ஆத்ம ஜோதி

இயேசு கிறிஸ்து நாதர்

ஆத்ம ஜோதி

ஓர் ஆத்மீக மாத வெளியீடு

எல்லா உலகிற்கும் இறைவன் ஒருவன்
எல்லா உடலும் இறைவன் ஆலயமே. (சுத்தானந்தர்)

சோதி 10 | ஏவிளம்பிஸ மார்கழிமீ (15-12-57) | சுடர் 2

பொருளடக்கம்

1	கிறிஸ்து ஜோதி	—சுத்தானந்த பாரதியார்
2	அன்பின் அவதாரம்	—பரமஹம்ஸதாசன்
3	இயேசு கிறிஸ்து	—ஆசிரியர்
4	கிறிஸ்துவின் அறமொழிகள்	— ...
5	நிலைதவறிய மகள்	— ...
6	ஏசு கிறிஸ்து	—மகரிஷி சுத்தானந்தர்
7	யேசுவின் பிரார்த்தனை	—சுவாமி சித்பவானந்தர்
8	சிவானந்தர் அறிவுரை	
9	ஒளி பிறக்கிறது	—சி. இராசநாயகம்
10	திருக்குறளும்-கீதையும்	—சாது சுப்பையா
11	யோக ஆசனங்கள்	—சிவலிங்கம் சேலம்
12	நாமதேவர்	—சாரதை
13	வாழ்வின் இதையகீதம்	—செல்வி மாதர்நாச்சியா
14	வரப்பெற்றோம்	

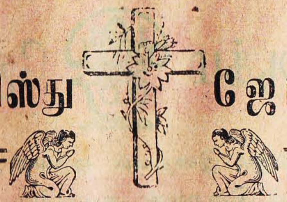
ஆத்ம ஜோதி

ஆயுள் சந்தா ரூபா 75. வருடச்சந்தா ரூபா 3.
தனிப்பிரதி சதம் 30

கௌரவ ஆசிரியர்: க. இராமச்சந்திரன்
பதிப்பாசிரியர்: நா. முத்தையா

ஆத்மஜோதி நிலையம் - நாவலப்பிட்டி (இலங்கை)
அச்சுப்பதிப்பு: ஸ்ரீ முருகன் அச்சகம் - பூண்டுலோயா.

கிறிஸ்து ஜோதி



[சுத்தானந்தபாரதியார்]

கல்வியிற் சிறந்தவன் கற்ற ஞானத்தைச்
சொல்பவன் சொற்படி துணிந்து தொண்டுசெய்
நல்வழி நிற்பவன் ஞான மார்க்கத்திற்
செல்பவன் கிறித்துவச் செம்மல் ஏசுநாஸ்.

தேசு லாவுத் தியாகத் திருவினன்
பேசுஞ் சொல்லைச் செயல்பெறப் பேணினுன்
ஏசு நாதன் இணையறு வாழ்வினை
மாசி லாது மனமுறக் கேண்மினே.

அருந்திறல் ஆகும் ஆத்ம சக்தியால் அவதரித்தோன்
பெருந்தவச் சுடரே யானேன் பேரின்பப் புலவர் உள்ளம்
பொருந்தியி கிழக்கிற் பூத்துப் பூவெங்கும் பரம ஞான
மருந்தெனப் பரவுந் தெய்வ மணங்கமழ் வாழ்வி ஞனே!

உனதுளப் படியே செய்வாய் உயர்பரம் பொருளே யென்று
தனதெலாம் கடவுட் கீந்து தனித்தொரு பற்று மின்றி
மனதினை யடக்கி வென்ற மாசிலாக் கிறிஸ்து நாதன்
வினையுடல் எடுத்த நன்மை விளைந்திட விரதங் கொண்டான்

இறைவனின் அருளார் மைந்தன் வருகையை இயம்பினேனைச்
சிறையினில் அடைத்தும் வெய்ய சித்திர வதைகள் செய்தும்
பறையடித் தேசு தன்னைப் பகைவர்கள் ஏசி நின்றும்
குறைவறத் தருமத் தந்தை குறித்ததைச் செய்தான் அன்னேன்

நெற்றிகை காலில் ஆணி புகுத்தியே நிமலன் றன்னை
மற்றிரு கள்வர் நாப்பண் மாட்டினுர் சிலுவை யேற்றி
சிற்றறி வாளர் நக்கார் சிறந்தவன் இறையே இன்னோர்
குற்றமென் றறியாச் செய்தார் குளிர்ந்து மன்னிப்பீர் என்றுன்

அன்பின் அவதாரம்!

பொய்மையெலாம் திரண்டெழுந்த
மையிருட்பூ தத்தின்
புலைவாயிற் பட்டறிவுப்
பொறிகெட்ட தருணம்,
வையகத்தை உய்விக்க
மனங்கொண்டான் ஐயன்!
மாடுகட்டும் கொட்டிலிலே,
வைக்கோல்மத் தியிலே,
கையசைத்துக் காலுதறிக்
கனகநகை பூத்துக்
கனிமழலை மொழிபேசிக்
கண்ணொளியை வீசித்
துய்யசெழுஞ் சோதியுடன்
தோன்றியதோர் கருணைச்
சுடர்க்கொழுந்து, ஏசுவெனும்
தூயபெய ருடனே! 1

வஞ்சம், பொய், கொலை, களவு,
நஞ்சுமிழ்திக் காம
வலைவீசி, உலகையெலாம்
வாட்டியபுன் சைத்தான்,
நெஞ்சுலர்ந்தான்; புகல்வேண்டி
நெறிநின்ற பெரியோர்,
நிதிகண்ட வறிஞரெனக்
களிகொண்டு நின்றார்!
விஞ்சைமணம் தாங்கி, உயர்
தார்மீகத் தென்றல்
வீசியது; மாசற்ற
விண்ணகத்தி னின்று
செஞ்சொல்மணி மலர் சொரிந்து
தேவர்மகிழ் வுற்றார்;
திருக்கருணைச் சுதன் உதய
தெரிசனத்தைக் கண்டே! 2

''அன்பின்வழிச் செல்லுங்கள்;
அகந்தையைக் கொல் லுங்கள்;
அனைத்துயிர்க்கும் உயிரான
ஆன்ம வொளி கண்டு,
இன்புறுங்கள்!'' என்றெங்கும்
என்புருகக் கூவி,
இன்னுயிர்க்கே வாழ்வனைத்தும்
ஈந்தபெரு மானை,
புன்புலையர் கொடுங்கோலர்,
புகைநெஞ்சக் கயவர்
பூட்டி, அந்தோ! வன்சிலுவை,
யேற்றி விட்டார் கொடியர்!
அன்புருவம் , அப்பொழுதும்
''இவர்பிழையைப் பொறுத்து
அருள்க!'' வென்ற திவன்கருணை
அளவிடுதற் கெளிதோ! 3

பரிசுத்த மரியம்மை,
கருவுற்ற புண்யன்;
பலகஷ்ட நிலையுற்றும்
மலைவற்ற திண்யன்!
விரிசித்த மொடு சுத்த
பிரமத்தில் ஒன்றி,
விலையற்ற வலிபெற்றிவ்
வுலகத்தை வென்றோன்!
தரிசித்த வுடன், மக்கள்
இடர், இற்று வீழத்
தயைபற்றும் அருள்மிக்கோன்;
த்பாகத்தி னாலே,
வருஷித்த உபதேசக்
கருணைத்தேன் உணடால்,
மனிதர்க்குள் வினைமுற்றும்
கலகப்போர் உண்டோ? 4

—பரமஹம்ஸதாசன்.

இயேசு கிறிஸ்து

(ஆசிரியர்)

“மாதங்களில் நான் மார்கழி மாதமாக இருக்கின்றேன்” என்பது கண்ணன் வாக்கு. மார்கழி மாதத்தைத் தேவர் மாதமாகக் கொண்டாடுவது இந்துக்கள் வழக்கம். திருவெம்பாவையும் திருப்பாவையும் இம்மாதத்திலேதான் ஓதப்படுகின்றன. மார்கழிமாதம் நல்லபனிக்காலம். இந்தப்பனிக்காலத்திலேயேமக்கள் அதிகாலையாகியமூன்றுமணிக்குத்துயில்எழுந்து (பிரமமுகூர்த்தத்தில்) நீராடி கோயில் சென்று வழிபாடாற்றுவதை இன்றும் காணலாம். திருவெம்பாவையும் திருப்பாவையும் இதைப்பற்றிப் பரக்கப் பேசுகின்றன.

இத்தகைய சிறந்த மாதத்திலேதான் இயேசுகிறிஸ்துவின் அவதாரமும் நிகழ்ந்தது. இவருடைய தந்தை யோசேப்பு; தாய் கன்னி மரியாள். இவருடைய இயற்பெயர் யோசுவா என்பது. இந்த எபிரேயப் பெயருக்கு மீட்பர் என்பது பொருள். கிரேக்க மொழியில் இதை ஏசு என்று கூறினர். யூதர்கள் தங்களை விடுவிக்கும் ஒருவர் வருவார் என்று நம்பிக் கொண்டிருந்தார்கள். அபிஷேகம் பண்ணப்பட்டவர் என்பதற்குரிய எபிரேய மொழியாகிய மேசியா என்பது கிரேக்க மொழியில் கிறிஸ்து என்றாயிற்று. யூதர்கள் எதிர்பார்த்த மீட்பர் இயேசுவே என்று கிறிஸ்தவர் நம்பியபடியால் இயேசுநாதருக்குக் கிறிஸ்து என்னும் பட்டப் பெயரும் வழங்கலாயிற்று.

இவர் உலகுக்கு உயிர் கொடுத்த உத்தமர் எனப் போற்றப் பெற்றார். அவருடையஉபதேசங்கள் யாவும் 2000 ஆண்டுகளுக்கு முன்பிருந்த மனிதனுக்கு மாத்திரமல்ல, இன்றும் என்றுமுள்ள மனிதருக்கும் ஏற்றனவாகும். நாம் சென்ற சென்ற இடங்களிலெல்லாம் ஏசுநாதர் உலகத்தவருக்கு நல்லுபதேசம் செய்து வந்தார். அவர்திருவாய் மலர்ந்தருளியதைக் கேட்டவர்கள் பாக்கியவான்கள். ஏனென்றால் அவரவர் மனபரிபாகத்துக்கு ஏற்ப மக்கள் அவருடையநிறைமொழியினின்று

நலன் அடைந்து வந்தனர். கடலினுள் பல் பாண்டங்களைப் போட்டு நீர் மொள்ளலாம். ஒவ்வொரு பாண்டத்தின் வண்ணத்துக்கு ஏற்ப அது நீர் கொண்டு வருகிறது. அங்ஙனம் ஏசுநாதர் புகட்டிய பேருண்மைகளிலிருந்து அவரவர் மனபரிபாகத்துக்கு ஏற்ப நலன் பெறலாம்.

ஏசுநாதர் பல அரிய உபதேச மொழிகளைக் கூறியிருக்கிறார். அவர் உயர்ந்த மொழிகளை மனதில் பதியும்படி உவமானத்தோடும் கதையுடனும் சொல்லும் திறமை வாய்ந்தவர்.

“மனிதன் வசிப்பது ரொட்டியால் மட்டுமல்ல; இறைவன் திருவாய் மலர்ந்தருளும் திருவாக்கால் மக்கள் வாழ்கிறார்கள்.”

எண்சாணுடம்பிற் சிரசேபிரதானம் என்பதுபோய் வயிறேபிரதானம் என்று சொல்லும் படியான நிலைக்கு மக்கள் கீழ் இறங்கிவிட்டார்கள். இதனால் போட்டி, பொறாமை, சூழ்ச்சிகள் வலுத்தன; இனம்பற்றி, சாதிபற்றி, மதம்பற்றி பிரிந்தனர். அவர்கள் உள்ளத்தெழுந்த இனத்திமிர் சாதித்திமிர், மதத்திமிர் மனிதனை மனிதனாகப் பார்க்கும் பார்வையை இழக்கச் செய்தது.

“வலது கன்னத்தில் அடிப்பவர்களுக்கு
இடதுகன்னத்தைக் காட்டு”

என்பது அவருடைய உயர்ந்த போதனையாகும். இயேசுபெருமானைத் தெய்வமாகக் கொண்டாடும் இராச்சியங்களிலே இன்று குண்டுக்குக் குண்டுபோட்டு மக்களைஉயிரோடுவதைக்கிறார்கள. யேசுபெருமானின் அரிய உபதேசம் இன்று ஒரு கன்னத்தில் அடித்தால் மறுகன்னத்திற்குப் போடு என்றவகையில் மாறிவிட்டது. வள்ளுவப் பெருந்தகையாரின் அரியகருத்தும் சிந்தித்தற்குரியதாகும்.

இன்னா செய்தாரை ஒறுத்தல் அவர்நாண
நன்னயம் செய்து விடல்.

மனிதன் வயிற்றையே முக்கியமாகக்கொண்டு வாழ்க்கை நடத்துவதனால் அவனுக்குப் பசி தீர்ந்தால் மட்டும் போதாது. நாளைக்கவலை அவனை மிகப் பெரிதும் வாட்டுகின்றது. அதனால் பணம் பணம் என அலைகின்றான். யாரைப்பார்த்தாலும்

இல்லைப்பாட்டே பாடுகின்றார்கள். மற்றவர் அறியாவகையில் பணத்தைத் திரட்டுகின்றார்கள். வாழ்க்கையின் குறிக்கோள் முழுவதும் பணத்தோடு நின்று விடுகின்றது. பாரமார்த்திக வாழ்வைப்பற்றிச்சிந்திக்கவே அவனுக்கு நேரமும் இல்லை, மனசும் இல்லை.

"ஒட்டகங்கள் ஊசியின் காதில் நுழைந்து விடுவது பணக்காரன் மோட்சத்தில் புகுவதை விட மிக எளிது"

இறைவன் ஒருவனே உண்மைப்பொருள், மற்றவையெல்லாம் நிலையற்றவை. இறைவன் பேரொளி. மற்றவையெல்லாம் நிழல்களே. நிழலை நோக்கி ஒருவன் ஓடுவானாயின் அவனால் எப்பொழுது அந்நிழலை அகப்படுத்த முடியாது. ஒளியை நோக்கி ஓடுவானாயின் நிழல் தனக்குப்பின்னே ஓடி வருவதைக் காண்பான், ஒருவன் ஆண்டவனை அடைந்து விட்டானானால் பிறவெல்லாம் தாமே வந்தடையும். எதனை அடையவேண்டுமோ அதனை அடைந்துவிட்டால் மற்றவை எல்லாம் அடைந்ததற்குச்சரியே. இதனையே இயேசுபெருமான் தமது உபதேசத்தில்

"பரமநிலையை ஒருவன் அடைந்தால் பிற நிலங்கள் தாமே வந்து அவனை அடையும்"

என்று குறிப்பிடுகின்றார். இயேசுபெருமானுடைய வரலாற்றை ஆழ்ந்து கவனித்தால் பின்வரும் முக்கியமான உண்மைகள் பெறப்படும்.

இயேசு நாதர் எதைப் போதித்தாரோ அதன் வண்ணமே தம் வாழ்க்கையை நடத்தியவர். இவருடைய பகைவர்கள் கூட இவர்தவறிழைத்ததாக ஒருபோதும் கூறியதில்லை. ஒழுக்கத்தவறு என்னும் கறையில்லாத உண்மை ஊழியர்.

சாதாரணமாக மக்கள் போற்றும் நூலறிவு இல்லாதவராயினும், கடவுள் உலகத்தை நலம் பெற இயக்கும் ஒப்பற்ற

முறையை நன்கு அறிந்தவர். அதை இவருடைய உவமைகளிலும் தியாகத்தைப்பற்றிய உபதேசங்களிலும் காணலாம்.

இயேசுநாதர் இவ்வாறு பரிசுத்தமான மகானாகவும் இணையற்ற ஞான குருவாகவும் இருந்தார் என்று கூறினால் மட்டும் போதாது. இவர்மானிடரேயாயினும் மானிடப் பண்புக்கு மேம்பட்டவர் என்றே கூறவேண்டும். "நான் உங்கட்குச் சொல்லுகின்றேன்" என்று தொடங்கி, இவர் கூறும்பொழுது இவர் மானிடர்க்கும் அதிதமான அதிகாரம் ஒன்றை வகிப்பதாகவே காணப்படுகின்றது.

இந்தத் தன்மதிப்பும் அதிலிருந்து பிறக்கும் உரிமையுணர்ச்சியும் இவர் கடவுளுடன் கொண்ட விசேஷ உறவின் உணர்ச்சியினின்று எழுந்தவையாகும். கடவுளோடு நெருங்கிப் பூரணமாய் ஒன்றுபடும் இவ்வுரிமை இவருடைய வாழ்க்கை முழுவதிலும் காணப்படுகிறது. பிற்காலக் கிறிஸ்தவர்கள் மட்டும் இவ்வாறு எண்ணுகிறார்கள் என்பதில்லை. இவருடன் வாழ்ந்த மக்களுங்கூட இவரிடத்தில் ஒருதனி ஆத்மசக்தியைக் கண்டார்கள். இந்தச்சக்தியானது இவருக்கு மக்கள்மீதிருந்த செல்வாக்கினாலும், இவர்மக்கள் உள்ளங்களை அறிந்த நுண்ணறிவினாலும், அற்புதங்கள் பலவற்றைச் செய்த ஆற்றலினாலும் விளங்கிற்று. இவருடைய வாழ்க்கை அற்புதத்தில் தொடங்கி அற்புதத்தில் முடிந்ததாகும்.

இவர்சகித்த சோதனைகள் சாதாரணமக்கள் பொறுக்கக் கூடியவையல்ல. உலகமக்களின் தொண்டுக்காக கடவுளால் அனுப்பப்பெற்ற ஒருவர்க்கே இது சாத்தியமாகும். அந்தச் சோதனைகளும் மக்கள் நலத்தை நாடி உழைக்க விருப்பமும் ஆற்றலுமுடைய ஒருவர்க்காகவே ஏற்பட்டனவாக இருக்கின்றன. மக்களுடைய பிரச்சினைகளையெல்லாம் தீர்க்கக்கூடியவர் என்னும் மேசியா உணர்ச்சியே இவருடைய ஊழியத்தின் இலட்சியமும் சிறப்புமாகும். அதிகாரத்தோடு பேசிப் பாவங்களை மன்னித்து ஆன்மசக்தியை வெளிப்படுத்துவதே மேசியாவின் தொண்டாதலால், அந்தத் தொண்டை நிறைவேற்றும் பொழுது தாம் உயிரை இழக்க வேண்டியதே என்று

தம் சீடர்களிடம் கூறினர். ஆண்டவனுடையதாசன் என்னும் இலட்சிய புருஷர் ஒருவர் தோன்ற மக்களுக்காகப் பாடுபடுவார் என்பதாக முன்னமேயே ஏசாயா தீர்க்கதரிசி கூறியிருந்தார். அந்த இலட்சிய புருஷர் தாமே என்பதாகவும், அந்தக் கடமையை நிறைவேற்றுவதால் சாவு வரினும் தம்மை மக்களுடன் ஒன்ருக்கிக் கொள்வதற்காகவே தாம் வந்திருப்பதாகவும் அறிந்துகொண்டிருந்தார்.

ஏதோ ஒரு பெரியவர் இருந்தார்; அவரை மக்கள் கொன்று தீர்த்தார்கள் என்று மட்டும் கூறுவதாயிருந்தால், அதனால் மக்களுடைய பிரச்சினைகள் தீர்ந்து போவதில்லை, ஆனால் இயேசு சிலுவையில் அறைபட்ட பின்னர் உயிர்த்தெழுந்தானது நமது பாவங்களினிமித்தம் இவர் உயிர்துறந்தார் என்பது மட்டுமேயன்றி, நமது பாவங்களிலிருந்து நம்மை இரட்சிக்கின்றார் என்பதும் புலனாகும்.

இயேசுவின் ஞானோபதேசத்தின் பெரும்பகுதி கடவுள் இராச்சியத்தைப் பற்றியதாகும். அந்த இராச்சியத்தை அமைப்பதே தமது மேசியாக் கடமையாக உணர்ந்தார். அப்படி அமைப்பதற்காகவே அவர்தம் சீடர்களை நாடெங்கும் ஞானோபதேசம் செய்யுமாறு அனுப்பிவைத்தார். உலகத்தைக்கடவுள் நல்லதாகவே படைத்தார். ஆனால் அது கெட்டுப்போயே இருக்கிறதென்று உணர்ந்து கடவுள் காட்டும் நெறியில் நிற்பதே கடவுள் இராச்சிய அமைப்பு என்பதை இவர் உவமை மூலமாக விளக்கி, மக்களை அந்த இராச்சியத்துக்குள் வந்து சேரும்படி அழைத்தார்.

கிறிஸ்துவின் அறமொழிகள்.

நம்பிக்கையுடன் அறத்தைத்தேடு. அத்துடன் அறிவை; அறிவினுடன் பொறுமையை; பொறுமையுடன் சகோதர வாஞ்சையை; சகோதர வாஞ்சையுடன் அன்பை.

கண்ணால் காணும் சகோதரனை நேசியாதவன் கண்ணால் காணாத கடவுளை நேசிப்பது எங்ஙனம்? கடவுளை நேசிப்பவன் சகோதரனையும் நேசிக்கக் கடவன் என்பதும் கடவுள் கட்டளை.

அன்பு செய்வதை நிறுத்தாதே. அயலாராயினும் விருந்தோம்ப மறக்காதே. தேவதூதர்களைக்கூட இவ்வாறு அறியாமலே உபசரிக்கக் கூடும்.

உங்களிடையே அன்பு நிலவட்டும். அன்பு செய்தல் அநேக பாவங்களுக்குப் பரிகாரமாய்விடும்.

அன்பு இல்லாமல் அறவுரைகள் கூறுவது வெறும் செகண்டி அடிப்பதே. வருவதை உரைக்கவும் மலைகளை அகற்றவும் கூடிய ஆற்றல் இருப்பினும் அன்பில்லையானால் யாதொரு பயனும் உண்டாகாது.

நான் என் செல்வம் முழுவதையும் கொண்டு ஏழைகளுக்கு அன்னமிட்டாலும், அவர்களுக்காக என் உடலையே அர்ப்பணித்தாலும், அன்பில்லையானால் யாதொரு பயனும் உண்டாகாது.

அறங்கள் அனைத்திலும் அன்பே உயர்ந்தது

உலகம் தோன்றின நாள்முதல் நாம் கேட்டுவரும் உபதேசம் இது! பரஸ்பரம் அன்பு செய்யுங்கள் என்பதே.

கடவுளை நேசிப்பவன் சகோதரனையும் நேசிப்பான்என்று கடவுளே அருளியிருக்கிறார்.

நான் சுதந்திரம் உடையேன் ஆயினும் அனைவர்க்கும் ஊழியனாக இருந்து வருகிறேன்.

எந்தமனிதனையும் இழிந்தவன் என்று கூறலாகாது என்று எனக்குக் கடவுள் காட்டியுள்ளார்.

உனக்கு நன்மை செய்வோர்க்கே நீ நன்மைசெய்வதானால் அதில் உள்ள மேன்மையாது? பாவிகள் கூட அவ்வாறுதானே செய்கிறார்கள்.

சகோதரரிடம் அன்பு செய்வதால் நாம் மரணத்திலிருந்து வாழ்வுக்குச் சென்றுவிட்டோம்.

தேவலோகத்திலுள்ள உன்தந்தை சால்புடையவராக இருப்பது போலவே நீயும் சால்புடையவனாக ஆகவேண்டும்.

உலகத்திலுள்ள மக்கள் அனைவரையும் ஒரே இரத்த சம்பந்தமுடையவராகவே கடவுள் படைத்திருக்கிறார். மனிதர் கடவுள்போலவே ஆக்கப்பட்டுளர்.

சகோதரர்களே! கடவுள் உங்களுக்குச் சுதந்திரம் அருளியுள்ளார். அதை உலக சுகத்திற்காக உபயோகியாமல் பிறரிடம் அன்புசெய்வதற்கே உபயோகியுங்கள்.

உங்களில் அறிவுடையோர் எவர்? அறிவோடுசேர்ந்து அன்பைக் கொண்டு அறச்செயல்கள் செய்து அறிவுடையோர் என்று காட்டட்டும்.

சகோதரன் தீமை செய்தால் எத்தனை தரம் மன்னிக்கவேண்டும், ஏழுதரமா? எழுநூறு ஏழுதரம் மன்னிப்பாய்.

எவன் சிறு குழந்தைபோல் பணிவுடையவனோ அவனே தேவலோகத்தில் பெரியவனாக மதிக்கப்படுவான்.

பாவத்தின் கூலி மரணமே. அறம் இது வென்று அறிந்தும் அதைச் செய்யாதவன் பாபம் செய்பவனே.

தவறு செய்யாத தொண்ணூற்றொன்பதுபேர்க்காக மகிழ்வதினும் தவறுசெய்து கழிவிரக்கங் கொள்ளும் ஒருவனுக்காகவே தேவலோகத்தார் அதிகமாக மகிழ்வர். கழிவிரக்கங் கொண்டாலன்றி அழியவேசெய்வாய். கழிவிரக்கங் கொண்டு மனமாற்றம் அடைவாய். உன்பாவங்கள் மறைந்து போகும்.

பகைவரையும் நேசி, உன்னை வெறுப்பவர்க்கும் நன்மை செய். உன்னைச் சபிப்பவரையும் வாழ்த்து, உனக்குத் தீமைசெய்வோருக்கும் பிரார்த்தனை செய்.

சகோதரனைத் துவேஷிப்பவன் கொலை செய்பவன். கொலை செய்பவனுக்குக் கதிமோட்சம் கிடையாது என்பதை அறிவாய்.

நிலைதவறியமகள்

விபசாரத்திற்பிடித்த ஒருபெண்ணைச் சாத்திரிமார் சிலர் ஏசுவிடங்கொண்டுவந்து அவர்முன் நிறுத்தி "போதகரே இவளைக் கையும் மெய்யுமாக விபசாரத்திற் பிடித்தோம். இவ்வகைப் பாவிகளை கல்லெறிந்து கொல்லும்படி மோசயர் விதிக்கின்றார். தமது கருத்து என்னையோ" என வினவினர். எவ்வகை விடைதரினும் அதிற் பிழை பிடிக்கலாம் என்பதே இவர் நோக்கம். இவர் இப்படிவினவ, ஏசு குனிந்து தரையிற் தம் விரலால் யாதோ எழுதினர். தாம் கேட்ட வினாவை ஏசு கவனித்திலர்போலும் என எண்ணி மீண்டும் மீண்டும் உசாவினர். ஏசு தலைநிமிர்ந்து இவரை நோக்கி "பாவமொன்றுஞ் செய்யாதவன் யாரேனும் நும்முள் இருப்பின் அவன் இவளைக் கல் எறிக" என விடைகூறி, முன்போலவே குனிந்து தரையில் யாதோ எழுதினர். சாத்திரிமார் ஒருவர்பின் ஒருவராய் அகன்றனர். ஏசு நிமிர்ந்து சுற்றிப்பார்த்தபொழுது பெண்ணை விட்டுவிட்டு எல்லாரும் போய்விட்டார் எனக்கண்டு இவளை நோக்கி "மகளே, அவர் எல்லாரும் எங்கே? ஒருவரும் உன்மீது குற்றஞ் சுமத்தவில்லையோ?' எனக் கேட்டனர். இவள் "ஐயா ஒருவரும் என்மேல் குற்றஞ் சுமத்தவில்லை" என்றாள். ஏசு, "நானும் உன்மீது பழிகூறேன். போ, இனிப் பாவஞ் செய்யாதே" என்றார்.

கைம்பெண்காணிக்கை

திருக்கோயிலிலே உண்டியல் பெட்டி வைத்திருந்த இடத்தின் முன்னே ஏசு உட்கார்ந்து, வழிபடவந்த சனங்கள் இடுங் கானிக்கைகளைப் பார்த்துக்கொண்டிருந்தார். செல்வர்பலர் பல பல வெள்ளி நாணகங்களை உண்டியலில் இட்டனர். அப்பொழுது ஏழைக்கைம்பெண் ஒருத்தி இரண்டுசிறு செப்புநாணகங்களை இட்டாள். இதனைக் கண்ட ஏசு சீடரை அழைத்து "செல்வர் பலர் இட்ட பலவெள்ளி நாணகங்களிலும் இவ்வேழைக் கைம்பெண் இட்ட இவ்வரைக்காசு இரண்டுமே கடவுள் பார்வையில் மதிப்புள்ளன. செல்வரோ தம்செல்வத்தில் மிகச்சிறு பாகத்தை இட்டார். இவள் இன்றைய பிழைப்புக்கிருந்த அரைக்காசு இரண்டையும் காணிக்கைகொடுத்துவிட்டு, பையிலும் கையிலும் ஒன்றுமின்றி, கடவுளே துணை என்று செல்கின்றாள். இஃதன்றோ காணிக்கை!" என இவள் செய்கையை வியந்தார்.

ஏசு கிறிஸ்து

(மகரிஷி சுத்தானந்தர்)

"போ, பின் சாத்தானே!" என்று உலகமாயத்தை வெருட்டியடித்த ஏசுகிறிஸ்துவைத் தியானிக்கிறேன். அவர் நாற்பது நாட்கள் பட்டினியிருந்து நோற்றார். ஏசுநாதர் ஆத்மசித்தர்; ஆன்மாவிற்கு உலகெலாம் ஈடில்லை; அவரவர் இதயமே வானரசு: அதில் அருள் தந்தைவீற்றிருக்கிறார்; பார்மின்; அகந்தையறுமின்; அன்புறுமின்; ஆருயிர்க்கிரங்குமின்; எளிமை பூணுமின்; இடம்பமொழிமின்; இன்னலரையும் மன்னித்திடுமின்; கடவுளரைக் காதலோடழைமின்; நாடுக; நல்கும்; கேட்டாற்கிடைக்கும்; தட்டினால் கதவுதிறக்கும்! என்றுஉபதேசித்தார். எருசலக்கோயிலில் உடையுணவுக் கவலைகூட இல்லாது தர்மப்பிரசாரம் செய்யச்சொல்லிச் சீடரை நாடெங்கும் அனுப்பினார். யூதர் புரியும்போலித்தொழுகையையும் களியாட்டங்களையும். கண்டித்தார். தீமையைக் கடிந்தார்; இன்னலைப் புன்னகையால் வென்றார். பகைவர் சூழ்ச்சிசெய்தனர். அரசியற்குற்றம்சாட்டி ஏசுநாதரைச்சிலுவையேற்றினர்.

ஆ இரத்தக்கண்ணீர் வருகிறது! கல்வாரிக் காட்சி முன்னிற்கிறது! கள்வருக்கிடையே முள் முடி சூட்டி ஏசுநாதரைச் சிலுவையில் அறைந்திருக்கின்றனர். நெற்றி, கை, கால்களில் ஆணியடித்திருக்கின்றனர் இரத்தம் கொட்டுகிறது! கொடியவன் மனப்பகைவர், கேலிசெய்கின்றனர்; காறியுமிழ்கின்றனர்! அப்போதும் ஏசுநாதரின் அன்புப்பொறுமை என்ன சொல்லுகிறது? "அறியாது செய்தனர்; தந்தையே இவர் பிழைகளை மன்னித்தருளுக!" என்றார். அப்பனே உன் திருக்கரத்தில் என்னுயிரை ஈந்தேன்!" என்றீந்தார். மூன்றுநாட்களுக்குப்பின் புதைகுழியினின்றெழுந்து சீடரை வாழ்த்தி, அன்பும் பொறுமையும் பூண்டு, அருட்பணி புரியப்பணிந்து கிறிஸ்துபகவான் விண்ணேறினார்! ஆ; அந்த அற்புதப் பொறுமையும், ஆத்ம ஞானமுமன்றோ இன்று உலகை ஆளுகின்றன! அகங்காரத்தைச் சிலுவையிடுக! சிலுவையும் வாளும் சிதைக்க முடியாத ஆத்மாவையறிக! பின்னே இடரில்லை. கிறிஸ்தோபர், உருசூலா, அகாதா. செலியா காதரைன், பெனிதித்து நிக்கலாம் முதலிய முனிவர். இந்த அன்புப்பொறுமையாலும் ஆத்ம ஞானத்தாலும் தம்மையே பலிதானமாக்கி கிறிஸ்துதர்மத்தைவளர்த்தனர். கிறிஸ்து சைதன்யரான பிரான்சிஸ் முனிவர், சிலுவைக்காட்சியை எண்ணுந்தோறும் இரத்தமாக வேர்த்தார். ஊனப்பனைவிட்டு உயிரப்பனைப்பற்றினார். ஊரில் கல்பொறுக்கிக் கடவுளுக்குக் கோயிலெழுப்பினார். எளிமையும், அன்பும், கற்பும். பொறுமையும் பூண்டு கிறிஸ்து தர்மத்தைப் பரப்பினார்! அறவோர் வாழ்க! துறவோர் வாழ்க! திருமகன் வாழ்க! திருவருள் வாழ்க! பரமபிதா வாழ்க!

யேசுவின் பிரார்த்தனை

(சுவாமி சித்பவானந்தர்)

பொதுமக்கள் எல்லார்க்கும் பயன்படும் பிரார்த்தனையொன்றை யேசுக் கிறிஸ்து உலகுக்கு அளித்துள்ளார். மேற்பூசலாகப் பார்க்கின்றவர்களுக்கு அதில் அடங்கியிருக்கும் ஆழ்ந்த கருத்துக்கள் புலப்படா. ஆனால், ஆத்மசாதனத்திற்கு ஏதுவான மனநிலைகள் யாவும் அதனோடு வந்து அமைகின்றன. இறைவனது வாழ்த்து என்று சொல்லப்படும் அது வருமாறு:

'பரம பதத்து வீற்றிருக்கும் பிதாவே': என்பது முதலடியாகும். பிதா என்பதால் அவனுக்கும் நமக்கும் உள்ள மாறாத இணக்கமும், பரமபதம் என்பதால் அவனை அறிதற்கு நாம் பரமார்த்திக நிலையை அடைய வேண்டும் என்பதும் புலனாகின்றன.

'நின் திருநாமம் போற்றப்படுவதாகுக' அர்ச்சனை, தோத்திரம் பஜனை ஆகிய அனைத்தும் இதில் அடங்கி விடுகின்றன. அவனைப் போற்றுமளவு நாம் அவன் மயமாகிறோம்.

'நினது சாம்ராஜ்யம் தோன்றுக' நன்மை தீமையோடு கூடிய உலகக்காட்சி தெய்வக்காட்சியாக நமக்குத் தோன்ற வேண்டும் என்பதே இதன் கருத்து. இந்த மண்ணுலகில் இருப்பதும் இறைவனுடைய சாம்ராஜ்யமே. நம்மிடத்திருக்கும் அக்ஞானத்தால் அது நமக்கு விளங்குவதில்லை,

'நினது மாறாத நெறி பாரமார்த்திகத்திற் போன்று இவ்வுலகிலும் இலங்குக' அதாவது நெறி வழுவியது போன்று காணப்படும் இவ்வுலகிலும் இறைவனே வியாபித்துள்ளான் என்பதை அறிபவர்க்கு இதுவும் பரமபதமாகக் காட்சி கொடுக்கும். ஆதலால் இகபரம் ஆகிய இருநிலையிலும் இறைவனையே காணும் பேறு நமக்குக் கிட்டுமாக.

'உயிர் வாழ்க்கைக்கு இன்றியமையாத நித்திய உணவை அளிப்பாயாக': மனிதன் உயிர் வாழ்ந்திருப்பது வெறும்

அன்னத்தால் மட்டுமல்ல. ஈசுவரவிசுவாசம், பக்தி, விவேகம், ஆகியவைகளே பாரமார்த்திக வாழ்க்கைக்கு இன்றியமையாத உணவாகின்றன. அத்தகைய உணவை உண்ணாது கழியும் நாட்கள் வீணாய்ப் போய் விடுகின்றன. அப்படி ஒருநாளாவது வீணாய்ப் போய்விடலாகாது என்பதே இதன் கருத்து.

'பிறர் குறைகளை நாங்கள் மன்னிக்குமளவு நீ எங்கள் குறைகளை மன்னிப்பாயாக' ஈசுவர நியமம் முறை பிறழாதிருக்கின்றது. மன்னுயிர் மாட்டு நாம் காட்டும் அன்புக்கு ஏற்ற அளவே ஈசுவர கிருபை நமக்குக் கிட்டுகிறது. ஆதலால் நமது அருள் நாட்டம் வெறும் பேச்சளவில் நின்றுவிடாது செயலாகவும் அதுவடிவெடுக்குமாக.

'துன் மார்க்கத்தில் எங்களை விட்டு விடாதே. பாபத்தினின்றும் எங்களை விடுவிப்பாயாக' அறியாமையாலே மனிதன் துன்மார்க்கத்தில் போகிறான். இறைவனை மறப்பதும் அவனிடமிருந்து விலகிப் போவதும் பாபச் செயல்களாகின்றன. அக்ஞானமே இதற்கெல்லாம் மூலகாரணமாகின்றது. அக்ஞான இருளின்று எங்களை விடுவித்து உன்னைப்பற்றிய மெய்ஞானத்தைத் தந்தருள்வாய் என்பது இதன் கருத்து. ஞானத்தைப் பெறுபவன் அனைத்தையும் பெறுபவன் ஆகின்றான்.

யேசுகிறிஸ்து செய்த பிரார்த்தனையில் அடங்கியுள்ள இந்த ஏழு அம்சங்களில் பாரமார்த்திக வாழ்க்கைக்கு இன்றியமையாத மேன்மைகள் யாவும் வந்துவிடுகின்றன. இது எக்காலத்திலும் எல்லார்க்கும் பயன்படக் கூடியது. சமயம் எதிலும் கட்டுப்பட்டதன்று இந்தப் பிரார்த்தனை. யேசுநாதரின் வாழ்க்கையையும் மன நிலையையும் இது நன்கு விளக்குவதாகும். சமயங்களிலும் மதங்களிலும் கட்டுண்டு கிடவாது, எல்லாச் சமயங்களுக்கும் பொதுவாயுள்ள பிரார்த்தனை முறையை அறிபவரே யேசுக்கிறிஸ்துவின் . பிரார்த்தனையை உள்ளபடி அறியவல்லவராவர்.

: சிவானந்தர் அறிவுரை. :

பிரதிக்ஞையில் உறுதிகொள்.

உன்கடமைகளை ஒழுங்காகச் செய். உன் பிரதிக்ஞையில் உறுதியாக இரு. பேச்சில் உண்மையாக இரு. நற் குணங்களைக் கடைப்பிடி. எல்லோரிடமும் அன்பு காட்டு. உன்னுடைய அசுத்தமனதை சுத்தமனதால் கட்டுப்படுத்து. கோபத்தை ஜெயி. பொறாமையை உதறித்தள்ளு. நீ சீக்கிரம் தெய்வ தரிசனம் அடைவாய்.

இறைவனின் திருநாமத்தில் அடைக்கலம் புகுந்து விடு. உன் குற்றங் குறைகளைப் பற்றி அடிக்கடி நினைக்காதே. தீவிர இச்சையுடன் ஆத்மீகத்துறையில் முன்னேறு. நீ தெய்வீகத்தன்மையடைவாய்.

எல்லாவற்றையும் பிரகாசிக்கச் செய்யும் ஜோதி சொரூபமானவரும், அகண்டமானவரும் சத்-சித்- ஆனந்தருமான பரமாத்மாவின் மேன்மையைப் பற்றித் தியானம் செய். நீ கைவல்யத்தை அடைவாய்.

ஒருபொழுதும் நம்பிக்கையை இழக்காதே.

செய்கையில் உனக்குச்சுதந்தரம் உண்டு. உன் கர்மாவைநீ எந்த முறையிலும் செய்யலாம். சரியான சிந்தனை, சரியான செய்கை இவற்றின் மூலம் நீ ஒரு யோகி அல்லது ஞானியாகமுடியும். மனிதன் உதவியற்ற அனாதையல்ல.

எனவே உனக்கு ஏற்படும் பிரதிகூலமான சந்தர்ப்பங்களையும் கடந்து விடு. மனோதிடம் கொள். ஒரு பொழுதும் நம்பிக்கையை இழக்காதே. நீ வெற்றி பெறுவாய். சரியான முறையில் முயற்சிக்கும் ஒரு மனிதனுக்கு முடியாததொன்றும் இவ்வுலகில் இல்லை.

இப்பொழுது விழித்துக் கொள். நல்ல மனிதனாகு. நல்ல செய்கைகளைச் செய். விஷ்ணு பரமாத்மாவின் நாமத்தைப் பாடு. மகாத்மாக்களின் சத் சங்கத்தில் கலந்து கொள் உன்னுடையதீயகுணங்கள் உன்னைவிட்டகலும். பரிசுத்த மனத்துடனும் ஏகாக்கிர சித்தத்துடனும் தியானம் செய். நீ இலட்சியத்தை அடைவாய்.

நீ எப்படி நினைக்கிறாயோ அப்படியேஆகிறாய்.

"ஒருமனிதன் எப்படி நினைக்கின்றானோ அப்படியே அவன் ஆகிறான்" என்பது இயற்கையின் பெரும் விதிகளுள் ஒன்று. நீ பரிசுத்தனென்று எண்ணு, மனிதனாவாய். நீ பரப்பிரமம் என்று நினை, பரப்பிரமமாகிவிடுகிறாய்.

நன்நடத்தையின் உருவெடு. எப்பொழுதும் நற்காரியங்களையே செய். அன்பு கொள். தானம் அளி. பிரமசரியம், மௌனம் இவற்றை அனுஷ்டி. கோபத்தை அடக்கு. பிறரைச் சந்தோஷப்படுத்து. பிறருக்குச் சேவை செய்யும் பொருட்டு வாழ். அப்போதுதான் நீ ஆனந்தமெய்துவாய்.

உள்ளிருந்து சக்தியைத் திரட்டு.

மனத்தை முழுதும் அதன்வளியே போக அனுமதியாதே. உன் பிராணன், புலன்கள் இரண்டையும் அடக்கு. பிறகு சத்வப் பிரதான மான புத்தியின் உதவியால் மனத்தையும் கட்டுப்படுத்து.

எளிதில் வாக்குறுதி கொடுக்காதே. அவ்வாறு கொடுத்தால் அதை உடனே நிறைவேற்று. சரளமான, அன்பான சுபாவம் கொள். பிறர்க்குத் தக்கபடியும், சூழ்நிலைக்குத் தக்கபடியும் நடக்க முயற்சிசெய். மனோதிடத்துடனிரு.

ஒருபொழுதும் நம்பிக்கை இழக்காதே. வேண்டிய சக்தியை உன்னுள்ளிருந்து திரட்டு. எங்கும் தெய்வ வியாபகத்தை உணர். பரமாத்மாவைத் தியானம் செய். நீ மேலான ஆனந்தம் பெறுவாய்.

ஒளி பிறக்கின்றது.

[சி. இராசநாயகம்]

ஆயிரத்து தொழாயிரத்து ஐம்பத்தேழு ஆண்டுகளுக்குப் முன்னர் உலகத்தை உய்விக்க ஒளி உதயமாகியது. மார்கழித் திங்களில் மிகக் குளிர்நிறைந்த இருபத்தியைந்தாம்நாளின் நடுநிசியில் அந்த ஒளி உதயமாகியது. இன்றும் உலக வல்லரசுகளின் கெடுபிடிகளுக்குக் கண் மூடித் தாளம் போட்டு, போர் மேகங்கள் சூழப் பார்க்கின்ற உலகின் மத்தியில் அந்த ஒளி தோன்றுகிறது. முன்னர் ''பலஸ்தீனா'' என்று ஒருங்கே அழைக்கப்பட்ட நாடுகள் இன்று உட்பிரிவுகள் பல தோற்றுவிக்கப்பட்டு பற்பல இனத்தவரால், பிரித்தாளப் படுகின்றது. இன்று ''இஸ்ருயேஸ்'' எனும் இனிய பெயர் கொண்டிலங்கும் நாட்டிலே, ''யெருசலேம்'' பட்டணத்துக் கணித்தாகவுள்ள ''பெத்லேகம்'' என்னும் சிற்றூரிலே அந்த ஒளி பிரகாசித்தது. ஆடு மாடுகளுறையும் அதி கீழான குடிசையிலே ஊரின் ஒதுக்குப் புறத்திலே, வீசு குளிர் காற்றின் வேதனையின் நடுவே, வரண்ட வைக்கோல் படுக்கையின் மேலே அந்த ஒளி இவ்வுலகில் குழந்தை யுருவில் பிறந்தது. தீர்க்கதரிசன வாக்குகளால், திறம்பட ஏலவே தெரிவிக்கப்பட்டிருந்த -ஆயிரமாயிரம் ஆண்டுகளாக இரட்சணிய பேற்றுக்காக அங்கலாய்ப்புடன் எதிர்பார்க்கப்பட்ட இரட்சகர் யேசு அன்று தோன்றினார். கன்னி மரியாள் ஈன்றெடுத்தாள் அந்தக் கடவுட் குழந்தையை. ''கிறிஸ்து பிறந்திருக்கின்றார் - மெசியா பிறந்திருக்கின்றார்'' என்பதை மூன்று வெவ்வேறு நாடுகளிலிருந்த, அரசர்களுக்கு எடுத்துக்காட்டியதோடு குழந்தையை அவர்கள் கண்டு களிக்க - தொழுதேத்த வழிகாட்டியது கீழ்த்திசையில் தோன்றிய நவமான பிரகாசம் நிறைந்த விண்மீன் ஒன்று. உலகின் உண்மை ஒளி குழந்தையாகப் பிறந்திருப்பதை, அந்த அசாதாரண ஒளி நிறைந்த விண் மீன் உலகுக்குப் பறைசாற்றி நின்றது. ஏழ்மையில் தோன்றிய ஏசு பாலகனை ஏழைகளான இடையர்களே முதலில் தேடியோடி வந்து தலை தாழ்த்தி அடி வணங்கினர். ஏழ்மையைத் தேடி - எளியோரை நாடி வந்த அக் குழந்தைக்கு ஏழைகளான ஆயர்களைக் கண்டதும்

எல்லையற்ற ஆனந்தம் பொங்கி வழிந்தது. ''உன்னதங்களிற் தேவனுக்கு மகிமையும் பூமியில் நல்ல மனதுள்ளவர்களுக்குச் சமாதானமும் உண்டாவதாக'' என்று விண்ணுலகத் தூதர்கள் மங்கள வாழ்த்து - சோபனகீதம் பாடினார்கள். தெய்வீகக் குழந்தையைத் தாங்கிய பூமகள் அன்றுதன்னை மறந்த நிலையில் துள்ளிக் குதித்தாள். பிறந்த பொற்குழந்தையோ, தன் தாய்க்கும் வேதனை கொடுக்காது, தானும் நிம்மதியாக மோன நித்திரையில் ஆழ்ந்திருந்தது. காலப் போக்கில் உலகுக்கெல்லம் வீசவேண்டியிருந்த அந்த ஒளி அன்று அந்தக் குடிசையை ஒளி மயமாக்கிக் கொண்டிருந்தது. பெற்றெடுத்த தாய் குழந்தைப் பாசத்தினால் தூண்டப்பட்டல்ல, முதலில் பக்தியினால் ஏவப்பட்டு முழந்தாள் படியிட்டுக் கைகூப்பி வணங்கினாள் அக் குழந்தையை. ''உலகில் ஜெனித்து விட்டேன். இனி உலகுக்கு நான் என்னென்ன செய்யவேண்டும்: எங்ஙனம் உலகை வாழவைக்கவேண்டும். என் உழைப்புக்கு உலகம் தர இருக்கும் பரிசு சிலுவை தானே!'' என்று இப்படியெல்லாம் சிந்தித்த வண்ணம் அக் குழந்தை கந்தல் துணியின் மேல் கிடந்தது. உலகின் மூலை முடக்குகளில் வீழ்ந்தோர்-வாழப்போவோர் இவர்களின் உள்ளங்களை யெல்லாம் தட்டி எழுப்பி உண்மையை உணர்த்தும் சக்திவாய்ந்த போதகங்களை யெல்லாம் அருள - உவமைகளைப் பொழிய ''பிதாவே என்னை வாதிக்கின்றவர்கள் அறியாமையாற் செய்கின்றமையினால் இவர்களை மன்னித்துவிடும்'' என்றும், ''ஒரு கன்னத்தில் அறைந்தவனுக்கு மறுகன்னத்தைக் காட்டு'' என்றும் இன்னும் இவற்றைப்போன்ற எத்தனையோ மணிமொழிகளை - உய்விக்கும் உபதேசங்களைச் சிந்துவதற்குத் தனது பிஞ்சு உதடுகளை அசைத்து நெளித்து ஆயத்தம் செய்து கொண்டிருந்தது. பாவிகளைத், தேடியலைந்தலைந்து உபதேசங்கள் செய்த - பிரசங்கங்கள் பொழிய பிற்காலத்தில் மலைகளிலும், வனாந்தரங்களிலும் கடலிலும் கூட அலையவேண்டுமே! அதற்காகப் பிறந்த அன்று தானே தனது குட்டிக்கால்களை, உதைத்து, உதைத்து நீட்டி மடக்கி சோம்பல் முறித்துத் தயார் செய்து கொண்டிருந்தது. சத்தியத்தை உண்மையைப் போதித்து, அதை உலகில் வாழ வைப்பதற்காக - பாவத்தின் கொடுமையை உலகம் உணரச்

செய்வதற்காகத் தனது கரங்களை ஆணிகள் துளைக்கப் பொறுத்துச் சிலுவையில் விரித்துத் தொங்கவிடவேண்டுமே! அதற்காக தனது பொற்கைகளை அகல விரித்துப் போட்டவண்ணம் அக்குழந்தை படுத்திருந்தது. பன்னிரண்டு வயதுநிரம்பியதும் நிரம்பாததுமாக இருக்கும் பொழுதே வேதநூல்களையெல்லாம் கற்றுத் தேர்ந்த வேத பாரகருடன் வாதாடியும் அவர்களுக்கே வேத விளக்கங்களையளித்தும் கொள்ள இருந்த அப் பாலகன் பிறந்தஅன்று இவற்றையெல்லாம் சிந்தித்திருக்கமாட்டானு? ஏன் சிந்தித்திருக்கமுடியாது.

முப்பது வருடங்கள் தான் அந்தரங்க வாழ்க்கைவாழ்ந்து தாய் தந்தையருக்குப் பணிந்து நடந்து, உலகுக்கு அமைச்சலைப் படிப்பிக்க வேண்டுமே! தன்னைத்தான் பக்குவப் படுத்தியபின்னரேபோதிக்கவும், போதனைகளைச்சாதிக்கவும் தொடங்க வேண்டுமே! முப்பதாம் பராயம்கடந்தபின் முப்பத்திமூன்ரும் பராயம்வரை மூன்று ஆண்டுகளுக்குப் பிரசித்த சீவியம் நடத்தியாகவேண்டுமே! புதுமைகளைச் செய்ய வேண்டுமே! அன்பினது - அஹிம்சையினது சக்தியை உலகுக்குக் காட்ட வேண்டுமே! உண்மையைத் தயங்காது உரைத்து அதற்காக உபத்திரவப்பட வேணடுமே! சத்தியத்துக்காகக் கற்றூணில் கட்டப்பட்டுச் சவுக்கடிகள் பட வேணடுமே! உலகுக்கு வாழ்வு அழித்துப் பாவ இருளை மாய்க்க வேணடில், தான் முண்முடி சூடவேண்டுமே! மூன்ரும் நாள் உயிர்த்தெழுந்து தானே உண்மையென்றும், தானே சத்தியம் என்றும், தானே இரட்சணியமென்றும், தான் காட்டிய பாதையே இரட்சணியப் பாதை என்றும் உலகுக்கு மெய்ப்பிக்க வேண்டுமே! என்றெல்லாம் தன் எதிர்கால வேலைத் திட்டங்களையெல்லாம் சிந்தித்த வண்ணம் அக்குழந்தை படுத்திருந்தது. வறுமையிலேயே வாழ்வாங்கு வாழலாம் - வீட்டின்பம் பெற வேண்டின் உலகில் வறுமையே பெருந் துணையென்று எடுத்துக் காட்டிக் கொணடே “ஏசு” என்ற அந்த ஒளி பாலகனைப் “பெத்லேம்” மாட்டுத் தொட்டிலில், “கையது கொண்டு மெய்யது பொத்தி, காலது கொண்டு மேலது தழீஇக்” கிடந்தது. தாய் மரியாளும், கைத்தாதை சூசையப்பரும் கைகூப்பித் தொழ, இடையர்கள் மண்டியிட்டு வணங்க தேவதூதர்கள் சோபனங்கள் கூற அக் குழந்தையொளி மௌனமாகக் கிடந்தது. பாவ இருளை ஓட்டவந்த பேரொளி பாலகனைக் கிடந்தது. தான் எதிர்காலத்தில் செல்ல இருந்த இடங்களிலெல்லாம் பரப்ப இருந்த கற்பு, கருணை, பொறுமை, புதுமை, அன்பு அஹிம்சை, உண்மை, உழைப்பு, தாழ்மை, தபசு ஆதியாம் கதிர்களை யெல்லாம் உள்ளடக்கிக் கொணடே, இவையாவும் ஒன்று சேர்ந்த ஒரு ஒளி உருண்டையாகக் கிடந்தது அக் குழந்தை, ஆயிரத்து தொளாயிரத்து ஐம்பத்தாறு ஆண்டுகளுக்கு முன்னர், உலகின் மத்தியில் “பெத்லகேமில்” தோன்றிய அந்த இரட்சணிய ஒளி இவ்வருடமும் மார்கழித்திங்கள் தரும் இருபத்தைந்தாம் திகதியில் உலகெங்கும் பிறக்கின்றது. அந்த ஒளியை விரும்பி, மதித்து எதிர்பார்த்திருக்கும் பக்தர்கள் எல்லோர் உள்ளங்களிலும் அந்தச் சக்தி தரும் உண்மை ஒளி பிறக்கின்றது. “யேசு” என்றும் மாசு மறுவற்ற ஒளி பிறக்கின்றது.

விண்ணும், மண்ணும், புகழும் அந்நாளை - ஞான ஒளியை ஞாலத்துக்கருள் வரும் அந்த மோன ஒளித்திருநாளை தூய உள்ளங்களுடன் வரவேற்று ஆசி வேண்டுவோம். “நத்தால்” தினத்தை நலம் பெருகக் கொண்டாடுவோம். அணுசக்தி, ஜலவாயு சக்தி, ரெக்கெட்டுக்கள் - கண்டம் விட்டுக் கண்டம் பாயும் நாசக் கருவிகள் இவற்றின் தேக்கத்தினுல்போட்டியும் பூசலும், பேராசையும், பகைமையும் சூழ்ந்திருக்கும் இவ்வுலகுக்குச் சமாதான ஒளியாக, இந்த “யேசு” ஒளி பிரகாசிக்க வேண்டுமென்று வேண்டி நிற்போம்.

திருக்குறளும் கீதையும் காட்டும் தெய்வ தரிசனம்.

(சாதுசுப்பையா)

ஆயினும் எதற்கும் நமக்கும் உவமை இல்லாத ஓர் பொருள் அறிவு நம்மிடத்தில் விளங்குகிறது. அந்த மெய்ப்பொருளாகிய தெய்வத்தை யார் ஒட்டிக்கொள்ளுகிறார்களோ அவர்கள் அக்கினியைக்கண்ட விறகைப்போல் அப்பொருளுக்கு வேறு படுவதில்லை. அவர்களைத் துன்பம் தொடுவதும் இல்லை.

மேலும்,

> **வெள்ளத் தனைய இடும்பை அறிவுடையார்**
> **உள்ளத்தில் உள்ளக் கெடும்-**

வெள்ளம்போல கரையில்லாது வருகின்ற துன்பங்கள் எல்லாம் மெய்யறிவால் நினைக்க ஒளியைக் கண்ட இருள் போல் இல்லாது போகும்.

அரசன்; ஒழுக்கம்என்றால்என்ன? அதைஅனுட்டிப்பதெப்படி?

ஒவ்வொரு கொள்கைக்காரர்களும் ஒழுக்கத்தை ஒவ்வொரு விதமாகப் புகன்று வருகிறார்கள். ஒருமதக்காரர் கூறும் ஒழுக்கத்தை அடுத்தமதக்காரர் ஒப்புக்கொள்வதில்லை. கட்சிக்காரர்களும் அப்படியே. எனவே உண்மையாக ஒழுக்கம்யாது? எனக்கேட்டார்.

அரசே! புட்பத்திற்கு வாசம் எத்தகைய அவசியமோ அதுபோல மக்களுக்கு ஒழுக்கமே அவசியமாகும். பொறுமை பெற்றோனிடம் பொருள் நில்லாததுபோல ஒழுக்கமில்லாதவரிடம் உயர்வு நில்லாது பெருமை, கோபம், துன்பச் சொல் பேராசை யாரைத்தொடுவதில்லையோ அவரே ஒழுக்க முள்ளவராகும். திருட்டாந்தமாக.

> **பொறிவாயில் ஐந்தவித்தான் பொய்தீர் ஒழுக்க**
> **நெறி நின்றார் நீடு வாழ்வர்-**

எனக்கூறினார். இதையெல்லாம் கேட்டு அகங்குளிர்ந்தார். தெய்வ தெரிசனமே வாழ்வில் சிறந்த சாதனமெனக்கருதினார். மேலும் தெய்வ தெரிசன விஷயமாக அரிய பெரிய உண்மைகளை அறியும் பொருட்டு உக்கிரப் பெருவழுதிப் பாண்டியன் என்ற பேரரசப் பெருமகன் வள்ளுவதேவரை அரன்மனைக்கு அழைத்துச் சென்றார்.

சூரியன் உதயத்தில் தாமரைமலர்கள் ரமணீகரமாகவிரிந்து அழகு தருவதுபோல அறிவின் உதய ஒளி இதயத்தில் விளங்கினால் ஐம்பு

லங்களும் பொறிகளும் அகமகிழ்வுடன் ஐசுவரியமாத்திகழ்ந்து அருள் வழி நல்கும். அதற்கு ஒரேவழி தெய்வ தெரிசனம் தான்.

ஒருவனுடைய கொல்லைப் புறத்தில் மாமரம் ஒன்று அழகாகக் காட்சி யளித்தது. அதில் இருந்த கனியைப் பறிக்க மற்றொருவன் முயன்றான். முன்னவனுக்குத் தெரியாவண்ணம் உன்ளே புகுந்தான்.

முன்னவன் திருடன் திருடன் என்று சத்தம் செய்து கொண்டே கொல்லைப்புறம் வந்தான். மாங்கனியைத் திருடியவன் தான் தப்பித்துக்கொள்ளும் பொருட்டு தலையில் சாம்பலைப் பூசிச் சாமியார் போல் பாசாங்கு செய்தான். வந்தவன் இவன் செயலை அறியாமல் இவர் ஓர் தபசியாயிருக்கலாமென்று கருதினான். ஒரு கனியைத் தமது பக்கத்தில் வைத்திருப்பதைப் பார்த்தான். மேலும் பலகனிகளைப்பறித்து அவர் பக்கத்தில் வைத்துக் கைகூப்பி நின்றான். பிறகு நடித்தவன்-

வேடதாரியாக நடித்த எனக்கே இத்தகைய மரியாதையானால் உண்மையாக தெய்வதெரிசனம் செய்தால் உன்னத நிலை பெறலாம் அன்று கருதி அன்றுமுதல் உண்மையாகவே வழிபட்டு உத்தமநிலை பெற்றான்.

மல்லிகை முல்லை ரோஜா மலர்கள் தமது நறுமணமாகிய வாசத்தை வெளிப்படுத்தவே காட்சி தருகின்றன. அதுபோல மனிதப்பிறப்பெய்திய நாம் தெய்வதெரிசனம் பெறவே வந்துள்ளோம், எனும் கருத்தைக் கொண்ட அர்ச்சுனன் கீதாச்சாரியனாகிய ஸ்ரீ கண்ணனை அணுகி பகவானே! தெய்வ தெரிசனம் பெறுவது எப்படி? என்று வினவினான். அதற்கு ஸ்ரீ கண்ணன் அருளிய விடையாவது-

அத்தியாயம் 6. சுலோகம் 30.

ஓ குந்திபுத்திரனே!

> **யோமாம் பச்யதி ஸர்வத்தற**
> **ஸர்வம்ச மயி பச்யதி**
> **தஸ்யாஹம் ந பிரணச்யாமி**
> **ஸசமே ந பிரணச்யதி.**

என்று கூறினார்.

இதன் பொருளாவது மெய்ப்பொருளாகிய என்னை எவன் எங்கும் பார்க்கின்றானோ எவன் என்னிடத்தில் எல்லாவற்றையும் பார்க்கின்றானோ அவனுக்கு நான் காணமற் போவதில்லை அவனும் எனக்கு காணமற் போவதில்லை.

(தொடரும்)

யோக ஆசனங்கள்

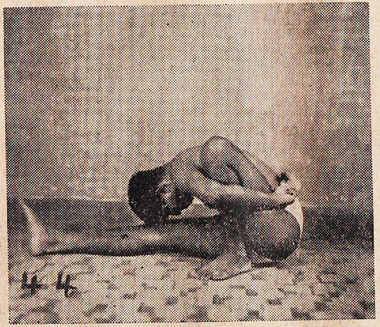
(S. A. P. சிவலிங்கம். சேலம்)

44. மரீச்சாசனம்

(பழகும் விதம்)

சமதள விரிப்பின்மேல் கால்கள் இரண்டையும் முன்பக்கம் நீட்டியவாறு கீழேயுட்காரவும். பின் வலதுகாலை மடித்து பிருஷ்ட பாகத்தை யொட்டியவாறு வைத்து முழங்கால் மேல் தூக்கியவண்ணம் அமைத்துக் கொள்ளவும்.

இடதுகால் நேராய் நீட்டியிருக்கவேண்டும். பின் மெதுவாய் முன் குனியவும்: இரண்டு கைகளையும் இடது, வலது பக்கமாகப் பின் பக்கமாய்க் கொணர்ந்து முழங்காலைச் சேர்த்து கோர்த்துக்கொள்ளவும். பின் சுவாசம் மெதுவாக வெளிவிட்டுக் கொண்டே முன்குனிந்து நீட்டியிருக்கும் இடது காலின் முழங்கால்மேல் முகத்தை வைக்கவும், சுவாசம் இந்நிலையில் விட்டுஇழுக்கவும்செய்யவும்.



பின் ஓர்சில வினாடிகள் சென்று அதாவது நான்கைந்து சுவாசம் விட்டிழுத்தபின் ஆசனத்தைக் கலைத்து மீண்டும் இவ்வாறே வலது காலிலும் செய்யவும்: சித்திரம்: 44. பார்க்கவும்.

ஆசனத்தைக் கழற்றும் விதம்

முகத்தை நீட்டியிருக்கும் முழங்காலின் மேல் வைத்திருப்பதை, நிமிர்ந்து சிறிது சிறிதாக சுவாசத்தை உள்ளிழுத்துக் கொண்டே நேராய் நிமிரவும். பின்கைகளிரண்டையும் கோர்த்துப் பிடித்திருப்பதை எடுத்து, மடக்கி இருக்கப்பட்டகாலை

நேராக நீட்டி மல்லாந்து படுத்து சிரமபரிகாரம் செய்து கொள்ளவும். சாதாரணமாய் உடலுக்குத்தக்கவாறு நான்கைந்து தடவைகள் கால்களை மாற்றிச் செய்யவும்.

ஆரம்பசாதகர்களுக்கு காலை மடக்கி உட்கார்ந்து முன் குனிந்து முழங்காலை முகத்தால் தொட இயலாது. நோவெடுக்கும். முதுகு வலிக்கும். அவ்வாறே குனிந்து முகத்தைத் தொட்டாலும் சிலநிமிடங்கூட இருக்கயியலாது வலி எடுக்கும். ஆகவே இதைப் பொருட்படுத்தாது நேயர்கள் ஆரோக்கியத்தையடையச் செய்து வருக: சுவாசத்தை முழுவதையும் வெளிவிட்டுச் செய்தால் வயிறு காலியாக இருப்பதால் ஓரளவு இத் தொந்தரவுகளை நிவிர்த்திசெய்து கொள்ளலாம்.

பலன்கள்:-

கழுத்து, கால்தொடைகள், கைகள், புஜங்கள், கைகளின் விரல்கள், வயிறு முதலிய பாகங்கள் நன்கு கசக்கப்படுவதால் அவற்றிலுள்ள வியாதிகளைக் குணப்படுத்தி, இரத்தோட்டத்தையும், சுறு சுறுப்பையுமுண்டாக்கும்.

வயிற்றின் அடிப்பாகம் நன்கு அழுத்தப்பட்டிருப்பதால் பசியும், வயிற்றின்உள் அங்கங்களுக்கு நல்ல சுறு சுறுப்பையும் கொடுத்து மலஜலத்தைத் தடையின்றி வெளியாகும்படி செய்யும், மார்புவலி, இருதயக்கோளாறு முதலிய வியாதிகள் குணமாகும்.

ஆரம்பத்திலேற்படும் ஆஸ்மா வியாதியையும் குணப்படுத்தும். குனிந்து காலைத்தொடும் சமயம் கண்டிப்பாய் மூச்சை உள்ளடக்கிக்கொண்டு செய்யக் கூடாது. ஆகவே சுவாசத்தை வெளிவிட்டே குனிந்து செய்யவும்.

45. சக்கராசனம்.

(பழகும்விதம்)

சமதளமான விரிப்பின்மேல் நேராய்க்கால்களை நீட்டி மல்லாந்து படுத்துக் கொள்ளவும். பின் கைகளிரண்டையும் பின் பக்கம் (தலைக்குப் பின்பக்கம்) கொணர்ந்து கீழே உள்ளங்கை படும் வண்ணம் ஊன்றவும்.

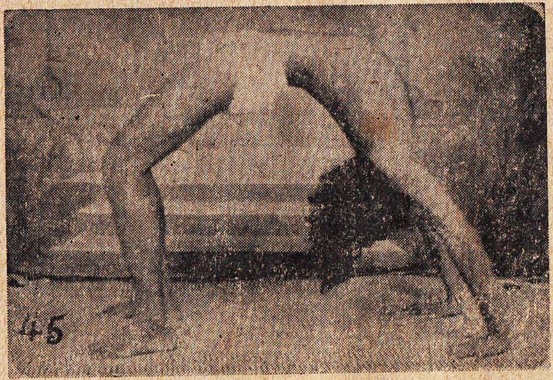
மூச்சை கொஞ்சங் கொஞ்சமாகவெளிவிட்டுக்கொண்டே தலையை மேல்தூக்கி, உடல்யாவையும் மேல் தூக்கவும். கைகளும், கால்களும் நன்கு கீழே படிந்திருக்கவும். அதாவது சக்கரம் எவ்வாறு இருக்கின்றதோ அவ்வாறு உடலை நன்கு வளைக்கவும். இந்நிலையில் சுவாசம் உள்ளிளுத்து வெளிவிட்டு நிற்கவும். சித்திரம் 45. பார்க்கவும்.

பாதங்களின் விரல்கள் முன்பக்கம் பார்த்தவண்ணமிருத்தல் வேண்டும். முழங்காலிலிருந்து சகலபாகங்களும் மேலே தூக்கப்பட்டு நன்கு வளைத்தல் வேண்டும். இவ்வாறு நான்கைந்து சுவாசம் விட்டிழுக்கும் வரையிருந்து பின் ஆசனத்தைக் கலைத்து உடலுக்குத் தக்கவாறு செய்யவும்.

ஆசனத்தைக் கலைக்கும் விதம்

உடலைமேல் தூக்கியிருக்கும் நிலையில் கைகளைமடக்கி, தலையை கீழேதொட்டு, பின் சுவாசத்தை உள்ளிளுத்தவாறே கால்களை மடக்கி மல்லாந்து படுத்து சிரமபரிகாரம் செய்து கொள்ளவும்.

ஆரம்ப சாதகர்களுக்குச் சற்றுக் கடினமான ஆசனந் தான். முயற்சியே தேவை! ஆனல் பூரணமாக மேல் தூக்க இயலாவிடினும் சிறுகச்சிறுக இயன்றவரை மேல்தூக்கி பின் நாளடைவில் சித்திரத்திலுள்ளதைப்போல் பூரணநிலைக்குவரவும். எவ்வளவு மேல் தூக்குகின்றேமோ அவ்வளவுக்கும் ஒவ்வோர் அங்கங்களுக்கும் பலன் உண்டு.



மேல்தூக்கும் சமயம், முதுகு தொடைகள்முதலியன நோவெடுக்கும். நேயர்கள் இதனல் மனம் குன்றிவிடலாகாது.

"ஒருமுறை பழக்கம் மறு முறை வழக்கம்" எனும்பழமொழி போல் அடிக்கடி செய்து வந்தால் இத்தொந்தரவுகள் யாவும் இருக்காது:

பலன்கள்:-

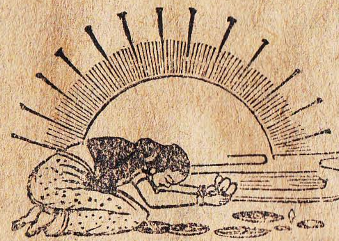
இடுப்பு, வயிறு, மார்பு, கால், தொடைகள் புஜங்கள், கைகளின் விரல்கள், மணிக்கட்டு முதலிய அங்கங்கள் நன்கு பாதிப்பேற்படுவதால் நல்ல ஆரோக்கியத்தைக் கொடுத்து இரத்தோட்டத்தையும் அதிகரிக்கச் செய்து எல்லா அவயவங்களுக்கும் நல்ல பலனைக் கொடுக்கிறது.

முதுகெலும்பு, அட்லாஸ் எனும் முதல் துண்டாகிய முதுகெலும்பு, ஆக்ஸில், முதுகெலும்பின் அடிப்பாகம் இவைகள் வலுவடையும். மார்பு நன்கு விரிந்து கொடுக்கும். நரம்புகள் வலுவுபெறும்.

நல்ல பசி எடுக்கும். அஜீரணத்தைப் போக்கும். வயிற்றினுள் குடல்கள் யாவும் நன்கு பிதுக்கப்பட்டு மலஜலம் நன்கு வெளியாகும்.

குடல் பிதுக்கம், வயிற்றினுள் மண்ணீரலில் ஏற்படும் வியாதியையும்நீக்குகின்றது. எலும்புகள் யாவையும் இளமையுடன் இருக்கச் செய்கின்றது.

பெண்மணிகள் கெர்ப்பகாலம், மாதவிடாய், ருதுகாலங்கள் தவிர மற்ற நாட்களில் செய்யலாம்.



நாமதேவர்

(சாரதை)

நாமதேவருக்குப் பதினாறு வயது நடந்து கொண்டிருந்தது. மணப் பருவத்தை அடைந்து விட்டதை உண்மையப்பன் உணர்ந்தான். உடனே தாம் ஸேட்டின் கனவில் தோன்றி நாமதேவருக்கு உமது குலத்தில் உதித்த ராஜாபாயி என்னும் பெண்ணை மணம் முடித்து வைத்து இன்புறுவாயாக என்று கூறி மறைந்தருளினார். சேட்டி விழித்து மனைவியை எழுப்பி கனவில் பகவான் கூறியதைக் கூறி மணப்பெண்ணை உனக்குத் தெரியுமா என வினவினார். குணாபாயி அப்பெண் எமது குலப் பெண்ணாயினும் லட்சாதிபதியின் மகளாயிற்றே. எம் புதல்வனுக்குக் கிடைத்தல் மிக அரிது என உரைத்தாள்.

தாம்சேட்டி பகவானே திருவுளம் வைத்திருப்பதால் எல்லாம் இனிதே முடிவடையும் என்றே எண்ணுகிறேன். போய்ப் பெண்கேட்டுப் பார்க்கிறேன் எனப்படுத்தார்.

அதிகாலையில் எழுந்து கடமைகளை முடித்து ராஜாபாயின் தந்தையிடம் தன் கருத்தை வெளியிட்டார். அவர் நிச்சயத்தாம்பூலம் செய்வதாயின் ஆயிரம் பொன்னோடு வந்து என்னிடம் பேசலாம் என்று கூறினார். அவ்வசனத்தைக் கேட்டு அதிர்ச்சியடைந்த தாம்ஸேட்டி வீடுவந்து குணாபாயிடம் கூறி இப்பொருளை நாம் தேடுவதாயின் எவ்வளவு காலம் செல்லும் இச்சம்பந்தத்தை நாம் கனவிலும் எண்ணக்கூடாது ஏதோ பகவான் இச்சை எப்படியோ அப்படியே இனிதே நிறைவேறும் எனக் கூறி பகவான் புகழைப் பாடிக்கொண்டிருந்தனர். அன்றிரவு முழுவதும் கண்துயிலாது பகவத்நாம சங்கீர்த்தனஞ் செய்திருந்தனர். இப்படித் துயில் கொள்ளாதிருந்தது பகவானின் லீலைகட்கு இடையூறாயிருந்தது. ஏனெனில் நாமதேவர் விவாகத்திற்குத் தடையில்லாமல் பொன் கொடுக்க எண்ணி அங்கே வந்தார். இவர்கள் விழிப்பு நிலை அவருக்குத் தடையாகவிருந்தது. கொண்டுவந்த பொன் செங்கல்லில் ஒன்றை வீட்டுவாசலில் விட்டெறிந்தார்.

சத்தங்கேட்ட சேட்டி யார் முற்றத்தில் கல் போட்டவன் என வினவினார். பகவான் நகைத்து படபட என ஐந்நூறு செங்கற்களை ஒன்றன்மேல் ஒன்றாய் விட்டெறிந்து வெளியே ஓடி மறைந்தார். சேட்டியோ அவரையும் விடாதவராய் பகவந் நாமத்தையும் விடாதவராய் ஜெப விட்டல ஜெயஜெய விட்லட என்று உரைத்தவண்ணம் துரத்திவந்தார். பின்யாரையுங்காணாது திரும்பிவந்து இருவரும் துயின்றனர்.

குணாபாயி வழக்கப்படி அதிகாலையில் எழுந்து கணவன் பாதம் பணிந்து பரந்தாமன் புகழ் பாடி முற்றந் துலக்க வாசலிற்கு வந்தாள். கற்களெல்லாம் பொன்மயமாயிருக்கக்கண்டு ஆனந்தங்கொண்டு ஓடி மணாளனிடம் கூறி இவையாவும் பகவானின் லீலையேயென உணர்ந்து கற்களை ஓரிடத்தில் புதைத்து வைத்தனர்.

இங்கு இப்படியிருக்க பகவான் கல்யாண வேலையில் மும்முரமாக நின்றார். ருக்மணி தேவியையும் கூட்டி, தாம் ஸேட்டியும் குணாபாயியைப் போல உருக்கொண்டு ஆயிரம் பொன் கொண்டு ராஜாபாயின் வீட்டுக்குப் போய்ப் பொன்னை வைத்து மணம்பேசி உமது பெண்ணிற்கு இருபதினாயிரம் பொன் பெறுமதியான அணிகள் அணிகின்றோம். கல்யாணச் செலவிற்கும் ஆயிரம் வராகன் தருகிறோம். இன்றே நல்ல முகூர்த்தம் வைத்து வதுவை செய்வோம் என அவரை இணங்கச் செய்து திரும்பிய பகவான் வேதிய உருவுடன் சம்பந்தியை அழைத்து தாம்ஸேட்டி வீட்டில் விட்டு அவர்கள் மெய்மறந்திருக்கும் போது புதைத்திருந்த பொன் கற்களை எல்லாம் அவர்கள் மத்தியில் போட்டு மறைந்தார். சம்பந்தி அதிசயமும் மகிழ்ச்சியுமடைந்து தாம் ஸேட்டின் செல்வ நிலையைப் புகழ்ந்து ராஜாபாயியை நாமதேவருக்கு மணஞ் செய்து வைத்தனர்.

(தொடரும்)

வாழ்வின் இதய கீதம்.

(செல்வி. C. மதார் நாச்சியா)

மலர்ந்த முகம் மனோகர சக்தி வாய்ந்தது. அதிலும் ஆத்மீக சக்தியின் ஆற்றலினால் வளர்ச்சியடைந்த மனிதன் சாந்திக்கதிர்களை மக்களுக்கு பரப்பிடும் புனித நிலையம். முகம் மனதின் சாயலைப்பிரதிபலித்திடும் கண்ணாடி. ஆகவே ஒவ்வொரு மனிதனும் உணர்ச்சி வடிவமாகவே இருக்கிறான். ஒரு மனிதனைப் பார்ப்பதானது அவனது உணர்ச்சிகள் நம்மைத் தாக்குவதாகும். எந்த உணர்ச்சிக்கும் இடங்கொடாது, எந்த மனிதனின் தொடர்பினாலும் சித்தம் கலங்காத நிலையைப் பெற்றவன்தான் சுதந்தரத்துடன் ஆத்மீக வாழ்வு வாழமுடியும். உலகம் கீழ்த்தர உணர்ச்சிகளின் பின்னலினால் தடுமாறும் இந் நவீன காலத்தில், அமைதி வழங்கிடும் ஆத்மீகப் பண்பாடுடைய மக்களைப் பார்ப்பதுகடினம். ஆனாலும் சாதகன் எந்தச் சந்தர்ப்பத்திலும் எக்காலத்திலும் பிறரது உணர்ச்சிகள் அல்லது தொடர்புகள் இவனைக்குழப்பாதிருக்கப் பழகவேண்டும்.

அழகினால் ஆகர்ஷிக்கப்பட்டவன் அழகின் தொடர்பினால் அவனது மனம் நிதான சக்தியை இழக்குமானால் அந்த அழகு அவனது வாழ்க்கையைக் கெடுத்திடும் அனர்த்தம். அன்பின் பெயரால் இணைக்கப்பட்டவன் அந்த அன்பின் நட்பினால் அவனது இதயம் சாந்தியினின்றும் தள்ளப்படுமானால் அல்லது அந்த அன்பு கீழ்த்தர உணர்ச்சியைக்கிளறி விடுமானால் அவன் மயக்கத்திலே தடுமாறும் பலஹீனன். சாதகன் மிக நுட்பமான மனோசக்தியின் இரகசியங்களை அறியவேண்டும். நிரந்தரமான சாந்தியைத் தினசரி வாழ்க்கையில் காணவேண்டுமானால் தியானசக்தியை அதிகமாகப்பெருக்கவேண்டும். தனிமையிலிருந்து உள்ளத்திலே ஊறி கொந்தளித்துக்கொண்டிருக்கும்கணக்கற்ற எண்ணங்களை சமப்படுத்தவேண்டும். தீர்மானபுத்தியும், திடமான தன்னம்பிக்கையும் தளராத உழைப்பும் அவசியம் தேவை.

உலகத்தைக் குறைகூறாதே. எந்த மனிதன் அல்லது எந்தஉணர்ச்சியின் தொடர்பு உனது சமநிலையைப் பாதிக்கிறதோ அவைகளை முற்றிலும் பிரித்துவிடு. அல்லது உனது சமநிலையை மற்ற மனிதர்களின் உணர்ச்சிகள் உடைத்தெறியாதவாறு நிலையான தியான சக்தியிலே நின்றுகொள். சாதகன் தியானம் செய்வதினால் அவனது நரம்புகளும் உணர்ச்சிகளும் கூர்மையாகின்றன. மேலும் அவனது மனம் பல அற்ப விஷயங்களாலும் பாதிக்காது பாதுகாக்கவேண்டும். மன அமைதியை எந்த விதத்திலும் ஆசை உணர்ச்சிகள் கலக்காதிருக்க அவசியம் பழகவேண்டும். ஆகவே சாதகன் ஆரம்பத்தில் வெகு ஜாக்கிரதையாகவும் கவனமாகவும் இருக்க வேண்டும். ஆத்மீக வாழ்க்கை மிகக் கடினமானதுதான். ஆனாலும் அதைரியப்படவேண்

டியதில்லை. ஒழுங்காகத் தியானித்துச் சாதனத்திலே கண்ணுங்கருத்துமாக இருப்பவர் பயப்படத்தேவையில்லை. முன் பின் தெரியாத ஞான உலகிற்கு நீண்டதோர் பிரயாணத்தைத் தொடங்கவேண்டியிருக்கிறது. அதிலும் தனிமையிலேதான் பிறர் உதவியின்றி, உற்சாகங்காட்ட மற்ற மனிதர்களின்றி ஆத்மீக வாழ்வு நடத்த வேண்டியிருக்கிறது. ஆகவே அபரிமிதமான தெளிவும் நுணுக்கமான அறிவும் பரிசுத்தம் நிறைந்த பண்பாடும், எந்த எதிர்ப்புச்சக்திகளையும் சமாளிக்கும் திட நம்பிக்கையும் ஒரு சாதகனுக்கு அவசியம் தேவைப்படுகிறது. ஆசை எண்ணங்கள் உள்ளத்திலே பதிந்து மூளையிலே தாக்கிய பிறகுதான் நரம்பைப் பாதிக்கின்றது. ஆகவே கெட்ட செயலைத் தூண்டிடும் எண்ணங்கள் உணர்ச்சி மயமாக மாறுவதற்கு முன் அறிவைக் கலக்காதவாறு நரம்பை பாதிக்காதவாறு இருக்க நாம் பழகிக்கொள்ளவேண்டும். எண்ணங்கள் நமது அனுபவங்களை பிறருக்கு விளக்குவதற்குக் கருவியாக இருக்க வேண்டுமே தவிர அறிவைஅசைத்துவிட்டு குழப்பிடும் ஆயுதமாக மாறக்கூடாது. எந்த எண்ணமும் சித்தத்தில் கிளம்பியவுடன் உடனுக்குடன் அதை எந்த வித விருப்பு - வெறுப்பில்லாது ஊன்றிக்கவனிக்கும் திறமையை நாம் பெற்றுவிட்டால் ஒருவாறு சமநிலைதவறாது சாந்தமாக வாழமுடியும்.

வாழ்வின் இரகசியத்தை. ஆசையினால் கவ்வப்பட்ட மனதினால் விளங்க முடியாது. ஏனெனில் பூர்த்தியாகாத திசைகளின் புறத்தோற்றங்கள்தான், மனதில் அதிகமாக படிந்து இருக்கின்றன. அழுக்குகளின் சேற்றினிலே கிளர்ந்தெழும் எண்ணங்களினால் வாழ்வின் நுட்பத்தை அறிய முடியாது. அற்புதமான வாழ்வாகக் காட்சிதரும் உலக வாழ்வெல்லாம் கலங்கிய மனதின் குழப்ப நிலையாகும். அறிவு ஆத்மீகச் சக்தியில் ஆக்கம் பெறவேண்டும். மனமடங்கிய வேளையிலே மேலான மௌனதியானத்தின் சாந்தியிலேதான் அறிவு பிரகாசிக்க முடியும், அறிவு ஆசையிலே தொடர்பானால் எண்ணங்களின் வலையிலே சிக்கவேண்டியதுதான். தனித்து நிற்கும் ஆற்றல் அறிவுக்கு உண்டு. ஆனாலும் அமைதியின் மத்தியிலேதான் அறிவு வளர முடியும். தியானத்தின் வலிமையினால் வழங்கப்படும் ஞானக் கண்கொண்டே வாழ்வில் ஏற்படும் எல்லா விதப் பிரச்சனைகளையும் தீர்க்கமுடியும். மனதிற்கு அப்பாலே - எண்ணங்கடந்து தியானத்தில் அனுபவிக்கப்படும் - விடுதலையான இன்ப வாழ்வை நேரடியாக அனுபவிக்க வேண்டும்.

ஆகவே சாந்தமும் சமாதானமும் அருளானந்தமும் உறவாடும் உனது ஆத்மீக வாழ்வை அழகுணர்ச்சியுடன் சுயேச்சையாக வாழவேண்டுவது உனது முக்கிய பொறுப்பு மட்டுமல்ல; உனது எழில் மிகு வாழ்வின் இதய கீதமுமாகும்,

வரப்பெற்றேம்

கதிரேசன் பாமாலை

ஆக்கியோன்:- திரு. மு. க. சூரியன்.

விலை சதம்:- 50 [8 அணு]

கிடைக்குமிடம்:

திரு. மு. க. சூரியன் ஆசிரியர்

போவை தமிழ்க்கலவன் பாடசாலை

இடல்காசின்னை.

ஈ ழ தே வி

ஓர் தமிழ் மாத வெளியீடு. இலக்கியக் கட்டுரைகள் சிறுகதைகளைத் தாங்கி வருவது.

வருடசந்தா 4 ரூபா மாத்திரமே.

விலாசம்:

நிர்வாக ஆசிரியர் "ஈழதேவி"

131, புதுச்செட்டித்தெரு - கொழும்பு - 13.

சுவாமி ஆனந்ததீர்த்தரின் கடிதங்கள்

இக்கடிதங்களில் சமரச நிலை ததும்பி இருப்பதையும், எவரிடத்தும் குற்றம் நீக்கிக் குணம் கொள்ளும் தன்மை வெளிப் படுவதையும் பரக்கக் காணலாம்.

விலை ரூபா 1-50.

கிடைக்குமிடம்:-

ஆனந்த ஆசிரமம்

வாங்கல் போஸ்ட் - திருச்சி ஜில்லா

தென் இந்தியா.

வாய்வு சூரணம்

உஷ்ண வாய்வு, முழங்கால் வாய்வு, இடுப்பு வாய்வு, மலக்கட்டு, மலபந்தம், அஜீரணம், கை கால் அசதி பிடிப்பு, பசியின்மை, வயிற்றுவலி, பித்தமயக்கம், பித்த சூலை, புளி யேப்பம், நெஞ்சுக்கரிப்பு முதலிய வாய்வு ரோகங்களை நீக்கி ஜீரண சக்தியைக் கொடுக்கும் தேகாரோக்கியத் திற்கும் மிகச் சிறந்த சூரணம்.

உபயோகிக்கும் முறை:-

இந்தச் சூரணத்தில் ½தோலா அளவு எடுத்து அத்துடன் ½தோலா அளவு சீனி அல்லது சர்க்கரை கலந்து ஆகாரத்துக்கு முன் உட்கொண்டு கொஞ்சம் வெந்நீர் அருந்தவும். காலை மாலை தொடர்ந்து உட்கொள்ளவேண்டும். தேகத்தை அனுசரித்து உட்கொண்டு வரும் போது அளவைக் கூட்டியும் குறைத்தும் உட்கொள்ளலாம். நெய், பால், வெண்ணெய் நிறையச் சாப்பிடலாம். வாரம் ஒரு முறை எண்ணெய் ஸ்நானம் செய்யலாம்.

மூலிகையினால் தயாரிக்கப் பெற்றது.

தபால் செலவு உட்பட டின் ஒன்று 3 ரூபா 75 சதம்.

[பத்தியமில்லை]

சம்பு இண்டஸ்ரீஸ் - சேலம் 2. (S.I)

இலங்கையில் கிடைக்குமிடம்

ஆத்ம ஜோதி நிலையம் - நாவலப்பிட்டி.

சக்தி அன் கோ,

35, கொத்மலை வீதி, - நாவலப்பிட்டி.

கி. வா. ஜெகந்நாதன்

டக்டர். மு. வரதராசன்

சுவாமி சுத்தானந்த பாரதியார்

சுவாமி இராமதாசர் ஆகிய

பெரியார்களுடைய நூல்கள் விலைக்குப்பெற்றுக்கொள்ளலாம்.

Regd, at the G. P. O. as a News Paper M. L. …

ஆத்ம ஜோதி விசேட மலர்

முகப்பு மூவர்ண அட்டையுடன் ஆத்மஜோதியின் நோக்கத்தையும் இலட்சியத்தையும் விளக்கியவாறு பொலிவுற்று விளங்குகின்றது. பாடல்கள் கட்டுரைகள் எல்லாமாக நாற்பதுக்குமேலாக அமைந்துள்ளன. 20 மகான்களின் படங்கள். 40 யோகாசனப்படங்கள் மலரை அலங்கரிக்கின்றன. குறிப்பிட்ட ஒரு தொகையான மலர்களே அச்சிடப் பெறுகின்றன. ஆதலால் வேண்டுவோர் இப்பொழுதே பெயரைப் பதிவு செய்து கொள்ளுங்கள். விலை விபரம் பின்னர் அறிவிக்கப் பெறும்.

ஸ்ரீ கேதார் பத்திரி யாத்திரை

ஆத்மஜோதியில் தொடர்ந்து வருடத்திற்கு மேலாகவெளிவந்த யாத்திரைக் கட்டுரைகளை பல அன்பர்களது கேள்விப்படி நூல் உருவில் அச்சேற்றி உள்ளோம். இந்நூல் வட இந்தியா யாத்திரை செய்வோர் அனைவருக்கும் பயன்பெறக் கூடியது.

விலை 75 சதம். தபாற்செலவு 8 சதமாகும்.

25 புத்தகங்களுக்கு மேலாகப் பெறுவோர்க்கு 20 வீதம் கழிவு கொடுக்கப்படும்.

கிடைக்குமிடம்:

ஆத்ம ஜோதி நிலையம்

நாவலப்பிட்டி - (சிலோன்)

…omy, Editor, K. Ramachandra
Printed & Published By N. Muthiah,
Athma Jothi Nilayam — NAWALAPITIYA.
Printed at Sri Murugan Press - Punduloya. 17-11-57