

# ஆன்மிகமலர்

ஆன்மிகமலர் டிரஸ்ட் வெளியீடு

ஆன்மிகத் தேடலின் புதிய அடையாளம்!!

மெயில் புக்

மாதமிருமுறை

உலக வரலாற்றில் முதன்முறையாக இமெயிலில் வெளிவரும் புத்தகம்

தீயபலன்  
தரும்  
எள்தீயம்



ஆணவம், கன்மம், மாயை,  
அழித்து ஞானத்தை தரும்

# நவராத்திரி

# நவராத்திரி

சிறப்புகளும் வழிபடும் முறையும்

‘அசுர’ என்பது ‘வாழ்க்கையின் சுகபோகத்தில் மட்டுமே ஈடுபாடு கொண்டு, பொருட்கள் தரும் இன்பத்தில் முழுகி இருப்பவன்’ என்ற அர்த்தத்தை கொண்டுள்ளது.

இத்தகைய மகிஷாசுரன் நம் ஒவ்வொரு மனித மனதிலும் இடம் பெற்றிருக்கிறான். அதோடு, அந்த மனிதருக்குள்ளிருக்கும் தெய்வீக குணங்களையும் தன் கையகப்படுத்தி கொண்டு விடுகிறான். இத்தகைய அசுரனின் வசத்திலிருந்து நாம் விடுபட சக்தி தேவியின் பூஜை அவசியமாகிறது. ‘மகிஷாசுர வதம்’ உணர்த்தும் மறை பொருள் இதுவே. ஆகையால் தான், நவராத்திரியின் ஒன்பது நாட்களிலும் சக்தி தேவியின் வழிபாடு மேற்கொள்ளப்பட்டு, அதன் வெற்றியை தசமி தினத்தன்று விஜயதசமியாக கொண்டாடப்படுகிறது.

எப்போதெல்லாம் தமோ மற்றும் அசுர குணம் கொண்ட கொடிய மனிதர்கள் பலம் மிகுந்து, நேர்மையான சாத்வீக மனிதர்களுக்கு தொல்லைகள் தர ஆரம்பிக்கின்றனரோ, அப்போது அறத்தை நிலைநாட்ட அந்த தேவி அவதாரிக் கிறாள். இதுவே இந்த தெய்வத்தின் விரதம்.

நவராத்திரியின் போது ஸ்ரீ தூர்கா தேவியின் தத்துவமானது வெளி மண்டலத்தில் 1000 மடங்கு அதிகமாக உள்ளது. எனவே, இந்நாட்களில் ஒருவர் தேவியினிடத்தேயிருந்து அதிக ஆன்மீக பலனை அடைய ‘ஸ்ரீ தூர்கா தேவியை நமஹ’ என்னும் நாமஜபத்தை அதிகப்பட்சமாக ஜபிக்க வேண்டும்.

ஆன்மிகத்தின் அடிப்படையில் அமைந்திருக்கும் இந்த அறிவியல் பின்னணியுடன், ஸ்ரீ தூர்கா தேவி வழிபாட்டின் சடங்கு களை நாம் புரிந்து கொண்டு செயல்படும் போது அதிக படியான தெய்வீக சக்தியினை கிரகிக்க முடியும்.

நவராத்திரி வழிபாட்டில் பல்வேறு சடங்குகளின் முக்கியத்துவம்:

**அகண்ட தீபம் ஏற்றுதல்**

கலச ரூபமான இந்த ப்ரமாண்டத்தில், வெளிப்பட்ட ஆதிசக்தியை அகண்ட நந்தாதீபமாக ஒன்பது நாட்கள் வழிபடுவதே, நவராத்திரியின் சிறப்பம்சம். நவராத்திரியின் போது சுற்றுப்புற சுழலில் தேவியின் தேஜ தத்துவம் நிறைந்து காணப்படுகிறது. அகண்ட தீபம் (தொடர்ந்து எரியும் நந்தா விளக்கு), தேஜ தத்துவத்தை ஆகர்ஷிப்பதால், தேவியின் தேஜோ மயம் அவ்வீட்டின் சுற்று சுழலில் பரவுகிறது.

இதன் காரணமாக அவ்வீட்டில் தொடர்ந்து தெய்வீக அதிர்வலைகள் நிரம்பியிருப்பதால், அவ்விடத்தில் உள்ளவர்களுக்கு பெரிதும் நன்மை உண்டாகிறது. எனவே நவராத்திரி வழிபாட்டில் அகண்ட தீபம் ஏற்றுவது மிக முக்கியமானதாகும்.

**குமரி வழிபாடு**

திருமணமான பெண் சக்தியின் வெளிப்பட்ட ஆற்றலாகவும், குமரி(கன்னி) பெண்ணானவள் சக்தியின் வெளிபடாத ஆற்றலாகவும் திகழ்கிறார்கள். ஆகையால் நவராத்திரியின் 9 நாட்களிலும் குமரி பூஜை வழிபாட்டை மேற்கொள்ளவது மிகவும் சிறப்புடையதாகும்.

**குமரி பூஜை வழிமுறை:**

நவராத்திரியின் ஒவ்வொரு நாளும் ஒரு குமரியை (அல்லது ஒன்பது குமாரிகளை ஏதேனும் ஒரு நாளில்) வீட்டிற்கு மதிப்புடன் அழைக்கவும். மரப்பலகை அல்லது கம்பளி யின் மீது அமரச்செய்து, பின் பாத பூஜை செய்யவும். பாதபூஜையின் போது, அப்பெண்ணிற்குள்ளிருக்கும் தேவியின் தெய்வீக தத்துவம் எழுந்தருளி இருக்கும்படி மனதில் பாவனை செய்து வணங்கவும்.

பிறகு, வாழையிலையில் தேவிக்கு பிரியமான உணவு வகைகளான பால் மற்றும் அரிசி கலந்து செய்யப்படும் இனிப்பு (கீர்), பூரி முதலானவற்றை பரிமாறவும். அழைக்கப்பட்ட அனைத்து குமாரிகளுக்கும் புத்தாடை அளித்து, ஆதிசக்தியின் ஸ்வரூபமாக அவர்களை பாவித்து வணங்கவும்.

தேவிக்கு விசேஷ மலர்களை சமர்ப்பிப்பதன் ஆன்மீக ஸாஸ்திரம்!

அந்தந்த தேவிக்கு, அந்தந்த விசேஷ நறுமணமும், நிறமும் கொண்ட மலர்களை சமர்ப்பிப்பதன் மூலம் அந்தந்த தேவியின் தத்துவம் விரைவில் ஈர்க்கப்படுகிறது. அதன்மூலம் பக்தனுக்கு அதிக பலன் கிடைக்கிறது. ஸ்ரீ தூர்கா தேவிக்கு குண்டு மல்லிகை, ஸ்ரீ லக்ஷ்மி தேவிக்கு சாமந்தி, ஸ்ரீ சரஸ்வதி தேவிக்கு ஸ்வஸ்திகா, ஸ்ரீ மஹா காளிக்கு செம்பருத்தி ஆகியவற்றை சமர்ப்பிக்க வேண்டும். ஒன்று அல்லது ஒன்பதின் பெருக்கல் எண்ணிக்கை உடைய மலர்களை காம்பு தேவியை பார்த்து இருக்கும் படி வட்டவடிவில் அலங்கரித்து சமர்ப்பிக்கவும். சந்தனம், குண்டு மல்லிகை, தாழம்பூ, சம்பங்கி, நிய்யமல்லி, வெட்டிவோர் இது போன்ற சுகந்தத்தில் இரண்டு ஊதுபத்திகளை தேவிக்கு காண்பிக்கவும்.

**குங்குமார்ச்சனையின் மகத்துவம்**

குங்குமார்ச்சனை என்பது தேவியின் நாமஜபம் செய்து கொண்டே சிறிது சிறிதாக குங்குமத்தை கைவிரல் சேர்த்தெடுத்து கொண்டு தேவியின் பாதத்திலிருந்து தலை

வரை அபிஷேகம் செய்வதாகும். இதனால் மூர்த்தி விழிப்படைந்து குங்குமத்தில் தேவி தத்துவம் ஆகர்ஷிக்கப்படுகிறது. பிறகு பக்தர்கள் இக் குங்குமத்தை தரிப்பதால், அதிலுள்ள தேவி சக்தியின் பயன் கிடைக்கிறது.

தகவல்: ஹிந்து ஜனஜாக்ருதி ஸமிதி



# கிரஹணாங்களின் தீய சக்தியை குறைக்கும்

## கடலை எண்ணெய் விளக்கு

பொதுவாக வீடுகளில் விளக்கேற்றுவதற்கு உகந்த எண்ணெயாக நல்லெண்ணெய், இலுப்பை எண்ணெய், நெய் போன்றவற்றை மட்டும் பயன்படுத்துவார்கள். கடலை எண்ணெயை பயன்படுத்துவது கிடையாது.

கடலை எண்ணெயில் இருந்து வரும் ஒருவித நெடி பல தீமைகளை விளைவிக்கும் என்பதால் அந்த எண்ணெயை நமது முன்னோர்கள் பூஜைக்கு பயன்படுத்துவதை தவிர்த்தனர்.

ஆனாலும், ஒருசில நாட்களில் அவசியம் கடலை எண்ணெயில் விளக்கு ஏற்றுவதையும் தவிர்க்க முடியாது என்று நமது முன்னோர் கூறியுள்ளனர். குறிப்பாக கிரஹணங்கள் ஏற்படும் தினங்களில் அவசியம் கடலை எண்ணெயில் விளக்கேற்றி வைக்கவேண்டும் என்றும் குறிப்பிட்டுள்ளனர்.

வருடத்திற்கு ஒரு சில நாட்களில்தான் கிரஹணங்கள் வருகிறது என்பதால், கடலை எண்ணெயில் விளக்கேற்றும் பழக்கத்தை அறவே மறந்துவிட்டனர் நமது மக்கள்.

உண்மையில் கிரஹணங்கள் ஏற்படும் சமயங்களில் ஒருவித கெடுதல்தரும் கதிர்வீச்சுக்கள் பூமியெங்கும் பரவும், இதன்காரணமாகத்தான் பரிசுத்தமாக விளங்கும் கோவில்களைக்கூட திறப்பது கிடையாது. கிரஹணங்கள் முடிந்ததும் ஒருசில பூஜை புணஸ்காரணங்களை செய்து ஆலயத்தை தூய்மைபடுத்திய பின்பே இறைவன் குடியிருக்கும் சன்னதிகளை திறப்பது வழக்கம்.

கிரஹணம் ஏற்படும் சமயங்களில் தீய கதிர்கள் பரவும், அந்த தீய கதிர்கள் மனிதர்களுக்கு ஒருசில உபத்திரவாதத்தை தரும் என்பதால் அந்த சமயத்தில் உணவருந்துவதை தவிர்த்தனர் நமது முன்னோர். மேலும் கர்ப்பிணி பெண்களுக்கு தீய கதிர் வீச்சினால் எந்த கெடுதலும் ஏற்படக் கூடாது என்பதால் தனி அறையில் இருக்குமாறும் பார்த்துக்கொண்டனர், அதிகப்படியான உணவுகள் ஏதும் செய்யாமல் தவிர்த்தனர், அவ்வாறு அதிகப்படியான உணவு இருந்தாலும், அதில் ஒருசில தர்ப்பை புல்லை போட்டுவைத்தும், குடிநீரில் துளசி, அருகம்புல், தர்ப்பை புல் போன்றவற்றை போட்டு உணவையும், குடிநீரையும் பாதுகாத்தனர்.

இவ்வாறு கிரஹணங்களில் இருந்து தங்களை பாதுகாத்த நமது முன்னோர், கிரஹணங்களின் போது வெளிவரும் கெடுதல் சக்திகளை தடுக்கும் ஒரு வழிமுறையையும் கண்டறிந்தனர்.

அந்த வழிமுறைதான் கடலைஎண்ணெயில் விளக்கேற்றுவது. கிரகணங்களின் போது கடலை எண்ணெயை ஒரு (பெரிய) அகலில் ஊற்றி அதில் ஏதேனும் விளக்கு திரியை

போட்டு, ஒன்று அல்லது பல இடங்களில் கடலை எண்ணெய் விளக்கை ஏற்றி வைத்தனர் நமது முன்னோர்.

இவ்வாறு செய்வதால் கடலை எண்ணெய் விளக்கில் இருந்து வரும் ஒருவித நெடி வீடுகளில் பரவும்போது கிரஹணங்களால் ஏற்படும் தீய கதிர்களை அழித்துவிடுவதால் கிரஹணங்களால் ஏற்படும் பாதிப்பு குறையும் என்பதை கண்டறிந்து, கடலை எண்ணெய் தீபத்தை ஏற்றி வைத்தனர்.

மனிதகுலம் நன்றாக இருக்க வேண்டி பல நல்ல செயல்களையும், பழக்கவழக்கங்களையும் சொல்லி சென்ற நமது முன்னோர்களின் செயல்களில், இந்த கடலை எண்ணெய் தீப முறையும் ஒன்று. (முன்னோர் சொல்லியும் கடைபிடிக்காமல் விட்ட பல அற்புதங்களில், இந்த தீப முறையும் ஒன்று.)

கடலை எண்ணெய் தீபம் என்பதை கிரஹணங்கள் ஏற்படும் சமயங்களில் மட்டும்தான் ஏற்ற வேண்டும் என்பதையும் தெளிவாக சொல்லியுள்ளனர். கிரஹணங்கள் இல்லாத சமயங்களில் கடலை எண்ணெய் தீபத்தை ஏற்றக்கூடாது.

## பிரச்சனைகளை தீர்க்கும் எளிய பரிகாரங்கள்

எதிரிகள் தொல்லை மற்றும் சோதனைகள் அதிகமானால் வெள்ளிக்கிழமைகளில் உப்பு சேர்க்காமல் சாப்பிட்டு வர, எதிரிகள் நிலை செயல் இழந்து போகும்.

அண்டை அயலார் மூலம் தொடர்ந்து தொல்லைகள் ஏற்பட்டால் தினசரி வீட்டு முன் 3மெழுகுவார்த்திகளை ஏற்றி வேண்டி வர அவர்களின் கொட்டம் நிற்கும்

கொடுத்த கடன் திரும்ப வரவில்லை எனில் உங்கள் இஷ்ட தெய்வத்திற்கு தினசரி 43நாட்கள் நீல நிற பூவை வைத்து வேண்டி வர கடன் வசூலாக ஆரம்பிக்கும்

விலை உயர்ந்த பொருட்களை இழந்து கொண்டே இருந்தால் சனிக்கிழமைகளில் வெளிர் நீல துணியில் எள் உருண்டைகள் வைத்து இரவு நேரத்தில் தானம் செய்ய, விரயம் நிற்கும்.

சிலருக்கு சின்ன வயதில் இருந்தே பண கஷ்டம் மற்றும் தொல்லைகள் தொடர்ந்து வண்ணம் இருக்கும் அப்படிப்பட்டவர்கள் யாரிடமும் இனாமாகவோ அல்லது நன்கொடையாகவோ எதுவும் பெறக் கூடாது. அதே போல் செய்யாத வேலைக்கு பணம் பெறுவது கூடாது. ஒவ்வொரு திங்களும் ஏதேனும் கோவிலில் 5 பாதாம் பருப்புகள் தானமாக வழங்கி வர நிலையில் நிச்சயமான மாற்றம் ஏற்படும்.

உடல் நிலை மற்றும் நீண்ட ஆயுளுக்கு தினசரி 'ஓம் சாவித்ரி யாயை நமஹ' மந்திரம் கூறி வர உடலில் முன்னேற்றம் உண்டாகும்.

தினசரி அரச மர வழிபாடு செய்து வர நேர் மறை சக்திகள் நம்முடனே இருக்கும்.

# தானத்திற்கும் கெடைக்கும் உள்ள வேறுபாடு தானம் செய்யும்போது நம்பிக்கை அவசியம்

நம்பிக்கை மிக்க ஈடுபாட்டுடன் தானம் செய்ய வேண்டும்; ஏனோதானோ என்று தானம் செய்யக் கூடாது. வருமானத்திற்கு ஏற்ப தானம் செய்ய வேண்டும். பணிவுடனும் மரியாதையுடனும் தகுந்த அறிவுடனும் தானம் செய்ய வேண்டும். தானம் பற்றிய சிறந்ததொரு விளக்கத்தை இங்கு நாம் காண்கிறோம். இந்த மந்திரம் கூறுகின்ற 4 அடிப்படை நியதிகளுடன் ஒன்றைப் பிறருக்குக் கொடுக்கும் போது மட்டுமே அது தானம் ஆகிறது. ஏனோதானோ என்று கொடுக்கக் கூடாது. ஈடுபாட்டுடன் கொடுக்க வேண்டும். அந்த ஈடுபாட்டின் பின்னணியில் 'இது உண்மையிலேயே மகோன்னதமான சேவை, உண்மை

யிலேயே நற்பணியில் ஈடுபடுவதுக்கு மனிதன், மனிதன் ஏன், இறைவனே உதவுவார்' என்ற ஆழ்ந்த நம்பிக்கை வேண்டும். வருமானத்தில் இயன்ற அளவு ஒரு பகுதியைக் கட்டாயம் தானம் செய்ய வேண்டும். அதே வேளையில் வருமானத்தை மீறி தானம் செய்து விட்டு, தான் பிறரிடம் யாசிக்கும் நிலையை உண்டாக்கக் கூடாது. 'ஐந்து காசுகளைக் கையில் எடுத்துக் கொண்டு உயரமான இடத்தில் நின்று கொண்டு, "பிச்சைக்காரா, இதோ" என்று கூறாதீர்கள். அவன் இருந்தால்தானே அவனுக்குத் தானம் செய்து, அதன் மூலம் உங்களுக்கு நீங்களே உதவ முடிந்தது என்று அவனிடம் நன்றியுடன்

இருங்கள். பெற்றுக் கொள்பவன் அல்ல, கொடுப்பவனே பேறு பெற்றவன். உங்கள் தானத்திற்கு உதவும் இரக்கத்தையும் இந்த உலகத்தில் செயல்படுத்தி, அதன் மூலம் நீங்கள் தூய்மையும், நிறைநிலையும் அடைவதற்கு ஒரு வாய்ப்புக் கிடைத்ததற்காக நன்றி உடையவர்களாக இருங்கள்.' தானம் செய்யும் போது இரண்டு விஷயங்களை அறிந்திருக்க வேண்டும். 'நம்மை எதிர்பார்த்து சிலர் வாழ்கிறார்கள், நாம் ஒருவருக்கு நன்மை செய்ய முடியும் என்று எண்ணுவது பலவீனம். இதுவே நம்முடைய பற்றுக்கள் அனைத்துக்கும் பிறப்பிடம். இந்தப் பற்றின் மூலமே நமது துன்பங்கள் எல்லாம் வருகின்றன. இந்தப் பிரபஞ்சத்தில் ஒருவர் கூட நம்மை எதிர்பார்த்து வாழவில்லை என்பதை மனத்திற்கு எடுத்துக் கூற வேண்டும். ஒரு பிச்சைக்காரன் கூட நம் கருணையை எதிர்பார்த்துக் காத்திருக்க வில்லை. நம் உதவியை எதிர்பார்த்து ஓர் உயிர் கூட வாழவில்லை. அனைவருக்கும் இயற் கையே உதவி செய்கிறது. நம்மைப் போல் லட்சக் கணக்கான மனிதர்கள் இல்லாவிட்டாலும் இயற்கை உதவிக் கொண்டுதான் இருக்கும். உங்களுக்காகவும் எனக்காகவும் இயற்கையின் போக்கு நிற்காது. பிறருக்கு உதவுவது என்பது நம்மை நாம் பண்படுத்திக் கொள்வதற்காக நமக்குத் தரப்படுகின்ற மிகப் பெரும் பேறு என்பது ஒன்று. இரண்டாவது: 'பாத்திரம் அறிந்து பிச்சையிடு' என்பார்கள். நாம் ஒன்றை ஒருவருக்குக் கொடுக்குமுன் அவருக்குத் தேவையிருக்கிறதா, அந்த தானத்தால் அவர் பயன் பெறுவாரா என்பவற்றை அறிந்த பின்னரே ஒன்றைக் கொடுக்க வேண்டும். தானத்தை பற்றிய எளிய ஒரு புராணக்கதை "தருமரை விட "கர்ணனையே பெரிய

கொடையாளி என்று மக்கள் ஏன் கருதுகிறார்கள்? இரண்டு பேருமே எதையும் இல்லை என்று சொல்லாமல் கொடுப்பவர்கள்தானே...? கர்ணனுக்கு மட்டும் ஏன் அதிக புகழ்?" என்று அர்ஜுனன் கிருஷ்ணரிடம் கேட்டார். சரி, என்னுடன் வா, காட்டுகிறேன் என்று கூறி அர்ஜுனனை அழைத்துச் சென்றார் கிருஷ்ணன். இருவரும் பிராமணர்களைப் போல வேடமிட்டுக்கொண்டு தருமரின் அவைக்குச் சென்றார்கள். "யாகம் நடத்த சந்தனக் கட்டைகள் வேண்டும்" என்றார்கள். மன்னர் தருமர் உடனே சந்தன மரங்களை வெட்டிக் கொண்டு வருமாறு தன் ஆட்களை நாடு முழுவதும் அனுப்பினார். ஆனால் அப்போது மழைக்காலம். கொண்டு வந்த மரங்கள் எல்லாம் ஈரமாகி இருந்தன. அவற்றைக்கொண்டு யாகம் நடத்த முடியாது. இருவரும் கர்ணனிடம் சென்று அதே கோரிக்கையை வைத்தார்கள். கர்ணன் யோசித்தான். "அடாடா... இது மழைக்காலம். இந்த மழைக்காலத்தில் காய்ந்த கட்டைகள் கிடைக்காது. அதனால் என்ன... கொஞ்சம் பொறுங்கள்" என்றான். கோடரியை எடுத்து வந்தான். மாளிகையின் கதவுகளும் சன்னல்களும் சந்தன மரத்தால் செய்யப்பட்டவை. கர்ணன் அவற்றை வெட்டி எடுத்துக் கொடுத்தான். இருவரும் திரும்பி வரும்போது கிருஷ்ணர் கேட்டார். "இப்போது புரிகிறதா அர்ஜுனா... தருமரிடம் கதவையும் ஜன்னல்களையும் உடைத்துத் தாருங்கள் என்று கேட்டிருந்தால் அவரும் உடனே தந்திருப்பார்தான். ஆனால் அவர் தானாகவே அவ்வாறு சிந்திக்கவில்லை. ஆனால் கர்ணன்... நாம் கேட்கவே இல்லை. அவனாகவே யோசித்துச் செய்தான். யுதிஷ்டிரர் கொடுப்பது அது அவருடைய தர்மம் என்பதால். கர்ணன் கொடுப்பது கொடையே அவனுடைய விருப்பம் என்பதால். கேட்டுக் கொடுப்பது தர்மம், கேட்பவரின் தேவையை அறிந்து அதற்கு தக்கவாறு கொடுப்பது தர்மத்தைவிட பல மடங்கு புண்ணியம் தரக்கூடிய கொடையாகும்.



# தீய சக்திகளை தடுத்து, சகல செல்வத்தையும் தரும் சக்தி தேவிக்கு உகந்த ஐஸ்வர்யக் கோலத்தின் மகிமை

ஐஸ்வர்யக் கோலம் என்பது செல்வத்தை அளிக்கும் கோலம் மட்டுமல்ல; அது கோலம் என்பதையும் தாண்டி ஸ்ரீசக்கரம் போன்ற ஒரு எந்திரம்! அதில் பல அற்புதமான தத்துவங்கள் அடங்கியுள்ளன. “ஐஸ்வர்யம் கொழிக் கும் வாழ்வை அனைத்து வசதிகளையும் உள்ளடக்கிய உன்னதமான வாழ்க்கையை உனக்குத் தருவேன்” என்று சக்தி தேவியே கூறும் வகையில் அமைந்துள்ளது ஐஸ்வர்யக் கோலம்.

சக்தியின் ரூபமான லக்ஷ்மியை மட்டும் அல்ல; ஈஸ்வரனின் கோலத்தையும் நமக்குக் காட்டுகின்றது

ஈ(ஐ)ஸ்வர்யக் கோலம். அந்தக் கோலத்திலுள்ள முக்கோண நாற்கோணங்கள் ஒன்றுக்குள் ஒன்று அடங்கியுள்ளதன் சூட்சுமம் அதுதான். மேலும், கீழும் (ஆகாயம் முதல் பாதாளம் வரை) சிவசக்தியாக ஈஸ்வரர் நின்றிருக்க, இருபுறமும் மற்ற இருமூர்த்திகளான பிரம்மாவும், விஷ்ணுவும் தத்தம் பத்தினிகளுடன் நிற்பதைக் குறிப்பது அது.

அவர்களைச் சுற்றி கங்கை, காவேரி, யமுனை, நர்மதா, கோதாவரி மற்றும் கிருஷ்ணா போன்ற புண்ணிய நதிகளின் தேவியர் பக்தர்களுக்கு சக்தியையும், செல்வ வளத்தையும், மனதில் தூய்மையையும் தந்தவண்ணம் உள்ளனர்.

சக்தியைக் காத்து நிற்கும் பன்னிரண்டு பரிவார யோகினிகள், தேவி சந்நிதியின் துவாரபாலர்களான தெய்வங்கள், காவல் தெய்வங்கள், காமேஸ்வரி, மோதினி, விமலா போன்ற எட்டு சித்திகளைக் கொண்ட எட்டு ஆவரண தேவதைகள், சந்திரன், சூரியன் ஆகியோரும் இந்தக் கோலத்தில் அடங்கியுள்ளனர்.

## ஐஸ்வர்யக் கோலத்தைப் பிரார்த்திக்கும் முறை

பூஜையறையில் அல்லது வேறு எந்த இடத்திலும் ஐஸ்வர்யக் கோலப் படத்தை மாட்டி வைத்து, அதன்முன் நெய் விளக்கேற்றி வைத்து பிரார்த்தனை செய்தால் நினைத்தது நடக்கும். பெளர்ணமியில் வேண்டுதலைத் துவக்கி, அமாவாசை, அடுத்த பெளர்ணமி, மீண்டும் அடுத்த அமாவாசைக்கு முதல் நாளன்று வேண்டுதலை முடிக்கும்பொழுது 45 நாட்கள் ஆகிவிடும். வேண்டுதல் முடிந்த மறுநாள் முதல் தேய்பிறைபோல நம்முடைய பிரச்சினைகள் மறையத் துவங்கும்.

பெளர்ணமியன்று நம் பிரார்த்தனையை ஒரு காகி தத்தில் எழுதி அதை மடித்து, அந்தக் காகிதத்தினால் ஐஸ்வர்யக் கோலத்தை ஒரு முறை தொட்டுவிட்டு, சாமி பீடத்தில் ஒரு இடத்தில் வைத்துவிட வேண்டும்.

அதன்பின் ஒரு நெய்விளக்கை ஏற்றி, ஐஸ்வர்யக் கோலத்திற்குமுன் அதைக் காட்டிவிட்டு (கற்பூர தீபாராதனை போல) சாமியறையில் வைத்துவிட வேண்டும்.

ஹாலில் மாட்டப்பட்ட படத்திற்கும் அதைச் செய்யலாம். பிறகு நமக்குத் தெரிந்த லட்சுமி அஷ்டோத்திரம் போன்ற ஏதாவது ஒரு துதியைச் சொல்லி நம்மாலியன்ற ஒரு சிறிய நிவேதனத்தைச் செய்யலாம்.

தொடர்ந்து 45 நாட்களும் இவ்வாறே பிரார்த்தனை எழுதப்பட்டுள்ள காகிதத்தால் ஐஸ்வர்யக் கோலத்தை ஒருமுறை தொட்டுவிட்டு, நெய் விளக்கை ஏற்றி அதை ஐஸ்வர்யக் கோலத்திற்குமுன் காட்டிவிட்டு வைத்து விடவேண்டும்.

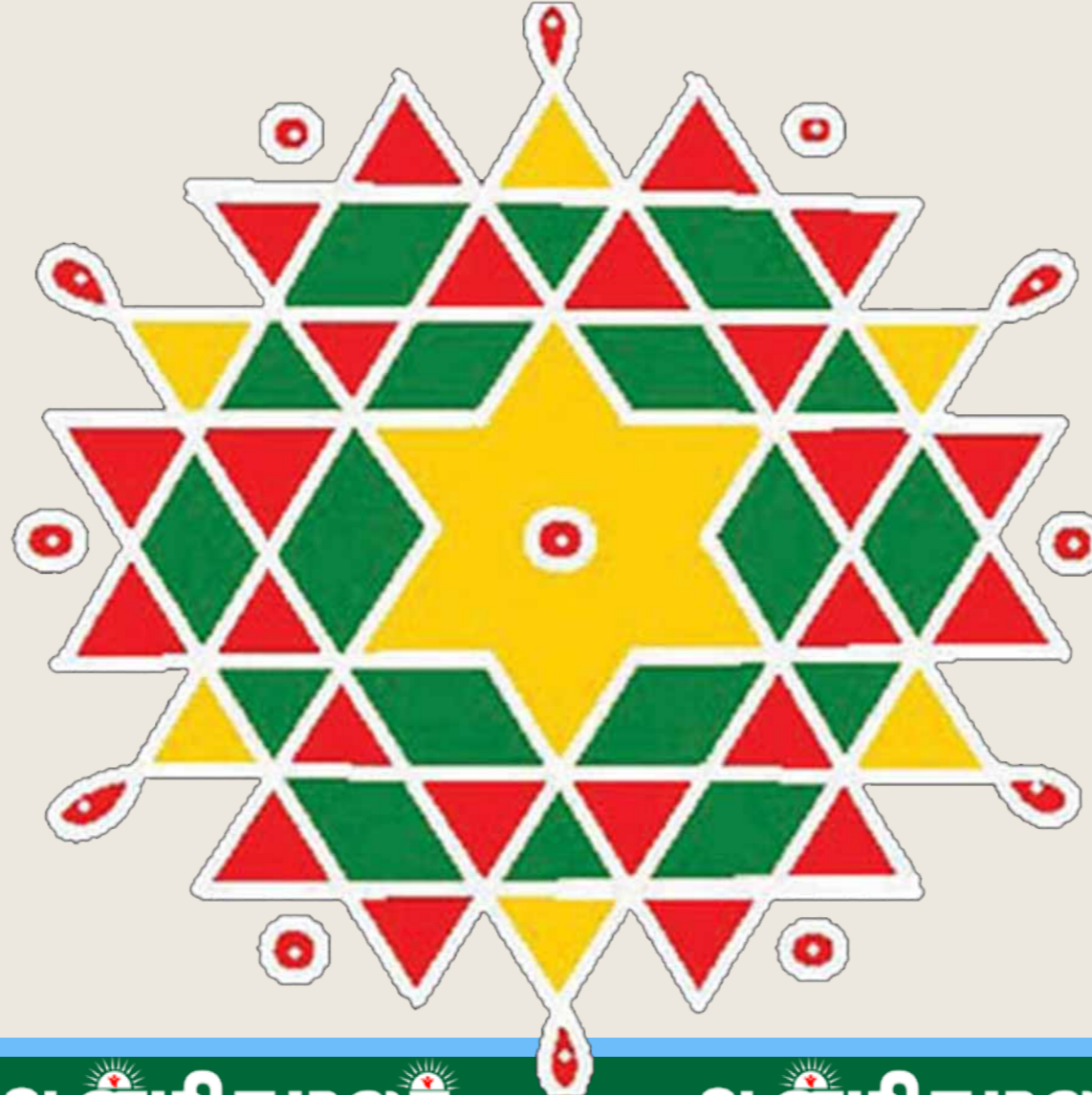
அசௌகர்ய நாட்களிலும் முடியாத தினங்களிலும் வீட்டிலுள்ள வேறு எவர் வேண்டுமானாலும் அதைத் தொடர்ந்து செய்யலாம். ஆலயத்தில் அர்ச்சகர்கள் தெய்வத்திற்கு அர்ச்சனை செய்வது போன்றதே இதுவும். அட்சய திரிதியையன்று இப்பூஜையை செய்வது மிகவும் விசேஷம். அன்று மட்டுமோ அல்லது அன்றிலிருந்து தொடர்ந்து 45 நாட்களுக்குமோ செய்யலாம்.

## ஐஸ்வர்யக் கோலத்தினால் என்ன பயன்?

இந்தக் கோலத்தை பூஜையறையில் மட்டுமல்ல; வீட்டில் எங்கு வேண்டுமானாலும் மாட்டலாம். வீட்டில் செல்வம் பெருகும்; மகிழ்ச்சி தாண்டவமாடும்; மனம் அமைதி பெறும். காவல் தேவதைகள் தீயசக்தி களை வீட்டிற்குள் நுழையவிடாது.

இப்படி பல நன்மைகளும் அந்தக் கோலத்தை முறையாகப் பிரார்த்திப்பவர்களுக்குக் கிடைக்கும்.

இத்தனை தெய்வங்களும் (தேவதைகளும்) கொலுவிருக்கும் சக்திவாய்ந்த ஐஸ்வர்யக் கோலம், மாட்டக்கூடிய படமாக கடைகளில் கிடைக்கிறது. அதனை வாங்கிக் கொள்ளலாம். அல்லது வீட்டிலேயே செய்யலாம். ஐஸ்வர்யக் கோலம் ஸ்டிக்கராகவும் கிடைக்கிறது. அதை வாங்கி கெட்டியான அட்டையில் ஒட்டி அலங்கரித்தும் பூஜிக்கலாம்.





# நவராத்திரி

உருவமும்

பலனும்

சிவனுக்கு சிவராத்திரியைப் போன்று அம்மனுக்கு நவராத்திரி என்பது உகந்த விஷேச தினமாக போற்றப்படுகிறது. இந்த நவராத்திரி நான்கு வகையாக உள்ளது.

ஆடி மாதம் அமாவாசைக்கு அடுத்து வரும் பிரதமை முதல் ஒன்பது நாட்கள் கொண்டாடப்படும் நவராத்திரி **வாராஹி நவராத்திரி** என அழைக்கப்படும்.

புரட்டாசி மாதம் அமாவாசைக்கு அடுத்து வரும் பிரதமை முதல் ஒன்பது நாட்கள் கொண்டாடப்படும் நவராத்திரி **சாரதா நவராத்திரி** என அழைக்கப்படும்.

தை மாதம் அமாவாசைக்கு அடுத்து வரும் பிரதமை முதல் ஒன்பது நாட்கள் கொண்டாடப்படும் நவராத்திரி **சியாமளா நவராத்திரி** என அழைக்கப்படும்.

பங்குனி மாதம் அமாவாசைக்கு அடுத்து வரும் பிரதமை முதல் ஒன்பது நாட்கள் கொண்டாடப்படும் நவராத்திரி **வசந்த நவராத்திரி** என அழைக்கப்படும்.

இதில் ஒரு படி மேல உயர்வாக சொல்ல வேண்டுமானால், ஒளியும் இருளும் சம பங்காகக் கொண்ட சுற்றில் ஒளிக்காலத்தில் வசந்த நவராத்திரியும், இருள் காலத்தில் சாரதா நவராத்திரியும் என பெயர் பெற்றுள்ளது. இதில் சாரதா நவராத்திரியே விரதமாகவும் பண்டிகையாகவும் விழாவாகவும் கொண்டாடப்படுகின்றது.

அவ்வாறான இந்த நவராத்திரி ஒன்பது நாட்களிலும் முறையே மூன்று நாட்களுக்கு பார்வதி, லட்சுமி, சரஸ்வதி என வழிபடுவது நன்மையை அளிக்கும்.

சாரதா நவராத்திரியை ஸ்ரீ ராமரும், ஸ்ரீ கிருஷ்ணரும் வழிபாடு செய்துதான் தங்களது கஷ்டங்களில் இருந்து விடுபட்டதாக

புராணங்கள் கூறுகின்றன.

நவராத்திரியின் ஒன்பது நட்களும் பராசக்தி ஒவ்வொரு தேவியின் வடிவில் ஒருவயது முதல் பத்து வயது கன்னிப்பெண் வடிவில் அவதாரம் செய்கிறார். கன்னியின் வயதிற்கேற்ப ஒவ்வொரு நாளும் ஒரு கன்னிகையாக ஒன்பது நாள் ஒன்பது கன்னிகைகளையும் ஒன்பது சூழலையும் பூஜை செய்வது அளவிட முடியாத புண்ணியம் உண்டாகும்.

## நவராத்திரி வரலாறு

சும்பன், நிகும்பன் என்ற அண்ணன், தம்பி இருவரும் அரக்கர்கள். அவர்களது அக்கிரம ஆட்சி தாங்காமல், மக்கள் தவித்திருக்கின்றனர். இந்த அரக்கர்களை எப்படியாவது அழித்து, மக்களைக் காப்பாற்ற வேண்டும் என, சிவா, விஷ்ணு, பிரம்மா மும்மூர்த்திகளிடம், தேவர்கள் முறையிட்டிருக்கின்றனர்.

மும்மூர்த்திகளும், மகா சக்தியைத் தோற்று வித்து, அவளுக்குத் தங்களது சக்தியையும், ஆயுதங்களையும், வாகனங்களையும் அளித்தனர். தேவி, அழகிய பெண் உருவம் எடுத்து, பூலோகத்திற்கு வந்தாள். அரக்கர்களின் வேலையாட்கள், சண்டன், முண்டன் என்ற இருவரும், இந்த அழகுப் பதுமையான மகாசக்தியைப் பார்த்ததும், தங்களது ராஜாக்களுக்கு ஏற்றவள் இவள் என முடிவு செய்து, தேவியிடம், தங்களது ராஜாக்களில் ஒருவரைத் திருமணம் செய்து கொள்ளும்படி வற்புறுத்தினர். அப்போது தேவி, தான் ஒரு சபதம் செய்திருப்பதாகக் கூறி, “யார் என்னை போரில் வெல்கின்றனரோ, அவர்களைத்தான் மணப்பேன்” என்றாள்.

அதை ஏற்றுக் கொண்ட சும்பன், நிகும்பனும் தனது அடியாட்கள் ஒவ்வொருவராக போருக்கு அனுப்பி வைக்கிறான்.

இவ்வாறாக அனைத்து அரக்கர்களையும் தேவி துவம்சம் செய்து அழித்து விடுகிறாள். இவ்வாறு ஒவ்வொருவரையும் அழித்து இறுதியில், சும்பன், நிசும்பன்களையும் அழித்து விடுகிறாள் தேவி.

இவ்வாறு போர் தொடர்ந்து ஒன்பது நாட்கள் நடைபெற்று முடிவிற்கு வந்ததை, ஒவ்வொரு மனிதர்களுக்கும் இரும்புக் கெட்ட குணங்களை அளிக்கும் விரத நாட்களாக மாற்றியுள்ளனர் நமது முன்னோர்கள்.

முதல் மூன்று நாட்கள் தூர்க்கா பூஜையின் போது, தேவி மலை மகளாக இருந்து இச்சா சக்தியை, அதாவது, நமக்குள் இருக்கும் கெட்ட எண்ணங்களை அழிக்கும் தீர்மானத்தைத் தருகிறாள்.

இரண்டாவது மூன்று நாட்கள் லட்சுமியாக இருந்து, நமக்கு கரியா சக்தியை, அதாவது, வேண்டிய எல்லா செல்வங்களையும் கொடுத்து, நம்மை முழு மனிதனாக ஆக்குகிறாள்.

மூன்றாவது மூன்று நாட்கள் சரஸ்வதியாக உருவாகி, நமக்கு ஞான சக்தியை அருளி, நாம் மோட்சம் அடையும் வழியைக் காட்டுகிறாள்.

மேற்கண்டவாறு மூன்று சக்திகளுக்கும் சேர்த்து ஒன்பது நாட்கள் விரத முறையை வகுத்து அந்த நாட்களை நவராத்திரி விழாவாக கொண்டாடி வந்துள்ளனர் நமது முன்னோர்கள்.

கல்விக்கு உரிய சரஸ்வதி தேவி, செல்வத்துக்கு உரிய லட்சுமி தேவி, வீரத்துக்கு உரிய பார்வதி தேவி ஆகிய முப்பெருந்தேவியரையும் 9 நாட்கள் வழிபடுவதே நவராத்திரி என்று வகுத்து. முதல் 3 நாட்கள் சக்திக்கு உரியதாகவும், அடுத்த 3 நாட்கள் லட்சுமி தேவிக்கு உரியதாகவும், கடைசி 3 நாட்கள் சரஸ்வதி தேவிக்கு உரியதாகவும் கொண்டாடப்படுகிறது. இவ்வழி பாட்டின் மூலம் வீரம் செல்வம் கல்வி என்றும் மிகப் பெரும் பேறுகளை நாம் பெற்றுக்கொள்ள முடியும்.

**சரஸ்வதி பூஜையின் விளக்கம்**

பண்டிகைகளில் பூஜை என்ற அடைமொழி சேர்ந்திருப்பது சரஸ்வதி பூஜைக்கு தான். தீபாவளி பூஜை, பொங்கல் பூஜை என்று சொல்வதில்லை. பூஜை என்ற சொல் பூஜா என்பதில் இருந்து பிறந்தது. பூ என்றால் பூர்த்தி. ஜா என்றால் உண்டாக்குவது. தான் என்ற அகங்காரம், அடுத்தவனை விட நன்றாக வேண்டுமென்ற பொறாமை, உலக வாழ்வு நிரந்தரமானது என்ற எண்ணம் ஆகியவை

மனிதனை ஆட்டிப்படைக்கின்றன. இதையே சைவசித்தாந்தத்தில் ஆணவம், கன்மம், மாயை என்கிறார்கள். இந்த மும்மலங்களையும் அகற்றி ஞானத்தை உண்டாகச் செய்வதே பூஜை.

சரஸ்வதி கல்வியாகிய ஞானத்தை தருபவள் என்பதால், அவளது விழாவுக்கு மட்டும் பூஜை என்ற அடைமொழி இணைந்தது. சரஸ்வதி பூஜையன்று கல்வி, கலைகள் என எது தொடங்கினாலும் ஜெயமாக முடியும் என்பது நம்பிக்கை.

மழலை குழந்தைகளை பள்ளியில் சேர்ப்பதற்கும் பாட்டு, இசைக் கருவிகள் பயிற்சி, நடன பயிற்சி, பிறமொழி பயிற்சி, புதிதாக ஒரு தொழிலை கற்றுக்கொள்வது ஆகியவற்றை இந்த நாளில் தொடங்கினால் சரஸ்வதி தேவியின் அருள் பரிபூரணமாக கிடைக்கும். அன்றைய தினம் குழந்தைகளின் கை பிடித்து, பரப்பி வைத்திருக்கும் நெல்லில் 'அ' என்று எழுத கற்றுக் கொடுப்பது 'வித்யாரம்பம்' எனப்படுகிறது.

**ஆயுத பூஜை**

மனிதனுக்கு உதவும் அனைத்தும் ஆயுதங்கள் என்று போற்றப்படும். ஆயுதம் என்பதன் உண்மையான பயனை உணர்த்தத்தான் ஆயுத பூஜை கொண்டாடப்படுகிறது. உயிர்ப் பொருள்கள், உயிரற்றப் பொருட்கள் அனைத்திலும் நீக்கமற இறைபொருள் உறைந்துள்ளது.

வாழ்வில் நம் உயர்வுக்கு உதவும் ஆயுதங்களை போற்றும் விதம் அவற்றையும் இறைபொருளாகப் பாவித்து வணங்குவதே ஆயுதபூஜை எனவும் சொல்லலாம். இதுவரை தொழில் சிறப்பாக நடந்ததற்கு கடவுளுக்கு நன்றி தெரிவிக்கும் வகையிலும் இனி சிறப்பாக நடப்பதற்கு அருள் வேண்டும் வகையிலும் இப்பண்டிகை கொண்டாடப்படுகிறது.

மகிஷனை வென்ற தூர்க்கை தீயவை அழிந்து நல்லவை வெற்றி பெற்ற நாளாக விஜயதசமி கொண்டாடப்படுகிறது. மகிஷாசுரனை அழிக்க தேவியானவள் தூர்க்கை வடிவம் எடுத்தாள். 9 நாட்கள் நீடித்த போர், விஜயதசமியன்று முடிவுக்கு வந்தது. தீய

சக்தியான மகிஷாசுரனை தூர்கா தேவி வதம் செய்தாள். நல்ல சக்தியின் வெற்றி திருவிழாவாக விஜயதசமி கொண்டாடப்படுகிறது என்கின்றன புராணங்கள்.

இந்த நாளில் அன்னை தூர்கா தேவியை வேண்டி எந்த செயலையும் தொடங்கினால் தீமைகள் விலகி, நலங்களும் வளங்களும் சேரும் என்பது நம்பிக்கை.

**நவராத்திரி விரதம், பூஜையால் கிடைக்கும் நன்மைகள்**

நவராத்திரி பண்டிகையை முதன் முதலில் ராமர்தான் கொண்டாடியதாக கூறப்படுகிறது. ராமபிரான் நவராத்திரி விரதத்தை கடைபிடித்த பிறகுதான் அவருக்குச் சீதை இருக்குமிடம் தெரிந்தது என்று கூறப்படுகிறது.

சோழர் காலத்தில் நவராத்திரி திருவிழா அரசு விழாவாகக் கொண்டாடப்பட்டது. நவராத்திரி நாட்களில் பெண்கள் கன்யா பூஜை செய்வதால் சகலசெல்வங்களையும் பெறலாம்.

விஜயதசமி தினத்தன்று பெருமாளர் கோவில் களில் வன்னி மரக்கிளையை வைத்து அதில் பெருமானை எழுந்தருளச் செய்து பூஜை நடத்துவார்கள். இந்த வழிபாட்டில்

கலந்து கொண்டால் கிரக தோஷங்கள் விலகி ஓடி விடும். நவராத்திரி நாட்களில் இரவு 7 மணி முதல் 9.30 மணி வரை தேவி வழிபாடு செய்ய உகந்த நேரமாகும்.

ஈசனும், அம்மையும் ஒன்று சேர்ந்து ஊஞ்சலில் ஆடுகின்ற தரிசனத்தை 9 நாட்களும் கண்டால் நவராத்திரி பூஜை செய்தபலன் கிடைக்கும்.

நவராத்திரி நாளில் வரும் சப்தமி திதியன்று வழிபட்டால் ஸ்ரீஹயக்ரிவப் பெருமாளின் அருளைப் பெறலாம். அன்று ஸ்ரீலலிதாசுகரர் நாமத்தையும் நவாக்கரி மந்திரத்தையும் ஓதுவது கூடுதல் பலன்களைத் தரும். அனைத்திலும் தேவியே உள்ளாள் என்பதை உலகுக்கு உணர்த்தவே நவராத்திரி நாட்களில் கொலு

வைக்கப்படுகிறது. புரட்டாசி நவராத்திரியில் மட்டுமே கொலு வைக்கிறார்கள். ஆனால் நான்கு விதமான நவராத்திரி நாட்களிலும் கொலுவைத்தால்தான் அம்பிகை அருள் கிடைக்கும் என்பது சிலரின் கருத்தாகும்.

வீட்டில் கொலு வைத்தால், அம்பிகை நம் வீட்டில் எழுந்தருளி விட்டாள் என்பது நம்பிக்கையாகும். ஒரு நவராத்திரிக்கு கொலு வைத்தால் பிறகு வாழ்நாள் முழுவதும் நவராத்திரி நாட்களில் கொலு வைக்க வேண்டும் என்கிறார்கள்.

நவராத்திரி நாட்களில் பகலில் சிவ பூஜையும் இரவில் அம்பிகை பூஜையும் செய்வதே சரியான வழிபாடாகும் என்று கூறப்படுகிறது. நவராத்திரி 9 நாட்களும் தினமும் பகலில் 1008 சிவ நாமாவளிகளை ஜெபித்து வழிபாட்டால் அளவிடற்கரிய பலன்கள் கிடைக்கும்.

நவராத்திரி நாட்களில் சுண்ணாம்பு மாவினால் கோலம் போடக்கூடாது. அரிசி மாவைப் பயன்படுத்திதான் கோலமிட வேண்டும்.

அவ்வாறு செய்வதால் குடும்ப ஒற்றுமையும், செல்வமும் வளரும். சுண்ணாம்பு மாவு பயன்படுத்தினாலோ, எதிர்மறையான விளைவுகளே உருவாகும்.

நவராத்திரி கோலத்தை செம்மண் கலந்து போட்டால் அம்பாள் மனமகிழ்ந்து வருவார். நவராத்திரி 9 நாட்களும் வாசலில் மாவிலை கட்டி பூஜை செய்தால் ஐஸ்வர்யம் உண்டாகும். கொலு வைத்திருப்பவர்கள் அதன் முன் நவக்கிரக கோலம் போட்டால் அம்பாள் அனுக்கிரகமும், நவக்கிரகப் பலன்களும் கிடைக்கும்.

தினந்தோறும் நவராத்திரி பூஜையின் நிறைவாக, பலவிதமான மங்கலப் பொருட்களை (மஞ்சள், குங்குமம், வளையல், ரிப்பன் போன்றவை) ஏழைகளுக்கு தானமாக அளிக்க வேண்டும். தனித்து தானம் செய்வதை விட, பலரும் ஒன்று சேர்ந்து, மங்கலப் பொருட்களை மிகப் பெரிய அளவில் தானமாக அளிப்பதே சிறப்பானது.

தான தர்மங்கள்தான் பூஜைகளை நிறைவு செய்ய உதவிகின்றன. ஆகவே நவராத்திரியில் தானமளிப்பது மிகமிக முக்கியம்.

கன்னிப் பெண்களுக்குப் புதிய ஆடை முதலியவை பரிசாக அளிக்கப்படவேண்டும் என்பது நவராத்திரி விழாவின் முக்கிய அம்சமாகும்.

- ஷ்யாம்சுந்தர்



# 9 நாள் 9 வடிவம்

நவராத்திரியின் 9 தினங்களும், கடைசி தினமான வெற்றியை குறிக்கும் 10ம் நாள் வரை 10 தினங்களுக்கு 10 வடிவங்களின் அம்பாளை வணங்கவேண்டும். மேற்கண்ட 10 தினங்களும், 10 வடிவங்களும், அந்த வடிவங்களில் வழிபட்டால் நீங்கும் பிரச்சனைகளைப்பற்றியும் பார்ப்போம்.

நவராத்திரி பண்டிகையின் முதல் நாள் மதுகடைபார் அழிவுக்கு காரணமான தேவியை குமாரி வடிவமாக வழிபட வேண்டும்.

இரண்டாம் நாள் மகிஷாசுரனின் சேனைகளை வதம் செய்ய புறப்பட்ட ராஜராஜேஸ்வரியாக தூர்க்கையின் வடிவத்தை அலங்கரித்துப் பூஜிக்க வேண்டும்.

மூன்றாம் நாள் மகிஷாசுரனை வதைத்த அம்பிகையை சூலத்துடன் மகிஷன் தலை மீது நிற்கும் கோலத்தில் வழிபட வேண்டும்.

நான்காம் நாள் அம்பிகையின் வெற்றித் திருக்கோலமாக வழிபட வேண்டும்.

ஐந்தாம் நாள் அம்பிகை சம்பன் என்ற அசுரனின் தூதன் வந்து பேசுவதை கேட்கும் கோலத்தில் பூஜிக்க வேண்டும்.

ஆறாம் நாள் அன்று சர்ப்ப ராஜா ஆசனத்தில் ஸ்ரீ சண்டிகா தேவி அமர்ந்திருக்கும் கோலம் பூஜைக்குரியதாகும்.

## 9 நாள்களும் வழிபடவேண்டிய வடிவங்களும், பலன்களும்

நாள்	பெயர்	பயன்
1	குமாரி	தொல்லை நீங்கும்
2	திருமூர்த்தி	தனதான்ய வளம்
3	கல்யாணி	பகை ஒழித்தல்
4	ரோகிணி	கல்வி வளர்ச்சி
5	காளிகா	துன்பம் நீங்குதல்
6	சண்டிகா	செல்வ வளர்ச்சி
7	ஸாம்பவி	நலம் விரும்பி
8	தூர்க்கா	பயம் நீக்குதல்
9	ஸீபத்ரா	உண்டாகுதல்

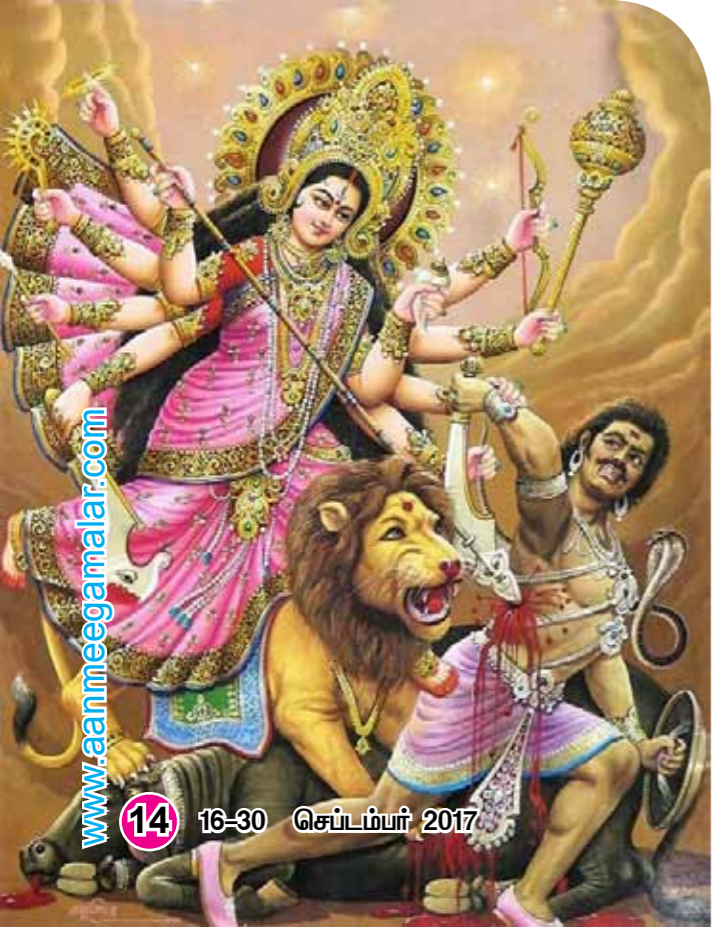
ஏழாம் நாளில் சண்ட முண்டர்களை வதைத்த பின் பொன் பீடத்தில் அம்பிகை அமர்ந்து வீணை வாசிக்கும் கோலத்தில் பூஜைகள் செய்யப்பட வேண்டும்.

எட்டாம் நாளில் ரக்த பீஜன் வதமான பின் கருணை நிறைந்த தோற்றத்துடன் உள்ள அம்பிகையை பூஜிக்க வேண்டும்.

ஒன்பதாம் நாளில் வில், அம்பு, அங்குசம், சூலம் முதலியவைகளை தரித்த கோலத்தில் அம்பிகையை பூஜிக்க வேண்டும்.

பத்தாம் நாளன்று அம்பிகை லிங்கத்தைப் பூஜித்து சிவசக்தி ஐக்கிய ரூபினியாக விளங்குகிறாள்.

எனவே அந்த கோலத்தில் அம்பிகையை வழிபடுதல் வேண்டும். நவராத்திரியில் கன்னிகை பூஜை, சுவாஸினி பூஜை, மிகவும் முக்கியம். ஒவ்வொரு நாளும் 2 வயதுப் பெண் குழந்தை முதல் முறையே பத்து வயது பெண் வரை ஒவ்வொன்றாகவோ அல்லது முதல் நாள் ஒன்று இரண்டாம் நாள் இரண்டு என்ற முறையாகவோ குமாரி பூஜை செய்ய வேண்டும்.



www.aanmeegamar.com

வளர்ந்து வரும் டிஜிட்டல் யுகத்தில் இந்து சமயக் கருத்துக்களையும், பழமையான ஆன்மீக புத்தகங்களையும்

**ஆன்மிகமலர் டிரஸ்ட்**  
Tamilnadu Government Redg.304/2016

முழு முயற்சியுடன் டிஜிட்டல் மயமாக்கி வருகிறது. அழகிய வண்ணங்களுடன், கண்ணைக்கவரும் விதத்தில் புத்தம் புதிய பொலிவுடன், அனைத்துவித டிஜிட்டல் கருவிகளின் மூலமும் சிறுவர் முதல் வயதானவர் வரை அனைவரும் தெளிவாக படிக்கும்விதத்தில் தயாரித்து வருகிறோம். எங்களின் சேவைக்கு உங்கள் உதவி அவசியம் உங்களால் முடிந்த உதவிகளை செய்யலாம்.

**AANMEEGA MALAR TRUST**  
ACCOUNT NO. 310601011001269  
IFSC CODE:VIJB0003106  
MICR CODE: 600029043  
VIJAYA BANK (KODAMBAKKAM BRANCH)

நெ.16/18, பாரதீஸ்வரர் காலனி, 4வது தெரு, கோடம்பாக்கம், சென்னை 600024.  
மேலும் தொடர்பு கொள்ளவும்  
**7299992699 / 8825844033**

www.aanmeegamar.com



# இறைவனை அறிவதற்கான வழி

பரமஹம்ஸர் கூறுகிறார்: “இறைவனை அறிவதற்கான வழி யாது? அனைத்து உண்மையான மதங்களுக்கும் பொதுவாக அமைந்துள்ள, சரியான வாழ்க்கை முறைக்கான அறநெறி கோட்பாடுகளை (புத்திரசலியின் அஷ்டாங்க யோகமான யமம் (ஒழுக்கக்கோட்பாடு), நியமம் (சமயஅனுஷ்டானங்கள்) ஆசனம் (சரியான சரீர் நிலை), பிராணாயாமம் (பிராணனை அதாவது சூட்சுமமான உயிரோட்டங்களை கட்டுப்படுத்துதல்), பிரத்யாஹாரம் (புலன்களை பிற பொருட்களிலிருந்து உள்ளிழுத்தல்), தாரணை (மன ஒருமுகப்படுத்தல்), தியானம் மற்றும் சமாதி (தன்னை மறந்த உயர் உணர்வு அனுபவங்கள்) நீங்கள் பின்பற்ற வேண்டும். அனைத்திலும் முதலாவதாக “நீங்கள் செய்யக் கூடாதவை,” திருடாதீர்கள், பொய்யுரைக்காதீர்கள், கொலைபுரியாதீர்கள், பிறன்மனை விழையாதீர்கள்.

எந்தவிதத் தீயச் செயல்களையும் செய்யாதீர்கள். ஒவ்வொன்றும் ஒரு நோக்கத்தைக் கொண்டிருக்கின்றது. அறநெறி விதிமுறைகளுக்குப் பின்னால் விளங்கும் காரணத்தை நீங்கள் புரிந்து கொள்ள வேண்டும். உதாரணமாக நீங்கள் பாலுணர்விற்கு அடிமையானவராக இருந்து, அதன் ஆற்றலை தவறாகப் பயன்படுத்தி, குழந்தைகளை உருவாக்குதல் என்னும் தெய்வீக நோக்கத்தை மறந்தவராக இருந்தால், நீங்கள் சக்தியை இழந்து உங்கள் உடல் மற்றும் மன ஆரோக்கியத்தை அழித்துவிடுவீர்கள்.

இரண்டாவதாக, நேர்மையான விதிமுறைகளையும் கூட பின்பற்றுங்கள்: கருணையுடையவராக, நேர்மையுடையவராக, உண்மையுடையவராக, இருங்கள்; சக மனிதர்களை நேசியுங்கள்; உள் முக நோக்கையும் சுய கட்டுப்பாட்டையும் பயிற்சி செய்யுங்கள். ஆனால் முதல் இரண்டு படிகளும் தம்மளவிலேயே இறைவனை அறிவதற்குப் போதுமானவை அல்ல.

வாழ்க்கையின் சரியான வழிமுறைகளை மேற்கொண்டபின்னர் நீங்கள் மனதையும் உடலையும் அமைதிப்படுத்தக் கற்றுக்கொள்ளவேண்டும். இது சரியான முறையில் உடலை வைப்பதன்மூலம் துவங்குகிறது. எப்பொழுதும் நிமிர்ந்து, முதுகுத் தண்டு நேராக இருக்கும் வண்ணம் அமருங்கள்.

குறிப்பாக, தியானம் செய்வதற்கு இது அத்தியாவசியமாகும். உடலின் அமைதியற்ற தன்மையை கட்டுப்படுத்துதல் மகத்தான மன சக்தியை உருவாக்குகிறது.”

“நான்காவது படியானது, உடலிலிருந்து உயிர் சக்தியை தொடர்புச் செய்வதனால் இறைவனை அகத்தே ஆழ்ந்து சிந்தனை செய்வதற்காக கவனம் விடுவிக்கப்படுகிறது. நீங்கள் உணர்ச்சி அல்லது உடல் ஆரவாரங்களின் மூலம் இறைவனுடன் தொடர்புகொள்ள முடியாது.

தசைகளிலிருந்தும் புலன்களிலிருந்தும் உயிர் சக்தி நிறுத்தப்படுகிறபொழுது ஒருவரது அக ஒருமுகப்பாட்டை தொந்தரவு செய்வதற்காக புலனுணர்வுகள் மூளையை எட்டமுடியாது. உடல் ரீதியான மற்றும் மன ரீதியான முழுமையான அசைவின்மையில் நீங்கள் ஏன் அமைதியை உணர்கிறீர்கள்? இரவில் உறக்கத்தில் நீங்கள் அனுபவிக்கின்ற அமைதி எங்கிருந்து வருகின்றது? ஒன்றுமில்லாததிலிருந்து ஏதோ ஒன்று வர முடியாது.

பதில் என்னவெனில், உறக்க நிலைக்குப் பின்னால் இறைவன் இருக்கிறான். உறக்கத்தில் தசை மற்றும் புலன் தொடர்பான ஓய்வின் பொழுது உணரப்படுகின்ற அந்த அமைதி இறைவனிடமிருந்து வருகின்றது. எனவே, நாம் பிராணாயாமத்தை அதாவது, உடலில் உயிர் சக்தியை கட்டுப்படுத்துவதற்கான வழிமுறைகளை பயிற்சி செய்ய வேண்டுமென மகான்கள் கூறியிருக்கின்றனர்.”

மேலும் அவர் கூறுகிறார்: “எளிமையான பிரார்த்தனை அல்லது புலன் ரீதியான கவனச் சிதறல்களிலிருந்து மனதை திசைதிருப்புகின்ற பிற வழிமுறைகளைவிட பிராணாயாமம் மிகவும் வேகமாக பலனை

மனித வாழ்வு மேம்படுவதற்காக

பரமஹம்ஸ யோகானந்தர் அருளிய வழிமுறைகள்

ஆன்மிகமலர் மெயில் புக

கொணர்கிறது. யோகதா சத்சங்க உத்தியின் மூலம் ஒரே பிறவியில் இறையுணர்வு நிலையை நீங்கள் எட்ட முடியும். உள்முக நோக்கை எய்தப் பெற்றபின்னர் மட்டுமே தியானம் சாத்தியமாகிறது. தியானம் என்பது உங்களது மனதை முழுமையாக வசப்படுத்துவதுடன், உறக்கத்தில் ஆழ் உணர்வு நிலையில் நீங்கள் உணர்கின்ற அந்த தெய்வீக அமைதியையும், ஆனந்தத்தையும் உணர்வுபூர்வமாக அனுபவிப்பதேயாகும். எனவே, பிராணாயாமத்தின் வாயிலாக, பார்வை, வாசனை, சுவை, ஸ்பரிசும் மற்றும் ஓசை ஆகிய ஐந்து புலன் தொலைபேசிகளையும் துண்டிப்பதன் மூலம், விரும்பிய மாத்திரத்தில் நீங்கள் அந்த உணர்வுநிலையை ஆயிரம் மடங்கு அதிகப்படியாக உருவாக்க முடியும் என மகான்கள் போதிக்கின்றனர்.

பிராணாயாமம் பயிற்சிக்கு சரியாக உண்ணுதல், சரியாகச் சிந்தித்தல், சரியான நடத்தை, உடலுக்கு அதிகமாக பிராணவாயுவை செலுத்துகின்ற முறையான உடற்பயிற்சிகள் உறுதுணையாகின்றன.”

“இறைவனை நேசிப்பவர்கள் எப்பொழுதும் சிந்தித்துக் கொண்டிருக்கின்றனர். நீங்கள் அவனை மிகவும் ஆழ்ந்து நேசித்தால், நீங்கள் உலகைவிட்டு ஓடவேண்டிய தேவையில்லை. எந்தவிதப் பொறுப்பையும் உங்களால் நிறைவேற்ற முடியாதவருடன் அவனைப் பற்றியும் உங்களால் சிந்திக்க முடியும். ஓர் இசைக்கலைஞன் எப்பொழுதும் இசையைப் பற்றியே சிந்தித்துக் கொண்டிருப்பதுபோல, இறைவனது அன்பும் எப்பொழுதும் அவனைப் பற்றியே சிந்தித்துக்கொண்டிருக்கிறான். ஒரு தெய்வீக ஆனந்தம் மூளைக்கு, இதயத்திற்கு, ஆன்மாவிற்கு ஊட்டமளிக்கின்றது. அந்த ஆனந்தமே இறைவன். அவன் என்றும் புதிய பேரானந்தம்.” இறைவனின் அந்த ஆனந்தத்தைப் பற்றி உங்களுக்குச் சொல்லவே நான் வருகின்றேன்

பரமஹம்ஸர் அருளுகிறார்: “என்னுடைய சொந்த சுதந்திர விருப்பப்படி நான் உங்கள் அனைவருக்கும் சேவை செய்ய எனது நேரத்தைக் கொடுக்கின்றேன். என்னுடைய வெகுமதி இறைவனை உண்மையாக நேசிக்கின்ற, யோகதா சத்சங்கத்தின் இப்பணியுடன் இசைந்திருக்கின்ற அந்த ஆன்மாக்கள் ஆகும். நான் எதனுடன் கட்டுப்பட்டோ அல்லது பற்றுதலுடனோ இல்லை. எந்த நேரம் வெளியேற நான் விரும்பினாலும் அதை என்னால் செய்யமுடியும். ஏனெனில்

என்னிடம் பெயரும் புகழ்மாகிய மாயைகள் இல்லை. மரணம் எனும் புலி உங்களை துரத்துகின்றது. மேலும், நீங்கள் பெருவீட்டைச் சென்றடைய வேண்டும். நீங்கள் உங்கள் ஆத்மாக்களை மதித்தால், நீங்கள் முயற்சி செய்வீர்கள். யோகதா சத்சங்கப் பாடங்களை படியுங்கள். உத்திகளை பயிற்சி செய்யுங்கள். ஆழமாக தியானம் செய்யுங்கள். மேலும், நீங்கள் திவிரமான ஒருமுகச் சிந்தனையுடன் ஏழு ஆண்டுகள் நேர்மையாக விடாது தொடர்ந்தால் நீங்கள் எத்தகைய ஆன்மீகத் திருப்தியை பெற்றிருப்பீர்கள் எனில், நீங்கள் ஒருபொழுதும்

இம்மார்க்கத்தைக் கைவிடவோ அல்லது மறக்கவோ மாட்டீர்கள். ஆகவே, காத்திருக்கவேண்டாம். அந்த ஆனந்தத்தைப் பற்றி சொல்லவே நான் வருகின்றேன். நீங்கள் என்னுடன் இசைந்திருங்கள். என்பதைத் தவிர வேறெதுவும் நான் கேட்கவில்லை. அதைப் பற்றி பேசுவது கூட அதன் புனிதத்தைப் பாழாக்கும் எனும் அளவிற்கு அது அத்துனை அந்தரங்கமானது மற்றும் புனிதமானது.

உங்களுக்கு உதவவே நான் இதைச் சொல்கிறேன். நான் அவனை நேசிக்கின்றேன் என்பது அவனுக்குத் தெரியும். அவன் என்னை நேசிக்கின்றான் என்பது எனக்கும் தெரியும்/”

மேலும் அவர் கூறுகிறார்: இந்த உலக வாழ்வு ஒரு திரைப்படம் போன்றது என்ற எண்ணத்தைப் பற்றிக்கொள்ளுங்கள். இந்த உலகம் உண்மையல்ல. உண்மையென்று நினைப்பது இறைவனை சந்தேகிப்பதாகும். மேலும் வேதனைகளாலும் மரணத்தாலும் தகர்க்கப்படப்போவதாகும். திரைப்படங்களில் திரையில் தோன்றும் நாடகக் காட்சியில் உண்மையான வாழ்க்கையோ அல்லது மரணமோ இல்லை. இவ்வாழ்வு அதுபோன்றது.

“நான் நேசித்து இழந்துவிட்ட பலரை, இறைவன் மீண்டும் எனக்குக் காட்டியிருக்கின்றான். எனவே, நான் இனி வருந்துவதில்லை. அவன் ஓர் அற்புதமான இறைவன். நான் அவனை அறிந்திருப்பதைப் போலவே நீங்கள் அவனை அறிந்துகொள்ளவேண்டும். ஒருமுறை இவ்வாழ்வை இறைவனின் கனவாகவோ அல்லது பிரபஞ்சத் திரைப்படமாகவோ பார்த்தவுடன் நீங்கள் சொல்வீர்கள்: “பிறப்போ அல்லது இறப்போ அல்லது சோகமோ என்றுமில்லை. நான் ஒளி மற்றும் நிழல்களால் உருவாக்கப்பட்ட இந்த மாயை மாற்றங்களினால் பயப்படுவதில்லை. ஏனெனில்







ஆசிரியர், வெளியீட்டாளர்

C.நாகராஜன்

\*\*\*

இணை ஆசிரியர்

முருகன்

\*\*\*

துணை ஆசிரியர்கள்

ஷியாம்சுந்தர், சஞ்சனா, ஸ்ரீபதி,  
குருபிரியா Cell 9894595909

\*\*\*

வடிவமைப்பு

பாண்டராஜாகிராபிக்ஸ்

\*\*\*

நிர்வாக அலுவலகம்

[aanmeegamalar.com](http://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 விரும்புவவர்களும் எங்களை தொடர்பு கொள்ளவும். உங்களை எங்களுடன் ஒருவராக இணைத்துக் கொள்கிறோம்.

தொடர்பு கொள்ளவும்

8939499598

7299992699 / 9677159070



# மீன்ஜூல் வடிவத்தில்

ஆன்மிகமலர் மெயில் புத்தகத்தின் அனைத்து  
பிரதிகங்களையும் பார்க்கு படித்து மகிழ

[www.aanmeegamalar.com](http://www.aanmeegamalar.com)

பாருங்கள் அனைவருக்கும் பகிருங்கள்

## தொடர்ந்து வெளிவர உதவுங்கள்

நமது ஆன்மிகமலர்  
டிரஸ்ட்டின் மூலம்  
வெளிவரும்  
ஆன்மிகமலர் மெயில்  
புத்தகத்தினை பல்வேறு  
இணையதளங்களில்  
வெளியிட முடிவு  
செய்துள்ளோம்.  
இதற்கு முந்தைய  
இதழ்களையும்  
வரப்போகின்ற மற்ற  
இதழ்களையும் தொடர்ந்து  
இணையதளத்தில்  
நிரந்தரமாகவும்,  
இலவசமாகவும் ஆன்மிக  
அன்பர்கள் தொடர்ந்து  
பார்த்து, டவுன்லோடு  
செய்யும் வகையில்  
பணிகள் தொடர்கின்றன.  
எங்கள் பணிக்கு  
உங்களால் முடிந்த  
உதவிகளை செய்யலாம்.  
நீங்கள் செய்யும்  
சிறு உதவி எங்களுக்கு  
பெரிய உதவியாக  
இருக்கும்.

AANMEEGA MALAR TRUST  
ACCOUNT NO. 310601011001269  
IFSC CODE:VIJB0003106  
MICR CODE: 600029043  
VIJAYA BANK (KODAMBAKKAM BRANCH)

மேலும் தொடர்பு கொள்ளவும்:  
7299992699 / 8825844033  
aanmeegamalar@gmail.com





# குங்குமம் வைப்பதால் ஏற்படும் நன்மைகளும் பலன்களும்

மாதம் இரண்டு முறை இலவசமாக வெளிவரும்  
 “ஆன்மிகமலர் மெயில் புத்தகம்” பெற உங்கள்  
 இமெயில் முகவரியை கீழ்க்காணும் முகவரிக்கு  
 அனுப்பி வைப்புகள்  
 what-up no: 7299992699  
 mail: aanmeegamalar@gmail.com

நம் பாரத கலாச்சாரத்தில் முக்கிய அங்கம் வகிப்பது குங்குமம். இயற்கையாக மஞ்சள் கிழங்கிலிருந்து தயாரிக்கப்படுவதே குங்குமம் ஆகும். அதில் பூமி தத்துவம் அதிகம் உள்ளது. ஆனால் இன்றோ இயற்கையான குங்குமத்தின் இடத்தை செயற்கையான ஸ்டிக்கர் பொட்டு பிடித்துள்ளது. விலை உயர்ந்த கற்கள், மணிகள் பதித்த பல வகையான ஸ்டிக்கர் பொட்டுக்கள் இப்பொழுது கிடைக்கின்றன. அதற்கும் ஒருபடி மேலே போய் மேற்கத்திய கலாச்சார போகத்தால் நெற்றியில் பொட்டு வைப்பதே அரிதாகி விட்டது.

## குங்குமம் இடுவதன் சூட்சும பலன்

குங்குமம் சாத்வீகமானதால், தெய்வீக, தத்துவத்தை ஆகாஷிக்கிறது. வட்ட சுழற்சி வடிவில் இந்த தெய்வீக தத்துவம் வெளிப்படுகிறது. குங்குமம், சைதன்ய ப்ரவாஹத்தை ஆகாஷிக்கிறது. பின்பு வட்ட சுழற்சி வடிவில் அதை வெளியிடுகிறது. குங்குமம் அணிந்திருக்கும் பெண்ணின் உடலில் சைதன்யம் பரவி அங்கு சேர்ந்துள்ள கருப்பு சக்தியை அழிக்கிறது. அவளைச் சுற்றி ஒரு சைதன்ய கவசம் ஏற்பட்டு அதனால் அவளது உடலும், மனமும் தூய்மையடைகிறது.

## குங்குமத்தால் ஏற்படும் அதிர்வலைகள் சதவிகிதம்

- சக்தி .....3%
- சைதன்யம் .....2%
- தெய்வீக தத்துவம்.....2%

## குங்குமத்தால் ஏற்படும் நன்மை

1. குங்குமம் இடும் போது நெற்றியின் மத்தியில் ஆக்ரூ சக்கரத்தில் அழுத்தம் ஏற்படுகிறது. அதனால், முக தசைகளுக்கு ரத்தஓட்டம் கிடைக்கிறது.

2. குங்குமம் அணிவதால், சக்தி தத்துவத்தை ஈர்க்கும் ஆற்றல் ஒரு பெண்ணுக்கு ஏற்படுகின்றது.

3. குங்குமம் அணிவதால் ஒரு பெண்ணின் ஆன்மீக உணர்வு விழிப்படைகிறது.

4. இந்த ஆத்ம சக்தியால், சக்தி தத்துவத்தின் காக்கும் மற்றும் அழிக்கும் அதிர்வலைகளை ஆகாஷிக்கும் சக்தி ஏற்படுகின்றது.

5. ஒரு பெண்ணுக்குள் இருக்கும் காக்கும் சக்தி தத்துவ அதிர்வலைகள் விழிப்படைகின்றன. அதனால் சுற்றுப் புறச் சூழலில் உள்ள சக்தி தத்துவத்தின் சூட்சும துகள்கள் அப்பெண்ணால் ஆகாஷிக்கப்படுகின்றன.

6. குங்குமத்தால், தீய சக்திகள், ஆக்ரூ சக்கரத்தின் மூலம் பெண்ணின் உடலுள் நுழைய முடியாமல் தடுக்கப்படுகின்றன.

## திருமணமான பெண் நெற்றி வகிட்டில் குங்குமம் /சிந்தூரம் வைப்பதன் பலன்

1.முற்காலத்தில், திருமணமான பெண்ணின் வகிட்டில் உள்ள குங்கும / சிந்தூரத்தைப் பார்க்கும் பொழுது, ஆணின் வீர உணர்ச்சியும், உற்சாகமும் அதிகமாயின. இக்காரணத்தால் மனோரீதியாகவும் ஆன்மீக ரீதியாகவும் இவ்வழக்கம் ஏற்பட்டது.

2. இப்பகுதியை தீய சக்திகளின் தாக்குதலிலிருந்து பாதுகாக்க, அங்கு சிந்தூரம் வைக்கப்பட்டது. ஆன்மீக சாஸ்திரம் என்னவென்றால், குங்குமத்திலுள்ள மாரக சக்தியால் (அழிக்கும் சக்தியால்) பெண்ணின் சூட்சும தேகம் தீய சக்திகளிடமிருந்து பாதுகாக்கப்படுகிறது. குங்குமத்தைக் காட்டிலும் சிந்தூரத்தில் இந்த அழிக்கும் சக்தி குறைவாகவே உள்ளது. அதனால் சிந்தூரத்தைக் காட்டிலும் குங்குமமே அதிக பலனை அளிக்கவல்லது.

## சாஸ்திரப்படி ஏன் விதவைகள் குங்குமம் அணியக்கூடாது?

1. கணவன் இறந்த பின் குங்குமம் வைக்கும் போது, மனைவி அவனை நினைக்கிறாள். அதனால், கணவனின் சூட்சும தேகம் மறுபடியும் பூலோகம் வரும் படியான கட்டாயம் ஏற்படுகிறது.

ஆன்மீக ரீதியாக இறந்த கணவனின் சூட்சும தேகத்திற்கு பெருந்தீங்கு ஏற்படுகிறது. இதைத் தடுப்பதற்கு அன்றாட வாழ்க்கையின் தாரமீக நெறியை கடைபிடிப்பதில் அதிக கவனம் செலுத்த வேண்டும்.

மேலும் விவரங்களுக்கு ஸனாதனின் ஸாத்வீக குங்குமம் வாங்க தொடர்பு கொள்ளுங்கள்: 9003053054.



# ஆ(ம)ஹா பாரதம்



விஷயமாக எண்ண வேண்டியதில்லை என்றாலும் அந்த வார்த்தையானது நிச்சயம் நம்மை சுடும் என்று கருதி அதை தாங்குவதற்குரிய மன வலிமையை வரவேற்றான்.

ஆயோததெளம்யர் எனும் ரிஷிக்கு உபமன்யு, ஆருணி பாஞ்சாலன், வேதன் எனும் மூன்று சீடர்கள் . அதில் ஆருணியை அழைத்து நீ போய் வயலுக்குச் சென்று உடைந்த வர்ப்புகளை சரி செய்து வா என்றான்.

குருவின் சொல்லை ஏற்றவன் வர்ப்புகளை சரி செய்து வரும் போது ஓரிடத்தில் மட்டும் எவ்வளவு கனமாக போட்டாலும் வர்ப்பு கட்ட முடியாமல் உடைந்து உடைந்துப் போகவே தானே வர்ப்பு போல் படுத்துக் கொண்டான். நிலத்தில் தண்ணீர் சரியாக நின்றுப் போனது.

நீண்ட நாட்கள் சென்றப் பிறகும் ஆருணியை காணாத குரு வயலுக்கு வந்து ஆருணியை அழைத்ததும் அதுவரை வர்ப்பாய் படுத்திருந்தவன் குருவின் குரல் கேட்டதும் விரைப்பாய் எழுந்து வந்தான். விவரம் கேட்டறிந்த குரு மிகவும் மகிழ்ந்து நீ இன்று முதல் உத்தாலகன் எனும் பெயரோடு பெரும் புகழை அடைவாய் என்று வாய்மொழிந்தான்.

குருசீடர் என்றாலே பரிகாசமாய் பார்க்கும் காலமாகி போய்விட்டபடியால் அதிகமாய் இதைப் பற்றி பேச முடியவில்லை. இருப்பினும் ஓரிரு வார்த்தைகள்.

கார்ப்பரேட் குரு, சாதாரண குரு, அருள்வாக்கு குரு என்றெல்லாம் குருமார்கள் விதவிதமாய் காட்சி தருகிறார்கள். அன்பர்களும் அதற்கேற்ப அவர்களிடம் அமைந்து விடுகிறார்கள்.

பல்லாண்டு காலம் பின்னோக்கி சென்று பார்த்தால் அப்போதைய குருசீடர்கள் நமக்கு பிரமிப்பை ஏற்படுத்துகிறார்கள்.

குருவின் கட்டளையை நிறைவேற்றுவன்தான் அன்றைய காலகட்டத்தில் சீடனாக இருக்க முடியும். அந்தக் கட்டளை என்பதும் அரச குமாரன் சாணம் அள்ள வேண்டும் என்றால்

உடனே மாட்டுத் தொழுவத்திற்கு சென்று விட வேண்டும். கல்விப் பயில மட்டுமே வந்தவன் நான் மற்றும் அரசகுமாரன். நான் சாணம் அள்ள மாட்டேன் என்றால் உடனே அவன் வெளியேற்றப்படுவான். ஒழுக்கம் இல்லையென்றாலும் தண்டிக்கப்படு வான். கல்விக்கும், சாணம் அள்ளுவதற்கும் என்ன சம்பந்தம்? எனும் கேள்வியே அங்கு எழுது.

செய் எனும் சொல்லே நமது அனைத்து கேள்விகளுக்கும் பதிலாய் வந்து நிற்கும். குரு சொன்னபடி செய்து முடித்துவிட்டாலோ உலகமே நம் காலடியை தொழுது நிற்கும்.

தோட்டக்காரனாய், சமையற்காரனாய், ஆடு, மாடு மேய்ப்பவனாய், எடுபிடையாளனாய், பண்டிதனாய், பரம் வைராக்கியாளனாய் என அனைத்துப் படிகளிலும் நின்று திறம்பட செயல் படக்கூடிய ஒருவனாய் உருவாக வேண்டும்.

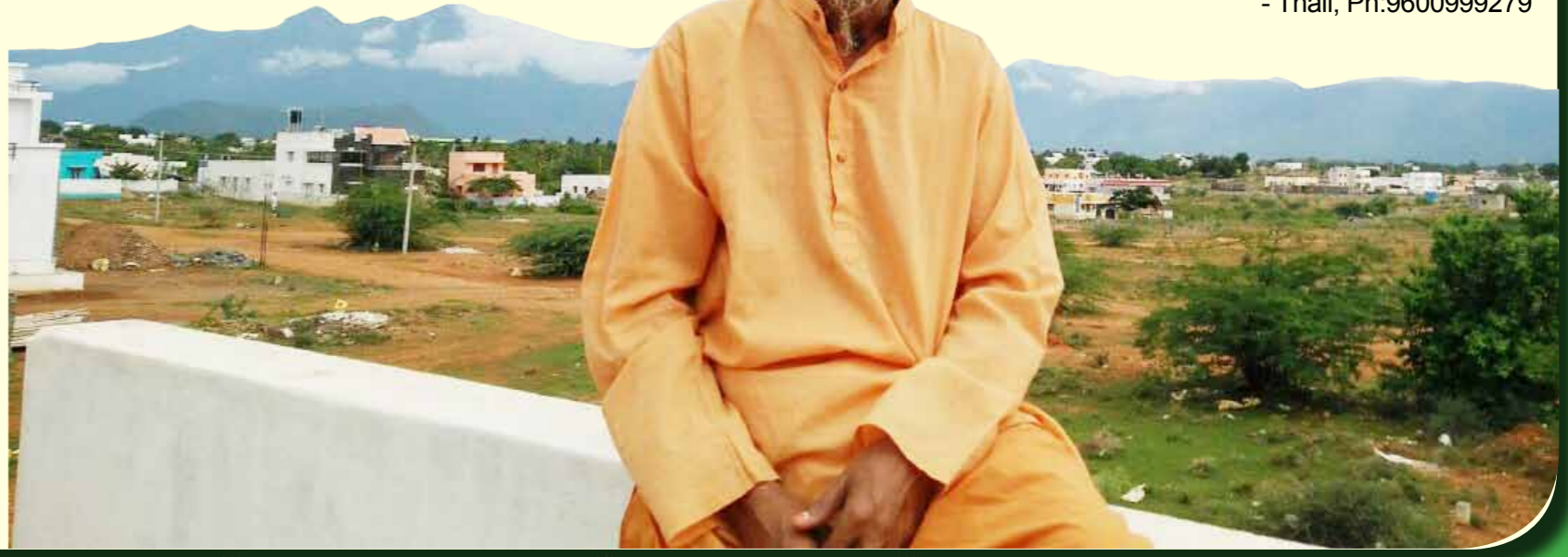
கல்லாய் வருபவன், கல்லாகவே இருந்து, அதே கல்லாகவே குருவிடமிருந்து வெளியேறி விடாமல் குருவின் கைவண்ணத்தில் ஒரு சிறு உருவமாகவாவது மாற்றம் பெற வேண்டும்.

தற்போதைய காலம் அதற்குரிய தகுதியை இரண்டு தரப்பிலும் இழந்து விட்டது போலிருக்கிறது. ஒரு சிறு தொகை கட்டி விட்டு, தியானம், யோகம், சொற்பொழிவு என ஒரு வாரக் காலம் ஓய்வெடுத்துக் கொண்டிருக்கலாம். பயிற்சிச் சீக் காலம் முடிந்ததும் அவரவர் வழியில் அவரவர் .

எதைக் கொடுத்தார்கள் என்பதும் புரியவில்லை, எதைப் பெற்றுக் கொண்டார்கள் என்பதும் தெரியவில்லை. இவர்கள் மட்டுமின்றி பல ஆண்டுகள் இந்த குருமார்களின் அருகிலேயே இருந்தவர்களும் கூட எதைப் பெற்றார்கள் என்பது ஒரு புதிர் தான்.

ஆருணி உத்தாலகனாய் மாறினான். யார் இனி அது போல் மாறுவார்?

அடுத்த இதழில் பார்ப்போம்...  
- Thali, Ph:9600999279



ஐனமேஜயன் ச்ருதசர்வா எனும் முனிவரின் மகன் ஸோமசர்வாவை புரோகிதராக ஒரு நிபந்தனையோடு (ஒரு பிராமணன் இவனிடம் எதைக் கேட்டாலும் உடனே கொடுத்திடுவான்.) ஏற்றுக் கொண்டு அதை தன் சகோதரர்களிடம் தெரிவித்தான். இவர் என்ன சொல்கிறாரோ அதை உடனே நிறைவேற்றித் தாருங்கள் என்றும் கட்டளையிட்டுருந்தான்.

சொற்கள் அந்த காலகட்டத்தில் அதிக வலிமைப் பெற்றிருந்தது. ஒவ்வொரு தனி மனிதனும் அதிக முக்கியத்துவம் வாய்ந்தவனாக இருந்தான். மனிதரோடு விலங்கினங்களும் தனிமதிப்பைப் பெற்றிருந்தன.

நாடாளும் மன்னன் ஒருவன் நாய் தந்த சாபத்திற்கு எத்தனை அச்சம் கொள்கிறான்?. அவனிடம் உள்ள பலத்திற்கு அதனை பெரிய

சனிக்கிழமை தோறும் சனிபகவானுக்கு எள் தீபம் ஏற்றுவது நாளுக்கு நாள் பெருகிக் கொண்டே வருகிறது.

துன்பங்களால் அவதிப்படும்போது, அதற்கு விடிவு என்று கூறப்படும் பல்வேறு பரிகாரங்களை நாம் கண்மூடிக்கொண்டு செய்கிறோம் என்பதை இதன் மூலம் தெரிந்துகொள்ளலாம்.

அதன்படி எந்த கோவில்களிலும் எள் தீபம் ஏற்றாதீர்கள். இதுவும் தவறாகச் செய்யப்படும் ஒரு வழிபாடு. இது தோஷத்தைப் போக்குவதற்குப் பதிலாக அதிகப்படுத்தும்.

எள் என்பது அரிசியைப் போல ஒரு தானியம். அரிசியை எளிப்போமா? என்னை எண்ணை யாக்கி அந்த எண்ணையைக் கொண்டு தீபமேற்றச் சொல்லித்தான் நமது பரிகாரமுறைகள் சொல்கிறதே தவிர எள்ளையே நேரிடையாக எரிக்க அல்ல. எள்ளை நைவேத்தியமாகத்தான் படைக்க வேண்டும்.

காஞ்சி மகான் ஸ்ரீமகாபெரியவர் ஒருமுறை தனது சொற்பொழிவில் எள்தீபம்

கூடாது என்று தெளிவுபடுத்தியுள்ளார்.

ஆனாலும் நாம் அதை பொருட்படுத்தாமல் எள் தீபத்தை ஏற்றிவருகிறோம். இதற்கு எந்தவித பலன்களும் கிடையாது. எள்ளில் இருந்து பெறப்படும் எண்ணையில்தான் தீபத்தை ஏற்ற வேண்டும்.

வேத சாஸ்திரங்களிலும், புராணக் கதைகளிலும், முன்னோர்களாலும் சொல்லப்படாத ஒரு செயலை தவறாக செய்து துணியில் எள்ளைச் சுற்றி எளிப்பதால் கோவில் அசுத்தம் அடைவதற்கு நாம் காரணமாக உள்ளோம்.

திருக்கோயில் சாஸ்திரப்படி கோயிலை அசுத்தம் செய்தாலும் பாவம் பீடிக்கும் என்று கூறப்படுகிறது.

கோவிலை சுத்தம் செய்து உழுவாரப் பணிகள் செய்யும் அடியார்களுக்கு பல்வேறு புண்ணியங்கள் கிடைப்பதாக புராணங்களில் கூறப்பட்டுள்ளது.

கோவிலை சுத்தம் செய்யாவிட்டாலும், அசுத்தம் செய்யாமலாவது இருப்போம், இனியாவது சனிபகவானுக்கு நல்லெண்ணை தீபத்தை மட்டுமே ஏற்றுவோம்.

## மனதாரப் பிரார்த்திக்க வேண்டிய சக்தி பீடங்கள்

சக்தி பீடங்கள் மொத்தம் 51 அவற்றுள் முக்கியமான 18 பீடங்களின் அமைவிடங்களை அறிவோம்.

1. சங்கரி தேவி - திரிகோணமலை (இலங்கை)
2. காமாட்சிதேவி - காஞ்சிபுரம் (தமிழ்நாடு)
3. ஸருண்கலதேவி - சொட்டலா (குஜராத்)
4. சாமுண்டீஸ்வரி தேவி - மைசூர் (கர்நாடகா)
5. ஜேழுகுலாதேவி - அலம்பூர் (ஆந்திரா)
6. ப்ரம்மராம்பா தேவி - ஸ்ரீசைலம் (ஆந்திரா)
7. மஹாலக்ஷ்மி - கோல்ஹாபூர் (மஹாராஷ்டிரா)
8. ஏகவீரதேவி - மஹிர் (மஹாராஷ்டிரா)
9. மகாகாளிதேவி - உஜ்ஜைனி (மத்தியப்பிரதேசம்)

10. ப்புருஹீத்திகா தேவி - பீட்டாபுரம் (ஆந்திரா)
  11. கிரிஜாதேவி - ஜாஜ்பூர் (ஒரிஸா)
  12. மாணிக்கயாம்பா - திராக்ஷாராமா - (ஆந்திரா)
  13. மானஸாதேவி - ஹரித்வார் (ஹரித்வார்)
  14. அலோபிமாதா - அலஹாபாத் (உ.பிரதேசம்)
  15. வைஷ்ணவிதேவி - கட்ரா (ஜம்மு)
  16. மங்களகௌரி தேவி - கயா (பீஹார்)
  17. விராசலாட்சி - காசி (உத்திரப்பிரதேசம்)
  18. சரஸ்வதிதேவி - காஷ்மீர் (காஷ்மீர்)
- நவராத்திரியில் இந்த தேவியரை பற்றி படித்து மனதார பிரார்த்திக்க சர்வமங்களமும் நம் வாழ்வில் என்றும் நிலைத்திருக்கும்.
- ப்ரவீணா அருண், பென்னாகரம். போன் 9865791483

பாருங்கள் 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



# சிலாதர் சாப்பிட பாவுக் கல்

மனிதர்கள் செய்யும் பாவத்தை தீர்க்க இயலாது. அவரவர் செய்யும் பாவத்தை கண்டிப்பாக அனுபவித்தே தீரவேண்டும் என்று பல்வேறு புராணங்கள் திட்டவாட்டமாக கூறினாலும். ஒருசில வழிபாட்டு முறைகள், ஆன்மிக கைங்கர்யம் போன்றவற்றால் அந்த பாவத்தின் வீரியம் வேண்டுமானால் குறையுமே தவிர, பாவம் குறையாது என்று தெளிவாக கூறுகிறது புராணக் கதைகள்.

சிலாத முனிவரின் கதை மேற்கண்ட கருத்தை தெளிவாக விளக்கி கூறுகிறது:

சிலாத முனிவர் யமலோகத்தை சுற்றி பார்க்க ஆசைப்பட்டார்! யம தர்மன் அவரது ஆசைக்கு செவி சாய்த்து “ஐயா நான் தங்களுடன் சித்திரக் குப்தனை அனுப்புகிறேன்” என்றார்.

பின் சித்திரக்குப்தனை யமன் ரிஷியுடன் செல்ல பணிந்தார். சித்திரக்குப்தன் யமன் ஆணைக்கு இணங்க சிலாதருடன் சென்றார்.

யமலோகம் விசித்திர லோகம். அங்கே நடக்கும் ஒவ்வொரு காரியத்துக்கும் உண்டான காரணம், பாகுபாடற்றபாரபட்சமற்ற நீதி, நிலை நிறுத்தப்படும் தர்மம் அத்தனையையும் பார்க்கப் பார்க்க, அந்த ரிஷியே ஆடிப்போனார்.

தண்டனைகளுக்கான காரணங்களில் அத்தனை துல்லியம். ‘இப்படி நரகம் என்று ஒன்று இருப்பது தெரிந்தும், தண்டனை கிடைக்கும் என்பதை அறிந்தும் ஏன் இந்த மனிதர்கள் பாவங்களைச் செய்கிறார்கள்?’ நினைக்க நினைக்க அவருக்கு ஆச்சர்யமாக இருந்தது.

மனிதர்கள் தங்கள் பாவங்களுக்காக அனுபவிக்கும் கொடூர தண்டனைகள் அவரை சஞ்சலம்கொள்ள வைக்கவில்லை. பந்த பாசங்களுக்கு அப்பாற்பட்ட, அனைத்தையும் கடந்த, சித்தி பல பெற்ற முனிவர் அல்லவா?! சந்தேகம் எழும் இடங்களில் எல்லாம் சித்ரகுப்தனைத் திரும்பிப் பார்ப்பார். அவரின் குறிப்பை உணர்ந்தவனாக, சித்ரகுப்தனே அவருக்கு அனைத்தையும் விளக்குவார்.

இருவரும் நடந்துவரும் வழியில், ஓர் இடத்தில் ஐந்தடி உயரத்துக்கு கற்பாறை ஒன்றைக் கண்டார் முனிவர்.

“இது என்ன... கற்பாறை?” என்று சித்ரகுப்தனிடம் கேட்டார்.

“ஓன்றுமில்லை மகாமுனி! ஒரு சிறுவனின் பாவம்... இப்படி வளர்ந்து நிற்கிறது!” என்றார் சித்திரகுப்தர்.

“சிறுவன் செய்த பாவமா? அது என்ன பாவம்?” ஆவலுடன் கேட்டார் சிலாதர்.

“பூலோகத்தில் ஒரு முனிவரின் ஆசிரமத்துக்கு தினமும் பல அதிதிகள் வருவது வழக்கம். முனிவரும் வருபவர்கள் அனைவரையும் அன்புடன் வரவேற்று உபசரித்து உணவு அளிப்பார். அந்த முனிவருக்கு ஒரு பிள்ளை. அந்தப் பிள்ளை மிகவும் சேட்டைக்காரன். எப்போதும் ஏதாவது குறும்புகள் செய்துகொண்டே இருப்பான்.

அதிதியாக வருபவர்களுக்கு முனிவர் பரிமாறும் உணவில் சிறு சிறு கற்களைப் போட்டு, அவர்கள் சாப்பிடும்போது படும் கஷ்டத்தை ரசித்துப் பார்ப்பான். அப்படி அவன் அதிதிகளுக்கு செய்த பாவமான அந்தக் கற்கள்தான் சிறுவன் வளர வளர சிறு பாறையாக இப்படி வளர்ந்து நிற்கிறது. விதி முடியும் நேரத்தில் அவன் யமலோகத்துக்கு வரும்போது இந்தப் பாறையை அவன் உண்ண வேண்டும். இதுதான் அவனுக்கான தண்டனை” என்றான் சித்ரகுப்தன்.



அசந்துபோனார் சிலாத முனிவர். இருவரும் நடந்தார்கள். முனிவருக்கு அந்தச் சிறுவன் யார் என அறிந்துகொள்ள ஆர்வம். இது எங்கே நடந்ததை தான் அறிந்ததாக அவருக்குள் ஒரு நினைவு நிழலாட்டம்.

ஆனால், சித்ரகுப்தனிடம் கேட்கத் தயக்கம். அவன் வேறுபுறம் சென்றதும், ரிஷி தன் ஞான திருஷ்டியில் அந்தச் சிறுவன் யார் எனப் பார்த்தார். அது வேறு யாரும் அல்ல... சாட்சாத் அவரேதான். தன் தவறை உணர்ந்தார், யம தர்மனிடம் போனார். நடந்ததைச் சொன்னார்.

“யமதர்மா... நான் முக்தி பெற்று இறைவனடி சேர விரும்புகிறேன். அதற்குத் தடையாக நிச்சயம் இந்தக் கல் இருக்கும். எனவே, இந்த ஜன்மத்திலேயே அந்தப் பாவத்தைப் போக்க விரும்புகிறேன். நானே கொஞ்சம் கொஞ்சமாக இந்தக் கல்லை தின்று செரித்துவிடுகிறேனே...” என்று முனிவர் கேட்க...

முனிவரின் கோரிக்கையை யமதர்மன் ஏற்றார்.

கல்லைச் சிறிது சிறிதாக அரைத்து உண்டார் முனிவர். ‘சிலா’ என்றால் கல் என்று பொருள். கல்லை உண்டவர் என்பதால் அந்த முனிவர், ‘சிலாதர்’ ஆனார்.

எத்தனை சக்தி பெற்றவராக இருப்பினும், எண்ணற்ற தவம், ஞானம் பெற்றவராக இருந்தாலும், ஒருவர் பிறருக்கு செய்யும் தீமை அவரைச் சும்மா விடாது. பெரும் கர்ம வினையாக வளர்ந்துகொண்டே போகும்.

ஒருநாள் மொத்தமாகத் திரும்பக் கிடைக்கும். அப்போது நாம் அந்த கர்ம வினையை அனுபவித்தே தீர்க்க வேண்டும்.! இதை உணர்ந்தவர்கள் எறும்புக்குக்கூட இன்னல் விளைவிக்க நினைக்க மாட்டார்கள். சிலாதரின் கதை எத்தனை யாகம் ஹோமம் தவம் பரிகாரம் இறைவழிபாடு செய்தாலும் நம் கர்மவினை நம்மை விட்டு அகலாது அதை கல் போல் மனம் இல்லாமல் உண்டு அனுபவித்து கழிக்க வேண்டும் இந்த நீதியைத்தான் அழுத்தமாக உணர்த்துகிறது.

நாம் வாழும் போது பொன் பொருள் தேவைதான், ஆனால் அதற்கு நாம் எப்போது அடிமையாக மாறுகிறோமே அப்போதிலிருந்து நாம் பாவக் கணக்கும் துவங்கிவிடுகிறது என்பதை அறிந்தாலே பல்வேறு கர்மாக்கள் நம்மை அனுகாது என்பதை தெரிந்துகொள்வோம்.

அடிக் வடிவமைப்பில்

வார இதழ்கள்,  
மாத இதழ்கள்,  
பள்ளிகேஷன்ஸ்  
புக் ஓர்க்,

அட்டைப்பட

வடிவமைப்பு,

நாளிதழ்கள்,

போன்றவை

தரமாகவும்

குறைந்த செலவில்

செய்துதரப்படும்

**Bhaanraj Graphics**

செலி: +91-8825844033

# உன்னதமான நோக்கம்

நவராத்திரி விரதத்தின்

www.aanmeegamalar.com

வருடத்தில் குளிர்காலத்தில் இருந்து கோடைக்கும் கோடைக்காலத்தில் இருந்து குளிர்காலத்திற்கும் மாறும் காலம் நவராத்திரி தினங்களாக அனுசரிக்கப்படும். மழைக் காலங்களினால் உடம்பில் ஏற்பட்ட நச்சுக்களை வெளியேற்றும் பொருட்டு, இந்த நாட்களில் மிக ஊட்டமான உணவு, மிக குறைந்த அளவில் எடுத்துக்கொள்ள வேண்டும் என்று ஆயுர்வேதம் பரிந்துரைக்கிறது. ஒன்பது இரவுகள், பத்து பகல் என்று அனுசரிக்கப்படும் பொழுதுகள் வெவ்வேறு விதமான சக்திகளை தன்னகத்தே கொண்டுள்ளது. ஷைல புத்ரி, பிரம்மச்சாரிணி, சந்திரகாந்தா, குஷ் மாதா, ஷகந்த மாதா, காத்தியாயினி, கால ராத்திரி, மஹா கௌரி, சித்தாத்திரி, அப்ரஜிதா. நவராத்திரி என்பது பருவ மாற்றத்தைக் குறிக்கும். அதாவது சக்திகளில் இந்த பரிமாணங்கள் நிலையற்ற தன்மையில் இருந்து புதிய நிலைக்கு மாறுகிறது. நமது உடம்பிலும் இந்த மாற்றம் நிகழும். தெளிவாக சொல்ல போனால், நம் உடம்பில் உள்ள பிராண சக்தி பருவ மாற்றத்திற்கு ஏற்றவாறு மறுசீரமைப்பு செய்யப்படும்,

உடம்பில் இந்த சீரமைப்பு ஏற்படும் போது, உடலை மிக லெகுவாக வைத்துக் கொள்வது அவசியம். முன்னோர்கள் நவராத்திரி தினங்களில் விரதங்களை கடைப்பிடித்ததன் நோக்கத்தில் இதுவும் ஒன்று.

விரதம் என்பதை பற்றிய நம்முடைய பெருவாரியான கருத்து தவறாக இருந்தாலும், அதன் நோக்கத்தை உணர்த்து கடைப்பிடிப்பதே சிறந்தது. இந்த நோக்கம் உணர்த்தே தியான் ஆசிரமத்தின் சாதகர்களால் விரதம் அனுசரிக்கப்படுகிறது. விரதம் என்பது குறிப்பிட்ட நாட்கள் மற்றும் உணவில் ஒழுக்கத்தை கடைபிடித்து விட்டு, மீண்டும் உடம்பிற்கு ஒவ்வாத உணவுகளை உண்பதால் பூர்த்தி அடையாது. விரதம் என்பது கட்டுப்பாடு, விரத காலத்தில் உணவு என்பது உடலிற்கு தேவையான ஆற்றலை வழங்க மட்டுமே, சுவைக்காக அல்ல. ஒரு சாதனா என்பது கட்டுப்பாட்டுடன் கூடிய நியமங்களை குருவின் வழிகாட்டுதலில் படி கடைப்பிடிப்பது. எண்ணைகளை இஷ்ட தெய்வத்திடம் செலுத்தி, குருவால் அருளப்பட்ட மந்திரம், தியானம் மற்றும் தந்திர பயிற்சிகளை செய்வது மிகுந்த பயன் தரும். நமது எண்ணைகளையும் செயல்களையும் இஷ்ட தெய்வத்திடம் விட்டுவிட வேண்டும். சேவை ,

தொண்டு இரண்டும் ஆன்மீகத்தின் முக்கிய அம்சங்கள். நவராத்திரி தினங்களில் செய்யும் விரதம் மற்றும் வழிபாடுகள் நம்மை உடல் மற்றும் உள ரீதியாக சீர்படுத்தும். விரதங்களை தவிர்த்து, நவராத்திரி தினங்களுக்கு என்று மந்திரங்கள் உண்டு. குறிப்பிட்ட மந்திரங்களை குறிப்பிட்ட நாட்களில் சொல்வதின் பலனாக, உடம்பில் உள்ள நச்சுக்கள் நீக்கப்படும். உடல் சுத்தம் அடையும்.

உடம்பில் தொப்புளுக்கு கீழ் உள்ள பகுதி சரஸ்வதி, தொப்புள் முதல் தோல் பட்டை வரை லக்ஷ்மி, தோல் மேல் உள்ள தலை பகுதி தூர்கா. உடம்பின் இந்த மூன்று பகுதிகள் ஒவ்வொன்றும் மேலும் மூன்று பகுதிகளாக பிரிக்கலாம். மேல் சொன்ன 9 தேவிகளும் இந்த மூன்று தேவிகளிடம் இருந்து பிறந்தவர்கள். இந்த மூன்று தேவிகளும் ஆதி சக்தியிடம் இருந்து பிறந்தவர்கள். மூன்று தேவிகளுக்கும் மூன்று நாட்கள் என்று 9 நாட்கள் கொண்டாடப்படுகிறது. முதல் மூன்று நாட்கள் விரதத்தில் உணவில் காரம் சேர்ப்பதை நிறுத்தி விட வேண்டும். முதல் மூன்று நாட்கள் தூர்கைக்கு உரிய நாட்கள். காலையில் யாகம் செய்வதும், மாலையில் தூர்கையும் மந்திரங்களை உச்சரிப்பது என்று அனுசரிக்கப்படும். யாகத்தில் முக்கியமாக காணிக்கைகள் எள், உருக்கிய வெண்ணெய், நாட்டு பசு நெய் மற்றும் சாணம், பலா சுள்ளி. அடுத்த மூன்று நாட்கள் லக்ஷ்மிக்கு உரியது. இந்த நாட்களில் அன்னம் எடுப்பதை விட்டுவிட்டு மிக லெகுவான உணவுகளை உண்ண வேண்டும். காலை மாலை என இரு வேலையும் லக்ஷ்மிக்கு உரிய யாகம், உருக்கிய வெண்ணையில் செய்யப்பட்ட இனிப்பைப் படைத்து செய்ய வேண்டும்.

கடைசி மூன்று தினங்கள் சரஸ்வதிக்கு உரியது. இந்த நாட்களில் தண்ணீர் மற்றும் பழச்சாறு மட்டும் எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும். இந்த நாட்களில் பால் மற்றும் பால் சம்மந்தப் பட்ட உணவுகளை தவிர்க்க வேண்டும். இரண்டு வேலைகள் குகுல் மற்றும் உருக்கிய வெண்ணெய் படைத்தது யாகம் செய்ய வேண்டும். பத்தாவது நாள், முழுமையான விரதம் அனுசரிக்க வேண்டும். இந்த நாளில் தூர்கா மற்றும் காளி வழிபாடு செய்ய வேண்டும். இந்த நாளின் தான்

இராவணன் காளி தேவியை வழிபட்டார். ராமர் தூர்கையை வழிபட்டார். முழுமையான விரதத்திற்கு பிறகு சாதகர்கள் குருவின் வழிகாட்டுதலின் படி சாதனா மற்றும் மந்திர உச்சாடனம் செய்வார்கள். யோகா பயிற்சி செய்பவர்களுக்கு, இந்த நாட்கள் மிக அதிக ஆற்றலை அளிக்கும்.

பெரும்பாலும் மக்கள் 9 நாட்கள் கட்டும் விரதம் இருப்பார்கள், மீண்டும் 1 வது நாள், உடலுக்கு ஒவ்வாத உணவை உணவகங்களில் தேடி உண்பதும், மது அருந்துவதும் என்பதுமாக மாறி விடுவார்கள். இது எப்படி என்றால் உங்கள் அறையை மிக சிரமம் செய்து சுத்தம் செய்து விட்டு மீண்டும் அங்கே குப்பையைக் கொட்டுவது போல் அர்த்தம். விரத காலங்களில் பொதுவாக பழங்களை மட்டும் உண்பது என்பது நாம் முன்னோக்கிச் செல்ல தூண்டுதலாக இருக்கும். குருவிற்கு மட்டுமே தெரியும், ஒரு சிஷ்யனுடைய திறம் என்ன என்று. அதனை அறிந்து அதற்கு உகந்தது போல், விரத முறைகள் பரிந்துரைப்பார். குருவின் வழிகாட்டுதலால் சனாதன் க்ரியா போன்ற யோகாப் பயிற்சிகள் செய்பவர்கள், மிக அதிகமான பலன்களை பெற விரத முறைகளை அனுசரிப்பது சிறந்தது.

- யோகி அஷ்வினி  
dhyandfoundation

தொடர்புக்கு:  
9841430369



பலன்கள் உடல்நலம் தத்துவம்

புத்தம் புதிய ஆன்மீக செய்திகளை தினமும் படிப்பவர்கள்

www.aanmeegamalar.com

ஆன்மிகமலர்.காம்

www.aanmeegamalar.com

## மகாளய அமாவாசை

பிரச்சனைகளை தீர்த்து நிம்மதி தரும்

# பித்ரு பூஜை

பித்ரு பூஜை, தர்ப்பணம் என்பது ஒவ்வொருவரும் கடைபிடிக்க வேண்டிய மிக முக்கிய கடமையாகும். நம் குலம் தழைக்கவும், கெடுபலன்கள் குறையவும் பித்ரு தர்ப்பணக் கடனை அவசியம் செய்தாகவேண்டும்.

மனிதர்கள்மட்டுமல்ல இறைவனே தர்ப்பணம் செய்யும் திருக்கோயில்கள் பல உள்ளன, திருவண்ணாமலை பெரிய கோபுரத்தை கட்டிய வல்லாள மகாராஜாவுக்காக அருணாச்சலேஸ்வரே ஒவ்வொரு வருடமும் மாசி மகம் அன்று, அந்த மகாராஜாவின் பிள்ளையாக மாறி திதி கொடுப்பது வழக்கம். அன்று திருவண்ணாமலை மக்களும் தங்கள் முன்னோர்களுக்கு திதி கொடுப்பர்.

அதேபோன்று தினமும் பெருமானே திதி கொடுக்கும் ஸ்தலம், செங்கல்பட்டு அருகில் நென்மேலி என்ற கிராமத்தில் உள்ளது இங்கு வீற்றிருக்கும் லக்ஷ்மி நாராயணப் பெருமாள் தினமும் மத்தியம் 11.00 மணி முதல் 1.00 மணிவரை மட்டும்தான் திறந்திருக்கும், தனது பக்தரான யக்ஞநாராயண சர்மா, சரஸ்வாணி தம்பதியரை பெற்றோராக நினைத்து பெருமாள் திதி கொடுப்பதாக ஐதீகம், அது மட்டுமின்றி தினமும் நடைபெறும் விபத்து, அசம்பாவிதம் போன்றவற்றால் உயிர் நீத்து உற்றாற் உறவினர் இல்லாமல் இறப்பவர்களுக்கு பெருமானே திதி கொடுப்பதாகவும் ஐதீகம் கடைபிடிக்கப்படுகிறது.

பெருமாள் திதி கொடுக்கும் சம்பிரதாயம் முடிந்ததும் திருக்கோயில் நடை சாத்தப்பட்டு அடுத்தநாள்தான் திறக்கும். (இத்தலத்து பட்டாச் சாரியரை தொடர்பு கொள்ள சம்பத் பட்டாச் சார்யார், போன் 044 27420053) மேற்கண்டவாறு இறைவனே பித்ரு பூஜை செய்வதிலிருந்து, பித்ருக்களின் மகிமை தெரியவருகிறது.

நமது முன்னோர்கள் முக்கியமான சில கடமைகளை கூறியுள்ளனர். அவை

1. பித்ரு கடன் 2. தெய்வ கடன்
3. தேவக் கடன் 4. மனஷ கடன்

### 5. பூத கடன்

என்று இந்த கடனையெல்லாம் தீர்த்தாலொழிய மனிதபிறவியை அறுக்க இயலாது என்பதுதான் இந்துமதகோட்பாடு, வாழ்கையில் நாம் மனிதபிறவியில் செய்த பாவங்கள் பல அவற்றில் பெரிய பாவம் என்னவென்றால் அது நாம் நம் முன்னோர்களுக்கு செய்யத் தவறிய கடமைகள், அப்படிப்பட்டக் கடமைகளை செய்யத்தவறியதன் காரணமாக மீண்டும் பிறவியெடுத்து இந்த பிறவியில் நம் தாய் தந்தையருக்கும், நம் தாத்தா பாட்டிகளுக்கு செய்யும் கடமைகளை செவ்வனே செய்து முன்னோர்களுக்கு தவறாது சிரார்த்தம் மற்றும் தர்ப்பணம் செய்வதனால் நாம் நமது பிதூர் தோஷம் என்னும் நீத்தார் கடனை தீர்த்துக்கொள்வதேயாகும்.

பிதூர் கடன் செய்ய அம்வாசை மிக முக்கியமான நாளாகும், ஒருவர் இறந்ததும், நாள் திதி, மாதம் பார்த்து ஒவ்வொரு வருடமும் அந்த அந்த திதிக்கு இறந்த பிதூர்களை வணங்கினாலும் மாதம் தோறும் வரும் அமாவாசை மற்றும் ஒருசில குறிப்பிட்ட மாத அமாவாசைகளில் தர்ப்பணம் செய்வது மிகுந்த உத்தமமாகும், அனைத்து அமாவாசைகளிலும் தர்ப்பணம் கொடுக்கலாம்.

குறிப்பாக தை அமாவாசை, புரட்டாசி அமாவாசை போன்றவை அதிகப்பயன் தரக் கூடியவையாகும். முன்னோர்களின் ஆன்ம சக்தி மகாளயபட்சம் என்னும் காலத்தில் தனது சந்ததிகளை காண வருவதாக நம்பிக் கை அப்படிப்பட்ட காலத்தில் நாம் நமது முன்னோர்களுக்கு செய்யும் திதி மற்றும் தர்ப்பணமாவது மிக சிறந்தது

1. நீர், 2.எள், 3.தர்ப்பை இவற்றை மட்டுமே வைத்துக்கொண்டு முன்னோர் ஆன்மாவை மகிழ்விக்கலாம். அனைத்திற்கும் ஆதாரம் நீர், பெருமானின் உடலிலிருந்து உற்பத்தியான தாதுதான் “எள்” தர்ப்பை தாமிரத்தைவிட பல மடங்கு சக்தியையும் அதிர்வலைகளை கடத்தவல்லது இவைகளைக்கொண்டு நம் முன்னோர்கள்

பல்லாயிரம் ஆண்டுகளாக மனிதபிறவியின் பாவங்களை கழித்துவந்துள்ளனர். இந்நாளில் நம் முன்னோர்களை நினைத்து நாம் செய்கிற பூஜை வழிபாடு, தர்ப்பணம், அன்னதானம் போன்றவற்றை ஏற்றுக்கொள்வதற்காக அவர்கள் பித்ரு லோகத்தில் இருந்து பூமிக்கு வருவதாக ஐதீகமும், நம்பிக்கையும் உள்ளது.

அவர்களை நினைவுகூர்ந்து நாம் செய்யும் வழிபாடுகள், தர்ப்பணம் காரியங்கள் ஆகியவை அந்த ஆத்மாக்களுக்கு மகிழ்வளிக்கும் செயலாகும். இதனால், அவர்களது பரிபூரண ஆசி நமக்கும் நம் சந்ததிக்கும் கிடைக்கும் என்பது நம்பிக்கை. அவரவர் குடும்ப வழக்கப்படி முன்னோர்களுக்கு எந்த வகையில் வேண்டுமானாலும் வழிபாடுகள் செய்யலாம். புரோகிதர்களை அழைத்து யாகம், ஹோமம் செய்து வணங்கலாம். இறந்தவர்களின் போட்டோவுக்கு வீட்டில் மலர் மாலைகள் சூட்டி, அவர்கள் விரும்பி சாப்பிட்ட உணவு வகைகளை படைத்து வணங்கலாம்.

எள் விளக்கு ஏற்றி வணங்கலாம். ஏழை, எளியோர், இல்லாதோர், இயலாதோருக்கு ஆடை, போர்வை, துண்டு போன்றவற்றை வாங்கித் தரலாம். வீட்டு வேலை செய்யும் பெண்கள், ஏழை பெண்களுக்கு நல்லெண்ணெய் தானம் செய்யலாம். முன்னோர்களை நினைத்து காக்குத்துக்கு உணவு வைக்கலாம். பசு மாட்டுக்கு கீரை, பழ வகைகள் தரலாம். யானைக்கு கரும்பு, பழவகைகள், சர்க்கரை



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: 729992699

பொங்கல் அளிப்பதால் பாவ தோஷங்கள் நீங்கி சுபிட்சம் உண்டாகும்.

முன்னோர் கடன் தீர்க்காததால் ஏற்படும் கெடு பலன்கள்:

முன்னோர்களின் ஆன்மா சாந்தி அடைய வில்லையெனில் அந்த குடும்பத்தில் தொடர் வறுமை, பணம் இருந்தாலும் நிம்மதியின்மை, குடும்பத்தில் உள்ளவர்களிடம் எதிர்மறையான எண்ணங்கள் தோன்றுவது, குழந்தையின்மை பிரச்சனை, கணவன் மனைவி இடையே உட்பூசல்கள், சொந்த பந்தங்களிடமிருந்து தனிமைப்படுத்தப்படுவது, தொடர் மருத்துவச் செலவு அதிகரிப்பது போன்றவை குடும்பங்களில் தொடர்ந்து நிலவும்.

மேற்கண்ட பிரச்சனையிலிருந்து விடுபட அனைவரும் அவசியம் பித்ருக்களுக்குரிய காரியங்களை செய்துவந்தால், இதுபோன்ற பிரச்சனைகளிலிருந்து விடுபட்டு மன நிம்மதியுடன், ஆரோக்கியமான குடும்ப வாழ்வு கிடைக்கும், பித்ருகடனை தொடர்ந்து செய்பவர்களுக்கு பித்ருக்களின் ஆசி எப்போதும் இருப்பதால் தெய்வ சக்தியின் மூலம் கிடைக்க வேண்டிய பலன்கள் எந்தவித தடையின்றி கிடைக்கும்.

# மின்னூல் வடிவத்தில்

ஆன்மிகமலர் மெயில்  
புத்தகத்தின் அனைத்து  
பிரதிகளையும்  
படித்து மகிழ...