

e-magazine

# ஆன்மிகமலர்

ஆன்மிகமலர் டிரஸ்ட் வெளியீடு

ஆன்மிகத் தேலின் புதிய அடையாளம்!! மெயில் புக்

உலக வரலாற்றில் முதன்முறையாக இ-மெயிலில் வெளிவரும் இதழ்

மாதமிருமுறை



ஆன்மிகமலர்  
mobile app

GET IT ON  
Google Play

www.aanmeegamalar.com  
e-magazine



## காசிக் கு நிகரான ஐந்து சிவாயம்

## மனநிம்மதி,

### தொலைந்த பொருட்களை மீட்டுத்தரும் சண்டிகேஸ்வரர்

சிவபக்தர்களில் முதன்மையானவரும், சிவபெருமானின் பிரதிநிதியானவருமான சண்டிகேஸ்வரரைவில்வ இலை கொண்டு மாலைகள் சூட்டி வழிபட்டால் வாழ்வில் அனைத்து வளங்களும் பெறலாம். சிவனின் மெய்க்காவலர் நந்தி என்றால், "கைலாயதியின் கணக்காளர்" சண்டிகேஸ்வரர் ஆவார். யோக நிலையில் அமர்ந்துள்ள இவரை வணங்கினால்; நல்ல பேச்சுத்திறனுடன், நினைவாற்றலும் பெருகும்.



இவரை நம்பிக்கையுடன் அணுகி தொலைந்துபோன பொருட்களை மீட்க வேண்டினால், தொலைந்த பொருட்கள் மட்டுமின்றி, நம் மனநிம்மதியும் திரும்பக்கூடும்.

இத்தகு பெருமையும் சிறப்புகளும் மிக்க சண்டேஸ்வரநாயனாரின் கழலடிகளைப் போற்றிப் பணிவோம்!

## மருத்துவம்

- ❖ உடல் இளைக்க சக்கு, மிளகு, திப்பிலி, சீரகம், செவ்வியம், சித்தரத்தை, உப்பு சேர்த்து பொடியாக்கிக்கொள்ளவும். அரிசியை வறுத்து தூள் செய்து ஏற்கெனவே தூள் செய்த பொடியுடன் சேர்த்து சாப்பிட்டு வர உடம்பு துரும்பாக இளைத்துப்போகும்.
- ❖ கொய்யாப்பழம் சாப்பிடுவதால் உடல் வளர்ச்சியும் எலும்புகள் பலமும் பெறுகின்றன. வயிற்றுப்புண்ணையும் குணப்படுத்தும் ஆற்றல் கொண்டது இந்தப்பழம். தினசரி ஒரு கொய்யாப்பழம் சாப்பிட கல்லீரல் பலப்படும்.

## மருத்துவம்

- ❖ கரிசலாங்கண்ணி வேர் கல்லீரல், மண்ணீரல், நுரையீரல், சிறுநீரகம் ஆகிய உறுப்புகளில் தேங்கும் கழிவு நீர்களை வெளியேற்ற உதவுகிறது.
- ❖ மரிக்கொழுந்து இலையும் நில ஆவார இலையும் சம அளவு அரைத்து தலைக்கு தடவி வர செம்பட்டை முடி கருமையாகும்.
- ❖ நல்லெண்ணெயில் சுண்டவத்தலை வறுத்து பொடி செய்து வைத்துக்கொண்டு 1 கரண்டி சுடு சோற்றில் 2 உருண்டை சாப்பிட வயிற்றுப்போக்கு நிற்கும்.



## கோவில் வீத

- ❖ கோவிலில் வடதுபறும், கிழக்குப்புறம் கால் நீட்டக் கூடாது.
- ❖ ஆண்கள் அஷ்டாங்க நமஸ்காரமும், பெண்கள் பஞ்சாங்க நமஸ்காரமும் செய்ய வேண்டும்.
- ❖ கிழக்கு நோக்கிய சந்நிதியானால் பலி பீடத்திற்குத் தென்கிழக்கு மூலையில் தலை வைத்து வணங்க வேண்டும்.
- ❖ தெற்கு, மேற்கு நோக்கிய சந்நிதிகளில் பலிபீடத்திற்கு தென்மேற்கு மூலையில் தலை வைத்து வணங்க வேண்டும்.
- ❖ வடக்கு நோக்கிய சந்நிதியானால் பலி பீடத்திற்கு வடமேற்கு மூலையில் தலை வைத்து வணங்க வேண்டும்.
- ❖ சூரிய கிரகணத்தின் போதும், பொங்கல் தினத்தன்றும் மேற்கே கால் நீட்டி வணங்கக் கூடாது.
- ❖ சிவாலயத்தில் பலி பீடத்துக்கு அருகில் தான் நமஸ்கரிக்க வேண்டும்.

# மரங்களின் பயன்களும் பலன்களும்

வீடு கட்டும்போது பயன்படும் மரங்களை ஆண் மரம், பெண் மரம், நடிம்சக (அலி) மரம் என மூன்று வகையாகப் பிரித்துக் கூறுவர்.

அடிமரம் முதல் நுனிவரையிலும் ஒரே அளவாக இருந்தால் ஆண் மரம். அடிப் பகுதி பருத்தும் நுனிப் பகுதி சிறுத்தும் இருந்தால் பெண் மரம். ஓர் ஒழுங்கற்ற அமைப்பில், நுனிப் பகுதி பெருத்தும், அடிப் பகுதி சிறுத்தும் இருந்தால், அது அலிமரம் எனச் சொல்லப்படுகிறது.

தூண்கள், உத்திரம், நிலை, கதவு போன்ற கட்டுமானத்துக்கு தேவையான மரங்களை வைரம் பாய்ந்ததாகவும், உறுதியானதாகவும், கிழிட்டுத்தளம் அடையாததாகவும், தருணா வஸ்தை இல்லாததாகவும், கோணல் இல்லாததாகவும், காயம் படாதவையாகவுமாக தேர்வு செய்ய வேண்டும். மேலும் புண்ணிய பூமி, மலை, வனம், நதிக்கரை ஆகிய இடங்களில் உள்ள மரங்களாகவும், பார்ப்பதற்கு அழகானதும், அனைத்து வகையான நன்மைகளை அளிக்கத் தக்கதாகவும் அந்த மரங்கள் அமைந்திருப்பது விசேஷம்.

இனிய ஓசையை எழுப்பும் தன்மையுடைய ஒலித் திறன் கொண்ட மரங்கள், ஒரே நிறமுள்ள மரங்கள், தொட்டுப் பயன்படுத்தும் நிலையில் தீங்கு இல்லாத மரங்கள், கிழக்கு மற்றும் வடக்கில் சாய்ந்துசெல்லும் கிளைகள் கொண்ட மரங்களை கட்டுமானத்துக்குப் பயன்படுத்துவதால், சுபிட்சம் உண்டாகும், என்பது மயன் கருத்து.

மரங்களைத் தேர்வு செய்யும்போது;

1. கோயிலின் உட்பகுதியில் வளர்ந்த மரங்கள்
2. இடி விழுந்த மரங்கள்
3. காட்டுத் தீயால் பாதிக்கப்பட்ட மரங்கள்
4. வீடுகளில் வளர்ந்த மரங்கள்
5. ராஜ வழிகளாகிய மகா பதங்களில் வளர்ந்துள்ள மரங்கள்
6. கிராமங்களாகிய குடியிருப்புகளில் பராமரித்து வளர்க்கப்பட்ட மரங்கள்
7. நீர் ஊற்றி வளர்க்கப்பட்ட மரங்கள்
8. பெரும் காற்றில் சாய்ந்த மரங்கள்

9. யானை போன்ற விலங்குகளினால் சாய்க்கப்பட்ட மரங்கள்
10. பறவைகள், விலங்கினங்கள் துரத்தி அவற்றை கொன்று வெட்டப்பட்ட மரங்கள்
11. சண்டாளர்கள் வசிக்கும் இடங்களில் வளர்ந்த மரங்கள்
12. மனிதர்களுக்கு நிழல் தரவும், ஓய்வெடுக்கவும் பயன்படும் மரங்கள்.
13. ஒன்றோடு ஒன்றாக பின்னி வளர்ந்த மரங்கள்
14. நெருக்கமாக வளர்ந்த மரங்கள்
15. கொடிகளால் சூழப்பட்ட மரங்கள்
16. நரம்புகள் தெரியும் வண்ணம் வளர்ந்த மரங்கள்
17. அதிகப்படியான பொந்துகள் உள்ள மரங்கள்
18. கணுக்கள் அதிகம் உடைய மரங்கள்
19. பூச்சிகள் அரித்த மரங்கள்
20. அகாலத்தில் பலன் தரும் மரங்கள்
21. சுடுகாட்டில் உள்ள மரங்கள்
22. ஊர் மக்களும் சபைகளும் கூடும் இடங்களில் உள்ள மரங்கள்
23. நான்கு வீதிகள் கூடும் இடங்களில் வளர்ந்துள்ள மரங்கள்
24. கோயில் மரங்கள்
25. குட்டைகளில், குளக்கரை, கிணற்றின் அருகில் வளர்ந்த மரங்கள்
26. பாழ்பட்டு கிடக்கும் இடங்களில் வளர்ந்த மரங்கள்

இவ்வகை மரங்களைத் தவிர்க்கவேண்டும்.

- தொகுப்பு கீதா ராஜன்  
தொடர்பு எண்:  
+91-8825844033



# பழமையான கோவில்களும் அறிவியல் காரணங்களும்

ஓதி உணர்ந்தும் பிறர்க்குரைத்தும் தானடங்காய்  
பேதையின் பேதையார் இல்

- குறள் 834

என்று திருவள்ளுவர் குறிப்பிடுகிறார். அதாவது மற்றவர்களுக்கு அறிவுரை சொல்கிற அளவுக்கு கற்று அறிந்து இருந்தாலும் தனது சொந்த மனதை அமைதியாக வைத்து கொள்ள தெரியாதவர் பேதையர் என்று திருவள்ளுவர் சொல்கிறார்.

தன் மனதை அமைதியாக வைத்து கொள்வது என்பது அவ்வளவு சாமான்யமான விஷயம் இல்லை. மனம் ஆனது கவலை, வேதனை, எதிர்பார்ப்பு, லட்சியம், கோவம், போன்றவற்றால் ஊந்தப்பட்டு மனம் அமைதி அடையாமல் இருக்கும்.

பெரும்பாலோர் வாழ்வில் அவர்கள் நினைத்தது ஒன்றாகவும் ஆனால் வாழ்வில் நடந்தது வேறு ஒன்றாகவும் இருக்கும். இதனால் விரக்தி, வெறுப்பு, கவலை, ஏக்கம், மகிழ்ச்சி இன்மை போன்ற உணர்வுகள் தோன்றி மனம் அமைதி அற்ற நிலையில் இருக்கும்படி செய்து விடுகிறது. இதுதான் பிராதத்த கர்மா என சொல்லப்படுவது ஆகும்.

இந்த பிராதத்த கர்மா காரணமாகவேதான் நாம் எவ்வளவு தியானம் செய்தாலும் மனம் அமைதி அடையாமல் தவிக்கிறோம். இதற்கு என்ன தான் தீர்வு என்று ஆராய்ந்து பார்த்தோமே ஆயின்; சித்தர்கள் இதற்கு ஒரு தீர்வு கண்டறிந்து சொல்லி இருப்பதை அறிய முடிகிறது. அது தான் "மணி, மந்திரம், ஓளஷதம்" என்பதாகும். இவற்றின் மூலமாக மனம் அமைதி அடைந்த தன்மையை பெற முடியும்.

மணி:

ஒவ்வொரு பொருட்களும் குறிப்பிட்ட மின் காந்த அலைகளை வெளியிடுகிறது.

சாதாரண கல், பாதரசம், தங்கம், வெள்ளி, செம்பு, நவரத்தினங்கள், எரிகல், யுரேனியம் மனல்... என்று எல்லாவற்றில் இருந்தும் வெவ்வேறு waves வெளிவருகிறது. அதில் நல்ல மின் அலைகளும் உண்டு, கெட்ட மின் அலைகளும் உண்டு.

சில இடங்களில் உள்ள பொருட்களில் இருந்து கோவம், மோகம், கவலை, போன்ற மின் அலைகள்தான் அதிகம் வரும். அதனை நமது மனமானது உணர்ந்து நம்மையும் அந்த மன நிலை உள்ளவனாக ஆக்கும்.

அதுவே சில இடங்களில் உள்ள கல், மலை, பாறைகளில் இருந்து





கி.செல்வராஜ்

நல்ல அமைதியான நிம்மதியான உணர்வுகள் தருகிற மின் அலைகள் வெளிவருகிறது. சித்தர்கள் அந்த காலத்தில் இந்த மாதிரியான இடங்களை கண்ட நிந்து அங்கு கோவில் கட்டும்படி செய்தனர்.

மனம் அமைதியும், நிம்மதியும் அடைந்தால்தான் நுன்னிய தெய்வீக விஷயங்களை உணரமுடியும். துரிய கனவு, அகமுக மன பார்வை, ஞான திருஷ்டியில் பார்த்தல்... போன்ற தெய்வீக விஷயங்களை எல்லாம் உணர முடியும். தெய்வத் தையும் உணர முடியும். (புத்தரும் குறிப்பிட்டபாறை பலகையின் மீது அமர்ந்து தியானம் செய்த போதுதான் அவரது மனமும் அமைதி ஆகி படிப் படியாக ஞானமும் பெற்றார்.)

எனவேதான் சித்தர்கள் மக்கள் அனைவரையும் நல்ல மின் அலைகள் வெளிபடுகிற இடத்தில் கோவில் கட்டி அங்கு அடிக்கடி வந்து போகும்படி செய்தனர்.

கோவில் இல்லா ஊரில் குடி இருக்கவேண்டாம் என்றனர். தற்போது அந்த மாதிரி நல்ல மின் அலைகள் வெளிபடுகிறதா என்று பார்த்து புதிய கோவில் கட்டுகிறார்களா என்பது கேள்வி குறியாக இருக்கிறது. நினைத்த இடத்தில் கோவில் கட்டி விடுகிறார்கள். விளைவு கோவிலுக்கு போனாலும் அங்கும் நிம்மதி இல்லை என்று சொல்கிற நிலை சில இடங்களில் இருக்கிறது.

1000, 500 ஆண்டுகள் பழமையான கோவில் கள் எல்லாம் இந்த நல்ல மின் அலை வெளி பாட்டை கண்டறிந்து கட்டப்பட்டவை ஆகும்.

அதனால் தான் ஆங்கிலேயர்கள் வந்தாலும், முகமதியர்கள் வந்தாலும் யார் வந்தாலும் அந்த கோவிலுக்குள் போனதும் மனம் லேசாகி, அமைதி ஆகி, நிம்மதி ஆகி நல்ல குணம் தானாகவந்து மனம்மாறி சென்று உள்ளனர்.

தற்போது விஞ்ஞானிகள் மனித மூளையில் இருந்து காமா, பீட்டா, ஆல்பா, தீட்டா, டெல்டா மின் அலைகள் வெளிபடுவதை திட்டவாட்டமாக கண்டறிந்து இருக்கிறார்கள்.

காமா அலை = 38 to 42 Hertz வேகத்தில் மூளையில் இருந்து மின் அலைகள் வெளி படுவது ஆகும். இதனால் கோவம், டென்ஷன் குணங்கள் தோன்றும். தீட்டா அலை = 4 to 7 Hertz வேகத்தில் மூளையில் இருந்து மின் அலைகள் வெளிபடுவது ஆகும். இந்த நிலை

யில் தான் கனவுகள் தோன்றுகிறது.

டெல்டா அலை = 4 Hertz க்கும் குறைவான வேகத்தில் மூளையில் இருந்து மின் அலைகள் வெளிபடுவது ஆகும். இந்த நிலையில் தான் தெய்வீக காட்சிகள், துரியாதிதம் நிலை தோன்று கிறது.

ஆல்பா அலை = 8to13 Hertz வேகத்தில் மூளையில் இருந்து மின் அலைகள் வெளிபடுவது ஆகும். இந்த நிலையில் நமது மனம் ஆனது

அமைதி தன்மையை உணரும்.

இதில் நல்ல மின் அலைகள் என்பது டெல்டா மற்றும் ஆல்பா மின் அலை ஆகும். கெட்ட மின் அலைகள் என்பது காமா மற்றும் பீட்டா மின் அலை ஆகும்.

நமது மூளையில் இருந்து எப்படி காமா, பீட்டா,



தீட்டா, டெல்டா, ஆல்பா, அலைகள் வெளி வருகிறதோ அதேபோல் ஒவ்வொரு பொருளில் இருந்தும் இந்த மின் அலைகள் வெளிவருகிறது என்று இந்திய ரிஷிகள் ஆதிகாலத்திலேயே கண்டறிந்து அதை ஜோதிடத் தின் வாயிலாக சொல்லி இருக்கிறார்கள்.

சூரியனுக்கு உரிய மரம், உலோகம், சமித்து, கல், பறவை, விலங்கு, வாகனம்... என்றும் செவ்வாய்க்கு (கோவம், வீரம் மனநிலை) உரிய மரம், உலோகம், சமித்து, கல், பறவை, வாகனம், விலங்குகள்... என்றும் சக்கிரனுக்கு (மகிழ்ச்சி மனநிலை) உரிய மரம், செடி, விலங்குகள், பறவைகள், உலோகம், கல், வாகனம்... என்றும் தனித்தனியாக கண்டறிந்து சொல்லி இருக்கி

றார்கள். இந்த கண்ணோட்டத்தில் தற்போதைய Bio Chemistry விஞ்ஞானிகள் ஆய்வுகள் செய்து செண்பகம் மரம் மற்றும் நாகலிங்கம் மரம் இவற்றில் இருந்து டெல்டா மின் அலைகள் வெளிபடுவதை கண்டறிந்து சொல்லி இருக்கிறார்கள்.

இதேபோல் இந்த டெல்டா மின் அலைகள் ஆனது ஒவ்வொரு பொருளில் இருந்தும் எவ்வளவு சதவிகிதம் வெளிவருகிறது என்று கண்டறிய கூடிய ஒரு கருவியை விஞ்ஞானிகள் கண்டறிய வேண்டும்.

மேலும் பொது மக்கள் அனைவரும் கண்டறிய கூடிய waves Reading கருவியை விஞ்ஞானிகள் கண்டறிந்து அதை சந்தைக்கு விற்பனைக்கு கொண்டு வர செய்ய வேண்டும் என்று கேட்டு கொள்கிறேன்.

அதை கொண்டு எளிதில் நல்ல மின் அலைகளான டெல்டா, ஆல்பா waves வெளிவருகிற பொருட்களை பார்த்து நாம் வாங்கி வைத்து கொள்ளலாம். இதனால் நல்ல மனநிலையையும் ஆன்மீக முன்னேற்றம் பெறலாம்.

மந்திரம்:

"இங் கிலியும் அங்  
அங் கிலியும் உங்  
உங் கிலியும் சம்  
சம் கிலியும் சிங்"

என்று ஜெபித்தால் மனம் அமைதி அடையும். டெல்டா மின் அலைகள் உற்பத்தி ஆகும் படி செய்யலாம்.

ஔஷதம்:

மூலிகைகள் மூலம் டெல்டா மின் அலைகள் பெறுவது என்பது எளிதாகும்.

அந்த மூலிகைகள் எவை எவை என்று ஆராய்ந்து பார்த்ததில் நமக்கு எளிதில் தெரியக் கூடியதாக செண்பகம் மரம் மற்றும் நாகலிங்கம் மரம் முதலிடத்தில் இருக்கிறது.

செண்பக மரம் மற்றும் நாகலிங்கம் மரம் உள்ள

- ❖ ஓமத்தை வெல்லத்துடன் அரைத்து காலில் கட்ட, எவ்வளவு சிறிய கண்ணாடித் துண்டாயிருந்தாலும் வெளியேறி விடும்.
- ❖ கை கால் வெடிப்பு குணமாக மாசிக்காய், கடுக்காய், விளக்கெண்ணெய், வேப்ப எண்ணெய், தேங்காய் எண்ணெய் சரிசமமாக தடவி வரவும்.
- ❖ நல்ல சுண்ணாம்பு, விளக்கெண்ணெய் கலந்து குழப்பி தடவி வந்தால் பித்த வெடிப்பு குணமாகும்.

இடத்தில் சென்று அமர்தால் மனமானது தானாக அமைதி அடைந்து ரம்யமான சூழ்நிலையை உணரும். மனம் டென்ஷன், மன அழுத்தம் போன்றவை குறையும்.

இந்த மூலிகைகளை சாப்பிட்டு வந்தால் நமது மூளையில் டெல்டா மின் அலைகள் உற்பத்தி ஆகும். இதனால் நல்ல நிம்மதியான மனிதனாக திகழலாம்.

இந்த செண்பகம் மரம், மற்றும் நாகலிங்கம் மரம் இரண்டையும் தியானம் செய்கிற இடங்கள் மற்றும் பள்ளி கூடங்கள், நூலகங்கள், கோவில்கள், ஆய்வகங்கள், பூங்காக்கள், முதியோர் இல்லங்கள்... போன்ற இடங்களில் கண்டிப்பாக வளர்க்க வேண்டும். இதனால் நல்ல மனநிலை உள்ள மனித சமுதாயத்தை உருவாக்க முடியும்.

வைட்டமின்களில் எந்த விட்டமின் இந்த டெல்டா மின் அலைகளை உற்பத்தி செய்ய உதவ கூடும் என்று ஆய்வு செய்து பார்த்ததில் வைட்டமின் B1 (துயமின்) மற்றும் வைட்டமின் E இந்த இரண்டும் உதவுகிறது என அறிய முடிந்தது.

எனவே ஆன்மீகவாதிகள், எழுத்தாளர்கள், கவிஞர்கள், ஆராய்ச்சியாளர்கள் போன்றோர் இந்த ரம்யமான, நிம்மதியான, அமைதியான, லேசான மனநிலையை தரக்கூடிய இந்த ஔஷதங்களை பயன்படுத்தி நல்ல நிலைக்கு முன்னேற வேண்டும் என்று கேட்டு கொள்கிறேன்.

- கி.செல்வராஜ்

தொடர்பு எண்: 6369014582

# எந்த விதமான கட்டணமும் இல்லை தரத்தல் முதலிடம் முற்றிலும் இலவசம்



உலக அளவில் தரமான ஆன்மிக இ-புத்தகமாக  
வெளிவரும் **ஆன்மிக மெயில் புத்தகம்**



இலவசமாக படிக்க

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

[aanmeegamalar app](#)-லும் படிக்கலாம்



உங்கள் இ-மெயில் முகவரியை எங்களுக்கு அனுப்பிவைத்தும் பெற்றுக்கொள்ளலாம் கீழ்க்கண்ட  
வாட்ச்ப் எண் மற்றும் இமெயில் முகவரிக்கு உங்கள் இமெயில் முகவரியை அனுப்பிவைக்கவும்



பெற 9444228203



இமெயிலில் பெற [aanmeegamalar@gmail.com](mailto:aanmeegamalar@gmail.com)



# தமிழை வளர்க்கும் அரையர் சேவை

தமிழ் என்ற வார்த்தையை பயன்படுத்தி, தமிழகத்தில் பல்வேறு அரசியல் நிகழ்வுகள் அரங்கேறி வருகிறது, தமிழை வைத்து, இந்து மதத்தையும் வம்பிழுக்கும் கூட்டமும் நளுக்கு நாள் பெருகிவரும் இந்த சமயத்தில், இந்து தெய்வங்களை தமிழ்க் கடவுள் இல்லை என்று ஒலச்சத்தத்தையும் சில நரிகள் விட ஆரம்பித்துள்ளது.

இந்த நரிகூட்டத்திற்கு நடுவே அற்புதமாக தமிழை வளர்க்கும் ஒரு கலையை வைணவக் கோவில்களில் பல நூறு வருடங்களாக நடைபெற்று வருகிறது. பெருமானின் புகழை மிக அழகாக தமிழில் புரியும்படி ஆடம்பரமில்லா பாடல், நடனம் மூலம் செய்கின்றனர். இதற்கு பெயர் அரையர் சேவை.

இது எல்லா வைணவக் கோயில்களிலும் இருந்திருக்க வேண்டும். ஆனால், தற்போது ஸ்ரீரங்கம், ஸ்ரீவில்லிபுத்தூர், ஆழ்வார்திருநகரி ஆகிய ஊர்களில் மட்டும் நடைபெறுகிறது.

1-15 பிப்ரவரி 2021

இருப்பினும், இது இன்று அருகி வருகிறது.

நாலாயிர திவ்யப் பிரபந்தப் பாடல்களை இசையோடு பாடி, அபிநயம் பிடித்து விளக்கம் சொல்லும் ஆட்டம் இது. இதனை இயல், இசை, நாடகம் ஆகியன கலந்த ஆட்டம் என்று கூறுவர்.

நாலாயிர திவ்யப் பிரபந்த ஏடுகளை மிகுந்த சிரமத்தின் பேரில் கண்டெடுத்தவர் நாதமுனிகள் என்ற வைணவப் பெரியார். திருமங்கை ஆழ்வார் காலத்திற்குப் பிறகு நாலாயிர திவ்யப் பிரபந்தப் பாடல்கள் வைணவத் தலங்களில் இசைப்பது நின்றுவிட்டது. பின்னர் அந்த ஏடுகள் காணாமல் போய்விட்டன

இதனைக் கண்டெடுத்தவர் நாதமுனிகள். அவர் ஒரு இசை வல்லுனர். அப்பாடல்களுக்கு பண், தாளம் ஆகியன அமைத்து வகைப்படுத்தியவர். அவரது சகோதரியின் மக்களான கீழையகத் தாழ்வார், மேலையகத்தாழ்வார் ஆகியோருக்கு இவற்றைக் கற்றுக் கொடுத்தார்.





இவர்கள் பிரபந்தப் பாடல்களை பெரு மாள் வீதிவலம் வரும்பொழுது பாடினர். இவர்களுக்குப் பின் ஆளவந்தாரின் மகனான "திருவரங்கத்தூப் பெருமாள் அரையர்" என்பவர் இத்துடன் நடனத்தையும் சேர்த்து இதனை வளர்த்தார். இந்தப் பரம்பரையினர் அரையர் எனப்படுகின்றனர்.

அரையர்கள் ஆடுவதற்கென்று பெரிய மேடை கிடையாது. அலங்கார ஆடைகள் கிடையாது. பெருமாள் முன்பு, வெறும் தரையில், குறைந்த வெளிச்சத்தில் பிரபந்தப் பாடல்களைப் பாடி நடப்பது இவர்களது வேலை.

இவர்கள் அணிந்து கொள்ளும் குல்லாய் சற்று வினோதமானது. இது வெல்வெட் துணியால் ஆனது. ஓடி உயரமுள்ளது. அதன் மேல் பகுதியில் கலச வடிவிலான பித்தளை குமிழ்கள் இருக்கும். அவை காதுகளை மறைக்கும் வண்ணம், குல்லாவின் இருபுறங்கள் தொங்கிக் கொண்டிருக்கும். முன்புறம் திருமண காப் பும், சங்கு, சக்கரமும் இருக்கும். இதனை அரையர்கள் மட்டுமே அணிவர்.

இந்த அரையர் ஆட்டத்தினை ஆண்கள் மட்டுமே செய்வர். ஆண் வாரிக இல்லையென்றால் சுவீகாரம் எடுத்துக் கொள்ளலாம். இக்கலைக்குரிய பயிற்சிக் காலம் பன்னிரண்டு ஆண்டுகள். தந்தைதான் இங்கு குரு.

நாலாயிரம் பாடல்களை மனப்பாடம் செய்வது ஒரு பயிற்சி. சிறு வெண்கலத் தாளங்கள் பயன்படுத்தப்படுகின்றன. இதில் ஒரு தாளம் நம்மாழ்வார் என்றும், மற்றொரு தாளம் நாதமுனிகள் என்றும் அழைக்கப்படுகிறது. இந்த தாள ஓசையுடன்தான் பாசுரங்கள் பாடப்படுகின்றன.

வைணவக் கோயில்கள் (108 திருப்பதிகளில் மட்டும்) மார்கழி மாதம் சிறப்பான உற்சவம் உண்டு. இதற்கு பகல் பத்து, இராப் பத்து என்று பெயர். மார்கழி மாதம் வளர்பிறை முதல்

நாள் தொடங்கி பத்து நாள் இராப் பத்து நடைபெறுகிறது. இந்த நாள்களில் அரையர் ஆட்டம் இடம் பெறுகிறது.

பெருமாள் முன்பு அரையர்கள் தாளத்துடன் பிரபந்தப் பாடல்களைப் பாடி அபிநயம் பிடிப்பர். பெருமானின் அனுமதி பெற்ற பின்னரே இது தொடங்கும்.

இந்த அனுமதிக்கு அருள்பாடு என்று பெயர். இது கிடைத்தவுடன் அரையர்கள் "நாயிந்தே" என்று கூறி ஆட்டத்தினைத் தொடங்குவர்.

இந்த ஆட்டம் மூன்று பகுதிகளாக உள்ளது. முதலில் திருமாலின் புகழ் பாடுவது. இதற்கு "கொண்டாட்டம்" என்று பெயர். இதன் பிறகு அன்றைக்குரிய பாசுரங்களைப் பாடி அபிநயம் பிடிக்கும் நிகழ்ச்சி இடம்பெறுகிறது. இதன் பிறகு விளக்கம் சொல்லும் (வியாக்கியானம்) நிகழ்ச்சி இடம் பெறுகிறது.

ஒரு அரையர் வியாக்கியானத்தினைக் கூற, மற்றொருவர் ஏட்டைக் கையில் வைத்துக் கொண்டு அதனைச் சரிபார்ப்பார். இந்த விளக்கமும் இசை வடிவத்திலேயே இருக்கும். இது முடிந்ததும் மறுபடியும் "கொண்டாட்டம்" சொல்லப்படுகிறது.

இந்த முறைப்படி பிரபந்தப் பாடல்கள் நாள்தோறும் அபிநயம் பிடிக்கப்படும். இது முத்தமிழும் கலந்த நிகழ்ச்சி.

இதில் மற்றொரு விசேடமும் உள்ளது. ஆழ்வார் பாடல்களில் குறிப்பாக திருங்கையாழ்வார், நம்மாழ்வார் பாடல்களில் பல அகத்துறை சார்ந்தவை. இதில் நாயக நாயகி பாவம் அதிகம்

இதில் ஒன்பதாம் நாள் அரையர் ஆட்டத்தில் "முத்துக்குறி" என்ற நிகழ்ச்சி இடம் பெறுகிறது.

தலைவியின் தாய், தன் மகளுக்கு மன நோய் உள்ளது என்று கண்டு, அதனைப் போக்க குறி பார்க்கும் ஒரு கட்டுவிச்சியை (குறத்தி) அழைத்து குறி பார்க்கச் சொல்கிறாள்.

அவள் சோழிகளுக்குப் பதிலாக முத்துக்களை வைத்துக் குறி பார்க்கிறாள். இதற்கு "முத்துக்குறி" என்று பெயர்.

இந்த நிகழ்ச்சியில் ஒரே அரையர் தலைவி, தாய், கட்டுவிச்சி என்ற மூன்று நிலைகளையும் அபிநயம் பிடித்துக் காட்டுவார். இதற்கு திருநெடுந்தாண்டகத்தில் உள்ள "பட்டுடுக்கும்" என்ற பாசுரம் பயன்படுத்தப்படுகிறது.

இதேபோன்று, இராப் பத்து காலத்திலும் அரையர் ஆட்டம் இடம் பெறுகிறது. இராப் பத்து பத்தாம் நாள் அன்று நம்மாழ்வாருக்கு மோட்சமளிக்கும் நிகழ்ச்சியை செய்து காட்டுவர்.

சிவமந்திரத்தை தினமும்  
108 முறை சொல்லி வந்தால்  
என்னென்ன பலன்கள் கிடைக்கும்  
என்பதை விரிவாக பார்க்கலாம்.

- ❖ **நங்சிவயநம** என்று உச்சரிக்க திருமணம் நிறைவேறும்.
- ❖ **அங்சிவயநம** என்று உச்சரிக்க தேகநோய் நீங்கும்.
- ❖ **வங்சிவயநம** என்று உச்சரிக்க யோகசித்திகள் பெறலாம்.
- ❖ **அங்சிவயநம** என்று உச்சரிக்க ஆயுள் வளரும், விருத்தியாகம்.
- ❖ **ஓம் அங்சிவாய** என்று உச்சரிக்க எதற்கும் நிவாரணம் கிட்டும்.
- ❖ **கிலி நமசிவய** என்று உச்சரிக்க வசிய சக்தி வந்தடையும்.
- ❖ **ஹிரீநமசிவய** என்று உச்சரிக்க விரும்பியது நிறைவேறும்.
- ❖ **ஐயும் நமசிவய** என்று உச்சரிக்க புத்தி வித்தை மேம்படும்.
- ❖ **நம சிவய** என்று உச்சரிக்க பேரூள், அமுதம் கிட்டும்.
- ❖ **உங்யநமசிவய** என்று உச்சரிக்க வியாதிகள் விலகும்.
- ❖ **கிலியுநமசிவய** என்று உச்சரிக்க நாடியது சித்திக்கும்.
- ❖ **சிங்வங்நமசிவய** என்று உச்சரிக்க கடன்கள் தீரும்.
- ❖ **நமசிவயவங்** என்று உச்சரிக்க பூமி கிடைக்கும்.
- ❖ **சவ்வுஞ் சிவாய** என்று உச்சரிக்க சந்தான பாக்யம் ஏற்படும்.
- ❖ **சிங்நீங்** என்று உச்சரிக்க வேதானந்த ஞானியாவார் உங்றீம்.
- ❖ **சிவயநம** என்று உச்சரிக்க

மோட்சத்திற்கு வழி வகுக்கும்.

- ❖ **அங்நங்** சிவாய என்று உச்சரிக்க தேக வளம் ஏற்படும்.
- ❖ **அவ்வுஞ்** சிவயநம என்று உச்சரிக்க சிவன் தரிசனம் காணலாம்.
- ❖ **ஓம் நமசிவாய** என்று உச்சரிக்க காலனை வெல்லலாம்.
- ❖ **வங் ஸ்ரீறியுங் நமசிவாய** என்று உச்சரிக்க தானிய விளைச்சல் மேம்படும்.
- ❖ **ஓம் நமசிவய** என்று உச்சரிக்க வாணிபங்கள் மேன்மையறும்.
- ❖ **ஓம் அங்உங்சிவயநம** என்று உச்சரிக்க வாழ்வு உயரும், வளம் பெருகும்.
- ❖ **ஓம் ஸ்ரீயும் சிவயநம** என்று உச்சரிக்க அரச போகம் பெறலாம்.
- ❖ **ஓம் நமசிவய** என்று உச்சரிக்க சிரரோகம் நீங்கும்.
- ❖ **ஓங் அங்சிவாய நம** என்று உச்சரிக்க அக்னி குளிர்ச்சியைத் தரும்.



# துர்குணம் கொண்டவருக்கு நற்குணம் கொண்ட மகன் பிறப்பதற்கு காரணம்

கெட்ட குணம், கெடுதல் செய்யும் பலருக்கு நல்ல குணம் கொண்ட பிள்ளைகள் பிறப்பதை பார்த்திருப்போம், ஒருசில இடங்களில் "இவனுக்கு இப்படிப்பட்ட பிள்ளைகளா?" என்று பலர் கூறுவதை கேட்டிருப்போம்.

இதற்கான காரணத்தை புராணத்தில் பல இடங்களில் நமது முன்னோர்கள் கூறியுள்ளனர். கெட்டகுணம் கொண்டவர்களுக்கு, நல்லகுணம் கொண்ட பிள்ளைகள் பிறப்பதற்கான காரணத்தைப் பற்றி புராண விளக்கத்துடன் பார்ப்போம்.

நரசிம்ம புராணம், நாற்பத்தொன்றாம் அத்தியாயத்தில் மாமுனிவரான மார்கண்டேய ரிஷிக்கும் மன்னர் ஸஹஸ்ரநிகருக்கும் நிகழ்ந்த உரையாடலில் காணலாம்.

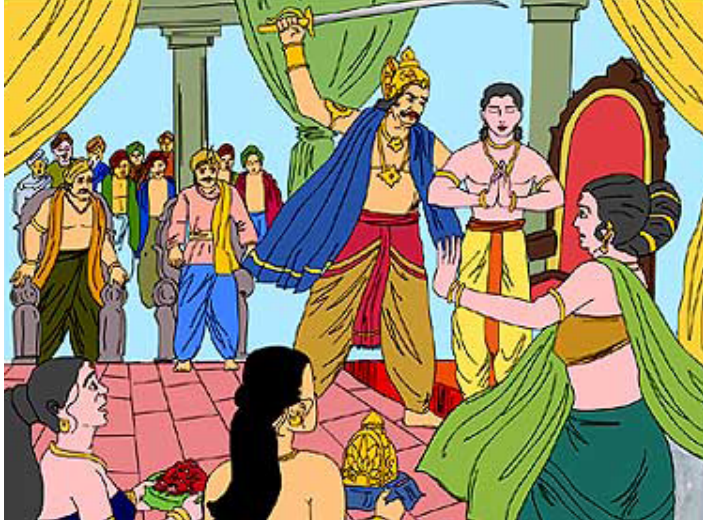
ஒரு சமயம் அசுரத்தனமான வரங்களைப் பெறும் நோக்கத்துடன் ஹிரண்யகசிபு கைலாய மலைக்குப் புறப்பட்டான், மலையின் சிகரத்தில் உள்ள ஒரு வனத்தில் கடுந்தவம் புரியத் தொடங்கினான்.

ஹிரண்யகசிபுவினால் மேற்கொள்ளப்பட்ட தவத்தைக் கண்டு அச்சமுற்ற பிரம்மதேவர் அதைத் தடுப்பதுகுறித்து எண்ணலானார்.

அச்சமயத்தில் அங்கு தோன்றிய நாரத முனிவர் தமது தந்தையின் வருத்தத்தைப் போக்குவதாக வாக்களித்து தமது நண்பர் பர்வத முனிவருடன் சிட்டுக் குருவியின் வடிவத்தை ஏற்று ஹிரண்யகசிபு தவம் புரிந்து கொண்டிருந்த கைலாய மலைக்குச் சென்றார்.

சிட்டுக்குருவியின் வடிவிலிருந்த நாரதர் ஒரு மரக்கிளையில் அமர்ந்தவாறு நமோ நாராயணாய என்று பகவான் நாராயணரின் திருநாமத்தை ஹிரண்யகசிபுவின் செவியில் கேட்குமாறு மூன்றுமுறை உச்சரித்து விட்டு அமைதியாக இருந்தார். குருவியினால் மிகுந்த பக்தியுடன் பாடப்பட்ட நாராயணரின்

1-15 பிப்ரவரி 2021



திருநாமத்தைக் கேட்ட ஹிரண்யகசிபு தமது வில்லை எடுத்து அம்பு எய்ய குறி பார்த்தான்.

அச்சமயம் அவர்கள் இருவரும் பறந்து விட்டனர். பறவைகளைத் தாக்க முடியாத தனது தோல்வியினால் வருத்தமுற்ற ஹிரண்யகசிபு தவத்தைக் கைவிட்டு தனது தலைநகரத்திற்குத் திரும்பினான்.

கணவனின் எதிர்பாராத வருகையினால் மகிழ்ந்த கயாது, பத்தாயிரம் ஆண்டுகள்புரிய வேண்டிய கடுந்தவத்தைக் கைவிட்டு விரைவில் கணவன் திரும்பியதற்கான காரணத்தை வினவினான். தான் தவம் மேற்கொண்டிருந்த கைலாய மலையில் இரு சிட்டுக்குருவிகள் தோன்றி நமோ நாராயணாய என்று மும்முறை உச்சரித்த சம்பவம், அம்பு எய்த எண்ணியது, அதன் தோல்வி, தான் அடைந்த ஏமாற்றம் என அனைத்தையும் அவன் விளக்கினான்.

மேலும், விதியை சக்தி வாய்ந்ததாகக் கருதி தலைநகரம் திரும்பியதாகவும் கூறினான். இவ்வாறு கணவன், மனைவி இருவரும் உரை



புனிதவேல்



யாடிய பின்னர், அவர்கள் புலனின்பத்தில் இணைந்தனர். அதன் விளைவாக கயாது உயர்ந்த பக்தரான பிரகலாத மஹாராஜரைத் தனது மகனாக ஈன்றெடுத்தார்.

இந்த சம்பவத்தின் தாத்த பரியத்தை மார்கண்டேய ரிஷி ஸஹஸ்ரநிக மன்னரிடம் பின்

வருமாறு விளக்கினார்:

முதலில் ஹிரண்யகசிபு தூய பக்தரான நாரதரின் திருவாயிலிருந்து பக்தியுடன் உச்சரிக்கப்பட்ட நமோ நாராயணாய என்னும் மந்திரத்தைக் கேட்டான்.

பின்னர், அவன் தனது மனைவியுடன் இணைவதற்கு முன்பாக அவளிடம் இம்மந்திரத்தை அவ்வாறே திரும்பவும் உச்சரித்தான். அதன் விளைவாக பகவான் கிருஷ்ணரின் உயர்ந்த பக்தர் ஒருவர் அவர் களுக்குக் குழந்தையாகப் பிறந்தார்.”

ஸ்ரீல பிரபுபாதர் இதுகுறித்து தமது பொருளுரைகளில் பின்வருமாறு விளக்கமளிக்கிறார்: கருத்தரிக்கும் சமயத்திற்கு முன்பாக ஒருவருடைய மனம் நிதானமாக பக்தியுடன் இருக்க வேண்டியது அவசியம்.

இதற்காகவே வேத சாஸ்திரங்கள் கர்ப்பதானஸம்ஸ்காரம் என்னும் வழிமுறையைப் பரிந்துரைக்கின்றன. தந்தையின் மனம் நிதானமாக இல்லாவிடில், விடுவிக்கப்படும் விந்துவும் சிறப்புடையதாக அமையாது. அச்சமயத்தில், தாய் தந்தையின் ஜடக்கலவையினால் பிறக்கும் குழந்தை, ஹிரண்யாக்ஷன், ஹிரண்யகசிபுவைப் போன்று அசுரனாகவே இருப்பான். (ஸ்ரீமத் பாகவதம் 3.16.35)

குழந்தை பெறுவதற்கு முன்பாக ஒருவன் தனது களங்கமான மனதைத் தூய்மைப்படுத்த வேண்டும். பெற்றோர்கள் தங்களது மனதை பகவானின் தாமரைத் திருவடிகளில் நிலை நிறுத்தும்போது, இது சாத்தியமாகின்றன.

தொகுப்பு: புனிதவேல்  
தொடர்பு எண்: 9841807572



ஆன்மிகமலர்



ஆன்மிக விஷயங்களின்  
முழு வீடியோ  
aanmeegamalar

YouTube

யூ-டியூப் சேனலில்  
பதிவிடப்பட்டுள்ளோம்.  
நமது சேனலில் சென்று  
முழுவதுமாக பார்த்து  
பயன் பெறுங்கள்...

ஆன்மிக சேவை  
செய்யும் நமது  
சேனலை



தற்போது வியாதியைக் கண்டு அஞ்சி பயந்து ஓடுபவர்கள் அதிகம் உள்ளனர். தங்கள் உயிரை பாதுகாக்க அவர்கள் அதிகம் மெனக்கெடுகின்றனர்.

உடலை பாதுகாப்பது என்பது நல்ல விஷயமாக இருந்தாலும், ஒரு வியாதி என்பது வந்துவிட்டால் வாழ்க்கையே முடிந்துவிட்டதைப் போன்று மிகப்பெரிய சோகத்தில் ஆழ்ந்துவிடுகின்றனர்.

வாழ்வில் எதையோ இழந்ததைப்போன்று சோகத்தில் உழல்கின்றனர். ஆனால் வாழ்வில் எந்த துன்பங்கள் வந்தாலும், எந்த வியாதிகள் வந்தாலும், அவை அனைத்தும் மனித பக்குவத்திற்கு என்று எடுத்துக் கொண்டால், பூமியில் வாழும் வரை இனிமையாக வாழ முடியும்.

உடலைமட்டும் நேசிப்பவருக்கு வியாதி ஒரு சாபமே!! ஏனெனில், முதலில் நாக்கைக்

● ஸ்ரீ நாராயண தீர்த்தருக்கு அவரின் வயிற்று வலியே வராஹ தரிசனத்தையும், க்ருஷ்ண லீலா தரங்கினியையும் தந்தது!

● ஸ்ரீ சனாதன கோஸ்வாமிக்கு அவரின் உடல் புண்களே அவருக்கு ஸ்ரீ சைதன்யரின் பரிபூரண ப்ரேமையைக் கொடுத்தது!

● பீஷ்ம பிதாமகருக்கு அவரின் உடலில் தைத்த அம்புகளின் வலியே அவரை சஹஸ்ர நாமத்தை சொல்ல வைத்தது!

● மாரனேரி நம்பிக்கு ராஜ பிளவை நோயே அவருக்கு ஆளவந்தாரின் அனுகூலத்தையும் மோகூத்தையும் சாபல்யமாக்கியது!

இப்படி பல மகான்களுக்கு வாழ்வில் வியாதிகளே மிகப்பெரிய மாற்றத்தையும், பக்குவத்தையும் கொண்டுவந்திருக்கிறது...

# வியாதிகள்... வரமா?!! சாயமா?!!



கட்டுப்படுத்த வேண்டும்! பிறகு ஆசையை அடக்கவேண்டும்!

இவையிரண்டும் உடல் மேல் ஆசை உள்ள வரை மிகவும் கஷ்டமான காரியம்!

ஆனால் பகவானையும், பக்தியையும் நேசிப்பவருக்கு வியாதி ஒரு ஆசிர்வாதமே!

● ஸ்ரீ நாராயண பட்டத்திரிக்கு பக்கவாதம் என்னும் வியாதியே அவரை நாராயணீயம் எழுத வைத்தது!

● வாசுதேவ கோஷுக்கு அவரின் தொழு நோயே அவருக்கு ஸ்ரீ க்ருஷ்ண சைதன்யரின் தரிசனத் தை பெற்றுத் தந்தது!

புண்ணிய நதிகளான கங்கை, யமுனை உள்ளிட்ட நதிகள் கூட, மக்கள் நீராடியதால் அவர்களின் பாவக்கறை தங்கள் மீது படிந்துள்ளதைப் போக்க சிவபெருமானின் அருளாசிப்படி துலாமாதத்தில் ஐப்பசி மாதத்தில் காவிரியில் நீராடி தங்களைப் புனிதப்படுத்திக் கொண்டன என புராணங்கள் கூறுகின்றன. அப்படியானால் மஹாத்மாக்களும் கூட தங்களை புனிதப்படுத்திக் கொண்டிருக்கலாம்.

அதற்காக நீங்கள் வியாதிகளை வரவேற்க வேண்டாம்! வியாதிகளில் துவண்டு போகாமலிருக்க வேண்டும்!

பெருமானின் 108 திவ்ய தேசங்களில் மிக முக்கியமான 10விதமான சயனக்கோலங்கள் பிரசித்திபெற்றதாகும். அதைப்பற்றி விரிவாக பார்ப்போம்...

1. ஜல சயனம்: 107வது திவ்ய தேசமான ஸ்ரீவைகுண்டம் எனும் திருப்பாற்கடலில் அமைந்துள்ளது, திருமால் சயனக்கோலங்களில் மக்கள் தம் பூத உடலுடன் சென்று தரிசிக்க முடியாத ஜல சயனம்
2. தல சயனம்: 63 வது திவ்ய தேசமான மாமல்லபுரம் என்னும் மல்லையில் அமைந்துள்ளது, திருமால் சயனக்கோலமான தல சயனம் . இங்கு திருமால் வலதுகரத்தை உபதேச முத்திரையுடன் மார்பின் மீது வைத்து, தரையில் ஆதிசேடன் மீது சயனித்து காட்சி தருகிறார்.
3. புஜங்க சயனம் (சேஷசயனம்): முதலாம் திவ்ய தேசமான ஸ்ரீரங்கம் என்னும் திருவரங்கம் விண்ணகரத்தில் அமைந்துள்ளது, திருமால் சயனக்கோலமான புஜங்க சயனம் (சேஷசயனம்). இங்கு திருமால் புஜங்க சயனத்தில் ஆதிசேடன் மீது சயனித்து காட்சி தருகிறார்.
4. உத்தியோக சயனம் : 12 வது திவ்ய தேசமான திருக்குடந்தை என்னும் கும்பகோணத்தில் அமைந்துள்ளது, திருமால் சயனக்கோலமான உத்தியோக சயனம் (உத்தான சயனம்). வேறு எங்கும் இல்லாத சிறப்பாக இங்கு சாரங்கபாணிப் பெருமாள் திருமழிசை ஆழ்வாருக்காக, சயனத்தில் இருந்து சற்றே எழுந்து பேசுவது போலான உத்தியோக சயனத்தில் காட்சி தருகிறார்.
5. வீர சயனம் : 59 வது திவ்ய தேசமான திருஎவ்வள்ளூர் என்னும் திருவள்ளூரில் அமைந்துள்ளது, திருமால் சயனக்கோலமான வீர சயனம். திருமால், 'நான் எங்கு உறங்குவது?' என்று சாலிஹோத்ர முனிவரை கேட்டபோது, அவர் காட்டிய இடம் தான் திருஎவ்வள்ளூர். இங்கு திருமால் வீரராகவப் பெருமாள் வீர சயனத்தில் காட்சி தருகிறார்.
6. போக சயனம் : 40 வது திவ்ய தேசமான திருசித்திரகூடம் என்னும் சிதம்பரத்தில் அமைந்துள்ளது, திருமால் சயனக்கோலமான போக சயனம். இங்கு புண்டரீகவல்லி தாயார் சமேதராய் கோவிந்தராஜப் பெருமாள் போக சயனத்தில் காட்சி தருகிறார்.
7. தர்ப்ப சயனம் : 105 வது திவ்ய தேசமான திருப்புல்லாணியில் அமைந்துள்ளது, திருமால் சயனக்கோலமான தர்ப்ப சயனம். இங்கு ஸ்ரீராமர் தர்ப்ப சயனத்தில் காட்சி தருகிறார்.
8. பத்ர சயனம் : 99 வது திவ்ய தேசமான ஸ்ரீவில்லிபுத்தூரில் அமைந்துள்ளது, திருமால் சயனக்கோலமான பத்ர சயனம். இங்கு வடபத்ர சாயி என்னும் வடபெருங்கோவிலுடையானான ஸ்ரீரங்கமன்னார் பெருமாள் வடபத்ர சயனத்தில் காட்சி தருகிறார். பத்ர என்பது ஆலமரத்து இலையை குறிக்கிறது.
9. மாணிக்க சயனம்: 61 வது திவ்ய தேசமான திருநீர்மலையில் அமைந்துள்ளது, திருமால் சயனக்கோலமான மாணிக்க சயனம். இங்கு திருமால் அரங்க நாயகி சமேத அரங்கநாதராய் சதுர் புஜங்களுடன் அரவணையில் மாணிக்க சயனத்தில் காட்சி தருகிறார். இத்தலத்தின் சிறப்பாக இங்கு பெருமாளை நின்றான், இருந்தான், கிடந்தான், நடந்தான் என நான்கு நிலைகளில் தரிசிக்கலாம்.
10. உத்தான சயனம் : திருக்குடந்தையில் அமைந்துள்ளது, திருமால் சயனக்கோலமான உத்தான சயனம். இங்கு திருமால் அரவணையில் உத்தான சயனத்தில் காட்சி தருகிறார்.

## திருமால் முக்கிய சயன கோலங்கள்



# உயரிய கோட்பாடுகளை கொண்டது இந்தும்மதம்

சென்ற இதழில் "கடவுள் உருவாக்கிய மதம்"  
சம்பத்தப்பட்ட கட்டுரையின் தொடர்ச்சி...

சிலர் கேட்கலாம் நமது நாடு முழுவதும்  
இந்து கோவில்களின் எண்ணிக்கை அதிகரித்  
திருக்கிறது. திருப்பதி, சபரிமலை, வைஷ்ணவி,  
காசி போன்ற புனித ஸ்தலங்களுக்கு வருகை  
தரும் பக்தர்களின் எண்ணிக்கை நாளுக்கு  
நாள் அதிகரித்துக் கொண்டே வருகிறது.  
நகரங்கள் மட்டுமல்லாது கிராமபுறங்களில் கூட  
ஆன்மீக கருத்தரங்கங்கள், சொற்பொழிவுகள்  
போன்றவைகள் அதிகத்திருக்கிறது. நிலைமை  
இத்தகைய வளர்சி பாதையில் செல்லும் பொழுது  
மத அறிவு வளர்ந்து தானே இருக்க வேண்டும்.  
நூற்றுக்கு பத்துபேருக்கு கூட மத ஞானம்  
இல்லை என்பது எந்த வகையில் சரியாகும் என்று.  
இவர்கள் கேட்பதில் தவறுகள் இருப்பதாக  
நான் கருதவில்லை. ஆனால் இவைகளால்  
மட்டுமே மதஞானம் பெருகி உள்ளது என்று  
கூறி விட இயலாது. ஆலயங்களுக்கு செல்வதும்  
யாத்திரைகள் மேற்கொள்வதும் கருத்தரங்கங்களை

கேட்பதும் ஒரு மனிதனின் சமய அறிவை  
பெருக்கிவிடும் என்றால் பட்டி தொட்டியெங்கும்  
பகவத் கீதை பரவியிருக்கும் பெருவாரியான  
கிறிஸ்துவர்கள் கையில் பைபுளை வைத்துக்  
கொள்வது கௌரவம் என்று கருதுவது போலானது  
பகவத் கீதையை வைத்துக் கொள்பவர்களின்  
எண்ணிக்கை கூடியிருக்கும்.

ஆனால் நிலைமை என்னவென்று நமக்கு  
தெரியும் மக்கள் இன்று அலகு குத்துவதும்,  
காவடி எடுப்பதும் நெருப்பில் நடப்பதும் தான்  
சமய வாழ்க்கை என்று கருதும் அறியாமை நிலை  
மாறியிருக்கும். பல கிராமங்களில் சில காட்சி  
களை நேரடியாகவே நான் பார்த்திருக்கிறேன்  
கிறிஸ்துவ மத போதகர்கள் நம் மக்களை பார்த்து  
நீங்கள் கல்லையும், மண்ணையும் வணங்கு  
கிறீர்கள் அது சாத்தானின் வழிபாடாகும் என்று  
கேலியும் கிண்டலுமாக பேசுகின்ற பொழுது நம்  
மக்களில் பலர் அதற்கு பதில் சொல்ல முடியாமல்  
தவிப்பதையும் கோபத்தால் துடிப்ப தையும்  
பார்த்திருக்கிறேன்.

அவர்களிடம் மட்டும் சரியான சமய அறிவு இருந்திருந்தால் கேலி செய்யும் பாதிதிகளை பார்த்து கத்தோலிக்கே ஆலயங்களிலிருக்கும் சிலைகள் மட்டும் கடவுளா முதலில் உங்களது சிலை வழிபாடுகளை நிறுத்தி விட்டு எங்களை பற்றி பேசுங்கள் என்று காரசாரமாகபதில் சொல்லியிருப்பார்கள்.

ஆனால் பாவம் அவர்கள் அப்படி பயிற்றுவிக்கப்படவில்லையே நமது மடாதிபதிகள் அவர்களை பல் லாக்கு தூக்குபவர்களாகத்தானே வைத்திருக்கிறார்கள்.

இந்த மாதிரியான சிந்தனைகள் எனக்குள் எழுந்து கொண்டு இருந்த பொழுது எனது சீடர்களில் ஒருவரான சிவானந்தத்தின் குழந்தை சிவசங்கரி என்னிடம் ஒரு கேள்வி கேட்டாள்.

“குருஜி இந்து மதம்னா என்ன”? என்பதே அந்த கேள்வியாகும். இது சாதாரணமான ஒரு குழந்தையின் விளையாட்டு தனமான கேள்வியாகக் கூட இருக்கலாம். ஆனால் அந்த கேள்வியை என்னால் விளையாட்டு தனமாக எடுத்துக்கொள்ள முடியவில்லை.

காரணம் நமது மதத்தை பற்றிய அறிவு மக்களிடம் இல்லை மத வல்லுநர்கள் அதை மக்களுக்கு தரவில்லை என்று குறைபட்டுக் கொண்டிருப்பதில் என்ன பிரயோஜனம் இருக்கிறது இந்து மதம் என்றால் என்ன என்று மக்கள் அறிந்து கொள்ள இதுவரை நாம் செய்தது என்ன என்றெல்லாம் எனக்குள் எத்தனையோ கேள்விகள் எழும்பியது.

மற்றவர்கள் மீது குற்றச்சாட்டுகளைசொல்லுவது மிக எளியது. ஆனால் அப்படி குற்றம் கண்டுபிடிப்பதில் மட்டுமே ஒருவனின் சமூகப்பணி முடிந்து விடுகிறது என்றால் இல்லை யென்றே சொல்லவேண்டும். குறைகளை பற்றி பேசிக் கொண்டிராமல் அவைகளை நிறைகளாக்க முயற்சிப்பவனே சிறந்த மனிதன் என்று எப்போதுமே நான் கருதுவது உண்டு.

அதனால் என்னால் முடிந்தவரை நமது மதத்தை பற்றி எளிமையாகவும் தெளிவாகவும் எடுத்து சொல்வது என்று முடிவு செய்ததின் விளைவே இந்த பதிவாகும்.

நாம் அனைவரும் இந்துக்கள் நமது மதம் இந்து மதம் என்பது எப்படி நமக்கு தெளிவாகத்



யோகி ஸ்ரீ ராமானந்த குரு

தெரியுமோ அதை விட தெளிவாக இந்து மதம் என்ற பெயர் நமக்கு நாம் சூட்டிக் கொண்டது அல்ல. அந்நியர்கள் நமக்கு தந்த பெயராகும் என்று தெரியும். நமது நாட்டிலுள்ள பழைய கால நூல்கள் எதுவும் நமது மதத்தை இந்து மதம் என்ற பெயரில் அழைக்கவே இல்லை. அவைகள் நமது மதத்தை சனாதன தர்மம் என்ற பெயரிலேயே அழைக்கிறது. கி.பி. 5ம் நூற்றாண்டில் எழுதப்பட்ட தந்த சாஸ்திர நூல் ஒன்றே இந்து மதம் என்ற வார்த்தையை முதல் முதலில் பயன்படுத்துகிறது. அதற்கு முன்பு

உள்ள அனைத்து நூல்களும் என்றும் அழியாது நிலைத்திற்கும் வழிமுறை என்ற பொருள் கொண்ட சனாதன தர்மம் என்ற பெயரையே மதத்தை குறிப்பிட பயன்படுத்துகிறது. நிலைமை இப்படி இருக்க இந்து மதம் என்ற பெயர் எப்போது யாரால் நமக்கு கொடுக்கப்பட்டது என்ற வினா எழும்புவது இயற்கையே ஆகும்.

சிந்து நதிக்கு கிழக்கு பக்கத்தில் வாழ்ந்த மக்கள் அனைவரையும் கிரேக்கர்கள் இந்துக்கள் என்று அழைத்தார்கள். சிந்து நதியோர மக்கள் என்றால் அவர்களை சிந்துக்கள் என்று தானே அழைக்க வேண்டும். இந்துக்கள் என்று எப்படி அழைக்கலாம் என்று கேட்டால் அதற்கொரு வேடிக்கையான பதில் இருக்கிறது. பழைய பாரசீக மொழியில் சீ என்ற எழுத்தே கிடையாது. அவர்கள் சீ என்று துவங்கும் பதங்களை ஹீ என்ற எழுத்திலேயே அழைப்பார்கள் அதனால் தான் சிந்துக்கள் ஹிந்துக்களானார்கள்.

உலகிலுள்ள பிற மதங்கள் அனைத்திலேயும் ஒரு குறிப்பிட்ட கொள்கை மட்டும் தான் இருக்கும். அந்தக் கொள்கையை மட்டுமே சுட்டிக்காட்டி அந்த மதங்களை விவரித்து விடலாம். ஆனால் இந்து மதம் என்பது ஒரு குறிப்பிட்ட அம்சத்தை மட்டும் கொண்டது அல்ல. அதனால் நமது மதத்தை வேற்றுமைகளின் உரைவிடம் என்று கூறிவிடவும் முடியாது.

நமது ஒருமைபாடு கொள்கை அடிப்படையிலேயோ அமைப்புருவாலோ இல்லை. அதே நேரம் நம் மதம் ஒரு இறையியல் கோட்பாடுமாகாது. கடவுள் என்பது இது தான் இப்படித்தான் என்று பிடிவாதம் செய்யும் சபாவமும் நம் மதத் திற்கு இல்லை. குருட்டாம்போக்கிலான நம்பிக்கை



களுக்கும் சடங்குகளுக்கும் ஆட்பட்டது அல்ல. இன்னென்னவற்றை இப்படித்தான் செய்ய வேண்டும் என்று அடம் பிடிப்பதும் நமது மதமாகாது. குறிப்பிட்ட வரையறைகளோ எல்லைகளோ நமக்கு இல்லை. கடவுளை இல்லை என்பவனும் இந்து தான். அவர் உள்ளார் என்று தூக்கி வைத்து ஆடுபவனும் இந்துதான். வேதங்களை மறுத்தாலும் ஏற்றுக் கொண்டாலும் அவன் இந்து தான். உருவ வழிபாடு மடத்தனமானது என்பவனும் சிலைகளின் கலைகளில் இறைவனை காணுகிறேன் என்பவனும் நமது மதத்தை சார்ந்தவனாகத் தான் கருதப்படுகிறான்.

இந்து மதம் எந்த மதத்திலேயும் குற்றம் குறைகளை கண்டு பிடித்து கேலி பேசும் சுபாவம் கொண்டது அல்ல.

விண்ணிலிருந்து விழுகின்ற ஒவ்வொரு மழைதுளியும் எப்படி தூய்மையானதோ, நதிகள் எல்லாம் பல இடங்களில் தோன்றினாலும் எப்படி அனைத்தும் கடலில் போய்ச் சங்கமிக்கிறதோ அதே போலவே எல்லாமதங்களும் புனிதமானவைகள்தான்.

அனைத்து மதங்களும் இறைவனிடம் மனிதனைக் கொண்டு சேர்ப்பவைகள் தான் என்று உயரிய கோட்பாடுகளை கொண்டது தான் இந்து மதம்.

எவனாவது தன்னை வெட்ட வந்தவனை சாகடிக்க முயற்சி செய்தவனை மார்போடு அனைத்து நீயும் என் சகோதரன் தான் என்று கூறுவானா அப்படி கூறுகிறவன் எவனாக இருந்தாலும் மனித நிலையிலிருந்து புனித நிலையில் இருப்பவனாகவே கருதப்படுவான் அல்லவா. இந்து மதமும் அப்படித் தான் தன்னை அழிக்க வந்த தனது அஸ்தி வாரத்தை ஆட்டம் காட்ட வந்த புத்த மதத்தை தனது ஒரு பிரிவாகவே கருதி கௌதம புத்தரை மகாவிஷ்ணுவின் அவதாரங்களில் ஒன்றாக ஏற்று தமதாக்கிக் கொண்ட பெருந்தன்மை நம் மதத்திற்கு மட்டும் தான் உண்டு.

நம் மதம் எப்போதும் தான்தான் உயர்ந்தது என்று பெருமையடித்து கொண்டது இல்லை. தனது குருமார்கள் மட்டும் தான் இறைவனின் தூதர்கள் என்று வீண் ஜம்பம் பேசியது இல்லை. தனது கொள்கைகளை கடைபிடிப்பவர்கள் மட்டும் தான் இறைவனின் குழந்தைகள் மற்றவர்கள் சாத்தானின் பிள்ளைகள் என்று பேதம் காட்டியது கிடையாது. பொதுவாக இந்து மதத்தை பற்றி சுருக்கமாக சொல்லுவது என்றால் இது வெறும் மதம் மட்டுமல்ல பிரபஞ்சத்தை இயக்கும் சக்தியாக உள்ளது என்றே சொல்லவேண்டும். மற்ற மதங்கள் இன்ன இடத்தில் இன்னாரால் தோற்றுவிக்கப்பட்டது



என்று சொல்லிவிடலாம். ஆனால் இந்து மதம் தானாகவே மெல்ல மெல்ல வளர்ந்து பரவி நிற்கும் ஜீவசக்தியாகும். மற்ற மதங்களை தார்சலைக்கு ஒப்பிட்டால் நம் மதத்தை ஒற்றையடி பாதைக்கு ஒப்பிடலாம். தார்சாலையை எந்த அளவு மக்கள் பயன்படுத்துகிறார்களோ அந்த அளவு அது பழுதடைந்து காலத்தால் மறைந்துபோய் விடும். ஒற்றையடி பாதை நாம் எந்த அளவு பயன்படுத்துகிறோமோ அந்த அளவு பண்படும் உறுதிபடும் காலத்தால் இயற்கை மாற்றங்களால் கூட அழியாமல் நிலைத்து நிற்கும்..

யோகி ஸ்ரீ ராமானந்த குருமேலும் தொடர்பு கொள்ளவும் போன்: 09442426434

# ஆன்ம வெகுமத்கள்

## உபவாசத்தின் உடல் மற்றும்

ஸெல்ஃப் ரியலைசேஷன் ஃபெலோஷிப் சர்வதேச தலைமையகம், கலிஃபோர்னியா, லாஸ் ஏஞ்ஜல்ஸில் 1939 மார்ச் 9ம் தேதி குருதேவர் ஸ்ரீ ஸ்ரீ பரமஹம்ஸர் ஆற்றிய சொற்பொழிவு.

பரமஹம்ஸர் அருளுகிறார்: “உபவாசத்தின் தேசப்பலன்களும், ஆன்மீக அனுபவங்களும் அற்புதமானவை. உள்ளிருக்கும் ஆன்மாவானது, உடல் தேவைகளிலிருந்து துண்டிக்கப்படுகிறது மேலும் உடல்கூட அதே நேரத்தில் விரும்பத்தகாத பழக்கங்களிலிருந்து விடுபடுகிறது.

எனது முப்பதாவதுநாள் பத்தியத்தையும், உபவாசத்தையும் இப்பொழுது கடந்துள்ளேன் நான் இயற்கையாகவே என்றும் உண்ணாமலிருப்பதுபோல் தோன்றுகிறது உங்களில் முடிந்தவர்கள் அனைவரும், மூன்றுநாள் உபவாசமொன்று இருக்க வேண்டும்; முடியுமானால் இன்னும் அதிக நாட்கள் நல்ல உடல்நிலையுள்ளோர் மூன்று நாட்கள் உபவாசமிருப்பதில் எந்த விதக்கஷ்டத்தையும் அனுபவிக்க நேரிடாது. இதைவிட நீண்டகால உபவாசம் அனுபவமுள்ளவர்களின் மேற்பார்வையிலேயே கடைபிடிக்கப்படவேண்டும். தீராத வியாதி அல்லது உறுப்பு குறைபாடு உள்ளவர்கள் உபவாச முறைகளில் அனுபவமுள்ள மருத்துவரின் அறிவுரைகளின் பேரில் மட்டும்தான் உபவாசமிருக்க வேண்டும். உணவின்றி உங்களால் வாழ முடியும் என்பதை நீங்கள் காணத்தொடங்குவீர்கள்.”

“உடலில் உள்ள நோய்கள் அல்லது வலிகள் அதனுடைய கட்டமைப்பில் ஏதாவது கோளாறு இருப்பதைச் சுட்டிக்காட்டுகின்றன; பழுது பார்த்தல் அவசியமாகிறது. உங்களுடைய மோட்டார் வாகனத்தை எவ்வளவு சிரத்தையுடன் நீங்கள் சுத்தமாகவும் பழுதற்ற நிலையிலும் வைத்துக்கொள்கிறீர்கள் என்பதை எண்ணிப் பாருங்கள். மனித உடல் எந்த ஒரு மோட்டார் வாகனத்தையும் விட அதிக அளவு சிக்கலானது; இறைவன், அதை நீங்கள் சுத்தமாகவும் நன்கு செயற்படும் நிலை யிலும் வைத்துக்கொள்ளவும் அதே சமயம் தன்னை அதிகம் சார்ந்திருக்க வேண்டும் என்றும் விழைகிறான். நல்ல உடல்நிலையின் இரகசியம், இரசாயனப்பொருட்களில் மட்டுமே அடங்கியில்லை.



ஒருவர் தன்னுள் இருக்கும் இறைச் சக்தியின்மேல் இன்னும் அதிகம் சார்ந்திருக்க வேண்டும். நமது உடல்களினுள் உள்ள இந்த உயிர்ச் சக்திதான் உண்மையில், நமது வாழ்வின் ஆதாரம். அது ஓர் அறிவார்ந்த சக்தி. அது உறுப்புகளின் படைப்பாளி மட்டுமல்லாமல், அவற்றிற்கு ஆற்றலையும் வழங்கும் ஒன்றாகும். சாதாரணமாக உயிர்ச் சக்தியானது மனோ சக்தி மற்றும் உணவு

மூலம் இடைவிடாது வலுவூட்டப்படுகிறது. ஆனால் அது மிதமிஞ்சி துஷ்பிரயோகம் செய்ய ய்ப்பட்டால், செயற்படுவதைக் கைவிட்டு, தொடர்ந்து வேலை செய்யவும் மறுக்கிறது. உதாரணமாக, அதன் சக்தி கண்களில் மங்கிப்போகலாம்; பிறகு உங்களால் நன்றாகப் பார்க்க இயலாது. தேகத்தின் உயிர்ச் சக்தி குறையத்தொடங்கினால், எந்த உணவும் சக்தியளிப்பதில்லை; காற்றினுடைய மாற்றமும் உற்சாகத்தை அளிப்பதில்லை; எதுவுமே சக்தியை மீட்டுத்தர முடியாது.”

மேலும் அவர் தொடர்கிறார்: “அளவுக்கு மீறி உழைக்கும் தேக இயந்திரங்களான உறுப்பு களுக்கு உபவாசம் ஓய்வைக் கொடுக்கிறது. மேலும் அது உயிர்ச் சக்திக்கே அதன் தேவைக்கு அதிகமான வேலையிலிருந்து அதை விடுவித்து ஓய்வளிக்கிறது. நீங்கள் உயிர்ச்சக்தியை, அதனுடைய இருப்பிற்கு புற ஆதாரங்களை உணவு, நீர், பிராணவாயு, சூரிய ஒளி சார்ந்திருக்க வேண்டும் என்று உணரவிடாமல் செய்து விட்டால், அது தன்னையே சார்ந்ததாகவும், விடுதலை அடைந்ததாகவும் மாறுகிறது. வருடத்தில் முன்னூற்றி அறுபத்தைந்து நாட்களும் அளவு மீறி உண்பதே அநேக வகையான நோய்களை உண்டாக்குகிறது. தேகத்திற்கு உண்மையில் உணவு தேவையா, இல்லையா என்பதைப் பாராமல் காலந்தவறாது விடாமல் உண்பது தேகத்திற்கு ஒரு சாபக்கேடாகும். எவ்வளவு அதிகமாகச் சுவையில் நீங்கள் கவனம் செலுத்துகிறீர்களோ, அவ்வளவு அதிகமாக நோய்க்கு ஆளாவீர்கள். உணவை அனுபவிப்பது சரிதான். ஆனால் அதற்கு அடிமைப்படுவது வாழ்விற்குக் கேடாகும். இயற்கை உங்களுக்குத் துன்பம் தர நீங்கள் ஏன் அனுமதிக்க வேண்டும்? தேகத்திடம் பற்றில்லாது இருந்தாலோ, அல்லது உணவிற்குக் கட்டுப்படாமல் இருந்தாலோ, இயற்கை உங்களைத் தண்டிக்கமுடியாது. உயிர்ச் சக்திதான் தேகத் தைக் காத்துப் பேணுகிறது என்பதை நீங்கள் அறிந்துகொள்ளவேண்டும். பிடிவாத வெறியராக இல்லாமல், மனதில் சக்தியை மேன்மேலும் சார்ந்திருக்கும் நோக்கத்துடன்,

அதற்கு அதி உயர்ந்த முக்கியத்துவத்தை அளியுங்கள். மனதை உடலின் அடிமையாக்குவதை நீங்கள் வலியுறுத்தினால், மனம் பழிவாங்கும். அது தனது சக்தியை துறந்துவிடும். இதனால் உங்களுக்கு உதவி புரிவதற்கு நீங்கள் யாராவது ஒருவர் அல்லது ஏதாவது ஒன்றின்மீது சார்ந்திருக்க வேண்டும். ஒரு நோயாளியின் மனம், அவரது நோய் முற்றி விடும் அளவிற்கு வலுவழிந்திருந்திருந்தால், எந்த ஒரு மருத்துவரோ அல்லது மருந்தோ அவரைக் குணப்படுத்த முடியாது. சிகிச்சையின் முக்கால் பங்கு மனதில் அடங்கியுள்ளது.

மேலும் குருதேவர் கூறுகிறார்: “இந்தியாவில் நாங்கள், ஒருவர் மனதை அதிகம் சார்ந்திருக்கச்செய்யும் பொருட்டு தேகத்தை எவ்வாறு கட்டுக்குள் கொண்டு வருவது என்பதைப் பற்றிக்கற்றுக் கொடுக்கிறோம். ஆரோக்கியத்திற்கும் குண மடைதலுக்கும் எப்பொழுதும் வெளிப்புற உபாயங்களை எதிர் நோக்கியிருப்போர், அவைகளையே எப்பொழுதும் சார்ந்திருப்பார். ஆனால் மன ஆற்றல் மேம்பட்டது. ஒருவர் படிப்படியாக மனதை அதிகம் பயன்படுத்தக் கற்றுக்கொள்ள வேண்டும். அப்படிச் செய்வதால், மனம் ஒரு மிகச் சிறந்த கருவி என்பதை நீங்கள் அறிந்து கொள்வீர்கள் நீங்கள் என்ன கட்ட ளையிட்டாலும், அது செய்யும். இதை நான் எனது சொந்த வாழ்விலேயே கண்டுள்ளேன்.”

“ஒருநாள் நான் மால்வாகீயில் சொற் பொழிவாற்றிக்கொண்டிருந்த சமயம், வெப்பம் அதி பயங்கரமாக இருந்தது. என் முகத்தில் வியர்வை அருவிபோல் பாய்ந்து கொண்டிருந்தது. ஆனால் என் கைக்குட்டை கிடைக்கவில்லை. ஒருகணம் என்ன செய்வதென்றே எனக்குத் தோன்றவில்லை. பிறகு நான் என் உணர்வு நிலையைப் புருவமத்தி (கூடஸ்தா)யில் ஒருமுகப்படுத்தி “இறைவா, எனது உடல் குளிர்ப்பது உள்ளது என மாணசீகமாகக் கூறினேன். உடனடியாக எனது வியர்வை மறைந்தது. எனது தேகம் எவ்வளவு முடியுமோ, அவ்வளவு குளர்ச்சியாக இருந்தது! ஆகவே

99

பாசம்

புறமஹம்ஸ யோகானந்தர் அருளிய வழிமுறைகள்

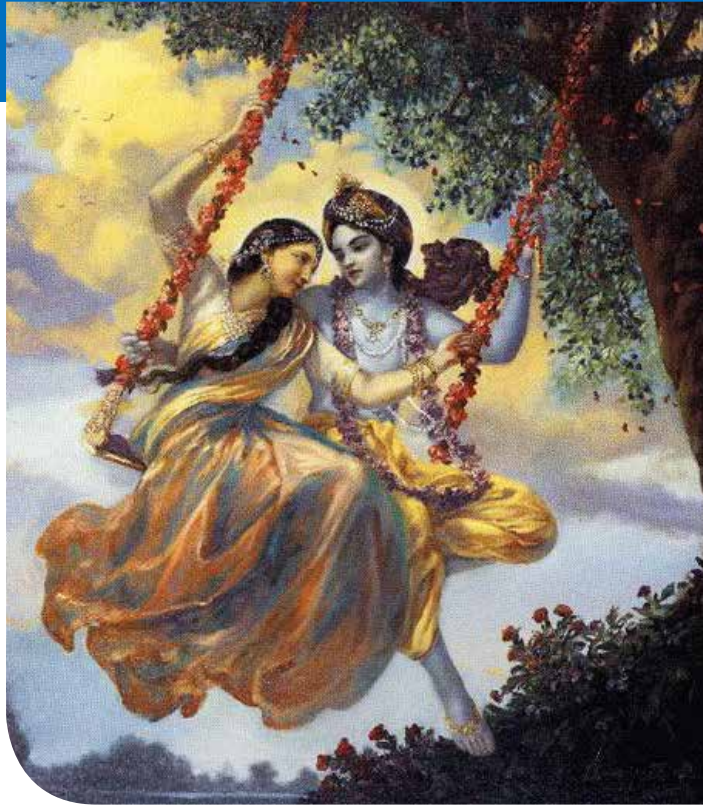
மனித வாழ்வு

மேம்படுவதற்காக

அதிகமாக மனதின்மேல் சார்ந்திருப்பதை முயற்சி செய்வது நல்லது. இருப்பினும் தேகத்தை முற்றிலுமாகப் புறக்கணிக்க முடியாது; அங்ஙனம் நீங்கள் உண்மையில் செய்வீர்களானால், நீங்கள் சிந்திக்கவோ, அல்லது உண்ணவோ அல்லது அசையவோ மாட்டீர்கள். “

மேலும் அவர் தொடர்கிறார்: “சிலர் முக்கியமாக ஆரோக்கியத்தை எடுத்துக்காட்டவே, தேகத்தின்மீதான மனதின் சக்தியில் அக்கறை கொண்டுள்ளனர். ஆனால் வாழ்க்கையின் குறிக்கோள் தேக ஆரோக்கியமல்ல. ஆழ்ந்த இறைத் தொடர்புதான் வாழ்க்கையின் குறிக்கோள். சில காலத்திற்கு நீங்கள் நன்றாக இருப்பதாக உணரக்கூடும். ஆனால் எதுவுமே பயனளிக்காத ஒரு காலம் வரும். அப்பொழுது உங்களுக்கு யார் உதவுவார்? இறைவன்தான். இறைவனை அணுகுவதற்கு உள்ள சிறந்த மார்க்கங்களில் ஒன்று உபவாசமாகும். அது உயிர்ச் சக்திகளை உணவிற்கான அடிமைத்தனத்திலிருந்து விடுவித்து உங்கள் தேகத்திலுள்ள உயிரை இறைவன்தான் உண்மையாகத் தாங்குகிறான் என்பதை உங்களுக்கே காண்பிக்கிறது. ஆனால் மனம் ‘உணவு’ என நினைத்த உடனேயே, நீங்கள் உண்ண விரும்புவது மாயையின் தூண்டுதலாகும். ஒரு சமயம் நான் இந்தியாவில் சிறுவனாக இருந்தபொழுது, எனக்கு ஜலதோஷம் பிடித்திருந்தது. அப்போது ஜனதோஷத்திற்கு ஒவ்வாது எனக்கருதப்பட்ட புளியை உண்ண நான் விரும்பினேன். எனது சகோதரி கடுமையாக எதிர்த்தாள். ஆனால் என்னுடைய பிடிவாதத்தின் காரணமாக கொஞ்சம்

புளியம்பழத்தை மனமின்றி எனக்கு கொண்டு வந்து தந்தாள். நான் ஒரு பழத்துண்டை எடுத்தேன். அதை மென்றதும் துப்பி விட்டேன். புளியை விழுங்காமலேயே, அதன் ருசிக்கான எனது ஆசை நிறைவேற்றப்பட்டது. மனிதன் பெரும்பாலும் தேவைக்கு அதிகமாக உண்ணும் பழக்கத்தைப் பெற்று விடுவதால்,



அவன் சுவை உணர்ச்சியை அனுபவித்து அதே சமயம் பாதிப்பை ஏற்படுத்தும் மிதமிஞ்சிய அல்லது ஆரோக்கியமற்ற உணவு ஜீரணிக்கும் மற்றும் கிரகிக்கும் உறுப்புகள் வழியே செல்லாமல், மாற்றுப்பாதையில் செல்லும் படி இறைவன் உடலைப் படைக்காதது மனிதனது துரதிர்ஷ்டமே!”

உபவாசத்தைப்பற்றி நமது அன்பு குருதேவர் கூறுவது நமக்கு எவ்வளவு பயன்தரக்கூடியது என்பதை நாம் ஒவ்வொருவரும் அறியவேண்டும். நாம் ஒவ்வொருவரும் இப்பிறவியில் இல்லையென்றாலும் ஏதோ ஒரு பிறவியில் இறைவனை அடைய வேண்டியவர்கள்தான். இப்பிறவியில் குருதேவர் ஸ்ரீ ஸ்ரீ பரமஹம்ஸ

யோகானந்தரின் சீடர்களாக ஆனது இறைவனுடைய அருள் மற்றும் நம் முற்பிறவியில் செய்த புண்ணியத்தின் பலனே. இறைவனை அடைவதே நம் அனைவருடைய குறிக்கோள். அவ்வாறிருக்கையில் இறைவனை அடைவது எவ்வாறு? தியானம் செய்வதுடன் நியமங்கள் பலவற்றையும் கடைபிடிக்க வேண்டியது மிகவும் அவசியம். அந்த நியமங்களைப் பற்றி



குருமீரியா

யாருக்குத் தெரியும்? அதற்குத்தான் குரு வரவேண்டும் என்பது. குரு வந்துள்ளார். அவர் சொல்வதைக் கேட்டு அதனை பயிற்சி செய்தால் குறிக்கோளை அடையலாம். உடல் நோய் மற்றும் பல்வேறு பிணிகள் இருந்தால் கண்டிப்பாக இறைவனை அடைய முடியாது. முதலில் உடலை பிணியின்றி சுத்தப்படுத்த வேண்டும். இதற்கு குருவின் ஆசீர்வாதம் முதலில் வேண்டும். அவர் கருணை காட்டினால்தான் உடல் பிணியை தீர்க்கலாம். உடல் பிணி ஒரு கர்மாதானே! அதைத் துடைப்பது குருதேவர் தான். முதலில் வியாதிகளைப் போக்கவேண்டும். அதன் பின்னர் குருதேவரின் போதனைகளின்படி உபவாசத்தைத் துவக்கவேண்டும். அதை எவ்வாறு கடைபிடிக்க வேண்டும் என்பதை அவருடைய போதனைகள் விளக்குகிறது. உடலிலுள்ள நோய்கள் சரியானால் மனதை சரியான பாதைக்குக் கொண்டுவரலாம். முக்கியமாக தீயப்பழக்கங்கள் இருந்தால் அதையும் மாற்றிக்கொள்ளவேண்டும். இறைவனை அடையவேண்டும் என்று ஒரு மனிதன் நினைத்தால் அதற்குத் தேவையானது தூய்மையான உடலும் மனமும் தான். பின்னர் இறை விதிமுறைகளைக் கடைபிடித்து, அவற்றைப் பயன்படுத்தி ஒழுக்க நெறிமுறைகளை கற்றுக்கொண்டு, இந்த உடலுக்குள் சிறைபட்டிருக்கும் ஆன்மாவை, இவ்வுடலிலிருந்து விடுவிக்க இவ்வுடல் மிகவும் முக்கியமானதாகும்.

எனவே இறைவனை அடைவதற்கு என்னென்ன தேவையோ அவற்றை குருதேவர் கூறியுள்ளார். அதை தெரிந்துகொண்டு இறைவன் மற்றும் குருதேவரின் துணையுடன் செயல்படவேண்டும். இக்கட்டுரையிலுள்ள போதனைகளில் குருதேவர் ஏராளமான விஷயங்கள் கூறியுள்ளார். எனவே அவற்றைக் கடைபிடித்து இறைவனை தேடிக் கண்டுபிடித்து அடைவதற்கான ஆயத்தங்களைச் செய்தவாறு நாம் அனைவரும் வாழ வேண்டும்.

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

பலன்கள்



உடல்நமை



தத்துவம்



ஆன்மீகம்



புத்தம் புதிய ஆன்மீக செய்திகளை தினமும் படியுங்கள்

www.aanmeegamalar.com

ஆன்மிகமலர்.காம்



www.aanmeegamalar.com

# ஆன் சிறப்பு



கே.ஆர்.ஜி.மூராமன்

நமது வாழ்வில், "ஏழு" என்ற மந்திர எண் அளப்பரிய அளவில் கலந்து உள்ளது. ஏழு என்பதற்கு "அளவில்லாதது" என்றும் ஒரு பொருள் உண்டு. ஆம் இப்படிப்பட்ட இந்த ஏழின் மகிமையையும், சிறப்பையும் பார்க்கலாம்.

- ★ பிறவிகள் .....ஏழு!.
- ★ ரிஷிகள் .....ஏழு!.
- ★ கன்னியர்கள் .....ஏழு!.
- ★ ஸ்வரங்கள் .....ஏழு!.
- ★ மலைகள் .....ஏழு!

- ★ சக்கரங்கள் .....ஏழு!.
- ★ கண்டங்கள் .....ஏழு!.
- ★ காண்டங்கள் .....ஏழு!.
- ★ நிறங்கள் .....ஏழு!.
- ★ தாதுக்கள் .....ஏழு!.
- ★ புண்ணியங்கள் .....ஏழு!.
- ★ நாட்கள் .....ஏழு!.
- ★ கடல்கள் .....ஏழு!.
- ★ பருவங்கள் .....ஏழு!.
- ★ தோற்றங்கள் .....ஏழு!.
- ★ நதிகள் .....ஏழு!.
- ★ முக்தி அளிக்கும் தளங்கள் .....ஏழு!.
- ★ சாகாவரம் பெற்ற சஞ்சீவிகள் .....ஏழு!.
- ★ தலைமுறைகள் .....ஏழு!.
- ★ தாள சொற்கள் .....ஏழு!.
- ★ மேலுலகங்கள் .....ஏழு!.
- ★ கீழுலகங்கள் .....ஏழு!.
- ★ வள்ளல்கள் .....ஏழு!..

இப்படி ஏழு என்ற எண்! பல சிறப்புக்களை கொண்டுள்ளது. அடுத்த இதழில் இந்த ஏழு வரிசையில் உள்ள அனைத்தையும் விரிவாக பார்க்கலாம்!

- கே.ஆர்.ஜி.மூராமன், பெங்களூரு77  
தொலைபேசி எண்: 997266443

www.aanmeegamalar.com

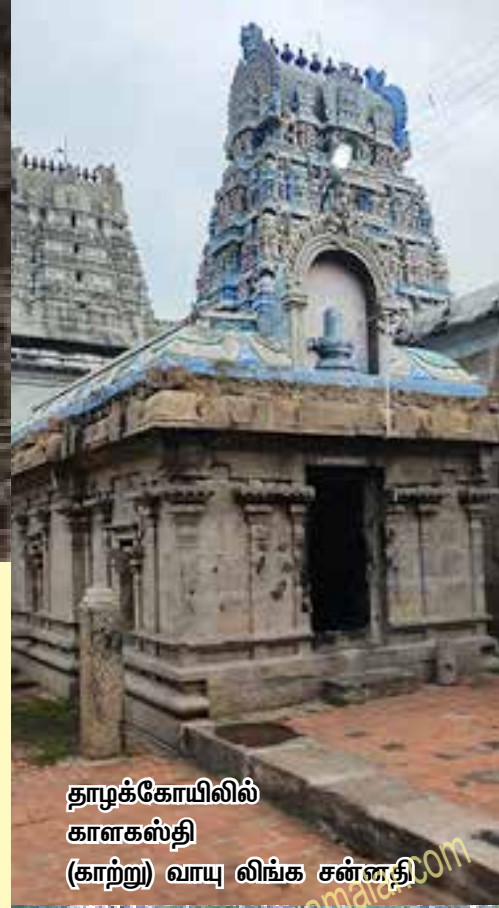
● ஆன்மீகம் ● தத்துவம் ● உடல்நலம் ● பலன்கள்  
புத்தம் புதிய ஆன்மீக செய்திகளை தினமும் படியுங்கள்

## www.aanmeegamalar.com

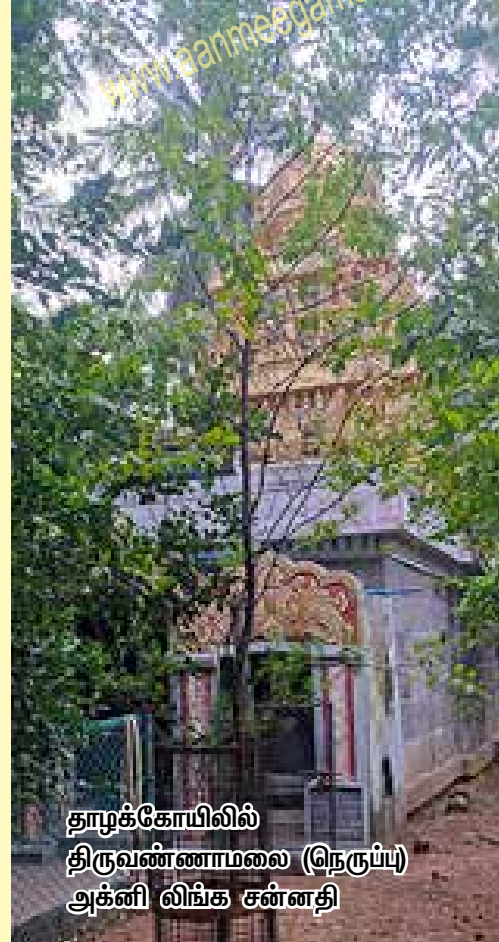
# ஆன்மிகமலர்.காம்



தாழக்கோயிலில்  
சிதம்பரதரிசனம் (ஆகாயம்)ஆகாச லிங்க சன்னதி



தாழக்கோயிலில்  
காளகஸ்தி  
(காற்று) வாயு லிங்க சன்னதி



தாழக்கோயிலில்  
திருவண்ணாமலை (நெருப்பு)  
அக்னி லிங்க சன்னதி

திருக்கழுக்குன்றம்

# ஒரே கோவில் பஞ்சபூத தலங்களின் தரிசனம்

பஞ்சபூதம் பெயர்க்காரணம்: பஞ்சம் என்பது ஐந்து என்ற எண்ணிக்கையைக் குறிக்கும். எடுத்துக்காட்டாக பஞ்சலோகம் என்பது 5 உலோகங்களின் கலவை எனலாம். இது போல முக்கியமான 5 கூறுகளினை 5 பூதங்கள் அல்லது பஞ்சபூதங்கள் என்பர்.

ஒவ்வொரு சிவத்தலமும் ஒரு வரலாறு காரணமாகவும், ஏதேனும் ஒரு தன்மையினாலும் அல்லது இயற்கையான நிலவரத்தினாலும் இப்பூதத்திற்குரிய கோயிலாக விளங்குகின்றன.

நிலம், நீர், நெருப்பு, காற்று, ஆகாயம் ஆகியவற்றை பஞ்சபூதங்கள் என்று அழைக்கிறோம். இந்த பஞ்சபூதங்களின் இயக்கத்தைக் கொண்டுதான் உலகம் இயங்குகிறது.

பரம்பொருளாகிய இறைவன் இந்த பஞ்சபூதங்களில் கலந்திருந்து நம்மை வழி நடத்துகிறார். ஆன்மிக ரீதியாக பஞ்சபூதங்களுக்கும் திருத்தலங்களை நம் முன்னோர்கள் ஏற்படுத்தி வைத்துள்ளனர். அவை:



வேலன்

www.aanmegamalar.com

1-15 பிப்ரவரி 2021

ஆன்மிகமலர்  
மெயில் புக



தாழக்கோயிலில்  
திருவாணைக்காவல் (நீர்) ஜம்பு லிங்க சன்னதி



தாழக்கோயிலில்  
காஞ்சீபுரம் (நிலம்) பிருத்தவி லிங்க சன்னதி

சிதம்பரம் (ஆகாயம்) ஆகாச லிங்கம்  
காளகஸ்தி (காற்று) வாயு லிங்கம்  
திருவண்ணாமலை (நெருப்பு) அக்னி லிங்கம்  
திருவாணைக்காவல் (நீர்) ஜம்பு லிங்கம்  
காஞ்சீபுரம் (நிலம்) பிருத்தவி லிங்கம் ஆகும்.  
நமது திருக்கழுக்குன்றம் தாழக்கோயிலில்  
பஞ்சபூததலங்கள் அமைந்துள்ளன. தனித்  
தனியாக ஒவ்வொரு ஊராக சென்று சிவனை  
தரிசனம் செய்ய இயலாதவர்கள் திருக்கழுக்  
குன்றம் வந்து பஞ்ச பூத தலங்களை இங்கேயே  
தரிசிக்கலாம். பஞ்சபூத தலங்களுக்கு  
செய்யப்படும் பரிகாரங்களை இங்கேயே முடித்துக்  
கொள்ளலாம். பஞ்சபூததலங்களில்  
ஆகாயத்திற்குரிய சிதம்பரம் திருத்தலமே  
முதன்மையானதும், பழமையானதும் ஆகும். பஞ்  
சபூத தலங்களுக்குச் செல்லும்போது, சிதம்பரத்தில்  
தொடங்கி காளகஸ்தி, திருவண்ணாமலை,  
திருவாணைக்காவல், காஞ்சீபுரம் சென்று யாத்தி

ரையை நிறைவு செய்வது மரபு. இந்த வரிசைப்படி  
திருக்கழுக்குன்றத்தில் பஞ்ச பூதங்களை  
தரிசிக்க வேண்டுமானால் வலமிருந்து இட மாக  
செல்லவேண்டும். அதன்படி முதலில் நடராஜர்,  
காளத்திஸ்வரர். அருணாசலேஸ்வரர். ஜம்பு  
கேஸ்வரர் மற்றும் ஏகாம்பரஸ்வரர் சன்னதிகள்  
அமைந்துள்ளது.  
இடமிருந்து வலமாக அமைக்காமல் வலமி  
ருந்து இடமாக தரிசனம் செய்திட எந்த காரணத்  
தினால் இந்த வரிசைப்படி நமது ஊரில்  
அமைத்தார்கள் என தெரியவில்லை. பஞ்சபூத  
தலங்களுக்கும் சென்று தரிசிக்க முடியாதவர்கள்  
திருக்கழுக்குன்றத்திலேயே இறைனை தரிசித்து  
இறைவன் அருள்பெருங்கள். திருக்கழுக்குன்றம்  
தாழக்கோயிலில் அமைந்துள்ள பஞ்சபூத தலங்க  
ளின் புகைப்படம் மேலே கொடுக்கப்பட்டுள்ளது.  
- வேலன், போன்: 9894836096  
திருக்கழுக்குன்றம்.

ஆன்மிக  
மலர்கள்



உமா தேவியுடன் இணைந்த சிவபிரானை பூஜிக்கின்றவர்கள்  
பிறவிப்பயனை அடைந்தவர்கள். அவர்கள் பேரின்பத்தை  
அடைகிறார்கள் என்று சிவானந்தலஹரி கூறுகிறது.



வில்வமரத்தில் மகாலட்சுமி வாசம் செய்வதால், ஒரு வில்வம்  
லட்சம் சொர்ண புஷ்பங்களுக்குச் சமம். இதில் ஒன்றினை  
ஈசனுக்கு அர்ப்பணித்தால் மகாதோஷங்களும் நீங்கி, சகல  
நன்மைகளும் உண்டாகும்.



# ஆக்க சக்தி

## வாஸ்து பகவான்

வாஸ்து என்பது அறிவியல் சார்ந்த ஒரு நேர்மறை ஈர்ப்பு சக்தி கொண்ட வாஸ்து பூதம். இந்த பிரபஞ்ச சக்தியின் ஆக்க தன்மை பஞ்ச பூத தத்துவங்கலான நிலம், நீர், நெருப்பு, காற்று, ஆகாயம் கொண்டு இயங்குகிறது. அதுதவிர நவகிரகங்களும் இந்த எட்டு திக்கு திசைகளையும் இயக்குகின்றன.

ஆனால் ஜாதகருக்கு ஒரு முழு இயக்கம் என்பது அவரவர் ஜென்ம ஜாதகம் கொண்டு அமையும். ஒருசிலருக்கு ஜென்ம ஜாதகத்தில் உள்ள கர்மா கைகொடுக்காத பொழுது ஒரு அளவு வாஸ்து உங்கள் வீட்டில் அஷ்டலக்ஷ்மி உடன் உங்களை காப்பார்கள்.

வாஸ்து பற்றிய விளக்கம்

வாஸ்து பற்றிய அடிப்படை (basic) வீடு அமைக்கும் முறை அனைவருக்கும் தெரிந்து வைத்துக் கொள்ள வேண்டும். முதலில் எட்டு மூலைகளும் உள்ள தேவர்கள் மற்றும் கோள்கள் யார் யார் என்று தெரிந்து இருக்க வேண்டும், அவர்களின் இயக்கம் என்னவென்று அறிய வேண்டும்.

மனை வாங்கும்பொழுது, வீடு கட்டும்பொழுதும் நிறைய விஷயங்கள் உள்ளன அவை எந்த மாதிரி மனை வாங்குவது, தெரு குத்து, கிணறு, நுழைவு வாயில்கள், மேல்நிலை தொடர், கழிவு நீர் தொடர், மரம், செடி, கொடி எங்குள்ளது,



உச்சபகுதி உள்ள வாசலா சன்னலா, எட்டு மூலைகளில் உள்ள சரியான அறைகள் என்றெல்லாம் பார்க்க வேண்டும்.

நாம் அடிப்படையான சிலவற்றை பார்ப்போம்

- ❖ ஒரு மனை வாங்கும் பொழுது அது சதுர வடிவமாகவோ, நீண்ட or அகல செவ்வகமாக இருந்தால் அந்த மனை சிறந்த மனையாகும். இங்கு சந்தோஷம், முன்னேற்றம் சீரான உடல் நலம் என்று அனைத்து செழிப்புக்குரிய நிகழ்வுகள் ஏற்படும். தலை போன்ற வடிவம், மத்தளம் கொட்டை பாக்கு கத்தரிக்கோல், L or O வடிவம், முட்டை வடிவம், அறுங்கோண, ஐங்கோண முக்கோண வடிவங்கள் கொண்ட நில பகுதி நல்ல மனைகள் அல்ல, அவற்றை தவிர்க்கவும். இந்த மனைகள் உடல் நல கேடு, குடும்பத்தில் தொடர் பிரச்சனை, வறுமை, விபத்து, உயிர் இழப்பு ஏற்படும்.
- ❖ கிழக்கு, வடக்கு அதிக இடம் வீட்டு வீடு கட்டவும்.
- ❖ பூமியில் உள்ள மனை மொத்த ஆக்கசக்தி, tv antenna போல வடகிழக்கு வழியாக வீட்டில் நுழைகின்றன. அதனால் அங்கு வடக்கு கிழக்கு பகுதிகளில் சன்னல்கள், கதவுகள் அவசியம் தேவை.
- ❖ வீடு கட்டும் முன் ஈசனியத்தில்தான் பூஜை செய்வார்கள். வீட்டின் கடைக்கால் தோண்டும் பணி ஈசான்யத்தில் ஆரம்பித்து தென்மேற்கில் முடிக்க வேண்டும். ஆனால் கட்டுமான பணி தென்மேற்கில் ஆரம்பித்து வடகிழக்கில் முடிக்க வேண்டும்.
- ❖ வடகிழக்கு (ஈசான்ய மூலை) பகுதியில் வாஸ்துவின் தலை பகுதி. இங்கு அதிக பலுவான பொருள்கள், கற்கள், மரங்கள், செடிகள், அசுத்தமான பொருள்கள் வைக்கவே கூடாது. நல்ல நீரோட்டம் உள்ள பகுதியாக இருக்கவேண்டும்.
- ❖ வடகிழக்கு தாழ்வாகவும் தென்மேற்கு உயரமாகவும் வீடு மனை அமைய வேண்டும்
- ❖ மனையில் எந்த மூலையிலும், நேர்த்திசைகளிலும் வெட்டு கூடாது. முக்கியமாக ஈசானை மூலையில் வெட்டு இருக்கவே கூடாது
- ❖ வீட்டின் தலைவாசல் சன்னல்கள் உச்ச



தேவி

திசையில் இருக்க வேண்டும்.

- ❖ வீட்டின் தரை தளம் மற்றும் மேல் தளம் சமமாக இருக்கவேண்டும்
  - ❖ பிரம்மா ஸ்தானத்தில் (நடு, முற்றம் பகுதி) எந்த வித கட்டுமானங்களான சுவர் படிக்கட்டு வராமல் சுத்தமாக இருக்க வேண்டும்.
  - ❖ தென்கிழக்கு அக்னி, மின்சார சம்மந்தமான பொருள்கள் வைக்கலாம்.
  - ❖ தெரு குத்து / தெரு பார்வை உச்ச பகுதி சிறப்பு. நீச்ச பகுதியில் இருந்தால் வீட்டில் உள்ளோருக்கு கெடுதலை தரும்
  - ❖ முற்காலத்தில் தேரை கோவிலுக்குள் நிறுத்த மாட்டார்கள். வெளியில் நிறுத்துவார்கள். அதேபோல் காரையும் வெளியில் தான் நிற்க வைக்க வேண்டும். ஆனால் திருட்டு பயதால் வீட்டின் தென் கிழக்கு, வடமேற்கு கார் செட் மூடாமல் அமைக்கலாம்.
  - ❖ நான்குபுறமும் காம்பவுண்ட் அவசியம். வடகிழக்கில் இடைவெளி அதிகமாகவும் தெற்கில் இடைவெளி குறைவாக இருக்க வேண்டும்.
  - ❖ மரங்கள் செடிகள் எல்லா திசைகளிலும் வைக்கக்கூடாது. அதற்கு ஒரு விதிமுறை உண்டு. ஒரு சில மரங்கள் வீட்டில் வளர்க்க கூடாது
- வாஸ்து சாஸ்திரத்தை அறிய நிறைய சூட்சுமமாக அறிவியல் சார்ந்து பார்க்க வேண்டும். முக்கியமாக வீடு கட்டும் விதி முறை, வீட்டின் அறைகள் திசைகள், ஆழ்துளை கிணறு, கழிவு நீர் தொட்டி வைக்கும் திசை, அலமாறை வைக்கும் இடம், படிக்கும் இடம், வீட்டு உபயோக பொருள்கள் வைக்கும் சிறந்த இடம், கழிப்பறை இருக்கக்கூடிய திசை, அனைத்தும் இன்னும் விளக்கமாக வரும் இதழ்களில் பார்ப்போம்.

- ஜோதிட சிரோன்மணி தேவி  
தொலைபேசி: 8939115647

நரசிம்மரை வழிபடும் போது "ஸ்ரீநரசிம்ஹாய நம" என்று சொல்லி ஒரு பூவைப் போட்டு வழிபட்டாலே எல்லா விததையும் கற்ற பலன் உண்டாகும்.



"அடித்த கை பிடித்த பெருமாள்" என்றொரு பெயரும் நரசிம்மருக்கு உண்டு. அதாவது பக்தர்கள் உரிமையோடு அடித்து கேட்ட மறு வினாடியே உதவுபவன் என்று பொருள்.

# பக்தி செய்து கடவுளின் தீருவடியை பிடிக்கலாம்

கெட்ட சிந்தனைகள் அனைத்தும்  
தயாரிக்கப்பட்ட மாமிச உணவைப் போன்றது.  
புத்தியை சைவனாய் இருக்கச் சொல்.  
அசைவனாய் இருக்கச் சொல்லாதே.



மனம் உணர்வுடன் ஆண்டவனை  
நினைத்தால், அதற்கே சைவ வழிபாடு என்று  
பெயர். சைவ உணவைப் போன்றதே  
சைவ வழிபாடு என்பதாகும்.



மனிதனின் புத்தி மணக்க சாம்பிராணி  
ஏதுமில்லை. சிந்தனையே சாம்பிராணி.  
சிந்தித்தால் மனிதனே மட்டிப்பால்.



ஸ்நானப் பொடியை போட்டுக் குளித்தால்,  
உடல் மட்டுமே மணக்கும். உள்ளம்  
மணக்காது. ஆண்டவனை நினைத்தால்  
போதும்... ஆன்மாவே மணக்கும்.



சிங்கம் ஆண்டவனாய் அவதாரம் செய்ததே  
நரசிம்ம ஜெயந்தி. ஆமையும் இப்படி செய்து  
அவதாரம் செய்ததே கூர்ம ஜெயந்தி.  
நீங்களும் இப்படியே எண்ணுங்கள்.  
தீருமாலின் பெருமை உடனே புரியும்.



மனிதா! உனக்கு உடலை எடுத்துக் கொள்ள  
உயிரைக் கொடுத்தவர்கள் யார் என்று  
எண்ணு. விடை கிடைத்தவுடன் உடனே  
அவர்களுக்கு மரியாதை செய்.



பண்டங்கள் வைக்கப் பாத்திரங்கள் செய்வது  
போல் உதவிகளைச் செய்யவே மனிதன்  
பிறக்கிறான்.



புளியமரம் புளி கொடுத்து உதவுவதுபோல்  
மனிதன் ஏதாவது ஒரு உதவியை  
ஊருக்குச் செய்ய வேண்டும்.



உதாரணத்தைப் புரிந்து கொள்.  
அதன் பெயரே உதவி எனப்படும்.



மிதமான சிந்தனை செய்து கொண்டே  
வந்தால் நெற்றிக்கண் திறந்துவிடும்.  
அபரிமிதமான சிந்தனை செய்யாதே. ஆக்ஞா  
சக்கரம் இயங்காது.



பாம்பு நடனமாடுவதையும்,  
அது சுழலும் காட்சியையும் உனது இரு  
புருவங்களுக்கு மத்தியில் இக்காட்சியை  
நினை. குண்டலினி சக்தி உடனே  
பிறக்கும்.



வெளவால் குட்டிகளைக் காக்காய்  
பிடித்தாலும் அவை தப்பிவிடும்.  
அதுபோல் உலகில் மனிதன்



ஆசிரியர், வெளியீட்டாளர்  
**N.P.சந்திரன்**

**நடராஜன்**

செல்: 9444228203

\*\*\*

முதன்மை செய்தியாளர்:  
அழகுராஜா  
செல்: 9994162192

\*\*\*

துணை ஆசிரியர்கள்  
வியாம்பகந்தர்,  
சஞ்சனா, ஸ்ரீபதி, தன்விகா  
குருபிரியா செல்: 9894595909  
புனிதவேல் செல்: 9841807572

\*\*\*

வடிவமைப்பு  
பாண்டராஜாகிராபிக்ஸ்  
செல்: 9444228203  
நிர்வாக அலுவலகம்

**aanmeegamalar.com**

நெ.16/18, பாரதீஸ்வரர் காலனி, 4வது தெரு,  
கோடம்பாக்கம், சென்னை 600024.  
09444228203

## 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  
விரும்புவார்களும் எங்களை  
தொடர்பு கொள்ளவும்.  
உங்களை எங்களுடன்  
ஒருவராக இணைத்துக்  
கொள்கிறோம்.

தொடர்பு கொள்ளவும்

**9444228203**

உள்ளையும் பிடிக்கப் போவதில்லை. ஆனால் பக்தி செய்து  
கடவு எரின் திருவடியை பிடிக்கலாம்.

❖❖❖

புத்தியை செல்லாக் காசு என்று நினை. அது உடனே நீஒரு  
செல்லும் காசு என்று நிருபிக்கும். இதுதான் புத்தியை  
இயக்கும் மூல மந்திரம்.

❖❖❖

வண்டி மாடு, சண்டி மாடு ஆனால் வண்டி ஓடாது. உன்  
மனம் உன் சொற்படி கேட்க வேண்டும். கேட்காவிட்டால்  
அது ஆண்டவனிடம் ஓடாது.

❖❖❖

மலர்கள் அல்லது பட்டாம்பூச்சி. இதில் எதைப் பார்த்து மகிழ்கிறாய்  
என்று முடிவெடு. அதுவே மிகப்பெரிய சந்தோஷம்.

❖❖❖

நல்ல அரசன் வாழும் ஊரில், நல்ல மனிதன் வாழ  
விரும்புவான். இப்படியே நல்ல சிந்தனை உள்ள இடத்தில்  
நல்ல புத்தி வழுவாமல் இருக்கும்.

❖❖❖

உன் மனதைக் கொண்டு ஆகாயத்தில் ஒரு பெரிய அகல்  
விளக்கை எரியச் செய்து அதில் உன் நினை வினைச்  
சேர்த்துக் கொள். ஆக்ரூ சக்கரம் எரியும்.

❖❖❖

உனது நெற்றிக்கண் உனது மனக் கண்ணையே  
பார்க்கட்டும். உனது மனக்கண் உனது நெற்றிக்  
கண்ணையே பார்க்கட்டும். ஜோதி தெரியும்.

❖❖❖

சிந்தனை என்பது ஒரு பெரிய புற்று. இதில் உன்னை  
மறைத்துக் கொள். பெரிய மனிதனாகிவிடுவாய். காட்சியில்  
கோயிலின் உட்புறம் தெரியும்.

❖❖❖

பல அறிவுச் செல்வங்கள் உலகமென்னும் அறிவுக் கடலில்  
மறைந்தே உள்ளன. நான் மீன் கொத்தியாய் இருந்து  
எல்லா அறிவுச் செல்வங்களையும் பிடித்துக் கொள்கிறேன்.

❖❖❖

தரையில் சிந்தும் தானியங்கள், ஏறும்புகளுக்கு உணவாக  
கிடைக்கும். தட்டுப்பாடே இல்லை. அதுபோல் உலகினில்  
பக்தன் ஆண்டவனைக் காண்பது உறுதி.

ஞானச்சேரி ஞானிகள்

**பூஜ்ய ஸ்ரீசத்குரு சதாசிவ பிரம்மேந்திரரின்**  
அருளுரையிலிருந்து தொகுத்தது மேலும் விபரங்களுக்கு  
எஸ்.மகாதேவன், போன் 098410 28028

# நாட்டு மருத்துவம்



- ❖ ஓமத்தை வெல்லத்துடன் அரைத்து காலில் கட்ட, எவ்வளவு சிறிய கண்ணாடித் துண்டா யிருந்தாலும் வெளியேறி விடும்.
- ❖ கை கால் வெடிப்பு குணமாக மாசிக்காய், கடுக்காய், விளக்கெண்ணெய், வேப்ப எண்ணெய், தேங்காய் எண்ணெய் சரிசம்மாக தடவி வரவும்.
- ❖ நல்ல சுண்ணாம்பு, விளக்கெண்ணெய் கலந்து குழப்பி தடவி வந்தால் பித்த வெடிப்பு குணமாகும்.
- ❖ உடல் இளைக்க சக்கு, மிளகு, திப்பிலி, சீரகம், செவ்வியம், சித்தரத்தை, உப்பு சேர்த்து பொடியாக்கிக்கொள்ளவும். அரிசியை வறுத்து தூள் செய்து ஏற்கெனவே தூள் செய்த பொடியுடன் சேர்த்து சாப்பிட்டு வர உடம்பு துரும்பாக இளைத்துப்போகும்.
- ❖ கொய்யாப்பழம் சாப்பிடுவதால் உடல் வளர்ச்சியும் எலும்புகள் பலமும் பெறுகின்றன. வயிற்றுப்புண்ணையும் குணப்படுத்தும் ஆற்றல் கொண்டது இந்தப்பழம். தினசரி ஒரு கொய்யாப்பழம் சாப்பிட கல்லீரல் பலப்படும்.
- ❖ கரிசலாங்கண்ணி வேர் கல்லீரல், மண்ணீரல், நுரையீரல், சிறுநீரகம் ஆகிய உறுப்புகளில் தேங்கும் கழிவு நீர்களை வெளியேற்ற உதவுகிறது.
- ❖ மரிக்கொழுந்து இலையும் நில ஆவார இலையும் சம அளவு அரைத்து தலைக்கு தடவி வர செம்பட்டை முடி கருமையாகும்.
- ❖ நல்லெண்ணெயில் சுண்ட வத்தலை வறுத்து பொடி செய்து வைத்துக்கொண்டு 1 கரண்டி

- சுடு சோற்றில் 2 உருண்டை சாப்பிட வயிற்றுப்போக்கு நிற்கும்.
- ❖ பன நுங்கை மேல் தோல் உரிக்காமல் சாப்பிட்டு வர சீதபேதி குணமாகும்.
- ❖ காரட், பீட்ரூட் சாப்பிடுவதால் மஞ்சள் காமாலையை தவிர்க்கலாம்.
- ❖ மிளகுடன் பொரிகடலை சேர்த்து பொடியாக்கி சாப்பிட்டால் வரட்டு இருமல் குணமாகும்.
- ❖ வாழைப்பூவை சமையலில் வாரம் ஒருமுறை சேர்த்து வர வயிற்றுப்புண் குணமாகும்.
- ❖ காளா வாழை, வேர், தண்டு, இலை இவை களுடன் அருகம்புல் சம்மாக சேர்த்து அரைத்து கொட்டை பாக்கு அளவு எடுத்து பாலில் கலந்து கொடுக்க இரத்த பேதி குணமாகும்.
- ❖ உடலில் கெட்ட நீர் உள்ளவர்கள் தினசரி பப்பாளிக்காய் சாப்பிட வேண்டும்.
- ❖ கீழாநெல்லி செடியை கழுவி சுத்தம் செய்து அப்படியே மைய அரைத்து மோருடன் கலந்து சாப்பிட்டு வர மஞ்சள் காமாலை இரண்டு நாளில் குணமாகும்.
- ❖ வெற்றிலையுடன் சிறிது ஓமத்தை சேர்த்து அரைத்து அதனுடன் ஒரு ஸ்பூன் தேன் கலந்து குடிக்க வயிற்றுப்போக்கு உடனே நிற்கும்.
- ❖ வாதநாராயண இலையைக் காய வைத்து தூளாக்கி ஐந்து கிராம் தூளை சுடுநீரில் கலந்து காலையில் வெறும் வயிற்றில் சாப்பிட்டு வர வாயுத்தொல்லை நீங்கும்.
- ❖ எட்டி மரக்கொழுந்து, மிளகு, பூண்டு இவை

களை நல்லெண்ணெயில் கொதிக்க வைத்து தலைக்கு குளித்து வர ஒற்றைத் தலைவலி தீரும்.

- ❖ அதிமதுரம் வில்லை அளவு துண்டு பால் விட்டு அரைத்து தலையில் தடவி 25 நிமிடம் கழித்து வெந்நீரில் 3 வாரம் குளித்து வந்தால் தலைபேன் போகும்.
- ❖ வெங்காயச்சாறு, இஞ்சி ரசம், முருங்கைப் பட்டை சாறு தனித்தோ சேர்த்தோ தினமும் சாப்பிட ஆஸ்துமா கட்டுப்படும்.
- ❖ ஆடாதொடை இலையை தேங்காய் எண்ணெய் விட்டு வதக்கி உத்தடம் கொடுக்க கழுத்துப்பிடிப்பு குணமாகும்.
- ❖ ஆலமரப்பட்டை, வேர்ப்பட்டை 40 கிராம் 2 லிட்டர் தண்ணீரில் போட்டு அரை லிட்டராக வற்றும் வரை காய்ச்சி இருவேளை குடித்து வர மேக எரிச்சல், மேகப்புண், வெள்ளைப்படுதல் குணமாகும்.
- ❖ உடல் சதை பிடிக்க 3 மாதம் தொடர்ந்து பூசணி சாப்பிடவும். உடல் மெலிய மந்தாரை வேரை நீர் விட்டு பாதியாக காய்ச்சி தொடர்ந்து அருந்தவும்.
- ❖ கசகசாவை எருமை தயிரில் அரைத்து இரவு படுக்கப்போகுமுன் தினசரி தடவி வந்தால் முக சுருக்கங்கள் நீங்கி முகம் பளபளப்புடன் ஜொலிக்கும்.
- ❖ பிராயன் மரப்பட்டையில் தைலம் செய்து அதில் சுக்கு, கடுக்காய், அரப்பொடி கலந்து பல் தேய்த்து வர பல் நோய் குணமாகும்.
- ❖ பச்சை மூங்கில் குச்சியை சிறு துண்டுகளாக வெட்டி நீர் விட்டு மைய அரைத்து செருப்பு கடியின் மீது தடவி வர குணமாகும்.
- ❖ கற்றாழை சாறையும் மஞ்சள் தூளையும் அரைத்து விளக்கெண்ணெய் விட்டு சூடு படுத்தி பூசி வர நகசுத்தி குணமாகும்.
- ❖ புரசவிதை, வாயுவிளாங்கத்தை பவுடராக்கி நெல்லிக்காய் பவுடர் சேர்த்து தேன் அல்லது வெண்ணெயுடன் சாப்பிட்டு வந்தால் என்றும் இளமையுடன் வாழலாம்.
- ❖ நெல்லிக்காய் லேகியம் சிறு உருண்டை காலை மாலை சாப்பிட்டு வர எலும்பு காய்ச்சல் குணமாகும்.
- ❖ வசம்பு தூளை தேங்காயெண்ணெயில் சிவக்க கொதிக்க வைத்து வடிகட்டி சிரங்கு மீது தடவி வர சொறி சிரங்கு குணமாகும்.

- ❖ வல்லாரை கீரையை பசும்பாலில் அவிய விட்டு உலர்த்தி பொடியாக்கவும். இந்த பொடியை வாரம் ஒருமுறை பால், பனங்கற்கண்டு சேர்த்து சாப்பிட்டு வர மலச்சிக்கல் வராது.
- ❖ கடுக்காய் வேர், பட்டை, இலை, பூ உலர்த்தி இடித்து சலித்து காலை, மாலை அரை கரண்டி பசும்பாலில் கலந்து சாப்பிட்டு வர தொழுநோய் குணமாகும்.
- ❖ நெல்லெண்ணெயில் வெள்ளைப்பூண்டு, பெருங்காயம், கற்பூரம் போட்டு காய்ச்சி தினசரி 3 வேளை இரண்டு சொட்டு விட்டு வர காதுவலி குணமாகும்.
- ❖ வெற்றிலையை நறுக்கி தேங்காயெண்ணெயில் காய்ச்சி சிவந்தவுடன் இறக்கி ஆற வைத்துக்கொள்ளவும். காலை, மாலை இரண்டு சொட்டு காதில் விட்டு வர காதில் சீழ் வடிதல் நின்று போகும்.
- ❖ வெந்தயத்தை வேக வைத்து தேன் விட்டு பிசைந்து கூழாக்கி உட்கொள்ள மார்பு வலி குணமாகும்.
- ❖ கண்ணாடித்துண்டால் காயம் ஏற்பட்டால் வாழைப்பழத்தோலை அந்த காயத்தின் மீது வைத்துக்கட்ட ரத்த போக்கு நின்று காயம் விரைவில் ஆறும்.
- ❖ அதிமூத்திரம், நீர்த்தடை, வயிற்று எரிச்சல், உடம்பு குடைச்சல், வாதம், சுவாசக்காசம், கபநோய், இருமல் ஆகியவற்றிற்கு முள்ளங்கி நல்லது.
- ❖ முசுமுசுக்கை இலையை வெங்காயத்துடன் நெய் விட்டு வதக்கி பகல் உணவில் சேர்த்து சாப்பிட்டு வர ஆஸ்துமா, மூச்சு திணறல் குணமாகும்.
- ❖ மந்தாரை இலையுடன் கொத்தமல்லி, இஞ்சி, உளுந்து, உப்பு, புளி, மிளகாய் சேர்த்து வதக்கி துவையலாக சாப்பிட்டு வர வாந்தி நிற்கும்.
- ❖ அரசமரக்கொழுந்து, ஆலமரக்கொழுந்து, அத்திமரக்கொழுந்து மூன்றையும் காய்ச்சி வடிகட்டி சாக்கரை சேர்த்து சாப்பிட இரத்த மலப்போக்கு நிற்கும்.
- ❖ விளாம்பழம் தொடர்ந்து சாப்பிட கல்லீரல் நோய் குணமாகும்.
- ❖ வெள்ளரிப்பிஞ்சு இருதய நோய்களை குணப்படுத்தும் தன்மையுடையது.

**இதுவரை**  
**வெளிவந்த**  
**அனைத்து**  
**இதழ்களையும்**  
**எந்தவித**  
**கட்டணமின்றி**  
**முற்றிலும்**  
**இலவசமாக**  
**படிக்க**  
**aanmeegamalar.com**  
**இணையதளத்தை**  
**பார்க்கவும்**



# இந்தியமதம்

## எதனால்

### சீரடிகிறதே?

ஓஷோவின் பார்வையில்..

கிறிஸ்தவ மத போதகர்கள் முதன் முதலாக தென்னாட்டிற்கு வந்த போது, அவர்களில் சிலர், திலகம் அணிய ஆரம்பித்தார்கள் இதன் காரணமாக போப் ஆண்டவரின் வத்திகாளில் விவகாரம் ஏற்பட்டு, மத போதகர்களை விளக்கம் கேட்டு எழுதியிருந்தார்கள்.

சிலர் திலகம் அணிந்து கொண்டார்கள். சிலர் மரக்கட்டைச் செருப்பும் அணிந்து கொண்டார்கள். சிலர் பூணூலும் காவியாடையும் தரித்து இந்து சன்னியாசிகள் போல் வாழ்ந்தார்கள்!.. அவர்கள் தவறு செய்வதாக தலைமை பீடம் கருதியது!..

ஆனால், மத போதகர்கள் அதற்கு விளக்கம் அளித்து எழுதினார்கள்!..

அவ்வாறு வாழ்வதால் அவர்கள் இந்துக்கள் ஆகி விடவில்லை என்றும், திலகம் அணிவதால் அவர்கள் ஒரு ரகசியத்தை அறிந்து கொண்டதாகவும், மரக்கட்டைச் செருப்பு அணிவதால், தியானம் வெகுவிரைவில் கைகூடுவதாகவும் தியான சக்தி வீணாவதில்லை என்றும் பதில் எழுதினார்கள். மேலும், இந்தியர்கள் சில ரகசியங்களை அறிந்திருக்கிறார்கள்!..

அவற்றைக் கிறிஸ்தவ மத போதகர்கள் அறியாதிருப்பது மடத்தனம்' என்றும்

குறிப்பிட்டிருந்தார்கள். இந்துக்களுக்கு நிச்சயமாக பல விஷயங்கள் தெரிந்திருந்திருந்தன இல்லாவிட்டால், 20,000 ஆண்டுகளாக சமயத்தேடுதல் இருந்திருக்க முடியாது!..

உண்மை தேடும் முயற்சியில்தான், அறிவுலக மேதைகள், 20,00,000 ஆண்டுகளாகத் தம் வாழ்வை அர்ப்பணித்து வந்துள்ளனர். அவர்களுக்கு இருந்தது, ஒரே ஒரு ஆசைதான்!.. "இந்த



வாழ்வுக்குப் பின்னால் மறைந்திருக்கும் அருவமான உண்மையை அறிய வேண்டும் வடிவமற்ற அதை நேருக்கு நேர் சந்திக்க வேண்டும்"

20,00,000 ஆண்டுகளாக இந்த ஒரு தேடலுக்காக ஒரே மனதுடன் தம் அறிவையெல்லாம் பயன்படுத்தி வந்த அவர்களுக்கு எதுவும் தெரியாது என்பது வியப்பான கருத்து அல்லவா? அவர்களுக்கு உண்மை தெரியும் என்பதும், அதில் அவர்கள் ஈடுபட்டார்கள் என்பதும் இயல்பான உண்மை!. ஆனால், 20,00,000 ஆண்டுகாலத்தில் இடையூறு விளைவிக்கும் சில நிகழ்ச்சிகள் நிகழ்ந்துள்ளன.

இந்த இந்து தேசத்தின் மீது நூற்றுக்கணக்கான அந்நியப் படையெடுப்புகள் நிகழ்ந்துள்ளன. ஆனால் எந்தப் படையெடுப்பாளராலும் முக்கியமான மையத்தை தாக்க முடியவில்லை!. சிலர் செல்வத்தைத் தேடினார்கள். சிலர் நிலங்களை ஆக்கிரமித்தார்கள். சிலர், அரண்மனைகளையும் கோட்டை கொத்தளங்களையும் கைப்பற்றினார்கள்.

ஆனால், இந்து தேசத்தின் உள்ளார்ந்த அம்சத்தைத் தாக்க முடியவில்லை!.. கி.பி.1000 முதல் 1700 வரை நிகழ்ந்த இஸ்லாமியப் படையெடுப்பால் எதுவும் செய்ய முடியவில்லை!..

முதன் முதலாக மேலைநாட்டு (கிறிஸ்தவ) நாகரீகத்தால்தான் அந்தத் தாக்குதல் ஏற்பட்டது. அவ்வகைத் தாக்குதல் நடத்துவதற்கான எளிய வழி, ஒரு நாட்டின் வரலாற்றை அந்த நாட்டின் இளைய சமுதாயத்திடமிருந்து பிரித்து வைப்பது தான்!..

மெக்காலே கல்வித் திட்டம் அதைத் தான் செய்தது. இன்றும் அதைத் தான் செய்து வருகிறது. இந்த கொடூரத்தினை உணரும் அரசியல்வாதிகள் ஆளும் கட்சியாவதில்லை. அது இந்து தேசத்தின் செழிப்பான, பரந்துவிரிந்த, மனித மாண்பினை விவரிக்கும், சுயச்சார்பினை உரத்துக் கூறும் வரலாற்றை அழிப்பதற்காக செய்யப்படுவது.

நாட்டின் மக்களுக்கும் அதன் வரலாற்றிற்கும் இடையில் ஓர் இடைவெளி உண்டாக்கப்பட்டது. இதனால், இந்துக்களாகிய நாம் நம்முடைய வேர்களை இழந்தோம்; சக்தியிழந்தோம்!..

ஒரு இருபது ஆண்டு காலத்திற்குபெரியவர்கள் தம் குழந்தைகளுக்கு எதுவுமே கற்றுத்தருவதில்லை என்று முடிவெடுத்தால் என்ன ஆகும்? எனக் கற்பனை செய்து பாருங்கள்!.. அதனால் ஏற்படும் விளைவு இருபதாண்டு கால இழப்பு

அல்ல இருபது இலட்சம் ஆண்டு கால ஞானத்தின் இழப்பு ஆகும். அந்த இழப்பை சரி செய்வதற்கு இருபதாண்டு காலம் போதாது. 20,00,000 ஆண்டு காலம் தேவைப்படும்!. காரணம் அறிவுச்சேகரிப்பின் தொடர்பு அறுபட்டுப் போவதுதான் இரண்டு நூற்றாண்டு கால கிறிஸ்தவ இங்கிலாந்து ஆட்சியென்ற பெயரில் சுரண்டிய சுரண்டலும், அவர்களால் ஏற்படுத்தப்பட்ட இந்த அறிவுச்சேகரிப்பு இடைவெளி இந்த 20,00,000 ஆண்டு இடைவெளிக்குச் சமமாகும்!..

முந்தைய ஞானத்திற்கும் நமக்குமான தொடர்பு கிறிஸ்தவத்தால் அறுக்கப்பட்டது. கடந்த காலத்தோடு எந்த தொடர்புமற்ற, முற்றிலும் புதிதான ஒரு நாகரிகம் நிலைநிறுத்தப்பட்டது!..

நமது இந்து நாகரிகம் மிகப் புராதனமானது என்று இந்துக்கள் நினைக்கிறார்கள்!

ஆனால், அவர்கள் நினைப்பது தவறு!.. இது வெறும் 200 ஆண்டுகால பழமையான சமுதாயம் மட்டுமே என வெள்ளைத் தோலைக் கொண்ட இங்கிலாந்து நரிகள் ஊளையிட்டன!..

அந்த ஊளைக்கூச்சல் நமக்கு நமது பாரதப்பண்பாட்டின் மீதே சந்தேகம் கொள்ள வைத்து, மேல்நாட்டு நாகரிகத்தின் மீது மரியாதையைக் கொண்டு வந்துவிட்டது!..

இதனால், 200 ஆண்டுகளுக்கு முன்பு நாம் பெற்றிருந்த ஞானச் செல்வங்களையெல்லாம் இழந்து, ஒரே வீச்சில் இந்து தேசம் இழந்துவிட்டது!..

200 ஆண்டு காலத்திற்கு முன்னால், தடைபட்டு நின்றுபோன நமது இந்து தர்ம அறிவுடன் தொடர்பு கொள்ளத்தான், இன்று கல்வியறிவு இல்லாத மக்கள் அந்தக் காரியங்களைச் செய்து கொண்டிருக்கிறார்கள்!..

அவற்றை நாம் செய்வதன் மூலம், நாம் மீண்டும் அவற்றிற்கு புத்துயிர் தந்து, ஆழமாகப் புரிந்துகொண்டு, 20,000 ஆண்டுக்கால அறிவோடு தொடர்புகொள்ள முடியும்!..

அப்போது தான் இது வரை நாம் செய்து வந்த மேல்நாட்டு நாகரீகப் பயன்பாடு (பேண்ட் போடுவது, ஆங்கிலத்தில் பேசுவதை பெருமையாக நினைப்பது, வீட்டுக்குள்ளேயே செருப்பு போட்டு நடப்பது, கோயில்கள், ஜோதிடம், பண்பாடு இவற்றை கேலி செய்வது) எவ்வளவு பெரிய தற்கொலை என்பது விளங்கும்!..

- நன்றி: பக்கங்கள் 128, 129, 130, 131; மறைந்திருக்கும் உண்மைகள் - ஓஷோ...

# காசிக்கு நீகரான

www.aanmeegamalar.com

ஆழ்வார்குறிச்சி

# ஐந்து சிவாலயம்

ஒரு முறையாவது காசிக்கு சென்று காசி விஸ்வநாதரையும், விசாலாட்சி அம்மனையும் வழிபட்டு வர வேண்டும் என்பது ஐதீகம். அக்காலத்தில் அது நடைபெறுவதற்கு பல்வேறு சிக்கல் இருந்தன, பண்பலமும், உடல் நலமும் அவ்வளவு தூரம் சென்று இறைவனை தரிசித்து வருவதற்கு ஒத்துழைக்காததால், காசியை தரிசித்தால் கிடைக்கும் பலனை தமிழகத்திலேயே கிடைக்கவேண்டும் என்ற நோக்கத்திற்காக உருவானவையே 'பஞ்ச குரோச தலங்கள்' என்ற ஐந்து சிவாலயங்கள். குரோசம் என்பதற்கு இரண்டரை நாழிகையில் கடந்து செல்லக்கூடிய தூரம் என்று பொருள்.

தேவர்களுக்காகத் தோன் றிய அமுதக் குடத்தை, மனிதர்கள் பயன் பெறுவதற்காக அம் பெய்தி உடைத்தார், ஈசன். அந்த அமுதம் பல்

வேறு இடங்களில் ஐந்து குரோசம் வரை பரவி, ஐந்து தலங்களாக மாறியது. இந்த ஐந்து ஆலயங்களே 'பஞ்ச குரோச தலங்கள்' எனப்படுகின்றன. திரு நெல்வேலி மற்றும் தென்காசி அருகிலேயே இந்த ஐந்து தலங்களும் அமைந்திருக்கின்றன. இந்த ஐந்து ஆலயங்களையும் தரிசித்தால் காசியை தரிசித்த பலன் கிடைக்கும். இந்த ஆலயங்களை சிறிய குறிப்புகளாக இங்கே பார்ப்போம்.

## சிவசைலம்

தென்காசி மாவட்டத்தில் உள்ளது ஆழ்வார்குறிச்சி. இங்கிருந்து 6 கிலோமீட்டர் தொலைவில் மேற்குதொடர்ச்சி மலை அடிவாரத்தில் பரமகல்யாணி உடனாய சிவசைல நாதர் கோவில் உள்ளது. கடனையாறு என்றழைக்கப்படும் கருணையாற்றின் கரையில் அமைந்துள்ள சிவசைலம்

www.aanmeegamalar.com

www.aanmeegamalar.com

1-15 பிப்ரவரி 2021

ஆன்மிகமலர்  
மெயில் புக

34

என்னும் இந்த ஊர், முன்காலத்தில் கடம்ப வனமாக இருந்திருக்கிறது. நந்திகேஸ்வரர், எழுந்து நிற்கும் தோரணையில் காட்சி தருகிறார். பரமகல்யாணி அம்மன் நான்கு கரங்களுடன் மேற்கு நோக்கி அருள்பாலிக்கிறார். மூலவரை நான்கு புறம் இருந்து தரிசிக்கும் வகையிலான தனிச் சிறப்பு கொண்டது இந்த ஆலயம். திருநெல்வேலியில் இருந்து 60 கிலோமீட்டர் தொலைவில் உள்ளது, சிவசைலம் திருத்தலம்.



கீதா-ராஜன்

### ஆழ்வார்குறிச்சி

திருநெல்வேலியில் இருந்து 55 கிலோமீட்டர் தொலைவிலும், தென்காசியில் இருந்து 24 கிலோமீட்டர் தொலைவிலும் இருக்கிறது, ஆழ்வார்குறிச்சி. இங்கு வன்னீஸ்வரர் திருக்கோவில் உள்ளது. அக்னி பகவான் வழிபாடு செய்த இறைவன் என்பதால், இத்தல மூலவர் 'அக்னிஸ்வரர்', 'வன்னியப்பர்', 'வன்னீஸ்வரர்' என்ற பெயர்களால் அழைக்கப்படுகிறார். மூலவரின் சன்னிதி முன்பாக உள்ள தூணில், கர்ப்பமான நிலையில் ஒரு பெண் தெய்வம் அருள்கிறது. சுகப் பிரசவம் ஏற்படவும், விரைவில் திருமணம் நடைபெறவும், கால சர்ப்ப தோஷம், ராகுகேது தோஷம் நீங்கவும் இந்த பெண் தெய்வத்தை வழிபடுகிறார்கள். பாப நாசத்தில் இருந்து சுமார் 11 கிலோமீட்டர் தொலைவில் உள்ளது இந்த ஆலயம்.

### பாபநாசம்

திருநெல்வேலியில் இருந்து சுமார் 50

கிலோமீட்டர் தொலைவில் உள்ளது பாபநாசம் என்ற ஊர். இங்கு உலகம்மை உடனாய பாபநாசநாதர் கோவில் இருக்கிறது. இறைவன் 'பாபநாசநாதர்' என்றும், அம்பாள் 'உலகம்மை, விமலை' என்ற பெயரிலும் அருள்பாலிக்கின்றனர். தேவர்களின் தலைவனான இந்திரனின் பாவங்களை எல்லாம் போக்கி அருளிய இறைவன் என்பதால், இவருக்கு இந்தப் பெயர் வந்தது. தாமிரபரணி ஆறு இவ்விடத்தில் சமநிலை அடைவதால் உச்சிகால பூஜையில்

தாமிரபரணியில் உள்ள மீன்களுக்கு நைவேத்திய உணவுகள் படைக்கப்படுகின்றன. நவ கயிலாயங்களில் முதல் தலமாக விளங்கும் இந்த பாபநாசம், சூரிய பகவானுக்குரியதாகத் திகழ்கிறது.

### கடையம்

திருநெல்வேலி மாவட்டம் அம்பாசமுத்திரம் அருகே உள்ளது கடையம். இங்கு நித்யகல்யாணி உடனாய வில்வவனநாதர் கோவில் அமைந்திருக்கிறது. இறைவனின் திருநாமம் 'வில்வவனநாதர்.' "காணி நிலம் வேண்டும் பராசக்தி.." என்று பாரதியார் வேண்டிய சக்தியாக, இந்த ஆலயத்தில் அருளும் நித்யகல்யாணி அம்மன் திகழ்கிறார்.



கடையம்



திருப்படைமருதூர்

சிவபெருமான், பிரம்மதேவனுக்கு வில்வ பழத்தை வழங்கினார். அதை மூன்றாக உடைத்த பிரம்மன், ஒரு பாகத்தை கயிலாய மலையிலும், மற்றொரு பாகத்தை மேரு மலையிலும், இன்னொரு பாகத்தை துவாத சாந்த வனத்திலும் நட்டார். மூன்றாவது பகுதியை பிரம்மன் நட்ட, துவாத சாந்த வனத்தில்தான், வில்வவனநாதர் கோவில் இருக்கிறது. இங்குள்ள வில்வ மரத்தில் எப்போதாவதுதான் காய் காய்க்கும். அதை உடைத்துப் பார்த்தால், அதன் உள்ளே சிவலிங்க பாணம் போன்று விதை இருப்பதை காணலாம் என்கிறார்கள். இந்த ஆலயத்தின் கோவில் கதவில், ராமரின் தந்தையான தசரதனால், சிவவணனன் கொல்லப்பட்ட காட்சிகள் சிற்பகமாக செதுக்கப்பட்டுள்ளன. மேலும் ராமாயணத்தோடு தொடர்புடைய நிறைய சிற்பங்களும் காணப்படுகின்றன. திருநெல் வேலியில் இருந்து 50 கிலோமீட்டர் தொலைவிலும், தென்காசியில் இருந்து சுமார் 20 கிலோமீட்டர் தூரத்திலும் கடையம் உள்ளது.

### திருப்படைமருதூர்

திருநெல்வேலி மாவட்டம் அம்பாசமுத்திரத் திற்கு வடகிழக்கே தாமிரபரணி ஆற்றின் கரையில் அமைந்துள்ளது, திருப்படைமருதூர் நாளும்பூநாதர் திருக் கோவில். இத்தல இறைவனின்

1-15 பிப்ரவரி 2021

புராணப் பெயர், 'புடார்க்கினியீஸ்வரர்' என்பதாகும். அம்பாளின் திருநாமம், கோமதி அம்மன். மூலவரின் திருமேனி மீது காயம்பட்ட வடு உள்ளது. இதனால் சுயம்புவாக தோன்றிய இந்த மூலவரின் மீது சந்தனாதித் தைலம் மட்டுமே பூசி பூஜை செய்கிறார்கள். அபிஷேகம் எதுவும் கிடையாது.

“நாளும் பூவின் நடுவில் நிற்பவனே நினை தரிசிக்க எனக்கு அருள்புரிவாயோ..” என்று கேட்ட கருவூர் சித்தருக்காக, சுயம்புவான இத்தல மூலவர் சற்றே சாய்ந்து காட்சியளித்தார். அந்த சாய்வு நிலையிலேயே மூலவரை நாம் தரிசிக்கலாம். தேடி வரும் பக்தர்களின் வேண்டுகளை, செவிசாய்த்து கேட்பவர் என்பதாகவும் இதனை பொருள் கொள்ளலாம்.



# ஆன்மீக வழியில் அமைதி

மனிதன் வாழ்க்கைக்குத் தேவையான பொருள்களை உலகில் முதலில் தேடி அலைகின்றான். அவ்வாறு மனிதனுக்குத் தேவையான அத்தியாவசிய பொருள்கள் கிடைத்த பிறகு மனிதன் பாதுகாப்புக்குத் தேவையான பொருள்கள் மற்றும் போகப்பொருள்கள் அனைத்தும் கிடைக்க வேண்டும் என்று விரும்புகின்றான். அவ்வாறு அவனுக்கு கிடைத்த பொருள்களின் மூலமாக இன்பம் மகிழ்ச்சி சுகமான வாழ்க்கையும் கிடைக்க வேண்டும் என்றும் விரும்புகின்றான்.

அவைகள் எல்லாம் மனிதன் விரும்பியபடி கிடைத்த பிறகு அவற்றின் மூலமாக கிடைக்கும் ஆனந்தம் மகிழ்ச்சி சுகமான வாழ்க்கை அனைத்தும் தனக்குத் தொடர்ந்து கிடைக்க வேண்டும் என்றும் விரும்புகின்றான். அவ்வாறு தொடர்ந்து இன்பம் மகிழ்ச்சி தொடர்ந்து கிடைத்தாலும் மனிதர்களில் சிலர் அதில் திருப்தி அடைந்து விடுவதில்லை. மேற்கண்ட பொருள்கள் மூலமாக கிடைத்த அல்லது வரக்கூடிய இன்பம் மகிழ்ச்சி சுகமான வாழ்க்கை தனக்கு உள்ளாவும் குறைந்து விடக்கூடாது என்றும் மனிதன் விரும்புகின்றான். இதன் காரணமாகவே உலகில் மனிதர்கள் தானதர்மங்கள் செய்து கொண்டு புண்ணியத்தைத் தேடிக்கொண்டு கோவில்குளங்களுக்கு எல்லாம் அலைகின்றான்.

தானதர்மங்கள் செய்வதன் மூலம் ஒருவிதமான மகிழ்ச்சி திருப்தி நமக்குக் கிடைக்கிறது என்ற காரணத்தால்தான் மென்மேலும் நாம் புண்ணியம் தரக்கூடிய செயல்களை இடைவிடாது செய்வதற்கு தேடி அலைகின்றோம். ஆனால் உலகில் நித்திய அழியாத பொருள் மூலம் கிடைக்கக்கூடிய ஆனந்தம், மகிழ்ச்சி, சுகம் என்பது மோட்சம் வீடு என்று சாஸ்திரங்கள் கூறுகிறது. இந்த மோட்சத்தை சிலர் ஏன் விரும்புகிறார்கள் என்றால் மோட்சம்

அடைவதன் மூலம் நிரந்தரமான ஆனந்தம் கிடைக்கிறது. மனிதர்களின் மன அமைதிக்குத் தேவையான அடிப்படையான பொருள் மோட்சம் அடைவதுதான் என்பதை ஆன்மிகத்தின் மூலமாக அறிந்துகொள்ளலாம்.

நாம் பசியுடன் இருக்கும்போது நாடக்கூடிய பொருள் உணவு மட்டுமே ஆகும். உணவினை உண்பதால் நமது பசியானது நீங்குகிறது. இதில் அர்த்தம், பொருள் இருக்கிறது. ஆனால் மனிதன் அவ்வாறு பசிக்கு உணவு கிடைத்த பிறகு அவன் அதில் திருப்தி அடைந்து விடுவதில்லை. அவன் அறுசுவையான உணவுப்பொருட்கள் எங்கு எப்படி கிடைக்கும் என்று அதனை நாடிச்செல்வதற்கு விரும்புகின்றான்.

மனிதன் நாவின்மூலம் அறுசுவையறிந்து அதன்மூலம் ஒருவிதமான ஆனந்தம் அடைகிறான். இதேபோன்றுதான் மனிதன் ஐம்புலன்கள் மூலமாக கிடைக்கும் ஒவ்வொரு இன்பத்தையும் மகிழ்ச்சியையும் சுகமான வாழ்க்கையையும் உலகில் தேடிக்கொண்டு அலைகின்றான். பொன்னோ பொருளோ மற்ற எந்தவிதமான பொருள்களாக இருந்தாலும் போதும் என்ற மனநிலைக்கு மனிதன் வரும்போது, மனதிற்கு ஓரளவுக்கு அமைதி கிடைக்கும். இதனைக் கருத்தில்கொண்டு 'போதுமென்ற மனமே பொன்செய்யும் மருந்து' என்று முன்னோர்கள் தெளிவுபடக் கூறியிருக்கிறார்கள்.

உலகில் மனிதன் தானதர்மங்கள் போன்ற நல்ல காரியங்களை செய்து புண்ணியம் கிடைக்க வேண்டும் என்று விரும்புகின்றான். தானதர்மங்கள் செய்வதற்கு ஏன் விரும்புகிறான் என்றால் அதில் ஒருவிதமான இன்பம் மகிழ்ச்சி ஆனந்தம் கிடைக்கிறது. அதில் அவனுக்கு ஓரளவுக்கு அமைதியும் கிடைக்கிறது. நாம் அனைவரும்

11

மோட்சம் அடைய வேண்டும் என விரும்புகிறோம் என்றால், அதில் நாம் ஏதோ ஒரு இன்பத்தை மகிழ்ச்சியை எதிர்பார்க்கின்றோம். இதிலிருந்து மகிழ்ச்சியை அடைவது மட்டும்தான் நமது வாழ்வில் ஒரே லட்சியம் என்பது தெரிகிறது. மனிதர்களில் பலர் இந்த மோட்சத்தைக்கூட விரும்புவதில்லை. மோட்சம் அடைந்து விட்டால் உலகில் காணும் கிடைக்கக்கூடிய சுகமான வாழ்க்கையை தன்னால் அனுபவிக்க முடியாதே என்ற கவலைதான் முக்கிய காரணம் என்பதை அறிந்து கொள்ளலாம்.

உலகில் காணும் ஆனந்தத்தை மகிழ்ச்சியை நாம் ஏன் விரும்புகிறோம். ஒன்று வாழ்க்கையில் எப்போதும் கவலையில்லாமல் நாம் மகிழ்ச்சியுடன் இருக்கலாம். இரண்டு துக்கநிவர்த்தி அதாவது வாழ்வில் ஏற்படக்கூடிய துன்பங்களிலிருந்து நமக்கு நிரந்தர விடுதலை கிடைக்கும் என்பது ஆகும். இந்த இன்பத்தை மனமகிழ்ச்சியை வேறு ஒரு கோணத்தில் எண்ணிப் பார்த்தால் நமக்கு எதிர்காலத்தில் வரக்கூடிய துன்பங்களை தவிர்க்க முடியும் அல்லது துன்பங்களிலிருந்து விடுதலை கிடைக்கும் என்று நம்புகின்றோம். இந்த மனநிலையானது மனிதர்களிடம் இயல்பாக இருக்கிறது.

மனிதர்கள் மட்டுமல்ல உலகில் வாழும் அனைத்து உயிரினங்களிடமும் இந்த இயல்பு தன்மை இருக்கிறது. மனிதன் இறுதியில் எதனை நாடுகிறான் விரும்புகிறான் என்றால் மகிழ்ச்சியை நாடுகிறான். உலகில் வாழும் நாம் அனைவரும் இன்பத்தை நாடுவதும் துன்பத்தை வெறுப்பதும் நமக்கு இயல்பாகவே இருக்கின்றது. மனிதன் இன்பம் வரும்போது துள்ளிக்குதிக்காமலும் துன்பம் வரும்போது துவண்டு விடாமலும் இருக்க வேண்டும். அவ்வாறு இருப்பதற்கு மனதை பக்குவ படுத்திக் கொண்டுவிட்டால் மனிதன் விரும்பும் தேடும் அமைதி ஆன்மீக வழியில் கிடைக்கும்.

மனிதன் தனது வாழ்க்கைப் பாதுகாப்புக்காக ஒரு பொருளை நாடி அதன் மூலமாக இன்பத்தை அடைய விரும்புகின்றான். அவ்வாறு கிடைத்த பொருள்கள் மூலமாக அவனுக்கு இன்பம் பாதுகாப்பு சுகமான வாழ்க்கை இல்லை என்று உணர்ந்தவுடன் அந்தப் பொருளை அடைவதற்கு

விரும்பாமல் அதனை நீக்கி விடுகிறான் அல்லது அந்தப்பொருளிலிருந்து செயல்களிலிருந்து விலகி விடுகிறான். எடுத்துக்காட்டாக நாம் ஒரு செடியை வீட்டிற்கு முன்பாக வைத்து, அதனை ஆடு மாடுகளிடமிருந்து அழிந்து விடாமல் பாதுகாப்புடன் இருப்பதற்காக அதனைச் சுற்றிலும் முள்வேலியினை நாம் விரும்பப்பட்டு ஆசையுடன் அமைக்கின்றோம்.

அந்தச் செடி உயரமான செடியாகவோ, மரமாகவோ வளர்ந்து விட்டால், அந்த முள்வேலியினால் எந்தவிதப் பயனுமில்லை என்று உணர்ந்தவுடன், அதனை அகற்றி விடுகின்றோம். முதலில் நாம் விரும்பப்பட்டுதான் செடியின் பாதுகாப்புக்காக அந்த முள்வேலியை அமைக்கின்றோம். ஆனால் நாம் விரும்பி அமைத்த முள்வேலியானது செடிக்குப் பயனில்லை என்று அறிந்தவுடன் அல்லது அந்த முள்வேலியானது அந்தச் செடி வளர்வதற்கு இடையூறாக இருப்பது என்று தெரிந்தாலோ, வேலியை உடனே அகற்றி விடுகிறோம்.

அதுபோல்தான் நாம் ஒரு பொருளை அடைவதன் மூலம் இன்பம், மகிழ்ச்சி கிடைக்கும் என்று எதிர்பார்த்து, அந்தப் பொருளை அடைவதற்கு நாடுகிறோம் அல்லது முயற்சி செய்கிறோம். அவ்வாறு நாம்

எதிர்பார்த்த மகிழ்ச்சியான சுகமான வாழ்க்கை அந்தப் பொருளினால் கிடைக்கவில்லையெனில் அந்தப்பொருளை அடைவதற்கு விரும்புவதில்லை.

சில நேரங்களில் அந்தப் பொருளை அடைவதால் நமக்குக் கிடைத்த ஆனந்தம் மகிழ்ச்சி, சிறிது காலத்தில் நாம் அடைந்த ஆனந்தம் மகிழ்ச்சியே நமது வாழ்க்கையில் துன்பமாக உருவெடுத்து விடுகிறது. அதனால் அந்தப்பொருள் மதிப்பு மிக்கதாக இருந்தாலும் அதன் மூலம் கிடைத்த இன்பத்தை மகிழ்ச்சியை துறந்து விடுவதற்கு நாம் தயங்குவதில்லை. எடுத்துக்காட்டாக நாம் பத்து வயதில் ஒரு பட்டுச்சட்டையை மிகவும் விரும்பப்பட்டு வாங்கி ஆசையுடன் அணிந்து கொள்கின்றோம். அதே பட்டுச்சட்டையை நமக்கு பதினைந்து வயதாகும்போது விரும்புவதில்லை காரணம், அந்தச் சட்டையை நாம் அணிந்து கொள்வதற்கு முடிவதில்லை. நாம் விரும்பப்பட்டு வாங்கிய அந்தப்பட்டுச்சட்டை



வில்லை உயர்ந்ததாக இருந்தாலும் அழகாக இருந்தாலும் நமக்கு பயன்படவில்லையென்றால், அந்த பட்டுச் சட்டையை வெறுத்து அணியாமல் மூலையில் போட்டு விடுகிறோம்.

அதாவது நாம் விரும்பி வாங்கிய பொருளினால் பயனில்லை என்று தெரிந்தவுடன் அதன் மூலம் வரக்கூடிய மகிழ்ச்சியை வேண்டாம் என்று நமது உள்ளத்தில் இருந்து அந்த முள்வேலியைப் போல அகற்றி விடுகிறோம். உலகில் நாம் எந்தப் பொருளை அடைவதற்கு விரும்பினாலும் அதன் மூலம் நாம் நாடுவது ஆனந்தம் மட்டுமே.

அதன் மூலம் நமக்கு கிடைப்பது தற்காலிகமான மகிழ்ச்சி ஆனந்தம்தான் கிடைக்கும் என்பதை அப்போது யாரும் உணர்வதில்லை. இதிலிருந்து நாம் விரும்பி வாங்கும் பொருட்களினால் தொடர்ந்து மகிழ்ச்சியோ இன்பமோ கிடைப்பதில்லை என்று அறிந்து கொள்ள முடிகிறது.

முதலில் மனிதன் தன்னோட வாழ்க்கைக்குத் தேவையான உண்ண உணவு, இருக்க இடம், உடுத்த ஆடை போன்ற அத்தியாவசியப் பொருள்களை நாடுகின்றான். அடுத்து மனிதன் தனது இன்பத்துக்குத் தேவையான சுகமாக மகிழ்ச்சியுடன் வாழ்வதற்குத் தேவைக்கு அதிகமான ஆடம்பரமான பொருள்களை நாடுகின்றான். அவைகள் மூலம் நமக்கு ஓரளவு இன்பம் ஆனந்தம் கிடைக்கிறது. ஆனால் அதன் மூலம் நாம் தேடும் விரும்பும் மன அமைதி கிடைப்பதில்லை. அவ்வாறு அந்தப் பொருள்கள் மூலம் நமக்கு ஆனந்தம் மகிழ்ச்சி சுகமான வாழ்க்கை கிடைத்து விட்டாலும், அதில் மனிதன் திருப்தி அடைந்து விடுவதில்லை. மகிழ்ச்சி தரக்கூடிய அந்த ஆடம்பரமான பொருள்களோ சுகமான வாழ்க்கையோ அனைத்தும் தொடர்ந்து நமக்குக் கிடைக்கவேண்டும் என்றும் அதன் மூலம் கிடைக்கக்கூடிய இன்பமும் மகிழ்ச்சியும் தொடர்ந்து எள்ளளவு குறையாமல் கிடைக்க வேண்டும் என்று மனதிற்குள் விரும்புகிறான்.

எடுத்துக்காட்டாக நமக்குச் சுவையான நல்ல அறுசுவையான உணவு கிடைக்கிறது என்று வைத்துக் கொள்வோம். அதன் மூலம் ஒரு விதமான இன்பம் மகிழ்ச்சி எல்லாம் கிடைத்து விடுகிறது. அந்த சுவையான உணவு



எழுத்தாளர்  
பூ.சுப்ரமணியன்

தொடர்ந்து கிடைக்க வேண்டும் என பெரிதும் விரும்புகின்றோம். அதிலும் திருப்தியடையாமல் அந்த அறுசுவையான உணவு நமக்கு குறையாமல் கிடைத்துக்கொண்டே இருக்கவேண்டும் என்று மனம் நினைக்கிறது. இத்தன்மை ஒரு வகையில் மனிதனுடைய பேராசை என்று கூறலாம். பசிக்கு உணவு கிடைத்தால் பசியாறி அதன் மூலம் நம் மனம் திருப்தி அடைந்து விடும்போது நமக்கு ஒருவிதமான அமைதி கிடைக்கிறது. ஆனால்

அறுசுவையான உணவை நாடும்போது அது கிடைக்கவில்லையெனில் மனம் ஏக்கம் கொள்கிறது அல்லது அமைதியை இழந்து விடுகிறோம்.

நித்தியமான அழியாததன்மையுள்ள பொருளை நாடுவது அதன் மூலம் கிடைக்கும் இன்பம் நிரந்தரமான மகிழ்ச்சிதான் மோட்சம் வீடு என்று சாஸ்திரங்கள் கூறுகின்றன. நாம் எதற்காக வாழ்க்கையில் இன்பம் தரக்கூடிய பொருள்களை மட்டும் நாடுகிறோம் என்றால், அதன்மூலம் மகிழ்ச்சி ஆனந்தம் கிடைக்கிறது. பசியைப் போக்குவதற்கு உணவு கிடைத்து விட்டால் ஆனந்தம் அடைகிறோம். தானதர்மங்கள் செய்வதற்கு நாம் ஏன் விரும்புகிறோம் என்றால், அதன் மூலம் நமக்கு ஒருவிதமான மகிழ்ச்சி ஆனந்தம் கிடைக்கிறது. மனிதர்களாகிய நமது வாழ்க்கையின் இலட்சியம் ஒன்றே ஒன்றுதான் அது ஆனந்தம் மகிழ்ச்சி சுகமான வாழ்க்கை மட்டும்தான்.

மனிதன் அடையும் ஆனந்தத்தை மகிழ்ச்சியை இரண்டாகப் பிரிக்கலாம். ஒன்று மகிழ்ச்சியுடன் சுகமான வாழ்க்கை கிடைக்கிறது. இரண்டாவது இன்பம் மகிழ்ச்சி, சுகமான வாழ்க்கை வாழ்வதன் மூலமாக நமக்கு துன்பங்களில் இருந்து விடுதலை கிடைக்கிறது. இயற்கையாகவே அனைத்து மனிதர்களும், அனைத்து உயிரினங்களும் இந்த ஆனந்தத்தை நாடித்தான் செல்கிறது. ஆனந்தத்தினை மகிழ்ச்சியை நாம் ஏன் எதற்காக எதிர்பார்க்கிறோம் என்றால் அதன் மூலம் நமக்கு தற்காலிகமாக ஓரளவு மனஅமைதி கிடைக்கிறது.

(அமைதி தொடரும்)

எழுத்தாளர் பூ.சுப்ரமணியன்

Tahsildar (Retd) கைபேசி: 9894043308

# நிருபர்கள் தேவை

25,000ற்கும் மேற்பட்ட வாசகர்களைக் கொண்ட

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



இணையதளத்திற்கும்

இ-புத்தகத்திற்கும்

ஆன்மிக செய்திகள் சேகரிக்க, ஆன்மிகத்தில்  
விருப்பமுள்ள அன்பர்கள் வரவேற்கப்படுகிறார்கள்.

**முன் அனுபவம் தேவையில்லை....**

உங்கள் ஊரில் உள்ள கோவில்களைப்பற்றிய  
தகவல்களையும், சிறப்புகளையும் e-mail, WhatsApp  
வாயிலாக டைப் செய்து அனுப்பும்  
அனுபவம் இருந்தால் போதுமானது.

சல்போனிலேயே புகைப்படம் மற்றும்  
வீடியோ எடுத்தால் போதுமானது...

கிராமத்து கோவில்களின் சிறப்புகளையும், புகைகளைப்  
பற்றியும் செய்திகள் அதிகம் வரவேற்கிறோம்...

தொடர்பு கொள்ள வேண்டிய எண்:



**9444228203**