தீபம்:01

ஆத்மஜோதி

ஒளி : 06

ஆத்மீக மாத சஞ்சிகை

ஐப்பசி : 2005

யாழ்ப்பாணம் கடையிற்சுவாமி

சிந்தனை முத்துக்கள்

- யானையின் பலம் தும்பிக்கையில் மனிதனின் பலம் நம்பிக்கையில்

- சில நேரங்களில் புத்தி வெற்றி பெறுகிறது.
  பல வேளைகளில் வெற்றியே புத்தியாகி விடுகிறது

- உலகத்தில் எது மாறினாலும் உன்னுடைய நிலைமை மாறாது
  உன் மனதை மட்டும் அடக்க உன்னால் முடியுமானால்

- அறிவிலே குரு பேசுகின்றான்
  அனுபவத்திலே இறைவன் பேசுகின்றான்

- அவரவர்க்கு வாய்த்த இடம் அவன் போட்ட பிச்சை
  அறியாத மானிடர்க்கு அக்கரையில் பச்சை

- அவனவன் நெஞ்சில் ஆயிரம் ஆசைகள் எழுவதும்
  சிரிப்பதும் ஆசையின் விளைவுகள்

- சொத்து இருந்தால் சொந்தம் குடி கொள்ளும்
  பணம் இருந்தால் பந்தம் தம்மை இனம் காட்டும்

- கலக்கம் ஒவ்வொரு வீட்டிலும் இருக்கிறது
  கவலை ஒவ்வொரு நெஞ்சிலும் இருக்கிறது
  சாவே இல்லாத வீடும் சஞ்சலமே இல்லாத மனமும்
  இன்னும் சிருஷ்டிக்கப்படவில்லை.

- முதலினுக்கு மேலிருப்பான் முடிவினுக்குக் கீழிருப்பான்
  உதவிக்கு ஓடிவரும் ஒருவன் உணர்ந்து கொண்டால்
  அவன்தான் இறைவன்

- அனுபவம் என்பது ஒரு மனிதனுக்கு என்ன நேருகிறது என்பது அல்ல
  அதைக் கொண்டு அவன் என்ன செய்கிறான் என்பதுதான்

உ

சிவமயம்

ஆத்மஜோதி

தாபிதம் : 1948

ARTHMA JOTHY

Est. 1948

ISSN 17039185

தீபம் : ஒளி

பார்திப வருடம்

ஐப்பசி

2005

பதிப்பாசிரியர்

நா. முருகையா

தியான மணிமண்டபம்

எழுத்தமைப்பும் அச்சுப் பதிப்பும்

ஜய்ராம் பிறின்ரேஸ்

வெளியீடு

ஆத்மஜோதி தியான மணிமண்டபம் ஏழாலை.

தொடர்பு முகவரி

நா.முருகையா,
ஊரெழு கிழக்கு,
சுன்னாகம்.

உள்ளடக்கம்

1.	ஆசியுரை	02
2.	அருள்மொழி	03
3.	வேதங்கள் கூறும் நான்கு வாழ்வு	04
4.	ஓடும் மனிதனின் பின்னே ஒருநாள்	05
5.	நாமமே கடவுள்	10
6.	பிரபுத்துவம்	11
7.	மதங்களின் அடிப்படைத் தத்துவத்தில் வேறுபாடில்லை, மனிதர்களிடமே வேறுபாடு	12
8.	கமலாவின் கண்ணாடி	17
9.	ஒளிமயமான வாழ்வு நல்கும் திருவிளக்குப் பூசை	19
10.	யோகாசனம்	25
11.	கந்தபுராணம்	26
12.	சீலமே சக்தி	31
13.	பயனுள்ள அறிவுரைகள்	32
14.	திருக்கோயில் விளக்கம்	33

பிரதி	:-	30/=
வருட சந்தா	:-	400/=
ஆயுள் சந்தா	:-	3000/=

ஆசியுரை

நீங்கள் அனுப்பிய 4ம் மாத ஆத்மஜோதி சஞ்சிகை கிடைக்கப் பெற்றோம். மிகவும் நன்றாக இருக்கிறது. நாஸ்தீகம் நிறைந்த இக்கால சமுதாயத்திற்கு பழமைகளை எடுத்துக் காண்பித்துள்ளீர்கள். கடந்தகால தெய்வீக புருஷர்களின் பண்பாடு, பக்குவம், ஆன்மீகம் நிறைந்த வரலாறு களை வெளிப்படுத்தியுள்ளீர்கள். நூற்றுக்குப் பத்துப் பேருக்கு என்றாலும் இந்த தெய்வீகம் புலப்படும். மக்களின் நடை, உடை, பாவனை, பழக்க வழக்கம் அத்தோடு பெரியோர்களை பிதா, மாதாவை புத்திஜீவிகளை மதியாமல் நடக்கும் சமுதாயம் முன்னேறிக் கொண்டே போகிறது. இவற்றுக்கு முற்றுப்புள்ளி வைக்க நீங்களும் ஆத்மஜோதி நிறுவனமும் நற்பணி செய்வதை நாம் வரவேற்கின்றோம். ஆத்மஜோதி ஆசிரியர் முத்தையாவின் ஆத்மா எங்கும் இருந்து முருகையா ஆகிய உங்களையும் சிறப்பிக்கின்றது. உங்கள் பணி மேன்மேலும் சிறக்க எங்கள் நல்லாசிகள்! அன்பும் ஆசியும் கிடைப்பதாக.

தவத்திரு

கனேசானந்த மகாதேவ சுவாமிகள்

மகாதேவ ஆச்சிரமம்,

ஜெயந்திநகர், கிளிநொச்சி.

அருள் மொழி

- கோபத்தால் இரத்தம் கொதித்துக் கொல்லும்
- சாந்த குணத்தால் சகலமும் நன்மை
- சாந்த குணமே சாயுச்சிய நிலை
- படித்தபடியே நடக்கப் பழகு
- கற்றது போதும் நற்றவம் புரிக
- எண்ணியது எய்தலாம் திண்ணியனாக நில்
- அறிவுடையவர்கள் அனைவரும் ஒருகுலம்
- சகல உயிரும் தன்னுயிர் எனக் கொள்
- அன்னதானத்தின் மேல் எந்தத் தானமுமில்லை
- தானஞ் செய்யுமுன் நிதானம் செய்துகொள்
- தன்கடன் என்பது அன்பர்கள் பணியே
- ஏராளமான இரும்பொருள் இருப்பினும் தாராளமான தனிமனம் வேண்டும்
- இன்பமும் துன்பமும் ஏகமென்றெண்ணு
- சந்தோஷத்தில் தோஷம் காண்க
- சந்தேகத்தில் தேகம் காண்க
- விஷேசத்திற்குள் சேஷங் காண்க
- கொல்லாதவரே நல்லாராகும்
- கொலை செய்பவரைப் புலையரெனலாம்
- பெருக்கத்தில் பணிவும், சுருக்கத்தில் உயர்வும் வேண்டும்
- சித்த சுத்தியே ஜென்ம /சாபல்யம்
- விசுவாசம் காரணம் வியாதி நிவாரணம்
- யோகியர் தமக்கே ஒழுங்காம் ஞானம்
- ஒவ்வொரு மூச்சிலும் உச்சராணஞ் செய்
- அல்லும் பகலும் கொல்லன் துருத்தி
- துருத்தி போலுதில் விருத்தியாம் மூச்சு
- மூச்சே தெய்வம் முனிவரர் நவின்றார்
- அருமையாம் மூச்சை அருமையிற் செலவு செய்
- மூச்சைவிட்டால் பேச்சற்றுப்போம்
- பேச்சற்றாக் கால் பிரேதமாவாய்
- சும்மா இருந்து சுகக்கடல் முழுகு
- சோகப் பிரணவம் ஏகாக்கிரமே
- ஏகாக்கிரத்தால் யாவும் கைவசம்
- எம்மதி இருப்பினும் நிம்மதி வேண்டும்.

வேதாந்தங்கள் கூறும் நான்கு வாழ்வு

வாழும் நிலைகள் பிரம்மசார்யம், கிரஹஸ்தம், வானப்பிரஸ்தம், சந்தியாஸம் என்று நான்கு வகைகளாகப் பிரிக்கப்பட்டுள்ளன. கற்றுத் தேர்வதை குருமுகமாக கற்றுத் தேர்வது பிரம்மச்சார்யநிலை. உலக வாழ்வில் ஈடுபட்டு மனைவியுடன் வாழ்ந்து தனக்கு மட்டும் பயன் தேடிக் கொள்ளாது, தன்னைச் சார்ந்தவர்களுக்கும் தன்னை நாடுபவர் களுக்கும் உதவுவது கிரஹஸ்தம் நிலை. தாமரை இலைத் தண்ணீர் போல வாழ்வது வானப்பிரஸ்தம். ஆசைகளையும், பாசங்களையும் ஒழித்து கடமைகளையும் மட்டும் செய்து, பந்த பாசங்களிலிருந்தும் விடுபட்டு தன்னுள் இருக்கும் தெய்வத்தை வெளிக்கொணர வழி என்ன என்பதை மனிதன் யோசிக்க வேண்டும். அது தான் பிரஹஸ்தம். இறுதிநிலை சந்நியாசம். சந்நியாசி உலகிலிருந்து வேறுபட்டு, உலகைப் பார்க்க வேண்டும். விருப்பு, வெறுப்பு, கோபதாபங்கள் இல்லாதிருக்க வேண்டும். தன்னிலிருந்து விடுபடவேண்டும். உடல் தேவைகளை தாண்டியிருக்க வேண்டும்.

மனிதனும் குணங்களும் : மனிதனின் குணங்கள் மூன்று. அவை ராஜஸம், தாமஸம், ஸத்துவம் ஆகியவை டம்பம், கோபம், வீண்பெருமை, ஆடம்பரம் இவை எல்லாம் ராஜஸகுணம். சோம்பேறித்தனம், பிறரிடம் தேவையில்லாமல் அடிக்கடி கோபித்தல் முதலிய தாமஸகுணம். அன்பு, அடக்கம், சாந்தம், பொறுமை இவை எல்லாம் ஸத்துவ குணம். நாம் நம்மையே சோதனை செய்து கொள்ள வேண்டும். நம் குறைகளை நினைத்துப் பார்க்க வேண்டும். ராஜஸ, தாமஸ குணங்களை குறைத்துக் கொண்டு ஸத்துவ குணத்தை அதிகமாக்கிக் கொள்ள வேண்டும்.

உ
சிவமயம்

ஓடும் மனிதனின் பின்னே ஒரு நாள்

[ஆத்மஜோதி நா. முத்தையா]

ஒருநாள் உலாவச் சென்றேன். எனது உடலைவிட மனம் மிக வேகமாக ஓடிக்கொண்டே இருந்தது. தியானத்தின் பொழுதெல்லாம் எத்தனையோ தந்திரங்கள் செய்து "கொஞ்ச நேரமாவது என்னுடனே இருக்கக் கூடாதா?" என்று மனதைக் கெஞ்சி மன்றாடி என்னுடனே இருக்கச் செய்வேன். சிலவேளைகளில் நல்ல இசைப் பாடல்களை நான் பாடியும் பிறரைக் கொண்டு பாடச் செய்தும் இசைத் தட்டுக்களைக் கேட்டும் கொஞ்சநேரம் என்னுடன் தங்கச் செய்வேன். இன்னுஞ் சில நேரங்களில் நாமஜெபம் செய்து கொஞ்ச நேரம் தங்கச் செய்வேன்.

ஒரு சில சந்தர்ப்பங்களில் மூச்சுப் பயிற்சி செய்து மனதை என்னுடன் தங்கச் செய்வேன். சில வேளைகளில் பக்தர்களுடைய சரித்திரத்தை வாசித்துக் காட்டி அக்கதையில் மனதை லயிக்கச் செய்வேன். அக்கதைகளில் சிலவேளை மனது தன்னையே பறிகொடுத்து விடும். "இப்படி எப்போதும் என்னுடனே இருந்தால் என்ன?" என்று கேட்டுப் பார்ப்பேன்; கெஞ்சுவேன்; "நல்லவனாக நீ இருக்க வேண்டாமா?" என்று தட்டிக் கொடுப்பேன். எத்தனை புத்தி சொன்னாலும் கேட்பது போலவே கேட்டுக்கொண்டிருக்கும். ஆனால் அடுத்த கணம் என்னை அறியாமல் வெளியே போய்விடும். ஒரு பெரியவர் வயிற்றைப் பார்த்துப் பின்வருமாறு பாடினார்:-

ஒருநாள் உணவை ஒழியென்றால் ஒழியாய்
இருநாளைக் கேலென்றால் ஏலாய் - ஒருநாளும்
என்னோ வறியாய் இடும்பைகூர் என்வயிறே
உன்னோடு வாழ்தல் அரிது.

இந்த மனதைப் பார்த்து ஒவ்வொரு நாளுந்தான் நான் சொல்லிக்கொண்டிருக்கிறேன். "ஏ, மனமே! உன்னோடு வாழ்வதிலும் பார்க்க, நான் எங்காவது பரதேசம் போனாலோ?" என்று எண்ணுவேன். "இயலுமானால் அப்படிப் போய்த்தான் பாரேன்!" என்று அது சிரிக்கும்.

"குழந்தைப் பிள்ளைக்கு விளையாட்டு சுண்டெலிக்குச் சீவன் போகிறது" என்று சொல்லுவார்களே! அதுபோல நீயும் என்னைப் பார்த்துச் சிரிக்கிறாயா?" என்பேன். "என்னை அழச் சொல்லுகிறாயா?" என்று அது திருப்பிக் கேட்கும். "நான் உன்னோடு இருக்கிறபடியினாலே தானே

இந்தக் கொட்டமெல்லாம் அடிக்கிறாய். உனக்குச் சொல்லாமல் கொள்ளாமலே நான் ஒரு நாளைக்கு உன்னைத் தவிக்க விட்டுச் சென்று விடுவேன் தெரியுமா?"

"அப்படி வல்லமை உண்டானால் சென்றுதான் பாரேன்!"

"நீ எத்தனை பிறப்பெடுத்திருக்கிறாய் என்று உனக்குத் தெரியுமா? உனக்கு எங்கே தெரியப் போகிறது! நீ ஒரு அற்பப்பயல். அருணகிரியார் ஒரு கணக்குச் சொல்லுகிறார். அதனைக் கேள்.

எழுகடல் மணலை அளவிடின் அதிகம்
எனதிடர் பிறவி அவதாரம்.

ஏழு கடலிலுள்ள மணலை அளவிட்டு விடலாம். நான் பிறந்த பிறவியின் எண்ணிக்கையைச் சொல்லமுடியாது என்கிறார். முருகன் அருள் பெற்ற அவராலேயே சொல்லமுடியவில்லை; அற்பப்பயலாகிய உன்னால் மாத்திரம் கணக்கிட முடியுமா? கவி காளமேகம் ஒரு கணக்குச் சொல்லுகிறார்.

கன்னபுர மாலே கடவுளிலும் நீ அதிகம்
உன்னிலுமோ நான் அதிகம் - ஓதக்கேள்
உன்பிறப்போ பத்து உயர் சிவனுக் கொன்றுமிலை
என் பிறப்போ எண்ணத் தொலையாதே.

திருக் கண்ணபுரத்திலே உள்ள திருமாலே! சிவபெருமானிலும் நீ உயர்ந்தவன்; ஆனால் உன்னிலும் நான் உயர்ந்தவன்; எதில் என்று நினைக்கிறாய்? நீ பத்துப் பிறவி எடுத்தாய். சிவனுக்கோ ஒரு பிறவியும் இல்லை. ஒன்றுமில்லாதவனிலும் பார்க்க பத்து வைத்திருப்பவன் உயர்ந்தவன் தானே? நான் பிறந்த பிறப்பின் அளவோ சொல்லி முடியாது. அதனால் நான் உன்னிலும் உயர்ந்தவன் தானே? கவிகாளமேகத்தினாலும் கணக்குக் காட்ட முடியவில்லை. உனக்கு என்ன தெரியும்? என்று ஏளனம் செய்தது மனம். அதன் ஏளனத்தை என்னால் பொறுக்க முடியவில்லை. என்ன செய்வது?

"'இத்தனை பிறப்புக்களிலும் உன்னோடு நான் கூடி வந்திருக்கிறேன் என்பதாவது உனக்குத் தெரியுமா?" என்று கேட்டது. எனக்கு என்ன சொல்வதென்றே புரியவில்லை.

"மனம் என்னுமோர் பேய்க்குரங்கு மடப்பயலே
மற்றவர்போல் எனை நினைத்து மருட்டாதே கண்டாய்
இனமுற என்சொல்வழியே சுகமாய் இருந்திடுநீ!
என் சொல்வழி ஏற்றிலையானாலோ
தினையளவுன் அதிகாரம் செல்ல வொட்டேன்
உலகஞ்சிரிக்க உனைஅடக்கிடுவேன் திருவருளால் கணத்தே
நனவிலெனை அறியாயோ யாரென இங்கிருந்தாய்
ஞானசபைத் தலைவனுக்கு நல்லபிள்ளை நானே."

என்று சிறிது வெருட்டிப் பார்த்தேன். அதற்கு மனம் பெரிதாகச் சிரித்தது. "உப்பிடி என்னை எத்தனையோ பேர்கள் வெருட்டித்தான் பார்த்தார்கள். நான் சொல்லுகிறபடி நீ கேட்கப் போகிறாயா? அல்லது நீ சொல்லுகிறபடி நான் கேட்பதா?" என்று மனது என்னைப் பார்த்துக் கேட்டது. "வாழ்நாள் முழுவதும் நீ சொல்லுகிறபடி தானே நான் கேட்டு வருகிறேன். நீ சொல்லுகிறபடி கேட்டுக் கேட்டு நான் அலுத்துவிட்டேன்; களைத்துப் போனேன். ஒவ்வொரு நாளும் கொஞ்சக் கொஞ்ச நேரமாவது என்னுடன் அமைதியாக இருந்தால் எனக்கும் எவ்வளவோ சந்தோஷம், உனக்கும் எவ்வளவோ சந்தோஷமாயிருக்கும். அல்லவா?

"நான் இன்று கொஞ்சநேரம் காற்றாட உலாவி வரலாம் என்று புறப்பட்டேன். நீயோ ஓட்டமாய் ஓடுகின்றாய். உன் பின்னே இன்று வருகின்றேன். ஓட்ட முடிவில் பலன் என்னவென்று பார்ப்போம். 42 அடி அகலத்தில் அரசாங்கம் பெருந் தெருவை திறந்துள்ளது. இவ்வளவு அகலமான வீதி இருக்கத்தக்கதாக சிலர் மாலை ஐந்து மணியானதும் தண்ணீர் ஓடும் கானுக்குள் விழுந்தெழும்பிச் செல்வதைப் பார்க்கின்றோம். அதுபோல் இறைவன் வகுத்த இராஜபாட்டை ஒன்றிருக்கத் தக்கதாக நீ ஏன் கல்லும் முள்ளும் நிறைந்த கரடு முரடான பாதை வழியே கூட்டிச் செல்கிறாய்? உன் குணம் அறிந்து போலும் தாயுமானவர் என்ற சித்த புருஷர் -

"காடுங் கரையும் மனக்குரங்கு கால்விட்டோட அதன் பிறகே
ஓடுந் தொழிலாற் பயனுளதோ?"

என்று கூறினார். இப்படி என்னை நீ இழுத்தடிப்பதால் என்ன பயனைக் கண்டாய்? உன்னைக் குரங்கு என்று சொன்னதில் எவ்வளவு உண்மையுண்டு? ஏ, மனமே! நீயோ காற்றின் அம்சமாகப் பிறந்தவன். காற்று எப்பொழுதும் சலித்துக்கொண்டே இருக்கும். அதுபோல் நீயும் எந்த நேரமும் சலித்துக்கொண்டே இருக்கிறாய்.! குரங்கு ஒரு கணமும் சும்மா இருக்காது. அதுபோலத் தான் நீயும் அலைந்து கொண்டே இருக்கிறாய்! அலைவதில் நீ குரங்கை வென்று விட்டாய்.

"குரங்கு ஒரு கிளையிலிருந்து இன்னொரு கிளைக்குத் தாவும் போது பிடித்த கிளையை விட்டுத்தான் அடுத்த கிளைக்குத் தாவுகிறது நீயோ என்றால் பிடித்த கிளையையும் விடுகிறாய் இல்லை. புதிய கிளையையும் விடுவதில்லை. எத்தனை கிளை என்றாலும் அத்தனையையும் ஒரே நேரத்தில் பற்றிக் கொள்ளுகிறாய்.

“குரங்குக்கு கள்ளைக் குடிக்கக் கொடுத்தால் அது என்ன பாடுபடும் என்பது எல்லோரும் அறிந்த ஒன்றுதானே? அது போல நீயும் ஆசையாகிய கள்ளைக் குடித்து அலைகின்றாய். கள்ளுக் குடித்த குரங்குக்கு நட்டுவக்காலி கொட்டினாற்போல ஆசையாகிய கள்ளைக் குடித்த உனக்கும் பொறாமையாகிய நட்டுவக்காலி கொட்டிவிட்டது. இதுதான் உனது இலட்சணம். இந்த இலட்சணத்தில் உன்னோடு என்னையும் இழுத்தடிக்கிறாயே!

“அப்பர் சுவாமிகள், குறிக்கோளிலாது கெட்டேன்” என்கிறார். நீ என்ன குறிக்கோளோடு அலைந்து திரிகிறாய்? பேய் குறிக்கோளிலாது அலைந்து திரிவது போலல்லவா நீயும் அலைந்து திரிகிறாய். இதனால் உன்னை மனப்பேய் என்று கூடச் சொல்கிறார்கள் அல்லவா?

“எல்லோருக்கும் ஒரு குறிக்கோள் உண்டு. அதுதான் இறைவன் திருவடி. வாழ்க்கையின் குறிக்கோள் அதுவாயிருக்க அதை அடைய விடுகிறாயில்லையே! சாதனையின் குறிக்கோள் இரண்டு. ஒன்று மனப் பரிசுத்தம்; அடுத்தது மனோலயம். இந்த இரண்டுமே உன்னிடம் காணப்படவில்லையே! “மனத்துக்கண் மாசிலனாதல் அனைத்தறன்” என்று வள்ளுவர் கூறிச் சென்றார். மனதில் கெட்ட நோக்கம் இல்லாது செய்கிற நல்ல காரியம் தான் அறம். அது எவ்வளவு சிறியதாயினும் பாதகம் இல்லை; ஆனால், மனதில் ஒரு கெட்ட நோக்கத்தை வைத்துக்கொண்டு எவ்வளவு தர்மத்தைச் செய்தாலும் அது வெறும் ஆடம்பரத்துக்காகச் செய்வதேயாகுமல்லாது அறம் ஆகாது.

“மனதில் குற்றமில்லாது செய்கிற அறம் எதுவென்றால் பொறாமை, சுயநல ஆசை, கோபம், கடுஞ்சொல் ஆகிய நான்கு குற்றங்களுக்கும் மனதில் இடம் கொடுக்காமல் செய்கிற காரியங்கள் எல்லாம் நல்ல காரியங்களாகவே இருக்கும். ஒருவன் தன்மனதையும் தன்னையுங் கொடுக்கக்கூடிய ஆசாபாச அலங்காரங்களையும், கூத்துக்களையும், ஸ்திரிகளையும், வீண்கதைகளையும், சிற்றின்பப்பாடல்களையும் பார்க்கவும் கேட்கவும் தலைப்பட்டால் அவசியமான படிப்பில் ஆதரவு குறைந்து கடைசியில் ஒன்றுக்கும் உதவாத மூடனாவான்.

“ஏ, மனமே! நீ பஞ்சபுலன்களை அடிமைப்படுத்துகிறாயா? அன்றி அவை உன்னை அடிமைப்படுத்துகின்றனவா? என்பதையே என்னால் அறிய முடியவில்லையே! சிங்கத்தினின்று ஒரு குணத்தையும் கொக்கினிடத்திலிருந்து ஒரு குணத்தையும், கோழியினிடத்திலிருந்து

நான்கு குணங்களையும், காக்கையிடத்திலிருந்து ஐந்து குணங்களையும், நாயிடத்திலிருந்து ஆறு குணங்களையும், கழுதையிடத்திலிருந்து மூன்று குணங்களையும் கிரகிக்க வேண்டும் என்று பெரியோர் கூறுவர். உன்னிடத்தில் இருந்து என்ன குணத்தைக் கிரகிக்க வேண்டும் என்பதை அறியாது தவிக்கின்றேனே!

"காரியம் அற்பமாயினும் பெரியதாயினும் அதை முழுமுயற்சியோடு செய்வது சிங்கத்தின் குணம். "ஓடுமீன் ஓட, உறுமீன் வருமளவும் வாடியிருக்குமாங் கொக்கு" என்பது போல் இந்திரியங்களை அடக்கிக் காத்திருந்து காலம் பலம் முதலியவற்றை அறிந்து எக்காரியத்தையுஞ் செய்வது கொக்கின் குணம். தக்க சமயத்தில் விழித்துக் கொள்வதும் சண்டையில் பின் வாங்காமையும், கிடைத்தவற்றை பந்துக்களுக்குப் பங்கிட்டுக் கொடுத்தலும் தானே வலிய ஆக்கிரமித்தலும் கோழியின் குணங்களாகும்.

"தைரியமும் தக்க சமயத்தில் உணவு சேகரித்தலும், சாவதானமாயிருத்தலும், பிறரிடம் விசுவாசமின்மையும் காக்கையின் குணங்களாகும். கிடைத்த இடத்தில் உண்பதும், அற்ப உணவைக் கொண்டு மகிழ்தலும், நினைத்த நேரத்தில் தூங்கி விழித்தலும், தலைவனிடம் விசுவாசமும், சௌக்கியமும் நாயினிடமுள்ள குணங்களாகும். தான் எவ்வளவு சிரமத்தை அடைந்திருந்தாலும் சுமையைத் தாங்குதலும், குளிர் வெப்பத்தைப் பொறுத்தலும், கழுதையினிடமுள்ள குணங்களாகும். மேற்கூறிய இருபது குணங்களையும் கைக்கொள்பவன் எக்காரியத்திலும் வெற்றி பெறுவான்.

"ஏ, மனமே! பகுத்தறிவுள்ளவன், ஆறு குணங்கள் ஆறறிவு படைத்தவன் என்றெல்லாம் பெரிதாகக் கூறிக் கொள்கின்றாயே ஐந்தறிவு மாத்திரமுடைய மிருகங்களிடமுள்ள நல்ல குணங்களில் சிலவற்றையாவது உனக்காக்கி வைத்துக் கொள்ளவில்லையே! இப்பிரபஞ்சத்தில் தோன்றிய ஜீவராசிகள் அனைத்தும் ஆனந்தத்தை நாடிநிற்கும் இயல்புடையன. ஆனால் நீயோ பழக்கதோஷத்தால் போலும் அலைந்து திரிவதையே இன்பமென்று கருதுகின்றாய். ஆகவே உன்னோடு வாழ்தல் அரிது."

நாமமே கடவுள்

(சுவாமி ராமதாஸர்)

நாமமே கடவுள். ரூபம் தோன்றிமறையும், நீங்கள் நாமத்தை எப்போதும் உங்கள் நாவில் வைத்திருக்கலாம். ஓசை மிகவும் இனிமையானது. நீங்கள் ஓசையில் மனங்குவிகிறீர்கள். அது உங்களை உங்கள் இருதயத்தில் இருக்கும், நீங்களாக இருக்கும் பிரமத்தின் நாமரூபத்திற்கப்பாற் கொண்டு செல்லும்.

இது ஒரு சார்பற்ற சாதனை. இதற்கு யாதேனும் புறப்பொருள் தேவையில்லை. அது எளிதானது. நீங்கள் ராம நாமத்தைச் செபிக்கும் போது கடவுள் உங்கள் நாவில் இருக்கிறார்.

அனைத்தும் - எல்லா ஜீவாத்மாக்கள், பிராணிகள், பொருட்கள் உட்பட முழுவுலகுமாகிய பரவஸ்துவே ராம். ஆயினும் அவர் அனைத்துக்கும் அப்பாற்பட்டவர்.

மேலும் அவர் தசரதரின் மகனாகிய ராமரும் தேவகியின் மகனாகிய கிருஷ்ணரும், புத்தரும் இன்னோர் பிறருமே.

ராமநாமம் தசரதராமர் பிறக்கு முன்பும் கூட இருந்தது.

பிரம்மமேராம். அக்கருத்தில் ராமதாஸர் ராமநாமத்தைச் செபித்தார்.

எங்ஙனம் மேல்மாடிக்குப் போவதற்கு உங்களுக்கு ஓர் ஏணி தேவைப்படுகிறதோ அங்ஙனம் நாமரூபம் எங்களுக்கு ஏணிகள் அல்லது சின்னங்கள். நாங்கள் அருபமானதைச் சிந்திக்கமுடியாது. அப்படியாயின் எப்படி அதை அடைவது? நாம் ரூப மூலம்.

ஓசை மன அமைதியின்மையை நிறுத்துகிறது. ராமநாம செபம் ஒரு சாத்தியத்திற்கு ஒரு சாதனமே. யாதேனும் கிரியாமுறை அல்லது சாதனையால் நீங்கள் மனதை அகற்ற வேண்டும். ராமதாஸர் நாமம் செபித்தலை மிகவும் எளிதானதாகக் கண்டார்.

நாமம் அஞ்ஞானத்திரையை மிகத்திறமையாக அகற்றுகிறது. மேலும் நீங்கள் தன்முனைப்பின் ஒழிதலில் ஆன்மாவுடன் ஒன்றாகிறீர்கள் அது உபாசனை எனப்படுகிறது.

ஏதோ ஒரு சாதனைமூலம் உங்கள் அருகில் கடவுள் இருப்பை உணர்கிறீர்கள். ராமநாமமே உங்களிடத்தில் கடவுளின் இருப்பை உணர்வதற்கு மிக எளிதான சாதனம்.

மனதை நாமத்துடன் பொருந்தச் செய்வது உங்களை நாமத்துக்கப்பாற் கொண்டு செல்லும். பின்னர் கடவுள் இருப்பு உங்களைச்சுற்றி எங்கும் உங்களுள்ளும் உணரப்படும்; ஏனெனில் அவர் சர்வவியாபகமானவர்.

பிரபுத்துவம்

- சுவாமி இராஜேஸ்வரானந்தர் -

பிரபுத்துவம் சமூக ஒழுங்கில் ஒரு சிறந்த அணிகலம். அது ஒரு தயாளசிந்தையும் பிறர் நலப்பற்றுமுடைய மனதின் அறிகுறி. ஓர் உதாரண குணமுடைய மனம் பெற்றிருப்பது உண்மையாகப் பிரபுத்துவமே.

பிரபுத்துவம் தெரிந்தெடுத்தற்குரியதாயிருக்க வேண்டும்; மரபுரிமையானதாய் அன்று. திறமையும் தருதிறமே உயர்வின் காரணமும் பிரபுத்துவத்தின் நித்தியத் தனியுரிமையும்.

அறமே பிரபுத்துவத்தைச் செல்லக்கூடியதாகச் செய்யும் நாணயம். வெறும் பிறப்பு கணிக்கப்படுவதில்லை. பிரபுத்துவ உரிமையை உண்டாக்குவது செல்வமோ மரபோ அன்று. கண்ணிய நடத்தையும் கவர்ச்சிகரமான பெரும் மனப்பான்மையும் மனிதரை மேன்மையானவராகச் செய்கின்றன.

வீரம் சுதந்திரம், அல்லது அறம் பிரபுத்துவத்தின் விசேட தகுதியைக் காட்டுகிறது. கௌரவப்பட்டங்கள் ஒருவரின் மதிப்பைக் கூட்டுவதில்லை. ஆனால் ஒருவர் தன்மரியாதைப் பட்டங்களைக் கௌரவிப்பவராய் நிருபிக்க வேண்டும்.

ஒருவர் தனக்குத்தானே பிரபுவாக இருக்க வேண்டும். ஒருவர் தன்திறமையாற்றலில் நிலைகொள்ள வேண்டும். அப்படியான ஒருவர் பிரபுத்துவம் வாய்ந்தவர், அபூர்வமானவர். அப்படிப்பட்ட ஒருவர் உயர்தரமாகத்திரும்பப் பிறப்பதிலும் பார்க்கச் சிறப்பாக நினைவு கூரப்படுவர்.

நீங்கள் உங்களைப்பற்றி இழிவாக அல்லது நிந்திப்பாக எண்ணிக்கொண்டிருந்தால் நீங்கள் ஒருகாலமும் பிரபுத்துவம் வாய்ந்தவர்களாயிருக்கமாட்டீர்கள். நீங்கள் உங்களையே முதன்மையாக அல்லது கடையாக எண்ணப்பழகினால் நீங்கள் ஒரு போதும் பிரபுத்துவம் வாய்ந்தவர்களாகயிருக்கமாட்டீர்கள்.

திருத்தொண்டர்களினதும் அறிவர்களினதும் தொடர்பே பிரபுத்துவத்தின் சிறந்தபள்ளி. அவர்கள் பிரபுத்துவம் வாய்ந்தவர்களும் நன்மையானவர்களும் மாத்திரம் அன்று; ஆனால் தெய்வத்தன்மை வாய்ந்தவர்களுமே.

"மதங்களின் அடிப்படைத் தத்துவத்தில் வேறுபாடில்லை; மனிதர்களிடமே முரண்பாடு"

சகோதர உறவும் சௌஜன்யமும் நிலவி உலகம் சேஷமமுற நீதிபதி இஸ்மாயில் வேண்டுகோள்

மதுரை காந்தி மியூஸியத்தில் நடந்த "உலக சமய, தத்துவ, கலாசார மாநாட்டை ஸ்ரீ ஜகத்குரு சங்கராச்சார்ய சுவாமிகள் அவ்வாறு அழைத்திருப்பது சாலவும் பொருந்தும்" என்று நீதிபதி திரு.எம்.எம். இஸ்மாயில் கூறினார்.

மாலை நிகழ்ச்சியில் நீதிபதி இஸ்மாயில் தலைமை வகித்து உரையாற்றுகையில், இவ்வாறு கூறினார். அவர் மேலும் பேசுகையில் கூறியதாவது, இன்று இடைவெளி சுருங்கி வருகிறது. உலகின் பல்வேறு பகுதிகளில் வாழ்ந்து வரும் மக்கள், பெருமளவில் ஏற்பட்டுள்ள விஞ்ஞான வளர்ச்சி காரணமாகவும், தகவல், தொடர்பு வசதிகள் இருப்பதாலும் பரஸ்பரம் நெருங்கிவர ஆரம்பித்துள்ள போதிலும், மதத்தாலும், இனத்தாலும், வர்ணத்தாலும், மொழியாலும், ஜாதியாலும் மாறுபட்டிருப்பதன் காரணமாக மோதலிலும், தகராறிலும் ஈடுபட்டு கசப்புணர்ச்சிக்கு ஆளாகி வருவது விசித்திரமாக இருக்கிறது. இப்பிரபஞ்சம் முழுமைக்கும் ஒரே உலக சர்க்கார் அமைய வேண்டும் என்று சிந்திக்கும் அளவிற்கு உலக மக்கள் இன்று மிக நெருங்கி வந்து கொண்டிருக்கிறார்கள் என்பதை யாரும் உணர்வர். ஆனால் நமது அறிவின் வளர்ச்சி காரணமாக இந்த முன்னேற்றம் ஏற்பட்டிருந்தும், தார்மீக ரீதியிலும், ஆன்மீக ரீதியிலும் அதற்கு இணையான வளர்ச்சியிலும், அபிவிருத்தியிலும் நாம் அக்கறை கொள்ள முடியாமல் இருப்பது துயரந்தரும் அம்சமே. நமது சமயங்களின் பலவீனமோ, தத்துவம், அல்லது கலாசாரத்தின் பலவீனமோ, அல்லது குறைபாடோ இதற்குக் காரணமல்ல. ஆனால், நமது குறுகிய கண்ணோட்டமும், சுயநலம், அகந்தை, மமதை ஆகியவையே காரணமாகும். இந்த நூற்றாண்டு இரு பெரும் உலகப் போர்களைக் கண்டது. லட்சக் கணக்கான மக்கள் உயிர் துறந்தனர். உலகின் பல பகுதிகள் அழிந்தன.

மனிதகுலம் போற்றிவந்த பல அரும் பண்புகள், குணங்கள் அழிந்தன. விரக்தி மனப்பான்மையும், பழிவாங்கும் உணர்ச்சியும் மிகுந்தன. இன்னமும் உலகில் பல மோதல்கள் நிகழ்ந்து கொண்டே இருக்கின்றன. உலக அளவில் இல்லாவிட்டாலும், ஆங்காங்கு பல பிராந்தியங் களிடையே, பல நாடுகளிடையே மோதல்கள் இருந்து கொண்டே இருக்கின்றன, இந்தத் தொல்லைகள் சூழ்ந்த நிலையில், ஒரு குறிப்பிட்ட நாட்டைச் சார்ந்தவன் என்றோ, ஒரு குறிப்பிட்ட மதத்தை பின்பற்றுகின்றவன் என்றோ, ஒரு குறிப்பிட்ட மொழியைப் பேசுகின்றவன் என்றோ நினையாமல், மனிதனை மனிதனாகவும், சில அடிப்படை ஆதார பண்புகளையும், குண நலன்களையும் பற்றியும் ஒருவன் சிந்திக்கத் தெரிந்து கொண்டு, சண்டையிட்டு வரும் இரு கோஷ்டிகளிடையே உயர் அளவில் சௌஜன்யத்தை உருவாக்கி அதன் மூலம் விரோதத்திற்கும், மனக்கசப்பிற்கும், பகைமைக்கும் மூலகாரணமாக அமைந்திருந்த கீழ்த்தர உணர்ச்சிகள், கீழ்த்தரமான அபிலாஷைகளை அடியோடு ஒழிக்கா விட்டாலும், ஓரளவாவது திறம்பட கட்டுப்படுத்தவாவது இடையறாது பாடுபட வேண்டும். மனிதகுலமனைத்தையும் நாகரீகப்படுத்தி மேம்படுத்துவதே அனைத்து சமயங்களின் அடிப்படை இலட்சியமாக இருந்தும் அதே சமயங்கள் தான் மோதல்களை ஏற்படுத்த காரணமாகிறது என்பது மனதுக்கு சங்கடம் தரும் துயரமாகும். சமயம் என்பது வாழ்க்கை நியதியாக இருக்க வேண்டும். பூரணத்துவ நிலையை நோக்கி மனிதனை மேம்படுத்துவதையே மதங்கள் இலட்சியமாகக் கொண்டிருக்க வேண்டும் என்றார். எந்த மதத்தையும் இரண்டு கண்ணோட்டத்தில் காணவேண்டும். மனிதன் தான் வாழ்ந்துவரும் சமுதாயத்தில் பிற நபர்களின் மத்தியில் தனது அன்றாட வாழ்வில் எப்படி வாழவேண்டும் என்ற நியதிகளையும், கட்டுப்பாடுகளையும் நிர்ணயிப்பது அதில் ஒரு அம்சமாகும். அதாவது சமுதாயத்தின் உறுப்பினன் என்ற முறையில் ஒரு மனிதன் அந்தச் சமுதாயத்திற்குச் செய்யவேண்டிய கடமைகள்; பொறுப்புகள் அந்தச் சமுதாயத்தில் அவன் அனுபவிக்கக்கூடிய உரிமைகள், சலுகைகள் பற்றியதாகும்.

அந்த மனிதனுக்கும், அவனைப் படைத்த தெய்வத்திற்கும் இடையே உள்ள உறவுகள் பற்றியது இரண்டாவது அம்சமாகும். மனிதனுக்கும் தன்னைப் படைத்தவனுக்கும் உள்ள உறவு நிலையானது அனுபவத்தின் வாயிலாக அறியத்தக்கது. அது முற்றிலும் அவனது சொந்த விஷயம்.

ஆகவே அந்த உறவை விபரிப்பதோ, வெளிப்படுத்துவதோ இயலாது. தெய்வானுபவத்தைப் பற்றி வெறும் வார்த்தைகளால் பிறருக்குத் தெரிவித்துவிட முடியாது. ஒரு வரம்புக்குட்பட்ட இம்மானுடன் எல்லை கடந்து நிற்கும் இறைவனை நாட முயன்று அதனால் அடையும் அனுபவத்தை சொல்லால் அளவிடற்கரியது. அதை அனுபவித்துத்தான் தெரிந்து கொள்ள வேண்டும். இந்த நிலையில் மோதலுக்கு இடமில்லை. இந்த அனுபவம் ஏற்படும் போது அவன் அமைதி அடைகின்றான். தனக்கு மட்டுமின்றி, தன்னைப் படைத்தவனோடும், சகல ஜீவராசிகளுடனும் அவன் அமைதி நிலை அடைகின்றான். சமயத்தின் இந்த அம்சத்தை அனைவரும் அறிந்து உணர்ந்து கொண்டு விட்டால், தகராறுக்கோ அல்லது கண்டனங்களுக்கோ வழியே இல்லாமல் போய்விடும்.

நமது சகோதரர்களுடன் நமது உறவுகள் பற்றி சகல மதங்களும் ஒரே மாதிரியான கோட்பாடுகளையும், கட்டுத் திட்டங்களையும் வகுத்துள்ளன. ஒரே கடவுள் என்ற உண்மையை நாம் ஏற்றுக்கொண்டு விட்டோமானால் இந்த படைப்புத்தொழில் முழுதும் அந்த ஒரு கடவுளின் செயலே என்பதை அறிந்து கொண்டால், இந்த மதம் உயர்ந்தது. அது தாழ்ந்தது என்ற கோரிக்கைக்கோ, நினைப்புக்கோ இடமில்லாமல் போய்விடும்.

இன்று உலகில் விரோதம், பகைமை, மனக் கசப்பு இவை அனைத்திற்கும் காரண பூதமாக இருப்பது தனிமனிதனின் சுய நலமும் தனது சகஜீவன்களுக்கு என்ன நேரிடுகிறது என்பதைப் பற்றி கிஞ்சித்தும் கவலைப்படாமல் தான் மட்டும் மேம்பாடு காணவேண்டும் என்ற விருப்பம். தனது சக ஜீவன்களை விட தான் மட்டும் அதிக செல்வத்தையோ, அதிகாரத்தையோ பெற்று அதனால் ஏற்படுகின்ற மமதை, அகந்தையே காரணமாகும். இந்த சுயநலம் அழிந்து, தோழமை உணர்வு ஏற்பட்டால் இரவு போய் பகல் வருவது போல அமைதியும் சௌஜன்யமும் நிலவும்.

இந்த இலட்சியத்தை அடைய உலகின் பல்வேறு மதங்களும் உதவி புரிந்துள்ளன. தற்போது நான் இஸ்லாம் செய்துள்ள ஓரிரு சேவைகளைப் பற்றி மட்டும் கூறி பெருமளவில் இஸ்லாத்தைப் பற்றி ஏற்பட்டுள்ள தப்பெண்ணத்தைப் போக்க முயற்சிக்கிறேன்.

ஒரே கடவுளை இஸ்லாமும் வலியுறுத்திய போதிலும் மற்ற மத குருக்கள், மதங்கள் கூறியனைத்தையும் நம்பி ஏற்கும்படி இஸ்லாத்தை பின்பற்றுபவர்களைக் கேட்டுக்கொள்கிறது. இது சமரச மனோபாவத்தை முக்கியமாக வலியுறுத்தும் ஒன்றாகும். உலக மதங்களிடையே அமைதியும், சௌஜன்யமும் ஏற்படவும் இஸ்லாம் அடிகோலுகிறது.

புனித குரான் அப்ரஹாம், இஸாக், ஜேகோப், நோவா, டேவிட், சாலமன், மோசஸ்யேசு, இஸ்மாயில், எலிஷா ஜோனஸ் போன்ற பல தவ சிரேஷ்டர்களைப் பற்றி குறிப்பிடுகிறது. ஆண்டவன் மக்களுக்கு வழிகாட்டிச் செல்ல அவர்களுக்கு புனித நூலையும், அதிகாரத்தையும், மதகுரு என்ற பதவியையும் அளித்தது. மனித குலத்துக்கு வழிகாட்ட பல ஆண்டவனின் தூதர்களை அனுப்பி, அவர்கள் மூலமாக ஆண்டவனின் செய்தியைப் பரப்பியது.

அனைவரையும் அன்புடனும், கருணையுடனும் நடத்த வேண்டும் என்று குரான் வலியுறுத்துகிறது.

நபிகள் நாயகத்தின் புனிதப் பணிகளையும், குரானின் வேத கோட்பாடுகளையும் திரு. இஸ்மாயில் விரிவாக எடுத்துரைத்தார்.

கீதை போதிக்கும் பக்திமார்க்கத்தைப்பற்றியும், திரு. இஸ்மாயில் விவரித்தார். எல்லா மதங்களும் சில அடிப்படைப் பண்புகளை வலியுறுத்தி வருவதுடன் அவற்றை மனிதன் பெற்று நடைமுறையில் அனுஷ்டிக்க வேண்டும் என்று வலியுறுத்துவதை நினைவூட்டினார். அனைத்து மதங்களும் அனைத்து ஜீவராசிகளிடமும் அன்புகாட்டுக, கருணை காட்டுக, மனிதர்களைப் போலன்றி அற்ப ஜீவராசிகளாகக் கருதப்படும் பட்சிகளிடமும் அன்புடன் நடந்துகொள்க. உதவி தேவைப்படுகின்றவர்களுக்கு உதவிசெய்க. பிறரது கருத்துக்களை மதித்து நடந்துகொள்க. பலவீனமான, துயருற்ற மக்களின் துயர்களை களைந்திடுக என்றே வலியுறுத்துவதைக் கூறினார். உரிமைகளும் கடமைகளும் பரஸ்பரம் அனுசரணையானவை. ஆகவே, ஒருவனது உரிமை மற்றவனது கடமையாகிறது. ஒருவன் இந்த உரிமைகளை அங்கீகரித்து, தனது கடமைகளைச் செய்வதால்தான் மற்றொருவன்

தனது உரிமையைப் பிரயோகித்து,அனுபவிக்க முடிகிறது. ஆகவே முரண்படாமல், அமைதியும், சௌஜன்யமும் நிலவ வேண்டுமானால், ஒருவன் தனது உரிமையை பயன்படுத்த உரிமையுள்ளது போல, தனது கடமையைச்செய்தாக வேண்டும். இதனால் தான் ஒருவன் தனது கடமையை அறிந்து செயல்படுத்தினால், அவனது உரிமைகள் தானாக அவனுக்கு வந்து சேரும் என்று மகாத்மாகாந்தி கூட கூறியுள்ளார்.

மத உணர்வோடு இரு, மூட நம்பிக்கை உள்ளவனாக இராதே. பண்புள்ளவனாக இரு, மற்றவர்களை விட தானே ஒழுக்கசீலன் என்று எண்ணமுடையவனாகாதே. பக்திமானாக இரு, மத வெறி பிடித்தவனாக இராதே. செல்வம் திரட்டு, கொடூரமான வழியில் அதைச் சேர்க்காதே. மகிழ்ச்சி அடை, ஆனால் அமோக குதூகலமடையாதே. என்றெல்லாம் மகா பாரதத்தில் ஒரு அழகான செய்யுள் மனிதன் செய்ய வேண்டுவது என்ன, செய்யக் கூடாதது என்ன என்பதை விவரமாக வகுத்துள்ளது.

'நம் அனைவருக்கும் ஆண்டவனது கருணையும், அன்பும், ஆசியும் கிடைத்து அந்த அன்புக்கும் கருணைக்கும் பாத்திரமானவர்களாக நாம் ஆகி, நமது செயல்களில் மிதமாக நடந்து கொண்டு, பிறருக்கு நன்மை செய்யவே இடையறாது பாடுபட்டு, பிறரிடமிருந்து நாம் எதிர்பார்க்கும் உரிமைகள் சலுகைகளைவிட, அவர்களுக்கு நாம் எவ்விதத்தில் கடமைப்பட்டுள்ளோம் என்பதை அறிந்து சேவை புரிந்து எங்கும் ஆண்டவனின் தெய்வத் தன்மை பரவிக்கிடப்பதை அறிந்து, நாம் இறுதி யாத்திரை செல்லும்போது நன்மையன்றி பிற எதையும் விட்டுச் செல்லாத புனிதமான மேம்பட்ட நிலையை அடைவோமாக என்று கூறி எனது உரையை முடித்துக் கொள்கிறேன் என்றார்.

இராமகிருஷ்ண உபநிஷதம்

கமலாவின் கண்ணாடி

சக்கரவர்த்தி இராஜகோபாலாச்சாரியர்

"அம்மா! நீங்கள் தந்த கண்ணாடி பிரயோசனமற்றது. எனது முகத்தை நிறைவானதாகக் காட்டாதாமே" என்று வருந்தினாள் கமலா!

"கமலா! கண்ணாடியில் ஒரு குறையும் இல்லை! கண்ணாடியின் மேற்புறத்தில் தூசி படர்ந்துள்ளது. நீ அதனைத் துடைக்க வேண்டாமா? அவ்வளவு தான்!" என்றாள் அம்மா! அதனை மகளிடம் பெற்று ஒரு துண்டினால் துப்புரவு செய்து கொடுத்தாள். கமலா அதனை வாங்கித் தன் வதனத்தைக் கண்ணாடியில் பார்த்தாள்! என்ன துப்புரவான வெளிச்சம்! மிகவும் சந்தோஷமடைந்தாள்.

தியானத்தில் இறைவனைத் தரிசிப்பதிலும் உள்ள பரம இரகசியம் இத போன்றதே! உனது மனதை - நெஞ்சை - தூய்மையாக வைத்திருந்தாயானால், தெய்வ தரிசனம் நிச்சயம் கிடைக்கும்; ஆசை, அவா, இச்சை இவைகளினால் உனது மனது மூடிண்டு இருந்தால் இறைவனைக் காண இயலாது; தேவியை நேருக்கு நேர் கண்டு தரிசிக்க ஸ்ரீ இராமகிருஷ்ண பரமஹம்ச தேவருக்கு முடிந்தது எவ்வாறு? அவரது மனம் பளிங்கு போன்று தூய்மையான அன்பினால் நிறைந்திருந்தது. இதுதான் நாம் அவரிடமிருந்து படிக்க வேண்டிய பாடமாகும். எங்கள் உள்ளம் கண்ணாடிக்குச் சமமாகும்! அவை தூய்மையாக இருந்தால் இறைவனைக் காண முடியும்.

ஒரு குளத்தின் அண்மையில் உள்ள செடி கொடிகளும் வான வெளியில் உள்ள ஒளியும் அக்குளத்தின் நீரில் பிரதிபலிப்பதைப் பார்க்க முடியும். ஆனால் சிறிய காற்றின் அசைவினால், தெளிவாக இருந்த பிம்பம் உடனே மறைந்து விடுகின்றது. ஆண்டவனைப் பற்றிய காட்சியும் அவ்வாறே. எங்கள் இருதயத்தில் அழுக்காறுகள் இல்லையேயானால், கோபம் அல்லது அதனைத் தூண்டும் வெறுப்பு இல்லையேயானால் நாங்களும் இறைவனை எளிதில் காண முடியும். ஆசை, கோபம், வெறுப்பு ஆகிய துர்க்குணங்களால் பீடிக்கப்பட்டுள்ளோமாயின் இறைவனின் தோற்றம் எமது நெஞ்சிலிருந்து மறைந்து விடும்.

அதிகமான வசதிகளை அமைத்துக் கொண்டு எங்கள் கருமங்களை ஆற்றுவதனைப் படிப்படியாகக் குறைத்து வருதல் வேண்டும். எங்கள் குடும்பங்களை பெரிதிலாயினும் சிறிதிலாயினும் அடக்கிக் கொள்ளுதல் வேண்டும். இந்த முயற்சியில் எங்கள் பொது அறிவியல் ஞானம் கை கொடுக்க வேண்டும். பயனற்ற வார்த்தைகளைப் பேசாது பற்றற்ற உண்மை நிலையை அறிய வேண்டும்.

எங்கள் மனதை இந்த நிலைக்குக் கொண்டு வந்து விட்டால், இறைவனின் காட்சி, சலனமற்ற நீரில் காண்பது போன்று தெரியும். உலகமளவு ஆசையும் பற்றும் ஆழம் தெரியாத ஒரு கிடங்குக்குச் சமானமாகும். ஒரு சிறு குழந்தை கிணற்றண்டை நிற்குமாகில், அதனைப் பார்த்து "இவ்விடம் நில்லாதே! கிணறு ஆழமானது! அதனை எட்டிப் பாராதே! அப்புறம் நகர்ந்து நில்" என்போம்! மக்களின் சீவியமும் பலவிதமான இனம் தெரியாத பொறிக்கிடங்குகளால் உண்டானது தானே! நாங்கள் இதற்குள் வீழ்ந்தோமானால் எம் முடிவு மீளாத முடிவே!

பேராசையையும் சினத்தையும் நாங்கள் இலகுவில் கை கழுவி விட முடியாது. இவைகளிலிருந்து நீங்க முடியாவிட்டால், இவைகளைத் திசைதிருப்பி எங்களுக்கு இவைகள் வம்பு செய்யவிடாது பார்த்துக் கொள்ள வேண்டும். அது எவ்வாறோவெனில் ஆண்டவன் பால் ஆசையைத் திருப்ப வேண்டும். ஆசையையும் வல்லமையையும் ஆண்டவனை அறிவதில் செலவிட வேண்டும். கோபத்தையும் ஆண்டவனிடமே செலுத்துவோம். அவரது தரிசனத்தைத் தராததற்காக பொறுமையை இழந்துவிட்டோமென்று காட்டுவோம்! எங்கள் சகபாடிகளுடன் வெறுப்பு ஏற்படினும் அந்த வெறுப்பையும் இறைவனிடமே காட்டுவோம்! இவ்வாறு பரமஹம்சர் விளக்குகின்றார்! எங்கள் இயற்கைக் குணங்களைத் தூய்மைப்படுத்துவது இவ்வாறு என விளக்குகின்றார்.

காட்டு மிருகங்களைப் பழக்குகின்றோம். யானையையும் அடக்கி நம்வசமாக்குகின்றோம்! எம் மனத்தையும் அடக்கலாம் அதற்கான முயற்சி செய்தால்! மனத்தைத் தன் இச்சைப்பட அலைய விடக்கூடாது! காட்டில் சில உபயோகமற்ற விருட்சங்கள் போன்று பிரயோசனமற்ற எண்ணங்கள் மனத்தை மலைக்க வைக்கின்றன. அவ்வெண்ணங்கள் கட்டுக்கடங்காத கரியாகிவிடும். அறிவு என்ற அங்குசத்தால் ஓடித் திரியும் மனத்தை நல்ல வழிக்குக் கொண்டு வரலாம்.

பற்றையும் ஆசையையும் துரிதமாக விட்டு நீங்க வேண்டும். இவைகளை வளர விடுவோமானால் அறிவு அழிந்து விடும். ஓங்கி வளர்ந்த களைகள் பயிரை அழித்து விடும். களைகளைக் களைந்தால் கன்றுகள் செழித்து வளரும்! துளிர் விட்டு வளரும்! ஞானமாகிய பேரறிவை நீண்டு வளர்ந்த ஆசையும் பற்றும் நசுக்கி நாசமாக்கிவிடும்.

ஓம் சாந்தி! சாந்தி!! சாந்தி!!!

(பிரபல இந்திய சஞ்சிகை "யவான்ஸ் ஜேர்னல்" சித்திரை 29-1973 இல் உள்ளது. தமிழாக்கம் ம.சி. சிதம்பரப்பிள்ளை)

ஒளிமயமான வாழ்வு நல்கும் திருவிளக்குப் பூஜை

ஆனைக்கோட்டையூர் - சின்னத்துரை நவரத்தினம்

ஒளிமயமான இறைவனை உள்ளத்தில் இருத்துவதே திருவிளக்குப் பூஜையாகும்.

தெய்வத்திற்குச் சமமான வஞ்சகம் தெரியாத பிஞ்சு உள்ளம் கொண்ட குழந்தையிடம் போகும் போதும் அல்லது எல்லாத்துறைகளிலும் மேம்பட்ட பெரியவர்களைத் தரிசிக்கப்போகும் போதும் வெறுங்கையோடு போகலாகாது என்பது நல்லுபதேசம். குழந்தைகளிடம் போகும் போது அவர்கட்கு பிடித்த இனிப்புப் பண்டங்களைக் கொண்டுபோவது எல்லா இன, மத மக்களிடையேயும் உண்டு.

மகான்களை வரவேற்கும் போது மங்களமான முறைகளில் அதாவது நிறைகுடம் வைத்து மலர்மாலைசூடி, குத்துவிளக்கேற்றி வைக்கப்படுகிறது. இத்தகைய பெரியோர்களிடம் போகும்போதும் மலர், வெற்றிலை, பழவகை, போன்றவைகளையும் கொண்டு சென்று தமது அன்பு, பக்தி, மேலிட உபசரணைகள் செய்து ஆசீர்வாதம் பெறுகின்றனர். இது அன்று தொட்டு இன்றுவரை இருந்துவரும் தமிழர் பண்பாடு.

ஆனால் எம்மையெல்லாம் படைத்துக் காத்தருளும் அகிலாண்டகோடி நாயகனான இறைவனைத் தரிசிக்கப்போகும் போது அடியார்கள் ஸ்நானம் செய்து, விபூதி தரித்து, தோய்த்து உலர்ந்த வஸ்திரம் அணிந்து, அர்ச்சனைப்பொருட்களுடன் செல்கின்றனர். பெருமானை வழிபட்டு மீளும்போது அர்ச்சிக்கப்பட்டனவற்றை தெய்வ சம்பத்தாகப் பயபக்தியுடன் கோயில் அந்தணப் பெருமக்களிடமிருந்து பெற்று இல்லம் ஏகுகின்றனர். ‘சலம் பூவொடு தூபம் மறந்தறியேன் தமிழோடு இசைபாடல் மறந்தறியேன்” என்று அப்பர் திருத்தாண்டகம் அறிவுறுத்துகிறது. “யாவர்க்குமாம் இறைவற்கொரு பச்சிலை, யாவாக்குமாம் பசுவுக்கொரு வாயுறை” என்று திருமூலர் திருமந்திரமும் இடர்புரிவதும் நமது பாவத்தை நீக்கி நல்லருள் புரிவதன் பொருட்டேயாம்.

இறைவனுக்கு ஏதும் நிவேதித்து வழிபடுதல் சாலவும் நன்று என்று வலியுறுத்துகிறது.

எல்லாம் வல்ல நல்ல ஈசனை வழிபடப் பல வழிகளுண்டு. அவற்றுள் திருவிளக்குப் பூஜையும் முக்கியமானதொன்றாக இடம் பெறுகிறது. செம்பொற் சோதியாக நின்ற ஈசனுக்குப் பூஜையாகுமுன் எந்தக் கோயிலிலும் முதல் திருவிளக்கு ஏற்றுகின்றனர். இது மிகவும் பிரதானமான, விசேஷமான சரியைத் தொழில். திருவிளக்கு எல்லா மங்களகாரியத்திற்கும் ஒரு முன்னோடியாகவும், நிறைவு செய்வதாகவும் அமைந்து விடுகிறது. மங்களப்பொருளான விளக்கை இந்துக்கள் தீப லக்ஷ்மி என்கின்றனர்.

விளக்கை - செவ்வாய், வெள்ளி தோறும் மினுக்கிப் பொட்டிட்டுப் பூமாலை சூடி ஒளியேற்றுவது மனதிற்கு இதமான ஒரு மங்களகாரியம். திருவிளக்குப் பூசையை இல்லத்தரசிகள், இளம் பெண்கள் தனித்தும் கூட்டாயும் செவ்வாய், வெள்ளி, அமாவாசை, பூரணை, பிரதோஷம், கார்த்திகை, நக்ஷத்திரம் வரும் விரத தினங்கள் போன்ற முக்கியமான நாட்களில் செய்து வந்தால் இகறபரசுகமெல்லாம் எளிதில் கிட்டும். திருவிளக்கேற்றுவதை ஆண்களும் பக்தியோடு செய்துவரின் வேண்டிய இஷ்ட சித்திகளைப் பெற்றுய்யலாம். அஞ்ஞான இருளைப் போக்கி மெய்ஞ்ஞான ஒளி பெற திருவிளக்கு வழிபாடு பெரிதும் உதவுகிறது.

திருக்கோயில்களில் திருவிளக்கிடுதல், கிருக லக்ஷ்மியில் (அதாவது வீட்டில்) தீப லக்ஷ்மி தினமும் காலை, மாலை ஏற்றி வழிபட மனதில் ஆறுதல், சாந்தி, சமாதானம், குடும்ப விருத்தி, ஆயுள், ஆரோக்கியம், செல்வம் முதலியன பெருகும். “திருவிளக்கிட்டாரைத் தெய்வம் அறியும்” என்பதற்கு ஒரு நல்ல கதையுண்டு. சிவராத்திரியன்று பார்வதி பரமேஸ்வரன் முன்னிலையில் ஒரு விளக்கு மங்கி எரிந்து கொண்டிருந்தது. அச்சமயம் யாரொருவர் வந்து திரியைத் தூண்டி ஒளியைக் கூட்டுகின்றனரோ அவருக்கு நல்வரம் அளிக்க வேண்டுமென்று எமது அம்மையும் அப்பனும் புன்னகையோடு இந்த முடிவைச் செய்து வீற்றிருந்தனர். அச்சமயம் விளக்கிலுள்ள நெய்யைப் பருக வந்த எலி முகத்தில் சூடு பட்டுத் துடித்து ஓடும் போது திரி தூண்டப்பட்டு சுடர் பிரகாசித்தது. இதன் நற்பலனாக அந்த எலி அடுத்த பிறப்பில் மகாபலிச்

சக்கரவர்த்தியாகப் பிறந்து சகல சௌபாக்கியங்களுடனும் இராச்சியம் ஆண்டது.

எனவே தினமும் திருவிளக்கேற்றி வழிபடுவோர் என்னென்ன நற்பலனை அடைவர் என்பது சொல்லாமலே விளங்கும். திருவிளக்கேற்ற நெய் அல்லது எண்ணெய் உதவுவோர், திருவிளக்கு ஏற்றுவோர், சுவாமி எழுந்தருளும் போது சுவாமிக்கு தீவர்த்தி பிடிப்போர், சாம்பிராணி புகை பிடிப்போர், சாமரை வீசுவோர், சுவாமி காவுவோர், பூசைக்கு மலர் பறித்துக் கொடுப்போர், திருக்கோயிலை கழுவுவோர் அல்லது மெழுகுவோர், கும்பாபிஷேகம் செய்விப்போர், திருக்கார்த்திகை விளக்கீடு உபயம் செய்வோர், யாவரும் பண்பும் பக்தியும் நிறைந்த தருமசீலர்கள் எனலாம். இத்தகைய அருள் வள்ளல்களுக்கு கடவுள் தனமும் கல்வியும், தளர்வறியா மனமும், தெய்வவடிவும் நெஞ்சில் வஞ்சமில்லாத நற்குணங்களும் கொடுப்பார். "விளக்கிட்டார் பேறு சொல்லின் மெய்ந்நெறி ஞானமாகும்" என அப்பரடிகள் அருளியுள்ளார்.

மேற்குறிப்பிட்ட தொண்டுகளை மனந்தளராது நம்பிக்கையோடு இறைவன்மீது அன்பு பூண்டு செய்தலே சிறப்பைத்தரவல்லது. இந்து சமயத்தில் நம்பிக்கையே தேவவாக்கு. "நம்பிக்கையோடு தும்பிக்கையானைத்தொழ வாழ்வு வளமாகும்" என்றெல்லாம் உண்மைக் கூற்றுகள் ஆதாரமாக உள்ளன.

"தூய்மையே தெய்வீகம்" (purity is divinity) என்ற பழமொழிக்கிணங்க நாம் வசிக்கும் இல்லங்களை அடிக்கடி கழுவியும், கழுவாத நேரங்களில் மங்களப் பொருள்களில் ஒன்றான மஞ்சள் கரைத்த நீரை தெளித்தும் புனிதமாக்கியும் கோலமிட்டும் தினமும் காலை, மாலை மலர்தூவி திருவிளக்கேற்றி சாம்பிராணிப்புகை காட்டியும் வந்தால் இல்லத்தில் செல்வத்திற்கு அதிபதியாகிய இலக்குமியும் உவந்து வீற்றிருந்து அருளாட்சி செய்கிறாள். திருவிளக்குப்பூஜை செய்யும் பெண்களும் நல்ல மனதிற்குகந்த கணவனை மணந்து, குழந்தைச் செல்வத்தோடும், மஞ்சள் குங்குமத்தோடும் நீடுழி வாழ்வர் என்பது உறுதியென்று அறுதியிட்டுக்கூறலாம். இதுவுமல்லாமல் இந்தமாதிரியான தீபபூஜை, கோபூஜை (பசுவுக்குரிய பூஜை) போன்றவற்றைச் செய்து வரும் இல்லங்களில் நோயுற்று அடராமல், நொந்து மனம் வாடாமல், பாயிற்கிடவாமல் சகலவித சாப, பாப, திருஸ்டி, தோஷங்கள் போன்ற இருளும் மருளும் நீங்கித் தனம், தானம், தவம், கருணையுள்ளம்,

கீர்த்தி குன்றாத வளமை, குன்றாத இளமை ஆகியன செழிப்புற்றோங்கு கின்றன.

சமய தீட்சை பெற்ற இந்துக்கள் இரவில் சாப்பிடும் நேரங்களில் தற்செயலாய் விளக்கு அணைந்து விட்டால் மீண்டும் விளக்கு ஏற்றும்வரை சிவமூலமந்திரத்தை உச்சரித்து விளக்கேற்றியபின் உணவுக்கு நீர் தெளித்து புனிதப்படுத்தி உணவை ஆண்டவனின் பிரசாதமாக நினைத்து உண்கின்ற பண்பும், கலாசாரமும், திருவிளக்கிற்கு அளிக்கப்படும் முக்கியத்துவமும் அன்றுதொட்டு இன்று வரை இந்து சமயத்தவர் கடைப்பிடித்துவரும் தூய ஒழுக்கநெறி.

பாலில் நெய் மறைந்திருப்பது போல ஜோதியில் மறைந்திருக்கும் இறைவன் தன்மையைப் பின்வரும் பாடல் விளக்குகிறது.

"விறகில் தீயினன் பாலில் படுநெய்போல்
மறைய நின்றுளன் மாமணிச் சோதியான்
உறவு கோல் நட்டு உணர்வு கயிற்றினால்
முறுக வாங்கிக் கடைய முன்னிற்குமே"

"தீப தரிசனம் பாப விமோசனம்" என்ற அழியாத உண்மைக் கூற்றுக்கிணங்க ஆலயங்களிற் சென்று தீப பூஜைகள் காண்பதினால் பழைய கர்ம தோஷங்கள், மாறாத சர்மநோய்கள், பகைகள், யாவும் சூரியனைக்கண்ட பனிபோல் நீங்குகின்றன.

இறைவன் பேரொளி வடிவினன் என்பதற்கு பல ஆதாரங்களை நாம் எடுத்தாளக்கூடியதாயிருக்கிறது.

'தூண்டு சுடரனைய சோதி கண்டாய் தொல் அமரர் சூளாமணிதான் கண்டாய்', "எல்லாஞ் சிவனென்ன நின்றாய் போற்றி எரிசுடராய் நின்ற இறைவா போற்றி" என்று திருநாவுக்கரசு நாயனாரும், விண்ணாளுந் தேவர்க்கு மேலாய வேதியனாகிய அண்ணாமலையான் ஒளி மழுங்கித் தாரகைகள் தாமகல", "சோதியே சுடரே சூழொளி, விளக்கே", "அருளுடைச் சுடரே அளித்ததோர் கனியே" என்று திருவாசகம் தந்த மணிவாசகரும், "விண்ணிறைந்து மண்ணிறைந்து மிக்காய் விளங்கு ஒளியாய்", "மாசற்றசோதி மலர்ந்த மலர்சுடரே", "ஓராதார் உள்ளத்து ஒளிக்கும் ஒளியானே", "சோதியனே துன்னிருளே தோன்றாப் பானுகோபன்

பெருமையனே'', ''காக்கும் எம் காவலனே காண்பரிய பேரொளியே'', ''தோற்றச் சுடரொளியாய்ச் சொல்லாத நுண்ணுணர்வாய்'', என்றெல்லாம் ஆங்காங்கே மணிவாசகர் அருளிய சிவபுராணத்திலேயும்; 'எரிபோல் மேனிப்பிரான் திறம் எப்போதும் செவிகாண் கேண்மின்களோ?'', ''தேடிக் கண்டு கொண்டேன் திருமாலொடு நான்முகனும் தேடித் தேடொணாத் தேவனை என்னுள்ளே தேடிக்கண்டு கொண்டேன்'', என்று திரு அங்கமாலையிலும், ''கற்பனை கடந்த சோதி கருணையே யுருவமாகி'', ''சோதியாய் உணர்வுமாகித் தோன்றிய பொருளுமாகி'' என்று சேக்கிழார் பெரியபுராணத்திலும் நையாத மனத்தினனை நைவிக்கும் ஐயனைப்பற்றி பல்லாண்டென்னும் பதங்கடந்த பெருமானைப்பற்றி, ''குனித்த புருவமும் கொவ்வைச் செவ்வாயிற் குமிண் சிரிப்பு'' முள்ள தில்லைக் கூத்தன் பேரொளிப்பிளம்பான வானவன் என்றெல்லாம் ஏற்றிப் போற்றி வர்ணிக்கப்படுகின்றன.

இன்னும் ''மருவாய் மலராய் மணியாய் ஒளியாய்'' என்று கந்தர் அநுபூதியிலும், ''சோதியாந் தணிகை யீசன் றூரிசிலா விழியைக் காக்க'' என்று சண்முக கவசத்திலும் ''சீர்தரு மூலச் செழுஞ்சுடர் விளக்கே'' என்று நக்கீர தேவரின் விநாயகர் திருவகவலிலும் ''ஒளிவளர் விளக்கேயுலப்பிலா வொன்றே'' என திருவிசைப்பாவிலும், ''கள்ளப் புலனைந்துங் காளா மணிவிளக்கே'' என்று திருமூலர் திருமந்திரத்திலும், ''மறைமுடி விளக்கே போற்றி மாணிக்க மலையே போற்றி'', ''அருட்சோதித் தெய்வம் எனை ஆண்டுகொண்ட தெய்வம்'' என்று அருட்பிரகாச வள்ளலாரும் துள்ளி நன்னடனமாடும் தூய சிற்சோதி வடிவினனே இறைவன் என்று பல இடங்களில் ''விளக்கு'' என்று பாமாலைகள் புனைந்தேற்றப்பட்டுள்ளன.

திருவிளக்கிடுவதற்குப் பசு நெய் மிகவும் உத்தமமானது. அதுபெற இயலாதவர்கள் நல்லெண்ணெய், தேங்காயெண்ணெய், இருப்பை நெய் முதலியவற்றால் திருவிளக்கிடலாம். ஜென்மச்சனி, அட்டமத்துச்சனி தோஷங்களால் அவதியுறுவோர் பிரதி சனிக்கிழமைதோறும், முடியாவிடின் ஒவ்வொரு மாதமும் ஏதாவதொரு சனிக்கிழமை சனீஸ்வரனுக்கு எள்ளுப் பொட்டணி கட்டி நல்லெண்ணெய் விட்டுக் கொளுத்தி வர துன்பங்கள் படிப்படியாக அகன்று நிவர்த்தி பெறலாம்.

திருவிளக்கு ஏற்றுவதற்கு நூலால் அமைந்த திரிகளே உத்தமமானவை. பருத்தி நூல், தாமரை நூல், வெள்ளெருக்கு நூல்

இவைகளில் ஏதாகினும் ஒன்றால் திரி சமைத்து இடுதல் சிறப்பானது. ஒரு திரியை மட்டும் ஏற்றுவதானால் தீபஜோதி கிழக்கு முகமாகவே விளங்க வேண்டும். விரும்பின் ஐந்து முகத்திலும் ஜோதியை ஏற்றலாம். இடக்கையால் தீபம் ஏற்றுதல் போன்ற எந்த வித மங்களகாரியங்களும் செய்தல் ஆகாது. முடிவில் அன்புக்காணிக்கையாக ஒரு அரிசியைத் தீபத்தின் மேல் தட்டில் வைத்து எப்பொழுதும் "என் உள்ளொளி பெருக்க வேண்டுமென்று" பிரார்த்தனை செய்து திரியை உள்ளே இழுத்து ஒளியை நெய்யில் மறையச் செய்ய வேண்டும். கையால் வீசியும், வாயால் ஊதியும் அணைக்கக் கூடாது.

"சீலத் திருவிளக்கே! சீதேவி இலக்குமியே"
கோலத் திருவிளக்கே! கும்பிட்டேன் நின்அடியே!"

"எல்லா விளக்கும் விளக்கல்ல சான்றோர்க்குப்
பொய்யா விளக்கே விளக்கு"

(திருக்குறள்)

"விளக்கைப் பிளந்து விளக்கினை யேற்றி
விளக்கினுக் குள்ளே விளக்கினைத் தூண்டி
விளக்கில் விளக்கை விளக்க வல் லார்க்கு
விளக்குடை யான்கழல் மேவலுமாமே."

(திருமந்திரம்)

"மாலை விளக்கும் மதியமும் ஞாயிறுஞ்
சாலை விளக்குந் தனிச்சுடர் அண்ணலுள்
ஞானம் விளக்கிய நாதன் என் உள் புகுந்து
ஊனை விளக்கி யுடனிருந்தானே"

(திருமந்திரம்)

"உடம்பெனும் மனைய கத்துள் உள்ளமே தகளியாக
மடம்படும் உணர்நெய் யட்டி உயிரெனும் திரிமயக்கி
இடம்படும் ஞானத் தீயால் எரிகொள இருந்து நோக்கின்
கடம்பவர் காளை தாதை கழலடி காண லாமே"

(அப்பர் சுவாமிகள்)

யோகாசனம்

யோகாசனக் கிரிகா உடலைத் தளர்த்தும் பயிற்சிகள் தொடர்கின்றன.

1. நின்று கொண்டு உடலைச் சுற்றுதல் (Twisting)

1:1 வலது காலைத் தூக்கி ஒருமீற்றர் அளவாக அகற்றி வையுங்கள்.

1:2 இரண்டு கைகளையும் உயரத் தூக்கவும்.

1:3 வலது புறமாகத் திரும்பி இடது குதிக்காலைப் பார்க்கவும், (சுவாசத்தை வெளியே விட்ட படி)

1:4 சுவாசத்தை இழுத்தவண்ணம் வழமையான நிலைக்குத் திரும்பி வந்து, பின்னர் சுவாசத்தை வெளியே விட்ட வண்ணம் இடது பக்கமாகத் திரும்பி வலது குதிக்காலைப் பார்த்தல். பின்னர் சுவாசத்தை இழுத்த வண்ணம் மறுபக்கம் மாறி மாறி 30 தடவைகள் செய்யப்படல் வேண்டும்.

மாற்றுப் பயிற்சி

1. உடலை முன்னும் பின்னருமாக வளைத்தல் (Bending Exercise)

1:1 கால்களை அகற்றிய வண்ணம் மூச்சை உள்ளே இழுத்து இரு கைகளையும் உயர்த்திய வண்ணம் பின் பக்கம் வளைதல்.

பின்னர் சுவாசத்தை வெளியே விட்டபடி இரு கைகளாலும் நிலத்தை தொடல். இப்படி 30 தடவைகள் இந்த யோக கிரியைப் பயிற்சி செய்யப்படல் வேண்டும்.

நன்மைகள்

தண்டுவடம் முறுக்கப்படுகின்றது.
இடுப்பு உளைவு, ஊளைச் சதை,
கொழுப்பு கரைகின்றது.
ஜீரணசக்தி அதிகரிக்கின்றது.
நரம்புமண்டலம் முறுக்கேற்றப்படுகின்றது.

ந. சிவனேஸ்வரராசா
யோக போதனாசிரியர்
(யோககேந்தரா பெங்களுர்)

கந்தபுராணம் (தொடர்ச்சி...)

மலையயரையன், "அம்மா! தவம் என்பது சாமானிய மன்று; உடல் வருந்தித் திடஞானத்துடன் செய்தல் வேண்டும்; அதற்கு இது பருவமன்று; உனக்கு வயது ஐந்தே நிறைந்துள்ளது; உன் உடல் தவம் புரிதற்கு வலிபெறவில்லை; ஆதலால், தவம் புரியும் எண்ணத்தைத் தவிர்த்தி" என்றனன். அங்ஙனமே தாயும் தடுத்தனள்.

உமாதேவி, "எந்தாய்! எவ்வுயிரையுங் காக்கவல்ல ஈசன் ஒருவனுண்டு; அவனருளின்றி யாரும் தம்மைத் தாமே காத்துக் கொள்ள இயலாது; இப்போது யான் கூறுவதும் அவன் திருவருளே; தடை செய்யாது விடை தாரும்" என, மன்னன் இசைந்து தவச்சாலை செய்து மகளை அதிலிருத்தி, அநேக கன்னியரைக் காவலராகச் செய்து வேண்டுவன செய்தான். பார்வதியார், தவச்சாலை சென்று கன்னியர் பலர்சூழ கண்ணுதற் பரமனை மனமொழி மெய்களால் வழிபாடு செய்து அருந்தவத்திருந்தனர். மலையரசனும், மேனையும், தினந்தோறும் மகளைப்போய்ப் பார்த்துக்கொண்டிருந்தனர்.

'பன்னருஞ் சிறப்பின் மிக்க பனிவரை அரசன் தன்பால் கன்னியம் புதல்வியாகிக் கௌரி' தவம்புரிந்திருந்த காலை, அசுரர் குலத் தலைவனாம் சூரபன்மன் ஆயிரத்தெட்டு அண்டங்களையும் அரசு செலுத்தி ஒப்பாரும் மிக்காருமின்றித் தருக்குற்றிருந்தனன். அந்தக் காலத்தில் சனகாதியர் நால்வரும் சிவபெருமானை நோக்கிப் பன்னெடுங் காலம் தவம்புரிந்து இறைவனருளால் கைலைமலையை அடைந்து, நந்திதேவர் காவல் புரிகின்ற முதல்வாயிலை அணுகி நந்தியெம்பெருமானை வணங்கி அவரருளால் சிவசந்நிதியுட் சென்று நான்முகன் முதலோர் காணா ஞானநாயகனைக் கண்டார்கள். தேவதேவனைக் கண்டவுடனே மொழிகுழற, முழுதுடல் புளகிக்க, விழிபுனல்பெருக, தீ சேர் மெழுகென உள்ளம் உருக, கரமலர் குவிய, இருதயமலர் மலர, ஹரஹர என்று தொழுது, "வானோர்க்கரிய மருந்தே போற்றி, ஏனோர்க்கெளிய இறைவா போற்றி" என்று துதித்து, "அருட்பெருங் கடலே! பொருட்பெருங் கடலாம் வேதமென்னும் புணரியில் மூழ்கி, புந்தி தெளியாது மயங்கியுள்ளோம்; மனம் சாந்தியை அடையவில்லை; அறியாமை நீங்கி மெய்யுணர்வு பெற்றோமில்லை; எமது மனம் அமைதியை அடையும் வழியைக் காட்டி நல்லருள் புரிந்தருள வேண்டும்" என்று விண்ணப்பம் புரிந்தனர்.

அடியார்க்கருளும் அருட்பெரும் வள்ளல் அகமகிழ்ந்து, "உமது மனமடங்கி மெய்யுணர்வு தலைப்படுமாறு கூறுதும்; இருங்கள்" என்று கூற சால்பெருந் தகைமை நால்வரும் பரமேசுவரனை வணங்கி அருகில் கைகுவித்த வண்ணமாக வீற்றிருந்தனர்.

சிவபெருமான் நந்தியங்கடவுளை நோக்கி, "மலர்க்கணைக் கிழவனாம் மன்மதன் தவிர வேறு யார் வந்தாலும் உள்ளே விட வேண்டாமென்று கட்டளையிட, நந்தீசர் "அங்ஙனமே" என்று, கோபுரவாசலில் காவல் புரிந்திருந்தனர். கல்லாலின்கீழ் வீற்றிருந்த கண்ணுதற் கடவுள் சனகாதியர்க்குச் சிவாகமங்களின் நுட்பங்களாகிய சரியை கிரியை யோகமென்ற முப்பாதங்களையும் கூற, சனகாதியர் "எந்தையே! எமக்கு மனமொடுங்குமாறு ஞானபாதத்தைப் போதிக்க வேண்டும்" என்று வேண்ட, புரமெரித்த புரிசடைக் கடவுள் புன்முறுவல் கொண்டு முனிவர்களை நோக்கி, அது வாக்கினால் கூறுவதன்று; இப்படி சும்மாயிருப்பதே ஆகுமென்று தமது திருமார்பிலமைத்த சின்முத்திரைக் கரத்தோடு, ஒரு கணப்போது யோகஞ் செய்வார்போல் மௌன நிலையைக் காட்டி வீற்றிருந்தனர்.

இருவரும் உணரா அண்ணல் ஏனவெள் எயிறி யாமை
சிரநிறை அநந்த கோடி திளைத்திடும் உரத்திற் சீர்கொள்
கரதலம் ஒன்று சேர்த்தி மோனமுத் திரையைக் காட்டி
ஒருகணம் செயலொன்று இன்றி யோகுசெய் வாரின் உற்றான்.

அந்த யோக நிலையைக் கண்ட சனகாதியர் "சிவஞானமானது நூலறிவினால் கிடைப்பதன்று. அநுபவ அறிவாற் கிடைப்பது" என்று முதல்வனருளால் தெரிந்து மனமொடுங்கி சித்திரப்பதுமைபோல் செயலற்றுச் சிவஞானமுற்றிருந்தனர். சிவபெருமான் நால்வருக்கும் ஞானநிலையைக் காட்ட மோனநிலையில் இருந்த ஒருகணப்பொழுதானது பிரமன் முதலிய தேவர்களுக்கெல்லாம் அநேக யுகங்களாயிருந்தது. தேவர்களுக்கே இவ்வாறாயின் ஏனையோர்க்கு இத்துணைக் காலமாயிற்றென்று கூறவல்லார் யாவர்? காஞ்சி மாநகரில் கம்பா நதியின் பெருக்கைக் கண்டஞ்சி இறைவனைத் தழுவிக்கொண்ட இமயவல்லி எம்பிரானது கண்புதைத்த காலம்போல், சிவமூர்த்தி ஒரு கணப்பொழுது யோகத்திலமர்ந்தது தேவர்களுக்குப் பற்பல யுகங்கள் கடந்தன. சிவமூர்த்தி மோன நிலையுற்றதனால் விண்ணுறை அமரர்களும் மண்ணுறை மனிதர்களும் மாதர் கலவியின்றிக் காம இச்சை யறவே நீங்கி முற்றத் துறந்த முனிவர்போல் இருந்தனர். அதனால், உலகில் ஆண்பெண் சேர்க்கையின்றிச் சிருட்டித் தொழிலும் நடவாமற் போயிற்று. உலகிற்குக் காரணக்கடவுள் கண்ணுதற்கடவுளே என்பது, இதனால் குன்றின்மேல் வைத்த விளக்கேபோல் வெளியாகிறதென்பதை யாரே மறுக்கவல்லார்?

இவ்வாறு உலகமெல்லாம் இடர்ப்பட்டு நின்றகாலை, சூரபன்மனுடைய கொடுஞ்செயலுக்கு அஞ்சித் தேவேந்திரன் தேவர்களுடன் பொன்னுலகைவிட்டு இந்திராணியோடு மண்ணுலகஞ் சேர்ந்து, கைலைமலையை அடைந்து பரமேசுவரனைக் காணானாகி மேருமலையடைந்து, சூரபன்மனுடைய மகனாகிய

பானுகோபன் பொன்னாட்டையழித்துத் தனது (இந்திர) குமரனாகிய சயந்தனைச் சிறைபுரிந்த தன்மையைக் கேட்டு மனம்வருந்தி, மேருகிரியில் ஒரு புறத்தில் நீலகண்டப் பெருமானை நோக்கி நெடுங்காலம் தவம் புரிந்தனன். அவனுடைய தவத்திற்கு இரங்கி ஆலமுண்ட அண்ணல் விடை மேலூர்ந்து வந்து தரிசனம் தர, இந்திரன் பன்முறையும் இறைஞ்சி நிற்க, சிவமூர்த்தி, “ஆகண்டல! அளப்பருங்காலம் உடல் வருந்தித் தவமிருந்தனை; உனக்கு வேண்டிய வரம் யாது கூறுதி?” என்று அறியாதவர்போல் வினவ, அமரர் கோமான், “எந்நாட்டவர்க்கும் இறைவா! சூரபன்மன் எம்மைத் துன்பக் கடலிலாழ்த்தி எனது மகனையும் இமையவரையும் சிறையிட்டு எமது நகராகிய அமராவதியைக் கொளுத்தி இடர் பல செய்கின்றனன். எம்பெருமானே! சூராதியரை அழித்து எம்மைக் காத்தருளவேண்டும்” என்றனன்.

சிவபெருமான் “புரந்தர! எம்மை இகழ்ந்த தக்கன் வேள்வியில் நீவிர் இருந்த பாவத்தால் இந்தத் துன்பம் உமக்கு நேர்ந்தது; இனி எமக்கு ஒரு புதல்வன் தோன்றுவன். அப்புதல்வன் சூராதிகளை அழித்து உமக்கு விண்ணுலக இன்ப வாழ்வை நல்குவன்” என்று கூறி மறைந்தருளினார்.

பின்னர் இந்திரன், “கண்ணுதற்கடவுள் கல்லாலின் கீழ் யோகம் புரிவார் போல் அமர்ந்திருகின்றனர். உமாதேவி மலையரையன் மகளாய்த் தவஞ் செய்வாளாயினள். இங்ஙனமிருக்கின்ற அன்னார்க்குப் புதல்வன் எவ்வாறு தோன்றும்? புதல்வன் தோன்றினால் தானே நங்குறை நீங்கும்” என்று பலவாறு சிந்தித்து, மநோவதியென்னும் மாநகரை அடைந்து வியாழபகவானது மனைவியிடம் தன் மனைவியை இருத்தித் தேவர்குழாங்களுடன் அம்புயத்தவிசில் வைகும், அயனுடைய இருக்கை சென்று, முக்கட்பரமன் மோன நிலையிலிருப்பதால் படைப்புத் தொழிலின்றி மனவருத்தத்துடனிருக்கும் மலரவனைக் கண்டு அன்னானது அருண சரணார விந்தங்களை வணங்கி வழுத்தி நின்றனன். பிரமன் திருவருள்புரிந்து “புருகூத! வானவருடன் வந்த காரணம் யாது?“ என்று வினவ, இந்திரன் சூரபன்மனால் நேர்ந்த துன்பங்களையும், சிவபெருமான் கல்லாலின்கீழ் மௌனவிரதத் துடனிருத்தலையும், தன்னுடைய தவத்திற்கிரங்கிச் சிவமூர்த்தி அருளிய திறத்தையும் கூறி, மேல் உய்யும் வகையை உரைத்தருள வேண்டுமென்று குறையிரந்து நின்றனன்.

பிரமன், ”தேவேந்திர! அருள் வடிவினரும், உற்றவர்க்குதவும் நற்கருணை நாயகனும், அயனும் மாலும் தேடிக் காண முடியாத அண்ணலுமாகிய சிவபெருமான் வெள்ளியங் குன்றில் முனிவர் நால்வருக்கும் மோன முத்திரையைக் காட்டித் தவநிலையில் வீற்றிருப்பது நமது துன்பத்தை நீக்கி இன்பத்தை நல்குவதற்கேயாகும். சந்திரமௌலியாகிய தனிப்பெருந்தலைவன் ஆருயிர்களை எல்லாம் சங்கரிப்பதும், அவ்வுயிர்களின் துன்ப நீக்கத்தின் பொருட்டே ஆதல்போல கொடிய வெஞ்சூரனைக் கொண்டு நமக்கு இடர்புரிவதும் நமது பாவத்தை நீக்கி நல்லருள் புரிவதன் பொருட்டேயாம்.

மக்களைப் பெற்ற தாய் தந்தையர் மக்களுக்கு நோய் வந்த காலத்துப் பிறரைக் கொண்டு துன்புறுத்தியும் நோயை நீக்குவர்; அது மக்கள் மீதுள்ள கருணையே தவிர சினத்தாலன்று. அதுபோல நம்முடைய தீவினைகளை நீக்குவதற்காகவே நமக்குத் தந்தையும் தாயுமாகிய கறைமிடற்றண்ணல் இச்செய்கையைப் புரிந்துள்ளார்.

"மேகவாகன! அசுரர்களாகிய சண்டமாருதத்தால் அலைகின்ற நமது வினைகள் ஒரு சிறிது விலகும் சமயம் நெருங்கியிருப்பதால் கருணைக்கடலாகிய கண்ணுதல் அன்புடன் நின்பால் வந்து உய்யும் வகையை உணர்த்திப் போந்தனர். ஆதலால், நம்மையாளுடைப் பரமனே மேலும் அருள்புரிவான். அத்திருவருள் கைகூடுவதற்கு வேண்டிய முயற்சியையும் நாம் சிறிது செய்தல் அவசியமாகும். இவற்றையெல்லாம் நாராயணமூர்த்தியிடம் அறிவித்து மேல் நடக்க வேண்டியதற்கு எது செய்யத் தக்கதோ அதை விரைவிற் புரிவோம்; வருவாயாக" என்று இந்திரன் முதலிய இமயவருடனும் படைத்தற் தொழிலை நடத்தும் பங்கயாசனன், நாராயணர் உறையும் வைகுந்தம் செல்வதற்குப் புறப்பட்டனன்.

இந்திரன் முதலிய இமையவர் பின்தொடந்து வர நான்முகக் கடவுள் நலம்பல மல்கிய வைகுந்தமடைந்து ஆலயத்திற்குள் சென்று சங்கு சக்கர பாணியாகிய துவார பாலகன்பால் விடைபெற்று, பன்னகாசனன் வைகும் பேரவையடைந்து, நாராயணமூர்த்தியின் நற்றாள் கமலங்களை வணங்கி நின்றனன். கருமுகிலனைய மேனித் திருமகள் கொழுநன் கருணை செய்து பிரமனுக்குப் பீடமளித்து, "நான்முக! நின் படைப்புத்தொழில் இடையூறின்றி இனிது நடைபெறுகிறதா?" என்று வினவ, நான்முகன், "எந்தாய்! அறிவிற் சிறந்த அருந்தவர்களாகிய சனகாதி நால்வர்கள் என் மனத்தினின்றுந் தோன்றினார்கள். அவர்களை யான் நோக்கி, "மைந்தர்களே! இந்தச் சிருஷ்டித்தொழிலை ஆற்றி இங்ஙனே இருத்தீர்" என்ன, அவர்கள் அது கேட்டு நகைத்து, "ஐயா! பாசமாகிய சிறைப்பட்டுப் படைத்தற் தொழிலை யாம் புரியோம். ஈசனாரது இணையடியை ஏத்தி இன்புறுவோம்" என்று கூறி நீங்கிப், பெருந்தவத்தைச் செய்தனர். அத்தவத்திற்கு இரங்கி ஆலமுண்ட அண்ணலார் தோன்றி, "நும் விருப்பம் யாதென" முனிவர், "ஆதி நாயக! வேத உண்மையை விளம்புதி" என்றனர்.

இறைவன் வெள்ளியங்குன்றில் தென்திசையில் ஓர் ஆலவிருட்சத்தின் கீழமர்ந்து நால்வர்க்கும் நான்மறைப் பொருள்களை நவின்று நீங்கினர். அதனால்,

சனகாதி நால்வர்க்கும் மனம் ஒருமை அடையாமையால் வருந்தி மீளவும் கண்ணுதலை வேண்டிக் கடுந்தவமாற்றினர். பின்னர் அவர்கள் கயிலையை அணுகி எம்பிரானை வணங்கி, "மனம் அடங்குமாறு உபதேசித்தருளல் வேண்டுமென" அவர்களது பரிபக்குவத்தை உணர்ந்து பிறைசூடிய பெருமான் ஆகமத்தின் உட்கருத்துக்களாகிய சரியை கிரியை யோகமென்னும் முத்திறத்தையும் உபதேசித்து ஞானபாதத்தை விளக்குமாறு சின் முத்திரையைக் காட்டி மௌனநிலையை உணர்த்தித் தானும் மௌனத்துடன் வீற்றிருப்பாராயினர்.

அதுகண்ட அருந்தவரும் செயலற்றுச் சிவயோகத்தில் அமர்ந்தனர். சிவபெருமான் ஒரு கணம் யோகத்தில் அமர்ந்துள காலம் நமக்கும் ஏனையோர்க்கும் பற்பல யுகங்களாயின; உயிர்கள் இச்சையின்றி ஆண், பெண் சேர்க்கையின்றி வருந்துகின்றன; அதனால், அடியேனுடைய படைப்புத்தொழில் அழிந்தது, இது நிற்க, சிவமூர்த்தியின் பால் பற்பல வரம்பெற்றுத் தருக்கிய சூராதியவுணர்கள் எமக்குத் தினந்தோறும் ஏவலைத் தந்து பொன்னுலகத்திலும் துன்பத்தை விளைவித்தனர். இந்திரன் மகனையும் ஏனைய தேவர்களையும் தேவமாதர்களையும் சிறையிட்டுத் துன்புறுத்துகின்றனர். சூரபன்மன் தேவர்களை ஏவல் கொண்டு ஒப்பாரும் மிக்காருமின்றி அண்டங்கள் ஆயிரத்தெட்டையும் அரசாளுகின்றனன். இவைகளை எல்லாம் அறிந்தும் அறியாதவர் போல் அரனார் சிவயோகத்தில் அமர்ந்துள்ளார். இனி செய்யத்தக்கது யாது? அதனை விரைந்து விளம்புதல் வேண்டும்" என விளம்பினான். இவைகளைக் கேட்ட திருமகள் நாயகராம் நாராயணர் கூறுவார்:

"கமலாசன! எல்லா உயிர்களுக்கும், உயிர்க்குயிராய் அருவமும், உருவமும் உருவாருவமும் ஆகிய எல்லா உயிர்கட்கும் எல்லா உலகங்கட்கும் மூலகாரணமாய் நின்ற மூவர் முதல்வனாம் முக்கட் பெருமான் மோன நிலையைக் காட்டி நிற்பரேல் உலகில் எவர்கள் தான் இச்சையுற்று மாதர் தோளைத் தழுவுவர்?

வளரும் ....

சீலமே சக்தி

சுவாமி சிவானந்தர்

சீலமே சக்தி. சீலமின்மை செய்முறைச்சாவு. சீலம் கர்மத்தால் உண்டாக்கப்படுகிறது. சீலம் இச்சையை உண்டாக்குகிறது. சீலமே புண்ணியசீலரின் அணிகலன். சீலமே ஒருமாதின் உண்மையான பாதுகாப்பும் ஆபரணமும்.

உங்கள் சீலம், உங்கள் எதிர்காலம் உங்கள் சிந்தனைகளாலும் செயல்களாலும் அமைக்கப்படுகிறது. நீங்கள் பெருந்தகைமையாகச் சிந்தித்தால் நீங்கள் நற்சீலத்துடன் பிறப்பீர்கள். இது இயற்கையின் மாற்றமுடியாதவிதி. இந்நிமிடம் தொடக்கமே உங்கள் சிந்தனை முறையையும் மனநோக்கையும் மாற்றுங்கள். செம்மையாகச் சிந்தித்தலை விருத்தியாக்குங்கள். தூய சாத்துவிக ஆசைகளை வைத்திருங்கள். சிந்தனை மாற்றம் உங்கள் வாழ்வை மாற்றும்.

நல்வினைகளாற்றுங்கள் விழுமிய, திவ்விய சிந்தனைகளை மனதிற் கொண்டு உங்கள் சீலத்தை அமையுங்கள். ஒரேயொரு தூய, திவ்விய ஆசையை பிறப்பிறப்புச் சக்கரத்திலிருந்து விடுதலைக்கு ஆசையைப் பெற்றிருங்கள். வெறுப்பை நிர்மூலமாக்குங்கள். அன்பையும் கண்ணோட்டத்தையும் வட்டகாரமாகப் பரப்புங்கள். தூய பிரேமை (திவ்விய அன்பு) மட்டுமே வெறுப்பையும் பகைமையையும் மேற்கொள்ளும். உண்மைத்தன்னலமற்ற அன்பே உலகில் சிறந்த ஈடேற்றும். ஒன்றாக இணைக்கும் ஆற்றல் எல்லாப் பொருள்களிலும் ஆத்மனின் இருப்பைக் காணுங்கள், உணருங்கள்.

உங்கள் மனதிற் கருதப்பட்டிருக்கும் சிந்தனைகளினதும் உங்களால் அனுசரிக்கப்பட்ட இலட்சியங்களின் மனப்படங்களினதும் தன்மையில் உங்கள் சீலம் தங்கியிருக்கிறது. உங்கள் சிந்தனைகள் இழிவான இயல்புடையதாயிருந்தால் நீங்கள் ஒரு கெட்ட சீலம் பெறுவீர்கள். நீங்கள் சிறந்த சிந்தனைகளையும் உயர் இலட்சியங்களையும் திவ்வியபடங்களையும் மனதிற் கொண்டால் நீங்கள் ஓர் உதாரணகுணமுடைய சீலத்தைப் பெறுவீர்கள். நீங்கள் ஒரு கவர்ச்சிகரமான ஆட்பண்பு பெறுவீர்கள். நீங்கள் மகிழ்ச்சி, சக்தி, சாந்தி முதலிவற்றின் மையமாயிருப்பீர்கள். விழுமிய, திவ்விய சிந்தனைகளை வளர்க்கும் பயிற்சியை நீங்கள் விருத்தியாக்கினால் கெட்ட சிந்தனைகள் அனைத்தும் தாமாகவே படிப்படியாக நாசமாகும். எங்ஙனம் இருள் சூரியனுக்கு முன் நிற்கமாட்டாதோ அங்ஙனம் தீயசிந்தனைகள் விழுமிய சிந்தனைகளுக்கு முன் நிற்கமாட்டாது.

பள்ளிக்கூடங்களிற் கற்பிக்கும் ஒழுக்கப்படிப்பினைகளிலும் பார்க்க வீடுகளிற் சிறுவர் பெறும் பயிற்சியே சிறந்தது. பெற்றோர் தங்கள் சொந்தக் குழந்தைகளின் சீல விருத்தியை பரிபாலித்தால் செழிப்பான நிலத்தில் விதைக்கப்பட்ட நெல் விதைகள் போன்று ஒழுக்கப்பயிற்சிகள் இருக்கும். குழந்தைகள் இளமைப்பருவமும் முழுவளர்ச்சிப்பருவமும் அடையும் போது மிகச் சிறந்த ஆடவராகவும் அரிவையராகவும் ஆகுவார்கள்.

பயனுள்ள அறிவுரைகள்

❋ கோயில் இல்லாத ஊரில் குடியிருக்கக் கூடாது.

❋ தனது இடது கையினால் ஆசனம் போட்டால் ஆயுள் குறைவு. தனது இடது கையினால் எண்ணெய் தேய்த்துக் கொண்டால் புத்திர நாசம். தனது இடது கையால் சாப்பாடு போட்டுக் கொண்டால் செல்வம் அழியும். தனது இடது கையால் படுக்கையை போட்டால் இருப்பிடம் சேதமாகும்.

❋ ஜோதிடர், குரு, நோயாளி, கர்ப்பிணி, மருத்துவர், சந்நியாசி முதலியவர்களுக்கு அவர்களுடைய ஆபத்துக் காலத்தில் கண்டிப்பாக உதவ வேண்டும். மிகவும் புண்ணியமாகும்.

❋ சகோதரன் அல்லது சகோதரி தாழ்ந்தநிலையிலிருந்தால் அவர்களுக்கு உதவ வேண்டும்.

❋ அண்ணியை (அண்ணன் மனைவி) தினசரி வணங்க வேண்டும்.

❋ பசு, தேர், நெய்குடம், அரசு, வில்வம், அரசுடன் சேர்ந்த வேம்பு இவைகள் எதிரில் குறுக்கிட்டால் வலது புறம் சுற்றிச் செல்ல வேண்டும்.

❋ குடும்பஸ்தன் ஒரு வஸ்திரத்துடன் உணவு உட்கொள்ளக் கூடாது. ஒரு கையைத் தரையில் ஊன்றிக்கொண்டு சாப்பிடக் கூடாது. துணியில்லாமல் குளிக்கக் கூடாது. சூரியனுக்கு எதிரில் மலஜலம் கழிக்கக்கூடாது.

❋ கன்றுக்குட்டியின் கயிறைத் தாண்டக்கூடாது. மழை பெய்யும் போது ஓடக்கூடாது. தண்ணீரில் தன் உருவத்தைப் பார்க்கக் கூடாது.

❋ நெருப்பை வாயால் ஊதக்கூடாது.

திருக்கோயில் விளக்கம்

வழிபாட்டு முறை

முழுமுதற் கடவுளாகிய சிவபெருமானை வழிபடுஞ் சமயம் சைவ சமயம் எனப்படும். சிவபெருமானை வழிபடுபவர்கள் சைவ சமயிகள் எனப்படுவர். சைவ சமயிகளுக்கு ஆலய வழிபாடு மிகவும் இன்றியமையாதது. சிவபெருமான் எழுந்தருளி அருள்புரியும் இடம் கோயில் எனப்படும்.

இத்தகைய கோயில்களுக்கு நாள்தோறுஞ் சென்று முறைப்படி வழிபாடு செய்தல் வேண்டும். நாள்தோறுஞ் செல்ல முடியாதவர்கள் வெள்ளிக்கிழமைகளிலும், வேறு விரத நாட்களிலுமாவது தவறாது சென்று தரிசனஞ் செய்தல் வேண்டும். திங்கட்கிழமை, செவ்வாய்க்கிழமை, வெள்ளிக்கிழமை, பிரதோஷம், பூரணை, அமாவாசை, திருவாதிரை, கார்த்திகை, மாசப்பிறப்பு, சூரியகிரகணம், சந்திரகிரகணம், சிவராத்திரி, நவராத்திரி, விநாயகசதுர்த்தி, கந்தசட்டி என்பன சிவாலய தரிசனத்திற்குரிய சிறப்பான புண்ணிய காலங்களாகும்.

கோயில் பரிசுத்தமான இடம். ஆதலால் அங்கு செல்வோர் தம் உடலையும், உள்ளத்தையுந் தூய்மையாக வைத்திருத்தல் வேண்டும். உடலிலுள்ள அழுக்கு உள்ளத்தை அழுக்காக்குவதோடு ஆலயத்தின் புனிதத்தையுங் கெடுக்கும். ஆசௌசம் உடையவரும், அசுத்தமான பொருளைத் தீண்டியவரும், நீராடாதவரும், ஆசாரமில்லாதவர்களாவர். ஆகையால் இவர்கள் கோயிலுக்குள்ளே செல்லுதல் தகாது.

திருக்கோயில் வழிபாட்டு முறை. கோயிலுக்குச் செல்வோர் உணவு கொள்ளுமுன்னரே நீராடி, தோய்த்து உலர்ந்த ஆடைகளைத் தரித்து, விபூதியும் உருத்திராக்கமும் அணிந்து, சந்தியாவந்தனம் முதலியன முடித்துச் சிவநாமங்களை உச்சரித்துக்கொண்டு மெல்லமெல்ல நடந்து செல்ல வேண்டும்.

திருக்கோயிலைச் சமீபித்ததும் கை கால் கழுவி, ஆசமனம் பண்ணி, தூலலிங்கமாகிய கோபுரத்தைத் தரிசித்து வணங்கி, சிவநாமங்களை உச்சரித்துக்கொண்டு உள்ளே செல்லுதல் வேண்டும். அங்கே கொடித்தம்பத்தையும் பலிபீடத்தையும் நந்திதேவரையும் வணங்கி, கொடித்தம்பத்திற்கு இப்பால் ஆண்கள் அட்டாங்க வணக்கமும், பெண்கள்

பஞ்சாங்க வணக்கமும் செய்தல் வேண்டும். அட்டாங்க வணக்கமாவது: தலை, கையிரண்டு, செவியிரண்டு, மோவாய், புயங்களிரண்டு என்னும் எட்டு உறுப்புக்களும் நிலத்திலே பொருந்தும்படி வணங்குதலாகும். இங்ஙனம் வணங்கும் போது பூமியிலே சிரசை வைத்து மார்பு பூமியிற்படும்படி வலக்கையை முன்னும், இடக்கையைப் பின்னும் நேரே நீட்டி, பின் அம்முறையை மடக்கி, வலப்புயமும் இடப்புயமும் மண்ணிலே பொருந்தும்படி கைகளை அரையை நோக்கி நீட்டி, வலக் காதை முன்னும் இடக்காதைப் பின்னும் பொருந்தச் செய்தல் வேண்டும். பஞ்சாங்க வணக்கமாவது தலை, கையிரண்டு, முழந்தாள் இரண்டு என்னும் ஐந்து உறுப்புகளும் நிலத்திலே பொருந்த வணங்குதலாம். இவை தவிர திரயாங்கவணக்கமும் செய்யப்படுதல் உண்டு. திரயாங்க வணக்கமாவது சிரசிலே இரண்டு கைகளையும் குவித்து வணங்குதலாம். இது ஆண், பெண் இருபாலாருக்கும் உரியது. இவ்வணக்கங்களும், வீதி வலம் வருதலும் ஒரு தரமேனும், இருதரமேனும் செய்தல் குற்றமாம். மூன்று தரமாயினும், ஐந்து தரமாயினும் ஏழு தரமாயினும், ஒன்பது தரமாயினும் பன்னிரண்டு தரமாயினும் செய்தல் வேண்டும்.

கொடித்தம்பத்திற்கு இப்பால் வணங்கிய பின் இரண்டு கைகளையும் குவித்துத் திருவைந்தெழுத்தை உச்சரித்துக்கொண்டு கால்களை மெல்ல மெல்ல வைத்துக் குறைந்தது மூன்று தரமாயினும் கூடியது இருபத்தொருதரமாயினும் வீதிவலம் வருதல் வேண்டும். அங்ஙனம் வந்து மீண்டும் சந்நிதியிலே வணங்குதல் வேண்டும். ஆலயத்திலுள்ள மூர்த்திகளை வணங்குங்கால், முன்பு துவார பாலகரை வணங்கிப் பின்பு நந்திதேவரை வணங்கி, “பகவானே உம்முடைய திருவடிகளை அடைந்து அடியேன் உள்ளே புகுந்து சிவபெருமானைத் தரிசித்துப் பயன் பெறும் பொருட்டு அநுமதி தந்தருளும்” என்று பிரார்த்தித்துக் கொண்டு உள்ளே போய், முன் விக்கினேசுவரரைத் தரிசித்தல் வேண்டும். பின் சிவலிங்கப்பெருமான் சந்நிதியையும் உமாதேவியார் சந்நிதியையும் அடைந்து அர்ச்சனை செய்வித்து விபூதி வாங்கித் தரித்துக்கொள்ள வேண்டும். அதன் பின் முறையே சபாபதி, (நடராசர்) தட்சணாமூர்த்தி, சோமாஸ்கந்தர், சந்திரசேகரர், சுப்பிரமணியர் முதலியோரையும், சமயகுரவர் நால்வரையும் வணங்குதல் வேண்டும். வணங்கும் போது இரண்டு கைகளையும் மார்பிலேனும் சிரசிலேனும் குவித்துக் கொண்டு தேவார திருவாசகம் போன்ற திருமுறைகளை மனங்கசிந்துருகி ஓதுதல் வேண்டும். விக்கினேசுவரரைத் தரிசிக்கும் போது முட்டியாகப் பிடித்து இரண்டு கைகளினாலும் நெற்றியிலே மூன்று முறை குட்டி, வலக்காதை இடக்கையினாலும், இடக்காதை வலக்கையினாலும் பிடித்துக்கொண்டு மூன்று முறை தாழ்ந்து எழுந்து கும்பிடுதல் வேண்டும். இப்படிக்

கும்பிடுவதனால் அவ்விடங்களிலுள்ள நரம்புகளில் அமிர்தம் சுரப்பதாகவும், தாழ்ந்தெழுவதினால் அவ்வமிர்தம் உடல் முழுவதும் செல்வதாகவும் பெரியோர் கூறுவர். இவ்வணக்கம் தோப்புக்கரணம் அல்லது தோப்புக்கண்டம் என வழங்கும்.

இறுதியாகச் சண்டேசுவரரைத் தரிசித்துக் கும்பிட்டுத் தோத்திரஞ் செய்து (மூன்று முறை கைகொட்டிச் சிவதரிசன பரனைத் தருமாறு பிரார்த்தித்து, வலப்பக்கமாக வந்து சிவசந்நிதியை அடைந்து, இடபதேவருடைய கொம்பின் நடுவாகச் சிவலிங்கப்பெருமானைத் தரிசித்து) பலிபீடத்திற்கு இப்பால் மும்முறை வணக்கஞ் செய்து எழுந்து, அமைதியான ஓரிடத்தில் இருந்து திருவைந்தெழுத்தை இயன்ற மட்டும் உருச்செபித்துக்கொண்டு சிவ சிந்தனையோடு அமைதியாக வீட்டிற்குச் செல்லுதல் வேண்டும்.

திருக்கோயிலிலே செய்யத்தகாத குற்றங்கள்: ஆசாரமில்லாது போதல், கால்கழுவாது போதல், எச்சில் உமிழ்தல், மலசலங்கழித்தல், மூக்குநீர் சிந்துதல், பாக்கு வெற்றிலை உண்டல், போசனம் பண்ணுதல், ஆசனத்திருத்தல், நித்திரை செய்தல் கால்களை நீட்டிக் கொண்டிருத்தல், மயிர்கோதி முடிதல், சூதாடுதல், சிரசிலே ஆடை தரித்துக் கொள்ளல், தோளிலே சால்வை இட்டுக் கொள்ளுதல், பாதரட்சை இட்டுக் கொள்ளுதல், விக்கிரகத்தைத் தொடுதல், நிருமாலியத்தைக் கடத்தல், தூபி, கொடித்தம்பம், பலிபீடம், இடபம், விக்கிரகம் என்னும் இவற்றின் நிழலைமிதித்தல், வீண்வார்த்தை பேசுதல், சிரித்தல், சண்டையிடுதல், விளையாடுதல், சுவாமிக்கும் பலிபீடத்திற்கும் இடையே வணங்குதல், திரையிட்டபின் வணங்குதல், அபிடேக காலத்திலும் நிவேதன காலத்திலும் வணங்குதல், முற்பக்கத்தும், பிற்பக்கத்தும் வணங்குதல் திருவிளக்கு அணையக் கண்டும் தூண்டாதிருத்தல், திருவிளக்கு இல்லாத போது வணங்குதல், மருட்பாக்களை ஓதுதல் முதலியனவாம்.

திருக்கோயில் வழிபாட்டால் வரும் பலன்கள்

1. திருவீதியை வலம்வருவதனால் ஆன்மாவில் தங்கியிருக்கும் பாவங்கள் தேய்ந்து சிவ வியாபகம் உண்டாகும்.
2. நிலத்தில் வீழ்ந்து வணங்குவதனால் ஆன்ம தற்போதம் நீங்கி, எண்குணம் விளங்கச் சிவத்தோடு அத்துவிதக் கலப்பு உண்டாகும்.
3. காலையில் திருவீதியை வலம் செய்வதால் நோய் நீங்கும். உச்சிப்பொழுதில் வலம் வந்தால் விரும்பிய சித்தி உண்டாம். அர்த்த சாமத்தில் வலம் செய்வதனால் வீடு பேற்றுச் சித்தி உண்டாம்.
4. அங்கப்பிரதட்சணம் செய்வதனால் தீவினைகள் எல்லாம் நீங்கப் பெற்று முத்தி சித்தியாகும்.

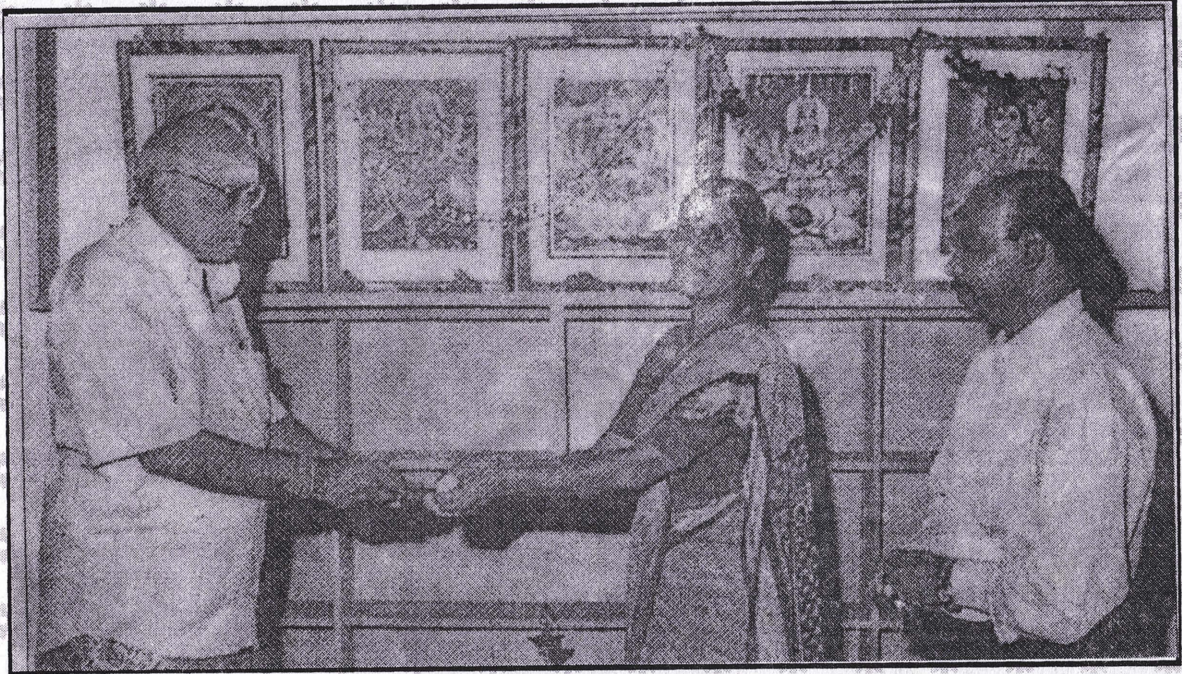
5. **அர்ச்சனை செய்வித்தல்:** ஆன்மாவைப் பிடித்திருக்கும் ஆணவம், கன்மம், மாயை ஆகிய மும்மலங்களையும் அழித்தற் பொருட்டு அவற்றின் இயல்பைக் குறிக்கும் நிவேதனப் பொருட்களை இறைவன் திருவடியில் வைத்து, ஞானாசாரியராகிய அர்ச்சகரினால் ஓதப்படும் வேத மந்திரங்களினால் திருவருட்சக்தி தோன்றி இவற்றை அழிக்க, நிவேதனப் பொருட்களில் சிவஞானம் தோன்றும். அந்த ஞானப்பிரகாசத்தில் சிவத்தைக் காணலாம். அர்ச்சனைப் பொழுதில் காட்டப்படும் கர்ப்பூரதீபக்காட்சி இதனைக் குறிப்பதேயாம். இவ்வாறு திருவருள் பதிக்கப்பட்ட நிவேதனப் பொருட்களையே பிரசாதமாக வழங்குவர். அப்பிரசாதத்தை யாம் வாங்கி அணிவதனாலும் உட்கொள்வதனாலும் எம்மில் திருவருளைப் பதித்துக்கொள்கின்றோம் என்பது பொருளாம்.

6. **சிவாசாரியரை வணங்கி விபூதி பெறுதல் :** இறைவனிடமிருந்து திருவருளைப் பெறுதலுக்குச் சமமாம்.

❀ **திருக்கோயிலிலே செய்யத்தகும் சிவபுண்ணியத் திருத்தொண்டுகளும் பலன்களும் :**

1. **திருவலகிடுதல் :** திருச்சந்நிதியிலும், திருவீதியிலுமுள்ள குப்பைகளை மெல்லிய துடைப்பத்தினால் கூட்டி ஒதுக்குவது திருவலகிடுதல் எனப்படும். இது செய்வோர் காமம், வெகுளி, மயக்கம், பொய் ஆகியமனமாயைகளை நீக்கிப்பரிசுத்தர்களாய் விளங்குவர்.
2. **திருமெழுக்கிடுதல் :** கோபம் முதலிய செத்தைகளை ஒருங்கே நீங்கி, தத்துவஞானம் என்னும் நறுஞ் சாணத்தைக் கொண்டு, அன்பென்னும் சலத்தோடு கலந்து திருமெழுகிடுபவர் மனக்கோயிலில் சிவலிங்கம் தோன்றப்பெறும்.
3. **அருட்பா ஓதல் :** சிவபெருமானது திருமேனி நாதவுருவானதென்று சுருதி கூறுகின்றது. அவ்வுண்மையை விளக்கவே அவரின் திருமுன்னிலையில் அருட்பாக்கள் பாடப்படுகின்றன. இது செய்வோர் உண்மை ஞானம் விளங்கப்பெற்று முத்தியடைவர்.

4.**தூபந்தாங்குதல் :** ஆணவமல நீக்கத்தைப் பெறுவர்.
5.**திருவிளக்கேற்றல், தீபந்தாங்குதல் :** சிவஞானத்தைப் பெறுவர்.
6.**சாமரை இரட்டுதல் :** மல நிவாரணமும் திருவருட்செல்வமும் அடைவர்.
7.**குடை பிடித்தல் :** ஆஞ்ஞாசக்கரத்தையும் பலத்தையும் அடைவர்.
8.**வாகனந்தாங்குபவர் :** கணநாதராய் திருக்கைலாயத்தை அடைந்து இன்புற்றிருப்பர்.



நாவலப்பிட்டி கதிரேசன் கனிஷ்ட வித்தியாலயத்துக்கு உலக சைவ பேரவை 25 ஆயிரம் ரூபாவை நன்கொடையாக வழங்கியுள்ளது. உலக சைவப் பேரவையின் ஆயுட்கால உறுப்பினர் நா.சிதம்பரநாதர் அதற்குரிய காசோலையை நாவலப்பிட்டி கதிரேசன் கனிஷ்ட வித்தியாலய அதிபர் திருமதி எஸ்.செல்வராஜிடம் வழங்குவதையும் அருகில் நாவலப்பிட்டி அறநெறிப் பாடசாலையின் தலைவர் கே.எம்.எஸ்.கணேசமூர்த்தியையும் காண்கிறீர்கள்.

இராஜேஸ்வரி ரெக்ஸ்ரைல்

சகல விதமான மங்களகரமான நிகழ்வுகளுக்கும்
மற்றும் ஏனைய வைபவங்களுக்கும்

RAJASWARIE TEXTILE

SPECIALIST FOR WEDDING SAREES

ஆடவர், நங்கையரின்
நவீன தெரிவுகளுக்கு
நீங்கள் நாடவேண்டிய
தன்னிகரில்லா
புடவை மாளிகை

இல.105. மின்சாரநிலைய வீதி
யாழ்ப்பாணம்.
தொ.பே: 021-222-6953

105,Power House Road
Jaffna.
T.P: 021-222 -6953

பசுவதையை நிறுத்துவோம்
பசுவைக் காப்போம்.

ஒரு பசு 1000 பேருக்கு பால் கொடுக்கும்
ஒரு பசுவைக் கொன்றால் 25 பேர் சாப்பிடுவர்

இச்சஞ்சிகை ஏழாலை ஆத்மஜோதி தியான மணிமண்டப சபை திரு.நா.முருகையா அவர்களால்
இல:351 மணிக்கூண்டு வீதி, வெலிங்டன் சந்தி, யாழ்ப்பாணம்; ஐய்ராம் பிறின்ரேஸ் ஸ்தாபனத்தில் அச்சிட்டு வெளியிடப்பெற்றது.