மலர்-4 இதழ்-89 மே 1-16 2020 இலவச புத்தகம் www.aanmeegamalar.com

e- magazine

ஆன்மிகமலர் டிரஸ்ட் வெளியீடு

ஆன்மிகமலர் மெயில் புக்

மாதமிருமுறை

ஆன்மிகத் தேடலின் புதிய அடையாளம்!!

உலக வரலாற்றில் முதன்முறையாக இ-மெயிலில் வெளியிடப்படும் இதழ்

உடல் இருக்கும்போதே ஆத்மாவை கடைத்தேற்றுங்கள்

நான் யார்

‘‘நான்... நான்... நான்... என்று சொல்கிறாய் அல்லவா? அந்த நான் யார்? என்று சற்று உள்ளே பார்.

இந்த நான் எனும் எண்ண விருத்தி எங்கிருந்து வருகிறது என்று கவனத்தை உள்முகமாகத் திருப்பு.

இந்த உடலை நான் என்று சொன்னால் தூக்கத்தில் உடலைக் குறித்த நினைவு இல்லையே.

ஆனால், சுகமாகத் தூங்கினேன் என்று மறுநாள் சொல்கிறாய். அப்போது இந்த தூக்கத்தை யார் அனுபவித்தது.

விழித்திருக்கும்போதும் இந்த நான் உள்ளது.

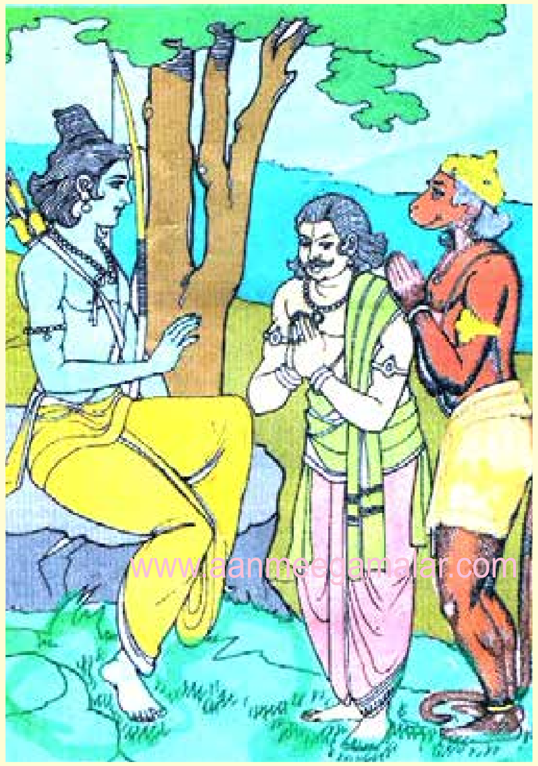
உடலும், உலகமும் மறைந்த தூக்கத்திலும் இந்த நான் இருக்கிறது.

எனவே, இந்த நான் எனும் உணர்வு எங்கு உற்பத்தியாகிறது என்று தேடினால் மெல்ல இந்த நான் தன்னுடைய பிறப்பிடமான ஆத்மாவிற்குள் சென்று ஒடுங்கும்’’

புறத்தே இந்த நான் செல்லும்போது உலகமாக விரியும். அகத்தே சென்றால் பிரம்மத்தில் சென்று ஒடுங்கும்.

www.aanmeegamalar.com

ராமாயணமும் சரணாகதியும்



www.aanmeegamalar.com

ராமாயணத்திலே விபீஷணன் சரணாகதியை வர்ணிக்கும் போது, ‘விபீஷணன் ராமனிருக்கும் இடம் சென்றான்’ என்று சொல்லப்படவில்லை. ‘ராமனிருக்கும் இடம் வந்தான்’ என்றுதான் சொல்லி இருக்கிறது.

இதற்கு என்ன அர்த்தம்? வர வேண்டிய இடத்திற்கு அவன் வந்து சேர்ந்து விட்டான் என்று அர்த்தம்.

நாமும் அப்படித்தான் பகவானை விட்டு சென்றவர்களாக இருக்கிறோம். அவனிடத்தில் சேர வழி அனைத்தையும் அவனே தான் காட்டிக் கொடுக்கிறான் இதையே ‘அகலில் அகலும் அணுகில் அணுகும்’ என்கிறார் நம்மாழ்வார்.

"ஆபதாமபஹர்த்தாரம் தாதாரம் ஸர்வஸம்பதாம்
லோகாபிராமம் ஸ்ரீராமம் பூயோ பூயோ நமாம்யஹம்
ஆர்த்தானாமார்த்தி ஹந்தாரம் பீதானாம்
பீதிநாஸனம், த்விஷதாம் காலதண்டம் தம்
ராமசந்த்ரம் நமாம்யஹம்"

இந்த ஸ்லோகத்தின் விளக்கம்

எந்தத் துன்பத்தையும் விலக்குபவரும் எல்லாவித சம்பத்துக்களையும் தருகிறவரும் உலகின் பேரழகனான ஸ்ரீராமரை நித்தமும் வணங்குகிறேன்.

துயருற்றவர்களின் வேதனைகளையும்மிரண்டவர்களின் பயத்தையும் நாசம் செய்பவரும் சத்ருக்களுக்கு யம தண்டமாயிருப்பவருமான ஸ்ரீராமரை வணங்குகிறேன்.

தீர்த்தங்களுக்குப் பின் தோன்றிய ராமேஸ்வரம் ஆலயம்

16 ஏக்கர் பரப்பளவில், கிழக்குமேற்காக 865 அடி, தெற்குவடக்காக 657 அடி நீளத்தில் மதில் சுவர்களைக் கொண்டிருக்கும் இக்கோவிலை ஆரம்பகாலத்தில் தீர்த்தப் பெருமைகளுக்குரியதாக மட்டுமே மக்கள் போற்றி வந்துள்ளனர்;

அப்போது ஆலயமாக உருப்பெறவில்லை. ஏனென்றால், இங்கே ஆலயம் அமையுமானால், தீர்த்த நீராலுக்கு அது தடையாகலாம் என்று மன்னர்கள் கருதியிருக்கிறார்கள். பின்னர் ஆட்சி புரிந்த சேதுபதிகள் தீர்த்தங்களை மறைக்காமலும், தீர்த்த நீராடலுக்கு பாதிப்பு வராத வகையிலும் ஆலயத்தை வடிவமைத்து கோபுரங்களைக் கட்டினர்.

www.aanmeegamalar.com

ருத்ராட்சங்களால் ஆன விமானம்

இராமேஸ்வரம் திருத்தலத்தில் மூன்றாம் திருச்சுற்றில் வீற்றிருக்கும் நடராஜ சந்நதி விமானத்தில் 1,25,000 ருத்திராட்சங்களால் அலங்கரிக்கப் பட்டுள்ளது. இந்த ருத்திராட்சங்கள் அனைத்தும், நேபாளத்திலிருந்து நேரடியாக பெறப்பட்டு, ராமநாதருக்கு அபிஷேகம் செய்யப் பட்டவை களாகும்.

www.aanmeegamalar.com

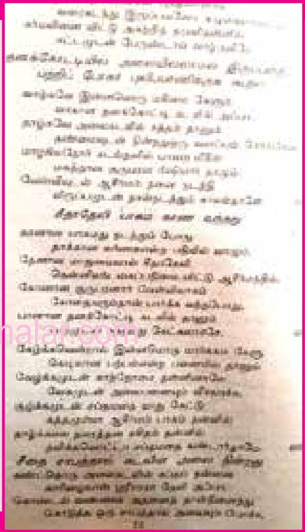
சீதையும் இராமரும் தமிழர்கள் போகர் சித்தர் வாக்கு

இலங்கையில் வாழும் சீதை யாகத்தை பார்ப்பதற்காக தனக்கோட்டி வந்ததாகவும் அங்கு சாபம் கொடுத்ததாகவும், சீதை இலங்கைத் தமிழ்ப் பெண் என்றும் போகர் சித்தர் தனது போகர் 7000, ஐந்தாம் காண்டம், பக்கம் 22இல் கூறி உள்ளார்.

சீதை தமிழ்ப் பெண் என்றால் அவரை மணந்த இராமரும் தமிழர் தானே.

எங்கேயோ வரலாறு திரிக்கப்பட்டிருக்கிறது என்பது மட்டும் தெளிவாக தெரிகிறது. கடவுள் எதிர்ப்பாளர்கள், தமிழர் தொன்மைகளை அழிக்க வந்த வேற்று மதத்தினர ஊடுருவல்கள் பல இடங்களில் நிருபிக்கப்பட்டு வருகிறது.

ஆதாரம்: போகர் 7000,
5–வது காண்டம்



www.aanmeegamalar.com

www.aanmeegamalar.com

நோய், கிருமிகளை உடலில் அண்டவிடாமல் தடுக்கும் மிளகு

"பத்து மிளகிருந்தால் பகைவன்வீட்டிலும் உண்ணலாம்" என்பது சித்தர்கள் சத்திய வாக்கு. மிளகு அந்த அளவிற்கு நஞ்சு முறிப் பானாக செயல்படுகிறது.

"சீதச்சுரம், பாண்டு, சிலேத்மங்கிராணி,
குன்மம், வாதம், அருசி பித்தம், மாமூலம்
ஓது சந்தி யாச மபஸ் மாரம்,
அடன் மேகம், காசமிவை
நாசங் கறி மிளகினால்"

என்று சித்தர் தேரையர் கூறியுள்ளார்.

உணவில் தினமும் மிளகு இரசம் இடம்பெற் றாலே போதுமானது. இது தங்கபஸ்மத்திற்கு இணையானது. கால்சியம, இரும்பு, பாஸ்பரஸ் போன்ற தாது உப்புக்களும், கரோட்டின் தயாமின், ரிபோபிளவின், ரியாசின் போன்ற வைட்டமின்களும் மிளகில் தாராளமாக உள்ளன.

இவை அனைத்தும் நரம்புத்தளர்ச்சி,நரம்புக் கோளாறு முதலியவற்றை அகற்றி நரம்புகளுக்கு ஊக்கம் தருகிறது. நரம்பு மண்டலம் துடிப்பாக இருந்தால் சிந்தனையும் அதைத்தொடர்ந்து செயது முடிக்கும் வேகமும் சீராகத் தொடரும்.

காய்ச்சலுடன் வயிற்று பொருமலையும் மிளகு தணிக்கிறது. ஜீரண உறுப்புகள் அவ்வப்போது புதுப்பிக்கப்பட்டுத் தொந்தரவில்லாமல் செயல்பட உதவுகிறது. காரசாரமான மிளகு உமிழ்நீரை அதிகம் சுரக்க வைக்கிறது. ஜீரணக் கோளறும் உடனே குணமாகிறது. உணவும் நன்கு செரிக்க ஆரம்பிக்கிறது.

வீட்டில் எப்போதும் கறுப்பு மிளகுத் தூள் இருப்பது நல்லது. ஜீரணம் ஆகாதபோதும், நிறையச் சாப்பிட பிறகும் கால் தேக்கரண்டி மிளகுத் தூளை மோரில் கலந்து குடித்தால் உடன் ஜீரணமாகும். இல்லையெனில் வெல் லக்கட்டியில் ஆறு மிளகை வைத்து பொடித்து அந்தப் பொடியை தண்ணீருடன் சாப்பிடலாம்.

ஜலதோஷத்துடன் கூடிய காய்ச்சலுக்கு இதேபோல் ஆறு மிளகைத் தூள் செய்து தண்ணீருடன் சாப்பிடவும். இல்லையெனில் பாலில் மிளகுத்தூளைக் கொதிக்க வைத்து அருந்தலாம்.

தும்மல் மற்றும் சளியுடன் ஜலதோஷம் என் றால் இருபது கிராம் மிளகுத்தூளை பாலில் கொதிக்க வைத்து ஒரு சிட்டிகை மஞ்சள் தூளும் கலந்து தினம் ஒரு வேளை வீதம் மூன்று நாட்கள் மட்டும் சாப்பிடவும். இது ஒரு சூப்பர் நிவாரணி.

சோம்பலாகவும், மந்தமாகவும் இருப்பவர்க ளும், ஞாபக மறதிக் குழந்தைகளும் மற்ற வய துக்காரர்களும் ஒரு தேக்கரண்டித் தேனில் ஒரு சிட்டிகை மிளகுத்தூளைக் கலந்து காலையும் மாலையும் சாப்பிட்டு வரவும். சோம்பல் போயே போச்சு. மிளகில் உள்ள பாஸ்பரஸ் மூளையை விழிப்புடன் வைத்திருக்கும். உடம்புவலி, பற்சொத்தை உள்ளவர்களும், மிளகை தினசரி உணவில் சேர்ப்பது நல்லது.

ஆண்மைக் குறைபாடு உள்ளவர்களும், பெண்மைக் குறைபாடு உள்ளவர்களும் தின மும் நான்கு பாதாம் பருப்புகளுடன் ஆறு மிள கையும் தூளாக்கி பாலுடன் இரவில் அருந்தி வருவது நல்லது. குறைபாடுகள் குணமாகும். குழந்தையும் பிறக்கும்.

பற்சொத்தை, பல்வலி, பேசும் போது நாற்றம், பல் கூச்சம் உள்ளவர்கள் சில நாட்களுக்கு மிளகுத் தூளும் உப்பும் கலந்த பற்பொடியை வீட்டில் தயாரித்துப் பல்துலக்கி வரவும். மிளகு இரசமும், மிளகு சோந்த உணவு வகைகளும் ஆரோக்கியத்தைத் தருவதுடன் மூளையின் கூர்மையையும் அதிகரிக்கும் என்பது உறுதி.

திரிகடுகு எனப்படும் [சுக்கு மிளகு திப்பிலி] மருந்தை காலை, மாலை உணவுக்குப்பின் தேனில் 500 மி.கி அளவு சாப்பிட வயிற்றுநோய்களும் சுவாசம் சம்பந்தமான நோய்களும் அணுகாது. மிளகுடன் வெற் றிலை சேர்த்து லேசாக இடித்து நீரில் கொதிக்கவைத்து வடித்த குடிநீரை குடித்துவர மருந்துகளால், உணவுப்பண்டங்களால் ஏற்பட்ட நச்சுத்தன்மை நீங்கும்.

மிளகுத்தூள்+வெங்காயம்+உப்பு இவற்றை கலந்துஅரைத்து புழுவெட்டு[கிலிளிறிணிசிமிகி] உள்ள இடத்தில் தொடர்ந்து பூசிவர முடி முளைக்கும். பச்சை மிளகு கிடைக்கும் சீசனில், வாங்கி கெட்டித் தயிரில் உப்பு போட்டு ஊற வைத்து அப்படியே உபயோகிக்கலாம். அல்லது மோர் மிளகாய் போல் காயவைத்தும் தயிர் சாதத்திற்க்கு தொட்டுக் கொள்ளலாம். உடம்புக்கு மிகவும் நல்லது.

காயங்களுடன் காட்சிதரும் அனுமன்

ராமேஸ்வரம் ஆலயத்தின் முகப்பில் இருக்கும் அனுமனின் திருமேனி வித்தியாச மானது இடுப்பு வரை மட்டுமே வெளியில் தெரிகிறது. முகம் பெரியதாய் வீங்கி சிவந்தும், கண்களும், வாயும் சிறுத்து அமைந்திருக்கின்றன.

கடுமையான போரில் ஈடுபட்டு வெற்றி பெறும்போது முகத்தில் ஒருசில காயங்கள் ஏற்பட்டும், முகத்தில் ஒருவித களைப்பு ஏற்பட்டால் எப்படி இருக்குமோ அதைப் போன்றே காட்சி தருகிறார்.

இலங்கையில் ராமனுக்கு உதவியாக போரில் ஈடுபட்ட அனுமனைப் போன்று இந்த அனுமனும் காட்சிதருகிறார்.

இந்த அனுமன் சிலையில் சாதிலிங்கக் குழம்பு பூசப்பட்டிருக்கும். அனுமனின் இவ்வடி வத்தை விஸ்வரூப அம்சமாகக் குறிப்பிடுகின்றனர். இக்கருவறைக்குள் மழைக்காலத்தில் நீர் உயர்ந்தும், மற்ற காலங்களில் நீர் இன்றியும் காணப்படுகிறது.

ஆன்மாவின் ஆனந்தத்தை அழித்து துன்பத்தை தரும் ஐந்து பகைவர்கள்

மனிதன் தன் பிறப்பின் முழு பலனை அடைவது என்பது வெகு சிலரால் மட்டுமே முடியும், உடலை பூமியிலும், ஆன்மாவை இறைவனிடமும் கொண்டுசெல்லும் ஆற்றலை பெற்றவர்கள்தான், பிறப்பின் முழு பலனை அடைந்தவர்களாவார்கள்.

இந்த நிலைக்கு சென்றவர்கள் வெகு சிலரே..., பல தடைகளை தாண்டினால்தான், ஆன்மாவையும் உடலையும் பிரித்து பார்க்கும் நிலைக்கு வரமுடியும். இந்த நிலைக்கு வருவதே மிகப்பெரிய சாதனையாக கூட தெரியும்.

இதுபோன்ற சாதனையில் ஈடுபடும்போது ஒருசில சோதனைகள் வரும், அப்படிப்பட்ட சோதனைகளை கடந்தால்தான் மேற்கண்ட சாதனையில் வெற்றிபெற முடியும்.

சரி எப்படிபட்ட சோதனைகள் வரும் என்பதை தெளிவாக பார்ப்போம்:

அறியாமை (அவித்யா),
அகங்காரம் (அஸ்மிதா),
விருப்பம் (ராகம்),
வெறுப்பு (துவேஷம்),
உயிர்பற்று (அபினிவேசா)

இவைகள் ஆன்மாவின் ஆனந்தத்தை மாற்றித் துன்பமயமக்கும் பகைவர்களாவார்கள்.

அறியாமை (அவித்யா):

முதலாவது, அவித்தை. அதாவது, அறிவீனம். அவித்தை என்பதை அறி வீனம் என்று கூட சொல்ல முடியாது. அறிவில்லாதவற்றை அறிவு என்று நினைத்துக் கொள்வது. யாரோ சொன்னார்கள், எங்கேயோ படித்தது என்று ஒன்றை பிடித்துக் கொண்டு, அதுவே உண்மையான அறிவு என்று நினைத்துக் கொள்வது.

படிப்பதே கொஞ்சம். அதிலும், சரியானவற்றை படிப்பது கிடையாது. அப்படியே சரியானவற்றை படித்தாலும் அவற்றை சரியாக புரிந்து கொள்வது கிடையாது.

தவறாக புரிந்து கொள்வது மட்டும் அல்ல, அந்த தவறே சரி என்று நினைத்துக் கொள்வது. இது அவித்தை. இதை முதலில் சரி செய்ய வேண்டும். எதை அறிவது, எப்படி அறிவது, என்று திட்டமிட்டு சரியான முறையில் வித்தையை அறிய வேண்டும்.

அகங்காரம் (அஸ்மிதா):

அஸ்மிதா என்பது, தான் என்ற உணர்வு. அகங்காரம். தன்னை முன்னிறுத்தி உலகை அளப்பது. அளவுக்கு அதிகமாக தன்னைப் பற்றி பெருமை கொள்வது. தான் பெரிய ஆள் என்று நினைத்துக் கொள்வது. இதனால் பல சிக்கல்கள் வருகின்றன. கோபம் பயம் என்ற இவைகள் இதில் இருந்து வருகின்றன.

விருப்பம் (ராகம்):

நமது சந்தோஷம் வெளியே இருக்கிறது என்று நினைப்பது விருப்பம், ஆசை. அந்த பெண் வேண்டும், அந்த கார் வேண்டும், அந்த வீடு வேண்டும், அந்த வெளி நாட்டுக்குப் போக வேண்டும் என்று வெளியில் உள்ள பொருள்கள் நம் சந்தோஷத்துக்கு காரணம் என்று நினைப்பது. நாம் எதெல்லாம் வந்தால் சந்தோஷமாக இருப்போம் என்று நினைக்கிறோமோ , அதை எல்லாம் அடைந்தவர்கள் சந்தோஷமாக இருக்கிறார்களா என்று எண்ணி பார்க்க வேண்டும். நமது சந்தோஷம் வெளியில் இருந்து வருகிறது என்று நினைப்பதால் ஆசை எழுகிறது.

வெறுப்பு (துவேஷம்),

வெறுப்பு. துவேஷம். வெறுப்புக்குக் காரணம் அன்பின்மை. நம்மை விட கீழே உள்ளவர்கள் மேல் வெறுப்பு. அந்த வெறுப்பின் மறு வடிவம் நம்மை விட உயர்ந்தவர்கள் மேல் உள்ள பொறாமை. வெறுப்பும் பொறாமையும் ஒன்று தான். இதை அறிய வேண்டும்.

உயிர்பற்று (அபினிவேசா)

ஆசையில் இருந்து பயம் வரும். ஆசைப்பட்டது கிடைக்காமல் போய் விடுமோ என்ற பயம். இந்த பயம் கடைசியில் உயிர் மீது பற்று ஏற்படும், வாழ்க்கையின் மேல் ஆசை வைத்தால், சாவை குறித்து பயம் வரும்.

ஆசையின் கருவில் பயம் பிறக்கும். பயம் இல்லாமல் இருக்க வேண்டும் என்றால், ஆசை இல்லாமல் இருக்க வேண்டும்.

மேற்கண்ட ஐந்தினையும் வெல்லும் மனப்பக்குவத் தை வளர்த்துக் கொள்வதற்கு தியானம், யோகம் போன்றவற்றில் நம் மனதையும் உடலையும் ஈடுபடுத் தினாலே எளிதாக மனத்தெளிவு ஏற்பட்டு ஆன்மாவை இறைவனிடம் செலுத்த முடியும்.

பஞ்ச நித்திய கர்மங்கள்

கடைபிடிக்கவேண்டியது அவசியம்

'பஞ்ச நித்திய கர்மங்கள்' என்பதை இந்து மதத்தை பின்பற்றுபவர்கள் அவசியம் கடைபிடிக்கவேண்டும் என்று இந்துதர்ம நூல்கள் மிகத் தெளிவாக பல்வேறு வேதங்கள், புராணங்கள் வாயிலாக கூறியுள்ளது.

நித்திய கர்மம் என்றால் கண்டிப்பாக கடைப்பிடிக்கவேண்டிய செயல்கள் எனப் பொருள்படும். இந்த ஐந்து முக்கிய செயல்களும் ஒரு உறுதியான, பொறுப்புள்ள, பண்பாடுமிக்க, தர்மநெறியில் செயல்படும் மனிதனை உருவாக்குகின்றன.

1. வழிபாடு (உபாசனை)

வீட்டிலும் கோவிலிலும் வழிபாடு செய்யவேண்டும். வழிபாட்டு விதிமுறைகளைப் பற்றி ஆகமநூல்கள் விளக்குகின்றன. வழிபாட்டில் ஈடுபடும் போது கலாச்சார உடைகள் அணிய வேண்டும். வழிபாடு என்பது தூய்மையானதாகவும் எந்தவொரு சுயநல எண்ணமும் அற்றதாகவும் இருக்கவேண்டும். தானும் வழிபாட்டில் ஈடுபட வேண்டும், மற்றவர்களையும் வழிபாட்டில் ஈடுபட வழிகாட்ட வேண்டும். ஒருவனை வழிபாட்டில் ஈடுபட விடாமல் தடுப்பதை விட கொடிய கர்ம வினை கிடையாது.

உபாசனை என்பது வழக்கமான பூஜைகள் மட்டுமின்றி தியானத்தையும் குறிக்கும். உபாசனை என்றால் 'அருகில் அமர்ந்து மனத்தை ஒருநிலைப்படுத்தல்' எனப் பொருள்படும். ஆராதனைகளும் வழிபாடுகளும் முடிந்த பின்னர், பூஜை அறையிலும் கோவில்களிலும் அமர்ந்து (நாமஜபத்தால் இறைவனுக்கு மிக அருகில் மனத்தைக் கொண்டுவந்து) தியானத்தில் ஈடுபட வேண்டும். இவ்வாறு முழுமையான வழிபாட்டில் ஈடுபட வேண்டியது இந்துக்களின் முக்கிய கடமை.

2. திருவிழா (உத்சவம்)

உத்சவம் என்றால் 'துன்பங்களை நீக்கும் நாள்' எனப் பொருள்படும். பெரும்பாலும் திருவிழாக்கள் மிகவும் கோலாகலமாகவும் மகிழ்ச்சிப் பொங்கும் மங்கல திருநாட்களாகவும் திகழ்கின்றன. இந்நன்னாட்களை மக்கள் களிப்போடு ஒருவருக்கொருவர் அன்பைப் பரிமாறிக் கொள்ளவேண்டும். ஒருவனின் மனதில் இருக்கும் தீய எண்ணங்கள் தான் துன்பங்கள் என்றழைக்கப்படுகின்றன.

அதேபோல் மனத்தில் விதைக்கவேண்டிய நற்குணங்கள் இன்பங்கள் என்றழைக்கப் படுகின்றன. ஒருவனுக்குத் துன்பங்களை விளைவிக்கும் தீய எண்ணங்களை நீக்கும் நாட்கள்தான் திருவிழா என்றழைக்கப்படுகின்றன. தீபாவளி, பொங்கல், புத்தாண்டு, தைப்பூசம், சித்திரை திருவிழாக்கள் போன்றவை எல்லாம் பின்னணியில் தீமைகளை அழித்து நன்மைகளை விதைத்தல் என்ற நோக்கத்தைக் கொண்டிருக்கும். நம் முன்னோர்கள் பல புராணக் கதைகள் மூலமாக இதை நமக்கு உணர்த்த முற்பட்டனர். ஆகவே, திருநாட்களில் துன்பங்களை நீக்கி இன்பமாக இருக்கவேண்டியது இந்துக்களின் முக்கிய கடமையாகும்.

3. அறநெறி (தர்மம்)

வயதில் முதியவர்களை மதித்தல், பெற்றோர்களை தெய்வத்திற்கு நிகராக போற்றுதல், சுயநலமான செயல்களையும் எண்ணங்களையும் துறத்தல், மற்றவர்களின் நலனுக்காக செயல்கள் ஆற்றுதல், தீமையானவற்றை செயலாலும் மனத்தாலும் மேற்கொள்ளாமலிருத்தல், இனிமையான பயன்தரும் சொற்களையே பேசுதல், சான்றோர்களின் சொற்களைப் பின்பற்றுதல், எல்லோரையும் சமமாகப் பார்த்தல், உயர்வுதாழ்வு மனப்பான்மையின்றி எல்லா உயிர்களிலும் ஈஸ்வரன் குடியிருக்கிறான் என்பதை அறிந்து தெளிவான நோக்கத்தோடு செயல்பட வேண்டும். இவ்வாறு தர்மநெறியில் செயல்படவேண்டியது இந்துக்களின் முக்கிய கடமையாகும்.

4. யாத்திரை (தீர்த்தயாத்திரை)

தீர்த்தம் என்றால் புனித தலம் எனப் பொருள்படும். புனித தலங்களுக்கு நீண்ட பயணம் மேற்கொள்வது தீர்த்தயாத்திரை என்றழைக்கப்படுகின்றது.

யாத்திரை மேற்கொள்வது ஆன்மிக வலிமையும் மனோவலிமையும் தரும். தீர்த்தயாத்திரை தலங்கள் பெரும்பாலும் தெய்வத்துடனும் தெய்வீக மனிதர்களுடனும் தொடர்புடையதாக அமைந்திருக்கும்.

இத்தகைய இடங்களில் பல மகான்கள் தெய்விகத்தை உணர்ந்து முக்திநிலை அடைந்திருப்பார்கள். ஆதலால் இத்தகைய இடங்களுக்கு யாத்திரை மேற்கொள்ள புராணங்கள் ஊக்குவிக்கின்றன. தீர்த்தயாத்திரையின் போது ஒருவன் பல தடைகளைக் கடந்து தன்னுடைய இலக்கை அடைகின்றான்.

அதுபோலவே வாழ்க்கை எனும் பாதையில் மெய்யுணர்வு எனும் குறிக்கோளை அடைய ஒருவன் பல தடைகளையும் சவால்களையும் கடந்துவர வேண்டும். தீர்த்தயாத்திரை தலங்களின் அதீத தெய்வசக்திகள் ஒருவனின் மனத்திலிருக்கும் தீமைகளை நீக்கி அவனை நேர்வழியில் தர்மநெறியோடு செயல் பட உதவுகின்றன. ஆகவே, யாத்திரை மேற் கொள்வது இந்துக்களின் கடமையாகும்.

5. அர்த்தமுள்ள சடங்குகள் (சமஸ்காரம்)

ஒருவனின் பிறப்பு முதல் இறப்பு வரை மேற்கொள்ள வேண்டிய சில அர்த்தமுடைய சடங்குகளை இந்துதர்மம் வரையறுத்துக் காட்டுகின்றது. உதாரணமாக, வளைக்காப்பு, பெயர்சூட்டுதல், முடிநீக்குதல், காது குத்துதல், பள்ளியில் சேர்த்தல் போன்ற 16 சடங்குகள்.

சமஸ்காரம் எனும் சொல் 'முழுமையான நிறைவு அடைதல்' அல்லது 'தயார்ப்படுத்துதல்' எனப் பொருள்படும். இச்சடங்குகள் ஒருவனின் கர்மாவோடு தொடர்புடையவை என யோக சாஸ்திரங்கள் குறிப்பிடுகின்றன.

நோயற்ற வாழ்வை பெற்றால் முக்தி தன்னால் கிடைத்துவிடும்

மனிதர்களைப் பற்றியும், அவர்களின் மனோ நிலையைப்பற்றியும் ஆராய்ந்த தேரையர், தனது குருநாதர் அகத்தியரிடம் ஒருசில கேள்விகளைத் தொடுத்தார்.

"குருவே! மனிதன் ஏன் பிறக்கிறான்?

அவன் இந்த உலகத்தை தன்னுடையதாகக் கருதி, இங்கேயே தங்க விரும்புகிறானே? மரணம் கண்டு அவன் அஞ்சுவது எதனால்?

முக்திநிலை அடைவது தானே வாழ்வின் நோக்கம். பிறப்பற்ற நிலை பெற, நீங்கள் தான் உபதேசிக்க வேண்டும்?"

என்று அடுக்கடுக்கான கேள்விகளை கேட்டவாறு அகத்தியரின் முகத்தைப் பார்த்தவாறு நின்றுகொண்டிருந்தவருக்கு அகத்தியர் மெல்லிய புன்னகையுடன் தனது பதிலை தெரிவித்தார்.

"சீடனே!..... உடம்பை பாதுகாத்துக் கொள். உடம்பை பாதுகாத்தால் உனது ஆயுள் பெருகும். ஆயுள் பெருகப் பெருக உனக்கு முக்தி கிடைத்து விடும்,"என்றார்.

"சுவாமி! தங்கள் பதில் விந்தையாக இருக்கிறதே! இந்த உடம்பை விடுத்து, விரைவில்வந்த இடம் போய் சேர்வது தான் முக்தி தத்துவம். தாங்களோ, ஆயுள் அதிகரித்தால் முக்தி கிடைக்கும் என்கிறீர்களே! இதெப்படி சாத்தியம்?" என்றார்.

"சீடனே! ஒரு கேள்விக்கு பதில் சொ," என்றார் அகத்தியர்.

தேரையர் ஆவலுடன் அவர் முகத்தை நோக்கினார்.

"நீ பல திருமணங்களைப் பார்த்திருப்பாய். மணமக்களை விருந்தினர்கள் என்ன சொல்லி வாழ்த்துகின்றனர்?" என்றார்.

"நீடூழி வாழ்க, என்று சொல்வார்கள்." என்றார் தேரையர்.

"ஏன் அப்படி சொல்கிறார்கள்...? உன் கூற்றின்படி பார்த்தால், விரைவில் முக்தி அடைக என்றல்லவா வாழ்த்த வேண்டும்...! ஆயுள் வளர்வது வீணே பொழுதுபோக்குவதற்காக அல்ல. ஆண்டவனால் நிர்ணயிக்கப்படும் வாழ்நாளை ஆண், பெண் இருபாலரும், பிறர் நன்மை பெறுவதற்காகப் பயன்படுத்த வேண்டும். நம்மைப் போன்ற துறவிகளும் இதையே செய்ய வேண்டும். மேலும், ஞானத்தைப் பெற கடும் ஆன்மிகப்பயிற்சிகள் தேவை. இந்த பயிற்சியைப் பெற உடல் வலுவாக இருக்க வேண்டும். மொத்தத்தில் நோயற்ற உடல் வேண்டும். எனவே, நீ எல்லோருக்கும் நோயற்ற உடல் அமையும் வகையில், சேவை செய். நீ ஞானம் பெற்று, முக்தி பெறுவாய்" என்றார்.

ஆச்சரியமான
உண்மை....

சந்தா இல்லை
நன்கொடை பெறுவதில்லை
விளம்பரங்கம் வாங்குவதில்லை

ஆனாலும் வெற்றிகரமாக
100வது இதழை நோக்கி

உலகமெங்கும் 60,000 ஆன்மிக வாசகர்களுடன்,
தரத்திலும், வடிவமைப்பிலும் நம்பர் 1 ஆன்மிக
இ-புத்தகமாக வெளிவரும் ஒரே இதழ்
ஆன்மிகமலர்.காம் இணையதளம் மூலம் வெளிவரும்
ஆன்மிகமலர் மெயில்புத்தகம் மட்டுமே....

❖தனித்திருப்போம் ❖உலகை காப்போம் ❖கரோனாவை அழிப்போம்...

பலாப்பழத்தின் அற்புதம் மகத்துவங்கள்

பலாப்பழத்தின் இனிப்புச் சுவைக்குக் காரணம், இதில் உள்ள ஃப்ருக்டோஸ், சுக்ரோஸ் தான். பலாப்பழத்தைச் சாப்பிட்டவுடன் உடலுக்கு உடனடி ஆற்றல் கிடைக்கிறது. சோர்வாக இருக்கும்போது, இந்தப் பழத்தைச் சாப்பிட்டால் உடல் சோர்வு நீங்கி, புத்துணர்ச்சி கிடைக்கும்.

மனித இயக்கத்திற்கு உதவும் தைராய்டு ஹார்மோன் உடலில் உற்பத்தியாகவும், அதை உட்கிரகிக்கவும் தாமிரச் சத்து அவசியம். பலாவிலுள்ள தாமிரச்சத்து இதற்கு உதவி செய் கிறது.

பலாபழத்தில் வைட்டமின் ‘சி’ அதிக மாக உள்ளதால், மிகச்சிறந்த ஆன்டி ஆக்ஸிடன்ட் ஆகவும் செயலாற்றுகிறது. வைரஸ் மற்றும் பாக்டீரியாக்களால் நோய்த்தொற்று உண்டாகாமல் தடுக்கிறது.

வெள்ளை அணுக்களின் எண்ணிக்கையை அதிகரித்து, நோய் எதிர்ப்பு சக்தியைக் கூட்டு கிறது.

பலாச்சுளைகளில் பொட்டாசியம் அதிகம் இருப்பதால், இரத்த அழுத்தத்தை குறைத்து இதய நோய் வராமல் தடுகிறது.

ஆஸ்துமாவால் பாதிக்கப்பட்டோர் பலா பழமரத்தின் வேரை வேக வைத்து அந்த நீரோடு, பலாப்பழச்சாற்றை கலந்து குடித்தால் ஆஸ்துமா குணமாகும்.

பலாப்பழத்திலுள்ள விட்டமின் ‘ஏ’ சத்து, பார்வைக் குறைபாடு வராமல் தடுக்கிறது. மாலைக்கண் நோயையும் குணமாக்கும். தொடர்ச்சியாக பலா சாப்பிடுவோருக்கு கண் நோய்கள் வராது என்கிறது ஒரு ஆய்வு.

நார்ச்சத்து அதிகம் உள்ள பழம் என்றால் அது பலாப்பழமே. மேலும் இது அல்சர், செரிமானக் கோளாறு, கண்களில் ஏற்படும் கோளாறு ஆகியவற்றை குணப்படுத்தும் தன்மையை உடையது. இதில் கலோரி குறைவாக இருப்பதால் இதய நோய் இருப்பவர்களுக்கு சிறந்த மருத்துவ குணம் வாய்ந்த பழம்.

நெய் அல்லது தேன் கலந்த பலாப்பலத்தைச் சாப்பிட்டால் இதயம், மூளை வளர்ச்சி யடையும், நரம்புகளும் வலுப்படும்.. உடலும் ஊட்டம் பெறும்.

பலாப்பழத்திலுள்ள லிக்னன்ஸ், ஆர்கானிக் கூட்டுத் தொகுப்பான ஐசோஃப்ளேவன்ஸ், சபானின் ஆகியவை புற்று நோய் எதிர்ப்பு சக்தியைத் தூண்டுகிறது. இது தவிர, உடல் இளமை தோற்றத்தை பெற உதவு கிறது.

www.aanmeegamalar.com

www.aanmeegamalar.com

உடலை இயற்கைக்கு தானம் செய்த புத்தர்

புத்தர் தன் கடைசி நேரத்தில் கூறினார்...

என் உடலை இயற்கைக்கு மீண்டும் ஒப்படைக் கப் போகிறேன், நான் அனேக உடல்களை பயன் படுத்தி உள்ளேன், ஆனால் இதற்கு முன்பு இயற்கைக்கு நன்றி சொல்லியது இல்லை.

இதுதான் கடைசி, இனி நான் உடலுக்குள் புக மாட்டேன், இதுதான் நான் வாழ்கின்ற கடைசி வீடு கடைசி இருப்பிடம்.

நான் என் உடலைத் திருப்பித் தர வேண்டும், இது அனேக வேலை களைச் செய்து விட்டது, இது என்னை ஞானத்திற்கு இட்டுச் சென்றது, இது நல்ல சாதனமாக இருந்தது. இது எல்லா வகையிலும் எனக்கு உதவியாக இருந்தது, ஆகவே இயற்கைக்கு நன்றி சொல்லி விட்டு, இந்த வீட்டை திருப்பி கொடுக்க வேண்டும்.

ஏனெனில்,

இந்த உடல் இயற்கை எனக்கு கொடுத்த வெகுமதி, நான் முழு உணர்வுடன் இதைக் கொடுக்க வேண் டும், அதன் பிறகு அவர் தன் உடலை ஒப்படைத்தார்.

அவர் உடலைச் சுற்றி ஒரு ஒளி இருந்தது, அவர் உடல் சக்தியாக மாறி இந்தப் பிரபஞ்ச த்துடன் கலந்து விட்டது, அவருடைய மரணம் உள்ளுணர்வுடன் கூடிய மரணம்.

பிறகு அவர் தனது மனதை ஒப் படைத்தார், அப்பொழுது நறுமணம் பரவியது,

புத்தரின் மனம் ஒரு நறுமணம்தான், கள் ளங் கபடமற்ற தூய் மையான வாழ்க் கையின் நறுமணம், பிறகு அவர் தன் ஆன்மாவை ஒப்படைத்தார்

இந்த மூன்று விஷயங்களும் ஒப்படைக்கப் பட்ட பின்னரே அவர் இறந்தார்

இதுதான் மகா பரி நிர்வாணம், இதுதான் மகாசமாதி.

– ஓஷோ

ஞானத்திற்கு ஏழு படிகள்

www.aanmeegamalar.com

www.aanmeegamalar.com

கணிதத்தையும், மன அமைதியையும் ஒருங்கேபெற்ற ஸ்ரீ ருத்ரம்

சிவத்தை அடைய பல்வேறு வழிமுறைகள் இருந்தாலும், ஸ்ரீ ருத்ரத்தை தொடர்ந்து படித்து வந்தாலே போதும் நாமே சிவமாகவே மாறி விடலாம்.

இந்த ருத்ரம் என்னும் துதி யஜுர் வேதத்தில் உள்ளது. ருத்ரத்தில் நமகம், சமகம் என இரண்டு பகுதிகள் உண்டு. இறைவனிடம் என்ன வேண்டுவது என்று திணறுபவருக்கு இது ஒரு பெரிய பட்டியலைத் தருகிறது.

உலக அளவில், இன்று நிம்மதியான உறக்கம் என்பது இல்லாமல் தவிப்பவர்கள்தான் அதிகம், உலக ஆசைகள், பேராசைகள் போன்றவை மனிதனிடம் சேரச் சேர அவனுக்கு நிம்மதி என்பது மெல்ல மறைந்துவிடும், இயந்திரத்தின் துணையுடன் அவன் செய்யும் செயல்களினால், கடைசியில் இயந்திரம் போன்ற வாழ்க்கையையும் வாழ வேண்டிய சூழல் ஏற்படுகிறது.

ஆரம்பத்தில் ஆடம்பரம், நாகரீகம் என்று தோன்றினாலும், ஒருகட்டத்தில் இந்த இயந்திர வாழ்க்கை கூட சலிப்பை ஏற்பட்டு, மனதளவில் ஏதோ ஒரு தேடலை ஆரம்பிப்பார்கள், அந்த தேடல் கண்டிப்பாக நிம்மதியையும், நிம்மதியான உறக்கத்தையும் நோக்கியே அமையும் என்பதை உணர்ந்த நம் முன்னோர் அதற்கான தீர்வையும் சொல்லியுள்ளனர்.

கணிதத்தை உள்ளடக்கியது

உலக விஷயங்களில் உழன்று தவிக்கும் மனிதனுக்கு இம்மையிலும், மறுமையிலும் நிம்மதியான உறக்கத்தை தரவல்லது ருத்ரம் மட்டுமே. இந்த ருத்ரத்தை பாராயணம் செய்தாலே மனம் அமைதி கிடைக்கும்.

ஆயிரக் கணக்கான ஆண்டுகளுக்கு முன்பே நம் முன்னோர்கள் ஸ்ரீ ருத்ரத்தில் நமகம் சமகம் என்றும் பகுதியில் நல்ல தீர்வை சொல்லியுள்ளனர்.

நமகம் என்னும் பகுதியில் சிவ பெரு மானை நூற்றுக் கணக்கான பெயர்களால் நமஸ்கரிக்கிறோம். இதனால் இதை சத ருத்ரீயம் என்று அழைப்பர்.

சமகம் என்னும் பகுதியில் நமக்கு வேண்டியவற்றை எல்லாம் கேட்கிறோம். இதைக் கேட்டாலேயே போதும். அத்தனையும் கிடைத்துவிடும்.

சிவன் கோவில்களில் அபிஷேக நேரத்தில் இதைப் பாராயணம் செய்வார்கள். இந்துக்களின் முக்கிய சடங்குகள் அனைத்திலும் ருத்ர பாராயணம் நடைபெறும்.

நமகம் என்னும் பகுதியில் 194 நம: வரும்

சமகம் என்னும் பகுதியில் 328 சமே வரும்.

நமகம் பகுதியில் சிவனை 300 பெயர்களால் வணங்குகிறோம்.

ருத்ரத்துக்கும் 11 என்ற எண்ணுக்கும் தொடர்பு மிக அதிகம். ஏகாதச ருத்ரர்கள் என்று ருத்ரர்களின் எண்ணிக்கை கணக்கிடப்படுவதால் குறைந்தது 11 தடவையும், அதிகமாக இதன் பல மடங்குகளிலும் பாராயணம் செய்வர்.

ஸ்ரீருத்ரம் 174 ரிக்குகளைக் கொண்டது. இதில் 32 மஹா மந்திரங்கள் இருக்கின்றன. ருத்ரத்தில் 11 பிரிவுகள் (அநுவாகங்கள்), சமகத்தில் 11 பிரிவுகள் இருக்கின்றன. ருத்ரத்தின் 11 அநுவாகங்களில் எட்டாவது அநுவாகத்தில் நமச்சிவாய என்ற மஹா மந்திரம் வருவதால் அந்த இடம் வரும் போது முழுக் கவனத்தையும் செலுத்தி உரத்த குரலில் கூறுவர். 11ஆவது அநுவாகத்தில் மரண பயத்தை நீக்கும் ம்ருயுஞ்ஜய மந்திரம் (ஓம் த்ரயம்பகம் யஜாமஹே) வருகிறது.

கணித வல்லுநர்கள்

சமகத்தில் 11ஆவது அநுவாகத்தில் ஒற்றைபடை எண்களாக 33 வரையும் இரட்டைப்படை எண்களாக 44 வரையும் எண்கள் மட்டுமே மந்திரமாக உச்சரிக்கப்படுகின்றன. இது வரை இதற்கு எத்தனையோ தத்துவ விளக்கங்கள் கொடுக்கப்பட்டபோதிலும் ஒன்றுகூட எல்லா எண்களையும் விளக்குவதாக இல்லை.

ஆயிரக்கணக்கான ஆண்டுகளுக்கு முன் இப்படி வெறும் எண்களை மட்டுமே மந்திரமாக்கிய இந்தியர்களின் கணிதப் புலமையையும் திறமையையும் வெளிப்படுத்துகிறது. உலகில் வேறு எந்த கலா சரத்திலும் இறைவனைத் துதிபாடும் மந்திரங்களில் இப்படி எண்கள் வருவ தில்லை. ஒரு இடம் அல்ல, இரண்டு இடம் அல்ல. உலகின் மிகப் பழமையான சமய நூலான ரிக்வேதத்தில் நூற்றுக் கணக்கான இடங்களில் பெரிய பெரிய எண்கள் வருகின்றன.

பிள்ளையாக பிறக்கும் ஆன்மா

மறுபிறப்பை பற்றி இந்து மதம் மிகத் தெளிவாக கூறுகிறது. இதில் ஒரே மனிதனின் ஆன்மாவே தனக்கு மகனாகவோ, மகளாகவோ பிறக்கும் என்பதையும் கருடபுராணத்தில் தெளிவாக கூறப்பட்டுள்ளது.

இதுகுறித்து கருடன், மகாவிஷ்ணுவிடம் ஜனன மரணவிதிகளைப்பற்றி கேட்கும்போது மகாவிஷ்ணு தெளிவாக கூறியுள்ளார்.

தனக்குத் தன்னுடைய ஆன்மாவே புத்திரனாக ஜெனித்தல் உண்மை!

ஆகையால் புத்திரன் இறந்து விட்டான்என்றால், அந்தப் புத்திரனுக்கு அவனுடைய தந்தையும், தந்தை மாய்ந்தால் அவனுடைய புத்திரனும் கர்மம் செய்ய வேண்டும். ஒருவன், தனக்குத்தானே புத்திரன் ஆகிறான் என்று வேதம் சொல்கிறது.

“தண்ணீர் நிறைந்த குடங்களை வரிசையாக வைத்து பகலில் அவற்றின் உள்ளே சூரியனைப் பார்த்தாலும், பௌர்ணமி இரவுகளில் சந்திரனைப் பார்த்தாலும் ஒவ்வொரு குடத்திலும் சந்திர சூரிய உருவங்கள் தெரிவது போல், ஒருவனே தனக்குப் பல புத்திரர்களாக பிறக்கின்றான்.

“அதனால்தான் தன் தந்தைகளைப் போன்ற உருவமும் அறிவும் ஒழுக்கமும் உடையவர்களாக விளங்குகின்றான். ஆயினும் குருடனுக்கு குருட்டுப் பிள்ளையும், ஊமைக்கு ஊமைப் பிள்ளையும், செவிடனுக்குச் செவிட்டுப் பிள்ளையும் பிறத்தல் என்பது இல்லை. எனவே தந்தைக்கு அமைந்துள்ள சிறப்பான அம்சங்களில் ஏதேனும் ஒன்று பிள்ளைக்கும் பொருந்திருக்கும்.” என்றார் திருமால்.

– கருடபுராணம்

உலக நலனுக்காக நிகழ்த்தப்பட்ட

சிவ தாண்டவங்கள்

சைவர்களின் முழுமுதற் கடவுளான சிவ பெருமானால் ஆடப்பட்ட தாண்டவங்கள் சிவ தாண்டவங்கள் என்று அழைக்கப்படுகின்றன. சிவபெருமான் தண்டு முனிவருக்கும், பரத முனிவருக்கும் தாண்டவங்களை உருவாக்கி கற்பித்தார் என்று நாட்டிய சாத்திரத்தின் நாலாவது அத்தியாயமான தாண்டவ லட்சணத்தில் குறிப்பிடப்பட்டுள்ளது.

சிவபெருமானின் தாண்டவம் உலக நலனை நோக்கியே நிகழ்ப்படுவதாகவும், அதனுடைய நோக்கமானது உயிர்களை பாவங்களின் பிடியிலிருந்து விடுவிப்பதாகும்.

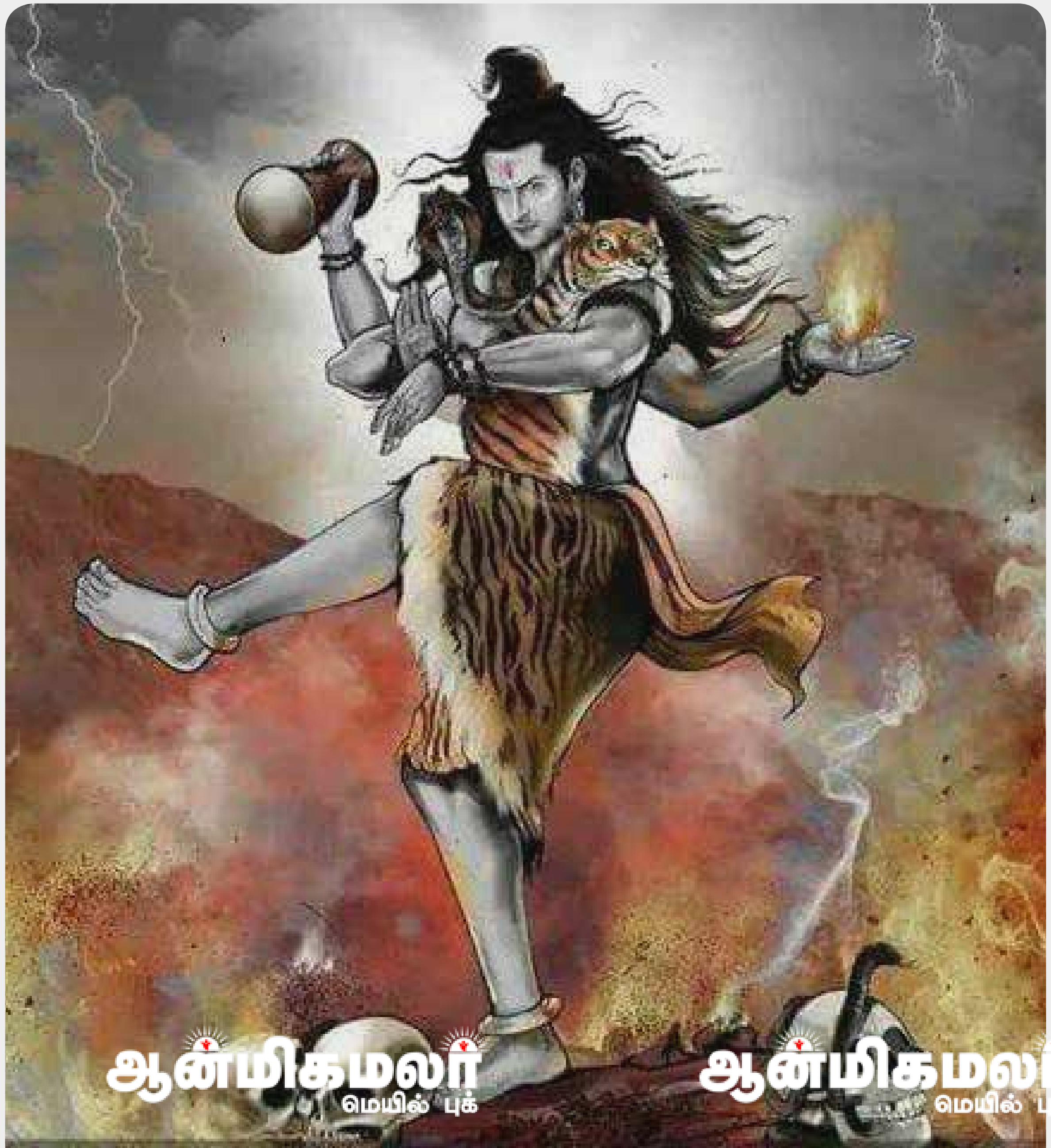
சிவதாண்டவத்தில் சிவனின் உடலமைப்பு அணிகலன்கள் கைகளில் உள்ள படைக்கலன்கள், தலைமுடி மற்றும் பாதங்களின் அமைப்பு ஆகிய அனைத்திற்குமே மெய்ப்பொருளியல் விளக்கங்கள் எடுத்துரைக்கப்படுகின்றன.

சிவபெருமான் ஆடிய தாண்டவங்களில் ஏழு தாண்டவங்கள் சப்த ஸ்வரங்களை குறிப்பதாக அமைகின்றன.

காளிகா தாண்டவம்........................ ச
சந்தியா தாண்டவம் ....ரி
கௌரி தாண்டவம்........................... க
சம்கார தாண்டவம்.......................... ம
திரிபுர தாண்டவம்............................ப
ஊர்த்துவ தாண்டவம் .... த
ஆனந்த தாண்டவம்.........................நி

சிவனின் நூற்றியெட்டு பரதநாட்டிய நிலைகளை குறிக்கும் நடன தாண்டவங்களின் பெயரைப் பார்ப்போம்.

1. தாளபுஷ்பபுடம்
2. வர்த்திதம்
3. வலிதோருகம்
4. அபவித்தம்
5. ஸமானதம்
6. லீனம்
7. ஸ்வஸ்திக ரேசிதம்
8. மண்டல ஸ்வஸ்திகம்
9. நிகுட்டம்
10. அர்தத நிகுட்டம்
11. கடிச்சன்னம்
12. அர்த்த ரேசிதம்
13. வக்ஷஸ்வஸ்திகம்
14. உன்மத்தம்
15. ஸ்வஸ்திகம்
16. பிருஷ்டஸ்வஸ்திகம்
17. திக்ஸ்வஸ்திகம்
18. அலாதகம்
19. கடீஸமம்
20. ஆக்ஷிப்தரேசிதம்
21. விக்ஷிப்தாக்ஷிப்தம்
22. அர்த்தஸ்வஸ்திகம்
23. அஞ்சிதம்
24. புஜங்கத்ராசிதம்



25. ஊத்வஜானு
26. நிகுஞ்சிதம்
27. மத்தல்லி
28. அர்த்தமத்தல்லி
29. ரேசித நிகுட்டம்
30. பாதாபவித்தகம்
31. வலிதம்
32. கூர்நிடம்
33. லலிதம்
34. தண்டபக்ஷம்
35. புஜங்கத்ராஸ்த ரேசிதம்
36. நூபுரம்
37. வைசாக ரேசிதம்
38. ப்ரமரம்
39. சதுரம்
40. புஜங்காஞ்சிதம்
41. தண்டரேசிதம்
42. விருச்சிககுட்டிதம்
43. கடிப்ராந்தம்
44. லதா வ்ருச்சிகம்
45. சின்னம்
46. விருச்சிக ரேசிதம்
47. விருச்சிகம்
48. வியம்ஸிதம்
49. பார்ஸ்வ நிகுட்டனம்
50. லலாட திலகம்
51. க்ராநதம்
52. குஞ்சிதம்
53. சக்ரமண்டலம்
54. உரோமண்டலம்
55. ஆக்ஷிப்தம்
56. தலவிலாசிதம்
57. அர்கலம்
58. விக்ஷிப்தம்
59. ஆவர்த்தம்
60. டோலபாதம்
61. விவ்ருத்தம்
62. விநிவ்ருத்தம்
63. பார்ஸ்வக்ராந்தம்
64. நிசும்பிதம்
65. வித்யுத் ப்ராந்தம்
66. அதிக்ராந்தம்
67. விவர்திதம்
68. கஜக்ரீடிதம்
69. தவஸம்ஸ்போடிதம்
70. கருடப்லுதம்
71. கண்டஸூசி
72. பரிவ்ருத்தம்
73. பார்ஸ்வ ஜானு
74. க்ருத்ராவலீனம்
75. ஸன்னதம்
76. ஸூசி
77. அர்த்தஸூசி
78. ஸூசிவித்தம்
79. அபக்ராந்தம்
80. மயூரலலிதம்
81. ஸர்பிதம்
82. தண்டபாதம்
83. ஹரிணப்லுதம்
84. பிரேங்கோலிதம்
85. நிதம்பம்
86. ஸ்கலிதம்
87. கரிஹஸ்தம்
88. பர ஸர்ப்பிதம்
89. சிம்ஹ விக்ரீடிதம்
90. ஸிம்ஹாகர்சிதம்
91. உத் விருத்தம்
92. உபஸ்ருதம்
93. தலஸங்கட்டிதம்
94. ஜநிதம்
95. அவாஹித்தம்
96. நிவேசம்
97. ஏலகாக்ரீடிதம்
98. உருத்வ்ருத்தம்
99. மதக்ஷலிதம்
100. விஷ்ணுக்ராந்தம்
101. ஸம்ப்ராந்தம்
102. விஷ்கம்பம்
103. உத்கட்டிதம்
104. வ்ருஷ்பக்ரீடிதம்
105. லோலிதம்
106. நாகாபஸர்ப்பிதம்
107. ஸகடாஸ்யம்
108. கங்காவதரணம்

CCTV காமிரா போன்று கண்காணிக்கும் ஒன்பது கர்ம சாட்சி

மனிதர்கள்செய்யும் செயலை கண்காணிக்க யாரும் இல்லை என்ற எண்ணம் இருப்பதால்தான் இன்று பல்வேறு விரும்பத்தகாத சம்பவங்கள் சமுதாயத்தில் நடைபெற்று கொண்டிருக்கின்றன.

உண்மையில் நீமீஸ்யைவிட அதிக சக்திவாய்ந்த ஒன்பது பேரின் கண்கள் அனைத்து மக்களையும் கண்காணித்துக்கொண்டிருக்கிறது. அந்த ஒன்பது சாட்சிகளை மீறி எதையும் செய்ய முடியாது என்பதால் அவற்றை நம் முன்னோர்கள் ஒன்பது கர்ம சாட்சிகள் என்று பெயர் வைத்து அழைத்துவந்தனர்.

ஒரு தனி அறையிலோ, தனி இடத்திலோ, மறைமுகமாகவோ எந்தவித காரியத்தைச் செய்தாலும் அந்த ஒன்பது பேருக்கு தெரியாமல் எதுவும் செய்யமுடியாது.

1. நிலம்,
2. நீர்,
3. தீ,
4. காற்று,
5. ஆகாயம் (வெற்றிடம்);

என்ற பஞ்ச பூதங்களும்

6. சூரியன்,
7. சந்திரன்,
8. யமன்,
9. காலம் (நேரம்).

என்ற நான்கு இறை சக்திக்கும் தெரியாமல் எதுவும் நடைபெறுவதில்லை.

மனிதர் செய்யும் ஒவ்வொரு செயலிலும் ஒரு அதிர்வு இருக்கும், இந்த அதிர்வை அளவிடுவது சித்திரகுப்தன், ஒரு கொசு நீரில் உட்கார்ந்தால் கூட நீரில் அதிர்ச்சி ஏற்பட்டு வளையங்கள் உண்டாகும். ஆனால் நம் கண்ணுக்குத் தெரியாது. அது கொசுவுக்குத் தெரியும். ஒரு எறும்பு ஊர்ந்து சென்றால்கூட ஒரு வழித்தடம் உண்டாகும். அது நமக்குத் தெரியாது. எறும்புக்கு அந்தப் பாதை தெரியும்.

அதுபோல நாம் எண்ணும் ஒவ்வொரு எண்ணமும் ஒரு படத்தை உண்டாக்கும்; அது நமக்குத் தெரியாது; சித்திரகுப்தன் அல்லது யமனுக்குத் தெரியும். சித்திரகுப்தன் அல்லது யமன் என்பவன் ஒரு சூப்பர் கம்ப்யூட்டர். நம்முடைய எல்லா நல்ல, கெட்ட செயல்கள், எண்ணங்கள், செயலையும் கூட்டிக் கழித்து பாவ புண்ணியங்களைப் பட்டியல் போட்டுவிடுவர்.

இந்துக்களுக்குத் தான் இயற்கையின் விஞ் ஞான உண்மைகள் தெரியும். இந்து மதத்தில்தான் இயற்கையின் அனைத்து படைப்புகளையும் இறைவனாக பார்க்கும் வழக்கத்தை முன்னோர் வகுத்துள்ளனர். இந்த இயற்கை வழிபாடு மற்ற

மதங்களில் கிடையாது.

நீர், நெருப்பு, ஆகாயம் முதலியன இல்லாத இடமே இல்லை. அவர்கள் நம்மைக் கவனிக்கிறார்கள் என்பதைச் சொல்லத்தேவையே இல்லை. அதனால்தான் பஞ்ச பூதங்களும் மனிதர்களை க ண் கா ணி ப் ப தா க கூறியுள்ளனர்.

நீரை கூட அனுகுண்டாக மாற்றும் வல்லமை நம் ரிஷி முனிவர்களுக்கு இருந்தது. ஒரு உள்ளங்கை நீரை மந்திரம் மூலம் சாபமாகவோ வரமாகவோ மாற்றும் அரிய வித்தை யோகத்தின் மூலம் அறிந்து வைத்திருந்தனர். பல இடங்களில் அதை செயல்படுத்தியும் உள்ளனர்.

இதனால்தான் பெண்ணைக் கல்யாணம் செய்துகொடுத்தாலும், தானங்களை செய்தாலும் நீரைப் பயன்படுத்தினர். சாபம் கொடுக்கவும் வரம் கொடுக்கவும் நீரைப் பயன்படுத்தினர்.

நெருப்பு என்பது இல்லாமல் மனிதன் முன்னேறமுடியாது. மனிதனின் உடம்பிற்குள் கூட அக்னி உள்ளது. அதை ஜடாக்னி என்று அழைப்பர். இப்படி அனைத்து இடத்திலும் பரவியுள்ள அக்னி சாட்சியாக திருமணம் செய்துவிட்டால் அதை மீறக்கூடாது. பழைய அரசர்கள் அக்னி சாட்சியாக உடன்படிக்கை செய்ததை நமது கல்வெட்டுகள் கூறுகின்றன. அக்கினி சாட்சியாக கோவலன் கண்ணகி திருமணம் செய்து கொண்டதை தமிழ் காப்பியம் சிலப்பதிகாரம் சொல்லும்.

ஆறாக ஓடும் நீர்நிலைகளின் முன்பு ஒருபொருளையோ அல்லது தன் சம்பாத்தியத்தையோ தாரைவார்த்து தானம் செய்ததை பல்வேறு சங்க இலக்கியங்களில் படிக்கலாம்.

காலம் (நேரம்) என்பது நம்மைக் கவனிக்கிறது. அதை நிறுத்த யாராலும் முடியாது. கடிகாரம் ஓடிக் கொண்டிருப்பதுபோல ஒவ்வொன்றும் கணக்கிடப்படுகிறது.

இந்த கர்ம சாட்சிகள் இல்லாமல் மனிதன் எந்த செயலையும் செய்ய முடியாது, எனவே ஒரு மனிதனின் எப்பேர்பட்ட செயலுக்கும் இந்த கர்ம சாட்சிகளின் மூலமாகத்தான் நன்மை தீமை கிடைக்கும்.

இதனால்தான் நம் முன்னோர் இந்த கர்ம சாட்சிகள் மனிதர்களை கண்காணிப்பதாக கூறினர்.

ஆன்மிகமலர் மெயில் புக்

சங்கு பூஜை செய்முறை

இறைவனை பூஜிக்க பல்வேறு வழிமுறைகள் இருந்தாலும், ஒருசில பூஜைகள் தனிப்பட்டவகையானபல்வேறு பலன்களைத் தரவல்லது. அந்த வகையில் சங்கு பூஜை என்பது லட்சுமி கடாட்சத்தை தரவல்லது.

அதேப் போன்று சங்கிற்கு பல்வேறு மகத்துவங்கள் இருக்கின்றன, அவற்றைப் பார்ப்போம்.

வீட்டில் வலம்புரிச் சங்கு வைத்து வழிபட்டால் மகாலட்சுமி நம்மைத்தேடி வருவாள். நம் வீட்டில் வலம்புரிச் சங்கு பூஜை முறையாக நடைபெற்றால் பிரம்மஹத்தி தோஷமும் அகன்று விடும்.

வீட்டில் வாஸ்து குறை காணப்பட்டால் மஞ்சள் நீரும் துளசியும் சங்கில்இட்டுக் காலையில் தெளித்து விட்டால் குறைகள் நீங்கும்.

சங்கு பூஜை செய்யும் முறை:

48 நாள் தினமும் செய்ய விருப்பம் உடையவர்கள் காலை குளித்துவிட்டு வலம் புரிச் சங்கை சுத்தமான நீரில் அலம்பி சந்தனம் குங்குமம் இட்டு பிளந்தபாகம் வெளிப்பக்கமாக வைத்து மஞ்சள் பொடி சிறிது இட்டு நீர் ஊற்றி பிறகு ஸ்வாகதம்ஸ்ரீ லட்சுமி குபேராய நம என்று சங்கில் குபேரனை அழைக்க வேண்டும், பிறகு ஓம் நவநிதி தேவதாயை நம சகல ஆராதனை சுவர்ச்சிதம் என்று சிவப்பு மலரைப் போட வேண்டும். வலம்புரிச் சங்கின் அளவைப் பொறுத்து தாமிரத் தட்டில் பச்சை அரிசி போட்டு அதன்மேல் சங்கை குபேரன் படத்தின் முன் வைக்க வேண்டும்.

மூன்று முக நெய் தீபம் ஒன்று ஏற்றினால் போதும்.பிறகு துளசி, அரளி, சிவப்பு மலர், மல்லிகை கலந்து பன்னீர் தெளித்து வைத்துக் கொண்டு சங்கைச் சுற்றி மலர் தூவ வேண்டும்.

ஓம் ஸ்ரீம் ஓம்ஸ்ரீம் க்லீம்ஸ்ரீம்
விநேஸ்வராய நம!

இந்த மந்திரத்தை தினம் 1008 வீதம் ஜெபித்து ஒரு லட்சம் ஒரு ஜெபித்து விட தரித்திரம் விலகி செல்வ நிலை உயரும் என்று சாஸ்திரக் கருத்து.

"ஓம் யஷாய குபேராய வைஸ்ரவணாய
தனதான்யாதிபதயே தனதான்ய
ஸம்வ்ருத்திம்மே தேகி
தாபய ஸ்வாஹா"

மும்முறை குபேர காயத்ரி மந்திரம் சொல்ல வேண்டும்.

பிறகு 16 நாமாவளி அர்ச்சனை செய்தல் வேண்டும். அர்ச்சனை முடிந்த பிறகு குபேர காயத்ரி சொன்ன பிறகு தூப தீபம் காட்டி

ஓம் ஸ்ரீம் லட்சுமி சகித குபேராய நம:
மம க்ரஹே அமுதம் நித்யானந்த
வாஸம் குரு குரு..

என்று ஆத்ம பிரதட்சிணம் செய்து மலர் போட வேண்டும். கற்கண்டு, பால், அவல் பாயசம் நிவேதித்து நெய் தீபத்தை கற்பூர ஆரத்திக்குப பதிலாக்க் காட்ட வேண்டும்.

இறுதியில் ஒரு பெண்ணுக்கு தாம்பூலம் மஞ்சள் தரவேண் டும். எளிமையான இந்த பூஜையை 48 நாட்கள் தொடர்ந்து செய்தால் குடும்ப வருமானம் செழிக்கும். 6 வெள்ளிக்கிழமைகளில் இந்த பூஜை செய்தால் கடன் தீர வழி ஏற்படும்.

வியாழக்கிழமை மாலை 5 முதல்7.30 மணி வரை குபேர காலத்தில் செய்து 9 ம் வியாழன் யக்ஞத்துடன் முடிக்க பொருள் சேர வழி உண்டாகும். 8 பவுர்ணமிகள் குபேர அர்ச்சனையுடன் சங்கு பூஜை செய்து வர செல்வம் சேரும்.

கர்மாவைத் தீர்க்க

குருதேவரின் போதனைகளை படித்து புரிந்துகொண்டு அவற்றை பின்பற்ற வேண்டும். பின்னர் அவர் கூறியவாறு நாம் அனைவரும் நன்கு ஆழ்ந்த முறையில் பிரார்த்தனை செய்ய வேண்டும். அவ்வாறு செய்யும் பிரார்த்தனைகள் பலித்துவிடுவதை நாம் நன்றாக அறியலாம். ஒழுக்கம், தியானம், பிராத்தனை ஆகியவைகளெல்லாம் எதற்காக வைத்துள்ளது? நாமெல்லாம் முற்பிறவிகளில் செய்த கர்மங்களை அனுபவித்துத் தீர்ப்பதற்காகத்தான் இந்த பூவுலகில் பிறந்து வந்துள்ளோம் உதாரணமாக, உணவு பொருட்களான காய்கறிகள், கீரை முதலியவை வாங்கி வந்து அப்படியே சமைக்கமாட்டோம் அல்லவா! அவற்றை நன்கு கழுவி சுத்தப்படுத்தியபின்னர்தானே சமையலுக்குப் பயன்படுத்துகிறோம். அதேபோன்றுதான் நாம் பல பிறவிகளில் இங்கு வந்து செய்துள்ள தீமைகளையெல்லாம் ஒன்று விடாமல் கழுவி துடைத்து சுத்தம் செய்வதற்காகத்தானே மீண்டும் மீண்டும் பூமியில் பிறக்கிறோம். அத்துடன் இறைவனும் நம்முடன்தான் இருக்கிறான். அவன் ஒரு ‘சீர்படுத்தும் சிற்பி’ யாக இருக்கிறான். தீமை மட்டுமின்றி, நன்மையும் துடைத்தாக வேண்டும். நன்மை நமக்கு நல்ல வழியைத்தான் காட்டுகிறது. என்றாலும், நன்மை செய்தால் பலனை எதிர்பாராமல் பற்றற்ற ஆர்வத்துடன் மட்டும்தான் செய்ய வேண்டும். அது நம்மை எந்த விதத்திலும் பாதிக்காது. மாறாக நாம் நல்லது செய்துள்ளோம்; அதை நமக்குத் திருப்பித் தருவார்கள் என்று எதிர்பார்த்தால், நிச்சயம் அவ்வாறு நினைக்கும் ஆத்மாக்கள் மீண்டும் மீண்டும் பூமிக்கு வரவேண்டியுள்ளது. அந்த எண்ணமும் ஆசைதான். ஆசையை நிறைவேற்ற வந்துதான் ஆக வேண்டும். அதே சமயம் தீமையென்றால் மறுகேள்வியே இல்லை; நீ வந்துதான் ஆக வேண்டும். அது உறுதி. நன்மையோ தீமையோ எதுவும் நம் ஆத்மாவைத் தொடக்கூடாது.

ஒரு சிற்பியால் மட்டும்தான் ஒரு கல்லைச் செதுக்கி அழகான சிலையாக்க முடியும். அதே போன்று கர்மவினைகளால் மூடப்பட்டுள்ள ஆத்மாவின் ஒளியை வெளிக் கொணருவதற்கு கர்மாவைத் துடைத்தால்தான் முடியும். அதற்கு யார் வர வேண்டும் என்றால் ‘குரு‘ வரவேண்டும். குரு என்றால் இறைவனின் அவதாரமே! அவர் இறைவனுடன் இணைந்தவர் கர்மாவைத் துடைக்கும்போது நமக்கு வலி ஏற்படும். அந்த வலிதான் துன்பங்கள். அவற்றை அனுபவித்தால்தான் கர்மாவைத் தீர்க்க முடியும். இவ்வாறு சீர்படுத்தி நம்மை இறைவன் சுவர்க்கத்திற்கு அழைக்கிறான். இது இறைவனால் மட்டும்தான் முடியும். நம்முடன் இருப்பவர்களால் அல்லது நண்பர்களால் நமது கர்மங்களைத் துடைத்து சீர்படுத்த முடியாது..

லௌகீகத்தில் ஏற்படும் சந்தோஷம் என்றைக்கும் நீடிக்காது. இரண்டு நாட்கள் சந்தோஷமாக இருந்தால் மூன்றாவது நாளிலிருந்து பல நாட்கள் துயரத்தை அனுபவிக்கவேண்டி வரும். எந்த இன்பமும் நீடிக்காது; துன்பமும் நீடிக்காது. இன்பம் மட்டும் நீடிக்க வேண்டும் என்றால், அதாவது இறைவனுடன் சுவர்க்கத்தில், இறைவனின் சாம்ராஜ்யத்தில் வாழ வேண்டுமென்றால் அவனுக்காக நேரத்தை ஒதுக்கி தியானம் செய்ய வேண்டும். அவனைப்பற்றிய சிந்தனை, அவனுடனான காதல் அவனிடத்திலுள்ள விசுவாசம். இவைகள் மனிதனுக்கு நீடித்த இன்பத்தைத் தருகிறது. அதுதான் பேரின்பம், பேரானந்தம் என்பது. இவையெல்லாம் கிடைக்கவேண்டுமென்றால் கர்மத்தைத் துடைக்க வேண்டும். அதற்காகத்தான் நாம் அவ்வப்போது தொடர்ந்து பூமியில் வந்து பிறக்கிறோம். மனிதன் தன் கர்மாவை துடைப்பதற்காக பூமிக்கு வருவதால் இந்தப் பூமியை ‘கர்ம பூமி’ என்றும்; இங்கே நிறைய பாடங்கள் கற்றுக்கொள்ளவேண்டியுள்ளதால் இப்பூமியை ‘பாட சாலை’ என்றும் கூறுவர். இவற்றையெல்லாம் பல பிறவிகள் மூலம் முடித்து மனம் தூய்மையானால் மட்டும்தான் சுவர்க்கத்திற்குச் செல்ல முடியும்.

ஒரு மனிதன், இப்பிறவியிலேயே இறைவனை உணரவேண்டும் என்று உறுதியாக எண்ணினால் அது நடக்கும். அந்த மனிதனுக்கு அதற்காக என்னென்ன மாற்றங்கள் தேவையோ, அதை இறைவன் அருள்வான். ஒரு மனிதனின் மனம் பரிணாம வளர்ச்சி அடைந்தபின்னர்தான் மாற்றங்கள் ஏற்படுகின்றன. அந்த மாற்றம் ஒருவருக்கு வந்தாலே, அவர், தாம் இறைவனுடன் சேரப்போகிறதை இறைவன் அந்த மனிதனுக்குத் தெரியப்படுத்துகிறான் என்பது பொருள், இறைவன் தன்னுடைய தீவிரபக்தனுக்குத் தெரியாமல் தன்னுடன் சேர்த்துக் கொள்வதில்லை அனைத்தையும் தெரிவிப்பான். அதுமட்டுமின்றி அதுவரையில் இல்லாத ஒரு மாற்றம் என்னவென்றால், அந்த பக்தனின் மனம் எப்பொழுதும் “இறைவா, இறைவா!” என்று எண்ணியவாறு ஒவ்வொரு நிமிடத்தையும் கழித்துக் கொண்டிருப்பான். இறைவனுடனுள்ள நெருக்கமான தொடர்பு மகிழ்ச்சியையும், ஆனந்தத்தையும் கொடுக்கின்றது. இதுதான் என்றைக்கும் நீடித்தது; சாசுவதமானது. அதுவே சுவர்க்கமும் கூட. அது தியானத்தால் மட்டும்தான் கைவரப்பெறக்கூடிய ஓர் உன்னதமான நிலையாகும். இவ்வாறு இறைவன் நம்மை நம் வாழ்க்கை மூலம் மாற்றுகிறான்.

மீண்டும் மலரும்...

குருப்ரியா (வசுமதி) சர்பதிவாளர் (ஓய்வு)
Cell No.9894595909

81
பாகம்
பரமஹம்ஸ யோகானந்தர் அருளிய வழிமுறைகள்
மனித வாழ்வு மேம்படுவதற்காக

www.aanmeegamalar.com
www.aanmeegamalar.com

உடல் இருக்கும்போதே ஆத்மாவை கடைத்தேற்றுங்கள்

‘நந்தவனத்திலோர் ஆண்டி அவன்
நாலாறு மாதமாய்
குயவனை வேண்டி
கொண்டு வந்தான்
ஒரு தோண்டி
அதைக்
கூத்தாடிக் கூத்தாடிப்
போட்டுடைத்தாண்டி’

என்ற பிரபலமான பாடலை இயற்றியவர் கடுவெளி சித்தர்.

ஆண்டி ஒருவன் தினசரி பிச்சையெடுத்து உண்பவன். தனக்கென்று ஏதும் வைத்துக் கொள்ளாத அவன் ஒருநாள் நந்தவனம் ஒன்றை பார்க்கிறான்.

அதில் விதவிதமாக வண்ண மலர்கள் பூத்துக் குலுங்குகின்றன. இந்த செடி,கொடிகளுக்கு குளத்து நீரை தினசரி ஊற்றினால் எவ்வளவு செழுமையாக இருக்கும் என்று நினைத்தான்.

உடனடியாக ஒரு குயவனிடம் சென்று, தனக்கு தோண்டி ஒன்றை கொடுக்குமாறு கேட்கிறான்.

அதற்கு குயவன் ஒரு தோண்டிக்கு எட்டணா விலை கேட்கிறார். ஆண்டியிடம் காசு இல்லை. இப்படி ஒரு நாளல்ல, ஒரு மாதமல்ல, பத்து மாதங்கள் கடந்து விட்டன. ஆண்டியும் தோண்டியை பொறுமையுடன் கேட்டுவந்தான்.

ஒரு நாள் குயவன் மனமிரங்கி தோண்டி யொன்றை அந்த ஆண்டிக்கு அன்பளிப்பாக வழங்கினான். ஆண்டிக்கு அளவில்லாத மகிழ்ச்சி ஏற்பட்டது.

அந்த மகிழ்ச்சியில் தோண்டியை தலையில் வைத்துக் கொண்டு ஆடியபோது, அது கீழே விழுந்து உடைந்தது.

இது சாதாரண ஆண்டி, குயவன் கதையல்ல; மனிதனின் ஜீவ ரகசியம்.

‘பத்து மாதங்கள் தவமிருந்து
கிடைக்கப்பெற்ற உடலை மனிதன்
போற்றி பாதுகாக்காது, அற்ப
சுகங்களுக்கு ஆசைப்பட்டு
வீணே அழித்து வருகிறானே’

என்ற அனுதாபத்தில் பாடப்பட்டது.

பத்து மாதங்கள் தவம் செய்து பெற்றது மனிதா. நீ கூத்தாடிக் கூத்தாடிப் போட்டு உடைப்பதற்குத் தானோ? எவ்வளவு அருமையான சந்தர்ப்பத்தை பெற்றிருக்கிறாய். இந்த உடல் உள்ள போதே ஆன்மா கடைத்தேற வழி காண வேண்டாமா? என்று மனிதனை இடித்துரைக்கின்றார் கடுவெளி சித்தர்.

இடபாரூட மூர்த்தி

திரிபுர அசுரர்களின் தொல்லை நாளுக்கு நாள் பெருகிக் கொண்டேயிருந்த சமயம்.

அதை பொறுக்க முடியாத தேவர்கள் கைலாயம் சென்று நந்தி தேவரின் அனுமதியுடன் சிவபெருமானை தரிசித்தனர்.

சிவனும் போரிற்கு வேண்டிய ஆயுதங்களை தயார் நிலையில் வைக்கும் படி ஆணை இட்டார்.

ஆயுதங்கள் தயாரானதும் சிவபெருமானும், உமாதேவியும் தருமதேவதையாகிய வெண்ணிற இடப வாகனத்தில் கைலாய மலையை விட்டு இறங்கி வருகின்றனர்.

இதனைக் கண்ட அனைவரும் சிவதுதி சொல்லத் துவங்கினர்.

பின்னர் தேவர்களால் செய்யப்பட்ட தேரினைக்கண்ட சிவபெருமான், இடபவாகனத்தை விட்டு இறங்கி மேருமலையை வில்லாகக் கொண்டு தேரில் ஏறியவுடன் தேரின் அச்சு முறிந்தது.

இதனைக் கண்ணுற்ற விஷ்ணு, சிவன் பால் கொண்ட அன்பினால் இடப உருவமாகி சிவனைத் தாங்கினான்.

இதனால் விஷ்ணுவிற்கு தலைகனம் ஏற்பட்டது. தன்னைத் தவிர வேறொருவருக்கும் சிவனைத் தாங்கும் சக்தி இல்லை என்ற எண்ணம் வலுப்பெற்றது.

இதனை அறிந்த சிவபெருமான் விஷ்ணுவிற்கு பாடம் புகட்ட எண்ணி, தன்கனத்தை அதிகப்படுத்தினார்.

இதனைத் தாங்காத இடப வாகணமாகிய விஷ்ணு, இரு செவி, இரு கண்கள், மூக்கு போன்றவை பிதுங்கியும், இரத்தம் வடிந்தும் செயலிழந்து தரையில் வீழ்ந்தார்.

இதனால் தேவர்கள் பயத்துடன் சிவதுதிகளை சொல்லி அவரை சாந்தப்படுத்தினர்.

விஷ்ணுவும் மனம் வருந்தி மன்னிப்பு கேட்டார். விஷ்ணு தலைக்கனம் அழிந்தது.

மனம் மகிழ்ந்த சிவபெருமான் பூமியில் இறங்கினார்.

பின்னர் விஷ்ணுவின் வலிமைகளை மறுபடியும் வழங்கினார்.

விஷ்ணுவிடம் என்ன வரம் வேண்டுமென்றுக் கேட்க, விஷ்ணுவும், தங்கள் வாமபாகத்திலிருந்துஉங்களைத் தாங்கும் சக்தியை தனக்கு கொடுக்க வேண்டும் என வேண்டினார்.

அதனை நிறைவேற்றிய சிவ பெருமான், விஷ்ணுவின் விருப்பப்படி அரியாகிய இடத்தை வாகனமாகக் கொண்டு அதன்மேல் ஏறியமர்ந்தார்.

இந்த வாகனத்துடன் காட்சி யளித்த சிவபெருமானுக்கு "இடபாரூட மூர்த்தி" என்று திரு நாமம் உண்டாகிற்று.

புலன்கள் விரும்பும் செயல்களைச் செய்து ஆத்மாவைக் கேவலப்படுத்தக்கூடாது

நமது சங்ககால தமிழ் இலக்கியங்களில் புலவராக கூறப்படும் ஔவையார் ஒருவரா, பலரா என்ற சர்ச்சை தொடர்ந்து நடப்பதைப்போன்று வடமொழி இலக்கிய வரலாற்றிலும் வியாசர் ஒருவரா, பலரா என்ற சர்ச்சை நடந்து வருகிறது. இருப்பினும் வேதங்களைத் தொகுத்த வியாசரும் மகாபாரதம் மற்றும் பிரம்ம சூத்திரம் ஆகியவற்றை எழுதியது ஒரே வியாசர் தான் என்ற வலுவான கருத்தும் பரவலாக உள்ளது.

நம் பாரதத்திருநாடு கணக்கற்ற ஞானபுருஷர்களை உருவாக்கிய புண்ணிய பூமியாகும். நம் நாட்டில் தோன்றிய தலைசிறந்த ஞானிகளில் தலைமையானவர் வியாசரே ஆவார்.

வானத்தில் இருக்கின்ற சூரியன் ஓய்வு என்பதே இல்லாதவாறு நமது பூமிக்கு வெளிச்சத்தை வாரி வழங்குவதுபோல் இம்மண்ணுலகில் வாழ்ந்த காலமெல்லாம் ஞான பொக்கிஷங்களை வாரி வழங்கியவர் வியாசரே ஆவார். வேதங்களை தொகுத்த வியாசர், பாரத பெருங்காவியத்தைப் படைத்த வியாசர் வேதாந்த சூத்திரத்தை உருவாக்கிய வியாசர், பதினெட்டு புராணங்களையும் உரு வாக்கி மிகப்பெரும் சிந்தனைப் புதையல்களுக்கு நம்மை சொந்தக்காரர்களாக ஆக்கியிருக்கிறார்.

வியாசரின் உருவ அமைப்பு கம்பீரமே வடிவானது என்று பாரதம் கூறுகிறது. அவர் விழியிலிருந்து வழிகின்ற அருள் ரசம் சிந்தனை தென்றலையும் அவர் ஜடா

முடியில் ஜொலிக்கும் ஞான அக்னி தவத்தின் மேன்மையையும் நமக்குக் காட்டுவதாக பாரதம் பறைசாற்றுகிறது.

பிள்ளைப் பிராயத்தில் கண்ண பரமாத்மா துள்ளிவிளையாடிய யமுனைநதி கரையோரத்தில் வியாசர் பிறந்தார். இவரை ஈன்றெடுத்த தாய் தர்மமே வடிவான சத்தியவதி ஆவாள். தகப்பனாரோ தவத்தின் மறுவடிவான பராசர மகரிஷி ஆவார். தர்மத்திற்கும் தவத்திற்கும் மகனாகப் பிறந்த வியாசர் அறிவுக் கடலாகவும், ஞானச்சுடராகவும் வாழ்ந்ததில் வியப்பு ஒன்றும் இல்லை.

இவர் நடைமுறை வாழ்க்கைக்கு உதவாத எதுவும் ஒழுக்க நெறியாக இருப்பதில் எந்த பயனும் இல்லை என்கிறார். எனவே தான் மகாபாரதம் முழுவதும் நெறியான ஒழுக்கத்தை தனியாக கட்டம் கட்டியும் சில கதைகள் மூலமாகவும் நாம் புரிந்து கொள்ளும் வகையில் எளிமையாகக் கூறுகிறார்.

கட்டுப்பாடின்றி நாலாதிசையும் அலைவது புலன்களின் இயல்பாகும். அப்படி அலைந்து திரிகின்ற புலன்களை மனம் என்னும் பட்டுக் கயிற்றால் கட்டி தர்மத்தின் வழி நிற்க செய்ய வேண்டும். தர்மம் என்றுமே அழிந்து போகாது. அது நிலையானது.

அதே போன்றே ஆத்மாவும் நிலையானது உடல் மட்டும் தான் அழிந்து போகக் கூடியது. எனவே அழியாத உயிருக்கு மேன்மை தரக்கூடிய தர்மங்களை மட்டுமே மனிதன் செய்ய வேண்டும். அழிந்து போகும் உடலோடு கூடிய புலன்கள் விரும்பும் செயல்களைச் செய்து ஆத்மாவைக் கேவலப்படுத்தக்கூடாது என்பதே வியாசரின் கொள்கை இதுதான் மகாபாரத்தின் மையக் கருத்து

மகாபாரதம் ஒரு லட்சம் சுலோகங்களால் ஆன பெரிய நூலாகும். இதை அப்படியே எந்த மாற்றமும் செய்யாமல் அச்சு வடிவில் கொண்டு வந்தால் பத்தாயிரத்திற்கும் அதிகமான பக்கங்களைக்கொண்ட பெருநூல்

தொகுதியாகவே விரியும் இதில் பதினெட்டு பருவங்கள் உள்ளன. மேலும் சுமார் நூறு சிறிய பருவங்களும் உள்ளன. மிகப்புகழ் வாய்ந்த பகவத்கீதை மட்டுமல்ல அனுகீதை, பராசர கீதை போன்ற வேறுசில கீதை நூல்களும் இதில் அடங்கியுள்ளன.

மகாபாரதத்தில் எண்ணிக்கையில் அடங்காத கிளைக்கதைகள் பற்பல உள்ளது. அவற்றில் நளதமயந்தி வரலாறு, சத்தியவான் சாவித்திரி வரலாறு, ராமன் வரலாறு, துஷ்யந்தன் சகுந்தலை

aanmeegamalar.com
இணையதளத்தின் செய்திகளை
dailyhunt
மொபைல் அப்பில் உடனுக்குடன்
தெரிந்து கொள்ளலாம்.

வரலாறு, அரிச்சந்திரன் வரலாறு, குசேலன் கதை, கந்தப்பெருமான் கதை, பரசுராமன் கதை போன்றவைகள் குறிப்பிடத் தக்கதாகும்.

இவை தவிர ஏராளமான ரிஷிகள் முனிவர்களைப் பற்றிய விவரங்களும் நகுஷன் போன்ற அரசர்களைப் பற்றிய குறிப்புகளும் அடங்கியுள்ளது.

இனி கதைப்போக்கில் கூறப்பட்டுள்ள சம்பவங்களின் உள்ளார்த்தத்தை சற்று பார்ப்போம். மகாபாரதம் வெறுமனே குருவம்சத்தின் வரலாற்றைக் கூறுவதற்காக உருவான இதிகாசம் அல்ல வாழ்க்கை தத்துவங்கள் அனைத்தையும் எடுத்துக் காட்டுவதற்கு உருவான இதிகாசமாகும்.

இதனால்தான் இம்மாபெரும் இதிகாசம் நம்நாட்டிலுள்ள அனைத்து மக்களின் உள்ளங்களில் நீங்காத இடம்பெற்று அமரத் தன்மையோடு திகழ்வதோடல்லாது வெளிநாடுகளிலும் இதன் புகழ் பரவியுள்ளது.

கிரேக்க நாட்டிலிருந்து நமது நாட்டிற்கு வருகை தந்த மெகஸ்தனிஸ் என்ற ராஜ தூதர் இதிலுள்ள சீரிய கோட்பாடுகளை அறிந்து இரண்டாயிரம் வருடங்களுக்கு முன்பே போற்றி புகழ்ந்திருக்கிறார்.

இதுமட்டுமல்ல 2500 ஆண்டுகளுக்குமுன்பு கம்போடிய நாட்டில் கட்டப்பட்ட ஆலயங்களில் மகாபாரதத்தை விளக்கும் சிற்பங்கள் அமைந்துள்ளது. அதுமட்டுமல்லாது அந்த ஆலயங்களில் மகாபாரதம் முழுவதும் அக்காலத்தில் ஓதப்பட்டதற்கான ஆதாரங்கள் இருக்கின்றன.

துருக்கியிலும், மங்கோலியாவிலும் மகாபாரதத்தின் சிறப்பு மிக்க பகுதிகள் மொழி பெயர்க்கப்பட்டு மக்களால் வாசித்தறிய பட்டுள்ளது.

சுமார் ஆயிரம் வருஷங்களுக்கு முன்பே ஜாவா மொழியில் மகாபாரதம் மொழிபெயர்க்கப்பட்டுள்ளது. இன்றைய சூழலிலும் அமெரிக்கா மற்றும் ஐரோப்பிய நாடுகளிலும் ரஷ்யநாட்டிலும் மகாபாரதம் மிகவும் விரும்பி ஏற்கப்படுகிறது

நமது நாட்டில் பேசப்படுகின்ற அனைத்து மொழிகளிலும் மகாபாரதம் எழுதப்பட்டுள்ளன. நம் தமிழகத்தைப்பொறுத்தவரை சங்ககால இலக்கியங்களுக்கு கடவுள் வாழ்த்து பாடிய பெருந்தேவன் என்ற புலவர் பெருந்தகை பாரதத்தை தமிழில் முதல் முறையாக மொழியாக்கம் செய்துள்ள தகவல் இருக்கிறது. அவர் எழுதிய தமிழ் மகாபாரத நூல் இன்று கிடைக்கவில்லை யென்றாலும் அவர் உள்ளிட்ட ஒன்பது பெரும்புலவர்கள் மகாபாரதத்தை தமிழில் பாடியுள்ளனர்.

மகாகவி பாரதியின் தேசப்பற்றுக்கு ஊக்கம் தரும் வகையிலும் வீர உணர்ச்சியை பெருக்கிடும் வகையிலும் பாரதம் உறுதுணை புரிந்துள்ளது. இதைச் சுப்ரமணிய பாரதியின் பாஞ்சாலி சபதம் உள்ளிட்ட அனைத்து கவிதைகளிலும் நாம் அறியலாம்.

மேலும் பழந்தமிழ் மன்னர்கள் மக்களிடத்தில் யுத்தகாலம் அல்லாத மற்றக் காலங்களில் வீர உணர்வு முனை மழுங்கிப்போகக்கூடாது என்பதற்காக பட்டி தொட்டி யெங்கும் பாரத மண்டபங்கள் கட்டி வைத்து தினசரி மகாபாரதத்தை மக்களுக்கு வாசித்துக்காட்டவும் வழிவகை செய்துள்ளனர்.

அதனாலேயே பழந்தமிழ் கலைகள் பலவற்றில் பாரதக்கதையே பின்புலமாக அமைந்துள்ளது. இன்று கூட தெருக்கூத்துகளிலும், சினிமாக்களிலும், தொலைக்காட்சித் தொடர்களிலும் மகாபாரதம் நடித்து காட்டப் படும்போது மக்களிடத்தில் பெரும் வரவேற்பை பெறுகிறது.

யோகி ஸ்ரீ ராமானந்த குரு
மேலும் தொடர்பு கொள்ளவும்
போன்: 09442426434

மொபைலில்
ஆன்மிகமலரை
முழுவதும் படிக்க
Google Play Store
aanmeegamalar
டவுன்லோடு செய்து

நேரடி மற்றும் மறைமுக கட்டணங்கள் எதுவுமில்லை

இதழ் முழுவதும்
இலவசமாக
படிக்கலாம்...

சித்திரைமாத சிறப்புகள்

புது வருடம், பல விதங்களில் கொண்டாடப்பட்டு வருகிறது. கிறிஸ்தவ காலண்டர்படி ஜனவரி 1ம் தேதி புது வருடத்தைக் குறிக்கிறது. ஹிந்து கலாச்சாரப்படி, சித்திரைமாத வருடப்பிறப்பு கொண்டாடப்பட்டு, புது கணக்கு ஆரம்பிக்கப்படுகிறது. இவை எல்லாவற்றிலுமுள்ள ஒரே பொதுவான விஷயம், வருடத்திற்கு 12 மாதங்கள் உள்ளன என்பதே. யார் முதலில் இதை அறிவித்தது? எப்படி உலகம் இதை ஒத்துக்கொண்டது? சந்தேகத்திற்கிடமில்லாமல் இதை முதலில் அறிவித்தது வேதங்களே. வேதங்களே, 'ஒரு வருடத்திற்கு 12 மாதங்கள்' என அறிவித்ததால், உலகம் அதனை ஒப்புக்கொண்டுள்ளது. வருடத்தின் எல்லா நாட்களைக் காட்டிலும் ஹிந்து பஞ்சாங்கப்படியான சித்திரைமாத வருடப்பிறப்பு மிக மங்களகரமான நாளாகும். ஆனால், ஜனவரி 1ம் தேதிக்கு இது போன்ற எந்த சிறப்பும் இல்லை. சித்திரைமாத வருடபிறப்பு இயற்கை, சரித்திரம் மற்றும் ஆன்மீக சிறப்பு வாய்ந்தது.

1. இயற்கை காரணம்: சித்திரை மாதத்தில் வசந்த ருது ஆரம்பிக்கிறது. ஹிந்து தர்மப்படி ஒவ்வொரு விசேஷ நாளன்றும், பிரம்ம முஹுர்த்தத்தில் எழுந்து குளித்து புத்தாடை உடுத்தி. ஆபரணங்களை அணிந்து பூஜை செய்வதோடு அந்நாளை ஆரம்பிக்கின்றனர். அப்பொழுது சுற்றுசூழலில் உள்ள நல்ல அதிர்வலைகளால் மனதில் நல்ல ஸம்காரங்கள் ஏற்படுகின்றன. காலங்களில் நான் வசந்தம் என்று பகவான் ஸ்ரீ கிருஷ்ணன் ஸ்ரீமத் பகவத்கீதையில் கூறியுள்ளபடி, இதமான சீதோஷ்ண நிலையுடன், இளந்தளிரும், பூக்களும் பூக்கும் காலமிது.

2. சரித்திர காரணம்: ராமனால் வாலி வதம் நடந்த தினம். இராவணாதிகளை அழித்து, ஸ்ரீராமனாக அயோத்திய மாநகரத்திற்கு திரும்பிய தினம். எதிரிகளை ஷாலிவாஹன் வென்றதால், ஷாலிவாஹன சகாப்தம் ஆரம்பித்த தினம்.

3. ஆன்மீக காரணம்: ப்ரம்மா, இன்றே ப்ரபஞ்சந்தை படைத்தார். ஸத்ய யுகம் ஆரம்பித்த தினம். வருடத்தின் முக்கியமான மூன்றரை முகூர்த்தங்களில் இது ஒரு முகூர்த்தம். இன்று, ஒவ்வொரு கணமும் சுப முகூர்த்தமாகும்.

வருடத்தை மங்களகரமாக ஆரம்பிக்க, சித்திரைமாத வருட பிறப்பை கொண்டாடவேண்டும். இந்நாள் ஒரு பொன்னாளாகும். ஹிந்து சாஸ்திரப்படி இந்நாளைக் கொண்டாடுவதால் பல பயன்கள் ஏற்படுகின்றன. கண்மூடித்தனமான மேற்கத்திய காலாச்சார மோகத்தால் ஏற்படும் நஷ்டத்தைத் தடுப்பது ஒவ்வொருவரின் கடமையாகும். மேற்கத்திய புத்தாண்டின் முதல் நாள் இரவன்று, மக்கள் குடித்துவிட்டு கேளிக்கை விஷயங்களில் ஈடுபடுகிறார்கள். அதனால், உலக விஷயங்களிலுள்ள பற்றுதலே மனதில் ஸம்ஸ்காரங்களாக படிகின்றன. அதோடு, இரவில் தமோ குணம் நிறைந்திருப்பதால், அவர்களிடமும் தமோ குணம் அதிகமாகிறது. மக்களிடையே தர்மபோதனை இல்லாத காரணத்தால், இளைய தலைமுறையினர் இந்த கேளிக்கைகளில் மாட்டிக் கொள்கின்றனர். பெற்றோர்களுக்கும் இதன் பாதிப்பு தெரிவதில்லை. ஒருவன் மதம் மாறும்போது, மாறிய மதத்தின் பழக்க வழக்கங்களைப் பின்பற்றி அந்த பண்டிகைகளைக் கொண்டாட ஆரம்பிக்கிறான். அதே போல், நம் உன்னத கலாச்சாரத்தை மறந்து, கிறிஸ்துமஸ்ஸையும் ஆங்கில புத்தாண்டையும் கொண்டாடுவதால் அந்த ஒரு நாள் நாமும் மதம் மாறியவர்களாகிறோம்.

சித்திரை மாத வருடப் பிறப்பு, பிரபஞ்ச ஆரம்பத்தோடு சம்பந்தப்படிருப்பதால், இயற்கையும் படைப்பின் உச்சத்தில், செழிப்போடு விளங்குகிறது. மாறாக, டிசம்பர் 31 அன்று ஆரம்பிக்கும் வருடம், அழிவு காலத்தோடு சம்பந்தப்பட்டது. இந்தக் காலம் பகலுக்குப்பின் தொடரும் இரவைப் போல தமோ குண ப்ரதானமானது. இயற்கையோடு ஒத்துப் போகும்போது மனிதன் பயனடைகிறான். இயற்கைக்குப் புறம்பானதைச் செய்வதால், அழிவு ஏற்படுகிறது அதனால், ஸம்வத்ஸர ஆரம்பமாகும் சித்திரை மாதத்தில் வருடப்பிறப்பை கொண்டாடுவது மிகவும் சிறந்தது.

இச்சிறிய கட்டுரையில் இருந்து நாம் அறிந்துக் கொண்ட விஷயத்தை நடைமுறை படுத்த சில குறிப்புகள்:

1. இன்னொரு ஹிந்துவுக்கு டிசம்பர் 31ம் தேதி அல்லது ஜனவரி 1ம் தேதி அன்று புத்தாண்டு வாழ்த்துக்களைக் கூறாதீர்கள்.

2. இன்னொரு ஹிந்து அவ்வாறு வாழ்த்து தெரிவித்தால், இது தவறு என்பதை பொறுமையாக அவருக்கு எடுத்து சொல்லி, சித்திரை மாதப் பிறப்பே நம்முடைய உண்மையான புத்தாண்டு என்பதைத் தெரியப்படுத்துங்கள்.

3. நண்பர்களுக்கும் உறவினர்களுக்கும் ஜனவரி 1ம் தேதி அன்று புத்தாண்டு வாழ்த்து அனுப்புவதை விடுத்து சித்திரை மாத வருடப்பிறப்பன்று வாழ்த்து மடலை அனுப்புங்கள்.

4. இந்த முக்கியமான விஷயத்தை உங்களுக்கு தெரிந்த அனைவருக்கும் கூறி, தமிழ்ப் புத்தாண்டு அல்லாத வேறு ஒரு நாளில் புத்தாண்டு கொண்டாடும் பெரும் பாவத்தை அவர்கள் செய்யாமல் தடுத்து நிறுத்துங்கள்.

5. நினைவில் இருத்திக் கொள்ளுங்கள், சித்திரை மாத வருடப்பிறப்பைக் கொண்டாடுவதன் மூலம், தர்மம், தேசம் மற்றும் மொழியின் மீது பற்றுதல் வளரும்.

இன்று ஹிந்து தர்மம், பலவிதங்களில் மேற்கத்திய கலாச்சார மோகத்தால் தாக்குதலுக்குள்ளாகிறது. இதை எதிர்த்து போராடுவது ஒவ்வொரு ஹிந்துவின் கடமையாகிறது. ராவண ஸம்ஹாரம் செய்து ராமன் அயோத்திக்குத் திரும்பி அன்று வெற்றிக்கொடி நாட்டியதைப் போல் இன்று ஹிந்துக்கள் மேற்கத்திய கலாச்சார மோகம் என்ற ராவணனை வதம் செய்து புதுவருட வெற்றிக்கொடியை நாட்ட வேண்டும்.

– தகவல் ஸனாதனின் கையேடு மற்றும்
www.hindujagruti.org
தொடர்பு: 09380949626

ஆன்மிகம் • தத்துவம் • உடல்நலம் • பலன்கள்
புத்தம் புதிய ஆன்மீக செய்திகளை தினமும் படியுங்கள்
www.aanmeegamalar.com
ஆன்மிகமலர்.காம்

ஆசிரியர், வெளியீட்டாளர்
C.N.ராஜா
செல்: 8825844033
•••
இணை ஆசிரியர்
முருகன் செல்: 7338881773
•••
துணை ஆசிரியர்கள்
ஷியாம்சுந்தர்,
சஞ்சனா, ஸ்ரீபதி,
குருபிரியா செல்: 9894595909
புனிதவேல் செல்: 9841807572
•••
வடிவமைப்பு
பான்ராஜாகிராபிக்ஸ்
செல்: 08825844033

நிர்வாக அலுவலகம்
aanmeegamalar.com
நெ.16/18, பாரதீஸ்வரர் காலனி, 4வது தெரு,
கோடம்பாக்கம், சென்னை 600024.
08825844033

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
08825844033

வளரும் உயிரின் நாகரீகம்

விஷமுள்ள கருநாகம் மிகக்கொடியதே அல்ல. ஆனால் எல்லாத்துறைகளிலும் மாசு/நச்சு என்ற தன்மையைப் பரப்புவதும் அதை ஏற்படுத்துவதும் உலகிலும் சரி எங்கும் சரி அவைகளை கொடிய பாம்பின் நச்சு போன்றவை.

❖❖❖

சூழ்நிலையுள் நச்சுக்கொள்கை தங்கி பரவியுள்ள தன்மை உடனடியாக அகற்றப்பட வேண்டும். இது நடக்க வேண்டும் என்று அக்கொள்கையைப் பரப்புவதே நமது அரசாங்கமாக இருக்க வேண்டும். இவ்வண்ணம் இருக்க வேண்டும் என்று சொல்லும்போது முதற்கட்டமாக எதனால் சில மனிதர்கள் தங்கள் சிந்தனைக்குள் வடிவமெடுத்து பரவி இருக்கின்ற தங்களது நச்சுத்தன்மை சிந்தனையைக் களையாமலும் சமுதாயத்தில் பரவியுள்ளதைக் களையாமலும் வாளாயிருக்கிறார்களே என்று கவலையாக உள்ளது.

❖❖❖

பெரிய மனிதர்களும் சிந்தனையாளர்களும் உலகத்தவற்றை எதிர்த்து போராடும் மாவீரர்களே. இன்று இருக்கும் அவர்களின் மௌன மும் அதனுள் விளையாடுகின்ற சிந்த னையும் கட்டாயம் இக் குற்றங்களை எச்சமயத்திலும் கொன்று விடும்.

❖❖❖

உலக சமுதாயத்திலுள்ள ஜனப்பெருக்கம் கடவுளை இதற் காகவே எப்போதும் வேண்டிக்கொண்டிருக்கின்றது. சமுதாயம் நன்மை அடைய செழிப்படைய இத்தன்மை நல்லதல்லவா? எல்லா வகைகளிலும் பரவுகின்ற மண்டலத்தில் நச்சுத்தன்மை பரவுவதை இதுவே தடுக்கும்.

❖❖❖

வாழ்க்கைத் தகுதி என்றால் என்ன? வாழ்க்கையின் தகுதி என்றால் என்ன? முதலில் ஆண் பெண் இருவரின் வாழ்க்கையிலும் தகுதி ஏற்படுதல் வேண்டும். பிறகே அது வாழ்க்கையின் தகுதி ஆகிறது. இதுதான் மனிதன், மனிதனின் உயிர் இவை இரண்டிற்கும் தகுதியாகின்றது.

❖❖❖

உலகில் இந்த தகுதி எப்படி கிடைக்கின்றது தெரியுமா? எதையும் தெரிந்து கொள்ள வேண்டும் என்ற வேகம் படைத்த திறமை வாழ்க்கைத் தகுதியின் முக்கிய காரணமாகிறது. இதுவே தகுதி ஏற்படுத்துவதற்கு அல்லாமல் உயிரின் தகுதியையும் விளக்கி அதற்கு அப்பால் அனைத்தையுமே விளக்கி விடுகிறது.

❖❖❖

உயிர், வாழ்க்கை இவைகளின் முக்கிய தகுதி என்பது நவநாகரீக வாழ்க்கை, உலகம், அதன் தன்மை, நாகரீகமாய் நடந்து கொள்ளுதல் இவைதனை எதைக்கொண்டும் முன்னதாக சொன்ன வாழ்க்கை தன்மையை அளந்து காட்ட முடியாது. இவ்விடத்தில் நான் குறிப்பிட்ட நாகரீகம் உடல் வாழ்க்கையைப் பொறுத்த நாகரீகக் குறிப்பிடவில்லை. வளரும் உயிரின் நாகரீகத்தையே குறிப்பிட்டேன்.

❖❖❖

ஞானச்சேரி ஞானிகள்
பூஜ்ய ஸ்ரீசத்குரு சதாசிவ பிரும்மேந்திரரின்
அருளுரையிலிருந்து தொகுத்தது மேலும் விபரங்களுக்கு
எஸ்.மகாதேவன், போன் 098410 28028

ஆன்மிகமலர்.காம்
www.aanmeegamalar.com
புத்தம் புதிய ஆன்மீக செய்திகளை தினமும் படியுங்கள்
• ஆன்மிகம் • தத்துவம் • உடல்நலம் • பலன்கள்

நோய் தீர்க்கும் கந்த சஷ்டி கவசம்

பால தேவராயர், தீரா நோயுற்றிருந்தார். நோய் என்றால் கடும் நோய் எந்த மருந்துக்கும் அடங்கா கொடும் நோய், மருந்தில்லா நோய்க்கு மரணமே தீர்வென கிளம்பினார் தேவராயர்

கடைசியாக திருச்செந்தூர் முருகனிடம் வேண் டிவிட்டு சாகலாம் என முடிவெடுத்து ஆலயம் சென்றவருக்கு முருகபெருமான் காட்சி அளித்து ஒரு பதிகம் இயற்றுமாறும் அது அவர் நோயினை மட்டுமல்ல உலக நோயினை எல்லாம் நீக்கும் பாடல் என்றும், யாரெல்லாம் படிக்கின்றார்களோ அவர்கள் நோயும் அவர் கள் வேண்டுவோரின் நோயும் தீரும் என சொல் கின்றான்

அந்த இடத்தில் இருந்து பாட தொடங்குகின்றார் பால தேவராயர், அவர் பாடி முடிக்கவும் அவரின் கொடும்நோய் அகன்றது, அந்த மகிழ்ச்சியில் அறுபடை வீடெல்லாம் சென்று அந்த பாடலை தொகுத்து முடிக்கின்றார். அதுதான் கந்த சஷ்டி கவசம்.

சஷ்டி என்றால் ஆறு, கவசம் என்றால் பாது காப்பு நோய், பில்லி சூன்யம், வறுமை, வம்ச விருத்தி சிக்கல், மனநலம், தீரா கவலை உட்பட 6 வகையான கொடும் பிணிகளில் இருந்து கந்தன் மக்களை காக்கும் பாடலாக விளங் குகிறது.

அக்காலத்தில் நோய்கள் பரவும் காலத்தில் இல்லம் தோறும், ஆலயம் தோறும் கந்த சஷ்டி கவத்தைத்தான் பாடி பலன் அடைந்துள்ளனர்.

இந்தப்பாடலின் ஒவ்வொரு வரியாக பாருங்கள் ஒவ்வொரு உறுப்பையும் அதன் இயக்கத்தையும் காத்தருள ஒப்புவிக்கும் பாடல் அது

பொடிபுனை நெற்றியைப் புனிதவேல் காக்க
கதிர்வேலிரண்டும் கண்ணினைக் காக்க
விதிசெவியிரண்டும் வேலவர் காக்க
நாசிகளிரண்டும் நல்வேல் காக்க பே
சிய வாய்தனைப் பெருவேல் காக்க
முப்பத்திருபல் முனைவேல் காக்க
செப்பிய நாவைச் செவ்வேல் காக்க
கன்னமிரண்டும் கதிர்வேல் காக்க
என்னிளங்கழுத்தை இனியவேல் காக்க
மார்பை ரத்தின வடிவேல் காக்க

ஒவ்வொரு உறுப்புக்கும் ஒவ்வொரு வேல் பெயரை சொல்லி காவல்தேடும் பாடல் அது

இதில் அறிவியலும் ஒளிந்திருக்கின்றது

ஆம் ஆழ்ந்த பக்தி மனநிலையில் ஒவ்வொரு உறுப்பாக சொல்லும்பொழுது அதில் கவனத்தை வைத்தால் உடல் தானாக அதை சரி செய்கின்றது என்கின்றது அறிவியல்.

உளவியல் கொடுக்கும் உடல்நலம் இது, நிரூபிக்கப்பட்ட ஒன்று. இதைத்தான் கந்த சஷ்டி கவசமும் சொல்கின்றது.

உச்சி முதல் பாதம் வரை ஒவ்வொன்றாக தியானித்து முருகனிடம் நலம்பெற சொல்லும் மருத்துவ தியான பாடல் இது.

தொடரும் பாடலில் அர்த்தமில்லா சில வரிகள் வருவதாக தோன்றும், உண்மையில் அந்த வார்த்தைகள் அர்த் ததிற்கு அல்ல மாறாக சில அதிர்வுகளை கொடுப்பதற்காக இப்பாடலில் சில இடங்களில் தமிழ் மொழியின் சில எழுத் துக்கள் மட்டும் இரட்டைப்படை மற்றும் ஒற்றைப்படை எண்களின் வரிசையில் அமைந்துள்ளது.

அக்கால புலவர்கள் ஞானமிக்கவர்கள், சித்தர்கள் சொன்ன நல்ல அதிர்வு, அதாவது தெய்வீக மற்றும் நேர்மறை சிந்தனையினை கொடுக்கும் சமஸ்கிருத வார்த்தைகளுக்கு நிகரான சரியான தமிழ் வார்த்தைகளை வைத்து பாடியி ருப்பார்கள். தேவராயரும் அதை மிக சரியாக செய்து நல் அதிர்வுகளை கொடுக்கும் வார்த்தைகளை இப்பாடலில் புகுத்தி யிருக்கின்றார்.

ஆம் சில வார்த்தைகளை தகுந்த உச் சரிப்புடன் உச்சரிக்கும்பொழுது அது சில அதிர்வுகளை செய்கின்றது அது உடலில் நல் விளைவுகளை ஏற்படுத்துகின்றது.

உதாரணத்திற்கு சொல்ல வேண்டு மானால், சிலருக்கு மெல்லிய மின்சார அதிர்வு கொடுப் பார்கள், அந்த அதிர் வினை சில வார்த்தைகளை முறையாக உச்சரித்தாலே உடல் நலம்பெறும்.

ஓம் எனும் வார்த்தையினை ஓங்காரமாக சில நாழிகை இழுத்து ம்ம்ம்ம்ம் என்பதை அழுத்தி சில நாழிகை இழுத்தாலே சில அதிர்வுகளை உணரமுடியும் என்பார்கள்.

ஆலய வழிபாட்டின் பொழுது வெண்கல மணி கொடுக்கும் அதிர்வும் அத்தகையதே, அப்படி யான வார்த்தைகள் பல கந்த சஷ்டி கவசத்தில் உண்டு, இதனால்தான் முருகன் ஆலயங்களில் அதை படிக்க வேண்டும் என்றார்கள்.

முருகன் ஆலயம் பொதுவாக மலைமேல் அமர்ந்திருக்கும் அல்லது அமைக்கபட்டிருக்கும் ஏன்?

விஷயம் ஒன்றுமில்லை மலைமேல் இருக்கும் அந்த சூழல் மன அமைதியினை கொடுக்கின்றது, நோயில் இருந்து பாதி விடுதலையினை அதுவே கொடுத்துவிடும்

மலைமேல் ஏறி செல்வதும் அங்கிருக்கும் சுத்தமான காற்றினை சுவாசிப்பதும் மாபெரும் ஆரோக்கிய வழி.

முருகன் ஆலயம் என்பது உடல் நலம் பெற வேண்டிய இடம் என்பது எக்காலமுமான நம்பிக்கை, அதனால் சூழலும் அப்படி இருக்கு மாறு பார்த்து பார்த்து முருகன் ஆலயங்கள் கட்டப்பட்டுள்ளன.

"இதுவும் கடந்து போகும்" என்ற வார்த் தைக்கேற்ப இந்த இக்கட்டான காலகட்டத்தில் மனிதர்கள் பலருக்கு பல விஷயங்களை பாடமாக கற்றுத் தந்துள்ளன. (அதைப்பற்றி பக்கம் 35ல் படிக்கவும்).

மருந்து மாத்திரை மட்டுமே போதாதது தெய்வ பக்தியும் இக்காலகட்டத்தில் அவசியம். இதில் நோய் தீர்க்கும் முருகனை வேண்டினால் உடல் நலம் பெறலாம் என்பதால் தினமும் கந்த சஷ்டி கவசத்தை அவசியம் துதிக்க வேண்டும்.

தற்போது கரோனா பீதி உலகையே ஆட்டிப்படைக்கும் இந்தச் சூழலில்...

எதை திண்றால் பித்தம் தெளியும் என்ற நிலையில் உலகமே மிரண்டுள்ளது.

இந்த மிரட்சியிலிருந்து விடுதலை கிடைக்க அவசியம் கந்த சஷ்டி கவசத்தை நாடினால் நிச்சயம் நல்ல பலன் கிடைக்கும்.

முருகனை நினைத்து உலக நலன் வேண்டி, வீட்டிலேயே, குடும்பத்தாருடன் கந்த சஷ்டி கவசத்தை பாராயணம் செய்துவந்தால் கரோனா பீதியிலிருந்து எளிதாக நம்மால் மீள முடியும்.

மனிதர்களை சிறை வைத்து இயற்கைக்கு சுதந்திரம் அளித்த கரோனா

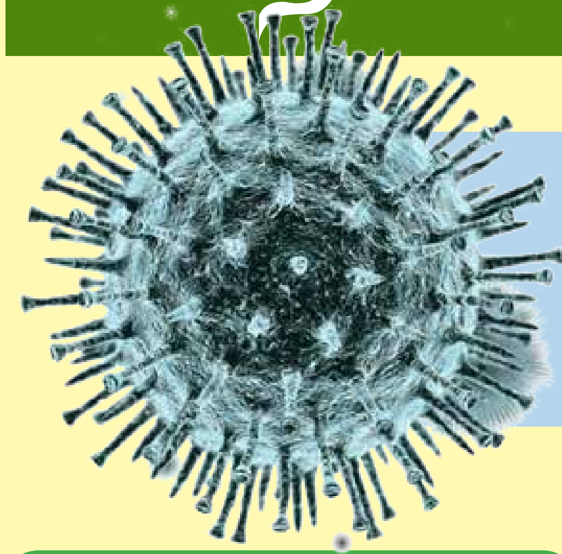
ஒருசில நிகழ்வுகள் ஒருசில காரண காரியங்களை உலகிற்கு வெளிப்படையாக கூறியுள்ளது. அந்தவகையில் தற்போது உலகை ஆட்டிப்படைக்கும் கரோனாவின் தாக்கம் கூட தற்போது மனித சமுதாயம் இழந்த ஒருசிலவற்றை திரும்ப பெற்றுத் தந்துள்ளது.

தங்கம் இல்லாத அட்சயதிருதியை, புதிய படங்கள் இல்லாத சினிமா தியேட்டர்கள், பரபரப்பில்லாத சாலைகள், மாசு அற்ற காற்று, கெட்ட வாசமில்லாத சாலை சந்திப்புகள், இயற்கை தந்த காய்கனிகளின் மகத்துவம் போன்ற எண்ணற்ற நிகழ்வுகளை மக்களுக்கு எடுத்துக்கூறி புவி தன்னை தானே சுத்தப்படுத்த ஆரம்பித்து விட்டது.

இதை தெளிவாக கூறவேண்டுமென்றால் இயற்கைக்கு எதிராக செயல்பட்ட மனிதனை வீட்டிற்குள் முடக்கவைத்து இயற்கை அடுத்த அத்தியாயத்தை எழுதிக் கொண்டிருக்கிறது.

நாகரிகம் என்ற பெயரில் நாம் மறந்த மரபுகள் அனைத்தையும் ஒரு கிருமி நமக்குத் திருப்பித் தந்துவிட்டது.

அதைப்பற்றி எளிமையாக பார்ப்போம்



இந்த காலகட்டத்தில் புதிய கிருமி பிரச்சனை வரும் என்று பல ஆயிரம் வருடங்களுக்கு முன்பே கணித்து கூறிய பஞ்சாங்கத்தை மறந்து, பணத்திற்கும், புகழுக்கும் முக்கியத்துவம் தந்து ஜோதி டத்தை பணம் காய்க்கும் மரமாகவும், தொழிலாகவும் செய்து வந்த பிரபல ஜோதிடர்களை காணாமல் போக வைத்தது.

நாகரீகம் என்றபோர்வையில் கையை குலுக்குவதையும், கட்டிப்பிடித்து வரவேற்பதையும் மறைத்து, முன்னோர் கடைபிடித்த கைகூப்பி வணங்கும் முறையில் உள்ள நன்மையை உலகமே கடைபிடிக்க வற்புறுத்தியுள்ளது.

எப்போதும் நிரம்பி வழியும் மருத்துவமனையும், நோயாளிகளின் எண்ணிக்கையும் இன்று பெரும் அளவு குறைந்ததற்கு காரணம், இதுநாள்வரை மனிதர்களுக்குள் இருந்த மனோ தைரியம் குறைந்திருந்ததை உணரவைத்துள்ளது.

மகிழ்ச்சியான வீட்டைகூட, மாலை நேரம் ஆனால் இழவு வீடாக மாற்றி, பெண்களை கொடுரர்களாகவும், காம எண்ணம் கொண்டவர்களாகவும் சித்தரித்து வந்த தொலைக்காட்சி தொடர்களை தடுத்துள்ளது.

ஆடம்பரம் கேளிக்கையில், போதையில் சுற்றித்திரிந்தவர்களை சற்று நிதானமாக சித்திக்கவைத்துள்ளது. போதை வஸ்துக்கள் இல்லாமல் வாழும் வாழ்க்கையின் சுகத்தை உணரவைத்துள்ளது. டாஸ்மாக் போன்ற குடியை கெடுக்கும் கடைகள் தேவையில்லை என்பதை உணரவைத்துள்ளது.

சமுதாயத் தொண்டர்களாக தங்களைக் காட்டித்திரிந்த சினிமா நடிகர்கள்– நடிகைகளை தலையில் தூக்கி ஆடிய முட்டாள் கூட்டத்தினரையும், மக்கள் சேவைக்காகவே தாங்கள் பிறந்ததாக காட்டித்திரிந்து சுய லாபம் அடைந்தவர்களையும், வெளியில் கூட வர அச்சப்பட்டு வீட்டுக்குள் சுவற்றிற்குள் மறைந்த சமுதாய போராளிகளையும், அரசியல் தலைவர்களையும் இனம் காணவைத்துள்ளது.

சமுதாயத்திற்கு அத்தியாவசியம் எது என்பதை எளிதாக உணரவைத்துள்ளது, பீசா, பர்கர், ஹார்லிக்ஸ், பூஸ்ட், காம்ப்ளான் போன்றவற்றால் எந்த பலனும் இல்லை... அவை வெறும் சுவையை மட்டும் அளிக்கக்கூடிய சக்கைகள் என்பதை உணரவைத்து, பாரம்பரிய உணவு மீது நாட்டம் ஏற்படவைத்துள்ளது.

இஞ்சி, பூண்டு, வெங்காயம், கரிவேப்பிலை, வேப்பிலை, ரசம் போன்றவற்றை தவிர்த்தவர்களும், முன்னோர் வைத்தியத்தை வெறுத்தவர்களையும், இன்று கபசுரகுடிநீரையும், நிலவேம்பு குடிநீரையும் நாடவைத்து பாரம்பரியத்தின் மகத்துவத்தை ஆராயவைத்துள்ளது.

வங்கி கணக்கில் எவ்வளவு பணம் இருக்கிறது? எவ்வளவு சொத்து இருக்கிறது? என்பதை மறந்து நம் உடலில் எவ்வளவு எதிர்ப்பு சக்தி இருக்கிறது என்று பார்க்க வைத்துள்ளது.

எப்போதும் மதிக்காமலும், முக்கியத்துவம் தராமலும் ஏறிட்டு இது வரை பார்க்கப்படாத துப்புறவுத் தொழிலாளர்களின் கால்கள் பாதபூஜை செய்யப்படுகின்றன.

பணம் மட்டுமே மனிதனுக்கு வாழ்க்கை அல்ல என்பதை நிரூபிக்கும் சில நிகழ்வுகள் உலகில் நடைபெற்றுள்ளது. ஸ்வீடனில் ஒருவர் தான் சேர்த்து வைத்த பணத்தை எல்லாம் வெளியில் வீசுகிறார். தெரு முழுக்கப் புரளும் பணத்தை எடுப்பதற்கு யாரும் இல்லை. தெருவில் இருந்த பணத்தை எடுத்தால் அதன் மூலம் கரோனா கிருமி தொற்றுமோ என்று பயத்தால் பணத்தின் மீது இருந்த மோகம் மறைந்துவிட்டது.

ஆர்டர் செய்து தரமற்று சுவையான குப்பை உணவுகளை மறந்து, நோய் எதிர்ப்பு சக்தி உள்ள மஞ்சள் கலந்த பாலும், மிளகு ரசமும், வத்தக்குழம்பும் வீட்டுச் சமையலில் புதிய அவதாரம் எடுக்கவைத்துள்ளது.

ரசாயன மேக்கப் இல்லாத பெண்கள், பரபரப்புடன் நேரம் கிடைக்காமல் வெளியில் சென்று பணிசெய்த ஆண்கள், எந்நேரமும் படிப்பு, கூடுதல் நேர வகுப்பு என்று இருட்டறையில் வாழ்ந்த குடும்ப உறுப்பினர்கள் ஒன்று சேர்ந்து தாயம் விளையாடுவது, செஸ், கேரம் விளையாட்டு என்று உண்மையான குடும்ப வாழ்க்கையின் சுகத்தை அனுபவிக்கவைத்துள்ளது.

1,400 கிலோமீட்டர் இருசக்கர வாகனத்தில் பயணம் செய்து மகனை மீட்டுவந்த தாய், கும்பகோணத்திலிருந்து புதுச்சேரிக்கு தனது மனைவியை சைக்கிள் மூலம் மருத்துவமனைக்கு அழைத்து வந்த 65 வயது முதியவரின் செயல்களின் மூலம், பாசம் என்பது இன்றும் உலகல் உலவிக்கொண்டிருப்பதை எடுத்துக்காட்டியுள்ளது.

வீண் செலவு செய்து, ஆடம்பரமாக நடத்தப்படும் கொண்டாட்டங்களை விடுவித்து, நான்கு பேராக இருந்தாலும் குடும்ப மகிழ்ச்சி மட்டுமே முக்கியம் என்பதை உணரவைத்த எளிய நிகழ்வுகளில் இருக்கும் சந்தோஷத்தை புரியவைத்துள்ளது.

சீட்கெட்டு இருந்த நீர்நிலைகள் தற்போது மிகவும் சுத்தமாகவும், குடிக்க தகுதியற்ற நிலையில் இருந்த கங்கை, யமுனை நீர்கள் தற்போது மினரல் வாட்டரைவிட சுத்தமானதாகவும், பஞ்சாப் மாநிலத்தில் இருந்து 300 கிலோ மீட்டருக்கு அப்பால் உள்ள இமயமலைத் தொடரை வீட்டு மொட்டை மாடியிலிருந்து வெறும் கண்களில் தெளிவாக பார்க்கும் வகையிலும் மாற்றவைத்துள்ளது.

மனிதர்களுக்கு மட்டுமே இந்த உலகம் என்ற இருமாப்பில் இருந்த மனிதர்களை சிறைவைத்து, பறவைகள், விலங்குகள், இயற்கை போன்றவற்றிற்கு சுதந்திரம் வழங்கியுள்ளது.

99% போலீசாரையும், அரசு ஊழியர்களையும், மருத்துவர்களையும் வில்லன்களாக பார்க்க வைத்த சினிமாக்களின் பார்வையை மாற்றி, இன்று அவர்களின் தேவையை உணரவைத்து அவர்களை ஹீரோவாக பார்க்கவைத்துள்ளது.

பொழுது போகாமல் தவிக்கும் இந்த நேரத்தில், இதுவரை தொடர்பு கொள்ளாத உறவினர்களின் தொலைபேசி எண்ணைத் தேடிப்பிடித்து கண்டுபிடித்து அவர்களுடன் தொலைபேசியில் பேசி தங்களது பழைய உறவை புதுப்பிக்கவைத்தது.

அழகிய வடிவமைப்பில்
வார இதழ்கள், மாத இதழ்கள்,
பப்ளிகேஷன்ஸ் புக் ஒர்க்,
அட்டைப்பட வடிவமைப்பு,
நாளிதழ்கள், போன்றவை தரமாகவும்
குறைந்த செலவில் செய்துதரப்படும்
Bhaanrajg Graphics
செல்: 08825844033

நோய்களை அகற்றும் ஸ்லோகம்

அச்யுதானந்த கோவிந்த
நாமோச்சாரண பேஷஜாத்
நச்யந்தி ஸகலா ரோகா
ஸத்யம் ஸத்யம் வதாம்யஹம்
ஆர்த்தா விஷண்ணா சிதிலாஸ்ச பீதா
கோரேஷு ச வ்யாதிஷு வர்த்தமானா
ஸங்கீர்த்ய நாராயண ஸப்தமாத்ரம்
விமுக்தது கா ஸுகினோ பவந்து.

பொருள்: அச்சுதா, அனந்தா, கோவிந்தா என்ற மகாவிஷ்ணுவின் நாமங்களை, உள்ளம் நெகிழ உச்சரிப்பவர்களுடைய அனைத்து வகை நோய்களும் விரைவில் அவர்களை விட்டு விலகும்.

மன நோய்களால் பீடிக்கப்பட்டவர்களும் துக்கத்தில் ஆழ்ந்தவர்களும் பய உணர்வு கொண்டவர்களும் கடுமையான நோயால் பாதிக்கப்பட்டவர்களும் இவ்வாறு நாராயணனின் சங்கீதமான நாமங்களை இதயம் கசிந்து சொல்வார்களானால், தத்தமது உபாதைகளிலிருந்து அவர்கள் விடுபட்டு நலம் பெறுவார்கள்.

Owned, Published by C.N.RAJA. Design by BHAANRAJAGRAPHICS, CHENNAI. Published from New No.16, Old No.18, Bharatheeswarar Colony, 4th Street, Kodambakkam, Chennai - 600 024.
Editor : C.N.Raja, Cell: 08825844033.
Website: www.aanmeegamalar.com / app: aanmeegamalar / E-mail: aanmeegamalar@gmail.com

ஆன்மிகமலர் .காம்

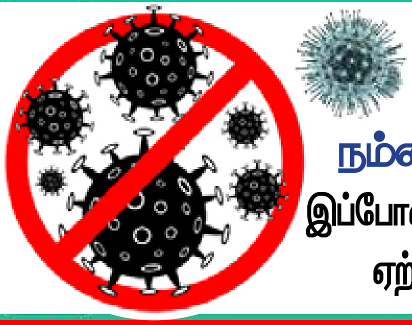
ஆன்மிகத் தேடலின் புதிய அடையாளம்!!

இணையதளம் வாயிலாக மாதம் இரண்டுமுறை வெளிவரும்

மேலும் விபரங்களுக்கு போன்: 08825844033

ஆன்மிகமலர் மெயில் புக்

அனைத்து இதழ்களையும் aanmeegamalar.com இணையதளத்தில் இலவசமாக டவுன்லோடு செய்து பயன் பெறலாம்.



கரோனா நமக்கு வரக்கூடாது என்று ஒவ்வொருவரும் சுயநலத்துடன் நம்மை நாமே பாதுகாத்துக்கொள்வோம்....
இப்போதைய நம் சுயநலமே மற்றவருக்கும் நோய் தொற்று ஏற்படாமல் தடுக்கும் பொதுநலனாகும்...

கரோனா என்ற அசுரனிடமிருந்து ஒதுங்கியும், தனித்தும் இருப்போம்