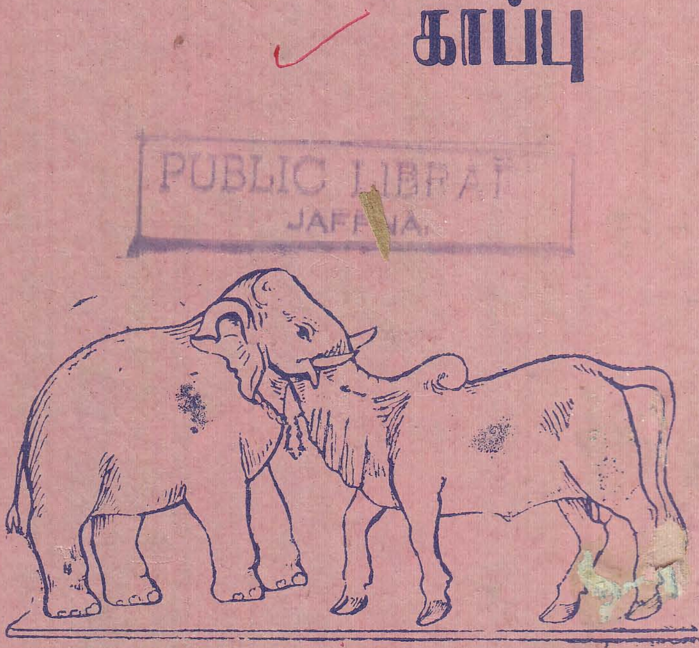
737

உ

கணபதியே காப்பு

PUBLIC LIBRARY
JAFFNA.

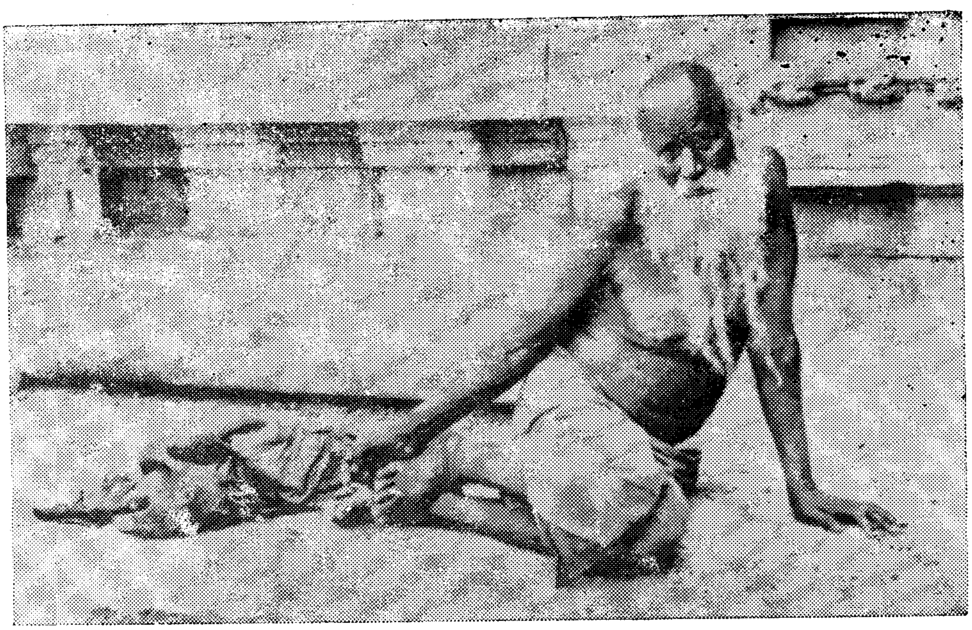


DR. K. RAMASWAMY D.I.M.S.
Thirunelvely East
JAFFNA (Regd No. 561)

"துவாரகை"
திருநெல்வேலி கிழக்கு,
யாழ்ப்பாணம்.

வைத்திய கலாநிதி
க. இராமசுவாமி
டி. ஐ. எம். எஸ்.

294.5
இராம



குருவாய் அமைந்து குணமாய்க் கொண்டு
திருவாய் மலர்ந்த தேவே சரணம்.

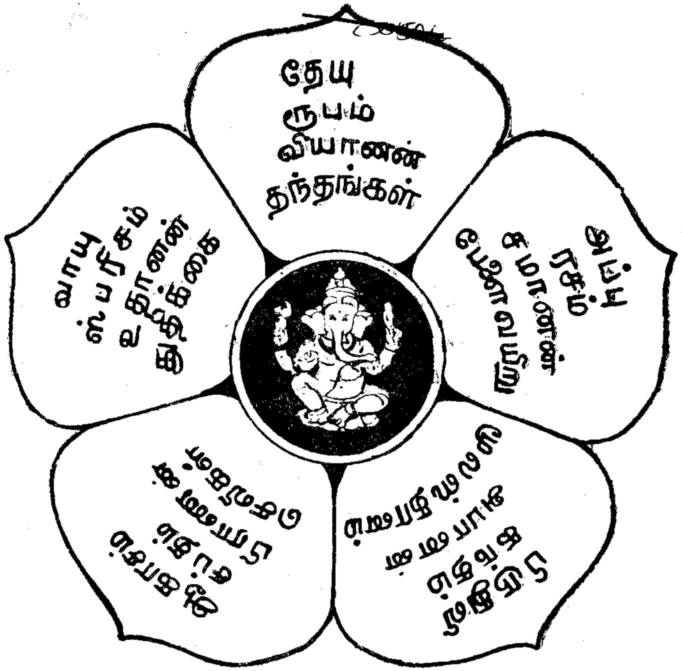
உ
சிவமயம்

கணபதியே காப்பு

வைத்திய கலாநிதி
க. இராமசுவாமி
டீ. ஐ. எம். எஸ்.

(பதிப்புரிமையுடையது)

" துவாரகை"
திருநெல்வேலி கிழக்கு,
யாழ்ப்பாணம்.
சித்திரை 1983.



அண்டமும் பிண்டமும்

உ

முருகா

வேலை வணங்குவதே வேலை.

போன் ; 846666

திருமுருக

கிருபானந்தவாரியார்

சுவாமிகள்

107, சிங்கணச்செட்டி தெரு,

சிந்தாதிரிப் பேட்டை,

சென்னை - 600 002.

சாற்றுக்கவி

நேரிசை வெண்பா

கணபதியே காப்பென்னுங் கற்பக நூலை
குணமுடனே செய்துக் கொடுத்தான் — மணமார்
மருத்துவ மாமணியாம் மன் இராம சாமி
கருத்துடைய ஞானக் கனி.

அன்பன்

கிருபானந்தவாரி

மதிப்புரை

கணபதியே காப்பு என்னும் பெயரைத் தாங்கிவரும் இந்நூலைக் கைப்பிரதி நிலையில் பார்வையிடும் சந்தர்ப்பம் கிடைத்தது.

இந்நூலை இயற்றிய ஆயுர்வேத வைத்திய கலாநிதி டாக்டர் இராமசாமி அவர்கள் ஆயுர்வேத சித்த மரபுகளை முறையே பயின்றவர், இத்துறைகளில் வல்லுநராக விளங்கியோர் பரம்பரையில் வந்தவர். மிகுந்த அனுபவமும் சிந்தனைச்சக்தியும் பெற்றவர்.

இந்நூலில் பல அரிய விஷயங்களைத் தமக்கே உரிய ஆராய்ச்சித் திறமை வெளிப்படும் வண்ணம் அணுகியுள்ளார். தாம் வழங்கும் கருத்துக்களை சாதாரண மக்களுக்கும் விளங்கும் எளிய நடையில் தந்திருப்பது இந்நூலின் மற்றொரு சிறப்பமிசம்.

சமய அநுபவம், உலகியல் விஷயங்கள் பற்றி அளவு கடந்த பரிச்சயம், வைத்திய சாஸ்திரத்தில் ஆழமான பயிற்சி, இப்பயிற்சியோடு அமையாது வைத்திய சிகிச்சை முறைகளில் நுண்ணிய அணுகு முறைகளால் நோய்களுக்குத் தீர்வு காணுவதில் உள்ள திறமை ஆகியவற்றையெல்லாம் ஒன்றிணைத்து வாழ்க்கையில் நாம் நித்தியம் எதிர்நோக்கும் பல பிரச்சினைகளுக்கும் நிகழ்ச்சிகளுக்கும் எங்கள் சமயம் பற்றி இதுவரை முழு விளக்கம் பெறாத பல அமிசங்களுக்கும் பாரம்பரியத்திலிருந்து விலகாதவாறு இவர்கள் தரும் கருத்துக்கள் புதுமையானவை; காரணங்களைக் கொண்டமைவதனால் ஆழ்ந்து சிந்திக்க வைப்பன.

இவர்களது நூல் மக்களுக்குப் பெரிதும் பயன்தருமென்பது என் உறுதியான நம்பிக்கை.

கா. கைலாசநாதக் குருக்கள்

இந்து நாகரிகத்துறை,
யாழ்ப்பாணப் பல்கலைக் கழகம்,
திருநெல்வேலி,
யாழ்ப்பாணம்,
11-4-88

முகவுரை

உலகப் பிறப்புக்களுள் மானிடப் பிறவி ஒன்றைத் தவிர ஏனைய கோடிக்கணக்கான பிறவிகளுக்கும் சமயப் பற்று என ஒன்று கிடையாது. மானிடர்க்கு மட்டும் இச் சமயப்பற்று ஏற்பட அமைந்த காரணம் அம்மானிடர் கொண்டுள்ள பகுத்தறிவேயாகும். ஆன்மா ஈடேற்றம் அடையும் நோக்கமே சமயப்பற்றின் கடைசி முடிவுமாகும். இதுவே சகல சமயங்களின் போதனையாகும். எனவே ஆன்ம ஈடேற்றம் என ஒன்று உண்டு என்று உணர்ந்த மானிடர் எவர்க்கும் சமயப்பற்று இல்லாமல் போகவும் மாட்டாது.

உலகம் பஞ்ச பூதியங்களினாலாகியது. உலகப் பிறப்புக்கள் சகலவற்றின் தேகங்களும் பஞ்ச பூதியங்களின் சேர்க்கையினாலானவை. உலக இயக்கத்திற்கு ஆதாரமாக அமைந்தது நவக்கிரகங்கள் எனும் கோள்களின் சுற்றுலாவேயாம். இக்கோள்களும் பஞ்ச பூதியத் தன்மைகளையே கொண்டு அமைந்தனவாகும். எனவே கோள்கள், உலகப் படைப்புக்கள், உலக இயக்கம் யாவுக்கும் பஞ்ச பூதியங்களே ஆதாரமாக அமைந்துள்ளன என்பதாம். பஞ்ச பூதியங்களின் இயக்கமே இறைவனின் பஞ்ச கிருத்தியங்கள் எனத் தரப்பட்டுள்ளதாகும்.

உலகை இயக்குபவன் இறைவனேயானாலும் அவ்விறைவனும் பஞ்ச பூதியங்களாக அமைந்தே உலகை இயக்குகின்றான். இக்கருத்தினைத் திருமூலநாயனார் திருமந்திரத்துள் 2240-ம் பாடலினால்,

“மரத்தை மறைத்தது மாமத யானை
மரத்துள் மறைந்தது மாமத யானை
பரத்தை மறைத்தது பார்முதல் பூதம்
பரத்தின் மறைந்தது பார்முதல் பூதமே”

எனத் தந்துள்ளதும் குறிப்பிடத்தக்கதேயாம். எனவே பஞ்ச பூதியங்களின் ஆராய்வு பரத்தின் ஆராய்வாகும்.

ளங்கள் தேகமும் பஞ்ச பூதியச் சேர்க்கை என்றமையினால் இப்பஞ்ச பூதியங்களின் பிரிவுகள் தன்மைகள், ஆறு குணங்கள், போக்குகளை எவ்வளவிற்கு எவ்வளவு ஆராய்ந்து உணர்ந்து கொள்ளுகின்றோமோ அவ்வளவிற்கு அவ்வளவு எம்முள் இறைமையை உணர்ந்தவர்களுமாவோம். இப்பஞ்ச பூதியங்களுள்ளும் பிருதுவி, அப்பு, தேயு, வாயு என்ற நான்குமே தேகத்தினால் அனுபவிக்க அமைந்தவை. உலகப்பற்றுகள் யாவையும் நீத்து ஆன்மாவானது ஈடேற்றம் கொள்ளுமிடத்து அனுபவிக்க அமைந்ததுவே ஆகாச பூதியமாகும்.

மக்களும் ஆறு ஆதாரங்களும்

உலகம் படைத்தல் காத்தல் அழித்தலாகிய கிருத்தியங்களினால் இயங்கிக் கொள்வதாலும், இவ்வியக்கங்களுக்கு ஆதாரமாக அமைந்தவை கோள்களின் சுற்றுலாவு என்பதினாலும், சுற்றுலாவு அசையும் தன்மையைக் கொண்டுள்ளமையினாலும், இவ்வசையும் தன்மைக்குரிய முக்கிய பூதியம் வாயு என்பதினாலும் வாயு பூதியமே உலக இயக்கத்திற்கு முக்கிய ஸ்தானம் வகிக்கின்றதாகும்.

வாயு பூதியம் எனும் காற்றினை ஆதாரமாகக் கொண்டுள்ளதுவே சுவாசம். சகல சீவான்மாக்களுக்கும் சுவாசமே முக்கியமானது. சுவாசமின்றேல் அது சவமேயாம்.

இச் சுவாச இயக்கத்துள் பிரத்தியேகமான ஓர் தனிப்போக்கும் அமைந்துள்ளது. அதாவது மூக்கின் வழியாக சுவாசித்த போதிலும் அது வலம் இடம் என இருபாங்காக மாறி மாறி இயங்குவதாகும். இப்போக்கினை நாம் எவரும் எம்முள் அனுபவமாக உணர்ந்து கொள்ளலாம்.

இம் மாறுதல் ஐந்து நாழிகைக்கு ஒரு முறையாக மாறுவதாம். எனவே பகலுக்கு ஆறுமுறைகளும் இரவுக்கு ஆறு முறைகளுமாக மாறி மாறி இயங்கவும் அமைந்ததாகும். இவ் ஆறு ஆறு முறை மாற்றங்களுக்கு ஆதாரமாக அமைந்தனவே ஆறு ஆதாரங்களுமாம். அவையே மூலாதாரம், சுவாதிட்டானம், மணிபூரகம், அநாகதம், விசுத்தி, ஆக்ஞை என்பன.

மக்களும் ஆறு அறிவுகளும்

பிருதுவி, அப்பு, தேயு, வாயு, ஆகாசமாகிய ஐந்து பூதியங்களும் முறையே $1\frac{1}{2}$, $1\frac{1}{4}$, 1, $\frac{3}{4}$, $\frac{1}{2}$ என்ற விகித பங்கின்படி சேர்க்கை கொண்டு இயங்கும் இயல்புடையன. எனவே ஐந்து நாழிகைக்கு ஒரு கூறாக இயங்க அமைகின்றபோது முப்பது நாழிகை கொண்ட ஒரு பகலுக்கு ஆறு இயக்கங்களும் முப்பது நாழிகை கொண்ட ஒரு இரவுக்கு ஆறு இயக்கங்களுமாக இயங்குவனவாம்.

இந்த ஆறு ஆதாரங்களும் ஒவ்வொன்றினது இயக்கங்களும் ஒவ்வொரு தன்மையான அறிவின் பாகத்தைக் கொண்டுள்ளன. அதாவது ஆறு ஆதாரங்களும் ஆறுவித அறிவின் பாகத்தைப் பற்றிக் கொள்வனவாம். மக்கள் மட்டும் ஆறு ஆதார இயக்கங்களைக் கொண்டுள்ளமையினால் அம்மக்கள் ஆறு அறிவு படைத்தவர்கள் எனக் கொள்ளப்படுவதுமாம். ஏனைய சீவான்மாக்களுள் ஓரறிவுச் சீவன், ஈரறிவுச் சீவன், மூவறிவுச் சீவன் என்றெல்லாம் கொள்ளப்படுவதும் அந்த அந்தச் சீவான்மாக்களின் ஆதாரங்களைப் பொறுத்ததாகும்.

மக்களும் நான்கு நிலைகளும்

இந்து சமயம் புராண இதிகாசங்களை அநேகமாகக் கொண்டுள்ளது இவற்றைக் கண்ணோட்டமாகப் பார்க்குமிடத்துச் சிற்சில சந்தர்ப்பங்களை நம்புவதற்கு அரிதாகவும் தோற்றக் கூடும். இப்புராண இதிகாசங்களைத் தந்துள்ளவர்கள் அனுபூதி பெற்ற தத்துவ ஞானிகள். எனவே இஞ்ஞானிகள் நம்புவதற்கு அரிதாகிய கதைகளைத் தந்திருப்பார்களோ? இல்லை. இதற்கு உதாரணமாக இங்கும் ஓர் சந்தர்ப்பத்தினை ஆராய்வோம்.

இராமாயணத்தில் உத்தமியாகிய சீதா பிராட்டியார் இராமரோடு தானும் சந்நியாச நிலைகொண்டு தண்டகாருண்யத்தில் சோகமான வாழ்வைக் கொண்டிருந்தபோது பொன்மயமான ஒரு மானைப் பார்த்த மாத்திரத்தில் ஆசை கொண்டமை. அதாவது தசரதரின் அரண்மனையில் அனு

பவிக்க அமைந்த பொற்குடியையும் விடுத்துக் கானகம் செல்லத் துணிந்த சீதையின் நிலைக்குப் பொன்மயமான மானின்மேல் இச்சித்தது முறையாகுமா? இது முதலாவது நிலையாகும். அடுத்ததாக அது மாயமான பொன்மான் என்று தமது பதியால் உணர்த்தப்பட்டும் கேளாமல் அந்த மானைத் தனதாக்கிக் கொள்ளத் தீர்மானம் கொண்டு தமது பதியை வேதனையுடன் பிரிய வைத்தமையும் மட்டுமல்லாமல், தனது பாதுகாப்பிற்காகத் தன் புருஷனால் அமர்த்தப்பட்ட காவலரான இலக்குமணனை அபாண்டமான கருத்துக் கொண்ட வார்த்தைகளால் பிரிய வைத்ததும் பாரதூரமான செயலல்லவா? இது இரண்டாவது நிலையாகும்.

அடுத்ததாக இராவணனால் அபகரிக்கப்பட்ட பின் அசோகவனத்தில் அலங்காரம், அன்ன ஆகாரமின்றி ஒரே சிந்தனையுடன் இராமபிரானையே பிரார்த்தித்துக் காலம் கழித்தமை உத்தம செயலல்லவா? இது மூன்றாவது நிலையாகும்.

அடுத்ததாக இராமபிரானை அடைந்தமை. இங்கே மனம் சாந்தி கொண்டதும் பூரணம் பெற்றமையுமாகும். இதுவே கடைசியான நான்காவது நிலையாகும்.

இவற்றையெல்லாம் சாதாரணமாகவே வியாக்கியானம் செய்யப்புகின் சீதா பிராட்டியார் விட்ட சில தப்புக்கள் எனப் பொறுக்கி எடுக்க இடமாகும். அன்றி அலசி ஆராய்ந்து புத்தி பூர்வமாக நோக்கின் மானைக் கண்டு ஆசை கொண்டமை சரியை நிலையையும், தமது காவலரான இராம இலக்குமணரைப் பிரிய வைத்தமை கிரியை நிலையையும், அன்னாகாரமின்றி ஒரே சிந்தனையுடன் அசோகவனத்தில் காலம் கழித்தமை யோக நிலையையும், இராமபிரானை அடைந்து மனம்பூரணம் கொண்டமை ஞான நிலையையும் எடுத்துக் காட்டுவதென நாம் நன்கு உணர்ந்து கொள்ள முடியும்.

இது போலவே உலக நிகழ்ச்சிகள் யாவும் நான்கு நிலைகளாக இயங்குவதை நாம் எல்லோரும் நன்கு உணர்ந்து கொள்ள வேண்டும். அவ்விதம் உணரப்படுமாயின் இந்து

சமயத்துப் புராண இதிகாசங்களுள் பொதிந்திருக்கும் சான்றுகளைச் சூட்சுமமாக உணர்ந்து கொள்ளலாம் என்பதாம்.

உலகில் இறைமை ததும்பிய பஞ்ச பூதியங்களின் விரிவான செயற்பாடுகளையும், முக்குணங்களையும், பூர்வபட்ச அமரபட்சத் திதிகளின் விளைவுகளையும், நன்கு உணர்ந்து அவை எங்கள் தேகத்திற்கு ஆதாரமான சுவாசத்தின் பிரிவுகளும் அப்பிரிவுகளின் செயற்பாடுகளையும், தேகத்தைத் தாங்குவதான சப்த தாதுக்களையும், கபம், பித்தம், வாயு ஆகிய முத்தோஷங்களையும் பற்றிக் கொண்டு இயங்கும் இயக்கங்களையும் நன்கு அவதானித்து தத்துவார்த்தமாக உணர்ந்து கொள்வோமேயானால் இந்து சமயக் கூற்றுக்களுள் எவ்வித விபரீதமான கேள்விகளுக்கோ ஐயுறவுகளுக்கோ இடம் கிடையாது என்பதும் உண்மையேயாம்,

உலகிலுள்ள சகல சீவான்மாக்களுக்கும் இன்றியமையாதது சுவாசம். இச்சுவாசத்தின் அப்பியாசமே பிராணாயாமம். பிராணாயாம மூலமே இறைமை எய்த முடியும். சகல மக்களும் கடைசியில் இறைமை எய்த நாடுவதும் உண்மையே. உலகிற்கு ஆதாரமான பஞ்ச பூதியங்களுள் ஆகாச பூதியமே இறைமை தர அமைந்தது. எனவே ஆகாச பூதியத்தை அடைவதற்குரிய அனுகூலத்தை உணர்த்தித் தந்துள்ளதும் இந்து சமயம் ஒன்றேயாம்.

இவ்விந்து சமயத்தின் உற்பத்திக் காலம் வரையறுக்க முடியாததற்குக் காரணம் சந்திரன் முதலிய கிரகங்களின் உற்பத்திக் காலம் வரையறுக்க முடியாமை என்பதினாலேயாம். சுருக்கமாகக் கூறின் கோள்களின் உற்பத்திக் காலம் எதுவோ அதுவே இந்து சமய உற்பத்திக காலமாகும்.

எனவே இதன் பின் தரப்பட்டுள்ள கணபதியே காப்பு என்ற தொகுப்பினுள் ஐயுறவுகள் ஏற்படுமாயின் அவைகளை அலசி ஆராய்ந்தும் அறிவுடையோருடன் அளவளாவியும் விளங்கிக் கொள்ளுவோமேயானால் ஒருவித ஐயுறவுகளுக்கும் இடமாகாது என்பதையும் உறுதிப்படுத்துவேனாக.

வணக்கம்.

வைத்திய கலாநிதி
க. இராமசுவாமி

வேண்டுகோள்

பிறப்பன யாவும் இறப்பதும் உண்மை. பிறப்பிற்கும் இறப்பிற்கும் இடையில் யாதொரு பலனையும் காணாது இடத்து வாழ்க்கை ஏமாற்றமாகவே முடியும். எனவே பிறந்தோர் எல்லாம் தத்தம் பிறவிக்கும் அறிவிற்கும் ஏற்றபடி யாதும் ஒரு பலனை உலகிற்குத் தந்தாலே ஒழிய அப்பிறவி அனர்த்தமேயாகும். அதிலும் மானிடப்பிறவி பகுத்தறிவையும் கொண்டமையால் மானிடர் எவரும் கண்டிப்பாக உலகிற்கு யாதும் ஒரு பலனைத் தந்தாகவே வேண்டும். தாம் உழைத்தும் உண்டும் உறங்கியும் சந்ததி விருத்தி பண்ணியும், அச்சந்ததிக்காக மட்டும் பொருள் சம்பாதித்துக் கொண்டால் உலகிற்கு உதவியவராகார் என்பதை நன்கு புரிந்து கொள்ளவும் வேண்டும்.

பிறப்பிற்கும் இறப்பிற்கும் இடையில் இடம் பொருள் ஏவல் காரணமாக நோய் நொடிகள் ஏற்படாவண்ணம் ஆரோக்கியமாக வாழ்வதற்குக் கடைப்பிடிக்க வேண்டிய வழிவகைகளை இறைவனால் தரப்பட்டுள்ளதே ஆயுர் வேதம்.

பஞ்சபூதியத்திலான உலகத்தில் பஞ்சபூதியத்திலான உடம்பைப் பேணுவதற்கு அப்பஞ்சபூதியத்துள் தோன்றி நிற்கும் பரம் பொருளாகிய இறைமையால் தரப்பட்டுள்ளதுவே ஆயுர்வேதம். எனவே ஆயுர்வேதம் இறைமை தாங்குவதாகும். ஆயுர்வேதத்தைத் தூஷிப்போர் இறை தூஷணம் செய்தவராவர் ஆயுர்வேதம் சைவசமய தத்துவங்களையும் ஒருங்கே கொண்டுள்ளது. எனவே தான் மணி மந்திர ஔடதம் எனப் பொதுவான பேச்சாகவும், வழக்கத்திலுள்ளதாகும்

ஆயுர்வேத ஆராய்ச்சி செய்வோருக்கு ஆங்காங்கே இறைமையின் தன்மைகளும் நவீனமாகத் தென்படுவது சாத்தியமாகும். இப்பக்குவத்திற்கு இணங்கவே ஆயுர்வேதப் பணிக்கென அமையப்பெற்ற அடியேனது பிரயத்தனத்

தின்போது புலப்பட்ட கருத்துக்கள் சிலவற்றை மக்களுக்கும் பகிர்ந்து அனுபவிக்க விரும்பி இத்தகைய தொகுப்பினை தொகுக்கவும் துணிந்தமையாகும்.

இத்தொகுப்பின் தராதரத்தை மக்களே புத்தி பூர்வமாக ஆராய்ந்து, எடைபோட்டு, நயமான பாகங்களை ஏற்றும், விளங்காத பாகங்களைக் கேட்டு விளங்கியும் கஷ்டமான பாகங்கள் உளதேல் அவற்றை விலக்கியும் கொள்ளலாம்.

இங்ஙனம்

வைத்திய கலாநிதி க. இராமசுவாமி

PUBLIC LIBRARY
JAFFNA.

ஸ்துதி

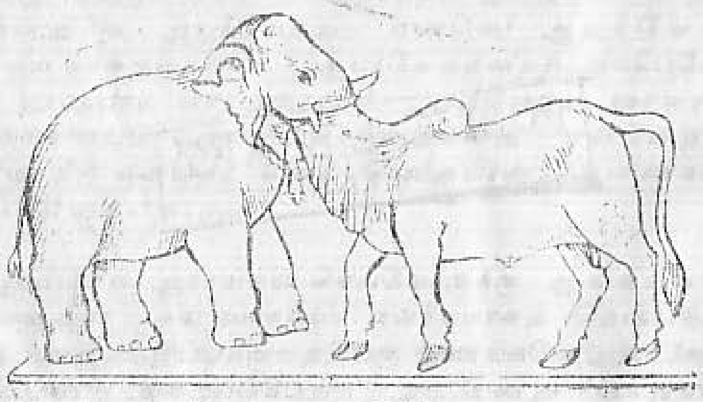
தன்னை அடையும் மார்க்கத்தைத் தானே உணர்த்த அமைந்தமையால்
பொன்னூர் மேனிப் புலியுடையோன் பொருந்த எடுத்த அவதாரம்
மன்னும் கணபதி எனவேநாம் மன்றவாணன் மகன் தன்னை
முன்னம் முன்னம் வழிபட்டு முனைந்து கொள்ளல் முறையாகும்

காற்றினை இழுத்தும் வைத்தும் கணக்குடன் வெளியில் விட்டும்
மாற்றலே பிராணாயாமம் (இது) மறையது தந்த பண்டம்
போற்றிடும் பிராணாயாமம் பொருந்தவே பரீட்சை செய்து
மேற்றிகழ் சித்தி எய்தும் முறையதே குண்டலி சக்தி.

குண்டலி சக்தி கொண்ட குணமகன் கணபதிக்குள்
அண்டமே அடங்கும் என்ப அமரர்கள் காட்டும் உண்மை
வண்டமிழ் பெற்ற ஔவை விநாயகர் அகவல் வேண்டி
கண்டனள் கயிலாயத்தைக் கணபதி அருளினாலே.

விந்தை கொள் கணபதிக்கு விதிமுறை வணக்கம் செய்து
சிந்தையால் இத்தொகுப்பைச் சேர்த்துமே கோர்க்க முன்னர்
நந்தியின் மகனே என்றும் ஞானத்தின் கொழுந்தே என்றும்
கந்தனின் அண்ணன் தன்னைக் காப்பதாய் வேண்டுவேனே.

"மாட்டை மறைப்பது மாமத யானை
மாட்டினுள் மறைவதும் மாமத யானை
தந்தையை மறைப்பது மைந்தனே ஆயினும்
மைந்தன் மறைவதும் தந்தையினாடே"



கணபதியே காப்பு

இந்து சமய நூல்கள் யாவும் இறைவணக்கத்துடன் ஆரம்பிப்பது மரபு. அதிலும் கணபதி தெய்வமே முதலில் வணக்கத்திற்கு அமைந்ததாகும். இந்து சமயத்து நூல்கள் மட்டுமல்லாமல் இந்து சமயத்தவர்களின் எவ்வித கிரியைகளாயினும் சரி கணபதி தெய்வத்தை ஆரம்பத்தில் வேண்டிக் கொள்வதும் பிரமாணமேயாம்.

தெய்வங்களுள் அனாதியானதும் முழுமுதற் கடவுளும் சிவபெருமானே என்று தந்துள்ள இந்துசமயம், கணபதி தெய்வத்தை முதலில் வேண்டிக்கொள்ள வற்புறுத்தியுள்ளதற்கும் ஓர் தக்க காரணம் இருக்கவே செய்யும்.

மானிடப்பிறவிகட்கு மட்டும் ஆன்மீகப்பேறு அமைந்ததாகும். ஆன்மீகப் பேற்றிற்கு வழிகாட்டுவதே இந்து சமயத்தின் நோக்கமுமாகும். எனவே இந்துசமயக் கூற்றுக்களுடன் மானிட வாழ்க்கையின் இயல்புகளும் இசைந்து செயல்படுவதாக அமைவது நியாயமேயாம்.

மக்கள் வாழ்விற்கு அதிமுக்கியமானது சுவாசமேயாம். இச்சுவாசத்திற்கு ஆதாரமாக அமைந்துள்ளது காற்று. இக்காற்றானது மூக்கினால் சுவாசிக்கப்படுவதே ஆனாலும் மூக்கின் இரு துவாரங்களினாலும் ஒரே சமயத்தில் சமமாகச் சுவாசிக்கப்படுவதில்லை சகல மக்களுக்கும் ஒவ்வொரு மூக்குத் துவார வழியாக இச்சுவாசம் மாறி மாறி இயங்குவதாகும். இந்த மாற்றம் ஐந்து நாழிகை எனப்படும். இரண்டு மணித்தியாலத்திற்கு ஒருமுறை மாறிமாறி இயங்குவதாகும். இது இயல்பு. வலது மூக்குத் துவாரத்தினால் இயங்கும் சுவாசத்தைப் பிங்கலை என்றும் இடது மூக்குத் துவாரத்தினால் இயங்கும் சுவாசத்தை இடகலை என்றும் கொள்வர். இந்த மாற்றத்திற்கும் ஓர் முக்கிய காரணம் இருக்கவே செய்யும். சுவாசத்தினைக் கணக்கிட்டு உள் இழுத்தும் நிலைப்படுத்தியும் வெளித்தள்ளியும் அப்பியாசிப்பதே பிராணாயாமம் எனப்படும். இக்கணக்கிற்கும் பகுத்தறிவு வேண்டும்.

எனவே பகுத்தறிவைக் கொண்ட மானிடர் மட்டும் இப் பிராணாயாம அப்பியாசத்திற்கு அமைந்தவராவர்.

மக்களின் ஐம்புலன்களின் இயக்கங்களுள் சுவாசம் மட்டும் இவ்வைந்து பூதியங்களையும் கவர்ந்து இயங்க அமைந்துள்ளதாகும். அதாவது, சுவாசம் வலம் இடமாக மாறி மாறி இயங்கிய போதிலும் அவை தனித்தனி பிருதுவிமயம், அப்புமயம், தேயுமயம், வாயுமயம், ஆகாசமயம் என்ற ஐந்து பிரிவுகளாக நிரை கொண்டு இயங்குவனவாம். ஆகவே உலக இயக்கத்தின் பஞ்சபூதியத் தன்மைகளுக்கும் சிவான்மாக்களின் சுவாச இயக்கத்தின் தன்மைகளுக்கும் இயக்க ஒற்றுமை ஒன்று உண்டு என்பதை எவரும் நன்கு விளங்கிக் கொள்ள வேண்டும்.

பஞ்ச பூதியங்களுள் அணுதியானது ஆகாசபூதியம், ஆகாசபூதியம் நிர்மலமானது, பற்றற்றது, ஐம்புலன்களாலும் அனுபவிக்க முடியாதது. இத்தன்மைகளைக் கொண்டுள்ளவனே இறைவன்.

இறைவனை அடைவதே சகல மக்களின் கடைசி நோக்கமாகும். இறைவனை அடையும் மார்க்கத்தை அவ்விறைவனே அறிந்துளன். எனவே அம்மார்க்கத்தை உலக மக்களுக்கு உணர்த்த வேண்டியவனாகவும் அவ்விறைவனே அமைந்தனன். இதற்காக இறைவன் எடுத்துக் கொண்ட அவதாரமே கணபதி மூகூர்த்தமாகும்.

பிராணனுக்கு ஆதாரமானது பிராணவாயு எனும் காற்று. இக்காற்றினை ஆதாரமாகக் கொண்டு செய்யும் அப்பியாசம் பிராணாயாமம். பிராணாயாம அப்பியாசம் கைவல்யப்பட்ட இடத்து நாம் பெறுவது குண்டலி சக்தி. இக்குண்டலி சக்தியால் மூன்று கால நிகழ்ச்சிகளையும் தெளிவுற அறிவதுமல்லாமல் ஆன்மாவானது பிறப்பை ஒழித்து சமாதி நிலை எய்துவதற்கும் வழிவகுப்பதாகும். இச் சமாதி நிலையே இறைவனடி சேர்ப்பிப்பதாகும். சுவாச அப்பியாசம் என்னும் பிராணாயாமத்தின் போக்கினை புலப்படுத்த அமைந்ததுவே கணபதியின் அமைப்பாகும். எனவே

ஆன்ம ஈடேற்றத்தில் ஈடுபாடு அடைய விரும்புவோர் இத் தொடர்புகளைத் தெட்டத் தெளிவாக உணர்ந்து அவ்வழியைப் பின்பற்றிக் கொள்ள வேண்டியதும் அவர்களின் தவறாத கடமையாகும். அன்றேல் ஆன்ம ஈடேற்றம் சாத்தியமாகாது என்பதும் சரியேயாம்.

இறைவனாகிய சிவன் தனது தன்மையை உலகிற்குப் புரிய வைத்தற் பொருட்டு தில்லையில் நிர்த்தனம் புரிந்தனன். தமது நிருத்தனத்திற்கு ஏற்றபடி தாள அமைவாகவும் சுருதி வேகமாகவும் மிருதங்கம் கொட்டுவதற்கு தகுதியானவரும் தானே என்றமையால் அவ்விறைவனே நந்தி தேவராக அவதரித்து மிருதங்கம் கொட்டலானார் என்பதும் அறிவோம். எனவே இறைவனின் இவ்வவதாரத்தை முதலாம் சம்பு என்பர். இதன் பின் இரண்டாம் சம்புவாக இறைவன் எடுத்த அவதாரமே கணபதியாகும். எனவே கணபதியை நந்திமகன் என்பதும் சரியேயாம்.

PUBLIC LIBRARY
JAFFNA.

இறைவனும் இசையும்

பஞ்ச பூதியங்களுள் அறுதியானது ஆகாச பூதியம். இப்பூதியம் சப்தம் என்னும் ஒரே தன்மையை மட்டும் கொண்டுள்ளது. சப்தமே இசைக்கு மூலாதாரமானது. விருப்பு வெறுப்பற்ற இறைவன் சங்கீதத்தில் மட்டும் அடக்கமுள்ளான் என்பர். இராவணனின் சங்கீதத்திலே இறைவன் மெய்மறந்தனன் என்பதும் நாம் அறிந்ததேயாம். எனவே இறைவன் சப்தம் என்னும் தனித்தன்மையைக் கொண்ட ஆகாச பூதிய மயமானவர் என்பதும் தெளிவாகும். அன்றி ஆகாசபூதியத்தில் எக்காலத்திலும் எதுவித மாற்றங்களும் ஏற்படுவதுமில்லை. ஆகாச பூதியம் எதிலும் பற்றற்றது. இப்பூதியத்துள் எப்பொருளைச் செலுத்தியபோதிலும் அப்பொருள் எஞ்ஞான்றும் அத்தன்மையதாகவே நிலைத்து நிற்கும். இது ஆகாசபூதியத்தின் இயல்பான குணமாகும். இறைவனும் ஆகாசபூதியமயமானவன் என்றமையால் இறைவனை அடைவோரும் எஞ்ஞான்றும் எப்பற்றுகளுக்கும் ஆளாகாமல் சதா இறைமையோடு விளங்குவர். இவ்வாகாச பூதிய அனுகூலத்தைப் பெற்றவர்களே சித்தர்கள் முனிவர்களாம். அவ்வித நிலை எய்தும் வரை இல்லற வாழ்வு கொண்ட மக்களுக்கு ஆகாச பூதியம் தவிர்ந்த ஏனைய நான்கு பூதியங்களுமே நேரடியாக அனுபவிக்க அமைந்தவைகளாகும்.

ஆகாச பூதியமானது ஏனைய நான்கு பூதியங்களுள்ளும் காற்றாகிய வாயு பூதிய மூலம் மட்டுமே உலகிற்கு உணர அமைந்ததாகும். அதாவது காற்றின் மூலமே ஒழிய ஏனைய பூதியங்கள் மூலம் ஆகாச பூதியத்தை உணர முடியாது என்பதாம். உதாரணமாகக் காணவேண்டில் வெப்பக் குடுவை எனப்படும் Vacuum Flask இல் Vacuum என்னும் வெற்றிடம் அடக்கப்பட்டுள்ளது. இவ்வெற்றிடம் செவ்வனே இருக்கின்றதா என்பதைப் பரீட்சிப்பதற்கு வெப்பக் குடுவையின் வாயை எமது செவியுடன் கெட்டியாக அமர்த்திக்கொண்டு "ஹம்" என்னும் ஓசை ஒலிக்கின்றதா என்

பதை அவதானிக்கிறோம். அதாவது வெப்பக் குடுவையுள் அமைந்த வெற்றிடம் (vacuum) என்ற ஆகாச பூதியத்தின் தன்மையாகிய சப்தத்தை அந்த vacuum இற்கும் செவிக்கும் இடையில் உள்ள காற்றின் மூலமே நாம் அறிந்துகொள்ள முடியும் என்பதாம். எனவே ஆகாச பூதிய மயமான இறைவனை அனுபவித்தற்கு வாயு என்னும் பூதிய மயமான (as a medium) கணபதி இன்றி அனுபவிக்க முடியாது என்பதும் நன்கு புலனாக உள்ளது. இதுவே சிவபூசைக்கு முன்னடி கணபதி பூசை விதிக்கப்பட்டுள்ளதாகும். இதுவும் நியாயமேயாம்.

உலகில் அசைவைக் கொடுக்க வல்லது காற்று. காற்று இல்லாமல் ஓர் அணுவும் அசையமாட்டாது. "அவன் அன்றி ஓர் அணுவும் அசையாது" என்று தந்துள்ளதும் காற்றினைக் குறிக்கும் கணபதி தெய்வ அனுக்கிரகமின்றி எவ்வித நிகழ்ச்சிகளும் அனுகூலமாகாது என்பதும் மிகவும் தெளிவாகக் கொள்ளக் கூடியதேயாம்.

இறைவனைப் 'பதி' என்பர். அவ்விறைவன் படைத்தல், காத்தல், அழித்தல், அருளல், மறைத்தல் என்னும் ஐந்து கிருத்தியங்களைக் கொண்டுள்ளவன். இவ்வைந்து கிருத்தியங்களும் முறையே பிருதுவி, அப்பு, தேயு, வாயு, ஆகாசம் என்ற ஐந்து பூதிய இயக்கங்களை ஆதாரமாகக் கொண்டுள்ளனவாகும். "பாரொடு விண்ணாய்ப் பரந்த எம்பரனே" என்றும், வளியிடை ஒன்றாய்; வெளியிடை இரண்டாய்; தீயிடை மூன்றாய்; நீரிடை நான்காய்; பாரிடை ஐந்தாய்" என்றெல்லாம் இறைவனின் பஞ்ச பூதிய மயமான நிலைகளை உணர்த்தியுள்ளதும் நாம் அறிந்ததேயாம்.

ஆன்மாவைப் 'பசு' என்பர். ஆன்மாக்கள் குடிகொண்டுள்ள உடம்பும் மேற்படி ஐந்து கிருத்தியங்களையும் அனுபவிக்க அமைந்தமையினால் அவ் ஆன்மாவுக்கு ஆதாரமான சுவாசமும் பிருதுவி, அப்பு, தேயு, வாயு, ஆகாசமாகிய ஐந்து தன்மைகளாக இயங்கிக் கொள்ள அமையலாயிற்று. இதனை முன்னமும் காட்டியுள்ளோம். இது ஒவ்வொரு மக்களும் தத்தம் முயற்சியால் தம்முள் தாமே அனுபவத்தில் காணக்கூடியதாகும்.

பதியையும் பசுவையும் தொடர்பு கொண்டு சேர்க்க அமைந்ததுவே "பாசம்" 'பதி' ஐந்து பூதியங்களாக மிளிர்வதாலும், "பசு" ஐந்து பூதியப் பிரிவுகளைக் கொண்டு சுவாசித்து இயங்குவதினாலும், பசுவானது பதியை அடைவதும் மேற்படி பஞ்சகிருத்திய இயக்கத்தினூடாகவே ஏற்பட அமைந்ததாகும். இதுவே அப்பாசமாகும்.

உலக இயக்கத்திற்கு ஆதாரமான பஞ்சபூதியங்கள் இப் பதி, பசு, பாசப் பிரிவுகளுக்கு அமைய மூன்று பிரிவுகளாகிக் கவர்ந்து இயங்குவன என்பதும் கவனிக்கத் தக்கதேயாம். அதாவது படைத்தல் காத்தலாகியன பசுவின் தன்மைக்கு அமைந்தவை முறையே பிருதுவி, அப்பு என்னும் பூதியங்களும்; அருளல், மறைத்தலாகிய பதியின் தன்மைக்கு அமைந்தவை முறையே வாயு, ஆகாசம் என்னும் பூதியங்களும், அழித்தலாகிய பாசத்தின் தன்மைக்கு அமைந்ததே தேயு என்னும் பூதியமுமாகும். இப்பிரிவுகளைப் புலப்படுத்திக் காட்டுவது சூரசம்ஹாரம் என்பதும் பொருத்தமேயாம்.

எனவே பதி, பசு, பாசம் என்னும் இம்முப்பிரிவுகளினதும் இன்றியமையாத தொடர்பினை உணர்த்திக் கொள்வதற்காகவே சைவசமயச் சேவைகள் யாவற்றுள்ளும் மும்மூன்று முறை நிகழ்த்துவதும் காண்கின்றோம். அதாவது கணபதி வணக்கத்தில் குட்டிக்கொள்வதும் சரி, தோப்புக் கண்டமிட்டுக் கொண்டாலும் சரி, சகல சுப கருமங்களும் மும்மூன்றுமுறை நிகழ்த்துவதும் இக்கருத்தினைக் கொண்டுள்ளதே என்பதாம்.

யாவையும் தொகுத்துப் பார்ப்போமேயானால் ஒருவனாகிய இறைவன் பஞ்ச பூதியங்களாக விளங்குபவனே. அவற்றுள்ளும் தான் ஆகாச பூதியமாக அமைந்துள்ளான். ஆகாச பூதியத்திலிருந்தே ஏனைய நான்கு பூதியங்களும் தோன்றலாயின. எனவே ஆகாச பூதியமயமான இறைவனை அடைவதற்கு ஏனைய நான்கு பூதியங்களின் ஊடாகவே அடைய வேண்டியதாகும். இந்நான்கு பூதியங்களுள்ளும் வாயு பூதியமே ஆகாச பூதியத்துடன் இசைந்து செயல்பட அமைந்தது. எனவே காற்றின் செயற்பாட்டிற்கு அமைந்த பிராணாயாம பக்குவம் இன்றி இறைவனை அடைய முடியாது என்பதும் தெளிவாகும். காற்றின் சூட்சுமப் போக்கினை உணர்த்துவதே பிராணாயாமம். பிராணாயாமத்தினைப் பெற அமைந்ததுவே குண்டலி சக்தி. இக் குண்டலி சக்தியைப் புலப்படுத்தும் மூகூர்த்தமே கணபதி தெய்வம். எனவே கணபதி தெய்வத்தின் அனுகூலமின்றி எவ்வித இறைமையும் பெறுதற்கிடமில்லை என்பதாகும். அதாவது கணபதியை முதலில் பூசிக்காத இடத்து எதுவும் நற்பலனளிக்க அமையாததாகும்.

இந்நான்கு பூதியங்களுள் வாயு பூதியம் கணபதியையும், தேயு பூதியம் முருகனையும், அப்பு பூதியம் நாராயணனையும், பிருதுவி பூதியம் வைரவரையும் குறிப்பன என்றாலும் இவற்றுள் ஆகாச பூதியத்துடன் இணைவது வாயு பூதியம் ஒன்று மட்டும் என்பதே கணபதியை வேண்டிக் கொள்ளாத இடத்து இறைவனை அடையமுடியாது என்பதாகும். ஆகவே கணபதி எங்கும் எப்பொழுதும் காப்பாளராக அமைய வேண்டியதும் மிகமிக முக்கியம் என்பதே முடிவாகும்.

உ

திருக்குறளின் வணக்கம்

இந்து சமய நூல்கள் யாவும் தமது ஆரம்பத்தில் கடவுள் வணக்கத்தைக் கொண்டே ஆரம்பிப்பன. இதுவும் இந்து சமய மரபு. அவை எத்தன்மையான நூல்களாயினும் சரி ஆரம்பத்தில் கணபதி தெய்வத்தை வணங்க வேண்டும் என்பதும் பிரமாணமேயாம்.

கடவுள் வணக்கத்திற்கென முகப்பில் தனிப்பாகம் ஒதுக்கப்படாத நூல்கள் எதுவும் இந்து சமய நூல்களெனக் கணிக்கப்படுவதும் அசாத்தியமேயாம். சைவ சமயமல்லாத ஏனைய சமய நூல்களுள் கடவுள் வணக்கத்தை ஆரம்பத்தில் காண்பதும் அரிதேயாம்.

எனவே கடவுள் வணக்கத்தைக் கொண்டு ஆரம்பிக்கும் நூல்களின் ஆசிரியர்களும் சைவ சமயத்தவர்களாகவே அமைந்தவருமாவர். அங்ஙனம் கடவுள் வணக்கத்துடன் ஆரம்பித்தபோதிலும் கணபதி வணக்கத்தை முதலில் கொள்ளாவிடின் அது அவ் ஆசிரியர்கட்கும் இழுக்கேயாம்.

இவ்விதிக்கு இணங்கத் திருவள்ளுவநாயனாரும் தமது திருக்குறளுள் கடவுள் வணக்கத்திற்கென முதலாவது அத்தியாயத்தை ஒதுக்கிக்கொண்டனர். எனவே அன்னாரும் இந்து சமயத்தவர் மட்டுமல்லாது தமது திருக்குறளுள் முதலில் கணபதி தெய்வத்தை வேண்டிக்கொண்டனராகவே காணவேண்டும்.

எனவே கடவுள் வணக்கத்திற்கென ஒதுக்கப்பட்ட முதலாவது அத்தியாயத்து முதலாவது குறளே இவ் ஆராய்வுக்கு இலக்காக அமைகின்றது.

அதாவது "அகர முதலஎழுத் தெல்லாம் ஆதி" என்பது முதலாவது அடியும் "பகவன் முதற்றே உலகு" என்பது இரண்டாவது அடியுமாகும்.

முதலாவது அடியைப் பொருள்படுத்திப் பார்ப்போம். இங்கே "அகர" என்பதற்கு "அ" என்னும் தொனியைக் கொண்ட அட்க்ஷரம் எனப் பொருள்படும்.

"முதல" என்பதற்கு முன்னம் முன்னம் அமையப் பெற்றது என்றும் அல்லது முன்னம் முன்னம் கையாளப்பட அமைந்தது என்றும் பொருள் கொள்ளலாம்.

"எழுத்தெல்லாம்" என்பதற்கு எழுத்துக்கள் யாவும் என்றும் பொருள்படும்.

திருக்குறளானது தமிழில் பாடப்பெற்றதேயானுல் இங்கே தமிழ் எழுத்துக்கள் யாவையும் மட்டும் என்றும் பொருள் கொள்ளவும் முறையுண்டு. அன்றி "உலகு" என்னும் பதத்தைக் கொண்டு இக்குறள் முடிவடைவதினுல் உலக பாஷைகள் அனைத்தும் என்றும் பொருள் கொள்ளலாம்.

உலக பாஷைகளுள் இன்று முன் நிற்கும் ஆங்கில பாஷையின் முதல் எழுத்து "ஏ" எனத் தொனிக்கப்படுவதனுல் அங்கே அகரம் தொனிக்கப்படுவதாக இல்லை. எனவே திருக்குறளாசிரியர் தமது பாஷையாகிய தமிழையே கருத்தில் கொண்டார் என்பதும் சரியேயாம்.

"ஆதி" என்பதற்கு ஆரம்பத்திற்கு இலக்கானது என்றும்; முதல் இயக்கத்தைக் கொண்டுள்ளது என்றும், அநாதியில் அனுபவிக்க அமைந்தது என்றும் காலத்தைக் குறிப்பதற்கு அமைந்தபதம் எனவும் பொருள் கொள்ளலாம். இந்த அடியில் "முதல" எனும் சொல்காயத்தைக் குறிக்க அமைந்தமையினுல் "ஆதி" எனும் பதம் காலத்தைக் குறிப்பதற்கு இங்கே தேவையற்றதாகும்.

இரண்டாவது அடியைக் கவனிக்குமிடத்து இங்கே "முதற்றே" எனும் பதம் காலத்தைக் குறிப்பதற்கு .... ?

இரு அடிகளுக்கும் காலத்தைக் குறிப்பதற்கு தேவையற்ற ஓர் பதத்தை திருவள்ளுவநாயனர் சேர்த்துக் கொண்

டமை "ஆதி" எனும் பதத்திற்கு வேறு கருத்தைக் கொண்டே அமைத்தனர் என்பதாகும்.

சகல சீவான்மாக்களும் பிறந்தவுடன் அவை பிழைத்துக் கொண்டனவா என்பதற்கு அறிகுறியாக அவற்றின் சுவாசத்தை முதலில் எதிர்பார்ப்பது உலக இயல்பு. ஆயுள் ஆரோக்கியத்தின் பொருட்டு மக்களால் உள்ளே சுவாசிக்கப்படும் காற்றே பிராணனுக்கு முதல் ஆதாரமானது. எனவே இதனைப் பிராணவாயு என்பர். இப்பிராண வாயு உலகின் வெளிப்பிரதேசத்தில் (atmosphere) தாராளமாகவே கிடைக்கக்கூடியது. இதனை அவரவர் தேவைக்கு ஏற்றபடி அனுபவிக்கமுடியும். பிராணவாயு தேகத்திற்கு ஆகவேண்டிய இரத்த சுத்தி முதலியவைகளை முடித்துக் கொண்டு வெளிவரும்போது இதனைக் கரிய மலவாயு என்பர். இது நச்சுத்தன்மை கொண்டுள்ளமையினால், மலவாயு எனவும் பெயர் பெற்றுள்ளது. இக்கரிய மலவாயு பிராணவாயுவிலும் பார்க்க கனதியால் (gravity) கூடியது. அத்துடன் நச்சுத்தன்மையையும் கொண்டுள்ளது எனவே உடன் பிறந்த சிசுக்களுள் முதலில் விளையும் இக்கரிய மலவாயுவானது சுணக்கமின்றி வெளித்தள்ள வேண்டியதாகின்றது.

இது இவ்வாறு இருக்க சிசுக்கள் கருப்பையில் வளரும் காலத்தில் தமது உடல் வளர்ச்சிக்குரிய போஷாக்குகளை தாயிலிருந்து தொப்புள் கொடிமூலமாகவே பெறுகின்றன.

கருப்பகாலத்தில் கருப்பையில் உள்ள இதரவஸ்துக்கள் சிசுக்களின் உடலுள் செல்லாவண்ணம் சிசுக்களின் வாயானது நாக்கைக் கடித்தவாறு கெட்டியாகப் பூட்டப்பட்டிருப்பதும் இயல்பு.

சிசுக்கள் பிறந்ததின் மேல் தங்கள் உடல்வளர்ச்சிக்குரிய உணவாதிகளை வாயினாலேயே உட்கொள்ள வேண்டி உள்ளன. எனவே பிறந்ததும் அச்சிசுக்களின் வாயானது திறக்கப்படவேண்டியும் ஏற்படுகின்றது. இதுவரை கெட்டியாகப் பூட்டப்பட்டிருந்த வாயைத் திறப்பதற்கு உள்

இருந்தே வாயுவின் உதைப்பும் ஏற்படவேண்டி அமைகின்றது. இவ் ஏற்பாட்டினைப் பூர்த்தி செய்வதற்கு சிசுவானது இதுவரை தொப்புள் கொடிமூலம் அனுபவித்து வந்த பிராணவாயுவின் பரிணாமமான கரியமலவாயுவின் வேகமே உதைப்பாக உதவுகின்றது.

கெற்பகாலம் பூராவும் சுருக்கம் கொண்டிருந்த சிசுக்களின் குரல்வளையைப் (vocal cords) பிரித்துக்கொண்டு மேற்படி கரியமலவாயு உதைப்புடன் வெளிவரும் சமயத்தில் "அ" என்னும் அட்க்ஷர தொனியுடன் எழும்பும் சப்தத்தையே முதல் அழுகை என்கிறோம். இது மனம் நொந்து அழும் அழுகையல்ல.

சீவான்மாக்கள் யாவும் பிறந்தவுடன் வாழ்விற்கு ஆதாரமாக முதல்முதலாக உலகில் கவருவது காற்றினை என்றமையினால், சீவான்மாக்களுக்கு காற்றே ஆதியாக அனுபவிக்க அமைந்ததாகும். சகல சீவான்மாக்களின் அந்தமும் காற்றின் போக்கைக் கொண்டே தீர்மானிக்கப்படுவதாகும். ஆதியில்லாமல் அந்தம் ஏற்படப்போவதில்லை. எனவே ஆதியாக அமைந்துள்ளது காற்று என்பதும் திட்டவட்டமானதேயாம். ஆகவே காற்றினை ஆதி என்றும் ஆதியே காற்று என்றும் பொருள் கொள்ளலும் நியாயமேயாம்.

அன்றியும் பிறந்த சிசுக்கள் முதன்முதலாகப் பிராணவாயுவை சுவாசத்தின் மூலம் உட்கொள்ள முன்னமே கரியமலவாயுவை வெளித்தள்ள அமைந்துள்ளன. எனவே சிசுக்கள் பிறந்த சில நொடிக்குள் கரியமலவாயுதானே விருத்தியாகிக் கொள்ளுகின்றது. இதுவே சிசுக்களின் ஆதி இயக்கமாகும். எனவே ஆதியே காற்றாகவும், காற்றே ஆதியாக அமைவதென்பதும் ஒன்றேயாம்.

உலகவியலுக்கு அமைந்த பிருதுவி, அப்பு, தேயு, வாயு ஆகிய நான்கு பூதியங்களுள் பிருதுவி அப்பு தேயு வாகிய பூதியத்தன்மை கொண்ட இயக்கங்களுக்கு ஓய்வு உண்டு. வாயு பூதியத்தன்மைக்கமைந்த இயக்கம் ஜனனம் தொட்டு மரணம்வரை ஓய்விலாது இயங்குவதாம். இவ்

ஒய்வில்லாத இயக்கத்தைக் கொண்டுள்ள இச்சுவாசத்தை அப்பியாசித்து நிலைப்படுத்துவதே பிராணாயாமம். இப்பிராணாயாமத்தினால் பெறவல்லதே குண்டலி சக்தி. இக்குண்டலி சக்தியின் மார்க்கத்தைப் புலப்படுத்த அமைந்ததே கணபதி முகூர்த்தமாகும்.

வாயு பூதியம் ஒன்றுடன் மட்டுமே ஆகாசபூதியம் இணையும் இயல்பைக் கொண்டுள்ளது. அதாவது வாயு பூதிய மூலமாகவே ஆகாசபூதியத்தை உணர முடியும். இதுவே ஆகாசபூதியமயமான இறைவனை அடைவதற்கு பிராணாயாம மார்க்கமான கணபதிமூலமே அடைய முடியும் என்பதாகும்.

எனவே அகரதொனியை ஆதியாகக் கொண்டு இயங்க அமைந்த காற்றினாலும் சுவாசமார்க்கத்தினால் இறைமையை வழிகாட்ட அமைந்த கணபதியை எந்தவித ஆரம்பத்திலும் காப்பாக வேண்டிக் கொள்வதாகும். (ஆதி = காற்று + பகவன் = இறைவன்) காற்று எனும் பூதியத்தைப் புலப்படுத்தும் கணபதியையே ஆதிபகவன் எனத் தமது திருக்குறளுள் வேண்டிக்கொள்ளலானார் திருவள்ளுவநாயனார் என்பதாம்.

சீவான்மாக்கள் பிறந்ததும் உலகில் முதன்முதலில் இயக்கம் கொள்ள ஆதியாக அமைந்தது "அகர"த்தொனி. இவ் அகரத்தொனிக்கு ஆதாரமாக அமைந்தது காற்று. இக்காற்றின் அப்பியாசத்தினால் பெற அமைந்தது பிராணாயாமம், பிராணாயாமம் சித்திபெற்றதும் எய்தவல்லது குண்டலி சக்தி இக்குண்டலி சக்தியால் அடைய அமைந்தது இறைமை. இக்குண்டலி சக்தியைப் புலப்படுத்த அமைந்ததே கணபதி முகூர்த்தம். எனவே கணபதி முகூர்த்தத்தை முதலில் கொண்டு பின்பற்றிக் கொள்வதனால் எக்காரியமும் இறைமையுடன் தேறிக்கொள்ளும் என்பதே திருக்குறள். முதலில் கணபதி தெய்வம் வேண்டற்பாலதாகும். எனவே கணபதி முகூர்த்தத்தை ஆதியாக அமைத்துக் கொண்டதே திருவள்ளுவநாயனாரும் தமது முதற்குறளுள் ஆதிபகவன் எனத் தந்துள்ளனர் என்பதாகும்.

ஆதியும் ஔவையும்

"ஐந்து வயதில் ஆதியை ஓது, ஆதியை ஓத அறிவுண்டாமே" என்றுள்ளனர் ஔவைப் பிராட்டியார். "ஆதியை ஓது" என்றமையினால் "ஆதி" என்பது ஓதுதற்குரிய ஓர் கலையாகவே அமைகின்றது. அங்ஙனம் ஆதியை ஓத அறிவுண்டாமே என்றமையினால் அக்கலையும் விசேஷமாக அறிவு வளர்ச்சிக்கு ஆதாரமான தெனவும் தெரிகின்றது. அறிவானது இரு பிரிவுகளைக் கொண்டுள்ளது. ஒன்று பலவித நூல்களைக் கற்றுக் கொள்வதனால் ஏற்படுவது. இவ் அறிவை அவரவர் பிரயாசம் புத்திக்கூர்மை சாதுரியத்திற்கேற்றவாறு விருத்தியாகிக் கொள்ளவல்லது இவ்வறிவு லௌகிகப்பற்றின் சார்புடையதாம். இரண்டாவது அறிவு ஆன்மீக அறிவு. இது இறைவனை அடையவைக்க வல்லது. இது அவரவர் சாதனைக்கு ஏற்றபடி விருத்தி பெறுவதாகும். இவ் அறிவை ஒருவர்க்கொருவர் போதித்த போதிலும் அவரவர் சாதனையினால் அவரவர் மட்டும் விருத்திபெறமுடியுமானது. எனவே அவரவர் சாதனை அவரவர்கட்கு உதவுமே ஒழிய ஒருவர்க்கொருவர் பரிமாறிக் கொள்ளவும் முடியாததாகும்.

இது இவ்வாறிருக்க ஆன்மீக வளர்ச்சிக்குரிய சாதனை உலகில் ஒன்றே ஒன்றுமட்டுமேயாம். அதுவே பிராணாயாமத்தின் சாதனை. அதாவது நாம் எமது சுவாசத்தினை வலம் இடமாகக் கண்டு அவற்றை மாறி மாறி உள்ளிழுத்தும், அடக்கிவைத்தும் வெளிவிட்டும் கணக்குடன் தராதரப்படுத்திக் குண்டலி சக்தியைப் பெறுவதாகும். யோக சாதனையின்போது பூரித்தல், கும்பித்தல், ரேசித்தல் என்பதும் இதுவேயாகும்.

ஆன்மஈடேற்றத்திற்கு வழிவகுக்க வல்லதான இப்பிராணாயாம வித்தையை ஐந்தாவது வயதிலேயே ஆரம்பிக்க வேண்டும் என வற்புறுத்துகின்றார் ஔவைப் பிராட்டியார். அதாவது அப்பியாசத்தினால் விருத்தியாகக்கூடியதே பிராணாயாமம் என்றமையினால் அப்பியாச இயக்கங்களுக்கு

இலகுவான ஐந்தாவது வயதிலேயே அவ்வித்தையை ஆரம்பிக்க வற்புறுத்துகின்றனர் என்பதாம். திருவள்ளுவ நாயனாரின் சகோதரம் எனக் கொள்ளப்படும் ஔவைப் பிராட்டியார் சுவாச அப்பியாசம் என்னும் பிராணாயாமத்தினைக் கைவல்யப்படுத்தி அதன் நிமித்தம் குண்டலி சக்தியைப் பெற்றவரேயாவர். அதாவது கணபதி அகவல் பாடியதின் காரணமாக தம்முன் புறப்பட்ட அதிகமானிலும் பார்க்க முன்னடியே கயிலாயத்தை அடைந்தமை அத்தாட்சியாகும்.

பிராணாயாமவித்தைக்கு ஆதாரமான காற்றே சீவான்மாக்கள் யாவுக்கும் ஆதியில் அனுபவிக்க அமைந்தது என்ற உணர்வும், அக்காற்றினால் அப்பியாசிக்கப்பெறும் பிராணாயாமமே ஆன்மஈடேற்றம் தரவல்லது என்ற உணர்வும் காரணமாகவேதான் ஔவைப்பிராட்டியாரும் காற்றினை ஆதி என உணர்த்தி உள்ளார் என்பதாம்.

ஐந்தாவது வயதில் பிராணாயாம வித்தை ஓதப்படல் வேண்டும் என்றமையால் ஐந்தாவது வயதுப்பருவமும் ஓர் விசேடம் கொண்ட பருவமாகவும் அமைவதாகும். ஆன்மீக வளர்ச்சிக்கும் பரிபக்குவ பேணலுக்கும் முக்கியமானது பிராணாயாமம் ஒன்றேயாம். ஆன்மீக பரிபக்குவமில்லாத வாழ்க்கையால் கடைத்தேறல் சாத்தியமாகாது. எனவே மக்கள் அனைவர்க்கும் பிராணாயாமம் மிகமுக்கியமான தொன்றாகும்.

பிராணாயாமத்தை அதிமுக்கியமாகக்கொள்ள அமைந்த பிரம்ம குலத்தவர்கள் தங்கள் கருப்பவதிகளுக்கு தவறாமல் சீமந்தம் செய்வதும் தெரிந்ததேயாம். இதுவும் ஐந்தாம் மாதத்திலேயே செய்யவேண்டிய சடங்காகும். வாயு என்னும் காற்றைக் கொண்டு இயக்கப்படுவது பிராணாயாமம். கருப்பத்திலுள்ள சிசுக்கள் யாவும் இவ்வாயு என்னும் காற்றின் இயக்கத்தை முதன்முதலாகப் பெறுவது ஐந்தாம் மாதத்தில் என்றமையாலே தான் அவ்வாயுவின் குடிகொள்ளலின் ஆரம்பத்திலேயே சீமந்தம் நிகழ்த்த அமைக்கப்பட்டதாகும். சீமந்தச் சடங்கில் முக்கியமான அம்சம் குறிக்கப்பட்ட சுரசத்தை புருஷனது கையினால் கருப்பவதியின் நாசிவழியாகச் செலுத்தி உறிஞ்சவைப்பதாகும்,

கருவில் வளரும் சிசுவானது ஆரம்பத்திலிருந்தே வாயுப் பிரவிருத்தியை திறம்பட அனுபவிக்க ஏதுவாக அமைந்ததே இக்கிரியையின் நோக்கமாகும். எனவே சீமந்தச் சடங்கு சகல மக்களுக்கும் பலனளிக்கக்கூடியதாகும்.

கருவில் வளரும் சிசுக்கள் சுவாசிப்பதில்லை. தாயிலிருந்து நஞ்சுக்கொடி மூலமே இரத்தசுத்திபெறுவனவாகும். எனவே சிசுக்களின் இரத்தாசயத்துள் இரத்தோட்ட சுலபத்திற்காக ஓர் துவாரம் மேலதிகமாக இருப்பதாகும். சிசுக்கள் பிறந்ததின் மேல் வளர வளர இத்துவாரம் அடைப்பட்டுக் கொள்வதாகும். இந்த அடைப்புப் பூர்த்தி பெறுவது ஐந்தாம் வயதிலேயாம்.

சுவாசமூலமே இரத்தசுத்தி ஏற்படுவதனாலும் இரத்த ஓட்டத்தை இயக்குவது இரத்தாசயம் என்பதாலும் அவ் இரத்தாசயத் துவாரம் அடைபட்டதின் பின்பே பிராணாயாமம் செய்ய வேண்டும் என்பதனாலேதான் பிராணாயாமத்தின் ஆரம்பம் ஐந்தாம் வயதாக நிர்ணயிக்கப்பட்டதாகும். எனவே பிராணாயம வித்தைக்கு அமைந்த காற்றின் ஆதி தத்துவத்தை உணர்ந்தமையினால் ஔவைப் பிராட்டியாரும் அக்காற்றினை ஆதி எனக் கொண்டுள்ளதும் குறிப்பிடத்தக்கதாகும்.

PUBLIC LIBRARY
JAFFNA.

அன்பிலும் காற்று வன்பிலும் காற்று

அன்பைத்தர அமைந்தது சாத்வீக குணம். இது ஆதரிக்கும் தன்மை உடையது. தேகத்தை ஆதரிக்க அமைந்தது பிராணவாயு எனவே பிராண வாயுவும் சாத்வீக குணம் பொருந்தியதாகும்.

ஒருவருக்கு ஒருவர் மேலான அன்பு கொள்ளும்போது அவ் அன்பை உணர்த்துதற்பொருட்டு முத்தமிடுவதும் வழக்கமேயாம். முத்தமிடும்பொது ஒருவர்க்கொருவர் தத்தம் மூக்கினொடு மூக்கை மட்டும் இணையவிடாமல் ஏனைய எந்த உறுப்பிலாவது மூக்கினை வைத்து அழுத்திக்கொண்டு வேகமாகப் பிராணவாயுவை உள் இழுத்துக்கொள்வதே முத்தமிடுதலாகும். இங்கே அன்பைப் பாராட்டுவதற்கு அமைந்தது காற்று என்பதும் நன்கு புலனாகின்றது.

வன்மைப் தர அமைந்தது ரஜோகுணம். இது பழி வாங்கும் தன்மைஉடையது. தேகத்திற்கு நச்சுத்தன்மையைக் கொடுக்க அமைந்தது கரியமலவாயு எனவே கரியமலவாயு ரஜோகுணம் பொருந்தியதாகும்.

ஒருவருக்கு ஒருவர் மேலான வன்பு கொள்ளும்போது அவ்வன்மை உணர்த்துதற் பொருட்டு மிக உக்கிரமாகப் பிராணவாயுவை உள்ளிழுத்துக் கரியமலவாயுவைப் பெருக்கி அதனை வேகமாக வெளித்தள்ளிச் சீறிக் காட்டிக்கொள்வதும் வழக்கமேயாம். இங்கு வன்மைப் பாராட்டுவதற்கு அமைந்ததும் காற்று என்பதும் நன்கு புலனாக உள்ளதாம்.

அன்பு வன்பு ஆகிய எதிரிடையான தன்மைகளுக்கும் அமைந்தது காற்று என்றமையினால் அக்காற்றும் எதிரிடையான இருபாகங்களாக இயங்க அமைவதும் நியாயமேயாம். இதனைப் புலப்படுத்துவதே சுவாசம் வலம் இடமான இரு தன்மைகளைக் கொண்டு இயங்குவதுமாகும். அதாவது சாத்வீககுணம் படைத்த ஆத்மீகப்பற்றைக் கொண்டதே இடகலையும் ரஜோகுணம் படைத்த லௌகீகப் பற்றைக் கொண்டதே பிங்கலையும் எனப் பாகுபட்டனவாகும்.

இடது சுவாசத்தைப் புலப்படுத்த அமைந்த இடது மருப்பை வளர்த்தும் வலது சுவாசத்தைப் புலப்படுத்த அமைந்த வலது மருப்பை ஒடித்து வலது சுவாசத்தைப் பங்கப்படுத்திக் காட்டுவதினால் கணபதி தெய்வம் சாத்வீக குணம் கொண்டு ஆதரிப்பதில் மேன்மை கொண்டவரென்பதும் உணரவல்லதாகும். தம்மை ஆதரிப்போரை முன் வைத்துக் காப்பாக வேண்டுவதும் எவருக்கும் தெரிந்த நீதியேயாம்.

காற்றும் ஈர்ப்பும்

உலகை வாழ் சீவான்மாக்களுக்கு அனுபவிக்க அமைந்த நான்கு பூதியங்களுள் பிருதுவி அப்பு எனும் இரண்டு பூதியங்களும் ஏனைய தேயு வாயு எனும் இரண்டு பூதியங்களிலும் பார்க்க கனதி கொண்டன, எனவே இவை கீழ்நோக்கும் தன்மையை இயல்பில் கொண்டுள்ளன. இவ்விரு பூதியங்களும் பூமியில் அமைந்துள்ளன.

இப்பூமி தானும் சுழன்று சூரியனையும் சுற்றிவருவதும் தெரிந்ததேயாம். எந்த ஒரு பொருளும் ஓரே நிலையிலிருந்து தன்னைத்தான் சுழன்று கொள்ளும் போது அதே பொருளின் ஈர்ப்பு (Gravity) ஒரே இடத்தில் நிலைகுத்திக் கொண்டிருப்பதையும் நாம் அறிவோம். ஆடும் பம்பரமே இதற்கு உதாரணமாகும்.

இப்பூமியானது தானும் சுழன்று சூரியனையும் சுற்றி வருவதனால் அப்பூமியின் ஈர்ப்பும் சூரியனைச் சுற்றிவரும் பாதை (orbit) வழியே ஓர் கோடாக அமைவதும் சரியே. இதனை ஆங்கிலத்தில் (Linear gravity) லீனியர் கிறைவிற்றி என்பர்.

பூமியானது மணிக்கு 25,000 மைல் வேகமாகச் சுற்றி வரும்போது அப்பூமியின் கண்ணே அமைந்துள்ள இயற்கை வளங்களை தளம்ப விடாவண்ணம் அவற்றின் அடர்த்திக்கு ஏற்றபடி மெத்தென நெகிழ்ந்து வியாபித்துப் பேணிக் கொள்ள அமைந்ததும் காற்றேயாகும் எனவே காற்றானது பூமியில் வசிக்கும் சகலவற்றிற்கும் ஆதாரமளிப்பதுமல்லாமல் முழுப் பூமியின் ஈர்ப்பையும் தாங்கிக் கொள்ளுகின்றது. என்பதாம்.

விளக்கமான கல்வி அறிவைக் கொண்ட மக்கள் மட்டும் அல்லாமல் கல்வி அறிவில் குறைந்த மக்களும் அவரவர் ஆன்மபரிபக்குவத்திற்கு அமைய சமயக் கூற்றுக்களைப் பூரணமாக விசுவாசிக்க வேண்டும். இதற்காக இக் கூற்றுக்களை உணரவைக்கவல்லதான கதைகளையும் புராணங்கள் மூலம் புலப்படுத்தியுள்ளனர். இதற்கிணங்கவே ஆதி

சேடன் பூமியைத் தாங்குவதாகவும் தந்துள்ளதாகும். காற்றானது பூமியைத் தாங்குவதாக நாம் அறியவேண்டியதையே ஆதிசேடன் பூமியைத் தாங்குவதாகத் தந்துள்ளதாகும். எனவே ஆதிசேடனுக்கும் காற்றிற்கும் பூமிக்கும் இடையே உள்ள தொடர்பும் ஆராய்வுக்குரியதாகின்றது.

ஆதி என்பது காற்று என்றோம். சேடம் என்பது மேலதிகமான மிச்சமாகும். எனவே ஆதிசேடன் என்பதற்கு அளவுக்கு மிஞ்சி அதிக காற்றைக் கொள்ள அமைந்தது என்பதும் புரிந்துகொள்ள முடியும்.

சில உயர் சாதிச் சர்ப்பங்கள் காற்றினை மட்டும் உட்கொண்டு வேறு இரைகள் இன்றி நெடுங்காலம் சீவிக்கும் தன்மையுடையன என்பதும் சர்ப்பசாத்திர முடிவாகும். அதாவது சித்தர்கள் முனிவர்களது சமாதி நிலைக்கு இச் சர்ப்பங்களை ஒப்பிடலாம். சர்ப்பங்கள் யாவும் வாயு எனும் காற்றினைச் சுகிப்பதில் மேம்பாடுடையன என்பதினால் சர்ப்பங்களுக்கு வாசுகி என்னும் சிறப்புப் பெயரும் உண்டு.

இந்து சமயத் தெய்வங்கள் யாவும் அனேகமாகச் சர்ப்பங்களை அணிகளாகக் கொண்டு காணப்படுவதும் தெரிந்ததேயாம். எனவே காற்றின் வலிமையைப் புலப்படுத்துவதற்கு இங்கே ஆதிசேடன் எடுத்துக்காட்டப்பட்டுள்ளது என்பதும் ஐயமின்றித் தெளிந்து கொள்ளலாம்.

இடகலை பிங்கலைகளாகிய சுவாசங்களை மாறி மாறிப் பூரித்தும் கும்பித்தும் ரேசித்தும் கொள்ளுவதால் அமிர்ததாரணம் பெறுதல் என்ற தத்துவமான விளக்கத்தையே மகாமேரு மலையை மத்தாகவும் ஆதிசேடனைக் கயிறாகவும் பாவித்துப் பாற்கடல் கடையப்பட்டதாகவும் அங்கே அமிர்தம் தோன்றியதாகவும் தரப்பட்டுள்ளதுமாம்,

இங்கே ஆதிசேடனின் தலைப்பாகம் சாத்வீகம் பொருந்திய இடகலைக்கொப்பானமையினால் அப்பக்கம் தேவர்களாலும் வால்பக்கம் ரஜோகுணம் பொருந்திய பிங்கலைக்கு ஒப்பானமையினால் அப்பக்கம் அசுரர்களாலும் இழுக்கப்பட்டதும் குறிப்பாக விளங்கிக் கொள்ளவேண்டியதொன்றா

கும். அன்றியும் முருகனும் அசுரர்களும் சம்பந்தப்பட்ட போரில் சூறாவழியான வாயு அஸ்திரங்கள், அசுரர்களால் ஏவப்பட்டபோது அவற்றை விழுங்கவல்லதாக காகாஸ்திரங்கள் முருகனால் ஏவப்பட்டன என்றும் புராணங்களுள் காட்டப்பட்டுள்ளதும் இக்கூற்றின் உண்மையை நன்கு புலப்படுத்துகின்றது.

உடலுள் வாயுவானது ஓடி ஓடி எங்கும் சஞ்சரிக்கும் தன்மையைக் கொண்டுள்ளதேயானாலும் அதன் முக்கிய இருப்பு ஸ்தானம் (Head Quaters) பக்குவாசயம் என்னும் குடல்பாகமேயாகும். இக்குடல் பாகம் அடங்கி உள்ள கணபதியின் பேழை வயிற்றைச் சுற்றி நாகசர்ப்பம் அணிந்த பாவனையாகக் கணபதியை அமைத்துக் காட்டி உள்ளதும், இப்பிராணாயாமத்திற்கு மூலதாரமான அபான வாயுவின் போக்கினை நிலைப்படுத்திக்கொள்ளும் பொருட்டு எடுத்துக் காட்டுவதென்பதும் சரியேயாம்.

பூமியின் மேற்பரப்பில் முக்காற் பங்கும் சமுத்திர நீரினால் பரவப்பட்டுள்ளது. பூமியானது மிக வேகமாகச் சுழன்று கொள்ளும்போது; நீரானது நெகிழும் தன்மை கொண்டமையினால் அது தளம்பாவண்ணம் பேணிக்கொள்ளப்படுவதும் இக்காற்றின் அடர்த்தி அழுக்கத்தினாலேயாம். எனவே அப்பூதியம் வாயு பூதியத்துள் அடக்கம் கொண்டுள்ளது என்பதும் தெளிவாக உள்ளதாகும்.

தண்ணீரை நாரம் என்பர். தண்ணீரில் சதா மிதந்து கொண்டிருக்கும் விஷ்ணுவை நாராயணன் என்பதும் இதனாலேயாம். இந்த நாராயணனை சதா ஏந்திக்கொண்டு படுக்கையாக அமைந்தவனை ஆதிசேடன் என்பர். ஒரு பொருள் எவ்வளவுக்கு எவ்வளவு தன்னுள் வாயுவை அடக்கம் கொண்டதோ அவ்வளவுக்கு அவ்வளவு அப்பொருள் தண்ணீரில் மிதக்கும் வாய்ப்புக் கொண்டதேயாம். அப்பொருள் அத்தண்ணீரில் உன்னிப்பாக மிதந்து கொண்டேயிருக்கும் காற்றினை மிதமாகப் பூரிக்கவல்லது ஆதிசேடன். எனவே ஆதிசேடன் நீரில் மிதக்கும் மேம்பாடுடைத்தவனேயாம் அதாவது ஆதிசேடன் காற்றுமய

மானவன் என்பதனால் இங்கே ஆதி என்ற காற்றினைக் புலப்படுத்துவதும் தீர்க்கமாக உணர்ந்து கொள்ளலாம்.

ஆதிசேடனில் சயனித்துக்கொண்டிருந்த நாராயணன் ஒரு சந்தர்ப்பத்தில் திடுக்கிட்டு எழுந்து விசனப்பட்டுக் காணப்பட்டார். அப்போது ஆதிசேடன் தன் மீதான படுக்கைதான் நாராயணனின் சயனத்தைக் குழப்பியிருக்குமோ எனக் கவலையுடன் நாராயணனை வினவினன். அப்போது நாராயணன் ஆதிசேடனின் ஆன்ம பக்குவ காலத்தை உணர்ந்தவனாகி, இறைவனை நோக்கித் தவம் செய்து மோட்சம் எய்தும்படி ஆதிசேடனுக்கு விடுதலை கொடுத்து உத்தரவு அளித்தனன். இது கேட்ட ஆதிசேடன் இறைவனை நோக்கித் தவம் புரிந்தனன். எனவே இறைவன் காட்சி கொடுத்து பூமியின் நடு மையத்தினூடாகப் புத்தெடுத்து தில்லைச் சிதம்பரஸ்தானத்தில் மேல் எழுந்து வியாக்கிரபாத முனிவருடன் தனது திருநடனக் காட்சிக்காகக் காத்திருக்கக் கட்டளையிட்டார் என்பதும் எங்கள் புராணக் கதைகளுள் ஒன்றாகும்.

பூமியின் ஈர்ப்புக் காரணமாக பூமியை நோக்கிக் கீழ் இறங்கும் பொருட்களும் பூமியின் நடுமையத்தை அடைவதில்லை, காரணம் பூமியின் நாலுபக்க ஈர்ப்பு முடிவுகொள்ளும் நடுமையத்தில்ஈர்ப்புக் கிடையாது. ஈர்ப்பு இல்லாத இடம் நடுமையம் என்றமையினால் இந்த நடுமையத்தினூடாகப் புற்றெடுத்துத்தில்லைச் சிதம்பரத்தை அடையும்படி ஆதிசேடனை இறைவன் பணித்ததும் ஆதிசேடன் காற்றுமயமானவன் என்பதினாலேயாம். எனவே காற்றானது பூமியைத் தாங்கிக்கொள்ளுகின்றதென்பது இன்னும் தெளிவாக உள்ளதாகும்.

காற்றினது போக்கின் மேன்மையை உணர்த்த அமைந்தவர் கணபதி என்கையால் கணபதி தெய்வம் உலகத்தவர்களைப் பேணிக்கொள்ள அமைந்தவராவர்.

கணபதியின் அமைப்பு

இறைவன் ஒருவனே. அவனே பஞ்சபூதியங்களுமாய் இப்பேருலகைத் தாங்குபவன் என இந்து சமயம் விளக்கி உள்ளதும் அறிவோம்.

"தானே இருநிலம் தாங்கி விண்ணாய் நிற்கும்
தானே சுடும் அங்கி திங்களும் ஞாயிறும்
தானே மழை பொழி தையலு மாய்நிற்கும்
தானே தடவரை தன்கடல் ஆகும்"

என்னும் திருமந்திரம் 1141-ம் பாடலும் கவனிக்கத்தக்கதேயாம். இறைவனுடன் ஐக்கியப்படுவதே மக்களின் பெருநோக்கமாகும். எனவே மக்களுக்கு இறைவழிபாடு மிகமிக முக்கியமானதாகும்.

இந்து சமயத்தின் எத்தெய்வ வழிபாட்டிற்கும் முதலில் கணபதி தெய்வம் வழிபட அமைந்தமையினாலும், கணபதி தெய்வ வழிபாடு ஏனைய தெய்வ வழிபாட்டிலும் பார்க்க வேறு விதமான உபாசனைகளைக் கொண்டுள்ளமையினாலும், கணபதி தெய்வம் கண்டத்திற்கு மேல் யானை ரூபமும் கண்டத்திற்குக் கீழ் மானிடரூபமாக அமைந்தமையினாலும் இதற்கும் யாதும் காரணம் இருக்கவே செய்யும்.

கணபதி தெய்வத்தின் சிரசில் துதிக்கை, செவிகள் தந்தங்கள் ஆகிய மூன்று பாகங்களுமே யானையின் ரூபத்தைக் குறிக்கின்றன. ஆகவே இம்மூன்று பாகங்களின் அருமை பெருமைகளை நாம் நன்கு விளங்கிக் கொள்வதும் அவசியமேயாம்.

கணபதி தெய்வம் பிராணாயாமத்தைப் புலப்படுத்த அமைந்தமையினால் மேற்படி உறுப்புக்கள் மூன்றும் பிராணாயாமத்திற்கு அனுகூலமானவை என்பதும் சரியேயாம்.

பிரணவம் என்பதை ஓம் என்பர். ஓம் என்பதைப் பிரணவமென்பர். பிரணவப் பொருளாம் பெருந்தகை ஐங்கரன் என்பதும் நாம் அறிந்ததேயாம். சகல தெய்வங்களுக்கும்

தாங்கள் சோடி சோடியாக அமைந்திருக்கக் கணபதி தெய்வத்திற்கு மட்டும் ஒற்றைப்பட்ட இலக்கம் கொண்ட ஐந்து கரங்கள் அமைந்ததற்கும் ஓர் காரணம் இருக்கவே செய்யும். இப்பேற்பட்ட ஐந்தாவது கரத்தைப் பிரணவத்தின் விளக்கத்தின் போது "ஐங்கரன்" எனச் சுட்டிக்காட்ட முன்வந்தமையினால் பிரணவத்தின் போக்கிற்குக் கணபதியின் ஐந்தாவது கரமாகிய தும்பிக்கையின் போக்கு அதி முக்கியமானதாக அமைவதும் நியாயமேயாம். எனவே தும்பிக்கையின் தூய்மையையும் அத்தும்பிக்கையினுடன் சம்பந்தப்பட்டுக் காணும் தந்தங்களின் போக்குகளும், மிகவும் பெரிதாக அமைந்துள்ள செவிகளையும் பற்றி ஆராய்தல் கட்டாயமேயாகும்.

ஐந்து கரங்கள்

இந்து சமயத் தெய்வங்கள் யாவுக்கும் நான்கு கரங்களுக்குக் குறைந்ததாக இல்லை. தெய்வங்கள் எத்தனை கூடுதலான கரங்களைக் கொண்டுள்ள போதிலும், கீழ் இரு கரங்கள் அபயவாதம் அளிப்பதாகவும் ஏனைய கரங்கள் யாவும் அவ்வத்தெய்வத்தின் போக்குகளுக்கேற்ற ஆயுதங்களைத் தாங்குவதாகவும் தரப்பட்டுள்ளன. கணபதி தெய்வத்திற்கு மட்டும் கீழ் இரு கரங்களும் அபயவாதம் அளிக்காத பாவனையாகவும் அக்கரங்கள் ஒன்றினில் ஒடித்த மருப்பும் மற்றயதில் மோதகம் என்னும் தீன்பண்டமும் ஏந்திக்கொண்டதாகத் தரப்பட்டுள்ளதாம்.

கணபதி தெய்வத்தின் கீழ் இரு கரங்கள் அபயவாதம் அளிக்காத பாவனையிலிருப்பதால் கணபதி தெய்வம் அபயவாதம் கொடுப்பதில்லையோ என்ற கேள்வியும் எழலாம். ஆகவே கீழ் இரு கரங்களில் ஏந்திக்கொண்ட மருப்பும் மோதகமும் அபயவாதம் அளிப்பதற்கு அனுகூலமானவையா அல்லது அபயவாதத்திலும் பார்க்க மேலான அனுக்கிரகம் கொண்டுள்ளனவா என்பதும் ஆராய வேண்டியதாகும்.

அபயவாதம் அளிப்பதில் முன்நிற்கும் தெய்வம் கணபதி என்பதனை வள்ளி திருமணத்தில் முருகனே உணர்த்

திக்காட்டியுள்ளான். அப்பேர்ப்பட்ட கணபதி தெய்வத்தின் அபயவாதக் கரங்கள் மருப்பையும் மோதகத்தையும் ஏந்துவதனால் கணபதிதெய்வம் பிராணாயாம மூலம் அபயவாதங்களைத்தர அமைப்புக் கொண்டவர் என்பதும் தெளிந்து கொள்ளலாம். எனவே பிராணாயாமம் அபயவாதங்களுக்கும் மேலானது என்பதும் ருசுவாகின்றது. அதாவது பிராணாமசித்தி எய்தினோர்க்கு அபயவாதமும் அவர்களுள் கைவல்யப்பட்டதொன்றாகும் என்பதாம்,

சரமேபரம்

உலகில் கலைகள் அறுபத்துநான்கு என்பர். இவற்றுள் சுவாசககலையும் ஒன்றாகும். இச்சுவாசககலையை விபரிப்பது சரநூல். அறுபத்துநான்கு கலைகளுள்ளும் சுவாசக்கலை ஒன்றைத்தவிர ஏனைய அறுபத்துமூன்று கலைகளுக்கும் ஓய்வு உண்டு. அதாவது அறுபத்துமூன்று கலைகளையும் இயக்கவோ அப்பியாசிக்கவோ அமைந்தவர்கள் குறிக்கப்பட்ட நேரங்களில் மட்டும் தத்தம் கலைகளைத் தாடனம் செய்து கொள்வர். ஏனைய நேரங்களில் அவரவர்கலைகள் ஓய்வு கொள்வனவாம். சரம் என்னும் சுவாசக்கலை சீவான்மாக்கள் உலகில் ஜெனித்த மாத்திரம் தொட்டு மரணத்தறுவாய்வரை ஓய்வின்றி இயங்குவதாகும். ஓய்வின்றி இயங்கிக்கொள்வதனால், இது சதா அசைந்து கொள்ளும் தன்மையாகிய சரம் என்னும் பெயர்பெற்றுள்ளதாம். அதாவது உலகம் இயங்கும்வரை உலகில் உள்ள சீவான்மாக்கள் யாவும் இச்சரம் எனும் கலையைப் பற்றியே வாழ அமைந்தவையாகும்.

உலக வாழ்வின் நன்மை தீமைகளை முன்னாடியே உணர வைக்க வல்லதும் இச்சரம் என்னும் கலையேயாம். அதாவது இடது சுவாசம் இயங்கிக்கொள்ளும்போது ஒருவரைத் தூது அனுப்புதல், தானே தூது செல்லுதல், புதிய வஸ்திரங்கள் அணிதல், ஆபரணாதிகள் பூணுதல், தாலிகட்டுதல், ஒருவரை அடிமைகொள்ளல, கிணறு குளம் ஏரி வெட்டுதல், வீடு மனை வாங்குதல், குடிபுகுதல் போன்ற இன்னும் பல காரியங்களையும், வலது சுவாசம் இயங்கிக்கொண்டிருக்கும்

போது உபதேசம் பெறுதல், வித்தை பாராயணம் செய்தல், எதிரியின் படை தூரத்தல், யானை, குதிரை, தேர் இவைகளில் ஏறிச் சவாரி செய்தல், சங்கீதம் பாடல், போசனம் செய்தல், மருந்து சாப்பிடுதல், ஸ்நானம் செய்தல், போகம் செய்தல் முதலிய இன்னும் பல காரியங்களைச் செய்யின் நன்மையாகவே முடியும். இது தவறமாட்டாது. இவ்விபரங்களை எல்லாம் தருவது சரநூலாகும். அதாவது உலக இயக்கத்திற்கும் மக்களின் சுவாச இயக்கத்திற்கும் உள்ள தொடர்புகளை இறைவனால் இறைவிக்கு உபதேசிக்கப்பெற்ற நூலே இச்சரநூலாகும்.

இச்சரத்தினை அப்பியாசிப்போர் தமது வாழ்க்கையின் கட்டுப்பாடுகள் ஒழுங்குகளுக்கு அமைவாக நடக்கவேண்டியவரேயாவர். எனவே இது குரு முகாந்தரத்தில் அப்பியாசிக்கவேண்டியதும் முக்கியமேயாம். வலம் இடமாகிய இச்சுவாச மாற்றம் தேகத்தில் எப்பாகத்திலிருந்து எவ்விதம் மாற்றம் பெறுகின்றதென்பது இன்றைய விஞ்ஞானத்திற்கும் எட்டாததொன்றாகும். இம்மாற்றங்களைச் சமயோசிதமாகவும் மாற்றுதற்கு உபாயங்களுமுண்டு. அவ்விதம் மாற்றிப் பேணக்கூடிய ஸ்தானங்களுள் கால் பெருவிரலுமொன்றாகும். அதாவது வலது கால் பெருவிரலை ஊன்றிய இடத்து இடது சுவாசத்தையும் இடது கால் பெருவிரலை ஊன்றிய இடத்து வலது சுவாசத்தையும் பேணிக்கொள்ளும் உபாயமும் உண்டு.

கணபதி தெய்வம் தமது வலது கால் பெருவிரலை ஊன்றிக் கொண்டு இடது சுவாசத்தினைப் பேணிக்கொள்ளுகின்றார் என்பதாம். இதுவே கணபதியின் இடது தந்தம் பங்கப்படாததாகத் தரப்பட்டுள்ளதாகும்.

அதாவது விநாயகப்பெருமான் தமது வலது கால் பெருவிரலை ஊன்றிக் கொண்டு இடது சுவாசம் பங்கப்படாமையைக் காட்டுவதே இடது மருப்பைப் பங்கப்படாத நிலையில் முழுமையாகவும் அதே வேளை இடது காலை உயரமடித்துக் கொண்டபோது வலது சுவாசம் பங்கப்பட்ட நிலையை உணர்த்துவதே. வலது மருப்பை ஒடித்தும் காட்டியுள்ள

னர் என்பதாம். இக்கருத்தினை அமைத்தே "மூலாதாரத்து மூண்டெழு கனலைக்காலால் எழுப்பும் கருத்தறிவித்து" என விநாயகர் அகவல் தந்துள்ளதுமாம். எனவே கணபதி தெய்வம் சதா இடது சுவாசத்தினைப் பேணிக் கொள்வதுமாம். இவ்இடது பக்கத்துச் சுவாசத்தின் மேன்மையை

எங்கே இருக்கினும் பூரி இடத்திலே
அங்கே யதுசெய்ய ஆக்கைக்கழிவில்லை
அங்கே பிடித்தது விட்டளவுஞ் செய்யச்
சங்கே குறிக்கத் தலைவனுமாமே

என 552-ம் திருமந்திரம் காட்டியுள்ளது. உலகில் காணப்படும் இயற்கைப் பொருட்கள் யாவும் பருவ மாற்றம் கொள்வதற்கு, உஷ்ணம் இன்றி அமையாதது. இவ்உஷ்ணத்தைத் தருவது சூரியனாகும். சூரியனின் வெப்பம் செறியாத உலக பண்டங்கள் கிடையா. வெப்பத்தைக் கனல் என்றும் அழைப்பர். இடதும் வலதுமாக மாறி மாறி இயங்கிக்கொள்ளும் சுவாச மாற்றத்திற்குக் காரணமாக அமைந்த கனலை மூலக்கனல் என்பர். இக்கனல் மூலஸ்தானம் (Anal Region) என்னும் அபானஸ்தானத்தில் சஞ்சரிப்பதாம். எனவே தான் "மூலாதாரத்து மூண்டெழு கனலைக் காலால் எழுப்பும் கருத்தறிவித்து" என்று விநாயகர் அகவல் தந்துள்ளதாகும். "ஓம்" என்னும் பிரணவத்தின் ஸ்தானமே மூலஸ்தானம் என்பதும், பிரணவத்திற்கு அமைந்த தெய்வமாகிய கணபதிக்குரியது மூலஸ்தானம் என்பதும் ஒன்றேயாகும். இம்மூலஸ்தானத்தில் அமைந்த வாயுவை அபான வாயு என்பர். இவ் அபான வாயு எவ்வளவுக்கு எவ்வளவு பிரவிருத்தி கொள்ளுமோ அவ்வளவுக்கு அவ்வளவு தேகம் சுகம் கொள்ளுவதும் வைத்திய உண்மையாகும். அபான வாயுவின் பிரவிருத்தி வயிற்று ஊதலைத் தருவது இயல்பு. கணபதி தெய்வமூலம் அபானவாயுவின் பிரவிருத்தியைப் புலப்படுத்துவதே அன்னாருக்குப் பேழை வயிறு அமைந்ததாகும். இம்மூலாதாரத்தில் குடிகொள்ளும் அபானவாயுவின் பிரவிருத்தி பிராணயாமம் என்னும் சுவாச அப்பியாசத்திற்கு முக்கியமானது. அபான வாயுவைப் பிரவிருத்தி பண்ணி நித்திய ஒழுங்கில் பேணிக்

கொள்ள அமைந்த உணவுகளே பருப்பு, சர்க்கரை, பால், பச்சரிசி, அவல் முதலியனவாம். எனவே பிரணவத்தைப் புலப்படுத்த அமைந்த கணபதிக்கும் மோதகமாகியபண்டங்களே நைவேத்தியமாகப் பணிக்கப்பட்டுள்ளமை என்பதும் உணரவேண்டிய தொன்றாகும்.

தும்பிக்கையின் தூய்மை

கணபதிதெய்வத்தின் ஐந்தாவது கரமாகிய தும்பிக்கையில் சாதாரண கரங்களுக்குரிய லட்சணமான விரல்களும் கிடையா. யாவற்றையும் பற்றிப் பிடிக்கும் தன்மையைக் கொண்டுள்ளமையினால் இதனை கை எனக் கொள்வதும் சரியேயாம்.

தும்பிக்கையினூடாகவே யானை சுவாசிப்பதனால் இதனை யானையின் மூக்கு எனக் கொள்வதும் பிழையாகாது. யானையானது சற்றேனும் வாயினால் சுவாசிக்கக் கூடியதாக அதன் வாயின் அமைப்பும் பெற்றதாக இல்லை. எனவே எக்காலத்திலும் எக்காரணம் பற்றியும் வாயினால் சுவாசிக்கும் வாய்ப்பு யானைக்குக் கிடையாது. எனவே யானையின் மூக்காகிய தும்பிக்கை அதி நீளமான தனது சுவாசத்தை உள்ளிழுத்தும் வெளிவிட்டும் கொள்வதற்கு அதன் மூக்குத் துவாரங்கள் தங்கு தடையேற்படா வண்ணம் சுவாத்தியமாகப் பேணிக் கொள்வதுமாம். அன்றி யானை தாகசாந்தி செய்து கொள்வதற்கும் மூக்கின் உதவியே தேவை என்றமையினால் யானையின் மூக்குத் துவாரங்கள் ஏனைய பிராணிகளின் மூக்குத் துவாரங்களிலும் பார்க்க மிகச் சுத்தமான வகையில் பேணிக்கொள்ள அமைந்தவையாகும்.

காட்டில் சுதந்திரமாக வளரும் யானைகள் தங்கள் இயற்கை மரண வேளைகளை முன்னாடியே உணர்ந்து தம் இனத்தைச் சேர்ந்த ஏனைய யானைகள் உயிர் நீத்த இடத்திலேயே தாமும் படுத்து உயிர் நீத்துக் கொள்வன என்பது யானை அனுபவமுடையோரின் கூற்றாகும். அதாவது யானைகள் தங்களது இறுதிச்சுவாசத்தின் வேளையை தங்கள் சுவாசமூலம் முன்னாடியே தெரிந்து கொள்வன என்பதும் ஏற்கக்கூடிய தொன்றாகும்.

பிராணாயாமத்தில் சுவாசத்தை முறைமையாக அப்பியாசிக்க அமைந்த மூக்கினைக் கொண்ட பிராணி யானை என்பதனால் அப்பிராணாயாமத்தைப் புலப்படுத்த அமைந்த கணபதிக்கும் ஐந்தாவது கரமாகத் தும்பிக்கை ஏற்படலாயிற்று என்பதேயாம்.

தந்தங்களின் பந்தம்

யானையின் தந்தங்களைக் கோடு, கொம்பு, எயிறு, மருப்பு எனவும் அழைப்பர். யானையின் பற்கள் வேறு, தந்தங்களும் வேறு. சில மிருகாதிகள் தத்தம் உணவுகளைச் சம்பாதிப்பதன் பொருட்டும், தற்பாதுகாப்பின் பொருட்டும் கொம்புகளைக் கொண்டுள்ளன. யானைக்குரிய தந்தங்கள் அப்பேர்ப்பட்ட சௌகரியங்களுக்கு அமைக்கப்பட்டதல்ல. யானைகளுள் பெண் யானைகளுக்குத் தந்தங்கள் முளைப்பதில்லை ஆண்யானைகளுள்ளும் சிலவற்றிற்கு மாத்திரமே தந்தங்கள் முளைப்பனவும் தெரிந்ததேயாம். தந்தங்கள் முளைக்காத ஆண் யானைகளை "அலி" என்பர்" அலி" என்பதால் இந்திரிய வலிமை அற்றது என்பது பொருள். எனவே தந்தங்கள் முளைக்காத ஆண் யானைகள் இந்திரிய வலிமை அற்றவை என்பதாம். ஆகவே இந்திரிய வலிமையின் நிலையைப் புலப்படுத்த அமைந்ததே யானைகளின் தந்தங்களாகும். இது ஒருபுறமிருக்க,

பிராணாயாமத்தைப் புலப்படுத்த அமைந்தவரே கணபதி என்றோம். திருமணமாகாத நிலையே கணபதி தெய்வத்தின் நிலை என்பதும் புலப்படுத்தப்பட்டுள்ளமையால் கணபதி முகூர்த்தம் பிரம்மச்சரியம் காக்கும் முகூர்த்தமாகும். இதிலிருந்து பிராணாயாமத்திற்கு பிரம்மச்சரியத்தின் முக்கியத்தை எவரும் எளிதில் உணர்ந்து கொள்ள முடியும்.

பிங்கலையாகிய வலது சுவாசமே ஸ்திரீபோகத்திற்கு நன்மை பயக்க வல்லது என்பது சர நூலின் வற்புறுத்தலாகும். கணபதி தெய்வமும் பிரம்மச்சரியத்தைக் காப்பவர் என்பதை வற்புறுத்திக் காட்டும் பொருட்டே தமது வலது சுவாசத்தைக் குறிக்கும் வலது மருப்பை ஒடித்துக்

காட்டியுள்ளதாம். இவ்வலது சுவாசத்தை ஒழிக்க இடது காலைத் தூக்கி மடக்கிக் கொண்டும், அதேவேளை இடது சுவாசத்தை எழுப்ப வலது காலை ஊன்றிக்கொண்டும் காட்சி அளிப்பதாக அமைந்துள்ளமை இக்கருத்தினைப் புலப்படுத்துவதேயாம்.

இறைவன் என்றபோதெல்லாம் அங்கே அரைப்பாகம் சக்திக்கு அமைந்தாகவும், அதிலும் இடப்பாகமே அவளுக்குரிய பாகம் என்பதும் நாம் எல்லோரும் அறிந்ததேயாகும்.

இடதுபாகத்தில் சக்தியைக் கொண்டுள்ள இறைவனின் அவதாரமே கணபதி என்றமையினால் அக்கணபதிக்கும் இடதுபாகம் சக்திமயமாக அமைய வேண்டியதும் கட்டாயமேயாகும். இதில்வியப்பு எதுவும் இல்லை. கணபதிதெய்வம் தமது இடது சுவாசத்துக்கமைந்த இடதுமருப்பை வளப்படுத்திக் கொண்டு காட்சி அளிப்பதும் தமது சக்தியின் மேன்மையைப் புலப்படுத்துவது என்பதும் சரியேயாம்.

பிராணாயாமத்திற்கு ஆதாரமான சுவாசத்தின் போக்குகளையும் இருசுவாசங்களுள் முக்கியமான இடது சுவாசத்தின் மேன்மையையும் பிராணாயாமத்திற்கு இன்றி அமையாத பிரம்மச் சரியத்தையும் புலப்படுத்திக் காட்டுவதற்கு அமைந்த கணபதி தெய்வம் அத்தந்தங்களைக் கொண்டுள்ளயானை முகத்தோடு காட்சி அளிக்கின்றனர் என்பதாம்.

பிராணாயாமத்தின் போக்கு

பிராணன் + ஆயாமம் என்பதே பிராணாயாமம் என வந்ததாகும். பிராணன் என்பது உயிர். ஆயாமம் என்பது அப்பியாசித்தல், அடக்குதல், நீளம், அகலம் எனவும் பொருள்படும். உயிருக்கு ஆதாரமானது சுவாசம். சுவாசத்தினால் பற்றிக் கொள்ளப்படுவது காற்று. இக்காற்றினுள் அமைந்தது பிராணவாயு (oxygen) இப்பிராணவாயுவை அடக்கி அப்பியாசப்படுத்துவதே பிராணாயாமம். இப்பிராணாயாமத்தினால் ஆன்மஈடேற்றம் பெறுவதே முடிவாகும்.

பிராணாயாமம் தேகத்துறுப்புகளை அனுசரித்தே செயல்படுவதாகும். முறைதவறான பிராணாயாம அப்பியாசத்தினால் யாதும் தேகஉறுப்புக்கள் பங்கப்படுமேயானால் அவை திருத்தி அமைக்க முடியாதவையாகும். எனவே பிராணாயாமம் குருமுகாந்தரத்தில் அப்பியாசிக்க வேண்டியதும் மிக முக்கியமானதேயாம்.

பிராணாயாமத்தின் செயற்பாடுகளை நன்கு விளங்கிக் கொள்வதற்கு தேகத்தின் உள்உறுப்புக்கள் சிலவற்றின் விளக்கங்கள் தேவை இவ்விளக்கங்களை எல்லோரிடமும் எதிர்பார்க்கமுடியாது என்றாலும் இயன்ற மட்டில் விளக்கத் தருகின்றோம்.

பிராணாயாமத்தின்போது தேகத்தில் செயல்பட்டுக் கொள்ளும் முக்கிய அம்சம் அமுதநீர் (cerebro spinal fluid) என்பதாம். இந்த நீரானது மூளையினதும் மூளையிலிருந்து இறங்கும் முள்ளந்தண்டுக் கொடி (spinal cord) யினதும் கவசத்துள் சூழ்ந்து கொண்டிருப்பதாகும். இந்த நீரானது மூளைக்கும் மூளைக்கவசத்திற்கும் இடையில் இருப்பதனால் மூளை விரிவடையும்போது இந்நீர் பரவியும் மூளை சுருக்கமடையும்போது இந்நீர் ஒடுங்கியும் மூளையைத்தளம்பவிடாத வண்ணம் மெத்தென அணைத்துக் கொள்ளுவதற்கும் உதவுவதாம்.

அதுவுமல்லாமல் இவ் அமுத நீரானது நரம்பு மண்டலத்தைச் சூழ்ந்து கொண்டு சஞ்சரித்து அதனுள் அடங்

கப்பெற்றுள்ள நரம்புகளின் கலன் (cells) களுக்குப் பிராண வாயுவை (oxygen) ப் பரிமாறிக் கொள்ளுவதே முக்கியமான செயலாகும்.

முன் மூளையின் (frontal lobe) உட்பாகத்தில் வலமும் இடமுமாக இரு பள்ளாங் குழிகள் (lateral ventricles) அமைந்துள்ளன. இப்பள்ளாங் குழிகளுக்குத் தனித் தனி மூன்று முனங்குகள் (horns) உள்ளன. இம்முனங்குகளை ஆங்கிலத்தில் (temporal horns, anterior horns, posterior horns) என அழைப்பர். இவற்றுள் (temporal horns) ஏனைய இரண்டிலும் பார்க்கப் பெரிதானதாகும். அதுவுமல்லாமல் இது கன்னச் சுழியின் மேல் முனங்கில் வெளி மண்டைக்குக் கிட்டுமானதாக அமைந்துள்ளது. இப்பள்ளாங் குழிகளுள் மிகவும் அடர்த்தியாகக் கார் இரத்தக் குழாய்கள் (veins) அமைந்துள்ளன. இக்கார் இரத்தக் குழாய்களுள் உள்ள கார் இரத்தத்திலிருந்து வடியுறப் பெறுவதே இவ் அமுதநீராகும். இந்த நீரானது (temporal horns) என்னும் முனங்கிலிருந்து ஆரம்பித்தும் பின் (posterior horns) ன் ஊடாகவும் அதன் பின் (anterior horns) ன் ஊடாகச் செல்லும் இயல்பினைக் கொண்டு உள்ளது.

முறைமையான பிராணாயாமத்தின்போது பதினாறு மாத்திரை காலம் பிராணவாயுவை உள்ளிழுத்து (பூரித்தல்) அறுபத்துநான்கு மாத்திரை காலம் அடக்கிவைத்து (கும்பித்தல்) முப்பத்தி இரண்டு மாத்திரை காலத்தில் பங்கிட்டு வெளியிட (ரேசித்தல்) வேண்டியதே பிரமாணமாகும். இதனை,

“ஏறுதல் பூரகம் ஈரெட்டு வாமத்தால்
ஆறுதல் கும்பம் அறுபத்து நாலு அதில்
ஊறுதல் முப்பத் திரண்டதி ரேசகம்
மாறுதல் ஒன்றின்கண் வஞ்சகம் ஆமே”

எனத் திருமூலர் திருமந்திரம் 550-ம் பாடல் மூலம்புலப்படுத்துவதும் காண்க.

அதாவது ஒரு மூச்சில் உட்கொள்ளப்படும் சுவாசமானது நான்குமடங்கு நேரத்திற்கு உள் அடக்கப்படும்போது

ஏற்படும் திணறலால் கார் இரத்தக் குழாய்களுக்கு வெளி அமுக்கம் ஏற்படலாயக்காகின்றது. செவ்விரத்தக் குழாய்களிலும் பார்க்க கார் இரத்தக் குழாய்கள் மென்மையானவையும் மேற்பரப்பில் (anterior surface) படிந்துள்ளமை என்றமையினால் கார் இரத்தக் குழாய்களே அதிகம் அழுத்தப்படுவனவாம். முன் எடுத்துக் காட்டிய பள்ளாங் குழிகளுள் அதிக செறிவைக் கொண்டுள்ளதும் இக்கார் இரத்தக் குழாய்களேயாம். ஆகவே இக்காரிரத்தக்குழாய்களிலிருந்து அமுதநீர் கசிவு அதிகரிக்க இலக்காகின்றது. இதுவுமல்லாமல் திணறல் ஏற்படும்போது அமுதநீர்க்கிரகிப்பும் குறைகின்றது. அமுதநீர் சுரப்புக்கூடும் அதேவேளை அச்சுரப்பைக் கிரகிப்பதும் குறைவதனால் அமுதநீரில் அதிக தேக்கம் ஏற்படுவதும் சாத்தியமாகும்.

இத்தேக்கத்தின் பயனாக அவற்றுள் அடக்கம் கொண்ட நரம்புக் கலன்கள் (nerve cells) யாவற்றிற்கும் மேலதிகமாகப் பிராணவாயு விநியோகிக்கப்படுகின்றது. சாதாரண சுவாசத்தின் மூலமாகப் பெறக்கூடிய பிராணவாயுவின் அளவைப் பார்க்கிலும் பன்மடங்கு பிராணவாயுவை மத்திய நரம்பு மண்டலத்துள் அமைந்த நரம்புக் கலன்கள் (cells of the central nervous system) அனுபவிக்க ஏதுவாகின்றன. ஆகவே முழு உடம்பின் இயக்கங்களையும் இயக்க வைக்க அமைந்த மத்திய நரம்பு மண்டலக்கலன்கள் மூலம் அதி பிராணவாயுச் செறிவை ஏற்படுத்த அமைந்ததுவே பிராணாயாமம் என்பதையும் நாம் உணரக்கூடியதேயாம்.

முறைமையாகப் பிராணாயாமம் செய்வது எல்லோருக்கும் எளிதல்ல. அப்படி இருந்தும் சகல மக்களும் தத்தம் அமுதநீர் சுரப்பை ஓரளவுக்காகுதல் செயல்படுத்திக்கொள்ள வேண்டும். இது வாழ்க்கைக்கு மிக அவசியமாகும். எனவே நித்திய வாழ்க்கையில் இன்றியமையாத தெய்வவணக்கத்தின் போது கணபதி வணக்கத்தை முதலில் வற்புறுத்தியதுமல்லாமல் ஏனைய தெய்வங்களுக்குக் கற்பிக்கப்படாத உபாசனைகளாகிய சிரசில் குட்டிகும்பிடவும் தோப்புக்கண்டமிட்டுக் கொள்ளவும் வற்புறுத்தப்பட்டுள்ளதும் இதனாலே

யாம். எனவே குட்டிக் கும்பிடுதலினதும் தோப்புக்கண்டத்தினதும் சூட்சுமங்களை ஆராய்வதும் சாலச் சிறந்ததேயாம்.

குட்டிக் கொள்வதன் குறிக்கோள்

முற்கூறிய Temporal Horns என்னும் முனங்குகளிலிருந்து அமுத நீர்சுரப்பு ஆரம்பிப்பதாலும், அச்சுரப்பை உற்சாகப்படுத்தவே (To Accelerate) அம்முனைகளுக்கு இட்டமான ஸ்தானமாகிய கன்னச் சுழிகளின் முனைகளின் மேல் கைகளின் முஷ்டியினால் மும்முறை குட்டிக்கொள்ளக் கற்பிக்கப்பட்டுள்ளதாகும்.

நிதானம் தப்பாமல் அதேஸ்தானம் மட்டும் குட்டுப்படல் வேண்டும் என்பதற்காவே, இரு கரங்களின் முஷ்டிகளும் சமத்துவமாக நீளம் கொள்ளும் பொருட்டு இடது முஷ்டியினால் வலது பக்கத்திலும் வலது முஷ்டியினால் இடது பக்கத்திலும் மாறுகரம் கொண்டு குட்டிக்கொள்ளவும் அமைக்கப்பட்டுள்ளதாகும்.

எங்கள் மூளையிலிருந்து கீழ் நோக்கும் முள்ளந்தண்டினுள் அமைந்துள்ள நரம்புக் கூர்ச்சம் (Nerve Bundle) கழுத்தண்டையில் வலது பக்கத்திற்குரிய நரம்புகள் இடப்பக்கமாகவும், இடது பக்கத்திற்குரிய நரம்புகள் வலப்பக்கமாகவும் கத்தரிக்கோல் போல மாறிக்கொள்வது உடல் அமைப்பு. எனவே இடதுகை முஷ்டி கொண்டு குட்டும்போது அவ் இடதுகையை இயக்க அமைந்த நரம்பின் அடிமூலம் (Nerve Root வலது பக்கத்து முள்ளந்தண்டிலமைந்து செயல்படுவதையும், அதேபோல வலது கைமுஷ்டி கொண்டு குட்டும்போது அவ் வலது கையை இயக்க அமைந்த நரம்பின் அடிமூலம் இடதுபக்கத்து முள்ளந்தண்டிலமைந்து செயல்படுவதையும் நாம் மிக நுணுக்கமாக யூகித்து அறிந்து கொள்ளலாம். அதாவது அந்த அந்த முனங்குகளை உற்சாகப்படுத்துவதற்காக அவ்வவற்றின் அடிமூல நரம்புகளால் செயல்படுத்த வேண்டும் என்பதற்காகவே கத்தரிக்கோல்போல கழுத்தண்டையில் மாறி அமைந்த நரம்புகளை இயக்கும் பொருட்டு குட்டிக்கும்பிடும்போது

கத்தரிக்கோல்போலக் கரங்களையும் அமைத்துக் குட்டிக்கொள்ள வற்புறுத்தப்பட்டமை என்பதை புத்தி பூர்வமாக உணரமுடியும்.

தோப்புக் கண்டத்தின் வாய்ப்பு

கணபதி வழிபாட்டிற்குரிய இரு உபாசனைகளுள் குட்டிக்கொள்ளுதல் ஒன்றாகும். மற்றயது மாறு கரங்களால் இரு செவிகளையும் பற்றிப் பிடித்துக்கொண்டு மும்முறை குந்தி எழும்புதல் (தோப்புக்கண்டம்) என்பதாகும். எனவே தோப்புக்கண்டத்தின் பயனையும் ஆராய்வோம்.

குந்திக் குந்தி எழும்பும் போது முழங்காலுக்கும் குதிக்காலுக்குமிடையில் பின்புறமாக உள்ள ஆடுதசைகள் (Calf Muscles) நெருடப்படுகின்றன. தேகத்தில் எப்பாகத்திலும் பார்க்க இவ் ஆடுதசைகளுள்ளேயே அதிகமான காரிரத்தக்குழாய்கள் அமைந்துள்ளன என்றமையினால் இந்த ஸ்தானத்தைப் Peripheral - Heart என்றும் அழைப்பர். இப்பேற்பட்ட காரிரத்தக் குழாய்த்தேக்க ஸ்தானம் நெருடப்படுவதனால் அதிக காரிரத்தம் மேல் நோக்கி உதைக்கப்படுகின்றது. எனவே முற்கூறிய முனையின் பள்ளாங் குழிகளுக்கு விரைவாகவும் தாராளமாகவும் காரிரத்தம் செலுத்த ஏதுவாகின்றது. இவ்வாறு செலுத்தப்படுவதனால் முன் சொன்ன பள்ளாங் குழிகளில் அதிக அமுதநீர் சுரப்பும் ஏற்பாடாகின்றது. இதனால் முற்கூறியபடி பிராண வாயு விநியோகமும் அதிகரிப்படைகின்றது. அத்துடன் தேகம் உற்சாகம் கொள்ளுவதும் இயல்பேயாம். இதனாலே தான் விளையாட்டுவீரர்கள் அரங்கில் புகுந்ததும் ஆரம்பத்தில் குந்திக் குந்தி எழுந்து தம்மைத் தாம் உற்சாகப் படுத்திக் கொள்வார்கள்.

தோப்புக்கண்டம் செய்யும் போது மாறு கரங்களால் செவிகளைப் பற்றிப் பிடித்துக் கொள்வதற்கும் காரணம் இல்லாமல் இல்லை. தோப்புக்கண்டத்தில் குந்தி குந்தி எழும்பும்போது குதிக்கால்கள் எழும்பிக கொள்வதனாலும், முற்கூறியபடி அதிக கார் இரத்தம் மூளைக்குச் செலுத்தப்படு

வதனாலும் குந்திக் குந்தி எழும்புவோர்கள் ஒரே நிலையில் நிதானமாக நின்று கொள்ள முடியாமல் தளம்ப நேரிடும். இத்தளப்பம் ஏற்படாவண்ணம் நிறுதிட்டத்தைப் பேணும் பொருட்டே (To Maintain Equlibrium) இரு செவிகளையும் பற்றிப் பிடித்துக் கொள்வதாகும். இதிலிருந்து நிறுதிட்டத்தைப் பேணுதற்கு ஆதாரமாக அமைந்த உறுப்புச் செவிகள் என்பதையும் நன்கு புரிந்து கொள்ளல் வேண்டும்.

மக்களின் செவிகளுள் ஓர் குறிக்கப்பட்ட ஸ்தானத்தில் மெதுவாகத் தீண்டின மாத்திரத்தில் தலைச் சுழற்சி ஏற்படுவது இயல்பு. செவியில் ஏற்படும் வேட்டைகோ (Vertigo) என்னும் வியாதியும் இத் தன்மையதானதாகும்.

உலாவித் திரியும் சீவான்மக்களுக்கு செவிகள் இன்றியமையாதன. என்றாலும் யானையினது பெரிய செவியளவு ஏனைய மிருகங்களுக்குக் கிடையாது. செவிகள் சிறியனவாக இருந்தாலும் சப்தத்தைக்கிரகிப்பதில் சிறந்த காதுகளை உடையது குதிரை எனும் பிராணியாகும். குதிரையின் செவிகள் நாலுபக்கமும் சுழன்று செயல்பட அமைந்துள்ளன. அதுவுமன்றி ஒரு செவி ஒருபுறச் சப்தத்தையும் மறு செவி மறுபுறச்சப்தத்தையும் அதாவது ஒருமித்தும் தனித்தும் செயல்படும் விசேஷ இயல்பைக்கொண்டுள்ளதும் குறிப்பிடத்தக்கதாகும். இதுவுமன்றி நாலுவித சப்தங்களையோ, வெகுதூரத்திலுள்ள சப்தங்களையோ, எத்திசையிலிருந்து வரும் சப்தங்களையோ பகுத்தறியும் தன்மை கொண்டுள்ளது குதிரை ஒன்றேயாம். யானையின் செவிகள் ஏனைய சகல மிருகங்களிலும் பார்க்கப் பன்மடங்கு பெரிதாக அமைந்தமையால் அச்செவிகள் வேறு செயற்பாடுகளைக் கொண்டுள்ளதாகவுமிருக்கலாம். அவதானிப்போம். யானையின் தோல் வேறு எந்த மிருகாதிகளின் தோலிலும் பார்க்க மிகத்தடித்ததேயாம். அம்புகள், துப்பாக்கிச் சன்னங்கள் தாமும் துளைத்துட்செலமுடியாததாகும். எனவே யானைக்கு ஈக்கள் கொசுக்கடிகளிலிருந்து பாதுகாப்பதற்காகச் செவிகள் அமைந்தவை அல்ல என்பது மறுக்கொணாததாகும்.

பிரமாண்டமானதும் அதிக பாரமானதுமான உடம்பைக் கொண்டுள்ளமையினால் யானைகள் தங்கள் நிறுதிட்ட நிலையைத் தளப்பமுறாமல் பேணிக்கொள்வதற்கு அவற்றின் கால்களின் நீளம் போதாவாம். இதனாலே தான் யானைகள் நிற்கும்போதெல்லாம் சதா அசைந்து கொள்வனவாம். யானைகள் நித்திரை செய்யும்போது தமது துதிக்கையினால் மரக்கிளையைப் பற்றிக் கொண்டவாறே தூங்குவனவாம். அப்படித் தூங்கும்போதும் சரி அவற்றின் செவிகள் அசைந்தவண்ணமாக இருப்பதும் இயல்பு. இவ் அசைவினாலேயே அவை தங்கள் நிறுதிட்ட நிலைகளைப் பேணிக்கொள்வனவாகும். அன்றியும யானைகள் ஓடும்போது ஓடும் விசைக்கேற்றவாறு துரிதமாகத் தங்கள் செவிகளை முன்னும் பின்னுமாக வேகமாக வீசிக்கொள்வதும் நாம் நன்கு அவதானிக்கலாம். அங்ஙனம் வீசிக்கொள்வது ஓடும்போது நிறுதிட்டத்தைப் பேணிக்கொள்வதற்கேயாம்.

அன்றியும் யானைகளை அடக்கி ஆளுவதற்கு அங்குசம் என்னும் ஆயுதம் காதினிலேயே பிரயோகிப்பதாகும். அவ்விதம் பிரயோகிக்கும் போதெல்லாம் யானைகள் பயந்து அடங்கிக் கொள்வதும் தத்தம் நிறுதிட்டநிலை தளம்புவதினாலே யல்லாமல் நோவினாலல்ல. பிரமாண்டமான தைரியம் கொண்டயானைக்கு இந்த அங்குசப் பிரயோகத்தினால் ஏற்படும் நோ எம்மாத்திரம்? எனவே ஆராய்வாக யூகிப்போமானால் நிறுதிட்டநிலைத்தளப்பம் கொள்ளாதபடிக்கு யானையானது அங்குசத்திற்கு எவ்வளவு அஞ்சுகின்றதோ, அவ்வளவுக்குப் பிராணாயாமத்தின் போது சுவாச அடக்கத்திணறலால் நிறுதிட்டநிலைத்தளப்பம் கொள்ளாவண்ணம் அடக்கமாகப் பேணிக்கொள்ளல் வேண்டும் என்பதை ஞாபகத்தில் பதித்துக்கொள்ளல் வேண்டும். இதனைக் குறிப்பதே, அவ் அடக்கத்தைக் கொடுக்கவல்லதான அங்குசச் சின்னத்தையும் ஓர் கரத்தில் எங்கள் கணபதி தாங்கிக் காட்டுகின்றனர் என்பதாகும்.

யானை ரூபம் கொண்டகணபதி தமக்குத்தாமே துறேட்டி போட அங்குசம் ஏந்திக் கொண்டவரல்ல. அன்றேல் எதற்காக அங்கும் ஏந்தலானார் என்பதை நுணுக்கமாக ஆராய்ந்து உணர்ந்து கொள்வோமாக.

தீட்சையும் விபூதியும்

தீட்சை என்பதற்குச் "சுத்தி" எனப் பொருள்படும். தீட்சை மக்களுக்கே உரியது. இச் சுத்தியானது இரு வகைப்படும், ஒன்று அகச்சுத்தி (ஆன்மசுத்தி) மற்றயது புறச்சுத்தி (காயசுத்தி) இதனைத் தேகசுத்தி என்பதும் சரியேயாம். தேகமானது சுத்தப்படுதலும் அழுக்கு அடைதலுமாக மாறிமாறி நிகழும் தன்மைக்கு இலக்கானது. இச்சுத்தி நிரந்தரமானதல்ல என்றாலும் ஆன்மசுத்திக்காகவே இது அமைந்தது என்றமையினால் இக்காயசுத்தியும் அவசியமேயாம். காயசுத்தியானது தத்தம் குல குருவின் உபதேசத்தைக் கொண்டு அனுஷ்டானமூலம் தமது காய சுத்தியைப் பேணும் வழிவகைகளை தத்தம் பிரயாசத்தினால் பரீட்சித்துக் கொள்ளவேண்டியதாகும்.

ஆன்மசுத்தியானது பிராணயாமத்தை அத்திவாரமாக கொண்டு பிரதிபலிப்பதேயாம். எனவே பிராணயாமத்தின் விளக்கத்தைக் கொள்ளாதவிடத்து எவ்விதசுத்தியும் பலனற்றதேயாம். இவ்வழியைக் கடைப்பிடித்துச் செயல்பட்டு ஆன்மசுத்தி பூரணம் பெறுவதற்கு வருடம் பன்னிரண்டாகும் என்பதும் அதுவும் குருமூலமே மேற்கொள்ளவும் வேண்டும் என்பதும் ஆகமப் பிரமாணமேயாம்.

பிராணயாமத்தின்போது தேகத்தின் சகல பாகங்களும் இயங்கிக் கொள்வனவேயானாலும் முன் நின்று முக்கிய பங்கு கொண்டு இயங்க அமைந்தது சுவாசப்பை (Lungs) என்னும் நுரை ஈரலாகும்

இந்த உறுப்பானது கழுத்தின் அடிப்புறம் தொடக்கம் நெஞ்சுக் குழிவரையும் முன்புறமாகவும். கழுத்துக் கும்பம், முதுகு, கீழ்ப்பழுவரையும் பின்புறமாகவும், விலாப்புறங்கள் இருபக்கங்களாகவும் சூழப்பட்டிருக்கும் பிரதேசத்துள் (area) அமைந்தது ஆகும். சுவாசப்பையைச் செயல்படுத்தி இயக்கிக் கொள்வதற்குரிய நரம்புகளின் அடித்தளங்களை (Cervical and Upperthoracic Nerve Roots) எனப்படும் இத்தளங்கள் மேற்காட்டிய எல்லைக்குள்ளேயே முன்

ளந்தண்டின் மேற்பக்கத்தில் அமைந்துள்ளன என்பதும் கவனிக்கத்தக்கதாகும்.

பிராணயாமம் செய்வோர் முதலில் ஸ்நானம் செய்து பின்னர் அனுட்டானம் செய்ய வேண்டும். அனுட்டானத்தின்போது விபூதி அணிவது பிரதானமாகும். விபூதி அணிவதற்கும் இலக்கணங்கள் தரப்பட்டதுமல்லாமல், முறைமையான விபூதி தயாரிக்க வேண்டிய விதிகளும் தரப்பட்டுள்ளன.

நுரைஈரல் என்னும் சுவாசப்பை கபம் சம்பந்தமான உறுப்பாகும். இது கபத்தின் ஸ்தானத்திலேயே அமைந்தும் உள்ளது. சுவாசபந்தத்திற்கு கபம் இடையூறானது. இதனாலே தான் ஸ்நானம் முடிந்ததும் அடுத்தாற்போல விபூதி அணியவும் நியமிக்கப்பட்டுள்ளதாகும்.

முறைமையான விபூதி பசுவின் சாணத்திலிருந்தே தயாரிக்கப்பட வேண்டும். பசுவின் சாணத்தைப் பரிசிலனை செய்த தற்கால விஞ்ஞானிகள் பசுவின் சாணத்தில் ஒரோபாக் (Aurofac) என்னும் கிருமிநாசினிச் சத்து அடங்கி உள்ளதாகவும் கண்டு உள்ளனர் என்பதும் நாம் அறிந்ததேயாம்.

எனவே விபூதி அணிதல் கபத்தின் கோளாறு ஏழாவண்ணம் பாதுகாக்கும் ஓர் மருந்தாகவும் அமைகின்றது. அதாவது விபூதி அணிதல் சமய ஆசார சின்னமாகமட்டுமல்லாமல் இது ஓர் பாதுகாக்கும் மருந்தாகவும் அமைந்துள்ளது என்பதாம்.

தீட்சையின்போது அணிவதற்கு நியமிக்கப்பட்ட ஸ்தானங்கள் முக்கியமாக நுரைஈரல் பரப்பையும் பின்புறக் கழுத்தையும் சூழ்ந்த பிரதேசமாகும். அதாவது விபூதி அணிதல் நெஞ்சையும் கழுத்தையும் சூழ்ந்து ஒரு பரந்த காடாப்பூட்டினாற்போல அமைவது என்பதாம்.

இங்கே நுரைஈரலை மட்டும் பேணுதற்பொருட்டுமல்லாமல் அந்த நுரைஈரலைச் செயற்படுத்த அமைந்த அடிநரம்புத் தளங்களையும் பேணி உற்சாகப்படுத்தி (stimulate)க் கொள்ளவும் அமைந்துள்ளதும் நாம் மறக்கக்கூடியதல்ல.

காலை உச்சி மாலை வேளைகளில் உடம்பைச் சுத்தி செய்து தழுக்காக விபூதி அணிந்து கொள்வதால் நீரேற்றம் தடிமன் போன்ற கபத்தின் கோளாறுகள் அணுகுவது மிக மிக அரிது என்பதும் வைத்திய அனுபவமாகும் இந்து சமயத்து முதியோர் தங்கள் பாலர்களை ஸ்நானம் செய்தவுடன் விபூதி சாத்தும் போதெல்லாம் உச்சி பிடரி காதுச் சுழிகளுக்கு தழுக்காக விபூதி தேய்த்துக் கொள்ளத்தவறுவதே இல்லை.

தொகுத்துக்கூறின் மக்களின் ஆன்மஈடேற்றத்தின் பொருட்டு வழிவகுக்க அமைந்த பிராணாயாமத்தின்போது; ஆரம்பத்தில் தொட்டு அந்திவரை இயங்கிக் கொள்ளும் நுரைஈரலைப் பேணும்பொருட்டு அந்த நுரைஈரலைச் சூழ்ந்துவர விபூதி அணிதல் மிக அவசியமாகின்றது. இதற்குரிய விபூதியோ பசுவின் சாணத்தைக் கொண்டே தயாரிக்கவும் வேண்டும். எனவே பசுவின் சாணமானது பிராணாயாமத்திற்கு தோன்றுமல் தோன்றி உதவும் மூலப்பொருளாகும்.

பிராணாயாமத்தைப் புலப்படுத்தி அமைந்த கணபதியின் வழிபாட்டின்போது கோமயத்தைக் கொண்டே அம்சமாகப் பாவனைபண்ணிப் பிள்ளையார் பிடித்து, அதற்கும் அறுகம்புல் சாத்திக் கணபதியின் சூட்சுமத்தை உணரத்தந்த ஆகம உணர்ச்சிக்கு மேலானது உலகில் எதுவுமே கிடையாது. நுண் அறிவுடையோர் இதனை நன்கு உணர்ந்து கொள்வர் என்பதும் திண்ணமேயாகும்.

இறைவன் தனது மேனி பூராகவும் விபூதி அணிந்துள்ளான் என்பதும் காரணம் பற்றுமல் இல்லை. இதனாலே தான் மந்திரம், தந்திரம், சுந்தரம், சித்தி, முத்தி, பக்தி என்றெல்லாம் விபூதியைப் போற்றி திருநீற்றுப்பதிகத்தையும் மக்களுக்காக ஞானிகள் தந்துள்ளனர்,

"கங்காமுன் பூசும் கவச திருநீற்றை
மங்காமல்பூசி மகிழ்வாரே யாமாகில்
தங்கா வினைகளும் சாரும் சிவகதி
சிங்காரமான சிவனடி சேர்வாரே"

என்ற திருமூலநாயனாரின் 1668-ம் பாடலான திருமந்திரமும் குறிப்பிடத்தக்கதேயாம்.

கணபதியும் அறுகும்

உலகப் படைப்புக்கள் யாவும் தாது (Mineral kingdom) தாவரம் (Vegitable kingdom) சங்கமம் (Animal kingdom) என்னும் மூன்று பிரிவுகளுள் அடங்குபவை இவற்றுள் தாவர வகுப்பைச் சேர்ந்தவை தத்தம் நிலைகளில் நின்ற இடத்திலேயே வளர்ந்து தத்தம் இனப்பெருக்கத்திற்குரிய மகரந்தம் ஆதியனவற்றைத் தமக்குள் தாமாகவோ, அன்றிக் காற்றின் மூலமாகவோ, அன்றித் தண்ணீர் மூலமாகவோ, அன்றி ஈ, வண்டு முதலிய இதரபிராணிகளின் மூலமாகவோ பரிமாறிக் கொள்ள அமைந்துள்ளன.

இத்தாவரங்களுள் சில பூக்காமலே காயை மட்டும் வெளிக்காட்டுவதும் உண்டு (உதாரணம் அத்திமரம்) சில பூத்தும் காய்க்காமலே தத்தம் கிளைகளின் மூலம் இனப்பெருக்கத்தைக் கொண்டுள்ளன (உதாரணம் செவ்வரத்தை நந்தியாவர்த்தம்) சில பூத்தும் காய்த்தும் அக்காய் மூலம் இனப்பெருக்கமின்றி வேரின் மூலமாக மட்டும் தம் இனப் பெருக்கத்தைத்தர அமைந்துள்ளன. (உதாரணம் ஈரப்பலா) இன்னும் சில பூத்துக் காய்த்த போதிலும் தங்கள் கிளைகள் மூலமே இனப்பெருக்கம் தர அமைந்துள்ளன (உதாரணம் பூவரசு கிழுவை போன்றவை)

பூப்பது என்பது பருவமடைவது எனப் பொருள்படும் தாவரங்கள் அனைத்தும் இனப்பெருக்கத்திற்கு ஏற்ற பருவம் அடைந்ததும் அவை பூக்க ஆரம்பிக்கின்றன. இத்தகைய தாவரங்கள் மாரி, கோடை, வசந்தம், முதலிய காலநிலைகளை அனுசரித்தே தம் இனப்பெருக்கத்தை விருத்தி செய்வன. இவற்றுள் சில தத்தம் உற்பத்தியான ஸ்தானத்திலிருந்தே காலப்போக்கில் அடி அழிந்து விடுவதும் இயல்பாகும்.

எந்த ஒரு தாவரம் பூக்காமலும் காய்க்காமலும், தன் ஸ்தானத்திலிருந்து எக்கால நிலைகளையும் சமாளித்துக்கொண்டு கடைசிவரை அடி அழியாமலும், காற்று, தண்ணீர், ஈ, வண்டு, முதலிய பிராணிகளின் உதவிகளைக்

கொள்ளாமலும் தனது இயக்கத்தினால் மட்டும் தன் இனப்பெருக்கத்தையும் செயல்படுத்திக் கொள்ளுமாயின் அத்தாவரத்தை மேலான தாகக் கொள்வதும் நியாயமேயாம். அதாவது தனது இந்திரியவிளைவை எவ்வகையிலேனும் வெளிக்காட்டாது உள்ளடக்கமாகக் கொண்டு தன் சந்ததியை விருத்திபண்ணிக் கொள்ளும் இயல்பினைக் கொண்டுளதாயின் அதனை மேலானதாகக் கொள்வதும் நியாயமேயாம். இவ்வித தன்மைகளுக்கு அமைந்துள்ளது "அறுகம் புல்" ஒன்றேயாம். அதாவது அறுகம் புல்லானது தனது இனப்பெருக்கத்திற்குரிய பருவத்தைப் பூத்தும் காய்த்தும் காட்டுவதில்லை. தன் இனப்பெருக்கத்தைத் தன்னைச் சூழ்ந்து பெருகிக் கொள்வதும் தெரிந்ததேயாம். அன்றியும் தனது ஸ்தானத்திலிருந்து எக்கால நிலைகளையும் சமாளித்து தமது அடி அறிவதுமில்லை எனவே தனது வீரியமான இந்திரியத்தை தமது வேராகிய மூலத்தின் வழியே வேறு எவற்கும் புரியாவண்ணம் தம்முள் தாமே அடக்கமாகக் கொண்டு தமது இனப்பெருக்கத்திற்கு மட்டும் பிரயோகப்படுத்திக் கொள்வதாம்.

இந்திரியப் பரிமாறலை முக்கியமாகக் கொண்டுள்ள திருமணங்களின் ஆரம்பத்தில் தம்பதிகளின் சிரசில் அறுகு சாத்தி ஸ்நானம் பண்ணுவதும் திருமணமுடிவில் அறுகரிசி கொண்டு வாழ்த்துவதும், தம்பதிகள் அறுகம்புல்லின் போக்கைக் கடைப்பிடித்து இந்திரிய அடக்கம் கொண்டு வாழ்க்கை நடத்த வழிகாட்டுவதேயாம் அதாவது இந்திரிய வீரியம் தத்தம் கர்ப்ப உற்பத்திக்காகவே ஒழிய இதர சௌகரியங்களுக்குரியதல்ல என்பதைக் குறிப்பதாகும்.

சகல தாவரங்கள் தரும் விதைகள் யாவும் முளைப்பதில்லை. சில பாகமே முளைத்து விருத்தியாகின்றன. ஏனைய பாகம் சேதமடைவதும் இயல்பு. அறுகினது அரும்புகள் தானும் முளைத்து விருத்திகொள்ளத் தவறுவதில்லை. எனவே இந்திரிய அடக்கம் கொண்டு சந்ததி விருத்திக்கு மட்டும் சந்தர்ப்பம் கண்டு போகிக்குமிடத்தில் கெர்ப்ப உற்பத்தி தவறவும் மாட்டாது.

மக்களால் உண்ணப்படும் உணவுகள் யாவும் அன்னரசமாகி அதினின்று இரத்தம், மாமிசம், கொழுப்பு,

எலும்பு, எலும்பினுட்சதை, சுக்கிலம் ஆகிய எழு தாதுக்களாகப் பரிணமித்துக் கொள்வன. இவை முறையே ஒன்றிலிருந்து ஒன்றாக வரிசைப்படியே பரிணமிப்பன. கடைசியாக விளையும் சுக்கில தாது பரிணமிப்பதுஇல்லை. இச்சுக்கில தாது பேணப்பேண வலுவடைந்து தேகத்தில் ஓர்வித பிரபை உண்டாகின்றது, இப்பிரபையை ஓஜஸ் என்பர். இந்த ஓஜஸ் வலுப்பெற்றுவர இதனின்று ஓர் தேககாந்தி காணப்படும் இக்காந்தியை தேஜஸ் என்பர். இதுவே அமிர்தத்திற்கு ஒப்பானது.

மக்களது தேகம் மூன்று பாங்காக ஆளப்படுவதாம். அவை கபம், பித்தம், வாயு என்பன இவற்றுள் நான்கில் ஒருபங்கு கபத்தினாலும் நான்கில்ஒரு பங்கு பித்தத்தினாலும் அரைப்பங்கு வாயுவினாலும் ஆளப்படுவதாகும். இது வைத்திய சாஸ்திர உண்மை. மக்களதுசுவாசமும் இவ்வாயுவின் பாங்கில் ஆளப்படுவதாம்.

இவ்வாயுவானது ஐந்து முக்கிய பிரிவுகளைக் கொண்டு இத்தேகத்தைப் பேணிக்கொள்வதாகும். இந்த ஐந்துமே பிராணவாயு, உதானவாயு, வியானவாயு, சமானவாயு, அபானவாயு என்பன.

சிசுக்களின் கரு உற்பத்திக்குச் சுக்கில சுரோணிதக் கலப்பே ஆரம்பமானது. இச் சுக்கிலசுரோணிதங்களின் இருப்பிடம் மூலஸ்தானமாகும். இம்மூலஸ்தானத்திற் சஞ்சரிக்க அமைந்தது அபானவாயு எனவே இந்த அபானவாயு சுக்கில சுரோணிதங்களை இயக்க அமைந்துள்ளது. அதாவது அபானவாயுவின் இயக்கமின்றிச் சுக்கில சுரோணிதங்கள் இயங்கிக் கலப்புக்கொள்ளல் சாத்தியமாகாது.

சகல சீவன்களின் உற்பத்திக்கு ஆதாரமான சுக்கில சுரோணிதங்களை இயக்குவது அபானவாயு என்றமையாலும் அவ் அபானவாயுவின் இருப்பிடம் மூலஸ்தானம் என்றமையாலும், அபானவாயு காற்றின் பரிவைக்கொண்டமைந்தது என்றமையாலுமே மூலஸ்தானங்களை "ஆதிமூலம்" என்பதுமாம். இங்கே "ஆதி" என்பது வாயு எனும் காற்

றின் பாங்கை உணர்த்துவதென்பதும் குறிப்பிடத்தக்கதேயாம்.

சிசுக்கள் பிறந்ததின் பின்பே சுவாசம் ஆரம்பிக்கின்றது. சுவாசத்திற்கு அமைந்தது பிராணவாயு. எனவே சிசுக்கள் பிறந்ததின் மேல் இயங்க அமைந்த பிராண வாயுவிலும் பார்க்க அச்சிசுக்கள் பிறக்கமுன்னர் கரு உற்பத்திக்கு ஆதாரமான சுக்கில சுரோணிதங்களை இயக்கி வைக்கும் அபானவாயுவை அதி முக்கியமானதாகவும் மேலாகவும் பேணிக்கொள்ள வேண்டுவதும் முறையேயாகும்.

பிராணயாமத்தைப் புலப்படுத்த அமைந்த கணபதி தெய்வத்தின் அகவற்பாடலில் (விநாயகர் அகவல்) "மூலாதாரத்தின் மூண்டெழுகனலை" எனச் சுட்டிக் காட்டப்பட்டதும் கணபதி தெய்வத்தின் இருப்பிடம் மூலஸ்தானம் என்பதைத் தெளிவாக்குவதாம். இந்த ஸ்தானத்தில் அமைந்து இயங்கும் அபானவாயுவை மூலவாயு எனவும் அழைப்பர். சந்ததி விருத்திக்குமல்லாது ஏனைய சௌகரியங்களின் பொருட்டு சுக்கில சுரோணிதங்கள் நிலைமாற நேரிடின் அச்சுக்கில சுரோணிதங்களை இயக்க அமைந்த அபான வாயு என்னும் மூலவாயு பிரகோபிக்க நேரிடுவது இயல்பு. இப்பிரகோபமே இரத்த அமுக்கம் (Blood Pressure) என்னும் ரோகத்திற்கு முதற்காலாகும். இதரசௌகரியங்களுக்காக சுக்கில சுரோணிதப் பிரயோகம் செய்யாத மிருகாதிகளுக்கு இரத்த அமுக்கரோகம் காணப்படாததும் இக்காரணத்திலேயாம்.

இத்தனை பாவனையாகக் கடைப்பிடிக்க வேண்டிய சுக்கில சுரோணிதக் கலப்பு ஒழுங்குகளை இயல்பாகவே கொண்ட மூலிகை "அறுகம்புல்" என்றமையினாலேயே இத்தனை பாவனைகளைப் புலப்படுத்த அமைந்த கணபதி தெய்வத்திற்கு அர்ச்சக மூலியாக அமைத்துத்தரப்பட்டுள்ளதாகும். இதுவும் சைவ ஆகமத்தின் நுண்உணர்வுகளுள் ஒன்றேயாம்.

கணபதியும் எலியும்

பஞ்ச பூதியங்களுள் ஆகாச பூதியம் ஆன்மீகலயம் கொண்டது, இது அசைவுமற்றது. இது தனித்து இயங்கும் தன்மையும் அற்றது. இது நிர்மலமானது, இது உலகத்தோரால் தனித்து அனுபவிக்கவும் முடியாதது. ஏனைய நான்கு பூதியங்களுமே உலகத்தோர்க்கு நேரடியாக அனுபவிக்க அமைந்தன. இந்நான்கு பூதியங்களுள் பிருதுவி அப்பு ஆகிய இரண்டும் கனதி கொண்டன. எனவே இவை இரண்டும் கீழ்நோக்கும் (அதோக சஞ்சாரம்) தன்மையைக் கொண்டுள்ளன. தேயு பூதியம் மேல்நோக்கும் (ஊர்த்துவ சஞ்சாரம்) தன்மையைக் கொண்டுள்ளது. வாயு பூதியம் கீழ் மேல் பக்கங்களாகிய நாலுபக்கமும் நோக்கும் தன்மையைக் கொண்டுள்ளது. எனவே வாயு பூதியம் யோகவாகி என்னும் பெயரையும் கொண்டுள்ளது.

பிராணயாமம் என்னும் சுவாச அப்பியாசம் செய்யும்போது பதினாறு மாத்திரை அளவு நேரம் பூரிக்கும் காற்றினை அறுபத்துநாலு மாத்திரை அளவு நேரம் அடக்கிக் கும்பித்து வைத்து முப்பத்திரண்டு மாத்திரை அளவு நேரத்துள் பங்கிட்டு வெளிவிடும்போது ஏற்படும் நிறைவினால் தேகத்துள் உதைப்பு ஏற்படுவது இயல்பாகும். இவ் உதைப்பானது முதலில் முள்ளந்தண்டின் மூலஸ்தானத்தையே தாக்குவதாகும். இந்த ஸ்தானத்தை ஆங்கிலத்தில் (Coccoigcal Region) என்பர். இதுமக்களுள் ஆறு குறுகிய சிறு எலும்புகளைக் கொண்ட ஸ்தானமாகும். அதாவது முள்ளந்தண்டின் அடிப்பாகமாகும்.

சிலபிராணிகள் இப்பாகத்திலுள்ள எலும்புக் கோர்வையைக் கூடுதலாக கொண்டுள்ளன. அங்ஙனம் கொண்டுள்ளபோதிலும் அவற்றுள் சிலவே குந்தியிருக்கும் தன்மையையும் கொண்டுள்ளன. அவ்விதம் குந்தியிருக்கும் தன்மை கொண்ட பிராணிகள் மட்டுமே தாவிப்பாயும் சக்தியையும் கொண்டுள்ளவையாகும்.

தாவிப்பாய்வதற்கு அனுகூலமாக அமைந்தது வாயு பூதியமேயாம். எனவே வாயு பூதியத்தைப் புலப்படுத்த அமைந்த கணபதி தெய்வத்திற்கும் தாவிப்பாயும் சக்தியை மேலதிகமாகக் கொண்டுள்ள பிராணிகளுக்கும் நெருங்கிய தொடர்பு அமைந்ததாவதும் முக்கியமேயாம்.

எனவே தாவிப்பாயும் சக்தியைக் கொண்ட ஒரு சில பிராணிகளின் போக்குகளையும் கவனிப்போம். பஞ்சபூதியங்களுள் கீழ்நோக்கு சஞ்சாரம் கொண்டுள்ளன பிருதுவி அப்பு என்னும் இரு பூதியங்கள் என்பதும் இவை தமோகுணம் பொருந்தியவை என்பதும், கபத்தின் தன்மையைக் கொண்டுள்ளன தென்பதும் தெரிந்ததேயாம். மேல்நோக்கு சஞ்சாரம் கொண்டுள்ளது தேயு என்னும் பூதியம், இது ரஜோகுணம் பொருந்தியது என்பதும், பித்தத்தின் தன்மையைக் கொண்டுள்ளதென்பதும், தெரிந்ததேயாம் கீழ், மேல், பக்கங்களாகிய சஞ்சாரம் கொண்டுள்ளது வாயு ஆகாசம் என்னும் இரு பூதியங்கள் என்பதும் இவை சாத்வீககுணம் பொருந்தியவை என்பதும், இவை யோகவாகி என்பது வாயுவின் தன்மையைக் கொண்டுள்ளன என்பதும் தெரிந்து கொண்டதேயாம்.

எனவே தாவிப் பாயும் சக்தியையும் குந்தியிருக்கும் வல்லமையையும், கபத்திற்குரிய தமோகுணம் அமைந்ததும் பிருதுவி அப்பு பூதிய சஞ்சாரம் கொண்டுள்ளதுமான பிராணி மண்டூகம் என்னும் தவளையைக் கணித்துக் கொள்ளல் சிரேஷ்டமாகும்.

இதேபோல தாவிப்பாயும் சக்தியை மேலாகக் கொண்டுள்ளதும், குந்தியிருக்கும் வல்லமையைக் கொண்டுள்ளதும், தேயு பூதியத்தினுல் வஞ்சிக்கப்பட இலக்கில்லாததுமானதும், ரஜோகுணம் அமைந்ததுமான பிராணி வானரம் என்னும் குரங்கினைக் கவனித்துக் கொள்ளுதல் சிரேஷ்டமாகும்.

அன்றியும் அனுமான் இராவணனிடம் தூதுசென்றவிடத்து, இராவணன் ஆசனமளிக்காதபோது அனுமான் தன் வாலின் மகிமையால் இராவணனின் சிங்காசனத்தி

லும் பார்க்க உயர்ந்த பீடம் அமைத்துக் காட்டியமை மேல்நோக்கு சஞ்சாரத்தைப் புலப்படுத்த அமைந்துக் காட்டியதேயாம். அனுமான் தனது வாலில் மூட்டிக் கொண்டபந்தத்தினுல் இலங்காபுரியைத் தகனம் செய்யும் வரை அனுமானின் வால் சற்றேனும் பொசுங்கவில்லை அல்லவா? எனவே அனுமான் வர்க்கமாகிய குரங்குகள் தேயு பூதிய சஞ்சாரத்தினுல் அழிவுபெற இலக்கானவைகளல்ல என்பதும் தெட்டத்தெளிவானதேயாம்.

அடுத்ததாக கீழ் மேல் நாலுபக்கங்களாகிய யோகவாகித்தன்மையான வாயு பூதிய சஞ்சாரத்தைக் கொண்டுள்ளதும், தாவிப் பாயும்போதும் நாலுபக்கமும் ஒரே தொடரில் சமயோசிதம் போலத் தாவிப்பாயும் சக்தியைக் கொண்டுள்ளதும், குந்தியிருக்கும் வாய்ப்பையும் பெற்றுள்ளதும், சாத்விககுணம் பொருந்திய வாயு என்னும் தோஷத்தின் தன்மையைக் கொண்டுள்ளதுமானது எலி என்னும் பிராணியைக் கொள்வதும் சிரேஷ்டமேயாம்.

வாண வேடிக்கைகளுள் சகல வாணங்களும் ஒரே திசையை நோக்கியே எழும்பி இயங்குவன. குறிக்கப்பட்ட ஒரே திசையை மட்டும் கடைப்பிடிக்காமல் இங்கும் அங்கும் முன்னும் பின்னும் கீழும் மேலுமாகிய நாலுபக்கங்களும் பாய்ந்து எரிந்து இயங்கும் வாணத்தை எலிவாணம் என்பர். எனவே எலியின் பாய்ச்சலின் தன்மைமட்டும் யோகவாகித்தன்மை கொண்டுள்ளதென்பதை எவரும் நன்கு உணர்ந்து கொள்ளலாம். பிராணயாமத்திற்கு ஆதாரமான வாயுவின் யோகவாகித்தன்மை கொண்டது எலி ஒன்றேயாகும்.

அதுவுமல்லாமல் கணபதி தெய்வம் குறிக்கும் பிராணயாமத்தின்போது மூலாதாரத்தில் சஞ்சரிக்கும் மூலவாயு என்னும் அபானவாயுவை மேலாகப் பேணிக்கொள்வதற்காகக் கணபதி தெய்வத்திற்கு மோதகம் என்னும் உணவுப்பண்டமே பிரதான நெய்வேத்தியமாக அமைந்துள்ளதாம்.

மூப்பழநுகர்ச்சியை மேலாகக் கொண்டுள்ள மூஜிகம் என்னும் எலியானது கணபதிக்கு வாகனமாக அமைந்த இடத்தும் மூப்பழநுகர்ச்சியில் கருத்துக் கொள்ளாமல் மோதகபண்டத்தையே கவர்ச்சி கொண்டதாகத் தரப்பட்டுள்ளதும் எலியானது பிராணயாமத்திற்கு ஆதாரமான அபானவாயு இயல்புகளைக் கொண்டுள்ளது என்பதும் கவனத்திற்குரியதேயாம்.

அன்றியும் எலிகளுக்கு உணவு உட்கொள்வதற்கு அவற்றின் பற்களின் அமைப்பும் பிரத்தியேகமானதேயாம். எலிகளின் கீழ்த்தாடை மேல்தாடைகளில் முன்வாயில் இவ்விரண்டு கூரிய பற்களே அமைந்துள்ளன. எந்த உணவாக இருந்தாலும் இந்த நான்கு பற்களாலும் அருவலாகக் கொறித்த பின்னரே ஒவ்வொரு கொடுப்பிலுமுள்ள மும்மூன்று பற்களால் அரைத்து உண்பனவாகும். அதாவது எலிகள் வேகமாகவோ, கவளம் கவளமாகவோ உணவு உட்கொள்ள அமைந்தவை அல்ல என்பதாம். இந்த அமைப்பும் மூலாதாரத்து அபானவாயுவை பேணிக் காப்பாற்றிக் கொள்வதில் எலி மிக அக்கறை கொண்ட பிராணி என்பதையும் நாம் உணர்ந்து கொள்ளல் வேண்டும்.

இந்து சமயத்து ஒவ்வொரு ஆலயங்களுள்ளும் மூலஸ்தானத் தெய்வங்களுக்கு அவ் அவற்றிற்கு அமைக்கப்பட்ட வாகனங்கள் நந்தியாக அமைத்து ஆதிமூலத்தை நேரே பார்த்த வண்ணமாக ஸ்தாபிக்கப்பட்டுள்ளதும் தெரிந்ததேயாம். ஆனால் கணபதியின் வாகனமாகிய எலியானது ஒருபோதும் மூலஸ்தானத்தைப் பார்க்காமல் மூலஸ்தானப் பார்வைக்குப் பதிலாக மேலே முகட்டைப் பார்த்தபடி அமைந்துள்ளதும் நாம் குறிப்பாகக் கவனிக்கலாம். அதாவது வாயு பூதியத்தை நோக்கியுள்ளது என்பதாம். எனவே கணபதி தெய்வம் வாயு பூதிய அம்சமே என்பதை வேறொருவர் காட்டித்தரவும் தேவையில்லை அல்லவா? அதாவது கணபதியின்போக்கு மூலாதாரத்திலிருந்து குண்டலி சக்தியை மேலெழுப்புவதைப் புலப்படுத்துவது என்பதும் சரியேயாம்.

குண்டலி சக்தி எய்தினோர் வாயு பூதியத்தையும் ஆட்சி கொண்டவரேயாவர். அதாவது வாயு பூதியம் கடந்து ஆகாசபூதிய அனுபவிப்புக்கும் ஆளானவராவர். வாயு பூதியத்தின் உதவியால் க்ஷணப் பொழுதில் தாம் வேண்டிய ஸ்தானத்தில் (Spot) பிரவகிக்க முடியும் என்பதாம். குண்டலிசக்தியைப் போதிக்கும் விநாயகர் அகவலைப் பாடிக் கொண்ட ஔவைப்பிராட்டியார் கயிலாய தரிசனத்திற்கென தமக்கு முந்தியே புறப்பட்ட அதிகமான் கிட்டுவதற்கு முன்னரே கயிலாய தரிசனத்தை அடைந்தனர் எனத்தந்துள்ளதும் குண்டலி சக்தியால் மேலான சக்தியைப் (Transing in space) பெற முடியும் என்பதை விளக்குவதேயாம்.

பிராணயாம சித்திக்குக் கடைப்பிடிக்க வேண்டிய முக்கிய அம்சங்கள் எத்தனையோ அத்தனைய போக்குகளையும் ஒருங்கே புலப்படுத்த அமைத்தவரே கணபதி மூகூர்த்தமாகும் அத்தனைய போக்குகளுக்கும் இலக்கான அம்சங்களைக் கொண்டுள்ளதும் எலி என்னும் பிராணி ஒன்றே என்றமையினால் உலக மக்களுக்கு இருபகுதியான போக்குகளின் இணைப்பையும் எடுத்துக்காட்டுவதே கணபதி தெய்வத்திற்கு எலியானது வாகனமாக அமைத்துத் தந்துள்ளதாகும். இத்தகைய வேதாகமங்களுக்கு அடியேனும் அடிமையேயாம்.

வாழி கணபதி! வாழி பிராணயாமம்! வாழி வேதாகமம்!

க. இராமசுவாமி
வைத்திய கலாநிதி

"துவாரகை"
ஆடியபாத வீதி,
திருநெல்வேலி கிழக்கு,
யாழ்ப்பாணம்,
(இலங்கை)

PUBLIC LIBRARY
JAFFNA.

பிழை திருத்தம்

17-ம் பக்கம்	23-ம் வரியில்	காயத்தை — காலத்தை என்றும்
17-ம் பக்கம்	27-ம் வரிக்கு அடுத்தாற்போல	— "அமைந்தமையினால் இங்கும் ஆதி என்னும் பதம் காலத்தைக் குறிப்பதற்குத் தேவை அற்றதாகும்" என்றும்
24-ம் பக்கம்	12-ம் வரியில்	வன்மைப் — வன்மைத் என்றும்
30-ம் பக்கம்	1-ம் வரியில்	தாங்கள் — கரங்கள் என்றும்
31-ம் பக்கம்	9-ம் வரியில்	சரமேபாம் — சரமேபரம் என்றும்
33-ம் பக்கம்	1-ம் வரியில்	இக்கழுத்தினை — இக்கருத்தினை என்றும்
47-ம் பக்கம்	2-ம் வரியில்	Vegitable — Vegetable என்றும்
48-ம் பக்கம்	14-ம் வரியில்	அறிவது — அழிவது என்றும்
49-ம் பக்கம்	30-ம் வரியில்	பரிவை — பிரிவை என்றும்
51-ம் பக்கம்	21-ம் வரியில்	Coccoigcal — coccygeal என்றும்
53-ம் பக்கம்	2-ம் வரியில்	சக்காரத்தை — சஞ்சாரத்தை என்றும்
53-ம் பக்கம்	10-ம் வரியில்	யோகவாசித்தன்மை — யோகவாகித் தன்மை என்றும்
53-ம் பக்கம்	23-ம் வரியில்	யோகவாசித்தன்மை — யோகவாகித் தன்மை என்றும்

திருத்திக் கொள்ள வேண்டுகின்றோம்.

ஸ்ரீ சண்முகநாத அச்சகம், யாழ்ப்பாணம்.