அறநெறி அமுதம்

ஆன்மீக விழுமியக் காலாண்டிதழ் - 41

தை - பங்குனி

இராமகிருஷ்ண மிஷன் சமய பாடசாலை

40, இராமகிருஷ்ண வீதி, கொழும்பு - 06

அமுதம் 11 துளி 1

மனிதனின் விதி

உனக்குள் இருக்கும் ஆற்றல் புறத்தில் வெளிப்படும் வகையில் நீ வளர வேண்டும். வேறு எவரும் உனக்குக் கற்பிக்கவும் முடியாது. உன்னை ஆன்மிகவாதி ஆக்கிவிடவும் முடியாது. உனது சொந்த ஆன்மாவைத் தவிர வேறு ஆசிரியர் யாருமில்லை.

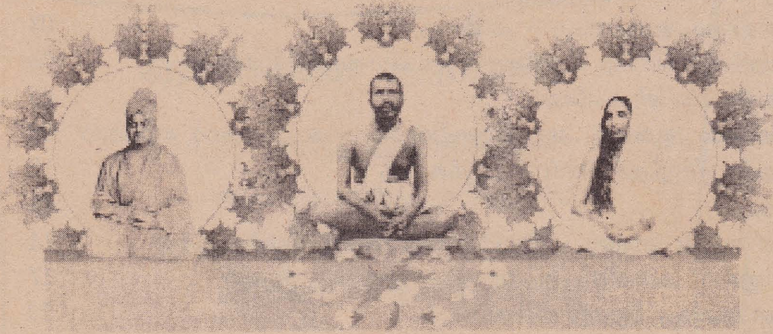
மக்கள் பொதுவாக வாழ்க்கையிலுள்ள குறைபாடுகளை எல்லாம் தங்களுடன் வாழ்பவர்கள் மீதோ, அல்லது அது தவறினால் தெய்வத்தின் மீதோ சுமத்துகிறார்கள். அல்லது புதிதாக அவர்கள் ஏதோ பேய் பிசாசு என்று கற்பித்துக் கொண்டு அதைத் தலைவிதி என்று சொல்கிறார்கள்.

விதி என்றால் என்ன? அது எங்கே இருக்கிறது? எதை விதைத்தோமோ அதைத்தான் அறுவடை செய்கிறோம். நமது விதியை நாமே வகுத்துக்கொள்கிறோம். எனவே அதன்பொருட்டுத் தூற்றுவதற்கும் ஒருவருமில்லை; பாராட்டுவதற்கும் ஒருவருமில்லை. காற்று வீசியபடி இருக்கிறது. பாய்மரங்களை விரித்து காற்றைத் தமக்குச் சாதகமாகப் பயன்படுத்திக் கொள்ளும் கப்பல்கள் தங்கள் வழியே முன்னேறிச் செல்கின்றன. ஆனால், பாய்களைச் சுருட்டி வைத்துள்ள கப்பல்கள் காற்றை ஏற்றுப் பயன் பெறுவதில்லை. இது காற்றினுடைய குற்றமா?

நான் அனுபவித்துக் கொண்டிருக்கும் இந்தத் துன்பம், என்னுடைய சொந்தச் செயல்களாலேயே உருவாக்கப்பட்டிருக்கிறது. இந்த ஒரு நிலையே, என் ஒருவனால் மட்டுமே அது நீக்கப்படவேண்டும் என்பதைக் காட்டுகிறது என்று சொல். நான் எதைப் படைத்தேனோ அதை என்னால் அழிக்கவும் முடியும். பிறரால் படைக்கப்பட்ட ஒன்றை ஒருபோதும் என்னால் அழிக்கமுடியாது. எனவே எழுந்து நில். தைரியமாக இரு. வலிமையுடன் இரு. பொறுப்பு முழுவதையும் உன்தோள் மீதே சுமந்துகொள். உனது விதியைப் படைப்பவன் நீயே என்பதைப் புரிந்துகொள். உனக்குத் தேவையான எல்லா வலிமையும் உதவியும் உனக்குள்ளேயே குடிகொண்டிருக்கின்றன.

-சுவாமி விவேகானந்தர்

பிரார்த்தனை



விதரிதுமவதீர்ணம் ஞான பக்தி ப்ரசாந்தி:
ப்ரணயகலிதசித்தம் ஜீவதுக்கா: ஸஹிஷ்ணும்
த்ருதஸஹஜஸமாதிம் சின்மயம் கோமலாங்கம்
விமலபரமஹம்ஸம் ராமகிருஷ்ணம் பஜாம:
-சுவாமி அபோதானந்தர்

பொருள்: உலகாளாவிய அன்பினால் உருகிய உள்ளத்துடன் ஜீவன்களின் துக்கத்தைக் காணச் சகியாதவராய் ஞானத்தையும் பக்தியையும் சாந்தியையும் மனித குலம் எங்கும் பரப்புவதற்காகத் தாங்கள் அவதரித்துள்ளீர்கள். தூய ஒளி வீசும் தங்களின் மென்மையான திருமேனியும் எப்போதும் இறையுணர்வில் தோய்ந்து மிக எளிதில் சமாதியில் திளைக்கும் ஒப்பற்ற மனமும் கொண்ட தூய அப்பழுக்கற்ற பரமஹம்ஸ நிலையில் ஆழ்ந்த ஸ்ரீ இராமகிருஷ்ணரே, தங்களை வணங்குகிறோம்.

இராமகிருஷ்ண மிஷன் சமய பாடசாலை.
40, இராமகிருஷ்ண வீதி, கொழும்பு 06.

அமுதம் 11 துளி 1

இந்த இதழில்...

பிரார்த்தனை	01
இதழாசிரியர்களிடமிருந்து...	02
தோல்வியை உரமாக்கு - கவிதை	03
மூடனுக்குச் செய்த உபதேசம் - பஞ்சதந்திரக் கதை	04
மென் சொல்லின் வலிமை	06
காலில்லை ஆனால் அது ஊனமில்லை - உண்மைச் சம்பவம்	08
செய்வன திருந்தச் செய் - படக்கதை	10
யோகம்	13
பூர்ண சந்திர கோஷ் - இராமகிருஷ்ண குடும்பம்	14
பக்தனுக்கு அருளிய பரந்தாமன் - புராணச் சிறுவர்	17
ஓங்காரேஸ்வர ஜோதிர்லிங்கம்	20
கற்பகதரு - பாப்பா பாப்பா கதை கேளு	22
செய்திகள்	24

இதழாசிரியர்களிடமிருந்து...

அன்பார்ந்த வாசகர்களுக்குக் கற்பகதருதினம் மற்றும் தைப்பொங்கல் நல்வாழ்த்துக்கள். கலியுகத்தில் எமக்கெல்லாம் விடிவெள்ளியாய் மிளிர்ந்து வழிகாட்டிவரும் பகவான் ஸ்ரீ இராமகிருஷ்ணர், ஆன்மீக உணர்வின் உச்சத்தில் திளைத்தவாறு, இவ் உலக மாந்தர் அனைவருக்கும் ஆன்மீக விழிப்புணர்வு உண்டாக வேண்டும் என்று ஆசீர்வதித்த அற்புதத் திருநாளே கற்பகதரு தினமாகும். குருதேவர் ஸ்ரீ இராமகிருஷ்ணர் சற்று வித்தியாசமான கற்பகதரு. புராணத்தில் வருகின்ற கற்பகதருவோ நாங்கள் கேட்பதையெல்லாம் கொடுக்கும். அவை எமக்கு நல்லதாகவோ கெட்டதாகவோ இருக்கலாம் (22ஆம் பக்கம் பார்க்க). ஆனால் குருதேவரோ எமக்கு எது தேவையோ, எம்மை எது நல்ல நிலைக்கு உயர்த்துமோ அதை மட்டுமே தருபவர். சிறுவர்களாகிய நாம் இந்த அற்புதக் கற்பகதருவின் நிழலில் அமர்ந்து நல்ல விடயங்களைக் கற்று அவற்றின் மூலம் எமது வாழ்க்கையை வளப்படுத்திக் கொள்வோமாக.

இந்த அறநெறி அமுதத் துளியைத் திரிமூர்த்திகளான பகவான் ஸ்ரீ இராமகிருஷ்ணர், தூய அன்னை ஸ்ரீ சாரதா தேவியார், சுவாமி விவேகானந்தர் ஆகியோரின் பாதக் கமலங்களில் சமர்ப்பிக்கிறோம்.

*** *** *** *** ***

ஆக்கம்: துளக்சன்

தோல்வியை உரமாக்கு

எட்டிப் பாய்ந்து கனியதனைத்
தட்ட நினைக்கும் குட்டித்தம்பி,
ஒருமுறை பாய்ந்து தவறிவிட்டால்
மறுமுறை கனிஉன் வசமாகும்!

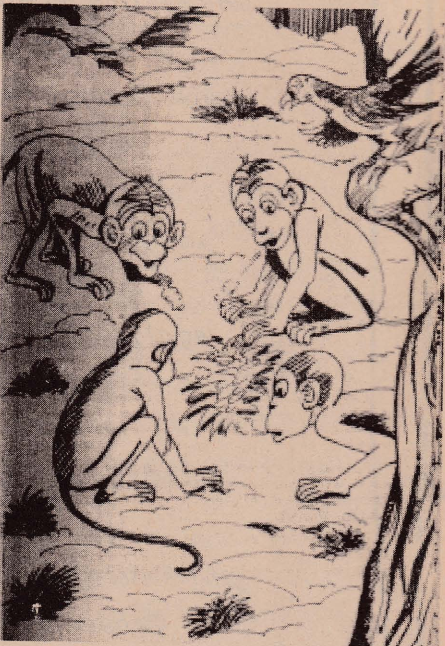
செல்லும் பாதையில் கற்களுண்டு - நீ
தடக்கி வீழ்கின்ற தருணமுண்டு!
வல்ல இறைவன் துணைகொண்டு
மெல்ல எழுந்து நடைபோடு!

வெற்றி பெற்ற மாந்தர் - அவர்
வழியில் ஆயிரம் துயருண்டு!
சுற்றித் திரியும் சிலந்தி - அதன்
விழியில் கூட முயற்சியுண்டு!

தோல்வி கண்டு தளராத - வலிய
மனம் உனக்குள் உண்டு!
முயற்சி என்ற கருவிகொண்டு - வரும்
தோல்வியை மனதில் உரமாக்கு!

மூடனுக்குச் செய்த உபதேசம்

ஒரு காட்டில் ஒரு பெரிய குரங்குக்கூட்டம் வசித்து வந்தது. அப்பொழுது பனிக்காலம் வந்தது. அதனால் குரங்குகள் எல்லாம் கடுமையான குளிரைத் தாங்க முடியாமல் தவித்தன. அச்சமயம் மின்னி மின்னி ஒளியை வீசியவாறு ஒரு மின்மினிப்பூச்சி அவ்வழியே வந்நது. அதனைக் கண்ட குரங்குகள் அதன் ஒளியில் மயங்கின. அத்துடன் அதன் ஒளியில் குளிர்காய எண்ணின. உடனே அதனைப் பிடித்து அதன் மேல் சில சருகுகளை இட்டன. பின்னர் அம்மின்மினிப்பூச்சியைச் சுற்றி வட்டமாக உட்கார்ந்து கொண்டன. எல்லாக் குரங்குகளும் அதில் குளிர்காய்வதாக எண்ணிப் பொழுது போக்கின. அங்கிருந்த ஒரு குரங்கு தீ பெரிதாக எரிவதற்காக "பூ பூ" என ஊதத் தொடங்கியது.



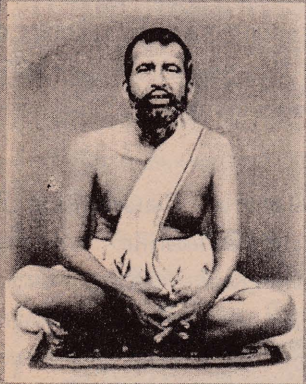
அங்கிருந்த மரத்தின் மீதிருந்த சசிமுகி எனும் பறவை குரங்குகளின் செய்கையைக் கண்டது. அது அக்குரங்குகளின் முட்டாள்த் தனத்தை எண்ணிப் பலமாகச் சிரித்தது. பின்னர் அம் முட்டாள்க் குரங்குக்குப் புத்தி புகட்ட எண்ணியது. உடனே கீழிறங்கி வந்து ஊதிக்கொண்டிருந்த குரங்கைப் பார்த்து, "நண்பா, வீணாக ஊதாதே! நீ ஊதும்

பொருள் நெருப்பல்ல. அது ஓர் மின்மினிப் பூச்சி. ஆகையால் நீ எவ்வளவு ஊதினாலும் நெருப்பு உண்டாகாது'' என்று கூறியது. அப் பறவையின் பேச்சை அந்தக் குரங்கு கேட்கவில்லை. தொடர்ந்து ஊதிக்கொண்டே இருந்தது.

அதைக் கவனித்த அப் பறவை மீண்டும் அக் குரங்கிற்கு விடாப்பிடியாக அறிவுரை கூறியது. இதனால் குரங்கு கோபம் கொண்டது. அப் பறவையைப் பார்த்து, "நீ எனக்குப் புத்திமதி சொல்லத் தேவையில்லை. என்ன செய்ய வேண்டும் என்று எனக்குத் தெரியும். நீ இங்கிருந்து ஓடிவிடு. இல்லையேல் உன்னைக் கொன்று விடுவேன்'' என்று கத்தியது. ஆனாலும் அப் பறவை அதைக் கேட்காமல் மீண்டும் மீண்டும் புத்திமதி கூறிக்கொண்டே இருந்தது. இதனால் கடுங்கோபமுற்ற அந்த முட்டாள்க் குரங்கு அப் பறவையைப் பிடித்துக் கல்லில் மோதிக் கொன்றுவிட்டது.

புத்திமதியைக் கேட்க விரும்பாத மூடர்களுக்கு அறிவுரை கூறுவதில் என்ன பயன்? கத்தியைக் கொண்டு பாறாங்கல்லை வெட்ட முடியுமா? அப்படி வெட்டினால் கத்திதான் உடைந்துபோகும்.

எனவே சற்றேனும் பொறுமையற்ற மூடனுக்குச் செய்யும் உபதேசம் விழலுக்கிறைத்த நீர்போல வீணாகிவிடும். இறுதியில் உபதேசம் செய்பவருக்கே ஆபத்து வரக்கூடும்.



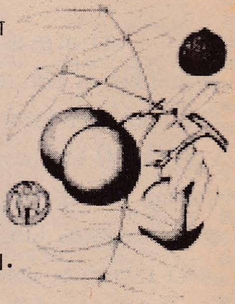
தனது நிழலைத் தானே பிடிக்க முடியாது. அந்த நிழல் போன்றது அகங்காரம். அதை அகற்ற யாருக்கும் இயலாது. சூரியன் தலைக்கு மேலே வந்துவிட்டால் நிழல் பாதத்துக்குக கீழே மறைந்து போய் விடுகிறது. அதுபோல ஞானம் வரும் போது அகங்காரம் அகன்று போகிறது.

– **இராமகிருஷ்ண பரமஹம்சர்**

ஆக்கம்:- சி. சாம்பவி, தரம் 7

மென்சொல்லின் வலிமை

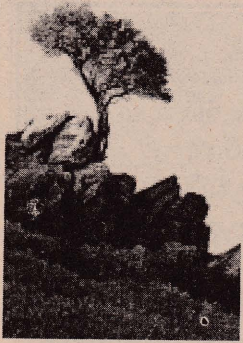
ஒருவனுடைய வீட்டில் இனிப்பான, சுவையான பழங்கள் இருக்கின்றன. கசப்பான, புளிப்பான பழங்களும் இருக்கின்றன. அவன் கசப்பான, புளிப்பான பழங்களை எடுத்துண்பானா? நிச்சயமாக இல்லை. அவன் சுவையான பழங்களையே உண்பான். அதுபோல, கனிவான இனிமையான வார்த்தைகள் இருக்கும்போது வன்மையான கடுகடுப்பான வார்த்தைகளைப் பேசக்கூடாது. இதனையே திருவள்ளுவர்,



"இனிய உளவாக இன்னாத கூறல்
கனியிருப்பக் காய் கவர்ந்தற்று."

என்று கூறுகிறார். ஔவைப் பாட்டியும் நல்வழியில், வன்சொல்லால் ஆகாதது மென்சொல்லால் ஆகும் என்பதைப் பின்வரும் பாடல் மூலம் எடுத்துக் கூறுகிறார்.

வெட்டனவை மெத்தனவை வெல்லாவாம் வேழத்தில்
பட்டுருவும் கோல் பஞ்சிற்பாயாது - நெட்டிருப்புப்
பாறைக்கு நெக்குவிடாப் பாறை பசுமரத்தின்
வேருக்கு நெக்கு விடும்.



வலிய யானையை ஊடுருவிச் செல்லும் அம்பு, மென்மையான பஞ்சிற் பாய முடியாது. இரும்பாலான அலவாங்கால் பிளக்க முடியாத பாறை, பசுமையான மரத்தின் மென்மையான வேருக்குப் பிளந்து விடும். இவற்றைப் போலவே வன்சொல்லால் ஆகாதது மென்சொல்லால் ஆகும்.

ஆகவே, பிறரை வெல்ல வேண்டுமாயின் மென்சொற்களையே பேச வேண்டும் என்கிறது நல்வழி. மென்சொற்கள், எதையும் சாதிக்கும் என்றும் பகைவனாக இருந்தாலும் அவனிடம் கனிவாகப் பேசினால் அவன் மனம் மாறி நண்பனாகிவிடுவான் என்றும் ஔவையார் கூறுகிறார்.

இத்தகைய மென்சொல்லின் வலிமையை வலியுறுத்தும் அன்னை சாரதா தேவியின் வாழ்க்கை முழுவதும் மென்மை மிளிர்ந்தது. அவரது மென்மை, அணிகலனாக மட்டுமல்ல, வாழ்க்கையாகவே இருந்தது. பேச்சு, நடை, பார்வை என்று எல்லா அம்சத்திலும் மென்மை மிளிர்ந்தது. ஒருமுறை அன்னை சாரதா தேவி ஜெயராம்பாடியிலிருந்து தட்சிணேஸ்வரம் செல்லும் வழியில் ஒரு சம்பவம் நடந்தது. அன்னையும் அவரது சக பயணிகளும் காட்டு வழியாகச் சென்றுகொண்டிருந்தனர். அப்போது அன்னை சாரதைக்குக் களைப்பு ஏற்படவே, அவர் தனிமையாகப் பின்னால் வந்தார். அப்பொழுது ஒரு கொள்ளைக்காரனும் அவனது மனைவியும் அன்னை சாரதையின் அருகே வந்தனர். உடனே அன்னை சாரதை, அவர்களைப் பாாத்து, “அப்பா! அம்மா! நான் உங்கள் மகள் சாரதை. இந்தக் காட்டில் எனக்கு நீங்கள்தான் துணை” என்று பாசத்துடன் கூறினார். இதைக் கேட்ட கொள்ளைக்காரத் தம்பதியர் மனம் நெகிழ்ந்துபோய் அன்னை சாரதையைத் தமது வீட்டிற்கு அழைத்துச் சென்றனர். அங்கு அவரைத் தமது மகளாகவே கருதி இரவு முழுதும் பாதுகாப்பாகத் தங்க வைத்தனர். மறுநாள் காலை கொள்ளைக்காரனும் அவனது மனைவியும் அன்னை சாரதையைத் தட்சிணேஸ்வரத்திற்குக் கொண்டுபோய் விட்டுவிட்டுத் திரும்பினர்.

பொதுவாகக் கொள்ளைக்காரர்கள் பயத்தினால் வெளியில் வருவதில்லை. ஆயினும் அன்னையினது மென்மையான சுபாவமும் அன்பு கனிந்த வார்த்தைகளும் அவர்களை அவ்வாறு செய்ய வைத்தன. அன்னை சாரதை நடந்த அனைத்தையும் குருதேவர் ஸ்ரீ இராமகிருஷ்ணரிடம் கூறினார். பிற்காலத்தில் ஒருநாள் அக் கொள்ளைக்காரன் தன் மனைவியுடன் தட்சிணேஸ்வரத்திற்கு வந்தான். அப்போது குருதேவர் ஸ்ரீ இராமகிருஷ்ணர் அக்கொள்ளைக்காரனைத் தன் மாமனாராக மதித்து வரவேற்றார்.

பார்த்தீர்களா, மென்சொல்லானது ஒரு கொள்ளைக்காரனின் கல்நெஞ்சையும் கரைக்க வல்லது. எனவே நாமும் மென்மையான, அன்பு கலந்த இன்சொல் பேசி வாழ்வோம்.

“எல்லோரிடமும் அன்பாகப் பேசுங்கள். ஆத்திரப்படுவதால் எல்லா வேலையும் கெட்டுவிடுகிறது.”

– **சுவாமி விவேகானந்தர்.**

காலில்லை ஆனால் அது ஊனமில்லை

ஒன்பது வயதாகும் கோடி மகஸ்லான்ட் (Cody McCasland) புரிந்த சாதனைகள் அளவு கடந்தவை. இவன் பல ஓட்டப் போட்டிகளிலும், நீச்சல் போட்டிகளிலும் கலந்து பல தங்கப் பதக்கங்களை வென்றிருக்கிறான். அது மட்டுமல்லாமல் உடல் ஊனமுற்றவர்களுக்கு ஊக்கமளித்து அவர்களையும் சாதிக்கத் தூண்டும் இச் சிறுவனுக்கு இரண்டு கால்களும் இல்லை என்றால் நம்புவீர்களா!

கோடி மகஸ்லாண்ட் 2001 ஆம் ஆண்டு அக்டோபர் 2ஆம் திகதி அமெரிக்காவின் டெக்ஸாஸ் (texas) மாநிலத்தில் பிறந்தான். அவன் குறை மாதக் குழந்தையாகையால் பிறக்கும் போதே "சாக்ரல் அஜெனெஸீஸ்" (Sacral Agenesis) எனும் நோயால் பாதிக்கப்பட்டிருந்தான். அவன் பிறந்து இரண்டாம் மாதத்திலிருந்தே வைத்தியர்களின் கவனிப்பில் வைக்கப்பட்டான். அவனது கால், முழங்கால் எலும்புகள் பாதிக்கப்பட்டிருந்ததால் இரண்டு கால்களினதும் முழங்காலுக்குக் கீழ் உள்ள பகுதி அறுவைச் சிகிச்சையின் மூலம் அகற்றப்பட்டது. அவன் பதினேழு மாதக் குழந்தையாக இருக்கும் போது அவனுக்குச் செயற்கைக் கால்கள் (Prostheses) பொருத்தப்பட்டன.

'கோடி'யின் பெற்றோர், அவனுக்குச் சிகிச்சை

அளித்துக் காப்பாற்றிய "டெக்ஸாஸ் ஸ்கொட்டிஷ் ரைட்" (Texas Scottish Rite) எனும் குழந்தைகளுக்கான வைத்திய சாலைக்கு நிதி திரட்டுமுகமாக "டீம் கோடி" (Team Cody) எனும் அமைப்பை 2004ஆம் ஆண்டு தொடங்கினர்.

'கோடி' தனது உடல் ஊனத்தைப் பற்றிச் சற்றும் கவலைப்படாமல் நீச்சற் பயிற்சி, ஓட்டப் பயிற்சி, குதிரை ஏற்றம், ஹொக்கி எனப் பல பயிற்சிகளில் ஈடுபட்டான். அத்தோடு சிறப்பாகப் பியானோ வாசிக்கவும் கற்றுக்கொண்டான். பல நீச்சல் மற்றும் ஓட்டப் போட்டிகளில் கலந்துகொண்டு தங்கப் பதக்கங்களை வென்றதோடு மட்டுமல்லாமல் ஊனமுற்றோருக்கான ஹொக்கிக் குழுவிலும் இடம்பெற்றுப் பல போட்டிகளில் பங்குபற்றினான்.

'கோடி', 'CAF' அமைப்பால் ஏற்பாடு செய்யப்பட்ட பல நிகழ்வுகளில் உடல் ஊனமுற்றவர்களை உற்சாகப்படுத்துமுகமாகப் பங்குபற்றினான். அத்தோடு போரில் கால்களையும் கைகளையும் இழந்த அமெரிக்கப் போர்வீரர்களைச் சந்தித்து உரையாடி அவர்களை உற்சாகப்படுத்தினான். இவ்வாறு பல சமூக நிகழ்வுகளில் பங்குபற்றுவதன் மூலம் உடல் ஊனமுற்றவர்களாலும் சாதிக்க முடியும் என்பதை எல்லோருக்கும் உணர்த்துவதையே நோக்காகக் கொண்டான்.

கோடி மகஸ்லாண்ட் எதிர்காலத்தில் ஊனமுற்றோருக்கான ஒலிம்பிக்கில் (Paralympics) பங்கு பற்றித் தனது தாய்நாட்டைப் பிரதிநிதிப்படுத்துவதையே தனது இலட்சியமாகக் கொண்டுள்ளான். உடல் ஊனமாக இருப்பினும் பல சாதனைகளைப் புரிந்து, மற்றவர்களையும் ஊக்கப்படுத்தும் இவனைப் பார்க்கும் போது எமக்கும் உற்சாகம் பிறப்பதில் ஆச்சரியம் எதுவுமில்லை.

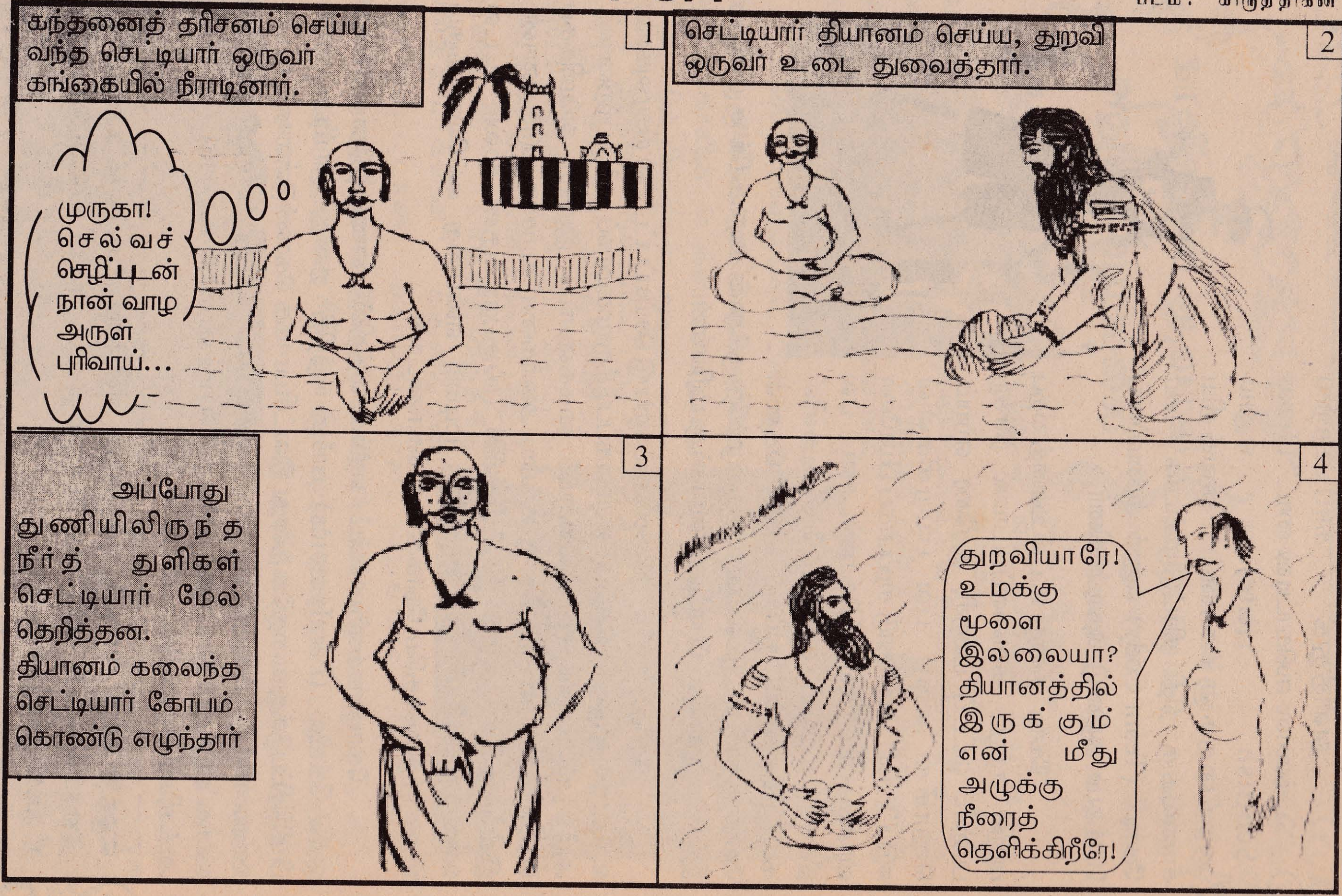
எழுந்து நின்று போராடு. ஓர் அடியும் பின்வாங்கக் கூடாது. கருத்து இதுதான் – எது வந்தாலும் போராடி முடி. . முதலில் உன்னிடத்தில் நீ நம்பிக்கை வை.

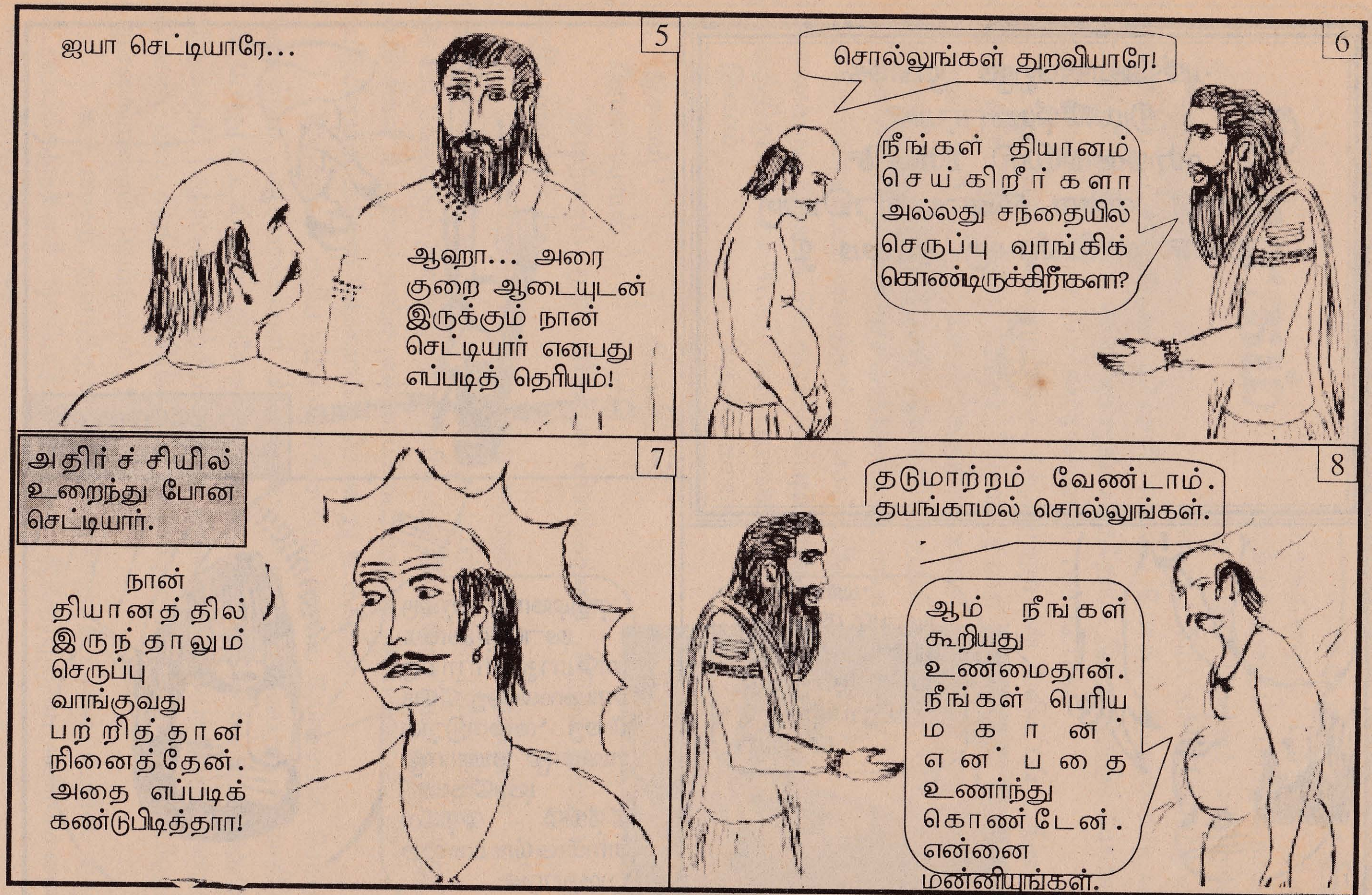
-சுவாமி விவேகானந்தர் -

கதை: சுபசாந்தன்

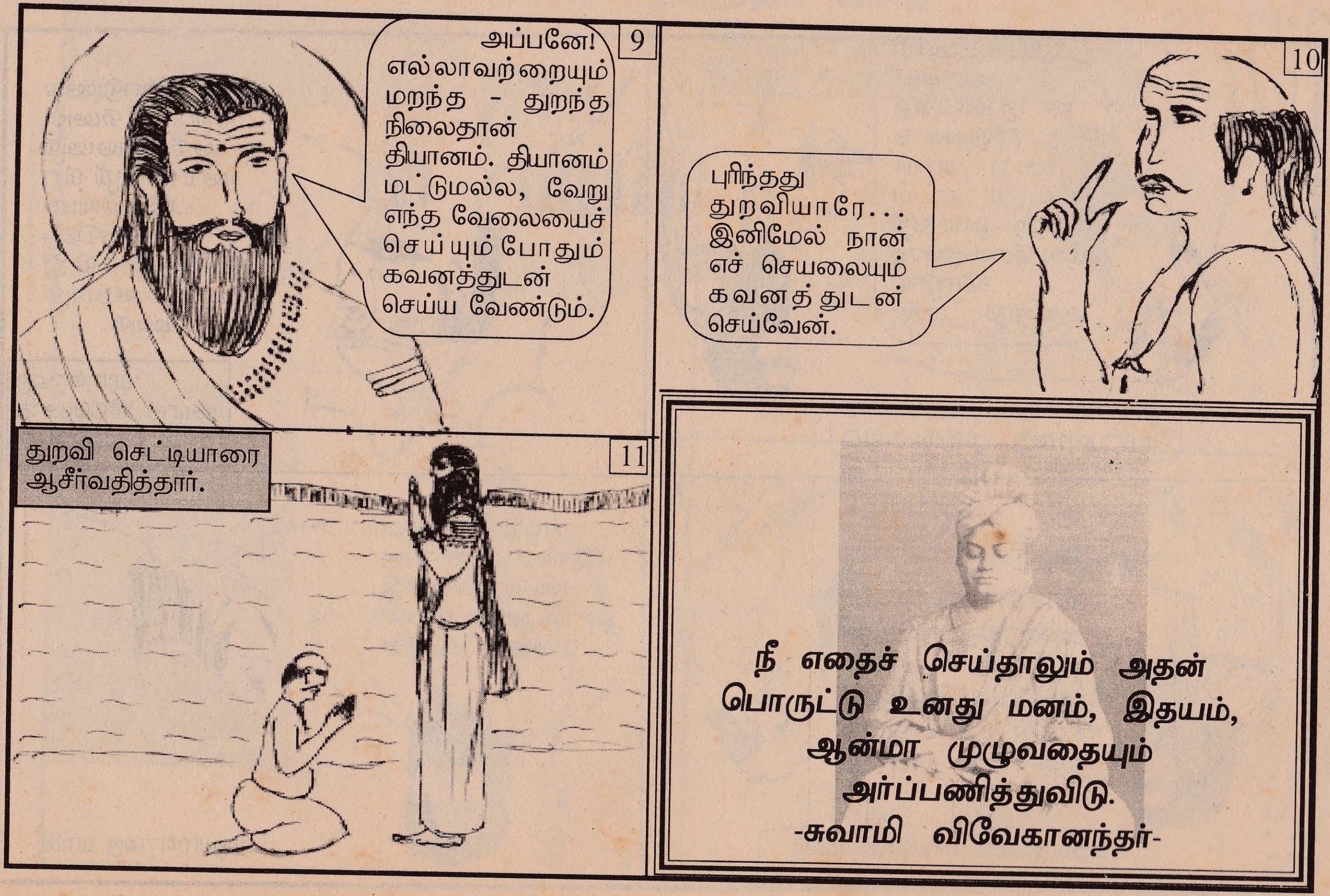
செய்வன திருந்தச் செய்

படம்: கிருத்திகன்





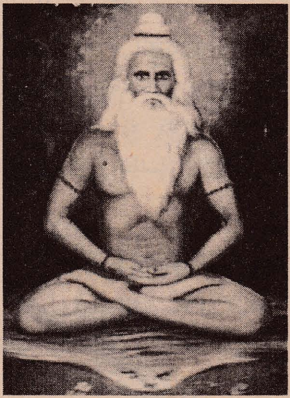
5
ஐயா செட்டியாரே...
ஆஹா... அரை குறை ஆடையுடன் இருக்கும் நான் செட்டியார் எனபது எப்படித் தெரியும்!
6
சொல்லுங்கள் துறவியாரே!
நீங்கள் தியானம் செய் கிறீர் களா அல்லது சந்தையில் செருப்பு வாங்கிக் கொண்டிருக்கிறீர்களா?
7
அதிர்ச்சியில் உறைந்து போன செட்டியார்.
நான் தியானத்தில் இருந்தாலும் செருப்பு வாங்குவது பற்றித்தான் நினைத்தேன். அதை எப்படிக் கண்டுபிடித்தார்!
8
தடுமாற்றம் வேண்டாம். தயங்காமல் சொல்லுங்கள்.
ஆம் நீங்கள் கூறியது உண்மைதான். நீங்கள் பெரிய மகான் என்பதை உணர்ந்து கொண்டேன். என்னை மன்னியுங்கள்.


9
அப்பனே! எல்லாவற்றையும் மறந்த - துறந்த நிலைதான் தியானம். தியானம் மட்டுமல்ல, வேறு எந்த வேலையைச் செய்யும் போதும் கவனத்துடன் செய்ய வேண்டும்.
10
புரிந்தது துறவியாரே... இனிமேல் நான் எச் செயலையும் கவனத்துடன் செய்வேன்.
11
துறவி செட்டியாரை ஆசீர்வதித்தார்.
நீ எதைச் செய்தாலும் அதன் பொருட்டு உனது மனம், இதயம், ஆன்மா முழுவதையும் அர்ப்பணித்துவிடு.
-சுவாமி விவேகானந்தர்-

யோகம்

கடந்த இதழில் யோகத்தைப் பற்றிய முழு அறிமுகத்தைப் பார்த்தோம். அதாவது, யோகம் என்றால் என்ன, யோகம் செய்யுமுன் கவனிக்க வேண்டிய விடயங்கள் எவை, யோகம் இயற்கையுடன் கொண்டுள்ள தொடர்பு என்பவற்றைப் பார்த்தோம். இந்த இதழில் யோகம் பற்றிய மேலும் சில முக்கிய அம்சங்களைப் பார்ப்போம்.

பதஞ்சலி முனிவரால் கி.மு. 4ஆம் நூற்றாண்டளவில் (கிட்டத்தட்ட 2400 வருடங்களுக்கு முன்) யோக முறை உருவாக்கப்பட்டது. யோக சூத்திரங்களை வகுத்தவரும் இவரே ஆவார். இவர் யோகத்தில் எட்டுக் கூறுகளை வகுத்து அதற்கு அஷ்டாங்க யோகம் என்று பெயர் வைத்தார். யோகம் பயிலும் அனைவரும் இந்த எட்டுக் கூறுகளையும் தெரிந்து வைத்திருப்பது அவசியம். அவையாவன:



1. இயமம்
2. நியமம்
3. ஆசனம்
4. பிராணாயாமம்
5. பிரத்தியாகாரம்
6. தாரணை
7. தியானம்
8. சமாதி

இவற்றைப் பற்றிய விரிவான விளக்கத்தை அடுத்த இதழில் எதிர்பாருங்கள்.

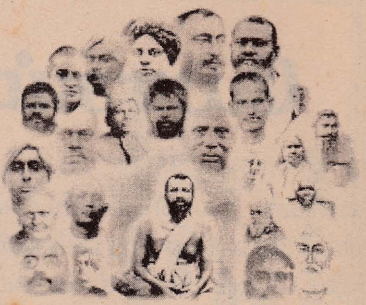
யோகப் பயிற்சி செய்யும் அனைவரும் தமது பயிற்சிகளை ஆரம்பிக்கு முன் உடலைத் தளர்த்தும் பயிற்சிகளை (streching) செய்ய வேண்டும். இவற்றிற்கு 'சிதிலிகரண வியாயாமா' என்று பெயர். இப் பயிற்சிகள் உடலை நன்கு வளையக்கூடியதாகச் செய்கின்றன. இப் பயிற்சியைக் காலை வேளையில் செய்வது உகந்தது.

இதனுடன் சூரிய நமஸ்காரத்தையும் காலை வேளையில் செய்ய வேண்டும். ஆசனங்களை மாலையில் செய்வதே நல்லது. ஏனெனில் அப்போது உடல் இற்று இலேசானதாக, ஆசனங்கள் செய்ய உகந்ததாக இருக்கும். ஆரம்பப் பயிற்சியாளர்கள் இதனைப் பின்பற்றுவது நன்று. நாளடைவில், சிறந்த பயிற்சியின் பின் காலை, மாலை இரு வேளையிலும் ஆசனங்களைச் செய்யலாம்.

உடலைத் தளர்த்தும் பயிற்சியானது உடலில் உள்ள ஏழு உறுப்புக்களுக்குச் செய்யப்படுகின்றன. இவற்றிற்குரிய பயிற்சிகளை அடுத்தடுத்த இதழ்களில் பார்ப்போம்.

இராமகிருஷ்ண குடும்பம்

பூர்ண சந்திர கோஷ்



ஸ்ரீ இராமகிருஷ்ணரின் சீடரான பூர்ணர் சிறந்த இறைபக்தர். இல்லறக்கடமைகளில் ஈடுபட்டிருந்தாலும் அவரது மனம் என்றும் இறைவனையே நாடியது. குருதேவருக்கு மிகவும் பிடித்த சீடர்களில் ஒருவராக விளங்கிய பூர்ணரின் வாழ்வில் நடந்த பல சம்பவங்கள் அவரது உயர்ந்த ஆன்மீக நிலையினைக் காட்டுவதாக அமைந்தன.

ஒரு சமயம் பூர்ணரும் நண்பர் ஒருவரும் நடந்து போய்க் கொண்டிருந்தபோது பூர்ணர் தன்னை மறந்த நிலைக்குச் சென்று விட்டார். அவருடன் வந்த நண்பர் அவருக்கு உடல் உணர்வு இருக்கிறதா என்று கேட்டார். அதற்கு அவர் தனது தொண்டையில் கை வைத்து அதற்கு மேல் உணர்வு இருக்கிறது என்றும் அதற்குக் கீழ் உணர்வு இல்லையென்றும் கூறினார். பூர்ணர் ஒரு பூரண ஞானி என்பது இச்சம்பவத்தில் இருந்து உறுதியாகிறது.

பூர்ணர் அமைதியும் சாந்தமும் நிறைந்தவர். கொஞ்சம் கூட ஆடம்பரத்தில் பிரியமில்லாதவர். ஆனால் தேவைப்படும் நேரத்தில் வெளிப்படையாகப் பேசவும், உணர்வுடன் செயற்படவும் வல்லவர். ஒருமுறை இரு ஆங்கிலேயச் சிப்பாய்கள் சிம்லா மக்கள் சிலரைத் துன்புறுத்திக் கொண்டிருந்தனர். பூர்ணர் உடனே இவ்விஷயத்தில் தலையிட்டு அவ்வீரர்களின் செயலைக் கண்டித்தது மட்டுமல்லாமல் தேவைப்பட்டால் அவர்கள் மீது கடுமையான நடவடிக்கை எடுக்கும் முயற்சியிலும் இறங்கப் போவதாகச் சவால் விட்டார். அவரின் சவால் சிப்பாய்களின் கொட்டத்தை அடக்கியது. அவர் மிகச்சிறந்த தேசபக்தராக விளங்கியதுடன் இந்திய தேசத்தின் சுதந்திரத்திற்காகப் போராடிய அனைத்துத் தலைவர்களிடமும் மரியாதை கொண்டிருந்தார்.

பூர்ணரின் இறுதிக் காலத்தில் அவரின் உடல்நிலை மிகவும் சீர்குலையத் தொடங்கியது. அவர் மிகவும் பலவீனமாக இருந்ததால் படுக்கையை விட்டு எழக் கூட அனுமதிக்கப் படவில்லை. ஒருநாள் இரவு அனைவரும் ஆழ்ந்து உறங்கிக் கொண்டிருந்த போது யாரையும் தொந்தரவு செய்ய விருப்பமில்லாமல் அவர் தாமாகவே எழுந்து கழிவறைக்குச் சென்றார். என்றுமே அவர் தமக்காக யாரையும் தொந்தரவு செய்ய விரும்பியதில்லை. இயற்கை உபாதையைக் கழித்துவிட்டு அவர் படுக்கைக்கு அருகில் வந்தபோது தலைசுற்றி விழப் பார்த்தார். மறுநாள் காலையில் அவர் நெருங்கிய பக்தரிடம் முந்தைய நாள் இரவு நடந்த அதிசயச் சம்பவத்தை விளக்கமாகக் கூறினார்.

"குருதேவர் இல்லை என்று யார் சொன்னது? அவர் இன்னும் உயிருடன் இருப்பதை நான் தெளிவாகக் காண்கிறேன். நேற்றிரவு கழிவறையில் இருந்து திரும்பியபோது ஏறக்குறைய, சுயஉணர்வை இழந்து கீழே விழப் பார்த்தேன். அப்போது, குருதேவர் தோன்றி என்னை அவரது தோளில் தாங்கியபடியே படுக்கைக்குக் கொண்டு வந்து சேர்த்தார். அவர் அன்று போலவே இன்றும் இருக்கிறார். நான் அவரைக் கண்டேன்" என உணர்வுபூர்வமாகக் கூறினார். இறைவன் நம்பினோரைக் கைவிடுவதில்லை. இது நான்கு மறைத் தீர்ப்பு. இது பூர்ணரின் வாழ்விலும் பொய்க்கவில்லை.

கட்டுண்ட ஆன்மாக்கள் உயிர் விடும்போது கயிறு இழுக்கும் போட்டியைப் போன்று ஒரே இழுபறி நிலை நீடிக்கும். பூர்ணரைப் பொறுத்த வரையில் எந்த வலியையும் வேதனையையும் உணராமல் சாந்தமாக இருந்ததுடன் உயிர் பிரியும் தருணத்தில் மிக உயர்ந்த ஆன்மீக மனோநிலையில் திளைக்க ஆரம்பித்து விட்டார். இரவு பத்து மணிக்கு அவரைப்

பரிசோதித்த மருத்துவர் அவரின் உறவினரிடம் இன்னும் ஒரு மணி நேரம் தான் அவர் உயிருடன் இருப்பார், என்று தெரிவித்தார். மருத்துவர் சென்ற பிறகு பூர்ணர் அமைதியாக உறங்கிக் கொண்டிருப்பதாக எண்ணிய உறவினர்கள் அவரைத் தொந்தரவு செய்யாமல் விட்டுவிட்டனர். சிலமணித்தியாலங்களுக்குப் பிறகு மருத்துவர் பரிசோதித்து விட்டு கொஞ்ச நேரம் முன்பே உயிர் பிரிந்து விட்டதாக அறிவித்தார். 1913 கார்த்திகை 16 அன்று பூர்ணர் குருதேவரின் திருவடிகளைச் சேர்ந்து விட்டார்.

இல்லறத்தில் இருந்தும் சிறிதும் உலகியல் பற்றற்றவராக வாழ்ந்து காட்டினார் பூர்ணர். யோகிகளுக்கும் இல்லத்தார்க்கும் உரிய இலட்சியங்களில் ஒருங்கிணைவை உண்டாக்குவது எப்படி? என்பதைப் பூர்ணரின் வாழ்க்கை மூலமாக ஸ்ரீ இராமகிருஷ்ணர் விளக்கியுள்ளார். நாமும் பூர்ணரைப் போல் என்றும் இறைவனைச் சரணடைந்து வாழ்ந்தால் இம்மையும் மறுமையும் சிறப்புறும் என்பது திண்ணம்.

அறநெறி அமுதத்தின் பத்தாண்டு நிறைவுச் சிறப்பமுத வெளியீட்டில் இடம்பெற்ற நூலாய்விலிருந்து...

திசையறியாமல் செல்லும் இளைய சமுதாயத்தை இந்த அறநெறிப் பாடசாலையும் அது வெளியிட்டுவரும் நூலும் நெறிப்படுத்தி வருகின்றன. இந்த நூலில் ஒவ்வொரு அம்சமும் மனிதன் நல்ல வழியில் செல்வதற்கு வழிகாட்டியாக அமைகிறது. சித்திரங்களுடன் சேர்ந்த ஆழமான சிறிய கட்டுரைகள் இந் நூலின் சிறப்பம்சமாக விளங்குகின்றன. கருத்துக்களை மாணவர் மனதில் பதியச் செய்ய இது உதவுகிறது. பிள்ளைகளின் எதிர்காலத்தைச் சிறக்க வைக்கும் வித்துக்கள் இந் நூலில் காணப்படுகின்றன. இந்த நூலாக்கம் நீண்ட நாள் முயற்சியாகும். பலரின் கூட்டு முயற்சி, பெரியோரின் ஆசி ஆகியவற்றுடன் பெற்றோர், மாணவர்களின் ஆதரவும் சேர்ந்து இந் நூலை உருவாக்குகின்றது. மேலும் அதிக பிரதிகளுடன் இவ் அறநெறி அமுதம் மேலும் வளர்ச்சியடைய வேண்டும்.

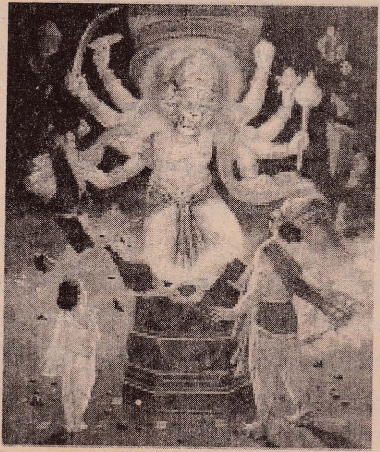
நூலாய்வு செய்தவர்:
திருமதி ராணி சீதரன்
ஆசிரியர்,
மே/கொ/ ஹமீட் அல் ஹுசைனி தேசிய கல்லூரி,
கொழும்பு 12.

பக்தனுக்கு அருளிய பரந்தாமன்

பிரகலாதன் ஸ்ரீமன்நாராயணன் மீது எல்லையற்ற பக்தி கொண்டவன். அதனால் அவனது தந்தையான இரணியன் பகவானை மறக்குமாறு பிரகலாதனைப் பலவாறு வற்புறுத்தினான். ஆனால் பிரகலாதன் எதற்கும் பணிய மறுத்ததால் அவனைப் பலவாறு கொடுமைப்படுத்தினான். ஆனால் பகவான் பிரகலாதனை எப்போதும் காத்து வந்தார். எனவே பிரகலாதனைத் தன்வசப்படுத்துவதற்கு இன்னோர் உத்தியைக் கையாண்டான்.

இரணியன் பிரகலாதனை அழைத்துச் சென்று அவனுக்கு நயமான வார்த்தைகளைக் கூறி ராஜ தர்மங்களை விளக்கினான். அவன் கூறியது எதையும் பிரகலாதன் காதில் கொள்ளவில்லை. மாறாக, பிரகலாதன் தன்னோடு படிக்கும் மாணவர்களையும் ஆன்மீக வழிக்கு அனுப்பினான். மாணவர்களும் ஸ்ரீமன் நாராயணன் நாமத்தை உச்சரிக்க ஆரம்பித்தனர். இதனைக் கண்ட இரணியன் "குலத்தைக் கெடுக்க வந்த கோடாரிக் காம்பே, உன் மனதில் என்ன நினைக்கிறாய்? சகல லோகங்களையும் அடக்கியவன் நானே என்பதை மறந்தாயோ? அப்படியிருக்க, என்னை விட அந்தப் பரந்தாமன் உனக்கு எவ்வாறு மேன்மையானவனாகி விட்டான்?" என்று இடிமுழக்கத்துடன் கூறினான். இதைக் கேட்ட பிரகலாதன் தந்தையைப் பணிவோடு வணங்கி,

"அப்பா, இந்த மூன்று லோகங்களும் உங்களுக்கு அடங்கி நடப்பதாகவும், தேவர்களும் உங்களது உத்தரவுகளுக்குக் கட்டுப்பட்டு நடப்பதாகவும் கூறுகிறீர்கள். அது சரிதான், ஆனால் அண்ட சராசரங்களுக்கும் பகவானே ஆதிகாரணமாக அமைகின்றான். ஆகவே எல்லோரையும் விட பகவானே உயர்ந்தவர்" என்று கூறினான். இரணியன் கோபத்துடன் "மரணத்தின் வாயிலில் நிற்பவர்கள் தான் இவ்வாறு உளறுவார்கள். அந்த நிலைதான் இப்போது உனக்குக் கிட்டியுள்ளது. உன்னாலே சொல்லப்படும் அந்த பகவான் எங்கே இருக்கிறான்? சொல்லடா மூடா?" என்று கர்ஜித்தான். இதைக் கேட்டு சற்றும் பயப்படாத பிரகலாதன் புன்னகையுடன்,

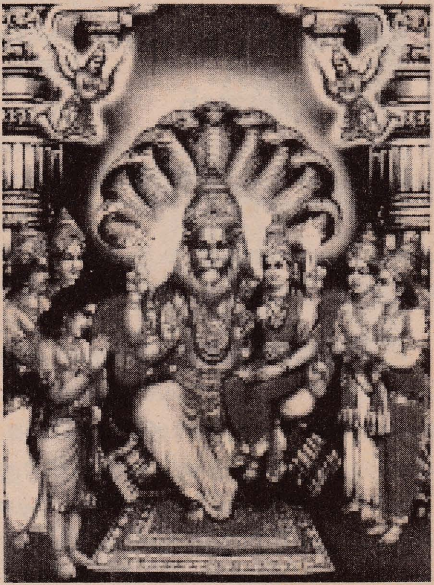


"தந்தையே, சகல ஜீவன்களுக்குள்ளும் ஆத்மாவாக அந்த பகவான் வியாபித்திருப்பதைத் தாங்கள் உணரவில்லை. காற்றைப் போல அவரில்லாத இடமும் இல்லை" என்றான். இரணியன் சீற்றத்துடன் " உன்னால் சொல்லப்படுபவன் எங்கும் இருக்கிறான் என்றால் இந்தக் கம்பத்திலும் இருக்கிறானல்லவா, அவனைப் பார்ப்போம்", என்று உளறிக் கொண்டு உடைவாளை உருவியவனாய் பாய்ந்து அங்கிருந்த தூணிலே ஓங்கி அடித்தான். இடி போல் பெரிய சத்தத்துடன் தூண் இரண்டாகப் பிளந்தது. பிரகலாதனின் வார்த்தை சத்தியமானது என்பதை நிரூபிக்கப் பகவான் நாராயணன் அங்கே அற்புத ரூபத்தோடு தோன்றினார். இரணியன் பயந்து நடுங்கி ஒரு பக்கமாக ஒதுங்கி நின்றான். கழுத்து வரையில் மனித உடம்பு, அதற்கு மேல் மயிரோடு கூடிய சிங்கத்தின் தலை, கைகளிலே கூரிய நகங்கள், இவ்வாறு மனிதனுமல்லாத மிருகமுமல்லாத தோற்றத்தோடு தூணில் இருந்து வெளிப்பட்டார்.

நரசிம்மபகவான், கையில் கதையைத் தாங்கியவாறு பாய்ந்து தாக்கி, அசுரனைக் கையினால் எட்டிப் பிடித்துக் கொண்டார். அசுரன் பகவானின் கையிலிருந்து நழுவி ஆயதங்களை ஏந்திக் கொண்டு அவரைத் தாக்கத் தொடங்கினான்.

பகவான், இரணியனைப் பிடித்து இழுத்து வாசற்

படிக்குச் சென்றார். இரணியன் முன்னொரு காலத்தில் வீட்டிற்கு உள்ளேயும் வெளியேயும் தனக்கு மரணம் ஏற்படக்கூடாது என்று வரம் பெற்றிருந்ததால் பகவான் அவனை, உள்ளுமல்லாது வெளியுமல்லாது வாசற்படியில், ஆகாயமுமின்றி பூமியுமின்றி இடைப்பட்டதாக தமது தொடை மீது மல்லாக்கக் கிடத்திக் கொண்டார். இரவிலும் பகலிலும் மரணம் ஏற்படக் கூடாதென்றும் அவன் வரம் பெற்றிருந்தான். ஆகவே அந்த சந்தியா காலத்தில் ஆயுதங்கள் என்று சொல்லமுடியாத தமது நகங்களால் அவன் மார்பைக் கீறிப் பிளந்தார். தமது நாவினால்



அவனது உடலிலிருந்த இரத்தம் அனைத்தையும் உறிஞ்சிக் குடித்து விட்டு அவனுடைய உடலை மாலையாக அணிந்தார். அசுரனுக்கு உதவியாக இருந்தவர்களை அடித்தும், மிதித்தும் நாசப்படுத்தினார். அசுரனின் வதத்தைக் கண்ட தேவர்கள் வானிலிருந்து புஷ்பமாரி பொழிந்தனர்.

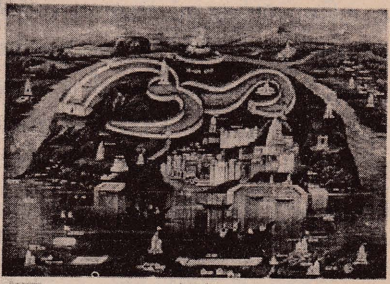
பிரகலாதன் பகவானை நமஸ்கரித்தான். இருகைகளையும் கூப்பி, "பிரபோ சாந்தம் அடைய வேண்டும். தங்கள் கோபம் நீங்கி அனைவருக்கும் அனுக்கிரகம் புரிய வேண்டும்" என்றான். பகவானும் கோபம் நீங்கி, மலர்ந்த முகத்தோடு தம் பக்தர்களான அனைவருக்கும் அருள் பாலித்தார்.

பார்த்தீர்களா, பிரகலாதனின் ஈடிணையற்ற பக்தியால், உலகமே அவனை எதிர்த்து நின்றபோதிலும் பகவானின் அருளைப் பெற்று அவனால் வெல்ல முடிந்தது. எனவே குழந்தைகளாகிய நாமும் இறைவனை நம்பி வழிபட்டு அவரது அருளைப் பெற்று வாழ்வில் உயர்வோமாக!

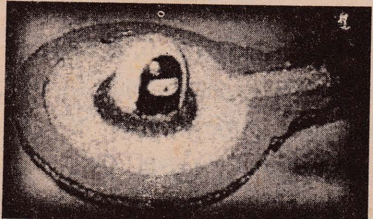
ஓங்காரேஸ்வர லிங்கம்

இப் புனித ஷேத்திரம் இந்தியாவின் மத்திய மாநிலத்தில் நர்மதா நதிக்கரையில் ஒரு விசாலமான தீவுக்குள் அமைந்துள்ளது. இத்தீவு "ஓம்" எனும் வடிவில் அமைந்துள்ளதால் ஓங்காரேஸ்வர அமலேஸ்வரர் எனப்பெயர் பெற்றது. சிவன் மட்டுமல்லாமல் பிரம்மாவும் விஷ்ணுவும் இங்கு வசித்தார்கள். அதனால் இங்கு பிரம்மபுரி, விஷ்ணுபுரி, உருத்திரபுரி என்று மூன்று மலைச்சிகரங்கள் உருவாகி உள்ளன. இதனால் இதை "திரிபுரி ஷேத்திரம்" என்றும் அழைப்பர்.

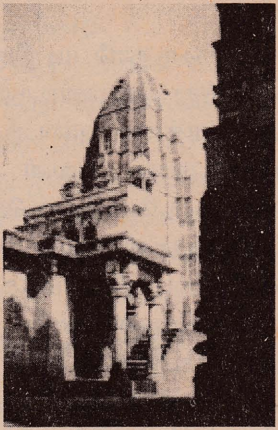
ஓங்காரேஸ்வரலிங்கம் உருத்திரபுரியில் அமைந்துள்ளது. இச் ஷேத்திரம் இயற்கை அழகு நிறைந்த மலைப்பிரதேசத்தில் அமைந்திருப்பதாலும் புனித நதியான நர்மதா நதி பாயும் பள்ளத்தாக்குகளை உடையதாலும் இந்நதி பாயும் பொழுது "ஓம் நமசிவாய" என்ற "ஒலி" அப்பிரதேசம் முழுவதும் ஒலிப்பதாக உணரப்படுகிறது.



ஒரு சமயம் நாரதர் சிவனை ஆராதிப்பதற்காக கோகர்ண ஷேத்திரம் போனார். சில நாட்களில் அவர் திரும்பி வரும் போது மத்தியபிரதேசத்திலுள்ள விந்தியமலைக்கருகில் வந்தார். விந்திய பர்வதன் நாரதர் முன் சென்று வரவேற்று, "நான் விந்திய பர்வதன், சகல அம்சங்களும் நிறைந்தவன். எனக்கு எதற்கும் குறைவில்லை" எனக் கர்வத்துடன் நின்றான். விந்தியன் அவ்வாறு அகங்காரமாகப் பேசுவது நாரதருக்குப் பிடிக்கவில்லை. அவன் அகங்காரத்தை அடக்க எண்ணி, அவன் மீது அனுதாபப்டுவது போலப் பார்த்தார்.



அதைப்பார்த்த விந்தியன், "என்ன மகரிஷியாரே! என் உன்னத நிலையை எண்ணிப் பெருமை கொள்ளாமல் அனுதாபப் பெருமூச்சு விடுகிறீரே?" எனக் கேட்டான். நாரதர் "பகீ"ரெனச் சிரித்து, "இதில் என்ன இருக்கிறது? நீ எவ்வளவு பெரியவனாக இருந்தாலும் மேரு



பர்வதத்தை விடக் குறைந்தவன் தானே? அதனது சிகரங்கள் சொர்க்கம் வரை உயர்ந்துள்ளன. அவனுடன் ஒப்பிட்டால் நீ எங்கே?'' என்று சொல்லி நாரதர் சென்றுவிட்டார். விந்தியன் மிகவும் மனம் நொந்து, சிவனை நோக்கி ஆறுமாதகாலம் கடுந்தவம் செய்தான். அவன் தவத்திற்கு மனமிரங்கி சிவன் பிரசன்னமாகி, வேண்டும் வரம் கேட்கச் சொன்னார்.

விந்தியனும் "ஸ்வாமி, என் ஜென்மம் புனிதமடைந்தது. நான் எப்பொழுதும் மிகுந்த புத்திக் கூர்மையுடன் இருக்க அருள்புரிந்து, என்தலைமேல் நீங்கள் சதா சர்வகாலமும் வீற்றிருக்கும் வரம் வேண்டும்'' என்றான். விந்தியன் கேட்ட வரத்தை சிவன் அளித்தார். அப்போது தேவர்களும், அங்கு வந்து சிவனைத் துதித்து அங்கேயே ஜோதிமயமாக இருக்கும்படி வேண்டிக் கொண்டார்கள். உலக நன்மைக்காக சிவன் பிரணவ வடிவில் ஓங்காரேஸ்வரராக அங்கு நிலைத்தார்.

இப்புனித ஷேத்திரத்தைப் பற்றி இன்னுமொரு கதையும் உண்டு. முன்னொரு காலத்தில் அரக்கர்கள் மூவுலகத்தையும் ஆக்கிரமித்ததினால் தேவர்கள், மானிடர் எல்லோரும் மிகவும் துன்புற்றனர். இதனால் தேவர்களின் தலைவனான இந்திரன் மிகவும் வருந்தினான். மூவுலகத்தையும் இரட்சிக்க எண்ணி, சிவபெருமானிடம் முறையிட்டான். சிவன், தேவர்களின் வலிமையை அதிகரிப்பதற்காகப் பாதாளத்திலிருந்து ஜோதிமயமான ஓங்கார வடிவை எடுத்து, நர்மதா நதிக்கரையில் ஜோதிர்லிங்கமாக வெளிவந்தார். தேவர்கள் ஓங்காரேஸ்வரரை வணங்கினர். இதனால் தேவர்களுக்கு வலிமை அதிகரித்தது. இதன் மூலம் அவர்கள் மீண்டும் சொர்க்கத்தைப் பெற்று மகிழ்ந்தனர்.

இந்த ஓங்காரேஸ்வரரின் மகிமையை உணர்ந்த "மந்தாதா'' எனும் அரசன், இந்த ஷேத்திரத்திற்கு வந்து வழிபட்டது மட்டுமல்லாமல் அந்நகரைத் தலைநகராக்கி ஆட்சி புரிந்தான். இதனால் இப்பிரதேசத்தை "மந்தாத்ருபுரி'' என்றும் அழைப்பார்கள். இவ்வரசன் இராமபிரானின் மூதாதையர் என்பது குறிப்பிடத்தக்கது. இக்கோவிலின் சிவலிங்கம் மற்றும் பானுபட்டம் தரிசித்தவர்களுக்குப் பூர்வ ஜென்ம, புனர் ஜென்ம விஷயங்கள் தெரியவருவதாகச் சொல்லப்படுகிறது.

கற்பகதரு

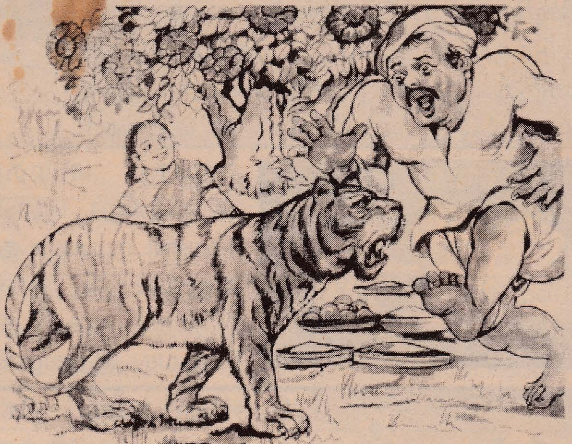
ஒரு நாடோடி இருந்தான். அவன் ஊர் ஊராகச் சுற்றித் திரிந்து கொண்டிருந்தான். ஒரு நாள் அவன் ஒரு பெரிய மைதானத்தை அடைந்தான். அன்றைய தினம் கடுமையான வெயிலில் நீண்ட தூரம் அவன் அலைந்திருந்தான். எனவே உடம்பெல்லாம் அவனுக்கு வேர்த்துக் கொட்டியது. அதோடு களைப்படைந்து சோர்ந்தும் போயிருந்தான். தூரத்தில் ஒரு மரம் இருந்தது. அதைப் பார்த்ததும் களைப்பை நீக்கிக்கொள்வதற்காக மரத்தின் நிழலை அடைந்து உட்கார்ந்தான். காற்று இதமாக வீசியது. அந்தக் காற்று அவனுக்கு இன்பமாக இருந்தது.

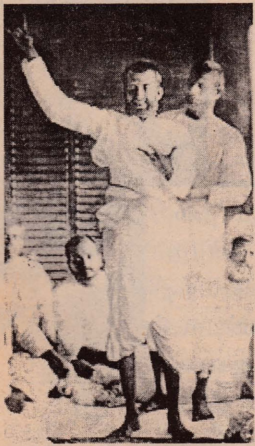
'ஆகா! இப்போது நல்ல படுக்கை ஒன்று இருந்தால் எவ்வளவு சுகமாகத் தூங்குவேன்!' என்று தனக்குத் தானே அவன் சொல்லிக்கொண்டான். இந்த எண்ணம் உதித்து மறைவதற்குள்ளாகவே, தனக்குப் பக்கத்தில் மென்மையான பஞ்சணை ஒன்று இருப்பதைப் பார்த்தான். அது எப்படி அங்கு வந்தது என்பது அவனுக்கே தெரியவில்லை. யோசித்துப் பார்த்தான்; திகைத்தான். உண்மையில் அவன் கேட்டதை எல்லாம் கொடுக்கும் கற்பகதருவின் அடியில் உட்கார்ந்திருந்தான். ஆனால் அது அவனுக்குத் தெரியவில்லை.

களைப்பு மேலிட்டுப் போயிருந்த அவன், 'உடம்பெல்லாம் ஒரே வலியாக இருக்கிறதே! கைகால்களைப் பிடித்துவிட ஒரு இளம் பெண் இப்போது இருந்தால் எவ்வளவு நன்றாக இருக்கும்!' என நினைத்தான். அவன் அப்படி நினைத்துக் கொண்டிருக்கும்போதே, ஒரு இளம் பெண தோன்றித் தன் கால்களைப் பிடித்து விடுவதைப் பார்த்தான். அவன் உள்ளத்தில் உவகை பெருக்கெடுத்தோடியது. வலி சற்றுக் குறையவும் பசி உண்டாவதைக் கண்டான். 'நினைப்பதெல்லாம் இந்த இடத்தில் கிடைக்கிறதே! இப்போது அறுசுவை உண்டி கிடைத்தால் எவ்வளவு பிரமாதமாக இருக்கும்!' என்று நினைத்தான்.

இப்படி அவன் நினைத்தானோ இல்லையோ, தன் முன்னால் அறுசுவை உணவு வகைகள் இருப்பதைப் பார்த்தான். தன் பசியாற அவற்றைத் திருப்தியுடன் சாப்பிட்டு முடித்தான். பிறகு அவன் அந்தப் பஞ்சணையின் மீது நன்றாகச் சாய்ந்து படுத்துக்கொண்டான்.

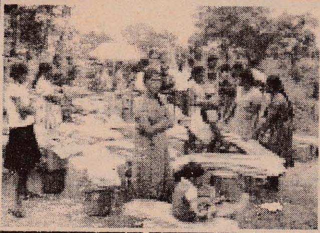
நினைப்பவையெல்லாம் கிடைப்பது பற்றி அந்த நாடோடி மிகவும் மகிழ்ச்சி அடைந்தான். இனி அவனுக்கு வேண்டியது ஒன்றும் இல்லைப் போலும்! அன்றைய தினம் தனக்கு ஏற்பட்ட அதிசயச் செயல்களைப் பற்றிச் சிந்தித்தான். அப்படிச் சிந்தித்து மகிழ்ந்து கொண்டிருக்கும்போதே, அவனது உள்ளத்தில் ஒருவிதப் பயம் உண்டாயிற்று; 'இப்போது ஒரு புலி இங்கே தோன்றினால் என்ன ஆகும்!' என்று நினைத்தான். அந்த எண்ணம் வந்த உடனேயே ஒரு பெரிய காட்டுப் புலி அங்கு தோன்றியது. அது அவன் மீது பாய்ந்து அவனை அடித்துக் கொன்று விட்டது.





இந்தக் கற்பகதரு அந்த நாடோடி கேட்டதையெல்லாம் கொடுத்தது. அதுவே அவனுக்குத் தீமையாய் முடிந்தது. சிறுவர்களே, இப்படியொரு கற்பகதரு கிடைத்தால் நீங்கள் அதன் அருகில் செல்வீர்களா? ஆனால் நாம் எதைக் கேட்டாலும் எமக்கு எது நல்லதோ அதை மட்டுமே தருகின்ற கற்பகதரு ஒன்றும் உள்ளது. அது என்ன தெரியுமா? பகவான் ஸ்ரீ இராமகிருஷ்ணர்தான் அந்த நல்ல கற்பகதரு. அவர் எமது துன்பங்களெல்லாம் நீங்க வேண்டும் என்பதற்காக நாம் அனைவரும் ஆன்மீக விழிப்புணர்வு பெற வேண்டும் என்று 1886ஆம் ஆண்டு ஜனவரி மாதம் 1ஆம் திகதி ஆசீர்வதித்தார். நாம் அவரது அருளால் நல்ல பிள்ளைகளாக வாழ்வோமாக.

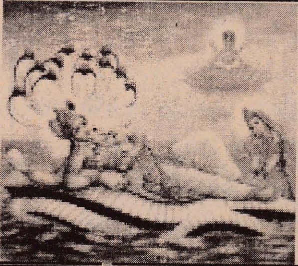
செய்திகள்



ஒக்டோபர் மாதம் 30ஆம் திகதி கிளிநொச்சி- 'மலையாளபுரம்' முகாம்களில் உள்ள போரினால் பாதிக்கப்பட்ட 330 குடும்பங்களுக்குத் தேவையான அடிப்படை உதவிகள் கொழும்பு இராமகிருஷ்ண மிஷனால் செய்யப்பட்டன.

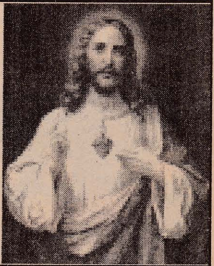
தாவடி இராமகிருஷ்ண சமித்தியின் ஏற்பாட்டில் கொழும்பு இராமகிருஷ்ண மிஷனால் நொவெம்பர் 16, 17ஆம் திகதிகளில் யாழ்ப்பாணம் - மண்முனை, உடுத்துறை ஆகிய இடங்களில் இலவச மருத்துவ முகாம் நடாத்தப்பட்டது. இதன் மூலம் 449 நோயாளிகள் பயன் பெற்றனர்.

அறநெறி அமுதத்தின் பத்தாண்டு நிறைவுவிழா நொவெம்பர் 28ஆம் திகதி கொண்டாடப்பட்டது. இந்து சமய கலாசார அலுவல்கள் அமைச்சின் பணிப்பாளர் திருமதி. சாந்தி நாவுக்கரசன் அவர்கள் 40ஆவது இதழை வெளிட்டு வைத்தார்.



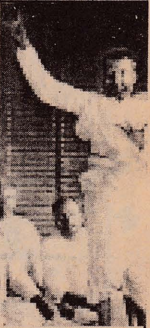
டிசம்பர் 17ஆம் திகதி வைகுந்த ஏகாதசி கொண்டாடப்பட்டது.

டிசம்பர் 24ஆம் திகதி கிறிஸ்மஸ் தினம் கொண்டாடப்பட்டது.



நொவெம்பர் 21ஆம் திகதி கார்த்திகை தீபம் கொனன்டாடப் பட்டது.

டிசம்பர் 27ஆம் திகதி அன்னை சாரதா தேவியின் ஜெயந்தி தினம் கொண்டாடப் பட்டது. ஜனவரி 1ஆம் திகதி கற்பகதரு தினம் கொண்டாடப் பட்டது.



அறநெறி அமுதம் பற்றி...

அறநெறி அமுதத்தின் பத்தாண்டு நிறைவு விழாவிலிருந்து....

சுவாமி சர்வரூபானந்தஜி மஹராஜ் தலைவர், இராமகிருஷ்ண மிஷன், கொழும்பு.
அறநெறி அமுதத்தை எமது சமய பாடசாலை மாணவர்கள் தாமாகவே தயார் செய்து வெளியிட்டு வருகின்றனர். அறநெறி அமுதமானது மாணவ சமுதாயத்திற்கு நற் பண்புகளை எடுத்துக்கூறி அவர்களைச் சரியான பாதையில் வழிநடத்த உதவுகிறது.
திருமதி. சாந்தி நாவுக்கரசன் (பிரதம விருந்தினர்) பணிப்பாளர், இந்து சமய கலாசார அலுவர்கள் அமைச்சு
அறநெறி அமுதம் மிகவும் சிறிய நூலாக இருந்தாலும் மிகுந்த அறிவைத் தருவதோடு அறநெறியையும் தருகிறது. எமக்கு ஒரு இலட்சியம் இருக்க வேண்டும், ஒரு உயரிய நோக்கு இருக்க வேண்டும் என்று இந்த நூல் கூறுகின்றது. மாணவர்களின் இந்த அரிய முயற்சி மிகவும் பாராட்ட வேண்டியதொன்று.
திருமதி. ஹேமலோஜனி குமரன் (சிறப்பு விருந்தினர்) உதவிப் பணிப்பாளர், இந்து சமய கலாசார அலுவர்கள் அமைச்சு
அறநெறி வாழ்வை வாழ வைக்கும் இந்நூல் பத்தாண்டுகள் தொடர்ந்து வெளிவருகின்றமை மிகவும் அருமையான விஷயமாகும். கதைகளாகவும் படக்கதைகளாகவும் சிறுசிறு துணுக்குகளாகவும் அறநெறிக் கருத்துக்களை சிறிய வடிவில் இது வழங்குகிறது.
திருமதி. பத்மா கஜேந்திரதாஸ் (சிறப்பு விருந்தினர்) அதிபர், சைவமங்கையர் வித்தியாலயம்
அறநெறி அமுதமானது ஆன்மீகக் கருத்துக்களை அறிவுறுத்தும் அருமையான சஞ்சிகை. மாணவச் செல்வங்களை மனம் போனவழி மாறவிடாமல் மாண்புள்ள முழு மனிதனாக இலட்சியப் பாதையில் நடந்து செல்லும் உத்தம சீலர்களாக மாற்ற வைக்கும் இச் சஞ்சிகை எல்லோரும் பாராட்டிப் படிக்க வேண்டியதொன்று. மலிவு விலையில் பெற்றுக் கொள்ளும் இந் நூலின் மூலம் நாம் நிறைந்த பயனை அடைந்து கொள்ளலாம்.
திரு. க. கலாகரன் (சிறப்பு விருந்தினர்) ஆசிரியர், பம்பலப்பிட்டி இந்துக் கல்லூரி
நாம் அனைவருமே தனித்துவமானவர்கள். எம்மில் நாமே நம்பிக்கை கொள்ளவேண்டும். இளைய சமுதாயம் நற்பாதையில் செல்ல வேண்டும். அதற்குஅறநெறி அமுதம் பெரிதும் துணை புரிகிறது.

உங்கள் சிந்தனைக்கு...

ஸ்டீன்மெட்ஸ் ஒரு புகழ்பெற்ற விஞ்ஞானி. ஒருநாள் அவரது நண்பர் ஒருவர் அவரது வீட்டிற்குச் சென்றார். அன்று சரியான குளிர். எனவே ஸ்டீன்மெட்ஸ் தன் உடலைக் கம்பளியால் மூடியிருந்தார். ஆனாலும் மிகையான குளிர் காரணமாக அவரது உடல் நடுங்கிக் கொண்டு இருந்தது. பக்கத்திலேயே குளிர் காய்வதற்கான கணப்பு (குளிர் காய்வதற்காக தீ மூட்டும் இடம்) இருந்தது. ஆனால் அதில் நெருப்பு இல்லை. இதைப் பார்த்த நண்பர், 'என் கணப்பை மூட்டாமல் இப்படிக் குளிரில் நடுங்கிக் கொண்டு இருக்கிறீர்கள்?' எனக் கேட்டார். உடனே விஞ்ஞானி ஸ்டீன்மெட்ஸ் எழுந்து, அந்திக் கணப்பின் அருகே சென்று, அந்தக் கணப்பைத் திறந்து காட்டினார். அதனுள்ளே ஒரு சுண்டெலி தன் குஞ்சுகளுடன் இருந்தது! 'இந்தச் சுண்டெலிகள் வளரும் வரை அவற்றை விரட்ட எனக்கு மனம் வரவில்லை. அதனால்தான் குளிர் காய்வதற்காக இந்தக் கணப்பில் நெருப்பு மூட்டவில்லை' என்றார் விஞ்ஞானி. விஞ்ஞானியின் 'இரக்க குணத்தைக் கண்டு வியந்து நின்றார் நண்பர்.

கடவுள் ஒவ்வொரு ஜீவனிலும் குடி கொண்டிருக்கிறார். இதைத் தவிரத் தனியாக ஒரு கடவுளும் இல்லை. இந்த உண்மையை எவ்வளவோ தவங்களுக்குப் பிறகு நான் புரிந்து கொண்டிருக்கிறேன்.

–சுவாமி விவேகானந்தர்

அன்பளிப்பு ரூ. 10.00