

*Sys Home/ H / Janaki / Vijaya / Final Proof 12.4.15*

# தீனசர் தியானம்

[அருட்தந்தையின் அருளமுதம்]

அருள்நிதி

மன்னார்குடி பானுகுமார்



**வீஜயா பதீப்பகம்**

20, ராஜ வீதி,

கோயம்புத்தூர் - 641 001.

[vijayathippagam2007@gmail.com](mailto:vijayathippagam2007@gmail.com)

© விஜயா பதிப்பகம்

நூலின் பெயர் : தினசரி தியானம்

ஆசிரியர் : பானுகுமார்

முதல் பதிப்பு : ஏப்ரல் 2015

வெளியீடு : **விஜயா பதிப்பகம்**  
20, ராஜ வீதி,  
கோயம்புத்தூர் - 641 001.  
☎ 0422-2382614/  
2385614

ஒளியச்சு/புத்தக

வடிவமைப்பு : ஐரிஸ் கிராபிக்ஸ்,  
கோவை - 15.

அட்டை

வடிவமைப்பு : சரவணன், சென்னை.

அச்சாக்கம் : ஜோதி எண்டர்பிரைசஸ்,  
சென்னை- 5.

பக்கங்கள் : 372

விலை : ரூ./-

ISBN - 81-8446-677-3

*Sys Home/ H / Janaki / Vijaya / Final Proof 12.4.15*



உயிரில் கலந்த உறவு

## **வாழ்த்துரை**

அருள்தந்தையின் அமுதுமொழிகளின் இந்தத் தொகுப்பு ஒரு அற்புதமான முயற்சி. ஆண்டு முழுவதும் தினசரி சிந்தனைக்குப் பெரிதும் பயன்படும். இந்த அரிய எண்ணத்தைச் செயல்படுத்திய அருள்நிதி மன்னார்குடி பானுமார் அவர்களை மனதாரப் பாராட்டுகிறோம்.

**பதிப்பகத்தார்**

**சனவரி 1**

**மார்கழி 17**

## **‘வாழ்க வளமுடன்’**

ஒவ்வொருவரும் காலையில் எழுந்தவுடன் உலகம் முழுவதையும் நினைத்து ‘வாழ்க வையகம்’, ‘வாழ்க வளமுடன்’ என வாழ்த்த வாழ்த்த, அந்த வாழ்த்து அலைகள் உலக மனித சமுதாயத்தின் அறிவிலே பதிவாகி பிரதிபலித்து, உலகம் முழுமைக்கும் மகிழ்ச்சியை அளிக்கும்.

‘வாழ்க வளமுடன்’ என்று சொல்லும் பொழுதே அந்த வார்த்தையிலே உள்ள ஒரு கருத்தாழத்தை நினைந்து பாருங்கள்.

‘வாழ்க’ என்று சொன்னாலே எல்லாம் பெற்று இனிதாக நீங்கள் வாழ வேண்டும் என்ற பொருள் உள்ளடங்கியிருக்கிறது. ‘வளமுடன்’ என்று சேர்க்கும்பொழுது வாழ்க்கையிலே உங்களுக்குத் தேவையான எல்லாப் பேறுகளையும், பெற்று வாழவேண்டும் என்று அமைகிறது. ‘வாழ்க வளமுடன்’ என்று வாழ்த்துவது மிக்க வலுவடைய, ஆழமான கருத்துடைய, நல்ல ஒலியை, தெய்வீக ஆற்றலை, பிறருக்குப் பாய்ச்சக்கூடிய ஒரு திருமந்திரமாகும்.

சனவரி 2

மார்கழி 18

## பிறப்பின் நோக்கம்

ஆறாவது அறிவைக் கொண்ட இந்த மனிதன் வாழ்வின் நோக்கம், அறிவு முழுமை பெற வேண்டும். இயற்கையின் முழுமையை உணர வேண்டும், எந்தச் சக்தியிலிருந்து நாம் தோன்றி, வந்து இயங்கிக் கொண்டிருக்கிறோமோ அந்த அடிப்படையை உணர்ந்து அதோடு லயமாகி இணைந்து கொள்ள வேண்டும் என்பதேயாகும். இது தான் பிறப்பின் நோக்கம். சுருங்கச் சொன்னால் இயற்கையானது பல படித்தளமான பரிணாம இயக்கத்திலே தோற்றங்களாகி, ஓரறிவு முதற்கொண்டு ஆறறிவு வரையிலே வந்து மனிதனாகி, தன்னுடைய மதிப்பையும், தன்னுடைய தகைமையையும், தன்னுடைய அழகையும் ரசிக்கவும், உணரவும் அந்த இயற்கையே எடுத்துக் கொண்ட ஒரு உன்னதமான வடிவம் எதுவோ அதுதான் மனிதன். மனிதனில் தான் 'அறிவினுடைய முழுமையைப்' பெற முடியும்.

சனவரி 3

மார்கழி 19

### ஆன்மீகப் பயணம்

உயிர் உய்வடைய வேண்டும். அந்த அறிவிற்கு முழுமைப்பேறு கிட்ட வேண்டும்.

உயிர் வீடுபேறு - விடுதலை அடைய வேண்டும். அதனை ஆன்மீகப் பயணத்திற்கு இந்த உடல்தான் வாகனம்.

ஆக உடலை உயர்வாகக் கருதி சீர்கேடு அடையாமல் போற்றிப் பாதுகாக்க வேண்டும். அப்போதுதான் ஆன்மீகப் பயணத்தில் வெற்றி பெற முடியும்.

சனவரி 4

மார்கழி 20

## வாழ்க்கை வள விஞ்ஞானம் தான் 'மனவளக்கலை'

பழக்கத்திற்கும், விளக்கத்திற்கும் இடையே போராடிக் கொண்டிருக்கக்கூடிய மனதின் பழக்கத்தை முறையாக மாற்றிக் கொண்டு விளக்கத்தை நல் விளக்கமாக பெற்று அதன் வழியே வாழ்க்கையை அமைத்துக் கொள்ள வேண்டும். கருமையத்தின் களங்கத்தைப் போக்க மன இயக்கத்தைத்தான் சீர் செய்ய வேண்டும். செயல்களில் ஒழுக்கத்தை நடைமுறைப்படுத்தினால் தான், மன இயக்கம் ஒழுங்குறும். இதன் மூலம் தான் மனிதன் மனத்தாலும், குணத்தாலும், சீர்மை பெற்று இயற்கை வழிநின்று அறவாழ்வு பின்பற்றி அமைதியோடும், மகிழ்ச்சியோடும் வாழமுடியும். இத்தகைய மனவளம் பெற நிச்சயமான செயல் வழி வாழ்க்கை வள விஞ்ஞானம் தான் 'மனவளக்கலை'.



சனவரி 5

மார்கழி 21

## மறைபொருள் மூன்று

1. ஒருங்கிணைப்பு ஆற்றல் (Unified Force) என்ற தெய்வநிலை. இதுவே எல்லாம் வல்ல இறைநிலை என்று கூறுவர்.
2. அதற்கடுத்தப்படியாக ஒவ்வொரு உடலிலும் ஓடிக் கொண்டிருக்கும் உயிர்
3. ஜீவகாந்த சக்தி - அதனுடைய ஆற்றல்தான் மனமாகவும் விளங்கிக் கொண்டிருக்கிறது. இம்மூன்றும் மறை பொருட்கள்.

இம்மூன்றையும் உணர வேண்டுமானால் சிந்தனை வேண்டும்.

சனவரி 6

மார்கழி 22

## தவத்தின் அவசியம்

தினந்தோறும் நாம் நம்முடைய வாழ்க்கையிலே மனத்தை அலைய விட்டுக் கொண்டு, அதனாலே உடலையும் இன்னும் வாழ்க்கையிலே உள்ள நலன்களையும் குழப்பம் செய்து கலக்கம் செய்து கொள்கிறோம்.

அந்தக் கலக்கத்தைத் தினந்தோறும் மாற்றி, அதன் நடத்தை ஈடு செய்து, நாம் திரும்பவும் மனத்தைச் சரியான நிலைக்குக் கொண்டு வந்து வைப்பதற்குத் தவம் அவசியம்.

சனவரி 7

மார்கழி 23

## உடல்நலம்

வாழ்க்கையில் வெற்றியும், மகிழ்ச்சியும் வேண்டுமெனில் உடல்நலம் இன்றியமையாதது. மனித வாழ்வில் உடல் பயிற்சியின் அவசியத்தை உணர்ந்து சிறுவர் முதல் வயோதிகர் வரை செய்து பயன்பெறக்கூடிய எளிய முறையிலான உடற்பயிற்சித் தொடர் ஒன்றை உருவாக்கினேன். இவற்றை ஏழு நிலைகளாகப் பிரித்து ஒவ்வொன்றிலும் ஏழு பயிற்சிகளாக வகுத்துள்ளேன். முப்பது நிமிடத்தில் செய்யக்கூடிய இப்பயிற்சிகள் உடலில் இரத்த, வெப்ப, காற்றோட்டத்தை சீராக்கி உள்ளூறுப்புகளை முழு அளவில் இயக்கி, நோய் வராமல் காப்பதுடன், நாள் முழுவதும் புத்துணர்ச்சியுடனும் இருக்க வைக்கும். இவ்வுடற்பயிற்சித் தொடரோடு எளிய முறைத் தியானமும் பயின்று நீங்களும் உங்கள் அன்புக் குடும்பமும் உடல் நலமும் மனவளமும் பெற்று மகிழ்ச்சியோடு வாழ்வீர்களாக.

சனவரி 8

மார்கழி 24

**வாழ்வை வடிவமைக்கின்றது எது?**

“எண்ணத்தில் கவனமாய் இருங்கள்;  
ஏனெனில் எண்ணங்கள்தான் சொற்களாகின்றன.  
சொல்லில் கவனமாய் இருங்கள்;  
ஏனெனில் சொற்கள்தான் செயல்களாகின்றன.  
செயலில் கவனமாய் இருங்கள்;  
ஏனெனில் செயல்கள்தான் பழக்கங்களாகின்றன.  
பழக்கத்தில் கவனமாய் இருங்கள்;  
ஏனெனில் பழக்கங்கள்தான் ஒழுக்கங்களாகின்றன.  
ஒழுக்கத்தில் கவனமாய் இருங்கள்;  
ஏனெனில் ஒழுக்கம்தான் உங்கள் வாழ்வை  
வடிவமைக்கின்றது!”

சனவரி 9

மார்கழி 25

## செயல் விளைவு

ஒவ்வொரு செயலுக்கும் தக்க விளைவு உண்டு என்பது இறைநீதியாகும். எண்ணம், சொல், செயல் என்ற மூன்றாலும் மனிதன் செயல் புரிகிறான். அவற்றுக்கான விளைவு நான்கு வகைகளில் வெளிப்படும். அவை இன்பம், துன்பம், அமைதி, பேரின்பம் என்பனவாம்.

எனவே தனக்கு என்ன வேண்டும்? அதை எந்தச் செயல் மூலம் முறையாகப் பெறலாம்? என்று எண்ணி, உரிய முறையில் செயலாற்றி, வேண்டிய பெருமைகளைப் பெற்று வாழ்வில் இன்பமாக வாழ்வதே செயல் விளைவுத் தத்துவம்.

சனவரி 10

மார்கழி 26

## மனதின் பெருமை

மனதைவிடப் பெரியதாக ஒரு பொருள் இந்த பிரபஞ்சத்தில் எங்குமே இல்லை.

ஏன் என்றால் அந்த மனதைக் கொண்டு தான் நாம் எதையும் அறிய முடிகிறது.

விஞ்ஞானத்தால் எத்தனை எத்தனையோ கருவிகளைக் கொண்டும் அறிய முடியாத பிரபஞ்ச ஆற்றலாகிய இறைவளியைக் கூட மனம் தான் யுகித்துணருகிறது.

சனவரி 11

மார்கழி 27

## உலகப் பொது அருள்நெறி சமயம்

நான் எந்த மதத்தையும் சேர்ந்தவன் அல்ல, உலகப் பொது அருள்நெறி சமயத்தைச் சேர்ந்தவன். கர்மயோக நெறியே அதன் வேதமாகும். மனிதன் உடல் நலம், மனநலம் காத்து செயல் விளைவை மதித்து எவ்வுயிர்க்கும் துன்பம் இழைக்காமல் வாழ்வதே கர்மயோக நெறியாகும்.

இந்து மதத்திலுள்ள நம்பிக்கை, இஸ்லாமிய மதத்தில் உள்ள தொழுகை முறை, கிறிஸ்துவ மதத்தில் உள்ள தொண்டு, புத்த மதத்தில் உள்ள ஆராய்ச்சி, ஜைன மதத்தில் உள்ள ஜீவகாருண்யம் இவை எல்லாம் எனக்குப் பிடிக்கும்

சனவரி 12

மார்கழி 28

## அகத்தாய்வு

அகத்தாய்வு என்பது தூய்மையை நாடிச் செல்லும் தெய்வீகப் பயணம்.

அகம் + ஆய்வு = அகத்தாய்வு. அகம் என்பது அனைத்து எண்ணங்களையும் பதிவு செய்து இருப்பாக வைத்துள்ள கருமையத்தைத் தூய்மை செய்வது.

தானே தனது செயல்களைச் சோதனை செய்து விளைவைக் கணித்து திருத்தம் பெறும் வெற்றியே அகத்தாய்வு.

தனது செயல்களைச் சோதனை செய்து. விளையைக் களைந்து திருத்தம் பெறும் வெற்றியே அகத்தாய்வு ஆகும்



சனவரி 13

மார்கழி 29

### கடவுள் எங்கே ?

கடவுள் எல்லாமாக இருக்கிறார். நானுமாக இருக்கிறார்.

எனவே எனக்கும் கடவுளுக்கும் ஒரு சங்கிலிப் பிணைப்பு இருக்கிறது.

அதன் ஒரு முனை நான், இன்னொரு முனை அவர் என்னும்போது, இந்தச் சங்கிலியைப் போட்டுவிட்டு அவரை எங்கே போய்த் தேடினால் கிடைப்பார்?

சனவரி 14

தை 1

## சூட்சுமப் பொங்கல்

வெட்ட வெளி என்ற பெரும் பானைக்குள்ளே  
வேகுதுபார் அண்டகோடி எனும் அரிசி  
அட்டதிக்கும் அறிவாலே துழாவி விட்டேன்  
ஆஹாஹா அதைச் சுவைக்க என்ன இன்பம்  
கிட்டிவிட்ட தெந்தனுக்கு இந்தப் பொங்கல்  
கேட்டவர்க் கெல்லாம் தருவேன் தகுதியானால்  
தொட்டுத் தான் அதைக் கொடுப்பேன் சூடாறாது  
சுவைக்கச் சுவைக்க இன்பமிகும் சூட்சுமப் பொங்கல்.

சனவரி 15

தை 2

## ஆறு தீய குணங்கள்

தன்முனைப்பிலிருந்து வந்த இந்த ‘‘தான்’’, ‘‘தனது’’ என்ற இரண்டு எண்ண எழுச்சிகள் ஒரு விந்தையான தம்பதிகள்.

இத்தம்பதிகளுக்குப் பிறக்கின்ற அவலக் குழந்தைகள் ஆறு.

அதாவது - தன்முனைப்பிலிருந்து ஆறு தீய குணங்கள் பிறக்கின்றன.

அவை - பேராசை, சினம், கடும்பற்று, முறையற்ற பால் கவர்ச்சி, உயர்வு தாழ்வு மனப்பான்மை, வஞ்சம் என்பனவாகும்.

சனவரி 16

தை 3

## அறுகுண சீரமைப்பு

பேராசையை நிறைமனமாகவும்,

சினத்தை சகிப்புத் தன்மையாகவும்,

கடும் பற்றினை ஈகையாகவும், முறையற்ற பால்  
கவர்ச்சியை கற்புநெறியாகவும்,

உயர்வு தாழ்வு மனப்பான்மையை நேர்நிறை  
உணர்வாகவும்,

வஞ்சத்தை மன்னிப்பாகவும்

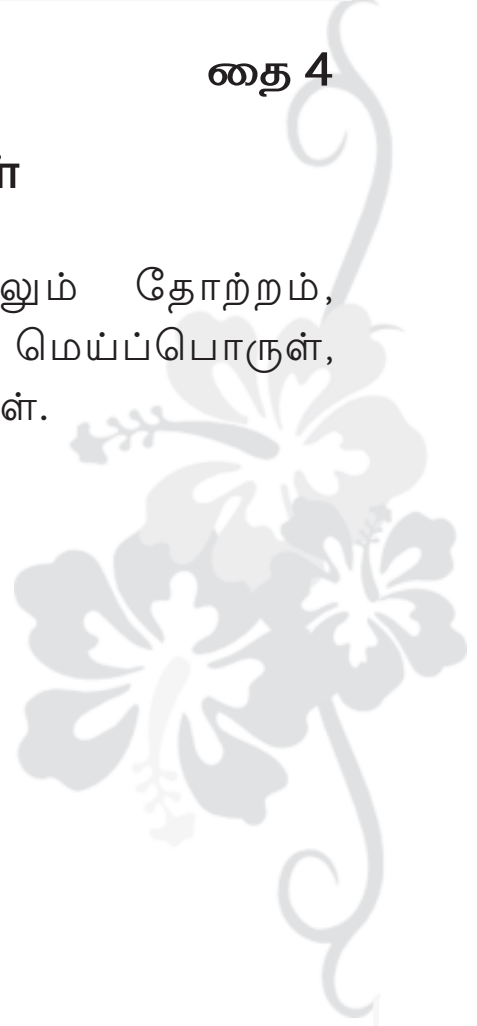
மாற்றுவதே அறுகுண சீரமைப்பாகும்

**சனவரி 17**

**தை 4**

## **மெய்ப்பொருள்**

எந்தப் பொருளைப் பார்த்தாலும் தோற்றம், அணுக்கூட்டு, பரமாணு, அதனுள் மெய்ப்பொருள், என்று பார்க்கப் பழகிக் கொள்ளுங்கள்.



சனவரி 18

தை 5

## இறைநிலை

இறைநிலை என்பது சுத்தவெளி. அது கும்மிருட்டு. எல்லையற்றது. எங்கும் நிரம்பியுள்ளது. பேராற்றல் உடையது. பேரறிவு உடையது. நுண்ணதிர்வு உடையது. அதன் பேராற்றல் என்பது தன்னிறுக்குச் சூழந்தமுத்தும் ஆற்றல். இறைநிலையைலிருந்து அதன் தன்மைகளான வற்றாயிருப்பு, பேராற்றல், பேரறிவு, காலம் எனும் நான்கும் தொடர்ந்தே வந்து கொண்டிருக்கின்றன.

இறைநிலைக்கு சுத்தவெளியே அதனுடைய உடல் என்று நீங்கள் கொண்டால், அந்தச் சுத்தவெளியின் அதிர்வுதான் உயிர். இறைநிலை இல்லாத இடமோ பிரபஞ்சத்தில் உண்டா? இல்லை.

சனவரி 19

தை 6

## தேவையில்லாது தலையிடாதீர்

ஒரு குடும்பத்தில் வயது மூத்த பாட்டனார், பாட்டி, அன்னை, தந்தை, அண்ணன் என்ற பொறுப்புடையவர்கள், அவ்வீட்டில் உள்ள குழந்தை தவறு செய்யாமல் வாழ்க்கை அனுபவம் பெற கண்காணித்து, புத்தி கூறி, அடிக்கடி விழிப்பூட்டி வழி நடத்துவது இயல்பு, நன்மையும்கூட. ஆனால், குழந்தை வளர்ந்தபின் அதன் செயல்களை கண்காணித்தும், தேவையில்லாமல் புத்தி கூறுவதும் வெறுப்புணர்ச்சியைக் காட்டும். பெரியவர்களுக்கு காப்பு உணர்வு, சிறியவர்களுக்கு அது தடையுணர்வு, கசப்புணர்வு. அவனுக்கும் அறிவு இருக்கிறது. பொறுப்பு இருக்கிறது. திறமை இருக்கிறது என்பதை நம்பி அவர்கள் செயல்களில், வாழ்வில் தலையிடாது இருப்பது இனிமையளிக்கும்.

சனவரி 20

தை 7

## சினத்தை வெல்வோம்

சினத்தின் மூலம் நீங்கள் பெற்று வரும் உடல் நல இழப்பை நினைவு கொள்ளுங்கள். சினம் கொள்ளும் போது உயிராற்றல் மிகுகின்றது. இரத்தம் சூடேறுகிறது. இரத்த ஓட்டத்தின் அழுத்தம் அதிகரிக்கின்றது. கண்கள் ஒளியிழக்கின்றன. இருதயம் துரிதப்படுத்தப் பெற்று அதன் துடிப்பு விரைவாகின்றது. நரம்புத் தளர்ச்சி ஏற்படுகின்றது. பொதுவாக உடலியக்க ஒழுங்கே சீர் குலைந்து போகின்றது.

இவற்றையெல்லாம் நினைவுக்குக் கொண்டு வாருங்கள். சினம் ஒழிப்பு இன்றியமையாதது என முடிவு கிடைக்கும். தொடர்ந்து நினைவைச் செயல்படுத்துங்கள்.

‘எந்த நிலையிலும் சினம் கொள்ளாமல் இருக்க அறிவைப் பாதுகாத்துக் கொள்வோம்’ என்று நீங்களே மனதிற்குள் கூறிக் கொள்ளுங்கள்.



சனவரி 21

தை 8

## பெண்குலத்திற்கு தனி அமைப்பு

பெண் குலத்திற்கு என்று தனியாக ஓர் அறக்கட்டளை தேவை. நீண்ட காலமாக பெண் வயிற்றிலே பிறந்து, பெண் பாலுண்டு, பெண்களுடனே வாழ்ந்து எல்லாவற்றையும் அனுபவிக்கக் கூடிய ஆண்கள், பெண்களை 2ஆம் இடத்திலேயே வைத்திருக்கின்றனர். பெண்களை, பழைய ஆசார முறையில் அழுத்தி விட்டார்கள். இத்தவறு மாற வேண்டும். பெண்கள் எல்லா துறைகளிலும் முன்னேறி வர வேண்டும். பெண்களினுடைய முன்னேற்றம் தான் குழந்தைகளினுடைய, குடும்பத்தினுடைய நாட்டினுடைய முன்னேற்றம். பெண்கள் வருவாயை பெருக்கி கொள்வதற்கும், தவத்தையும், தத்துவத்தையும் கற்றுக் கொள்வதற்கும் சொல்லி கொடுப்பதற்கு வேண்டிய ஏற்பாடுகளை செய்ய ஒரு அமைப்பு வேண்டும். இதுபற்றி நான் பேசிய பேச்சு மற்றும் எழுத்துக்கள் ஆண்களுடைய அறிவில் பதிந்து வாழ்கையில் ஒலித்துக் கொண்டே இருக்கட்டும்.

சனவரி 22

தை 9

## இறையணர்வு

ஆணவம், கன்மம், மாயை என்னும் மூன்று களங்கங்கள்தான் பிறவித் தொடர் நீண்டுகொண்டே போவதற்குக் காரணம் என்பது தத்துவ உலகில் கூறப்படும் விளக்கமாகும்.

தன்முனைப்பானது ஆறாவது அறிவைப் பெற்ற மனிதனிடம் இருக்கலாமா? தன்முனைப்பும் ஆறாவது அறிவும் ஒன்றுக் கொன்று எதிரானவையன்றோ?

இறையணர்வு ஒன்றால்தான் தன்முனைப்பை நீக்க முடியும்.

சனவரி 23

தை 10

## மூலம் ஒன்றே

சிந்திக்கச் சிந்திக்க அறிவு நுண்மை அடைந்தது. மறை பொருள் உணர்நிலைக்கு அறிவு உயர்ந்தது. தோற்றங்கள் அனைத்தும் விண்ணின் கூட்டுதான் என்ற தெளிவு வந்த போது விண்ணைவிட பேரியக்க மண்டலத்தில் வேறு என்ன உள்ளது என்ற சிந்தனையில் எல்லையற்ற இறைவெளி அவன் அறிவுக்கு எட்டியது. வெளியிலிருந்து விண் தோன்றி இருக்குமா? அல்லது விண்ணிலிருந்து வெளி தோன்றியிருக்குமா? என்ற சிந்தனையில் வெளியிலிருந்து தான் விண் தோன்றியிருக்க முடியும் என்ற முடிவுக்கு வந்தான். இந்த அறிவு நிலைக்கு வருவதற்குள் இந்த நில உலகில் எத்தனையோ மாற்றங்கள் மனித வாழ்வில் நிகழ்ந்து விட்டன. முடிவாகக் கண்ட தெளிவு இறைவெளிதான் தெய்வம். அது அருபமானது. எங்கும் நிறைந்தது. அதிலிருந்து தான் விண் முதல் அனைத்தும் தோன்றி அந்த இறைவெளியிலேயே மிதந்து இயங்கிக் கொண்டிருக்கின்றன. உலகில் வாழும் எல்லோரும் ஒரே மூலத்திலிருந்து வந்தவர்கள் தான் என்ற கருத்து பரவியது.

சனவரி 24

தை 11

## ஆளுமைத் திறன்

பல ஆயிரம் தலைமுறைகளாக ஆற்றிய எண்ணம், செயல் பதிவுகளால் வடிவம், தரம், திறம் அமையப்பெற்ற மனிதன் தனது ஆளுமை வளத்தைச் சிறப்பித்துக் கொள்ள வேண்டுமெனில், அதற்கு ஏற்ற உளப் பயிற்சியும் செயல்பயிற்சியும் வேண்டும். அகநோக்குப் பயிற்சியில் மன அலைச்சூழல் படிப்படியாகக் குறைந்து வினாடிக்கு 1லிருந்து 3 வரையில் வருமேயானால் மனம் அமைதி நிலைக்கு வரும். இந்த மனநிலையில் மனம், உயிர், இறைநிலை என்ற மூன்று மறைபொருட்களையும் உணரும் திறமை மனித மனதுக்குக் கிடைக்கும். தேவையில்லாத, துன்பமே தரும் பதிவுகளை மாற்றி ஆளுமை வளத்தைச் சிறப்பித்துக் கொள்ளவும், இந்தப் பயிற்சியோடு அகத்தாய்வுப் பயிற்சிகளையும் பயின்று செய்தால் மனிதனுள் அடங்கி இருக்கும் ஆற்றல்கள் முழுவதையும் வெளிப்படுத்திப் பயன் கண்டு தானும் சிறப்பாக வாழ்வதோடு, குடும்பம், சுற்றம், ஊர், உலகம் என்ற அளவில் தன் கடமைகளைச் செய்து நிறைவு பெறலாம். அமைதியும் இன்பமும் பெறலாம்.

சனவரி 25

தை 12

## வெற்றி மேல் வெற்றி

தேவையில்லாத ஆசை என்றால் அமைதியாகச் சிந்திப்பது நல்லது. “இந்த ஆசை எழுந்ததே தவறு; இதை நிறைவு செய்தால் பல துன்பங்கள் வருமே; எனவே இந்த ஆசையை நான் விட்டு விடுவேன்”, என்று தெளிவாக எண்ணி, தவம் இயற்றிச் சங்கற்பம் மேற்கொள்ள வேண்டும். பின்னொருகால் இந்த ஆசை மனதில் தோன்றினாலும், முன்பே எடுத்து வைத்திருக்கும் முடிவும் கூடவே வந்து, அந்த ஆசையானது காலப்போக்கில் மறையும். அதேபோல் தேவை என்று கண்ட விடத்தும், நிறைவு செய்ய வசதி இல்லை என்றாலும் முன் சொன்னது போலவே ஆராய்ச்சியும் சங்கற்பமும் செய்து கொள்ள வேண்டும். தேவையும் வசதியும் ஒருங்கே இருந்தாலும் கூட பின் விளைவு தீங்கு தருவதென்றால் அந்த ஆசையையும் முன் சொன்ன அதே முறையில் சமம் செய்து கொள்ள வேண்டியது தான். ஆசை, திட்டமிடல், செயல் மூன்றும் சரியாக இருந்தால் வெற்றிமேல் வெற்றி வந்துகொண்டேயிருக்கும்.

சனவரி 26

தை 13

## அறுகுண சீரமைப்பு

வாமும் மக்களுக்கெல்லாம் அறுகுண சீரமைப்பு தேவைதான். என்றாலும் அறிவை உயர்த்தி, அருள்வாழ்க்கை நடத்தி, பிறவியின் லட்சியமாகிய வீடுபேற்றை அடைய எண்ணும் நமக்கு அறுகுண சீரமைப்பு இன்றியமையாதது.

பேராசையை நிறைமனமாகவும், சினத்தை சகிப்புத் தன்மையாகவும், கடும்பற்றினை ஈகையாகவும், முறையற்ற பால் கவர்ச்சியை கற்பு நெறியாகவும், உயர்வுதாழ்வு மனப்பான்மையை நேர்நிறை உணர்வாகவும், வஞ்சத்தை மன்னிப்பாகவும் மாற்றுவதே அறுகுண சீரமைப்பாகும். அறுகுணசீரமைப்பு இன்றித் தவமியற்றி ஒரு பயனும் இல்லை.

சனவரி 27

தை 14

### கருமையம்

புலன்கள் மூலம் எதை உணர்ந்தாலும் அது புலனைத் தாண்டியவுடன் மூளையில் போய்ச் சேரும் போது புள்ளிதான் (Dot). ஆனால் இந்த உலகத்தில் பிரபஞ்சத்திலேயே மனித மூளை காந்த இயக்கத்தில் (Magnetic function) மிகமிகச் சிறந்த கருவி. மூளையானது அந்தப் புள்ளியையும் காந்த அலையாக மாற்றிவிடும்.

இக்காந்த அலை நம் உடலில் வேகமாக ஓடிக் கொண்டேயிருப்பதனால் அதற்கு ஓர் மையப் புள்ளி (Vortex) உண்டாகிறது. அதுதான் கருமையம் (Genetic Centre) ஆகும்.

சனவரி 28

தை 15

## குரு வாழ்க!

தந்தைதாய் ஈருயிரும் ஒன்று சேர்ந்து  
தழைத்தொரு உடலாகி உலகில் வந்தேன்  
அந்த ஈருயிர் வினைகள் அறமோ மற்றோ  
அளித்த பதிவுகளெல்லாம் என் சொத்தாச்சு  
இந்த அரும் பிறவியில் முன்வினையறுத்து  
எல்லையில்லா மெய்ப்பொருளை அடைவதற்கு  
வந்த ஒரு உதவி குரு உயிரின் சேர்க்கை  
வணங்கி குரு திருவடியை வாழ்த்தி வாழ்வேன் !



சனவரி 29

தை 16

## பதிவு

முதன் முதலாகத் தோன்றிய மனிதன் முதற்கொண்டு இன்று வரைக்கும் கண்ட எல்லா அனுபவங்களும் கருமையத்தில் பதிகிறது.

அந்தப் பதிவுகள் தலைமுறையாகத் தொடர்ந்து வரக் கூடியதெல்லாம் சஞ்சிதகர்மம் என்று சொல்வார்கள்.

அதன் ஒவ்வொரு பிறவியிலேயும் அவரவர்கள் செய்யக்கூடிய செயல்கள் புதிதாக அத்துடன் சேருகிறது. அதைப் பிராரப்த கர்மம் என்று சொல்வார்கள்.

சனவரி 30

தை 17

## உலக சமாதான திட்டத்தின் அடிப்படை இலட்சியம்

1. மனித இன வாழ்விற்கும், இயற்கைக்கும் ஒத்த முறையில் அது இருக்க வேண்டும்.
2. மனித சமுதாயத்திற்குப் பொதுவாக இருக்க வேண்டும்.
3. சிரமமில்லாமல் அமூல் நடத்தக் கூடியதாக இருக்கவேண்டும்.
4. தொடர்ந்து பலனளிக்கக் கூடியதாக இருக்க வேண்டும்.
5. பல நாட்களாக உடற் கருவிகளை இயக்கிப் பழகிக் கொண்ட பழக்கங்களையும், பற்றுதல்களையும், கொள்கைகளையும் உடனே மாற்றவோ, விடவோ, விட்டுவிடச் செய்யவோ எளிதில் முடியாது. ஆகையால் படிப்படியாக அவசியமான மாறுதல்களை ஏற்படுத்த வேண்டும்.

இந்த நோக்கத்துடனேயே, 'உலக சமுதாய சேவா சங்கத்தின்' "உலக சமாதான திட்டம்" எளிதாக வகுக்கப்பட்டிருக்கிறது.

சனவரி 31

தை 18

## பிரம்ம ஞானம்

பால் தயிராக மாற்றம் பெறுகிறது. தயிரை அது அப்போதுள்ள நிலையைக் கொண்டு தயிர் என்றும் கூறலாம். அதற்கு முன்னிலையைச் சிந்தித்து உணர்ந்த தெளிவில் அதே தயிரைப் பால் என்றும் கூறலாம்.

அதே போல எந்தப் பொருளையும் பார்க்கும் போது, சிந்தனை மூலம் அதன் தன்மாற்றச் சரித்திரத்தை நோக்கி இறுதியாக வரும் மூல நிலையை உணரும்போது அனைத்து தோற்றங்களையும் இறைநிலையாகவே உணர முடியும். இவ்வாறு உணர்ந்து கொள்ளும் விரிந்த நுண்ணிய பேரறிவே பிரம்மஞானம் ஆகும்.

அதுவாகவே தான் நான் இருக்கிறேன். நானும் இறைநிலையே என்று தெரிந்து கொள்ளக் கூடிய அறிவு தான் பிரம்மஞானம்.

பிப்ரவரி 1

தை 19

## பெற்றோர் தவம் - பிள்ளைகள் நலம்

கருவமைப்பு குறித்தும் அதிகமாக நினைவில் கொள்ள வேண்டும். பெற்றோர்கள் எந்த முறையிலே மனம், உடல் அமைப்பிலே இருக்கின்றார்களோ அதை ஒட்டித்தான் ஒரு குழந்தை உருவாக முடியும்.

மரத்தை ஒட்டித்தான் விதை இருக்கும். அந்த விதையை ஒட்டித்தான் மரம் இருக்கும். இது தொடர் நிகழ்ச்சி. குழந்தைகள் ஆரோக்கியமாக இருக்க வேண்டும் என்று சொன்னால், பெற்றோர்கள் மன நலத்திலே உடல் நலத்திலே நலம் உள்ளவர்களாக அமைய வேண்டும்; இருக்க வேண்டும். பெற்றோர்கள் இடத்திலே ஒருவருக்கு ஒருவர் பிணக்கு, மனத்தாங்கல் இருக்குமேயானால், நமது உடலிலே முக்கியமான சக்தியாகிய சீவகாந்த ஆற்றல் பிணக்குற்று அது விஷத் தன்மையாக மாறக் கூடியதாகவே அமையும். அது குழந்தைகளையும் பாதிக்கும். ஆகவே மனநலமும், உடல்நலமும் காத்து இனிமை காப்போம்.

பிப்ரவரி 2

தை 20

## குண்டலினியோகம்

உடலைப்பற்றி நிறைய அறிந்து வைத்திருக்கிறோம். மனதைப் பற்றியும் அறிய வேண்டும். இந்த ஆராய்ச்சி உயிரைப் பற்றி அறிவதில் கொண்டுபோய் விடும். உயிரைப் பற்றிய ஆராய்ச்சியின் முடிவு தன்னிலை விளக்கத்தில் முடியும். இந்த இடமே எல்லா ஆராய்ச்சிகளின் முடிவு. தன்னை அறியாதவரை மனதிற்கு அமைதி இல்லை. ஏனெனில் இந்தப் பிறவி எடுத்ததின் நோக்கமே தன்னை அறிவதற்காக எடுக்கப் பெற்றதே. தன்னை அறிய தத்துவ விளக்கங்கள் உதவியாகத் தான் இருக்கும். ஆனால் தன் மூலத்தை தானே எட்டி, உள்ளுணர்வாக, அகக் காட்சியாக அறிய யோகமே துணை செய்யும்.

அந்த யோகத்தை இக்காலத்திற்கேற்ப எளிமைப்படுத்தப் பெற்றதே 'எளிய முறை குண்டலினி யோகம்' என்னும் 'மனவளக்கலை'.

பிப்ரவரி 3

தை 21

## உங்களிடம் வந்து சேரும்

“நான்” அறிவுதான், “அறிவு”  
மெய்ப்பொருளின் அருள் விரிவு மலர்ச்சிதான் என்ற  
உண்மை உணர்ந்தும், உணரும் ஆர்வத்துடனும்  
மனவளக்கலை பயிலும் அன்பர்களே!

தன்முனைப்பு எழாமலிருக்க,  
விழிப்போடிருங்கள். நீங்கள் எண்ணியவெல்லாம்  
அவ்வாறே நிலைபெறும் வெற்றியை அனுபவமாகக்  
காண்பீர்கள். உங்களுக்கென உரியவை அத்தனையும்  
இயற்கை நிலையில் ஏற்கனவே உள்ளன. அவற்றை  
யாரும் பறித்துவிட இயலாது. உங்கள் மனம்  
பக்குவப்பட, பக்குவப்பட அவை ஒவ்வொன்றாக  
உங்களிடம் வந்து சேரும்.

பிப்ரவரி 4

தை 22

## ஞானத்தை உருவாக்கும் தெளிவு

எல்லாம் வல்ல பரம் பொருள் எனக்கு வேண்டியதை எல்லாம் உரிய காலத்தில் வைத்திருக்கும் பொழுது, அந்த பரம்பொருள் இயற்கையாக, பிரபஞ்சமாக, உலகமாக, மக்களாக, என்னுடைய அறிவாக இருந்து கொண்டு எல்லாவற்றையும் அளித்துக் கொண்டே இருக்கிற போது நான் எதற்காக அது இல்லை, இது இல்லை என்று குறைபட்டு கொள்ள வேண்டும்? பிச்சை எடுக்க வேண்டும்? என்ற தெளிவு உங்களுக்கு ஏற்படுவது தான் ஞானம்.

பிப்ரவரி 5

தை 23

## தேவையின் அளவு

தூங்கும் போது தலையணை தேவைதான்.  
அதற்காக அதனை எந்நேரமும் தலையில் கட்டிக்  
கொண்டிருப்பது இல்லையே.

அதுபோல தேவைப்படும்போது தேவையான  
அளவில் மட்டும் பொருட்களின் மேல் எழும்  
ஆசையை ஏற்று நிறைவு செய்ய வேண்டியது தான்.





பிப்ரவரி 6

தை 24

## தவமும் தற்சோதனையும்

இத்தற்சோதனை தான் இப்போது ஆன்மீகத்தில் புதிதாக என்னால் சேர்க்கப்பட்டிருக்கிறது. இவ்வளப் பயிற்சி முறை தான் மனிதனை மிருகக் குணத்திலிருந்து மீட்கக் கூடியது. இந்தத் தற்சோதனையை வெற்றியுடன் செய்து முடிப்பதற்குத் தான் தவம் உதவுகிறது. வெளிச்சத்தில் ஒரு பொருளை தேடி எடுப்பது போல், தவம் தரும் மன அமைதி நிலையில் தனது குறைகள் தெரிய வரும். பிறகு அதே தவம் தந்த மன உறுதியைக் கொண்டு, அவற்றை நீக்கவும் முடியும்.

அதேபோல், தற்சோதனையால் தூய்மையடைந்து விட்டால் தவம் எளிதாகவும், சிறப்பாகவும் அமைகிறது. இந்த இரண்டையும் கொண்டு மனித குல வாழ்க்கையைத் தெய்வீக வாழ்க்கையாக மாற்றிக் கொள்ளலாம். வேறு வழி இல்லை.

பிப்ரவரி 7

தை 25

## எண்ணத்தின் வலிமை

எண்ணத்தின் விளைவறியாது, எண்ணி எண்ணி அது விளைவாகிச் செயலில் மலரும்போது அவற்றைத் தாங்க முடியாமல் மனிதன் திணறுகிறான். அவனே வலையும் விரித்து அதற்குள் அவனே சிக்கிக் கொள்ளுகிறான். அவரவர் வாழ்வைச் சமைக்கும் அற்புதச் சிற்பி அவரவர் எண்ணமே.

எண்ணம் உணர்ச்சி வயப்படும்போது, அது ஆசை, சினம், கடும்பற்று, பால் கவர்ச்சி, ஒருதலைப்பட்ட உயர்வு தாழ்வு மனப்பான்மை, வஞ்சம் ஆகிய ஆறு குணங்களாக விளங்குகின்றது. எண்ணம் தனது நிலை உணர்ந்து முழுமைப் பெறும்போது, அது, நிறைமனம், சகிப்புத் தன்மை, ஈகை, கற்புநெறி, சமநோக்கு, மன்னிப்பு, அன்பு, அருள் என்ற குணங்களாகப் பரிணமிக்கின்றது.

பிப்ரவரி 8

மாசி 26

## வாழ்வாங்கு வாழ

வாழ்வாங்கு வாழ வேண்டுமெனில் மெய்யுணர்வு, உயிருணர்வு, உணர்ச்சிகளில் ஊடுருவி நிற்கும் மறைபொருள் உணர்வு என்ற மூன்றும் ஒரு மனிதனுக்கு இன்றியமையாத தேவைகள். இயற்கையின் ஒழுங்கமைப்பை உணர்ந்துதான் வாழ்வை முறைப்படுத்த வேண்டும். அந்த ஒழுங்கமைப்பு, தெய்வம், உயிர், அறிவு என்ற மூன்று மறைபொருட்களின் நிலைகளைத் தெளிந்தால்தான் விளக்கமாகும்.

எனவே வாழ்வின் விளக்கத்தை சிந்தனையாற்றல் மிக்க அறிஞர்கட்கு வழங்கக் கருணை கொண்டவள்ளல், முதலில் அம்மூன்று மறைபொருட்களையும் மூன்று குறள்களில் விளக்கிவிட்டார்

(குறள்: 1. அகர முதல..., 2. கற்றதனால்..., 3. மலர்மிசை...).

பிப்ரவரி 9

தை 27

## ஒளிமயமான வாழ்க்கை

விதியை மதியால் வெல்லலாம் என்னும் பழமொழியையும் நினைத்துப் பாருங்கள். மதி என்பது அறிவு. தவம் செய்வதினால் வலிமையும், கூர்மையும் மதிபெறும். அத்தகு மதி யானது இனி ஆற்ற இருக்கும் செயல்களை ஒழுங்குபடுத்தி வாழ்க்கையில் இதுவரை கிடைக்காத வெற்றியையும், மேன்மையையும் ஏற்படுத்தித் தரும். தவம் செய்பவர்கள் முறையாகவும், தொடர்ந்தும் செய்து வருவதோடு நமது மனவளக்கலை மன்றத்தில் மட்டும் போதிக்கப்படும் தற்சோதனைப் பயிற்சிகளையும், சேர்த்துச் சிரத்தையோடு செய்து வருவார்களானால் தங்களது இயற்கைச் சுவாசங்களை மாற்றி அமைக்கும் குண நலப்பேற்றை எய்த முடியும். நிறைவாக முழுமைப்பேற்றையும் எய்தலாம். நீங்கள் கேட்கக் கூடிய நிறைவான வாழ்வும் அதுவே. அத்தகு மேம்பட்ட வாழ்க்கையினை நமது மன்றத்தினர் அனேகம் பேர் அடைந்திருக்கிறார்கள்.

பிப்ரவரி 10

தை 28

## கஞ்சத்தனம் வேண்டாமே ?

நீங்கள் இந்த உலகத்திற்கு எப்படி வந்தீர்கள்? உங்களை ஒரு பெண் அல்லவா தன் வயிற்றில் பத்து மாதம் வைத்து காத்து உருவாக்கினாள்! அப்பொழுது அவள் உண்ட உணவை, அவள் சுவாசித்த காற்றை அல்லவா நீங்கள் பங்கிட்டுக் கொண்டீர்கள்? மேலும் முதலில் இந்த உலகிற்கு வந்தீர்களே, அங்கு உங்களுக்கு தன் இரத்தத்தை அல்லவா பாலாக மாற்றி முதல் உணவாக அளித்தாள். 'அந்தப் பெண்மைதானே உங்களுக்கு வாழ்க்கைத் துணையாகவும் வந்து வாழ்நாள் முழுவதும் உங்கள் இன்ப, துன்பங்களில் பங்கு கொண்டு நீங்கள் வீடுபேறு அடையவும் உதவுகின்றாள். இதில் ஏதாவது ஒன்றை உங்களால் மறுக்க முடியுமா?

இவ்வளவு பெருமை வாய்ந்த பெண்ணினத்தை போற்றுவதில் உங்களுக்குக் கஞ்சத்தனமும் பொறுக்க முடியாமையும் ஏன் வரவேண்டும்?

பிப்ரவரி 11

தை 29

## தியானத்தின் விளைவுகள்

1. மனம் குவிகிறது. இதனால் மன ஆற்றல் அதிகரிக்கிறது.
2. மூளையில் உள்ள பல புதிய நூற்றுக்கணக்கான செல்கள் தியானத்தினால் ஊக்குவிக்கப்பட்டு இயங்க ஆரம்பிக்கின்றன. இதனால் அறிவு கூர்மை பெறுகிறது. எதையும் எளிதில் புரிந்து கொள்ளும் தன்மை அதிகரிக்கிறது என்பது இன்றைய மனோதத்துவ நிபுணர்களின் கருத்து.
3. அந்தக் கூற்றுப்படி நாம் துரியாதீத தவத்தில் சுத்த வெளியை நினைப்பதினால், நாம் நாளடைவில் சுத்தவெளியாக, பிரம்மமாக மாறி விடுகிறோம்.
4. விஞ்ஞானிகள் மிகவும் நுணுக்கமான அணுவை ஆராய்கிறார்கள். அதே நேரத்தில் கோடானு கோடி ஒளி ஆண்டுகள் தூரத்தில் உள்ள பொருட்களைப் பற்றி எண்ணுகிறார்கள். அதிலேயே தோய்ந்து ஆராய்ச்சி செய்து கொண்டிருக்கிறார்கள். இதனால் அவர்கள் 'பீட்டா'வில் இருக்க முடியாது. 'ஆல்பா' -க்கு பக்கத்தில் வருகிறார்கள். 'விஞ்ஞானிகள் பரம்பொருளுக்கு மிகப் பக்கத்தில் இருக்கிறார்கள்

பிப்ரவரி 12

தை 30

## அகத்தாய்வுச் செயல்

ஒவ்வொரு செயல் முடிவிலும், விளைவைக் கணித்து, தான் செய்த முறை, அதில் விளைந்த தவறுகள் அல்லது நன்மைகள் இவற்றைச் சிந்தித்து உணர்வது; ஒவ்வொரு நாளும் இரவு படுக்கும் முன், அன்றுதான் செய்த செயல்களைத்தையும் நினைவிற்குக் கொண்டு வந்து தன் செயல்களைச் சோதிப்பது;

செயலில் தவறு கண்டால் இனி அத்தவறு ஏற்படாத உறுதி கொள்வது; நலமாக இருந்தால் அந்த முறையை அழுத்தமாக மனத்தில் பதிவு செய்து கொள்வது; இவை அனைத்தும் இணைந்த முறையே அகத்தாய்வுச் செயலாகும்.

பிப்ரவரி 13

மாசி 1

## நல்லா இரு

சிலர் எப்போது பார்த்தாலும்  
பிறரைத்தூற்றிக்கொண்டே இருப்பார்கள்!

பேசித்தீர்க்கட்டும் என்று விட்டுவிட  
வேண்டியதுதான்,

அலட்சியம் செய்ய வேண்டியதுதான்,  
நமக்கொன்றும் நட்டமில்லை,

அவர்கள், உயர்ந்தவர்களாக நம்மை  
போற்றினாலும் சரி, தாழ்ந்தவர்களாக தூற்றினாலும் சரி,

“வாழ்க வளமுடன்! நல்லா இருப்பா!” என்று  
சொல்லலாம்.

சத்தம்போட்டு சொன்னால் அதற்கும் சண்டைக்கு  
வந்துவிடுவார்கள்.

“நீ யாருடா என்ன வாழ்த்துறதுக்கு?” என்பார்கள்.

அதனால் மனசுக்குள்ளவே “நல்லா இரு” என்று  
சொல்லிவிட்டுப் போக வேண்டியதுதான். வாழ்க  
வளமுடன்!



பிப்ரவரி 14

மாசி 2

## துரிய தவம் புரிய புரிய

1. ஆன்மா பழி செயல் பதிவுகளில் இருந்து தூய்மை பெறும்.
2. நடுமனத்தை வெற்றி கொள்கிறது.
3. நாம் என்னும் உயரிய எண்ணம் பல பேர் உள்ளத்தில் பிரதிபலிக்கும்.
4. நாம் கொடுக்கும் சங்கல்பம் மற்றும் வாழ்த்துக்கள் நன்கு செயல்படும்.
5. மனதிற்கு வேகமும், நுட்பமும் எளிதில் உணர்ச்சி வயப்படாத நிலையும் கிடைக்கும். எண்ணத்தை ஆராயவும், அகத்தாய்வு செய்யவும் கவலைகளை ஆராய்ந்து ஒழிக்கவும் துணை புரியும்.
6. தன்வினையில் இருந்தும் விடுவிக்கப்படுவோம். உள்ள களங்கமும், உடல் களங்கமும் துடைக்கப்பட்டு தூய்மை உண்டாகிறது.

**பிப்ரவரி 15**

**மாசி 3**

### **சரியான சாவி**

தீர்க்க முடியாத துன்பம் என்ற ஒன்று வாழ்வில் கிடையவே கிடையாது.

தீர்க்கும் வழிவகைகளை அறியாமல் தான் நாம் துன்பத்தைக் கண்டு அஞ்சுகிறோம்.

திறக்க முடியாத பூட்டு எதுவுமில்லை. அதற்கான சரியான சாவியைத் தேடிப்பிடித்தால் போதும்.



பிப்ரவரி 16

மாசி 4

## முதல்பாடம் இதுவே

தனிமனிதன், மனித சமுதாயம், மனித குலம் எவரெனினும், 'அடக்கம்' என்ற உயர் நெறியை உணராமலும், அதன் வழியே வாழாமலும் 'அடங்காமை' என்ற குழியில் விழுந்து அதனால் விளையும், பெருகும் துன்பங்களே மனித குல வாழ்க்கைத் துன்பங்கள் ஆகும்.

இயற்கை நியதியை அறியாமலோ, அலட்சியம் செய்தோ, உணர்ச்சி வயப்பட்டோ மனிதன் செயலாற்றும் போது ஏற்படும் விளைவுகள் தான் துன்பங்கள், பொருளிழப்பு, ஏழ்மை, நோய்கள், உறுப்பிழப்பு, அகால மரணம் ஆகிய அனைத்துக் கேடுகளுமாகும். செயல்-விளைவுத் தத்துவத்தில் முதல்பாடம் இதுவே.

பிப்ரவரி 17

மாசி 5

## நமது உடல்

நமது உடல், ஆகாசம், காற்று, வெப்பம், நீர், நிலம் ஆகிய பஞ்ச பூதங்களால் ஆனது.

இதில் ஆகாசம் (விண்) உயிராகவும், நிலம் பரு உடலாகவும் மற்ற மூன்று பூதங்களும் இவற்றிற்கிடையே காற்று ஓட்டம், வெப்ப ஓட்டம், இரத்த ஓட்டமாகவும் உள்ளன.



**பிப்ரவரி 18**

**மாசி 6**

### **பாவம் - புண்ணியம்**

எண்ணம், சொல், செயல் மூன்றாலும் தனக்கோ  
பிறருக்கோ தற்காலத்திலோ பிற்காலத்திலோ,  
அறிவிற்கோ உணர்ச்சிக்கோ துன்பம் தருமேயானால்  
அது 'பாவம்' எனப்படும்.

எண்ணம், சொல், செயல் மூன்றாலும் தனக்கோ  
பிறருக்கோ தற்காலத்திலோ பிற்காலத்திலோ,  
அறிவிற்கோ உணர்ச்சிக்கோ துன்பம்  
தரவில்லையானால் அது 'புண்ணியம்' எனப்படும்.

பிப்ரவரி 19

மாசி 7

## வாதத்தில் யான் கலந்து கொண்டதில்லை

உண்மையின் உட்பொருளை அறிய மெளனமாய் தன்னுள் உணர்வதே முழுமையான கல்வி, அது விவாதத்தால் முடியாது. அறிவை ஒன்றி பேதமாய்க் காணும் கற்பனைத் தோற்றங்களை கண்டு மயங்காமல் கருத்துயர்ந்து தன்னை அறிய வல்லோரே பிறர்க்கும் வழி காட்டி உதவ முடியும். ஆகவேதான், எதையும் யான் முழுமையாய் படித்ததில்லை. ஆனால் அனைத்தின் உட்பொருளாய்க் இருக்கும் அவனின்(அருட்பேராற்றலின்) நிலையைக் கண்டு கொண்டதினால், வாதத்தில் யான் கலந்து கொண்டதில்லை. ஆனால் வாதிப்போர் யாவருக்கும் உள்ளவாறே உண்மை நிலையை உணர்த்தவும் வல்லேன். பேதித்த அண்டங்களில் தோன்றிய உயிர்களுக்கான மூலப் பொருளை என் அறிவால் கண்டேன், சோதிப்போர் புலனறிவால் அவற்றைக் காணார், அந்த சுயத்தின் நிலையை அகத்தே நாம் உணர்ந்தால், நீ - நான் - அது எல்லாம் ஒன்றே, உணர்ந்ததினால் உணர்த்துகின்றேன் - மனவளக்கலை எனும் பயிற்சியினால்.....

பிப்ரவரி 20

மாசி 8

## கருமையத்தின் தன்மை

கருமையத்தில் ஜீவகாந்த சக்தி இரண்டு தன்மையுடையது. ஒன்று இறைநிலையான இருப்பு (Attractive Force). மற்றது அதனுடைய சக்தி இயக்க நிலை (Repulsive Force).

இந்த இரண்டும் கருமையத்தில் இருப்பதனால் எந்தப் பொருளைப் பார்த்தாலும் அவ்வலையில் உள்ள அழுத்தம் எல்லாம் சுருங்கி பதிவு ஒன்றை ஏற்படுத்துகிறது.

மீண்டும் அதே மன அலைச்சுழல் அமைகிறபோது அப்படிப் பதிந்த பதிவை மூளைச் செல்கள் எடுத்துக் காட்டி Magnify செய்கிறது.

பிப்ரவரி 21

மாசி 9

## நற்பண்பு

தீய பதிவுகளைத் தவிர்க்க வேண்டுமெனில் தவத்தினால் விளைவறிந்த விழிப்பு நிலையில் நின்று,செயலுக்கு உரிய விளைவைக் கணித்து,தீய பதிவுகள் எழாது காத்துக் கொள்ளும் நற்பண்பைப் பழக்கத்தில் கொண்டுவர வேண்டும்.

இதனை “மனவளக்கலையில்” கற்றுக் கொள்ளலாம்..





பிப்ரவரி 22

மாசி 10

## ‘நன்மையே தான் செய்வேன்’

எந்த அலைக்கும் மோதுதல், பிரதிபலித்தல், சிதறுதல், ஊடுருவுதல், ஒன்றுடன் ஒன்று திருப்பித் திருப்பி இணைந்து பாய்தல் என்று ஐவகையான இயக்கங்கள் உண்டு.

எத்தனையோ அலைகளை நாம் ஏற்றுக் கொள்கிறோம். அவற்றையெல்லாம் நல்லவகையாக ஆக்கிக் கொண்டு நாம் நல்ல அலையை இயக்க வேண்டும்; நலம் செய்து கொண்டே இருக்க வேண்டும்;

‘நன்மையே தான் செய்வேன்’ என்ற எண்ணத்தை உறுதியாக வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

பிப்ரவரி 23

மாசி 11

### படிக்க - சிந்திக்க - செயல்பட...

‘பூவுலகில் உயிரினம் உற்பத்தியாகிறது, வளருகிறது, வாழ்கிறது, மரித்துவிடுகிறது.

இந்த நியதியே மனிதனுக்கும். வாழும் காலத்தில் உணரும் இன்ப, துன்பங்களையும் அதனால் அடையும், அனுபவிக்கும் பல்வேறு வழிமுறைகளையும் தவிர.

மனித இனம் இது வரையில் கண்டது வேறு என்ன? இனி காணப்போவதில்தான் இதைவிட அதிகமானது என்ன இருக்க முடியும்?’

பிப்ரவரி 24

மாசி 12

## தாய் சேய் நலம்

தாய், சேய் நலம் என்று சொல்கிறபோது அது பெண்களுக்கோ, குழந்தைகளுக்கோ மாத்திரம் அல்ல; மனித குலத்திற்கே ஒரு பொதுவான, ஒரு மதிப்புடைய விஞ்ஞானம் அது.

மனித குல மேன்மைக்காகவே, தாய் - சேய் நலம் என்ற ஒரு பிரிவை எல்லோரும் மதித்து, அதற்கு ஒவ்வொருவராலும் ஆக வேண்டிய செயலைச் செய்ய வேண்டியது அவசியம். தாய்க்கும், சேய்க்கும் நோய் வராமல் தடுக்க வேண்டுமானால் கருவுற்ற நாள் முதற்கொண்டு பிரசவம் ஆகிய வரையிலே அதைக் கவனிக்க வேண்டியது பெண்களுடைய கடமை. ஆனால் பெண்கள் மாத்திரம் அதைக் கவனித்துக் கொள்ள முடியாது. குடும்பத்திலே முக்கியமாக உள்ள கணவன் இன்னும் பெரியவர்கள் எல்லோருடைய கடமையும் உள்ளது. அதற்கேற்ற அறிவு அனைவருக்கும் அவசியம்.

பிப்ரவரி 25

மாசி 13

## தெய்வீக நீதி

எந்த ஒரு உயிரினத்துடனோ அல்லது சடப் பொருளுடனோ தொடர்பு கொள்ளும்போது ஒருவர் உருவம், நிறம், குணமாக அதனதன் தன்மையை அடைந்து, தன்னுடைய சீவகாந்தத்தின் தன்மாற்றத்தையே எண்ணமாகவும் சொல்லாகவும் செயலாகவும் செலவிடுகிறார். அவருக்கும் அவர் தொடர்பு கொள்ளுகிற பொருளுக்கும் இடையே நடைபெறுகிற அலை இயக்கம் மோதுதல், பிரதிபலித்தல் என்கிற தன்மைகளோடு, அவரையும் அவர் தொடர்பு கொள்ளுகிற பொருளையும் ஒருவிதமான பாதிப்புக்கு உள்ளாக்கி அதற்கேற்ற விளைவுகளைத் தருகிறது.

எந்தப் பொருளோடு தொடர்பு கொண்டாலும் புலன் மயக்கில் அதனோடு சிக்கிக் கொள்ளக்கூடாது. ஆன்மீக அறிவு பெற்ற ஒருவர் இதைத் தெய்வநீதியாகவும் வாழ்க்கை ஒழுக்கமாகவும் கொள்ள வேண்டும்.

பிப்ரவரி 26

மாசி 14

## எச்சரிக்கையுடன் இருங்கள்

பொருட்களின் மதிப்பு உணராதவன் வாழத் தகுதியற்றவன்.

பிறர் பொருள் மீது ஆசை வைப்பவன் கயவன்.

உடல் இருக்கும் வரை பொருட்களும் வேண்டும்.

ஏமாந்தவர்களின் பொருட்களை சுரண்ட சந்நியாசி வேடங்கொண்டு “பொருள் ஆசையை விடுங்கள்! ஆண்டவன் அருள் பெறலாம்!” என்று கூறுவோர்களிடம் சிக்க வேண்டாம்.

அவர்கள் சுயநலத்திற்கு, அவர்கள் பொருள் துறையில் உயர்வதற்கு, உங்கள் வாழ்வின் நலனையே பலி கொண்டு விடுவார்கள். இத்துறையில் எச்சரிக்கையோடு உங்களை காத்துக்கொள்ளுங்கள்.

பிப்ரவரி 27

மாசி 15

## ஞானம் - பக்தி - மாயை - முக்தி

ஒரு தத்துவத்தைச் சந்தேகமற, மாறமுடியாத, மாற்ற முடியாத வகையில் அறிந்து கொண்ட திட நிலை 'ஞானம்' எனப்படும்.

கற்பனை வேகத்தால் இயற்கையை மறந்து, சமூகத்தின் அமைப்பையும், மக்களின் எண்ணம் செயல்களால் விளைந்து வரும் விளையப் போகும் நிகழ்ச்சிகளையும் மறந்து, உடலளவின் தேவையையும் அறிவுக்கு அந்தச் சமயப் பொருத்தத்தையும் ஞாபகத்தில் கொண்டு, புலனறிவின் எல்லையிலேயே மட்டும் விரிந்து, மயக்க நிலையில் எண்ணிச் செயலாற்றுவது 'மாயை' எனப்படுகிறது. எள்ளுக்குள் எண்ணையைப் போன்று பிரபஞ்சம் எங்கும் எல்லாவற்றிலும் நீக்கமற நிறைந்து நின்று இயங்கும் ஆன்மா, ஜீவன், கடவுள், இயற்கை, சக்தி என்று பலவாறாகச் சொல்லப்படும் அரூப சக்தி நிலையை அறிவால் அறிந்து, வாழ்வில் அமைதி பெறுவதே, அறிவில் தெளிவு பெறுவதே, 'முக்தி' எனப்படும்.

பிப்ரவரி 28

மாசி 16

### கருமையத் தூய்மை

நிறைவுபெறாமல் இருக்கும் ஆசைகளின் கூட்டம்,  
நெஞ்சம் மனம் பேச்சுஇடை பிணக்காகும்  
பொய்கள்,

மறைமுகமாய் நேர்முகமாய்ப் பிறர்உளம்வருத்தல்,  
மற்றஉயிர் சுதந்திரமும் வாழ்வின்வளம் பறித்தல்,  
நிறைவழிக்கும் பொறாமை, சினம், பகைவஞ்சம்  
காத்தல்,

நெறிபிறழ்ந்த உணவுழைப்பு, உறக்கம், உடலுறவு,  
கறைபடுத்தும் எண்ணம் இவை கருமையம்  
தன்னைக்

களங்கப்படுத்திவிடும் கருத்தொடுசீர் செய்வோம்.

மார்ச் 1

மாசி 17

## திருத்தமும் வருத்தமும்

சினத்தினால் திருத்தம் வரவே வராது. சினத்தினால் ஏதாவது வரும் என்றால் அது வருத்தமாகத் தான் இருக்கும். மாறாக, அன்பாய் முறையோடு பலமுறை கனிவாகக் கூறினோம் என்றால் அவர்கள் திருந்தவும் வழியிருக்கிறது. முக்கியமாக அவர்கள் மனம் புண்படும்படியாகக் கூறக்கூடாது. தவறு செய்யப்பட்ட கையோடு புத்தி சொல்லக் கூடாது. 'அப்படி செய்ததை இப்படிச் செய்திருந்தால் இன்னும் நன்றாக இருந்திருக்கும்; இனிமேல் இந்தக் காரியத்தை இந்த விதமாகவே செய்து நன்மை அனுபவிப்போம்', என்ற விதமாகத்தான் அறிவுரை இருக்க வேண்டும். கூடவே உங்கள் தவங்களில் அவர்கள் திருத்தத்திற்கான வாழ்த்தையும் சங்கற்பத்தையும் சேர்த்துக் கொள்ளுங்கள். இந்த முறையில் சிறிது கால நீடிப்பு ஏற்பட்டாலும் நிச்சயமாக வெற்றி கிடைக்கும்... எனவே பிறரைத் திருத்துவது எப்படி என்பது இங்கு முக்கியமில்லை. நமது திருத்தந்தான் முக்கியம்.



மார்ச் 2

மாசி 18

## ‘ஞானம்’

‘ஞானம்’ என்றால் அறிவின் தெளிவு என்பது பொதுவான விளக்கம். அறிவையறிந்த தெளிவு என்பது சிறப்பான விளக்கம். வெளிச்சத்திலே பொருட்களைத் தெளிவாகப் பார்ப்பது போல, கொள்முதல் விலை தெரிந்தவன் விற்பனை விலையை நிர்ணயிப்பது போல, முறையாக அடுக்கி வைத்த பொருட்களில் தேவையான ஒன்றைக் கால நீளமின்றி குறிப்போடு எடுத்துக் கொள்வது போல, மனிதன் எளிதாகவும், செம்மையாகவும் வாழ்வதற்கு ‘ஞானம்’ உதவுகின்றது.

ஆகவே சிந்திக்கும் ஆற்றல் பெற்ற அனைவரும் ‘ஞானப் பேறு’ பெறல் வேண்டும். ஆதலால், வாழ்வில் ‘ஞானம்’ இடம்பெறும் அளவிற்கே மக்களுக்குச் சிறப்பும், இன்பமும், அமைதியும் ஏற்படுகின்றன. எனவே ‘ஞானம்’ என்பது வாழ்க்கை விளக்கு ஆகும். தகுதியுடையோர் ‘ஞானம்’ பெற்று வாழ்தல் வேண்டும். இயலாதோர் ஞானிகள் வழியைப் பின்பற்றி வாழ வேண்டும்.

மார்ச் 3

மாசி 19

## எண்ணம் பதியும் இடங்கள்

நாம் எண்ணுகின்ற எண்ணம் நமது உடல் செல்களில், மூளை செல்களில், சீவகாந்த களத்தில், உயிர் துகள்களில், கருமையத்தில், வான்காந்தத்தில் ஆகிய ஆறு இடங்களில் பதிகிறது.

எந்த ஒரு எண்ணம் எண்ணினாலும் அது நல்ல எண்ணமா என்ற ஆராய்ச்சி வேண்டும். இந்த பிரபஞ்ச நிகழ்ச்சிகள் அனைத்திற்கும் காரணம் அவரவர் எண்ணங்களே.

மார்ச் 4

மாசி 20

## நல்லனவற்றையே நினைப்போம்

நல்லன நினைக்கிறீர்கள் என்றால் முதலில் நீங்கள் நல்லவனாக மாறித்தான் நினைக்கிறீர்கள்.

நினைக்கும் போதே நாம் நல்லவனாக மாறுகிறோம். அதன் பிறகு தான் அந்த அலை வெளியேறுகிறது.

ஆகவே நல்ல எண்ணமானாலும் சரி, தீய எண்ணமானாலும் சரி முதலில் நம்மைப் பாதித்து விட்டு அதன் பிறகுதான் அது வெளியேறுகிறது.

ஆகையால் தீய எண்ணங்களே வேண்டாம். நல்லனவற்றையே நினைப்போம். எல்லோரும் நல்லவர்களாகவே இருக்க வேண்டும் என்று நினைப்போம் .

மார்ச் 5

மாசி 21

## ஆன்மநேய ஒருமைப்பாடு

நான் யார்? என்ற ஆராய்ச்சி இறையணர்வில் முடியும். இறையநிலையை உணரத் தொடங்கினால் மனதில் தெளிவுண்டாகும். உடல் அளவில் குறுக்கிக் கொண்டிருக்கும் போது, நான் வல்லவன், செல்வந்தன், பெரியவன், அழகன் என்ற தற்பெருமை உண்டாகிறது. அல்லது ஏழை, நோயாளி என்ற தாழ்வு நிலை உண்டாகிறது. யாரோடும் ஒப்புமை இல்லாத ஒரு பெரிய பொருளாக தானே இருக்கும் நிலையை உணர்ந்துவிட்டால் தற்பெருமை உண்டாகாது. நானே பிரம்மமாக இருக்கிறேன். பிரம்மமே எல்லாமாக இருக்கிறது என்று உணரும்போது, எதன் மீது ஆசை கொள்வது? பற்று வைப்பது? அந்நிலையில் 'நான்' என்னும் அகப்பற்று, 'எனது' என்ற புறப்பற்றுக்கள் நம்மை விட்டு விலகுகின்றன. தன்னை அறிந்த நிலையில் உள்ளுணர்வில் அன்பும் அறிவும் பிறக்கிறது. அந்நிலையில் ஞானிகள் எல்லாம் சொல்கின்ற ஆன்மநேய ஒருமைப்பாடு மலர்கிறது.

**மார்ச் 6**

**மாசி 22**

## **மனம் திருந்த வழி**

மனவளக் கலை என்பது மனதினைத் திருத்தி அமையக் கூடிய ஒரு பயிற்சி.

உடலாலும், உள்ளத்தாலும், செயலாலும் மனிதனை மனிதனாகவே வாழச் செய்ய அவசியமான திருத்தங்களைக் கொடுக்கும் கலை.

அது மனிதனை முழு மனிதனாக ஆக்கவல்லது.

மார்ச் 7

மாசி 23

## இளமையில் கற்பதே நலம்

‘இளமை பருவத்திலேயே மனவளக்கலை கற்பதால் ஒருவன் தன் தகுதியையும் திறமையையும் தெளிவாக உணர்ந்து தனது எதிர்கால வாழ்க்கைக்கு சரியான பாதையைத் தேர்ந்தெடுத்து, அதை சிறப்பாக அமைத்துக் கொள்ள முடியும். இவர்கள் மூலம் உருவாகும் எதிர்கால சந்ததியர் நல்ல உடல்நலமும், மனவளமும் உள்ளவர்களாக இருப்பார்கள்.

மேலும், மனவளக்கலையை கற்றுக்கொள்ளும் இளைஞர்கள் தங்கள் கடமைகளை உணர்ந்து தன் குடும்பத்தையும், பெற்றோர்களையும், சமுதாயத்தையும் மதித்து வாழ்வார்களே தவிர சோம்பேறியாக, சாமியாராக மாறிவிட மாட்டார்கள்.

மார்ச் 8

மாசி 24

## இயற்கையிலேயே தியாகிகள்

நம் நாட்டின் பண்பாட்டின் படி பார்த்தால் பெண்கள் இயற்கையிலேயே தியாகிகள் என்று சொல்லலாம். ஏன் என்றால் அவர்கள் கணவன் வீட்டுக்கு வரும்போதே தாய், தந்தை, பிறந்த வீட்டுச் சூழ்நிலை எல்லாவற்றையும் துறந்து விட்டுத் தான் வருகின்றார்கள். திருமண வாழ்க்கையைத் தொடங்குவதற்கு முன்பே துறந்து வரக்கூடிய ஒரு இயல்பு அவர்களுக்கு வந்துவிடுகிறது. அந்த அளவுக்குத் துறந்த பிறகு இங்கே அன்பு நாடி வந்த பெண்ணுக்கு ஆதரவு கொடுக்க வேண்டியது அவசியம்.

சேர்ந்த இடத்திலே இந்த ஒரு பெரிய உண்மையை உணர்ந்து கொள்ள வேண்டியது ஆண் மக்களுடைய கடமையாகும்.

பெண்மை என்ற மதிப்பிலே, தாய்மை என்ற மதிப்பிலே எல்லோருக்கும் கொடுக்கக்கூடிய மதிப்பைப் போல நம் வீட்டுக்கு வந்த பெண்ணிற்குக் கூட அந்த மதிப்பு உண்டு என்று பார்த்து நடந்து கொள்ளலாம் அல்லவா?

மார்ச் 9

மாசி 25

## மன நிறைவு

மனிதனுடைய கடமைகளில் ஐந்து பிரிவுகள் உண்டு. தான், குடும்பம், சுற்றம், ஊர், உலகம். என்ற இந்த ஐந்து வகையில் நான் என்னுடைய இருப்பில் இருந்து கொண்டு மற்றவர்களுக்கு என்ன செய்ய முடியும், வயது, அறிவு, செல்வம், அதிகாரம், உடல் நலம் இவற்றை ஒட்டி என்ன நன்மை பிறருக்குச் செய்ய முடியும் என்று கணித்துக் கொண்டு பிறகு அந்த வழியிலே செயலாற்ற தயாராக இருக்கும் போது ஒருவருக்கு எதிர்பார்ப்பு என்பது ஏது? ஏமாற்றம் தான் ஏது? அது மட்டும் அல்ல தனக்கு கிட்டிய அறிவை தன்னிடத்திலே உள்ளதைச் செயல்படுத்த வேண்டும் என்ற பழக்கம், பயிற்சி பெற்று விட்டால் அவனது எண்ண நிலையிலே பொருளாதாரச் செழிப்பு வந்தவுடனே பிறருக்கு உதவ வேண்டும் என்ற உணர்வு தானாக ஊறிவிடும். மனம் நிம்மதி, நிறைவு பெற்று விடும். தான் செய்ய வேண்டும், தான் கொடுக்க வேண்டும் என்ற நிலையிலே ஒரு மனிதன் மனம் வைத்து விட்டால் அங்கு தான் மனநிறைவு கிடைக்கும். இந்த மன நிறைவு பெறுவது தான் மனிதத்தன்மை.



மார்ச் 10

மாசி 26

## உலக அமைதி

மனித இன வாழ்வில் அமைதி நிலவ வழி காணவும். அதற்கான செயல்களை செய்து வாழ்வில் வெற்றி பெற வேண்டும் என்பதே வேதாத்திரியத்தின் நோக்கம். 1. தனிமனிதன் வாழ்வில் அமைதி; 2. சமுதாயத்தில் அமைதி; 3. உலக நாடுகளுக்கிடையே நிலையான அமைதி என்ற மூன்று வகையிலும் மனிதகுலம் அமைதியைப் பெற்று மகிழ்ச்சியோடு வாழ வேண்டும். தனி மனிதன் வாழ்க்கை அமைதியான நிலைக்கு வர வேண்டும். தனி மனிதன் சிந்தனையாலும், திட்டமிட்ட செயல் திருத்தங்களாலும் தன்னை மேம்படுத்திக்கொள்ள எளிதாக இயலும். அதற்கு குண்டலினியோகமும், தத்துவ விளக்கங்களும் உதவுகின்றன. சமுதாய அமைப்பில் ஓர் உறுப்பினராக வாழும் தனிமனிதன் தன்னளவில் முழுமை பெற்றுவிட்டால், மனதில் அமைதி பெற்று வாழலாம். அது நீடித்து சமுதாயத்தில் அமைதி நிலைக்க செய்யும். தனி மனிதனின் அமைதியைக் கொண்டே குடும்பமும், குடும்ப அமைதியைக் கொண்டே உலக அமைதியும் காக்கப்படும்.

மார்ச் 11

மார்ச் 27

## Positive Thinking, Positive Side

உங்களுக்குக் கிடைக்கக்கூடிய பாக்கியம் எல்லாம் முன்னே நீங்கள் இதுவரை செய்த வினையின் விளைவு, செயலின் விளைவு என்று தெரிந்து கொண்டு அதனுடைய பயனாக இனிமேல் நல்ல காரியங்களையே செய்வோம் என்று எண்ணிக் கொண்டு நலமுள்ள காரியத்தைச் செய்வேன், நலமுள்ள காரியத்தை நினைப்பேன், அதற்கு என்னுடைய ஆற்றல் முழுவதும், உடல் சக்தி முழுவதும் செயல்படட்டும் என்று எண்ணினீர்களானால் அதுதான்.

## Positive Thinking, Positive Side

மார்ச் 12

மாசி 28

## மனக்குழப்பத்திலிருந்து விடுபடுவோம்

மனதுக்குப் பயிற்சியளிக்க வேண்டும். உடலுக்குப் பயிற்சி அளிக்க வேண்டும். அதாவது இரண்டு விதத்தில் உடலுக்குப் பயிற்சி வேண்டும். இது வரையில் செய்த செயல்களினால், இந்த அணு அடுக்குகள் எல்லாம் சீர் குலைந்துபோய் நோய் பதிவாகியிருக்கும். அவையெல்லாம் போக்குவதற்கும், இனி நோய் வராமல் இருப்பதற்கும் தக்க பயிற்சி உடற்பயிற்சி அவசியம். அதற்கும் மேலாக எல்லோருக்கும் கருமையம் களங்கப்பட்டு இருக்கிறது. அதைத் தூய்மை செய்வதற்கு காயகல்பப் பயிற்சி என்று இதிலேயே ஒரு பயிற்சி இருக்கிறது. வித்து சுத்தம் செய்யும், உயிர்ச்சக்தியை அதிகரிக்கும். அதே நேரத்தில் சீவ காந்த சக்தியையும் அதிகரிக்கும். இந்த மூன்றையும் திருத்தி கருமையத்தையே தூய்மை செய்யக்கூடியது வளப்படுத்தக் கூடியது காயகல்பப் பயிற்சி. அதுவும் மனவளக்கலையில் சேர்ந்ததுதான். அதைச் செய்தால்தான் மாணவர்களினுடைய மனநிலை சரியாக, தெளிவாக இருக்கும். மேலும் மேலும், முயற்சி விடா முயற்சி நன்மை தரும்.

**மார்ச் 13**

**மாசி 29**

**பக்தி - யோகம் - முக்தி - ஞானம்**

அறிவு அறிவுக்கு அடிமையாவதே பக்தி.

அறிவை அறிவால் அறியப்பழகுதல் யோகம்.

அறிவை அறிவால் அறிந்த நிலையே முக்தி.

அறிவை யறிந்தோர் அன்பின் அறமே ஞானம்.



மார்ச் 14

மாசி 30

### கணவன் மனைவி நட்பு

கணவன் மனைவி நட்பு மதிப்பு மிக்கது. இருவருமே எல்லாத் துறைகளிலும் உயர்வடைய, இந்த நட்பின் பாதுகாப்பு அவசியம். வாழ்நாள் முழுவதும் உதவுவது கணவன் மனைவி நட்புத் தான். திருமணத்திற்கு முந்தைய காலகட்டம் கூட இந்த நட்புக்காகவே தன்னைத் தயாரித்துக் கொள்ளும் பயிற்சிக் காலந்தான்.

ஒருவக்கொருவர் எல்லா தேவைகளையும் நிறைவு செய்து கொள்ளக் கணவன் மனைவியின் நட்பால் தான் முடியும். கணவன் மனைவி நட்பின் இனிமையைத்தான் காதல் என்று சொல்ல வேண்டும். இருவர் உள்ளம் ஒன்றுபட்டு உலகில் வாழ எண்ணத்தால் ஒப்புக்கொண்டு செயலில் ஒருவர் மற்றவருக்கு உடல் பொருள் ஆற்றலை அர்ப்பணித்து நிற்கும் நிலையே சிறப்பானதாகும்.

மார்ச் 15

பங்குனி 1

### கூர்தலறம்

சிறிதளவும் தவறாமலும், பிழையில்லாமலும், அன்பும் கருணையுமே இயல்பாக அமைந்துள்ள இறைநிலையானது சீவன்களிலிருந்து எழும் செயல்களுக்குத் தக்கபடி அளிக்கின்ற விளைவுதான் கூர்தலறம் என்று மொழிவழியே தமிழில் கூறப்படுகின்றது. இதுவேதான் இறைநீதியாகும்.



மார்ச் 16

பங்குனி 2

## இறைத்துகள்

சுத்தவெளி தன்னிறுக்கத்தாலும், நுண்ணதிர்வாலும்  
நொறுங்கி இறைத்துகள் ஆயிற்று.

இறைத்துகள் தன்னைத்தானே சுற்றிக்  
கொண்டிருக்கின்றன.

இதையே காந்தம் என்று அழைக்கிறோம்.  
இறைத்துகள் இறைநிலையின் நுண்பகுதி.

பரிணாம வளர்ச்சி நிலைகளுக்கு ஏற்பவும்,  
பேரியக்க மண்டல இயக்கங்களுக்கு ஏற்பவும் காந்தம்  
என்ற வியத்தகு ஆற்றல் பல்வேறு குறிப்பிட்ட  
தன்மையுள்ள விளைவுகளாக மாற்றம் பெறுகிறது.

மார்ச் 17

பங்குனி 3

## ஆக்கினைத் தவம்

உயிர் மையமான மூலாதாரத்திலிருந்து குண்டலினி சக்தி இருபுருவ மத்தியில் இயங்கும்போது ஐம்புலன்கள் வழியாக வெளியே திரிந்து கொண்டிருந்த மனம் உள்நோக்கித் திரும்புகிறது. உயிர் மேல் மனம் ஒன்றுகிறது.

மன அலைச்சூழல் விநாடிக்கு 8-13 ஆக வருகிறது. பிட்யூட்டரி சுரப்பி நன்கு இயங்குகிறது. அறிவு விழிப்புநிலை உண்டாகிறது.

அறுகுணச் சீரமைப்புப் பெற்று ஐந்து பழிச்செயல்கள் விளையாமல் தடுக்கப்படுகிறது. பொருள் கவர்ச்சி நீங்கி தன்னிலை விளக்கம் கிடைக்கிறது. புறமனத்திற்கு நுட்பமும் வேகமும் விருத்தியாகிறது.



மார்ச் 18

பங்குனி 4

## ஆண்கள் மாற வேண்டும்

கணவன் வேலைக்குச் செல்லும்போது மனைவியானவள், “அவர் பாதுகாப்பாக சென்று வர வேண்டும்” என்று ஏதேனும் ஒரு தெய்வத்தை வேண்டுவாள். சமுதாயத்தில் இது பழக்கமாக வந்துள்ள உயர்ந்த பண்பாக இருக்கிறது.

ஆனால், ஆண்களோ, நல்லது செய்தாலும் கூட பெண்ணைப் பாராட்டுவதில்லை. பெண்களால் பெரிய நன்மைகள் பெற்றவர்கள் கூட இதில் கஞ்சத்தனம் காட்டுகிறார்கள். தானாக தன்னுடைய மனைவியைப் பாராட்டி அதிலே இருந்து இசைபட வாழும் இன்பத்தை அடைய மறுக்கும் உள்ளங்களுக்கு அன்பு எங்கே உண்டாகும்? பெண்களுக்கு சம உரிமை மட்டுமல்ல. அதை விடப் பெரிய மதிப்பும் உண்டு என்பதை அனைவரும் உணர்ந்து கொள்ள வேண்டும். தினந்தோறும் ஒருவரை ஒருவர் வாழ்த்தி வாழ வேண்டும்.

மார்ச் 19

பங்குனி 5

## நான் யார்?

எங்கும் பரந்து வியாபித்திருக்கும் இறை ஆற்றல் தான் எல்லா உயிர்களிடத்தும் ஆத்மாவாக, உயிராக நிறைந்துள்ளது.

இந்த இறை ஆற்றல் மன்னனிடத்திலும், பிச்சைக்காரனிடத்திலும், படித்தவரிடத்திலும், படிக்காதவரிடத்திலும், பாவியிடத்திலும், குழந்தையிடத்திலும் சமமாக உள்ளது. அனைத்துப் பொருட்களிலும் இறை ஆற்றல் இருப்பதைப் பார்ப்பதே சரியான பார்வையாகும். அனைத்துக்கும் மேலாக இறை ஆற்றல் நமக்குள் இருக்கிறது என்பதைக் கண்டு கொள்வதே மிகப் பெரிய அனுபவம். இந்த மகத்தான அனுபவம் தான் ஒரு மனிதனை பிறப்பு - என்னும் சுழற்சியிலிருந்து விடுவிக்கின்றது.

மார்ச் 20

பங்குனி 6

## அறம் செய்ய விரும்பு

உணவு சமைக்கும் போது குக்கரில் உள்ள வால்வானது, அங்கு உண்டாகும் அளவுக்கதிகமான அழுத்தத்தை வெளியேற்றி குக்கர் வெடிக்காமலும், உணவு கெடாமலும் காக்கும்.

அதே போன்று பொருள் அதிகம் வரும்பொழுது மனித மனம் அதனால் கெடாமல் இருக்கவும், உயிர் தூய்மை பெறவும் அறம் செய்தல் என்பது மனிதனுக்கு பாதுகாப்பாக அமையும்.

சிறிய அறத்தில், பெரிய புகழ் விருப்பம் கூடாது.

மார்ச் 21

பங்குனி 7

## சிந்திக்கப் பழகு

பூதாகாரமாத் தோன்றுகிற ஒன்று ஒரு புள்ளியாகவும் தோன்றுகிறது. எப்படி? 6 அடி உயரமுள்ள மனிதன் 6 அங்குல உயரமுள்ளவானாக முடியுமா? முடியும்.

அருகிலே இருந்து பார்த்தால் 6 அடி. உயரமுள்ளவனாக இருக்கிறான். மலை உச்சியில் நின்று அதே மனிதனைப் பார்த்தால் 6 அங்குலம் உள்ளவனாகத் தெரிகிறான். இரண்டும் உண்மைதான். ஆனால் இதில் எது உண்மையான உண்மை? அருகிலே இருந்து பார்த்தால் 6 அடி. தொலைவிலே இருந்து பார்த்தால் 6 அங்குலம். இப்படியும் சிந்திக்க முடிகிறது அல்லவா? இப்படிச் சிந்திக்கப் பழகிக் கொண்டால் சிந்தனையில் ஒரு தர்க்க ரீதியான அணுகுமுறை உண்டாகும். இத்தகைய அணுகுமுறை கைவரப் பெற்றோமானால் தத்துவப் படிக்கட்டுகளில் ஒவ்வொன்றாக ஏறி உயரே சென்று கொண்டே இருக்கலாம்.

மார்ச் 22

பங்குனி 8

## புது வாழ்வு பெறுவோம்

அணு தத்துவமறிந்து தெளிவாக உணர வேண்டும். கருவமைப்பு, உணவு, எண்ணம், விண்ணில் கோள்களின் நிலைமை இவைகளால் உடலில் ஏற்படும் இரசாயன மாற்றங்களையும், அதன் விளைவால் ஏற்படும் இன்ப துன்பங்களையும் அறிய வேண்டும்.

பொருளாதாரத் துறையில் மனித வாழ்விற்குத் தேவை, தேவையற்றவை, அளவு, இவற்றை நன்கு உணர்ந்து கொள்ள வேண்டும். அறிவு என்ற செல்வப் புதையலை, பிரபஞ்ச பொக்கிஷத்தை, மயக்கமற்ற, தெளிவான, வாழ்க்கைத் தத்துவமறிந்த அடிப்படையில் உபயோகிக்க வேண்டும்.

உடல் சக்தியையும், அறிவின் திறமையையும் மனித இனம் கூட்டாகச் சேர்ந்து பயன்படுத்தினால் இனிமையாக, இன்பமாக வாழலாம். புது வாழ்வினைப் பெறலாம்.

**மார்ச் 23**

**பங்குனி 9**

## **உள்ளது உள்ளபடியே**

தமக்கு வேண்டிய நபர் பற்றியும், பிடித்த பொருள் பற்றியும் பேசும்பொழுது உண்மைக்கு மேலும் உயர்வீட்டிப் பேசுவதும், தான் விரும்பாத ஒன்றைப் பற்றியும், வேண்டாத நபர் பற்றியும் பேசும் பொழுது உண்மையைத் தாழ்த்திப் பேசுவதும் தன்னுள் இயங்கும் இறைநிலைக்குத் தீங்கு செய்வதாகும்.



மார்ச் 24

பங்குனி 10

## மூல ஆற்றல்

‘இறை’ என்பது தெய்வ நிலையைக் குறிக்கும் ஒரு சிறப்புச் சொல், ‘தெய்வம்’ என்பது அருபமான ‘பேராதாரச் சக்தி’. மாபெரும் பேரியக்க மண்டல நிகழ்ச்சிகள் எல்லாவற்றிற்கும் மூலமானதும் புலன்களைக் கொண்டு வேகம், காலம், பருமன், தூரம் என்ற நான்கு அளவைகளாலும் கணிக்க முடியாததும், அறிவு புலன்களின் மூலமாகத் தேடும்போது இல்லையென்றும் தனது ஆறாவது நிலையின் உயர்விலே ஆராயும் போது உண்டு என்றும் உணரக்கூடியதுமான உண்மை நிலை எதுவோ அதுவே தெய்வம் என்று வழங்கப்படுகிறது. இயற்கை என்பது எல்லா ஆற்றல்களுக்கும் அடிப்படையான மூல ஆற்றல். ‘Unified Force’ - ஒருங்கிணைப்புப் பேராற்றல் இது விஞ்ஞானிகளின் வார்த்தை. இதையேதான் தத்துவ ஞானிகள் எல்லோரும் தெய்வம், பிரம்மம், கடவுள் என்கிறார்கள்.

மார்ச் 25

பங்குனி 11

## இருப்பும் இறைநிலையும்

இரும்பே கரண்டியாயிருக்கிறது. இரும்பு என்றாலும், கரண்டி என்றாலும் ஒரு பொருளையே குறிக்கும்.

அது போல், தெய்வமே எல்லாமாக இருக்கிறது. மனித வடிவம் இருப்பதும் அதுவே. மனிதன் என்றாலும், தெய்வம் என்றாலும் ஒன்றே. கரண்டியை உருக்கி விட்டால் இரும்புக்குக் கொடுத்த வடிவம் மறைந்து விடும். கரண்டி என்ற பெயரும் மறைந்து விடும்.

இது போல் தான் எல்லா உயிர்களுக்கும் இறைநிலை என்ற பிரம்மம் தான் உள்ளது என்பதை நாம் உணர முடியும்.



மார்ச் 26

பங்குனி 12

## அதீத நிலையின் பயன்கள்

- ✠ பொறுமை, விட்டுக்கொடுத்தல், ஈகை பண்புகள் அமையும்.
- ✠ இயற்கை இரகசியங்கள் உணர முடியும்.
- ✠ கர்மப் பதிவுகளை மாற்றும்.
- ✠ மனமும், தெய்வமும் இணைகிறது.
- ✠ பற்றறிவினைவிட்டு முற்றறிவில் லயம் ஆகும்.
- ✠ புலனடக்கம் ஏற்பட்டு அறிவு அமைதியடையும்.
- ✠ எல்லை கட்டிய நிலையிலிருந்து விரிந்து செல்லச் செய்கிறது.
- ✠ பிரம்மத்தை உணர நுண்மையறிவு ஏற்படச் செய்கிறது.
- ✠ எண்ணம், சொல், செயலில் விழிப்பு நிலை ஏற்படுகிறது.
- ✠ அவிழாத முடிச்சுகள் அவிழும்.

மார்ச் 27

பங்குனி 13

### பிராமணன் - பார்ப்பனன்

பிரம்மத்தை அறிந்தவன் பிராமணன். சாதாரண மனிதன் புலனளவிலே அஞ்ஞானியாய் இருக்கிறான்.

தன்னை நோக்கி அறிந்தவன் இரண்டாவது பாதையை நோக்கிய போது பார்ப்பனன் எனப்படுகிறான்.

அதற்கும் மேலாக பிரம்மத்தை அறியும் போது பிராமணன் எனப்படுகிறான்.



மார்ச் 28

பங்குனி 14

**‘குரு வணக்கம்’**

அண்டமதில் உருவெடுத்து அறிவைப் பெற்று  
அவ்வறிவு ஒன்றுமுதல் ஆறாகிக்  
கொண்ட மேலாம் இவ்வுருவில் குறிப்பில்லாமல்  
கோடான கோடி எண்ணி அனுபவித்துக்  
கண்டபலன் எனையறிய நினைந்தேனப்போ  
கருத்துணர்த்திக் கனல்மூட்டிக் கருவாம் ஞானக்  
குண்டலினி எனும் என் மெய்யுணர்வு எழுப்பிக்  
குறித்து எனையறிவித்த குருவே அன்பே!

மார்ச் 29

பங்குனி 15

## மனிதன் முழுமை பெற

மனிதன் முழுமை பெற வேண்டுமெனில் பரம்பொருளோடு ஒன்றிப் பிறவித் துன்பத்தை ஒழித்து விட முயற்சி செய்ய வேண்டும். இம்முயற்சியை அடையும் வழிமுறைகளுக்கு யோகம் என்று பெயர்.

நமது மனத்திலும் வாழ்க்கையிலும் தவறு நேர்வதை தவிர்க்க முடியாது. முறையான பயிற்சியால் மட்டுமே மனிதன் தன்னைத் திருத்திக் கொள்ள முடியும். வாழ்வில் மனத்தூய்மை, ஒழுங்கான உணவுமுறை, அளவான உழைப்பு, ஓய்வு இவற்றை முறையாக கடைப்பிடித்தால் நோயின்றி ஆரோக்கியமாக வாழலாம்.

தேவைகளைப் பெருக்கிக் கொண்டே சென்றால் சுகபோகங்களில் நாட்டம் வந்து விடும். அதற்காக பழிபாவம் செய்யவேண்டி வந்துவிடும். பிறவிச்சுழலிலிருந்து என்றுமே தப்பமுடியாமல் போய்விடும்.

மார்ச் 30

பங்குனி 16

## மனிதனும் தெய்வமாகலாம்

களங்கங்கள் என்பது முற்றும் உணர்ந்து தெளிந்த நிலையில் வாழ்ந்து கொண்டிருப்பவர்களிடம் அது தேய்ந்து விட்டிருக்கும். ஆயினும் மற்றவர்கள் அவரவர்கள் அறிந்த நிலை, அறிந்த நிலையைக் கொண்டு ஒழுகும் நிலை, இதற்கேற்ப இந்த மூன்று களங்கங்களும் இருக்கத்தான் இருக்கும். அதனால் தான் நான் சொல்வது இறைவனே தான் மனிதனாக இருக்கிறான் வேறொன்றுமில்லை. இருந்தாலும் களங்கம் உண்டு.  $God + Impurity = man$ .  $Man - Impurity = God$ . கடவுள் என்ற நிலையோடு ஆணவம், கன்மம், மாயை இவைகளைக் கழித்து விட்டால் தெய்வம் தான் அதைப் பெரியவர்கள் “ஐயப்படாது அகத்தது உணர்வானைத் தெய்வத்தோ டொப்பக் கொளல்” என்ற போது அந்த நிலையில் வினைப்பயனை எல்லாம் தாண்டி நிற்கக் கூடிய ஒரு நிலையில் இருப்பார்கள் அல்லவா? அந்த நிலையில் தெய்வமாகவே காட்சியளிக்கிறார்கள்.

**மார்ச் 31**

**பங்குனி 17**

## **பூரணப்பொருள்**

வெட்டவெளி என்ற தத்துவமே அனைத்திற்கும் ஆதாரமாகவும், மூலசக்தியாகவும் உள்ள சர்வவல்லமையும் உடைய ஒரு உறுதிப் பொருள் என்றும், அதுவே ஆதியாகவும் அனாதியாகவும் உள்ள பூரணப் பொருள் என திடமாகக் கூறுகிறேன்.



ஏப்ரல் 1

பங்குனி 18

## உளப் பயிற்சி தான் தியானம்

மனிதனுடைய ஆற்றல் எல்லையற்றது. இதனை எதனோடும் ஒப்பிட்டுக் கணித்து உவமை கூறமுடியாது. மனிதனிடத்தில் அடங்கியுள்ள ஆற்றல் அத்தகைய பெருமையுடையது; இயற்கையின் பெருநிதியாகும் அது. அதை உணர்ந்து கட்டுப்படுத்தித் தேக்கி முறையாகச் செலவிட வழி கண்டுவிட்டால், வாழ்நாள் முழுவதும் உடல்நலம் காக்கலாம், மனவளம் பெருக்கலாம். வாழ்வில் வெற்றி, மகிழ்ச்சி, இன்பம், அமைதி இவற்றை அடையலாம்.

மனிதனுடைய இத்தகைய பேராற்றலைக் கட்டுப்படுத்தி ஒழுங்குபடுத்தித் திட்டமிட்ட முறையில் செயல்படுத்திப் பயன் காணவல்ல ஒரு உளப் பயிற்சியையே “தியானம்” என்று கூறுகிறோம்.

ஏப்ரல் 2

பங்குனி 19

## காலத்தை ஏன் வீணாக்குகின்றீர்கள் ?

எண்ணம் உயிர்ச்சக்தியிலிருந்து பிறக்கின்றது. அது பிரபஞ்சம் முழுமையும் நிறைந்து விடுகின்றது. அதற்கு இடத்தாலோ, காலத்தாலோ முடிவே கிடையாது.

பல வருடங்களில் செய்து முடிக்கக்கூடிய செயல் திட்டங்களை ஒரு நிமிடத்தில் எண்ணிவிடலாம்.

ஆகவே, ஏன் எப்போதும் எதிர்காலத்தைப் பற்றித் திட்டமிட்டுக் கொண்டே காலத்தை வீணாக்குகின்றீர்கள் ? தேவையான போது சூழ்நிலைகளுக்கேற்ப எண்ணி செயலாற்றிக் கொள்ளலாம்.



ஏப்ரல் 3

பங்குனி 20

## ஞானியர்கள்

கருத்தொடர் மூலம் விலங்கினத்தில் இருந்து வந்ததுதான், பறித்துண்ணும் செயல். அவ்வளவும் உள்ளே அடக்கமாக இருக்கிறது. மனிதர்கள் நல்லவர்களாக இருக்கின்றார்கள் என்று சொன்னால் அவர்களிடம் அடங்கியுள்ள பதிவுகள் செயலாக மாற அவர்களுக்குச் சந்தர்ப்பம் இல்லை. அதனால் அப்பதிவுகள் அடங்கி இருக்கிறது என்று அர்த்தம்.

ஆக, எல்லோரிடமும் இருக்கும் பிறர் வளம் பறித்துண்ணும் செயலும், பிறர் உயிரை வருத்தி வாழ்தலும் அடங்கியுள்ளன. இதிலிருந்து மீண்டு வந்தால்தான் மனிதனாக வர முடியும். அத்தகையவர்கள் தான் மெய்ப்பொருள் உணர்ந்த ஞானியர்கள்.

ஏப்ரல் 4

பங்குனி 21

## திருமணம்

‘திருமணம் என்பது ஒருவரை ஒருவர் சபித்துகொள்ள வழங்கப் பெறும் உரிமைச் சீட்டு என்ற கீழ்நிலை இருந்து வருகிறது. கணவன் மனைவி நட்பு மதிப்பு மிக்கது. இருவருமே எல்லாத் துறைகளிலும் உயர்வு அடைய, இந்த நட்பின் பாதுகாப்பு அவசியம். வாழ்க்கை முழுவதும் உதவுவது இந்தக் கணவன் மனைவி நட்புதான். திருமணத்திற்கு முந்தைய காலம் கூட இந்த நட்புக்காகவே தன்னைத் தயாரித்துக் கொள்ளும் பயிற்சிக் காலம்தான். ஒருவருக் கொருவர் எல்லாத் தேவைகளையும் நிறைவு செய்து கொள்ளக் கணவன் மனைவியின் நட்பால் தான் முடியும். கணவன் மனைவி நட்பின் இனிமையைத்தான் காதல் என்று சொல்ல வேண்டும். இருவர் உளம் ஒன்றுபட்டு உலகில் வாழ எண்ணத்தால் ஒப்புக் கொண்டு, செயலில் ஒருவர் மற்றவருக்கு உடல், பொருள், ஆற்றல் அனைத்தையும் அர்ப்பணித்து நிற்கும் நிலையே திருமணம்.’

ஏப்ரல் 5

பங்குனி 22

## நான்கு விதக் குறைபாடுகள்

1. கடவுளைத் தேடிக்கொண்டேயிருந்தும் காண முடியாத குறை.
2. வறுமை என்னும் பற்றாக்குறை.
3. விளைவை அறியாமலோ, விளைவை அறிந்தும் அதை அலட்சியம் செய்தோ அவமதித்தோ செயலாற்றி அதன் பயனாகத் துன்பம் அனுபவிக்கும் குறை.
4. மனிதன் சிறப்பறியாமல் பிறர்மீது அச்சமும், பகையும் கொண்டு துன்புறுத்தியும், தான் துன்புற்றும் அல்லலுறும் குறை. இந்த நான்கு குறைபாடுகள் ஒன்றோடு ஒன்று இணைந்துவிட்டன. தெரிந்தோ தெரியாமலோ இக்குறைகளிலிருந்து விடுதலை பெற மனிதன் முயல்கிறான். குறை நீங்கி முழுமை பெற வேண்டும் என்ற ஆர்வம் வருகிறது. அதற்கேற்ப சிந்திக்கிறான்; முயற்சி செய்கிறான்; உணர்ந்த அளவிலே செயல்களில் இறங்கி அதன்படி விளைவுகளைக் காண்கின்றான்.

ஏப்ரல் 6

பங்குனி 23

## இறைவனுக்கு நாம் செய்ய வேண்டிய கடமை

இறைவன் என்னும் தத்துவம் எங்கும் நிறைந்துள்ள ஓர் பேராற்றல். அதனுடைய தன்மைகளில் இன்னொன்று அன்பு. அந்த அன்பு உங்கள் எண்ணம், சொல், செயல்களில் ஊடுருவி நிறைந்திருந்தால் அது தான் நீங்கள் இறைவனுக்குச் செய்ய வேண்டிய கடமை. எல்லோரிடத்திலும் அன்பைக் காட்டுங்கள். இறைவன் மகிழ்ச்சி அடைவான். ஏனெனில் அவன் அன்பும் கருணையுமாக அனைத்து உயிர்களிலும் நிறைந்துள்ளான். அவனை மகிழ்விக்க இதைவிடச் சிறந்த வழி வேறொன்றில்லை.

உடலும் குடலும் அற்ற இறைவனுக்கு வேறு ஒரு தேவையுமில்லை. பொருட்களைக் கொடுத்து அருபமான இறைவனை மகிழ்விக்க நினைப்பது அறியாமையே.

ஏப்ரல் 7

பங்குனி 24

## முன் பின் பிறவிகள்

ஒரு மனிதனுடைய முற்பிறவிகளை அறியவேண்டுமானால் அவன் உருவத்திற்கு மூலமான விந்துநாதத் தொடர்பை யூகத்தால் பற்றிக் முன்னோக்கிப் பார்த்தால், எல்லா ஜீவராசிகளும், தோற்றப்பொருட்களும் ஒரே மூலத்தை அடிப்படையாகக் கொண்டு விரிந்து, பிரிந்து, தொடர்ந்து இயங்கும் ஒரு அகண்ட பேரியக்கம் அறிவுக்கு காட்சியாகும். ஒரு மனிதன் பின் பிறவிகளை அறிய வேண்டுமானால் அவைகள் அவன் விந்துவின் மூலம் தோன்றும் மக்களும், அம்மக்களின் மூலம் தொடர்ந்து தோன்றும் மக்களுமேயாகும்.

ஆதி அல்லது அகண்ட சக்தி, அணு, அறிவு என்ற மூன்று நிலைகளைப் பற்றி அறிந்தவர்களுக்கு இந்த விளக்கம் மிகத்தெளிவாக இருக்கும். மற்றவர்கள் பொறுமையோடு பல தடவை சிந்தித்தே அறிய வேண்டும்.

ஏப்ரல் 8

பங்குனி 25

## மனிதனின் தன்மை

மனம் தான் மனித வாழ்க்கையின் விளை நிலம்  
மனத்தின் தன்மை எதுவோ அது தான் மனிதனின்  
தன்மை.

மனம் என்ற நிலத்தில் எது போட்டாலும்  
விளையும். ஆனால், எது போட வேண்டும் என்று  
சிந்தித்துப் போட வேண்டும்.



ஏப்ரல் 9

பங்குனி 26

## அசைவ உணவுண்ணும் மேல்நாட்டினர்

ஆராய்ச்சி செய்து என்ன பயன்? சைவ உணவு உண்ணும் இவர்கள் மெதுவாக மனிதர்களைக் கொன்றால் அசைவ உணவு உண்ணும் அவர்கள் ஒரே நேரத்தில் கோடிக் கணக்கில் மனிதர்களைக் கொல்ல ஆராய்ச்சி செய்கிறார்கள். அந்த விஞ்ஞான அறிவால் என்ன பயன்? அது மனித வாழ்விற்கான விஞ்ஞானம் இல்லையே. தானும் வாழவேண்டும்; பிறரையும் வாழவிட வேண்டும் என்பது தான் மனிதனுக்கு ஏற்ற விஞ்ஞானமாகும். அது எங்கே வளர்ந்தது என்று பாருங்கள்.

அசைவ உணவு உண்ணும் மேலை நாடுகளின் சரித்திரத்தைப் பாருங்கள். அவ்வப் போது படை எடுத்து சிறிய நாடுகளை நசுக்கித் தன்னோடு சேர்த்துக் கொண்ட நாடுகள் தான் அவை. அவர்கள் பிறர் வாழப் பொறுக்க மாட்டார்கள். அதுவா மிகச் சிறந்த விஞ்ஞான ஆராய்ச்சி?

ஏப்ரல் 10

பங்குனி 27

## இறைநிலை விளக்கம்

இறைநிலை பற்றிய விளக்கம் மிகவும் எளிதானதே. எல்லோராலும் சுலபமாக விளங்கிக் கொள்ள முடியும். இவ்வளவு எளிதாக உள்ளதை ஏன் இவ்வளவு சிக்கலாக்கினார்கள் என்று எண்ணிய போது என் உள்ளத்தில் எழுந்த காட்சி இது.

ஒரு நூல் கண்டை குழந்தையிடம் கொடுத்து விட்டு தாய் சென்று விடுகிறாள். குழந்தை அதை எடுத்து கலைத்துப் போட்டு சிக்கலாக்கி விடுகிறது. பிறகு தாய்க்கு எது ஆரம்பம் என்று தெரியாமல் வெட்டி வெட்டி போட்டு விடுகிறாள். அதே போன்று தான் இறைநிலை விளக்கம் எல்லாம் துண்டு துண்டாகப் போய்விட்டது. பின்னால் வந்தவர்கள் அதை ஒன்றுபடுத்திப் பார்க்க இயலாமையே இறைநிலை பற்றிய விளக்கம் சிக்கலாக காரணமாகிறது.



ஏப்ரல் 11

பங்குனி 28

## அற்புதச் சிற்பி

ஒளி ஒன்றுதான். அது ஆற்றிய செயல்களும் விளைவுகளும் பலப்பல. அதுபோல எண்ணம் ஒன்றுதான். ஆனால் அது ஆற்றிய செயல்களும் விளைவுகளும் கணக்கிட முடியாது.

எண்ணத்தின் விளைவறியாது எண்ணி எண்ணி அது விளைவாகிச் செயலில் மலரும்போது அவற்றைத் தாங்க முடியாமல் மனிதன் திணறுகிறான். அவனே வலையும் விரித்து அதற்குள் அவனே சிக்கிக் கொள்கிறான்.

அவரவர் வாழ்வைச் சமைக்கும் அற்புதச் சிற்பி அவரவர் எண்ணமே.

ஏப்ரல் 12

பங்குனி 29

### ஓர் உலகம்

மனித இனம் வாழ்வதற்கு ஒரே உலகம் தான் இருக்கிறது. மனிதனுக்குத் தேவையான நீரை வழங்குவதற்குக் கடல் ஒன்று தான் உள்ளது. எல்லோரும் மூச்சு விடுவதற்குரிய காற்றும் ஒன்று தான் உள்ளது. உயிர்கட்கு எல்லா வகையிலும் ஆதாரமாக இருக்கக்கூடிய சூரியனும் ஒன்று தான். இந்த நான்கில் ஒன்றையுமே மனிதன் செய்தது இல்லை.

. வாழும் காலத்தில் குடல் ஜீரணிக்கக் கூடிய அளவுக்கு மேலாக உணவை உட்கொள்ள முடியாது. உடல் சுமக்கும் அளவுக்கு மேலாக உடைகளை அணியவும் முடியாது. நின்றால் ஒன்பதுக்கு ஒன்பது அங்குலம் பூமி, படுத்தால் ஒன்றரை அடிக்கு ஆறடி அளவு நிலம், உட்கார்ந்தால் மூன்றடிக்கு மூன்றடி தரை. இதற்கு மேல் எவராலும் அனுபவிக்க முடியாது. எவ்வளவு தான் ஒரு மனிதன் சம்பாதித்து இருப்புவைத்திருந்தாலும், இறக்கும் போது அவற்றில் ஒரு துளியைக் கூட எடுத்துக் கொண்டு போக முடியாது.

ஏப்ரல் 13

பங்குனி 30

## விலை பேசுவதை தவிர்த்துவிடு

உலகத்தில், கொடுப்பவனின் நிலையிலே நீ  
எப்போதும் நில். பிரதிபலனாக ஒன்றையும்  
எதிர்பார்க்காதே.

அன்பைக்கொடு, உதவியைக்கொடு,  
பணியைக்கொடு, உன்னால் இயன்ற அளவு சிறிதாவது  
கொடு, ஆனால் அதன் பொருட்டு **விலை பேசுவதை  
தவிர்த்துவிடு**. நிபந்தனைகளை ஏற்படுத்தாதே.

ஏப்ரல் 14

சித்திரை 1

## தமிழ் ஆண்டுகள் 60 ஏன்?

பூமி தன்னைத்தானே சுற்றிக் கொள்ள எடுத்துக் கொள்ளக் கூடிய காலம் 24 மணி நேரம் அல்லது ஒரு நாள்.

சூரியனை பூமி சுற்றிவர எடுத்துக் கொள்ளும் காலம் 365 நாட்கள் அல்லது ஒரு வருடம்.

சூரியன் தன் மையத்தை ஒரு முறை சுற்றி மீண்டும் தன்னிடத்திற்கு வர எடுத்துக் கொள்ளும் காலம், பூமி சூரியனை சுற்றிவர எடுத்துக்கொள்ளும் காலம் போன்று 60 மடங்கு அதாவது 60 ஆண்டுகள் ஆகிறது.

அதையே தமிழ் ஆண்டுகள் 60 ஆக வைத்துள்ளார்கள்.

ஏப்ரல் 15

சித்திரை 2

## சாந்தி தவம்

சாந்தி தவத்தின் மையம் முதுகுத்தண்டின் அடிப்பகுதியாகும் இப்பகுதி மூலாதாரம் என்றும் அழைக்கப்படுகிறது.

ஆக்கினை தவப் பயிற்சியால் மூலாதாரத்தில் மையம் கொண்டிருந்த உயிர்த்திரள் , சிறுக சிறுக மேலே ஏறி மூளையில் வந்து சேர்ந்து கொண்டே இருக்கும். இதனால் சிலருக்குத் துன்பம் ஏற்படுகிறது.

சாந்தியோகப் பயிற்சி பெற்ற ஒரே நாளில் இத்துன்பங்களிலிருந்து விடுதலை பெறலாம். சாந்தி தவத்தினால் தவக்கனலின் அதீதத்தை உடல் நலனுக்கும் உள்ள நலனுக்கும் பயனாக்கிக் கொள்ள உதவுகிறது. உடலில் உயிர் இயக்கம் சீராகிறது. மலச்சிக்கல் நீங்கும். உடல் வெப்பம் தணியும். நரம்பு மண்டலம் அமைதியடையும்.

ஏப்ரல் 16

சித்திரை 3

## ஒரு சிறு பயிற்சிதான்

மனிதன் மனதை உணர வேண்டும்; மனதுக்கு அடித்தளமாக இருக்கக்கூடிய அறிவை உணர வேண்டும்; அறிவின் இருப்பிடமாக உள்ள உயிரை உணர வேண்டும். இதை உணர்வது ஒன்றும் சிரமமே இல்லை.

உங்களுக்குள்ளாக, நீங்களாக இருந்து கொண்டு அதைத் திருப்பிச் சிந்தனை செய்து அதை அறிந்து கொள்ளும் போது இந்த மனம் இந்த முனையில் மனமாக இருக்கிறது. மற்றொரு முனையில் எல்லாம் வல்ல இறைவனாக இருக்கிறது என்பதைக் காணலாம். அது சுலபமே. அதற்கு ஒரு சிறு பயிற்சிதான் தேவை. அந்தப் பயிற்சியிலே ஆழ்ந்த சிந்தனை விளக்கம் தான் தேவை.

ஏப்ரல் 17

சித்திரை 4

## துன்பம் இல்லாத வாழ்வு

இன்பத்தை உடலால் தான் அனுபவிக்கிறோம். உடலானது முழுநலத்துடனும், ஆரோக்கியத்துடனும் திகழ்ந்தால் தான் இன்பம் நிலவும்.

மேலும், இன்பம் தொடரும். உடல் நலம் குன்றின் நாம் அனுபவித்து வந்த இன்பம் குன்றி துன்பம் வந்து விடுகிறது. துன்பத்தின் உக்கிரம் சில நேரங்களில் பொறுக்க முடியாத நிலையிலும் நோயால் ஏற்படுகின்ற பாதிப்பு சில நேரங்களில் எதிர் கால இன்பத்தையும் வாழ்வையும் கூட கொள்ளைகொண்டு விடுகிறது.

ஆகையால், உடல் நலமாக இருக்க உடற் பயிற்சியும், மனம் நலமாக இருக்க அகத்தாய்வும் தினமும் தவறாது செய்தல் வேண்டும்.

ஏப்ரல் 18

சித்திரை 5

## இல்லற வாழ்க்கை

இல்லற வாழ்க்கை சிறப்பாக அமைய வேண்டுமென்றால், அதற்கு என்ன வழி? மூன்று பண்புகள். 1. விட்டுக்கொடுப்பது; 2. அனுசரித்துப்போவது; 3. பொறுத்துப்போவது இவை மூன்றும் இல்லையென்றால் இல்லறம் இன்பமாக இருக்காது. இந்த இடத்தில் ஒரு பேராசிரியைக்கு ஒரு சந்தேகம், எழுந்து கேட்டார் அவர். “விட்டுக்கொடுப்பது என்று பொதுவாக சொல்கிறீர்கள். யார் விட்டுக்கொடுப்பது?

கணவனா? மனைவியா? பிரச்சினையே அங்குதான் ஆரம்பம்!”

அதற்கு, வேதாத்திரி மகரிஷி:

“யாரிடம் அன்பு அதிகமாக இருக்கிறதோ, அறிவாளியோ, அவர்கள்தான் விட்டுக்கொடுப்பார்கள். அவர்கள் தான் அனுசரித்துப்போவார்கள்!”



ஏப்ரல் 19

சித்திரை 6

## உன்னையே நீ அறிவாய்

இறைவன் என்பவர் எல்லாப் பொருட்களிலும், எல்லா இடங்களிலும் நீக்கமற நிறைந்து இருக்கிறார். நானுமாக இருக்கிறார்.

எனவே, எனக்கும் இறைவனுக்கும் ஒரு சங்கிலிப் பிணைப்பு இருக்கிறது. அதன் ஒரு முனை நான், இன்னொரு முனை இறைவன். அந்த இறைவன் என்ற சங்கிலியின் ஒரு முனையைக்கு கீழே போட்டுவிட்டு எங்கே போய்த் தேடினால், அவர் கிடைப்பார்? உள் உணரும் அகத்தவப் பயிற்சியால் உன்னை நீ உணர்வாய்.

இறைவன் + (ஆணவம்-கன்மம்-மாயை) = மனிதன்

மனிதன் - (ஆணவம்-கன்மம்-மாயை) = கடவுள்.

ஏப்ரல் 20

சித்திரை 7

## மும்மலங்கள் அகல

அறிவின் குறுகிய நிலையால் தன்முனைப்பும், தன்முனைப்பால் பழிச்செயல்களும் பெருகும் போது மனிதன் அறிவு சீர்குலைகின்றது. விளக்கமின்றி மயக்க நிலை பெறுகின்றது. இதுவே மாயை, மயக்கநிலை.

தன்முனைப்பு, பழிச்செயல், மயக்க நிலை இம்மூன்று களங்கங்களைப் போக்கி மனித மனதைத் தூய்மை செய்வதற்கு எண்ணம், சொல், செயல் மூன்றையும் சீர்திருத்திக் கொள்ளும் பயிற்சி முறையே அகத்தவமும், அறநெறி வாழ்க்கையும்

ஏப்ரல் 21

சித்திரை 8

## ஜீவகாந்தத்திற்கு மூலம் வான்காந்தம்

இந்தப் பிரபஞ்சம் முழுவதும் எங்கும் நீக்கமற நிறைந்திருப்பது “மகாகாசம்”. இதுதான் வான்காந்தக்களம் என்பது. அதே ஆகாசத் துகள்கள் பொருட்களில் மடிந்தியங்கும்போது அதைப் “பூதாகாசம்” என்று சொல்கிறோம். அதுவே உயிர்களின் உடலில் எல்லைக் கட்டி இயங்கும்போது அதைச் “சித்தாகாசம்” என்கிறோம்.

சித்து என்றால் உயிர் என்று பொருள். ஆகாசத்துகள் அல்லது விண்துகள் என்று சுழல் அலையிலிருந்து வருகின்ற விரிவலை சுத்தவெளியொடு மோதும் போதும் தோன்றும் அடிப்படை சக்தி “வான்காந்தம்”. அதுவே திணிவு பெற்ற ஜீவன்களில் செயல்படும்போது அதை “ஜீவகாந்தம்” என்கிறோம்.

ஏப்ரல் 22

சித்திரை 9

## யோகம்

இயற்கையோடு இணைந்து செயல்படக் கூடிய வாழ்க்கையே யோகம். அவை 1. உயிருக்கும், உடலுக்கும் உள்ள உறவறிந்து இனிமை காத்தல். இது உடல்நலம் தரும். 2. மனதிற்கும், உயிருக்கும் உள்ள உறவறிந்து இனிமை காத்தல். இது உள்ள நலன் தரும். 3. தனிமனிதனுக்கும், சமுதாயத்திற்கும் உள்ள உறவறிந்து இனிமை காத்தல். இதனால் அறநெறி தழைத்து சமுதாய வளம் சேர்க்கும். 4. இயற்கைக்கும், அறிவுக்கும் உள்ள தொடர்பறிந்து இனிமை காத்தல்.

இது அறிவே தெய்வமாக உள்ளதை அறிந்து வாழும் பேறு. இவையே யோகம் கற்று வாழ்வதின் நோக்கமாகும்.

ஏப்ரல் 23

சித்திரை 10

## புகழும் இகழும்

ஒருவர் தன்னைப் பற்றி புகழ்ந்துரைத்தால், அதைக் கேட்டு ஆனந்தப்படுவது அந்த புகழுக்கே அருகதையற்ற தன்மையைக் காட்டும். அவ்விதமான புகழுக்குரிய நிகழ்ச்சிகளின் காரண சந்தர்ப்பங்களை ஆராய்ந்து பார்த்தால், ஒருவர் மட்டும் அப்புகழுக்குக் காரணமான செயலுக்கு உடையோர் அல்ல என்பது விளங்கும்.

புகழுரைகள், இகழுரைகள் இவைகளைக் கேட்டு மகிழ்ச்சியடைதலும், வருந்துவதும் நம் அறிவின் மிரண்ட நிலையையே எடுத்துக் காட்டும். இகழ்ந்து பேசப்படும் வார்த்தைகளுக்குக் காரணமான நிகழ்ச்சிகளை ஆராய்ந்து அவற்றைத் தக்கபடி திருத்திக் கொள்ள முயல்வது கடமையும், உயர்வும் ஆகும்.

ஏப்ரல் 24

சித்திரை 11

## உலக தத்துவ இரகசியம்

மனம் என்ற ஒரு இயக்கம். உயிரினுடைய ஆற்றல் தொடர்ந்து இயங்கிக் கொண்டே இருக்கிறபோது அந்த அலை வந்து கொண்டே இருக்கிறது.

ஒரு இயக்கத்திலே இருந்து அலை பிறக்கிறது. அந்த அலையானது இடத்துக்குத் தகுந்தவாறு மோதி அழுத்தம், ஒலி, ஒளி, சுவை, மணம் என்ற ஐந்தாகவும், அதை உணர்ந்து கொள்ளக்கூடிய மனமாகவும் இயங்கும் உண்மையைத் தெரிந்து கொண்டால், உலக தத்துவ இரகசியம் அத்தனையும் புரிந்து கொள்ளலாம்.

காரணம், மனத்தால் அன்றி வேறு எதனால் உலகத்தை அறிகின்றோம்? எந்தத் தத்துவத்தைத் தான் அறிகின்றோம்?

ஏப்ரல் 25

சித்திரை 12

## எல்லா வளங்களும் அமையும்

பழக்கத்தின் காரணமாகவும், புலன் கவர்ச்சியாலும், சூழ்நிலையாலும், நாம் தவறுகள் செய்கிறோம். செய்த தவறுகளே துன்பமாக முளைக்கின்றன. பொதுவாக நாம் செய்யும் தவறுகள் நமக்குத் தெரிவதில்லை. விழிப்புணர்வுடன் இருந்து தவறுகளைக் கண்டறிய வேண்டும்.

மனம் தான் மனித வாழ்க்கையின் விளைநிலம். மனத்தின் தன்மை எதுவோ அதுதான் மனிதனுடைய தன்மை. மனதின் மாண்புதான் மனிதனின் மாண்பு. மனதின் உயர்வு தான் மனிதனுடைய உயர்வு.

மனதை எந்த அளவில், உயர்த்திக் கொள்கிறோமோ, தூய்மை செய்து கொள்கிறோமோ, வலுப்படுத்திக் கொள்கிறோமோ, நெறிப்படுத்திக்கொள்கிறோமோ, அந்த அளவிலேதான் மனிதனுடைய வாழ்வு, மனிதனுடைய வெற்றி, மனிதனுடைய எல்லா வளங்களும் அமையும்.

ஏப்ரல் 26

சித்திரை 13

## பயம் தவிர்க்கலாம்

எதிர்பாராதவிதமாக மனதிற்கு அதிர்ச்சியூட்டும் செயல்களால் பாதிப்பு ஏற்பட்டோ அல்லது அடிக்கடி சினப்பட்டதாலோ உடலில் நரம்புகள் தளர்ச்சியுற்றுள்ளது. அடிக்கடி இவ்வாறு அதிர்ச்சி ஏற்படும் போது அதை தாங்க முடியாமல் மனதில் பயம் தோன்றுகிறது.

பெரும்பாலும் மக்கள் ஏதோ ஒரு வகையில் விந்து நாதத்தை (sexual vital fluid) இழந்து விடுகிறார்கள். இவ்வாறு உயிர்ச் சக்தியை அதிக அளவு இழப்பதாலும் பயம் தோன்றுகிறது. உடலை நல்ல முறையில் பாதுகாத்து, நரம்புத் தளர்ச்சி ஏற்படாது இருக்க உடற்பயிற்சியுடன் காயகல்பப் பயிற்சியையும் தொடர்ந்து செய்து வரவேண்டும். மனதை தூய்மையாக வைத்துக் கொள்ள தியானமும், நல்ல ஒழுக்கப் பழக்கங்களையும் கடைப் பிடித்து வரவேண்டும்.



ஏப்ரல் 27

சித்திரை 14

## தத்துவ ஆராய்ச்சி

ஐந்து அடி உயரம் உள்ள தந்தை அவரைப் பந்தலில் காய் பறிக்கிறார். அவருக்கு காய் எட்டவில்லை. அருகில் இருந்த அவரது ஐந்து வயது மகன், 'அப்பா நான் காய் பறித்து தருகிறேன்', என்கிறான். 'உன்னால் எப்படி முடியும்', என்கிறார் தந்தை. அதற்கு அவன், 'என்னைத் தூக்கி உங்கள் தோளில் அமர்த்திக் கொள்ளுங்கள்' என்கிறான். தந்தையும் அவ்வாறே செய்ய மகன் எளிதாகக் காய் பறித்து கொடுக்கின்றான். அன்பரே, என்னுடைய 89 ஆண்டுகால வாழ்க்கையில் இளமைப் பிராயமான 20 ஆண்டுகளைக் கழித்து விட்டால் 69 ஆண்டுகள் ஆன்மீக வாழ்க்கையில் நான் பெற்ற அனுபவத்தை, ஆராய்ச்சியை உங்களுக்கு கொடுத்துள்ளேன். தவ முறைகளும், தத்துவமும் எல்லோரும் புரிந்து கொள்ளும் வகையில் அமைத்துள்ளேன். இதை நீங்கள் பயிற்சி செய்து வாழ்வின் நோக்கத்தை உணரலாம். உடல் நலம், மன நலம் பெற்று சிறப்பாக வாழலாம். அதற்கு மேல் உங்கள் ஆராய்ச்சியை அமைத்துக் கொள்ளலாம்.

ஏப்ரல் 28

சித்திரை 15

## போரைத் தியானத்தின் மூலமாக நிறுத்த இயலுமா?

இரண்டு நாடுகளுக்கும் இடையே நடக்கும் போரின் விளைவுகளையும், கொடுமைகளையும் தியானத்தின் மூலம் ஏற்படக் கூடிய மன அமைதியினால் தெளிவாக உணர்ந்து கொள்ள முடியும். நிறுத்த முடியாது.

தியானம் செய்தாலும் தனிமனிதனுடைய மனோசக்திக்கு ஓர் எல்லை உண்டு. போர் வெறியர்கள் அத்தனைப் பேருடைய மனதையும் மாற்றக் கூடிய அளவுக்குத் தியானம் செய்பவர்களின் எண்ணிக்கை அதிகரித்துவிட்டது என்றால் போரை நிறுத்தி, அமைதி ஏற்படுத்த இயலும்.

ஏப்ரல் 29

சித்திரை 16

## திருமணத்திற்குப் பிறகு வினைப் பதிவுகள்

திருமணத்திற்குப் பிறகு நிச்சயமாக பதிவுகளில் பரிமாற்றம் ஏற்படும். அவ்வாறு ஏற்படுவதே இருவரும் இணைந்து செயல்பட அல்லது எதிர்த்து சண்டையிட காரணமாகிறது.

ஏற்கனவே ஒருவருக்கொருவர் உள்ள பதிவை மாற்றுவதற்குத்தான் இருவருமே இணைகிறார்கள். இதற்கான பதிவு ஏற்கனவே செயலுக்கு வந்த பிறகு தான் இயற்கை இருவரையும் இணைத்து வைக்கிறது. ஆனால் மேல் எழுந்த வாரியான பதிவுகள் ஒவ்வொருவருக்கும் எத்தனையோ இருக்கும். அவையெல்லாம் ஒருவரை ஒருவர் பாதிப்பதில்லை. உதாரணமாக, ஒருவருக்கு ஒரு செயல் பிடிக்கும் என்றால் மற்றவருக்கும் அது பிடிக்க வேண்டும் என்ற அவசியம் இல்லை.

ஏப்ரல் 30

சித்திரை 17

**மன்றத்திற்கு அவசியம் வர வேண்டுமா?**

நாம் நாள் தோறும் குளிக்கின்றோம். ஒரு நாள் குளிக்கா விட்டால் அழுக்கும், வியர்வையும், நாற்றமும் உண்டாகின்றன. நாள் தோறும் குளித்துக் கொண்டே இருந்தால் தான் உடல் சுத்தமாக இருக்கும். இதே போல் தான் புலன்களைக் கொண்டு வாழ்வை நடத்தும் மனிதனுக்கு புலன் மயக்கத்தால், தன்னாலோ, பிறராலோ உயிரில் அழுக்குப் படிகின்றது. அந்த அழுக்கு உடல் நோய், உள்ளக் களங்கம் இவையாக மாறுகின்றன. தவமும் தத்துவ விளக்கமும் கொண்டு, அவ்வப்போதும், நாள் தோறும், வாரத்திற்கு ஒரு முறையும், உயிர்த் தூய்மை செய்து கொண்டே இருக்க வேண்டும்.

கூட்டுத் தவம், அருள் உரை ஆற்றல் அல்லது கேட்டல் என்பவை மூலம் மனவளக்கலை மன்ற உறுப்பினர்கள் வாரந் தோறும் குறிப்பிட்ட இடத்தில் ஒன்று கூடி உயிர்த்தூய்மை செய்து கொண்டே இருக்க வேண்டும்.

**மே 1**

**சித்திரை 18**

## **மனிதர்களின் முடிவு என்ன?**

‘இறைவன் என்பவன் எல்லாமாகவும் வந்துள்ளான். அவனே நானாகவும் இருக்கின்றான்’ என்ற உண்மையை உணர்ந்து கொண்டு, அவனோடு நம் அறிவை இணைத்துத் தூய்மை செய்து, பதிவுகளில் இருந்து விடுதலை பெற்று, உயிர் உணர்ந்து ‘வானவனாகி’, பிறகு தானே அவனாக மாறித் ‘தானவனாகி’, இறைநிலையடைவதே மனிதர்களின் முடிவாகும்.

மே 2

சித்திரை 19

## மனித மனம் அமைதி பெற

மனித மனம் விலங்கினப் பதிவின் காரணமாக புலன்கள் வழியே செயலாற்றும் போது தனது உண்மை நிலையை மறந்து மயங்கி விடுகிறது. இதனால் தன்முனைப்பு கொண்டு உணர்ச்சிவயப்பட்டு, மனத்தின் அலைச்சுழல் அதிகமாகி விளைவறியாது செயலாற்றி அதன் விளைவாக வாழ்வில் சிக்கல்களும், துன்பங்களும் பெருக்கிக் கொள்கின்றன.

இதனால் தீமை தரும் எண்ணங்களும் செயல்களுமான சினம், வெறுப்பு, பகை, வஞ்சம் என்ற அலைகளையே பரப்புகின்றன. இயற்கையை அறியாத மன நிலையில் மனம் குறுகி நிற்கிறது. இந்த நிலையில் இருந்து விடுபட வேண்டுமானால் இயற்கையோடு அறிவை இணைந்து விரிந்து செயல்படும் போது மனித மனம் அமைதி அடைகிறது

மே 3

சித்திரை 20

### சிக்கல்களுக்குத் தீர்வு இயற்கையிலே

சிக்கலை விரைவாகத் தீர்த்துவிட வேண்டி உணர்ச்சிவயப்பட்டுச் செயலாற்றினால் பெரும்பாலும் அச்சிக்கல் பெருகி விடும். மனிதன் எப்போதும் தன் செயலால் எந்தச் சிக்கலையும் முடிவுக்குக் கொண்டு வருவதில்லை. எங்கு ஒரு சிக்கலை முடித்ததாக எண்ணுகிறானோ அங்கேயே, அதன் வேரிலேயே மற்றொன்று முளைத்து விடும்.

மகளுக்குத் திருமணம் முடிந்துவிட்டால், தனது கவலையெல்லாம் தீரும் என ஒருவர் எண்ணுவார். ஆனால், மணம் முடிந்த பின்னர் எத்தனைச் சிக்கல்கள் எழுகின்றன. ஆனால், உண்மை என்ன? எதை முடிப்பதாக எண்ணுகிறோமோ, அங்கேயே இன்னொன்று தொடங்கி விடும். அதிலிருந்து பல கவலைகள் கிளைவிடுவதும் உண்டு. எல்லாச் சிக்கல்களுக்கும் முடிவு இயற்கையிலேதான் உண்டு.

மே 4

சித்திரை 21

### மனிதன் துன்பத்திற்கு காரணம்

இயற்கையாக எல்லாம் வல்ல இறைநிலையே உள்ளது. இறைநிலையே எல்லா பொருளிலும், உயிரிலும் ஊடுருவி அமைந்துள்ளது. அதுவே மனிதனிடம் மனமாகவும் வந்துள்ளது. இறைநிலையின் மறுமுனையே மனித மனமாக செயல்படுகிறது.

மனிதன் ஆறாவது அறிவை பெற்றிருந்த போதிலும் விலங்கினப் பழக்கத்தின் வழியாக செயல்படும் போது ஆறு தீயகுணங்களும் ஐந்து பழிச்செயல்களும் உருவாகின்றன. எண்ணம், சொல், செயலால் எவருக்கும் எப்பொழுதும் துன்பம் தராத முறையில் செயலாற்றும் பொழுது வாழ்வு இன்பமயமானதாக இருக்கும். மனிதன் பழக்கப் பதிவின் காரணமாக இயற்கைக்கு மாறாகச் செயல்பட்டு துன்பங்களைப் பெருக்கிக் கொள்கிறான். இன்பம் மட்டுமே வேண்டுமெனில் இயற்கையோடு ஒத்து வாழ வேண்டியது அவசியம்.



மே 5

சித்திரை 22

### “எண்ணப் பதிவு”

ஒரு எண்ணம் ஒருமுறை மனதில் தோன்றிவிட்டால் போதும், அது உயிரணுக்களில் பதிவாகி, அவற்றுக்கிடையே பிரதிபலித்து, அந்தப் பிரதிபலிப்பு மீண்டும் பதிவு, மீண்டும் பிரதிபலிப்பு என்றாகி அந்த எண்ணம் மீண்டும் மீண்டும் வந்து கொண்டே இருக்கும். இதுவும் எண்ணத்தின் இயற்கை. எனவே, ஒரு தீய எண்ணத்தை ஒருமுறை உள்ளே விட்டு விட்டால்போதும், மறுபடியும் உதிக்காமல் செய்வது அத்தனை எளிதன்று. விருந்தாளி - வேண்டாத விருந்தாளியேயாயினும் முகத்தைச் சுளித்தால் போய்விடுவார்.

எண்ணத்தை விரட்ட விரட்டத்தான் மீண்டும் மீண்டும் வரும். விரட்டும் போது நீங்கள் அந்த எண்ணத்தோடு தான் உறவு கொண்டவாறே இருக்கிறீர்கள் என்பதே இதற்குக் காரணம்.

மே 6

சித்திரை 23

## இறைவனின் தூதுவர்

மனித உருவம் இறைநிலையின் ஆற்றல்கள் அனைத்தும் உள்ளடக்கமாகப் பெற்று அதன் பெருமையை அன்பு, கருணை, அறம், ஞானம் என்ற மதிப்பு மிக்க அறிவு செறிந்த செயல்களால் மற்ற மக்களுக்கும், உயிரினங்களுக்கும் விளக்கிக் கொண்டிருக்கும் இறைவனின் தூதுவர்.



மே 7

சித்திரை 24

## ஆசையை முறைபடுத்துங்கள்

நம்முடைய மனம் சில நிமிடங்களுக்குள், நூற்றுக்கணக்கான ஆசைகளை நினைக்கவல்லது.

ஆனால், அவற்றில் ஒரு சில ஆசைகளை, நம்முடைய உடம்பால் ஏற்றுச் சமாளிக்க முடியாது.

சில விருப்பங்களை ஈடேறச் செய்வதற்குப் போதுமான வாய்ப்பும் நமக்குக் கிடைப்பதில்லை.

ஆதலால் ஆசையை முறைபடுத்துங்கள்...

மே 8

சித்திரை 25

### சீவகாந்தம்

ஓரறிவுத் தாவரம் முதற்கொண்டு ஐந்தறிவு விலங்கினம் வரை உள்ள உயிரினங்களில் இறைத்துகள் கூட்டான விண் உயிர்த்துகள்களாக ஓடுகின்றன.

மேலும், ஆறாவது அறிவு பெற்ற மனிதனாகவும் முடிவில் இறைநிலை தன்மாற்றம் பெற்று வந்துள்ளது. இந்த ஆறு உயிரினங்களிலும் இறைத்துகள்கள் நிரம்பியுள்ளன. இந்த இறைத்துகளை "சீவகாந்தம்" என்பர்.

சீவகாந்தமே உயிரினங்களுக்கான இயக்க ஆற்றல். வான்காந்தத்தின் ஒரு சிறுபகுதி சீவ இனங்களில் எல்லை கட்டிக் கொண்டு நினைப்பது, உணர்வது. விருப்பம் போல நகர்வது, இனப்பெருக்கத்தை உருவாக்குவது இவற்றையெல்லாம் நிர்வகித்து வருகிற ஆற்றல்தான் ஜீவகாந்தம்.

மே 9

சித்திரை 26

## உயர்புகழ்

புகழ் மூலமாகத்தான் நமக்கு மற்றவர்களோடு தொடர்பும், நட்பும் கிடைக்கின்றன.

உயர்புகழ் என்பது எப்படியும் புகழ் பெறலாம், இருக்கலாம், எப்படி வேண்டுமானாலும் பெறலாம் என்பது அல்ல. உலகத்துக்கு நன்மையான செயல்களையே செய்து அதனாலே மக்கள் மனம் ஒரு நிறைவு பெற்று, அவர்கள் வாழ்க்கையிலே துன்பங்கள் நீங்கி இன்பம் மலரக் காணும்போது, அந்த மக்களால் அளிக்கக்கூடிய ஒரு வாழ்த்து, ஒரு மனநிறைவுதான் 'உயர்புகழ்'.

புகழ் என்பது தான் விரும்பிப் பெறுவதோ, தானே ஏதேனும் ஒன்றைச் செய்து அதன் மூலமாக வரவேண்டும் என்று நினைப்பதோ அல்ல. தன் செயலின் மூலமாக மக்கள் காட்டும் மனநிலைதான் புகழாகும்.

மே 10

சித்திரை 27

### மனம், ஆன்மா, பரம்...

பிரபஞ்ச இயக்க விதிகளை பற்றி அறியவும், அவற்றிற்கு மூலமான மெய்ப்பொருள் நிலையை உணர்ந்து விளங்கிக் கொள்ளவும் ஏற்ற அகநோக்குப் பயிற்சியில் ஈடுபட்டுத் தன்னைப் பற்றியும், இயற்கை விதியைப் பற்றியும், சமுதாய அமைப்பைப் பற்றியும் அறிந்து கொள்வது 'தவம்' அல்லது 'யோகம்' எனப்படும்.

யோகம் என்பது அகநோக்குப் பயிற்சியாகும். இது இரண்டு கட்டங்களையுடையது. 1) மனதைப் புலன்களிலிருந்து விடுவித்து ஆன்மாவில் லயப்படுத்தல் முதற்கட்டம், 2) ஆன்மாவைப் பரத்தில் லயப்படுத்தல் இரண்டாவது கட்டம். இந்தப் பயிற்சியினால் மனம், ஆன்மா, பரம் என்னும் மூன்று மறை பொருட்களின் நிலைகளும் அவற்றின் சிறப்புகளும் குருவின் வழிகாட்டுதலின்படி தொடர்ந்து பயிலும் குண்டலினி யோக சாதகனுக்கு உள்ளுணர்வாக விளக்கமாகும்'.

மே 11

சித்திரை 28

### ‘நானே நாம்’

தான், தனது என்று அறிவு குறுகிய நிலையில் எல்லை கட்டி இயங்குவதால் சாதி, மதம், மொழி, தேசம் என்ற நிலையில் நம்மைத் தனிப்படுத்தி வாழ்க்கையில் துன்பப் படுகின்றோம். நமது பெற்றோர், அவர்கள் பெற்றோர், அவர்கள் பெற்றோர்... என்று பின்னோக்கி ஆராய்ந்து பார்த்தால் நாம் அனைவரும் ஒருவரின் பிள்ளைகளே என்ற உண்மை தெரியவரும்.

அவருக்கு மூலம் இரண்டு விலங்கினங்கள் ஆகும். விலங்கினங்கள் ஐந்து அறிவு. அவைகளுக்கு முன் நான்கு, மூன்று, இரண்டு, ஓர் அறிவு தாவரம்வரை செல்லும். அவைகளுக்கு மூலம் பஞ்ச பூதங்கள். இதில் முதல் தத்துவம் விண். விண்ணுக்கு மூலம் சுத்தவெளி எனும் பரம்பொருள். இந்த நிலையில் நாம் நம்மை நோக்கிப் பார்த்தோமானால் நம் எல்லோருக்கும் மூலம் ஒன்றே. இப்போது நாம் அனைவரும் ஒருவரே .அதுவே இறைநிலை.

மே 12

சித்திரை 29

### தற்பரம்

வற்றாயிருப்பு, பேராற்றல், பேரறிவு, காலம் எனும் நான்கு தன்மைகளுடைய இறையாற்றலானது தனது ஆற்றலாலும் அறிவாலும் எல்லா தோற்றங்களாகவும் மலர்ந்துள்ளது.

அத்தோற்றங்கள் அனைத்திலும் ஒழுங்காற்றலாக இருந்து அவைகளை இயக்குவது அதனுடைய அறிவுநிலை ஆகும். இறைநிலையின் முதல் தன்மாற்றமாகிய இறைத்துகள் முதல் கோடானு கோடி கோள்களும் நட்சத்திரங்களும் தன்னைத்தானே சுற்றிக்கொண்டு, மிதந்துகொண்டு இருப்பதும் அந்த இறைவளிக்குள்ளேதான்.

எல்லா இயக்கங்களும் நடைபெறுவது அதன் அறிவாற்றலால்தான். அதே இறைநிலை தனக்குள்ளாகவும் அறிவாக இருந்து தன்னை இயக்குவதை மனிதன் உணரும்போது தன்னை தற்பரனாக அறிந்துகொள்கிறான். தன் + பரம் = தற்பரம். அதாவது தன்னையே பரம்பொருளாக அறிந்து கொள்கிறான்.



மே 13

சித்திரை 30

### சங்கல்பம்

சங்கல்பம் என்பது மனதிற்குதான் இடும் கட்டளை. தனது மனதிற்கு இவ்வாறு கட்டளையிடும்போது தான் சோம்பல், தள்ளிப்போடுதல் போன்ற தமோகுணங்களிலிருந்து விடுபட்டுச் செயல்படும்.

மனதிற்கு அதிக சுதந்திரம் கொடுத்தால் அது பயிற்சியில் உறுதியுடன் ஈடுபடாது பயிற்சியை ஒரு நோன்பு போன்று எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும். அப்பொழுதுதான் இப்பயிற்சிக்கு முக்கியத்துவம் ஏற்படும். உதாரணமாக தினந்தோறும் உடற்பயிற்சி செய்ய வேண்டும் என்று மேம்போக்காக முடிவு செய்து கொண்டால் குறுகிய காலத்திலேயே உடற்பயிற்சி விட்டுவிடப்படுகிறது.

அதையே ஒரு விரதமாக எடுத்துக்கொண்டு, “தினந்தோறும் காலை உடற்பயிற்சி செய்த பிறகே காலை உணவு எடுத்துக் கொள்வேன்” என்று உறுதி எடுத்துக் கொண்டால் அவரால் வெற்றிகரமாகப் பயிற்சியை முடிக்க முடியும்.

மே 14

சித்திரை 31

நட்டம் என்பது எது?

“வந்ததுதான் போகுமேயல்லாது

வருமுன்னே இருந்த ஒன்று போவதுண்டோ?”

இந்த உண்மை எண்ணி எண்ணி உணர்ந்து

கொண்டால்

எவருக்கும் எப்போதும் நஷ்டமேது?



மே 15

வைகாசி 1

## இறைநிலைத் தவம்

இறைநிலைத் தவத்தில் மனத்தை விரித்து எல்லையற்ற பரவெளியோடு, இறைநிலையோடு இணைத்துக் கொண்டு தவம் செய்கிறோம்.

இப்பரவெளியோடு மனம் விரிந்து அடிக்கடி பழக, மனம் தன் மூலமான இறைநிலையோடு ஒன்றி இருக்க முடிகின்றது.

இறைநிலையிலிருந்து இறைத்துகள், விண், பஞ்சபூதங்கள், உயிரினங்கள், கடைசியாக மனிதனாக இறைநிலையே வந்த தன்மாற்றத்தை, வரலாற்றை உணர்வாகப் பெறுவதுதான் இறைநிலை தவம்.

மே 16

வைகாசி 2

## துரிய தவம்

பிரம்மரந்திரம் என்றால் உச்சந்தலையைக் குறிக்கும். பிரம்மரந்திரம் என்றால் இறைநிலைக் காணவாயில் என்று பொருள். உச்சந்தலையில் உணர்வை நிறுத்தித் தவம் இயற்றுதல் பிரம்மரந்திர தவம் எனப்படும்.

எண்ணத்தை ஆராயவும், அகத்தாய்வு செய்யவும் கவலைகளை ஆராய்ந்து ஒழிக்கவும் துரியநிலைத் தவம் பெரிதும் துணையாக இருக்கும்.

துரிய தவத்தில்மனம் என்ற விரிந்த நிலை குன்றி அதன் மூலநிலையான உயிராகவே நிற்கிறது. உயிர் உயிராகவே நின்று, தனது அடக்கத்தில் பிரம்மமாக அமைதி பெறுவதற்குத் துரியத்தில் தயாரிப்பு நடைபெறுகிறது.

மே 17

வைகாசி 3

## மாதவிலக்கு - தீட்டா?

அந்த மூன்று நாட்களில் இரத்தம் சுத்தம் செய்யப்படுகிறது. தூய்மை என்பது தான் தூமை என்றானது. இரத்தம் வேறு - Period அன்று வரும் இரத்தம் வேறு அல்ல. அப்படிப் பார்த்தால் பிரசவ காலமும் தீட்டுக் காலம் தான். ஆனால் அந்த சீம்பால் குழந்தைக்குக் கொடுக்கிறோமே அது தீட்டாகுமா?

Toilet போய் வந்தால் கால் கழுவி சுத்தம் செய்து விட்டு இயல்பாக இருப்பது போல் தான் Period காலமும்.

குழந்தை வயிற்றில் எங்கே இருக்கிறது? எந்த இரத்தத்தின் ஆற்றலை உண்டு கரு வளர்கிறது. எனவே தீட்டு என்ற பேச்சுக்கு இடமில்லை. அந்த நேரத்தில் கொஞ்சம் சோர்வாக இருக்கும் என்பதால் ஓய்வுக்காகச் சில காரியங்களைச் செய்யாமல் இருப்பது நலம்.

மே 18

வைகாசி 4

## குடும்ப வாழ்வும் குண்டலினியும்

குடும்ப வாழ்க்கையை குண்டலினி யோகம் பாதிக்காது. குண்டலினி தீட்சை பெற்ற 15 நாட்கள் வரை பிரம்மச்சரியம் கடைப்பிடிப்பது நல்லதுதான்.

சீக்கரமாக உயிர்ச் சக்தியைத் தெளிவாக உணரலாம். மேலும் பின்னால் துரியம் வாங்குவதற்கு நல்ல அஸ்திவாரமாகவும் அமையும்.

பின் குடும்ப வாழ்க்கையையும், வாழ்க்கைத் துணைவரை திருப்திப்படுத்த வேண்டிய பொறுப்பு உணர்ச்சியும் தவத்தினுடைய மேம்பாட்டை எந்த வகையிலும் பாதிக்காது.

மே 19

வைகாசி 5

## கண்ணால் பார்க்க முடியாத ஆசீர்வாதம்

ஆசீர்வாதத்தைக் கண்ணால் பார்க்க முடியுமா?  
ஆனால் இருக்கிறது.

“நான் பல வருடம் உலக அமைதி பற்றி ஆராய்ந்து  
வந்தேன்.

ஒருநாள் ஐக்கிய நாட்டு சபையில் ஒரு உரை  
நிகழ்த்த வேண்டும் என்றார்கள். எனக்கு ஆங்கிலம்  
அவ்வளவாகத் தெரியாது.

உரை நிகழ்த்துவதற்கு முதல் நாள் இராமலிங்க  
வள்ளலை நினைத்துக் கொண்டே இருந்தேன்.

நல்ல கருத்துக்கள் காட்சிகள் வந்தது. பேசி  
விட்டேன். உரையைக் கேட்ட ஒருவர் உங்கள் உரை  
மிகவும் தெளிவாகவும், பொருள் உள்ளதாகவும்  
இருந்தது” என்றார்.

மே 20

வைகாசி 6

### உலகம் உன் வசமாக...

தேவையும், விருப்பமும் உடையதே மனித வாழ்க்கை. உனது விருப்பத்தை நிறைவேற்றிக் கொள்ளும் போது, பிறர் உள்ளத்தில் வருத்தம் ஏற்படாமல் பார்த்துக் கொள்.

உன்னுடைய எண்ணத்தால், செயலால் உன் உடல் உறுப்புகள் கெடாமல் பார்த்துக் கொள்.

பொறுமை, விட்டுக் கொடுத்தல், தியாகம் என்ற மூன்றையும் இடம், காலம், தொடர்பு கொள்ளும் மக்கள் இவற்றிற்கேற்ப பயன்படுத்தினால் உலகையே நீ உன் வசமாக்கிக் கொள்ளலாம். பிறரிடம் உள்ள நல்ல செயல்களை நினைந்து நினைந்து பாராட்டு. நன்றி செலுத்து. தவமும், அறமும் இடைவிடாது செய்து வா. இதுவே பிறவித் துன்பத்திலிருந்து விடுபட உதவும்.



மே 21

வைகாசி 7

## மகிழ்ச்சியான வாழ்க்கைக்கு

1. பிரதிபலன் எதிர்பார்க்காமல் உங்களால் முடிந்த அளவு மற்றவர்களுக்கு உதவுங்கள். 2. முடிந்த அளவு பிறரைப் புகழுங்கள். பிறரை குறை கூறுவதை விட்டு விடுங்கள். 3. பிறர் குறைகளை மன்னியுங்கள் . நீங்கள் பிறருக்கு செய்த நன்மைகளை மறந்து விடுங்கள். 4. யாரைக் கண்டும் பயப்படாதீர்கள். நீங்கள் பிறர் பயப்படும்படி இருக்காதீர்கள். 5. குறைவாக பேசுங்கள். நிறைய கேளுங்கள். 6. உங்கள் கடமைகளைப் பற்றி நிறைய சிந்தியுங்கள், உங்கள் உரிமைகளைப் பற்றி குறைவாக எண்ணுங்கள்.

7. உங்களுக்கு கொடுத்திருக்கும் ஆசீர்வாதங்களை எண்ணுங்கள், உங்கள் பிரச்சனைகளைத் தூக்கி எறியுங்கள். 8. பிறரிடம் இருந்து அன்பை எதிர்பார்க்காதீர்கள், நீங்கள் பிறரின் அன்பிற்குரியவர்களாக இருங்கள்.

9. ஒரு சிறந்த அறிவுடையவர் போல் நடந்து கொள்ளாமல், பிறர் சிறப்பை அறியும் தன்மையை வளர்த்துக் கொள்ளுங்கள்.

மே 22

வைகாசி 8

## ஐந்தொழுக்கப் பண்பாடு

1. எனது உழைப்பின் மூலமே வாழ்க்கை நடத்துவேன்.
2. பிறருடைய மனதையும், உடலையும் எவ்வகையிலும் வருத்த மாட்டேன்.
3. பிற உயிர்களை உணவுக்காகக் கொல்லமாட்டேன்.
4. பிறருடைய வாழும் சுதந்திரத்தையும், பொருளையும் பறிக்க மாட்டேன்.
5. என்னால் முடிந்த வரை பிறர் துன்பம் போக்கத் தொண்டு செய்வேன்.

**மே 23**

**வைகாசி 9**

## **குரு தேடிவருவார்**

குரு என்றால் யார்? குரு என்றால் அவர் தன்னை அறிந்தவர்.

அவருடைய உதவி இவனுக்குக் கிடைப்பதற்கு இங்கே அவன் ஒரு நிமிடமாகிலும் சிந்தித்திருக்க வேண்டும். தேடி இருக்க வேண்டும்.

நான் பிறந்து வந்துள்ளேனே என்னைப் பற்றி எதுவுமே தெரியவில்லையே - தெரிந்து கொள்ள வேண்டும் என்று இவனாக நினைத்திருந்தாலும் சரி, அல்லது இவனுடைய பெற்றோர்கள் நினைத்து இருந்தாலும் சரி, அந்த எண்ணம் நிறைவேறாமல் தொடர்ந்து வந்து இருந்தாலும் சரி, அது கட்டாயம் அதற்குரிய ஒரு குருவைத் தேடிக்கொடுத்து விடும்.

மே 24

வைகாசி 10

## சினம் - வஞ்சம்

உயிரின் எழுச்சித்தான் ஆசை. அதாவது உயிராகிய “நான் தான்” ஆசையாக இருக்கிறேன். ஆசையின் அளவு எழுந்த உயிரின் செலவு, தடைவரும்பொழுது தடையின் அளவு உயர்ந்து தேங்கி வழிந்து பிறகு தடைக்கு மேலும் விரைந்தோங்கி எழும்பொழுது அவ்வாறு விரைந்தோங்கி எழுந்த உயிராற்றல் செலவை “சினம்” என்று பெயரிட்டு அழைக்கிறோம்.

ஒருவருக்கு சினம் எழும்பொழுது அச்சினத்தை தூண்டிய நபரை தான் விரும்பியபடி துன்புறுத்த அல்லது தண்டிக்க போதிய பலமும், வாய்ப்பும் இல்லாதபொழுது அதை எதிர்நோக்கி அவ்வாய்ப்பு வரும்வரை சினத்தை வளர்த்து தன்னுள் தேக்கி வருகிறார். இந்த இருப்புக் கட்டிய சினம்தான் “வஞ்சம்” எனப்படும்.

**மே 25**

**வைகாசி 11**

## **தெய்வமே அறிவு**

இறைநிலையே தனது பரிணாமத்தால் நுண்  
விண்ணாகி, அண்டங்களாகி, உயிரினங்களாகி,  
மனமாகி, மனிதனிடத்து நுண்ணியப்  
பொருட்களையெல்லாம் உணரவும், விரிந்தகன்ற  
எல்லையில்லாத இறைவழியாகிய தன்னையே  
தன்னகத்தே அடக்கிக் கொள்ளக் கூடிய ஆற்றலை  
பெறும்போது அறிவாகிறது.

மே 26

வைகாசி 12

### ஒழுக்கம்

தனக்கோ, பிறருக்கோ, தற்காலத்திலோ, பிற்காலத்திலோ, அறிவிற்கோ, உடலுணர்ச்சிக்கோ துன்பம் தராத செயல்கள் எல்லாம் புண்ணியம். துன்பம் தந்தால் பாவம்.

இந்த சட்டத்தை உணர்ந்து மதித்து ஏற்றவாறு செயலாற்றி வாழ்வதே ஒழுக்கம்.

ஒழுக்கத்தை ஒருவர் உயிரைப் போல் ஒம்பி வாழ்ந்தால் பிறர் கருத்துக்கும் தேவைக்கும் மதிப்புக் கொடுத்துத் தன் தேவையையும் கருத்தையும் நிறைவு செய்து கொள்ளும் பெருந்தகைமை இயல்பாகும்.

மே 27

வைகாசி 13

## அருட்பேராற்றலை நினைவு கொள்ள வேண்டும்

எந்த இடத்தில் மனிதன் ஐவகைப் பற்றுதல்களால் அறிவு குறுகி மயங்கி தன் பிறவி நோக்கத்தையும் வாழ்வின் நெறியையும் மறக்கின்றானோ, அந்த நேரத்தில், மனிதனிடம் அமைந்துள்ள அடித்தள ஆற்றலாகிய பேரறிவானது, குறுகி நிற்கும் புற அறிவை நேரான வழிக்குத் திசை திருப்புவதற்காகவே, நம் விருப்பங்கள் செயல்கள் இவற்றில் தடைகள் விளைந்து வாழ்வில் மாற்றங்கள் தோன்றுகின்றன.

இத்துன்பத்திலிருந்தும் புற மனதை மீட்க, பேரறிவானது, மனிதர்கள் மூலமாகவும், விரிந்த இயற்கை ஆற்றல் மூலமாகவும் உதவிக் கொண்டேதான் இருக்கும். இந்த நிலையிலேனும், மன இயக்கத்தில் குறுகியுள்ள மனிதன் அவன் வாழ்வின் இயக்கக் களமான அருட்பேராற்றலை நினைவு கொள்ள வேண்டும்.

மே 28

வைகாசி 14

## இலக்கியம் படித்தவர்கள்

சும்மா உட்கார்ந்திருக்கும் போது ஒரு அழுத்தம் ஏற்பட்டு அது சிறிது சிறிதாக அதிகமாக எண்ணமாக வருகிறது.

நீங்கள் ஒன்றை நினைக்கிறீர்கள். அதன் வேகம், அழுத்தம், ஆழம் ஆகியவற்றுக்கு ஏற்ப மற்றவர்களை அது தொடர்பு கொண்டு ஒரு எண்ணமாக வரும். நீங்கள் அது உங்களுக்குத் தோன்றிய எண்ணம் என்று நினைக்கிறீர்கள்.

வீட்டைப் பற்றி நினைக்கும் போது அந்த சூழ்நிலைக்கேற்ப பதிவுகள் தான் எண்ணமாக வரும். ஆனால் இராமாயணத்தையோ, மகாபாரதத்தையோ நினைக்கும் போது அதற்கேற்ப உயர்ந்த குணங்கள் வரும். அதனால்தான் சாதாரண மக்களைவிட இலக்கியங்களைப் படித்தவர்கள் உயர்ந்து நிற்கிறார்கள்.



மே 29

வைகாசி 15

## மனத்தூய்மையும், வினைத்தூய்மையும்

சுத்தவெளியை நோக்கி தவம் செய்து வரும் போது அதுவாகி முடிவில் அதுவே தானுமாகி, தனது அறிவுமாகி உள்ள உண்மை விளங்கும். மனம் ஆழ்ந்து எதை நினைக்கிறதோ அதுவாகவே மாறும். அது இயல்புக்க நியதி.

இறைவெளி வெளியில் நிலைக்கும் போது தானும்-மனமும்-இறைவெளியாக மாறுகிறது.

இதுவரை வாழ்வில் பொருள், புகழ், அதிகாரம், புலனின்பத்தில் எல்லைக்கட்டிப்பழகிய மனத்தை விரித்து, பேரியக்க மண்டலம் முழுவதையுமே, தனக்குள் அடக்கிக்கொள்ளும் வகையில் மனம் விரிந்து, பின்னர் அதையும் கடந்து சுத்தவெளியாகிய தனது மூலத்தோடேயே நிலைபெறப் பழக பழக மனத்தூய்மையும், வினைத்தூய்மையும் மனிதனுக்கு கிடைக்கின்றன

மே 30

வைகாசி 16

## ஜீவசமாதி அடைந்தால் நல்லதா?

“வாழ்கிறபோது நல்ல நிலையில் வாழ வேண்டியதுதானே... சாவதைப்பற்றி ஏன் நினைக்கிறீர்கள்?

திட்டமிட்டுச்சாக முடியாது. எப்படி நல்லபடியாக வாழ்வது என்பதை சொல்லிக்கொடுக்கத்தான் நான் இருக்கிறேன்.

சாவதைப்பற்றி சொல்லிக்கொடுக்க இவர் (அருகில் ஒரு டாக்டர் அமர்ந்திருக்கிறார்) இவர் இருக்கிறார். இவரைக்கேளுங்கள். எந்த விஷம் எப்படி என்பதெல்லாம் இவருக்குத்தான் தெரியும்”

மே 31

வைகாசி 17

## இருப்பிலிருந்துதான் கொடுக்கிறோம்

பிறருக்கு உதவி செய்வேன்.  
ஒவ்வொருவருக்கும் என்னால் இயன்றதைச் செய்து  
கொண்டே இருப்பேன் என்று சொல்லும்போது அது  
ஊற்று மாதிரியாக வற்றாது சுரக்கும்.

அவ்வாறு பிறர்க்கும் உதவி செய்யும்போது  
எங்கிருந்து செய்யப் போகிறீர்கள்?  
இருப்பிலிருந்துதான் கொடுக்கிறோம்,  
இருப்பதைத்தான் செய்கிறோம். அங்கே  
இல்லையானால் செய்ய முடியாதல்லவா?

ஆகையினால் செய்யச் செய்ய வந்து  
கொண்டேதான் இருக்கும்; நல்லமுறையிலே அது  
வளர்ந்து கொண்டேதான் இருக்கும்.

ஜூன் 1

வைகாசி 18

## பயிற்சியும் முயற்சியும்

நாம் 'குண்டலினி யோகமாகிய' 'மனவளக்கலையை' பயின்று, மனம் ஒடுங்கி ஒடுங்கி நின்று தவமியற்றிப் பழகிப் பழகி கூடவே 'தற்சோதனையில்' சினம் தவிர்த்தல் என்ற பயிற்சியின் மூலமும் தான் இந்தச் சினத்தை வெல்லும் திறன் மனத்திற்குக் கிட்டும். அதனால்தான் ஆறுகுணச் சீரமைப்பையும் துரியாதீத தவத்தையும் நாம் ஒன்றாக இணைத்து வைத்திருக்கிறோம்.

இறைநிலையோடு கலந்து பழகித் தவமியற்ற - தவம் இயற்றத்தான் 'சட்டென்று விரிந்து சினமாக மாறாத தகைமை மனத்திற்குக் கிட்டும்'. இந்த முறையில் வெற்றி காண நாம் நமது 'மனவளக்கலையையும்' அதனால் பெற்ற மனோசக்தியின் உயர்வையுமல்லவா சேர்த்துப் பயன்படுத்துகிறோம். பின் வெற்றி கிடைக்காமல் எங்கே போய்விடும்? வேண்டியனவெல்லாம் விழிப்பும் பயிற்சியும் முயற்சியும்தான்.

ஐஓன் 2

வைகாசி 19

## உதவி வாழ்வோம்

இறைநிலையின் பின்ன வடிவமே மனிதன். ஒரு மனிதன் இன்னொரு மனிதனை உடலாலோ, மனதாலோ வருந்தச் செய்வது இறைநிலைக்கே செய்கின்ற பழிச்செயலாகும்.

ஒருவர் எத்தகைய துன்பத்தைப் பிறருக்கு செய்தாலும் இறையாற்றலின் இறுக்க ஆற்றலால் அத்துன்பம் தன்னிடமே திரும்பி வரும் என்பதை உணர்ந்து பிறர் உடலுக்கும், மனதுக்கும் துன்பம் கொடுக்காமலும். துன்பப்படும் போது உதவியும் வாழ்வோம்.

ஜூன் 3

வைகாசி 20

## தனிமனித அமைதியே உலக அமைதிக்கு அடிப்படை

1. தனிமனிதன் வாழ்வில் அமைதி.

2. சமுதாயத்தில் அமைதி.

3. உலக நாடுகளுக்கிடையே நிலையான அமைதி என்ற மூன்று வகையிலும் மனிதகுலம் அமைதியைப் பெற்று மகிழ்ச்சியோடு வாழ வேண்டும். தனி மனிதன் வாழ்க்கை அமைதியான நிலைக்கு வர வேண்டும். தனி மனிதன் சிந்தனையாலும், திட்டமிட்ட செயல் திருத்தங்களாலும் தன்னை மேம்படுத்திக்கொள்ள எளிதாக இயலும். அதற்கு குண்டலினியோகமும், தத்துவ விளக்கங்களும் உதவுகின்றன. தனி மனிதனின் அமைதியைக் கொண்டே குடும்பமும், குடும்ப அமைதியைக் கொண்டே உலக அமைதியும் காக்கப்படும். குடும்ப அமைதியே உலக அமைதிக்குப் பாலம் போன்றது. தனிமனித அமைதியே உலக அமைதிக்கு அடிப்படை.

ஜூன் 4

வைகாசி 21

## மனம், உயிர், தெய்வநிலை

உடலைப் பற்றி நிறைய அறிந்து வைத்திருக்கிறோம். மனதைப் பற்றியும் அறிய வேண்டும். இந்த ஆராய்ச்சி உயிரைப் பற்றி அறிவதில் கொண்டு போய் விடும். உயிரைப் பற்றிய ஆராய்ச்சியின் முடிவு தன்னிலை விளக்கத்தில் முடியும். தன்னை அறியாதவரை மனதிற்கு அமைதி இல்லை. ஏனெனில் இந்தப் பிறவி எடுத்ததின் நோக்கமே தன்னை அறிவதற்காக எடுக்கப் பெற்றதே, தன்னை அறிய தத்துவ விளக்கங்கள் உதவியாகத் தான் இருக்கும். ஆனால் தன் மூலத்தைத் தானே எட்டி, உள்ளுணர்வாக, அகக்காட்சியாக அறிய யோகமே துணை செய்யும். அந்த யோகத்தை இக்காலத்திற்கேற்ப எளிமைப்படுத்தப் பெற்றதே எளிய முறை குண்டலினி யோகம் என்னும் மனவளக்கலை. இதனை மாணவர்கள் பயில்வதால், அறிவுத் தெளிவும், கடமையுணர்வும் பெறலாம், படிப்புக்கும் நன்மை தரும். பிற்கால வாழ்க்கையின் உயர்வுக்கு இப்போதே அஸ்திவாரம் அமைத்ததாகும்.

ஜூன் 5

வைகாசி 22

## நல்லவற்றையே நினைப்போம்

நல்லன நினைக்கிறீர்கள் என்றால் முதலில் நீங்கள் நல்லவனாக மாறித்தான் நினைக்கிறீர்கள் .

நினைக்கும் போதே நாம் நல்லவனாக மாறுகிறோம். அதன் பிறகு தான் அந்த அலை வெளியேறுகிறது.

ஆகவே நல்ல எண்ணமானாலும் சரி, தீய எண்ணமானாலும் சரி முதலில் நம்மை பாதித்து விட்டு அதன் பிறகுதான் அது வெளியேறுகிறது.

ஆகையால், தீய எண்ணங்களே வேண்டாம். நல்லனவற்றையே நினைப்போம். எல்லோரும் நல்லவர்களாகவே இருக்க வேண்டும் என்று நினைப்போம்.



ஐஓன் 6

வைகாசி 23

## மனதின் அலை இயக்கம்

மனதின் அலையியக்கம், எப்பொழுதும் தூக்க நேரம் போக மற்ற நேரங்களிலும் இயங்கிகொண்டு தான் இருக்கின்றது. பிறந்தது முதற்கொண்டு இறக்கும் வரையில் அதன் இயக்கம் தொடர்ந்து இயங்குகிறது. மனதை நிறுத்திவிட வேண்டும் என்று நினைப்பதை விட அதை நல்ல முறையிலே பழக்கிவிட வேண்டும் என்று நினைக்கலாம்.

உதாரணமாக மனம் நிலைத்து நிற்க வேண்டும் என்று வைத்துக் கொள்ளுங்கள். அது நலமே. நிறுத்தி விட வேண்டும் என்பது வேறு. நிலைத்து இருக்க வேண்டும் என்பது வேறு. மனம் துரியத்தில் செயல்படும்போது 'நிலைபெற்று நிலை' என்றும், துரியாதீதத்தில் வரும் போது 'நிறைபெற்று நிலை' என்றும் சொல்கிறோம். அங்கு மனம் நிறை நிலை அடையும். அந்த நிலையே தவத்தில் கடைசியாக அடைய வேண்டியது.

ஜூன் 7

வைகாசி 24

## தற்காலத்திற்கேற்ற உடற்பயிற்சி

ஆடவருக்கும், பெண்டிருக்கும், குழந்தைகளுக்கும், பல்வேறு வாழ்க்கை நிலையில் இருப்பவர்களுக்கும், பல்வேறு கால நிலைக்கும் ஏற்றவாறு சில பயிற்சிகளை ஒழுங்குபடுத்தியுள்ளேன்.

இந்தப் பயிற்சிகளை ஒழுங்காகச் செய்வதால் உடலுக்குள் பிராணவாயு பரவி எண்டோக்கிரின் சுரப்பிகள் இயக்கத்தை ஒழுங்குபடுத்தி, இரத்தத்தைச் சுத்தப்படுத்தி அதன் ஓட்டத்தை ஒழுங்குபடுத்துகிறது. நோய் வராதபடி தடுப்பு நிலையை அதிகப்படுத்துகிறது. ஆரோக்கியமான உடம்பும், நீடித்த ஆயுளும் உண்டாகின்றன. அதன் எளிய முறைக் குண்டலினி யோகப் பயிற்சியில் ஈடுபட்டுள்ளவர்கள் இந்தப் பயிற்சிகள் செய்து பழகுவதன் மூலம் பெரும் அளவில் நன்மை அடையலாம்.

ஐஓன் 8

வைகாசி 25

## வேதாத்திரியம்

போரில்லா நல்லுலகம்; பொருள் துறையில் சமநீதி;  
நேர்மையான நீதிமுறை; நிலவுலகுக்கோர் ஆட்சி;  
சீர்செய்த பண்பாடு; சிந்தனையோர் வழி வாழ்வு;  
சிறப்புணர்ந்த பெண்மதிப்பு; தெய்வ நீதி வழி  
வாழ்தல்;

தேர்த்திருவிழா தவிர்த்தல்; சிறுவர்கட்கே  
விளையாட்டு;

செயல்விளைவு உணர்கல்வி; சீர்காந்த நிலை  
விளக்கம்;

பார்முழுதும் உணவு, நீர் பொதுவாக்கல்; பல  
மதங்கள்

பல கடவுள் பழக்கம் ஒழித்து உண்மை ஒன்றை  
தேர்ந்திடுதல்.

ஜூன் 9

வைகாசி 26

## பற்றற்ற நிலை

தேவையுணர்வாலும், தொடர்ந்து வந்த பழக்கத்தாலும் கிடைத்துள்ள சந்தர்ப்ப சூழ்நிலைகளாலும் அறிவின் வளர்ச்சிக்கேற்றவாறு ஒவ்வொரு மனிதனும் தேசம், மதம், ஜாதி, மொழி, இனம், பொருட்கள், பந்துக்கள் என்றவைகள் மீது உரிமை கொண்டாடுகிறான். அந்தந்த எல்லையில் குறுகியும் நிற்கிறான்.

இத்தகைய நினைவு நிலையை பற்று என்று சொல்லுகிறோம். ஆனால் உயிர் நிலையை அறிந்து கொண்ட பேரறிவின் சிகரமே பற்றற்ற நிலையாகும்.

ஐஓன் 10

வைகாசி 27

## இன்ப வாழ்வு

எல்லா உயிர்களும் வாழ நினைக்கின்றன. மனிதனும் துன்பம் இல்லாத இன்பம் நிறைந்த வாழ்க்கையையே வாழ நினைக்கின்றான்.

வாழ்க்கையையும் வாழ்க்கையின் நோக்கத்தையும் அந்நோக்கத்திற்கேற்ப வாழும் முறை என்ன என்பதையும் அறிந்து வாழும்போதுதான் இன்பமாக வாழ முடியும்.

ஜூன் 11

வைகாசி 28

### உணர்ச்சி

பேராசை, சினம், கடும்பற்று, முறையற்ற காம எண்ணங்கள், கவலை, பொறாமை போன்ற உணர்ச்சி வசப்பட்ட மன நிலைகள் உடல் காந்த சக்தியினை அளவுக்கு மீறி அழித்து விடும். எனவே உடல்நலம் கெடும். தவத்தாலும், ஆராய்ச்சியாலும் இந்த உணர்ச்சி நிலைகளை மாற்றி விடலாம்.



ஐஓன் 12

வைகாசி 29

## ஆசை சீரமைத்தல்

நிறைவுசெய்ய முடியாத நூறு ஆசைக் குப்பைகளை மனதில் சேர்த்து வைத்துக் கொண்டு இருப்பதால் யாருக்கு லாபம்.

நிறைவேறாத ஆசைகள் மனதில் உள்ள அளவு, மன அமைதி கெடும். மன ஆற்றல் குறையும். உடல் நலம் குறையும்.

எரிச்சலும், கோபமும் அடிக்கடி வரும். ஆசைகளை சீரமைத்து நலம் காணலாம்.

ஜூன் 13

வைகாசி 30

### மனவளம்

மனத்தை எந்த அளவில் உயர்த்திக் கொள்கிறோமோ, தூய்மை செய்து கொள்கிறோமோ, வலுப்படுத்திக் கொள்கிறோமோ, நெறிப்படுத்திக் கொள்கிறோமோ, அந்த அளவிலேதான் மனிதனுடைய வாழ்வு, மனிதனுடைய மதிப்பு மனிதனுடைய வெற்றி மனிதனுடைய எல்லா வளங்களும் அமையும்.





**ஐஓன் 14**

**வைகாசி 31**

### **தவறுகள்**

பழக்கத்தின் காரணமாகவும், புலன் கவர்ச்சியாலும் சூழ்நிலையாலும், நாம் தவறுகள் செய்கிறோம். செய்த தவறுகளே துன்பமாக முளைக்கின்றன. பொதுவாக நாம் செய்யும் தவறுகள் நமக்குத் தெரிவதில்லை. விழிப்புணர்வுடன் இருந்து தவறுகளைக் கண்டறிய வேண்டும். இனிமேல் தவறு செய்யாமல் இருக்க வேண்டும்.

ஜூன் 15

ஆணி 1

## சமுதாயத் தொண்டு

ஆயிரக்கணக்கான மக்களுக்கு  
மனவளக்கலையையும் அதைப் பிறருக்குப்  
போதிக்கும் முறையையும் சொல்லிக் கொடுக்கிறோம்.

யார் தேறி வருகிறார்களோ அவர்கள் குருவாக  
மாறட்டும். அந்த மாதிரி இப்போது எத்தனையோ  
பேர்கள் வந்திருக்கிறார்கள். நாம் பார்த்து “குரு” என்று  
ஒருவரை நியமித்தால், நாம் என்ன சொல்கிறோமோ  
அதைச் செய்ய மாட்டார்கள். சமுதாயம் திசை  
மாறிப்போகும். இதையெல்லாம் வரலாற்றில்  
பார்த்திருக்கிறோம். ஒவ்வொரு அருள்நிதியும்  
நூற்றுக்கணக்கானவர்களுக்கு இக்கலையைக் கற்றுத்  
தருகிறார்கள். இந்த விளக்கங்களைக் கொடுப்பதற்குத்  
தகுதியுடையவர்கள் பேராசிரியர்களாக மாறுவார்கள்.  
எல்லோரும் அவரவர்களுடைய சுய தொழிலை,  
வேலையைப் பார்த்துக் கொண்டே இதையும்  
மற்றவர்களுக்குச் செய்கிறார்கள். இதுவும் ஒரு சிறந்த  
சமுதாயத் தொண்டுதான்.

ஐஓன் 16

ஆணி 2

## கோபமில்லாதவன் கோழையா?

கோபம் கொள்வதுதான் வீரம் என்று நீங்கள் நினைத்துக் கொண்டிருக்கிறீர்கள். அதிலே இருந்து எழக்கூடிய குழப்பம் தான் இது. சினம் தவிர்த்த எவரையும் கோழை என்று உலகம் கூறவில்லை.

கோழை என்று பிறர் நினைத்தாலும்கூட சரி, சினத்தின் கேட்டினை நான் அறிவேன்.

ஆகவே, சினம் கொள்ள மாட்டேன். அதனுடைய முடிவை நானே பார்த்து விடுகிறேன் என்ற ஒரு திண்மையோடு நீங்கள் ஒரு மாதம் அல்லது இரண்டு மாதம் செய்து பாருங்கள். உங்களோடு தொடர்பு கொண்டவர்களை நீங்கள் கவனித்துப் பாருங்கள். அவர்கள் உங்களைக் கோழை என்று எண்ண மாட்டார்கள். உங்களை வீரர் என்றவாறே போற்றுவார்கள்.

ஜூன் 17

ஆணி 3

### வரதட்சணை கூடாது

நமது நாட்டில் நிலவி வரும் திருமணத் திட்டப்படி, திருமணம் நடப்பதிலே, இலஞ்சம் என்பதை வேறு மாதிரியாக கொண்டு வருகிறார்களே, வரதட்சணை என்று! அது அடியோடு ஒழிக்கப்பட வேண்டும்.

எவ்வளவோ சிரமப்பட்டு, எவ்வளவோ செலவு செய்து, அன்போடு ஒரு பெண்ணை வளர்த்து வருகிறார்கள். அந்தப் பெண்ணைப் பெற்றவர்கள் இளைஞர்களை விலை கொடுத்து வாங்குவது போல் ஆகாதோ? இளைஞர்களும் அவர்களைப் பெற்றவர்களும் இப்படி வெட்கமில்லாமல் நடந்தால், அதனால் எத்தனை சிக்கல்கள் வருகின்றன? ஆகவே, வரதட்சணைக்கு எதிராக ஒரு இயக்கமே வேண்டும். எங்கேயாவது வரதட்சணை என்ற பேச்சு இருக்குமானால், அந்த இடத்திற்குப் போய் சீர்திருத்தம் செய்ய வேண்டும்.

ஐஓன் 18

ஆனி 4

## துன்பமும், துயரமும்

மனித வாழ்க்கையில் துன்பமும், துயரமும் நேர்வதற்கு மூன்று சூழ்நிலைகள் உள்ளன. அவை: 1) ஆகாமிய கர்மம், 2) பிராரப்த கர்மம், 3) சஞ்சித கர்மம்.

சஞ்சித கர்மம் என்பது நமது முன்னோர்கள் செய்த புண்ணிய பாவத்தின் தொகுப்பாகும். அவை வழி வழியாகச் சந்ததிகளுக்கு வந்து சேரும் வினைப்பதிவாகும். எனவேதான் ஒரு மனிதனானவன் தான் எந்தத் தவறும் செய்யாவிட்டாலும்கூட துன்பமும் துயரமும் அவனது வாழ்க்கையில் உண்டாகிக் கொண்டிருக்கின்றன. சஞ்சித கர்ம வினைப்பதிவுகளைத் தீர்த்துக் கொள்ள கீழ்க்காணும் மூன்று வழிகள் உள்ளன. அவை: 1) பிராயச்சித்தம், 2) மேல்பதிவு, 3) தவம்.

ஜூன் 19

ஆணி 5

## மெய் விளக்கம்

அகத்தவத்தின் மூலம் அறிவு ஒடுங்கி அந்த முழுமுதற் பொருளான இருப்பு நிலையறியும் பேறு கிட்டும்போது, அக்காட்சியில் அப்பேராதாரப் பரம்பொருளில் அறிவு அடங்கி உறைந்து ஒன்றுபட்டு அதன் தனித்தியங்கும் செயல் ஒழிந்து இருப்பு நிலையாகி விடுகிறது. இந்த அனுபவமே மெய் விளக்கமாகும்.



ஐசின் 20

ஆனி 6

## கைகூப்பி வணங்குவோம்

கீழே விழுந்து வணங்கி வாழ்த்துப் பெறுவது ஆண்டான் அடிமை முறையை வகுத்து அதன் மூலம் மனநிறைவு பெற்ற பழக்கம், மிகப் பழங்காலத்தியது ஆகும்.

நமது மனவளக்கலை மன்றத்தின் கொள்கையானது “பிறப்பொக்கும் எல்லா உயிர்க்கும்” என்ற நேர் நிறையுணர்வை ஏற்றுக் கொள்வதும் எல்லார்க்குள்ளும் அறிவாக இயங்கிக் கொண்டிருப்பது மெய்ப்பொருளே என்று உணர்ந்து மதித்து வாழும் பண்பை பழக்கத்திற்குக் கொண்டு வருவது ஆகும். ஒரு அன்பர் என் காலில் விழுந்து வணங்கும்போது எனக்குப் பொருந்தா உணர்வாக இருக்கிறது. ஒருவருக்கொருவர் இதனை அறிவித்து காலில் விழுந்து வணங்குவதைத் தவிர்க்கவும். அதற்குப் பதிலாக கைகூப்பி வணங்குவதும் வாழ்த்துவதும் நல்லது.

ஜூன் 21

ஆணி 7

## அசைவ உணவைச் சாப்பிடலாமா?

இந்த உடம்பு தசையால் ஆனதுதானே. தசை தசையை தின்றால் தின்றுவிட்டுப் போகட்டும்.

ஆனால், இது என்று “தான் இறைச்சொருபமான ஆன்மா” என்று நினைக்கிறதோ அன்றே அசைவம் வேண்டாம் என்று அதுவே விட்டுவிடும்.





ஐலின் 22

ஆனி 8

## பூவும் கல்லும்

பூ விற்பவர்கள் இரண்டு பேர் அருகருகே உட்கார்ந்திருக்கிறார்கள். அவர்களுக்குள் கோபம் வந்தது என்றால் பூவை எடுத்து அடித்துக் கொள்வார்கள்.

கல் உடைப்பவர்கள் இரண்டு பேருக்கிடையில் கோபம் வந்தது என்றால் கல்லை எடுத்து அடித்துக் கொள்வார்கள்.

அதுபோல நாம் என்னென்ன சேர்த்து வைத்திருக்கிறோமோ அதுதான் அவ்வப்போது வரக்கூடிய உணர்ச்சிகளாகவும், எண்ணங்களாகவும் வரும்த்.

ஜூன் 23

ஆணி 9

## லட்சங்களுக்குப் பதில் லட்சணங்களை தருவோம்

நல்ல எண்ணங்களாலும், செயல்களாலும் நமது கருமையத்தின் பாவப்பதிவுகளின் தாக்கத்தைக் குறைத்து, நல்ல பதிவுகளின் ஆக்கத்தை அதிகரித்து, அப்படிப்பட்டக் கருமையத்தை நமது குழந்தைகளுக்குத் தருவது தான் அவர்களுக்கு நாம் ஆற்றுகிற தலையாய கடமை. நாம் தருகின்ற நிறைவான செல்வமும் கூட.

பாவப் பதிவுகளைப் பெருக்கிப் பல லட்சங்களைச் சேர்த்து அதை நமது குழந்தைக்குக் கொடுத்தால், லட்சங்களைத் தொலைத்துவிட்டு நாம் தந்த பாவப் பதிவுகளைக் கருமையத்தில் சுமந்து கொண்டே அந்தக் குழந்தை அலையவும் நேரிடலாம். மாறாக, நல்லப் பதிவுகளைக் கொடுத்தால், லட்சங்கள் இல்லாவிட்டாலும் பரவாயில்லை, குழந்தை லட்சணமாக வாழும். நமது குழந்தைகள் பாவப்பதிவுகளைச் சுமக்கும் சுமைதாங்கிகளாக இல்லாமல் புண்ணியங்களின் புராணமாக இருக்க வேண்டும்.

ஐசின் 24

ஆனி 10

## விலங்கினச் செயல்

விலங்கினத்தின் பறித்துண்ணும் செயல் இயல்பாக வந்து கொண்டேயி ருக்கிறது. அவ்வளவும் கருமையத்தில் பதிகிறது.

இரண்டறிவுள்ள உயிரினம் முதல் ஐயறிவுள்ள விலங்கினம் வரையில் தொடர்ந்து வந்து இன்னும் மனிதனிடம் தொடர்ந்து வருகிறது.

அந்த நாளிலிருந்து இந்தநாள் வரை எத்தனை கோடி தலைமுறையானாலும் சரி அந்தப் பதிவு விட்டு வராது. சூழ்நிலைக்கேற்ப எங்கெங்கே வாய்ப்பு கிடைக்கிறதோ அங்கெல்லாம் இந்த விலங்கினச் செயல் முதலில் வருகிறது,

ஜூன் 25

ஆணி 11

## அறிவாட்சித்தரம் (Personality)

கருத்தொடரில் வந்த வினைப்பதிவுகளும், பிறவி எடுத்த பின்னர் செய்த வினைப்பதிவுகளும், கூடிய இயற்கையும், செயற்கையும் இணைந்த ஒரு பெருந்தீயே அறிவாட்சித்தரம் ஆகும்.



ஐஓன் 26

ஆணி 12

## பெண்களும் தீட்சைப் பெறலாமா?

நாம் பெண்களுக்கு தீட்சை அளிக்கிறோம். காரணம் என்னவென்றால் தீட்சை கொடுக்கும் போதே குண்டலினி சக்தி மூலாதாரத்திலிருந்து ஆக்கினை வரைக்கும் மேல்தட்டுக்கு வந்து விடுகின்றது.

அதனால், இனிமேல் மறுபடியும் மாதவிலக்கால் பெண்களுக்கு தடை பண்ணுவதில்லை.

ஜூன் 27

ஆணி 13

### அகத்தைக்குக் காரணம்?

பேரியக்க மண்டல மலர்ச்சிக்கு ஆதியானதே தெய்வம். அதன் மலர்ச்சி நிலைகளின் சிறந்த கட்டம் தான் அவன் தெரிந்தோ, தெரியாமலோ அவனுள் அடங்கிய முழுமைப் பொருளானது, “தான் உயர்ந்தவன்” என்று ஒலிக்கிறது. இதனால் எந்தத் தவறும் இல்லை. ஆயினும், “எல்லா உயிர்களும் என் போன்று பிறப்பிலும், அதற்குரிய செயல்களிலும் சிறப்புப் பெற்றுத் தானே விளங்குகின்றன” என்ற உண்மையை மறந்து “தான் மாத்திரம் உயர்ந்தவன்” என்று எண்ணும் மயக்கம் தான் அவன் அறிவின் சிறுமையை விளக்குகின்றது.

பிறப்பிற்கும், இறப்பிற்கும் இடையே கால எல்லையைக் கொண்டு இயங்கும் உடலைப் பற்றியும், அதனோடு இயங்கும் உயிரைப் பற்றியும், அதன் பார்க்கை நிலையாகிய அறிவைப் பற்றியும் அறியும் வரை இந்த மயக்கம் ஒவ்வொருவருக்கும் இயல்பு தானே.

ஐசன் 28

ஆனி 14

## அருட்பேராற்றல்

“அருட்பேராற்றல் இரவும் பகலும் எல்லா நேரங்களிலும், எல்லா இடங்களிலும், எல்லாத் தொழில்களிலும், உறுதுணையாகவும். பாதுகாப்பாகவும், வழி நடத்துவதாகவும் அமையுமாக”

உயிராற்றலானது எங்கும் நிறைந்ததாக இருந்தாலும் அது ஒரு இடத்தில் தேங்கியும் அந்த இடத்தை விட்டு விலகாமலும் இருக்க ஒரு மூன்று சுற்று எண்ணத்தால் கொடுத்து மேற்சொன்ன பயன்களை அடைவது பலர் அனுபவத்தில் கண்டு கையாளும் வழக்கமாகும். இதற்கு அருட்காப்பு என்று பெயர். எந்த சங்கற்பத்தை சேர்த்து காப்பைக் கொடுக்கிறோமோ அதற்கேற்ற பயன்விளையும். நாம் எடுத்த காரியத்தில் முயற்சியையும், வெற்றியையும் அது கூட்டுவிக்கும். இதனால் உயிர் ஆற்றலின் விரயம் தடுக்கப்படுகிறது. சக்தி பெருகிக் கொண்டே போகிறது. நாம் எடுத்துக்கொண்டுள்ள நோக்கத்தின் பயன் முழுமையாகிக் கிடைக்கிறது.

ஜூன் 29

ஆணி 15

## எதிரும், புதிரும்

மாறுபட்ட மனமுடைய இருவர் நேரிடையாகச் சந்திக்க நேர்ந்தால் எதிரும் புதிருமாகச் சந்தித்துக் கொண்டார்கள் என்கிறோம்.

“எதிர்” என்றால் நேரிடையாக, “புதிர்” என்றால் அதிலேயே மறைந்து இருக்கிறது, ஆழ்ந்து நோக்கினால் அறியலாம் என்று பொருள்.

இறைவனின் தன்மைகளும், எதிரும், புதிருமாகும். இன்பத்தின் அளவுமுறை மீறினால் துன்பமாகிறது. பகலின் ஒளி கழித்தால் இரவாகிறது. இதே போன்ற மெய் - பொய். அரூபம் - உருவம். உயர்வு - தாழ்வு, விருப்பு - வெறுப்பு, நரகம் - சொர்க்கம், நட்பு - பகை, புண்ணியம் - பாவம், தழல் - நிழல், ஞானம் - மூடம், எண்ணம் - மறப்பு, இளமை - முதுமை, பழமை - புதுமை போன்ற எதிர் மறைகள் இலக்கணம் கடந்த இறைவனின் தன்மைகளே.



ஐஓன் 30

ஆணி 16

## பஞ்சபூத அறிவு

பிரபஞ்சத்தைப் பற்றிய அறிவு என்று சொன்னால் அது பஞ்ச பூதங்களின் தன்மையை உணர்ந்து கொள்வது தான். ஏனென்றால், எப்படிப் போனாலும், பஞ்சபூதங்களையும் அதிலிருந்து வரக்கூடிய விளைவுகளையும் தவிர வேறொன்றையும் மனிதன் அறிவது இல்லை.

ஆகையினாலே, இவைகளையெல்லாம் அறிந்து கொள்வதற்கு வேண்டிய சங்கற்பத்தை எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும். காப்பு எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும். எப்பொழுதுமே நமது மனத்தை ஏற்பு சக்தி வாய்ந்ததாக ஆக்கிக் கொள்ள வேண்டும். ஐந்து பெளதீகப் பிரிவுகளிடையேயும் நமது அறிவையும், மனத்தையும், ஜீவகாந்த சக்தியையும் செலுத்தி நமக்கு வலுவைத் தேடிக் கொள்கின்ற தவமே பஞ்சபூத தவம்.

ஐலை 1

ஆணி 17

‘இறைநிலையும், மனநிலையும் -  
உருவமும் நிழலும்...’

இறைநிலைக்கும் மன நிலைக்கும் உள்ள தொடர்பை உணர வேண்டும் என்றால், அவற்றை உருவத்துக்கும், அதிலிருந்து தோன்றும் நிழலுக்கும் ஒப்பிடலாம். உருவத்தை விட்டு நிழல் பிரிவதே இல்லை. ஆனால், நிழலை எடுத்துக்காட்டவல்ல ஒளியானது உருவத்தின் மீது படும் கோணத்திற்கு ஏற்ப, நிழலானது அளவில் மாறுபடும்.

அது போன்று மனிதமனம் இறைநிலையை விடுத்து இயங்குவதே இல்லை. ‘இறைநிலையுடன் நம் மனம் எந்த அளவு ஒன்றி கலக்கிறதோ அந்த அளவு மனம் அமைதி நிலைக்கு வரும்’. அதற்கான முறையான உன்னதமான உளப்பயிற்சி முறை தான், ‘உலக சமுதாய சேவா சங்கத்தின்’ - ‘குண்டலினி யோக’ பயிற்சி முறை ஆகும்.

ஐலை 2

ஆனி 18

### மனம்

ஒருவர் தன்னைத் தாழ்த்திக் கொள்வதும், உயர்த்திக் கொள்வதும் அவரவர் மனதைப் பொறுத்தே இருக்கிறது. மனம் தன்னை உயர்த்திக் கொள்ளப் பழகிவிட்டால் இணையில்லாத இன்பநிலையை அடையலாம்.

உடல் நலம் பாதிக்கப்பட்டாலும், தானே அதனைச் சரிப்படுத்தி மீண்டும் ஆரோக்கியநிலைக்கு வருவதற்கான ஆற்றல் நம் ஒவ்வொருக்குள்ளும் இயற்கையாகவே உள்ளது. ஆனால், நாம் தான் அந்த இயல்பை உணர்ந்து செயல்படுவதில்லை. மனதை அடக்க நினைத்தால் அலையும். அதே சமயத்தில் அதை அறிய முனைந்தால் அது நமக்கு அடங்கிவிடும். மனம் தான் மனித வாழ்க்கையின் விளைநிலம். தவறான சிந்தனைகளை ஒருபோதும் நம்முள் நுழைய அனுமதிக்கக் கூடாது. அதற்கு மாறாக நல்ல எண்ணங்களை நாமே விரும்பி முயன்று மனதில் இயங்க விட்டுக் கொண்டிருக்க வேண்டும்.

ஐலலை 3

ஆணி 19

## தன்னையறிய தனக்கொரு கேடில்லை

‘எண்ணத்தின் அளவையொட்டியே மனத்தின் தரமும் உயர்வும் அமைகின்றன. மனத்தின் அளவில் தான் மனிதனின் தரமும், உயர்வும் உருவாகின்றன. எனவே, எண்ணத்தைப் பண்படுத்த வேண்டும். எண்ணத்தைக் கொண்டுதான் எண்ணத்தைப் பண்படுத்த வேண்டும். எண்ணத்தை ஆராய வேண்டுமென்றால் எண்ணத்தால் தான் ஆராய வேண்டும். எண்ணத்துக்குக் காவலாக எண்ணத்தைத் தான் நியமித்ததாக வேண்டும். எண்ணம் எப்பொழுதும் விழிப்புடன் இருக்க வேண்டும். எண்ணம் எப்பொழுதும் தன்னையே பார்த்துக் கொண்டிருக்க வேண்டும். எண்ணம் தன்னையே கண்காணித்துக் கொண்டு, தன்னையே நெறிப்படுத்திக் கொண்டு, தன்னையே திருத்திக் கொண்டு இருக்க வேண்டும். இதுதான் தற்சோதனை என்ற அகத்தாய்வு. இந்த அகத்தாய்வை கணத்துக்குக் கணமும் செய்ய வேண்டும். அப்போது தான் குணநலப் பேறு வரும். முழுமைப்பேறு வரும்’.

ஐலலை 4

ஆணி 20

### சித்தர் பாடல்கள்

நான் பேசி வரும், கற்பிக்கும், எழுதும் தத்துவங்கள், விளக்கங்கள் அனைத்துமே சித்தர் பாடல்களுக்கு விளக்கம்தான்.

சித்தர்களது பாடல் புரியாத புதிர் போன்ற வார்த்தைகளால் இருப்பதால் அதன் பொருளை அறிய ஆவல் கொள்கிறீர்கள்.

நான் வெட்ட வெளிச்சமாக, தெளிவாக அதே உண்மையை விளக்கி எழுதுவதால் இவ்வளவுதானே என்று நினைக்கத் தோன்றுகிறது.

ஐலலை 5

ஆணி 21

## ஒழுக்கம்

ஒழுக்கம் என்பது தனக்கோ, பிறர்க்கோ, தற்காலத்திலோ, பிற்காலத்திலோ, உடலுக்கோ, உணர்ச்சிக்கோ துன்பம் விளைவிக்காது நன்மையே செய்கின்ற ஒன்றே ஒழுக்கம் என்பதாகும்.



ஐலலை 6

ஆணி 22

## மெளனம்

‘மெளனத்தில் தான் நாம் இறைவனோடு பேசிக்  
கொண்டிருக்கிறோம் அல்லது இறைவன் நம்மோடு  
பேசிக் கொண்டிருக்கிறான்’



ஜூலை 7

ஆணி 23

## குடும்ப அமைதி

காலையில் எழுந்தவுடன் கணவன் மனைவியைப் பார்த்து, மனைவி கணவனைப் பார்த்து 'வாழ்க வளமுடன்' என்று வாழ்த்துங்கள்.

இப்படி பத்து நாட்களுக்கு சொல்லிப் பழகி விட்டால், அந்தச் சொல் ஒலி எழும்போதே உடலில் பூரிப்பு உண்டாகும்.

ஒருவரையொருவர் நினைக்கும்போதே பூரிப்பாக இருக்கும். இதைப் பார்க்கக் கூடிய குழந்தைகளுக்கும் இப்பண்பாடு உருவாகும்.



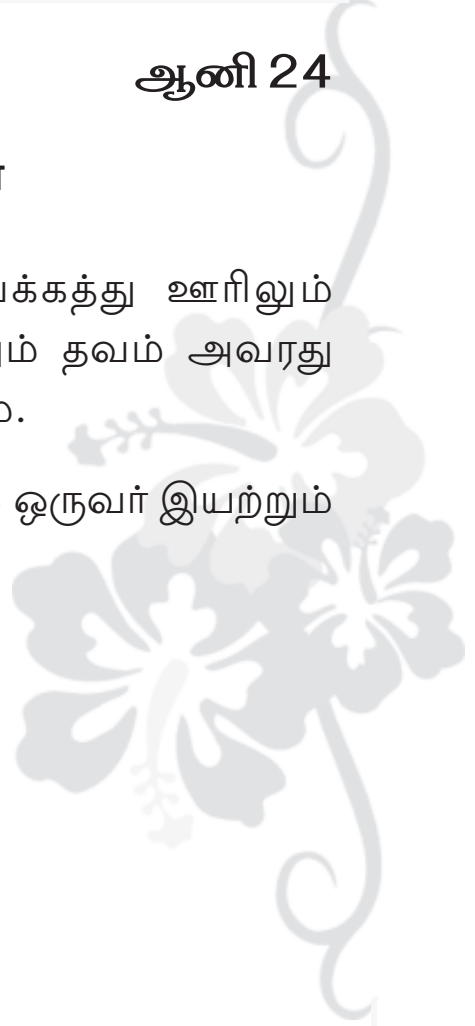
ஐலலை 8

ஆணி 24

### தவப் பலன்கள்

இந்த ஊரில் பெய்த மழை பக்கத்து ஊரிலும் பயனாவது போல, ஒருவர் இயற்றும் தவம் அவரது வாழ்க்கைத் துணைக்கும் பயன்படும்.

அதே போல பெற்ற மக்களுக்கும் ஒருவர் இயற்றும் தவம் பயனாகும்.



ஜூலை 9

ஆணி 25

## கற்பு நெறி

கணவன் மனைவி இருவரும் கற்பு நெறி காத்து ஒழுக்கத்தோடு இருக்கும் போது அந்த உறவு நிறைவானதாகவும் புனிதமாகவும் இருக்கும். சலனமற்ற உள்ளம் பெற்றிருப்பார்கள். இருவரும் பிணக்கு ஏற்படாமல் மகிழ்ச்சியாக இருப்பார்கள்.

‘கருவிலே திருவுடையார்’ என்பதைப் போல அறிவும் ஆற்றலும் ஒரு சேர அமைந்த தெய்வீக குழந்தைகளைப் பெறலாம்.

**ஐலலை 10**

**ஆணி 26**

**எண்ணம்**

‘தவறான எண்ணங்களில் இருந்து தப்பிக்கும் வழி  
எப்போதும் மனதை நல்ல விஷயங்களில்  
செலுத்துவதைத் தவிர வேறில்லை.

விருப்பமே இல்லாவிட்டாலும் கூட,  
நல்லவர்களோடுதான் நாம் பொழுதைக் கழிக்க  
வேண்டும்’.

ஜூலை 11

ஆணி 27

### நன்மை

சினம், கவலை, பேராசை இம்மூன்றும்  
வாழ்க்கைக்கு நன்மை தரும் வழிகளை  
அடைத்துவிடுகின்றன.



ஐலலை 12

ஆணி 28

### சினம்

தன்னையும் கெடுத்துப் பிறரையும் கெடுத்துத் தற்காலத்திலும் துன்பம் உண்டாக்கிப் பின்னரும் துன்பத்தை நீடிக்கச் செய்யும் ஒரு உணர்ச்சிவயப் பட்ட பகை உணர்வு சினம் ஆகும்.

நெருங்கிய நண்பர்களிடத்திலே சுற்றத்தார்களிடத்திலே நம்மோடு அன்பு கொண்டு நமது நலனுக்காக வாழ்ந்துகொண்டிருப்பவர்களிடம் தான் அடிக்கடி சினம் வருவதைப் பார்க்கிறோம்.

சினம் எழுகின்ற போது நமது ஜீவகாந்தச் சக்தியானது அதிகமாக வெளியேறுகிறது - அதனால் உடலும் மனமும் பாதிக்கப்படும்.

ஜூலை 13

ஆணி 29

### வாழ்த்தும் பயனும்

வாழ்த்தும் போது தெய்வீக நிலையில், அமைதி நிலையில் இருந்து கொண்டு வாழ்த்த வேண்டும். இந்த முறையில் வாழ்த்தின் மூலம் உலகத்தையே மாற்றி அமைத்து விடலாம்.

நமக்குத் தீமை செய்தவரையும் ஏன் வாழ்த்த வேண்டும் என்றால், “அவர் அறியாமையினாலே தான் அவ்வாறு செய்தார், நம்முடைய கர்மச் சூமையின் விளைவு அவரைத் தீமை செய்ய இயக்கியது, எனவே அவர் செய்தார், அவருக்கு உள்ளாக இயங்கிக் கொண்டிருப்பதும் எல்லாம்வல்ல முழுமுதற் பொருளே.

எனவே, அவரை மனதார வாழ்த்தி எனது தீய பதிவு ஒன்றை அகற்ற உதவிய அவருக்கு நன்றியும் செலுத்துவேன்’ என்ற தத்துவ விளக்கம் நம் செயலுக்கு வந்து இயல்பாகி விட்டதென்றால், நாம் ஆன்மீகப் பாதையில் திடமாக முன்னேறிச் செல்கிறோம் என்பதற்கு அதுவே அறிகுறியாகும்” என்று கூறுகிறார்.

**ஐலலை 14**

**ஆணி 30**

## **துன்பங்கள் தோல்வியுறும்**

‘வந்த துன்பம் ஏற்றுச் சகித்து அவற்றைப்போக்க  
வழிகண்டு முறையோடு ஆற்றி இன்பம்காத்து  
எந்தத் துன்பம் வரினும் எதிர் நோக்கி நிற்பாயேல்  
இன்பமே மிகுதிப்படும் துன்பங்கள் தோல்வியுறும்’.

ஜூலை 15

ஆணி 31

## கோபம்

‘எனக்குக் கோபம் வருகிறது’, என்று சொல்லுகிறோம். நாம் வேறு, கோபம் வேறா? நாமே கோபமாக மாறுகிறோம்; தன் நிலையில் மாறுதல் அடைகிறோம் என்பது தான் பொருள்.

நான், அசல் நானாகவே இருக்கும்போது அங்கே கோபமில்லை. நான் கோபமாக இருக்கும்போது அங்கே நானில்லை. மரத்தால் செய்யப்பட்ட பொம்மையை வைத்துக் கொண்டு மரத்தை நோக்கினால் மரம் இல்லை. பொம்மையின் வடிவத்தை நோக்கினால் மரம் இல்லை. மரம், பொம்மை இரண்டையும் நோக்கினால் மரப்பொம்மை என்றாகிறது. இது போலவே, கோபமாக இருக்கும் போது அறிவென்பது ஆராய்ச்சி நிலையில், விழிப்பு நிலையில் இல்லை, அறிவால் ஆராயப் புகுந்தால் கோபம் என்பதில்லை. கூர்ந்து நோக்கினால்; ‘நான் என்கிற தத்துவமே’ தான் கோபமாக இருக்கின்றது என்பது புலனாகிறது.



ஐலை 16

ஆனி 32

## தம்பதியர் பயிற்சி

குடும்பத்தில் கணவன் மனைவி இருவருமே குண்டலினி யோகப் பயிற்சியை ஏற்றுப் பழகுவதனால் வாழ்வில் பல நன்மைகளைப் பெறலாம். பால் உணர்ச்சி வேட்பு இவற்றில் சமநிலை, அறுகுணச் சீரமைப்பு, ஒருவரையொருவர் புரிந்து கொண்டு ஒத்தும் உதவியும் வாழ்தல் இவை அனைத்தையும் குண்டலினி யோகத்தால் பெறவும் காக்கவும் முடியும். பிறக்கும் குழந்தைகள் தரமுடையனவாக இருக்கும். பிறந்த குழந்தைகளை வளர்ப்பின் முறையறிந்து வளர்ப்பதால் குடும்பத்திற்கும் சமுதாயத்திற்கும் நலமளிப்பவர்களாக அவர்கள் சிறப்படைவார்கள். சுருங்கச்சொன்னால் குண்டலினி யோகம் பயிலும் ஒவ்வொருவரும் குடும்பத்திற்கும், ஊருக்கும், நாட்டிற்கும், உலக சமுதாயத்திற்கும் அறிவின் நலமளிக்கும் சுடராக, ஆன்மீக ஒளியைப் பரப்பும் நல்விளக்காகத் திகழ்வார்கள். யோகப் பயிற்சியின் மூலம் உடலையும் உயிரையும் அறிவையும் மேலான நிலையில் வைத்துக் கணவன் மனைவி மகிழ்ச்சியோடும் நிறைவோடும் வாழ முடியும்

ஜூலை 17

ஆடி 1

## மொழி

தாய்வழியாகக் கற்கப்படும் மொழியைத் தாய் மொழி என்று சொல்லுகிறோம். ஆனால் மொழியே தாயல்ல; தாய் போல மதிப்பதற்கும் இல்லை. ஏனெனில் மனிதனே இன்று உலகில் நிலவி வரும் மொழிகள் அனைத்தையும் தோற்றுவித்தான், வளர்த்தான், வளர்த்து வருகிறான்; வேண்டாதவற்றை அழித்து விட்டான்; இனியும் அவ்வாறே அழித்து விடுவான். மனித சமுதாயம் வாழ்வதற்கு ஒரு மொழியே போதும். ஆதலால் கடைசியாக மனிதன் மீதியாகக் கொள்ளப் போவது ஒரு மொழி மாத்திரமே.

மொழிகளைத் தோற்றுவித்த மனிதன், அவன் நல்வாழ்விற்காக வேண்டாதவற்றை அழித்து விட, ஒழித்துவிட உரிமையும் பெற்றிருக்கிறான், ஆற்றலும் பெற்று இருக்கிறான்.

ஐலலை 18

ஆடி 2

## அறிவுத் திருக்கோயில்

அறிவிற்கு மூலமாக அமைந்து இருப்பது ஊனுடல். ஒவ்வொரு மனிதனையும் மதித்து நடக்க வேண்டும் என்ற உண்மையறிவு ஒவ்வொரு மனிதனுக்கும் உண்டாக நல்லதோர் வாழ்க்கை வளப்பயிற்சியைத் தரவும் பெறவும் உரிய இடம் அறிவுத்திருக்கோயில்.

மக்கள் நல்ல அறிவாட்சித் தரம் பெற்றால் உலகில் அரசியல், பொருளாதாரம், மதம் இவை மூன்றும் ஒழுங்குபடும். இதனால் மனித குலம் அமைதி அடையும்.

இவ்வாறு உலகை முழுமையாக மாற்றியமைக்கும் பணியை இறைநிலை உணர்வில் இருந்து தொடங்கவும், நடத்தவும் உதவுவதற்குரிய இடம் “அறிவுத்திருக்கோயில்”.

ஜூலை 19

ஆடி 3

## பிறர் குற்றம் மன்னிப்போம்

தன்குற்றம் குறைகள்தமைத் தன்னுள் ஆய்ந்து  
தான்கண்டு தனைத்திருத்தும் தகைமை வந்தால்,  
ஏன் குற்றம் பிறர்மீது சுமத்தக் கூடும்?  
ஏதேனும் கண்டாலும் மன்னித் தாலும்  
மேன்மைக்கே மனம்உயரும்; பிறர் தவற்றால்  
மிக வருத்தம் துன்பமது வந்த போதும்,  
நன்மைக்கேயாம்; செய்த பாபம் போச்சு  
நான் கண்ட தெளிவு இது, நலமே பெற்றேன்.

ஐலலை 20

ஆடி 4

### மாயை

எங்கும் நீக்கமற நிறைந்துள்ள சுத்தவெளியே பூரணம் எனும் சிவமாகும். அதனுடைய இயக்கநிலையே, எழுச்சிபெற்று இயங்கும் விண்ணாகும். விண் இயங்குவதால் உண்டாகும் ஆற்றலால் இதை சக்தி என்றும் சித்தர்கள் அழைத்தனர். அந்த சக்திக்குள்ளே சிவம் அறிவாக இருந்து செயல் புரிவதால் பேரண்டம் பல உருவாயிற்று. சிறு சிறு உருவங்களாக பிறப்புக்கும் இறப்புக்கும் இடையில் வாழ்வதே உயிர்கள். உயிர்களிலே உயர்ந்த நிலை உடையவன் மனிதன்.

அவனால் மட்டுமே அனைத்திற்கும் மூலமான பரம்பொருளை அறியமுடியும். இந்நிலையை சிந்தித்து உணராத வரை புலன் கவர்ச்சியில் சிக்குண்டு துன்பமடையும் மனதின் நிலையே மாயை, மருள், மயக்கம் என்றும் அழைக்கப்படுகிறது.

இந்நிலையிலிருந்து மனிதனை மீட்டு பிறவியின் நோக்கத்தை நிறைவுசெய்ய உதவுபவர்களே மகான்கள், ஞானிகள்.

ஜூலை 21

ஆடி 5

## எண்ணத்தின் சிறப்பு

எண்ணமே அனைத்துக்கும் மூலமாகும். நம்முடைய வாழ்வில் நடக்கும் அனைத்துக்கும் மூலகாரணம் நம் அறிவில் (புத்தி) தெளிவாக சிந்தித்து மனம் நல்லவை மட்டுமே யோசித்து செய்யும் செயல்கள் நல்லதும் சந்தோசம் மட்டுமே நிலைத்து நிற்கும்.

ஆக, சிந்திக்கும் எண்ணம், புத்தி தெளிவுடனும் மனம் மாறாமல் நல்ல உடல் நலம் அமைந்து வாழ்வில் வளமும் நலமும் பெற்று வாழ்க வளமுடன் ..!!

ஐலலை 22

ஆடி 6

## மவுனத்தின் மேன்மை

மெளனம் என்பது பேசாமலிருப்பது மட்டுமல்ல, எண்ணங்களற்று இருப்பதும் ஆகும். இந்த நிலையில் நாம் மனத்தை பழக்கும் போது மன அலை சுழல் வேகம் குறைந்து குறைந்து நுண்ணிய நிலைக்கு வருவதால் பிரபஞ்ச இரகசியங்கள் அனைத்தும் தெளிவாக நம் அறிவுக்கு புலப்படும். மேலும் எல்லா தோற்றங்களுக்கும் மூலமான இறைநிலையையும் அறிந்துகொள்ள முடியும். அதுவே முழுமையானது, தோற்றங்கள் அனைத்தும் அதன் பகுதியே என்பதும் உணர்ந்துகொள்ள முடியும். மனதுக்கு உட்பொருளாய் அப் பரம்பொருளே செயல்படுவதும் உணரமுடியும். மேலும் மெளனம் என்பது இறைவனின் மொழி. அதை நாம் பழகிக்கொண்டால் இறைத் தத்துவங்களை எளிதாக நாம் அறிந்துகொள்ள முடியும். இறைநிலையே எல்லாத் தோற்றங்களாகவும், எல்லா உயிர்களாகவும் இருப்பதை உணரும்போது நம்முள் அன்பும் கருணையும் எப்போதும் இருந்துகொண்டே இருக்கும்.

ஜூலை 23

ஆடி 7

## இயற்கை நியதி

‘அறிவை உணர்ச்சி வெல்வது இயல்பு  
அறிவால் உணர்ச்சியை வெல்வது உயர்வு’

அறிவின் குறைபாட்டினால் இயற்கை நியதி தெரிவதில்லை. செயல் விளைவுத் தத்துவம் புரிவதில்லை.

தவறு செய்தால் இன்றோ, நாளையோ அறிவிற்கோ, உடலுக்கோ துன்பம் விளையும் என்பது தெரிவதில்லை. அறியாமையால் தவறு செய்து பின் கவலைப்படுகிறோம்.

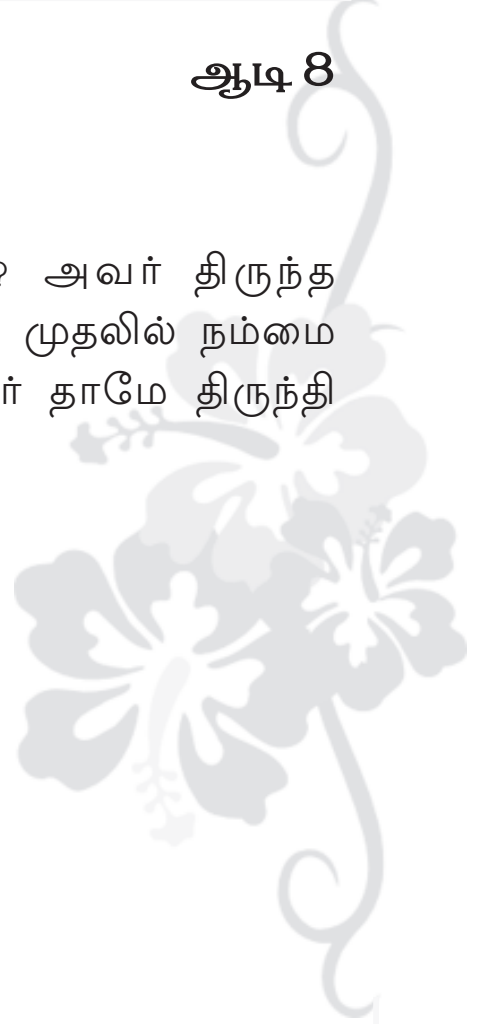


ஐலலை 24

ஆடி 8

## திருத்தம்

நான் திருந்தி என்ன பயன்? அவர் திருந்த வேண்டாமா? என்று நினைக்காமல் முதலில் நம்மை திருத்திக் கொள்வோம். அடுத்தவர் தாமே திருந்தி விடுவார்.



ஜூலை 25

ஆடி 9

## தவம்

இப்போது, இங்கே நாம் அமர்ந்திருக்கிறோம். நம் மனம் எங்கேயோ ஓடுகின்றதென்றால், நாம் எண்ணியது தான் அது. எதை ஏற்கனவே எண்ணி எண்ணி நம் எண்ணத்தை அதிகமாகச் செலவு செய்தோமோ, அதற்கே நமது மன அலைகளை ஆக்கி வைத்திருக்கிறோம்.

அதனால், நாம் ஓடுங்கி நிற்கிற போது அதற்கு ஒத்துவராமல் அலை நீளம் முன்னர் இயங்கி இயங்கி எங்கே கொண்டு வந்து வைத்தோமோ அங்கே உற்பத்தியாகிற போது, அதுவே இயக்கமாகிறது; அத்தனை செல்களும் உடலிலேயும், மூளையிலேயும் இயங்கி அதுவே இயக்கமாகிறது. அதனால், இதற்கு - இந்தத் தவத்திற்கு - நன்றாகப் பழக வேண்டும். பழகப் பழக மனம் தன்னுள்ளேயே ஒரு தன்மையை (Character) ஏற்படுத்திக் கொள்ளும்.

ஐசை 26

ஆடி 10

## விடுதலை

எவ்வளவு தான் பொருளோ, புலன் இன்பமோ, புகழோ, அதிகாரமோ அமைந்தாலும் இன்னும் வேண்டும், இன்னும் உயர்வாக வேண்டும் என்ற உணர்ச்சி வயமான மன அலையில் இயங்குகிறது. இதனால் அளவு மீறியும், முறை மாறியும், ஞானேந்திரியங்களையும், கர்மேந்திரியங்களையும் பயன்படுத்த அவைகள் பழுதுபட்டு உடல் துன்பம், மன அமைதியின்மை, செயல் திறமிழத்தல், இதனால் சமுதாயத்தில் மதிப்பிழத்தல் ஆகிய குறைபாடுகளோடு வருந்திக் கொண்டே இருக்க வேண்டியதாகிறது.

மெய்யுணர்வு பெற்ற குருவழியால் அறம் பயின்று இறைநிலை விளக்கமும் பெறும்போதுதான் தடம் மாறிய மன ஓட்டம் நேர்மையான இயக்கத்திற்கு வரும். துன்பத் தொடரிலிருந்து விடுதலை கிடைக்கும்; வேறு எந்த வழியும் மனிதன் உணர்வதற்கு இல்லை.

ஜூலை 27

ஆடி 11

## ஆலயம்

ஆ + லயம் = ஆலயம். 'ஆ' எனும் 'ஆன்மா' லயமாகும் இடமே ஆலயம். ஆன்மா எனும் உயிரில் மனதை ஒடுக்கும்போது அறிவு ஓர்மை நிலைபெற்று மனத்தைப் பற்றியும் உயிரைப் பற்றியும் அறிந்துகொள்வதோடு தன் மூல நிலையாகிய மெய்ப்பொருளையும் உணர்ந்துகொள்கிறது.

தானே பரமாக இருக்கும் நிலை அறிந்ததால் பிற உயிர்களுக்கு தீங்கு இழைக்காமலும், துன்பப்படும் உயிர்களுக்கு துன்பத்தைப் போக்கும் உயர்ந்த பண்பாகிய அறஉணர்வும் மேலோங்கும்.

அற உணர்வு பெற்று மனிதன் வாழ இரண்டு வழிகள் உண்டு. ஒன்று அகத்தவம். மற்றொன்று ஆலயம் செல்வது. ஆனால் ஆலயத்தைக் காட்டிலும் ஆன்ம லயமே மனிதனை அறிவில் உயர்த்தி இறைநிலையை உணர சிறந்த வழி.

ஐலலை 28

ஆடி 12

## வேதம்

ஓதிக் கொண்டேயி ருப்பதற்காக வேதம் தோற்று விக்கப்படவில்லை. அதன் உட்கருத்தை உணர்ந்து ஒழுகுவதற்காகவே வகுக்கப்பட்டது.

ஓதிக் கொண்டே இருக்கும் வரையில் உணர்ந்து கொள்ளவில்லை என்பதும், உணர்ந்து கொண்டபின் ஓத வேண்டியதில்லை என்பதும் தெளிவான விளக்கமாகும். இதனால் வேதம் ஓதாதவர் எல்லாருமே வேதத்தின் பொருள் உணர்ந்தவர்கள் என்று அர்த்தமில்லை. ஓதாமல் உணர்ந்தோர்களுமுண்டு. ஓதியும் உணராதவர்களும் உண்டு. பிறர் காதுக்கும் கருத்துக்கும் எட்டச் செய்ய வேண்டுமென்ற பெரும் நோக்கத்துடன் வேதத்தின் பொருளுணர்ந்தவர்கள் அதை ஓதினால் அவ்விடத்தில் அச்செயல் சிறந்ததே.

ஜூலை 29

ஆடி 13

## வாழ்க்கை சிக்கல்களைப் போக்க

சிக்கல்களை அவற்றின் நுட்பந்தெரிந்து அவிழ்க்கப் பழகிக் கொள்ள வேண்டும். சிக்கலை மேலும் சிக்கலாக்கி விடாத தெளிவு வேண்டும். இதையெல்லாம் நம் மனந்தான் செய்தாக வேண்டும். தகுந்த மனோ பயிற்சியின் மூலம் மனத்தின் தரத்தையும், மனத்தின் திறத்தையும் - அதாவது மனத்தின் வளத்தை முதலில் உயர்த்திக் கொண்டாக வேண்டும். மனவளக்கலை அதற்கு பயிற்சி அளிக்கின்றது.

தன்னிலை அறிந்து, இறைநிலை உணர்ந்து, அந்தத் தெளிவோடு ஒழுக்கம், கடமை, ஈகை என்கின்ற அறநெறி காத்துவாழும் ஒரு தேர்ந்த மனவளக்கலைஞனுக்கு - குண்டலினியோகிக்கு சிக்கல்களை தானாகவே தீர்த்துக்கொள்ளும் பக்குவம் வந்துவிடும். சிக்கல்கள் வரவே வராது.

ஜூலை 30

ஆடி 14

## பிறந்து விட்டால் வாழ்ந்தேயாக வேண்டும்

‘வாழவேண்டும் என்றெண்ணி மனிதனாக  
வந்ததில்லை, எனினும்நாம் பிறந்து விட்டோம்.  
வாழவேண்டும் உலகில் ஆயுள் மட்டும்  
வாழ்ந்தவர்கள் அனுபவத்தைத் தொடர்ந்து பற்றி  
வாழ்வென்ற உரிமை எல்லோர்க்கும் உண்டு.  
வாழ்வோர்க்குச் சாதகமாய் வாழும் மட்டும்  
வாழ்உள்ளோர் அனைவருமே ஒன்றுகூடி,  
வகுத்திடுவோம் ஒருதிட்டம் வளமாய் வாழ.’

ஜூலை 31

ஆடி 15

## இறைநீதி

‘எதை கொடுக்கிறோமோ, அது தான் நமக்கு திரும்பி வருகிறது.

துன்பத்தைக் கொடுத்தால் துன்பம் தான் வரும்.

அன்பைக் கொடுத்தால் அன்பு வரும்.

இந்த இறைநீதியை உணர்ந்து அதன் வழியே அறநெறி வாழ்க்கை வாழ்ந்தால் நாம் அமைதி, இன்பம், பேரின்பம் அடையலாம்.’



ஆகஸ்ட் 1

ஆடி 16

## கடமையில் விழிப்புணர்வு

பிறருக்கு உதவி புரிவதில் கூட நாம் இக்காலத்தில் விழிப்போடு இருக்க வேண்டியுள்ளது. உதவி தேவைப்படுபவர்கள்தான், அதற்கு தகுதியுடையவர்கள் தான் நம்மை நாடி வருகிறார்கள் என்று நினைப்பதற்கில்லை.

அப்படித் தகுதியுடையவர்களாயிருப்பினும், தகுதி பெற்ற எல்லோருக்குமே நாம் உதவி செய்ய முடியுமா என்பதையும் நாம் சிந்தித்துப் பார்த்துக் கொள்ள வேண்டும்.

நாம் ஒரு கனி மரம் வளர்க்கின்றோம். கனிகளை மட்டும் தான் கொடுத்து உதவி செய்யலாமே ஒழிய மரத்தையே வெட்டிக் கொடுத்துவிட்டால் பிறகு கனி எப்படிக்கிடைக்கும்.

ஆகஸ்ட் 2

ஆடி 17

## தெய்வீகப் பெட்டகம்

‘கருமையம்’ இறைநிலையின் பிரபஞ்ச பரிணாமச் சரித்திரம் முழுமையாக அடக்கம் பெற்றுள்ள தெய்வீகப் பெட்டகம். காந்த ஆற்றலின் திணிவு பெற்ற பிரபஞ்சப் பிரதிபலிப்பு கண்ணாடி. ‘கருமையம்’ தான் சீவ இனங்களில் ‘ஆன்மா’ எனப்படுகிறது. கல்வியறிவு பெறாதவர்களும், சிந்திக்கும் திறம் குறைந்தவர்களும் கூடக் கருமையத் தூய்மை பெறுவதற்கு எளியவழி உண்டு.

1) ‘எவருக்கும் மறைமுகமாகவோ, நேர்முகமாகவோ மனதுக்கும் உடலுக்கும் துன்பம் இழைக்கக் கூடாது’.

2) ‘தேவை உள்ளவர்களுக்கும் துன்பத்தினால் வருந்துபவர்களுக்கும் உடல் ஆற்றல், அறிவுஆற்றல், பொருட்கள் இவற்றைக் கொண்டுஇயன்றவரை உதவி செய்ய வேண்டும்’ என்ற இந்த இரண்டு செயல்களும் ஆழமான கருத்தில், விரிவான மனித சமுதாயத்திற்கு அளப்பரிய நலன்களை விளைவிக்கும்

ஆகஸ்ட் 3

ஆடி 18

## துரியாதீதமும் பஞ்சபூத நவக்கிரக தவமும்

துரியாதீதத் தவம் என்பது மனதை உயிரில் ஒடுக்கி பிறகு உயிரை பரத்தில் ஒடுக்க வேண்டும். இங்கு மனத்தின் அலை வேகம் குறைந்து இயற்கையினுடைய அலை வேகத்திற்கு (Natural Frequency) இறைநிலையாகிய இருப்பு நிலைக்கு மனம் வந்து விடும்.

பஞ்சபூத நவக்கிரகத் தவம் என்பது நவக்கிரக வழிபாடு போன்றது. மனதை கோள்கள் மீது வைத்திருந்தால் போதும். மனம் அதில் ஈடுபடும்பொழுது அதனுடைய தன்மையில் உயிர்க்கலப்பு பெறும். அதனால் அதிலிருந்து வரும் தீமைகள் தவிர்க்கப்படும். நன்மைகள் அதிகமாகும். இது 'இயல்புக்க நியதி' என்ற முறையில் எதைப் பற்றி மனம் எண்ணிக் கொண்டிருக்கிறதோ அதற்குத் தகுந்தாற்போல் அதனுடைய தன்மையும் மனத்தினுடைய தன்மையாக மாற்றம் பெறும்.

ஆகஸ்ட் 4

ஆடி 19

### ‘ஞானம்’ என்ற விளைவு

விதை, நிலம், எரு, தண்ணீர், காவல் இவைகள் அனைத்தும் சரியாக இருந்தால் தான் விளைவு நன்றாக இருக்கும். அதுபோலவே, ஒரு ஆசான் அத்வைதத் தத்துவம் என்ற ஒருமைத் தத்துவ விதையை உன்அறிவு என்னும் நிலத்தில் ஊன்றினால் அது வளர்ச்சி பெற, நீ ஒழுக்கம் என்ற உரம் இடவேண்டும். அறிவை ஒன்றிப் பழகும் ஒருமைப் பழக்கமான தவமும் - ஆராய்ச்சியும் என்ற தண்ணீரும் பாய்ச்ச வேண்டும்.

அறிவு சலனப்பட்டுக் காமம், குரோதம், கோபம், மோகம், மதம், மாச்சரியம் என்னும் ஆறு குணங்களில் எதுவாயும் மாறாது பார்த்துக் கொள்ளும் விழிப்பு நிலையாகிய காவல் புரிய வேண்டும். இவைகள் எல்லாம் அமையும் வகைக்கும் அளவிற்கும் ஏற்றபடி ‘ஞானம்’ என்ற விளைவும் உனக்கு உண்டாகும்.

**ஆகஸ்ட் 5**

**ஆடி 20**

### **எண்ண அலைகள்**

விழித்திருக்கும்போது மட்டுமின்றி, தூக்கத்திலும் நல்ல எண்ண அலைகள் சிறந்த பலன்களை நமக்குத் தரும்.

நல்ல மனதோடு எல்லோருக்கும் வாழ்த்து வழங்கும்போது நல்ல சமுதாயம் உருவாகிறது.

ஒருவருக்கொருவர் கொள்ளும் நட்புறவும் அன்பும் பலப்படுகிறது.

ஆகஸ்ட் 6

ஆடி 21

## உலகமே வசப்படும்

- ▲ அறிவுநிலையில் உயர்ந்தவர்கள், எல்லா உயிர்களிலும் இறைவனைக் காண்பார்கள்.
- ▲ எந்த நிலையிலும் ஒருவனுக்கு கோபம் எழாவிட்டால், அவன் ஞானநிலையைப் பெற்று விட்டான் என பொருள்.
- ▲ மனதை அடக்க நினைத்தால் அலையும். அறிய நினைத்தால் அடங்கி விடும்.
- ▲ வாங்கும் கடனும், தேங்கும் பணமும் வளர வளர வாழ்வைக் கெடுத்து விடும்.
- ▲ இன்மொழி பேசுபவனுக்கு இந்த உலகமே வசப்படும். வாழ்வு வெற்றிகரமானதாகி விடும்.

ஆகஸ்ட் 7

ஆடி 22

## அறிவு வறுமை

சகிப்புத் தன்மை, விட்டுக் கொடுத்தல், தியாகம் இருந்தால் தான் வாழ்க்கையில் உண்மையான மகிழ்ச்சி கிட்டும். அறிவு வறுமை நீங்காமல், பொருள் வறுமை நீங்காது.

தேவைக்கு மேல் சேர்த்து வைப்பதும் அறிவு வறுமை தான். தனக்கு என்ன வேண்டும், அதற்கு என்ன செய்ய வேண்டும் என்று உணராமல், தன்மானமின்றி மற்றவரை எதிர்பார்ப்பதும் அறிவு வறுமைதான்

ஆகஸ்ட் 8

ஆடி 23

## பழிச்செயல் பதிவு

1. தனக்கோ, பிறர்க்கோ துன்பம் தரும் செயல் யாவும் பழிச் செயலாகும்.
2. மனம், மொழி, செயல் எதுவாயினும் ஒவ்வொன்றுக்கும் உயிரிலும் பதிவுகள் உண்டு.
3. வினைகளின் தன்மைகளுக்கும், விளைவுகளுக்கும் ஏற்ப அவை ஆகாமியம், பிராரப்தம், சஞ்சிதம் என்னும் மூன்றுவித பழிச் செயல் பதிவுகளாக - 1) உறுப்புப் புலன்களிலும், 2) மூளையிலும், 3) வித்திலும் பதிவாகின்றன. இவையனைத்தும் ஆன்மாவின் சூக்குமப் பதிவுகளாகிப் பிறவித் தொடராக மனிதனுக்குத் துன்பங்களை அளிக்கின்றன.



ஆகஸ்ட் 9

ஆடி 24

## பழிச்செயல் பதிவு நீக்கம்

விழிப்பு நிலை பெறவும், மனவலிவு பெறவும் ஏற்ற உளப் பயிற்சி ஏற்று எல்லாப் பழிச் செயல்களையும் பிராயச்சித்தம், உணர்ந்து திருந்தி அழித்தல், தெய்வ நிலைத் தெளிவால் முறித்தல் என்ற மூவகையில் போக்கி வினைத் தூய்மையும், மனத் தூய்மையும் பெறலாம். எந்த பழிச் செயலானாலும் மீண்டும் அத்தகைய செயல்களைச் செய்யாதிருக்கும் வழியில் முடிவு கண்ட பின்னர் தான், மனவலிவு பெற்ற பின்னர் தான் அதை முயற்சியால் பயிற்சியால் முறையாகப் போக்கி நலம் காணலாம் என்பதை நினைவில் இருத்திக் கொள்ள வேண்டும். ஆகவே மனவிரிவு, விளக்கம், விழிப்புநிலை என்ற நிலைகளும், கூர்ந்துணர்தல், கிரகித்தல், ஒத்துப் போதல், பெருந்தன்மை, ஆக்கச் செயல்களில் ஈடுபாடு ஆகியவைகளை எந்த அளவுக்கு நாம் வளர்த்துக் கொள்கிறோமோ அந்த அளவுக்குத் தான் மகிழ்ச்சியும் நிறைவும், அமைதியும் பெறலாம்.

ஆகஸ்ட் 10

ஆடி 25

## மழை எங்கே நிற்கிறது?

வினைத்தூய்மை வேண்டும் என்று சொல்வார்கள். வினைத் தூய்மைக்கு முன்னதாக மனத்தூய்மை வேண்டும். மனத்தூய்மைக்கு மெளனத்தைவிட ஒரு சிறந்த பயிற்சி வேறு இல்லை.

எங்கே வேண்டுமானாலும் மழை பெய்யலாம். அந்த மழை எங்கே போய் நிற்கிறது என்று பாருங்கள். பள்ளம் எங்கே இருக்கிறதோ அங்கே போய்தான் அந்த மழை நீர் நிற்கும்.

மெளன காலங்களில் நாம் ஜீவகாந்தச் சக்தியை சேகரிக்கிறோம்.

செலவு செய்யாமல் மெளனத்தில் அப்படியே ஜீவகாந்த சக்தி சேருகிறது. அந்தச் சக்தி அழுத்தம் பெறும்போது உடலுக்குள்ளாகவே தேங்கி நிலைத்து நிற்கும்.

ஆகஸ்ட் 11

ஆடி 26

## ஆறாவது அறிவுநிலை போதிய வளர்ச்சி பெற்ற பின்

‘சீவகாந்தம்’ என்பது ‘இருப்புநிலை, இயக்க அலை’ என்ற இரண்டு தத்துவங்கள் கூட்டாகச் செயல்படும் பேராற்றலாகும். உடலுக்குள்ளாகக் காற்று, இரத்தம், சீவகாந்தம் இவை எப்போதும் ஓடிக் கொண்டேயிருப்பதால் ஓரளவு உரசல்கள் இயற்கையாக ஏற்படுகின்றன.

அந்த அளவிலே ‘சீவகாந்தம்’ அழுத்தமாக, ஒலியாக, ஒளியாக, சுவையாக, மணமாகத் தன்மாற்றம் பெறுவதையும்

அதனால், ஏற்படும் ஆற்றல் செலவையும், மனம், உணர்வாகப் பெறுகின்றது என்பதை இயற்கையின் நியதியாக மனதில் கொள்ள வேண்டும். தினசரி வாழ்வின் நிகழ்ச்சிகளாக இந்த உண்மையினை மனிதமனம் உணர்ந்து கொண்டேதான் இருக்கிறது. எனினும், ‘ஆறாவது அறிவுநிலை’ போதிய வளர்ச்சி பெற்றுப் ‘புற உணர்வோடு அக உணர்வும்’ மலரும் போதுதான், உணர்ச்சிகளை அனுபவிக்கும் போது தான் - உணர்பவனையும் அறியமுடிகிறது.

ஆகஸ்ட் 12

ஆடி 27

### காந்தன் - கந்தன் - ஆறுமுகன்

சிவம், பிரம்மம் என்ற பூரணத்திலிருந்து பின்னப்பட்டு எழுச்சி பெற்று இயங்கக் கூடியதுதான் சக்தி என்ற விண்.

இந்த சக்தி என்ற விண்ணின் விரிவலை, சிவன் என்ற பூரணத்தில் கலப்புற காந்தம் தோன்றகிறது என்பதை, சிவத்திற்கும் சக்திக்கும் பிறந்தவன் காந்தன் என்றும், அந்தக் காந்தத்தின் புலன் மாற்றம், அழுத்தம், ஒலி, ஒளி, சுவை, மணம், மனம் என்ற ஆறாக மாறுகிறது என்பதையும் வைத்துக் காந்தனை கந்தனாக்கி, கந்தனை ஆறுமுகன் என்ற தத்துவமாக்கியுள்ளார்கள்.

ஆகஸ்ட் 13

ஆடி 28

## அனைவரும் செல்வர்களே

பிறரிடம் எதிர்பார்க்கும் பழக்கத்தை விட்டுவிட்டு, துன்பத்திற்குரிய செயல்களைத் தவிர்ப்பது, எந்தக் காரணத்தாலோ துன்பப்பட்டுக் கொண்டிருக்கக்கூடிய உயிருக்குத் தன்னிடம் இருக்கக் கூடிய மிகுதியான ஆற்றலைக் கொண்டு என்னென்ன உதவி தேவையோ அந்த உதவியைச் செய்வது என்ற பண்புகளோடு ஒரு மனிதன் இருக்கும் போது அவனிடம் அளவற்ற ஆற்றல் பெருகிவிடும்.

அத்தகைய நிலையில் அவன் அளவற்ற செல்வம் உடையவனாகக் கருதப்படுகிறான். அங்கே ஆற்றல் குறைவுபடுவதே இல்லை. இன்ப ஊற்று வற்றாது சுரக்கும். இறைநிலையோடு இறைநிலையாகவே நிற்கும் காட்சி உள்ளத்தில் ஏற்படும்.

ஆகஸ்ட் 14

ஆடி 29

## நான் உங்களுடன் இருப்பேன்

நான் வான் காந்த அலையில் கலந்துள்ளேன். உங்களுக்கு தவத்தில் எந்த இடர் ஏற்பட்டாலும் என்னை நினைத்துக்கொள்ளுங்கள். நினைக்கும்போது நான் உங்களோடு கலந்து விடுவேன். என் கையை பிடித்துக்கொண்டே நீங்கள் தவத்தில் உயரலாம். உங்களுக்கு வரும் எந்த இடரையும் நான் ஏற்றுக்கொள்கிறேன்.

ஆன்மீகத்தில் குரு காணிக்கை என்பது ஒன்று உண்டு. அதை நான் உங்களிடம் வேண்டுகிறேன். உங்களுடைய சினத்தை, பொறாமையை உணர்ச்சி வசப்பட்ட எண்ணங்களை, தவறான செய்கைகளை எனக்கு குரு காணிக்கையாக இன்றிலிருந்து தந்துவிட வேண்டுகிறேன்'

ஆகஸ்ட் 15

ஆடி 30

## ஓஜஸ் மூச்சின் மகிமை

நரம்புக்குப் பயிற்சியில் வித்திலிருந்து பிரிந்த ஓஜஸை விந்து உற்பத்தி ஸ்தானமாகிய மூளைக்குச் செலுத்துவதே காயகல்பப் பயிற்சியின் இரண்டாவது பயிற்சியான ஓஜஸ் மூச்சு எனும் பியற்சியாகும்.

நோய்கள் விலகவும், நீங்கவும் மற்றும் ஆயுள் நீளவும், உயிரானது உடலில் கவர்ந்து போகவும், ஜீவசமாதி சித்திக்கவும் இப்பயிற்சி உதவுகிறது.

ஆகஸ்ட் 16

ஆடி 31

## உபதேசம்

சஞ்சித கர்மத்தை முடித்துக் கொண்டு பேரின்ப வாழ்வை எய்த, பரம்பொருள் உணர்வைப் பெறுவதற்காக என்னென்ன முறையிலே இந்த உடல் வேண்டுமோ, அந்த முறையிலே அதே அறிவு இயங்கி, இந்த உடலைத் தாய் வயிற்றிலே அதே அறிவு தான் வெளியில் வந்த உடனே மறந்து போகிறது.

புலன் அறிவு வேலை செய்வதனால் இறந்து போகிறது. நீ இதற்காகத் தான் வந்தாயப்பா என்று தூண்டி, என்று எடுத்துக்காட்டி உணர்த்தி பிரம்ம ஞானத்தை உணர்ந்தவனோடு சேர்ந்த உயிரைச் செலுத்துவது தான் உபதேசம்.



ஆகஸ்ட் 17

ஆவணி 1

## நல்வரம்

உடல் நலம் வேண்டுமா, வேண்டாமா? பிறகு நீளாயுள். நாம் எடுத்த காரியத்தை முடிக்க வேண்டும்; அறிவை அறிவதற்காகப் பிறந்து இருக்கின்றோம். அதற்காக அந்த வழியில் இருக்கின்றோம். அது நிறைவேற வேண்டும். அதற்கு இடையில் துண்டு போட்ட மாதிரி இந்த உயிரை விட்டு விட்டால் வேலை முடியாது. ஆகவே நீளாயுள் வேண்டும். அடுத்தது நிறை செல்வம். இந்த உலகத்தில் வாழும் வரை வசதிகள் வேண்டுமல்லவா? எல்லாம் நல்லபடியாக எண்ணுவது தான் நிறைசெல்வம். உயர்புகழ் என்றால் என்ன? நம்முடைய செயல் எல்லோருக்கும் நல்லபடியாக அமைவது, அமையும்போது அதனால் பயன்பெற்ற மக்களுடைய பாராட்டுத்தான் புகழ். கடைசியாக மெய்ஞ்ஞானம். நாம் எந்த நோக்கத்தோடு பிறந்தோமோ, அந்த நோக்கத்தை அடைவதற்கு மெய்ப்பொருள் விளக்கம் வேண்டும். இந்த ஐந்தையும் தான் 'உடல்நலம், நீளாயுள், நிறைசெல்வம், உயர்புகழ், மெய்ஞ்ஞானம் ஓங்கி வாழ்க' என்று சொல்கிறேன்.

ஆகஸ்ட் 18

ஆவணி 2

## உள்ளுணர்வு

தன்னை அறியவேண்டும் என்கிற, முழுமையை நோக்கி உயிரின் விடுதலைக்கான ஆன்மீக வேட்கை கொண்ட ஓர் முயற்சியாக, நம்மை நாம் 'தியானத்தில்' தவறாது நாள்தோறும் ஈடுபடுத்திக் கொண்டால்... நாள்தோறும் பழகிவரும் தியானத்தினால் தவ ஆற்றல் மிக மிக.. நாட்கள் ஆனாலும், ஓர்மைநிலை (Concentration) சித்தியாகி, எல்லாம் வல்ல இறைநிலையே எவ்வாறு மனிதனிடத்தில் உயிராகவும், மனமாகவும், அறிவாகவும், இயங்கிக் கொண்டிருக்கிறது என்கிற உள்ளுணர்வு உண்டாகிவிடும்.

இந்த உயிரானது முழுமையை நோக்கி இயங்குவதற்கு, இந்த உடல் ஓர் வாகனமாக உள்ளது என்ற உள்ளுணர்வும் (Intuition) உண்டாகிவிடும்'.

ஆகஸ்ட் 19

ஆவணி 3

## குத்தி விளக்கிய அறிவு

ஆன்மாவை அறிந்து கொண்டால் அதன் உள்ளும், புறமும் இறைவனே செயல்பட்டுக் கொண்டிருக்கிறான் என்பதை உணர்ந்து கொள்ளலாம். அதற்கான பயிற்சிதான் குண்டலினியோகம். நமக்குள்ளாகவே இருப்பது உயிர்ச்சக்தி, ஆன்மா என்ற உயிர்ச் சக்தியை அழுத்தம் கொடுத்து உணர்வைப்பதைத் தான் குத்தி விளக்குவது என்று சித்தர்கள் சொன்னார்கள். அது இப்பொழுது குத்து விளக்கு என்றாகி விட்டது.

குத்தி விளக்கு; அப்படி விளக்குகிறபோது பஞ்ச இந்திரியங்களும் பஞ்ச பூதங்களும் நன்றாக விளங்கி விடும் என்பதைக் காட்டுவதாகத் தான் குத்து விளக்கில் ஐந்து முகங்கள் வைத்திருக்கிறார்கள். குத்து என்றால் அழுத்து என்பது பொருள். அப்படி அழுத்தி, உனக்குள்ளாக இந்த உயிர்ச்சக்தி இருக்கிறது. அந்த உயிருக்குள்ளாகத் தெய்வமே அறிவாக, சிவமாக இருக்கிறது என்று விளக்கிக் காட்டுவதுதான் அகத்தவப் பயிற்சி.

ஆகஸ்ட் 20

ஆவணி 4

## இரண்டு கேள்விகளுக்கு

1. தெய்வம் என்பது ஒன்றா? பலவா?
2. ஒன்று என்று தீர்மானமானால் எந்தப் பேராற்றலைத் தெய்வம் என்று ஏற்றுக் கொள்ளலாம்?

இங்குள்ள மதத்தலைவர்கள், தத்துவஞானிகள் அனைவரையும் வேண்டிக் கொள்வது இந்த இரண்டு கேள்விகளுக்கு விடை கிடைத்தாலே ஒழிய, மனித குலத்தில் ஆன்மீகத் துறையில், இன்று நிலவி வரும் குழப்பங்களையும், வேறுபாடுகளையும் முழுமைப் படுத்த வேறு வழியே இல்லை.

ஆகஸ்ட் 21

ஆவணி 5

## குறைவு என்பதே இல்லை

நான் பிறந்தேன்; வாழ்ந்து கொண்டிருக்கிறேன். ஒரு நாளைக்கு முடியப் போகிறேன். இதற்கு மத்தியில் எவ்வளவு தான் இருந்த போதிலும் கூட, சீரணிக்கக் கூடிய அளவிற்கு மேல் சாப்பிடப் போவதில்லை; உடல் தாங்குகிற அளவுக்கு மேல் துணியைப் போடுவதில்லை; நின்றால் கால் அளவு, படுத்தால் உடலளவு; இதற்கு மேல் பூமியை அனுபவிக்கக் கூடியவர்களும் இல்லை. வரும்போது கொண்டு வருவதில்லை. போகும் போது கொண்டு போகப் போவதும் இல்லை. இந்த உண்மையை அப்படியே மனதிலே ஏற்றிக் கொள்ளுங்கள். அப்போது நமக்கு எந்தெந்த இடத்திலே என்னென்ன கிடைக்கிறதோ, அது நிறைவாகத் தான் இருக்கும்.

வாழ்க்கையை ஓட்டிப் பார்த்தீர்களானால் எல்லோருக்கும் நிறைவாகத் தான் இருக்கிறது. இப்படியே உலகம் முழுக்கப் பார்த்தோமானால் எந்த இடத்திலும் யாருக்கும் குறைவே கிடையாது. குறைவு என்பதே இல்லை.

ஆகஸ்ட் 22

ஆவணி 6

## இறையை அறிய அறிவை அறி

உனக்குள்ளாக இருக்கக் கூடிய அறிவினைத் தெரிந்து கொள்ள முடியவில்லை என்றால் அதற்கும் அப்பால், அதற்கு ஆதியாக இருக்கக்கூடிய ஐம்புலன்களால் உணரமுடியாத இறைவனை எப்படி அறியமுடியும்? அதனால் முதல் கட்டமாக அறிவை அறிந்து கொள்வோம். ஒவ்வொரு நாளும் அனுபவத்தால், வாழ்க்கையிலே நம்முடைய அறிவு அந்த எல்லையை நோக்கி தான் வளர்ச்சி பெற்றுக் கொண்டு இருக்கிறது.

எனவே, இறைவனைப் புரிந்து கொள்வது என்றால் முதலில் அறிவைப் பற்றிப் புரிந்து கொள்ள வேண்டும். அதன் பிறகு அறிவுக்கு மூலமான ஒரு நிலையை நாடிச் செல்ல வேண்டும். அந்த நிலைதான் இறைநிலை. எனவே, அறிவை அறியாது இறைவனை அறிய முடியாது. ஏனெனில் இறைவன் தானே அறிவாக இருக்கிறான்?

ஆகஸ்ட் 23

ஆவணி 7

## வாழ்வுப் பயணம்

உடல் எடுக்கப்பட்டதன் நோக்கம் அறிந்து, அறிவை உயர்த்திப் பரம்பொருளோடு இணைதல் வேண்டும்.

எனவே நாம் தொடரும் வாழ்வுப் பயணத்திற்கு வசதியும் பொருத்தமும் உள்ள ஊர்தியாக அமைந்துள்ள இந்த உடலைப் பழுதடையாமல் காத்து இயக்கினால் தான் ஆன்மா தனது லட்சிய எல்லையை காலத்தோடு அடைய முடியும்.

ஆகஸ்ட் 24

ஆவணி 8

## அறம்

பல்லாயிரம் தலைமுறைகளாகத் தொடர்ந்து வரும் கருத்தொடர் மூலமே ஒவ்வொருவருடைய ஆளுமை வளம் அமைந்திருக்கின்றது.

கூர்தலறம் (Evolution) இயல்பூக்கம் (Mutation) வினைக்கேற்ற விளைவு (Cause and Effect) எனும் இயற்கை நியதிகளால் ஒவ்வொரு மனிதனும் ஆக்கப்பட்டிருப்பதால் விருப்பம், செயல், உறவு, உண்மை உணர்வு இவைகளில் ஒருவருக்கொருவர் வேறுபாடுகள் உள்ளன. எனினும் இயற்கை வளங்களை வாழ்வின் வளமாக உருமாற்றியும் அழகுபடுத்தியும் வாழ்ந்து வரும் மனித இனம் மற்றவர்களோடு பிணக்கின்றி வாழ வேண்டியது மிக அவசியமாகின்றது. இந்த நெறியே அறம் எனப்படுகிறது.



**ஆகஸ்ட் 25**

**ஆவணி 9**

## **இயற்கை என்ற போராட்டக்காரன்**

இயற்கை என்ற போராட்டக்காரனுக்கு என்றும் எல்லாம் சீவன்களுமே கூத்தாடும் காய்கள். பெயர்த்து இடம் மாற்றி வைப்பான். பிய்த்தெறிவான், அருள்வான், பிழையென்று தீர்ப்பளிக்கப் பிறந்தோர் யார் பேருலகில்?

ஆகஸ்ட் 26

ஆவணி 10

## வாழ்த்து

தியானத்தின் பலனாக உங்களுடைய மனதில் அமைதி நிறைகிறது.

“ஆண்டவன் அருளால் எனது உடலில் புதுஉணர்வும், புதிய பலமும் தோன்றி இருக்கின்றன. மனதில் அமைதி தவழ்கிறது. வாழ்வும் அமைதி நிறைந்ததாகக் காட்சி அளிக்கிறது. தொடர்ந்து இறைவன் அருளால் எனக்கு அமைதியான வாழ்க்கையும், நல்ல உடல்நலமும், நீண்ட ஆயுளும் கிடைக்கட்டும்.” என்று நீங்களே உங்களுக்கு ஆசி அளித்துக் கொள்ள வேண்டும்.

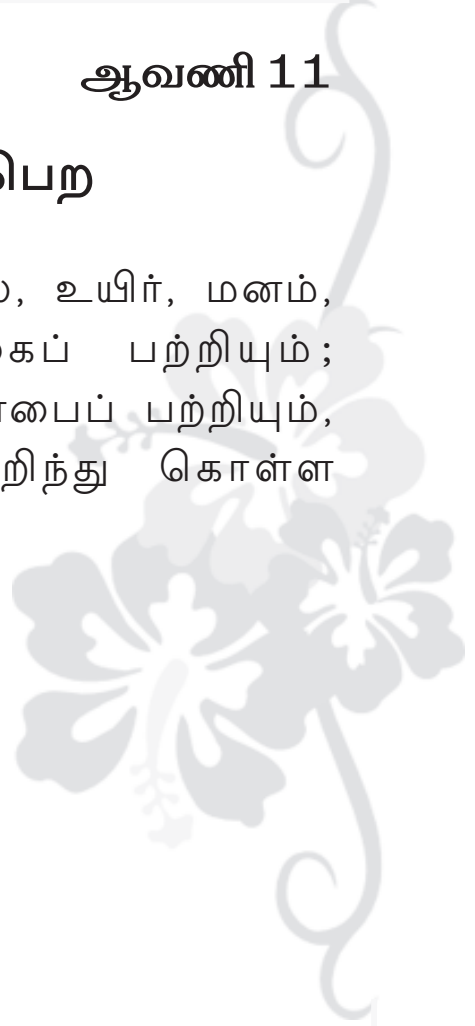
முதலில் தனக்குத் தானே ஆசி அளித்துவிட்டு, பின்னர் மனைவி, குழந்தைகள், குடும்பம், சமுதாயம் என்று நம்மைச் சுற்றிலும் இருப்பவர்களின் நன்மைக்காகவும் தியானிக்க வேண்டும். இப்படி சிந்திப்பதன் மூலம் நல்ல குடும்பமும் சமுதாயமும் உருவாக வழிஉண்டாகிறது.

**ஆகஸ்ட் 27**

**ஆவணி 11**

## **அறிவில் உயர்வு பெற**

‘அறிவில் உயர்வு பெற உடல், உயிர், மனம், மெய்ப்பொருள் இந்த நான்கைப் பற்றியும்; அவற்றிற்கிடையே உள்ள தொடர்பைப் பற்றியும், சரியாகவும் தெளிவாகவும் அறிந்து கொள்ள வேண்டும்’.



ஆகஸ்ட் 28

ஆவணி 12

## குருவினது துணையால் உன்னையே நீ அறிவாய்

உன்னையோ, கடவுளையோ அறியவென்றால்  
ஒரு குறுக்கு வழியுண்டு.

கருத்தவம் - சக்கில தியானம் என்னும் முறையால்  
அறிவை ஒன்றிப் பழகி, நிலையறிந்த ஒரு குருவை  
அடைந்தால் அகநோக்கத் துறையில் அவர்  
அடைந்துள்ள சக்தியைக் கொண்டு சீடனுக்கு  
மூலாதாரச் சக்தியைப் புருவ மையத்தில் கொண்டு  
வந்து உணர்த்திக் காட்டுவார். பின்னர் அந்த  
மெய்யுணர்வில் சீடன் நிலைத்து நிற்க நாளுக்கு நாள்  
பழகப் பழகப் புலன்களிலேயே சிக்கிச் செயலாற்றிப்  
பழகிய அறிவானது புலன்களைக் கடந்து,  
ஐயுணர்வுகளும் ஒன்றுபட்டு ஏக நிலையான பேரறிவு  
நிலை எய்தி நிலைக்க ஆராய, தெய்வநிலை அவன்  
நிலை என்ற இரண்டும் ஒன்றாய் நிர்விகற்பமாய்  
தோன்றும். இம்முறையே மெய்யுணர்தல் என்று  
சொல்லப்படும்.

ஆகஸ்ட் 29

ஆவணி 13

எல்லாருக்கும் தன்னிலை விளங்காதது -  
ஏன் ?

அமாவாசை கழிந்த மூன்றாம் நாள் சந்திரன் சிறு பிறையாகத் தோன்றும்.

அதை பலர் பார்ப்பார்கள். ஒரு சிலருக்கு உடனே தெரிந்து விடும். இன்னும் சிலருக்கு நன்றாக உற்றுப் பார்த்த பின்பு தெரியும். மற்றும் சிலருக்கு. பார்த்தவர்கள் அடையாளமாக அதன் இடத்தை சுட்டிக் காட்டத் தெரிவதும் உண்டு. கடைசி வரையில் தெரிந்து கொள்ள முடியாதவர்களும் உண்டு.

இது போன்றே உள்நாட்டப் பயிற்சியிலும், தன்னையறியும் வகையிலும் பல தரப்பட்ட பேத நிலைகள் உண்டு.

ஆகஸ்ட் 30

ஆவணி 14

## மனைவி நல வேட்பு நாள்

பெண்மையின் பெருமையை உணர வேண்டும் என்ற மனதோடு ஆராய்ச்சி செய்த போது இந்த ஆண்டு என் மனைவியினுடைய (அருள் அன்னை லோகாம்பாள்) பிறந்த நாள் 30.8.ல் வந்தது. அன்பர்களிடம் சொன்னேன். என் மனைவியின் பிறந்த நாளையே வைத்துத் தொடங்கி மனைவி நல வேட்பு நாள் கொண்டாடலாம்.

இதையே வைத்துக் கொண்டு, இது முதல் கொண்டு ஒவ்வொரு ஆண்டும் ஆகஸ்ட் 30 ஆவது நாளை மனைவி நல வேட்பு நாளாகக் கொண்டாடுவது நம் சங்கத்தின் வழக்கமாக வரட்டும். பிறகு உலக நாடுகளிலும் பரவட்டும் என்றேன். ஆண்களும், பெண்களும் உற்சாகமாக அதை ஏற்றுக் கொண்டு பல இடங்களில் கொண்டாடுகிறார்கள். நீங்களும் உங்கள் வாழ்க்கைத் துணையை நன்றியோடு வாழ்த்தி கவியைச் சொல்லி மகிழுங்கள்.

ஆகஸ்ட் 31

ஆவணி 15

### உதட்டுச் சாயம்

வெளிநாட்டுப் பெண்கள் தமிழ்நாட்டில் வந்து சில நாட்கள் தங்கினார்கள். அப்போது தமிழ்நாட்டுப் பெண்கள் வெற்றிலைப் பாக்கு போட்டு உதடு சிவப்பாக இருப்பதை அறிந்து, தங்கிய காலத்தில் அவர்களும் வெற்றிலைப் பாக்கு போட்டு தங்களது உதடும் சிவப்பாக இருப்பதைப் பார்த்து ரசித்து மகிழ்ந்தார்கள்.

பிறகு அவர்கள் சொந்த நாடு சென்றவுடன் அங்கு வெற்றிலை, பாக்கு, சுண்ணாம்பு கிடைக்கவில்லை. எனவே அதற்காக ஒரு செயற்கை சிவப்பு சாயம் கண்டுபிடித்து உதட்டில் பூசி மகிழ்ந்தார்கள். ஆனால் வெற்றிலை, பாக்கு, சுண்ணாம்பு கிடைக்கும் தமிழ்நாட்டுப் பெண்களும் செயற்கை சாயத்தை உதட்டில் பூசி உதட்டைக் கெடுத்துக் கொள்வது எந்த வகையில் பொருந்தும்?

செப்டம்பர் 1

ஆவணி 16

## கருவிலே திருஉடையார் ஆதல்

பதினான்கு வயது நிரம்பிய ஆண், பெண் இருபாலரும் உடற்பயிற்சி, தவம் மற்றும் காயகல்பப் பயிற்சி கற்றுப் பயின்று வந்தால் வித்தில் உள்ள குறைகள் அகன்று விந்து-நாதம் தூய்மைப்படும். பிற்காலத்தில் அவர்கள் திருமணம் செய்து கொண்டால், அவர்களுக்குப் பிறக்கும் குழந்தை உடல் நலம் மற்றும் மனவளம் மிக்கதாகவும், அறிவுக் கூர்மையுடையதாகவும், ஆன்மீக எண்ணம் கொண்டதாகவும் இருக்கும். இவ்வாறு பிறக்கும் பொழுதே சான்றோனாகத் தோன்றுவதை 'கருவிலே திருஉடையார் ஆதல்' என்கிறார்கள்.

விவசாய, விஞ்ஞானத் துறையில் எவ்வாறு வித்து பழுதடைந்து இருந்தால் அதிலிருந்து தோன்றும் மரம் பழுதடைகிறதோ, எவ்வாறு வீரிய வித்தை உபயோகித்தால் பலன் சிறப்பாக உள்ளதோ, அதே போன்ற இயற்கை நியதி இதற்கும் பொருந்தும்.



செப்டம்பர் 2

ஆவணி 17

## எண்ணம் ஆராய்தல்

அன்பர்களே தீய எண்ணத்துக்கு ஒரு போதும் மனதில் இடம் அளிக்காதீர்கள். நல்ல எண்ணத்தைத் தேடிப்பிடித்து மனதில் ஏற்றிவைப்புகள். தீய எண்ணங்களைக் கண்டு பயப்பட வேண்டும். நீங்களே முயற்சி செய்து ஒரு நல்ல எண்ணத்தைத் தொடர்ந்து மனதில் வைத்திருங்கள். தீய எண்ணம் வருவதற்கு இடமிருக்காது. எந்நேரமும் ஏதேனும் ஒரு சங்கற்பத்தை மனதில் சுழல விட்டுக் கொண்டிருந்தாலும் கூட தீய எண்ணத்தை விலக்கும். வாழ்க்கையின் அந்தந்த காலக்கட்டத்தில் ஏற்படும் பிரச்சினையை வெற்றி கொள்வதற்கான சங்கற்பமாகவும் அது இருக்கலாம். அல்லது வாழ்க்கையின் முன்னேற்றத்திற்கான பொதுவானதொரு சங்கற்பமாகவும் இருக்கலாம்.

அவ்வப்போது தோன்றும் எண்ணங்களையும் ஆராயுங்கள். விழிப்பு நிலை எண்ண ஆராய்ச்சியை வளப்படுத்தும். எண்ண ஆராய்ச்சி விழிப்பு நிலையை ஊக்குவிக்கும்.

செப்டம்பர் 3

ஆவணி 18

## கருத்துப் பிணக்கை வளரவிட வேண்டாம்

குடும்ப வாழ்வில் கணவன் மனைவி இருவருக்கிடையே கருத்துப் பிணக்கு ஏற்படுவது இயல்பு. இப்பிணக்கை வளர விட வேண்டாம். அவர்யார்? என்னுடன் எனக்கு நட்பாக என் சுகதுக்கங்களில் பங்கேற்றுக் கொள்பவர். நான் வெறுத்தால் அவர் எங்கு போவார். நான் தான் பிறகு இனிதாக வாழ முடியுமா? நான் மன்னித்து விடுகிறேன். என்று மனதில் விரிந்து நின்று உங்கள் துணைவர் கைகளைப் பற்றிக் கொண்டு வாழ்க வளமுடன் என்று கூறி மகிழ்ச்சியூட்டுங்கள்.

நமது வாழ் நாட்களில் ஒரு நாள் கூட நமது வாழ்க்கைத்துணைவரோடு அனுபவிக்க வேண்டிய இன்பத்தை இழக்கக் கூடாது. தைரியமாகத் தொட்டுக் கைப் பிடித்து வாழ்த்தி மகிழுங்கள்.

செப்டம்பர் 4

ஆவணி 19

## மெய்ஞ்ஞானம், விஞ்ஞானமும் இணைய வேண்டும்

புலனுணர் பொருட்களைப் பகுத்துப் பிரித்துக் கூர்ந்து அறிவது விஞ்ஞானம். புலன்களுக்கு எட்டாத இறைநிலை, நுண்பொருளான விண் எனும் உயிர்த்துகள், காந்த அலையாகிய மனம். இம்மூன்றையறிவது மெய்ஞ்ஞானம். மெய்ஞ்ஞானம் இல்லாத விஞ்ஞானமும், விஞ்ஞானம் இல்லாத மெய்ஞ்ஞானமும் முழுமை பெறா. மெய்ஞ்ஞானத்தை புறக்கணித்த விஞ்ஞானம் மனித வாழ்வின் வளத்தை அழிக்கும்; மனிதகுலத்தை அழிக்கும் கருவிகளை உற்பத்தி செய்யத் தூண்டும்; மனித மனத்தைத் தவறான பாதையில் திருப்பும். மெய்ஞ்ஞானத்தோடு இணைந்த விஞ்ஞானம் வாழ்வில் நலம் காணும். மனித வாழ்வு வளம்பெற மெய்ஞ்ஞானமும் வேண்டும், விஞ்ஞானமும் வேண்டும். இரண்டும் இணைந்து ஒன்றுபட்டு மனிதகுல வாழ்விற்குப் பயனாக வேண்டியது இக்காலத்தின் தேவையாகிவிட்டது. 'விஞ்ஞானம் இல்லாத மெய்ஞ்ஞானம் குருடு, மெய்ஞ்ஞானம் இல்லாத விஞ்ஞானம் நொண்டி' என்ற கருத்து உற்று நோக்கத்தக்கது.

செப்டம்பர் 5

ஆவணி 20

### எண்ணமும் சிந்தனையும்

எண்ணம் என்பது வேறு சிந்தனை என்பது வேறு.

ஆறாவது அறிவின் கூர்மைதான் சிந்தனை.

சிந்தனை தான் அறியாமையை அகற்றி

அறிவை முழுமையாக்க வல்லது.

சிந்தனை மனம் அமைதியான நிலையில் வருவது.

உணர்ச்சிவயப்பட்ட நிலையில் வருவது எண்ணம்.



**செப்டம்பர் 6**

**ஆவணி 21**

## **இரண்டு பயன்கள்**

நல்லவர்களை வாழ்த்துவதால் நன்றி தெரிவித்துக் கொள்கிறீர்கள்.

தீயவர்களை வாழ்த்துவதாலோ இரண்டு பயன்கள் கிடைக்கின்றன.

தீமையை முதலில் விலக்கிக் கொள்கிறோம்.

தீயவர்களை வாழ்த்த வாழ்த்த, காலத்தால் அவர்கள் மனம் திருந்தி நல்லவர்களாவதோடு நன்மையையும் செய்வார்கள்

செப்டம்பர் 7

ஆவணி 22

## இன்பம் துன்பம் அமைதி பேரின்பம்

இன்பம்: புலன்களின் மூலம் வெளிப்படும் உணர்வு மனதிற்கு பொருந்தும் நிலையிலும், இதமானதாகவும் இருப்பது.

துன்பம்: இன்பம் புலன்கள், தாங்க முடியாத அளவு ஏற்படும் போது மனம் உணர்வது. இன்பம் அதிகமாகும் போது அதுவே துன்பமாக வருகிறது.

அமைதி: புலன்கள் தாங்கக்கூடியதாகவும், தேவையான அளவும், மனதிற்கு இதமானதாகவும் இருப்பது.

பேரின்பம்: இயற்கையைப் பற்றிய சிந்தனையில் மனம் நிறைந்த மகிழ்ச்சியும் நிறைவையும் பெறும்போதும், மனம் இறைநிலையோடு இணைத்து இயங்கும் போதும் பேரின்பம் அடைகிறது.

செப்டம்பர் 8

ஆவணி 23

## ஆட்சி நிலை

‘வாழத் தெரியாதோர் பெரும்பாலோர் வாழ்நாட்டில்  
ஆளத் தெரியாதோர் ஆட்சியே நடைபெறும்;  
கோழை கயவர் கொலைஞர் தடியர்கள்  
ஏழை, நோயுற்றோர் எங்குமே சாட்சியாம்’.

செப்டம்பர் 9

ஆவணி 24

## பேராசை

வாழ்க்கையில் உயரத் திட்டமிடுதல்  
ஒவ்வொருவருக்கும் அவசியம்.

ஆனால், தகுதியையும் அதற்கான ஆற்றலையும்  
வளர்த்துக் கொள்ளாமல் வெறுமனே ஒன்றை அடைய  
விரும்புவது பேராசையாகும். இது துன்பத்தை உண்டு  
பண்ணும்.

இந்தப் பேராசையே அறிவை மயக்குகிறது.  
இந்தப் பேராசையைத்தான் கட்டுப்படுத்த வேண்டும்.  
எழாமலேயே காக்கவும் வேண்டும்.



செப்டம்பர் 10

ஆவணி 25

பிடிவாதம் இல்லாதவர்கள் யார்?

அன்பு உள்ளவர்களிடம் தான் பிடிவாதம் இருக்காது.

பெருந்தன்மை இருக்கும். குடும்பத்தில் ஆற்றலை உற்பத்தி செய்கிறவர்கள் அவர்கள் தான், இவர்கள்தான் இறை ஆற்றலோடு நெருக்கம் உள்ளவர்கள்.

அவர்களுக்குத் தான் தவம் எளிதாகக் கைகூடும்.

அவர்கள் தொட்டதெல்லாம் துலங்கும். அத்தனை சிக்கல்களுக்கும் தீர்வாக அவர்கள் திகழ்வார்கள்.

அருட்பேராற்றலால் ஆசீர்வதிக்கப் பெற்றவர்களும் இவர்களே!

செப்டம்பர் 11

ஆவணி 26

### ‘வாழ்க வையகம்’ ‘வாழ்க வளமுடன்’

உங்கள் கடமைகளில் ஒன்றாக நாள் தோறும் ‘வாழ்க வையகம்’ என்ற மந்திரத்தைப் பத்து தடவையாகிலும் நமது உடன் பிறந்தவர்களாகிய உலக மக்கள் அனைவரையும் விரிவாக நினைந்து ஒலித்துக் கொண்டிருங்கள்.

அன்பர்கள் பலருடைய இத்தகைய எண்ண உறுதி செயல்படுத்துவதற்காக எந்த நாட்டிலோ, ஒரு வெற்றி வீரனைப் பிறக்கச் செய்யலாம் அல்லது இப்போது உள்ள உலக நல நாட்டம் கொண்ட ஒருவரையோ, பலரையோ உலக நலத் தொண்டில் முழுமையாகத் திருப்பிவிடலாம்.

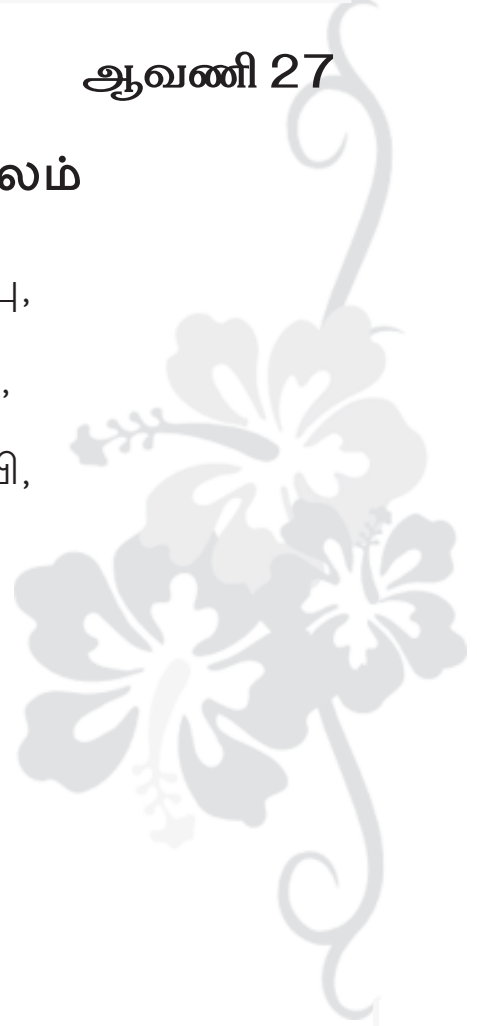
பேரியக்கத் தொடர் களத்தில் அத்தகைய மாபெரும் ஆற்றல் அடங்கி உள்ளது.

**செப்டம்பர் 12**

**ஆவணி 27**

**உடல்நலம் உளநலம்**

உடலுக்கு உரமளிக்கும் உழைப்பு,  
ஒழுங்கோடு கொள்ளும் உணவு,  
உளத்திற்கு உயர்வளிக்கும் கல்வி,  
உள்நாடி நிற்கும் தவம்.



செப்டம்பர் 13

ஆவணி 28

## உடலில் இயற்கை செயற்கை ரசாயன மாற்றங்கள்

மனிதர்கள் உடலில் உள்ள ரசாயன அமைப்பில் மாறுதல்கள் இயற்கை - செயற்கை என இரு விதங்கள் ஆகும்.

நாதவிந்து கூட்டமைப்பாலும், ஆகாயத்தில் சஞ்சரிக்கும் பல அண்டங்கள் ஒன்றை ஒன்று ஒலி, ஒளி, ஈர்ப்பு என்னும் வகையில், கவர்ந்தும் தாக்கியும் பிரதிபலித்தும் கொள்ளும் இயக்கத்தாலும் ஒவ்வொரு உடலுக்கும் ஏற்படும் ரசாயன மாற்றங்கள் இயற்கை மாற்றம் ஆகும்.

ஆகாரம், மருந்து, முதலியன உண்பதாலும் உடற்கருவிகள் இயக்கித் தொழிலாற்றுவதாலும் பலவிதமான எண்ணங்கள், ஆராய்ச்சிகள் நடத்துவதாலும் ஏற்படும் - விளையும் மாற்றங்கள் செயற்கை மாற்றங்கள் எனப்படும்.

செப்டம்பர் 14

ஆவணி 29

## நல்வாழ்வு காண்போம்

ஓட்டை அல்லது பொத்தல்கள் உள்ள ஒரு பாத்திரத்தில் தண்ணீர் சேமித்து வைத்தால், அந்தப் பொத்தல்களின் அளவிற்குத் தக்கபடி நீர்ப்போக்கு ஏற்பட்டு, சேமித்திருக்கும் தண்ணீர் குறைந்து விடுகிறது.

அதைப் போலவே, எண்ணம், சொல், செயல்களில் கொண்டுள்ள ஒழுக்கமுறைக்கு மாறான பழக்கவழக்கங்களே வாழ்வின் இன்பங்களைக் குறைக்கும் பொத்தல்களாயும், துன்பங்களை அதிகரிக்கச் செய்யும் பொத்தல்களாயும் இருந்து வருகின்றன. இயற்கையாலும் செயற்கையாலும் கிடைக்கும் - ஏற்படும் இன்பங்கள், இந்தப் பொத்தல்கள் மூலம் வீணாகி விடுகின்றன.

நாம் இப்போது இந்த உண்மையை அறிந்து விட்டோம். ஆகையால் அவைகளை எல்லாம் சீர்திருத்தம் செய்து நல்வாழ்வு காண்போம்.

செப்டம்பர் 15

ஆவணி 30

## நல்ல செயல்கள்

ஒரு பானையில் நீர் நிரம்பும் அளவுக்கு அதிலிருந்து காற்று குறைந்து விடுகிறது.

அது போல் உனது நல்ல எண்ணம், நல்ல செயல்கள் உன்னில் நிரம்பும் அளவுக்கு உனது தீய வினைகள் உன்னை விட்டு அகலும்.

அந்த அளவு தெய்வீக ஆற்றல் உன்னில் மலரும். இந்த மேலான நலத்தை தவறும் அறமும் தான் அளிக்கும்.

**செப்டம்பர் 16**

**ஆவணி 31**

**நல்லதொரு குடும்பம் 'பல்கலைக்கழகம்'**

கற்க வேண்டிய எல்லாப் பாடங்களையும்  
குடும்பத்துக்குள்ளேயே கற்றுக் கொள்ளலாம் .'



செப்டம்பர் 17

புரட்டாசி 1

## நற்சிந்தனைகள்

கடன், வறுமை, கல்வியின்மை என்ற மூன்று  
களங்கங்கள் உலகினிலே மறைய வேண்டும்.

அழகு மாறிக்கொண்டே இருக்கும், அன்பு  
மாறிக்கொண்டே

இருக்கும், தோல்வி வெற்றியில் முடியும்.

அவனில் அணு, அணுவில் அவன்;

உன்னில் எல்லாம், உன்னை நீ அறி.

நன்மை பிறர்க்களித்து நடட்டதை தான் ஏற்று

இன்பம் அடைவார்கள் ஈசன் நிலையறிந்தோர்

விடவேண்டியதை விட்டுவிட்டால்

பெறவேண்டியது

அனைத்தும் அங்கேயே இருப்பது தெரியவரும்



செப்டம்பர் 18

புரட்டாசி 2

## அறிஞர் போதனைகள்

அறிஞர்கள் உலக மக்களுக்குத் தரும் அறநெறி போதனைகளும், நல்வாழ்விட்கேற்ற திட்டங்களும் அக்காலத்திற்குச் சிறிது பொருத்தமில்லாமலும், அவசியமற்றவை என எண்ணும்படியாகவும் இருக்கலாம். கடந்த கால அனுபவங்கள், எதிர்கால விளைவுகள், தற்காலச் சூழ்நிலைகள் என்ற மூன்றையும் இணைத்து யூகிக்கும் திறனான “முக்கால ஞானம்” என்ற அகன்ற நோக்கில் அவர்கள் திட்டங்களும், போதனைகளும் உருவாவதால் குறுகிய நோக்கமுள்ள மயக்கவாதிகளும், பாமரர்களும் அக்கருத்துக்களில் அடங்கியிருக்கும் நன்மைகளை உடனே எளிதில் புரிந்து கொள்ள முடியாது.

சிறந்த சிந்தனையாளர்களும், நீண்ட எதிர்காலமுமே அத்தகைய அறிஞர்கள் கருத்துக்களைத் தெளிவாக விளக்கம் செய்ய முடியும்.

செப்டம்பர் 19

புரட்டாசி 3

## பயிற்சி முறை நான்கு

‘மனவளக்கலை’ பயிற்சி முறை நான்கு அங்கங்களைக் கொண்டது. தவம், தற்சோதனை அல்லது அகத்தாய்வு, குணநலப்பேறு, முழுமைப்பேறு என்பவை. தவத்தினால் உயிரின் படர்க்கைநிலை கழிந்து அடக்கநிலை கிடைக்கிறது; ‘நான் யார்?’ துன்பம் ஏன் வருகிறது? துன்பம் நீங்கிய இன்ப வாழ்வெய்த என்ன வழி? இந்தச் சமுதாயத்தின் வளத்திற்கும் உயர்வுக்கும் என் பங்குப் பணி என்ன? நான் எங்கே போக வேண்டும்? எப்படிப் போவது?’ - இவையெல்லாம் தற்சோதனையின் பாற்படும். தன்னைப்பற்றி, தன் தகுதியைப் பற்றி, தன் மதிப்பைப் பற்றி ஆராய்வது தற்சோதனை. இந்தத் தற்சோதனையில் பெறும் தெளிவைக்கொண்டு எடுக்கும் முடிவை, தவத்தினால் மனத்திற்கு கிடைத்திருக்கும் உறுதியைக் கொண்டு, வாழ்வில் எதிர்காலச் செம்மைக்குப் பயன்படுத்திக் கொள்ளும்போது கிடைப்பதுதான் ‘குணநலப்பேறு’. தவத்தாலும் தற்சோதனையாலும் கிடைக்கும் குணநலப்பேற்றின் இறுதிப்படிதான் ‘முழுமைப்பேறு (Perfection).

செப்டம்பர் 20

புரட்டாசி 4

## துரியாதீதம்

துரியாதீத தவம் ஒரு மாபெரும் புதையல். இதில் எல்லாமே அடங்கும். துரியாதீதமே ஜீவப்பிரம்ம ஐக்கிய முக்தி. துரியாதீதமே வீடுபேறு.

பிரம்மத்தை நினைக்கும் மனமும் பிரம்மமாகவே ஆதியாகவே- மாறி பிரம்மத்திற்குச் சமமான சமாதி நிலையை அடைகிறது. எந்த அதிர்வியக்கத்தில் மனம் நின்றால் பிரபஞ்ச ரகசியம் எல்லாம் அறியப்படுமோ அந்த இடம்தான் சமாதி நிலை. இங்கு மனம் இறைநிலையுடன் ஒன்றி இணைந்து விடுகிறது. முழுமைப்பேறு உண்டாகிறது. பாவப்பதிவுகள் அழிகின்றன. சஞ்சித கர்மத்திலிருந்து விடுவிக்கின்றது. குருவின் உயிர்க்கலப்பு ஏற்படுகிறது. மும்மலங்கள் அடியோடு நீங்குகின்றன. பிறவித் தொடர் அறுக்கப்படுகிறது.

செப்டம்பர் 21

புரட்டாசி 5

## எதிர்பார்த்தல் வேண்டாம்

பிறரிடமிருந்தும் அல்லது எவரிடமிருந்தும் எதையும் எதிர்பாராதே! எதிர்பார்த்தல் பெரும்பாலும் ஏமாற்றத்தில்தான் முடிகின்றது.

இந்த ஏமாற்றம் இன்ப ஊற்றை அடைத்துவிடும். இன்பம் வேண்டுவோர் ஏமாற்றத்தைத் தவிர்க்க வேண்டும். ஏமாற்றம் வேண்டாதவர் எதிர்பார்த்தலை தவிர்க்க வேண்டும்.

எதிர் பார்ப்பது எல்லாம் ஏமாற்றத்தில் முடிகின்றதோடல்லாமல், எதிர்பாக்கும் பொழுது பிச்சைக்காரர்களாக அல்லவா நீங்கள் மாறிவிடுகின்றீர்கள்?

செப்டம்பர் 22

புரட்டாசி 6

### ஒழுக்கமான வாழ்க்கை

ஒவ்வொருவரும் தனது கருமையத்தைத் தூய்மையாக வைத்துக் கொள்ளவேண்டியது அவசியம். எண்ணம் ஆராய்தல், என்னும் தற்சோதனைப் பயிற்சி மூலமும், உடலில் உள்ள நோய்கள் மூலமும் கருமையத்திலுள்ள களங்கங்களை ஓரளவு தெரிந்து கொள்ளலாம். பிறகு அந்தக் களங்கங்களைத் தூய்மை செய்வதற்கு ஆசை சீரமைப்பு, சினம் தவிர்த்தல், கவலை யொழித்தல் ஆகிய பயிற்சிகளை மேற்கொண்டு, அப் பயிற்சிகளின் வழியே பெற்ற விளக்கத்தின் படியே வாழ்க்கையை நடத்திவரவும் வேண்டும்.

பொதுவான மனிதகுல நீதியான எவருக்கும் துன்பம் எழாத முறையில் செயல் புரிந்து ஒழுக்கமாக வாழ்வதோடு பிறர் துன்பங்களை முடிந்தவரை தனது உடல், பொருள், ஆற்றல் இவற்றைக் கொண்டு போக்கி வரவும் வேண்டும்'.

**செப்டம்பர் 23**

**புரட்டாசி 7**

## **கவலை வருகின்ற வழிகள்**

கோபம், வஞ்சம், பொறாமை, வெறுப்புணர்ச்சி, பேராசை, ஒழுக்கம் மீறிய காம நோக்கம், தற்பெருமை, அவசியமற்ற பயம், பிறர் மேல் கொள்ளும் அவமதிப்பு, அதிகார போதை, இந்த பத்தும் கவலை வருகின்ற வழியாகும். மனோ சக்தி, உயிர்ச் சக்தி இவைகளையெல்லாம் கணத்தில் வெளியேற்றக் கூடியது கவலை.



செப்டம்பர் 24

புரட்டாசி 8

### உயிர்க் களங்கங்கள்

மனித உருவின் நோக்கம் அறிவிற்கு எட்டாததாலும், புதிய புதிய பொருட்களை உற்பத்தி செய்தல் அனுபவித்தல் என்பதில் பெறும் உணர்ச்சி மயக்கத்தாலும், விளைவறியாது பல செயல்களைப் புரிந்து, அவை பழக்கப் பதிவுகளாகவும் எண்ணப் பதிவுகளாகவும் பரம்பரைக் குண அமைப்பாகவும், களங்கங்களை மனிதன் ஏற்படுத்திக் கொள்கிறான்.

மேலும், எந்த உணர்ச்சியையும் துய்க்கும்போது விழிப்பு நிலையின்றி புலன் மயக்கில் இருப்பதால் அதே வித துய்ப்பில் ஆசை பெருகிக்கொண்டேயிருக்கும். இதனால் நிறைவு ஏற்படுவதில்லை. இவ்வாறு, நிறைவுபெறாமை, பாவப் பதிவுகள், மனிதனாக வந்த நோக்கம் அறியாத மயக்கநிலை, இம்மூன்றும் மனித அறிவின் முதற்பகுதியில் உயிர்க் களங்கங்களாக அமைகின்றன. துன்பங்களும் வாழ்க்கை சிக்கல்களும், சோர்வும் பெருகுகின்றன. இங்குதான் மனிதன் சிந்திக்கிறான்.

செப்டம்பர் 25

புரட்டாசி 9

## குருவின் தொடர்பு

உய்யும் வகைதேடி உள்ளம் உருகி நின்றேன்  
உயர் ஞானதீட்சையினால் உள்ளொடுங்கி  
மெய்யுணர்வு என்ற பெரும் பதம் அடைந்தேன்  
மேல்நிலையில் மனம்நிலைத்து நிற்க நிற்க  
ஐயுணர்வும் ஒன்றாகி அறிவறிந்தேன்  
ஆசையென்ற வேகம் ஆராய்ச்சி யாச்சு  
செய்தொழில்களில் கடமை உணர்வு பெற்றேன்  
சிந்தனையில் ஆழ்ந்து பல விளக்கம் கண்டேன்.



செப்டம்பர் 26

புரட்டாசி 10

## நிஷ்காமியம்

வெறுத்து ஒதுக்குவது துறவாகாது. அறிந்து, உணர்ந்து, தொடர்பு மற்றும் உறவைச் சரியாகக் கணக்கிட்டு அனுபோகம் கொள்ளும் மனநிலை தான் துறவு. எண்ணமோ, அனுபோகத்தோடு ஒட்டாத துறவு நிலையில் இருக்க வேண்டும். எண்ணத்தால் பூணும் துறவாகிய உறவின் தெளிவுதான் வாழ்வினை உய்விக்கும். ஆசைகளை சீரமைத்துக் கொள்ளவும் உதவும். இதைத் தான் 'நிஷ்காமியம்' என்று சொன்னார்கள். இந்த மன நிலையை மனம் ஏற்று நடத்தும் கடமைகள் தான் 'நிஷ்காமிய கர்மம்'. இது தான் உறவில் - துறவு, உண்மையான துறவு இதுதான்.

துறவு ஆன்மீகத்தின் அதாவது அருள் துறையின் உள்நாடி. விழிப்பு நிலையில் பொருட்களோடு - அளவோடும், முறையோடும் வைத்துக் கொள்ளும் உறவே துறவாகும்.

செப்டம்பர் 27

புரட்டாசி 11

## இயற்கையை மதியாமலும்

பிறரை மேய்ப்பதோ, அடக்கி ஆள்வதோ இன்ப ஊற்றைக் கெடுத்து விடும். நலம் செய்வதோடு விட்டு விடு. அதற்குப் பதில் எதிர்பார்ப்பதை மறந்து விடு.

இயற்கையை எவ்வளவுக்கெவ்வளவு நாம் அறிந்து கொள்கிறோமோ, அவ்வளவுக்குத்தான் நம் மனம் விரிவும், திண்மையும் பெறும். மனதின் திண்மைக்கு ஏற்பவே செயல் திறம் அமையும். செயல் திறமைக்கு ஏற்ப வாழ்க்கையானது வெற்றியும், மகிழ்ச்சியும் நிரம்பியதாக விளங்கும்; மனிதனின் துன்பமெல்லாம், அவனுடைய குறையெல்லாம் - இயற்கையை 'அறியாமலும்' அல்லது அறிந்தும் அதனை 'மதியாமலும்' அவன் நடந்து கொள்வதாலேயே தோன்றுகின்றன.

செப்டம்பர் 28

புரட்டாசி 12

## அறிவின் ஒளியிலே

இயற்கையோடு ஒத்து 'தனக்கும் பிறர்க்கும் தற்காலத்துக்கும் பிற்காலத்துக்கும், உடலுக்கும், அறிவிற்கும் துன்பம் விளையாத முறையிலும் அளவிலும் செயலாற்றி', பழிச் செயல்களை விளங்கிக் கொள்வதோடு மட்டுமின்றி முன்னம் அறியாமையால் அமைந்த பழிச்செயல் பதிவுகளையும் மாற்றிக் கொள்கிறான்.

பொருள் மயக்கமும், பாவப் பதிவுகளும் போன பின் உயிரின் நிலையென்ன? தூய்மையடைந்து விட்டது என்பதுதான். பேரறிவு, ஒளிவிடத் தொடங்குகின்றது. இந்த அறிவின் ஒளியிலே தனது மூலமாகிய மெய்ப்பொருள் நிலையை உணர்ந்து கொள்கிறான். உணர் உணர், உணர்ந்ததில் நிலைக்க நிலைக்க, அவனும் மெய்ப்பொருளாகவே விளங்குகிறான். அமைதியும் நிறைவும் பெற்றவன் தான் உண்மையான அமைதிக்கு வழிகாட்ட முடியும்.

செப்டம்பர் 29

புரட்டாசி 13

## சீவகாந்தமே மனமெனும் சிறப்பையும் பெறுகிறது

உணவிலிருந்து கிடைத்த, எல்லா தாதுக்களிலும் கலந்து ஓடிக் கொண்டிருக்கக் கூடிய நுண் துகள்களைத் தூல உடலானது தனது வித்தின் மூலம் பிரித்தெடுத்து உடலில் ஏற்கனவே ஓடிக் கொண்டிருக்கக் கூடிய உயிர்ச் சக்தியினோடு சேர்த்து விடுகிறது.

முழு உடலில் நிறைந்தும், வித்துவில் செறிந்தும் ஓடிக் கொண்டிருக்கக் கூடிய நுண் விண் கூட்டமே உயிர்ச் சக்தியென மதிக்கப்படுகிறது. உயிர்ச்சக்தி என்ற சிறப்பைப் பெற்று விளங்கும் நுண் விண் துகள்களே தங்களது சுழற்சி விரைவைக் கொண்டு சீவகாந்தத்தை விளைவித்துக் கொண்டே இருப்பதால், இந்தச் சீவகாந்தமானது பரு உடலிலும், நுண்ணுடலிலும் விளைந்து, நிறைந்து, சுழன்றோடிக் கொண்டிருக்கிறது. அந்தச் சீவகாந்தமே மனமெனும் சிறப்பையும் பெறுகிறது.

செப்டம்பர் 30

புரட்டாசி 14

## தொண்டு

இறைநிலையைப் போன்றே மனிதனும் பொது உடைமையாகிவிட வேண்டும்.

இறைநிலைக்கும் சமுதாய மக்களின் பலதரப்பட்ட மனநிலைக்கும் இடையே அறிவில் ஒளிவிளக்கமாக இருந்து கொண்டு அருள் தொண்டனாக பேரின்ப ஊற்றாக மனிதன் திகழலாம். அதுதான் “தொண்டு”.

அக்டோபர் 1

புரட்டாசி 15

## ஞானம்

‘ஞானம்’ என்றால் அறிவின் தெளிவு என்பது பொதுவான விளக்கம். அறிவையறிந்த தெளிவு என்பது சிறப்பான விளக்கம்.

‘ஞானம்’ என்பது சிறப்பாக வாழ்வதற்கேயாம். ‘ஞானத்தோடு’ அமையப்பெறும் வாழ்வுதான் அறம் காத்து வாழ்வின் அமைதியைக் காக்கும். இயற்கையின் இயல்பறிந்து, பழிச்செயல் விடுத்துச் செயல்களாற்றி அறிவில் முழுமை பெறும் வாழ்க்கை நெறியே ‘ஞானம்’ ஆகும். ஆகவே சிந்திக்கும் ஆற்றல் பெற்ற அனைவரும் ‘ஞானப் பேறு’ பெறல் வேண்டும். ஆதலால், வாழ்வில் ‘ஞானம்’ இடம்பெறும் அளவிற்கே மக்களுக்குச் சிறப்பும், இன்பமும், அமைதியும் ஏற்படுகின்றன.

எனவே, ‘ஞானம்’ என்பது வாழ்க்கை விளக்கு ஆகும். தகுதியுடையோர் ‘ஞானம்’ பெற்று வாழ்தல் வேண்டும். இயலாதோர் ஞானிகள் வழியைப் பின்பற்றி வாழ வேண்டும்.

அக்டோபர் 2

புரட்டாசி 16

## சிந்தனை

உங்களுக்கு வரக் கூடிய இன்பமோ-துன்பமோ,  
இலாபமோ-நட்டமோ, புகழோ-இகழோ,  
வரவோ-செலவோ, உங்களுடைய  
செயலிலேயிருந்துதான் பிறக்க முடியுமே தவிர, வேறு  
எங்கேயிருந்தும் வராது.

ஆகவே, தான் என்ன செய்தால் என்ன விளையும்?  
எனக்கு என்ன வேண்டும்? என்பதற்குரிய சிந்தனை  
வேண்டும். அதற்கு அகத்தாய்வு அவசியம்.

அக்டோபர் 3

புரட்டாசி 17

## பொருளாதாரம்

பொருள் வரவிற்கும் செலவிற்கும் ஒத்துப் பார்க்கும்போது வரவு மிகுதியாக இருக்க வேண்டும். வரவுக்கு மீறிய செலவோ அல்லது செலவுக்குக் குறைந்த வருவாயோ உள்ள தனி மனிதன், தனது குடும்பம், ஊர், நாடு இவற்றை ஒட்டிய கடமைகளை நிறைவேற்ற முடியாமல் மற்றவர்கள் மதிப்பை இழந்து, மற்றவர்க்கு வாழ்க்கைப் பாரமாகித் துன்பமும் அவமானமும்பட நேரும். பொருள் ஈட்டுதலை காலத்தில் கற்று, செம்மையாக உழைத்துப் பொருளீட்டல் மனித வாழ்வின் அடிப்படை அறமாகும். குறைந்தபட்சம் தனது வருமானத்தில் நூறில் ஒரு பங்கு ஒதுக்கித் தன்னலமற்ற ஈகையாக்கிப் பிறர்க்கு உதவுவது சமுதாயத்தில் அறம் வளர, அன்பு ஓங்க ஏற்ற நற்செயலாகும்.



**அக்டோபர் 4**

**புரட்டாசி 18**

## **நமக்குள் இருக்கும் இரகசியம்**

எந்த ஒரு பொருளை உணர்ந்தால், எந்த அறிவைப் பெற்றால் எல்லாவற்றையும் உணர்ந்து கொள்ள முடியுமோ, எல்லாவற்றையும் ஐயமின்றித் தெரிந்து கொள்ள முடியுமோ, அந்தப் பொருள் அறிவை அறிந்து கொள்ளக்கூடிய அறிவு எனும் பொருள். அது எங்கேயோ இல்லை. நமக்குள்ளாகவே இருக்கிறது.

எல்லாம் வல்ல இறைவனின் இரகசியமான பொருட்களை நமக்குள்ளேயே வைத்திருக்கிறான்.

அக்டோபர் 5

புரட்டாசி 19

### வள்ளலார் அருள்

‘என்று எனை இராமலிங்க வள்ளல் பெருமானார்  
எதிர் நின்று காட்சி தந்து அருளைப் பொழிந்தாரோ  
அன்று முதல் உடல் உயிரோடறிவை

அருட்பணிக்கே

அர்ப்பணித்து விட்டேன் என் வினைத்

தூய்மையாச்சு

இன்று எந்தன் மனநிலையோ வள்ளற்

பெருமானார்

எந்தச் செயல் செய்யென்று உணர்த்து வாரோ

அதுவே

நன்று எனக் கொண்டவற்றை நான் முடிக்கும்

பேற்றால்

நல்லறிஞர் பலர் எனக்கு நட்பை அளிக்கின்றார்’.

அக்டோபர் 6

புரட்டாசி 20

## மகரிசி கேட்கும் வரம்

இறைவனே உங்கள் அனைவருக்கும் அறிவாக இருக்கிறான்; உங்கள் உடல் உறுப்புகளிலே ஆற்றலாக இருக்கிறான். மக்கள் எல்லோருமே சாதனை புரியும் சித்தர்கள்.

அரூபமாகிய இறைவனைக் கேட்டுப் பெறுவது ஒன்றுமே இல்லை என்று அறிந்த நான், உருவ நிலையில் உள்ள தெய்வங்களாகிய உங்களையே நோக்கி உலகுக்கு நலமளிக்கும் வரம் கொடுக்கும்படி கேட்கிறேன். உருவத்தோடு, செயலாற்றி விளைவு பெறும் அறிவாற்றலோடு உள்ள இறைவன் ஏதுமற்றவனாகி நிற்கிறான். இனி அவனைக் கேட்பதில் பயனில்லை; அப்படிக் கேட்டுக் கொண்டிருந்தால் காலமும், முயற்சியுமே வீணாகும். எனவே, நான் மக்களை நோக்கியே கேட்கிறேன். நம் அனைவருக்கும் இன்றியமையாத தேவையை நாமே தக்கபடி செயலாற்றிப் பெற்றுக் கொள்வோம்.

அக்டோபர் 7

புரட்டாசி 21

## சினம் அடக்குதல்

சினத்தை ஒழிப்பதாக நினைத்துச் சிலர் அதை அடக்குவார்கள். அதாவது, சினத்தை எழுவிட்டு அதனை வெளிப்படுத்தாமல் தம் மனதிலேயே அடக்கிவிடுவார்கள். அது குளிப்பதாக நினைத்து சேறு பூசிக்கொள்வதற்கு ஒப்பாகும். எழுந்த சினம் வெளிப்படுமானால் எழுந்த இடத்திலும்-செல்லும் இடத்திலும் ஆக இரண்டு இடங்களிலும் தீமையைச் செய்யும்.

எழுந்த பிறகு அடக்கப்படும் சினமோ, அவ்விரண்டு பங்குத் தீமைகளையும் எழுந்த இடத்திலேயே, சினம் கொண்டவருக்கே ஏற்படுத்திவிடும். அது மட்டுமன்று, சினத்தை அடக்குவதனால் அடிக்கடி சினம் கொள்ளும் நிலை ஏற்பட்டுவிடும். நரம்புத்தளர்ச்சி, இதய பலவீனம், இரத்த அழுத்தம் மற்றும் அதனுடன் தொடர்புடைய வேறுசில நோய்களெல்லாம் சினத்தை வெளிப்படுத்துபவரைவிட, சினத்தை அடக்குபவருக்கே அதிக அளவிலும் அடிக்கடியும் வரும்.

அக்டோபர் 8

புரட்டாசி 22

## இன்றே தொடங்க வேண்டும்

நாம் சிந்தனை செய்து கொண்டே இருக்கும் பொழுது அந்தச் சிந்தனையில் தவறு வந்தால் அதைத் திருத்துவதற்குத் தயாராக இருக்க வேண்டும்.

சிந்தனையே இல்லாமல் வாழ்வது மிதந்து கொண்டிருப்பதற்கு ஈடாகும். வெள்ளம் வந்தால் நம்மை அடித்துக் கொண்டு போகும்; அவ்வளவுதான்; நாம் எங்கே போகின்றோம் என்று தெரியாது; எதைப் பிடிக்க வேண்டும் என்று தெரியாது.

இந்த நிலையிலிருந்து மாறி நல்ல வெற்றிகரமான வாழ்க்கை வேண்டும் என்றால் சிந்தனை செய்ய இன்றே, இப்பொழுதே தொடங்க வேண்டும்.

**அக்டோபர் 9**

**புரட்டாசி 23**

## **அமைதிக்கு அளவுகோல்**

மனமானது உயிர், உடல் இவற்றோடு எந்த அளவுக்கு ஒற்றுமையாக இயங்குகின்றதோ அந்த அளவுக்குத் தான் மனிதனின் அமைதி நிர்ணயிக்கப்படுகிறது...



அக்டோபர் 10

புரட்டாசி 24

## மாற்றவேண்டிய சூழ்நிலைகள்

மனித இனம் தொல்லையில்லாமல் வாழ வேண்டுமானால், இன்று உலகில் உள்ள சூழ்நிலைகளில் பலவற்றை மாற்றியமைக்க வேண்டும்.

செல்வம், உற்றார் என்ற இந்த இரண்டு வகைகளும் இல்லாமலே செய்து கொள்ளலாம். இன்று மனிதர் வாழ்வில் குறுக்கிடும் பல சந்தர்ப்பங்களையும் மாற்றி அமைத்துக் கொள்ளலாம். இவ்வகை மாறுதல்களைச் செய்ய வேண்டுமானால், உலகில் பல அறிவாளிகள் ஒன்றுபட்டு முயற்சித்தால், முடியாதது அல்ல. இந்த பணம், உற்றார், சந்தர்ப்பங்கள் அறிவு எனும் நாலு வகை சூழ்நிலைகளையும் மாற்றியமைத்து விட்டால், வாழ்க்கைத் தொல்லை அறவே மறந்து விடும்.

மனிதன் உற்பத்தி செய்துகொண்டவற்றில் பணம் ஒன்றுதான் நச்சுக்கு ஒப்பானது. அதை முதலில் முறித்து விட்டால், மற்றும் உள்ள எத்தனையோ சிக்கல்கள் அத்துடன் மறைந்து போகும்.

அக்டோபர் 11

புரட்டாசி 25

## புதிய பண்பாடு

புதியதொரு பண்பாடு உலகுக்கு வேண்டும்  
போதை, போர், பொய், புகை ஒழித்து  
அமுல்செய்வோம்.

அதிகசுமை ஏதுமில்லை;

1. அவரவர்தம் அறிவின் ஆற்றலினால்  
உடல்உழைப்பால் வாழ்வதென்ற முடிவும்;
2. மதிபிறழ்ந்து மற்றவர்கள் மனம்உடல் வருத்தா  
மாநெறியும்;
3. உணவுக்குயிர் கொல்லாத நோன்பும்;
4. பொதுவிதியாய்ப் பிறர் பொருளை, வாழ்க்கைச்  
சுதந்திரத்தை போற்றிக் காத்தும்;
5. பிறர் துன்பம் போக்கும் அன்பும் வேண்டும்.



அக்டோபர் 12

புரட்டாசி 26

## ஆன்மீக வாழ்வு

பழக்கத்தின் வழியே நாம் சிக்கி, தேவை, பழக்கம், சூழ்நிலையின் கட்டாயம் 'நிர்பந்தம்' இந்த மூன்றினாலும் உந்தப்பட்டுச் செயல் செய்து கொண்டிருக்கிறோம்.

இவற்றிலிருந்து விளக்கம் பெற்று, விளக்கத்தின் வழியே நாம் வாழ்க்கையை மாற்றி அமைக்க வேண்டுமானால் உடனடியாக விளக்கம் வராது, பழக்கத்திலிருந்து உடனடியாக மாறிவிடவும் முடியாது. முறையான பயிற்சி வேண்டும்; விளக்கத்திலேயும் பயிற்சி வேண்டும். அப்படி விளங்கிக் கொண்டபிறகு நாம் எங்கே இருக்கிறோம், எங்கே போக வேண்டும், அதிலுள்ள வேறுபாடு, தூரம் என்ன என்பதைக் கண்டு, படிப்படியாகத் தன்னை மாற்றி உயர்த்தி அந்த இடத்தை அடைய வேண்டும். அத்தகைய திருப்பம் எதுவோ அது தான் பக்தி மார்க்கம், ஞான மார்க்கம் எனப்படும் ஆன்மீக வாழ்வு ஆகும்.

**அக்டோபர் 13**

**புரட்டாசி 27**

### **உலக சரித்திரம்**

பொருள், ஆட்சி, மதம் மூன்றும் ஒன்றோடொன்று  
போய்ச் சேர்ந்து ஒத்துழைத்துத் தலைவருக்கு  
பொருள், புகழ், செல்வாக்கு அளித்துயர்த்தும்  
போக்கினால் பேராசை கொண்ட பேர்கள்  
பொருள், ஆட்சி, மதம் என்ற துறைகள் மூன்றின்  
பொறுப்புள்ள தலைவராக முந்து கின்றார்;  
பொருள், ஆட்சி, மதம் என்ற தலைமை நாடிப்  
போரிட்ட நிகழ்ச்சிகளே சரித்திரங்கள்.

அக்டோபர் 14

புரட்டாசி 28

### சிக்கல்கள் குறைய

வறுமை, நோய், கடன், குடும்பத்தவர்களோடு கருத்து வேறுபாடு, பேராசை, பொறாமை, தனது அல்லது தனது சுற்றத்தாரின் மரணத்தைப் பற்றிய அச்சம். பொருள், செல்வாக்கு, புகழ் இவற்றின் இழப்பு இவற்றால் கவலைப்படுவோர் எண்ணிறந்தோர்.

வறுமையையும், கடனையும் முயற்சியாலும், சிக்கனச் செயலாலும் தான் தீர்க்க முடியும். நோயைச் செயலொழுக்கம், மருந்துண்ணல் என்பனவற்றால் தான் போக்க முடியும். கருத்து வேறுபாடுகளைக் காரணமறிந்து விட்டுக் கொடுத்தும், விளக்கம் கூறி மனநிறைவை ஏற்படுத்தியும் தான் தீர்க்க வேண்டும். பேராசை, பொறாமை என்பனவற்றின் விளைவறிந்து நிறைமனம் பெற்றுத் தான் அவற்றைப் போக்க வேண்டும். பொருள், செல்வாக்கு, புகழ் இவற்றின் இழப்பை முயற்சியாலும் ஒழுக்கத்தாலும் சமுதாய நலத் தொண்டாலும் தான் ஈடுகட்டிக் கொள்ள வேண்டும்.

அக்டோபர் 15

புரட்டாசி 29

## மதமும் விஞ்ஞானமும்

விஞ்ஞான ஆராய்ச்சியின் மூலமாக அந்தக் கடவுள் தன்மையானது இந்தப் பிரபஞ்சத்தை எந்த முறையிலே நடத்துகிறது என்பதையும், அதன் இயக்கம், நோக்கம் எல்லாவற்றையும் தெரிந்து கொள்ள வேண்டும். அது தெரியாமல் அப்படியே பழைய கருத்துக்களையே வைத்துக் கொண்டால் மீண்டும் மனித அறிவு முன்னேற்றத்தில் முரண்படும்.

இப்பொழுது நம் உடலில் இந்த மாதிரி நடக்கிறது என்று சொன்னால் அது கடவுளால் நடக்கின்றது என்று சொல்லி விட்டால் போதாது. அந்தக் கடவுள் இந்த அணுவுக்குள்ளும் எம்மாதிரியாக இருந்து கொண்டு அதை நகர்த்துகிறான், சுற்றுகிறான், விளங்குகிறான் அல்லது தோற்றப் பொருட்களைக் கூட்டுகின்றான், குறைக்கின்றான் என்பதை தெரிந்து கொள்ளும் அளவுக்கு ஒரு அறிவு இக்காலத்தில் வளர வேண்டும்.

அக்டோபர் 16

புரட்டாசி 30

## வெற்றி - மகிழ்ச்சி - அமைதி

உனக்கு முன்னும் பின்னும் சூழ்ந்தும், ஊடுருவியும், செயல் ஆற்றிக் கொண்டிருப்பது இயற்கையின் பேராற்றல். இது அணுமுதற் கொண்டு அண்டம் ஈறாக ஒழுங்கு தவறாமல் இயங்கிக் கொண்டிருக்கிறது. மனிதன் செயல் ஒவ்வொன்றுக்கும் தக்க விளைவை இன்பமாகவோ, துன்பமாகவோ அளித்துக் கொண்டிருக்கிறது. இந்த உண்மையை மறவாதே. இப்பேராற்றலை மதித்து உனது செயலில் அளவு, முறை, ஒழுங்கு இவற்றைக் கடைப்பிடி. இதுவே உயர்ந்த தெய்வ வழிபாடாகும்.

அப்பேராற்றலோடு இணைந்த மனம், உணர்ந்து நம்பிக்கை கொண்ட மனம் என்றும் வெற்றியும் மகிழ்ச்சியும் அமைதியும் பெற்று நிறைவு நிலையில் இருந்து வரும். பிறவியின் நோக்கமும் ஈடேறும்.

**அக்டோபர் 17**

**புரட்டாசி 31**

### **மதச்சடங்கு**

அறிவு உண்மையான இறைநிலையை உணரும் வரைதான் மதச்சடங்கு. மதச் சின்னங்கள் தேவைப்படலாம்.

உணர்ந்தபின் அவை எல்லாம் தேவையற்றதாகி விடும்.

கட்டிடம் கட்டும்வரை தான் சாரம் தேவை. கட்டிமுடிந்தபின் சாரம் தேவையில்லை.



அக்டோபர் 18

ஐப்பசி 1

## செயல் விளைவு

ஒவ்வொரு செயலுக்கும் தக்க விளைவு உண்டு என்பது இறைநீதியாகும்.

எண்ணம், சொல், செயல் என்ற மூன்றாலும் மனிதன் செயல் புரிகிறான். அவற்றுக்கான விளைவு நான்கு வகைகளில் வெளிப்படும். அவை இன்பம், துன்பம், அமைதி, பேரின்பம் என்பனவாம்.

எனவே, தனக்கு என்ன வேண்டும்? அதை எந்தச் செயல் மூலம் முறையாகப் பெறலாம்? என்று எண்ணி, உரிய முறையில் செயலாற்றி வேண்டிய பெருமைகளைப் பெற்று வாழ்வில் இன்பமாக வாழ்வதே செயல் விளைவுத் தத்துவம்.

அக்டோபர் 19

ஐப்பசி 2

## அரசியல்

பொதுவாக எல்லோருக்கும் வாழ்க்கையின் இன்பத்தைப் பாதுகாக்கவும், அதிகரிக்கவும், துன்பத்தைக் குறைக்கவும் - போக்கவும், திட்டமிட்டுச் செயலாற்றவும், தனி மனிதனால் ஆகாத காரியத்தைப் பலரின் சக்தி கொண்டு நிறைவேற்றவும், பலமுடையான் பலமில்லானைத் துன்புறுத்தாதபடி பாதுகாக்கவும், ஏற்படுத்திக் கொண்ட கூட்டு வாழ்க்கை ஒப்பந்தமே - கட்டுப்பாடு விதிமுறைகளே அரசியல்.



அக்டோபர் 20

ஐப்பசி 3

## ஞான நெறி

வாழ்வில் 'மனம்' தான் மிகவும் மதிப்புடைய ஒன்றாகும். மனமே உயிரின் படர்க்கை ஆற்றல்தான். உயிரோ மெய்ப் பொருளின் இயக்கச் சிறப்பாகும். மனம், உயிர், மெய்ப்பொருள் என்ற மூன்றும் மறை பொருள்களாகும். இவை நிலையால் வேறுபாடாக இருக்கின்றனவே தவிர பொருளால் ஒன்றேயாகும். இந்த மறை பொருள்களின் இருப்பு, இயக்கம், விளைவுகள் இவற்றை உணர்வதற்கு பின்பற்றும் மனவளக்கலையினை அகத்தவம் என்றும் யோகம் என்றும் வழங்கப்படுகிறது. மனதின் மூலம் நோக்கி ஆராயும் பயிற்சியினை 'யோகம்' என்றும், ஆராய்ந்த பின் கண்ட விளக்க வழியில் வாழ்வை நடத்தும் நெறியினை 'ஞானம்' என்றும் வழங்குகிறோம். விளைவறிந்த விழிப்போடு ஒழுக்கம், கடமை, ஈகை என்ற மூன்று செயல் வழிகளையும் நன்கு பழகி அவற்றிலிருந்து வழுவாது தானும் சிறப்போடு வாழ்ந்து பிறரையும் வாழ வைக்கும் விளக்க வழி வாழ்வே 'ஞான நெறியாகும்

அக்டோபர் 21

ஐப்பசி 4

## மனம் வெளுக்கும் மருந்து

நமது மனதின் பதிவுகளுக்குள்ளாக உள்ள நமக்குத் தேவையானது, தேவையில்லாதது எல்லாம் மெளனத்தில் உட்காரும் போது வெளியில் வரும். இதில் எது எது நமக்கு தேவையில்லாதது, துன்பம் செய்வது என்பதைத் தெரிந்து கொண்டு, அதையெல்லாம் குறித்துக் கொள்ளுங்கள்.

“இந்த இந்தச் செயலைத் திருத்திக் கொள்வேன், இவரது பேரில் விரோதம் இருக்கிறது, அது தேவையானா? தேவையில்லை” எனக் கண்டு அவர்களை நினைக்கும் போதெல்லாம் வாழ்த்திக் கொண்டே இருந்தால் இரண்டு, மூன்று நாட்களுக்குள்ளாக அந்த விரோதமே இருக்காது.

அம்மாதிரியான எண்ணங்களால் ஏற்பட்டுள்ள பதிவுகள் எத்தனை வைத்திருக்கிறீர்களோ, அதை எல்லாம் எடுத்து வழித்து எறிந்து விட வேண்டும். அப்போது மனம் தூய்மையாக இருக்கும். மறுபடியும் அதே பதிவுகள் எண்ணத்தில் மேலோங்கி வந்தால், மறுபடியும் சங்கல்பங்களைப் போட்டு சரிப்படுத்திக் கொள்ளலாம்.

அக்டோபர் 22

ஐப்பசி 5

## சினமாக மாறாத தகைமை மனத்திற்குக் கிடைக்கும்

கோபமோ மனத்தின் அடித்தளமான உயிராற்றலுக்கு, அது விரைந்து விரைந்து செலவாகும் வேகத்தைக் கொடுத்து விடுகிறது. எனவே கோபம் கொள்ளும் மனத்தினால் ஓடுங்கி நின்று தவமியற்ற இயலாது. முக்கியமாக மனம் தன் சுயநிலையாகிய சுத்தவெளியை, தெய்வநிலையை எட்டாது. 'உலக சமுதாய சேவா சங்கத்தில்' சினத்தை ஒழிக்க நடைமுறையில் வெற்றியடையத்தக்கதொரு பயிற்சித் திட்டம் உள்ளது. நாம் 'குண்டலினி யோகமாகிய' 'மனவளக்கலையை' பயின்று, மனம் ஓடுங்கி ஓடுங்கி நின்று தவமியற்றிப் பழகி பழகி, அதன் மூலம் தான் இந்தச் சினத்தை வெல்லும் திறன் மனத்திற்குக் கிட்டும். அதனால்தான் அறுகுணச் சீரமைப்பையும் துரியாதீத தவத்தையும் நாம் ஒன்றாக இணைத்து வைத்திருக்கிறோம். இறைநிலையோடு கலந்து பழகித் தவமியற்ற - தவம் இயற்றத்தான் 'சட்டென்று விரிந்து சினமாக மாறாத தகைமை மனத்திற்குக் கிடைக்கும்'.

அக்டோபர் 23

ஐப்பசி 6

## அனாவசியமான கற்பனையும் எதிர்பார்ப்பும் வேண்டாம்

கடவுளிடம் போய், 'ஐந்து தேங்காய்கள் உடைக்கிறேன். அந்த வேலையை முடித்துக் கொடு' என்று கேட்கிறோமே! இந்த வியாபார நுணுக்கம் எல்லாம் அவனுக்குத் தெரியாது. 'ஆயிரம் கோடி தேங்காய்களை உற்பத்தி பண்ணுபவன் நானாக இருக்கிறேன். ஒவ்வொரு தேங்காயிலும் அணுவாக இருப்பவன் நானாக இருக்கிறேன். ஐயோ பாவம்! இவர் எனக்குத் தேங்காய் கொடுக்கிறாராம்...!' என்று தான் எண்ணுவானே தவிர, ஒரு தேங்காயாக இருந்தாலும் ஆயிரம் தேங்காய்களாக இருந்தாலும் நமது வாய்க்குத்தான் தேங்காயே தவிர, கடவுளுக்கு 'அதைக் கொடுக்கிறேன். இதைக் கொடுக்கிறேன்' என்று பேரம் பேசுவது உதவாது. அனாவசியமான கற்பனைகள் ஏமாற்றத்தைத் தான் வாழ்க்கையில் உண்டாக்கும். அதை எல்லாம் விட்டு விட்டு, இன்றிலிருந்து செய்ய வேண்டியதைச் செய்தால் பெற வேண்டியதைச் சரியாகப் பெறலாம்.

அக்டோபர் 24

ஐப்பசி 7

## உலகநல வேட்பு

உலகிலுள்ள பொறுப்புடைய தலைவ ரெல்லாம்  
உயிரறிவை உள்ளுணர்வாய்ப் பெறுதல்  
வேண்டும்.

உலகனைத்து நாடுகளின் எல்லைக் காக்க,  
ஒருலக கூட்டாட்சி வலுவாய் வேண்டும்.

உலகில் போர் பகை அச்சமின்றி மக்கள்

உழைத்துண்டு, வளம்காத்து வாழ வேண்டும்.

உலகெங்கும் மனிதகுலம், அமைதி என்னும்

ஒருவற்றாத நன்னிதி பெற்றுய்ய வேண்டும்

அக்டோபர் 25

ஐப்பசி 8

## சிறுவர்கட்கே விளையாட்டு

ஒவ்வொருவரும் ஏதேனும் தொழில் செய்து வாழ ஏற்றவாறு உடல் உறுப்புகள் வலிவு உடையதாகவும் எக்கோணத்திலும் இயங்கக் கூடியதாகவும் பழக்கும் பயிற்சியே உடற்பயிற்சியாகும்.

சிறுவர்களுக்கு விளையாட்டினால் நற்பண்பு, ஒற்றுமை, ஒழுக்கம், பரந்த மனப்பான்மை, தொழில் திறமை, நினைவாற்றல் ஆகிய நற்குணங்கள் உண்டாகின்றன.

பெரியவர் விளையாட்டினால் பொறாமை, சூதாட்டம், காலவிரயம், பொருள் உற்பத்திக் குறைவு ஏற்படுகின்றன.

அக்டோபர் 26

ஐப்பசி 9

## கொன்றால் பாவம் தின்றால் போச்சு

ஆடு, மாடு, கோழி போன்ற உயிரினங்களுக்கும் 5 உணர்வுகள் உண்டு. அவை அனைத்தையும் கருமையத்தில் சேமித்துக்கொண்டே வரும். பலியிடப்படும் உயிரின் கடைசி மரண உணர்வுகளும் கருமையத்தில் பதிவாகும். அதே வேகத்தில் அதன் உடலின் ஒவ்வொரு பகுதியிலும் பதிவாகும்.

நீங்கள் அந்த உணர்வுள்ள உயிரினத்தினை புசிக்கும்போது அந்தப் பதிவுகள் நீக்கம் பெற்றிருக்காது. ஏனெனில் அனைத்தும் அலைவடிவிலேயே இருக்கும். அதன் காரணமாக அவற்றின் பதிவுகள் உங்களுள்ளும் இறங்கி பாவப்பதிவாக உங்கள் கருமையத்திலும் பதிவாகும்.

அக்டோபர் 27

ஐப்பசி 10

## தம்பதியர் பயிற்சி

குடும்பத்தில் கணவன் மனைவி இருவருமே குண்டலினி யோகப் பயிற்சியை ஏற்றுப் பழகுவதனால் வாழ்வில் பல நன்மைகளைப் பெறலாம். பால் உணர்ச்சி வேட்பு இவற்றில் சமநிலை, அறுகுணச் சீரமைப்பு, ஒருவரையொருவர் புரிந்து கொண்டு ஒத்தும் உதவியும் வாழ்தல் இவை அனைத்தையும் குண்டலினி யோகத்தால் பெறவும் காக்கவும் முடியும்.

பிறக்கும் குழந்தைகள் தரமுடையனவாக இருக்கும். பிறந்த குழந்தைகளை வளர்ப்பின் முறையறிந்து வளர்ப்பதால் குடும்பத்திற்கும் சமுதாயத்திற்கும் நலமளிப்பவர்களாக அவர்கள் சிறப்படைவார்கள். சுருங்கச்சொன்னால் குண்டலினி யோகம் பயிலும் ஒவ்வொருவரும் குடும்பத்திற்கும், ஊருக்கும், நாட்டிற்கும், உலக சமுதாயத்திற்கும் அறிவின் நலமளிக்கும் சுடராக, ஆன்மீக ஒளியைப் பரப்பும் நல்விளக்காகத் திகழ்வார்கள். யோகப் பயிற்சியின் மூலம் உடலையும் உயிரையும் அறிவையும் மேலான நிலையில் வைத்துக் கணவன் மனைவி மகிழ்ச்சியோடும் நிறைவோடும் வாழ முடியும்.



அக்டோபர் 28

ஐப்பசி 11

## யாருக்கு எதிர்ப்பு வருகிறது?

சடங்கு சம்பிரதாயங்களில் ஊறிப் போயிருப்பவர்களுக்கும், கெடுதல்களையே வாழ்வின் வளமாக மாற்றிக் கொண்டிருப்பவர்களுக்கும்தான் எதிர்ப்பு வருகிறது. இறைநிலை எங்கும் நிறைந்தது, அருபமானது என்று அடையாளம் கொடுத்து இருக்கிறார்கள். அதை உணரலாம் அல்லவா?

என்னை ஒரு முஸ்லீம் கூட்டத்திற்கு வரவழைத்துப் பேசச் சொன்னார்கள். “நான் பேசினேன். அப்போது ஒரு பெரியவர் சொன்னார், நான் முகம்மது நபியைப் பார்த்தது இல்லை. நீங்கள் அவருடைய கருத்துக்களையே பேசும்போது நபியைப் பார்ப்பது போலிருக்கிறது” என்றார். நான் சொன்னேன், “கிருத்துவ மதத்தைச் சேர்ந்த ஒருவர் என்னைப் பார்த்தால் என்ன சொல்வார்? நீங்கள் சொல்வதையேதான் அவரும் சொல்வார்”.

அக்டோபர் 29

ஐப்பசி 12

## அன்பே கடவுள்

இங்கே வந்து வாழ்கிறான் பாருங்கள். அவனே கடவுள்தான். வாழ்பவர்களே கடவுள்தான் என்பதால், வாழும் மக்களிடத்தில் நம் எண்ணம், சொல், செயல் மூலம் அன்பு செலுத்துவோமேயானால், அதுவே கடவுளுக்கு நாம் செய்யக் கூடிய தொண்டு.

நம்மிடம் இருந்து இதைத் தவிர கடவுள் எதையும் எதிர்பார்க்கவில்லை. கடவுளுக்கு எதுவும் தேவையில்லை.

**அக்டோபர் 30**

**ஐப்பசி 13**

### **எல்லோருக்கும் நல்லவர்களாக**

குறை கூறுதல் (Comments), கட்டளையிடுதல் (Commands), வற்புறுத்துதல் (Demands) என்ற மூன்றையும் ஒழித்துவிட்டோம் என்று சொன்னால் நாம் எல்லோருக்கும் நல்லவர்களாக மாறி விடுகிறோம். உலகமே நமக்கு நட்பாக மாறி விடும்.

அந்த முறையில் நம்மை மாற்றியமைத்துக் கொண்டால்தான் அமைதி வரும். வேறு எந்த வகையிலும் பிறரைப் பயமுறுத்தி, வேண்டி, அமைதியைப் பெற முடியாது.

அக்டோபர் 31

ஐப்பசி 14

## நான்கு வினாக்கள்

இளம் வயதிலேயே என்னுள்ளத்தில் நான்கு வினாக்கள் எழுந்தன. அவற்றிற்கு விடை காண்பதே எனது பிறவியின் நோக்கம் என்பது போன்ற உணர்வோடு சிந்தனைச் சுடரிலே என் வாழ்நாட்களைச் செலவிட்டேன். வெற்றி கிடைத்தது.

முதல் வினாவாகிய “தெய்வம்” தெளிவாக உணரப் பெற்றேன். அது எல்லாப் பொருள்களிலும் எல்லா உயிர்களிடத்திலும் அறிவு மயமாக ஒளிவிட்டுக் கொண்டிருக்கும் உண்மை உணர்ந்து கொண்டேன். மூன்றாவது வினாவாகிய “அறிவு எது?” என்பதையும் ஆராய்ந்து அறிந்து கொண்டேன். உண்மையிலேயே விஞ்ஞான வளர்ச்சி பெற்ற இக்காலத்தில் பொருட்கள் நிரவி வராமல் தேங்கியும் அவசியமற்ற பொருட்கள் பெருக்கமும் அவசியமான பொருட்கள் மீது அலட்சியமும் ஏற்பட்டுப் பொருள் வறுமை போன்ற ஒரு மயக்க நிலை உருவாகி நிலைத்து வருகிறது என உணர்ந்து கொண்டேன்.

நவம்பர் 1

ஐப்பசி 15

## குடும்ப நல வாழ்த்து

ஒவ்வொரு நாளும் காலையில் இருந்து மாலை வரையில் உங்கள் குடும்பத்தில் உள்ளவர்களை இருபத்தைந்து தடவை வாழ்த்தினால் ஒரு மாதத்திலேயே குடும்பத்தில் நல்லபடியான சூழ்நிலை உருவாவதைக் காணலாம்.

நமக்குத் தீமை செய்தவரையும் ஏன் வாழ்த்த வேண்டும் என்றால், 'அவர் அறியாமையினாலேயே தான் அவ்வாறு செய்தார், நம்முடைய கர்மச் சூழையின் விளைவு அவரைத் தீமை செய்ய இயக்கியது, எனவே அவர் தீமை செய்தார், அவருக்கு உள்ளாக இயங்கிக் கொண்டிருப்பதும் எல்லாம் வல்ல முழுமுதற் பொருளே. எனவே, அவரை மனதார வாழ்த்தி எனது தீய பதிவு ஒன்றை அகற்ற உதவிய அவருக்கு நன்றியும் செலுத்துவேன்', என்ற தத்துவ விளக்கம் நம் செயலுக்கு வந்து இயல்பாகிவிட்டதென்றால், நாம் ஆன்மீகப் பாதையில் திடமாக முன்னேறிச் செல்கிறோம் என்பதற்கு அதுவே அறிகுறியாகும்.

நவம்பர் 2

ஐப்பசி 16

## நட்பு

உலகத்திலேயே நட்பு மிகமிகச் சிறந்தது;  
பயனுடையது;

அதிலே கணவன் - மனைவி நட்பைப் பற்றிச்  
சாதாரணமாகச் சொல்ல முடியாது.

அத்தகைய நட்பு எந்தவிகிதத்திலும்  
மேலானதாகவும், மேன்மையுறவும், வளர்ச்சி  
பெறவும், வலுப்பெறவும் இரண்டு பேருடைய  
வாழ்க்கையும் தூய்மையானதாகவும்,  
மேன்மையுடையதாகவும் இருக்க வேண்டும்.

நவம்பர் 3

ஐப்பசி 17

### விசித்திர லோகம்

நம்முடைய மனமே நாம் பெற்றுள்ள ஒரு அரும்பெரும் பொக்கிஷமாகும். அதை எப்படி நாம் பயிற்றுவிக்கிறோமோ அப்படியெல்லாம் அது விரிந்தும் சுருங்கியும் சிறப்போடும் செயல்படும். அணு அளவுக்கு சுருங்கவும் உலகளவுக்கு விரியவும் பேராற்றல் பெற்றது தான் நம் மனம். அதை நாம் எந்தெந்த நிலையில் வைத்து அனுபவிக்கிறோமோ அந்தந்த நிலைக்கேற்ப அமைதியும் மகிழ்வும் கிட்டும் அவ்வளவு தான்.

தவத்தால் இடம்தான் மாற்றம் அடைகிறதே ஒழிய செயல்படுவது ஒரே மனம் தான். நம் மனம் பேராற்றல் களத்தோடு ஒன்றுபடும்போது பேராற்றலோடு கூடி பேரின்பம் பெறுகிறது. விரிந்து புறமனமாக புலன்வழி செல்லும் போது அதற்குண்டான இன்ப துன்ப அனுபவங்களைப் பெறுகிறது. இதுதான் இந்த மனதின் விசித்திரமாகும். எனவே தான் இதை Wonderland - விசித்திர லோகம் என்கிறோம்.

**நவம்பர் 4**

**ஐப்பசி 18**

## **சொர்க்கம்**

உயிர் விளக்கம் பெற்றால் உயிரைப் பற்றியும்  
சீவகாந்தம் பற்றியும் விளக்கம் உண்டாகும்.

இதனால் தீய வினைப் பதிவுகளைத் திருத்தி  
இன்பமும் அமைதியும் காணலாம்.

ஆகையால் உயிர் உணர்ந்த அறிவு நிலையை சுவர்  
அகம் (சொர்க்கம்) என்பார்கள்.





நவம்பர் 5

ஐப்பசி 19

## இன்பச் சோலையாக மாறிவிடும்

திறமையின்மை, அச்சம் இவையிரண்டும் கவலைகளைப் பெருக்கும் மன நிலைகளாகும்.

மனதின் விழிப்பு நிலை பிறழ்ந்த மயக்க நிலையும், இயற்கையின் ஒழுங்கமைப்பை அறியாமையும், எளிதில் தீர்வுகாணத்தக்க கூர்மை அறிவை வளர்க்கும் சிந்தனைப் பயிற்சியின்மையும் திறமையின்மையாகும். மாறாத இயற்கை விதிகளை உணர்ந்து கொள்ளல், சமுதாய ஒழுங்கமைப்பைப் புரிந்து, மதித்து வாழ்தல், தன்னிலை விளக்கம் பெற்றுப் பிறவியின் லட்சியத்திற்கு ஒத்த இசைவான வகையில் வாழ்க்கை நடைமுறைகளை அமைத்துக் கொள்ளல் என்ற அறிவுடைமை வந்துவிட்டால் தானே சிக்கல்களைத் தோற்றுவித்துக் கொள்ளாத தகைமை கிடைக்கிறது. சிக்கல்கள் இல்லாமல் போகவே, துன்பமுமில்லை கவலையுமில்லை என்றாகி வாழ்வே ஓர் இன்பச் சோலையாக மாறிவிடும்.

நவம்பர் 6

ஐப்பசி 20

### உண்மையான துறவு யாது?

ஒரு அன்பர் கேட்டார் : 'எல்லாவற்றையும் துறந்தால் தான் ஞானம் வரும் என்று சொல்கின்றார்களே !,' என்றார். சரி, துறந்துவிட்டால் எங்கே போவீர்கள் என்று கேட்டேன். பதில் இல்லை. இந்த உலகத்தின் மேல்தான் இருக்கப் போகின்றீர்கள். பசி எடுத்தால் என்ன செய்யப் போகிறீர்கள்? உணவைத் தானே நாட வேண்டும்? அப்படியென்றால் எதைத் துறந்ததாக அர்த்தம்? இருக்கின்ற இல்லத்தைவிட்டு இன்னொரு வீட்டுக்கோ விடுதிக்கோ சென்றால் என்ன மாற்றம்? இங்கு அதிகாரத்தோடு உணவு கேட்டதை விட்டு அங்கு பிறர் தயவை நாடிக் கையேந்தி வாங்க வேண்டியது தானே தவிர வேறு என்ன விளையும்?

துறவு என்றால் அது அல்ல. அளவு முறை அறிந்து ஒழுகும் போது துறவு தானாக அமைந்து விடும்.

நவம்பர் 7

ஐப்பசி 21

## காலத்தை வென்றவன்

பிறந்து, வளர்ந்து, வாழ்ந்து முடிந்து கொண்டேயிருக்கும் குறுகிய ஆயுட் காலத்தையுடைய தனி மனிதனுக்கு நல்வாழ்வை அளித்துக் காப்பது நீண்ட ஆயுளையும் விரிந்த எல்லையுமுடைய மனித சமுதாயமே. அதில் அமைந்த நன்மைகளை எல்லாம் துய்த்து இன்புறும் ஒவ்வொரு தனி மனிதனும், அந்தச் சமுதாயத்தின் நலம் காத்துத் தான் நலம் பெற வேண்டும். பொருளும், அருளும், ஆட்சியையும் மனிதனைக் காக்கும் அரண்கள்.

பொருள் துறைக்கும் அருள் துறைக்கும், ஆட்சித் துறைக்கும் ஒரு மனிதன் ஆற்றும் தொண்டு அவை சிறப்புற்று ஓங்க, தனி மனிதன் எடுக்கும் முயற்சியும் செயலும் கோடான கோடி மக்களுக்கு நீண்ட காலத்திற்கு, வாழ்வில் வளம் தரும் ஊற்றாகும். அத்தகைய அறிவால், செயலால் ஒரு தனி மனிதன் உலக மக்கள் உள்ளத்தில் காலத்தால் மறக்க முடியாத நீங்கா நினைவைப் பெறுகிறான்.

நவம்பர் 8

ஐப்பசி 22

### வளமான வாழ்க்கை

உடலுக்குக் கொடுக்கக் கூடிய உடற்பயிற்சியும், மனதிற்குக் கொடுக்கக்கூடிய தியானப் பயிற்சியும் இந்த இரண்டுமே உடலையும் உள்ளத்தையும் சுத்தப்படுத்தி, தூய்மைப்படுத்தி, மேன்மைப்படுத்தி மறுபடியும் மறுபடியும், மேலும்மேலும் நல்ல முறையிலே உபயோகித்து, வாழ்க்கையை வாழ்வாங்கு வாழ்வதற்கு உரிய வழிகளாகும்.



நவம்பர் 9

ஐப்பசி 23

## இல்லற மலர்ச்சி

கணவன் மனைவி இருவருமே ஒருவருக்கு ஒருவர் இறைவனே என்னுடைய மனைவியினுடைய வடிவத்திலே வந்து எனக்கு உறுதுணையாக இருக்கிறாள் என்று எண்ணவும், இறைவனே எனக்குக் கணவன் என்ற உறவிலே வந்து உறுதுணையாக அமைந்திருக்கிறான், என்னுடைய வினையின் பயனாக ஏதோ ஆங்காங்கு சில துன்பங்கள் வந்தாலும் அதை நாம் போக்கிக் கொள்ள வேண்டும் என்ற அளவிலே, இரண்டு பேருமே ஒருவரிடத்திலே ஒருவர், உண்மையான தெய்வநிலையைக் காணக் கூடிய அளவிலே, தெய்வப் பிரசன்னத்தை அறியும் அளவிலே மனதை உயர்த்திக் கொண்டீர்களேயானால் இல்லற வாழ்க்கையிலே இதுவரை நீங்கள் அனுபவித்திராத ஒரு மலர்ச்சி உண்டாகும்.

நவம்பர் 10

ஐப்பசி 24

### வளர்ச்சிப்படிக்கள்

அறிவின் வளர்ச்சிக்கு மூன்று படிக்கள் உள்ளன. அவை: 1) நம்பிக்கை; 2) விளக்கம்; 3) முழுமைப்பேறு (Faith, Understanding and Realisation). உடலைக் காக்கும் நெறியிலும் மூன்று ஒழுங்காற்றல் வேண்டும். அவை: 1) ஒழுக்கம்; 2) கடமை; 3) ஈகை (Morality, Duty and Charity).



நவம்பர் 11

ஐப்பசி 25

## பணிவு - கனிவு - துணிவு

பணிவு என்பதற்கு அடிமைத்தனம் என்று பொருள் கொள்ள வேண்டாம். ஒத்துப் போதல் (Co-operation) என்ற கருத்தில் சமநிலை நேர் உணர்வாகவே பணிவினைக் கருத வேண்டும்.

“கனிவு” என்பது பிறர் விருப்பத்தைக் கருணையோடும் விளைவறிந்த விழிப்போடும் நிறைவேற்றும் இரக்க உணர்வாகும்.

“துணிவு” என்பது செயலில் கொள்ளும் தன்னம்பிக்கை ஆகும்.

பணிவு, கனிவு, துணிவு மூன்றும் மனித வளத்தை உயர்த்த வல்லது. இவற்றை ஒவ்வொரு பயிற்சியின் மூலம் இயல்பாக்கிக் கொள்ள வேண்டும்.

நவம்பர் 12

ஐப்பசி 26

## சிற்றறிவு - முற்றறிவு

சூரிய ஒளியினால் சூடு பெற்றுக் கடலில் இருந்து ஆவியாகி மாறி மேகமாகி, மழையாகி எந்த இடத்தில் மழையாகப் பெய்தாலும் அந்த நீர், தனக்கு பிறப்பிடமாகிய கடலை நாடியே ஓடுவது போல . இறைநிலையில் இருந்து புறப்பட்டு பல தலைமுறைகளாக சீவன்களில் இயங்கி, மனிதனிடம் இறுதியாக வந்து இயங்கிக் கொண்டிருக்கும் சிற்றறிவு, முற்றறிவான இறைவனை நாடியே அலைகிறது.



நவம்பர் 13

ஐப்பசி 27

## நடிப்புச் சின்னம்

சினம் உதட்டில் இருக்கலாம், உள்ளத்தில் இருக்கக் கூடாது. சினம் வந்ததுபோல் வேண்டிய அளவு நடிக்கலாம். ஆவேசத்தை வேண்டுமானாலும் காட்டலாம். ஆனால், அது போலியாக இருக்க வேண்டும். மனம் மட்டும் நீர்த்தளம்போல் சமமாகச் சலனமற்று இருக்கட்டும்.

அது எப்படிச் சாத்தியம் என்றால் சினிமாவில் பார்க்கிறோமே, வில்லனுக்கு கதாநாயகன்மேல் என்ன கோபம் வருகிறது? உண்மையானது என்றால் கதாநாயகன் அல்லவா இறந்து போவான்? நம்மால் நடிக்க இயலாமல் இருக்கலாம். ஆனால், உண்மைச் சினத்தின் அபாயத்திலிருந்து தப்ப, நடிக்கக் கற்றுக் கொண்டுதான் ஆக வேண்டும்.

நவம்பர் 14

ஐப்பசி 28

## கருமையத்தின் தன்மை

கருமையத்தின் தன்மைகள் இயற்கை, செயற்கை என்ற இருவகையிலும் ஆறு காரணங்களால் சிறப்படைகின்றது. அவை:

1. கருவமைப்பு
2. உணவு வகை
3. எண்ணம்
4. செயல்கள்
5. அவ்வப்போது மாற்றமடைந்து கொண்டேயிருக்கும் கோள்களின் நிலை
6. தற்செயலாக ஏற்படும் மோதல் விளைவுகள் ஆகும். இவை ஒவ்வொன்றாலும் கருமையத்தின் ஆற்றலும், தன்மைகளும் மாறிக் கொண்டே இருக்கும்.

நவம்பர் 15

ஐப்பசி 29

## மனம் அமைதி பெற

‘மனித மனம் பொதுவாக ஐம்புலன் உணர்வுகளிலும் ‘இன்ப வேட்பு’, ‘துன்ப வெறுப்பு’ இவைகளில் மாத்திரம் பழகியிருப்பதால் ‘நுண்-மாண்-நுழைபுலன்’ அறிவு தெளிவாக வெளிப்படாமல் மனிதனிடம் உள்ளடக்கமாகவே இருக்கிறது.

அகத்தவச் சாதனை எனும் உளப்பயிற்சியின் மூலம் மன அலைச்சூழல் (mind frequency) விரைவைக் குறைத்து ஒரு வினாடிக்கு ஒன்று முதல் எட்டு வரையில் இயங்கும் தீட்டா, டெல்டா அலை நிலை (Wave length) கட்டு கொண்டு வந்தால் தான், நுண்-மாண்-நுழைபுலன் எனும் (Super & active Transcendental state of Consciousness) அறிதூயில் ஆழ்நிலை விழிப்பு உண்டாகும். இந்த மன நிலையில் சிந்திக்கும் போது புலனுணர்வு அலைகளால் உண்டான பதிவுகளின் அலை மோதுதலிலிருந்து மனம் விடுபட்டு இந்நிலையில் தான் மனம் அமைதியாகவும் சுதந்திரமாகவும் இயங்க முடியும்’.

நவம்பர் 16

ஐப்பசி 30

## தனித்திரு, பசித்திரு, விழித்திரு

1. எந்த வெளிப் பொருளையும், நிகழ்ச்சியையும் அறிவு நாடாமல், உன்னையே நோக்கி அது நிற்க வேண்டும் என்ற குறிப்பு 'தனித்திரு' என்பது.
2. உன் மகத்துவத்தை அறிந்து கொள்வதில் வேட்கை கொண்டிரு என்பதே 'பசித்திரு' என்பதாகும்.
3. பழைய ஞாபகங்களும், பிறர் விருப்பங்களும் உன் அறிவில் அடிக்கடி பிரதிபலிப்பதால், உன் சிந்தனை அடிக்கடி திசை மாற்றம் அடையக் கூடும். அதனால் ஆன்மீகத் துறைக்கு முரணாக நீ செயலில் ஈடுபட நேரிடக் கூடும். ஆகையால் நீ மிகவும் உஷாராக, உன் நிலையில் மாறுபாடு அடையாமல் 'விழிப்பாய் இரு' என்று வலியுறுத்திக் கூறுவதே 'விழித்திரு' என்ற வார்த்தையாகும்

நவம்பர் 17

கார்த்திகை 1

## சித்தர்கள்

‘சத்து’ என்பது மெய்ப்பொருளைக் குறிக்கும். ‘சித்து’ என்பது உயிரைக் குறிக்கும். ‘ஆனந்தம்’ என்பது மனம் பல்வேறு நிலைகளில் இயங்கிக் கொண்டிருப்பதைக் குறிக்கும்.

ஆக, ‘மெய்ப்பொருள் - உயிர் - மனம்’ இந்த மூன்று நிலைகளையும் ‘சத்து - சித்து - ஆனந்தம்’ என்றும், அவற்றைச் சேர்த்து ‘சச்சிதானந்தம்’ என்றும் வழங்குகிறோம்.

இதில் ‘சித்து’ என்ற உயிரை முழுவதும் உணர்ந்தவர்கள் சித்தர்கள். உயிரின் இருப்பை, தன்மையை, இயக்கத்தை உணர்ந்ததோடு அதை நடத்தும் வல்லமையுடையவர்கள் சித்தர்கள்.

ஆகவே, சித்தர்கள் என்றாலே உயிரை உணர்ந்தவர்கள் என்பதுதான் விளக்கம்.

நவம்பர் 18

கார்த்திகை 2

## ஆன்மசாந்தி

உடலைவிட்டுப் பிரிந்த உயிர், அந்த உடலை அடக்கம் செய்வதற்கு முன் அந்த உடலைச் சுற்றியேதான் இருக்கும்.

அதன் ஆன்மா சாந்தியடைய வேண்டி, அந்த உடல் இருக்கும் பொழுதோ அல்லது அடக்கம் செய்த பின்போ, துரியாதீதம் பயின்றவர்கள் சுமார் ஆறு பேருக்குக் குறையாமல் அமர்ந்து தவமியற்ற வேண்டும்.

முதலில் ஆக்கினை - துரிய தவமியற்றி, துவாதசாங்கத்தில் நின்று பிரிந்த ஆன்மாவைச் சங்கல்பத்தால் இணைத்துக் கொண்டு, சக்திகலத்தில் விரிந்த நிலையில் அந்த ஆன்மாவைப் பரவவிட்டு - பிரித்துவிட்டு, சிவகளம் சென்று, அந்த தூயவெளியில் மனதை தூய்மை செய்துவிட்டு தவத்தை நிறைவு செய்ய வேண்டும். இதற்குத்தான் ஆன்ம சாந்தி தவம் என்று பெயர்.

**நவம்பர் 19**

**கார்த்திகை 3**

**கடவுள் -உள்**

“கடவுளை வணங்கும் போது  
கருத்தினை உற்றுப் பார் நீ  
கடவுளாய் கருத்தே நிற்கும்  
காட்சியாய்க் காண்பாயங்கே”

உயிரின் படர்க்கை நிலையே மனமாகும்.  
மனமானது இயங்கும் போது ஜீவகாந்த சக்தி  
செலவாகிக் கொண்டே உள்ளது.

தவம் செய்யும் போது மனமானது புலன்கள்  
வழியே வெளியே செல்வது நின்று உள் முகமாகச்  
செல்கின்றது. இதனை ஆங்கிலத்தில் Feed Back என்று  
சொல்வார்கள்.

நவம்பர் 20

கார்த்திகை 4

## குரு காணிக்கை

எனக்கு ஞானாசிரியன் என்ற முறையிலும் சங்க நிறுவனர் என்ற தகுதியிலும், அன்பர்கள் ஏதேதோ அன்பளிப்புகளை ஆர்வத்தோடு, உள்ள மகிழ்ச்சியோடு அளித்து இன்பறுகின்றார்கள். பாராட்டுகிறேன், மனநிறைவோடு நன்றி செலுத்துகிறேன்....

நீங்கள் கொடுக்கும் எல்லா அன்பளிப்பிலும் மேலாக, குருகாணிக்கையாக நீங்கள் காலையில் எழுந்தவுடன் 'வாழ்க வையகம், வாழ்க வளமுடன்' என்று வாழ்த்தினால் அதுவே பெருமதிப்புள்ள காணிக்கையாகும்.

அனைத்து உள்ளங்களிலும், எழும் இவ்வொலி அலை, உலக மக்கள் மனதிலே ஊடுருவி அமைதிக்கு ஏற்ற பணிகளைச் செய்யத் தூண்டும்.



நவம்பர் 21

கார்த்திகை 5

## அறிவு

‘நான்’ அறிவு தான், ‘அறிவு’ மெய்ப்பொருளின் அருள்விரிவு மலர்ச்சிதான் என்ற உண்மை உணர்ந்தும் உணரும் ஆர்வத்துடனும் மனவளக்கலை பயிலும் அன்பர்களே!

தன்முனைப்பு எழாமலிருக்க விழிப்போடிருங்கள். நீங்கள் எண்ணியவெல்லாம் அவ்வாறே நிலைபெறும் வெற்றியை அனுபவமாகக் காண்பீர்கள்.

உங்களுக்கென உரியவை அத்தனையும் இயற்கை நிலையில் ஏற்கெனவே உள்ளன. அவற்றை யாரும் பறித்துவிட இயலாது. உங்களது மனம் பக்குவப்பட பக்குவப்பட அவை ஒவ்வொன்றாக உங்களிடம் வந்து சேரும்.

நவம்பர் 22

கார்த்திகை 6

## நட்பு கெடுவதற்குக் காரணம்

தன்முனைப்பு, பேராசை, பிறர்வளம் பறித்தல், பிறர் தேவையும், உணர்வும் அறியாமல் அல்லது மதியாமல் சுயநல உணர்வோடு குறுகிய மன நிலையில் செயல்படுதல், நன்றியுணர்வு இன்மை இவை தான் ஒருவர் வாழும் சூழ்நிலை அல்லது சமுதாயத்தில் உள்ள மக்களோடு அல்லது உறவினரோடு நட்பு கெடுவதற்குக் காரணம்.



நவம்பர் 23

கார்த்திகை 7

## நலம் புரிய வேண்டும்

உலகிலே மனித குலத்தில் நாம் பிறந்து விட்டோம். நம்மை மனித சமுதாயம் உருவாக்கி வளர்த்து வாழ வைத்து வருகின்றது.

மறைந்து போன, இன்றிருக்கும் கோடிக்கணக்கான சிந்தனையாளர்கள், உழைப்பாளிகள், அருட்செல்வர்கள் செய்த தொண்டுகள் நமது வாழ்வில் பொருள் வளமாக, அருள் ஒளியாக, ஆட்சி அமைப்பாக அமைந்து, நம்மைச் சிறப்போடு வாழ வைக்கின்றன. இவற்றால் பயன் பெற்று வாழும் நாம் ஒவ்வொருவரும் மனித சமுதாயத்திற்கு இயன்ற வரை நலம் புரிய வேண்டும்.

நவம்பர் 24

கார்த்திகை 8

## திருவிளையாடல்

நாம் என்ன செய்தாலும் அந்தச் செயலுக்கு  
எல்லாம் வல்ல மகா சக்தியாக உலகில் இயங்கிக்  
கொண்டு வரக்கூடிய முற்றிவானது  
தயவுதாட்சண்யமின்றியும், பாரபட்சமின்றியும்  
சரியாகத் தரும் விளைவுதான் அதனுடைய ஆட்சி,  
இறைவனுடைய திருவிளையாடல்.



நவம்பர் 25

கார்த்திகை 9

## உண்மை உணர்வுக்கு வழி

இறைவனைப் பற்றிய உண்மை அறிவு மறைந்து கற்பனைக் கருத்துக்கள் தான் நேற்றுவரை போதிக்கப்பட்டிருக்கின்றன. அதனால் மனித குலத்தில் ஏமாற்றமே நிலவி வந்திருக்கிறது.

காந்த தத்துவமானது விஞ்ஞான முறையில் பிரம்ம ஞானத்தை UNIFIED FORCE ஆகக் காட்டி இறைநிலையை உண்மையான முறையில் உணர்வாகப் பெற வழி வகுப்பதால் சிக்கலும், துன்பமும் இல்லாத வாழ்க்கை இனி உலக மக்கள் பெற முடியும்.

நவம்பர் 26

கார்த்திகை 10

## பாலியல் வாழ்க்கை

குண்டலினி தீட்சை எடுத்து ஒரு பத்துப் பதினைந்து நாட்களுக்கு வேண்டுமானால் உடலுறவை நிறுத்தி வைப்பது நன்மையாக அமையும். அதனால், நெற்றிக் கண்ணில் உயிர் தரும் உணர்வு சீக்கிரமாகவும், பளிச்செனவும் வெளிப்படும்.

அதன்பிறகு, மகப்பேற்றுக்கும், வாழ்க்கைத்துணையின் தேவைக்கும், தக்கவாறு சிற்றின்ப விஷயங்களை வைத்துக் கொள்ளலாம். உங்களைப் பொறுத்தவரையில் "அது" எந்த அளவு தேவை என்பதைக் காலத்தால் நீங்களே தீர்மானித்துக் கொள்வீர்கள். எனவே தவத்திற்கு இல்லற ஒழுக்கம் ஒரு பிரச்சினையே இல்லை.

நவம்பர் 27

கார்த்திகை 11

## குழந்தைப் பேறு

குழந்தைப்பேறு உண்டாவதற்கு முன்னதாகவே கணவன் மனைவி உறவு எப்படி இருக்க வேண்டும் என்பதை நமது பண்பாட்டில் நாம் வளர்க்க வேண்டும்.

ஒருவருக்கொருவர் பிணக்கு எழாது உள்ள குடும்பத்தில் தான் குழந்தைகள் நன்றாக இருக்கும். அங்கு பிணக்கு இருக்குமானால் அதில் உள்ள போராட்டம் குழந்தைகளையும் பாதிக்கும். மனம், உடல்நலம் கெட்டதாகத்தான் அமையும்.

இதை மிகவும் முக்கியமாகக் காண்கின்றபோது, கணவனும் ஒத்துழைக்கணும். மனைவியும் ஒத்துழைக்கணும். இனி ஒருத்தருக்கொருத்தர் உதவித்தான் ஆகணும் என்ற அளவிலே அவர்கள் வந்துவிட வேண்டும்.

நவம்பர் 28

கார்த்திகை 12

### யோக வாழ்க்கை

பிறந்து வந்ததன் நோக்கம் தெளிவாகி, வாழ்க்கையின் குறிக்கோள் விளங்கிவிட்டதாலே விழிப்பு நிலை அடைந்த சாதகன் பிறவியின் பெருநோக்கம் மறவாது தன் செயல்கள் அனைத்தையும் ஒழங்கு செய்து கொள்ளப் பயிற்சி பெற்றுவிடுகிறான்.

“நான் யார்” என்ற கேள்விக்கே விடை கண்டு அந்த விடையின் வெளிச்சத்திலே மனத்தூய்மை, வினைத்தூய்மை பெற்று பிறருக்கு வழிகாட்டும் அளவுக்குத் தன்னை உயர்த்திக் கொள்ளும் வாழ்க்கையே யோக வாழ்க்கையாகும்.

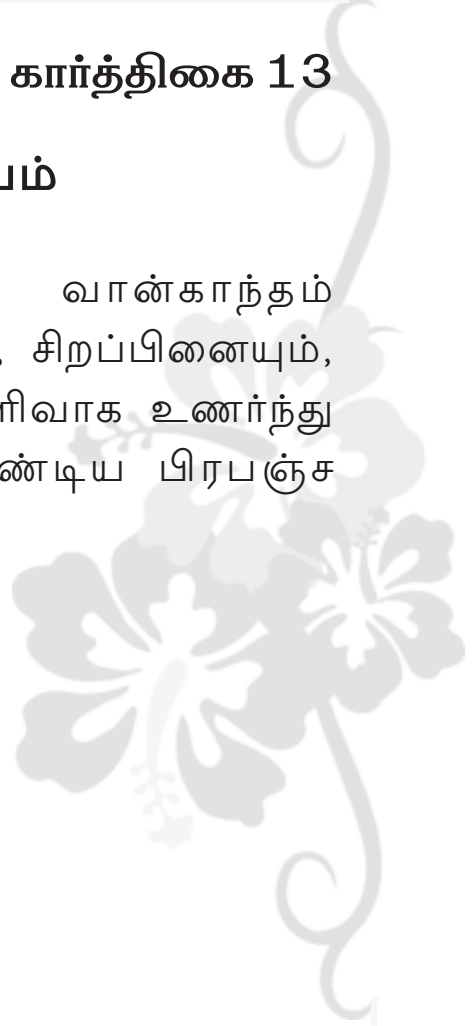


**நவம்பர் 29**

**கார்த்திகை 13**

## **பிரபஞ்ச இரகசியம்**

சுத்தவெளி, விண்துகள், வான்காந்தம்  
ஆகியவற்றின் பெருமையினையும், சிறப்பினையும்,  
தெய்வீகத் தன்மையினையும் தெளிவாக உணர்ந்து  
கொண்டால், வேறு அறிய வேண்டிய பிரபஞ்ச  
இரகசியம் எதுவும் மிச்சமில்லை



நவம்பர் 30

கார்த்திகை 14

## பொறாமை

பொறாமை என்பது பொறுக்க முடியாமை என்று பொருள்படும்.

பொருள், புகழ், அதிகாரம், அனுபோகம் என்ற நான்கு வகையில் தனக்கு மேலாகவோ, தனக்கு சமமாகவோ இருப்பதை அறியும் போது அதை பொறுக்க முடியாத ஒரு குறுகிய எல்லையையுடைய மயக்கமான மனோநிலையே பொறாமையாகும்.

நல்வாழ்வை விரும்பும் எவரும் தன்னிடம் பொறாமை என்பது ஏற்படும்போதே அதனை கூர்ந்திறந்து போக்கிக் கொள்ள முயல வேண்டும்.

டிசம்பர் 1

கார்த்திகை 15

## தெய்வம்

‘இறை’ என்பது தெய்வ நிலையைக் குறிக்கும் ஒரு சிறப்புச் சொல், ‘தெய்வம்’ என்பது அருபமான ‘பேராதாரச் சக்தி’. மாபெரும் பேரியக்க மண்டல நிகழ்ச்சிகள் எல்லாவற்றிற்கும் மூலமானதும் புலன்களைக் கொண்டு வேகம், காலம், பருமன், தூரம் என்ற நான்கு அளவைகளாலும் கணிக்க முடியாததும், அறிவு புலன்களின் மூலமாகத் தேடும்போது இல்லையென்றும் தனது ஆறாவது நிலையின் உயர்விலே ஆராயும் போது உண்டு என்றும் உணரக்கூடியதுமான உண்மை நிலை எதுவோ அதுவே தெய்வம் என்று வழங்கப்படுகிறது.

இயற்கை என்பது எல்லா ஆற்றல்களுக்கும் அடிப்படையான மூல ஆற்றல். ஒருங்கிணைப்புப் பேராற்றல்: இது விஞ்ஞானிகளின் வார்த்தை. இதையேதான் தத்துவ ஞானிகள் எல்லோரும் தெய்வம், பிரம்மம், கடவுள் என்கிறார்கள்.

டிசம்பர் 2

கார்த்திகை 16

## நால்வகை ஆற்றல் வரவு

நமக்கு வரக்கூடிய உயிர்ச்சக்தி தினம்தோறும் செலவாகிக் கொண்டே இருக்கிறது. வந்து கொண்டேயும் இருக்கிறது. அது உயவிலே இருந்து ஒரு பகுதி, காற்றில் இருந்து ஒரு பகுதி, கோள்களில் இருந்து வரக்கூடிய அலைகளாக சேர்ந்து வர அவை துகள்களாகி அது ஒரு பகுதி, பூமியின் நடு மையத்திலிருந்து அணுக்கள் உடைகிறபோது அதிலிருந்து தெறிக்கக் கூடிய அந்தத் துகள்கள் எல்லாம் பூமியினுடைய மேல்பக்கம்தான் நோக்கி வரும். அதிலேயிருந்து ஒரு பகுதி ஆக நான்கு வகையிலே நம் உடலில் உள்ள சிற்றறைகள் நமக்குத் தேவையான உயிர்ச்சக்தியை அவ்வப்போது தேவையான அளவுக்கு ஏற்றிக் கொள்ளும்.

டிசம்பர் 3

கார்த்திகை 17

## அரசியல் கொள்கைகள் வகுத்துக் கொண்டு வாதம் புரிய வேண்டாம்

கேப்டலிசம், சோஷலிசம், கம்யூனிசம் வேண்டாம்.

கெடுமதியால் லஞ்சம் வாங்கும் ஆட்சியாளர் வேண்டாம்.

ஓட்டுப் போடக் காசு வாங்கும், கொடுக்கும் ஆட்சி வேண்டாம்.

உழைப்போரை நசுக்கும் சர்வ அதிகாரம் வேண்டாம்.

நாட்டு, நலம் காத்துப் பொது நலம் பேணி வாழும் நல்ல கல்வி, ஆட்சிமுறை வளர வழி காண்போம்.

பாட்டுக்களில், கூத்துக்களில் கற்பொழுக்கம் காப்போம்.

பரந்த அறிவில் உழைப்பைப் பங்கு போட்டுக் கொள்வோம்.

டிசம்பர் 4

கார்த்திகை 18

காயகல்பப்பயிற்சி -பலன்களின் சுருக்கம்

1. உடலுக்கு இளமைத்தோற்றம் நீடிக்கும்.
2. ஆயுள் நீளும்.
3. இரத்தத்தில் இரசாயன குழப்பங்கள் ஏற்படுவதைத் தடுத்து, நோய் எதிர்ப்புச்சக்தியைக் கூட்டிக்கொள்ளலாம்.
4. இரத்தத்தில் இரசாயனக் குழப்பத்தால் வந்த எல்லா நோய்களையும்,எளிதாக போக்கிக்கொள்ளலாம்.
5. தவம் செய்வதற்குத் தேவையான உயிர்ச்சக்தி உடலில் இருப்பாக இருக்கும்.தவஆற்றல் கூடும்.
6. மூளைசெல்களுக்கு சிந்தனைத்திறன் ஓங்கும்.
7. ஆன்மீக நாட்டம் இயல்பாக ஏற்பட்டு எளிதாக ஆன்மாவை உணர்ந்துகொள்ளலாம்.
8. பாலுணர்வு ஒழுங்கு பெறும்.
9. தாம்பத்திய உறவில் நிறைவு ஏற்படும்.
- 10.இயற்கையையும், ஆன்மாவையும்,தன்னையும் எளிதாக அறிந்து,அறிவில் முழுமைப் பெற்று மகிழ்ச்சியாகவும் அமைதியாகவும் வாழலாம்.

டிசம்பர் 5

கார்த்திகை 19

## காலமும் திசையும் வேண்டியதில்லை

‘படிக்கும்போது தவம் செய்யலாமா; இரவில் செய்யலாமா?’, என்றெல்லாம் கேட்பார்கள். தவத்திற்குக் காலமும் வேண்டியதில்லை; திசையும் வேண்டியதில்லை.

அறிவை, விரிவான பிரபஞ்ச இணைப்போடு இணைக்கக்கூடிய ஒரு பயிற்சி தான் தவம். அதற்கு கால நேரம் பார்க்க வேண்டியதில்லை. எந்தக் காலத்திலேயும் செய்யலாம். அதையெல்லாம் உணர்ந்து, நீங்கள் எவ்வளவு தூரம் ஆழ்ந்து தவம் செய்து வருகிறீர்களோ, அந்த அளவுக்கு, விவகாரங்களில் ஏற்படக்கூடிய சிக்கல்களை அறுத்துக் கொள்ளவும், தெளிந்த நிலையிலே அந்தச் சிக்கல்களைத் தீர்த்துக் கொள்ளவும், சிக்கல் வராமல் காத்துக் கொள்ளவும் வேண்டிய விழிப்பு நிலையை இந்தத் தவம் உங்களுக்குக் கொடுக்கும்.

டிசம்பர் 6

கார்த்திகை 20

## மூடன்

உலக உயிர்கள் அனைத்திலும் மனிதன் மிகவும் உயர்ந்தவன் இயற்கையின் பரிணாமச் சிறப்புகள் அனைத்தும் அவனிடம் ஒருங்கிணைந்துள்ளன. மனிதனிடம் இவ்வளவு பேராற்றல் இருந்தும் அவன் தன் ஆற்றலின் பெருமையை, தன் ஆற்றலின் முழுமையை மறந்திருக்கிறான். அதனால் அப்பேராற்றல் அவனிடம் இயக்கம் பெறாமல் பலங்குன்றியிருக்கின்றது. இதைமூடநிலை எனலாம்.

மூடம் என்றால் மறைவு என்று பொருள். மூடன் என்றால் அறிவு இருந்தும் அது அவனிடம் இயக்கம் பெறாமல் இருப்பவன். அறிவு இருப்பது வெளிப்படாமல் அதாவது மறைவாக இருக்கும் நிலையில் உள்ளது. இயக்கம் பெறாமல் தடைபட்டிருக்கும் நிலையாகும்.



டிசம்பர் 7

கார்த்திகை 21

## எல்லாம் நன்மைக்கே

துன்பத்தை மாத்திரம் நினைத்துக் கொண்டிருந்தால் அது தொல்லையாகவே இருந்திருக்கும்.

அது மாத்திரம் அன்று. ஒவ்வொரு நிகழ்ச்சியும் நடக்கிறபோது காலத்தாலும், இடத்தாலும் எல்லாம் வல்ல இறைநிலையானது ஒவ்வொரு மனிதனுக்கும் கொடுக்கக்கூடிய அறிவுரை, அனுபவ உரை, அனுபவ ஞானம், அப்படித்தான் எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

அப்படி எடுத்துக் கொண்டோமானால் எந்தத் துன்பத்திற்கும் காரணத்தைக் கண்டுபிடிக்கிற போது இதிலிருந்து விளையக் கூடிய நன்மையெல்லாம் விளங்கி விடும். உண்மையில் எல்லாம் நன்மையாகத்தான் முடியும்.

**டிசம்பர் 8**

**கார்த்திகை 22**

## **பிரதிபலிக்கும் கண்ணாடி**

உலகிலுள்ள எல்லாத் தோற்றங்களிலும் எல்லா உயிர்களிலும் சிறந்த, மேலான இரு இயக்கநிலை மனித உருவம். எல்லாம் வல்ல இறைநிலையை முழுமையாக எடுத்துக் காட்டும், பிரதிபலிக்கும் கண்ணாடி மனிதனே..



டிசம்பர் 9

கார்த்திகை 23

## இறைநிலையும் மனித மனமும்

இறைநிலைக்கும் மன நிலைக்கும் உள்ள தொடர்பை உணர வேண்டும் என்றால், அவற்றை உருவத்துக்கும் அதிலிருந்து தோன்றும் நிழலுக்கும் ஒப்பிடலாம்.

உருவத்தை விட்டு நிழல் பிரிவதே இல்லை. ஆனால், நிழலை எடுத்துக்காட்டவல்ல ஒளியானது உருவத்தின் மீது படும் கோணத்திற்கு ஏற்ப, நிழலானது அளவில் மாறுபடும்.

அதுபோன்று மனித மனம் இறைநிலையை விடுத்து இயங்குவதே இல்லை.

டிசம்பர் 10

கார்த்திகை 24

## வாழ்க்கை நலக்கல்வி

இரண்டு வேலையும் ஆக்கினை துரியம், சாந்தியோகம் முதலிய தவங்களைத் தவறாமல் இயற்றி வாருங்கள். மன அமைதி, அறிவுக்கூர்மை, அறிவின் ஓர்மை, மன உறுதி இவை உண்டாகும்.

தற்சோதனையில் எண்ணங்களை ஆராயுங்கள். விழிப்புநிலையில் அறிவு செயல்படும். ஆசை சீரமைப்பு பயிற்சி செய்யுங்கள். உடல் நலம், மனவளம், பொருள் வளம், நற்புகழ், நிறைவு இவை பெருகும்.

சினம் தவிர்ப்பு பழகுங்கள். குடும்பம், நண்பர்கள், தொழில் செய்யுமிடத்திலுள்ளோர், உற்றார் உறவினர் இவர்களிடமிருந்து உங்களுக்கு அன்பு, நட்பு இவை கிடைக்கும். கவலை ஒழிப்பு பழகுங்கள். அச்சமின்மை, மெய்யுணர்வு, உடல் நலம், மன நிறைவு இவையுண்டாகும்.

நான் யார் என்ற ஆராய்ச்சியில் தெளிவு பெறுங்கள். பேரியக்க மண்டலத் தோற்றம், இயக்கம், விளைவு மற்றும் மறைபொருட்களான மனம், உயிர், தெய்வம் இவை பற்றிய உணர்வு உண்டாகும். இவ்வளவு பயிற்சியும் பழக்கமும் இணைந்த ஒரு வாழ்க்கை நலக்கல்வி 'மனவளக்கலை'.

**டிசம்பர் 11**

**கார்த்திகை 25**

## **பாரதியார்**

“பாரதியார் மட்டும் இன்னும் கொஞ்ச காலம் வாழ்ந்திருப்பாரேயானால் எனக்கு இந்த மண்ணில் வேலையே இருந்திருக்காது. இந்தத் தமிழகத்தை ஆன்மீகத்தில் திளைக்கச் செய்திருந்திருப்பார். இந்தியா உலகுக்கு வழிகாட்டும் என்ற அவரது கனவு அவராலேயே நனவாக்கப்பட்டிருக்கும்.”

டிசம்பர் 12

கார்த்திகை 26

## வேதாத்திரிய சிந்தனைகள்

பகைமை வைத்துக்கொண்டு வாழ்த்த முடியாது;  
வாழ்த்தும்போது பகைமை நிற்காது.

தனி மனிதனால் சமுதாயமும் சமுதாயத்தினால்  
தனி மனிதனும் ஆக்கவும் காக்கவும் படுகிறார்கள்.

பெண் துணையினால் வாழ்கின்றோம்;

பெண்ணின் பெருமையை அனைவரும் உணர்வோம்.

உறவிலே கண்ட உண்மை நிலை தெளிவே துறவு.

உடலுக்கு உரமளிக்கும் நல்லுணர்வு;

உள்ளத்திற்கு உயர்வளிக்கும் கல்வி.

டிசம்பர் 13

கார்த்திகை 27

## தவமும் எண்ண அலைகளும்

புகைவண்டி ஓடிக்கொண்டே இருக்கையில் கதவு திறந்திருந்தாலும் அவ்வழியே போவார் வருவார் யாருமில்லை. ஓரிடத்தில் நிற்கும்போதுதான் பலபேர் இறங்குவார்கள், ஏறுவார்கள். அதுபோல, நாம் எதாவது ஒன்றை நினைத்துக் கொண்டு ஆராய்ச்சியிலிருக்கும்போதும், உள் எண்ணம் தீவிரமாக வேலை செய்யும்போதும், நம்முடன் தொடர்பு கொள்ளும் சமுதாய மக்களின் எண்ணங்கள் நம்மை அசைக்காது. நாம் தவம் செய்ய அறிவை நிறுத்திப் பழகும்போது ஓர்மை நிலை எய்தப் பழகும்போது, தொடர்புடைய பலபேர்களுடைய எண்ணங்கள், அறிவை மோதும். இவற்றை ஆராய்ந்து அறிந்து ஒதுக்கி வைத்துவிட்டு நிலைக்கப் பழக வேண்டும். கால அளவில் படிப்படியாகச் சுலபமாக இந்தச் சாதனை பயனளிக்கும்.

டிசம்பர் 14

கார்த்திகை 28

### மகிழ்ச்சிக்கான வழி

மனவிரிவு, விளக்கம், விழிப்புநிலைகளும்  
கூர்ந்துணர்தல், கிரகித்தல், ஒத்துப் போதல்,  
பெருந்தன்மை ஆக்கச் செயல்களில் ஈடுபாடு  
ஆகியவைகளை எந்த அளவுக்கு நாம் வளர்த்துக்  
கொள்கிறோமோ அந்த அளவுக்குத் தான் மகிழ்ச்சியும்,  
நிறைவும், அமைதியும் பெறலாம்.





டிசம்பர் 15

கார்த்திகை 29

### பாக்கியசாலிகள்

பகுத்துணர்வில் தொகுத்துணர்வு பெற வேண்டுமானால் 'தவம் - தற்சோதனை', இந்த இரண்டும் அவசியம் வேண்டும். அந்தத் தவத்தைப் பெற்ற 'பாக்கியசாலிகள் நீங்கள்'. உங்களுடைய உள்ளம் உண்மையிலேயே மகிழ்ச்சியடையத்தான் செய்யும்.

குரு என்பவர் எங்கிருந்தோ வருகிறார் என்று எண்ண வேண்டாம். அது உங்களுடைய வினையின் பதிவு தான், நீங்கள் செய்த கர்மத்தின் மூலமாக வினையின் பயனாக நல்லதைப் பெற வேண்டும், முழுமுதற் பொருளை அடையவேண்டும் என்ற உங்களது எண்ணம் ஓங்க, ஓங்க, உங்களது மனத்தின் ஊடே உள்ள அந்த இறை சக்தியானது தானாகவே வழிகாட்டுகிறது

டிசம்பர் 16

மார்கழி 1

## கோள்களின் நிலை

குழந்தை பிறந்த நாளில், பிறந்த நேரத்தில் எந்தெந்த கோள்கள் வானில் எங்கெங்கு இருக்கிறதோ அதுதான் குழந்தைக்கு ஒத்தது.

அதன் பிறகு அந்தக் கோள்கள் ஓட்டத்தினால் பூமிக்கு அருகிலேயோ அல்லது விலகியோ செல்லும் பொழுது அதிலிருந்து வருகின்ற கதிர் வீச்சில் அழுத்த மாற்றம் ஏற்படும்.

அந்த அழுத்த வேறுபாட்டிற்குத் தகுந்தவாறு உடலில் உள்ள இரசாயனங்களில் தோன்றும் மாற்றம் உடல் மன இயக்கத்திற்கு ஒத்ததாக இருந்தால் நன்மை அதிகரிக்கும். அதன் ஒவ்வாமை மனதிற்குத் தீமை விளைவிப்பதாக அமையும்.

டிசம்பர் 17

மார்கழி 2

## வாழ்த்து

நீங்கள் வாழ்த்திக் கொண்டே இருக்க இருக்க, உயிர்க்கலப்பு வரவர தீமை செய்யக்கூடியவர்கள், தீமையான எண்ணம் உடையவர்களை எல்லாம் நாம் நினைக்கும்போது அவர்களுக்கும் ஒரு திருப்பம் வந்துவிடும்.

இவரோடு போராட்டம் செய்தோமே, இவருக்குப் போய் தீமை செய்தோமே என்ற எண்ணம் வரும். இந்த உயிரோட்டம் அவர்கள் உள்ளத்தில் தானாகவே அவர்களுடைய நிலைமையை மாற்றி, குணத்தை மாற்றி நன்மையே செய்யும்.

டிசம்பர் 18

மார்கழி 3

## இன்றைய ஸ்ரீதனம்

பதினான்கு வயதுக்கு மேற்பட்ட பெண்களுக்கு காயகல்பப் பயிற்சியைக் கொடுப்பது பெற்றோர்களின் கடமை. காயகல்பப் பயிற்சி அவ்வளவு உயர்ந்த வெகுமதி கொடுப்பது போல ஆகிவிடும்.

இளைஞர்களுக்கு இதைக் காலத்தால் கொடுத்துவிட்டால், அவர்கள் சினிமா பார்த்தாலும் கூட மனம் கெட்டுப் போகாமல் நிலையாக இருக்கும். பிறகு கொஞ்ச நாட்களில் தானாகவே சினிமாவிற்குப் போவதை விட்டு விடுவார்கள். உண்மையான ஆக்கத் துறையான படிப்பில் அதை கவனத்தைச் செலுத்த முடியும். ஆக்கத் துறை அறிவு (Creative Personality) வந்துவிடும்.

டிசம்பர் 19

மார்கழி 4

## கவலையை ஒழித்து விடலாம்

கவலையை நான்கு வகையாகப் பிரித்து ஒழித்து விடலாம்.

1. அனுபவித்தே தீர்க்க வேண்டியவை (திடீர் மரணம் - நோய் புயல் - வெள்ளம்)
2. தள்ளிப்போட வேண்டியவை (மகன் வேலை - மகள் திருமணம்)
3. அலட்சியப்படுத்த வேண்டியவை (பிறருடைய பொறாமை - வீட்டுப் பெரியவர்களின் அர்த்தமற்ற குற்றச்சாட்டுகள்)
4. உடனடியாகத் தீர்க்க வேண்டியவை (அறுவைசிகிச்சை - கடன் - பாகப்பிரிவினை)

டிசம்பர் 20

மார்கழி 5

## புலன்களுக்கு எட்டாதது

ஓர் அணுவை நினைக்கிறோம். அணு அளவில் மாறுகிறோம். ஆனால் பிரபஞ்சத்தை நினைக்கிறோம். பிரபஞ்சமாகவும் மாறுகிறோம். இப்படிச் சுருங்கியும், விரிந்தும் இயங்கக் கூடிய மனநிலையில், அதற்கு மூலமாக பொருளை, நிலையை உணர்ந்துகொண்டால்தான் இந்த விரிவும் சுருக்கமும் எப்படி உண்டாகின்றன என்பது தெரியும். விரிந்த நிலையில் உள்ளது தான் இறைநிலை. சுத்தவெளி. இதில் யாருக்கும் சந்தேகமில்லை. விரிந்த நிலையில் உள்ள சுத்தவெளியை அதன் உட்பொருளை இதுவரையும் உணராததனால் அந்த விரிந்த நிலையிலிருந்து சுருங்கிய நிலையாக துகள்கள் எப்படி இருக்கின்றன என்பது கண்களுக்குப் புலனாகவில்லை. கண்களுக்குப் புலனாகிற போது பஞ்சேந்திரிய உணர்வுக்கு எட்டி விடுகிறது. அதற்கு முன்னிலையில் உள்ள அந்தத் துகளோ புலன்களுக்கு எட்டாது. கண்களுக்குப் புலப்படாது.

டிசம்பர் 21

மார்கழி 6

## பகைத்துக் கொண்ட உள்ளம்

இறைநிலை என்பது மூலமானது ஒன்றுமே இல்லாதது என்று எண்ணினால் எண்ணினவனே அந்த நிலையை அடைந்தவனாகத்தானே ஆக வேண்டும். எதை எப்படி நேசிக்கிறோமோ அந்த அளவுக்கு மனம் நேசமாக மாறுகிறது. பிறரைப் பகைக்கிறோம் என்றால் பகை என்பது என்ன? நம்முடைய உள்ளம் பகையாக மாறுகிறது. அதைத்தான் வெளிக்காட்டுகிறோம்.

அதனால், எதை நீங்கள் எண்ணுகிறீர்களோ அதுவாக மாறுகின்றீர்கள். அதே போல இறைநிலையைப் பற்றி இதுவரையில் உலகம் எண்ணியிருந்தது ஒன்றுமில்லாதது என்று, அதனால் இதுவரையில் கடவுள் என்பது என்ன என்று கேட்டால் யாராலும் விளக்க முடியவில்லை.

டிசம்பர் 22

மார்கழி 7

## நல்ல நேரம், கெட்ட நேரம் உண்டா?

நாம் வாழ்வது ஒரே உலகம்தான். இதற்கு ஒளி தருவது ஒரே சூரியன்தான். கடலும் ஒன்றுதான். ஆங்காங்கு தரை மேடாக உள்ளதால் நீர் பிரிந்து நிற்கிறது. உலகம் தன்னைத்தானே சுற்றும் பொழுது வெயில்படும் இடம் பகல், வெயில் படாத மறுபக்கம் இரவு. இது தவிர நல்லநேரம், கெட்ட நேரம் என்று எப்படிச் சொல்வது?

இரயில் புறப்பட. விமானம் பறக்க, கப்பல் கிளம்ப கால அட்டவணை நல்ல நேரம் பார்த்து யாரும் போடவில்லை.

இவ்வளவு முக்கியமான நிகழ்ச்சிகள் எல்லாம் சரியாகவே நடக்கின்றன என்று சொன்னால் நம் மனம் மட்டும் ஏதோ ஒரு பழக்கத்தில் எல்லை கட்டிக் கொண்டு வருகிறது என்றுதானே அர்த்தம்.



டிசம்பர் 23

மார்கழி 8

## மூன்று இயற்கை உண்மைகள்

1. முதலாவதாக பேரியக்க மண்டல இயக்கங்கள் அனைத்தும் முறையாக ஒழுங்காக இயங்குவதற்குக் காரணமான முழுமுதற்பொருள் எனும் தெய்வநிலையாகும்.
2. இரண்டாவதாக எல்லாபொருட்களிலும் உயிர்வகைகளிலும் இயக்க ஆற்றலாக இருந்துகொண்டு அழுத்தம், ஒலி, ஒளி, சுவை, மணம், மனம் என்ற விளைவுகளைத் தந்து கொண்டே இருக்கும் உயிர்நிலையாகும்.
3. மூன்றாவதாக எந்த இயக்கமும் அல்லது செயலும் உயிராற்றலிலே பதிவு பெற்று அதற்கு ஏற்ற விளைவுகளைக் காலத்தாலும், இடத்தாலும், செயலாலும் வெளிப்படுத்திக் கொண்டிருக்கும் வினைப்பயன் என்பதாகும்.

டிசம்பர் 24

மார்கழி 9

## சுகிப்புத் தன்மை

மனைவியோ, மகனோ தவறான கருத்தை வைத்துக் கொண்டு அதன் காரணமாகப் பிணக்கை ஏற்படுத்தினால், அதாவது அவர்கள் பிணங்குவதற்கு நியாயமே இல்லையென்றால், அவர்கள் கருத்து எந்த வகையில் தவறு என்பதை அன்போடு விளக்கிக் காட்ட வேண்டும்.

முறையாக உணர்ச்சிவயமின்றி, சிதறாமனத்தோடு, விளக்கினால் ஒரு நாள் இல்லாவிட்டாலும் ஒரு நாள் ஒத்துக் கொண்டு பிணக்கினை ஒழிப்பார்கள். இணக்கத்தை வற்புறுத்தும் போதும் இன்சொல்லையே உள்ளமும் உதும் உபயோகப்படுத்த வேண்டும். அச்சொல்லினால் கெடுதல் ஒழியும், நன்மைகள் பல பெறலாம். பிறர் குற்றத்தைப் பெரிதுபடுத்தாமையும், பொறுத்தலும், மறத்தலும் அமைதிக்கு வழியாகும்.

**டிசம்பர் 25**

**மார்கழி 10**

## **அறிவுத்திருக்கோயில்**

மக்கள் நல்ல அறிவாட்சித் தரம் பெற்றால்தான் உலகில் அரசியல், பொருளாதாரம், மதம் இவை மூன்றும் ஒழுங்குபடும்.

இந்த மூன்றும் ஒழுங்கு பெற்றால், மனிதகுலம் அமைதி அடையும்.

அத்தகைய முறையில் உலகை முழுமையாக மாற்றியமைக்கும் பணி இறைநிலை உணர்வில் இருந்துதான் வரவேண்டுமே தவிர, இடையிலிருந்து இல்லை. வேறு எங்கிருந்தும் இல்லை.

அப்பணியை தொடங்கவும் நடத்தவும் உதவுவதற்குரிய இடம்தான் “அறிவுத்திருக்கோவில்”.

டிசம்பர் 26

மார்கழி 11

## உலக அமைதி

1. எல்லா நாடுகளும் அணுகுண்டுகளை ஐ.நா. சபையிடம் ஒப்புவித்தல். 2. எல்லா இராணுவங்களையும் கலைத்து விடல். 3. யுத்த தளவாடங்களை ஐ.நா. சபையிடம் சமர்ப்பித்தல். 4. அனைத்து விஞ்ஞானிகளுக்கும் சர்வதேச பொறுப்பு. 5. அறிஞர்களே ஆட்சிப் பொறுப்பை ஏற்றல் 6. ஆக்க வேலைக்காக மட்டுமே அணு சக்தியை உபயோகித்தல். 7. உலக ஆட்சியை நிறுவுதல். 8. மதப்போரை தடுக்க, அகில உலக சன்மார்க்க சங்கம் ஏற்படுத்தி மக்களுக்கு தெய்வ நிலையைத் தெளிவுப்படுத்துதல். 9. தனிமனித வாழ்வை உயர்த்துதல். 10 தனிமனிதனின் பகை உணர்ச்சியைப் போக்க மக்களைப் பக்குவப்படுத்துதல்.

டிசம்பர் 27

மார்கழி 12

## தப்ப முடியாது

பரிணாமம் என்பது எதுவுமே ஒன்று ஒன்றாக மாறிமாறி வளர்ச்சி பெற்றுக்கொண்டே போகும். அதுதான் பரிணாமம்.

இயல்புக்கம் என்பது அப்படி வளர்ச்சி பெற்றுக் கொண்டே வரும்போது அந்தந்த நிலையில் சூழ்நிலைக்குத் தகுந்தவாறு செயலும் விருப்பமும் தானாகவே எழுச்சி பெறும். அதற்குப் பெயர்தான் இயல்புக்கம். எந்தச் செயல் செய்தாலும் அதற்குத் தக்க விளைவு உண்டு. இது இறைநீதி. இதுவே கூர்தலறம், பரிணாமம், இயல்புக்கம் என்ற மூன்றிலிருந்து யாரும் தப்பவே முடியாது. இம்மூன்றுக்கும் வெளியில் போகவும் முடியாது. உட்பட்டுதான் இருக்கிறோம்.

டிசம்பர் 28

மார்கழி 13

## பூஜ்யர்

பூஜ்ஜியமோ ஒன்றுமில்லை. ஒன்றுமில்லாததை மதித்து அதற்குப் பின்னால் 1ஐ வைத்தால், அதன் மதிப்பு பத்தாகிவிட்டது. பூஜ்யத்திற்கு ஒன்றுமே இல்லாத போதும் பூஜ்யத்தை அலட்சியப்படுத்தி 1ஐ முன்னால் போட்டால் 1 இன் மதிப்பு பத்தில் ஒன்று (0.1).

அது போன்று இறைவன் நிறைவானவன். தனக்கென்று தனி மதிப்பு இல்லாதவன். யார் அவனைச் சேர்ந்தார்களோ, அவர்களுடைய மதிப்பை உயர்த்தக் கூடியவன். யார் அவனை அலட்சியம் செய்து ஒதுங்கி இருக்கிறார்களோ, அவர்கள் பத்தில் ஒன்றாக ஆகி விடுவார்கள். இறைநிலையை மதிப்பவர்கள் அந்த இறைநிலை அளவுக்கு உயர்வார்கள். இறைநிலையை உணர்ந்து அதை மதிப்பவர்களைப் பூஜ்யர் என்பார்கள்'.

டிசம்பர் 29

மார்கழி 14

## அடகு வைத்தவை மீட்க

மெய்ப்பொருளே உயிராக வந்திருக்கின்றது. உயிரே மனமாக மலர்ந்திருக்கிறது. எனவே மெய்ப்பொருளுக்கு உள்ள அத்தனைச் சிறப்பும், மனதிற்கும் இருக்கிறது.

ஆனால், இடையில் ஏற்பட்ட புலன் கவர்ச்சியில் மனம் தன்னைத் தானே அடகு வைத்துக் கொள்கிறது. இந் நிலையிலிருந்து மீள்வதே ஆன்மீகத்தின் வேலை. முதலில் மனதை அறிய வேண்டும். மனம் இழந்து விட்ட அதனுடைய பெருமையை மீட்கின்ற முயற்சியில் ஈடுபட வேண்டும். அதற்கு வழிவகுத்து உறுதுணையாக இருப்பதே மனவளக்கலை.

டிசம்பர் 30

மார்கழி 15

## சங்கம் வளர உழைப்போம்

உலக சமுதாய சேவா சங்கத்தின்  
அருட்தொண்டர்களே,

நமது சங்கம் முழுக்க முழுக்க அருட்தொண்டு  
நிலையம்.

இங்கு அதிகாரத்திற்கோ, பொருள் கவர்ச்சிக்கோ  
இடமே இல்லை. எல்லோரும் சமுதாய நலம்  
நோக்கியே தொண்டு புரிந்து வருகிறோம்.

ஒருவரை ஒருவர் மதித்தும் பாராட்டியும் சங்கம்  
வளர உழைக்க வேண்டியது நமது எல்லோருடைய  
கடமையாகும்.

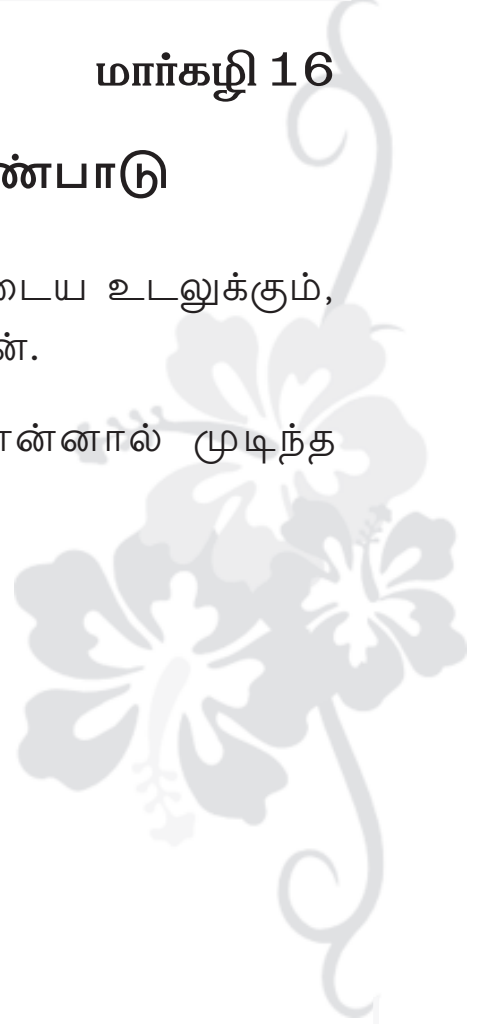


**டிசம்பர் 31**

**மார்கழி 16**

## **இரண்டொழுக்கப் பண்பாடு**

1. நான் எனது வாழ்நாளில் யாருடைய உடலுக்கும், மனதுக்கும் துன்பம் தரமாட்டேன்.
2. துன்பப்படும் உயிர்களுக்கு என்னால் முடிந்த உதவிகளைச் செய்வேன்.



## ஆசிரியர்ன் ப்ற நூல்கள்

- கிழக்கும் மேற்கும்
- காலமே உன் உயிர்
- டென்சனை வெல்வது எப்படி?
- ஞாபகம் வருதே ஊர் ஞாபகம் வருதே
- அமெரிக்க மண்ணில் ஆறு மாதங்கள்
- அறிவியல் நோக்கில் 100 ஆன்மீகச் சிந்தனைகள்
- தியானம் பழக 100 தியானச் சிந்தனைகள்
- நன்மக்கட்பேறு 100 நற்சிந்தனைகள்
- ஓய்வுக்குப்பின்னும் உற்சாக வாழ்க்கை
- தன்னம்பிக்கை மலர்கள்
- மன்னார்குடி வரலாறு
- கோள்களை வென்ற இடைக்காட்டு சித்தர்
- நெப்போலியன் வாழ்வில் 100 சுவையான

### நிகழ்ச்சிகள்

- புத்தர் வாழ்வில் 100 சுவையான நிகழ்ச்சிகள்
- குருவுடன் வாழ்ந்தவர்
- தாயுமானவரும் வேதாத்திரி மகரிசியும்
- இயேசுவின் வாழ்வில் 100 சுவையான நிகழ்ச்சிகள்
- நபிகள் நாயகம் வாழ்வில் 100 சுவையான நிகழ்ச்சிகள்
- வேதாத்திரி மகரிசியின் வாழ்வில் 100 சுவையான நிகழ்ச்சிகள்
- வேதாத்திரி மகரிசி பற்றி 100 அறிஞர்கள்
- வேதாத்திரி மகரிசியின் பொன்மொழிகள் 5000 (ஐந்து பாகங்கள்)
- வள்ளலாரும் வேதாத்திரி மகரிசியும்
- தவம் (சிறுகதைத் தொகுதிகள்)
- செயலே விளைவு (சிறுகதைத்தொகுதி)
- ஞானதீபமும் ஞான ஒளியும்

- வேதமுதல்வரும் வேதாத்திரி மகரிசியும்
- ஞாலம் போற்றும் ஞானிகள்
- தினசரி தியானம்
- மகாவீரரும் வேதாத்திரி மகரிசியும்
- வேதாத்திரியத்தில் கலந்த நதிகள்

