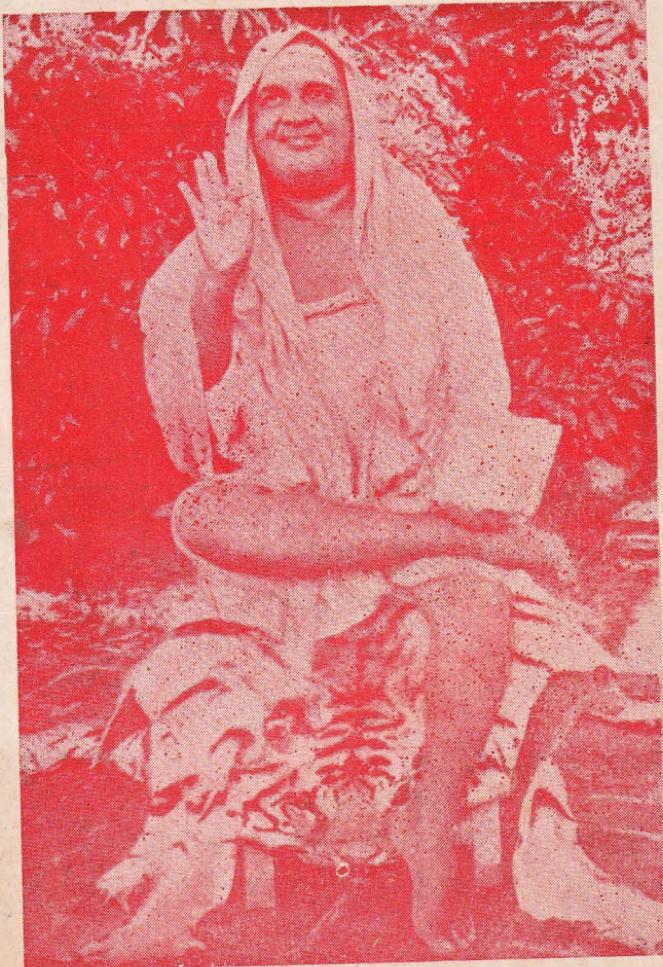


# ஆத்மஜாதி



“நூற்றுநூற்த சுவாமிகள்”

ஆத்ம



ஜோதி

(ஓர் ஆத்மீக மாத வெளியீடு)

எல்லா உலகிற்கும் இறைவன் ஒருவன்  
எல்லா உடலும் இறைவன் ஆலயமே.

...சுத்தானந்தர்...

சோதி 11 சுடர் 9. விகாரி ரூப ஆடி மீ 1-7-59.

### - பொருளாடக்கம் -

பேரின்பத் தெள்ளமுது	257
உலகம்	258
உண்மை வாழ்க்கை	259
அரிவா ஒழுக்கமா பெரிது?	263
மகாணக் கண்டேன் மரணமிலாப் ...	267
ஆஸ்திகன் யார்	270
பக்தி	271
யோக ஆசனங்கள்	274
உருத்திரபுரம் மாதர் ஆச்சிரமம்	277
ஊனைத் தின்று ஊனைப் பெருக்காதே	278
கல்விலும் மன்னிலுமா கடவுள்?	280
என் இருபத்துநான்கு ஆசிரியர்கள்	283
வேதாந்த விசாரணை	287

### ஆத்மஜோதி சுந்தர விழும்

ஆயுள் சந்தா ரூ.75-00 வருடசந்தா ரூ. 3-00  
— தனிப்பிரதி சதம் -30 —

கௌரவ ஆசிரியர்: க. இராமச்சந்திரன்.  
பதிப்பாசிரியர்: நா. முத்தையா.

ஆத்மஜோதி நிலையம்-நாவலப்பிட்டி (சீலோன்)

### பேரின்பத் தெள்ளமுது

மகரிஷி சுத்தானந்தர்

23. உறங்கிடினு மென்னுளிவ் வோயாத மர்க்கடம்  
ஒடியா டித்திரி குதே  
ஒகோ விதன்கூத்தை யோதவும் ஓல்லுமோ?  
உரைநிறை யதற்கு முன்டோ?  
திறங் கெந்ததென்னை திடீர்ப்பீ ரென்னத்  
திடுக்கிடுவ் காட்சிக ஞடன்  
செகமெலாஞ் சலனத் திரைப்படச் சுருளாக்கிச்  
சிந்தனை நடம் புரிகுதே  
இறந்தகா லத்தினி வியற்றிய வினைகளை  
யெதிர்கொண்டு விளையாட்டுதே  
இங்கங்கு மெங்குமொரு கங்குகரை காணுமல்  
இருவிகற் பத்தி ஊழலும்  
சுற்றடனை யுனக்கொரு குற்றடெனப்பூட்டுவாய்  
துரையே அன்த நிறைவே!  
சுத்தபரி பூரண சுகானந்த வாரியே  
சுடர்பரவு சோதி மலையே!

24. ஊரென்ன? பேரென்ன? உறவென்ன? மதமென்ன?  
உள்ளசெல் வங்க ஜென்ன?  
ஒதிய வகுப்பென்ன? உத்தியோ கம்னன்ன?  
ஊதியம் மாதம் என்ன?  
சிரென்ன? வீட்டின்சிறப்பென்ன? செய்யென்ன?  
செய்தந்த விளைவென்ன வோ?  
சிதனங் கொண்டுவரு மனைவியின் சிறப்பென்ன?  
செல்வரின் செவ்வி யென்ன?  
பாரென் விசைகளைப் பாரெனது பங்களா  
பாரெனது காரை யென்பார்  
பயனற்ற கேள்விகள் அடுக்குவார் வம்பிலே  
பகலிரவு போவதறியார்  
யாரென்ன வினவிநான் அதுவென்றறிந்திடார்  
யாதோ புகன்று திரிவார்  
யாதிலுந் தாக்கின்றி யாங்கணுந் தானுய்  
அமர்ந்த பற மானந்தமே!

# உலகம்!

பகவான் ரமணமகரினிகள்.

எப்படிக் கல்வினால் செய்யப்பட்ட நாய், இது நாய்தான்னான் மதிக்கப்படும்போது, கல்லீல மறைக்குமோ, அது கல்லென்று தெரிந்தபின் நாயல்லாமல் கல்லேயாகுமோ, அப்படிக்கே இவ்வுலகம் (அஞ்ஞான ஞானங்களில்.)

அதாவது இவ்வுலகம் உலகமாகத் தோன்றுமளவும், இதன் உண்மையான பரமாத்மா விளங்குவதில்லை; உலகத்தோற்றம் ஒயவே, சத்திய ஆத்மா தனது உண்மையான சொருபத்தோடு விளங்குவான.

ஆத்மாவை மறைத்துத் தான் சத்தியம் போல் விளங்கும் பொய்சொப்பனமய உலகம் ஆத்ம சொருபத்தால் மறைக்கப்படுமானால், இவ்வுலகம் முழுவதும் ஆன்ம சொருபமோகும்.

எப்படிப் பலவர்ணங்களுள்ள மயில் அதன் முட்டையின் ரசமேதவிர வேற்றலவோ, அதுபோல் உலகமும் ஆத்மரசமே; நீஉனது சொந்தங்களிலியில் நிற்பாயாகில் இப்படிக்கே காண்பாய்.

சுகலஞானங்களுக்கும் ஆத்மரமான ஞானமயமாம். தன்னைச்சிட்டுப் பிரீயாத ஞானிக்கு இவ்வுலகம் தன்மயமோகும். அதனால்தான் அவன்விலகத்தை உண்மை என்கிறேன்.

அவனது இச்சொல்லின் கருத்தை உள்ளபடி அறிவது; பரமாத்த போதமில்லாததால் உலகத்தைத் தனக்கு அந்தியமாயும் தனக்கு வெளியிருப்பதாயும் காணுகிற அஞ்ஞானியால் எப்படி முடியும்?

உலகம் சத்தியமென்று எண்ணி அதீல் சக்தித்திருப்பவருக்கு இது பரமனின் சீருஷ்டியாகும்; முக்தியின்பொருட்டு ஆத்ம ஞானம்பெற வேண்டுவோர் இது மனோமயமென்று பாவீக்க வேண்டும்.

## உண்மை வாழ்க்கை

[ஆசிரியர்]

வாழ்வின் நோக்கம் உண்மையை உணர்தல். உண்மை எது? உண்மை எப்பொழுதும் ஒன்றே தான். இரண்டாவிருக்க முடியாது. உண்மை என்றும் விடுதலையுடையது. எக்கட்டுக்குள்ளும் அகப்படாதது. ஒன்றும் ஒன்றும் ஒன்றுமே: உலகஜினத்தும் ஒன்றுமே. இந்த யியதி எப்பொழுதுமே மாறுவதில்லை. உண்மையே இறைவன். தூய இன்பமும் சாந்தியுமே அதன் இயல்புகள்.

உண்மைப் பொருளாலிய இறைவனை நோக்கி வாழாத வாழ்க்கை உண்மை வாழ்க்கையாகாது. அல்லாத வாழ்க்கையெல்லாம் பொய்வாழ்க்கையே. “பொய்யையே பெருக்கி பொழுதினைச் சுருக்கும் புழுத்தலைப் புலையனேன்” என்ற மணிவாசகரின் திருவாக்குச் சிங்கித்தற்குரியது. படுக்கைக்குச் செல்லுமுன் இரண்டு வியிடங்கள் சிங்கித்குக; இன்றைய வாழ்க்கையில், இருபத்துநான்குமணி நேரத்தில் எத்தனை நிமிடங்கள் எத்தனை விநாடுகள் இறைவனில் வாழ்ந்திருக்கின்றேன். உண்மை வாழ்க்கையை நோக்கி எத்தனை அடிகள் முன்னேறியிருக்கின்றேன். துனமும் நம்கும் நாமேசோதித்துக் கொள்ள வேண்டும்.

இறைவனின் தோற்றுமேறுப்பிரபஞ்சம். பிரபஞ்சத்தில் இறைவனைக் காணுதலே நகர் இப்பிரபஞ்சத்தில் பிறப்பு எடுத்ததன் நோக்கமாகும். இறைவன் பிரபஞ்சத்தில்தான் அவலாக உள்ளான் என்று ஏமாறுவின்றேம். எல்லாஜீவர்களும் இறைவனுடைய திருத்தோற்றமே. உண்மையை உணர்தல் என்பது. சர்வ வியாபகமான நித்திய ஆன்மாவுடன் எங்கள் ஏத்துவத்தை அறிதல். பின் எல்லாச் செயல்களையும் அவனின் சக்தி அல்லது சித்தத்தின்படி தாழ்மையுடன் புரிதலே,

இறைவனின் தோற்றத்துள் ஒருவடிவே இச்சரிரமாகும். ஆனால் இது சடமாகும். அதாவது அறி வந்தது. அறியாமையினால் இச் சடத்துடன் நாம் ஜக்ஷியப்பட்டுள்ளோம். இந்த அறியாமையே எம் மையெல்லாம் சுயங்களான செயல்களில் ஈடுபடுத்துகின்றது. அகங்காரமான செயல்களைச் செய்ய ஏவுகின்றது. தினமும் எத்தனையோபேர் இறக்கக்கண்டும் உடலே நாம் என்னும் அறியாமை எம்மைவிட்டு நிங்கவில்லை. பரந்த நோக்கமின்றி, குறுகிய சுயங்கள் செயல்களே அடிமைத் தனத்திற்குக் காரணமாகும். ஆத்மாவுக்கு விடுதலை அளிக்கவேண்டுமானால் பந்தங்களிலிருந்து விடுபடவேண்டும். பந்தங்களுக்குக் காரணம் அறியாமையே. அறியாமையை அழிக்க வல்லது உண்மை அறிவு மாத்திரமே. ஞானம் அகந்ததயை நீக்குகிறது. குறுகிய தன்னல் நோக்கை அகண்ட நோக்கமாக மாற்றுகிறது: இப்போது எமது செயல்களைல்லாம் சர்வ வியாபகமானநோக்கத்தோடு பொருத்தப்படுகின்றன. சர்வ வியாபகமான நோக்கம் ஆத்ம விடுதலைக்குக் காரணமாகின்றது. அதுவே மனித வர்க்கம் விரும்பும் நன்மையுமாகும், எச்செயலும் மனிதவர்க்கத்தின் நன்மையை நோக்கியே ஆற்றப்படும்.

இப்போது சுயங்கு, பேராசை, துராசை என்பவற்றுக்கு எம்வாழ்வில் இடமில்லை. மரணத்தைப்பற்றிய பயம் இல்லை. மறுபிறப்பிற்குரிய பந்தங்கள் அன்றே அறுந்து விடுகின்றன. வாழ்வின் இலட்சியம் ஆத்ம விடுதலையாகும். அதாவது இறைவனை, அல்லது எமது அமரத்துவத்தை அறிவதாகும்.

கர்மமார்க்கத்தைப் பின்பற்றுவதன்மூலம் ஆத்மீக விடுதலையை எப்படி அடையலாம் என்பதையே முக்கியமாகக் கீதை போதிக்கின்றது. சரியான கருமென்ன? தவறானகரும் என்பது என்ன? என்ற கேள்விகளால் ஞானிகள் கூடக் குழப்பம் அடைகின்றார்கள். கரும் என்னும்போதே அது இன்பதுன் பத்துக்கும் பந்தத்திற்கும் காரணமாகி ன்றது.

பற்றற்று பலன்கருதாது இறைவனுக்குச் சமர்ப்பிக்கப்படும்போது கரும் யோகமாகின்றது. கருமத்தையோகமாக்குதல் மூலம் ஆத்மாவிற்கு விடுதலை கிடைக்கின்றது. எல்லா உயிர்களிடத்திலும் ஏற்படும் தூஷ அன்பு, கருணை என்பவற்றை தூண்டப்பட்டு ஒருவித பலனையும் எதிர்பாராத நிஷ்காமியகர்மம், எமது நோக்கத்தைத் தூய்மைப்படுத்தியான் எனும் அகங்கதயைக்கெடுக்கும்இங்கிலையிலே பலாத்காரமாகவோ, பலாத்காரமின்றியோ, விரோதியாயினும், நண்பனுயிருப்பினும் யாருக்குங் தீங்கு செய்யப்படவில்லை. செய்ய நாடியதுமில்லை. சுய திருப்திக்காகச் செய்யப்படும் எக் கருமழும், செய்பவனை, அவன்செய்யும் கருமங்களோடுபிணைக்கிறது. ஆனால் நிஷ்காம மனதோடு ஆத்ம முன்னேற்றத்திற்காகச் செய்யப்படும் கருமம் மனதைத் தூய்மைப்படுத்தி நித்தியத்தின் உண்மையையும் சாந்தியையும் இன்பத்தையும் அறியும்வண்ணம் எழுப்பிக் கருமத்தின் பிணைப்பை அலுக்கின்றது. ஆதலின் தனி ஒரு வணையோ, தேசத்தையோ சார்ந்த கருமங்கள், உலகமகிழை, அதிகாரம், செல்வம் என்பவற்றையே தம்நோக்கமாகக் கொள்ளாது, உண்மையான சாந்தியும் விடுதலையும் அடைதலையே நோக்கமாகக் கொள்ளவேண்டும்.

எமது இதயம் அன்பு, கருணையாகியவை நிரம்பியவையாகிருத்தல் வேண்டும். அவ்லூற்றிலிருந்தே சரியான கருமம் தோன்றக்கூடியும். எல்லா உயிர்கள் பிராணி களுடனும் எமது எகத்துவத்தை அறிதற்கு வழிகாட்டுகின்றது. இங்கிலை எவ்வயிரையும் தம்முடிராகப் பாவிக்கும் உள்ளத நிலைக்கு உயர்த்துகின்றது: அன்பு ஒரு சிறந்த சமப்படுத்தும் கருவி. ஏனைனில் அது எமக்குச் சமநோக்கையும், எங்களின் சர்வ வியாபகமான வித்திய இயல்பைப்பற்றிய அறிவையும் அளிக்கிறது. அன்பு ஒரு உறுதியான தர்மம். மற்றவர்களை வருத்தித்தான் நன்மையடைவதை வேண்டாதது. அன்பு எப்பொழுதும் வீரம் நிறைந்

தனு; பொறுமை வாய்ந்தது; மன்னிக்கும் இயல்பும் ஆத்மதியாகமும் உடையது. அன்பு சாந்தமானது. அதிருப்தியுறுதது; பிறரைக் குறை கூருதது. அது மென்கை வாய்ந்தது. பிறருடைய நன்மைக் காகப் பாடுபட ஆவலுடையது. அது, அறிவு, விடுதலை, ஒற்றுமை, சாந்தியாகியவற்றை உண்டாக்குவது. இதுவே உண்மை வாழ்க்கையாகும்.

**அகில இலங்கைத் தமிழ்மறைத் தேர்வு.**  
**பத்து வயதுக்குட்பட்டவர்களுக்கும் பாட்டசை**  
 தமிழ்மறைக் கழகம் நடத்திவரும் அகில இலங்கைத் தமிழ்மறைத் தேர்வு.  
**1960-ஆம் ஆண்டில் மார்ச்சு மாதம் இரண்டாவது சனிக்கிழமையன்று நடைபெறும்.**  
**1-10-59 க்குழுங் விண்ணப்பங்கள் அனுப்பப்பட வேண்டும்.**

தேர்வுப்பிரிவிகள், தொடக்கப்பிரிவு, கீழ்ப்பிரிவு, மத்திய பிரிவு, மேற்பிரிவு, என்றாலுபிரிவிகள் உண்டு. 10 வயதுக்குட்பட்டவர்களே தொடக்கப்பிரிவிக்கும் 15 வயதுக்குட்பட்டவர்களே கீழ்ப்பிரிவிக்கும், 20 வயதுக்குட்பட்டவர்களே மத்திய பிரிவிக்கும் தோற்றலாம். மேற்பிரிவிக்கு வயதுக்கட்டுப்பாடில்லை.

தொடக்கப் பிரிவிக்குத் திருக்குறளில் முதற்பதினைந்து அதிகாரங்களும், கீழ்ப்பிரிவிக்கு அறத்துப்பாலும், மத்தியபிரிவிக்கு அறத்துப்பாலும் பொருட்பாலும், மேற்பிரிவிக்குத் திருக்குறள் முழுவதும் பாடப்பகுதிகளாகும்.

### I 7-பதக்கப் பாசில்கள்.

ஓவ்வொரு பிரிவிலும் முதல் இடத்தைப் பெறுவாருக்குத் தங்கப் பதக்கமும், இரண்டாம், மூன்றாம், நான்காம் இடங்களைப் பெறுவார்களுக்கு வெள்ளிப் பதக்கங்களும் வழங்கப்படும். தொடக்கப்பிரிவிக்குத் தோற்றுபவர்களில் ஐம்பது சத வீதத்துக்குக்குறையாமற் புள்ளிபெறும் மிகக்குறைந்த வயதுடையவருக்கு ஒரு வெள்ளிப்பதக்கம் வழங்கப்படும். புத்தகப்பரிசில்களும் உள். 50 சத வீதத்துக்குக் குறையாமற் புள்ளிபெறும் யாவருக்குஞ் சான்றிதழ் கண் வழங்கப்படும்.

**விபரங்களுக்கு:- தமிழ்மறைக் கழகம் 58.**

34 ஆம், ஒழுங்கை வெள்ளவத்தை

எனும் முகவரிக்கு எழுதுக.

## அறிவு ஒழுங்கமா பெரிது?

(ஸ்ரீ சுவாமி சிவானந்தர்)

—×—  
**‘ஒழுக்கம் விழுப்பங் தலை ஞாழுக்கம் உயிரினு மோம்பப்படும்’**

குறள்.

மனிதன் மரித்தபின்னரும் அவனது ஒழுக்கம் நின்று நிலவு கிறது. அவனது எண்ணங்கள் இருந்து வருகின்றன. மனிதனுக்கு உண்மைப் பெருமையையும் சக்தியையும் அளிக்கவல்லது ஒழுக்கமே. அதுவே உயரிய சக்தி. ‘அறிவே சக்தி’ என்களிலர் சொல்லலாம், ஆனால் ‘ஒழுக்கமே சக்தி’ என நான் கூறுகிறேன். ஒழுக்கமின்றி உயரிய அறிவைப் பெறுவது அசாத்தியம். நல்லொழுக்கமில்லாத மனிதன் இவ்வுலகில் இருப்பினும் இறந்தாரோடொடொப்பர். அத்தகையவர்களைச் சமுதாயம் வெறுத்தொதுக்குகிறது. வாழ்க்கையில் வெற்றியையும், மக்களிடையே உயரிய செல்வாக்கையும், ஆத்மீகத் துறையில் சீரிய முன்னேற்றத்தையும் ஆத்மானுபூதியையும் கூடைய நீங்கள் விரும்பினால் மாசமறுவில்லாத உயரிய ஒழுக்கத்தைக் கொண்டொழுக்கவேண்டும்! மனிதனின் சாராம்சமே அவனது ஒழுக்கம்தான். ஒருவனின் ஒழுக்கம் அவனுக்குப் பிறகும் அப்படியே இருந்துவருகிறது. சங்கரர், புத்தர், ஏச முற்கால முனிவர்கள் எல்லோரும் இன்றும் கொண்டாடப்பெறுவதன் காரணம் அவர்களிடம் அமைந்திருந்த அதிசயிக்கத்தக்க ஒழுக்கமேயாகும். மக்களிடையே அவர்களின் செல்வாக்கு ஒங்கிநின்றது. அவர்கள் ஒழுக்க சக்தியால் மக்களைத் தக்களது மார்க்கத்திற்கு மாற்செய்தனர்,

ஒழுக்கத்திற்கு முன் பொருளுக்குச் சிறிதளவும் பெருமை கிடையாது மாபெரும் ஆத்மசக்தியே ஒழுக்கம். வெகுதுராம்வரையிலும் நறுமணத்தைப் பரப்பினிற்கும் நன்மலரைப் போன்றதே அது. ஆன்றகுடிப்பிறப்பும் நல்லொழுக்கமும் கொண்டால்தன்மக் பீரத்தோற்றத்தைக்கொண்டு விளங்குகிறுன். ஒருவனின் தன்மை அவனது ஒழுக்கமேயாகும். ஒருவன் சிறந்த சங்கீத விதவானுக இருக்கலாம். இசைக் கருவி வல்லுனராக விளங்கலாம்; திறன் மிகு கவியாகத் திகழலாம்; சீரிய விஞ்ஞானியாக வாழ வாலாம். ஆனால், அவனிடம் உயரிய ஒழுக்கம் இல்லையெனின், சமூகத்தில் அவனுக்கு உண்மையான நிலைகிடையாது; அனைத்துவக மக்களும் அவனை இகழ்வர்!

ஒழுக்கம் என்றபதம் பரந்துபட்ட பொருளைக்கொண்டது, சுரங்கக் கூறின் அது நற்கணங்களையே குறிக்கும். திரு. ராம நாராயணன் சீரிய ஒழுக்கம் உடையவர் என நாம் கூறுவோமேயானால், அவரிடம் நற்பண்புகள் அமைந்துள்ளன என்பதே கருத்து. பரந்த அளவில் ஒழுக்கமுடையவனிடம் இரக்கம், கருணை, உண்மை,

தாராள மனப்பான்மை, மன்னிக்கும் மாண்பு, சகிப்புத்தன்மை, முதலிய உயர்குணங்களை நாம் எதிர்பார்க்கிறோம்; சாத்வீகுணங்கள் அனைத்தையும் அவனிடம் நாம் எதிர்பார்க்கிறோம். நற்பண்புகள் ஒரு சில இருந்து ஒருவன் வேண்டுமென்றே பொய்சொன்னுலோ, சுயனலத்துடனும் பேராசையுடனும் காணப்பட்டாலோ, மற்றவரின் எண்ணங்களைத் துண்புறுத்தினாலோ, அவனைத் தீயொழுக்கம் உடையவனென்றே மக்கள் தெரிவிக்கின்றனர். தனது ஒழுக்கத்தை வளர்க்க என்னும் ஒருவன் எல்லாவிதத்திலும் தன் சுபாவங்களை நல்வழிப்படுத்த முனையவேண்டும். கிடையில் 13, 16, அதியாயங்களில், தெரிவித்துள்ள நற்குணங்களைக் கொண்டொழுக வேண்டும். அப்பொழுதுதான் அவன் ஒழுக்கத்தில் சிறந்தவன்

சிரிய நல்லொழுக்கத்தைக் கொண்டொழுகும் ஒருவனிடம் பொருந்தி நிற்கவேண்டிய குணங்கள் அஞ்சாமை, உள்ளத்தூய்மை, தீங்கிழையாமை, பொறை, குருசேவை, தூய்மை, வஞ்சகமின்மை, தைரியம் பொறீகளையடக்குதல், கர்வமின்மை, பிறப்பு, இறப்பு, மூப்பு, பினி முதலிய துக்கத்தைப்பற்றிய விசாரணைபயமின்மை, ஈசை உயர்நால்களைக் கற்றல், தவம், நேர்மை சினமின்மை, துறவு, அமைதி கோள் சொல்லாமை, உயிர்களிடத்துகிறக்கம், பிறர்பொருளை விரும்பாமை, இனிமை, நாணம், மனஞ்சலியாமை, மனவுறுதி, செருக்கின்மை, அழுக்காறின்மை முதலியன.

செய்கையை விடைத்துச் சுபாவத்தைப் பெறுகி றீர்கள். சுபாவத்தினால் ஒழுக்கத்தைஅடைகிறீர்கள். ஒழுக்கத்தினால் விதியும் தொன்றி நிற்கிறது. எண்ணங்கள், உணர்ச்சிகள், செய்கைகளின் பதிவுகள் அடிமனத்தில் அழியாத்தன்மையில் ஏற்படுகின்றன. நீங்கள் இருந்து படினும் பதிவுகள் இருந்தே வருகின்றன. இந்தப்பதிவுகள்தான் உங்களை மீண்டும் இந்த உலகத்திற்கு அழைத்து வருகின்றன. எண்ணங்கள் செய்கைகளின் பதிவுகள் ஒன்றுசேர்ந்து சுபாவமாக அமைகிறது சுபாவங்கள் ஒன்றுகி ஒழுக்கமாகிறது நீங்கள்தான் இந்த எண்ணங்கள் சுபாவங்களின் கர்த்தா— இன்று நீங்கள் இருப்பது உங்களது சென்றகாலத்தின் விளைவேயாகும். இவையைத்தும் சுபாவங்கள். அத்தகைய சுபாவங்களை, எண்ணங்கள், செய்கைகளால் ஆக்கவும் அழிக்கவும்செய்ய உங்களால் இயலும்.

அயோக்கியன் நிரந்தர அயோக்கியன் அல்ல! விபசாரி நிரந்தர விபசாரி அல்ல! இவர்களைத் தவசிகளின் தொடர்பில்விட்டால் தாங்களும் தவசிகளே ஆகிவிடுவர். ரதங்கர் என்னும் கொள்ளைக்காரன்தான் வால்மீகி முனிவனுனுன். நித்தியானந்தர்மீது கல்வெறித் ஜைக, மாதை என்னுமிருவர் அவரது சிறந்தசீடர்களாயினர்.

அவர்களிடம் அமைந்திருந்த இனங்குவங்கள், வட்சியங்கள், என்னங்கள் அனைத்துமே மாறிவிட்டன. சுபாவங்கள் மாற்றபடைடந்தன. தீயொழுக்கத்தையும் தீய எண்ணங்களையும் தவிர்ப்பதற்கான சக்தி ஒங்கொரு மனிதனிடமும் இருக்கிறது. தீயான்ணங்கள், தவரூன உணர்ச்சிக்கட்டுப் பதிலாக நங்களெண்ணங்கள், நல்ல இலட்சியங்கள் கொள்ளப்பட்டால், அந்த மனிதன் நந்பண்புகள் நிறைந்த பாதையில் முன்னேறிக்கொசல்வது அனுதி. பொய்யன் பெய்யனுகி விடுவான்! அயோக்கியன் துறவியாகிவிடுவான்

பி. திபகுபாவனை (எதிரானதை என்னுதல) எனும் முறையால் ஒருவனது சுபாவங்கள், குணங்கள் ஒழுக்கத்தை மாற்றிய மைக்கழுதியும். தைரியத்தையும், வாய்மையையும் என்னினின் ரூல் நீங்கள் தைரியவானைகும் மெய்யாகவும் விளங்குவது உறுதி பயமும் பொய்யுரைக்கும் வழக்கமும் தாங்கவே வெருங்கோடி மறையும். பிரமச்சரியம், நிறைவு. இரண்டையும் சிந்தித்து நின்றுல் பேராசையும் காமவிகாரமும் கணப்பொழுதில் காணுதாகி விடும். இந்தமுறை முற்றிலும் விஞ்ஞானர்தியில் அமைந்திருக்கிறது. பொதுவாக அடிமனத்தைப்பற்றிய அறிவில்லாதவர்களும் ஒழுக்க வழக்கங்களை மாற்றியமைக்கும் யோகழுவதையெறியமாட்டாதவர்களும் தங்கள் வாழ்நாள் முழுவதுமே தங்களிடமுள்ள தீயகுணங்கள் தங்களைவிட்டுப்போகாதென நினைக்கின்றனர்- இது வோர் வருந்தத்தக்க தவறு. எண்ணங்கள், இலட்சியங்கள், என-அபிலாட்சைகள் எல்லாவற்றிலுமையை விளைவே ஒழுக்கம். எண்ணங்களையும் அபிலாஷாக்களையும் மாற்றினால் உங்களது ஒழுக்கமும் மாறிவிடுவது இயல்பு.

நற்பழக்கங்களை வளர்ப்பதுதான் ஒழுக்கத்தின் வளர்ச்சி. ஒழுக்கத்தில் மாறுதல் பழக்கவழக்கங்களின் மாற்றங்களால் ஏற்படுகிறது: பழக்கங்கள் இரண்டாவது நிலை, ஒழுக்கமே முதல்நிலை. அநேகமாக அதுவே எல்லாமாக விளங்குகின்றது. ஆனால், இச்சாக்கத்தில் ஆர்வம் கருத்துடைமை, சிரத்தை முதலியவைகளால் அதைமாற்றி அமைப்பது சாத்தியமே. புதிய ஆரோக்கியமான, வலுவடைய நற்பண்புகள் பழைய அனுரோக்கிய அசாதாரண தீயசுபாவங்களை இல்லாதாக்கிவிடுகின்றன. பழைய சுபாவங்களை மாற்றி விடுவதையே நோக்கமாகக் கொண்டுள்ளது ‘யோகம்’ துறவு ணர்ச்சி, பக்தி, பிரார்த்தனை, விசாரம் முதலிய நற்பண்புகளுடன் கூடின தன்னைமற்ற தொண்டினால் பழைய உலகியல்சுபாவங்களை புதிய தெய்வீக்கு குணங்களாக மாற்றியமைக்கமுடியும். யமியமப்பயிற்சி, தவம், நண்ணடத்தை, நட்பு, கருணை, கிடையின் 17-வது அதிகாரத்தில் தெரிவித்துள்ள மூவித தபச முதலியனவை

ல்லாம் உயரிய ஒழுக்கத்தை வளர்ப்பதில் பெரிதும் உதவுகின்றன.

உயரிய ஒழுக்கத்தை உருவாக்குவது மெத்தக் கடினமாகத் தோன்றினால் துறவிகளுடன் தொடர்பு கொண்டு வாழுங்கள். அவர்களது பலம்வாய்ந்த ஆத்மீக சக்தியால் நீங்கள் விரைவிலேயே மாற்றப்படுவீர்கள். இந்த நாட்களில் நல்ல மகாத்மாக்களைக் காணக் கிடைக்கவில்லை என ஒருபொழுதும் குறைகளுக்காக்கள். இது உங்கள் தன்று. சிரத்தையுடனும் ஊக்கத்துடனும் ஏனைப் பின்பற்றுங்கள். மகாத்மாக்கள் பலரையும் நான் உங்களுக்குக் காட்டுகிறேன். பணிவுடனும் உள்ளத் தூய்மையுடனும் விளங்குங்கள்

ஒழுக்கத்தை வளருங்கள் அதுவே வாழ்க்கையில் வெற்றியை அளிக்க வல்லது. ஒழுக்கமே துறவோரின் போர்வையாகும். பழையதீய சுபாவங்களைப் போக்கப்பாடு படுங்கள். நல்லாரோக்கிய நற்பழக்கங்களை அன்றை நிலை நிறுத்துங்கள் வாழ்க்கையின் இலட்சியத்தை அடைவதற்கு ஒழுக்கம் உங்களுக்குப் பேருதவியை அளிக்கும். உங்களது இருப்புக்குக் காரணம் ஒழுக்கம் தான்! அவர்களிய ஒழுக்கம் உங்களை ஆத்மானுபூதிக்கு அழைத்துச் செல்லுமாக! உங்கள் எல்லோரிடத்திலும் சாந்தி ஒங்குக!

“பந்தோம்பிக் காக்க ஒழுக்கம் தெரிந்தோம்பித் தெரினுமாதே துணை”

...\*...\*

ஓம்

## ஸ்ரீ இராமதீர்த்தரீன் போன் யோயிகள்,

-\*-\*-

நீங்கள் ஜெபம் பெற வேண்டுமானால் நதியின் அருளியீன் இடையீடாத ஒட்டத்தை, செய்கையை பின் பற்றுங்கள்!

\* \* \* \* \*

தனக்குங்கோயே அடக்கிக் கொள்வதாகிப் தன்ன ஸ்த்தைக் கூப்பாற்றிக்கொள்ளவேண்டாம்.

\* \* \* \* \*

சீறுக்கத்தைத் திபகம் செய்யுங்கள்! மறந்து விடு கூத்துக்கூடு! அப்போது நிச்சயம் ஜூயம் பெறுவீர்கள்.

ஓம்

மகானைக் கண்டேன், மரணமிலாப்

\*\* பெருவாழ்வு பெற்றேன். \*\*

(சுவாமி நிர்மலானந்தா)

-\*—

“அரிது அரிது மாணிடராய் பிறத்தலரிது” என்றால் ஒன்னை. உண்மைதான் வாழ்க்கை வாழவே என்று அறிந்திருந்த போதிலும் எப்படி வாழ் வது? என்று அறியாமல் பல்வளமும் சூழ்ந்த இப்புவியில் நிலையற்ற இந்த யாக்கையை மெய்யென்று எண்ணி இந்த நாகரீகப் பொருள்களிலே மனத்தைப் பறிகொடுத்து வாழ்கின்ற வாழ்வு வாழ்வாகாது வாழப்பிறந்து வாழ்க்கை லட்சியத்தை மறந்து அலையும் எத்தனையோ மக்களை நாம் காண்கின்றோம். விலங்கினின்று மனிதன் தோன்றினான். என்று அறிஞர்கள் கூறுகிறார்கள். நமது ஸ்ரீமத் நாராயண ஸுரத்தியின் தசாவதாரம் இதை நன்கு விளக்குவிற்கு. மச்சமாகவும், கூர்ம மரகவும், வராக மாகவும் அவதாரமெடுத்த அவர் நாரசிம்ஹாவதாரத் திலே மனித உருவிலும், விலங்கு உருவிலும் கலந்த ஒரு நிலையில் அவதாரமெடுத்தார். பின்னர் வாமனர் அவதாரத்திலே சிறு சூட்டை மனிதர் உருவத் தில் தோன்றினார். பின்னர் ஸ்ரீராமாவதாரத்திலும் ஸ்ரீ பரசுராமாவதாரத்திலும் மக்களுக்கு ஸ்ரீமந் நாராயண சொரூபமான தங்கள் வடிவம் காட்டார். அடுத்ததான் ஸ்ரீ விருஷ்ணவதாரத்தில் பூர்வஞானம் நிலவு, விலங்கு குணமான சீற்றம் என்பதை அறுத்து உலகைக்கக்கூட கீழத்தையை அருளி உலகில் மனிதர் வாழ வழியையும் வசூத்துச் சென்றார். அங்கெநியைப் பின் பற்றி மக்கள் வழியாயினார். ஈட்கள் செல்லச் செல்ல மனித உலகம் அந்தை மறந்து மறத்தை நாடியது. மக்களின் தெய்வ நெறி உறந்து வெளக்கீக உலகின் மாண்யகளை பரவி உலகையை இறுத்தன மக்கள் இவ்வாழ்வை மெய்யென எண்ணினார்

கள். அவர்கள் வாழ் நானும் சுருங்கியது. நூறுண்டு கள் முழுவதும் வாழ்வோரைக் காணுதல் மிகவும் அரிதாயுள்ளது. நாம் புராணங்களிலும், இதிகாசங்களிலும் மக்கள் மிகப் பல ஆண்டுகள் வாழ்வதாகப் படிக்கிறோம். காரணம் என்ன? அவர்கள் தெய்வ நெறியில் பிறழுவில்லை, இறைவனையே சதாநினைத்துக்கொண்டிருந்தார்கள். ஆதலின் பல நூற்றுண்டுகள் வாழ்ந்தனர். என்பது வெள்ளிடைமலை. ஆயின் இன்றைய உலகம் செயற்றக்கையே இயற்கையாக எண்ணி இறுமாந்து நாகரீக உலகத்தை மெய்யென எண்ணி ஆழி விற்கு அழகோலுவிற்கு. வானை னோவினோக்கி ஒரு முறையேனும் இறைவன் நினையாது கழிக்கும் இம் மக்களாம் மாக்கள் தங்கள் வாழ்வை சுருக்கிக் கொள்கின்றனர். ஆதலின் மரணமற்ற பெறுவாழ்வை நாடவேண்டுவது ஓவ்வொருவரது கடமையாகும் பரமஹுமசரது பெருவாக்குப்படி மரணபயம் ஏற்பட்டால் தான் இக்கால மக்களுக்கு பக்தி தோன்றும்

காசிக்கு அருளில் கங்கைக்கரையில் மூடி துளசிதாச பகவான் அமர்ந்து நிஷ்டையீலீடு பட்டுக்கொண்டிருந்தார். அக்காலத்திலே சதி அல்லது உடன்கட்டையேறும் பழக்கம் இருந்தது இரவு நேரம் ஒரு இனம் பெண் தன் கணவனை இழந்த காரணத்தால் கணவனது சடலம் சிதையில் எரிந்து கொண்டிருக்க அப்பெருந்தீயை கண்களின் மூடிகொறிய சுற்ற வாரம் பித்தாள் ஒருமுறை சுற்றியதும் அருகே ஒரு மகான் நிஷ்டையில் ஈடுபட்டிருந்ததை கண்டாள். உடனே அவரைத் தரிசித்து விட்டு மரணம் புகலாம் என்ற எண்ணம் காரணமாக மகாஜீ ஆணுகி வணங்கினான். நிஷ்டை கலைத்து கண்களைத்திறந்த துளசிதாசர் எதிரே ஒரு இளம்பெண் நிற்பதைக்கண்டு “தீர்க்க சுமங்கலி பவா” என்று ஆசீர்வதித்தார் உடனே இனம்பெண் திடுக்கிட்டாள். சிறிது நேரத்

தில் கணவனது சிதையில் வீழ இருக்கும் என் ஜீ இவ்வாறு மகான் வாழ்த்துகின்றாரே, என்ற எண் ஜீம் காரணமாக மகாஜீடம் தனது நிலையை வெளியிட்டாள் துளசிதாச பகவான் உடனே தன் கமண்டலத்தினின்று சிறிது நீர் எடுத்து அதை எரியும் சிதையில் தெளிக்கச்சொன்னார். அப்பெண் ஜீ அவ்வாறே செய்தனள். உடனே அவள் கணவன் உயிர் பெற்று எழுந்தான். இருவரும் மகாஜீ வழி பட்டு சகல சௌபாக்கியங்களும் சந்தான பாக்கியங்களும் பெற்று வாழ்ந்தனர் என்பது கதை,

நாம் அதைக் கண்ணுலே காணவில்லை. ஆனால் இன்று கண்டுகொண்டிருக்கிறோம். அருளையிலே வீற்றிருந்த சமண மகரிஷிகளை மக்கள் தரிசித்தார்கள் சாந்தி பெற்றார்கள். புதுவையிலே வீற்றிருந்த மகான் அரவிந்தர் அவர்களை தரிசித்தார்கள் அமைதியை அடைந்தார்கள். இமயத்திலே எழுந்தருளி உலகிற்கே யழிகாட்டிக் கொண்டிருக்கும் சுவாயி சிவராண்தர் அவர்களை தரிசிக்கிறார்கள், தங்களது துக்கங்களுக்கெல்லாம். நிவர்த்தி பெறுவிறுர்கள். அனந்தையிலே அவதரித்து உலகை ஆத்மீக நெறியிலே பத்திப் பிராவகத்திலே இழுத்துச் சென்று கொண்டிருக்கும் சுவாயி அபேதானந்தர் அவர்களை தரிசிக்கின்றார்கள். வாழ்வின் இலட்சியமாக் பக்தியைப் பெற்று மரணமிலாப் பெரு வாழ்வு. அடைகின்றார்கள். இதை நாம் இன்று கண்டுகொண்டிருக்கின்றோம். மரணமாம் கூற்றுவனின் விளையாட்டை விடுத்து மரணமிலாப் பெருவாழ்வு பெற குருநாதர் அருளுவாராக!

பஞ்சி வெள்ளேசேக்கே  
கேவேலை (ஸ்வாமி அபேதானந்தர்) மூலம்

### கெய்யன்பர்வனே!

பக்தியின் மகத்வத்தைப்பற்றி ஒன்றுமறியாத அடியேன் என் நான் சொல்லுவேன்? அடியேன் தகுதியற்றவன் என்பது உண்மையிலும் உண்மை. பெரியோர்களைல்லாம் “இறைவா! அடியேன் நாயினும் கடையேன் புல்லினும் கடையேன், என்று சொல்லிச்சொல்லி சமாதானம் அடைந்தார்கள்: ஆனால், அடியேன் எதைச் சொல்லித்தான் சமாதானம் அடைவேன். வள்ளுவார் சொன்னார், “கடைய நாயிற் கடைய நாய்க்கும் கடையனுயினேன். கருணை அழுதனாகு இன்ப நாட்டிற்கு உடையவனுயினேன். விடையைக் காட்டில் ஓடித்திரிந்த வெள்ளோ நாயினேன் நிமலா! நினக்கு மிகவும் சொந்தப்பிள்ளையாயினேன்.

அருட்பிரகாச வன்னார் இப்படிப் பாடும்போது அருள் தந்தைங்கிய பிரபு, தன் பிள்ளைய வாரி எடுத்து முத்தமிட ஏன் ஒடிவர மாட்டார்?

பகவான் நாரதர் பக்திலகரியுடன் சொல்லுகிறார். பக்தன் பக்திசெய்து, பக்திசெய்து தன்னைத் துக்கத்திலிருந்து விடுவிட்துக் கொள்ளுகிறார். மட்டுமா? தன் சுற்றத்தாரையும் விடுதலை அடையும் படியாகச் செய்கிறார். அது மட்டுமா? இந்த உலகத்தை யெல்லாம், உலக மக்களையெல்லாம், சகவச் சராசரங்களையும் விடுதலை அடையும்படியாகச் செய் கிறான். என்னே பக்தியின் பெருமை! இப்படி என்பத்திநாலும் குத்திரங்களிலாக பக்திச் சுவையை வாரி வழங்குகிறார் நாரதர். ஷாந்திலியர் முதலிய மகான்களும் இந்தக்குத்தையே சொல்லுகிறார்கள்.

இந்த பக்தி, கர்மத், ஞானம் ஆகிய மூன்றும் ஒன்றுக்கொன்று சம்மந்தமுள்ளதேயாகும். கர்மமும் ஞானமும் மில்லாமல் பக்தியில்லை. கர்மமும் யக்தியுமில்லாமல் ஞானமில்லை. பக்தியும் ஞானமும் இக்காமல் கர்மமில்லை என்பதுதான் உண்மை, கர்மமும், ஞானமும் பக்தியின் இரண்டு நாமங்களேயாகுமென்பது பெரியோர்களின் கருத்து. பக்தியாகிய பட்சியின் இரண்டு சிறாக்கள் கர்மமும் ஞானமும் என்றும் சொல்லுகிறார்கள். கர்மங்கள் பக்திகள் முன்றும் ஒன்றாக இருந்தபோதிலும் அடியேனிப் போன்ற அறிவிகளுக்கு கர்மம் என்றும், ஞானம் என்றும் சொல்வதைவிட பக்தி என்று சொல்வதுதான் மிகவும் இனிமை ஈக இருக்கின்றது.

## ஆஸ்திகன் யார்?

பல்லவி

உண்மையில் ஆஸ்திகன் ஆவான்; - அவன் உன்னும்புறமும் ஒன்றாகவேவாழுவான்! [உண்மை]

சாணங்கன்  
மன்னுயீர் இன்னலைக் காண்பான், ஆதன் வாட்டம் தணீக்க பனத்திடம் பூண்பான்; தன்னலம் நீத்த தீயாகி; - பிறர் தம்நலம் பேனித் தழூக்கும் விவேகி! (உண்மை)

ஆருயீர்த் துன்பம் துடைப்பான், - என்ன அனுவும் தலைக்கனம் அற்று நடப்பான்; யாரையும் நீந்தனை செய்யான்; - உயீர் யாவையும் போற்றிநல் வந்தனை செய்வான் [உண்மை]

நாவீனில் பொய்மொழி யற்றுன்; - வாக்கு, நன்மன மெய்யிலாம் நல்லவான் பெற்றுன்; பாவப்பே ராகசயில் வீழான், - அறப் பன்புச் சமத்துவப் பாங்குடன் வரழுவான் [உண்மை]

பெண்களைத் தாபியனப் பார்ப்பான்; - பிறர் பேனும் பொருள்தொட நாணி மறுப்பான் தன்கடன் ஆற்றிப் பணிவான், - தமைத் தாங்கும் கடன்தெய்வப் பாங்கென் றுணர்வான்! (உண்மை)

காமக்ஷோ த, லோப, மேஷம், - மதம். காப்சீனம், வஞ்சம், கபடமில் லாதூன்; பாமரர் இய்ந்து தழூக்கக் - கொடும் பல்பிற வீத்துபர்ப் பட்டிடக் கூசான் [உண்மை]

“பரமஹ்மில் தாகன்” கொந்தியடக்கு விகப் பீதித்துமான “கணவுணவ ஜனதோ” என்ற குஜராத்திப் பாடனின் கருத்தைத் தமுகி எழுத்திட்டது.)

பக்தி நிறைந்த பகுத்தறிவை அடைவதும் பக்தியின் பெருமை கை உள்ளபடியே முறையாகத் தெரிந்து கொள்வதும் மிகவும் கடினம் என்றே சொல்லவேண்டும். அவ்வளவு அரிதாகிய பக்திக் கணியை கருணைமுர்த்தியாகிய பகவான் மக்கள் உய்யவேண்டும், ஆனந்தம் பெறவேண்டும் என்ற பேரவாக்கொண்டு கீதா சாஸ்தி ரத்தின் வாயிலாக அதை வெனியிட்டு நம்மை அனுக்கிரகித்தார். ரஸ சொருபனுகிய பிரபு பக்தி அல்லது அங்கு என்னும் வலையில் தான் அகப்படுவான் அந்தப் பரமேஸ்வரன் பக்தியின் சாட்சாஷ்ட காரம் என்றே சொல்லவேண்டும். பக்தி ஒன்றேதான் இறைவனைக்காட்டும் சக்தியுடையது. ரிஷி, முனி, தேவ கனங்களுக்கும் அரிதாகிய பரமானந்தம் அல்லது பேரின்பம் பக்தி ஒன்றினுல்தான் கை கூடும் என்பது பெரியோர்களின் திருவாக்கு. பரிசுத்தப்பிரே மையாகிய பக்திரசத்தை சுவைத்துப் பார்த்தவர்களுக்குத்தான் அது எப்பேற்பட்டது என்று தெரியும். பக்தியை ஆதரிப்பதுதான் மனித வாழ்வு. பக்தித் தேவியைத் தஞ்சம் அடைவதுதான் மனித வாழ்க்கையின் குறிக்கோள். பக்தியைப் புகழ்வதுதான் மனித இயல்பு. பக்தியைப் பறப்புவது தான் மனித வாழ்க்கையின் நோக்கம்.

பக்தி அனுபவம் ஒங்கி வளர வளர நமக்கு பகவானுடைய லீலைகளின் மர்மம் நன்றாகப் புரியும். அகந்தையற்றவர்களைத்தான் பக்திதேவி குழந்தையாக ஏற்றுக்கொள்வாள்.

பகுத்தறிவையும் கடந்த நிலையில்தான் பக்திச்சுவை ஏற்படும். ஆனால் பக்தித்தாய் பகுத்தறிவை ஏளனம் செய்யவோ, பகுத்தறிவை மறுக்கவோ, மறைக்கவோ, மறக்கவே செய்யமாட்டாள். பக்திமதம் எவ்வளவு பெரிய நம்பிக்கை மதம் என்பதை அனுபவ சாவிகள் நன்கு, எளிதில் புரிந்து கொள்வார்கள். பக்தித்தாய் விசுவருபம் எடுத்தான்றி நம் வாழ்க்கை புனிதம் அடையாது. பக்திவெள்ளம் பெருக்கெடுத்து ஓடினால் அன்றி உலகம் க்க ஸ் உய்யமுடியாது. ஜாதி, மத, துவேஷங்களாகிய இருள் ஒழிவுதற்கு பக்திச்சுரியன் உதயமாகத்தான் வேண்டும். பக்தித்தாய், பக்திராணி பிரசன்னமாகி வந்து ஆட்சி செலுத்தினால்தான் அருட்பிரகாச வள்ளலார் திருவாக்கிற்கிணங்க கணமுடி வழக்கம் எல்லாம் மனமுடிப்போகும்.

‘‘மோட்ச சாதன சாமக்கியாம் பக்தி ரேவா கரியளி’’ என்னால் சங்கரபகவத் பாதர். பக்திதான் மிகச்சிறந்தது, பக்திதான் நம்மை ஆளுவது. பக்திதான் நம்மை வீட்டுக்கு அழைத்துச் செல்ல வல்லது என்பது அதன் கருத்து. பக்தி சூத்திரத்தில் பகவான் நாரதர் சொல்லுகிறார்.

“சாத் வாஸ்து மின் பரமப்பிரேம ரூபா!”

பகவான் அங்றி வேறு இல்லை என்று பகவானிடம் கொண்ட உறுதியான பிரேமைதான், பிரிக்கமுடியாத அன்புதான் பக்தி.

“அமிர்த சொருபாட்சி!”

மரணமில்லாப் பெருவாழ்வைத் தரக்கூடியதுதான் பக்தி.

“ஸன் காமமயமான நீரோத ரூபத்வா!”

மோட்சத்தையும் துச்சமாகச் சுருதுவது தான் பக்தி தியாகம் என்பதுதான் பக்தியின் சின்னம். ஒங்கி வளர்ந்து நிற்கும் ஆசை என்னும் மரத்தை வெட்டி முறித்து, ஆம்! காமம் என்னும் அரக்கியைக் கொன்றுவிட்டால் தான் பக்தி உதயமாகும். எங்கு காமம் இருக்கிறதோ அங்கு ராமன் இல்லை. எங்கு ராமன் இருக்கிறானே அங்கு காமம் இல்லை என்பது பக்தர்களின் திருவாக்கு.

“யதா வறஜ கோபிகானம்!”

கோபிகள் பகவானிடம் கொண்ட பரிசுத்தமான அங்கு தண்ணீர் மறந்து, பகவானியே சதா என்னும் படியான அங்கு, அதுதான் பக்தி. தன் சுகத்திற்காகச் செய்யும் பஜனம் பக்தி அன்று. துண்பம் எல்லாம் தான் ஏற்றுக்கொண்டு பகவானுடைய சுகத்தைக் கோருவது எதுவோ? அதுதான் பக்தியாம். கோபிகள் தங்களுடைய மனம், புத்தி, அழகு, இளமை, உடல், பொருள், ஆவி அனைத்தும், எல்லாப்பொருள்களையும் பகவானுடைய பூசா திரவியங்களாக அமைத்து விட்டார்கள்.

கோபியர் தங்களையே பகவானுக்கு அர்ப்பணம் செய்து பகவானுடைய சுகத்திலேயே கண்ணும் கருத்துமாக இருந்தார்கள். அதுதான் பக்தியின் பெருமை. நான், எனது முதற்கொண்டு எல்லாம் பகவானுக்காக அர்ப்பணம் செய்வது; பகவானை மறந்து, பகவானைப் பிரிந்து ஒரு நீமிடமும் வாழ்முடியாத நிலை, பகவத் தத்துவத்திலேயே சதா மூழ்கியிருக்கும்படியான பகுத்தறிவு, பகவானுடைய சுகத்திலே தனக்கு ஏற்படும் மகிழ்ச்சி அல்லது அந்தச்சுகம் தனக்கு ஏற்பட்டமாதிரி அனுபவம் இவைகள் நாலும் சேர்ந்தால்தான் அது பக்தியின் சொருபமாகும். பக்தி, கருமம், ஞான யோகங்களைவிட மிகச்சிறந்தது என நாரதர் சொல்லுகிறார்.

பக்தியோ மிகச்சுலபமானது. பயம், அச்சம், அபிமானம் இவைகளுக்குக் கொஞ்சமும் இடம் கொடாதது. மேலும் ஆண், பெண், ஜாதி, குலம், கோத்திரம், பெரியது, சிறியது, பண்டிதன், பாமரன் என்ற பேதத்தை இல்லாது செய்வது.

இவைகளுக்கெல்லாம் உபரியாக, பகவானுடைய கருணை மழை பக்தன் மேல் பொழித்துகொண்டேயிருக்கும் என்பது. இதுதான் பக்தியின் பெருமைக்கு முக்கியைக் காரணம். பகவான் பக்த வத்சலன். ஆனால் ஞானிவத்சலன் என்றால் யோகிவத்சலன் என்றால் அழைக்கப்படுவதில்லை.

# —\* யோக ஆசனங்கள் \*—

[S. A. P. சிவலிபுகம் - சேலம்]

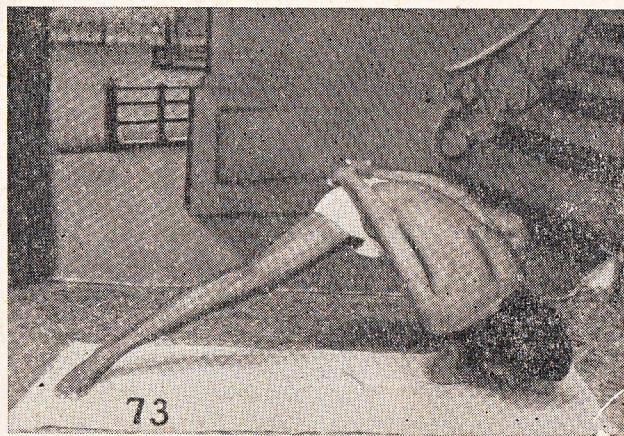
...——...

## 73. வீரிய ஈதம் பறுசனம் செய்யும் வழி.

சுத்தமான சமதள விரிப்பின்மேல் நேராய் நின் று கொள்ளவும்.

பின்கால்கள் இரண்டையும் அகட்டி வைக்கவும். அதி கமாகவே அகட்டி வைத்துக்கொள்ளவும் இடதுகாலை மட்டும் இடதுபக்கமாய் துடையுடன் திருப்பி முழங்காலுடன் மடக்கவும்.

இந்நிலையில் சுவாசத்தை வெளியிட்டுக்கொண்டே மெதுவாகக்கைகளைப் பின்பக்கம் பிருஷ்டபாகத் தின் பக்கமாய் கோத்துக்கொள்ளவும். பின் இடது கால் பக்கமாகக் குனிந்து இடது காலின் மேல் முகத் தைத் தொடச் செய்யவும். அல்லது முகத்தைத் தக் கீழே யும் வைக்கலாம். வலதுகால் அகட்டிய நிலையில் நேராய் வளைந்திராமல் இருக்க வேண்டும்.



73

சுவாசத்தைச் சற்று வேகமாய் உள்ளிழுத்து வெளிவிடவும் சித்திரம் 73. பார்க்கவும். ஓர் சில வினாஞ்சனிருந்தபின் ஆசனத்தைக்கலைத்து இவ்வாறே வலது காலுக்கும் இம்மாதிரிச் செய்யவும். வலது காலின் பாதவிரல்கள் முன்பக்கமாக இருக்கவும்.

ஆத்மபேஜாதி

275

குனிந்து இடது காலின் மேல்வைத்திருக்கும் முகத்தை சுவாசத்தை உள்ளிழுத்துக் கொண்டே நிமிர்ந்து, இடது காலை நேராய் வைத்து வலது காலை யும் ஒன்று சேர்த்துக் கோர்த்திருக்கும் கைகளையும் எடுத்துச் சிரமபரிகாரம் செய்து கொள்ளவும். சுவாசனம் செய்யலாம். தேவைக்குத் தக்கவாறு பல தடவைகள் செய்யலாம்.

பலன்கள்:- முதுகு நன்குவளைந்திருப்பதால் முதுகை லும்பு. முதுகுத்தண்டு விலா எலும்பு, மார் பெலும்பு இவைகள் வீரியப்பட்டு எலும்புகளை இளமையுடனிருக்கச் செய்யும். சுசம்னு நாடி, (*Spinal Cord*) தெளிவேற்படும். தோள்பட்டை எலும்புகள் அகலமாகவும், உறுதியாகவும் இருக்கின்றன. இவற்றில் முற்பாகத்தில் காறை எழும்புகள் இணைத்திருப்பதால் பின்பக்கம் கைகளைக் கோத்திருப்பதாலும் அவற்றுக்கு வளர்ச்சியை அதிகரிக்கச் செய்கின்றது

பெருமூளை, சிறுமூளைகளுக்கு இரத்தோட்டத் தையும் நல்ல ஞாபக சக்தியையும், அறிவுப் பெறுக்கம் முதலியவற்றையும் கொடுத்து வீரியம் கட்டுப் படுத்தலும் ஏற்படுகின்றது. நித்திரையில் விந்து ஸ்கலிதத்தை தடுத்து தீய கனவுகளைக்கும். ஆண்மைத்தன்மையை அதிகரிக்கும். கால் எலும்புகள் ஸ்திரப்படும். நித்துப்போன விந்துவை கெட்டிப் படுத்தும். பலஹீன முன்னவர்கள் இவ்வாசனத்தால் திடப்படுவார்கள். மலை லம் நன்கு வெளியாகும் பித்தம், சோகை முதலியன நீங்கும் கண் பார்வை அதிகரிக்கும்.

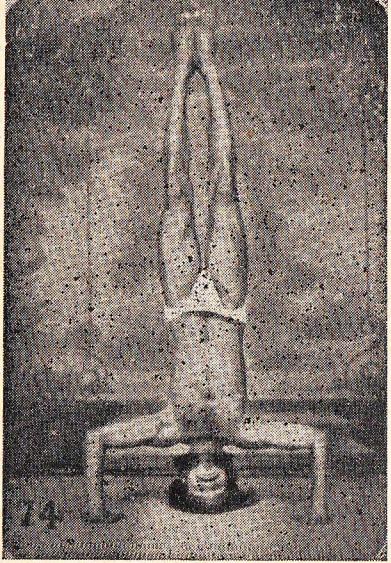
## 74. விருங்காசனம் செய்யும் வழி.

சுத்தமான சமதள விரிப்பின்மேல் மண்டியிட்டு உட்காரவும். கெட்டியான ஜமக்காளமோ அல்லது நான்காய் மடிக்கப்பட்ட வஸ்துவையோ கீழே போட்டுக் கொள்ளவும்.

கைகள் இரண்டையும் சிறிது அகட்டி உள்ளங்

கை கீழே படியும் வண்ணம் அமர்த்தி முழங்கையுடன் மடித்துத் தலையை இரண்டுகைகளுக்கும் மத்தி யில் வைத்து கால்களிரண்டையும் தொடையுடன் மடித்து நின்றபின் பிரயத்தினத்தால் இரண்டு கால்களையும் மேலே தூக்கி நேராய் நிற்கவும். இரண்டுகைகளும் சேர்ந்திருக்கவும் கழுத்து வளையாது தலை நேராய், பார்வை முன் பக்கம் இருக்கவும். கைகளிரண்டும் நங்குக கீழே படிந்திருக்கவும். சுவாசம் சமனிலையில் இருக்கவும். சித்திரம் 74 பார்க்கவும். இந்நிலையில் தேவைக்கு தக்கவாறு இருந்தபின் ஆசனத்தைக் கலைப்பிக்கவும்.

ஆரம்ப சாதகர்கள் ஆரம்பத்தில் சுவரின் மூனையிலோ, அல்லது சுவரிலோ முன்சொல்லியது போல்

  
செய்தபின் தனியான இடத்தில் செய்யலாம். ஆரம்பத்திலேயே தனியான இடத்தில் செய்தால் பின் பக்கம் கீழேவிழ ஏதுவாகும்.

கலைப்பித்தல்:- மேல் நோக்கிய கால்கள் இரண்டையும், முழங்காலுடன் மடித்தும், தொடையுடன் மடித்தும் கால்களைக் கீழே யூன்றி தலையை மேல் தூக்கி கைகள் இரண்டையும் எடுத்து

மல்லாந்து படுத்து அறது அறபததற்குப்பிள்ளீண்டும் செய்யலாம் சாதாரணமாய் மூன்று தடவைவிதம் படினெந்து நிமிடங்கள்வரை யிலும் நிறுத்தியிருக்களாம். ஆண். பெண், அனைவரும் செய்யலாம் பலன்களின் விபரம்;- சிரசாசனத்தின் பலனைத்தரும். மூனை, தெளி வறும். கண் பார்வை கூர்மையாகும். சகலநாடி, நரம்புகளுக்கும் இரத்தோட்டத்தைக் கொடுத்து சுறுசுறுப்பையுண்டுபண்ணும். கைகளுக்கு நலவை வூவைக் கொடுக்கும். நுரையீரல் சுருங்கி விரியும் போது இரத்தம் அவற்றிற்கு வேகமுடன் சென்று ஆரோக்ஷியம் தையச் செய்கின்றது. லிங்க ஸ்தானத்திற்கு உணர்ச்சியையதிகரிக்கச் செய்கின்றது இருமல் இளைப்பு முதலை நோய்கள் குணமாகும். பெண்மணிகள், கெர்ப்பகாலம் தவிர மற்றநாட்களில் செய்யலாம்.

## ❖ உருத்தீபும் மாதுர் ஆச்சிரம் ❖

ஷ ஆச்சிரம அத்திவாரக்கல் நாட்டுவிழா 19-6-59 வெள்ளிக்கிழமை காலை உயர்திரு வடிவேற்கவாயிகள் தலையையில் வெகு சிறப்பாக நடைபெற்றது. அத்தருணம் உசன் ஆச்சிரமத் தலையை உயர்திரு மங்கையர்க்கரசி அம்மையார் இறைநாமாவளி முழங்க அத்திவாரக் கல் நாட்டினார்கள். யாழ்ப்பாணத்தின் பல பாகங்களிலிருந்தும் அன்பர்கள் பலர் வந்து பங்கெடுத்துக்கொண்டமை பாராட்டத்தக்கது. தற்காலிகச்சபை ஒன்று தெரிவுசெய்யப்பெற்று மேற்கொண்டு நடைபெறவேண்டிய விஷயங்களின் பொருப்பு அச்சபையிடம் ஒப்படைக்கப்பட்டது. குன்றக்குடி அடிகளார் வந்த போது ஆச்சிரமக் கிணற்றுக்கு முதற் பொழி வெட்டினார் கள். கிணற்றுவேலை ஏறக்குறைய பூர்த்தியாகும் நிலையில் உள்ளது. அக்கிணற்றுத் திருப்பணிச்செலவை அன்பர் ஒரு வர் தாமாகவே முன்வந்து ஏற்றுக்கொண்டமை யிகவும் போற்றத்தக்கதாகும். ஆச்சிரமக் கட்டிடவேலை செவ்வனே நடைபெற அன்பர்களுடைய ஆசியையும் உதவியையும் எதிர்பார்க்கின்றோம். பணத்தை ஆத்தோசீ நிலையம்-நாவசப்பிடிடி என்ற விலாசத்திற்கோ அன்றி மகாதேவ-ஆச்சிரமம்- உருத்தீபும் என்ற விலாசத்திற்கோ அனுப்பி வைக்கலாம். கட்டிடவேலை முடிந்ததும் ஆச்சிரமத்தில் சேரவிரும்புவோரை நிரந்தரமாகச் சேர்த்துக்கொள்ளப்பெறும். முதல்முறை மிகக்குறைந்த தொகையினரே சேர்த்துக்கொள்ளப்பெறுவர். அடுத்த கட்டிடம் வந்தபின்பே மேற்கொண்டு சேர்க்கப்பெறுவர். சேரவிரும்புவோர் மேற்குறித்த விலாசங்களில் ஏதாவதொன்றுக்கு விண்ணப்பிக்கலாம்.

## ஆயுள்சந்தா ஆதரவாளர்கள்

S. சுர்பிரமணியம், டன்கல்ட-ஷக்கோபா.  
M. க. ரூமாகுருபான், ஐங் வட்டாடம்-  
புங்குடிதீவு.

# வளைத் தின்றுவனைப் பெநுக்காரே.

...செல்வி: சித்தி மஜீட்...

சௌவ, வைணவர்களுடைய கொள்கை முடிவுப் படி ஊன் உண்பது குற்றமாயும் கிறிஸ்து முஸ்லீம் முடிவுப்படி குற்றமற்ற தாயுமிருக்கின்றதென மதக் கொள்கைகள் கூறுகின்றன. எம் மதக்கொள்கைகளும் பிற உயிர்களுக்குத் தீங்கு விளைக்கக் கூடாதெனப் போதிப்பது எல்லோரும் அறிந்த உண்மை இவ்வுலகில் வாழும் மக்களில் சிலர் ஊன் உண்போராயும் அதை உண்ணுதிருப்போர் சிலராயுமிருக்கின்றனர்.

பசு, காளை, ஏருமை, ஆடு, முதலிய விலங்குகள் மனிதருக்கு எவ்வளவோ உதவியுள்ளவைகளாயிருக்கின்றன. இவ்வினங்குகளிடம் காணப்படும் பொறுமை, அமைதி, அங்கு, மனிதரிடம் காணப்படுவதில்லை. மனிதன் தனக்குச் சந்தோஷம் வந்த நேரத்தில் எப்படி மகிழ்ச்சி அடைகின்றாலே அதே போன்று விலங்குகளும், மற்றும் பறவைகளும், மகிழ்ச்சி உண்டாகும் போது அவைகள் இன்பமாகக் குதித்துக் கூத்தாடியும், பறந்தும், விளையாடுகின்றன. அவைகளுக்குத் துன்பம் ஏற்படும்போது கூக்குர விட்டு வருத்தமடைகின்றன. மக்களைப் போலவே இன்ப துன்பங்களை உணரும் இவ்விலங்குகளுக்குத் தீங்கு செய்யும் மனிதர் இழிந்தவர்களாவர்.

மிருகங்களுக்கு ஒருவன் என்ன துன்பம் செய்தாலும், அதையெல்லாம் பொறுத்துக்கொண்டு அவனை விட்டுப்பிரியாமல் அவனுக்கு எல்லா ஊழியங்களையும் செய்வதை நாம் தினமும் பார்த்து வருகின்றோம்: கீழ் நாடுகளில் சிலவகையான தொழில் களுக்கு ஏருமை மாடு முதலியவற்றின் உதவியில் லாவிட்டால் தங்கள் தொழில்களை நடத்த முடிவு தில்லை. இவற்றை உணர்ந்து அவற்றிற்குத் தீங்கு செய்யாதிருக்க வேண்டும்.

இவ்வாறு உதவியளிக்கும் விலங்குகளையே பெரும்பாள்மையான மக்கள் கொன்று தங்கள் உடலை வளர்க்கின்றனர்.

## ஒந்தமஜோதி

“கொல்லான் புலாலை மறுத்தானைக் கைக்கூப்பி எல்லா உயிரும் தொழும்” யாதோர் உயிரைக் கொல்லாதவனுயும் உயிர்நீங்கிய உடம்பை உண்ணுதவனுயுமள் ஒருவனை எல்லா உயிர்களும் கைகூப்பித்தொழும் என்கின்றார் வள்ளுவர் பெருமான்

மிருகங்களைக் கொல்லும்போது அவை படுகிற பாடும் துடிக்கின்ற துடிப்பும் சகிக்க முடியாததாய் இருக்கின்றது. ஒரு மனிதன் கைவிரல் வெட்டுண்டானால் அவன் எவ்வாறு வருந்துகின்றாலே, அவ்வாறே விலங்குகளின் உயிரை அழிக்கும்போது அவை பன்மடங்கு வருத்தமடையும்

உயிர்க்கொலை செய்து அதன் ஊன் உண்டு உடம்பை வளர்த்துக் கடவுளின் அருளைப் பெற தவணையும் இருப்பதிலும் பார்க்க, உயிர்களுக்குத் தீங்கு செய்யாது உடல் தூய்மைக்கும், உயிர் தூய்மைக்கும் உளத்தூய்மைக்கும் ஊன் உண்ணுவதை அற வேதனளிவிடவேண்டும். உலகத்தில் ஊனைப்போல் தூய்மையின்மையும், அருவருப்புமள் வேறென்றுமே இல்லை. ஊனை மனிதன் பார்த்தால் அதைப் பொறுக்கமாட்டான், அருவருப்புறுவான் என்பதை என்னியே இறைவன் அதைத் தோலினால் முடிவைத்திருக்கின்றார்.

அன்பர்களே ஒருநாளைக்கு உயிர்க்கொலை நடக்குமிடத்திற்குச் செல்லுங்கள். அதைக் கண்ணுடைய பாருங்கள். அந்த உயிர் அவஸ்ததப்பலவைத் தநன்கு உற்றுநோக்குங்களுடங்களுள்ளத்தில் எழும் உணர்ச்சியைச் சிறிது ஆழ்ந்து அனுபவியுங்கள். நான் இங்கு அதிகம் கூறுவதனால் பலன் அதிகம் இல்லை. நீங்கள் ஒருமுறையாவது அதனை அனுபவித்தால், அவ்வனுபவமே உங்களுக்கு உண்மையைக் கூறும்.

“கொலைத் தொழிழும் புலைப்பு சிப்புமுடையாரெல் லாம் நம்மினத்தாரல்லர். அவர் புறவினத்தார்” என ஒரு மகான் மனமுருக்கிக் கூறுகின்றார். தன்னுயிர் போல் மன்னுயினரயும் நினையுங்கள்.

# கல்விலும் மண்ணிலுமா கடவுள்?

(இ. சுந்தரம்)

கல்விலும் மண்ணிலும் கடவுள் என்றதுமே நம் நினைவுக்கு திரை கட்டவிழ்த்துக்கொண்டு பிரகலாதாழவாகடம் தான் ஒடுக்கி ரது. இரண்யன் கேட்கிறுன் “ஹே” பிரகலாதா! பொடிப்பயலே நாராயணன், நராயணன், என்கிறுமே உனது நாராயணன் என் கே இருக்கிறுன்? உனது ஆபத் பாந்தவன் இப்போது தோன்றி உன்னைக்காப்பானு? பிரகலாதன் முகத்திலே புன்னிப்பு தவழ்ந்தது. அவன் சொல்லுகிறான் “ஹே, தந்தையே, உனக்குத் தெரியாமல் என்னைக் காத்துக்கொண்டிருக்கிறுன் அப் பரந்தாமன். என் நாராயணன் எங்கும் நிறைந்தவன். கல்விலும், மண்ணிலும், தூணிலும், துரும்பிலும் ஆக எவ்விடத்திலும் உள்ளான், என் கிருஞ் இரண்யனுக்கு கோபம் எல்லை மீறுகிறது. ஆத்திரம் அறிவைக் கட்டுப்படுத்தியது: “இந்தத் தூணில் இருப்பானேயானால் வெளியே வந்து என்னேடு போரிட்டும் என்று கதையால் தூணை உடைக்க சாட்ஷாத்பரந்தாமன், நரசிம்மாவதாரம் பூண்டு இரண்யனைக் கொன்றுன் என்பது கதை. ஆனால் நான் பிரகலாதனைப் பற்றிச்சொல்லவரவில்லை.

நாகரீகம் மிக வளர்ந்த இந்நாளிலே ஆடம்பரமும், பணமும் அழகும் மக்களை மயக்கும் இந்நாளிலே ஆண்டவளைப் பற்றி ய கருத்து எப்படிவிளங்குகிறது என்பதைச் சொல்லவேண்டியதில்லை. ஆண்டவளை வழிப்படுவோர் எல்லோரும் மூடநம்பிக்கை கொண்டவர்கள். அநாகரீக மக்கள் என்பது இன்றைய உலகின் முடிவாக இருக்கிறது. என்ன மூடம்! என்னே அரியாமை! வெளிப்பகட்டி லே மயங்கி ஆண்டவளை இல்லை எனக்கூறிவிடும் அளவிற்கு இன்றைய நாகரீக உலகம் இருக்கிறதென்றால் அதை என்னவென்று கூற? ஆண்டவளை இல்லை. கடவுளைப் பற்றி கூறுவதெல்லாம் பொய் என்று ஒரு கூட்டம் பிரசாரம் செய்து வருகிறது. அவர்களைப் பார்த்து நான் கேட்கிறேன் எவ்வாறு ஆண்டவளை இல்லை என்று கூறுவீர்கள்? ஆண்டவளை நம் கண்களுக்கு புலப்படாதது அவன் இல்லை யென்பதற்கு காரணமாகுமா?

ஒரு பருத்திச் செடி வளர்கிறது. அதிலிருந்து பல காய்களும் இலைகளும் தோன்றுகின்றன, காய்கள் நாளாக ஆக முற்றி வெடிக்கின்றன. வெடித்த பருத்தியினின்று பஞ்ச சிதறுகின்றது. மனிதன் அந்தப் பஞ்சை எடுக்கிறுன். அதிலிருந்து கொட்டை நீக்கிக்கூத்தும் செய்கிறுன். அந்த நிலையிலும் அதற்கு பஞ்ச எனப் பெயர். பின் அதை நூலாகநூற்று தறியிலிட்டும், மில்களிலிட்டும் அந்த நூலை ஆடையாக்கி அதை அணிகிறுன். அணிகின்ற அந்தப் பஞ்சினால்

## ஆத்மஜோதி

28 |

ஆகிய பொருளை பஞ்ச என் அழைக்காமல் ஆடை என் அழைக்கிறோம். பஞ்சதானே துணியாயிற்று. அதனால் துணியைப் பஞ்ச என் அழைக்கிறோமா? இல்லையே! அதைப்பொலலே, எங் கோபாறையாகிக் கிடந்ததை எடுத்துவந்து, பக்தி சிரத்தையுடன் சிற்பி சிலையாக வடித்து, பல மந்திரங்கள் ஒதுக்கொலிலில் பிரதிஷ்டை செய்திருக்கிறது. அப்படி பிரதிஷ்டை செய்யப்பட்டத் திருவுகுவை அரச்சித்து, பல்லாயிரகணக்கான ஆண்டுகளாகப் போற்றித்துதி த்துவணங்கி வந்திருக்கும்போது அதை எப்படிப் பழைய கல்லாகக் கருத முடியும்? முருகனுக்கோ, பின்னையாராக்கோ, சிவனிங்களுக்கோ, இராமங்கவோதானே இருக்கமுடியும்? இதைக் கல் என்றால் இனி நீ உடுத்தியிருக்கும் துணியை துணி என்று சொல்லாதே. பஞ்ச என்று சொல்லு:

மக்கள் தம் அறீவீன் வாழ்க்கையிலே பிரபஞ்சத்தை பெய்யென என்னுகிறார்கள். உலகப் பொருள்களையெல்லாம் உண்மை என் எண்ணி அடங்காப்பற்றுக்கொண்டு துன்புறுகிறார்கள். அவர்கள் தம் அற்ப பொருள்களுக்காக நினைத்து உடனே பிரார்த்தனை நிறைவேறவிட்டால் ஆண்டவன் இல்லை. அவன் கல்லாகிவிட்டான். மன்னைகிவிட்டான் என்று பிதற்றுகிறார்கள். கல்லுக்கும், மன்னுக்கும் இறைவனது வடிவை அளித்து அதற்கான சடங்குகள் செய்து பூஜைகள் செய்து பலகாலம் பக்தி சிரத்தையுடன் வழிபடுவார்களேயானால் அதுவும் பகவான் என்றும் குடியிருக்கும் இடமாக மாறிவிடுகிறது. சில கிறிஸ்துவர்கள் இன்று இறைவனுக்கு வடிவை அமைத்து வழிபடுதலை ஆட்சேபித்து பலவாறு பேசிவருகிறார்கள். அவர்களுக்கு இக்குறை ஏற்படக்காரணம் அவர்கள் தங்கள் மறையான பைபிளைச் சரிவரக் கற்காததே காரணம்.

ஓருசிலர் நினைக்கலாம். இறைவன் கல்விலும், மண்ணிலும் இருப்பது உண்மையானால், இறைவன் கோவிலிலே குடிகொண்டிருப்பது உண்மையானால் அவன் என் நமது பிரார்த்தனைகளை உடனே நிறைவேற்றி வைப்பதில்லை என்று மக்கள் தம் முற்பிறப்பில் செய்திருக்கும் நல்வினை, தீவினைகளுக்கேற்ப இன்று மனிதர்களாகப் பிறந்து அதற்குப்பரிகாரம் தேடிக்கொள்கிறார்கள். ஆத வின் குழந்தை உறுவெடுக்கும்பொழுதே அதன் வினை தீர்மானிக்கப்படுகிறது. அதன் காரணமாகப் பிற்காலத்தில் நாம் துன்பப்படும்பொழுது இறைவனிடம் வின்னப்பிக்கிறோம். அந்த வின் னப்பங்கள் தீர்மானித்ததற்கு மாருக இருப்பின் இறைவன் அருள் கீட்டும்பொழுது கால தாமதம் ஏற்படுகிறது. அதனால் தான் இளவைதில் துன்பப்பட்டவர்கள் பிற்காலத்திலே இன்புறுவதை

யும் கொடுமையானவர்கள், குற்றமுள்ளவர்கள் எப்படியும் துன் பப்பட்டு தண்டிக்கப்படுவதையும் நாம் கணக்கூடாக பார்க்கிறோம்.

இவைன் நமக்கு தேவையானவற்றையே அருளுகிறோம். வேந்தாததை அளிப்பதில்லை. ஒருமனிதன் ஒருநாள் கற்பக மரத்தின டியில் அமர்ந்திருந்தான். அவனுக்கு ஒரு விருப்பம் தோன்றியது. தான் இப்பொழுது அரசனாக இருந்தால் எவ்வளவு நன்றாக இருக்கும் என் என்னினான். நினைத்தார்க்கு நினைத்ததையெல்லாம் அளிக்கும் கற்பக மரமல்லவா? உடனே அவன் அரசனாகவிட்டான். அரசனானதும் அவனுக்கு மகிழ்ச்சி ஏற்பட்டது. தனக்கு நிறைய இனிய உணவு கிடைக்கவேண்டுமென நினைத்தான். உணவும் கிடைத்தது. திடீரென அவன் மனம் “இப்பொழுது ஒரு புலி தோன்றினால்?” என என்னியது. அவ்வளவுதான் ஒரு புலி தோன்றி அவனைக் கடித்துக் கொன்று தின்றது. அதுபோல மனீதன் மனம் நல்லதை மட்டும் நாடுவதில்லை. தியதையும் பற்றி எண்ணுகிறது. கடவுள் கேட்டதையெல்லாவற்றையும் தடையின்றி அளிப்பரேயானால் அந்த கற்பக மரத்தினடியில் இருக்கும் மனிதனின் நிலைதான் நமக்கு ஏற்படும்.

இன்றைய நிலையை காணுமிடத்து மக்களுக்கு அருளுபதேசங்கள் தேவைப்படுகிறது. சத் மார்க்கத்தை வினக்கும் திருவருட்பத்திரிகைகள் பல தோன்றவேண்டும். எம் குருநாதர் ஸ்ரீஸ்ரீ-அபோதானந்த மகராஜ் போன்ற மகான்களின் அரும்பெரும் உபதேசங்களை நாடெங்கும் பரப்பவேண்டும். எங்கும் பக்திவெள்ளாம் பெருக்கெடுத்து ஓடவேண்டும். எங்கும் ஸ்ரீராமரின் நாமமும், எம் பெருமான் நாமமும், ஸ்ரீ கிருஷ்ணரின் நாமமும் ஒலிக்கவேண்டும், மக்கள் என்றும் அந்தப் பேரின்பப் பெருக்கில் மூழ்சி, மூழ்சி அனுபவி த்து திணைக்கவேண்டும்.

இன்றைய நாளிலே கோயில்களில் பகவானை அருச்சிக்கும் அர்ச்சகர்களிலும்கூட கோவிலில் இருப்பது ஆண்டவளின் சொருபம் என்பதை உ.ஃ.ரத்தப்படவேண்டிய இழிநிலை இருக்கிறது. கல்லை அர்ச்சிக்கிறோம், மன்னை அருச்சிக்கிறோம் என்ற எண்ணம் அவர்களுக்கு ஏற்படக்கூடாது. அவ்வாறு ஏற்பட்டதான்தான் இன்று இந்த இழிநிலை ஏற்பட்டது. இந்த நிலை மாறவேண்டும். இவைனானது வியாபித்திருக்கும் தன்மை அனைவர்க்கும் உணர்த்தப்படவேண்டும். கல்லை மன்னை இல்லும், மன்னை இலும், புல் பூண்டு முதலிய வைகளிலும், விலங்கிலும், உன்னை இலும், என்னை இலும், அகில சராசரங்களிலும் எங்கும் உள்ளான் என்று அனைவரும் அறிந்து சர்வவல்லபியான அவனை வணங்கி துதிக்கவேண்டுவது அவசியம்.

## என் இருபத்தூநான்கு ஆசிரியர்கள்.

(தத்தாத்திரேயர்)

வாயு.

காற்று எல்லா இடங்களில் ஒரு விரவேசிக்கிறது. ஆனால் அவற்றே ஒன்றுவதில்லை. அவற்றின் தன்மைகளைத்தான் எடுத்துக்கொள்வதில்லை. வாசனை முதலியன அதனேடு சேர்ந்து பரவினாலும் காற்று அவற்றால் பாதிக்கப்படுவதில்லை. அதைப்போல யோகியானவன் யாரோடு சம்பந்தித்தாலும், அவர்களுடைய குணங்களில் தான்தோயாமல், தன் இயற்கையில் மாறுமலும் தனித்தே நிற்பான். என்பதை அறிந்து கொண்டேன். அவன் பால்யம், யெளவனம் முதலிய அவஸ்கைகளை அடைபவன் போல் தோன்றி வரும், அவன் ஆத்மா அவற்றே சம்பந்திப்பது இல்லை என்பதையும் உணர்ந்தேன். இவை வாயுவாகிய குரு எனுக்குக் கற்பித்தலை.

ஆகாயம்.

ஆகாயம் இல்லாத இடமில்லை; எங்கும் வியாபித்திருக்கிறது. அதைப்போல ஆத்மா பிரம்மஸ் வருபமாக எங்கும் வியாபித்திருக்கிறது. தாவர சங்கமங்களான எல்லாவற்றிலும் அது பரவியிருக்கிறது சிறிய குடத்திலுக் கெடுப்பதையும் வானத்திலும் அது காணப்படுகிறது. ஆனால் அதற்கு எதனிடமும் தோய் வில்லை. மேகங்கள் ஆகாயத்தில் மிதக்கின்றன. ஆனால் அவற்றிற்கும் ஆகாயத்திற்கும் சம்மங்கமில்லை. அதைப்போல ஆத்மா எந்தச் சிருஷ்டியை ஒன்றிலிடுவதில்லை என்று அறிந்து கொண்டேன்.

ஐலம்.

புண்ணிய தீர்த்தத்தைப் பார்த்தாலும், தொட்டாலும் அதன் பெயரைச் சொன்னாலும் அப்படிச் செய்விறவர்களுக்குப் புனிதம் உண்டாகிறது. அது இனிமையாகவும் தெளிவுள்ளதாகவும் இருக்கிறது இவ்வாறு ஐலத்தினிடமிருந்து புனிதம் பெற ஆக்கலும் தெளிவும் தெரிந்து கொண்டேன்.

(ஆறுவகை விகாரங்கள்:- பிறத்தல், இருத்தல், வளர்தல், மாறுதலடைதல், குறைதல், அழிதல் என்பன. இவை பாவவிகாரம் எனப்படும்.)

### சூரியன்.

சூரியன் தன் கிரணங்களால் ஜலத்தைக் கிரவித்து, பருவகாலத்தில் மழையாகப் பொழிவிறுன். அதைப்போல் யோகி தன் இந்திரியங்களால் விஷயங்களைக் கிரகித்து வேண்டியவர்களுக்குக் கொடுக்கவேண்டும். ஆனால் இது என்னுல் சம்பாதிக்கப்பட்டது. இதைநான் கொடுத்தேன். என்ற எண்ணைம் அவனுக்கு உண்டாகலாகாது. மேலும், சூரியன் ஜலமுள்ள இடங்களிலெல்லாம். பிரதி பி ம் பி க் கிண்றுன். அதைப்பார்த்துப் பல சூரியர்கள் இருக்கிறார்கள். என்று அறிவுள்ள எவ்வும் நினைப்பதில்லை அதைப்போல ஆத்மா ஒருவரேப் பலரல்லர். இவை சூரியனுகிய ஆசாரியன் எனக்குக் கற்பித்தவை

### மாடப்புறுக்கள்.

ஒருவரிடமும் அதிகமான பிரியம் வைக்கக் கூடாது என்பதற்கு மாடப்புறுத் தம்பதிகளின் கடை ஒன்று சொல்லுவேன். ஒரு காட்டில் ஆணும் பெண்ணுமாக இரண்டு மாடப் புறுக்கள் மிகுந்த சோகத்துடன் வாழ்ந்து வந்தன. அவற்றிற்குச் சில சூஞ்சுகளும் பிறந்தன. ஒருநாள் பெரிய புறுக்கள் வெளி யேசன்றிருந்த நோத்தில் ஒரு வேடன் வைத்திருந்த கண்ணியில் சூஞ்சுகள் அகப்பட்டுக்கொண்டன. தாய்ப்புறு திரும்பி வந்தவுடன் அக்குஞ்சுகள் வலையினுள்ளிருந்து மிகுந்த பரிதாபத்துடன் கூச்சலிட்டன. அவற்றை மீட்க முடியாமையாலும் தன் துக்கம் தாங்காமையாலும் அத் தாய்ப்புறு தானும் வலையினுள் சென்று மாட்டிக்கொண்டது. ஆன்புறு வந்ததும் அதுவும் தானாகவே அதே கதியையடைந்தது, இவற்றையெல்லாம் கண்டு எவரிடமும்

### அக்கினி.

நெருப்பு தேஜஸ் உடையது ஜோலிப்பது பிறரால் அவமதித்து நெருங்க முடியாதது. ருசியுள்ளது ருசியற்றது என்ற எதையும் தின்பது. கேழமடைய விரும்புவிறவர்கள் தனக்குக் கொடுக்கும் அன்னத்தைப்புசித்து அவர்களுக்கு கேழமத்தை அளிப்பது எந்த வஸ்துவை அது பிடித்துக்கொண்டு எரிகிறதோ, அந்த உருவத்தை தானும் கொள்கிறது. ஆனால், அது ஒன்றே,

அதைப்போல யோகி தன்னானத்தால் சுயமே தேஜஸ் உடையவனைகிறுன். தவத்தால் ஜோலிக்கிறுன், கிடைத்தது எதுவானுலும் வெற்றுமை கொள்ளாமல் புசிக்கிறுன். தனக்கு அன்னம் கொடுக்கிற வர்களின் பாபத்தை நசிக்கச் செய்கிறுன். அக்கினி கோணல் கட்டையில் கோணலாகவும் வட்டக்கட்டையில் வட்டமாகவும் காணப்படுவதுபோல ஆத்மா தான் பிரவேசித்த சரீர சம்பந்தத்தால் மேன்மை தாழ்வுடையவனுக்க் காணப்படுமூன்றும். அக்கினியைப் போல தன்மை மாறுதவனுமிருக்கிறுன். இவை அக்கினியாகிய குரு எனக்குக் கற்பித்தவை.

### சந்திரன்.

சந்திரனின் கலைகள் வளர்கின்றன; தேய்கின்றன. ஆனால் சந்திரமண்டலம் ஒரே நிலையில் தான் உள்ளது. அதைப்போல, ஆத்மாவுக்கு ஜனனமரணம் இல்லை, விருத்தி, தேய்வு கிடையா. அவையெல்லாம் ஸ்திரமற்ற தேகம் முதலியவற்றிற்கே உண்டு என்பதை உணர்ந்தேன்.

“தீங்கள் நாடொறும் வளர்தலும் தேய்தலும்— தெர்க்கின் ஆங்கண் மாநிலம் வீளக்கும் வெணகதீர்க்குணம்— அதனால் தங்கும் ஓராறுவகை வீகாரங்களும் தமிழேன் இங்கு நாடினா உடற்கலால் உயிர்களை எனவே”

அதிகசினேகம் வை த் து க் கொள்ளக்கூடாதென்று  
அறிந்தேன்.

மலைப்பாம்பு.

மலைப்பாம்பு தன் இரைக்காக எங்கும் அலைவு  
தில்லை. தான் கிடந்த கிடத்தில் இருந்து கொண்டு  
அங்கேதனக்குக் கிடைக்கும் இரைசொற்பமானாலும் அ  
திகமானாலும்ருசியுள்ளதானாலும்கிடைத்ததைக்கொண்  
டுதிருப்தியடைகிறது. இதிலிருந்துசர்ரம் உயிருடன்  
இருக்கவேண்டிய அளவிற்கே புசிக்கவேண்டும் என்  
றும் சாப்பாடே வாழ்க்கையின் பயன் என்று அதற்  
காக ஒடியாடிப் பிரயாசைப் படக்கூடாதென்றும்  
தெய்வமே நமக்கு ஆகாரங்கொடுக்கு மென்ற நிச்ச  
யபுத்தியே போதுமென்றும் அம்மலைப்பாம்பின்  
தன்மை யிலிருந்து கற்றுக்கொண்டேன்.

—\* \* \*—

## பொன் மொழிகள்.

அன்பைச் செலுத்து! அன்பைவாங்கு இதுவே லட்  
சியமான கொள்கை.

... ... ... ... ...

அன்பே உருவாகக் கொள்ளுங்கள்! உங்களுக்கு  
ஜெயம் நிச்சயம் கிடைக்கும்.

\*      \*      \*

உங்கள் பிரயத்தனங்களின் பயனைப் பற்றிக்கவலை  
கொள்ளாதீர்கள்! மின் நிகழப் போவதைக் கவனி  
யாதீர்கள்! ஜெயா ஜெயங்களைப்பற்றிக் கவனிக்க  
வேண்டாம்! கடமையைக் கடன்னன்றே செய்துவிடுங்  
கள்

## வேதாந்த விசாரணை ( திருமதி: சிவபாக்கியம்- குமாரவேல் )

இறைவன் சர்வ வியாபி! அவனுக்கு ஆதியுமில்லை அந்தமு  
மில்லை. இவ்வினாறவனை வழிபடுத்தங்குக் கோயில் குளங்கட்டுக்  
செல்லவேண்டுமென்பது நியதியல்ல. அன்றியும் இறைவனுக்குச்  
சாதி, மதம், உயர்வு, தாழ்வு ஏழை பணக்காரன் என்ற வித்யாச  
மும் பேதாபேதங்களுமில்லை. இதனால்கே அப்பர் கவாமிகளும்

சங்கநிதிபதும நீதி இரண்டுந்தந்து  
தரணியொடு வானைத் தருவரேனும்  
மங்குவார் அவர் செல்வம் மதிப்போமல்லோம்,  
மாதேவர்க்கு ஏகாந்தரல்ல ராகில்.

அங்கமெலாம் குறைந்தமுகுதொழு நோயராய்  
ஆவரித்துத் தின்றுமலும் புலையரேனும்  
கங்கைவார் சடைக்கரந்தார்க் கன்பராகில்  
அவர்கள்மர் நாம் வணங்கும் கடவுளாரே!

என அழகாகக் கூறுகின்றார். வெள்ளியும் பொன்னும் நிறையப்  
பெற்று, தரணியொடுவானையும் கட்டியாளத் தகுதியடையேராய  
யினும், அக்தகையினேர், இறைவனது அன்பையும் அருளையும்  
பெருதவராயின், அவரது செல்வம், தனம், பூமி இவைகளை மதிப்  
பாரில்லை. புகழும் மங்கும், ஆனால் அங்கமெலாம் மெலிந்து  
தொழுநோயால் அழுகி ஜீவவதை செய்து தின்று உழலும் புலை  
யரேனும், அத்தகையினேர் இறைவனது அன்புக்கும் அருளுக்கும்,  
பாத்திரமுள்ளவராயின் அவர்தான் வையகம் வணங்கும். கடவு  
ளாகும் என்பது அடிகளின் கருத்தாகும்,

இறைவனது அன்பைப்பெற அவனைக்காண கோயில் கேஷ்டர  
சன்னிதானங்கட்கும் போகவேண்டியதில்லை. நான்தோறும் தேங்  
காய்களை ஆயிரக்கணக்கில் ஆலயங்களில் கொண்டுபோய் உடைக்க  
வேண்டுபதுமல்ல கற்பூரத்தைப் பெட்டிபெட்டியாகக் கொளுத்த  
வேண்டுமென்பதுமல்ல. காந்தியடிகள் கூறியழன்றை இங்கு கவ  
னிப்போம்:-

ஓவ்வொருநாளும் கோயிலுக்குச் சென்று முழந்தாளிட்டு மண்  
டையைக் கல்லில் முட்டிக்கொள்வதைவிட தேங்காய் பழங்களை  
ஆயிரக்கணக்கில் கொண்டுபோய் செலவிடுவதைவிட உலகில் நட  
மாடும் ஏழைமக்களாகிய ஓவ்வொரு உயிர்களுக்கும் செய்யும்  
தொண்டே அவர்களது பசி, வருமைப் பினியகற்றுவதே இறைவ  
னுக்குச் செய்யும் தொண்டாகும் என்பதேயாகும் இதிலிருந்து சிற  
ந்த கருத்துக்களை நாம்புரிந்து கொள்ளவேண்டியவர்களாயிருக்கின்  
ரேமல்லவா?

கடவுள் எங்கே யிருக்கின்றார்? அவர்யார்? எத்தனமையுடையவர்? எப்படி அவரைக் காணலாம் என்பனவற்றை, நாம் கோயிலுக்குப்போவதாலோ, புனிதக் கங்கைகளில் ஸ்நானஞ் செய்வதாலோ அறிந்துக்கொள்ள முடியாது. தன்னையறிந்தால் தலைவனையறியலாம், தன்னையறிந்து இன்புறுவதற்குச் சற்று சூட்சமமான தந்திரமும் வேண்டுமல்லவா?

### கோயில்களும் வீக்ரகங்களும் எப்படி யுண்டாயின?

ஒரு காலத்தில் மக்கள் கடவுள் என்பதென்ன என்பது கூட்டுத் தெரியாத நிலையிலே, மனது பரிபக்குவமடையாமல், பெரும் அக்ரமங்களையும் அநீதச் செயல்களையும் புரிந்துவந்தபோது, அவர்களை அத்தீய செயல்களின்று விடுவித்து, மனம் பரிபக்குவமடையவேண்டி கோயில்களைக் கட்டுவித்தும், சிலைகள், சிற்பங்கள் ‘செதுக்கியும் வைத்து எல்லோரையும் அங்குசென்று விக்கிரகவழிபாடு செய்து வரும்படி தூண்டிப்பழக்கினர் அதன்மூலம் மக்களுக்குக் கடவுள் நம்பிக்கை ஊட்டப்பட்டதாகக் கூறப்படுகின்றது. ஆகவே, மேற்கூறப்பட்ட “மனம் பரிபக்குவமற்றுக் கடவுள் நம்க்கையில்லாத” மக்கட்குத்தான் கோயில்களும், விக்கிரகங்களும் உபயோகப்பட்டதாக ஆதாரங்களுண்டு. எனவே, கடவுளெனும் உண்மைப்பொருளை ‘‘நடமாடும்போதும், காரியத்திலீடுபட்டிருக்கும் போதும் காணகத்துள்ளும், வெளியிலும் எங்கும் தூய்மை நிறைந்த உள்தால் காணலாம் ஆகவேதான் ‘‘அங்கிங்கெனதைபடி எங்கும் பிரகாசமாய் அருளொடு நிறைந்தது’’ எனக் கூறப்பட்டது.

### நம்முள்ளே நடராஜ நார்த்தனம்!

சிதம்பரத்தில்தான் நடராஜப்பெருமான் கோயில் கொண்டிருக்கின்றார், அங்கு தில்லையம்பலத்திற்குண் நடனமாடுகின்றார் எனக் கூறப்படுகின்றது. ஆம்! அதற்குச்சில ஆதாரங்களை இங்கு ஆராய்வோம்:-

ஓவ்வொரு உடலெனும் சிதம்பரத்திலும், உள்ளனும் திறந்த தில்லையம்பலத்தில், நடராஜ நார்த்தனமுண்டு ‘‘ஸோஹம்’’, ‘‘ஹம்ஸோ’’ என முச்ச மேலும் கீழுமாக விடுகின்றேமல்லவா? அப்படியான மேல்முச்ச ‘‘ஸோஹம்’’ எனும் ஒருகால் தூக்கியும், ‘‘ஹம்ஸோ’’ எனக் கீழ்விடும் முச்ச, ஒருகால் நிலத்திலுள் நியும் என்பது அர்த்தமாகும் எனவே, ஒரு கால் தூக்கியும், ஒருகால் ஊன்றியும் இறையெனும் செம்பொருள் நமக்குள்ளேயே நடனமாடுகின்றது-

சாதாரணமாக மூச்சை மேலும் கீலுமாக விட்டுக் கவனியுங்கள் ‘‘ஸோஹம்’’, ‘‘ஹம்ஸோ’’ எனத் தொனிப்பதையறியலாம் ஆகவே, தில்லை நடராஜரைக் காண்பதற்கு எத்தனையோ தூரங்களைக் கடக்க வேண்டியிருக்கின்றது. வெகு சமீபத்திலே ‘‘ஸோஹம்.ஹம்ஸோ’’ எனும் ஒரு காலைத் தூக்கியும் ஒரு காலை ஊன்றியும் நமது உடலெனும் சிதம்பரத்தில் தூய உள்ளமெனும் தில்லையம் பலத்தில்தான், ஓவ்வொரு விநாடியும் ஓவ்வொரு வேளையும், ஓவ்வொரு தினமும், நடனமாடிக்கொண்டுதானிருக்கின்றார். அதுவே, அனுவினும் அனுவான உண்மைப்பொருள் அவரது ஆனந்தத் திருநடனத்தை நமக்குள்ளேயே காணலாம். உள்ளது ஆனந்தத் திறைந்து பற்றற்று இருந்தாலே அது முடியும்.

...தொடர்கும்...

### வாய்வு குரணம்.

உண்ணவாய்வு, முழங்கால் வாய்வு, இடுப்பு வாய்வு, மலக்கட்டு, மலபந்தம், அஜீரணம், கைகால் அசதி, பிடிப்பு, பசியின்மை, வயிற்றுவலி, பித்தமயக்கம், பித்த சூலை, புளியேப்பம், நெஞ்கக் கரிப்பு, முதலிய வாய்வு ரோகங்களை நீக்கி ஜீரணசக்திக்கும் தேகாரோக்கியத்திற்கும் மிகச்சிறந்த சூரணம்.

### உபயோகிக்கும் முறை:-

இந்தச் சூரணத்தில் டுதோலா அளவு எடுத்து அத்துடன் டூதோலா அளவு சீனி அல்லது சர்க்கரை கலந்து ஆகாரத்துக்கு முன் உட்கொண்டு கொஞ்சம் வெந்நீர் அருந்தவும். காலை மாலை தொடர்ந்து உட்கொள்ளவேண்டும். தேகத்தை அனுசரித்து உட்கொண்டு வரும்போது அளவைக் கூட்டியும் குறைத்தும் உட்கொள்ளலாம். தெய், பால், வெண்ணெய் நிறையச்சாப்பிடலாம். வாரம் ஒரு முறை எண்ணெய் ஸ்நானம் செய்யலாம்.

மூலிகையினால் தயாரிக்கப் பெற்றது.

தபால்செலவு உட்பட டின்னூன்று  
3 குபா 75 சதம்.

[பத்தியமில்லை]

சம்பு இண்டஸ்ரீஸ் - சேலம் 2. (S. I.)

இலங்கையில் கிடைக்குமிடம்:-

ஆத்மலோதி நிலையம், நாவலப்பிட்டி

மலையாவில் கிடைக்குமிடம்:-

மு. கணபதி அன் கம்பெனி,

66, பெல்லீல் ஸ்ரீட் - ஈப்போ.

2

நல்ல விநாயகர் துணை

## ஸ்ரீ முன்னேஷ்வரம் திருக்குளத்திருப்பணித் தரும விஞ்ஞாபனம்

திருவருள் சிறைந்த ஸ்ரீ முன்னேஷ்வர கேஷ்டரத்சில் சிவதீர்த்தமென்ற திருக்குளத்திருப்பணிக்கு சுமார் 60,000 ரூபாய் வரையாகுமென மதிப்பிட்டு கருங்கல் வேலை நடந்து வருகிறது. இப்பெருஞ் சிவ கைங்கர்யத்துக்கு புண்ய சீலர் களைனவரும் தங்களாலியன்ற பொருளுத்துவி செய்து ஸ்ரீ வடி வாம்பிகாஸமேத முன்னாதப்பெருமான் திருவருள் பெற வேண்டுகிறோம்.

இங்ஙனம்

சி. பாலசுப்ரமண்யக் குருக்கன்,  
தர்மகர்த்தா.

### சர்க்கரை கோல்லி நூற்றும் -

(DIABETES) என்னும்

நீரிழிவு மதுமேகத்தீற்கு மிகச்சிறந்த சூரணம்.  
யாவும் மூலிகையினால் சித்தர்களின் அனுபவமுறைப்பாடு.

தயாரிக்கப்பட்டது.

சர்க்கரை சீயாதியினால் பாதிக்கப்பட்ட ஓன்னாவர்களுக்கு  
அற்புத் ஒன்டதம்.

தபாற்சிலவுட்பட்டின் ரூபா 6-75.

☞ SAMBU INDUSTRIES-SALEM 2 (S.I.)

இலங்கையில் கிடைக்குமிடம்:

ஆத்மஜோதி நிலையம்  
நாவலப்பிட்டி (சீலோன்)