

யாழ் இன்னுவிலைப் பிறப்பிடமாகவும்
பிரான்சை இறுதிக்கால வதிவிடமாகவும் கொண்ட பிரபல வர்த்தகர்
அமர்ர் தம்பையா இராசையா அவர்கள்



இறைபதம் எங்கியமை குறித்த
நினைவு மலர்

உ
சிவமயம்

அமர்ர தம்பையா இராசையா அவர்கள்



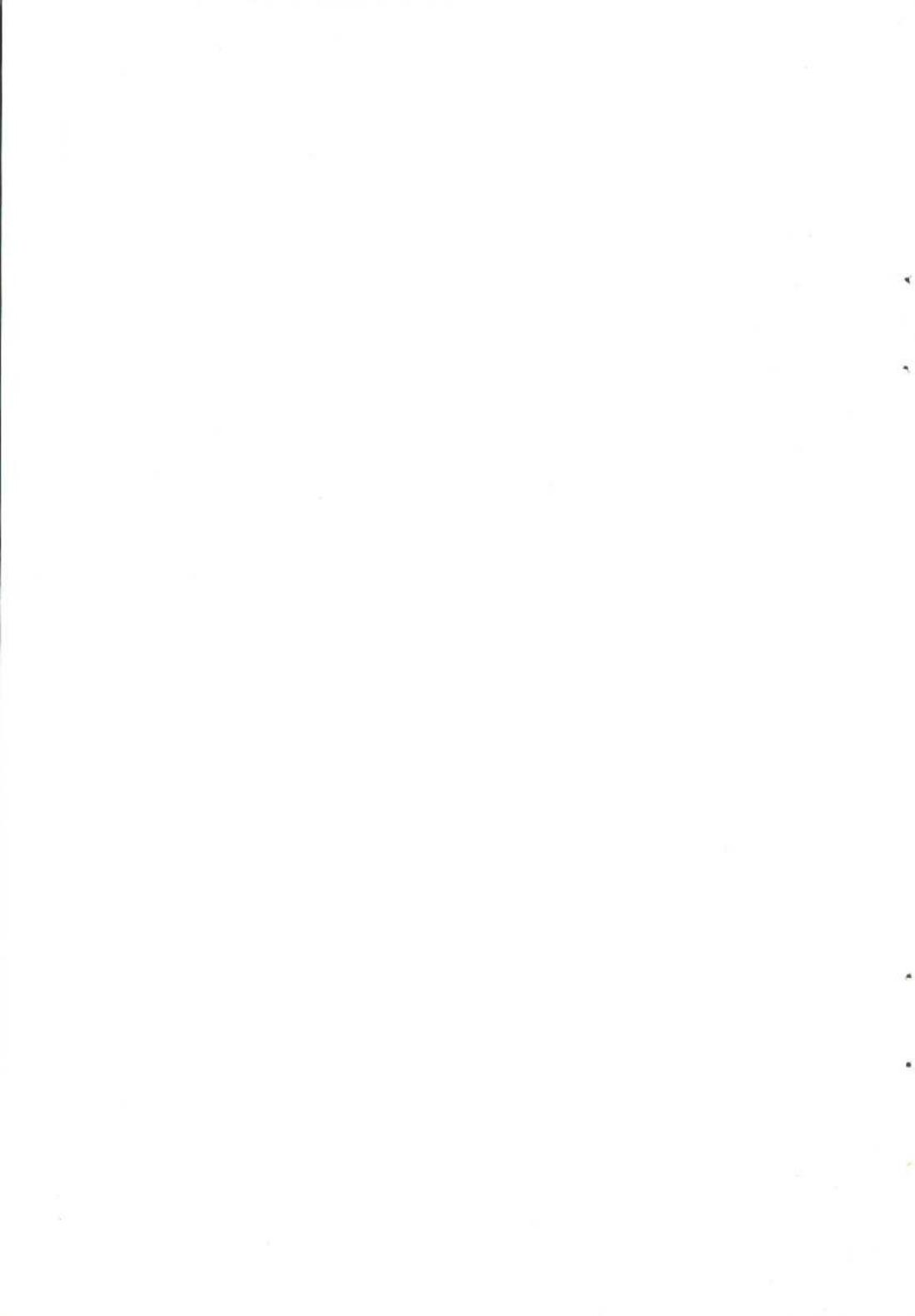
மண்ணகம்
27.11.1950



விண்ணகம்
08.12.2008

திதி வெண்பா

சீர்புகழ் சர்வதாரி வருடம் கார்த்திகைத் திங்கள்
பேர்புகழ் பூர்வபக்க ஏகாதசித் திதியில் - பார்புகழ்
தம்பையா மைந்தன் இராசையா ஜயன்
எந்தைசுசன் தாள்பணிந்தார் காண்.





நூயகர் வணக்கம்

பிடியதன் உருவுமை கொளமிகு கரியது
வடிகொடு தனதடி வழிபடும் அவுரிடர்
கடிகணபதி வர அருளினன் மிகுகொடை
வடிவினர் பயிலவலி வலமுறை இறையே.

ஜந்து கரத்தனை ஆனை முகத்தனை
இந்தின் இளம்பிறை போலும் எயிற்றனை
நந்தி மகன்தனை ஞானக் கொழுந்தினைப்
புந்தியில் வைத்தடி போற்றுகின்றேனே

ஷோரம்

தந்தையார் தாயார் உடன் பிறந்தார்
தாரமார் புத்திரரார் தாம்தாம் ஆரே
வந்தவா றெங்குனே போமா ரேதோ
மாயமாம் இதற்கேதும் மகிழ வேண்டாம்
சிந்தையீர் உமக்கொன்று சொல்லக் கேண்மின்
திகழ்மதியும் வாளரவும் திளைக்கும் செந்தீ
எந்தையார் திரு நாமம் நமச்சி வாய
என்றெழுவார் இருவிசும்பில் இருக்கலாமே.

திருவாசகம்

சிந்தனை நின் றனக்காக்கி நாயினன்றுன்
கண்ணினை நின்றிருப்பாதம் போதுக்காக்கி
வந்தனையும் அம்மலர்க்கே யாக்கி வாக்குன்
மணி வார்த்தைக் காக்குமைம் புலன்கள் ஆர
வந்தனை ஆட்கொண்டுள்ளே புகுந்தவிச்சை
மாலமுதப் பெருங்கடலே மலையே உன்னைத்
தந்ததனை செந்தாமரைக் காடனைய மேனித்
தனிச்சுட்டே இரண்டுமிலியத் தமியனேற்கே

திருவிலைச்சப்பா

ஒளிவளர் விளக்கே உலப்பிலா வொன்றே
 உணர்வுகுழ் கடந்ததோர் உணரவே !
 தெளிவளர் பளிங்கின் திரள் மணிக் குன்றே !
 சித்தத்துள் தித்திக்கும் தேனே !
 அளிவளர் உள்ளத் தானந்தக் கனியே !
 அம்பலம் ஆடரங் காக
 வெளிவளர் தெய்வக் கூத்துகந் தாயைத்
 தொண்டனேன் விளம்புமா விளம்பே !

திருப்பஸ்ஸன்ஞர்

பாலுக்குப் பாலகண் வேண்டி அழுதிடப்
 பாற்கடல் ஈந்த பிரான்
 மாலுக்குச் சக்கரம் அன்றருள் செய்தவன்
 மன்னிய தில்லைதன்னுள்
 ஆலிக்கும் அந்தணர் வாழ்கின்ற சிற்றும்
 பலமே இடமாகப்
 பாலித்து நட்டம் பயிலவல் லானுக்கே
 பல்லாண்டு கூறுதுமே

திருப்புகழ்

பக்தியால் யானுனைப் பலகாலும்
 பற்றியே மாதிருப்புகழ் பாடி
 முக்தனா மாறுனைப் பெருவாழ்வின்
 முக்தியே சேர்வதற் கருள்வாயே
 உத்தமதானசற் குணர்நேயா
 ஓப்பிலா மாமணிக் கிரிவாசா
 வித்தகா ஞானசத் தினிபாதா
 வெற்றிவேலாயுதப் பெருமானே

வாழ்த்து

வான்முகில் வழாது பெய்கமலிவளம் சுரக்க மன்னன்
 கோன்முறை அரசு செய்கக்குறைவிலாது உயிர்கள் வாழ்க
 நான் மறை அரங்களோங்கநற்றவும் வேள்வி மல்க
 மேன்மைகொள் சைவநீதிவிளங்குக உலகமெல்லாம்.

துக்க நிவாரண அவ்டகம்

மங்கள ரூபினி மதிஅணி சூலினி
மன்மத பாணியளே
சங்கடம் நீக்கிடச் சடுதியில் வந்திடும்
சங்கரி செளந்தரியே
கங்கண பாணியள் கணிமுகங் கண்டநல்
கற்பகக் காமினியே
ஜெயஜெய சங்கரி கெளரி கிருபாகரி
துக்க நிவாரணி காமாட்சி

கான்உறு மலர்ளனக் கதிர்ஒளி காட்டிக்
காத்திட வந்திடுவாள்
தான்உறு தவாளி தார்ஒளி மதிஒளி
தாங்கியே வீசிடுவாள்
மான்உறு விழியாள் மாதவர் மொழியாள்
மாலைகள் குடிடுவாள்
ஜெயஜெய சங்கரி கெளரி கிருபாகரி
துக்க நிவாரணி காமாட்சி

சங்கரி செளந்தரி சதுர்முகன் போற்றிடச்
சபையினில் வந்தவளே
பொங்கரி மாவினில் பொன்னடி வைத்துப்
பொருந்திட வந்தவளே
எங்குலந் தழைத்திட எழில்வடிவுடனே
எழுந்தநல் துர்க்கையளே
ஜெயஜெய சங்கரி கெளரி கிருபாகரி
துக்க நிவாரணி காமாட்சி

தணதண தந்தண தவில்லுலி முழங்கிடத்
தண்மணி நீ வருவாய்
கணகண கங்கண கதிர்ஜுளி வீசிடக்
கண்மணி நீ வருவாய்
பணபண பம்பண பறைலுலி கூவிடப்
பண் பணி நீ வருவாய்
ஜெயஜெய சங்கரி கெளரி கிருபாகரி
துக்க நிவாரணி காமாட்சி

பஞ்சமி பைரவி பர்வத புத்திரி
பஞ்சநல் பாணியளே
கொஞ்சிடும் குமரனைக் குணம்மிகு வேழனைக்
கொடுத்தநல் குமரியளே
சங்கடம் தீர்த்திடச் சமர்அது செய்தநல்
சக்தினனும் மாயே
ஜெயஜெய சங்கரி கெளரி கிருபாகரி
துக்க நிவாரணி காமாட்சி

எண்ணியபடியே அருளிட வருவாய்
எங்குல தேவியளே
பண்ணிய செயலின் பலனது நலமாய்ப்
பல்கிட அருளிடுவாய்
கண்ணொளி அதனால் கருணையே காட்டிக்
கவலைகள் தீர்ப்பவளே
ஜெயஜெய சங்கரி கெளரி கிருபாகரி
துக்க நிவாரணி காமாட்சி

இடர்தரு தொல்லை இனிமேல் இல்லை
 என்றுநீ சொல்லிடுவாய்
 சுடர்தரு அமுதே சுருதிகள் கூறிச்
 சுகமது தந்திடுவாய்
 படர்தரு இருளில் பரிதியாய் வந்து
 பழவினை ஓட்டிடுவாய்
 ஜெயஜெய சங்கரி கெளரி கிருபாகரி
 துக்க நிவாரணி காமாட்சி

ஜெயஜெயபாலா சாமுண்டேஸ்வரி
 ஜெயஜெய ஸ்ரீதேவி
 ஜெயஜெய தூர்க்கா ஸ்ரீபரமேஸ்வரி
 ஜெயஜெய ஸ்ரீதேவி
 ஜெயஜெய ஜெயந்தி மங்கள காளி
 ஜெயஜெய ஸ்ரீதேவி
 ஜெயஜெய சங்கரி கெளரி கிருபாகரி
 துக்க நிவாரணி காமாட்சி



அமர்த் தம்பையா இராசையா அவர்களின் வாழ்க்கை வரலாறு

பிரணவப்பொருளாம் பெருந்தகை ஜங்கரன் சரவண அற்புத மலர் தலைக்கணிவோமே. அன்பெனும் பாலுடன் அறநெறி கல்வி, பண்பு, அத்தனையும் ஒருங்கே ஊட்டி, அருங்கலைகள் வளர்த்துச் செல்வம் ஈட்டி தந்தையாய் எனக்கிருந்து ஆக்கம் தந்து, மனம் நிறைந்த மணாளனையும் வகுத்துத் தந்த எம் அப்பாவுக்கு இம்மலர் காணிக்கை.

பராஜீசேகரப் பிள்ளையார் அருள்மிகப்பெற்ற பசுமை கொழிக்கும் இனுவில் தெற்கைச் சேர்ந்த சைவ வேளாண்குல தம்பையா பாக்கியம் தம்பதிகளின் ஜந்தாவது புத்திரராக இராசையா தவழ்ந்தார். இவர் தன் கல்வியை இனுவில் சைவப் பிரகாச வித்தியாலத்தில் கற்றுத் தேர்ச்சி பெற்றார். சிறு வயதிலிருந்தே வியாபாரத்தில் ஈடுபாடு கொண்டு தனது சிறிய தந்தையான செல்லப்பா தாமோதரம்பிள்ளை ஆகியோரின் உதவியுடன் மனனார் தாமோதர ஸ்ரோசில் காசாளராகக் கடமையாற்றினார்.

வியாபாரத்தில் அதிக தேர்ச்சி பெற்று விளங்கினார். தனது திருமண வயதை அடைந்த போது தனது மாமனாரின் மகளான இலங்காதேவியை தனது வாழ்க்கைத் துணைவியாகத் தேர்ந்தெடுத்து வாழ்க்கையை இன்பமாகக் களித்து வந்த வேளையில் புத்திரப்பேறு அடைந்து பிள்ளைகள் நால்வரைப் பெற்றெடுத்தார். முத்த மகளாம் இராசமனியையும் தலைமகன் ஜெயந்தன் இளையவன் சயந்தன், கடையவள் விபியையும் சன்றெடுத்தனர். பிள்ளைகளின் வளர்ப்பிலும் கல்வியிலும் அக்கறை கொண்டு இவர் பொருள் ஈட்டும் முகமாக பிராண்சைச் சென்றுடைந்தார்.

அங்கு நீரிழிவு நோயினால் நீண்டகாலம் அவதிப்பட்டு மார்கழி மாதம் வைத்தியசாலையில் இருந்த தன் மூத்த மகள் பாமினியை ஆசையோடு பார்ப்பதற்கு அழைத்தார். தன் பேரன் அபிலாசைப் பார்த்து மகிழ்ந்து இருந்த வேளை காலன் தன் கணக்கைச் செவ்வனே மார்கழித்திங்கள் 8ம் நாள் நிறைவேற்றிக் கொண்டான். அன்று ஏகாதசி சொர்க்க வாசல் திறந்த வேளையில் இப்புண்ணியவான் இராசையா இறைவனடி சேர்ந்தார்.

அன்னாரின் ஆத்மா சாந்தியடைய இறைவனை வேண்டுகின்றோம்.

ஓம் சாந்தி! சாந்தி! சாந்தி!

நம்மால் தொகுத்து வெளியிடப்பட்ட இந்நாலில்
சொற்பிழை பொருட்பிழை கண்டறியின்
நீவீர் யாபேரும் பெருந்தகையுடன் பொறுத்தருள்வீர்.

இந்நால் வெறும் புத்தகமல்ல.
மானிட வாழ்க்கைக்கு ஒர் எடுத்துக் காட்டாக விளங்கிய
எம் தந்தை தம்பையா இராசையா
அவர்களின்
பொற்பாதங்களுக்கு சமர்ப்பணம் செய்த
உன்னதோர் பொக்கிசப்படைப்பு

அன்புடன்
இராசமணி கணேசவிங்கம்

Managing Director of Abilash Trading Ltd,
London (U.K)



கண்ணீர்ப் பூக்கள்

அமரர் தம்பையா இராசையா (இராசா) அவர்களின் பிரிவு குறித்த
அஞ்சலிக் கவிதைகள்

பிரியத்தினி இவைக்காதேவி இராசையாவின் புலம்பல்

பெண்ணாகப் பிறந்ததிலே பெருமை கொண்டேன்

பிள்ளைக்கட்டுத் தேடிய செல்வ மாணோம்
கண்ணாக எமைக்காத்தீர் கடமை செய்தீர்

காலமெல்லாம் அன்றிலென வாழ்ந்து வந்தோம்
கொண்டாடும் இனசனத்தின் கோயி ஸானீர்

குஞ்சனைக்கும் தாய்போல நிழல் ஸித்தீர்
கண்டவுடன் மனம்குளிரும் அருமைப் பத்தா

கடைசியில் நான் காணாது சென்றீர் ஏனோ?

முத்த மகளார் திருமதி இராச யாமினி மிரலாயம்
கண்போல எனைக்காத்த தந்தை எங்கே?

கவலைகண்டால் நீ துடைத்த விரல்கள் எங்கே?
பண்பான தேன்கலந்த மொழிகள் எங்கே?

பகல்ரவாய் என அழைத்த போன்வாய் எங்கே?
அன்பான முகம் எங்கே? அருகே சென்று

அடியவளாய் நான்பார்த்த தந்தை எங்கே?
போன்போல எமைக்காத்த அருமைத் தந்தை
போனதேங்கே கவலையினால் புலம்பி நின்றேன்.

பிரிய மகனார் திரு ஜேயநாதன் புலம்பல்
நேசமுள்ள தந்தையரே அன்பின் ஊற்றே

நீத்தியமாய் எதைநினைந்த கங்கை ஊற்றே
பாசமுடன் எமைஅணைத்த கைகள் பார்த்து

பணிபுரிந்த உடல் பார்த்துச் கதறுகின்றேன்
ஆசையுடன் பிறநாடு சென்றீர் ஜயா

அன்பாகப் பொருளிட்டி வளர்த்தீர் ஜயா
வீசுபுகழ் நாட்டினிலே வாழுச் செப்து
விண்ணகத்தைச் சேர்ந்திட்டீர் இதுவோ வாழ்வு?

இளைய மகளார் திரு சபந்தன் அஞ்சலி

தோளினிலே எணைத்தூக்கி வளர்த்த தந்தாய்
துன்பத்தில் காத்திட்ட துணைவன் நீயே
நாளோடு பொழுதாக அன்பு தோய்ந்த
நயவுரைகள் கூறினமைக் காத்த ஜயா!
கேள்வோ நம்துயரை இனியார் காப்பார்
கிட்டடியில் இருந்துபணி செய்தோ மில்லை
வாளாலே அரிந்ததுபோல் துயரமானோம்
வருவீரே வழிகாட்ட வணங்கினோமே

இளைய மகளார் செல்வி நிவிது புலம்பல்

கண்ணாய் எணைக் காத்தீர் கடைசிமகள் எனினைத்து
கண்ணிரின் பூக்களையான் காலடியில் வைக்கின்றேன்
மண்ணினிலே பலகோட்டை மனமீத்து கட்டிவைத்தீர்
மண்மேடாய் அவைகிடக்க மனதில் துயரடைந்தேன்
மின்னலிடி வீழ்ந்ததுபோல் விதியும் விளையாட
அன்னையொடு யானும் அணையாத் துயரடைந்தோம்
பண்ணில் இனியவரே பாசத்தின் தேநூற்றே
கண்நிறைந்த சாந்தியிலே காண்போம் ஒருகாலம்.

மருமகளார் திரு கணேசலிங்கம் புலம்பல்

கண்டவுடன் எல்லாருக்கும் தொண்டனாவீர்
கடமைகளை உணர்ந்தனப்பாய்க் கருணைசெய்வீர்
மண்டலத்தில் மாமனார் என்று சொன்னால்
வாயினிக்கும் மனம்இனிக்கும் வானம் பெய்யும்
அண்ட வழி கண்டறியா ஏழை யோர்க்கும்
அருமருந்தாய் நின்றுதவி புரிந்தார் மாமா
கொண்டலொன்று நெருப்பள்ளிக் கொட்டி நிற்கா
கொதிக்கின்றோம் நின் பிரிவால் அன்பு மாமா.

சோதரர்கள் புலம்பல்

எம்பிரிய சோதரரே இனியதமிழ் போன்றவரே
 எம்மிதய மத்தியிலே பொன்முடிச்சுப் போன்றவரே
 மின்னலென நீர்பிரிந்தீர் விழிக்குரக யாம் அழுதோம்
 அன்னிய நாட்டினிலே அவலத்தை யார்க்குரைப்போம்
 உறவில் பிரிந்தறியோம் ஒருநாள் மறந்தறியோம்
 மறைவில் புறங்கூறும் வார்த்தை உரைத்தறியோம்
 எப்போதும் நல்லன்பாய் இருந்து வளர்ந்திட்டோம்
 சேப்பரிய இப்பிரிவு தீயாய் ஏரிக்கிறது
 சசன் அடியினிலே இணைவோம் ஒருநாளில்
 பேசும் எங்களன்பு பெருஞ்சுடராய் அங்கொலிக்கும்

பேரனார் செல்வன் அபிலால் அஞ்சலி

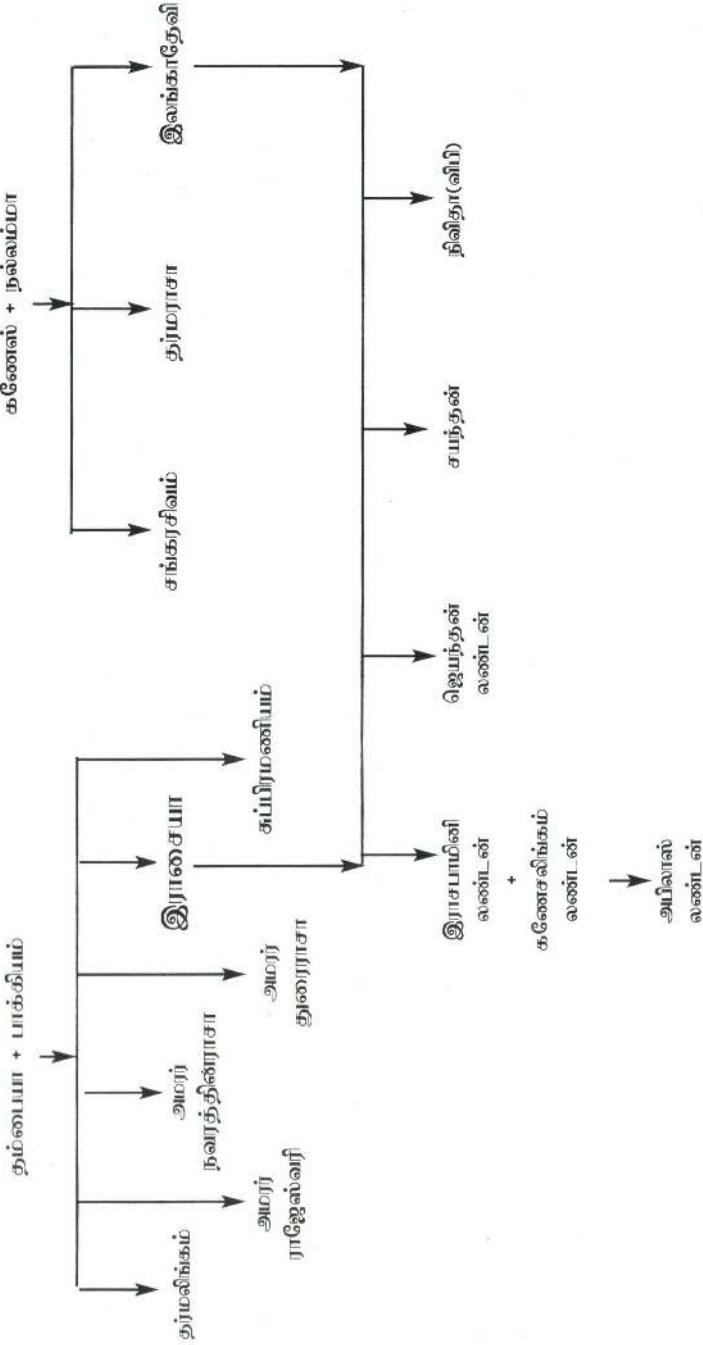
கட்டி அணைத்து எந்தன்	கைகால்கள் முத்தமிட்டு
எட்டாத அன்பால் உந்தன்	இதயத்தைக் காட்டி வந்த
மட்டில்லாப்பேர் னாரே	மல்லிகை மலர்போல் வாடி
கிட்டியே புலம்பு கின்றேன்	கேட்குதா எந்தன் ஒசை

கேற்றும்

மன்னரும் மறைந்து போனார்
 மாவீர் மறைந்து போனார்
 தன்னலம் இன்றி வாழ்ந்த
 சங்குணர் மறைந்தார் கண்டீர்
 இந்நிலம் வாழ்ந்த கோடி
 இனத்தினர் மறைந்தார் எங்கள்
 பன்னலம் புரிந்த அன்பன்
 இராசையா வாழ்வும் அ.அ.தே

ஓக்கியோன் புலவர்மணி இவ்வாலை அழுது

அமர் தமிழையா இராதைசயா அவர்களின் வம்சாவழி





சிவமயம்

மன்ற வாழ்க்கையில் சந்தோஷம்

வாழ்க்கை என்பது கடமைகளும், ஆசைகளும் எப்போதும் சண்டைமிட்டுக் கொண்டிருக்கும் ஓர் யுத்தகளம். பொறானம், காமம், கோபம், மோகம் போன்ற குணங்கள் நமக்குள் இயற்கையிலேயே இருக்கின்றன. ஆனால் நம்மில் இருக்கும் மிகுக சபாவத்தைக் கட்டுப்படுத்தி மனதில் எவ்வித சஞ்சம் இல்லாமல், குழப்பம் இல்லாமல் மிகத் தெளிவான மன அமைதியுடன் செய்யும் ஏந்தக் காரியமும் வெற்றி பெறும். மனமும் வலுவடையும், மன வலிமையால் சாதிக் கழியாத காரியம் எதுவுமே இல்லை சண்டை போடுவதும், போராடுவதும் வாழ்க்கையுடன் பின்னாந்து விட்ட பிரிக்க முடியாத இரண்டறக் கலந்த அம்சம் தான் ஆனால் வாழ்க்கையை மன அழுத்தம் இல்லாமல் தன்னிச்சையாக இலோக (Relaxation) வாழக் கற்றுக் கொள்வது தான் விவேகமாக வாழ்வதாகும். கஷ்டங்களும், முரண்பாடுகளும் உங்களை எதிர்நோக்கும் பொழுது அவைகளை முறியடிக்க பலவந்தமாக முயற்சிக்கத்தீர்கள். அன்பினாலும், கருணையினாலும், பணிவினாலும் அவைகளிற்கு ஒரு வார்ப்பு உருவும் கொடுக்கன். புண்ணின் காயம் ஆற்க கொஞ்சம் காலம் ஆவதைப் போல கஷ்டங்களால் உண்டாகும் மனக்காயம் ஆறு அவகாசம் கொடுக்கன்.

உடல் ஓர் இடத்தில் இல்லாமல் ஒயாமல் நகர்ந்து கொண்டிருக்கிறது. உடலில் ரதம் ஒடிக் கொண்டிருக்கிறது. மூச்ச வந்து போய்க் கொண்டிருக்கிறது. மற்ற உறுப்புகளும் இயங்கிக் கொண்டிருக்கின்றன. உடல் மையம் எப்பொழுதும் படபடப்படு இல்லாமல் Relaxed ஆகவும், சந்தோஷமாகவும் இருக்க வேண்டும்.

பெண்டன் இல்லாமல் இருக்க வேண்டுமென்று நினைத்தாலே Relaxation வந்து விடும். பெண்டன் இல்லாமல் இருக்கும் பொழுது உங்களது உடலின் ஆரோக்கியமான இசையானப் பொருட்கள் உண்டாகின்றன. அவை உடலிற்கு உறுதியையும் ஆரோக்கியத்தையும் பராமரிக்கின்றன. எனவே Relaxation ஆக இருக்கக் கற்றுக் கொள்ளுக்கன்.

உடலை தளர்ச்சியாகவும் (Relaxed) சந்தோஷமாகவும் வைத்திருப்பதால் ஆக்கரமனா உணர்ச்சியை நாம் கொண்டு வர முடியும்.

மனிதனுடைய மனதில் ஒவ்வொரு எண்ணமும் குட்சமமான பொருளை உண்டு பண்ணுகிறது என்பதைப் புரிந்து கொள்ளுக்கன்.

எதிர்மறை எண்ணங்கள் துக்க உடலை (Hurt body) உண்டு பண்ணுகின்றன. ஆக்க தூர்வமான எண்ணம் ஆனந்த சரீரத்தை (Bliss body) உண்டு பண்ணுகின்றன. ஆனந்த சரீரம் உங்களை உயர்த்தும் தூக்கமான உடல் வாழ்க்கையில் சந்தர்ப்ப குழுதிலைக்கு உங்களை தீர்மானிக்கிவிடும்.

மனிதன் என்பவன் அவனது வாழ்வின் உருவகம். நமது வாழ்க்கையில் பல அனுபவங்கள் ஏற்படுகின்றன. அனுபவம் எப்படி யோதுப்படித் தான் வாழ்க்கை அமைகிறது. ஒருவனது அனுபவம் சந்தோஷமாக இல்லையென்றால் அவனது வாழ்க்கையும் சந்தோஷமில்லாமல் தான் இருக்கும். சந்தோஷமான அனுபவம் சந்தோஷமான வாழ்க்கையைத் தருகிறது. ஒரு மனிதனின் வாழ்க்கையில் ஒரு நாள் என்பது அவனது வாழ்க்கை முழுவதற்குமான சிறு அடையாளச் சின்னமாகும். மனிதனால் ஒரு நாள் கூட தனது வாழ்க்கையை மாற்றிக் கொள்ளும் வகையில் செயலாற்ற முடியவில்லை என்றால் அவனால் தனது வாழ்க்கையை ஒரு நாளம் மாற்றிக் கொள்ள முடியாது. தனது வாழ்க்கையை மாற்றிக் கொள்ள அவன் ஒவ்வொரு விண்டியும் மற்ற வேண்டும். ஒவ்வொரு வாழ்க்கையை மாற்ற வேண்டுமானால் அவனது உடல், மனம், உணர்ச்சிகள், மதிப்பீடுகள், அறிவு ஆற்கையை அங்கிட வாழ்க்கையில் ஒரே ஸ்ரோக் ஒத்திசைட்டன் இருக்க வேண்டும். தினசரி வாழ்வில் மானிடன் இப்படி தன்னை மாற்றி வருபானாயின் தெய்வீக சக்தி அலை பாடும். மாயா ஜாலும் போன்ற பெரும் மாறுதல் ஏற்படும். அந்த நிலையில் மரங்கள் இன்னும்

பக்ஞமயாகவும், குரியன் தேஜோ மயமாகவும் நடச்சத்திரங்கள் ஜாலவித்தை காட்டி கண்சிமிட்டி மின்னும் இந்த ஆண்தல்தை சொற்களால் வர்ணிக்க முடியாத வகையில் நீங்கள் ரசித்து, மகிழ்ந்து அனுபவிப்பீர்கள்.

உடலும், உணர்ச்சியும், அறிவும் ஒரு சிராக இணைந்து தூய்மையாகிவிட்டால் வாழ்க்கையில் ஓர் கவர்ச்சி ஏற்படும். அவன் பிரகாசமாக இருப்பான், தெய்வீக சக்தி அவனுள் பாயும். அவனது இருப்பு (பிரசன்னம்) அவனுக்கு ஒரு உரிமையையும் அதிகாரத்தையும் கொடுக்கும். வெறும் சொற்களால் யாரையும் உக்கப்படுத்திவிட முடியாது. அவனது இருப்பும் பிரசன்னமும் தான் ஊக்கம் தர முடியும்.

மானிடன் எனத்தைச் சம்பாதிப்பதில் வேதனை சம்பாதிக்கப்பட்டதைப் பாதுகாப்பதில் வேதனை. அதனை இழப்பதில் வேதனை. அதனை செலவு செய்வதிலும் வேதனை. இவ்வளவு துண்பத்தினை சேமிப்புக் கிடங்கான அதை ஏன் பெறவேண்டும்.

சிரமங்கள் என்ற குப்பையிலிருந்து வாழ்க்கையில் நல்லவற்றை காண்போம். கவலைகளில் மூழ்கி நம்மை இழந்து விடாமல் பார்த்திடுவோம். நாம் தூய உணர்வை பிரதி பலிக்கும் நிலைக் கண்ணாடி என்ன இருக்கிறதோ அதை அப்படியே காட்டுகிறோம். பெரும்பாலும் நமது மனம் காமிராவை போன்றது. பிம்பங்களை எல்லாமே அது தனக்குள் சேமித்து வைத்து கொள்கிறது. மரண சமயத்தில் நமது ஆத்மா உடலை எளிதில் விடாமல் போக முடியாது தவிர்க்கிறது. காரணம் நமது நினைவுகளானது பற்றுகைகளையும், பாசுங்களையும் உண்டாக்கியுள்ளன.

இறந்தவர்களுக்காகப் படும் கடும், துயரம் பெற்றியக்காரத்தைம் காரணம். அது வாழ்ந்து கொண்டு இருப்பவர்களுக்கு ஒரு காயம். அது இறந்தவர்களுக்குத் தெரியாது.

நிலைக் கண்டியாக இருந்து இப்போது என்ன இருக்கிறதோ அதைப் பிரதிபலியுங்கள். கடந்த கால நிலைமைகளை கண்டு கொண்டு அனாவியமாக மனதில் பழி ஏற்றுக் கொள்ளதீர்கள். பறவையின் சிறஞ்சில போல மனதை இலோக மாற்றுங்கள். எல்லாப் பிரச்சனைகளுக்கும் தாயாக இருப்பது பயிற்சி பெறாத மனம் தான். மகிழ்ச்சி அற்ற மனமானது சுவர்க்கத்தில் இருந்தால் கூட நரகமாக்கி விடும். மகிழ்ச்சியுள்ள மனம் நாகத்தையும் சுவர்க்கமாக்கி விடும். சுவர்க்கமும், நரகமும் நமது மனதிலைகள் தான்.

துண்பத்தை மகிழ்ச்சியாக ஏற்றுக் கொள்ளும் போது அது துண்பமாகவே தெரியாது. அது சொல்லெனாத இன்பமாக மாறி விடுகிறது. துண்பத்தை முழுவதும் அனுபவித்து பின்னர் தான் நாம் அந்த துண்பத்திலிருந்து குணமடைகிறோம். துண்பம் என்ற பறவைகள் உங்கள் தலைக்கு மேல் பறப்பவை. நீங்கள் தடுக்க முடியாத ஆவை உங்கள் தலையிலே கூடுகட்டி வசிப்பதை நீங்கள் தடுக்கலாம்.

துண்பம் வரும் போது தூரமுள்ள கோதுரைனை விடி அருகே உள்ள நல்லமனதுள்ள அயலவரே சிறந்தவர். அன்பும், புரிந்து கொள்ளுதலும் இருக்கும் இல்லம் சுவர்க்கமாகிறது. அவநம்பிக்கையும், பகைமையும் இருக்கும் போது, அதே வீடு நாகமாகிறது.

வாழ்க்கையில் இழந்தால் திரும்பிப் பெற முடியாத விஷயங்கள் ஒன்று.

உச்சரிக்கப்பட்ட சொல், 2. தவறவிட்ட வாய்ப்பு 3. கடந்து போன நிமிடம்

வாழ்க்கை ஒரு தமாஷான விஷயம். மிக நல்லதைத் தவிர வேறொன்றும் வேண்டாம் என்று நீ மறுந்தால் பெரும்பாலும் நீ அதைப் பெறுகிறாய்.

எப்படிப் பனித்துளி இலையின் விளிம்பிலிருந்து கொண்டு நடனமாடுகிறதோ, அது மாதிரியே உன் வாழ்க்கையும் காலத்தின் விளிம்பில் நடனமாட்டும்.

நாம் சாகப் போகும் போது நம்மைத் தூக்க வரும் மனிதன் கூட வருந்த தக்கப்படி நாம் வாழ்க்கை நடத்த வேண்டும். அதிக நாள் வாழ மெதுவாக வாழ்வது அவசியம்.

நாம் விரும்புவதெல்லாம் கிடைக்கவில்லை செயன்றால் கிடைத்ததை விரும்பக் கற்றுக் கொள்.

உயிரோடியிருக்கும் போது வாழுவும் சாகு முன் சாகாதே. இங்கே இப்பொழுது நான் சந்தோஷமாக இருக்க முடியாது விடில் எங்கேயும் எப்பொழுதுமே நான் சந்தோஷமாக இருக்க முடியாது. வாழ்க்கை ஒரு

பாட்டு அதைப் பாடு. வாழ்க்கை ஒரு விளையாட்டு, அதை விளையாட்டு, வாழ்க்கை ஒரு சவால் அதை எதிர் கொள். வாழ்க்கை ஒரு கனவு அதை நிறைவேற்று. வாழ்க்கை ஒரு தியாகம் அதைக் கொடு. வாழ்க்கையே அன்பு அதை அனுபவி வாழ்ந்து கொண்டு இருப்பவர்களின் தேசம் ஒன்றும், இரந்தவர்களின் தேசம் ஒன்றும் இருக்கிறது. அதற்கு இடையேயிருக்கும் பாலம் தான் அன்பு.

'அன்பு' என்பது என்ன? ஓர் இதயம் இன்னோர் இதயத்தில் அப்படியே தோய்ந்து ஒன்றி இருப்பதுதான்.

எத்தனையோடுவள்கள், எத்தனையோ பிரிவுகள், விளைந்து செல்லும் பாதைகள் எத்தனையோ இருக்கும் மாஸான உலகத்திற்கு தேவையானது அன்பு என்ற இதயம் ஒன்றேதான். அன்பே தெய்வம், மர்க்கெடி கொடி மலர்களிற்கு ஆதவன் போல் மனித இயத்துக்களிற்கு அன்பு, அன்பே சகலச் சமயங்களிற்கும் இதயம். எல்லாக் காலத்திற்கும் காவியங்களுக்கும் அன்புதான் மையம். அன்பு எந்த விலை கொடுத்தாலும் வாங்க முடியாது ஆதவால் விலை மதிப்பற்றது. இல்லற்றதை இனிதாக்குவது அன்பு. சகல கவனிக்கையும் களைவது அன்பு. ஆகவே நம் அளவை வருக்கும் அன்பு தேவை.

காலத் புரியும் இதயம் எப்போதும் இளமையாக இருக்கிறது.

அன்பதான் உங்களுடைய மிகச் சிறந்த நற்குணம், அன்புமிக உயர்ந்த மகிழ்ச்சியையும், ஆனந்தத்தையும் அளிக்கிறது. எந்த இதயம் அன்பால் கனிந்திருக்கிறதோ அங்கே இறைவன் வசிக்கிறான். அவ்வுள்ளம் தூய்மையான உள்ளனம்.

அன்பின் தத்துவத்தை ஒட்டி உங்கள் வாழ்க்கையை அமைத்து கொள்ளுங்கள். யானாயும் வெறுக்காதீர்கள். வெறுப்பு என்பது மோசமான எதிரி. உங்களுடைய மோசமான எதிரியை நேருக்கு நேர் சந்திக்க நேர்ந்தாலும் கூட அவனையும் அன்புடன் அணுகுக்கள். அப்போது அவனும் கூட தனது போக்கை மாற்றிக் கொண்டு ஆதே அன்புடன் உங்களை எதிர் கொள்வான். மற்றவர்களிடம் அதை செலுத்தத் தெரியாத நீங்கள் மற்றவர்களிடமிருந்து அன்பை எப்படி எதிர்பார்க்க முடியும்.

அன்பு, விலை மதிக் முடியாத பொக்கிஷம். ஆதன் மதிப்பை யாராலும் நிர்ணயிக்க முடியாது. கடவுள் உங்களிடமிருந்து என்ன எதிர்பார்க்கிறார் தெரியுமா? உங்கள் அன்பை மட்டுமே. இறைவன் உங்களுக்கு என்று கொடுத்தவைகளுக்கு நன்றி காணிக்கையாக நம்மால் தரக்கூடியது அன்பு மட்டுமே.

எழைகளையும், வசதியற்றவாக்களையும் கண்டு உங்கள் இதயங்கள் இருக்கத்தால் உருக வேண்டும். நீங்கள் ஓர் எழைக்குத் தரும் உணவையோ. கொடையோ இறைவன் கரம் தீட்டி வாங்கிக் கொண்டு, ஏழைக்குத் தருவிருத்திக்காக. அன்பு வடிவத்தில் இறைவன் எல்லோரிடமும் நிறைந்திருக்கிறான். எங்கு சென்றாலும் அவன் உங்களுடன் தான் இருக்கிறான். அவர் அன்பில் நிரந்தர சாட்சியாக விளங்குகிறான். எனவே அன்பை மற்றவர்களுடன் பகிர்ந்து கொண்டு அவர்களிடமிருந்து பதிலுக்கு அன்பைப் பெறுங்கள்.

எனவே இறைவனை வெளியே தேட வேண்டாம். உங்கள் இதயத்தை அன்பால் நிரப்பிக் கொண்டாலே இறைவனை அந்த இடத்திலே நிரந்தரமாக குடி கொண்டு விடுகிறான். உண்மையான ஆன்மீக சாதனை என்பது அன்பையும் இருக்க இணைப்பதால் தான் உள்ளது. நம் வாழ்வில் உண்மையே பேசி, இனிமையாக பேசி, அன்பாக பழகி மிகிழ்ச்சியிடத்தும் நிரந்தர நிம்மதியிடத்தும் வாழ்வோமாக.

கைக்கள் எந்த நிறமானாலும் பால் வெள்ளதான். மலர்கள் பல வகையானாலும் பூஜை ஒன்று தான். மதங்கள் பலவானாலும் இறைவன் ஒருவன் தான். பரிசுத்தப்படுத்துவதற்காக. இறைவன் மன்னிக்கவில்லையென்றால் சொர்க்கம் காவியாயிருக்கும். இறைவனுக்கு அஞ்சங்கள். ஆடுத்தபடியாக இறைவனுக்கு ஆர்சாவதனங்கள் கண்டு அஞ்சங்கள்.

பக்கங்கள் எந்த நிறமானாலும் பால் வெள்ளதான். மலர்கள் பல வகையானாலும் பூஜை ஒன்று தான். மதங்கள் பலவானாலும் இறைவன் ஒருவன் தான்.

* கடவுளோடு கடல் முழுவதும் போ. ஆனால் கடவுள் இல்லாமல் நீ வாசற்படி தாண்டிப்போகாதே.

* கடவுள் தூய கருவகளையே பார்க்கிறார். நிறைந்த கருவகளையல்ல.

* கடவுளுக்கு கடன் கொடுப்பது நல்லது. அதனால் தூய கொழுத்த வட்டியைக் கொடுக்கிறது.

* கடவுளை நெருங்கிச் செல்வதற்கு மலையேற வேண்டிய தேவையில்லை.

மனிதன் நிர்யணிக்கிறான், கடவுள் நிராகரிக்கிறார். அந்த ஆண்டவன் இன்றி ஒர் அஜூவும் அசையாது. உன்னில் இறைவன் உறைந்திருக்கின்றான் என்பது ஒரு உயர்ந்த சித்தாந்தம். அந்த இறைவனை அடைவதற்கு வழிமுறை தெரியாமல் மனிதன் தலிக்கின்றான். அல்லல் உறுப்போதும் மிகுஞ்சிக் கடவில் திளைக்கின்ற போதும் இறைவன் தான் இந்த நிலைக்கு நம்மை ஆளாக்கியுள்ளான் என்பதை உணர்வதில்லை. இந்த நேரத்தில் தான் மனிதனுக்கு இறைவனுடைய தன்மையும், அவனை இறைவனிடம் முழுமொழிக் காணாக்குதியைடும் உணர்வத் தன்மையும் செயற்படுத்த வேண்டும். எல்லோருடைய நல்மையும் வேண்டிய மனத்தில் ஒருமுக நோக்குடனும், உணர்ச்சியின் தூய்மையுடனும் மலர்த்திருவடிகளில் பிராத்தனையில் ஈடுபட வேண்டும். இறைவனின் மலர்த்திருவடிகளில் முழுமொழியான சரணாகதி அடைந்த உணர்வு நம்மை முற்றிலும் நிரப்ப வேண்டும். பூஜைக்குப் பூ வேண்டும். ஜெபதுக்குத் துளசி மாலை, வழிபாட்டுக்கு ஒரு ஆவாயம். ஆராத்தனைக்கு ஒரு தெய்வம். ஆனால் பிராத்தனைக்கு எதுவும் வேண்டாம். நல்ல மனமும் நம்பிக்கையும் இருந்தால் போதும்.

துளப்பக்களின் கூடுமை நம்மை அமுத்தும் போதும், வாழ்வில் சிக்கல்கள் ஏற்படும் போதும் மனக்கு ஆறுதலையும், மனோபலத்தையும் அளிப்பது பிராத்தனைகளே. வாழ்வின் கொந்தவிப்பை பாதுகாப்புக் கவசமாகவும், வலிமை பெறுவதற்குத் தகுந்த ஆதாராமாகவும், அவை அமைகின்றன.

சுருங்கச் சென்னால் நமது வாழ்க்கையை ஒர் அற்புதமான ஆணந்தமான யாத்திரையாக மாற்கிறது. பிராத்தனை என்பது மூடியின் ஈரப்பு நிலை போன்ற ஒரு சக்தி பல மனிதர்களை வெவ்வேறு மருத்துவ நோய்கள் தோல்வியற்று பிறகு பிராத்தனையின் உண்ணத முயற்சியினால் அவர்கள் தங்கள் துங்பத்திலிருந்தும், நோய்களிலிருந்தும், காக்கப்பட்டுள்ளார்கள். பிராத்தனை ஒன்றின் மூலமாகத் தான் முழுமொழியான ஒருமைப்பட்ட முறையை உடலும், மனமும், உயிரும், இனையைப் பொள்கின்றன. அதன் மூலமாக அற்புதமான சக்தியை பெற முடிகின்றது. முழுமொழியான ஈடுபடுடன் கடவுள் வழிபாடு செய்ய தங்கள் மனத்தில் உள்ள எல்லாத் துண்பங்களும், துயரங்களும் நீங்க வேண்டும் என்றும், பொராமை போன்ற தீய குணங்கள் மறைய வேண்டும் என்றும் வேண்டிக் கொள்ள வேண்டும்.

காம் விதிகளின்படி, ஏகப்பட்டப் பிரச்சனைகளில் சிக்குண்டு தவிக்கும் மானிடப் பிறவிக்கு வாழ்க்கை நெடுக மனசஞ்சலங்கள் தீருக்கத்தான் செய்யும். முற்பிறவியின் கட்டுக்களை கொஞ்சம் கொஞ்சமாகத்தான் கரைக்க முடியும். கர்மாவை மீறுவது இயலாது. கர்மாவின் கெட்டப் பலன்களைக் களைய நன்கு பிராத்தனை. மற்றாது மனித மேம்பாட்டுக்குக் பிரேரண, சக்தியம், தாமம், சந்தி, அஹிம்சை ஆகியவற்றை கடைப்பிடிக்க வேண்டும். கடவுள் மனிதனை படைத்தான். வாழ்வுதற்காக அல்லவா, அரிது, அரிது மாரிடர் ஆதல் அரிது. எனவே நல்லதை நினைத்து, நல்லதைப் பேசி, நல்லதைச் செய்து அகம்பாவம் (Pride), காவம், ஆசை (Desire), ஆதுதிரம் (Resent), கூடம் (Hypocrisy) களங்கம் (Vice), காமம் (Cust) குற்றங்கள் (Crimes, Faults), குறுகிய மனப்பானமை (Bijot), சந்தோகம் (Doubt), குதாட்டம் (Gambling), சோம்பேரித்தனம் (Idleness), தற்பெருமை (Conceit), தீங்கு (Evil), பயம் (Fear), பொய் (Lie), வஞ்சகம் (Dishonesty) வீண் கர்வம், (Vanity), வீண் பேசுக (Gossip) அவசரம் (Hurry), சினம் (Angry) போன்றவை விலகியும், ஆடக்கம் பணிவு (Humility, modesty) அழுகு, (Beauty), அறிவு (Knowledge) அன்பு (Love Affection, Kindness), ஆசீவாதங்கள் (Blessings) ஆர்வம், உற்சாகம் (Enthusiasm Zeal) ஆரோக்கியம் (Health), இதயம் (Heart) இளையம் (Youth) இன்பம் (Pleasure) இனிமை (Sweetness) உண்மை (Sincerity, truth) உழைப்பு (Labour) என்னாம், சிந்தனை (Thought) எனிமை (Simplicity) ஒற்றுமை (Unity) கடமை (Mission) கீர்த்தி (Reputation) கீழ்ப்படில் (Obedience) குணம் (Character) கெளரவம் (Dignity Honour) சகிப்புத் தன்மை (Tolerant) சந்தோஷம் (Happiness, Joy), சமாதானம் (Compromise, Peace) சமூகம் (Society) சாந்தம் (Equanimity) சாமாத்தீயம் (Talent) சிரிப்பு, புஞ்சிரிப்பு, (Smile, Laugh) சிறப்பு (Superiority) சுதந்தம் (Cleanliness) சுதந்திரம் (Freedom, Liberty) ஞாபகம் (Memory) தரம் (Quality) தற்பாதுகாப்பு (Self Defence) தன்னாட்கம் (Self Control) தன் பூயற்சி (Self Help), தியாகம் (Sacrifice) திருப்தி (Contentment) திறமை (Ability) துணிவு (Dare) அபிமானம் (Patriotism) தொண்டு (Service) நடப் (Friendship) நடத்தை (Manners, Behaviour) நடை (Style), நம்பிக்கை (Faith, truth) நல்லவர் (Gentle man) நல்லவை (Goodness) நல்லொருக்கம் (Morality) நன்றி (Gratitude) நிதானம் (Moderation) நியாயம்

(rightcorners) பகிர்தல் (Sharing), படித்தல் (Leading, Study) பயிற்சி (Practice) பலம் (Strength), பிரார்த்தனை (Prayer), புரிந்து கொள்ளுதல் (Understanding) பொறுப்பு (Responsibility) பொறுமை (Patience) மகிழ்ச்சி (Joy) மரியாதை (Civility, Courtesy) மன்னித்தல் (Forgiveness), மாங்காட்சி (Conscience) மனம் (Mind), மனித குணம் (Human Nature), மானிடர் (Humanity), முயற்சி (Try), முன்னேறும் ஆசை (Ambition) மென்னம் (Silence), வாக்களித்தல் (Promise), விளையாட்டு (Sports), வெற்றி (Conquest, Success), இவை யாவும் கூடப்பெற்று கடைப்பிடித்தும் செய் (அ) செத்துமடி (Do or Die) வாழு, வாழவிடு என்பதற்கிணங்க வையத்தில் வாழ்வாங்கு வாழ்ந்திடுவோம்.

தேடுங்கள் கண்டிரிவீகன் என்பது ஏற்றாதர் வாக்கு, எங்கே நிம்மதி? அங்கே கிடைக்குமா? இங்கே கிடைக்குமா என்று தேடினால் நீங்கள் காணமாட்டார்கள். நிம்மதியும், சந்தோஷமும் உங்கள் உள்ளத்துக்கு உள்ளேயே ஒளியெய்யாக வீசி நிற்கிறது.

நிம்மதிக் குறைவு என்பது எல்லோருக்கும் ஒரு நாள் வந்தே தீர்கிறது. பணக்காரராயினும், ஏழையாயினும் வாழ்க்கைப் பயணத்தில் ஏதோ ஒரு சக்கரத்தில் காலைக் கொடுத்து விடுகின்றனர். கொஞ்ச காலம் அவனை வாட்டி எடுக்கிறது.

ஸ்ரீணிக்க தெரிந்தவர்க்கு மலை கடுகளவு. அது தெரியாத வரையில் கடுக மலையளவு.

அளந்து பேசி, அளந்து வாழ்கிறவனுக்கு அதிக பட்ச ஆசை கிடையாது. ஆசை குறைய குறைய துண்பமும் குறைந்து போகிறது.

வாழ்க்கை (Life) எனும் பயணத்தில் இன்பம் (Pleasure) துன்பம் (Suffering), துக்கம் (Sorrow) துயரம் (Grief) சோதனை (Trial) மனவேதனை (Misery), அதிர்ஷ்டம் (Fortune), தூதிர்ஷ்டம் (Misfortune), செல்லவும் (Riches, Wealth), வறுமை (Poverty), வெற்றி (Success) தேங்கலி (unsuccess), இருட்டு (Darkness), வெளிச்சம் (Brightness), யாவும் கலந்தவை தான் வாழ்க்கை டாலுவருக்கு நிம்மதி இல்லை யென்றால் மருத்துவமுன் உண்டு. உயிருக்கு நிம்மதி இல்லை யென்றால் நீங்களே மருத்துவர்கள். ஆன்மாவின் சொருபத்தை உண்டாது அதன் தீயக்கத்திற்கு ஒத்துழைப்பது தான் தேகும் என்பதை அறிந்து ஒழுங்காக, சந்தோஷமாக இயங்கினால் நிம்மதி உங்கள் நெஞ்சங்களிலே இருப்பதைக் காணலாம். மனம் எந்த ஒன்றைக் காண்விரதோ அப்படியே ஆகிவிடுகிறது. அற்பும், ஆண்டும் என்று அது முடிவு கட்டி விட்டால் அது அற்பு ஆண்டமாகவே ஆகி விடுகிறது. மோசம் என்று தோன்றிவிட்டால் அது மோசமாகவே காட்சி அளிக்கிறது.

* மாறுதல் மனிதனின் இயற்கை. அதில் இன்பம் தோன்றும் போது உடனடியாக நிம்மதி.

* ஐனன்த்தையும், மரன்த்தையும் தவிர அடைந்துமே மறு பரிசீலனைக்குரியவை.

* மாறுதலுக்குரிய உலகத்தில் நிம்மதி குறைவதற்கு நியாயம் என்ன?

மனது நம்முடையது நாம் நினைத்தால் அதை மாற்றிக் கொள்ளலாம். நமக்க முன்னால் வாழ்ந்து செத்தவர்கள் எல்லாரும் ஆயுட்காலம் அமைதியாக இருந்து செத்தவர்களா அல்ல. இனி வரப் போகிறவர்களும், நிரந்தர நிம்மதி; உத்தரவாதம் வாங்கிக் கொண்டு வர போகிறவர்களும் அல்ல. அவரவர்களுக்கு வாய்த்த இடம். அவன் போட்ட பிச்சை. அறியாத மானிடர்க்கு அக்கரையில் பச்சை. எந்த துண்பத்திலும் சிக்கி கொள்ளாதீர்கள்.

மனத்தை எளிமையாகவும், இலேசாகவும் வைத்திருங்கள். கவலைகள் அறிறு ஒரு நிலையை மேற்கொள்ளாவங்கள். நிரந்தரமான நிம்மதிக்கு நம்மை படைத்த பரம்பொருளை பூரண சரணாகதி அடையுங்கள்.

நெஞ்சக்கு நிம்மதி ஆண்டவன் சந்திதி. நினைத்தால் எல்லாம் உள்க்குள்ளே.

இனியாவது உங்கள் வாழ்க்கையை ஓர் புதிய கோணத்தில் எண்ணிப் பாருங்கள். யாபேரின் உள்ளத்திடம் மகிழ்ச்சி பொங்கட்டும். அகிலம் முழுவதும் சுத்தியம், அண்டு, தர்மம், அமைதி, ஆண்டம், சேவை மனிதநேயம் போன்ற அருட்பெறுங் குணங்களோடு மனித நலம் தழைந்தோங்க வேண்டும்.

வாழக் கந்தமுடன், வாழக் வளமுடன்

மனிதவாழ்க்கையில் சோதனை மேல் சோதனை போதுமா சாமி வேதனை தான் வாழ்க்கை என்றால் தாங்காது ஆகி. சோதனையிலும் ஒர் வேதனை. பரவாயில்லை என்று விட்டுத் தள்ளுங்கள். பயப்பட வேண்டாம் முதலில் சோதனை என்றால் இறுதியில் சாதனை என்பது தான் விதி. விநாயகர் இருக்கும் இடத்தில் நவிவு அகலும், நன்மை பெருகும். திண்மை வளரும். தீஸை விவகும். செல்வம் பெருகும். செழுமை கூடும். அறிவு வளரும். அன்பு மினிரும். வாழ்க்கை மலரும். நடப்பது நடக்கட்டும் எல்லாம் நன்மைக்கே என்று ஆண்டவளிடம் ஏண்ணடையுங்கள். நிம்மதி தானாக உங்கள் உள்ளங்களை கொண்டு விடும். வாழ்க்கையில் சந்தோஷம் உங்கள் மனங்களில் குடி புகுந்து மகர ஜோதியாய் ஒளி வீச்ட்டும்.

மனித பிறப்பின் வாழ்க்கையின் அர்த்தம் நிரந்தர நிம்மதியும் சந்தோஷமும் தான் அமைதியாக வாழுங்கள். அன்போடு வாழுங்கள்.

அனைவரையும் வாழ விடுங்கள். நலமுடன் வாழுங்கள். வளமுடன் வாழுங்கள்.

மனித வாழ்க்கையில் சந்தோஷத்தை அடைந்திடுவீர்கள்.

ஓம் சாந்தி! சாந்தி! சாந்தி!



Thank You

பொறுப்பும் சிறப்பும் மக்க வாழ்வு

பொறுப்புனர்வும் ஈடுபாடும் விவேகினின் மொழி; குற்றங் குறை காண்பதே அறிவிலிகளின் தொழில். ஈடுபாடு என்பது பொறுப்பிற்கு உரியது என்பதோடல்லாமல் பதில் சொல்வதற்கான கட்பாடும் அதனுள் அடங்கியுள்ளது. வாழ்க்கையில் எவ்வருமே பொறுப்புனர்ச்சியுடன் பதில் சொல்ல வேண்டியது கட்டாயமாகும். பதில் சொல்லாமல் பொறுப்பெழும்பட்டும் ஏற்றுக் கொள்வதால் வாழ்க்கை பலவீனமடைகிறது.

நமது பலவீனங்களால் ஏமாற்றம் விளைகிறது. ஏமாற்றத்தை எனியூட்ட வேண்டும். மாலை போட்டு மகிழ்க்காது, ஏமாற்றத்திலிருந்து மக்கள் ஒரு குரு மகிழ்ச்சி பெறுகிறார்கள். இது ஒரு வளர்ந்த பின்னை கட்டை விரலைச் சூப்புவது போல ஒரு ஆதிகால ஆசை. ஏமாற்றத்தை தீயிட்டுப் பொக்குவுதற்கு நாம் நமது வலியிச்சுத்திகளை பலப்படுத்த வேண்டும்.

இந்த அடிப்பிசுவலிலே எனியிருந்து வருகிறது? திட்டாற்றியான ஈடுபாட்டியிருந்து இந்த சுக்கிப்பிற்கு வாழ்க்கையின் எல்லாத் துறைகளிலும் சிறப்பான சாதனங்களைப் புரிய வைக்கிறது. இரண்டொரு தடைக்கங்களில்லாமல் ஒரு சிலர் தான் வெறுப்பிப் பாதையில் பயணம் செய்கிறார்கள். ஆனால் இவர்களைக் கடைசி வரை இலக்குக்குக் கொண்டு செல்வது இவர்கள் மேற்கொண்டள்ள திட்டாற்றியான ஈடுபாடுதான்.

�டுபாடு என்றால் ஏதோ ஒரு கோட்டப்பட்டுடன் கட்டுவது உழல்வது என்பது அந்தம் அன்றை; மாறுக ஒருவர் தனது இருப்பை முழு நிறைவாக்கி கொள்வதற்கான பின்னைப்பேறுக்கும். தமது வாழ்வில் ஒருவர் பொறுப்புனர்வோடு மட்டுமின்றி தமது செயலுக்கான காரண காரியங்களைக் கூறித் தயாராகவும் இருந்தல் வேண்டும்.

உதாரணமாகக் கொடுத்த வாக்கைக் காப்பாற்றுவது என்ற சங்கரபம் பூண்டிருந்தால் உனக்கள் உள்ள நீண்டதான் சியானது உன்னை உன்றுவாக்கை நிறைவேற்ற வொட்டாமல் தடுக்கும். இது மட்டுமல்ல; நீ என் சொன்ன சொல்படி நடக்க முடியாமல் போய்விட்டது என்பதற்கு ஒரு நியாயத்தைக் கறிப்பது நொண்டிச் சமாதான மும் கூறும் மீண்டும் சுக்கிகள் வலுவாக இருந்தால். அதை என்னைவெல்லாமோ தார்க்கம் பிரிந்தும், காரண காரியத்தைச் சொல்லியும் உன்னைத் தன் பக்கம் கிடூத்து தவங்கள் வசப்படுத்திக் கொண்டுவிடும். நிஜ நான் ஆன உன்டயர் அனுமாவைத் தீண்பற்றினால் கீழான் நான் எனும் உடல் சார்ந்த அதந்தை உன்னு

பணியாளாக அடங்கி ஒடுங்கும். நேர்மை, நானையமற்ற வாழ்வு ஆழமற்ற சுக்திக்கு ஒட்பானது.

நமக்குள் நடிகளும் இருக்கிறான். நம் ஒவ்வொரு தடையை பொய் சொல்லும்போது, 'நீ என் சொல்கிறாய்' என்ற சிந்தனையானால், நடிகள் நீக்கமா வாயை மூடிக்கொண்டு இரு என்று நம்மை அடக்கி புனரு மூட்டைகளை விடாமல் அவிழ்த்து விட்டுக் கொண்டிருக்கிறான். இத்தகு நிலையில் நமது வாழ்வு இரு கூராக பின்து நிற்கிறது. நமக்குள் உள்ள நடிகளுக்கும் சிந்தனையானஞ்சுக்கும் இடையே ஒரு விரிசல். இது இரண்டு குதிரைகள் பூட்டப்பட்ட சாட்டில் சுவரை செய்வது போல இருக்கிறது. ஒரு குதிரை ஒரு திசையில் கிழுக்கும். இன்னொரு குதிரை இன்னொரு திசையில் வளி க்கும். எனவே இந்திலையில் நீட உறுதியுடன் நானையாக செயல்பட்டால் நமது வாழ்வில் சிறப்பான சாதனங்களைச் செய்ய முடியும்.

இயற்கையை கவனி, மற்ற உயிரினங்கள் எவ்வளவு பொறுப்புனர்ச்சியுடன் நடந்து கொள்கின்றன என்பதைப் பார். உதாரணமாகக் கழுவைப்பார.

வானத்தில் வட்டமிட்டு வரும் கழுகு கிலோ மீட்டர் தூரத்திலிருந்தே தனது திசையின் மீது கண்களைப் பதித்து விடுகிறது. கழுவைப் போல நாம் நமது குறிக்கேள்களின் மீது ஒரே குறியாக கவனம் செலுத்த முடியுமா?

கழுகு தெத்த பிராணியைத் தின்னாது. செத்து மக்குப் போய் விட்டதைக்களை வைத்துக் கொண்டுவாழுவதில்லை என்ற பாதைதநம்மால் கற்றுக் கொள்ள முடியுமா?

கடும்புயல் வீசினால் கழுகு அந்த கழுந்திட்கும் காற்றின் மீது அழுகாக சிறிகடித்து நீந்திச் செல்லும். அது தனது இரங்கைகளின் பெற்றை சோதித்துப் பார்க்கிறது. புயல் காற்றை ஆன்தமாக அனுபவிக்கிறது. தன்னை வீழ்த்தித் தன்னும் குறுவாயியின் வேகத்தை எதிகொண்டு, எதிர் நீச்சலடித்துச் செல்லும்.

சங்கடங்களை எல்லாம் சந்தோஷமாக ஏற்று சங்கடங்களை சுவால்களாக மாற்ற நம்மால் முடியுமா?

கழுகு மற்ற பறவைகளுடன் சேர்ந்து பழுகுவ நிலங்கள். அது தன்னந்தனியாக தன்னிச்சைப்படி வானத்தில் மிக உயரத்தில் பறக்கிறது.

நாம் ஒரு சாரசி மக்கள் கூட்டத்தில் பங்கு கொண்டு நமது சொந்த பலத்தில் மேன்மேலும் உயர்ப் பறந்து கொண்டிருக்க முடியுமா?

கழுகானது தனது பலத்தை பரிசோதித்துப் பார்த்த பின்பு தான் தன் மீது நம்பிக்கை கொள்கிறது. இவை சேருவதற்கு முன் பெண் கழுகு தனது ஜோடி எப்படி என்று சோதித்துப் பார்க்கிறது. பெண் கழுகு ஒரு சிறு குச்சியை பொறுக்கி எடுத்துக் கொண்டு உயர்ப் பறந்திருது ஆனால் கழுகு அதைப் பின் பற்றிச் செல்விற்கு. பெண் கழுகு ஆண் கழுகின் பிடியில் அகப்படாமல் தப்பிக்க சுற்றிச் சுற்றி வட்டம் அடித்து வளைய வருகிறது. கடைசியாகத் தான் கவுபியிருந்து குச்சியை தொப்பெண் கீழே போட்டு விடுகிறது. குச்சி தராயில் விழுவதற்கு முன் ஆண் கழுகு அதைத் தாவிப் பிடித்து பெண் கழுகிடம் கொடுக்கிறது. பெண் கழுகு இப்படி குச்சியை தொப்பெண் கீழே போட்டு விடுகிறது. குச்சி தராயில் விழுவதற்கு முன் ஆண் கழுகு அதைத் தாவிப் பிடித்து பெண் கழுகிடம் கொடுக்கிறது. பெண் கழுகு இப்படி குச்சியை பலத்தை கீழே போட்டு விடுகிறது. ஆண் கழுகு அதைப் பிடித்து வந்து தருகிறது. தான் கீழே போட்டுக் கொண்டு வரும் குச்சியை ஒரு தடவை கூட்டியே போடாமல் பிடித்துத் தந்தபிறகு தான் பெண் கழுகு ஆண் கழுகை தள்ளுவது இவை சோதனாக அனுமதிக்கிறது.

இதுபோல - கழுகைப் போல - ஒருவனை நம்பவதற்கு முன்னால் அவைனா நம்பால் பரிசோதித்துப் பார்க்க முடியுமா?

கழுகுகள் மலை முகடுகளில் அல்லது உயர்ந்த மலைச் சிகரத்தின் ஓராத்தில் முட்கள் கலந்து புல்லால் கூடுகட்டி முட்டையிடுகின்றன. முட்டைகளிலிருந்து வெளிவரும் பொழுது குஞ்சுகள் கணமாக திருப்பதால், முட்கள் அதைப் பொதுவாக குத்துவதற்கு குஞ்சுகள் கூட்டில் மிகவும் சிரமப்படுகின்றன. முட்பொழுது தாய்க் கழுகு தனது குஞ்சுகளைக் கூட்டிலிருந்து வெளியேபிடத்துத் தள்ளி விடுகிறது.

குஞ்சுகள் கீழே விழும் சமயத்தில் ஆண் கழுகு ஒடிவந்து குஞ்சுகளைக் கீழே விழாம் மீன்டும் கூட்டுக்குள் கொண்டு வைக்கிறது: இதற்கிடையில் தாய்க் கழுகு முட்களின் மீது மேலாகப் பார்ப்பி வைக்கப்பட்டிருந்த புல்வையை எல்லாம் அகற்றி விடுகிறது. முட்கள் குஞ்சுகளை நன்றாகக் குத்தட்டும் என்பதற்காக தாய்க் கழுகு இப்படிச் செய்கிறது. குஞ்சுகளின் திறக்கைகளில் இன்னும் பலும் வராததால் அவைகளால் பறந்து போய் சோதித்துப் பார்க்க முடிவதில்லை. இப்போது ஆண் கழுகு குஞ்சுகளை கூட்டிலிருந்து வெளியே பிடித்து தள்ளி விடுகிறது. கீழே விழுந்தால் உயிருக்கு ஆபத்து என்பதை உணர்ந்துதான் இறக்கைகளைப் பயன்படுத்தி இந்தக் குஞ்சுகள் சுதந்திரமாகப் பறக்க ஆரம்பிக்கும் வரை ஆண் கழுகு குஞ்சுகளை வெளியே பிடித்துத்

தள்ளிக் கொண்டே திருக்கும். மெல்ல மெல்ல குஞ்சுகள் தங்கள் இறக்கைகளைப் பயன்படுத்திக் கொள்ளும் சுக்கி தங்களுக்கு வந்துவிட்டதென்று உணர்ந்து தாங்களாகவே பறந்த செல்ல ஆரம்பிக்கின்றன.

சங்கடங்களும் சிரமங்களும் இறைவன் செய்யும்ரெண் சிகிச்சை போன்றவை. சிரமங்களை எதிர்க்க வேண்டாம். மூன்னையையும் மனதையையும் நாம் பயன்படுத்தி வாழ்க்கைச் சூதாவளியை எதிர்க்கொண்டு சமாளித்து பறந்து செல்லப் புதிய புத்திசாலித் தனமான திறமைகளை நாமே கண்டுபிடிக்க வேண்டுமென்று இயற்கை நம்மிடம் எதிர்பார்க்கிறது. கழுகானது எப்படி மிகுந்த பொறுப்புணர்ச்சியிடன் முதலில் தலைக்கு ஒரு இணையையுட் தேடிக் கொண்டுபிள்ளர் ஜோடி சேர்ந்து இரண்டு குஞ்சுகளை வளர்க்கின்றன. என்பதை கண்ணி கவனியும்கள். வாழ்க்கையின் அனைத்துத் துறைகளிலும் இது பேரங்கள் பொறுப்புணர்ச்சிமிக்கத்தீட்டுறுதி வேண்டும்.

நாமும் வளர வேண்டும், மற்றவர்களுக்கும் நமது பங்களிப்பை வழங்க வேண்டும் என்ற ஆசையும் ஆக்கறையும் திருந்தல் எல்லாக் கிரப்புகளும் நம்மை வந்தடையும். இதயம் ஒரு இன்னிசைக்க கருவி போன்றது. அதை புத்திசாலி தத்தமாக உபயோகியும்கள். ஏதாவது ஒன்றைச் செய்ய வேண்டுமென்கிற நோக்கம் மூலம்தான் வாழ்வில் ஒரு விதையை கண்றுவது போன்றது. விதை பூழியைப் பிள்ளு முளை விட்டு வெளிவர அனுமதியுங்கள். இயற்கைச் சுக்கிள்கள் வாழ்க்கையை போலவிட்டு வளர்கிறது. அதைப் பிடித்து வளர்க்க அனுமதியுங்கள். திடுறுதியுள்ள பொறுப்புணர்ச்சியானது மன மயக்கங்களையும் பிரசமக்களையும் அகற்றி விடுகின்றன. உலகை நாம் அது திருக்கிறபடி பார்ப்பில்லை. தான் ஏதாவது பேசிக் கொண்டிருக்கும் மனங்களின் மூலம் ஆரோபிக்கப்பட்ட உலகை நாம் காண்கிறோம். மனங்களில் என்னாங்கள் நிறைந்து விடுகின்றன. அவை வெறும் சொற்களைத் தலவிரை வேறு ஒன்றும் இல்லை. சொற்கள் அனுபவங்களைப் பிரதிபலிக்கின்றன. ஞாபக சுக்கியாலும் சொற்களுக்குத் தாக்கம் ஏற்படுகிறது. நினைவு என்பது இறந்த காலம். இறந்த காலத்திலி ருத்துநிதழுகளுத்தைத் தாம் பார்க்கிறோம். இதனால் தான் சொற்கள் உண்டு பண்ணும் மன மயக்கங்கள், பிரசமக்கள் நாமே உண்டு பண்ணிக் கொள்கிறோம். ஆனால் பிரசமக்கள் நம் புத்திசாலித்ததமாகக் கடந்த காலத்திலிருந்து சலித்து எடுத்து வடிகட்ட வேண்டும்.

மனம் கனவுகளை உண்டு பண்ணுவிற்கு. உணர்குள்ளே உள்ள கய், விழிப்புணர்வு

யதார்த்தத்தைக் காண்கிறது. 'நான்' என்ற ஆணைவர்மாம் இல்லாத விப்புனர்வு உயர்ந்த ஆக்மாகும். மனசு மயக்கங்களுள்ள மனசும் தாந்திரத் துற்மா மேம்பட்ட மன நிலையிலிருந்து செயலாற்றுவது என்று சம்கஷபம் சொய்து கொள்ளுங்கள். நிட உறுதியுடன் கூடிய பொறுப்புனர்ச்சியுடன் உங்களது வாழ்க்கையின் அனைத்துத் துறைகளிலும் - குடும்பமோ உத்தியோகமோ, சமூகமோ ஆன்மீகமோ எதுவாயிருந்தாலும் சரி - சமச்சீரான நிலையை ஏற்படுத்திக் கொள்ளுங்கள் - படைப்பாற்றல் என்பது எப்போதுமே ஏதாவது ஒரு புதுமையைக் கண்டுபிடிப்பது என்பது மட்டுமல்ல; படைப்பாற்றல் ஒருவனது வாழ்வில் குணச் சிறப்பியல்லுக்கள் வெளியிடுத்துவிருது. அது நலமுற வாழும் நிலையாகும். நலமுற்ற வாழ்வானால் ஒரு பூரணத்துவம் உண்டாகிறது. ஒருவன் முழுமை பெற்றுவிட்டால் அவன் வாழ்க்கையின் அனைத்துத் துறைகளிலும் உயிர்த்துப்பட்டன் சுறுசுறுப்பாக செயலாற்றிக் கொண்டிருப்பான்.

உங்களுக்கு இப்படிஎல்லாம் நிகழாமலிருக்கும் என்று ஒரு ஆசிரியர் கூறினார் :

முதலில் 'ஏ' கிரேடுடன் உயர்நிலைப் பள்ளியை முடிக்க வேண்டுமென்று உயிரை விட்டுக் கொண்டிருந்தேன்.

பிறகு, தலைசிறிந்த கல்லூரியில் சேர வேண்டுமென்று உயிரை விட்டுக் கொண்டிருந்தேன்.

பிறகு நல்ல வேலை கிடைக்க வேண்டுமென்று உயிரை விட்டுக் கொண்டிருந்தேன்.

பிறகு, கல்யாணம் செய்து கொள்ள உயிரை விட்டுக் கொண்டிருந்தேன்.

பிறகு, குழந்தைகள் பெறுவதற்காக உயிரை விட்டுக் கொண்டிருந்தேன்.

பிறகு, என் குழந்தைகள் நன்றாகப் படிக்க வேண்டுமென்று உயிரை விட்டுக் கொண்டிருந்தேன்.

பிறகு, நான் ஓய்வுபெற வேண்டுமென்று உயிரை விட்டுக் கொண்டிருந்தேன்.

பிறகு, தீவரான்று எனக்குள் இந்த உள்ளங்களர்வு பளிச்சிட்டது.

நான் வாழ்வதையே மறந்துவிட்டேன்!

அறிவுடன் வாழும் கலை

ஒருவன் காசாப்புக் கடைக்குச் சென்று "மிகவும் திறந்த இறைச்சி கிடைக்குமா?" என்று கேட்டான். "மிகச் சிறந்த இறைச்சியைத் தான் நாங்கள் தின்கு

வைத்திருக்கிறோம்" என்று பதிலளித்தான் கடைக்கான். இதிலிருந்து அவன் பெற்ற ஞானம் என்ன? ஒவ்வொரு கணமும் மிகச் சிறப்பானது தான் என்பதை உணர்ந்தான்.

ஒவ்வொரு கணமும் உள்ளதமான நேரம்தான். ஒவ்வொரு கணத்தையும் மிகச் சிறப்பானதாக நாம் கருத முடியுமா? நிகழ்கலத்தில் வராவுடே ஒரு வரப்பிரசாதமாகும். புத்தாவி தத்னால் வாழும் கலை இதுதான். நம்பில் பெறும்பாலோர் திடுசி, ஆது தவறு என்று நாமே என்னங்களை வளர்த்துக் கொண்டு திதன் விளைவாக நமது தினிய அனுபவங்களை வதைத்துக் கொள்வதில் மிகவும் கறுக்குப்பாக இருக்கிறோம். தினிய அனுபவங்களை நன்றாக கவனத்து அனுபவிக்க வேண்டும்.

அனுபவத்தை அனுபவிப்பது என்று தீங்கள் கொல்வதன் ஆர்த்தம் என்ன?

ஒரு மாணவன் (ஸீன்) குருவிடம் கேட்டான் : "ஆதும் ஞானம் பெறுவதற்கு முன்படி மின்னரும் உங்கள் அனுபவம் எப்படி திருத்தது" என்று.

"ஆதும் ஞானம் பெறுவதற்கு முன் நான் வழக்கம் போல ஏழந்திருப்பேன். குளிப்பேன், சாப்பிடுவேன் விருது வெட்டுவேன். தீரவில் தூங்குவேன். ஆதும் ஞானம் பெற்ற பிறகு நான் சாப்பிடும்போது சாப்பிடுகிறேன். குளிக்கும்போது குளிக்கிறேன். திதனால் நான் திகழ் காலத்தில் வாழ்கிறேன் என்று மேலும் விளக்கினார் குரு ஒரு அனுபவத்தை அனுபவிப்பதென்பது அந்த அனுபவத்தில் - திகழ்காலத்தில் திருப்பதாகும். பெறும்பாலும் நமது மனதானது நமது விருப்பு வெறுப்புகளின் அடிப்படையில் ஒருஅனுபவத்தை எடைபோடுகிறது. திதனால் அந்த அனுபவத்தின் மீது நமது விருப்புகளும் வெறுப்புகளும் கூரும்பிக்கப்படுகின்றன. அதாவது ஏற்றப்படு கின்றன. சினிமா படம் தினையில் காட்டப்படும் போது அதனையீடு படம் விழுமிருது. ஆனால் திரை நம் கண்ணுக்குத் தெரிவதில்லை. தினையீடு சினிமாப் படம் ஆரோபிக்கப்படுகிறது. திதுபோலத்தான் நமது அனுபவத்தின் மீது நமது விருப்பு வெறுப்புகள் ஆரோபிக்கப்படுகின்றன.

விருப்பு வெறுப்புகளிலிருந்து விடுவிட்டுக் கொள்வது எப்பொழுதுவது சாத்தியமாகுமா?

விருப்புகளும், வெறுப்புகளும் நம் வசம் இருக்கின்றனவா? அல்லது விருப்பு வெறுப்பு களின் வசத்தில் நாம் இருக்கிறோமா? நாம் நம்மை அறிந்தவர்களைக் கில்லாமல் இருப்பதால், விருப்பு வெறுப்புகள் நமது வாழ்வைத் தங்கள்

வசப்படுத்திக் கொண்டு அடக்கி ஆள்கின்றன. தன்னை உணர்ந்தவர்கள் விருப்பு வெறுப்புகளை தங்கள் கட்டுப்பாட்டில் வைத்துக் கொண்டிருப்பவர்கள். விருப்பு வெறுப்புகள் கூட்டுப்பாட்டில் இருக்கும் பொழுது அவை உங்களுக்கு அடிமையாகி சேவகம் புரியும். இந்தநிலையில் உங்களுக்கு எந்த விதமான குழப்பமுமில்லை. ஆனால் விருப்பு, வெறுப்புகள் ஒரு பிரச்சினையல்ல. இருந்தாலும் விருப்பு வெறுப்புகள் உங்கள் வாழ்வைத் தங்கள் வசப்படுத்திக் கொண்டுள்ளனவா அல்லது நின்கள் அவைகளை அடக்கி ஆள்கிரீர்களா என்பதுதான் உண்மையான பிரச்சினை.

நிகழ்காலத்தில் வாழ்வதைப் பற்றி நீங்கள் பேசுகிறீர்கள். அப்படியானால் கடந்த காலம், வருங்காலத்தின் உபயோகம்தான் என்ன?

நிகழ்காலத்தில் மட்டும்தான் நாம் வாழ வேண்டுமென்று சொல்லதூதவறு, காலத்தைக் கடந்த காலம், நிகழ்காலம், வருங்காலம் என்று நாம் கருத வேண்டியது அவசியம். சிலர் கடந்த கால எண்ணமுள்ளவர்களாக இருக்கிறீர்கள். இவர்கள் கந்து போன காலத்திலிருந்து செயலாற்றுகிறார்கள். சிலர் நிகழ்கால எண்ணம் கொண்டவர்களாக இருக்கிறார்கள். பெரும்பாலும் இவர்கள் நிகழ்காலத்திலிருந்தே செயலாற்றுகிறார்கள். காலத்தை சமச்சீரான நிலையில் வைத்திருப்பதே புத்திசாலி துதனாம். தேவையான போது கடந்த காலத்திலிருந்து நடந்து போனநிகழ்கிகளை ஆதாரத்துக்காக எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும் அல்லது வருங்காலம் பற்றியும் எண்ண வேண்டும். எனவே காலத்தை முன்னும் பின்னுமாக சமச்சீராக வைத்துக் கொள்வது மிகவும் அவசியம்.

இது எப்படி என்பதை தயவுசெய்து விளக்க முடியுமா?

கடந்த காலத்தையோ அல்லது வருங்காலத்தையோ நிராகரிக்காதீர்கள். இதற்காக கடந்த காலத்திலோ அல்லது வருங்காலம் பற்றியும் எண்ண வேண்டும். நிகழ்காலத்தை ஆளந்தமாக அனுபவியும்கள், வருங்காலத்திற்காகத் திட்டமிடுவங்கள். நிகழ்காலத்தில் நீங்கள் உயிரோடு இருப்பதால் நிகழ்காலத்தை நந்தோழமாக அனுபவிப்பீர்கள். ஹிட்டர் போரில் தோற்றுப் போனதற்கு ஒரு காரணம். அவன் கடந்த கால வரலாற்றிலிருந்து பாடம் கற்றுக் கொள்ளாததுதான் என்று சொல்லப்படுகிறது. அவன் கடுமையான, எழுமலை உடைவிக்கும் பரிக்காலத்தில் ரஸ்யாவைத் தாங்கினான். சிரித்திரத்திலிருந்து பாடம் கற்றுக் கொண்டிருந்தால் நெப்போலியன் கடுமையான குளிர்காலத்தில் ரஷ்யா மீது படையெழுத்ததால்தான்

நெப்போலியன் கடுமையான குளிர்காலத்தில் ரஷ்யா மீது படையெடுத்ததால்தான் தனது ஏராளமான படையீர்களை திழுந்தான் என்பதை ஹிட்டர் புரிந்து கொண்டிருப்பான்.

கடந்த காலத்திலிருந்து வருங்காலத்தில் ருந்தும் ஒருவன் பாடம் கற்றுக் கொள்ளலாம். ஆனால் இரண்டு காலங்களிலும் சிக்கி சிறைக் கைத்தியாகவிடாமல் ஜாக்கிரதயாக இருக்க வேண்டும். இது போன்று வருங்காலத்திற்கான திட்டம் தீட்டும்பேசுது நிவஞ்காலத்தை இழந்து விட்க்கூடாது. கடந்த காலம் போதிக்கும் அறிவிலேயோ அல்லது வருங்காலத்தின் வாய்ப்பு கண்ணோயோ தவறவிட்டு கொடுத்து எனவே காலத்தைப் பொருத்தமட்டில் இரண்டு காலங்களையும் சீரூக்கிப் பார்த்து சமச்சீராக செயலாற்றுவது அவசியம்.

காலப்பிராமணம் கால நிர்வாகம் பற்றி விளக்க முடியுமா?

வாய்க்கையில் எதற்கு முதலிடம் கொடுப்பது என்பதைத் தீர்மானியும்கள். முதலிடம் தர வேண்டியவை எவ்வ என்பதைப் பட்டியலிட்டு முதலில் விரிசெப்படுத்திக் கொள்ளுவங்கள்.

ஒரு நாளின் நான் எந்த வேலையை மிகவும் சிறப்பாகச் செய்ய வேண்டும் என்பதைத் தேந்தெடுத்துக் கொள்ளுவங்கள்.

நீங்கள் குறைவாக வேலை செய்யும் காலத்தை கவனித்துக் கொள்ளுவங்கள்.

நீங்கள் மிகச் சிறப்பாக வேலை செய்யும் காலத்தில் ஏதாவது முக்கியான வேலையைச் செய்யுவங்கள்.

குறைவாக வேலை செய்யும் காலத்தில் மிகவும் குறைந்த முக்கியத்துவம் உள்ள வேலையைச் செய்யுவங்கள்.

நீங்கள் வீணாக்கும் நேரங்கள் எவ்வ என்பதைக் கண்டுபிடியுவங்கள்.

வேலையை யாரிடம் பொறுப்பாக ஒப்படைப்பது என்பதைக் கற்றுக் கொள்ளுவங்கள். உங்கள் வேலையை சந்தோழமாக பூரண மனதிருப்பியுடன் செய்யுவங்கள். இப்படிச் செய்தால் ஏராளமான நேரம் மின்சி இருப்பது உங்களுக்குத் தெரியவரும்.

சந்தோழமாக வாழும் கலை

மகிழ்ச்சியாக இருக்கிறோம் என்பதை எதைக் கொண்டு நின்னயிப்பது?

சந்தோஷமாக இருக்க வேண்டுமானால் தூக்க உடலை அழிக்க வேண்டும். தூக்க உடலை (Hara Body) நாம் எப்படி உண்டாக்குவிரோம் என்பது நமக்கே தெரியாது. ஒவ்வொரு எண்ணமும் ஒரு பொருளை உண்டு பண்ணுகிறது. எண்ணத்தால் சிருஷ்டிக்கப் பட்ட இந்தப் பொருள் மிகவும் நூட்பமானது. தீரு ஆக்கழுர்வமானதாகவே அல்லது எதிர்மறையாகவோ தீருக்கலாம். ஒரு எண்ணம் உண்டு பண்ணும் பொருள் வளர்கிறது. மேன்மேலும் தன்னைப் பெருக்கிக் கொள்கிறு. தீர்த்தின் விளைவாக ஒரு நூட்பமான உடல் உண்டாகிறது. உடலானது சிரிய விஷயங்களை பூதாகரமாகச் செய்ய அழிப்பிக்கிறது. உலகை சுதந்திரமாக தன் இச்செய்யப் பார்க்க ஆரம்பிக்கிறது. ஆனால் நாம் நமது கண்களாலும் மனங்களாலும் மட்டும் உலகைப் பார்ப்பதில்லை. மனதின் கண்களாலும் உலகைப் பார்க்கிறோம். சிந்திக்கிறோம். தூக்க உடலை அழித்து ஆண்ந்தமான சரித்தை உண்டு பண்ணுவதில்தான் மகிழ்ச்சியின் ரகசியமே அடங்கி இருக்கிறது.

இந்த ஆண்ந்த சரீரம் (Bliss Body) எப்படி உடன்கூட்டுவதற்கு?

ஒவ்வொரு எண்ணமும் சக்தியை உண்டு பண்ணுகிறது. மகிழ்ச்சி பொறுக்கும் எண்ணங்களையும் உண்டுக்கிடையும். இதனால் மகிழ்ச்சிகாரா சக்திகளை நீங்கள் உண்டு பண்ணுகிறீர்கள். மகிழ்ச்சி நிறைந்த இந்த சக்தி ஆண்ந்த சரீரத்தை உண்டாக்குவிற்கு. இதனால் உங்கள் வாழுக்கை மகிழ்ச்சிகராமாக இருக்கும்.

இது வெறும் ஆக்கழுர்வமான சிந்தனை தானே?

முதலில் ஆக்கழுர்வமாக சிந்திக்க ஆரம்பியுங்கள். அது படிப்படியாக வளர்ந்து புத்திசாலித்தனமான சிந்தனையாக மாறுபடும். ஆனால் இதற்கு குருவின் வழிகாட்டல் தேவை. ஆண் சக்தியும் பெண் சக்தியும் புத்திசாலித்தனமாக இணைவதன் மூலம் இந்த சிந்தனை நிகழும் பொழுது, இத்தகைய சிந்தனையை அறிவளர் சிந்தனை என்று குறிப்பிடுகிறோம். தீரு இருப்பதற்குத் துறைத்துறை அடையாளம் இல்லாததை இல்லாததை காண்பதாகும். அறிவு மூர்வமான சிந்தனையானது எது இருக்க முடியும் என்பதற்கான சாத்தியக்கறை உங்களைப் பார்க்க செய்கிறது. ஆனால் ஆக்கழுர்வமான சிந்தனையானது எது இருக்க முடியும் என்று உங்களைப் பார்க்க வைக்கிறது. ஆனால் இருப்பதை இல்லை என்று ஆக்கிவிடுகிறது.

அடுத்த கட்டம் எண்ணாங்களுக்கு அப்பால் செல்வதாகும். எண்ணாங்களைத் தாங்கி உங்களை நீங்களே பார்த்துக் கொள்ளுங்கள்.

எண்ணாங்களுக்கு தீட்டையே மவுளம் தீருக்கிறது. எண்ணாங்களுக்கு அப்பால் ஒரு தீட்டைவெளியை - மவுளத்தைப் பார்த்து விட்டால் ஆங்கே இருப்பது போன்றதுப் பெருஷலைதான். இந்த போராண்த மானது எண்ணாங்கத்தால் பிறந்ததல்ல. எனவே இதை எண்ணத்தால் அழிக்க முடியாது. ஆனால் மூன்து பெற்ற ஒருவரின் ஆண்த சரீரம் என்று இதைச் சொல்கிறோம். மவுனம்தான் இந்த ஆண்த சராந்தை உங்களை கண்டு பிடிக்கவைக்கிறது.

நீங்கள் ஒரு வித்தைப் போல என்பதை நினைவில் வைத்துக் கொள்ளுங்கள். வட்டத்தின் விளிம்பு முடிவானதுரான். ஆனால் இந்த வட்டத்திற்குட்டள் எல்லையற்ற, அனப்பறிய சாத்தியக்கூறு அடங்கி இருக்கிறது. ஒரு வித்து பிழைக்க வேண்டுமானால் அதனுள் கீழ்க்கைச் சுத்து இருப்பது போல நற்குணப் பன்புகளைப் பராப்ப இயற்கையாகவே உயிர்ச்சத்து இருக்க வேண்டும். நீங்கள் ஒருவித்து. அது முனைத்து வளர் நீங்கள் அறிவுள்ள தோட்டகாரானாக இருக்க வேண்டும். இந்த லோகாயத்துலகில்கூட நீங்கள் வளர்வதற்கான சாத்தியக்கூறு தீருக்கிறது. இந்த உலகில் வெற்றி பெற வேண்டுமானால் இயற்கையிலே உயிர்ச்சத்து உங்களுள்ள இருக்கும். இந்த உடலில் வெற்றி பெற வேண்டுமானால் இயற்கையிலே உயிர்ச்சத்து உங்களுள்ள இருக்கும். கெட்டவனைக் காட்டிலும், நல்லவனை நம்பமக்கள்தமாராக இருக்கிறார்கள். எனவே உங்களுது ஆள்மீக, லோகாயத் வெற்றிக்கு இந்த உடத்தியைக்கையானுங்கள்.

ஒருவரின் வாழ்க்கையின் தோக்கம் எதுவாக இருக்க வேண்டும்?

வாழ்க்கையில் வெற்றிகரமாகவும் தீருப்தி அடைந்தவராகவும் இருக்க கற்றுக் கொள்ளுங்கள். வெற்றி என்பது நீங்கள் விரும்புவதை அடையாளம். தீருப்தி என்பது உதகுஞக்குக் கிடைப்பதைக் கொண்டு மனதினைவு அடைவதாகும். வெற்றியும் தீருப்தியும் சம்சீரண நிலையிலிருப்பதுதான் வாழ்க்கை.

வெற்றிக்காக வேலை செய்யுங்கள். வேலை என்பது வேடிக்கை. விளையாட்டாக இருக்கட்டும். ஆனால் வேடிக்கை, விளையாட்டுக்காக வேலை செய்யாதீர்கள். வெற்றிக்காக வேலை செய்வதுல் நீங்கள் அடைய வேண்டிய தேவைகளை நிறைவேற்றிக் கொள்கிறீர்கள். உங்களது சாதனைகள் வெற்றிமேல் வெற்றி யடையும் பொழுது நீங்கள் நன்றி உள்ளவர்களாக இருக்க வேண்டும். வெற்றி பெற்ற மமதை உங்களை அகந்தையுள்ளவளாக்கி விடக் கூடாது. அகந்தையானது ஆண்டவனையே வெளியே பிடித்துக் தன்னுவதாகும் என்பதை ஞாபகம் வைத்துக் கொள்ளுங்கள்.

திருப்பதியுடன் இருக்க வேண்டுமென்றால் இருப்பதை வைத்துக் கொண்டு அமையியாக இருக்க வேண்டும். என்ன இருக்கிறதோ அதற்குத் தோன்றவாக இருப்பதுடன் இருப்பது இருங்கள்.

குறைபாட்டிலும் பொதிந்துள்ள நேர்த்தியைக் காணத் தெரிந்து கொள்ளுங்கள். என்ன இருக்கிறதோ அதில் ஒரு அழகு இருப்பதைப் பாருங்கள். இது எப்படி இருக்க வேண்டும் என்று எண்ணி கற்பனை அழகில் மயங்கார்கள். இவ்வாறு இருந்தால் நீங்கள் மனதிறைவுடன்னாவர்களாக இருப்பிர்கள்.

சந்தோஷமாக இருப்பதற்கு ஆசைகளை விட்டொழிக்க வேண்டாயா?

ஆசைகளை விட்டொழிக்க வேண்டுமென்று ஆன்மீக குருக்கள் சொல்கிறார்கள். ஆனால் லோகாயதவாதிகள் ஆசைகளை அதிகாரித்துக் கொள்ள வேண்டுமென்று மக்களிடம் சொல்கிறார்கள். இரண்டும் தவறு என்பது என் அபிப்ராயம். ஆசைகளைக் புனிதமாக்குங்கள். ஒரு கம்பததிற்கு இரண்டு முனைகள் இருப்பதேபோல், ஆசைகளுக்கும் இரண்டு முனைகள் இருக்கின்றன. ஆசையின் ஒரு முனை ஆசைப்படும் பொருள். ஆசைப்படும் பொருள் அடைந்து கூண்ந்தமாக அனுபவித்து டலகத்திற்கு நன்மை செய்ய கற்றுக் கொள்ளுங்கள். ஆசையின் தின்னொரு முனை உலகிற்கு நன்மை செய்து கொண்டு வரும் பணியில் தீ மனுமாக அன்புடன் இருந்து கொண்டு அமையியாகவும் நன்றியடனும் வளர்ந்து வருகிறாயா? அப்படியானால் நீ வளர்ந்து கொண்டிருக்கிறாய் என்றால் சொல்லவேண்டும். ஆசையின் ஒரு முனை தீவேல செய்து வந்தால் ஆசைகளைகளிலும் நீ புனிதமாக்குகிறாய். ஆசைகளைக் கடந்து செல்கிறாய். நீ முனைத்தாங்காவிட்டால்தான் ஆசை ஒருப்பாக்கினையாகிறது.

இரு முனைகளையும் பார்ப்பதுதான் வளர்ச்சியா?

ஆமார்! ஸ்தால் உலகில் கடை நிலையில் மட்டுமே வளர்ச்சி துக்கன்று பரவுகிறது. கிடை ஆண்ந்தமாக அனுபவித்து நன்மை செய்யுங்கள். நல்ல காரியங்கள் செய்து பணம் சம்பாதியுங்கள். செங்குத்தாய் ஒரு கும் வளர்ச்சியோ உங்களை மேன்மேலும் அன்புக்கும், பாசத்திற்கும் மேலான அமைதிக்கும் பெருந்தன்மைக்கும் பாத்திரமாக்குகிறது. இதனால் உங்களுக்கு உண்மையாக சந்தோஷம் உண்டாகிறது. விரிந்து பரவும் அக்கணவட வளர்ச்சி உங்களுக்கு இன்பங்களைத்தான் தரும். இன்பத்திற்கும் சந்தோஷத்திற்கும் நிரம்பவித்யாகச் சிருக்கிறது. இந்த வேறுபாட்டைத் தெரிந்து கொண்டு விழிப்பாக இருக்கன.

தூய உணர்வானது - அதுவுது அதுமாவானது மெல்ல மெல்ல வெறும் சாட்சி மாத்திரமாக ஆகிவிடும். உங்களுக்குள் ஒரு புதிய இருப்பு - சாந்தித்தியம் மலரும். நீங்கள் ஒன்றுமே செய்யாமல் கூமா இருக்கும்பொழுது - உதாரணமாக விமானத்தில் போய்க் கொண்டு இருக்கும் பொழுது உங்களுது மூச்சை கவனியுங்கள். மூச்ச தற்காலத்தில் நிகழ்வது. எனவே மூச்ச போய் வருவதை மூச்சின் இயக்கத்தை உண்ணிப்பதால் நீங்களும் நிகழ்காலத்தில் இருப்பீர்கள். அதற்கு சொல்லுவருவதும் கொடுக்காமல் அது இயங்கும்படி இயங்க விடுங்கள். நிகழ்காலத்தில் இருந்து வரும் கலையைக் கற்றுக் கொண்டு பழினால் உங்களுது குத்தமாவில் - தூய உணர்வில் என்னென்ன அப்பதுக்கள் நிகழ்கின்றன என்பதைக் காண முடியும்.

ஆத்ம நூண் பெறுவதற்கு பிரார்த்தனை எவ்வாறு உதவுகிறது?

பிரார்த்தனையைக் காட்டிலும் பிரார்த்தனை என்னம் திறைந்த மனம் தான் உதவுகிறது. தேவன் வரும் வேலைக்குத்துபாராகக் காத்திருக்கும் இறைவனைத் தேடி நீங்கள் போக முடியாது. ஏனெனில் அவனை முகவரி உங்களுக்குத் தெரியாது. இருந்தாலும் உங்களுது முகவரி இறைவனுக்குத் தெரியும். ஆனால் அவனும் தெரியாது. ஆனால் அவனும் தெரியும் உங்களுது முகவரி இறைவனுக்குத் தெரியும். ஆனால் அவனும் தெரியும் தெரியும் நீங்கள் தகுதி உள்ளவர்களாக இருக்க வேண்டும். அப்பொழுது நீங்கள் ஆத்ம நூண் பெற்று விட்டதை உணர்விகள்.

இந்தக் கதைகளைப் படித்துச் சிந்தியுங்கள்.

ஒலிகுகுச்சாளான ஒரு ஜூன் மாஸ்டர்பியபாலைகளை தள்ளிக் கொண்டு போவது வழக்கம். “உங்கள் பலத்தின் ரகசியம் என்ன?” என்று யாரோ கேட்டார்கள். “நான் அந்தப்பாதைகளிடம் பிரார்த்தனை செய்கிறேன். அவை எனக்கு உதவி செய்யன்றன. திடெர்ன்று ஏதோ சக்தி வெளிப்பட்டு இப்படி நிகழ் செய்கிறது” என்று பதிலளித்தார் அவர்.

ஒரு சௌகார்யாத்தச்சர் அதி அப்புமானமாக சாமான்களை தயாரித்து வந்தார். “எப்படி இவ்வளவு அந்தப்பாக, ஒரே மாதிரியக, மேஜை, நாற்காலி போன்ற பொருட்களைத் தயாரிக் கிரியீகள்? என்று அவியம் யாரோ கேட்டார். “நான் மரங்களிடம் சென்று, ‘உன்னை வெட்வேண்டுமென்று நோன்றுகிறேன்’ என்று பிரார்த்தனை செய்வேன். அத்த மர் ‘சிரிவெட்டு’ என்று தலை ஆட்டுவதைப் போல் எனக்குத்

தோன்றும். பின்னர்தான் மரத்தை வெட்டுவேண்' என்று புதிலித்தான். இதனால்தான் அவரது மரச்காமான்கள் ஒவ்வொன்றும் அதி அற்புதமாக இருக்கின்றன. இறைவனிடம் எப்படி சரணாகதி அடைவது என்பதை உங்களது பிரார்த்தனை உங்களுக்கு போதிக்கட்டும், தயாராகவும் பொறுமை யாகவும் இருங்கள்.

நாங்கள் மகிழ்ச்சி இல்லாமலிருப்பதற்குக் காரணம், இப்படி இருப்பதென்று நாங்களே தேர்வு செய்து விட்டோம். ஒருவன் ஏன் இப்படி நிர்ணயம் செய்ய வேண்டும்?

அறியாமையைத் தவிரி, இதற்கு வேறு எந்தக் காரணமும் இல்லை. மகிழ்ச்சியின்மைக்குக் காரணம் நாம்தான். என்னைத்திற்கு உயிர் கொடுப்பதே நாம்தான். இத்துடன் நாம் நம்மை ஜக்ஷியப்படுத்திக் கொண்டு விடுகிறோம். மகிழ்ச்சியின்மை போவதற்கு கெஞ்சுக்காலமாகும் என்று நாமே சொல்லிக் கொண்டு அதற்கு அவகாசம் கொடுக்கிறோம். மகிழ்ச்சியின்மையை உமிரோடு வைத்திருப்பதே நாம்தான்.

மகிழ்ச்சியின்மையை சான்னடையச் செய்யகற்றுக் கொள்ளுக்கள்; நடக்க முடியாத கண்டிப்பாக நடக்கும் என்று நம்புக்கள். நடக்கவில்லை என்றால் அதற்கு தெய்வீக நோக்கம் ஏதோ இருக்கிறதென்று நடப்பதை நடக்க விடுக்கள். நான் தீர்மானிக்கும் விதத்தில்தான் வாழுக்கை நடக்க வேண்டுமென்று உறுதியுடன் உங்களது அகந்தையை அடி பணிய வைத்தால் உங்கள் மீது ஒரு ஆண்மீக சக்தி இறங்கும் - அகந்த சாதாரணமான சக்தியைத் தான் அளிக்கும். ஆனால் சரணாகதி யானது ஆண்மீக அல்லது தெய்வீக சக்தியை வழங்கும்.

சரணாகதி அடைவதால் இந்த பெளதீக்கடலைத் தாண்டி நீங்கள் ஆண்மீக உடலுக்குன் பிரவேகிக் கிரீர்கள். வாதப்பிரைதிவாதங்களுக்கும், தர்க்க வாதத்திற்கும் புலப்படாது, இவற்றையெல்லாம் கடந்த ஒருநிலையை அனுபவிப்பீர்கள்.

இல்லிதம் சரணாகதி பற்றிய அறிவு எங்களது வேலைக்கும் குடும்ப வாழ்க்கைக்கும் எப்படி உதவி கரமாக இருக்கும்?

உறவு முறைகளில் அகந்தைதான் பெரும் மனப்போட்டத்தை உண்டாக்குகிறது. 'தான் பிடித்த முயலுக்கு முனை கால்' என்ற வகையில் தனதுக்குத்தே சரி என் திருப்பிக்க அகந்தை விரும்புகிறது. சந்தோஷத்தைக் காட்டிலும் தங்களது கருத்துதான் ஏற்கப்பட வேண்டும் என்று மக்கள் விரும்புகிறார்கள். அவர்கள் கருத்து ஏற்கப்படாவிடில் அவர்களுக்கு மகிழ்ச்சி இல்லை. அதற்குக் காரணம் அவர்களது அகந்தையே.

அகந்தையை விட்டெடாழித்து இறைவன் வகுத்துள்ள திட்டம் உங்களுக்கு வழிகாட்ட அனுமதித்தால், இத்தகைய சரணாகதி மனப்போக்கே அவர்கள் அமைப்படுத்தி விடும். வாழ்க்கை நடி அதன் போக்குப்படி போக்கட்டும் என்று சொல்ல நாம் கற்றுக் கொண்டு விடுவோம். இத்தகு தளத்தில்தான் அகந்தைக்கு அப்பால் ஆண்மீக சக்தி நம்முது இறங்கும்.

இத்தகைய ஆண்மீக சக்தியினால் அவன் ஆண்மீக உடலுடன் தொடர்பு கொள்வான். இதனால் உறவு முறையில் தெய்வீகம் ஒளிரும். ஒரு புதிதான் உணர்ச்சியை அவன் அனுபவிப்பான். உடலுறவின்போது கூட ஒருவன் மனதைக் கடந்து சென்று விட்டால், உடலுக்கு அப்பால் போய்விட அனுபவம் ஏற்படும். ஆண்மீக சக்தியுடன் தொடர்பு ஏற்படும். அது சரணாகதியானால் சாதாரண உணர்விலிருந்து ஆண்மீக உணர்விற்கு ஒரே அடியாக தாவிச் சென்று விடுவான்.

ஆண்களுக்கும், பெண்களுக்கும் இடையே பெரும்பாலும் சண்டைச் சக்தரவுகள் ஏற்படுவதற்குக் காரணம், அவர்கள் தங்கள் மனதிலுள்ளவைகளை எல்லாம் கொட்டி வாந்தி எடுப்பதே. அவர்களது மனம்தான் அவர்களை ஆடிடிப்படைக்கிறது. ஓயாமல் சுதந்தம் போட்டுக் கொண்டிருக்கும் மனதிலிருந்து சக்தி ஒழுகிப்பெற மற்றவனின் சக்தியும் வரன்டு போரும்படி செய்கிறது. ஆனால், சரணாகதி அடைந்து விட்ட நிலையில் ஒருவனுடைய 'இருப்பு' 'பிரசன்னம்' மற்றவனுக்கு தெம்பு ஹட்டுகிறது.

உறவு முறைகளில் 'ஆம் இல்லை' என்றுதான் ஒருவன் சொல்ல வேண்டும். ஆனால் அகந்தையிலிருந்து இந்த 'ஆம் இல்லை' என்ற பதில் வந்தால் எதிர்மறைப் போக்கு மனதில் தீறந்து மற்றவனும் பாதிக்கப்படுவான். ஒருவனானத்தை நல்ல முறையிலும் தெரிவிக்கலாம். கேடு விணையும் வளக்கியிலும் தெரிவிக்கலாம்.

சரணாகதி மனப்போக்குடன் ஆண்மீக உடலிலிருந்து ஆம், இல்லை என்ற பதில் வந்தால், அது ஆக்கழுவமான சக்தி நிறைந்து இதனால் எதிர்மறைப் போக்கும் ஹட்டம் பெறும்.

இந்தவிதமான சரணாகதி போக்கு தொழிலிலும், கம்பெனி உலகிலும் எவ்வாறு உதவியாக இருக்கும்?

நீங்கள் அகந்தை உள்ளவனாக இருந்தால் பணத்திற்குப் போயாகப் பறஞ்சும் போட்டா போட்டியில் சிக்கிக் கொள்வீர்கள். இந்தப் போட்டியில் வெற்றி பெற்றாலும் நீங்கள் பணப்போய்த்தான் தொடர்ந்து இருந்துவருவீர்கள்.

அகந்தை இல்லாமல் நீங்கள் திறமையாகத் தொழில் செய்ய முடியும். நான் யார் என்பதை நிருப்தித்துக் காட்ட நீங்கள் முயற்சி செய்யவில்லை. ஆனாலே சரீரத்தின் மூலம் நீங்கள் செயலாற்றினால் சிறப்பாக சாதனை புரிவதற்கு நீங்கள் பாடுபடுவீர்கள். இந்த சிறப்புச் சாதனையில் கடவுளின் வெளிப்பாட்டை நீங்கள் காண்கிறீர்கள். உங்களை எதிர்த்துப் போட்டி பேருடைவின் உங்களைவிடச் சிறந்தவனாக இருந்தால் அவனிடியிருந்து மலையியல்லை. நீங்கள் கற்றுக் கொள்ள முடியும். திறவன் அருள்செற்ற அழுதக் கடலை இருந்து உங்களுக்கு முதிகாட்டிக் கொண்டிருப்பான். நூட்டையில் பிற்காலத்துவுக்கேதே, கல்வியிலும் ஒத்திசைவுடன் இருப்பதிலும் அக்கறை கொண்டு சிறப்பான சாதனைகளை பொறுப் புணர்ச்சியிடன் நிறைவேற்ற உறுதி முண்டிருக்கும்.

துங்காவத்தை விட்டொழித்து சரண்டையும் போதுதான் ஆனால் உடல் வெளிப்படுகிறது. சரண்டை என்பது வெறும் தூரவோ, தியாகம் செய்வதோ அல்ல. உங்கள் வாழ்க்கை தூர்களாத்துவம் அடைய ஏதாவது உன்னதமான குணச்சிறப்புகளை ஏற்றுக் கொள்வதாகும்.

அகமலர்ச்சியைக் காண்க

புத்தர் பெருமான் ஒருமுறை தியானம் செய்து கொண்டிருந்தார். அவர் மனம் பல பிரச்சினைகளை உண்டு பண்ணிக் கொண்டிருத்து. ஆகம் குரும் பெறும் பாதையிலிருந்து அவரது கவனத்தை துவை வேறு எங்கேயோ திருப்பிக் கொண்டிருத்தன. ஒரே மயத்தில் நூறு குறித்தைகள் பாய்ந்து ஒடுவது போல அவர் மனம் நிலைஞாலும் தூர்கள் புத்தர்பிரான் இதை எல்லாம் வெறும் சாட்சியாகப் பார்த்துக் கொண்டிருந்தார். அவர் மனம் கொஞ்சம் கூடபயம் ஏற்படாமல் பார்த்துக் கொண்டார். ஆயிரக்கணக்கான மாண்பாள் அவர் மனதை தங்கள் மீது கவனம் செலுத்துமாறு பற்றி இருந்தன. ஆனால் இதையும் புத்தர் ஒரு சாட்சியைகப் பார்த்துக் கொண்டிருந்தார். தனதுமனது எவ்வளவுதான் ஆட்டம் போகிறது பார்க்கலாம் என்று அவர் மனுமாக கவனித்துக் கொண்டு இருந்தார். அவர் மனம் ஒரு அன்பான மாண்பிலிட்டு இதையும் புத்தர் வெறுமாகியாகப் பார்த்துக் கொண்டிருந்தார். அவர் மனம் அவரை நாலாடாக்கும், எங்கெல்லாமோ திருந்து அவனா

மயக்க பகைத் துமுயற்சி செய்து பார்த்தது. ஆனால் கடைவிரை புத்தர் அவனத்தையும் வெறும் சாட்சியாகவே கவனித்து வந்தார்.

கடைசியில் அவரது மனம் ஒரு அன்பான குழந்தை கடவில் மூழ்குவதாகத் தோன்றி அவரது கவனத்தைத் திருப்பி தியானத்தை கவலக்கப் பார்த்தது. கருணைக் கடலான புத்தர் தனது என்னாங்களுடன் ஜக்கியமாகி மூழ்கிக் கொண்டிருக்கும் குழந்தையின் உயிராக்காப்பாற்ற தனது கருங்களை நீட்டினார்.

உடனே அந்தக் குழந்தை ஒரு போயாக மாறி புத்தரைக் கடலுக்கள் இருந்துச் செல்ல ஆரம்பித்தது. புத்தர்பிரான் தனது முட்டாள் தளத்தை உணர்ந்து பேயை உதிர்த் தன்னி நடப்பதை எல்லாம் சாட்சியாகத் தொடர்ந்து பர்க்கலானார். பேய் மீண்டும் குழந்தையாக மாறி தன்னைக் காப்பாற்றும்படி கெஞ்சு ஆழம்பித்தது. புத்தர் பெருமான் நடந்து கொண்டிருக்கும் நிகழ்ச்சியில் பங்கு கொள்ளாமல் தனது தியானத்தைத் தொடர்ந்தர், நடப்பதை வெறும் சாட்சியாகப் பார்த்துக் கொண்டிருந்தார். குழந்தை கடவில் மூழ்கிப் போய் குான் விழிப்பு பெற்ற மனமாக - புத்தரின் ஆகமம் குருளம் பெற்ற மனமாக வெளிப்பட்டது. ஆகமமான் பெற புத்தர் செய்த முயற்சியை விவரிக்கும் திருவினையாடல் திடு.

இதுபோல நமது மனமும் பலவித விளையாட்டுக்களை விளையாடுகிறது. ஆனால் நாம் இட உறுதியிடன் திருப்பதென்று சம்பந்தம் செய்து கொண்டு நடப்பதை எல்லாம் வெறும் சாட்சிமாதிரிமாக பார்த்துக் கொண்டிருக்க வேண்டும்.

தியானத்தின் போது மனதை எதிலும் ஜக்கியப்படுத்திக் கொள்ளமல் விடுவதற்குக் கொள்வது முக்கியமான அம்சமா? கவலைப் படுவது என்பது என்ன?

உங்கள் என்னாங்களையும், உணர்ச்சி களையும் வெறும் சாட்சியாகப் பார்க்கக் கற்றுக் கொள்ளுங்கள். தூய உணர்வாளுத் தன்றை சாட்சியாகப் பார்க்கும்பொழுது அது எதனுடையும் தன்னை ஜக்கியப்படுத்திக் கொள்ளாது. ஜக்கியப்படுத்திக் கொள்வதால் தூயமான தான் எற்படுகிறது. கவலை என்பதும் ஒரு விதமான தன்னை ஜக்கியப்படுத்திக் கொள்ளும் நிலைதான். கவலை என்பதற்கு முறைக்கிப் பிழிவு, விழிப்பு என்று அடித்து நீங்கள். கவலைப்படும்பொழுது உங்களது டட்டின் மைப்பகுதியில் முருக கேறுவதைக் கவனித்திருக்கிறீர்களா? கவலையின் எதிர்மறையான மனக்கோரீவா அல்லது பயமோ

பலமாகத் தலைதுங்கி உடலின் மையத்தை இருக்கிப் பிழிந்தெடுக்கிறது.

வெறும் சாட்சியாக இருங்கள் - எதிலும் மனதை ஜூக்கியப்படுத்திக் கொள்ளாதீர்கள். உடலையும் உள்ளத்தையும் பெண்வன் தில்லாமல் வைத்து சாட்சியாக நடப்பதை எல்லாம் கவனியுங்கள். 'நான்' என்ற அகந்தத தன்னை எதிலும் ஜூக்கியப்படுத்திக் கொள்ளாமல் இருப்பதுதான் தியானம்.

கவலைப்படும் நிலையில் உணர்ச்சி எப்படி இருக்கும்?

முதலில் ஒயாமல் எதற்கெடுத்தாலும் கவலைப்படுவது, பொறுமைப்படுவது போன்ற எதிர்மறையான உணர்ச்சி நிலைகள் எவ்வளவும் பார்த்து அடையாளம் கண்டு கொண்டு கவனிக்க வேண்டும். பொதுவாக அவகாசை நாம் பார்ப்பிதல்லை, மாராக எதிர்மறை உணர்ச்சியாகவே ஆகி விடுகிறோம். எதிர்மறை உணர்ச்சி ஏற்படும்போதும், பேசாமல் சாட்சியாக பார்த்துக் கொண்டிருங்கள். அப்பொழுது அந்த உணர்ச்சி ஒடும் மேகம் போலவரும் போகும்.

அறிவு மையத்தின் மூலம் ஒரு புதிய மன உறுதியை உண்டு பண்ணி, வெளிவரும் எதிர்மறை உணர்ச்சியை தடுத்து நிறுத்துகின்றன. இது உணர்ச்சிகளை அடக்குவதாகாது. ஏனெனில் எதிர்மறை உணர்ச்சியை கட்டவிழுத்து விட்டு விட்டால் அது துக்க உடலை (Hurt Body) உண்டு பண்ணும் என்பது மற்றக்குருது தெரியும். துக்கஉடல் உங்களை தனது கட்டுப்பாடில் வைத்துக் கொண்டு விடுகிறது.

உங்களது தூய உடல் மையம் மூலம் உடலை தளர்ச்சியாகவும் (Relaxed) சுந்தோஷமாகவும் வைத்திருந்து சாட்சிமாத்திரமாக இருப்பதுதான் முக்கியமான அம்சமாகும்.

கவலை என்பது ஒரு விதமான அடையாளச் சினமாகும். இது பயன்றது. நாம் ஒருவிடம் அங்கு கொண்டு விடுகிறோம். அவரைப் பற்றிக் கவலைப்படாமல் எப்படி இருப்பது? கவலைப்படுவது சரிதானே என்று நம்மில் பலர் நினைப்பது தூதிருஷ்டவசமானது. அது பைத்தியக்காரத்தனம். மற்றவற்றுக்காக கவலைப்பட்டு நாமே வேதனையை வரவழைத்துக் கொள்வதை விட்டு விடுகிறீர்கள்.

கவலைப்படுவதால் நீங்களே ஒய்த்து போகிறீர்கள். உங்களவசத்து எல்லாம் வறுதிப் போகிறது. சக்தி குறைந்துவிட்ட நிலையில் முழுமையாக உங்களால் எதையும் செய்ய முடியாது. கொஞ்சம் கொஞ்சமாக காலடி எடுத்து வைக்கக் கற்றுக்

கொள்ளுகின்கள். கவலைப்படுவதை நிறுத்துகின்கள். கவலைக்கு திட்டம் கொடுக்காதீர்கள். கவலை தோண்டும்பொழுது முளையிலேயே கீள்வி எறியுங்கள். மற்ற மையங்கள் கவலையைப் போவித்து வளர்க்க அனுமதிக்காதீர்கள்.

முதிர்ச்சி உண்டாக்குவது எது?

வாழ்க்கையின் எல்லாத் துறைகளுக்கும் விவேகத்துடன் கூடிய அறிவுச் சட்டங்களைக்கொண்டு வரவேண்டும். விவேக அறிவுவிளக்கு இருந்தால் மரணம் கூட கவர்க்க வாசலாக மாறி விடுகிறது. ஒரு கவுதலுமினால் தீண்ணல் கூதுவிளக்கு விடுகிறது. உள்ளத்தில் அங்குள்ளி, மனதில் மவனம், உடலில் பத்தடமில்லாத தளர்ந்த நிலை ஆகியவை இருந்தால் பிரபஞ்சத்தில் உள்ள போர்த்தலும் சக்தியும் நமக்குள் பாய்ந்து பெருகும். இந்த ஆளப்பிரயக்கியானது உங்களது வாழ்க்கையில் தெய்வீக சங்கதமாக இருக்கும்.

மனதின் கீழியற்கையிலிருந்து அல்லாமல் மேலியற்கையிலிருந்து செயலாற்றினால் உங்கள் மனம் நானாகப் பக்குவப்பட்டு விட்ட தென்பதற்கான அடையாளமாகும். கீழியற்கையில் மனதின் ஹோன் கீயல்பு-விருப்பு, வெறுப்புகள், சித்தாந்தங்கள், புடிவகள் நிறைந்து இருக்கின்றன. இந்த மனதின் கீழியல்பானது உங்கள்கண்ணுக்குத் தென்படாத பல தலைகளை உண்டு பண்ணி உங்களை முன்னேற விடமல் தடுக்கிறது. ஆனால் உங்களது மனதின் மேலான கீயல்பானது உங்கள் மனதைக் காலியாக வைத்து ஆளால், முவன்தை மனதில் நிரப்பி உங்களுக்கு ஊக்கம் அளிக்கிறது. மேலான கீயற்கைசெயல்பட அனுமதிப்பதுதான் பக்குவத்தன்மையாகும். மனம் கனிநிதிவிட்ட உணர்வாலை அனுபவிக்கிறது. பழம் நன்றாக பழத்துவிட்டால் மாத்திலிருந்து விழுந்து விடுகிறது. உங்களது மனம் பக்குவமைடந்து விட்டால் உங்களது கீழான மன தியல்பு உங்களிடமிருந்து விடுபட்டு விடுகிறது.

நான் ஒரு சாதாரண மனிதனா அல்லது அசாதாரணமானவர் என்று நினைத்துக் கொள்ள வேண்டுமா?

நாம் ஒரு டயிரஜூவிலிருந்து பிறக்கிறோம். இந்த அனு தன்னுடன் பரினாம வளர்ச்சியின் வரலாற்றை எடுத்துச் செல்கிறது. தித்தால் தான் நாம் முழுமையான மனித உயிர்களாகப் பிறக்கிறோம். இது பிரபஞ்சம் அனைத்திலும் வியாபித்துள்ள பேறாறிவாகும். யாருக்குமே உண்மையான தனி அடையாளம் என்பது எதுவும் விடையாது. ஆனால் நாம் பிரபஞ்ச அறிவின்

தீரோட்டமாகத்தான் பெருமளவில் இருக்கிறோம். பிரபுஞ்சம் அனைத்திலும் வியாபித்து நிறைந்துள்ள பேரினிவடன் ஒப்பிடும் பொழுது தளி மனிதன் ஒரு காலகட்டத்தில் கல்வி அறிவின் மூலம் ஞானம் பெறுகிறான். இதுதான் அவனுக்கு ஒரு அடையாளத்தை வழங்குகிறது. இந்த அடையாளமானது அவனை அசாதாரணமானவராக்க கடுமையாகப் போராடுகிறது. இதனால் அவன் தனது தனித்தன்மையை நிலைநடத்தி கொள்கிறான். நடச்சத்திரங்களும் சந்திரானும், வானாத்துப் பறவைகளும் உங்களை வரவேற்று களிப்பட்டி மகிழ்ச்சிப்பதற்காகக் காத்துக் கிடப்பதைக் காண்பிர்கள். மல்லாந்து படுத்துக் கொண்டு விரிந்து பாந்து கிடக்கும் எல்லையற்ற வானவிளையியைப் பாருக்கள். வீக்கம் கார்று சுமந்து வரும் மவுனத்தை உணருக்கள். மண்ணின் இதம் தரும் வெப்பத்தை அனுபவியிங்கள். இயற்கையுடன் உங்கள் மனதை ஜூக்கியியப்படுத்தி கொண்டு விட்டதால் இயற்கைஅன்னவளிமாய கச்சி உங்கள் உள்ளதில் இமோயை நீருறவுப் போல பயா அனுமதியியுக்கள். பொறுமைதான் இனாவன் உங்களுக்கு வரும் பிரசாதம் என்பதை நீங்கள் விரைவில் கண்டுபிடித்து விடுமிக்கன். அந்த நேரத்தில் வாழ்க்கையை அனுமதி நீங்களிடம் வளரும்.

எனக்கே நான் வேற்று மனிதனாகி விட்டேன். நான் வெளிநாட்டானைப் போல - அந்தியனாக உணருகிறேன். என்கிப்பதி?

உண்மையில் இதுபோன்ற உணர்ச்சி உனக்கு ஏற்பட்டுள்ளது குறித்து நீ மகிழ்ச்சிதுடையவேண்டும். நீ உனக்கே வேற்று மனிதனாகி விட்டபொழுது உண்ணை ஏதோ ஒன்று உள்குள்ளேயே பிரவேசிக்க வழிகாட்டுகிறது. நீ ஒரு அந்தியகாக உணர்ந்தல், உனக்குள்ள யாரோ ஒருவன் புகுந்து கொண்டிருக்கிறான் என்று உண்ணி ஏதோ ஒன்று கொல்கிறது. மனிதிற்குள்ள நுழையக் கற்றுக் கொள்ளுகிறான். உங்கள் கண்களில் சிறு தூசி விழுந்து விட்டால் போதும், உங்களுடையில் உள்ள புலன்றுவெல்லாம் ஒன்று திரங்கும்போது அந்தத்துக்களை அகற்ற பெறும்பற்றி செய்கின்றன. இதேபோல உங்களுது ஆண்மீக பிரக்களுடையானது உங்களை உள்ளத்திற்குள் பிரவேசிக்க அழைக்கிறது.

அலுப்பும், சலிப்புமான (போர்ட்பதாக) இருந்தால் சந்தோஷப்படுகின்றன. உங்களிடமுள்ள ஏதோ மிகவும் கலையான உறுப்புகள் தங்களிடம் வருவதற்காக உங்களை அழைக்கின்றன என்று குவியாக இருக்கன். தயாரின் தொப்புக்கொடி மூலம் அவளுதுடவுடன் ஒட்டிக் கொண்டிருந்த குழந்தை வெளியே வந்ததும் துண்டிக்கப்படுவது போன்ற உணர்ச்சியை அனுபவிப்பது போன்றே இந்தனார்ச்சியும்.

இத்தகைய துண்டிப்பு இறைவனின் மகா பிரசாதமாகும். நமது வளர்ச்சிக்கு இது மிகவும் அவசியம்.

உங்களையே நீங்கள் ஒரு அந்தியனாக உணர்வது மிகவும் அவசியம் ஏனெனில் நீங்கள் உங்கள்மனதிற்கு உட்னே போகுவதைகளைத்தடி எழுப்ப இயற்கை வகுத்துள்ள விதி இது: ஆக்கரமான செயல்கள் மூலம் மட்டுமல்லாமல் எதிர்மறையான செயல்கள் மூலம் ஒருவன் தன்னைத்தானே உயர்த்திக் கொள்ள முயற்சி செய்ய வேண்டும். உதாரணமாக, தோட்டகரான மன்னனைத் தோண்டி குழி வெட்டுவது எதிர்மறையான செயல் என்று சொல்லப்படுகிறது. ஆனால் அந்தக் குழியில் ஒரு விதையை விதைக்கும்போது இது ஆக்கரமான செயல் என்ற சொல்லப்படுகிறது. அலுப்பையும் சலிப்பையும் பேரின்பம் காணப்பயன்படுத்துகின்றன.

சந்தோஷத்தைத் தேடுபவனிடம் சந்தோஷம் இருக்கிறதா?

ஒரு காரியத்தை முடிப்பதில் - சாதனங்களில் - இரண்டு விதங்கள் இருக்கின்றன. ஒன்று இன்னும் காரியத்தை செய்து முடிக்கவில்லை என்பது. இன்னொன்று ஏற்கனவே செய்து முடித்ததை, முடித்து விட்டதாக் கொல்வது. மலை ஏற வேண்டுமென்றால் அது இன்னும் சாதிக்கப்படாத செயல். உளது கழுத்தில் ஒரு தங்கச் சங்கிலி இருக்கும்போது அதை வெளியே இருப்பதாகத் தேடினால் அது தவறு என்று பின்னர் நீ உணருகிறாய். ஆனால் சந்தோஷம் நமக்குள் இருந்து ஆழ்த்துக்கூடிய நாம் சந்தோஷமாக இருக்கிறோம். ஆனால் சந்தோஷம் என்கிறுந்து வந்தது? மனம் அமைதியாக இருக்கும் பொழுது மகிழ்ச்சி வெள்ளம் நமக்குள் பொங்குகிறது. சந்தோஷத்தையும் மவுனத்தையும் பொருத்தமட்டில் தேடப்பட்ட பொருளானது தேடுபவனிடமே மறைந்து கிடக்கிறது.

மகிழ்ச்சியாக இருப்பதற்கு நான் என்ன செய்ய வேண்டும்?

சந்தோஷமாக இருக்க வேண்டும் என்ற எண்ணத்தை முதலில் விட்டு விடுகின்றன. ஒன்றுடன் ஒன்றை ஒப்பிடுவதை விடுகின்றன. வாழ்க்கையில் நடந்த மகிழ்ச்சிகரமான நிகழ்ச்சிகளில் மனதைச் செலுத்துகின்றன. மகிழ்ச்சி தராத சம்பவங்களைப் பற்றி குறைவா நினைவுகள். சந்தோஷமான வர்களுடன் சேர்த்து கொள்ளுகின்றன. ஓயோ, வயதாகிக் கொண்டி ருக்கிறதே என்ற பயத்தையும் வயதைக் கண்டு பயப்பட வேண்டுமென்ற தவறான

எண்ணத்தையும் விடுவங்கள். உலகிலுள்ள பொருட்கள் சந்தோஷத்திற்குச் சமமான தென்று மனதைக் குழப்பிக் கொள்ளாதீர்கள். வாழ்க்கையில் உடன்குகுக் கூகல் விதமான வசதி வாய்ப்புகளும் இருக்கலாம். ஆனால் திவங்களும் இருந்தும் நீங்கள் மரண அவசியதைப்பட்டுக் கொண்டிருக்கலாம். இது ஏன்?

வாழ்க்கையின் எந்த அம்சத்தையும் பிடித்துத் தொங்கிக் கொண்டிருக்காதீர்கள். சந்தோஷமாக இருக்கப் பல வழிகள் இருக்கின்றன. எல்லா முடிநடைகளையும் ஒரே கண்டில் போட்டு வைக்காதீர்கள். (Don't keep all the eggs in one basket) சிலர் உத்யோகம்தங்கள் வாழ்க்கை என்று சுதா சர்வகாலமும் நினைத்துக் கொண்டு உமிழரை விடுகிறார்கள். வேலையிலிருந்து கல்தா கொடுத்து விட்டால் அப்படியே இந்த போய் விடுகிறார்கள். சில சமயங்களில் ஊர் சுற்றும் நாடோடியாகக் கூட இருக்க வேண்டும்.

உங்கள் வாழ்க்கையில் நிகழும் மாறுதல்களை திட்டிரென்று தோன்றும் அதிசயங்களாக நினைக்கக் கற்றுக் கொள்ளுங்கள். இவற்றை மிரட்டல்களாக நினைக்க வேண்டாம். உங்களைத் தொந்தரவு கொடுப்பவர்களைப் பற்றி குறைவாக நினைத்து, உங்கள் மீது அக்கறை கெட்டுள்ளவர்களை அதிகமாக நினையுங்கள். வாழ்க்கையின் கேள்வி களுக்கு உங்களுடைய மனதின் மேலாளர் இயல்புக்கு எல்லா பதில்களும் தெரியும். கீழான மனதிலையானது உங்களாலும் மேலே போகவிடாது. மேலான இயற்கை ஒரு தீரோட்டம் போன்று அதனுடனேயே மிதிந்து செல்லுவங்கள். வாழ்க்கை கடவில் பாய்மாம் விழித்துக் காற்று அடிக்கும் திலையில் உங்களுக்குள் இருக்கும் நாடோடி மனிதனை ஆளுந்தமாக எங்கு வேண்டுமானாலும் போக துறைமுதியுங்கள்.

எனக்குத் தொல்லை கொடுப்பவர்களைப் பற்றி நான் எப்படி நினைக்காமலிக்க முடியும்? எனது நெஞ்சுக்குள் அலுப்கள் புகுந்து குடைகிறார்களே?

உங்களது கீழான இயல்பு இப்படித்தான் செயல்படுகிறது. கீழ்க்கையிலிருந்து வெளிப்படும் எண்ணாங்கள் படிப்பொழுதும் உங்கள் மாறுவளர்ச்சியில் தலையிட்டுக் கொண்டிருக்கும். தன்னை நோக்கி வரும் பந்தை ஒரு பெண்ணில் வீரன் ஒரு மிரட்டலாக எண்ணாமல் திருப்பி அடிப்பது போல கீழான எண்ணாங்களை விரட்டுங்கள். நேதி - நேதி, இது இல்லை - இது இல்லை என்று வேதம் கூறுகிறது.

துக்க டடவிலிருந்து (Hura Body) உங்களது கீழான இயல்பு சுக்கி பெறுகிறது. இதை மிட்டெழு யுங்கள். ஆளுந்த சீர்த்தை (Bliss Body) உண்டு பண்ணி சந்தோஷமாக இருங்கள். இது வெறும் எண்ணாம்தானே. எண்ண செய்து விடும்?

மதிச்சியல்லாத சம்பவத்தைப் பற்றி நினைப்பதும் ஒரு எண்ணாம்தான். எண்ணம் என்பது ஒரு சொல். எதிர்மறையான சொல். உங்கள் மனதில் எண்ணாமாக வந்தால் அதற்கு உக்கம் கொடுக் காதீர்கள். கூம்பா... ஹா.... ஹா.....' என்று மனம் விட்டுச் சிரியுங்கள். நடனமாட ஆரம்பியுங்கள். உங்களது ஆளுந்த சீர்த்தை தட்டி எழுப்புங்கள். விழுமயமான உணவை விலக்குவது போல எதிர்மறை எண்ணாங்களையும் விலக்குவங்கள்.

உறவுமறைகள் சீராக இயங்கச் செய்வது எனவே?

மேலான மன இயல்பிலிருந்து செயல் படுவங்கள்.

புகார்கள் செல்லாமல் திட உறுதியான சுங்கப்பத்துடன் செயல்படுவங்கள்.

உங்களது அடையாளம் பிரைரச் சார்ந்திருக்க வேண்டாம்.

மற்றவர்களுடன் சண்டை போட்டு கணக்கைத் தீர்த்துக் கொள்ளாதீர்கள்.

ஆளுந்த சீர்த்தை (Bliss Body) உண்டு பண்ணுவங்கள்.

மற்றவர்கள் சுகமாக இருக்கும் உணர்வு மன்றலைங்கள் விரிவாகம் பெய்யுங்கள். தொல்லைத் தரும் உணர்வுகளை ஆதிகிக்காதீர்கள்.

காமக்களியரட்டத்தை பிரார்த்தனையுடன் கூடிய செயலாக மாற்றக் கற்றுக் கொள்ளுவங்கள்.

எதையும் கற்றுக்கொண்டு குடும்பத்துடன் ஆளுந்தமாக இருக்கும் குழந்தையை உண்டு பண்ணுவங்கள்.

நல்லவற்றை எடுத்துச் சொல்ல கற்றுக் கொள்ளுவங்கள். - குற்றம் குறை கண்டு பிடிப்பவர்களாக இராதீர்கள்.

உங்களது கருத்தை சுகமாக எடுத்து சொல்லுவங்கள். பலவந்தமாக உங்கள் கருத்தை நினிக்காதீர்கள்.

அந்தயோன்னியாக இருப்பதற்கு முக்கியத் துவம் கொடுவங்கள் - வெறுபாடுகளை பறுக்கணியுங்கள்.

உறவுமறைகளில் கருத்து வேற்றுமை ஏற்படும் பொழுது வேதனை ஏற்படுகிறது. நமது கனவைப்படி இருக்க வேண்டும்?

கருத்து வேறுபாடு என்பது கற்றுக் கொள்ளும் அம்சமாக இருக்க்கட்டும். சண்டைபோடும்

அட்சமாக இருக்கவேண்டாம். குறுத்து வேற்றுமையைக் கொருப்படுத்தால் அதற்கு அப்பால் கெல்வோம். எந்த சிரமம் ஏற்பட்டாலும் அதைப் புனிதமான தளத்தில் வைக்க ஆரம்பித்தால் எவ்வளவோ விஷயங்களைக் கற்றுக் கொள்ளலாம்.

பென்சில் (எழுதுகோல்) தயாரிக்கும் ஒருவர் தனது தயாரிக்க பென்சிலுக்கு சில அறிவுரைகள் வழங்குகிறார்.

உன்னை யாராவது கையில் எடுத்துக் கொண்டால்லோயிய உன்னால் உபயோகமில்லை. இதுபோல் நாமும் உயர்வான காரியத்திற்காக வைத்துக் கொள்ளப்பட வேண்டும்.

அடிக்கடி உன்னை சீவி கூராக்குவார்கள். இதை ஒரு வேதனையாகக் கருதாதே. அப்பொழுதான் நீ உபயோகமாக இருப்பால்*

உன்னே இருக்கும் பென்சில் கூக்கு (Lead) முக்கியமே தவிர வெளியில் இருப்பது அவ்வளவு முக்கியமல்ல.

இதுபோல நம்குள்ளோ குடிகொண்டுள்ள அங்கு, மவுனம், நற்குளாம்தான் முக்கியமே தவிர, வெளியிலுள்ள ஆழகும் பாடோபழும், மினுமினுப்பும் கவர்ச்சியும் முக்கியமல்ல.

(உன்னை உபயோகப்படுத்தும்போது, உபயோகப்படுத்துவதன் தவறுகள் செய்யலாம். ஆனால் அதை (ரூப்ரால் ஆழித்து) திருத்தித் திருப்ப எழுத உன்கு உரிமை உண்டு.)

இதுபோல நாம் தவறுகள் செய்கிறோம். ஆனால் நாம் வாழுவதில் திருத்தி திருப்ப எழுத (நம்மையேநாம் திருத்திக் கொள்ள) நமக்கு அதிகாரம் இருக்கிறது.

*'நீ எங்கு சென்றாலும் உனது தனித்தன்மையான முத்திரையைப் புதிக்கிறாய்.' எனவே ஒரு பென்சிலைப் போல நாம் எங்கு சென்றாலும் நற்குளாம் என்ற முத்திரையைக் குத்துவோம். (அடிக்கவட்டைவிட்டுச் செல்வோம்)

தியாயாளம் : அகமலர்ச்சி

நான் என்ற வார்த்தை மிகவும் பொதுவான், ஆனால் மிகவும் குழுப்பம் ஏற்படுத்தும் சொல். நமக்குள் கீழான குணமும் இருக்கிறது. மேலான குணமும் இருக்கிறது. மேலான குணத்தைக் கண்டுபிடிக்க துணை புரிவதே தியானம். கீழான குணத்தைத்தில் பல 'நான்'கள் (அகந்தை) திருக்கின்றன. நான் ஒரு தகப்பனார், நான் ஒரு சொத்தன், நான் ஒரு முதலாளி இவையெல்லாம் நான் நடிக்கும் பாத்திரங்கள். ஆனால் 'நான்' இதற்கப்பாத்திரமல்ல. அப்படியானால்நான் யார்? நான் ஒரு தளம். திறந்தவெளி. இதற்குள் எல்லா

என்னாங்களும் பாத்திரங்களும் இருக்கின்றன. இந்த உள்வெளிதான் மேலான இயற்கை (ஆத்மா).

இந்த உள்வெளி மவுனமாகும். இந்த மவுனத்தைக் கண்டுபிடிக்க தியானம் உதவுகிறது. மவுனம் என்பது எந்த விதமான ஒலியும் இல்லாதல்ல. ஆனால் உயிர்த்துவதேப்பு நிறைந்துள்ள ஒரு இருப்பு - சாந்தித்தியம். உள்குள்ளோ நீ பாக்கும் பொழுது உனது என்னாங்கள் கூகம், பெயர், புகழ், அதிகாரம் ஆகிய உருவத்தில் எதையோ தேடுகிறாய் என்பது தெரியும். தேடுகிறவன் எதோ ஒன்றின் பின்னால் ஒடுகிறன். தேடும் பொருளானது தேடுவதனுக்கு உள்ளேயே இருக்கிறது. அவன் தேடுவதும் நாடுவதும் மவுனத்தைத்தான் பேராசைப்படும் 'நான்' இருக்கும்வரை மவுனம் சாத்தியில்லை. வேறு ஒருவளாக வேண்டுமென்ற பேராசையும், நாம் ஒரு அணாமதேயமாகப் போய் விடுவோம் என்ற யமும்தான் மன அழுத்தத்தை நடைக்கு கிண்ணன். மவுனம் என்பது என்னாத்தைத்தும் மனதையும் கடந்து. இந்த திரண்டுக்கும் அப்பால் செல்வது தான்தியானம். மனதிற்கு அப்பால் நாம் போக முடியாது. எனவே மனது நம்மை கடந்த காலத்திற்கும் எதிர்காலத்திற்கும் தீழுதுச் செல்கிறது. இதனால் கடந்த காலம் பற்றியும் எதிர்காலம் பற்றியும் நம்மைக் கவலைப்படும்படி செய்கிறது.

ஏன் இவ்வாறு நிகழ்கிறது?

நமது வாழ்க்கை காலத்துக்குள்ளும் அடங்கி இருக்கிறது. காலத்துக்கு அப்பாலும் விரிந்து பாந்து கிடக்கிறது. உதராணாக தூங்கும் பொழுது நாம் காலத்துக்கு அப்பால் - காலத்தைத் தாண்டிப் போய் விடுகிறோம். காலத்துக்குள் இருப்பதனாம் உணர்கிறோம். ஆனால் காலத்துக்கு அப்பால் செல்லும் கலையை நாம் கற்றுக் கொள்ள வில்லை. திதனால் ஒரு நிறைவர்ற தன்மை ஏற்படுகிறது. குறைவை உணரும்மனம் நிறைவைத் தேடுகிறது. இது பேரதான், தின்னும் வேண்டும் என்கிற வேட்கையால் மேன்மேலும் குறைவான் ஏற்படுகிறது. இதற்குத் தீவு காண்பதுதான் தியானம்.

தியாயாளம் எப்படிச் செய்வது?

அனமதியான இடத்தில் அமர்ந்து கொண்டு என்னாங்களை கவனியுங்கள். அவைவந்து போக அனுமதியுங்கள். என்னாங்களுடன் உங்களை ஜூக்கியப்படுத்திக் கொள்ளாதீர்கள். வெறும் காட்சியாக இருங்கள்.

என்னாங்களுக்கு இடையே இடைவெளி திருப்புகிறதா என்று கவனியுங்கள். என்னாங்களுக்கிடையே தோன்றும் இடைவெளிதான் மவுனம் என்பதை உணர்வீர்கள். மவுனத்தைப் பார்ப்பவன் மவுனமாகவிடுகிறார். மனம் சத்தும் போட்டு கொண்டிருப்பதால் மவுனத்தை கவனிக்க முடியாது. முதலில் என்னாங்கள் ஏராளமாக இருக்கும். திட்டங்நடுவே இடைவெளிகளைக் கார்ண முடியாது. போகப்போக என்னாங்கள் வந்து போகும். வேகம் குறைந்துவிடும்.

அடுத்து உங்களும் முச்சைக்கவனியுங்கள். முச்ச உள்ளே போவதையும் வெளியே வருவதையும் உணருங்கள்.

இப்போது உங்கள் என்னாங்களின் வேகம் மேலும் குறையும். நீங்கள் முச்சை உள்ளே இழுக்கும்போதும் வெளியே விடும்போதும் முச்சக்காற்றில் வெது வெதுப்பான குடுதிருப்பதை உங்கள்.

உள்ளே போகும் முச்ச வெளிமுச்சாகவும், வெளிமுச்ச உள்முச்சாகவும் எப்படி தாளாகவே மாறுகிறது என்பதைக் கவனியுங்கள்.

இப்போது வார்த்தைகளே எழாமல் மவுநாக திருங்கள். அமைதியை நன்றாக அனுபவியுங்கள். மவுனத்தில்தான் உண்மையான தகவல் பரிமாற்றத்திற்கான கதவுகிறது.

நமது அன்றாட வாழ்க்கையின் எல்லாத் துறைகளிலும் நாம் எப்படி தியான நிலையை மேற்கொள்வது?

கண்ணத் திறந்து கொண்டு தியானம் செய்து கொண்டே உங்களு காரியங்களைச் செய்யுங்கள். ஆளால் சத்தும் போடும் மனது உங்களை தன் வசப்படுத்தி கொண்டு குழுக்கி விடாமல் பார்த்துக் கொள்ளுங்கள். கடவுள்களைப்படும் மனம் தீரான குணத்தின் வெளிப்பாடு என்ற உண்மையை அறிந்து கொள்ளுங்கள்.

வாழ்க்கையின் எல்லாத் துறையிலும் உங்கள் விழிப்புணர்வு இன்னும் ஆழமாக்கட்டும்

இப்படி விழிப்புணர்வு ஆழமாகும்பொழுதுநீங்கள் எந்த செயல் புரிந்து கொண்டிருந்தாலும் நீங்கள் தியான நிலையில் இருக்கிறீர்கள்.

ஒரு காரியத்தின் வெற்றிக்கு தியானம் எந்த வகையில் உதவுகிறது?

ந் தோட்டமாக இருப்பதற்கு ஒரு காரியத்தில் வெற்றி விடைக்க வேண்டும். விழிப்புணர்வுடன் செயல்பட்டால் உங்களு சக்திகளை சரியான

திசையில் திருப்ப முடியும். விழிப்புணர்வு மூலம் ஒரு காந்த மையம் திறக்கிறது.

உள்ளெல் அமைதியைக் கிருந்தால் நீங்கள் சரியான முடிவு எடுக்க முடியும். எப்போது எதைச் செய்ய வேண்டும், எப்போது நிறுத்த வேண்டும் என்பது உங்களுக்குத் தெரியவரும். உள்ள அமைதியான சிறந்த ஆஸ்மீக வழிகாட்டி.

ஒரு கதை சொல்லி இது பற்றி விளக்க முடியுமா?

ஒரு தொழிலாளி தனது பணி இடத்தில் வேலைசெய்து கொண்டிருந்தான். பிரார்த்தனைப் புத்தகத்தை அவன் கொண்டு வர மறந்து விட்டதால் பிரார்த்தனை செய்ய முடியவில்லை. தனது தவறை உணர்ந்து வருத்தப்பட்டான். உடனே மண்டியிட்டு உட்கார்ந்து, ‘இறைவா, இன்னு நான் தோத்திடப் புத்தகத்தைக் கொண்டு வரவில்லை. நீ எல்லாம் அறிந்து படம்பொருள். எனவே A முதல் Z வரை எல்லா எழுத்துக்களையும் ஒவ்வொன்றாகச் சொல்கிறேன். A. முதல் Z வரையிலுள்ள எழுத்துக்கள் அனைத்திலும் நீ திருக்கிறாய். இவைகளை நீயே ஒன்றாக இனைந்து சிரியன் பிரார்த்தனையாகச் செய்து கொள்ள. என்ன செய்து? எனக்கு பிரார்த்தனை ஞாபகமில்லையே’ என்று மனமுருகி தியாகிப்புரவாக கடவுளை வேண்டிக் கொண்டான். அவனது பக்தியைக் கண்டு இறைவன் பரவசமடைந்து, அப்பேன் எல்லா பிரார்த்தனைகளிலும் திதுதான் மிகச் சிறந்த பிரார்த்தனை’ என்று கூறினார். (அகரமுதல் எழுத்தெல்லாம் ஆதிபகவான் முற்றிறே உலகு’ என்றார்திருவள்ளுவர்)

உள்ளத்தில்குள் அமைதி குடிகொண்டு திருந்தல் எதாவது ஒரு ஒழுங்குமுறை தாளாகவே ஏற்படும். தியானம் இத்தகைய மவுனத்தைக் கொண்டுவருகிறது.

மவுநாம் இல்லாவிட்டால் என்ன நிகழ்கிறது?

முதலில் உனது உடல் தூரோக்கியம் பாதிக்கப்படுகிறது. உனது உடலில் தூரோக்கிய மில்லது ரசாயனப் பொருட்கள் உண்டாரும். இதனால் நோய் வர வாய்ப்பு ஏற்படலாம். நோயினால்நிம்மதி பாதிக்கப்படுகிறது. உளவியல் நியாக நீஏதாவது திட்டம் போட்டுக் கொண்டே திருந்தல் தேவையில்லைத்தோது கூட திட்டம் போடும் மன நிலையிலையே இருக்கிறாய். இதனால் உள்மனதை ஒரு முடுப்பி கவ்விக் கொள்கிறது. பதற்றங்கள் மனதில் வந்து குவிகின்றன. துக்க உடல் (Hurt Body)

தோன்றுகிறது. வேதத்தில் தீரு குட்சம்-நுண் உடல் என்று சொல்லப்படுகிறது.

இந்த மனதிலையில் நீ உனது வரப்புக்கையில் தேவையில்லாத வற்றை எல்லாம் கப்பையாக சேர்த்து வைத்துக் கொள்கிறாய்.

சூருவனுக்கு ஒரு பாட்டில் கிடைத்தது. அதைத் திறந்தான் உடனே அதிலிருந்து தேவைத் தெவையில் அவனுக்கு ஒரு வரம் அளித்தது. ஆனால் ஒரு நிபந்தனை 'உன்கு நீ எது வேண்டுமென்று கேட்டாலும் உன் மாமியாருக்கு இரண்டு கிடைக்கும்' என்பதுதான் அந்த நிபந்தனை. அவன் இதற்கு சம்மதிக்கிறான்.

'சரி - இப்போது மூன்று வரங்கள் கேள்' என்று தேவைத்

'எனக்கு ஒரு மில்லியன் டாலர் வேண்டும்' என்றான் அவன்.

'நான் சொன்னது ஞாபகம் இருக்கிறதா? உன் மாமியாருக்கு இரண்டு மில்லியன் டாலர் கிடைத்து விடும்' என்று அவனுக்கு நினைவுட்டியது தேவைத்.

'சரி - பரவாயில்லை'

'எனக்குறவாயில் ஒரு விடு வேண்டும்'

'நந்தான்'

'இப்போது எனக்கு அடி கொடுத்து பாதி காகடி' என்றான் அவன்.

இப்படித்தான் நாம் வாழுக்கையில் தேவை இல்லாதவற்றை எல்லாம் கேட்டு அவஸ்தைப்படுகிறோம். உன் மனம் உன்றா அமைதியாக இருக்கும் நிலையில் உன்கு எது நல்லதோ ஆணைச் செய்கிறாய். உன்னைச் சுற்றிதல்ல காரியங்கள் நடப்பதையும் விழிப்புடன் பார்த்துக் கொண்டிரு.

'நீபோதனை' (Sennior) நடந்து கொண்டிருக்கும் பொழுது மதா கோவிலில் ஏன் அமைதியாக இருக்க வேண்டும்?' என்று எல்லோரையும் கேட்டார் ஒரு பாதிரியார்.

'ஏனென்றால் மக்கள் தூங்கிக் கொண்டிருக்கிறார்கள்' என்றான் ஒரு அழகான புத்திசாலிப்பையன்.

ராஜாவிடம் நீ என்ன கேட்டாலும் எனக்குப் பாதி கொடுக்கம்படி சொல்ல வேண்டுமென்றான் தெனாலி ராமானிடம் அவன் நன்பன். தெனாலி ராமான் ராஜாவிடம் உனக்கு கூச் அடி கொடுக்குமாறு கூறினான். 5 க்கூச் அடி முழுத்து "நிறுத்துவங்கள். எனக்கு எது கிடைத்தாலும் பாதி தருவதாக என்

நன்பனிடம் வாக்குக் கொடுத்திருக்கிறேன். 10 க்கூச் அடியில் பாதிகூச் - 5 க்கூச் அடியை நன்பனுக்குக் கொடுங்கள்" என்றான் தெனாலி ராமன்!

இயற்கை மூலமும் அனுபவங்கள் வாயிலாகவும் இறைவன் நமக்கு பல பாடங்களை போளிக்கிறார் நாம் தூங்காமல் விழித்திருப்போம். உள்ளராந்த அமைதி விழிப்புணர்வை உண்டாக்குகிறது. விழித்திருக்கக் கூடிய கலையேதியானம்."

மன இருக்கும் தளங்குத் தெர்க்கை

பரப்பர்ப்பான உணர்ச்சிகளைப் பெறுவதற்கு ஏன் தீவ்வளவு பேராசை? நான் பரபாப்பட்டும் உணர்ச்சிகளைத் துறப்பதா அல்லது அதில் ஈடுபடுவதா?

சூருவன் தீண்டகாலம் பதற்றமான நிலையில் இருக்கும்பொழுது மனதிற்குள் ஒரு சூன்யம் ஏற்படுகிறது. இந்த சூன்யம் அல்லது ஒரு காரியத்தைப் பூர்த்தி செய்யவில்லையென்ற மனக்குருது உங்களது கண்களில் தூசு போல உறுத்துவிற்கு. இந்த தூசு உங்களது உடலுக்கு அந்தியமானதால் நீங்கள் கண்ணிலிருந்து இந்த தூசியை எடுக்க முயல்கிறீர்கள். இது போல நிறைவேற்ற முடியாத காரியம் உள்கூடுக்கு அந்தியமானது. எனவே இதை அகற்ற முயல்வது இயற்கையே.

மேலும் வேண்டும் - இன்னும் வேண்டுமென்கிற போராசைதான் உங்களை பூரண மனிதனாக்குவதற்கு பதில் போராசைப்படும் மனிதனாக ஆக்குவிற்கு. தூக்கத்தின்போது உங்களுக்கு எந்த விருப்பமும் கிடையாது. ஏனெனில், உங்களிடம் எல்லாம் பரிசூரணமாக நிறைந்து இருக்கிறது.

பரபரப்பு உணர்ச்சிகளுக்கு அடிமையாகத் வரா அவை நல்லவை என்பதை நீங்கள் உணர வேண்டும். இதனால் அறியாமையும் ஏற்படுகிறது. இந்த அறியாமை புலன்களின் வழியாக உண்டாகிறது.

வாழுக்கையில் ஏற்படும் டென்ஷன்களை எப்படிச்மானிப்பது?

வாழுக்கையை சமச்சீராக வைத்துக் கொள்ளும் கலையைக் கற்றுக் கொள்ளுவங்கள். முட்டைகளை எல்லாம் ஒரே கூடையில் போடாதீர்கள். உடற்பயிற்சி, யோகா, ஆழந்த மூற்று விடுதல் மூலம் உங்களது உடல் மையத்தை திறந்து வைத்துக் கொள்ளக் கற்றுக் கொள்ளுவங்கள்.

மனதையும் திறந்து வைத்துக் கொள்ளுவார்கள். இதனால் ஆண்டத்ம் ஏற்படுகிறது.

இந்த கைத்தயை பற்றி சிந்தியுங்கள்.

ஒரு இளவரசன் புதர் பெருமாளைச் சந்தித்தான். புதரது சாந்தித்தியமே இளவரசனை தூறவியாகத் தூண்டியது. இளவரசன் ஒரு பெரிய இசைக்கலைஞர் கூபோக வாழ்வு வாழ்ந்து வந்தான். தூறவியான பிரகு தலைழூக மாறி அனைத்தையும் தூறந்து விட்டான். கடும் உணவாளிதாம் இருந்தான். முட்களின் மேல் நடந்து தன் உடலை வருத்திக் கொண்டான். ‘வீணாவின் தந்திகள் மிகவும் தளர்ந்திருந்தால் நீநன்றாகவாசிக்க முடியுமா?’ என்று விணவினார் புதர். ‘முடியாது’ என்றான் இளவரசன். ‘எதையும் அளவுக்கு அதிகமாகச் செய்யாதே. வீணாயின் தந்திகளை சரியாக முறைக்கி சுதியோடு வைத்திருந்தால்தான் நன்றாக வாசிக்க முடியும். தீழுபோலத்தான் உன் வாழ்க்கையையும் சமச்சீரான நிலையில் வைத்திருந்தால் உனது வாழ்க்கை இனிய சுந்தீமாக அமையும்’ என்று புதர் இளவரசனுக்கு அறவுரை வழங்கினார்.

சென்டுன்களைக் குறைக்க என்ன செய்ய வேண்டும்?

உதாரணமாக ஒரு மாணவன் பல மைல்கள் ஒடிகிறன். ஒடுவதை ஆளந்தமாக அனுபவிக்கிறான். ஆனால் இதையே தண்டனையாகவிடிட்டால் ஒடுவதால் பெண்டன் ஏற்படுகிறது. இந்த சென்டன் உனது மனதிலிருந்து ஒரு காரியத்தை நீந்தவித்தில் எடுத்துக் கொள்ளிறியோ அதனால் பெண்டன் குறைகிறது.

கடவில் நீந்துபவனைப் பாருங்கள். அலைகள் அதிகமாக பலமாக ஏழ எழு நீந்துபவனுக்கு ஆண்டத்ம் அலைகளுடன் விளையாடுவதுபோல ஒரே குறியாக இருக்கிறான். காரணம் அந்தக் கணத்தை அலைகளோடு விளையாடுவதை சந்தோஷமாக அனுபவிக்கிறான். அவனது மனம் வேறு எதைப் பற்றியும் நினைக்கவில்லை. தன்னைச் சுற்றியுள்ள வாழ்க்கையை இன்பமாக அவன் அனுபவிக்கிறான்.

நிகழ்காலத்தில் இருந்து கொண்டு நிகழ்காலத்தை ஆண்டமாக அனுபவிக்கக் கற்றுக் கொள்ளுவார்கள். கடந்த காலத்தையோ அல்லது வருங்காலத்தையோ பற்றி நினைக்காதீர்கள்.

உடலையும் உள்ளதையும் பெண்டன் இல்லாமல் செய்யக் கற்றுக் கொள்ளுவார்கள். என்னாம்களின் அழைகப் பார்த்து அதனுடன் விளையாடுவார்கள். என்னாம்களுடன் சள்ளடபோடாதீர்கள். மனதைக் காலியாக வைத்துக் கொள்ளுவார்கள்.

அபிலாவை உள்ள மனப்போக்குக்கும் தியார் பராமான மனப்போக்குக்கும் வித்யாசம் இருக்கிறதா?

ஆம் இருட்டறைக்கும் வெளிச்சத்திற்கும் உள்ள வித்யாம் போன்றேது இது அபிலாவைகள் இருந்தால் எப்பொழுதும் பெண்டனான குழலில் நாம் இழுக்கப்படுகிறோம். சந்தோஷமாக இருப்போம் என்றநம்பிக்கையும் மற்றவர்களையும் போல நாமும் இருக்க வேண்டும். அவளையிட நாம் பெரிதக் காதிக்க வேண்டும் என்கிற மனப்போக்கும்தான் அபிலாவைக்குக் காரணம்.

என் வீடு பணக்காரன் வீட்டைப் போல இருக்க முடியுமா? அல்லது பக்கத்து வீட்டுக்காரனின் வீட்டையிட நன்றாக இருக்க முடியுமா? இப்படி எதற்கெடுத்தாலும் மற்றவனுடன் ஒப்பிடுவதால்தான் வாழ்க்கையில் கத்தை நாம் இழக்கிறோம். இந்தப் பேராசை ஒழிந்தால்தான் நங்கள் சந்தோஷமாக இருக்க முடியும்.

தியானம் நமக்கு விழிப்புணர்வு ஏற்படுத்துகிறது. விழிப்புணர்வு உயர்வான தரத்தில் இருந்தால் ஒப்பீடு எவ்வளவு முட்டாள்தனம் என்பதை நாம் உணர்வாருடியும்.

ஒவ்வொருவனுக்கும் ஒரு தளித்தள்ளம் இருக்கிறது. ஒருவனை இன்னொருவனுடன் ஒப்பிட முடியாது. அதைகுறையாக இருப்பதிலும் அழைக்க காண முடியும். வாழ்க்கையை எடைபோடுவதில் கவனம் கெலுத்துவதையிட வாழ்க்கையின் அற்புதக்களையும் வாழ்க்கையின் இனியசங்கீதத்தையும் ரசிக்கும் கலையைக் கற்றுக் கொள்ளுவார்கள். உங்களது எண்ணமும் பாரவையும் புதிய சிகரண்களை அடையும்.

வாழ்க்கையை வித்யாசமாகப் பாருவார்கள்

வாழ்க்கை கீதங்களைக் கேள்வுவார்கள்

உங்கள் இதையும் மலர்ந்து மனம் பாப்பட்டும்.

உங்களை பார்வை இந்தக் கணத்தின் மகோன்தைத்தைக்காணாட்டும்.

உங்களது வாழ்வு தேவகானமாக இருக்கக்கூட்டும்.

உங்களது கஷ்டங்களை இறைவன் நடத்தும் ரண சிகிச்சை எனக் கருதுவார்கள்.

உங்கள் கவலையை ஞானமாக மாற்றுவார்கள்.

மனச்சோர்வை ஒரு மோகவலையாக மாற்றுக் கற்றுக் கொள்ளுவார்கள்.

சீராக இருப்பதைவிட சந்தோஷமாக இருங்கள்.

புத்திசாலியான பெற்றோராக இருக்கக் கற்றுக் கொள்ளுங்கள்.

உங்கள் திருமணத்தை அந்தியோன்ஸியத்தின் அற்புதமாக்கக் கற்றுக் கொள்ளுங்கள்.

உங்கள் ஆயுணை ஆயுண் தண்டனையாகக் வேண்டாம்.

வாழ்க்கை என்பது ஒரு வார்த்தை அல்ல. அது ஒரு வாக்கியம். அதை ஒரு ஆயுண் தண்டனையாக ஆக்கி விடாதீர்கள். (Life is a sentence: Do not make it a life sentence) வாழ்வாங்கு வாழ்வதில் ஒன்றுடன் ஒன்று சம்பந்தப்பட்டிருக்க வேண்டும். ஒவ்வொரு உறவு முறையும் மூன்று அம்சங்களைக் கொண்டது. முறையே

உறவாடுபவர்

உறவுகொள்பவர்

உறவு

உறவுமுறை ஒத்திசைவாக இருந்தால், வாழ்க்கை கருதியுடன் சேர்ந்த சங்கீதம் போல ஒத்திசைவாக இருக்கும். ராகமாலிகையாக அழகாக இருக்கும். வாழ்க்கையுடன் ஒத்திசைவுடன் சம்பந்தப்பட்ட கலையைத்தான் மதம் நமக்கு போதிக்கிறது.

ஒரு கிராமவாசி ஒரு நண்பரின் வீட்டுக்குப் போனான். அவர் ஒரு மின்சார திண்ணிலியர். ஒரு அறையில் மின்சாரக் கருவிகளை வைத்துக் கொண்டு பரிசோதனைகள் நடத்தி வருவார். ஒவ்வொரு தடவை அந்தக் கிராமவாசி மின்சாரக் கருவிகளைத் தொடும்போதும் ‘ஷாக்’ அடிக்கும். இந்த மின்சாரக் கருவிகளில் ஏதோ பேய், பிசாக இருக்கிறது என்று அவன் நினைத்துக் கொண்டான். பின்னர் அவன் நண்பர் இந்த மின்சாரக் கருவிகளை எப்படி உபயோகப்படுத்த வேண்டுமென்று அந்த கிராமவாசிக்கு சொல்லிக் கொடுத்தார். கிராமவாசிக்கு ஒரே ஆச்சரியம்! மின்சாரக் கருவிகள் வைக்கப் பட்டிருந்த அறையை நாகம் என்று நினைத்தவனுக்கு இப்போது இது கவர்க்கம் போல இருந்தது.

இதே மாதிரிதான் உலகம் ஒரு மின்சார அறை போன்றது. புத்திசாலித்தனமாகப் புரிந்து கொண்டால் உலகம் கவர்க்கமாக இருக்கும். இல்லாவிட்டால் ஒரே நாகம்தான்.

மூல்லா நஸ்ருத்தீன் தன் குருவிடம் சொன்னார். ‘கெட்டவர்களுடன் சேர்ந்து நான் அடிக்கடி குடிக்கிறேன். இவர்களைல்லோரும் உங்களது சீட்கள்.

உங்கள் உபதேசத்தைக் கேட்டு நடக்கவில்லை. இதுதான் என்கு வருத்தமாக இருக்கிறது’ என்றார்.

‘எதுப்படி அவர்கள் நடக்கவில்லை’ என்று வினவினார் குரு.

‘எதுவானாலும் மற்றவர்களுடன் பகிர்ந்து கெள்ள வேண்டும் என்ற தத்துவத்தை நீங்கள் சீட்களுக்குப் பதேசித்தீர்கள். யாருமே என்னுடன் குடியைப் பகிர்ந்து கொள்ளவில்லை. நான் தனியாகக் குடியைப் பகிர்ந்து என்று அழுதார் நஸ்ருத்தீன்.

அக்கைத் தன்பது பலவித தங்கக்கள் செய்து நியாயப்படுத்தும். கிது நம்மை முடமாக்குவதே அன்றி விடுவிடப்படு அல்ல. மதம் நம்மை விடுவிக்க வேண்டும். மதத்தின் பெயரால் மக்கள் முடமாக்கப்படுகிறார்கள். தண்ணை விடுவித்துக் கொள்வதுதான் மதத்தின் உண்மையான அடையாளமும் தரமும் ஆகும்.

ஒருதடவை நாம் அக்கைத் தில்லாமல் இருந்து விட்டால் ஆண்தம் தானாகவே உண்டாகிறது. அக்கைத் தாந் தாந் விடிப்படையைச் செய்கிறது. ஆனால் அக்கைத்தோயோ வெறும் அறிவைத்தான் செமிக்கிறது. நாம் பிரச்சினைகளைப் பார்க்கும் முறை மாற வேண்டும். அதுதான் அடிப்படையான மனப்போக்காகும். பிரச்சினைகள் நம்மை புண்படுத்துவதில்லை. ஒரு பிரச்சினைக்கு நாம் கொடுக்கும் விளக்கம்தான் நமது மனதைப் புண்படுத்துகிறது. செத்தவனுக்குத்தான் பிரச்சினை எதுவுமே இருக்காது. எப்போதுமே பிரச்சினைகள் இருந்து கொண்டுதான் இருக்கும். பிரச்சினைகளுடன் தாம் நம் வழ்க்கை நடத்த வேண்டும். இந்த பிரச்சினை நமக்குத் தொல்லை கொடுப்பது அல்ல. நம்மை படைப்பாற்றில் உள்ளவர்களாக்குவதற்காகத்தான் இவை நமக்கு



தேரையர் பாடவின் விளக்கம்

- ★ தேரையர் என்ற சித்தர் உடல்நலம் காக்கக் கில அறியபோகளைக்காறியுள்ளார் தது.
- ★ பாலுணவை உண்போம்.
- ★ என்னென்ற தேய்த்துக் குளிக்கும்பொழுது வெந்தீரில் குளிப்போம்.
- ★ பகலில் உடலுணவு கொள்ளமாட்டோம்.
- ★ பகலில் உறங்குமாட்டோம்.
- ★ தன் வயதைவிட மூத்த பெண்ணோடும், பொது மகளிரோடும் உடல் உறவு கொள்ளமாட்டோம்.
- ★ காலை இளம்பெயிலில் அஸையமாட்டோம்.
- ★ மலம், சிறுநீர் ஆகியவற்றை அடக்கமாட்டோம்.
- ★ படுக்கும் பொழுது கிடது கைப்புறம் ஒருக்களித்துப்படுப்போம்.
- ★ புளித்ததயிர் உணவை விரும்பி உண்போம்.
- ★ முதல் நாள் சமைத்த கறியை அடுத்தநாள் உண்ணமாட்டோம்.
- ★ பசிக்காதபோது உண்ண மாட்டோம் பசித்த பொழுதுமட்டும் உண்போம்.
- ★ ஒருநாளைக்கு இரண்டு முறை மட்டும் உண்போம்.
- ★ பகலில் தூங்க மாட்டோம். இரவில் நன்றாகத் தூங்குவோம்.
- ★ மாதம் ஒரு முறை மட்டும் உடலுறவு கொள்வோம்.
- ★ உணவு உண்ணும்பொழுது தாகம் அதிகரித்தாலும் இடையிர்நீர் அருந்தமாட்டோம்.
- ★ பிஞ்சு வாழைக் காய்களையே கறி சமைத்து உண்போம். மிக முற்றிய காய்களை உண்ணமாட்டோம்.
- ★ உணவு உண்டபின் சிறிதுதாழம் நடப்போம்.
- ★ ஆறுமாதங்களுக்கெல்லாம் முறை வாந்தி மருந்து உட்கொள்வோம்.
- ★ நான்கு மாதங்களுக்கு ஒரு முறை பேதிக்கு உட்கொள்வோம். ஒன்றாரை மாதத்திற்கு ஒர் முறை முக்கியமாக மந்திடுவோம். இதனால் சளி முதலிய பீரிச் நோய் வராமல் தடுப்போம்.
- ★ வாரம் ஒருமுறை முக்கூவரம் செய்து கொள்வோம்.
- ★ நான்கு நாட்களுக்கு ஒருமுறை என்னைய் தேய்த்துக் குளிப்போம். மூன்று நாட்களுக்கு ஒரு முறை கண்ணுக்கு மையிடுவோம்.
- ★ மனம் வீசும் மலை இரவில் நூரெங்கமாட்டோம்.
- ★ ஆடி, கழுதை முதலியவை வரும் பாதையில் எழுகின்ற புழுதி நம் உடல்மேல் படுமாறு நெருங்கிநடக்கமாட்டோம்.
- ★ தரைக்குத் தெய்யும் இடத்தில் கிளம்பும் தூசி மேலே படும்படிநடக்கமாட்டோம்.
- ★ இரவில் விளக்கு ஒளியில் நிற்போரின் நிழலி லூம், மரநிழலிலூம் நிறக மாட்டோம்.
- ★ பசிக்கும்பொழுதும், உணவு உண்ட உடனாம் உடலுறவு கொள்ளமாட்டோம்.
- ★ அந்திப் பொழுதில் உறங்கதல், உணவு உண்ணல், காமசெயல் புரிதல், அழுக்கு உடை அணிதல், தலைவராகுதல் ஆகியவற்றைச் செய்யமாட்டோம்.
- ★ நம்மிடம் இரக்கம் உள்ள தெய்வங்கள், பித்ருக்கள், குரு ஆகியோரை எப்பொழுதும் வணங்குவோம்.
- ★ பிறர் கை உதறும்பொழுது நகத்திலிருந்து வரும் தண்ணீரும், குளித்து தலைமுடிசையத் தட்டும்பொழுது தெளிக்கும் தண்ணீரும் மேலே தெரித்து விழும் இடத்தில் நடக்க மாட்டோம்.
- ★ இப்படி நாம் நடந்தால் எமன் நம்மை அணுக அஞ்சவான். நீண்டகாலம் ஆரோக்கியமாக வாழுவோம்.



ஏற்க வேண்டிய சில நல்ல குணங்கள்

- ★ வசதி அதிகரிக்க அதிகரிக்கப்பட்டிருக்கும். ஆனாலும் அதிகரிக்கும். ஆணவத்தின் வெற்றி தற்காலி கமங்கு, முடிவு அவைக் குழும்பியது. எனவே வசதி அதிகரித்தாலும் பெரும் பதவி விடைத்தாலும் நிலை மாறக் கூடியது.
- ★ ஒருநிர்வாகப் பொறுப்பை அதிர்ஷ்டத்தினால் அல்ல. புதித்திக் கர்மமால் மட்டுமே நிர்வலிக் குடியிருப்பது.
- ★ ஆறு அமரச் சிற்றித்து முடிவெடுக்க வேண்டும். அதே நேரம் காலம் பொன் போன்றது. முடிவெடுப்பதில் கால தாமதம் தவிர்க்கப்பட வேண்டும்.
- ★ எந்தப் பிரச்சனையிலும் நாம் முடிவெடுக்க வேண்டும். முடிவு எடுக்காமல் பிரச்சனையை துதன் போக்கில் விட்டு விடக்கூடாது. சிரியோ, தவவோ முடிவு எடுக்க வேண்டும். முடிவு எடுப்பது சிரியா, தவவா என்ற நந்தேகத்தில் தயக்கத்தில் விட்டு விடுவதால் பல வசப்புகள் ஈடு நமுவில் செல்வின்றன.
- ★ கீழட்டத்தில் உள்ள எந்தப்புகளை அுண்பிபொழுது சரி செய்ய வேண்டும். நாம் வாடிக் கூடாது.
- ★ பொறுவான் கிடியங்களில் குடும்பத்திலோ, தொழிலிலோ, அலுவலகத்திலோ பல பேர் திருப்பதால் கருத்து வேறுபாடுள்ள வர வாய்ப்பு உள்ளது. எல்லோருடைய கருத்தையும் கேட்டு நாம் ஒரு முடிவிற்கு வந்து முடிவு எடுக்க வேண்டும். பார்ப்பு திருப்பின் சம்பந்தப் பட்டவரை கூட்டிட்டு விளக்கிக் கொல்லி சமாதானம் செய்ய வேண்டும். தனிப்பட்ட பிரச்சனைகளை நாமே ஆராய்ந்து முடிவெடுக்க வேண்டும்.
- ★ தந்தெராமுது எல்லோரும் எல்லாவற்றிலும் திருப்பதியடைவதில்லை. எனவே சில முடிவுகள் சில குருக்குப் பாதாக அமைந்து விடும். நம்மால் இயந்து அல்லது செய்ய வேண்டும். இருக்கம் பார்த்து பொறுப்பைச் சரியாக நிறைவேற்றாமல் திருக்கக் கூடாது.
- ★ நாம் பிறர் கொல்வதைக் கேட்டுக் கொள்ள வேண்டும். ஆராய்ந்து பார்த்து நம்கு நாமே ஓர் முடிவு எடுக்க வேண்டும்.
- ★ நாம் யானரையும் வேண்டியவர் என்றோ எதிரியாகவோ ஆக்கிக் கொள்ளக் கூடாது.
- ★ நம் கருத்தைப் பிறர் முது தினிக்கக் கூடாது. பிறர் கூறுவதையும் கேட்க வேண்டும்.
- ★ எக்காரணம் கொண்டும் எல்லாம் நமக்குத் தெரியும் என்றோ, பிறகுக்கு ஒன்றும் தெரியாது என்றோ அகம்பாவல் கொள்ளக் கூடாது.
- ★ எக்காரணம் கொண்டும் பிறர்மீது பொறாமை கொள்ளக் கூடாது. பொறாமை நம் மனதில் திருப்பது நமக்கே தெரியாது.
- ★ பிறர் நம்மை நம்பும்படி நாம் நடந்து கொள்ள வேண்டும்.
- ★ நம்பினவரை எக்காரணம் கொண்டும் நம்பிக்கை மோசம் செய்யக் கூடாது.
- ★ பிறரை உதாரணப்படுத்தியோ, எடுத்தெறிந்தோ பேசக்கூடாது. எல்லோரும் ஆசாபாசங்கள் நிறைந்த மனிதர்களே.
- ★ தன் தீழ் வேலை செய்யவரை வீட்டிலும், அலுவலகத்திலும் நன்கு நடத்த வேண்டும். அவர்களு கூக் துக்கங்களில் பங்கு கொள்ள வேண்டும்.
- ★ எக்காரணம் கொள்ளும் வீட்டில் உள்ள கோபத்தை வெளியில் கட்டக் கூடாது.
- ★ தன்னைப் பற்றி எல்லாம் எனக்குத் தெரியும் என்று டயர்வாகவோ, எனக்கெள்ள தெரியும் என்று குறைவாகவோ பேசக் கூடாது.
- ★ மனதில் சாந்தி திருக்கும்பொறுத்தான் ஆனந்தம் ஏற்படுகிறது.
- ★ மனதில் கூம் குரோதம் போன்ற திய குணங்களை விலக்க வேண்டும்.
- ★ கோபம் குடியைக் கெடுக்கும். கோபமடைந்தால் நல்லது கெட்டது தெரியாமல் பேசி விடுவோம். எனவே கோபம் கொள்ளக்கூடாது.
- ★ கோபத்துக் கொள்வதும், பின்னர் என் அப்படிப் பேசினோம் என வருந்துவதையும் தவிர்க்க வேண்டும்.
- ★ பணம் திருந்தும் வணக்கமாய் திருப்பவன் உயர்ந்துவான்.
- ★ பலம் திருந்தும் பொறுவமையாய் திருப்பவன் வீரன்.
- ★ ஆதசையினாலோ, துவேஷத்தினாலோ செய்விற காரியங்கள் தான் ஒருவனைப் பாவத்தில் தன்னுள்ளின்றன.
- ★ பிறருடைய துள்பத்தைக் கண்டு ஒருபோதும் நாம் மிழிச்சி கொள்ளக் கூடாது.
- ★ என்னதான் வசதியடையவராக திருந்தாலும் அடுத்தவரை எள்ளி நகையாடுவதே, அலட்சியப்படுத்திப் பேசுவோ கூடாது. காலம் ஒரு நாள் பொறுது அப்படிப் பேசுவர்களுக்கு அந்த நிலை வந்து விடும்.
- ★ எல்லாம் தெரிந்ததைப் போல பேசக் கூடாது. எல்லோருக்கும் எல்லாம் தெரிவதில்லை. வாய்க்கையின் திறுதிக் காலம் வணா நாம் கற்றுக் கொண்டோதான் திருக்கிறோம். ஒவ்வொரு நாளும் ஒர் பாடம், ஒவ்வொருவரிடமும் ஒர் பாடம்.
- ★ தன்னம்பிக்கையோடு பேசலாம். தற்பெருவமையாகப் பேசக் கூடாது.
- ★ வாய்ப்பு விடைக்கும் போதெல்லாம் அடுத்தவருக்கு உதவி செய்ய வேண்டும். அப்படிச் செய்யும் உதவியை நாம் மறந்து விட வேண்டும். தாம் உதவி செய்வதால் உதவி பெற்றவர் நமக்கு அடிமை என்று எண்ணக் கூடாது.
- ★ பிறர் நமக்குச் செய்யும் உதவியை நாம் மறக்க கூடாது. நன்றி மறப்பது நன்றான்று.

பொன் மொழிகளும், யாழ்மொழிகளும்

அடக்கம் (பணிவு) Humility, Modesty

- அடக்கம் ஒரு ஆபானம் மாத்திரமல்லாமல், நற்குணத்திற்கு ஒரு காவலன்.
- நீண்ட நாள் வாழ்வதற்கு நிதானமாக வாழ்வது அவசியம்

அதிர்ஷ்டம் (Fortune)

- நல்லவாய்ப்பு பறந்த வண்ணம் இருக்கிறது. எவர் பிடிக்கிறாரோ அதை அவர் அடைகிறார்.
- அதிர்ஷ்டமும், தூதிர்ஷ்டமும் ஒரு விணற்றின் வாளிகளைப்போல். ஒன்று மேலே ஏறுகிறது, மற்றுத் தீடு இறங்குகிறது.
- ஒவ்வொரு மனிதனுடைய வாசலையும் குறைந்தபட்சம் ஒரு முறையாவது அதிர்ஷ்டம் தட்டுவிற்கு.

அபாயம் (Danger. Risk)

- ஒரு பயந்த மனிதன் அபாயம் வருவதற்கு முன்னாலேயப்படுகிறான். ஒரு கோழை அபாயம் நடந்து கொண்டிருக்கும்பொழுது பயப்படுகிறான். துணிவள்ள மனிதன் அபாயத்திற்குப்பின் பயப்படுகிறான்.

அழகு (Beauty)

- தியங்கை ஒரு பெண்ணுக்கு அளிக்கும் முதல் தீணம் அழகு. தியங்கை ஒரு பெண்ணிடமிருந்து முதலில் பறிந்துக் கொள்ளும் தீணமும் அதுவே.
- ஒரு மனிதனின் அழகு அவன் நாவின் தீணிமையில் இருக்கிறது.
- குழுவின் தங்கை செருக்கு. அவளுடைய மகள் காமம்.
- கிணங்குமிகு அழகு தண்ணீரைப்பெண்ணிற்கு அழகு பொட்டு.

அறிநுர்

- ஒரு போதும் திருப்பியடையாதவர்கள் திருவர் இருக்கின்றனர். அறிவைத் தேடுவென்றால் ஒருவர். செல்வம் தேடுவென்றால் மற்றொருவர்.

- ஸுன்றுபொருள்கள் இந்த மன்னுவகீல்விலை மதிப்பற்றாக்க கணக்கிடப்பட்டுள்ளன. அறிவுடைமை, தாளியம், நட்புடைமை.

அறிமுகமானவர் (Acquaintance)

- ஒருவர் வாழ்க்கையில் முன்னேறும்பொழுது புது நன்பர்களைத் தான்னுடன் சேர்த்துக் கொள்ளமலிருந்தால் அவர் சீக்கிரமே தனிமையில் விடப்படுவதை அறிவார். அதனால் ஒருவர் எப்பொழுதும் நட்பினைப் புதுப்பித்துக் கொண்டேயிருக்க வேண்டும்.

அறியும் ஆவல் (Inquisitiveness)

- கேள்வி கேட்கும் முகம், அதிகம் கற்கத் தாகமுள்ள முகம், கூங்கும் நோக்கும் முகம், அதிகம் பார்க்கும் முகம் இல்லாதவர்களைத் தான் வெறுக்கிறேன். -மரியாபில் கீல்

அறிவு (Knowledge)

மனிதர்களில் தாழுவகை:

- தன்னையே தெரியாதவன்: தனக்குத் தெரியாது எனத் தெரியாதவன். அவன் ஒரு ஸுடன். அவளைக்கைவிடு.
- தன்னையே தெரியாதவன்: தனக்குத் தெரியாது எனத் தெரிந்தவன். அவன் ஒரு அப்பாவி. அவனுக்குக் கற்றுக்கொடு.
- தன்னைத் தெரியும். தனக்குத் தெரியும் எனத் தெரியாது. அவன் தூங்கிறான். அவனை எழுப்பு.
- தன்னைத் தெரியும்: தனக்குத் தெரியும் எனத் தெரியும். அவன் புத்திசாவி. அவனைப் பின்பற்று.

அறிவார்ந்த வாழ்க்கை (Wise living)

- நேத்தோடு படுத்து நேர்த்தோடு எழுந்தி ருப்பவன் ஆரோக்கியமானவனாகவும், செல்வந்தனாகவும், புத்திசாலியாகவும் இருப்பான்.

அறிவுரை (Advice)

- பளித்துக்கொன், மெதுவாகவிழுந்துநீண்ட நேரம் தங்கியிருப்பது போல அறிவுரையும் வெரு ஆழமாக மனதில் பதிகிறது.

அங்கு (Affection, Kindness, Love)

- சட்ட பூர்வமான திருமணமாக இல்லையே யானாலும், அங்குபுரிமைானது. சட்ட பூர்வமான திருமணமேயானாலும் அங்கு இல்லையேல் அது புரிதமற்றது.

அங்கு அன்பாலானது. அங்குபூர்க்கமானதுவும்

- அன்பே தெய்வம்! மரம், செடி, கொடி, மலர்களுக்கு ஆதவன் போல, மனித இயத்தினுக்கு அங்கு: அன்பே கலகல் சமயங்களுக்கும் தீர்தயம். எல்லாக் கலைகளுக்கும், காவியங்களுக்கும் மையம். அங்கு ஏந்த விலை கொடுத்தும் வாங்க முடியாதது. ஆதலால் விலை மதிப்பற்றது. இல்லற்றத்தை இனிதாங்குவது அங்கு. கலகல கவலைகளையும் களைவது அங்கு. ஆகவே நம் அனைவருக்கும் அங்கு தேவை.
- காதல் புரியும் தீர்தயம் எப்போதும் இளையைக் கிருக்கிறது.
- பெண்ணுக்கு காதலிக்கும்போதும், தலை மயிர் நரங்கும் போதும் கிருமுறை பைத்தியம் பிடிக்கிறது.

அறைபவம் (Experience)

- மனிதன் நன்றாக போகும்வரை அவன் ஒரு குடிசை கட்டிக்கொள்ள்மாட்டான். அவன் தலை கிடித்து வீங்கிப்போகும் வரை அவன் குளிந்து வளைந்து செல்லக் கர்க்கமாட்டான்.

அறைமானம் (Guess)

- ஒரு பெண்ணுடைய அறைமானம் ஒரு அறைநையை உறுதியான முடிவைவிட மிக்க சிரியாக கிருக்கும்.

அங்கை (Desire)

- முதலில் தோன்றும் ஆசையை அடக்குவது கலபம். அடக்கங்காமல் விட்டுவிட்டால் அதன் விளைவாக அடுத்தடுத்த தோன்றும் தொடர் ஆசைகளை அடக்குவது கஷ்டம்.
- ஆசை அறுபது நாள். மோகம் முப்பது நாள்.
- ஆசை உள்ளளவும் அலைச்சலும் உண்டு.

ஆடை (Clothes)

- எவ்வொருவர் உடுத்தியிருக்கும் ஆடை கள்ளினால் கவரப்படாமல் திருக்கிராரோ அவந்தான் ஆழகாக ஆடை உடுத்தியவர்.
- ஒரு பெண் மரண தண்டனைக்குப் போவதற்குச் சற்று முன்னரும், தன்னுடைய அலங்காரத்தைச் சரி செய்யச் சற்றுநேரம் வேண்டும் என்று கேட்பாள்.

ஆண் - பெண் (Man and Woman)

- ஒரு பெண், தான் விரும்பும் ஆணைத் திருமணம் செய்து கொள்வதைவிட தன்னை விரும்பும் ஆணைத் திருமணம் செய்து கொள்வதே பெண்ணுக்கு நல்லது.

ஆத்மா (Soul)

- உணர்ச்சியை ஆடக்கினால் ஆத்மாவின் பலம் அதே விதிமாஸத்தில் வளர்கிறது.
- ஆர்வம், உற்சாகம், (Enthusiasm, Zeal)
- ஏந்த ஒரு பெரிய காரியமும் ஆர்வமில்லாமல் ஒருபோதும் காதிக்க முடியாது.

ஆரோக்ஷியம் (Health)

- உங்கள் உடல் நலம் நன்றாக இருக்க வேண்டுமா? அதற்குள்ள ஒரே வழிசாப்பிடப் பிடிக்காததைச் சாப்பிட வேண்டும்; குடிக்கப் பிடிக்காததைக் குடிக்க வேண்டும்; செய்ய விரும்பாததைச் செய்ய வேண்டும்.
- அளவுக்கித்திமாக சம்பாதிப்பதின் மூலம் நம் ஆரோக்ஷியத்தை இழக்கிறோம். பின்னர். அதைத் திருமப்பெற முயற்சி செய்யும்போது பணத்தை இழக்கிறோம்.

இதயம் (Heart)

- சொர்க்கமும் நரகமும் உன்னுடைய இதயத்தில் கிருக்கிறது.

இயற்கை (Nature)

- இயற்கை மனிதர்களைச் சம்மாகப் படைக்க வில்லை. அப்படி இருக்க, மனிதர்களைச் சம்மாகக் கருதுவதாலும் நடத்துவதாலும் பயனேணுமில்லை.
- இயற்கையைப் பழிக்காதே. அவன் தன் பங்கை ஆற்றிவிட்டான். நீடன் பங்கைச் செய்.

இரகசியம் (Secret)

- உன் இரகசியத்தை வைத்துக்கொள்வது விவேகம். ஆனால் அதை மற்றவர்கள் உணக்காக வைத்திக்க எதிர்பார்ப்பது முட்டாள்தனம்.
- ஒரு பெண் இரகசியத்தை எல்லோருக்கும் சொல்லிவிட்டு யாரிடமும் சொல்லாதே என்று சொல்கிறான்.

இழப்பு

- இழப்புகளே இல்லாமலிருந்தால் எவ்வாறுதாய்களையும் எங்கே வைப்பது என்று நீ அறியிமாட்டாம்.

இளமை (Youth)

- நீ இருக்கும்வரை எவ்வளவு ஆயுட்காலம் வேண்டுமானாலும் வாழுமாம். ஆனால் முதல் இருபது வருடங்கள் தான் உன் வாழ்வின் பாதி நீண்டபகுதி.
- நீ இளமையாக இருக்கும்போது முடியவனாயிரு. அதனால் உன்னுடைய முதுமைப் பருவத்தில் உன்னால் இளைஞராக இருக்க முடியும்.
- இளமையாயிருக்கும்பொழுது ரோஜா மஸ்கினின் மேல் படுத்தால் முதுமையாயிருக்கும்போது முட்களின் மேல் படுக்க நேரும்.

இன்பம் (Pleasure)

- யாருடைய இன்பங்கள் மலிவாக இருக்கின்ற எனவோ, அவன் தான் செல்வந்தன்.
- இன்பங்கள் இன்பகரமாக இருக்க வேண்டுமெனில் அவைகளைக் குறைக்கவும்.

இன்று (To-day)

- இன்றே செயல்பட்டு, இன்றே சேமித்து, இன்றே நல்லது செய்தால் நான்கள் கு நன்றாக ஓய்வெடுக்க முடியும்

உடல் (Body)

- நலமான உடல் ஆனமாவின் கோயில். நலிவான உடல் ஆத்மாவின சிறைச்சாலை -பேக்கன்

உடன்படிக்கை (Treaty)

- உடன்படிக்கைகள் என்பன ரோஜாப் பூக்கள், குமரிப் பெண்கள் போன்றவையாகும். அதைகள் இருக்கும் வரதாராஜ் உடன்படிக்கைகள் நிலைத்து நின்கின்றன.

உடைமை (Possession)

- கல்வி, அனுபவம், ஞாபக சக்தி இன்மூலங்களையும் உண்ணிடப்படுத்து யாரும் பறிக்க முடியாது.

உணப்பு (Eating)

- உணப்பு உயிர் வாழ்வதற்காக இருக்க வேண்டும். உயிர் வாழ்வது உணப்பதற்காக இருக்கக்கூடாது.
- ஏழைகள் உணவைத் தேடுவின்றனர். பணக்கரர்கள் பசியைத் தேடுவின்றனர்.

உண்மை (Sincerity, Truth)

- ஒவ்வொருவரும் 'உண்மை' தங்கள் பக்கம் இருக்கவேண்டுமென்று விரும்புகிறார்கள். ஆனால் ஒருவரும் உண்மையின் பக்கம் இருக்கவேண்டுமென்று விரும்புவதில்லை.
- எது களிந்ததோ அதைப் படி; எது உண்மையோ அதைப் பேசு
- ஸுவர் உண்மையைப் பேசுகிறார்கள் - முட்டாள்கள், குழந்தைகள், குடிகாரர்கள்
- உண்மை சொல்லிக் கெட்டாரும் இல்லை. பொய் சொல்லி வஷ்ட்தாரும் இல்லை.

உயர்வும் தாழ்வும் (Rise and Fall)

- உன்னுடைய மனப்பாங்குதான் உன்டயர்வைத் தீர்மானிக்கிறதே யொழியதகுதி அல்ல.

உழைப்பு (Labour)

- சரியாகவும் உண்மையாகவும் உழைப்பதே கடவுளிடம் கூடிடிச் செல்லும் தங்கப்பாறத

உள்ளுணர்வு (Inspiration)

- எந்த மனிதனும் இறைவனுடைய ஆசீர்வாத மில்லாமல் உயர்ந்த மனிதனாக இருந்திருக்க முடியாது.

உறவினர் (Relative)

- உறவினர்களை அடிக்கடி சந்தித்துவிட்டு வரலாம். ஆனால் அவர்களுடேனோயே வாழ முடியாது.

உறுதி கொள்ளுதல் (Resolution)

- இளம்பாலகர்களிடம் மென்மையாக இருக்கவும், கண்பட்டு முயற்சிப்பவர்களிடம் திருக்கமாயிருக்கவும், தவறு செய்யவர்களிடமும்,

பலமில்லாதவர்களிடமும் சகித்து இருக்கவும் உறுதி செய்து கொள். எனெனில் வாழ்க்கையில் அவர்கள் மாதிரியே ஒரு சமயத்தில் நாமும் இருந்திருப்போம்.

எச்சரிக்ஷக (Caution)

- பார்க்காமல் எதையும் பருகாதே. படிக்காமல் எதிலும் கையிழுத்துப் போடாதே.
- யானைகளிடமிருந்து ஏழ யார் தூரமும், கொம்புடைய மிருகத்திடமிருந்து ஐந்து யார் தூரமும், பெண்ணிடமிருந்து திருப்புதூயர்தூரமும் குடிகாரனிடமிருந்து முப்பது யார் தூரமும் தள்ளியேறிற்க வேணாடும்.
- உன் நன்ஸபரிடம் அவரும் உன் எதிரியாகலாம் என்பதைப் போல பழகு; உன் எதிரியிடம் அவரும் உன் நன்ஸபராகலாம் என்பதைப் போல பழகு.

எளிமை (Simplicity)

- நமது தேவைகள் குறைவாகயிருப்பின் விடத்தட்ட கடவுளை ஒத்திருக்கிறோம்.
- உயர்வைவிட எளியது ஒன்றுமில்லை. உன்மையாகவே எளிமையாயிருப்பது உயர்வாயிருப்பதே.

ஏழை

- சிறிதளவு உள்ளவன் ஏழையில்ல. ஆதை அதிகம் உள்ளவனே ஏழை.

கடமை (Mission)

- வாழ்க்கையில் ஒரு குறிப்பிட்ட கடமை இல்லாதவன் ஏழைகளிலில்லாம் எழை

கடல் (Sea)

- கொந்தளிப்பில்லாத கடல் ஒரு நல்ல மாலுமியை எப்பொழுதும் உருவாக்கியதில்லை.

கடவுள் (God)

- இறைவன் ஆழமான தன்னையில் மூழ்க வைக்கிறார். மூழ்கடிப்பதற்காக அல்ல. பரிசுத்தப்படுத்துவதற்காக.
- இறைவன் மன்னிக்கவில்லையென்றால் சொர்க்கம் காலியாயிருக்கும்.
- இறைவனுக்கு அஞ்சக்கள். அடுத்தபடியாக இறைவனுக்கு அஞ்சாதவனங்க் கண்டு அஞ்சக்கள்.
- பக்ககள் எந்த நிறமானாலும் பால் வெள்ளை

தான்: மலர்கள் பல வகையானாலும் பூஜை ஒன்றுதான். மாதங்கள் பலவானாலும் இறைவன் ஒருவன்தான்.

- கடவுளோடு கடல் முழுவதும் போ; ஆனால் கடவுள் இல்லாமல் நீ வாசற்படி தான்டிப் போகாதே.
- கடவுள் தூய கரங்களையே பார்க்கிறார். திறைந்த கரங்களையல்ல. கடவுளை நெருங்கிச் செல்வதற்கு மலையேறவேண்டிய தேவையில்லை.

கடன் கொடுத்தல் (Lending)

- கடன் கொடுத்து ஏழையாவதைவிட கடன், வாங்கி ஏழையாவது மேல்.
- கடனைத் திருப்பிக் கொடுப்பவன் தன் மூலதனத்திற்கு மேலும் சேர்க்கிறான்.
- கடன் கொடுப்பவனாகவும் இருக்காதே. கடனை வாங்குவதாகவும் இருக்காதே. கடன் கொடுப்பவன், கொடுத்த கடனையும் நன்ஸப்பள்ளும் இழந்துவிடுவான்.

கண் (Eye)

- கண்ணுஞ்சனவன் விழுவதைவிட குருடர் குவைகவேவிழுகிறார்.
- வாயை மூடி வைத்திருங்கள். கண்வனாத் திறந்து வைத்திருங்கள்.

கணவன் (Husband)

- கணவன் இல்லையே என்று விதவை அழுகிறார். கணவன் இருக்கிறானேயென்று மனைவி அழுகிறார். இருவரோடும் சேர்ந்து திருமணமாகாத பெண்ணும் அழுகிறார்.
- கணவன் மூனையாகவும், மனைவி இதயமாகவும் உள்ள திருமணம் மகிழ்ச்சியானது.

கணவன் - மனைவி (Husband - Wife)

- ஏட்டுடின மாடுகள் திரண்டும் ஒரே வழியில் போனால்தான் பூமியை உழுமடியும், விவசாயம் செய்யமுடியும். கணவனும் மனைவியும் ஒத்துப்போனால்தான் இல்லறம் என்ற தேர் ஒழுங்காகப் போகும்.

கண்ணீர் (Tears)

- கண்ணீர் துயார்த்தின் மெளன பாங்கி - வால்ட்டேர்

- கண்ணரீர் ஒரு மொழி; யார் அழுகிறாரோ அவர் மட்டுமே அதைப் புரிந்து கொள்ள முடியும்.

கவர்சி (Charm)

- ஒரு பெண் நானாமடைவதை நிறுத்தினால் மிகவும் பலம் பொருத்திய அழுவின் கவர்சியையே அவன் தீர்த்து விடுவான்.
- கவர்சிகள் பார்வையை ஈச்சின்றன. ஆனால், தீர்மை ஆத்மாவை வெல்லுகிறது.

கற்பனை (Imagination)

- ஒருவன் உயர்த்தில் பறக்க உதவும் பட்டமே கற்பனை

கற்பது (Study)

- என்றைக்கும் வாழ்வோம் என்பது போல் படி, நானளையே தீர்த்து விடுவோம் என்பது போல் வாழ் - காந்தி
- மார்க்கெட்டையைச் சூழ்நிலிட்டால் மந்தமான தீச் சுடர்விட்டு எப்படி எரிகிறதோ அப்படியே படிப்பைப் பற்றினால் மந்தமான மூன்றையும் சுடர்விட்டு எரியும்.

கஷ்டம் (Difficulty)

- கடினமான விடுமியங்கள் மூன்று. ஒன்று ஒரு இரகசியத்தைக் காப்பது. இரண்டு மனப் புண்ணை மறப்பது. மூன்றாவது ஒய்வு நேரத்தைச் சரியாகப் பயன்படுத்துவது.

கஷ்டகாலம் (Adversity)

- செழுமை நிலை ஒரு நியாயமான அளவுகோல் அல்ல. கஷ்டகாலமே நண்பர்களை எடை போடும் ஒரேதாராக.

காமம் (Lust)

- மிக அதிக உண்ணல் சிறுவடியான பெண்ணை காமப் பொருளாகக் கருதி, மனிதர்கள் மிருகங்களாக மாறுவதைக் காட்டியும், அந்த மனிதர்களுமே அழிந்து போவதைக் காண விரும்புகிறேன்.

காலம் (Time)

- காலத்தின் மதிப்பை அறிந்துகொள். அதைப்பிடி, கைப்பற்றி, அதன் ஒவ்வொரு விணாக்கியையும் அனுபவி. சோம்பேலே வேண்டாம். தன்னிப்போட வேண்டாம்.

இன்றைக்குச் செய்ய வேண்டியதை நானளைக்கென்று ஒத்திப்போட வேண்டாம்.

- அழுளே நமக்குக் குறைவு. காலத்தை வீணாக்குவதால் உன்னுடைய அழுளை இன்னும் கொஞ்சம் குறைத்துக் கொள்கிறாய்.
- சிரிப்பதற்கு நேரம் ஒதுக்குங்கள். அது சிதைத்தின் இசை! சிந்திப்பதற்கு நேரம் ஒதுக்குங்கள். அது சக்தியின் பிறப்பிடம்!
- வசந்த காலம் ஒரு கண்ணிப் பெண்; கோடைக் காலம் ஒரு தாய்; இலையுதிர்காலம் ஒரு கைம்பின்; மனுக்காலம் ஒரு வளர்ப்புத் தாய்.

குணம் (Character)

- பணத்தை திழுந்தவன் எதையும் திழுக் காதவன். நலத்தை திழுந்தவன் ஏதோ ஒன்றை திழுந்தவன். ஒழுக்கத்தை திழுந்தவன். எல்லாவற்றையும் திழுந்தவாளிரான்.
- கங்கம் கொள்ளதே, கடவுளை திழப்பாய்; பொராளம் கொள்ளதே. நன்னெளை திழப்பாய்; கோபம் கொள்ளதே, உண்ணையே திழப்பாய்.
- உண்மை உயர்வை அளிக்கும் பொய்யை உயர்வை அழிக்கும்; அன்பு துன்பத்தைக் குறைக்கும்; செல்வமுதுன்பத்தைப் பெருக்கும்.

குரல் (Voice)

- ஆத்மாவுக்குச் செவி சாய்ப்பது, அசைவற்ற சிறிய மனக்குரல்தானே யொழிய காதைச் செவிடாக்கும் விதியின் வெடிச் சுத்தம் அல்ல.

குழந்தை (Child)

- ஒரு குழந்தை குறை கூறப்பட்டேவாழுந்தால், அவன் கண்டனம் செய்யக் கற்றுக் கொள்கிறான்.

குந்தைப் பகுவம் (Childhood)

- எப்படி அதிகாலைப் பொழுது, வரப்போகும் முழு நாளையும் முன்கூட்டியே அறிவிக் விண்றோ, அதுபோல குழந்தைப் பகுவம், வளரவிருக்கும் மனிதனைக் காட்டுகிறது.

கந்தேகம் (Doubt)

- சந்தேகம் ஒரு பெரிய நேரம். சாமரணியத்தில் அரியாது. வெட்ட வெட்டத்துளிக்கும்.

சந்தோஷம் (Happiness, Joy)

- சந்தோஷம் என்பது உன்னால் கொடுக்க முடிந்ததைப் பொறுத்தது, வாங்குவதைப் பொறுத்து அல்ல - காந்தி
- பற்றற்றுமிகுப்பதே மகிழ்ச்சியின் மிகப்பெரிய இரகசியம்.
- மகிழ்ச்சியை வயலின் பழகுவது போல் பழக்குப்படுத்திக்கொள்ளவேண்டும்.
- மகிழ்ச்சியின் மூன்று முக்கிய அம்சங்களாவன, வேலை செய்ய ஒன்றும், அன்பு செய்ய ஒன்றும், எதிர்பார்ப்புக்கு ஒன்றும் இருக்க வேண்டும்.
- மகிழ்ச்சி நமது வீட்டின் அடுப்படியில் வளர்கிறது. அது மாற்றான் தோட்டாத்திலிருந்து பொறுக்கப்படுவதில்லை.
- மகிழ்ச்சியைப்போல் ஒரு அழகு சாதனம் அழகிற்கு வேறிருவதில்லை.

சாந்தம் (Equanimity)

- வாழ்க்கையின் ஏற்றத் தாழ்வுகளை நிதானத்துடன் எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

சாப்பாட்டுராமன் (Gluftton)

- வயிறு நிறைந்துள்ளபோது சாப்பிடுவன் தன் பற்களாலேயே தனக்கு சவக்குழி தோண்டிக்கொள்கிறான்.

சாமாத்தியம் (Talent)

- வெற்றிகரமான எழுத்தாளாக இருக்க நல்ல வழி நல்ல எழுத்துக்களைப் பிடிப்பது, குருபகம் வைத்துப் பின்னர் எங்கிருந்து குருபகம் வைத்தோம் என்று மறந்துவிடுவது.

சிக்கனம் (Economy, Thrift)

- பணத்தை செலவழித்தல், மிசப்படுத்துதல் இரண்டையும் செய்வன் சந்தோஷமா யிருப்பான். இளைஞரால் அவன் இரண்டையும் அனுபவவிக்கிறான். - சாமுவேல் ஜான்சன்.

சிரிப்பு, புங்கீரிப்பு (Laughter, Smile)

- மெய்மறந்து சிரிப்பவன் கடைசி வரையில் சிரிக்கிறான்.
- சிரிப்புச் சுக்கியை வாய்ப்பிரசாதமாகப் பெற்ற பிராணி மனிதன் ஒருவன் தான். - கிரிவில்லே.
- நல்ல சிரிப்பு வீட்டிற்கு குரிய ஒளி

- சிரிப்பதை விடக் கோபமடைய அநேகத் தகைகள் தேவைப்படுகின்றன. கோபமடை வதை விடக் கிரிப்பது எனிது.

- வாழ்க்கைப் பாதையை மலர்களால் தூவ முடியாவிட்டாலும், குறைந்த பட்சம் சிரிப்புகளால் தூவுங்கள்.

சிறப்பு (Superiority)

- ஒரு சிறந்த மனிதனுக்கு மூன்று அறிகுறிகள் உள்ளன. நல்லொழுக்கத்துடனிருப்பதால் விசாரியில்லாமலிருக்கிறான். அறிவோடு இருப்பதால் மனக்கலக்க மில்லாமல் இருக்கிறான். தைரியமாக இருப்பதால் பயமின்றி இருக்கிறான்.

சினம் (Anger)

- சரியாகப் புரிந்து கொள்வதற்கு இருக்கும் இரண்டு எதிரிகள் சினமும் சகிப்புத் தன்மையின்மையும்.
- கோட்டதோடு எழுந்திருப்பவன் நஷ்டத்தோடு உட்கருவான்.

சுத்தம் (Cleanliness)

- சுத்தம் உண்மையான தெய்வீகத்திற்கு அடுத்தபடியானது.

சுதந்திரம் (Freedom, Liberty)

- எல்லாச் சுதந்திரங்களைக் காட்டிலும் எனக்கு அறியவும், யோசிக்கவும், நம்பவும் மற்றும் என்னுடைய மனசாட்சிப்படிக் கூறவும் சுதந்திரம் கொடு. - மில்டன்
- கண்களுக்கு ஒளி எப்படியோ, நுரையீறுக்கு காரறு எப்படியோ, கிதயத்திற்கு அன்பு எப்படியோ அதுபோலத் தான் மனிதனுடைய ஆத்மாவுக்கு சுதந்திரமும் - இங்கர்சால்

சுய அறிவு (Self-Knowledege)

- தன்னையே தேடும் முடிவில்லாத போக்கே வாழ்க்கை

குதாட்டம் (Gambling)

- மனித வாழ்க்கையின் இரண்டு விலையுயர்ந்த பொருள்களைச் சூதாட்டத்தினால் இழக்கி ரோம். ஒன்று நேரம், இரண்டாவது செலவும்.

செய்கை (Action)

- நான் இந்த உலகத்தின் வழியே பயணம் செய்யப்போவது இந்த ஒரே ஒரு முறை மட்டுமே. எனவே, எவ்ருக்கேளும் நன்மை செய்ய முடியுமானாலும், அங்கு காட்டமுடியுமானாலும் தன்னிப் போடாமலும், புறக்கணிக்காமலும் இன்றே செய்வேனாக. நான் மீண்டும் இந்த வழியில் பயணம் தினி செய்யப் போவதில்லை.

செல்வம் (Riches, Wealth)

- செல்வம் வைத்திருப்பவனிடம் செல்வமில்லை. அதை அனுபவிப்பவனிடம்தான் இருக்கிறது.
- ஒரு பணக்காரன் ஆரோக்கியாயிருக்க, ஒரே வழி உடற்பயிற்சி செய்வது, உபவாசமிருப்பது, ஏழையாயிருந்த மாதிரி இருந்துபோவது.
- இன்பமான செல்வத்தைத் தருவன: மிகத் தேவையான பொருள்கள் நிறைந்துள்ள ஒரு சிறிய தில்லம். நன்றாய் விவசாயம் செய்ய ஒரு சிறிய தில்லம். நன்றாய் விவசாயம். நல்ல சிந்தனையுள்ள ஒரு மனவனி.
- வாழ்நாள் குறைவு. எவ்வளவு சீக்கிரம் ஒரு மனிதன் செல்வத்தை அனுபவிக்குமுடியுமோ அவ்வளவு சீக்கிரம் அனுபவிப்பது நல்லது.
- எவ்வளருவன் இருப்பதை வைத்துத் திருப்தி அடைவிறானோ அவனே செல்வந்தன். ஏனென்றால் திருப்திதான் இயற்கையின் செல்வம்.
- பணக்காரனாயிருந்தும் கருமியாயிருப்பவன் ஏழையினும் ஏழை.

கேமிப்பு (Saving)

- வரவுக்கு மேல் செலவு செய்பவன் பணக்காரன் ஆனதில்லை. வரவுக்குள் செலவு செய்பவன் ஏழையானதில்லை.

சொற்கள் (Words)

- மகிழ்ச்சியற்ற வார்த்தைகளைப் பேசத் தேவையான பிரயத்தனத்தைவிட இன்ப மயமான வார்த்தைகளைப் பேச அதிக முயற்சி தேவை.
- சொற்கள் வாள்களை விட அதிகம் வெட்டு கின்றன.
- சொற்களைப் போன்ற ஆற்றல் வாய்ந்த கருவி உலகத்தில் வேற்றுவும் இருக்க முடியாது.

படகட்கவும், காக்கவும் ஆழிக்கவும் வல்லமை கொண்டவை சொற்கள்.

- உன்னுடைய வாயில் வார்த்தை இருக்கும்பொழுது அது உன்னுவைய சொந்தம். ஒரு முறை பேப்பட்டபொழுது அது மற்றொருவருக்குச் சொந்தம்.
- அம்புகள் உடலை ஊடுருவித் தாக்கித் துளைக்கின்றன. கொடுஞ்சிசொற்கள் ஆன்மாவை ஊடுருவித் தாக்கித் துளைக்கின்றன.
- திணைஞர்கள் செய்வதைச் சொல்கிறார்கள். பெரியவர்கள் செய்ததைச் சொல்கிறார்கள். முட்டாள்கள் செய்ய எண்ணியுள்ளதைச் சொல்கிறார்கள்.

தங்க்கட்டளை (Golden rule)

- உண்மை பொய்யைத் தணிக்கிறது. அந்பு சின்தைத் தணிக்கிறது. சுயதுங்பம் பலாத்காரத்தைத் தணிக்கிறது. இது மகான்களுக்கு மட்டுமன்றி எல்லோருக்கும் பொருந்தக்கூடிய சாஸ்வதமான ஒரு விதி
- இருப்பதைவிட அதிகம் செய் - வாழ்வதற்கு
- தொடுவதைவிட துழிக்க செய் - உணர்வதற்கு
- பார்ப்பதை விட அதிகம் செய் - கூந்து கவரிப்பதற்கு
- வாசிப்பதை விட அதிகம் செய் - மனதில் பதிவுதற்கு
- கேட்பதை விட அதிகம் செய் - குழந்து கேட்பதற்கு
- குழந்து கேட்பதை விட அதிகம் செய் - புரிந்து கொளவதற்கு
- எண்ணத்தை விடை, ஒரு செயலை அறுவடை செய். செயலை விடை; ஒரு பழக்கத்தை அறுவடை செய். ஒரு பழக்கத்தை விடை; ஒரு பண்ணப்புறுவடை செய். ஒரு பண்ணபவிடை; ஒரு தலைவிதியை அறுவடை செய்;
- வாயை மூடி வைத்துக் கொள். கண்களைத் திறந்து வைத்துக் கொள்.
- நீ ஒரு எழுமானாகவிருந்தால் சில சமயம் குருடனாக இரு. ஒரு வேலைக்காரனாக இருந்தால் சில சமயம் காது கேளாதவனாயிர.
- அறிவிற்கு முதுமையில்லை. உடலிற்கு உண்டு.

- தற்புகழ்ச்சி சிறுமையில் தெரியும்.
- ஈனர் உறவு இறுதியில் தெரியும்.
- அதிகப்பழக்கம் அவமரியாகுத்தரும்.
- நண்பரைக் கூட்டல் வேண்டும், பகைவரைக் கழித்தல் வேண்டும். இளைங்களைப் பெருக்கல் வேண்டும், துண்பங்களை வகுத்தல் வேண்டும்.

தயக்கம் (Indecision)

- மனிதர்கள் நீச்சல் கற்றுக் கொள்ள விரும்புகிறார்கள். ஆனால், அதே சமயம் ஒரு காலைத் தரையில் வைத்துக் கொள்ளவும் விரும்புகிறார்கள்.

தரம் (Quality)

- உன்னுடைய செய்கைகளைக் கவனி, அவைகள் உன்னுடைய பழக்கங்கள் ஆகும்.
- உன்னுடைய பழக்கங்களைக் கவனி, அவைகள் உன்னுடைய குணங்கள் ஆகும்.
- உன்னுடைய எண்ணாங்களைக் கவனி, அவைகள் உன்னுடைய சொற்களைக் கவனி, அவைகள் உன்னுடைய செய்கைகள் ஆகும்.
- நீ எவ்வளவு காலம் வாழ்கிறாய் என்பதல்ல, எவ்வளவு நஞ்சாக வாழ்கிறாய் என்பதே.
- அநேக்கத் தனி நபர்கள் காடு முரடான வெளித் தோற்றுத்தைக் கொண்டிருந்தாலும் அவர்கள் செதுக்கப்படாத வையும் மாதிரி ஒன்றி பொருந்திய குணங்களைக் கொண்டுள்ளார்கள்.

தற்காப்பு (Self - defence)

- தற்காப்பு ஒரு நற்கணம். எல்லா உரிமை களுக்கும் தனித்து அரங்க.

தற்பெருமை (conceit)

- வாழ்க்கையில் நல்ல நிலையில் உள்ள ஒவ்வொருவனும் எல்லாம் தானே செய்ததாக நினைத்து மகிழ்ச்சி அடைவிரான். அவன் மனனவி சிறித்துக்கொண்டே அப்படியே விட்டுவிடுகிறான்.

தனிமை (Solitude), ஏகாந்தம்

- எவன் ஒருவன் தனித்து அதிகம் நிற்கிறானோ. அவன் தான் மிகப் பலமான மனிதன்.

தாம் (Mother)

- கடவுள் எல்லா இடங்களிலும் திருக்க முடியவில்லை. அதனால் தான் தாய்மார்களை உண்டாக்கார்.
- தாய் என்பவள் சாய்ந்து கொள்ளப் பயன்படும் ஒரு நபர் அல்ல. சாய்வை அவசியமற்றதாகச் செய்யதான் தாய்.
- தந்தையின் அன்புக்கூடாடுவரை மட்டும் தான். ஆனால் தாய்னபு என்றென்றும் உள்ளது.

தாம்பத்திய கறவு (Sex)

- தாம்பத்திய உறவு என்ற தீச்சடை அடக்கி ஆளாவிட்டால் அது கட்டுப் பொக்கிலிடும். அதை முறையாக ஒழுங்கு படுத்தினால் அழிவற்ற தீவ்டியைப் பிரகாசிக்கச் செய்யும்.
- தன்னையே மதிக்கிறவன் மற்றவர்களிட மிருந்து பாதுகாப்பாக இருக்கிறான். அவன் மாராலும் துளைக் குழியாக போர்க் கவச மேலாண்டைய அணிந்துள்ளான்.
- எவ்வளர்குவன் தனக்காவே வாழ்கிறானோ, அவன் கேவலம் தீர்க்கப் போகிறவன்க்காக வாழ்கிறான்.

தியாகம் (Sacrifice)

- தியாக வாழ்க்கை கலையின் சிகிரம். அது தான் முற்றிலும் உண்ணவேயான மகிழ்ச்சி

திருப்தி (Contentment)

- எவ்வளர்வன் குறைத்ததை வைத்துத் திருப்தி அடைவிரானோ அவன்தான் மிகப் பெரிய செல்வதன். ஏன்றால் திருப்தி தான் தியாகவின் செல்வம்.

திருமணம் (Marriage)

- திருமணத்திற்கு அமைப்பின்பேரில் செல். காவுக்கு அழையாவிட்டாலும் செல்.
- பெண் திருமணத்திற்கு முன் அழுகிறான். ஆன் திருமணத்திற்குப்பின் அழுகிறான்.
- ஆண்கள் கலைத்துப் போயதால் திருமணம் செய்து கொள்கிறார்கள். புதுமூலமாகிறுப்பதால் பெண்கள் திருமணம் செய்து கொள்கிறார்கள். திருவகும் மூன்து கோலிராக்கள்.
- திருமணம் ஒரு தலைமீதங்கள் ஜூரம் உடன்னாற்றில் ஆரம்பித்து கூவிச்சிலில் மூழிகிறது.

- விரும்பும்போது உன் மகனுக்கு மனாம் முடி; ஆணால், முடியும் போது உன் மகனுக்கு மனாம் முடித்து விடு.

தீவிர உணர்ச்சிகள் (Passions)

- தீவிர உணர்ச்சிகள் காக்கா வலிப்புகள் மாதிரி. அவைகள் அந்த நோத்தில் நம்மைவலுவள்ளவராக்கினாலும் பின்னர் நம்மை பலவீன முள்ளவர்களாக்கிவிடுகிறது.

ஆக்கம், தூயரம், மனவேதனம்

(Sorrow, Grief, Misery)

- இரந்தவர்களுக்காக படும் கடும் தூயரம் பைத்தியக்காத்தனம். காரணம் அது வாழ்ந்து கொண்டு இருப்பவர்களுக்கு ஒரு காயம். அது இரந்தவர்களுக்குத் தெரியாது.

தூங்பம் (Melancholy, Suffering)

- துன்பத்தை மகிழ்ச்சியாக ஏற்றுக்கொள்ளும் போது அது துன்பமாகவே தெரியாது. அது சொல்லானா இன்பமாக மாறிவிடுகிறது.

- வாழ்க்கையில் மிகப்பெரிய மூன்று துன்பங்கள் இவைதாம். இனம் வயதிலேயே தந்தையை இழுத்தல், நடுவயதில் மனைவியை இழுத்தல், வயதான காலத்தில் மகன்கள் இல்லாதிருத்தல்.

- துன்பம் வரும்பொழுது, தூரமான சகோதரனை விட அருகே உள்ள பக்கத்து வீட்டுக்காரரே சிறந்தவர்.

தூக்கம் (Sleep)

- விழித்துக் கொண்டிருக்கும் துன்பங்களுக்கு தூக்கம் தான் நல்ல விசிச்சை

- ஒவ்வொருவரும் ஒரு சந்திரன், எவருக்கும் காணபிக்காத இருட்டுப் பக்கம் அவரிடம் உள்ளது.

நட்பு (Friendship)

- உள்ளமையான நட்பு என்னும் செடி மிக மீதுவாகத்தான் வளரும்.
- என் உடனடிமையானத்தும் நின் உடனடிமை, நின் உடனடிமை அவைத்தும் என் உடனடிமை.
- துன்பத்தில் துவான் கீர்டுக்கும் நன்பன் உள்ளமையான நன்பன்

நம்பிக்கை (Faith, Trust)

- மகிழ்ச்சி என்ற பெரிய பழுத்தைவிடநம்பிக்கை என்ற பிக்கிறிய விதை சிறந்தது.
- அதிகத் தூரத்திலிருக்கும் கணவனையும், அதிகப்பக்கத்திலிருக்கும் பிடம்மச்சாரியையும் ஒரு போதும் நம்பாதே.
- எல்லோராயும் நம்புவது தூபத்து. ஆனால் ஒருவரையும் நம்பாதிப்பது போரபதது.

நன்றி (Gratitude)

- நன்றியென்ற நற்குணம் என்னாப்பன்புகளிலும் சிறந்த நற்குணமாக இருப்பதோடு மட்டு மல்லமல் அது மற்றவைகளுக்குப் பெற்றோகவுமிருக்கிறது.
- உதவி பெற்றவன் அந்த உதவியை என்றைக்கும் மரக்கக் கூடாது. உதவி செய்தவன் தரன் செய்த உதவியை என்றைக்கும் நினைத்துப் பரங்கக்கூடாது.

நஷ்டம் (Loss)

- சனமயல் மோசமானால் ஒரு நாள் நஷ்டம்; அறுவடை மோசமானால் ஒரு வருடம் நஷ்டம். திருமணம் மோசமானால் ஆயுள் முழுதும் நஷ்டம்.

நாகரீகம் (Civilisation)

- உண்மையான நாகரீகம் யாதெனில் ஒவ்வொரு மனிதனும் தனக்கே வேண்டுகிற உரிமைகளை மற்றவருக்கும் கொடுப்பது தான்.

தூக்கு (Tongue)

- ஆண்டவன் செவியிரண்டும், நா ஒன்றும் படைத்துள்ளான். என? அதிகம் கேட்கவும் குறைத்துப் பேசவும் தான்.
- நாக்கு எனும் எழுதுகோல் இதியம் எனும் மையினால் தோய்த்தெடுக்கப்பட்டும்.

நாய் (Dog)

- சுயநலமுள்ள தீந்த உலகில் நம்பகமான சுயநலமில்லாத ஒரு நன்பனை மனிதன் பெற முடியுமானால் அது நான் ஒன்றே. அது அவைன விட்டுப் பிரிவில்லை. நன்றி மற்பப்பதில்லை. கள்ளங்கப்படாக இருப்பதில்லை.
- நாய் ஒரு பெண்ணைவிட புத்திசாலி. அது நன் ஏஜுமான்னாக்கண்டு குலைப்பதில்லை.

நாளை (To-morrow)

- நாளைய தினத்தைப் பற்றித் தற்பெருமை போதே, நாளைய தினம் என்ன கொண்டு வருமென்று உள்கூத்து தெரியாது.

நிக்ஷயம் (Certainty)

- ஒரு விஷயத்தைப் பற்றி ஒருவன் முற்றிலும் நிச்சயமாயிருக்க வேண்டுமென்றால் அவன் எல்லாவற்றையும் அறிந்திருக்க வேண்டும். அல்லது ஒன்றுமே அறியாதிருக்க வேண்டும்.

நிதானம் (Moderation)

- மிதமான தியம், மிதமான நடை, மிதமாரான ஆகாரம், மிதமான தூக்கம், இந்த மிதங்கள்தான் வயோதிக வாசத்துக்கு வெளிச்சம் காட்டுகிறது.

தீதிமான (Judge), நீதியரசன்

- நீயே உள்க்கு நீதிமானாயிருந்து மகிள்சியாயிருக்காந்தி
- நம்மால் எவ்வளவு தூரம் செய்ய முடியும் என்பதை உணர்ந்து நம்மை நூரம் மதிப்பிடுகிறோம். ஆனால், மற்றவர்களோலே ஏற்கெனவே செய்ததை வைத்து மதிப்பிடுகிறார்கள்.

நேர்மை - பாவம் (Virtue - Sin)

- மற்றொருவன் உண்ணைப்படிகூட்டும், உன்னை உன்னாயாலேயே புகழாதே.
- திருப்தி மாதிரிப் பொக்கிடம் வேறொதுவும் கிடையாது. மனவலிமை மாதிரிக் குணம் வேவேறொதுவும் கிடையாது.
- மற்றவர்களுக்கு நல்லது செய்வது நேர்மை. கெடுதல் செய்வது பாவம். பலமும் ஆண்மையும் நேர்மை. பலவீனமும் கோழுத்தனமும் பாவம். கயேசைச் சேர்மை. சார்ந்திருப்பது பாவம். பிறரை நேரிப்பது நேர்மை. பிறரை பிறப்பது பாவம். கவுன்நம்பிக்கையும் தள்ளம்பிக்கையும் நேர்மை. சந்தேகம் பாவம். ஒருமைப்பாடு நேர்மை. வெற்றுமை காண்பது பாவம்.

பசி (Hungry)

- பசுக்கை அறியாது: தூக்கம் கைமறியாது; காமம் கொட்கமறியாது.

படித்தல் (Reading, Study)

- எப்படி உடற்பயிற்சி உடம்புக்குத் தேவையோ அப்படியே படிப்பும் மனதிற்குத் தேவை.

பணம் (Money)

- செல்வச் செழிப்பில் அன்னியர்கள் 'உறவு' என உரிமை கொண்டாடுகின்றனர். துண்பத்தில் உறவினர்கள் அன்னியர்களாகி விடுகிறார்கள்.

- பணத்தைச் சம்பாதிப்பதில் வேதனை; சம்பாதிக்கப் பட்டதைப் பாதுகாப்பதில் வேதனை; அதனை இழப்பதில் வேதனை; அதனை செலவு செய்வதிலும் வேதனை; தீவிளங்களுண்பத்தின் சேமிப்புக் கீடங்களை அதை என்பதற்கொண்டும்?

- செல்வந்தர்கள் ஒரே ஒரு கண்ணால் தான் பார்க்கிறார்கள். மற்றொரு கண்ணால் பையில் வைத்திருக்கிறார்கள்.

பிடிவாரதும் (Obstinacy)

- அபிப்பிராயத்தில் பிடிவாரதமும் தீவிரமும் காண்டிப்பது முட்டாள்தனத்தில் உண்மையா நிருபணம்.
- வாதத்திற்கு மருந்து உண்டு. பிடிவாதத்திற்கு மருந்தில்லை.

பிரம்மக்காரி (Bachelor)

- பிரம்மச்சாரிகள் மனசாட்டிகள் வைத்துள்ளார்கள். திருமணமானவர்கள் மனவளிகள் வைத்துள்ளார்கள்.

பிராத்தனை (Prayer)

- பூஜைக்குப் பூ வேண்டும், ஜெபத்துக்குத் துளசி மாலை, வழிபாட்டுக்கு ஒரு தூலமை, தூரதனைக்கு ஒரு தெய்வம். ஆனால், பிராத்தனைக்கு எதுவும் வேண்டாம். நல்ல மனமும் நம்பிக்கையும் இருந்தால் போதும்.

பெண் (Women)

- பெண்களுக்குக் கண்ணிப்பறுவம் குரியன்; கற்புந்திரன்; திருமணம் இருவு;
- பெண்களுக்குக் கண்ணிப் பறுவம் அமைதி மயம். கற்பு முத்திரிலை. திருமணம் சிறைவாசம்.
- பெண் இல்லாத வீடு வாளியில்லாக் கிணறு
- தங்கத்திற்குச் சோதனை நெருப்பு. பெண்ணுக்கு சோதனை தங்கம். மனிதனுக்குச் சோதனை பெண்.

- அத்திப் பூவையும், வெள்ளைக் காக்கையையும், மீனின் காலையையும் பாத்தாலும் பார்க்கலாம். ஒரு பெண்ணின் மனதிலுள்ளதைப் பார்க்க முடியாது.
- பிறப்பிலிருந்து பதினெட்டடு வயது வரை பெண்ணுக்கு நல்ல பெற்றோர் தேவை. பதினொட்டிலிருந்து முப்பத்தைந்து வயது வரை நல்ல நோக்கு வேண்டும். முப்பத்தைந்திலி ரூந்து ஜூம்பத்தைந்து வயது வரை நல்ல நோக்கு வேண்டும். ஜூம்பத்தைந்துக்கு மேல் நிறையப் பணாம் வேண்டும்.
- பெண்களைப் பேசுவைக்க மருந்துகள் உள்ளன. ஆனால் அவர்கள் வாயை அடக்க ஒரு மருந்துவில்லை.
- ஒரு பெண் உள்ளுடைய நிழல் மாதிரி. அவளைப் பின் தொடர்த்தால் பறந்து விடுவான். அவளிடமிருந்து பறந்து செல். அவள் உண்ணென்பின் தொடர்வான்.
- பெண்களின் மிகப்பிரியமான இனபம் ஆண்களின் தற்பெருமையைப் புண் படுத்துவது. ஆண்களின் மிகப்பெரியதுப்பம் பெண்களின் தற்பெருமையைத் திருப்பிப் படுத்துவதுதான்.
- ஒருநல்ல பெண் ஆணுக்கு ஊக்கமளிக்கிறாள். புத்திக் கூர்மையைப் பெண் அக்கறை காட்டுகிறாள். அழகான பெண் கவர்சி செய்கிறாள். அனுதாபமுள்ள பெண் அவளை அடைகிறாள்.
- வசீகரமான பெண் ஒரு திளைகளை முதிர்ச்சிய டையவானாகச் செய்கிறாள். வயதானவளை தினைகளுக்குகிறாள். நடுத்தர வயதானவனுக்க தன்மேல் முற்றும் தன்னம்பிக்கை எழுச் செய்கிறாள்.
- கோபமுள்ள பெண் கணரயில்லாக கடல்.
- ஒரு பெண்ணின் அழுகையிலும் ஒரு நாயின் நொண்டுதலிலும் உண்மை எதுவும் இருக்காது.
- பெண் பாதுகாக்கூடிய ஒரே ரகசியம் அவனுடைய வயதுதான்.
- ஆண் துணையில்லாத ஒரு பெண், தோட்டக்கான இல்லாத ஒர் தோட்டத்தைப் போன்றவன் அவான்.
- ஒரு பெண் இளாநீரைப் போல; இளாநீர் ஒட்டுக்குள்ளேயே திருந்தாலன்றி அது கமாக இருக்காது.
- ஒரு பெண் ஆயுதம் ஆவள் கண்ணீர். பெயர் (Name)
- ஒரு நற்பெயரை, நல்லிலண்ணாத்தைப்போல் பல செய்கைகளினால் பெறுகிறோம். ஆனால் ஒரே ஒரு செய்கையினால் இழக்கிறோம்.
- பெருமை (Glory Greatness)
- கீழே விழாமல் திருப்பதிலே மட்டும் பெருமை தீல்கள். கீழே விழுகின்ற ஒவ்வொரு தடவையும் உடனே எழுந்து நிற்பதிலே தான் பெருமையே துடங்கியுள்ளது.
- ஒவ்வொரு மனிதனையும் உயர்ந்தவாக்கவும், ஒவ்வொரு நாடாக்கவும் மூன்று விஷயங்கள் அவசியமாகின்றன. 1. நல்லசெயல்களிலிருந்து விளையும்சுக்கி பற்றிய திட நம்பிக்கை 2. பொராமை. சந்தேகம் இல்லாமை 3. நல்லவர்களாக இருக்க முயற்சி செய்வார்களுக்கு நல்லது செய்தல்.
- பெற்றோர் (Parents)
- தந்தையில்லாப் பிள்ளை பாதி ஆனாதை. தாயில்லாப் பிள்ளை முழு ஆனாதை.
- கண்டிப்புக்குப் பின்னால் தினிமையாக இருக்கும் ஒருத்தை, இனிமைக்குப் பின்னால் கண்டிப்பாக இருக்கும் ஒருதாய் - திவர்களின் சேர்க்கைதான் மிகச் சிறந்தது.
- புத்தகங்கள் (Books)
- புத்தகங்கள் நம் மனதோடு பேசுகின்றன. நன்பர்கள் நம் திடயத்தோடு பேசுகின்றனர். திரைவன் நம் ஆண்மாவுடன் பேசுகிறார். மற்றவர் அவனவரும் நம் செவியுடன் பேசுகின்றனர்.
- பூமி (Earth)
- ஒருவன் பூமியைப் போல் பொறுமையாக இருக்க வேண்டும், எவ்வளவுப் பெரிய அதிகீகள் அவள்மேல் செய்யப்படுகின்றன? திருந்தாலும் அவையில்லா வற்றையும் பொறுத்துக் கொள்கிறாள். மனிதனும் கூட அப்படியே இருக்க வேண்டும்.
- பூரணத்துவம் (Perfection)
- எவ்வளாருவன் தன் குறைகளை மேய காரணிக்கிறானோ. அந்த மனிதன் தான் பூரணத்துவம் அடைந்த மனிதன்.

பேச்சு (Speech Talk)

- எவரிடம் பேசுகிறோம், எவ்வாறுப் பற்றிப் பேசுகிறோம், எப்படிப் பேசுகிறோம், எப்பொழுது பேசுகிறோம், எங்குப் பேசுகிறோம் என்பதில் விழிப்பாக இருந்தால் கவலைப்பட வேண்டிய திருக்காது.
- மெதுவப்பேசு, மெய்யேபேசு, இனிமீண்மையப் பேசு, இனக்கமாயப் பேசு, அன்பாயப் பேசு, அடக்கமாயப் பேசு, சிந்தித்துப் பேசு, சருக்கமாயப் பேசு.

பொதுவானவை (Generalities)

- எவ்வளருவன் அதிகம் வைத்துள்ளனரோ அவன் பண்க்காரனால்ல. எவ்வளருவன் அதிகம் கொடுக்கிறானரோ அவன் தான் செலவுந்தன.
- மற்றவர்களுக்கு உதவி செய்யாமல் நமக்கு உதவி செய்துகொள்ள முடியாது. மற்றவர்களை செழிப்படையச் செய்யாமல் நாம் செழிப்படைய முடியாது. மற்றவர்களை நல்வாழ்வுக்குக் கொண்டுவராமல் நாம் நல்வாழ்வைப் பெற முடியாது.
- குலைக்காத நாய்களும், அசையாத தண்ணீரும் அபாயமானவை.
- சாந்தமாகச் செல்பவன் பாதுகாப்பாகச் செல்கிறான்.
- காதலையும், கர்ப்பத்தையும் மறைக்க முடியாது.
- மரத்தடியில் ஆள் தில்லாதபோது தான் ஆண்டவன் கரிகானாக கீழே விழுச் செய்கிறான்.
- ஆழமான மங்கையும், நீண்டகிழிசல் ஆடையும் ஏந்தழூனிலிலும் மாட்டிக்கொள்ள நேரிடும்.
- காக லீலாதுவனை வேசியும் வேண்டாள்.
- மூன்று நாளைக்குப் பிறகு ஒரு பெண், ஒரு விருந்தினர், மழை மூவரும் களைப்படையச் செய்கின்றனர்.
- கையால் வீசி, எநியப்பட்டதை மீண்டும் ஒருவன் காலால் தான் தேடிக் கண்டுபிடிக்க வேண்டும்.
- கிணற்றில் விழுந்தவனுக்கு கை கொடுக்கத் தான் முடியும். நாமும் கிணற்றில் விழு முடியாது.
- குந்த திடம் கொடுத்தால் படுக திடம் கேட்பார்.

- சாமி வரம் கொடுத்தாலும் பூசாரி வரம் கொடுக்கமாட்டான்.
- தெனுக்கு அதிகாரம் கொடுத்தால், அது நொடிக்கு நொடி கொட்டும்.
- நானைம் இல்லாத நங்கைக்கு நாலு பக்கறும் வாஸ்ருடி.
- மூட்டைப் பூச்சிக்குப் பயந்து வீட்டைக் கொளுத்துவதா?

மதிப்பு (Value, worth)

- மலிவாகப் பெறுவதை நாம் குறைவாக மதிப்பிடுகிறோம். கிராக்கி தான் எல்லாவற்றிற்கும் மதிப்பைக் கொடுக்கிறது.
- மதிப்பிற்குரிய ஒன்றை வைத்துக்கொள்ள விரும்புவன் அதற்குரிய விலையைக் கொடுத்தாக வேண்டும். அதனுடைய விலைப்போதும் வேலை, பொருமை, அங்கு, தள்ளாலமற்ற நியாகம் என்பன.

மது (Drink)

- முதலில் மனிதன் மதுவை அருந்துகிறான். பிறகு மது மனிதனை அருந்துகிறது. கடைசியில் மது, மதுவையே அருந்துகிறது.
- கணவன் குடிகாரனாக இருந்தால் பாதி வீட்டு பற்றி எளிகிறது. மனைவியும் குடுக்கரியாக இருந்தால் முழுவீட்டும் கொழுந்து விட்டு எளிகிறது.
- குடிக்கிறவன் கையைச் சுற்றிச் சூடு போட்டாலும் குடிஷயவிடான்.
- மூழ்கிப் போகாமல் கிருப்பதற்காகச் சில சமயங்களில் குடிப்பது அறிவுடைமையே.

மரணம் (Death)

- மனிதர்கள் திறந்தபின்தான் அவர்களைப் பற்றி மதிப்பீடு செய்கிறோம்.
- திறந்தவன் எல்லாக் கடன்களையும் அடைத்து விடுகிறான்.
- சாவுள்ளறைமூக்கப்படும் ஒன்று மனிதர்களை அழக் செய்கிறது. இருந்தபோதிலிலும் வாழ்நாளில் மூன்றிலொரு பங்கு நித்திரையில் போய்விடுகிறது.
- தீயற்கை அன்னை, ஒரு மார்பில் குடிக்கும் தன்

குழந்தையை இன்னொரு மார்புக்கு எடுத்துச் செல்லும்போது, இந்த திரண்டு மார்பகத்திற்கும் இடைப்பட்டபகுதி தான் மரணம்.

மருத்துவர் (Doctor)

- நல்ல மருத்துவர் மூன்று விஷயங்களைப் பெற்றிருக்க வேண்டும். சிறந்துதின் தியம். கன்னிப் பெண்ணின் கை. கழுவிள் கண்.
- சிறந்த மருத்துவர்; டாக்டர் உணவு! டாக்டர் அமைதி!! டாக்டர் மகிழ்ச்சி!!!
- இயற்கை, கலம், பொறுமை இம்முனிஸ்ட் தான் பெரிய மருத்துவர்கள்.

மன்னித்தல் (Forgiveness)

- ஸூடர்கள், மன்னிக்கவும், மறக்கவும் மாட்டார்கள். கபடமற்றவர்கள், மன்னிக்கவும் மறக்கவும் செய்வர்கள். அறிவாளிகள், மன்னிப்பார்கள். மறக்கமாட்டார்கள்.
- தவறு செய்வது மனிதத் தன்மையது. மன்னிப்பது தெய்வீகமானது.

மனசாட்சி (Conscience)

- அயோக்கியர்களுக்கு மனச்சாட்சி தெய்வ மாயிருந்து அச்சுறுத்திக் கொண்டே இருக்கும் நல்லவர்களுக்கு மனச்சாட்சி தெய்வமாயிருந்து அவர்களைக் காத்துக் கொண்டிருக்கும்.

மனிதன் (Man. People)

- மனிதர்கள் மலை தடுக்கி விழுவதில்லை. சின்னச் சின்ன கற்கள் தடுக்கியே விழுகின்றனர்.
- மனிதன் விவேகமான மிகுமகாக இருப்பதைவிட வாதும் செய்யும் மிகுமகாகவே இருக்கிறார்.
- ஒரு மனித அதிகமாகப் பேசினால் வாயாடி.
- அவன் குறைவாகப் பேசினால் கூச்சமுள்ளவன்.
- அவன் அதிகமாகச் செலவழித்தால், கூதாரி.
- அவன் குறைவாகச் செலவழித்தால், கருமி.
- அவன் மூன்னொட்டது வைத்தால், அடங்காதவன்.
- அவன் பின்வாங்கினால், சோம்பேரி
- அவன் அதிகம் வற்புறுத்தினால், பிடிவாத முள்ளவன்.
- அவன் குறைவாக வற்புறுத்தினால் சலன புத்தி டள்ளவன்.

- அவன் தீடம் கொடுத்தால், அவனையே மலி வாக்கிக் கொள்கிறான்.

- மனிதர்களை மூன்று வகையாகப் பிரிக்கலாம். 1. நிகழ்ச்சிகள் நடக்கும்படி செய்பவர்கள். 2 நிகழ்ச்சிகள் நடப்பதைப் பார்த்துக் கொண்டிருப்பவர்கள். 3 என்ன நடந்து விட்டது என்று ஆச்சியப்படுவர்கள்.

- திரண்டு விதமான மனிதர்கள் இருக்கிறார்கள்; பிரர் சொல்லித் தெரிந்து கொள்பவர்கள் ஒரு வகை. தானாகவே எல்லாவற்றையும் தெரிந்து கொள்பவர்கள் மற்றொரு வகை.

- நீவாங்கையில் உயரும்போது மனிதர்களிடம் குழக்காக இரு. ஏனெனில், நீ சீழே இரங்கும்போது அவர்களைச் சந்திப்பாய்.

மனித குணம் (Human Nature)

- அன்னை சீட்டுக்காரனை நேரிப்பதைவிட மனித சமுதாயம் முழுமையையும் நேரிப்பது எனிது.

மனைவி (Wife)

- மனைவி கணவனுக்கு அவனுடைய இளையையில் தாரம். நடு வயதில் தோழி. முதுமையில் தாதி.
- ஒரு மனிதனுடைய நல்லதீர்ஷ்டமும், தூதிர்ஷ்டமும் அவன் மனைவியே.
- தீங்பத்துக்கு ஒரு தாரம். பின்னை பெற ஒரு மனைவி
- எவ்வொருவன் தனக்குத் தெரிந்ததை யெல்லாம் மனைவியிடம் சொல்லிவிடுகிறானோ, அவன் குறைவாககுறித்தவன்.
- மற்றெல்லாப் பொருள்களும் அதீர்ஷ்டத்தின் கையினால் கொடுக்கப்படுகின்றன. மனைவி சொக்கத்தின் விசித்திருமான பரிசு.
- ஒரு பெண்ணின் வேலை எவ்வளவுக் கெவ்வளவு சீக்கிரம் கல்யாணம் செய்து கொள் வேண்டுமோ அவ்வளவு சீக்கிரம் கல்யாணம் செய்து கொள்வதே. ஆணின் வேலை அதை எவ்வளவு தள்ளிப்போடு முடியுமோ அந்த அளவுதல்னிப்போடுவது.
- குதித்தையை, பண்க்காரன் பண்ணணையிலி ருந்து பெறுக; மனைவியை ஏழையில் பண்ணணையிலி ருந்து பெறுக.

- நல்ல மனையானும் ஆரோக்கியமும், மனிதனின் சிறந்த செல்வமாகும்.
- மனைவி ஒரு நாடையப் போல. அவனுடைய வம்சப் பிறப்பை தூராய வேண்டியிருக்கிறது.
- மனைவியை அடிப்பவன் வலது கையால் இடது கையை அடிக்கிறான்.

மொளம் (Silence)

- சில கேள்விகளுக்கும், சில செய்கைகளுக்கும் பதில் சொல்லாமலிருப்பதும் ஒரு வித பதில் தான்.
- மொளம் எப்போதும் மிக நல்ல பதிலே.

வாத்து (Goose)

- வாத்துக்கள் உள்ள இடத்தில் கொக்கரிப்பு திருக்கும். பெண்கள் உள்ள இடத்தில் பேச்சு திருக்கும்.

வாளிகல (Weather)

- மனிதன் ஒரு விதத்தில் முட்டாள். உங்னாமாக இருக்கும்போது குளிர்ச்சியாக ஆக வேண்டுமென்கிறான். குளிர்ச்சியாக இருக்கும்போது, உங்னாமாக ஆக வேண்டுமென்கிறான். எப்பொழுதும் இல்லாததையே கேட்கிறான்.
- இளவேள்ளிற்காலம் ஒரு கண்ணி. கேட்கக்காலம் ஒரு தட்டு. இலவசத்தில்காலம் ஒருவிதமை. குளிர்காலம் ஒரு மாற்றாந்தாய்.

வாழ்க்கை (Life)

- வாழ்க்கையில் திழுந்தால் திரும்பிப் பெறமுடியாது விஷயங்கள் மூன்று. 1. உச்சரிக்கப்பட்ட சொல் 2. தவறவிட்ட வாய்ப்பு 3. கடந்த போன்றிமிடம்
- வாழ்வில் நிறையப் பெற வேண்டுமென்றால், உள்ளனயே துதிகமாகக் கொடு.
- வாழ்க்கை ஒரு தமரங்கள் விஷயம். மிக நல்லதைத் தவிர வேற்றுவதும் வேண்டாம் என்று நீ மறுத்தால், பெரும்பாலும் நீ அதைப் பெறுகிறாய்.

வாழ்க்கை ஒரு பட்டு

- அதைப் பாடு

வாழ்க்கை ஒரு விளையாட்டு

- அதை விளையாடு

வாழ்க்கை ஒரு சால்

- அதை எதிர்கிள்

வாழ்க்கை ஒரு கணவு

- அதை திருவேற்று

வாழ்க்கை ஒரு தீயகம்

- அதைப் பாலும்

வாழ்க்கையே அன்பு

- அதை அனுபவி

- எப்படிப்பளித்துளி ஜிலையின் விளிமிலிருந்து கொண்டு நடனமாடுகிறதோ, அது மனிஸியே உன் வாழ்க்கையும் காலத்தின் விளிமிபில் நடமாட்டும்.
- நாம் சாகப்போகும்போது நம்மைத் தூக்கவரும் மனிதன் கூட வருந்தும்படி நாம் வாழ்க்கையை நடத்த வேண்டும்.
- நாம் விரும்புவதெல்லாம் கிடைக்கவில்லை யென்றால், கிடைத்ததை விரும்பக் கற்றுக் கொள்ள வேண்டும்.
- வாழு, வாழ விடு.

விளம்பரம் (Advertisement)

- விளம்பரமின்றி வியாபாரம் செய்வது திருப்படிலி ருந்து ஒரு பெண்ணைப் பார்த்து கண்ணடிப்பதற்கு ஒப்பாகும். நீ என்ன செய்கிறாய் என்பது உள்க்குத் தெரியும். ஆனால் மற்றவர் எவருக்கும் தெரியாது.

வெற்றி (Conquest, Success)

- யார் செய்ய முடியும் என்று நம்புகிறார்களோ, அவர்கள் வெற்றியடைவார்கள்.
- வாழ்க்கையில் உள்கு வேண்டியது அறியாமையும் நம்பிக்கையும், அது திருப்பின் வெற்றி நிச்சயம்.



நன்றி நவிலல்

எமது குடும்பத்தலைவர் தம்பையா இராசையா அவர்களின் மறைவுச் செய்தி கேட்டவுடன் நேரடியாக வந்து உதவியவர்களுக்கும், அனுதாபச் செய்தியை நேரடியாகவும், தொலைபேசி, தொலைநகல் மின்னஞ்சல் முதலியவற்றின் மூலமும் தெரிவித்தவர்களுக்கும் அன்பர்க ணுக்கும் இம்மலர் வெளிவர உதவிய ஜே ஆர் அச்சகத்தினருக்கும் எமது மனமார்ந்த நன்றிகளைத் தெரிவித்துக்கொள்கின்றோம்.

குடும்பத்தினர்



கந்தாரம்

அது முடிவிலே, அது கல்பத்ரிலே முடிவிலே
அது முடிவிலே, அது கல்பத்ரிலே முடிவிலே.

அது முடிவிலே இந்தாரம்,

அதைப் பல்லவை முடிவிலே.

உள்ளுடைய வனத் தீர்த்தமா?

ஏன்றென்ற அழியுமா?

ஏதை நீ வெள்ளுவதாய், அதை நீ விடுவதா?

ஏதை நீ பலை சிரிவதாய் அது வெள்ளுவதா?

ஏதை நீ எடுத்துவிடுவதாயே,

அது இன்முக்கு எடுக்கப்படுவதா.

ஏதை வெட்டுவதே,

அது இன்முக்கு வெட்கப்பட்டது.

அது இன்முக்கு உள்ளுடைய வீரி

அது முதலை மற்றுமிருந்து விடுவதா.

மற்றுமிருந்து அது வெட்டுவதா விடுவதா.

“ இந்தே உலை விடுவதா,

எனவு பலை பின் சுருப்பாயு ”

- மூலம் பு சூதான் -

