

வேதமுதல்வரும் வேதாத்தர் மகர்ஷ்யம்

அருள்நிதி மன்னார்குடி பாணுகுமார்



விஜயா பதிப்பகம்

20, ராஜ வீதி,

கோயம்புத்தூர் - 641 001.

vijayapathippagam2007@gmail.com

© விஜயா பதிப்பகம்

நூலின் பெயர் : வேத முதல்வரும் வேதாத்திரி மகரிசியும்

ஆசிரியர் : அ.நி. மன்னார்குடி பானுகுமார்

முதல் பதிப்பு : ஏப்ரல் 2015

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

ஒளியச்சு / புத்தக

வடிவமைப்பு : ஐரிஸ் கிராபிக்ஸ், கோவை

அட்டை

வடிவமைப்பு : எம்.வி. மணிகண்டன், சென்னை.

அச்சாக்கம் : ஜோதி எண்டர்பிரைசஸ், சென்னை - 5.

பக்கம் : 184

விலை : ரூ.120/

ISBN - 81-8446-679-X

VEDHA MUTHALVARUM VEDHATHRI MAGARISHIUM

Author : A.N. Mannarkudi Banukumar

First Edition : April 2015

Published By : **VIJAYA PATHIPPAGAM,**
20, Raja Street, Coimbatore - 641 001.
☎ 0422 - 2382614 / 2385614

Layout & Laser

type set : **IRIS Graphics,** Coimbatore.

Cover Design : M.V. Manikandan, Chennai.

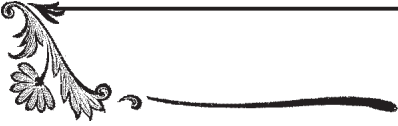
Printed At : Jothi Enterprises, Chennai - 5.

Pages : 184

Price : Rs.120/-



புலவருடன் எனது அன்னையார்



வாழ்த்துரை

இரண்டு ஆன்மீக பொக்கிஷங்களின் கூறுகளைக் கண்டறிந்து ஒப்பிடும்துபோது எந்த அளவு அவ்வொப்பீடு செல்லும் என்பதை அறிந்து செயல்பட வேண்டும்.

வலிந்த முயற்சிகளும், ஒப்பீட்டுக் கூறுகளைத் திணித்துக் காணும் செயல்களும் அறவே கடியத் தக்கன.

ஒப்பாய்வு எல்லைகளாகவும், எச்சரிக்கைகளாகவும் கீழ்க்காணும் செய்திகள் கொள்ளத் தக்கன.

1. பயனுள்ள கூறுகளையே ஒப்பிடுதல், தேவையற்ற புற மெய்ம்மைகளை விட்டு அக மெய்ம்மைகளை ஒப்பிடுதல்.
2. உலகில் இல்லாத கற்பனைப் படைப்புகளையும் ஒப்பிடல். கற்பகமரம், காமதேனு ஆகியவற்றையும் ஒப்பிடுதல்.
3. ஒப்பிடுமுன் ஒப்பீட்டுக் கூறுகளைக் குறித்து ஓர் அறிக்கை உருவாக்கல்.
4. சரியான ஒப்பீட்டுத் தளம் இல்லை எனில் முயற்சியைக் கைவிடுதல்.
5. ஒற்றுமையற்ற பல்வேறு கூறுகளை விட்டு ஒப்பிடத்தக்கவற்றைக் கண்டு அவற்றுக்கான பின்புலம், அவற்றாலுண்டாகும் தாக்கம் ஆகியவற்றை அறிதல்.

இந்த ஐந்தும் இந்த ஆய்வில் கொள்ளத்தக்கன. மொழி ஒப்பாய்வு, ஆன்மீக தத்துவ ஒப்பாய்வு, சமூகப் பண்பு ஒப்பாய்வு, இலக்கியக் கருத்து நிலை ஒப்பாய்வு போன்ற துறைகளில் ஒப்பாய்வு மேற்கொள்ளும்போது நாட்டெல்லைகளைத் தாண்டியும் ஆய்வு செல்லும்.

மேற்படி ஒப்பீட்டு எல்லைகளை சரியாக கடைப்பிடித்து திருமந்திரத்தையும் வேதாத்திரியத்தையும் பதினெட்டுத் தலைப்புகளில் அருள்நிதி பானுகுமார் ஆய்வு செய்துள்ளார்.

மானுடத்திற்குத் தேவை உடலோம்பல், உயிர்வளம், மனநலம், சமூகநலம் என்ற பல கோணங்களில் ஆய்வு தொடர்கிறது.

அதிகம் சுற்றாமல் விஷயத்திற்கு வருவது, தன் அனுபவத்தை கொண்டே எல்லா உதாரணங்களையும் தருவது, திட்டவட்டமான அத்தியாயப் பிரிவுகள் என அதிகம் வாசிப்பு இல்லாதவரையும் சிரமப்படுத்தாமல் கொண்டு செல்லும் நடை பானுகுமாருடையது.

ஒரு ஜென் கதை படித்த நிறைவு இதை முடித்ததில் கிடைத்தது. மனம் ஏகாந்தமாக செயல்படும்போது உன்னதங்கள் உருவாவதில் வியப்பில்லையே.

பேராசிரியர் ரத்தினம்,
மனவளக்கலை
அறக்கட்டளை, தூத்துக்குடி.



என்னுரை

Live to save the Guru. You must watch for opportunities. Do not wait for invitaion. Volunteer yourself for the Guru's service.

- Swami Sivananda

சில புத்தகங்கள் ரொம்ப காலமாக என்னுடன் பயணம் செய்யும்.

ஒவ்வொரு ஊருக்கும் பணிமாற்றமாக செல்லும் போது இந்தப் புத்தகங்கள் என்னுடன் பயணித்துக் கொண்டே வந்தன.

அதில் ஒன்றுதான் திருமந்திரம். தலையணை மாதிரி பெரிய சைஸ். அதுவும் மூன்று பாகம்.

அவ்வப்போது ஒரிரு பாடல்கள்.... படிப்பதோடு சரி. முழுமையான விளக்கம் மனதுக்கு கிடைக்கவில்லை.

வேதாத்திரியாருடன் இணைந்தபோது தான் திருமந்திரம் என்ற பொக்கிஷத்தை பாதுகாத்து வந்ததன் அர்த்தம் புரிந்தது.

வேதாத்திரியத்தில் கலந்த பின்னர்தான் என்னுடைய வாசிப்புகளுக்கு புதுப்புது அர்த்தங்கள் கிடைத்தன.

அந்த வகையில் வேதாத்திரியத்ததுடன் நான் படித்து இன்பமுற்ற சில திருமந்திரப் பாடல்களையும் ஒப்பிட இறைநிலை எனக்கு வாய்ப்பினை நல்கியது.

திருமந்திரம், மூவாயிரம் பாடல்கள் கொண்ட ஆன்மிகச் சுரங்கம். வேத ஞானம், சிவாகம ரகசியங்கள், யோக நுட்பங்கள் போன்றவற்றை ஒன்பது தந்திரங்களில் விரித்துரைத்துள்ளார் திருமூலர்.

பல்லாண்டு காலம் தவமிருந்து ஞானியர் மட்டுமே உணர்ந்து உள்வாங்கக்கூடிய தத்துவ வித்தகங்களை - மெய்ப்பொருள்

உண்மைகளை அருந்தமிழில் பாடி, சாமானிய மனிதனும் கடைத்தேறும்படி செய்யவே ஆயன் ஒருவனின் உடலில் குடிபுகுந்து அற்புதங்கள் நிகழ்த்தியவர் திருமூல சித்தர்.

ஒவ்வொரு மனிதனும் உடலாலும், மனத்தாலும் வேறுபட்டிருந்தாலும் ஆத்மாவால் ஒன்றுபட்டிருக்கிறோம் என்ற அத்வைத உண்மையைத் தெளிவாக உலகிற்கு உணர்த்தியவர் வேதாத்திரி மகரிசி.

திருமந்திரம் உள் மன அமைதியில் தொடங்குகிறது. உலக அமைதியில் நிறைவு பெறுகிறது வேதாத்திரியம்.

சகோதரத்துவத்தையும், மனித நேயத்தையும் பறைசாற்றுவது திருமந்திரமும் வேதாத்திரியமும்.

இந்த ஒப்பாய்வு வரிசையில் இது வரை ஆறு நூல்களை வெளியிட்டு இருக்கிறோம்.

1. வள்ளலாரும் வேதாத்திரியும்
2. தாயுமானவரும் வேதாத்திரியும்
3. ஞானதீபமும் ஞானஒளியும் (விவகானந்தரும் வேதாத்திரியும்)
4. கிழக்கும் மேற்கும் (வேதாத்திரியும் உலகசிந்தனையாளர்களும்)
5. ஞாலம் போற்றும் ஞானிகள் (பாரதியும் வேதாத்திரியும்)
6. மகாவீரரும் வேதாத்திரியும்

இந்த வரிசையில், வேதமுதல்வரும் வேதாத்திரி மகரிசியும் - ஏழாவது படைப்பாகும்.

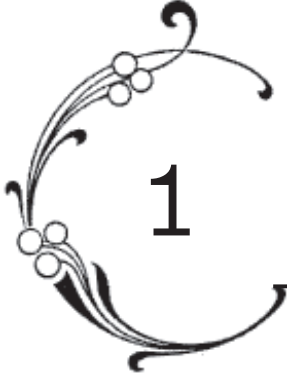
இந்நூல் உருவாவதற்குக் காரணமானவர்கள் அனைவரையும் “வாழ்க வளமுடன்” என வாழ்த்தி மகிழ்கிறோம்.

இந்நூலைப் படிக்கும் வாசகர்கள் அனைவரும் உடல்நலம், நீளாயுள், நிறைசெல்வம், உயர்புகழ், மெய்ஞ்ஞானம் ஓங்கி வாழ்க வளமுடன் என வாழ்த்தி மகிழ்கிறோம்.



பொருளடக்கம்

1. திருமூலர் வாழ்க்கை வரலாறு	9
2. வேதாத்திரி மகரசி வாழ்க்கை வரலாறு	13
3. வாழையடி வாழையாக	18
4. திருமந்திரமும் வேதாத்திரியமும்	22
5. உடல் வளர்த்தேன் உயிர் வளர்த்தேனே	29
6. திருமூலரின் ஆசனமும் மகரிசியின் எளிய முறை உடற்பயிற்சியும்	35
7. திருமூலரின் பிராணயாமமும் வேதாத்திரியின் நரம்பு தசைநார் பயிற்சியும்	44
8. உயிர் வளம்	51
9. ஊனுடம்பே ஆலயம்	57
10. மனவளம் பற்றி மகான்கள்	62
11. அறிஞர்கள் பார்வையில் அகத்தாய்வு	66
12. ஐந்தொழுக்கப் பண்பாடும் திருமந்திரமும்	71
13. வேதாத்திரியத்தில் திருமந்திர உண்மைகள்	76
14. குரு வழியே சென்று கூடலுமாமே!	82
15. தவசீலர்கள் தந்த தவநிலைகள்	90
16. திருமந்திரத்திலும் வேதாத்திரியத்திலும் சொல்லாட்சிகள்	95
17. காயகற்பக் கலை தந்த கனவான்கள்	99
18. திருமந்திரமும் வேதாத்திரியமும் கூறும் பொருள்கள்	104
19. வாழ்வியல் வழிகாட்டிகள்	173
துணை நின்ற நூல்கள்	180
ஆசிரியர் பிற நூல்கள்	181



திருமூலர் வாழ்க்கை வரலாறு

பதினெண் சித்தர்களுள் திருமூலர் அல்லது திருமூலநாயனார் ஒருவர் ஆவார்.

திருமூலர் வரலாற்றை நம்பியாண்டார் நம்பிகள் திருத்தொண்டர் திருவந்தாதியில் சுருக்கமாய்க் கூறுகிறார்.

இவர் வாழ்ந்த காலம் ஐந்தாவது நூற்றாண்டு. இவர் அருளிச்செய்த நூல் திருமந்திரமாலையாகும். இதனைச் சைவத்திருமுறை பன்னிரண்டினுள் பத்தாவது திருமுறையாய்த் தொகுத்துள்ளனர்.

திருமூலரின் ஊர்

திருமூலருடைய ஊர் மூலனுடைய ஊராகிய சாத்தனூரே என்பார் உளர். திருமூலர் தமிழ்நாட்டவரே என்றும் ஞானகல்வி கற்பதற்காகத் தமிழகத்தில் இருந்தே அவர் கயிலைக் குருகுலத்துக்குச் சென்றிருந்தார் என்றும் துடிசைகிழார் சிதம்பரனார் கூறுகிறார்.

திருமூலர் தமிழ்நாட்டில் பிறந்து வளர்ந்து பின்னர் கயிலை சென்றிருக்கலாம்.

திருமூலர் தென்னாடு வந்தது

கயிலாயமலையில் நந்தி தேவரின் உபதேசத்தைப் பெற்ற யோகியார் ஒருவர். அவர் அட்டமாசித்தி பெற்றவர்.

அவர் அகத்தியரிடத்துக் கொண்ட நட்பால் பொதியமலை நோக்கி வந்தார். திருவாவடுதுறையை அடைந்தார்.

அங்கு இறைவரை வணங்கினார். அப்பதியினின்று அகன்று போகும் போது காவிரியாற்றின் கரையில் பசுக்கூட்டம் அழுவதைப் பார்த்தார்.

அப்பசுக்கள் மேய்க்கும் மூலன் என்ற இடையன் இறந்து கிடந்தான். யோகியார் அப்பசுக்களின் துன்பத்தைப் போக்க எண்ணினார்.

தாம் பயின்ற சித்தியினால் அம்மூலன் என்பவனின் உடலில் தம் உயிரைப் புகுத்தினார். பசுக்கள் மகிழ்ந்தன. திருமூலர் மாலையில் அப்பசுக் கூட்டங்களைக் கொண்டு அவற்றின் இருப்பிடங்களில் செல்லச் செய்தார்.

அவை வழக்கம் காரணமாகத் தம் வீடுகளுக்குச் சென்றன. திருமூலர் ஓரிடத்தில் நின்றார்.

மூலன் என்ற இடையனின் மனைவி தன் கணவன் இன்னும் வரவில்லையே என்று தேடிக் கொண்டு சென்றாள்! தன் கணவன் போல நின்ற யோகியாரைப் பார்த்தாள்.

அவர்க்கு ஏதோ நேர்ந்து விட்டது என்று எண்ணி அவரைத் தம் இல்லத்துக்கு அழைத்துச் செல்ல முயன்றாள். முடியவில்லை. அதனால் மனம் நொந்து அவள் இல்லம் திரும்பினாள்.

அன்று இரவு கழிந்தது. மறுநாள் அவள் தன் கணவனின் நிலையைப் பலரிடம் உரைத்தாள். அவர்கள் திருமூலரிடம் சென்றனர்.

அப்போது திருமூலர் யோகத்தில் இருக்கக் கண்டு அவரை மாற்ற இயலாது என்று மூலனின் மனைவியிடம் உரைத்தனர். அவள் பெரிதும் துன்பம் அடைந்தாள்.

யோகத்தினின்று எழுந்து யோகியார் தாம் வைத்திருந்த உடலைத் தேடிப் பார்த்தார். அது கிடைக்கவில்லை. தம் யோகவன்மையால் இறைவனின் உள்ளத்தை உணர்ந்தார்.

சிவாகமப் பொருளைத் திருமூலர் வாக்கால் கூற வேண்டும் என்பது இறைவரின் திருவுள்ளம். அதனால் தம் உடல் இறைவனால் மறைக்கப்பட்டது என்பதை அறிந்தார்.

திருமூலர் சாத்தனூரிலிருந்து சென்றபோது இடையர் அவரைப் பின் தொடர்ந்தனர்.

அவர்க்கு அவர் உண்மையை உரைத்து, திருவாவடுதுறையை அடைந்து இறைவரை வணங்கிக் கோயிலுக்கு மேற்கில் உள்ள அரசமரத்தின் கீழ் சிவராச யோகத்தில் அமர்ந்தார்.

திருமந்திரம் அருளியது

இவ்வாறு, சிவயோக நிலையில் அமர்ந்திருந்த திருமூலநாயனார் ஊனோடு தொடர்ந்த இப்பிறவியாகிய தீய நஞ்சினாலுளவாம் துயரம்.

இவ்வுலகத்தார் உய்யும் பொருட்டு சரியை, கிரியை, யோகம், ஞானம் என்னும் நால்வகை நன்னெறிகளும் நால்வகை மலர்களாக விரிந்து விளங்கும் நல்ல திருமந்திரமாலையாகிய நூலை இறைவன் திருவடிக்கு அணிந்து போற்றும் நிலையில்,

“ஒன்றவன் தானே இரண்டவன் இன்னருள்
நின்றனன் மூன்றினுள் நான்குணர்ந்தான் ஐந்து
வென்றனன் ஆறு விரிந்தனன் ஏழும்பாச்
சென்றனன் தானிருந் தானுணர்ந் தேட்டே”

என்னும் திருப்பாடலைத் தொடங்கினார்.

ஓராண்டுக்கு ஒரு திருப்பாடலாக இவ்வாறு மூவாயிரம் ஆண்டுகள் இவ்வுலகில் சிவயோக நிலையில் அமர்ந்திருந்து மூவாயிரம் திருப்பாடல்கள் அருளிச் செய்தார்.

இவ்வாறு தமிழ் மூவாயிரமாகிய திருமந்திரத் திருமுறையினை நிறைவுசெய்து சிவபெருமான் திருவருளாலே திருக்கயிலை அடைந்து அம்முதல்வனுடைய திருவடி நிழலில் என்றும் பிரியா பேரின்பப் பெருவாழ்வினைப் பெற்று இனிதிருந்தார்.

“குடிமன்னு சாத்தனூர்க் கோக்குல மேய்ப்போன் குரம்பைபுக்கு
முடிமன்னு கூனற் பிறையாளன் றன்னை முழுத்தமிழின்
படிமன்னு வேதத்தின் சொற்படி யேபர விட்டெனுச்சி
அடிமன்ன வைத்த பிரான்மூல நாகின்ற அங்கணனே”

என்று திருமூலர் வரலாற்றை நம்பியாண்டார் நம்பிகள் கூறுகிறார்.

திருமூலர் காலத்தில் தமிழில் ஞான நூல்கள் மிகுதியாக இல்லாதிருந்த காலமாகும். ஞானநூல்கள் வடமொழியில் அதிகம் இருந்த காலம்.

எனவே, தன்னை நன்றாகத் தமிழ் செய்வதற்கு இறைவன் திருமூலரைப் படைத்தான்.

**“என்னை நன்றாக இறைவன்படைத்தனன்
தன்னை நன்றாகத் தமிழ் செய்யுமாறே”**

என்றார் திருமூலர்.

திருமூலர் பன்மொழிப் புலவர். யோகம், ஞானம், வாதம், வைத்தியம், வான சாத்திரம், சோதிடம் முதலிய பலகலைகளிலும் அவர் புலமைப் பெற்றவர்.

அஷ்டாமா சித்தி பெற்றவர். சாகாக் கலை கற்ற ஞானி. ஆயகலைகள் அறுபத்து நான்கும் அறிந்த அறிஞர்.





வேதாத்திரி மகரிசி வாழ்க்கை வரலாறு

திருமூலர், திருவள்ளுவர், தாயுமானவர், இராமலிங்கப் பெருமாள் இவர்தம் மரபு நெறி நின்று ஆன்மீகத்தை அடிப்படையாகக் கொண்ட சமுதாயப் பணி ஆற்றியவர் அருட்தந்தை வேதாத்திரி மகரிசி அவர்கள்.

மகரிசி அவர்கள் சென்னைக்கு அருகில் உள்ள கூடுவாஞ்சேரி கிராமத்தில் 1911-ஆம் ஆண்டு எளிய நெசவாளிக் குடும்பத்தில் பிறந்தார்.

சிறுவயதிலிருந்தே அவருக்குக் கடவுள் யார்? உயிர் என்றால் என்ன? வறுமை எதனால் ஏற்படுகிறது? என்ற கேள்விகளுக்கு விடைகாண வேண்டுமென்ற வேட்கை எழுந்தது.

பல ஆண்டுகள் மேற்கொண்ட அயரா ஆராய்ச்சியின் வாயிலாக இக்கேள்விகளுக்கான விடையைத் தானும் உணர்ந்து உலகிற்கும் உணர்த்தியவர்.

சுய முயற்சியின் மூலமே வாழ்க்கையில் முன்னேறிய அவர் தியான முறைகளில் சிறந்ததான எளிய முறைக் குண்டலினி யோகம், அவயங்களை வருத்தாத உடற்பயிற்சி, தளராத தற்சோதனை, உயிர்ச்சக்தியைப் பாதுகாப்பதன் மூலம் வயோதிகத்தைத் தள்ளிப்போடும் சித்தர்கள் கண்ட நெறியான காயகற்ப யோகம் - இவை இணைந்த வாழ்க்கை நெறியைப் போதித்து, மனிதகுலம் உய்ய அருட் தொண்டாற்றியவர்.

மேலும் காந்தத் தத்துவத்தின் மூலம் தெய்வ நிலை, உயிர்நிலை, அறிவுநிலை இவற்றைப் பொது அறிவு படைத்த சாதாரண மக்களும் புரிந்து கொள்ளும் வண்ணம் விளக்கியவர்.

மனிதகுல நலனுக்குத் தேவையான கருத்துகளை எளிய நடையில் தமிழிலும் ஆங்கிலத்திலும் பலநூல்களை எழுதி விளக்கி வரும் மகரிஷி அவர்கள் சுமார் ஆயிரத்து ஐநூறுக்கும் அதிகமான கவிகளையும் இயற்றியுள்ளார்.

மனிதகுலம் அமைதியாக வாழ ஏற்ற கருத்துகளையும் சாதனை முறைகளையும் உலகமெங்கும் பரப்பிட 1958-ஆம் ஆண்டில் வேதாத்திரி மகரிசி அவர்கள் நிறுவிய உலக சமுதாய சேவா சங்கம் இன்று இந்தியாவியிலும், மலேசியா, ஜப்பான், தென்கொரியா, அமெரிக்கா, போன்ற நாடுகளிலும் பல கிளைகளைக் கொண்டு இயங்கி வருகிறது.



இல்லறத்தில் இருந்தவாறே துறவற மனப்பான்மையை மேற்கொண்ட மகரிசி அவர்கள் தமது 95 வயது வரை தளராது பாடுபட்டு 28.03.2006 அன்று இறைநிலையோடு இணைந்தார்.

உலக சமாதானத்திற்காக அயராது சேவை புரிந்தவர். பல வருடங்களாக வெளிநாடுகளுக்கும் சென்று ஆன்மீகப் பணியாற்றியவர்.

தத்துவத்திலே அத்வைதத்தையும் யோகத்திலே ராஜயோகத்தையும் பாமர மக்களுக்கும் உணர்ந்து கொள்ளும் வகையிலே அவர் கற்பிக்கும் உளப்பயிற்சி அமைந்திருக்கின்ற காரணத்தால், 'பாமர மக்களின் தத்துவ ஞானி' (Common Man's Philosopher) என்று போற்றப்படுகிறார்.

மகரிசி அவர்கள் வெளியிட்டுள்ள எந்த ஒரு கருத்தும் பகுத்தறிவிற்கோ விஞ்ஞானத்திற்கோ புறம்பானதல்ல என்பது குறிப்பிடத்தக்கது.

வேதாத்திரி மகரிசியின் கருத்துக்கள் நமக்கு ஆதிசங்கரரை மட்டுமல்ல, நியூட்டனையும், ஆல்பர்ட் ஐன்ஸ்டீனையும் அடையாளம் காட்டுகின்றன.

சடப்பொருள்களானாலும், உயிர்களின் பரிணாமமாக இருந்தாலும், தனது கருத்துக்களை ஆதியாகிய இறைவளியில் விளக்க ஆரம்பித்து, அதை அறிவியலோடு தொடர்புபடுத்தி முடிப்பதால், வேதாத்திரியின் தத்துவங்கள் அறிவியல் அம்சத்துடனும் அமைந்துள்ளன.

இறைநிலையே ஆதாரம்

கடல் அலை எழுவதைப் பார்க்கிறோம். அலை என்பது கடல் நீரின் அசைவு, அலை என்னும் இயக்க நிகழ்ச்சியை நிறுத்திவிட்டால், மீதம் இருப்பது நீர் மட்டுமே.

நீர் என்பதே மூலம். அதுதான் பிறப்பு நிலை. அலை என்பது தோற்றம். அது கடல் என்ற மூலத்தின் சிறப்பு நிலை.

இதைப் போலவே இந்தப் பிரபஞ்சத்தில் உள்ள அனைத்துத் தோற்றங்களுக்கும் உள்ள இயக்கம் என்னும் சிறப்பு நிலையைக் கழித்துவிட்டால் எஞ்சி நிற்பது இறைநிலையே.

இறைநிலையே எல்லாப் பொருட்களுக்கும் உட்பொருளாக உள்ளது என்பதை உணர்த்துகிறார் வேதாத்திரி மகரிசி.

நமது மனதையும் அறிவையும் சேர்த்து நோக்கினால் மனம் சிறப்பு நிலை. அறிவோ உட்பொருள்.

உட்பொருளாக உள்ள அறிவு என்பது இறைநிலையைத் தவிர வேறொன்றுமில்லை.

மனிதப் பிறவியின் நோக்கமே மனிதன் அறிவில் முழுமை அடைய வேண்டும் என்பதுதான். அதுவே இறைநிலை உணர்தல் என்கிறார்.

அளவிட முடியாத எடை கொண்ட சூரியன் முதலான கோள்கள் அனைத்தும் சுத்த வெளியிலேயே இயங்கிக்கொண்டிருக்கின்றன.

இது போன்று பல லட்சம் சூரியக் குடும்பங்கள் சுத்தவெளியில் இயங்கிக்கொண்டிருந்தும், அவைகளைத் தனக்குள் தாங்கி, ஒரே சீரான ஒழுங்குடன் மிதக்க விட்டுக்கொண்டிருக்கும் சுத்த வெளியாகிய இறையாற்றலின் சக்தி எத்தகையதாக இருக்கும்?

பேரியக்க மண்டலத்தில் நிறைந்திருக்கும் சுத்த வெளியின் ஆற்றலே காந்த ஆற்றலாக மாற்றம் பெற்று எங்கும், எல்லாப் பொருட்களிலும் ஊடுருவி நிறைந்திருக்கிறது. இதையே தெய்வீக ஆற்றல் என்றும் அழைக்கிறோம்.

வானம், காற்று, நெருப்பு, நீர், நிலம் என்ற ஐந்து பெளதிகப் பிரிவுகளாகி உயிரற்ற பொருட்களாக இறைநிலையே தன்மாற்றம் பெற்றது. உயிரினங்கள் தோன்றியது. முடிவில் மனிதன் வந்தான்.

எது இறைவன் என்ற கேள்விக்கு சுத்த வெளியே இறைவன் என்கிறார் வேதாத்திரி மகரிசி. சுத்த வெளியான இறைவெளியே தன்மாற்றம் பெற்றுத் தோற்றப் பொருள்களாக மாறியுள்ளது.

எனவே இறைவன் ஒன்றுதான் என்று இறைநிலையைப் பகுத்துணரச் செய்கிறார்.

இந்த உலகில் தோன்றிய மகான்கள் அனைவரும் ஏக இறைவனைத் தான் தாங்கள் உணர்ந்த பெயர்களால் தாயென்றும், தந்தையென்றும், பூரணமென்றும், அநாதியென்றும் அழைத்தனர்.

ஆனால் ஒவ்வொரு பெயரும் ஒவ்வொருவித இறைத்தன்மை என்று நினைக்கத் துவங்கியபோதுதான் இறைத் தத்துவமே தடம் புரண்டது.

மனிதன், ஏக இறைநிலைக்குப் பல்வேறு உருவங்களை வடித்து, அவற்றிற்குப் பல்வேறு பெயரிட்டு அழைப்பதால் இறைவனின் பெயரால் மக்களிடையே பகையினையும் பிரிவினையையும் ஏற்படுத்து கிறான்.

நாம் வைத்த பெயர்களுக்கும் உருவங்களுக்கும் அப்பாற்பட்டது தான் ஏக இறை ஆற்றல். உருவம் என்ற சிறப்பு நிலையைக் கடந்து அவைகளின் பிறப்பு நிலையான மூலத்தை உணர வேண்டும். அதுவே ஞானம் என்கிறார் வேதாத்திரி மகரிசி.

விலங்கினத்தின் குணங்கள்

மனிதன் உடலாலும், அறிவாற்றலாலும் சிறப்பு வாய்ந்தவன் என்றாலும், பரிணாமத் தொடரில் அவன் முதலில் உருவானது விலங்கினத்தின் வித்தின் மூலமே.

எனவே மனிதனிடம் பிற உயிரை வதைத்தல், பிற உயிரின் பொருளைப் பறித்தல், பிற உயிர்களின் வாழும் சுதந்திரத்தை அழித்தல் போன்ற விலங்கினத்தின் குணங்களும் இன்றுவரை சேர்ந்தே இருக்கின்றன.

அத்தகைய பறித்துண்ணும் ஒரே குற்றம்தான் மனிதனிடத்தில் பொருள், புகழ், அதிகாரம், புலனின்ப வேட்கை என எழுச்சி பெற்று, பொய், சூது, களவு, கொலை, கற்பழிப்பு எனும் ஐந்து பெரும் பழிச் செயல்களாக மாறியிருக்கிறது.

இக்குணங்கள் மனிதனிடம் இருக்கும்வரை வாழ்வில் சிக்கலும் துன்பமும் நீடித்து அமைதியே கிட்டாமல் போய்விடும்,

மனவளக் கலைப் பயிற்சியாலும், அறநெறியாகிய ஒழுக்கம், கடமை, உவகை என்ற மூவகைச் செயல் பயிற்சியாலும் மனிதன் மனத்தூய்மை, வினைத்தூய்மை பெற முடியும் என்கிறார் வேதாத்திரி மகரிசி.

எந்த அசைவானாலும், செயலானாலும் அதற்குத் தக்க விளைவு பிரதிபலனாகக் கிடைக்கும் என்பதே இறை நீதி.

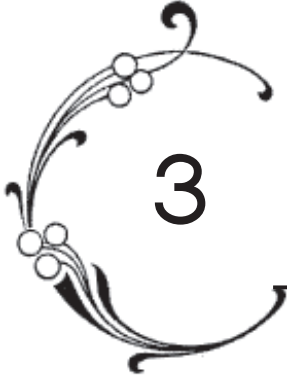
எனவே எண்ணம், சொல், செயல் ஆகியவற்றால் தனக்கும், பிறருக்கும் துன்பமளிக்காத வாழ்க்கை முறையைக் கற்று, அதன்படி அறிவில் விழிப்பு நிலையுடன் வாழ வேண்டும் என்கிறார் இவர்.

பண்டைய தத்துவங்களையும், பயிற்சி முறைகளையும் பல ஆண்டுகள் ஆராய்ச்சி செய்ததன் விளைவாகத் தான் கண்டறிந்த தியான முறைகளில் சிறந்த குண்டலினி யோகம், அவயங்களை வருத்தாத உடற்பயிற்சி, மனத்தூய்மை அளிக்கும் தற்சோதனை, உயிர் சக்தியைப் பாதுகாப்பதன் மூலம் வயோதிகத்தைத் தள்ளிப்போடும் காயகல்பப் பயிற்சி என இவை நான்கும் ஒருங்கிணைந்த வாழ்க்கை முறையைக் கண்டறிந்தார்.

அறிவை உயர்த்தி அறம் வளர்க்கும் தத்துவக் கருத்துக்களையும், பயிற்சி முறைகளையும் கற்றுத்தர மனவளக் கலை மன்றங்களையும், அறிவுத் திருக்கோயில்களையும் பல்வேறு ஊர்களில் உருவாக்கி, மக்கள் மகிழ்ச்சியோடு வாழ வழி ஏற்படுத்தினார்.

மனிதன், குடும்பம், சுற்றம், நாடு, உலகம் அனைத்தும் இறைநிலையோடு இணைந்து பேரின்ப வாழ்வு பெற்றிட “வாழ்க வையகம்! வாழ்க வளமுடன்!!” என்ற தாரக மந்திரத்தை இயற்றிப் பல லட்சம் அன்பர்களின் மனதில் அருள் ஒளியாக வாழ்ந்து கொண்டிருக்கிறார்.





வாழையடி வாழையாக

வாழையடி வாழை என வந்த திருக்கூட்ட மரபில் நானும் ஒருவன் அன்றோ என்று இராமலிங்க வள்ளலார் பாடினார்.

”வாழையடி வாழை என வந்த திருக்கூட்ட
மரபினில்யான் ஒருவன் அன்றோ
வகை அறியேன் இந்த
ஏழைபடும்பாடுனக்குந் ருவுளச்சம் மதமா
இதுதகுமோ இதுமுறையோ இதுதருமந்தானோ
மாழைமணிப் பொதுநடஞ்செய்
வள்ளால்யான் உனக்கு
மகன் அலனோ நீ எனக்கு வாய்த்ததந்தை
அலையோ
கோழை உல குயிர்த்துயரம் இனிப்பொறுக்க
மாட்டேன்
கொடுத்தருள்நின் அருள்ஒளியைக்
கொடுத்தருள் இப் பொழுதே”

திருமந்திரம், தாயுமானவர் பாடல்கள், திருவருட்பா, வேதாத்திரியம் - இந்த நான்கையும் ஆராய்ச்சி செய்தால், திருமூலர் - தாயுமானவர் - வள்ளலார் - வேதாத்திரி மகரிசி என்று ஒரு உண்மை தெளிவாகத் தெரியவரும்.

தாயுமானவரின் குரு மெளனகுரு. மெளனகுரு திருமூலர் மரபில் வருபவர் தாயுமானவரே தம் குருவை....

“மந்திர குருவே யோக தந்திர குருவே மூலன்
மரபில் வருமெளன குருவே”

என்று குறிப்பிட்டு பாராட்டுகிறார்.

மேலும், தாயுமானவர் வாக்கில் திருமூலர் “சக்கரவர்த்தில தவராசயோகி”, தாயுமானவர்பாடல், எந்நாட்கண்ணி, அடியார் வணக்கத்தில்....

“சக்கரவர்த்தி தவராசயோகி எனும்

மிக்க திருமூலன் அருள்மேவுநாள் எந்நாளோ?”

என்று தாயுமானவர் திருமூலரின் அருளை வேண்டி நிற்கிறார்.

எனவே, திருமூலர் மரபில் வருகிறார் மௌனகுரு. மௌனகுரு மரபில் தாயுமானவர் தொடருகிறார்.

தாயுமானவரே மறு பிறப்பில் வள்ளலார். வள்ளலார் முற்பிறப்பில் தாயுமானவர் என்றொரு கொள்கை உண்டு. இக் கொள்கை உடையவர் வண்ணச்சரபம் தண்டபாணி சுவாமிகள்.

வள்ளலார் முற்பிறப்பில் தாயுமானவரே என்று வண்ணச்சரபர் வள்ளலாரிடம் கூறிய போது வள்ளலார் முற்றும் ஏற்காமலும் முற்றும் மறுக்காமலும் அடக்கமாக அதற்கு இப்போது என்ன? என்பது போல் இருந்து விட்டார்.

வள்ளலார் உபதேசக் குறிப்பால் தாயுமானவருக்கு மறுபிறப்பு உண்டு என்பதும் வள்ளலாருக்கும் மறுபிறப்பு உண்டு என்பதும் உறுதியாகிறது.

தாயுமானவர் விட்ட இடத்தில் வள்ளலார் தொட்டுத் தொடங்குவது போலவும், அதுபோல் வள்ளலார் விட்ட இடத்தில் வேதாத்திரி மகரிசி தொட்டுத் தொடங்குவது போலவும் இவர்களது பாடல்கள் காணப்படுகிறது.

இனி வேதாத்திரி மகரிசி பதிவு செய்துள்ள வாழ்க்கைக் குறிப்பில் உள்ளதைக் காண்போம்.

“எனக்கு சுமார் 42 வயது இருக்கலாம். நான் தெருத் திண்ணையில் படுத்துறங்குவது உண்டு. ஒருநாள் பெளர்ணமி தினம். இரவு சுமார் மணி 12.30 இருக்கும் நல்ல நிலவு ஒளி திண்ணையில் கால்பாகம் இருந்தது. நான் கண்திறந்து விழித்துப் பார்த்தேன்.

என் வலப்பக்கத்தில் 2 அடி தொலைவில் அருட்ஜோதி இராமலிங்க வள்ளலார் சுத்த வெள்ளை ஆடையோடு அதே வெள்ளைத் துணியால் மூடிய நிலையில் அமர்ந்திருக்கிறார்.

எனக்கு ஒரு படப்படப்பு ஏற்பட்டது. அவருக்கு வணக்கம் செய்ய வேண்டும் என்ற நோக்கத்தில் எழுந்து அவர் அடியை நாடினேன்.

“நான்” உன்னோடு பத்தாண்டு காலம் இருக்கப் போகிறேனப்பா. இதை இப்போது யாரிடமும் சொல்லாதே” என்று கூறிய வார்த்தைகளைத் தெளிவாகக் கேட்டேன்.

உடனே காட்சி மறைந்து விட்டது. உடம்பெல்லாம் புல்லரித்து மகிழ்ச்சி தாங்க முடியவில்லை. என் மனைவியை எழுப்பிக் கூறி மகிழலாம் என்றால் பிறரிடம் அப்போதே கூறவும் கூடாது என்ற அருள் ஆணை.

என்ன செய்வேன்? இருதய பூரிப்போடு தவத்தில் உட்கார்ந்திருந்தேன். ஆனால் வள்ளலாரின் காட்சி நினைவு தவிர தவமும் வேறேதும் செய்ய முடியவில்லை.

“அன்று முதல் பத்தாண்டு காலத்துக்குள் நான் எழுதிய கட்டுரைகள் கவிகள் அனைத்தும் தத்துவ மயம். இராமலிங்க வள்ளலார் அவர் சொந்த உடல்முலம் முடிக்காமல் விட்டு வைத்த செயல்களையெல்லாம் எனதுஎளிய உடலை ஆட்கொண்டு முடித்தார் என்றே எண்ணுகிறேன்”.

என் கவிதைகள் கருத்துக்களை வியந்து போற்றும் நெருங்கிய நண்பர்களுக்கு இந்த நிகழ்ச்சியினை விளக்கி இந்த சிறப்புகள் அனைத்தும் அருள்ஜோதி வள்ளலாருடையதே எனக் கூறி மகிழ்வேன்.

“என்று எனை இராமலிங்க வள்ளற் பெருமானார்
எதிர் நின்று காட்சி தந்து அருளைப் பொழிந்தாரோ
அன்று முதல் உடல் உயிரோறிவை அருட்பணிக்கே
அர்ப்பணித்து விட்டேன் என் வினைத் தூய்மையாச்சி
இன்று எந்த மனநிலையோ வள்ளற் பெருமானார்
எந்தச் செயல் செய்யென்று உணர்த்து வாரோ அதுவே
நன்று எனக் கொண்டவற்றை நான்முடிக்கும் பேற்றால்
நல்லறிஞர் பலர் எனக்கு நட்பை அளிக்கிறார்”.

உலக சமாதானம் என்னும் நூலில் அதில் கூறப்பட்டுள்ள கருத்துக் களிலும் வள்ளலார் சொன்ன பத்தாண்டு காலத்தில் தான் எழுதப்பட்டுள்ளன.

அதற்குப் பிறகும் மகரிசிகளால் எழுதப்பட்ட கவிதைகளில் மெத்தப் படித்த வள்ளலார் சாயையே மிகுந்திருப்பதைக் காணலாம்.

வேதாத்திரி மகரிசி தமிழை முறையாக ஓதியதில்லை. படித்ததில்லை. செய்யுள்களைத் திறம்பட எழுதுவதற்குப் படித்திருக்க வேண்டிய யாப்பிலக்கணம் வேதாத்திரி மகரிசிக்கு தெரியவே தெரியாது.

இதனால் தெரிவது என்ன? தான் கூறியவாறு பத்து ஆண்டுகள் மட்டும் வள்ளலார் மகரிசியிடம் வாழ்ந்து கொண்டிருக்கவில்லை எனத் தெரிகிறது.

வேதாத்திரியை மிகவும் தனக்குத் தொடர்ந்து பிடித்துப் போகவே வள்ளலார் அவர்கள் தொடர்ந்தும் மகரிசிகளுடனேயே வாழ்ந்து மறைந்தார் என்றுதான் சொல்லவேண்டும்.

இந்தப் பிரபஞ்சத்திற்கு ஆதியாக இருப்பது இறைவன் அல்ல. அது ஒரு இறைநிலை என்று கூறி மெய்ஞ்ஞானத்திற்கும் விஞ்ஞானத்திற்கும் பொதுவாக அருட்பெருஞ்ஜோதி என்று அந்த இறைநிலைக்குப் பெயரிட்டார்.

உருவங்களையே பார்த்துப் பார்த்துப் பழகிவிட்ட பாமர மக்களால் வள்ளலாரைப் புரிந்து கொள்ள முடியவில்லை. “கடைவிரித்தேன். கொள்வாரில்லை கட்டிவிட்டேன்” என்று தனது பயணத்தை முடித்துக் கொண்டார் வள்ளலார்.

எங்கே வள்ளலார் முடித்தாரோ அங்கே தொடங்குகிறார் அருட்தந்தை வேதாத்திரி மகரிசி.

ஆக, திருமூலர் → அவர் மரபில் வரும் மெளனகுரு → தாயுமானவர் → அவரே மறுபிறப்பில் வள்ளலார் → வேதாத்திரி உடலில் வள்ளலார் என்ற மரபு நன்றாகவே இருக்கிறது.





திருமந்திரமும் வேதாத்திரியமும்

மக்கட் சமுதாயம் நலன் பெற வேண்டுமென்ற நோக்கத்தில் தான் இலக்கியங்கள் படைக்கப்படுகின்றன. ஆதிகாலந்தொட்டு இக்காலம் வரை அங்ஙனமே இலக்கியங்கள் உருவாகின்றன. படைப்பாளனின் சிந்தனையில் உருவாகின்றன. அவ்வாறு உருவானவற்றுள் எக்காலத்திலும் மறுக்க முடியாத மாறாத உண்மைகள் நின்று நிலை பேறு கொள்கின்றன.

அவற்றுள் சிறப்பானவை திருமந்திரமும், வேதாத்திரியமும் ஆகும்.

இவ்விரு நூல்களிலும் கூறப்பட்டுள்ள ஆழமான கருத்துகளையும் அழகான ஒற்றுமைகளையும் பயன் பயக்கும் கருத்துகளை திருமந்திரமும், வேதாத்திரியமும் தெவிட்டாமல் தருகின்றன.

திருமூலர் கருத்துகளை வேதாத்திரியார் எடுத்தாண்டாரா அல்லது வேதாத்திரியாரின் கருத்துகளை திருமூலர் கையாண்டாரா என்ற வினாவிற்கு விடையில்லை.

இருப்பினும் பெருந்தகை சான்ற அவ்விருவர் கருத்துகளையும் செவிமடுத்து நல்ல வண்ணம் வாழவேண்டியது நம் கடமையாகும்.

இலக்கிய சுவை உணர்ந்து நாம் நம் வாழ்க்கையின் இலக்குகளை நிர்ணயிப்போம்.

திருமந்திரம் ஒன்பது தந்திரங்களைக் (இயல்கள்) கொண்டது. மூவாயிரம் பாடல்கள் உடையது.

சராசரியாக ஒவ்வொரு பாடலும் நான்கு வரிகளாகவும், ஒவ்வொரு வரியும் நான்கு சொற்களைக் கொண்டதாகவும், மொத்தம் 1,92,000 சொற்களைக் கொண்டது.

திருமந்திரம் எடுத்துக் கொண்ட பொருளை எளிய சொற்களால் அனைவருக்கும் புரியும்படி திருக்குறளைப்போல் சுருக்கமாகவும், தெளிவாகவும் கூறுகிறது.

திருமந்திரம் ஒரு தத்துவக் களஞ்சியம். தத்துவப் பொக்கிஷம், சுரங்கம், தத்துவக் கடல்.

தமிழில் முதல் ஆகமமாக மட்டுமின்றி, முதல் யோக நூலாகவும் செய்தருளிய நூல் தமிழ் மூவாயிரம் என்னும் திருமந்திரம்.

திருமந்திரம் மாபெரும் சாத்திர நூல் “தமிழ் மூவாயிரம்” என்று சிறப்பிக்கப்படுவது. சைவ சமயத்திற்கு முதல் சாத்திரமும், தோத்திரமாக அமைந்த அரிய நூல்.

வேதம், ஆகமம் ஆகிய இரண்டிற்கும் திருமந்திரம் விளக்கம் தருகிறது. இது **சைவ ஆகமம்** என்றும் போற்றப்படுகிறது.

திருமந்திரம் **சைவத் திருமுறைகள்** பன்னிரண்டினுள் பத்தாவது திருமுறையாக பெரியோர்களால் வைக்கப்பட்டுள்ளது.

தோத்திரத்திற்குத் **திருவாசகம்** சாத்திரத்திற்குத் திருமந்திரம் எனச் சான்றோர் கூறுவர்.

இந்த நூல் மக்கள் கடைப்பிடிக்க வேண்டிய அறங்களையும், அன்பின் சிறப்பையும், இறைபக்தி, சக்தியின் பெருமை, சமய வாழ்க்கை, யோக முறைகள். சிவகுருவாக உள்ள ஞானாசிரியரின் பெருமை முதலியவற்றைக் கூறுகின்றது.

மேலும் சிவமே அன்பு, அன்பே சிவம் எனக் கூறும் திருமந்திரமே சைவ சித்தாந்தத்தின் முதல் நூலாகக் கருதப்படுகிறது.

**“மூலன் உரைசெய்த மூவாயிரம் தமிழ்
மூலன் உரைசெய்த முந்நூறு மந்திரம்
மூலன் உரைசெய்த முப்ப துபதேசம்
மூலன் உரைசெய்த மூன்றும் ஒன்றாமே”**

மூவாயிரந்தமிழ், முந்நூறு மந்திரம், முப்பது உபதேசம் ஆகிய மூன்றும் வெவ்வேறு மூன்று நூல்கள் எனக் கருதுவோரும் உண்டு.

“மூன்றம் ஒன்றாமே” என்று திருமூலரே சொல்லிவிட்டதால் மூன்றும் வெவ்வேறு தனி நூல்களன்று.

மூவாயிரந் தமிழாகிய திருமந்திரத்தில் முந்நூறு மந்தரமும், முப்பது உபதேசமும் அடங்கும் எனக் கொள்வார் சிலர்.

திருவள்ளுவர் திருக்குறளை மட்டும் இயற்றியது போலவே திருமூலரும் ஒரே நூலை இயற்றினார்.

திருமூலர் வேறு நூல்கள் எதுவும் செய்யவில்லை. இதில் இருவேறு கருத்துக்கு இடமில்லை.

இதுவரையில் வந்த திருமூலர் உட்பட பல சிந்தனையாளர்களின் கருத்துக்களை எல்லாம் உள்ளடக்கி, அவற்றோடு தனது அனுபவத்தையும், ஒரு முறையான அடித்தளத்தோடு இணைத்து இவ்வுலக மக்களுக்கு வேதாத்திரி மகரிசி தரும் வாழ்க்கைக் கல்விதான் வேதாத்திரியம்.

வேதங்களில் கூறப்பட்டுள்ள பேருண்மைகளை எளிய மக்களும் உணர்ந்து கொள்ளும் வகையில் அறிவியல் நோக்கோடு காரண காரியத் தொடர்புடன் விளக்குகின்ற மகரிசியின் புதிய நெறி “வேதாத்திரியமாக” மலர்ந்துள்ளது.

பைபிள், குரான், கீதை, மகாவீரரின் சமண சமய நூல்கள் போன்ற வேத நூல்களால் எல்லோரும் புரிந்து கொள்ள முடியாத வாழ்வியலை, எம்மதத்தவரும் புரிந்து கொள்ளக்கூடிய அளவிற்கு மனவளக்கலை என்ற நூல் மூலம் மிகவும் எளிய முறையில் மக்களுக்கு போதித்தவர் வேதாத்திரி மகரிசி.

மனவளக்கலையில் இல்லறத்தாருக்கு கடுமையான நோன்புகள் இல்லை. துறவறத்துக்கான பாதை மிகவும் எளிமை.

பிரம்மன் அருளியதாகச் சொல்லப்படும் பிரம்ம இரகசியம் என்ற பிரம்ம ஞானத்தை எல்லோரும் புரிந்து கொள்ளக் கூடிய அளவில் புத்தகமாகவும் பயிற்சியாகவும் தந்தவர் வேதாத்திரி மகரிசி.

“விண்டவர் கண்டிலர்” என்ற வாசகத்தை மாற்றி கண்டதை எளிய தமிழ் நடையில் சொல்லி, சொன்னதை காணவைத்தவர்-புரிய வைத்தவர்-உணரவைத்தவர் வேதாத்திரி மகரிசி.

மேலும், எளிய முறை உடற்பயிற்சியின் மூலம் நோய்களை களைந்து உடல் நலத்தை சீராக்கி எளிய முறை தியானத்தின் மூலம் மனதை தூய்மைப்படுத்தி எளிய முறை காயகல்ப பயிற்சி மூலம் உயிராற்றலை பெருக்கி, அகத்தாய்வு மூலம் ஆறு தீயகுணங்களை சீரமைத்து இதன் மூலம் வாழ்வின் நோக்கமாகிய முழுமைப்பேற்றை அடைவதே வேதாத்திரி மகரிசி தந்த மனவளக்கலை.

“**வாழ்க வளமுடன்**” என்ற மந்திரச் சொல் மூலம், நோயை குணமாக்கவும், எதிரியை நண்பனாக்கவும், வாடிய பயிரைப் புத்துயிர் பெறச் செய்யவும், வாழ்வில் பிணக்கு நீங்கி இணக்கமாக வாழ முடியும் என்பதை மாணுடத்திற்கு உணர்த்தியவர் வேதாத்திரி மகரிசி

இந்த வேதாத்திரியம் தந்த வாழ்வியலைப் பயின்று தங்கள் வாழ்க்கையில் பயன்படுத்தி குடும்பத்தில் அமைதியையும் பேரின்பத்தையும் பெற்று உலக அமைதி காணலாம்.

வேதாத்திரியம் என்ற ஆன்மிகப் பார்வை, தத்துவம் மற்றும் விஞ்ஞான உண்மைகளை ஒருங்கிணைத்துக் கொண்டு, புதிய பண்பாட்டுக்கான தளத்தை அமைக்கும் புதிய சக்தியாகும்.

சமூக ஆரோக்கியத்துக்கான வேர்களைப் பதிப்பதே வேதாத்திரியச் செயல்பாடு.

தனி மனித வெற்றிக்கான இல்லறம், துறவறம், இளமை நோன்பு, ஒழுக்கம், கடமை, ஈகை, பாவம், புண்ணியம் என பல மானிட அறங்களை அறிவியலடிப்படையில் விளக்கிக் கூறும் அறத்துப் பாலும், அரசியல், பொருளாதாரம், சுகாதாரம், கல்வி, விஞ்ஞானம் எனப் பொருள் நெறி வகுத்துரைக்கும் பொருட்பாலும், இன்பம் துன்பம், அமைதி, பேரின்பம், இறை நிலை, உடல், உயிர், ஆன்மா, மனம் என எல்லாவற்றுக்கும் தருகின்ற புதியனவாக இன்பத்துப் பாலும் நவீன முப்பாலின் சாரமே வேதாத்திரிய இலக்கியம்.

“எல்லாப் பொருளும் இதன்பால் உள. இதில் இல்லாத எப்பொருளும் இல்லை” என்ற திருக்குறளுக்கு வழங்கிய புகழ் மொழிக்குச் சாலப் பொருத்தமானதே வேதாத்திரிய இலக்கியம்.

வேதாத்திரி மகரிசி எழுதிய நூல்கள்

1. மனவளக்கலை பாகம் ஒன்று
2. மனவளக்கலை பாகம் இரண்டு

3. மனவளக்கலை பாகம் மூன்று
4. எளியமுறை உடற்பயிற்சி
5. எனது வாழ்க்கை விளக்கம்
6. ஞானமும் வாழ்வும்
8. இன்பமாக வாழ
7. குடும்ப அமைதி
8. வாழ்க்கை வள உயர்வுப்படிக்கள் ஐந்து
9. செயல் விளைவுத் தத்துவம்
10. மாக்கோலமாய் விளைந்தமதி விருந்து
11. சமூகச் சிக்கல்களுக்கான ஆய்வுத் தீர்வுகள்
12. மனம்
13. ஞானக் களஞ்சியம்1,2
14. வாழ்க்கை மலர்கள் (நாள் ஒரு நற்சிந்தனை)
15. வேதாத்திரியம்
16. ஆன்மீக விளக்கு
17. அணுவிஷம்
18. பிரம்மஞான சாரம்
19. இறைநிலை அறிவு
20. மதமும் மனிதனும்
21. அறிஞர்களின் கடமை
22. அருளருவி பாகம் 1
23. வாழ்வியல் விழுமியங்கள்
24. அருள்தந்தை வேதாத்திரி மகரிசி பன்முக ஆய்வு
25. வேதாத்திரியத்தின் இறைநிலை விளக்கம்

26. நான் யார்?
27. கடவுளும் கருமையமும்
28. உலகச் சமுதாய வாழ்க்கை நெறி
29. அருளருவி பாகம் 2

ஆங்கில நூல்கள்

1. Yoga for Modern Age
2. karma yoga
3. Prosperity of India
4. The Story of My life
5. Altruism
6. Physiocal
7. Physical Transformation of soul
8. Science and Religion
9. State of Life Before and After Death
10. Does God Exist?
11. Sex and Spiritual Development
12. Sings and their Imprints
13. Seven Lectures on Unified Force.
14. The World Order Of holisitic Unity
15. Blueprint for World Peace
16. Bliss Beyond Words (verse)
17. Philosophy of Magnetism
18. Philosophy of Universal Magnetism
19. Bio&Magnetism
20. journey of Consciousness
21. Unifed Force
22. Logical solutions for the problems of Huimanity
23. Mind Genetic Centre, the Secrets of the soul

ஐனகர் வெப்பத்தையும், தட்பத்தையும் ஒன்றாக நோக்கினார்.
தருமர் இகழையும், புகழையும் ஒன்றாகப் பார்த்தார்.
ராமர் காட்டையும், நாட்டையும் ஒன்றென மதித்தார்.
அப்பரடிகள் பொன்னையும், மண்ணையும் ஒன்றெனப்பார்த்தார்.
திருமூலரும் வேதாத்திரியும் இறைவனையும் மனிதனையும்
ஒன்றெனப் பார்த்தனர். மக்களை நடமாடும் தெய்வங்களாக தரிசித்தனர்.





உடல் வளர்த்தேன் உயிர் வளர்த்தேனே

மனிதன் ஒழுங்குமுறையோடு செயலாற்ற நல்ல ஆரோக்கியமான உடல் தேவை.

மனிதன் துன்பங்கலவாத இன்பத்தைத்தான் பெரிதும் விரும்புகிறான். உடலானது முழு நலத்துடன் திகழ்ந்தால்தான் இன்பம் நிலவும்.

உடல் நலம் குன்றினால் நாம் அனுபவித்து வரும் இன்பம் கெட்டு துன்பம் வந்துவிடுகிறது.

‘காயமே இது பொய்யடா, காற்றடைத்த பையடா’ என்ற மொழிகள் எல்லாம் உடம்பின் நிலையாமையைக் கூற வந்த பொது உண்மைகள். சிறப்பு உண்மையும் முடிந்த முடிவான பேருண்மையும் ஆகாது.

சுவரை வைத்துத்தான் சித்திரம் எழுத வேண்டும் என்பது பழமொழி. அது போல உடம்பை வைத்துத் தானே நாம் முக்தி சித்திகளைப் பெறவேண்டும் என்பது முடிவான பேருண்மை ஆகும்.

இவ்வுண்மையை திருமூலரும் வேதாத்திரியும் அழுத்தமாகவும் அழகாகவும் கூறியுள்ளனர்.

துன்பத்தின் உச்சநிலை சில நேரங்களில் எதிர்கால இன்பத்தையும் வாழ்வையும் கூட கொள்ளை கொண்டு விடுகிறது என்கிறார் வேதாத்திரி மகரிசி. இதனை திருமூலர்,

“உடம்பார் அழியில் உயிரார் அழிவர்
திடம்பட மெய்ஞ்ஞானஞ் சேரவு மாட்டார்
உடம்பை வளர்க்கும் உபாயம் அறிந்தே
உடம்பை வளர்த்தேன் உயிர் வளர்த்தேனே”

(திருமந்திரம் 724)

“உடம்பினை முன்னம் இழுக்கு என்று இருந்தேன்
உடம்பினுக்கு உள்ளே உறுப்பொருள் கண்டேன்
உடம்புளே உத்தமன் கோயில்கொண்டான் என்று
உடம்பினை யான் இருந்து ஓம்புகின்றேனே”.

(திருமந்திரம் 725)

உடம்பின் சிறப்பினையும் உடல்நலம் பேண வேண்டிய
அவசியத்தையும் திருமூலர் குறிப்பிடுகின்றார்.

வாழ்க்கை அடிப்படையில் மூன்று வகைப்படும். உடல் வாழ்க்கை,
உளவாழ்க்கை, உயிர்வாழ்க்கை.

நடல் நலமாக இருக்க மகரிசி எளிய முறை உடற்பயிற்சியினை
வடிவமைத்துள்ளார். உடம்பினை “யானிருந்து ஓம்புகின்றேனே”
என்பார் திருமூலர்.

உண்மையான இறைவழிபாடும் இறையருள் துணையுமே
இவ்வுலக வாழ்க்கையைக் குறிக்கோள் உள்ளதாகவும் பிறவி அறுத்தற்கும்
துணைநிற்கும் என்பதனைப், “பிறவிப் பெருங்கடல் நீந்துவர் நீந்தார்,
இறைவன் அடி சேராதார்” என்பார் திருவள்ளுவர்.

இறைவனின் திருவடியைப் பற்றி வாழ்கின்ற வாழ்க்கையே
உடலுக்கும் உயிருக்கும் உறுதி பயக்கின்ற வாழ்க்கை என்று
திருவள்ளுவர் குறிப்பிடுவது போன்று திருமூலரும் குறிப்பிடுகின்றார்.

திருமந்திரத்தின் முதல் தந்திரத்தில் யாக்கை நிலையாமை எனும்
பகுதியில், இறைவழிபாட்டையும் இறையருளையும் தவறாது
துணையாகக் கொண்டு இறைவனின் திருவடியை அடைதலே
வாழ்க்கையின் உண்மையான இலக்கு என்பதனைக் குறிப்பிடுகின்றார்.

உடல் கொண்டு உயிர் வாழும் உயிர் வகைகளின் உடம்பையும்
உயிரையும் இரு வகையாகக் குறிப்பிடுகின்றார் திருமூலர்.

இறைவழிபாட்டையும் இறையருளையும் வாழ்க்கையில் துணைக்கொள்ளாத உயிர்களின் உடலையும் உயிரையும் சுடப்படாத பாத்திரங்கள் என்கின்றார்.

இறைவழிபாட்டையும் இறையருளையும் பற்றுக் கோடாகக் கொண்டு வாழும் உயிர்களின் உடலையும் உயிரையும் சுட்ட பாத்திரங்கள் என்று குறிப்பிடுகின்றார்.

மண்ணால் செய்யப்படும் மண் பாண்டங்கள் ஒரே வகை மண்ணால் செய்யப்பட்டவை. ஆயினும் தீயில் சுடப்பட்ட மண்பாண்டம் வானத்திலிருந்து விழும் மழைநீரை வென்று நிற்கும்.

மழைநீரால் அதற்குக் கேடு விளையாது. சுடப்படாத மண்பாண்டம் மழைநீர் படும்போது மறுபடியும் முன்போல மண்ணாகிக் கெட்டுவிடும் என்று குறிப்பிடுகின்றார்.

இதனை, “மண்ணொன்று கண்டீர் இருவகைப் பாத்திரம், திண்ணென்று இருந்தது தீவினை சேர்ந்தது, விண்ணின்று நீர்வீழின் மீண்டு மண்ணானாற் போல், எண்ணின்று மாந்தர் இறக்கின்றவாறே,” என்று குறிப்பிடுகின்றார்

“உடம்பை வளர்க்கும் உபாயம் அறிந்தே, உடம்பை வளர்த்தேன் உயிர் வளர்த்தேனே” என்று மற்றொரு மந்திரத்தில் திருமூலநாயனார் குறிப்பிடுகிறார்.

அரும்பாடு பட்டு, நோய் நொடியின்றிப் பேணி வளர்த்துப் பாதுகாக்கும் இவ்வுடலானது இறக்கும்போது வெறுமனே அழிதற்கு விடல் ஆகாது என்கின்றார் திருமூலர்.

உடலை வளர்ப்பது என்பது உடலுக்குள் இருக்கும் உயிரை வளர்த்தற்கேயாம் என்கின்றார்.

திருமூலருடைய கருத்தினை ஒட்டியே வேதாத்திரி மகரிசி அவர்களும், நாமாக வாழ உடல் பாதுகாப்பு வேண்டும். உடல் பாதுகாப்பிற்கு உடல் தூய்மை அவசியம். உடலையும் உடையையும் தூய்மையாக வைத்திருக்க வேண்டும் என்கிறார்.

“உடலுக்கு ஆகாரம் உழைப்பு வேண்டும். உள அமைதிக்காக உற்சாகம் ஊட்ட கடல்நதிகள் மலைக்காடு இயற்கை காட்சி கண்டுகளித்திட உலகம் சுற்றும் வாய்ப்பும் நடன முதல்களிப்பூட்டும் கலைகள் வேண்டும். ஞாபகத்தைப் பண்படுத்தும் தியானம் வேண்டும். விடவேண்டும் தேவையற்ற அனுபோகங்கள். விளையாது பெருகாது துன்பம் வாழ்வில்” (மனவளக்கலை பக். 94. பாகம் 1)

மனித உடல் இயங்குவதற்கு உயிர்ச்சக்தி முக்கியமானதாகவும், மூல காரணமாகவும் இருக்கிறது.

உயிர்ச்சக்தி தாங்கும் ஒரு பாத்திரம் போல் உடல் அமைப்பு இருக்கிறது.

மனித உடலை நுணுகி ஆராய்ந்தால், பஞ்ச பூதங்களின் அமைப்புக்கு இசைய ஐந்து அடுக்குகளாக அது இருப்பது தெரியவரும்.

பிருதிவி, அப்பு, தேயு, வாயு, ஆகாசம் என்ற பஞ்சபூதங்களாலான உடலமைப்பில்

- பிருதிவி என்னும் மண், பரு உடலாகவும்,

- அப்பு என்னும் நீர், இரத்தமாகவும்,

- தேயு என்னும் நெருப்பு, உடல் சூடாகவும்,

- வாயு என்னும் காற்று, மூச்சாகவும்,

- ஆகாசம் என்பது உயிர்ச்சக்தியாகவும், இருக்கின்றன. நீர், நெருப்பு, காற்று இந்த மூன்றும் சேர்ந்து பருப்பொருளான உடலையும் நுண்பொருளான உயிர்ச் சக்தியையும் இணைத்து அவை நட்போடு இயங்குமாறு செய்கின்றன.

உடலை நலத்தோடு வைத்திருக்க வேண்டுமாயின் உடலுக்கும் உயிர்ச்சக்திக்கும் இடையே உள்ள இரத்தம், வெப்பம், காற்று ஆகிய மூன்றுக்கு ஊறு நேராதபடி பாதுகாத்துக் கொள்ள வேண்டியது அவசியமாகிறது என்கிறார் வேதாத்திரி மகரிசி.

இயற்கைச் சக்திகளின் இயக்கத்தாலோ அல்லது ஐம்புலன்களின் இயக்கத்தாலோ இரத்தம், வெப்பம், காற்று ஆகிய மூன்றுக்கும் சீர் குலைவு ஏற்படுகின்றது என்கிறார் மகரிசி.

உணவு, உறக்கம், உழைப்பு, பால்உறவு இவற்றை மிகையாகப் பயன்படுத்துவதாலும், தவறாகப் பயன்படுத்துவதாலும், புறக்கணிப்பதாலும், எண்ணத்தை இயற்கையின் இனிமைக்கு முரணாகப் பயன்படுத்துவதாலும், பலவிதத் துன்பங்கள் நேரிடலாம் என்றும் எச்சரிக்கிறார் மகரிசி.

இன்று உழைப்பு கிடைத்தால் போதும் என்று நினைப்பவர்கள் அந்த உழைப்புக்கு மூன்று ஆதாரமான உடலினைப் பற்றி - உடல் செம்மையாக இருந்தால் தான் உழைக்க முடியும் என்ற நினைப்பும், கவலையும் இல்லாமல் இருக்கின்றனர்.

மனிதன் என்பவன் உடல், உயிர்சக்தி. விந்து நாதம், ஜீவகாந்தம், மனம் என்ற ஐந்தும் ஒரு சேர இயங்கும் அமைப்பாகும்.

இதனை வேதாத்திரி மகரிசி அவர்கள் உடல், உயிர், ஜீவகாந்தம், கருமையம், மூளை, உள்ளம், மனம், புலன் எட்டும் இணைப்பியக்கும் ஜீவன் என்கிறார்கள்.

எப்படி ஒரு கட்டிடம் பல செங்கற்களால் உருவாக்கப்படுகின்றதோ அதுபோலவே நமது உடல் பல்வேறு செல்களால் இணைக்கப்பட்டு உருவானது.

உடலுக்குத் தேவையான சக்தியினை அதன் பயனுக்கேற்ப செல்கள் உற்பத்திச் செய்து கொண்டுள்ளன. நம் உடல் இயக்கத்தினை மகரிசி அவர்கள்,

“பருஉடலே அணுத்திரர்கள் அடுக்கு ஆகும்

பதமாக அதைக்காக்கும் ஜீவகாந்தம்” என்கிறார்.

உடல் உறுதிபெற வேண்டும் என்று காயகல்பம் என்ற உயர்ந்த பயிற்சியை வேதாத்திரி வகுத்துள்ளார்.

காயகல்ப பயிற்சியில் உடலியக்கச் சிறப்பால் எவ்வாறெல்லாம் மனிதனுக்குச் சக்தியாக, ஏழு தாதுக்களாக ஹைட்ரோக்குளோரிக் அமிலம், உணர்வோடு சேர்ந்து திரவமாக மாறி அதிலிருந்து இரசம் பிரிக்கப்படுகிறது.

இரசத்தோடு இரசாயனத் துளிகள் சேர்ந்து சதையாக, எண்ணையாக, கொழுப்பாக, கொழுப்பிலிருந்து சுண்ணாம்புச் சத்தாக மாறி எலும்பாக மாறுகிறது.

மஜ்ஜையிலிருந்து அணுக்களாகப் பிரிக்கப்பட்டு விந்து, நாதம் என்ற தாதுவாக மாறுகின்றது.

இந்த தாதுக்கள் முறையோடும், அளவோடும் இயங்கினால்தான் உடல் நலமாக இருக்கும் என்ற அறிவியல் உண்மைகளை எளிய முறையில் விளக்குகிறார் மகரிசி.

காயகல்ப பயிற்சியில் இவ்வறிவியல் உண்மைகளைக் கலந்து உணர்த்தியுள்ளதைக் கண்டு யாராலும் வியக்காமல் இருக்க முடியாது.

வேதாத்திரி மகரிசியின் எளியமுறை உடற்பயிற்சியின் மூலம், இன்று உலகெங்கும் லட்சக்கணக்கான மக்கள் பயனடைந்து வருகிறார்கள்.

உடலை வளர்க்கும் உபாயங்களை மூலர் கவிதையாக, பாட்டாகத் தந்தார் திருமூலர். வேதாத்திரி மகரிசியோ அதைப் பயிற்சியாக்கி நடைமுறைப்படுத்தினார்கள்.

இன்று பல்கலைக்கழகங்கள் வரை பாடத்திட்டத்திலும் மகரிசியின் எளிய முறை உடற்பயிற்சி இடம் பெற்றிருக்கிறது.





திருமூலரின் ஆசனமும் மகரிசியின் எளியமுறை உடற்பயிற்சியும்

ஐயாயிரம் ஆண்டுகளுக்கு முன் இந்தியாவில் தோன்றிய உடற்பயிற்சி தியான முறை யோகக் கலை ஆகும்.

அதில் யோகாசனம் குறிப்பாக உடற்பயிற்சியையும் நிலைகளையும் குறிக்கும்.

யோகம் என்ற சொல் சமஸ்கிருதச் சொல் ஆகும். “யோகம் என்றால் அலையும் மனதை அலையாமல் ஒரு நேர்வழிப்படுத்தும் செயல் என்று எளிமையாகவும் உரைக்கின்றனர்”.

ஆசனம் என்ற சொல்லுக்கு 'இருக்கை' என்பது பொருள். உடலை ஒரு நிலையில் குறிப்பிட்ட அளவு நேரம் இருக்கச் செய்யும் உடற்பயிற்சியையும் அவை சார்ந்த நிலைகளையும் குறிக்கும் சொல்லே யோகாசனம். தமிழில் இதை ஓக இருக்கை என்றழைக்கலாம்.

யோகாசனம் = யோகம்+ஆசனம், அதாவது மனதை அலைபாய விடாமல் ஒருநிலைப்படுத்தி செய்யப்படும் உடற்பயிற்சி என்று பொருள்.

மனதை அலைபாயாமல் தடுப்பதற்கே பெரும்பாலான யோக உடற்பயிற்சிகளில் கண்களை மூடிக்கொள்கின்றனர்.

மேலும் யோகாசனங்கள் அனைத்தும் மானிட உடம்பில் உள்ள பருப்பொருள்களுக்காகவே (தசை, எலும்பு, ஈரல்) செய்யப்படுகின்றன.

சில யோகாசனங்கள் இரத்த ஓட்டத்தை சீர்ப்படுத்தினாலும் அவை இரத்த ஓட்டத்திற்காக மட்டும் செய்யப்படும் பயிற்சி ஆகாது.

இதைப்போலவே சில யோகாசனங்கள் சுவாசத்தைச் சீர்ப்படுத்தினாலும், சுவாசம் சீர்ப்படுத்தலுக்கு என்று **சுவாச பந்தனம், பிராணயாமா** போன்ற தனிப்பயிற்சிகள் உள்ளன.

அதனால் யோகாசனம் என்பது உடற்பயிற்சியும் அவை சார்ந்த நிலைகளும் மட்டுமே.

உடல்நலம், மனநலம், உயிர் நீட்டிப்புக் கருதி திருமூலர் பல்வேறு ஆசனப் பயிற்சிகளை திருமந்திரத்தில் கூறியுள்ளார்கள்.

ஆசனப் பயிற்சிகளை மேற்கொள்ளும் பயிற்சியாளன் தலைமைப் பண்பு பெற்று உயர்ந்து வாழ்வான் என்று திருமூலர் குறிப்பிடுகின்றார்.

**“பத்திரங் கோமுகம் பங்கயங்கேசரி
சொத்திரம் வீரஞ் சுகாதனம் ஒரேமும்
உத்தமமாமுது ஆசனம் எட்டெட்டுப்
பத்தொடு நூறு பலஆசனவே”**

என்ற ஆசனங்களின் எண்ணிக்கை நூற்று இருபத்தாறும் அதற்கு மேலும் பொருள் கொள்ளலாம்.

அனைவருக்கும் ஆரோக்கியத்தை வழங்கும் ஆசனங்கள் பல இருக்கின்றன.

ஆனால், நம்மில் பலருக்கும் பிடித்த ஒரே ஆசனம், சுவாசனம். அதாவது, படுத்துக் கொண்டு தூங்குவது.

சுவாசனம் என்றால், மங்களகரமான ஆசனம், மங்களங்களைக் கொடுக்கும் ஆசனம் என்று பொருள்.

என்ன மங்களத்தைக் கொடுக்கும்? வேறென்ன? ஆரோக்கியம் என்னும் மங்களத்தைத்தான்.

தற்போது, அனைவருக்கும் தேவை, அவசரத் தேவை, ஆரோக்கியம் தானே?

இருண்டு கிடக்கும் வீட்டின் உள்ளே, ஒவ்வொரு ஜன்னலாகத் திறக்கத் திறக்க, அறை முழுவதும் வெளிச்சம் பரவுகின்றதல்லவா?

அது போல, ஆசனங்களைச் செய்யச் செய்ய, ஆரோக்கியம் தானே வந்து நம்முள் பாய்ந்து பரவிப் பெருகும்.

அந்த ஆசனங்களை வகைப்படுத்திச் சொல்லி, வழி காட்டுகிறார் திருமூலர். ஆசனங்கள் பல உண்டு.

பத்மாசனம் முதலாக உள்ள, பலவிதமான ஆசனங்களில் மிகவும் சிறந்தவை எட்டு ஆசனங்கள்.

அவற்றுள் குற்றம் அற்ற முறையில் சுவத்திக ஆசனத்தில் இருந்தால், தலைவனாக ஆகலாம். அதாவது, ஆரோக்கியத்தில் தலைசிறந்தவனாக இருக்கலாம் என்கிறார் திருமூலர்.

**“பங்கயம் ஆதி பரந்த பல் ஆதனம்
அங்குளவாம் இரு நாலும் அவற்றினுள்
சொங்கில்லையாகச் சுவத்திகம் என மிகத்
தங்க இருப்பத் தலைவனும் ஆகுமே”** (திருமந்திரம் 558)

இப்பாடலில் சொல்லப்பட்ட ‘சுவத்திகம்’ எனும் ஆசனம், சுகத்தைத் தரும் ஆசனம்.

அமர்ந்து, கால்களை மடித்து, முழங்காலுக்கும் தொடைக்கும் நடுவில் பாதங்களை வைத்து, உடம்பை நிமிர்த்தி உட்கார்ந்து இருப்பதே, சுவத்திக ஆசனம்.

(அதாவது, வலது பாதம் இடது தொடையிலும் இடது பாதம் வலது தொடையிலுமாக வைத்திருக்க வேண்டும்.)

அடுத்து, பத்மாசனத்தைப் பற்றிக் கூறுகிறார் திருமூலர். வலது பக்கத் தொடையின் மேல் இடது பாதமும் இடது பக்கத் தொடையின் மேல் வலது பாதமும் இருக்கும்படியாக நன்றாக இழுத்துப் பொருத்த வேண்டும்.

அவ்வாறு பொருத்தும் போது, இரண்டு பாதங்களும் உள்ளங்கால் மேலே இருக்கும்படியாக அமைக்க வேண்டும்.

அப்படி அமைந்த பாதங்களின் மேல், இரண்டு கைகளையும் மேல் நோக்கியபடி மலர்த்தி வைத்து, நிமிர்ந்து உட்கார்ந்திருப்பதே ‘பத்மாசனம்’ எனப்படும்.

ஏற்கனவே கூறியபடி அமர்ந்து, இரண்டு கைகளையும் ஒன்றன்மேல் ஒன்றாக மலர்த்தியபடி வைக்க வேண்டும்.

மூக்கு நுனியில் பார்வையை, அசைவற்று நிறுத்த வேண்டும். வாயை மூடியபடி, முன்பற்களின் இருபுறங்களிலும் பதியும்படியாக, நாக்கை வளைத்து நிறுத்த வேண்டும்.

அதன்பின், முகவாய்(மோவாய்)க் கட்டையை மார்பில் வைத்து வாயுவை எழுப்ப வேண்டும்.

இவ்வாறு, பத்மாசனத்திலேயே மற்றொரு விதமாகவும் சொல்லப் படுவது உண்டு.

பத்மாசனத்தைப் பற்றி, திருமூலர் கூறும் பாடல்:

**“ஓரனை அப்பதம் ஊருவின் மேல் ஏறிட்டு
ஆர வலித்து அதன் மேல் வைத்து அழகுறச்
சீர் திகழ் கைகள் அதனைத் தன்மேல் வைக்கப்
பார்திகழ் பத்மாசனம் எனல் ஆகுமே”** (திருமந்திரம் 559)

அடுத்து, திருமூலர் ‘குக்குடாசனம்’ என்பதைப் பற்றிக் கூறுகிறார்.

‘குக்குடம்’ என்றால், சேவல் என்பது பொருள். குக்குடம் ஏறிய செவ்வேள் வாழ்க என்று சேவலை வாகனமாகக் கொண்ட முருகப் பெருமானை போற்றுகிறோம்.

கோழியின் வடிவத்தை ஒத்து இருப்பதால், இந்த ஆசனம் ‘குக்குடாசனம்’ எனப்படுகிறது.

பத்மாசனத்தில் அமர்ந்து கொண்டு, கணைக்காலுக்கும் தொடைக்கும் நடுவில் இரண்டு கைகளையும் நுழைத்துத் தரையில் ஊன்றி, உடம்பை முழங்கை வரையில் தூக்கி நிறுத்துவதே குக்குடாசனம் எனப்படும்.

கைகளைத் தொடைக்கு நடுவாகச் செலுத்தி, கீழே ஊன்றி உடம்பை முழங்கைக்கு மேல் முக்கித் தூக்கினால்தான், குக்குடாசனம் ஆகும். இல்லையேல், இது பத்மாசனமாகவே கருதப்படும்.

இதுவே, பத்மாசனத்திற்கும் குக்குடாசனத்திற்கும் உள்ள வேறுபாடு.

ஆசனங்களைப் பற்றிப் பலவிதமாகவும் திருமூலர் கூறியிருக்கிறார். ஆசனங்கள் ஒவ்வொன்றும் ஆரோக்கியத்தை அளிக்கக் கூடியவைதான். சந்தேகமில்லை.

ஆனால் அதற்காக, ஆசனங்களைப் பற்றி நூல்களில் படித்து விட்டோ அல்லது ஆசனங்களைப் பற்றி விரிவுரைகளைக் கேட்டு விட்டோ, ஆசனங்களைப் போட முயற்சி செய்யக் கூடாது.

ஏன்? ‘இரும்பு வளைந்தால், மடங்கினால், அது அங்குசமாக ஆகும். நரம்பு வளைந்தால் மடங்கினால், என்னவாகும்?’ என்று தமிழில், முன்னோர்களின் வாக்கு ஒன்று உண்டு.

நரம்பு வளைந்தால், கோணிப் போனால், மிகுந்த வலி எடுக்கும்; சுலபத்தில் சரி செய்ய முடியாது. தலைவலி போய், திருகுவலி வந்த கதையாகி விடும்.

அந்தத் துயரம் நமக்கு வரக் கூடாது என்பதற்காகவே, ஆசனங்கள் முதலான பலவற்றிற்கும், குருநாதர் வாயிலாகவே பயிற்சி எடுக்கச் சொல்லி முன்னோர்கள் அறிவுறுத்தினார்கள்.

குரு மூலமாக நாம் பயிலத் தொடங்கினால், அவர் முறையாக வழிகாட்டுவார்.

பயிற்சி செய்யும்போது, ஏதாவது தவறு நேர்ந்தால் பிரச்னை ஏற்பட்டால், அவர் அருகில் இருந்து தவறைச் சரி செய்வார்.

பிரச்சனையைத் தீர்த்து வைப்பார். இதன் காரணமாகவே நம் ஞான நூல்கள், குருவிற்கு முக்கியமான இடத்தைக் கொடுத்திருக்கின்றன.

‘குருவில்லா வித்தை பாழ்’ என்று, இத்தகவலைப் பொட்டில் அடித்தாற்போல, பழந்தமிழ் நூல்களும் சொல்கின்றன.

ஆகையால், ஆசனங்களை அறிய அல்லது பயில வேண்டுமென்றால், தகுந்த குரு மூலமாகவே ஆசனங்களைப் பயில வேண்டும்.

ஆசனம் பற்றி வேதாத்திரி மகரிசி

இரத்த ஓட்டத்தைச் சரிபடுத்துவதுதான் “ஆசனம்”. ஆசனம் என்றால் இருப்பு, உட்கார்ந்து இருப்பதனால் பூமியின் ஆகர்ஷண சக்தியை ஒட்டி இரத்தம் இருக்கிறது.

நாம் தலைகீழாக நின்றால் என்ன ஆகும்? கீழ்ப்புறம் இரத்த ஓட்டம் அதிகமாகத் தேக்கமுறும்.

தலைப்பகுதியில் இரத்தம் குறைவாக இருந்து, சிரசாசனம் செய்தால் இரத்த ஓட்டம் அந்த இடத்தில் சரிப்படக்கூடும்.

ஆனால் இதுபோன்ற விபரீதமான உடற்பயிற்சிகளை எல்லாம் எப்பொழுதுமே செய்யக் கூடாது.

இதனால் சில நோய்களும் உண்டாகலாம். மூளையிலுள்ள இரத்தக் குழாய்கள் (தந்துகிகள்) மிகவும் நுண்ணிய அளவிலானவை.

சிரசாசனத்தால் அதிக இரத்தம் அங்கே ஓடும்போது அவை விரிவடையும். விரிவடைந்த பின்னர் 40 வயதிற்கு மேலே உள்ளவர்களுக்கு அவை பழைய அளவுக்குச் சுருங்காது.

அதனாலேயும் சில நோய்கள் தோன்றலாம். இந்தப் பின்னணியிலே தான் உடற்பயிற்சியானது அதிகமாக வேகம் கொடுக்காத தன்மையுடையதாக இருக்க வேண்டும் என்பது அவசியம்.

தற்காலத்திற்கேற்ற மகரிசியின் உடற்பயிற்சி

“நினைவுக்கு எட்டாத காலமுதற்கொண்டே பருவநிலை, வாழ்க்கை முறை, இன்னும் இதர பழக்க வழக்கம் ஆகியவற்றைக் கொண்டு பல்வேறு நாடுகளில் பல வகையான உடற்பயிற்சிகள் உருவாகியுள்ளன.

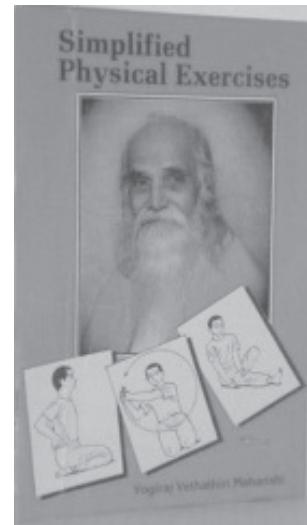
முன்பு வாழ்க்கை முறை மெதுவாக ஊரும் (நகரும்) நிலையில் இருந்ததால் அதற்குத் தக்கவாறு உடற்பயிற்சிகள் உருவாக்கப்பட்டன.

அந்தக் காலம் இப்போது மாறிவிட்டது. விரைவு, அழுத்தம், பரபரப்பு உள்ள சூழ்நிலையில் நாம் வாழ்கிறோம். நமது தேவைகளும் வேறு விதமாகிவிட்டன.

ஆகவே முந்தைய உடற்பயிற்சிகள் இந்தக்கால சூழ்நிலைகளுக்கு ஏற்றவையாகா.

இது சம்பந்தமாகப் பல ஆண்டுகள் நான் சிந்தித்து வந்தேன். பலவிதமான ஆசனங்களையும் உடற்பயிற்சிகளையும் ஆராய்ந்து பார்த்தேன்.

இப்பயிற்சிகளை நானே செய்து பார்த்து அதன் விளைவுகளை எனது உடல் மூலம் தெரிந்து கொண்டேன். இந்திய மருத்துவத் துறையில் எனக்கு இருந்த அறிவு இந்த ஆய்வுக்கு உதவியது.



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

இந்தப் பயிற்சிகளை ஒழுங்காகச் செய்வதால் உடலுக்குள் பிராணவாயு பரவி என்டோக்கிரின் சுரப்பிகள் இயக்கத்தை ஒழுங்குபடுத்தி, இரத்தத்தைச் சுத்தப்படுத்தி அதன் ஓட்டத்தை ஒழுங்குபடுத்துகிறது.

நோய் வராதபடி தடுப்பு நிலையை அதிகப்படுத்துகிறது. ஆரோக்கியமான உடம்பும் நீடித்த ஆயுளும் உண்டாகிறது.

அதன் மூலம் ஆன்மீகத் தேடலில் வெற்றி பெற்று நாம் இந்த மண்ணுலகுக்கு எதன் பொருட்டு வந்தோமோ அதைத் தெளிவாகத் தெரிந்து கொள்கிறோம்.

இந்தப் பயிற்சிகளை ஒழுங்காகச் செய்பவர்கள் நிச்சயம் நன்மை அடைவார்கள்.

எளிய முறைக் குண்டலினி யோகப் பயிற்சியில் ஈடுபட்டுள்ளவர்கள் இந்தப் பயிற்சிகள் செய்து பழகுவதன் மூலம் பெரும் அளவில் நன்மை அடையலாம்.

இந்தப் பயிற்சிகள் அதற்கு அதிக அளவு உதவியாய் இருக்கும்.” என்கிறார் - தத்துவஞானி வேதாத்திரி மகரிசி.

யோகாசன முறைகளில் வேதாத்திரி மகரிசி நன்கு பயிற்சி பெற்றவர். இவர்தம் பல்துறை புலமையும், மருத்துவம் சார்ந்த அனுபவமும் கொண்டு எளிய உடற்பயிற்சி முறைகளை வகுத்துத் தந்துள்ளார்.

ஒவ்வொரு பயிற்சியினையும் தானே செய்து பார்த்து நன்மை தீமைகளை அறிந்து உடலை வருத்தாத எளிய பயிற்சி முறைகளை உடற்பயிற்சி நூலில் தந்துள்ளார்.

நமது உடலுக்கும் உயிருக்கும் இடையே ஒத்த உறவு, இனிமையான உறவு, நன்முறையில் நீடித்திருப்பதற்கு ரத்த ஓட்டம், வெப்ப ஓட்டம், காற்றோட்டம் சரியாக இருக்க வேண்டும்.

அதற்கு மகரிசியின் உடற்பயிற்சியைத் தொடர்ந்து செய்வதன் மூலம் இந்த ஓட்டங்களை சரிப்படுத்திக் கொள்ளலாம்.

அருட்தந்தை யோகிராஜ் வேதாத்திரி மகரிசி அவர்கள் எளிய முறை உடற்பயிற்சியில்,

- கைப் பயிற்சி
- கால் பயிற்சி
- தசைநார், நுரையீரல் பயிற்சி
- கண் பயிற்சி
- கபாலபதி
- மகராசனம்
- அக்கு பிரஷர், மசாஜ் பயிற்சி
- உடல் தளர்த்தல்

வாழ்க்கையிலே மகிழ்ச்சியும் வெற்றியும் வேண்டுமெனில் உடல்நலம் இன்றியமையாதது.



உடற்பயிற்சியின் அவசியத்தை உணர்ந்து, 8 வயது முதல் 90 வயதானவர்களும் பயின்று பயன் பெறக் கூடிய எளிய முறையிலான உடற்பயிற்சித் தொடர் ஒன்றை மகரிசி உருவாக்கித் தந்துள்ளார்கள்.

இந்த உடற்பயிற்சி ஏழு அம்சங்களைக் கொண்டுள்ளது. அந்தப் பகுதிகள் ஒவ்வொன்றிலும் நிலைகள் ஏழு.

இரத்த ஓட்டம், வெப்ப ஓட்டம், காற்றோட்டம் இவற்றை உடலமைப்பில் சீராக்கி நுரையீரல்கள், பிற உள்ளுறுப்புகள், முதுகெலும்பு இவற்றை முழு அளவில் இயக்கிட வகை செய்கின்றன இந்தப் பயிற்சிகள்.

உடற்பயிற்சிக்குத் தினமும் காலையில் மட்டும் 30 நிமிடங்கள் போதும்.

தவறாது தினமும் செய்து வந்தால் நாள் முழுவதும் புத்துணர்ச்சியோடு இருக்கலாம். நோய்கள் வராமல் தடுக்கும் சக்தியும் அதிகரிக்கும்.

இப்பயிற்சிகளை ஒழுங்காக செய்து வருவதால்,

1. உடலுக்கு பிராணவாயு பரவி நாளமில்லாச் சுரப்பிகளின் இயக்கத்தை ஒழுங்குபடுத்துகிறது.

2. இரத்தத்தைச் சுத்தப்படுத்தி அதன் ஓட்டத்தை ஒழுங்குபடுத்துகிறது.
3. நோய்வராதபடி தடுப்புசக்தியை அதிகப்படுத்துகிறது.
4. ஆரோக்கியமான உடம்பும், நீடித்த ஆயுளும் உண்டாகின்றன.
5. ஆடவருக்கும், பெண்டிருக்கும், குழந்தைகளுக்கும், பல்வேறு வாழ்க்கை நிலையில் இருப்பவர்களுக்கும் ஏற்றதாக உள்ளது.
6. பல்வேறு காலநிலைகளுக்கு ஏற்றதாக உள்ளது.
7. உடலை வருத்தாமலும், துன்புறுத்தாமலும் செய்யலாம்.
8. மனித உடலில் உள்ள விலங்கினப் பதிவுகளை நீக்குவதற்கு இந்த உடற்பயிற்சி மிகவும் உதவுகிறது.
9. அரைமணி நேரத்தில் செய்து முடிக்கக் கூடியவாறு, பயிற்சிகள் அமைக்கப்பட்டுள்ளன.

உடல் நலமே முதல் நலம், Health is wealth என்பதற்கிணங்க, மகான்கள் காட்டிய வழியில் நமது உடலை ஆரோக்கியமாகவும் பாதுகாப்பாகவும் போற்றுவோம்.





திருமூலரின் பிராணாயாமமும் வேதாத்திரியின் நரம்பு தசைநார் பயிற்சியும்

திருமூலரின் ஆசன முறைகளை நன்கு ஆய்ந்தறிந்த வேதாத்திரி மகரிசி தம்முடைய எளியமுறை உடற்பயிற்சியை அறிமுகப்படுத்துகிறார்கள்.

மகரிசியின் உடற்பயிற்சியில் கைப்பயிற்சி, கால் பயிற்சி, கண்பயிற்சி, மகராசனம், உடம்பைத் தளர்த்துதல், ஓய்வு தரும் பயிற்சி என எளிய உடற்பயிற்சி முறைகளை மாணுடத்திற்கு வழங்கி உள்ளார்கள்.

இதனால் உடல் நிலையில் ஏற்படும் இரத்த ஓட்டம், காற்றோட்டம், வெப்ப ஓட்டம் ஆகியவற்றின் மேன்மையை விளக்கி, ஜீவகாந்த சக்தியும். உயிர்சக்தியும் அதிகரித்து மனிதனை நோயற்றவனாக, மன வளமுள்ளவனாக, நீண்ட ஆயுள் உள்ளவனாக எளிய முறை உடற்பயிற்சி மேம்படுத்துவதை அறிவுப் பூர்வமாகவும், விஞ்ஞான ரீதியாகவும் விளக்கிக் கூறியுள்ளார்கள்.

திருமூலர் பிராணாயாமத்தில் பிராணானது எவ்வகையில் ஐம்புலன்களுடனும் இணைந்து செயலாற்றி உடலுக்கும் மனதுக்கும் நன்மை அளிக்கிறது என்று பல பாடல்களில் விளக்குகிறார்.

பிராணாயாமம் என்றால் என்ன?

பிராணாயாமம் என்றால், பிராணனை பற்றிய அறிவு மற்றும் அதை நமது வயப்படி அடக்குதல் என்று பொருள்.

பிராணாயாமம் செய்வதால் என்ன பயன்?

நாம் வாழும் இந்த மனித உலகம், மற்றும் அண்ட வெளியெங்கும், பிராணன் எனும் எல்லையற்ற சக்தியால் நிரம்பியுள்ளது.

அந்த பிராணன் தான், நம்மை, நமது உடம்பை, நமது உயிரை இயக்குகிறது. உயிருக்கு ஆதாரமாக இருப்பது மூச்சுதான். எனவேதான் அதை உயிர்மூச்சு என்கிறோம்.

ஆக, நாம், நமது மூச்சை (இடது நாசி, வலது நாசி) இறைவன் அருளோடு, கட்டுப்படுத்தி அடக்குவதன் மூலம், பிராணனை வசப்படுத்த முடியும்.

“ஆரியன் நல்லன் குதிரை இரண்டுள
வீசிப் பிடிக்கும் விரகுஅறி வார்இல்லை
கூறிய நாதன் குருவின் அருள்பெற்றால்
வாரிப் பிடிக்க வசப்படும் தானே”. (திருமந்திரம் 565)

பறவையைவிட, வேகமாகச் செல்லக்கூடிய இந்த பிராணனாகிய குதிரையை நம் வசப்படுத்திக் கொண்டால், கள் உண்ணாமலேயே கள் உண்ட ஆனந்தநிலையை உணரமுடியும், சுறுசுறுப்பும், துள்ளலும் தானே ஏற்படும்.

புள் எனும் ஒரு வகை பறவை, குஞ்சு பொரித்தவுடனேயே, வேகமாக பறக்கும் தன்மையுடையது, அதுபோலதான் நமது மூச்சும்.

“புள்ளிரும் மிக்க புரவியை மேற்கொண்டால்
கள்உண்ண வேண்டாம் தானே களிதரும்
துள்ளி நடப்பிக்கும் சோம்பு தவிர்ப்பிக்கும்
உள்ளது சொன்னோம் உணர்வுடையார்க்கே”. (திருமந்திரம் 566)

பிராணாயாமம் செய்யும் வழிமுறை என்ன?

நீண்ட நேரம் அமர்ந்து பிராணாயாமம் செய்ய சிறந்த இருக்கை முறை (ஆசனம்) மிகவும் முக்கியம்.

ஆசனம் மொத்தம் 126 நிலைகள் உள்ளன. அவற்றில் 8 சுகாசனம் எனப்படும். அவை பத்மம், பத்திரம், கோமுகம், கேசரி, செளத்திரம், வீரம், சுகாதனம், சுவத்திகம் என்பவை.

பங்கயம் ஆதி பரந்தபல் ஆசனம்

அங்கு உளவாம் இரு நாளும் அவற்றினுள்
சொங்கு இல்லை யாகச் சுவத்திகம் எனமிகத்
தங்க இருப்பத் தலைவரும் ஆமே.

(திருமந்திரம் 558)

தற்போது நீங்கள் பத்மாசனத்திலோ அல்லது உங்களுக்கு வசதியான ஒரு ஆசனத்தில் அமர்ந்துகொள்ளவும், பத்மாசனத்தில் இருக்க விரும்பினால், முடிந்தால், கீழே உள்ள படத்தில் இருப்பது போல் அமர்ந்துகொள்ளவும்.



நீங்கள் மிகவும் வசதியாக இருக்க வேண்டும் என்பதே இங்கே முக்கியமாக இருக்கிறது. உங்களின் இருக்கை உங்களுக்கு சிரமத்தை கொடுக்காமல் இருக்கவேண்டும்.

இப்போது உங்களின் முதுகு, கழுத்து மற்றும் தலை ஒரு நேர்கோட்டில் இருப்பதுபோல் நிமிர்ந்து அமர்ந்துகொண்டு கண்களை மூடவும்.

1. நீங்கள் இப்போது உங்களின் வலதுகையின் பெருவிரலால், முக்கின் வலதுபுரத்தை அமத்திகொண்டு, இடது புற நாசியின் வழியே மூச்சை சத்தமில்லாமல் உள்ளே இழுக்கவும். அப்படி இழுக்கையில் 1 முதல் 6 வரை உங்களுக்குள்(மனத்தால்) எண்ணவும்.
2. பின் மூச்சை உள்ளேயே நிறுத்திகொண்டு 1 முதல் 3 வரை எண்ணவும்.
3. இப்போது உங்களின் வலது கை மோதிரவிரல் மற்றும் நடுவிரலாலும் முக்கின் இடதுபுற நாசியை அடைத்துக்கொண்டு வலது நாசியின் வழியாக மூச்சை சத்தமில்லாமல் வெளியிடவும். இப்போது 1 முதல் 6 வரை எண்ணவும்.
4. தற்போது மூச்சை உள்ளே இழுக்காமல் அப்படியே முதல் வரை எண்ணவும்.

இப்படி 5 நிமிடங்கள் வரை செய்யவும்.

பிராணாயாமம் செய்ய ஏற்ற நேரம் எது?

பிராணாயாமம் மாலையில் செய்தால் உடலுக்குத் துன்பம் தரும் கபம் நீங்கும்.

மத்தியானத்தில் செய்தால் வஞ்சக வாதம் நீங்கும்.

விடியற்காலையில் செய்தால் பித்தம் நீங்கும்.

“அஞ்சனம் போன்று உடல் அறும் அந்தியில்
வஞ்சக வாதம் அறும்மத்தி யானத்தில்
செஞ்சிறு காலையில் செய்திடில் பித்தறும்
நஞ்சறச் சொன்னோம் நரைதிரை நாசமே.”

(திருமந்திரம் 727)

இப்பயிற்சி செய்வதற்கு பொருத்தமான நேரம். விடியற்காலை, மதியம் மற்றும் சூரியன் மறையும் நேரம்.

பிராணாயாமம் எவ்வளவு காலம் செய்யவேண்டும்?

பத்து ஆண்டுகள் தியான யோகத்தால் பிராணனை கீழே போக்காமல், உள்ளடக்கும் வல்லமை கைவரப் பெற்றவர்கள் திருநீலகண்டப் பெருமானுக்கு ஒப்பாவர்.

பதினோராண்டுப் பயிற்சியில் மேலேழ், கீழேழ் உலகங்கள் சென்று அழகு பொருந்த நிறைந்து நிற்பார்.

“ஈரைந்திற் பூரித்துத் தியான உருத்திரன்
ஏர்வொன்று பன்னொன்றில் ஈராறாம் எண்சித்தி
சீரொன்று மேலேழ் கீழேழ் புவிச்சென்று
ஏறோன்று வியாபியாய் நின்றல்ஈ ராரே.” (திருமந்திரம் 648)

பிராணாயாமம் செய்வார்க்கு உடம்பிலே சுகமும் துள்ளி நடக்கும், சுறுசுறுப்பும் சோம்பலை விலக்கும் தன்மையும், இளமை நீட்டிப்பும், யமனையே வெல்லக்கூடிய சக்தியும் கிடைக்கும் என்பதையும் பல பாடல்களில் நமக்கு திருமூலர் சொல்கிறார்.

அது போன்றே மூச்சுப்பயிற்சியின் அளவுகோலை,

“ஏறுதல் புரகம் ஈரெட்டு வாமத்தால்
ஆறுதல் கும்பகம் அறுபத்தி நாலதில்
ஊறுதல் முப்பத்திரண்டதி ரேசகம்
மாறுதல் ஒன்றின்கண் வஞ்சகமாமே”

என்று கால அளவையும் குறிப்பிட்டுக் காட்டுகின்றார்.

16 மாத்திரைகள் அளவு இடது நாசி வழியாக மூச்சை உள்ளிழுத்து, 64 மாத்திரைகள் அளவு உள்ளடக்கி, 32 மாத்திரைகள் அளவு வலது நாசி வழியாக வெளிவிட வேண்டும்.

ஏறுதல் பூரகம் - உள்ளிழுத்தல் - எரெட்டு = 16 மாத்திரைகள்

ஆறுதல் சும்பகம் - அடக்குதல் - 64 மாத்திரைகள்

ஊறுதல் இரேசகம் - வெளிவிடுதல் - 32 மாத்திரைகள்

மாறுதல் - இடது நாசி, வலது நாசி என மாறுதல்.

பிறகு வலது நாசி வழியாக மூச்சை உள்ளிழுத்து, இடது நாசி வழியாக வெளிவிட வேண்டும்.

ஆரம்பத்தில் இந்த 16:64:32 என்ற கணக்கில் பயிற்சி செய்வது இயலாத காரியமாகலாம். எனவே, 4:16:8 என்ற கால அளவில் துவங்கி, படிப்படியாக நேரத்தை அதிகரிக்கலாம்.

மேல் எனப்படும் தலை, கண், காதுகளும் கீழ் எனப்படும் கால், பெருவிரல் முதலியவைகளும், நடு எனப்படும் நெஞ்சகம், கொப்பூழ் முதலியவைகளும் நிறையுமாறு மூச்சை உள்ளிழுத்தல் வேண்டும்.

அவ்வாறு உள்ளிழுத்த மூச்சை உள்ளே தங்கச் செய்து அளவோடு வெளியிட வேண்டும். அவ்வாறு செய்ய ஆலாலம் உண்டான் - சிவன் அருள்பெறலாமே.

**“மேல்கேழ் நடுப்பக்க மிக்குறப் பூரித்துப்
பாலாம் இரேசகத் தாலுட் பதிவித்து
மாலாகி யுந்தியுட் சும்பித்து வாங்கவே
ஆலாலம் உண்டான் அருள்பெற லாமே.”**

(திருமந்திரம் 572)

அது போலவே வேதாத்திரி மகரிசியும் தம்முடைய நரம்பு தசைநார் மூச்சுப் பயிற்சியில் ஏழு நிலைகளில் அறிவியல் பூர்வமான மூச்சுப் பயிற்சியை வடிவமைத்து உள்ளார்கள்.

இதனை கூர்ந்து கவனிப்போமாகில் மனித உடலின் ஆறு ஆதாரங்களாகிய மூலாதாரம், சுவாதிட்டானம், மணிபூரகம், அநாகதம், விசுத்தி, ஆக்னை முதலியவற்றை நன்கு இயக்கி, தூண்டிவிட்டு உடலின் உயிர் சக்தியை மேலோங்கச் செய்கிறது என்பதை அறியலாம்.

மேலும், மனிதனின் விந்து நாத சக்தியை வீணாக்காமல் ஐம்புலன்களுடன் இணைந்து செல்லும் சக்தியாக வேதாத்திரி மகரிசியின் மூச்சுப் பயிற்சி மாற்றித் தருகிறது.

வேதாத்திரி மகரிசியின் நரம்பு-தசைநார் மூச்சுப் பயிற்சியும் மகராசனமும் அற்புதமான பயிற்சிகளாகும்.

இந்த இரண்டு பயிற்சி முறைகளால் உடலுக்கும் உள்ளத்துக்கும் உண்டாகும் நன்மைகளை கேட்டுத் தெரிந்து கொள்வதைக் காட்டிலும், அனுபவத்தால் தெரிந்து கொள்வது நல்லது.

இந்த இரு பயிற்சிகளாலும் கல்லீரல், மண்ணீரல், குடல், மூத்திரக்காய்கள், அடிவயிற்றுத் தசைகள் இவை பலமடைகின்றன.

கணையம் சுறுசுறுப்புடன் இயங்கித் தேவையான அளவு இன்சலின் சுரக்கிறது. அதனால் சார்க்கரை நோய் கட்டுப்படுத்தப்படுகிறது. சர்க்கரை வியாதியால் ஏற்படும் சிக்கல்களும் அகன்று விடுகின்றன.

நாளமில்லாச் சுரப்பிகள் என்னும் எண்டோக்ரின் சுரப்பிகள் எல்லாமே இப்பயிற்சிகளால் சீராக இயங்கத் தொடங்குகின்றன.

பெண்களின் கருப்பை ஒழுங்குபடுத்தப்பட்டு. அவர்களுக்கு ஏற்படும் மாதவிடாய் பாதிப்புகள் அனைத்தும் தவிர்க்கப்படுகின்றன.

அனைத்திற்கும் மேலாக மகரிசியின் மூச்சுப் பயிற்சி பயிலும் மனிதகுலம் அச்சம் தவிர்த்து மகிழ்ச்சியுடன் வாழலாம்.

மூச்சுப்பயிற்சி பெற ஏதுவாக மனவளக்கலையில் மகரிசி வடிவமைத்திருக்கும் பாங்கு சாலச்சிறந்ததாகும்.

திருமூலரின் அட்டாங்கயோகம் என்பது

1. இமயம் - கொல்லாமை, பொய்கூறாமை, களவாமை, ஆராய்ந்தறிதல், நல்லான், அடக்கம் உடையான், நடுநிலை தவறாமை, பகிர்ந்துண்ணுதல்.
2. நியமம் - பரிசுத்தமான மனம், கருணை காட்டும் உள்ளம், குறைவான உணவு உண்ணுதல், பொறுமை, நேர்மை, உண்மையே பேசுதல், நடுநிலை தவறாமை, மற்றும் காமம், களவு, கொலை செய்யாமை.
3. ஆசனம் - இருக்கை
4. பிராணாயாமம் - மூச்சுப்பயிற்சி.
5. பிரத்தியாகாரம் - புலன்களை அகத்தே ஒடுக்குதல்.

6. தாரணை - மனதை ஒரு நிலைப்படுத்துதல்.
7. தியானம் - யோகநிலை.
8. சமாதி - உணர்வும் நினைவும் அற்ற நிலை (தன் நிலை அற்ற நிலை).

இதில் ஐந்து, ஆறாம் நிலைகளாகிய பிரத்தியாகாரமும் தாரணையும் பிராணனைப் பல்வேறு நிலைகளில், பொறிகளில் நிறுத்தல் அல்லது மாற்றி அமைத்தல் பற்றிக் கூறுகின்றன.

கால், விரல், கரடு, கணைக்கால், முழந்தாள், தொடை, பாயு, இலிங்கம், நாபி, இருதயம், கழுத்து, மிடறு, அன்னம், நாசி, கண், புருவ நடு, நெற்றி, சிரம் என்னும் பதினெட்டு இடங்களிலும் பிராணனை ஏற்றியும் இறக்கியும் நிலை பொறுத்தல் பிரத்தியாகாரம்.

அதுபோல, பிராணாயாமத்தை முறைப்படியான கணக்கீடுகளில் செய்து ஆறு ஆதாரங்களிலும் நிலைநிறுத்தி பற்றற்ற மனம் உண்டாகச் செய்யின் அதுவே தாரணையாகும்.

இவற்றை அறிந்து உணர்ந்து வேதாத்திரி மகரிசியின் பயிற்சியினை உற்று நோக்குங்கால் வேதாத்திரி மகரிசி என்ற மாபெரும் ஞானியின் மனவளக்கலை பயிற்சியின் மாண்பு விளங்கும்.

உடம்பைத் தேய்த்துவிடுதல், அக்குபிரஷர், உடம்பைத் தளர்த்துதல் ஓய்வு தரும் பயிற்சி என்ற மூன்று நிலைகளிலும் ஐம்புலன்களையும் இணைத்து உள் உறுப்புக்களாகிய பல்வேறு இடங்களிலும் மனதை நிலை நிறுத்தி அதன் மூலம் ஜீவசக்தியைப் பெருக்கி ஆறு ஆதாரங்களையும் மனதில் நிறுத்தி உடலின் பல பாகங்களும் ஒளிபெறச் செய்து பயிற்சியினை அமைத்துக் கொடுத்த விதம் மகரிசியின் மனவளக்கலையின் மாண்பாகும்.

நாம் அனைவரும் இறைவன் அருளோடு, திருமூலர் மற்றும் மகரிசி அருளிய மூச்சுப்பயிற்சி செய்து, நோயின்றி நெடுநாள் வாழ்வோம்.





உயிர் வளம்

உயிரினங்கள் ஒவ்வொன்றிற்கும் உயிர் என்ற ஒன்று உள்ளது. அந்த உயிரினைப் பற்றி அறிந்தவர யார் என்றாலும், அவை, சிந்தனைக்குரியவை.

உடற்பயிற்சிகளைச் செய்து உடலைக் கட்டுத் திட்டமாக வைத்திருந்து, பின்பு இறக்கும்போது வெறுமனே தீயினுக்கு இரையாக்குவதற்கும் மண்ணோடு மண்ணாக்குவதற்கும் அல்ல என்கின்றார் திருமூலர்.

இறைவழிபாட்டோடும் இறையணர்வோடும் செய்யப்படுகின்ற உடற் பயிற்சிகளும் மூச்சுப் பயிற்சிகளும் உயிரைச் செம்மைப் படுத்தி, உடலோடு இருக்கும்போதோ அல்லது உடல் அழியும்போதோ இறையின்பத்தை உயிருக்கு அளிக்கின்றன.

இறைவழிபாட்டையும் இறையருளையும் வாழ்வில் பற்றுக்கோடாகக் கொண்டு வாழ்கின்றவர்களுக்கு இறப்பு ஏற்படும்போது அவர்களின் உடல் கெட்டுப் போனாலும் அவ்வுடலில் தங்கியிருந்த உயிர் செவ்வியடைந்து இறையின்பத்தை அடையும் உறுதியைப் பெற்றிருக்கும் என்கின்றார் திருமூலர்.

மாந்தருக்குக் கிடைத்திருக்கின்ற உடல், உயிர் வாழ்க்கை கிடைத்தற்கரியது.

மாந்தருக்குக் கொடுக்கப்பட்டிருக்கும் உடல் நிலையற்றது எனினும் அதன் உள்ளே இருக்கின்ற உயிர் என்றும் நிலையான உறுதிப்பொருள் என்கிறார் திருமூலர்.

உயிர் எங்கே இருக்கிறது? எப்படி இருக்கிறது? விஞ்ஞானம் விளக்கம் தரவில்லை. ஆனால் திருமந்திரம் உயிரைப்பற்றி அன்றே குறிப்பிட்டுள்ளது.

**“மேவிய சீவன் வடிவது சொல்லிடில்
கோவின் மயிரொன்று நூறுடன் கூறிட்டு
மேவிய கூறது ஆயிரம் ஆயினால்
ஆவியின் கூறு நூறாயிரத்து ஒன்றே.”** (திருமந்திரம்)

உடம்பில் இருக்கும் உயிரின் வடிவானது, ஒரு பசுவின் மயிரொன்றை நூறாக கூறிட்டு அதில் ஒன்றை எடுத்து அதை ஆயிரமாக கூறுசெய்து, அந்த ஆயிரத்தில் ஒன்றின் அளவே உயிரின் அளவு.

இந்த நுட்பமான உயிரில் இறைவன் உள்ளான் என்றும், அந்த இறைவனை தவத்தின் மூலம் அறியலாம் என்றும் திருமூலர் கூறுகிறார்.

**“ஏனோர் பெருமையன் ஆயினும் எம்மிறை
ஊனே சிறுமையின் உட்கலந்து அங்குளன்
வானோர் அறியும் அளவல்லன் மாதேவன்
தானே அறியும் தவத்தின் அளவே.”**

நிலையாமையை உடைய இவ்வுடல் இருக்கும்போதே அதனை உறுதிப்பொருளான உயிரைத் திடப்படுத்துவதற்கு நன்கு, விரைந்து பயன்படுத்திக் கொள்ள வேண்டும் என்கிறார் திருமூலர்.

உயிரின் நிலை பற்றி முழுமையாக ஆராய்ந்து மிகச் சிலரே வெற்றி பெற்றுள்ளனர். உயிரை உணர்ந்தவர்களால் பிறருக்கு எடுத்துக் கூறமுடியவில்லை என்பது மகரிசியின் கருத்தாகும்.

உயிர், உயிரின் மூலம், உயிர்தாங்கி, உயிரின் விளைவு இந்த இரகசியங்களை அனுபவப்பூர்வமாகத் தெரிந்து கொள்ளவோ, இவற்றை மற்றவர்களுக்கு விஞ்ஞான, மெய்ஞ்ஞான நுட்பங்களோடு எழுத்துக்கூறி விளங்கவைக்க முடியவில்லை என்று குறிப்பிடுகின்றார்.

விஞ்ஞான வளர்ச்சி பண்டைய காலங்களில் வளர்ச்சி பொறாமையால் உயிரை உணர்ந்தாலும் முன்னோர்களால் எடுத்துச் சொல்ல இயலவில்லை. தற்காலத்தில் அதற்கான வாய்ப்புகள் அதிகளவில் உள்ளன என்பது மகரிசி கருத்தாகும்.

உயிரையும், உயிரைப் பற்றிய மறைபொருளான நுட்பங்களையும் அறிந்து விளங்கக்கூடிய கல்வி முற்காலத்தில் போதிய அளவில் அமையவில்லை. இன்றைய மக்களுக்கு விஞ்ஞானநுட்பம் எளிய முறையில் விளங்கிவரும் காலமாக, நமது காலம் விளங்குகிறது..

என்பது மகரிசியின் விளக்கமாகும்.

மனிதன் நெடுநாள் வாழ வேண்டுமெனில் உடல்நலம், மனநலம் தேவை என்பதை,

“அண்டம் சுருங்கில் அதற்கோர் அழிவில்லை
பிண்டம் சுருங்கில் பிராணன் நிலைபெறும்
உண்டி சுருங்கில் உபாயம் பல உள
கண்டம் கறுத்த கபாலியும் ஆமே”

(திருமந்திரம் 735)

என்கிறார் திருமூலர்.

இக்கருத்தை மகரிசி எண்ணம் ஆராய்தல், ஆசை சீரமைத்தல், சினம் தவிர்த்தல், கவலை ஒழித்தல் என்ற நிலைகளின் முக்கியத்துவத்தை எடுத்தியம்புகிறார்.

உணர்ச்சி வயப்பட்ட நிலையிலிருந்த மனதை அமைதி நிலைக்கு கொண்டு வர தியானத்தை அறிமுகம் செய்து வைத்தார் மகரிசி.

உயிரின் மேல் மனம் செலுத்தும் போது உடல் முழுவதும் “ஜீவகாந்த சக்தி” பெருகிறது என்கிறார் மகரிசி.

உயிரின் இயக்கம்

உயிரின் இயக்கம் நம் உடலின் சீவகாந்தம். அதனுடைய தன் மாற்றம் பெற்று உடலில் நடைபெறக்கூடிய நிகழ்ச்சிகள் எல்லாம் நடந்து வருகின்றன.

மேலும், உடலில் இயங்கும் உயிர் மிக நுண்ணிய மூலக்கூறிலிருந்த அலைகள்தான் மேலும் உடல் முழுவதும் இயங்கும் கோடிக்கணக்கான உயிர்துகள் சேர்ந்த ஒரு கோவைதான் நம்முடைய உயிர்.

இத்தகைய செயல்கள் யாவும் நமக்குள் மறைபொருளாகவே உள்ளன.

உயிரின் இயக்கம் பற்றி சித்தர்கள்

சித்தரான சிவவாக்கியர் உயிரின் இயக்கத்தினைப் பற்றி கூறுகின்றார். நாம் உயிர்சக்தியை இழந்தால் பெற முடியாது என்கிறார்.

பசுவின் மடியில் கரந்து பெற்ற பாலை மீண்டும் அதன் மடியில் செலுத்த முடியுமா, என்றால் முடியாது.

அதைப்போலவே நம் உடலில் இருந்து உயிர் பிரிந்தால் அதை மீண்டும் உடலில் சேர்க்க முடியாது என்று விளக்குகிறார்.

இதனைப் போலவே உயிரின் இயக்கம் உள்ளது என்கிறார் சித்தர்.

உயிரின் ஆற்றல்

உயிர் என்பது ஒரு இயக்க நிலையமாகும். அதிலிருந்து வெளி வந்து விரிந்து கொண்டேயிருப்பது விரிவு அலையாகும். அதுதான் சீவசக்தி என்பதாகும்.

உயிர்ச் சூழல் முறையாக இயங்கிக் கொண்டேயிருக்கும் போது ஏற்படக்கூடிய ஒரு காந்த அலை சீவ காந்த அலையாக மாறும்போது “உணர்வு” என்றும் “உயிர்” என்றும் சொல்கிறோம். உயிர் என்றால் எப்போதும் நிலையாக இருந்த பொருள் இயங்கியதோ அதுவேயாகும்.

“உயிர் என்ற பரம அணு ஆக்கிக் காக்கும்.

உடலினிலே சுற்றிச் சுற்றி உணர்வாய் ஆற்றும்.

உயிருக்கு மித உணர்ச்சித் தொடர்ந்தியங்க

ஊடு நீர் வெப்பம் காற்றளவாய் வேண்டும்.

உயிர் அந்த மூன்றிலொன்றின் முறை கேடுற்றால்,

உடலை விட்டுப் பிரிந்து விண் வெளியில் சேரும்.

உயிர் என்ற ஆற்றலுக்கு மரண மில்லை.

உணர்வில் விளைவில் இடத்தால் நிலைவேறாகும்.”(ஞா.க.)

உயிரின் வேலை

உடலை இயக்குவது உயிரின் வேலையாகும்.

உடலைப் பாதுகாத்து அணுஅடுக்குச் சீர்குலையாமல் தடை வரும்போது, அதை உணரும்போது, மனமாக விரியும்போது உணர்ந்த தடையை நீக்க முயல்வது இரண்டாவது வேலையாகும்.

தடையால் உணர்ச்சி ஏற்படவே அதனைப் போக்கப் பொருள் அல்லது சூழ்நிலை அல்லது நட்பு வேண்டும். அப்போது தேவை உருவாகிறது.

உணர்ச்சியாக மாறி நிற்பதும் தேவையாக எழுந்து நிற்பதும் உயிர் தான். தேவை ஏற்படவே அதனைச் சமன்செய்ய முயற்சி தோன்றுகிறது.

முயற்சியின் காரணமாகச் செயல் மலர்கிறது. செயலானது இயற்கை ஒழுங்கமைப்பின் படி விளைவு தருகிறது.

விளைவை உயிரானது அனுபோகமாகப் பெறுகிறது. அனுபோகத்திலிருந்து அனுபவத்தைப் பெறலாம் என்ற அனுபவத்தை உயிர் பெறுகிறது.

உயிர் மேற்கொள்ளும் ஆராய்ச்சியின் பயனாகத் தெளிவு பெறுகிறது.

இறுதியாக எல்லாவற்றையும் தொகுத்து ஒரு முடிவினையும் உயிர் செய்து வைத்துக் கொள்கிறது.

எனவே, உயிரே உணர்ச்சி, தேவை, முயற்சி, செயல், விளைவு, அனுபோகம், அனுபவம், ஆராய்ச்சி, தெளிவு, முடிவு என்ற பத்துக்கட்டமாக உயர்ந்து படர்ந்து நிற்கிறது.

எனவே, உயிரினது படர்க்கை நிலை ஆற்றல்தான் மனமாகும்.

எனவே, உயிருக்கு ஏற்பட்ட தடையே மனம் என்று ஒன்று உண்டாகக் காரணமாக இருக்கிறது. உயிரே மனமாகிறது.

அதுவே பத்துப் படித்தளமாக உள்ள படர்க்கை நிலை ஆற்றலே-உயிரின் ஆற்றலே-உயிரே மனமாக இருக்கிறது.

“உயிர் எனும்சக்தி உயர்ச்சியில் மனமாய்

ஒடுங்கி தன்மூலம் உணர்ந்திடம் பரமாய்

உயிர்-பரம்-அறிவு ஒன்றே பொருளாய்

உணர்வு ஒழிவு நிலைகளில் மாறுதல்”

(ஞா.க.)

உயிரின் மூன்று வகையான நிலைகள்

வாழுங் காலத்து உயிர் உடலில் எவ்வாறு இருக்கிறது. பிறப்புக்கு முன் உயிரின் நிலை என்ன என அறிந்த வேதாத்திரி மகரிசி, இறப்பிற்குப் பின் உயிரின் நிலைப் பற்றிப் பின்வரும் மூன்று வகையான விளக்கங்களைத் தருகிறார்.

- நெடுநாள் வியாதியால் உயிர்த்தொகுதியானது தன் அளவிலே குறைந்து உடலை நடத்த முடியாமலும், தொடர்ந்து இயங்க முடியாமலும் வெளியேறுவது ஒருவகை இறப்பு. இந்த உயிரின் அளவும் அழுத்தமும் மிகக் குறைவாக இருக்கும்.
- கொலை, தற்கொலை, விபத்து போன்றவற்றால் ஏற்படும் திடீர் இறப்பில் உயிர்த்தொகுதியின் அளவும் அழுத்தமும் நிறைவாக இருக்கும். இதற்கு வாழும் மனித உடலோடு இணையும் போது வேகம் அதிகமாக இருக்கும்.
- வாழ்வாங்கு வாழ்ந்து, அறிவில் முழுமை பெற்று. ஆசைப் பதிவுகளை நீக்கி. நிறைமனம் பெற்றுத் தவத் தொடர்பால் இனி அறிவின் வளர்ச்சிக்கு உடல் தேவையில்லை என உயிர் பிரிவது மூன்றாம் வகை.

உயிர் வளம் பெருக

உயிர் வளம் பெருக, விந்து கெட்டிப்பட, தீயது அழிய நோயது ஒழிய காயகல்பப் பயிற்சியினை மக்களுக்கு வழங்கியுள்ளார் மகரிசி.

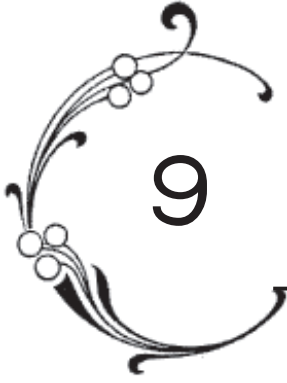
கை கால்களை ஆட்டி, குதிரை முத்திரை கூட்டி, காம வாயுவை நீட்டி, கபாலம் வரையில் ஏற்றி, காயமுமுதும் ஒட்டு அதுவே காயகல்பம். மருந்து அல்ல. பயிற்சி.

“கறைபோக்கி வித்ததனை உறையச் செய்யும்
காயகல்பப்பயிற்சியினால் உளநோய்நீங்கும்
நிறைமனமும் ஈகையோடு பொறுமை கற்பு
நேர்நிலையும் மன்னிப்பும் இயல்பாய் ஓங்கும்.” (ஞா.க.524)

இதனை திருமூலர்,

“பிண்டத்துள் உற்ற பிழக்கடை வாசலை
அண்டத்துள் உற்று அடுத்தடுத்து ஏகிடில்
வண்டு இச்சிக்கும் மலர்க்குழல் மாதரார்
கண்டு இச்சிக்கும் நற்காயமும் ஆமே” (திருமந்திரம் 736)

மூலாதாரத்தில் உள்ள காம வாயுவை கபாலத்தில் ஏற்றிட, வண்டு விரும்பும் மலர்களைச் சூடிய மகளிர்கள் ஆசைப்படும்படியான அழகிய தோற்றத்தைப் பெறுவர் என்பது இதன் பொருள்.



ஊனுடம்பே ஆலயம்

ஆலயம் என்பது, கடவுளை வணங்குதல், வேள்விகள் நடத்துதல் போன்ற சமயம் சார்ந்த அல்லது ஆன்மிக நோக்கங்களுக்காக அமைக்கப்பட்ட கட்டிடத்தைக் குறிக்கும் என்பது பொதுவாக கருதப்படுகிறது.

மிகப்பழைய காலத்தில் இருந்தே இந்நோக்கங்களுக்காக அமைக்கப்பட்ட கோயில்கள் உலகம் முழுவதிலும் இருந்து வந்துள்ளன.

தமிழில் கோயில் என்னும் சொல் 'கோ' + 'இல்' எனும் இரண்டு சொற்களின் சேர்க்கையால் உருவானது. இங்கே 'கோ' என்பது இறைவனையும், 'இல்' என்பது இல்லம் அல்லது வீடு என்பதையும் குறிக்கும்.

எனவே, 'கோயில்' இறைவன் வாழுமிடம் என்னும் பொருள் தருகிறது. (கோயில் என்பதற்கு ஆலயம் என்றொரு பெயரும் உண்டு. ஆலயம் என்பது ஆன்மாலயப்படுகின்ற இடம் என்பதாகும். இங்கு 'கோ' என்றால் 'பசு' அதாவது "ஆன்மா" என்பதையும் மனம் கொள்ள வேண்டும்).

பண்டைய எகிப்தில், பர் (pr) என்பது வீட்டையும், சமயம் சார்ந்த புனிதக்கட்டிடங்களையும் சேர்த்தே குறித்தது.

இதனால் அங்கே இக்கட்டிடங்கள் இறைவன் வாழும் இடங்களாகவே கருதப்பட்டன என்பது பெறப்படுகின்றது.

கோயிலைக் குறிக்கும் ஆலயம் என்னும் சொல் ஆன்மாக்கள் இறைவனை ஒரு மனதுடன் வணங்குவதற்கான இடம் பொருள் கொண்டது.

பண்டைத் தமிழ் இலக்கியங்களில் **கோட்டம்** என்னும் சொல்லும் பயன்படுத்தப்பட்டுள்ளது.

இத்தகைய கட்டிடங்களைக் குறிக்கும் சொற்கள் பல மொழிகளிலும், **சொற்பிறப்பியல்** அடிப்படையில் பல்வேறு பொருள் உணர்த்துவனவாக இருந்தாலும், தற்காலத்தில் பல்வேறு சமயத்தினரதும் வணக்கத்துக்கான இடங்களைக் குறிக்க அவை பயன்படுவதை அவதானிக்கலாம்.

‘ஆலயம் தொழுவது சாலவும் நன்று’ என்றார் ஓளவையார்.

ஆலயம் என்பதை ஆ+லயம் எனப் பிரிக்கலாம்.

“ஆ” என்பதற்கு ‘ஆன்மா’ என்று பொருள்.

“லயம்” என்பதற்கு லயமாவதற்கு அல்லது சேருவதற்குரிய இடம் என்பது பொருள். ஆகவே கடவுள் திருவடியில் ஆன்மா லயிப்பதற்குரிய இடம் எனப் பொருள் கூறலாம்.

“ஆ” என்பது ஆணவ மலத்தையும், “லயம்” என்பது அடங்கி இருத்தலையும் குறிக்கும். அதனால் ஆலயம் ஆணவ மலம் அடங்குவதற்குரிய இடம் எனவும் கூறுவர்.

இதனை கோவில் எனவும் கூறுவர். கோ- கடவுள். இல்- தங்குமிடம். கோவில்- கடவுள் தங்குமிடம் என்றும் பொருள் கொள்ளப்படுகிறது.

ஆகவேதான், ஆலய வழிபாடு என்பது இறைவழிபாடு என்று பொருள்படும். அது பற்றியே மெய்கண்ட தேவநாயனாரும், “ஆலயந்தானும் அரனெனத் தொழுமே” என்றருளினார்.

எங்கும் நீக்கமற நிறைந்துள்ள இறைவனை ஆலயங்களில் மட்டும் ஏன் வழிபட வேண்டும் எனச் சிலர் கருதுவர்.

இறைவன் எங்கும் நிறைந்துள்ளான் என்பதில் ஐயமில்லை. ஆனால் இறையருள் எல்லா இடங்களிலும் விளங்கித் தோன்றுவதில்லை.

பால் முழுவதும் நெய் கலந்துள்ளது. எனினும் தயிரிலிருந்தே விளங்கித் தோன்றும்.

பூமியின் அடியில் எங்கும் தண்ணீர் வியாபித்திருந்தாலும், நாம் அதை உபயோகப்படுத்த வேண்டுமானால் ஒரு கிணறு அல்லது ஆழ்துளைக் கிணறு போன்றவற்றின் மூலம்தான் பயன்படுத்த முடிகிறது.

இவற்றைப்போல் கடவுள் எங்கும் நிறைந்திருந்தாலும் ஆலயங்களில் சிறப்பாக நின்று அருள் செய்கின்றார்.

பசுவின் உடம்பெல்லாம் பால் வியாபித்திருந்தாலும் அது அகடுகளின் (மடி) வழியாகவே நமக்குக் கிடைக்கிறது.

அதுபோல் இறைவன் எங்கும் வியாபித்திருந்தாலும் ஆலயங்களில் உள்ள மூர்த்திகளின் வழியாகவே அருளைச் சுரக்கிறான்.

ஆனால், மனிதனின் உடம்பே ஆலயம் என்று உணர்த்தியவர் திருமூலர்.

கோவில்கள் நமது உடம்பின் வடிவில் அமைக்கப்பட்டிருக்கின்றன. இதனை, “சேஷத்திரம் சரீரப்பிரஸ்தாரம்” என்பர். ஆலயம் மனிதர் உடம்புபோல் அமைக்கப்பட்டிருக்கிறது என்பது இதன் பொருள்

“உள்ளம்” என்பது பெரிய கோயிலாகவும், உடம்பு என்பது “ஆலயமாகவும்”, வாய் “கோபுர வாசலாகவும்” தெளிந்த நிலையில் உள்ளவர், சீவனைச் சிவனாக்கிப் புலனை அடக்க இறையருளைப் பெறமுடியும் என்பதை திருமந்திரத்தில் விளக்கமாகப் பாடியுள்ளார்.

**“உள்ளம் பெருங்கோயில் ஊனுடம் பாலயம்
வள்ளற் பிரானார்க்கு வாய்கோபுர வாசல்
தெள்ளத் தெளிந்தார்க்குச் சீவன் சிவலிங்கம்
கள்ளப் புலனைந்துங் காளா மணி விளக்கே”**

இறைவன் எங்கும் நிறைந்திருந்தாலும், (மந்திரம், பாவனை கிரியைகளால்) அவனருள் ஆலயத்தில் விளங்கித் தோன்றும்.

சிவஞான யோகிகளும், “மாயை காரிய உருக்களும் எம்பிரான் வடிவம் - ஆயவேல் அவை அருள் மயமாகும்’ என்றருளினார்.

எனவே, ஆலய வழிபாடு மிக அவசியம் என்பது உணரப்படும்.

ஆலய அமைப்பும் எல்லா இடங்களிலும் ஒரே முறையாக இருந்து வருகின்றது.

பொதுவாக எல்லா சிவாலயங்களிலும் கர்ப்பக்கிருகம், அர்த்த மண்டபம், மகா மண்டபம், நீராட்டு மண்டபம், தம்ப மண்டம், நிருத்த மண்டபம் முதலியனவும் ஐந்து அல்லது மூன்று பிராகாரங்களும், கோபுரமும், யாகசாலை, நந்தி, பலிபீடம், கொடிமரம் முதலியவையும் முக்கியமாகக் காணப்படுவனவாகும்.

இவ்வமைப்பு உடலமைப்பை ஒட்டியது என்பர் ஆன்றோர்.

தேகமாகிய ஆலயத்துள்ளும் மூலாதாரம், சுவாதிஷ்டானம், மணிப்பூரகம், அநாகதம், விசுத்தி, ஆக்ரை என ஆறு ஆதாரங்களும் அறியப்படும்.

இவ்வுடலில் அன்னமய கோசம், பிராணமய கோசம், மனோமய கோசம், விஞ்ஞானமய கோசம், ஆனந்தமய கோசம் என்று ஐந்து கோசங்கள் உள்ளன. (கோசம்- சட்டை).

கோவிலிலுள்ள ஐந்து பிராகாரங்களும் இவற்றைக் குறிக்கின்றன. அன்னமய கோசம் முதலியவற்றைத் தூல சரீரம், சூக்கும சரீரம், குண சரீரம், கஞ்சுக சரீரம், காரணச் சரீரம் என அறிந்து கொள்ளலாம்.

**“காயப்பை ஒன்று சரக்குப் பலவுள
மாயப்பை ஒன்றுண்டு மற்றுமோர் பையுண்டு
காயப்பைக் குள்நின்ற கள்வன் புறப்பட்டால்
மாயப்பை மண்ணாய் மயங்கிய வாரே.”**

உடம்பு என்ற பையொன்றில் ஊன், எலும்பு முதலிய பல பொருள்கள் உள்ளன.

இந்த உடல் மாயையால் படைக்கப்பட்டதால் இது மாயப்பை என்கிறார் திருமூலர்.

இந்த உடம்புக்குள் மனம் முதலியவற்றை கருவியாக கொண்டு ஓர்ந்துணரும் உயிருண்டு.

இந்த உயிரையும் உடலையும் இடமாகக்கொண்டு அதற்குத் தெரியாமல் கள்வன் போல் இறைவன் இருக்கின்றான்.

அவன் ஒரு நாள் இந்த உடம்பைவிட்டுப் புறப்பட்டால், இந்த உடம்பான மாயப்பை மண்ணோடு மண்ணாக அழிந்துவிடும்.

திருமூலர் போன்றே ஆலயம் பற்றி வேதாத்திரி மகரிசியின் பார்வையும் அறிவியல் பூர்வமானதாக அமைந்துள்ளது.

இச்சையே தொழிலாக உடைய ஆன்மாவை அதன் போக்கிலிருந்து திருப்பிவிட வேண்டும். இது மனித குலத்திற்கு இன்றியமையாதது என்று நம் முன்னோர்கள் கண்டனர்.

புறத்தோற்றங்களால் கவரப்பெற்று, புலன் வரையில் இயங்குகின்ற ஆன்மாவிடமிருந்து ஒரு உயர்வுகிட்ட வேண்டுமெனில் தன் விருப்பம் போலே நிலைத்து நிற்க முறையான உடையயிற்சி அவசியம்.

அனுபவத்தால் தேர்ந்து அப்பயிற்சி 1. ஓர்மை நிலை 2. அடக்க நிலை 3. ஒடுக்க நிலை என மூன்று பிரிவுகளில் அடங்கும்.

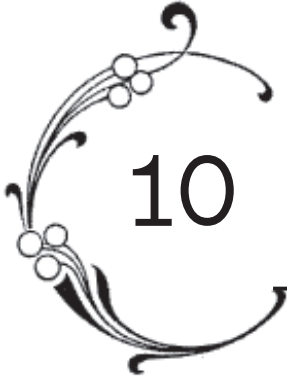
அறிவு செம்மை பெற்று அடங்கி லயமாகும். இப்பயிற்சியே ஆலயம் “ஆலயம்” = ஆன்ம லயம் என்று வழங்கப் பெறுகின்றது.

மனத்தை அடக்கும் நிலையை உடையவர்களுக்கு மெய்ப்பொருள் தானே வெளிப்படும் என்பதை,

“ஆலயமென்றால் அறிவுஓர்மை நிலைபெற்று
ஆன்மாவெனும் உயிரில் அடக்குமுறும் பேறாம்
ஆலயமெனும் சொல்லில் “ஆ” ஆன்மாவாகும்
அடுத்துவரும் “லயம்” அதனின் அடக்க நிலைக்குறிப்பு
ஆலயமாம் பயிற்சிமுறை தேர்ந்தாற்றப் பழக
அறிவு உயிரை உணரும் மெய்ப்பொருளாகும்.”

மூன்று படிக்கான ஆலய முறைகளில் முதன் முதல் தேவையானதும், பொருத்தமானதும், பயன் மிகுந்ததும், எளிதானதும் ஓர்மை நிலைப் பயிற்சியே என்பார் மகரிசி. (மனவளக்கலை பாகம் 2).





10

மனவளம் பற்றி மகான்கள்

மனம் என்பது ஐம்புலன்களின் செயல்பாடுகளை எண்ணத்தின் மூலம் செயல்படுத்தும் களம் என்பார்கள்.

மனம் உறுதியான நிலையிலும் தெளிவான நிலையிலும் உள்ளம் ஆகிறது. உள்ளம் அறிவோடு இணைந்து இறைநிலை அடைகிறது.

அதனைத்தான் "தெள்ளத் தெளிந்தார்க்கு சீவன் சிவலிங்கம்" என்று திருமூலர் கூறுகிறார். இதனை இன்னும் சற்று விரிவாக வேதாத்திரி மகரிசி விளக்குகிறார்.

- மனதை அதன் அலை விரைவைச் சிறுகச்சிறுகக் குறைத்து நிலைப்படுத்தி, அறிவாக உள்ள தானே அதுவாகி காண்பது மெய்யுணர்வு. தானே அதுவாகி அறிந்து கொள்ளக்கூடிய நிலையில்தான் அவனே நான், நானே அவன் என்று உணரக்கூடிய தெளிவு உண்டாகிறது.
- மனதுக்கும் அறிவுக்கும் உள்ள தொடர்பு என்ன என்றால் அலையும், நிலையும் போன்றதே அந்தத் தொடர்பு. மீண்டும் அதை ஆழமாக நினைவு கொள்வோம்.
- அசையாத நீராக இருக்கக் கூடிய நிலையிலே இறைநிலை என்று சொல்கிறோம். அசையுமிடத்திலே அலை என்கிறோம். அங்கே நிலைத்த நிலையில் அறிவு. இங்கே அலையும் செயலில் மனம்.

மனவளம் என்றால் என்ன?

மனவளம் என்பது மனிதனை நலமோடு வைத்துக் கொள்வது. அதாவது நம்முடைய மனம் அன்பு நிறைந்ததாக, அமைதி உடையதாக, பண்பு நிறைந்ததாக, பாசம் கொண்டதாக, அன்பு நிறைந்ததாக நேசம் நிறைந்ததாக, பணிவு உடையதாக வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

நல்ல குணங்களுடன் மனத்தினை வைத்துக் கொள்வது மனநலமாக இருக்கும்.

அறிவை ஆளும் தரம் - அறிவைப் பயன்படுத்தும் தன்மை - ஒருவனுக்கு வேண்டிய சொத்து - வேண்டல் வளம்.

அதுதான் ஒருவனுடைய வண்டவாளம். இது கற்றறிவை செயல்படுத்தும் போது தெரியும் என்று வேதாத்திரி மகரிசி கூறுகிறார்.

வண்டல் வளம் - வண்டலாகப் படிந்துள்ள பற்றறிவு வளம் - முன்னோர்கள் அறிவுப்படிவு என்று விளங்கிக் கொண்டாலும் வண்டவாளம் தான்.

கற்றறிவில் பற்றறிவின் பதிவு இருப்பதால் வேண்டல் வளம் தான் மனவளம் என்பதன் சிறப்பாகும்.

இந்த மனவளத்தைப் பெற நாம் என்ன செய்ய வேண்டும்? ஒருவனைப் பற்றி ஓரகத்து இருக்க வேண்டும் என்பது ஒளவையாரின் வாக்காகும். பற்று - பற்றி - பத்தி - பக்தி என்று பொருள் ஆகும்.

இப்படிப்பட்ட மனித வளத்தை எப்படி பெறுவது? அதை எப்படி வளர்ப்பது?

இதைப் பற்றி நமது முன்னோர்கள், என்ன கூறியிருக்கிறார்கள். அவர்களின் வழியில் திருமூலரும் வேதாத்திரி மகரிசியும் இந்த மனித வளம் என்பது என்ன? அதை எப்படி பெறுவது அவற்றை வளர்க்கும் முறைகள் என்ன? என்பதையும் மெய்ஞான விஞ்ஞான முறையில் விளக்கி உள்ளார்கள்.

பக்தி வழியில் மனதை வளப்படுத்தலாம் என்கிறார் வேதாத்திரியார்.

“மனமது செம்மையானால் மந்திரம் ஜெபிக்க வேண்டாம்” என்பது திருமூலர் வாக்கு.

**“உடல் இயக்கச் சிறப்புநிலை உள்ளம் ஆகும்
உள்ளம் என்பது உடலுக்கு ஊக்க சக்தி” (ஞா.க.191)**

வேதாத்திரி மகரிசி உடல் இயக்கத்திற்கு உள்ளம் தான் காரணம் என்கிறார்.

உள்ளம் என்பது உடலுக்கான உந்து சக்தியாய் கூறுகிறார். உள்ளம் எண்ணம், சித்தம் என்ற சொல்லாட்சிகள் அனைத்தும் ஒரே பொருளில் கையாளப்படுகிறது.

“ஓர்த்துள்ளம் உள்ளது உணரின் ஒருதலையாய்”

உள்ளம், மனம் என்ற இரு சொற்களும் ஒரே பொருளை உணர்த்தினாலும் அதன் தன்மையில் சற்றே மாற்றம் காணப்படுகிறது.

உள்ளம் என்பது ஆழ்நிலை மனத்தையே சுட்டுகிறது. இதனை வேதாத்திரி மகரிசி அவர்கள் “பேரறிவு” என்று கூறுகிறார்.

மனம் உள்ளவன் எனவோ அவனே மனிதன். மனமெனும் பெரும் பொருளைக் கொண்டு, மிக அரிய காரியங்களைச் செய்யலாம்.

முதலில் நம்மை நாம் கண்டுத் தெளியலாம், ஐம்புலன்களினால் வரும் துன்பகதியினை அறவே நீக்கலாம் . பின்னர் தூய்மைநிலை அடைந்து மனதில் இறைவனைக் கொண்டு வழிபடலாம்

வல்லமை வாய்ந்த மனம் என்னும் மந்திரக்கோலை கொண்டு உடல் என்னும் கூட்டினை செம்மையாக்கலாம்.

மன அமைதிக்கு ஆலய, ஆகம வழிபாடும், தனிமையும், தியானமுறை என்று மக்கள் பின்பற்றுகிறார்கள்.

தற்காலத்தில் தியானம் கற்பிக்க பல அமைப்புகள் தோன்றினாலும் மகரிசியின் மனவளக்கலை மன்றம் எளிமையாகப் போதிக்கின்றது.

தியானத்தின் வழி முதுமை, மூப்பு மறைந்து, அமைதி, இளமை நிலை பெறுகின்றது. இதனைத் திருமூலர்

**“ஞானம் அறிய நரைதிரை மாறிடும்
பாலனும் ஆவர் பராந்தி ஆணை”**

நான் யார்?” என்ற தெளிவு பெற்றால் உயிர், உடல், மனம் பிரபஞ்சத்தில் இறைநிலையோடு கலந்து மேன்மை அடையும் என்கிறார் அருட்தந்தை வேதாத்திரி மகரிசி.

அடுத்து, மனவளம் பெறவேண்டுமானால் நமது ஆசைகளைச் சீரமைக்க வேண்டும் என்கிறார் வேதாத்திரி மகரிசி.

உள்ளத்தில் எழும் ஆசைகள் அறிவின்மேம்பாட்டை அடிப்படையாகக் கொண்டதென்றால் அதனை நிறைவு செய்யலாம்.

அதைவிடுத்து அது வேண்டும் இது வேண்டும் என்று இச்செயலை விரித்துக் கொண்டே போகலாகாது என்று கூறும் வேதாத்திரியத்தின் கருத்து,

**“ஆசை அறுமின்கள் ஆசை அறுமின்கள்
ஈசனோடு ஆயினும் ஆசை அறுமின்கள்
ஆசைப்படப்பட ஆயவரும் துன்பங்கள்
ஆசை விடவிட ஆனந்த மாமே”** (திருமந்திரம் பா.2615)

மனவளம்பெற வேண்டுமானால் நமது சினத்தையும் தவிர்க்க வேண்டும்.

சினம் என்பது ஆணவத்தினால் உள்ளத்தில் மூண்டெழும் சீற்றமாகும்.

இச்சினம் மனிதனின் மனநிலையைக் குலைத்து அவனுக்குப் பல துன்பங்களைத் தருகின்றன.

உள்ளத்தில் சினம் தோன்றினால் எந்தவகையான துணையுமின்றி சினத்தால் வீழ்ந்து அழிவார் என்பதை திருமந்திரத்தில்,

“.....

**மலிந்தவர் மாலுந் துணையுமொன்று - இன்றி
மெலிந்த சினத்தினுள் வீழ்ந்தொழிந் தாரே”**

(திருமந்திரம் பா.266)

சினம் எழும்போது நமது சீவகாந்த சக்தியானது அதிகமாக வெளியேற்றப் படுகின்றது.

அது உடலையும் மனதையும் தாக்கும் என்று எச்சரிக்கிறார் வேதாத்திரி மகரிசி.

மனவளம் பெற ஆசைகளை சீரமைத்து சினத்தைத் தவிர்க்க வேண்டுமென்பது இரு ஞானிகளின் கருத்தாக அமைந்துள்ளது.



அறிஞர்கள் பார்வையில் அகத்தாய்வு

அகத்தாய்வு என்பது தூய்மையை நாடிச் செல்லும் தெய்வீகப் பயணம்.

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

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

தன்னையே உள்நோக்க அறிவால் ஆராய்ந்து. தன்னிடம் அமைந்துள்ள உணர்ச்சிவயப்பட்ட குணங்களை யெல்லாம் அறிந்து, அவற்றையெல்லாம் மாற்றி அமைத்துக் கொள்ளத் தகுந்த போதனை, சாதனை முறைகளே “அகத்தாய்வு” என்ற பயிற்சியாகும்.

இந்தப் பயிற்சி வாழ்வை வளம்பெறச் செய்யும். “தனக்குள் இறங்குவதே தவம். தன்னைத் தனக்கு அறிமுகப்படுத்துவதே அகத்தாய்வு” என்பார் மகரிசி.

எண்ணம் ஆராய்தல், ஆசை சீரமைத்தல், சினம் தவிர்த்தல், கவலை ஒழித்தல், தன்நிலை அறிதல் என்ற பயிற்சிகள் மூலம் தன்னையே ஆய்வு செய்து கொள்ள முடியும் என்று திருமூலரும் வேதாத்திரி மகரிசியும் அறிவுறுத்தி உள்ளார்கள்.

1. எண்ணம் ஆராய்தல்

நல்ல எண்ணங்களை எண்ணினால் நல்லதே விளையும். தீய எண்ணங்களை எண்ணினால் தீமை விளையும்.

அவரவர் வாழ்க்கையின் சிற்பி அவரவர் எண்ணங்களே. வாழ்க்கையின் விளைநிலம் மனம்தான். மனத்திலேதான் எண்ணம், சொல், செயல் என்ற முத்தொழிலும் பிறக்கின்றன.

எண்ணங்களை ஆராய்ந்து தீயதை அகற்றுங்கள், எச்செயலும் மூலம் எனும் எண்ணத்தால் ஆம் இன்பதுன்பக் காரணமும் அதுவே ஆகும். இதனை திருமூலர்,

**“துன்புறு உறுகண் இயைந்தாடும் துடக்கற்று
நண்புறு சிந்தயை நாடுமின் நீரே”** (திருமந்திரம்.282)

என்கிறார்.

ஐம்புலன்களின் வழி துன்ப எண்ணத்தைத் துடைத்து இன்ப எண்ணத்தில் மூழ்கிடுங்கள் என்கிறார்.

தனக்கும், மற்றவர்களுக்கும் எந்த எண்ணம் நன்மை தருமோ, அந்த எண்ணத்தைத்தான் வளர்த்துக் கொள்ள வேண்டும் என்கிறார் வேதாத்திரி மகரிசி.

ஒரு எண்ணம் தனக்கோ, பிறருக்கோ, தற்காலத்திலோ, பிற்காலத்திலோ, அறிவுக்கோ, மனத்திற்கோ, உடல் உணர்ச்சிக்கோ ஊறு விளைவிக்காமல் இருக்க வேண்டும் என்றும் வலியுறுத்துகிறார் மகரிசி.

தோன்றும் எண்ணங்களை அப்போதைக்கப்போது ஆராய்ந்து பார்த்தால் பிறகு இதுவே ஒரு நற்பழக்கமாகவும் இலகுவாகவும் மாறிவிடும் என்கிறார் வேதாத்திரி மகரிசி.

2. ஆசை சீரமைத்தல்

பேராசை பெருநஷடம் என்பார்கள். பேராசை பெருந்துன்பம் தரும். தேவையான ஆசை இன்பம் தரும் என்பதை திருமூலர்,

**“ஆசை படப்பட ஆய்வரும் துன்பங்கள்
ஆசை விடவிட ஆனந்தமாமே”**

என்கிறார்.

ஆசைகள் தேவைதானா? தேவையெனில் நிறைவேற்ற வசதி உண்டா? உண்டாயின் அதன் பின் விளைவு என்ன? என்று சிந்தித்து பேரசையை நிறைமனமாக்கி இன்பம் காணுங்கள் என்று வழிகாட்டுகிறார் வேதாத்திரியார்.

“இச்சை எழும்போதே காரணம் கண்டிடு
இச்சை முடிந்திடச் சூழ்நிலை பார்த்திடு
இச்சை முடிந்தால் எழும் விளைவை யூகி
இச்சை முறையாய் இயங்கும் அமைதியில்” (வா.வி.ப.88)

ஆசையை சீரமையுங்கள். ஒரு ஆசை தோன்றினால் 1. தேவைதானா? 2. பூர்த்தி செய்ய வாய்ப்பு வசதி உண்டா? 3. பின்விளைவு என்ன? 4. உடல் - மன - பொருளாதார வலிமை உள்ளனவா? 5. முடிவு என்ற கோணத்தில் ஒவ்வொரு ஆசையையும் சீரமையுங்கள் என்று பயிற்சி தருகிறார் மகரிசி.

3. சினம் தவிர்த்தல்

“ஆறுவது சினம்” என்ற ஒளவையின் வாக்கை அலசிப் பார்க்கிறார் திருமூலர்.

“வெல்லும் அளவில் விடுமின் வெகுளியை
செல்லும் அளவும் செலுத்துமின்சிந்தையை”

(திருமந்திரம் 2301)

ஆனால் வேதாத்திரி மகரிசியோ சினத்தை தவிர்க்கப் பயிற்சித் தருகிறார்.

பொறுமையாக இருக்க சங்கல்பம் மேற்கொளல், சுயசீர்திருத்தம், சமநோக்கு, வாழ்த்துதல், பொறுமை, விட்டுக்கொடுத்தல், தியாகம், சகிப்புத்தன்மை கைக்கொள்ளல், பிறர் அறியாமையை உணர்த்தாமல், பிறர் குறைகளை எண்ணாமல் நிறைகளை மட்டும் எண்ணல். மன்னித்தல், யார்யார் மீது சினம் ஏற்படுகிறது எனப் பட்டியலிட்டு, மிக நெருக்கமானவர்களிடம் ஆரம்பித்து அவர்களை நினைந்து நினைந்து இனிமேல் சினம் கொள்ள மாட்டேன் என சங்கல்பித்து வாழ்க வளமுடன் என ஒவ்வொருவருக்கும் ஒரு வாரம் வீதம் வாழ்த்தி, சினம் தவிர்த்து வாழ பயிற்சி செய்துவர, நமக்கு அமைதி ஏற்படும். அவர்களுக்கும் நமக்கும் அமைதி அலையினால் நல்லியக்கம் ஏற்படும்.

சினம் தவிர்த்தல் என்ற சிந்தனை மனித குலத்திற்கு மிகமிக அவசியமானது. அத்யாவசியமானது.

எந்தப் பொருளையும் நாம் மனத்தில் கொண்டு சிந்திக்கச் சிந்திக்க அதனுடைய தன்மை தெளிவாகக் காட்சிதரும்.

அதனால் எழக்கூடிய தீமைகளைத் தவிர்த்துக் கொள்ளவும், அதை எந்த முறையிலே நலம் தரும் செயலாக மாற்றிக் கொள்ளலாம் என்ற வழி முறைகளை வகுக்கவும் கூட அந்த சிந்தனைதான் நமக்குத் துணைபுரியும்.

4. கவலை ஒழித்தல்

தன்னை அறிந்து கொண்டால் கவலை கிடையாது. ஞானிகள் கவலை குறித்துக் கவலைப்படுவதே இல்லை.

“தன்னை அறிந்திடும் தத்துவ ஞானிகள்
முன்னை வினையின் முடிச்சை அவிழ்ப்பார்கள்
பின்னை வினையைப் பிடித்துப் பிசைவார்கள்
சென்னியில் வைத்த சிவன் அருளாலே.” (திருமந்திரம் 2611)

“நீ இடர்ப்பட்டிருந்து என் செய்வாய் நெஞ்சமே?

போமிடத்து என்னொடும் போது கண்டாய்” (திருமந்திரம் 544)

இந்த இரண்டும் திருமந்திரத்தின் மாணிக்க வீணைகள்.

கவலையை ஒழிக்க மகரிசி மனவளக்கலையில் பயிற்சி தருகிறார்கள்.

கவலைகளை 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)

கவலையை ஒழிக்க வேண்டுமென்றால் இயற்கையின் ஒழுங்கமைப்பை அறிய வேண்டும்.

சிந்திக்கும் திறனைப் பெருக்கிக் கொள்ள வேண்டும். தன்னம்பிக்கை வேண்டும், முயற்சி வேண்டும். துணிவு வேண்டும்.

இவ்வாறு இருந்தால் துன்பமுமில்லை, கவலையுமில்லை. வாழ்வே ஓர் இன்பச் சோலையாக மாறிவிடும்.

5. தன்நிலை அறிதல்

தூய்மையான எண்ணம், புலனடக்கம் இவையுடைய மனதில் தன்முனைப்பு ஒழியும்.

ஆதிநிலையுடன் ஒன்றி நிற்கும் நிலை வரும். இறைநிலையாகவே நாம் இருக்கிறோம் என்ற விடையினை நான் யார்? என்ற வினாவிிற்கு நாம் பெறுகிறோம்.

**“தன்னை அறிய தனக்கொரு கேடில்லை
தன்னை அறியாமல் தானே கெடுகின்றான்
தன்னை அறியும் அறிவை அறிந்தபின்
தன்னையே அர்ச்சிக்கத் தான் இருந்தானே”**(திருமந்திரம் 2355)

மானுடம் ஒன்றே, இறைவன் ஒருவனே. நல்லதேநினை, எமன் உனை அணுகமாட்டான் என்ற கருத்தை ”ஒன்றே குலம் ஒருவனே தேவனும் நன்றே நினைமின் நமனில்லை என்ற திருமந்திரத்தில் பார்க்கலாம்.

அனைத்து உயிரும் ஒன்று என்று அறிந்த அடிப்படையில் ஆற்றும் கடமை எல்லாம் அன்பின் செயலாகும் என்பது வேதாத்திரி மகரிசியின் வாக்காகும்.

தன்னைப் பற்றி, தன் தேவையைப் பற்றி, தன் செயலின் விளைவைப் பற்றி, தன் தகுதியைப் பற்றி, தன் மதிப்பைப் பற்றி ஆராய்வது தற்சோதனை.

நமக்குள்ளே அமைதி காணவும், சமுதாயத்திலே அமைதியை ஏற்படுத்தவும், உலகில் மனித குலத்திலே அமைதியை விளைவிக்கவும் இந்தத் தற்சோதனை முறையால் ஒரு திருப்பம் காண வேண்டும்.





12

ஐந்தொழுக்கப் பண்பாடும் திருமந்திரமும்

மனிதனாகப் பிறந்தவர்கள் ஒழுக்கத்துடன் வாழ வேண்டும் என்று எல்லோரும் சொல்லுகிறார்கள். எல்லா ஞானிகளும் சொல்லி உள்ளார்கள்.

ஒழுக்கம் என்பது நான்கு வகைப்படும். மனித உடம்பை நான்கு பாகங்களாக வகைப் படுத்தினர்.

- **இந்திரிய ஒழுக்கம்:** கண், காது, மூக்கு, வாய், உடம்பு என்பதாகும்
- **கரண ஒழுக்கம்:** மனம், புத்தி, சித்தம், அகங்காரம், ஆச்சர்யம் என்பதாகும்.
- **ஜீவ ஒழுக்கம்:** உயிர் என்பதாகும்.
- **ஆன்ம ஒழுக்கம்:** உயிரை இயக்கும் உள் ஒளியாகும்.

இவைகள் மனித உடம்பை இயக்கும் கருவிகளாகும். இவைகளை கட்டுப்படுத்தி வாழ்வதே ஒழுக்கம் என்பதாகும் .

தனி மனித வாழ்க்கைக்கு ஐந்தொழுக்கப் பண்பாட்டைப் பெரிதும் வலியுறுத்தி வருகிறது திருமந்திரமும் வேதாத்திரியமும்.

இப்பண்பாட்டினால் தனி மனிதனும், உலக சமுதாயமும் உயர்ந்து மாற்றத்தைக் காணும்.

வேதாத்திரியத்தில் ஐந்தொழுக்கம்

1. தனி மனிதன தன் உழைப்பால், அறிவால் தன் தேவைகளைப் பூர்த்தி செய்து கொள்ள வேண்டும்.
2. பிறர் மனத்தை, உடலை வருத்தாமல் வாழ்க்கை செயல்களை அமைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.
3. உணவுக்காக உயிர்க் கொலை கூடாது.
4. பிறர் வளம் பறிக்கக் கூடாது.
5. பிறர் துயர் துடைக்க தொண்டு செய்தல்

என்பனவாகும். இதனை வேதாத்திரி கவிதையாக ஞானக்களஞ்சியத்தில் தருகிறார்.

“புதியதொரு பண்பாடு உலகுக்கு வேண்டும்
போதை போர் பொய் புகை ஒழித்து அமுல் செய்வோம்
அதிக சுமை ஏதுமில்லை அவரவர் தம் அறிவின்
ஆற்றலினால் உடலுழைப்பால் வாழ்வது என்ற முடிவும்
மதிபிறழ்ந்து மற்றவர்கள் மனம் உடல் வருத்தா
மாநெறியும் உணவுக்கு உயிர் கொல்லாத நோன்பும்
பொதுவிதியாய்ப் பிறர்பொருளை வாழ்க்கைச் சுதந்திரத்தைப்
போற்றி காத்தும், பிறர் துன்பம் போக்கும் அன்பும் வேண்டும்.”

இந்த ஐந்து ஒழுக்கங்களை இணைத்துப் பார்த்தால் இதுதான் அறநெறி என்ற ஆன்மீக ஒழுக்கமாக அமைந்துள்ளது.

இவையே தனி மனிதனையும் சமுதாயத்தையும் மேம்பாடடையச் செய்யும் சிறந்த கூறுபாடுகளை வழங்கும்.

திருமந்திரத்தில் ஐந்தொழுக்கம்

வேதாத்திரியத்தின் ஐந்தொழுக்கப் பண்பாடு திருமந்திரத்தில் பல்வேறு வகைகளிலும் ஒப்புடையதாக அமைந்துள்ளன.

திருமந்திரத்தில் கூறப்பட்டுள்ள ஒழுக்க நெறிகளே வேதாத்திரியத்தில் ஐந்தொழுக்கப் பண்பாடாக மலர்ந்துள்ளது.

இப்பண்பாடு போதை, போர், பொய், புகை என்ற நான்கையும் ஒழிப்பதாகும்.

போதை தனிமனித ஒழுக்கத்தைக் கெடுத்துப்பல சமூகச் சீர்கேடுகளுக்கு வழிவகை செய்துவிடும். இதனை திருமந்திரம்,

“வாமத்தோர் தாமும் மதுவுண்டு மாள்பவர்
காமத்தோர் காமக்கள் ஞாண்டே கலங்குவர்
ஓமத்தோர் உள்ளொளிக்குள்ளே உணர்வார்கள்
நாமத்தோர் அன்றே நணுகுவர் தாமே”

வேதாத்திரி மகரிசியும் போதைக்குக் கடும் எதிர்ப்பினையே காட்டுகிறார்.

நாகரிக மனிதனும் சமுதாயமும் போதையை முற்றிலுமாக எதிர்க்க வேண்டும் எனும் கருத்தினையே மகரிசி வலியுறுத்துகிறார். இதனை வேதாத்திரியும் ஒரு வீடு கட்டுவதாக இருந்தால், அது பாதுகாப்பாக இருக்கச் சுற்றிலும் நான்கு பக்கங்களிலும் காம்பவுண்டு சுவர்கள் வேண்டும்.

அதுபோன்று நாம் கட்ட இருக்கும் வாழ்க்கைப் பண்பாடு என்ற அரண்மனைக்குப் பாதுகாப்பாக முதலில் நான்கு பக்கங்களுக்கும் நல்ல சுவர்கள் வேண்டும்.

அந்த நான்கு சுவர்கள் எது?

1. போதை தரத்தக்க பொருட்கள் உபயோகத்தில் இல்லாது இருப்பது.
2. போர் என்ற கொடிய கொலைவெறியும் அதன் சீரழிவுகளும்.
3. உடல், மனம், அறிவு, இறைநிலை என்ற நான்கினது இணைப்பில் நிலவக்கூடிய இனிமையைக் கெடுக்கக் கூடிய பொய்யை அறவே ஒழித்தல் வேண்டும்

1. உழைத்து உண்ண வேண்டும்

உழைக்காமல் விதையைக் குத்தி உண்பவன் விதையின் பயனை அடையான்,

விதையை அறிவின்மையால் வறுத்து உண்பவனும் விதையின் பயனை அடையான்.

விதையை விதைத்து உழைத்து உண்பவன் விதையின் பயனைப் பெருக்கிக் கொள்பவன் ஆவான் என்பது திருமந்திரம்.

“வித்துக் குற்று உண்பான் விளைவு அறியாதவன்
வித்துக் குற்று உண்ணாமல் வித்துச் சுட்டு உண்பவன்
வித்துக் குற்ற உண்பானின் வேறுஅவன் ஈற்றவன்
வித்துக் குற்று உண்ணாமல் வித்துவித்தான் அன்றே”

2. பிறர் உடல், உளம் வருத்தாமை

“யாவார்க்குமாம் பிறர்க்கு இன்னுரை தானே” (திருமந்திரம்.252)

பிறர் மனம், உடல் வருத்தாமல் இன்சொல் பேசுதல் யாவராலும் முடிந்த அறமாகும்.

3. புலை கொலை தவிர்த்தல்

புலால் உண்ணும் மக்களை எம தூதர்கள் கறையானைப் போல் பற்றித் தீ எரியும் நரகத்தில் மல்லாக்கக் கிடக்கும்படிச் செய்வார்கள் என்கிறது திருமந்திரம்

“பொல்லாப் புலால் நுகரும் புலையரை
எல்லாரும் காண இயமன் தன் தூதுவர்
செல்லாகப் பற்றி தீவாய் நரகத்தில்
மல்லாக்கத் தள்ளி மறித்து வைப்பாரே.” (திருமந்திரம்.198)

4. பிறர் வளம் பறிக்காதே

தன் இல்லத்தில் உள்ள இனிக்கும் பலாப்பழத்தைச் சுவைக்காமல் அடுத்த வீட்டில் துவார்க்கும் ஈச்சம்பழத்தை ஏன் விரும்பி துன்பப் படுகின்றனர்?

தன் மனைவியை விட்டுவிட்டு பிறர் வளமாகிய மனைவியை விரும்பிடும் காமுகர் செயல் இது போன்றதே என்கிறார் திருமூலர்.

5. பிறர் துயர் நீக்கும் பண்பு

நீதி நெறி உணர் மாந்தராகி வாழும் நிலை உணர்ந்து அனைத்து உயிர்களிடமும் அன்பு செலுத்தி தொண்டாற்றி இன்பம் காண்போம் என்பது வேதாத்திரியம்.

“அன்பும் சிவமும் இரண்டென்பார் அறிவிலார்
அன்பே சிவமாவது யாரும் அறிகிலார்
அன்பே சிவமாய் யாரும் அறிந்தபின்
அன்பே சிவமாய் அமர்ந்திருந்தாரே” திருமந்திரம் என்றும்,

“படமாடக் கோயில் பகவற்கொன் றீயில்
நடமாடுக் கோவில் நம்பர்க்கங் காகா
நடமாடக் கோயில் நம்மபர்கொன் றீயில்
படமாடக் கோயில் பகவற்க தாமே.” (திருமந்திரம் 1857)

மனிதருக்குச் செய்யும் தொண்டு இறைவனைச் சென்றைடைகிறது.

அதனால்தான் மக்கள் தொண்டே மகேசன் தொண்டு என்று சொன்னார்கள்.

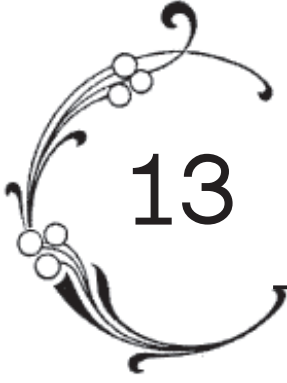
“இந்தச் சிறியர்க்கும் செய்த நன்மை ஒன்றை நீங்கள் எனக்கே செய்தீர்கள்” என்கிறார் இயேசுநாதர்..

வேதாத்திரியின் ஐந்தொழுக்கக் கோட்பாடு திருமந்திரத்துடன் ஒன்று பட்டுள்ளதைக் காணமுடிகிறது.

மெய்யியல் நிலையில் வேதாத்திரியமும் திருமந்திரமும் பல்வேறு வகை ஒப்புமைகளைக் கொண்டு திகழ்கின்றன.

திருமூலரும், திருவள்ளுவரும், வள்ளலார் வழியில் வரும் வேதாத்திரி மகரிசியின் கோட்பாடும் மனிதர்கள் உய்யும் வண்ணம் வாழ்க்கை முறைகளை வகுத்து தொகுத்து தந்துள்ளார்கள்.





வேதாத்திரியத்தில் திருமந்திர உண்மைகள்

திருமூலரும், வேதாத்திரி மகரிசியும் மாணுடத்திற்கு கிடைத்த மிகப்பெரிய பொக்கிசங்களாகும்.

இவ்விரு மகான்களும் உடல் நலமே முதல் நலம் என்பதை வலியுறுத்தி அதற்கான பயிற்சி முறைகளையும் கொடுத்துள்ளார்கள்.

காயகல்பப் பயிற்சியை முன்னவர் கவியாகக் கொடுத்தார். பின்னவர் அதனை எளிமைப்படுத்தி பயிற்சியாக வழங்கினார்.

மனதை பக்குவப்படுத்த தியான முறைகளை வகுத்துத்தந்துள்ளார்கள். அகத்தை அறியும் முறைகளை முன்னவர் சொல்ல அதைப் பயிற்சியாக்கினார் பின்னவர்.

திருமூலர், தாயுமானவர். வள்ளலார் கண்ட பெருவெளியைச் சுத்த வெளியை நம் வேதாத்திரி மகரிசி அனைத்தாடுருவும் பாய்மப் பொருள் என்று குறிப்பிடுவார்கள்.

இது நுண்ணிய மூலக் கூறுகளாகப் பேரியக்க மண்டலம் முழுமையும் நிறைந்து ஒரே பொருளாக அமைந்திருக்கிறது. இந்தப் பாய்மப் பொருளை கர்ம ஞானக் கருவிகள் எதுவும் ஊடுருவிப் போக முடியாது.

இந்தப் பாய்மப் பொருள் என்னும் சுத்த வெளியானது பேராற்றல், பேரறிவு, வற்றாயிருப்பு எனும் முன்று வளங்களையும் கொண்டதாகும்.

“வற்றாயிருப்பு பேராற்றல் பேரறிவு வளம்மூன்றும்
 ஒன்றிணைந்த பெருவெளியே தெய்வமாம்
 வற்றாத இம்மூன்றும் விண்முதல் ஐம்பூதங்கள்
 வான்கோள்கள் உயிரினம் உலகம் ஓரறிவு முதல் ஆறாம்
 வற்றாது பெருகிவரும் வளர்ச்சியே பரிணாமம்
 வந்தவை அனைத்திலும் சீரியக்கம் இயல்புக்கம்
 வற்றாது பெருகும் பேரண்டத்தில் உயிரினத்தில்
 வழுவாத செயல்விளைவு நீதியே கூர்தலறம்.” (ஞா.க.)

என்று விண் துகள்களின் கூட்டு தான் அனைத்தும் ஊடுருவும் ஆற்றலான சுத்தவெளியினை மறைத்து வடிவத் தோற்றங்களாகக் காட்சி அளிக்கின்றது என்று பிரம்ம ஞான கவியில் மகரிசி குறிப்பிட்டுள்ளார்கள்.

“ஆதியிலே இறைவெளியாய் இருந்த ஒன்றே தெய்வம்
 அதுவே பூரணம் விரைவு அறிவு முத்தாம் ஆம்.”

என்று இறைவெளியை சுத்த வெளித் தத்துவத்தைக் காட்டுகிறார்.

“வெளியை அறிந்து வெளியினடுவே
 ஒளியை அறியினுளி முறியாமே
 தெளிவை அறிந்து செழுநந்தியாலே
 வெளியை அறிந்தனன் மேலறியேனே” (திருமந்திரம்)

என்று திருமூலர் பகர்ந்துள்ளார்.

ஜெனிவா, பிரான்ஸ் எல்லைப்பகுதியில் 27 கி.மீ. சுற்றளவில் லார்ஜ் ஹாட்ரான் கொலைடர் என்ற துகள் முடக்கி சோதனைச்சாலை அமைந்துள்ளது.

இதில் அணுவின் அடிப்படை துகள்களை (ப்ரோட்டான் = குவார்க் = க்ளுவான்) கட்டமைக்கும் “பரமாணு அதாவது கடவுள் துகள் Higgs boson எது? என்பதை கண்டறிய சோதனை பல ஆண்டுகளாக நடந்து வருகின்றது.

லார்ஜ் ஹாட்ரான் கொலைடரில் அணுவின் அடிப்படைத்துகளான ப்ரோட்டான்களை (நேர்மங்களை) கிட்டத்தட்ட ஒளியின் வேகத்தில் (வினாடிக்கு 300000 கி.மீ). ஒன்றோடொன்று மோதவிட்டு, பிறகு வெளிப்படும் துகள்களில் “அணுவின் அடிப்படைத் துகள்களையே (ப்ரோட்டான் = குவார்க் = க்ளுவான்) கட்டமைக்கும் பரமாணு அதாவது

கடவுள் துகள் (Higgs boson) ஏதேனும் வெளிப்படுகின்றதா என்று சோதனை செய்யப்பட்டு சமீபத்தில் அதில் வெற்றியும் கண்டனர் என்பது அனைவரும் அறிந்ததே.

ஆனால் ஆயிரம் ஆண்டுகளுக்கு மன்பே திருமூலர் தன்னுடைய திருமந்திரத்தில் இதுபற்றிய குறிப்பு எழுதி உள்ளார். அதை நீங்களே பாருங்கள்.

மெய்ஞ்ஞானம்:

அணுவில் அணுவினை ஆதிப் பிராணை
அணுவில் அணுவினை ஆயிரம் கூறிட்டு
அணுவில் அணுவை அணுக வல்லார்கட்கு
அணுவில் அணுவை அணுகலும் ஆமே. - திருமந்திரம்-2008

விளக்கம்:

அணுவக்கும் அணுவான அடிப்படைத் துகள்களை (ப்ரோட்டான் → குவார்க் → க்ரூவான்) ஆயிரம் துண்டாக்கி, அதில் ஒரு துண்டுக்குள், நுண்ணியதாக உள்ள பரமாணுவை நெருங்க கூடியவர்களுக்கு; பரம்பொருளை அடைதலும் கைகூடும்.

என்ன வியப்பாக உள்ளதா லட்சக்கணக்கான கோடிகள் செலவு செய்து இன்றைய தொழில்நுட்பத்தில் ஆய்வு செய்து கூறிய கூற்றை திருமந்திரம் என்றோ கூறிவிட்டது.

வேதாத்திரி மகரிசி சீவகாந்தம் என்ற பகுதியில் அந்தமாம் மெய்ஞ்ஞானத்தோடு அணுவின் ஞானம் இரண்டையும் அறிந்து உய்யும் வழியைக் கூறுமிடத்து

“எந்த ஒன்றறிந்திடில் இறைவன் முதல் உயிர்வரை
எல்லாவற்றையும் உணர்த்துமோ அதுவே காந்தமாம்
முந்தையோர்கள் அகத்தவத்தால் முற்றுணர்ந்த போதிலும்
மொழிவதற்கு உவமையன்றி முட்டி மோதி நின்றார்
இந்தநாள் விஞ்ஞானமோ ஏற்றம் பெற்றதாலதை
இயங்கிடும் மின்சாரம் மூலம் எல்லார்க்கும் உணர்த்தலாம்
அந்தமாம் மெய்ஞ்ஞானத்தோடு அணுவின் ஞானம் இரண்டையும்
அறிந்து உய்ய பாலம் போன்ற ஆக்க ஞானம் காந்தமே”

என்று அணுவையும் காந்தத்தையும் பாமரன் முதல் படித்தவர்கள் வரை எளிமையாக புரிந்து கொள்ளும் வண்ணம் வடிவமைத்தது வேதாத்திரியம்.

“நெற்றிக்கு நேரே புருவத்திடை வெளி உற்று உற்றுப் பார்க்க ஒளிவிடும் மந்திரம்” என்றும் “நாட்டமிரண்டையும் நடு மூக்கில் வைத்திடில் வாட்டமில்லை மனைக்கும் அழிவில்லை” என்றும் சொன்னவர் திருமூலர்.

உடலையும், மனத்தையும் ஒருங்கு கூட்டும் கலையாக சீவகாந்தம் பற்றி விளக்குகிறார் வேதாத்திரி மகரிசி.

“உயிராற்றல் என்பது விண் ஆகாசம் ஆம்.

உட்பொருளாய் உள்ள சிவம் அறிவு உண்மை

உயிராற்றல் பரமாணு சுழல் அலை ஆம்.

ஒரு தொகுப்பில் கோடான கோடி கூடி

உயிராற்றல் தற்சுழலோடு இயங்கும்போது

உண்டாகும் விரிவு அலை சீவகாந்தம்

உயிர் அலைகள் புலன்களைவழி செல்லும் போக்கை

உண்மைசிவம் உணர்வதுமே மனம் ஆம்காணீர்.”

என்று உயிராற்றல் விண் ஆகாசம், உட்பொருளாய் உள்ள சிவம், அறிவு, உண்மை, உயிராற்றல், பரமாணு, சுழல் அலை என்று உயிராற்றலை அறிவு, உண்மையாய் காண்பது இறைவனைச் சத்து, சித்து, ஆன்மமாய் கண்டதை நினைவுப்படுத்துகிறது.

திருமூலர் நேயம் என்ற சொல்லை அன்பு, அருள், அன்பில் உருகி மனங்கசிந்து நிற்பது என்ற பொருளில் பயன்படுத்தியுள்ளார்.

“பாசத்தை நீக்கிப் பரனோடு தன்னையும்

நேசத்து நாடி மலமற நீக்குவோர்

ஆசற்ற சற்குரு ஆவோர் அறிவற்றுப்

பூசற்கு இரங்குவோர் போதக்குரு அன்றே” (திருமந்திரம்)

“நேயத்தை நிற்கும் நிமலன் மலமற்ற

நேயத்தை நல்க வல்லோன் நித்தன் சுத்தனே

ஆயத்தவர் தத்துவம் உணர்ந்தாங்கு அற்ற

நேயர்க்கு அளிப்பவன் நீடும் குரவனே” (திருமந்திரம்)

இதனை வேதாத்திரியம் உணர்த்த அகத்தவம் குறித்த பாடலில்,

“நிறைந்த குருமூலாம் நேர்முகமாய்க்
குண்டலினி யோகம் கற்று
நித்த தவம் ஆழ்ந்தாற்றி உண்மை
உணரப் பெற்றால் முனைப்புப் போகும்.

இறைவனது பகுதிநிலை உயிர்
மனமாய்த் தேர்ந்து அதன் உறைவிடமாம்
உடலதுவோ சமுதாயம் உற்பத்தி
செய்த பலபொருட் களிந்து

முறையாக வளர்த்துப் பண்பாட்டுடனே
கல்வி தொழில் காப்பு தந்த
முழுக் கதையும் சிந்தனையின் முதிர்ச்சியினால்
உணர்ந்து வினைப் பதிவாய்ப் பெற்ற

கறைநீங்க உயிரதனை இறை நிலைக்கும்
கன உடலைச் சமூகத்திற்கும்
கனிவுடனே அர்ப்பணிக்கும் தகைமைவரும்
இந்நிலையே முழுமைப்பேராம்” (மனவளக்கலை.பாகம்.1)

மனித நேயத்தைப் பரம்பொருளோடு சொன்ன திருமூலரைப்
பின்பற்றி, வேதாத்திரி மகரிசி நம்மை உருவாக்கிய சமுதாயத்திற்கு
அர்ப்பணிக்க வேண்டும் என்கிறார்.

திருமூலர் அமுரிதாரணை என்ற தலைப்பில் அழகுற உடம்பிலுள்ள
ஏழாயிரத்தி இருநூறு நரம்புகள், அவை சந்திக்கும் பெருவாரியான
இடங்கள் பதினொன்று, அவற்றில் மிக முக்கிய இடமாக ஆறு
ஆதாரங்களும் இறைவன் உய்யும் இடமென்று கூறுகின்றார்.

“உச்சியில் ஒடுங்கி ஒளிதிகழ் நாதத்தை
நச்சியே இன்பங்கொள் வார்க்கு நமன்இல்லை”

என்று திருமூலர் அந்தத்தில் நாதம் என்ற ஒளியினை நேரே இயக்கும்
சிவபெருமானை முழுவிருப்பத்துடன் வழிபட்டு இன்பங்கொள்வார்க்கு
வரும் பிறப்பில்லை.

அதனால், அவர்தம் இறப்புக் காலத்துக்கும் எமனுக்கு அவன்பால்
வேலையில்லை என்கிறார்.

இதனையே வேதாத்திரி மகரிசி தாம் உணர்ந்த நிலையில்

“அருளமுதம் பெற வேண்டி அகத்தவம் புரிந்தேன்
அறிவதனின் மூன்று நிலையற்புதம் உணர்ந்தேன்
திருவருளாம் தெய்வநிலை ஆதி வெளியாச்சு
தோர்ந்து கொண்டேன் அந்தத் திருவருளின் தன்மை”

என்று ஞானக்களஞ்சியத்தில் பாடுகிறார் மகரிசி.

மனிதகுலம் அன்று முதல் இன்று வரை நிறைவோடும் நிலைத்த அறிவோடும் வாழ வழியைத் தருவது திருமந்திரம்.

இது பொருள் புலப்பாட்டை உணர்த்துவதோடு மானுடத்துக்கு முக்காலத்துக்கும் ஒத்து வருவது.

இதே உணர்வடைய கருத்துக்களை உடலாலும் உள்ளத்தாலும் உணர்த்தக் கூடியவை வேதாத்திரி மகரிசியின் கருத்துக்களாகும்.





குரு வழியே சென்று கூடலுமாமே!

ஒரு மனிதன் அறிவில் சிறந்து விளங்குவதற்கும், ஆன்மபலம் பெறுவதற்கும் சான்றோர்களின் தொடர்பு அவசியமாகும்.

ஆன்மீகத்தில் சிறந்து விளங்குவதற்கு ஆன்மபலம் பெற்ற ஞானியின் பார்வையும், கருணையும், ஆசியும் அவசியம்.

குரு யார்?

- உனது உள்ளத்தில் இல்லாததை வெளியில் எடுக்கிறாரோ,
- உனது உள்ளத்தில் உள்ளதை உன்னிடம் தருகிறாரோ அவரே குரு.
- இல்லாதது - நான் என்னும் தன்முனைப்பு
- இருப்பது - தெய்வம்.

தனது பார்வை மூலம் உபதேசித்த சற்குரு எவரே அவரே ஈஸ்வரன். தேவன் - பந்து - ஜீவன் - பரப்பிரம்மம். நான்கு வேதம் - ஆறு சாஸ்திரங்கள் - சப்த கோடி மகாமந்திரங்கள் - யந்திரங்கள் தெரிந்திருப்பினும் ஞானம் எனும் சுகம் உண்டாகாது.

குரு பார்வையினால் தான் பிரமானந்தம் என்ற மோட்ச சாதனம் உண்டாகும். எனவே குரு கடாட்சத்தை விட விசேடம் ஒன்றுமில்லை. குரு என்ற இருண்டு அட்சரமே சப்தகோடி மகா மந்திரங்களிலும் மிகவும் சிறந்தவை.

குரு என்பவர் இறைநிலையே அனுப்பிய தூதுவர். இறைநிலை வேறு அல்ல. குரு வேறு அல்ல. அன்பும் கருணையும் நிறைந்தவர் குரு. குருவின் அருள் பார்வையிலே எத்துணை அர்த்தங்கள்.

குருவின் பாதையே வழி - குருவின் பார்வையே வரம் - குருவின் எழுத்தே மந்திரம் - குருவின் வழிவாழ்தலே வாழ்வு - குருவாய் நின்றலே தெய்வம். இதைத்தான் திருமூலர்,

“தெளிவு குருவின் திருமேனி காண்டல்

தெளிவு குருவின் திருநாமம் செப்பல்

தெளிவு குருவின் திருவார்த்தை கேட்டல்

தெளிவு குருஉரு சிந்தித்தல் தானே!”

(திருமந்திரம்)

என்கிறார்.

குருநாதரின் அழகிய திரு உருவைக் கண்டு வணங்குதல் அறிவுக்கு விளக்கமாகும்.

குருவின் திருப்பெயரைத் தியானித்தல் கூட அறிவு மேம்பட உதவும். குருவின் அருளுரைகளைக் கேட்பது அறிவை விசாலமடையச் செய்யும்.

இவை எல்லாவற்றையும் விட, அந்த ஞானாசிரியரின் திருஉருவை நெஞ்சில் நிறுத்தி, அவர் அருளுரைகளை எண்ணியபடியே, நினைவால் தொழுவதும் அறிவின் விளக்கம் - அறிவுக்கு விளக்கம் ஆகும்.

தெளிவு என்பதற்கு அறிதல், விளக்கமுறல் எனப் பல பொருள்கள் உண்டு. திருவருளைப் பெறவும் குருஅருளே துணை செய்யக் கூடுமாதலால், குரு அருளின் பெருமை கூறப்பட்டது.

குருவழி பற்றி திருமூலர்,

“வரும்வழி போம்வழி மயா வழியைக்

கருவழி கண்டவர் காணா வழியைப்

பெரும்வழி யாநந்தி பேசும் வழியைக்

குருவழியே சென்று கூடலு மாமே!”

(திருமந்திரம்)

நமக்கு குரு தானாக வருவார் என்கிறார் வேதாத்திரியார். நமது மனஅலைசுழலை அதற்குத் தகுந்தவாறு வைத்திருந்தோமானால் குரு தானாக வருவார்.

நாம் அறிவு வளர்ச்சி பெற்று சிந்திப்பதற்கான ஒரு வாய்ப்பு கிடைக்கும் வரையில் இந்த ஐந்து புலன்களிலேயே இயங்கி நாம் எதைப் பார்க்கிறோமோ அதனுடைய பதிவு அதிலே ஏற்படக்கூடிய இன்ப துன்ப விளைவுகள், அவற்றினுடைய பதிவுகள், அதை ஒட்டி எழும் செயல்கள், அந்தப் பதிவுகள் மீண்டும் மீண்டும், மேலும் மேலும், இந்த வினைப்பதிவுகளை ஏற்றுக் கொண்டிருக்கிறோம்.

ஆகையினால், அந்த மெய்ப்பொருளாக உள்ள ஆதி நிலையானது அறிவுக்குப் பிடிபடவில்லை.

நாம் எங்கேயிருந்து வந்தோம், எதற்காகப் பிறந்திருக்கிறோம், எங்கே போக வேண்டும் என்பது நினைவுக்கே வரவில்லை.

சூதாட்டத்தில் இறங்கிவிட்ட ஒருவனுக்கு, அந்த மயக்கத்திலே செயல்பட்டுக் கொண்டு இருக்கக்கூடிய ஒருவனுக்கு, எப்படிக்குடும்பத்தைப் பற்றியோ லாப நஷ்டத்தைப் பற்றியோ எண்ணம் வராதோ அதுபோல இந்த இன்ப துன்பம் என்ற ஒரு சூதாட்டத்திலே நம்மைப் பற்றிய நினைப்பே எழுவதில்லை.

இந்த இடத்தில் தான் குருவினுடைய பார்வை, குருவினுடைய நினைவு, குருவினுடைய சொல் ஒரு மனிதனுக்குத் தேவையாக இருக்கிறது.

இங்கே ஒரு கேள்வி? குரு என்றால் யார்? குரு என்றால் அவர் தன்னை அறிந்தவர். அவருடைய உதவி இவனுக்குக் கிடைப்பதற்கு இங்கே அவன் ஒரு நிமிடமாகிலும் சிந்தித்திருக்க வேண்டும். தேடி இருக்க வேண்டும்.

“நான் பிறந்து வந்துள்ளேனே, என்னைப்பற்றி எதுவுமே தெரிய வில்லையே, தெரிந்து கொள்ள வேண்டுமே”, என்று இவனாக நினைத்திருந்தாலும் சரி, அல்லது இவனுடைய பெற்றோர்கள் நினைத்து இருந்தாலும் சரி, அந்த எண்ணம் நிறைவேறாமல் தொடர்ந்து வந்து இருந்தாலும் சரி அது கட்டாயம் அதற்குரிய ஒரு குருவைத் தேடிக் கொடுத்து விடும்.

வெளியிலே இருந்து வந்த ஒரு உருவத்தைக் குரு என்று சொல்வதை விட, ஒரு மனிதனுடைய கர்மா, அவனுடைய action, அவனுடைய சிந்தனை, அவனுடைய தெளிவு, அவனுடைய அறிவு வேகம் அவனுக்கு உயர்வு நாட்டத்தைக் கொடுத்து விடுகிறது.

அதுவே குருவையும் கொண்டு வந்து கொடுத்து விடும் காலத்தாலே.

அந்த குருவினுடைய பார்வை, சொல் இவையெல்லாம் சாதகனுடைய உள்ளுணர்வைத் தூண்டி விடுகின்றன.

குரு என்பவர் ஒருவருக்கு அவசியமா? வேதாத்திரி மகரிசி பதில் தருகிறார்.

உலகில் ஒவ்வொரு உயிரினமும் தன் வாழ்க்கைப் பற்றிய அறிவை தன் சக உயிரினங்களிடமிருந்து தான் பெறுகின்றது.

உடை உடுத்தலை, உண்ணுதலை, உறங்குதலை, கூடிப்புணர்தலை, இயற்கை உந்துதல் கொடுத்தாலும் அது சக உயிரினங்கள் சொல்லிக் கொடுக்க, அந்த அனுபவத்தை கிரஹித்துக் கொண்டு இன்னும் சீராக வாழ்கிறது. இந்த சீரான வாழ்க்கைக்கு நாகரீகம் என்று பெயர்.

எல்லா செயல்களையும் நீங்கள் பிறரிடமிருந்து கற்றுக் கொள்கிறீர்களே அன்றி எதையும் நீங்களாக அறிந்து கொள்ளவில்லை. அறிந்து கொண்டதை நேர்த்தியாக செய்கிறீர்கள் என்று வேண்டுமானால் சொல்லலாம்.

ஆனால், வாழ்வின் அறிவு என்பது சக உயிரினமிடத்திருந்தே வருகிறது. தலை வாருதலிலிருந்து காலணி அணிவது வரை மற்றவர்கள் சொல்லி தந்துதான் அறிந்து கொள்கிறீர்கள் என்கிற போது வாழ்வின் ஆதாரமாக உள்ள ஆத்ம தாகத்தை, உயிரின் தவிப்பை, தன் இருப்பை அறிவது என்பதை எவரும் அறியாமல் நீங்களாக உணர்ந்து கொள்ள முடியுமா?

இதை நானாக தெரிந்து கொள்வேன் என்று இறுமாந்து திரிவது நல்லதா. கடவுள் அறிதல் அல்லது தன்னை அறிதல் என்கிற விஷயத்திற்கு வெகு நிச்சயம் ஒரு வழிகாட்டி தேவைப்படுகிறார். அந்த வழிகாட்டிக்கு குரு என்று பெயர்.

குரு என்பவர் சாக்கு போக்குக்காக உங்களை சில மந்திர ஜபங்கள் செய்யச் சொல்லி, பூஜைகள் செய்யச் சொல்லி மெல்ல மெல்ல பிரம்ம ரகசியத்தை உபதேசிப்பார் என்று சொல்லப்படுகின்றது.

கடவுள் தேடுதல் எதற்காக என்ற கேள்வி எழவில்லையெனில் வாழ்வு பூரணமாகவில்லை என்று அர்த்தம்.

வாழ்வினுடைய தினசரி விஷயங்களில் அலுப்பு ஏற்பட்டு இது என்ன வாழ்க்கை என்ற கேள்வி எழுகிற போது கடவுளைப் பற்றிய தாபம் அல்லது தன்னை அறிதலைப் பற்றிய ஏக்கம் எழுகிறது. அப்பொழுது வெகு நிச்சயம் குரு என்பவர் தேவை.

அந்த குரு தன்னை அறிந்தவராக இருக்கிறபொழுது உங்களுடைய தவிப்பை முற்றிலுமாய் உணர்ந்து உங்களை அறியாமல் உங்களை உங்களுக்குள் தள்ளுகின்ற ஆற்றலையும் பெற்றிருப்பார்.

அந்த ஆற்றல் மிக ரகசியமாய் உங்களில் பாய்ந்து உங்களுக்குள் உங்களை அறிவிக்கும்.

இது விஞ்ஞான பாடமல்ல. அடிப்படையாய் புரிந்து கொள்வதற்கும், பேசி தெரிந்துகொள்வதற்கும். தடித்த புத்தகங்களிலிருந்து கற்று கொள்வதற்குண்டான விஷயமும்ல்ல.

இது ரகசியமானது. ரகசியம் என்பதற்கு வேறு ஒருவருக்கு சொல்லக்கூடாது என்ற அர்த்தமில்லை. எப்படி உள்ளே வந்தது என்றே தெரியாத ரகசியம் இது. நீங்கள் எப்படி மாறினீர்கள் என்றே தெரியாத ரகசியம் இது.

உங்களை அறியாது உங்களை மாற்றுவது என்பது தன்னை அறிந்த குருவால் வெகு நிச்சயம் இயலும்.

எனக்கும், கடவுளுக்கும் இடையே இன்னொருவர் எதற்கு என்று கேள்வி வருவது மிகப் பெரிய அறியாமை. தான் எல்லாம் அறிந்து விட்டோம், தன்னால் சகலமும் அறியமுடியும் என்கிற அறியாமை.

உங்களுக்கு சைக்கிள் ஓட்ட சொல்லிக் கொடுத்தவரையே குரு என்று கொண்டாடிக் கொண்டிருக்கிற பொழுது கடவுள் தேடலை தானாக அறிந்து கொள்வேன் என்று கொக்கரிப்பது எவ்வளவு பெரிய பேதமை.

உங்களை அறிவது தான் சரியான அறிவு. ஆனால் தன்னுள் தான் மூழ்குவது என்பது மிக மிக கடினமா விஷயம்.

குரு என்பவரால் மட்டுமே உங்களை உங்களுக்குள் தள்ள முடியும். தங்களை அறிய வேண்டும் என்ற ஆவலுள்ளவர்களுக்கு குருவினுடைய தேடலும் கூடவே வரும்.

அவருக்கு குரு அவசியமா என்ற கேள்வியே இருக்காது. குரு எங்கே என்கிற ஆவல்தான் இருக்கும்.

யார் குரு. நான் தான் குரு என்று சொல்லிக் கொள்கிறவர்கள் உங்களுக்கு குரு அல்ல.

தன்னை உணர்தலே கடவுள் உணர்தல் என்கிற மகாவாக்கியம் உணர்ந்தவரே குரு. அவர் தன்னை உணர்ந்தவர் என்று சொல்லிக் கொள்வதே இல்லை. கடவுள் தெரிந்துவிட்டது என்று குதிப்பதும் இல்லை.

மாறாய் அவர் வாழ்க்கை முற்றிலும் மற்ற மனிதர்கள் வாழ்க்கையிலிருந்து வேறுபட்டிருக்கிறது.

வாழ்வின் அநித்தியம், வாழ்வின் அபத்தம் புரிந்தபோது உள்ளுக்குள்ளிருந்து ஒரு கருணை வெள்ளம் புறப்பட்டு சகலரையும் அணைத்து கொள்கிறது.

யாரை வேண்டுமானாலும், எப்பொழுது வேண்டுமானாலும், எங்கு வேண்டுமானாலும் இழந்து தொலைப்போம் என்கிற பரிதவிப்பு இருப்பின் யாரை வெறுக்க முடியும்.

எவரும் இங்கே நிரந்தரமில்லை என்கிறது மிக தெளிவாக வந்து விட்டால் எவரை வெறுக்க முடியும் .

எனவே எவரையும் வெறுக்காத கருணை மழை தான் குரு. கருணை உள்ளவர் முகத்தில் அற்புதமான தேஜஸ் இருக்கும்.

அவர் ஒவ்வொரு அசைவும் அன்பை பொழியும். கடவுள் ரூபமாகவே இருக்கும். அந்த குரு உபன்னியாசம் செய்கிறவர் அல்ல.

மிக பெரிய பிரசங்கங்கள் நிகழ்த்துவதை காட்டிலும் தனித்தனியே ஒவ்வொரு மனிதரின் உள்ளுக்குள் இருக்கின்ற ஆன்மாவைத் தொட்டு உசுப்பிவிடுவது தான் குருவின் வேலை.

எவரைப் பார்த்ததும் உள்ளுக்குள் பெரிதாய் ஒரு கிளர்ச்சி ஏற்பட்டு அவரை உங்களை அறியாமல் வணங்கத் தோன்றுகிறதோ அவரை பின்பற்றத் தோன்றுகிறதோ, அவரை கொண்டாட ஆசை எழுகிறதோ, அவரை உங்கள் குரு என்று கொள்ளலாம்.

இங்கே ஒரு விஷயம் கவனிக்கப்பட வேண்டும். மக்களுடைய யோக்கியதைக்கு ஏற்ப அரசாங்கம் அமைவது போல, கலை இலக்கியம் இருப்பது போல, உங்களின் யோக்கியதைக்கு ஏற்ப உங்களுக்கு குரு கிடைப்பார்.

உங்களுக்குக் காசுதான் வாழ்வின் பிரதானம் என்றால் உங்களுக்குக் காசு தருகின்ற குரு கிடைப்பார்.

உங்களுக்கு சுகபோகம்தான் பிரதானம் எனில் சுகபோகம் தருகின்ற குரு கிடைப்பார்.

உங்களுக்குக் கடவுள் தேடுதல்தான் பிரதானம் எனில் கடவுளை அறிந்த குரு கிடைப்பார்.

உங்கள் யோக்கியதைக்கு ஏற்ப குரு கிடைத்த பிறகு தான் உங்களைப் பற்றியே உங்களுக்குத் தெரியவரும்.

குருவை எங்கே தேடுவது. கடைகளில் குரு தொங்கிக் கிடக்க மாட்டார். குரு இன்னவிதமாக இருப்பார் என்று எவராலும் சொல்ல முடியாது.

ஜப்பானிய கேள்வி-பதில் ஒன்று உண்டு. சாலையில் நீ நடக்கும் போது புத்தர் உனக்கு எதிரே நடந்து வந்தால் நீ என்ன செய்வாய் என்று கேள்வி உண்டு.

இந்த கேள்விக்கு பதில் சொல்லும்படி பணிப்பார்கள். விழுந்து வணங்குவேன், சுற்றி வந்து கொண்டாடுவேன், என் வீட்டிற்கு அழைத்துப் போவேன், உபசரிப்பேன், எல்லோரையும் கூட்டிக் கொண்டு போய் புத்தரை அறிமுகப்படுத்துவேன் என்றெல்லாம் பதில்கள் உண்டு.

ஆனால், அவை உண்மையான பதில்கள் அல்ல. புத்தர் எப்படி இருப்பார் என்று யாருக்குத் தெரியும். ஏதோ ஓவியத்தைப் பார்த்து, சித்திரத்தைப் பார்த்து புத்தர் இப்படித்தான் இருப்பார் என்று நாம் நினைத்து கொள்கிறோம்.

புத்தர் என்ன விதமாக இருந்தார் என்று யாருக்கும் தெரியாது, உங்கள் முன் என்னவிதமாக தோன்றுவார் என்பதும் தெரியாது.

புத்தரைத் தேட வேண்டும் என்ற ஆவல் வந்துவிட்டால் எதிர்ப்படுகின்ற ஒவ்வொருவரையும் இவர் புத்தரா? அவர் புத்தரா? இது புத்தரா? அது புத்தரா என்று தேடுவது போல நீங்கள் குருவை தேட வேண்டும்.

எல்லா இடத்திலும், எப்பொழுதும் இடையறாது, இடையறாது தேட வேண்டும். உங்கள் தேடல் உக்கிரமடைந்தால், ஒருமுகப்பட்டால் குரு உங்களை நேரே வந்து சந்திப்பார்.

அவராகவே வந்து உங்களைத் தொட்டு உலுக்குவார். என்னைத் தானே தேடிக் கொண்டிருக்கிறாய். இதோ என்று எதிரே வந்து நிற்பார் என்று சொல்லப்படுகின்றது.

குருவை ஒரு குறிப்பிட்ட இடத்தில், ஒரு குறிப்பிட்ட ரூபத்தில், ஒரு குறிப்பிட்ட அடையாளத்தில் கண்டுகொள்ள முடியாது. குரு மனிதராகத் தான் இருக்கவேண்டும் என்ற அவசியமும் இல்லை. பெரும் வானம் சிலருக்கு குருவாக அமைந்திருக்கிறது. காற்றின் இரைச்சல் குருவாக அமைந்திருக்கிறது.

“புருவத்திடை உந்தன் பூவிரலால் தொட்டு
 எந்தன் உயிருணர்த்தி
 புன்செயல்கள் பதிவழிந்து, பூர்வநிலை அறிவறிய
 துரியம் தந்து
 கருவறிந்து அகத்தவத்தால் களங்கங்கள் போகப்
 பெருங்களத் தமர்த்தி
 கருத்துடனே விளைவறிந்து ஐந்து புலனையாளுங்
 கலை போதித்து
 உருவத்தில் உயிரை, உயிர்க்குள் உள்ளமெய்ப்
 பொருளை அறிவாய்க்காட்டி
 ஒழுக்கத்தால் உலகினையே நட்புக் கொள்ளும்
 அன்புநெறி விளங்கவைத்து
 திருத்தமொடு காயகற்பம், சீர்கர்மயோகம்,
 உடற்பயிற்சி தந்து
 சிந்தனையை, உடல்நலத்தைச் சீரமைத்து உய்வித்த
 குருவே வாழ்க” (ஞா.க.)

குரு தேடுதல் என்பது மனம் ஒருமுகப்பட்ட ஒரு உணர்வு. அந்த உணர்வு நிச்சயம் தேடுபவருக்கு குருவைக் கொண்டு வந்து கொடுக்கும்.

இறையுணர்வையும் அறநெறியையும் பழகிக்கொடுக்க ஞானாசிரியர் துணை அவசியம் வேண்டும். இத்துணை இன்றேல் ஐம்பொறிகள் வழி செயல்படும் ஐம்புலன்களின் செயற்பாடுகள் முழுமையான பயனுடையவையாக அமையாது என்றும் வேதாத்திரி மகரிசி சமூகப் பொறுப்புடன் எச்சரிக்கிறார்.

திருமூலரும் வேதாத்திரியும் கொடுத்த தெளிவின் அடிப்படையிலே நாமும் குருவை அடைந்து வாழ்வை அர்த்தமுள்ளதாக அமைத்துக் கொண்டு வளமாக வாழ்வோம்.





தவசீலர்கள் தந்த தவநிலைகள்

மெய்ப்பொருளை அடையும் வரை மனத்தில் பேராசை, கவலை, கோபம். இல்லாமல் மனம் நிறைவாக இருக்க வேண்டும். அதற்குரிய வழியே “தவம்”

தவம் என்றால் என்ன?

மனிதப்பிறவியின் பெருநோக்கமும், மதிப்பும் உணர்ந்து, புலன்களை ஒழுங்குபடுத்தி, அறிவின் நிலையறிந்து, பேரறிவு நிலையெய்தி, ஒழுக்கம், கடமை, ஈகையெனும் அறநெறிகளைத் தன் இயல்பாகக் கொண்டு, அயரா விழிப்பு நிலையோடு தானும் வாழ்ந்து, பிறரையும் இனியதாக வாழ வைக்கும் உணர் வாழ்வுக்குத் தன்னைத் தகுதியாக்கிக் கொள்ளும் பயிற்சியே தவமாகும்.

தவத்தை ஆங்கிலத்தில் Meditation என்பார்கள். தவத்தை தியானம் என்றும் அழைப்பார்கள். இத்தகைய தவம் உயிர்தவம், சுக்கிலத் தியானம், அகத்தவம், மெய்யுணர்தவம், குண்டலினியோகம், கருதவம் என்று பல பெயர்களால் வழங்கப்படுகிறது.

“தவம்” என்பதை வேதாத்திரி மகரிசி, “தெய்வீகப் போதை” என்று அருமையான தமிழ் சொல்லால் குறிப்பிடுவார்கள்.

தவமார்க்கத்தில் இனிய முயற்சியாக, புதிய புரட்சியாக, எளிய பயிற்சியாக வகுத்துத் தந்தவர் வேதாத்திரியார்.

“பழையன கழிதலும் புதியன புகுதலும் வழுவல கால வகையினானே”

என்பதற்கிணங்க, காலத்திற்கேற்ப மகரிசி அவர்கள் தாம் கண்டறிந்த தவத்தை மானுடத்திற்குத் தந்துள்ளார்.

மனவளக்கலை மன்றத்தில், “குண்டலினி” சக்தி ஏற்றத்திற்கு ஒரு எளிய சிறந்த சாதனை முறை உள்ளது.

ஆசானின் உயிர் ஆற்றலில் ஒரு அளவு சீடனுக்குப் பாய்ச்சி அவர் உயிர் ஆற்றலுக்கு திறமையூட்டி உடனே அதனை மூலதாரத்தினின்று எழுப்பி (சுவாதிட்டானம், மணிப்பூரகம், அநாகதம், விசுத்திவழி நில்லாமல் நேராக) ஆக்கினைச் சக்கரத்திற்கு கொண்டு வந்துவிடப்படுகிறது.

பயிற்சி பெறுபவர் இளவயது உடையவராக இருப்பின் அப்போதே பத்து நிமிடங்களில் தங்கள் உயிராற்றலை உணர்தலாகத் தங்கள் புருவமைத்தில் பெற முடியும்.

வயது கடந்தவர்கள் இரண்டு அல்லது மூன்று தினங்களில் உணரலாம். வேதாத்திரி மகரிசி அவர்கள் மனித குலத்திற்கு அளித்த சிறந்த வரப்பிரசாதம் எளியமுறை தவப்பயிற்சியாகும்

மனவளக்கலையில் பயிற்சி தரும் அகத்தவத்தில் அடங்கிய எல்லா நிலைகளிலும் சுமார் 40 நாட்களுக்குள் பயின்று நலமும் வளமும் பெறலாம்.

இம்முறை இல்லறத்தாருக்கு ஏற்ற ஒரு பாதுகாப்பான ஒன்று.

ஆக்கினை

மூலதாரத்தில் உள்ள குண்டலினி சக்தியை, ஆசிரியர் (குரு) தவவலிமையால் புருவ மத்தியில் நிறுத்துவதை “ஆக்கினை” என்பார்கள்.

புருவ மத்திக்கு இராமலிங்க வள்ளலார் விந்துஸ்தானம், அறிவிடம், லலாடம், முச்சுடரிடம், முச்சந்திமூலம், முப்பாழ், மகாமேரு, பாலம், கபாடஸ்தானம், சபாத்தபாரம், புருவமத்திய மூலம், நெற்றிக்கண், சிற்சபை எனப்பல பெயர்களை உபதேசங்களிற் குறிப்பிடுகின்றார்.

இதனை திருமூலர்,

“நாட்டம் இரண்டும் நடுமூக்கில் வைத்திடல்
வாட்டமும் இல்லை மனைக்கும் அழிவில்லை”

(திருமந்திரம் 604) என்றும்,

“பொட்டெழக் குத்திப் பொறிஎழத் தண்டிட்டு
நட்டிடு வார்க்கு நமன் இல்லை தானே”

(திருமந்திரம் 711) என்றும்,

“நெற்றிக்கு நேரே புருவத் திடைவெளி
உற்றுப் பார்க்க ஒளிவிடு மந்திரம்
பற்றுக்குப் பற்றாய்ப் பரம னிருந்திடஞ்
சிறறம் பல மென்று சோர்ந்து கொண்டேனே”

(திருமந்திரம் 270) என்றும்,

“உச்சிக்குக் கீழ்து உண்ணாக்கு மேலது”

(திருமந்திரம் 1780) என்றும்,

“கண்ணாக்கு மூக்குச் செவிஞானக் கூட்டத்துள்
பண்ணாக்கி நின்ற பழம் பொருள் ஒன்றுண்(டு)”

(திருமந்திரம் 599) என்றும் கூறுவார்.

மனவளக்கலை மன்றத்தில் உடற்பயிற்சிக்குப் பின் அளிக்கப்படும்
முதல் “தீட்சை” ஆக்கினை ஆகும்.

“இருவிழிகள் மூக்குமுனை குறிப்பாய் நிற்க
எண்ணத்தைப் புருவங் களிடை நிறுத்தி
ஒருமையுடன் கருநெறியில் பழகும் போது
உள்ளொளி பூரித்து மூலமான
கருவுக்கு மேனோக்கு வேக மூட்டும்”

(ஞா.க.)

துரியம்

பிறவித்துயர். பாசப்பிணைப்பு நீங்க குரு உபதேச மந்திரங்களைச்
சொல்ல யோகநிலை சித்திக்கும். இதனை திருமூலர்,

“வித்தைக் கெடுத்து வியர்க் கிரத்தே - மிகச்
சுத்தத் துரியம் பிறந்து துடக்கற
ஒத்துப் புலனுயிர் ஒன்றாய் உடம்பொடு
செத்திட்டு இருப்பர் சிவயோகி யார்களே” (திருமந்திரம் 121)

மனவளக்கலை மன்றத்தில் ஆசிரியர் தம் திருவிழி அருட்
பார்வையால் “துரிய” தீட்சைக் கொடுப்பார்.

உச்சந்தலையில் உணர்வை ஓர்மையுடன் நிறுத்தித் தவம் இயற்றுதல் “துரிய” நிலைத்தவமாகும்.

ஐம்புலன்கள் துரியத்தில் ஒரே புலனாகிறது. மனம் குன்ற உயிராக நிற்கிறது.

துரியாதீதம்

துரியத்தை, சிவதுரியம் (உடல்), பரதுரியம் (பேரருள்), சீவதுரியம் (உயிர்) என்ற மூன்றும் அப்பாலாய் ”துரியாதீத” ஆருயிர் விரிந்தும், குவிந்தும் அனுபவித்திருக்கும் ஆனந்தத்தைச் சொல்லில் உணர்த்த முடியாது என்கிறார் அறிஞர் திருமூலர்.

“துரியங்கள் மூன்றும் கடந்து ஒளிர்சோதி
அரிய துரியம் அதில் மீது மூன்றாய்
விரிம குவிவு விழங்கி உமிழ்ந்தே
உரையும் அநுபுதி அகத்தின் உள்ளானே!” (திருமந்திரம் 1290)

இதனை வேதாத்திரி மகரிசி,

“இறைநிலையோடு எண்ணத்தைக் கலக்கவிட்டு
ஏற்படும் ஓர் அமைதியே விழிப்பாய் நிற்க

.....
.....

கறை நீங்கி அறிவு மெய்ப்பொருளாய் நிற்கும்
கரைந்துபோம் தன்முனைப்பு காணும் தெய்வம்”

என்கிறார். மேலும், ஆணவம், கன்மம், மாயை நீங்கி, மனம் தூய்மை பெறுவர். இதனை

“தனதுகுறை ஆழ்ந்துணர்ந்து திருத்தல் பெற்றால்
தருக்கொழியும் பிறரிடம் நட்பு ஓங்கும்”

என்கிறார்.

சமாதி நிலை

தேவையற்ற எண்ணங்களை ஒழித்து, மூலாதாரத்தின் வழியே மேல்நோக்குக் காற்றைச் செலுத்தி, புருவ மத்தியில் சிந்தனை ஒன்றுதல் “சமாதி” ஆகும்.

“கற்பனை அற்றுக் கனல் வழியே சென்று
சிற்பனை எல்லாம் சிருட்டித்த பேரொளிப்
பொற்பினை நாடிப் புணர்மதியோடு உற்றுத்
தற்பர மாகத் தகும்தான் சமாதியே” (திருமந்திரம் 628)

வேதாத்திரியார் “சமாதி” நிலையை இருப்புக்காத்தல், வரவு பெருக்கல், செலவு நிர்வகித்தல், விரயம் தடுத்தல் என்று விளக்குகிறார். மேலும்

“தன்முனைப்புத் தணிந்து மெய்யுணர்வாய் மாற
தவம் ஒன்றே வழி, அதற்கு அறம் அரண் ஆம்”

என்கிறார் வேதாத்திரி மகரிசி. புலன்களை அடக்கி, தவவலிமையால் கிடைக்கும் எல்லையில்லா உணர்வை அவரவரே அறிவார். இச்சமாதி நிலையை “ஜீவசமாதி”, “மகாசமாதி” என்றும் அழைப்பார்.

இவ்வுலகில் எப்பொழுதெல்லாம் சிக்கல்கள் தோன்றுகிறதோ அப்பொழுதெல்லாம் அந்தச் சிக்கல்களுக்குத் தீர்வாக எல்லாம் வல்ல இறையாற்றலே மனிதகுலத்தை சிக்கல்களிலிருந்து விடுவித்து மக்களை நல்வழிப்படுத்துவதற்காக ஞானிகளாக, சித்தர்களாக, மகான்களாக, தத்துவஞானிகளாக உருவெடுக்கிறது.

அந்தந்த காலகட்டங்களில் வாழ்ந்த மக்களின் மனநிலைக்கேற்ப, அறிவின் ஏற்புதிறனுக்கு ஏற்ப திருமூலரும் வேதாத்திரி மகரிசியும் தவநிலைகளைத் தந்துள்ளார்கள்.





திருமந்திரத்திலும் வேதாத்திரியத்திலும் சொல்லாட்சிகள்

மானுடம் போற்றும் மகான்களான திருமூலர் - வேதாத்திரி மகரிசி படைப்புகள் மனித வாழ்வின் வளத்திற்கும். மேன்மைக்கும் உரிய கல்வியையும், ஞானக்கல்வியையும், வாழ்க்கை வளக்கல்வியையும் பல்வேறு கோணங்களில் விளக்குகின்றன.

இத்தகைய அரிய கருத்துகள் மக்களைச் சென்று சேர வேண்டுமெனில் “சொல்லாட்சியும் மொழிநடையும்” இன்றியமையாத ஒன்றாக அமைகிறது.

இந்த மகான்களின் நடை மக்களின் நடை என்றால் அது மிகையாகாது. பாமர மக்களும் படித்துப் புரிந்து கொள்ளக்கூடிய எளிய நடை.

வடமொழியும் தென்தமிழும் மறைகள் நான்கும் தெளிந் துணர்ந்தவர் திருமூலர்.

தாம் சிவயோக நிலையிலிருந்து சிந்தித்துணர்ந்த சிவாகம உண்மைகளை இந்நாட்டவர் யாவரும் ஓதியுணர்ந்து உய்தல் வேண்டும் என்னும் அருள் நோக்குடன் திருமந்திரப் பனுவலை அருளினார்.

திருமந்திரப் பாடல்களில் சமய சாத்திரக் குறியீடு களாகிய பதி, பசு, பாசம்; ஆணவம், கன்மம், மாயை; சித்து, அசித்து; சரியை, கிரியை, யோகம், ஞானம்; சத்து, அசத்து, சதசத்து; வேதாந்தம், சித்தாந்தம், நாதாந்தம், போதாந்தம், யோகாந்தம், கலாந்தம்; நாதம், விந்து, சத்தி, சாத்துமான், வயிந்தவம்; சத்தாதி வாக்கு மனாதிகள், சாக்கிராதீதம், சுத்தம், துரியம் விஞ்ஞானர்,

பிரளயாகலத்து அஞ்ஞானர்; இயமம், நியமம், ஆதனம், பிராணாயாமம், பிரத்தியாகாரம், தாரணை, தியானம், சமாதி; கவச நியாசங்கள் முத்திரை; பத்மாசனம், பத்திராசனம், சிங்காதனம்; பூரகம், சும்பகம், ரேசகம் என்பன முதலாகவுள்ள வடசொற்களும் சொற்றொடர்களும் இருப்பதை உணரலாம்.

மேலும், அக்காலத்துப் பொது மக்களிடையே வழங்கிய வழக்குச் சொற்கள் சிலவும் இடம் பெற்றுள்ளன.

தமிழ், வடமொழி என்னும் இருமொழிகளையும் கலந்து திருமூலர் தாமே படைத்து வழங்கிய அணுவன் (தி.10 பா.2501), மாயாள் (தி.10 பா.399), என்றாற்போலும் புதுச் சொற்களும் திருமந்திரத்தில் இடம் பெற்றுள்ளன.

வேத ஆகமங்களின் முடிந்த முடிபாகிய சைவசமயத் தத்துவம் என்ற பொருளில் சித்தாந்தம் என்ற சொற்றொடரை முதன் முதல் வழங்கியவர் திருமூலரேயாவார்.

சுந்தரர் காலத்துப் பல்லவ மன்னனாகிய இரண்டாம் நரசிங்க வர்மன், தான் காஞ்சியில் அமைத்த கைலாசநாதர் கோயிலிற் பொறித்துள்ள வடமொழிக் கல்வெட்டில், சைவ சித்தாந்த மார்க்கத்தைப் பின் பற்றியவன் எனத் தன்னைக் குறித்திருப்பது இங்கு நோக்கத்தகுந்ததாகும்.

வேதாத்திரியத்தில் சொல் தேர்வு கற்போரை படிப்போரை மனதில் கொண்டு அமைக்கப்பட்டிருக்கிறது.

அடிக்கடி பயன்படுத்தும் சொற்களைத் தகுந்த பொருத்தமான இடத்தில் அமைத்து. சந்த நயத்தோடு உருவாக்கி எல்லோரும் எளிதில் புரிந்து கொள்ளும் வண்ணம் கவிதை வரிகள் அமைக்கப்பட்டிருக்கின்றன.

கடவுள் என்ற பெயரில் சில குணங்களையும் உருவங்களையும் கற்பித்து அடிக்கடிப் போற்றிப் புகழ்வதினால் மனித இன வாழ்வுக்கு அவசியமான மன உறுதிப்பாடு உண்டாகுவதை,

“எப்பொருளை எச்செயலை எக்குணத்தை
எவ்வுயிரை எவரொருவர் அடிக்கடி நினைத்தாலும்
அப்பொருளின் தன்மையாய் நினைப்போர் ஆற்றல்
அறிவினிலும் உடலினிலும் மாற்றம் காணும்
இப்பெருமை இயல்புக்க நியதி யாகும்
எவரொருவர் குருவை மதித்து ஒழுகினாலும்
தப்பாது குருவுயர்வு மதிப்போர் தம்மைத்
தரத்தில் உயர்த்திப் பிறவிப்பயனை நல்கும்.”

என்ற வேதாத்திரிய வரிகளில் அடிப்படைத் தத்துவத்தை உட்பொருளாகக் கொண்டதுதான் உருவ வழிபாடு என்பதை எப்பொருளை, எச்செயலை, எக்குணத்தை, எவ்வுயிரை, எவரொருவர் என எளிய சொல்லாட்சி கொண்டு இனிமையாக விளக்குகிறது.

மானுட வாழ்வில் ஐந்து வாழ்க்கைப் பண்பாடும், நான்கு ஒழுக்க மேம்பாடும் அவசியம் என்பதை எளிமையான கவிதை வரிகளில் பாலோடு தேன் கலந்தாற் போன்று பக்குவமாய் குழைத்துத் தருகிறார்.

பாட்டு வரிகளுக்குள் எண்களிட்டுக் கவிஞர்களில் தனிக்கவியாய் ஒளி வீசிக் கொண்டிருக்கிறார் வேதாத்திரியார்.

**“புதியதொரு பண்பாடு உலகுக்கு வேண்டும்
போதை, போர், பொய், புகைஒழித்து அமுல் செய்வோம்
அதிகசுமை ஏதுமில்லை.**

1. அவரவர்தம் அறிவின் ஆற்றலினால் உடல்உழைப்பால் வாழ்வதென்ற முடிவும்,
2. மதிபிறழ்ந்து மற்றவர்கள் மனம்உடல் வருந்தா மாநெறியும்,
3. உணவுக்குயிர் கொல்லாத நோன்பும்,
4. பொதுவிதியாய்ப் பிறர்பொருளை வாழ்க்கைச் சுதந்திரத்தைப் போற்றிக் காத்தும்,
5. பிறர்துன்பம் போக்கும் அன்பும் வேண்டும்”

என்ற வரிகளில் போதை, போர், பொய், புகை முதலிவயற்றை ஒழிக்க வேண்டும் என வலியுறுத்தி, வாழ்க்கை பண்பாடுகளையும் விளக்கி மானுடத்தை நல்வழிப்படுத்துகிறார்.

பாட்டு வரிகளில் எளிமையான சொற்கள் மூலம் மக்களிடம் நேரடியாகப் பேசுவது போன்று அமைத்திருக்கும் பாங்கு, சொல்தேர்வு முதலியன படிப்போர் மனதில் பசுமரத்தாணியாக பதிகிறது.

போரினால் ஏற்படும் துன்பங்களைத் தம் சொற்சித்திரத்தில் நகைச்சுவை உணர்வோடும் அவல உணர்வோடும் நயம்பட விளக்குகிறது வேதாத்திரியம்.

காலில் சிறு முள் குதித்தினால் கூட கண்ணீர் விடும் நாம், போரில் உயிர்ப் பலியோடு உறுப்புகளையே இழந்து தவிக்கும் மக்களைப் பற்றி எண்ணிப் பார்க்கத் தவறுகிறோம் என்பதை,

“உடலில் சிறு காயமோ உறுப்புகளில் அடியோ
 ஒருவருக்கு ஏற்பட்டால் உடன்வாழ்வோர் எல்லாம்
 கடலுலகில் படும்துன்பம் காண்கின்றோம் போரில்
 கணக்கின்றி கணப்பொழுதில் மக்கள் மடிகின்றார்
 படமுடியாத் துயரோடு பருவுடலின் உறுப்பு
 பல இழந்தும் பதைப்பதைத்துத் துன்பமுறக் காண்போம்
 நடந்து செல்லும் பிணங்களல்ல நாம் இவற்றைப் பார்த்து
 நமது கடமை தேர்ந்து நலம் செய்யாதிருக்க.”

என்ற வரிகளில் சொல்லாட்சியில் போரின் கொடுமையைத் தேர்ந்து
 சொற்களால் விளக்கிப் போரில்லா ஒருலகம் உருவாக வேண்டும் என்ற
 சிந்தனையை விதைத்துள்ளது வேதாத்திரியம்.

பெண்களின் சிறப்பினை உணர்ந்து மதிக்க வேண்டும் என
 வலியுறுத்தும் வேதாத்திரியம்,

“பெண்ணுக்குள் ஞானத்தை வைத்தான் - புவி
 பேணி வளர்த்திடும் ஈசன்”

என்ற பாரதியின் வரிகளைப் போல மகரிசியின் வரிகளில் எளிமையுடன்
 புரட்சிகரமான கருத்துக்களும் புதைந்து கிடப்பதைக் காணலாம்.

தமிழ்ப் பக்தி இயக்க - இலக்கிய வரலாற்றில் திருமுலர், இராமலிங்க
 அடிகள், தாயுமானவர் முதலியோரின் யாப்பு மரபை அடியொற்று
 வனவாகவே திருமுலர் மற்றும் வேதாத்திரி மகரிசியின் பாடல்கள் அமைந்து
 சிறக்கின்றன.





காயகற்பக் கலை தந்த கனவான்கள்

காயகற்பம் என்பது ஆன்மாவை தூய்மைச் செய்யும் கலைகளில் ஒன்றாகும்.

காயகற்பக் கலை என்பது பல காலமாக மூடு மந்திரமாகவே இருந்து வந்துள்ளது. இளமை காத்து நீண்ட காலம் இந்த நிலவுலகில் வாழ்வதென்பது மனிதனின் சாதனைக்கு உட்பட்டதேயாகும்.

இதற்கான வழிமுறைகளை நமது திருமூலர் போன்ற சித்தர்களும் எழுத்து வடிவில் எழுதிச் சென்றிருந்தாலும், அவர்கள் கையாண்ட பரிபாஷைச் சொற்றொடர்களின் முழுப்பொருளும் படித்தவர்களுக்கு புரியாமல் இருந்து வந்தது.

வேதாத்திரி மகரிசி அவர்கள் நாற்பது ஆண்டுகள் ஆராய்ச்சி செய்து காயகற்ப பயிற்சி அனைத்து மக்களுக்கும் பயன்படும் அளவில் மிக எளிமைப்படுத்தி, குடும்பத்தில் உள்ளவர்களுக்கு அளவு முறையோடு கோட்பாட்டையும் உணர்த்தி, உடல்-உயிர்ச் சக்தி விந்துநாதம், ஜீவகாந்தம், மனம் இவை ஐந்தும் இயங்கும் அமைப்பே காயகற்ப பயிற்சி என்பதை விஞ்ஞான ரீதியாக விளக்கி உள்ளார்கள்.

தற்போது இக்காயகல்பப் பயிற்சி முறையாகவே அனைத்து மக்களும் தெளிவாக அறிந்து பயிற்சியில் ஈடுபடுமாறு வளர்ச்சியடைந்துள்ளது.

உயிர் தாங்கியான விந்துவைப் போதிய அளவு கெட்டிப்படச் செய்துவிட்டால், உயிர் பிரியாமலே அதை உடலிலேயே நிலைக்க வைத்து விடலாம்.

வாழ்ந்தது போதுமென்ற நிறைவு ஏற்படும்போது மன இயக்கத்தை மாத்திரம் நிறுத்திக் கொள்ளலாம்.

மன இயக்கம், உடல் இயக்கம், இரண்டும் நின்று விட்ட பின், உடலிலேயே உயிர் அடக்கம் பெற்று இருக்குமானால், இதனை ஜீவ சமாதி என்றும் மரணமில்லாப் பெருவாழ்வு என்று நமது முன்னவர்கள் சொல்லி வைத்திருக்கிறார்கள்.

இதற்கு முறையான பயிற்சியினைப் பின்பற்ற வேண்டும். முதுமையைத் தடுக்க, ஒவ்வொரு நாளும் தளர்ச்சியுறும் நரம்புகளைப் பயிற்சியினால் முறுக்கேற்றிக் கொண்டிருக்க வேண்டும்.

மரணத்தைத் தடுக்க, விந்துச் சக்தியைப் பதங்கமாக்கி, அதன் உற்பத்தி நிலையத்தோடு இணைக்க வேண்டும்.

இந்த இரண்டு பயிற்சிகளும் ஒன்றிணைந்ததே காயகற்ப பயிற்சியாகும்.

மூலாதாரத்தை அடைத்து பிராண வாயுவால் குண்டலினி சக்தியை மேல் எழச் செய்து, நடு இடமாகிய சுழுமுனையில் நிற்கச் செய்து, நீர் ஓடு மடைமுகத்தில் ஓடிவரும் மீனுக்குக் காத்திருக்கும் கொக்கைப் போல் வணங்கி இருப்பார். உடம்பு அழியாமல் ஊழி வாழ்ந்திருக்கவும் கூடும்.

“கடைவாச லைக்கட்டிக் காலை எழுப்பி

இடைவாசல் நோக்கி இனிதுஉலர் இருத்தி

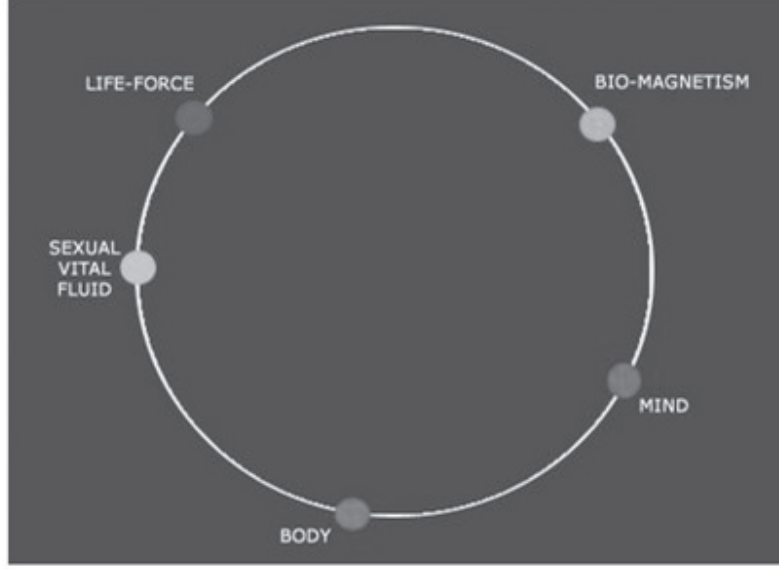
மடைவாயில் கொக்குப்போல் வந்தித் திருப்பார்க்கு

உடையாமல் ஊழி இருக்கலும் ஆமே” (திருமந்திரம்)

இதனைத்தான் வேதாத்திரி மகரிசி காய கல்பப் பயிற்சியாக மனவளக்கலையில் போதித்துள்ளார்.

“காயகற்பப் பயிற்சியினால் கண்கள் நன்றாம்

காமமிகை குறைசமனாம், குடும்ப வாழ்வில்



காயகற்பம் மூலநோய், குடல்புண் போக்கும்
 கனத்தஉடல் இளைப்பிவற்றைச் சமன்படுத்தும்
 காயகற்பம் இருதயநோய் இரந்த பித்தம்
 கடும்கலக்கட்டு மிவைபோக்கி உடலைக் காக்கும்.”

மேலும் திருமூலர்,

“பள்ளி அறையில் பகலே இருள் இல்லை
 கொள்ளி அறையில் கொளுத்தாமல் காக்கலாம்”

(திருமந்திரம் 611)

என்றும் மூடு பொருளாகவே கூறியுள்ளார்.

ஆசைகள், கோபம், கவலைகள் குடிகொண்டிருக்கும் மனதில்
 “ஒளி” இருக்காது.

ஆனால், பரம்பொருளைத் தியானத்தால் ”ஆன்ம ஒளி” துலங்கும்
 என்கிறார் திருமூலர்.

“காயாதி பூதம் கலைகால மாயையில்
 ஆயாது அகல அறிவு ஒன்ற அனாதியே
 ஓயாப் பதிஅதன் உண்மையைக் கூடினால்
 வீயாப் பரகாயம் மேவலும் ஆமே”

(திருமந்திரம் 643)

பஞ்ச பூதங்கள், கலைகள், காலங்கள், மாயா தத்துவம் இவற்றில் ஆழ்ந்து விட்டால், சித்த வெளியில் லயித்தால் அழியாத ஒளி உடம்பு பெறலாம் என்று திருமந்திரம் கூறுகிறது. இதனை வேதாத்திரியார்,

“கறைபோக்கி வித்ததனை உறையச் செய்யும்
காயகற்பப் பயிற்சியினால் உளநோய் நீங்கும்
நிறைமனம் ஈகையொடு பொறுமை, கற்பு
நேர்நிறையும் மன்னிப்பும் இயல்பாய் ஓங்கும்
இறையுணர்வு விழிப்பு நிலை அறிவுக் கூர்மை
இனியசொல் எண்ணத்தின் உறுதி மேன்மை
மறைபொருளாம் மனம் உயிர்மெய் உணர்வு கிட்டும்
மாதவமாய்ப் பிறப்பிறப்புத் தொடர் அறுக்கும்”

இதனைத் திருமூலர்,

“பிண்டத்துள் உற்ற பிழக்கடை வாசலை
அண்டத்துள் உற்று அடுத்தடுத்து ஏகிடில்
வண்டு இச்சிக்கும் மலர்க்குழல் மாதரார்
கண்டு இச்சிக்கும் நற்காயமும் ஆமே” (திருமந்திரம் 736)

நமது மூலாதாரத்தில் உள்ள காம வாயுவை கபாலத்தில் ஏற்றிட. வண்டு விரும்பும் மலர்களைச் சூடிய மகளிர்கள் ஆசைப்படும்படியான அழகிய தோற்றத்தைப் பெறுவர் என்கிறார் திருமூலர்.

பல ஆண்டுகளாக சித்தர்களின் பாடல்களை மகரிசி ஆராய்ச்சி செய்து தன் உடலையே சோதனைக் களமாக்கி வெற்றி கண்டவர்.

காயகல்பக் கலையை இளைஞர்களுக்கும், பெரியவர்களுக்கும், தம்பதியர்களுக்கும் கற்றுக் கொடுத்தார்கள்.

காயகல்பப் பயிற்சி பெற்ற தம்பதியர்க்குப் பிறக்கும் குழந்தை அறிவிலும் குறிப்பாக பண்பிலும் சிறந்த குழந்தையாக வளர்ந்து வருகின்றது என்பதை அனுபவத்தால் அறிந்தார்கள்.

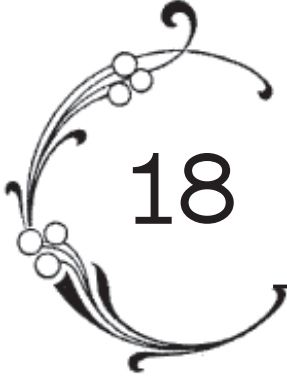
இக்கலையை மாணவ சமுதாயத்திற்கும் கற்று கொடுத்து பாலுணர்வு பற்றிய விழிப்புணர்வையும், விந்து, நாதத்தின் பெருமையையும். அதனைப் பாதுகாக்க வேண்டியதன் அவசியம் குறித்தும் விழிப்புணர்வைக் கொண்டு வந்தார்கள்.

காயகற்பம் குண்டலினி தவத்தின் உச்ச நிலையாகும் என்பதை மகரிசி மிகவும் எளிமையாகப் புரியவைத்துள்ளார்கள்.

மனிதர்களைப் புனிதராக்கும் முயற்சியில் திருமூலரோடு இணைந்து வழிகாட்டுகின்றார் வேதாத்திரி மகரிசி.

திருமூலர் மறைமுகமாகச் சொன்ன காயகற்பப் பயிற்சியை, இன்று “மனவளக்கலை” மன்றம் ஊர் தோறும் பயிற்றுவித்து வருகிறார் வேதாத்திரி மகரிசி.





திருமந்திரமும் வேதாத்திரியமும் கூறும் பொருள்கள்

திருமந்திரம் ஒரு தத்துவக் களஞ்சியம், தத்துவ சுரங்கம், தத்துவக்கடல்.

அதே போன்று வேதாத்திரியமும் ஒரு தத்துவக் களஞ்சியம், தத்துவ சுரங்கம், தத்துவக் கடல்.

மானுடம் தழைக்கத் தேவையான அரிய பெரிய தத்துவ நுண்பொருள்கள், சித்தாந்த நுண்பொருள்கள் எவ்வளவோ இவற்றில் கொட்டிக் கிடக்கின்றன.

திருமந்திரமும் வேதாத்திரியமும் கூறும் பொருள்களை நாமாக இங்கு எடுத்துக் கூறுவதை விடத் திருமந்திரத்தின் பொருளடக்கத்தையும், வேதாத்திரி மகரிசியின் ஞானக்களஞ்சியத்தின் பொருளடக்கத்தையும் அப்படியே இங்கு தருகிறோம். (திருமந்திரம் சமாஜப் பதிப்பு, 1933)

1. உள்ளுறை

- ☆ விநாயகர் காப்பு
- ☆ பாயிரம்
- ☆ கடவுள் வாழ்த்து
- ☆ வேதச் சிறப்பு
- ☆ ஆகமச் சிறப்பு
- ☆ குருபாரம்பரியம்

- ☆ திருமூலர் வரலாறு
- ☆ அவையடக்கம்
- ☆ திருமந்திர தொகைச் சிறப்பு
- ☆ குருமட வரலாறு
- ☆ திருமூர்த்திகளின் சேட்ட கனிட்ட முறைமை.

2. முதல் தந்திரம்

- ☆ உபதேசம்
- ☆ யாக்கை நிலையாமை
- ☆ செல்வம் நிலையாமை
- ☆ இளமை நிலையாமை
- ☆ உயிர் நிலையாமை
- ☆ கொல்லாமை
- ☆ புலால் மறுத்தல்
- ☆ பிறன்மனை நயவாமை
- ☆ மகளிர் இழிவு
- ☆ நல்குரவு
- ☆ அக்கினிகாரியம்
- ☆ அந்தணரொழுக்கம்
- ☆ இராசதோடம்
- ☆ வானச்சிறப்பு
- ☆ தானச்சிறப்பு
- ☆ அறஞ்செய்வான் திறம்
- ☆ அறஞ்செய்யான் திறம்
- ☆ அன்புடைமை
- ☆ அன்பு செய்வாரை அறிவன் சிவன்
- ☆ கேள்வி கேட்டமைதல்

- ☆ கல்லாமை
- ☆ நடுவுநிலமை
- ☆ கள்ளுண்ணாமை

3. இரண்டாம் தந்திரம்

- ☆ அகத்தியம்
- ☆ பதிவலியில் வீரட்டம் எட்டு
- ☆ இலிங்க புராணம்
- ☆ தக்கன்வேள்வி
- ☆ பிரளயம்
- ☆ சக்கரப்பேறு
- ☆ எலும்பும் கபாலமும்
- ☆ அடிமுடிதேடல்
- ☆ சர்வசிருஷ்டி
- ☆ திதி
- ☆ சங்காரம்
- ☆ திரோபவம்
- ☆ அநுக்கிரகம்
- ☆ கார்ப்பக்கிரியை
- ☆ மூவகைச் சீவவர்க்கம்
- ☆ பாத்திரம்
- ☆ அபாத்திரம்
- ☆ தீர்த்தம்
- ☆ திருக்கோயிலிழிவு
- ☆ அதோமுகதெரிசனம்
- ☆ சிவநிந்தை
- ☆ குருநிந்தை

- ☆ மயேசரநிந்தை
- ☆ பொறையுடைமை
- ☆ பெரியோரைத் துணைக் கோடல்

4. மூன்றாம் தந்திரம்

- ☆ அட்டாங்க யோகம்
- ☆ இயமம்
- ☆ நியமம்
- ☆ ஆதனம்
- ☆ பிராணாயாமம்
- ☆ பிரத்தியாகாரம்
- ☆ தாரணை
- ☆ தியானம்
- ☆ சமாதி
- ☆ அட்டாங்க யோகப் பேறு
- ☆ அட்டமாசித்தி
- ☆ கலைநிலை
- ☆ சரீரசித்தி உபாயம்
- ☆ கால சக்கரம்
- ☆ ஆயுள்பரிட்சை
- ☆ வாரசரம்
- ☆ வாரசூலம்
- ☆ கேசரியோகம்
- ☆ பரியங்க யோகம்
- ☆ அமுரிதாரணை
- ☆ சந்திரயோகம்

5. நான்காம் தந்திரம்

- ☆ அசபை
- ☆ திருவம்பலச் சக்கரம்
- ☆ அருச்சனை
- ☆ நவகுண்டம்
- ☆ சத்திபேதம் - திரிபுரைச் சக்கரம்
- ☆ வயிரவி மந்திரம்
- ☆ பூரண சத்தி
- ☆ ஆதாரவாதேயம்
- ☆ ஏரொளிச் சக்கரம்
- ☆ வயிரவச் சக்கரம்
- ☆ சாம்பவி மண்டலச் சக்கரம்
- ☆ புவனாபதி சக்கரம்
- ☆ நவாக்கரி சக்கரம்

6. ஐந்தாம் தந்திரம்

- ☆ சுத்த சைவம்
- ☆ அசுத்த சைவம்
- ☆ மார்க்க சைவம்
- ☆ கடுஞ்சுத்த சைவம்
- ☆ சரியை
- ☆ கிரியை
- ☆ யோகம்
- ☆ ஞானம்
- ☆ சன்மார்க்கம்
- ☆ சகமார்க்கம்
- ☆ சுகமார்க்கம்

- ☆ சற்புத்திர மார்க்கம்
- ☆ தாச மார்க்கம்
- ☆ சாலோகம்
- ☆ சாமீபம்
- ☆ சாளுபம்
- ☆ சாயுச்சியம்
- ☆ சத்திநி பாதம் - மந்தம்
- ☆ மந்ததரம்
- ☆ தீவிரம்
- ☆ தீவிரதரம்
- ☆ புறச்சமயதூஷணம்
- ☆ நிராசாரம்
- ☆ உட்சமயம்

7. ஆறாம் தந்திரம்

- ☆ சிவகுரு தரிசனம்
- ☆ திருவடிப்பேறு
- ☆ ஞாதுருஞானஞேயம்
- ☆ துறவு
- ☆ தவம்
- ☆ தவதூடணம்
- ☆ அருளுடைமையின் ஞானம் வருதல்
- ☆ அவவேடம்
- ☆ தவவேடம்
- ☆ திருநீறு
- ☆ ஞானவேடம்
- ☆ சிவவேடம்

☆ அபக்குவன்

☆ பக்குவன்

8. ஏழாம் தந்திரம்

☆ ஆறாதாரம்

☆ அண்டலிங்கம்

☆ பிண்டலிங்கம்

☆ சதாசிவலிங்கம்

☆ ஆத்துமலிங்கம்

☆ ஞானலிங்கம்

☆ சிவலிங்கம்

☆ சம்பிரதாயம்

☆ திருவருள் வைப்பு

☆ அருளொளி

☆ சிவபூசை

☆ குருபூசை

☆ மகேசுவரபூசை

☆ அடியார் பெருமை

☆ போசனவிதி

☆ பிட்சாவிதி

☆ முத்திரைபேதம்

☆ பூரணக்குகை நெறிச்சமாதி

☆ சமாதிக் கிரியை

☆ விந்துற்பனம்

☆ விந்துஜயம் - போகசரவோட்டம்

☆ ஆதித்தநிலை - அண்டாதித்தன்

- ☆ பிண்டாதித்தன்
- ☆ மனவாதித்தன்
- ☆ ஞானாதித்தன்
- ☆ சிவாதித்தன்
- ☆ பசுவிலக்கணம் - பிராணன்
- ☆ புருடன்
- ☆ சீவன்
- ☆ பசு
- ☆ போதன்
- ☆ ஐந்திந்திரிய மடக்கு மருமை
- ☆ ஐந்திந்திரிய அடக்கு முறைமை
- ☆ அசற்குருநெறி
- ☆ சற்குருநெறி
- ☆ கூடாவொழுக்கம்
- ☆ கேடுகண்டிரங்கல்
- ☆ இதோபதேசம்

9. எட்டாம் தந்திரம்

- ☆ உடலிற் பஞ்சபேதம்
- ☆ உடல்விடல்
- ☆ அவத்தைபேதம் - கீழாலவத்தை
- ☆ மத்திய சாக்கிராவத்தை
- ☆ அத்துவாக்கள்
- ☆ சுத்த நனவாதிபருவம்
- ☆ கேவலசக லசுத்தம்
- ☆ பராவத்தை
- ☆ முக்குணநிர்க்குணம்

- ☆ அண்டாதிபேதம்
- ☆ பதினொராந் தானமும் அவத்தையெனக்காணல்
- ☆ கலவுசெலவு
- ☆ நின்மலாவத்தை
- ☆ அறிவுதயம்
- ☆ ஆறந்தம்
- ☆ பதிபசுபாசம்வேறின்மை
- ☆ அடித்தலையறியும் திறங்கூறல்
- ☆ முக்குற்றம்
- ☆ முப்பதம்
- ☆ முப்பரம்
- ☆ பரலட்சணம்
- ☆ முத்துரியம்
- ☆ மும்முத்தி
- ☆ முச்சொருபம்
- ☆ முக்கரணம்
- ☆ முச்சூனிய தொந்தத்தசி
- ☆ முப்பாழ்
- ☆ காரியகாரணவுபாதி
- ☆ உபசாந்தம்
- ☆ புறங்கூறாமை
- ☆ அஷ்டதளகமல முக்குண அவத்தை
- ☆ நவாவத்தை நவாபிமானி
- ☆ சுத்தாசுத்தம்
- ☆ மோட்ச நிந்தை
- ☆ இலக்கணாத்திரயம்

- ☆ தத்துவமசி வாக்கியம்
- ☆ விசுவக்கிராசம்
- ☆ வாய்மை
- ☆ ஞானிசெயல்
- ☆ அவாவறுத்தல்
- ☆ பத்தியுடைமை
- ☆ முத்தியுடைமை
- ☆ சோதனை

10. ஒன்பதாம் தந்திரம்

- ☆ குருமட தரிசனம்
- ☆ ஞானகுரு தரிசனம்
- ☆ பிரணவசமாதி
- ☆ ஒளி
- ☆ தூலபஞ்சாக்கரம்
- ☆ சூக்குமபஞ்சாக்கரம்
- ☆ அதிசூக்குமபஞ்சாக்கரம்
- ☆ திருக்கூத்துத் தரிசனம்
- ☆ ஆகாசப்பேறு
- ☆ ஞானோதயம்
- ☆ சத்தியஞானானந்தம்
- ☆ சொரூப உதயம்
- ☆ ஊழ்
- ☆ சிவதரிசனம்
- ☆ சிவசொரூப தரிசனம்
- ☆ முத்திபேதம், கருமநிருவாணம்
- ☆ சூனிய சம்பாஷணை

- ☆ மோனசமாதி
- ☆ வரையறைமாட்சி
- ☆ அணைந்தோர்தன்மை
- ☆ தோத்திரம்
- ☆ சர்வவியாபி
- ☆ பிறநூல்களில் திருமந்திரச் செய்யுள்கள்
- ☆ அரும்பத உரையகராதி
- ☆ பாட்டு முதற் குறிப்பகராதி

வேதாத்திரி மகரிசியின் ஞானக்களஞ்சியம்

1. இறைவணக்கம்

2. குருவணக்கம்

- ❖ அருள்துறைக்கு நேர்வழி
- ❖ குரு வணக்கம்
- ❖ குருவின் தொடர்பு
- ❖ குருவின் உதவி
- ❖ புஜ்யர்

3. பொருளாதாரம்

- ❖ பொருளாதாரச் சீர்திருத்தம்
- ❖ மூலதனமும் - உழைப்பும்
- ❖ பருவத்திற்கேற்ற கடமை
- ❖ பொது உடைமையால் உலகம் தழைக்கும்
- ❖ உலகம் பொதுவான பொருளாதாரம்
- ❖ பொருளாதாரச் சமத்துவம்
- ❖ அறம் பிறழ்தல்
- ❖ பொருளாதாரத்தில் சிறந்த முறை

- ❖ மூலதனம்
- ❖ அருள்நோக்கும் - அறவாழ்வும்
- ❖ முழுச் சுதந்திரம்
- ❖ மூலதனப் போராட்டம்
- ❖ ஏழ்மையும் மூலதனமும்
- ❖ மூலதன வேட்கை தணிய
- ❖ உறிஞ்சும் மூலதனம்
- ❖ பொருளாதாரம்
- ❖ உழைப்பாளர் நலம்காக்கும் பொருளாதாரம்
- ❖ தீமைகள் ஒழிய
- ❖ பொருளாதார ஏற்றத்தாழ்வின விளைவுகள்
- ❖ தேவையும் - உழைப்பும்
- ❖ பொருளும் - உரிமையும்
- ❖ பொருள் யொட்டியே - வாழ்க்கைப் போராட்டம்
- ❖ விழிப்பு வேண்டும்
- ❖ முதல் தொழிலும் உதவித் தொழில்களும்
- ❖ சிறந்த பொருளாதாரம்
- ❖ பொருளாதாரக் கண்ணாடி
- ❖ மூலதன வருவாய்
- ❖ பொருள் முதலா? கருத்து முதலா?
- ❖ பொது உடைமை
- ❖ பணத்தின் கவர்ச்சி
- ❖ பணத்தால் வந்த கேடு
- ❖ பணமும் குணமும்
- ❖ மனித வாழ்வில் விஷம் போன்றது பணம்

- ❖ பணத்தால் விளைந்த விபரீதம்
- ❖ உழைப்பாளி அடிமையானான்
- ❖ பணச்சேமிப்பு ஆட்சியோடு
- ❖ பணம் என்ற விஷத்திரை
- ❖ சமுதாய நலனைக் குலைப்பது பணமே
- ❖ உலகம் ஒன்றுபட்டே பணத்தை ஒழிக்க வேண்டும்
- ❖ காசும் கடமையும்
- ❖ பொன் பணம் அதிகாரம் புகழ் மறைய
- ❖ பொருளாதாரச் சீர்திருத்தம்
- ❖ வாணிபத்தால் ஏற்பட்ட விளைவுகள்
- ❖ பொருள் துறையில் திருப்பம்
- ❖ பொதுத் துறை வாணிபம்
- ❖ தனிமனித வாணிபமே தீங்கு
- ❖ தனியார் இலாபமும், அரசாங்க இலாபமும்
- ❖ கூட்டுறவுப் பொருளாதாரம்
- ❖ சமயம் காண்போம்
- ❖ கூட்டுறவில் ஊழல்கள்
- ❖ கூட்டுறவு உற்பத்தி விற்பனை
- ❖ பொருளாதார மாற்றம்
- ❖ சொத்துரிமை
- ❖ தனியார் சொத்துரிமையும் -விஞ்ஞான வளர்ச்சியும்
- ❖ உலகம் தனி உடைமை ஆகாது
- ❖ பொதுச் சேமிப்பு
- ❖ ஒழுக்கம் -ஒற்றுமை
- ❖ வன்முறை வேண்டாம்
- ❖ பூமி பொது உடைமை

- ❖ அன்பு வழியில் பொது உடைமை
- ❖ செல்வந்தர் மீது வெறுப்பு ஏன்?
- ❖ ஆன்மீகத்தைப் புறக்கணித்த பொதுஉடைமை
- ❖ செல்வந்தர்களைப் பாதிக்காத பொதுஉடைமை
- ❖ பொருள் மதிப்பு
- ❖ பொருள் துறையில் சிக்கல்
- ❖ பொருள்துறைச் சீர்கேடு
- ❖ ஏழ்மையை ரசிக்க முடியுமா?
- ❖ செல்வமிருந்தால் ஈகைமலரும்
- ❖ சமத்துவ வாழ்வு
- ❖ சிக்கனமும் பொருளாதாரமும்
- ❖ கடனின் விளைவு
- ❖ கடனும் இருப்பும் அளவிற்கு மேலானால்
- ❖ நாட்டம் - தேட்டம்
- ❖ விலை ஏற்றத்தாழ்வின் காரணம்
- ❖ அடிமை, பிச்சை, கடன், போர் ஏது?
- ❖ நிலத்தின் விலையுயர்வதேன்?
- ❖ பொருட்களின் விலை உயர்வு
- ❖ சமதர்ம எல்லை
- ❖ வேண்டியவை
- ❖ பொருளாதாரச் சிக்கல்
- ❖ நடட்டம் என்பது ஏது?
- ❖ பாங்குகள் பொதுச் சொத்தானால்
- ❖ பொருளாதாரச் சீர்திருத்தம் வாராமல் மதமோ சட்டமோ மனிதரைத் திருத்துமோ?

4. தொழில்

- ❖ தொழிலும் பணியும்
- ❖ தொழில் பிரிவுகள்
- ❖ தொழில்களின் சிறப்பு
- ❖ பயிர்த் தொழில்
- ❖ உழைப்போரே வாணிபத்தையும் ஏற்க வேண்டும்
- ❖ நெசவுத் தொழில்
- ❖ கூட்டுறவு
- ❖ கூட்டுறவில் நிலம் தொழில்
- ❖ நெய்தல் தொழிலின் இயல்பு
- ❖ முதல் தொழிலும் உழவுத் தொழிலும்
- ❖ வாழ்க்கைச் சிக்கல்

5. அரசியல்

- ❖ சிறந்த ஆட்சி
- ❖ ஆட்சியின் நேர்மை
- ❖ சமாதானம் காண்போம்
- ❖ தந்நலம் அகற்றிய திட்டம்
- ❖ வாணிபமும் அரசியலும்
- ❖ ஆட்சியும் - செல்வமும்
- ❖ வாணிபமும் காலனி ஆட்சியும்
- ❖ ஆட்சி நிலை
- ❖ முதலாளித்துவ ஆட்சி
- ❖ ஆட்சி - மதம் - பொருள்
- ❖ கொடுங்கோலாட்சி
- ❖ கட்சியற்ற ஆட்சியே நன்மைதரும்
- ❖ அரசியல்வாதிகள்

- ❖ சட்டத்தின் சரிதம்
- ❖ சட்டம் மாறும்
- ❖ உலகத்தின் எதிர்காலம்
- ❖ அறிஞர் நிர்வாகம்
- ❖ மயக்கும் பேச்சுகள்
- ❖ முறையற்ற ஆட்சி
- ❖ வறுமை தீர்ந்ததா?
- ❖ குடியாட்சி
- ❖ சிந்தனை உயர வேண்டும்
- ❖ தலைவர்
- ❖ முற்கால நிலை
- ❖ உலக ஆட்சி
- ❖ வறுமையற்ற வாழ்வு
- ❖ புரட்சிக்குக் காரணம்
- ❖ வாழ்வைக்கும் ஆட்சி
- ❖ உலக அமைதி
- ❖ தொல்லையற்ற வாழ்வு
- ❖ ஒத்துதவி வாழும் வழி
- ❖ பொது உடைமையும் உலக ஆட்சியும்
- ❖ சுரண்டலற்ற வாழ்வு
- ❖ அறிஞர்கள் ஆட்சி
- ❖ அருளும் பொருளும்
- ❖ போரின் கொடுமை
- ❖ எதிர்காலத்தவர் ஏசல்
- ❖ பிறப்புரிமையும் சுதந்திரமும்

- ❖ திட்டம்
- ❖ கொடுங்கோலாட்சியை மாற்ற வேண்டும்
- ❖ மூன்றும் இணைந்த நிர்வாகம்
- ❖ உழைப்பும் உறிஞ்சுதலும்
- ❖ தேவை - செல்வம் - அரசு
- ❖ கிராம ஆட்சி
- ❖ ஆட்சி திட்டம்
- ❖ ஆட்சி சாதனை வேண்டும்
- ❖ உலக ஆட்சி வேண்டும்
- ❖ உலக ஆட்சியே குற்றங்களைத் தடுக்கும்
- ❖ உலகப் பேரரசு அமைந்தால்
- ❖ உலகப் பேரரசு
- ❖ உலகப் பேரரசுதான் தனிமனிதன் சுதந்திரத்தை காக்கும்
- ❖ ஒருலக ஆட்சி
- ❖ உலக ஆட்சி
- ❖ ஓர் உலக ஆட்சியே குடியாட்சி முறை
- ❖ உலக ஆட்சியின் மதிப்பு
- ❖ வாழ்வின் நிறைவு

6. சமுதாயம்

- ◆ மனிதன்
- ◆ மனிதனின் பரிணாமம்
- ◆ மனிதனின் சிறப்பு
- ◆ மனிதன் சிறப்பறிந்தால்
- ◆ மனித மாண்பு
- ◆ மனிதனின் உயர்வு
- ◆ ஆறாவது அறிவின் மேன்மை

- ◆ மனிதன் ஆற்றல்
- ◆ உன்னையறிந்தால்
- ◆ மனித மனம் நிறைவு பெற
- ◆ முழு மனிதன்
- ◆ மனிதருள் வேறுபாடு
- ◆ ஒரு உடலில் ஐந்து உடல்
- ◆ துன்பங்கட்கு மனிதனே காரணம்
- ◆ தெளிந்தோர்
- ◆ தன்னையறிந்து முழுமைபெற வாரீர்
- ◆ தெய்வம் முழுமை பெறுமிடம்
- ◆ உனது பெருமை
- ◆ அருபம் ரூபம் - அருபம்ரூபம்
- ◆ அந்தராத்மாவும் - சலனபுத்தியும்
- ◆ மதி
- ◆ மனிதமனம் நிறைவுபெற
- ◆ சீர்திருத்த வாழ்விற்கு எதிர்ப்புகள்
- ◆ மனித இயல்பு

7. உடல் ஆராய்ச்சி

- ◆ உடல்
- ◆ உடலும் உள்ளமும்
- ◆ நாதவிந்தின் பரிணாமமே உடல் வளர்ச்சி
- ◆ உடல் கழிவும்
- ◆ உடல்நலம் உள நலம்
- ◆ உடல் நலத்தின் அவசியம்
- ◆ உடல் பரிணாமம்
- ◆ பேதத்துள் ஒற்றுமை

- ◆ சிறியது உடல் பெரியது மெய்
- ◆ உடலியக்கப் படிகள்

8. உணவு

- ◆ உணவும் எண்ணமும்
- ◆ ஏன் உண்ண வேண்டும்?
- ◆ அளவோடு உணவு
- ◆ அறிந்து அளவுடன் கொள்க
- ◆ தூய உணவு
- ◆ குற்றமுள்ள உணவு
- ◆ உண்ணுங்கால் எண்ணு
- ◆ உணவுக்கு பதில்
- ◆ உண்ணும்போது உயர்ந்த நினைவு
- ◆ அளவுமுறை

9. இச்சை

- ◆ முவாசை
- ◆ ஆசையின் தரமறிதல்
- ◆ ஒத்த நோக்கம் உடையோரே சங்கம் சேர்க
- ◆ இச்சையின் வலிவு

10. நட்பு

- ◆ ஆராய்ந்து நட்பு கொள்
- ◆ நல்லோர் நட்பு
- ◆ வஞ்சகர் நட்பு
- ◆ கயவர் கூட்டு வேண்டாம்

11. சமுதாயம்

- ☆ சமுதாயமே பொறுப்பு
- ☆ எது புதுமை

- ☆ உலக மக்கள் அனைவரும் ஒரு குடும்பத்தவரே
- ☆ சுதந்திர வாழ்வு
- ☆ சிலர் உணர்ந்தால் போதாது
- ☆ வயதிற்கேற்ற பொறுப்பு
- ☆ பரம்பரை பாத்தியதை
- ☆ ஒரே மாதிரியான வாழ்வு வேண்டும்
- ☆ மனிதர் அறிவு உணர்ந்து வருகிறது
- ☆ தொண்டர் படையே உலகைத் திருத்த முடியும்
- ☆ சாதி ஒழிய
- ☆ அகராதி சுருங்கிவிடும்
- ☆ மனிதருக்கில்லாத மதிப்பு செல்வத்திற்கு
- ☆ அலங்காரப் பொருட்கள் பெருக்கம்
- ☆ நேர்மையற்ற உரிமை
- ☆ கைத்தொழிலும் இயந்திரத் தொழிலும்
- ☆ ஏழ்மையே பாபங்களுக்கெல்லாம் மூலம்
- ☆ சுரண்டல்
- ☆ எதிர்காலம்
- ☆ பண்பாடு என்பது என்ன?
- ☆ உலக சமுதாயம்
- ☆ பேதமொழித்தல்
- ☆ உலகமெனும் சத்திரம்
- ☆ உலக சரித்திரம்
- ☆ அமைதியான வாழ்வு
- ☆ விளக்கமும் திருத்தமும்
- ☆ உலக சமாதானம்
- ☆ அனுபவத்தால் விளைந்த கவி

- ☆ தற்புகழ்ச்சி
- ☆ சமாதான முயற்சி
- ☆ தண்டனையில் நீதி வேண்டும்
- ☆ குற்றங்கள் ஒழிய வழி
- ☆ பொருள் சுற்றம் பெருகினால்
- ☆ சுகாதாரம்
- ☆ அலங்காரம் ஏன்?
- ☆ ஊக்கம் உயர்வு தரும்
- ☆ இன்ப வாழ்வு
- ☆ முறையான தொண்டு
- ☆ இளைஞர்கள் பொறுப்பு
- ☆ குரு உணர்வு
- ☆ ஏழைகள் அழுத கண்ணீர்
- ☆ சிறந்த கலாசாலை
- ☆ கடன் மனதில் உறுத்தும் முள்
- ☆ களங்கம் போக வழி
- ☆ வறுமை துன்பம்
- ☆ அறியாமையும் வறுமையும்
- ☆ நால் வருணம்
- ☆ அந்தராத்மா உதாரணம்
- ☆ மூன்றுவித வறுமை
- ☆ உழைப்பும் நிர்வாகமும் இணைய வேண்டும்.
- ☆ பொருளும் ஆசையும்
- ☆ பலாத்கார முறையைப் பரவ விடலாமா?
- ☆ உணர்ச்சி மீறிய பிரசாரம்
- ☆ தீங்கின்றி மனித இனம் வாழ

- ☆ பொருள் சுரண்டலால் போர் உண்டாகும்
- ☆ நான்கு வருணங்களும் ஒன்றாய்ப்போம்
- ☆ பேரற வாழ்வு
- ☆ மொழிகள்
- ☆ குற்றங்களுக்கெல்லாம் அடிப்படை
- ☆ அருள்சுரங்கம்
- ☆ சமுதாயமும் நீதியும்
- ☆ சிந்தனை
- ☆ காதல் மணம்
- ☆ ஆண்பெண்
- ☆ முனைந்தவரே தணிய வேண்டும்
- ☆ குற்றம் கண்டு தனைத் திருத்துதல்
- ☆ தூய சமுதாயம்

12. கடமை

- ☆ தத்துவ வணக்கம்
- ☆ கடமை
- ☆ அறிவறிந்தோர் கடமை
- ☆ களங்கமிலா வாழ்வு
- ☆ ஒன்றினால் ஒன்று கெடாமல்
- ☆ முடிவான கடமை
- ☆ கடமையின் சிறப்பு
- ☆ வாழ்வைக்கும் கடமை
- ☆ கடமையும் உரிமையும்
- ☆ அறநெறியாம் கடமை
- ☆ வாழ்க்கைக் கடமை
- ☆ இறைநிலையை விளக்கும் கடமை

- ☆ இயற்கையும் கடமையும்
- ☆ கடவுளும் கடமையும்
- ☆ உலகோர்க்குக் கடமை செய்வோம்
- ☆ நமது ஆர்வம்
- ☆ அருள் தொண்டு
- ☆ சிவக் கருணை
- ☆ தினக்கடன்
- ☆ மரணத்திற்கு அஞ்சாத கடமை
- ☆ கடமை செய்வோம்
- ☆ ஆன்மநிலை அறிவது ஏன்?
- ☆ கடமை உணர்ந்தால் கவலை ஏது?
- ☆ உணர்ந்த அறம்

13. பெற்றோர்

- ☆ பெற்றோர் விருப்பங்கள்
- ☆ பெற்றோர் - மக்கள் உயிர்த் தொடர்பு
- ☆ பெற்றோர்கள் உயிர்

14. பற்றும் பாசமும்

- ☆ பற்றும் பாசமும்
- ☆ பற்றும் பழக்கமும்
- ☆ பந்துக்கள் பாசமும் பொருள் பற்றும்
- ☆ கடமையே பற்றுக்களாகியது
- ☆ பற்றுக்கும் பாசத்திற்கும் உறவே மூலதனம்
- ☆ தாய்சேய் பாசம்
- ☆ தாய்ப் பாசம் ஏற்படாதிருக்க
- ☆ மக்கள் பெற்றோர் பாசம் அற்று வாழ முதல் வழி
- ☆ பற்றற்ற வாழ்வு

- ☆ மனமாற்றம் வேண்டும்
- ☆ அச்சம் பிறக்குமிடம்
- ☆ பற்றற்ற வாழ்வு
- ☆ பற்றற்ற பழக்கம்
- ☆ பற்றும் பாசமும் ஒழிந்து வாழ்வு
- ☆ பாசபந்தம் அற்ற வாழ்வு
- ☆ இலட்சிய வாழ்விற்கு அடிப்படை

15. குழந்தை வளர்ப்பு

- ☆ குழந்தைகளே நமது உயர்ந்த செல்வம்
- ☆ அறிஞர்களே நன்முறையில் வளர்க்க
- ☆ குழந்தைகளை வளர்க்க நிதி
- ☆ குழந்தை வளர்ப்பு
- ☆ குழந்தை வயதிலேயே சீர்திருத்தம் ஆரம்பமாக வேண்டும்.
- ☆ அறிஞர்கள் குழந்தைகளை வளர்க்க வேண்டும்
- ☆ அறிவு உயரும்
- ☆ மாயை விலக
- ☆ குழந்தைக் கல்வி மூலம் உலக மேன்மை
- ☆ குழந்தை நிதி
- ☆ சிறந்த சீர்திருத்தம்
- ☆ பெற்றோர் தவம் பிள்ளைகள் நலம்

16. உயர் வாழ்வுக்கு வழி

- ✳ உயர் வாழ்க்கைக்கு வழி
- ✳ வாழ்க்கைச் சிக்கல் தீர்
- ✳ காலத்திற்கேற்ற வாழ்க்கை நெறி

17. கல்வி

- ✳ கல்வியின் சிறப்பு
- ✳ பயனுள்ள கல்வி
- ✳ கற்றதும் பெற்றதும்

- * மெய்விளக்கக் கல்வி
- * கல்விப் பேறு
- * சிறந்த கல்வி
- * முழுக் கல்வி
- * உணவும் கல்வியும்
- * உயிர் அறி கல்வி
- * உலகிணைந்த கல்விமுறை வேண்டும்
- * தன்முனைப்பு
- * ஆறாவது அறிவு
- * உயிர் உணர் அறிவு
- * வேட்பு
- * ஆக்கத் துறையில் அறிவு
- * வாழ்வு வளம் பெற ஆராய்ச்சி
- * உலகமே ஒரு கலாசாலை
- * ஒழுக்கத்தில் உயர்ந்தவர்
- * அறநெறி
- * நற்றவத்தால் தொண்டாற்றி நலம் விளைப்போம்

18. கலை

- * கலை எது?
- * கருத்துச் செறிவுள் இசை
- * நல்ல கவி
- * சிறந்த நூல்
- * அருட்பா
- * ஆபாசம்
- * உள்ளத்தின் வேதனை
- * புல்லர்கள் செயல்
- * நாட்டின் நிலைக்கேற்ற கட்டுப்பாடு

- * உண்மைக் காதல்
- * காதல் வர்ணனை எது?
- * ஒழுங்கீனம்
- * விபச்சார தடைச் சட்டம்
- * கலைகளின் தரம் காண்போம்
- * சினிமா கலையின் சிறப்பு
- * சினிமாவில் சீர்திருத்தம்
- * பயனுள்ள முறை
- * கட்டுப்பாடு
- * பலர் கருத்தும் கவிஞரின் அறிவில் பிரதிபலிக்கும்
- * கவியின் சிறப்பு
- * சிறப்புடைய கவிகள்
- * கவியின் பெரு மதிப்பு
- * கவியின் ஆயுளும் எண்ணிக்கையும்
- * கவியின் ஆற்றல்
- * கவி ஓர் சிந்தனைத் தூண்டுதல்
- * கீழ்த்தரமான கவிகள்
- * கவிகள் பொதுச் சொத்து

19. ஆசிரியர்

- * ஆசிரியர்
- * ஆசான் பதவி
- * ஆசிரியர் பெருமை
- * ஆசான் சிறப்பு
- * தெய்வம் ஆசான்

20. மதம்

- * மதம்
- * அறமே மதம்

- * ஒழுக்கமே மதம்
- * இணக்க நெறியே உலக மதம்
- * மதங்களின் கருத்தில் பேதமில்லை
- * மதங்களின் முடிவு
- * மதங்களின் நோக்கம்
- * மெய்வழி
- * சமய விளக்கம்
- * மதத்தின் மதிப்பு
- * மதத்தின் பயன்
- * தத்துவம், சாத்திரம், மதம்
- * உலக சமயம்
- * எம்மதத்தையும் குறை கூறாதே
- * மத நூல்
- * முழுமை பெற்றால்
- * மதமும் அரசும்
- * பொருளாதாரமும் மதமும்
- * அறம் - ஆட்சி - மதம் - பொருள்
- * இக்காலத்திற்கேற்ற வாழ்வு
- * மத நம்பிக்கை குறைந்து வருகிறது
- * மதங்களின் நோக்கமும் - அறியாதோர் மயக்கமும்

21. ஒழுக்கம்

- ◇ ஒழுக்கம்
- ◇ இன்னா செய்யா நோன்பு
- ◇ அறிவில் முழுமை எய்த
- ◇ கர்மயோகம்
- ◇ வேகமும் - ஒழுங்கும்
- ◇ தெளிவு பெறுவோம்

- ✧ ஈகையும் ஒழுக்கமும்
- ✧ ஒழுக்கம் - அறம் - நீதி - ஆட்சி
- ✧ ஒழுக்கமும் அறமும்
- ✧ ஆடை ஒழுங்கு
- ✧ உடை ஒழுக்கம்
- ✧ உடல் ஒழுக்கம்
- ✧ ஒழுக்கமும் ஈகையும்
- ✧ குறுகிய நோக்கமும் - பரந்த நோக்கமும்

22. சித்து

- ✧ எது சித்து?
- ✧ சித்து
- ✧ சித்தன்
- ✧ சித்து வேண்டாம்
- ✧ சித்து ஓர் மோசடிக் கலை
- ✧ சீவனும் - சிவனும்
- ✧ நீ யார்?
- ✧ விழிப்பு நிலை சீவன் முக்தி

23. தேவை

- ✧ தேவை மிகுந்தால் துன்பம்
- ✧ அனுபவம்
- ✧ தேவையும் விளைவுகளும்
- ✧ தேவையுணர்வும் அறியாமையும்
- ✧ தேவையும் பழக்கமும்
- ✧ தேவையும் விளைவும்
- ✧ அறியாமை, அலட்சியம், உணர்ச்சிவசம் அறிவின் ஏழ்மை
- ✧ தெளிவு
- ✧ உயர்ந்த உண்மை

- ✧ வீடுபேறு
- ✧ தேவைகளைக் குறைக்க வேண்டும்
- ✧ தேவையும் நிர்வாகமும்
- ✧ தேவையும் பழக்கமும்
- ✧ மகிழ்வோம் மகிழ்விப்போம்
- ✧ தேவையின் வேகம்

24. மொழி

- ✧ இருமொழித் திட்டம்
- ✧ மயக்கம் ஏன்?
- ✧ மொழிகளின் பயன்
- ✧ இரண்டு மொழிகள்
- ✧ வாழ்வதற்கே மொழிகள்
- ✧ குறுகிய நோக்கம் வேண்டாம்
- ✧ மொழிகள் பொதுச் சொத்து
- ✧ மனிதனே மொழியைத் தோற்றுவித்தான்.

25. பெண்

- ✧ பெண்ணின் பெருமை
- ✧ இந்தியப் பெண்களின் உயர்ந்த நீதி
- ✧ பொருந்தா வாதம்
- ✧ பெண்ணுரிமை
- ✧ கற்பில் பெண்களுக்கே பொறுப்பு மேன்மை
- ✧ பெண்மையின் பெருமை

26. இல்லறம் துறவறம்

- இல்லறம் துறவறம்
- இல்லற நோன்பு
- இல்லறமும் துறவறமும்

- இல்லறமே பண்பாட்டுத் துறை
- இல்லறம்
- இல்லற மேன்மை
- கால மாற்றம்
- எச்சரிக்கை
- நால்வகைப் பருவ நோன்பு
- உறவும் துறவும்
- சந்நியாசம்
- துறவறம்
- துறவு
- துறந்தோர் காட்டிய வழி
- முறையான துறவு
- துறவு முத்திரையில் மோசம்
- போலித் துறவிகள்
- நயவஞ்சகத் துறவு
- மேல் தோற்றத்தால் ஏமாறாதீர்
- பிறர் திணிக்கும் கருத்தை ஏற்பதா துறவு
- உணர்ந்தோர் சிலர் உணராதோர் பலர்

27. அன்பு

- அன்பு
- துன்பம் போக்கும் அன்பு
- அன்பின் மூலம்
- அன்பின் செயல்
- இச்சையும் ஆர்வமும்
- பாசமும் அன்பும்
- அன்பு வளர
- அன்பு நிலை

- அன்பு வள்ளல்கள்
- அன்பு வழியில் இன்பம் பெருகும்

28. திருமண வாழ்த்து

- அகமகிழ் அரிய காட்சி
- அன்பளிப்பு
- பண்புப் பயிற்சி
- நல்லுரை
- வாழ்த்து
- பதினாறும் பெறுவீர் - வாழ்வீர்

29. காயகற்பக் கலை

- காயகற்பக் கலை
- விந்து நாதமே உயிர்தாங்கி
- வித்தின் பெருமை
- காயகற்ப யோக பலன்
- வித்தே ஆதி
- சீவகாந்தம்
- விந்து நாதத்தின் தன்மை
- காயகற்பம் பலன்கள்
- இன்பம் காக்க

30. நாட்டின் பெருமை

- இந்தியப் பெருமை
- இன்றைய நிலை
- பொறுப்பற்ற தலைவர்கள்
- மயக்க வாதம்
- சட்டத்தை மதியாதது தவறான செய்கை
- ஒரு சிலர்

- ❑ பண்பைப் பரப்பும் வழி
- ❑ நாட்டுப் பிரிவினை நமக்கே தீங்கு
- ❑ முன்னும் பின்னும் சிந்திப்போம்
- ❑ தமிழ் பிரிந்தால்
- ❑ பெரிய திட்டங்கள்
- ❑ நமது விரோதிகள்
- ❑ கருத்தில் கொள்வோம்
- ❑ பலாத்கார முறை துன்பமே
- ❑ முன்னேறாத காரணம்
- ❑ தமிழ் மறைக்கு விரோதிகள்
- ❑ செயற்கைத் துன்பம்
- ❑ கட்சியும் மக்களும்
- ❑ கட்சிக்குத் தகுதியுடையோர்
- ❑ உலக ஒற்றுமை
- ❑ உலகப் பொதுத் திட்டம்
- ❑ சிந்தியுங்கள்
- ❑ பண்பில் உயர்ந்த நாடு
- ❑ நாடு வளமுற
- ❑ மரண தண்டனை ஒழிக
- ❑ களங்கம் ஒழிய
- ❑ வாழ்க அமெரிக்கா

31. ஜாதி

- ✿ வர்ணாச்சிரம தர்மம்
- ✿ மயக்கம் தெளிய வேண்டும்
- ✿ எல்லார்க்கும் எல்லாம்
- ✿ ஜாதி ஒழிய
- ✿ சாதி வேற்றுமைக்கு இக்காலம் ஒவ்வாது

- * சாதி வேண்டாம்
- * ஒரு சாதி ஒழிந்தால் போதுமா?
- * எது பண்பு

32. உணர்ந்து திருந்துக

- * உணர்ந்து திருந்துக
- * குறைகூறி உயர்த்த - உயர முடியாது
- * குறை காண வேண்டாம்
- * தன் குற்றம் உணர பிறர் குற்றம் மன்னிப்போம்.
- * பழிப்போரையும் வாழ்த்து
- * யாரால் முடியும்?
- * திருந்தி வாழ
- * துன்பம் பொது அறிவின் சிறப்பு வேறு
- * விரிவடையாத மனநிலையும் விரிந்த மனச்செயலும்
- * தெளிந்த அறிவுடையோர் துன்பம் கண்டு அஞ்சார்

33. நல்லோர் இயல்பு

- * பண்பு
- * பெரியோர் இயல்பு
- * நற்குணம்
- * உயர்ந்த பண்பு
- * நற்பழக்கம்
- * நற்செயல்
- * நல்லோர் இயல்பு
- * பேச்சு. செயல், எண்ணம்
- * நல்லோர் தந்த பரிசு
- * நல்லோரைப் பின்பற்று
- * பெரியார்
- * சீரமைப்பே சிறந்தது

34. அமைதி

- * அமைதி
- * மக்களெலாம் தேவராவர்
- * அமைதியான வாழ்வு
- * அமைதி பெற
- * அமைதி பெறுவீர்
- * அமைதி காக்கும் பணி
- * தன்னிலைத் தெளிவில் அமைதி
- * அறுகுண சீரமைப்பில் அமைதி
- * அமைதியின்மை எதனால்?
- * அறிவின் அமைதி
- * நிறை நிலையில் அமைதி
- * எல்லையில்லா மன நிறைவு
- * முழுமையும் அமைதியும்
- * ஆன்மீக அறிவே அமைதி நல்கும்
- * மூலமும் அமைதியும்
- * அமைதிபெற தலைமை அவசியம்
- * சார்பு நிலையில் சமாதானம் இல்லை.
- * அமைதி இயல்பாகும்

35. தொண்டு

- * உண்மையான தொண்டு யாது?
- * அர்ப்பணிப்பே தொண்டு
- * தொண்டு நிலை
- * தொண்டின் துணை
- * மெய்யுணர்வும் - தொண்டும்
- * இளமை நோன்பு, இல்லறம், தொண்டு
- * உதவி

- ❁ எல்லார்க்கும் உதவி செய்வோம்
- ❁ கருணை காட்டி அமைதி துய்ப்போம்
- ❁ பேரறிஞர் வழி செல்வோம்
- ❁ அருள் தொண்டு
- ❁ அமைதிக்குத் தொண்டாற்ற ஆர்வமுடன் வாரீர்
- ❁ தொண்டர் படை

36. வாழ்க்கை குறிப்புக் கவிதைகள்

- வாழ்க்கை குறிப்புக் கவிதைகள்
- என் வரலாறு
- வகுத்துக் கொண்ட நெறி
- வாழ்க்கைப் பளுவும் பொறுப்பும்
- கவலையில் மாற்றம்
- இரு தாரம் - முதல் மணம்
- மனைவியின் கண்ணீர்
- எங்கள் கருத்து
- அறிவின் ஒளி
- நெசவுத் தொழிலும் - விற்பனையும் யான் கொண்ட மனவுறுதி
- எனக்கமைந்த சூழ்நிலைகள்
- சட்டத்தில் பொத்தல்
- பகுத்தறிவு வாதம்
- அறிவின் திறனால் உணர்த்திய காதல்
- நண்பர் முடிவு
- நண்பர் சிந்தனை
- நட்பில் பலவகை
- வாழ்வின் உரிமை
- வாழ்த்தி நலம் காண்போம்

- ☞ தடைகளே என்னை மேலே உயர்த்தின
- ☞ நீங்களும் இது போலாகலாம்
- ☞ மயக்கம் துன்பம்

37. வேட்பு

- ☞ அருள் வேட்பு
- ☞ உலக நலம் வேட்டல்
- ☞ வாழத் தெரிந்து வாழ்வோம்
- ☞ நாட்டம்
- ☞ வள்ளலார் அருள்
- ☞ நலம் வேட்டல்
- ☞ வாழ்க்கை நலவேட்பு
- ☞ என்னை அறிமுகம் செய்கின்றேன்
- ☞ எனது
- ☞ அர்ப்பணம்
- ☞ அவசியமான பொருட்களை முதலில் பெருக்க வேண்டும்
- ☞ நல்வாழ்த்து
- ☞ அருட் பணி
- ☞ அன்பின் பணி
- ☞ வேண்டுகோள்
- ☞ வேட்பு
- ☞ எழுவகைத் திட்டம்
- ☞ ஆட்சியினை அறிஞர்கள் ஏற்க வேண்டும்
- ☞ தொழிலாட்சி
- ☞ மனிதன் பொது உடைமையாக வேண்டும்

38. பொங்கல் புத்தாண்டு வாழ்த்துக்கள்

- ☞ பொங்கல் வாழ்த்து
- ☞ போர் ஒழிந்து அமைதி பெற

- ☞ ஏட்டறிவும் இயற்கை அறிவும் பெருக
- ☞ இயற்கையை மதித்து வாழ
- ☞ பசி தீர்ந்து வாழ
- ☞ மருள் ஒழிந்து அருள் பெருக
- ☞ உழைப்பின் பயனே உணவு
- ☞ உலகெங்கும் வளம் பெற
- ☞ அன்புப் பொங்கல்
- ☞ பொங்கும் நாள்
- ☞ அனைத்துயிரும் பொங்கட்டும்
- ☞ பொங்கிடுவோம்
- ☞ சூட்சுமப் பொங்கல்
- ☞ புத்தாண்டு வாழ்த்து
- ☞ அமைதியோடு வாழ

39. சிந்தனைத் துளிர்கள்

- ☞ ஞானிகள் போதனைகளில் முரண்பாடுகள்
- ☞ யோகாசனங்கள்
- ☞ மரணம்
- ☞ அண்டமும் பிண்டமும்
- ☞ அதிருஷ்டம்
- ☞ பரமானந்தம்
- ☞ கொடுமையில் கொடுமை
- ☞ வயிற்று நோய்
- ☞ புலனடக்கம்
- ☞ வேகாக் கால், சாகதாத் தலை, போகப்புனல்
- ☞ ஏற்பு எனும் உயர் மருந்து
- ☞ பலவித நினைவு நிலைகள்
- ☞ பணமும் கடவுளும்

- ☞ அன்பு, அறம், கடமை
- ☞ பாமரார்க்கு விளங்க
- ☞ எதிர்பார்த்தல் ஏமாற்றம்
- ☞ வித்து முந்தியா? மரம் முந்தியா
- ☞ அரக்கன், பக்தன், தேவன்
- ☞ வாழ வைத்து வாழும் கலை
- ☞ மகிழ்ச்சி பெறுக
- ☞ நிழல் அனைத்தும் நீராக
- ☞ சொல்லெங்கே? செயலெங்கே?
- ☞ ஆன்மீக வளர்ச்சி வேண்டும்
- ☞ மண்ணவர் விண்ணவர்
- ☞ நன்மை தீமை
- ☞ உலக சரித்திரம்
- ☞ தவறான கருத்து
- ☞ நன்றி கொன்ற செயல்
- ☞ பிணக்குகள் ஒழிய
- ☞ வளர்ச்சி நிலைகள்
- ☞ வித்து
- ☞ நிலையாமை நினைவிற்கொள்
- ☞ நிலை மாற்றம்
- ☞ முக்கால உணர்வு
- ☞ புகழ்
- ☞ சரித்திரச் சான்றுகள்
- ☞ சடங்குகளினால் நலம்
- ☞ தன்னை வருத்தலும் வன்முறையே
- ☞ சரணாகதியெனும் சாந்த நெறி
- ☞ படையல் தெய்வத்திற்கல்ல

- ☞ சீவ இனங்களின் மொழி
- ☞ நம்மை திருத்துவோம்
- ☞ தவற்றின் விளைவு
- ☞ ஓமம், தருமம், தவம்
- ☞ நலமும் தீதும்
- ☞ சுவர்க்கம் - நரகம்
- ☞ ஒற்றுமையும் வேற்றுமையும்
- ☞ மெய்யும் பொய்யும்
- ☞ சிறுவர் விளையாட்டு
- ☞ உள்நோக்கு
- ☞ சீராக வாழ்வோம்
- ☞ ஆராய்ச்சி
- ☞ வாய்மை
- ☞ கர்மயோகம்
- ☞ நிறை காண்போம்
- ☞ நல்லோர்க்கும் துன்பம் வரும்
- ☞ திருமண் - திருநீறு
- ☞ கருத்து வேறுபாடுகள்
- ☞ சிறந்த பண்பாடு
- ☞ முளைக்கும் போதே கிள்ளிவிடு
- ☞ புத்தர் கேள்விகள்
- ☞ தொண்டு புரிவோர்
- ☞ சீர்திருத்தத்திற்கு முறை
- ☞ உலகம் உய்ய
- ☞ காலம் மாறிவிட்டது
- ☞ விபத்துக்கள் விலக
- ☞ அன்பின் ஜோதி

- ☞ அதிகாரப் பிரயோகம்
- ☞ என்னை விலைக்கு வாங்க வேண்டும்
- ☞ காலத்திற்கு ஒத்த திருத்தம்
- ☞ பொறாமையின் தீமை
- ☞ கற்பனை - ஏமாற்றம் - அனுபவம்
- ☞ நாயகத்தின் அன்பு
- ☞ நோன்பின் அவசியம்
- ☞ அறநெறியில் சீர்திருத்தம்
- ☞ வயது வந்தவர்களிடம் சீர்திருத்தம்
- ☞ மனங்கவர வியப்பூட்டல்
- ☞ தூக்கத்தின் நன்மை
- ☞ புராணம்
- ☞ சீர்திருத்த வாழ்விற்கு எதிர்ப்புகள்
- ☞ புகழும் - இகழும்
- ☞ சரியான மார்க்கம்
- ☞ பொருட்களே நச்சு ஆகும் விதம்
- ☞ வாழ்க்கை நிலையை உயர்த்தும் வழிகாட்டி
- ☞ அறிஞர்களின் பெருநோக்கம்
- ☞ பிறர் செயலில் அவசியமின்றிக் குறுக்கிட வேண்டாம்

40. உலக சமாதானம்

- ☞ உலக சமாதான ஆராய்ச்சி
- ☞ பொருத்தமில்லா யுகம்
- ☞ குழந்தைகளைப் பண்படுத்துதல்
- ☞ மனிதன் அனுபவமும் - முயற்சியும்
- ☞ அறிவு, உடல் சக்தி வீணாகிறதே
- ☞ துன்பம் தரும் காரணங்களைப் போக்க வேண்டும்
- ☞ துன்பத்தின் காரணம்

- ☞ இம்மையும் மறுமையும்
- ☞ பிறந்து விட்டதால் வாழ்ந்தேயாக வேண்டும்
- ☞ உண்மை நிகழ்ச்சிகள்
- ☞ மறுக்க முடியாத உண்மை
- ☞ வாழ்க்கைக்கு மூலதனம்
- ☞ இயற்கைக் கேற்ற வாழ்வு
- ☞ மனிதனின் முன்னேற்றம்
- ☞ உலக அறிவாளிகளே ஒன்று சேருங்கள்
- ☞ அறிவு, உடல் ஆற்றல்களைப் பயன்படுத்தல்
- ☞ குறுகிய நோக்கம் மாற வேண்டும்
- ☞ கருவமைப்பால் மாத்திரம் வரும் மாறுதல்கள்
- ☞ இரட்டையர்களில் கூட பேதம்
- ☞ ரசாயன அமைப்பும் மாற்றமும்
- ☞ ரசாயன மாற்றத்தின் விளைவுகள்
- ☞ உடலில் இயற்கை செயற்கை ரசாயன மாற்றங்கள்
- ☞ சூழ்நிலைகள்
- ☞ மாற்ற வேண்டிய சூழ்நிலைகள்
- ☞ பொது உடைமைகள்
- ☞ அறிவுப் பயிற்சி
- ☞ தேவையற்ற சடங்கு முறைகளும் அவற்றின் விளைவுகளும்
- ☞ மதம், சாதி முதலிய பேதங்கள்
- ☞ உரிமைத் தத்துவம்
- ☞ பண்டமும் பணமும்
- ☞ பணமும் - ஒழிக்கும் வழியும்
- ☞ தனி உரிமையே பல யுத்தங்களுக்கும் காரணம்
- ☞ இன்று செய்ய வேண்டியது
- ☞ பணமும் வேண்டாம் சோம்பலும் வேண்டாம்

- ☞ பண ஆசையே ஒழிக்கத் தகுந்தது
- ☞ மனிதன் என்ற உயர் மதிப்போடு பொது நிலையில் ஆராய்ச்சி செய்
- ☞ மனிதனின் செயலுக்குச் சமூகமே காரணம்
- ☞ குற்றம் என்பது என்ன? குற்றம் ஒழிய வழி
- ☞ குற்றங்கள் பிறக்குமிடம்
- ☞ குற்றம் பலவிதம்
- ☞ மனிதனின் மகத்துவமும் கடமையும்
- ☞ காரணங்களை ஒழிக்கப் பொது உலக ஆட்சி
- ☞ சிறந்த சூழ்நிலையும், சிந்தனையாளர் கடமையும்
- ☞ பணம் பாசம் ஒழிந்து விட்டால் அணுகுண்டால் பணம் இல்லை.
- ☞ புது வாழ்வு பெறுவோம்
- ☞ இல்லறம்
- ☞ பெற்றோர் மக்கள் பாசத்தின் பிணைப்பாகி
- ☞ வாழ்க்கையில் விளையும் துன்பங்கள்
- ☞ மயக்கம் தெளிய வேண்டும்
- ☞ எல்லோருமா துன்பம் அடைய வேண்டும்?
- ☞ அறிஞர்களின் பொறுப்பு
- ☞ மனிதனுக்குத் தேவையானவை
- ☞ சமதர்ம ஆட்சி
- ☞ இன்றுள்ளவர்களின் வழக்க பழக்கங்களை அடியோடு மாற்ற இயலாது
- ☞ “நான்” என்ற தத்துவமே நாம்
- ☞ பொது ஆட்சி
- ☞ இந்தத் திட்டத்தைப் பரப்பும் வழி
- ☞ முதல் திட்டம்
- ☞ பழக்கத்தால் மன மாறுதல்
- ☞ ஐக்கிய நாட்டின் பொறுப்பு

- ☞ ராணவத்தைக் கலைக்க முதலில் முயல வேண்டும்
- ☞ உலக சமாதான சங்கம் வேண்டும்
- ☞ சங்கமும் - சேவையும்
- ☞ உலக சமாதான சங்கம்
- ☞ ஆட்சி ஏற்போர் சங்கல்பம்
- ☞ சமாதானத் தூதுவர்கள்
- ☞ பொது ஆட்சி
- ☞ ஊர்தோறும் தொழிற் கல்வி
- ☞ கூட்டுறவு முறையில் சாப்பாட்டு விடுதிகள்
- ☞ தொழில்களை முதலில் பங்கிட வேண்டும்
- ☞ தொழிற்சாலைகளைத் திருத்தல்
- ☞ பொருளாதாரச் சீர்திருத்தம்
- ☞ செல்வந்தர்களுக்கு
- ☞ கூட்டுறவு வியாபாரம் - உயர்வான தேர்தல் முறை
- ☞ கிராமங்கள் தோறும் மகப்பேறு விடுதிகள்
- ☞ பிச்சைக்காரர்களை ஒழிக்க அறநிலையச் சொத்துக்கள்
- ☞ எல்லா மதங்களும் ஒன்றுபடும்
- ☞ மனிதனை மனிதன் அறிந்தால்
- ☞ தனி மனிதனும் - சமூகமும்
- ☞ உலக சமாதான வித்து
- ☞ குழந்தைகளின் எதிர்காலம்
- ☞ இதைவிட வேறு வழியில்லை
- ☞ பெண்மையின் உயர்வு
- ☞ பெண்களின் பொறுப்பு
- ☞ என் குழந்தைகள் என்பதற்குப் பதில் நம் குழந்தைகள் என்போம்.
- ☞ தாய்மார்களின் பொறுப்பு
- ☞ தாய்மார்களுக்கு அனுமதி

- ☞ குழந்தை தாய் பாசம்
- ☞ குழந்தைகளைப் பெரியோர்கள் வளர்க்க வேண்டும்.
- ☞ குழந்தைகள் வளர்க்கும் முறை
- ☞ பயனுள்ள கல்வி முறை
- ☞ எழுத்துக் கல்வியும் தொழில் கல்வியும்
- ☞ மனிதனின் அவசியத் தேவைகள்
- ☞ மொழி
- ☞ எல்லா மொழிகளும் மனிதனுக்குச் சொந்தமே
- ☞ ஆக்கியவன் விளைவறிந்து அழித்தாலென்ன?
- ☞ உலகப் பொது மொழி
- ☞ சமையல் திட்டம்
- ☞ ஆகாரம்
- ☞ ஜீவகாருண்யம்
- ☞ உணவின் தன்மை
- ☞ தினசரி உணவு விவரம்
- ☞ பணம் இன்றி வாழும் முறை
- ☞ பொது உடைமையும் கட்டாய உழைப்பும்
- ☞ உலகம் சுற்றும் வாய்ப்பு
- ☞ உலகைச் சுற்றும் திட்டம் எளிதே
- ☞ இன்றைய உலகக் காட்சி
- ☞ உலகம் சுற்றி வாழ சாதனங்கள்
- ☞ பகலில் வேலை - இரவில் கலக்கம்
- ☞ இரவிலும் செய்ய வேண்டிய தொழில்
- ☞ ஓய்வு நாட்கள்
- ☞ சுகாதார அடிப்படை வேலைகள்
- ☞ திருமணம்
- ☞ உடன் பிறந்தோர் மணக்கத்தடை

- ☞ தம்பதிகள் அந்தரங்க இடம்
- ☞ வாழ்க்கை அனுபவ போதனை
- ☞ ஆண் பெண் நட்பொழுக்கம்
- ☞ இயற்கையின் வேகம்
- ☞ விளைவறிந்த விழிப்பு
- ☞ நல்வாழ்வுக் கேற்ற நட்பு முறை
- ☞ காதல் என்பது என்ன?
- ☞ கற்பும் பெண்கள் பொறுப்பும்
- ☞ கற்பழிவின் பெருங்கேடு
- ☞ கற்பு ஒழுக்கு
- ☞ இச்சையின் வேகம்
- ☞ விவாகரத்தும் மறுமணமும்
- ☞ தனித்திறமை பயன்படுத்தல்
- ☞ வயது திறமைகளுக்கு ஏற்ற தொழில்
- ☞ விற்பனையும் கடனும் ஒழியும்
- ☞ கடன் என்பது பெரிய பாரம்
- ☞ பிறப்புத் திட்டம்
- ☞ கருத்தடை
- ☞ இந்தத் திட்டத்தில் உலகோர் கருத்து
- ☞ உலக ஆட்சி ஏற்படும் காலம்
- ☞ இத்தகைய மாறுதல்கள் அவசியம்தானா?
- ☞ அழிக்க எடுக்கும் பெருமுயற்சி செழிக்க எடுக்கலாகாதா?
- ☞ சந்தேகத்திற்குப் பதில்
- ☞ பலவாறான கருத்தும் எழும்
- ☞ ஆராய்ச்சியும் பிரச்சாரமும்
- ☞ சில நாடுகளாவது இதை ஆரம்பித்து நடத்தலாம்
- ☞ மனோதத்துவ நிபுணர்களே

- ☞ சுகாதார நிபுணர்களே
- ☞ மனிதர்களுடைய தொல்லைகள் அனைத்தையும் போக்கும்.
- ☞ ஆராய்ச்சியாளர்களின் பொறுப்பு
- ☞ உலகமும் அறிவாளிகளின் முயற்சியும்
- ☞ சமாதான உலகக் காட்சிகள்
- ☞ கடமை
- ☞ நிஷ்காமிய கர்மம்
- ☞ இந்தத் திட்டமே மனித இன உரிமைச் சாசனம்
- ☞ ஆயுள் நீளும்
- ☞ வாழ்க்கையும் தொழிலும்
- ☞ கற்பனை மயக்கம் போம்
- ☞ அவசியமற்ற பொருள்கள்
- ☞ ஞானமும் அரசியலும்
- ☞ ஞானியார்களின் கருத்தாராய்வீர்
- ☞ பணமும் பாசமும்
- ☞ சமரச வாழ்வு
- ☞ பிறர் மயங்கும் களியாட்டம் வேண்டாம்
- ☞ கவலையற்ற வாழ்வு
- ☞ பொன் வேண்டாம்
- ☞ வான் ஆராய்ச்சி
- ☞ பாலைவனங்கள் மறைய வேண்டும்
- ☞ விஞ்ஞான அறிவு அனைவருக்கும் உண்டாகும்
- ☞ அன்பும் கடமை உணர்வும்
- ☞ நீர் பாய்ச்சல்
- ☞ மலைகளைக் குடைய யந்திரங்கள்
- ☞ தியானமும் ஒழுக்கமும்
- ☞ வருடங்கள் விஞ்ஞான உச்சம்

- ☞ பற்றற்ற வாழ்வும் சமூக சேவையும்
- ☞ அமைதியான வாழ்வு
- ☞ கண்ணியமான வாழ்வு
- ☞ அலங்காரம் வேண்டாம்
- ☞ களங்கமற்ற சமுதாயம்
- ☞ காதல் வர்ணனை எது?
- ☞ சமூக துரோகிகள் இருக்க இடமில்லை
- ☞ கள்ளனில்லை பூட்டில்லை
- ☞ எல்லாச் செல்வமும் எல்லோருக்கும்
- ☞ மரணத்திற்கு எவரும் அஞ்சார்
- ☞ உடல், அறிவு, ஆற்றல்கள் வீணாகாது
- ☞ மாற்றாந்தாய், மக்கள் கொடுத்துன்பமேது?
- ☞ ஒருவர் பொருட்டுப் பலர் துன்புறார்
- ☞ சூழ்நிலையின் சிறப்பு
- ☞ இந்தக் குறிக்கோள் உலகில் உங்கள் கடமை
- ☞ குற்றங்களும் -தண்டனைகளும்
- ☞ கூடி வாழும் பண்பு வளரும்
- ☞ உயிர் மீது கருணை
- ☞ வருங்காலப் புதுமைகள்
- ☞ ஆக்கமும் அழிவும் கண்டீர் - அமைதியும் காண்பீர்
- ☞ விஞ்ஞானத்தால் விளைந்த பயன்
- ☞ விஞ்ஞானமும் - ஞானமும்
- ☞ சம அந்தஸ்து
- ☞ பட்டினி இல்லை
- ☞ வாழ்க்கைச் சுதந்திரம்
- ☞ இவை சுதந்திரமா?
- ☞ உணர்ச்சி வேகமும் - அறிவின் ஆட்சியும்

- ☞ எவ்வகையிலும் பொருந்தும் திட்டம்
- ☞ இலட்சிய வாழ்வை அடைய முயலுவோம்.
- ☞ இல்லற மேன்மை
- ☞ தொடர்புணர்தல்
- ☞ வீடுபேறு
- ☞ இல்லறம் - பேரறம்
- ☞ அன்பு வழியில் இன்பம் பெருகும்
- ☞ வேலையில்லாத் திண்டாட்டம்
- ☞ அருட்தொண்டுக்கு அழைப்பு
- ☞ காட்சியில் கணிப்பு
- ☞ பஞ்சமா பாபங்கள்
- ☞ வினைத்தூய்மை
- ☞ இச்சை என்பது இயற்கை
- ☞ பேரறம்
- ☞ பொருள், உடல், அருள், அறம்
- ☞ நல்வாழ்விற்கேற்ற நட்புமுறை
- ☞ முடிவறிந்த நல்வாழ்வு

41. விஞ்ஞானம்

- ✿ பிரபஞ்சப் பரிணாமம்
- ✿ உலகப் பரிணாமம்
- ✿ பரமம் - உலகம்
- ✿ அணுவின் நிகழ்ச்சி
- ✿ ஆதி என்ற பெருவெளி
- ✿ அணுவின் பெருமை
- ✿ அணுவைவிடப் பெரியதுமில்லை, சிறியதுமில்லை
- ✿ அணுவே எல்லாம்
- ✿ எழுச்சியும் கவர்ச்சியும்

- ✿ ஈர்ப்புச் சக்தியும் - இயங்கும் பிரபஞ்சமும்
- ✿ அனைவருக்கும் பங்கு உண்டு
- ✿ ஏன்? எப்படி?
- ✿ ஆதியும் அணுவும்
- ✿ சிவம் சக்தி
- ✿ விண்ணின் பெருமை
- ✿ பஞ்ச பூதங்களின் மூலநிலை
- ✿ எது பிரபஞ்சம்
- ✿ பூமிக்குள்
- ✿ சூரியன்
- ✿ உலகம்
- ✿ பரிணாம உண்மை

42. விஞ்ஞானமும் மெய்ஞ்ஞானமும்

- ✿ விஞ்ஞானமும் மெய்ஞ்ஞானமும்
- ✿ விஞ்ஞானத்தைத் தாங்க மெய்ஞ்ஞானம்
- ✿ விஞ்ஞானத்தோடு மெய்ஞ்ஞானமும் வளர வேண்டும்
- ✿ ஞான நிலைகள்
- ✿ விண்வெளி உணர்ந்தால்
- ✿ சிறந்த பண்பாடு
- ✿ இருப்பு நிலை, இயக்க நிலை இரண்டின் கட்டே உலகு
- ✿ காலத்துக்கேற்ப பண்பாடு
- ✿ விஞ்ஞானிகளுக்கு
- ✿ விஞ்ஞான வளர்ச்சி
- ✿ விஞ்ஞானிக்குத் தன்னிலையறிதல் வெகு எளிது
- ✿ அறிவறிந்தோர் சிவமாவார்
- ✿ அனைத்து இயக்கங்களும் காந்த ஆற்றலே

43. இயற்கை

- ✿ இயற்கை
- ✿ இயற்கை பரிணாமம்
- ✿ இயற்கை நீதி
- ✿ இயற்கை விதி
- ✿ இயற்கையும் ஈர்ப்பும்
- ✿ இயற்கையின் பேராற்றல்
- ✿ ஈர்ப்பு சக்தி
- ✿ இயற்கை வழிபாடு
- ✿ இயற்கை நியதி
- ✿ இயற்கை சூழ் நிலைகள்

44. அலை இயக்கம்

- ✿ அலை இயக்கம்
- ✿ கூட்டலைக் குறிப்பு
- ✿ கொடல் வாங்கலாய் விரிதல்
- ✿ சுழல் அலை - விரிவு அலை
- ✿ வருத்த அலை

45. ஒன்றுமில்லை ஒன்று

- ✿ ஒன்றுமில்லை ஒன்று
- ✿ ஆதிநிலை அறியும் வழி
- ✿ ஆதி நிலை - அறிவு நிலை
- ✿ ஒன்றே பலவும்
- ✿ ஒன்றுக்குப் பெயர்கள் பல
- ✿ பாழ்நிலை
- ✿ சூனியமே உறுதிப் பொருள்
- ✿ பேராதார சக்தி

- ❁ பரவெளி
- ❁ உருவமும் அருவமும்
- ❁ ஐம்புலனுக் கெட்டாதது அருபம்
- ❁ “நானே நாம்”
- ❁ கண்டவர் ஏன் விண்டதில்லை
- ❁ அணு
- ❁ அணுவுக்கு அப்பால் பாழ்
- ❁ பரிணாம சிறப்புக்கேற்ப பெயர்கள்
- ❁ அணுவின் ஒடுக்கம்

46. மெய்ஞ்ஞானம்

- ✘ மெய்ப்பொருள்
- ✘ செயலில் மெய்ப்பொருள்
- ✘ கடவுள் - ஞானம்
- ✘ நான்
- ✘ ஜீவாத்மா - பரமாத்மா
- ✘ அருபம் - ரூபம்
- ✘ மெய்ப்பொருள்
- ✘ இயல்பறிதல்
- ✘ கடவுள்
- ✘ மெய்ப் பொருளின் பரிணாமம்
- ✘ தெய்வத்தைப் பற்றிய கருத்து
- ✘ தெய்வ நிலை
- ✘ கடவுள் உயிர் - அறிவுக் காட்சி
- ✘ இன்ப துன்பங்களுக்கு அப்பால் தெய்வ நிலை
- ✘ தெய்வ நிலை
- ✘ மெய்ப்பொருளை அறிவே விளக்கும்
- ✘ செயலிலே மெய்ப் பொருள்

- ✘ மெய்ப்பு பொருளும் பிரபஞ்சமும்
- ✘ ஜீவாத்மா - பரமாத்மா
- ✘ இருளும் - ஈசனும்
- ✘ என்றும் இருப்பது
- ✘ எல்லாம் மெய்ப்புபொருளே
- ✘ மோனமே மெய்ப்பு பொருள்
- ✘ காந்தத்தின் உட்பொருளே மெய்ப்புபொருள்
- ✘ மெய்ப்பு பொருளுக்கு எல்லை இல்லை
- ✘ மெய்ப்பு பொருள் பூஜ்யம்
- ✘ சத்-சித்-அனந்தம்
- ✘ நிறைவால் நிறை
- ✘ மெய்ப்புபொருள்
- ✘ ஆன்மீக வாழ்வு மலர
- ✘ தெய்வம் உண்டா?
- ✘ ஞானம் என்றால் என்ன?

47. மெய்யுணர்வு

- ✘ மெய்ப்புபொருள் உணர்வு
- ✘ மெய்யுணர்வு
- ✘ மெய்விளக்கும்
- ✘ பிரம்மம்
- ✘ நீயே எல்லாம்
- ✘ மெய்ப்புபொருள் நானாகவும் உள்ளது
- ✘ உண்மை நிலை
- ✘ ஆன்மீகப் பொலிவு
- ✘ உயிர் ஒடுங்கினால் தெய்வம்
- ✘ ஆன்மாவே சிவம்
- ✘ அருள்நெறி தழைத்தோங்கும்

- ✘ மூலமும் முடிவும்
- ✘ அத்வைதம், துவைதம்
- ✘ இறைநிலை
- ✘ கடவுள்
- ✘ கடவுள் தன்மை
- ✘ ஒன்றின்பெருக்கமே இரண்டு
- ✘ சிவம் - சக்தி
- ✘ ஆதியே எல்லாம்
- ✘ உண்மை நிலையறிய ஒத்தவழி
- ✘ பரிணாமமா? படைப்பா?
- ✘ உன்னுள் தெய்வம்
- ✘ கடவுள்
- ✘ சிறுவயதில் கொண்ட பக்தி
- ✘ பூரணசக்தி - குறுகிய ஆற்றல்
- ✘ அமைதியும் ஆனந்தமும் கண்டேன்
- ✘ பரிணாமமும் - மாயையும்
- ✘ இறையுணர்வால் அறநெறி தழைக்கும்
- ✘ இறையுணர்வில் எழும் பேரின்பம்
- ✘ நிறை நிலை
- ✘ புறமனம், நடுமனம், தெய்வம்
- ✘ அறிவின் முழுமைப்பேறு
- ✘ மெய் விளக்கம் பெற்றால்
- ✘ உய்யும் வகை
- ✘ பேரறம்
- ✘ மனிதரும் ஞானமும்
- ✘ ஆக்கமும் அழிவும் அணுவின் இயக்கமே
- ✘ நிலை பொருள்

- ✘ அறிவு, உயிர், இறை நிலைகள்
- ✘ சுத்த வெளியே மெய்ப்பொருள்
- ✘ வான் காந்தக்களம் - சிறப்பு
- ✘ இறைநிலை
- ✘ கடவுள் உயிர் வினைப்பயன்
- ✘ எல்லையற்ற பரம் பொருள்
- ✘ நிறைவாய் இருக்க
- ✘ அறத்தொண்டே என் வினை
- ✘ நீ நானாய்க் கண்டேன்
- ✘ நான் என்பது அறிவு - சிவம்
- ✘ மெய்ப் பொருள் அறிவு
- ✘ ஆதியே அனைத்தும்
- ✘ ஒப்புதல்
- ✘ மெய்ப் பொருளே அறிவு (ஆராய்ச்சி)
- ✘ சுய சரித்திரம்
- ✘ முனைப் பொழிந்தால் மெய்யுணர்வாம்
- ✘ மெய்ப் பொருள் புகழ்ச்சி
- ✘ அனைவருக்கும் பங்குண்டு

48. சித்தாந்தம் வேதாந்தம்

- ✘ சித்தாந்தம் வேதாந்தம்
- ✘ வேதத்தின் நோக்கம்
- ✘ வேதாந்தமும் - சித்தாந்தமும்
- ✘ வேதம்
- ✘ வேதமும் சாத்திரமும்
- ✘ சாத்திரம் - வேதம்
- ✘ தத்துவம், வேதாந்தம், விஞ்ஞானம்
- ✘ வேதத்தின் உட்பொருள்

- ✘ ஆலயம் என்றால் என்ன?
- ✘ வேதாந்தம்
- ✘ உயர் அறிவு
- ✘ மும்மார்க்கங்கள்

49. உயிர்

- ✘ உயிரின் சிறப்பு
- ✘ உயிர்
- ✘ உயிர் விளக்கம்
- ✘ உயிர் விளக்கம் பெற்ற வழி
- ✘ உயிரின் ஆற்றல்
- ✘ உயிரின் ஆற்றலே அறிவு
- ✘ உயிரே படர்க்கையில் அறிவு
- ✘ இறந்தபின் உயிருக்குப் பிறவியில்லை
- ✘ பரம் - உயிர் - அறிவு
- ✘ பிற உயிர் மதிப்பு
- ✘ உணர்ச்சியினால் பிரிவு
- ✘ உயிரறிய ஞானம்
- ✘ உயிர் நிலையறிய
- ✘ சச்சிதானந்தம்
- ✘ உயிரே அறிவின் இயக்க களம்

50. மனம்

- ✘ மனம்
- ✘ மனவளர்ச்சி
- ✘ மனத்தூய்மை
- ✘ மனத்தூய்மை பெற
- ✘ மனத்தூய்மை வினைத்தூய்மை
- ✘ மனமும் அறிவும்

- ✘ மனமே எல்லாம்
- ✘ மரணமில்லா நிலை
- ✘ மனமே இயற்கையின் மாநிதி
- ✘ சித்தம் என்னும் பெருநிதி
- ✘ அறிவின் முழுமை
- ✘ உள்ளத்தில் கள்ளம் வேண்டாம்
- ✘ வஞ்ச மனம்
- ✘ தற்சோதனை

51. எண்ணம்

- எண்ணம்
- இயற்கையின் உச்சமே எண்ணம்
- எண்ணம் பிறக்குமிடம்
- எண்ணம் சீர்பட தற்சோதனை
- எண்ணமென்ற தத்துவம்
- எண்ணத்தின் சிறப்பு
- எண்ணத்தின் நிலைகள்
- எண்ணத்தின் வலிமை
- எண்ணமும் செய்கையும்
- சிந்தனை
- எண்ணம் நற்பயனாய் மாற
- நன்மையே நோக்கு
- ஒழுக்கம்
- எண்ணத்தில் பிரபஞ்சம்
- எண்ணமே இன்பம்
- வாழ்க்கையே ஆக்கும் சிற்பி
- எண்ணிப்பார்
- எண்ணத்தில் நிறைந்திடு

- எண்ணத்தில் குறையே பஞ்சமா பாதகங்கள்
- தீய எண்ணம்
- ஒடுங்கி - உணர்ந்திடு
- எண்ணம் - செயல் விளைவு
- எண்ணத்தில் பிரபஞ்சம்
- சூனியத்தைக் காணமுடியாது
- கவலையை வெற்றி கொள்வோம்

52. அறிவு

- அறிவு
- அலையே அறிவு
- பிரம்ம வித்தை
- அகத்தவத்தால் நலம் காண்போம்
- தோற்றமும் அறிவும்
- அறிவின் பரிணாமம்
- அறிவின் வளர்ச்சி
- அறிவின் நிலை
- அறிவும் ஒளியும்
- அறிவின் நிலையுணர்
- அறிவின் குறுகிய நிலை - விரிவு அலை
- அறிவின் அளவு
- அறிவின் மூன்று நிலை
- அறிவின் நான்கு நிலைகள்
- ஆறாவது அறிவு
- அறிவே ஆறு குணங்களாக மாறுகிறது
- உள்ளத்தின் நிலை
- அறிவின் முழுமை
- அறிவு விளக்கம்

- அறிவறிந்த உயர்பேறு
- அறிவறியும் முறைகள் பல
- அறிவு ஒன்றே
- சிவத்தை அறியும் அறிவு
- ஒழிவில் ஒடுக்கம்
- ஆக்க அறிவு
- தெய்வ அறிவு
- இறையணர் அறிவு
- ஆறாவது அறிவு
- மனிதர்க்கு மாத்திரம் ஞானம் ஏன்?
- முற்றறிவில் நிறைந்திடுவோம்
- இயக்க நிலையே அறிவு
- சீரமைப்பே சிறந்தது
- இயல்புக்க நியதி
- பழுத்த ஞானம்?
- இணையில்லா அறிவு
- அறிவின் தெளிவு
- இயல்பும் - உயர்வும்
- அறிவின் அனுபவம்
- அறிவு பிறழா நிலையில்
- அறிவின் பலநிலைகளின் பெயர்கள்
- அறிவும் புலன்களும்
- அறிவின் தற்காலப் போக்கு
- உடல் மின்சாரம்
- அறிவின் பல பெயர்கள்
- நினைப்பே - மறப்பு அற்ற நிலை
- இணைந்துணர் இன்பம்

- பேரறிவுக்குப் பத்துப் படிகள்
- உட்பொருளே அறிவு என்று உணர்
- அறிஞர் கடமை
- எனது மன நிலை
- அறிவறிந்தோர் ஞாபகம்
- இன்பநிலை எய்த வாரீர்
- அறிவின் முழுமை நிலை
- அறிவின் அகநோக்குப் பயணம்
- அறிவுபெற வாழ்த்துவோம்
- அறிவு வழி வாழ்வு
- அறிவின் வேட்கையும் ஆசானின் கருணையும்
- அறிவை அறிய
- அறிவின் உயர்வில் பல படிகளில் மக்கள்
- அறிவாட்சி மலர்க
- ஏடுகளின் மூலம் எழும் ஞான ஆர்வம்
- அறிஞர்களின் நிர்வாகம்
- அறிஞர்கள் தொண்டு
- பகுத்தறிவு
- அறிஞனே மருத்துவர்
- அறிஞர்
- அறிவின் விளக்கம்
- அறிவு உயர்ந்து வருகிறது
- அறிவோடு விழிப்பாயிரு
- அறிவின் மயக்கம்
- அறிஞனின் வாழ்வு
- வாழ்வின் வளத்திற்கே ஞானம்

53. இன்பம் துன்பம்

- இன்பம் துன்பம்
- மேடு பள்ளம்
- இன்ப துன்ப உணர்ச்சிகள்
- மாய காந்த விளைவுகளே இன்பதுன்பம்
- எது இன்பம்?
- உண்மை இன்பம்
- இன்பம்
- இன்ப வாழ்வு
- இயற்கை துன்பங்கள்
- இன்பத்தின் முழுமை
- இன்பம் மிக
- இன்பம் நிலைக்க வழி
- இன்பத்தைக் காக்க
- இனிமை காக்க
- விரிந்த அறிவே இன்பம் விளைக்கும்
- சலிப்பில்லா இன்பம்
- துன்பங்கட்கு மூலம்
- துன்பம் தவிர்க்க
- தியாகம்
- உணர்ச்சிப் பிரிவுகள்
- இயற்கையும் அறிவும்
- பிரம்மச்சரியம்
- திருந்தி வாழ
- அறிவின் உயர்வே பேரின்பம்
- அறிவு தெளிய
- நன்மைதரும் நெஞ்சுரம்

- சீவகாந்தமே இன்பதுன்பம்
- சீவகாந்தச் செறிவின் வேறுபாடே இன்பதுன்பம்
- இன்பதுன்பங்களை ஒழுங்குபடுத்தவே மதங்கள்
- மாயை
- துன்பங்கள் குறைய வழி
- துன்பத்தை துடைக்க எழும் கனிவே அன்பு

54. உணர்வும் உணர்ச்சிகளும்

- ஐயுணர்வு
- மெய்யுணர்வு
- பழிச்சுவை கழி
- ஆறுகுணங்கள்
- அறுகுணம்
- அறுகுண விளைவுகள்
- அறுகுண சீரமைப்பு
- ஐம்பெரும் பழிச் செயல்கள் தோற்றுவாய்
- அறுகுண ஆளுமைப்பேறு
- முக்குணம்
- வாழ்க்கைச் சிக்கலும் - களையும் முறையும்
- ஆசையை முறைப்படுத்துதல்
- கவலை ஒழி
- கவலைக்கு மருந்து
- கவலை சினம் ஒழிக்க வழி
- தப்புக் கணக்கு
- சினமும் அச்சமும் வாழ்வைச் சீர்குலைக்கும்
- இச்சையில் ஒழுக்கம்

- வெறுப்பொழித்தல்
- மூவாசை அளவறிந்தால் கேடில்லை
- நிறை உணர்வு

55. விதிமதி

- விதி மதி
- விதி மதி சொல் விளக்கம்
- விதி, சந்தர்ப்பம், மதி
- விதியே மதியாகவும் உள்ளது
- வேகமும் விவேகமும்
- வேகமும் - நட்பும்
- மயக்கமும் தெளிவும்
- உயிரே விதி - அதுவே மதி
- விதி மதி இரு நிலை இயக்கம்
- ஒன்றின்றி ஒன்றில்லை
- விண்மண்
- மதியின் ஆற்றல்
- விதி அல்லது பரிணாம வேதம்
- விதி - வினை - விளைவு

56. வினையும் விளைவும்

- ✿ விளக்கத்தில் பேதம் ஏன்?
- ✿ வினைப் பதிவு
- ✿ வினையும் விளைவும்
- ✿ வினைத் தூய்மை
- ✿ நலம் தீது சீர்தூக்கி வினையாற்ற
- ✿ முயற்சியளவே ஞான விளைவு
- ✿ அறிவை விளக்கும் அருட்பணி இல்லம்
- ✿ இல்லறமும் தவமும்

- ✿ சிந்தனைக்குள் துளிர்க்கும் சிவக் கருணை
- ✿ செயலும் விளைவும்
- ✿ திருவருள் தன்மை
- ✿ நல்லோர் உள்ளமும் பொறாமையால் கெடும்
- ✿ வினைப்பயன்
- ✿ வினைப்பயன் முன் இருப்பு
- ✿ பழிப்போரையும் வாழ்த்துவோம்
- ✿ திருவருள்

57. பாவ புண்ணியம்

- ✿ எது அறம்
- ✿ எது பாவம்
- ✿ பாபம் புண்ணியம்
- ✿ பழிச் செயலும் அறச் செயலும்
- ✿ அறவழி
- ✿ தர்மமும் தவறும்
- ✿ சாதனையே அறநெறி
- ✿ அறவாழ்வு

58. பிறவித் தொடர்

- ✿ பிறவித் தொடர்
- ✿ பிள்ளைகளும் பெற்றோரும்
- ✿ பிறவிக் கடல்
- ✿ பிறவி தொடரும் காரணம்
- ✿ வித்துக்கு வித்தே அருட்பேராற்றல்
- ✿ நான் - எனது ஆற்றல்
- ✿ வினைப்பதிவின் விளக்கமே உடல் உயிர் அறிவாம்
- ✿ பிறவிக்கடல் கடக்க
- ✿ மரணத்தை மறவாதே

- ✿ மறுபிறவி
- ✿ மோகமே பிறப்பு
- ✿ பிறவித் தொடரில்லை
- ✿ நல்வினை தீவினை
- ✿ முன்பின் பிறவிகள் தொடர்பு
- ✿ இருப்பவனே மரித்தவன் பிறப்பவன்
- ✿ பிறவித் தொடர்பு
- ✿ ஆன்மாவே கடவுள் எனில் யாருக்குப் பிறப்பு
- ✿ விலங்கினத்தின் வித்துத் தொடர்

59. அருளும் பொருளும்

- ✿ அருளும் பொருளும் வேண்டும்
- ✿ பொருளுக்கும் அருளுக்கும் தொடர்பு
- ✿ அருள்நெறி
- ✿ அருள்துறை வளர்ச்சியே அமைதிக்கு வழி
- ✿ அறநிலையங்கள் நிலைமை
- ✿ தொண்டில் உயர்வு தாழ்வு வேண்டாம்
- ✿ அறமும் பொருளும்
- ✿ அருளும் பொருளும்
- ✿ அருளாதாரம்

60. தன்முனைப்பு

- ✿ தன்முனைப்பு
- ✿ முனைப்பு
- ✿ தன் முனைப்பின் அடையாளம்
- ✿ முக்களங்களிலிருந்து விடுதலை
- ✿ ஆன்ம நோக்கு
- ✿ தன்முனைப்பை நீக்க
- ✿ தன்முனைப் பொழிவு

- ✿ முனைப்பு நீங்க
- ✿ முனைப்பின்றித் தொண்டு செய்வோம்
- ✿ கற்கவா? கற்பிக்கவா? உனைத்தேர்ந்து கொள்
- ✿ தன்முனைப்பு போகும்
- ✿ வழங்கி வாழ்வோம்

61. தன்னிலை விளக்கம்

- ✿ தன் நிலை
- ✿ தன்னிலை விளக்கம்
- ✿ தெளிவுக்கு வழி
- ✿ தன்னையறிந்தால் கடவுளை அறியலாம்
- ✿ பழிச்செயல் பதிவுகள்

62. வழிபாடு

- ✿ உருவ வழிபாடு
- ✿ பல இறைவர்களின் தோற்றம்
- ✿ சிலை வணக்கத்தின் எல்லை
- ✿ மெய்ப்பொருள் கதைகள்
- ✿ கருத்தும் கடவுளும்
- ✿ அறிவு நிலைக்கேற்ற இறைவழிபாடு
- ✿ காலத்திற்கேற்ற வழிபாடு

63. பக்தி - யோகம் - ஞானம்

- ✿ பக்தி - யோகம் - முக்தி - ஞானம்
- ✿ தவமும் - ஞானமும்
- ✿ மாயையும் ஞானமும்
- ✿ ஞானம்
- ✿ ஞானமும் அரசியலும்
- ✿ ஞானக்கண்

- ★ ஞானிகளின் சிறப்பு
- ★ வியப்பும் போச்சு
- ★ ஞானம் தேடும் பக்தர்கள்
- ★ பக்தியில் மயக்கம்
- ★ குழந்தைகட்கே பக்தி நெறி
- ★ ஞானிகட்கு மதிப்பு
- ★ பயிற்சிகள் யோகமல்ல
- ★ யோக வாழ்வு
- ★ வாழ்க்கை நெறியே யோகம்
- ★ இருள் போக்கும் யோகம்
- ★ யோகம்
- ★ இயற்கை விதி
- ★ பக்தியும் ஞானமும்
- ★ உள்ளது மலர்ந்தது உலகங்கள் உயிர்களாய்

64. அகத்தவம்

- ★ உயிரில் மனமடங்க
- ★ ஓர்மை நிலைப்பயிற்சி
- ★ அகத்தவப் பேறு
- ★ அகத்தவப் பயன்
- ★ அகத்தவப் பெருமை
- ★ அகத்தவம் புறத்தவம்
- ★ முழுமைப் பேறு
- ★ உபதேச மார்க்கம்
- ★ குண்டலினி தீட்சை
- ★ குண்டலினி யோகம்
- ★ கருதவமே போதும்
- ★ சுவாசமும் ஞானமும்

- ★ சமாதி நிலை
- ★ மலமொழிந்த காட்சி
- ★ குண்டலினி சக்தி
- ★ அகநோக்கம்
- ★ வீண் காலம் போக்க வேண்டாம்
- ★ உயிர்லயமே அகத்தவம்
- ★ அகத்தவம் பெற்றார் குழந்தைகள்
- ★ அகத்தவத்தகுதி
- ★ கருதவம்
- ★ உச்சிக்குள் அமர்ந்த உயர் வாழ்வு
- ★ இறையுணர்வும் நிறைவும்
- ★ சகஜ நிட்டை
- ★ தவத்தில் எழும் நாதம் ஒளி
- ★ தவத்தின் உச்சநிலை
- ★ அகத்தவத்தில் துரியாதீதம்
- ★ அகத்தவமும் எண்ணக் குவியலும்
- ★ அகத்தவப் பயன்கள்
- ★ அருள் நிலை
- ★ சேர வாரீர்
- ★ அகத்தவத் துவக்கம்
- ★ அருட்பேராற்றல் (அகப்புறத்தூய்மை)
- ★ தாய், தந்தை, குரு வணக்கம்
- ★ ஆக்கினைச் சக்கரம்
- ★ துரிய நிலை
- ★ துரியா தீதம்
- ★ வாழ்க்கை நல சங்கல்பம்
- ★ வாழ்த்து

- ★ உலக நல வேட்பு
- ★ உலக நல வாழ்த்து
- ★ அறிவறியும் தவம்
- ★ ஞானமும் - முக்தியும்
- ★ தொட்டுக் காட்டல்
- ★ இயற்கை முறை தவம்
- ★ அறிவையறியக் கருத்தவம் அவசியம்
- ★ கண்களின் உணர்வு
- ★ தற்காலத்துக்கேற்ற தவமுறை
- ★ பிடரிக் கண்
- ★ அகத்தவத்தின் பயன்
- ★ அகத்தவமும் ஞானமும்
- ★ தேர்ந்த வழியில் ஆன்மீக சாதனை செய்ய வேண்டும்

65. பிரணவ விளக்கம்

- ★ பிரணவ விளக்கம்
- ★ ஓங்காரம்
- ★ மௌனமே
- ★ பிரணவ இரகசியம்
- ★ பிரணவம்
- ★ மோனம் - ஒலி பக்தன் - ஞானி
- ★ மெய்யும் உயிரும்
- ★ நிகழ்ச்சியும் மூலமும்

66. இசைப் பாக்கள்

- ★ அழைப்புக் கவி
- ★ பேரின்ப ஊற்று
- ★ பேரின்பக் களிப்பு

- ✧ மலர்வழியே விளங்கும் மறைபொருள்
- ✧ இறை நிலை இன்பம்
- ✧ இறை நிலை

67. வீடு

- ✧ வீடு
- ✧ வீடு பேறு

68. மோனம்

- ✧ விளக்கமும் - பழக்கமும்
- ✧ மோனமும் எண்ணமும்
- ✧ மோனத்தின் பெருமை
- ✧ ஆனந்த அனுபவம்
- ✧ பூரணம்

திருமந்திரமும் வேதாத்திரியமும் பெரிய சமுத்திரம். அதன் நீள அகல ஆழங்களை காண்பது அரிது.

அரிய பெரிய தத்துவ நுண்பொருள்கள், சித்தாந்த நுண்பொருள்கள் எவ்வளவோ அதில் கொட்டிக் கிடக்கின்றன. அவரவர் ஆற்றலுக்கு ஏற்றாற்போல் வாரிக் கொள்ளலாம்.

இந்த திருமந்திரமும் ஞானக்களஞ்சியமும் ஒவ்வொருவருடைய இல்லத்திலும் இருக்க வேண்டிய அரிய பொக்கிஷங்களாகும்.

இந்த நூல்களை அடிக்கடி ஆழ்ந்து வாசிப்பதன் மூலம் வாழ்வில் அவ்வப்போது ஏற்படும் அனைத்துப் பிரச்சினைகளுக்கும் தீர்வு காணத் தேவையான அறிவு விளக்கம் அனைவருக்கும் கிடைக்கும் என்பதில் ஐயமில்லை.





19

வாழ்வியல் வழிகாட்டிகள்

நம் நாட்டில் வாழ்ந்த சித்தர்கள் எல்லோருமே ஞான யோகிகள் தாம். அவ்வாறு தமிழகத்தில் வாழ்ந்த சித்தர்களில் திருமூலர் சிறந்த சித்தராக மதிக்கப்படுகிறார்.

திருமூலர் தாம் இயற்றிய திருமந்திரத்தில் “பதஞ்சலி வியாக்ரமர் என்வழியாமே” என்று கூறியதிலிருந்து திருமூலர் பதஞ்சலிக்கு முந்தைய காலத்தில் வாழ்ந்தவர் என்பதை உணரமுடிகிறது.

பதஞ்சலி முனிவரும், வியாக்ரமர் எனப்படும் புலிப்பாணி ஆகிய முனிவர்களுக்கும் முன்னரே யோகசாதனையில் வெற்றி பெற்றவர் திருமூலர்.

திருமூலருக்குப் பின்னர் தோன்றிய பல சித்தர்களும் ஞானிகளும் பல்வேறு யோக சாதனைகளைப் பற்றிக் கூறியுள்ளார்கள்.

அவர்களில் நம்மிடையே வாழ்ந்து நம்மோடு உலாவிய வேதாத்திரி மகரிசி, திருமூலரின் கருத்துக்களை பாமர மக்களும் அறிந்து கொள்ளும் வண்ணம் எளிமைப்படுத்தி தந்துள்ளார்கள்.

“யான் பெற்ற இன்பம் பெறுக இவ்வையகம்”

என்று திருமூலரும்,

“வாழ்க வையகம்! வாழ்க வையகம்! வாழ்க வளமுடன்!”

என்று வேதாத்திரி மகரிசியும்,

“நான் பெற்ற நெடும் பேற்றை ஒதி முடியாது என்போல்
இவ்வுலகம் பெறுதல் வேண்டுவனே”

என்று வள்ளலாரும்,

“எல்லோரும் இன்புற்றிருக்க நினைப்பதுவே
அல்லாமல் வேறொன்று அறியேன் பராபரமே”

என்று தாயுமானவரும் கூறுவதை பார்க்குமிடத்தது எல்லா ஞானிகளின்
இதயத்திலும் ஒரே வகையான அன்பொளி வீசிக் கொண்டிருப்பதை
உணரலாம்.

பூவினுள் மகரந்தம் பொருந்தியவாறு போல் சீவனுக்குள்ளே சிவமணம்
பூத்தது என்ற திருமந்திரத்தில், புக்ககம் புக்கும் மக்களைப் பெற்றும்
பிறந்தகம் மறவாள் போல் சிக்கலுள்ள வாழ்க்கையிலும் சிவன்சீவன்
நிலை மறவேல் என்ற வேதாத்திரியின் கவிதை இழையோடுவதை காணலாம்.

மானுடத்திற்கு வழிகாட்ட முயன்ற பெரியோர்கள் பலவகையினர்.

அவர்களில் நெறிபடுத்தும் சான்றோர்கள், மக்களுக்கு உணர்த்தும்
தீர்க்கதரிசிகள், முன்னேற்றத்திற்கு வழிகாட்டும் விஞ்ஞானிகள் என்ற
வரிசையில் பலவகையினர் வருகின்றனர்.

இருபதாம் நூற்றாண்டில் தன்னுடைய பழுத்த ஆன்மீகம் என்ற
நவீனக் கருவி கொண்டு, தனது தவவலிமையால் கண்ட பேருண்மைகளை
மானுடத்திற்கு வழங்கியவர் வேதாத்திரி மகரிசி.

அவர் திருமந்திரத்திற்கு தரும் புதிய பொருள், புதிய சுவை, புதிய
நயம், நவீன சிந்தனை நம்மை வியக்க வைக்கிறது.

வேதமுதல் ஞானி திருமூலர் பற்றி வேதாத்திரி மகரிசி

“அறிவேதான் தெய்வமென்றார் தாயுமானார்
அகத்ததுதான் மெய்ப்பொருள் என்று எடுத்துக்காட்டி
அறிவதனை அறிவித்தார் திருவள்ளுவர்
அவ்வறிவை அறிவதற்கு முறைகள் சொன்னார்
அறிஞர் திருமூலர்”

என்று புகழாரம் சூட்டுகிறார்.

நீதிநெறி உணர் மாந்தராகி வாழும் நிலை உணர்ந்து எல்லோரிடமும் அன்பு கொண்டு, தொண்டாற்றி, இன்பம் காண்போம் என்கிறது வேதாத்திரியம். அதுவே இறைஉணர்வின் பயனாகும்.

இதனை திருமந்திரம்,

“அன்பும் சிவமும் இரண்டென்பார் அறிவிலார்
அன்பே சிவமாவது யாரும் அறிகிலார்
அன்பே சிவமாய் யாரும் அறிந்தபின்
அன்பே சிவமாய் அமர்ந்திருந்தாரே” என்றும்,

“நடமாடும் கோயில் நம்பர்க்கு ஒன்று ஈயில் படமாடும்
கோயில் பகவற்கது ஆமே”

என்றும் திருமந்திரம் கூறுவதை காணலாம்.

மக்கள் தொண்டே மகேசன் தொண்டாகிறது. “இந்த சிறியர்க்கும் செய்த நன்மை ஒன்றை நீங்கள் எனக்கே செய்தீர்கள்” என்பது பைபிள் வாசகம்.

உள்ளம் கோயில், உடல் ஆலயம், உயிர் இறைவன் என அமையும் நிலையே இக்கருத்திற்கு உரமாக அமைகிறது.

நான் யார்?

புலனடக்கம், நல்ல எண்ணங்கள் உடைய மனதில் தன்முனைப்பு நீங்கும். பரம்பொருளுடன் ஒன்றி நிற்கும் நிலை வரும்.

இறைநிலையாகவே நாம் இருக்கிறோம் என்ற விடையினை நான் யார் என்ற வினாவிற்கு நாம் பெறுகிறோம்.

“தன்னை அறியத் தனக்கொரு கேடு இல்லை
தன்னை அறியாமல் தானே கெடுகின்றான்
தன்னை அறியும் அறிவை அறிந்தபின்
தன்னையே அர்ச்சிக்கத் தான் இருந்தானே” (திருமந்திரம்)

‘நான் யார்’ என்கிற கேள்விக்கு விடை கிடைத்துவிட்டால், நமக்கு எந்தத் துன்பமும் வராது. அது தெரியாதவரை பிரச்சனைதான்.

‘தன்னை அறி’யும் அறிவுமட்டும் வாய்த்துவிட்டால், அதன்பிறகு அந்த ஆன்மாவே நமக்குத் தலைவனாக, வழிகாட்டியாக, கடவுளாகத் தோன்றும், மற்றவர்களை வணங்கி வழி தேடாமல், நம்மை நாமே வணங்கத் தொடங்கிவிடுவோம்.

மனித குலம் ஒன்றே, இறைவன் ஒருவன், நல்லதே நினை, எமன் உனை நெருங்கமாட்டான் என்ற கருத்தை ஒன்றே குலமும் ஒருவனே தேவனும் நன்றே நினைமின் நமனில்லை என்ற தத்துவங்களை திருமந்திரத்தில் காணலாம்.

இந்திருமந்திரத்தின் சாரமே தெய்வம் என்பது ஒன்றா பலவா? ஒன்று எனில், எந்தப் பேராற்றலை தெய்வம் என ஏற்றுக் கொள்ளலாம் என்பது வேதாத்திரி மகரிசியின் கேள்வியாக மலர்கிறது.

இம்மகான்களின் சமூகப் பார்வை மிகப் பரந்து விரிந்தது.

**“ஒன்றே குலமும் ஒருவனே தேவனும்
நன்றே நினைமின் நமனில்லை”**

சமுதாய, சமய ஒருமைப் பாட்டை உலகுக்கு முதன் முதலில் எடுத்துச் சொன்னவர் அறிஞர் திருமூலரே.

“அகர முதல எழுத்தெல்லாம் ஆதி பகவன்” என்று மொழி ஒருமைப்பாட்டைக் கண்டவர் திருவள்ளுவர்.

எல்லா உயிரும் என்னுயிர்போல் எண்ணி இரங்க நின் தெய்வ அருட் கருணை வேண்டியவர் தாயுமானவர்.

**“அலகிலாத் தலைவர்கள் அரசசெய் தத்துவ
உலகெலாம் விளங்க வோங்குசெஞ் சுடரே”**

என்று அருட்பெருஞ்ஜோதியாய் ஆன்ம நேய ஒருமைப்பாடு கண்டவர் வள்ளலார்.

வாழையடி வாழையாய் வள்ளுவர் முதல் வள்ளலார் வரை வந்த தமிழ்திருநாட்டில் வாழ்வுக்கு வழிகாட்டியாய் வந்தவர் வேதாத்திரி மகரிசி.

**“எண்ணிறந்த மதங்கள் உண்டு மனிதருக்கு
எனினும் தெய்வம் என்பதொன்றேயாகும்
நுண்ணிய ஆராய்ந்தறிந்த அறிஞர் செய்த
நூல்கள் எல்லாம் மனிதர் தங்கள் முயற்சியாலே
எண்ணத்தைத் தியானத்தால் பண்படுத்தி
எங்கும் நிறை பூரணத்தின் தன்மைகண்டு
மண்ணுலகில் ஏழ்மை, பஞ்ச பாதகத்தை
மாற்றி உயர்வாய் வாழும் வழியைக் காட்டும்”**

திருமூலர் தொடங்கி முறையாய் வாழும் முறையை பயிற்சியாக்கி
மானுடத்திற்கு தந்தவர் நமது வேதாத்திரிய மகரிசியே.

திருமந்திரம் தவமொழி மட்டுமல்ல வாழ்வு தருமொழி. நான்
பெற்ற இன்பம் பெறுக இவ்வையகம் என்னும் உணர்வுடன் மக்களைச்
செயல்பட வைக்கும் அழைப்பு மொழி.

ஊன் பற்றி நின்று உணர்வினை உயிர்ப்பிக்கும் இத்திருமந்திரத்தைப்
பற்றப் பற்ற தலைவனாம் இறைவனின் தரிசனம் அதன் வழி
காணப்பெறும் என உறுதி தருமொழி.

துன்பக் கடல் கடக்க உதவும் அறிவுத் தோணி. தானமும் தவமும்
கொண்டே வினைக்கடல் வென்று அருட்கடல் புகலாம் என வழி
சொன்னது திருமந்திரம்

**“திளைக்கும் வினைக்கடல் தீர்வுறு தோணி
இளைப்பினை நீக்கும் இருவழி உண்டு
கிளைக்கும் தனக்கும் அக்கேடில் புகழோன்
விளைக்குந் தவம் அறம் மேற்றுணையாமே.”**

நாம் வினைக்கடலில் தவித்துக் கொண்டிருக்கின்றோம். அதனை
நம் வாழ்வு என்று நம்பிக்கொண்டிருக்கின்றோம். இந்த வினைக்கடலைக்
கடக்கத் தோணிகளாக - துன்பக் களைப்பை நீக்கும் இருவழிகள் உள.

நமக்கும் நம் சுற்றத்தவர்க்கும் குற்றமற்ற தன்மையையும் புகழையும்
தரும் தவம் அறம் என்பவற்றை மேற்கொள்ளுதலே அவ்வழிகள்.

இன்றைய காலகட்டத்தில் எம் இனத்தின் இன்மைகள் போக்கி
நன்மைகள் செய்ய இந்தக் கொடுத்தல் - பகிர்தல் என்பதே ஒரே வழி.

**“யாவார்க்குமாம் இறைவற்கு ஒரு பச்சிலை
யாவார்க்குமாம் பசுவுக்கு ஒரு வாயுறை
யாவார்க்குமாம் உண்ணும் போதொரு கைப்பிடி
யாவார்க்குமாம் பிறர்க்கு இன்னுரை தானே”**

என்னும் திருமந்திரம் இன்றைய காலகட்டத்தில் நாம் பிறர்க்கு உதவிடல்
வேண்டும் என்பதைக் குறிக்கும் பெருமந்திரம்.

பச்சிலை கொண்டு பரமனைப் போற்றலாம். பச்சைப்புல் கொண்டு பசுவின் பசியாற்றலாம். அவ்வாறே ஒரு கைபிடிச் சோறு ஊட்டியே பசிப்பிணி போக்கலாமே. அதுவும் இல்லையேல் இன்னுரை கூறியே பிறர் துன்பம் ஆற்றலாமே.

எளிமையான மொழியில் நாம் வாழவும் பிறரை வாழவைக்கவும் ஆண்டவன் தரும் அழைப்பாக இதனை ஏற்றுத் துன்புற்று நிற்கும் நம்மக்களுக்கு அன்புற்றுப் பணி செய்ய இத் திருமந்திரம் அழைக்கிறது.

தானமும் தருமமும் தள்ளிவைக்கப்படாது செய்யப்பட வேண்டிய மனிதப்பணிகள். அதனைச் செய்தலே அறம். அதனைச் செய்தலே தவம். அறவழியான தன்னலமற்ற வாழ்வே அன்புற்றமர்தல். அறமே இறைவனை நாம் தாங்குவதற்கான வழி. அன்பே இறைவன் எம்மைத் தாங்க வைப்பதற்கான வழி.

இதைத்தான் “தொண்டாற்றி இன்பம் காண்போம்” என்று வேதாத்திரியார் சொல்கிறார்.

குரு அருளிய அருமறைவழியே முறைப்படி அகத்தவமாகிய யோகத்தில் பொருந்தி உடம்பில் தெளிவு தோன்றினும் காற்று, மழை, மின்னல், இடி முதலியன உடம்பில் மோதினும் அசையாமல் இருந்து கருதிய நிலையில் இருப்பார்க்கு யோகமானது வெளிப்பட்டுச் சிவத்தோடு ஒன்றியிருப்பர் என்கிறார் திருமூலர்.

“எண்ணம் தானாக எழுந்து அலையாமல்

எண்ணத்தில் எண்ணமாய் இருப்பதே யோகம்.”

உலகமும் தன்னோடு தொடர்புடைய உடம்பும் நிலைபெற்ற திருவருளால் கிடைத்தன.

அறிவிற்கு அறிவாகிய ஞானமே யான் என்ற செருக்கை அகற்றி ஞானத்தின் வழி யோகத்தைப் பெற்று திருவடிப் பேற்றினை நாடுதல் தவமும் ஞானமும் ஆகும்.

“ஞானத்தின் ஞானமே நானென தென்னாமல்

ஞானத்தின் யோகமே நாதாந்த நல்லொளி

ஞானக் கிரியையே நன்முத்தி நாடலே”

என்கிறார் திருமூலர்.

இதனை வேதாத்திரி மகரிசி, ஐம்புலன்கள் வழியாக அறிவு பலநாள் இயங்கி நிம்மதியைத் தேட அந்த நிலையறிந்த குரு அருளால் நினைவு தன்னை பயனே ஞானமேயாகும் என்பார்.

திருமூலரும் வேதாத்திரி மகரிசியும் பூத உடலை உதிர்த்து விட்டாலும் அவர்களது சிந்தனைகள் நம்மை வழி நடத்தி வருகிறது.

மாபெரும் இந்த சித்தர்கள், ஞானிகளாக, யோகிகளாக, உளவியலாளராக விளங்கியவர்கள்.

உயிரியல், வானியல், சோதிடவியல், தமிழியல், மருத்துவ இயல், பண்பாட்டியல். தனிமனித வாழ்வியல், இலக்கணவியல், கலை இயல், கல்வியியல், மரபியல். கவியியல், இறையியல், சமுதாய இயல், உயிர் பண்பியல், சீர்திருத்த இயல் அனைத்திலும் சிறந்தோங்கி மாணுடத்தை இன்றும் என்றும் வழி நடத்தி வருகிறார்கள்.

இன்றைய ஞானவழிகாட்டியாக மகரிசியும் திருமூலரும் போற்றப்பட்டு வருகிறார்கள்.



துணை நின்ற நூல்கள்

1. வேதாத்திரி மகரிசியின் பொன்மொழிகள் 5000 - பானுகுமார்-விஜயா பதிப்பகம்-கோயம்புத்தூர்
2. தமிழ் விக்கிப்பீடியா
3. காயகல்ப பதிவேடு. வேதாத்திரி மகரிசி, வேதாத்திரி பதிப்பகம்
4. ஞானக்களஞ்சியம். வேதாத்திரி மகரிசி, வேதாத்திரி பதிப்பகம், ஈரோடு
5. வேதாத்திரியச் சிந்தனைகள்- தமிழ்ப் பல்கலைக்கழகம்-தஞ்சாவூர்
6. வேதாத்திரியத்தில் சமூகவியல் இறையியல் சிந்தனைகள்-உலகத் தமிழாராய்ச்சி நிறுவனம், சென்னை
7. திருமூலர் திருமந்திரம், திருப்பனந்தாள்
8. திருமந்திரம் காட்டும் சமுதாயம், இரா. செல்வகணபதி
9. திருமந்திரம், சமாஜப் பதிப்பு
10. வேதாத்திரி மகரிசியின் சொற்பொழிவுகள்
11. உலக சமாதானம், வேதாத்திரி மகரிசி, வேதாத்திரி பதிப்பகம்
12. மாக்கோலமாய் விளைந்த மதிவிருந்து, வேதாத்திரி மகரிசி, வேதாத்திரி பதிப்பகம்



ஆசிரியர் பிற 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
- மகாவீரரும் வேதாத்திரி மகரிசியும்
- ஞாலம் போற்றும் ஞானிகள்
- தினசரி தியானம்
- வாழ்வை வளமாக்கும் எண்ணங்கள்
- வேதாத்திரியத்தில் கலந்த நதிகள்



குறிப்புகளுக்காக...

குறிப்புகளுக்காக...