அறிவியல் நோக்கில் 100 ஆன்மீகச் சிந்தனைகள்

பானுகுமார்

ராஜம் பதிப்பகம்

ஒழுக்கம்

எண்ணம், சொல், செயல் இவைகளின் விளைவாக தனக்கோ, பிறர்க்கோ, இன்றோ, பின்னோ, உடலுக்கோ, அறிவிற்கோ துன்பம் தோன்றாது இருக்கும் வகையில் ஆற்றும் செயல்முறை ஒழுக்கம் எனப்படும்.

பண்பாடு

நான் எனது வாழ்நாளில் யாருடைய உடலுக்கும் மனதுக்கும் துன்பம் தரமாட்டேன்.

துன்பப்படும் உயிர்களுக்கு என்னால் முடிந்த உதவிகளைச் செய்வேன்.

என்றும் பயன் தரும்
இந்த இனிய,
நூலை பரிசாக
வழங்குவதில்
பெரு மகிழ்வுகொள்ளும்-
தங்கள்
அன்புள்ள,

....

அறிவியல் நோக்கில்

100

ஆன்மீகச் சிந்தனைகள்

பானுகுமார்

ராஜம் பதிப்பகம்,
120, அரிசிக்கடைத் தெரு,
மன்னார்குடி - 614 001.
e-mail : rajampadhipagam@gmail.com.

நூற் குறிப்பு

நூல் பெயர்	:	அறிவியல் நோக்கில் 100 ஆன்மீகச் சிந்தனைகள்.
ஆசிரியர்	:	பானுகுமார்
பதிப்பாசிரியர்	:	கே. பானுமதி, பி.ஏ.,
பொருள்	:	ஆன்மீகம்
முதல் பதிப்பு	:	2005 நவம்பர்
மொழி	:	தமிழ்
உரிமை	:	ஆசிரியருக்கு
நூலின் அளவு	:	கிரவுன்
மொத்தப் படிகள்	:	1100
மொத்தப் பக்கங்கள்	:	160
தாளின் தன்மை	:	வெண்மை
கட்டுமானம்	:	சாதாரணக் கட்டு
நூல் வெளியீடு	:	ராஜம் பதிப்பகம், 120, அரிசிக்கடைத் தெரு, மன்னார்குடி - 614 001.
ஒளி அச்சு	:	Prompt Offset Printers, Chennai
அச்சிட்டோர்	:	34, திப்பு தெரு, இராயப்பேட்டை, சென்னை.
விலை	:	ரூ. 70/- 50/-

காணிக்கை

எங்கள் பாசமுள்ள பாட்டி

கோவிந்தம்மாளுக்கு,

— பானுகுமார்

இதனுள்ளே.....

	வாழ்த்துரை	4
	அணிந்துரை	9
	பாராட்டுரை	12
	துணைநின்ற நூல்கள்	19
1.	ஆலயம் என்றால் என்ன?	20
2.	ஆலயங்கள் அமைந்த வரலாறு	21
3.	ஆலயங்கள் அமைந்த இடங்கள்	22
4.	ஆகமங்கள்	24
5.	ஊனுடம்பே ஆலயம்	25
6.	ஜீவசமாதிகள்	26
7.	கோபுர தத்துவம்	27
8.	கொடி மரம்	29
9.	பலிபீடம்	29
10.	வாகனம்	30
11.	கர்ப்ப கிரகம்	31
12.	பிரகாரங்கள்	33
13.	தேங்காயின் சிறப்பு	33
14.	பூஜையும் ஆராதனையும்	35
15.	கற்பூர ஆராதனை	37
16.	பிரசாதங்கள்	38
17.	ஆலயங்கள் காந்தக்களமே	40
18.	பிரார்த்தனை	41
19.	குடமுழுக்கு	43
20.	திருவிழாக்கள்	44
21.	கடவுள் விளக்கம்	45
22.	மந்திரம்	46
23.	இயந்திரமும் தந்திரமும்	47
24.	அட்சரங்கள்	48
25.	ஆன்மீக வாழ்வு	49
26.	விரதங்களும், நன்மைகளும்	51
27.	சத்சங்கம்	53
28.	மதங்கள்	54
29.	ஐந்துவகை யக்ஞங்கள்	57

30.	நவக்கிரக வழிபாடு	59
31.	மௌனம்	60
32.	கடவுளும் காற்றும்	62
33.	கல்லிலே கடவுள் ஏன்?	63
34.	பிரம்மச்சரியம்	65
35.	எங்கும் இறைவன்	66
36.	சில குறிப்புகள்	67
37.	பிரபஞ்சம்	69
38.	சூரியன்	70
39.	புதன்	72
40.	சுக்கிரன்	73
41.	பூமி	74
42.	சந்திரன்	75
43.	செவ்வாய்	77
44.	விண் கற்கள்	78
45.	குரு	79
46.	சனி	80
47.	யூரேனஸ்	81
48.	நெப்டியூன்	82
49.	புளூட்டோ	83
50.	ராகுகேது	83
51.	வால் நட்சத்திரங்கள்	84
52.	நட்சத்திர மண்டலங்கள்	85
53.	பால்வெளி மண்டலம்	86
54.	காலம்	86
55.	ராகு காலம்	88
56.	சூரிய சந்திர கிரகணங்கள்	89
57.	கிரகண நாட்களில் சாப்பிடலாமா?	90
58.	எல்லா நேரங்களும் நல்ல நேரங்களே	91
59.	நான்கு வேத வாக்கியங்கள்	93
60.	புராணங்கள்	94
61.	பஞ்சாங்கம்	97
62.	வேதங்களும், உபநிடதங்களும்	98
63.	சாஸ்திரங்கள்	100
64.	பேயை அடக்குவது எப்படி?	101
65.	உண்மை விளக்கம்	102

66.	பௌர்ணமியும் அமாவாசையும்	105
67.	எட்டுப் படிகள்	107
68.	சுருதி-யுக்தி-அனுபவம்	109
69.	கர்மயோகம்	110
70.	முத்தான மூன்று	111
71.	உயிர்	113
72.	மனம்	114
73.	மனதின் வகைகள்	116
74.	மனம் உறையும் இடங்கள்	117
75.	மனதை அடக்கும் முறைகள்	119
76.	எண்ணங்கள்	120
77.	தியானம்	123
78.	குரு	127
79.	தீட்சை	129
80.	சோதிடம்	131
81.	தற்சோதனை	132
82.	செயல் விளைவுத் தத்துவம்	133
83.	யோக இரகசியங்கள்	135
84.	தெய்வீக நீதிமன்றம்	136
85.	துறவு	138
86.	நடராஜர் தத்துவங்கள்	139
87.	உருவமா? அருவமா?	141
88.	ஆணவம்-கன்மம்-மாயை	142
89.	ஞானம்-பக்தி-மாயை-முக்தி	144
90.	தனித்திரு-பசித்திரு-விழித்திரு	145
91.	சொர்க்கமும் நரகமும்	147
92.	விதியும் மதியும்	148
93.	அத்வைதம்-துவைதம்-விஷிஸ்டாத்வைதம்	149
94.	வடக்கில் தலை வைக்கலாமா?	150
95.	பில்லி சூன்யம் ஏவல்	151
96.	மரணத்தின் வகைகள்	152
97.	விஞ்ஞானமும் மெய்ஞ்ஞானமும்	154
98.	நான்கும் ஐந்தும்	156
99.	ஆன்மீகத்தின் நிலைகள்	158
100.	ஓம் சாந்தி-சாந்தி-சாந்தி	160

த. சந்திரசேகரன், I.A.S.,
அரசு சிறப்புச் செயலாளர்,

தமிழ்வளர்ச்சி-பண்பாடு (ம)
அறநிலையத் துறை,
தலைமைச் செயலகம்,
சென்னை.

வாழ்த்துரை

திரு. பானுகுமார் வரைந்துள்ள 'அறிவியல் நோக்கில் 100 ஆன்மீகச் சிந்தனைகள்' என்ற நூலைப் படித்துக் களித்து பெருமை கொண்டேன். 'அறிவியல் நோக்கில் 100 ஆன்மீகச் சிந்தனைகள்' ஆழ்ந்த ஆன்மீக அறிவு கொண்ட, **நுண்மான் நுழைபுலமை கொண்ட ஒரு குருநாதர் தங்கள் சீடர்களுக்கு கூறும் பொன்மொழிகள் போல உள்ளன. இந்நூல் ஒரு கருத்துக் கருவூலம். ஆன்மீக அறிவாலயம். அன்புக்கும், அறிவுக்கும் எடுத்துக்காட்டுகளாக பல உண்மைகள் இந்நூலில் உள்ளன.**

ஆசிரியர் தொடாத பொருளே இல்லையெனலாம். ஆலயம் என்றால் என்ன? என்பதில் ஆரம்பித்து ஆலயம் அமைந்த வரலாறு, அதனை அமைப்பதற்கான தகுதியுள்ள இடங்கள் எது என்பதை விளக்கமாக தெரிவித்துள்ளார். கோபுரத் தத்துவம், கொடிமரம், பலிபீடம் கர்ப்பக்கிரகம் ஆகியவற்றிற்கு ஆசிரியர் கூறும் விளக்கம் உள்ளங்கை நெல்லிக்கனிபோல உள்ளது மெய்யன்பர்களுக்கு.

குடமுழுக்குக்கு இவர் கூறும் விளக்கம் சிந்தனைக்கு விருந்து. கும்பாபிஷேகம் நான்கு வகைப்படும். 1. ஆவர்த்தம், 2. அனாவர்த்தம்,

3. புனராவர்த்தம், 4. அந்தரிதம். ஆவர்த்தம் - புதிதாகக் கட்டப்படும் ஆலயத்திற்குச் செய்வது. அனாவர்த்தம் - நெடுநாட்களாக வழிபாடு இல்லாமல் இருந்தால், கோபுரம் சிதைந்து போயிருந்தால் செய்வது. புனராவர்த்தம் - கர்ப்பக் கிரகம், விமானம் பழுதுபட்டால் புதுப்பித்துச் செய்வது. அந்தரிதம் - கோயிலின் உள்ளே விலங்குகள் பிரவேசித்தால் சாந்திக்காகச் செய்வது போன்ற செய்திகள் அருமை. திருமுருக கிருபானந்த வாரியர் சுவாமிகள் கூறும் கடவுள் விளக்கம் அருமையிலும் அருமை.

மதம் என்பது மானிட சமுதாயத்திற்கு வழிகாட்டியாகும். மனிதர்களை அன்பு வழியிலும், கருணை வழியிலும் நடத்திச் செல்ல ஒழுக்கத்துடன் வாழ வலியுறுத்துவது நல்ல விளக்கம். எல்லா மதங்களின் குறிக்கோள்கள் பற்றி ஆசிரியர் அழகாக குறிப்பிடுகின்றார். எம்மை பொறுத்தவரையில் எல்லா மதங்களும் அன்பு வழியைத்தான் காட்டுகின்றன. திருமூலர் **'அன்பே சிவம்'** என்கின்றார். வள்ளுவரோ **'அன்பிற்கும் உண்டோ அடைக்குந்தாழ்'** என்கின்றார். வள்ளல் பெருமான் **'அன்பெனும் பிடியுள் அகப்படும் மலையே' 'அன்பெனும் குடில்புகும் அரசே' 'அன்பெனும் வலையில் படுபரம்பொருளே'** என்று அன்பில் வழியாக ஆண்டவனைப் பார்க்கின்றார்.

இந்த அன்பை சில நேரம் மக்கள் மறந்ததினால்தான் மதம் சில நேரங்களில் மதம் பிடித்த யானையாக மக்களுக்கு இன்னல்களை அளிக்கின்றது. Lecordaine என்ற ஆங்கில அறிஞர் **'Love is the beginning, the middle and the end of everything'**

என்கிறார். The Temple என்ற மேனாட்டு அறிஞர் **'The chief pleasure of life is love'** என்று கூறுகின்றார்.

அதேபோன்று மௌனத்தின் சிறப்பை ஆசிரியர் பல்வேறு எடுத்துக்காட்டுகளில் கூறுவது நம் சிந்தனையை செழிப்பாக்கவல்லது. எல்லாம் வல்ல எம் இறைவன் முருகப் பெருமான் பரமகுரு அருணகிரிநாதர் அவர்களுக்கு உபதேசம் செய்யும்போது, **'சும்மா இரு சொல்லற'** என்றார். இதில் இருக்கும் பொருளோ கடலைவிட பெரிதானது. வார்த்தைகளால் சொல்ல விளக்க முடியாதது. தன்னையே இந்திய நாட்டு மக்களுக்காக அர்ப்பணித்த அண்ணல் காந்தி வழியில் வாழ்ந்த **மதர் தெரசா** அவர்கள் கூறுவார்கள். **'இறைவன் மௌனத்தின் வடிவில்தான் இருக்கிறார்'** என்றும், மலரும் மலர்களைப் பாருங்கள். வளரும் செடிகொடிகளைப் பாருங்கள். மரங்களைப் பாருங்கள் எல்லாம் அமைதியாகத்தான் வளர்கின்றன. மேலே, விண்ணிலே தவழ்ந்துவரும் வெண்ணிலவைப் பாருங்கள். கதிரவனைப் பாருங்கள் எல்லாம் தம்முடைய கடமைகளை மௌனமாகத்தான் செய்கின்றது என்று குறிப்பிடுகின்றார்.

ஞானமுள்ளவர்கள், கடவுள் நிலையில் உள்ளவர்கள் தம்முடைய பேச்சில் மிகவும் விழிப்புடன் இருப்பார்கள். எடுத்துக்காட்டாக வள்ளல் இராமலிங்க அடிகளுடன் உரையாடிக்கொண்டிருந்த அந்தகாலத்து சங்கராச்சாரியார், வள்ளல் இராமலிங்க அடிகளார் சமஸ்கிருத மொழியின் விளக்கத்தை கூறும்போது, அந்த காலத்து சங்கராச்சாரியார் கூறினாராம்; இராமலிங்க அடிகளே! தாங்கள் சமஸ்கிருதத்தைப் படித்து

அதனுடைய பெருமையையும், அருமையையும் எவ்வளவு அழகாகச் சொல்லியிருக்கிறீர்கள், ஆகவே சமஸ்கிருதம் தான் எல்லாம் மொழிகளுக்கும் தாய் என்றார் அந்த காலத்து சங்கராச்சாரியார்.

வள்ளலாருடன் இருந்த மற்ற அடியார்களுக்கு எல்லாம் இது வியப்பை தந்தது. அப்பொழுது வள்ளலார் சாதித்தது மௌனம்தான். சிறிது நேரம் கழித்து வள்ளலார் கூறினார்கள். சமஸ்கிருதம் தான் எல்லா மொழிகளுக்கும் தாய் என்பதை ஒப்புக் கொள்கிறேன். ஆனால், தமிழ் மொழிதான் எல்லா மொழிகளுக்கும் தந்தை என்று ஒரு போடு போட்டார். அந்த காலத்து சங்கராச்சாரியார் அசந்துவிட்டு அகன்று விட்டார் அந்த இடத்தைவிட்டு. இங்கே, மௌனம்தான் வென்றது என்பதை குறிப்பிடலாம்.

வேத விளக்கத்திலிருந்து மற்ற எல்லா கருத்துக்களுக்கும் சுவையாக அனுபவரீதியாக, அறிவுப்பூர்வமாக **ஆசிரியர் நமக்கு ஒரு விருந்தே படைத்திருக்கின்றார் இந்த நூலில்.** உயிர் என்றால் என்ன? எண்ணங்கள் என்றால் என்ன? தியானம் என்றால் என்ன? என்பதற்கு **இவர் கூறும் விளக்கங்கள் ஒவ்வொரு இளைஞனும் படித்து தெரிந்துகொள்ள வேண்டிய செய்தி தொகுப்பாகும்.**

சோதிடம் என்பதற்கு இவர் ஒரு விளக்கம் கூறுகின்றார்; சோதிடங்கள் ஓரளவிற்குதான் சரியாக இருக்கின்றன என்று. சோதிடம், அதிர்ஷ்டத்தைப் பற்றி கூறுதல் ஆகியவற்றிற்கு அதிகமாக முக்கியத்துவம் கொடுக்காத நம்முடைய முன்னோர்கள் யார்? அவர்கள்தான், நாளும் இன்னிசையால் தமிழ் பரப்பிய

ஞானசம்பந்தர். அவர் கூறும் **'வேயுறு தோளி பங்கன்'** என்ற பதிகத்தை படிக்க வேண்டும். அருணகிரிநாத சுவாமிகள் பாடும் கந்தரலங்காரத்தில் **'நாள் என் செயும், வினைதான் என் செயும்'** என்ற பாடல்...... அழகான எடுத்துக்காட்டு. எம் குருநாதர் பாம்பன் சுவாமிகளோ; சித்து விளையாட்டிலும், சோதிடம் சொல்வதிலும், நற்பலன் சொல்வதிலும் நம்பிக்கை வைக்கவில்லை. அவர் எப்பொழுதும் நம்பிக்கை வைத்தது முருகப் பெருமான் திருவடிகளில்தான்.

ஆசிரியர் கூறும் விதிக்கும், மதிக்குமுள்ள விளக்க உரை சரியானதே. இதில், இவர் வள்ளுவர் கூறும் குறட்பாக்களை சாறாக கொடுக்கின்றார். மொத்தத்தில் திரு பானுகுமார் வரைந்துள்ள **இந்நூல் ஒரு அறிவுக் களஞ்சியம். மாணிக்கக் கல்லால் கட்டப்பட்ட ஒரு ஆன்மீக மாளிகை. இதை தமிழகம் மெய்யாக வரவேற்கும் என்பதில் எள்ளளவும் ஐயமில்லை.** இதைப் போன்ற நூல்களை மேலும் படைத்து அனைவரின் வாழ்த்துக்களை பெற நூலாசிரியருக்கு என்னுடைய வாழ்த்துக்களை கூறுவதோடு, நான் வணங்கும் என் ஆருயிர்த் தெய்வம் முருகப் பெருமான் திருவடிகளை, எம் குருநாதர் வள்ளல் பெருமான் பாம்பன் சுவாமிகள் திருவடிகளையும் வணங்கி வாழ்த்துக்களை மீண்டும் ஆசிரியருக்கு தெரிவித்துக் கொள்கிறேன்.

அன்புடன்,
தா. சந்திரசேகரன்.

எஸ். ருத்ராப்தி, M.E.,
பொறியாளர்.

C2, CTS Avenue
4, வண்டிகாரத் தெரு,
வேளச்சேரி, சென்னை.

அணிந்துரை

எனது நண்பரும், உறவினரும் ஆகிய **திரு. பானுகுமார்** அவர்கள் இந்நூலுக்கு அணிந்துரை வழங்குமாறு என்னைப் பணித்தார். நானும் தட்ட முடியாமல் ஏற்றுக் கொண்டவுடன், ஏதோவொரு வம்பில் மாட்டிக்கொள்ளப் போகிறோம் என்ற எண்ணமே மேலோங்கியது. ஏனெனில் எனக்கு எந்தக் கருத்தையும் நாசூக்காக வெளிப்படுத்தத் தெரியாது. சரியாக ஒரு காரியம் படவில்லையெனில் இது சரிப்பட்டு வராது என்று முகத்தில் அறைந்தாற்போல் சொல்லிவிடுவேன். இதனால் நண்பர்கள் என்னை லிட்மசு காகிதம் என்று கூறுவர். தண்ணீரின் அமில, காரத்தன்மையை உள்ளபடி சுட்டிக் காட்டுவது லிட்மசு காகிதம். ஆனால் **இந்நூலைப் படிக்கப் படிக்க எனக்கு வியப்பும், ஆசிரியர் மீது மிகுந்த மதிப்புமே மேலோங்கியது.** காரணம், **இந்நூலை ஆக்குவதற்கு அவர் எடுத்துக்கொண்ட கடின உழைப்பும், பல சித்தாந்தங்கள் மற்றும் ஞானியர், சான்றோர்கள் பலரின் அனுபவங்களை திறம்பட ஆராய்ந்து, அவைகளின் அறிவியல் மூலத்தைக் கண்டுணர்ந்து, கோர்வையாய்த் தொகுத்து வழங்கிய திறமுமே ஆகும்.** குறைகள் ஏதும் சுட்டிக்காட்ட ஆசிரியர் எனக்கு வாய்ப்பே வழங்கவில்லை. அவருக்கு எனது மனமார்ந்த பாராட்டுக்கள்!

இத்தருணத்தில் பொருத்தமானதொரு தகவலைக் கூற விரும்புகிறேன். பல கோடி ஆண்டுகளாக இயற்கை சேமித்து வைத்திருந்த பெட்ரோல், நிலக்கரி போன்ற

பொக்கிஷங்களை, நாம் நமது சுயநலம் கருதி சில நூறு ஆண்டுகளிலேயே சுரண்டித் தீர்த்துக் கொண்டிருக்-கிறோம். மேலும், விஞ்ஞானம் என்ற பெயரால் சக பிராணிகளின் சேவைகளை ஒதுக்கிவிட்டு தானியங்கி வாகனங்கள், கருவிகளை உபயோகப்படுத்தி இயற்கையின் சமன்பாட்டை அதிகப்படியாகவே மீறிவிட்டோம்.

தனி மனித வாழ்க்கையிலும், நமது ஆன்றோர்கள், முன்னோர்கள் வகுத்துத்தந்த வாழ்க்கை நெறியினை மறந்து, மேல்நாட்டு நாகரீகத்தில் மூழ்கி வெகுதூரம் பாதை மாறிச் சென்று விட்டோம். ஆனாலும், இயற்கை அன்னை மிகவும் கருணையுடையவள். நீண்டகாலம் பொறுத்திருந்தாலும், சில நேரங்களில் அவள் தன்னை சமன் படுத்திக் கொள்ளவே வேண்டியுள்ளது. அதன் விளைவே கடற்கோள், புயல், சூறாவளி மற்றும் நில நடுக்கங்கள்.

தாமிழைத்த தவறினை உணராமல் இவைகளை இயற்கைப் பேரழிவு, உற்பாதங்கள் எனக் கூறி மேலும் இயற்கையை இழிவு படுத்துகிறோம். இயற்கை தன்னை நிலைப்படுத்துவதற்காகச் செய்யும் முயற்சிகள் போலவே, நமது இறையருள் பெற்ற ஆன்றோர்கள் தனியொரு மனிதனும், சார்ந்த சமுதாயமும் கடைப்பிடிக்க வேண்டிய பல வழிமுறைகளை வகுத்துத் தந்துள்ளனர். அவைகளே இயம, நியமங்கள், யக்ஞங்கள், யோக முறைகள், ஆன்மீக சாதனைகள் போன்றவைகள்.

மேற்குறிப்பிட்ட வழிமுறைகளின் கருத்துக்கள் பற்றியும், கடைப்பிடிக்கக் கூடிய எளிய வழிகள், பயன்பாடுகள் பற்றியும் இந்நூலாசிரியர் மிகவும் தெளிவாகவும், எளிமையாகவும், அருமையான முறையிலும் இந்நூலில் தொகுத்துத் தந்துள்ளார்கள்.

வாசக நண்பர்கள் இதனால் மிகவும் பயன்பெறுவார்கள் என்பதில் எனக்குச் சிறிதும் ஐயமில்லை. பற்பல தனி மனிதர்கள் தங்களை நிலைநிறுத்த முயலும் பொழுது, ஒட்டு மொத்த சமுதாயமும், ஏன் இயற்கையும் சமன்பாட்டை அடையப் பெறுவார்கள். ஆகவே, காலப்போக்கில், இயற்கையுடன் ஒருங்கிணைந்த வாழ்வும், இயற்கை அன்னையின் கருணையும் யாவர்க்கும் கிட்டி வளமான வாழ்வை அனைவரும் பெறப்போவது உறுதி!

வாழ்த்துக்களுடன்,

அன்பன்,

எஸ். ருத்ராபதி.

மு. நடனசபாபதி, B.Sc.,H.D.C.,
துணைப்பதிவாளர்.

14, ரமண நகர்,
மெடிக்கல் காலேஜ் ரோடு,
தஞ்சாவூர்.

பாராட்டுரை

ஆன்மீகம் ஆன்மீகம் என அலை அலையாய் அலையும் கூட்டம். இங்கே வா அதைச் சொல்வேன்! இதைச் சொல்வேன்! அதைச் செய்வேன்! இதைச் செய்வேன்! உனக்கு அஷ்டமா சித்திகளை பெறச் செய்கிறேன். நீ மரணத்தைக் கடப்பாய், விதியைக் கடப்பாய், பூரணமாக விடுதலைப் பெறுவாய். "இங்கே வா" என அழைக்கும் சோடியம் வேப்பர் விளக்குகள் - விளம்பரங்கள் ஆயிரம். இத்தகைய காலத்தில், **பானுகுமார் 100 படிகளில் ஆன்ம ஒளிதீபம்** ஏற்றி வைத்துள்ளார். இதில் அமிழ்தினும் அமுதமான ஆன்மீக விளக்கங்கள். அலை அமிழ்தின் அமிழ்தாய் திரட்டியளிக்கப்பட்டுள்ளன. அவை தெளிந்தார்க்கு அனுபவமாய், தேடுவார்க்கு நுண் விளக்கமுமாய் வழிகாட்டும் என்பதில் ஐயமில்லை. இதில் ஆன்மீகத்திற்காக வேடமிடுவது தேவையற்றது என விளக்கப்பட்டுள்ளது வரவேற்கத்தக்கது. மெய்ப்பொருள் விளக்கமாக இதனுள் அமையப்பெற்றுள்ளதால் அனைவரும் கற்றோம்புதல் நலமே! வளமே! அறிவியல் நோக்கில் 100 ஆன்மீகச் சிந்தனைகள் ஓர் அரிய சத்யமான பொக்கிஷமே! இதனைப் பெட்டகத்தில் பாதுகாத்து இல்லை என்போர்க்கு இல்லை என்னாது யான்றும் அளிப்பதே தேற்றுபவர் கடனே! எளிமையான நடை, உண்மைச் செய்திகள் அடங்கிய இந்நூல் எல்லோருக்கும் நல்ல பயனளிக்கக் கூடியது. வணங்கி வரவேற்கிறோம்.

ஆன்மீகத் தொண்டன்,
மு. நடனசபாபதி.

என்னுரை

“எல்லோரும் இன்புற்றிருக்க நினைப்பதுவே அல்லாமல் வேறென்றறியேன் பராபரமே”

பாரதம் ஒரு புண்ணிய பூமி. பல ஆன்மீகச் சான்றோர்கள் அவதரித்த ஆன்மீக பூமி. சுருங்கச் சொன்னால், உலகம் என்ற வீட்டின் பூஜை அறை பாரதம். பூஜை அறையின் கருவறை தமிழகம்.

ஒரு பக்கம் ஆன்மீகம். மறுபக்கம் பொய், களவு, கொலை, தீவிரவாதம், லஞ்சம், ஊழல், தெய்வ நம்பிக்கை இல்லாமை. ஏன் இந்த நிலைமை? மானுடத்தை வழிநடத்தத் தோன்றிய மகான்களின் மதங்கள் போதித்த வாழ்க்கை நெறிகள் என்னவாயின? சிந்திக்க வேண்டிய சூழ்நிலை.

தவறுகளைச் செய்து கொண்டே தர்மத்தை உபதேசிக்கும் காலம்.

உண்மையை உணராத பொறுப்பற்ற ஆசிரியர்களின் போதனைகள் காரணமாக இருக்கலாம். குறைபாட்டுடன் ஆன்மீகம் போதிக்கப் படுகிறது. **ஆன்மீகத்தின் அர்த்தத்தை அனர்த்தமாக புரிந்து கொண்டதன்**

விளைவாகும். ஆன்மீகம் என்பது உயர்ந்த வாழ்க்கை நெறி. இந்தக் காலகட்டத்தில் ஆன்மீகம் என்ற அற்புதமான அறிவியலை மக்களுக்கு எடுத்துச் சொல்ல வேண்டியது அவசியமாகிறது. இந்த எண்ணத்தில் எழுந்ததுதான் இந்தப் புத்தகம்.

இப்புத்தகத்தில் **ஆலய வழிபாட்டு முறை, பக்தி மார்க்கம், ஞானமார்க்கம், புராணங்களும் வேதங்களும், வானியல், தத்துவ விளக்கங்கள்** என்ற ஆறு கோணங்களில் ஆன்மீகக் கருத்துக்கள் தொகுக்கப்பட்டுள்ளன.

மறை பொருளாக இருக்கும் யோகக்கலையை சாதாரண மக்களுக்கும் எடுத்துச் சொல்வது நூலின் நோக்கம்; ஆன்மீகத்தின் அர்த்தத்தை முழுமையாக உணர்த்துவது இப்புத்தகத்தின் இலட்சியம்.

அறிவுக்கு அடிமையாவது **பக்தி**. அறிவை அறியப் பழகுதல் **யோகம்**. அறிவை அறிவால் அறிந்த நிலை **முக்தி**. அறிவை அறிந்தோர் அன்பின் அறம் **ஞானம்.** அறிவியலுடன் ஆன்மீகத்தை சிந்தித்தால் ஞானம் கிடைத்துவிடும். இந்தப் புத்தகம் அனைத்து மதத்தினருக்கும் உண்மையை உணர்த்தும் ஞான நூலாக அமையும் என்பதில் ஐயமில்லை.

இப்புத்தகத்தில் உள்ள செய்திகளில் சில, நான் எழுதியவை. பல, மகான்களிடம் இருந்தும் சான்றோர்களிடமிருந்தும் சேகரித்தவை. செய்திகளை

வழங்கிய மகான்களையும் சான்றோர்களையும் நன்றியுடன் வணங்குகிறேன்.

இந்நூல் எழுத ஆன்மீக அரிச்சுவட்டை விதைத்த பாசமிகு கோவிந்தம்மாள் பாட்டி, என் தாயார், வழிகாட்டிய குருமார்கள் அனைவரையும் நன்றியுடன் நினைத்து மகிழ்கிறேன். வாழ்த்துரை, அணிந்துரை, பாராட்டுரை வழங்கிய திருவாளர்கள் தா. சந்திரசேகரன், எஸ். ருத்ராபதி, மு நடனசபாபதி ஆகியவர்களுக்கும், ஒளியச்சு செய்தோர், அச்சிட்டோர், பதிப்பகத்தார், வாழ்க்கை துணைவியார் அனைவருக்கும் நன்றியைத் தெரிவித்துக் கொள்கிறேன்.

இந்நூலை வழக்கம் போல வாசக அன்பர்கள் வரவேற்பார்கள் என்று நம்புகிறேன். இந்நூலை படிக்கும் நீங்களும், உங்கள் அன்பு குடும்பத்தினரும் உடல் நலம், நீளாயுள், நிறைசெல்வம், உயர் புகழ், மெய்ஞ்ஞானம் பெற எல்லாம் வல்ல இறைவனிடம் பிரார்த்திக்கிறேன்.

"எத்தனை ஞானியர்கள் பிறந்த பூமி - நீங்கள் இவர்களை விஞ்சிட என்ன தடை?"

120 அரிசிக்கடைத்தெரு,
மன்னார்குடி,
25.09.2005.

அன்புடன்
பானுகுமார்.

துணை நின்ற நூல்கள்

ESSENTIAL BIBLIOGRAPHY
(ACKNOWLEDGE WITH THANKS)

1. 60 ஆலயங்களின் வரலாறு - தமிழ்ப் பல்கலைக்கழகம்
2. ஆன்ம தரிசனம் - ராஜாஜி
3. ஆலயம் உட்பொருள் விளக்கம் - ஆ. சொக்கலிங்கம்
4. YOGA AND ZEN - THEVOR LEGGEST
5. HARI OM TAT SAT - OSHO
6. ஆன்மீக மலர்கள் - வ. இளங்கோ
7. யோகம் தரும் யோகம் - சுவாமி தேவதேவானந்தா
8. வானியலும், சோதிடமும் - ஆர். தாமோதரன்
9. ஆலய வழிபாடு - சுவாமி சித்பவானந்தர்
10. Live Better Feel Better - A Reader's Dight Book
11. The Power of Focus - Jack confield, Mark Victor Hansen, Les Hewitt.
12. மனவளக்கலை மன்ற மலர்கள்
13. வேதாத்திரி மகரிஷி
14. ஜே. கிருஷ்ணமூர்த்தி
15. திருக்குறள்
16. ஆன்மீக முகாம்களில் சேகரித்த விபரங்கள்.

1. ஆலயம் என்றால் என்ன?

ஆ+லயம்=ஆலயம். ஆ என்றால் ஆன்மா. லயம் என்பது லயிப்பதையும் குறிக்கும். தன்னிடம் உள்ள மும்மலங்களை நீக்கி இறைவனிடம் ஒடுங்குதற்குரிய இடம் ஆன்மா. எனவே, ஆலயம் என்பதை பொருள் எல்லாம் ஒடுங்கும் இடம் என்றும் கொள்ளலாம். உடம்பினை இருப்பிடமாகக் கொண்டு உயிர் இயங்குகிறது. அதைப்போல ஆலயத்தை இருப்பிடமாகக் கொண்டு, ஆண்டவன் விளங்குகிறான்.

வாழ்க்கை இன்பமாக இருக்க வேண்டுமென்றால், உடல் ஆரோக்கியம் வேண்டும். மனம் நல்ல நிலையில் இருந்தால்தான் உடல் ஆரோக்கியம் கிடைக்கும். ஆலயம் சென்று ஆண்டவனைத் தொழுது வந்தால், மனச் சுமை குறையும். மனம் அமைதி பெறும். ஆலயத்தில் தெய்வீக அலைகள் இருப்பதால் மனமும்,உடலும் ஊக்கம் பெறுகின்றன.

சிறந்த ஆலயம் என்றால் அதனுடைய அலைகள் ஐந்து மைல் சுற்றளவு வீசவேண்டும் என்பார் **சி.டபில்யூ.லெட்பீட்டர்** என்ற தத்துவ ஞானி. ஒரு கோயில் சிறப்பு மிக்கதாக இருக்க வேண்டுமென்றால், அக்கோயில் சிறந்த பக்திமான்களால் பாடப் பெற்றிருக்க வேண்டும்.

மனதளவில் எந்த மாற்றமும் ஏற்படாமல் தினமும் கோயிலுக்குப் போவதினால் பலனொன்றும் இல்லை என்றார் **காந்தியடிகள்.**

தோல், இரத்தம், இறைச்சி, எலும்பு, மஜ்ஜை, மேதஸ்,சுக்கிலம் ஆகிய ஏழு தாதுக்களால் உடல் அமைந்திருக்கிறது. இதைப் போலவே செங்கல், வெண்கல், கருங்கல்,நீறு, மணல், நீர், காரம் என்ற ஏழுவகைப் பொருள்களால் ஆலயங்கள் கட்டப் பட்டுள்ளன.

2. ஆலயங்கள் அமைந்த வரலாறு

பழங்காலத்தில் ஆலயங்கள் கிடையாது. வேத காலத்திலும் ஆலயங்கள் இல்லை. பிற்காலத்தில் தான் ஆலயங்கள் அமைக்கப்பட்டன. குறிப்பாக, கி.பி. நான்காம் நூற்றாண்டில் தான் நம் நாட்டில் ஆலயங்கள் தோன்றின. மூன்று காரணங்களுக்காக ஆலயங்கள் தோற்றுவிக்கப்பட்டன.

முற்காலத்தில் முனிவர்களும், ஞானிகளும், ஆன்மீகப் பெரியவர்களும் பல இடங்களில் வசித்து வந்தனர். அவர்களது உள்ளத்தில் ஓயாது உயர்ந்த எண்ணங்கள் தோன்றி வளர்ந்தன. ஆண்டவன் அருள் பெற்ற அவர்கள் வசித்த இடங்கள் புனித இடங்களாக மாறின. அந்த இடங்களில் ஆலயங்கள் கட்டப்பட்டன.

இரண்டாவதாக, பழங்காலத்தில் வாழ்ந்த அரசர்கள் பல்வேறு காரணங்களால் போர் தொடுத்தனர். அப்போர்களில் அவர்களுக்குப் பெருஞ் செல்வம் கிடைத்தது. உயிர் பலியின் பாவத்தைப் போக்குவதற்காகவும், தங்களுடைய புகழை நிலை நிறுத்துவதற்காகவும், பெருஞ்செல்வத்தை செலவிட்டு ஆலயங்கள் அமைத்தனர்.

மூன்றாவதாக, மக்களின் வாழ்க்கையில் ஏற்பட்ட நாகரீக முதிர்ச்சி, சீரிய வாழ்க்கை முறை, பண்பாடு ஆகிய காரணங்களாலும் ஆலயங்கள் அமைந்தன.

ஆலயங்கள் ஏன் கட்டப்பட்டன? உலகில் எல்லாவற்றையும் படைத்த பரம் பொருளான

இறைவனை நினைப்பதற்கும், ஆலயங்களில் உள்ள மூர்த்திகளுக்கு நிவேதனமும் காணிக்கையும் செலுத்தி, படைத்த பரம்பொருளுக்கு நன்றியைத் தெரிவிப்பதற்கும் ஆலயங்கள் கட்டப்பட்டன. அலைபாயும் மனதை ஒருமுகப்படுத்துவதற்காகவும் ஆலயங்கள் கட்டப் பட்டன.

பாலில் நெய் மறைந்திருப்பது போல எல்லா இடங்களிலும் இறைவன் இருக்கிறான்.அப்புறம் எதற்கு ஆலயங்கள்?

பசுவின் உடல் முழுவதும் பால் பரவி இருந்தாலும் மடியின் மூலமாகத்தானே அதைப் பெறுகிறோம். அதைப்போல எங்கும் நிறைந்துள்ள இறைவனுடைய அருளை ஆலயங்களில் உள்ள உருவங்கள் மூலம் பெறவே ஆலயங்கள் எழுந்தன.

3. ஆலயங்கள் அமைப்பதற்கான இடங்கள்

ஆலயங்கள் அமைப்பதற்கான இடங்களை நம் முன்னோர்கள் கவனமுடன் தெரிந்தெடுத்தனர். சித்தர்கள் வாழ்ந்து மறைந்த இடத்தில் ஆலயங்கள் கட்டினர். "கோ"என்றால் அரசன். "இல்" என்றால் வீடு. கோயில் என்றால் அது அரசுவீடு.அரசன் என்பவன் இறைவனைப் போன்றவன் என்று மனுவில் குறிப்பிடப்பட்டுள்ளது. சமுதாயத்தில் ஆண்டவனின் அம்சமாகிய மன்னர்கள், போர்களில் திறங்காட்டிய வீரர்கள் இறந்த இடத்தில் ஆலயங்கள் அமைத்தனர். வீரர்கள் இறந்த இடத்தில்

ஆலயம் கட்டினால், அதை **"நடுக்கோயில்"** என்றும் அந்த சமாதியில் சிலைகளை எழுப்பினால், அதனை **"பள்ளிப்படை"** என்றும் அழைத்தனர்.

கும்பகோணத்திற்கு அருகில் உள்ள "திருப்புறம்பியம்" கிராமத்தில் ஒரு ஆலயம் உள்ளது. அது அந்த இடத்தில் நடந்த போரில் உயிர்நீத்த "பிரிதிவீபதி" என்ற வீரனின் நினைவாக விஜயாலய சோழனால் கட்டப்பட்ட ஆலயமாகும். சில ஆலயங்களைப் புதுப்பிப்பதற்காகத் தோண்டிய போது, அவற்றின் கர்ப்பக் கிரகங்களின் கீழே மனித எழும்புகள் கண்டெடுக்கப்பட்டதாக, சரித்திரப் பேராசிரியர் கே.ஏ.நீலகண்ட சாஸ்திரிகள் குறிப்பிட்டுள்ளார்.

ஆலயங்கள் பெரும்பாலும் ஊருக்கு வெளியில் அமைக்கப்பட்டன. சோலைகள், ஆறுகள், மலைகள், ஊற்றுகள், காடு, வனம் ஆகிய இடங்கள்தான் தெய்வீக அம்சம் பொருந்திய இடங்கள் என்றும் இங்குதான் ஆலயங்கள் அமைக்க வேண்டுமென்றும் **'பிரும்ம சம்ஹிதை'** என்ற நூல் கூறுகிறது.

உதாரணமாக **காஞ்சிபுரம் ஏகாம்பரநாதர் கோயில்** மாந்தோப்பில் அமைக்கப்பட்டுள்ளது. நாவல் மரங்கள் நிறைந்த தோப்பில், **திருவானைக்காவல் கோயில்** கட்டப் பட்டுள்ளது.

கடற்கரை ஓரம் அமைந்துள்ள **வேதாரண்யத்தில்** ஊரெங்கும் உப்புத் தண்ணீர். நகரத்தில் அமைந்துள்ள சிவன் கோயில் கிணற்றில் மட்டும் நல்ல தண்ணீர். இந்த கிணற்று நீர்தான் அந்த ஊருக்கே குடி நீராயிருக்கிறது. நீரோட்டத்தில் ஆலயங்கள் எழும்பியதற்கு இக்கோயில் ஒரு உதாரணமாகும்.

4. ஆகமங்கள்

உலகப் படத்தை நாம் விரும்பியவாறு அமைக்க முடியாது. அது போல ஆலயத்தையும் சில சட்ட விதிகளுக்கு உட்பட்டுத்தான் அமைக்க வேண்டும். ஆலயம் அமைக்கும் முறையை அறியும் சட்டம் ஆகமம் எனப்படும்.

ஆ+கமம்=ஆகமம்

ஆ=ஆன்மாக்களின்,கமம்=பாசங்களைப் போக்கி முக்தியைத் தர வந்தது. வழிபாட்டு முறைகள், ஆலய அமைப்பு, பிரதிஷ்டை முறைகள் முதலியவைகளைப் பற்றி ஆகமங்கள் விரிவாகச் சொல்கின்றன. இவை சிவாகமம், வைஷ்ணவாகமம், சாக்தாகமம் என மூன்று வகைப்படும்.

இறைவனின் ஐந்து முகங்களிலிருந்தும் 27 ஆகமங்கள் தோன்றின என்று காரணாகமத்தால் அறிகிறோம்.

முகம்	தோன்றியது
1. சத்யோஜாதம்	- காமிகம்,யோகஜம், சிந்தியம்,காரணம், அஜிதம்.
2. வாமதேவம்	- தீப்தம் சூக்ஷ்மம், அம்சுமான் சுப்ரபேதம்.
3. அகோரம்	- விஜயம், நிச்வாசம், சுவாயம்பும், அநிலம், வீரம்.
4. தத்புருஷம்	- ரௌரவம், மகுடன், விமலம், சந்திரக்ஞானம், முகபிம்பம்.
5. ஈசாவம்	- ப்ரோத்கீதம், லலிதம், சித்தம், சந்தானம், சர்வோக்தம், பாரமேச்வரம், கிரணம், வாதுளம்.

5. ஊனுடம்பே ஆலயம்

ஊனுடம்பே ஆலயம் என்றார் **திருமூலர்.** ஆகம விதிகளும் உடம்பினை அடியொற்றியே ஆலய விதிகளை வரைமுறை செய்து இருக்கின்றன. உடம்பே ஆலயம்.உயிர்தான் இறைவன். **"நெஞ்சகமே, கோயில் நினைவே சுகந்தம், அன்பே மஞ்சன நீர் பூசை கொள்ள வாராய் பராபரமே"** என்றும், "காயமே கோயிலாகக் கடிமன மடிமையாக..." என்றும் கூறப்பட்டுள்ளது.

கருவறைத் தூண்கள்	-	கண்கள்
சுவர்கற்கள்	-	எலும்புகள்
தூண்கள்	-	நரம்புகள்
கொடிமரம்	-	முதுகெலும்பில் உள்ள 32 கட்டுகள்
நாட்டிய மண்டபம்	-	தொடை
கோபுரங்கள்	-	பாதங்கள்
கர்ப்பகிரகம்	-	தலை
அர்த்தமண்டபம்	-	முகம்
அந்தரான மண்டபம்	-	கழுத்து
மகா மண்டபம்	-	வயிறு
உள்சுற்று	-	கோள்கள்
வெளிச்சுற்று	-	கைகள்

ஆலயத்தில் தரிசனம் செய்யும் போதுதான் ஆன்மா உறையும் உயிரை தரிசனம் செய்யும் பக்குவம் ஏற்படும். **நம்முள்ளே இறைவனை நாம் கண்டு கொள்வதற்கு படிக்கற்களே ஆலயங்கள்.**

உணவு உடம்பு, மூச்சு உடம்பு, மன உடம்பு, அறிவு உடம்பு, இன்ப உடம்பு ஆகிய ஐந்து உடம்பும் ஆலயத்தின் ஐந்து பிரகாரங்களாகும். மனித உடல் ஒன்றினுள் ஒன்றாக அமைந்த ஐந்து பகுதிகளையும், ஒன்றின் மேல் ஒன்றாக அமைந்த ஏழு படிகளையும் உடையது.

6. ஜீவ சமாதிகள்

சித் என்றால் **உயிர்**. உயிரை உணர்ந்தவர்கள் சித்தர்கள். மானுடம் உய்வதற்காக சித்தர்கள் தங்கள் ஆற்றலை தங்கள் உடம்பிலே வைத்து, வெளியிட்டுக் கொண்டிருப்பார்கள். மரணமில்லாப் பெருவாழ்வு வாழ்ந்த சித்தர்களின் ஜீவ சமாதிகளே தமிழகத்தின் தலைசிறந்த ஆலயங்கள். அவர்கள் சமாதி நிலையில் அருள் பாலித்துக் கொண்டிருக்கின்றனர்.

1. இராமத்தேவர்	-	அழகர்மலை
2. குதம்பைச்சித்தர்	-	திருக்கழுக்குன்றம்
3. இடைக்காடர்	-	திருவண்ணாமலை
4. பதஞ்சலி	-	இராமேஸ்வரம்
5. கொங்கணர்	-	திருப்பதி
6. பட்டினத்தார்	-	திருவெற்றியூர்
7. நந்தித் தேவர்	-	திருவரங்கம்
8. அகத்தியர்	-	பொதியமலை
9. அகப்பேய்ச் சித்தர்	-	விருத்தாசலம்
10. கமலமுனி	-	திருவாரூர்
11. தன்வந்திரி	-	வைத்தீஸ்வரன் கோயில்
12. சட்டைமுனி	-	சீர்காழி
13. வால்மீகி	-	எட்டுக்குடி
14. பாம்பாட்டிச் சித்தர்	-	திருக்கடவூர்
15. திருமூலர்	-	சிதம்பரம்
16. போகர்	-	பழனி
17. சுந்தாரனந்தர்	-	மதுரை
18. மச்சமுனி	-	திருப்பரங்குன்றம்

சித்தர்களின் ஆற்றல் சேமிப்புக் களங்களாக கோயில்கள் புகழ் பெற்றுவருகின்றன. ஒவ்வொரு சித்தரும் சிறப்பாக ஒவ்வொரு அருளைத்தந்து கொண்டிருக் கின்றார்கள். உதாரணமாக, நோய் நீக்க வைத்தீஸ்வரன் கோயிலும், செல்வம் பெற திருப்பதியும்,ஞானம் பெற திருவண்ணாமலையும் சிறப்பு பெற்ற இடங்களாகத் திகழ்கின்றன. இக்கோயில்களுக்கு குடமுழுக்குத் தேவையில்லை.

7. கோபுரத் தத்துவம்

"கோபுர தரிசனம் கோடி புண்ணியம், "கோபுர தரிசனம் பாப விமோசனம்'என்பார்கள்.முற்காலத்தில் வாகன வசதிகள் இல்லை. மக்கள் ஒரு இடத்தை விட்டு மற்றொரு இடத்திற்குச் செல்ல, கோபுரங்களை அடையாளம் வைத்தே பயணம் மேற்கொண்டனர். கோயிலுக்குச் சென்று, இறைவனைத் தரிசிக்க இயலாத முதியவர்கள், நோயுற்றோர், தாங்கள் இருந்த இடத்திலிருந்து பிரார்த்தனை செய்யும் இடமாக கோபுரங்களும் திகழ்கின்றன.

கோபுரத்தைப் பார்க்கும் ஒவ்வொரு மனிதனும், ஆத்ம ஞானம் பெறுகிறான். இந்த உடம்பு வெறும் கூடு. இந்த உடம்பில் உறையும் மெய்ப் பொருள்தான் உண்மை. இறைவனே ஆன்ம வடிவில் நம்முள் உறைந்திருக்கிறார் என்ற ஆன்மீக உண்மையைக் கோபுரங்கள் நினைவுப்படுத்துகின்றன. மனிதனை எப்போதும் ஆன்மீக நினைவில் வைத்திருக்கவும்,

இறைவனை நினைவு படுத்துபவையாகவும் கோபுரங்கள் உதவுகின்றன.

கோபுரம் ஸ்தூல லிங்கம் ஆகும். கோயில் முன்பு உள்ளது ராஜகோபுரம்ஆகும். இதில் ஏராளமான மனித வடிவங்கள் இருக்கும்.விதவிதமான வாழ்க்கை முறைகள் இருக்கும். தேவர்களும் அவர்களின் செயல்முறைகளும் விளங்கப்பெற்றிருக்கும்.விலங்குகளும், பறவைகளும் இடம் பெற்றிருக்கும். பிரபஞ்ச அமைப்பில் எல்லா வற்றிற்கும் இடமுண்டு என்பதைக் காட்டுவனவாக அவை அமைந்திருக்கும்.

நாம் உடம்பில் மூடி மறைக்கும் பாகங்கள் வெளிப்படையாக இங்குக் காட்டப்பட்டு இருக்கும். இதில் யாரும் வெட்கப்பட வேண்டியதில்லை. வாழ்க்கை முறையைத்தெரிந்து கொள்ள வேண்டிய முறைகளையே உணர்த்தியிருப்பதாக ஆகமங்கள் கூறுகின்றன.

ராஜகோபுரங்களின் வாயில்கள் பொதுவாக ஒற்றைப் படை வரிசையில் அமைந்திருக்கும். மூன்று, ஐந்து, ஏழு, ஒன்பது, பதினொன்று என இருக்கும். மூன்று வாயில்கள் உள்ள இடத்தில் ஜாக்கிரதை, சொப்பன, சஷுப்தி என்று மூன்று காலங்களைக் குறிப்பிடுகின்றன. ஐந்து வாயில்கள் ஐம்பொறிகளையும் குறிப்பிடுகின்றன. ஏழுவாயில்கள் மனம், புத்தி, மற்றும் ஐம்பொறிகளை உணர்த்துகின்றன. நம்முடைய அமைப்பில் உள்ள வெவ்வேறு தத்துவங்களுக்குக் கோபுர வாயில்கள் சின்னங்களாக அமைந்திருக்கின்றன. புற உலகின் மனதை விடுவித்து அகத்தினுள்ளே பிரவேசிக்கும் தத்துவத்தை ராஜ கோபுரப் பிரவேசம் நமக்கு உணர்த்திவருகிறது.

8. கொடி மரம்

ஆலயங்களில் உள்ள கொடிமரங்கள், ஆசைகளைச் சீரமைத்து, மனதைத் தூய்மைப்படுத்திய பிறகு, மனிதனால் தெய்வ நிலையை நோக்கி எளிதாக மேலேற முடியும் என்ற தத்துவத்தின் விளக்கமாக அமைக்கப் பட்டுள்ளன.

அசுரர்களை அகற்றவும், தேவர்களை அழைக்கவும் ஆலயத்தைக் காக்கவும், பக்தர்களைக் காக்கவும் கொடிமரங்கள் நிறுவப்பட்டன. ஆலயத்தை வலம் வரவேண்டிய முறையைக் கொடிக் கம்பம் விளக்குகிறது. கொடிமரம் உள் முகமாகத் திரும்பிக் கொண்டிருக்கிறது. வலம் வருதல் பிராணாயாமத்தின் சின்னமாகத் திகழ்கிறது.

இடகலை, பிங்கலை என்னும் இரு நாடிகளின் வழியாகச் சென்று, ஒரு நாடியாகச் சுழுமுனை அமைத்து, நிமிர்ந்து நிற்கும் தன்மையை உணர்த்துவதாகக் கொடிமரம் அமைந்துள்ளது.

9. பலிபீடம்

ஆலயங்களில் பலிபீடம் முக்கியமானதாகும். இது, உயர்ந்த ஆன்மீகத் தத்துவத்தை உள்ளடக்கி இருக்கிறது. ஆண்டவனைத் தரிசிக்கும் முன்பு பலிபீடத்தில் பலி கொடுக்க வேண்டுமென்பது ஆகம விதி. பலி என்றால் உயிர்ப்பலி அல்ல. நம்முடைய ஆறு குணங்களைப் பலி கொடுக்க வேண்டும். பேராசை, சினம், கடும்பற்று, முறையற்ற பால் கவர்ச்சி, உயர்வு தாழ்வு மனப்பான்மை,

வஞ்சம் என்ற கெட்ட குணங்களைப் பலி கொடுத்து, ஆலயத்துள்ளே செல்ல வேண்டும் என்ற தத்துவமே பலிபீடமாகும்.

நம்மிடம் இருக்கும் காம, குரோத, லோப, மோக, மதமாச்சரியங்களைப் பலி கொடுக்க வேண்டும்.கீழான எண்ணங்களைப் பலிகொடுத்துவிட்டு உயர்ந்த எண்ணங்களுடன் ஆலயத்துக்குள் செல்ல வேண்டும். பலிபீடத்தில் விழுந்து வணங்கும்போது, விலங்குத் தன்மை வாய்ந்த மனிதன் மடிந்து போகிறான். மனிதத் தன்மை வாய்ந்த மனிதன் எழுந்திருக்கிறான் என்ற எண்ணம் மேலோங்குகிறது, இந்த எண்ணத்தின் வலிவுடன் புதியதொரு பிறவி எடுத்துக்கொண்டவனாக மாறுகிறான்.

10. வாகனம்

பலிபீடம், கொடிமரம் ஆகியவற்றுக்கு அடுத்து இருப்பது வாகனம். சிவபெருமானுக்கு நந்தி. விஷ்ணுவிற்கு கருடன். அம்பிகைக்குச் சிங்கம். வாகனம் எதுவாயிருப்பினும் அது மனிதனை (பசு) குறிக்கும். ஆலயத்தில், கொடிமரம், அதிகார வாகனம், மூலவர் மூன்றும் ஒரே வரிசையில் அமைந்திருக்கும். சைவத்தில் கூறப்பட்டுள்ள பதி,பசு,பாசம் என்பதை இது விளக்குவதாக அமைக்கப்பட்டுள்ளன.

பாசத்தால் மயங்கிக் கிடக்கும் நிலையை பாசம் மாயை அகலப் பெற்ற நிலை ஆன்மா, பசு. அதற்கு அடுத்த உயர்ந்த நிலைதான், பதியாக இறைவனை அடைவதாகும். நம் மனது இறைவனது நாட்டத்திலேயே இருக்க வேண்டும் என்ற கோட்பாட்டை இது

விளக்குகிறது. இதனால்தான் வாகனம் கருவறையைப் பார்ப்பதாக அமைக்கப்பட்டிருக்கும். வாகன் என்றால் (நந்தி) எப்போதும் ஆனந்த நிலையில் இருப்பவர் என்று பொருள். இறைவனிடமிருந்து ஆகமங்களைத் தெரிந்து நமக்குக் கூறுவதாகத் தெரியும். இவருடைய அனுமதி பெற்றுத்தான் மூலவரையும், நந்தியையும், சேர்த்து வணங்க வேண்டும். மாறாக இருவருக்கும் இடையில் விழுந்து வணங்குவதும், குறுக்கே போவதும் கூடாது என்கிறது ஆகமம்.

நந்தியின் சுவாசக்காற்று மூலவருக்குப் போய் அவருக்கு உயிர் நிலை தருவதாக ஐதீகம். இதனால்தான் கர்ப்ப கிரகத்தின் வயிற்றுப் பகுதியான தொப்புள் பாகத்தை உயிர்நிலையாகக் கொண்டு அந்த இடை மட்டத்தின் நேராக நந்தியின் மூக்கு அமையுமாறு, ஆலயங்களில் நந்திஅமைக்கப்பட்டுள்ளது.

இதனால் தான் ஆலயங்களின் கர்ப்பக்கிரகத்திற்கும், வாகனத்திற்கும் குறுக்கே போவதும், இடையில் விழுந்து வணங்குவதும் கூடாது என்று கூறுகிறார்கள். வழிபடுகின்ற அனைவருக்கும் ஒத்தாசை செய்யவேண்டும். இடையூறு செய்யலாகாது என்பது இதன் கருத்து.

11. கர்ப்ப கிரகம்

ஆலயத்தின் கர்ப்ப கிரகத்தில் மூலவர் வீற்றிருப்பர். இங்கு இருள் சூழ்ந்திருக்கும். சூரிய வெளிச்சமோ, காற்றோ இங்கு இருக்காது. பிரபஞ்சத்தை இயக்கும் வெட்ட வெளியிலும் இருட்டுதான். இதனை நிலைப் படுத்தவே இருள் சூழ்ந்த இடத்தில் இறைவனை

அமைத்து இருக்கிறார்கள். மூலவர் உருவத்தின் அடியிலே இயந்திரம் வைக்கப்பட்டிருக்கும்.இயந்திரம் வைக்கப்-பட்ட பிறகுதான் சிலை தெய்வீக நிலை பெறுகிறது.

உலோகத் தகட்டில் மந்திரம், முத்திரை, பாவனை, கிரியை ஆகியவற்றால் பாடம்செய்யப்படும்.அப்போது உலோகத் தகட்டில் தெய்வீக ஆற்றல் இணைந்து வருகிறது. ஓம் என்ற ஒலிக்கு கர்ப்ப கிரகமும், அதில் உள்ள காற்று மண்டலமும் ஒத்ததீர்வு அமையும்படி இருக்கும். ஒளியதிர்வு அடையும் போது கர்ப்ப கிரகத்தில் உள்ள காற்றின் ஒவ்வொரு மூலக்கூறும் பெரும் வீச்சுடன் அதிர்வுறுகின்றன.

கர்ப்ப கிரகத்தில் உள்ள மூல விக்ரகத்திற்கு நாள்தோறும் நீர், எண்ணெய், பால், தயிர்,விபூதி, தேன்,இளநீர், பன்னீர் போன்ற பொருட்களால் அபிசேகம் செய்யப்படுகின்றன. இதனால் அங்கு உள்ள காற்று மண்டலத்தில் எதிர் மின்னோட்டம் அதிகரிக்கிறது. கர்ப்ப கிரகத்தில் எதிர் மின்னோட்டமும், ஈரப்பதமும் அதிகம் உள்ள காற்றில் ஒலியின் திசைவேகம் அதிகமாயிருக்கும்.

இங்கு கூறப்படும் மந்திரங்களின் ஒலி கர்ப்பக்கிரகத்தில் பட்டு எதிரொலிக்கின்றது. இதனால் காற்று மண்டலத்தில் பெரும் அலையும் ஒத்ததிர்வும் இருக்கிறது. இது அங்குள்ள பக்தர்களுக்கும் கிடைக்கின்றது. இதற்காகவே கோயில்களில் ஆறுகால பூஜை நடைபெறுகிறது.

கோயில்களில் உள்ள கர்ப்பகிரகம் ஒத்ததிர்வு கலமாகவும், முல விக்ரகம் ஒலி அலைகளின் எதிரொளியாகவும், காற்று மண்டலம் ஆற்றலைக் கடத்தும் பாதையாகவும் இருக்கிறது. இங்கே வரும் பக்தர்களுக்கு இந்த ஆற்றல் கிடைப்பதால், அவர்கள் உடல்நலம், மனவளம் பெறுகின்றனர்.

12. பிரகாரங்கள்

ஆலயத்தின் உள்ளே போகும்போது, நமக்கு வியப்பூட்டும் அம்சமாக திகழ்வது பிரகாரங்களாகும். இது ஆலயப் பாதுகாப்பிற்காக மட்டும் கட்டப்பட்டதல்ல. பிரகாரங்கள் பெரியதோர் ஆன்மீகத் தத்துவமாகத் திகழ்கின்றன. இறைவனை அறியமுடியாதபடி, மனிதனுடைய அறிவை மறைத்துக் கிடக்கும் மாயையான அஞ்ஞானத்தையே பிரகாரங்கள் நமக்கு உணர்த்துகின்றன.

ஆலய வழிபாடு செய்பவர்கள் வெளிப்பிரகாரம் தொடங்கி ஒவ்வொன்றாக உள் பிரகாரங்கள் முறையில் வலம் வருகிறோம். இது ஆன்மா தனது பந்த பாசங்களை சிறிது சிறிதாக விட்டு அகலுவதைக் குறிக்கிறது. எல்லா பிரகாரங்களையும் கடந்து கருவறையின் முன்பு நிற்கும்போது, பந்தபாசங்களை விட்டு விலகியவராகக் காட்சி தருகிறார். பிரகாரங்களைச் சுற்றும் போது உலகப் பற்றுகளை விட்டு இறைவனுடன் இணையப் போகிறோம் என்ற எண்ணத்தில் வலம் வர வேண்டும்.

13. தேங்காயின் சிறப்பு

ஆலய வழிபாட்டில் தேங்காய், பழம், வெற்றிலை, பூ ஆகியவை எடுத்துச் சென்று வழிபடுவது வழக்கம். இதில் தேங்காயை உடைத்து, வழிபடுவது இந்து சமய வழிபாட்டின் சிறப்பான அம்சமாகக் கருதப்படுகிறது.

தேங்காயில் உள்ள மூன்று கண்கள் மும்மலங்களை குறிக்கிறது. தேங்காயை உடைக்கும்போது, பக்தன்

தனது மும்மலங்களான ஆணவம், கன்மம், மாயை ஆகியவற்றையும் உடைத்து எறிகிறான் என்பதன் உட்பொருளாகும். மேலும், ஆன்மாவை மூடியிருக்கும் மும்மலங்கள் அகன்று, தேங்காயின் சுவையான ஆன்மா வெளிப்படுகிறது என்பது இதன் தத்துவமாகும்.

சிதறுகாய் உடைப்பது ஏன் தெரியுமா?

சிதறுதேங்காய் உடைப்பதன் மூலம், என்னுடைய அகந்தையும் ஆணவமும் ஒழிந்தன என்று கடவுளின் முன்பு பிரமாணம் செய்வதாகப் பொருள். அகங்காரம் என்ற ஏடு சுக்கல் சுக்கலாகிப் போனால், அமிர்தரசம் என்ற இளநீர் உள்ளே இருப்பதை உணரலாம்.

தேங்காயின் வடிவமும் கோளம். பிரபஞ்சத்தின் வடிவமும் கோளம். இரண்டுமே நிலையற்ற தன்மை கொண்டவை.

தேங்காயின் உள்ளே இருக்கக் கூடிய வெள்ளைப் பகுதி - எவராலும் விளக்க முடியாத அந்தப் பரமாத்மாவைக் குறிப்பிடுகிறது. இளநீர் என்பது பரமாத்மா தரும் அமிர்தத்தினை ஒத்திருக்கிறது.

தேங்காயின் உள்ளே ஒளிந்திருக்கக் கூடிய மென்மையான பருப்புப் பகுதியையும், அதனுள்ளே இருக்கும் இளநீரையும் புறக்கண்களால் காணமுடியாது. அதற்குக் காரணம் அந்த ஒரு மாயை என்ற ஓடு தான் பரமாத்மாவை காண முடியாமல் ஜீவாத்மாவைத் தடுக்கிறது.

தேங்காய் தத்துவம் ஆலய வழிபாட்டில் சிறப்பான பொருள் தருவதாகும்.

14. பூஜையும், ஆராதனையும்

பூஜை செய்வதில் இரண்டு உண்மைகள் மறைந்துள்ளன. ஒன்று அதற்குரிய சடங்குகள். சடங்குகள் மூலம் இறைவனின் அருளை வேண்டுவது. இறைவனின் புகழை அர்ச்சிப்பது. புகழ்வது மற்றொன்று. இறைவனின் குணங்களை உயர்த்தி உயர்த்திப் பேசி , அவனின் அருள் வேண்டுவது. இறைவனை நினைத்து நினைத்து அர்ச்சிக்க நாம் அவனாக மாறிவிடுகிறோம்.

அவனது குணங்களும் நமக்கு வந்து விடுகின்றன. குழந்தை அதன் தாயாரைக் கூப்பிடுவது போல், பக்தன் இறைவனை பூஜையின் மூலம், ஆராதனையின் மூலம், பஜனையின் மூலம் கூப்பிடுகிறான். குழந்தைநலம் காணும் தாயைப்போல இறைவனும் தனது குழந்தைகளுக்கு நலம் தருகிறான்.

இறைவனின் புகழைப் பாட பாட பணிவு ஏற்படுகிறது. இறைவனை உயர்த்திப் பேசி, தான் தாழ்வு பெறுவதால் அகங்காரம் அழிந்து விடுகிறது. மன உளைச்சல், மனஅழுத்தம், மனக் கலக்கம், பாதிப்புகள், குற்ற உணர்வுகள், தான் என்ற அகங்காரம், தனது என்ற பெருமை, பேராசை, சினம், கடும்பற்று, வஞ்சம் எல்லாமே அகங்காரம் தான். இவை எல்லாமே சுருங்கி மனம் தெளிவு பெறுகிறது. பூஜையும், ஆராதனையயும் செய்து **"எல்லாம் நீயே நான் ஒன்றும் இல்லை"** என்று சொல்ல ஆணவம் அடங்கி விடுகிறது.

எல்லாம் அறிந்த முழுமைப் பொருளுக்குப் புகழ்ச்சி வேண்டுமா? கேள்வி எழலாம். **இறைவனுக்குப்**

புகழ்ச்சியோ, பூஜையோ, பஜனையோ தேவையில்லை. மனிதன் தன்னை உயர்த்திக் கொள்வதற்கு, பக்குவப் படுத்திக் கொள்வதற்கு இறைவனுக்குப் பூஜையும், ஆராதனையும் செய்கிறான் என்பது தான் உண்மை.

ஆலய வழிபாட்டில் **தோப்புக்கரணம்** ஏன் போடுகிறோம்? இதெல்லாம் கடவுளுக்குத் தேவையில்லை. மனிதனுக்குத் தான் தேவை.

நம்முடைய ஆணவம் அழிந்துவிட்டது என்பதன் பொருள்தான். பணிவோடு மரியாதையோடு அடக்கத்தோடு இருக்கிறேன் என்பதை உணர்த்துகிறது.

தோப்புக்கரணம் போடுவதும் ஒருவகை அக்குபஞ்சர் முறைதான். அக்குபஞ்சர் விதிகளின்படி வலது கண்ணின் மர்ம ஸ்தானம் இடது காதின் நுனியிலும், இடது கண்ணின் மர்ம ஸ்தானம் வலது காதின் நுனியிலும் உள்ளன.

நாம் காது நுனிகளை மெதுவாக அழுத்தி கீழ் நோக்கி இழுத்தால் கண் தசை நார்கள் பயிற்சி பெற்று பலம் பெறும். தோப்புக் கரணம் போடும் போது கைமாறாகக் காதுகளை பிடித்துக் கொள்வதாலும், அதே சமயம் கீழ் நோக்கித் தாழ்ந்து எழுவதாலும் காது நுனிகள் போதுமான அழுத்தத்தில் கீழ் நோக்கி இழுக்கப் படுகின்றன. இதனால் கண்கள் பயிற்சி பெறுகின்றன.

பள்ளிக்கூடத்தில் சரியாகப் படிக்காத பிள்ளைகளைக் குட்டிக் கொள்ளச் செய்வார்கள். இரு சிறுவர்களை மாற்றி மாற்றி காதைப் பிடித்துத் தோப்புக் கரணம் போடும் போது, உடலில் நல்ல பலம் உண்டாகும். இரத்த ஓட்டம் சீர்படும்.

15. கற்பூர ஆராதனை

ஆலயங்களில் கடவுளுக்கு கற்பூர ஆராதனை செய்யப்படுகிறது. கர்ப்ப கிரகத்தில் இருட்டை நீக்கி, வெளிச்சம் ஏற்படுகிறது. இந்த வெளிச்சத்தில் தெய்வத்தின் விக்ரகத்தை பக்தன் தரிசனம் செய்கிறான். விக்ரகம் என்ற எண்ணம் அவன் மனதில் தோன்று வதில்லை. தெய்வத்தைத் தரிசிப்பதாக உணருகிறான்.

மனதின் இருள் அகன்று ஞானக் காட்சியின் புறத் தோற்றம் தான் கற்பூர ஆராதனை. ஆத்ம சாதகன் மனதில் இருளை அகற்ற உள்முகப்பயிற்சி செய்கிறான். இப்பயிற்சிக்கு கற்பூர ஆராதனை வழி வகுக்கிறது.

தன்னலம் கருதாது பொது நலம் செய்பவர் கற்பூரம் போல், தன்னைத் தியாகம் செய்தல் நலம்.

ஆத்மா பரமாத்மாவோடு கலப்பதைக் குறிக்கும். கற்பூரம் வெள்ளையானது. அது சுத்த தத்துவ குணமுள்ள ஆத்மாவைக் குறிக்கும். கற்பூரத்தை ஏற்றியவுடன் அது தீபம் போல எரிவது, ஞானாக்கினியால் மலம் நீங்கப் பெற்ற ஆன்மாவானது, சிவகரணம் பெற்று நிற்பதைக் காட்டும். கற்பூரம் எரியும் போது காயோ சாம்பலோ உண்டாவதில்லை. முழுவதுமாக காற்றில் கரைந்து விடுகிறது. கற்பூரம் இறுதியில் ஒன்றுமின்றிக் கரைந்து போவது போல ஆன்மாவானது சரீரங்களையெல்லாம் நீங்கி இறைவனோடு ஒன்றுபடும். இதைக் காட்டுவதே கற்பூர தீபாராதனையின் தத்துவமாகும்.

16. பிரசாதங்கள்

ஆலயங்களில் விபூதி குங்குமம் பிரசாதமாகத் தருகின்றனர். விபூதிக்கு ஒரு குணம் உண்டு. சுத்தமான விபூதியைப் பூசிவருவதால் உடலில் தேவையற்ற கிருமிகள் அழிக்கப்படுகின்றன. வெய்யில், மழை, பனி மூன்றின் மூலம் உடல் பாதிக்காமல் இருக்கும் தன்மை விபூதிக்கு உண்டு. விபூதியை உள்ளுக்குள் சாப்பிட்டால், அதில் உள்ள கந்தகச் சேர்க்கை சில நோய்களைத் தீர்க்கும். இதனால் தான் எந்த நோய்க்கும் விபூதி கொடுக்கின்றனர். விபூதி என்பது மேலான ஐஸ்வர்யமாம்.

சுத்தமான குங்குமம் மஞ்சள் மூலம் செய்யப்படுகிறது. மஞ்சளுக்கு ஒரு குணம் உண்டு. சுத்தமான சந்தனத்திற்கும் ஒரு குணம் உண்டு. நுண்கிருமிகளை அண்ட விடாது. மஞ்சளைத் தூவி விட்டால் பாம்பு கூட நெருங்காது. நிலைப்படிகளில் ஒரு முழம் வரை மஞ்சள் தடவுவார்கள். இதனால் தான் பெண்கள் குங்குமமும், ஆண்கள் சந்தனமும் இட்டுக் கொள்கிறார்கள். மேலும், புருவ மத்தியில் இருக்கும் நாளமில்லாச் சுரப்பியான பிட்யூட்டரி சுரப்பிக்கு ஒரு ஊக்கம் கொடுத்து, ஞானம் பெறுவதற்காகவும், புருவ மத்தியில் பொட்டு, குங்குமம், சந்தனம் வைத்துக் கொள்கிறார்கள். **பொட்டு வைப்பது ஆக்கினைச் சக்கரத்தைத் தூண்டுவதற்கே. நாமம் போடுவது ஆக்கினை, துரியம் இரண்டையும் தூண்டுவதற்கே.**

பிட்யூட்டரியிலிருந்து பினியல் சுரப்பியை நினைவு படுத்தவும், ஆக்கினைச் சக்கரத்திலிருந்து துரிய

சக்தியைத் தூண்டவும், நாமம் இட்டுக்கொள்கிறார்கள். **உடலுமில்லாத, குடலுமில்லாத தெய்வத்திற்கு உணவு வேண்டியதில்லை.** எல்லாவற்றையும் கடந்த நிலையில் பரம்பொருள் உள்ளது. இருப்பினும் எல்லாவற்றையும் படைத்த இறையாற்றலை நினைப்பதற்காக உணவை நிவேத்தியம் செய்கிறான் பக்தன். அப்போது, அருட்சக்தி, காந்த ஆற்றல் உணவை ஸ்பரிசிக்கும் போது பிரசாதமாகிறது. அதனை பெற்றுக்கொள்ளும் பக்தனுக்கு நலம் விளைக்கிறது.

ஐம்புலன்களுக்கு உணர்வு அளிக்க கண்களுக்கு வெளிச்சம், காதுகளுக்கு மணி ஓசை, மூக்கிற்கு சாம்பிராணி புகை, நாவிற்கு பிரசாதம் வழங்கப்படுகிறது. தலையில் சடாரி என்று **கவசத்தை வைத்து பிரம்மயந்திரம் என்னும் துரியத்தை தூண்டி விட்டார்கள்.**

பழனி மலையில் உள்ள **போக முனிவரின்** முருகன் சிலைக்கு பஞ்சாமிர்தத்தினால் அபிஷேகம் செய்யப் படுகிறது. பிரசாதம் பக்தர்களுக்கு வழங்கப்படுகிறது. ஒன்பது விதமான மருத்துவப் பொருட்களால் உருவாக்கப்பட்ட பழனி மூலவர் சிலைக்கு, பஞ்சாமிர்தம் அபிஷேகம் செய்யும் போது, அது அபூர்வ மருந்தாகிறது. மக்களின் பிணிகள், முன்பிறவி வினைகள் மற்றும் மன நோய்களைப் போக்குகின்ற வீரியம் பஞ்சாமிர்தத்திற்கு உண்டு. பெருமாள் கோயிலில் **செப்புப்பாத்திரத்தில்** துளசியை இட்டு நமக்குப் பிரசாதமாகத் தருகின்றனர். துளசியும், செப்புப் பாத்திர நீரும் **மருத்துவ குணம்** கொண்டவை. அவை நமது நோய்களை நீக்குகின்றன.

17. ஆலயங்கள் காந்தக் களமே!

விக்ரக வழிபாட்டில் இரண்டு வகை உண்டு. பஞ்சலோகங்களினால் ஆன அத்தகட்டில் மந்திரம், முத்திரை, பாவனை,கிரியை, அட்சரங்கள் ஆகியவற்றால் பாடம் செய்யப்படும் போது, தெய்வீக ஆற்றல் இணைந்து வருகிறது. எந்தெந்த நன்மை பெறவேண்டுமோ அதற்கேற்றவாறு உயிர்எழுச்சி பெறத்தக்க மந்திரங்களைப் புதைத்து வைப்பார்கள். அதற்கு மேல் ஒரு உருவம் வைப்பார்கள். இதுதான் ஆலயம்.

நாள்தோறும் இம்மந்திரங்களை உச்சரிக்க உச்சரிக்க, பக்தர்கள் ஆலயத்தைச் சுற்றி வலம் வர, வர அங்கே ஒரு ஆற்றல்களம் உண்டாகி விடுகிறது. அது அப்படியே Energy Bank ஆகவே இருக்கும். இதனால்தான் கோயில்களில் தெய்வீக அலைகள் வீசுகின்றன.Every temple becomes an Energy Bank-ஒவ்வொரு ஆலயமும் முறையாக நிர்வகிக்கப்பட்டால் ஒரு ஆற்றல் களமாகவே அமையும். எந்த இடத்திலும் ஒரு சக்தியைச் சுற்றிவிட்டால், அது நீண்ட காலம் சுற்றிக்கொண்டே இருக்கும். இது ஒரு தத்துவம். இங்கு இன்னொரு சக்தி நுழைய முடியாது. தீய சக்திகள் இங்கு வர இயலாது.

இந்தக் காந்தக் களத்தில் உட்கார்ந்து கேட்டால், வேண்டுகோள் விடுத்தால் அதற்குக் கட்டாயம் அந்த எல்லையிலே அந்த மனதுக்கு ஒரு நுண்ணியம் உண்டாகும். ஒரு வேகம் உண்டாகும். அந்த வேகத்தின் சக்தியால், அழுத்தத்தினால் இவன் எண்ணியது கிடைக்கிறது. மந்திரங்கள் ஒலி அலைகளாக ஆலயத்தைச் சுற்றித் திகழ்கின்றன. காந்தக் களத்தின் ஆற்றலைப் பெறுவதற்குத்தான் உடம்பில் சட்டையில்லாமல் ஆலயம் செல்கிறோம். சாதாரணமாக மின்சாரத்தில் கையை

வைத்தால் ஷாக் அடிக்கும். அதே விதியின்படி தான் கால் அலம்பிக்கொண்டு, ஈரக்காலுடன் ஆலயம் செல்வதால் (திருமலை வாயிலில் நீரால் கால் அலம்பிச் செல்வது) பக்தன் அதிகமான காந்தத்தை எடுத்துக் கொள்கிறான். ஈரத் துணியுடன் அங்கப் பிரதட்சனம் செய்வதும், இப்பலனைப் பெறத்தான்.

உலக நன்மைக்காக உயிரை வெளியே விடாமல், உடலிலேயே வைத்து சித்தர்கள் ஜீவ சமாதி அடைவார்கள். இது மகான்களின் ஆற்றல். அடக்கம் செய்யப்பட்ட கோயிலைச் சுற்றி வர, வர அம்மகானின் ஆற்றல் கிடைக்கும். செப்புத் தகட்டை எழுதிவைக்கிற உலோகத்தின் ஆற்றல் குறையும் போது, குட முழுக்கு செய்கிறார்கள். ஜீவசமாதி ஆலயங்களுக்குக் குடமுழுக்குத் தேவையில்லை.

18. பிரார்த்தனை

பிரார்த்தனை என்பது பூமியின் ஈர்ப்புநிலை போன்ற சக்தி. சாதாரண வார்த்தையால் இறைவனிடம் மனம் உருகி நிற்பது பிரார்த்தனையாகும். எண்ணத்திற்கு மாபெரும் ஆற்றல் உண்டு. இன்று உலகெங்கும் தொலைக்காட்சிகளும் வானொலிகளும் எங்கிருந்தோ ஒளி, ஒலிபரப்பப்புகளும் செய்கின்றன. அந்த காட்சிகளும், செய்திகளும் உலகின் மூலை முடுக்குகளில் எல்லாம் பிரதி பலிக்கின்றன.

இதே போல் பிரார்த்தனையில் மனம் நுண்ணிய நிலையில் இருக்கும் போது, **கேட்பது கிடைக்கிறது.** பிரார்த்தனை எந்நேரத்திலும் செய்யலாம். பொது நலத்திற்காகச் செய்யப்படும் பிரார்த்தனைக்கு பலன்கள் அதிகம்.

பிரார்த்தனை என்பது இறைவனுடன் ஏற்படுத்திக் கொள்ளும் ஒரு தொடர்பாகும். எல்லோராலும் கடினமான தவம் செய்ய இயலாது. எளிமையான பிரார்த்தனை செய்யலாம். குமுதம் போன்ற பத்திரிகைகளில், பிரார்த்தனை கிளப் நடத்தப்படுகிறது. குறிப்பிட்ட நேரத்தில் குறிப்பிட்டவர் குணமடைய பலரும் பிரார்த்தனை செய்து, பலனடைந்து வருகின்றனர்.

பல ஆண்டுகளுக்கு முன்னர் இந்து நாளிதழில் **"மருத்துவத்தில் ஒரு அதிசயம்"** என்ற கட்டுரை வெளியிடப்பட்டிருந்தது. அமெரிக்க மருத்துவமனையில் சிகிச்சை பெற்று வந்த முன்னாள் முதலமைச்சர் ஒருவர் மருத்துவரால் கைவிடப் பட்ட நிலையில், தமிழக மெங்கும் கோயில்களில் பிரார்த்தனை செய்யப்பட்டது. இப்பிரார்த்தனை மூலம் தான் அவர் உயிர் பிழைத்தார் என்று அந்தக் கட்டுரையில் குறிப்பிடப்பட்டிருந்தது.

"வேண்டத்தக்கது அருள்வோய் நீ, வேண்டற் பொழுது தருவோய் நீ" என்ற பிரார்த்தனை பலன் அளிக்கும். பகைவனுக்காகவும் பிரார்த்தனை செய்வது மிகப் பெரிய பிரார்த்தனையாகும்.

பிரார்த்தனை நம் சுயநலத்திற்காக இருக்கக் கூடாது. பிறர் நலனுக்காகப் பொது நலனுக்காக இருக்க வேண்டும். நமக்கு வேண்டியவர்களுக்காகப் பிரார்த்தனை செய்வது உயர்ந்த தவத்திற்கு ஒப்பாகும்.

பக்தியை தா, ஞானம் தா, வைராக்கியம் தா, விவேகம் தா என்று நமக்காக பிரார்த்திக்கலாமே தவிர, உலக வாழ்க்கைக்கு வேண்டிய சித்தி முக்தி என்பது பிரார்த்தனை அல்ல. **எனக்கு இந்த செல்வங்கள் தந்தால் உனக்கு அது தருவேன் என்று கோருவதும் பிரார்த்தனை அல்ல.**

19. குடமுழுக்கு (கும்பாபிஷேகம்)

குடமுழுக்கு என்றால் கோபுரத்திற்குப் பூஜை செய்வது என்று கருதுகிறோம். அதுதான் இல்லை. கோபுரத்திற்கும், மூலவருக்கும் சேர்ந்து செய்யப்படுவது தான் குடமுழுக்கு. கும்பாபிஷேகம் நான்கு வகைப்படும். அவை: 1. ஆவர்த்தம், 2. அனாவர்த்தம், 3. புனராவர்த்தம், 4. அந்தரிதம் **ஆவர்த்தம்** - புதிதாகக் கட்டப்படும் ஆலயத்திற்குச் செய்வது. **அனாவர்த்தம்** - நெடுநாட்களாக வழிபாடு இல்லாமல் இருந்தால், கோபுரம் சிதைந்து போயிருந்தால் செய்வது. **புனராவர்த்தம்**-கர்ப்ப கிரகம், விமானம் பழுதுபட்டால் புதுப்பித்துச் செய்வது. **அந்தரிதம்** -கோயிலின் உள்ளே விலங்குகள் பிரவேசித்தால் சாந்திக்காகச் செய்வது.

ஆலயத்தின் கர்ப்ப கிரகத்தில் பிரதிஷ்டை செய்யப்படும் வரை சிற்பங்கள் கற்சிலைதான். பிரதிஷ்டை செய்தபின்பு மூர்த்தி ஆகிறது. மூர்த்தி அடியில் யந்திரப் பிரதிஷ்டை செய்யப்படுவதால், இப்பெருமை ஏற்படுகிறது. யந்திரம் மூலம் கிடைக்கும் சக்தியை முழுமைப் படுத்துவதற்குக் குடமுழுக்கு செய்யும் முன்பு சில நாட்களுக்கு முன்னதாக யாகசாலை அமைப்பார்கள். யாக சாலையில் ஒவ்வொரு மூர்த்திக்கும் கடம் வைப்பார்கள். கடத்தின் உள்ளே நீர் நிரப்பி மேலே முப்புரி நூல் சுற்றி, மாவிலை, தர்ப்பை, தேங்காய் வைத்து மூர்த்தியை ஆவாஹனம் செய்வார்கள். குறிப்பிட்ட மூர்த்திக்குரிய மந்திரங்கள் ஓதப்படும். இதனால் கடத்தில் உள்ள நீர் மூர்த்திக்குரிய ஆற்றலாக மாறுகிறது.

அந்த நீரை குறிப்பிட்ட நாளில், குறிப்பிட்ட நேரத்தில் கர்ப்பக்கிரகத்தில் உள்ள மூர்த்திக்கும்,

மூர்த்திக்கு மேலே உள்ள கோபுரக் கலசத்திற்கும் அபிஷேகம் செய்வார்கள். ஸ்தூல வடிவமாக இருக்கின்ற கோபுரங்களுக்கும், உள்ளே சூட்சும வடிவமாக இருக்கிற விக்கிரகங்களுக்கும், ஒரே நேரத்தில் ஆற்றலைத் தருவதுதான் குடமுழுக்கு என்பதாகும். இது **பன்னிரண்டு ஆண்டுகளுக்கு ஒருமுறை** செய்யப்படுகிறது. வேத மந்திரங்களைக் கொண்டு செய்யும் குடமுழுக்குகளும் நித்ய பூஜைகளும் தான் ஆலயங்களில் தெய்வ சக்தியையும், காந்த ஆற்றலையும் உண்டாக்குகின்றன.

20. திருவிழாக்கள்

தெய்வத் திருவிழாக்கள் இரண்டு வகைப்படும். ஒன்று குடும்பத்தில் நடைபெறும் விழா. மற்றொன்று ஆலயங்களில் நடைபெறும் விழா. குடும்ப உறுப்பினர்கள் விழாக்கள் சிறியது. ஆலயங்களில் நடைபெறும் விழாக்கள் பெரியது. ஆலய விழாக்களும் உள்ளூர், வெளியூர் மக்கள் கூட்டமாக வந்து கலந்து கொள்கின்றனர். ஆலயங்கள் சிறப்பாக அலங்கரிக்கப் பட்டிருக்கும். கோபுரங்களிலும், கோயில் களிலும், வண்ண வண்ண மின்விளக்குகள் அலங்காரம் செய்யப் பட்டிருக்கும். ஒவ்வொரு வாகனத்திலும் மூர்த்தியை எழுந்தருளச் செய்து, வீதி உலா விமரிசையாகக் கொண்டாடப்படும். தேர்த் திருவிழாவும் தெப்பத் திருவிழாவும் நடைபெறும்.

இதனால் மக்கள் தங்கள் மனச்சுமைகளை மறந்து மகிழ்ச்சியுடன் இருக்க முடிகிறது. சமுதாய ரீதியில் மக்களுக்குப் பல நன்மைகள் விளைகின்றன. ஏழை, பணக்காரன், ஜாதி வேறுபாடின்றி ஒரே சமுதாயமாகத்

திரண்டு விழாக்களில் கூடுகின்றனர். பல்வேறு வியாபாரங்கள் நடைபெறுவதால், பண்ட மாற்றும் நடை பெறுகின்றன. சாதாரணமக்களும் பொருளாதாரத்தில் சமநிலையை அடைகின்றனர். விழாக்கள் மூலம் மக்களிடம் அன்பும், கருணையும், பக்தியும் வளர்கின்றன. புறக்காட்சியைக் கண்டு மகிழ்ந்தால் தான் அகக்காட்சியும் மலரும். இந்த நோக்கில் மனிதன் ஆன்மீகத்தில் தன்னை உயர்த்திக் கொள்ள முடிகிறது.

21. கடவுள் விளக்கம்

கடவுள் என்றால் செலுத்துதல் என்றும், உலகங்களையும், உயிர்களாகிய நம்மையும் செலுத்து வதால் இறைவனுக்குக் கடவுள் என்று பெயரிட்டதாக **வாரியார் சுவாமிகள்** கூறுவார். வண்டியை செலுத்துகிறவன் வண்டிக்குள் இருந்து செலுத்துவது போல், உயிருக்குள் உயிராக இருந்து கடவுள் செலுத்துவதாகக் கூறுவார். அறிவியல் அடிப்படையில் பார்த்தால், கடவுள் என்பது பெயர்ச்சொல் அல்ல. வினைச் சொல்லே.

கட+உள் = கடவுள்

உள் கட என்பது பொருளாகும். நம் உள்ளே கடந்து செல்வதைக் குறிக்க வந்த சொல் நாளடைவில் கடவுள் என்று வழக்கில் வந்துவிட்டது. மனிதன் தன்னையறிய, தன் மூலத்தை அறிய, நான் என்ற உண்மையை அறிய, பிரபஞ்ச ரகசியத்தை அறிய அவன் உள் கடந்து ஆராய்ந்தால் தான் புலப்படும்.

கடவுளை ஆங்கிலத்தில் **GOD** என்று சொல்வார்கள். ‘G’ என்றால் **Generatar** அதாவது உற்பத்தி செய்தல் ‘O’

என்றால் **Organiser** அதாவது செய்ததை வழிப்படுத்தி நிலைக்கச் செய்தல். **'D'** என்றால் **Destroyer** அதாவது அழித்தல். தீயோர்களை அழித்தல் என்று பொருள் கொள்ள வேண்டும். அதாவது படைத்தல் காத்தல் அழித்தல் ஆகிய மூன்று தொழில்களைச் செய்யும் சக்தியை **GOD** என அழைத்தார்கள்.

ஒரு சமயம் **விவேகானந்தர்** பேசவிருந்த மேடையில் குறும்புடன் சிலர் **"GOD is no where?"** என்று எழுதி வைத்தனர். அதாவது கடவுள் எங்கேயும் இல்லை என்று. விவேகானந்தர் அங்கு வந்ததும் அதே வாக்கியத்தில் ஒருசிறு திருத்தம் செய்தார். அதில் ஒரு எழுத்தைக் கூட அழிக்காமல் ஒரு வார்த்தையை மட்டுமே இரண்டாகப் பிரித்தார். இதைப் பார்த்ததும் கூட்டமே ஆச்சரியப்பட்டதாம். அவர் செய்த திருத்தம் இது தான். **"God is Now HERE"**

22. மந்திரம் என்றால் என்ன?

வாழ்க்கையில் மனிதன் ஒரு பொருளையோ, நலத்தையோ, உயர்வையோ, வளங்களையோ அடைவதற்கு ஏற்படுத்திய ஒலி அமைப்புகளுக்கு மந்திரம் என்று பெயர். அவ்வாறு அமைந்த சொற்களை உச்சரிக்கும் போது சொல்லின் முதலுக்கும், முடிவுக்கும் இடைபட்ட ஒலியே மந்திரம் எனப்படும்.

பக்தி யோகத்தால் கடவுளை வணங்கும் போது, மனம் ஒரு குறிப்பிட்ட வடிவத்தை எடுக்க வேண்டும். வாழ்வில் மனிதனுக்கு எந்த சம்பத்து குறைவாக உள்ளதோ அதை நிறைவு செய்வதற்காக அதற்கு தகுந்தாற்போல கடவுளுக்கு உருவம் குணம் அமைத்து உள்ளார்கள். மனம் அந்த வடிவத்தை எடுப்பதற்கு, நம்

மனம் நுண்ணிய நிலைக்குச் செல்லவேண்டும். அந்த நிலைக்குச் செல்ல அதற்கேற்றவாறு 51 அட்சரங் களிலிருந்து ஒலி வடிவத்தைச் சித்தர்கள் அமைத்து உள்ளார்கள். மந்திரங்கள் வெறும் வார்த்தைகள் அல்ல. வெறும் ஒலிகள் அல்ல. வெறும் ஓசைகள் அல்ல. முழுதும் சூழ்ந்து வரும் இந்த வெப்பத்தை **"யோகக்கனல்"** என்பார்கள். தியானத்தில் முன்னேற உதவும் தெய்வீக ஒலி அதிர்வுகள். மந்திரங்களை மீண்டும் மீண்டும் ஒலிக்கும் போது, நாம் அதுவாக மாறுகிறோம்.

இந்த ஒலி வடிவத்தைத் தொடர்ந்து ஓதிக் கொண்டேயிருந்தால், நாடி நரம்புகளிலெல்லாம், காந்த ஆற்றல் இயக்கம் ஏற்பட்டு, மனம் நுண்ணிய நிலைக்கு வந்துவிடும்.

மந்திரங்களை உச்சரிக்கும் போது, மனம் அடிமனத்திற்குச் செல்கிறது. அடிமனம் என்பது இறை நிலையோடு தொடர்புடையது. இறைநிலை முழுமை. அதன் பின்னம் மனிதன். முழுமையின் பின்னம் கேட்டால், முழுமை அதைக் கொடுக்கும்.

23. இயந்திரமும் தந்திரமும்

மந்திரத்தை உச்சரிப்பவன் உயிர்சக்தி, மற்றவர் களுடைய உயிர்சக்தியோடு கலப்புற்று வரக்கூடிய அளவுக்கு வரும். அந்த நேரத்திலே அதிலே கருத்தை அனுப்பவேண்டும். அதாவது இவனுக்கு என்ன தேவையோ, அதற்காக ஒரு மையப் பொருளையோ ஒரு உலோகத் தகட்டையோ, ஒரு உருவத்தையோ, படத்தையோ, தண்ணீரையோ, மலரையோ எடுத்துக் கொள்வது. இந்த உருவத்தின் மூலமாக உயிர்க்கலப்பை

எடுத்துச் செல்வதற்கு எடுத்துக்கொள்ளக் கூடிய மேற்படி உருவங்கள் அல்லது படங்கள் எதுவாயினும் அது யந்திரம் எனப்படும். மந்திரத்தைச் சொல்ல தொடக்கத்தில் வடிவம் தேவை. **கணக்குப் பாடம் கற்றுக் கொள்ள முதலில் வாய்ப்பாடு தேவை. பழகிய பின் தேவை இல்லை. உருவங்களும் படங்களும் முதலில் தேவைப்படும்.**

தந்திரம்: இவனுக்கு என்ன வேண்டுமோ அது அவனுக்கு கிடைக்கிறது. பிரார்த்தனை மூலம் கிடைக்கிறது. மந்திரங்களைத் தந்திரமாகச் சொல்லி இவன் மனதை உயர்த்திக் கொள்கிறான். எந்த மதத்தின் கடவுளை வணங்கினாலும் இவன் **மனதின் மூலம் தன்னை உயர்த்திக் கொள்வதற்கு ஒரு பிடிப்பு தேவைப்பட்டது. இந்த பிடிப்பிற்காக, மந்திரத்தை, உருவ வழிபாட்டை ஏற்படுத்திக் கொண்டான்.**

24. அட்சரங்கள்

அட்சரம் என்றால் ஒலியைக் குறிக்கும். அட்சரத்திற்கு அடிப்படை மௌனம். மௌனத்திலிருந்து 'அ' என்று விரிந்தது முதல் அட்சரம். 'அ' விலிருந்து தொடங்கி இன்றைக்கு தமிழில் 31 அட்சரங்கள் உள்ளன.

வடமொழியில் 47 அட்சரங்கள் உள்ளன. அராபியில் இருந்து ஒலியை எடுத்துக் கொண்டு, இது போன்ற சில எழுத்துக்களை கண்டெடுத்து 50 அட்சரங்களாக வைத்துள்ளனர். இந்த 50 அட்சரங்களில் இருந்து எல்லா சப்தங்களையும் எழுதிடலாம்.

இந்த 50 அட்சரங்களுடன் "ஓம்" என்ற மௌன ஒலியும் சேர்த்து 51 அட்சரங்கள் ஆக்கியுள்ளார்கள்.

25. ஆன்மீக வாழ்வு

ஆன்மா என்பது சமஸ்கிருதச் சொல். உயிர் என்பதே இதனுடைய தமிழ்ச் சொல். ஆன்மீகம் என்றால் உயிரை ஓம்பும் வழி என்று பொருளாகும். **ஆன்மீகம் என்பது விலை மதிப்பில்லாத உயிரை, உடலில் இயன்ற வரையில் விரும்பிய காலம் வரை நீட்டித்து வைத்திருக்கக் கூடிய வழிமுறைகளை, யோக நெறிகளைக் கற்றுத்தருகிற வாழ்க்கை முறையாகும்.** யோகக்கலையை வித்தை என்பார் **ஆதிசங்கரர்.** ஒளிவடிவமாக இருக்கும் சூரியனிடம் எப்படி இருட்டு இல்லையோ, அதைப்போலவே அறிவு வடிவமான ஆன்மாவில் அஞ்ஞானத்திற்கு இடம் இல்லை.

பற்றற்ற வாழ்வுக்கு ஆன்மீகப் பயிற்சி அவசியம் பெறவேண்டும். ஆன்மீகம் என்பது வாழ்க்கையை மறுதலிப்பதல்ல. மாறாக ஏற்றுவதுமல்ல. சமுதாய வாழ்வு சிதறுண்டு கிடக்கும் சூழ்நிலையில், போட்டி, பிணக்கு, போர், அச்சம் போன்று பல கோண துயரமுத்தங்களால், அறிவின் நிலை தடுமாறி உணர்ச்சி வேகம் என்ற கடலில் இருந்து நீந்திக் கரையேற முடியாமல் மக்கள் மிதந்து கொண்டிருக்கின்றனர்.

இந்த நிலையிலிருந்து மீண்டு அமைதிகாண வேண்டுமானால், ஆன்மீக அறிவு ஒன்றுதான் வழிகாட்டியாக அமையும். ஆன்மீக (தன் முனைப்பை, தான் என்ற ஆணவத்தை, சுயநலத்தை, பிடிவாதத்தை உதிர்க்கும் நிலைக்கான ஆயத்தம்) வாழ்வு என்பது "நான்" என்ற தன் முனைப்பு நீங்கிய நிலையாகும். தன்னைத் தானே அறியும் அகநோக்குப் பயிற்சி மூலம், இயக்கமாகவும், இருப்பாகவும் இருப்பது ஒரே சக்தி

என்பதையும், அதே சக்திதான் தன் மாற்றம் பெற்றுக் கோடான கோடி உடலியக்க உருவங்களில் அவற்றிற்கு ஏற்ற அறிவியக்கமாகச் செயல்படுவதை உணர்வதாகும். இந்நிலையில் பேரறிவு எனப்படும் அறிவாக இயங்கும் சக்தியே மூலமாகவும், ஆதியாகவும் இருக்கிறது என்றும், அதன் பின்னங்களே பிரபஞ்சங்கள் அனைத்தும் என்று உணர்ந்து, எல்லோரிடமும் அன்பு செலுத்தி வாழ்வதாகும். இறைமையை ஒவ்வொரு உயிரினும் காண்பதாக அமைகிறது. ஆன்மீகம் என்பது அதிசயத்தை தாண்டியது.

ஆன்மீகம் என்பது சாரத்தை உறிஞ்சிக் கொண்டு சக்கையை எறிந்துவிடுவது போலாகும். ஆன்மீக வாழ்வு வாழும் போது ஒவ்வொரு வினாடியையும் மகிழ்ச்சியுடன் வாழலாம். பிறப்பு இறப்பு தத்துவம் புரிந்தபின் இறக்கும் பயம் வராது. சுகத்தையும் துக்கத்தையும் சமமாகப் பாவிக்கும் தன்மை இயல்பாய் அமைந்துவிடும்.

நம்மைச் சுற்றியுள்ள அழகை மகிழ்ச்சியுடன் இரசிக்கும் தன்மை இயல்பாய் அமைந்துவிடும். எந்த கஷ்டமும் பெரியவை இல்லை என்ற எண்ணம் உண்டாகிவிடும்.

செடிகளையும், மரங்களையும், மலர்களையும் பார்க்கும் போது அதனுடன் இணைவது, கருணை விழிந்த கண்களுடன் சக மனிதர்களைப் பார்ப்பது, உலகின் அற்புதங்களைக் கண்டு மகிழ்வது. வானத்தை, கடலை, காற்றை, இரசிப்பது இவையெல்லாம் வாழ்க்கையைக் குறித்த ஆன்மீகச் சிந்தனைகளாக மாறும். பிரம்மம், அறிவு, மனம் இந்த மூன்றுக்கும் உள்ள தொடர்பை தெரிந்துகொள்ள முடியும்.

ஆன்மீக வாழ்க்கையின் துயரங்களைத் துணிவுடன் எதிர் நோக்குவதற்கு ஆன்மீகப் பயிற்சி அவசியம். **ஆன்மீக வாழ்வு ஒன்றுதான் நம்மை முழுமனதாக வாழ வைக்கும்.** மரணமில்லா பெருவாழ்வுக்குக் கொண்டு செல்கின்ற ஒரு கருவிதான் ஆன்மீக வாழ்வாகும்.

26. விரதங்களும் நன்மைகளும்

இறை வழிபாட்டில் விரதங்கள் முக்கிய இடத்தைப் பெறுகின்றன. இறை வழிபாட்டில் தனி அக்கறையும், கவனமும் செலுத்துவதற்காகவே விரதங்களைப் பின்பற்றி வருகிறோம். அமாவாசை விரதம், பௌர்ணமி விரதம், கார்த்திகை விரதம், சோமவார விரதம், வார விரதங்கள், சிவராத்திரி விரதம், நவராத்திரி விரதம், வரலெட்சுமி விரதம், கௌரி விரதம், காரடை நோன்பு, பிரதோஷ விரதம், சஷ்டி விரதம், ஏகாதசி விரதம் போன்றவை முக்கியமான விரதங்களாகும்.

ஆலயங்களுக்குச் சென்று, ஆடம்பரமாக இறைவனை வழிபடுவதற்குப் பதிலாக, மக்கள் தத்தம் குடும்ப அளவில் இறைவனை வழிபடும் முறையாக விரதங்கள் அமைக்கப்பட்டுள்ளன.

விரதங்களினால் உணவில் கட்டுப்பாடு வருகிறது. சில வேளை உணவு உண்பதை நிறுத்தியதால், செரிமான உறுப்புகளுக்கு ஓய்வு கிடைக்கிறது. குடல் சுத்தமாகிறது. உடல் ஆரோக்கியம் பேணப்படுகிறது. ஆயுள் நீட்டப்படுகிறது. மகாராஷ்டிரா மாநிலத்தில் ஏகாதசி அன்று அடுப்பே மூட்டமாட்டார்களாம்.

குழந்தைகளுக்குக் கூட ஒன்றும் தரமாட்டார்களாம். பிச்சைக்காரர்களுக்குப் பிச்சை போட மாட்டார்களாம்.

விரதங்களால் மன வலிமையும், தன்னம்பிக்கையும், பெற்று வாழ்வில் நலமும், வளமும், உயர்வும் கிடைக்கின்றன. பல பிரச்சனைகள் தீருகின்றன. விரதங்கள் இருப்பதால், தெய்வ நம்பிக்கை அதிகரிக்கிறது.

தனி மனிதவாழ்வில் ஒழுக்கமும், கட்டுப்பாடும், வைராக்யமும் ஏற்படுகின்றன. விரதங்களினால் மனம் பக்குவப்படுகிறது. மனதுக்கு வலிமை கிடைக்கிறது. மனம் வலிமை பெறுவதால், ஆன்மீக உயர்வு கிடைக்கிறது. மனித வாழ்வுக்கு விரதங்கள் பல வகையிலும் பயன் தருகின்றன. ஆன்மீக வாழ்வில் முன்னேறும் படிக்கற்களாக விரதங்கள் உள்ளன என்றால் மிகையாகாது.

"உபவாசம் இருப்பதால் புற்று நோயைக் கூடத் தடுக்கலாம் என்று கண்டு பிடிச்சிருக்காங்க"

எல்லோருடைய உடம்பிலும் புற்றுநோய் செல்கள் எப்பவும் உண்டு. இந்த செல்கள் தங்களைப் பெருக்கிக் கொள்ளும் போது தான் உடம்பிலே பல பாகங்களிலே கட்டி உண்டாகிறது. உபவாசம் இருக்கிறப்போ உடம்பிலே இருக்கிற நல்ல செல்கள் சூழ்நிலைக்குத் தகுந்தவாறு தங்களை சரிசெய்து கொள்கிறது.

ஆனால், இந்த புற்றுநோய் செல்கள் இந்த புதிய சூழ்நிலைக்கு அனுசரித்துப் போக முடியாமல் இறந்துவிடுகிறது. அதோட வளர்ச்சி விகிதமும் குறைந்து விடுகிறது. அதனால் **ஆரம்ப நிலையிலே உள்ள புற்றுநோயை உபவாசம் இருந்து தடுத்திடலாம்.**

27. சத்சங்கம்

எல்லோரும் ஒரு இடத்தில் சேர்ந்து, ஒரு குறிப்பிட்ட நோக்கத்திற்காக கூடும் இடம் சத்சங்கமாகும். குறிப்பிட்ட நோக்கத்திற்காகக் கூட்டமாகச் சேர்ந்து தியானம் அல்லது வழிபாடு செய்யும்போது, அங்குக் கூட்டுச் சக்தி எழுகிறது. அங்குக் குவிக்கப்பட்ட சக்தி வலுவான சக்தியாக மாறுகிறது. அந்தக் கூட்டத்தில் அதிகப்படியான தேவையுள்ள மனிதனுக்கு சக்தி பாய்ந்து உதவுகிறது. ஆன்மீக வாழ்வில் சத்சங்கம் முக்கிய இடத்தைப் பெறுகிறது.

ஒரு தனி இழையை எளிதில் அறுத்து விடலாம். பல இழைகள் ஒன்றுபட்டு திரித்த கயிறு (வடம்) தேரை இழுத்துவிடும். அது போல பல அன்பர்கள் வாரத்திற்கு ஒருநாள் ஆலயத்தில் கூட்டு வழிபாடு செய்தால், திருவருளை ஈர்த்துவிடலாம்.

குடும்பத்தில் உள்ள உறுப்பினர்கள் கூட்டு வழிபாடு செய்வதும் சத்சங்கமே. இதனால் குடும்ப ஒற்றுமை ஏற்படுவதுடன், அந்த வீட்டில் ஒரு நல்ல ஆற்றல் (Vibration) சூழ்ந்திருக்கும். ஆலய வழிபாடு நமக்காகச் செய்வது. கூட்டு வழிபாடு பிறருக்காகச் செய்வது. உலகுக்காகச் செய்வது.

தனிமையில் மகான்கள் நூல்கள், இதிகாசங்கள் படிப்பது மறைமுக சத்சங்கத்தில் கலந்து கொண்டதாக அமையும். **விவேக சூடாமணியைப்** படிக்கும் போது, ஆதிசங்கரர் சத்சங்கத்திலும், **குரானைப்** படிக்கும்போது நபிகளது சத்சங்கத்திலும், **பைபிளைப்** படிக்கும் போது இயேசுவின் சத்சங்கத்திலும் இருக்கிறீர்கள். இதனால் சத்சங்கத்தைத் தேடி அலையும் நேரம் சேமிக்கப்படுகிறது.

சத்சங்கமானது உங்களை இறைவன் பால் அழைத்துச் செல்லும். அங்கும் இங்கும் யோகிகளைத்

தேடிக் கொண்டு அலைய வேண்டியதில்லை. சான்றோர் களோடு தொடர்பு கொள்வது, சான்றோர்களுக்குச் சேவை செய்வது ஆகியவற்றைச் சத்சங்கத்தால் பெறலாம்.

நல்லோரின் கூட்டம் நல்லோரின் இணக்கம் என்று பொருள். சான்றோர் தொடர்பே நிலையான சார்பு ஆகும். **"நல்லோரிணக்கமும், நின் பூஜை நேசமும், ஞானமுமே அல்லாது வேறு நிலையுளதோ?" என்று கேட்கிறார் பட்டினத்தார்.**

> **"நல்லோரைக் காண்பதுவும் நன்றே நலமிக்க**
> **நல்லார் சொல் கேட்பதுவும் நன்றே - நல்லோர்**
> **குணங்கள் உரைப்பதுவும் நன்றே அவரோடு**
> **இணங்கியிருப்பதுவும் நன்றே ."**

என்று **ஔவையாரும்** எளிமையாகக் கூறியுள்ளார். பேட்டரி செல்லுக்கு சார்ஜ் ஏற்றுவது போல் நாமும் குறிப்பிட்ட நேரத்திற்கு சத்சங்கத்தில் கலந்துகொண்டு தேவையான ஆற்றலைப் பெருக்கலாம்.

28. மதங்கள்

ஆறு குணத்தை அளவோடு அடக்கி ஆளவும், அறம், பொருள், இன்பம், வீடு பேறு பெறுவதற்குரிய வழிகளைக் காட்டவும், உடலில் ஒழுக்கத்தைப் பேணவும் மகான்கள் வகுத்த வழிமுறைகளே மதங்களாகும். **வாழத் தெரியாதவர்களுக்கும், வாழ்க்கை அனுபவம் இல்லாதவர் களுக்கும் அதை அறிந்தவர்கள் வகுத்துக் காட்டும் நெறிகளே மதம் என்பதாகும்.** ஒழுக்க நெறியில் வாழப் போதனைகளை வகுத்து கொடுத்தனர் மகான்கள். அப்போதனைகளை மதங்களின் வாயிலாகச் சொல்லத் தொடங்கினர். எல்லா மதங்களும் அன்பைத் தான்

போதிக்கின்றன. எல்லா மதங்களின் மூலம் இறைவனே! இறைவன் ஒருவனே! மதங்கள் அனைத்தும் மனிதர்களை அன்பும், கருணையும் உடையவர்களாக ஒழுக்கமுடன் வாழ வலியுறுத்துகின்றன. ஒவ்வொரு மதத்திலும், தனித்தனி சிறப்புகள் மேலோங்கி விளங்குகின்றன. **மதப்பேதமையைக் கடக்கும்போது ஆன்மீகம் மலர்கிறது.**

இந்து மதம்: அன்பே சிவம். நம்பிக்கையை வலியுறுத்துகிறது.

கிறிஸ்துவ மதம்: அனைவரும் ஒரே தாய்தந்தையின் (பரம பிதா) குழந்தைகள். தொண்டு செய்வதில் சிறப்பு.

இஸ்லாமிய மதம்: நாம் அனைவரும் சகோதர சகோதரிகள். இறைவனைத் தொழுவதில் சிறப்பு.

புத்த மதம்: அன்பே கடவுள். ஆராய்ச்சி செய்வதில் சிறப்பு.

ஜைனமதம்: யாருக்கும் துன்பம் தராமை. உயிர் இரக்கம்.

இறை உணர்வு, அற உணர்வு இந்த இரண்டையும் போதிப்பதுதான் மதங்கள். மதங்களைக் கடந்து ஒப்புயர்வற்ற நூல்களும் மகான்களால் அருளப் பெற்றுள்ளன. உதாரணமாக,

இறைவன் மனிதனுக்குச் சொன்னது : பகவத்கீதை, திருக்குர்ஆன்.
மனிதன் இறைவனுக்குச் சொன்னது : திருவாசகம்.
மனிதன் மனிதனுக்குச் சொன்னது : திருக்குறள்.

வெவ்வேறு இடங்களில் தோன்றும் நதிகள் கடலில் இணைவது போல பல்வேறு காலங்களில், பல மகான்கள் இறைநிலையை உணர்ந்து தோற்று-விக்கப்பட்ட மதங்கள் பலவாக இருந்தாலும், அவை அனைத்தும் சேருமிடம் இறைநிலைதான். தற்காலத்தில் மதவாதிகள் சிலர் மடவாதிகளாக மாறி விடுகின்றனர். பொருள்களைப் பறிக்கும் இடமாக மடங்கள் மாறி வருகின்றன.

மனிதர்களே இந்நிலையை மாற்ற வேண்டும். வாழும் காலத்தில் எந்த மதத்தவராக இருந்தாலும், பிற உயிர்களைத் துன்புறுத்தாமல் வாழவேண்டும்.

மதங்களின் பெருமை குறையக் காரணம் என்ன? மதங்களைத் துவக்கி வைத்த பெரியோர்கள், முழுமைப் பெற்றவர்கள். பிற்காலத்தில் மதத்தில் வகுத்த நோன்பு முறைகளை நன்குணர்ந்து மக்களுக்கு தலைமை தாங்கி விளக்கிக் கூறி வழிநடத்த தகுதிவாய்ந்த ஆசிரியர்கள் அரிதாகிவிட்டனர்.

இதனால், ஆண்டுகள் செல்லச் செல்ல, அறிவிலும், ஒழுக்கத்திலும், வாழ்க்கை நெறியிலும் உயர்வடையாத பலர் மத ஆசிரியர் பொறுப்புகளை ஏற்றனர். இத்தகையவர்கள் மக்களை அவர்கள் ஆசைக்கு உட்படுத்தி அடிமைகளாக்கி மதத்தின் பெருமைகளை மங்கச் செய்து விட்டனர்.

உண்மை உணர்ந்து அருட்பணியாற்றும் சில தலைவர்கள் இந்நிலை கண்டு வருந்துகின்றனர். இதனால் தானோ என்னவோ **"மதமான பேய் பிடியாதிருக்க வேண்டும்"** என்று இராமலிங்க அடிகள் எச்சரிக்கை விட்டார் என நினைக்கத் தோன்றுகிறது.

ஆதிகாலத்தில் இறைநிலையையும், இறைநீதியையும் உணர்த்துவதற்காக ஏற்படுத்தப்பட்டவை **சமயம்** ஆகும். சம+இயம்=நேர் நிறை உணர்வு பிரபஞ்ச தோற்றத்தின் மூல நிலையாகிய ஆதிநிலையை உணர்த்துவதற்காக ஏற்படுத்தப்பட்டவை சமயங்கள். சமயம் என்றால் சமைத்தல், பக்குவப்படுத்துதல் என்று பொருள். மனதை சமைக்கத் தான் சமயம். "வாழ்க்கையே-ஒரு சமயம்" "சமயங்கள் நடை பிணங்களாகவும், மூடநம்பிக்கை களின் இருப்பிடங்களாகவும் உள்ளன" என்றார் **விவேகானந்தர்.** சமயங்கள் பக்தி வழியாக மதங்கள் ஆயின. மதத்தை தோற்றுவித்தவர்களுக்குப் பின் அவர்கள் பெயராலே இன்னின்ன மதம் என்று அழைக்கப்பட்டது.

29. ஐந்துவகை யக்ஞங்கள்

யக்ஞம் என்றால் வழிபாடு. "எந்நன்றி கொன்றார்க்கும் உய்வுண்டாம். உய்வில்லை செய்நன்றி கொன்ற மகற்கு" என்றார் வள்ளுவர். மனிதன் தன்னை உலகுக்குத் தந்தவர்களையும், தனக்கு நன்மை செய்பவர்களுக்கும் தன் நன்றியைச் சொல்வதைத்தான் யக்ஞம் என்றனர். நமது சாஸ்திரங்கள் ஐந்து வகையான வழிபாடுகளை முன்மொழிகின்றன.

தேவயக்ஞம் : தினந்தோறும் கடவுளை வழிபடுவதற்காகச் செய்வது. வழிபாடு என்றால் காலில் விழுந்து வழிபடுவது அல்ல. மகான்களின் சொற்களுக்கும் சிந்தனை களுக்கும் மதிப்புத்தந்து அவர்கள் காட்டிய நெறியில் செல்வது. புனித நூல்கள் சிறு சிறு கருத்துக்களை வாழ்க்கையில் அடியொற்றிச் செல்வது.

பிதுர்யக்ஞம் : நாள்தோறும் மாதா, பிதாவுக்கும், மூதாதையருக்காகவும் வழிபாடு செய்வது. பெற்றோர்களுக்கு உரிய கடமையைச் செய்யாமல் நாம் செய்கின்ற எந்த வழிபாடும் பலன் தராது. அதனால் தான் "கொக்கென்று நினைத்தாயோ கொங்கணவா" என்று ஒரு குடும்பப் பெண்மணி தவம் செய்த துறவிக்கு ஞானம் தந்தாள். அவள் ஒரு கசாப்புக் கடைக்காரனிடம் துறவியை அனுப்பி, துறவிலும் மேம்பட்டது தாய் தந்தையருக்குச் செய்யும் பணிவிடை என்று உணர வைத்தாள்.

மனுஷயக்ஞம் : நாள்தோறும் மக்களுக்குச் செய்யும் தொண்டை, கடமையை வழிபாடாகக் கருதிச் செய்வது. நாம் உடுப்பது, உண்பது, மக்களின் உழைப்பாகும். இதனால் செய்கின்ற பணியையே மற்றவர்களுக்குப் பயன் விளையும்படி செய்தல். சக

மனிதர்களை வெறுத்து மெய்ஞ்ஞானம் அடைய முடியாது. ஒவ்வொரு மனிதனும் இறைவனின் குழந்தைகள் என்று எண்ணும் போதுதான் அவர்களிடம் அன்பும் கருணையும் தோன்றும்.

பூதயக்ஞம் : நாள்தோறும் புல், பூண்டு, செடி, பறவை, விலங்கினங்களுக்காகச் செய்யும் தொண்டை கடமையை வழிபாடாகக் கருதிச் செய்வது. வள்ளலாரின் உபன்யாசத்தை கேட்கும் ஆவலில் வட்டாட்சியர் ஒருவர் தாம் பயணித்த வண்டியின் எருதுகளை விரட்டச் சொல்லி அவர் பேசும் இடத்திற்கு வந்தார். வண்டிக்காரர் எவ்வளவோ மன்றாடியும் எருதுகளுக்கு நீர்தரவோ, இளைப்பாறவோ அவர் அனுமதிக்கவில்லை. பிரசங்கம் நடத்திடும் இடத்திற்கு வந்ததும் வள்ளலார் அந்த எருதுகளை நோக்கிச் சென்றார். அவற்றின் முதுகைத் தடவிக் கொடுத்தார். "குழந்தைகளே உங்களுக்கு வலிக்கிறதா?" என்று பரிவுடன் கேட்டார். வாடிய பயிரைக் கண்டு வாடிய வள்ளலார் அல்லவா? தந்தளித்துக் கொண்டிருந்த முல்லை கொடியின் தவிப்பிற்குத் தேரைக் கொடுத்த பாரியைப் போல் கால் நடைகளை வழிபாடு செய்ய வேண்டும்.

பிரம்மயக்ஞம் : அறிவைக் கொடுத்த குருநாதரையும், வாழும் வகைகளை வகைப்படுத்திக் கொடுத்த முன்னோர்களையும் முனிவர்களையும் மதித்து வழிபடுவது. புனிதமான வற்றைப் படிக்க வேண்டும்; கேட்க வேண்டும்; சிந்திக்க வேண்டும்; பேச வேண்டும். **எப்பொருளையும் எச் செயலையும் எவர் ஒருவர் அடிக்கடி நினைக்கிறாரோ அவர் அப்பொருளின் தன்மையாய் மாறிவிடுவார் என்பது விதி**. இதனால் தீய குணங்கள் நம்மை அணுகாது. நல்லவற்றையே நாடுவது ஒரு ஆக்கப்பூர்வமான பாசிட்டிவான அணுகுமுறை.

30. நவக்கிரக வழிபாடு

பிரபஞ்சத்தில் உள்ள ஒவ்வொரு கோளுக்கும் ஒரு ஆற்றல் உண்டு. அந்தக் கோள்களில் இரசாயன அமைப்பு அதனுடைய பரிணாம வளர்ச்சி மற்றும் அதனுடைய இயல்புக்கேற்ப அலைகளை வீசிக் கொண்டே இருக்கும். இந்த அலை எந்தப் பொருளின் மீது வீசுகிறதோ அந்தப் பொருளிலேயே அந்த அலையின் தன்மையைத் தூண்டி விடும். ஒன்பது கோள்களுடைய தன்மைகளும் அதன் அலைகளும் நம்மீது வந்து கொண்டே இருக்கும்.

பூமி சூரியனைச் சுற்றுவதால், கோள்களின் தரமும் அடிக்கடி வேறுபடும். அதனால் கோள்களின் அலையின் அளவும் மாறுபடும். இந்த அலை மாறுதல்களால் நன்மை தீமைகள் வருகின்றன. இந்த அலையின் மாறுதல்களைச் சரிசெய்து கொள்ள பக்தி மார்க்கத்தில் தந்திரம் செய்தார்கள். ஆலயங்களில் நவக்கிரக வழிபாட்டை வைத்தனர். நவக்கிரகங்களை உருவங்களாக சிலை வடிவில் அமைத்தனர் .

செப்புத் தகட்டில் மந்திரத்தை எழுதி, அச்சிலைகளின் அடியிலே வைத்து மருந்தைப் பூசினார்கள். இதைச் சுற்றி வர சிறிய பாதையையும் அமைத்தார்கள். கிரக தோஷம் உள்ளவர்கள் கிரகத்தை நினைத்துச் சுற்றும்போது, செப்புத் தகட்டில் உள்ள மந்திரம் அலையாக வெளியில் வருகிறது. இது வலம் வருபவர்களின் ஜீவ காந்தத்தில் கலந்து, உடல் நலத்தை உண்டாக்குகிறது.நவக்கிரக அலை வித்தியாசங்களினால் வரும் துன்பத்தையும் இதனால் களைந்தார்கள்.

பக்தி மாாக்கத்தை தாண்டி ஞானமார்க்கம் சென்றபின் நவக்கிரக வழிபாடு வேறு வழியில் செல்லும். தவம் செய்யும் போது மனமானது ஒவ்வொரு கோளிலும் சென்று அமர்ந்து அதனுடன் நட்பு பாராட்டும். கோள்களுடன் நட்பு பாராட்டுவதால் அவற்றுடன் ஒரு பிணைப்பு ஏற்படும். கிரக அலை வித்தியங்களினால் வரும் துன்பத்தை எளிதாகக் களையலாம். இத்தவத்தை நவக்கிரக தவம் என்று ஞானமார்க்கத்தில் அழைப்பர்.

31. மௌனம்

மனம் மிகவும் சிறப்பானதும் உயர்வானது எனப் புரிந்து கொள்ள வேண்டுமானால் மனதிற்கு ஒரு ஆழம் வேண்டும். நாம் ஒவ்வொருவரும் மனோ சக்தியின் அணைக்கட்டுக்கள். அணைக்கட்டு என்றால் அதிகமான நீர் தேங்குமிடம்.ஆழம் அதிகரிக்க அதிகரிக்க அதன் பயன் அதிகம். வரும் நீர் வெளியே போனால் அதை எப்படி அணைக்கட்டு என்று கூறமுடியும்? இதைப்போலத் தான் மௌனம் என்பது பேசாமல் இருப்பது. ஆன்மீகத்தில் முன்னேற மூன்று விரதங்கள் கடைபிடிக்கப்படுகின்றன.

மௌனம் - வாயைக் கட்டுதல்
உபவாசம் - வயிறைக் கட்டுதல்
தவம் - விழிப்பு நிலை

மௌனம் ஒரு சக்தி வாய்ந்த கருவி.மௌனத்தின் மூலம் சக்தி பாதுகாக்கப்படுகிறது. மௌனத்தின் நோக்கம் மன அடக்கம். அதற்குரிய சடங்கு தான் வாய்

பேசாமை. மௌனத்தை தியானத்திற்கும், அகத்தாய்வுக்கும் பயன்படுத்த வேண்டும். மௌனம் இச்சாசக்தியை வளர்க்கிறது. சத்தியத்தை கடைபிடிக்கவும், கோபத்தை அடக்கவும் மௌனம் உதவுகிறது. மௌனம் இறைவனுடன் பேசும் மொழியாகும். மௌனம் ஒரு சில மணித்துளிகளாவது,ஒரு சில நாட்களாவது அல்லது மாதம் ஒருமுறையாவது இருந்தால் ஆன்மீக உயர்வுக்கு நல்லது.

தவம் செய்பவர்களுக்கு வாக்கு இந்திரியத்தையும், மனதைக் கட்டுப்படுத்தவும் உதவும். மௌனத்தால் நம் மன அலைச்சுழல் சுருங்கி இறைநிலையாகி இணைந்து விடும். ஆழமான அணைக்கட்டில் நீர் கொள்ளளவும் அதிகம் இருப்பது போல், மௌனத்தால் ஆழமான மனதில் மனோசக்தியின் கொள்ளளவும் அதிகமாகும்.

மனதில் ஆற்றல் அதிகரிப்பதால், பிரபஞ்சத்தில் இரகசியங்கள் சுலபமாகக் காட்சியாகத் தெரியும். **காந்தியடிகள்** அரசியலில் தெளிவான கருத்தை, நோக்கத்தை எய்த மௌனம் காத்தார். மௌனத்தில் மௌனம் கடை பிடிப்பது இலக்கிற்கு உறுதுணையாக அமையும்.

ஒரு தத்துவவாதி, வார்த்தைகளை வெளிப்படுத்தாமல், உங்களால் உண்மைகளை எனக்குச் சொல்ல முடியுமா? என்று **புத்தரிடம்** கேட்டார். அதற்கு **புத்தர்** மௌனமாக இருந்தார். சிறிது நேரம் கழித்து தத்துவவாதி புத்தரை வணங்கி என்னுடைய சந்தேகங்களைப் போக்கி உண்மையான வழியில் நுழைந்து விட்டேன் என்று கூறினார். அவர் போன பிறகு ஆனந்தா புத்தரிடம், அவர் என்ன அடைந்தார் எனக் கேட்டார். மௌனம் தான் அதற்கு உண்மையான பதில்.

62. கடவுளும் காற்றும்

கடவுளை நோக்கி ஓம் என்று உச்சரிக்கும் போது, சுவாசப் பையில் இருந்து அசுத்தக் காற்று முதலில் அகற்றப்படுகிறது. ஓம் என்று ஒலிக்காத இடை வேளையில் சுத்தமான காற்று சுவாசப்பையில் சேருகிறது. ஓம் என்று ஒலிப்பதால், நுரையீரலில் சுவாச இயக்கம் சீராக நடைபெறுகின்றது.

ஒரு நிமிடத்தில் 24 முறை சுவாசித்தால் ஆயுள் காலத்தில் ஒரு நாளைக்கு ஒரு நிமிடம் குறைகிறது. நாளொன்றுக்கு 24 முறை சுவாசிக்கும் நாம் ஓம் என்ற மந்திரத்தை முறையாக ஓதி வந்தால், சுவாசத்தின் எண்ணிக்கை குறையும். இதனால் நம் ஆயுட்காலம் கூடுகிறது.

கடவுள் ஆவியாக இருக்கிறார் என்கிறது **பைபிள்.** ஆவி என்றால் காற்று.பிராணவாயு. மூச்சுப் பயிற்சியான பிராணயாமத்தை சுவாசி யோகம் என்பார்கள் சித்தர்கள்.

வாசி என்பதைத் திருப்பிப் போட்டால் சிவா.சிவா என்றால் காற்று. பிராணவாயுவைத் தான் சிவன் என்று உருவகித்துள்ளார்கள். கடவுளுக்கு உள்ள குணங்களை காற்றுக்கு ஒப்பிடலாம்.

கடவுள்	காற்று
1. கடவுள் எங்கும் நிறைந்துள்ளார்.	காற்று எங்கும் நிறைந்துள்ளது.
2. ஆதியும், அந்தமும் இல்லாதவன்.	காற்றுக்கு முதலும், முடிவும் இல்லை.
3. உயிர்களுக்கு முதல்வன் கடவுள்.	வாழ்வுக்கும், உயிர் உற்பத்திக்கும் காற்று அடிப்படை.

4. கடவுள் முன் எல்லோரும் சமம்.	காற்றுக்கும் பிரிவினையும், பேதமும் கிடையாது.
5. உருவம் இல்லாதவன்.	காற்றுக்கும் உருவமில்லை.

கோடான கோடி தெய்வம் காற்றுள்ளேதான்
கூறி வைத்தாரல்லாது வேறொன்றில்லை
ஆடாத ஆட்டமெல்லாம் காற்றேயாகும்.
அது அகன்றால் அகில முதல் அழிந்து போகுமே.

என்று கோரக்கர் சந்திர ரேகையில் கூறப்பட்டுள்ளது,

'காலை வணங்கு' என்ற சொல் ஆன்மீகத்தில் உண்டு. இங்கு கால்என்றால் காற்று எனப்படும். வணங்கு என்றால் பிராணயாமப் பயிற்சி செய் என்று அர்த்தம். **அர்த்தத்தை அனர்த்தம் செய்வது ஆன்மீகத் துறையில் புதிதல்ல.**

உயிருடன் வாழும் காலம் என்பது இடைவிடாமல் மூச்சுக்காற்று ஓடுவதாகும். மூச்சை அடக்கி கும்பகம் செய்து வாழ்ந்தால் வாழும் காலம் அதிகரிக்கும். இதைத் திருமூலர் பின் வருமாறு கூறுகிறார்.

கலந்த உயிருடன் காலம் அறியின்
கலந்த உயிர்-அது காலின் நெருக்கம்
கலந்த உயிர்-அது கால் -அது கட்டிக்
கலந்த உயிருடன் காலமும் நிற்கும்

33. கல்லிலே கடவுள் ஏன்?

தெய்வ உருவங்களை கருங்கல்லில் செய்கிறார்கள். ஏன் தெரியுமா? பிரபஞ்சத்தில் உள்ள அனைத்தும் பஞ்ச பூதங்களின் கூட்டுத்தான். இருப்பினும், நிலம், நீர், நெருப்பு, காற்று, ஆகாயம் என்ற பஞ்சபூதங்களைச் சரியான அளவில் வைத்துள்ள, ஆகாயத்தைப் போலவே, வெளியே உள்ள ஒலியை தன்னிடம் இழுத்து ஒடுக்கி,

அதன்பின் மெதுவாக வெளியிடும் சக்தி கருங்கல்லுக்கு உண்டு.

கருங்கல்லிலே நெருப்பு உள்ளது. காற்றும் உள்ளது. நீரும் இருப்பதால், கருங்கல் குளிர்ந்த நிலையில் இருந்து மாறாமல் இருக்கிறது.**ஐம்பூதங்களே பிரபஞ்சத்தின் ஆதாரம்.** ஐம்பூதங்களை வழிபடுவதற்கு கருங்கல்லே சரியான பொருள் ஆகும். அதனால்தான் சிலை வணக்கத்திற்கும், கருங்கல்லைத் தெரிந்தெடுத்தனர்.

கடவுள் கல்லாய் இருக்கிறாரே? ஒரு கோயிலுக்குச் சென்றால் எத்தனை பெயரில் எவ்வளவு கடவுள் எனக் கேள்வி எழலாம்.

நாம ரூபம் இல்லாதவர் கடவுள். குழந்தைகளின் உள்ளத்தைக் கவருவதற்கு மிட்டாய்க் காரன் சர்க்கரைப் பாகு செய்து அதில் பல வகையான நிறங்களையூட்டி விற்பனை செய்கிறான். குழந்தைகள் தங்கள் விருப்பம் போல் வாங்கிச் சாப்பிடுகின்றன. இதே போல் தான் கடவுள் பல வண்ணங்களையும் வடிவங்களையும் கொண்டு அடியார்களின் உள்ளங்களை கவருகிறான்.

ஒருவனே ஒருவருக்கு கணவனாகவும், மற்றவருக்கு அப்பாவாகவும், சிலருக்கு மாமாவாகவும், சிலருக்கு அதிகாரியாகவும், இறந்த பின்பு பிணமாகவும் காட்சி தருகின்றான். இதே போல்தான் பரமர மக்களின் அழைப்பிற்கேற்ப உருவத்தில் காட்சி தருகின்றார். பக்குவம் பெற்றபின்தான் கடவுள் ஒருவரே, உருவ மில்லாதவர் என்பதை உணர முடியும்.

ஒன்றென்றிரு தெய்வம் உண்டென்றிரு: உயர் செல்வமெல்லாம்
அன்றென்றிரு பசித்தோர் முகம்பார் நல் அறமும் நட்பும்
நன்றென்றிரு நடு நீங்காமலே நமக்கிட்டபடி
என்னென்றிரு: மனமே உனக்கு உபதேசமிது.

தெய்வம் ஒன்று என்று இரு. தெய்வம் உண்டு என்று இரு என்று **பட்டிணத்தார்** பகர்ந்தார்.

34. பிரம்மச்சரியம்

பிரமச்சரியம் என்றால் இந்திரியக் கட்டுப்பாடு மட்டும் அல்ல. நம்மில் பலர் இவ்வாறாக நினைத்துக் கொள்வதால்தான் அதைப்பற்றிய தவறான கருத்தும் குழப்பமும் ஏற்படுகின்றது.

நம்முடைய உடல் பெறக்கூடிய எல்லா இன்பங்களுக்கும் . உயர்வாக இருப்பதாக நாம் நினைத்துக் கொண்டிருப்பது சிற்றின்பத்தைத்தான். இதைக் கட்டுபடுத்தினால் மனம் மற்ற இன்பங்களில் இலயிப்பதை நிறுத்திவிடும். இதனால் தான் பிரம்மச்சரியம் என்றால் சிற்றின்பத்தை விலக்குவது என்ற பொருள் ஏற்பட்டு விட்டது. இப்படி ஒரு புலன் உணர்வை மட்டும் நிறுத்தி விடுவது பிரம்மச்சரியம் ஆகிவிடாது.

பிரம்மனை உணர்வது பிரம்மச்சரியம். மனம் தன் மூலமான பிரம்மத்தை உணர்வது பிரம்மச்சரியம். மகான்களும். முனிவர்களும் கூட இல்லறத்தில் ஈடுபட்டிருந்தார்கள். ஆனால்,இவர்களுடைய கவனம் சிற்றின்பத்தின் பால் செல்லவில்லை. பேரின்பத்தையே நாடிச் சென்றார்கள். இறைவனை எண்ணி இறையுணர்வுடன் வாழ்ந்தார்கள்.

வாழ்க்கையில் இன்பத்தை அனுபவிக்க, வெவ்வேறு புலன்களும், உணர்வுகளும் பயன்படுகின்றன. ஆனால், நிறைவான இன்பம், பேரின்பம் இறைவனிடம் செலுத்தும் அன்பில்தான், பற்றில்தான் இருக்கிறது என்பதை உணர வேண்டும். பிரம்மத்தை உணர்ந்து பிரம்ம ஞானியாக, பிரமச்சாரிகளாகப் பரிணமிப்பதில் தான் ஆனந்தம்.

35. எங்கும் இறைவன்

படிக்காத பாமர மக்களுக்கும், புரிந்து கொள்ள முடியாவர்களுக்கும் குழந்தைகளுக்கும் **ஆரம்பக் கல்வி கொடுப்பது போல்** ஆலயத்தில் இறைவனைக் காட்டினார்கள் நம் முன்னோர்கள்.

மனிதன் வளர்ச்சியடைந்த பின்னர், புரிந்து கொள்ளும் பக்குவம் அடைந்த பின்னர், இறைவன் எங்கும் இருப்பதை உணருகிறான். பிரபஞ்சத்தில் படைக்கும் பரம்பொருளே பஞ்சபூதமாகி ,கோள்களாகி, ஓரறிவு முதல் ஆறறிவு வரை பரிணாமம் பெற்று, மனிதனாகவும் வந்துள்ளான் என்பதை உணருகிறான்.

இறைவனே மனிதனிடத்தில் அறிவாகவும், மனமாகவும் இயங்குகிறான் என்ற மெய்ஞ்ஞானத்தையும் பெறுகிறான். பிரபஞ்சம் முழுவதும் ஒரே மூலத்தை அடிப்படையாகக் கொண்டு விரிந்து இயங்கிக் கொண்டிருக்கிது.

எங்கும் இறைவன் இருக்கிறான் என்பதைத் தாயுமானவர்,

அங்கிங் கெனாதபடி எங்கும் பிரகாசமாய் ஆனந்த பூர்த்தியாகி என்று குறிப்பிட்டார்

கடலில் உப்பு கலந்திருப்பதைப் போல பிரபஞ்சம் முழுவதும்இறைவன் கலந்திருக்கிறான். நானே எல்லாமாக இருக்கிறேன். "யார் எல்லாப் பொருள்களிலும் என்னைக் காண்கிறார்களோ அவர்களை விட்டு நான் நீங்குவதில்லை" என்கிறது **பகவத் கீதை.**

காக்கைச் சிறகினிலே நந்தலாலா - உந்தன்
கரிய நிறந்தோன்றுதடா நந்தலாலா
தீக்குள் விரலை வைத்தால் நந்தலாலா
உனைத் தீண்டும் இன்பம் தோன்றுதடா நந்தலாலா

என்று எல்லா இடங்களிலும் இறைவன் இருப்பதை பாரதியார் உருகி உருகிப்பாடுகிறார்.

36. சில குறிப்புகள்

நவபாஷாணங்கள்:

1.சாதிலிங்கம், 2.மனோசிலை, 3.காந்தம், 4.அரிதாரம், 5.கந்தகம், 6.ரசகற்பூரம், 7. வெள்ளைப் பாஷாணம் (வெடியுப்பு), 8 தொட்டி பாஷாணம், செந்தூரம் ஆகியவை நவபாஷாணங்கள் என அழைக்கப் படுகின்றன. **போகர்** என்னும் சித்தர் ஐந்தாயிரம் ஆண்டுகளுக்கு முன்பு வாழ்ந்தார். இவரே இந்த நவ பாஷாணங்களைக் கொண்டு, பழனியாண்டவர் மூல விக்கிரகத்தைச் செய்து வைத்தவர்.

பதினாறு வகைப்பேறுகள்:

1. புகழ், 2. கல்வி, 3. வலிமை, 4.வெற்றி, 5. நன்மக்கள், 6. பொன், 7. நெல், 8. நல்லூழ், 9. நுகர்ச்சி, 10. அறிவு, 11. அழகு, 12. நோயின்மை, 13. வாழ்நாள், 14. பெருமை, 15. இளமை, 16. துணிவு, (பல்வேறு முறைகளில் இப்பேறுகளைச் சொல்லுவதும் உண்டு) ஆகியவை பதினாறு பேறுகளாகும்.

நவமுகில்கள்:

1. ஆவர்த்தம், 2. சம்வர்தம், 3. புஷகலம், 4. துரோனம், 5. காளம், 6. நீலம், 7. வாருணம், 8. வாழிவம், 9. தமம் ஆகியவை நவமுகில்களாகும்.

நவ நிதிகள்:

1.கச்சபநிதி (கச்சப்பம்மை), 2. கற்பநிதி, 3. சங்கநிதி, 4. பதும நிதி, 5.நந்த நிதி, 6. நீலநிதி, 7. மஹாநதி, 8. மஹர்மதுநிதி, 9. முகுந்தநிதி ஆகியவை நவநிதிகளாகும். இவை குபேரனிடமுள்ள நவநிதிகளாம்.

நவ நாகங்கள்:

1. அனந்தன், 2. ஆதிஷேன், 3. கார்க்கோடகன், 4. குளிகன், 5. சங்கபாலன், 6. தசஷன், 7. பதுமன், 8. மகாபதுமன், 9. வாசுகி ஆகியோர் நவநாகங்களாவர்.

நவதானியங்கள்:

1. உழுந்து (உளுந்து), 2. எள், 3. கடலை, 4. கொள்ளு, 5. சாமை, 6. தினை, 7. துவரை, 8. பயறு, 9. நெல் ஆகியவை நவதானியங்களாகும்.

எட்டுவிதப் புத்திகள் :

1. மிருந்துபுத்தி, 2. தாருபுத்தி, 3. சிவா புத்தி, 4. வேனு புத்தி, 5. தைல புத்தி, 6. கற்பூர புத்தி, 7. கரிப்புத்தி, 8. கதலித் துண்டு புத்தி ஆகியன எட்டு புத்திகளாகும்

அஷ்டமாசித்திகள் :

அணிமா : மகிமா, இலகிமா : கரிமா, பிராத்தி பிரகாமியம் : வசித்துவம் : ஈசத்துவம் (சித்தர்கள் பெற்ற சித்திகள்)

சம்பத்துக்கள் ஏழு:

1. உருவமைப்பு, 2. குணம், 3. அறிவில் உயர்வு, 4. புகழ், 5. உடல் வலிவு, 6. சுகம், 7. செல்வம் ஆகியன சம்பத்துக்களாகும்.

அறுவகை சமயவழிபாடு:

1. காணபத்யம் - கணபதி வழிபாடு-பஞ்சபூத வழிபாடு.
2. சௌரம் - ஆறுதத்துவங்களை உணர்த்த ஆறு முகத்தை வணங்கினார்கள்.
3. கௌமாரம் - எல்லா உயிர்களுக்கும் முக்கியமானது சூரியஒளி.
4. சாக்தம் - சக்தி வழிபாடு (விண், அசைவு சக்தி இருந்தால் - அசைவு. விண்ணை வழிபட்டார்கள்).
5. சைவம் - சிவ வழிபாடு அசையாத இருப்பு நிலை சுத்தவெளி.
6. வைஷ்ணவம்- விஷ்ணு வழிபாடு (விண் வட்டவடிவு சுழற்சி. சுழலும் போது சுழற்சிச்சக்கரம் ஒலிக்கும் சங்கு. சங்கு சக்கரம் வைத்து வழிபாடு.

37. பிரபஞ்சம் (UNIVERSE)

கோடிக்கணக்கான விண்மீன்கள் அடங்கிய கூட்டத்தை அண்டம் (Galaxy) என்று அழைக்கின்றனர். அண்டத்தை முதலில் கண்டுபிடித்தவர் இதாலிய நாட்டு வானவியல் அறிஞர் **கலீலியோ** (1564-1642)

இதுவரை எண்பது லட்சம் அண்டங்கள் இருப்பதாக உறுதி செய்யப்பட்டுள்ளன. ஆனால், இது வரை முப்பதாயிரம் அண்டங்கள் கண்டுபிடிக்கப்பட்டு இருக்கின்றன. நாம் இருக்கும் அண்டத்தின் பெயர் பால்வழி (Milky way). நமது அண்டம் சுருள்வில் (Spiral) வடிவத்தில் உள்ளது. நம் பால்வழி அண்டத்தின் வயது 12000 முதல் 14000 மில்லியன் ஆண்டுகள். நமது அண்டத்திற்கு இரண்டு துணை அண்டங்கள் உள்ளன.

நமது அண்டத்திற்கு அருகில் உள்ள அண்டத்தின் பெயர் அன்ட்ரோமெடா. சுமார் இருபது இலட்சம் ஒளி ஆண்டு தொலைவில் உள்ளது.

ஒவ்வொரு அண்டத்திலும் சுமார் 14000 கோடி நட்சத்திரங்கள் இருப்பதாகக் கண்டுபிடிக்கப்பட்டுள்ளன.

எல்லா அண்டங்களின் தொகுப்பே பிரபஞ்சமாகும். இப்பிரபஞ்சத்தின் குறுக்களவு சுமார் 2500 **கோடி ஒளியாண்டுகள்** எனக் கணித்துள்ளார்கள். (ஒரு வினாடிக்கு மூன்று லட்சம் கி.மீ. வேகத்தில் ஒளி பயணிக்கும் தூரமே ஒளி ஆண்டு எனப்படுகிறது).

பிரபஞ்சத்தில் உள்ள நட்சத்திர மண்டலங்கள் ஒன்றையொன்று விலகிச் சென்றும், நெருங்கிக் கொண்டும், புதியன தோன்றிக் கொண்டும், பழையன அழிந்து கொண்டும், விஞ்ஞானங்களின் அறிவுக்கு

எட்டாத எத்தனையோ நிகழ்ச்சிகள் நடந்து கொண்டே இருக்கின்றன.

இப்பிரபஞ்சம் மேலும் மேலும் விரிவதாகவும் கூறுகின்றனர். இப்பிரபஞ்சத்தைக் கடந்து நிற்பது, எல்லையற்ற சுத்தவெளி. பிரபஞ்சத்தைத் துல்லியமாக இயக்குவதும், மாபெரும் ஆற்றல் கொண்டதும் வெட்டவெளி. இதற்கெல்லாம் யார் அதிகாரி என்று கேட்டார் நாமக்கல் கவிஞர்.மெய்ப்பொருளே அந்த அதிகாரி.

இதைத்தான் பிரம்மம், மெய்ப்பொருள், பரமபிதா, அல்லா என்று மதங்களும், Unified Force என்று விஞ்ஞானமும் கூறுகிறது. பிரபஞ்சம் தோன்றக் காரணம் இறைவனே என்று 1687-ல் சொன்ன முதல் விஞ்ஞானி **சர் ஐசக் நியூட்டன்**. பிரபஞ்சம் முழுதும் நிரம்பியுள்ள உயிர்சக்தியை 'பிராணன்' என்று இந்துக்களும் 'பரிசுத்த ஆவி' என்று கிருஸ்துவர்களும் கூறுகின்றனர்.

38. சூரியன்

சூரிய ஒளி இல்லாவிடில் பூமியில் உயிர் வாழ்வது கடினம். பூமியின் இயக்கத்திற்கு சக்தி அளிப்பது சூரியனே. மனிதன் உயிர் வாழ்வதும், தாவரங்கள் தளிர்ப்பதும், பருவக்காலங்கள் வருவதும், கடலில் அலை அடிப்பதும், மழை பெய்வதும், பனி பெய்வதும், சூரியனால்தான்.

வானத்தில் இருக்கும் கோடிக்கணக்கான நட்சத்திரங்களில் நமது சூரியனும் ஒன்று. பகலில் நாம் காணும் சூரியன் பூமிக்கு அருகில் உள்ளது.

சூரியக் குடும்பத்தில் ஒன்பது கோள்களும், சுமார் 50 துணைக் கோள்களும், ஆயிரக் கணக்கான விண்கற்களும், லட்சக்கணக்கான வால்நட்சத்திரங்களும் உள்ளன. சூரியனின் ஈர்ப்பு சக்தி சுமார் 1000 கோடி மைலாகும். இதனுடைய சக்திக்குட்பட்ட கோள்கள் எல்லாம் சூரியனைச் சுற்றி வருகின்றன.

சூரியனுக்கும், பூமிக்கும் உள்ள தூரம் 9,30,000 மைல்கள். இதனுடைய விட்டம் 8,70,000 மைல்கள். இது ஹைட்ரஜன் வாயுக்களால் ஆன பெரிய நெருப்புக் கோளம். தன்னைத்தானே ஒருமுறை சுற்றிக்கொள்ள 27 நாட்கள், 9மணி, 7நிமிடங்கள் ஆகிறது.

வானில் உள்ள நட்சத்திரங்களில் மிகச் சிறியது சூரியன். ஆனால், பூமியைப் போல் பத்து லட்சம் பூமிகள் இதன் பருமனில் அடங்கிடும்.

சூரியனின் மையப் பகுதியில் ஏற்படும் அணுச் சேர்க்கைக் காரணமாகச் சிதைவு உண்டாகி, ஹைட்ரஜன் அணுக்கள் உறீலியம் அணுக்களாக மாறுகின்றன. அப்பொழுது ஏற்படும் அழிவே சக்தியாக வெளிப் படுகிறது. சூரியனின் விளிம்பில் உள்ள வெப்ப நிலை 6000^{0} c. மையப்பகுதியில் உள்ள வெப்ப நிலை $1,40,00,000^{0}$ c ஆகும்.

சூரிய ஒளி அதன் மேற்பரப்பில் இருந்து நம் வீட்டு வாசலுக்கு வந்தடைய 8 நிமிடம் 18 விநாடிகளாகும். ஆனால் ஒரு ஆச்சரியம் இந்த ஒளி சூரியனின் மையத்தில் சிக்கி சுழன்று தவித்து அதன் மேற்பரப்பை அடையவே ஆயிரக்கணக்கான ஆண்டுகளை எடுத்துக்கொள்கிறது.

பூமியின் மேற்பரப்பில் கவசம் போல் உள்ள காற்று மண்டலம் (ஓசோன் படலம்) சூரியனிடமிருந்து வரும் தீய ஒளிக்கதிர்களைத் தாங்கிக் கொள்கிறது. சூரியன் நம் உடலில் எலும்புடன் தொடர்புடையது. ஆரஞ்சு நிறமான கதிர்களை மனிதனுக்குத் தந்து மகிழ்ச்சியையும், வெற்றியையும், வளங்களையும் அளிப்பதாகச் சோதிடக் கலை கூறுகிறது.

39. புதன்

சூரியனுக்கு மிக அருகில் இருப்பதால், இக்கோள் நம் கண்ணுக்குத் தெரிவதில்லை. சூரியனுக்கு அருகில் முதலாவது சுற்றுப் பாதையில் சுற்றுகிறது. சூரியனிலிருந்து சுமார் 3 கோடி மைல்களுக்கு அப்பால் உள்ளது. இதற்கு துணை கோள்கள் இல்லை.

சூரியனை 88 நாட்களுக்கு ஒருமுறை சுற்றுகிறது. சூரியக் குடும்பத்தில் மிகச் சிறிய கோள் புதன். ஆனால், சுற்றுப்பாதையில் இதன் குறுக்களவு 3030 மைல் ஆகும். தன்னைத் தானே மெதுவாகச் சுற்றிக் கொள்கிறது. ஒரு சுற்று முடிப்பதற்குள் பூமியில் 59 நாட்கள் ஆகிவிடும்.

சூரியனுக்கு அருகில் இருப்பதால், பகலில் வெப்ப நிலை 400° C. இரவில் (-) 200° C ஆக இருக்கும். சூரிய ஒளி நேரிடையாகத் தாக்கும். இங்கிருந்து சூரியனைப் பார்த்தால், பூமியில் இருந்து பார்ப்பதைவிட மூன்று மடங்கு பெரியதாகத் தெரியும்.

பச்சை நிறக் கதிர்களை வீசி, மனிதனின் கல்வி ஆற்றலில் மேன்மை அளிப்பதாக சோதிடம் கூறுகிறது.

40. சுக்கிரன்

சூரியனுடைய இரண்டாவது வட்டப் பாதையில் சுற்றுவது சுக்கிரன். உருவத்தில் பூமியின் அளவாகத் தெரியும். இதன் விட்டம் 7625 மைல்கள். சூரியனை 225 நாட்களுக்கு ஒருமுறை சுற்றிவருகிறது. ஆனால், தன்னைத் தானே ஒருமுறை சுற்றிக் கொள்ள 243 நாட்கள் பிடிக்கிறது. சுக்கிரனில் ஒரு நாள் என்பது, ஒரு வருடம் என்று வைத்துக் கொள்ளுங்கள். சூரியனுக்கும் சுக்கிரனுக்கும் உள்ள தூரம் சுமார் 6 கோடி மைல்கள்.

சுக்கிரன் அழகாக இருப்பதால், கிரேக்கர்கள் இதை அழகுதேவதையாக கருதினார்கள். நம் முன்னோர்கள் "சுக்கிராச்சாரியார்" என அழைத்துள்ளனர். சந்திரனுக்கு அடுத்து இரவில் நமக்கு பிரகாசமாகத் தெரியக்கூடியது சுக்கிரனே.

இங்கு பூமியை விட 100 மடங்கு காற்று அழுத்தம் அதிகம். தரையில் இருந்து 12 மைல் உயரத்துக்கு அடர்த்தியான வாயுக்கள் உள்ளது. 91% கார்பன்-டை-ஆக்ஸைடு தான் நிரம்பி உள்ளது. இரவில் ஒளியைப்பெற சந்திரன் கிடையாது. எல்லா கோள்களும் சூரியனை வலமாகச் சுற்ற சுக்கிரன் மட்டுமே இடவலமாகச் சுற்றுகிறது.

ஜாதகத்தில் சுக்கிரன் ஒருவனுக்கு உச்சியில் இருந்தால், உயர் நட்பு, மனமகிழ்ச்சி, உயர்வு, ஆன்மீக முன்னேற்றம், உடல் நலம் அனைத்தும் அற்புதமாய் கிடைக்கும் என்கிறது சோதிடக் கலை.

41. பூமி

நாம் வாழும் பூமி, சூரியனை மூன்றாவது வட்டப் பாதையில் சுற்றுகிறது. சூரியனிலிருந்து பூமி 9.30 கோடி மைல் தூரத்தில் உள்ளது. 25,000 மைல் சுற்றளவு உள்ளது. இதன் விட்டம் 7965 மைல். மண், இரசாயனங்கள், உலோகங்கள் இவற்றால் ஆனது. தன்னைத்தானே மணிக்கு 1000 மைல் வேகத்தில் சுற்றுகிறது. சூரியனுடைய பாதையில் நாள் ஒன்றுக்கு சுமார் 16 இலட்சம் மைல் தூரம் ஓடுகிறது.

ஒரு பம்பரம் சுற்றுவதைப் போல் 'பூமி' தன்னைத் தானே சுற்றிக் கொண்டு சூரியனையும் சுற்றி வருகிறது என்று முதலில் சொன்னவர் போலந்து விஞ்ஞானி **நிக்கோலஸ் கோபர்னிகஸ்.** பூமியின் மேற்பரப்பில் நாம் வாழ்கிறோம். இதில் சுமார் 28 சதவிகிதம் நிலம். பெரும் பகுதி 72 சதவிகிதம் நீரால் சூழப்பட்டுள்ளது. பூமி உருண்டை என்பதையே, உலகில் சிலர் இன்னும் நம்பவில்லையாம்.

பூமி சுற்றுவதையும் பல லட்சம் மைல்கள் சுழற்சியால் ஓடுவதையும் உணர முடியவில்லையே? நல்ல கேள்வி.

சுற்றாமல் நிலையாக இருக்கும் இடத்தில் இருந்தால் தான் சுற்றுவதைப் பார்க்க முடியும். சுழலும் பூமியில் நின்று கொண்டு பார்த்தால் பூமி ஓடுவதைப் பார்க்க முடியாது. ஓடும் ரயிலில் இருந்து கொண்டு

பார்த்தால் நிலையாக இருக்கும் மரங்கள், தந்திக் கம்பங்கள் ஓடுவது போன்று தான் தோன்றும்.

இரவில் படுக்கும் முன்பு நிலையான ஒரு நட்சத்திரத்தைப் பார்த்துவிட்டு தூங்குங்கள். தூங்கி எழுந்தவுடன் காலையில் பார்த்தால் வேறு இடத்திற்கு வந்து விடும். தூங்கும் முன்பு கிழக்கில் பார்த்த நட்சத்திரக் கூட்டம் தூங்கி எழுந்த பின்பு காலையில் மேற்கில் தெரியும். பூமி தனது அச்சில் கிழக்கு மேற்காக சுற்றுவதை இதனால் உணரலாம்.

42. சந்திரன்

சூரியனது பாதையில் மூன்றாவது பாதையில் பூமி சுற்றுகிறது. பூமியின் துணைக்கோள் சந்திரன். பூமியை 27 1/3 நாட்களுக்கு ஒருமுறை சந்திரன் சுற்றுகிறது. பூமியோடு சேர்ந்து சந்திரனும் சூரியனைச் சுற்றுகிறது. பூமியிலிருந்து சுமார் 2,40, 225 மைல் தூரத்தில் உள்ளது சந்திரன். இதன் விட்டம் 2175 மைல்கள்.

பூமியின் குறுக்களவு 4ல் ஒரு பங்கும், பூமியின் எடையில் 81-ல் ஒரு பங்கும் உள்ளது. ஈர்ப்பு விசை பூமியை விட 6-ல் ஒரு பங்குதான் உள்ளது. மனிதன் காலடி வைத்துள்ள ஒரே கோள் சந்திரன்.

பூமியைச் சுற்றியுள்ள காற்று கவசமாக இருப்பதால் தான், **ஆகாயம் நமக்கு நீல நிறத்தில் காட்சித் தருகிறது**. பகலில் சூரிய வெளிச்சத்திலிருந்து நம்மைக் காக்கிறது. பூமியின் வெப்பமும் வெளியேறாமல்

தடுக்கிறது. சந்திரனைச் சுற்றி காற்று மண்டலம் இல்லை. இதனால் சூரிய வெப்பம் நேரிடையாகத் தாக்கும். நிலவில் பாதுகாப்பின்றி இருந்தால், குளிர் தாங்காமல் இறந்து விடுவோம். இரத்தம் சுண்டிவிடும். சூரிய ஒளி இல்லாத நிலவின் வெப்பநிலை (-) 180° C.

சந்திரனில் பல விந்தைகள் உள்ளன. பூமியில் 100 கிலோ எடை தூக்குபவன் சந்திரனில் 600 கிலோ தூக்குவான். பூமியில் 4 அடி தாண்டுபவன் சந்திரனில் 24 அடி தாண்டுவான். புவி ஈர்ப்பு விசை சந்திரனில் பூமியை விடக் குறைவு. சந்திரனிலும் இரவு பகல் உண்டு. இரண்டு வாரம் பகல். இரண்டு வாரம் இரவு. சந்திரனுக்கு தற்சுழற்சி, மற்ற கோள்கள் போல் தனித்து இல்லை. பூமியின் அருகில் இருப்பதால் அதன் காந்தக் களத்தில் தான் தற்சுழற்சி உள்ளது.

உயிர் வாழ காற்றும் தண்ணீரும் இங்கு இல்லை. நிலவைக் கவிஞர்கள் பலவாறு ஒப்பிடுகிறார்கள். ஆனால், அதன் தரையில் எரிமலை வாய் போன்ற பள்ளங்கள் அதிகமாக உள்ளன.

நமக்கு இரவில் நிலவு வெளிச்சம் தருகிறது. நிலவுக்கு பூமியில் இருந்து வெளிச்சம் கிடைக்கிறது. நிலவும் பூமியும் சுய வெளிச்சம் இல்லாதவை. சூரிய வெளிச்சத்தை பூமி நிலவில் பிரதிபலிக்கிறது. இந்த வெளிச்சத்தில் நிலவில் அமர்ந்து மனிதன் செய்தித்தாளைப் படிக்க முடியும். சந்திரனில் இருந்து வெண்மையாக வரும் காந்த அலை, மனித உடலில் இரத்த ஓட்டத்தை ஒழுங்குபடுத்துவது, மன மகிழ்ச்சியையும், நட்பு நலத்தையும் தர வல்லது என்கிறது சோதிடம்.

43. செவ்வாய்

சூரியனிலிருந்து நான்காவது வட்டப் பாதையில் சுற்றுவது செவ்வாய். இதனுடைய விட்டம் 4340 மைல்கள். சூரியனிலிருந்து 14 கோடி மைல்களுக்கு அப்பால் வலம் வருகிறது. தன்னைத் தானே சுற்றிக் கொள்ளும் நேரம் 24 மணி 37 நிமிடங்கள். பூமியை விட 37 நிமிடங்கள் அதிகம். பூமியின் உருவத்தில் பாதி தான் உள்ளது. பூமியோடு ஒற்றுமைகள் அதிகம் உள்ளன. இது சிகப்பு கிரகமாகத் தெரிவதால் எளிதில் இரவில் பார்க்கலாம். இதில் உள்ள அயன் ஆக்ஸைடு தான் சிகப்பு நிறத்திற்கு காரணமாகும்.

சூரியனைச் சுற்றிவர சுமார் இரண்டு வருடங்கள் (687 நாட்கள்)ஆகின்றன. இதனால் இங்கு பருவ காலங்களும் இரண்டு மடங்காக உள்ளன. செவ்வாய்க்கு இரண்டு துணைக் கோள்கள் உண்டு. தரைப் பகுதி பெரும்பாலும் கெட்டியான பாறைகளால் உள்ளது. விண் கற்களால் தாக்கப்பட்ட பள்ளங்கள் உள்ளன.

செவ்வாயைத் தங்களுக்கு வீரத்தை அளிக்கும் போர்க் கடவுளாக ரோமர்கள் வழிபட்டார்கள். மனிதர்களுக்கு தைரிய உணர்வையும், விஞ்ஞான ஆற்றலையும், மெய் அறிவையும் தருவதாகச் சோதிடம் கூறுகிறது.

44. விண்கற்கள் (ASTEROIDS)

சூரிய குடும்பத்தில் நான்காவது வட்டப் பாதையில் செல்லும் செவ்வாய்க்கும், ஐந்தாவது வட்டப் பாதையில் செல்லும் குருவுக்கும் சுமார் 34 கோடி மைல்களில் கோள்கள் ஏதுமில்லை. இதுகுறித்து விஞ்ஞானிகள் ஆய்வு செய்தனர்.

சிரஸ் (Ceres) என்ற சுமார் 640 மைல் குறுக்களவு கொண்ட ஒரு சிறிய கோளைக் கண்டுபிடித்தனர். பின்னர், இலட்சக்கணக்கான சிறிய கற்கள் சூரியனைச் சுற்றி வருவதைக் கண்டுபிடித்தனர். இவை அனைத்தையும் சேர்த்து "விண் கற்கள்" என்று அழைத்தார்கள்.

இதுவரை 40,000 விண்கற்களைத் தொலை நோக்கர்கள் அடையாளம் கண்டுள்ளனர். தொலை நோக்கி உதவியில்லாமல் சிரஸ் (Ceres), பல்லாஸ் (Pallas), வெஸ்டா (Vesta), ஜுனோ (Juno), ஆகியவற்றைப் பார்க்கலாம்.

சுமார் 200 விண்கற்களின் விட்டம் 60 மைல் வரை உள்ளது. பெரிய விண் கற்கள் சில கோள வடிவம் பெற்றுள்ளன. 100 மைல்களுக்கு குறைவான குறுக்களவு உள்ள சிறிய விண்கற்கள் கரடு முரடாக உள்ளன. பெரும்பாலான விண்கற்கள் தன்னைத் தானே சுற்றுகின்றன. இதற்கு சுமார் 5 மணியிலிருந்து 20 மணி

வரையில் ஆகின்றன. விண் கற்கள் பூமியில் உடைந்து கிடக்கும் கற்களைப் போன்று, முறையற்ற தோற்றத்தில் வானில் பயணித்து வருகின்றன. சில விண்கற்களுக்குத் துணைக் கோள்களும் உள்ளன.

பூமியை நோக்கி வந்து கொண்டிருக்கிற பல விண்கற்கள் சிதறுவதால், விண்கலங்களுக்கு சேதம் விளைவிக்கும் ஆபத்து ஏற்படலாம் என்று கருதுகின்றனர் விஞ்ஞானிகள். சிதறும் சில விண்கற்கள், பூமியின் காந்த ஆற்றலால் ஈர்க்கப்பட்டு, பூமியில் மோதுவதுண்டு. இது பூமியில் பெரிய பள்ளத்தை ஏற்படுத்தி விடுகிறது. இதை **"நட்சத்திர வடு"** (Stat wainds) என்று அழைக்கிறார்கள். இதே போல் நூற்றுக்கணக்கான கற்கள் வருடம் தோறும் பூமியைத் தாக்குகின்றன. பல கற்கள் பூமியின் காற்று மண்டலத்தில் வரும் போதே உராய்வில் எரிந்து வருகின்றன. இதுவே நாம் காணும் எரிநட்சத்திரம் (Shooting Stars).

45. குரு (JUPITER)

சூரியனின் ஐந்தாவது பாதையில் வலம் வருவது குரு. 1300 பூமிகளை அடக்கி மூடிவிடும் அளவிற்கு, கோள்களிலேயே மிகப் பெரியது. பூமியை விட 1400 மடங்கு உருவத்தில் பெரியது. கணத்தில் 138 மடங்கு அதிகம். குரு தன்னைத் தானே சுற்றிக் கொள்ள 9 மணி 51 நிமிடங்கள் எடுத்துக் கொள்கின்றன. சூரியனைச் சுற்றிவர 11 ஆண்டுகள் 11 மாதங்கள் ஆகின்றன. சூரியனிலிருந்து 48 கோடி மைல்களுக்கு அப்பால் உள்ளது.

பூமியில் உள்ளது போல் கடினமான பாறைகள், உலோகங்கள் ஏதும் இல்லை. இலேசான வாயுக்களே அதிகம். சுக்கிரனுக்கு அடுத்த படியாக பிரகாசமான ஒளி பொருந்திய கோள் ஆகும். குருவினுடைய காற்று மண்டலம் 80 சதவிகிதம் (H_2) ஹைட்ரஜனும், 20 சதவிகிதம் ஹீலியம் (He) எனும் வாயுக்களால் ஆகியுள்ளது.

பிற கோள்களுக்கும். குருவுக்கும் மிகப் பெரிய வித்தியாசம் ஒன்று உள்ளது. குரு எவ்வளவு சக்தியைச் சூரியனிலிருந்து பெறுகிறதோ அதைப் போன்று மூன்று மடங்கு சக்தியை வெளியிடுகிறது. குருவிற்கு 16 துணைக் கோள்கள் உள்ளன. குருவின் வெளி மண்டலத்தின் மேல் பகுதியில் உயிரினங்கள் வாழ்வதற்கான வாய்ப்புகள் உள்ளதாக விஞ்ஞானிகள் கூறுகின்றனர்.

இதனை ரோமர்கள் "ஜுபிடர்" என்று பெயர் சூட்டினா். இது கிரேக்க கடவுளரின் அரசனுக்குச் சொந்தமானது. இந்தியாவில் அதை ஆசானின் பெயரில் குரு என்று அழைக்கின்றனர்.

பொன்னிறமான காந்த அலைகளை வீசும் இக்கோள், மனிதனுக்கு வாழ்க்கை வளங்களையும், மெய்யறிவையும் தருவதாகவும், **"குரு பார்த்தால் கோடி நன்மை"** என்றும் சோதிடம் கூறுகிறது.

46. சனி (SABOON)

சூரியனிலிருந்து ஆறாவது வட்டப் பாதையில் வலம் வருவது சனி. இதனுடைய குறுக்களவு 74898 மைல்கள். சூரியனிலிருந்து 88.6 கோடி மைல்களுக்கு அப்பால் உள்ளது. சூரியன் ஒரு முறை சுற்ற 29.46 ஆண்டுகள் ஆகின்றன. கோள்களில் மிகவும் அழகானது சனி. இதனைச் சற்றியுள்ள வண்ண வண்ண

வளையங்களே அழகிற்குக் காரணம். சூரிய குடும்பத்தில் இரண்டாவது பெரிய கோளாகும். இதற்கு 18 துணைக் கோள்கள் இதுவரை கண்டறியப்பட்டுள்ளன.

இது ஹைட்ரஜன் துகள்களாலேயே ஆகியுள்ளது. பூமியின் அடர்த்தியில் 1/2 பங்கு தான் உள்ளது. இதை கடலில் விட்டால் மிதக்கும். குருவைப் போலவே, சூரியனிடமிருந்து சக்தியைப் பெற்று மூன்று மடங்காக வெளியிடுகிறது. இதன் மையப் பகுதியில் ஏற்படும் வாயுவின் சுழற்சி வேகமானது, மணிக்கு 1060 மைல்களாகும். இது பூமியில் ஏற்படும் கடும்புயலை விட பலமடங்கு வேகம் மிகுந்தது.

இது சாம்பல் நிறமான காந்த அலைக் கதிர்களை வீசிக்கொண்டுள்ளது. உடலின் நரம்புகளோடு தொடர்புடையன. இது நீண்ட ஆயுளையும், உடல் நலத்தையும், பொருள் வளத்தையும் தருவதாக சோதிடக்கலை கூறுகிறது. சனி சில கோணங்களில் இயங்கும்போது, அதிலிருந்து வரும் காந்த அலைகளால் மனிதனின் மனதில் உண்டாகும் பாதிப்பை, ஏழரைச் சனி, அஸ்டமச் சனி என்கிறார்கள். அவரவர்கள் செயலுக்கேற்ற விளைவைத் தருவதால், கண்டத் தூய்மை செய்ய உதவும் ஆன்மீகக் கோளாகும்.

47. யுரேனஸ் (URANES)

சூரியனின் ஏழாவது வட்டப் பாதையில் 178 கோடி மைல்களுக்கு அப்பால் சுற்றி வருகிறது. இது தன்னைத் தானே சுற்ற 17 மணி 15 நிமிடங்களும், சூரியனை வலம் வர 84 ஆண்டுகளையும் எடுத்துக் கொள்கிறது. இதன் குறுக்களவு 31771 மைல்கள்.

தற்செயலாகத்தான் 1781-இல் பிரிட்டிஷ் விஞ்ஞானிகளால் கண்டு பிடிக்கப்பட்டது. இது பூமியைவிட 67 மடங்கு பருமனில் பெரியதாகவும் 14.5 மடங்கு கனத்தில் பெரியதாகவும், 1.17 பங்கு ஈர்ப்பு விசையில் அதிகமாகவும் உள்ளது.

சூரியனிலிருந்து அதிக தொலைவில் இருப்பதால், வெப்ப நிலை (-) 216° C ஆக உள்ளது. தொலை நோக்கி இல்லாமல் பார்க்க இயலாது. இதற்கு 15 துணைக் கோள்கள் இருக்கின்றன.

இது இரண்டு நூற்றாண்டுகளுக்கு முன்னர் தான் கண்டு பிடிக்கப்பட்டதாலும், சூரியனைச் சுற்றிவர 84 ஆண்டுகள் ஆவதாலும், சோதிடக் கலையில் திசா காலங்கள் கணிக்கப்படவில்லை.

48. நெப்டியூன் (NEPTUNE)

சூரியனின் எட்டாவது பாதையில் 280 கோடி மைல்களுக்கு அப்பால் சுற்றி வருகிறது. இதன் குறுக்களவு 30,700 மைல்கள். இது தன்னைத் தானே சுற்றிக் கொள்ள 16 மணி நேரம் ஆகிறது. சூரியனை வலம் வருவதற்கு 165 ஆண்டுகள் ஆகின்றன. இதைத் தொலை நோக்கி மூலம் காணமுடியும். பெரிய கறுப்பு வட்டம் உள்ள கோளாகும்.

இது பூமியை விட 38 மடங்கு பெரியதாகும். இதற்கு எட்டு துணைக்கோள்கள் உள்ளன. கோளின் மையப் பகுதி பாறை மற்றும் கடின உலோகங்களால் ஆனது. குரு, சனி போன்ற லேசான வாயுக்களால் ஆன ஒரு கோளாகும்.

இக்கோள் ஒரு ராசியிலிருந்து மற்றொரு ராசிக்கு வர 14 ஆண்டுகள் ஆகும். எனவே, சோதிடக் கலையில் இக்கோள் வரவில்லை.

49. புளூட்டோ (PLUTO)

சூரியக் குடும்பத்தில் கடைசியாக எட்டாவது பாதையில் 367 கோடி மைல்களுக்கு அப்பால் வலம் வந்து கொண்டிருக்கிறது. மிகச் சிறிய கோளான இதன் குறுக்களவு 1440 மைல்கள். சூரியனைச் சுற்றிவர 247.7 ஆண்டுகள் ஆகின்றன. மிகவும் குளிரான கோளாகும். ஒன்பது கோள்களிலே மிகவும் சிறியது.

1930-இல் தான் அமெரிக்க விஞ்ஞானி இதைக் கண்டு பிடித்தார். இதற்கு ஒரு துணைக் கோள் உள்ளது. மிகப் பெரிய தொலைநோக்கியால் மட்டும் தான் இதனைக் காணமுடியும். மஞ்சள் நிறமாகக் காட்சி அளிக்கும். இதில் மிக இலேசான மீன்தேன் வாயுவால் ஆன பனி மண்டலம் இருக்கிறது என்று கண்டறிந்துள்ளார்கள்.

இங்கு நீரைப் போன்று இருமடங்கு அடர்த்தி உள்ளது. இது பாறை போன்ற கெட்டிப் பொருளாக மாறியுள்ளதாக விஞ்ஞானிகள் கூறுகின்றனர். தொலைவில் உள்ள இக்கோளும் சோதிடக் கலையில் இல்லை.

50. ராகு-கேது

பிரபஞ்சத்தின் கதாநாயகனான சூரியன் 8,70,000 மைல்கள் குறுக்களவு உடையது. சூரிய மையத்தில் 1,40,00,000^{0} வெப்பம் உண்டாகிறது. இதன் மையத்தில் ஏற்படும் நெருக்கத்தால் அணுச் சிதைவு ஏற்பட்டு

அணுக்கள் செயலற்று நின்று விடுகின்றன. இவை சுத்தவெளியாகி அங்கு நிற்க முடியாமல் ஒரு கோடு போல், சூரியனின் மையத்தில் ஆரம்பித்து பிரபஞ்சத்தை எல்லாம் கடந்து, வெட்டவெளியுடன் கலந்து கொண்டு இருக்கின்றன. இவ்வாறு சூரியனின் இருபுறமும் எப்பொழுதும் இயங்கிக் கொண்டிருக்கின்றன. கருநிறமான காந்த அலைப்பாதைகளை ஒரு புறம் ராகு என்றும், மறுபுறம் கேது என்றும் அழைக்கிறோம்.

விஞ்ஞானிகள் கரும் புள்ளியைத்தான் குறிப்பிடு கின்றனர். இது நீண்டு செல்வதால், பாம்பு என்று கருதுகின்றனர். ராகு கேது காந்த அலைப் பாதை கருநிறமான அலைகளை வீசி உடலில் ஓஜஸ் சக்தியோடு தொடர்பு கொள்கிறது. மனிதனுக்கு மெய் விளக்கம், உடல் நலம், வாழ்க்கை வளங்கள் அளிப்பதாக சோதிடக் கலை கூறுகிறது.

51. வால் நட்சத்திரங்கள் (COMETS)

விண் உலகத்தில் முதல் தோற்றப் பொருளான வாயுக்களின் கூட்டுகளால் தோன்றிய, முகில் போன்ற தோற்றப் பொருளாகும். சூரிய மண்டலத்தின் வெளி விளிம்பில் தொடங்கி, கோள்களின் பாதையில் குறுக்கிட்டு மிகப் பெரிய நீள் வட்டப் பாதையில் சூரியனை வலம் வருகின்றன.

சூரிய குடுமபத்தில் ஒரு இலட்சம் கோடிக்கும் அதிகமாக வால் நட்சத்திரங்கள் உள்ளன. வால் நட்சத்திரத்தின் ஒரு முனையில் அதன் கரு அமைந்துள்ளது. கருவின் தலைப் பகுதி காமா என்ற வாயுக்களால் சூழ்ந்து கனத்த பகுதியாக உள்ளது. இதன் வால் பகுதி லேசான வாயுவால் மற்றும்

தூசுகளால் ஆனது. வால் நட்சத்திரங்களில் சூரியனையும் சுற்றும். சமயங்களில் வேறு பாதையிலும் வலம் வரும். சூரியனிலிருந்து தொலைவில் இருக்கும் போது, வால் தோன்றுவதில்லை. அருகில் வரும் போதுதான் தோன்றுகிறது. வால் நட்சத்திரங்கள் மணிக்கு 1,16,000 மைல்கள் வேகத்தில் செல்கின்றன.

வால் நட்சத்திரங்கள் தோன்றினால், மனித குலத்திற்குப் பஞ்சம், போர்கள், மரணங்கள் வரும் என்று முன்னோர்கள் பயந்தனர். இது மூட நம்பிக்கை. இதனால் எவ்வித அபாயமும் இல்லையென்றும், பூமியில் மோதும் அபாயமும் இல்லை என்றும் விஞ்ஞானிகள் கண்டு பிடித்துள்ளனர்.

52. நட்சத்திர மண்டலம் (GALAXY)

நாம் காணும் சூரியனைப் போன்று சிறியதும், பெரியதுமான கோடான கோடி நட்சத்திரங்களின் கூட்டமைப்பே நட்சத்திர மண்டலம் ஆகும். **பிரபஞ்சத்தில் ஐம்பது பில்லியன் (Billion) நட்சத்திர மண்டலங்கள் இருப்பதாகக் கண்டறிந்துள்ளனர்.**

சூரியனும், அதைச் சார்ந்த கோள்களும் சேர்ந்த கூட்டே நட்சத்திர மண்டலத்தில் ஒரு நட்சத்திரமாகும். நட்சத்திர மண்டலத்தில் நட்சத்திரங்கள், கோள்கள் தவிர ஹைட்ரஜன் மூலக் கூறுகளும், ஹைட்ரஜன், கார்பன் மற்றும் சிலிக்கான் ஆகிய வாயுக்களாலான துகள் மண்டலங்களும், வான்காந்த அலைகளும் நிரம்பி உள்ளன. நட்சத்திரங்களும், வாயுக்களும், Galaxy-யின் மையப் பகுதியைச் சுற்றி வருகின்றன. இவை சுற்றி வர 100 மில்லியன் ஒளி ஆண்டுகளுக்கு மேல் எடுத்துக்

கொள்கின்றன. நட்சத்திர மண்டலங்கள் பிரபஞ்சவெளியில் தனித்து இயங்காமல், பல இணைந்து ஒரு சிறு தொகுதியாகவே இயங்குகின்றன.

பிரபஞ்சத்தில் உள்ள எல்லா நட்சத்திரங்களின் கூட்டங்களையும், 12 தொகுதிகளாக, ராசிகளாகச் சோதிடக்கலை பிரித்துள்ளது.

53. பால்வெளி மண்டலம்

நமது சூரியன் உள்ள இப்பால் வெளி மண்டலம் ஒரு சுருள் வடிவில் உள்ளது. இதன் மையப்பகுதி 16,000 ஒளி ஆண்டுகள் குறுக்களவுள்ள வடிவ முடையது. அப்படியான ஒரு கிளைக்குள் தான் சூரியன் இடம் பெறுகிறது. இவற்றில் பத்தாயிரம் கோடி சூரியன்கள் அமைந்துள்ளன.

தட்டையான அமைப்புடைய இந்த நட்சத்திர மண்டலத்தின் குறுக்களவு சமார் ஒரு இலட்சம் ஒளி ஆண்டுகள் ஆகும். இது நட்சத்திர மண்டல மையத்தை ஒருமுறை சுற்றிவர இருபத்து மூன்று கோடி ஆண்டுகள் ஆகும் என்கிறார்கள்.

நாம் பார்க்கும் சூரியன் நட்சத்திர மண்டலத்தின் மையப் பகுதியில் இருந்து 32,000 ஒளியாண்டுகள் தூரத்தில் இருப்பதாகக் கணித்துள்ளார்கள்.

54. காலம்

ஒரு இயக்கத்தின் தொடக்கத்தில் தோன்றி, அந்த இயக்கத்தின் முடிவு வரை நீளும் இயக்கத்தின் சார்பு நிலையே காலமாகும். இறைவெளியின் எழுச்சியில்

தோன்றிய காலம் என்ற தத்துவத்தைப் பார்ப்போம். பிரபஞ்ச தோற்றத்திற்கும், அதன் முடிவிற்கும் இடைபட்ட காலத்தை நம் முன்னோர்கள் நான்காகப் பிரித்துள்ளனர்.

நான்கு யுகங்களாகப் பிரித்து, ஒவ்வொரு யுகத்திற்கும் இத்தனை ஆண்டுகள் என கணித்திருக்கிறார்கள். நாம் கலியுகத்தில் வாழ்கிறோம். இந்தக் கலியுகம் கி.மு. 3012-ஆம் ஆண்டு பிப்ரவரி மாதம் 18-ஆம் தேதி வெள்ளிக் கிழமை தொடங்கியதாக கணக்கிட்டுள்ளார்கள். கலியுகத்தின் கால அளவு 4,32,000 ஆண்டுகள் எனக் குறிப்பிடுகிறார்கள்.

கலியுகத்திற்கு முந்தியது திரேதாயுகம். இதன் காலம் கலியுகத்தைப் போல் இரண்டு மடங்காகும். அதற்கு முந்தியது துவாபரயுகம் என்றும், இது கலிகாலத்தைப் போல் மூன்று மடங்கு என்றும், அதற்கு முந்தியது கிருதயுகம் என்றும், இது கலிகாலத்தைப் போன்று நான்கு மடங்கு என்றும், கலியுகத்தைப் போன்று பத்து மடங்கு ஆண்டுகள் அதாவது 43,20,000 ஆண்டுகள் சேர்ந்து ஒரு மகாயுகம் என்று கணக்கிட்டு உள்ளார்கள். இது போல் ஆயிரம் மகாயுகங்கள் கொண்டது ஒரு **"கல்பகாலம்"** என்றும், இது பிரம்மத்திற்கு ஒரு பகல் என்றும் கணித்துள்ளார்கள்.

இக்காலத்தின் தொடக்க நாள் பிரபஞ்ச பரிணாமத்தின் அல்லது இயக்கத்தின் முதல் நாள் என்றும், இந்தக் கல்ப கால முடிவில் அணு முதற் கொண்டு அண்டம் ஈறாக எல்லாத் தோற்றங்களும் சுத்தவெளியான பிரம்மத்தோடு இணைந்து வருகிறது என்றும், திரும்ப இச்சக்தி தோன்றி இயங்க, ஆயத்தகாலம் பிரம்மாவின் ஒரு இரவு என்றும், பிரம்மத்தின் ஒரு பகல் எத்தனை ஆண்டு காலமோ,

அதுவேதான் பிரம்மத்தின் ஓர் இரவுக் காலம் என்றும் அகத்துணர்ந்து குறிப்பிட்டுள்ளார்கள். இது இன்றைய விஞ்ஞானம் நீண்ட கால ஆய்வுக்கு எடுத்துக் கொள்ள வேண்டியதாகும்.

55. ராகுகாலம்

சூரியனிலிருந்து தோன்றும் காந்த அலைப் பாதைகளான ராகு மற்றும் கேதுக்கு நேரில் பூமி, சந்திரன் வருகின்றபோது கிரகணம் ஏற்படுகிறது. ராகு கேது அலைகளால் சூரிய சந்திர ஒளி பாதிக்கப்படும் போது, பூமியில் ரசாயன மாற்றங்கள் ஏற்படும். மனித உடலிலும் பாதிப்புகளை ஏற்படுத்துகின்றது.

இதனால் வரும் பாதிப்புகளை, பின் விளைவுகளைத் தவிர்ப்பதற்காகவே கிரகண காலத்தில், சாப்பிடக்கூடாது, சுப காரியங்கள் கூடாது, உடலுறவு கூடாது என்கின்றனர். கிரகண காலத்தில் ஏற்படும் ஊக்கத்தை ஆன்மீகச் சாதனைகள் செய்வதற்கு சிறந்த நேரம் எனக் கண்டறிந்தார்கள். இந்நேரத்தில் செய்யப்படும் தியானம், பூஜை, மந்திரங்களின் பயன்கள் பல மடங்காக அதிகரிப்பதைக் கண்டனர்.

கிரகண காலத்தில் வயிறு காலியாக இருந்தால், கோள்களில் இருந்து வரும் ஆற்றலையும், பூமியிலிருந்து வரும் ஆற்றலையும் நாம் எடுத்துக் கொள்ள இயலும். இதே கிரகணம் ஒவ்வொரு நாளும் ஒன்றரை மணி நேரத்திற்கு உள்ளதாக அறிந்தார்கள். ஒவ்வொரு நாளும் ஒவ்வொரு நேரத்தில் கிரகணச் சாயை இருப்பதையும் கண்டார்கள்.

இந்தக் கிரகணச் சாயை உள்ள நேரத்தில், ஆன்மீகச் சாதனைகள் செய்தால், பல நன்மைகள் உண்டாவதை அறிந்தனர். இந்த நேரத்தை ராகு காலம் எனப் பெயரிட்டனர். ஆன்மீக முன்னேற்றத்துக்குப் பயன்படுத்தாமல் லௌகீக வாழ்க்கைக்கு இந்த நேரத்தில் சுபகாரியங்கள் துவங்கக் கூடாது என்றனர். இதனால் மக்கள் ஆன்மீகத்தில் முன்னேற்றமடைவார்கள் என்று நம்பினர்.

ஆனால், **தற்போது ராகுகாலத்தில் எதுவுமே செய்யக் கூடாது என்ற மூட நம்பிக்கையில் இருந்து வருகின்றனர்.** ஆலயங்களில் இராகு கால பூஜை செய்வது போல், இந்த நேரத்தில் ஜெபம், மந்திரங்கள் ஓதுதல், தியானம் ஆகியவற்றைச் செய்தால் நன்மைகள் அதிகமாகக் கிடைக்கும் என்பதே உண்மை.

56. சூரிய சந்திர கிரகணங்கள்

ஒவ்வொரு மாதமும் சூரியனும், சந்திரனும், பூமியும் ஒரே நேர் கோட்டில் வருகின்றன. இச்சமயத்தில் கிரகணம் ஏற்படுவதில்லை. சூரியனுடைய அணுச் சிதைவில் ராகு, கேது அலைப் பாதைகளில் ஒவ்வொரு மாதமும் மூன்று கோள்களும் வரும். இதன் கோணம் சற்று விலகி வருகிறது.

ராகு கேது அலைப்பாதையில், சூரியனும், சந்திரனும், பூமியும் வரும்போது, மறைவு ஏற்படுகிறது. இந்த மறைவே கிரகணம் என்கிறோம். பூமிக்கும், சூரியனுக்கும்

இடையில் சந்திரன் வரும்போது, அங்கு சூரியன் மையத்தில் தோன்றும் காந்த அலைப்பாதையான ராகு அமையும் போது, சந்திரன் சூரியனிடமிருந்து வரக்கூடிய வெளிச்சத்தை அது மறைத்து விடும். இதைச் **சூரிய கிரகணம்** என்கிறார்கள்.

பூரண சந்திரன் தினத்தில், சூரியனுக்கும், சந்திரனுக்கும் இடையில் பூமி இருக்கும். இப்பொழுது பூமி சூரிய வெளிச்சத்தை மறைத்திடும். அந்த மறைவு சந்திரன் மேல் வருகிறது. ராகு கேது என்ற அலைகளுக்கு நேரில் பூமி வந்தால்தான் இந்த மறைவு ஏற்படும். இதை **சந்திர கிரகணம்** என்கிறார்கள்.

ஒவ்வொரு கிரகணத்தின் போதும், சூரியனைப் பாம்பு விழுங்கிவிட்டது என்றும், ராகு பிடித்து விட்டது என்றும், கேது பிடித்து விட்டது என்றும் அந்நாளில் முன்னோர்கள் சொல்லி வைத்துள்ளார்கள்.

57. கிரகண நாட்களில் சாப்பிடக் கூடாதோ?

ராகு கேது காந்த அலை வீச்சால், சூரிய ஒளி சந்திர ஒளி பாதிக்கப்படும் போது, நம் உடலில் ரசாயனமும் வித்தியாசப்படும். இந்த ரசாயன மாற்றத்தின் போது, நமது செரிமான சக்தி குறைவாக இருக்கும். எனவே, உண்ணா நோன்பு இருத்தல் உடலுக்கு நன்மை பயக்கும். நமது சக்தி அழிவு இல்லாமல் இருக்கும்.

இந்த நேரத்தில் ஆன்மீக நிலை, பூஜை, ஜெபம் முதலியன செய்வது நன்மையாக இருக்கும். இந்த

நேரத்தில் உடலுறவு கொள்ள நேரிட்டால், அதனால் உண்டாகும் குழந்தை கேடுற்ற உடலும், மனமும் உள்ளதாக இருக்கும். இத்தகைய ஆபத்துகளை தவிர்ப்பதற்காகவே, இதை விரத நாட்களாக முன்னோர்கள் ஆக்கி வைத்தார்கள்.

கிரகணம் முடிந்ததும் குளிப்பது என்பது தேவையற்றது. அப்படி குளித்தால் எப்போதும் குளிப்பது போல் தான். குளிக்காமல் இருந்தாலும் பாதிப்பு ஒன்றும் கிடையாது. குளிப்பது என்பது ஒரு சடங்கு தானே தவிர கட்டாயம் இல்லை.

58. எல்லா நேரமும் நல்ல நேரங்களே

நாம் வாழ்வது ஒரே உலகம் தான். இதற்கு ஒளி தருவது ஒரே சூரியன் தான். கடலும் ஒன்றுதான். ஆங்காங்கு மேடு பள்ளம் இருப்பதால் நீர் பிரிந்து நிற்கிறது. உலகம் தன்னைத்தானே சுற்றும் போது வெயில்படும் இடம் பகல், வெளிச்சம் படாத மறுபக்கம் இரவு. உண்மை இப்படி இருக்க நல்ல நேரம் கெட்ட நேரம் என்று எப்படிச் சொல்வது?

இரயில் புறப்பட, விமானம் பறக்க, கப்பல் கிளம்ப கால அட்டவணை (Time Table) நல்ல நேரம் பார்த்து

யாரும் போடவில்லை. இவ்வளவு முக்கியமான நிகழ்ச்சிகள் எல்லாம் சரியாகவே நடக்கின்றன. **நம் மனம் மட்டும் ஏதோ ஒரு பழக்கத்தினால் எல்லை கட்டிக் கொண்டு இயங்குகிறது.**

மெய்ஞ்ஞானம் பெறுவதற்காகப் போராடிக் கொண்டிருந்தார் **பன்ஜான்** என்ற துறவி. உண்ணும் போதும் இதையே நினைத்துக் கொண்டிருந்தார். காலம் கடந்தது. கவலை அடைந்தார். ஒருநாள் அங்காடியில் மாமிசம் விற்பவனுக்கும், வாங்குபவனுக்கும் நடந்த உரையாடலைக் கேட்க நேரிட்டது.

"உன்னிடம் இருக்கும் மிகச் சிறந்த மாமிசத் துண்டை எனக்குத் தர வேண்டும்" என்று வாடிக்கையாளர் கேட்டார். அதற்கு அவன் **"என்னிடம் இருக்கும் எல்லாத் துண்டுகளுமே சிறந்த துண்டுகள்தான்"** என்று பதிலளித்தான். அந்த நொடியில் தான் பன்ஜான் மெய்ஞ்ஞானம் பெற்றார்.

எனவே, **எல்லா நேரங்களும் சிறந்தவைதான். எல்லா நாட்களும் சிறந்தவைதான். நேரத்தையும்,** நாட்களையும் நாம் தெரிந்தெடுக்க வேண்டியதில்லை. **எல்லா நாட்களும் இயற்கையால் படைக்கப்பட்டவை.** அவற்றில், நல்லவை என்றும், தீயவை என்றும் பகுத்துப் பார்க்கும் அவசியம் எதற்கு? என்பதைக் குறிப்பிடத்தான் **"நல்ல நல்ல அவை நல்ல நல்ல"** என்று **திருஞானசம்பந்தர் கோளறு பதிகம்** பாடினார்.

59. நான்கு வேதவாக்கியங்கள்

தத்துவமசி:

தத்துவம் - அது தான் நீயாக இருக்கிறாய். எது ஆதியில் இறை நிலையாக இருந்ததோ, அதுவேதான் இப்போது நீயாக இருக்கிறாய். பிரபஞ்சத்தில் நீ ஒரு கூறு. முழுமையின் குழந்தைகளில் நீயும் ஒருவன்.

அகம் பிரம்மாஸ்மி:

உடலும் நீதான். உள்ளமும் நீதான். உடல் செய்யும் இத்தனை செயல்களும் பதிவாகி இருக்கும். கம்ப்யூட்டர் தான் உள்ளம். இறைவன் தான் உள்ளமாக இருக்கிறான். பிரம்மமேதான் அகம் + உள்ளமாகவும் இருக்கிறது.

அயம், ஆத்மம், பிரம்மம்:

ஆன்மாதான் பிரம்மம். ஏன் என்றால் இப்போதுள்ள நம் ஆன்மாவுக்கும், இன்னொருவருடைய ஆன்மாவுக்கும் வேறுபாடு என்ன? மற்ற எல்லா வகையிலும் இரண்டு ஆன்மா ஒன்றாக இருந்தாலும், வினைப் பதிவுத் தொடரில் நம் ஆன்மா ஒரு கிளை. இதுவரைக்கும் எத்தனையோ பிறவி எடுத்தேன்.

அந்தந்தப் பிறவியிலேயும் இந்த ஆன்மாதான் இருந்தது என்றாலும், அவ்வப்போது இருந்த சூழ்நிலைகளுக்கும், அதுவரை வந்த பதிவுகளுக்கும் ஏற்றவாறு நமது ஆன்மாவின் தன்மை

அமைந்திருக்கிறது. எனவே, ஆன்மா தான் பிரம்மம். பிரம்மம்தான் ஆன்மா.

பிரக்யானாம் பிரம்மம்:

நாம் எப்போதும் ஏதாவது எண்ணிக் கொண்டே இருக்கிறோம். எண்ணமாக இருக்கக்கூடிய ஆற்றலும் பிரம்மம்தான். பிரம்மம், அறிவு, மனம் இந்த மூன்றுக்கும் உள்ள தொடர்பை அறிந்து கொண்டால் வேத வாக்கியங்களின் பொருளும் எளிமையாகப் புரிந்து விடும்.

60. புராணங்கள்

புராணம் என்றால் பழையவை. கதைகள் மூலம் நீதியைப் புகட்டுவது புராணங்கள். சமுதாயத்தில் நல்லனவற்றையும், தீயனவற்றையும், நல்லவர்களையும், தீயவர்களையும், நல்ல குணங்களையும், கெட்ட குணங்களையும், எடுத்துச் சொல்லியுள்ளது புராணங்கள். வேதம் உண்மையைச் சொல் என்று உபதேசிக்கிறது.

இதை மட்டும் சொன்னால் மனதில் புரியாது. அரிச்சந்திரன் கதையைக் கதையாகச் சொல்லி, "உண்மையைச் சொல்" என்றால் படித்தவர்கள் முதல் படிக்காதவர்கள் வரை மனதில் எளிமையாகப் பதிந்து விடுகிறது. ஏன்? மகாத்மா காந்தி கூட அரிச்சந்திர நாடகம் பார்த்து, மகாத்மாவாக அவதாரம் எடுத்தார்.

ஆனால், நாம் புராணங்களில் உள்ள தத்துவங்களைப் பார்ப்பதில்லை. நீதியைப் பார்ப்பதில்லை. கதையில் கற்பனைக்காகச் சொல்லப்பட்ட பத்து தலை, நான்கு முகம், பன்னிரண்டு கைகள் என்றெல்லாம் வரும். இதெல்லாம் கட்டுக்கதை என ஒதுக்கி விடுகிறோம்.

புராணங்களில் கவர்ச்சி வேண்டும் என்பதற்காக இவ்வாறு கற்பனை செய்யப்பட்டன. மனதில் தத்துவம் புரிவதற்காகச் சொல்லப்பட்டவை. அதில் தத்துவம் தான் முக்கியம். மற்றவை கற்பனைகள் என்று எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

நமக்கு இன்று புரியாதவை அடுத்து வரும் சந்ததிக்குப் புரியலாம். இன்று பொய், நாளையே உண்மையாகலாம். நாம் சக்கையைத் தள்ளிவிட்டு, சாற்றினைத் தான் அருந்த வேண்டும்.

பதினெட்டு புராணங்கள்

1. **பிரம்மபுராணம்**: பிரம்மாவைப் பற்றியும், அவருடைய உலகப் படைப்பு பற்றியும் கூறுவது. கலியுகத்தில் ஏற்படும் கெடுதிகளும், மக்கள் மேற்கொள்ள வேண்டிய கடமைகளும், பக்தியின் அவசியமும் விரிவாகச் சொல்லப்பட்டுள்ளன.

2. **பத்மபுராணம்**: காயத்ரீ மகிமையும், கற்பின் சிறப்பும் சொல்லப்படுகிறது.

3. **பிரம்மவைர்த்த புராணம்**: கிருஷ்ண பரமாத்மாவையே பிரம்மமாக பரப்பிரம்ம சொரூபமாகப் போற்றிச் சொல்கிறது.

4. **லிங்க புராணம்**: பரமசிவனுடைய வரலாறு களையும் திருநீறு முதலியவைகளையும் விரிவாகச் சொல்கிறது.

5. **விஷ்ணு புராணம்**: விஷ்ணுவின் பெருமைகளை விரிவாகச் சொல்கிறது.

6. **கருடபுராணம்**: கருடன் கச்யப மகரிஷிக்குச் சொல்லியது. பிராணன் உடம்பை நீங்கி அனுபவிக்கின்ற பலவிதமான நிலைகளைக் கூறுகிறது.

7. **அக்கினி புராணம்:** அக்கினியைப் பற்றிய புராணம். அக்கினி வசிஷ்டருக்கு உபதேசித்தது. மனிதன் செய்ய வேண்டிய செயல்கள், கடைப் பிடிக்க வேண்டிய செயல்கள், கடைப்பிடிக்க வேண்டிய நன்னெறிகள் முதலியவைகளைக் கூறுகிறது.

8. **மத்ஸ்ய (மச்ச) புராணம்**: பலவகை விரதங்களின் பெருமைகளும், தானங்களும் சொல்லப்பட்டுள்ளன. சிரார்த்தத்தின் அவசியம், பிதிர்காரியங்கள் இவைகளைப் பற்றியும் சொல்கிறது.

9. **நாரத புராணம்**: நாரதருடைய வரலாறும், அதையொட்டிப் பலவகை வாழ்க்கை நீதிகளையும், விரிவாக எடுத்துச் சொல்கிறது.

10. **வராஹ புராணம்**: திருமாலின் அவதார மகிமை, அன்னதானம் முதலிய தருமங்களின் சிறப்புகளைச் சொல்கிறது.

11. **வாமன புராணம்**: வாமன அவதாரம் நிகழ்ச்சியை எடுத்துரைக்கிறது.

12. **கூர்ம புராணம்**: கூர்ம அவதார நிகழ்ச்சி, மாயையால் வரும் துன்பங்கள், நீக்கும் முறைகள் பற்றிச் சொல்கிறது.

13. **பாகவத புராணம்**: விஷ்ணுவைப் பற்றியும், தேவியைப்பற்றியும், அன்னையாம் பராசக்தியின் பெருமையையும் சொல்கிறது.

14. **ஸ்கந்த புராணம்**: முருகப் பெருமான் வரலாறு சொல்லப்படுகிறது.

15. **சிவ புராணம்**: சிவ பெருமானின் பெருமைகளை எடுத்துச்சொல்கிறது. லிங்கோற்பவ நிகழ்ச்சிகள் எல்லாம் இதில் இடம் பெற்றுள்ளன.

16. **மார்க்கண்டேய புராணம்**: மார்க்கண்டேயரால் ஜைமினிக்குச் சொல்லப்பட்ட புராணம். அத்ரி, அனுசூயை முதலியோர் வாலாறுகள் எல்லாம் இதில் உள்ளன.

17. **பிரும்மாண்ட புராணம்**: பிரம்மாவால் படைக்கப் பட்ட பிரும்மாண்டங்களைப் பற்றிய செய்திகள் இதிலுள்ளன.

18. **பவிஷ்ய புராணம்**: 'பவிஷ்ய' என்றால் வரப்போகும் என்று பொருள். கலியுகத்தில் நடைபெற விருக்கும் செய்திகளையும், இறைவன் கல்கி அவதாரம் எடுக்கவுள்ள முறைகளையும் தேவியாசர் தன் தீர்க்க தரிசனத்தில் எடுத்துச் சொல்லியுள்ளவற்றைத் தன்னகத்தே கொண்டது.

61. பஞ்சாங்கம்

திதி, வாரம், நட்சத்திரம், யோகம், காரணம் என்று ஐந்து அங்கங்களையும் பற்றிக் கூறுவதால், இவ்வைந்து அங்கங்களையும் தன்னகத்தே கொண்டுள்ளதால் (பஞ்ச + அங்கம்) பஞ்சாங்கம் என்று பெயர் பெற்றது. நாழிகை, யாமம் விளக்கத்தைத் தெரிந்து கொண்டால், பஞ்சாங்கம் பார்ப்பது எளிது. ஒரு நாள் அதாவது 24 மணி நேரம் கொண்டது. 60 நாழிகையாகும். இது சூரிய உதயத்தில் இருந்து கணக்கிடப்படுகிறது. ஒரு யாமம் என்பது 3 மணி நேரமாகும். (யாமம் என்பது வழக்கில் ஜாமம் எனப்படுகிறது).

தமிழ் வருடங்களின் 60 பெயர்கள்:

1. பிரபவ	22. சர்வதாரி	43. சௌமிய
2. விபவ	23. விரோதி	44.சாதாரண
3. சுக்கில	24. விக்ருதி	45. விரோததிகிருது
4. பிரமோ தூத	25. கர	46. பரிதாபி
5. பிரஜோற்பத்தி	26. நந்தன	47. பிரமதீச
6. அங்கீரச	27. விஜய	48. ஆனந்த
7. ஸ்ரீமுக	28. ஜெய	49. ராக்ஷச
8. பவ	29. மன்மத	50. நள
9. யுவ	30. துன்முகி	51. பிங்கள
10. தாது	31. விளம்பி	52. காளயுக்தி
11. ஈசுவர	32. விளம்பி	53. சித்தார்த்தி
12. வெகுதானிய	33. விகாரி	54. ரௌத்திரி
13. பிரமாதி	34. சார்வரி	55. துன்மதி
14. விக்கிரம	35. பிலவ	56. துந்துபி
15. விஷு	36. பிரமாதி	57. ருத்ரோத்காரி
16. சித்திரபானு	37. சுபகிருது	58. இரக்தாட்சி
17. சுபானு	38. குரோதி	59. குரோதன
18. தாரண	39. விசுவாசு	60. அட்சய
19. பார்தத்திப	40. பராபவ	
20. விப	41. பிலவங்க	
21. சர்வசித்து	42. கீலக	

62. வேதங்களும் உபநிடதங்களும்

வேதம் என்ற சொல்லுக்கு அறிவைத் தரக்கூடிய நூல் என்று பெயர். அறிவுக்கு எட்டாததை அறிவிப்பது வேதத்தின் பொருளாகும். "வேதங்கள் ஐயா என ஓங்கி ஆழ்ந்து அகன்ற நுண்ணியனே" என்றார் **மணிவாசகர்.** வேத மந்திரங்கள் உள் ஆன்மாவின் யாழிசை, மனித வாழ்வு தெய்வத் தன்மை பெற வழிகாட்டி நடத்தும் மெய்யறிவுச் சுடர். வேதம் ரிக், யஜூர், சாமம், அதர்வணம் என நான்கு வகைப்படும்.

ரிக் வேதம்:

ரிக் என்றால் செய்யுள் வடிவான வேதம். ரிக் என்பதற்கு துதித்தல் அல்லது வழிபடுதல் என்று பொருள். இறைவனை துதிப்பாடல்களால் வணங்கும் வழிமுறைகளைத் தெரிவிப்பது.

யஜுர் வேதம்:

இதுவும் செய்யுள் வடிவான வேதம். யஜுர் என்பதற்கு வேள்வி, யாகம் என்பது பொருள். யாகம், பலி, தானம் முதலிய செயல்களைச் செய்யும் முறைகளைக் கூறுகிறது. அமாவாசை, பௌர்ணமி காலங்களில் செய்யவேண்டியது. பிதிர்கர்மாக்களுக்குச் செய்ய வேண்டியதைச் சொல்கிறது. சிறப்பு வாய்ந்த ஸ்ரீருத்ரம் இதில் தான் அமைந்துள்ளது. யஜுர் வேதத்தில், கிருஷ்ண யஜுர் வேதம், சுக்ல யஜுர் வேதம் என இரு பிரிவுகள் உள்ளன.

சாமவேதம்:

பெரும்பாலும் இசை வடிவால் ஆனது. இசைவடிவில் உள்ளதால், இப்பெயர் பெற்றது. ஏழு ஸ்வரங்களில் இசைப்பதற்குத் தகுதி வாய்ந்ததாக விளங்குகிறது.

அதர்வண வேதம்:

அதர்வா என்ற முனிவரால் கண்டறியப்பட்ட பல்பல மந்திரங்களின் தொகுப்பு. மந்திர பிரயோகங்களுடன், ராஜநீதி, தர்மநீதி இவைகளின் பலன்களை அடைவதற்குரிய வழிமுறைகளைக் கூறுகிறது. இந்த வேத உட்பிரிவுகளுக்கு சாகைகள் என்று பெயர். ரிக் வேதம் : 21 சாகைகள். யஜூர் வேதம்: 101 சாகைகள். சாமவேதம்: 1000 சாகைகள். அதர்வணவேதம்: 9 சாகைகள்.

உபவேதங்கள்:

1. ஆயுர்வேதம். 2. தனுர்வேதம். 3. கந்தர்வ வேதம். 4. அர்த்த சாஸ்திரம் (அரசு நீதி நூல்). உண்மையைச் சொல். இனியபேச்சு பேசு. உண்மையாயினும் கடுமையான சொல்லைச் சொல்லாதே. காதுக்கு இனிமையாய் இருக்கவேண்டி பொய் சொல்லாதே. வேதங்களிலும், உபநிடதங்களிலும், புராணங்களிலும் போதித்துள்ள தர்மங்கள் இதுவே.

வேதம்:

சம்ஹிதை, பிராம்மணம் என்னும் இரு பிரிவுகளை உடையது. சம்ஹிதை பாகத்தில், சொல்ல வேண்டிய மந்திரங்களைப் பற்றிச் சொல்லப்பட்டிருக்கிறது. பிராம்மண பாகத்தில், யாகங்களில் செய்ய வேண்டிய முறைகளும், தேவதைகளும் அதன் பலன்களும் சொல்லப்பட்டுள்ளன. இந்தப் பிராம்மண பாகத்தின் ஒரு பாகமே உபநிஷத் எனப்படும். உபநிஷத்துக்கள் உலகத்தைப் பற்றி உயிரினங்கள் பற்றி சூரியன், சந்திரன் மற்ற கிரகங்கள் பற்றி கூறும் உண்மைகள் இன்றைய அறிவியல் கருத்துக்களுக்கு ஒத்து வருகின்றன. இதில் மனிதர்களிலிருந்து தேவதைகள் வரை பிறவியில்லாத பெரும்பேற்றை அடைவதற்கச் சாதாரனமான ஈசுவர உபாசனை, வேதாந்த தத்துவம், பிரமாத்ம ஞான

விஷயமான தத்துவங்கள் முதலியவை சொல்லப் பட்டுள்ளன.

முக்கியமான உபநிஷதங்களின் பெயர்கள்:

1. ஈசாவாஸ்ய உபநிஷதம். 2. கேணோபநிஷதம். 3. கடோப நிஷதம். 4. பிரச்னோப நிஷதம். 5. முண்ட கோப நிஷதம். 6. மாண்டுக்யோப நிஷதம். 7. தைத்திரியோ நிஷதம். 8. ஐத்ரேய உபநிஷதம். 9. சாந்தோக்ய உபநிஷதம். 10. பிருஹதாரண்யக உபநிஷதம்.

63. சாஸ்திரங்கள்

வேதத்தின் பிரிவுகள் தான் சாஸ்திரங்கள். வேதத்தை மனிதனாக உருவகப்படுத்தினால், அவனுடைய பஞ்ச இந்திரியங்களையும் (மெய், வாய், கண், மூக்கு, செவி), புத்தியையும், குறித்து நிற்பது சாஸ்திரங்கள். வேதங்களில் விளக்கத்தைப் புரிந்து கொள்வதற்காக அதை ஆறு சாஸ்திரங்களாக மகரிஷிகள் பிரித்து உருவாக்கினார்கள்.

1. **சிட்சை** : வேதத்தைப் பயிலும் முறையை விளக்குகிறது.

2. **வியாகரணம்** : வேத மொழியின் இலக்கணத்தைக் கூறுகிறது.

3. **சந்தஸ** : மகிழ்ச்சிப் படுத்துவது என்று பொருள். மந்திரங்களை இயற்றுவதற்கு வேண்டிய யாப்பு இலக்கணம்.

4. **நிருத்தம்** : சரியாகக் கூறுவது என்று பொருள். வேதத்தின் வார்த்தைகளைப் பொருள் சிதையாமல் பிரித்துக் கூறும் வழிமுறைகளை விளக்குகிறது.

5. சோதிடம் : பூமியைச் சுற்றியுள்ள கிரகங்களின் தன்மைகளால் அமையும், மனித வாழ்க்கையைப் பற்றி விளக்குகிறது.

6. கல்பம் : வேதத்திற்குரிய கிரியைகளைச் செய்யும்போது பின்பற்ற வேண்டிய தாந்திரீக சாஸ்திரத்தை விளக்குகிறது. இதில் சிறப்பான கணிதசாஸ்திரம் அடங்கியுள்ளது.

வேதங்களின் உட்பொருளை அறிந்து கொள்வதற்காக மகரிஷிகள் ஸ்ருதிகளாகவும், புராணங்களாகவும் அருளச் செய்துள்ளனர். ஸ்ருதிகள் பதினெட்டாகும்.

1. மநுஸ்மிருதி
2. யாக்ஞவல்க்யஸ்மிருதி
3. அத்ரிஸ்மிருதி
4. விஷ்ணுஸ்மிருதி
5. ப்ருஹஸ்மிருதி
6. பராசஸ்மிருதி
7. வியாசஸ்மிருதி
8. தகஷஸ்மிருதி
9. ஹரீதரஸ்மிருதி
10. உஸனஸ்மிருதி
11. அங்கீரஸ்மிருதி
12. யமஸ்மிருதி
13. காத்யாயனஸ்மிருதி
14. கௌதமஸ்மிருதி
15. வசிஷ்டஸ்மிருதி
16. நாரதமஸ்மிருதி
17. ப்ருகஸ்மிருதி
18. ஸங்கஸ்மிருதி

64. பேயை அடக்குவது எப்படி?

பகவதி கோயில்களில் பேய் பிடித்தவர்களை அடக்குகிறார்களே அது எப்படி சாத்தியமாகிறது?

இத்தகைய கோயில்களில் மகான் ஒருவர் ஜீவ சமாதியாக இருக்கலாம். மகானின் உயிர் அடக்கமாகி

இருக்கலாம். அல்லது அங்கு ஒரு இயந்திரத்தை நிறுவி, அதில் மந்திரங்களைச் செபித்து அந்த களத்திற்குப் பேய்பிடித்தவர்கள் சென்றால், அவர்களுடன் இணைந்த ஆவிக்கு ஒரு வேகமான இயக்கம் உண்டாகும். இயல்பாக, தானாக இயங்கிக் கொண்டிருக்க வேண்டிய சொந்த ஆன்மா மயக்க நிலையில் இருக்கும்.

இந்தச் சமயத்தில் இணைந்த ஆவி. ஆடி ஆடி வெளியேறக்கூடிய அளவுக்கு வந்துவிடும். ஆனால், உண்மையில் வெளியேறுவது இல்லை. தான் அடைக்கலமாயிருக்கும் ஆன்மாவில் வலுவிழந்து ஒன்றுபட்டு விடும். இதுவரை பொருந்தாத தொல்லைகள் செய்து வந்த ஆவி இப்போது அமைதி பெற்றுவிடும். கோயில் பூசாரிகள் அம்மன் பெயர்களை வைத்து, அந்த அம்மன் மலையேறி விட்டது என்பார்கள்.

அறிவியல் படி கூறவேண்டுமானால், நம்மிடமுள்ள அந்த உயிரை வணங்குந் தோறும் நன்மை அளிக்கிறது. எதிர்க்கும் போது தீமை தருகிறது.

65. உண்மை விளக்கம்

கடவுள் : (கட+உள்) ஐம்புலன்களை கடந்த அகம் நோக்கி நின்று, அறிவை (இறைவனை) உணர்வது.

ஆலயம் : ஆன்ம+லயம் = இச்சையைத் தொழிலாகக் கொண்ட ஆன்மா ஓர்மை நிலை, அடக்க நிலை, ஒடுக்க நிலை என்ற மூன்று பிரிவுக்குள் ஒடுங்குவது.

காமதேனு : இச்சையை இயல்பாகக் கொண்ட ஆன்மா, காமம் - ஆசை, தேனு-பசு. பசு என்பது ஆன்மாவைக் குறிக்கும்.

சிந்தாமணி: சிந்தை+மணி = சிந்தை மணியான நிலை. ஆன்மா முற்றறிவாதல்.

கர்மயோகம்: (கர்மம்+யோகம்) செயல் நெறி - கடமை அறம்.

விநாயகன் : (வினைக்கு நாயகன்) தான் செய்யும் வினைகளுக்கு தானே காரணகர்த்தா வாகவும் இருத்தல்.

ஐந்துகரத்தன்: சிவம் (இருப்பு நிலை) சக்தி (இயக்கநிலை) இணைவதால் ஏற்படும் பஞ்சபூதங்கள் - நிலம், நீர், நெருப்பு, காற்று, விண்.

கந்தன் : சிவன் சக்தியால் பிறந்தது காந்தன் (ம்) = காந்தம் கந்தனாயிற்று.

ஆறுமுகம் : ஜீவகாந்தம் உடலில் தன் மாற்றம் பெறும்பொழுது ஏற்படும் அழுத்தம், ஒலி, ஒளி, சுவை, மணம், மனம்.

பிரம்மன் : (நான்முகன்) கால, தூர, பருமன், வேகம் ஆகிய நான்கினால் பிரபஞ்சத் தோற்றத்தைக் குறிப்பது.

கிருஷ்ணன் : கருப்பன், சுத்த கருப்பு, வெட்டவெளி, இறைவன்.

நாராயணன் : நார்+அயணன். நார் - தண்ணீர். அயணம் - மாற்றங்கள். ஜீவராசிகள், தாவரங்கள் வாழ்ந்து கொண்டிருப்பது தண்ணீரின் மாற்றங்கள் தான்.

ஐயர் : தன் ஐயத்தை நீக்கி மற்றவர்கள் ஐயத்தை நீக்குபவர்.

தற்பரன் : தானே பரனாக இருப்பது. தான் அவனாக இருப்பது.

முனிவன்	:	தன் முனைப்பு அற்றவன். கோபமற்றவன். பற்று அற்றவன்.
பிராமணன்	:	பிரம்மத்தை உணர்ந்தவன். அறிந்தவன்.
அந்தணன்	:	அறவோர். துறவறத்தில் நின்றவர். அந்தம் கண்டவர். இறைநிலை உணர்ந்தவர்.
கண்ணம்மா	:	(கண்+அம்மா) கண் = அறிவு. அறிவாக உள்ள இறையே.
சச்சி தானந்தம்	:	(சத்+சித்+அனந்தம்) எல்லாவற்றுக்கும் இருப்பான மெய்ப்பொருள். உயிரில் அறிவாகி இணைந்து தோற்றங்களாய் இருப்பது.
துறவு	:	உறவிலே கண்ட உண்மை நிலைத் தெளிவு. (தொட்டால் உறவு;விட்டால் துறவு.)
பரம்பரை	:	பரன்-சிவன். பரை - சக்தி வழி.
சந்நியாசம்	:	(சந்+யாசம்) சத்தியமான பொருளை, மெய்ப்பொருளை உணர்வது.
பிரண வத்தவம்	:	(பிர+நவ+தவம்) மேலான புதிய ஆற்றலைப் பெருக்க வல்ல தவம்.
சொர்க்கம்	:	சுவர்க்கம் (சுவர்+அகம்). அருவமென்றும் பரமாக விரிந்து, நிறையுணர்வோடு வாழும் பேரின்ப நிலை. உயிரே நான் என்ற சிறப்பு நிலை.
நரகம்	:	(நர+அகம்) நர மனிதன். மனிதன் ஐம்புலன்கள் வரைக்கும் குறுகி நிற்கும் உணர்ச்சி நிலை. உடலே நான் என்ற மயக்க நிலை.
எதார்த்தம்	:	எது அர்த்தம் என்று உணராத நிலை.
இல்லறம்	:	(இல்+அறம்). இல்லத்தில் அறநெறி ஈட்டி காத்து அறம் புரிதல்.

பக்தியும் ஞானமும்

பக்தி-உருவங்கள்	ஞானம்-அரூபங்கள்
சிவம்	சுத்தவெளி
சக்தி	விண்
கந்தன்	காந்தம்
கந்த புராணம்	காந்த தத்துவம்
அர்த்த நாரி	விண் மையத்தின் இருப்பு நிலை
விநாயகர்	பஞ்சபூதங்கள்
பிரம்மா (நான்முகன்)	காலம்-தூரம்-பருமன்-வேகம்
விஷ்ணு	விண் சுழற்சி
ஆறுமுகம்	அழுத்தம்-ஒளி-ஒலி-சுவை-மணம்-மனம்
சிதம்பர ரகசியம்	விண்
காளி	அரக்க குணமுடைய பெண்கள்
வீரன்	அரக்க குணமுடைய ஆண்கள்.

66. பௌர்ணமியும் அமாவாசையும்

பூமி சூரியனை வலம் வந்து கொண்டிருக்கிறது. சந்திரன் பூமியைச் சுற்றிக் கொண்டு இருக்கிறது. ஒரு மாதத்திற்கு ஒரு முறை ஒரு பக்கம் பூமியும், மறு பக்கம் சூரியனும் வர இடையில் சந்திரன் இருக்கும். இதனால் சூரியனை நோக்கிய சந்திரனின் பகுதி சூரிய ஒளியால் பிரதிபலித்து வெளிச்சமாகவும், பூமியை நோக்கிய சந்திரனின் பகுதி இருட்டாகவும் இருக்கும். இப்போது

பூமியில் இருந்து நாம் சந்திரனைக் காண முடியாது. இதையே **அமாவாசை** என்கிறோம்.

பதினைந்து நாட்கள் கழித்து, பூமி மையத்தில் வர இருப்பக்கமும் சந்திரனும், சூரியனும் வரும். இப்போது சூரிய ஒளியை வாங்கிப் பிரதிபலிக்கிற சந்திரனின் பகுதி பூமியை நோக்கி இருப்பதால், சந்திரனை முழுமையாகப் பார்க்கலாம். இதைப் **பௌர்ணமி** என்கிறோம்.

பௌர்ணமி ஆன்மீக சாதனத்திற்கு ஏற்ற நாளாகும். அமாவாசை பௌர்ணமி நாட்களில் பூமியின் ஆகர்ஷண சக்தி மற்ற நாட்களை விட அதிகமாயிருக்கும். இந்த நாட்களில் நோயுற்றவர்களுக்கு நோய் அதிகரிக்கும். விஷக்கடி உள்ளவர்களுக்கு அரிப்பு அதிகமாகும்.

மூளை நோய் உள்ளவர்களை கட்டி வைக்க வேண்டிய அளவுக்கு அதிகமாகும். மரணத்தருவாயில் உள்ளவர்களுக்கு பூமியின் ஆற்றல் காரணமாக உயிர் பிரிந்து விடும். இந்த நாளில் சிற்றின்பத்திற்கு செலவு செய்தல் கூடாது. குழந்தை பேறு உண்டானால் மூளை வளர்ச்சிக் குன்றிய குழந்தையே உருவாகக் கூடும்.

எனவே, இந்த நாட்களைப் புனித நாட்களாகவும், விரத நாட்களாகவும் அமைத்தார்கள். இறைவன் மீது மனதை செலுத்தச் சொன்னார்கள். **அமாவாசையில் ஏன் தர்ப்பணம் செய்கிறோம்?** பூமியின் ஆகர்ஷ்ணம் அதிகரிக்கும் இந்நாட்களில், நம் ஒவ்வொருவரிடமும் இறந்துவிட்ட பெரியவர்களின் ஆற்றல் உள்ளடங்கி இருப்பதால், அந்நாளில் அவர்களை நினைக்கவும், வீணாக நமது சக்தியை விரயம் செய்யாமல் இருக்கவும், நினைவு நாளாகப் பெரியவர்களுக்குத் தர்ப்பணம் செய்யும் நாளாக அமைத்தார்கள். **வைதீக காரியங்களுக்கு**

ஏன் தர்ப்பை பயன்படுத்துகிறோம் தெரியுமா? விதை எதுவும் போடாமல் தானே எங்கேயும் வளரும் புல்லினம்தான் தர்ப்பை. இதைப் போலவே மனிதனின் ஆத்மாவுக்கும் விதை எதுவும் இல்லை.

விதை ஏதும் இன்றித் தானாக ஏற்பட்ட ஆத்மா என்ற தர்ப்பைப் புல்லைக் கொண்டு, இவ்வைதீகக் காரியங்களைச் செய்கிறேன் என்பது போல எல்லாக் காரியங்களுக்கும் தர்ப்பைப் புல் உபயோகப்படுத்தப்படுகிறது.

67. எட்டுப்படிகள்

ஏற்றம் தரும் எட்டுப் படிகளை யோகக்கலை கூறியுள்ளது. எட்டுப் படிகளை அறிந்து பின்பற்றினால், ஆன்மீகத்தில் வெற்றியடையலாம்.

1.இயமம்:

இயமம் என்றால் கட்டுப்பாடு ஆகும். பிரேக் இல்லாத வண்டிக்கு ஆபத்து வரும். வாழ்க்கையில் கட்டுப்பாடு இல்லாதவனும் ஆபத்தில் சிக்குவான். மெய், வாய், கண், மூக்கு, செவி என்ற ஐம்பொறிகள் வழியே மனதைச் செலுத்தாமல், ஐம்புலன்களையும் ஒருமையுள் ஆமைபோல்அடக்கிப் பழக வேண்டும். இதற்கு பதஞ்சலி முனிவர் கூறும் அகிம்சை, திருடாமை, பிரம்மச்சரியம், பேராசை தவிர்த்தல் என்ற நான்கு கட்டுப்பாடுகளைப் பயில வேண்டும்.

2.நியமம்:

வாழ்க்கையில் நல்லவைகளைக் கடைப்பிடித்தல் நியமம் என்பதாகும். இதற்கு ஐந்து வழிகள் உள்ளன. தூய்மை, திருப்தி, பிராயச்சித்தம், சுய பரிசோதனை, முழுமையான பிரம்மத்தை உணர்ந்து ஆராய்தல் என்பன ஆகும்.

3. ஆசனம்:

வாழ்க்கையை நடத்தும் அடிப்படையாக உடலையும், உள்ளத்தையும் பக்குவப்படுத்துபவை ஆசனங்கள். ஆசன வகைகள் 84 ஆகும். இதில் தியானத்தைப் பற்றியது 28. உடலைப் பற்றியது 56 ஆகும். உடலுக்குள் மெய்ப்பொருள் இருப்பதை எண்ணி, உடலை வளர்க்கும் உபாயத்தைச் கற்றுப் பயில வேண்டும்.

4. பிராணாயாமம்:

மூச்சுப் பயிற்சியைத் தான் பிராணாயாமம் என்று கூறுகின்றனர். நம்முடைய உடல் மற்றும் மனநிலையோடு சுவாசத்திற்கு ஆழந்த தொடர்பு உண்டு. ஆன்மீகத்திற்கும், நீண்ட ஆயுளுக்கும் மூச்சுப் பயிற்சிக்கும் தொடர்பு உண்டு. மூச்சுப் பயிற்சியைத் தக்க ஆசான் மூலம் கற்று, பின்பற்றுவது நலம்.

5. பிரத்தியாகாரா:

இதுவரையில் என்னென்ன காரியங்கள் செய்தோமோ எதன் வழியே மனம் ஓடிக் கொண்டிருக்கிறதோ அதனை அதன் வழி ஓடவிடாமல் திருப்பி விடுவது.

6. தாரணா:

நம் விருப்பம் போல் ஏதோ ஒரு பொருளின் மீது, செயலின் மீது மனதை நிறுத்திப் பழகுவது.

7. தியானம்:

மனம் எங்கிருந்து புறப்பட்டதோ அது புறப்பட்ட இடத்திலேயே மனதை ஒன்ற வைத்துத் தானும் அதுவாகவே மாறிவிடுகின்ற நிலை.

8. சமாதி:

எல்லாவற்றிலும் மெய்ப்பொருளான மனதை ஒன்ற-வைத்துத் தானும் அதுவாகவே மாறிவிடுகின்ற நிலை.

68. சுருதி, யுக்தி, அனுபவம்

ஓர் உண்மையை உணரவேண்டுமானால், சுருதி, யுக்தி, அனுபவம் என்ற மூன்றாலும் உணர்ந்தால் தான் அது உண்மையாகும். இந்த மூன்றையும் வைத்துக் கொண்டு, ஓர் ஆராய்ச்சி நடத்தினால் அது சரியான முடிவாக இருக்கும். நடைமுறை வாழ்க்கைக்கு முரணில்லாமல் ஒத்து வரும்.

சுருதி:

ஆதிகாலத்தில் இருந்து இன்று வரை மனிதன் வாழ்ந்து வருகின்ற பண்பாடு என்னும் அனுபவத்தின் தொகுப்பு சுருதி. ஆதிகாலத்தில் இருந்து செவி வழியாகவும், எழுத்து மூலமாகவும் தொடர்ந்து வரக்கூடிய அனுபவத் தொடர் தான் சுருதி.

யுக்தி:

ஒவ்வொரு காலத்தில், ஒரு இடத்தில் ஒரு செயல் ஏற்பட்டிருக்கும். ஆனால், சில காலங்களில் சில இடங்களில் அது தேவையில்லாமல் போயிருக்கலாம். தேவைப்படாததைத் தொடர்ந்து பின்பற்றுகிற போது, அது துன்பமாக இருக்கும். அது விரயமாகி விடும். காலமாற்றத்தினால், மூடநம்பிக்கையினால் மாறியிருக்கும். அதனால்தான் யுக்தியின் மூலம் இந்தச் செயல் தேவைதானா? என்று சிந்திக்க வேண்டும். தேவை இல்லை என்றால் விட்டு விடுவது அல்லது மாற்றிக் கொள்வது என்பது தான் யுக்தி ஆகும்.

அனுபவம்:

இன்றைய வாழ்க்கையில் தொடர்பு கொள்ளக் கூடிய பொருள் மற்றும் நடைமுறை போன்றவை அந்தச் சுருதிக்கும், யுக்திக்கும் ஏற்றவாறு இருக்கின்றனவா? என்று சிந்தித்து, ஒத்து வராததைத் தள்ளிவிட்டு, ஒத்து வருபவற்றை எல்லாம் எடுத்துக் கொள்வது என்பதுதான் அனுபவம்.

ஆன்மீக வாழ்க்கையில் சுருதி, யுக்தி, அனுபவம் மூன்றையும் அறிந்து புரிந்து செயல்பட்டால் வாழ்வின் பயனை எய்தலாம். உண்மையை உணரலாம்.

69. கர்ம யோகம்

நாம் செய்கின்ற தொழில்களில் இறைநீதியை மதித்து, மன ஒருமையுடன் ஒன்றிச் செய்வதே நலம். செய்யும் தொழிலைத் தெய்வமாகப் போற்ற வேண்டும். இதுவே கர்மயோகம் எனப்படும்.

கடன்+மை=கடமை ஆகும். கடமைகளை யோகமாக நினைத்துச் செய்தலே கர்மயோகமாகும். "கடமையைச் செய். பலனை எதிர் பார்க்காதே" என்பது **கீதையின்** சாரம். ஒழுக்கத்துடன் ஈகையை இணைத்து தான், குடும்பம், சுற்றம், ஊரார், உலகுக்கு என்று செய்வது கடமை. ஐந்து கடமைகளில் பத்து நெறிகளைப் பின்பற்ற வேண்டும். கர்மயோகத்தில் முக்கியமான பத்து நெறிகளை வேதாத்திரி மகரிஷி சுருக்கித் தொகுத்து வழங்கியுள்ளார்கள்.

1. தாய், தந்தை, குரு, அரசு, தெய்வம் ஐந்து பேர்களையும் வழிபடுதல்.
2. இறைநிலை எங்கும் உள்ளது, எங்கும் நிறைந்துள்ளது என்று உணர்தல்.
3. எண்ணம், சொல், செயலால், மற்றவர்களுக்கும், தனக்கும் துன்பம் விளைவிக்காமை.

4. உணவு, உறக்கம், உழைப்பு, உடலுறவு, எண்ணம் ஐந்தில் அளவு முறை பேணுதல்.
5. ஒழுக்கம், கடமை, ஈகை, அறநெறி வாழ்க்கை வாழ்தல்.
6. தான், குடும்பம், சுற்றம், ஊர், உலகு என்ற ஐவகை கடமைகளில் ஒன்றினால் ஒன்று கெடாமல் செய்தல்.
7. எல்லா குற்றங்களுக்கும் தனி மனிதன் மட்டும் காரணமல்ல. கருத் தொடரால் விரிந்துள்ள சமுதாயமும் பல குற்றங்களுக்குக் காரணம் என்றுணர்தல்.
8. மனித சமுதாயமே பெண்களின் அன்பளிப்பு. பற்றற்ற துறவியாக வாழும் பெண்களின் பெருமையைப் பேணுதல்.
9. நமது வருமானத்தில் 100-க்கு ஒரு சதவீதம் ஈகையாக வழங்குதல்.
10. ஆன்மா தூய்மை பெற, மேன்மை பெற, உயர்வடைய அகத்தவம் ஆற்றுதல்.

70. முத்தான மூன்றுகள்

ஆசைகள்	- மண்ணாசை, பெண்ணாசை, பொன்னாசை.
ஆன்மாவின் நிலைகள்	- காமதேனு, கற்பகம், சிந்தாமணி.
மனதின் வகைகள்	- புறமனம், நடுமனம்,அடிமனம்.
மறைபொருள்	- இறைவெளி, உயிர், காந்தம்.
தேவைகள்	- பசிதாகம், வெட்பதட்பதேவை, கழிவுப் பொருள்களை வெளியேற்றுதல்.
அறநெறிகள்	- ஒழுக்கம், கடமை, ஈகை.
காப்புகள்	- வேற்றுயிர் பகை, இயற்கை சீற்றம், தற்செயல்விபத்து.

அறிவின் நிலை படிகள்	- நம்பிக்கை, விளக்கம், முழுமைப் பேறு.
விருத்தி செய்ய வேண்டிய குணங்கள்.	- சகிப்புத்தன்மை - விட்டுக் கொடுத்தல் - தியாகம்.
சிந்தனை வளர்க்கும் வழிகள்.	- திட்டமிட்டு செயல்புரிதல், விழிப்பு நிலை, தற்சோதனை.
ஆன்மா உயர்வடைய வழிகள்.	- ஓர்மை நிலை - அடக்க நிலை, ஒடுக்க நிலை.
அணுக்குடும்ப உறுப்பினர்கள்.	- நியூட்ரான், புரோட்டான், எலக்ட்ரான்.
சிலை வணக்கத்தில் திட்டங்கள்.	- மந்திரம், தந்திரம், இயந்திரம்.
மனிதன் செயல்கள்.	- எண்ணம், சொல், செயல்.
இருப்பின் நிலை.	- பூரணம், பேராற்றல், பேரறிவு.
இயக்கத்தின் நிலை.	- பரிணாமம், இயல்பூக்கம், கூர்தலறம்.
இறைநிலையின் திறம்.	- பரிணாமம், இயல்பூக்கம், கூர்தலறம்.
மனிதவளம் உயர தேவை.	- பணிவு, கனிவு, துணிவு.
கருமையத்தின் மூலப்பொருள்கள்.	- விந்து, விண், சீவகாந்தம்.
பாவப் பதிவுகளை போக்கும் வழிகள்.	- பிராயச்சித்தம், உணர்ந்து திருந்தி அழிதல்,பதிவு முறிவு.
அறிவின் வறுமை.	- அறியாமை, அலட்சியம், உணர்ச்சி வசப்படுதல்.
பசி	- குடற்பசி, உடற்பசி, அறிவுப்பசி.
நரம்பு ஓட்டங்கள்.	- இடகலை, பிங்கலை, சுழுமுனை.
ஆன்மீகத்தில் உயர.	- வேண்டாத நபர்கள், வேண்டாத பொருட்கள், வேண்டாத அனுபவங்கள்.
மறை பொருள்.	- மனம், உயிர், தெய்வம்.
GOD	- Generate - Operate - Destroy.

71. உயிர்

உடம்பில் பஞ்சபூதங்களாகிய நிலம், நீர், நெருப்பு, காற்று, ஆகாயம் ஆகியவை ஆட்சி செய்கின்றன. நிலத்திற்கு அறிகுறியாகத் தோல், நீருக்கு அறிகுறி இரத்தம், வேர்வை. காற்றுக்கு மூச்சு. நெருப்புக்கு உடலில் ஓடும் வெப்பம். 98.4'F ஆகாயத்திற்கு அறிகுறிதான் உயிர். விண் என்றும், ஆகாசம் என்றும் சொல்வது உயிராற்றல். பிரபஞ்சம் முழுதும் உள்ளதை மகாகாசம் என்றும், எல்லா உயிர்களிடத்திலும் இருப்பதைப் பூதாகாசம் என்றும் கூறுகிறோம். இந்த உயிர் எப்படி இருக்கும் என்று **திருமூலர்** கூறுகிறார்.

மேனிய ஜீவன் வடிவதன் நோக்கிடில்
ஆவின் மயிரிழை நூலுடன் கூறிடும்
மேனிய கூரது ஆயிரமானால்
ஜீவனின் வடிவு நூறாயிரத்தில் ஒன்று.

ஆக, கண்ணுக்குப் புலப்படாத நுண்ணிய அணுவாக உயிர் உடம்பில் குடிகொண்டுள்ளது. எங்கு குடி கொண்டுள்ளது?

ஒவ்வொன்றிற்கும் ஒரு மையம் உண்டு. காற்றுக்கு மையம் நுரையீரல், இரத்தத்திற்கு மையம் இருதயம். உயிர் மட்டும் ஏழு இடங்களில் மையம் கொண்டுள்ளது. மூலதாரம், சுவாதிஸ்டானம், மணிபூரகம், அனாகதம், விசுக்தி, ஆக்கினை, துரியம் ஆகிய ஏழு இடங்களில் மையம் கொண்டுள்ளது. இந்த இடங்களில் தான் தவம் செய்தல் வேண்டும். பௌத்த மதம் இதை ஏழு 'ஆலயங்கள்' என்று கூறும். சீனத்து ஞானநூல்கள் 'வெளிகள்' என்று கூறும். நம் நாட்டு ஞான நூல்கள் 'ஏழுசக்கரங்கள்' என்று கூறுகின்றன.

72. மனம்

இன்றைய துன்பங்களுக்கு எல்லாம் காரணம் மனதை அறிந்து கொள்ளாதது தான். மனதைப் புரிந்து கொள்ளாததுதான். பல ஆன்மீகப் பெரியவர்களுக்கே மனம் எங்கிருக்கிறது என்றால், சரியாகத் தெரியவில்லை. மனம் எங்கிருக்கிறது? என்று கேட்டால், இதயத்தைக் காட்டுவார்கள். ஆன்மீகத்தை உணர்வதற்கு மனதை முதலில் தெரிந்து கொள்ள வேண்டும். மனதைத் தெரிந்து கொள்வதற்கு முன் சில அடிப்படைச் செய்திகளை அறிந்து கொள்வது அவசியமாகும்.

பூமி, சூரியன் போன்ற கோடிக்கணக்கான கோள்களும், அக்கோள்களிலே வாழும் உயிர்களும் சேர்ந்ததை பிரபஞ்சம் என்று அழைக்கிறோம். இந்தப் பிரபஞ்சத்தின் ஆதி நிலை, பிரபஞ்சத்தை துல்லியமாக இயக்கும் மாபெரும் ஆற்றல் எனக் கருதிக் கொள்ளுங்கள். இதுதான் இறைநிலை.

இறை நிலையின் துகள்கள் தான் விண். இறைநிலையின் தன்னிறுக்க சூழ்ந்தழுத்தும் ஆற்றலால் தன்னிலிருந்து சிறு அளவில் துண்டுபட்ட பின்னமே விண்துகள்கள். இறை நிலையின் குழந்தை தான் விண். இறை நிலையில் சூழ்ந்த அழுத்தத்தினால் விரைவாகச்சுழலும் போதும், இறைவெளியின் அதே சூழ்ந்து அழுத்தும் விண்ணோடு உரசும் போது ஏற்படும் உரசல்களே காந்தமாகும். இது அலையாக இருக்கிறது.

பிரபஞ்சம் முழுதும் இறைவெளியில் விண் அலை கலந்த நிலை காந்தமாகும். இது விண்காந்தமாகும்.

உயிர்களின் உடல்களில் இறைவெளியும், விண் அலையும் கரைந்த நிலை ஜீவகாந்தமாகும். நம் உடலில் ஜீவகாந்தம் என்ற மின்சாரம் ஓடுவதால் தான் நாம் பார்க்கிறோம், சாப்பிடுகிறோம், கேட்கிறோம், நுகருகிறோம்.

அழுத்தம், ஒலி, ஒளி, அலை, மணம் என்பது பஞ்சதன் மாத்திரைகளாகும். பஞ்சபூதக் கலவை நம் உடலில் அழுத்தம் தொடு உணர்வாகவும், ஒலி ஓசையாகவும், ஒளி வெளிச்சமாகவும், அலையாகவும், மணமாகவும் மாற்றம் பெற்று இயங்கும் போது, இந்த பஞ்சதன் மாற்றத்தின் முழுமைப் பேறாகவும், மனமாகவும் ஜீவகாந்தம் இயங்குகிறது.

சுவைஒளி ஊறுஓசை நாற்றம் என்றுஐந்தின்
வகைதெரிவான் கட்டே உலகு.

- குறள்

இப்போது பிரபஞ்சம், இறைநிலை, விண்துகள்கள், காந்தம், வான்காந்தம், பஞ்ச தன் மாத்திரைகள், ஜீவகாந்தம் என்ன என்றுபுரிந்து கொண்டு விட்டோம். இனிமேல் மனம் என்றால் என்ன என்று சொன்னால் எளிமையாகப் புரியும். **உடம்பில் ஓடும் காந்த அலைதான் மனமாகச் செயல்படுகிறது.** மனமென்னும் புனிதமது ஜீவகாந்த அலைதான். ஜீவனில் உள்ள ஜீவகாந்தம் புலன்கள் மூலமாக அழுத்தம், ஒளி, ஒலி, அலை, மனம் என்ற பஞ்ச தன் மாத்திரைகளாக உணருகிற மனமாகச் செயல்படுகிறது. **மனம் என்பது ஜீவகாந்தத்தின் அலை இயக்கமே.**

73. மனதின் வகையும் வேகமும்

மனம் என்பது காந்த அலையாக இருப்பதால், அது இயக்கத்தில் சுழற்சி அலைகளாக உள்ளது. விஞ்ஞானக் கருவியான E.E.G. என்ற கருவியைக்கொண்டு ஆராய்ச்சி செய்வார்கள். ஆராய்ச்சியின் மனமானது வினாடிக்கு ஒன்று முதல் நாற்பது வரையில் இயங்கிவரும் உண்மை கண்டறியப்பட்டுள்ளது. மனஅலைச் சுழலை நான்கு பிரிவாக மனவியல் அறிஞர்கள் கூறுகிறார்கள்.

மன அலைச்சுழலின் நான்கு பிரிவுகள்

1) பீட்டா அலை
2) ஆல்பா அலை
3) தீட்டா அலை
4) டெல்டா அலை

மன அலைச்சுழல் வேகம் வினாடிக்கு எவ்வளவு?

அலைச்சுழல் 14 முதல் 40 வரை - பீட்டா
அலைச்சுழல் 8 முதல் 13 வரை - ஆல்பா
அலைச்சுழல் 4 முதல் 7 வரை - தீட்டா
அலைச்சுழல் 1 முதல் 3 வரை - டெல்டா

மனம் இயங்கும் நிலைகள் யாவை?

உளவியலார் மனதை மூன்று மட்டங்களில் இயங்குவதாகக் கூறியுள்ளார்கள்.

புறமனம் - Conscious Mind -பீட்டா -புலன்கள்
நடுமனம் - Sub-conscious Mind -ஆல்பா -மூளை
அடிமனம் - Super-Conscious Mind -ஆல்பா -கருமையம்

புறமனம் (மேல் மனம்) (Conscious Mind): செயல்கள் செய்வதால் உடல் கருவிகளுக்கும் ஏற்படும் திறனே ஞான கர்மேந்திரியப் பதிவுகளாகும். இப்பதிவுகளை ஒட்டிய மன இயக்கம் புறமனம் எனப்படும். புலன்களுடன் கலந்து விழிப்பில் உழல்வது. புலன் முதலிய கருவிகளுடன் கூடி வினைகளை ஆற்றுவது.

நடுமனம்(Sub-Conscious Mind): செயல்கள் செய்வதால் ஏற்பட்ட அறிவின் அனுபவங்கள் மூளையில் பதிவாகின்றன. இதுவே உள் மனம். பொறிபுலன்களில் கலப்பு இல்லாமலேயே இயங்கவல்லது. மனம் நலம் பெறப் பெற உயிர் ஒழுக்கமுற்று தூய்மை அடைகிறது.

அடிமனம்(Super-Conscious Mind): சூக்குமமாய் வித்து அணுத் திறன்களில் பதிவாகிவிடுகின்றன. இதுவே அடிமனம். தியானத்துக்குரியது. மனம் புலன் வழி செல்லாது ஞான வழியில் செல்லும்.

74. மனம் உறையும் இடங்கள்

மனம் ஐந்து கோசங்களின் மத்தியில் தான் மையங்கொண்டு இயங்குகின்றன. கோசம் என்றால் உறைதல் என்று பொருள். மனம் உறையும் இடங்கள் கோசங்கள் எனப்படும். கோசங்கள் எத்தனை வகைப்படும்? ஐந்து வகைப்படும்.

1) அன்னமைய கோசம் 2) மனோமய கோசம் 3) பிராணமய கோசம் 4) விஞ்ஞானமய கோசம் 5) ஆனந்தமய கோசம்.

அன்னமய கோசம்: உணர்வுகளினால் மனம் குறுகிய நிலையில் செயல்பட்டு ஞான கர்மேந்திரியங்கள்

மூலமாக உலகப் பொருட்களோடு தொடர்பு கொண்டு செயல்பட்டு இன்ப துன்பங்களைத் துய்க்கிறது. உடல் தேவைகளை உணர்ந்து முடிக்கும் அளவில் மனம் அன்னமய கோசமாகச் செயல்படுகிறது. இங்கு மனம் புறமனமாகச் செயல்படுகிறது.

மனோமய கோசம்: மனம் உடல் தொடர்பால் உணர்ச்சிவயப்பட்டு இன்ப துன்பங்களில் தடுமாறுகிறது. பேராசை, கோபம், கடும்பற்று, முறையற்ற காம உணர்வு, தன்முனைப்பு, வஞ்சம் என்ற ஆறு குணங்களில் தன்னை மறந்து செயல்படுகிறது. இங்கு மனம் நடுமனமாகச் செயல்பட்டு மூளையிலே பதிவு செய்கிறது. மூளையில் பதிந்த பதிவுகள் நினைவு அலைகளாக நடு மனம் பிரதிபலித்துத் கொண்டே இருக்கிறது.

பிராணமய கோசம்:

மனமானது உணர்ச்சி நிலையிலிருந்து விடுபட்டு தன்னையறிகிறது. உடல் மூலம் வெளிப்புறச் செயல் களை நிறுத்தி மனம் தனக்குள்ளே தன் ஆற்றலை நிலைபெறச் செய்யும் போது, பிராணமயகோசமாக மனம் செயல்படுகிறது.

விஞ்ஞானமய கோசம்:

இங்கு மனமானது உயிர், உடல், பிரபஞ்சம், பிரபஞ்சத்தில் இயங்கும் கோள்கள், நட்சத்திரங்களை உணர்ந்து நிற்கும் பிரபஞ்சத்தின் தோற்றம், இயக்கம், விளைவுகள் இவற்றை எல்லாம் உணரும்போது, மனம் விஞ்ஞானமய கோசமாக விரிவுபட்டு செயல்படுகிறது.

ஆனந்தமய கோசம்:

மனம் தன் இயக்கங்களை எல்லாம் ஒழித்து நிறைபேறு அடைந்து மெய்யுணர்வு அடையும் போது அது ஆனந்தமய கோசமாகிறது.

75. மனதை அடக்கும் முறைகள்

ஆன்மீகத்தில் மனதை அடக்குவதற்கு மகான்கள் பயிற்சி தந்துள்ளார்கள்.

நங்கூரமிடுதல்:

கப்பலை கடலில் ஓரிடத்தில் கட்டிப்போட உதவும் நங்கூரம் போல், அலைகிற மனதைக் கட்டிப்போட வேண்டும். நங்கூரம் போல் மகான்கள் மந்திரத்தை புனிதமான மந்திரத்தை எப்போதும் உச்சரியுங்கள். உயர்ந்த இந்தச் சிந்தனை மனதில் நங்கூரம் பாய்ச்சும். உங்கள் சிந்தனையை ஒருமுகப்படுத்த உதவும். மந்திரத்தால் கட்டுப்பட்ட மனம் அலையாமல் அடங்கும். மந்திரத்தின் அதிர்வலைகள் மனதுக்கும் உடலுக்கும் புத்துணர்ச்சி அளிக்கும். மந்திரம் என்ற கலப்பையால் உங்கள் மனதை உழுங்கள். பிறகு இடைவிடாத ஜபம் என்ற விதையை விதையுங்கள். உலகம் முழுவதும் வறட்சியால் வாடினாலும், நீங்கள் விதைத்த விதைகள் செழிப்பாக வளரும்.

ஜபமாலை:

இந்த மானுட உடல் ஒரு வயலின் வாத்தியத்தைப் போன்றதாகும். கம்பிகளைச் சரிப்படுத்தி குமிழ்களை முறுக்குங்கள். அமுதம்போல் தெய்வீகக் கானம் வெளிவரும். ஜபமாலையின் மணிகளைக் கணக்கிட்டபடி பிரார்த்தனைச் செய்யுங்கள். இதுவும் மனதை ஒருமுகப்படுத்த உதவும். எல்லா மதங்களிலும் ஜபமாலை உண்டு. ஜபமாலை உங்கள் மனதுக்கு அமைதியை வழங்கும். எண்ணங்களைச் சிதறவிடாது. அலையும் மனதை அடக்கி வைக்கும் ஆற்றல் ஜப மாலைக்கு உண்டு.

ஆமை உத்தி:

'ஒருமையுள் ஆமைபோல் ஐந்தடக்கல்' வேண்டும் என்கிறது குறள். ஆமை தன் உறுப்புகளை ஓட்டுக்குள்

அடக்கி வைத்துக்கொள்வது போல், நாம் நம் புலன் களையும், மனதையும் அடக்கிக் கொள்ள வேண்டும். நமது மனதை, எண்ணங்களைப் புருவமத்தியில் மூன்றாவது கண் என்று சொல்லப்படுகின்ற பிட்யூட்டரி சுரப்பியில் வைத்து ஒருமுகப்படுத்துவதால் எண்ணங்கள் ஆற்றல் பெறுகின்றன. அலையும் மனதுக்குப் பயிற்சியும் கிடைக்கிறது.

புனித நூல் பாராயணம்:

கண்ட பத்திரிகை செய்திகளும், தேவையில்லாத செய்திகளும் நம் மனதை அலைபாயச் செய்யும். பைபிள், திருக்குர்ஆன், ராமாயணம், பாரதம், கீதை போன்ற புனித நூல்களைப் படிக்கப் படிக்க நமது எண்ணங்கள் ஒருமுகப்படும். கட்டுப்பாட்டுக்குள் வரும். நமது மனமும் அமைதி பெறும்.

நாம ஜெயம்:

இறைவனது நாமங்களைத் தனியாகவோ, கூட்டாகவோ பாடுவது, உணர்வோடு கலந்த இதை நம் மனதை ஒருமுகப்படுத்தும். சக்தியை மேம்படுத்தும். மனதுக்குப் புத்துணர்ச்சியையும், அமைதியையும் வழங்கும். அலைபாயும் நமது எண்ணங்களைக் கட்டுப்படுத்தும்.

76. எண்ணங்கள்

உயிராற்றல் சுழற்சியால் ஏற்படும் அலைகள் சீவகாந்தம். இது புலன்கள் மூலம் செலவாகும்போது, உணர்தல், கணிதல், ஆகிய பதிவுகள், புலன் உறுப்பு களாகிய மூளை, உயிர்துகள்கள், சீவகாந்தம் கருமையம் ஆகியவற்றில் பதிவாகி பிரதிபலித்தலும் ஆகிறது. ஒவ்வொரு அனுபோகமும் ஒவ்வோரு அனுபவமாகிறது.

இதுவே காலம், தூரம், பருமன், வேகம் என்ற கணித்தல், எண்ணுதல் ஆகியவை எண்ணம் எனப்படுகிறது. மனிதனின் செயல்கள், எண்ணங்கள் அனைத்தும், மூளையின் காந்த அலையின் மூலம் விரித்துக் காட்டும் போது, அகக் காட்சிகளாக எண்ணங்களாக மலர்கின்றன.

எண்ணம், பதிவு, பிரதிபலிப்பு:

யானை ஒன்றைப் பார்க்கிறோம். அது நம் கண்ணில் கொசு அளவில் பதிந்து காட்டும். யானை உருவம் மூளையிலே அழுத்தப் புள்ளி வடிவாய்ப் பதிந்துவிடும். நாம் யானையை நினைக்கும்போது, புள்ளியாய் மூளையில் பதிந்த நிழல் வடிவம், அலை அலையாய் வந்து மனதின் சுழலினால் விரிந்து மீண்டும் நமக்கு யானை உருவத்தை நினைவுக்கு எண்ணமாகக் கொண்டுவரும்.

"எண்ணம் ஏன் வருகிறது":

தேவை, பழக்கம், சூழ்நிலை, பிறர் மனத்தூண்டுதல், கருவமைப்பு, தெய்வீக எண்ணங்கள் ஆகிய காரணங்களினால் வருகிறது.

எண்ணங்களை உயர்த்தச் செய்யவேண்டிய பயிற்சி:

உள்ளதை உணர்தல், நல்லதைச் செய்தல், அல்லதை விடுதல், நேர்மையான எண்ணங்களை வளர்த்துக் கொள்ளுங்கள். எதிர்மறையான எண்ணங்கள் உங்களுக்கு டென்சனை உண்டு பண்ணும்.

தீய எண்ணங்கள் தோன்றுவதை எப்படி நிறுத்துவது?:

நமது சஞ்சித பிராப்த ஆகாமிய கர்மங்களின் விளைவாகப் பதிவுகள் உம் உடலில் உள்ள கம்ப்யூட்டரில்

பதிவாகியிருக்கின்றன. பதிவுகளுக்கு ஏற்ப நல்ல எண்ணங்களும், கெட்ட எண்ணங்களும் செயலுக்குத் தகுந்தவாறு தோன்றுகின்றன. ஒரு சமயம் **புத்தர்** சொற்பொழிவு செய்து கொண்டிருந்தார். எதிரே இருந்த ஒரு நபர் தன் கால் கட்டை விரலை மட்டும் ஆட்டிக் கொண்டிருந்தார். இதைக் கவனித்த புத்தர் தன் பிரசங்கத்தை நிறுத்திவிட்டு "நீ ஏன் பெருவிரலை ஆட்டிக் கொண்டிருக்கிறாய்?" என்று வினவினார். அப்பொழுதுதான் அந்த நபர் கட்டை விரலைக் கவனிக்கிறார். விரலின் ஆட்டம் நின்றுவிடுகிறது. " எனக்கே தெரியவில்லை சுவாமி, நீங்கள் சொன்னதும் அது நின்று விட்டது" என்றார்.

அதற்குப் புத்தர், "ஆம், அது தன்னிச்சையாகச் செயல்பட்டது. கவனித்ததால் நின்றுவிட்டது" என்றார். அதேபோன்று தீய எண்ணங்கள் தோன்றும் போதே இது எங்கிருந்து வருகிறது? என்று கவனித்தால் அந்தச் சித்த விருத்தி அங்கேயே அடங்கிவிடுகிறது. நமது சங்கற்பமும் தீய எண்ணங்களைப் பொசுக்கிவிடும். "கண்டித்து வளர்க்காத பிள்ளையும் கவனித்து வளர்க்காத மனமும் துன்பம் தரும்". ஆங்கிலத்தில் முதல் சிறந்த அகராதியைத் தொகுத்தவர் **சாமுவேல் ஜான்சன்.** அவரைச் சந்தித்த இரண்டு பெண்மணிகள் அவரிடம், டாக்டர் ஜான்சன், நீங்கள் உங்கள் அகராதியில் கெட்ட வார்த்தைகள் எதையும் சேர்க்காததற்கு மகிழ்ச்சி" என்றார். உடனே ஜான்சன் " ஏன் நீங்கள் அவற்றைத் தேடினீர்களா?" என்று கேட்டார்.

77. தியானம்

தியானம் என்பது ஆன்மீகத்துடன் தொடர்புடையது என்று பலரும் கருதுகின்றனர். இது தவறு, **தியானம் மனித வாழ்க்கையுடன் தொடர்புடையது.** தியானம் மனதினை உணர்ச்சி நிலையிருந்து அமைதி நிலையில் வாழ உதவி செய்கிறது. தியானம் செய்வதால் மனதை எளிமையாக ஒருமைப்படுத்திக் கொள்ளலாம். தக்க குரு மூலம் தியானம் பழக வேண்டும்.

மன ஒருமைப்பாடு:

மனதின் வேகத்தைக் கட்டுப்படுத்தி, மனதை ஒருநிலைப்படுத்தி, தன்வயப்படுத்திக் கொள்வது மன ஒருமைப்பாடு. மனதை அடக்க நினைத்தால் அடங்காது. மனதை அறிய நினைத்தால் அடங்கும். தவம் செய்யும் போது, மன அலையின் வேகம் உணர்ச்சி நிலையான பீட்டாவிலிருந்து, அமைதி நிலையான " ஆல்பா" நிலைக்கு வருகிறது. அதாவது வேகமான அலைச்சுழல் இயல்பான அலைச் சுழலுக்கு வருகிறது. இதனால் மன அழுத்தம் தவிர்க்கப்படுகிறது.

"தியானம் என்றால் என்ன?"

ஏதாவது ஒரு எண்ணத்தைத் தொடர்ந்து நினைப்பது தியானம்.

" எதை நினைத்து தியானம் செய்ய வேண்டும்?"

நம் உடம்பில் ஏழு சக்கரங்கள் உள்ளன. மூலாதாரம், சுவாதிஸ்டானம், மணிப்பூரகம், அனாகதம், விசுக்தி, ஆக்கினை, துரியம். இந்த இடங்களில் எண்ணத்தை வைத்து, தியானம் செய்யவேண்டும்.

தொடர்ச்சியான ஒரே எண்ணமே தவம் அல்லது தியானம் எனப்படும். ஒரே பொருளைப் பற்றிய தொடர்ச்சியான நினைவே தவம் எனப்படும். குவிய வைத்தல் என்பது மனதை ஒரு விஷயத்தில் நிலைநிறுத்தி வைப்பதாகும். மனதில் தவம் செய்யவேண்டிய பொருளைத் தவிர மற்றவற்றின் மேல் எண்ணங்களை உண்டாக்க கூடாது. மனம் ஒரேபொருளில் கட்டுப்பட்டு நின்றுவிட வேண்டும். மனதைச் சற்றும் சலனமடையவிடாமல், ஒரே நிலையில், ஒரே நோக்கில், பிடிப்புடன் ஒன்றை, ஒரே பொருளைப் பற்றி நிற்றல் என்றும் தவத்திற்குப் பொருள் சொல்லலாம்.

அலையும் மனதை அடக்கவேண்டும். மனதை அடக்கநினைத்தால் அடங்காது. மனதை அறிய நினைத்தால் அடங்கும். எண்ணம், சொல், செயல் ஆகிய மூன்றும் ஒன்றாக சிதறாததாக, தூயதாக, வலிமையுடன், தெளிவாய் இருக்கும் மனநிலையே தவமாகும்.

"மனதைச் சிதறவிடாமல் ஒருமுகப்படுத்தி எண்ணங்களுக்கு வலிமை ஏற்றிச் செய்யப்படும் எந்த ஒரு முயற்சியும் நிச்சயமாக வெற்றியை மனிதனுக்கு அளிக்கும்" என்பது மனோத்தத்துவ விளக்கம். "நீருக்குள் அமுங்கி இருப்பவன் வெளியே வர எப்படித் துடிக்கிறானோ, அத்தகைய வேகத்தோடு செயல்படுங்கள், வெற்றி நிச்சயம்" என்று மன ஒருமை ஆற்றலுக்கு வேகம் எப்படி இருக்க வேண்டும் என்பதை விவேகானந்தர் கூறுகிறார். **சிதறிச் சீரழியும் மனித மனதை, மனதின் பேராற்றலை ஒன்று திரட்டி, ஒருமுகப்படுத்திச் சரியாக இலக்கு நோக்கிச் செலுத்தி மாபெரும் வெற்றி பெற உதவும் சாதனம் தான் தவம்.**

"மனிதன் தனக்கென நிர்ணயித்துக் கொண்டுள்ள ஓர் இலட்சியத்தின் மீது, மன ஒருமைப்பாட்டுடன் அதனை அடைய முயற்சிக்க வேண்டும்" என்று மனோதத்துவ அறிஞர்கள் கூறுகின்றனர். எனவே, மன ஒருமைப்பாடு என்பது மனித வாழ்க்கையின் உயர்வுக்கும், மகிழ்ச்சிக்கும், இன்பத்துக்கும் அடிப்படையான ஒன்று என்பதை உறுதியாக உணர்வோம். இந்த மன ஒருமைப்பாட்டுக்குத் தவம் என்பது சரியான வழிமுறையாக அமைகிறது என்பது தான் தவத்திற்கு உள்ள தனிச்சிறப்பாகும்.

தவம் செய்யத் தகுதிகள்:

- முதலில் ஆர்வம் வேண்டும்.
- தவம் செய்ய நல்ல ஆன்மீகப் புத்தகங்களைப் படியுங்கள்.
- தகுந்த குருவைத் தேர்ந்தெடுத்துக் கொள்ளுங்கள்.
- வாரம் ஒரு முறையாவது சத்சங்கத்தில் கலந்து கொள்ளுங்கள்.
- மௌனம் கடைபிடியுங்கள்.
- சாத்வீகமான உணவுகளை ஏற்றுக் கொள்ளுங்கள்.
- சான்றோர்களது தொடர்புகளை ஏற்படுத்திக் கொள்ளுங்கள்.
- விவேகம், வைராக்யம், எடுத்த காரியத்தை முடிக்கும் உறுதி பேணுங்கள்.
- தனிமை, அமைதி, ஒழுக்கம், சாந்தம் தவத்திற்குத் தேவையானவையாகும்.

தவம் ஏன் செய்ய வேண்டும்?

நினைவாற்றலை அதிகரிக்கத் தவம் செய்ய வேண்டும். மறதியை விலக்கத் தவம் செய்ய வேண்டும்.

லட்சியத்தை எய்த முழுக் கவனம் தேவை. முழுக் கவனம் செலுத்தத் தவம் தேவை. குறிக்கோளை எய்தத் தவம் செய்ய வேண்டும்.

உடலை நீரால் கழுவிச் சுத்தப்படுத்துவது போல். மனதை ஒரே சிந்தனை எனும் தவத்தால் சுத்தப்படுத்திக் கொள்ள வேண்டும்.

மனம் வலிமை பெறத் தவம் செய்ய வேண்டும்.

தவம் செய்யாதவன் நடைப்பிணம் என்று சாஸ்திரம் கூறுகிறது. பாத்திரங்களை அன்றாடம் துலக்குவதைப் போல் மனம் என்ற பாத்திரத்தைத் தினமும் தவத்தால் துலக்க வேண்டும்.

அமைதியை, ஆனந்தத்தை, அழியாத் தன்மையைத் தவம் மூலம்தான் அடைய முடியும்.

தான் தனது என்ற தன் முனைப்பை நீக்கத் தவம் வேண்டும்.

எதிர்மறையான எண்ணங்களைத் தவிர்த்து நேர்மறையான நல்ல சிந்தனையை வளர்க்கத் தவம் வேண்டும்.

துன்பப்பட்ட மனதுக்கு, காயம்பட்ட மனதுக்கு, கலங்கிய மனதுக்கு ஆறுதல் தருவது தவப்பயிற்சியே.

குடும்ப வாழ்விலும். தொழிலிலும், பொது வாழ்விலும் ஏற்படும் இதயத்து வலிகளை நீக்க தவம் வேண்டும்.

தோல்விகளைத் தவிர்க்கவும். கவலைகளை விரட்டவும், கோபத்தை விடவும் தவம் வேண்டும்.

விண்ணில் சுழலும் கோள்களையும். நட்சத்திரங் களையும், பூமி சுழல்வதையும், அகக்கண்ணால் பார்த்து இயற்கை இரகசியங்களை அறியப் பறக்கும் வாகனமே தவம்.

வேண்டிய வேண்டியாங்கு எய்தலால் செய்தவம் ஈண்டு முயலப் படும்.

தவத்தால் நண்பர்களை உயர்த்தலாம், பகைவர்களை அழிக்கலாம் என்கிறது குறள். நாம் நமது உடல் சக்தியைப் பாதுகாக்கத் தவம் செய்ய வேண்டும். ஒருவீட்டில் உள்ள குழாய்கள் அனைத்தையும் திறந்து வைத்துக் கொண்டு, தொட்டியில் நீர் நிரப்ப இயலாது. எனவே, நாம் சக்தியைச் சேகரிக்கப் புலன் வழியே செல்லும் தேவையற்ற சக்தியைப் பாதுகாக்கத் தவம் செய்ய வேண்டும்.

78. குரு

மாதா, பிதா, குரு, தெய்வம் என்பது பழமொழி. குழந்தைக்கு மாதா பிதாவை அடையாளம் காட்டுவார். மாதாவும், பிதாவும், குருவை அடையாளம் காட்டுவார்கள். குரு தெய்வத்தைக் காட்டுவார். குரு அவசியம் தேவை.

புலன் மயக்கத்திலிருந்து மனிதனை விடுவிக்க குரு ஒருவரால் தான் முடியும். குரு இல்லாத வித்தை பாழ் என்பார்கள். ஞானமார்க்கத்திற்கு குரு தேவை. அறியாமை என்ற இருளை அகற்றுபவர் குரு. ஒருவன் வேதங்கள் கற்றிருந்தாலும். ஆகமங்கள், உபநிடதங்கள் பயின்று இருந்தாலும், குருவின்றி மெய்ஞ்ஞானம் அடைய முடியாது.

வாழ்க்கையின் வழிகளையும், ஆன்மீகப் பணிகளையும் குரு காட்டுவார். குருவே தெய்வம். குருவினிடத்தே நிழல் போன்று நின்று அவரது செயல்களுக்கெல்லாம் ஒத்துப் பழகி இருத்தல் வேண்டும்.

Guru is gift of God. God is gift of Guru. குருவிற்கு மேலானது ஏதுமில்லை. எவரைப் பார்த்த மாத்திரத்திலேயே மனதில் தானாகவே சாந்தியும், திடமும், மகிழ்ச்சியும் உண்டாகிறதோ அவரே பரம குரு என்கிறது குரு **கீதை.**

குரங்குக் குட்டியானது குரங்கைப் பிடித்துக் கொள்வது போல், குருவை பக்தன் பற்றி நிற்க வேண்டும். குரு பார்வை கிடைத்ததும், பூனைக் குட்டியைப் பூனை தூக்கிச் செல்வது போல், சீடனை குரு தூக்கிச் செல்வார்.

எல்லோராலும் குருவாகி விட முடியாது. மிதந்து கொண்டிருக்கும் மரக்கட்டை பல மனிதர்களையும், விலங்குகளையும் ஆற்றைக் கடந்து அழைத்துச் செல்லக்கூடும். நல்ல குரு பிறவிக் கடலைக் கடக்கச் செய்யும் வலுவான கட்டை போன்றவர் என்பார் **ஸ்ரீ ராம கிருஷ்ணர்.** இந்த அரும்பிறவியில் முன் வினை அறுத்து எல்லையில்லா மெய்ப்பொருளை அடைவதற்கு, வந்த ஒரு உதவி குரு உயிரின் சேர்க்கை. அவரின் திருவடியை வணங்கி மகிழ்வதாக **வேதாத்திரி மகரிஷி** இன்பமுறுகிறார்.

பக்தன் தகுந்த மனப்பரிபாகம் அடையும் போது குரு தானாக வருவார். குருவைத் தேடி அலைய வேண்டிய தில்லை. வானொலிப் பெட்டியில் தகுந்த அலை வரிசையைத் திருப்பினால் தொடர்புடைய நிகழ்ச்சிகள் கேட்கும். அதுபோல பக்தன் தனது மனதை தகுந்த அலைவரிசையில் வைத்திருக்கும் போது, குரு அந்த அலைவரிசையில் தானாக வந்தமருவார். ஸ்ரீராம கிருஷ்ணருக்கு **தோத்தாபுரி** தானாகத் தேடிவந்து உபதேசம் தந்தார்.

"மூர்த்தி தவம் தீர்த்தம் முறையாகச் செய்தோர்க்கு,
வார்த்தை சொல்ல சற்குருவும் வாய்க்கும் பராபரமே"

என்றார் **தாயுமானவர். இயேசுவும்** பன்னிரு சீடர்களும், **விவேகானந்தரும்** ராமகிருஷ்ணரும், சகோதரி **நிவேதிதையும்** விவேகானந்தரும் குரு சிஷ்ய உறவுக்கு வழிகாட்டியுள்ளார்கள். குருவின் பெருமையை **திருமூலர்,**

தெளிவு குருவின் திருமேனி காண்டல்
தெளிவு குருவின் திருநாமம் செப்பல்
தெளிவு குருவின் திருவார்த்தை கேட்டல்
தெளிவு குருவின் திருவுறு சிந்தித்தல் தானே!

என்று பறை சாற்றுகின்றார்.

79. தீட்சை

புலன் கவர்ச்சியிலே ஆழ்ந்து அறியாமையில் மூழ்கி. துன்பத்தில் சூழ்ந்து மீள முடியாமல் தவிக்கும் ஒரு மனிதனை, மெய்ப்பொருள் உணர்ந்த ஒரு குரு அம்மனிதனுக்கு அகத்தவத்தின் மூலம் ஆன்மாவையும், மெய்பொருளையும் அறிந்து கொள்ளும் வழி வகையைக் காட்டி கொடுத்தலே உபதேசம் அல்லது தீட்சை எனப்படும். தீட்சை என்பது வட சொல். "கொடுத்து குறைப்பது" என்று பொருள். குருவானவர் உயிராற்றலைப் பாய்ச்சி நமது பாவப் பதிவுகளை குறைப்பது எனலாம். இது பலவகைப்படும்.

1. **சமய தீட்சை** - சரியை மார்க்கம் தொடங்கு முன் செய்யப்பெறுவது.
2. **விசேஷ தீட்சை** - கிரியா மார்க்கத்திற்கு உரியது.
3. **நிர்வாண தீட்சை** - யோகத்திற்கும்,ஞானத்திற்கும் உரியது.

4. **ஸ்பரிச தீட்சை** - குரு தன் திருக்கரங்களால் சீடனைத் தொடுவது.

5. **நயன தீட்சை** - குரு தன் அருட்பார்வையால் சீடனை நோக்குவது.

6. **மானச தீட்சை** - குரு தன் மனத்தால் சீடனது மனதை தன்வயப்படுத்துவது.

7. **வாசக தீட்சை** - வாசகம் என்பது உபதேசம். இது குரு உபதேசம் எனப்படும். நல்ல அருள் வாக்குகளைச் சொல்வது.

8. **மந்திர தீட்சை** - குரு சீடனுக்கு மந்திரங்களை உபதேசித்து அருளுவது.

9. **யோக தீட்சை** - யோகம் என்பது சேர்க்கை. குரு சீடனை (உபாஸகனை) இறைவனோடு ஒன்றவைப்பது யோக முறைகளைச் சொல்லித் தருவது.

10. **ஔத்திரி தீட்சை** - ஹோமகுண்டத்தில், ஹோமாக்கினியில், சீடனுடைய மலங்களைத் தகித்து, அவனைத் தூய்மைப்படுத்துவது.

அம்மா, அப்பா என்று இரண்டு உயிர்களின் விந்து நாத சேர்க்கையால் உருவானவன் மனிதன். இந்த இரண்டு உயிர்களின் இணைப்பு காமம், உடலுறவு என்ற செய்கையால் உண்டாகிறது. எனவே, மனிதன் புலன் கவர்ச்சியாலும், பொருள் பற்றுடனும் மயக்கமுற்ற வாழ்வில் இருப்பான். இந்த மயக்கத்திலிருந்து மீட்டு விழிப்பு நிலையில் அறிவைத் திருப்ப ஒரு ஞானியின் உயிர் அவனில் கூட வேண்டும். உரிய பருவம் வந்த பின்பு குருவின் உயிர் ஒரு மனிதனுடன் சேருவதே உபதேசத்தின் பொருளாகும். குரு உபதேசம் பெற்றவன் வாழ்வில் முழுமை பெறகிறான்.

80. சோதிடம், கைரேகை, மச்சம்

வேதத்தின் ஆறு பாகங்களில் சோதிடமும் ஒன்று. இது மனிதனுடைய வாழ்க்கையில் நடக்க இருக்கும் நிகழ்ச்சிகளை முன்கூட்டியே அறிந்து கொள்ள முயற்சிக்கும் ஒரு விஞ்ஞான பூர்வமான கலையாகும். பிரபஞ்சத்தில் சஞ்சரிக்கும் கோள்கள், நட்சத்திரங்கள் இவற்றின் காந்த ஆற்றலினால் பூமியில் வாழும் உயிர்களுக்கு, குறிப்பாக மனிதர்களுக்கு ஏற்படும் நன்மை தீமைகளை கணக்கிட்டு அறியும் கலைதான் **சோதிடம்.** நம் மனித உடலில் மூன்று விதமான இயக்கங்கள் உள்ளன. அவை காந்த இயக்கம், மின்சார இயக்கம், இரசாயன இயக்கம் என்பனவாகும்.

இந்த இயக்கங்கள் அவ்வப்போது கிரகங்களுக்கு ஏற்றவாறும், எண்ணத்திற்கு ஏற்றவாறும், உடலின் சருமத்தில் சில இராசயன மாற்றங்களை உண்டாக்கும். அதைத் தான் **கைரேகை** மற்றும் மச்சங்கள் என்று சொல்வார்கள். இந்த மச்சங்களும், ரேகைகளும் எதை எடுத்துக் காட்டுகின்றன என்று ஆராய்ந்து, கிரகங்களில் இன்னின்ன அழுத்தம் இருக்குமேயானால், உடலில் இந்த இடத்தில் **மச்சம்** வரும் என்று கண்டுபிடித்தார்கள்.

கைரேகை என்பது எண்ணத்தில் பிரதிபலிப்பில் வருவதாகும். கிரகங்களுடைய மாறுபாட்டினாலும் மாறிக் கொண்டே இருக்கும். இதைப் பார்த்து பலன் சொல்வார்கள். ஆனால் ஒரு சில அனுபவத்தைத் தவிர சொல்வது எல்லாம் சரியாக இருக்காது. கூறப்படும் **சோதிடம் ஓரளவுதான் சரியாக இருக்கும்.** இயற்கையில் நடைபெறும் நிகழ்ச்சிகள் அனைத்தையும், நுண்மையாக கணிப்பது கஷ்டம்.

81. தற்சோதனை

ஆன்மீகத்தில் தற்சோதனை அவசியமானதாகும். நம்மை நாமே அறிந்தால்தான், மனிதப் பிறவியின் நோக்கத்தை அறியமுடியும். "உன்னையே நீ அறிவாய்!" என்றார் **சாக்ரடீஸ்**. நான் யார்? என் மூலமென்ன? உடல் - உயிர் - மனம் - தெய்வம் - என்றால் என்ன? நம்மை நாமே அறியவேண்டும்."தன்னையறிதலே இன்பம்" என்றர் **வள்ளலார்.**

தன்னை அறிந்து இன்புறவே வெண்ணிலாவே - ஒரு
தந்திரம் நீ சொல்ல வேண்டும் வெண்ணிலாவே!

தன்னை அறிய நம் குணங்களைச் சீரமைக்க வேண்டும். **தற்சோதனை என்பது மனத்தூய்மையை நாடிச் செல்லும் ஒரு தெய்வீகப் பயணம்.** ஆன்மாவானது புலன் மயக்கத்தில் கட்டுப்பட்டுள்ளது. ஐயுணர்வின் வசப்பட்டுள்ளது. உணர்ச்சிப்பெருக்கில் பல செயல்களைப் புரிந்து துன்பத்தைத் தந்துவிடுகிறது. தற்சோதனை செய்து, விழிப்பு நிலை அடையாத வரையில் பழக்கத்தின் வழிதான் ஆன்மா பயணிக்கும்.

இந்தப் பயணத்தின் பாதையில், நல்ல வழியில் திருப்புவதே தற்சோதனை. நம்மைப் பற்றி, நம் குணங்களைப் பற்றி, நம்மிடம் எழும் எண்ணங்களைப் பற்றி, நம்முடைய இருப்பு பற்றி, இயக்க நிலை பற்றி உணர வேண்டும். உணர்ந்த பின்னர் நல்லது எது? தீயது எது? என்று அறிய வேண்டும். நல்லவற்றைப் பெருக்க வேண்டும். தீமைகளை அகற்ற வேண்டும். இத்தகைய உளப்பயிற்சி, தன்னைத் தானே அறியும் சுய பரிசோதனைப் பயிற்சி ஆன்மீக வாழ்வில் மட்டுமல்ல.

வாழ்க்கைத் தரத்தில் நம்மை உயரவைக்கும். வாழ்க்கையை வளம்பெற வைக்கும்.

நம் **எண்ணங்களை ஆராய வேண்டும்.** நல்ல எண்ணங்களைப் பெருக்க வேண்டும். நமக்கும், சமுதாயத்துக்கும் பயன்படும் ஆசைகளை வைத்துக் கொண்டு பேராசையை ஒழிக்கவேண்டும். **ஆசை சீரமைப்பு** ஆன்மீகத்திற்கு அவசியம்.

கவலை கொண்டு சீரழிவதைவிட **கவலையை ஒழிக்கப் பயிற்சி** பெற வேண்டும். கவலைக்கான காரணங்கள் அறிந்து, அதனைத் துடைக்க வேண்டும். கோபம் என்பது கொடிய நோய். அது நம் உடலையும், உள்ளத்தையும் உருக்கி விடும். கோபத்தை மன்னிப்பாக மாற்ற தற்சோதனை செய்ய வேண்டும்.

பொறாமை, எதிர்பார்த்தல், ஆணவம், வஞ்சம் போன்ற **தீய குணங்களை** அகற்ற தற்சோதனை செய்ய வேண்டும்.

82. செயல் விளைவு தத்துவம்

உடலில் அலையாக இயங்குவது மனம். மனத்தைக் கொண்டு உடல் கருவிகளை இயக்குவது வினையாகும். இந்த வினை(செயல்) சீவகாந்த களத்தில் பதிவாகிறது. தக்க நேரத்தில் பிரதிபலித்து, மீண்டும் செயலாக மலர்வது விளைவு. இதுவே செயல் விளைவு. செயல் இல்லாமல் விளைவு இல்லை. விளைவு இல்லாத செயலும் இல்லை. பந்தை சுவரில் எறிகிறோம். எறிந்த பந்து சுவரில் மோதி திரும்பி வருகிறது. இதைப் போலவே

நம்முடைய ஒவ்வொரு செயலுக்கும் எதிர் விளைவுகள் உண்டு. ஒவ்வொரு செயலிலும் அதற்கேற்ற விளைவு வெளியாகிக் கொண்டேதான் இருக்கிறது. காலம் தான் வித்தியாசப்படுகிறது.

நமது உடலுக்கும், உயிருக்கும், மனதுக்கும், தனிமனிதனுக்கும், சமுதாயத்திற்கும், இயற்கைக்கும் உள்ள உறவில் இனிமை காக்கும் செயல்கள் நற்செயலாகும். அதனைச் செய்வதால், நல்ல விளைவுகளே நமக்கு வரும். செயல் விளைவு தத்துவத்தை உணர்ந்து, விளைவறிந்து விழிப்பு நிலையில் செயலாற்றினால் நமக்கு வரும் துன்பத்தைத் தவிர்த்துக் கொள்ளலாம்.

செயல் விளைவினை உணராமல், தவறான செயல்களைச் செய்துவிட்டு, விளைவு வரும்போது துன்பப்படுகிறோம். நாம் அடையும் ஒவ்வொரு துன்பமும், நமது செயல்களால் வந்தவையே ஆகும்.

"ஒவ்வொரு செயலுக்கும் சமமான எதிர்வினை உண்டு" என்ற விதியைக் கண்டுபிடித்தவர் விஞ்ஞானி ஸர் **ஐசக் நியூட்டன்**. இதனை 2000 ஆண்டுகளுக்கு முன்பே மெய்ஞ்ஞானி திருவள்ளுவர் கூறியுள்ளார்,

"பிறர்க்கின்னா முற்பகல் செய்யின் தமக்கின்னா
பிற்பகல் தாமே வரும்"

எனவே, **ஒரு செயலை செய்யும் போது அது தனக்கோ, பிறர்க்கோ, அறிவிற்கோ, மனதிற்கோ, தற்காலத்திலோ, பிற்காலத்திலோ, உடலுக்கோ, உயிருக்கோ துன்பம் தராத செயல்களாக இருக்குமாறு** தீர்மானிக்க வேண்டும். இதைத் தீர்மானிக்கும் அதிகாரம் நமக்குண்டு. அந்தச் செயலுக்கு விளைவு இப்படித்தான் இருக்க வேண்டுமென்று தீர்மானிக்கும் தகுதியும், திறமையும் நமக்குண்டு. எனவே, இறை நீதியுணர்ந்து விளைவுகளின் விழிப்பறிந்து செயலாற்றி வாழ்வோம்.

83. யோக இரகசியங்கள்

தமிழ்நாட்டில் சித்தர்கள் அதிகமிருக்கக் காரணம் என்ன? 1. தவம் செய்வதற்கேற்ற தட்ப வெப்ப நிலை. 2.காடுகள், இயற்கை சூழ்நிலைகள். 3. அமைதியான நிலை. எனவே தான், வெளிநாட்டில் இருந்தும் இங்கு வந்து தவம் செய்தனர். சித்தர்கள் விந்துக் கலயம் உடைபட்டு, பிறப்பு உறுப்பு வழியாக விந்து வெளியேறி இறப்பதில்லை. ஜீவ முக்தி அடைந்தவர்கள். அவர்கள் அடக்கம் செய்யப்பட்ட இடத்தில் உடல்கள் அழிந்திருக்காது.

இவர்கள் ஜீவ சமாதி அடைந்த இடத்தில் இருந்து புறப்படும் அலைகள் இன்றும் மக்களுக்கு நன்மைகளை, ஆற்றல்களைத் தந்து கொண்டிருக்கின்றன. இவர்கள் மரணமில்லாப் பெருவாழ்வு வாழ்ந்தவர்கள். இவர்கள் யோக இரகசியங்களில் சிறப்பானவை மூன்று.

1. **மகிழ்போகம்** (மகிழ்ச்சியான அனுபவம்):

ஒரு ஜாங்கிரி சாப்பிடுகிறோம். இரண்டு, மூன்று என்று சாப்பிட்டுக் கொண்டே இருந்தால் ஒரு கட்டத்தில் வேண்டாம் என்ற நிலை வந்துவிடும். அதற்கு மேல் சாப்பிடும் போது, துன்பம்தான் வரும். இதைப் போல ஐம்புலன்கள் வழியாக வரும் இன்பம் மகிழ்வு உடையதாக இருக்க வேண்டும். அளவு முறை மீறினால் துன்பம்தான். இதை உணர்ந்தவர்கள் சித்தர்கள். இதுவே மகிழ்போகம்.

2.ஈதல்:

தங்களுடைய உடலால் பிறருக்கு உதவுதல். அன்பும், கருணையும் உடையவராய் வாழ்தல், ஆறாவது அறிவின் உண்மை அறிதல். பிற உயிர்களின் துன்பம்

நீக்குதல். தன் ஆற்றலை வளர்த்து மற்றவர்களுக்குத் தொண்டாற்றி மகிழ்தல். பிறரிடம் எதிர்பார்ப்பு இன்றி வாழ்தல். தனக்கும், குடும்பத்திற்கும், சமுதாயத்திற்கும் உரிய கடமைகளைச் செய்து வாழ்தல்.

3. இறவாமை:

உடல், உயிர், அறிவு, மனம், ஜீவகாந்தம், இறை நிலை என்ற உண்மையை அறிதல் வேண்டும். தான் விரும்பிய போது உயிரை விட வேண்டும். பழிச் செயல்கள் பதிவுகள் கழிந்து மயக்க நிலை நீக்கி, தெளிவு பெற்று கருமையம் தூய்மை அடைய வேண்டும்.

நாள்தோறும், உடலும், உயிரும், இணைந்து இறைநிலையோடு ஒன்ற தியானம் செய்ய வேண்டும். தியானம் செய்து, மனஇயக்கத்தை நிறுத்தி விட்டால், உயிர் சக்தி வெளியேறினாலும், உடல் அழுகாது. இதுவே ஜீவ சமாதி எனப்படும். அவ்வாறு முக்தி பெற்றவர்கள் அடக்கம் செய்யப்பட்ட இடங்களே, தமிழகத்தின் புகழ் பெற்ற ஆலயங்கள்.

சித்தர்களின் யோக இரகசியங்களின் வாழ்க்கை நெறிகளில் முக்கியமானது இந்த மூன்றும் தான்.

84. தெய்வீக நீதிமன்றம்

ஒவ்வொரு உயிருக்கும் கருமையம் உண்டு. மனிதனுக்கு முதுகுத் தண்டிற்கும் கீழே ஆசன வாய்க்கும் மேலே ஒரு அங்குலத்தில் உள்ளது. இதில் மூன்று மூலப்பொருள்கள் உள்ளன. 1. விந்து அல்லது நாதம். 2. உயிர். 3. விந்துவை தொட்டு உடலில் ஓடிக் கொண்டிருக்கும் ஜீவகாந்தம்.

விண், விண்துகள், கோள்கள், உயிர் வகைகள் அனைத்திலும் விட மனிதனிடம் அமைந்துள்ள கருமையம் எல்லையற்ற ஆற்றலைக் கொண்டது. இதனை **மாயத்துணைவன்** என்றும், தெய்வீக நீதிமன்றம் என்றும் பெரியோர்கள் அழைத்தார்கள். இதனைச் **“சூப்பர் கம்ப்யூட்டர் சிப்”** எனலாம்.

இறை நிலையிலிருந்து, பஞ்சபூதங்கள், அண்டங்கள், ஓரறிவு முதல் ஆறறிவு வரையிலான உயிரினங்கள் மனிதன் வரையில் நடைபெற்ற எல்லா இயக்கங்களும் காந்த அலைகளே! அதனால் கருமையத்தில் அவையனைத்தும் பதிவாகிறது.

நமது எண்ணம், சொல், செயல் இவற்றால் ஏற்படும் செயல்கள் எல்லாம் கொசு அளவில் புலன்களிலும், புள்ளி அளவில் மூளையிலும், ஜீவ காந்தத்தில் அலையாகவும் கடைசியாக கருமையத்தில் இருப்பாகவும் (Hard Disk) பதிவு செய்யப்படுகிறது. நேரமும், காலமும் வரும் போது, கருமையத்தில் பதிந்த பதிவுகள் வெளியேறவும் செய்கின்றன.

வாய் பொய் சொன்னாலும், கருமையம் பொய்யே சொல்லாது. செயலுக்கேற்ற விளைவைத் தந்து கொண்டே இருக்கும். ‘அரசன் அன்று கொல்வான் தெய்வம் நின்று கொல்லும்’ என்பது போல, கருமையம் தெய்வீக நீதி மன்றமாகச் செயல்பட்டு, தீர்ப்புகளைத் தந்துகொண்டே இருக்கின்றன.

கம்ப்யூட்டரில் இருப்பாக இருந்து கொண்டு மனிதனை வழிநடத்துவது கருமையம். ஆன்மீகத்தில் உயர்ந்தவர், கருமையத்தின் மதிப்பு உணர்ந்து நெறிமுறை தவறாது வாழ்வார்கள். கருமையத்தை உணராதவர்கள், கடவுளையும் உணர முடியாது.

85. துறவு

காவியுடை அணிந்து, கற்றை முடி தரித்து, உலகத்தையும், கர்மத்தையும் துறப்பது துறவு அல்ல. இல்லறத்தை விட்டு, துறவறம் பூணுவது மட்டும் துறவு அல்ல. இல்லறம், துறவறம் என்ற இரண்டிலும் துறவு நிலைகள் உண்டு. துறவறத்தில் இருந்து கொண்டு ஆணவத்தையும், ஆசைகளையும், உலகப்பற்றையும், பொருள் பற்றையும் கொண்டிருந்தால் துறவல்ல. உண்மையான துறவு பற்றி திருவள்ளுவர் அழகாகக் கூறியுள்ளார்.

"யாதெனின் யாதனின் நீங்கியான் நோதல்
அதனின் அதனின் இலன்"

ஒருவன் எந்தெந்தப் பொருளில் இருந்து பற்று நீங்கியவனாக இருக்கிறானோ, அந்தப் பொருளில் அவன் துன்பம் அடைவதில்லை. இது தான் துறவு.

இல்லறத்தில் இருந்து துறவு வாழ்க்கை மேற்கொண்ட மகான்கள் இருந்துள்ளார்கள். இல்லற வாழ்வில் பல்வேறு வழிகளும், வாய்ப்புகளும் இருந்து அதன் மீது பற்று நீக்கி, இறை நிலையை அடைய முயலுபவர்கள் எல்லோரும் துறவு மேற்கொண்டவர்கள் தான். ஊரே தொலைக்காட்சி முன்பு அமர்ந்திருக்க, அதன் மீது பற்று அறுத்து சத்சங்கத்தில் கலந்து கொள்பவர்கள் துறவிகளே! இல்லறத்தில் இருந்தாலும், பொருள்களின் மீது பற்று இல்லாமல் பற்றற்ற நிலையில் வாழப் பழகிக் கொள்ள வேண்டும்.

உறவிலே கண்ட உண்மை நிலைத் தெளிவே துறவு என்பார் வேதாத்திரி மகரிஷி. இத்தகைய துறவு பூண்டவர்களிடம் பற்றற்ற நிலையைக் காணலாம். அவர்கள் செய்யும் செயல்கள் எல்லாம் தொண்டாகத்தான் இருக்கும். எல்லாப் பொருள்களும், அனைத்து வசதிகளும் உள்ள காலத்தில் அவற்றைத் துறந்து வாழ்தலே துறவு. இதனால் பெறக்கூடிய இன்பத்தை அளவிட முடியாது.

"வேண்டின் உண்டாகத் துறக்க துறந்தபின்
ஈண்டு இயற்பால பல".

86. நடராஜர் தத்துவம்

நடராஜப் பெருமானின் வழிபாடு முழுதும் யோகக்கலை தொடர்புடையது.

சித் + அம்பரம் = சிதம்பரம்

சித் என்றால் பேரறிவு என்றும் பொருள்படும். அம்பரம் எனில் வானம் என்ற பொருள். வானத்தைக் குறிக்கும் ஸ்தலமாக சிதம்பரம் கருதப்படுகிறது.

காற்று	-	திருக்காளத்தி
தீ	-	திருவண்ணாமலை
நீர்	-	திருவானைக்காவல்
மண்	-	காஞ்சிபுரம்.

திருமூலரின் ஜீவ சமாதியே சிதம்பரம் ஆலயம். திருமூலர் காலத்தில் தில்லை என்ற ஒருவகை மரங்கள்

சூழ்ந்த காடாக இருந்த இடம்தான் சிதம்பரம். இதன் ஸ்தல விருட்சம் தில்லை மரம். 39 ஏக்கர் நிலப்பரப்பில் உள்ளது, இச்சிறப்பு பெற்ற ஆலயம். சிதம்பரம் சித்சபையின் அமைப்பே யோகக்கலையின் ஆறு வழிபாட்டு முறைகளைச் சுட்டிக் காட்டுகிறது. பொன் ஏடுகளால் வேயப்பட்ட இதன் மீது ஒன்பது தங்கக் கலசங்கள் உள்ளன. இது ஒன்பது சக்திகளைக் குறிக்கும். இது மரத்துண்டுகளைக் கொண்டு உருவாக்கப் பட்டுள்ளது.

நடன சபை, இதன் மேலே பொன் வெள்ளி தகடுகள் போர்த்தப்பட்டுள்ளன. இதில் தான் 21600 பொன் ஓடுகள் வேயப்பட்டுள்ளன. இது மனிதன் ஒரு நாளைக்கு விடும் மூச்சின் அளவைக் குறிப்பிடுகின்றது. இதற்கு 7200 ஆணிகள் பயன்படுத்தப்பட்டுள்ளன. இது மனிதனின் ஒரு நாளின் நாடித்துடிப்பின் எண்ணிக்கை ஆகும்.

பொன்னம்பலத்தை பதினெட்டு தூண்கள் தாங்கியுள்ளன. இது பதினெட்டு வகையான யோக சக்திகளைக் குறிப்பிடுகின்றது. பொன்னம்பலம் மனிதன் உடல் போலவும், நடராசர் சிலை அவ்வுடலின் இதயம் போல் அமைக்கப்பட்டுள்ளது.

இதயம் இடைவிடாது துடிப்பதுபோல் நடராஜரும் இடையீடு இன்றி நடனமாடிக் கொண்டிருக்கிறார். பிரபஞ்சத்தில் கோள்கள் எல்லாம் நடனமாடிக் கொண்டிருப்பதை நடராஜர் தத்துவம் உணர்த்துவதாக உள்ளது. நடராஜரும் ஓய்வின்றி நடனமாடிக் கொண்டிருப்பது போல பிரபஞ்சமும் ஒரு நொடி கூட ஓய்வின்றி நடனமாடிக்கொண்டே இருக்கிறது. **இதுதான் சிதம்பர ரகசியம்.**

87. உருவமா? அருவமா?

உருவவழிபாடு சரியானதா? அருவ வழிபாடு சரியானதா? என்ற கேள்விகள் அவ்வப்போது எழுகின்றன. இரண்டுமே சரிதான். **ஆரம்பக்கல்வி போன்றது உருவ வழிபாடு. உயர் கல்வியைப் போன்றது அருவ வழிபாடு.** பெரும்பாலும், பக்தனுக்கு உருவ வழிபாடும், ஞானிக்கு அருவ வழிபாடும் உரியதாக உள்ளது.

பக்குவமும், போதிய ஞானமும் இல்லாத சாதாரண மக்களிடம் அருவக்கடவுளைத் தியானம் செய்யுங்கள் என்று சொன்னால், அவர்களால் அதைப் புரிந்துகொள்ளவும் முடியாது. பின்பற்றவும் முடியாது. இவர்களுக்கு எளிதாக இருப்பது உருவ வழிபாடு. வேதத்தில் பிரம்மாவுக்கும், கிறிஸ்துவத்தில் பரமபிதாவுக்கும், இஸ்லாத்தில் அல்லாவுக்கும் உருவமில்லை. பெரும்பாலான மக்கள், இறைவனை அருவமாக வழிபடுவதற்குத் தூய உள்ளமும், தீவிர விவேக வைராக்கியமும் கொண்டவர்கள் அல்லர். சிறு குழந்தைகளுக்கு விளையாட பொம்மைகள் தான் கொடுக்க வேண்டும். இது தவறு என்று சொல்ல முடியுமா? தாய் தந்தையரை வணங்குகிறோம். மரியாதையுடன் மதிக்கிறோம். அவர்கள் மாமிசம், இரத்தம், எலும்பு, இவைகளால் ஆனவர்களே. அந்தப் பொருளுக்கா மரியாதை கொடுக்கிறோம். அவ்வாறு நினைப்பதும் இல்லை. தாய் தந்தையிடம் உணர்வு (சையதன்யம்) இருக்கிறது. மனதால் தெரிந்து கொள்கிறோம். இதுபோல கல்லைப் பார்த்துவிட்டு, "ஜீவனில்லை" என்று நாம் சொல்லிவிடக் கூடாது. கல்லின்மீது கடவுளை காண்கிறார்கள்.

வீட்டின் மாடி கட்டுவதற்கு சாரங்கள் கட்டுகிறோம். அதுபோல தான் மனிதனிடம் பக்தியை, ஞானத்தை உயர்த்துவதற்கு, தொடக்க காலத்தில் உருவ வழிபாடு என்ற சாரங்கள் தேவை. வீடு கட்டி முடித்தபின் சாரங்களை அவிழ்ப்பது போல் பக்குவமடைந்த பின்னர் உருவ வழிபாடு தேவை இல்லை. உருவக் கடவுள் அருவக்கடவுள் என்ற இறைவனின் இரண்டு நிலைகளும் ஒரு நாணயத்தின் இரண்டு பக்கங்கள் போன்றவை. உருவக் கடவுளை வழிபட்டு, இறை நிலையை அடைந்தவர்களும் உண்டு. இதற்கு **ஆண்டாளையும், மீராவையும்** கூறலாம். அருவக் கடவுளை வழிபட்ட **தாயுமானவர், ஆதி சங்கரர், ரமணர்** போன்றவர்களும் உண்டு.

88. ஆணவம் - கன்மம் - மாயை

இறைவனை உணர்வதற்குத் தடையாக இருப்பவை மும்மலங்கள். இவை தான் ஆணவம்- கன்மம்- மாயை என்பதாகும். ஆணவம் என்பது Ego, தன்முனைப்பு, கர்வம், அகம்பாவம், திமிர், என்றெல்லாம் விரியும். **ஆணவம் வாசல் வழி வந்தால் அறிவு சன்னல் வழியே போய்விடும்.** ஆணவம் என்பது தான், தனது என்று இரண்டு பிரிவாகும். தான் என்பது அதிகார ஆணவம். தனது என்பது பொருள் ஆணவம். இது இரண்டும் கணவன் மனைவி போல் சேர்ந்தால் என்ன ஆகும். ஆறு கெட்ட குணங்களாக மாறும். இதனை எப்படி ஒழிப்பது?

ஆறு குணங்கள்		மாற்றம் செய்யும் குணங்கள்
பேராசை	-	நிறைமனம்
சினம்	-	சகிப்புத்தன்மை
கடும் பற்று	-	ஈகை
முறையற்ற பால்கவர்ச்சி	-	கற்பு
உயர்வு தாழ்வு மனப்பான்மை	-	சமநோக்கு
வஞ்சம்	-	மன்னிப்பு

இதுவே ஆறுகுண சீரமைப்பு பயிற்சியாகும்.

கடவுள் + கர்வம் = மனிதன்
மனிதன் - கர்வம் = கடவுள்

கன்மம் என்றால் பாவப் பதிவுகளை ஒழிப்பது. பாவப் பதிவுகள் மூன்று வகைப்படும்.

1. **சஞ்சித கர்மம்** : நம் முன்னோர்களால் வருவது.
2. **ப்ராப்த கர்மம்** : மூன்று வயது முதல் நாம் செய்யும் செயல்களால் வருவது.
3. **ஆகாமிய கர்மம்**: ப்ராப்த கர்மமும், ஆகாமிய கர்மமும் சேர்ந்து வினைத் தோன்றலாக வருவது.

இந்தப் பதிவுகளை உடற்பயிற்சியாலும், தியானத் தாலும் வெல்லலாம். இதைத் தான் **விதியை மதியால் வெல்லலாம்** என்றார்கள்.

மாயை என்பதைத் தத்துவ ஞானிகளும், வேதாந்திகளும் குழப்போ, குழப்பு என்று குழப்புவார்கள். இறைவனின் நிழல் என்பார்கள். இறைவனும் மாயையும் சகோதரர்கள் என்பார்கள். மனதைக் கெடுப்பதற்காக ஏற்பட்டது என்பார்கள். மாரன் என்பார்கள், அலகை

என்பார்கள். இதை கிறிஸ்தவர்களின் சாத்தானுக்கு ஒப்பிடலாம். “நிறைவேறாத ஆசைகளின் கூட்டம்” என்பார் வேதாத்திரி மகரிஷி.

மனம் தன் மூலம் உணராமல், புற மயக்கத்தில் ஈடுபட்டு ஐம்புல இன்ப நிலைகளை அனுபவிப்பது. தன் நிலையும், நோக்கமும், மூலத்தின் வழியும் தெரியாத மயக்கத்தை மாயை எனலாம்.

89. ஞானம் - பக்தி - மாயை - முக்தி

ஒரு குழந்தைக்குத் தந்தை யார் என்பதைத் தாய் அறிவாள். இது போல ஒரு தத்துவத்தை, சந்தேகமற, மாற்ற முடியாத, மறக்க முடியாத வகையில் அறிந்து கொண்ட, திடமான, உறுதியான நிலை **ஞானம்** என்பதாகும்.

தன் தாய் சுட்டிக் காட்டிய தகப்பனை உறுதியாக நம்புகிறான் புதல்வன். சொல்லிக் கொடுத்ததைத் திருப்பிச் சொல்லும் கிளிகள். இதைப் போல சான்றோர்களால் எழுதப்பட்டுள்ள கருத்துக்களே உண்மை என்று நம்பி உறுதி கொண்டிருக்கும் நிலை **பக்தி**.

கற்பனை வேகத்தால் இயற்கையை மறப்பது. சமூகத்தின் அமைப்பையும், மக்களின் எண்ணம் செயல்களினால் விளைந்து வரும், விளையப் போகும் நிகழ்ச்சிகளை மறப்பது. உடலின் தேவையை மட்டும்

நினைவில் கொண்டு, புலன் கவர்ச்சியால் தன் சுயநல எல்லையிலே விரிந்து மயக்க நிலையில் இருப்பது **மாயை.**

எள்ளுக்குள் எண்ணெய் இருப்பது போல், பிரபஞ்சம் முழுதும் எல்லாவற்றிலும் நீக்கமற நிறைந்து இயங்கும் ஆன்மா, ஜீவன், இறைவன், இயற்கை, சக்தி, கோள்கள் பஞ்ச பூதங்கள் என்று பலவற்றாலும் சொல்லப்படுகின்ற அருப சக்தி நிலையை அறிவால் அறிந்து, வாழ்வில் அமைதி பெறுவதே **முக்தி.**

மயக்க நிலையில் உயிர் துன்பத்தைப் பெருக்கிக் கொள்கிறது. தெளிவு நிலையில் உயிர் துன்பங்களில் இருந்து விடுதலை பெறுகிறது.

90. தனித்திரு, பசித்திரு, விழித்திரு

வடலூர் வள்ளல் இராமலிங்க அடிகள் அருளிய **மூன்று மகா மந்திரங்கள்.**

தனித்திரு!
பசித்திரு!!
விழித்திரு!!!

இவ்வார்த்தைகள் ஆன்மீகப் பயிற்சியில் உள்ளவர்களுக்கு மிக உயர்ந்த கருத்துக்களை விளக்குகின்றன. எந்தப் புறப் பொருளையும், நிகழ்ச்சியையும் அறிவு நாடாமல் தன்னையே நோக்கி

அது நிற்க வேண்டும் என்பதே தனித்திரு என்பதன் குறிப்பாகும். நம் மூலத்தை நாடி அறிவு நிற்பது, நம்மில் ஒடுங்கி நிற்பது, எங்கும் நிறைந்த பூரணமாய் அருப நிலையில் நிற்பது என்று இருக்க வேண்டும். எனவே நாம் தனித்திருந்து சிந்திக்க வேண்டும். மெய்ஞ்ஞானி தனித்திருக்கும் போதுதான், ஞானக் கணகள் திறக்கின்றன. தனிமைச் சிந்தனை நம்முடைய செயல்களுக்கு நிச்சயமாக வெற்றிகளைத் தேடித்தரும்.

பசித்திரு என்பது வயிற்றுப் பசியைக் குறிப்பிட வில்லை. வயிற்றுப பசி உடலை வளர்க்கும். இங்கு குறிப்பது அறிவுப் பசியை. அறிவுப் பசி மனதின் எல்லைகளை விரிவாக்கி, புத்தியைத் தெளிவாக்கி அறிவை விரிவடையச் செய்யும். நம் மகத்துவத்தை அறிந்து கொள்வதில், வேட்கை கொண்டிருப்பதே பசித்திருப்பதாகும். நான் யார்? உடலா? உயிரா? அறிவா? மூலத்தை அறியும் முறைகளைத் தெரிந்து கொள்ளும் பசியோடு இருக்க வேண்டும்.

விழிப்புடன் இருப்பவனுக்குத் தான் வாழ்க்கையில் வெற்றி கிடைக்கும். பழைய நினைவுகளும், பழக்க வழக்கங்களும், நம் அறிவில் அடிக்கடி பிரதிபலிப்பதால், நம் சிந்தனை அடிக்கடி திசை மாறக்கூடும். இதனால் ஆன்மீகப் பாதை மாறும் நிலைகளேற்படும்.

ஆகையால் நாம் விழிப்புடன் இருக்க வேண்டும். வாழ்க்கை என்னும் விளையாட்டை விழிப்புடன் விளையாடுவதில்தான் நம் பெருமையும் உயர்வும் அடங்கியிருக்கிறது. எனவே, வாழ்க்கை என்ற விளையாட்டை விழிப்புடன் விளையாடுவோம். வெற்றி பெறுவோம்.

91. சொர்க்கமும், நரகமும்

அகம் என்பது உள்ளத்தைக் குறிக்கும். நம் எண்ணத்தின் ஆற்றல் உடல் வரையில், புலன்களில் எல்லை கட்டிக் குறுகிய நிலையில் செயலாற்றும்போது, அதனை நர+ அகம் என்று சொல்லால் ஒருங்கிணைத்து நரகம் என்று கூறுகிறோம். நான் என்பது மனித தத்துவத்தைக் குறிக்கும் சொல். நான் என்பது மயக்க நிலையாகும். சில மனிதர்களையும், சில பொருள் களையும் மட்டும் தனது என்று எண்ண வேண்டி வரும்.

இதன் விளைவாக மக்கள் உரிமை, பொருள் உரிமை இரண்டும் எழுகிறது. இதனைக் காப்பதற்காகவே ஜாதி, மொழி, மத, இன, தேச அளவில் மனிதன் எல்லை கட்டும் போது, நம் மனதில் பிரிவு உணர்ச்சிகள் தோன்றுகின்றன. துன்பங்கள் துரத்துகின்றன.

நரகத்திற்கு மாற்றுச் சொல் சுவர்க்கம். சுவர் என்றால் வான். அதாவது வான் என்றால் உயிர். உடலைத் தாண்டி உயிரே என்று உணரும் சிறப்பு நிலை. சுயசோதனையும், தவமும் செய்யும் போது, இறைவனின் குழந்தைதான் நான் என்றுணர முடியும்.

இப்போது உடலளவில் நான் என்ற எண்ணம் மாறி, உயிரளவில் 'நான்' என்ற உணர்வு வந்துவிடும். எல்லா உயிர்களையும், தன்னைப் போல நினைக்கிற பக்குவம் வந்துவிடும். சுயநலம் மாறி பொதுநலம் ஊற்றெடுக்கும். இதைத் தான் சொர்க்கம் என்பார்கள்.

ஒரு வீட்டில் மூன்று பேர் அமைதியாகவும், அனுசரணையாகவும் வாழ்ந்து வந்தார்கள். இது தான் சுவர்க்கம். இந்த மூன்று பேரும் சண்டைபோட்டுக்

கொண்டால் இது நரகம். யார் தெரியுமா அந்த மூன்று பேர்கள்? மனம் - வாக்கு - காயம். அதாவது எண்ணம், சொல், செயல். இவர்கள்தான் அந்த மூன்று பேர். நம் உடம்புதான் அந்த வீடு. மூன்று பேரும் ஒருங்கிணைந்து ஒற்றுமையாகச் செயல்பட வேண்டும். இதைத் தான் **திரிகரண சுத்தி** என்பார்கள்.

எண்ணத்தைச் சொல்லாகவும், சொல்லைச் செயலாகவும் நடத்திக் காட்ட வேண்டும். இது தான் உண்மையான மனித குணம். சுவர்க்கமும், நரகமும் நமது செயல்களைக் கொண்டே அமைகிறது.

92. விதியும், மதியும்

விதி என்பது, இயற்கையில் இயக்க அமைப்புகளும், இயக்க நியதிகளும் ஆகும். இரண்டு கையைத் தட்டினால் ஒலி உண்டாகும். இது விதி. இதை வெல்ல வேண்டும் என்றால், கை தட்டக் கூடாது.

இயற்கையில் உள்ள நிகழ்ச்சிகள் விதி. அதைத் தெரிந்து கொண்டு அறிவால் அதற்கு முரண்படாது அனுபவிக்கும் போது, அதை 'மதி' என்கிறோம். வைரம் இயற்கையில் கிடைப்பது. பூமியில் ஆழத்தில் இருப்பது. இது விதி. முயற்சியால் மேலே கொண்டு வருகிறது மதி.

மூன்று வித கர்மங்களால் உடல் எடுத்துள்ளோம். உடலிலே நோயும் உள்ளத்திலே களங்கமும் இருப்பது அவரவர் விதி. உடற்பயிற்சியின் மூலம் நோயையும், தவப்பயிற்சி தற்சோதனையின் மூலம் உள்ளத்தின் களங்கத்தைத் துடைப்பது மதி. இதைத்தான் **"விதியை மதியால் வெல்லலாம்"** என்றார்கள்.

93. த்வைதம் - அத்வைதம் - விசிஷ்டாத்வைதம்

துவைதம்: (மத்துவர்)

பக்தி மார்க்கத்தில், சிலை வணக்கத்தில், தெய்வீக உணர்வை ஏற்படுத்த உண்டாகிய வார்த்தை. தான் வேறு, இறைவன் வேறு என்ற பொருளுடையது த்வைதம்.

அத்வைதம்: (ஆதிசங்கரர்)

எல்லாம் வல்ல ஆதிநிலையான இறையாற்றலே (பிரம்மமே) பரிணாம வளர்ச்சிப் பெற்று, எல்லா இடங்களிலும், எல்லா பொருள்களிலும் ஊடுருவி வந்துள்ளது. இறைவனே பஞ்சபூதங்களாகி, பின் ஓரறிவு முதல் ஆறறிவான உயிர்களாகி மலர்ந்துள்ளான். அந்த உயிர்களில் நானும் ஒருவன். என்னுள்ளே அவன் மனமாகவும், அறிவாகவும் இயங்கிக் கொண்டுள்ளான். நான் வேறு, அவன் வேறு அல்ல என்று உணர்வதே அத்வைதமாகும்.

இன்னும் விளக்கமாகச் சொன்னால், பிறந்ததிலிந்து டன் கணக்கில் உணவும், காலன் கணக்கில் நீரும் சாப்பிட்டிருப்போம். உணவும், நீரும் தனித்து இருப்பதில்லை. இது நம் உடலாகவே இருக்கிறது.

விசிஷ்டாத்வைதம்: (இராமானுஜர்)

உணவை சாப்பிட்ட பின்பும், அது நம் உடலில் செரிமானம் ஆகும் வரை, சில மணி நேரங்கள் இரைப்பையில் இருக்கின்றன. கொஞ்சம் கொஞ்சமாகச் செரிமானம் ஆனபின்பே உடலாக மாறுகிறது. இதைப் போலவே மனிதன் ஆரம்பக் காலத்தில், தான் வேறு

இறைவன் வேறு என்று கருதுகிறான். அவனிடம் உள்ள ஆணவம், கன்மம், மாயை என்பன, அவனை இறைவன் வேறு என்று பிரித்து வைத்திருந்தது. அவன் தன் முயற்சியால் தற்சோதனை செய்கிறான். அகத்துணர்ந்து உயிரின் களங்கங்களைப் போக்கி அறிவின் உயர்வில் ஞானம் பெறுகிறான். இப்போது இறைவன் வேறு, தான் வேறு என்றுணராமல் இரண்டும் ஒன்றாகி விடுகிறது. இதுதான் விசிஷ்டாத்வைதம்.

94. வடக்கில் தலை வைக்கலாமா?

படுக்கும் போது வடக்கில் தலைவைத்துப் படுக்க வேண்டாம் என்று வீட்டுப் பெரியவர்கள் சொல்வார்கள். இதில் உண்மை உள்ளது. பூமியைச் சரிப்பாதியாகப் பிரித்தால், பூமத்திய ரேகையிலிருந்து வடக்குப் பகுதியில் கெட்டிப் பொருள்கள் அதிகமாக இருக்கும். தெற்குப் பகுதியில் லேசான நீர் பகுதியே அதிகமாக இருக்கும். இதனால் காந்த ஈர்ப்பு சக்தியின் திணிவு வடக்குப் பகுதியில் அதிகமாக இருக்கும். இதனால் நமது உடலின் ஜீவ காந்த சக்தியும் வடக்கு நோக்கித்தான் நிற்கும்.

வடக்கு நோக்கி தலை வைத்துப் படுத்தால் உடல் முழுதும் உள்ள ஜீவகாந்த சக்தி தலைப் பக்கமாக ஈர்க்கப்படும். இது மிக நுண்ணிய மூளைப் பகுதிக்கு நலனளிக்காது என்பதற்காகவே, வடக்கில் தலைவைத்துப் படுக்கக்கூடாது என்றார்கள். நிற்கும் போது, நடக்கும் போது, உடலின் ஜீவகாந்த சக்தி கால் வழியாகத் தரையில் சென்று பழகி விட்டது. அதனால் கால் பகுதியை வடக்கில் வைத்தால் பாதிப்பு என்றும் ஏற்படாது. இதனை, விஞ்ஞானமும் ஏற்றுக் கொண்டுள்ளது.

95. பில்லி, சூன்யம், ஏவல்.

தற்காலத்தில் குறி சொல்பவர்கள் முன்பு மக்கள் செல்கிறார்கள். பில்லி சூன்யத்தை எடுக்க அவர்களிடம் சென்று முறையிடுகிறார்கள். பில்லி, சூன்யம், ஏவல் எல்லாம் உண்மையா? பில்லி, சூன்யம் இதெல்லாம் இருக்கத் தான் செய்கின்றன. மனித மனதுக்கு வல்லமைகள் ஆற்றல்கள் அதிகம். இதை நல்ல காரியங்களுக்குத் தான் பயன்படுத்துகிறோம்.

ஒரு சிலர், மற்றவர்களுக்குத் தீமை செய்வதற்காகவே மனதில் வல்லமைகளைப் பயன்படுத்துகின்றனர். இத்தகைய தீங்குகளை வீரியப்படுத்துவதற்காகச் சில கடினமான, மிகவும் கடினமான, ஆபத்தான பயிற்சி முறைகளை வைத்திருக்கின்றனர். இப்பயிற்சியின் மூலம் பெற்ற தங்கள் மனோசக்தியினை மற்றவர்கள் மீது ஏவுகிறார்கள். அதனைப் பெறுபவர்கள் தாங்க முடியாத துன்பங்களை, கஷ்டங்களை அடைகிறார்கள்.

"தீதும் நன்றும் பிறர் தர வாரா" என்பது முன்னோர் வாக்கு. பில்லி சூனியத்தை ஏவப்பட்டவர்களிடம், பாவப்பதிவுகள் இல்லை என்றால் அந்தத் தீமைகள் இவர்களை அணுகாது. ஓடி விடும். ஆனால், பாவப் பதிவுகள் உள்ளவர்களிடம் ஏவப்பட்டால், பாதிப்புகள் வரத்தான் செய்கின்றன. கொஞ்சம் கொஞ்சமாகத் துன்பப்பட்டு, நீண்டகாலம் அனுபவித்துத் தீர்க்கப்பட வேண்டிய பாவப் பதிவுகள் எல்லாம் குறுகிய காலத்தில் திடீரென்றும், அதிக அளவில் தாக்கும் போதும், பில்லி சூன்யம் தாக்கும் போது சொல்ல முடியாத துயரங்களுக்கு ஆளாகிறார்கள்.

இத்ததகைய தீங்குகளில் இருந்து காத்துக்கொள்ள அதிகளவு தியானம் செய்ய வேண்டும். தங்களைக் காத்துக்கொள்ள அருட்காப்புகள் (மன வளக்கலை மன்றங்களில் சொல்லித் தரப்படுகிறது) பாதுகாப்பு கவசமாகத் தடுக்கும். இத்தகைய செயல்களைச் செய்பவர்களுக்குப் பாவம் கிடையாதா? நிச்சயம் உண்டு. செயல் விளைவுத் தத்துவப்படி, தீங்கு செய்பவர்களும், அவர்களது சந்ததியினரும் அதிகமான துன்பங்களை அனுபவித்துத் தான் ஆக வேண்டும் என்பது தான் வரலாறு. இயற்கைச் சட்டம்.

96.மரணத்தின் வகைகள்

மரணம் மூன்று வகையில் நிகழ்கிறது. இயற்கை மரணம், 2.துர்மரணம் 3.ஜீவன் முக்தி

1. இயற்கை மரணம்:

உடல் தளர்வுற்று மெலிந்து, ஜீவகாந்தம் குறைந்து, உயிர் என்ற விண் புறப்பட்ட இடத்திற்கு மீண்டும் சேரத்துடித்து அதாவது விந்து கலயம் உடைந்து உயிர் உடலை விட்டுப் பிரிந்து இறை நிலையுடன் சேருவது.

துர்மரணம்:

நீண்ட நாள் உடலில் தங்கி, வினை முன் பதிவுகள் முடிக்கும் முன்பு தற்கொலை, விபத்து மூலம் உயிர் பிரிதல் துர்மரணமாகும். துர்மரணத்தில் பிரியும் உயிரை

ஆவி என்கிறோம். தன் உள்ளத்தில் எவ்வளவோ ஆசாபாசங்களை வைத்திருப்பார். அந்த நிலையில் எதிர்பாராதவிதமாகத் துர்மரணம் அடைந்துவிட்டால், அந்த உயிர் இறைநிலையுடன் கலக்காது. அந்த உடலில் எவ்வளவு காலம் தங்கி இருக்குமோ அவ்வளவு காலம் அது வெளியில் இருந்து கொண்டு அதே ஒத்த மனநிலை உடையவரை எதிர்பார்த்து, நீர்நிலை, பால்மரம், வாசனைப் பொருட்கள் இவற்றில் காத்திருக்கும்.

இந்தநிலையில், பல ஆண்களோ, பெண்களோ, பல நாட்கள் கழித்து, பல ஆண்டுகள் கழித்து இந்த இடம் வழியாகச் செல்கின்றனர். அப்போது ஒரு பெண் கூறுகிறாள். "நம் தோழி இங்குதான் தூக்குப் போட்டுத் தொங்கினாள்" என்று கூறியதும், வந்த பெண்களில் ஒருத்தி அச்சமுற்று அதிர்ச்சி அடைகிறாள். பயத்தில் அவள் நடுங்கும் போது, அவளுடைய ஜீவகாந்தம் பாதி வெளியேறிய வெற்றிடத்தில், காத்திருந்த ஆவி புகுந்து விடுகிறது. அந்த ஆவி உயிருடன் இருந்தால், எதை எதை செய்ய நினைத்திருந்ததோ, அதையெல்லாம் புகுந்த உடல் மூலம் செய்யத் தொடங்கும்.

ஏற்கெனவே இருந்த உயிர் ஒன்று. தற்சமயம் சேர்ந்த உயிர் ஒன்று என இரண்டாகச் சேரும் போது, உடல் தாங்காது. தலையை ஆட்டுவது, கத்துவது என்றெல்லாம் செய்கிறது. இவர்களைப் பார்த்து தான் பேய் பிடித்து விட்டது என்று கூறுகிறார்கள். இது பேயுமில்லை. பிசாசுமில்லை. ஒரு உயிரே.

ஜீவன் முக்தி:

விந்து அழிவு இன்றி, விந்து சக்தியை, உயிர் உடலில் சேர, எண்ணத்தை மட்டும் விட்டு விடும்

மரணமே ஜீவன் முக்தி. இவர்களைப் புதைத்த இடங்களே ஜீவ சமாதி. இதன்மேல் ஆலயங்கள் கட்டப்பட்டுள்ளன. அவர்களுடைய ஆற்றல்தான் இன்று ஆலயங்களில் கிடைக்கிறது. இங்கு பன்னிரண்டு ஆண்டுகளுக்கு ஒருமுறை குடமுழுக்குத் தேவையில்லை. எவ்வளவு பழமையானாலும், தொடர்ந்து ஆற்றல் வந்து கொண்டே இருக்கும். அப்படிப் பட்டவர்கள் தான் பதினெட்டு சித்தர்கள்.

தமிழகத்தில் தக்க சூழ்நிலை இருந்ததால் தான், வெளிநாட்டில் வாழ்ந்த **அகஸ்டஸ் - அகத்தியர்** எனவும், **புலிப்பாணி** போன்றவர்கள் தமிழகத்தில் வாழ்ந்து ஜீவமுக்தி அடைந்துள்ளனர்.

97. விஞ்ஞானமும், மெய்ஞ்ஞானமும்

"விண்"ணைப்பற்றி அறிவது விஞ்ஞானம். "மெய்"யைப்பற்றி அறிவது மெய்ஞ்ஞானம். உடலைப் பற்றியும், உணவைப் பற்றியும், உலகைப் பற்றியும் அறிந்து கொள்வது விஞ்ஞானம். அறிவைப் பற்றி, உயிரைப்பற்றி, உயிருக்கும் மூலம் மெய்ப்பொருளைப் பற்றி அறிந்து கொள்வது மெய்ஞ்ஞானம்.

பிரபஞ்ச இயக்கத்தைக் கண்டது விஞ்ஞானம். இந்த இயக்கத்தின் மூலத்தை உணர்ந்து கொள்வது மெய்ஞ்ஞானம். உடலை வளர்ப்பதும், அதை அழகு படுத்துவதும் விஞ்ஞானம். உள்ளத்தை மேன்மை-யாக்குவதும், தூய்மையாக்குவதும் மெய்ஞ்ஞானம்.

வாழ்வில் சிறப்பளிப்பது விஞ்ஞானம். வாழ்வில் அமைதி தருவது மெய்ஞ்ஞானம். இயங்கி அறிவது விஞ்ஞானம். நிலைத்து உணர்வது மெய்ஞ்ஞானம். உருவம், ஒலி, ஒளி, அலை, மணம் எனும் ஐந்து விளைவுகளுக்கும், மூலமானதும், மெய்ப்பொருளானதும், காலம், தூரம், பருமன், வேகம் என்ற கணிப்புக்கு அப்பாற்பட்டது ஆகிய மெய்ப்பொருளை உணர்வது மெய்ஞ்ஞானம். ஐயுணர்வுகளாகவும், சிந்தனை ஆற்றலாகவும் உள்ள அறிவைப் பற்றியும் உணர்ந்து கொள்ளும் தெளிவே மெய்ஞ்ஞானம்.

வாழ்க்கையில் தனக்கும், யாருக்கும், தற்காலத் திற்கும், பிற்காலத்திற்கும் அறிவிற்கும், உணர்ச்சிக்கும், துன்பம் எழாமல் பொருள்களைத் துய்க்க உணர்வு நெறி கண்டது மெய்ஞ்ஞானம். **வாழ்வில் முன்னேற்றம் விஞ்ஞானம். வாழ்வின் சீர்திருத்தம் விஞ்ஞானம்.** வாழ்வை வளப்படுத்தும் ஒரு உயர்நீதி விஞ்ஞானம். அந்நீதியைப் பாதுகாக்கும் பெட்டகம் (Locker) மெய்ஞ்ஞானம். மனிதனுக்கு களிப்பூட்ட வல்லது விஞ்ஞானம். அக்களிப்பு சலிப்பாக மாறாமல், அறிவு கட்டி காவல் புரிவது மெய்ஞ்ஞானம்.

மெய்ஞ்ஞானத்தோடு இணைந்த விஞ்ஞானம் வாழ்வின் நலன் காக்கும். மெய்ஞ்ஞானத்தைப் புறக்கணித்த விஞ்ஞானம் வாழ்வின் வளத்தை அழிக்கும். உருப்பொருள் விளக்கம் விஞ்ஞானம். மறைபொருள் விளக்கம் மெய்ஞ்ஞானம்.

மெய்ஞ்ஞானம்	விஞ்ஞானம்
1) இயக்க மூலத்தை உணர்ந்தது	1) இயக்கத்தைக் கண்டது.
2) வாழ்வில் தனக்கும் பிறருக்கும் தற்காலத்திலும் பிற்காலத்திலும் அறிவுக்கும் உணர்ச்சிக்கும் துன்பம் தராமல் பொருள்களை துய்க்கும் நெறி கண்டது.	2) உடலை வளர்ப்பதும் அதை அழகுப் படுத்துவதும் விஞ்ஞானம்.
3) ஐந்து பூதங்களுக்கும் ஐந்து விளைவுகளுக்கும் மூலமான மெய்ப் பொருளைப் பற்றியும் இத்தனை ஆற்றலான அறிவைப் பற்றியும் உணர்ந்து தெளிவு பெறுவது.	3) உடலைப் பற்றியும் உணவைப் பற்றியும் உலகைப் பற்றியும் அறிந்து கொள்வது.

98. நான்கும், ஐந்தும்

இறையாற்றலின் தன்மைகள்.	-	பூரணம், பேராற்றல், பேரறிவு, காலம்.
யோகப் பயிற்சி.	-	பிரத்தியாகாரா, தாரணா, தியானம், சமாதி
இயற்கையின் பரிணாமங்கள்.	-	இறைவெளி, விண், அண்டங்கள், சீவ இனம்.
மனதின் பரிணாமங்கள்.	-	காலம், தூரம், பருமன், வேகம்.
குடும்ப வாழ்வின் அம்சங்கள்.	-	சிந்தனை, சிக்கனம், சீர்திருத்தம், சிறந்தவாழ்வு.
உடலுறவு நீக்கி வாழும் நாட்கள்.	-	அமாவாசை, பௌர்ணமி, ஏகாதசி, மாதபிறப்பு.

அலை இயக்கத்தின் செயல்கள். -	மோதுதல், சிதறுதல், ஊடுருவுதல், முன்பின் ஓடுதல்
கல்வியின் பரிணாமங்கள். -	எழுத்தறிவு, தொழில்அறிவு, இயற்கை தத்துவ அறிவு, ஒழுக்க பழக்க வழக்கங்கள்
எதிர்பார்த்தல் பரிணாமங்கள். -	Judgement of need,Quantity, Quality, time.
கவலையின் வகைகள். -	அனுபவித்து தீர்ப்பது, தள்ளிப்போடுவது, அலட்சியப்படுத்துவது, உடனடியாகத் தீர்ப்பது.
வேதவாக்கியங்கள். -	தத்துவமசி, அகம்பிரம்மாஸ்மி, அயம் ஆத்மம், பிரம்மம், பிரக்யாணம் பிரம்மம்.
செயல் விளைவு. -	முன்வினை, இப்பிறவி வினை, பின் பிறவிக்குரிய வினை, சமுதாய வினை.
தற்சோதனை -	தன்னைப்பற்றி சிந்தித்தல், தன் குறை உணர்தல், தான் திருத்தம் பெற வழிவகுத்தல், வகுத்தவழியே வாழ்ந்துகாட்டுதல்.

ஐந்தின் சிறப்பு:

பஞ்ச பூதங்கள். -	நிலம், நீர், நெருப்பு, காற்று, விண்
பஞ்சதன் மாத்திரைகள். -	அழுத்தம், ஒளி, ஒலி, சுவை, மணம்.
கோசங்கள் -	அன்னமய கோசம், மனோமய கோசம், பிராணாமய கோசம், விஞ்ஞானமய கோசம், ஆனந்தமய கோசம்.
அறிவின் ஆற்றல். -	நுண்மாண் நுழைபுலன், ஏற்புத்திறன், தக அமைதல் பெருந்தன்மை, ஆக்கத்திறன். Persipicity, Respecticity, Adopitepilty, Magnanamity, Creativity.
மனதின் செயல்கள். -	உணர்தல், துய்த்தல், கணித்தல், சிந்தித்தல், பதிவு கொள்ளல்.
ஞானேந்திரியங்கள் -	கண், காது, மூக்கு, நாக்கு, தோல்.
கன்மேந்திரியங்கள்-	கை, கால், வாய், குதம், பால்குறி.

அறிவின் உயர்நிலை.	-	இசைவு, நிறைவு, மகிழ்வு, மெய்யறிவு, அமைதி. Harmony, Satisfaction, Happiness, Wisdom, Peace.
பற்றுகள்	-	பொருள், மக்கள், பால், புகழ், செல்வாக்கு
கடமைகள்	-	தான், குடும்பம், சுற்றம், ஊரார், உலகோர்
நட்பு கெடும் அம்சங்கள்.	-	தன்முனைப்பு, பேராசை, பிறர் நலம் மறுத்தல், சுய நலம், நன்றியின்மை.
மனிதனுக்கு அறிவு வேண்டிய துறைகள்.	-	அறிவியல், சுகாதாரம், பொருளா தாரம், அரசியல், மெய்ஞ்ஞானம்.
கருமையத்தைக் களங்கப்படுத்தும் செயல்கள்.	-	நிறைவு பெறாத ஆசை. பிறர் மனம் வருந்தத்தக்க செயல்கள்(சாபம்) பொறாமை. உணவு, உறக்கம், உழைப்பு, உடலுறவு, எண்ணம். சோம்பேறி (பிறர் வளம் பறித்தல்).

99. ஆன்மீகத்தின் நிலைகள்

கலைகளில் உயர்ந்த கலை ஆன்மீகக் கலை. ஆன்மாவைப்பற்றி அறியக் கூடிய கல்வி தான் ஆன்மீகம். மனிதன் ஆன்மீகத்தில் உயர்ந்தால் தான், முழுமை அடைய முடியும். ஆன்மீகத்தை உணர்ந்தால் வாழ்க்கையை வாழும் முறையும், திறமையும் கிடைக்கும். அந்தத் திறமையின் உதவியால் தெய்வ நீதி என்ற இயற்கை நீதியைப் புரிந்து கொள்ள முடியும். இதனால் அல்லதை விட்டு, நல்லதைச் செய்யும் வல்லமை கிடைக்கும். இத்தகைய சிறப்பு வாய்ந்த ஆன்மீகத்தில் நான்கு வகையான நிலைகள் உள்ளன.

சரியை:

சமயச் சின்னங்களை அணிவது, ஆலயங்களிலும், அடியார்கட்கும், தொண்டு செய்வது. புண்ணிய ஷேத்திரங்களுக்குச் சென்று தரிசனம் செய்வது. இது **ஆரம்பப் பள்ளி மாணவர் பெறும் கல்வி** நிலையைப் போன்றது.

கிரியை:

இறைவனை உருவகமாக்கி வணங்குவது, உருவத்திற்கு பூஜை, அபிஷேகம் முதலியவை செய்வது, வழிபடுவது. இது **உயர்நிலைப்பள்ளி மாணவர்** நிலையைப் போன்றது.

யோகம்:

யோகம் என்றால் இணைதல். ஜீவாத்மா பரமாத்மாவுடன் இணைதல். உயிர் உறைந்திருக்கும் இடமான மூலாதாரத்திலிருந்து, குண்டலினி சக்தியை எழுப்பி துரியம் (சிரசில்) கொண்டு வந்து, இறை நிலையை உணர்வது. தியானத்தின் மூலம் இறைநிலையை உணர்தல். இது **கல்லூரி மாணவர்** நிலையைப் போன்றது.

ஞானம்:

வாழ்க்கையையும் வாழ்க்கையின் நோக்கத்தையும், அந்நோக்கத்திற்கேற்ற வாழும் முறை என்ன என்பதையும் அறிந்து கொள்வது ஞானம். உருவ அருவ வழிபாடுகள் நீங்கப் பெற்று, தியானத்தில் முதிர்ச்சி பெற்ற நிலையும் அடைந்து, இறைவனை அகண்டாகாரமாக அறிவினால் அறிந்து, அறிவே தெய்வம் என்ற முடிவு நிலையும் பெறுவது. இது **ஆராய்ச்சி மாணவர் (Phd)** நிலையை ஒத்தது. ஆன்மீகத்தில் உயர்ந்து முக்தியடைந்த சித்தர்கள், ஞானிகள் அனைவரும் நான்காவது நிலைக்குத் தங்களை உயர்த்திக் கொண்டார்கள். ஆன்மீகம் பயிலும் நாமும் ஆரம்பக் கல்வியையே தொடர்ந்து படிக்காமல், ஆராய்ச்சி கல்வியைப் படிக்க முற்பட வேண்டும்.

100. ஓம் சாந்தி! சாந்தி! சாந்தி!

வாழ்க்கையில் இன்பமும், துன்பமும், மாறி மாறி வருகின்றன. துன்பம் நீக்குவதற்குரிய வழிகளை நாம் ஆராய்கிறோம். தவம் செய்கிறோம். தற்சோதனை செய்கிறோம். மந்திரங்களை ஓதுகிறோம். வேதங்களைப் படிக்கிறோம். மந்திரம் ஓதி முடிந்ததும், தியானம் செய்து முடிந்ததும், ஓம் சாந்தி, சாந்தி, சாந்தி என்று கூறுகிறோம். **ஏன் மூன்று முறை சொல்கிறோம்?** ஏன் ஓம் சேர்த்து சொல்கிறோம்? ஓம் என்பது பிரபஞ்சத்தில் பரவி நிற்கும் பிரம்மம். அதை மீண்டும் மீண்டும் அதன் பொருளை நாடி சூழ்ந்து ஆய்ந்து சிந்தித்தால், ஆன்ம மலர்ச்சி உண்டாகி நமக்குள்ளே ஒளிரும் தெய்வீக சக்தியைப் புரிந்து கொள்ளலாம்.

சாந்தி என்றால் **அமைதி** என்று பொருள். முதல் சாந்தி **தனக்கு** அமைதி தருவதையும், இரண்டாவது சாந்தி தனது **குடும்பத்தினருக்கு** அமைதி தருவதையும், மூன்றாவது சாந்தி **உலக** அமைதிக்காகவும் சொல்லப்படுகிறது.

ஞானமார்க்கத்தில் வேறு ஒரு கோணத்தால் அமைதி பெறலாம். முதல் சாந்தியில் இயற்கையால் அமைதி உண்டாகட்டும். இரண்டாவது சாந்தி, பிறரால் அமைதி உண்டாகட்டும். மூன்றாவது சாந்தி, தன்னாலேயே அமைதி உண்டாகட்டும்- என்று விளக்கம் தரப்படுகிறது. எப்படியோ ஓம் சாந்தி.. சாந்தி.. சாந்தி என்று மூன்று முறை கூறும் போது, துன்பம் தரக்கூடியவைகளில் இருந்தும் துயரங்களில் இருந்தும் விடுபட்டு அமைதியைப் பெறுகிறோம் என்பதில் ஐயமில்லை.

திரு. பானுகுமார் எழுதிய நூல்கள்

	ரூ. பை
எங்கே போகிறோம்?	10.00
சிம்லாவில் ஐந்து நாட்கள்	10.00
ஏழு ஆலயங்கள்	15.00
உடம்பின் உன்னதங்கள்	15.00
அறிவறிந்த மக்கட்பேறு	20.00
நினைவாற்றல் கலை	15.00
காலமே உன் உயிர்	75.00
டென்டனை வெல்வது எப்படி?	50.00
மாவீரன் நெப்போலியன் வாழ்வில் 100 சுவையான நிகழ்ச்சிகள்	50.00
புத்தர் வாழ்வில் 100 சுவையான நிகழ்ச்சிகள்	50.00
ஓய்வுகால வாழ்க்கை	25.00
தவம் [சிறுகதைத் தொகுதி]	
செயலே விளைவு [சிறுகதைத் தொகுதி]	40.00
அறிவியல் நோக்கில் 100 ஆன்மீகச் சிந்தனைகள்	70.00
தன்னம்பிக்கை மலர்கள் [நாளொரு நற்சிந்தனை]	50.00
தியானம் பழக 100 தியான சிந்தனைகள்	-
நபிகள் நாயகம் வாழ்வில் 100 சுவையான நிகழ்ச்சிகள்	-
போதிமரங்கள் [சிறுகதைத் தொகுதி]	-
அவசரப்பட்டு விட்டேன் [நாவல்]	-
மனதை மீட்டும் எண்ணங்கள் [கவிதைத் தொகுப்பு]	-
Stress Management	-
Brilliant Generations	-
Seven Temples	-
ஒலி நாடாக்கள்	
தன்னம்பிக்கை மலர்கள்	50.00
நினைவாற்றல் கலை	50.00
ஏழு ஆலயங்கள்	50.00

என்றும் பயன் தரும்

இந்த இனிய,

நூலை பரிசாக

வழங்குவதில்

பெரு மகிழ்வுகொள்ளும்-

தங்கள்

அன்புள்ள,

....

ஒழுக்கம்

எண்ணம், சொல், செயல், இவைகளின் விளைவாக தனக்கோ, பிறர்க்கோ, இன்றோ, பின்னோ, உடலுக்கோ, அறிவிற்கோ துன்பம் தோன்றாது இருக்கும் வகையில் ஆற்றும் செயல்முறை ஒழுக்கம் எனப்படும்.

பண்பாடு

நான் எனது வாழ்நாளில் யாருடைய உடலுக்கும் மனதுக்கும் துன்பம் தரமாட்டேன்.

துன்பப்படும் உயிர்களுக்கு என்னால் முடிந்த உதவிகளைச் செய்வேன்.

தா. சந்திரசேகரன். இ.ஆ.ப.

★ ஆன்மாவைப் பற்றி அறியக்கூடிய கல்விதான் ஆன்மீகக் கல்வி. கலைகளில் மிக உயர்ந்த கலை ஆன்மீகக் கலை. மனிதன் ஆன்மீகத்தில் உயர்ந்தால்-தான் முழுமை அடைய முடியும். மனிதன் முதலில் தன்னை அறிந்து கொள்ள வேண்டும். பின் தனது மூலத்தை அறிந்து கொள்ள வேண்டும். தன்னைப் போலவே வாழ்ந்து கொண்டிருக்கின்ற ஒவ்வொரு ஜீவராசியும் இறை நிலையின் தன்மாற்றங்களே என உணர்ந்து கொள்ள வேண்டும். தான் எங்கிருந்து வந்தோமோ அதே மூலத்திலிருந்துதான் ஒவ்வொரு ஜீவனும் வந்திருக்கின்றன என உணர வேண்டும். இந்த நினைவில் பிறருக்கு துன்பம் செய்யாதிருப்பதும், துன்பப்படும் உயிர்களுக்கு தன்னால் இயன்ற அளவு உதவி செய்வதுமே மனிதத் தன்மையாகும். இத்தகைய உயர்ந்த வாழ்க்கை நெறியே **ஆன்மீகம்** ஆகும்.

★ ஆன்மீகத்தில் நான்கு நிலைகள் உள்ளன. சரியை - கிரியை - யோகம் - ஞானம். சரியை என்பது **ஆரம்ப பள்ளி மாணவர்** பெறும் நிலையைப் போன்றது. கிரியை என்பது **உயர்நிலைப் பள்ளி மாணவர்** நிலையைப் போன்றது. யோகம் என்பது **கல்லூரி மாணவர்** நிலையைப் போன்றது. ஞானம் என்பது **ஆராய்ச்சி மாணவர் (Ph.d)** நிலையை ஒத்தது.

★ இந்நூல் ஒரு கருத்துக் கருவூலம். ஒரு அறிவுக் களஞ்சியம். மாணிக்கக் கற்களால் கட்டப்பட்ட ஒரு ஆன்மீக மாளிகை. நுண்மாண் நுழைபுலமை கொண்ட ஒரு குருநாதர் தங்கள் சீடர்களுக்கு கூறும் பொன்மொழிகளாகும்.

தா. சந்திரசேகரன்.