# நான் கடவுளின்

# சிவ சொருபமே

சுவாமி யோகேஸ்வரானந்தா

# நான் கடவுளின்
# சிவ சொரூபமே...

## சுவாமி யோகேஸ்வரனந்தா

சுவாமி யோகேஸ்வரானந்தாவால் சிவயோக சமாஜ - கெங் காதரானந்த மண்டபத்தில் 1996ம் ஆண்டு மார்கழி மாதம் 19, 20, 21ந் திகதிகளில் நடாத்தப் பெற்ற ஆத்மிகப் பேருரைகள்.

Published by:

***Hamsa Publications***
***2348 NW 94th Avenue,***
***Coral Springs***
***FL – 33065***
***U.S.A***

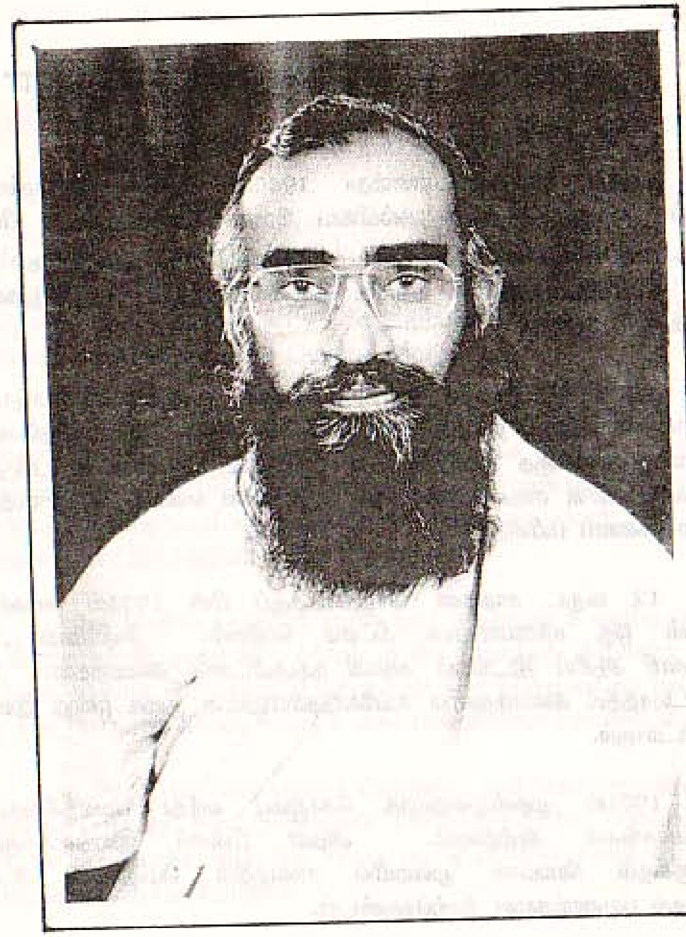
Swami Yogeshwarananda is the author of

1. "The Yoga of Understanding"
2. "Divine Virtues"
3. " Wholistic View of Life"
4. " Mind and the State of No – mind"
5. " Path to Enlightenment"

**All rights reserved. No part of this book may be reproduced in any form or by any means without permission in writing from the publisher.**

***Copyright 1996 by Hamsa Publications***
***Printed ar Uthayan Pathipaham , Trincomalee, Sri Lanka.***

T.P: 026 – 20783



சுவாமி யோகேஸ்வரனந்தா

# சுவாமி யோகேஸ்வரானந்தா

சுவாமி யோகேஸ்வரானந்தா 1940ம் ஆண்டு கொழும்பு மாநகரில் பிறந்தார். அவரது ஆரம்பக் கல்வியை றோயல் கல்லூரியிலும் பின்னர் சிறிது காலம் யாழ்ப்பாணக் கல்லூரியிலும் "அக்குவான்" சிலும் பெற்றார். அவரது தந்தை திரு.முத்துபாலசூரியர் மின்சார திணைக்களத்தின் பொது முகாமையாராகக் கடைமையாற்றினார்.

தனது இருபதாவது வயதில் ஆத்மிக வாழ்க்கையில் ஈடுபட்டு, ஒரு சாதுவாக வாழ்க்கை நடத்த இமாலயம் சென்றார். அங்கிருந்தபோது சாஸ்திர நூல்களை சமஸ்கிருத மூலத்தில் பல அறிவுபடைத்த சுவாமிகளிடமிருந்து கற்றார். இமாலயத்திலுள்ள சாதுக்களின் கல்வி மையமான கைலாச ஆச்சிரமத்திலும் வேத சாஸ்திரங்களைப் பயின்றார்.

12 வருட சாதனை வாழ்க்கைக்குப் பின் 1974ல் சங்கர அத்வைத மடத்தின் ஒரு சந்நியாசியாக தீட்சை பெற்றார். ரிஷிகேசம், கங்கோத்தரி, உத்தரகாசி ஆகிய இடங்கள் சுவாமி தங்குமிடமாக அமைந்தன. 10 ஆயிரம் அடி உயரத்தில் அமைந்துள்ள கங்கோத்தரியிலுள்ள குகை ஒன்று இவரின் இஷ்ட தங்குமிடமாகும்.

1981ல் முதன்முறையாக கொழும்பு வந்து பகவத்கீதை, உபநிடத உபந்நியாசங்கள் ஆற்றினார். அதன் பின்னர் இலங்கைக்கும், மேற்கு நாடுகளுக்கும் கிரமமான முறையில் சமயத்தின் பொதுவான உண்மைகளை போதிக்கும் பயணங்களை மேற்கொண்டார்.

ஐக்கிய ராஜ்ஜியம், ஐக்கிய அமெரிக்கா, கனடா, அவுஸ்திரேலியா, சுவிற்சர்லாந்து போன்ற மேற்கு நாடுகளில் இருக்கும் ஆத்ம விசாரமுடையோர்களுக்கு சமயப் பேருரைகள் ஆற்றினார். ஐக்கிய அமெரிக்கா நாடுகளிலுள்ள பல சர்வகலாசாலைகளிலும் பரந்த நோக்குள்ள தேவாலயங்களிலும் சொற்பொழிவு ஆற்றியுள்ளார். ஐக்கிய அமெரிக்கா நாடுகளிலும், கனடாவிலும் பல வானொலி, தொலைக்காட்சிகளிலும் பேட்டிகளை அளித்துள்ளார்.

இப்போது ரிஷிகேசத்தில் நிலைகொண்டு உலக நாடுகளில் ஆத்மிக உரைகள் ஆற்றிவருகின்றார்.

# Swami Yogeshwarananda

Swami Yogeshwarananda was born in the year 1940 in the city of Colombo. He had his early schooling at Royal and briefly at Jaffna College and Aquinas. His father, Muthubalasuriyar was the Head of the Electrical Department as its General Manager.

At the age of twenty he took to the spiritual life and soon after left for the Himalayas to lead the life of a sadhu. While there he studied the scriptures in the original Sanskrit from various learned swamis. He also had his scriptural study at Kailash Ashram, which was the centre of learning for the sadhus in the Himalayas.

After twelve years of study and living as a sadhu in 1974 he was formally ordained as a Monk in the Shankara Adwaita order. He has been having Rishikesh, Uttara kasi and Gangotri as his abode of stay. His favourite abode being a cave in Gangotri situated at 10,000 ft.

In 1981, he first visited Colombo and held discourses on the Bhagavad Gita and the Upanishads. Thereafter he has been on teaching tours to Sri Lanka and the West on a regular basis to teach the Universal Truths of Religion.

In the West he has delivered religious lectures to truth seekers in the U.K., U.S.A., Canada, Australia and Switzerland. He has also spoken at various Universities and liberal Churches in the U.S.A. He has had numerous T.V. and Radio interviews in the U.S.A. and Canada.

He is now based in Rishikesh and travels the world teaching.

# முன்னுரை

வாழ்க்கையின் இலட்சியம் மோட்சம் அடைவதே. மோட்சம் என்றால் உலக இன்ப துன்பங்களிலிருந்து விடுபட்டு பரமானந்த நிலையை அடைவதே. இப்பரமானந்த நிலை கடவுள் அனுபவம் கிடைக்கும் போது ஏற்படும். கடவுள் அனுபவம் தூய்மையான மனதில் வந்தமையும். எல்லா ஆத்மீக சாதனையும், மனதையும் ஹ்ருதயத்தையும் தூய்மைப் படுத்துவதற்காகவே அமைந்துள்ளன. சுத்தமான எண்ணத்தினாலும் விசாரணையினாலும் உணர்வினாலும் மனிதன் தூய்மை ஆகிறான். தூய்மை ஆகியதும் தெளிவு ஏற்படும். தெளிவான மனதில் விழிப்பு அமையும். விழிப்பு ஏற்படும் போது நான் உண்மையில் யார் என்ற ஞானம் பிறக்கும். அந்த ஞானம் அவனை நிஷ்டையில் நிலைநிற்க வைக்கும். நிஷ்டை பரிபக்குவமாகும் போது கடவுள் அனுபவம் வந்தமையும். இந்நிலை உலக வாழ்வின் முடிவாகும்.

அந்நிலை வரும் வரைக்கும் அவன் உலகத்தில் இருக்க வேண்டும். உலகில் வாழும் போது தார்மீக ஜீவிதத்தை நடத்த வேண்டும். அதனால் அவனுக்கு புண்ணியம் கிட்டும். புண்ணியம் வளர பாபம் குறையும். பாவம் குறைய மனம் தூய்மை ஆகும். தூய்மை அதிகரிக்க தெளிவு ஏற்படும். தூய்மையும் தெளிவும் அமைய, விவேகமும் வைராக்கியமும் வந்தமையும். இவற்றினால் உலக பற்று அகன்று கடவுள் அன்பு வளரும். அதன்பின் அவனுக்கு கடவுள் அருளால் ஞானம் பிறக்கும். ஞானம் பிறந்ததும் அவன் ஞானி ஆவான்.

இதுவே ஆத்மிக வாழ்க்கையின் சுருக்கம்.

# நான் கடவுளின் சிவ சொரூபமே

## (ஆத்மீக வாழ்வின் ரகசியம்)

உலகத்தில் ஒவ்வொரு மனிதனும் ஒவ்வொரு ஜீவராசியும் இரண்டு விடயங்களை வைத்துத் தத்தம் வாழ்க்கையை நடத்துவதற்கு முயற்சிக்கின்றனர். முதலாவதாக, அவன் துன்பத்திலிருந்து விலகி, விடுதலை அடைவதற்கு முயற்சிக்கின்றான். இரண்டாவதாக, இன்பத்தை அல்லது ஆனந்தத்தை அடைவதற்கு அவன் முயற்சிக்கின்றான்.

காலையிலிருந்து மாலை வரை, துன்பத்தை நீக்கி இன்பத்தை அடைவதற்கே ஒவ்வொருவரும் முயற்சி செய்கிறார்கள். ஆனால், துன்பத்தின் காரணம் எது? இன்பத்தின் காரணம் எது? என்று அவனுக்குச் சரியாகப் புரியவில்லை. உலகத்திலிருந்தவாறு தான் இன்பம் அடையலாம், உலகத்திலிருந்தவாறு தான் துன்பத்தை நீக்கலாம் என்று முயற்சிகளை மேற்கொள்கின்றான். ஆனால் அது நடக்காது. உலகத்தில் இருத்தலே சிரமம். அது உங்கள் எல்லோருக்கும் தெரியும். எந்த இடத்திலும், எந்தத் தேசத்திலும், எந்தக் காலத்திலும், ஆயிரம் வருடங்களுக்கு முன்னாலேயும் கூட, கஷ்டங்களே உலகத்தின் சுபாவமாக இருந்து வந்துள்ளன. கஷ்டங்கள் இல்லாமல் உலகம் இல்லை.

உதாரணமாக, வெளிச்சத்தையும் உஷ்ணத்தையும் கொடுப்பது சூரியனின் சுபாவம். எனவே, சூரியனிடம் பிரகாசமும் உண்டு, உஷ்ணமும் உண்டு. அதே போல உலக வாழ்வில் இன்ப துன்பங்களும் கஷ்டங்களும் சகஜம். இவை சகஜம் என்பதால் அவன் என்ன செய்ய வேண்டும்? அந்தத் துன்பத்தை அவன் பொறுத்துத்தான் ஆக வேண்டும். சூரியனுடைய வெப்பம் இயல்பானது அதைத் தாங்கிக் கொள்ளத்தான் வேண்டும். வேறு ஒன்றுமே செய்ய முடியாது. வெய்யில் காலத்தில் வெப்பத்தைக் கொடுப்பது தான் சூரியனுடைய சுபாவம். அதே போல உலகத்தில் நாங்கள் வாழ்ந்தால் அதில் துன்பங்கள் இருக்கும, இடையூறுகள் இருக்கும், கஷ்டங்கள் இருக்கும். அது இயல்பு.

மனிதன் உலகத்தில் இன்பத்தைத் தேடுகின்றான். ஆனந்தத்தைத் தேடுகின்றான். ஆனால், அவன் எவ்வளவு தான் ஆனந்தத்தைத் தேடினாலும், இவ்வுலகத்தில் இருக்கும் ஆனந்தம் அவனைத்

திருப்திப்படுத்துவதில்லை. அவனுக்கு, சில சமயங்களில் ஓரளவு இன்பமும் ஆனந்தமும் கிடைக்கும். வயிறு நிறையச் சாப்பாடு கிடைத்தால் அதில் ஓர் ஆனந்தம். ஆனால் மூன்று மணித்தியாலங்களுக்குப் பின்பு திரும்பவும் பசி வந்துவிடும். எவ்வளவு உணவைச் சாப்பிட்டாலும் மூன்று, நான்கு மணித்தியாலங்களுக்குப் பின்னர் திரும்பவும் உணவு வேண்டுமென்று வயிறு சொல்லும். இது புறத்தால் வரும் இன்பம். புறம் நிலையானதல்ல எனவே இதனால் பெறப்படும் இன்பங்களும் நிரந்தரமானதல்ல.

ஆனால், தானே ஆனந்த சொரூபம் என்பது மனிதனுக்குத் தெரியவில்லை. அந்த ஆனந்தத்தை அவன் வெளியே தேட வேண்டிய அவசியம் இல்லை. ஆனந்தம் அவன் உள்ளேயே இருக்கின்றது. உதாரணமாக ஆழ் நித்திரையில் மனிதனுக்கு உலகம் மறைந்து விடுகிறது. ஆனால் அவனுக்குள் ஒரு சுகம் இருக்கிறதல்லவா? அதுவே ஆனந்தம். அவித்தையின் நீக்கத்தில் அவனுக்கு கடவுள் நிலை கிடைக்கும் போது, அவன் அந்த ஆனந்த நிலையை பரிபூரணமாக அடைவான். அக்கடவுள் நிலை கிடைக்கும் போது, அவன் நடராஜரைப் போலத் தில்லை அம்பலத்திலே தன்னை மறந்து ஆனந்த நடனம் ஆடிக் கொண்டிருப்பான். அந்த நிலையில் நடராஜராகவே அவனுக்குள் இருக்கும் ஆனந்தத்தை அனுபவிக்கிறான்.

எனவே, வாழ்க்கையின் இறுதி இலட்சியமாகிய, அந்த ஆனந்த, பரமானந்த நிலை அவனுள் தான் இருக்கின்றது என்பது தெளிவு. இந்த ஆனந்தத்திற்குக் காரணமும் எங்கே இருக்கின்றதென்று அவன் அறிய வேண்டும். அந்த ஆனந்தத்திற்கு காரணம் அவன் உள்ளேதான் இருக்கின்றது. அது அவனது நிஜசொரூபம். அவனது உள்ளத்தின் ஆழத்தில் உறைகின்ற பிர ஞானப்பிரகாசமே! இதுவே ஆனந்தத்திற்கு காரணம். எனவே நாம் புறத்தே பார்க்காது உள்ளே நோக்கின் இந்த நிரந்தரமான ஆனந்தத்தை பெறலாம்.

அதைத் அறிந்து அனுபவித்துக் கொண்டான் என்றால், அதற்குப் பின் அவன் இன்பத்தைத் தேட வேண்டிய அவசியமில்லை. அவனே ஆனந்த சொரூபமாம். அது உலக இன்ப துன்பத்திற்கு அப்பாற்பட்ட நிலை.



சிரமம் எங்கே இருக்கின்றதோ அங்கே துன்பமும் உண்டு. கர்மம் எங்கே இருக்கின்றதோ அங்கே கஷ்டமும் உண்டு. இந்த கார்மீக உலக நிலைக்கு அப்பாற்பட்ட நிலை ஒன்றுண்டு. அதனாலேயே ஒவ்வொரு மனிதனும் அந்த நிலையை அடைவதற்கு விரும்புகின்றான் அதுவே ஆனந்தம்.

துக்கத்தை நிவிர்த்தி செய்வது என்பதே மோட்சத்திற்கான மார்கடகத்தின் வரைவிலக்கணம். ஆனந்தத்தை அடைவது தான் மோட்ச நிலை. அதைத்தான் ஒவ்வொருவரும் இதயப்பூர்வமாக விரும்புகின்றார்கள். துன்பம் இல்லாமல் எப்பொழுதும் ஆனந்தமாக இருந்தால் எவ்வளவு நன்றாக இருக்கும்.

ஆனால், மனிதநிலை என்னவாகிவிட்டது? அவன் உலகத்தில் வாழ்கிறான், உலகத்தில் வாழும் போது அவன் உலகத்திலிருந்து துன்பத்தை நீக்குவதற்காகத் தவிக்கின்றான், முயலுகின்றான். ஆனால் இது முடியாத காரியம். ஏனெனில் மாய உலக வாழ்வின் சுபாவத்தின்படி கஷ்டங்கள் இருக்கும். கஷ்டம் இல்லாத வாழ்வு கிடையாது. உலகத்தில் கஷ்டங்கள் பல விதமாக, பல்வேறு சந்தர்ப்பங்களில் வந்து சேரும். அதே போல மனிதனுக்கு இன்பமும் இடைக்கிடை கிட்டும். எனினும் இன்பம் எப்பொழுதுமே தொடர்ந்து கிடைக்க மாட்டாது.

துக்கத்திற்குக் காரணம் என்ன? தன்னைத்தான் அறியாமையே காரணம். உலகத்தில் எது வரை வாழ்வோம்? ஒருவன் தன்னைத் தான் அறியும் வரை, தான் யாரென்று அறியும் வரை உலகில் இருப்பான். "தான் யார்?" என்பதை அவன் அறிந்து கொண்டானென்றால், அவன் உலகத்திற்கப்பாலே போய் விடுவான். எனவே, தான் யார்? என்று அறிவதே ஒருவனின் வாழ்க்கை இலட்சியமாகும்.

சமயம் என்றால் கடவுளை அறிவது, கடவுளை வழிபடுவது என்று எல்லோரும் சொல்வார்கள். ஆனால் உண்மையான பிரச்சினை என்னவென்று அறிய வேண்டும் அல்லவா? கடவுளுக்கா பிரச்சினை அல்லது உங்களுக்கா பிரச்சினை? கடவுளுக்குப் பிரச்சினை இல்லை உங்களுக்குத் தான் பிரச்சினை. கடவுள், கடவுளாக இருப்பது கடவுளுக்கு மிகவும் நல்லது. ஆனால் நீங்கள் மனிதனாக இருத்தல் நல்லதல்ல. நீங்களும் கடவுளாக இருந்தால், மிகவும் நல்லதல்லவா?

அப்பொழுது கடவுளும் சரி, நானும் சரி. கடவுள் கடவுளாக இருந்து, நான் கடவுளாக இல்லாவிட்டால், அதாவது நான் மனிதனாக இருந்தால், அது சரியில்லை.

கடவுள் சரியாக இருப்பதால் என்ன பயன்? நான் சரியாக இல்லையே! நானும் சரியாக இருந்தால் தான் எல்லாம் சரி எனலாம். நாம் யார் என்று நாம் அறிய வேண்டும். உண்மையில் நாம் யார்? நாம் யார் என்பதை அறிவது தான் நம் வாழ்வின் இலட்சியம்.

கடவுள் என்ன செய்துவிட்டார்? அவரால் சும்மா இருக்க முடியவில்லை. எனவே ஒரு விளையாட்டாக, அவர் உலகத்தைப் படைத்து விட்டார். சும்மா இருக்கும்படி விட்டால், குழந்தைகள் என்ன செய்வார்கள்? ஏதாவது விளையாட்டில் ஈடுபடுவார்கள் அல்லவா? அதே போலக் கடவுளும் இந்த உலகத்தைப் படைத்து விட்டார்.

அதற்கும் ஒரு காரணம் இருக்கின்றது. நான் சொல்லப்போவது மிகவும் நுட்பமான விஷயம். நீங்கள் கஷ்டத்திற்குள்ளாகும் படி கடவுள் ஏன் உலகத்தைப் படைத்தார் என்ற கேள்வியும், ஏன் கடவுள் படைத்தார் என்ற யோசனையும் உங்கள் ஒவ்வொருவருடைய மனத்திலும் எழுகின்றது. ஆனால், நீங்கள் இன்பமாக இருக்கும் பொழுது, கடவுள் ஏன் உலகத்தைப் படைத்தார் என்ற யோசனையும் உங்கள் ஒவ்வொரவருடைய மனதிலும் எழுகின்றது. ஆனால், நீங்கள் இன்பமாக இருக்கும் பொழுது, கடவுள் ஏன் உலகத்தை படைத்தார் என்ற யோசனை உங்கள் மனதில் எழுவதில்லை. துன்பத்தில் தான் மனிதனுக்க ஒரு விழிப்பு ஏற்படுகின்றது.

கடவுள் ஏன் உலகத்தைப் படைத்தார். இதில் ஓர் இரகசியம் உண்டு. கடவுளுக்குத் தான் யார் என்பது ஏற்கனவே தெரியும். ஆனால் அவர் என்ன யோசித்திருப்பார்? தன்னை ஒரு முறை பார்க்க வேண்டும், தான் யார் என்று பார்க்க வேண்டும் என்று யோசித்திருப்பார். நீங்கள் கூட என்ன செய்கிறீர்கள்? ஒரு நிழற் கண்ணாடிக்கு முன்னால் நின்று தினமும் உங்களைப் பார்க்கிறீர்கள். நீங்கள் யார், நீங்கள் எப்படியிருக்கிறீர்கள் என்று பார்ப்பது தான் இதன் நோக்கம். அதே போல, கடவுளுக்கும் ஒரு விளையாட்டுப் புத்தி வந்து விட்டது, ஒரு **குறும்புத் தனம்** வந்து விட்டது. அந்தக் குறும்புத் தனம்



என்னவென்றால், தானே தன்னை யாரென்று பார்த்தலாகும். இது கடவுளின் சித்தம் அல்லது சங்கற்பம் என்றும் சொல்லலாம்.

ஆனால் தான் யாரென்பது அவருக்குத் நன்றாகத் தெரியும். அதனால் தான் தன்னைத் தேடிப் பார்க்க, பார்ப்பதற்கு முன்னால் தன்னை மறைக்க வேண்டும் அல்லவா? கண்ணாமூச்சி விளையாட்டில், ஒருவருடைய கண்ணைக் கட்டி விட்டு, ஒழிந்துள்ள மற்றவர்களைப் பிடிக்கும் படி அவர் ஏவப்படுவார். அதே போல, கடவுள் கூட, தன்னை மறைத்து விட்டார். உலகத்தைப் படைத்து, ஜீவராசிகளைப் படைத்து, அந்த ஜீவராசிகளுக்குள் இறங்கி அவர்களுடைய இதயத்தில் அமர்ந்து, அவர், தன்னைத் தானே மறைத்து விட்டார். தன்னைத் தானே மறைத்ததனால், தன்னிலே தோற்றிய மனிதன் தன்னைத்தானே தேடுகின்றான். யாரைத் தேடுகின்றான்? கடவுளைத் தேடுகின்றான். மறைக்கப்பட்ட பின்னர், தான் கடவுளென்று அவனுக்குத் தெரியாது. கடவுள் உலகத்தைப் படைத்து, தன்னின் பரிநாமங்களாக உங்கள் அனைவரையும் படைத்து, உங்கள் இதயத்தில் இருக்கிறார். பின்னர் மறைப்பு என்கின்ற அவித்தை காரணமாக தன்னை மறைத்ததும் மனிதனுக்குத் தான் யார் என்று தெரியவில்லை. இதுவே மாயை. இதுவே சிருட்டியின் இரகசியம்..

மற்றொரு விதமாகச் சொல்வதானால் மனிதனின் அறியாமையினூடாகக் கடவுள் தன்னை மறைத்து விட்டார் எனலாம். மனிதனுள் இருக்கும் அறியாமையை, 'அவித்யா' என்று சமஸ்கிருதத்தில் கூறுவோம். அறியாமை என்றால் ஞானமற்ற தன்மையாகும். 'அவித்யா' வினாலேயே அதாவது அறியாத் தன்மையினாலேயே தான் யார் என்று அறிய முடியாமற் போய் விடுகின்றது. இவ்விதமான தன்மையை ஒவ்வொருவரிடத்திலும் காணலாம். இவ்வறியாத் தன்மையினாலேயே, மனிதன், தான் யார் என்பதை மறந்து விட்டான். மறந்த பின்னர், மனிதனுக்குத் தான் யார் என்பது தெரியவில்லை. இதன் பயனாக அவன் தேடுகின்றான். யாரைத் தேடுகின்றான்? தன் சொரூபத்தைத் தேடுகின்றான், அதாவது கடவுளைத் தேடுகின்றான். கடவுளைப் பார்க்க முயல்கின்றான்.

இதுவே சிருஷ்டிக்கு முன்னர் கடவுள் செய்த ஒரு குறும்பு. அக்குறும்புத் தனத்தின் மூலம், தான் யார் என்று பார்க்கலாமே என்பதற்காக, விளையாட்டாக, இந்த உலகத்தை உருவாக்கினார். இந்த

விளையாட்டு, எப்பொழுது முடிவடையும் என்று சொல்லுங்கள் பார்க்கலாம். தன்னைத் தானே அறியும் போது இந்த விளையாட்டு முடிவடையும். இது கடவுளின் திருவிளையாடல். இதுவே அக் கேள்விக்கான விடை.

இது ஒரு நுட்மான விஷயம். கடவுள் ஏன் உலகத்தைப் படைத்தார் என்பதற்கு இது தான் விளக்கம். இது தான் அதன் தாற்பரியம். மனிதன் தன்னைத்தானே அறியும் போது, இவ்விளையாட்டும் முடிந்துவிடுகிறது. அவன் மீண்டும் அதே ஆனந்த நிலையை அடைகின்றான். தானேதான் கடவுள் என்று அறிகின்ற திருவிளையாடலே படைப்பின் இரகசியம். ஆயிரமாயிரம் வருடங்களாக உலகத்தில் பிறவி எடுத்து கஷ்டப்பட்டு. சிரமப்பட்டு கடைசியில் இந்த இரகசியத்தை அறிகிறான்.

இந்த இடத்தில் எங்கள் உள்ளத்தில் பல கேள்விகள் எழுகின்றன. வாழ்க்கையில் முதலாவது கேள்வி "நான் யார்?" என்பதாகும். இரண்டாவது கேள்வி கடவுள் இருக்கிறாரா? என்பது. கடவுள் இருக்கிறார் என்றால், அவருடைய நிஜமானநிலை, உண்மையானநிலை என்ன? இந்த ஐயத்தை உலகம் உண்மையான உலகமா அல்லது பொய்யான உலகமா? என்ற கேள்வியையும் கேட்கின்றீர்கள் நீங்களே சொல்லுங்கள்.

இது மாயையான உலகம். உண்மையான உலகமும் இல்லை. பொய்யான உலகமும் இல்லை. ஏன் உண்மையான உலகம் அல்ல, மோட்சத்தை அடையும் போது உலகம் மறைந்து போய்விடும் ஏன் பொய்யான உலகமும் அல்ல, ஏனெனில் நீங்கள் உலகத்தை அனுபவிக்கின்றீர்கள். உண்மையான உலகமும் இல்லை, பொய்யான உலகமும் இல்லை என்றால், அது மாயையான உலகம். மாயையான உலகம் உங்களை இழுத்துப்பிடித்து விட்டது. தன்னுடைய இயல்பினால் அது ஒவ்வொருவரையும் உலகத்துடன் தொடர்புபடுத்திவிட்டது. இதுவே உலகத்தின் சொரூபம். உலகம் மாயையானதென்றால். நாங்கள் அதற்கு முக்கியத்துவம் கொடுக்கக்கூடாது.

ஆனால் நாங்கள் என்ன செய்துவிட்டோம் இந்த உலகத்தை மிக முக்கியமானதென்று கருதிவிட்டோம். உலகை அவ்வளவு



முக்கியமானதென்று நாம் கொள்ளக்கூடாது. ஒருவருக்கு ஒரு பிரச்சினை இருக்கலாம். அது உண்மையாக ஒரு சாதாரண பிரச்சினையாக இருக்கலாம் ஆனால் அது பெரிய பிரச்சினை போல் தோன்றுகின்றது. ஏனென்றால் அவனுடைய மனம் தெளிவடையவில்லை தெளிவுள்ள மனத்திற்கு உலகம் அசத்தியம்; உலகில் எதுவுமே பொருளன்று. மனத்தெளிவில்லையேல் ஒரு சிறு பிரச்சினையும் ஒரு பெரும் பிரச்சினையாக தோற்றமளிக்கின்றது.

கிருஷ்ணனுடைய அவதாரத்திற்கு இரண்டு காரணங்கள் உண்டு. பகவத் கீதையை உபதேசித்தல் கிருஷ்ணர் அவதரித்தமைக்கு ஒரு முக்கிய காரணமாகும். தன் வாழ்வை உகந்த விதத்தில் வாழ்ந்து காட்ட வேண்டியிருந்தமை இரண்டாவது காரணமாகும்.

நாம் எப்படி வாழ வேண்டும் என்பதைக் கிருஷ்ணன் வாழ்ந்து காட்டினார். கிருஷ்ணருடைய வாழ்க்கையைக் கவனித்துப் பார்ப்போம். கஷ்டங்கள் எங்கே இருக்கின்றனவோ. அங்கே கிருஷ்ணர் இருப்பார். வேறு விதமாகவும் கூறலாம். கிருஷ்ணர் எங்கே இருக்கிறாரோ அங்கே கஷ்டங்களும் உண்டு ஏனென்றால் அக்கஷ்டங்களைத் தீர்ப்பதற்கு கிருஷ்ணர் நிச்சயமாக வருவார். அதுமட்டுமல்ல பிரச்சினைகளையும் கஷ்டங்களையும் உண்டுபண்ணுபவரும் அவரே. வாழ்க்கையில் கஷ்டங்களும் சிரமங்களும் உண்டு. ஆனால் கிருஷ்ணர் எவ்வளவு கஷ்டங்கள் வந்தாலும் அவற்றை சமாளித்து தனது உபதேசத்திற்கேற்ப விளையாட்டாக வாழ்க்கையை வாழ்ந்து காட்டினார்.கடமைகள் எல்லாவற்றையும் விளையாட்டாக செய்தார்.

உலகில் என்ன நடந்தாலும் அவற்றை எல்லாம் ஒரு விளையாட்டாகத் தான் எடுக்க வேண்டும். ஏனென்றால் இவ்வுலகம் ஒரு மாயை. மாயையான இந்த உலகத்தால் உங்களைக் கவர்ந்திழுக்க முடிகின்றது. நீங்கள் உலகத்தை அதிமுக்கியமான ஒன்றென்று கொண்டால் அக்கவர்ச்சியினுள் அகப்பட்டுக்கொள்ள வேண்டி நேரும். அதனால் மாயையான இந்த உலகத்தை விட்டுப்போக முடியாது போய்விடும்.

நாயின் வால் வளைந்திருப்பதை நிமிர்த்தமுடியாது. அதே போல் உலகத்தை யாருமே சீர்திருத்தமுடியாது. உலகத்தில் இருக்கும் வரை ஏதாவது எம்மாலியன்ற நன்மைகளைச் செய்துவிட்டு போவதைவிட, நாம் செய்யக்கூடியது வேறொன்றுமில்லை. எனவேசெய்ய வேண்டிய காரியங்களை எல்லாம் செய்து கொண்டு நாங்கள் உலகத்தில் இருக்க

வேண்டும். உலகைப் பாரதூரமாக எடுக்கக்கூடாது. உலகத்தை நாங்கள் திருத்தமுடியாது. எங்களைத்தான் நாங்கள் திருத்த முடியும். உலகத்தை சீர்திருத்தும் சக்தி எங்களுக்குக் கிடையாது.

நாம், நம்மைத் திருத்திக் கொள்வதும் மாற்றிக் கொள்வதும் புனிதப்படுத்திக் கொள்வதும் நமது கையில் தான் இருக்கின்றது. எங்களைத்தான் நாங்கள் மாற்றலாமேயன்றி உலகத்தை மாற்றமுடியாது. நம்மை விளங்கிக்கொள்ளும் திறமை நம்மிடம் உண்டு. நம்மை நாம் விளங்கினால் தெய்வீக நிலையை அடைய இவ்வுலக அனுபவத்தை உபயோகித்துக் கொள்ள வேண்டும்.

இந்த உலகம் ஒரு பயிற்சிக்கூடமாகும். அதை நாம் புரிந்துகொள்ளத்தவறி விட்டோம். இந்த உலகம் ஒரு சர்வகலாசாலை இச்சர்வகலாசாலைக்கு உப வேந்தர் கடவுள்தான். உலகமாகிய இந்த சர்வகலாசாலையில் மனிதன் பாடங்கள் எல்லாவற்றையும் படித்தால் அவனிடம் அனுபவம் வந்து சேர்கின்றது. அனுபவம் சேரும்போது அவனுடைய அறிவு வளர்கின்றது. வாழ்க்கையில் இன்பமான அனுபவங்களும் துன்பமான அனுபவங்களும் மனிதனுக்கு ஏற்படுகின்றன. முப்பது வருடங்கள் இன்பமாகக் கழித்த காலத்தில் ஏற்படும் அனுபவ அறிவை விட மூன்று வருட கஷ்டகாலத்தில் ஏற்படும் அனுபவ அறிவு கூடுதலாக இருக்கும்.

வாழ்வில் கஷ்டங்கள் எப்பொழுதும் வந்துகொண்டே இருக்கும். மனிதன் இவற்றைப் பொறுமையுடன் தாங்கிக் கொள்ள வேண்டும். இவ்வாறு நடந்து கொண்டால் மனிதன் இவ்வுலகில் நல்ல மனோபரிபக்குவம் அடைவான். இதன்மூலம் உலகம் நிலையற்றது என்பதை மனிதன் உணர்வான். இவ்வுலக மாயையானது கடவுளை மறைத்துவிட்டது. மேலும் . இல்லாத ஒன்றை உங்கள் கண்முன் நிறுத்துகின்றது. இந்த உலகத்தில் நாங்கள் யாத்திரிகர்களாக வாழ வேண்டும். கடவுள் நிலையை அடைவது தான் எங்கள் வாழ்வின் இலட்சியம். ஆனால் அந்த நிலையை அடைவதற்கு நாங்கள் உலக மார்க்கத்தில் செல்கிறோம்.இந்த உலக மார்க்கத்தில் நாங்கள் செல்லும் போது எங்கள் மனம் உலகத்தில் லயித்து விடுகின்றது. இதனால் எங்களிடம் அறியாமை தோன்றுகின்றது. பலவிதமான கஷ்டங்கள் ஏற்படுகின்றன. இந்நிலையில் தான் மனிதனுக்கு அறிவு உதயமாகின்றது. இந்த மாயை இருக்கும்போது கஷ்டங்கள் தோன்றுகின்றன. இது



உண்மையான நிலை அல்ல என்பதை மனிதன் உணர்கின்றான். உண்மையான நிலை பற்றிச் சிந்திக்கின்றான்.

கடவுளை அடைவது இலட்சியம் அல்ல. கடவுள் நிலையை அடைவதுதான் வாழ்வின் இலட்சியம். கடவுள் நிலைதான் கடவுள் தத்துவம் அல்லது சிவதத்துவம் என்கின்றோம். இந்த நிலையை அடைவதற்கு பெருமுயற்சி எடுக்கவேண்டும் கடவுள் உங்கள் உள்ளே இருக்கிறார் என்று உணரவேண்டும். அப்படி உணரும் போதெல்லாம் நான்தான் சிவதத்துவம், நான்தான் அந்த சிவசொரூபம் என்ற அறிவு பிறக்கும்.

கோயிலின் அமைப்புக்கூட சரீர அமைப்பை ஒட்டியிருக்கின்றது. தென் இந்தியாவில் கோயிலுக்குச் சென்றால், பல வீதிகளைச் சுற்றி வந்து, இறுதியாகத் தான் கற்பக்கிரகத்தை அடைய முடிகின்றது. சரீரத்தின் அமைப்பை அனுசரித்து கோயிலின் அமைப்பும் இருக்கின்றது. கோயிலில் ஐந்து பிரகாரங்கள் இருப்பதைப் போல சரீரத்திலும் ஐந்து பிரகாரங்கள் இருக்கின்றன. கோயிலில், ஐந்து வீதிகளுக்குள் விக்கிரகம் இருப்பது போல, சரீரத்திலும் ஐந்து பிரகாரங்களினுள் சிவ தத்துவம் இருக்கின்றது. அப்பிரகாரங்களுக்குத் தான் 'கோசம்' என்று பெயர். அந்த ஐந்து கோசங்களும் பின்வருமாறு: அன்னமய கோசம், பிராணமய கோசம், மனோமய கோசம், விஞ்ஞானமய கோசம், ஆனந்தமய கோசம். ஐந்து கோசங்களுக்குள் வியாபகமாய் இருப்பது தான் கடவுள் தத்துவம். அதை உணர்ந்து, அனுபவித்து நடப்பது தான் வாழ்க்கையின் இலட்சியம். கடவுள் தத்துவம் நான்தான் என்று அறியும் போது, ஆனந்த நிலையை அடைவோம்.

நாங்கள் உள்ளே பார்க்காமல், வெளியே பார்க்கிறோம். கடவுளை வெளியில் பார்க்க முயற்சி செய்கின்றோம், ஆனால் அப்படிப் பார்க்க முடியாது. கடவுளை உள்ளே பார்ப்பதென்றால் அதற்கு ஞானம் வேண்டும். ஆன்மிக வாழ்வில், மனிதன் முதலாவதாகத் தேட வேண்டியது ஞானம். சிலர், குருவைத் தேடுவதற்கு முயல்கின்றார்கள். குரு கிடைத்தால், எல்லாமே கிடைத்த மாதிரி என்று நினைக்கின்றார்கள். குருவைத் தேட வேண்டிய அவசியமில்லை. ஆனால், உண்மையில் மனிதன் தேட வேண்டியது ஞானம்.

பெரிய ஞானிகளோ, அவதார புருஷர்களோ, உங்களுக்கு விடுதலை தருவதாகச் சொல்லவில்லை. ஆனால் அவர்கள் உங்களுக்கு ஞான உபதேசத்தை வழங்குகிறார்கள். எனினும், மனிதன் அந்த ஞான உபதேசத்தை மறந்துவிட்டு, அவரை வழிபடுகின்றான். அது, அவனுடைய அறியாமை. கீதா உபதேசத்தை மறந்துவிட்டு கிருஷ்ணரை வழிபடுகின்றான். இந்த அறியாமையைத் தீர்ப்பதற்கு ஞானம் தேவை.

சிவன், புத்தன், யேசு என்போரை வணங்கினால் ஞானம் பிறக்காது. வாழ்க்கையின் பிரச்சினை என்னவென்று அறிந்து, அதைத் தீர்ப்பதற்கு ஞானம் அவசியம் என்பதை உணர வேண்டும். சிவன் கோயிலில் நந்தி இருக்கின்றது. நந்தி என்பது நந்திதேவன். நந்திதேவர் கொடுத்த ஞானக் கண்ணால் தான் சிவனைப் பார்க்க முடியும். சாதாரண கண்களால் காண முடியாது. சிவபெருமான் தியானம் செய்து தன்னைத்தான் உணர்ந்தார். அதே போல, நாங்களும் யார் என்பதை அறிய வேண்டும். இதற்குத் தான் ஞானம் அவசியம். ஞானத்திற்கு முன்னதாகக் கடவுள் இருக்கிறார் என்பதை உணர வேண்டும். எங்களுக்குள்ளும் கடவுள் இருக்கின்றார் என்பதை உணர வேண்டும். நாங்கள், உண்மையில், கடவுள் தத்துவமே என்பதை உணர வேண்டும். இதை உணர்வது தான் ஆன்மிக வாழ்க்கையின் ஆரம்பம்.

உண்மையில், நாங்களே கடவுள், இதை உணர்வது தான் ஆன்மிகத்தின் முக்கிய இலட்சியம். நம்முடைய நிலையை உணர்வோம். அதனால், நமக்கு ஒரு சக்தி ஏற்படும். நம்முடைய நிஜ சொரூபத்தை, ஆட்டுக்குட்டிகளும் சிங்கமும் என்ற கதையிலிருந்து அறிந்து கொள்ளலாம். சிங்கக் குட்டி, ஆட்டுக்குட்டிகளுடன் இருந்தமையால், தனது நிஜ சொரூபத்திலிருந்து விலகி, வேறு ஒரு நிலையில் இருந்தது. சிங்கம், அந்த ஆட்டுக் குட்டிக்கு உண்மையான சொரூபத்தை விளக்கியதன் காரணமாக தான் சிங்கக் குட்டி என்பதை அறிந்தது.

அது போல மனிதன், கடவுள் தத்துவம் தானே என்பதை உணர வேண்டும். எல்லா சாத்திரங்களும் இதைத் தான் கூறுகின்றன. பதி, பசு, பாசம் ஆகிய முப்பொருள் உண்மையை சைவ சித்தாந்தம் கூறுகின்றது. பாசத்தினால், மனிதன் மிருகமாகிறான். பாசத்தை விட்டுவிட்டால் அதே மனிதன் பதியாகின்றான். அதாவது, தானே சிவத்துவம் என்பதை உணர்கின்றான். மனிதனே கடவுளின் சொரூபம்



என்பது இதனால் தெரிய வருகின்றது. இதுவே, ஆன்மிக வாழ்வின் ஆரம்பம். இந்த ஞானம் முக்கியம். ஞானத்தின் மூலமே சாதனை உருவாகின்றது.

## சந்தேகம் தெளிதல் :

கேள்வி : ஆன்மிகப் பாதையில் செல்பவனுக்கு, சமயப் பாதை அவசியமா?

சுவாமி பதில் : ஆன்மிகப் பாதையில் செல்பவனுக்கு, சமயப் பாதை அவசியமில்லை. சமய வழிபாடு வேறு. கிருஷ்ண பகவான், கீதையில் சமயத்தைப் பற்றிக் கூறவில்லை. புத்த பகவானும் சமயத்தைப் பற்றிக் கூறவில்லை. சமய வழிபாடு மனிதனால் உருவாக்கப்பட்டது. ஞானத்தைத் தேடினால், எல்லாமே தெரியவரும். ஞானத்தினூடாக, ஆன்மிக வழிபாடு, சமய வழிபாடு என்பன பற்றி உணரலாம். சமயம் தேவை என்றால், சமய வழிபாட்டை பின்பற்ற வேண்டும். கடவுள் தேவை என்றால், கடவுளையே நோக்கமாகக் கொண்டிருக்க வேண்டும். சமயம் முக்கியம் என்றால், அதை நோக்கமாகக் கொண்டால், கடவுள் மீது ஆர்வம் இருக்காது. சமயம் வேறு, கடவுள் வேறு. உதாரணமாக, நெல்லை எடுத்துக் கொண்டால், உமியை நீக்கி அரிசியினைப் பெறுவது தான் முக்கியம். உமி வேறு, அரிசி வேறு. உமி தான் சமயம், அரிசி தான் கடவுள்.

ஆன்மிக வாழ்க்கை என்னவென்பதை நாம் அறிந்து கொள்ள வேண்டும். அதற்கு முன்னர் ஆண்டவன் யார், ஆண்டவன் நிலை என்ன என்பவற்றை அறிய வேண்டும். இந்த வித்தியாசத்தை, நீங்கள் நன்றாக அறிந்திருக்க வேண்டும். கடவுள் நிலையை அடைவதே வாழ்வின் இலட்சியம். கடவுள் நிலையை அடைந்தால், நீங்களும் கடவுளைப் போல பரிபூரண நிலையில், ஆனந்த நிலையில் இருப்பீர்கள். அப்படி இருக்கும் நிலையில் எல்லாமே சரியாக இருக்கும். அதுவே, கடவுள் நிலை எனப்படும். அக்கடவுள் தத்துவத்தைச் சிவ தத்துவம் என்றும் சொல்லலாம். அச்சிவ தத்துவம் நம் உள்ளே இருக்கின்றது. சகல ஜீவராசிகளின் உள்ளேயும், வெளியேயும் அது இருக்கின்றது. அது உலகம் பூராவும் பரவியுள்ளது. அது செல்லாத இடம் இல்லை. அதனால் தான் கடவுள் எங்கும் இருக்கின்றார் என்று சொல்வார்கள். கடவுள் தத்துவமானது, பரிபூரணமாக எல்லா இடங்களிலும் இருக்கின்றது. அதனால், எங்கள் உள்ளேயும் பரிபூரணமாக

இருக்கின்றது. இது எங்கள் உள்ளேயும் இருக்குமாயின், அதை, நாங்கள் ஏன் தற்போது அனுபவிக்கவில்லை? இது ஒரு முக்கியமான கேள்வி. இதை நாங்கள் அனுபவிக்காததற்கான முதலாவது காரணம், கடவுள் தத்துவம் எங்களுள் இருப்பதை நாங்கள் அறியாததாகும். இதை உறுதியாகச் சொல்வது சாஸ்திரம்.

சாஸ்திரத்தின் தத்துவத்தை கடவுளே கொடுத்திருக்கின்றார். கடவுள், தானாகவே, மனித உருவத்தில் வந்து, சாஸ்திரத்தை மனிதனுக்கு கொடுத்திருக்கின்றார். கடவுள், மனித உருவத்தில் வரும் போது, அவதார புருஷர் என்றழைக்கப்படுகின்றார். சமயத்திற்குகந்த விதத்தில் அவர் பல வேஷங்களில் அவதரித்து, உண்மைத் தத்துவத்தை மக்களுக்குப் போதிக்கின்றார். அப்போது, 'நான் இருக்கிறேன்' என்று கடவுள் சொல்கிறார். எல்லா இடங்களில் இருப்பதாகவும், உங்கள் உள்ளேயும் இருப்பதாகவும் சொல்கின்றார். இந்த ஞானத்தைக் கொடுப்பதற்கு முன் உண்மையை அறிவிப்பதற்கு ஏதுவாகவே சகல வேதாந்த சாஸ்திரங்களினதும் இறுதி வார்த்தைகள், 'தத் த்வம் அஸி' என்று அமைகின்றன. எந்த இறைவனை நீ தேடுகின்றாயோ, அந்த இறைவன் நீயே, நீயே அந்த இறைவன். சகல சாஸ்திரங்களும் இதைத் தான் கூறுகின்றன. ஆனால் அவற்றின் வெளிப்பாடு பல்வேறுபட்டதாக இருக்கும்.

இந்த உண்மையையே யேசு நாதரும் கூறியிருக்கின்றார். "The Kingdom of Heaven is within you." இதை, அவர் நேரடியாகச் சொல்லவில்லை. அப்படிச் சொல்லியிருந்தால் அதை ஏற்றுக் கொள்ளவதற்கு மனிதன் சற்றுத் தயங்குவான். "சிறு மனிதனாகிய நான் கடவுள் ரூபத்தில் இருக்கின்றேன் என்பதை ஏற்பது அவனுக்குக் கடினமாக இருக்கும். தான் மனிதன் என்ற எண்ணம், அவன் மனத்தில் ஊறி விட்டது. மனித சரீரம் என்ற ஒன்றுடன் மனமும் இருக்கின்றது. மனது இருப்பதாலேயே தான், மனிதன் என்று எண்ணுகின்றான். ஆனால், உண்மையில், அவனுக்குச் சரீரமும் இல்லை, மனமும் இல்லை. மனது ஏன் இல்லை என்று விளங்கிக்கொள்வது மிக எளிது. கடவுளுக்கு மனது அவசியமில்லை. மனதின் மூலம், மனிதன் தெரியாத விஷயத்தை அறிந்து கொள்கின்றான். எல்லாவற்றையுமே நேரடியாகத் தெரிந்து கொண்டால், மனம் இருக்க வேண்டிய அவசியம் இல்லை. இறைவனுக்கு எல்லாம் தெரியும். எல்லாம் தெரிந்த இறைவனுக்கு மனது என்பது தேவையில்லை. நமக்கு ஏற்படும் குழப்பம் எல்லாம் மனம் இருப்பதால் தான் ஏற்படுகின்றது. மனம் இல்லாவிட்டால் சாந்தமாக இருப்போம்.

நாமே அந்தக் கடவுள் என்பது தான் ஆன்மிக வாழ்வின் ஆரம்பம். வடிவத்தில் நீ மனிதன் தான், ஆனால், உண்மையான நிஜ சொரூபத்தில் நீ கடவுள். இந்த உண்மையை மனிதன் ஆரம்பத்தில் அறிந்து கொள்ளவில்லை. அதனாலேயே வேத சாஸ்திரம் இந்த ஞானத்தைக் கொடுக்கின்றது. கடவுள் தத்துவம் எங்கே இருக்கின்றது? எல்லா இடத்திலும் எல்லா ஜீவராசிகளிடமும் அது உண்டு. ஆனால், கடவுள் தத்துவத்தை எங்கே அனுபவிப்பது? அதை உங்கள் உள்மனம் அனுபவிக்க வேண்டும். உங்கள் மனமும் இதயமும் தான் அனுபவிக்க வேண்டும். மனத்தையும் இதயத்தையும் பரிபக்குவப்படுத்த வேண்டியது அவசியம். கடவுள் அனுபவம் பெறுவதற்குத் தகுதி வேண்டும். அத்தகுதியைப் பெறுவதற்கு மனத்தைத் தூய்மைப்படுத்த வேண்டும். ஏனெனில், தற்பொழுது மனம் வேறு எண்ணங்களில் ஆழ்ந்திருக்கின்றது. இதைத் தான் மனதின் அழுக்கு என்கின்றோம். மனத்தில் உலக எண்ணங்களின் விருப்பு வெறுப்புக்கள் உண்டு. இவை, கடவுள் அனுபவத்திற்குத் தடையாக இருக்கின்றன. எனவே, மனத்தையும், இதயத்தையும் சுத்தம் செய்வதன் மூலம் தன்னைத் தான் சுத்தம் செய்தால், கடவுள் அனுபவம் கிடைக்கும். இதை வேறு யாரும் செய்ய முடியாது. ஒவ்வொருவரும் தானாகவே செய்ய வேண்டும்.

ஆன்மிக வாழ்வுக்குச் சுய முயற்சி வேண்டும். சுயமாக முயற்சி செய்வது மிகவும் கடினம். அதனால், இலகுவான வழியைத் எல்லோரும் தேடுகிறார்கள். குறுக்கு வழியை எல்லோரும் தேடுகிறார்கள். குறுக்கு வழியைக் காட்டுபவர்களும் இருக்கிறார்கள். எனவே, சரியான விதத்தில் சுய முயற்சியில் ஈடுபட வேண்டும்.

'நீயே அந்தச் சிவம்' என்று சாஸ்திரங்கள் கூறுகின்றன. ஏனவே சதா சிவோகம் பாவனை செய்ய வேண்டும். இதுதான் ஆத்மிக சாதனை. ஆத்மிக சாதனை நம்மைத் தூய்மைப்படுத்தும். இரண்டாவது, உலகத்தைப் பற்றிய ஞானம் வேண்டும். எங்களுக்கு உலகத்துடன் சம்பந்தமுண்டு. அந்தச் சம்பந்தம் உள்ளபடியால், உலகம் என்னவென்று நாம் அறிய வேண்டும். ஒருவருடன் தொடர்பு வைத்துக் கொள்ள வேண்டும் என்றால், அவரைப் பற்றிப் புரிந்து கொள்ள வேண்டும்.

அப்போது தான், அவருடன் சரியான தொடர்பு வைத்திருக்க முடியும். அதே போல உலகத்தின் நிஜ உருவம் என்னவென்று அறிந்து கொள்ள வேண்டும். அப்போது தான் புத்திசாலித்தனமான சம்பந்தத்தை வைத்துக்கொள்ள முடியும். (சத்சங்கம்)

உலகம் மாயையானது. எங்களுடைய பார்வை சரியாகிவிட்டால், உலகம் மறைந்துவிடும், அது கடவுள் பார்வையாக வந்து விட்டால், நமக்குத் தெரியும் உலகம், மாறி விடும். பரமசிவன் உலகில் வியாபகமாக இருப்பது புலப்படும். உலகம் முழுவதிலும் பரமசிவன் இருக்கின்றான். மோட்ச நிலையில் உலகமும், ஜீவத்தன்மையும் மறைந்துவிடும். பின்னர், எஞ்சியிருப்பது, கடவுளின் நிஜ சொரூபமே. இதைத் தான் கடவுள் அனுபவம் என்கிறோம். ஜீவத்தன்மை என்பது அகங்காரம். அது அழிய வேண்டும்.

கடவுள் அனுபவத்திற்குத் தடையாக இருப்பது அறியாமை. முதலாவதாக, நாங்கள் கடவுள் தத்துவத்தை அறிய வேண்டும். இதை அறிந்த பின்னர், 'நான் தான் கடவுள்' என்ற உணர்ச்சி மனதில் வளர்ந்து வர வேண்டும். கடவுள் தத்துவத்தை அனுபவிப்பதற்குத் தடை என்ன, வழி என்ன என்று அறிய வேண்டும். உலகத்தைப்படைத்தவன் கடவுள். உலகத்தைப்படைத்த கடவுளின் கிருபை கடவுள் நிலையை அடைவதற்கு நமக்கு அவசியம். சரியாக முயற்சி செய்தால் இறுதியில் கிருபை வந்து சேரும் படைத்தவனுக்கு கடமை உண்டு. உங்களுக்கும் கடமை உண்டு. வாழ்க்கையை வாழ்வதுதான் உங்கள் கடமை.

வாழ்க்கையை எவ்வாறு வாழ வேண்டுமென்றால் அறிவுடன் வாழ வேண்டும். அறிவுடன் வாழும் போது படைத்த கடவுளுக்கும் கடமை உண்டு. நீங்கள் மோட்ச நிலையை அடைவதற்கு உதவி செய்வது தான் அக்கடமை. தகுந்த விதத்தில் கடவுள் உங்களுக்கு கிருபை செய்வார். முயற்சி இல்லாமல் அக்கிருபையை பெறமுடியாது அக்கிருபைக்குத் தகுதியுள்ளவராக நீங்கள் இருத்தல் வேண்டும். தகுதிபெற வேண்டுமானால் அகங்காரமற்ற வாழ்க்கை வாழ வேண்டும். எவ்வளவு தூரம் அகங்காரம் உண்டோ, அவ்வளவு தூரத்திற்கு இறைவன் அவனிடமிருந்து விலகித் தூரஇருப்பான். அகங்காரம் எவ்வளவிற்கு அழிந்து போகின்றதோ அவ்வளவிற்கு அவனிடம் குழந்தைத்தன்மை குடிகொள்ளும். ஞானியும் ஒரு குழந்தையும் ஒரு



விதத்தில் சமமே. அகங்காரம் இருவருக்கும் கிடையாது. ஞானிக்கும் குழந்தைக்கும் தூய்மையான இருதயம் உண்டு. அதில் கள்ளம், கபடம், கிடையாது எனினும் இருவருக்கும் ஒரு வித்தியாசம் உண்டு. குழந்தையின் அறிவு இன்னமும் விருத்தியடையவில்லை. ஆனால் ஞானிக்கு அறிவுண்டு. எனவே நாங்கள் அகங்காரத்தை நாளடைவில் விலக்க வேண்டும். அதற்கு அப்பியாசம் செய்ய வேண்டும்.

ஆத்மீக வாழ்க்கைக்கு சொந்த முயற்சி அவசியம். சுய முயற்சியின் போது கடவுள் கிருபை அவனை வந்தடையும் எத்தகைய முயற்சியில் நாம் ஈடுபட வேண்டுமென்பதை நாம் அறிய வேண்டும். அதை நன்கு அறிய வேண்டும். நம்மிடத்தில் சரீரம் உண்டு. சரீரத்தின் உதவியுடன் சுயமுயற்சியில் ஈடுபட வேண்டும.

**கேள்வி :** கோயில் வழிபாடு பற்றி உங்கள் கருத்தென்ன?
**சுவாமி பதில் :** கோயில் இரண்டு அம்சங்களை முக்கியமாக கொண்டுள்ளது. முதலாவது கடவுளை வணங்குவதும், பிராத்தனை செய்வதும் முக்கியம். இரண்டாவது கோயிலிலிருந்து தியானம் செய்தல், மிகுதி எல்லாம் சிறு பிள்ளை விளையாட்டு. சந்நியாசி கோயிலுக்கு போக வேண்டியதில்லை, தன்னுள்ளே இருக்கும் தெய்வத்தை உணர வேண்டும்.

ஆனால் பார்க்கப்போனால் இந்தியாவிலும் ஒவ்வொரு ஆசிரமத்திலும் விக்கிரகங்களை வைத்து வழிபடுகின்றார்கள். இவை வழிதவறிப் போய்விட்டன. ஆச்சிரமம் ஒன்றுமே இல்லாமல் காலியாக இருத்தல் வேண்டும். ஆச்சிரமம், என்பது சிரமமின்றி சும்மா இருக்கும் இடமாகும். சாந்தமாக இருக்கும் இடமாகும். நாம் ஒவ்வொருவரும் சும்மா இருப்பதற்குப் பழக வேண்டும். ஒரு மணி நேரம் அளவில் தியானத்தில் இருப்பதற்குப் பழக வேண்டும். தியானத்தில் இருக்கும் போது கடவுள் சிந்தனை ஏற்படுகின்றது.

பள்ளிவாசலுக்குப் போகின்றவர்கள் வெறுமனே தொழுது விட்டு வருகின்றார்கள். அதேபோல் நாமும் கோயிலுக்குப் போனால் வணங்கிவிட்டு வர வேண்டியதுதான். கிறிஸ்தவ ஆலயங்களில் உட்கார்ந்தவாறு துதிக்கின்றார்கள் கோயில்கள் யாவும் ஆரம்பத்தில்

தியானம் செய்து வழிபடுவதற்கே உருவாக்கப்பட்டவை. ஆனால் இந்நிலை இப்பொழுது மாறிவிட்டது. அர்ச்சனை முதலிய கிரியைகளில் ஈடுபடுகிறார்கள். உண்மையில் கடவுள் வழிபாடு இதயத்திலிருந்து வர வேண்டும். கடவுளை இதயத்தினால் வழிபடலாம். அதற்கு எவ்வித விதிகளும் இல்லை.

இச்சரீரம், கோவில் என்பதை நாம் ஒவ்வொருவரும் அறிந்துகொள்ள வேண்டும். ஒவ்வொரு சரீரமும் புனிதமானதே. வீட்டை ஆச்சிரமமாக நினைக்க வேண்டும். ஆரம்பத்தில் சிறு பிள்ளைகளுக்குக் கோயில் வழிபாடு இருக்கலாம் வயது செல்லச் செல்ல அது அவசியமற்றதாகிவிடும். தன் சரீரமே கோவில் என்று தன்னுளிருந்து தன்னைச் செலுத்தும் ஆன்மாவே கடவுள் என்றும் பாவனை செய்வதே முதியோர்க்கு அழகு. சிறு பிள்ளை பாவையைவைத்து விளையாடலாம். பெரிய பிள்ளை அவ்வாறு விளையாடினால் அதுதவறு.

**கேள்வி : உருவ வழிபாடு அவசியமா?**

**சுவாமியின் பதில் :** கடவுள், அவரவர் விரும்பும் உருவத்தில் காட்சி கொடுப்பார். புராணம் என்பது தெய்வங்கள்பற்றிய கதை. இக்கதைகளின்மூலம் தத்துவங்கள் கூறப்படுகின்றன. உண்மையே பேசவேண்டும் என்பதை அரிச்சந்திரனின் கதை எடுத்துரைக்கின்றது. இதேபோல் தெய்வீக விடயங்களும் புராணக்கதைகள் வாயிலாக விளக்கப்படுகின்றன. நாம் கதைகளை கருத்திற்கொண்டு அவற்றிலுள்ள கடவுள் தத்துவத்தை மறந்து விடுகிறோம்.

மனத்தில் தியானஞ் செய்வது நல்லது. சிந்தனை இல்லாமல் இருப்பது தியானம் இராமகிருஷ்ணர் காளியைக் கடவுளாக வணங்கினார். பின்னர் அவருடைய முழுமனதிலும் காளியே நிறைந்திருந்தாள். காளியை மறப்பதற்குக் கஷ்டப்பட்டார். அப்பொழுது தோத்தாபுரி என்ற ஞானியை இவர் சந்தித்தார். காளியை மறந்துவிட வேண்டும் என்று இந்த ஞானி அவரிடம் கூறினார். காளியை மறக்கமுடியாது என்று இராமகிருஷ்ணர் கூறினார். காளியை மறந்தால்தான் கடவுள் தரிசனம் கிடைக்குமென்று தோத்தாபுரி கூறினார். காளியைப்பற்றிய சிந்தனை அகன்ற பின்புதான் அவருக்குக் கடவுள் தரிசனம் கிடைத்தது.

சேற்றுக்குள் காலை வைத்துவிடாமல் நேரே செல்ல வேண்டும். மனது வெற்றிடமாக இருந்தால் கடவுள் நிலை ஏற்படுகின்றது. கடவுள் அனுபவம் எங்கே கிடைக்கும்? இது மனதில்தான் கிடைக்கும். மனதில்



உலகம் பற்றிய சிந்தனைகள் எல்லாம் உறைந்து கிடப்பதால் தற்போது அது கிடைப்பதில்லை. உருவம் சார்ந்த தெய்வ சிந்தனைகளும் சிவ சிந்தனைகளும் காளிபற்றிய சிந்தனைகளும் இருக்கும் வரைக்கும் கடவுள் நிலை வராது. மனம் வெறுமையாகவும் சாந்தமாகவும் இருக்கும் போது மாத்திரமே கடவுள் அனுபவம் கிடைக்கும். கடவுள் பரிபூரணன். எங்களுடைய தூய்மையான இதயமும் அன்பும் தான் இறைவனுக்குத் தேவைப்படுகின்றன. மனம் லயப்பட்டு உள்ளம் திருவருளில் கரைந்தால் கோவில்களுக்கும் மூர்த்திகளுக்கும் அர்த்தமே இல்லாமற் போய்விடும்.

**கேள்வி : கர்மம், கர்ம யோகம் என்றாலென்ன?**

சுவாமி பதில் : இந்த ஜென்மத்தில் ஒருவன் தன் தாய், தந்தையரையோ, சகோதர சகோதரிகளையோ, குழந்தைகளையோ மனைவியையோ கவனிக்காது விட்டால், சம்பந்தப்பட்ட இருவருக்கும் மற்றொரு ஜென்மத்தில், தொடர்பு ஏற்படும். உதாரணமாக, அடுத்த ஜென்மத்தில் அதே குழந்தை சகோதரனாகவோ, சகோதரியாகவோ பிறக்கலாம். போன ஜென்மத்தில் நீங்கள், அதைக் கவனிக்கவில்லை. அதனால் அந்தக் கர்மம். இந்த ஜென்மத்திலும் தொடர்கின்றது.

ஆகவே எவரும் தத்தமது கர்மத்திலிருந்து தப்ப முடியாது. இந்த ஜென்மத்தில், எந்தெந்தக் கர்மங்கள் உன்னுடையவை என்பதை உன்னுடைய மனச்சாட்சியே சொல்லும். மனச்சாட்சி தான் கடவுள் என்று சொல்வார்கள். நீ செய்வது தவறாக இருந்தால், அது தவறென்பதை உன்னுடைய மனச்சாட்சி சொல்லும். நீ செய்வது சரியாக இருந்தால், அது சரி என்பதையும் மனச்சாட்சி சொல்லும். நீ எவரை வேண்டுமானாலும் ஏமாற்றலாம். ஆனால், உன்னுடைய மனச்சாட்சியை ஏமாற்ற முடியாது. உனக்குள் இருக்கும் இரண்டு பேரை நீ ஏமாற்ற முடியாது. ஒன்று, உன் மனச்சாட்சி. இரண்டாவது, கடவுள்.

உன்னுடைய கடமை என்னவென்பது உனக்குள்ளேயே தெரியும். அக்கடமைகளை விருப்பு, வெறுப்பின்றி அன்புடனும் மகிழ்வுடனும் செய்ய வேண்டும். அப்படிச் செய்யும் போது, முழு மனத்தையும் அக்கர்மத்தில் ஈடுபடுத்தி அக்கர்மத்தைப் பூர்த்தி செய்ய வேண்டும். அக்கர்மத்தை முழு மனத்துடன் செய்தால், அது எங்களைப் புனிதமாக்கும்.

கர்மங்களைக் கர்ம யோகமாகச் செய்வதே மனிதனைப் புனிதமாக்கும் முக்கிய சாதனையாகும். ஒரு கர்மத்தைச் செய்யும் போது, உங்கள் விருப்பு வெறுப்புக்களைப் பார்க்காமல், அதை உங்கள் கடமை என்று கொண்டு செய்தல் வேண்டும். கர்மம் உங்களைக் தூய்மைப்படுத்தும். இல்லறத்தில் இருக்கும்-கிரகஸ்தனுக்கு இதுவே முக்கிய சாதனை.

கர்மத்தை நிறைவேற்றும் போது அகங்காரமின்றிச் செய்ய வேண்டும். 'நானே செய்தேன்' என்ற எண்ணம் இருக்கக் கூடாது. 'என்னால் தான் முடியும்' என்று கர்வமோ யோசனையோ இருக்கக் கூடாது. உங்களுடைய கர்மத்தை நீங்கள் செய்வதற்கு நீங்கள் ஒரு கருவி. உங்களுக்கென்று கடவுள் இக்கருமத்தை நியமித்திருக்கிறார். நீங்கள் காரியாலத்துக்குப் போனால், உயர் அதிகாரி, உங்களுக்கு கடமைகளைக் கொடுக்கின்றார். வீட்டிற்குப் போனால், வீட்டிலிருக்கும் இல்லத் துணைவியும் வீட்டுக் கடமைகளைக் கொடுக்கின்றார். இத்தலைவர்கள் தான் உங்களுக்கு வேலைகளைக் கொடுக்கின்றார்கள் என்று நீங்கள் எண்ணுகின்றீர்கள். ஆனால், உலகத்திற்கு ஒரு தலைவர் இருக்கிறார். அவர் தான் இக்கருமங்களை எல்லோருக்கும் பகிர்கிறார். அவர் பகிர்ந்த கருமங்களை நாங்கள் செய்ய வேண்டும்.

அக்கருமங்களினால் வரும் பலனை நோக்காது, ஒரு கருவியாக இருந்து நாங்கள் அதைச் செய்ய வேண்டும். செய்யும் கருமத்தையும் அக்கருமத்தின் பலாபலன்களையும் நாங்கள் கடவுளுக்கு அர்ப்பணஞ் செய்யலாம். நாங்கள் கடவுளுக்குக் காணிக்கை போட்டு அர்ப்பணிப்பது போல, நாங்கள் செய்யும் கருமத்தையும் அர்ப்பணிக்கலாம். கர்மத்தோடு சேர்த்து அதன் பலனையும் அர்பணிக்கலாம். அத்துடன் அவ்விஷயம் முடிந்துவிடுகின்றது. 'கர்மமாக வந்துவிட்டது. செய்து முடிப்போம்' என்று சிலர் வெறுப்போடு சொல்வார்கள். அப்படிச் செய்யக் கூடாது.

கல்யாணம் செய்து கொண்டால், ஒன்று, இரண்டு, மூன்று என்று குழந்தைகள் தொடர்ச்சியாக வந்து சேரலாம். வந்த குழந்தைகளை அன்புடன் கவனிக்க வேண்டும். அப்படிச் செய்தால், எந்த கர்மமும் யோகமாகிவிடும். கிருகஸ்தனுக்கு முக்கியமான ஆத்மிக சாதனை கர்ம யோகமாகும்.



இரண்டாவதாக, ஒவ்வொருவருக்கும் மனத்தில் உணர்ச்சிகள் உண்டு. உலகம் பற்றிய உணர்ச்சி, உலக விருப்பு வெறுப்புக்கள், உலக பாசங்கள் என்பன இருக்கின்றன. ஆசாபாசங்கள் எல்லாம் இருக்கின்றன. இவை எல்லாம், மனிதனுடைய உள்ளத்தில் கடவுள் அனுபவம் ஏற்படுவதற்குத் தடையாக இருக்கின்றன. இவை யாவும் உணர்வின் அசுத்தங்கள். இவை மனத்தில் இருப்பதனால், கடவுளைப் பற்றி எண்ணுவதில் ஆர்வமின்றி மனைவி, குழந்தை, மதம் என்பவற்றினால் கட்டப்படுகின்றோம். இக்கட்டுக்கள், கடவுள் தரிசனத்திற்குத் தடையாக இருக்கின்றன. உலகப் பற்று இருப்பதனால், கடவுள் பற்று தூர அகன்று போய் விடுகின்றது. எனவே, உலகப் பற்றை நீக்குவதற்குக் கடவுள் பற்றை மனத்தில் ஏற்படுத்திக் கொள்ள வேண்டும். நாங்கள் கடவுளைப் பிரார்த்தனை செய்யும் போது, கடவுள் மீது பற்றுக் கொள்ளும் போது, எவ்வளக்கெவ்வளவு கடவுளை நேசிக்கின்றோமோ அவ்வளவுக்கவ்வளவு உலகப் பற்றுக்கள் ஒழிந்து போகின்றன. சாதாரண மக்கள், குழந்தை, மனைவி, மற்றும் மதம் என்பவற்றை நேசிக்கின்றனர். இவற்றை நேசித்தால், கடவுள் பற்று குறைந்துவிடும்.

**கேள்வி: பிரார்த்தனை ஆன்மீக வாழ்விற்கு அவசியம் தானா?**

**சுவாமி பதில்:** நாங்கள் கடவுளை நேசிக்க வேண்டும். எந்த மதத்தைச் சேர்ந்தோராயிருந்தாலும் பிரார்த்தனையின் முக்கிய கோட்பாடு கடவுளை நேசிப்பதேயாகும். கடவுளை நேசித்தால், உலகத்திலிருக்கும் ஆசாபாசங்கள் குறைந்துவிடும். இதுவே பிரார்த்தனையின் நோக்கம். எனினும், பிரார்த்தனை செய்பவனுக்கு, இதுவே முக்கிய நோக்கம் என்பது தெரியாது. பத்து வருடங்களாகப் பிரார்த்தனை செய்தும், என்னுடைய பிரார்த்தனைக்குக் கடவுள் செவி சாய்க்கவில்லை என்று சிலர் கூறுகிறார்கள். உங்களுக்குத் தெரியாமலே கடவுள் கேட்டுக் கொண்டுதான் இருக்கின்றார். பிரார்த்தனை செய்யும் போது, நீங்கள் உங்களுக்குத் தெரியாமலே புனிதமாகின்றீர்கள். பத்து வருடங்கள் பிரார்த்தனை செய்தும் பிரார்த்தனையைக் கடவுள் கேட்கவில்லை, அதனால் பிரார்த்தனை வீண் என்ற எண்ணம் உண்டாகின்றது. அது அப்படியல்ல. பிரார்த்தனை செய்யும் போது, கடவுள் மேல் பக்தி எற்படுகின்றது. இதயபூர்வமாகப் பிரார்த்தனை செய்ய வேண்டும். கடவுளைச் சொற்களாலன்றி இதயத்தினால் பிரார்த்தனை செய்ய வேண்டும். இதயத்தினால் பிரார்த்தனை செய்யும் போது, அப்பிரார்த்தனை அவனைத் தூய்மைப்படுத்தும். பிரார்த்தனையினால், வெளி

விஷயங்களில் மாற்றம் ஏற்படும் என்று யோசிக்க வேண்டாம். வெளி விஷயம் மாறினாலும் மாறும், மாறாமலும் விடும், அது முக்கியமல்ல. ஆனால், பிரார்த்தனையினால் ஒரு மாற்றம் வரும். அதாவது, நீங்கள் மாறுவீர்கள். பிரார்த்தனை உங்களை மாற்றும். நல்ல மனிதராக்கும், இதயத்தைப் புனிதமாக்கும். இவையே பிரார்த்தனையின் பலாபலன்கள். எனவே,

நாம் ஒவ்வொருவரும் பிரார்த்தனை செய்ய வேண்டும். பிரார்த்தனை செய்யும் எண்ணம் வந்துவிட்டால், உடனே பிரார்த்தனை செய்ய வேண்டும். எங்கும் பிரார்த்தனை செய்யலாம். கடவுள் எங்கும் இருக்கிறார். பிரார்த்தனை செய்வதால், மனம் தூய்மையடைகின்றது. எனவே முழு மனத்துடன் பிரார்த்தனை செய்ய வேண்டும். முழு மனத்துடன் செய்யும் பிரார்த்தனை, உங்களைப் புனித புருஷராக்குகின்றது. எந்த மொழியிலும் பிரார்த்தனை செய்யலாம். பிரார்த்தனை செய்யும் போது, சொற்களின் அர்த்தத்தைப் புரிந்து கொண்டு பிரார்த்தனை செய்யுங்கள்.

**கேள்வி : கடவுளிடம் அன்பாக இருப்பதற்கு விதி வழிகள் உண்டா?**

**சுவாமி பதில் :** கோயில்களில் செய்யப்படும் கிரியைகளுக்கு விதிகள் உண்டு. ஆனால், அன்பிற்கு விதிகள் எதுவும் இல்லை. THE EXPRESSION OF LOVE HAS NO RULES OR PROCEDURES பூசை செய்பவர், கடவுளின் பக்தனாக இருப்பது அபூர்வம். ஆனால்,

இராமகிருஷ்ணர், கடவுளின் பக்தனாக இருந்தார். கடவுளின் மீது அவருக்கு அன்பு அதிகம். எனவே, காளி தேவியைத் தான் விரும்பிய விதத்தில் பூசைசெய்ய ஆரம்பித்தார். பூசைக்கு வரிசைக்கிரமம் இருக்கின்றது. இராமகிருஷ்ணர் காளியை உண்மையான உயிருள்ள தெய்வமாக நேசித்தார், அவளுடன் பேசினார். இவர் மனம் சரியல்ல என்று நினைத்து, இவருக்குத் திருமணஞ் செய்து வைக்க விரும்பினார்கள். எவருக்கு கடவுளிடம் பக்தி உண்டோ, அவர் தான் விரும்பியவாறு அக்கடவுளைப் பிரார்த்தனை செய்யலாம்.

இது பற்றிய ஒரு நல்ல கதை உண்டு. இந்தியாவிலுள்ள, மகாராஷ்டிர மாநிலத்தில், நாம தேவர் என்றொரு சித்தர் இருந்தார். அவர் சிறுவனாக



இருந்த போது கோயிலில் இருந்த விக்கிரகங்கள், உயிருள்ளவையாக அவருக்குத் தெரிந்தன. ஒரு நாள் அவருடைய தந்தை வெளியூர் செல்ல வேண்டியிருந்ததால், மகனிடம் பூசைப் பொறுப்பை ஒப்படைத்து, பிரசாதத்தைப் படைத்துவிட்டு மீதியை உண்ணும்படி கூறிவிட்டுச் சென்றுவிட்டார். அவனும் கோயிலுக்குச் சென்று, பிரசாதத்தைப் படைத்துப் பூசை செய்தார். பூசை முடிந்ததும் பிரசாதம் உண்ணப்படாமல் இருப்பதைக் கண்டார். உடனே, கடவுளுக்கு இரண்டடி போட்டு உண்ண வைக்க நினைத்து, "நீ உண்ண வேண்டும், இல்லாவிட்டால் உனக்கு அடிப்பேன்" என்றார். உடனே, கடவுள் மீதி வைக்காமல் எல்லாவற்றையும் உண்டுவிட்டார். தந்தை வந்ததும் மகன், "அப்பா, உங்கள் ஸ்வாமி எனக்கு ஒன்றும் வைக்காமல் எல்லாவற்றையும் உண்டுவிட்டார்" என்று கூறினார். மறுநாள், நாமதேவர், தந்தையைக் கூட்டிச் சென்று, அச்செயலைக் காட்டினார். தனது மகன் சாதாரணமானவனல்ல என்பதை அப்போது தந்தை உணர்ந்தார். இவரே பின்னர் நாமதேவர் என்ற சித்தரானார். இதுவே அன்பு, இதுவே பக்தி. கடவுளிடம் அன்பும் பக்தியும் வைத்ததால் ஒரு தொடர்பு வந்துவிட்டது.

ஆயிரக் கணக்கான பக்தர்கள் வருகிறார்கள். அவர்கள் தங்கள் தூய எண்ணங்களை வெளியிடுகிறார்கள். இவ்வாறு, ஆயிரம் பேர் பிரார்த்தனை செய்யும் போது தெய்வீகச் சூழ்நிலை உருவாகின்றது. அதனால் தான், கோயிலுக்குள் சென்றதும் அமைதியான சூழ்நிலை உருவாகின்றது. கோயிலில் நிலவும், அமைதியான, சாந்தமான சூழ்நிலையில் தியானம் செய்து திரும்ப வேண்டும். கோயிலுக்குப் போனால், அமைதியாக இருந்து, சாந்தமாகப் பிரார்த்தனை செய்ய வேண்டும். நாம் கோயிலிருந்து திரும்பும் போது, சாந்தமான மனநிலை உருவாகின்றதல்லவா? கோயிலில் ஆத்மீகத் தன்மை நிலவுவதால், மனத்தில் சாந்த நிலை உருவாகின்றது. கோயிலுக்குப் போய், 15 அல்லது 30 நிமிடங்கள் வரை தியானம் செய்து சாந்தியைப் பெற்றுத் திரும்புவது நல்லது. இதுவே, பிரார்த்தனையின் மகிமை. மனிதனைத் தூய்மைப்படுத்தும் பக்தியை முழுமனத்துடன் கடைப்பிடிப்பது பக்தி யோகமாகும். கடவுளைப் பிரார்த்தனை செய்யுங்கள், தேவாரம் பாடி இறைவனைப் பிரார்த்தனை செய்யலாம். அல்லது, வார்த்தைகளைக் கூறியும் இறைவனைப் பிரார்த்திக்கலாம். கடவுளிடம் அன்புடனும் பேசலாம், கோபத்துடனும் பேசலாம். அன்பு அதிகம் இருந்தால், கோபத்துடன் பேசும் உரிமை உண்டு.

உலக எண்ணம் பந்தமாகவும் தடையாகவும் இருக்கின்றது. உலகம் பற்றிய எண்ணத்தைத் தகர்ப்பதற்குக் கடவுள் பற்றிய எண்ணத்தை உருவாக்குகின்றோம். கடவுள் பற்றிய எண்ணம் வந்ததும், எதுவும் தடையாக இருப்பதில்லை. கடவுள் பற்றிய எண்ணமோ உலகம் பற்றிய எண்ணமோ, இரண்டுமே எண்ணங்கள் தான். கடவுள் பற்றிய எண்ணமும் உலகம் பற்றிய எண்ணமும் அலைகள் தான். ஆனால் மனம் அலைபாயாதிருக்கும் போது அமைதி சாத்தியமாகின்றது.

அச்சமயத்தில் கடவுள் அனுபவம் கிடைக்கும். ஆனால் உலகத்தில் நாம் வாழ வேண்டும். அவ்வாறு வாழும் எங்களுக்கு கர்மங்க்ள் உண்டு. கர்மங்கள் மனத்தை பந்தத்தினால் இணைத்துவிடுகின்றன. கர்மங்கள் நிறைவேறும் போது, கர்மங்களின் பலன் நம்மை வந்தடைகின்றது. இவ்வாறு, பலன் நம்மை வந்தடையும் போது, அது நம்மை உலக பந்தத்தில் ஆழ்த்திவிடுகின்றது. அதனால் நாம் செய்யும் கர்மங்களைக் கர்ம யோகமாகச் செய்ய வேண்டும். கர்ம யோகமாகச் செய்யப்படுகின்ற கர்மங்கள், எங்களுக்கு பந்தங்களை ஏற்படுத்துவதில்லை. அவை பந்தங்களை ஏற்படுத்தாமல், சாதனைகளாக அமைகின்றன.

உலக வாழ்வில் ஈடுபட்டுள்ள கிருகஸ்தனின் முக்கியமான சாதனை, கர்மத்தை யோகமாகச் செய்வதாகும். பின்வரும் நான்கு அம்சங்களும் ஒவ்வொரு மனிதனிடமும் உண்டு. கர்மத்தைக் கர்ம யோகமாகச் செய்வது ஒன்று.

இரண்டாவது, அவனிடம் உலக உணர்ச்சி உண்டு. அதை தெய்வ உணர்ச்சியாக்க வேண்டும். கடவுளை நேசிப்பது, வந்தனை செய்வது, துதிப்பது முதலியன பக்தி யோகத்தில் அடங்குகின்றன. மக்கள் கடவுளை வணங்குகிறார்கள், நேசிக்கிறார்கள். அவர்கள் கடவுளை ஏன் நேசிக்கிறார்கள், வணங்குகிறார்கள், என்பது அவர்களுக்குப் புரியவில்லை. பக்தியினால் தான் மக்கள் கடவுளை நேசிக்கின்றார்கள், வணங்குகின்றார்கள். கடவுள் உணர்ச்சி உண்டாவதற்கும் இதுவே காரணம். உங்களிடமுள்ள உலக உணர்ச்சியை மாற்றுவதற்கு கடவுள் வழிபாடு உதவுகின்றது. அதுவே பக்தி யோகமாக முடிகின்றது.

மூன்றாவது, மனிதனின் மனம். மனமானது, எண்ணங்களினால் சிதறுண்டு காணப்படுகின்றது. சிதறிக் கிடக்கும் மனத்தை ஒருமைப்படுத்துவது ராஜ யோகமாகும். நம் மனத்திலுள்ள



சிந்தனைகளை அழித்து கடவுள், சிந்தனையை ஏற்படுத்தி, இறுதியில் எல்லாச் சிந்தனைகளையும் அழிப்பது ராஜ யோகம். சிந்தனை இருந்தால், உலகம் இருக்கும். மனது இருந்தால், உலகம் இருக்கும் மனம் இல்லாமற் போய்விட்டால், உலகம் இல்லை. உலகம் இல்லாமற் போய்விட்டால், உலகம் இருந்த இடத்தில், கடவுள் தரிசனம் கிடைக்கும். எனவே, மனத்தை, எண்ணங்கள் இல்லாததொன்றாக மாற்ற வேண்டும். எல்லாச் சிந்தனைகளையும் கொண்டதே மனம், மனதைச் சிந்தனை இல்லாமலாக்கி விடுவதையே ராஜ யோகம் என்கின்றோம்.

நான்காவதாக, ஞானம் அவசியம். ஞானம் இல்லாமல் ஆத்மிக வாழ்க்கை வாழ முடியாது என்பதை ஆரம்பத்தில் சொன்னேன். கடவுள் தத்துவம், நான் தான் என்ற அறிவே ஞானமாகும். இந்நான்கும் மனித மனத்தினுள்ளே அடங்கி இருக்கின்றன.

அதனால், நாங்கள் இந்த நான்கு யோகத்தையும் ஒன்றாக இணைத்தல் வேண்டும். இவற்றுள் எதனையும் புறக்கணிக்க முடியாது. ஞானம், கர்மம், உணர்ச்சி, சிந்தனை ஆகிய நான்கும் முக்கியம். ஆகவே, நான்கும் ஒருங்கிணைய வேண்டும். வாழ்க்கையில் ஒவ்வொருவருக்கும் ஒவ்வொன்று முக்கியமாக இருக்கும். சிலருக்குக் கடவுள் மேல் பற்றுதல் இருக்கும். கடவுள் வணக்கம், பஜனை செய்வது, சங்கீர்த்தனம் செய்வது, கடவுள் வழிபாடு ஆகியன சேர்ந்த பக்தி யோகம் சிலருக்கு முக்கியமாக இருக்கும். ஆனால், எல்லோரும் கர்ம யோகம் செய்ய வேண்டியுள்ளது. கர்மம் செய்துதானாக வேண்டும். அதனால், கர்மத்தைக் கர்ம யோகமாகக் கட்டாயம் செய்ய வேண்டும். பின்னர், மனத்தை அடக்க வேண்டும். சஞ்சலம் மிக்க மனத்தை அடக்குவதற்குக் கடவுள் நல்ல வழி ஒன்றைக் காட்டிவிட்டார்.

பரிபக்குவமடையாத ஒரு சாமியார், ஒரு குகையில் போயிருந்து தவம் புரியலாம் என்று ஒரு நாள் எண்ணினார். அவர், இதுவரை, ஓர் ஆச்சிரமத்தில் வாழ்ந்தவர். இவர், தன்னுடைய தோளில் ஒரு வஸ்திரத்தைப் போட்டுக் கொண்டு விறுவிறு என்று நடந்தார். சிஷ்யன் தனியாக இருப்பதற்குப் போகின்றான் என்று குரு நினைத்தார். அவர், அவனுக்குப் பின்னால் மற்றொரு சிஷ்யனை அனுப்பினார். "தனியாக இருப்பதற்கு உனக்குப் பரிபக்குவம் இல்லை. அப்படி இருந்தால் உனக்குப் பயித்தியம் பிடித்துவிடும். சோம்பேறியாக மாறிவிடுவாய். நீ செய்ய வேண்டிய விஷயங்கள் நிரம்ப இருக்கின்றன. எல்லோரிடமும்

சும்மா இருக்க முடியாது" என்றார். கடவுள் நல்ல வழி ஒன்றைக் காட்டியிருக்கின்றார். அந்த வழி என்னவென்றால் கர்மத்தில் ஈடுபடுதலாகும்.

**கேள்வி : கர்மத்தை எவ்வாறு செய்ய வேண்டும்?**

**சுவாமியின் பதில் :** மனம் சும்மா இருக்க முடியாதது. அதனால், உலகில் வாழ்வதற்காக, கடவுள் கடுமையான கர்மங்களைக் கொடுத்துள்ளார். செய்ய வேண்டிய கர்மத்தில் கருத்தூன்றினால், மனத்திலுள்ள குழப்பம் மறைந்துவிடும். காரியாலயத்தில் வேலை செய்யும் போது, காரியாலய அலுவல்களில் மனம் லயித்துவிடும், சஞ்சலம் மறைந்துவிடும். அதே போல, கார் ஓட்டும் போது, வேறு சிந்தனை ஏற்படமாட்டாது. மனத்தில் வேறு சிந்தனைகள் ஏற்பட்டால், அவர் விபத்திற்குள்ளாவார். சமையல் செய்யும் போது, மனம் சமையலிலேயே கவனஞ் செலுத்த வேண்டும். ஆகவே, ஒரு கர்மத்தில் கவனஞ் செலுத்தினால், அலையும் மனம், அந்தக் கர்மத்தில் நிலைத்துவிடும். எனவே, கர்மம் முக்கியம்.

கர்மத்தின் மர்மம் மனிதனுக்கு தெரியாது. இல்லறம் நடத்தும் கிருகஸ்தன், கர்மத்தைக் கர்ம யோகமாகச் செய்வது, முக்கியத்துவம் வாய்ந்த ஆத்மிக சாதனையாகும். இந்த விஷயத்தைப் பற்றி, கிருஷ்ண பகவான் பகவத் கீதையில் சொல்லியிருக்கிறார். "ஆத்மிக வாழ்வில் ஈடுபடுகின்றவனுக்கு நான் இரு வழிகளைக் காட்டியிருக்கின்றேன். மனிதன், கடவுளை அடைவதற்கு இரண்டு வழிகள் உண்டு. முதலாவது ஞானம். இது சந்நியாசிக்குரியது. உலகத்தை விட்டு, 24 மணி நேரமும் தியானத்தில் இருப்பது ஞான வழியாகும். சதா காலமும் தியானத்தில் இருப்பதே ஞானியின் வேலை.

கிருகஸ்தன் கூட ஒரு யோகியே. அதாவது, இல்லற வாழ்க்கை நடத்துபவன் கூட ஒரு யோகி தான். கர்மத்தைக் கர்ம யோகமாகச் செய்வது, கிருகஸ்தனுக்குச் சாதனை தான். எல்லோருக்கும் கர்மம் உண்டு. கர்மம் இல்லாதவன் உலகில் இல்லை. ஒவ்வொருவருக்கும் மூன்று கர்மங்கள் உண்டு. முதலாவது, சுய கர்மம். அதாவது, தன்னுடன் சம்பந்தப்பட்ட கர்மம். உதாரணமாக, குளித்தல், உணவுண்ணல், தியானித்தல் போன்றவற்றைக் குறிப்பிடலாம்.



இரண்டாவது, குடும்பக் கடமை. அதாவது, குடும்பத்தைச் சார்ந்த கர்மம், குடும்பத்திற்கு அவசியமானவற்றைச் செய்தல்.

மூன்றாவது, சமுதாயக் கடமை. மனிதன் சமுதாயத்தில் தனியாக வாழ்வதில்லை. குடும்பம் தனியாக இயங்குகின்றது என்று நாம் சொல்ல முடியாது. குடும்பம் சமுதாயத்தின் ஓர் அங்கமே. எனவே, குடும்பத்திற்கும் சமுதாயத்திற்கும் சம்பந்தம் இல்லை என்று நாம் சொல்ல முடியாது. சமுதாயத்தின் மூலம் நன்மைகள் உண்டு. நீர், மின்சாரம் போன்றவற்றைப் பெறுகின்றோம். எனவே, சமுதாயத்திற்காக நாம் சில கடமைகளை நிறைவேற்ற வேண்டும். சமுதாயம் எதிர்நோக்கும் கஷ்டங்கள் இருந்தால், அவற்றை நாம் நீக்க வேண்டும். சமுதாயத்திலுள்ள ஏழை மக்களை நாம் கவனிக்க வேண்டும். இதயத்தைக் கொடூரமாக்கிக் கொள்ளக் கூடாது. "உன்னுடைய கர்மம். நீயே அனுபவி" என்று சொல்லக் கூடாது. "என்னுடைய கர்மம், நான் இப்படி இருப்பது" என்று சொல்ல முடியாது. அவன் ஏழையாக இருப்பது அவனுடைய கர்மம் என்றால், அவனுக்கு உதவி செய்தல் என்னுடைய கர்மம். அவன் பசியோடிருந்தால், இருக்கின்ற உணவை அவனுடன் பகிர்ந்து கொள்ள வேண்டும். இது அவசியம். நம் மத்தியில் அநாதைகள் இருந்தால், அவ்வநாதைகளைக் கவனிப்பது மிகவும் அவசியம். அதே போல சமுதாயத்திற்கென நாம் ஆற்றவேண்டிய பல கடமைகள் உண்டு.

இம்மூன்று கர்மங்களையும் நமது கருமங்களாகக் கருதி அன்புடன் செய்ய வேண்டும். குடும்ப கர்மங்களையும் அன்புடன் செய்ய வேண்டும். சமுதாயக் கடமைகளையும் அன்புடன் செய்ய வேண்டும். சுய கர்மங்களையும் அப்படியே அன்புடன் செய்ய வேண்டும். காலையிலிருந்து இரவு உறங்கப் போகும் வரை, கர்மங்களைச் செய்ய வேண்டியுள்ளது. அவையே தான் வாழ்க்கை. கர்மம் வேறு, வாழ்க்கை வேறல்ல. கர்மமே வாழ்க்கை. எனவே, நாம் நிறைவேற்ற வேண்டிய கர்மங்களை அன்புடன் நிறைவேற்ற வேண்டும். கர்மங்களை அன்புடன் செய்தால், நம் வாழ்க்கையும் அன்பு நிறைந்ததாக இருக்கும். கர்மத்தை அன்புடன் செய்யும் போது, விருப்பு, வெறுப்பு இல்லாமல் செய்தல் வேண்டும்.

கர்மத்தை முதலில் நீ உணர வேண்டும். 'நான் பரமசிவதத்துவம்', 'அகம் பிரஹ்மாஸ்மி' என்ற மந்திரத்தை எப்பொழுதும் மனத்தில் வைத்திருத்தல் வேண்டும். 'நானே சிவம்' என்று சொல்லிக் கொண்டிருந்தால், எனக்குள்ளே ஓர் ஆத்மிக பலம் வரும். நமக்குள்ளே ஒரு பிழையான உணர்வு உண்டு. அது தான் நாம் மனிதர்கள் என்ற உணர்வு. நமக்கு மனிதனுடைய சரீரம் இருக்கின்றது. மனம் இருக்கின்றது. உணர்வு இருக்கின்றது, என்ற தப்பான உணர்வு இருக்கின்றது. அந்த மனித உணர்வைக் களைந்து, கடவுள் உணர்வை உண்டாக்க வேண்டும். நான் தான் சிவ தத்துவம் என்ற உணர்வைக் கொண்டு வர வேண்டும். இதுவே ஆத்மிக வாழ்க்கையின் ஆரம்பம். இரண்டு வழிகளில் ஆத்மிக வாழ்க்கையில் ஈடுபடுகிறார்கள். புரிந்துணர்வற்று பலர் இதில் ஈடுபடுகின்றார்கள், ஒரு சிலரே புரிந்துணர்வுடன் ஈடுபடுகின்றார்கள். இதற்கு ஞானம் முக்கியம். அதனால், முதலாவதாக ஞானத்தைத் தேட வேண்டும். விஷயம் என்னவென்று அறிய வேண்டும். நானே சிவதத்துவம் என்பதை உணர்வது தான் அந்த ஞானம். இந்த ஞானத்தை மனத்தில் திடமாக இருத்திக் கொள்ள வேண்டும்.

விருப்புடன் செய்தால், கர்மத்தின் பலன் நம்மை வந்து சேரும். அதை வெறுப்புடன் செய்தாலும் கூட வந்து சேரும். ஆனால், கர்மத்தை வெறுப்புடன் செய்தால், அதைச் சரியாகச் செய்ய முடியாது. எனவே, கர்மத்தை முழுமனதுடன் செய்தால் தான், நாம் அதை நன்கு நிறைவேற்ற முடியும். கர்மத்தை அலட்சியமாகச் செய்யக் கூடாது. கர்மத்தைச் சரியாகச் செய்யா விட்டால், நாம் மீண்டும், அடுத்த பிறவியில், கர்மத்தைச் செய்ய வேண்டி நேரும். இது வாழ்வின் நியதி. விருப்பு, வெறுப்பின்றிக் கர்மத்தை அன்புடன் செய்ய வேண்டும், அன்புடன் செய்யாவிட்டால், எப்பிறவியிலாவது செய்ய வேண்டி ஏற்படும். நாம் செய்ய வேண்டிய கர்மத்தைப் பொறுப்புடன் செய்யும் போது அக்கர்மம் சுலபமாக முடிந்துவிடும். அதனை அன்புடன் செய்யாவிட்டால், மனத்தில் குழப்பம் உண்டாகும். மனத்தில் ஓர் எதிர்ப்பும் தோன்றிவிடும். அப்போது காரியத்தைச் சரியாகச் செய்ய முடியாது. அதனால் வேலைகளை விளையாட்டுப் போல செய்ய வேண்டும்.

கிருஷ்ண பகவானிடம் எல்லாக் கருமங்களும் வந்து சேர்ந்தன என்கிறது கீதா உபதேசம், அவர், தான் செய்ய வேண்டிய கர்மங்களை



விளையாட்டாகச் சமாளித்தார். அதே போல, நாமும் கர்மங்களை விளையாட்டாகச் செய்ய வேண்டும். இதையே, கர்ம யோகம் என்கிறோம். கர்மத்தை நாம் ஏன் செய்ய வேண்டும் என்ற கேள்வி எழுகின்றதல்லவா? அக்கருமம் உங்களுக்கென அமைந்து விட்டதொன்றாகும். அது உங்களுக்கென கடவுளால் விதிக்கப்பட்டது. இக்கர்மம், நமக்கென வந்து அமைந்துவிட்டதென்பது எப்படித் தெரியும்? பலருடைய மனத்தில் இக்கேள்வி எழும். நாம் என்ன கர்மத்தைச் செய்ய வேண்டும் என்ற கேள்வியும் எழுகின்றது. இதுவே நாம் செய்ய வேண்டிய கர்மம் என்று எப்படித் தெரியும்? நாம் செய்ய வேண்டிய கர்மம் நமக்கு முன்னால் வந்து நிற்கும், முன்னால் வந்து நின்றதும் அதனைச் செய்ய வேண்டும். அதைச் செய்தவுடன், அக்கர்மத்தை மறந்து, மற்றைய கர்மத்தில் கவனஞ் செலுத்த வேண்டும். அதையும் செய்த பின்னர், அதனையும் மறந்து, மூன்றாவது கர்மத்தில் ஈடுபட வேண்டும். இவ்வாறு, நாள்தோறும் கர்மத்தைச் செய்ய வேண்டும்.

ஒருவனுக்கு மனைவி, குடும்பத்தினர் என்றிருந்தால், அவன் அவர்களை அக்கறையுடன் கவனித்தல் வேண்டும். கவனிக்காவிட்டால் இன்னொரு பிறவி எடுத்து அக்கடமையைச் செய்ய வேண்டியிருக்கும். அதே போல, தாய், தந்தை, சகோதர சகோதரிகள் தொடர்பாக என்னென்ன கடமைகள் உண்டோ அவை எல்லாவற்றையும் ஏற்று, நிறைவேற்ற வேண்டும். தனது கடமைகளை ஒருவன் செய்யாவிட்டால், மற்றொரு ஜென்மத்தில் அவற்றைச் செய்ய வேண்டி ஏற்படும். கர்மத்தைக் கர்ம யோகமாகச் செய்தலே கிருகஸ்தனின் முக்கியமான சாதனையாகும். இதை நன்கு விளங்கிக் கொள்ள வேண்டும். தன் கடமைகளை நன்கு கவனிக்க வேண்டும். அவற்றை முழு மனத்துடன் செய்து கொண்டிருத்தல் வேண்டும். மனம் வைக்காவிட்டால் அக்கர்மங்களைச் செய்ய முடியாது. தான் செய்யும் கர்மத்தில் முழுக் கவனத்தையும் செலுத்த வேண்டும். உதாரணமாக, சமையல் செய்யும் போது, அதில் கவனஞ் செலுத்தாவிட்டால், கையைச் சுட்டுக்கொள்ள நேரலாம். வைத்தியர் தன்னுடைய கர்மத்தைக் கவனமாகச் செய்ய வேண்டும். இந்த உண்மையை விளக்குவதற்கு ஒரு நல்ல கதை உண்டு.

ஒரு சந்நியாசி தவம் புரிந்தார். அதன் பயனாக, அவருக்கு ஒரு சிறிது தவ வலிமை வந்துவிட்டது. ஒரு நாள், அவர், ஒரு மரத்தின் கீழ் அமர்ந்திருந்தார். அப்பொழுது ஒரு கொக்கு, அவர் அமர்ந்திருந்த இடத்திற்கு மேல், மரத்தில் இருந்தது. அவ்வாறு கொக்கு

அமர்ந்திருந்தமை அவருக்கு அருவருப்பை ஊட்டியது. கோபத்துடன் அதைப் பார்த்து, அதனை எரித்துச் சாம்பலாக்கி விட்டார். நேரம் பன்னிரண்டு மணியாகிவிட்டது. அவருக்குப் பசித்தது. அச்சிறு கிராமத்தினுள் சென்று பிச்சை கேட்டார். ஒரு வீட்டிற்குப் போய், 'பிக்ஷாம் தேஹி பகவதி' என்றார். வீட்டினுள் இருந்த பெண், நோயாளியான தனது கணவனைக் கவனித்துக் கொண்டிருந்தாள். சந்நியாசி ஒரு தடவை கூப்பிட்டார், மீண்டும் கூப்பிட்டார், மூன்றாம் தடவை கூப்பிட்டார். அவருக்குக் கோபம் வந்துவிட்டது. உள்ளே இருந்த பெண்ணுக்கு இது தெரிந்துவிட்டது. "நான் அந்தக் கொக்கல்ல" என்றாள். அப்பெண்ணின் செயல் அவருக்குப் பெரும் ஆச்சரியமாகப் போய்விட்டது.

அப்பெண் மேலும் கூறினாள். "நான் நோய்வாய்ப்பட்ட என் கணவரைக் கவனித்துக் கொண்டிருக்கின்றேன். சிறிது நேரம் பொறுத்திருங்கள் உங்களுக்கு பிச்சை கொண்டு வருகின்றேன்." சற்று நேரத்தின் பின் அப்பெண் வெளியே வந்தாள். "நான் கொக்கை எரித்த கதை உனக்கு எப்படித் தெரிய வந்தது" என்று சந்நியாசி கேட்டார். "நான் என் குருநாதர் சொன்னதைச் செய்து கொண்டிருக்கின்றேன். என்னுடைய கடமைகளை ஒழுங்காகச் செய்யும்படி அவர் எனக்குக் கூறியிருக்கின்றார். அவற்றையே நான் செய்து கொண்டிருக்கின்றேன். என் குருநாதரிடம் ஏதாவது கேட்க வேண்டும் என்றால், பக்கத்துக் கிராமத்திற்குச் சென்று அவரைச் சந்தியுங்கள்" என்றாள் அப்பெண். தனது குருநாதரின் பெயரையும் கூறினாள்.

சந்நியாசி, அடுத்த கிராமத்திற்குச் சென்றார், இக்குருநாதர் யார் என்பதைக் கேட்டு அறிந்து கொண்டார். அவன் இறைச்சி விற்கும் ஒருவன். அவனைப் பார்த்து, சந்நியாசி ஆச்சரியப்பட்டார். இறைச்சி விற்கும் ஒருவன் எப்படி குருநாதராக இருக்க முடியும் என்று வியந்தார். "அந்தப்பெண் உங்களை அனுப்பியுள்ளாளா?" என்று இறைச்சி விற்பவன் கேட்டான். இவன் சாதாரணமானவன் அல்ல என்பது அப்பொழுது சந்நியாசிக்குப் புரிந்து விட்டது. அப்பொழுது இறைச்சி விற்பவன் "எனக்குச் சில கடமைகள் இருக்கின்றன. எனது வயோதிபத் தாய், தந்தையர் இருக்கின்றனர். அவர்களைக் கவனித்துவிட்டு வருகின்றேன். அதன் பின்னர், ஆரஅமரப் பேசலாம்" என்றான்.



ஒவ்வொருவருக்கும் கடமைகள் உண்டென்பது இதிலிருந்து விளங்குகின்றது. அவற்றை அன்புடன் நிறைவேற்ற வேண்டும். இவ்வாறு நம் கடமைகளைக் கவனிப்போமேயானால், அதுவே கர்ம யோகம். பலனை நோக்காது கடமையைச் செய்ய வேண்டும். மூன்று வகையான கர்மங்களையும் மகிழ்வுடன் செய்ய வேண்டும். ஒரு கர்மம் முடிந்ததும் அடுத்த கர்மத்தைக் கவனிக்க வேண்டும். இவ்வாறு, நாள்தோறும் கர்மங்களைச் செய்து கொண்டே இருக்க வேண்டும். சில சாதுக்கள், குறிப்பிட்ட சில சமுதாய சேவையான கர்மங்களைச் செய்யும் படியும் அவை தான், கர்ம யோகம் என்றும் கூறுவார்கள். ஆனால், எந்தக் கர்மமாக இருந்தாலும் அதைத் திருப்தியோடு செய்வதே உண்மையில் கர்ம யோகமாகும். கர்மத்தைச் செய்யும் போது மனக் குழப்பம் இருக்கக் கூடாது. மனக் குழப்பத்துடன் செய்தால், அது கர்ம யோகமல்ல.

**கேள்வி : கர்மயோக தத்துவ ரகசியமென்ன?**

**சுவாமி பதில் :** பகவத் கீதையில் கிருஷ்ண பகவான் யோகத்திற்கு வரைவிலக்கணம் கூறுகின்றார். அதாவது, 'ஸமத்வம் யோக உச்யதே' ஸமத்வம் என்றால் சமத்துவ நிலையாகும். எனவே, மனத்தை சமத்துவமான நிலையில் வைத்துக் கொண்டு, நிறைவேற்ற வேண்டிய கர்மத்தை அறிந்து, அதை நிறைவேற்றி வாழ வேண்டும். சமத்துவ நிலையில் வாழ்வதையே யோகநிலை என்கின்றோம். யோக நிலையில் மனிதனுடைய மையமும் கடவுளுடைய மையமும் ஒன்றேயாகும். அச்சமநிலையில் நீங்கள் உங்கள் மனத்தைப் பதித்தால், அச்சமநிலையே உங்கள் மையம். அம்மையம் தான் கடவுள் மையமுமாகும். நீங்கள் மைய நிலையில் இருக்கும் போது, நீங்களும் கடவுள் மைய நிலையை அடைந்து விடுகின்றீர்கள். கடவுள் மையமாகும் போது, நாளடைவில், கடவுள் அனுபவம் வந்து சேரும். இதுவே, வாழ்வின் இரகசியம். அதனால் இவ்வமைய நிலையில் இருந்து வாழ்க்கையின் கர்மங்களை செய்தலே கர்மயோகமாகும்.

**கேள்வி : கடவுள் அனுபவம் பெறுவதற்குரிய மார்க்கம் என்ன?**

**சுவாமி பதில் :** கடவுள் அனுபவமடையும் போது முதலாவதாக, தத்துவ ஞானம் கிடைக்கும். தத்துவ ஞானம் என்பது, கடவுள்

நிலையை அடைதலாகும். தானே அந்தப் பரம்பொருள் என்ற அனுபவம் அவனை வந்தடையும்.

இரண்டாவதாக, அவனுடைய மனம் அற்றுப் போய்விடும், அல்லது அழிந்து போய்விடும். மனம் இருந்தால், உலகம் இருக்கும். மனத்திற்கும் உலகத்திற்கும் ஒரு சம்பந்தம் உண்டு. மனம் எதுவரை இருக்குமோ, அது வரை, அவன் பந்தத்திற்கு உட்படுகின்றான். எனவே, கடவுள் நிலையை அடையும் போது, மனமானது, அற்றுப் போகும் தன்மையை அடைகின்றது.

மூன்றாவதாக, ஒவ்வொரு மனிதனிடத்திலும் வாசனைகள் உண்டு. அவன் உலகத்தில் அனுபவித்த ஒவ்வொரு அனுபவமும் அவ்வனுபவங்களின் பதிவுகளும் மனத்தை வந்தடையும். இப்பதிவுகள் அனைத்தையும் சேர்த்து வாசனாமனம்(சித்தம்) என்று சொல்வார்கள். வுாழ்க்கையை அனுபவிக்கும் சமயத்தில், பதிவுகள் எல்லாம் மனத்தில் பதிந்து விடுகின்றன. பதிவுகள் உள்ளவரை, சித்தமும் உண்டு, ஆனால், தத்துவ ஞானம் அல்லது கடவுள் அனுபவம் கிடைக்கும் போது, சித்தத்திலுள்ள அத்தனை உலகப் பதிவுகளும் அழிந்துவிடும். இதனை 'வாஸனாக்ஷய' என்பார்கள். அதாவது, வாசனைகள் எல்லாம் க்ஷயமாகிப் போகும், வாசனைகள் எல்லாம் ஒழிந்து போகும் சமயத்தில் சித்தமும் அற்றுப் போய்விடும். இதன்பயனாக கடவுள் அனுபவம் கிட்டும்.

இந்த மூன்றும் ஒரே சமயத்தில் இடம் பெறும். ஆதலால், மனிதன், தன்னுடைய ஆத்மிக சாதனைகளின் போது, இம்மூன்று விடயங்களையும் நன்கு விளங்கிக் கொண்டு, கடைப்பிடிக்க வேண்டும். எம்மதத்தை எடுத்துக் கொண்டாலும், மனிதனுடைய மனத்தில் இருக்கும் பதிவுகளை அழிப்பதே மனிதனுடைய ஆத்மீக சாதனையாகும். அதற்குப் பல வழிகள் உண்டு. மனிதன் சாதனை செய்யும் போது, பயிற்சியின் உதவியுடன், மனத்தில் இருக்கும் பதிவுகளை அழிக்க வேண்டும். அது சுலபமான காரியமன்று, கடினமான காரியம். ஆத்மிக வாழ்க்கைக்குச் சொந்த முயற்சி அவசியம்.

ஆனால், ஆத்மீக வாழ்க்கையை வேண்டிக் கடினமான முயற்சி செய்வதற்கு சாதாரண மக்கள் விரும்புவதில்லை. அதனால், அவர்கள் என்ன செய்கின்றார்கள்? Religion of convenience என்று ஒன்று



உள்ளது. இதுவே தற்கால சமய வழிபாடு. அதாவது கடவுள் வழிபாட்டை சமயமாக்கி மனிதன் அனுசரிக்கின்றான். கடவுள் வழிபாட்டை தமக்கேற்றவாறு கடைப்பிடிப்பதை இது குறிக்கும். கிரியைகள் செய்தல், கோவிலுக்குச் செல்லுதல், திருவிழாக்களுக்குச் செல்லுதல் போன்றவற்றோடு திருப்தியடைந்து விடுகின்றார்கள். இவ்வாறு, தமக்கேற்ற விதத்தில் தமக்குச் சுலபமான வழியைப் பின்பற்றுகின்றார்கள். ஆனால், உண்மையான சமயம் வேறு. அது கடினமானது. ஒவ்வொருவரும் தன்னைத்தானே கட்டுப்படுத்துதல் வேண்டும். தன்னைத் தானே கட்டுப்படுத்தி, சிரமப்பட்டு தவமிருந்து கடவுளை அடைய வேண்டும்.

**கேள்வி: தவம் என்றால் என்ன?**

**சுவாமி பதில்:** கஷ்டங்களை சகித்துப் பற்றுக்களை நசித்தலே தவம். கஷ்டங்களை வெறுப்புடன் எதிர் நோக்காது, அவற்றை ஏற்றுக் கொண்டு அனுபவிப்பது தான் தவம். தவம் புரிவதற்காகக் காட்டுக்குப் போக வேண்டிய அவசியம் இல்லை. இவ்வுலகமே ஓர் அக்கினிக் குண்டம். தத்தம் வாழ்க்கையை நடத்திச் செல்வதற்கு ஒவ்வொருவரும் கஷ்டப்படுகிறார்கள். கஷ்டம் இங்கு மட்டும் உள்ளதல்ல. எத்தேசத்திற்குப் போனாலும் கஷ்டங்களை அனுபவிக்கத்தான் வேண்டும். Hard Labour punishment எல்லோருக்கும் வந்தமைந்துவிட்டது. வேலைகளைக் கஷ்டத்தோடுதான் செய்ய வேண்டும். அவற்றைச் சந்தோஷமாகச் சமாளிக்க முடியுமானால்,, அதுவே ஒரு தவமாகும். இல்லற வாழ்வில் ஈடுபட்டிருப்பவனால் தவ வாழ்வைப் பின்பற்ற முடியும். கஷ்டங்களை அனுபவிப்பது தான் அத் தவவாழ்க்கை.

அத்தவவாழ்வை அனுபவிப்பதனால் அவனுக்கு என்ன கிட்டுகின்றது? ஆன்மிக பலம் அவனுக்குக் கிட்டுகின்றது. இதற்காகவே தவம் புரிய வேண்டும்.

மனிதன் குழந்தை சுபாவம் படைத்தவன, அவன் மிகவும் பலவீனமானவன். அவனுக்குப் பலத்தைக் கொடுப்பது தவம். இவ்வான்மிக பலத்தைப் பெறுவதனால் ஏற்படும் பயன் என்ன? இம்மாயையான உலகத்தை நீங்கள் உங்கள் மனத்திலிருந்து நீக்கி

விடலாம். பலமற்றவன் இம்மாயையான உலகை மனத்திலிருந்து அகற்ற முடியாது. அதில் அகப்பட்டுக் கொள்வான். அது, அவனைக் கவர்ந்திழுத்துவிடும். எனவே தான் அவனுக்கு ஆன்மிக பலம் வேண்டும்.

உலகம் பொய், கடவுள் தான் உண்மை என்று சாஸ்திரங்கள் கூறுகின்றன. ஆனால் இந்தப் பொய்யான உலகத்தை விட்டுவிடுவதற்கு நாம் தயாராக இல்லை. ஏன்? இதை விடுவதற்கு மனத்தில் பலம் இல்லை. இப்பலத்தை எவ்வாறு பெறலாம்? இப்பலத்தை தவத்தினால் தான் பெறலாம். அந்தத் தவத்தின் பயனான ஆன்மிக பலம் எங்கே கிடைக்கும்? கஷ்டங்களை அனுபவிக்கும் போது தான் அது கிடைக்கும். அதனால் தான், கடவுள் மனிதனுக்குக் கஷ்டங்களைக் கொடுக்கிறார். அக்கஷ்டங்கள் வாழ்வில் பலமாதிரி அமைகின்றன.

**கேள்வி: வாசனை என்பது என்ன? இதன் நன்மை தீமை யாவை?**

**சுவாமி பதில்:** வாழ்க்கை அனுபவங்கள் மனத்தில் பதிந்துவிடுகின்றன. அதனால் பல்வேறு வாசனைகள் சித்தத்தில் குடிகொள்கின்றன. அதாவது, விருப்பு வெறுப்புக்கள் மனத்தில் பதிந்துவிடுகின்றன. இப்பதிவுகள் யாவும் ஆழ் மனத்தில் தங்கியிருந்து, தாமாகவே விழிப்பு நிலைக்கு வருகின்றன. அதாவது விருப்பு, வெறுப்பு, பொறாமை, அன்பு, கோபம், நேசம் ஆசை என்பன போன்ற பதிவுகள் எல்லாம் மனத்தில் இருக்கின்றன. மனிதனுக்கு ஆசை வேண்டுமா அல்லது சாந்தம் வேண்டுமா? சாந்தம் தான் வேண்டும். ஆசைகள் குழப்பத்தை ஏற்படுத்திக் கொண்டிருக்கும். ஆசைகள் பெருகிக் கொண்டு போகும் போது, என்ன செய்வதென்று உங்களுக்குப் புரிவதில்லை. ஆசைகளைப் பூர்த்தி செய்ய வேண்டுமா அல்லது சாந்த நிலை வேண்டுமா? சாந்த நிலை தானே வேண்டும். இருக்கும் விருப்பு வெறுப்புக்கள் அழிந்து போகும் சமயத்தில் தான், ஆசையற்ற இந்நிலை உதயமாகும்.

சந்நியாசிக்கு விருப்பும் இல்லை. வெறுப்பும் இல்லை. மன ஆசைகளையும் வாசனைகளையும் நாம் குறைத்துக் கொள்ள வேண்டும். இவற்றைக் குறைத்தால் மனத்தில் சாந்த நிலை ஏற்படும். சாந்த நிலை ஏற்பட்ட பின்னர், பரம சாந்தி ஏற்படும். கடவுள் நிலையை அடையும் போது தான் பரம சாந்தி நிலை கிடைக்கின்றது. மனத்தில் சேர்க்கும் வாசனைகளைக் குறைத்துக் கொண்டுவர வேண்டும். அவ்வாறிருக்கும் வாசனைகளை அறிந்து கொள்ள வேண்டும். ஆழ்



மனத்திலிருந்து விழித்த மனத்திற்கு வரும் போது தான் அவற்றை அறிந்து கொள்ள முடியும். இப்படியாக அவன் தன்னைத் தான் அறிகின்றான். இவ்வாறு அறிவதனால், அவன், தானே தனக்கு குருவாகின்றான். ஒவ்வொருவரும் தனக்குத் தானே குருவாக வேண்டும்.

நீங்கள் உங்களை அறியும் போது தான் நீங்கள் உங்களுக்கு குருவாகின்றீர்கள். அதனால், நீங்கள் குருமாரைத் தேடிப் போக வேண்டாம். நீங்களே உங்களுக்கு குருவாக இருத்தல் வேண்டும். எனவே தான், "நீ உனக்கு வழிகாட்டியாக இரு" என்று புத்த பகவான் கூறினார். அறிவைப் பெற்று, ஞானத்தை எய்தி நீ உனக்கு வழிகாட்டியாக இரு என்பதே இதன் அர்த்தம். இது உண்மையே. எனவே, மனத்தில் இருக்கும் தீய வாசனைகளையும் நல்ல வாசனைகளையும் நாம் அழித்தல் வேண்டும். நல்ல வாசனையோ கெட்ட வாசனையோ இரண்டும் இருக்கக் கூடாது. நன்மை செய்தால் என்ன, தீமை செய்தால் என்ன சொர்க்கத்திற்குப் போனாலென்ன, நரகத்திற்குப் போனாலென்ன மீண்டும் பூவுலகிற்குத் தான் வர வேண்டும். மேலே போனாலும், கீழே போனாலும் கடைசியில் பூலோகத்திற்குத் தான் வந்து சேர வேண்டும்.

மனத்தில் இருக்கும் வாசனைகளைக் குறைப்பதற்கு முதலாவதாக முயற்சி செய்ய வேண்டும். இதுவே ஆத்மிக வாழ்க்கை. தானே தன்னுடைய மனத்தை ஆராய வேண்டும். சுய விமர்சனம் செய்ய வேண்டும். இது முக்கியமான சாதனை.

இரண்டாவது, வாசனைகளை மனத்திலிருந்து அகற்றுதலாகும். அப்போது மனம் என்று ஒன்று இல்லாது அற்றுப் போய்விடும். சரீரம் தொல்லை கொடுக்கக்கூடியது. மனமும் தொல்லை கொடுக்கக்கூடியது. காலையிலிருந்து மாலை வரை மனம் குழப்பமாகவே இருக்கின்றது. நம் மனத்தில் பலவகைப்பட்ட எண்ணங்கள் வந்து நம்மைக் குழப்பத்தில் ஆழ்த்திவிடுகின்றன. மனம் சாந்தமாக இருந்தால், மிக நன்று. மோட்ச நிலையில், இச்சரீரத்துடன் தொடர்புமில்லை. அத்துடன் மனமும் இல்லை. சகல எண்ணங்களும் மனத்தில் தான் உதிக்கின்றன. மனதென்ற ஒன்று இல்லாமல் நாம் எப்படி இருக்க முடியும்? ஆனால், இம்மனத்தை வைத்துக் கொண்டு நாம் என்ன செய்கின்றோம். மனத்தை ஒரு கருவியாக வைத்துக் கொண்டு, தெரியாத விஷயங்களை

அம்மனத்தினூடாக அறிந்து கொள்கின்றோம். இதுவே மனத்தின் வேலை. ஆனால் தெய்வீக நிலைலயை அடைந்ததும் மனத்தின் உதவி இன்றியே எல்லாம் தெரியவரும். எனவே அந்த மோட்ச நிலையில், மனம் என்று ஒன்று இல்லாமலே எல்லாம் தெரிய வரும். இயந்திரத்தைப் (எஞ்ஜின்) போல, மனம் எப்பொழுதும் ஓடிக்கொண்டிருக்கின்றது. எனவே, மனம் அற்ற நிலையை அடைவதற்கு இப்போதே பயிற்சி செய்துவர வேண்டும். அதை எப்படிச் செய்யலாம்? அநாவசியமாக யோசியாது இருப்பதன் மூலம் அதைச் செய்யலாம்.

**கேள்வி: மனமற்ற நிலையின் தன்மையென்ன?**

**சுவாமி பதில் :** அவசியமான எண்ணங்களும் ஏனைய அவசியமற்ற எண்ணங்களும் எங்களுடைய மனத்தில் ஓடிக்கொண்டிருக்கின்றன. மனத்தைத் தடுத்து நிறுத்தி, அதில் எண்ணங்கள் ஓடாமல் வைத்திருக்கவும், அவசியம் ஏற்படும் போது யோசிக்கவும் மற்றைய நேரம் எண்ணங்களற்று மனதைச் சாந்தமாக வைத்திருக்கவும் பழக்கத்திற் கொண்டுவர வேண்டும். "சும்மா இரு" என்பதே சாஸ்திரங்களின் இறுதி உபதேசம்.

சதாசிவ பிரமேந்திரா என்ற ஒருவர் ஞானி, மனத்தை முழுமையாகக் கட்டுப்படுத்தி, மௌன நிலையில் இருந்தார். வழமையாக காவேரி நதிக்கரையோரமாகச் சென்று, தியானத்தில் இருப்பார். ஆரம்பத்திலிருந்தே மௌன நிலைப் பயிற்சி மெல்ல மெல்ல மேற்கொள்ளப்பட்டது. நாளடைவில், அவர் உலகத்தை மறந்து விட்டார். மௌன நிலையில் முதலில் தன்னைத்தானே மறந்துவிடும் நிலை உருவாகும். அதன் பின்னர், தனக்கு மனம் என்ற ஒன்று இருக்கின்றதா என்பது தெரியாமல் போய்விடும். அந்த ஆழ்ந்த மௌன நிலையில் உட்கார்ந்திருந்த போது, மழைக்காலம், வந்துவிட்டது, காவேரி பெருக்கெடுத்தது. வெள்ளத்தோடு ஆற்று மணலும் சேர்ந்து வரும், இவர் தியானத்திலிருந்த போது, இவரை மணல் மூடிவிட்டது. இவர் உள்ளே, சமாதி நிலையில் இருக்கிறார். ஒரு சில நாட்களில் வெள்ளம் வற்றிவிட்டது. மண் வெட்டும் ஒரு கிராமவாசி, மண்ணைக் கொத்திய போது, இரத்தம் கசிந்தது. கிராமவாசி கவனித்துப் பார்த்த போது, சதாசிவ பிரமேந்திரர் சமாதி நிலையில் உட்கார்ந்திருப்பது தெரிந்தது.



**கேள்வி: தியானம் அதன் மகிமையைப்பற்றி அறியத்தாருங்கள்?**

**சுவாமி பதில் :** நாங்கள் எங்களுடைய நிஜ நிலையை அதாவது, கடவுள் நிலையை அடைவதற்கு எங்களுடைய மனம் தன்னை மறந்து சாந்த நிலையில் சும்மா இருத்தல் வேண்டும். அதனால் நாங்கள் ஒவ்வொரு நாளும் அப்பியாசம் செய்ய வேண்டும். சும்மா இருப்பது மிகவும் கடினம் என்று சித்தர்கள் சொல்லியிருக்கின்றார்கள். நாம், ஒவ்வொரு நாளும் அரை மணித்தியாலமாவது சும்மா இருக்கப் பழக வேண்டுமென்று யோகர் சுவாமிகளும் சொல்லியிருக்கின்றார். அப்பொழுது தான் அந்நிலையை எய்த முடியும். இதனால், இரண்டு விதமான நன்மைகள் உண்டு.

முதலாவதாக, ஒருவர், தான் கடவுள் நிலையை அடைவதற்கு அப்பியாசம் செய்கின்றார். இரண்டாவதாக, சும்மா இருப்பதானால், நம்முள் ஓர் ஆத்மீக சக்தி வளரும். இச்சந்தர்ப்பத்தில், அவர் கடவுள் நிலையை அடைவதற்கு முயற்சி செய்து கொண்டே இருப்பார். அது, தியான நிலையாகின்றது, தியான நிலையில் இருப்பவருக்கு மனத்தில் ஒரு சாந்த நிலை எற்படுகின்றது. இதிலிருந்து ஓர் அபூர்வமான சக்தி அவருள் பிறக்கின்றது, அவ்வபூர்வ சக்தி பிறக்கும் போது, உலகக் கஷ்டங்கள், கஷ்டமாகத் தோன்றமாட்டா, அவற்றைச் சமாளிப்பதற்கு வேண்டிய சக்தி இயல்பாகவே அவரை வந்தடைகின்றது. உலகக் கஷ்டங்கள் பலவற்றை அச்சக்தியால் மிக இலகுவாகச் சமாளிக்க முடியும். எனவே தான் நாம் ஒவ்வொரு நாளும் அரை மணித்தியாலமாவது சும்மா இருக்கும் பயிற்சியைச் செய்ய வேண்டும். தியானத்தில் இருக்கும் போது நமது மனம் கடவுள் சிந்தனையில் ஆழ்ந்துவிடுகின்றது. சாஸ்திரங்கள் கூறுவது போல, கடவுள் தத்துவமானது, நம் மனத்திற்கு எட்டாத விஷயம். அதாவது, நம் மனத்தினால் சிந்திக்க முடியாத விஷயம். அது உலகிற்கப்பாற்பட்ட வஸ்து.

கடவுள் என்பவர் உலகத்தைக் கடந்து நிற்பவர். அத்துடன், கடவுள், உங்கள் உள்ளேயிருக்கும் தத்துவமுமாகும். கடவுள் தத்துவத்தை நாங்கள் உணர வேண்டும். இது முக்கியம். எங்களுடைய கவனம் எல்லாம், உலக விஷயங்களில் லயித்திருக்கின்றது. அதனால் கடவுள் நிலையை உணர முடியாமல் இருக்கிறது.

மௌன நிலையில் உலக உணர்வை மறந்தது, சாந்த நிலையில்தான், ஒருவன் தன்னைக் கடவுள் நிலையில் காண முடிகின்றது. கடவுள் தத்துவம் சிந்தனைக்கப்பாற்பட்ட விடயம். சிந்தனைக்கப்பாற்பட்ட விடயத்தை எவ்வாறு சிந்திக்க முடியும்? சிந்தனை இல்லாமல் இருப்பதிலேயே அந்தக் கடவுள் நிலையை உணர முடிகிறது. இதுவே தியானத்தின் இரகசியம். மௌன நிலையில் கடவுள் உணர்வோடு இருப்பதுதான் தியானம். தியான நிலையில் கடவுள் நோக்கமாக இருக்க வேண்டும்.

இதற்கு மனம் சாந்தமாக இருக்க வேண்டும். மனம் குழம்பிக் கொண்டிருந்தால், சாந்தமாக இருக்க முடியாது. மனத்தில் ஆசாபாசங்களும் சமஸ்காரங்களும் இருந்தால் மனம் குழம்பிக் கொண்டிருக்கும். எனவே, கடவுளைத் தியானிக்க முடியாது. பின்வரும் மூன்று பயிற்சிகளையும், நம் வாழ்க்கையில், மேற்கொள்ள வேண்டும்.

முதலாவதாக, வாசனைகளைக் குறைக்க வேண்டும். குறைத்தால்தான், மனம் கலக்கமடையாமல் சாந்தமாக இருக்கும். இத்தகைய சாந்தமான மனத்தில், நாம் கடவுள் சிந்தனையை எற்படுத்தலாம், கடவுளையே இலக்காகக் கொண்டிருக்கலாம். ஒவ்வொருவருக்கும் கடவுள் பற்றிய விழிப்புணர்ச்சி இருக்க வேண்டும். நமது தியான நிலயையில் உலகை மறந்துவிடுகின்றோம். நம்மை நாம் மறந்து விடுகின்றோம். அப்போது, தியானத்தில் கடவுள் நிலையில் விழிப்பாக இருக்கின்றோம்.

கடவுள் நிலையில் விழிப்பாக இருக்க வேண்டியதன் அவசியம் என்ன? நாம் நமது கடவுள் தன்மையை மறந்துவிடுகிறோம். மறந்ததைத் திரும்பவும் ஞாபகப்படுத்துவதற்கு நாம் என்ன செய்ய வேண்டும்? மீண்டும் அதை ஞாபகப்படுத்திக் கொள்ள வேண்டும் அல்லவா? அதற்கு நாம் மௌனமாக இருக்க வேண்டும். இப்படி அரை மணித்தியாலம் பயிற்சி செய்தால்தான் நாம் தியானம் செய்யலாம். மௌனமாக இருக்கும் போது ஒரு நிலையை எய்துவோம். அது தான் மைய நிலை எனப்படுகின்றது. தற்போது நாம் எல்லோரும் மையத்திலிருந்து விலகி இருக்கின்றோம். விலகிய இந்நிலை Ex-centered or Eccentric நிலையாகும். நாங்கள் மையத்தில் இருந்தால் தான் நமக்குத் திருப்தி. இதுதான் கடவுள் மையம்.



இவை இரண்டு மையமும் ஒன்றே. இது தான் வாழ்வின் இரகசியம். இது தான் கடவுள் மையம். இவை இரண்டும் ஒன்றே. கடவுள் மையத்தில் இருப்பதற்கு, மைய நிலைக்கு வரல் வேண்டும். மௌன நிலையில் இருக்கும் போது, You are getting centered மைய நிலையில் இருக்கும் போது, மனத்திலுள்ள எண்ணங்கள் குறைந்து மௌன நிலையை அறிவீர்கள். மைய நிலையைத் தான் கடவுள் நிலை என்கிறோம். மைய நிலையை அடையும் போது, கடவுள் நிலையை அடைகின்றோம். You are GOD centered நாளடைவில் பல அற்புதமான அனுபவங்கள் உங்களை வந்தடையும். இவ்வாறு, தியானம் செய்து வந்தால், பல வருடங்களுக்குப் பின்னர், பூரணத்துவம் நம்மை வந்தடையும். பொறுமையுடன் தியானஞ் செய்ய வேண்டும். எனவே, மைய நிலையில் இருப்பதற்குப் பயிற்சி செய்து கொண்டே இருத்தல் வேண்டும்.

மூன்றாவதாக, வாழ்வில், நமக்குப் பல கடமைகளும் கருமங்களும் உண்டு. அக்கருமங்களை அன்புடனும் பொறுமையுடனும் விருப்பு வெறுப்பின்றி திருப்தியுடனும் செய்ய வேண்டும். இவ்வாறு, அவ்வவ்கருமத்தை சாந்தமாக மைய நிலையில் இருந்து முடித்துவிட வேண்டும். நாம் கருமங்களை ஒழுங்காகச் செய்யாவிட்டால், அக்கருமங்களை மீண்டும் செய்ய வேண்டிய நிலை ஏற்படும். நமக்கென்று எக்கருமங்கள் உண்டோ, அக்கருமங்களை நிறைவேற்ற வேண்டும். கர்மங்களைச் செய்யும் போது, அவற்றின் நோக்கங்களை அறிந்து கொள்ள வேண்டும். சும்மா இருப்பது கடினம். சும்மா இருப்பது கடினம் என்பது கடவுளுக்கும் தெரியும்.

அதனால் கடவுள் Hard Labour றை ஏற்படுத்தி விட்டார். மனத்தில் எண்ணங்கள் இல்லாமல், மௌன நிலையில் மனத்தை வைத்துக் கொண்டு செயற்படப் பயிற்சி செய்ய வேண்டும். எப்பொழுது சிந்திக்க வேண்டுமோ அப்பொழுது மனத்தைப் பயன்படுத்தலாம். மற்ற நேரங்களில் மனத்தை அமைதியாக வைத்திருத்தல் வேண்டும். Good use of mind is not to use it. மனத்தைச் சும்மா வைத்திருப்பதற்குப் பயிற்சி செய்ய வேண்டும். எல்லா வேலைகளும் கர்மங்களே. கர்மங்களை அமைதியாகச் செய்வதன் மூலம், எப்படி வாழ வேண்டும் என்பதை ஒருவன் அறிந்து கொள்ளலாம். (Then the person will know how to live life) ஆத்மிக வாழ்க்கை என்னவென்றால், Art of living

அதாவது, வாழ்க்கையை வாழும் கலை. அதை நாம் அறிய வேண்டும். அதுவே Spiritual life ஆத்மிக வாழ்க்கை.

## பிழை திருத்தம்

| பக்கம் | வரிசை | பிழை | திருத்தம் |
|---|---|---|---|
| 09 | 07 | மார்கடத்தின் | மார்க்கத்தின் |
| 10 | 17 | ஆனால் | ———— |
| 10 | 17 | இன்பமாக | துன்பமாக |
| 14 | 08 | விளங்கினால் | விளங்கி |
| 35 | 29 | இவ்வமைய | இம்மைய |
| 42 | 01 | மறந்தது | மறந்து |