ஓம் சாயி ராம்

சாயி மார்க்கம்

சத்ய சாயி நிலையம் Sathya Sai Centre
வாராந்த பஜனை
வியாழன் மாலை 4. 00
5, மயிலணி வீதி சுன்னாகம்

இலங்கை ஸ்ரீ சத்ய சாயி நிலையங்களின்
காலாண்டு இதழ்

சாயி மார்க்கம்

SAI MARGAM *(Tamil)*

மலர் 4 இதழ் 9	ஒரே ஒரு மதம் அது அன்பு எனும் மதம்	சாயி தர்ம ஆண்டு ஜூலை – செப்டெம்பர் 1997

பால விகாஸ் சிறப்பிதழ்

பொருளடக்கம்

சாயி ஆன்மிகக் கல்வி — பாலவிகாஸ்	01
மனிதன் எந்தச் சமயத்திலும் ஒரு மிருகம்போல நடந்துகொள்ளக் கூடாது	02
பிரசாந்தியில் பகவானுடன்	04
குருமார் பயிற்சி – ஒரு அநுபவம்	10
திருமதி சி. இரவீந்திரன் தரும் இரு பாடல்கள்	12
பால விகாஸ் மாணவருக்கான வினா – விடை 100	13
புத்தர் சொன்னதும் சாயிபாபா சொல்வதும் (நூல் அறிமுகம்)	19
பள்ளி முன்னிலை மாணவரின் சுகாதார பரிசோதனை	20
ஆஸ்திரேலியாவில் சாயி ஒளி	22
நாளாந்த வாழ்வில் ஆன்மிகம்	23
இலவசம்	26
மத்திய காரியாலயச் செய்திகள்	27

தனிப்பிரதி:-	ரூபா 25/-
வருட சந்தா (4 பிரதிகள்) இலங்கை:-	ரூபா 80/-
வெளிநாடு:-	US $ 7

காசோலை, பணக் கட்டளைகள் அனுப்ப வேண்டியது:
Co-ordinating Committee
Sri Sathya Sai Organisation
Northern Zone

தொடர்பு: ஆசிரியர், சாயி மார்க்கம்.

ஆசிரியர்:
பேராசிரியர் செ. சிவஞானசுந்தரம் (நந்தி)

துணை ஆசிரியர்கள்:
ஸ்ரீ S. R. சரவணபவன்
ஸ்ரீ வி. கே. சபாரத்தினம்

நிருவாக அலுவலகம்: 82, நல்லூர் குறுக்குத்தெரு,
நல்லூர், யாழ்ப்பாணம்.

ஓம் ஸ்ரீ சாயிராம்

சாயி ஆன்மிகக் கல்வி - பாலவிகாஸ்

பால விகாஸ் கல்வி 21ஆம் நூற்றாண்டின் மனித வாழ்விற்கான அத்திவாரம். அது ஆலம் கன்றுக்கு சிறிதளவு மழை போன்றது. அழகும் அமைதியும், அறிவும் ஆதாரமும், நிறைவும் தெய்வீகமும் தரவல்லது. அதனால் நாளைய மனிதன், தான் உண்டாக்கிய செயற்கைச் சூழலையும், கண்ட கணனியையும், தான பெற்ற அன்னிய உறுப்புக்களையும், வானளவாகிய வாகனங்களின் வேகத்தையும் அடக்கி ஆள்வதற்கான ஆத்ம சக்தி பெறுவான். ஆகவே பெரும் அழிவிலிருந்து தன்னைக் காப்பாற்றுவது மட்டுமல்ல, அந்த அறிவையும் ஆற்றலையும் ஆக்கபூர்வமான நோக்கங்களுக்கு உபயோகிப்பான்.

பகவான் ஸ்ரீ சத்திய சாயி பாபாவின் ஆன்மிகக் கல்வித் திட்டம் அவரது ஆத்மிக அன்பு வழியில் முதன்மையானது. இந்தத் திட்டத்தில் தாயும் குருவும் பிரதானம். தாய் குருவாகவும், குரு தாயாகவும் இயங்க வேண்டும். தகப்பன் அதற்கு உறுதுணை. அதனால் தாயும், தகப்பனும் குருவும் முதல் பண்புள்ள குணங்களைத் தாம் பெற்று, தெளிவான வாழ்வை வாழவேண்டும். அந்த வாழ்வில் அவர்களது எண்ணமும் சொல்லும் செயலும் ஒற்றுமைப்படும்.

பால விகாஸ் வகுப்புகளை நடத்துவதற்குப் போதிய குருமார் தேவை. எமது சமித்திகளில், மண்டலிகளில் பஜனைக்கு வரும் கல்வி அறிவுள்ள அடியார்கள், முக்கியமாக பெண்கள், குருமாருக்கான பயிற்சி பெறவேண்டும். அப்போது அவர்கள்

- வேண்டியபோது பாலவிகாஸ் வகுப்புகளில் பங்குபற்ற முடியும்.
- பெற்றோர் நிலையில் வீட்டில் தங்கள் பிள்ளைகளுக்கு கற்பிக்கமுடியும்.
- மாணவர் பெறும் பெரும் பயனையும் பேற்றையும் தாமும் பெற முடியும்.

சாயி மார்க்கத்தின் இந்த இதழ் சாயி ஆன்மீகக் கல்விக்கு முக்கியம் தந்து விசேஷ இதழாக வெளிவருகின்றது. மாணவரும், குருமாரும், பெற்றோரும பயன் அடையத் தக்க அறிவு விடயங்களைத் தந்திருக்கிறோம். உண்மையில் சாயி மார்க்கத்தில் மனம் கொண்ட அனைவருமே இந்த இதழைக் கொண்டாடுவார்கள்.

இதில் வழமைபோல் பொதுவான ஆத்மிக கட்டுரைகளும் உண்டு. பகவானுடன் வருடம் தோறும் நேரடியாகப் பேசும் பேறு கொண்டவர் எமது நாட்டின் ஸ்ரீ சத்ய சாயி மத்திய இணைப்பாளர் ஸ்ரீ சிவ ஞானம் ஐயா அவர்கள். அவர் எம்முடன் இருப்பது எமது ஆனந்தம். அவருடைய பிரசாந்தி அனுபவம் ஒரு கட்டுரையாக அமைகின்றது, 'நான் மிருகமல்ல, மனிதன்' என்ற உண்மையை பகவான் தனது பேச்சுகளில் அடிக்கடி ஞாபகமூட்டுவார். பகவானது அந்தக் கருத்துக்கள் ஒரு கட்டுரையாக வருகின்றது.

வேற்றுமையில் ஒற்றுமை என்ற ஒரு கவிதை இங்கே உண்டு. இந்தப் பாடலை எல்லாப் பிள்ளைகளும் தொடர்ந்து படிக்க வேண்டியதொன்று. அது பாடநூல்களில் இடம் பெற வேண்டும். ஏனெனில் அது 21ஆம் நூற்றாண்டுக்கான அறிவுறுத்தல்.

பார்க்கப்போனால் பகவான் முன்னிலையில் நாம் அனைவரும் பிள்ளைகளே; ஆத்ம சொரூபிகளே. இந்த இதழ் எல்லோருக்கும் ஆத்ம விகாஸ் குருவாகவும், ஆத்மிக நண்பனாகவும் சேவை புரிய பகவானைப் பிரார்த்திக்கிறோம்.

ஜெய் சாயிராம்.

ஆசிரியர்

எங்கள் பகவானின் தெய்விக கருத்துரைகளிலிருந்து ......

மனிதன் எந்தச் சமயத்திலும் ஒரு மிருகம் போல நடந்துகொள்ளக் கூடாது

உங்களுக்குக் கண்பார்வையும் கண்களும் ஏன் கொடுக்கப்பட்டிருக்கின்றன என்பதை நீங்கள் அறிவீர்களா? உங்களைச் சுற்றியுள்ள அனைத்தையும் பார்ப்பதற்கா? இல்லை, நிட்சயமாக இல்லை. சர்வ வல்லமை வாய்ந்த தெய்வீகத்தை, பரம் பொருளைப் பார்ப்பதற்கு உதவவே கண்கள் உங்களுக்குக் கொடுக்கப்பட்டுள்ளன.

உங்கள் காதுகள் ஏன் கொடுக்கப்பட்டிருக்கின்றன என்பதை நீங்கள் அறிவீர்களா? உங்களருகே சொல்லப்படும் எல்லாச் சத்தங்களையும் கேட்பதற்காகவா? இல்லை. கடவுளின் பெருமையைப் பாடும் பாடல்களை நீங்கள் கேட்பதற்காக உங்களுக்கு காதுகள் கொடுக்கப்பட்டுள்ளன. இன்று மனிதன் உலகத்தின் எல்லாத் திசைகளிலிருந்தும் வரும் செய்திகளைக் கேட்க மிகவும் ஆவலுடையவனாக இருக்கிறான். நடந்து கொண்டிருக்கும் அனைத்தையும் அறிவது தன் பணி என அவன் நினைக்கிறான். ஆனால் தன்னுள்ளிருந்தே வருவதைக் கேட்க அவன் முயற்சி செய்வதில்லை. தன்னியற்கையை புரிந்து கொள்ள, உணர இயலாத ஒருவன் எதையும் சாதித்துவிட முடியாது.

உங்களுக்கு வாய் ஏன் கொடுக்கப்பட்டிருக்கிறது என்பதை அறிவீர்களா? அது எல்லா விதமான சொற்களைச் சொல்வதற்கா? இல்லை, நீங்கள் ஆண்டவனுடைய புகழைப் பாடுவதற்காகவே அது கொடுக்கப்பட்டுள்ளது.

உங்களுக்கு ஏன் கரங்கள் கொடுக்கப்பட்டிருக்கின்றன என்பதை நீங்கள் அறிவீர்களா? அந்தக் கரங்களில் உங்கள் வாய்க்கு தொடர்ந்து உணவை எடுத்துச் செல்வதற்காக அவை கொடுக்கப்படவில்லை. மலர்களால் இறைவனைப் பூசிப்பதற்குக் கரங்கள் உங்களுக்குக் கொடுக்கப்பட்டுள்ளன.

உங்களுக்கு கால்கள் ஏன் கொடுக்கப்பட்டிருக்கின்றன என்பதை அறிவீர்களா? பயனற்ற முறையில் எல்லா வீதிகளையும், குறுகிய சந்துகளையும் சுற்றுவதற்கு உங்களுக்குக் கால்கள் கொடுக்கப்பட்டிருக்கின்றனவா? இல்லை. நீங்கள் இறைவனுடைய கோயிலுக்குப் போவதற்காகத்தான் உங்களுக்கு அவை கொடுக்கப்பட்டிருக்கின்றன.

உங்களுக்கு ஏன் மனித உடல் கொடுக்கப்பட்டிருக்கிறது என்பதை நீங்கள் அறிவீர்களா? அதைக் கொண்டு உலகில் எல்லாத் திசைகளுக்கும் செல்வதற்காகவா? இல்லை, அது நோக்கமன்று உடல் எடுத்த தன் பயன் மற்ற மக்களுக்கு நன்மை செய்வதற்காக என்னும் உண்மையை எடுத்துக் காட்டுவதற்காகவாகும்.

இந்த அரிய மனிதப்பிறவியை அடைந்த பின்பு நாம் எந்தச் சமயத்திலும் ஒரு விலங்கைப்போல நடந்து கொள்ளக் கூடாது. நாம் இதை நினைத்துப்பார்த்துக் கவனத்தில் கொள்ள வேண்டும். இதற்குக் காரணம் முக்கியமாக நாம் உண்ணும் உணவேயாகும்

நாம் உண்ணும் உணவு, நாம் நடந்து கொள்ளும் செயல்முறைகளைத் தீர்மானிக்கிறது. மனித இதயத்தில் ஒரு பசுவின் குணங்களுக்கு ஒப்பான நல்ல சாத்வீக குணங்கள் இருக்கின்றன. சாத்வீக உணவை உண்பதே மனித உடல் வளர்ச்சிக்குரிய ஆன்மிக வழியாகும்.

இவ் வாழ்வு உங்களுக்கு ஏன் கொடுக்கப்பட்டுள்ளது என்று நீங்கள் அறிவீர்களா? வாழ்நாள் முழுவதும் உணவு தேடி வாழ்வை நடத்துவதற்காக அன்று. கடவுளைத் தேடுவதற்காக உங்களுக்கு உதவி செய்யவே வாழ்க்கை அமைந்துள்ளது. உலகில் பிறந்த எல்லாப் பிராணிகளுள்ளும் மனிதனாகப் பிறப்பது மிகவும் அரியதும் அதிருஷ்டமானதும் ஆகும். மனிதனாகப் பிறந்து அறிவு என்னும் அருங்கொடையைப் பெற்ற பின்பு, உங்கள் மனிதப் பிறப்பையும் மனித வாழ்வையும் நீங்கள் புனிதப்படுத்த வேண்டும். பத்து நல்ல விசயங்களில் ஒன்றையேனும் நீங்கள் கடைப்பிடிப்பதற்குத் தயாராக இருக்க வேண்டும். உங்கள் வாழ்வு முழுவதும் மனித சமுதாயத்தின் தொண்டிற்குச் செலவிட நீங்கள் தயாராக இருக்க வேண்டும். உங்களில் உள்ள சுயநலத்தையும், அகங்காரத்தையும் தூக்கியெறியுங்கள். சமூகப் பிரச்சினைகள் உங்கள் சொந்தப் பிரச்சினையாகவே கருதி நீங்கள் அவற்றைத் தீர்க்கவேண்டும்.

உங்களுக்கு அறிவு ஏன் கொடுக்கப்பட்டிருக்கிறது என்பதை அறிவீர்களா? பணத்தைச் சேர்க்கும் நோக்கத்திற்காக அதைப் பயன் படுத்தக்கூடாது. உங்களைப்பற்றி நீங்கள் பார்ப்பதெல்லாம் மிகவும் அநித்தியமான, மாறக்கூடிய இயற்கை என்பதை நீங்கள் உணர்வதற்காக அறிவு உங்களுக்குக் கொடுக்கப்பட்டுள்ளது.

உங்கள் தமோ குணத்தையும் கோபத்தையும் விட்டொழிக்காமல் ஆன்மிகப் பின்னணியை நீங்கள் எங்ஙனம் புரிந்து கொள்ளப் போகிறீர்கள்? உங்கள் ரஜோ குணத்தையும் தீய மன எழுச்சியையும் போக்காமல் ஆன்மீக விஷயங்களில் நீங்கள் எங்ஙனம் ஈடுபாடு கொள்ள முடியும்? உண்மையில் மூன்று குணங்களில் மிகச் சிறந்த குணம் சத்வ குணமே. அக்குணமே பக்தியைப் பெருக்குகிறது. அதுதான் மிகச் சிறந்த சாதனை ஆகும். நாம் காட்ட வேண்டிய இரக்க உணர்ச்சியை எல்லா உயிர்களுக்கும் காட்டுதலே நம்மை ஆத்மவுணர்வு அடைவதற்குத் தகுதியுடையவர்களாக ஆக்கும். இதுவே சாரமாக உணர்தல் வேண்டும்-

(பாபாவின், நீலகிரியில் நிமல
கருத்துரைகளில் இருந்து
தொகுத்தளித்தவர்
சி. முத்துலிங்கம்)

இப்பக்க அன்பளிப்பு:

சிறீ சக்தி ஸ்ரோர்ஸ்

310 *A*, மருத்துவமனை வீதி,
யாழ்ப்பாணம்.

பிரசாந்தியில் பகவானுடன் . . .

— ஸ்ரீ எஸ். சிவஞானம் —

பிரசாந்தி நிலையத்துச் செய்திகளை உங்களுக்கு எடுத்துச் சொல்லும்படி கேட்டுள்ளார்கள். பகவான் கிருபையினால் 1996 நவம்பர் மாதம் பிரசாந்தி நிலையத்தில் நடைபெற்ற பிறந்த தின விழாவில் பங்குபற்றும் பாக்கியம் எனக்குக் கிடைத்தது. பகவானுடைய அருளுரைகளிலிருந்து நான் கிரகித்துக் கொண்ட சில முக்கியமான செய்திகளைக் குறித்து வைத்துள்ளேன். அவற்றை உங்களுக்குக் கூறமுதல் நீங்கள் ஆவலாய் கேட்க விரும்பும் இன்னொரு விடயத்தைப் பற்றிக் கூறி உங்கள் மனங்களை அமைதிப்படுத்த வேண்டும். அப்போதுதான் அருட்செய்தியின் முக்கியமான பகுதிகளை முழுக் கவனத்துடன் கேட்கக் கூடியதாக இருக்கும்.

அமைதி வேண்டும்

பலருடைய மனங்களில் ஒரு கேள்வி தொக்கி நிற்கும் "உள்ளூரிலுள்ள எங்கள் பிரச்சனைகள் பற்றி இந்தக் கிழவனாருக்கு பாபா என்ன சொன்னார்?" பாபா அதிகமாக சொல்லாவிட்டாலும் ஏதோ கொஞ்சம் சொன்னார், என்னையும் எனக்குப் பக்கத்தில் இருந்த சகோதரர் வன்னிய சேகரத்தையும் பார்த்து, "இலங்கை சமாச்சாரம் எப்படி?" என்று கேட்டார்.

> "இலங்கைச் சமாச்சாரம் எப்படி?"
> என்று கேட்டார் பகவான்.
>
> "சுவாமி, அமைதியை அருள வேண்டும்"
> என்றேன் நான்.
>
> "முன்னரை விட மேல். இப்போது மேல். சீக்கிரம் இன்னும் திருந்தும்"
> என்றார் பாபா.

"சுவாமி அமைதியை அருளவேண்டும்" என்று ஒரேவாக்கியத்தில் பதில் சொன்னேன். "முன்னரை விட மேல். இப்போது மேல். சீக்கிரம் இன்னும் திருந்தும்" என்றார் பாபா. தொடர்ந்து இங்கு வெளியான சில பிரசுரங்களுக்கு ஆசி வழங்கினார். விசாக தினக் கொண்டாட்டம் பற்றியும் வேறு சில விடயங்கள் பற்றியும் பேசினார்.

கடவுள் யார்?

இப்போது அனைத்து உலகத்துக்கும் அருள் கூர்ந்து கூறிய செய்திகளுக்கு வருகிறேன். எமது நாளாந்த வாழ்க்கையில் கடைப்பிடிக்கும் விதமாக எனது குறிப்புகளையும் செய்திகளோடு சேர்த்துப் பேசுகிறேன்.

கடவுள் என்றால் அது என்ன? கடவுள் யார்? கடவுள் எங்கே உள்ளார்? எல்லாமே இறைமயம். எல்லாம இறைவனின் சொரூபம் எங்கும் இறைவன் உள்ளான். இறைவன் இல்லாத ஓர் அணு இல்லை; ஓர் உயிர்க்கூறு இல்லை. இந்த அண்டத்தின் மூலப் பொருள் இறைவன். நாங்கள் பார்ப்பதெல்லாம், கேட்பதெல்லாம், நுகர்வதெல்லாம் தெய்வீகத்தைத் தவிர வேறெதுவுமல்ல. அடிப்படை அம்சங்களைத் தெரிந்துகொண்டோமானால் மேற்படி மூன்று கேள்விகளும் மேற்கொண்டு விரிவதற்கு இடமில்லை.

நாங்கள் 'புறப்பட்ட' விலாசத்தையும் 'போகிற' விலாசத்தையும் அறியாமல் இருக்கிறோம். அதனால் எங்கள் கடிதங்கள் பட்டுவாடா செய்யப்படாத கடிதங்களின் கதியை அடைகின்றன அதாவது ஏமாற்றங்கள் ஏற்படுகின்றன. பிரம்மத்திலிருந்து மனிதன் தோன்றினான். பிரம்மத்திலே மீண்டும் ஐக்கியமாக வேண்டும். தரித்துள்ள இந்த உடலை 'நான்' என்று எண்ணுவதால் குழப்பம் உண்டாகின்றது. நாங்கள் உருவத்தில் மானிடராக இருந்தாலும் சாரத்தில் ஆன்மாவே!

அன்பு என்ற சக்தி

பாபாவின் பிறந்த நாள் அருளுரையின் முக்கிய விடயம் அன்பு. சுவாமி சொன்னார்: செல்வம், பதவி, அழகு புலமை இன்னும் என்னென்னவோ நாம் பெற்றிருக்கலாம். எங்களிடம் அன்பில்லாதுபோனால் எல்லாம் வீண். அகில உலகமும் அன்பிலேயே தங்கியுள்ளது. தன்னல வேட்கை பெருகுகின்றது; ஆத்மீகம் அருகுகின்றது. முற்காலத்தில் தியாகப் பண்பையும், நல்லொழுக்கத்தையும் புனிதமாகப் போற்றினார்கள். அன்பினால்தான் மனித குலத்தை ஒன்றுபடுத்த முடியும். அன்பில்லாத இதயம் வெந்த பாலைவனமாகும். தெய்வம் அன்புமயமானது; அன்பு தெய்வமாகும்.

2000 வருடங்களுக்கு முன்னர் தென்னிந்தியாவில் வாழ்ந்த திருமூலர் என்ற மறைஞானி, அறியாதார் அன்பையும் சிவத்தையும் இரண்டாகக் காண்பர் என்றார். அவர்கள் இரண்டையும் ஒன்றாகக் காணும் போது தெய்வீக நிலை அடைவர்.

அன்பை வளர்த்து ஏகத்துவ உணர்வில் இணையுங்கள். அதாவது 'இரண்டு' இல்லை, இருப்பது 'ஒன்று'தான். உள்ளது பிரம்மமே. நீங்கள் என்ன பெயர் கொண்டும் அதனைக் குறிப்பிடலாம் பரப்பிரம்மம், ஆத்மா, பரமாத்மா, பிரபஞ்சப் பேருணர்வு, கிருஷ்ண சைதன்யம், கிறிஸ்து சைதன்னியம் இப்படியாக அது சர்வ வியாபகமானது. அன்பு வித்து. மரமும் அன்பே. கிளைகளும் அன்பே. மலர்களும் பழங்களும் அன்பே.

பணத்துக்கும் பதவிக்கும் மனிதன் ஆலாய்ப் பறக்கிறான். சந்தேகமின்றி பணம் அவசியம்தான். அது எந்தளவுக்கு என்பதை அறிந்திருக்க வேண்டும். பெருக்காமலும் சிறுக்காமலும் பாதத்தின் அளவுக்குச் சப்பாத்து இருக்க வேண்டும் என்று சுவாமி ஒப்புவமை காட்டியது தெரியுமல்லவா? பணம், உணவு இவை ஒவ்வொன்றுக்கும் வரம்பு உண்டு. ஆனால் அன்புக்கு எல்லையில்லை! அன்பு தேங்காமல் பாயவேண்டும். அதுவே வாழ்விற்கு சாரத்தைத் தருகின்றது. அன்பு ஓர் உணர்வு அல்ல என்கிறார் பாபா. அது வாழ்வைப் போற்றி வளர்க்கும் சக்தி. சக்தியாகப் பெருக்கெடுத்து வரும் இந்த அன்பை பிரசாந்தி நிலையத்திலே தரிசன வேளைகளின்போது ஒருவர் அனுபவத்தில் காணமுடியும். அங்கே அன்பு உருவமேற்று வந்து இரு கால்களில் நடக்கின்றது — பாபா சுவாமியிடமிருந்து பரவும் அருள் அலைகளை வர்ணிக்க முடியாது. அனுபவத்தில்தான் அறியலாம்.

எங்கள் இதயங்களிலே இறைவன் வாசஞ்செய்கிறான். அதனால் இதயவாசி என்று அழைக்கப்படுகிறான். உள் முகமாய்

நோக்குங்கள். வாயை மூடி இதயத்தைத் திறவுங்கள். அப்போதுதான் பேரானந்தத்தை அனுபவிக்க முடியும் என்கிறார் சுவாமி. சுவாமி கேட்கிறார்: ''நீங்களே அன்பு சொரூபிகளாய் இருக்கையில், அதை வேறெங்கோ தேடிப் பெறவேண்டுமா?'' ஏனைய உலகியல் சாதனைகளும் தேட்டங்களும் புற அழகையே தரும். அக அழகு அன்பின் வழியேதான் கைகூடும். இன்று அன்பைக் காணக் கிடைக்கவில்லை. சத்தியத்தின் சன்னிதானத்திலே பொய் அல்லது தன்னலம் வீற்றிருக்கின்றது. கருணை இருக்கவேண்டிய இடத்திலே பொறாமை இருக்கின்றது.

அன்பு மங்களமானதெல்லாம் கிடைக்கச் செய்யும். அன்பு வெற்றிவாகை சூடும். உலகத்திலுள்ள சகல தொல்லைகளுக்கும் அன்பின்மையே காரணம், பூரண சரணாகதி அன்பின் ஆரம்ப நிலையாகும் - அது ''தசோஹம்''. அன்பு முடிகின்ற நிலை ''சோஹம்'', தாச என்றால் சேவகன். சோஹம் என்றால், 'நான் ஆத்மா' என்பதாகும். ஆத்மா அன்புமயமானது. ஆத்மாவே பிரம்மம். ஆத்மா சத்தியம்; அதுவே தர்மம்; அதுவே பரமாத்ம தத்துவம்.

மானிடனுக்கு உள்ளது ஓர் இதயம். அதில் அன்பு வீற்றிருந்தால் பிற குணங்கள் உட்புக முடியாது. சங்கீத நாற்காலியாக இதயத்தைப் பாவிக்கக் கூடாது. இன்றொரு சுவாமி; நாளை இன்னொரு சுவாமி, இன்றொரு நாமம்! நாளை வேறொரு நாமம். அன்பைக் கொடுத்துத் தான் தெய்வத்தின் பேரன்பைப் பெற வேண்டும். அன்பு கொடுத்துப் பெறுவதாகும். உங்களுக்கு அறிவுரையாக ஒரு வார்த்தை கூற விரும்புகிறேன்: ஒரு தேக்கரண்டி அளவைக் கொடுத்து ஓர் அண்டா நிறைந்தளவை எதிர்பார்க்க வேண்டாம்?

நீங்கள் பற்பல தொழில் நிறுவனங்களில் முதலீடு செய்வீர்கள். அந்த நிறுவனங்கள் நித்தியமல்ல. தெய்வீகப் பேரன்பில் உங்கள் வைப்புகள் இருக்கவேண்டும். இரட்டித்து, இரட்டித்து இரட்டித்து அது வளரும்! உங்கள் இதயத்திலே இருப்பு வைத்துள்ள அந்த அன்பை யாரும் திருட முடியாது. அன்பு என்பது இறைவனுடைய சொரூபம். அதை உங்களால் விளக்கிக் கூற முடியாது. ஆனால் அது உங்களுக்குள் இருக்கின்றது. அதன் சன்னிதானத்தை அடைய நீங்கள் முயற்சிப்பதில்லை. சப்பாத்தி முதலான சாப்பாட்டு வகைகளை முன்னாலே பரப்பி வைத்திருப்பதில் பிரயோசனமில்லை, உண்ண வேண்டும்! உள்ளிருக்கும் வைசுவாணரர் அதை ஜீரணிக்கச் செய்து உடம்புக்குச் சக்தியை அளிக்கிறார் (அஹம் வைச்வானரோ பூத்வா - உணவு கொள்ள முன் உச்சரிக்கும் இந்த மந்திரத்தை எல்லோரும் அறிவோம்.)

நாமத்தின் வலு

இறைவனின் நாமத்தைச் சொல்லிச் சொல்லி அனுபவித்து உணர வேண்டும். உலக சம்பந்தமான சின்னஞ்சிறு விஷயங்களுக்கு எல்லாம் கண்ணீர் விடுகின்றீர்கள். இறைவனுக்காக அல்ல. நிவிருத்தி மார்க்கம் என்கின்ற ஆத்ம நெறியைப் பின்பற்றிய ருக்மணி கிருஷ்ணனின் நாமமும் ரூபமும் தராசில் சமமாகும் என்றாள். பிரவிருத்தி என்கின்ற உலகியல் நெறியை சத்தியபாமா பின்பற்றினாள். கிருஷ்ணனின் உருவத்துக்குச் சம அளவாக தராசில் பொன் பொருள் முதலியவற்றை இட்டுப் பார்த்தாள் எவ்வளவைத்தான் வைத்தும் தராசு சமனாக வில்லை! ருக்மணி, ''கிருஷ்ணா'' என்று நாமத்தை உச்சரித்துக் கொண்டு ஒரு துளசி இலையைத் தராசில வைத்தாள் உருவமும் நாமமும் சம நிலை அடைந்தன. அன்பினால்தான் இறைவனை எடைபோட முடியும்.

எந்த முறையிலும் இறைவனைத் துதிக்கலாம் இறைபேரன்பு இரங்கும் ஆனால் பிரார்த்தனை தூய இதயத்தி லிருந்து பிறக்க வேண்டும். அழுக்கான மனத்தோடு செய்யும் பிரார்த்தனை ஏமாற்று வேலையாகும், ஆசைக்கு மேல் ஆசையாக எத்தனையோ ஆசைகள் இருப்பதால் நாங்கள் விரக்தியோடு வாழ் கிறோம். எங்கள் தகுதிக்கு மேலான பல வற்றை எம்முடையதாக்க ஆசைப்படு கிறோம்.

இல்லறக் கடமைகளையோ தொழில் துறைக் கடமைகளையோ தியாகஞ் செய் யத் தேவையில்லை. உங்கள் கருமங்களை கடவுளுக்குக் காணிக்கையாக்குங்கள். அது இறைவனை உவக்கச் செய்யும். எங்கும் உள்ளவன் இறைவன். அவனை இதயத் திலே வைத்துக்கொண்டு கைகளைக் காரி யத்தில் ஈடுபடுத்துங்கள்.

புத்த பகவான் போதித்தார்: புத்தம் சரணம் கச்சாமி; தர்மம் சரணம் கச்சாமி. சங்கம் சரணம் கச்சாமி. இதன் தத்துவத்தைப் புரிந்துகொள்ள வேண்டும். நல்லொழுக்க நெறியைச் சரணடைய வேண்டும். சேவை யாற்றுவதற்காகப் புத்தரை அதாவது புத்தியைச் சரணடைய வேண்டும்.

உன்னை வெறுப்பவனிடமும் அன்பு பாராட்ட வேண்டும். சுலபமாகச் சொல்லி யாயிற்று செய்வது எப்படி? ஞானிகள் செய்து வழிகாட்டி உள்ளார்கள். எங்களு டைய சாதாரண நிலைக்கு ஏற்றதாகக் குறிப்பு ஒன்று தருகிறேன். உங்களை ஒருத் தர் வசைபாடுகிறார், சரி. ஏறெடுத்து அவரைப்பார்த்து ஒரு புன்முறுவல் செய்யுங் கள். வக்கிரச சிரிப்பாக இருக்கக்கூடாது. கருணை நிறைந்து, இனிமை ததும்பும் முறு வல்! குத்துச் சண்டைப் பரிபாஷையிலே இது தரையிலே சாய்க்கும் குத்து. நிந்தித் தவர் முகத்திலே மின்னல் தாக்குதல்! பாவம், மண்கவ்வ வேண்டியதுதான்!

சாயிராம் என்ற மருந்து

நாம் எல்லோரும் அகங்காரத்தின் ஆக் கிரமிப்புக்கு ஆளாகின்றோம். கடவுளை ஓரத்துக்குத் தள்ளுதல் அகங்காரம் என்று யாரோ பொருள் சொல்லி இருக்கிறார்கள் (Ego Etching God Out). சில நேரங்களில் அது புளு ஜுரம்போல மெல்லிதாக இருக் கும். சில நேரங்களில் கடூரமாக இருக்கும். என்ன மருந்து ஏற்றது? ஆ...! இப்படிச் சொல்லிவிட்டாரே என்று மனத்திலே ஒரு மிடுமிடுப்பு உண்டாகின்றது. ''நான் யார் தெரியுமா?'' என்று முரட்டுப் பாய்ச்சல் பாய வரும்போது, உடனே உதடுகளை மூடிக்கொள்ளுங்கள். மனத்துக்குள்ளே ''ஓம் ஸ்ரீ சாயிராம்'' என்று கூறுங்கள், இரண்டா வது முறையும் அப்படி உணர்ச்சி பொங்கும் போது மீண்டும் மனத்துக்குள்ளே ''ஓம் ஸ்ரீ சாயிராம்'' என்று கூறுங்கள். மூன்றா வது முறையும் அந்த வேகம் வரலாம். நிச்சய மாக அதன்பின் வராது. இறை நாமம் செய்த விந்தை அது! அகங்காரத்தின் ஆக் கிரமிப்புகள் தவிர்க்க முடியாதவைபோல் தோன்றும். பாபா கூறுவதுபோல எம்மை ஆக்கிய கூறுகள் நாலு வகையானவை:

(1) தெய்வீகம்
(2) மானிடம்
(3) அசுர தத்துவம்
(4) மிருகம்

இந்த நான்கும் எந்நேரமும் மனித னிடத்தில் நிலைகொண்டு இருப்பதால், தெய்வீகம் முன்னிற்கும் வேளைகளில் எல் லாம் சுமுகமாக இருக்கும். மற்றவைகள், குறிப்பாக மூன்றாவதும் நான்காவதும் முன் னிற்கும்போது சிக்கலுக்கு உள்ளாகின் றோம். கூடியவரை முதலாவது மட்டத்தி லிருந்து இயங்கவே முயற்சிக்கவேண்டும். இது ஆன்மீக சாதனை மூலம் கைகூடும். ஒரு நாளில் 24 மணித்தியாலங்கள் உண்டு. இதில் ஒரு சொற்ப நேரத்தை எங்களுக்குள் உறையும் தெய்வத்தையும், தெய்வீக சிறப் புக்களையும் ஆழ்ந்து சிந்திக்க ஒதுக்கலாமே. நிச்சயமாக இது இயலும்!

ஒழுக்கக்கோவை

சாதனை பற்றிக் கூறும்போது ஒன்பது ஒழுக்கக் கோட்பாடுகள் பற்றிச் சிந்திப்பது பயனுடையதாகும். ஒன்பது ஒழுக்கக கோவை என்று அடிக்கடி சொல்லி விட்டு விடுகிறோம். அது எல்லாருக்கும் இப்போது மனப்பாடமாயிருக்கும். சாயி மார்க்கத்தின் சாராம்சம் அது. பக்தி யோகம், கர்ம யோகம், ஞான யோகம் ஆகிய மூன்று யோகங்களும் அதில் அடங்கியுள்ளன. சுவாமி அவற்றை மிகவும் இலகுவாக்கி விட்டபடியால் எமக்குப் போதிய அக்கறை யில்லை. அதைப்பற்றி எடுத்துப்பேச நான் இப்போ விரும்பவில்லை. ஆனாலும் எமது கல்வி வட்டங்களில் இந்தக் கோவையைப் பற்றி அவ்வப்போது ஆழ்ந்து ஆராயப்பட வேண்டும் என்று வலுவாக சிபாரிசு செய் கிறேன்.

பரமாத்மா என்றும், பிரபஞ்சப் பேருணர்வு என்றும், அகண்ட பரிபூரணம் என்றும், பரப்பிரம்மம் என்றும், பரமஜோதிப் பிழம்பு என்றும் அனைவரிடமும் உள்ள நித்திய தத்துவத்தைக் குறிப்பிடுகிறோம். காயத்ரீ மந்திரத்தை ஓதும்போது அது அந்தப் பரமதத்துவத்தை அடையும் முயற்சியாகின்றது. இநத மந்தரத்தின் மிகச் சிறப்பான ஆங்கில மொழிபெயர்ப்பு ஒன்றைப் பிரசாந்தி நிலையத்திலே கண்டேன்: உள் நின்று ஊக்குவித்து மூவுலகங்களிலுமுள்ள அனைத்தையும் இயக்கும் தெய்வத்தின் பரம ஜோதி பிரகாசத்தை வணங்கித் தியானிக்கிறோம், அந்தத் தெய்வம் எங்கள் புத்தியைத் தூண்டி உண்மையை உணரச் செய்வதாக.

(We worship and meditate on that Supreme Effulgence of the Divine Being, the indwelling controller and director of all things in the three worlds. May He stimulate our intellect to realize the Truth.)

அன்பின் திருவுருவம், நவம்பர் 23-ம் தேதி உலகின் சகல பாகங்களிலுமிருந்து வந்து கூடிய மாபெரும் மக்கள் திரளுக்கு அன்பைப் பற்றி எடுத்துக் கூறியது! அன்பைத் தினமும் நடைமுறையில் அனுபவிப்பதற்கு ஓர் ஆலோசனை. நாங்கள் எங்கள் பிரார்த்தனையை, ''லோகா சமஸ்தா சுகினோ பவந்து'' என்று கூறி முடிக்கிறோம். ஆலோசனை என்னவென்றால், மனத்தை முதலில் தயார்பண்ணிக் கொள்ளவேண்டும். எங்கள் முழுக் கவனத்தையும் சுலோகத்தின் கருத்திலே செலுத்திச் சுலோகத்தைக் கூற வேண்டும். எதிர்மறையானவற்றையெல்லாம் மனத்திலிருந்து காலிசெய்து விடுங்கள். காமம், குரோதம் முதலிய ஆறு எதிரிகளையும துரத்திவிடுங்கள். இதயத்தைத் தூய அன்பினால் நிறைத்து உங்களிலிருந்து அது நாலா பக்கங்களிலும் பரவுவதாக எண்ணுங்கள். முழு ஆர்வத்தோடு சுலோகத்தை மூன்று முறை சொல்லுங்கள், அப்போது உண்மையான ஆனந்தமும், அன்பும் உங்களைச் சூழ்ந்துள்ளதை உணர்வீர்கள். பரம சாந்தி கூடுவதை அனுபவிப்பீர்கள்.

எல்லாம் நீ

இறை நாமத்தை உண்மையான பாவத்தோடு பாடி இறைவனோடு ஒன்றிவிடலாம் என்று சுவாமி சொன்னார். துக்காராம், பிரஹலாதன், ராதா, மீரா, ஜெயதேவர், கௌரங்கர், இராமகிருஷ்ணர் ஆகியோர் சிறந்த எடுத்துக்காட்டுகள் என்றார். இராமகிருஷ்ணரைபபோல இறைவனுக்காக ஏங்க வேண்டும். சங்கீதம் இறைவனுடைய வரம். இறைவனோடு உங்களை இணைக்கக்கூடியது. இசையின்பத்தை ஏனையோரோடு பகிர்ந்துகொள்ளுங்கள். பக்திப் பாடல்கள் பாடுவதற்காக அங்கு வந்து, கூட்டத்தில் அமர்ந்து இருந்த எம். எஸ். சுப்புலக்ஷ்மியைச் சுட்டிக்காட்டினார். பக்த மீராவாக நடித்த அவரின் பெயர்போன நடிப்பை நினைவு கூர்ந்தார். எம். எஸ். ஸுக்கு

இப்போது வயது எண்பதுக்குமேல். பாபா அவருடைய கரங்களை ஆதரவோடு பற்றியவாறு மேடைக்கு அழைத்துச் சென்று பேசும்படி சொன்னார். எம். எஸ். ஆரம்பித்தார்: ''சுவாமி எனக்குப் பேச வராது. சுவாமி எனக்கு அம்மாவும் நீ, அப்பாவும் நீ, அக்காவும் நீ, தங்கையும் நீ, அண்ணாவும் நீ, தம்பியும் நீ, சிநேகிதியும் நீ, எல்லாம், எல்லாம், எல்லாம் நீ'' என்று பேச்சை நிறுத்திக்கொண்டார். என்ன அற்புதமான பேச்சு. கரகோஷம் வானைப் பிளந்தது, அதைத் தொடர்ந்து நடந்த இசைக்கச்சேரி பெரு விருந்தாய் அமைந்தது.

சுவாமி தன்னைச் சுட்டிக்காட்டிச் சொன்னதாவது: இன்று 71 ஆண்டுகள் நிறைவுசெய்யும் இந்த உடலைக் கருத்திற் கொண்டு நடக்கவேண்டாம். அதனுள் அமைந்துள்ள அன்பிலேயே கருத்தூன்றுங்கள். பகவான் யாரையும் வெறுப்பதே இல்லை எனக்கு அது இயலாது. நான் அன்பு. அதன் ஆற்றலை யாரால்தான் அறியமுடியும். சுவாமி உங்களைத் தண்டிக்கலாம், ஆனால் அவர் பாதாதி கேசம் வரை அன்பில் நிறைந்துள்ளார். பகவானுக்கு எந்தத் தேவையும் இல்லை.

நீங்கள் மூன்று 'P'களைப் பெற்றிருக்க வேண்டும்: **Purity, Patience, Perserverence** (தூய்மை, பொறுமை, அயராத உழைப்பு) பகவானிடம் இவை உண்டு. அதனால் அவர் பூரணப் பொலிவுடன் விளங்குகின்றார். சக்தியானது இந்த உடலிலே குடிகொண்டுள்ளது. அது காந்தம்போலக் கவர்ந்து இழுக்கும். ஆனால் துருப்பிடியாமல் இருக்கவேண்டும். எங்கிருந்தாலும் இந்தச் சக்தி உங்களைக் காப்பாற்றும். காணிக்கையாக எப்பொருளும் இங்கே ஏற்றுக்கொள்ளப் படுவதில்லை. அன்பையே காணிக்கையாக்குங்கள்.

பொறாமை கட்டுக்கடங்காது போய் விட்டது. ஒருவருக்கு மற்றொருவர் மேல் பொறாமை. ஒரு குடும்பத்துக்கு மற்றொரு குடும்பத்தின்மேல் பொறாமை. ஒரு கிராமத்துக்கு மற்றொரு கிராமத்தின் மேல் பொறாமை. ஒரு நாட்டுக்கு மற்றொரு நாட்டின் மேல் பொறாமை. பொறாமை, வெறுப்பு முதலானவற்றைக் கொன்றொழியுங்கள்.

சந்தோஷமான நாள் என்று மக்கள் எனக்குப் பிறந்தநாள் வாழ்த்துக்களைக் கூறுகிறார்கள். சந்தோஷமான நாளொன்றுக்காக ஒரு வருடம் நான் காத்திருக்க வேண்டியதில்லை. ஒவ்வொரு நொடியும் நான் ஆனந்தமாக இருக்கின்றேன். உங்களுக்கு மகிழ்ச்சி இல்லாதபடியால் பகவான் மகிழ்ச்சி அளித்து ஆசீர்வதிக்கின்றேன்.

ஜெய் சாயிராம்.

[இலங்கையின் மத்திய இணைப்பாளர் ஸ்ரீ எஸ்.சிவஞானம் அவர்கள், கொழும்பு 7, பான்ஸ் பிளேஸ்இல் உள்ள சாயி மந்திர்இல் 1996-12-06 வெள்ளிக்கிழமை பஜனையின் பின் நிகழ்த்திய உரை. தமிழாக்கம்: ஸ்ரீ வி. கே. சபாரட்ணம்.]

மாணவர்களுக்கு பாபா;

''வீட்டிற்கு ஒளியூட்டும் விளக்காகத் தொடங்குங்கள்; வெளிச்சத்தை வெளியே கொண்டுவந்து மற்றவர்களுக்கு முன் மாதிரியாகச் சேவை செய்து, அவர்களுக்கு வழிகாட்டி தெருவிளக்காக இருங்கள். உலகம் முழுவதற்கும் வழிகாட்டும் ஒளியாக உள்ள துருவ நட்சத்திரத்தைப் பின்பற்றுங்கள்''.

— தெய்வீகப் பாதை

ஓம் சாயிராம்

ஸ்ரீ சத்திய சாயி ஆன்மிகக் கல்விக்கான

குருமார் பயிற்சி - ஒரு அநுபவம்

குழந்தைகள் ஆன்மிகக் கல்வியில் (பாலவிகாஸ்) குரு முக்கியமானவர். குருவின் ஆன்மிகத் தகமையிலும் கல்வித் தரத்திலும், கற்பிக்கும் திறனிலும், பிள்ளைகளின் வாழ்வும் நாட்டின் எதிர்காலமும் தங்கியுள்ளன.

படிப்பிப்பதற்குப் பயிற்சி வேண்டும். சிலர் பிறவியிலேயே ஆசிரியருக்கு வேண்டிய குணங்கள் உள்ளவர் என்பது உண்மையே. ஆனால் அவர்களுக்கும் திட்டமிடப்பட்ட பயிற்சி வேண்டும். பாலவிகாஸ் வகுப்புகளில் படிப்பிக்க வருபவர்கள் நல்ல மனம் படைத்தவர்கள், சேவையில் ஆர்வம் உள்ளவர்கள், அதனை ஒரு ஆன்மிக சாதனை என்று நம்புபவர்கள், பகவானின் பக்தர்கள், அவர்களில் ஒரு சிலர் பாடசாலை ஆசிரியர்கள், பெரும்பாலானோர் கற்பிக்கும் அனுபவம் இல்லாதவர்கள், பாடசாலைப் படிப்பை முடித்து வீட்டிலிருக்கும் இளம் பெண்கள்.

இவர்களுக்குப் பயிற்சி அளிப்பது நுட்பமான பொறுப்புள்ள விடயம். மூன்று நான்கு நாள்கள் கருத்தரங்கு மட்டும் போதாது. அதிலும் பெரும்பாலான கருத்தரங்குகளில் அல்லது ''பயிற்சி முகாம்'' களில் விரிவுரைகளே நடைபெறுகின்றன. விளக்கங்கள் தருவதற்கு கரும்பலகை கூட உபயோகிப்பது இல்லை. கற்கவந்தோரின் பங்குபற்றல் மிகக் குறைவு; இல்லை என்று கூட நினைக்கலாம். மிக நல்ல முறையில் பயிற்சி நடத்தினால் கூட 3 - 5 நாட்கள் பயிற்சி போதாது. ஒரு தேர்ந்த குருவுடன் சில வகுப்புகள் மாணவருடன் இருந்து பயிற்சி பெறவேண்டும்.

சமீபத்தில் வட பிராந்தியத்தில் யாழ்ப்பாணம், பருத்தித்துறை, நல்லூர் ஆகிய இடங்களில் சாயி நிறுவனம் நடாத்திய குருமார் பயிற்சி முகாம்களில், பயிற்சியாளருக்கு அவர்கள் பங்குகொள்வதற்கு முக்கியத்துவம் கொடுக்கப்பட்டது. சுருக்கமாக அதனை விளக்குவோம்.

சாயி, நிறுவனம், விழுமியங்கள்

பயிற்சியாளர் அனைவரும் சாயி பக்தர்கள், பஜனை நிலைய அங்கத்தவர்; பகவான், சாயி நிறுவனம், மனித விழுமியங்கள் இவை பற்றி ஏற்கனவே ஓரளவு தெரிந்தவர்கள். ஆகவே இந்த விடயங்கள் ஆரம்பத்தில் மிகச் சுருக்கமாகவே விளக்கப்பட்டன. அது கூட கலந்துரையாடல் தான். தனி விரிவுரை அல்ல.

பாலவிகாஸ் கல்வியின் மூலப்பொருள் மனித விழுமியங்கள். அன்பு சத்தியமாக தர்மமாக பரிணயிப்பதும், சாந்தி அளிப்பதும், பின்பு ஒரு பூரண நிலையில் அகிம்சைக்கு அடி கோலுவதும், பல சாதாரண வாழ்க்கை உதாரணங்கள் மூலம் விளக்கப்பட்டது. பயிற்சியாளரே கரும்பலகையில் இவற்றை விளக்கும்படி பணிக்கப்பட்டார்கள்.

ஓம் காரம், காயத்திரி மந்திரம்

சுருக்கமாக இவற்றின் அர்த்தம், அமைப்பு, தத்துவம், மகிமை விளக்கப்பட்டது. பின்பு பல முறை எல்லோருமாகவும் பகுதி பகுதியாகவும் பயிற்சி நடத்தப்பட்டது.

அமைதியாக இருத்தல்

இது பால விகாஸ் மாணவருக்கு மிகவும் தேவையான பயிற்சி, ஒழுக்கம் கற்பிக்கும் முறைகளில் ஒன்று. அத்துடன் குருமாரைப் பொறுத்தவரை அது தியானம். ஒன்றரை மணி நேரம் தியானத்திற்கு ஒதுக்கப்பட்டது. மத்திய இணைப்பாளர் ஸ்ரீ சிவஞானம் ஐயாவே இந்தப் பயிற்சியை நடத்தினார்கள்.

கற்றல், கற்பித்தல் முறைகள் — மாதிரி பயிற்சி வகுப்புகள்

ஒரு பிள்ளை கற்பதற்கு ஏதுவான காரணங்களை பயிற்சியாளரிடமிருந்தே ''தடைப்படாத சிந்தனை'' முறையில் (Brain Storming Method) கேட்டு, கரும் பலகையில் எழுதி, கலந்துரையாடல் நடத்தப்பட்டது. பின்பு பால விகாஸ வகுப்பில் கற்பித்தல் முறைகள் அறிமுகம் செய்யப் பட்டது. இவற்றைப் பயிற்சியாளர் அறிவதற்கு, உணர்வதற்கு, பழகுவதற்கு தகுதியான முறை மாதிரி பயிற்சி வகுப்பை குழு முயற்சியாக நடத்துவதுதான் என்று தீர்மானித்தோம். பயிற்சியாளர் 10 - 15 பேர்கள் கொண்ட குழுக்களாகப் பிரிக்கப் பட்டனர். இவர்கள் பாலவிகாஸ் பிள்ளைகளாக மாறினர். ஒவ்வொரு குழுவிற்கும் பாலவிகாஸ் வகுப்பு $1\frac{1}{2}$ மணி நேரம் நடைபெற்றது. பயிற்சி முகாம் நடத்துபவர்களிலிருந்து குருமார் தேர்ந்தெடுக்கப் பட்டார்கள். குருமார் பயிற்சியாளரை வயது வந்தோர், முதியோர் என்று பார்க்காது பிள்ளைகளாகவே பாவித்து வகுப்பு நடத்தினர். இந்த அநுபவம் மிகவும் பிரயோசனமாக இருந்தது என்று பயிற்சியாளர் தெரிவித்தனர். மூன்று நாள் பயிற்சியில முதலாம் இரண்டாம் நாட்கள் மாதிரிப் பயிற்சி வகுப்புகள் நடைபெற்றன.

இரண்டாம் நாள் பயிற்சி வகுப்பின் பின், கலந்துரையாடலின்போது வகுப்பில் கூறப்பட்ட கதை (கிரிசாம்பாள் கதை) நாடகமாகபயிற்சியாளரால் நடிக்கப்பட்டது நாடகம் ''தயாரிப்பதற்கு'' மதிய போசன இடைவேளை மட்டுமே இருந்தது.

மாதிரி பயிற்சி வகுப்பு முறையை பால விகாஸ் குருமாருக்கு பயிற்சி நடாத்துவோருக்கு நம்பிக்கையுடன் சிபார்சு செய்கிறோம்.

ஒரு வகுப்பிற்கு பாடவிதானம் அமைத்தல்

மாதிரி பயிற்சி வகுப்பை ஆதாரமாகக் கொண்டு, பாடவிதானம் அமைக்கும் முறை பயிற்சியாளரைக் கொண்டே அமைத்து விளக்கப்பட்டது.

சுகாதாரம் போதித்தல், பரிசோதனை

விரிவுரை — கலந்துரையாடல் — பரிசோதனை செய்து காண்பித்தல் மூலம் கற்பிக்கப்பட்டது. ஒரு படத்தை மட்டும் வைத்து, உடல் உறுப்புகள், அவற்றிற்கு வரக்கூடிய நோய்கள், சுக பழக்கங்கள் கற்பிக்கப்பட்டன. (இந்த இதழில் இது பற்றிய கட்டுரையைப் பார்க்கவும்.)

பெற்றோர் தொடர்பு, வீட்டுத் தரிசிப்பு

மாணவர் - குரு - பெற்றோர், இந்த மூவரின் பூரண ஒன்றிணைப்பிலேயே பால விகாஸ் கல்வியின் வெற்றி தங்கியுள்ளது. ஒரு தாய் பாலவிகாஸ் வகுப்புக்கு வந்து உரையாடுவதும், குரு மாணவியின் வீட்டுக்குத் தரிசித்து பெற்றோருடன் உரையாடுவது, சுவாமி அறையும், வீடும் சூழலும் பார்ப்பதும் நடிப்பு மூலம் (Role Play) காட்டப்பட்டது.

குருவின் தகமைகள்

நிகழ்ச்சி நிரலில் இதற்கு ஒரு விரிவுரை ஒதுக்கினோம். ஆனால் பயிற்சியாளரின் பங்களிப்பின் தகமையை கண்டதனால், அவர்களைக் கொண்டே தகமைகளை கேட்டு கரும்பலகையில் எழுதினோம். இது

இன்னும் ஒரு ''Brain Storming'' வகுப்பு. நாம் தயாரித்து சொல்ல இருந்த குறிப்பு களும் அதற்கு மேலான தகமைகளும் பயிற்சியாளரால் கூறப்பட்டது.

வகுப்புகளில் பயிற்சி

பயிற்சி முகாமில் கலந்துகொண்டோர், தங்கள் இல்லங்களுக்கு அண்மையில் உள்ள பாலவிகாஸ் வகுப்புகளில் சேர்க்கப்பட்ட னர். அநுபவமுள்ள குருவின் கீழ் எட்டு வகுப்புகளை அவர்கள் நடத்துவர். அதன் பின்பே அவர்களுக்கு சான்றிதழ்கள் தரப்படும்.

— நந்தி

திருமதி சி. இரவீந்திரன் தரும் இரு பாடல்கள்

வேற்றுமையில் ஒற்றுமை

கிறிஸ்தவர் வணங்கும் தேவாலயம்
சைவர்கள் வணங்குவ தாலயமாம்
முஸ்லீம்கள் தொழுவது பள்ளிவாசல்
எல்லோரும் நாடுவ திறைவனையே.

அட்டாங்க நமஸ்காரம் ஒருசாரார்
குழந்தாளிடுவர் மறு சாரார்
வீழ்ந்து வணங்குவர் ஒருசாரார்
தாளிணை வணங்குதல் நோக்கமன்றோ.

பிக்கு சொல்லுவார் தம்மபதம்
போதகர் வாசிப்பார் பைபிள்தனை
முருக்கள் கூறுவது ஸ்லோகம்தனை
அனைத்தும் சொல்வது அன்பினையே.

யேசு காட்டுவது அன்புவழி
புத்தர் சொல்வதும் அன்புவழி
அன்பே சிவம் என்னும் சைவவழி
வேற்றுமை யுண்டோ சொல்லிடுவீர்.

மதத்தைக் காட்டி மனிதருமே
பேதத்தை வளர்ப்பது பிழையன்றோ
வேண்டாம் எமக்குள் வேற்றுமையே
உயரும் வழிகாட்டும் ஒற்றுமையே.

★

விடுமுறை

பள்ளிக்குத் தானே விடுமுறை - உன்
படிப்புக்கு ஏது விடுமுறை
உன்னிடம் அன்பாய்ச் சொல்கிறேன்
நீ சிந்தித்துப் பாரு ஒருமுறை.

சோம்பிப் படுப்பது ஓய்வன்று
வேலையில் மாற்றமே ஓய்வாகும்
ஏட்டுப் படிப்பில் ஓய்வெடுத்து
செயல்முறை அறிவை வளர்த்திடுவாய்.

அநுபவப் பாடம் உலகதனில்
அவசியம் நீயும் பெற்றிடணும்
நுட்பங்கள் பலவற்றைக் கற்றிட்டு
நுண்ணிய அறிவை வளர்த்திடணும்.

ஆதவன் போன்று அனுதினமும்
மாதா கடமை செய்கையிலே
ஓயாமல் உழைக்கும் தந்தையுமே
மக்களை முன்னேற்றத் துடிக்கிறார்.

தரமான கல்வி பெற்றிடவும் — உயர்
தரமான வாழ்வு வாழ்ந்திடவும்
மாதா, பிதா, குரு படும் பாட்டை
மகனே நீயும் உணராயோ ?

நாளும் பொழுதும் முயன்று நீ
முழுமையான கல்வி பெற்றிடுவாய்
சோம்பிக் கிடக்கவே லீவென்று
தப்பாய் நீயும் நினைக்காதே

அறிவுடன் நுட்பம் பயிலுதலும்
ஆர்வமாய் கற்றதைக் கடைப்பிடித்தும்
சீரான மனப்பாங்கை உருவாக்கி
சிறப்பாய் நீயும் வாழ்ந்திடணும்.

பால விகாஸ் மாணவருக்கான

வினா - விடை

100

- மாணவருக்கு மட்டுமல்ல சாயி அடியார் அனைவருக்கும் இது அறிவுக் களஞ்சியம்.
- மாணவர்கள் விடைகளை ஒவ்வொன்றாக ஒரு தாளினால் மறைத்து விடை கூற முயல வேண்டும். ஆரம்பத்தில் எத்தனை விடைகள் சரி என்று பார்க்கவும், தெரியாத விடயங்களை குருவிடம் கேட்டுக் கற்று 100 க்கு 100 சரி எடுக்க வேண்டும்.
- குருமார் இவற்றை வெறும் வினா - விடைகளாகக் கற்பிக்காமல், ஒவ்வொரு விடயத்தையும் தகுந்த பாடத்துடன் (சுலோகம், பாடல், சாயி நூல், கதை) சேர்த்து கற்பிக்க வேண்டும். இந்த வினா - விடைக் கொத்தை மதிப்பீட்டுக்கு மட்டும் உபயோகிக்க வேண்டும். வெறுமனே மனப்பாடம் செய்வதற்கு அல்ல.
- இது போன்ற வினா - விடைகளை குருமாரும் மற்றோரும் எமக்கு அனுப்பினால், அவ்வப்போது பிரசுரிப்பதற்கு உதவியாக இருக்கும்.

— ஆசிரியர்

ஓம்

1. 'ஓம்' மந்திரம் எதனைத் தரும்?
ஆசை விருப்பங்களையும் மோட்சத்தையும் தரும்.

2. அதிகாலையில் எத்தனை முறை 'ஓம்' சொல்லவேண்டும்?
21 முறை.

3. யோகிகள் எதனைத் தியானிக்கிறார்கள்?
'ஓம்' எனும் மந்திரத்தைத் தியானிக்கிறார்கள்.

4. 'ஓம்' எனும் பிரணவத்தை நினைவுறுத்தும் வடிவம் எது?
விநாயகர்.

விநாயகர்.

5. விநாயகருக்கு வேறு ஐந்து பெயர்கள் கூறுக.
கணபதி, விக்னேஸ்வரன், ஒற்றைக் கொம்பன், மூஷிகவாகனன், லம்போதரன்.

6. 'நிர்விக்னம்' எனும் கருத்துடைய பெயர் எது?
விக்னேஸ்வரன்.

7. 'நிர்விக்னம்' என்பதன் கருத்து என்ன?
விக்கினங்களை நீக்குதல்.

8. விநாயகரை ஏன் முதலில் வணங்க வேண்டும்?
எமது எல்லாக் காரியங்களையும் இடையூறில்லாமல் முடிப்பதற்கு,

9. விநாயகரை எப்படி வழிபட வேண்டும்?
3 முறை குட்டி, தோப்புக்கரணம் போட்டு வழிபடவேண்டும்.

10. விநாயகர் எமக்குச் சொல்லித்தந்த பாடம் என்ன?
தாய் தந்தைதான் உலகம் கண்கண்ட தெய்வம் என்று.

11. எக்கதை மூலம் இதனை எமக்குப் படிப்பித்தார்?
மாம்பழக் கதை மூலம்,

12. விநாயகரின் வசகனம் எது?
எலி (மூஷிகம்).

13. விநாயகரை நாம் வழிபடப் பூவை விடச் சிறந்தது எது?
அறுகம்புல்,

14. விநாயகரை எவற்றைக் கொண்டு நாம் பிடிக்கலாம்?
மஞ்சள் மா, பசுவின் சாணம்.

15. விநாயகரின் தாய் தந்தை யார்?
சிவபெருமான், உமாதேவியார்,

16. விநாயகருக்கு விரும்பிய உணவு என்ன?
மோதகம்.

பாபா

17, பகவான் பாபா எப்போது அவதரித்தார்?
1926-ம் ஆண்டு நவம்பர் 23-ம் திகதி.

18. பகவானின் தாய் தந்தை பெயர் என்ன?
ஈஸ்வரம்மா, பெத்த வெங்கப்பராஜு.

19. பகவானின் பாட்டனாரின் பெயர் என்ன?
கொண்டம ராஜு.

20. பகவான் சிறுபிள்ளையாக இருக்கும்போது எப்பெயரால் அழைக்கப் பட்டார்?
சத்யநாராயணன்.

21. சத்யநாராயணன் எனப் பெயர் வைத்த காரணம் யாது?
தாயார் நாராயண விரதம் இருந்தமையால்,

22. சுவாமியின் அவதாரம் நிகழ்ந்த போது வீட்டில் நடந்த அற்புதங்கள் இரண்டு கூறுக.
(1) வீட்டிலிருந்த வாத்தியங்கள் தாமாக இசைத்தன.
(2) படுக்கையின் கீழ் பாம்பொன்று குழந்தைக்கு அணையாகப் படுத்திருந்தது.

23. பகவான் ஏன் அவதரித்தார்?
சத்யம், தர்மம், சாந்தி, பிரேமை, அகிம்சை என்பவற்றை உலகில் நிலை நாட்ட அவதரித்தார்.

24. பகவான் சிறுவயதில் செய்த சேவைகள் இரண்டு கூறுக.
(1) மாணவருக்கு பஜனை, நாடகம் சொல்லிக் கொடுத்தார்.
(2) தனது சகோதரன் வீட்டிற்குத் தேவையான நீரை வெகுதூரத்திலிருந்து எடுத்து வந்து கொடுத்தார், [இப்படிப் பல]

25. பகவான் எந்த ஆண்டில் எத்தனையாவது வயதில் தனது அவதார மகிமையை வெளிப்படுத்தினார்?
1940ஆம் ஆண்டு 14 வயதில், (அக்டோபர் 20-ம் திகதி.)

26. சுவாமியின் மகிமையை முதன்முதல் அறிந்தவர் யார்?
அவருடைய பாடசாலை ஆசிரியரான முகமது,

27. பகவான் முதலில் பாடிய பஜனைப் பாடல் எது?
மானச பஜரே குரு சரணம்.

28. முதலில் எழுதி நடித்த நாடகம் எது ?
செப்பினாடு சேஸ்த் தாரா (சொல்லும் செயலும் ஒன்றா?)

29. இளமைக் காலத்தில் பகவான் எப்படியான வாழ்க்கை வாழ்ந்தார்?
எளிமையான வாழ்க்கை,

30. சுவாமி மல்லிகை மலர்களை எறிந்த போது காணப்பட்டது என்ன ?
சாயி பாபா என்ற தெலுங்கு நாம எழுத்துக்கள்.

31. சுவாமியின் முந்திய அவதாரம் என்ன ?
சிர்டி சாயி.

32. சுவாமி இனி எடுக்கப்போகும் அவதாரம் என்ன ?
பிரேம சாயி.

33. பகவான், தான் எத்தனை வருடம் இப்பூவுலகில் வாழ்வார் எனக் கூறியுள்ளார் ?
96 வருடங்கள்.

34. சிர்டி சாயி எப்போது மறைந்தார்?
1918ஆம் ஆண்டு,

35. சிர்டி சாயி மறைந்து எத்தனை வருடங்களின் பின் சத்ய சாயி தோன்றினார் ?
8 வருடங்களின் பின்,

36. பகவான் செய்யும் அற்புதங்கள் இரண்டு கூறுக.
( ) தீராத நோய்களை மாற்றுதல்
(2) தான் நினைத்த பொருட்களைச் சிருஷ்டித்தல்.
[இப்படிப் பலபல, ஆனால் அவருடைய மிகப்பெரிய அற்புதம் அளவற்ற அன்புதான் என்று பாபா கூறுவார்.]

37. பகவான் பாபா அவதரித்த கிராமத்தின் பெயர் என்ன ?
புட்டபர்த்தி,

தாய் தந்தை ஞாபகம்

38. பகவானின் தாயாரின் நினைவு தினம் (சிறுவர் தினமாக) எப்போ கொண்டாடப்படுகிறது ?
ஒவ்வொரு வருடமும் மே மாதம் 6-ந் திகதி,

39. தாயாரின் பெயரில் புட்டபர்த்தியில் உள்ள கட்டடத்தின் பெயர் என்ன?
ஈஸ்வரம்மா ஹை ஸ்கூல்.

40. தந்தை பெயரில் அமைக்கப்பட்டுள்ளது என்ன ?
கல்யாண மண்டபம்.

புட்டபர்த்தி — பிரசாந்தி நிலையம்

41. புட்டபர்த்தி எங்குள்ளது ?
இந்தியாவில் ஆந்திரப் பிரதேசத்தில் அனந்தபூர் மாவட்டத்தில் உள்ளது,

42. புட்டபர்த்தியின் முன்னைய பெயர் யாது ?
கொள்ளாப்பள்ளி.

43. கொள்ளாப்பள்ளி என்பதன் கருத்து யாது ?
இடையர்களின் வீடு.

44. புட்டபர்த்தி என்று பெயர் வரக் காரணம் யாது ?
புற்றுக்கள் நிறைந்திருந்தபடியால்,

45. புற்றுக்கள் ஏன் தோன்றின ?
அங்கு வசித்த பாம்பொன்று இடையனின் பசுவிலிருந்து பாலைக் குடித்ததால் அவன் பாம்பைக் கொன்றுவிட்டான். இறந்த பாம்பின் சாபத்தால் அவ்வூரிலுள்ள பசுக்கள் அழிந்தன, எங்கும் புற்றுக்கள் தோன்றின.

46. புட்டபர்த்தி எந்த நதிக்கரையில் உள்ளது ?
சித்ராவதி.

47. புட்டபர்த்தியிலுள்ள சுவாமியின் கட்டடத்திற்குப் பெயர் என்ன ?
பிரசாந்தி நிலையம்.

48. பிரசாந்தி நிலையம் என்பதன் கருத்து என்ன ?
மகா அமைதியின் இருப்பிடம்.

49. பிரசாந்தி நிலையம் எத்தனையாம் ஆண்டு திறக்கப்பட்டது ?
1950ஆம் ஆண்டு,

50. பிரசாந்தி நிலைய இராஜகோபுரம் எத்தனையாம் ஆண்டு திறக்கப் பட்டது ?
1975-ம் ஆண்டு நவம்பர் 23-ம் திகதி.

தெய்வம் — குரு

51. இறைவன் எமக்கு எவ்வித உறவாக இருக்கின்றார் ?
தாய், தந்தை, உறவினர், நண்பர் அனைத்துமாக இருக்கிறார்.

52. குருவிற்கு ஒப்பிட்டுக கூறப்படும் மூமமூர்த்திகள் யாவர் ?
பிரமமா, விஷ்ணு, மகேஸ்வரன்,

53. குரு ஏன் பிரமமா, விஷ்ணு, சிவனுக்கு ஒப்பிடப்படுகிறார்?
மாணவர்களிடத்தில் நல்ல குணங்களைப் படைத்து, அவற்றைப் பேணிக் காத்து, தீய குணங்களை அழிப்பதால்.

54. எமது குரு யார் ?
பகவான் பாபா.

55. நாம் இறைவனிடம் பொய்மை, இருள், மரணம் என்பவற்றிலிருந்து விலக்கி எவற்றிற்கு எம்மை இட்டுச் செல்லுமாறு வேண்டுகிறோம் ?
உண்மை, ஒளி, அழியாமை என்பவற்றிற்கு.

56. எமது மந்தத்தன்மையைப் போக்கடிக்கும் தெய்வம் எது ?
சரஸ்வதி.

57. விஷ்ணும் என்பதன் கருத்து யாது ?
எங்கும் நிறைந்தவர்.

58. புலன்களை வென்றவரும் புத்திமான்களில் மிகச் சிறந்தவரும் யார்?
அநுமான் (ஆஞ்சநேயர்).

59. அநுமான் யாருடைய புத்திரன் ?
வாயுபகவான் (காற்று),

60. ஏன் நாம் இறைவனிடம் நம்பிக்கையும் பக்தியும் கொள்ள வேண்டும் ?
இறைவனின் கருணையைப் பெறுவதற்கு.

பால விகாஸ்

61. பால விகாஸ் திட்டம் யாரால் ஆரம்பிக்கப்பட்டது ?
பகவான் ஸ்ரீ சத்ய சாயி பாபாவால் ஆரம்பிக்கபபட்டது.

62. பால விகாஸ் திட்டம் எப்போ ஆரம்பிக்கப்பட்டது?
1968ம் ஆண்டு ஆகஸ்ட் மாதம்.

63. பால விகாஸ் என்பதன் பொருள் யாது?
குழந்தைகளை மலரச் செய்தல்.

64. எத்தனை வயதுப் பிள்ளைகளுக்கு கற்பிக்கப்படுகிறது?
6 தொடக்கம் 16 வயது வரை உள்ள பிள்ளைகளுக்கு.

65. பால விகாஸ் வகுப்பில் என்ன விடயம் கற்பிக்கப்படுகிறது?
சத்தியம், தர்மம், சாந்தி, பிரேமை, அகிம்சை என்னும் நல்ல பண்புகள் பிரார்த்தனை, அமைதியிருக்கை, கதை, விளையாட்டு, சுகாதாரம், பெரியோர் வாழ்க்கை மூலம் கற்பிக்கப்படுகிறது.

66. பால விகாஸ் கல்வியின் முக்கிய நோக்கம் என்ன?

குழந்தைகளிடத்தில் தெய்வபக்தி, பாபபீதி, சமூகநீதி என்பவற்றை ஏற்படுத்துவதே.

அமைதி, ஜெபம், பஜனை

67. அமைதியாக இருப்பதன் பயன் என்ன?
மனம் சாந்தி அடையும். எந்தக் காரியத்தையும் சிறப்பாகவும் வெற்றியுடனும் செய்யலாம், எதையும் கிரகிக்கும் ஆற்றல் வரும். புத்தி பிரகாசம் அடையும்.

68. ஜபம் என்றால் என்ன?
இறை நாமத்தை இடைவிடாமல் சொல்வது ஜபம் எனப்படும்.

69. பஜனை பாடும்போது நாம் கவனிக்க வேண்டியவை எவை?
பாவம், ராகம், தாளம்.

70. பாவம் என்றால் என்ன?
பஜனைப் பாடலின் பொருளை உணர்ந்து பக்தியுடன் பாடுதல் பாவம் எனப்படும்.

பிரார்த்தனை

71. விடியற்காலையில் எழுந்ததும் கூற வேண்டிய பிரார்த்தனை என்ன?
''கராக்ரே வஸதே லட்சுமி''.

72. காலைப் பிரார்த்தனை எப்படிக் கூறவேண்டும்?
படுக்கையில் இருந்தபடியே கையைப் பார்த்துக் கூறவேண்டும்.

73. காலைப் பிரார்த்தனை செய்வதன் பயன் என்ன?
அன்றைய நாள் முழுவதும் சிறப்பாக நடப்பதற்கு இப்பிரார்த்தனை உதவுகிறது,

74. எமது கையில் உறையும் தெய்வங்கள் எவை?
லட்சுமி, சரஸ்வதி, கௌரி.

75. லட்சுமி, சரஸ்வதி, கௌரி எவற்றின் சக்திகள்?
எண்ணம், சொல், செயல் என்பவற்றின் சக்திகள்.

76. ''லோகா ஸமஸ்தா ஸுகினோ பவந்து'' இக் கருத்துடைய சுலோகம் எது?
''ஸர்வே வை ஸுகின ஸந்து''

77. ''லோகா ஸமஸ்தா'' எப்படிப்பட்ட பிரார்த்தனை?
எமது அன்பின் விரிவை வெளிப்படுத்தும் பிரார்த்தனை. பிறர் நலம் கருதும் பிரார்த்தனை.

78. சரஸ்வதிக்குரிய பிரார்த்தனை எது?
யாகுந்தேந்து துஷாராஹார தவளா.

79. லட்சுமிக்குரிய பிரார்த்தனை எது?
''நமஸ்தேஸ்து மஹாமாயே''.

80. கல்வி கற்குமுன் கூறும் பிரார்த்தனை எது?
''ஓம் ஸகனாவவது''.

81. கல்வி கற்குமுன் கூறும் பிரார்த்தனையின் முக்கிய கருத்தென்ன?
ஆசிரியர், மாணவர் ஆகிய இருவரும் வெறுப்புக் கொள்ளாதிருப்பதும் நம் கல்வி ஒளியுடையதாயிருக்கட்டும் என்பதுமே.

82. தூங்கு முன் கூறும் மன்னிப்புப் பிரார்த்தனை எது?
''கரசரண க்ருதம் வா''.

83. தூங்குமுன் கூறும் இப் பிரார்த்தனையை ஏன் கூறுகிறோம்?
அறிந்தோ அறியாமலோ நாம் செய்த பிழைகளை மன்னிக்கும்படி மகாதேவரை வேண்டுகிறோம்.

84. ''சமுத்ர வஸனே தேவி'' எதற்காகக் கூறப்படும் பிரார்த்தனை?
பூமாதேவியிடம் என் பாதங்கள் உன் மேனியைத் தீண்டுவதால் என்னை

மன்னிக்கவும் என்று கூறப்படும் பிரார்த்தனை.

85. ஸர்வ தர்ம பிரார்த்தனை ஒன்று கூறுக?
ஓம் தத் ஸத் ஸ்ரீ நாராயணது.

86. இப்பிரார்த்தனை கூறும் உண்மை என்ன?
எல்லாத் தெய்வங்களும் ஒன்று என்பதே, பெயர்கள் உருவங்கள் வேறுபட்டாலும் தெய்வம் ஒன்று என்பதே.

87. உணவு உட்கொள்ளுமுன் கூறும் பிரார்த்தனை எது?
''ஹரிர் தாதா ஹரிர் போக்தா''.

88. உணவை இறைவனுக்கு அர்ப்பணிப்பதால் நாம் அடையும் நன்மைகள் எவை?
உணவு அசுத்தம் நீங்கி புனிதத் தன்மை அடைகிறது.

89. உணவு உண்ணுமுன் கூறக்கூடிய தேவாரம் எது?
அன்னம் பாலிக்கும் தில்லைச் சிற்றம் பலம்.

90. பார்வதி தேவியைப் பற்றிய பிரார்த்தனை எது?
ஓம் ஸர்வ மங்கள மாங்கல்யே.

வேறு

91. நல்ல குணங்கள் ஐந்து கூறுக?
உண்மை பேசுதல், பெற்றோரைப் பணிதல், அதிகாலையில் எழுதல், சுத்தமாக இருத்தல், தினமும் கடவுளை வழிபடுதல்.

92. உலகில் எத்தனை நாடுகளில் சாயி நிறுவனங்கள் இயங்குகின்றன?
145 நாடுகளில் (1997 வரை)

93. பகவானின் சின்னம் எது?
முன்னர் சர்வதர்ம சின்னம்.
தற்போது 5 விழுமியங்களைக் கொண்ட சின்னம்.

94. சாயிபாபா இல்லத்தால் வெளியிடப்படும் சஞ்சிகை ஒன்றின் பெயர் கூறுக.
சனாதனசாரதி,

95. சுவாமி உயர்கல்விக் கட்டடங்களை எவ்விடங்களிற் கட்டியுள்ளார்?
புட்டபர்த்தி, வெண்வயல், அனந்தபூர்.

96. நாம் எப்படி இவ்வுலகில் பயனுள்ளவர் ஆகலாம்?
வயதானவர் நோயாளிகள் போன்று எமது உதவி தேவைப்படுபவர்க்கு எம்மாலான உதவியைச் செய்து.

97. எப்போதும் உண்மையே பேசி வாழ்ந்த பெரியார்கள் மூவர் பெயர் கூறுக?
சுவாமி விவேகானந்தர், மகாத்மா காந்தி, அரிச்சந்திரன்.

98. கோபம் எதற்கு ஒப்பானது?
ஒரு வெறி நாய்க்கு.

99. விலங்குகளிடத்தில் அன்பு கொண்ட பெரியார் மூவர் பெயர் கூறுக.
சேர் ஐசாக் நியூட்டன், ரமண மகரிஷி, மகாகவி பாரதியார்.

100. யார் கடவுளால் ஆசீர்வதிக்கப்படுவார்கள்?
உள்ளத்தூய்மை உடையவர்கள்.

வினா - விடை பிரசுரிக்க நன்கொடை உதவியவர்கள்:

சனாதனி பியூட்டி கிளினிக்

105, கந்தசாமி கோவில் றோட்,
திருகோணமலை.

நூல் அறிமுகம்

புத்தர் சொன்னதும் சாயி பாபா சொல்வதும்

(What the Buddha said & What Sai Baba says)

தொகுப்பு:- கலாநிதி ஹேமா வீரகோன் M. A, Ph.D.

ஆங்கில நூல், 25 நூற்றாண்டுகள் முன் புத்தர் போதித்த போதனைகளில் 148ஐ தேர்ந்து எடுத்து. அவை ஒவ்வொன்றிற்கும் நிகரான பகவானின் அருளுரைகளை ஆசிரியர் கோர்த்திருக்கிறார். சிறிய நூலானாலும் ஆய்வின் அடிப்படையில் எழுதப்பட்ட நூல். ஒவ்வொரு போதனைக்கும் அருளுரைக்கும் உசாத்துணை தரப்பட்டுள்ளது. 20 உசாத்துணை நூல்கள் பயன்படுத்தப்பட்டுள்ளன. 10 பக்கமுள்ள ஆரம்ப உரை ஒரு கருத்தாழமுள்ள கட்டுரையாக உள்ளது.

அன்பும் கருணையும் புத்த வாழ்வின் முக்கிய அம்சங்கள். சாயி தர்மத்தின் அணிகளும் அவையே. இனி. 'மெத்த' (அகில அன்பு), சகிப்பு, அகிம்சை, சீலம் (மனம் சொல் செயல் ஒழுக்கம்), தியானம் இவற்றிற்கு அழுத்தம் தருவது புத்த சமயம். பேராசை, வெறுப்பு, அறியாமை இவற்றின் தாக்கத்தை எடுத்தும் அது விளக்குகிறது. சாயி தர்மம் (சனாதன தர்மம்); இதன் போதனைகளும் இவற்றின் அடிப்படையில் 21ஆம் நூற்றாண்டிற்கு ஏற்ற அறிவுரைகளே,

இவற்றை எடுத்துக்கூறி அன்பு, சாந்தி, சகிப்பு, ஒற்றுமை என்ற விழுமியங்களின் அடிப்படையில் பல மதங்களும் இனங்களும் கொண்ட நாடுகள் அமைதியாக வாழ முடியும் என்பதைக் காட்டுகிறது இந்நூல். இது ஆங்கிலம் தெரிந்த சாயி பக்தர்கள் அவசியம் கற்கவேண்டிய நூல். இந்த நூல் தமிழாக்கப்பட்டால் இன்னும் பலர் படிக்க முடியும். அதை சாயி ஆன்மிகக் கல்வி கற்கும் மூன்றாம் நிலை மாணவருக்குப் பாட நூலாக உபயோகிக்க முடியும்.

பக்கம் 52.

வெளியீடு: Bhagavan Sri Sathya Sai Samithi
Thapodanarma Viharaya
Mt. Lavania.

விலை தரப்படவில்லை. கொழும்பு சாயி சமித்தியில் ரூபா 50/-க்கு விற்பனையாகின்றது.

வேற்றுமையில் ஒற்றுமை

உலகத்தில் பல மதங்கள் உள. எனினும் அவை அனைத்தும் ஆழமான அடிப்படையான ஒற்றுமை உடையன. வேறுபாடுகள் மேலோட்ட மானவையே. இவ் வேறுபாடுகளை மிகைப்படுத்தி அடிப்படை ஒருமைப்பாட்டினை மறந்து விடுகின்றபோது, அங்கு சமயம் தன் நோக்கத்தை இழந்து விடுகிறது.

ஆதாரம்:- ஸ்ரீ சத்ய சாயி கிராம பால விகாஸ் பாடப்புத்தகம்.

பள்ளி முன்னிலை மாணவரின் சுகாதார பரிசோதனை

செ. சு. நச்சினார்க்கினியன்

பள்ளிக்கூடக் கல்வியை முன்னிலைப் படுத்தி சிறார்களை, முன்னிலைப் பள்ளிகளுக்கு அனுப்புவது வழமையாகி விட்டது. அதேபோன்று பால விகாஸ் போன்ற அறக் கல்வி நிறுவனங்களுக்கும் இச் சிறார்கள் அனுப்பி வைக்கப்படுகின்றனர். இவர்களின் கல்வி நோக்கம் முழுமையாக வெற்றி பெற வேண்டுமானால், ஆசிரியர்களின் பங்கு முக்கியமானது, வெறுமனே கல்வியறிவைப் போதிப்பது மட்டுமல்லாமல், வாழ்வில் வெற்றி பெற நல்ல பழக்க வழக்கங்களைக் கைக்கொள்ள உதவ வேண்டும். அதற்கும் மேலாக, மாணவர்களின் உடல், உள நலம் மேன்மையடையச் செய்வதிலும் இந்நோக்கம் தங்கி நிற்கின்றது. இதற்கு ஒரு வழியாக மாணவர்களது சுகநல நிலையை ஆசிரியர்கள் பரிசோதிப்பது அமைகிறது.

மாணவர்கள், சாதாரணமாக மிகவும் நல்ல முறையில் ஆசிரியர்களின் கவனிப்பைப் பெறல் வேண்டும். இக் கவனிப்பு நிலையை, மாணவர்களின் தோற்றம், உடல் வளர்ச்சி, நடை உடை பாவனைகள், நோய் அறிகுறிகள் என்பவற்றிலிருந்து மருத்துவம் படிக்காத, ஆனால் நன்கு புத்திக் கூர்மையுள்ள ஆசிரியரினால் நன்கு அவதானித்து அறிந்துகொள்ள முடியும். இந்த நோக்கத்தை நிறைவேற்றுவதில் இச் சிறு கட்டுரை ஓரளவுக்கு உதவும் என எதிர்பார்க்கப்படுகின்றது.

மாணவர்களின் சுகநலபரிசோதனையின்போது, இலகுவாக அறிகுறிகள் ஆசிரியர்களின் நினைவில் நிற்பதற்காகவே, மாணவர்களை தலையில் இருந்து கால்வரை அவதானித்து பரிசோதிப்பது என்று எழுதப் பட்டிருக்கிறது. மாணவர்களை அன்புடன் அழைத்து அருகில் இருத்தி சோதிக்கும் ஆசிரியர் தமக்கு இலகுவான வழியில், ஆனால், முழுமையாகப் பரிசோதனை செய்ய வேண்டும்.

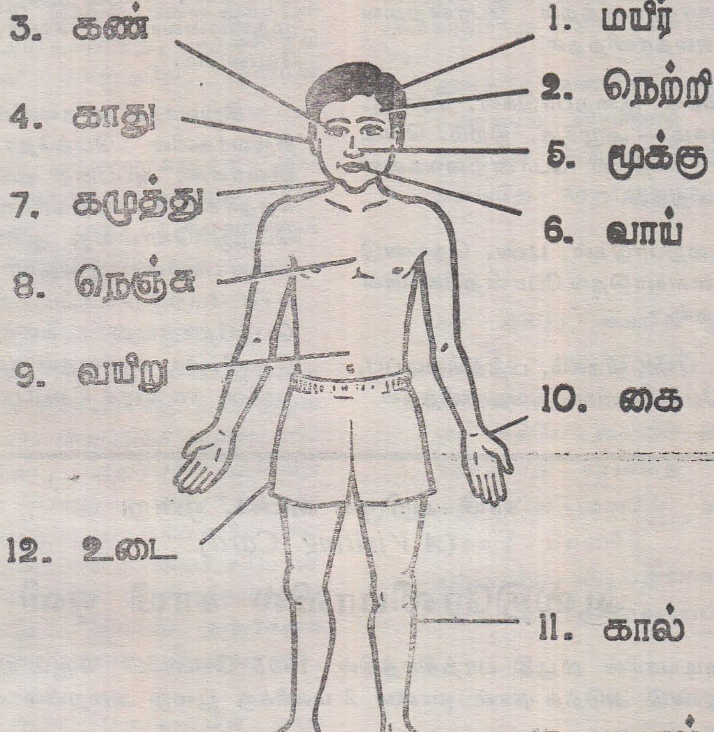
1. தலைமயிர்: அளவாக எண்ணெய் இட்டு, அழகாக வாரிவிடப்பட்டு இருக்க வேண்டும். அழுக்கு, பேன், ஈர், பொடுகு இருக்கின்றதா? மயிர் நிறம் மாறி, இலகுவில் உடையும் தன்மை உடையதா? மயிர் அற்ற இடங்கள் தலையில் இருக்கின்றதா? போன்ற விபரங்களை அவதானித்தல்.

2. நெற்றி: வீபூதி, பொட்டு இடப்படுவதை அவதானித்தல்.

3. கண்: கண்ணில் பூழை, வாக்குக் கண், கருவிழி நிலையற்று ஆடுதல், வெண்படலம் மினுமினுப்பு குறைந்திருத்தல், நிறமாறுதல்கள், கண்ணில் ஏதாவது அடையாளங்கள் (முக்கியமாக சுண்ணாம்பு பூசியது போன்ற வெண் புள்ளி — பிற்றோவின் புள்ளி), பார்வை — வகுப்பறையில் பின் ஆசனங்களில் இருக்க கரும்பலகையில் எழுத்துக்கள் தெரியாதிருத்தல், புத்தகத்தை மிக அருகில் வைத்து வாசித்தல் முதலியவற்றைக் கவனித்தல். இரு கண்களும் தனித்தனியாக அவதானிக்கப்படல் அவசியம்.

4. காது : சீழ் வடிதல், அழுக்கு (குடும்பி) இருத்தல், கேட்கும் ஆற்றல், தோடு போட்டிருக்கும் பெண் பிள்ளைகள் என்றால் அவ்விடத்தில் புண், சீழ், அழுக்கு முதலியவற்றை அவதானித்தல். இரு காதுகளையும் தனித்தனியாக அவதானித்தல் அவசியம்.

புண், வாய்த் துர்நாற்றம், பல் வெளியில் துருத்திக் கொண்டிருத்தல், பல் நிறம் மாற்றமடைதல், பற்சூத்தை (கிருமித் தாக்கம்), வரிசையில் இல்லாது முன் பின்னாக மாறி இருத்தல், முரசு வீங்குதல், சீழ் வடிதல், நாக்கு



5. மூக்கு: மூக்கில் இருந்து சளி வடிதல், பேசும்போது பேச்சின் தன்மை 'மூக்கால் பேசுதல்), மூக்கு அடிக்கடி அடைத்துக்கொள்ளல் முதலியவைகளை அவதானித்தல்.

6. வாய்: மேல் உதடு பிரிந்து இருத்தல் (பிறப்பில் இருந்து), கடைவாய்ப் வெளிறி இருத்தல், நீட்டுவதற்கு முடியாதிருத்தல், பேச்சு — சொற்கள் சரியாக வெளிவராமை "திக்குவாய்" போன்றவை அவதானத்திற்குரியவை.

7. கழுத்து : முக்கியமாக பெண்பிள்ளைகளுக்கு, பின்புறம் நன்கு கழுவி சுத்தப்

படுத்தப்படுகின்றதா? தொண்டையில் கட்டி இருத்தல் போன்றவைகளை அவதானித்தல்.

8. நெஞ்சு: அமைப்பில் ஏதாவது மாறுதல்கள், மூச்சு வாங்குதல், படபடப்பு போன்றவற்றை அவதானித்தல்.

9. வயிறு: பெருத்து இருத்தல், பொக்குள் 'வீங்குதல்' – வெளியில் துருத்திக் கொண்டிருத்தல் போன்றவைகளை அவதானித்தல்.

10. கை: விரல் குறைபாடுகள், சிரங்கு, புண், நகம் — அழுக்கு, நிறம், வெட்டிப் பராமரித்தல் போன்றவைகளை அவதானித்தல்.

11. கால்: குறைபாடுகள், புண், நொண்டுதல், விளையாடுதல் போன்றவை அவதானித்தல்.

12. பாதம்: புண், வீக்கம், பித்தவெடிப்பு, நடை போன்றவை அவதானித்தல்.

13. உடை: சுத்தம், கிழிசல், அணிந்துள்ள முறை போன்றவை அவதானித்தல்.

சிறுவர்கள் ''சிறுவர்களாக'' ஆடிப் பாடி, மற்றவர்களுடன் கூடி, விளையாட வேண்டும். மாறாக தனித்திருத்தல், அழுகை, மற்றவர்களைத் துன்புறுத்தல், ஏற்றுக்கொள்ள முடியாத மொழி, சொற்பாவனை, பேசும் முறை, பயந்த சுபாவம் முதலியவையும் கவனத்திற் கொள்ள வேண்டும்.

சிறுவர்களின் நலனில் அக்கறை உள்ள சிறுவர்களின் பெற்றோர், குடும்ப உறவினர்கள், அப்பகுதி குடும்பநல உத்தியோகத்தர்கள் போன்றவர்களின் பங்களிப்பைப் பெற்றுக்கொள்வது ஆசிரியர்களுக்கு அவர்களது பணியை இலகுவாக்க உதவும். குறிப்பாக மேற்குறிப்பிட்ட அவதானிப்புக்களை பெற்றோருடன் கலந்துரையாடும்போது வெளிக்கொணர்வதன் மூலம் இப் பாலகர்களின் நலனைச் சிறப்புறச் செய்ய முடியும்.

சாயி அறிமுக அட்டை ஒன்று
(*A Visiting Card*)

ஆஸ்திரேலியாவில் சாயி ஒளி

ஒரு அடியாரின் வீபூதி பாத்திரத்தில் 1995 பெப்ரவரி 9ஆம் திகதி காணப்பட்ட ஒரு 'மரத்'துண்டு அடுத்த நாள் காலை 2 மணிக்கு பூஜை அறையில் தானாகவே நெருப்புப் பற்றியது.

சுவாமியின் ஆணைப்படி தீபம் தொடர்ந்து எரிவதற்கு மெழுகு உபயோகப்படுகிறது. தீபத்தின் அடியில் நிரந்தரமாகப் பெருத்துத் 'திரி' போல் இயங்கும் அந்தப் பதார்த்தக் குவியல் பற்றிய விளக்கத்தை விஞ்ஞான ரீதியில் (இதுவரை) தரமுடியாது.

தீபம் எரிந்து கொண்டே இருக்கின்றது.

தகவல்:- Prasanthi Hall
South Hurstville Centre
Sydney.

நாளாந்த வாழ்வில் ஆன்மிகம்

ஆன்மிகம் என்பது கோயிலுக்குமட்டும் செல்வதல்ல. பஜனை பாடுவது அல்ல. எண்ணம், சொல், செயல் அனைத்தையும் இறைவனுக்கு அர்ப்பணித்து, சரணாகதி மனோநிலையுடன் வாழுதலே ஆன்மிக மாகும்.

பால விகாஸ் மாணவர்களுக்கு இப் பக்குவத்தை உருவாக்க உதவுவன பின் வரும் சுலோகங்கள். ஏன்? பெரியவர்களுக் கும்கூட இவை உதவக்கூடும்.

காலைப் பிரார்த்தனை

பிரார்த்தனை என்பது எண்ணத்தை இறைவன் பற்றிய சிந்தனைக்கு உயர்த்துவ தாகும். உடலைப் போஷிக்க உணவு எவ் வளவு அவசியமோ, அதுபோல் மனதை யும் ஜீவனையும் போஷிக்க பிரார்த்தனை மிகவும் அவசியமாகும். வாழ்க்கையில் சகல துன்பங்களுக்கு இடையில் நம்மைச் சரியான பாதையில் வழிநடத்திச் செல்லக்கூடியவர் இறைவன் ஒருவரே. இவரை நம்பிக்கை யுடன் கூப்பிடுதலே பிரார்த்தனையாகும்,

பகவான் பாபா ''காலையில் நாம் பிரார்த்தனையுடன் நாளை ஆரம்பித்து, பிரார்த்தனையின் துணைகொண்டு கடமை களைச் செய்து, பிரார்த்தனையுடன் நாளை முடிக்க வேண்டும்'' என்று வற்புறுத்து கிறார்.

அதிகாலையில் நாம் செய்யும் பிரார்த் தனை அன்றைய நாள் முழுவதையும் சிறப் பாகக் கழிக்க வழிவகுக்கிறது.

அப்போ நாம் செய்யக்கூடியது என்ன? அதிகாலையில் நித்திரை விட்டெழுந்து படுக் கையில் இருந்தபடியே கையைப் பார்த்து பின்வருமாறு சொல்லலாம்:

கராக்ரே வஸதே லக்ஷ்மி
கரமத்யே ஸரஸ்வதி
கரமூலே ஸ்திதா கௌரி
ப்ரபாதே கரதர்ஸனம்.

பதவுரை:

கர அக்ரே - கையின் நுனியில்
வஸதே - வசிக்கிறாள்
லக்ஷ்மி - இலட்சுமி
கர மத்யே - கையின் நடுவில்
ஸரஸ்வதி - சரஸ்வதி
கர மூலே - கையின் அடியில்
கௌரி - கௌரி
ப்ரபாதே - விடியற்காலையில்.
கரதர்ஸனம் - கையைப் பார்த்தல்

பொழிப்புரை:

கையின் நுனியில் தூய்மையான எண் ணங்களுக்கு அதிபதியான இலட்சுமி வசிக் கிறாள். கையின் நடுவில் சொல்லுக்கு அதிபதியான சரஸ்வதி வசிக்கிறாள். கை யின் அடியில் செயலுக்கு அதிபதியான கௌரி வசிக்கிறாள். அப்படிப்பட்ட கையை விடியற்காலையில் பார்க்கவேண்டும். இது எண்ணம் சொல் செயலை ஒழுங்கிசையச் செய்யும்.

உணவு உட்கொள்ளுமுன் பிரார்த்தனை

ஹரிர் தாதா ஹரிர்போக்தா
ஹரிரன்னம் ப்ரஜாபதே
ஹரிர் விப்ர: ஸரீரஸ்து புங்தே
போஜயதேஹரி.

பதவுரை:

ஹரி - விஷ்ணு. தாதா - கொடுப்பவர். போக்தா - அநுபவிப்பவர். அன்னம் - உணவு. ப்ரஜாபதி - படைப்புத் தலைவர். விப்ர - (உண்மையை உணர்ந்த) அந்தணன். ஸரீரஸ்து - உடல்களிலோ எனில். புங்தே - சாப்பிடுகிறார். போஜயதே - சாப்பிடச் செய்கிறார்.

பொழிப்புரை :

ஹரியே கொடுப்பவர். ஹரியே அநுபவிப்பவர். ஹரியே நாம் உண்ணும் உணவும் ஆவார். ஹரியே படைப்புத் தலைவர். ஹரியே உண்மையை உணர்ந்த அந்தணர். உடல்களிலோ எனில் ஹரியே சாப்பிடுகிறார். ஹரியே சாப்பிடச் செய்கிறார்.

பகவத் அர்ப்பணம் செய்வதால், உணவு அசுத்தம் நீங்கிப் புனிதமாகிறது.

கல்வி கற்குமுன் பிரார்த்தனை

ஓம் ஸஹனா வவது ஸஹநௌ புனக்து
ஸஹ வீர்யம் கரவாவகை
தேஜஸ்வினாவதி தமஸ்து மா
வித்விஷாவஹை
ஓம் சாந்தி : சாந்தி : சாந்தி :

பதவுரை :

ஸஹ - (பரம்பொருள்) ஒருங்கிணைந்து. நௌ - நம்மிருவரையும். அவது - காப்பாற்றட்டும். ஸஹ - ஒருங்கிணைந்து. நௌ - நம்மிருவரையும். புனக்து - ஆளட்டும். ஸஹ - (ஆசிரியர், மாணவர் என்ற நாமிருவரும்) ஒருங்கிணைந்து. வீர்யம் - மிகச் சிறந்த காரியத்தை. கரவாவஹை - செய்வோமாக. தேஜஸ்வீ - ஒளியுடையதாக. நௌ - நம்மிருவருடைய. அதீதம் - படிப்பு. அஸ்து - இருக்கட்டும். மாவித்ஷாவஹை - நாமிருவரும் வெறுப்புக் கொள்ளாதிருப்போமாக.

பொழிப்புரை :

பரம்பொருள் நம்மிருவரையும் ஒருங்கே காப்பாற்றட்டும். ஒருங்கிணைந்துள்ள நம்மிருவரையும் ஆளட்டும். ஆசிரியர், மாணவர் என்ற நாமிருவரும் ஒருங்கிணைந்து மிகச் சிறந்த காரியத்தைச் செய்வோமாக. நம்மிருவருடைய கல்வியும் ஒளியுள்ளதாக இருக்கட்டும். நாமிருவரும் வெறுப்புக் கொள்ளாதிருப்போமாக.

இப்பிரார்த்தனை அன்பு, சகோதரத்துவம், பரஸ்பர நட்பு போன்ற உயர்ந்த பண்புகளை வலியுறுத்தி அமைதிக்கும், பயமின்மைக்கும் உறுதுணையாகின்றது.

இரவில் தூங்குமுன் மன்னிப்புப் பிரார்த்தனை

கரசரணக்ருதம் வாக் காயஜம் கர்மஜம் வா
ஸ்ரவண நயனஜம் வா மானஸம் வாபராதம்
விஹிதமவிஹிதம் வா சர்வமேதத் க்ஷமஸ்வ
ஜயஜய கருணாப்தே ஸ்ரீ மகாதேவ ஸம்போ.

பதவுரை :

கர - கை. சரண - கால். க்ருதம் - செய்யப்பட்ட. ஜம் - உண்டான, பிறந்த, வாக்ஜம் - வாக்கில் இருந்து உண்டான. காயஜம் - உடலில் இருந்து உண்டான. கர்மஜம் - செயலில் இருந்து உண்டான. வா - அல்லது. ஸ்ரவணம் வா - கேட்டலில் இருந்தோ அல்லது, நயனம் ஜம்வா - பார்த்தலில் இருந்தோ உண்டான. மானஸம்வா - மனதில் இருந்தோ. அபராதம்-பிழை, குற்றம் தவறு. விஹிதம் வா - முறையாகச் செய்யும் காரியங்களிலோ, அவிஹிதம் வா - முறையற்ற காரியங்களிலோ. ஸர்வமேதத் - இந்த எல்லா. க்ஷமஸ்வ - மன்னிப்பாயாக.

ஜயஜய - வெற்றி உண்டாகட்டும். கருணா - கருணை. அப்தி - கடல். கருணாப்தே - கருணைக் கடலே. ஸ்ரீ மகாதேவ ஸம்போ - ஹே! மகாதேவனே!

பொழிப்புரை :

முறையாகச் செய்யப்பட்ட காரியங்களிலோ அல்லது முறையற்ற காரியங்களிலோ, கை, கால் முதலியவைகளினால் செய்யப்பட்டனவும், சொல், உடல், செயல், கேட்டல், பார்த்தல், மனது — இவைகளினால் உண்டாகியனவும் ஆகிய குற்றங்களை எல்லாம், ஹே! மகாதேவா! சம்போ! கருணைக் கடலே! மன்னிப்பாயாக. உனக்கு வெற்றி உண்டாகட்டும்.

வேண்டுதல்

அஸதோ மா ஸத்கமய
தமஸோ மா ஜ்யோதிர்கமய
ம்ருத்யோர் மா அம்ருதம் கமய,

பதவுரை :

அஸத் - இன்மையினின்று (பொய்யிலிருந்து). மா - என்னை. ஸத் - உண்மைப் பொருளுக்கு. கமய - இட்டுச் செல்வாயாக. தமஸ் - இருளிலிருந்து. மா - என்னை. ஜ்யோதி - ஒளிக்கு. கமய - இட்டுச் செல்வாயாக. ம்ருத்யோ - மரணத்தினின்று. மா - என்னை. அம்ருதம் - அழியாமைக்கு, கமய - இட்டுச் செல்வாயாக.

பொழிப்புரை :

பொய்மையிலிருந்து மெய்மைக்கும் இருளிலிருந்து ஒளிக்கும், மரணத்திலிருந்து அழியாமைக்கும் என்னை வழிநடத்திச் செல்வாயாக.

இந்த உலக பிரார்த்தனையை மூன்று படிகளில் நாம் வழிபடவேண்டும்:

1. நாம் வாழ்க்கையைச் சத்தியத்தின் அடிப்படையில் வாழவேண்டும். மனிதன், உலகம் நித்தியமானது, சத்தியமானது என்ற எண்ணத்தைப் போக்க வேண்டும்.
2. மனிதன் அறியாமையை, அறிவொளி கொண்டு போக்கி, "தான் என்றும் மாறாத தன்னுள் பொலியும் ஆன்மா" என்பதை அறிய வேண்டும்.
3. அலைகள் கடலில் சேர்வது போன்று, பரமாத்மாவின் அலைகளாகிய நாமும் நம் வாழ்க்கையின் நோக்கத்தையும், குறிக்கோளையும் அறிந்து அவரை அடையப் பிரார்த்திக்க வேண்டும்.

பிரார்த்தனைகளும் ஸ்தோத்திரங்களும்

1. பிரார்த்தனைகளும், ஸ்தோத்திரங்களும் வாழ்வின் பேருண்மையை நினைவுபடுத்துவதோடு, கடவுள் நம் அருகில் நம்முள் இருக்கிறார் என்பதைத் தெளிவாக்குகிறது.
2. பிரார்த்தனைகளும், ஸ்தோத்திரங்களும் குழந்தைகளின் மனதை வெளிப்புலன்களின் ஆளுகையிலிருந்து விடுவித்து மேன்மைப்படுத்துகிறது.
3. இறைவனின் புகழையும் மேன்மையையும், அவன் நம்முள் உறைந்திருக்கிறான் என்பதையும் பிரார்த்தனை மூலம் குழந்தைகளுக்கு உணர்த்த முடியும்.
4. இடர் வரும் காலத்தில் இறைவனின் உதவியைக் கோரும் மனோ நிலையையும், மனதில் ஓர் உறுதியையும் ஏற்படுத்தும்.
5. பல்வேறு சமயங்களின் பிரார்த்தனைகளும், ஸ்தோத்திரங்களும் சமயங்களிடையே ஒற்றுமையையும், குழந்தைகளிடையே சகிப்புத்தன்மையையும் வளர்க்கிறது.
6. இவைகளின் அர்த்தத்தை உணர்ந்து மனனம் செய்வதால் மனத்திடமும், நல்ல மனப் பயிற்சியும் கிடைக்கிறது.

ஆதாரம் : ஸ்ரீ சத்ய சாயி கிராம பாலவிகாஸ் பாடப்புத்தகம்

இலவசம்

நான் சமையல் அறையில் இராப் போசனம் தயாரித்துக் கொண்டிருந்த போது, எனது மகன் தான் எழுதிய ஒரு கடுதாசியை என்னிடம் தந்தான். கைகளை முந்தானையில் துடைத்துவிட்டு நான் அதைப் படித்தேன்.

முன் வளவில் புல் வெட்டியது	50-00
எனது கட்டிலை இந்தக் கிழமை தினமும் தட்டி விரித்தது	10-00
கடைகளுக்குச் சென்றது	5-00
நீங்கள் கடைக்குப் போனபின் தம்பியுடன் விளையாடியது	5-00
குப்பைகளை வெளியே கொட்டியது	10-00
பள்ளிக்கூடத்திலிருந்து நல்ல றிப்போட் கொண்டுவந்தது	50-00
தோட்டம் சுத்தம் செய்தது	25-00
மொத்தமாக நீங்கள் தரவேண்டியது	ரூபா 155-00

இந்தத் தொகையை அவன் எதிர் பார்த்து நிற்பதை நான் பார்த்தபோது ஆயிரம் காட்சிகள் என் மனக்கண்ணில் தோன்றி மறைந்தன. பேனாவை எடுத்து அதே கடுதாசியின் மறுபக்கத்தில் எழுதினேன்:

9 மாசங்கள் நீ என் வயிற்றில் வளரும்போது சுமந்தது	இலவசம்
உன்னோடு விழித்திருந்த இரவுகள்	இலவசம்
உனது சுகயீனங்களைக் குணப் படுத்தியது, இறைவனிடம் மன்றாடியது	இலவசம்
பல ஆண்டுகளாக உனக்காகச் சிந்திய கண்ணீரும் செலவு செய்த நேரமும்	இலவசம்
உன்மேல் வைத்த அன்பு	இலவசம்
இரவிரவாக உனக்காகப் பயத்துடன் வருந்தியது	இலவசம்
உனது படிப்புச் செலவும் நான் அளித்த புத்திமதிகளும், அறிவும்	இலவசம்
உனது உணவு, உடை, விளை யாட்டுப் பொருட்கள்	இலவசம்
சளிவடியும் போதெல்லாம் உனது மூக்கைத் துடைத்தது	இலவசம்
மொத்தமாக உன்மேல் வைத்திருந்த பாசம்	இலவசம்.

இதை என் மகன் படித்து முடிக்கும் போது அவன் கண்கள் குளமாகிவிட்டன. தன் தலையை நிமிர்த்தி என்னைப் பார்த்துச் சொன்னான் ''அம்மா, நான் உங்களை உண்மையாக நேசிக்கிறேன்.'' பின்பு பேனாவை எடுத்து பெரிய எழுத்துக்களில் இப்படி எழுதினான் - ''கணக்கு முழுமை யாகத் தீர்க்கப்பட்டுவிட்டது''. எனவே, மொத்த வரவு செலவைப் பார்க்கும் போது, பரிபூரண அன்பு விலையில்லாதது-இலவசம்.

நன்றி: SAI MARGA VOL. 5 No. 1

மத்திய காரியாலயச் செய்திகள்

அகண்ட பஜனை

இவ்வருட அகண்ட பஜனை நவம்பர் மாதம் 8-ந் திகதி சனிக்கிழமை மாலை 6 மணிக்கு (இந்திய நேரம்) ஆரம்பமாகி 9-ந் திகதி ஞாயிற்றுக்கிழமை மாலை 6 மணி வரை நடைபெறும் என பிரசாந்தி நிலைய செய்திக்குறிப்பு தெரிவிக்கிறது.

கவனிப்பு: வடபிராந்தியத்தில் இரவு ஊரடங்குச் சட்டம் அமுலில் இருப்பதால் இரவு பஜனையைத் தவிர்த்து நவம்பர் 9-ந் திகதி ஞாயிறு காலை 7 மணி முதல் (இலங்கை நேரம்) மாலை 6 மணிவரை அகண்ட பஜனையை நிலையங்களில் நடத்தலாம் என வடபிராந்திய இணைப்புக்குழு அறிவித்துள்ளது.

பிரசாந்தி நிலையம் செல்லும் பக்தர்களின் கவனத்திற்கு

முன்னைய சுற்று நிருபங்களின்படி வெளிநாட்டுப் பக்தர்கள் ஆச்சிரமத்தின் விதிமுறைகளை அறிந்திருப்பார்கள்.

1. 25 வயதுக்கு உட்பட்டோர் தமது பெற்றோருடனோ அல்லது குழுக்களாகவோ தான் வரவேண்டும்.

2. ஆச்சிரமத்தில் அவர்களுக்கு ஒதுக்கப்பட்ட தங்குமிடத்திலே வருடத்தில் ஒருமுறை 1 மாதம் வரை தங்கலாம் (தங்குமிட வசதிக்காக அன்பளிப்புச் செய்தவர்கள் 2 மாதம் தங்கலாம்.)

25 வயதிற்கு உட்பட்டவர்கள் சிலர் இன்னும் தனியாக வருவதுடன் அனுமதிக்கப்பட்ட காலத்திற்கு மேல் தங்கவும் முயற்சிக்கிறார்கள். ஆச்சிரமத்தின் மேற்படி விதிகள் தெரியாது என்றும் தெரிவிக்கிறார்கள். ஆகவே இதனை எல்லோரது கவனத்திற்கும் கொண்டுவருகிறோம்.

★

இணைப்புக்குழுச் செய்திகள்

சத்தியம், தர்மம், கண்காட்சி

சத்தியம் - தர்மம் ஆகியவற்றை விளக்கும் வகையில் செப்டெம்பர் 14-ம், 15-ம் திகதிகளில் யா / ஆனைப்பந்தி மெதடிஸ்த மிஷன் த. க. பாடசாலையில் ஒரு கண்காட்சி நடாத்தப்பட்டது. இலங்கையின் மத்திய இணைப்பாளர் ஸ்ரீ செ. சிவஞானம் ஐயா அவர்களுடன் வலயம் - 1 கல்விப் பணிப்பாளர் ஸ்ரீ சு. இரட்ணராஜா அவர்களும், பிரதிப் பணிப்பாளர் ஸ்ரீ வ. தானையா அவர்களும் கலந்துகொண்டு ஆரம்பித்துவைத்தனர். ஆரம்பத்தில் இடம்பெற்ற சொற்பொழிவில் மத்திய இணைப்பாளர் அவர்கள், மனித மேம்பாட்டுக் கல்வியின் சிறப்புக்களையும், பல நாடுகளில் இது நடைமுறைப்படுத்தப்படும் விபரத்தையும் கூறி யாழ்ப்பாணப் பாடசாலைகளிலும்

மனித மேம்பாட்டுக் கல்விமுறையை அறிமுகப்படுத்த அனுமதியும், ஒத்துழைப்பும் தரவேண்டுமென கல்விப் பணிப்பாளரிடம் வேண்டுகோள் விடுத்தார்.

கல்விப் பணிப்பாளர் ஸ்ரீ சு. இரட்ணராஜா அவர்கள் பதிலளித்துப் பேசும்போது, தான் பகவானின் மனித மேம்பாட்டுக் கல்வி முறையைப்பற்றி வாசித்து அறிந்துள்ளதாகவும், எமது பிரதேசத்திற்கு மிகவும் பயனுள்ள இந்தக் கல்வி முறையை இங்கு அறிமுகப்படுத்த விடுத்த வேண்டுகோளைத் தான் மகிழ்ச்சியுடன் ஏற்றுக் கொள்வதாகவும், எல்லாவித உதவிகளும் செய்ய கல்வித் திணைக்களம் தயாராக இருப்பதாகவும் உறுதியளித்தார்.

கண்காட்சி பின்வரும் தலைப்புகளில் விளக்கம் அளிப்பதாக அமைந்தன. சத்தியம், தர்மம், தர்மம் குன்றினால், அவதாரங்கள், அவர்களின் போதனைகள், சாயி அவதாரம், சாயி நிறுவனம், நிறுவன செயற்பாடுகள் என்பன.

இரு தினங்களும் பெருமளவு மக்களும், பாடசாலை மாணவர்களும் பார்வையிட்டனர்.

வையகம் துயர் தீரவும்-தீயதெல்லாம் ஆழ்ந்து போகவும் வேண்டி 45 நாள் சாதனை 9-10-97 தொடக்கம் 22-11-97 வரை.

ஒரே நேரத்தில் பல்லாயிரக்கணக்கானோர் இணைந்து செய்யும் பிரார்த்தனைக்கு அதிக சக்தி உண்டு என்ற ஆராய்ச்சியின் அடிப்படையில் வருடாந்தம் செய்து வரும் இப் பிரார்த்தனை இவ்வருடமும் 9-10-97-ல் ஆரம்பமாகிறது.

காலம்: இரவு 8 மணி (இலங்கை நேரம்) தொடக்கம் 8-30 வரை.

இடம்: அவரவர் சொந்த வீடுகளில் பிரார்த்தனை அறை.

செய்யும் முறை: 8 மணிக்கு முன் குடும்பத்தினர் அனைவரும் பிரார்த்தனை அறையில் கூடுதல். 8 மணிக்கு 3 தடவை ஓம்காரம். தொடர்ந்து 8-25 வரை (25 நிமிடம்) காயத்திரி மந்திர உச்சாடனம். இறுதி 5 நிமிடம் ''தியானம்''. சாதனை இலட்சியத்தை மனதார நினைத்து மனம் ஒன்றி ஈடுபட வேண்டும். இம் முயற்சியில் இன்னும் பல ஆன்மீக நாட்டம் உடையோரை ஈடுபடச் செய்யவேண்டும்.

தீபாவளி (தீப-ஒளி) சாதனை 30-10-97

பகவான் அறிமுகம் செய்துள்ள ஜோதி தியானத்திற்கும் இந்துக்களின் தீபாவளி விழாவுக்கும் ஒற்றுமையுண்டு. ஆனால் இலங்கையில் இவ்விழா வெறும் களியாட்டமாகவே கொண்டாடப்படுகிறது.

கடந்த இரண்டு வருடங்களாக வட பிராந்திய சாயி நிறுவன உறுப்பினர்கள் இந்த தீப ஒளியை தம் இதயத்தில் ஏற்றும் சாதனையில் ஈடுபட்டுள்ளார்கள். இதற்கு தீபாவளித்தினம் மிகவும் பொருத்தமானது.

சூரிய உதயத்திற்கு முன் உறுப்பினர்கள் தமது தீபாவளி சம்பிருதாயங்களை முடித்துக்கொண்டு நிலையங்களில் கூடுவார்கள். வரும் போது சிட்டிவிளக்கு எண்ணை, திரி, அஷ்டோத்திரம் போட குத்தூசி, வாழை இலை அல்லது தட்டம் கொண்டு வருவர்.

பஞ்சாங்கப்படி சூரிய உதய நேரத்திற்கு 3 முறை ஓம்காரம் சொன்னவுடன் நிலையத் தலைவர் எழுந்து சென்று பிரதான விளக்கை ஏற்றுவார். அதனைத்தொடர்ந்து உறுப்பினர்கள் தாம் கொண்டுவந்த விளக்குகளைத் தயார் செய்து தலைவர் ஏற்றிய பிரதான விளக்கிலிருந்து தமது விளக்குகளை ஏற்றி பகவானின் திருவுருவத்திற்கு முன்பாக (ஏற்கனவே ஆலோசித்தபடி) அழகாக அடுக்குவர். இந்த நிகழ்ச்சி நிறைவு

பெறும் வரை எல்லா உறுப்பினர்களும் எழுந்து நின்று காயத்திரி மந்திரம் சொல்லியபடி நிற்பர். தொடர்ந்து அஷ்டோத்திரம். உறுப்பினர்கள் தாம் கொண்டுவந்த தட்டம் அல்லது வாழை இலையில் அஷ்டோத்திரம் சொல்லும்போது அரிசியைப் போட்டபடி சேர்ந்து சொல்வார்கள். இந்த அரிசி பின்னர் நாராயண சேவைக்குப் பயன் படுத்தப்படும். தொடர்ந்து ஜோதி சம்பந்தமான பஜனைப்பாடல் அல்லது சிவபுராணம் என்பன படிக்கப்படும். ஈற்றில் ஜோதி தியானத்துடன் நிகழ்ச்சி நிறைவு பெறும்.

இந் நிகழ்ச்சி மூலம் உள்ளொளி பெருக்க முயற்சி எடுக்கப்படுகிறது. இம் முறையை ஏனைய பகுதியிலுள்ள சாயி நிலையங்களுக்கும் சிபார்சு செய்யப்படுகிறது. ஆலயங்களிலும் இம்முறையை சில மாற்றங்களுடன் அறிமுகப் படுத்துவதன் மூலம் தீபாவளி விழாவை ஒரு உயர்ந்த ஆன்மிக சாதனை நாளாக்கலாம். சம்பந்தப்பட்டோர் சிந்தனைக்கு சமர்ப்பிக்கப் படுகிறது.

நிலையச் செய்திகள்

உலகளாவிய அங்கவீனர் தினம் 27-07-1997

இத்தினத்தில் அனேக நிலையங்கள் சேவையாற்றியுள்ளன. வவுனியா நிலையம் 25 அங்கவீனருக்கு துவாய்கள் வாங்கி அன்பளிப்புச் செய்தனர். ஊரெழு நிலையம் கைதடி நவீல்ட் பாடசாலையிலுள்ள 127 மாணவர்களுக்கு சிற்றுண்டி வழங்கினர். யாழ்ப்பாணம் நிலையத்தில் ஊனமுற்ற 6 வயோதிபர்களுக்கு உணவு, உடைகள் வழங்கப்பட்டன. பரமானந்த ஆச்சிரம வயோதிபர்களுக்கு சமைத்த உணவு மந்திகை நிலையத்தால் வழங்கப்பட்டது. தாவடியில் இரண்டு அங்கவீனர்களுக்கு மூன்று சில்லு சைக்கிள் வழங்க நடவடிக்கை எடுக்கப்பட்டுள்ளது. வட்டுக்கோட்டையில் ஓர் அங்கவீனருக்கு வேண்டிய வீட்டுப்பாவனைப் பொருட்களும் உடைகளும் வழங்கினர்.

கொக்குவில் நிலையத்தால் காந்திக் கிராம சனசமூக நிலையத்தில் நடைபெற்ற மனித மேம்பாட்டுக் கல்வி வகுப்பின் ஆண்டு விழாவில் வலது குறைந்தோர்களையும் அழைத்து ஆடைவகையும் பணமும் அன்பளிப்புச் செய்தனர்.

ஏனைய சேவைகள்

வன்னிப்பகுதியிலிருந்து குருநகர் ஊடாக வரும் அகதிகள் தமது சொந்த இடங்களுக்கு அனுப்பப்படும்வரை குருநகர் இறங்குதுறைக்குச் சமீபமாக தங்க வைக்கப் படுகின்றனர். இவர்களுக்கு உணவுப் பொட்டலங்கள் யாழ்ப்பாண நிலையத்தினர் வழங்கி வருகின்றனர்.

இடம்பெயர்ந்து மீளக் குடியேறி மிகவும் கஷ்டநிலையிலுள்ள சில குடும்பங்களைத் தெரிவு செய்து அவர்களுக்கு அரிசி, உடுப்புக்கள், பாத்திரங்கள் என்பன வழங்கப் பட்டன.

சாவகச்சேரி நிலையத்தால் கஷ்ட நிலையிலுள்ள ஒரு மாணவிக்கு ரூபா 1300/- பெறுமதியான உடைகள், பாடசாலை உபகரணங்கள் வழங்கப்பட்டன. மேலும் 6 நாராயணர்களுக்கு வாரம் இரு தட்வை சமைத்த உணவு வழங்கி வருகின்றனர். பிடி அரிசி ஊரெழு, தாவடி நிலையங்களால்

சேகரிக்கப்பட்டு வறியோருக்கு வழங்கப்படுகிறது. கோவில் பஜனை மந்திகை, சுன்னாகம், தாவடி ஆகிய நிலையங்களால் நடாத்தப்பட்டது.

ஆஸ்பத்திரி சேவை

மந்திகை நிலையம் பருத்தித்துறை ஆதார வைத்தியசாலையிலுள்ள 1-ம், 2-ம் வாட்டுகளை மாதம் ஒருமுறை கழுவித் துப்பரவு செய்வதுடன், வைத்தியசாலையிலுள்ள கஷ்டமான நிலையிலுள்ள நோயாளிகளுக்கு பால்மா, உடை முதலிய அவசியமான உதவிகளைச் செய்துவருகின்றனர். வியாபாரிமூலை நிலையத்தினரும் மேற்படி வைத்தியசாலை நோயாளிகளுக்கு வேண்டிய உதவிகளைச் செய்துவருகின்றனர். வட்டுக்கோட்டை நிலையத்தினராலும் கொட்டைக்காடு வைத்தியசாலையில் சிரமதானமும், நோயாளருக்கு வேண்டிய உதவியும் செய்தனர்.

இளைஞர் தின விசேட நிகழ்ச்சிகள்

மானிப்பாய், வவுனியா நிலையங்களில் சிறப்பாகக் கொண்டாடப்பட்டது. மானிப்பாய் நிலையத்தில் 7-6-97-ல் நடைபெற்ற இளைஞர் விழாவில் மத்திய இணைப்பாளர் ஸ்ரீ செ. சிவஞானம் ஐயா அவர்கள் வட பிராந்திய இணைப்புக் குழுத் தலைவர் ஸ்ரீ S. விஜயரட்ணம் அவர்கள், இளைஞர் பிரிவு இணைப்பாளர் ஸ்ரீ N. கந்தசாமி ஆகியோர் கலந்துகொண்டனர். இளைஞர்களின் கலை நிகழ்ச்சிகளும் இடம் பெற்றன. பெருந்தொகையான இளைஞர்கள் கலந்து கொண்டனர்.

வவுனியா நிலையத்தில் 30-8-97-ல் நடைபெற்ற இளைஞர் விழாவில் பிரசாந்தி நிலையத்தில் நடாத்தப்பட்ட கருத்தரங்கில் பேசப்பட்ட தலைப்புகளிலேயே சுருக்கமாக ஒரு நாள் கருத்தரங்காக நடாத்தினர். இதில் 39 இளைஞர்கள் கலந்துகொண்டனர். எதிர்வரும் டிசம்பர் மாதத்தில் 3 நாள் கருத்தரங்காக நடாத்தத் திட்டமிட்டுள்ளதாக அறிவித்துள்ளனர்.

முக்கிய கவனிப்பு: கிழக்குப் பிராந்திய நிலையங்கள் தமது சேவைச் செய்திகளை எமக்கும் அறிவிக்குமாறு வேண்டுகின்றோம். — ஆசிரியர்

''எனக்குத் தேவையெல்லாம் புனிதமான கலப்பற்ற தூய அன்புதான். அதுதான் எனக்குச் சொந்தமானது. அதை நான் உங்களுக்கு அளித்ததே நீங்கள் அன்புடன் வாழ வேண்டுமென்ற நோக்கத்தில்தான். அன்புதான் கடவுள். இந்த அன்பு நான் தந்தது. அது எனக்குத் திரும்ப வேண்டும் அந்த அன்பை நான் கொடுத்த அதே நிலையில் திருப்பித் தாருங்கள்.''

— பாபா

அடுத்த இதழ் "பஜனை சிறப்பிதழாக" வருகிறது

பெற்றோரின் வழிநடத்தல்

— பாபா —

குழந்தைகளின் மனம் களங்கமற்றதும், தூய்மையானதுமாகும். ஒவ்வொரு குழந்தையும் ஒரு வெள்ளைப் பளிங்குக் கல். ஆசிரியரும் பெற்றோரும் அதனைத் தெய்வத்தின் உருவமாக்கலாம். அது ஒரு மலர் மொட்டு; அதனைத் தெய்வத்திற்கு அர்ப்பணிக்கத் தகுந்தவாறு தெய்வீக மகிமையுடன் மலரச்செய்யவும் உதவலாம்.

பிள்ளைகளின் நடத்தையையும், ஒழுக்கத்தையும் கெடுக்கும் குற்றத்தில் 90% பெற்றோரையே சாரும். அவர்கள் விவேகமற்ற கூடிய பாசத்தையும், கண்மூடித்தனமான சுதந்திரத்தையும் கொடுக்கிறார்கள்.

பிள்ளைகளின் மனதிலே, பிரார்த்தனை, பணிவு, அன்புச் சேவை இவற்றின் பெறுமதிகளைப் பதிப்பதற்கு அவர்கள் வாழும் வீடு தான் முதற் பாடசாலைகளாகும். உலகளாவிய சமயத்தின் அடிப்படை உண்மைகளின் மேல் விசுவாசத்தை பெற்றோர்களுக்கு ஏற்படுத்த வேண்டும். அவர்கள் தமது குடும்பப் பிரார்த்தனை அறையில் வழிபடுவதையும், அமைதியுடன் தியானிப்பதையும் பிறர் குற்றங்களை மன்னிப்பதையும் துன்ப துயரங்களை அநுதாபிப்பதையும் காணப்படவேண்டும். ஏதோ ஆதாரத்திற்குக் கடவுள் இல்லாதது போலவும், சாய்வதற்கு உள்மனதின் பலமும், துணிவும் இல்லாதது போலவும், அவர்கள் கவலையுடன் ஆதரவற்று, திருப்தியற்று, துன்பத்துடன் இருப்பதைப் பிள்ளைகள் காணக்கூடாது.

(Sathya Sai Education in Human Values, Bangkok, 1988. Page 130.)

இப்பக்கம் கல்கிசையில் வாழும்
ஒரு சாயி பக்தையின் அன்பளிப்பு

ஓம் சாயிராம்

"சுவாமி, எனக்குப் பேச வராது.
சுவாமி, எனக்கு அம்மாவும் நீ,
அப்பாவும் நீ, அக்காவும் நீ, தங்கையும் நீ,
அண்ணாவும் நீ, தம்பியும் நீ, சினேகிதியும் நீ,
எல்லாம் எல்லாம் எல்லாம் நீ."

— எம். எஸ்.

அமரர் கந்தையா கணேசபிள்ளை நினைவாக

ஸ்ரீமதி M. இராசரத்தினம்

(காணிப் பதிவாளரும்,
மேலதிக மாவட்டப் பதிவாளரும், வவுனியா)

அவர்களின் அன்பளிப்பு.

ஸ்ரீ சாயி அச்சகம், இணுவில்.