநிலையை விளக்கும் ஆன்மார்த்தமான ஓர் இன்பப்பாடலைச் சேர்ந்தது. இளம் வயதிலேயே ஞானமுதிர்வு எற்படுகின்ற தன்மையை விளக்குவது. ஜீவாத்மா பரமாத்விடம் சிறு வயதிலேயே லயமாகி விடுவதைத் தெரிவிப்பது.

ஆனால் இன்று கவியோகி சுத்தானந்தஅடிகளாரது வாழ்க்கையை அறிந்தார்க்கு ஐந்து வயசிலே ஆன்ம பரிபக்குவம் எற்படுவதும் பிஞ்சிலேயே பராசக்தியுடன் கூடிக்கலப்பதுவும் அன்னையின் பரமானந்தப் பிணைப்பிலிருந்து விலகமனமில்லாது போவதும் எவ்வளவு உண்மை என்பது தெளிவாகும்.

குழந்தை சுத்தானந்தத்திற்கு ஐந்து வயது. பால்மணம் மாறாத பாலன். குடும்பத்திற்குக் கடைக்குட்டி. குழந்தை செல்வமாக வளர்க்கப்பட்டுச் "செல்வம்" எனவே அழைக்கப்பட்டான். இந்த ஆனந்த செல்வ அன்புக் குழந்தையைத் தத்துப் பிள்ளையாகப் பெற்றார் மாமனார். மாமன் லட்சாதிபதிப்பிரபு.

தாய்மாமனார் குழந்தையின் களைசொட்டும் முகத்தை நாட்கணக்காய்ப்பார்த்துக் கொண்டிருப்பார். ஒருநாள் தனது செல்வம் நிறைந்த அறைக்குள் குழந்தையை அழைத்துச் சென்று "செல்வம்" இந்தப் பணங்கள்' எல்லாம் உனக்கே தந்துவிடுகிறேன். நீ யாருடைய குழந்தை என்று சொல் பார்ப்போம் என்றார். நான் மீனாட்சியின் குழந்தை என்றான் சிறுவன். மாமாவின் குழந்தை என்று சொல்லு கண்ணே! இந்தச் செல்வமெல்லாம் மீனாட்சிதந்த பிச்சைதானே மாமா. நான் மீனாட்சியின் குழந்தைதான். அப்படியானால் நீ இங்கே இருக்கக்கூடாது. மீனாட்சியுடனேயேபோய் இருந்து கொள் என்று விளையாட்டாகக்கண்டித்தார் மாமா. அந்த வார்த்தை குழந்தையின் உள்ளத்தை தொட்டுவிட்டது.

அன்று சாயந்திரமே குழந்தை ஒருவரையும் அறியாமல் வீட்டைவிட்டுக் கிளம்பி மீனாட்சி அம்மனின் சந்நிதியை அடைந்து, குழந்தை தேவி முன்னால் சென்று 'அம்மா நான் உன்னுடைய பிள்ளை, உன்னையே நம்பினேன் என்றுசொல்லி விம்மியழுது சில நிமிஷங்கள் அசைவற்றுக் கிடந்தான்.

அப்படிக்கிடந்த நிலையில் ஓர் இன்பக் கனல் எழுந்து குழந்தையின் உடலில் பரவியது. அம்பிகையின் அருட்பார்வை குழந்தையின் மேற்பட்டது. குழந்தை உணர்ச்சிவந்துஎழுந்தான். தேவியை இருகண்களாலும் பருகினான். தன்னையே அன்னை மீனாட்சிக்கு அற்பணஞ்செய்து கொண்ட குழந்தையின் காலில் இந்தப் பாமலர் பூத்தது.

அம்மா பரதேவி தயாபரியே
சும்மா உலகின் சுமையாகவிரேன்
எம்மாத்திரமுன் பணியிங் குளதோ
அம்மாத்திரம் வைத்தடிசேர்த் தருளாய்

சும்மாஉலகின் சுமையாக இரேன் என்றஅறிவு சாமானியகுழந்தை உள்ளத்திலே உதிக்குமா? அம்பிகையின் அருள்நிறைந்த உள்ளத்திலல்லவா உதித்தது? ஐம்பத்தைந்து வயதிலும் அதே குழந்தை உள்ளத்துடன்தான் சுத்தானந்தர் விளங்குகிறார்.

நமக்கும் சுவாமிகளுக்கும் ஒரு வித்தியாசமுண்டு. நமக்கு உடலோடு உள்ளமும் முதுமை அடைந்து விடுகிறது. சுவாமிகளுடைய உடல் முதுமை அடைந்து விடுகிறது. உள்ளம் ஐந்து வயதினிலேயே உள்ளது. சுவாமிகள் தமது ஐந்து வயதினிலேயே அறியாப்பருவத்திலே பிஞ்சிலே கூடிவிட்டார், இப்பொழுது அப்பாட்டை எவருக்கும் பயமில்லாமல் மறுபடியும் படிக்கத் தொடங்கிவிட்டேன். முன்பு பொருள் உணரவில்லை. இசையிலே படித்தேன். இன்று சுவாமிகளின் வாழ்க்கை மூலம் பொருளுணர்ந்தேன். ஆனபடியால் பயமில்லாமல் படிக்கிறேன்.

ஆத்மீகத்தைப் பற்றி மற்றையோருக்குக் கூறும்போது அதற்குரிய தனிப்பட்ட முறையில் அதாவது சாமானிய மக்கள் புரிந்துகொள்ளாத முறையில் எழுதுவதும் பேசுவதுந்தான் பல பெரியார்களுடைய வழக்கமாக இருந்து வந்தது. ஆனால் கவியோகியாரின் ஆத்மீக செல்வங்களோ குழந்தைகளும் புரிந்துகொள்ளக் கூடியவை. சுவாமிகள் பல துறைகளில் பல பாஷைகளில் ஆயிரத்திற்கு மேற்பட்ட நூல்களை எழுதியுள்ளார்கள். ஒவ்வொரு நூலும் ஆத்மீகத்தையே உட்பொருளாகக்கொண்டவை. விஷயமோ குழந்தைகளும் விரும்பி வாசிக்கத் தகுந்தது. சர்க்கரையில் பொதிந்த மருந்துபோல்குழந்தைகளும்விரும்பி வாசிக்கத்தகுந்தது. சர்க்கரையில் பொதிந்த மருந்தை குழந்தைகள் விரும்பியுண்டு அதனால் பயனடைவதுபோல் சுவாமிகளின் அரிய நூல்களைப் படித்த குழந்தைகள் பலர்நற்பயனடைந்ததைஎனதுகண்முன்னிலையில்கண்டுமகிழ்ந்தேன். இதற்கெல்லாம் காரணம் சுவாமிகளின் குழந்தை உள்ளமே.

நாம் தமிழ்ச் சோலையினுள்ளே அடியெடுத்து வைக்கும்போது பரம சிவனார்கூடாக அகத்தியரையே முதன் முதல் சந்திக்கிறோம். அவர் பன்மொழிப் புலவர் மாத்திரமல்லர் பல்கலைப்புலவருமாவர். அந்த வழியிலே இன்றுவரை தோன்றிய மகான்களில் அகத்தியரைப் போன்றார் ஒருவருமே இருந்ததில்லை. ஒருவர் இலக்கணப் பகுதி தெரியாதிருப்பார், ஒருவர் எழுதுவார்; பேசமாட்டார். வேறொருவர் சொற்சித்திரமாகப் பேசுவர். எழுதுவர் அதன்படி நடக்கமாட்டார். பிறிதொருவர் மேல் நாட்டுக் கலைகளில் வல்லவராய் இருப்பார். இன்று நாம்செய்த தவத்தால் பொழுது விடிந்து புன்மையிருட்டணம் ஒழிய ஒரு சுத்தானந்தசூரியன் தோன்றினன் அகத்தியருக்குப் பின்விரல் விட்டு எண்ணக்கூடிய ஒரு பன்மொழிப் பலவர் ஒரு பல்கலைப் புலவர் சுவாமிகள் ஒருவரேயாவர்.

பாரத சக்தி மகாகாவியத்தைப் படிக்கும் போதெல்லாம் வேத வியாசருக்குப் பின்தோன்றிய தமிழ் வியாசர் என்றே சொல்லத் தோன்றுகிறது. அதேபோல் எண்ணங்கள் உருப்பெற்று உரம் பெற்று வலுப்பெற்று உணர்ச்சி பெற்று உயர வளர்ந்து வளர்ந்து முடிவில் நம் உள்ளத்தை உந்தித்தள்ளி அதைத் திறக்கச் செய்யும் வலிமைபெற்றிருக்கும் கவிதாசக்தி இப்பாட்டிற் படிந்திருக்கிறதென்பதை இப்பாட்டைப் பன்முறையும் தொளைத்துத் தொளைத்துப் படித்தார் உய்த்துணர்ந்து கொள்ளக்கூடியதொன்று.

நடராஜ வடிவத்தை நாம் பார்த்திருக்கின்றோம். இப்பிரபஞ்சம் முழுக்க அதிர்ந்து ஆடிக்கொண்டிருக்கும்பாவனையை நாம் அதில் காண்கிறோம். குழந்தை இலைக் குழலைச்செய்து அதை ஊதி அவ்வோசைக்கியைய நடனம் செய்யும்பொழுது அக்காட்சியை உளக்கனிவுடன் பார்த்துக்கொண்டிருந்த தாயின் உள்ளம் உலகத்தோடு தாண்டவமாடத்தான் செய்யும். இரு நடனங்கள் இங்கே நம் கண்முன் தோன்றுகின்றன; ஒன்று குழந்தையின் நடனம். மற்றது அன்பு மேம்பாட்டால் உளங்கனிந்த தாயினது உள்ளத்தில் நடனம். இவ்விரண்டு நடனங்களும் ஆண்டவனது திருத்தாண்டவ நடனத்தையும் மனக்கண் முன்கொண்டு வந்து விடுகின்றன.

இதுவன்றோ உயரிய கவிதை!

புதுயுக யோகி

(அன்பு ராஜன்)

மூன்றாவது பாரம் படிக்கையிலே யோகி சுத்தானந்தரின் "உடல் உறுதி" படிக்கும் வாய்ப்பைப் பெற்றேன். பிறகு யோக சித்தி. இவை படித்ததும் முதலில் எழுந்த எண்ணம் எப்படியும் அந்தமஹானை தரிசித்து வணங்கவேண்டும். உடனே புதுவைக்கு ஒருகடிதம் பறந்தது. சுவாமிகள் மௌனமாக இருக்கிறார்கள். யாரிடமும் பேசுவதில்லை. நூல்களைக் கற்று, கல்வியில்கருத்தூன்றி நாட்டுக்கு நலமுறப் பணியாற்றுக— உத்தரவுப்படி என்று ஒரு அன்பர் கையெழுத்திட்டு பதில்வந்தது. பேசாமல் வாங்கி வைத்துக் கொண்டேன். பிறகு மதுரையில் படிக்க கல்லூரியில் சேர்ந்தேன். ஆசை மீண்டும் தூண்டியது. இடையில் பல நூல்களை படித்து பக்தியைப் பெருக்கிக்கொண்டேன்.

மறுபடியும் எழுதினேன் கடிதம். சிறுவன் இருக்கிறேன். தரிசனம் தரலாகாதா என்று. பதில் வந்தது. தரிசன விதிகளை அறிந்து 24-11-48 தரிசனத்திற்கு வரலாம் என்று. அதன்படி புதுவை பறந்தேன். அன்று ரயிலில் தூக்கம் இல்லை. என்னவென்னவோ எண்ணங்கள். ஒன்றுமாறி மற்றொன்று. சுப்ரமணிய பாரதியும், வ. வே. சு. ஐயரும், அரவிந்தரும், சுத்தானந்தரும் மாறி மாறி வந்தனர். உலகம் போற்றும், அரவிந்தரும், சுத்தானந்தரும் நமக்கு தரிசனம் கொடுக்கிறார்கள் என்று மகிழ்ந்தேன். காலை ஐந்து மணி, ரயில் நிலையம் சென்றது. குறு குறு காற்று. ஜனங்கள் எழுந்தும் எழாமல் நிற்கும் காலைக் காட்சி. அங்கொருவர் சென்றார். வீதியில் கூட்டுவோர் இரைச்சல். ரிக்ஷா தான் வேறு வசதியில்லை. மனிதனைமனிதன் இழுக்கும் வண்டியில் செல்ல மனமின்றி நான் தங்கநினைத்த நண்பர் வீட்டிற்கு நடந்தே சென்றேன். கதிரவன் எழுந்தான். பூவெங்கும் அவன் பொற்கிரணம் வீச புதுவை மாநகரும் பொன்னாய்த் திகழ்ந்தது. அன்பர் நல்லுரை கூறி வரவேற்றார். காலைக்கடன்கள் முடிந்தன. இருவரும்

அரவிந்தாசிரமம் நோக்கிச் சென்றோம். அன்னையின் தரிசனம் நடந்துகொண்டிருந்தது. யாரோ "குழலோசைகேட்குதம்மா கோபால கிருஷ்ணன் குழலோசை" பாடிக்கொண்டிருந்தார்கள். அன்னை தரிசனம் முடிந்தது. பிறகுதான் பார்த்தேன் ஆசிரம கட்டிடங்களை. வானோங்கி நிற்கும் வண்ணநிறகாவி, சாம்பல்நிற அரண்மனைகள். பிரமித்து நின்றேன்.

ஆசிரம ஆசார வாயிலில் "நாதானந்தபாபுஜி" காணவேண்டுமென்று கடிதம் தந்தேன். பாபுஜி 8 மணிக்கு வரச்சொன்னார். மணி 7 தான். 1 மணிநேரம் இருந்தது. கடற்கரை நோக்கிச் சென்றோம். உதயசூரியன் கடல் திரை பொன்னீராக்கியிருந்தான் காலைத் தென்றலிலே கடற்கரை வெளியிலே புதுவை மாநகரிலே பூரிப்போடு சென்றேன். உள்ளம் விண்ணோக்கிப் பறந்தது. கடலில் கட்டியுள்ள பாலத்தில் நடந்தோம். டூப்ளே சிலையைக் கண்டோம். அதைச்சுற்றி செஞ்சிக் கோயிலின் தூண்கள்நிறுத்தப்பட்டிருக்கும் கொடுமையைக் கண்டேன்.

கடல் தரிசனத்திற்குப்பின், கன்னித்தமிழ் பாடும் கவிஞர்பெருமானைக் காண முன்சென்றேன். ஆசிரமவழிகாட்டி அழைத்துச் சென்றார். ஆசிரம மலர் வளங்களை, அவைகளின் ஒழுங்கையும் அமைப்பையுங் கண்டு வியந்தேன். மாடிப் படியைக் காட்டினார். படி படியாய் ஏறினேன். யாருக்குமே கிடைக்காத பாக்கியம். உள்ளம் விம்மியது. உவகை பொங்கியது. மெய் சிலிர்த்தது. பாதிப்படியில் நின்றுவிட்டேன். மறுபடியும் பட படப்பு நின்றபிறகு மேலே சென்றேன்.

யாருமில்லை. ஒரு ஆசனத்தில்நாணப் புன்னகையோடு அமர்ந்து வரவேற்றார். யார்?

கருணை முகமும் அன்பும் கதிர்பொலி கண்ணும்
உருவான உள்ளொளி காட்டும் பரந்த நெற்றியும்
திருவை திட்டெனக் காட்டும் சிவந்த திலகமும்
கருமையான சடைமுடியும் காட்டியது சுத்தானந்தனை.

கண்டேன். கண்டேன். விண்டேன். விண்ணமுதம் உண்டேன். வாங்கோ, வாங்கோவென்றார். படபட என்று பொலிந்து தள்ளினார். நல்லவேளை யாரும் இல்லை.

என்ன என்னவோ கேட்டார். இப்போது சொன்னால் விரியும், பிறகு மாறி நிதிமந்திரி ஆர். கே. சண்முகம் செட்டியார் அவர்கள், எஸ். சி. வஸந்தகோகிலம். யோக சமாஜம் சென்னை இப்போதைய தலைவர் த. நாராயணன். எல்லோரும் வந்திருந்தனர். நான் பாதாம் அல்வா கொண்டுபோயிருந்தேன். சுவாமிகள் அதை விநியோகிக்கச் சொன்னார். இப்போதைய யோகசமாஜத்தலைவர் விநியோகித்தார். 12 மணிவரை இருந்தோம். பலபல பேசினோம். 4 மணிநேரம். பிறகு விடைபெற்றுக்கொண்டேன்.

மதியம் அரவிந்தரை தரிசித்தேன். பிறகு ஊர் திரும்பினேன். புதுவையில் புதுயுக யோகியைக் கண்டபிறகு உள்ளத்தில் கனல் மூண்டது. அந்த அன்பும், பக்தியும் நாளுக்குநாள் பெருகியது. பலமுறை தரிசித்து பெருக்கிக்கொண்டேன்.

பிறகு கால வேகத்தால் சென்னையில் பணியாற்றும் பாக்கியம் பெற்றேன். அந்தசக்தி அன்னை கிருபையால் மேல்நாடுகள் செல்லும் போது யோக சமாஜம் சென்னையில் நாட்டப்பட்டது. அதன் ஊழியராக பணியாற்றி வருகிறேன். சுத்தானந்தத்தை எல்லோரும் பருகவும் மேற்கும், கிழக்கும், வடக்கும், தெற்கும் விஞ்ஞானமும், மெய்ஞ்ஞானமும் ஒருங்கே அமைந்த ஒருபுத்தம்புதிய சமுதாயத்தை அமைக்கவும், அல்லும் பகலும் பாடுபடும் முத்தமிழ் முனிவர் காட்டிய யோக சமாஜத்தை சென்னையில் நாட்ட முடிவு செய்துள்ளது. நிதியின்றி எதுவும் நடவாது. தெய்வ மாந்தர் இதற்கு திரட்டித் தருவார்கள் என்பதில் ஐயமில்லை. புதுயுகயோகி பல்லாண்டுவாழ்ந்து பாருக்கெல்லாம் நல்வழிகாட்டி நலமுறநடத்த எல்லாம் வல்ல அந்த சக்தியன்னை அருள்வாளாக, யோகசமாஜம் வாழ்க. ஓம் சுத்தசக்தி.

திருமுறைக் காட்சி (21)

[முத்து]

அடியனேன் வந்தவாறு

நாம் ஏன் பிறந்தோம்? என்றொரு கேள்வியைக் கேட்டால் பலரும் பலவித விடையைக் கூறுவர் அதற்குவிடை அவரவர் மன பரிபாகத்திற் கேற்றதாகவே அமையும். அவர்கள் கூறும் விடையைக்கொண்டே அவர்களுடைய பண்பாட்டினை அறிந்துகொள்ளலாம். பண்பாடு என்பது சொல்லளவில் நிற்பதன்று. செயலாகி உருப்போந்து செறிந்தது. இராசதம், தாமசம், சாத்வீகம் என்னும் முக்குணங்களும் எல்லாரிடத்திருந்தாலும் ஒவ்வொருவரிடத்தில் ஒவ்வொரு குணம் மேலோங்கி நிற்கும். அதற்குத்தகவே அவர்கள் வாழ்க்கையின் குறிக்கோளும் அமையும்.

நாவுக்கரசுப் பெருந்தகையார் இறைவரைப் பார்த்து 'நான் இப்பூவுலகிற்குவந்த காரணம்'

அத்தாஉன் ஆடல்காண்பான் அடியனேன்வந்தவாறே என்கின்றார். தந்தையே உன்னுடைய திருவிளையாடலைக் காணவே நான் இப்பொழுது வந்தேன் என்கின்றார். தந்தை அறிவற்ற குழந்தைக்கு அறிவூட்டுகின்றவன் அல்லவா? உலகில் பலருடன் ஊடாடினேன். பலநூல் பயிற்சிபெற்றேன். பலசமய உண்மைகளை ஆராய்ந்தேன். மூளைக்கல்விக்கு முதலிடம் கொடுத்தேன். நினது அருளால் நான் இங்கு வந்தகாரணத்தை ஆராய்ந்தேன். நினது ஆடலைக் காண்பதற்கே என்ற முடிபிற்கு வந்தேன். உலகமெலாம் நீயே ஆளுமை என்ற தத்துவம் அறிந்தேன். அதன்பின்னர் உலகிலுள்ள உயிரில் எல்லாம் நீயே நின்று ஆடுவதை உணர்ந்தேன். உயிர்க்கு உயிராய் இருப்பவன் நீயல்லவா?

உனது ஆடல் உயிர்தோறும் நிகழ்வதை எல்லாராலும் உணர முடியவில்லையே. "இதயந்தோறும் பொதுநடம் போற்றி" என்றல்லவா பெரியார்கள் கூறியுள்ளார்கள். அறிவிற்குறைந்த பக்குவமற்ற ஆன்மக் குழந்தைகளையெல்லாம் பக்குவிகளாக்குவதற்கு

தில்லையிலே கனகசபையின் கண்ணே ஆனந்த நடனமிட்டுக்காண்பிக்கின்றீர்.

இனித்தமுடைய எடுத்தபொற்பாதமுங் காணப்பெற்றால்
மனிதப்பிறவியும் வேண்டுவதே இந்தமாநிலத்தே,

என்று நின் ஆடலைக்காண்பதென்றால் எத்தனைமுறையும் மனிதப்பிறவி எடுக்கலாம் என குதூகலிக்கின்றார். தில்லைக்குச் சிதம்பரம் என்னும் ஒரு பெயருண்டு. சித் + அம்பரம்; சிதாகாசம், சிதம்பரம் உள்ளத்திலே உள்ளது. உன்னுள்ளே அதனைக் காணமுடியாவிட்டால் சிதம்பரத்தை நாடிச்செல். நந்தனார் தமதுள்ளே கண்ட பெருமானைச் சிதம்பரத்திலும் தரிசிக்க நாடிச்சென்றார். தில்லைச் சிதம்பரத்தில் ஆடுபவன் யார்? அவன் தான் முத்தன்; முதல்வன். எல்லா ஆன்மாக்களுக்கும் முத்திகொடுப்பதற்காகவே ஆடுகின்றான். ஆதலால் அவனை முத்தன் என்கின்றார். எல்லா ஆன்மாக்களும் முன்னிலும் முன்னவன் ஆதலால் முதல்வன் என்கிறார்.

தந்தையே உன் ஆடலைக் காண்பதற்குத்தான் யான்வந்தேன் என்று வாயாற் சொல்லிவிட்டால்மாத்திரம் போதுமா? உன் ஆடலை யான் காண்பதற்கோ அன்றி நீ காட்டுதற்கோ எனக்கு ஏதாவது தகுதிவேண்டாமா? என்னிடத்திலே என்ன தகுதிதான் உண்டு. நீயோ சாமவேத கானப்பிரியன் என்று வேதங்கள் முறையிடுகின்றன. பக்தியோடு பாடினால், பொருளுணர்ந்து பாடினால் பக்தர் பின்னே செல்வாய் எனப் பக்தர்கள் முறையிடுகின்றார்கள். "புறம் புறம் திரிந்த என்செல்வமே" என மணிவாசகரே கூறுகின்றாரே. அப்படியிருக்க யானோ பாட அறியேன். அத்தோடு பக்தியோடு பாட அறியேன். பக்திஎன்றால் என்ன என்றே அறியேன். வாழ்வில் ஒருநாளாவது பக்தியைப்பற்றி உணர்ந்ததில்லையே,

தந்தையே நீயோ யோகி. யோகிகளுக்கெல்லாம் யோகி, எல்லாங்கற்றுணர்ந்த நால்வருக்கும் சொல்லாமற் சொல்லி உன்னை விளக்கினாய் அல்லவா? நான் யோகியுமல்லேன் பக்தனுமல்லேன். அப்படியானால் எவ்வாறு பக்திசெய்வேன். பக்தியாதென்று அறியாதும், பக்திசெய்ய அறியாதும் இருக்கின்ற என்னைநீ இகழ்ந்து தள்ளிவிடவேண்டாம். நீயோ வைதாரையும் வாழவைப்பவன் இராவணனுக்குக்கூட அருள்புரிந்தாயல்லவா? எனதறியாமைக்கு என்னை இகழவேண்டாமென்றான் கேட்டுக்கொள்ளுகின்றேன். தன் குழந்தை அறியாமையினால் வாடினால் தந்தைதானே அதைத் தீர்ப்பவன். எல்லா ஆன்மக் குழந்தைகளுக்கும் முத்தி அளிக்கும் முதல்வன் நீயேயல்லவா? ஆதலால் உன்னுடைலைக்காணவே இங்கு நான்வந்தேன். அதுவே எனது வாழ்வின் குறிக்கோளுமாகும் என்கின்றார் நாவுக்கரசர். இப்போ அவரது வேண்டுதலைப்படியுங்கள்.

பத்தனாய்ப் பாடமாட்டேன் பரமனே பரம யோகி
எத்தினாற் பத்தி செய்கேன் என்னைநீ இகழ வேண்டாம்
முத்தனே முதல்வா தில்லை அம்பலத் தாடுகின்ற
அத்தா உன் ஆடல் காண்பான் அடியனேன் வந்த வாறே

பொருள்:- நான் உண்மையானபக்தனாய் உன்னைப்பாட மாட்டாதவன். பரம்பொருளே. யோகிகளுக்கெல்லாம் மேலானயோகியே! உன்னிடத்து நான் எவ்வகையால் பக்திசெய்வேன்! ஆயினும் அவ்வகை அறியாதவன் என்று என்னைநீ இகழ்ந்து தள்ளிவிட வேண்டாம். முத்தியை அளிக்கவல்லவனே, யாவர்க்கும் முதல்வனே, தில்லைத் திருச்சிற்றம்பலத்தில் ஆனந்தத் தாண்டவம் செய்யும் என் அன்பனே! உன்னுடைய அந்தத்திவ்யநடனத்தைக் காணும்பொருட்டே அடியவனாகிய நான் இப்பொழுது வந்தேன், அருள்புரிவாயாக

ஆசன நேயர்களுக்கு

பல அன்பர்கள் யோகாசன சம்பந்தமாக கேள்விகள்கேட்கின்றனர். அவைகள் ஒவ்வொருவருக்கும் தனித்தனியாக பதில் எழுதி திருப்பிசெய்ய இயலாமையால் "ஆத்ம ஜோதியில்" தொடர்ச்சியாக பிரசுரிக்க ஏற்பாடு செய்துள்ளோம். ஆகவே அன்பர்கள் பயன்படுத்திக் கொள்வதுடன் "யோகாசன சந்தேகவிளக்கம்" எனும் முறையில் அடுத்த மாதத்திலிருந்து அன்பர்கள் கேள்விகளுக்கு ஜோதியில் பதில் வெளிவரும்.

அன்பர்கள் கேட்கும்கேள்விகளை யோகாசன சம்பந்தமாகவே கேட்டுத்தெரிந்துகொள்ளலாம். மற்றும் தனிப்பட்ட ஜீவியமுறையில் கேள்விகள்கேட்டுத் தெரிந்துகொள்வதாக இருந்தால் தனிப்பட்ட பதிலுடன் எங்களுக்கு விளக்கம்கொடுத்தால் கேள்விக்கு தக்க பரிகாரம் விளக்கம் அனுப்பப்பெறும். யோகாசன சம்பந்தமல்லாத கேள்விகள் ஏற்றுக்கொள்ளப்படமாட்டா.

- ஆசிரியர்.

Regd, at the G. P. O. as a News Paper M. L, 59/300

ஆயுள் சந்தா ஆதரவாளர்
உயர்திரு. க. செல்லையா அவர்கள் மலாயா

வாய்வு சூரணம்.

உஷ்ண வாய்வு, முழங்கால் வாய்வு, இடுப்பு வாய்வு, பித்த வாய்வு, மலக்கட்டு, மலபந்தம், அஜீரணம், புளியேப்பம், கை கால் அசதி, பசியி ன்மை, செமியாமை, வயிற்றுவலி, பித்தமயக்கம், பித்தசூலை, சோம்பல் முதலான வாய்வு ரோகங் களை அறவே நீக்கி நல்ல பசி எடுப்பதற்கும். தே காரோக்கியத்திற்கும் மிகச்சிறந்த சூரணம். மூலி கைகளினால் தயாரிக்கப்பெற்றது. (பத்தியமில்லை)

5-பலம் டின் ரூ. 3—0—0

சம்பு இண்டஸ்ட்ரீஸ், சேலம்-2. (S. I]

இலங்கை சோல் ஏஜண்டு:

ஆத்மஜோதி நிலையம், **நாவலப்பிட்டி**

ஸ்ரீரமணாச்ரமம், திருவண்ணாமலை

ஸ்ரீ பகவான் ஆராதனையை முன்னிட்டு, கீழ்க்கண்ட புத்த கங்களின் விலைகள் 33⅓% (மூன்றிலொரு பங்கு) குறைக்கப்பட் டுள்ளன, இக்குறைந்தவிலை 31-5-57 வரையே செல்லத்தகும்.

தமிழ்ப் புத்தகங்கள்	தற்கால விலை ரூ, அ, பை.	குறைக்கப்பட்ட விலை ரூ. அ. பை.
1. உள்ளது நாற்பது உரை (யார் உரை)	1—8—0	1—0—0
2. மகரிஷி வாய் மொழி	1—0—0	0—11—0
3. மஹா நிர்வாணம்	0—10—0	0—7—0
4. அக்ஷரமணமாலை உரை (முருகனார் உரை)	1—8—0	1—0—0

தபால் செலவு தனி

ஸ்ரீ ரமணாச்ரம புத்தகாலயம்,
ஸ்ரீ ரமணாச்ரமம் போஸ்டு, திருவண்ணாமலை,

Hony. Editor, K. Ramachandra,
Printed & Published by N, Muthiah, Athmajothi Nilayam, Nawalapitiya
At Saravana Press, Nawalapitiya 13-4-57