

e-magazine

ஆன்மிகமலர் டிரஸ்ட் வெளியீடு

ஆன்மிகமலர்

மாதமிருமுறை ஆன்மிகத் தேடலின் புதிய அடையாளம்!! மெயில் புக்

உலக வரலாற்றில் முதன்முறையாக இ-மெயிலில் வெளியிடப்படும் இதழ்



ஆன்மிகமலர்
mobile app



கபச்சுர
மூலிகை குடிநீர்
தயாரிக்கும் முறை

திருநீற்றை
மருந்தாக்கும்
அகத்தியர்
மந்திரம்

இலவச
e-book

e-magazine

e-magazine

தொற்று நோய்களை தீர்க்கும் மிளகு கற்பம்

ஜோதிடத்தில் பல விஷயங்களுக்கு அறிவியல் காரணங்கள் உள்ளன. ரேவதி நட்சத்திரத்துக்கு சந்திரன் இடம் பெயரும்போது, கை தட்டுவது, மணி அடிப்பது போன்றவற்றின் மூலம் எழும் ஒலி உடலில் ரத்த ஓட்டத்தை அதிகரிக்கிறது. சுற்றுப்புறத்தில் நேர்மறை அதிர்வை உண்டாக்குகிறது.

அதனால் தான் கோயில்களில் பெரிய மணிகளை கட்டி, ஒலிக்கச் செய்தனர். மணியோசையின் அதிர்வுகள் சுற்றுப்புறத்தில் உள்ள வைரஸ், பாக்டீரியாக்களை அழிக்க வல்லவை.

எப்படி காற்றில் இருந்து வரும் அலைக்கற்றைகளை பிரித்து, செல் போன் கருவி மூலம் தெளிவான பேச்சுக்களை கேட்க முடிகிறதோ, அதுபோன்றே மனிதர்களின் இரண்டு கைகளை தட்டி எழுப்பும் ஓசையும், அந்த ஓசையில் இருந்து கிளம்பும் ஒருவித வைப்பேஷன்களும், நுண்கிருமிகளையும், எதிர்மறை எண்ணங்களையும் அழிக்கும் வகையிலான ஒருவித அதித சக்தி உள்ளது.

கைதட்டுவதால் உடலில் உள்ள ரத்தநாளங்களில் அதிர்வு ஏற்பட்டு ரத்த ஓட்டத்தை சீராக்கிவிடும்.

அமாவாசை நெருங்கி வரும் நாட்களில் கெடு சக்தி அதிகம் இருக்கும், இதுபோன்ற நாட்களில் வைரஸ், பாக்டீரியா மற்றும் தீய சக்திகள் வேகமாக இருக்கும். இதுபோன்ற நாளில் உடலுக்கு ரத்த ஓட்டம் அவசியம் தேவை அதற்கு ஒரே மருந்து கை தட்டுதல்தான்.

இது தீயவற்றை அழித்து, நல்ல சூழ்நிலையை ஏற்படுத்தும். எதிர்பார்த்த பலன் கிடைக்க அதிக வாய்ப்பு உள்ளது. உலக அளவில் கரோனா வைரஸ் கிருமி பரவி பாதிப்புகளை அதிகரித்துவரும் இந்த சூழ்நிலையில், இந்திய பிரதமர் மோடி அவர்கள் 2020 ஆம் வருடம் மார்ச் 22-ம் தேதி ஞாயிற்றுக்கிழமை மாலை 5.30 மணிக்கு அனைவரையும் கை தட்ட சொல்லி அன்புடன் வேண்டுகோள்விடுத்தார்.

இந்தியா அறிவியல் ஆன்மீகம் இரண்டையும் நேசிக்கும் மக்கள் கொண்ட நாடு தற்போது அறிவியல் இதுவரை கைகொடுக்காத நிலையில் ஆன்மீக நம்பிக்கைகள் நம்மை காக்கும் என்று பெரும்பான்மையான மக்கள் நம்புகின்றனர். இந்த நம்பிக்கையை பாரத பிரதமர் மோடி அவர்களும் மக்கள் நலனில் உள்ள அக்கறையில் வெளிப்படுத்தியிருந்தார்.

இந்தியாவைத் தொடர்ந்து, பிரிட்டன் பிரதமர் போரிஸ் ஜான்சன் 26.03.2020 அன்று தனது நாட்டு மக்களும் கைதட்டல் நிகழ்ச்சியை செய்ய அறிவுறுத்தியிருந்தார்.



தீராத நோய் தீர்க்கும் மந்திரம்

ஒருவருக்கு தீராத நோய் ஏற்பட்டிருந்தாலோ எந்தமருந்துக்கும் மருத்தவத்திற்கும் கட்டுப்படாத நோய் ஏற்பட்டு இருந்தாலும், வெள்ளிக்கிழமை அன்று விஷ்ணு பகவானை வழிபட்டு துளசி மாலை அணிவித்து, நோய் கண்டவரின் பெயருக்கு ராசி நட்சத்திரம் சொல்லி அர்ச்சனை செய்து,

கீழ்க்கண்ட மந்திரத்தை 108 முறை 48 நாட்களுக்கு கூறி வர நோய் தீரும். நோய் தீர்க்கும் மந்திரம்...

ஓம் நம பரமார்த்யாய புருஷாய மஹாத்மநே அருப பஹுரூபாய வ்யாபிணே பரமாத்மநே. ஓம் நமோ நாராயணா !



கொடிய நோய்களிலிருந்து குழந்தைகளை காக்கும் மந்திரம்

சில குழந்தைகள் கொடிய நோயால் பாதிக்க பட்டு தவிப்பார்கள், சிலருக்கு ஜாதகத்தில் ஏதானும் கண்டங்கள் இருக்கும். இன்னும் சிலர் மன ரீதியாக பாதிக்க பட்டிருப்பார்கள்.

இப்படி குழந்தைகளின் தீராத நோய்களை தீர்த்து அவர்களின் ஆயுளை நீடிக்க செய்யும் ஒரு அற்புத மந்திரம் இருக்கிறது.

கும் கும் கும் தும் தும் தும் | தூர்கே தூர்கே மஹாதூர்கே |
நாசய நாசய ஹன ஹன பச பச முத முத பந்த பந்த ஹிசான் |
மகாஷாஷ்தி ரூபிணி | இமாம் பாலகம் ரக்ஷ ரக்ஷ
சிரஞ்ஜீவினம் குரு குரு |
ஹ்ரீம் ஸ்ரீம் கும் தும் பட் ஸ்வாஹா ||

இறைவன் படத்திற்கு முன்பு விளக்கேற்றிவிட்டு ஒரு செம்பு நிறைய நீர் வைத்து இந்த மந்திரத்தை 27 முறை ஜபிக்க வேண்டும். அந்த பிறகு அந்த நீரை குழந்தைகளுக்கு பருக கொடுத்துவிட்டு நாமும் பருகலாம்.

தினமும் இப்படி செய்வதன் மூலம் நோய் தீர்ந்து, குழந்தைகள் இயல்பு நிலைக்கு விரைவில் திரும்புவர். இதன் மூலம் அவர்களின் ஆயுள் நீட்டிக்கப்படும்.



மரண பயம் நீங்க, தீராத நோய்கள் தீர எம தர்மராஜா மந்திரம்

ஓம் ஹ்ரீம் க்ரோம் ஆம் |
வைவஸ்வதாய தர்மராஜாய |
பக்தானுக்ரஹ க்ரிதே நமஹ ||

மரண பயம் கொண்டவர்களின் பய உணர்வு நீங்கவும், தொடர்ந்து தீராத வியாதிகளின் பாதிப்பால் அவஸ்தைகளை அனுபவித்து வருபவர்கள் இம்மந்திரத்தைத் தினமும் 108 முறை

அல்லது அதற்கும் அதிகமாக ஜெபித்து வர மரண பயம் விலகும், நோய்கள் தீரும் அல்லது அவஸ்தை குறையும்.

இதன் முன்னும், பின்னும் மிருத்யுஞ்சய மந்திரத்தைச் சேர்த்து ஜெபித்து ஹோமம் செய்ய அகால மரணம், வியாதிப் படுக்கை இவை ஏற்படாது.



திருநீற்றை மருந்தாக மாற்ற அகத்தியர் கூறிய மந்திரம்

மனிதர்களுக்கு வரும் நோய்கள் குறித்தும், மனித உடல் பாகத்தை மையமாக வைத்து எத்தனை நோய்கள் வரும் என்பதையும் அகத்தியர் மிக அழகாக கூறியுள்ளார். அதன்படி நோய் பீடிக்கப்பட்டவர்களுக்கு மருத்துவமும் கூறியுள்ளார்.

ஆனால் அகத்தியர் கூறிய பல்வேறு மருந்துவ முறைகள் பாதுகாக்கப்படாமல் விட்டப்படியால் இன்னும் அவை பற்றிய குறிப்புகள் கிடைக்காமல் உள்ளது. தற்போது பல குறிப்புகளில் ஒரு சில மட்டும் கண்டுபிடிக்கப்பட்டு வழக்கில் உள்ளது.

கிடைத்த குறிப்புகளில் ஒரு சில மருத்துவக் குறிப்பு நெற்றியில் அணியும் திருநீரை மந்திர உரு ஏற்றினால் ஒரு சில நோய்கள் விலகும் என்று கூறியுள்ளார்.

அ க த் தி ய ர்

அருளிய உடல்நோய்கள் அனைத்துதையும் முற்றிலும் நீக்கும் இம்மந்திரத்தினை ஜெபித்து நோய்களினின்றும் விடுதலைப் பெற்று மகிழ்வுடன் வாழலாம். ஆதி கணபதி, மகா கணபதி, நடன கணபதி, சக்தி கணபதி, பால கணபதி, உச்சிட்ட கணபதி, உக்கிர கணபதி, மூல கணபதி என எட்டு வகை கணபதி இருப்பதாக கூறுகிறார்.

இந்த எட்டு வகை கணபதிக்கும் ஒரே முலமந்திரம் இருக்கிறது.

"ஓம் கிலி அங் உங்"

என்பதுதான் அந்த மந்திரமாகும்.

இந்த மூல மந்திரத்தை எவ்வாறு பயன்படுத்தி பலனடைய வேண்டும் என்பதை பின் வருமாறு விளக்குகிறார்.

தூய்மையான எண்ணத்துடன், இடதுகையால் விபூதி வைத்து ஏகாந்த கணபதியின் சுழியை நாட்டி சொன்னமொழி தவறாமற் சுழியைப்பார்த்து சுத்தமுடன் ஓம்கிலி அங்உங் கென்று தன்னகமே சாட்சியாய் இருநூற்றெட்டுத் (208) தான் செபித்து விபூதியை நீ கடாட்சித்தாக்கால் முன்னிறைந்த சற்குருவின் கடாக்ஷத்தாலே மூர்க்கமுடன் தீருகிற வியாதிகேளே.

கேள்பா சுரமுடனே சன்னிதீரும்
கெடியான குன்மமுடன் காசந்தீரும்
சூள்பா வஞ்சினையும் ஏவல்தீரும்
சருக்கான பலவிஷமுந் தோஷந்தீரும்
வாளப்பா கரப்பனொடு கொப்பரோகம்
வயற்றிலுள்ள திரட்சியெல்லாம்
வாங்கிப்போகும்

ஆள்பா அஷ்டதிசைக் கரசாய்நின்று
ஆதியென்ற பூரணத்தில் அழுந்தலாமே
இதன் முழு விளக்கம்:

இடதுகையில் சிறிதளவு விபூதியை எடுத்துக் கொண்டு அதில் கணபதியின் சுழியான "உ" என்பதை எழுதிக் கொள்ள வேண்டும். பின்னர்



அந்த திரு நீற்றைப் பார்த்து கணபதியின் மூல மந்திரத்தை இருநூற்றி எட்டு தடவைகள் செபிக்க வேண்டும் என்கிறார்.

இப்படி செபிக்கப் பட்ட விபூதியை அணிவதால் சுரமுடன் ஜன்னியும் தீருமாம், குன்மமுடன் காசமும் தீருமாம் வஞ்சனை, ஏவல்கள் தீருமாம். அத்துடன் பலவித தோஷங்கள் நீங்குமாம். இது தவிர கரப்பான், கொப்ப நோய்கள் வயிற்றில் இருக்கும் திரட்சிகள் எல்லாம் தீரும் என்கிறார் அகத்தியர்.



நோய் தீர்க்கும் ஸ்ரீ இந்திராக்ஷி மந்திரம்

ஓம் | ஐம் ஹரீம் ஸ்ரீம் ஈம் |
ஸ்ரீ இந்திராக்ஷி தேவ்யை |
சீக்ரம் மம சர்வ வியாதி
நிவாரய நிவாரய ஹூம் பட் ||

ஒரு செம்பில் அல்லது வலம்புரிச் சங்கில் நீர் வைத்து இந்த மந்திரத்தை வடக்கு நோக்கி அமர்ந்தவாறு 108 உரு ஜெபித்து அந்த நீரை அருந்தி வர நோய் விரைவில் குணமாகும்.

உங்களுக்கோ அல்லது வேறு ஒருவருக்கோ செய்வதாக இருந்தாலும் தங்கள் பட்சிக்கு அரசு பக்ஷி நடக்கும் நேரத்தில் நோய் நீங்க வேண்டும் என்று சங்கல்பித்துக் கொண்டு செய்யவும்.

வலம்புரிச் சங்கில் இந்த மந்திரத்தை ஜெபம் செய்த தீர்த்தத்தைக் குழந்தைகளுக்கு அருந்த கொடுத்து முகத்தில் சிறிது தெளித்தால் அடிக்கடி வரும் காய்ச்சல், நீங்காத ஜூரம், அடிக்கடி பயந்து அழுதல் இவை நீங்கும்.



தொற்று சம்பந்தமான நோய்களை தீர்க்கும் மிளகு கற்பம்

காரமுங் குழைத்துணக் கடும்பசி யழலுறும் பாரிய நோய்களும் பறக்கும் தொன்றையுங் குடிநீ ரட்டுணக் குலவுமுத் தோடமுங் கொடும்பிணி யாவும் குடிகெட் டோடுமே - தேரையர்.

இந்த வகை கற்ப முறைக்கு தரமான நூற்றித் தொண்ணூற்றி இரண்டு (192) மிளகுகள் தேவைபடும். முதல் நாள் ஒரு மிளகு, அடுத்த நாள் இரண்டு, அதற்கடுத்த நாள் மூன்று என ஓவ்வொரு எண்ணிக்கையாக ஏழு நாள் வரை வெறும் வாயிலிட்டு நன்கு மென்று விழுங்கிட வேண்டுமாம்.

பின்னர் எட்டாம் நாளில் இருந்து ஆறு மிளகு, ஒன்பதாம் நாள் ஐந்து மிளகு என குறைத்துக் கொண்டே பதின் மூன்றாம் நாள் ஒரு மிளகு ஆகும் வரை சாப்பிட வேண்டுமென்கிறார். பதின்நான்காம் நாள் மீண்டும் எண்ணிக்கையை உயர்த்தி இரண்டு மிளகு என தொடர வேண்டும். இப்படி தொடர்ந்து ஏழு ஏழு நாட்களாய் கூட்டிக் குறைத்து ஒரு மண்டலம் அதாவது நாற்பத்தி எட்டு நாட்கள் மிளகை சாப்பிட்டு வர வேண்டுமாம்.

இப்படி ஒரு மண்டல காலம் சாப்பிட்டு வந்தால் உடல் ஒளி பெறுவதுடன், வலிமையும் அடையுமாம். மேலும் முக்கியமாய் ஆயுளும் அதிகரிக்க

கும் என்கிறார் தேரையர்.

எல்லாம் சரிதான், எப்படி உண்ண வேண்டும்?, இதில்தான் இந்தகற்பத் தின் சூட்சுமம் அடங்கியிருக்கிறது.

காலை அல்லது மாலைவேளை களில் இந்த மிளகை உண்ணலாம் என்கிறார். ஆனால் இதை சாப்பிடுவதற்கு ஒரு சாமம் அதாவது மூன்று மணி நேரத்துக்கு முன்னால் வரை உணவு உட்கொள்ளக் கூடாது என்கிறார். மேலும் பத்தியமாக “மது, மாது, மாமிசம்” விலக் கிட கூறுகிறார்.

கற்ப முறைகளிலே இது மிகவும் எளிய கற்ப முறையாகும்.

தற்போதைய கால கட்டத்தில் இந்த மிளகு கற்பத்தை அனைவரும் கடைபிடித்தால், தொற்று சம்பந்தமான நோய்கள் நம்மை அண்டாது.

மிளகின் பயன்கள் அதிகம் உள்ளது அதைப் பற்றியும் பல்வேறு சித்தர்கள் கூறியிருந்தாலும், தேரையர் குறிப்பிட்டுள்ள மிளகைப் பற்றிய குறிப்புகளில் ஒருசில தற்போதைய கால கட்டத்தில் மிகுந்த பயன் உடையதாக இருக்கிறது. அதன்படி மிளகு கொடுக்கும் ஒருசில பயன்களைப் பார்ப்போம்.

மிளகை பொடியாக்கி தேனுடன் குழைத்து உட்கொண்டு வந்தால் குரல் இனிமை அடையும் என்று குறிப்பிட்டுள்ளார். சிட்டிகையளவு மிளகுப் பொடியுடன் தேவையான அளவு நாட்டுச் சர்க்கரை சேர்த்து உட்கொண்டால் கடும்பசி ஏற்படுவதுடன் பித்தம் சார்பான நோய்களும் நீங்குமாம்.

வளி, அழல், ஐய நோய்கள் (இதுதான் என்று குறிப்பிட்டு கூற முடியாத ஒருசில நோய்கள்) மற்றும் கொடும் பிணிகளையும் தீர்க்க மிளகு குடிநீரை பயன்படுத்த அறிவுறுத்தப்படுகிறது.

எட்டு பங்கு நீரை எடுத்து அதில் சில மிளகை போட்டு ஒரு பங்கு நீராக வற்றுமளவுக்கு காய்ச்சியபின் பயன்படுத்தவேண்டும்.

இதை மிளகு குடிநீர் என்று குறிப்பிடுகிறார்.

இவ்வளவு பயனுள்ள மிளகின் தேவை தற்காலத்தில் மிகுந்த பயன் அளிப்பதால், சாப்பாட்டில் சேர்க்கும் மிளகின் பயன் அறிந்து அதை புறக்கணிக்காமல், நன்றாக மென்று மிளகின் காரத்தண்மையால் நம் உடலை பாதுகாப்போம்.

பல்வேறு வைரஸ்கள் தற்போது பரவி உலகையே அச்சுறுத்துகிறது. உடல் ஆரோக்கியத்துடன் இருப்பவர்களை இந்த வைரஸ் நெருங்குவதில்லை என்று அறியப்பட்டுள்ளது, இந்த வைரஸ் அழிக்க இதுவரை மருந்து கண்டுபிடிக்க முடியாததால், தற்போது நமது ஆரோக்கியம் நல்லபடி இருந்தால் இந்த நோய் கிருமியிலிருந்து பாதுகாத்துக் கொள்ளலாம்.

அதன்படி உடலை ஆரோக்கியமாக வைக்க உதவும் ஒரு கற்ப வகையைப் பற்றி பார்ப்போம்.

மிளகு கற்பம், இந்த கற்பத்தை தேரையர் அருளிய “தேரையர் காப்பியம்” என்னும் நூலில் எழுதப்பட்டுள்ளது. இந்த கற்பம் மிக எளிமையாக அனைவரும் பின்பற்றி பலனை அனுபவிக்கலாம், இதைப்பற்றி தேரையரின் பாடலுடன் சேர்த்து எளிமையாக பார்க்கலாம்.

மரிசமொவ் வொன்றொரு வார மட்ட திக வரிசையாய்த் தினமுமோர் மண்டலங் காலமே யுண்டிடு தேசுட னுரமிகு பசியுங் கொண்டிடு மதன்பொடி குழைத்து நெய்யுடனே யுண்டிடத் தொனிதரு மோதுமிப் பொருளொடக்

நல்ல, கெட்டகிருமியும் சக்தி வாய்ந்த உணவு முறையும்

கிருமி, வைரஸ் போன்றவற்றால் உலகில் மிகப்பெரிய பேரழிவுகள் நடைபெற்றுக் கொண்டிருப்பதை தற்காலத்தில் நிஜத்தில் நாம் பார்த்து வருகிறோம்.

இதுபோன்ற கிருமிகள் அனைத்தையும் தீயவை என்று கூறிவிட முடியாது. ஒருசில கிருமிகள் மனிதனுக்கு மட்டுமல்ல தாவரங்கள், விலங்குகளுக்கும் அவசியமாக தேவைப்படுவையாக இருக்கும்.

அந்த வகையில் பார்த்தால் நுண்கிருமிகள், நமது குடலில் சுமார் 1.5 கிலோ அளவுக்கு இருப்பதாக கூறப்படுகிறது.

மனித உடலிலுள்ள மொத்தசெல்களின் எண்ணிக்கையைவிட இந்தக் கிருமிகளின் எண்ணிக்கை 10 மடங்கு அதிகம். மனித உடலிலுள்ள மரபணுக்களின் எண்ணிக்கையை விட இந்த நுண்கிருமிகளின் மரபணுக்களுடைய எண்ணிக்கை நூறு மடங்கு அதிகம்.

பாக்டீரியா என எடுத்துக்கொண்டால், சுமார் 300 முதல் 10,000 வகையான கிருமிகள் நமது குடலை அதன் இருப்பிடமாக வைத்துள்ளன.

இதில் 3,040 வகையான இனங்களைச் சேர்ந்த நுண்கிருமிகளே குடலின் பெரும் பகுதியை ஆக்கிரமித்துக் கொண்டிருக்கின்றன.

குடலுக்குள் இப்படி வாழ்ந்து வரும் நுண்கிருமிகளின் வகைகள், அவற்றின் எண்ணிக்கை என்பதெல்லாம் உலகத்திலுள்ள அனைவருக்கும் ஒரே மாதிரி இருப்பதில்லை.

இது, அவர்களின் வயது, பாலினம், மனித இனம், வாழும் சூழ்நிலை, உணவுப் பழக்க வழக்கங்கள், மரபியல் தன்மை ஆகிய பல காரணங்களால் மாறுபடும்; வேறுபடும்.

நன்மை தரும் கிருமிகள்: தாவரங்களின் வேர்களில் வாழும் நுண் கிருமிகள் அந்தத் தாவரத்தை வைத்து வாழ்ந்து கொண்டே தாவரங்களின் வளர்ச்சிக்குத் தேவையானவற்றை உற்பத்தி செய்து தருகின்றன. இது தாவர வளர்ச்சிக்கு நன்மை செய்வதால் இதற்கு நல்ல கிருமி என்று கூறப்படுகிறது.

இதைப்போன்றே மனிதர்களின் உடலுக்குத் தேவையான சில வகைச் சத்துக்கள் கிடைப்பதற்கும், உணவு ஜீரணமாவதற்கும் இந்த நல்ல நுண்கிருமிகள் உதவுகின்றன. நமது உடல் எதிர்ப்பாற்றல் செயல்பாட்டுக்கும் இவை பங்களிக்கின்றன. ஜலதோஷம், கல்லீரல் நோய்கள், குடல் அழற்சி நோய்கள், பற்சிதைவு, ஓவ்வாமை நோய்கள், தோல் நோய்கள் போன்றவற்றுக்கு இவை பயன் தரும்.

அதே சமயம் ஒருசில நுண் கிருமிகள் உடலுக்கு சிறிய உபாதைகளை தருவதாக அமையும், மேலும் ஒருசில நுண் கிருமிகள் உயிரைக்கூட மெல்ல பரிக்கும் அளவிற்கு கொடுத் தன்மை வாய்ந்ததாக இருக்கு.

உதாரணமாக, செடிகளுக்கு உதவும் ஒருசில நுண்கிருமிகளைத் தவிர பல கிருமிகள் செடியில் உள்ள சத்துக்களை உறிஞ்சி, இலை தழைகளை காயவைத்து மெல்ல செடியை கொன்றுவிடும்.

இதுபோல மனிதர்களுக்கும் தீய கிருமிகள் மெல்ல தன் வேலையை ஆரம்பித்து ஏதேனும் கொடிய நோய் பரப்பி அந்த மனிதனை சில வருடங்களில் கொன்று விடும்.

இதுபோன்ற கெட்ட கிருமிகளை தடுக்க செடிகளுக்கு மருந்து தெளித்தல், பஞ்சகவ்யம் மூலம் சத்துக்களை கொடுத்தல் போன்றவற்றின்

மூலம் செடிகளை அழிக்கும் நுண்கிருமிகளை நம் முன்னோர் மொத்தமாக அழித்துவந்தனர்.

இதைப்போன்றே மனிதர்களுக்கு உள்ளிருக்கும் கெட்ட கிருமிகளை அழிப்பதற்குத்தான் மஞ்சள், மிளகு, இஞ்சி, பூண்டு, சீரகம், லவங்கம், வெற்றிலை, பாக்கு, தேன், இன்னும் அதிகப்படியான இயற்கை பொருட்களை உடலில் உள்ள கெட்ட கிருமிகளை அழிக்க, மனிதன் உண்ணும் உணவில் சேர்த்தனர்.

இதுபோன்ற இயற்கை மருந்துக்களை அடிக்கடி எடுத்துக் கொள்வதன் மூலம் உடலில் உள்ள கெட்ட கிருமிகள் அழியும், இதனால்தான் நம் முன்னோர்கள், சித்தர்கள் போன்றவர்கள் மனிதர்களை இயற்கை உணவை எடுத்துக் கொள்வதுடன் மட்டுமின்றி, யோகா தியானம் போன்றவற்றை தொடர்ந்து செய்ய சொன்னார்கள்.

அவசியம் உணவில், இஞ்சி, பூண்டு, வெங்காயம், பால், வெண்ணை, கறிவேப்பிலை, கொத்த மல்லி, மிளகு, சக்கு, திப்பிலி, பட்டை, லவங்கம், தேங்காய் போன்ற மருத்துவ குணம் நிறைந்த பொருட்களை அதிகம் சேர்த்துக் கொண்டால் உடலுக்கு நன்மை தரும் கிருமிகள் தங்களை புதுப்பித்துக் கொண்டு நன்மையை அதிகம் செய்யும். அதே சமயம் இந்த மருத்துவ குணம் கொண்ட பொருட்களின் உள்ள சத்துக்கள் கெட்ட கிருமிகளை அழிக்கும். இதனால் மனித உடலில் மற்ற கெட்ட கிருமிகள் எளிதாக தாக்காது. உலகம் இருக்கும் இன்றைய சூழ்நிலையில் இதுபோன்ற மருத்துவ குணம் கொண்ட உணவுகளை அவசியம் நம் உணவில் சேர்த்து கொள்வதுடன், வீட்டில் உள்ள குழந்தைகளும் அவற்றை சாப்பிட வலியுறுத்துவோம்.



போலியான பகுத்தறிவு கூட்டத்தையும் நம் முன்னோர் வழியை பின்பற்றவைத்த கொரானா

நம் முன்னோர்கள் அன்று சொன்னவற்றை கேலியும் கிண்டலும் செய்தோம், முன்னோர்களின் பழக்கவழக்கங்களை முட்டாள்தனம் என்று பகுத்தறிவு போர்வையில் பேசிய முட்டாள்களை தட்டிக்கேட்காமல் இருந்துவிட்டோம்.

இன்றைய காலகட்டத்தில் நம் முன்னோர் சொன்ன செயலை கடைபிடிக்க வைத்துள்ளது "கொரானா" பயம்.

- ❖ கழிவறையும், குளியலறையும் வீட்டிற்குள் வைக்காமல் கொல்லைப்புறத்தில் வைத்தார்கள். கண்ணுக்கு தெரியாத கிருமிகள் மனிதர்களை தாக்க கூடாது என்பதால்.
- ❖ தலைமுடி வெட்டும்போதும், இறப்பிற்கு சென்று வந்தால் எதையும் தொடாமல் குளித்த பின் வீட்டிற்குள் வந்தார்கள், இதனால் குறிப்பிட்ட கிருமிகள் வராமல் தடுக்க.
- ❖ செருப்பை வீட்டின் வெளியே விட்டார்கள்.
- ❖ பிள்ளைகள் பள்ளிக்கும், வெளியேயும் சென்று வந்தால் கைகால் கழுவி வீட்டிற்குள் வரசொன்னார்கள். ஏன கிருமிகள்.
- ❖ பிறந்தாலோ, இறந்தாலோ தீட்டு என்று 10, 16 நாட்கள் தனிமைபடுத்தினர். இதுவும் கிருமிகள் ஆக்கிரமிப்பிலிருந்து நம்மை பாதுகாக்கத்தான்.
- ❖ இறப்பு வீட்டில் சமைக்க கூடாது என்றார்கள்.
- ❖ குடும்பத்திற்கு சமைக்கும்

பெண்கள் குளித்துவிட்டு சமைத்தார்கள்.

- ❖ மற்றவரை பார்த்தால் கைகூப்பி வணக்கம் தெரிவித்தல்.
- ❖ வாசல் பெருக்கி சாணம், மஞ்சள் தெளித்து கோலமிட்டார்கள்.
- ❖ மண், செம்பு, வென்கல பாத்திரங்களை உபயோகித்தார்கள்.
- ❖ வீட்டில் சமைத்த உணவு அதிலும் சைவமே பெரும்பாலும் உண்டார்கள்.
- ❖ காலையில் நீராகாரத்தை எடுத்துக்கொள்வது.
- ❖ பல் துலக்க வேப்பங்குச்சி, ஆலங்குச்சி, உப்பு, கரித்தூள் போன்றவைகளை பயன்படுத்தினர்.
- ❖ சமுதாய விலகல் முறையை, மற்றவரிடமிருந்து தள்ளி நின்று பேசுவது, தொடுதலுக்கு அனுமதிக்காமல் சுகாதாரத்தை பேணுதல். தனிமனித சுகாதாரம், சமூகத்தில் ஒழுக்கம், அண்டை அயலாரோடு அகலாது அணுகாது உறவாடுதல் போன்ற நம் மூதாதையர் வாழ்வியல் நெறியை ஒருசில மூடர்கள் கிண்டலடித்து, கேலி செய்து திட்டமிட்டு சிதைத்தனர்.

அந்த மூடர் கூட்டத்தினர் இன்று வாய் பொத்தி மௌனமாக இருக்கிறார்கள். மேலைநாட்டு நாகரிகம் அதற்கான விலையை இன்று கொடுத்து கொண்டிருக்கின்றோம்.

இனியாவது, முன்னோர் வாக்கை முழுவதும் கடைபிடிப்போம். முட்டாள் பகுத்தறிவு பேசுவோரை வெறுப்போம்.



எந்த விதமான கட்டணமும் இல்லை தரத்தல் முதலிடம் முற்றிலும் இலவசம்



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



இலவசமாக படிக்க
aanmeegamalar.com

aanmeegamalar app-லும் படிக்கலாம்



உங்கள் இ-மெயில் முகவரியை எங்களுக்கு அனுப்பிவைத்தும் பெற்றுக்கொள்ளலாம் கீழ்கண்ட வாட்சப் எண் மற்றும் இமெயில் முகவரிக்கு உங்கள் இமெயில் முகவரியை அனுப்பிவைக்கவும்

வாட்சப்பில் பெற 08825844033

இமெயிலில் பெற aanmeegamalar@gmail.com

மந்திராங்களுமும் பலன்களும்

அற்புத பலன் தரும் தமிழ் மந்திரங்கள்

மந்திரம் என்பதை மிகப்பெரிய மலைப்பாக பார்க்க வேண்டிய அவசியம் இல்லை, இந்த மந்திரத்தை எந்த இறைவனும் படைக்கவில்லை, இறைவன் மூலம் தெரிந்து கொண்ட எளிய வழிமுறைகளின் மூலம், மனித வாழ்க்கை சிறப்படைய நம் முன்னோர்கள் கண்டுபிடித்தது தான் மந்திரம்.

இதை எளிதாக, மனம் + திறம் = மந்திரம். மனதுக்கு திடம் கொடுப்பதுதான் மந்திரம்.

சுவாமிகளின் மூல மந்திரத்தை மீண்டும், மீண்டும் சொல்லும் போது, முதலில் நமது மனது திடப்படும். பிறகு அந்த மந்திர ஒலிகள் இடையூறுகளை விலக்கி, இனிய பாதைக்கு உங்களை அழைத்து செல்லும்.

இந்த உண்மையை நம் முன்னோர்கள் பல ஆயிரம் ஆண்டுகளுக்கு முன்பே தெரிந்து கொண்டனர். சரியான மந்திரங்களை உச்சரித்து பலன் பெற்றனர். மந்திரங்களில் 7 கோடி உள்ளதாக கூறப்பட்டுள்ளது. இந்த மந்திரங்கள் சித்தர்களாலும், மகான்களாலும் இறைவனிடம் இருந்து வரங்களாக பெறப்பட்டவையாகும்.

மந்திரங்கள் பல வகைப்படும். பிரணவ மந்திரம், காயத்ரி மந்திரம், பீஜாட்சர மந்திரங்கள், அஷ்ட காம் மந்திரங்கள், வழிபாட்டு மந்திரங்கள் என்று சொல்லிக் கொண்டே போகலாம்.

சில மந்திரங்களை வீடுகளில் மட்டுமே உச்சரிக்க வேண்டும். சில மந்திரங்களை ஆலயங்களில் தான் சொல்ல வேண்டும்.

ஒவ்வொரு சன்னதியிலும் உள்ள மூர்த்தத்துக்கு ஏற்ப மந்திரங்களை சொன்னால் நிச்சயம் பலன் தேடி வரும். சில மந்திரங்கள் காடு மற்றும் குகைக்குள் மட்டுமே ஜெபிக்க வேண்டும். சில மந்திரங்கள் திருமணம் ஆனவர்கள் மட்டுமே சொல்ல வேண்டும்.

ஆனால் ஆன்மிகத் தகுதி பெறாமல் மந்திரங்களை சொல்லக்கூடாது.

இறைவனிடம் மனதை சரண் அடையச் செய்த ஒவ்வொருவரும் மந்திரங்களை ஜெபிக்க வேண்டும்.

தினமும் ஏதாவது ஒரு மந்திரத்தை 108 தடவை சொல்வது மிகவும் நல்லது. ஆலய பிரகாரங்களில் அமர்ந்து

மந்திரங்களை சொல்லும் போது அது நிச்சயம் பல மடங்கு பலன்களை அள்ளித்தரும்.

மந்திரம் என்றதும் நிறைய பேர் என்னவோடு ஏதோ என நினைத்து பயந்து விடுகிறார்கள். சிலர் அது நமக்கு ஒத்து வராது என்று முயற்சி செய்யாமலே விட்டு விடுகிறார்கள். சிலர் எல்லா மந்திரங்களும் சமஸ்கிருதத்தில்தானே இருக்கிறது. அதை உச்சரிக்க தெரியாது என்று நினைப்பார்கள்.

இப்படியெல்லாம் நினைத்து, மனதைப் போட்டு குழப்பிக்கொண்டு வீணாக கவலைப்பட வேண்டியதில்லை. ஏனெனில் மந்திரங்கள் மிக, மிக எளிமையானவை. தமிழிலேயே ஏராளமான மந்திரங்கள், பதிகங்கள், பாடல்கள் உள்ளன.

ஓம் கணபதி நமஹ, ஓம் நமச்சிவாய, ஓம் நமோ நாராயண, ஓம் சக்தி பராசக்தி, ஸ்ரீராம ஜெயராம ஜெய ஜெய ராமா என்றெல்லாம்

சொல்வது மிக, மிக எளிமையான மந்திரங்கள்.

இந்த மந்திரங்களை உச்சரிப்பது போல குல தெய்வத்தின் பெயரையும் மந்திரமாக உச்சரிக்கலாம்.

இந்த மூல மந்திர உச்சரிப்புக்கு இணையான மகிமை உலகில் வேறு எதுவும் இல்லை.

திருமந்திரம், பெரிய புராணம், கந்த சஷ்டி கவசம், கந்தரலங்காரம் ஆகியவற்றில் உள்ள பாடல்கள் சக்தி வாய்ந்தவை. பன்னிரு திருமுறைகளில் சகல காரிய சித்தியளிக்கும் மந்திரங்கள் ஏராளமாக புதைந்து கிடைப்பதை காணலாம்.

செல்வம் வேண்டுமா?
உடனே திருமணம் நடைபெற வேண்டுமா?
கடன் பிரச்சினை தீர வேண்டுமா?
நோய்கள் தீர வேண்டுமா?
ஏழ்மையில் இருந்து விடுபட வேண்டுமா?
எல்லாவற்றுக்கும் தமிழ் வேத மந்திரங்கள் உள்ளன.

காலையில் படுக்கையில் இருந்து எழும் போதே சிவ சிவ என்று சொல்லிக் கொண்டே எழுந்திருக்கலாம். அல்லது உங்களுக்கு பிடித்த சாமி பெயரை சொல்லலாம்.

தீராத வியாதிகளால் அவதிப்படுபவர்கள் ஆலய சன்னதியில் அமர்ந்து திருநீல கண்டப் பதிகத்தின் முதல் திருமுறையைப் பாட நோய் பஞ்சாக பறந்து விடும்.



சிலருக்கு சனிக்கிரக பாதிப்பு மிகக் கடுமையாக இருக்கும். அத்தகையபாதிப்புக்குள்ளானவர்கள் திருஞானசம்பந்தர் திருநள்ளாறில் பாடிய பதிகத்தை 108 தடவை பாராயணம் செய்தால், பயன் அடையலாம்.

அது போல திருஞான சம்பந்தர் திருநெடுங்குளம் எனும் தலத்தில் பாடிய பதிகத்தை பாடினால் எவ்வளவு பெரிய தடைகளும் உடைபட்டு விலகி ஓடி விடும்.

திருச்சோற்றுத்துறை எனும் தலத்தில் திருஞானசம்பந்தர் ஒரு பதிகம் பாடினார். அந்த பதிகத்தை ஜெபித்தால் வசதியான வாழ்வை பெற முடியும். அது போல அவர் திருமருகல் எனும் தலத்தில் பாடிய பதிகத்தை ஆலய பிரகாரத்தில் அமர்ந்து படித்தால் உடனே திருமணம் கை கூடி விடும்.

இப்படி நோய்கள் நீங்கவும், கிரக தோஷங்கள் விலகவும் பதிகங்களும், மந்திரங்களும் நிறைய உள்ளன. முற்றிலும் அவை தமிழிலேயே உள்ளது.

அவற்றையெல்லாம் தெரிந்து கொண்டு ஜெபித்தால் நிச்சயமாக உரிய பலன்கள் கிடைக்கும். பதிகங்களை படிப்பதால் எப்படி பலன் கிடைக்கும் என்று சிலருக்கு சந்தேகம் எழக் கூடும்.

மந்திரங்கள், பதிகங்களில் உள்ள ஓவ்வொரு சொற்களும் சித்தர்கள், ஆழ்வார்கள், நாயன்மார்களால் சக்தி வாய்ந்த அதிர்வை பெற்றுள்ளன. இந்த அதிர்வுகள் ஒலி சக்திகளாகும். இந்த அதிர்வுகள் ஒன்று சேரும்போது சக்தி பல மடங்கு அதிகரித்து, நமக்கு பலனைப் பெற்றுத் தரும்.

நோய் தீர்க்கும் தன்வந்திரி ஸ்லோகத்தை 27 தடவை சொன்னால் இத்தகைய பலன்களை பெற முடியும்.

ஆதிசங்கரர் சுவந்தர்ய லஹரியில் கூறியுள்ள ஒரு மந்திரப் பாடலை பாடினால் எவ்வளவு பெரிய காய்ச்சலும் உடனே நீங்கி விடும். ஆஞ்சநேயர் சன்னதியில் வழிபடும்போது ஆஞ்சநேயர் மந்திரத்தை கூறினால் கொடிய நோய்கள் குணமாகும்.

அது போல அனுமன் கவசத்தை ஜெபித்தால் சுறுசுறுப்பாக இருக்கலாம். அம்பாள் சன்னதிகளில் வழிபடும்போது, ரோக நிவரண அஷ்டகத்தை சொல்லலாம்.

மந்திரங்கள், பதிகங்களை படிக்கும் போதோ, சொல்லும் போதோ வாய் விட்டு சொல்வதை விட மனதுக்குள் சொல்வது நல்லது. நமது புராணங்கள், இதிகாசங்கள், வேதங்கள், உபநிடதங்களில் ஏராளமான மந்திரங்கள் உள்ளன. திருமந்திரம், கந்தர் அணுபூதி, கந்தகஷ்டி கவசம் போன்றவற்றில் மந்திரங்கள் மறைந்து கிடக்கின்றன. எனவே மந்திரச் சொற்கள் நிறைந்த பாடல்களை தெரிந்து கொண்டு உள்ளம் உருகப்பாடினால் நிம்மதியான வாழ்வு பெறலாம்.

அதிலும் ஆலயங்களில் பாடல்களை பாடும் போது நிச்சயம் இரட்டிப்பு பலன் கிடைக்கும்.

சில பதிகங்கள், மந்திரங்களை குறிப்பிட்ட ஊர்களில் உள்ள ஆலயங்களில் அமர்ந்து ஜெபிப்பது நல்லது என்று வரையறுக்கப்பட்டுள்ளது.

ஏனெனில் குறிப்பிட்ட தலத்தில், குறிப்பிட்ட மந்திரத்தை உச்சரிக்கும்போது 100 சதவீதம் பலன் கிடைப்பதை அனுபவப்பூர்வமாக உணரலாம். சில மந்திரங்களை ஆலயங்களில் சில செயல்கள் செய்யும் போது உச்சரிக்க வேண்டும்.

உதாரணத்துக்கு திருநீறு பூசும் போது ஓம் சிவாய நம என்று சொல்லிக் கொண்டே பூச வேண்டும்.

அது போல ஒரு செயலை தொடங்கும் போது ஸ்ரீகணேச பஞ்ச ரத்னம் எனும் மந்திர வலிமையுள்ள சுலோகங்களை உச்சரித்தால் நமது நற்காரியங்கள் அனைத்தும் தடை இல்லாமல் நிறைவேறும். ஸ்ரீ விஸ்வநாதாஷ்டகம் எனும் 8 சுலோகங்கள் மந்திர வலிமை பெற்றவை. இந்த சுலோகங்களை திங்கள் தோறும் சிவபெருமான் சன்னதியில் நின்று கூறி வழிபட்டால் வாழ்வில் எதற்கும், எந்த இடையூறும் வராது.

அதிகாலை நேரத்தில் சக்தி தலங்களுக்கு சென்றால் மறக்காமல் ஆதிசங்கரர் அருளிய கவுரி சக்தம் பாட வேண்டும். இந்த மந்திரம் நிம்மதியான வாழ்வைத் தேடித்தரும். வசிஷ்ட முனிவர் சிவநாம மந்திரங்கள் நிறைய எழுதியுள்ளார். அந்த மந்திரங்களை தினமும் மனதுக்குள் 3 தடவை சொன்னால் போதும், தரித்திரங்கள் ஓடி விடும். கந்தபுராணத்தில் வரும் சங்கர சமஹிதை மந்திரத்தை சிவாலயத்தில் அமர்ந்து படித்தால் எல்லாவித சுக போகங்களும் தேடி வரும். அது போல ஆதிசங்கரர் இயற்றிய ஸாம்ப பரப்பிரம்ம சுலோகத்தை தினமும் ஆலய பிரகாரங்களில் அமர்ந்து படித்து வழிபட்டு வந்தால் அஷ்டமா சித்திகளைப் பெறலாம்.

ப்ருதி வீஸ்வராய ஸ்தோத்திரம் எனும் மந்திரத்தை சிவாலய கருவறை முன்பு நின்று உச்சரித்தால் குடும்பத்தில் அமைதி உண்டாகும். தூர்கா தேவி முன்பு நின்று ஸ்ரீதூர்கா கவசம் பாடினால் கணவன் மனைவி இடையே அன்பு அதிகரிக்கும். பிரிந்த தம்பதிகள் ஒன்று சேருவார்கள்.



மந்திரங்களின் பலன்களை அடைய

மந்திரங்களின் பலன்களை அடைய வேண்டுமானால் வாய் உச்சரிப்புடன் மனதிலும் சலனமில்லாமல் உச்சரிக்க பழக வேண்டும். மனதில் சலனமில்லாமல் உச்சரிக்க தெரிந்தவர்கள் வாயினால் உச்சரிக்காமலே மனதினால் உச்சரித்து விரைவில் பலன் காணலாம். தெய்வ காட்சிகளை காணும் விருப்பத்திற்கான மந்திரமானால் வாயில் உச்சரிக்கும் அதே வேளை மனதில் அதன் அர்த்தத்தினை பாவித்து வரவேண்டும்.

ஸ்ரீசுப்பிரமணிய பஞ்சரத்னம் பாடினால் முருகன் அருள் பெறலாம். ஸ்ரீமகாலட்சுமி சன்னதி முன்பு நின்று அவருக்குரிய அஷ்டக மந்திரத்தை கூறினால் நமது பொருளாதார நிலை உயரும். குங்கும பஞ்சதசி என்றொரு மந்திரம் உள்ளது.

காஞ்சீபுரம் காமாட்சி அம்மன் ஆலயத்தில் இதை சிறப்பாக செய்வார்கள். இந்த பஞ்சதசியை பாடினால் குடும்பத்தில் மகிழ்ச்சி உண்டாகும். இப்படி ஓவ்வொரு சன்னதிலும் உச்சரிக்க தனி, தனி மந்திரங்கள் உள்ளன.

அருளும் பொருளும் பெற அஷ்டலட்சுமி ஸ்தோத்திரம் சொல்ல வேண்டும். சகல கலைகளிலும் சிறக்க சகலகலா வல்லி மாலை சொல்ல வேண்டும்.

இத்தகைய மந்திரங்களில் காயத்ரி மந்திரம் உயர்வானது. இது வேதங்களின் தாய் என்று போற்றப்படுகிறது. அது போல பிரணவ மந்திரம் (ஓம்) மிக, மிக சக்தி வாய்ந்தது.



நோய்க்கு மருந்தை எடுத்துக்கொள்ளும் முன் தன்வந்தரியை நுதைத்தால் நோய் நீங்கும்

காசி மன்னருக்கு மகனாக பிறந்தார் காசியை ஆட்சி செய்து வந்த அரசருக்கு மகனாக பிறந்தார் அப்சா. அவருக்கு தன்வந்தரி என்று பெயர் வைத்தார்கள். ஆயுர்வேத மருத்துவத்தில் ஆர்வம் ஏற்பட்டு, அதில் பெரும் திறமைசாலியாக திகழ்ந்தார்.

முன்னென்மத்தில் தேவர்களும் அசுரர்களும் பாற்கடலை கடையும்பொழுது அதில் இருந்து அமிர்தத்தை கொண்டு வந்தவர்தான் இந்த அப்சா, அமிர்தத்தில் ஒரு பங்கை தனக்கு தருமாறு விஷ்ணுவிடம் கேட்டார் அப்சா.

ஆனால் விஷ்ணு அப்சாவுக்கு அமிர்தம் தர மறுத்தார், அதற்கு பதில் அடுத்த பிறவியில் தேவர்களைவிட மதிப்புமிக்கவனாக, இந்த உலகத்தை காப்பவனாக நீ திகழ்வாய், என்று வரம் அளித்தார் மகாவிஷ்ணு.

இதனால் அவரிடம் அதிக சீடர்கள் சேர்ந்தார்கள். ஒருநாள் தன்வந்தரியும் அவருடைய சீடர்களும் கைலாயநாதரை தரிசிக்க கைலாயத் திற்றுகு சென்று கொண்டு இருந்தார்கள்.

இதை விரும்பாத தக்சன் என்ற நாகம், இவர்களை வழி மறைத்தது தன்னுடைய விஷத்தை அவர்களின் மேல் பொழிந்தது. உடனே தன்வந்தரியின் சீடர்கள் அந்த பாம்பை கொல்ல முயற்சித்தார்கள். இதை கண்ட வாசுகி என்ற பாம்பு, கோபம் கொண்டு அத்தனை சீடர்களையும் விஷ கிருமிகளைக் கொண்டு மயக்கம் அடைய செய்தது.

இதனால் சீடர்கள் உயிரற்ற உடல்போல் பூமியில் வீழ்ந்தார்கள். உடன் வந்த தன்வந்தரி, தன்னுடைய சீடர்களுக்கு ஆயுர்வேத மருந்தை கொடுத்து மயக்கத்தை தெளிய செய்தார். தன்வந்தரியின் செயலால் மேலும் கோபம் அடைந்த வாசுகி, தன்னுடைய சகோதரியான மானசதேவியை அழைத்து வந்து உயிர்

பெற்ற அத்தனை சீடர்களையும் கொல்லும்படி உத்தரவிட்டார்.

மானசாதேவியும் தன்வந்தரியின் சீடர்களை, விஷ காற்றால் மயக்கம் அடைய செய்வதும், அதை தன்வந்தரி தன்னுடைய ஆயுர்வேத மருத்துவத்தால் மயக்கத்தை தெளிய வைப்பது மாக இருந்தார்.

இதனால் வாசுகியும், மானசதேவியும் தன்வந்தரியிடம் போராடி ஜெயிக்க முடியாமல் சோர்வடைந்தார்கள்.

“யார் நீ” என்று தன்வந்தரியை வாசுகி



ஆன்மிகமலர்
மெயில் புக

யும் மானசாதேவியும் விசாரித்தார்கள். தன்வந்தரி முன்னென்மத்தில் அமுதத்தை எடுத்து வந்த அப்சா, மறுபிறவியில் உலகை காக்கும் வகையில், விஷ்ணுவினால் படைக்கப்பட்டவர், அவர் தேவர்களைவிட மேலானவர் என்பதை தெரிந்துக் கொண்டு வாசுகியும், மானசாதேவியும் மரியாதையுடன் தன்வந்தரியை கைலாயத்துக்கு அழைத்துச் சென்றார்கள்.

தேவர்கள் தன்வந்தரியின் மகிமையை தெரிந்துக்கொண்டு வணங்கினார்கள். தேவர்களுக்கும் ஆஸ்தான மருத்துவராக மாறினார் தன்வந்தரி.

அதனால் பூலோகவாசிகளின் வியாதிகள் தீர்க்க முதலில் தன்வந்தரியை வணங்கி மருந்து உட்கொண்டால் அவர்களின் நோய் நீங்கும். மருத்துவரால் கைவிடப்பட்ட நோயாளிகள் தன்வந்தரி பகவானை வணங்கி வந்தால் அவர்களுக்கு இறைவனின் ஆசியால் யார் வழியிலாவது அவர்களுக்கு நோய் தீர மருந்து கிடைக்கும்.

எந்த நோயாயால் பாதிக்கப்பட்டவர்களும், எந்த மருந்தை எடுத்துக் கொள்ளும் முன் தன்வந்தரி பகவானை வேண்டிக் கொண்டால் நோய் எளிதில் தீரும் என்று புராணங்களில் கூறப்பட்டுள்ளது.

ஆன்மிகமலர்
மெயில் புக



ஏட்டுச்சுரக்காய் பயன்பாடு செம்மையான மனமே தேவை

சிவன், விஷ்ணு, அம்பாள், முருகன், போன்றவர்களுக்குரிய எந்த மந்திரத்தையும், புத்தகத்தைப் பார்த்து படித்துவிட்டால் மட்டும் முழு பலன் கிடைத்துவிடும் என்று கூறமுடியாது.

இதனை வாங்கி படிக்கும் 90 சதவீதம் மக்களுக்கு இதனால் யாதொரு பலனும் கிடைக்கவில்லை என்றும் மேலும் அதிகமாக தெய்வ வழிபாட்டின் மீது அவநம்பிக்கை கொள்கிறார்கள். சுமார் 10 சதவீதம் மக்கள் மட்டுமே தெய்வ வழிபாட்டின் மீது நம்பிக்கை கொள்கிறார்கள்.

கண்களும், வாய் மட்டும் அந்த மந்திர புத்தகத்தில் உள்ள எழுத்துக்களை படித்தவண்ணமிருக்க, மனம் எங்கேயோ அலைந்து கொண்டிருந்தால் பயன்படாது.

உதாரணமாக சொல்ல வேண்டுமானால், வீட்டில் எரியும் மின் விளக்கு ஸ்விட்ச்சை ஆன் செய்துவிட்டு டி.வி. ஓடவில்லை? என்றால் எப்படி இருக்கும். டி.வி. ஸ்விட்ச்சை சரியாக ஆன் செய்தால்தான் டி.வி.யில் காட்சிகளை பார்க்க முடியும். அதுபோலத்தான் மந்திர புத்தகங்களைப் படிக்கும்போது, இறைசிந்தனையுடன், மனமும், கண், வாய் போன்றவை ஒன்றிணையவேண்டும். இப்படி ஒன்றிணைந்த பக்திக்கு பலன் அதிகம் கிடைக்கும்.

மனம் அது செம்மையானல் மந்திரம் ஜெபிக்க வேண்டும். மனம் அது செம்மையானால் வாசியை உயர்த்த வேண்டும். மனம் அது செம்மையானால் சகலமும் செம்மையாமே என்பது சித்தர் வாக்கு ஆகும்.



கொரோனா கிருமியை தடுக்க உதவும்! கபசுர மூலிகை குடிநீர் தயாரிக்கும் முறை

ஆயிரம் ஆயிரம் ஆண்டுகளுக்கு முன்பே பல்வேறு நோய்களுக்கும், அடுத்து வரவிருந்த காலங்களில் ஏற்படவிருந்த நோய்க்கும் மருந்தை கண்டுபிடித்து எழுதி வைத்துள்ளார்கள் நமது முன்னோர்கள்.

இதில் சுரம் சம்பந்தப்பட்ட நோய்களை மட்டும் இரண்டு வகையாக பிரித்துள்ளனர். அந்த இரண்டு வகையிலும், வகைக்கு 12 மற்றும் 52 என மொத்தம் 64 வகை சுரங்களைக் கண்டுபிடித்துள்ளனர்.

அதில்,

தன்வழிச்சுரம்: 12

புறவழிச்சுரம்: 52

மொத்த சுரத்தின் எண்ணிக்கை: 64

காய்ச்சலை அக்குவேறு ஆணிவேறாக பிரித்து, அதை 64 வகைப்படுத்தி, அத்தனைக்கும் மருந்து கண்டுபிடித்து ஆயிரம் ஆயிரம் ஆண்டுகள் ஓடிவிட்டன.

தற்போது கொலைகார நோயாக மாறி வரும் கொரோனா வைரஸ் போன்று, கொடிய வைரஸ்களால் வரும் பாதிப்புகள் புறவழிச்சுரத்தின் கீழ் வருவது, இது தொற்று மூலம் நுரையீரலை நேரடியாக பாதிக்கும் ஒரு வைரஸ்.

கிருமி மற்றும் வைரசால் ஏற்படும் அனைத்து நுரையீரல் தொற்றுகளுக்கும் சித்தர்கள் கண்டு பிடித்த மருந்து இதோ.

கபசுரக் குடிநீர்! இந்த கபசுரக் குடிநீர் பற்றி சித்த வைத்திய திரட்டு என்ற நூலில் தெளிவாக கூறப்பட்டுள்ளது. தற்போது இந்த கபசுரக் குடிநீர் தயாரிப்பு முறைக்கு வரவேற்பு அதிகரித்துள்ளது.

இந்த கபசுரக் குடிநீர் எந்த மூலிகைகளால் தயாரிக்கப்படுகிறது என்பதையும் தெளிவாக கூறப்பட்டுள்ளது.

தேவையான மருந்துகள்

1. சுக்கு 35 கிராம்
2. திப்பிலி 35 கிராம்
3. இலவங்கம் 35 கிராம்
4. சிறுகாஞ்சொரிவேர் 35 கிராம்
5. அக்கிரகாரம் 35 கிராம்
6. முள்ளிவேர் 35 கிராம்
7. கடுக்காய்த்தோல் 35 கிராம்
8. ஆடாதோடை 35 கிராம்
9. கற்பூரவள்ளி இலை 35 கிராம்
10. கோஷ்டம் 35 கிராம்
11. சீந்தில் கொடி 35 கிராம்
12. சிறுதேக்கு 35 கிராம்
13. நிலவேம்பு சமூலம் 35 கிராம்
14. வட்டத்திருப்பி (பாடக்கிழங்கு) 35 கிராம்
15. முத்தக்காசு (கோரைக் கிழங்கு) 35 கிராம்



கபசுரகுடிநீர் சூரணம் செய்முறை!

மேற்கண்டவற்றை நன்றாக பொடித்து சலிக்கப்பட்ட நிலையில் 'சூரணங்கள்' என்றும், ஒன்றிரண்டாகப் பொடிக்கப்பட்டு சலிக்கப்படாத நிலையில் 'க்வாத சூரணங்கள்' என்றும் அழைக்கப்படுகின்றன. க்வாத சூரணங்கள் சித்த மருத்துவத்தில் குடிநீர்செய்து உட்கொள்வதற்காகவே பெரும் பாலும் பயன்படுத்தப்படுவதால் "குடிநீர் சூரணம்"

என்று வழங்கப்படுகின்றன.

சுத்தமான உலர்ந்த மேற்கண்ட மருத்துவ பொருட்களை ஒன்றிரண்டாகப் பொடித்து நன்கு கலந்தால் கபசுரக் குடிநீர் சூரணம் தயார்.

இப்பொழுது இச்சூரணத்தை வைத்து கபசுர குடிநீர் எப்படி தயார் செய்து பயன்படுத்துவது என பார்ப்போம்.

கபசுரக் குடிநீர் செய்முறை!

35 கிராம் குடிநீர் சூரணத்தை 3 லிட்டர் நீரில் போட்டு சிறுதீயில் காய்ச்சி பன்னிரண்டி லொன்றாய் குறுக்கி வடிகட்டி குடிநீர் எடுக்கவும்.

250ml கபசுரக் குடிநீர் கிடைக்கும்.

சிறியவர்கள் 30ml பெரியவர்கள் 60ml வீதம் தினமும் இரண்டு அல்லது மூன்று வேளைகள் குடிக்கலாம்.

தீரும் நோய்கள்:

கிருமி மற்றும் வைரசால் ஏற்படும் அனைத்து நுரையீரல் தொற்று நோய்கள் (கபசுரம்)

கொரோனா வைரஸ் தடுப்பிற்கு இந்த மருந்தை கொடுக்கலாம் என மத்திய அரசின் சித்த மருத்துவ ஆராய்ச்சி நிலையம் பரிந்துரை செய்துள்ளார். அரசு இந்த மருந்தை கொரோனா நோயாளிகளுக்கு வழங்கி ஆய்வு செய்து வெளியிட வேண்டும் என கோரிக்கைகள் வலுவடைந்துள்ளன.

தற்போது கொரோனா நோய்த் தொற்று தடுப்புக்கான ஒரே மருந்தாக நம் முன்னோர் சொன்ன மருந்தே கை கொடுக்கவிருக்கிறது.



GET IT ON
Google Play

குகுள் ப்ளே ஸ்டோரிலிருந்து Aanmeega malar (mobile app) டவுண்லோடுசெய்து, செல்போனிலேயே நமது இதழ் முழுவதும் படிக்கலாம்.



ஆன்மிகமலர்
ஆன்மிகத் தேவின் புதிய அடையாளம்! .காம்

மந்திர ஓல்கள்

உலகில் சத்தம் (சப்தம்) என்பதற்கு ஒருவித சக்தி உள்ளதாக நம் முன்னோர் பல ஆயிரம் ஆண்டுகளுக்கு முன்பே வரையறுத்து கூறியுள்ளனர்.

உதாரணமாக சொல்ல வேண்டுமானால், ஒருவன் “ராமா” என்று பலத்த கணத்துடன் கத்தினால் அவனை சுற்றிலும் குறித்த தூரத்தில் இருப்பவர்கள் அனைவருக்கும் கேட்கிறது. எப்படி கேட்க முடிகிறது.

சத்தம் போட்டவரின் வாய் தூரத்திலிருந்து சத்தத்தை கேட்டவரின் காது உள்ள தூரம் வரை சப்தம் சென்றிருக்க வேண்டும். அப்படியானால் இந்த சத்தம் காற்றின் வழியாக பரவுகின்றன. இங்கு காற்று என்பது வீசும் காற்றுகள் அல்ல. வாயு மண்டலம் என்று பொருள். நிலையான வாயு மண்டலத்தினூடாகவும் சப்தம் பயணிக்கும்.

இதுபோல் சப்தத்திற்கு வடிவமுண்டு, சப்தத்தினை குறித்த அலைவேகத்தில் அலைக்கழிக்க வைக்கும் போது, குறித்த உருவங்களை உண்டு பண்ணும் என்பது தற்போது கணினிகளின் உதவியுடன் புரிந்து கொள்ள முடிகிறது. கடலுக்கடியில் உள்ள உயிரினங்களின் ஓசையை, பூமிக்கடியில் ஓடும் நீரோட்டத்தினையும் அறிய பல்வேறு சாதனங்கள் உள்ளன. இந்த சாதனங்களின் பதிவாகும் ஏற்ற இறக்க படம் சத்தத்தின் அளவை வகைப்படுத்துவதாக இருக்கும்.

அதுபோல் சப்தத்திற்கு குறித்த நிறத்தினை உண்டும் பண்ணும் ஆற்றலும் உண்டு.

அதே போன்று சத்தத்திற்கு உணர்ச்சித் தன்மையும் உண்டு. உதாரணமாக, ஒருவரை மடையா என்று திட்டினால், திட்டு வாங்கிய நபருக்கு கோபம் வரும், அதுபோல் சப்தத்தினால் உணர்ச்சிகளை தூண்ட

முடியும்.

சப்தங்களை வாயினாலோ, மனதினாலோ சொல்லும்போது, நினைக்கும் போது உடலில் சில மாறுதல்கள் ஏற்படும். இதனை பஞ்சபூத பீஜ மந்திரங்களினால் பரிசோதித்து பார்க்கலாம்.

ரம் என்பது அக்னி பீஜம், இதனை ஓரிடத்தில் அமைதியாக அமர்ந்து “ரம்,ரம்” என்று தொடர்ச்சியாக ஆயிரத்தெட்டு தடவை வாய்விட்டு சொல்லுங்கள் உடலில் மெதுவாக சூடு பரவுவதை காணலாம்.

மனதில் சலனமில்லாமல் சொல்லத்தொடங்க சில நிமிடங்களில் அதிக சூடு உருவாகுவதை காணலாம்.

இதற்கு மாறாக “ஸம்” என்ற அப்பு நீர் பீஜத்தினை கூறினால் உடலில் குளிர்ச்சி தன்மை உண்டாகும்.

இதுபோல் ப்ருதுவி பீ ஜ ம்

ஜெபித்தால் இரத்த ஓட்டம் மந்தப்படும்.

வாயு பீஜம் ஜெபித்தால் நாடித்துடிப்பு அதிகரிக்கும்.

இப்படி உடலில் ஏற்படும் மாறுதல்கள் உடலுடன் நிற்பதில்லை. உடலைச் சுற்றி உள்ள வாயு மண்டலத்தினையும் மாற்றுகிறது. உடலில் சூடு பரவும் போது உடலைச் சுற்றி உள்ள காற்று மண்டலத்திலும் சூடு பரவுவது போல் மனதில் மந்திரங்களால் உருவாக்கப்படும் சக்தி சுற்றி உள்ள ஆகாயப்பரப்பில் உள்ள மன ஆகாய வெளியில் மாறுதலை செய்யும் என்பதனை புரிந்து கொள்ளலாம்.

மனித உடலிலும், மனதிலும் உள்ள சக்திகள் எல்லாம் வெளியிலிருந்து பெறப்பட்டவையே, வெளியே சூரியன் இல்லாவிட்டால் உடலில் பிராணன் இருக்காது, அதனாலேயே அதிக பிராணன் உள்ள பகலில் வேலை செய்து பிராண இழப்பினை ஈடு செய்ய இரவில் உறங்குகிறோம். அதுபோல் சந்திரன் இல்லாவிடில்

மூளையில் திரவ தன்மை இருக்காது. பிண்டத்தில் உள்ளவை எல்லாம் அண்டத்தில் இருந்து பெறப்படுபவையே.

மந்திரம் என்பது குறித்த ஒரு சக்தியை அதிகமாக கவரும் ஆற்றலுடைய சொற்களின் கோர்வையே, குறித்த அளவு ஒரு மந்திரத்தை ஜெபிக்கும் போது அதற்குரிய மாறுதல் மந்திரம் உச்சரிப்பவரின் உடல், மனம் சுற்றியுள்ள ஆகாயத்தில் பிரதிபலித்து அதிக சக்தியை கவர்கின்றது. தெய்வ ஆகர்ஷண மந்திரங்கள் குறித்த நிற, வடிவங்களை ஆகர்ஷிக்கும் வகையில் மகான்களால் ஆக்கப்பட்டுள்ளது.

இவைகளின் ஜெபத்தால் அக்குறித்த தெய்வ உருவம் சூக்ஷமத்தில் இருந்து ஸ்தூலதிற்கு உருவாகி றது. இதற்கு மிகுந்த மனக்குவிப்பு தேவை. இந்த மனக்குவிப்பு அதிகமாகும் போது மந்திரம் உச்சரிப்பவர் தனது இஷ்ட தெய்வத்தினை பௌதிக கண்களால் காண்கிறான்.

இதுபோல் காரிய சித்திக்கான மந்திரங்களை ஜெபிக்கும் போது உண்டாகும் மந்திர அலைகள் மன ஆகாயத்தில் பரவி காரிய சித்திக்கான சூழ்நிலைகளை உருவாக்கி வெற்றியடையச் செய்கிறது.

இதுபோன்றுதான் மந்திரங்கள் ஒதப்படும் போது மாற்றங்கள் நிகழ்கிறது. இதனால்தான் மந்திரங்கள் உச்சரிக்கும் இடத்தில் மற்றவர்கள் மௌனத்தை கடைபிடிக்க வேண்டும்.

மந்திர ஒலி மேற்கண்டவாறு மாற்றம் அடைய மந்திர ஒலி காற்றில் பரவும் போது மற்றவர்களின் இடம் சப்தம் இடையூறாக இருக்கக்கூடாது.

குருதேவர் அருளுகிறார்: “நான் இப்பொழுது ‘ஏன் களை’ விளக்குகின்ற சாங்கிய தத்துவத்தைப்பற்றிப் பேசிக்கொண்டிருக்கிறேன்.

வாரத்தில் ஒரு நாள் மட்டுமே அல்லாமல் உங்களுடைய தினசரி வாழ்க்கையில் மதத்தின் விதிமுறைகளைப் பின்பற்றுவதன் தேவையை நான் உங்களுக்குக் காண்பித்துக்கொண்டிருக்கிறேன்.”

“நீங்கள் மற்றொருவருக்கு எதிராக ஏன் பொய்சாட்சி கூறக்கூடாது? ஏனெனில் அது நேர்மையற்ற மனப்பான்மையை வளர்க்கிறது. இறைவனின் முன்னர் நம்பிக்கைத் துரோகம்தான் மிகப்பெரிய குற்றம். தனிப்பட்ட லாபத்திற்காகவோ அல்லது பழிவாங்குவதற்காகவோ ஒருவரைப்பற்றி பொய் கூறுவது ஒருவரது ஆன்மாவிடமிருந்து பெய் கூறுவதற்கு ஒப்பாகும். ஒவ்வொருவரும் மற்ற ஒவ்வொருவருடனும் நேர்மையற்று இருந்தால், எத்தகைய பெருங் குழப்பம் நிலவும்! நீங்கள் தியானம் செய்யப்போவதாக ஒருவரிடம் கூறுகிறீர்கள். ஆனால், மாறாக உங்களுடைய நோக்கமானது அவருக்கு எதிரான ஒரு தீமையைச் செய்ய நழுவிச் செல்வதாகும் என வைத்துக்கொள்வோம். அதுதான் நம்பிக்கைத் துரோகம். மிகமோசமான நேர்மையற்ற தன்மை. மேலும் தவறு செய்யும் ஒருவருக்கு ஆதரவாக, வேறொருவருக்கு எதிராக பொய்சாட்சி கூறுவது என்பது தவறு செய்பவருடைய தவறான நடத்தையில் பங்கு கொள்வதாகும். அது

உள்ளத்தில் கடுமையான உணர்ச்சியையும் மனப்போராட்டத்தையும் ஏற்படுத்தும். தற்காலிகமாக நியாயப்படுத்தப் பட்டாலும்கூட அது இறுதியாக தன்னையே திரும்பத்தாக்கி உணர்வு நிலையில் கடுந்துன்பத்தை உருவாக்கும்.”

“மற்றவருடைய உடைமைக்கு பேராசைப்படுதல்கூட தனக்கே துன்பத்தை ஈர்ப்பதாகும். ஏனெனில் நீங்கள் கொடுப்பது எதுவோ அதை உங்களிடமிருந்து ஈர்ப்பீர்கள். அன்பையும் சுயநலமின்மையையும் கொடுங்கள். நீங்கள் அன்பையும் சுயநலமின்மையையும் பெறுவீர்கள். மாறாக, பேராசை, சுயநலம், பொறாமை ஆகியவற்றை வெளிப்படுத்தினால் அவற்றைப் போன்றே ஈர்ப்பீர்கள்.”

“நீங்கள் ஏன் திருடக்கூடாது? ஒவ்வொருவரும் கொள்ளையடிப்பதன் மூலம் வாழ்ந்தால் இவ்வுலகம் எப்படி இருக்கும் என்று எண்ணிப்பாருங்கள். மாபெரும் குற்றங்கள் இழைக்கப்படும். உடைமையை பாதுகாக்கவும் திருடப்பட்ட பொருட்களை மீட்கவும்

கொடுமான சண்டைகளும் கொலைகளும் நிகழும். திருடுதலானது, வேறொருவர் தனது உடைமைகளை இழந்துவிடும்படிச் செய்கின்ற சமூக விரோதச் செயலாகும். அது வாழ்வின் விதிமுறைகளுக்கே எதிரானதாகும். மேலும் சமுதாயம் தவறு செய்பவர்களை கையாள்வதற்கான சரியான வசதிகளையும் வழி வகைகளையும் அறிந்திருக்கவில்லை. திருடர்கள் சிறைச் சாலையில் அடைக்கப்படும்பொழுது, அவர்கள் தங்களுடைய தீயப்பழக்கங்களில் வலிமையடைந்தும் இதர குற்றங்களுடனான தொடர்பின் மூலம் புதிய தீய பழக்கங்களைப் பெறவும் நேரலாம். இது நிகழ்ந்தால் அவர்கள் வெளியே வரும்பொழுது முன்னெப்பொழுதையும்விட மோசமானவர்களாக இருப்பர்.”

தவறான கணிப்புகள் நம்மை தவறு செய்ய வைக்கின்றன.

குருதேவர் மேலும் மாணவர் மூலமாக வந்த தன்னுடைய சொந்த அனுபவத்தைக் கூறுகிறார்: “எனது மாணவர்களில் ஒருவரது மகனான ஓர் இளைஞன், திருடிதற்காக சிறையில் அடைக்கப்பட்டான். நான் அவனைப் பார்க்கச் சென்றபொழுது, அவன் வெறுப்புடன் கூறினான். ‘ஓ இன்னொரு போதகரா? நீங்களும் போதனை செய்ய ஆரம்பியுங்கள்.’ அதற்கு நான் கூறினேன், ‘நீயே முடிவு செய்யாதே. நாம் ஏன் மனம்விட்டுப் பேசக்கூடாது?’

“சரி, அவன் ஒப்புக்கொண்டான்.” நான் என் தரப்பிலிருந்து கதையைக் கூறுகிறேன். என் தந்தை பெரும் செல்வந்தர். ஆனால் சாமர்த்தியமான சூழ்ச்சியினால், இன்னொருவன் அவருடைய எல்லாப் பணத்தையும் அவரிடமிருந்து எடுத்துக் கொண்டுவிட்டான். நான் அம்மனிதனிடம் சென்று என் குடும்பத்திற்கு உதவுவதற்காக எனக்கு உதவும்படி கேட்டேன். அவன் என் தந்தையிடமிருந்து அந்தப் பணத்தை உண்மையிலேயே ‘திருடினான்’ என்று அவனுக்குத் தெரியும். ஆனால் அப்படி இருந்தும் கூட, அவன் எனக்கு உதவவோ அல்லது ஒரு வேலையைக் கொடுக்கவோ இல்லை. எனவே அந்த விதமான நேர்மையான சமுதாயத்தின் ஓர் அங்கமாக

இருக்கவேண்டாம் என நான் தீர்மானித்தேன். இரு வாரங்களில் நான் பதினேழு தடவைகள் வழிபறிக் கொள்ளையடித்தேன். ஆனால் ஒவ்வொரு கொள்ளையையும் நான் அதைத் திருப்பிக் கொடுத்துவிடுவேன் என்ற நோக்கத்துடன் செய்தேன். அதனால்தான் நான் செய்ததில் ஒரு தவறும் இல்லை என நான் எண்ணிக்கொண்டேன்.”

“நல்லது”, என்று குருதேவர் கூறினார். “ஓர் அறையில் இருபது மனிதர்கள் இருந்தால், ஒருவர், ‘நான் தியானம் செய்வேன்’ என்றும்; இரண்டாமவர், ‘நான் கீதம் இசைப்பேன்’ என்றும்; மூன்றாமவர், ‘நான் கவிதை பாடுவேன்’ என்றும்; மற்றொருவர் ‘நான் எழுதுவேன்’ என்றும்; மற்றொருவர், ‘நான் தூங்குவேன்’ என்றும்; இவ்வாறு பலரும் கூறினால் ஒவ்வொருவரும் மற்ற அனைவருக்கும் இடையூறு செய்வார். அவர்களில் எவராயினும் ஒருவர்தான் விரும்பியதைச் செய்வதில் வெற்றியடைவாரா?”

“இல்லை”, அந்த இளைஞன் ஒப்புக்கொண்டான், “உன்னுடையதைப் போலவே பல நிகழ்வுகள் உள்ளன”, என்று குருதேவர் தொடர்ந்தார். ஆனால் தேவை உள்ள ஒவ்வொருவரும் தனது தேவைகளைப் பெறவேண்டி கொள்ளையடிக்கத் துவங்கினால் என்னவாகும்? உன்னுடைய வாதத்தின்படி உன்னுடைய செயல்கள் தவறானவையாகத் தோன்றவில்லை. ஆனால் வாழ்வின் அடிப்படை விதிமுறைகளின் பரந்த நோக்கில் அவை நிச்சயமாகத் தவறானவையே” . அது அவனுக்கு உறைத்தது. மீண்டும் குருதேவர் தொடர்ந்தார். “உன்னுடைய குடும்பத்திற்கு உதவுவதற்கான உனது ஆசை ஏற்புடையது. ஆனால் நன்மை செய்வதற்குப் பதிலாக நீ அவர்களுக்குப் பெரும் துயரத்தை ஏற்படுத்தியிருக்கிறாய். நீ உன்னுடைய முயற்சிகளில் தோல்வியடைந்து விட்டாய். ஏனெனில் நீ தவறான முறைகளைப் பயன்படுத்தினாய்.”

குருதேவர் கூறியதைக்கேட்ட இளைஞன் விம்மியபடித் தொடங்கினான். குருதேவர் கூறுகிறார்: “அதிர்ஷ்டவசமாக அவனால் நன்னடத்தையின் பேரில் விடுதலை பெறமுடிந்தது.

79

பாகம்

புறமஹம்ஸ யோகானந்தர் அருளிய வழிமுறைகள்

மனித வாழ்வு

மேம்படுவதற்காக

எனவே, நீங்கள் பார்க்கலாம், தவறான கணிப்பு தான் நம்மை தவறு செய்ய வைக்கிறது. அதனால்தான் விவேகம் மிக முக்கியமானது. ஞானத்தைவிட மிகவும் தூய்மையானதும் மிகவும் தூய்மைப்படுத்தக்கூடியதும் எதுவுமில்லை.”

“ஞானத்தை விட மிகவும் தூய்மையானது எதுவுமில்லை” என குருதேவர் கூறியுள்ள உண்மையான கருத்திற்கு, உண்மையான ஒரு நிகழ்வு உள்ளது. அதை நான் இங்கே கூற விரும்புகிறேன்.

பன்னெடுங்காலத்திற்கு முன்னர் ஒன்றுமே தெரியாத, படிப்பறிவில்லாத ஓர் அறிவிலியான ஒரு வழிபறிக் கொள்ளைக்காரன் வாழ்ந்திருந்தான். அவன் தினமும் கொள்ளையடித்து கிடைக்கின்ற நகை, பணம் இவற்றை வைத்து தன் குடும்பத்தைக் காப்பாற்றி வந்தான். நாட்கள் கடந்தன. ஒரு நாள் அவன் கொள்ளையடிப்பதற்காக வழியருகில் நின்றான். அப்பொழுது ஸ்ப்த ரிஷிகள் வந்துகொண்டிருந்தனர். அவனருகில், அவர்கள் வந்ததும் அவர்களை தடுத்து நிறுத்தினான்; பின்னர் அவர்களிடத்தில் கொள்ளையடிக்க முயற்சி செய்தான். அந்தக் கொள்ளைக்காரனுக்கு, வந்தவர்கள் ஸ்ப்த ரிஷிகள் என்ற விஷயமும் தெரியாது; அவர்களிடத்தில் கொள்ளையடிப்பதற்கு ஒன்றுமில்லை என்பதும் தெரியாது. அதனால்தான் அவர்களிடத்தில் கொள்ளையடிக்க முயற்சித்தான். “இன்று உங்கள் கையிலிருக்கும் பணத்தைக் கொடுத்துதான் ஆக வேண்டும்,” என்று அவன் மகரிஷிகளிடம் கூறினான். “நாங்கள் பணம் தருகிறோம். நீ அந்தப்பணத்தை வைத்து என்ன செய்யப்போகிறாய்? எதற்காகக் கொள்ளையடிக்கிறாய்” என்று ரிஷிகள் அவனிடம் கேட்டனர். “நான் அதை வைத்துதான் என் குடும்பத்தினரைக் காப்பாற்றி வருகிறேன்,” என்றான். நீ செய்வது பாவச்செயல் என்பது உனக்குத் தெரியாதா?” என்று ரிஷிகள் கேட்டனர். “அது எனக்குத் தெரியாது” என்று அவன் பதிலளித்தான். “அப்படியென்றால் நாங்கள் கூறுவதைப்போல் நீ செய்வாயா?” என்றனர் ரிஷிகள். “செய்கிறேன்” என்றான் கொள்ளைக்காரன். “நாங்கள் சொல்வதை நீ உன் குடும்பத்தாரிடம் சொல்ல வேண்டும். பின்னர் அவர்கள் கூறும் பதிலை நீ இங்கு வந்து எங்களிடம் கூற

வேண்டும். அதுவரை நாங்கள் இங்கேயே காத்திருக்கிறோம் என்றனர் ரிஷிகள், “ சரி, நான் பதில் வாங்கி வருகிறேன்” என்று கூறி, அவன் தன் வீட்டிற்குப் புறப்பட்டான். வீட்டிற்குச் சென்ற உடன் தன் குடும்பத்தினரை அழைத்து, “ நான் கொள்ளையடித்துதான் உங்களுக்கெல்லாம் உணவு தந்து காப்பாற்றி வருகிறேன். அது உங்களுக்கெல்லாம் தெரியும், நான் செய்யும் செயல் பாவச்செயல். அந்தப்பாவத்தின் பங்கினை நீங்கள் அனைவரும் ஏற்றுக் கொள்வீர்களா?” என்று மனைவி மக்களிடம் கேட்டான். “ இல்லை, நாங்கள் எதற்காக பாவத்தை ஏற்க வேண்டும்? உன் குடும்பத்தைக் காப்பாற்றவேண்டிய கடமையும் பொறுப்பும் உனக்குதான் உள்ளது. நீ எப்படி பணம் சம்பாதித்துக் காப்பாற்றுவாய் என்பது எங்களுக்குத் தெரியவேண்டிய அவசியமில்லை. பாவச்செயலாக இருந்தால் அதன் விளைவு உனக்குமட்டும்தான். நாங்கள் அந்தப் பாவத்தின் பங்கினை ஏற்றுக்கொள்ளமாட்டோம்,” என்று அவர்கள் பதில் கூறினர். அவர்களுடைய பதிலைக் கேட்ட உடனேயே கொள்ளைக்காரன் சப்தரிஷிகளிடம் திரும்பிச் சென்றான். மனைவி மக்கள் கூறிய பதிலை ரிஷிகளிடம் கூறினான். “ கேட்டாயா அவர்கள் பதிலை; எல்லா பாவத்தையும் நீ தான் முழுமையாக ஏற்றுக் கொள்ள வேண்டும் என்று அவர்கள் உறுதியாகக் கூறியிருக்கிறார்கள். அப்படியென்றால் நீ தான் முழு பாவத்தையும் அனுபவிக்க வேண்டும். நீ அதற்குத் தயாரா?” என்று ரிஷிகள் கேட்டனர். “ இல்லை, இல்லை, அதற்கு நான் தயாராக இல்லை, “ என கொள்ளைக்காரன் கூறினான். “ அப்படியென்றால் நாங்கள் கூறுவதைக் கேட்டு அதனை பின்பற்றுவாய்.” என்றனர் ரிஷிகள். அவர்கள் அந்தக் கொள்ளையனை ஓர் இடத்தில் அமரச்செய்து, கண்களை மூடிக்கொண்டு “மரா, மரா” என்று சொல்லச்சொன்னார்கள். ‘மரா மரா’ என்பது ராமநாமத்தைக் குறிக்கிறது. நாளடைவில் அவன் அதைப் புரிந்து கொண்டான். அவன் படிப்பறிவு இல்லாதவனாகையால் அவ்வாறு செய்தனர். அவனும் அவ்வாறே செய்தான். பின்னர் ரிஷிகளும் சென்று விட்டனர். பல வருடங்கள் அப்படியே உட்கார்ந்தான். அவன்மேல் புற்று வளர்ந்து அவனை மூடியது. இறுதியில் அவனுக்கு ஞானம் கிடைத்தது. “வால்மீகி” என்று அழைக்கப்படுகின்ற பெரிய

மகரிஷி அவர்தான். அவரால் எழுதப்பட்டதுதான் ‘வால்மீகி ராமாயணம்.’

‘தீவினை தன்னைச் சுடும்’ என்று குருதேவர் கூறியுள்ளதற்கான ஓர் உதாரணத்தைக் கூற விழைகின்றேன். குருதேவர் பரமஹம்ஸ யோகானந்தரால் எழுதப்பட்ட ‘ ஒரு யோகியின் சுயசரிதம்’ என்ற நூலில் இடம் பெற்றுள்ள ஒரு நிகழ்வினை கீழ்க்கண்டவாறு குறிப்பிட்டுள்ளேன். ‘ த்ரைலங்கஸ்வாமிகள்’ என்ற பெயருடைய ஒரு மகா யோகியின் அற்புதங்களில் ஒன்றினைக் கீழ்க்கண்டவாறு குறிப்பிட்டுள்ளேன். அந்த யோகி வழக்கமாக மௌனத்தையே கடைபிடித்துவந்தார் வட்டமான முகமும் பீப்பாயைப்போன்ற பெரிய வயிறும் இருந்தபோதிலும் த்ரைலங்கர் எப்பொழுதாவது மட்டுமே உணவு உட்கொள்வார். பல வாரங்கள் உண்ணாமலிருந்து பிறகு அவர் குடம் குடமாக பக்தர்கள் கொடுக்கும் கெட்டித்தயிரைக்குடித்து தன் விரதத்தை முடிப்பது வழக்கம். ஒரு முறை நாத்திகள் ஒருவன் இவர் ஒரு போலி என்பதை வெளிப்படுத்த வேண்டுமென்று தீர்மானித்துக்கொண்டான். ஒரு பெரிய வாளி நிறைய சுவர்களுக்கு வெள்ளையடிக்கும் சுண்ணாம்புக் கலவையைக் கொண்டுவந்து அந்த ஸ்வாமியின் முன்னே வைத்தான். அந்த நாத்திகள் போலி மரியாதையுடன் கூறினான், “ குருதேவா, நான் தங்களுக்காக கொஞ்சம் கெட்டித்தயிர் கொண்டு வந்திருக்கிறேன். தயவு செய்து பருகவேண்டும்” என்றான். த்ரைலங்கர் கொஞ்சம் கூட தயங்காமல் ஒரு சொட்டு கூட விடாமல் படிக்கணக்கில் அந்த எரியும் சுண்ணாம்புக் கலவையைக் குடித்தார். சில நிமிடங்களில் அந்த பாவத்தைச் செய்தவன் தரையில் விழுந்து வேதனை தாளாமல் புரண்டான். “காப்பாற்றுங்கள், ஸ்வாமி, காப்பாற்றுங்கள்” என்று அவன் கதறினான். “நான் நெருப்பில் வேகிறேன்! என் பொல்லாத பரிட்சையை மன்னித்தருளுங்கள்! ” அந்தப்பெரிய யோகி தன் வழக்கமான மௌனத்தைக் கலைத்தார். “பிறரை அவமதிப்பவனே, நீ எனக்கு விஷத்தைக் கொடுத்தபொழுது, என்னுயிர் உன் உயிருடன் ஒன்றியிருக்கிறது என்பதை நீ உணரவில்லை இறைவன், படைப்பின் ஓவ்வொரு அணுவிலும் இருப்பதுபோல் என் வயிற்றிலும் உள்ளான், என்பதை நான் அறிந்திருக்கவில்லையானால் இச்சுண்ணாம்பு என்னைக்கொன்றிருக்கும். இப்பொழுது நீ, தன்வினை தன்னைச் சுடும்

என்பதின் தெய்வீக விதியை உணர்ந்து கொண்டதனால் மறுபடியும் யாரிடமும் விஷமம் செய்யாதே “ என்று அவர் கூறினார். அந்தப்பாவி, த்ரைலங்கரின் சொற்களினால் குணமடைந்து மெதுவாக அங்கிருந்து நழுவினான்.

வேதனை திருப்பி அனுப்பப்பட்டது அம்மகானின் விருப்பத்தினால் உண்டானதல்ல. ஆனால் தொலைதூரம் ஊசலாடுகின்ற படைப்பினுடைய கோளத்தை தாங்கிநிற்கும் நியாய விதியின் செயல்முறையால் உண்டானதாகும். த்ரைலங்கரைப்போன்று இறை உணர்வை அடைந்த மனிதர்களுக்கு இத்தெய்வீக நியதி உடனுகுடன் செயல்படும். அவர்கள் நாசம் செய்யும் அகங்காரத்தின் சுழல்களையெல்லாம் நிரந்தரமாக அகற்றிவிட்டவர்கள். (ஒரு யோகியின் சுயசரிதம் பக்.443, 444) இதுபோன்று யார் ஒரு தீவினையைச் செய்கின்றாரோ அவர் அதன் விளைவை அனுபவித்துத்தான் தீரவேண்டும் என்பதற்கு த்ரைலங்கஸ்வாமிக்கு சுண்ணாம்பு நீர் கொடுத்தவனுக்கு நிகழ்ந்த நிகழ்வு ஓர் உதாரணம்.

அதுபோன்று, ஓர் எழுத்து கூடத்தெரியாத, படிப்பறிவில்லாத, வழிபறிக்கொள்ளையில் ஈடுபட்டிருந்த ஒரு மனிதனுடைய மாற்றத்தைப் பாருங்கள். ஒருவன் எவ்வளவு கொடிய பாவியாக இருந்தாலும் இறைவனின் கருணை அவன்மேல் பாய்ந்தால் அவன் பெரிய மகானாகிவிடுகிறான். அதனால் பாவம் செய்ய வேண்டும். என்று கூறவில்லை. அத்தெல்லாம் அறியாமையினால் செய்வதுதான். மேலே கூறப்பட்டுள்ள வழிபறிக் கொள்ளைக்காரனாக இருந்தவரிடத்தில் சப்த ரிஷிகளை இறைவன் அனுப்பிவைக்கிறான். அவர்கள்மூலம் அந்த மனிதனுடைய பாவத்தைத் துடைத்து உன்னத நிலையான இறைவனிடத்தில் சேர்த்துவிட்டனர். அவர்கள் இறைவனின் பிரதிநிதியான ‘குரு’ போன்று வந்துள்ளனர். குருவால் (இறைவனால் அனுப்பப்பட்ட, இறைவனுடன் இணைந்த ஆத்மா) மட்டும்தான் பாவத்தைத் துடைக்க முடியும். எனவே நம் குருதேவர் கூறும் போதனைகளைக் கேட்டு அவற்றை நாம் பின்பற்ற வேண்டும். அப்பொழுது நாம் அனைவரும், அனைத்து பாவங்களும் தொலைந்து இறைவனுடன் இணையலாம்.

மீண்டும் மலரும்...

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

நமது பேச்சை மற்றவர்கள் மந்திரம் போல கேட்கவைக்கு சுவாச கட்டுப்பாடுகள்

சிந்தனை செய்கின்ற ஆற்றல், மனித உடம்பில் எந்த பகுதியில் இருக்கிறது என்று இதுவரை முடிவாக தெரியவில்லை என்றாலும், மூளையின் ஒரு பகுதியிலிருந்து சிந்தனைத்திறன் செயல்படுகிறது என்று அறிவுலகம் நம்பி ஏற்று வருகிறது. இப்படி மூளையிலிருந்து உற்பத்தியாகுகின்ற சிந்தனை என்ற எண்ணங்களை உடல் முழுவதும் எடுத்துச்செல்லும் பொறுப்பு நாடிகளுக்கு இருக்கிறது. இந்த நாடிகள் மூலமாகவே குண்டலி சக்தியும் கீழே இருந்து மேலே ஏறிச்செல்கிறது.

நாடிகள் என்பது மிகவும் நுட்பமானது. சாதாரண கண்களுக்கு தட்டுப்படாதது. மனித உடம்பிற்குள் இருக்கும் எலும்புகளை பார்க்கலாம். உள் உறுப்புகளை பார்க்கலாம். நரம்புகளையும் பார்க்கலாம். நாடிகளை மட்டும் பார்க்க முடியாது. நவீன உலகம் கண்டுபிடித்துள்ள மிக நுட்பமான பூதக் கண்ணாடிகளின் துணை கொண்டு கூட நாடிகளை கண்டறிய முடியாது. இப்படி கண்ணுக்கே தெரியாத நாடிகள் இருக்கிறது இவைகள் தான் மனித உடலை ஆட்சி செய்கிறது. உயிர் உடலில் தங்குவதற்கு ஆதாரமாக இருக்கிறது என்று உலகிற்கு முதல்முறையாக உணர்த்தியவர்கள் நமது சித்தர்களே ஆவார்கள்.

“பூத சக்தி சம்ஹிதை” என்ற பழமையான வடமொழி வைத்திய சாஸ்திர நூல் நாடிகளின் எண்ணிக்கை எழுபத்தி இரண்டாயிரம் என்கிறது. பிரபஞ்ச சாரம் என்ற நூலோ மூன்றுலட்சம் நாடிகள் உடம்பில் இருப்பதாக கூறுகிறது. சிவசம்ஹிதை என்ற அருமையான வைத்திய நூல் மூன்றரை லட்சம் என்றும் சொல்கிறது. எத்தனை இலட்சம், எத்தனை ஆயிரம் நாடிகள் இருந்தாலும் இடகலை, பிங்கலை, சுழுமுனை, சரஸ்வதி, லக்ஷ்மி, மேதா, காந்தாரி, அலம்புடை, சங்குனி, குரு என்ற பத்து நாடிகளே முக்கியமானது என்று சித்தர்கள் கூறுகிறார்கள்.

மேலே கூறப்பட்ட பத்து நாடிகளில் சுழு முனை நாடியும், மேதா நாடியும் சிறப்பான யோக நாடிகள் என்று தெரிகிறது. குண்டலினி சக்தி சுழுமுனை நாடி வழியாகவே மூலாதாரத்தில் இருந்து சகஸ்ரத்தை நோக்கி பயன்படுகிறது. முறைப்படியான யோக பயிற்சி உள்ளவர்களுக்கு மட்டுமே சுழுமுனை நாடி தெளிவாக பேசும். சுழுமுனை நாடி தாமரை தண்டின் நூல் போல முதுகெலும்பு அடியில் உள்ள மூலாதாரத்தில் குண்டலினி சக்தியின் நடுவில் பொருந்தி நின்று முதுகுத்தண்டு உட்புறம் வழியாக மேல் நோக்கி ஊடுருவிச்செல்கிறது. அப்போது இந்த நாடியோடு ஒரு நதி எப்படி கிளை நதிகளை தன்னோடு இணைத்துக்கொண்டு சர்வ வேகத்தோடு செல்லுமோ அதே போல சித்திர நாடி, வஜ்ர நாடி என்ற இரண்டு நாடிகளை இணைத்து கொண்டு பயணத்தை நடத்துகிறது.

இடைகலை நாடியும், பிங்கலை நாடியும் தண்டுவடத்தின் வெளியே இடது பக்கமும், வடது பக்கமும் பின்னிப்பிணைந்து இரண்டு நாகங்கள் போல நிற்கின்றன. இவைகள் சுவாதிஸ்தானம், மணிப்பூரகம், அநாகதம், விசுத்தி, அக்ஷை ஆகிய ஆறு ஆதாரங்களை தொடும்போது மட்டும் ஒன்றை ஒன்று நேருக்கு நேர் சந்தித்து கொள்கிறது. கத்தரிகோல் போன்று மேலே வருகின்ற இரு நாடிகளும் புருவமத்தியில் வந்து பிரிந்து, இடகலை நாடி இடது மூக்கையும், பிங்கலை நாடி, வலது மூக்கையும் ஆதாரமாக கொண்டு நிற்கிறது.

இடகலை, பிங்கலை மற்றும்சுழு முனை ஆகிய நாடிகளுக்குள் இடை கலையிலிருந்து இரண்டு நாடிகளும் பிங்கலையிலிருந்து இரண்டு நாடிகளும் உருவாகி வடமாகவும், இடமாகவும் சென்று இரண்டு கண்களையும், இரண்டு

செவிகளையும் செயல்படச்செய்கிறது சுழுமுனை யிலிருந்து தோன்றுகிற ஒரு நாடி நாவின் அடிப்பகுதியில் நிற்கிறது. இந்த நாடிக்கு சிகுவை அல்லது சிங்குவை என்று சித்தர்கள் பெயர் சொல்கிறார்கள். சுவாதிஸ்தானத்தில் இருந்தும் இரண்டு நாடிகள் புறப்படுகிறது. இவை கீழ்நோக்கி சென்று ஆண்குறியை தொடுகிறது. இதற்கு சங்கிலி என்று பெயர். எருவாயை தொடுகின்ற இன்னொரு நாடிக்கு குரு என்று பெயர்.

இடகலை, பிங்கலை மற்றும் சுழுமுனை ஆகிய நாடிகள் கடவுளோடு மனிதனை இணைக்கும் நாடிகள் என்றால் சரஸ்வதி, லக்ஷ்மி, மேதா ஆகிய நாடிகள் இந்த உலகின் வாழ்க்கையை மனிதனுக்கு செம்மையாக்கி தர உதவுகிறது. இடகலை நாடிக்கும், சரஸ்வதி நாடிக்கும் உறவு உண்டு அதே போல சுழுமுனை நாடிக்கும், மேதா நாடிக்கும் நெருக்கம் உண்டு சரஸ்வதி நாடி மூளையோடு தொடர்பு கொண்டது. மனிதனது

சிந்தனையாற்றல் சரஸ்வதி நாடியின் வழியாகவே செயல்படுகிறது. இதனால் தான் கல்வி மற்றும் கலைகளின் கடவுளாக சரஸ்வதி தேவியை ஞானிகளும், முனிவர்களும் கண்டார்கள்.

லக்ஷ்மி நாடி, சுழுமுனை நாடி, சரஸ்வதி நாடி மற்றும் மேதா நாடி ஆகிய நாடிகள் எல்லா மனிதர்களுக்கும் சமமாக செயல்படுவது கிடையாது. தனிமனிதனின் தன்மைகளுக்கு ஏற்ப கூட்டியோ, குறைத்தோ செயல்படுகிறது. இதன் செயல்பாட்டிற்கு வம்சா வழியும், பரம்பரையும் மற்றும் சுற்றுப்புறச் சூழலும் சுயசிந்தனையும் வெகுவான காரணங்களாக இருக்கிறது. சுருக்க மாக சொல்வது என்றால், மனிதன் திறமையானவனாக இருப்பதற்கும், திறமையற்று இருப்பதற்கும் இந்த நாடிகளே ஆதாரங்கள் என்று சொன்னால் அது மிகையில்லை.

கடவுளிடம் மனிதனை அழைத்து செல்லும் நாடிகளாக இடகலை, பிங்கலை நாடிகள்



aanmeegamalar.com

இணையதளத்தின் செய்திகளை


dailyhunt

மொபைல் அப்பில் உடனுக்குடன்
தெரிந்து கொள்ளலாம்.

இருப்பதனால் அவைகள் பேதம் இல்லாமல் அனைவருக்கும் செயல்படுவதாக இருக்கிறது. பிராண சக்தியை உடம்பில் கட்டுப்படுத்தி, உடல் இயக்கத்திற்கு எந்த நேரத்தில், எது தேவை என்பதை கண்டறிந்து இந்த நாடிகள் செயல்படுகின்றன. அதனால் இவைகளை சூரியகலை என்றும் சந்திர கலை என்றும் சித்தர்கள் அழைக்கிறார்கள். சூரியகலை என்கிற பிங்கள நாடி செயல்படும் போது இடது மூக்கு வழியாக சுவாசம் நடக்கிறது. சந்திர கலை என்ற இடகலை நாடி செயல்படும் போது சுவாசம் வலது மூக்கில் நடைபெறுகிறது. சந்திரகலை செயல்பட்டால் சூரியகலை நின்றுவிடும். சூரியகலை இயங்கும் போது சந்திரகலை அசையாது. சந்திர கலை சுவாசம் குளிர்ச்சியையும், சூரியகலை சுவாசம் வெப்பத்தையும் உடம்புக்கு தரும். இந்த தட்பவெப்ப நிலையை பயன்படுத்தியே குண்டலினி சக்தி மனித உடம்பின் வெப்பத்தை சீரான நிலையில் வைக்கிறது.

சுவாசம் என்பது, மனித உடம்பில் பல இந்திர கலைகளை நடத்துவதாக இருக்கிறது. உடம்பு, உயிரோடு இருப்பதற்கு பிராணவாயுவை உள் வாங்கி வெளியே விடுவதோடு மட்டும் சுவாசத்தின் பணிகள் முடிவடைவது கிடையாது. அருள்நிலை என்ற ஆன்மீக பாதைக்கு நம்மை அழைத்து செல்வதற்கும், சுவாசம் பயன்படுகிறது. பொருள் நிலை என்ற இவ்வுலக வாழ்க்கைக்கு தேவையானதை பெற்றுக்கொள்வதற்கும் சுவாசம்

ஒவ்வொருவரின் இமெயில் முகவரியை தேடி வரும்

பயன்படுகிறது. சுவாச ஓட்டத்தில் நமது ஆயுள் அளவு அடங்கி இருக்கிறது என்று வாசியோகம் குறிப்பிடுகிறது. அதுமட்டுமல்ல நாம் எதை விரும்புகிறோமோ அதை மிகச்சுலபமாக சுவாசத்தை நம் விருப்பப்படி மாற்றி அமைத்துக்கொள்வதனால் பெறலாம் என்று ஹடயோகம் சொல்கிறது.

அந்த காலத்தில் பெரியவர்கள் பலர் கையில் குடை இல்லாமல் வெளியே போக மாட்டார்கள். மழை வெயில் இவற்றிடமிருந்து நம்மை காப்பாற்றி கொள்வதற்கு மட்டும் குடை பயன்படுவது கிடையாது. அதன் பயன் எல்லைகளை கடந்தது. வெகு நாட்களாக முடிவுக்கே வராமல் ஒருகாரியம் இழுத்தடித்துக் கொண்டே போகிறது என்றால் அந்த காரியத்தை முடிக்க செல்லும் போது இடது கக்கத்தில் குடையை நன்றாக அழுத்தி கொண்டு செல்வார்கள் அப்படி அழுத்தும் போது வலது மூக்கில் மட்டுமே சுவாசம் ஓடும். இது சூரிய சக்தியை நமக்குள் இழுத்து தருவதனால் நமது பேச்சை மற்றவர்கள் மந்திரம் போல கேட்பார்கள். முடியாத காரியம் சுபமாக முடியும்.

நாள் கணக்காக படிக்கிறேன், மணிக்கணக்காக விழித்திருந்தும் படித்து பார்க்கிறேன். உறக்கம் கெடுகிறதே தவிர, படித்தது எதுவும் மனதில் தங்குவதில்லை என்று பலருக்கும் குறையுண்டு. இவர்கள் மிகச்சுலபமான பயிற்சியின் மூலம் வலதுநாசி வழியாக சுவாசத்தை நடத்துவதற்கு கற்றுக் கொண்டால் படித்தது அனைத்தும் பச்சைமரத்தில் ஆணி அடித்தது போல மனதில் ஓட்டிக்கொள்ளும்.

இந்த பயிற்சி ஒன்றும் கடினமான பயிற்சி இல்லை. நாற்காலியில் அமர்ந்த நிலையிலோ, படுக்கையில் சாய்ந்த நிலையிலோ செய்யலாம். இடதுபகுதி பிருஷ்டத்தை நன்றாக அழுத்திக் கொண்டு உட்கார்ந்தால் வலது சுவாசம் சுமமாக நடக்கும். இப்படி சுவாசத்தில் எத்தனையோ சாதனைகளை செய்யலாம். சித்தர்களின் தலைவரான திருமூலர், தமது திருமந்திரத்தில் சுவாசத்தை மாற்றி அமைத்துக்கொண்டு தாம் பத்திய வாழ்க்கையில் ஈடுபட்டால் என்ன குழந்தை வேண்டுமென்று விரும்புகிறோமோ அதை பெறலாம் என்று வழிவகை சொல்லி இருக்கிறார். இப்படி சுவாசத்தின் பயன்கள் விரிந்து கொண்டே செல்கிறது.

யோகி ஸ்ரீ ராமானந்த குரு
மேலும் தொடர்பு கொள்ளவும்
போன்: 09442426434

ஆன்மீகமலர்
மெயில் புக

ஆன்மீக மாதமிருமுறை இதழ்

மொபைலில்
ஆன்மீகமலரை
முழுவதும் படிக்க

Google Play Store
aanmeegamalar
டவுன்லோடு செய்து



நேரடி மற்றும் மறைமுக கட்டணங்கள் எதுமில்லை



இதழ் முழுவதும்
இலவசமாக
படிக்கலாம்...

www.aanmeegamalar.com

28 1415 ஏப்ரல் 2020

ஆன்மீகமலர்
மெயில் புக

1415 ஏப்ரல் 2020 29

www.aanmeegamalar.com

வ்யஷ்டி மற்றும் ஸமஷ்டி ஸாதனையின் மகத்துவம்!

1. ஸாதனை வ்யஷ்டியாக இருந்தாலும் ஸமஷ்டியாக இருந்தாலும் அதற்கு அஷ்டாங்க ஸாதனையிலுள்ள அங்கங்கள் மகத்துவம் நிறைந்ததாக உள்ளன.

2. வ்யஷ்டி அல்லது ஸமஷ்டி ஸாதனையில் ஈடுபடும்போது ஆளுமை குறைகளைக் களைவதற்கான முயற்சி அசாதாரண மகத்துவம் நிறைந்தது என்பதை உணர முடிகிறது. ஸனாதனின் பெரும்பான்மையான ஸாதகர்கள் ஸமஷ்டி ஸாதனை செய்து வருகின்றனர். அதிலும் பல ஸாதகர்கள் ஸமஷ்டி ஸாதனையின் ஒரு அங்கமான 'சேவை' என்ற விஷயத்திற்கு அதிக முக்கியத்துவம் தருகின்றனர். ஆளுமை குறைகளைக் களையும் செயல்முறைக்கு சிறிதளவே முக்கியத்துவம் தருகின்றனர். ஆளுமை குறைகளைக் களையும் செயல்முறையை நடைமுறைப்படுத்தும்போது ஸாதகர்களின் மனங்களில் அதிக போராட்டம் நடக்கிறது. அதனால் ஸாதகர்களுக்கு இவ்வழிமுறையை கடைபிடிப்பது கடினமாக உள்ளது. மருந்து கசப்பாக இருந்தாலும் ஆரோக்கியம் மேம்பட அதை உட்கொள்ள வேண்டி உள்ளது. அதேபோல் ஆளுமை குறைகளைக் களையும் செயல்முறையை பிடிக்கிறதோ இல்லையோ ஸாதகர்கள் அதற்கு முக்கியத்துவம் அளிக்க வேண்டும் என்பதை கவனத்தில் கொள்ள வேண்டும்.

3. முன்பு, குருக்ருபாயோகப்படி ஸாதனையின் அங்கமாக உள்ள ஸத்சங்கம், ஸத்சேவை, ஆன்மீக உணர்வு மற்றும் தியாகம் ஆகியவற்றிற்கு அதிக மகத்துவம் அளிக்கப்பட்டது. இன்று இவற்றின் மகத்துவம் குறைந்து ஆளுமை குறைகளைக் களைதல் மற்றும் அஹம்பாவத்தை நீக்குதல் ஆகியவற்றிற்கு அதிக மகத்துவம் அளிக்கப்பட்டுள்ளது. காலத்திற்கேற்றபடி ஸாதனையின் அங்கங்களின் பிரமாணம் எவ்வாறு மாறுகிறது என்பதற்கு இதுவே ஒரு உதாரணம். ஆளுமை குறைகள் மற்றும் அஹம்பாவத்தால் ஸாதகர்களின் மனங்கள் மாசடைந்து போகின்றன.

அதனால் ஸாதகர்கள் எவ்வளவு சேவை, தியாகம் ஆகியவற்றை செய்தாலும் ஸாதனையின் மூலம் எந்த அளவிற்கு சைதன்யம் கிடைக்க வேண்டுமோ அந்த அளவிற்கு கிடைப்பதில்லை. இதன் பலனாக இத்தகைய ஸாதகர்களின் முன்னேற்றம் போதிய அளவு நடைபெறுவதில்லை. சில ஸாதகர்களின் ஆளுமை குறைகளால் ஸமஷ்டிக்கு பெரும் தீமை ஏற்படுவதால் அவர்களின் ஸாதனை அதோகதியை அடைகிறது.

தற்பொழுது தீய சக்திகளின் தாக்குதலும் அதிகரித்து உள்ளன. ஸாதகர்களின் மாசடைந்த மனங்களை உபயோகித்து தீய சக்திகள் ஸாதகர்களுக்கு கஷ்டம் தருவது கலபமாக உள்ளது. இத்தகைய காரணங்களால் காலத்திற்கேற்ற படி 'ஆளுமை குறைகளைக் களைதல்' மற்றும் 'அஹம்பாவத்தை களைதல்' ஆகியவை அதிக மகத்துவம் பெறுகிறது.

4. ஸனாதனின் எவ்வளவோ ஸாதகர்களுக்கு 'ஆசிரமத்தில் இருந்து கொண்டு ஸாதனை செய்ய முடியவில்லை' என்றும் 'ஏதோ தடங்கல்களால் ஸமஷ்டி ஸாதனையில் பங்கெடுக்க முடிவதில்லை' என்றும் வருத்தம் ஏற்படுகிறது; அத்தகைய



ஸாதகர்கள் வருந்தத் தேவையில்லை. ஏனென்றால் ஸத்சங்கம் மற்றும் ஸத்சேவை ஆகிய இரு அங்கங்களும் சேர்ந்து ஸாதனையில் 16% முக்கியத்துவமே பெறுகின்றன. அதனால் அவர்கள், 'வீட்டிலிருந்து கொண்டே ஸாதனை செய்து நல்ல முன்னேற்றம் அடைய முடியும்' என்பதில் நம்பிக்கை வைக்க வேண்டும். ஸனாதனின் எவ்வளவோ ஸாதகர்கள் வீட்டில் இருந்து கொண்டே ஸாதனை செய்து 60% க்கும் மேற்பட்ட ஆன்மீக நிலை அடைந்துள்ளனர்.

5. பொறுப்பு ஏற்றுள்ள ஸாதகர்கள் 'எல்லா ஸாதகர்களுக்கும் ஆளுமை குறைகள் களையும் செயல்முறை மற்றும் அஹம்பாவத்தை களையும் செயல்முறையை நடைமுறைப்படுத்த போதிய நேரம் கிடைக்கிறதா?' என்பதைக் கண்காணிக்க வேண்டும்; அத்துடன் 'அவர்கள் மூலமாக சரியான முறையில் இந்த செயல்முறை நடக்கிறதா?' என்பதைப் பற்றியும் நடுநடுவே மதிப்பாய்வு செய்ய வேண்டும்.

(பூஜ்ய) திரு. ஸந்தீப் ஆளாஷி, ஸனாதன் ஆசிரமம், கோவா.

தீய சக்திகள்: சுற்றுப்புற சூழலில் நல்ல சக்திகள் மற்றும் தீய சக்திகள்செயல் பாட்டில் உள்ளன. நல்ல சக்திகள் நல்ல காரியங்களுக்காக மனிதர்களுக்கு உதவுகின்றன மற்றும் தீய சக்திகள் அதில் கஷ்டங்களை ஏற்படுத்துகின்றன. முற்காலத்தில் ரிஷிகள் முனிவர்கள் நடத்தும் யாகங்களில் ராக்ஷசர்கள் மாமிசத்தைப் போட்டு தடங்கல்களை ஏற்படுத்தும் பல கதைகள் வேதாரணங்களில் உள்ளன. அதாவ் வேதத்தில் பல இடங்களில் தீய சக்திகளை, உதாரணத்திற்கு அசுரா, ராக்ஷசர், பிசாசுகள் ஆகியவற்றை தடை செய்யக் கூடிய மந்திரங்கள் கொடுக்கப்பட்டுள்ளன. தீய சக்திகளால் ஏற்படும் கஷ்டங்களிலிருந்து விடுபட பல்வேறு ஆன்மீக உபாயங்களை வேதம் முதலிய தர்ம கிரந்தங்கள் கூறுகின்றன.

பலன்கள்



உடல்நலம்



தத்துவம்



ஆன்மீகம்



புத்தம் புதிய ஆன்மீக செய்திகளை தினமும் படிப்பீர்கள்

www.aanmeegamalar.com

ஆன்மிகமலர்.காம்

குருக்ரூபாயோகப்படியான வ்யஷ்டி ஸாதனையின் முந்தைய மற்றும் நவீன வரிசைகிரமம்

ஆன்மிக சாஸ்திரப்படி, ஸாதனை செய்வதற்கு 'மனிதனுக்கேற்ற இயல்பு, இயல்புக்கேற்ற ஸாதனை வழி' என்பது நியதி ஆகும். இறைவனை அடைவதற்காக குருக்ரூபாயோக வழிப்படி ஸாதனை செய்யும்போது கீழே குறிப்பிட்டுள்ள 7 படிகள் உள்ளன நாமம், ஸத்சங்கம், ஸத்சேவை, தியாகம், ப்ரீதி, ஆளுமை குறைகளைக் களைதல், அஹம்பாவத்தைக் களைதல் மற்றும் ஆன்மிக உணர்வை விழிப்படைய செய்தல். இந்தப் படிகளின் வரிசைகிரமத்தைப் பற்றி கீழே வழங்கப்பட்டுள்ள கட்டுரையில் பார்க்கலாம்.

1. முந்தைய வரிசைகிரமம்

1. நாமம், 2. ஸத்சங்கம், 3. ஸத்சேவை, 4. தியாகம், 5. ப்ரீதி, 6. ஆளுமை குறைகளைக் களைதல், 7. அஹம்பாவத்தைக் களைதல் மற்றும் 8. ஆன்மிக உணர்வை விழிப்படைய செய்தல்

2. நவீன வரிசைகிரமம்

1. ஆளுமை குறைகளைக் களைதல், 2. அஹம்பாவத்தைக் களைதல், 3. நாமம், 4. ஸத்சங்கம், 5. ஸத்சேவை, 6. தியாகம், 7. ப்ரீதி, மற்றும் 8. ஆன்மிக உணர்வை விழிப்படைய செய்தல்

3. வரிசைகிரமம் மாறியதன் காரணம்

எல்லா செயல்களும் மனம் இருப்பதாலே நடக்கின்றன

அ. மனிதன் மூலமாக என்னென்ன செயல்கள் நடக்கின்றனவோ அவை மனம் மூலமாக நடக்கின்றன. உடலால் செய்யப்படும் செயல்களுக்கும் மனதே காரணமாகின்றன. மனம் நல்லதாக இருந்தால் அதாவது ஆளுமை குறைகள் மற்றும் அஹம்பாவம் அற்றதாக இருந்தால் உடல் மூலமாக யோக்யமான செயல்கள் நடக்கின்றன மற்றும் ஆளுமை குறைகள், அஹம்பாவத்தால் அயோக்கிய செயல்கள் நடக்கின்றன.

ஆ. எந்த யோக வழி மூலமாக ஸாதனை செய்தாலும் ஓரளவிற்காவது ஆளுமை குறைகள் மற்றும் அஹம்பாவத்தை களைந்தால் ஒழிய ஸாதனையில் முன்னேற்றம் அடைய முடியாது. உதாரணத்திற்கு தியான யோகம் பயில்பவர்கள் தியான நிலை சித்திப்பதற்கு எவ்வளவு முயன்றாலும் அவர்களிடமுள்ள ஆளுமை குறைகளால் எவ்வளவு வருடங்கள் ஆனாலும்

தியான நிலை அடைய முடிவதில்லை. ஆளுமை குறைகள் மற்றும் அஹம்பாவத்தை ஓரளவிற்காவது குறைத்த பின் தான் உண்மையான முன்னேற்றம் நடக்க ஆரம்பிக்கிறது.

இ. அஷ்டாங்க ஸாதனையில் ஆளுமை குறைகள் மற்றும் அஹம்பாவம் ஆகிய இரண்டும் தூர்குணங்கள் ஆகும், மற்ற ஆறும் நற்குணங்கள் ஆகும். தூர்குணங்களை தூர விரட்டினால் ஒழிய நற்குணங்களை வளர்க்க முடியாது.

ஈ. நற்குணங்களை வளர்த்து பின் குறைகளைக் களைவதற்கு பல வருடங்கள் ஆகும். அதற்கு மாறாக குறைகளை முதலில் களைந்தால் நற்குணங்கள் விரைவில் வளரும்.

4. கலியுகத்தில் ஆளுமைகுறை களைக் களைதல் மற்றும் அஹம் பாவத்தை களைதல் மகத்துவம் நிறைந்ததாகிறது

முந்தைய யுகங்களில் இவற்றின் பிரமாணம் மிகக் குறைவாக இருந்தது. அதனால் ஆளுமை குறைகள் மற்றும் அஹம்பாவத்தை களையும் செயல்முறை அவசியமில்லாமல் இருந்தது. அப்பொழுது பல்வேறு யோக வழிகளின்படி ஸாதனை செய்ய முடிந்தது. கலியுகத்தில் ஆளுமை குறைகள் மற்றும் அஹம்பாவத்தின் பிரமாணம் அதிகமாக இருப்பதால் இவற்றை முதலில் களைய வேண்டும். இல்லையேல் ஸாதனை நன்கு நடைபெற முடியாது.

5. யுகப்படி சர்வ சாதாரண மனிதனின் ஆன்மிக நிலை மற்றும் அவனிடமுள்ள ஆளுமை

குறைகள் மற்றும் அஹம்பாவத்தின் பிரமாணம் யுகம்

| | | | | | | |
|--------|-----------------|----|-------------------|----|---------------|----|
| ஸத்ய | ஆன்மிக நிலை (%) | 90 | ஆளுமை குறைகள் (%) | 10 | அஹம்பாவம் (%) | 5 |
| த்ரேதா | ஆன்மிக நிலை (%) | 70 | ஆளுமை குறைகள் (%) | 20 | அஹம்பாவம் (%) | 15 |
| த்வாபர | ஆன்மிக நிலை (%) | 50 | ஆளுமை குறைகள் (%) | 30 | அஹம்பாவம் (%) | 20 |
| கலி | ஆன்மிக நிலை (%) | 20 | ஆளுமை குறைகள் (%) | 50 | அஹம்பாவம் (%) | 30 |

மேலே கொடுக்கப்பட்டுள்ள அட்டவணை மூலம் கலியுகத்தில் ஆளுமை குறைகள் மற்றும் அஹம்பாவத்தைக் களைதல் எவ்வளவு மகத்துவம் வாய்ந்தது என்பது கவனத்திற்கு வருகிறது.

- தகவல் ஸனாதனின் கையேடு மற்றும் www.hindujagruiti.org தொடர்பு: 09380949626

ஆன்மிகமலர்

ஆன்மிகத் தேடலின் புதிய அடையாளம்!! .காம்

இணையதளம் வாயிலாக மாதம் இரண்டுமுறை வெளிவரும்

ஆன்மிகமலர் மெயில் புக

அனைத்து இதழ்களையும்

aanmeegamalar.com

இணையதளத்தில்

இலவசமாக டவுன்லோடு

செய்து பயன் பெறலாம்.

உங்கள் நலம் விரும்பிகளுக்கு

ஷேர் செய்து அவர்கள்

பயன்பெற உதவுங்கள்



மேலும் விபரங்களுக்கு
போன்: 08825844033

www.aanmeegamalar.com

www.aanmeegamalar.com



ஆசிரியர், வெளியீட்டாளர்

C.N.ராஜா

செல்: 8825844033

இணை ஆசிரியர்
முருகன் செல்: 7338881773

துணை ஆசிரியர்கள்
ஷியாம்சந்தர்,
சஞ்சனா, மீதி,
குருபிரியா செல்: 9894595909
புனிதவேல் செல்: 9841807572

வடிவமைப்பு
பான்ராஜாகிராபிக்ஸ்
செல்: 08825844033

நிர்வாக அலுவலகம்

aanmeegamalar.com

நெ.16/18, பாரதீஸ்வரர் காலனி, 4வது தெரு,
கோடம்பாக்கம், சென்னை 600024.
08825844033

**ஆசிரியர் குழுவில்
நீங்களும் இணையலாம்**

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

தொடர்பு கொள்ளவும்

08825844033

ஒவ்வொருவரின் இமெயில் முகவரியை தேடி வரும்

ஆன்மிக மாதமிருமுறை இதழ்

சந்தர்ப்பவாதம் அவர்களையே கொன்றுவிடும்...

சுவாச மண்டலத்தில் காற்றுக்குள் கட்டுப்பாடுகள் என்றால் என்ன? இந்த காற்று கட்டுப்பாடு என்பது இல்லாவிட்டால் காற்றே மாசுபடிந்த இயந்திரமாக விளங்கும். இதை தடுக்காவிட்டால் இதுவே மனிதபாபத்திற்கு சமம். எவரும் இத்தீயச்செய்கையை எந்த இடத்திலும் எந்த கோணத்திலும் செய்யாதீர்கள். இம்மாதிரி எண்ணுவதே கடவுளின் ஆணை.

பாபம் என்றால் என்ன? காற்று மண்டலத்தில் மாசினைத் தழுவ விடுவது என்றால் என்ன? ஒரு குறிப்பிட்ட இடத்தில் கழிவுப்பொருட்களின் நாற்றத்தை வெளியேற்று வதும் அதைப்

பரவவிடுவதும், இப்படி செய்யாவிட்டால் வேறு என்ன செய்வது என்று மனிதனின் சிந்தனைக்கே நியாயத்தை தோற்றுவிப்பதும் மிகப்பெரிய பாபங்களே. பாபத்தின் வடிவம் இதுதான்.

வாயுமண்டலத்தில் நச்சுக்கொல்லித்தன்மைகளைக் கலப்பதை போன்று அரசியல் சிந்தனை மண்டலங்களிலும் இத்தகைய நிலைமைகளை ஏற்படுத்தி இருக்கிறார்கள். அது இரண்டுவிதமாக இன்றும் நிலவி வருகிறது. ஒன்று கையூட்டு என்ற லஞ்சம் பெறுதல். மற்றொன்று பார்க்கும் இடமெல்லாம் நீக்கமற நிறைகின்ற வண்ணம் ஜாதியை பரவவிட்டு வித் திடுதல் என்பதே ஆகும். அரசியல்துறை, கல்வித்துறை, வேலைத்துறை, மதத்துறையில் எதிர்ப்பு என்பதெல்லாம் இக்கருத்தை நிலவவிட்டே படர இருக்கிறது. இத்தகைய பாபங்கள் சமுதாய இடிபாடுகளை எச்சமயத்திலும் தோற்றுவித்துவிடும். ஜாக்கிரதையாய் இருக்க வேண்டும்.

பாரம்பரியம் அல்லது வர்க்கநிறம் உண்டு. அதன்வழி மொழியும் உண்டு என பிரச்சாரம் செய்வது

ஒரு தவறான பயங்கர பிரச்சாரம் ஆகும். இத்தகைய மாசு நுழைகின்ற தன்மை தவற்றையே சிந்திக்க வைக்கிறது. இது ஒரு வகையான மாசுகளுக்கு வழங்கப் படுகின்ற சுதந்திரம். அடுத்து ஜாதிகளுக்கு இந்த தன்மையை கொடுத்திருப்பதும், சமுதாயத்துள் ஒரு குறிப்பிட்ட குழு ஜாதி, வர்க்கம் இவர்களை வெறுக்கும் சித்தாந்தத்தைப் பரப்புவதும் தவறான மாசுபரப்பிகளே. எந்த ஒரு மனிதன் இதை செய்கிறானோ அவன் என்ன செய்கிறான் தெரியுமா? தனது சொந்த குதிரையின் மீது ஏறி அமர்ந்து கொண்டு அதை பின்பக்கமாக ஒட்டுகிறான் என்று பொருள்.

சமுதாயம் இதை பார்த்து படிக்க வேண்டும். உண்மையைத் தெரிந்து கொண்டு நேரான பாதையில் இட்டுச்செல்ல அவரவர்களே தங்கள் கையிலுள்ள ஒளிபரப்பும் சிந்தனை எண்ணத்தை தங்களின் வெற்றிவிளக்காக ஏந்திக் கொண்டு முன்னே செல்ல வேண்டும். இவ்வண்ணம் செய்யாவிட்டால் ஒருநாள் மக்களிடம் இருக்கின்ற ஒவ்வொருவரின் சந்தர்ப்பவாதமும் அவர்களையே கொன்று விடுவதோடு அல்லாமல் நன்மையைப் படைக்கின்ற உத்தமர்களையும் அழித்து விடுகின்றது.

ஞானச்சேரி ஞானிகள்

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

பலன்கள்



உடல்நலம்



தத்துவம்



ஆன்மீகம்



புத்தம் புதிய ஆன்மீக செய்திகளை தினமும் படிப்புகள்

www.aanmeegamalar.com

ஆன்மிகமலர்.காம்

www.aanmeegamalar.com

www.aanmeegamalar.com

இளைஞன் முதலில் கற்றுக்கொள்ள வேண்டியது, உடலைக் காப்பாற்றிக்கொள்வதே

பன்னி ரெண்டு வயதுக்கு மேல் அறிவுக்கண் லேசாகத் திறக்கிறது. ஆடல், பாடல்களில் உற்சாகம் பிறக்கிறது. உயரமான இடங்களைக் கண்டால் ஏறிக்குதிக்கச் சொல்கிறது. நீருற்று களில் கரணமடிக்க அலாவுகிறது. புதிய புதிய ஆடைகளிலே கவனம் போகிறது. உடலின் வலிமை நிரந்தரமானது என்றே நிச்சயமாகத் தோன்றுகிறது. சீக்கிரமே அது விலகியும் விடுகிறது.

எந்த இளைஞனும் நிதானிக்கவேண்டிய இடம். இது தான். ஆனால் நிதானிக்கவே முடியாத நேரமும் இது தான்.

பக்குவமற்ற ரத்த அணுக்களின் பரிணாம வளர்ச்சி உற்சாகத்தையே மூலதனமாக்கி விடுகிறது. உணர்ச்சியே பிரதானமாக அங்கம் வகிக்கிறது.

இது கற்பூரப்பருவம். ஆசைத் தீ உடனுக்குடன் பற்றி கொள்ளும் பருவம்.

நடுத்தரக் குடும்பத்து இளைஞர்கள் மிகவும் பயத்தோடும், பொறுப்போடும் கல்வி கற்றாலும், ரத்த வேகம் அவர்களையும் விடுவதில்லை.

இந்த நாளில் ஒரு இளைஞன் எந்தெந்த உணவுகளை விரும்புகிறானோ, அவற்றிலுள்ள தீமைகளை யார் சொன்னாலும் கேட்க மாட்டான்.

கடலை மாவில் செய்த பலகாரங்களையும், வாய்வுப் பதார்த்தங்களையும் விரும்பிச் சாப்பிடுவான். அவற்றின் எதிரொலி நாற்பது வயதுக்கு மேல் தான் அவன் காதுகளுக்குக்கேட்கும்.

இருபது வயதிலிருந்து முப்பது வயது வரை, நான் சேலத்தில் இருந்த போது ஒவ்வொரு இரவிலும் குறைந்தது அரைக்கிலோ உருளைக்கிழங்கு சாப்பிடுவேன். அதற்கேற்ற உழைப்பு இல்லாததால், இப்போது எனக்கிருக்கும் ஒரே துயரம் வாய்வுத்துயரம்.

இளம் பருவத்தில் நடப்பதும் ஓடி ஆடுவதுமாக இருக்கிற இளைஞன் உட்கார்ந்து வேலை செய்து தொடங்கியதும் உடல் துன்பம் ஆரம்பமாகும்.

இளம் வயதிலிருந்து மரண காலம் வரையிலே ஒருவன் நடந்து கொண்டே திரிந்தால் பெரும்பாலான நோய்கள் போய்விடும்.

தினசரி கால் வலிக்க மலை ஏற வேண்டும் என்று தான், இந்துக்கள் கோயில்களை மலை மீது கட்டினார்கள்.



உடம்பு வியாக்க மலை மீது எறி நூற்றியொரு பிரகாரம் சுற்றி, அதன் பிறகு குளிர்ந்திருக்கும் தண்ணீர்க் குளத்தில் விழுந்து குளித்தால் அது போன்ற சுகமும், ஆரோக்கியமும் வேறெதுவும் இல்லை.

பாகற்காய், நாவுப்பழம் போன்றவற்றை அந்த வயலிருந்தே விரும்பி அதிகமாகச் சாப்பிட்டுக் கொண்டு வந்தால், தகப்பனுக்கு சர்க்கரை வியாதி இருந்தாலும் மகனுக்கு வராது.

இந்து சந்நியாசிகளின் உணவு முறை எப்போதும் இப்படித்தான் இருக்கும்.

திருமுருக கிருபானந்த வாரியார் சுவாமி அவர்களுக்கு இப்போதும் எழுபது வயதாகிறது. கடந்த நாற்பத்தைந்து ஆண்டுகளாக அவர் சமயப்பிரசாரம் செய்து வருகிறார். ஒரு நாள் கூட அவர் உடல் நலிவு என்று ஓய்வெடுத்துக்கொண்டதில்லை.

இந்த ஆரோக்கியத்திற்குத் தெய்வ பக்தியும், உணவு முறையுமே காரணமாகும்.

ஆன்மாவிற்குச் சக்தி தரத் தெய்வ பக்தியும், உடலுக்கு வலு தர உணவும், ஒழுங்கும்.

அகால உணவை இளைஞன் அறவே ஒழிக்க வேண்டும்.

சந்தியா காலம், உச்சிவேளை, அர்த்த சாமம் என்ற கோயில் பூஜைக்குக்கூட குறிப்பிட்ட நேரங்கள் ஒதுக்கப்படுகின்றன.

உப்பு, உறைப்பு, புளிப்பு, இனிப்பு இவை நான்கும் குறைவாகவும், கசப்பும், துவர்ப்பும் அதிகமாகவும் சேர்த்துக் கொண்டே வந்தால், பிற்காலத்தில் உடம்பிலிருந்து அடிக்கடி ரத்தம் எடுக்க வேண்டிவராது.

இந்த வம்பு எதற்கென்றுதான் நம்முடைய மூதாதையர்கள் வேறு வகையான சாறுகளை அருந்தினார்கள்.

ஆன்மிகமலர்
மெயில் புக

அழகிய வடிவமைப்பில்
வார இதழ்கள், மாத இதழ்கள்,
பப்ளிகேஷன்ஸ் புக ஓர்க்,
அட்டைப்பட வடிவமைப்பு, நாளிதழ்கள்,
போன்றவை தரமாகவும் குறைந்த
செலவில் செய்துதரப்படும்

Bhaanrajg Graphics
செல்: 08825844033

ஆவாரம்பூவைக் காயப்போட்டு இடித்துக் காப்பித்துள் போல் வடிகட்டிப் பாலோடு சேர்த்துச் சாப்பிடுகிறார்கள்.

நாரத்தை அல்லது எலுமிச்சை இலையைக் கிள்ளிப்போட்டுத் தண்ணீரில் வேக வைத்தால் தேயிலையின் நிறத்திலேயே அதைவிடச் சுவையான பானம் ஒன்று உருவாகிறது.

இது எனது சிறைச்சாலை அனுபவம். மாத்திரைச் சீசாவையே பார்த்தறியாத அந்நாளைய இந்துக்கள், இன்றிருப்பது போன்ற பரவலான மாற்படைப்புக்கு ஆளானதில்லை.

உடல் உழைப்பு விழுந்து குளிப்பது. உணவு முறை இந்த மூன்று டாக்டர்கள் அந்நாளைய இந்துக்களைக் காப்பாற்றி வந்தார்கள்.

உணவும் நோயும் பற்றித் தெரிந்து கொள்ள திருமூலர் திருமந்திரம்” படியங்கள்.

எந்த உணவுக்கு என்ன குணம் என்பதை அறிந்து கொள்ளப் பதார்த்தகண சிந்தாமணி” படியங்கள்.

வாழ்க்கையின் பிற்காலத் துன்பங்களிளெல் லாம் மிகப் பெரிய துன்பம், ஆரோக்கியத்தை இழந்து விடுவதே ஆகும்.

ஆஸ்பத்திரியில் ஆறு மாதம் படுக்க வேண்டிய நிலைமை வரும் போது தான் வாயைக் கட்டாததன் தன்மை புரியும்.

கொழுப்புச் சத்துள்ள உணவுகளைநெய், முட்டை ஆட்டிறைச்சி போன்றவற்றை இளம் பருவத்திலேயே அறவே ஒதுக்கி விட்டால் மரண பரியத்தம் ஆரோக்கியம் இருக்கும்.

துன்பங்களிலெல்லாம் பெரும் துன்பமான நோய் பிடிக்காது.

இளைஞன் முதலில் கற்றுக்கொள்ள வேண்டியது, உடலைக் காப்பாற்றிக்கொள்வது பற்றியே.

மனத்துன்பத்தை நீயே விலக்கிக்கொள்ள முடியும். உடற்குன்பம் வந்தால் ஊரூராக டாக்டரைத்தேடிச் சொல்லும்.

இந்துக் குடும்பங்களில் அந்நாளில் என்னென்ன உணவு சாப்பிட்டார்கள் என்பதைக் கேட்டுத் தெரிந்து எழுதி வைத்துக்கொள்ள வேண்டும்.

நவீன உணவு முறையிலே கொழுப்பிலே வடிக்கப்பட்ட நெய் சேர்க்கிறார்கள். அதைவிடத் தீங்கு வேறெதுவும் இல்லை.

அடுப்பிலே விறகைப் போட்டு எரித்துச் சமைப்பதிலேயே ஒரு வகை ஆரோக்கியம் இருக்கிறது. அதே ஆரோக்கியம் எண்ணெய் அடுப்பிலோ வாயு அடுப்பிலோ கிடைப்பதில்லை.

பால பருவத்தில் ராமன் ஏந்திப்பழகிய கோதண்டம் தான் பின் பருவத்தில் இலங்கையில் கை கொடுத்தது.

துன்பம், துன்பம் என்று ஏந்தி முதியவர்களிடம் நெருங்குவதற்கு முன்னால் இன்னும் பெரிய சிக்கலில் மாட்டிக்கொள்ளாத இளைஞனை எச்சரிப்பதே இந்த அத்தியாயத்தின் நோக்கம்.

இந்த வயதில் நன்மை தீமைகளையும் கற்கும் கல்விகளையும் ஒழுங்காகக் கற்றுத்தேற வில்லை என்றால், “துள்ளித்திரியும் வயதில் என்னுடுக்கடக்கி பள்ளிக்கு அனுப்பி வைத்திலனே என் தந்தையாகிய பாதகனே” என்று பாடிய பட்டினத்தார் போல் பதற வேண்டியிருக்கும்.

அறிவால் உணர்ந்து விடு, இல்லையெல் அனுபவம் காட்டி விடும்.

- கண்ணதாசனின் அர்த்தமுள்ள இந்துமதம்

வியாழக்கிழமைமயம் செல்வ வளமும்

குரு நவகிரகங்களில் மிகவும் முக்கியமான வராகவும், சிறப்பானவராகவும் கருதப்படுகிறார். ஒருவருடைய ஜாதகத்தில் குரு வலிமையாக இருந்தால், அந்த நபர் வாழ்வில் எதிலும் வெற்றி காண்பவராக இருப்பார்.

இத்தகைய குருவிற்கு உகந்த நான் வியாழன். இந்த நாளில் குறிப்பிட்ட விஷயங்களை செய்து வந்தால், வீட்டில் செல்வம் அதிகரிக்கும். வியாழக்கிழமை என்ன செய்தால் செல்வம் அதிகரிக்கும் எனப் பார்போம்...!

விஷ்ணு பகவானை வணங்குவது:

சூரியன் உதிப்பதற்குமுன் எழுந்து குளித்தப் பின், விளக் கேற்றி விஷ்ணு பகவானை வணங்க வேண்டும்.

தானம்:

வியாழக்கிழமை களில் மஞ்சள் நிற பொருட்களை தானம் வழங்கினால், செல்வமும், அதிர்ஷ்டமும் கொட்டும்.

விரதம்:

வியாழக்கிழமை களில் குருவை வணங்கி விரதம் இருந்தால் செல்வந்தர் ஆகலாம். சிவ பெருமானுக்கு வியாழக்கிழமைகளில் மஞ்சள் லட்டுவை படைத்து வணங்கினால், அதிர்ஷ்டமும், செல்வமும் அதிகம் வந்து சேரும்.

வாழைமரம்:

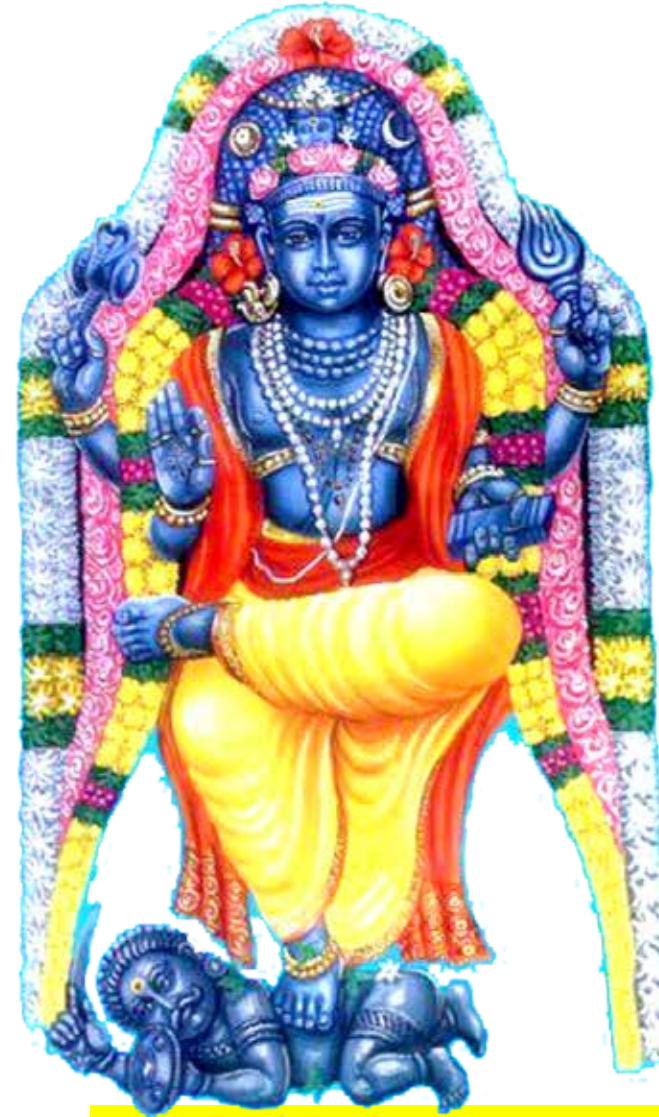
வியாழக்கிழமைகளில் வாழை மரத்திற்கு மஞ்சள் நிற இனிப்பு பலகாரம் எதையேனும் படைத்து வணங்கி, மஞ்சள் நிற உடைகளை தானமாக வழங்கினால், உடல் ஆரோக்கியம் சிறப்பாக இருக்கும்.

வாழைப்பழம்:

வியாழக்கிழமைகளில் வாழைப்பழத்தை தானம் வழங்கி வந்தால், அது ஒருவரது வீட்டில் செல்வ வளத்தை அதிகரிக்கும்.

சாமந்தி மாலை:

மஞ்சள் நிற சாமந்திப்பு மாலை யை விஷ்ணு பகவானுக்கு படைத்தால், விஷ்ணு பகவான்



ஆனந்தமாகி, வீட்டில் செல்வம் பெருக செய்வார். **மந்திரம்:** வியாழக்கிழமைகளில் ‘ஓம் நமோ நாராயணாய’ என்னும் மந்திரத்தை சொல்லிக் கொண்டே இருங்கள். இதனால் வீட்டில் செல்வம், அதிர்ஷ்டம், சந்தோஷம் போன்றவை அதிகரிக்கும்.

தட்சிணாமூர்த்திக்கு 24 வடிவங்கள் முக்கியமானவை அவை பின் வருமாறு..

1. திருவெண்காடு - வீராசனர்
2. திருமாந்துறை - யோக வீராசனர்
3. கும்பகோணம் - கங்கா கிருபாகரன்
4. திருவையாறு - குருபரர்
5. திருவீழிமிழலை - பத்மபாதர்
6. திருவாரூர் - ஜகத் வீராசனர்
7. மாங்குடி - குரு உபதேசர்
8. கஞ்சனூர் - அக்னி தட்சிணாமூர்த்தி
9. கருவிலி - பவ அஷ்டதர்
10. ஆலங்குடி - மகா தட்சிணாமூர்த்தி
11. திருவிடைமருதூர் - சாம்பவி தட்சிணாமூர்த்தி
12. மயிலாடுதுறை - மேதா தட்சிணாமூர்த்தி.
13. மதுரை - சித்த பரமேஸ்வரர்
14. காசி - திருநெல்வேலி தாரகேஸ்வரர்
15. பெருவேளூர் - திருவிடைக்கழி ஸந்த உபதேசிகள்
16. கொல்லம்புதூர் - அந்தண உபதேசிகர்
17. திருநாவலூர் - ஊழி முதல்வர்
18. திருப்பறம்பயம் - அறம் பயந்த பெருமான்
19. திருநாவலூர் - ஊழி முதல்வர்
20. திருப்பெருந்துறை - அருவ தட்சிணாமூர்த்தி
21. தென் திருவாலங்காடு - வம்ச விருத்தீஸ்வரர்
22. தக்கோலம் - உத்குடி தாசனார்
23. ஓமாம்புலியூர் - ஓங்கார ரூபர்
24. கேதார்நாத் கவுரி - அனுகிரகர்.

Owned, Published by C.N.RAJA. Design by BHAANRAJAGRAPHICS, CHENNAI. Published from New No.16, Old No.18, Bharatheeswarar Colony, 4th Street, Kodambakkam, Chennai - 600 024. Editor : C.N.Raja, Cell: 08825844033.

Website: www.aanmeegamalar.com / app: aanmeegamalar / E-mail: aanmeegamalar@gmail.com

ஆன்மிகமலர்

ஆன்மிகத் தேடலின் புதிய அடையாளம்!! .காம்

இணையதளம் வாயிலாக மாதம்
இரண்டுமுறை வெளிவரும்



மேலும் விபரங்களுக்கு
போன்: 08825844033

ஆன்மிகமலர் மெயில் பக்

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



கூகுள் ப்ளே ஸ்டோரிலிருந்து
Aanmeega malar (mobile app)
டவுன்லோடுசெய்து, செல்போனிலேயே
நமது இதழ் முழுவதும் படிக்கலாம்.



உங்கள் நலம் விரும்பிகளுக்கு ஷேர் செய்து அவர்கள் பயன்பெற உதவுங்கள்