ஆத்ம ஜோதி

ஆத்ம ஜோதி

ஓர் ஆத்மீக மாத வெளியீடு

எல்லா உலகிற்கும்
இறைவன் ஒருவன்
எல்லா உடலும்
இறைவன் ஆலயமே.

...சுத்தானந்தர்...

சோதி 11   சுடர் 9.   விளம்பி ௵ ஆடி 14-7-58.

பொருளடக்கம்

சுத்தானந்தர் பாடல்	...	257
குருவின் மகத்துவம்	...	58
துன்பம்	...	59
யோக ஆசனங்கள்	...	63
திருமுறைக்காட்சி	...	63
ராமநாம ஜபம் செய்யும் முறை	...	69
படைப்பின் தத்துவம்	...	270
ரசமானதோர் விஷயம்	...	73
ஒருபாவமும் அறியாதவருக்கு...	...	75
சான்றோர்	...	78
எனது பிரார்த்தனை	...	280
நாமதேவர்	...	81
மனத்தூய்மை	...	82
கர்மத்தின் பயன்	...	286

ஆத்மஜோதி சந்தா விபரம்

ஆயுள்சந்தா ரூ. 75-00   வருடசந்தா ரூ. 3-00

... தனிப்பிரதி சதம் 30. ...

கௌரவ ஆசிரியர்: க. இராமச்சந்திரன்

பதிப்பாசிரியர்: நா. முத்தையா.

ஆத்மஜோதி நிலையம்-நாவலப்பிட்டி (சிலோன்)

சுத்தானந்தர்பாடல்

கர்ச்சித் தெழுந்துவிழு திரைகளுக் காதியாங்
    கடலலாற் கதியு முண்டோ?
கரைபுரண் டோடுமிக் கானுற்றி னுக்கருட்
    கடலலா லமைதி யுண்டோ?
தர்க்கித் தெழுந்துதான் றனெனும் வாதமுந்
    தன்னறிவி லேற் றணியுமோ?
சகத்தினை யலைக்குஞ் சழக்குஞ் சமர்களும்
    சாந்தமல் லாற் றீருமோ?
துக்கசுக தொந்தமுறு முக்குண வகந்தை
    துளிர்க்குமன மாயை தோன்றாச்
சுத்தசிவ ஜோதிவளர் துரியசம நிலையே
    சுதந்தரப் பதவி யென்பார்,
அக்கதிக் காளாகி யானுமிங் குய்யவருள்
    ஆன்ம நேயப் பரமனே!
அருள்பெருகு மறிவுவள மருவுதிரு மலைவளரும்
    ஆனந்த மோன வடிவே. 5.

உள்ளபொரு ளுள்ளபடி யுள்ளதனி லுள்ளவிடம்
    உள்ளுறவி லொன்றி யதுவாய்
உண்மையறி வின்பவொளி யொருகோடி பகலென
    வொளிவீசு தவ்வொளி யெலாம்
தெள்ளறி வளித்தகுரு சின்மயா னந்தனே!
    தீபவழி பாடு னக்கே!
தேசுபெறு மோனத்தி லேகாந்த நிலைதந்த
    தேசிக சிகா ரத்தினமே!
அள்ளிக் கலந்தென்னை அன்பிற் கரைத்தபர
    மாகாச மான விரிவே!
அகமாயை யந்திரச் சுழலினின் றடியனை
    யகற்றிய தயா மூர்த்தியே!
துள்ளிக் குதித்துத் துயர்செய் தடங்காத
    துஷ்ட மன தைச் செற்றனை
தொந்தமறு நிர்க்குண சுகாதீத மேசுயஞ்
    சோதிமய மான பரமே! 6.

குருவின் மகத்துவம்

—✻—

உன்குருவிடத்தே அளவற்ற நம்பிக்கைவை. அவருடையகருணையால், அவருடைய பிரகாசத்தினால், உன்னுடைய அந்தராத்மா மீள உயிர்க்கப் பெற்றது. அவர் உன்னைத் தேடிக் கண்டுகொண்டார். அவரால் நீ சுகப்படுத்தப்பட்டாய். குருவின் *அநுபூதி* தாரை தாரையாக உன்மேற் சொரிகின்றது. அது ஒழியாதது. யாதொன்றும் அதை எதிர்க்கமாட்டாது. உன்மேல் அவர் பூண்டிருக்கும் அன்பு அளவற்றது. அவர் உனக்காக எவ்வளவும் பிரயாசப்படுவார். அவர் ஒருபோதும் உன்னைக் கைவிடார். அவர் அன்பே அவர் தெய்வத் தன்மைக்குச் சான்று. அவர் சாபந்தானும் ஆசீர்வாதமாகும்.

உன்குருவின் அநுபூதி உனக்கொருஉண்மையான பிரத்தியட்சப்பொருள். அவருடைய மாற்றப்பட்டிருக்குஞ் சுபாவத்திற்கூடாக நீ உண்மையில் தெய்வீகத்தைத் தரிசிக்கின்றாய். உனக்கு மார்க்கம் வேறில்லை. உன்னை அவருக்கு முற்றாய் ஒப்புக்கொடு. முடிவில் தேவர்கள்தானும் என்ன? தன்னைத் தான் அறிந்தவனே மிகப்பெரிய தெய்வம். மனிதன் சுவானுபூதிமான்களுடைய பெரும் மகிமையைக் கண்டு, அந்த அனுபூதியைப் பல விதங்களாயுணருகிறான். குருதற்போதத்திற்கு மேலானவர். அவர் வழியாகத் தெய்வ தத்துவத்தின் அம்சங்கள் எல்லாம் பிரகாசிக்கின்றன. அவர் சிவனல்லவா? சிவன் தானும் பரமகுருவின் ஓர் அம்சமே. உன்னுடைய குருவே சிவமென்றும், இஷ்டதெய்வமென்றும் தியானம் செய். நீ சுவானுபூதிப்பேற்றைப் பெறும் பொழுது, குருவாகிய உண்மைச்சுபாவம்உன்னுடைய இஷ்டதெய்வத்தோடு ஒன்றுவதை நீ பார்ப்பாய்.

துன்பம்

(ஆசிரியர்)

குறள் ஒரு நீதி நூலாகும். அதில் சிரிப்பு வேடிக்கைகளுக்கு இடமுண்டா? என்று சிலர் கேட்கலாம். அதற்கு **வள்ளுவரே** பதில் சொல்லுகின்றார்.

'இடுக்கண் வருங்கால் நகுக'

துன்பம் வரும்போது வாய்விட்டுச் சிரியுங்கள் என்கின்றார் **வள்ளுவர்.** இந்தநிலையில் இருத்தல் எத்தனைபேரால் இயலும். படிக்கிற போது இலகுவாகத் தோற்றும். அனுபவத்தில் வரும் போதுதான் அதன் கஷ்டத்தை உணர முடிகிறது. பிறருக்கு உபதேசம் செய்வதென்றால் எவ்வளவு இலகு. பிறருக்கு உபதேசம் செய்த அதே விஷயம் தனக்கு ஏற்படும் போது அவன் படும் பாட்டைப் பார்க்க வேண்டுமே. இதுசாதாரணமனிதர் இயல்பு. மகான்களில் ஒரு சிலர் இதற்கு விதிவிலக்காகும்.

காலையிலே இராமனைத் தசரதர் அழைத்து நாளைக்கு உனக்குயுவராஜபட்டாபிஷேகம்என்றார். மாலையிலே கைகேயி அழைத்துக் காட்டுக்குப்போ என்கின்றாள். இரு சந்தர்ப்பத்திலும் இராமன் யாதோர் வேறுபாடுமின்றிக் காணப்படுகின்றான். அன்றலர்ந்த செந்தாமரையினை வென்ற முகத்தோடு இராமன் காட்டுக்குப்போகத் தயாரானான். இந்த அநீதி இலட்சுமணனுக்குப் பிடிக்கவில்லை. இலட்சுமணன் கண்கள் சிவந்து மகா கோபத்துடன் தந்தையாகிய தசரதனை இழிவாகப்பேச ஆரம்பித்தான். 'அண்ணா நீ காட்டுக்குப் போகக் கூடாது. நீ காடு ஏகுவதாம்; பரதன் நாடு ஆளுவதாம். பரதன் நாடாளுந்திறனை நான் ஒருவனே பார்த்துக்கொள்ளுகின்றேன். கிழவர் காதலில் மயங்கிவிட்டார்.' இலட்சுமணனின் கோபம் அடங்கும்வரை இராமன் சாந்தமாக இருந்தான். பேச்சில் இலட்சுமணனின் உணர்ச்சியும் குறைந்து வந்தது. இராமன் இரத்தினச்சுருக்கமாகக் கூறினான்.

நதியின் பிழையன்று நறும்புனலின்மை; அற்றே
பதியின் பிழையன்று; பயந்து நமைப் புரந்தாள்
மதியின் பிழையன்று; மகன் பிழையன்று; மைந்த!
விதியின் பிழை; நீ இதற்கு என்னை வெகுண்ட
தென்றான்.

இலட்சுமணனின் உணர்ச்சியைக் கோபத்தைத் துன்பத்தையெல்லாம் துடைத்துச் சாந்தசொரூபனாக்கினான் இராமன்.

கைகேயி, யாருக்காக அரசினை விரும்பி வரத்தைப் பெற்றாளோ! அப்பரதன் வந்துவிட்டான். தாயின் சூழ்ச்சியை அறிந்து துன்பத்திலும் கோபத்திலும் பேசுகின்றான். 'தகப்பனையும் அண்ணனையும் இழந்து விட்டபிறகு எனக்கு இராச்சியாதிகாரம் என்ன வேண்டியிருக்கிறது? தந்தையை உயிர் மாளவைத்து இராமனையும் காட்டுக்கு அனுப்பிவிட்டு என்னை அரசு புரியச் சொல்லுகின்றாயே! உன் துராசை உன் மூளையை நாசஞ்செய்துவிட்டதே என் உயிரைப்போலுள்ள இராமனைக் காட்டுக்கு அனுப்பிவிட்டு எனக்குச் சந்தோஷம் ஊட்டப்பார்த்தாயா? அண்ணனை இதோ அழைத்து வருகின்றேன். அவனுக்கே பட்டம் சூட்டி என் உள்ளம் மகிழ நான் அவனுக்கு அடிமைசெய்து வருவேன்' கைகேயி இன்பம் என்று நினைந்தது, பரதனுக்குமாத்திரம் அல்ல; பலர் அதனைத் துன்பம் என்றே அனுபவித்தனர். இராமன் மாத்திரம் அதனைத் தேவகாரியம் என உணர்ந்தான். இன்று தமிழர் அனுபவித்த இன்னல்களும் தேவகாரியம் என்று இலகுவாகச் சொல்லிவிடலாம். ஆனால் அதனை உணர்ந்து ஏற்றுக்கொள்ள எத்தனை இராமர்கள் எங்களில் இருக்கிறார்கள் என்பதுதான் கேள்வி?

இராவணன் சீதையைத் தூக்கிக்கொண்டு சென்றுவிட்டான். மாயமான் பின்னே சென்ற இராமனும், இராமன் பின்னே சென்ற இலக்குமணனும் பன்னசாலைக்குத் திரும்பி வருகின்றனர். சீதையைக் காணவில்லை. இராமனுடைய துன்பம் தாங்கமுடியாததாகிவிட்டது. மரங்களைப்பார்த்துச் சீதை எங்கே என்று விசாரிக்கத் தொடங்கிவிட்டான். எங்கும்

தேடித்திரிந்து சீதையைக் காணாமையால் ஹா இலட்சுமணா, ஹா சீதா! என்றுகதறித் தரையில் விழுந்தான். இராமன் படும் துன்பத்தைக்கண்டு சகிக்கமுடியாமல் இலட்சுமணன் சொன்னான் ''அண்ணா இப்படி அழுவது தகாது. இருவரும் சேர்ந்து காடு முழுவதும் தேடுவோம். வா இருவரும் தேடுவோம் பிரலாபிக்காதே!'' இருவரும் காடு, மலை, ஆறு எங்குந்தேடினர். எங்கும் காணவில்லை. நான் என்ன செய்வேன் என்று அலறினான் இராமன். ''புலம்பாதே அண்ணா! நீ சீதையைத் தவறாது அடைவாய். இது நிச்சயம். தைரியத்தை இழக்காதே'' என்றான் இலட்சுமணன். இலட்சுமணன் எவ்வளவு ஆறுதல் கூறியும் இராமன் துன்பம் ஆறவில்லை. ''என் உயிர் எனக்கு இனி வேண்டியதில்லை.'' என்று துபரம் தாங்காமல் உரத்தகுரலில் அழ ஆரம்பித்தான்.

வனம்புறப்படும் நேரத்தில் இராமன் இலட்சுமணனுக்குப் புத்திமதிகள் கூறினான். இப்போ இலட்சுமணன் இராமனுக்குப் புத்திமதி கூறும் நிலைமைக்கு இராமன் தனது அவதாரத்தில் மானிட சுபாவம் பெற்று நடிக்கின்றான். சீதையை இராமன் அடையும்வரை இராமனுக்கு இலட்சுமணனே பல இடங்களில் புத்திமதி கூறுகின்றான். துன்பம் என்பது பிறர் சொல்லி உணர முடியாதது. தானே அனுபவிக்கும்போதுதான் அதன் உண்மைச் சொரூபத்தை அறியமுடியும். இராமாவதாரத்தில் ஸ்ரீ இராமபிரான் எள்ளளவேனும் அவதாரரகசியம் வெளிப்படாவண்ணமே நடித்துள்ளார்.

துன்பத்திற்குக்காரணம் ஆசை என்பர் பெரியோர்.

''ஆசைப்படப்பட ஆய்வருந் துன்பம்
ஆசை விடவிட ஆனந்தமாமே''

என்பது திருமூலர் வாக்கு. துன்பத்தின் மூலகாரணத்தை அறிந்து விட்டால் துன்பத்தை ஓரளவுக்குச் சகிக்கும் வல்லமை வந்துவிடும். பெண்களுக்குத் துன்பம் வருமிடத்து வாய்விட்டு அலறத்தோன்றும். அவர்கள் அப்படியேதான் துன்பத்தைப்போக்கிக்கொள்வார்கள். சிலர்தமது உற்ற நண்பருக்குச் சொல்லுவதனால் அவர்களுடைய துன்பம் ஓரளவுக்குச் சினேகிதர்களால் பங்கிடப்படுவதோடு நெஞ்சுப்பாரமும் குறைகின்றது.

சிநேகிதனுக்குக்கூடச் சொல்லமுடியாத துன்பத்தைச் சிலர் நெஞ்சிலே சுமந்து திரிவதுண்டு. அப்படிப்பட்டவர்கள் அந்தரங்கமாக ஆண்டவனிடத்திலே முறையிட்டால் அவன் மலைபோல் வந்த வெள்ளத்தைப் பனிபோல நீக்கிவிடுவான். இது எல்லாருக்குமே பொருந்தும். ''ஊரில் ஒருவனே தோழன்'' என்பார்கள். அந்த ஒருவன் யார் என்றால் ஆண்டவனே. எல்லோருக்கும் அவன் ஒருவனேதான் தோழன்.

கவிஞனுக்குத் துன்பம் வந்துவிட்டால் அதுவே ஒரு கவியாக வந்துவிடும். துன்பம் என்பது எல்லார்க்கும் பொதுவாயினும் அது அவரவர் மனப் பண்பாட்டுக்குத் தக்கதாகவே தனது தொழிலைச் செய்கின்றது. சமுத்திரத்தைப்போன்ற மிகப்பெரிய துன்பமும் அறிவுடையவர்கள் மன உறுதியினால் மறைந்துவிடும். அறிவாளிகள் தாம் துன்பப்படாமல் இருப்பது மட்டுமல்லாமல் தம்மை வருத்தவந்த துன்பமே துன்பமடையும்படி செய்து விடுவார்கள். இடையூறுகள் அதிகரித்தாலும் பாரம் இழுக்கும் மாடுபோல ஊன்றி நிற்கக்கூடிய உறுதியுடையவனிடம் வந்த துன்பங்களே துன்பமடையும்.

வள்ளுவர் துன்பத்தின் இரகசியத்தை மிக அடக்கமாகக் கூறுகின்றார்.

இன்பத்து ளின்பம் விழையாதான் துன்பத்துட்
துன்ப முறுத லிலன்.

நன்மை வருகின்றபோது மகிழ்ச்சியில் மயங்கிவிடாமல் இருக்கக்கூடியவன் தீமை வரும்போதும் தீமையினால் மனம் நொந்து போகமாட்டான். என்பது பொருள். கைகேயி 'இராமனைப் பார்த்துக் காட்டுக்குச் செல் என்றபோது இராமன் இதேமனோ பாவத்தோடுதான் இருந்தான்.

யோகாசனம் : :

(எஸ். ஏ. பி. சிவலிங்கம்)

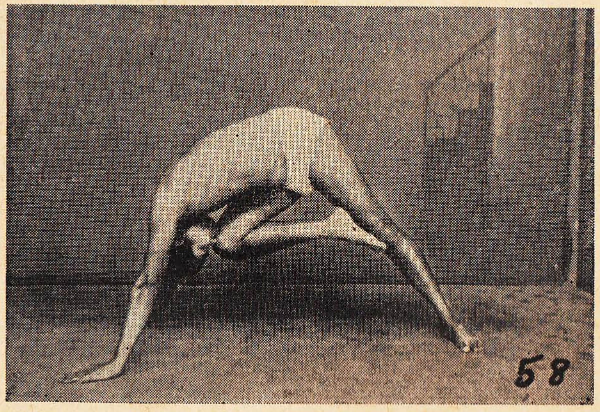
58, ஜானுபார்ஸ்வாசனம்.

(பழகும் விதம்)

காற்றோட்டமுள்ளதும், சுத்தமானதுமான இடத்தில் சமதள விரிப்பின் மேல் இரண்டு கால்களையும் சிறிது அகட்டி நின்றுகொள்ளவும். நேராய் நிற்கவும்.

பின் வலதுகாலை முன்பக்கம் கொண்டுவந்து நேராக நீட்டி, சுவாசத்தை வெளிவிட்ட வாறே குனிந்து இரண்டுகால்களையும் தரையில் அகட்டி உள்ளங்கை கீழே படியும்வண்ணம் அமர்த்தவும், முழங்கைகள் வளையாமல் விறைப்பாய் இருக்கவும்.

இனி முன்வைக்கப்பட்ட வலதுகாலை மடித்து இடது முழங்காலின் மேல் வலதுபாதம் நன்கு படியும்படி வைத்து



சுவாசத்தை முழுவதும் வெளிவிட்டு தலையைக் குனிந்து மூக்கின் இடது துவாரத்தை வலதுகாலின் முழங்காலின் மேல் அழுத்தும்படி வைக்கவும். அச்சமயம் சுவாசம் மூக்கின் வலது துவாரத்திலதான் சுவாசிக்கவும்.

மூக்கின் இடது துவாரம் நன்றாக இடது முழங்கால்மேல் அழுத்தியிருக்கவும். வலதுகால் வளையாமல் கீழே நன்கு நேராய் இருக்கவும் ***சித்திரம் 58.*** பார்க்கவும். முதுகு நன்கு வளைந்திருக்கவும். இந்நிலையில் சுவாசம் வேகமாய்விட்டிழுத்தும், தேவைக்குத் தக்கவாறு இருந்தபின் ஆசனத்தைக் கலைத்து கால்களை மாற்றிச் செய்யவும்.

— கலைக்கும் விதம் —

இடது முழங்காலின் மேல் வைத்திருக்கும் வலது பாதத்தை எடுத்து நேராய் நீட்டி கீழே வைத்து கழுத்தை நேராக நீட்டி சுவாசத்தை உள்ளிழுத்துக்கொண்டே கைகள் இரண்டையும் நிமிர்ந்து நேராய் நின்று சிரமபரிகாரம் செய்து கொள்ளவும். சுமார் அவரவர்கள் உடலுக்கும் தக்கவாறு பல தடவைகள் செய்யலாம்.

பலன்கள்:- அஜிரணக்கோளாறுகளை அறவே யொழித்து நல்லபசியையும், ஜாடராக்கினிவிருத்தியையும் உண்டு பண்ணும். ஈரல், மண்ணீரல் இவைகளில் ஏற்படும் பல வியாதிகளையும் குணப்படுத்துகின்றது. அதிக பசி இருந்தும் சாப்பிட்ட உணவு ஜிரணமின்றி வாந்தியாகுதல் முதலிய பல வியாதிகளையும் குணப்படுத்தும். புளிப்பேப்பத்தையும் கண்டிக்கும். கால்கள், கைகள் கழுத்து இவைகளுக்கு நல்ல வீரியத்தையும், இரத்தோட்டத்தையும் கொடுக்கின்றது. மலஜலம் நன்ருக வெளியாகும்.

விலா எலும்பு ஸ்திரப் படும். சிறு நீர்த்துவாரம் எரிச்சலின்றி நீர் வெளியேறும். ஆண், பெண் அனைவரும் செய்யலாம்.

59. ஊர்த்துவ சர்வாங்காசனம்.

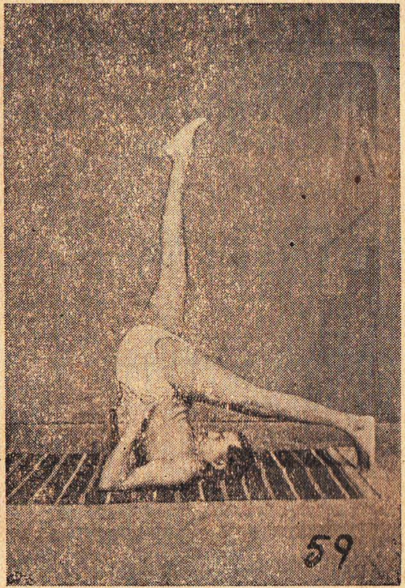
(பழகும் விதம்)

காற்ருேட்டமானதும், சுத்தமானதுமான சமதளமான இடத்தில் விரிப்பின்மேல் மல்லாந்து படுத்து கால்கள் இரண்டையும் நேராய் நீட்டிக் கொண்டு, கைகள் இரண்டையும் விலாப்பக்கமாய் வைத்துக்கொண்டு படுத்துக் கொள்ளவும்.

பின் கால்களை முழங்காலுடன் மடக்கி மேல் தூக்கவும். பின் சுவாசத்தை வெளிவிட்டவாறேமேலும் இடுப்புடன்மேல்தூக்கி கைகள் இரண்டையும் இடுப்பில் வைத்துக் கொள்ளவும்.

இவ்வாறு சர்வாங்க ஆசனம் செய்வதைப்போல்செய்யவும். கால்கள் மேல் தூக்கிய வண்ணம் சேர்த்தே வைத்துக் கொள்ளவும். கால்களின் கட்டை விரல்கள் மூக்கு நுனிக்குநேராய் இருக்கவும்.

இந்நிலையில் வலது பாதத்தை தலைக்குப் பின் பக்கம் தரையில் படும்படி கொண்டுவந்து பாதவிரல்களைத் தொடச் செய்யவும். இடது கால் நன்கு வளையாது மேல் நோக்கியே நீட்டியிருத்தல் வேண்டும். கைகள் இரண்டும் இடுப்பைப் பிடித்தவாறும், முழங்கைகள் கீழே படிந்தவாறும் இருக்க வேண்டும். முகவாய்க்கட்டை *(தாடை)* மார்பில் நன்கு படிந்திருக்கவேண்டும். இவ்வாறு தேவைக்குத்தக்கவாறு இருந்த பின் மற்ற இடது காலையும் இவ்வாறே மாற்றிச் செய்யவும்.



சித்திரம் 59. பார்க்கவும். இந்நிலையில் கால் கீழே தொட்டிருக்கும் சமயம் சுவாச பந்தம் செய்யக்கூடாது. தாராளமாய் மூச்சு உள்ளிளுத்தும், வெளிவிட்டும் செய்யலாம்.

கலைக்கும் விதம்.

பின்பக்கம் தரையில் தொட்டிருக்கும் வலது காலை மேல் தூக்கவும். பின் இரண்டு கால்களையும் ஒன்று சேர்த்து சுவாசத்தை உள்ளுக்கிழுத்தவாறே கால்கள் இரண்டையும் கீழே கொண்டுவந்து வைக்கவும். பின் இடுப்பின் மேல் வைத்திருக்கும் இரண்டு கைகளையும் எடுத்து கீழே கொண்டுவந்து வைக்கவும். அதாவது சிறுகச்சிறுக ஆரம்பத்தில் நேராய்தூக்கியிருக்கப்பட்ட இரண்டு

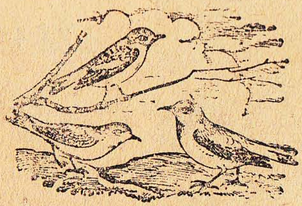
கால்களையும் மடக்கவும். பின் இடுப்புடன் முன் வைத்து பின்கால்களை தரையில் வைத்து நேராய் நீட்டிக்கொள்ளவும். இவ்வாறு சிரமபரிகாரம் செய்து கொண்டு நான்கைந்து தடவைகள் வீதம் சவுகரியம்போல் செய்து கொள்ளலாம்.

ஆண், பெண் அனைவரும் செய்யலாம். சத்திர சிகிச்சை செய்துகொண்டவர்கள் யோகாசிரியரின் உதவியை நாடிச் செய்யவும்.

பலன்கள்: இடுப்பு, முதுகு, வயிறு, கைகள் புஜங்கள், கழுத்து, பிருஷ்டபாகம் முதலியன வலுவடைந்து நல்ல இரத்தோட்டமும், அவற்றால் உண்டாகும் பல வியாதிகளையும் குணமாக்கும்.

ஈரல், மண்ணீரல், ஹெர்ணியா என்னும் குடற் பிதுக்க வியாதியையும் குணப்படுத்தும்.

அஜீரணத்தைப் போக்கி நல்ல பசியை யுண்டு பண்ணும். மலஜலம் நன்கு வெளியாகும். இருதய சுத்தமேற்படும். காது செவிட்டை நிவாரணமளித்து, கண்பார்வை ஒளிபெருகச் செய்யும். விந்து ஸ்கலிதமாகாது.



சகல உலகங்களிலுமுள்ள சகல மதஸ்தர்களும் சகல தேவர்களும் ஒப்புக்கொள்ளக் கூடிய சர்வசக்திவாய்ந்தது எந்த வஸ்துவோ அதுவே கடவுள் என்று அனைவரும் ஏகமனதோடு தோத்திரம் செய்யுங்கள்.

அந்தர் யாமி வணக்கம்

||

மலைகள் நதிகள் செடி கொடிகள்
வதிகள் கற்கள் தாவரங்கள்
நிலையில் புழுமுதல் சரவகைகள்
நேராம் பறவைகள் மிருகங்கள்
உலைவில் நீர்வாழ்வன வானம்
உற்றே வாழ்வன யிவையுள்ளே
தொலைவில் வாழ்வான்றனை யெண்ணித்
தொண்டு செய்து தோத்தரிப்பாம்.

ஐந்து நமஸ்காரங்கள்

||

உலகமுய்யவோர் வணக்கம்
உடலந் தனக்காயோர் வணக்கம்
நிலையா ருருவ மூர்த்திக்கும்
நேர்ந்த பரம குருவிற்கும்
தொலையா வணக்க மிரண்டுமென
துரியநாதர்க் கைந்தாக
அலகிலைந்து வணக்கமது
அறைந்தா றறிந்தமாதவரே.

திருமுறைக்காட்சி. (24)

(முத்து)

நான்தான் வேண்டாவோ

சிவபிரான் தொழாயிரத்துத் தொண்ணூற்றொன்பது அடியார்கள் சூழவந்து திருப்பெருந்துறையிலே திருவாதவூரடிகளை ஆட்கொண்டார். பின்னர் திருவாதவூரடிகளைத்தவிர தொழாயிரத்துத் தொண்ணூற்றொன்பது அடியார்களும் குளத்தில் தோன்றிய ஞானாக்கினியிலே மூழ்கிச் சிவகணங்களானார்கள்.

தம்உடன் அடியார் எல்லாம் பெற்ற இன்பம் தமக்கு என்றுதான் கிட்டுமோ என்று ஏங்கியிருந்தார் மணிவாசகர். சிவகணத் தலைவர் எவரேனும் வந்து தம்மைஅழைக்கமாட்டார்களா? என்று அதனையேநினைந்து அவ்வளைப்பில் ஒரு ஆனந்தமடைந்து இருந்தார். அழைப்புவராமையினால் இடையிடையே ஊடல் எழுந்தது. ஊடலுக்குப்பின் கூடல் என்பார்கள். அதுதான் நிகழவில்லையே. ஆதலால் ஊடலின் பின் இரங்குவார், எம்பெருமானை நினைந்து ஏங்குவார்; இரப்பார். தொழாயிரத்துத் தொண்ணூற்றொன்பது அடியார்களுந்தான் உமக்கு உரியவர்கள். என்னைத் தேவையில்லையோ? நீர் என்னை ஆண்டது பொய்யோ? தொழாயிரத்துத் தொண்ணூற்றொன்பது அடியார்களும் உடனிருக்க என்னை ஆண்டு அடிமைக் கொண்டது பொய்யோ? என்னை ஆண்டு அடிமைக்கொண்டது உண்மையானால், தொழாயிரத்துத் தொண்ணூற்றொன்பது அடியாரொடும் என்னை ஏன் சேர்த்துக்கொள்ளவில்லை. நான் மாத்திரம் வேண்டாதவனாகிவிட்டேனோ?

என்னால் அறியாப்பதம் எனக்குத்தர அஃதறியாதேயான கேட்டேன்; உன்றாற் குறையில்லை; யான் அடிமைக்கு ஆர்? அடியாரொடுங்கூடாது யானே பிற்பட்டு வருந்தினேன். ஆண்டாய் நான்தான் வேண்டாவோ?

நம்பியே, பால்நினைந்தூட்டும் தாயினும் சாலப் பரிவுடையனென்றல்லவா உன்னை நம்பினேன். தாயிற் சிறந்த தயாவான தத்துவனல்லவா? பன்றிக் குட்டிகளுக்குத் தாயாகிவந்து பால் அளித்தாயே! செட்டிச்சி அம்மையின் மகளுக்குத் தாயாகிவந்து மருத்துவம் பார்த்தாயே! என்னை ஒழித்து ஏனையோர்க்கெல்லாம் தாயாகநின்று அருளமுதம் ஊட்டுதலைச் செய்கின்றாயே. தாயிருக்கக்குழந்தை சவலையாதல் எங்கும் இல்லையே. எசமான் வேண்டா வெறுப்பாக அடித்தாலும், உதைத்தாலும் நாய் எசமானின் காலையே சுற்றிச்சுற்றிவந்து நக்கும். அதுபோலவேதான் நானும். நீ என்னை வேண்டாமென்று வெறுத்தாலும் உன்னடியேதான் தஞ்சமென்று கிடப்பேன்.

281-ம்பக்கம் பார்க்கவும்

ராமநாம ஜபம் செய்யும் முறை

(மகாத்மா காந்தி)

முதல் நிபந்தனை அது உள்ளத்தின் உள்ளிலிருந்து எழவேண்டும் என்பது. அப்படியென்றால் என்ன? நாம் நமது மனநோய்களையும் ஆன்மீகக் குறைபாடுகளையும் போல் முக்கியமில்லாத உடலின் கோளாறுகளைப் போக்கிக் கொள்வதற்காக அலையாத இடங்களில் எல்லாம் அலைந்து படாத பாடுகளெல்லாம் படுவதற்குச் சித்தமாயிருக்கிறோம். மனிதனுடைய இந்தப்பூதவுடல் ஒருநாள் அழியவேண்டியதே. அது இயற்கையாகவே சாகாவரம் பெற்றதல்ல. ஆனால் மனிதர்கள் அதை ஏதோ பிரமாதப்படுத்திக்கொண்டு அழியாவரம் பெற்று உள்ளே அமர்ந்துள்ள ஆன்மாவை அசட்டைசெய்கிறார்கள். ராமநாமத்தில் உறுதியுள்ளவன் உடலைப் பிரமாதப்படுத்துவதை விடுத்து கடவுளுக்குப் பணிசெய்வதற்குதவும் ஒரு கருவியொன்றே அதைக் கருதுவான். அந்தப் பணிக்கு அதைத் தகுதிபெறச் செய்வதற்கு ராமநாமமே தலை சிறந்த வழியாகும்.

ராமநாமத்தை இதயபீடத்தில் ஸ்தாபித்துக் கொள்வதற்கு எல்லையற்ற பொறுமை தேவை. அதற்குள் யுகங்கள் பல கழிந்தாலும் கழிந்துவிடும். ஆனால் அதற்கான முயற்சியைச் செய்யவேண்டியதே. அப்பொழுதும் வெற்றிகிட்டுவது கடவுள் அருள் ஒன்றையே பொறுத்திருக்கிறது.

நாம் சத்தியம், நாணயம், உள்ளும் புறமும் தூய்மை என்ற நற்குணங்களில் பழகியிருந்தாலல்லது ராமநாமம் நமது உள்ளத்தின் உள்ளிலிருந்து வெளிவராது. ஒவ்வொருநாளும் மாலைப் பிரார்த்தனையில நாம் நிலைத்த மதியுடையோனுடைய லட்சணங்களை விவரிக்கும் சுலோகங்களை ஓதி வருகிறோம். நாம் நமது புலன்களை அடக்கி ஆண்டு உணவையும் இன்ப நுகர்ச்சியையும் சேவையின் பொருட்டு உயிரைக் காத்து வருவதற்கென்றே ஏற்று வருவோமானால் நம்மில் ஒவவொருவரும் நிலைத்த மதியுடையோனாவது சாத்தியமே நம்மால் நமது மனத்

272 ம்பக்கம் பார்க்க

படைப்பின் தத்துவம்

(திருக்குர் ஆன்)

உலர்ந்த வித்துக்களையும், திண்ணமான கொட்டைகளையும் அல்லாஹ் தான் வெடித்து முளைத்து பயிர் பச்சையாக்கச்செய்கிறன். உயிர் இல்லாதவற்றிலிருந்து, உயிருள்ளவற்றையும், உயிருள்ளவற்றிலிருந்து உயிரில்லாதவற்றையும அவனே வெளிப்படுத்துகிறன். இவ்வலிமையுள்ளவன் அல்லாஹ். இவ்வாறிருக்க அவன்மீது விசுவாசங் கொள்ளாது நீங்கள் எங்கு திருப்பப்படுகின்றீர்கள்?

இருளைக்கிழித்து பொழுதுபுலரச் செய்பவன்; அமைதி பெற்று சுகமடைய இரவை ஆக்கினன். காலத்தின் கணக்கை அறிவதற்காகச் சூரியனையும் சந்திரனையும் ஆக்கினன் இவை யாவும் பேராற்றல் படைத்தோனும் மிக அறிந்தோனுமாகிய அல்லாஹுடைய ஏற்பாடாகும். கரையிலும் கடலிலும் உள்ள இருளில் நீங்கள்நேர்வழி அறிந்து செல்வதற்காக நட்சத்திரங்களை அவனே அமைத்தான். திடமைச் சிந்தித்து அறியக்கூடிய மக்களுக்கு இவ்வாறு நம் வசனங்களை விவரிக்கின்றோம்.

உங்கள் யாவரையும் ஒரே ஆத்மாவிலிருந்து உண்டாக்கி பின்னர் உங்கள் தந்தையிடம் தரித்திருக்கச் செய்து தாயின் கருப்பையில் ஒப்படைப்பவனும் அவனே. ஆய்ந்து உணரக்கூடிய மக்களுக்குத் திண்ணமாக நம்முடைய வசனங்களை விவரிக்கின்றோம.

அவன் தன் வானத்திலிருந்து மழையை இறக்கி வைக்கின்றன். அதைக்கொண்டே முளைப்பவற்றின் எல்லா முளைகளையும் வெளிப்படுத்துகின்றோம். அதிலிருந்து பசுமையான தழைகளை வெளிப்படுத்துகின்றோம். அதிலிருந்தே அடர்ந்த வித்துக்களையுடைய கதிர்களை வெளிப்படுத்துகின்றோம். பேரீந்து மரத்தின் பாளைகளிலிருந்து வளைந்து தொங்கும் பழக்குலைகள் வெளியானதும் இவ்வாறே. திராட்சைத் தோட்டங்களையும் இலை, தோற்றம் முதலியவற்றில் ஒன்றுபோலும், ருசியில் வெவ்வேருகவும் உள்ள மாதுளை ஒலிவம் ஆகியவற்றை

யும் வெளிப்படுத்தினேம். அவை பூத்துக் காய்க்கும்போது காயையும், பின்னர் கனிந்து பழமாவதையும் ஊன்றிப்பாருங்கள். விசுவாசங்கொள்ளும் மக்களுக்கு நிச்சயமாக இதில் பல அத்தாட்சிகள் இருக்கின்றன.

இத்தகைய நாயன் தான் உங்களைப் போஷித்துப் பரிபக்குவப்படுத்தும் அல்லாஹ். அவனைத்தவிர வேறு ஓர் இறைவனும் இல்லை. அவனே யாவற்றின் சிருஷ்டிகர்த்தா. அவனையே வணங்குங்கள். எல்லாவற்றையும் நிர்வகித்துக் கண்காணிப்பவன் அவனே. எவருடைய பார்வையும் அவனை யடையாது. அவனே யாவற்றையும் பார்க்கின்றன். அவன் அதிநுட்பம் உடையோன்; மறை பொருள்களையும் அறிபவன்.

சிவானந்த யோகசாரம்.

இந்நூலில் பாடல்கள் என்றும் உரை நடை என்றும் இரு பகுதிகள் உள. இந்நூலிலுள்ள பாட்டுக்கள் சிவானந்தரின் பக்தி, ராஜ. ஞானயோகக் கருத்துக்களைத் தம்மகத்துக் கொண்டவையாகும். பாடல்கள் பஜனைக்கேற்ற வகையில் இலகுவான மெட்டுக்களில் அமைக்கப் பெற்றுள்ளன. இசையில் பொருத்தீச்சாகித்தியங்கள் பாடப்படுகிறதென்றால் பாண்டித்தியம் அறியாப்பாமரரும் நின்று காது கொடுத்துக் கேட்டுச் செல்வர். இப்பாடல்கள் மூலம் பாமரர்களுக்கும் யோகக்கருத்துக்களை விளக்கக் கூடியனவாக இருக்கின்றன. உரைநடையில் சிவானந்தர் யோகங்களைப்பற்றி எழுதிய சுருக்கமான சாரத்தைத் தமிழில் ஆக்கப்பட்டிருக்கிறது.

விலை. இரண்டு ரூபா.

விலாசம்: யோக வேதாந்த ஆரண்யவிஸ்வ வித்யாலயம்
சிவானந்தநகர், ஆனந்தகுடீரம் - போஸ்ட்,
ரிஷிகேசம் - ஹிமாலயம் - இந்தியா.

269-ம் பக்கம் தொடர்ச்சி

தில் எழும் எண்ணங்களை அடக்க முடியாமல் குகைபோன்ற ஒரு சிறு அறையில் எல்லா ஜன்னல்களையும் கதவுகளையும் மூடிவிட்டுப் படுத்து உறங்கியும் அசுத்தமான காற்றைச்சுவாசித்து அழுக்குத் தண்ணீரைக் குடித்தும் வருவோமானால் நாம் செய்யும் ராமஜபமெல்லாம் பாழே.

ஆனால் தேவையான தூய்மையில்லை என்பதற்காக ராமஜெபம் செய்வதையே விட்டுவிட வேண்டும் என்பது இதன் பொருளல்ல. ஏனெனில், ராமஜெபமே தூய்மைபெறுவதற்கு உதவும் ஒரு வழியுமாகும். மன ஒருமையுடன் ராமஜபம் செய்கிறவனுக்கு புலனடக்கமும் ஒழுங்குமுறையும் சுலபமாகக் கைவரும். ஆரோக்கியத்திற்கும் சுகாதாரத்திற்கும் உதவும் விதிகளை அவன் இபற்கையாகவே பின்பற்றி வருவான். அவனுடைய வாழ்க்கை சமதரையில் ஓடும் ஆற்றைப்போல் அமைதியாய் இருந்து வரும். அவன் எவனையும் இம்சிக்க மாட்டான். பிறருடைய துன்பங்களைப் போக்கவேண்டி சிரமங்களுக்கு உள்ளாதல் அவனுடைய இயற்கையாயிருக்க அதனால் அவன் மட்டற்ற மகிழ்ச்சிபெறுவான். ஆகவே, நீங்கள் விடாமுயற்சியுடன், விழித்திருக்கும் நேரம் முழுவதிலும் ஓயாமல் ராமஜபம் செய்துகொண்டிருங்கள். இறுதியில் உங்களுடைய தூக்கத்திலும் அது உங்களை விட்டகலாதிருந்துவர, கடவுள் அருளினால் உங்கள் உடல், மனம், ஆன்மா ஆகிய எல்லாம் பூரண ஆரோக்கியம் பெற்று விளங்கும்.

பொன்மொழிகள்

உண்மையாகச் சமயசாதனையில் ஈடுபடும் விருப்பம் உடையவர்கள் எப்போதும் எந்தவிடத்திலும் தமது சாதனைகளுக்குச் சாதகமான சந்தர்ப்பங்களை உண்டாக்க முடியும். "ஓயாத வேலை; ஆத்ம சிந்தனைக்கு நேரமில்லை." என்று முணுமுணுப்போர் உலகப்பற்றுக்கு அடிமையாகி அலைந்து திரியும் மனிதர்கள் தான்.

* * * * * * *

உலகின் தூற்றலுக்கும் போற்றலுக்குஞ் செவிகொடாதே. உன் மனச்சாட்சிச் செவிகொடு. அதன் வழி துணிந்துசெல். உலகில் நாம்காணுவதெல்லாம் மாறி மங்கி மறையும்; உலகே ஒருநாள் ஊழிவெள்ளத்தில் ஒளியும். ஆன்மாவே உண்மைப் பொருள் அதைப்பற்றி நில்.

ரசமானதோர் விஷயம்!

(சுவாமி சிவானந்த சரசுவதி அவர்கள்)

...※...

இந்தச் சரீரம் ரசாயனமுறையில் பிரித்துப் பார்க்கப்பட்டால் உட்கொள்ளப்பட்ட உணவிலுள்ள அதே மூலப் பொருள்களைக் கொண்டதாக இருப்பதைக் காணலாம். சராசரித் தோற்றமுடைய ஒரு மனிதனின் சரீரத்தில் ஒன்பது கலன் தண்ணீர். ஒன்பது கலன் பீப்பாவை நிரப்புவதற்குப் போதுமான பிராணவாயு, ஒன்பதினாயிரம் காரீயப் பென்சில்களை ஆக்குதற்குரிய கரி, ஒன்பதினாயிரம் பெட்டிகள் தீக்குச்சி செய்வதற்குப் போதுமான பாஸ்பரஸ், உடலோடு அப்படியே தூக்கி இமயத்தின் உச்சியில் கொண்டுபோய்வைப்பதற்குத் தகுதியுள்ள பலூனை நிரப்புதற்குப் போதுமான சலவாயு, ஐந்து பெரிய ஆணிக்குப் போதுமான இரும்பு, ஆறு சாதாரண உப்புக்கிடங்கை நிரப்புதற்குரிய உப்பு, ஐந்து இருத்தல் நிறையுள்ள நைட்ரஜன் இவ்வளவும் இருக்கின்றன!

உங்கள் உணவு வகைகளைப் பிரித்துப் பார்த்தால் இவ்வெல்லா மூலப் பொருள்களும் பல்வேறு அளவில் காணப்படுகின்றன. இவ்வெல்லா மூலப்பொருள்களையும் உணவு உடலுக்குக் கொடுத்து உதவுகிறது. எலும்பின் முக்கியச் சேர்க்கை சுண்ணாம்புப் பொருள்தான். சிவப்பு ரத்த செல்களில் இரும்பு காணப்படுகிறது. ஒவ்வொருசெல் நரம்பு, திசுவிலும் மூளையிலும் பாஸ்பாரஸ் காணப்படுகிறது. சோடியம் பொடாஷியம், இரும்பு இவை இரத்தத்தில் காணப்படுகின்றன.

ஒருவனுடைய வாழ்விலுள்ள முக்கிய அம்சம் உணவுதான்! "உணவும் போஷணையும்" என்ற பொருளைப்பற்றிய சீரிய ஞானத்தைக்கொண்டு விளங்குங்கள். டாக்டருக்குக் கொடுக்கும் தொகையிலிருந்து நீங்கள் தப்பித்துக்கொள்ள ஏதுவாகும். ஆரோக்கியமான உடலமைப்பையும் ஏற்படுத்திக் கொள்ளலாம்.

மேலை நாடுகளிலும் அமெரிக்காவிலும் "உணவும் போஷணையும்" என்ற பொருளை நன்கு கற்றுத்தேர்ந்தவர்கள் பலர் இருக்கின்றனர். உணவுப் பிரச்சினையை அவர்கள் நன்கு கற்றுத் தெரிந்துள்ளனர். எந்த உணவு ஒருவனுக்குத் தேவையானது, எப்பொழுது தேவை, குறிப்பிட்ட பொருள் எங்கு கிடைக்கும், அப்பொருளின் விலை என்ன, முதலிய பற்பல விஷயங்களில் நோயாளிகட்கு வேண்டிய சகல அறிவுரைகளையும் அவர்கள் அளித்து உதவுகின்றனர்.

உடல்நலமே முதற்செல்வம். உடமைகளுள் தலையாயதுஅதுவே. ஒழுக்கங்கட்கெல்லாம் அடிப்படை அதுதான். ஆரோக்கியமில்லாத வாழ்க்கை மரணத்திற்கொப்பானதே! மக்கள் அவதிப்படும் கஷ்டங்களும் துன்பங்களும் உடல்நலமின்மையால் ஏற்படுகின்றன. நல்லாரோக்கியம் நிறைந்தவனிடம் நம்பிக்கை நிலவுவது நிச்சயம். அவன் சதா சந்தோஷமாக இருப்பான் நம்பிக்கையுள்ளவனிடம் எல்லாம் நன்கு அமைகின்றன.

உங்கள் உடல்நலத்தைப் பேணுங்கள் தெளிவுடனும், இச்சையடக்கத்துடனும் இருந்தால் உங்கள் ஆரோக்கியம் பாதுகாக்கப்படுவது நிச்சயம். சூரிய வெளிச்சத்தில் நில்லுங்கள். திறந்தவெளியில் வாழுங்கள். சூரிய வெளிச்சம் திறந்த வெளியிலுள்ள சுத்தமான காற்றுமே நல்ல டாக்டர்கள். எளிய உணவை உட்கொள்ளுங்கள். ஒருபொழுதும் அளவுக்கு மீறி உண்ணுதீர்கள். போதுமான அளவு உடற்பயிற்சி செய்யுங்கள். உடல்நிலை சரியாக இல்லை என்ருல் சரியாகும்வரை உபவாசம் இருங்கள்.

தாங்களே தங்கள் டாக்டராக விளங்குங்கள். இயற்கைக்கு உதவுங்கள்; ஆனுல் அதை வலுக்காயப் படுத்தாதீர்கள். உங்களைக் குணப்படுத்த இயற்கைக்கு வழி வகுங்கள். குணப்படுத்தும் சிரிய செயலாளன் இயற்கையே மருந்துகளும் டாக்டர்களும் இழந்ததைத் திரும்பப்பெறும் இயற்கையின் பணியில் உதவுகின்றனர். இயற்கையின் வேலைகளுக்கு இடையூறு விளைவிக்கும் நீதி தவறும் டாக்டர்கள் நன்மைக்குப் பதில் கேட்டையே அதிகம் விளைவிக்கின்றனர்.

பழக்கத்தின் மூலம் பிடித்தமானவை எவை ஜீரணிக்கக்கூடியவை எவை என்றறிந்து அவ்வுணவு வகைகளை அளவோடு சாப்பிடுங்கள். குற்றமுடையதும், அதிக ஆசையுடையதுமான நாக்கும், வயிறும் ஜீரண மண்டலத்தில் பலவிதக் கோளாறுகளைத் தோற்றுவிக்கின்றன. எளிய உணவே மிகச்சிறந்தது. சாதாரணமாக மனிதன் அவன் சரீரத்திற்குத் தேவையானதை விட இரண்டு பங்கு உணவையே உட்கொள்ளுகிருன்!

ஒழுங்கான உடற்பயிற்சி, அளவுடன் கூடிய உணவும் மற்றவையும், அதிகாலையில் எழுந்திருத்தல், சீக்கிரம் நித்திரைக்குச் செல்லுதல், எளிய நல்லுணவு, சுத்தமான காற்று, சூரிய வெளிச்சத்தில் திறந்த சரீரத்துடன் நிற்றல், இச்சையடக்கம், கவலையின்மை முதலிய பண்புகள்தான் நல்லாரோக்கியத்தினுடையவும் நீடித்த ஆயுளினுடையவும் துணைப்பொருள்கள்.

—✠—

ஒரு பாவமும் அறியாதவருக்கு எப்படி அபவாதம் வருகிறது.

—✻—

(சுவாமி நிர்மலானந்தா - சிவானந்தாச்சிரமம் - ரிஷிகேசம்)

பஞ்சமா பாதகங்களுக்கும் உறைவிடமான எத்தனையோ பேர்களை நம் கண்முன்னே தினமுங் காண்கின்ரோம். அவர்களைப்பற்றி உலகம் ஒன்றுமே பேசுவதில்லை. யாதோர் குற்றமுமறியாத மக்களைச் சிலசமயம் அலர் தூற்றுகிறது. கொலை செய்தவன் தப்பிவிடுகின்ருன். யாதோர் குற்றமும் செய்யாதவன் பிடிபட்டு தண்டிக்கப்படுகின்ருன். நாட்டில் வகுப்புவாதப் பூசல்களுக்கு வித்திடுவோர் பெருமக்களாகக் காட்சியளிக்கிருர்கள். வகுப்புவாதம் என்ருல் என்ன என்று தெரியாத பாமரமக்கள் பலர் கலவரங்களிலே உயிர்துறக்கின்ருர்கள். சண்டைக்குக் காரணனுன அரசன் உயிர் வாழ்கின்ருன். கடமைபுரியச்சென்ற போர் வீரன் உயிர் துறக்கின்ருன். இவற்றுக்குக்காரணம் என்ன என்ருெரு கேள்வி எழும்புகின்றது. இதனைத்தான் பிராரத்தம் என்ருே தலைவிதி என்ருே சுருங்கச் சொல்லுவார்கள்.

மதுரையில் ஒருபெரிய செல்வந்தர் இருந்தார். அவர் ஒரு பரோபகாரி. சிவனடியார்களிடத்து மிகுந்த பக்திகொண்டவர். அவரிடம் ஒருசாது அடிக்கடி வருவார். அச்சாது எத்தனைநாட்கள் அங்குத்தங்கினுலும் மனம் கோணுமல் மிக அன்போடு உபசரிப்பார் அப்பரோபகாரி. ஒருநாள் வழக்கம் போல் சாது அப்பரோபகாரியிடம் வந்தார். அன்றயத்தினம் பரோபகாரியின் மனம் சிறிது வேறுபட்டிருந்தது. வழக்கம் போல் நடைபெறும் அன்பான உபசரிப்பைக் காணவில்லை. வேண்டாவெறுப்பாக இருந்தது. சாது அவற்றையெல்லாம் பொருட்படுத்தவில்லை. உளுத்த அரிசியில் சமைக்கப்பெற்ற உணவே அன்று அச்சாதுவுக்குப் படைக்கப்பெற்றது. அவரும் அவ்வுபசரணையைச் சந்தோஷமாகப் பெற்றுக்கொண்டு திரும்பிவிட்டார்.

செல்வந்தருக்கு மனோநிலை ஒருவிதமாக மாறியது. தான் செய்த பிழையை அடிக்கடி நினைவுக்குக் கொண்டுவந்தார். தன்னைத்தானே நொந்துகொண்டார். எப்போது அச்சாதுவின்

காலில் விழுந்து மன்னிப்புக்கோருவேன் என்று எதிர்பார்த்துக்கொண்டிருந்தார். நான் எவ்வளவு வேண்டாவெறுப்பாக நடந்தும் அவருடைய கண்களுக்கு அவையெல்லாம் மனமுவந்த உபசரணையாக அல்லவா காட்சிகொடுத்தன. இத்தகைய மகானுக்குத் துரோகம் செய்தேனே என்று எண்ணி எண்ணி ஏங்கினார். தினமும் சாதுவின் வருகையைப் பார்த்துப்பார்த்து அவரது கண்கள் எல்லாம் பூத்துவிட்டன. சாது இனிமேல் வருவார் என்ற நம்பிக்கையையும்இழந்துவிட்டார்.

அதே ஊரில் ஓர் இல்லற ஞானி இருந்தார். துன்பம் அடைந்தோர் அவரிடம் சென்று ஆறுதல்பெறுவது வழக்கம். இச்செல்வந்தரும் அவரிடம் சென்று தான்செய்த பிழைகள் அத்தனையும் கூறி அதற்குப் பரிகாரம் கேட்டுநின்றார். அந்த ஞானியாரும் அமைதியாகக் கேட்டார். 'அப்பா இந்தக்குற்றம் கொலைக் குற்றத்திற்கும் மேலான குற்றம். ஒருவனைக் கோபத்தால் கொலை செய்தால் அவன் மடிந்துபோவான். நீ செய்த காரியமோ குற்றுயிராய்க் கிடக்கச் செய்த பாவம்'. நயவஞ்சகமாய்ப் பேசிச் சாதுவுக்குத் தீதுபுரிந்தாய். ஆதலால் இதனை நீ அனுமவித்துத்தானாகவேண்டும். இப்பிறவியிலேயே நீ சில பாவங்களை அனுபவித்து அப்பாவத்தைப் பலரும் பங்கிடவேண்டியும் வரும் என்றார். சுவாமி, எனது பிழையை நான் நன்கு உணருகின்றேன். எவ்விதமான பிராயச்சித்தமானாலும் அதனையான் ஏற்றுக்கொள்ளத்தயாராயிருக்கின்றேன் என்றார் செல்வந்தர்.

அப்பனே நீ தினமும் மாலையில் இவ்வூரிலிருக்கும் மதுபானக் கடைக்குச்சென்று அங்கே சிலநிமிடங்கள் தங்கியிருந்து திரும்பவேண்டும். இப்படித் தொண்ணூற்றொன்பது தினங்கள் செய்யவேண்டும். நூறாவது நாள் என்னிடம் வருவாயாக என்றார். இப்படிச் செய்தால் பாவங்கள் அத்தனையும் தொலைந்துபோகும் என்றார். ஞானியின் வாக்கைத்தேவவாக்கெனக் கொண்டு தினமும் அப்படியே செய்து வந்தார். இதற்குள் ஊரெல்லாம் பெரிய கதையாகிவிட்டது. செல்வந்தரிடம் மதிப்பு வைத்திருந்தோர் அத்தனைபேரும் இப்போ அவருக்கு மரியாதை செய்வதில்லை. குடிகாரன் என அழைக்கத் தொடங்கிவிட்டனர். அவரோ மதுவை கனவிலும் குடித்தறியார். மதுமானக் கடைக்குச்சென்று வந்தபடியால் வீட்டில்கூட குடிகாரன் என்றபெயர் கிடைத்துவிட்டது.

நூறாவது நாள் ஞானியார் வீட்டுக்குச் சென்றார். ஞானியார் வீட்டுக்குழந்தைகள் இவரைக் கண்டதும் குடிகாரன் வந்து விட்டான் என்று உரக்கக் கத்தினார்கள். ஞானியார் உள்ளிருந்து வெளியே வந்தார். அப்பனே பயப்படாதே. உன்னிடமுள்ள பாவ மூட்டையை ஊராரெல்லாரும் பங்கிட்டுக் கொண்டார்கள். அதில் நான் ஒருவன் இல்லாதிருந்தேன். அப்பங்கை என் வீடும் பெற்றுக் கொண்டது. உன்பாவம் உண்மை அறியாமக்கள் அபவாதத்தால் தொலைந்தது. உன் மனம் இனிச்சஞ்சலம் நீங்கிச் சாந்தமுறும். வாழ்வு உயரும் என்று ஆசிர்வதித்தார். அதுபோல் வாழ்வு மேன்மை பெற்றது.

இப்படியேதான் பல சித்தர்களையும் ஞானிகளையும் சாதுக்களையும் மக்கள் தத்தம் மனம் போனவாறு அலர் தூற்றுவதனால் பலப்பல சங்கடங்களை அனுபவிக்கின்றார்கள். பிறரைக் குறை கூறுவதனால் அவர்கள் பாவங்களையெல்லாம் தாமே பங்கிட்டுக் கொள்ளுகின்றார்கள்.

—0—

ரொக்கியோவில் சர்வமத சரித்திர
- மகாநாடு -

ஷ மகாநாடு ஆகஸ்ட்மாதத்தில் நடை பெற இருக்கிறது. அம்மகாநாட்டில் "தமிழர்கள் கண்ட சமயநெறி" என்பதுபற்றிப் பேசுவதற்கு ஆத்மஜோதி கௌரவ ஆசிரியராகிய திரு. க. இராமச்சந்திரன் அவர்கள் அழைக்கப் பட்டிருக்கின்றார்கள்.

ஆசிரியர் அவர்கள் 14-7-58 இல் இலங்கையினின்றும் பிரயாணமாகி, 2 வாரகாலம் மலேயாவில் தங்கி, ரொக்கியோ செல்லுகின்றார்கள் என்பதை அன்புடன் அறியத்தருகிறோம்.

: சான்றோர் :

எவன் மனத் தூய்மை, அடக்கம், அறிவு உடையவனோ, எவன் மனத்தில் செருக்கும் தீமையும் இல்லாதவனோ, அவனே சான்றோன்.

எவன் எல்லா உயிர்களிடத்திலும் அருள் உடையவனோ, அவன் சான்றோன்.

எவன் தான் தவறு செய்யாதிருந்தும் பிறர் பழிச்சொல்லைப் பொறுத்துக் கொள்கின்றானோ அவன் சான்றோன்.

—புத்தமதம்—

உபகாரம் செய்ததனை ஓராதே தங்கண்
அபகாரம் ஆற்றச் செயினும் - உபகாரம்
தாம்செய்வ தல்லால், தவத்தினால் தீங்கூக்கல்
வான்தோய் குடிப்பிறந்தார்க் கில்.

—நாலடியார்—

இல்லார்க்கு ஒன்று ஈயுமுடைமையும், இவ்வுலகின்
நில்லாமை கண்ட நெறிப்பாடும் - எவ்வுயிர்க்கும்
துன்புறுவ செய்யாத தூய்மையும், இம்மூன்றும்
நன்றறியும் மாந்தர்க்கு உள.

—திரிகடுகம்—

அடக்கமுடையவன், பிறரை இகழாதவன், சினத்தைப் போற்றாதவன், செருக்கில்லாதவன், பிறரிடம் குற்றம் காணாதவன், புறங்கூறாதவன - இவனே சான்றோன்.

—ஜைனமதம்—

சான்றோர் போற்றுவன மூன்று பொருட்கள்; கடவுள் கட்டளை, பெரியோர், அறிஞர் அறிவுரைகள். சான்றோர் தம் ஒழுக்கத்திலேயே கண்ணாயிருப்பர். அல்லாதாரோ தம் பதவியிலேயே கண்ணாயிருப்பர்.

செல்வம் கிடைக்கும் சமயம் அதைவிட்டு அறத்தை விரும்புவோர், அபாயம் வரும் சமயம் அஞ்சாமல் உயிர் துறக்க உறுதி செய்வோர், வாக்குக் கொடுத்து நீண்டகாலமாயினும் மறக்காதிருப்போர் - இவரே சான்றோர் என்று எண்ணத்தக்கவர்.

அறநெறியை அறியாதவன் சான்றோன் ஆக முடியாது. நல்லொழுக்கத்தை அறியாதவன் நலம் பெற முடியாது. சொற்களின் சக்தியை அறியாதவன் பிறர் குணத்தைத்தெரிய முடியாது. சான்றோரிடம் காணப்படாதவை நான்கு: ஆராயாமல் வெறுத்தல், ஆதாரமின்றி முடிவு செய்தல், பிடிவாதம், ஆணவம்.

சான்றோர் செய்யத்தக்க தலைசிறந்த பணி, அறநெறியில் நிற்குமாறு பிறர்க்கு உற்சாகம் ஊட்டுவதே. சான்றோர் நட்புக்கொள்வர், நெருங்கிப் பழகார், அல்லாதவர் நெருங்கிப் பழகுபவர், நட்புக்கொள்ளார். சான்றோர்க்குரியபட்டம் சான்றோர்எனப்படுவதே. சான்றோர் பிறரிடம்காணும் நற்குணத்தை வளர்க்கவே நாடுவர், தீயகுணத்தை அன்று. பெரியோர் என்போர் குழவிஉள்ளத்தை இழந்து விடாதிருப்பவரே.

மனிதகுணம் அனைவர்க்கும் பொதுவானதே. அதன் சிறந்த பகுதிப்படி நடப்பவர் பெரியோர், தாழ்ந்த பகுதிப்படி நடப்பவர் சிறியோர். தனக்கு ஆசிரியரைத் தேடிக்கொள்பவன் நலம் பெறுவான். ஆணவம் உடையான் அழிவான். கேள்வி கேட்பவன் அறிவு பெறுவான்.

...கன் பூஷியமதம்...

சான்றோர் துன்பம் நேரினும் சோர்வுறார். நன்மைசெய்யினும் புகழ் விரும்பார். தம்முடைய இதயத்தை மனித குலத்திற்குரியதாக்குவர். தங்களைப்பார்த்த மாத்திரத்தில் மக்கள் தந்தை தனயன்போல் நடப்பர். சான்றோர்க்குப் பகைவரிலர். சான்றோர்க்குத் தாழ்ந்தவர் என்பவர் கிடையார். சகலரும் அவருடைய அன்புக்கு உரிபவர்.

இதயத்தில் உண்மை உடையவர் இறைவனுடைய அடியார். எவர் அவர்க்குத்தீங்குசெய்ய இயலும்? உலகசுகத்தை விரும்பார்வறுமைக்ககாக நாணார், உலகத்தில் வாழ்ந்தாலும் உலகத்தால் ஊறு அடையார். சான்றோர் சென்றதுகருதார், சேர்வது நினையார்.

எவர் நல்ல சொல் சொல்லுகிறாரோ, எவர் நல்ல விஷயத்தை எண்ணுகிறாரோ, எவர் நல்ல செயல் செய்கிறாரோ அவரே சான்றோர், அவரே அருள் பெறுவார். சான்றோர் வாழ்வில் பற்றுவையார், மரணத்தை வெறுக்கார், வாழ்வு என்று மகிழார், மரணம் என்று வருந்தார், அறியாமலே வந்தார், அறியாமலே போவார்.

நல்லவன் தன்னை மறப்பான், தெய்விகமனிதன் செயலற்றிருப்பான், சான்றோன் புகழைவிரும்பான்சான்றோர்சாதாரண உடை தரிப்பர், ஆனால் இதயத்தில் மாணிக்கம் உடையார். சான்றோர் பிறர் புகழ்வதைக்கேட்டு நெறிபிறழார். பிறர் இகழ்வதைக் கேட்டு அயரார்.

...தாவோமதம்...

எனது பிரார்த்தனை

III

ஆபத்தி னின்றெனைக் காத்தருள், என்று
தாபத்தி னால், உன்றன் தாளுற வில்லை;
யாவற்றை யும், வெல்லும் ஆற்றலை நல்கென்
றே, பக்தி செய்துனை ஏத்திடு கின்றேன். 1

துன்பம் துடைத்துச் சுகப்படுத் தென்றுன்
இன்பப் பதத்தை, இறைஞ்சிட வில்லை;
தெம்போ டனைத்தும் சிரித்துத் தகர்க்கும்,
பண்பை எனக்கருள் என்றே, பணிந்தேன். 2

வாழ்வெனும் போர்க்கள வாயிலில் நின்றுன்
தாள்பணிந் தே, துணை தாவென வில்லை;
நாள்கடந் தாலும், தன் நம்பிக்கை மிக்க
நீள்கடும் போர்த்திறன் நீயருள், என்றேன். 3

தப்பிக்க எண்ணித் தயங்கிப் பதுங்கல்,
அற்பமு மின்றி, என் ஆத்ம சுதந்தரப்
பொற்பினை, ஆற்றல், பொறுமையிற் காண,
வெற்பெனத் திண்மன வீறு தா வென்றேன். 4

வெற்றியில் மட்டும், நின் விண்கரு ணைத்தேன்
கொட்டிடக் கண்டொரு கோழையா காமல்,
உற்றிடும் தோல்வியி லும், நின் கரத்தைப்
பற்றி, நல் வாழ்வுறும் பண்பருள், என்றேன். 5

(தாகூரைத் தழுவியது)

"பரமஹம்ஸ தாசன்"

தான் பெற்ற குழந்தைகளில் தாய் ஓம்பாக் குழவியும் இல்லை. பெற்ற குழந்தையை ஒப்பாததாயும் இல்லை. நானோ உன்னைத்தா யென்று நம்பியே உனது தாள் அடைந்தேன். நீவெறுத்தாலும் நாயைப்போல நானும் விட்டு நீங்கேன். தயை உன்னிடத்து இல்லையா? எனது அடிமைத்திறம் நிலைத்திருக்கும்படி நீ என்னை ஆண்டருளினாய். அதன் பின்னும் தயை காட்டா விடில் அடியேன் மாத்திரம் வேண்டாதவன் என்பது உன்கருத்தோ? இதனை மணிவாசகர் கூறியவாறே நீங்களும் பாடி அனுபவியுங்கள்.

தாயாய் முலையைத் தருவானே
தாரா(து) ஒழிந்தாற் சவலையாய்
நாயேன் கழிந்து போவேனோ
நம்பி இனித்தான் நல்குதியே
தாயே என்றுஉன் தாள் அடைந்தேன்
தயாநீ என்பால் இல்லையே
நாயேன் அடிமை உடனாக
ஆண்டாய் நான்தான் வேண்டாவோ.

பொருள்:- நம்பி! எனக்குத் தாயாகிப் பால் ஊட்டக்கடமைப் பட்டவனே! நீ அப்படி ஊட்டாவிட்டால் கீழ்ப்பட்டவனான நான் சவலைப் பிள்ளையாகி இளைத்துப்போய் விடுவேனே. 'தாயே' என்று கூவிக்கொண்டு நான் உன் திருவடிகளை அடைந்திருக்கிறேன். இதன் பிறகாவது நீ அருள வேண்டும். என்னிடத்து நீ தயைகாட்டவில்லையே. எனது அடிமைத்திறம் நிலைத்திருக்கும்படி நீ ஆண்டருளினை. அதன் பின்னும் தயை காட்டாவிடில் அடியேன் மாத்திரம் வேண்டாதவன் என்பது உன் கருத்தோ?

— . —

விடாமுயற்சி, பொறுமை, சாந்தம், வைராக்கியம், சத்தியம் இவ்வைந்தும் கடவுளை அடைதற்கு நேரான பரம சாதனம்.

நாமதேவர்

(சாரதை)

கடைக்காரன் தான் செய்த அபசாரத்தை உணர்ந்து பச்சாத்தாபப்பட்டிருந்தவன் அம்மையின் குரல் கேட்டதும் துள்ளிக்குதித்துப் பூமியில் வீழ்ந்து அம்மையின் பாதங்களை பற்றி அன்புடைய தாயே! அடியேன் புத்தியில்லாது ஏதோ உங்கள் முன் பிதற்றிவிட்டேன். பாபத்துக்குள்ளாகினேன் அன்னாய்! அடியேனைத் தேவரீர் பெற்றபிள்ளையாகவேகருதி அன்பு பூண்டு காத்தருள் வீராக! நாயினும் கடைப்பட்டவனாகிய என்னைக்கோபித்துச் சபிக்காது ரட்சிப்பீராக! என்று இயம்பிக் கண்ணீர் உகுத்து எழுந்து நின்றான்.

இது பகவானின் கிருபையால் நிகழ்ந்தது என்று நினைந்து கடைக்காரன் தன் இன்னுயிர் மைந்தன் எனவே கருதிதி வற்ச! அழாதே வருவாய், அதோ உன் தந்தையிருக்கின்றார். சேவித்து உய்வாயாக! என்று அவனை அழைத்துச்சென்று நாதா என்னையாள விரும்பியவனே தன்னை ஆளுமாறு அடைக்கலம் புகுந்தான். அடியானைத் தாயாகக் கொண்டான். முன்னர் நினைந்ததற்காக உருகி நிற்கின்றனன். இவனை நம் அருமை மைந்தனாகிய கமாலுக்கிணையாகஏற்றருள்வீராக என்று கூறினாள். வர்த்தகனும் கபீர் காலில் விழுந்தான். கபீர் அவனை மார்போடணைத்துப் "புதல்வ! நீ அக்கிரம் யாதொன்றுஞ் செய்யவில்லை. அந்தத் துர்எண்ணமே இப்போது பெறற்கரிய எமது புத்திரனாக உன்னை மாற்றியது இராமப் பிரபுவின் கடாட்சம் பெற்றால் பக்தனாவாய் என்றார்." இவர்களே நான் போற்றத்தக்கதும் வணங்கத்தக்கதான தெய்வங்கள் என்று எண்ணிக்கொண்டு உணவிற்கு வேண்டிய பொருள்கள் எடுத்துக் கடையைச்சாத்திக் கொண்டு, கபீர்தாசருடன் அவர் இல்லஞ்சேர்ந்தான்.

ஞானேசுவரர் ஞானக்கண்ணினால் நிகழ்ந்தவற்றை அறிந்து நாமதேவருக்குக் கூறிக் கொண்டிருக்கும்போது, மூவரும் வீட்டிற் பிரவேசித்தனர். நாமதேவரும் ஞானதேவரும் பேரானந்தங் கொண்டு மூவரையுங் கொண்டாடி கபீர்தாசர் அவர் மனைவி இவர்கள் தியாக சிந்தனையையும் தர்மம் வழுவாது காப்பதற்குள்ளதையும்பரித்தியாகம்

செய்ய முற்படும் திட உள்ளமும் தமது பக்தியின மகிமையால் மூடரைக் காமப்பித்தரை பக்தராக்கிய வல்லமையும் எடுத்துரைத்துக் கடைக்காரரை ஆசீர் வதித்தனர். சில நிமிடங்களில் உணவு தயாரானது. மகான்களிருவரும் ஆனந்தமாக உண்டனர். அடுத்த ஸ்தல யாத்திரையைத் தொடங்க எண்ணினர். கபீர்தாசரிடம் கூறி அவரையும் வரும்படி அழைத்தனர். அவர் பண்டரிபுரத்திற்கு அடுத்து வரும் சிவராத்திரிக்கு வருவதாக வாக்களித்தார். கண்கள் நீர்மல்க அடியார்கள் பிரிந்து சென்றனர். வழியில் அதிகதாகம் உண்டாயது தண்ணீர் கிடைக்கவில்லை. ஒரு கிணறு இருந்தது. அதில் நீர் மிக ஆழமாகவிருந்தது. இதனால் என் செய்வது என இருவரும் யோசித்தனர். ஞானேஸ்வரர் நாமதேவரை அழைத்துப் பெரியோய்! நான் எனது சக்தியால் கீழே சென்று தண்ணீரைப் பருகலாம். ஆனால் உம்மைவிட்டு நீர் பருக மனந்தரவில்லை. நீரோ பக்தியில் சிறந்தேன் பசுவிற்கி உயிர்கொடுத்தது போன்று இந் நீரையும் மேலெழச்செய்யும். அப்போ இருவரும் நீர் பருகலாம் என்றார். அது கேட்ட நாமதேவ் மனங்கலங்கி சுவாமீ! என்னை இப்படி அடிக்கடி சோதிக்கலாமா? தேவரீர் எல்லாம் செய்ய வல்லவர் என்றறிவேன் அடியேன் பண்டரிநாதனை வேண்டுகின்றேன். தாங்களே ஆசிபகர்ந்து பாண்டுரங்கனின் கருணைக்காளாக்குவீராக! என்று நாமதேவர் கூறி திருமறுமார்பனைத் துதித்தார். சலமும் மேலெழுந்தது. இருவரும்மகிழ்ந்து தாகம் தீர்த்தனர். பின்னர் ஹரித்துவாரம், பூரி, ஜகன்னதம் காளகாஸ்திரி, திருவேங்கடம், காஞ்சி, திருவரங்கம், திருவானைக்காவல் முதலிய புண்ணிய ஸ்தலங்கள் அத்தனையும் தரிசித்து மகாசிவராத்திரி அன்று நாகநாத புரத்திற்கு எழுந்தருளினார்.

சிவராத்திரி புண்ணிய தினத்தில் சன்னதிக்குப் பல்லாயிரக்கணக்கான பக்தர்கள் சென்றவண்ணமிருந்தனர்.

இருயாத்ரீகர்களும் நாகநாதர் சன்னதிக்குச் சென்று மண்டபத்தில் நின்று பஜனை செய்யத்தொடங்கினர். நாமதேவர்ன் குரலின் இனிமையால் அங்கு வந்து கூடிய பக்தர்கள் சித்திரப் பதுமைபோல் நின்றுபக்தி ரசம் பருகினர். நாமதேவர் சிப்ளாவினால் தாளம்போடும்போது தாங்களும் இரதாளம் போட்டும் அவர் பாடும் போது தாமும் பாடிப் பரவசமுற்றிருந்தனர்.

சுவாமிக்கு அர்ச்சனை முதலியன செய்வதற்கு வந்த அர்ச்சகர் நெருங்கிய கூட்டத்தால் வழிகாணமாட்டாதவராய் உரத்த குரலில் ஏ! நாமதேவா! பகவத் பூசைக்கு விக்கினஞ் செய்கின்றனை உனக்கு இது அழகோ என்று கூவினர். அர்ச்சனை செய்வதற்கு நாம் தடையாயிருக்கலாகாது சன்னதிக்குப் பின்புறமாகச் சென்று பஜனை செய்வோம் அனைவரும் வருக என்று அனைவரையும் அழைத்துச்சென்று தீவிரமாகப் பஜனை செய்தார்.

உன்னதமாகிய பொருள் நிறைந்த கீதங்களை நாமதேவர் பாட அன்பர் அனைவரும் மனப்பரிசுத்தமாகி அவருடன் பஜனை செய்தனர். பஜனையின் இனிமையைப் பருகப் பேராவல் கொண்டவராய் நாகநாதர், சன்னதியுடன் நாமதேவர் பஜனை செய்யும் புறமாகத் திரும்பிக் கீதங்களின் சுவையை பருகியவண்ணம் இருந்தார். மகாதேவர் கர்ப்பக்கிருதத்துடன் திரும்பியதைக்கண்ட நாமதேவர் அவரின் திருவிளையாட்டைக் கண்டு ஆச்சரியமுற்று முன்னையினும் அதிகமாக ஜனங்களுடன் பாடத் தொடங்கினர். இவ்விதமாக இரவு கழிந்தது. அர்ச்சகர்கள் சூரியன் மேற்கே உதித்துவிட்டானே இது என்ன ஆச்சரியம்! என்று மயங்கிப் பின் சங்கதி தெளிந்து நாம தேவரின் பக்திப்பிரவாகத்தால் நாகநாதன் சன்னதியுடன் திரும்பி விட்டார் என்று பக்தரைப் பெரிதும் மதித்து அவரது பாதங்களில் வீழ்ந்து மதியீனத்தால் தேவரீரை அவமதித்தனம். பொறுத்தருள்க என்று வேண்டினார்கள். நாமதேவர் நாகநாதரைப் புகழ்ந்து மிச்சமுள்ள க்ஷேத்திரங்களைத் தரிசிக்கச் சென்றார்.

ஆனால் இன்னும் நாகநாதர் சன்னதி அந்த நிலையில் தான் நாமதேவர் பெருமையை ஞாபகப்படுத்திக்கொண்டு நிற்கின்றது.

நாகநாதபுரத்தினின்றும் இருவரும் புறப்பட்டுப் பல திவ்ய க்ஷேத்திரங்கள் சென்று பகவத் பக்தியை மக்களுக்குக் காட்டி பண்டரிபுரத்தை அடைந்து சந்திரபாக நதியில் நீராடிச் சன்னதி சென்றுபாண்டுரங்கனைச்சேவித்து ஆலிங்கனஞ் செய்து நின்றனர். பகவானும் மிகச் சந்தோஷித்து நாமதேவா! பக்தர்களுக்குத் ததியாராதனை செய்தாலன்றித் தீர்த்தயாத்திரை நிஷ்பலமாகும் எனக் கூறித் தாம் ஓர் அந்தண வேடம் புனைந்து இருபக்தர்களுடன் சென்று பண்டரியிலுள்ள அத்தனை வேதியரையும் அழைத்து வந்து அவர்களைப் பந்திபந்தியாக அமர்த்தினார். பகவான் கட்டளைப்படி காமதேனு வேண்டிய ஏற்பாடெல்லாம் ஒருவிநாடியில் செய்துமுடிந்தது. பகவான் நாமதேவர் கைமூலமாகச் சங்கற்பம் செய்வித்து உணவுப் பொருள்களைப் பரிமாறும்படி ஆக்ஞாபித்தார்.

அந்தணர் முதலானோர் அமுது முடித்து மண்டபத்தில் இருந்தனர். பிராம்மணமாதாக குக்மணிப் பிராட்டியார் நாமதேவர், ஞானேஸ்வரர் விசோகபாகர் முதலியவருடன் பகவானுக்கும் அன்னம் பரிமாறினார். பகவான் தம்மையே தியானிக்கும் நாமதேவருக்கு அன்னத்தைப் பிசைந்து ஊட்டினார். ஏ பக்த சிரேஸ்டர்களே! பேதபுத்திஒழித்த பக்தர்டம் சேஷத்தை தேவாம்ருதமென ஏற்று மகிழ்வேன் என்று சொல்லி எச்சில் பட்ட கரத்தால் தான் எடுத்துப் புசித்தார். இதைக் கண்ட அந்தணர் பதைபதைத்து இது என்ன அநியாயம் சூத்திரனால் சங்கற்பம் செய்ததையும் நாம் பொருட்படுத்தாது அறிவீனராக அமுது செய்து பிரஷ்டரானோம். (தொடரும்)

மனத்தூய்மை:

(சங்கராச்சாரியார்)

மானிடப்பிறவி அரிதினும் அரிது. அந்தணனாகப் பிறப்பது அதனினும் அரிது. வேதசமயத்தின்மீது பற்று விழுவது அதைவிடத் துர்லபம். வேதத்தில் பாண்டித்தியமுடையனாதல் அதைவிட அரிது. ஆத்மாவை அனாத்மாவினின்று பிரித்தறிவது மேலும் அரிது. பிரம்மனிடம் ஐக்கியபாவது யாவற்றினும் அரிது. பலகோடி ஜன்மங்கள் எடுத்து புண்ணியகருமங்கள் செய்வதனாலேயே அது அடையக்கூடியது. மானிடப்பிறவி, வீடு பேற்றின்மீதுள்ள பேரார்வம், சித்தியடைந்த மூனிவன் ஒருவனின் பாதுகாப்புப் பெறுதல் – இவைமூன்றும் ஆண்டவன் அருளினாலேயே கிடைக்கப்பெறுவன. அடைதற்கரிய இம்மானிட உடலைப் பெற்ற பின்னரும் இவ்வாழ்க்கையின் உண்மையான குறிக்கோளை அடைவதில் அசட்டையாயிருப்பவனைவிட பரம மூடன் வேறெவரேனும் உண்டோ?

சாத்திரங்களை நெட்டுருப்பண்ணி ஒப்பிக்கலாம். தேவர்களுக்கு வேள்விகள் பல செய்யலாம். பூசைகள் வழிபாடுகள் பல இயற்றலாம். ஆயினும் பரமாத்மாவோடு நீ ஒன்றினாலன்றி உனக்கு வீடுபேறு கிடையாது. ஆத்மீகப் பேருண்மையை நாடுவோன் குருவையடைந்து சாதனையில் இறங்கவேண்டும். அவன்மனம் மித்தையிலிருந்து விலகிவிடவேண்டும். அமைதியுற்று விடுதலையார்வம் பெறவேண்டும். பிரம்மம் ஒன்றே உண்மை. பிரபஞ்சம் மித்தை என்ற விவேகம் ஏற்படவேண்டும். விஷயப்பற்று ஒழிந்து வைராக்கியம் ஏற்பட வேண்டும். குருவின்பால் பக்தி செலுத்தி இப்பிறப்பும் இறப்புமாகிய கடலினின்று கரையேற அவனருளை வேண்டவேண்டும்.

பந்தத்திற்குக் காரணம் அவித்தை, அஞ்ஞானம். மனமே அவித்தை, மனதிற்குப் புறம்பான அவித்தை இல்லை. அவித்தை ஆத்மதிருஷ்டியை மறைக்கிறது. சாதனைமூலம் மனம் நூயதாகிவிடின் ஆத்மா மீண்டும் ஒளிவீசுகிறது. ஆத்மாவுக்கும் அனாத்மாவுக்கும் உள்ள பேதத்தை அறிந்தும் அனாத்மாவை, அதாவது ஆத்மா அல்லாதவற்றைத் துறந்தும், ஒருவன் தூய்மையடைவானாகில், அவன் மனம் விடுதலையை நோக்கிச் செல்வது உறுதி. இந்திரியஇன்பங்கள் என்ற காட்டுப்பிரதேசத்தில், மனம் என்ற பிரமாண்டமான புலியொன்று உறுமுகிறது. விடுதலைப்பேற்றின்மீது நாட்டமுள்ள நல்லோர் அங்கே போகாதிருக்கட்டும்.

ஜீவன் சுத்த சைதன்யமயமானது. எதையும் பற்றாமலிருப்பது. ஆனால், மனம் அதை உடல் உறுப்புக்கள், பிராணன் ஆகியவற்றின் பந்தத்தால் கட்டுப்படச்செய்து 'நான்' 'எனது' என்ற எண்ணத்துடன் அலைக்கழிக்கிறது. அதனால்தான் முனிவர் மனத்தை அவித்தை என்கின்றனர். அந்த அவித்தையின் காரணமாகவே, காற்றினால் அடிக்கப்படும் மேகக்கூட்டங்களைப் போல இப்பிரபஞ்சத்மானது இங்குமங்குமாக இயக்கப்படுகிறது. ஆகவே விடுதலையை நாடுவோன் மனத்தைப் பரிசுத்தம் செய்யவேண்டும். மனம் பரிசுத்தம் அடைந்துவிட்டால் வீடுபேறு உள்ளங்கை நெல்லிக்கனிபோலக் கிட்டிவிடும்.

கர்மத்தின் பயன்

ஆண்டவனுக்கு அர்ப்பணம்.

...*...

கர்மயோகம் என்பதற்குக் கர்மத்தைச் செய்து அதன் பயனைத் துறத்தல் என்பதுபொருள். பயனுடைய வாசனையே சித்தத்தைத் தீண்டாதவகையில் திறமையாய்க் கர்மஞ் செய். இது 'அகரோட்' மரம் வளர்ப்பது போன்றது. அகரோட்மரம்வைத்து இருபத்தைந்து வருஷங் களித்துக் காய்க்கத்தொடங்கும். அதைநடுவோனுக்கு அவன் ஆயுளிலேயே அதன்பழம்தின்னக் கிடைக்காது. ஆயினும் மரம் நட்டுப் பிரியமாய்த் தண்ணீர் ஊற்றி வரவேண்டும். கர்மயோகம் என்பதற்கு மரம் பயிரிடுதல், ஆனால் அதன்பழத்தின் ஆசை வையாமை என்று அர்த்தம். பக்தியோகம்என்பது என்ன? பாவஉணர்ச்சியோடு ஆண்டவனிடம் ஒன்றி விடுதலே பக்தியோகம். இராச யோகத்தில், கர்மயோகம், பக்தியோகம் ஆகிய இரண்டும் ஒன்றி விடுகின்றன. இராச யோகத்தை எத்தனையோ பேர் எத்தனையோவிதமாய் விளக்கிக்கூறியிருக்கிறார்கள் ஆனால்இராசயோகமென்பது சுருங்கக் கூறின் கர்மயோகம், பக்தியோகம் ஆகிய இரண்டின் இனிய சேர்க்கையே.

நாம்கர்மம்செய்வோம். ஆனால் அதன்பயனை வீசி எறியாது பரம்பொருளுக்கு அர்ப்பணம் செய்து விடுவோம். 'பயனை எறிந்துவிடு' எனும்பொழுது, பயனை மறுத்தல் என்றாகிறது. ஆனால் அர்ப்பணத்தில் இவ்வாறாவதில்லை. மிக்க அழகிய ஏற்பாடுஇது. இதில் அபூர்வ இனிமை அமைந்திருக்கிறது. பயனைத்துறத்தல் என்பதற்கு அதை எவருமே ஏற்கமாட்டார் என்று அர்த்தமல்ல. எவரோ அதை நிச்சயம் ஏற்கவே செய்வார், எவருக்கோ அது கிடைக்கவே போகிறது. இந்தப் பயனைப்பெறுகிறவர் இதற்குத் தகுதிஉள்ளவரா என்ற வாதம்வேறு எழக்கூடும். பிச்சைக்காரன் ஒருவன் நம் வீட்டுக்கு வந்தால் நாம் உடனே, "நல்ல கட்டுமஸ்தாய் இருக்கிறாய்; நீ பிச்சையெடுப்பது அழகாயில்லையே, போ" என்கிறோம். அவன் பிச்சை எடுத்தல் சரியா, அல்லவா என்று நாம் ஆலோசிக்கிறோம். பாவம்! பிச்சைக்காரன் வெட்கித் திரும்பிவிடுகிறான். நம் மனத்தில் அனுதாபம் அறவேயில்லை. ஆனால், பிச்சைஎடுப்பவனது தகுதியை முடிவுசெய்ய நாம் யார்? நான் என் சிறுபிராயத்தில் என் தாயினிடம்பிச்சைக்காரர்களைப் பற்றி இம் மாதிரியான சந்தேகம் ஒன்றைக் கேட்டேன். அவர் அளித்த பதில் இப்பொழுதுகூட என்காதுகளில் ஒலித்துக் கொண்டிருக்கிறது. நான் அவரிடம், "இந்தப் பிச்சைக் காரன் நல்ல குண்டனாய்க் காண்கின்றானே. இவனுக்குப் பிச்சையிடுவதனால் துர்ப் பழக்கமும், சோம்பேறித் தனமும் அல்லவா பெருகும்?" அதற்கு அவர், பிச்சைக்கு வந்தவன் யாருமில்லை ஆண்டவனே; இப்பொழுது தகுதியுண்டு தகுதியில்லை என்று சொல்பார்க்கலாம்! பகவானையே தகுதியில்லா லாதவரென்று சொல்லி விடுவாயோ? தகுதியின்மையைப் பற்றிச் சிந்திப்பதற்குஉனக்கும் எனக்கும் உரிமைஏது? அதிகச்சிந்தனை எனக்கு அவசியம் என்றே தோன்றவில்லை. எனக்குஅவன் பகவான் தான்" என்றார். தாயின் இந்தப் பதிலுக்குச் சரியானவிடைஎனக்கு இதுவரை தோன்றவேயில்லை.

பிறருக்கு உணவளிக்கையில்அவர்களது தகுதியையும் தகுதியின்மையையும் பற்றி நான் எண்ணுகிறேன். ஆனால், என் வயிற்றில் சோற்றை இடும்பொழுது எனக்கு இதற்குத் தகுதி உண்டாஇல்லையா என்ற எண்ணமே எழுவதில்லை. நம் வாயிலைத் தேடி வருகிறவனைப் பிச்சைக்காரன் என்று ஏன் எண்ணவேண்டும்? நாம் ஒருவனுக்குக் கொடுக்கிறோம்என்றால் அவன் பகவானே என்று ஏன் எண்ணக்கூடாது! இராசயோகம், "உன்கருமத்தின்பயன் எவருக்கோ கிடைக்கப்போகிறதல்லவா? அப்படியானால் அதனைப் பகவானுக்கே கொடுத்துவிடு. அவருக்கே அர்ப்பணம் செய்துவிடு" என்கிறது. இராசயோகம் நான்செயும் அர்ப்பணத்திற்குத் தகுந்த இடத்தை எனக்குச்சுட்டிக்காட்டுகிறது. இங்கே பயனைத் துறத்தல் என்கிற எதிர்மறைக்கிரமமும் இல்லை; எல்லாவற்றையும் பகவானுக்கேஅர்ப்பணம்செய்ய வேண்டுமாகையால் தகுதி, தகுதியின்மைப் பிரச்சனையுந் தீர்த்துபோகிறது. பகவானுக்கு அளிக்கப்படும் தானம் எப்பொழுதும் தூயதாய்த் தானிருக்கும் உன்கர்மத்தில் குறைபாடிருந்தபோதிலும் அவர் கையில் பட்டதும் அது புனிதமாகி விடும். நம் குறைபாடுகளைப் போக்க என்னதான் உபாயம் செய்தாலும் அவை இருந்துதான் வரும். ஆயினும் இயன்றளவு தூய்மையாய் இருந்து கொண்டு கர்மம் செய்ய வேண்டியது. அறிவு ஆண்டவன் அளிப்பு. அதை நாம் இயன்ற அளவு தூய உருவில் கையாளுதல் நம் கடமை. அவ்வாறு செய்யாமை குற்றமாகும். ஆனகயால் தகுதி, தகுதியின்மையையும் சிந்திக்க வேண்டியதே ஆனால் கடவுளுணர்ச்சிகொள்ளும் பொழுது அது எளிதாகி விடுகிறது.

சித்தசுத்தி பெறுவதற்குப்பயனைத் துறத்தல் வேண்டும். ஒவ்வொரு காரியத்தையும் அது உருவான வகையிலேயே பகவானுக்கு அர்ப்பணம் செய்துவிடு. காரியம் நிதரிசனமாய் எப்படியெப்படி நடந்து வருகிறதோ அதையப்படியப்படியே பகவானுக்கு அர்ப்பணமாக்கி மனத்திருப்தி கொண்டிருக்கவேண்டும். பயனை விடக்கூடாது அதைப் பகவானுக்கு அர்ப்பணஞ் செய்ய வேண்டும். இதை மட்டுமென்ன? மனத்திலெழும் வாசனைகளையும் காமம் வெகுளி முதலிய விகாரங்களையும் ஆண்டவனுக்கு அர்ப்பணமாக்கிக் கவலையற்றிருக்கவேண்டியதே.

'என் காமமும் வெகுளியும்
ஆண்டவனுக்கர்ப்பணம்'

இங்கே புலனடக்கமென்கிறதீயில் வாடவோ வதங்கவோ தேவையில்லை; அர்ப்பணம்செய்வதும் ஒய்வு

—(வினோபாஜி)—

பெறுவதுமாய்இருந்துவரவேண்டியது எவரையும் எதையும் அடக்கவோ அழிக்கவோ தேவையில்லை.

இனிக்கும்பாலினால் நோய்
தீருமாயின்
வேப்பிலைக்கஷாயம்அருந்து-
வானேன்?

பொறிகளும்சாதனங்களே. அவைகளை ஆண்டவனுக்கு அர்ப்பணமாக்கிவிடு. காதுகள் நாம் சொல்வதைக் கேட்பதில்லையே என்கிறார்கள்; அப்படியானால் காதையே பொத்திக் கொண்டு விடலாமா? வேண்டாம். கட்டாயம் கேள். ஆனால் ஹரி கதையைக் கேள், காதைப் பொத்திக் கொண்டிருத்தல் மிகவும் சிரமம். ஆனால் ஹரி கதை கேட்டல் என்ற வேலையைத் தந்து காதைப் பயன் படுத்தல் அதிகச் சுலபமானது, இன்பமும் நன்மைபயப்பது. உன் காதுகளை நீ இராமனுக்கு அளித்துவிடு. வாயினால் ராம நாமத்தை ஜபித்துக் கொண்டேயிரு. பொறிகள் விரோதிகள் அல்ல; அவை நல்லவையே; அவைகளின் வல்லமைக்கு எல்லை இல்லை. ஆகையால் ஆண்டவனுக்கு அர்ப்பணமாய் ஒவ்வொரு பொறியையும் பயன் படுத்தலே உயர்ந்தவழி. இதுவே இராசயோகம் என்பது.

பொன்மொழிகள்

—✻—

செபம், தியானம் இரண்டும் மனத்திற்கு உற்ற உணவு; இவற்றைப் பழகுதலே மனிதனுடைய தேவைகளுள் முதன்மையும் முக்கியமும் ஆகும். தொடக்கத்தில் இவை சிறிது கஷ்டமாகவே யிருக்கும். அதற்கஞ்சி அப்பழக்கத்தையே அடியோடு விடக்கூடாது. வெறும் பழக்கத்தினாலேயே நாளடைவில் நற்பலனை ஒருவர் பெறமுடியும்.

* * * * * * *

ஆத்மசாதனைக்கு வீண் வார்த்தையும் உலகவிஷயங்களைப் பற்றியபேச்சும் கேடு விளைப்பதுபோல வேறெதுவும் அவ்வளவு விளைப்பதில்லை. இப்படிப்பட்ட வீண் பேச்சினாலேயே மனம் தனதுமேலான இயல்புகளையும் உயர்வான நோக்கங்களையும் இழந்து விடுகிறது.

வாய்வு சூரணம்

உஷ்ண வாய்வு, முழங்கால் வாய்வு, இடுப்பு வாய்வு, மலக்கட்டு, மலப்பந்தம், அஜீரணம் கைகால் அசதி, பிடிப்பு, பசியின்மை, வயிற்றுவலி, பித்தசூலை, பித்த மயக்கம், புளியேப்பம், நெஞ்சுக்கரிப்பு முதலிய வாய்வு ரோகங்களை நீக்கி ஜீரணசக்திக்கும் தேகாரோக்கியத்திற்கும் மிகச்சிறந்த சூரணம்

உபயோகிக்கும் முறை.

இந்தச் சூரணத்தில் ½ தோலா அளவு எடுத்து அத்துடன் ½ தோலா அளவு சீனி அல்லது சர்க்கரை கலந்துஆகாரத்துக்குமுன் உட்கொண்டு கொஞ்சம் வெந்நீரும் அருந்தவும்.

காலை மாலை தொடர்ந்து உட்கொள்ளவேண்டும். தேகத்தை அனுசரித்து உட்கொள்ள வேண்டும். தேகத்தை அனுசரித்து உட்கொண்டுவரும்போது அளவைக்கூட்டியும் குறைத்தும் உட்கொள்ளலாம். நெய் பால் வெண்ணெய் நிறையச் சாப்பிடலாம்.

வாரம் ஒருமுறை எண்ணெய் ஸ்நானம் செய்யலாம் மூலிகையினால்தயாரிக்கப்பெற்றது தபாற்செலவு உட்பட டின் ஒன்று ரூ. 3-75.

[பத்தியமில்லை.]

சம்பு இண்டஸ்ரீஸ் - சேலம் 2. (S-I)

இலங்கையில் கிடைக்குமிடம்:

ஆத்மஜோதி நிலையம்

நாவலப்பிட்டி — இலங்கை

Registered at the G. P. o· as a News Paper, M. L. 59/300

இந்தியாவிலுள்ள சந்தா நேயர்களுக்கு

இந்தியாவிலிருந்து சிலோனுக்குப் பணம் அனுப்புவதில் சில தடைகள் இருப்பதால் இந்தியாவிலுள்ள சந்தா நேயர்கள் யாவரும் பின்வரும் விலாசத்துக்கு தமது சந்தாப்பணத்தை அனுப்பிவைக்க வேண்டுகிறேம். பணம் அனுப்பவேண்டிய விலாசம்;

R. Veerasambu
SAMBU INDUSTRIES
SALEM 2.

மேற்படி விலாசத்திற்கு பணம் அனுப்பியவுடன் இவ்விடமும் ஒரு தபால் அட்டை மூலம் அறியத்தர வேண்டுகின்றேம். அங்ஙனம் அறியத் தந்தவுடன் இங்கிருந்து நேராக ரசிது அனுப்பப்படும்.

ஆத்மஜோதி நிலையம்
நாவலப்பிட்டி - (சிலோன்)

சக்தி அன் கோ

35, கொத்மலை வீதி : நாவலப்பிட்டி

—✠—

நமது சமயவிளக்கம் என்னும் புத்தகம்

(யோகி சுத்தானந்த பாரதியாரால் எழுதப் பெற்றது)

50 சதம் பெறுமதியான புத்தகம்

25 சதமாகக் கொடுக்கின்றேம்.

தபாற்செலவு உட்பட 30 சதமாகும். வேண்டுவோர் 30 சத முத்திரை அனுப்பிப் பெற்றுக்கொள்ளலாம்.

Printed by N. Muthiah at the Sri Murugn Printers - Punduloya
and Published by N. Muthiah, Athmajothi Niliyam, Nawalapitiya
Hony. Editor K. Ramachandra, Athmajothi Niliam, Nawalapitiya