மலர்-1 இதழ்-10 ஜனவரி 16-31 இலவச புத்தகம் www.aanmeegamalar.com

ஆன்மிகமலர் டிரஸ்ட் வெளியீடு

ஆன்மிகமலர்

மெயில் புக்

மாதமிருமுறை

ஆன்மிகத் தேடலின் புதிய அடையாளம்!!

உலக வரலாற்றில் முதன்முறையாக இமெயிலில் வெளிவரும் புத்தகம்

தேவதைகளை மகிழ்விக்கும் ஊஞ்சல்

இந்துமதம் கூறும்

பிரம்மச்சரியம், கிரகஸ்தம், வனபிரஸ்தம், சன்யாசம்

யக்ஷினிகள்

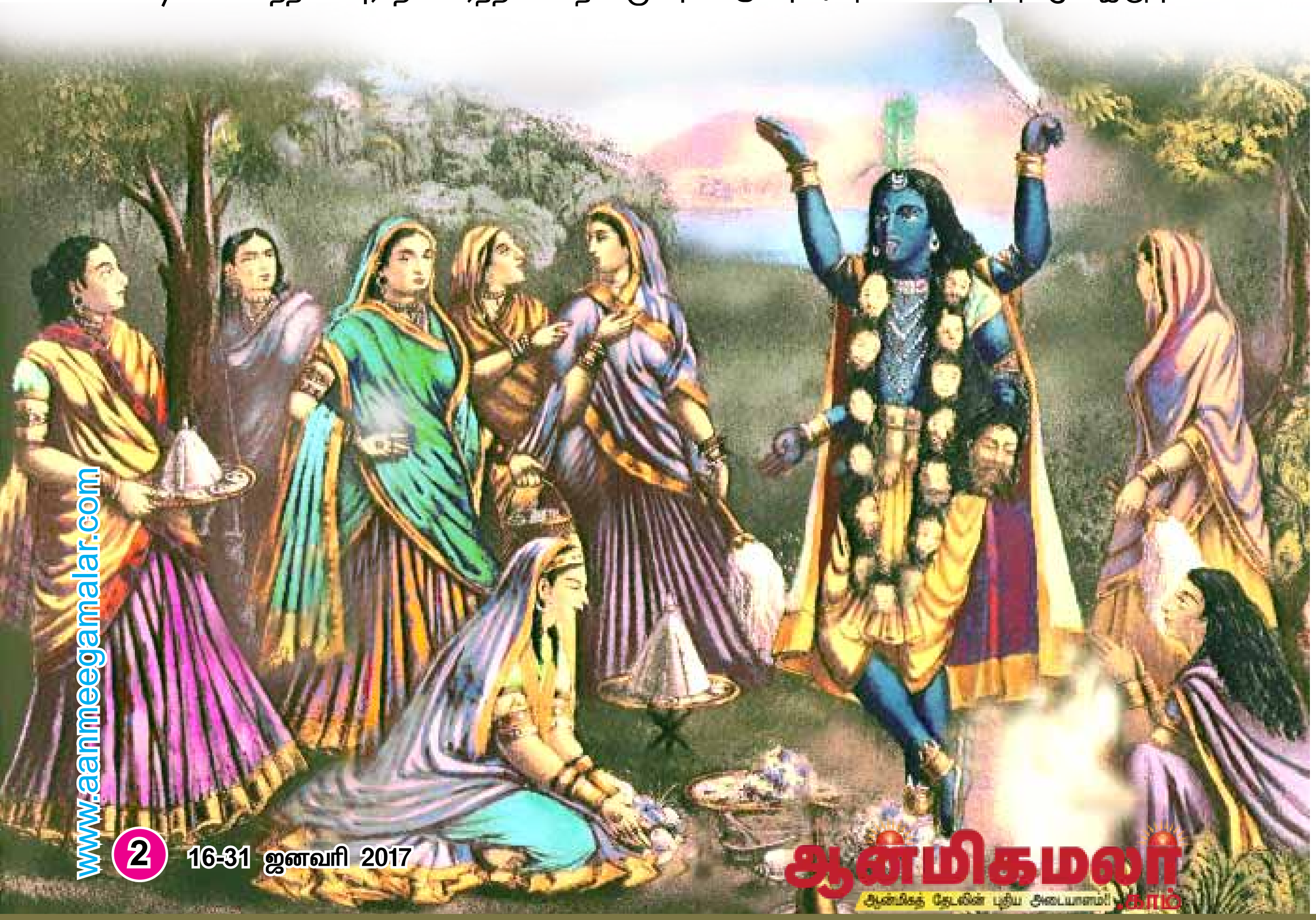
வழிபாடும் வழிபடுவதால் கிடைக்கும் அதி அற்புத பலன்களும்

இறைவனை வழிபட பல்வேறு வழிமுறைகளை நமது முன்னோர் கூறியிருந்தாலும், ஒரு சில காரண காரியங்களுக்காக ஒரு சில ரகசிய முறை களை மறைத்தே வைத்திருந்தனர். மக்களுக்கும், நாட்டிற்கும், உயிரினங்களுக்கும் தீமையாக அமையக் கூடாது என்ற நல்ல நோக்கம்தான் அவர்கள் ரகசியத்தை மறைத்ததற்கு காரணம்.

அந்த வகையில் தற்போது யக்ஷினி வழிபாடு என்பது மிக வேகமாக மறைந்து வரும் ஒரு வழிபாடக இருக்கிறது.

குபேரரின் வழிநடத்தப்படும் யக்ஷினி மற்றும் யக்ஷர்களை பற்றி பல புராதன கிரந்தங்கள் நமக்கு வழிகாட்டியுள்ளன. இதில் “தந்த்ரராஜதந்த்ரம்” மற்றும் “உத்தமரேஸ்வரதந்தரம்” மிக முக்கிய மான ஒன்றாகும். யக்ஷினிகளை வைத்து முடிக்க முடியாத பல காரியங்களையும், அனைத்து விஷயங்களையும் முடிக்கலாம் என கூறியுள்ளன அந்த புராதன நூல்கள்.

இவை மிகுந்த உண்மையும் கூட. ஆனால் மிக மிக எச்சரிக்கையாக இருக்க வேண்டிய ஒன்று இந்த யக்ஷினி வழிபாடு. யக்ஷினிகளை நம் தேவைக்காக உபாசனை செய்யலாமே தவிர புரஸ்சரணம் செய்வதென்பது தகுந்த குரு தமக்கு உதவும் நிலையில் எந்நேரமும் இருந்தால்



மட்டுமே செய்யக்கூடும்.

உபாசனை என்பது அன்றாட வழிபாடு. புரஸ்சரணம் என்பது கடுமையான நியம நிஷ்டைகளோடு தகுந்த தேவதை எட்சிணியை அழைத்து காரியம் சாதிப்பது எனலாம். யட்சினிகள் பல்வேறு இருந்தாலும் இதில் மிக முக்கியமானது 34 வகை யக்ஷினிகள் மட்டுமே. அந்த யக்ஷினிகளை வணங்கினால் என்ன பலன் கிடைக்கும் என்பதைதெளிவாக வாசகர்களுக்கு தெரியப்படுத்துகிறோம்.

விசித்ரா: அன்பானவள் அன்பை நம் சொந் தங்களிடம் பிறரிடம் பெற இந்த யக்ஷிணியை உபாஸிக்க, காரியம் சித்திக்கும்.

விப்ரமா: மோகம்கொண்டவள் காதலில் வெற்றி பெற மேலும் கணவன் மனைவி ஒருவொருவர் பரஸ்பரம் மோகிக்க செய்ய, தாம்பத்திய தேவைகளுக்கு பூஜிக்கப்படுபவள்.

ஹம்ஸி: அண்ணப்பறவையை போல தோற்றம் கொண்டவள் வேலை இடத்தில் இடையூறு, கோர்ட்டில் வழக்குகள் வெற்றி பெற, எதிரி கள் தொல்லையில் இருந்து விடுபட வழிபாடு செய்யப்படுபவள்.

பிஷாஷினி: திகிலூட்டும் தோற்றம் கொண்ட வள் பெயர் ஒன்றே போதுமே இவளை வர்ணிக்க..

ஜனரஞ்சிகா: ஆண்களுக்கு மகிழ்ச்சியை ஆனந்தத்தை தருபவள்

விஷாலா: கருத்த பெரும் விழிகள் கொண்ட வள் பெரும் தனத்தை தர வல்லவள் எனினும் மிகுந்த கோபம் கொண்டவள்.

மதனா: காமம் கொண்டவள் மாயமாய் மறை யச்செய்யும் சக்தி கொண்ட யக்ஷினி இவள்.

கண்ட்டா: மணியானவள் தம்மை வழிபடு வோரை உலகமே மோகிக்க செய்யும் தன்மை கொண்ட யக்ஷினி.

கலகர்ணி: கலச குண்டலங்களைஅணிந்தவள் அனைத்து வெற்றியையும் அள்ளித்தருபவள்.

மஹாபயா: மிகவும் பயமுறுத்தும் தோற்றம் கொண்டவள்

மஹேந்திரி: மிகவும் சக்திகொண்டவள் தம்மை பூஜிப்போரை காற்றில் பறக்கவைக்கும் சக்தி இவளுக்கு உண்டு.

ஷங்கினி: சங்கின் தோற்றமுடையவள் அனைத்து தேவைகளையும் பூர்த்தி செய் பவள்.

சந்திரி: நிலவின் தோற்றமுடையவள் கேட்ட தை கொடுப்பவள்.

ஷ்மஷனா: மயானத்தில் வசிப்பவள்.

வடயக்ஷினி: பொன் பொருள் ஆபரணங்களை அருள்பவள். மாய மந்திர வித்தைகளில் தேர்ச்சி தருபவள்.

மேகலா: காதலை அள்ளித்தருபவள்

விகளா: உணவு, தானியங்களை தருபவள்.

லக்ஷ்மி: பொன்,பொருள், ஆடை ஆபரணங்கள் அனைத்தும் தருபவள்.

மாலினி: பூவை போன்றவள் எவ்வித எதிர்ப்பையும் இவள் ஆசி இருந்தால் அடித்து நொறுக்கலாம்.

ஷடபத்ரிகா: நூறு பூக்களின் தோற்றமுடைய வள்

ஷுலோச்சனா: அழகிய கண்களை கொண்ட வள் எவ்வித இடத்திற்கும் நொடிப்பொழுதில் நம்மை சேரவைக்கும் சக்தி கொண்ட யக்ஷினி.

ஷோபா: அழகிய தோற்றம் மற்றும் வேண்டியதை தரும் யக்ஷினி தேவி.

கபாலினி: மண்டை ஓட்டை மாலையாய் கொண் டவள் கபால மோட்சம் கொடுக்க வல்லவள்.

வரயக்ஷினி: கேட்கும் வரத்தை அளிப்பவள்.

நடி: நடிகையானவள் மறைந்திருக்கும் புதை யலை இவள் ஆசி கொண்டு எடுப்பது வழக்கம்.

காமேஸ்வரி: காமத்தை கொடுப்பவள்.

மனோஹரா: கண்கவர் தோற்றம் கொண்ட வள் தம்மை பூஜிப்போரை அவளை போன்றே தோற்றமுறச்செய்பவள்.

ப்ரமோதா: நறுமணமானவள் : வாழ்வில் வசந்தம் தருபவள்.

அனுராகினி: உணர்ச்சிமிக்கவள் பொன்னை தரும் தேவி.

நாககேஷி: சர்ப்பங்களின் சக்தியை அளிப் பவள்.

பாமினி: பெண்களை வசீகரிக்கவும், புதையலை தேடி எடுக்கவும் உதவும் யக்ஷினி.

பத்மினி: பொன் பொருள் வீடு பேறு தருபவள்.

ஸ்வர்ணவதி: இவளை பூஜிக்க அஷ்டமாசித் தும் கைகூடும்.

ராத்ரிப்ரியா: காதல் கொண்டவள் அன்பான வர்கள் ஒன்று சேர வழிபடப்படுபவள்.

அனைத்து கெடு பலனையும் விரட்டியடிக்கும் கருமஞ்சள்

தொட்டதெல்லாம் பொன்னாக்கும் கரு மஞ்சளில் காளியும், பைரவரும் வசிக்கிறார்கள் என்று சாஸ்திரங்கள் உரைக்கின்றன.

இந்த கரு மஞ்சளை சிவப்பு பட்டு துணியில் கட்டி கழுத்தில் அணிந்திருந்தால் நாம் செய்யும் செயல்களில் எல்லாம் எதிர்பாராத வெற்றிகளை கொடுக்கும், வாழ்வில் எதிர்பாராத முன்னேற்றங்களை கொடுக்கும், எதிர்பாராத தன வரவுகளையும் பொருள் வரவுகளையும் உண்டாக்கும், இதுவரை வெளியில் கொடுத்து திரும்பி வராத பணம் திடீரென எதிர்பாராமல் நல்லபடியாக வந்து சேரும்,

அற்புதமான முன்னேற்றத்தையும் பண வரவுகளையும் தருவதால் வியாபாரிகள் கட்டாயம் அணியவேண்டியது கருமஞ்சள் ஆகும். வாழ்வில் எதிர்பாராத வெற்றிகளை கருமஞ்சள் பெற்றுத்தரும். ஆகையால் வாழ்வில் வெற்றியையும் முன்னேற்றத்தையும் விரும்பும் அனைவரும் கருமஞ்சள் அணியலாம்.

கருமஞ்சளின் மருத்துவ குணங்களை பார்க்கும்போது கொடிய நோய்களை குணப் படுத்த கூடியது, ஏழரை சனி, அஷ்டம சனி மற்றும் கெடுதலான திசை புத்திகள் நடந்தாலும் மற்றும் மாந்த்ரீக பாதிப்புகளால் நீங்கள் துன்பப்பட்டுக் கொண்டு இருந்தாலும் கருமஞ்சள் அணிவதால் நிச்சயம் வெற்றிகள் உண்டாகும்.

துஷ்ட சக்திகளை விரட்டியடிக்கும் கருப்பு நிறம்

வீட்டில் கருப்பு மீன், கருப்பு நாய், கருப்பு மாடு போன்றவற்றில் ஒன்றை தங்கள் வசதிக்கேற்ப வளர்த்து, தங்கள் கையாலேயே உணவு கொடுத்து வளர்த்து வந்தால், காத்து கருப்பு எனும் துஷ்ட சக்திகள் நம்முடைய உடலில் தோஷங்களாக நுழைவதை தடுத்திடும்.

பரிகாரமாக கருப்பு ஜீவ ராசிகளை சில நாட்களோ அல்லது சில மாதங்களோ வளர்த்து, அந்த ஜீவராசிகளை யாருக்காவது தானமாக கொடுத்தால் நம்முடை தோஷம் போகும் என்கிறது சாஸ்திரம்.

அதனால்தான் சில கிராமத்தில் கருப்பு ஆடு, கருப்பு கோழியை வளர்த்து கோவிலுக்கு கொடுக்கும் வழக்கம் இன்றும் இருக்கிறது.

நல்ல தீபம் கெட்ட தீபம்

காலை எழுந்தவுடன் தனது உள்ளங்கைகள், பசு, கோவில் கோபுரம், இறைவனின் திருவுருவப் படம் இவற்றை பார்க்கவேண்டும்

தினசரி விளக்கேற்றுவது சிறப்பு. செவ்வாய் மற்றும் வெள்ளிகளில் 5 முகம் கொண்ட விளக்கேற்றுவது இன்னும் சிறப்பு.

விளக்கை அமர்த்துதல் அல்லது மலையேற்றுதல் என்று தான் சொல்லவேண்டும். ‘அணைப்பது’ என்ற வார்த்தையை உபயோகிக்கவே கூடாது. அது அமங்கலச் சொல்லாகும்.

விளக்கை தானாக மலையேற விடக்கூடாது, ஊதியும் அமர்த்தக்கூடாது. புஷ்பத்தினாலும் மலையேற்றக் கூடாது. அப்போ எப்படித் தான் சார் மலையேற்றுவது என்று தானே கேட்க்கிறீர்கள்? தீபத்தை எப்போதும் கல்கண்டை கொண்டு தான் அமர்த்தவேண்டும்.

தீபம் நல்ல காரியங்களுக்கம் பயன் படுத்தப்படுகிறது. கெட்ட காரியங்களுக்கம் பயன் படுத்தப் படுகிறது.

நல்ல தீபம் போடுவது எப்படி அசுப தீபம் போடுவது எப்படி என்று தெரியுமா சுபகாரியங்கள் செய்யும் பொழுது முதலில் சுத்தமான என்னையைய் விளக்கினுல் உள்ளே ஊத்த வேன்டும் பிறகு தான் சுத்தமான திரி உள்ளே நனைத்து அதன் பின் தீபம் ஏற்ற வேன்டும்

தீபம் ஏற்றும் போது ஒருதடவை எதாவது நல்ல மந்திரம் உச்சரித்து கொன்டு தீபம் ஏற்றும் பொழுது ஒரு லட்சம் முறை மந்திரம் சொன்ன பலன் கிடைக்கும்.

கெட்ட காரியம் அதாவது (யாராவது இறந்து விட்டால்) முதலில் திரியைய் வைத்து அதன் பிறகு தான் என்னையைய் ஊற்ற வேன்டும் அதன் பின்தான்தீபம் ஏற்ற வேன்டும் ஏற்றிய தீபத்தை சுடுகாட்டுக்கு மரணித்தவரின் உடலை தூக்கி சென்றவுடன் அந்த தீபத்தை முச்சோந்தியில் போட்டு உடைத்து விட வேன்டும்.

விளக்கேற்றுவதால் ஏற்படும் நன்மைகள் பற்றி
மேலும் அறிந்து கொள்ள பக்கம்
14 முதல் 16 வரை பார்க்கவும்

அற்புதமான
சூரிய சாதனா பயிற்சி

சூரியனை வழிபடும் தினமாக பொங்கல் தினம் கொண்டாடப்படுகிறது. இந்தியாவின் பிற மாநிலங்களில், இந்த தினம் மகர சங்கராந்தி என்று அனுசரிக்கப்படுகிறது. இந்த தினத்தினை பற்றி தியான் ஆசிரமத்தின் வழிகாட்டி மற்றும் யோகா குரு “யோகி அஷ்வினி” விளக்கம் தருகிறார்.

நமது வாழ்வின் அனைத்து சக்தியும் சூரியன் மற்றும் சந்திரனை சார்ந்தது. சூரியனின் ஆற்றல் மிகவும் முக்கியமானது. பூமியில் எல்லா உயிரினங்களும் சூரியனைத்தான் சார்ந்து உள்ளது. வேத கால ரிஷிகள் சூரியனை பிரதா னமாக வழிப்பட்டனர். பகவத் கீதை சொல்கிறது, நாம் எதை பின்பற்றுகிறோமோ அதுவாகவே மாறுகிறோம். அப்படி என்றால் சூரியனை வழிபடுவதன் மூலம் அதன் பொலிவு நமக்கும் சேரும். ரிஷிகள் சூரியனை போல் பிரகாசமாக இருந்தார்கள் என்பதில் எந்த சந்தேகமும் இல்லை.

விஸ்வாமித்திர ரிஷி சூரியனை வழிபட்டார், மகா காயத்திரி மந்திரத்துக்கு அதிபதி ஆனார். அந்த மந்திரத்தினால் தனி ஒரு உலகத்தையே படைக்கும் சக்தி அவருக்கு இருந்தது. சூரியன் ஞானத்தின் தேவன். சூரியனின் அதிதேவதை காயத்ரி தேவி. சூரியன் அனுமனின் குரு.சூரியன் சூரிய வம்சத்தின் மூதாதையர். பகிராத், அரசன் ராகு, பகவான் ஸ்ரீ ராமன் எல்லோரும் சூரிய வம்சத்தின் வழி தோன்றல்கள்.

மதங்கள் பிறக்கும் முன்னே சூரியன் இருக்கிறார் என்பதில் எந்த சந்தேகமும் கிடையாது. மதங்களின் பெயரால் கடவுள் இருப்பார் என்றால் சூரியன் எப்படி பொது மனிதனாக இருந்திருக்க முடியும். சூரியன் அடிப்படையில் மதங்களைக் கடந்தவர்.

சமீபத்தில் மேற்கத்திய பல்கலைகழகம் ஒன்று, சூரியனின் சப்தத்தை ஒலிபதிவு செய்துள்ளது. அந்த சப்தம் என்ன தெரியுமா?. அது “AUM” என்னும் சப்தம். ஆயிரக்கணக்கான வருடங்களுக்கு முன் ரிஷி பரத வர்சா ஓம் என்னும் மந்திரத்தைப் பற்றி எடுத்துக் கூறினார். படைப்பின் ஆதியில் ஓம் என்னும் சப்தம் தான் முதலில் ஒலித்தது. இந்த சப்தத்தில் இருந்து நிறங்கள் உருவானது. பின் ஐந்து பூதங்கள் உருவானது. இப்படித்தான் படைப்பு உருவாகியது.

“மகர சங்கராந்தி”. சங்கராந்தி என்பது மாற்றம் என பொருட்படும் சமஸ்கிரதச் சொல். இந்த தினம் சூரியன் ஒரு ஆற்றல் நிலையில் இருந்து இன்னொரு ஆற்றலுக்கு இடம் பெயர்வதைக் குறிக்கிறது.

நமது பண்டைய இந்தியர்கள் ஆற்றலின் பல்வேறு பரிமாணங்களையும், அதன் மாற்றங்களையும் நன்கு உணர்ந்தவர்கள். அதனால் தான் சூரியனில் ஏற்படும் ஆற்றல் மாறுபாட்டை மகர சங்கராந்தி (பொங்கல்) தினமாக கொண்டாடுகிறார்கள். ஜோதிடப்படி இந்த தினம் சூரியன் மகர ராசிக்குள் நுழையும் தினம். சூரியனை சுற்றி வரும் பூமி, தக்ஷினாயத்தில் இருந்து உத்ராயனத்துக்கு மாறும் தினம், சூரியனின் வட துருவத்தில் இருந்து தென் துருவத்தை நோக்கி வரும் நாட்கள் தக்ஷினாயணம். தென் துருவத்தின் எல்லையை பூமி அடைந்த போது, பூமியின் மகர ரேகை மீது சூரியனின் பார்வைப் படுகிறது. இந்த தினம் முதல் பூமி, தென் துருவத்தில் இருந்து வட துருவத்தை நோக்கி பயணிக்கும். இதை உத்தராயணம் என்று குறிப்பிடுவர்.

ஆன்மிகமலர்.காம் ஆன்மிகத் தேடலின் புதிய அடையாளம்!

வேத கலாச்சாரப்படி 6 மாத உத்தராயண காலம் தேவ தேவியர்களுக்கு ஒரு பகல். 6 மாத தக்ஷினாயண காலம் ஒரு இரவு. இந்த தினம் மிகவும் உத்தமான தினமாக இருந்ததால் தான், மகா பாரதத்தில் பீஷ்ம பிதாமகர்' தந்து ஆத்மா உடலை விட்டுப் பிரிய இந்த தினத்தை தேர்ந்து செய்தார்.

எனது பல வருட அனுபவத்தின் மூலமாக சொல்கிறேன், சூர்ய சாதனா மிகவும் அற்புதமான பயிற்சி. ஆனால் பயிற்சி கண்டிப்பாக ஒரு குருவின் வழிகாட்டுதல் படித்தான் செய்ய வேண்டும். சூரிய சாதனா செய்யும் சாதகர்கள் மிகவும் பொலிவுடன் இருப்பார்கள். இந்த சாதனா மூலம் தேவ தேவியர்களுடன் தொடர்பு கொள்ளும், அந்த ரகசியத்தை நமக்குள் நாம் பெற முடியும். வேத கால ரிஷிகள் பல ஆண்டுகளாக தவம் செய்து அடைந்த பலனை, கலியுகத்தில் கண்டிப்பாக மிக எளியா சதனவினால் பெற முடியும். யுகங்கள் மாறும் போது சாதனாவின் ஆற்றலும் மாறும். அளப்பரிய ஆற்றலை அடைய சூர்யா சாதனா மிகவும் எளிமையான பயிற்சி. சாதனாவுடன் கொஞ்சம் சேவை சேர்ந்து இருந்தால் எளிதில் அடையலாம்.

மகர சங்கராந்தி தினம் சூர்யா சாதனா செய்ய மிகவும் அற்புதமான தினம். ஜனவரி 14 ,15 மகர சங்கராந்தி தினமாக கொண்டாடப்படுகிறது. ஆனால் யுகங்கள் மாற மாற காலத்தில் சில மாற்றங்கள் ஏற்படும். தியான் ஆசிரம சூர்யா சாதகர்களால் உணர்ப்பட்ட மகர சங்கராந்தி தினம் டிசம்பர் 21-22 ஆகும். இந்த நாளின் தான் சூரியன் மகர ரேகைக்குள் நுழைவதை அவர்களால் உணர முடிகிறது. ரிஷிகள் உணர முடிந்த இந்த அறிவியலை கலியுகத்திலும் உணர சாத்தியம். ஆனால் குரு இல்லாது யோகா சாத்தியம் இல்லை. ஓம் ஸ்ரீ குருவே நமக. ஹர ஹர மகாதேவ்.

குரு சிஷ்ய பரம்பரை வழியாக யோகா நெறியை கற்றுக்கொள்ள அணுகவும்.
அனுமதி முற்றிலும் இலவசம்.
9841430369,
Dhyan Foundation,சென்னை.
www.dhyanfoundation.com

இறை வழிபாட்டின் விஞ்ஞானம்

வீட்டின் பூஜை அறையில் விக்ரகங்களை வைக்கும் முறை

பூஜை செய்தல்

வீட்டில் பூஜை அறையோ அல்லது குலதெய்வ படங்களோ இல்லாவிடில் அதை முறைப்படி வாங்கி வீட்டில் பிரதிஷ்டை செய்ய வேண்டும். தெய்வங்களை இவ்வாறு அமர்த்த வேண்டும்: பிள்ளையார் நடுவிலும் முன்னணியிலும், ஆண் குலதெய்வத்தின் விக்ரஹமோ படமோ பிள்ளையாரின் வலது புறம், மற்ற ஆண் தெய்வங்கள் பிறகு வரிசையில் வைக்க வேண்டும். பெண் தெய்வங்களை இடதுபுறம் அமர்த்த வேண்டும். லக்ஷ்மி நாராயணர், சீதை சமேத ராமர் போன்ற படங்களில் பெண் தெய்வம் தனது நாயகனின் இடதுபுறத்தில் அமர்ந்து அனைவருக்கும் இருவரும் அருள்புரிவார். ஆணின் இடது பாகம் சந்திரநாடியை குறிக்கிறது, இதன் பொருள் ஆனந்தமும் தூய்மையும் ஆகும். இதுவே பெண் தெய்வத்தின் தாரக (காக்கும்) சக்தி. தம்பதியாக இருக்கும் தெய்வ படங்களில் ஆண் தெய்வமே முக்கியத்துவம் வகிப்பதால் பிள்ளையாருக்கு வலது புறம் வைக்க வேண்டும். சில படங்களில் பெண் தெய்வம் ஆண் தெய்வத்தின் வலதுபுறம் அமர்ந்திருப்பாள். வலது பாகம் சூரிய நாடியை குறிக்கும் மற்றும் மிகவும் சக்தி படைத்தவளாக திகழ்கிறாள்.

அவளது சக்தி மாரக (அழிக்கும்) சக்தியாகிறது. காளிவிலாஸ்தந்திரத்தில் பரமசிவனின் மார்பிலே அம்மன் காளி நடனம் ஆடுவதாக குறிக்கிறது. இத்தகைய ஒரு அவதாரத்தில் அம்மன் தனது நாயகனைவிட சக்திவாய்ந்தவளாக திகழ்வதால் படத்தை பிள்ளையாரின் இடதுபுறத்தில் வைக்க வேண்டும். ஆன்மீக வழிபாட்டை எவ்விதம் செய்ய விருப்பமோ அதுபோன்று காக்கும் அல்லது அழிக்கும் சக்தியுள்ள தெய்வ படங்களை அமர்த்த வேண்டும். குரு இருக்கும் சாதகர் தனியாக வாழ்ந்தால் குருவின் படம் வைக்க வேண்டும். மற்றவர்களும் இருந்தால் பிள்ளையாரின் வலதுபக்கம் குருவின் படமும், பிறகு மற்ற தெய்வங்களின் படங்கள் வைக்க வேண்டும்.

இதுவரை வழிபாடு செய்யாதவர் செய்ய விரும்பினால் கீழ்க்கண்ட முறையை பின்பற்ற வேண்டும்:

தினமும் விக்ரகங்களை துடைத்து காலையிலும் மாலையிலும் ஊதுவத்தி ஏற்ற வேண்டும்.

நிர்மால்யத்தை (பழைய மலர், இலை) அகற்றி விக்ரகங்களை துடைத்து வைக்க வேண்டும். மலர்களை சமர்ப்பித்த பின் தூபத்தை தரிசிக்க வேண்டும். பிறகு நெய்விளக்கு ஏற்றி ஆரத்தி எடுக்க வேண்டும்.

விக்ரகங்களையும் படங்களையும் துடைத்த பின் சந்தனப் பொட்டு இடவேண்டும். பிறகு அக்ஷதை, மஞ்சள், புஷ்பம், குங்குமம் போன்றவை சமர்ப்பிக்க வேண்டும். ஊதுவத்தி ஏற்றி, நெய்விளக்கு ஆரத்தி எடுத்து நைவேத்தியம் செய்து இறைவனை பிரார்த்திக்க வேண்டும்.

கோயில்களுக்கு செல்லுதல்

'द्रष्टा दृश्यवशात् बद्धः ।
दृश्याभावात् विमुच्यते ॥'

இதன் பொருள் என்னவென்றால் ஒரு 'ஜீவன்' வெளிப் பொருட்களைப் பார்ப்பதில் கட்டுப்பட்டது. அவைகள் இல்லாவிடில் ஜீவன் சுதந்திரமாகும். உதாரணத்திற்கு ஒருவருக்கு ஏதாவது சாப்பிடவேண்டும் என்றால் அவ்வுணவு கண்ணெதிரே தெரியும் வரை ஆசை இருக்கும். அது இல்லாமல் போனால் ஆசையும் மறைந்துவிடும். ஜீவன் ஒவ்வொரு நேரத்திலும் வெவ்வேறு காட்சிகளை காண்கிறது. இக்காட்சிகள் எப்போது அழியும்? பிரளயம் நேரிடும்போது தான் காட்சிகளும் மறையும் என்றால் பயனில்லை. ஏனெனில் ஜீவனும்

அழிந்துவிடும். வேதாந்தத்தின் அடிப் படையில் வெளிக் காட்சிகளின் படைப்பு பார்ப்பவரில் உள்ளது. பின் ஜீவாத்மா முக்தி பெற வேறு வழியே இல்லையா? நிச்சயம் உள்ளது. தனது பார்வையில் முக்தி அடைய உதவும் காட்சிகளை மட்டும் வைப்பது. இதனால் நமது குணம் தமோ குணத்திலிருந்து ரஜ, பிறகு ஸத்வத்திற்கு மாறும். லௌகீக பந்தங்களில் இருந்து விடுபடச் செய்யும் காட்சிகள் யாதெனின் ஆலயங்கள், இறைவனின் சிந்தனைகள். ஆன்மீக பிரவச்சனங்கள், கீர்த்தனைகள், பகவானின் அவதார மகாத்மியங்கள் போன்றவை இதற்கு உதவும். சொற்பொழிவுகளைக் கேட் டால் பகவானை அடைய ஆழ்ந்த பக்தி ஏற்படும். இதனால் ஆத்ம சாக்ஷாத்காரம் அடைவோம் என்று திரு காணே மஹாராஜ் கூறுகிறார்

ஆலயங்களுக்கு எப்போதெல்லாம் செல்ல வேண்டும்?

ஆரம்பத்தில் வாரத்தில் ஒரு முறையாவது கோயில்களுக்கு சென்று பகவானை தரிசித்து வழிபட வேண்டும். பிறகு தினமும் செல்ல வேண்டும். இறை அருள் பெற இது கட்டாயமாக செய்யவேண்டும். பிரதக்ஷிண துவக்கத்தில் ஒருமுறை செய்தால் போதும், பிறகு அதிக முறை செய்ய வேண்டும். ஆண் தெய்வ சன்னதியை இரட்டைப்படை எண்ணில் சுற்றிவர வேண்டும். பெண் தெய்வ சன்னதியை ஒற்றைப்படை எண்ணில் சுற்றி வரவேண்டும். பிள்ளையார் மற்றும் ஆஞ்சநேயரை ஒற்றைப்படை எண்ணில் ஏன் சுற்ற வேண்டும் என்ற விளக்கம் மற்ற நூல்களில் உள்ளது.

ஆலயத்தில் நாம ஜெபம்

கோயிலில் உருவாகும் ஸாத்வீகக் அதிர் வலைகளால் அங்கே நாமஜெபம் செய்வது தான் சிறந்தது. குறைந்தது 108 நாமங்கள் அல்லது ஒரு ஜெபமாலையோ ஜெபிக்க வேண்டும்.

அருகில் குலதெய்வ ஆலயம் இல்லை என்றால் வேறு ஏதாவது ஒரு கோயிலில் சென்று அங்குள்ள பகவானை பக்தி உணர்வுடன் வணங்கி நாமஜெபம் செய்ய வேண்டும்.

குல வழக்கத்தை கடைப்பிடித்தல்

நமது குல வழக்கத்தை கடைப்பிடிப்பது மிகவும் அவசியம். பிள்ளையார் சதுர்த்தி, நவராத்திரி வழக்கமாக கொண்டாடி வந்தால் நாமும் அனுசரிக்க வேண்டும். வருடம் தோறும் பண்டிகைக்கு தானம் கொடுப்பது வழக்கம் என்றால் அதையும் அனுசரிக்க வேண்டும். குல தெய்வ கோயில் தொலைவில் இருந்தால் ஆண்டுக்கு ஒரு முறையாவது தரிசிக்க வேண்டும். அருகில் இருந்தால் அடிக்கடி தரிசிக்க வேண்டும்.

கிராம தேவதையை வணங்குதல்

கிராம தேவதையை ஆண்டு திருவிழாவின் போது மட்டும் வழிபட்டு மற்ற நாட்களில் கோயில் குருக்களை நம் சார்பில் வழிபட சொல்வது தவறு. கிராம தேவதை அனைவரையும் காக்கும் தெய்வம், ஆகையால் தொடர்ந்து அக்கோயிலுக்கு சென்று வணங்கவே வேண்டும்.

தகவல் : சனாதனின் புனித நூல் 'கோவில் தரிசனம்', மேலும் விவரங்களுக்கு தொடர்பு : 9380949626

விளம்பரங்கள் வரவேற்கப்படுகிறது

உலகின் முதல் மெயில் புத்தகமாக வெளிவரும் நமது மாதமிருமுறை இதழுக்கு விளம்பரங்கள் வரவேற்கப்படுகிறது

முழு பக்க விளம்பரம் ரூ.5,000
அரைப்பக்க விளம்பரம் ரூ.2,500
விளம்பர ஏஜெண்ட்களுக்கு சிறப்பு சலுகைகள் வழங்கப்படும்

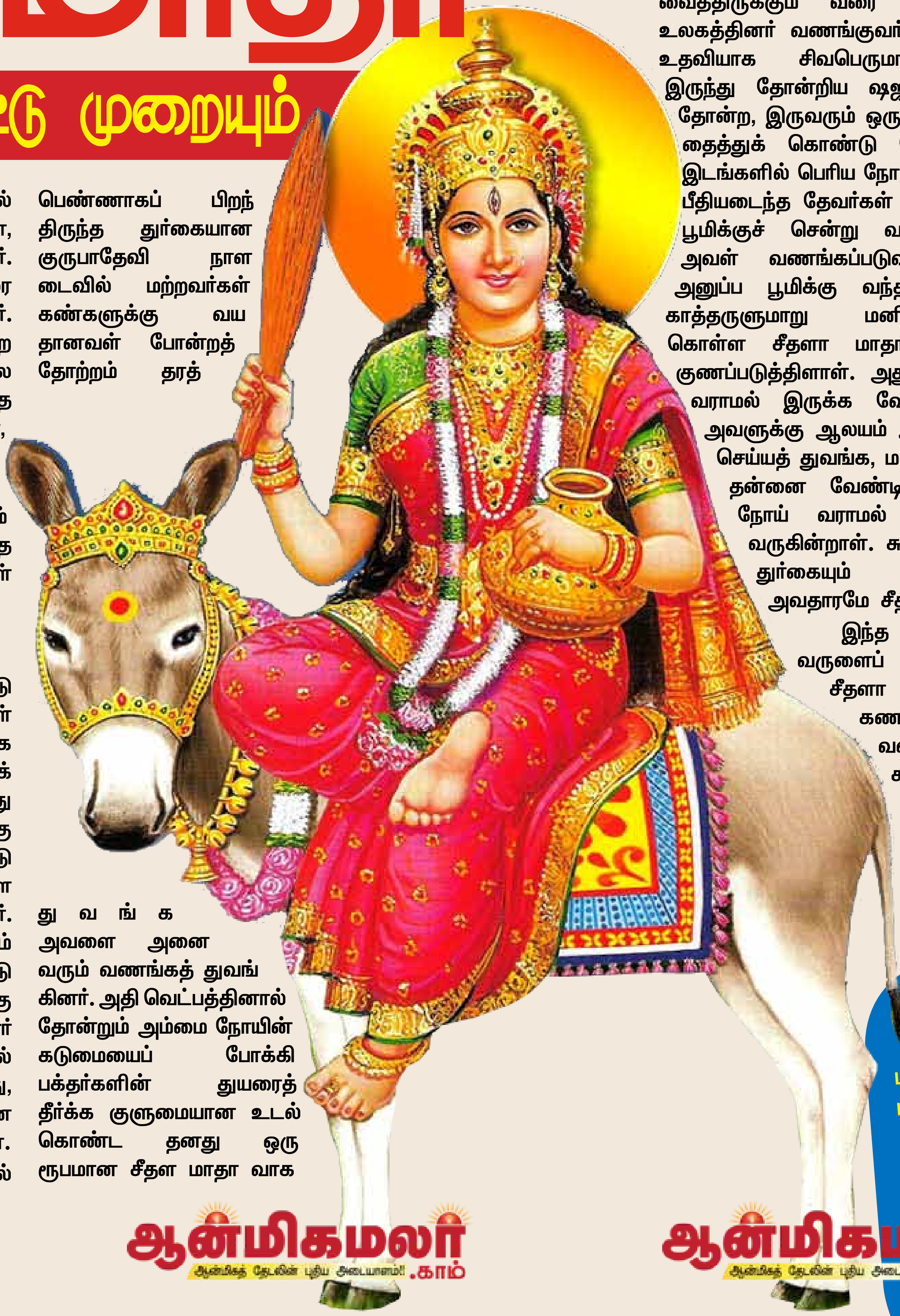
மேலும் விபரங்களுக்கு
8939499598 9677159070 7299992699

நிர்வாக அலுவலகம் aanmeegamalar.com
நெ.16/18, பாரதீஸ்வரர் காலனி, 4வது தெரு, கோடம்பாக்கம், சென்னை 600024

தவறாமல் படியுங்கள்
www.aanmeegamalar.com

அம்மையிலிருந்து காக்கும் சீதளமாதா

வரலாறும் வழிபாட்டு முறையும்



சீதளமாதா என்பவள் தென்னிந்தியாவில் மாரியம்மன், ரேணுகா, குளிர்ந்த நாயகி, எல்லம்மா, என அம்மனின் வடிவாக வழிபடப்படுகின்றாள். இதே அம்மன் வட இந்தியாவைப் பொறுத்தவரை சீதளா தேவி என்ற பெயரில் வணங்கப்படுகிறாள். ‘சீதளா’ என்றால் குளுமையானவள் என்ற அர்த்தத்தைத் தரும். சீதள மாதாவிற்குப் பல இடங்களிலும் பல ஆலயங்கள் உள்ளன. அந்த தேவியின் பெயரை வடநாட்டில் சீதள மாதா, மஹா மாயி, மாயி அன்னம்மா, சாத், சிடல் மாதா என்ற பெயர்களில் வழிபடுகின்றனர்.

இந்த சீதளமாதாவின் வரலாறு மிகவும் சுவாரஸ்யமானதாக விளங்குகிறது. இந்த அம்மனுக்கு இரண்டு வகையான வரலாறுகள் கூறப்படுகின்றன.

முதல்வரலாறு:

ரிஷி ஷரத்வன் என்பவருக்கு இரண்டு குழந்தைகள் இருந்தனர். அந்த குழந்தைகள் தன்னுடைய தவத்திற்கு இடையூறாக இருக்கின்றனர் எனக் கோபமடைந்து அவர்களைக் கொண்டு போய் காட்டில் விட்டுவிட்டு வந்து விட்டாராம். அப்பொழுது அந்த வனத்திற்கு வந்த சத்ருஜித் மன்னன் அழுது கொண்டு இருந்த குழந்தைகளைப் பார்த்து அவர்களை தானே எடுத்துச் சென்று வளர்க்கலானார். ஆண் குழந்தைக்கு கருபாச் சாரியா எனவும் பெண் குழந்தைக்கு குருபி எனவும் பெயரிட்டு வளர்த்தார். குருபியை துரோணாச்சாரியாருக்கு திருமணம் செய்து வைத்தார். துரோணாச்சாரியார் பாண்டவர்களுக்கும், கௌரவர்களுக்கும் வில் வித்தை பயிற்சிகளை அளித்து வந்த பொழுது, கிடைக்கும் நேரத்தில் குருபி இறைவனை குறித்து தியானம் செய்து கொண்டு இருந்தாள். ஒரு சாபத்தின் விளைவாக பூமியில் பெண்ணாகப் பிறந்திருந்த துர்கையான குருபாதேவி நாளடைவில் மற்றவர்கள் கண்களுக்கு வயதானவள் போன்றத் தோற்றம் தரத் துவங்க அவளை அனைவரும் வணங்கத் துவங்கினர். அதி வெட்பத்தினால் தோன்றும் அம்மை நோயின் கடுமையைப் போக்கி பக்தர்களின் துயரைத் தீர்க்க குளுமையான உடல் கொண்ட தனது ஒரு ரூபமான சீதள மாதா வாக துர்கை அங்கு தோன்றினாள்;.

இரண்டாவது வரலாறு:

இன்னொரு கதையின் படி சீதளமாதாவை பிரும்மா படைத்தார். அவளிடம் சிறிது உளுத்தம் பருப்பைக் கொடுத்து அதை அவள் வைத்திருக்கும் வரை அவளை கடவுளாக உலகத்தினர் வணங்குவர் என்றார். அவளுக்கு உதவியாக சிவபெருமானின் வேர்வையில் இருந்து தோன்றிய ஷஜூவாரரசுவா என்பவர் தோன்ற, இருவரும் ஒரு கழுதை மீது பருப்பை தைத்துக் கொண்டு செல்ல அது சிந்திய இடங்களில் பெரிய நோய் ஏற்பட்டது. அதனால் பீதியடைந்த தேவர்கள் அனைவரும் அவளை பூமிக்குச் சென்று வசிக்கும்படியும் அங்கு அவள் வணங்கப்படுவாள் எனவும் கூறி அனுப்ப பூமிக்கு வந்தவளிடம். தங்களைக் காத்தருளுமாறு மனிதர்கள் வேண்டிக் கொள்ள சீதளா மாதாவும் அந்த நோயை குணப்படுத்தினாள். அது முதல் அந்த நோய் வராமல் இருக்க வேண்டும் என்பதற்காக அவளுக்கு ஆலயம் அமைத்து வழிபாடுகள் செய்யத் துவங்க, மனம் மகிழ்ந்த தேவியும் தன்னை வேண்டிக் கொண்டவர்களை நோய் வராமல் தடுத்து காத்தருளி வருகின்றாள். சுற்றி முற்றிப் பார்த்தால் துர்கையும் பார்வரியின் ஒரு அவதாரமே சீதள தேவியாகும்.

இந்த அம்பிகையின் திருவருளைப் பெற சிறந்த நாள் சீதளா சப்தமி. சாந்திரமான கணக்கில் ஆடிமாதம் வளர்பிறையில் வரும் சப்தமி திதிக்கு சீத ளா சப்தமி என்று பெயர். இந்த நாளில் சீதளா தேவியை பூஜிக்க வேண்டும்.

வாசனைமிக்க மருக்கொழுந்து மாசிப்பச்சை போன்றவற்றாலும் அர்ச்சிக்கலாம். முடியாதவர்கள் திம்பரியாவான அம்பிகையை வேப்பிலையாலும் அர்ச்சிக்கலாம்.

பிறகு தயிர் சாதம் வெள்ளரிக்காய் மாம்பழம் இளநீர் ஆகியவற்றை நிவேதிக்கலாம். பிறகு இந்த நிவேதனத்தைத் தானமாகக் கொடுத்துவிட வேண்டும், பூஜை செய்ய முடியாதவர்கள் தானத்தை மட்டுமாவது செய்வது சிறப்பு.

முண்டகண்ணியம்மன், கெம்பம்மா, தொட்டம்மா, சுகஜம்மா, கங்கம்மா என்ற பெயர்களில் அழைத்தாலும் அனைத்து இடங்களிலும் அவள் அம்மை நோயில் இருந்து காப்பாற்றுபவள் என்பதே முக்கியமான நம்பிக்கையா க உள்ளது அம்மை நோயை மட்டும் தடுப்பதற்காக அவள் பிறப்பு எடுக்கவில்லை, பக்தர்கள் அவள் மீது நம்பிக்கைக் கொண்டு வணங்குகையில் அவர்கள் வேண்டியவற்றை தந்து அருளுகின்றாள், ஊரைக் காக்கின்றாள், பஞ்ச காலத்தில் மழை பொழிய வைக்கின்றாள், குழந்தைப் பேறு தருகின்றாள், குடும்பத்தைக் காக்கின்றாள், நோய்களை விரட்டுகின்றாள் என பல்வேறு விதங்களில் பல இடங்களிலும் நம்பப்படுகின்றது. தென் இந்தியாவில் மட்டுமே அவளுக்குப் மிகப் பெரிய ஆலயங்கள் உள்ளன. கஞ்சி போடுதல், கூழ் காய்ச்சுதல், வேப்பிலை சுற்றிக் கொண்டு வலம் வருதல், தீ மிதித்தல் போன்ற சடங்குகள் மிகவும் அதிகம்.

அப்படிப்பட்ட வழக்கங்கள் வடநாட்டில் இல்லை என்றாலும் அவளுக்கு பல இடங்களில் சிறு சிறு ஆலயங்கள் உள்ளன. சீதள மாதாவிற்கு மிகப்பெரிய ஆலயம் வடநாட்டில் புது டெல்லியின் எல்லையில் உள்ள குர் காவூன் என்ற நகரில் உள்ளது. சீதளமாதா நான் குகைகளைக் கொண்டவள், சிவப்பு உடைகளை விரும்புபவள் என்ற நம்பிக்கை உள்ளது. அவளுடைய பூஜைகளில் வேப்பிலையும், எலுமிச்சம் பழமும் முக்கியமானவை. உண்மையில் சீதள மாதா துர்கையின் ஒரு அவதாரமே.

நவகிரக நைவேத்யம்!

சூரியன் கோதுமை ரவை சர்க்கரைப் பொங்கல், சந்திரன் பச்சரிசி பால்பாயசம், செவ்வாய் பொங்கல், துவரை சேர்த்த வடை சாதம், புதன் பச்சைப்பயறு சுண்டல் அல்லது புளியோதரை, குரு கடலை சுண்டல், தயிர்சாதம், சுக்ரன் மொச்சை சுண்டல், நெய்ப் பொங்கல், சனி எள் சாதம், ராகு உளுந்தம் பருப்பு சாதம், கேது கொள்ளு சாதம் அல்லது சித்ரான்னம்.

திருவிளக்கில் திங்கள் நள்ளிரவு முதல் புதன் நள்ளிரவு வரையில் தனயட்சணி குடியிருக்கிறாள். எனவே செவ்வாய், புதன் கிழமைகளில் விளக்கை கழுவினால் இவள் வெளியேறிவிடுவாள் என்பதால் அந்நாட்களில் கழுவக்கூடாது

விளக்கேற்றுவதின் அவசியமும் பலனும்

தற்போதைய விஞ்ஞான யுகத்தில் நாம் பிரவேசித்துக் கொண்டிருக்கிறோம். சென்ற தலைமுறைவரை, வீடுகளில் விளக்கு ஏற்றி வழிபடுவதென்பது முக்கிய கடமைகளில் ஒன்றாக மக்கள் கடைபிடித்து வந்தனர். ஆனால் தற்போதைய விஞ்ஞான யுகத்தில் பக்தியிலும் விஞ்ஞானம் புகுந்து விட்டதால் விளக்கு ஏற்றுவதற்கு பதில் சுவிட்ச்சை போட்டால் விளக்கை போன்று ஒளி தரக்கூடிய மின்சார விளக்குகளை பயன்படுத்தும் அதி நவீன டெக்னாலஜிக்கு நாம் மாறிவிட்டோம். ஆனால், விளக்கேற்றுவதற்கும், விளக்கேற்றுவதால் கிடைக்கும் பல்வேறு பயன்களையும் நமது முன்னோர் நமக்கு கூறியுள்ளதை சற்று நினைத்து பார்க்க வேண்டும்.

காலை 6 மணி முதல் 7 மணி வரை வீட்டில் தீபம் ஏற்றுவது சர்வ மங்கள யோகம் தரும்.

பௌர்ணமியன்று விளக்கேற்றும் பலன்கள்:

ஒவ்வொரு மாதத்திலும் வரும் பௌர்ணமியன்று திருவிளக்கேற்றி வழிபடுவதன் மூலம் சிறப்பான பலன்கள் ஏற்படும் என்று முன்னோர்கள் சொல்லியிருக்கிறார்கள். ஒவ்வொரு மாதத்திலும் ஒவ்வொரு பலன் நடைபெறும்.

சித்திரை மாத பௌர்ணமியன்று விளக்கேற்றினால் தான்யம் பெருமளவில் கிடைக்கும்.

வைகாசி மாத பௌர்ணமியன்று விளக்கேற்றினால் விவாக பேச்சுக்கள் முடிவாகி மனநிம்மதியைக் கொடுக்கும்.

ஆனி மாத பௌர்ணமியன்று விளக்கேற்றினால் புத்திர பாக்கியம் ஏற்படும்.

புரட்டாசி மாத பௌர்ணமியன்று விளக்கேற்றினால் பசுக்கள் விருத்தியாகும் .

ஐப்பசி மாத பௌர்ணமியன்று விளக்கேற்றினால் பசிப்பிணிகள் நம்மை விட்டு அகலும் .

கார்த்திகை மாத பௌர்ணமியன்று விளக்கேற்றினால் ஐஸ்வரியம் பெருகும், நிலைத்த புகழ் ஏற்படும் .

மார்கழி மாத பௌர்ணமியன்று விளக்கேற்றினால் துன்பம் அகலும் .இன்பங்கள் வந்து சேரும்.

பங்குனி மாத பௌர்ணமியன்று விளக்கேற்றினால் தர்ம புண்ணிய சிந்தனைகள் அதிகரிக்கும்.

அதே சமயம் விளக்கிற்கு ஐந்து முகங்களை வகுத்துள்ளனர் நமது முன்னோர் அதன்படி ஒவ்வொரு முகத்திற்கும் ஒவ்வொரு பலன் கிடைக்கும் என்பதையும் தெளிவாக வரையறுத்துள்ளனர்.

ஒரு முகம் ஏற்றினால் நினைத்த செயல்கள் நடக்கும்

இரு முகம் ஏற்றினால் குடும்பம் சிறக்கும்

மூன்று முகம் ஏற்றினால் புத்திரதோஷம் நீங்கும்

நான்கு முகம் ஏற்றினால் செல்வம் பெருகும்

ஐந்து முகம் ஏற்றினால் நற்பலன்கள் உண்டாகும்

விளக்கேற்றுவதில் ஒவ்வொரு தெய்வத்திற்கும் ஒவ்வொரு எண்ணெய் சிறப்பு வாய்ந்ததாக உள்ளது. அந்த வகையில் எந்த எண்ணெயில் விளக்கேற்றினால் எந்த தெய்வத்தின் அருள் கிடைக்கும் என்பதையும் தெளிவாக கூறியுள்ளனர்.

கணபதி: தேங்காய் எண்ணெய்

நாராயணன், சர்வதேவதைகள்: நல்லெண்ணெய்

மகாலட்சுமி: பசுநெய்

குலதெய்வம்: வேம்பு, இலுப்பை, பசுநெய் கலந்த எண்ணெய்

ருத்திரர்: இலுப்பெண்ணெய்

பராசக்தி: விளக்கெண்ணெய், வேம்பு, தேங்காய், இலுப்பை, பசுநெய் சேர்ந்த எண்ணெய்

மேற்கண்ட எண்ணையில் விளக்கேற்றும் போது அதனால் கிடைக்கும் பயன்கள்:

விளக்கு எண்ணெய் துன்பங்கள் விலகும்

பசுநெய் சகல செல்வமும் பெருகும்.

நல்லெண்ணெய் பீடை விலகும். எம பயம் அணுகாது

ஆமணக்கு எண்ணெய் தாம்பத்யம் சிறக்கும்.

இலுப்பை எண்ணெய் பூஜிப்பவருக்கும், பூஜிகப்படும் இடத்துக்கும் விருத்தி உண்டு

எந்தக் காரணத்தைக் கொண்டும் கடலை எண்ணெய் மட்டும் பயன்படுத்தவே கூடாது

விளக்கு ஏற்ற திசைகளையும் வகுத்துள்ளனர் நமது முன்னோர் அதன்படி ஒவ்வொரு பிரச்சனைக்கும் தீர்வு கிடைக்க வேண்டுமானால் அதற்குரிய திசையை நோக்கி விளக்கேற்றினால் பிரச்சனைகள் எளிதாக தீரும் என்றும் கூறியுள்ளனர்.

கிழக்கு நோக்கி தீபமேற்ற துன்பங்கள் நீங்கி பீடை விலகும்

மேற்கு நோக்கி தீபமேற்ற கடன் தொல்லை அகலும், கிரக தோஷம் கழியும்

தெற்கு நோக்கி தீபமேற்ற பாவம், அபசகுனம், எமனுக்குப் பிரீதி.

வடக்கு நோக்கி தீபமேற்ற திருமணத்தடையை சுபகாரியத் தடை, வேலை வாய்ப்புத் தடை நீங்கி செல்வம் பெருகும். சர்வ மங்களம் உண்டாகும்.

இவ்வளவு பயன் தரும் விளக்கை நாம் சுத்தமாக வைத்திருப்பது அவசியம் அப்படி அந்த விளக்குகளை சுத்தமாக துலக்க ஒரு சில நாட்களையும் குறிப்பிட்டுள்ளனர் அவர்கள் குறிப்பிட்டுள்ள நாட்களில் விளக்கேற்றினால் ஒருசில குறிப்பிட்ட பலன்கள் கிடைப்பதாகவும் சாஸ்திரத்தின் வாயிலாக கூறியுள்ளனர்.

ஞாயிறு கண் சம்பந்தமான நோய் தீரும்

திங்கள் அலை பாயும் மனம் அடங்கி அமைதியுறும்

வியாழன் குரு பார்க்கக் கோடி நன்மை உண்டாகும். மனக்கவலை தீரும்

சனி வாகன விபத்துகள் ஏற்படாமல் நம்மைக் காக்கும்

குத்துவிளக்கை ஞாயிறு, திங்கள், வியாழன், சனி ஆகிய நாட்களில் துலக்குவது மிகவும் நல்லது. செவ்வாய், வெள்ளிக் கிழமைகளில் துலக்குவதை விட இந்நாட்கள் அதிக பலன்களை தரக்கூடியவை. இதற்கு ஒரு காரணமும் உண்டு. திருவிளக்கில் திங்கள் நள்ளிரவு முதல் புதன் நள்ளிரவு வரையில் தனயட்சணி குடியிருக்கிறாள். எனவே செவ்வாய், புதன் கிழமைகளில் விளக்கை கழுவினால் இவள் வெளியேறிவிடுவாள் என்பதால் அந்நாட்களில் கழுவக்கூடாது

விளக்கேற்றப் பயன்படுத்தும் திரிகளும், அதனால் கிடைக்கக்கூடிய பயன்களும்

குத்துவிளக்கிற்கு பயன்படுத்தும் எண்ணெயை பொறுத்து பலன்கள் வேறுபடுவதைப் போல, திரிகளாலும் பயன்கள் மாறுபடுகின்றன.

பருத்தி பஞ்சினால் ஏற்றப்படும் திரியால் குடும்பம் சிறக்கும், நற்செயல்கள் நடக்கும்.

வாழைத் தண்டின் நாரில் செய்த திரியால் முன்னோர் சாபம், தெய்வ குற்றங்கள் நீங்கி அமைதி உண்டாகும்.

தாமரைத்தண்டு நூலால் செய்யப்பட்ட திரியால் முன்வினைப் பாவங்கள் நீங்கி, நிலைத்த செல்வம் கிடைக்கும்.

வெள்ளை எருக்கம்பட்டை மூலம் செய்யப்படும் திரியால் செல்வம் பெருகும்.

புதிய மஞ்சள் துணியால் செய்யப்பட்ட திரியால் அம்பாளின் அருளால் நோய்கள் குணமாகும்.

சிவப்பு வண்ண துணியால் திரிக்கப்பட்ட திரி குழந்தையின்மை தொடர்பான தோஷம் நீங்கும்.

வெள்ளை துணி திரியால் அனைத்து நற் பலன்களும் கிடைக்கும். இந்த துணியின் மீது பன்னீர் தெளித்து காயவைத்து பின்பு திரியாக்கி விளக்கேற்றுவது மிகவும் நல்லது.

வளம் பெருக்கும் அகல்

கார்த்திகைமாதம் பௌர்ணமி அன்று வானில் முழு நிலவு பிரகாசிக்கும் நேரத்தில் வீட்டு முற்றங்களில் தீபம் ஏற்றிவைத்தால் அந்த இல்லத்தில் ஐஸ்வரியம் பெருகும் என்பார்கள்.

இந்தநாளின் மற்ற விளக்குகளை விட அகல் விளக்கு ஏற்றுவதே உத்தமமானது என்கிறது புராணம்.

அகல் என்பதற்கு விரிவடைதல் என்ற அர்த்தமும் உண்டு. வாழ்க்கை அனைத்து வசதிகளுடன் விரி வடைந்து வளம் பெருக வேண்டும் என்பதற் காகவே இந்த வழிபாடு என்பதால் அகல் விளக்கு மிகுந்த பலனை தரும்.

ஸ்ரீ புவனேஸ்வரி வேதிக் சென்டர் நடத்தும்

வீடு தோறும் வேத பாராயண பூர்த்தி விழா
பொது தேர்வு எழுதும் மாணவர்களுக்கான ஹோமம்

ஸ்ரீ புவனேஸ்வரி வேதிக் சென்டர் நடத்தும் வீடு தோறும் வேத பாராயண பூர்த்தி விழா மற்றும் பொது தேர்வு எழுதும் மாணவர்ககளின் நலன் கருதி நடைபெறும் கூட்டு ஸ்ரீ ஹயக்ரீவர், தக்ஷிணாமுர்த்தி ஹோமம் விஷ்ணு, லலிதா ஸஹஸ்ரனாம பாராயணம் 16.012017 திங்கள் கிழமை , காலை 7.00 12.00 ,ஸ்ரீ ராம கோடி நாமபக்த அஞ்சநேயர் ஆலயம், தெற்கு சன்னதி தெரு, மாருதி நகர், இராஜகிழ்பாக்கம், சென்னை 73,(ஈ பீ அபிஸ் அருகில்)நடைபெறுகின்றது,சோமயாஜி பிரம்மஸ்ரீ குன்னம் சங்கர தீக்ஷிதர், செதலபதி பிரம்மஸ்ரீ சுப்ரமண்ய கனபாடிகள், சிறப்பு விருந்தினர் ஸ்ரீ உபய வேதாந்த அனந்தபத்மனாபாச்சார்யா அவர்கள் “வேதமும் பாரதமும் “என்னும் தலைப்பில் உபஞாசம், ஸ்ரீ அர். காமகோடி நிறுவனர் ஷி சி க்ஷி நி ஜிக்ஷீஷ்uமீ ,பிரம்மஸ்ரீ குமரகுரு கனபாடிகள் ஷி சி க்ஷி நிவித்யார்த்திகள் மற்றும 15.1.16 அன்று மாலை 5.30 முதல் 6.30 வரை குமாரி இரா ஷ்வேதா வாய்பாட்டு வயலின் ஷ்யாம் ,மிருதங்கம் ஜெயந்திரா அவர்களின் கர்நாடக இன்னிசை கச்சேரி நடைபெறும், அனைவரும் வருக வேத மாதாவின் அருளை பெறுக.

மேலும் விபரங்கள்ஸ்ரீ சதீஷ் 91766 51942,
ஸ்ரீ வேதிக் ரவி 98407 87957

7ம் ஆண்டு விழா

தைப்பூசத்தை யொட்டி பழநி முருகனை தரிசிக்க பாதயாத்திரையாக வரும் பக்தர்களுக்கு அன்னதானம்

நாள்: 07-02-2017 செவ்வாய்க்கிழமை

அன்புடையீர்,

அண்ணாமலையார் ஆன்மிக வழிபாட்டு குழுவின் சார்பில், தைப்பூசத்தையொட்டி பழநிக்கு பாதயாத்திரையாக வரும் பக்தர்களுக்கு அன்னதானம் வழங்கும் விழா, 7ம் ஆண்டாக வரும் 07.2.2017ம் தேதி ஒட்டன்சந்திரம் குழந்தைவேலப்பர் சன்னதி அருகே எல்.என். மஹாலில் நடைபெறும்.

அன்னதான ‘குடிலில்’ காலை 7:00 மணி முதல் 10:00 மணிவரை சிற்றுண்டியும், மதியம் 12:00 தலை வாழை இலை சாப்பாடும் பாதயாத்திரை பக்தர்களுக்கு வழங்கப்படும். இதில் அனைவரும் பங்கேற்று, விரதமிருந்து வரும் பாதயாத்திரை பக்தர்களை வணங்கி வரவேற்று பழநி முருகன் அருள் பெறுவோமாக!

அண்ணாமலையார் ஆன்மிக வழிபாட்டு குழு
சென்னை-15.

தொடர்புக்கு: 99443 09719 / 98421 98889
www.annamalaiyar.com

கண்களால் பார்க்கத் தான் முடியும் உள்ளத்தால் தான் வழியை காட்ட முடியும்

சுவாமி விவேகானந்தர் தனது குருவான இராமகிருஷ்ண பரமஹம்சரிடம் தனக்குள்ள ஐயப்பாடுகளை நீக்க பல்வேறு கேள்விகளை கேட்டுள்ளார். அதற்கு தகுந்த விளக்கத்தை இராமகிருஷ்ண பரமஹம்சர் மிகத் தெளிவாக விளக்கியுள்ளார். அவற்றிலிருந்து தற்போதைய காலகட்டத்திற்கு தேவையான மிகவும் அவசிய மான ஒரு சிலவற்றை தொகுத்து தந்துள்ளார் நமது அன்பர் நடராசன்.

சுவாமி விவேகானந்தர்: நாம் ஏன் எப் போதும் மகிழ்ச்சியில்லாமல் இருக்கிறோம்?

இராமகிருஷ்ண பரமஹம்சர்: துன்பத்தையே நினைத்து கற்பனை செய்துகொண்டிருப்பது உன் வழக்கமாகிவிட்டது. அதனால் உன்னால் மகிழ்ச்சியுடன் இருக்க முடியவில்லை.

சுவாமி விவேகானந்தர்: நல்லவர்களுக்கு மட்டும் எப்போதும் துன்பம் ஏன்?

இராமகிருஷ்ண பரமஹம்சர்: உரசாமல் வைரத்தைபட்டைதீட்டமுடியாது. நெருப்பிலிடாமல் தங்கத்தை தூய்மைப்படுத்த முடியாது. நல்ல வர்கள் சோதனைக்குள்ளாவார்கள். ஆனால் அவர்கள் பாதிப்புக்குள்ளாகமாட்டார்கள். அந்த சோதனையின் மூலம் அவர்கள் மேன்மை யடைவார்களே தவிர கீழே செல்ல மாட்டார்கள். (By experience their life becomes better, not bitter!)

சுவாமி விவேகானந்தர்: அப்போது, சோத னைகள் நன்மைக்கு என்று சொல்கிறீர்களா?

இராமகிருஷ்ண பரமஹம்சர்: ஆம். அனு பவத்தை விட பெரிய ஆசிரியர் வேறு யாருமில்லை. அது முதலில் சோதனையை கொடுத்துவிட்டு பிறகு தான் பாடத்தை போதிக்கும்.

சுவாமி விவேகானந்தர்: கணக்கற்ற பிரச்னைகளில் மூழ்கி தவிப்பதால் நாங்கள் எங்கே போகிறோம் தெரியவில்லை.

இராமகிருஷ்ண பரமஹம்சர்: வெளியே பார்த்தால் எங்கே போகிறோம் என்று உனக்கு புரியாது. உனக்குள்ளே பார். புரியும். கண்களால் பார்க்கத் தான் முடியும். ஆனால் உள்ளத்தால் தான் வழியை காட்ட முடியும். (Eyes provide sight. Heart provides the way.)

சுவாமி விவேகானந்தர் : சரியான பாதை யில் போகும்போதும் தோல்வி அடிக்கடி ஏற்படு கிறதே?

இராமகிருஷ்ண பரமஹம்சர்: செல்லும் பாதையில் வெற்றி என்பது பிறரால் அளிக் கப்படுவது. ஆனால் அதில் கிடைக்கும் திருப்தி என்பது உன்னால் உன்னால் மட்டுமே உணரப்படுவது.

சுவாமி விவேகானந்தர் : கடினமான சூழ்நிலைகளில் எப்படி நீங்கள் உற்சாகம் குறை யாமல் உத்வேகத்துடன் இருக்கிறீர்கள்?

இராமகிருஷ்ண பரமஹம்சர்: எப்பொழுதும், இனி எப்படி போகப்போகிறோம் என்று அச்சப்படு வதைவிட இதுவரை நீ எப்படி வந்திருக்கிறாய், எதையெல்லாம் கடந்து வந்திருக்கிறாய் என்று பார். உனக்கு கிடைத்த வரங்களை எண்ணிக்கொள். இழந்தவைகளை அல்ல.

சுவாமி விவேகானந்தர் : இந்த மக்களை நினைத்து நீங்கள் வியக்கும் விஷயம் எது?

இராமகிருஷ்ண பரமஹம்சர்: துன்பப்படும் போது "எனக்கு ஏன்? என்னை மட்டும் ஏன்??" என்று கேட்பவர்கள் இன்பத்தின் போது அந்த கேள்வியை கேட்பதில்லை. அதை நினைத்து தான் வியக்கிறேன்.

சுவாமி விவேகானந்தர் : வாழ்க்கையில் மிகச் சிறந்தவைகளை நான் அடைவது எப்படி?

இராமகிருஷ்ண பரமஹம்சர்: உன் கடந்த காலத்தை வருத்தமின்றி ஏற்றுக்கொள். நிகழ்காலத்தை நம்பிக்கையோடு கைக்கொள். எதிர்காலத்தை அச்சமின்றி எதிர்நோக்கு. இதுவே வாழ்க்கையில் சிறந்தவைகளை பெற கடைபிடிக்கவேண்டிய நியதி.

BRG
bhaanraja graphics
bhaanrajagraphics@gmail.com / bhaanrajagraphics@rediff.com
SPECIALIST IN
* BookWork Designing
* Wrapper Designing
* Layout Designing
* Logo Designing
* Plamphet Designing
* Magazine Design Etc.,
89394 99598
New no.16, Bharatheeswarar Colony, 4th Street, Kodambakkam, Che- 024.

உலகில் முதன் முதலில் ‘வாய்ஸ் ரிகார்டர்’ ஆக மாறிய சுத்த ஸ்படிகம்

1950களில் ஒருநாள் ஒரு வானொலி நிருபர் ஸ்ரீமஹாபெரியவாளை பேட்டிகண்டு அதனை டேப்ரிகார்டரில் பதிவு செய்துகொண்டிருந்தார். திடீரென்று பெரியவா அவரிடமும், அங்கு இருந்த வர்களிடமும், “மிகவும் பழயகாலத்து வாய்ஸ் ரிகார்டர் எதுவென்று யாருக்காவது தெரியுமா” என்று கேட்டார். யாரும் பதில் சொல்லவில்லை.

பெரியவா மற்றொரு கேள்வியைக் கேட் டார்,”விஷ்ணு சஹஸ்ரநாமம் நமக்கு எப்படி கிடைத்தது?”

யாரோ ஒருவர்,”விஷ்ணு சஹஸ்ரநாமத்தை பீஷ்மர் நமக்குத் தந்தார்” என்றார். அனைவரும் “ஆம்“ என்று ஒப்புக்கொண்டனர்.

பெரியவா சிரித்துக்கொண்டே தலையசைத்து விட்டு, மற்றொரு கேள்வியை வீசினார்,” குருக்ஷேத்திரத்தில் அனைவரும் பீஷ்மர் சொன்ன விஷ்ணு சஹஸ்ரநாமத்தை பக்தியோடு கேட்டுக் கொண்டிருந்தபோது, அதனை குறிப்பெடுத்ததோ, எழுதிக்கொண்டதோ யார்?” மீண்டும் அமைதி.

புன்னகையுடன் பெரியவா சொல்ல ஆரம் பித்தார்.........

“பீஷ்மர், ஸ்ரீகிருஷணரின் புகழையும், பெருமைகளையும் விஷ்ணு சஹஸ்ரநாமத்தால் விளக்கிக் கொண்டிருந்தபோது, ஸ்ரீகிருஷ் ணரும், வியாசரும் உட்பட அனைவரும் வேறு எந்த நினைப்புமின்றி அவ ரையே உன்னிப்பாக கவனித்துக் கொண்டிருந்தனர். பிதாமகர் பீஷ்மர் ஆயிரம் நாமங்களையும் சொல்லி முடித்தபின்பு அனைவரும் விழிப்படைந்தனர். முதலில் யுதிஷ்ட்டிரர் பேசினார், “பிதாமகர், ஸ்ரீவாசுதேவரின் ஒப்பற்ற பெருமைவாய்ந்த ஆயிரம் புனித நாமாக்களை சொன்னார். அவற்றைக் கேட்பதில் கவனமாக இருந்த நாம் அனைவரும் அவற்றை குறிப்பெடுக்கவோ, எழுதிக் கொள்ளவோ தவறிவிட்டோம். நாம் அற்புதமான விஷயத்தை இழந்து நிற்கின்றோம்“ என்றார். அப்போதுதான் அனைவரும் எப்படிப்பட்ட தவறு நேர்ந்துவிட்டதென்று உணர்ந்து திகைத்தனர்.

பிறகு யுதிஷ்டிரர் ஸ்ரீகிருஷணரிடம் திரும்பி, “ஆயிரம் புனித நாமாக்களை மீட்டுத்தர தாங்க ளாவது உதவக்கூடாதா” என்று கேட்டார். ஸ்ரீகிருஷ்ணர் வழக்கம்போல், “என்னால் மட்டும் என்ன செய்ய முடியும்? உங்கள் எல்லோரை யும்போல நானும் ஆச்சார்யர் பீஷ்மரைத்தான் பார்த்துக்கொண்டிருந்தேன் என்றார்.

அனைவரும் சேர்ந்து ஸ்ரீகிருஷ்ணரிடம், “ஹே.. வாசுதேவா, நீ அனைத்தும் அறிந்தவர். உம்மால் இயலாததென்பது எதுவுமே இல்லை. தாங்கள் தயைகூர்ந்து எங்களுக்கு உதவ வேண்டும். அந்த ஒப்புயர்வற்ற பெருமைவாய்ந்த பரந்தாமனின் ஆயிரம் புனித நாமாக்களை மீட்டுத்தர வேணடும். அது தங்களால் மட்டுமே முடியும்“ என்று வேண்டினர்.

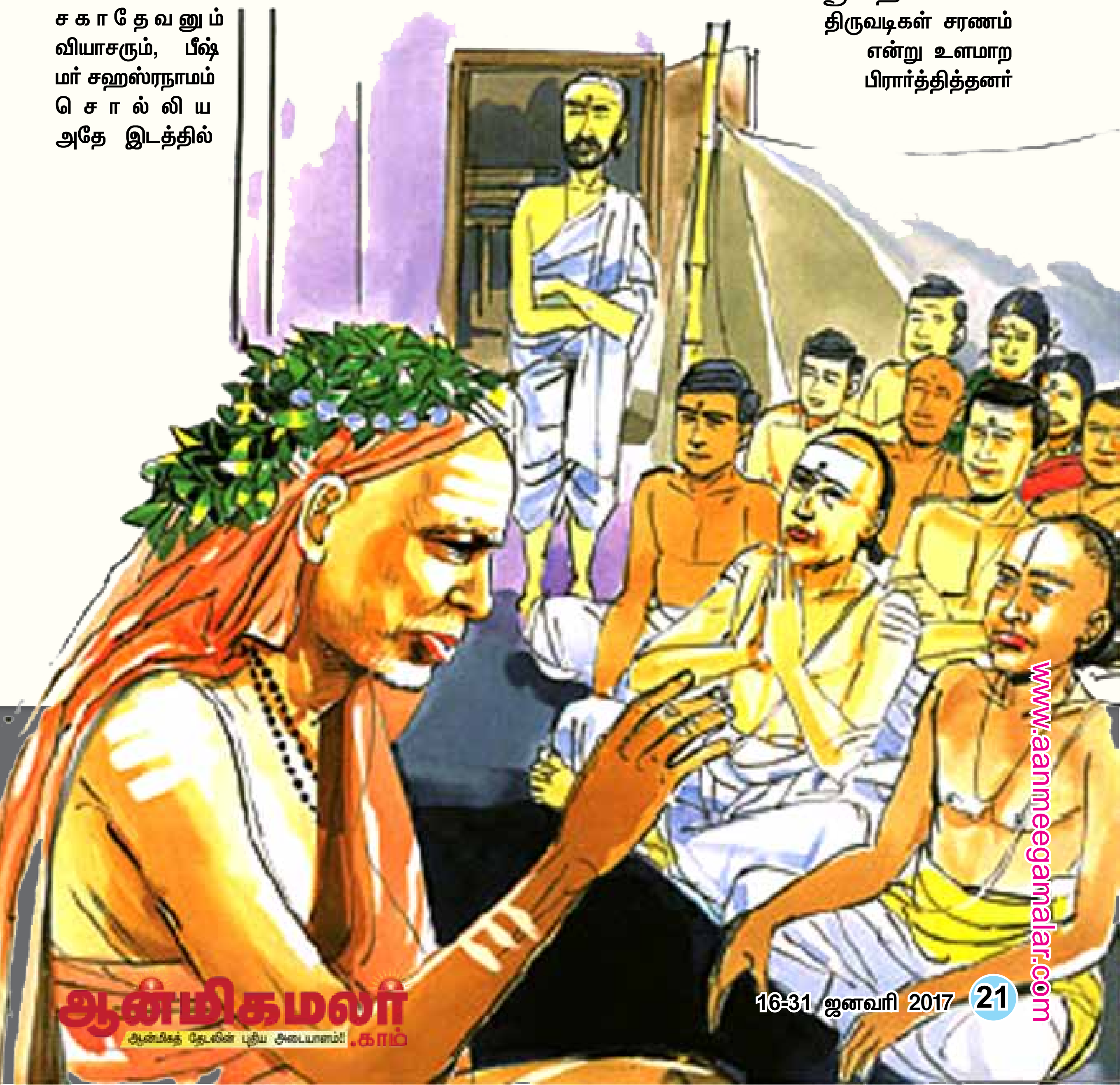
அதற்கு ஸ்ரீகிருஷ்ணர், “இதனை செய்ய முடிந்த ஒருவர் உங்களுக்குள்ளேயே இருக்கின்றார்” என்றார். எவருக்கும் ஒன்றும் புரியவில்லை. ஸ்ரீவாசுதேவர் தொடர்ந்தார், “சகாதேவன் அதனை மீட்டு சொல்ல, வியாசர் எழுதுவார்” என்றார். அனைவரும் சகாதேவனால் எப்படி சஹஸ்ரநாமத்தை மீட்க முடியும் என்பதை அறிய ஆவலாக இருந்தனர். ஸ்ரீவாசுதேவர் கூறினார், “உங்கள் அனைவருள்ளும் சகாதேவன் மட்டுமே ‘சுத்த ஸ்படிக’ மாலை அணிந்திருந்தான். சகாதேவன் சிவபெருமானை பிரார்த்தனை செய்து தியானித்து ‘சுத்த ஸ்படிகம்‘ உள்வாங்கியுள்ள சஹஸ்ரநாமத்தை சப்த அலைகளாக மாற்ற, அதனை வியாசர் எழுதிக்கொள்ளுவார்” என்றார்.

‘சுத்த ஸ்படிகம்‘ அமைதியான சூழ்நிலையில் எழும் சப்தங்களை கிரகித்துக் கொள்ளும். இது ஸ்படிகத்தின் குணம், தன்மை. ‘ஸ்வதம்பரராகவும்‘ ‘ஸ்படிகமாகவும்‘ இருக்கும் சிவபெருமானை தியானித்து அந்த சப்தங்களை மீட்க முடியும்.

உடனே சகாதேவனும் வியாசரும், பீஷ்மர் சஹஸ்ரநாமம் சொல்லிய அதே இடத்தில் அமர்ந்தனர். சகாதேவன் மஹாதேவரை பிரார்த்தித்து, தியானம் செய்து சஹஸ்ரநாமத்தை மீட்கத் துவங்கினர்.

அந்த ‘சுத்த ஸ்படிக’ மாலையே உலகின் முதல் ‘வாய்ஸ் ரிகார்டராக’, அற்புதமான விஷ்ணு சஹஸ்ரநாமத்தை நமக்குத் தந்தது...........” என்று சொல்லி குழந்தைபோல சிரித்தார் பெரியவா.

அங்கு கூடியிருந்தவர்கள் ஹர ஹர சங்கர,
ஜய ஜய சங்கர.
ஸ்ரீ மஹா பெரியவா
திருவடிகள் சரணம்
என்று உளமாற
பிரார்த்தித்தனர்



ஆன்மிகமலர் ஆன்மிகத் தேடலின் புதிய அடையாளம்!! .காம்
16-31 ஜனவரி 2017 21
www.aanmeegamalar.com

திதிகளை அறிந்து கொள்ள எளிமையான வழிமுறைகள்

ஒரு மாதத்திற்கு 15 நாட்களுக்கு ஒரு முறை அமாவாசை, ஒரு பவுர்ணமி வரும். அந்த இரு நிகழ்ச்சிகளும் பூமி மற்றும் சந்திரனின் சுழற்சியால் ஏற்படுவதை அறிவீர்கள்.

நாட்களைச் சுட்டிக்காட்ட அமாவாசை யிலிருந்து அல்லது பவுர்ணமியிலிருந்து எத்தனையாவது நாள் என்று குறிப்பிட்டுக் காட்டவே பிரதமை முதல் சதுர்த்தசி வரை 14 நாட்களுக்கும் பெயரிட்டிருக்கிறார்கள்.

பெயர் தமிழில் வைத்திருந்தால் விளங்கும். சமஸ்கிருதம் மொழி கொண்டு இருப்பதால் தமிழ் வருடங்களின் பெயரை கூட பொருள் தெரியாத வடமொழியில் அல்லவா வைத்து விட்டார்கள்?

நாமும் அதை மாற்ற மனமின்றி வைத்துக் கொண்டு திண்டாடுகிறோம். அதே போல் தான் நாட்களின் பெயர்களும் பின்வருமாறு வடமொழியில் உள்ளன என்று புரிந்து கொள்ளல் வேண்டும் ..

1. பவுர்ணமி, அமாவசைக்கு அடுத்த நாள் பிரதமை பிரதமர் என்றால் முதல்வர் என்று பொருள். அதுபோல் பிரதமை என்றால் முதல் நாள்.

2. துவிதை என்றால் இரண்டாம் நாள் தோ என்றால் இரண்டு. துவிச் சகர வண்டி என்று சைக்கிளைக் கூறுவது தங்களுக்கு தெரியும்.

3. திரிதியை என்றால் மூன்றாம் நாள் திரி என்றால் மூன்று அல்லவா?

4. சதுர்த்தி என்றால் நான்காம் நாள் சதுரம் நான்கு பக்கங்கள் கொண்டது.

5. பஞ்சமி என்றால் அய்ந்தாம் நாள் பாஞ்ச் என்றால் அய்ந்து எனப் பொருள்.

6. சஷ்டி என்றால் ஆறாம் நாள்.

7. சப்தமி என்றால் ஏழாம் நாள். சப்த ஸ்வரங்கள் என ஏழு ஸ்வரங்களைக் கூறுவதில்லையா?

8. அஷ்டமி என்றால் எட்டாம் நாள். அஷ்டவக்கிரம் என்று எட்டு கோணல்களைக் கூறுவதையும் அஷ்ட லட்சுமி என்றெல்லாம் கூறக் கேட்டிருக்கிறோம்.

9. நவமி என்றால் ஒன்பதாம் நாள் நவ என்றால் ஒன்பது என்றும் நவ கிரகங்கள் என்பதும் தங்களுக்குத் தெரியும்.

10. தசமி என்றால் பத்தாம் நாள் தஸ் என்றால் பத்து அல்லவா? தாரம் என்ற கடவுளின் அவதாரங்களைக் கூறக் கேட்டிருக்கிறோம்.

11. ஏகாதசி என்றால் பதினொன்றாம் நாள் ஏக் என்றால் ஒன்று தஸ் என்றால் பத்து இரண்டின் கூட்டுத் தொகை பதினொன்று.

12. துவாதசி என்றால் பன்னிரண் டாம் நாள் தோ/துவி என்றால் இரண்டு தஸ் என்றால் பத்து எனவே இதன் கூட்டுத்தொகை பன்னிரண்டு ஆகும்.

13. திரியோதசி என்றால் பதிமூன்றாம் நாள் திரி என்றால் மூன்று + தஸ் என்றால் பத்து ஆகப் பதிமூன்று.

14. சதுர்த்தசி என்றால் பதினான்காம் நாள் சதுர் (சதுரம்) என்றால் நான்கு அத்தோடுதஸ் என்ற பத்து சேர்த்தால் பதினான்கு என ஆகும்.

சதுர்த்தசிக்கும் அடுத்தது பவுர்ணமி அல்லது அமாவாசை ஆகி விடும்.

இது தான் திதிகளை பிரித்து சொல்லும் முறை.

வாருங்கள் எங்களுடன் பயணிக்க...

உலக அளவில் இமெயில் மூலம் இலவச இதழாக வெளிவரும் நமது இதழில் ஆன்மிக நாட்டமும் விருப்பமும் உள்ள அன்பர்கள் வரவேற்கப்படுகிறார்கள்.

உங்களுக்கு தெரிந்த திருக்கோயில்கள், மகான்கள், சித்தர்கள், இந்துமத சடங்கு-சம்பிரதாயம் போன்றவற்றை

(உங்களது பெயர், முகவரி, தொ.பே.எண்ணுடன்)

எங்களுக்கு தெரியப்படுத்துங்கள். நமது வாசகர்கள் பயன்படுத்த பிரசுரிப்போம்.

தெரியாதவர் தெரிந்து கொள்ள எங்கள் பயணத்தில் நீங்களும் இணைந்து பயணியுங்கள்

தொடர்பு கொள்ளவும்:
ஆசிரியர்: நாகராஜன்
16, பாரதீஷ்வரர் காலனி, 4வது தெரு, கோடம்பாக்கம்
பொன்மணிமாளிகை அருகில்,
சென்னை 600024, தமிழ்நாடு, இந்தியா
தொலைபேசி 7299992699/ 8939499598

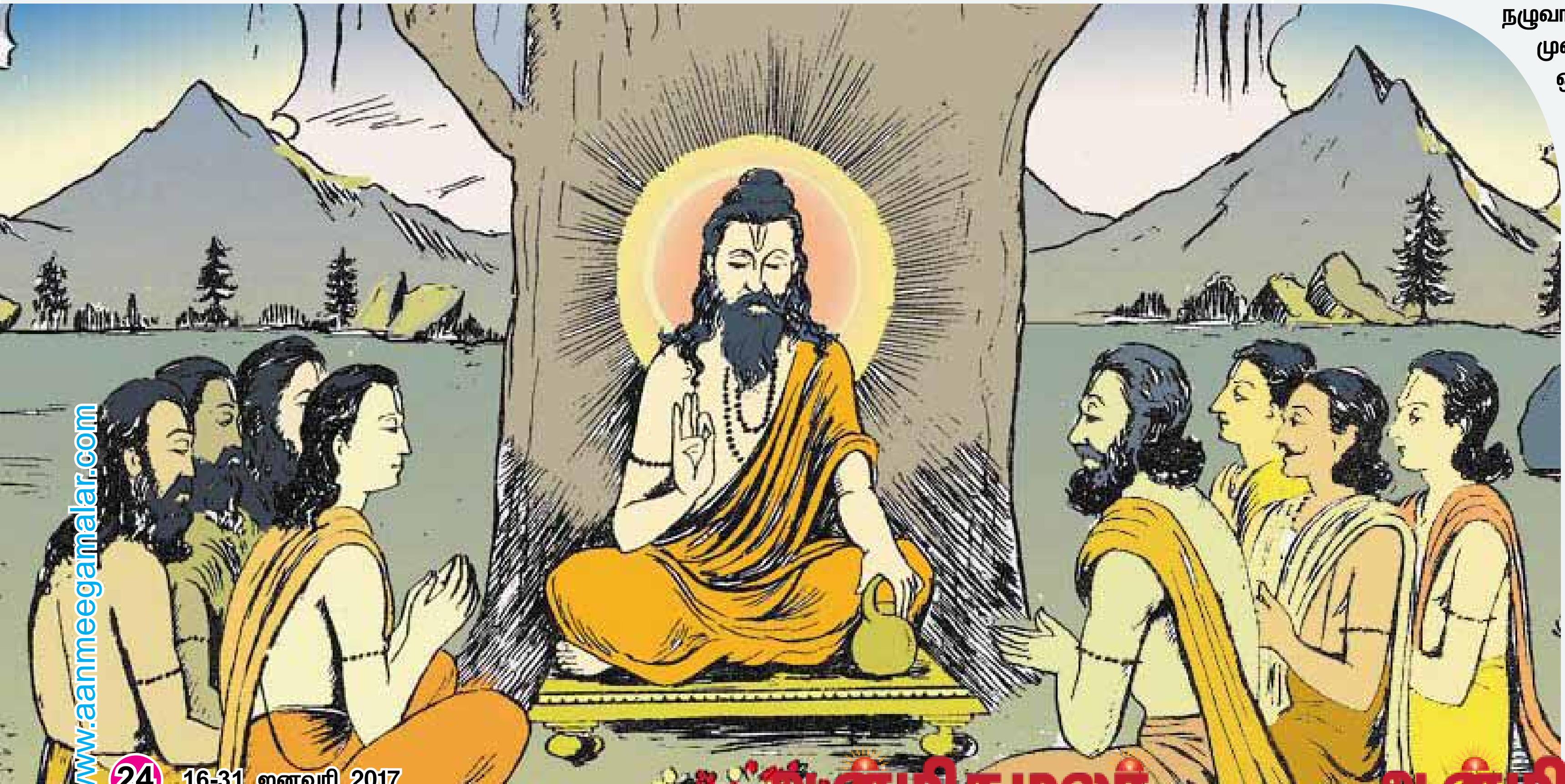
இந்து மதம் கூறும்

பிரம்மச்சரியம், கிரகஸ்தம், வனபிரஸ்தம், சன்யாசம்

ஆஷ்ரமங்கள் என்பவை இந்துதர்ம நூல்களில் மனித வாழ்க்கையின் நான்கு நிலைகளைக் குறிக்கின்றன. இந்த நான்கு நிலைகளும் ஒருவனின் வயது அடிப்படையில் வகுக் கப்படுகின்றது. ஒவ்வொரு நிலையிலும் மனிதன் கடைப்பிடிக்க வேண்டிய கடமைகள் தனித்தனியே அமைந்துள்ளன. அவை: பிரம்மச்சரியம், கிரகஸ்தம், வனபிரஸ்தம், சன்யாசம்.

பிரம்மச்சரியம் என்பது மாணவப் பருவம் எனப் பொருள்படும். இந்த நிலை பொதுவாக ஒருவன் தனது 24 வயதுவரை கடைப்பிடிக்கப்பட வேண்டும். இந்த நிலை கல்வி மற்றும் அடக்கம் ஆகிய இரண்டையும் ஊக்குவிக்கின்றது. பண்டைய பாரத தேசத்தில் மாணவர்கள் குறிப்பிட்ட ஒரு வயதில் குருகுலத்தில் சேர்க்கப்படுவர். அங்கு அவர்கள் குருவுடனே தங்கியிருந்து அறிவியல் ஞானம், தத்துவ ஞானம், சாஸ்திரங்கள், தன்னடக்கப் பயிற்சி, தர்மநெறி போன்றவற்றைக் கற்றுக் கொள்வார்கள். குருகுலத்தில் சேர்வதற்கு முன் உபநயனமும் குருகுலத்தில் தேர்ச்சிப் பெற்று வெளிவரும் போது சமாவர்தனமும் மேற்கொள் ளப்படும். இது ஏறக்குறைய இன்று குழந்தைகள் பாலர் பள்ளியில் சேர்க்கப்பட்டு பட்டப்படிப்பு முடித்து 'graduation' அடைவது போலவாகும். பிரம்மச்சரிய நிலையில் தேர்ச்சிப் பெற்ற ஒருவனே அடுத்த நிலையான கிரகஸ்த நிலைக்கு முழுமையாக தயாரானவன்.

கிரகஸ்தம் என்பது இல் லறப் பருவம் ஆகும். இந்த நிலை 48 வயதுவரை நீடிக்கும். இந்த நிலையில் ஒரு குடும்பத்தை ஒழுங்குமுறையாக நடத்த அவன் பின்பற்ற வேண்டிய கடமைகள், குடும்பத்தினருக்குத் தேவையானவற்றை செய்தல், பிள்ளைகளுக்கு முழுமையான கல்வியை அளித்தல், குடும்பத்தை தர்மநெறியில் செயல்படுத்துதல் ஆகியவை மையமாக அமைகின்றன. இவை ஒரு கிரகஸ்தன் (குடும்பஸ்தன்) கடைப்பிடிக்க வேண்டிய தர்மங்கள் ஆகும். இந்த நிலையில் தான் ஒருவன் அறம், பொருள், இன்பம் ஆகிய மூன்றையும் கடைப்பிடிக்க வேண்டிவரும். தர்மநெறியிலிருந்து நழுவாத வாழ்க்கைமுறை, நியாயமான முறையில் ஈட்டப்படும் பொருள், ஒழுக்கமான இன்பவாழ்க்கை ஆகியவை இந்த நிலையில் பின்பற்றப்படவேண்டும்.



வ ன பி ர ஸ் த ம் என்பது பணிஓய்வு பெற்ற நிலையைப் போன்றது. இது ஒருவனின் 48 வயதுக்கு மேல் ஆரம்பிக்கின்றது.

தன் பிள்ளைகளுக்குச் செய்யவேண்டிய எல்லாக் கடமைகளைச் செய்துமுடித்து, அவர்கள் சுயகாலில் நிற்கும் நிலையை அடைந்த பின்னர் ஒருவன் இல்லறவாழ்வில் இருந்து ஓய்வு பெறுகிறான். இப்போது அவனுக்கு தன் பிள்ளைகளுக்கும் பேரப்பிள்ளைகளுக்கும் ஒரு நல்ல வழிகாட்டியாக இருந்து நல்லறிவை அளிக்கவேண்டிய கடமை உள்ளது.

இந்த நிலையில் ஒருவன் தன்னுடைய பொருள் மற்றும் இன்பம் ஆகிய இரண்டையும் மெல்லமெல்ல துறந்து முழுமையாக ஆன்மிகத்தில் ஈடுபடவும் மோட்சத்துக்கான வழியை நாடவும் ஊக்குவிக்கப்படுகின்றான். பண்டைய காலங்களில் வனபிரஸ்த நிலையை அடைந்தவர்கள், குடும்பவாழ்க்கையைத் துறந்து விட்டு முழுமையாக தவத்தில் தங்களை ஈடுபடுத்திக் கொள்வார்கள்.

குடும்ப வாழ்க்கையின் போது ஒருவன் அனைத்தையும் துறக்கமுடியாது. குடும்ப வாழ்க்கையில் அவன் தன் கடமைகளை எல்லாம் முடித்தப் பின்னரே வனபிரஸ்த நிலையில் அடியெடுத்து வைக்கவேண்டும். குடும்பவாழ்க்கையில் மேற்கொள்ளும் தவம் மனநிம்மதி அடைவதற்காகவும், வனபிரஸ்த நிலையில் மேற்கொள்ளும் தவம் மெய்யுணர்வு அடைவதற்காகவும் அமைந்திருக்கும்.

சன்யாசம் என்பது ஆன்மிக முதிர்ச்சிப் பெற்ற நிலையைக் குறிக்கின்றது. இவ்வாறு ஆன்மிக முதிர்ச்சிப் பெற்றவர்கள் சன்யாசிகள் என்றறியப்படுகின்றனர். சன்யாசிகளுக்கு உலக ஆசைகள், பற்றுகள் போன்ற அனைத்திலும் ஈடுபாடின்றி முழுக்கமுழுக்க மோட்சத்தின் மீதே எண்ணம் அமைந்திருக்கும். சிலர் குடும்பவாழ்க்கையில் ஈடுபடாமல் பிரம்மச்சரியம் முடிந்ததும் நேராக தவநிலையில் ஈடுபட்டு சன்யாச நிலையை அடைவர்.

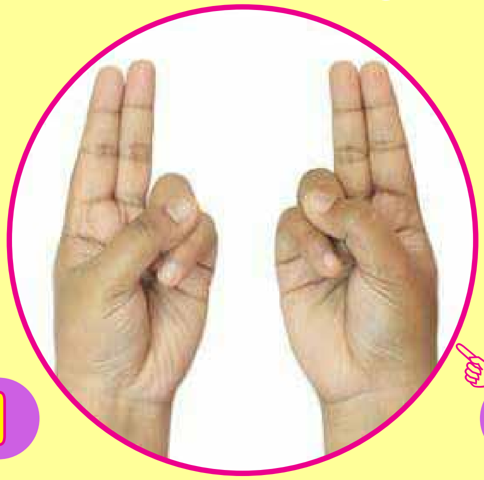
இவ்வாறு மனித வாழ்க்கையை நான்காக பிரித்து ஒவ்வொரு நிலையிலும் மனிதன் கடைப்பிடிக்க வேண்டிய தர்மங்கள் மற்றும் கடமைகள் ஆகியவற்றை இந்துதர்ம நூல்கள் வரையறுத்துக் காட்டுகின்றன. ஒருநிலையில் அவன் கடைப்பிடிக்க வேண்டிய கடமைகள் மற்றொரு நிலையில் ஒத்திருப்பதில்லை.

ஆனால் எல்லா நிலைகளில் தர்மநெறியைக் கடைப்பிடிக்க வேண்டியது மிக அவசியமாக உள்ளது. உதாரணமாக, கிரகஸ்த பருவத்தில் ஒருவன் தன் புலனின்பத்தைப் பூர்த்தி செய்துகொள்ள முனைந்தாலும் அவன் தர்மநெறியை மீறக்கூடாது. தர்மநெறியை மீறிய இன்பம் அழிவையே தரும். அதேவேளையில் பிரம்மச்சரிய நிலையில் ஒருவன் புலன்களை அடக்கியாளவும் கல்வியின் மீது முழுமையான கவனம் செலுத்தவும் ஊக்குவிக்கப்படுகின்றான். வனபிரஸ்த நிலையில் ஒருவன் ஆசைகளை எல்லாம் துறந்து, தவம் மேற்கொள்வதில் தன்னை முழுமையாக ஈடுபடுத்த ஊக்குவிக்கப் படுகின்றான்.

ஆன்மிகமலர்.காம் ஆன்மிகத் தேடலின் புதிய அடையாளம்!

www.aanmeegamalar.com

1


2

3

4

5

பல்வேறு நோய்களை எளிதாக தீர்க்கும் முத்திரைகள்

6

7

8

1

வஜ்ர முத்திரை

தினமும் 5நிமிடங்கள் புகை பிடிக்கும் பழக்கம் விடவும் இரத்த ஓட்டத்தை அதிகரிக்கவும் வயிறு கோளாறு நீக்கவும் தலைச்சுற்றல் மயக்கம் போன்றவற்றை குணமாக்கும்

2

கபநாச முத்திரை

தினமும் 15நிமிடங்கள் உடல் பருமனை குறைக்கவும், வியர்வை சம்பந்தப்பட்ட பிரச்சனைகளுக்கும் வியர்வை நன்றாக வெளியேறவும், தாழ்வு மனப்பான்மை நீக்கவும், தைராய்டு நோயையும் குணமாக்கும்

3

சி முத்திரை

தினமும் 15நிமிடங்கள் நீர்சத்து கட்டுப்பாட்டில் இருக்கும், கவலை மற்றும் மனக் கஷ்டங்களையும், பயம், மனச் சோர்வு, போன்றவற்றை நீக்கவும் மூளையின் சக்தியை அதிகரிக்கவும் பெரிதும் பயன்படும்.

4

தாரண சக்தி முத்திரை

தினமும் 5நிமிடங்கள் மூச்சுவிடுகிற சக்தி அதிகரிக்கும் இரத்த ஓட்டம் நன்றாக செயல்படும், நுரையீரலுக்கு பிராணவாயு கிடைக்கும் இம்முத்திரையை மூச்சை அடக்கி செய்ய வேண்டும்.

5

காலேஸ்வர முத்திரை

தினமும் 20 நிமிடங்கள் வாழ்க்கை முறை ஒழுக்கம் நிறைந்ததாக இருக்கவும், நல்ல எண்ணங்கள் உருவாகவும், தைரியம், தன்னம்பிக்கை உருவாகவும் மது பழக்கத்திலிருந்து விலகவும் உதவும்.

6

முகுள முத்திரை

தினமும் 5 நிமிடங்கள் உடலுக்கு புத்துணர்ச்சியைக் கொடுக்கும், நோய்களை குணப்படுத்தும் சக்தி கிடைக்கும், மனக்கவலை, மன இறுக்கம் நீங்கும், உடலில் சக்தி அபரிமிதமாக கிடைக்கும்

7

வாயு முத்திரை

தினமும் 15நிமிடங்கள் தூக்கமின்மையிலிருந்து நிவாரணம் கிடைக்கும், பெருங்குடலில் வாயு சேர்வதை தடுக்கும், காதில் இரைச்சல் குணமடையும், பக்கவாத நோய்களை எளிதாக குணப்ப டுத்தும்

8

வயிறு முத்திரை

வயிற்றில் வாயு தொந்தரவால் அவதிப்படுவதை எளிதாக நீங்கும், நெஞ்செரிச்சல் நீங்கும், இருதயம் படபடப்பு குறையும், சாப்பிடும் உணவு எளிமையாகவும் சத்தானதாகவும் நன்றாக ஜீரணமாம் ஆகவும் உதவும்

ஆன்மிகமலர் ஆன்மிகத் தேடலின் புதிய அடையாளம்! .காம்
16-31 ஜனவரி 2017 27
www.aanmeegamalar.com

பிரதோஷ காலத்தில் சிவ வழிபாட்டிற்குரிய பெயர்கள்

அனைத்து சிவாலயங்களிலும் பக்தர்களின் தோஷத்தை நிவர்த்தி செய்து வைக்கும், மிகப் பெரும் தோஷ நிவர்த்தி பூஜையாக கொண் டாடப்படுவது பிரதோஷ பூஜையாகும். இந்த தினத்தில் சிவபெருமான் குறிப்பிட்ட காலத்தில் மக்களின் ஒருசில செய்கையால் விளைந்த பாவங்களை போக்கி அருளுகிறார்.

அந்த புனித வேளையில் மக்கள் சிவனை வழிபட பல்வேறு வழிமுறைகள் உள்ளன. அந்த வழிமுறைகளில் ஒன்றுதான் சிவனின் முக்கிய 11 பெயர்களால் அவரை வணங்கும் சிவ வழி பாடாகும்.

1. பவன், 2. ருத்திரன், 3. மிருடன், 4. ஈசானன், 5.தானு, 6. சம்பு, 7. சருவன், 8. உக்கிரன், 9. பர்க்கன், 10. பரமேஸ்வரன், 11.மகாதேவன் ஆகிய திருநாமங்களில் சிவனை பிரதோஷ தினத்தில் துதித்து வழிபட்டால் மிக அற்புதமான பலன்களை பெறலாம். மேற்கண்ட ஒவ்வொரு பெயருக்கும் உள்ள சிறப்பை பார்ப்போம்.

1. பவன்: பிரதோஷ காலத்தில் சிவனை வேண்டிக் கொள்ளும் போது பவனே என்னைக் காப்பாற்று என்று வேண்டிக் கொள்ளுதல் வேண்டும். எல்லாவற்றையும் தன்னிடமிருந்து தோற்றுவிப்பவன் சிவனே. இதுவே பவன் என்ற பெயரின் பொருளாகும். ஒரு குருவை சீடன் இதற்கு விளக்கம் கேட்டான். தங்கம், வெள்ளி, முத்து, பவளம், வைரம், ரத்தினம், நீலம், புஷ்பராகம், வைடூரியம் இவைகள் எங்கே கிடைக்கின்றன? என்று குரு கேட்டார். அதற்கு அந்த சீடன் பூமியில்தான் என்றான். நீர், நிலம், காற்று, நெருப்பு, ஆகாயம் எங்கே தோன்றுகிறது? பிறப்பு, மரணம் எங்கே நடைபெறுகிறது? என்று குரு கேட்டார். அதற்கு அந்த சீடன் எல்லாம் பவனே அனைத்தும் அங்கிருந்தே வருகறது என்றான். ஆகவே பிரதோஷ தினத்தில் பவனை வணங்கினால் பாவம் தொலைந்து நல்லது நடக்கும்.

2. ருத்ரன்: இது சிவபெருமானின் இரண் டாவது பெயராகும். ருத்ரன் என்ற பெயர் மிகவும் சிறப்பானதாகும். பிரதோஷ காலத்தில் பக்தர்கள் ருத்ரனின் பெயரைச் சொல்லி வணங்க வேண்ம். பிறப்பு ஒரு நோய் என்றார் தத்தாத்ரேயர், பிறந்த பின்பும் உடம்புக்கு நோய் வருகிறது. பந்தம், பாசம், இவைகளால் மனிதன் ஆண்டவனை மறக்கிறான். அதனால் பந்த பாசம் ஒரு நோயே என்றார் தத்தாத்ரேயர். கோபம், பொறாமை, காமம் அனைவரையும் வாட்டுகின்ற ஒரு பெரிய நோய். இதனால் பிறப்பு இறப்பு நோய்களை போக்கும் சக்தி ருத்ரனுக்கு உண்டு. பிரதோஷ காலத்தில் ருத்திரனை வழிபட்டால் குற்றங்கள் எல்லாம் மனித சிந்தனையிலிருந்து மறையும்.

3. மிருடன்: இது சிவபெருமானின் மூன்றா வது சிறப்பு பெயராகும். எல்லோரையும் சுகம் அடையச் செய்து உரிய இடத்தில் சேரும்படிச் செய்பவன் சிவபெருமானே இதுவே மிருடன் என்ற பெயரின் பொருளாகும். பிரதோஷ காலத் தில் பக்தர்கள் மிருடனே சுகம் கொடு என்று கேட்டால் துன்பத்தைப் போக்கி விடுவான் இதுவே மிருடன் தரும் பலன் ஆகும்.

4. ஈசானன்: சிவபெருமானின் நான்காவது தோற்றம் ஈசானன். ஆங்கிலத்தில் கார்னர் என்றால் மூலை என்று பெயர். எந்த இடத்தில் அமர்ந்து கொண்டால் நீ புகழ் அடைவாய் என்று யோசி அந்த இடத்தில் சென்று அமர்ந்து கொள் அதுவே ஈசான்ய மூலை ஆகிவிடும் என்கிறார் சிவன். சிவலிங்கங்கள் இருக்கின்ற இடங்களெல்லாம் ஈசான்ய மூலைகளே. கடவுள் எல்லா இடங்களிலும் வைத்து மனிதன் புகழ் கொடி நாட்ட வேண்டும். இதுவே இதன் கருத்தாகும். சிவனை வழிபட்டு இதை அடையுங்கள் தனக்கு மேற் பட்டோர் ஒருவரும் இல்லாதவன் இதுவே ஈசானன் என்ற சொல்லின் கருத்தாகும்.

5.தானு: இது சிவபெருமானின் ஐந்தா வது பெயர். சிறிது அசைவின்றி நிலை பெற்றிருப்பவன் தானு என்ற பெயரின் பொருள் இதுவே தானுலிங்கம் என்றும் சிவதானு என்றும் சிவனுக்குப் பெயருண்டு பக்தியுடன் சிவனை ஒரிடத்தில் வைத்தாலும், பக்தியின்றி சிவனை ஒரிடத்தில் வைத்தாலும் கடவுள் அங்கேயே நிலைத்து விடுவார். அவனை அசைக்க முடியாது. பக்தர்களே, பிரதோஷகாலத்தில் நீங்களும் தானுலிங்கத்தை வழிபட்டு வெற்றி பெறுங்கள்.

6. சம்பு: சம்பு சிவபெருமானின் ஆறாவது திருஉருவமாகும். இப்பெயர் ஞான மூர்த்தியாக விளங்கிய முருகனுக்கு ஒரு தனிச் சிறப்பினைத் தந்தது. சம்பு என்ற கடவுள் உயர்வு அடைவதற்குத் தேவையான பொருளை அனைவருக்கும் உடனே தருவார். அதனால் சிவனுக்கு சம்புப் பிரசாத் என்றும் பெயருண்டு. சம்பு மகாதேவன் என்பது சம்போ மகாதேவா என்று ஆகியது. சம்போ மகாதேவா என்று ஒரு முறை கூவ அழைத்தால் விவபெருமான் மனிதனுக்கு எல்லாத் துறைகளிலும் உடனே உயர்வினை தருவார்.

7. சருவன்: சருவன் என்பது சிவபெருமா னின் ஏழாவது பெயராகும். இப்பெயரைச் சொல்லி இத்திருவுருவத்தைப் பிரதோஷ வேளையில் வழிபட வேண்டும். வழிபட்டால் உலகத்திற்கு மிகப் பெரிய நன்மை விளையும். சருவன் என்றால் கொடியவர்களைத் தண்டித்துக் கொள்பவன் என்று பொருள். மிக கொடியவர்களை சிவபெருமான் தண்டித்து மக்களை காக்கிறார்.

8. உக்கிரன்: இது சிவபெருமானின் பதினொரு திருஉருவங்களில் எட்டாவது உருவத்தின் பெயராகும். எண் தோள் வீசி ஆடும் சிவபெருமானின் பதினொரு திருஉருவங்களுக்கு ஏகாதச ருத்திரங்கள் என்று பெயர். உக்கிரன் என்றால் எதிலும் நின்று ஆட்சி செய்பவன் என்று பெயர் ஆட்சியாளன் என்று பெயருண்டு. இவ்வுக்கிரன் பூஜை செய்தவுடன் உடனே மகிழ்வார். அதேபோல் தவறு செய்தவுடன் உடனே கோபிப்பான்.

9. பர்க்கன்: பர்க்கன் இது சிவபெருமானின் ஒன்பதாவது அவதாரம் அப்பொழுது ஒரு சிறப்பான உருவம் அவருக்குக் கிடைக்கிறது உலகில் எல்லா துறைகளிலும் தகராறுகள் வரும். தவறுகள் வரும். தவறு இழைப்பதனால் இவைகள் வருவதில்லை. அனைத்துமே அறியாமையினால் நிகழ்கின்றன. அறியாமையைப் போக்கி எல்லா உயிர்களையும், அறிவு உள்ளவர்களாய் ஆக்குவதே பர்க்கன் என்ற கடவுளின் வேலையாகும்.

10. பரமேஸ்வரன்: படைத்தல், காத்தல், அழித்தல், மறைத்தல், அருளல் என்னும் ஐந்து தொழில்களையும் ஒரே சமயத்தில் செய்கின்ற சிவபெருமானுக்கு பரமேஸ்வரன் என்று பெயர். இது இறைவனுக்குக் கிடைத்த பத்தாவது திருநாமமாகும். இச் சமயத்தில் இறைவன் முழு மகிழ்ச்சி அடைந்து கூத்தாடினான். அப்பொழுதே அவனுக்கு நடராஜன் என்ற காரணப் பெயர் ஏற்பட்டது.

இவனது திருக்கோயில் சிதம்பரம். பிரதோஷ கால பூஜையில் ஒருநாள் அனைவரும் நடராஜனை வழிபடுதல் வேண்டும். பரமேஸ்வரன் சிந்தனை உள்ளவர்களே நாட்டியம் ஆடுவார்கள். பற்பல அபிநயங்களைப் பிடித்துக் காட்டுவார்கள் நடராஜனின் உருவம் இதுவே என்பதை அறியுங்கள். சிவன் கோயிலில் இருக்கின்ற மற்ற உருவங்கள் எல்லாம் பூஜை செய்து வழிபடும் உருவங்கள். அங்கு நடராஜப் பெருமான் ஒருவனே நித்திய தரிசனத்திற்குரிய கடவுள். காரணம் நூற்றுக்கு நூறு தொழிலில், வேலையில் வல்லவர்களே நாடு தரிசிக்க விரும்பும்.

11. மகாதேவன்: சிவபெருமானுக்கு ஒரு ஒளிமயமான திருவுருவம் திடீரென்று ஏற்பட்டது. இது பக்தர்களுக்காகத் தோன்றிய ஒரு அற்புதத் தோற்றம் ஆகும். இது இறைவனின் பதினொன்றாம் பெயராகும். எல்லையில்லாத பேரொளியுடன் அமர்ந்து இருந்தார் சிவபெருமான் இதுவே மகாதேவன் என்ற பெயரின் பொருள். ஹர ஹர மகாதேவா என்றால் எத்திசையிலும் இப்பேரொளி எல்லையில்லாமல் இருக்கும். தற்காகவே மகாதேவன் தோன்றினார். ஒளிக்கு பின் பக்தன் விரும்பினால் தனது உருவத்தையும் காட்டுவார். சிவபெருமானிடம் இருட்டைக் காண முடியாது.

பிரதோஷ பூஜையின் போது சிவபெருமான் பதினொரு வடிவங்களை எடுக்கிறார். பிரதோஷ பூஜையின்போது மேற்கண்ட பதினொரு வடிவங்களையும் நாம் நினைத்து வழிபட்டால் நம்முடைய பாவங்கள் விலகி சிவபெருமானின் அருள் கிடைத்து வாழ்க்கையில் முன்னேற முடியும் என்பது நிதர்சனமான உண்மை.

ஸ்ரீ அம்பாள் உபாசகர்
A.R.R.சுதர்லன ஐயங்கார்
அனைத்துவித ஜோதிட ஆலோசனைகளுக்கு
செல்: 9840369513

ஆசிரியர், வெளியீட்டாளர்
C.நாகராஜன்
•••
இணை ஆசிரியர்
முருகன்
•••
துணை ஆசிரியர்கள்
ஷியாம்சுந்தர், சஞ்சனா, ஸ்ரீபதி,
•••
•••
வடிவமைப்பு
பான்ராஜாகிராபிக்ஸ்
•••
நிர்வாக அலுவலகம்
aanmeegamalar.com
நெ.16/18, பாரதீஸ்வரர் காலனி, 4வது தெரு,
கோடம்பாக்கம், சென்னை 600024.
7299992699/8939499598

ஆசிரியர் குழுவில் நீங்களும் இணையலாம்

நமது ஆன்மிகமலர்.காம் இதழின் ஆசிரியர் குழுவில் இணைந்து செயல்பட உங்களுக்கு வாய்ப்பு தரப்படுகிறது. ஆன்மிகம் சம்பந்தப்பட்ட விஷயங்களை எழுத ஆர்வமுள்ள அன்பர்கள் எங்களை தொடர்பு கொள்ளுங்கள், விளம்பரம் பெற விரும்புபவர்களும் எங்களை தொடர்பு கொள்ளவும். உங்களை எங்களுடன் ஒருவராக இணைத்துக் கொள்கிறோம்.

தொடர்பு கொள்ளவும்
8939499598
7299992699 / 9677159070

சிவாலயங்களில் முக்கியத்துவம் வாய்ந்த ஐந்து வகை நந்திகள்

சிவ ஆகமங்களின் அடிப்படையில் சிவாலயங்களில் அமைக்கப்பெரும் நந்திகளில் மிகவும் முக்கியமாக ஐந்து வகை நந்திகளை குறிப்பிடுவார்கள். அந்த ஐநது வகை நந்திகள் பெரும்பாலும் ஆகமப்படி அமைக்கப்பட்ட அனைத்து சிவாலயங்களில் காட்சிதருவார். அவ்வாறு காட்சி தரும் நந்திகளை ஆகமத்தில் ஒவ்வொரு நந்தியை அமைக்கும் விதமும், அமைவிடமும், அந்த நந்திகளின் வரலாறும் இடம்பெற்றிருக்கின்றன. அதைப்பற்றி மிகச்சிறிய அளவில் எளிமையாக பார்ப்போம்.

கைலாச நந்தி

கைலாச நந்தி என்பவர் சிவாலயங்களில் காணப்பெறும் ஐவகை நந்திகளில் ஒருவராவார். இவர் அனைத்து சிவாலயங்களிலும் மூலவருக்கு #அருகே அமைக்கப்பெறுகிறார். கைலாயத்தில் சிவபெருமானுக்கு அருகே எப்போதும் இருப்பதனால் இவருக்கு கைலாச நந்தி என்று பெயர் வந்து.

அவதார நந்தி

அவதார நந்தி என்பவர் சிவாலயங்களில் காணப்பெறும் ஐவகை நந்திகளில் லிங்கத்திற்கு அருகே இருக்கும் கைலாச நந்திக்கு அடுத்து இருப்பதாகும். சிவபெருமானுக்கு வாகனமாக #திருமால் நந்தியாக மாறியதால் இந்த நந்தியை விஷ்ணு அவதார நந்தி என்றும், விஷ்ணு நந்தி என்றும் அழைக்கின்றார்கள்.

அதிகார நந்தி

அதிகார நந்தி என்பவர் சிவாலயங்களில் காணப்பெறும் ஐவகை நந்திகளில் மூன்றாவதாக இருப்பதாகும். கைலாயத்தில் வாயிற்காவலாக நின்றிருக்கும் நந்திக்கு, சிவபெருமானை தரிசிக்க வருபவர்களை அனுமதிக்கும் அதிகாரம் கொண்டவராக உள்ளமையினால் அதிகார நந்தி என்ற பெயர் வந்தது.

சாதாரண நந்தி

சாதாரண நந்தி என்பவர் சிவாலயங்களில் காணப்பெறும் ஐவகை நந்திகளில் நான்காவதாக இருப்பதாகும். ஐந்து நந்திக்கும் #குறைவான சிவாலயங்களில் இந்த நந்தி அமைக்கப்பெறுவதில்லை.

பெரிய நந்தி

பெரிய நந்தி என்பவர் சிவாலயங்களில் காணப்பெறும் ஐவகை நந்திகளில் நுழைவுவாயிலில் காணப்பெறும் நந்தியாவார். கைலாயத்தின் காவலனாக எந்நேரத்திலும் #போர்க்கோலம் கொண்டு விஸ்வரூபத்தில் இந்த நந்தி இருக்கிறார். அதன் காரணமாக இவரை மஹா நந்தி என்றும் விஸ்வரூப நந்தி என்றும் அழைக்கின்றனர்.

ஆன்மிகமலர் .காம்
ஆன்மிகத் தேடலின் புதிய அடையாளம்!
ஆன்மிகமலர் .காம்
ஆன்மிகத் தேடலின் புதிய அடையாளம்!

விளம்பர விபரம்

அரை பக்க விளம்பரம்
ரூ.2500
முழு பக்க விளம்பரம்
ரூ.5000

பேக்கேஜ் விளம்பரங்களும் ஏற்றுக் கொள்ளப்படும் விளம்பர ஏஜென்சிகளும் வரவேற்கப்படுகிறார்கள்

கோவில்களில் நடைபெறும், நடைபெற்ற, நிகழ்ச்சிகளை இலவசமாக பிரசுரிக்கிறோம். நிகழ்ச்சி பற்றி முழு தகவலையும் கோவிலின் புகைப்படத்தையும் அனுப்பிவைக்கவும்

விளம்பர தொடர்புக்கு:
8939499598 / 9677159070
aanmeegamalar@gmail.com

உங்களைத்தான் தேடுகிறோம்...

ஆன்மீகமலர்.காம்

இணையதளத்தின் மூலம் வெளிவரும் ஆன்மீகமலர்.காம் மெயில் புத்தகத்தில் நீங்களும் துணை ஆசிரியராக வாய்ப்பளிக்கிறோம்...

உங்கள் ஊரில் உள்ள கோயில், மடம், சித்தர்கள், ஆன்மீக சேவை புரியும் அன்பர்கள், உழவாரப்பணி செய்யும் அன்பர்கள், கோயிலின் சிறப்புகள் போன்றவற்றை தொகுத்து வழங்க விருப்பமிருந்தால் எங்களைத் தொடர்பு கொள்ளவும்.

எங்களுடன் நீங்களும் இணைந்து ஆன்மீக சேவை புரியலாம்...

தொடர்பு கொள்ளவும்:
7299992699 / 8939499598
aanmeegamalar@gmail.com

மனித வாழ்வு மேம்படுவதற்காக

தெய்வீக அன்பை வளர்ப்பது எப்படி?

“தெய்வீக அன்பை வளர்ப்பது எப்படி” என்பது பற்றி குருதேவர் ஸ்ரீஸ்ரீ பரமஹம்ஸ யோகானந்தரின் போதனைகளை இறைவனின் குழந்தைகளான மனிதர்கள் அறிய வேண்டும் என்று இறைவன் விரும்புகிறார். அதற்காகவே அவருடைய சில போதனைகள் இங்கு இடம் பிடிக்கின்றன. இக்கால கட்டத்தில் மனித அன்பிற்கே மதிப்புக் கொடுப்பது என்பது மிகவும் கடினம். மனிதர்கள் பரஸ்பரம் அன்பை பரிமாறுகின்றனர். ஆனால் அது உண்மையான அன்பு என்றுக் கூற இயலாது. மனித அன்பு எதையாவது எதிர் பார்த்துத்தான் உள்ளது.

அப்படிப்பட்ட அன்பு எப்படி உண்மையாகும்? எதிர் பார்ப்பில்லாத அன்பு மற்றும் சேவைதான் உண்மையானது. உண்மையான அன்பு என்றால் என்ன என்பதைத் தெரிந்த மனிதர்கள் மிகக் குறைவே. உண்மையான அன்பை தகாத முறை யில் பயன்படுத்தி அதை மறக்கச் செய்திருக்கிறது. உண்மையான அன்பை இன்றைய உல கில் காண இயலாது. ‘அன்பு’ என்றால் என்ன என்பது பற்றி பரமஹம்ஸர் கீழ்கண்டவாறு கூறுகிறார்:

“நீங்கள் எல்லோருமே ஏதோ ஒரு வடிவத்தில் உங்கள் இதயங்களில் அன்பை அனுபவித் திருக்கிறீர்கள். ஆதலால் அது என்ன என்பதுப் பற்றி உங்களுக்குச் சிறிதளவு தெரியும். ஆனால் அன்பை எப்படி வளர்ப்பது, எப்படி அதைப் புனிதப் படுத்துவது, மற்றும் அதை ‘ தெய்வீக ’ அன்பாக விரிவாக்குவது எப்படி என்பதைப் பற்றி நீங்கள் அறிந்துக் கொள்ளவில்லை. இந்த தெய்வீக அன்பின் ஒரு பொறி, வாழ்வின் தொடக்கத்தில் பெரும்பாலான இதயங்களில் இருக்கத்தான் செய்கிறது. ‘அன்பு’ என்பது மனிதனால் மிகவும் தகாத முறையில் உபயோகிக்கப்பட்டு நசுக்கப்பட்டுவிட்டதால் உண்மையான அன்பு என்றால் என்ன என்பதைத் தெரிந்த மனிதர்கள் மிகக் குறைவே. ஆனால் அது வழக்கமாக மறைந்துவிடுகிறது. மனிதனுக்கு அதை வளர்ப்பது எப்படி என்பது தெரியவில்லை.

உண்மையான அன்பைப்பற்றி நான் எடுத்துக் கூறுவதற்கான ஒரே வழி அதன் பலனை உங்களுக்குக் கூறுவது தான். அநேகர் ‘அன்பு’ என்றால், தங்கள் உறவினர்களிடமும், நண்பர்களிடமும், மேலும் வேறெவர்களிடம் அவர்கள் பலமாக ஈர்க்கப்படுகிறார்களோ அவர்களிடமும் உண்டாகும் உணர்வை அன்பு என்று புரிந்துக் கொள்கிறார்கள். ஆனால் அதைவிட இன்னும் நிறைய விஷயம் இருக்கிறது. தெய்வீக அன்பின் ஒரு துளியை நீங்கள் உணரமுடிந்தால்கூட உங்களுடைய ஆனந்தம் அபரிமிதமாய் உங்களையே மூழ்கடிக்கக் கூடியதாய் உங்களால் அதைத் தாங்க முடியாதாக இருக்கும்.” அவர் தொடர்கிறார்:

“நான் உங்களுக்குச் சொல்வதைப்பற்றி ஆழ்ந்து சிந்தியுங்கள். அன்பின் நிறைவு அந்த உணர்வில் மட்டுமே இல்லை. ஆனால் அந்த உணர்வு அளிக்கும் ஆனந்தத்தில்தான் உள்ளது. அன்பு என்பது முடிவல்ல; முடிவானது ஆனந்தக் களிப்புதான். இறைவன் சத் சித் ஆனந்த சொரூபன். என்றும் இருப்பவன்; என்றும் விழிப்பானவன். என்றும் புத்தம் புதிய ஆனந்தம். நாம், ஓர் ஆன்மா என்ற முறையில் தனித்துவம் பெற்ற சத் சித் ஆனந்தம். நாம் ஆனந்தத்திலிருந்து வந்தவர்கள்.ஆனந்தத்திலேயே வாழ்கிறோம். அந்த தூய ஆனந்தத்தில் ஒரு நாள் நாம் மீண்டும் லயமாகிவிடுவோம்.” “மூளையில் யோகிகள் கூறும் சஹஸ்ராரம் அல்லது ஆயிரம் தாமரை இதழ் என்ற இறை உணர்வின் நுட்பமான மையத்தில்தான் மனிதனுடைய மகிழ்ச்சியின் அனுபவம் பிறக்கிறது. இருப்பினும் மகிழ்ச்சியின் உண்மையான உணர்வு இதயத்தில்தான் அனுபவிக்கப்படுகிறது.

முளையிலுள்ள தெய்வீக உணர்வு என்ற

பரமஹம்ச யோகானந்தர் அருளிய வழிமுறைகள்

ஆசனத்திலிருந்து ஆனந்தம் இதயத்தின் மையத்தினுள் இறங்கி, அங்கு வெளிப்படுகிறது. அந்த ஆனந்தம் இறைவனின் பேரின்பத்திலிருந்து வருகிறது.” “ மிருகங்கள் கூட தங்களுடைய குட்டிகளுக்காக ஒருவிதமான அன்பை வெளிப்படுத்துகின்றன. ஒரு ஜோடியில் ஒன்று இறந்துவிட்டால் மற்றொன்றும் சீக்கிரமே மடிந்துவிடுகிறது. மனிதனிடத்தில் அன்பு பல வழிகளில் தன்னை வெளிப்படுத்திக் கொள்கிறது. பெற்றோர் குழந்தைகள் இடையே, கணவன் மனைவி இடையே, சகோதரன் சகோதரி இடையே, நண்பர்களிடையே, குரு சிஷ்யர்களுக்கிடையே, எஜமானன் வேலைக்கார்களுக்கிடையே இவ்வாறு நாம் அன்பைக் காண்கிறோம்.” மேலும் பரமஹம்ஸர் கூறுகிறார்: “ அன்பின் ஒவ்வொரு பிரதிபலிப்பும் அந்த ஒரே பிரபஞ்ச அன்பிலிருந்துதான் வெளிப்படுகிறது. ஆனால் மனித அன்பாக பல்வேறு வடிவங்களில் அது வெளிப்படும்போது அதில் எப்போதுமே சிறு களங்கம் இருக்கத்தான் செய்கிறது. தாய் தன் குழந்தையை ஏன் நேசிக்கிறாள் என்பது அவளுக்குத் தெரியாது. குழந்தைக்கும் தாயை நேசிப்பதன் காரணம் தெரியாது. அவர்களுக்கு, தாங்கள் ஒருவருக்கொருவர் உணரும் அன்பு எங்கிருந்து வருகிறது என்பதே தெரியாது. அவர்களுக்குள்ளே உள்ள இறைவனின் தெய்வீக அன்பே பிரதிபலிக்கிறது. இவ்வாறு மனித அன்பைப்பற்றி நாம் ஆராயும்பொழுது இறை அன்பைப்பற்றி நாம் கொஞ்சம் அறிய முடியும். மனித அன்பின் க்ஷண நேர தோற்றங்களை நாம் காண முடியும்.” தாய் தந்தையர் அன்பு “தந்தையின் அன்பு விவேகத்தில் பிறந்து பகுத்தறிவை சார்ந்திருக்கிறது. ஒரு தந்தையின் உணர்வு நிலையில் முக்கிமான எண்ணம் எதுவென்றால், “இது என் குழந்தை. நான் இதை பராமரித்துக் காப்பாற்ற வேண்டும்.” அவர் இதை சுயநலமின்றி, குழந்தைக்கு மகிழ்வூட்டும் மற்றும் அறிவூட்டும் காரியங்களை செய்வதுடன் அதனுடைய தேவைகளையும் பூர்த்தி செய்து தன் அன்பை வெளிப்படுத்துகிறார்.

தாயின் அன்பு இன்னும் பரந்ததாகும். அது பகுத்தறிவை விட உணர்ச்சியின் அடிப்படையிலானது. உண்மையான தாயன்பு நிபந்தனையற்றது. பல விதங்களில் அது ஆன்மீகமானது என்றும் அதனால் அதை மனித அன்பின் மற்ற அநேக வெளிப்பாடுகளையும் விட உயர்ந்ததாகும். ஒரு தாய், தன் குழந்தையின் தகுதியையோ, நடத்தையையோ பாராமல் அக்குழந்தைக்காக நிபந்தனையற்ற அன்பை வைத்துள்ளாள். அக்குழந்தை பிற்காலத்தில் ஒரு கொலையாளியானாலும் கூட தாயின் அன்பு மாறாமல் இருக்கும். மாறாக தந்தை அதிகம் பொறுமை அற்றவராகவும் மன்னிக்கத் தயாராக இல்லாதவராகவும் இருப்பார். தாயின் நிபந்தனையற்ற அன்பு இறையன்பின் பூரணத் தன்மைக்கு வெகு அருகாமையிலிருக்கும் மனித அன்பாகும். உண்மையான தாய், யார் மன்னிக்காவிட்டாலும் தன் மகனை மன்னித்துவிடுகிறாள். அம்மாதிரியான அன்பு இறை அன்பை எடுத்துக் காட்டுகிறது. இறைவன் தன் குழந்தைகளை, அவர்கள் என்ன பாவம் செய்திருந்தாலும் மன்னித்துவிடுகிறான். எனவே இந்த அன்பை, இறைவனைத் தவிர வேறு யார் தாயின் இதயத்தில் வைத்திருக்க

முடியும்? ஒரு தாயின் அன்பில் இறைவன் நம்மை நிபந்தனை அற்று நேசிக்கிறான் என்பதாற்கான தெளிவான நிரூபணத்தை அளிக்கிறான்.” இல்லற அன்பு ‘இல்லற அன்பை’ பற்றி அவர் கூறுகிறார் : “இல்லற அன்பு அதன் உயர்ந்த லட்சிய நிலையில், மனித அன்பின் மிகச் சிறந்த வெளிப்பாடுகளில் ஒன்றாகும். ஓர் ஆணும் ஒரு பெண்ணும் உண்மையாகவும் பரிசுத்தமாகவும் ஒருவரையொருவர் நேசித்தால் அவர்களிடையே உடல், மனம், மற்றும் ஆன்மாவில் பரிபூரண இணக்கம் ஏற்படுகிறது. ஆனால் இந்த அன்பிலும் கூட அதனுடைய களங்கம் உள்ளது.

பாலுணர்வின் தகாத முறையிலான உபயோகத்தால் கறைபடும்பொழுது தெய்வீக அன்பை அது மங்க செய்துவிடுகிறது. இயற்கையானது, படைப்பு தொடர்ந்து நடைபெறுவதற்காக பாலுணர்ச்சியை மிகவும் வலிமையுள்ளதாக ஆக்கி வைத்துள்ளது. அதனால் ஆண் பெண் திருமண உறவில் பாலுணர்விற்கு அதனுடைய இடம் உண்டு. ஆனால் அந்த உறவில் அதுதான் முக்கிய காரணி என்று ஆகிவிடும்பொழுது அன்பு வீட்டைவிட்டு வெளியே ஓடி முழுவதுமாக மறைந்துவிடுகிறது. வெறும் பாலுணர்வு அன்பாகிவிடாது. பாலுணர்வும் அன்பும் சூரியனையும் சந்திரனையும் போல் ஒன்றுக்கொன்று வெகு தொலைவில் உள்ளது. பாலுணர்வின் வசத்திலேயே மிக அதிகமாக ஈடுபட்டு வாழ்பவர்கள் தங்களுடைய பாதையை இழந்து நிறைவான இல்லற வாழ்வைக் காண முடியாதவர்களாக ஆகிறார்கள். ” “ இயற்கையான பலவந்தப்படுத்தப் படாத மிதமான பாலுணர்வில் ஈடுபடுபவர்கள் கணவன் மனைவி உறவில் நீடித்திருப்பார்கள். நட்பு, தோழமை, புரிந்துக் கொள்ளுதல், பரஸ்பர அன்பு, போன்ற மற்ற நற்குணங்களை வளர்த்துக் கொள்கின்றனர்.”

அதற்கு பரமஹம்ஸர் ஓர் உதாரணம் கூறுகிறார்: “மேடம் அமிலிதா கலி தர்ஸி (உலகப் புகழ் பெற்றப் பாடகி 1889 1963) என்ற பெண்மணியும் ஹோமர் சாமுவேல்ஸ் என்ற அவரது கணவரும் நான் மேல் நாட்டில் சந்தித்தவர்களிலேயே மிகச் சிறந்தக் காதலர்கள். அவர்களுடைய அன்பு மிகவும் அழகானது. அவர்கள் சிறிது நேரமே பிரிய நேர்ந்தாலும்கூட ஒருவர் மற்றவரைக் காணவும் ஒருவர் மற்றவருடைய அருகாமையில் இருப்பதற்கும், அவர்களுடைய எண்ணங்களையும் அன்பையும் பகிர்ந்துக் கொள்வதற்கும் ஆவலுடன் எதிர்நோக்குகிறார்கள். அவர்கள் ஒருவர் மற்றொருவருக்காக வாழ்கிறார்கள். நான் சொல்லும் உயர்ந்த பண்புகளை அவர்கள் கடைபிடிக்கிறார்கள். ” பரமஹம்ஸர் மற்றொரு உதாரணத்தை எடுத்துக்காட்டுகிறார் : “எல்லா வீலர் வில்காக்ஸ் (அமெரிக்கா கவி, 1850 1919) என்றப் பெண்மணிக்கும் அவருடையக் கணவருக்கும் இடையே இருந்த உறவு, இல்லற வாழ்வில் அன்பிற்கு மற்றொரு அழகிய எடுத்துக்காட்டாகும்.”

பரமஹம்ஸர் கூறுகிறார்: “மேலே கூறிய வர்களின் அன்பைப்போல் தான் எதையும் பார்த்ததே இல்லை. ” என்று என்னுடைய மாணவன் திரு. ஜான் வார்கின் என்னிடம் கூறினார். அவர்கள் சந்திக்கும் ஒவ்வொறு தடவையும் முதன் முறையாக சந்திப்பதுப் போல் உணர்வர். அவர்கள் ஒருவருக்கொருவர் முழுமையான ஈடுபாடு உடைய வர்கள். கணவரின் மரணத்திற்குப் பின் மூன்று வருடங்கள் அவருடைய இடைவிடாத சிந்தனை தம் கணவருடன் மீண்டும் சேர்வதிலேயே இருந்தது. பிறகு அவருடைய பெயரை உச்சரித்தவண்ணம் மனைவியானவள் உயிர் நீத்தாள். “ தெய்வத் தன்மையே ஆத்மாவின் அடிப்படை குணமாகும் என்பதை மனித இனம் புரிந்துக் கொள்ள வேண் டும். ஆணும் பெண்ணும் ஒருவரை ஒருவர் காமத்தைத் திருப்தி செய்வதற்கான பொருள் மட்டும்தான் என்று நினைப்பது ஆனந்தத்தின் அழிவை நாடுவதற்கு ஒப்பாகும். அதனால் சிறிது சிறிதாக மன அமைதி அகன்றுவிடும்.” அவர் மேலும் கூறுகிறார், “ பாலுணர்வின் துஷ்பிரயோகத்தை ஒரு மோட்டார்

படைப்பு தொடர்ந்து நடைபெறுவதற்காக பாலுணர்ச்சியை மிகவும் வலிமையுள்ளதாக ஆக்கி வைத்துள்ளது இயற்கை. அதனால் ஆண் பெண் திருமண உறவில் பாலுணர்விற்கு அதழுடைய இடம் உண்டு. ஆனால் அந்த உறவில் அதுதான் முக்கிய காரணி என்று ஆகிவிடும்பொழுது அன்பு வீட்டைவிட்டு வெளியே ஓடி முழுவதுமாக மறைந்துவிடுகிறது

www.aanmeegamalar.com

மற்றவர்களும் பயன்பெற

அறிமுகப் படுத்துங்கள்....

ஆன்மீக மலர் மெயில் புத்தகத்தில் இதுவரை 7,000க்கும் மேற்பட்ட அன்பர்கள் தங்களது மெயில் முகவரியை பதிவு செய்துள்ளனர். பதிவு செய்த அனைவரின் இமெயில் முகவரிக்கு மாதம் இருமுறை நமது இதழ் இலவசமாக அனுப்பி வைக்கப்படும். இந்த சேவையைப் பற்றி அறியாத ஆன்மீக அன்பர்களும் பயன் பெற, நமது வாசகர்கள் உதவ வேண்டும். அவர்களது இ-மெயில் முகவரியையும் பதிவு செய்ய உதவுங்கள். பதிவு செய்த அன்பர்கள் மீண்டும் பதிவு செய்ய வேண்டியதில்லை.

தெரியாதவர்களுக்கு நமது சேவையை தெரியப்படுத்துங்கள்.

உங்கள் மெயில் முகவரியை பதிவு செய்ய

aanmeegamalar@gmail.com

whatsapp: 7299992699

www.aanmeegamalar.com

காரை பெட்ரோல் இல்லாமல் ஓட்டுவதற்கு ஒப்பிடலாம். சரீரத்தால் அதை தாங்க முடியாது. இழக்கும் உயிர்சக்தியின் ஒவ்வொரு துளியும் உதிரத்தின் எட்டுத் துளி களுக்கு சமமாகும். மிகவும் முக்கியமான விஷயம் என்னவென்றால் சுய கட்டுப்பாட்டை கற்றுக் கொள்ள வேண்டும் என்பது தான்.”

அதுமட்டுமின்றி, அவர் தொடர்கிறார்: “ஆணும் பெண்ணும் ஒருவரை மற்றொருவர் இறைவனின் பிரதிபலிப்புகளாக நினைத்துக் கொள்ள வேண் டும். ஒரு கணவன் மனைவியை ‘அம்மா’ என்று அழைக்கும் பொழுதோ அல்லது அவள் அவனை ‘ அப்பா ’ என்று அழைக்கும் பொழுதோ அது மிகவும் இனிமையாக இருப்பதாக நான் உணர்கிறேன். ஒரு பெண் தன்னை நல்ல கலை ரசனையுடன் கவர்ச்சியாக வைத்துக் கொள்வதில் தவறில்லை. ஆனால் வேண்டுமென்றே எதிர் பாலினத்தவரை பாலுணர்வு கவர்ச்சி மூலம் கவர முயல்வது தவறாகும். ஆண் பெண் இடையே உள்ள ஈர்ப்பு ஆன்மாவிலிருந்து எழ வேண்டும். பாலுணர்வு அனுபவம் இளைஞர்களுக்கு அழிவைத் தருவதாகும். இந்தியாவில் இளம் வயதினர் திருமணமாகும்வரை ஒருவரையொருவர் தொடுவதோ அல்லது முத்தமிட்டுக்கொள்வதோ இல்லை. அன்பு தான் முதலில் வரும். ” பல மனைவிமார்கள் பரமஹம்ஸரிடம் வந்து, “நான் ஆன்மீக விஷயங்களில் நாட்டம் கொள்வதில் என் கணவருக்கு விருப்பமில்லை” என்று கூறுவதாக பரமஹம்ஸர் கூறுகிறார். “இது மிகத் தீவிரமான சுயநலம். மனைவி ஆன்மீகத்தில் தன்னை அதிகமாக ஈடுபடுத்திக் கொள்ளும் பொழுது, கணவன் அவளுடன் ஒத்துழைக்க வேண்டும். அவன் அவளை இழந்துவிட மாட்டான்; மாறாக, அவளுடைய நற்குணத்தில் ஒரு பகுதியை அவன் பெறுவான். இதே நியதி தான் ஒரு பெண்ணுக்கு தன் கணவனைக் குறித்த மனப்பாங்கிற்கும் பொருந்தும்.” மேலும் அவர் கூறுகிறார்: “உண்மையான அன்பு தெய்வீகமானது. மேலும் தெய்வீக அன்புதான் ஆனந்தம். தீவிர தாகத்துடன் இறைவனை நாடி நீங்கள் எவ்வளவு அதிகமாகத் தியானிக்கிறீர்களோ, அவ்வளவு அதிகமாக இந்த அன்பை உங்கள் இதயத்தில் நீங்கள் அறிவீர்கள். அன்பே ஆனந்தம். ஆனந்தமே இறைவன்.”

மேலும் மலரும்.

குருப்ரியா
அலைபேசி:9894595909

வீட்டுக்கு வரும் தேவதைகளை மகிழ்விக்கும் ஊஞ்சல் விளையாட்டு

வீட்டில் இருக்கும் உபகரணங்களிலே பெண்களுக்கு அதிக மகிழ்ச்சியைத் தரக் கூடியது ஊஞ்சல்தான். முன்பெல்லாம் ஊருக்கு வெளியே ஆலமரத்தில் ஊஞ்சல் கட்டி பெண்கள் ஆனந்தமாக ஆடினார்கள். பின்பு படிப்படியாய் அது குறைந்து, காணாமல் போய் விட்டது.

இந்த ஊஞ்சல் ஆட்டம் உடல் ஆரோக்கியத்திற்கு மட்டுமல்ல, மன ஆரோக்கியத்திற்கும் ஏற்றது. அதனால் தான் வீடுகளில் தவறாமல் ஊஞ்சல் அமைக்கிறார்கள்.

இடவசதி குறைவாக உள்ளவர்களும் வாங்கி பயன்படுத்தும் வகையில் ஊஞ் சல்கள் வடிவமைக்கப்பட்டு இப்போது விற்பனைக்கு வருகின்றன.

ஊஞ்சல் ஆடுவது கடவுளுக்கு கூட மகிழ்ச்சி அளிக்கும் விஷயம் என்பதால் தான், கோவில்களில் இறைவனை ஊஞ்சல்களில் வைத்து சீராட்டும் பெருமை மிகு கைங்கர்யங்கள் இன்றும் நடந்துக் கொண்டிருக்கிறது.

ஊஞ்சலில் ஆடுவதால் மனதில் உள்ள எதிர்மறை எண்ணங்கள் மறைந்து பாசிடிவ் எண்ணங்கள் தோன்றுகிறது. மகிழ்ச்சி பெருகி எதிர்காலத்தைப் பற்றிய வளமான எண்ணங்களும் தோன்றுகின்றன. திருமணங்களில் `ஊஞ்சல் சடங்கு’ இதன் அடிப்படையிலேயே நடத்தப் படுகிறது.

ஊஞ்சல் ஆடுவதால் மனச் சோர்வு நீங்கி உடல் உற்சாகம் பெறுகிறது.

நேராக அமர்ந்து கைகளை உயர்த்தி இரு பக்க சங்கலிகளையும் பிடித்துக்கொண்டு வேகமாக ஆடும் போது முதுகுத் தண்டுக்கு ரத்த ஓட்டம் படர்ந்து மூளை சுறு சுறுப்பாகிறது.

கம்ப்யூட்டரில் மணிக்கணக்கில் உட்கார்ந்து முதுகுத்தண்டு வளைந்துப் போன இன்றைய பெண்கள் இந்த ஊஞ்சல் பயிற்ச்சியை தினமும் செய்தால் முதுகுத் தண்டுவடம் பலம் பெற்று கழுத்துவலி குணமடைய வழி செய்கிறது.

தோட்டத்தில் அமைக்கப்பட்டிருக்கும் ஊஞ் சலில் ஆடுவது அதிக பலனை தரக் கூடியது.

மரம் செடிகளிலிருந்து வரும் பிராணவாயு வேகமாக உடல் முழுவதும் பரவி ரத்தத்தை சுத்திகரிக்கும்.

இதயத்திற்கு சுத்தமான பிராண வாயுவை கொடுத்து இதயத்தை சீராக இயங்கச் செய்யும். தினமும் தோட்டத்தில் ஊஞ்சல் ஆடுவர்களுக்கு இதய நோய் கட்டுப்படும்.

ஊஞ்சல் ஆடுவதால் உடலில் ரத்த ஓட்டம் அதிகரித்து இதயத்திற்கு ரத்தம் சீராக செல்லும்.

சாப்பிட்டவுடன் அரைமணிநேரம் மிதமான வேகத்தில் ஊஞ்சல் ஆடுவது நல்லது.

சாப்பிட்ட உணவு நன்கு செரிக்க இந்த ஆட்டம் உதவும். கோபமாக இருக்கும் போது ஊஞ்சல் ஆடினால் கோபம் தணியும்.

வெளியில் சுற்றியலைந்துவிட்டு வந்து ஊஞ் சலில் உட்கார்ந்து கண்களை மூடி தலையை சற்றே மேலே உயர்த்தி, இரு கைகளையும் ஊஞ்சல் பலகையில் பதியவைத்து ரிலாக்ஸாக ஆடினால் களைப்பெல்லாம் பறந்து, உடலின் ஒவ்வொரு பகுதியும் ஓய்வு பெற்று நிம்மதி ஏற்படும்.

வாஸ்து படி வீட்டின் முகப்பில் ஊஞ்சல் அமைத்தால்நல்லது. இதனால்தான் பழங்காலத்தில் எல்லா வீடுகளிலும் வரவேற்பறையில் ஊஞ்சல் கட்டி வைத்திருப்பார்கள். வீட்டுக்குள் வரும் தேவதைகள் ஊஞ்சலில் ஆடப் பிரியப்படுவார்கள், ஊஞ்சலில் ஆடி நல்லது செய்வார்கள் என்பதும் நம்பிக்கை.

Owned, Published by C.NAGARAJAN. Design by BHAANRAJAGRAPHICS, CHENNAI. Published from New No.16, Old No.18, Bharatheeswarar Colony, 4th Street, Kodambakkam, Chennai - 600 024.
Editor : C.Nagarajan,
E-mail: aanmeegamalar@gmail.com Website: http://www.aanmeegamalar.com Cell: 7299992699

உலகில் எவரும் அந்நியரல்ல, உலகம் உங்களுடையது

- தவறுகள் மனித இயல்பு, அதைப் பெரியதாக எண்ண வேண்டுவதில்லை. அதனை மீண்டும், மீண்டும் நினைப்பதால் துன்பமே ஏற்படுகிறது.
- ஒரு நாளில் 24 மணிநேரமும் பிரார்த்தனையில் செலவழிக்க முடியாது. பணிபுரிவதில் நிறைய நேரத்தைச் செலவிட்டால், அதுவே மனம் தூய்மையடைய வழி வகுத்து விடுகிறது.
- இறைவனின் விருப்பத்தாலேயே அனைத்து விஷயங்களும் நடக்கின்றன என்பதில் சந்தேகமில்லை. ஆச்ல், மனிதன் செயலாற்றிச்ல் தான் இறைவனின் விருப்பம் வெளியாகிறது.
- வாழும் உயிர்களில் ஏதாவது ஒன்றுக்காவது மன மகிழ்ச்சியை அளித்தால் உன் வாழ்க்கையின் லட்சியம் நிறைவேறிவிட்டது என்று பொருள்.
- இறைவனை நேசிப்பதில் துன்பம் என்ற பேச்சுக்கே இடமில்லை. இறைவனை மட்டும் நேசிப்பவன் புண்ணியவான்.
- நம்பிக்கையும், உறுதியுமே அடிப்படை, இவை இரண்டும் வாழ்க்கையில் இருந்தால் அனைத்தும் இருந்ததற்கு சமமாகும்.
- மனம் அமைதி பெற பிறர் குற்றங்களைக் காக்தீர்கள். உங்கள் குறைகளை எண்ணிப்பாருங்கள். உலகம் முழுவதும் அன்பில் சொந்தமாக்கிக் கொள்ளுங்குள். உலகில் எவரும் அந்நியரல்ல, உலகம் உங்களுடையது.
- ஜெபம், தவம் முதலான சாதனைகளில்லாமல் மனம் தூய்மை அடையாது. தூய மனத்தாலன்றி இறைவனை அறியவும் முடியாது.

சாரதாதேவியார்