ஹரி ஓம்!

இந்த பக்கங்களுக்கு வந்ததுக்கு நன்றி!

கொஞ்சம் பக்கங்களை தயார் செய்து கொண்டு இறங்க உத்தேசம். கொஞ்ச நாள் ஆகும். உண்மையில் இந்த பக்கங்களை இன்னும் வெளியிடலை. என் அஞ்சல் ஒட்டில் இதை பார்த்து இங்கே வந்தவங்களிடம் மன்னிப்பு கோருகிறேன்.

இந்த வலைப்பூ யாருக்கு அப்படின்னு முதல்ல சொல்ல நினைக்கிறேன். ஆன்மீகத்துக்குத்தான் ஆயிரம் வலைப்பூ இருக்கேன்னு சொல்றீங்க, காதுல விழுது. இருந்தாலும் "அதெல்லாம் யாருக்கோ நமக்கு இல்லை, நமக்கு இதெல்லாம் புரியாது" அப்படி நினைக்கிறவங்களுக்குத்தான் இது.

எல்லாருக்குமே புரியுங்க - கொஞ்சம் சுலபமா புரியறாமாதிரி எழுதினா. அந்த மாதிரி ஒரு முயற்சி இது.
இது வரை எழுதினதை பாத்தீங்க இல்ல? இதே நடைலதான் எழுதப்போறேன். "திரிபுடி ஒழிய அந்தக்கரணம் ஒடுங்க.." அப்படியெல்லாம் எழுதி பயமுறுத்த மாட்டேன். ஏனோ ஆன்மீக சமாசாரம் எழுதறவங்க செந்தமிழுக்கு போயிடராங்க. எனக்கு செந்தமிழ் தெரியாது. அதனாலே நீங்க யோசிக்க வேணாம்.

ஆன்மீகம் ஏன் தெரியனும்னு கேக்கலாம்!
இந்த பேரெல்லாம் சும்மா பயமுறுத்ததாங்க. நம்மை நாமே புரிஞ்சுக்கனுமா இல்லையா? அதுதாங்க ஆன்மீகம். அது மட்டும் ஏன் புரிஞ்சுக்கனும்னு கேட்டா.. நம்ம உண்மையான நிலை, சக்தி என்னன்னு தெரிஞ்சுகிட்டா இன்னும் கொஞ்சம் சந்தோசமா இருக்கலாமே! யாருமே சந்தோசமா இருக்கறத விரும்புவாங்கதானே?

எழுத்தெல்லாம் ஆரம்பிக்கற முன்னே சில விசயம்.
நிறைய ஒவ்வொரு தரமும் எழுதி உசிர வாங்க மாட்டேன். ஒரு பேஜ் டவுன் மேல போகக்கூடாதுன்னு நினைக்கிறேன். தினமும்(!) சின்ன சின்ன டோஸ். அவ்ளோதான்.

எழுதினதுல சந்தேகம்னா பின்னூட்டம் இட்டு கேளுங்க. பதில் சொல்றேன். சில சமயம் இது பின்னால புரியும்னு சொல்லிடுவேன். வருத்தப்படாதீங்க.
சும்மாவாட்டி இடக்கு கேள்வி கேட்டா அதை வெளியிட மாட்டேன். அதுக்கும் வ.ப.

இதெல்லாம் நீங்க படிச்சி புரிஞ்சுக்கனும் அப்படி யாருக்கும் கட்டாயமில்ல. அதனால உங்க வழி உங்களுக்கு. என் வழி எனக்கு. எழுதறது யாருக்கான உபயோகமா இருந்தா எனக்கு கொஞ்சம் மகிழ்ச்சிதான். அவ்ளோதான்.

இந்த பக்கங்களுக்கு வந்ததுக்கு நன்றி!

இந்த பதிவுகள் ஆன்மீகத்தில் கொஞ்சம் தெரிஞ்சு கொண்டு மேல தெரிஞ்சு கொள்ள விருப்பம் உள்ளவர்களுக்குதான். அல்லது உணர்வுகளை தள்ளி வச்சு புத்தி பூர்வமா யோசனை செய்ய முயற்சி செய்யரவங்களுக்குத்தான்.
முடிந்தவரை எளிதா புரிய வைக்கிற முயற்சில நான் தோத்துப்போனா தயங்காம கேளுங்க. புரியலைன்னு தெரிஞ்சு கேட்கிறவங்க தெரிஞ்சு கொள்ள வாய்ப்பு இருக்கலாம். கேட்காட்டா புரியாமலே இருப்போம்.

ஏன் இந்த பெயர்?

சில பேர் ஏன் இப்படி பெயர் வெச்சு இருக்குன்னு நினைக்கலாம். கண்ணபிரான் ஸ்பெல்லிங் மிஸ்டேக் னே எழுதி இருக்கார்.
ஆங்கிலத்துல for dummies என்கிற புத்தகங்கள் பிரபலம். மிக எளிதாக பலருக்கும் புரியும்படி கொஞ்சம் நகைச்சுவையோடவே எழுதுவாங்க. ஒவ்வொரு புத்தகம் எழுதறது வேற வேற நபரா இருந்தாலும் இதே மாதிரிதான் இருக்கும். கணினி சமாசாரத்துக்கு ஆரம்பிச்சது இப்ப சொடோகு வரை வளந்து இருக்கு. டம்மீஸ்.காம் போய் பாருங்க!

இதுதான் எனக்கு எளிதா எழுத ஒரு ஊக்கம். அப்படி எழுதறேனா இல்லையா என்பதை மத்தவங்கதான் சொல்லணும்! குறைஞ்ச பட்சம் முயற்சி பண்ணுகிறேன்.
டம்மீஸ் என்கிறதால இது மத்தவங்களை இழிவு படுத்தறதில்லை. தயவு செய்து அப்படி யாரும் நினைக்க வேணாம். அது என் நோக்கம் கிடையாது.
டம்மீஸ் அப்படியே பேர் வைக்கலை. ஏன்னா அது எதாவது காப்புரிமை அது இதுன்னு அனாவசிய சிக்கல்ல கொண்டு விடுமோ, ஏன் வம்புன்னுதான். அதனால பேரை கொஞ்சம் மாத்தி இருக்கேன்.
சரி அப்ப உள்ளே போகலாமா?

---

1. சீரியஸா உள்ளே போகும் முன் ஒரு விஷயத்தை பாத்து விட்டு போனால் கொஞ்சம் நல்லது. நமக்கு புரிதல் கொஞ்சம் சுலபமா இருக்கும்.

விஞ்ஞானத்தின் வரையெல்லை:

சாதாரணமாக ஆன்மீகம் பத்தி பேச்சுவரும்போது சிலர் சொல்லுவது என்ன என்றால் நான் விஞ்ஞானத்தைதான் நம்புவேன். நீங்க சொல்ற ஆன்மீகத்துக்கு என்ன விஞ்ஞான ஆதாரம் இருக்கு என்பதுதான். இதை நாம் கொஞ்சம் யோசனை செய்து பாக்கனும். என்ன யோசனை?

விஞ்ஞானத்துக்கு எல்லாம் தெரியுமா?

சுமார் 105 வருஷம் முன்னால ஆகாய விமானம் கிடையாது. அப்போ மனிதன் பறக்க முடியும்னு சொன்னவங்களை கேலி செஞ்சாங்க. 1903 ல முதல் ஆகாய விமான பறத்தல் நடக்கும்வரை "இது விஞ்ஞான பூர்வமாக முடியாது" அப்படிதானே சொன்னாங்க? இப்ப? ஆகாயம் என்ன, விண் வெளியிலேயே பறக்கிறோம்.
விஞ்ஞானம் ஒரு விஷயம் இருக்குன்னு நிரூபிக்க முடியும். ஒரு கம்பியில் ஒரு கருவியை பொருத்தி இதோ பார் மின்சாரம் பாய்கிறது ன்னு சொல்லலாம்.
ஆனால் விஞ்ஞானம் ஒரு விஷயத்தை இல்லைன்னு நிரூபிக்கவே முடியாது. இது ஒரு சங்கடம். அந்த அந்த காலகட்டத்தில் இருக்கிற கருவிகளை வைத்துதானே பாக்கிறோம்? விஞ்ஞானம் வளர வளர புதிய கருவிகள் வந்து இதுவரை தெரியாததெல்லாம் இப்போ இருப்பதா சொல்லுதுங்க. வரலாற்றை பார்த்தா ஒரு காலகட்டத்தில் இல்லாததா நினைச்சதெல்லாம் பின்னால இருப்பதா நிரூபிச்சு இருக்காங்களே!

இன்றைய விஞ்ஞானத்துக்கு எல்லாம் தெரியும்னா புதிய கண்டுபிடிப்புகளே வரமுடியாது. ஏன்னா நாளை வரக்கூடியது எல்லாம் இல்லைனு இப்பவே தெரியுமே? ஓட்டை வாதம்னு நினைக்கிறீங்களா? தலைய பிச்சுக்க தோணுதா? விஞ்ஞானத்துக்கு இப்பவே எல்லாம் தெரியும்னு நினச்சா இப்படித்தான் தப்பா முடிவு வரும்.

விஞ்ஞானத்துக்கு நிறையவே தெரியலாம். ஆனால் எல்லாம் தெரியமுடியாது. எல்லாம் தெரிஞ்சுக்க வேண்டிய உபகரணங்களோ உணரக்கூடிய சக்தியோ நமக்கு இல்லாம இருக்கலாம். எலக்ட்ரான் மைக்ராஸ்கோப் வரும் வரை நிறைய விஷயங்கள் தெரியாமல் இருந்தது இல்லையா? வரும் காலத்தில என்ன என்ன கண்டுபிடிப்புகள் வந்து நம்மை ஆச்சரியத்துல ஆழ்த்துமோ தெரியாது. அப்போ இப்ப கிடையாதுங்கிற பல விஷயங்கள் இருப்பதா தெரிய வரலாம். ஆக கேள்விக்கு என்ன விடை?

விஞ்ஞானத்துக்கு எல்லாமே தெரியாது என்பதே விடை.

கடவுள் இருக்கிறார் என்பது வெறும் நம்பிக்கைதான் என்கிறார்கள். கடவுள் இல்லை என்பதும் நம்பிக்கைதான். என்ன ஆதாரம் இருக்கு? இப்ப இருக்கிற விஞ்ஞான உபகரணங்களால் கண்டுபிடிக்க முடியவில்லை என்பதால இல்லாமலே போகாது என்பதத்தான் இப்ப தெரிஞ்சு கொண்டோமே. கடவுள் இருப்பதா ஆதாரம் இல்லை; அதனால ஆதாரம் வரும் வரை நான் நம்ப மாட்டேன் என்று சொல்கிறதுல அர்த்தம் இருக்கு. கடவுள் இல்லை, இல்லவே இல்லைன்னு சொல்கிறதுல அர்த்தம் இல்லை.

ஆன்மீகவாதி அனுபவத்தால் கடவுளை பாத்தாலும் பாத்து விடலாம்; உணர்தாலும் உணரலாம். நம்பிக்கை திடப்படும். விஞ்ஞானத்தை மட்டுமே நம்புகிறவர்கள் எப்போதுமே நம்பிக்கையில்தான் இருக்க வேண்டும்.
இரண்டு நாள் கழித்து அடுத்ததை பாப்போம்!
வரட்டா?

2. 2. நான் யார்?

இந்த கேள்விக்கு விடை காண முயற்சி பண்ணுவதே ஆன்மீகம்.
நான் இந்த உடம்புதானேங்க, இதென்ன கேள்வி அப்படீங்கிறீங்களா?

காலம் காலமாக நம் பேச்சு பழக்கத்தில் இருக்கிறது பெரும்பாலும் சரியாகவே இருக்கும். சாதாரணமாக என்ன சொல்லுறோம்? இது என் பென்சில் ,இது என் புத்தகம். அப்போ பென்சிலும் புத்தகமும் நான் இல்லை. நான் வேற என் பென்சில்/ புத்தகம் வேற. அதே போல என் கால் என் கை என்கிறோம். என் உடம்பு வலிக்குது என்கிறோம். அப்ப நாம் வேறு நம் உடம்பு வேறதானே?

ஒருவர் இறந்து போகிறார். நாம துக்க படுகிறோம். அவர் இருந்தார் இப்ப இல்லை என்கிறோம். ஆனால் அந்த உடம்பு இங்கேதானே இருக்கு? உயிர் பிரிஞ்சு போனதால "அவர்" போயிட்டார் என்கிறோம். அப்ப "அவர்" அந்த உடம்பு இல்லை. போன உயிர் என்றது எது? அது எங்கே போச்சு?

ஒரு வேளை மனசுதான் நாமா? "நான் நினைக்கிறேன், அதனால் இருக்கிறேன்" என்று சில அறிஞர்கள் சொல்றாங்க. மனசு புத்தி என்று ரெண்டாக சொன்னாலும் ரெண்டும் ஒரே விஷயத்தின் வேறு வேறு பக்கம்தான். உணர்வுகள் மேலோங்கி சலனப்பட்டால் அது மனசு. சலனமில்லாமல் செயல்படுவது புத்தி.

நாம் தூங்கும் போது என்ன ஆகிறது. மனதின் செயல் என்ன?
தூக்கத்தில ரெண்டு நிலைகள். ஒன்று கனவு காண்கிற நிலை. இதை சொப்னம் என்கிறோம். இதில் மனசு ஏதேதோ நினைக்கிறது. நனவில் நடக்க முடியாத பல விஷயங்களை நடப்பதாக நினக்கிறோம். அப்போதைக்கு அது நிரம்பவே நிஜமாகவே தோணுது. கனவுதான் என்ற உணர்வோட யாரும் கனவு காணலை. அப்படி ஒரு வேளை உணர்ந்தா அது ஒரு தற்காலிகமான விழிப்புதான். காண்கிற விஷயம் சலனமானதால புத்தியும் இல்ல.

ரெண்டாவது ஆழ்ந்த தூக்கம். இதுல கனவு இல்ல. அதனால மனசும் செயல்படல. காண்கிற, அறிகிற விஷயம் இல்ல. அதனால புத்தியும் இல்ல.

இந்த சமயம் நாம இருக்கிறோமோ இல்லையோ? நாம் இல்லைன்னா எங்கே போனோம்? எங்கிருந்து திரும்பி வந்தோம்?
தூங்கி எழுந்து "ஒண்ணுமே தெரியாம சுகமா தூங்கினேன்" அப்படின்னு சொல்றோமே அந்த சுகம் அனுபவிச்சது யார்?

இருக்கோம்ன்னா மனசு நாம இல்ல. அப்ப நாம் யார்?
உடம்பு மனசு/புத்தி அல்லாத ஏதோதான்.

இந்த மனசு அல்லாத புத்தி அல்லாத உடம்பு அல்லாத நம்மை தெரிஞ்சுகிறது எப்படி?

அதற்கு நம் பெரியவங்க ஒரு நாலு வழி போட்டு கொடுத்துருக்காங்க.

ஏன் நாலு இருக்கணும்னு கேட்டா மனுஷன் குணங்கள் வேற வேற. புத்தி கூர்மை வேற வேற. சிலரால ரொம்ப யோசிக்க முடியாது. சிலரால சும்மா உக்காந்து ஆராய்ச்சி செய்ய முடியாது. நிறைய பேரால மனச அடக்க முடியாது. மூச்சு பிடிக்க முடியாது. அதனால நாலு வழிகள்.
நமக்கு தகுந்தா போல ஒரு வழியை தேர்ந்து எடுத்துக்கலாம்.

எல்லாமே கடேசில போற இடம் ஒண்ணுதான். அது எப்படின்னா.....

3. இப்ப சிதம்பரத்திலேந்து சென்னை போகணும்.
சுலபமா பாண்டிச்சேரி போய் ஈசிஆர் வழியா போகலாம்.
பாண்டிச்சேரி பெர்மிட் இல்லாத டாக்ஸியா? கடலூர், பண்ணுருட்டி போய் திண்டிவனம் வழியா போகலாம்.
அல்லது பாண்டிச்சேரி போய் திண்டிவனம் போய் போகலாம்.
எப்படி போனாலும் சேருகிற இடம் சென்னைதான்.

அத போல இந்த எல்லா வழிகளும் போய் சேருகிற இடம் ஒண்ணேதான்.

1. பக்தி வழி:
நம்ம எல்லாருக்கும் நல்லா தெரிஞ்சவழிதான் இது. நம்மை மீறிய, எல்லாம் வல்ல சக்தியை கடவுள் ன்னு ஒரு பெயர் கொடுத்து சொல்றோம். அவருக்கு எந்த பேர் வேண்டுமானாலும் கொடுக்கலாம். அதுக்குன்னு ஒரு தனி வழி பாட்டு முறை இருக்கலாம். அந்த கடவுளுக்கு ஒரு புராண கதை இருக்கலாம். நெறைய கோவில்கள் இருக்கலாம். நடைமுறைகள், திருவிழாக்கள், பூஜைகள், தேரோட்டங்கள் ...பெரிய கடல் இது!

நில்லுங்க! நில்லுங்க!
என்னங்க?
நீங்க என்ன சொல்லி ஆரம்பிச்சீங்க? நம்மை நாமே அறிஞ்சுக்கிறதுதானே?
ஆமா.
"நம்மை நாமே புரிஞ்சுக்கனுமா இல்லையா? அதுதாங்க ஆன்மீகம்." அப்படின்னுதானே ஆரம்பிச்சீங்க?
ஆமான்யா ஆமா!
பின்ன இப்ப கடவுள் அப்படின்னு ஆரம்பிச்சா என்ன அர்த்தம்?
நாம்தான் கடவுள்னு அர்த்தம்!
என்னது?
ஆமாம். நாமும் கடவுளும் ஒண்ணுதான். நாம பிரம்மத்தின் வேற வேற வெளிப்பாடுதான்.
தலைய சுத்துதே!
அதுக்குத்தான் லெவல் ஜம்ப் பண்ணக்கூடாதுங்கிறது. நீங்க சொல்லவச்சுட்டீங்க. நீங்க சென்னை போகணும்னு சொன்னீங்க. சரின்னு நான் பாண்டிச்சேரி பக்கம் வண்டிய திருப்பறேன். இது ஒரு வழிங்க. இது எப்படி இருக்குன்னு பாருங்க. பிடிச்சா வச்சுப்போம். இல்லாட்டா... அடுத்த வழி சரி படுதான்னு பாப்போம்.
பிரம்மம் என்கிற புரிதல் மட்டம் வேற. அது ஞான யோகம். மனிதன் கடவுள் ங்கிற மட்டம் வேற. அது பக்தியோகம். ஒண்ணாங்கிளாஸ் படிச்சுட்டுதான் ரெண்டாங்கிளாஸ் போகணும். கோவில்ல, ஒரு சிலைல, படத்துல, கடவுளை பாக்க ஆரம்பிச்சு மெதுவா முன்னேறி எல்லா உயிர்களிலும் கடவுளை பாக்க ஆரம்பிச்சு பின்னால எல்லாத்துலேயும் பாக்க ஆரம்பிச்சா சரியான முன்னேற்றம் னு சொல்லலாம். இதுவே மேலே மேலே போய் நாமும் எல்லாமும் ஒண்ணுன்னு கொண்டுவிடும்.

சரி அப்படினா ஏன் பக்தி யோகம்? எல்லாரும் ஞானத்துக்கு போனா என்ன?

---

4. 4. அப்படிப்பட்ட அறிவு எல்லாருக்கும் இல்லை. தனக்கு மீறின சக்தி இருக்குன்னு எல்லாரும் அனுபவத்தாலே ஒத்துக்கிறது சுலபம். அதுக்கு கடவுள்ன்னு ஒரு பேர் கொடுத்து வழி படறது சுலபம். கடவுளுக்கும் நமக்கும் இருக்கிற தொடர்பை மனசு சொல்றபடி நிர்ணயம் பண்ணுவது சுலபம். இப்படியே போகிற போது நாம் கொஞ்சம் கொஞ்சமா முன்னேறிடுவோம்.

ஆனா எனக்கு தெரிஞ்ச யாரும் இப்படி முன்னேறக்காணோமே?

கொஞ்சம் கம்மிதான். ஆனா இல்லாம இல்லை. நாம் பாக்கிறதும் இல்லை. இப்ப சாதாரணமா இருக்கிறது பக்தி இல்லை. பயம்/ ஆசை. முன்னே எல்லாம் கடவுள் தப்பு பண்ணா தண்டிப்பாரோ ங்கிற பயம் இருந்தது; இது கொஞ்சம் கொஞ்சமா போயிடுச்சு.

தப்பு பண்ணிட்டு கோவிலுக்கு போய் நிறைய பூஜை எல்லாம் பண்ணி பாவத்தை தொலைச்சுடலாம்னு நினைக்கிறாங்க. அதே போல ஆசை அதிகமாயிடுச்சு. எனக்கு நிறைய காசு வேணும், பதவி வேணும், குழந்தைக்கு ஸ்கூல்ல இடம் கிடைக்கணும், நிறைய மார்க் வாங்கணும் - இப்படியே ஆசை வளந்துகிட்டே போகுது.

இது தப்பா?

தப்பில்லை. ஆசைக்காகதான் முதல்ல கடவுள்கிட்ட வராங்க. இது கொஞ்ச நாள்லேயே ஆசைப்பட்டு இது வேணும் அது வேணும்னு கேக்காத பக்தி ஆகணும்.

இந்த பக்தி வகைவகையா இருக்கா?

இப்ப நான் சொல்றேன். நீங்க கொஞ்சம் நில்லுங்க! (எனக்கு கால் வலிக்குது :-)) பக்திய பத்தி விரிவா இப்ப பேச ஆரம்பிச்சா அது போய்கிட்டே இருக்கும். அதனால மத்தது பத்தி கொஞ்சம் பேசிட்டு திருப்பி வரலாம் சரிதானா?

அடுத்த வழி பாண்டிச்சேரி- ஈசிஆர் வழியா!

வழி-உ

அதுக்கு கர்ம யோகம் ன்னு பேர் வெச்சிருக்காங்க. கர்மான்னா வேற ஒண்ணுமில்லை- வேலை அவ்ளோதான். அதாவது ஒத்தர் செய்யற வேலை வழியாவே தன்னை புரிஞ்சுக்கிறது. இதுலேயும் கடவுள் வராரு. செய்யற வேலையை ஒழுங்கா செய்யுடா; உன்னோட சாமர்த்தியமெல்லாம் காட்டி முடிஞ்சவரை நல்லா செய்யனும். அப்புறம் அத கடவுளுக்கே அர்ப்பணம்ன்னு சொல்லி விட்டுடு. அப்படி செஞ்சா பலன் இப்படி இப்படிதான் இருக்கணும்ன்னு நினைக்க மாட்டே. சுருக்கமா இதுதான் கர்ம யோகம்.

ஓஹோ! கீதைல இததானே சொன்னதா சொல்றாங்க? “கர்மாவை செய். பலனை எதிர்பார்க்காதே”

அப்படி நிறைய பேர் சொல்றாங்க. ஆனா அப்படி கிருஷ்ணன் சொல்லவே இல்ல.

பின்னே?

அவன் சொன்னதெல்லாம் “ கர்மாவ செய்ய மட்டுமே உனக்கு அதிகாரம் இருக்கு. பலன் இப்படிதான் இருக்கணும்கிறதுல எப்பவுமே அதிகாரம் இல்ல.”

என்ன பெரிய வித்தியாசம்?

நாளன்னைக்கு பாக்கலாம்!

----

5. பலனை எதிர்பாக்காதேன்னா அனேகமா யாருமே அப்படி செய்ய மாட்டாங்க. யாரா இருந்தாலும் எதோ ஒரு பலன் - விளைவு நடக்கும்ன்னுதானே வேலை செய்யறோம். அத எதிர் பாக்காதேன்னு சொன்னா யார் வேலை செய்வாங்க?
ஒரு வேலையை செய்யலாம், செய்யாம விடலாம் அல்லது வேற மாதிரி செய்யலாம். அதுக்கு உனக்கு அதிகாரம் இருக்கு! ஒரு போதும் பலன்ல அதிகாரமில்ல.
பலன் இப்படிதான் இருக்கணும்னு சொல்கிறத்துக்கு நமக்கு அதிகாரம் இல்ல. ஏன்னா பலன் நம்ம மட்டுமே பொருத்தது இல்ல. நேரம், இடம், நாம் செய்யற வேலைல பங்கு இருக்கிற மத்தவங்க எப்படி என்ன செய்யறாங்க இதெல்லாம் வருது இல்லையா?

நாம நல்லா படிச்சு பரீட்சை எழுதலாம். அதை திருத்தறவருக்கு அது சரியா போய் சேரனும். அவர் அப்ப நல்ல மூட்ல இருக்கனும். ஏதாவது பக்கத்தை பாக்காம விட்டுடக்கூடாது. மார்க் கூட்டி போடறது சரியா இருக்கனும். அத சரியா கணினில பதியனும். நம்ம மார்க் வந்து சேரத்துக்குள்ளே இப்படி எவ்ளோ விஷயம் இருக்கு?

எதுவுமே இப்படித்தான் இருக்கணும்ன்னு நினைக்கிறப்போதான் நமக்கு பிரச்சினை வருது. நடக்குமோ நடக்காதோன்னு தூக்கம் கெட்டு போகுது. நடக்கலேனா என்ன செய்யறதுன்னு ரொம்ப யோசனை செய்ய ஆரம்பிக்கிறோம். நினைச்சபடி நடக்கலைனா அதுக்கு தடையா இருந்தது எதுவோ, அது மேல கோபம் வருது. அதப்பத்தி ஒண்ணும் செய்ய முடியலைனா விரக்தி வருது.

நம்மால முடிஞ்ச வரை செஞ்சோம். அப்புறம் அவன் விட்ட வழின்னு யார் நினைக்கிறாங்களோ அவங்க அவ்வளவு கஷ்டப்பட மாட்டாங்க. மனசு அமைதியா இருப்பதாலே அவரால வேலையை நல்லாவே செய்ய முடியும்.

முன் காலத்துல இந்த கர்மாங்கிறதை அவரவர் ஜாதிக்கு ஏற்பட்ட கர்மான்னு சொன்னாங்க. அதுவும் முக்கியமா யாகங்கள், ஹோமங்கள், பூஜைகள் இதையே சொன்னாங்க. அது ஒரு காலம். அப்பல்லாம் ஒருத்தர் வேலையை வேறு ஒருத்தர் செய்ய மாட்டாங்க. மத்தவங்க வேலையை பறிச்சு கொள்ளக் கூடாதுன்னு ஒரு கட்டுப்பாடு. இப்ப பல வருஷங்களா இது அடிபட்டு போயாச்சு. மகாபாரத காலத்துலேந்தே ஜாதி கலப்பு ஏற்பட்டு போயாச்சு. பல வேலைகள் காணாமப்போச்சு. பல புது வேலைகள் வந்தாச்சு. அதனால இப்ப இத எப்படி எடுத்துக்கிறது? பகவான் எதோ ஒரு வேலைல இப்ப நம்மள கொண்டு வெச்சிருக்கான் இல்லையா அந்த கர்மான்னு எடுத்துக்கணும்.

நாம செய்யற வேலையை சிறப்பா செய்யனும். முழு ஈடுபாட்டோட திறமையோட, கவனத்தோட செய்யனும். எந்த பலன் கிடைச்சாலும் சரி, இது பகவான் நமக்கு கொடுத்தது ன்னு எடுத்துக்கணும். அது நாம் நினைச்சதுக்கு மேலே இருக்கலாம்; நாம் நினைச்சபடியே இருக்கலாம்; குறைவா இருக்கலாம்; இல்லை வேற மாதிரியே இருக்கலாம். எதானாலும் அதை அப்படியே ஏத்துக்கணும்.

இது கர்மா வழி.

அடுத்து எந்த வழி?
கடலூர் பண்ணுருட்டி வழியா சென்னை.

ராஜ யோக வழி:
யோகம் ன்னு பல இடங்கள்ல பல விதமா சொல்லை பயன்படுத்தறாங்க. யோகம் ன்னா ஒண்ணு சேக்கிறது. ராஜ யோகம் என்கிறது அட்டாங்க யோகம் னு சொல்லுவாங்க. அதில 8 படிகள். கொஞ்சம் புரியாட்டாலும் பட்டியல் போட்டுடுவோம்.

1. யமம்
2. நியமம்
3. ஆசனம்
4. ப்ராணாயாமம்
5. ப்ரத்யாகாரம்
6. தாரணை
7. தியானம்
8. சமாதி

என்னங்க நீங்க சமாதி, எமனை எல்லாம் கூப்பிட்டு பயமுறுத்தறிங்க?

பயப்படாதீங்க. சும்மா ஒரு பதிஞ்சு வக்கதான் அப்படி எல்லாம் சொன்னேன். அதெல்லாம் என்னன்னு பாத்தா பயம் இருக்காது. சரியா?

1. யமம் -எமன் இல்ல- அப்படின்னா சுய கட்டுப்பாடு.

அட, அத அப்படி முன்னேயே சொல்லக்கூடாதா?

இல்லைங்க. எல்லா சமாசாரத்துக்கும் ஒரு தனி அகராதி உண்டு. அத தெரிஞ்சு கிட்டோம்னா பின்னால பயன்படும். அதனால சொல்றேன்.

2. நியமம்: இது நமக்கு பழகினதுதானே?பூஜை கீஜை செய்யறப்ப நியமமா இருக்கணும்னு! பெரியவங்க வீட்டுல ஆரம்பிச்சு வச்ச பழக்கங்களை கடை பிடிக்கிறது; அத பத்தி ஏன் எதுக்கு எப்படின்னு தெரிஞ்சுகிறது; அதுல ஈடு பாடு காட்டறது- இதான் நியமம்.

3. ஆசனம்: இதுதாங்க யோகா யோகான்னு எங்க பாத்தாலும் பேசறது. யோகாசனம். அதாவது செய்கைகளால உடம்பையும் மனசையும் இணைக்கிறது.

கொஞ்சம் விரிவா பாக்கலாமா?

இப்ப சில பேர் ஒரே டென்ஷன் பட்டுகிட்டு இருப்பாங்க. அவங்களுக்கு தூக்கம் வராது.

அட இதெல்லாம் தெரியாதா என்ன?

சரி சரி மேலே கேளுங்க. சிலர் மனசில நிறைய கஷ்டங்களை போட்டு பூட்டி வச்சு இருப்பாங்க. அவங்க காலைலை மலம் கழிக்க கஷ்டப்படுவாங்க. சிலர் அடிக்கடி மலம்கழிக்க போக வேண்டி இருக்கும். சிலருக்கு தோலெல்லாம் அரிப்பு, சிரங்கு போல வரும்.
இதுக்கெல்லாம் நாம வைத்தியர் கிட்டே போனா இருக்கிற, இல்லாத பரிசோதனை எல்லாம் பண்ணிட்டு ஒண்ணுமே இல்லைம்பாங்க. நமக்கா கோவமா வரும். பின்ன கஷ்ட படறது நாமதானே! அதாவது உடல் ரீதியா கோளாறு இல்லைன்னு அர்த்தம்.

அப்படின்னா?

நம் மனசுக்கும் உடம்புக்கும் ஒரு தொடர்பு இருக்கு. மனசில இருக்கிற வியாதி உடல் உபாதைகளா வெளிப்படும். அதுக்கு ஒரு பேரு வச்சிருக்காங்க. psycho somatic.

என்னது நாம சைக்கோவா?

நாம நினைக்கிற மாதிரி இல்ல அண்ணாச்சி, இங்க அதுக்கு “மன” ன்னு பொருள். சோமா =உடம்பு. அதாவது மனசால வர உடல் வியாதி.
இப்ப பாருங்க, மனசு உடம்ப பாதிக்குது; அதே போல உடம்பும் மனச பாதிக்கணுமே?

அதானே!

அதேதான். நமக்கு ரொம்ப சுரம் அடிக்குது. நாலு நாளா விடலை. அப்ப மனசு எப்படி இருக்கும்? ஒரு டிப்ரெஷன் வரும். சோர்ந்து போயிருவோம்.

இப்படி மனசு உடம்பையும் உடம்பு மனசையும் பாதிக்கிறதை நமக்கு சாதகமா பயன்படுத்திக்கலாம்.
எப்படி?

--

இத நமக்கு சாதகமா பயன்படுத்திக்கலாம்.
எப்படி?
சும்மா கொஞ்ச நேரம் படுங்க. கை கால் உடம்பு முழுதும் விறைப்பா ஆக்குங்க. நல்லா முறுக்கேறட்டும். ஆச்சா, இன்னம் கொஞ்சம், இன்னும் கொஞ்சம்..... இப்ப டக் குன்னு லூஸா விடுங்க. இ.கொ சொல்றா மாதிரி Free யா விடு மாமே....!
நல்லா ஆழமா, மெதுவா மூச்ச இழுத்து விடுங்க. ஒவ்வொரு மூச்சு இழுக்கிறதும் எண்ணிட்டே வங்க. ஆரம்ப காலம். அதனால ஒரு 10 ல ஆரம்பிச்சு 9. 8. 7 இப்படியே 0 வாங்க. இப்ப உங்களையே கவனிங்க. ஜிம்னு இருக்கு இல்ல. ரிலாக்ஸ்டா..
அதான்.
உடம்பை தளர விட்டது மனசையும் இறுக்கம் இல்லாம ஆக்கிடுச்சு!
அந்த மாதிரி சமாசாரம் எல்லாம் பின்னால விரிவா பாக்கலாம். இப்ப இது ஒரு

முன்னோட்டம்தானே!
[ஒரு சுட்டி தரேன். முன்ன இத செஞ்சு பாத்திருக்கேன். அப்ப ஆடியோ டேப் இலவசமா கிடச்சது. இப்ப கட்டணம் வசூல் செய்யறாங்க. ஆனா வேலை செஞ்சதுன்கிறது நிச்சயம். http://www.svyasa.org/course/smet.asp]

4. பிராணாயாமம்.
இதுவும் இப்ப கொஞ்சம் பாஷன் ஆகிட்டு வருது. ஆனா இது கொஞ்சம் சரியா செய்யலேன்னா நிறையவே பாதிப்பு ஏற்படுத்தும். ஒரு யோக ஆசான் கிட்ட கத்துகிட்டு செய்யனும்.
மூச்சை நல்லா இழுத்து உள்ளே பிடிச்சு மெதுவா வெளியிடறது மூச்சு பயிற்சி. மேலோட்டமா பாக்க இது நல்லா மூச்சு விடறதால ஆக்ஸிஜன் மூளைக்கு சரியா கிடைக்குதுன்னு நினச்சாலும் அதுக்கும் மேலேயே சக்தி ஊட்டறது இது.
மனசையும் உடம்பையும் இணைக்குது. பிராணாயாமம் என்கிறது இந்த மாதிரி சில பல மூச்சு பயிற்சிகளால கிடைக்கிற உயிர் மூச்சு மேலே கிடைக்கிற கட்டுப்பாடு.

5. ப்ரத்யாஹாரம்: கண் காது மாதிரி உணர் கருவிகள் இருக்கு இல்லையா அதை எல்லாம் கட்டுக்கு கொண்டு வரது ப்ரத்யாஹாரம். சாதாரணமா கண் பாக்க விரும்பறத பாக்க நம்மை இழுத்துட்டு போகுது. அதே போல எல்லா உணர்ச்சிகளுமே. இங்கே வேண்டியது என்னன்னா நாம நினச்ச மாதிரி உணர் கருவிகள் செயல்படனும். அதுகள் எல்லாம் இழுத்தபடி நாம போகக்கூடாது.

6. மேலே பாத்த மாதிரி ப்ரத்யாகாரம் செஞ்சா மனசை ஒரே இடத்தில நிலைக்க வைக்கலாம். இது தாரணை. ஆங்கிலத்துல concentration, one-pointedness of mind அப்படிங்கறாங்களே அதுதான்.

7.தியானம்: இதுவும் நமக்கு தெரிஞ்ச மாதிரி இருக்கிறதுதான். ஆனா சரியா புரிஞ்சுக்காம இருப்போம். தாரணையால குவிஞ்ச மனசை ஒரே பொருள் மேலே வைக்கிறது த்யானம்.

8. சமாதி: டில்லி மாதிரி ஊர்ல எல்லாம் இருக்கே, டூரிஸ்ட்ட கொண்டு காட்டுவாங்களே அந்த மாதிரி சமாதி இல்ல. தியானத்து மூலமா உள்ள்ள்ளுக்குள்ள இருக்கிற அந்த நிசமான "நாம்" ஓட தொடர்பு கொள்ளறது.

இப்படி எட்டு நிலைகள் கொண்டது அஷ்டாங்க யோகம்.
இதுல ரொம்ப முக்கியமானது ஒரு சரியான குரு இல்லாம பல விஷயங்கள் செய்யக்கூடாது என்கிறதுதான். பிராணாயாமம்தானே வெறும் மூச்சு பயிற்சிதானே என்ன ஆயிடும் னு நினைச்சு நாம பாட்டுக்கு செய்ய ஆரம்பிச்சா ஏடாகூடமாயிடும்.

எனக்கு நல்லா தெரிஞ்ச ஒத்தர். ஒரு டஜன் தொண்டு நிறுவனங்கள் வச்சு நடத்துரார். இதுக்காக பலரை பார்த்து பேசுவார். அப்படி பார்த்து பேசினதுல ஒத்தர் யோகம் பயிற்சி செய்யறவர். நண்பர் யாரை பாத்தாலும் அவரவருக்கு பிடிச்ச சப்ஜெக்ட்டா பேசிடுவார். இவர் யோகின்றதால அது பத்தி பேசினார். தனக்கும் அதை கத்துக்க ஆசைன்னார். யோகியோ உனக்கு வேண்டாம்னு மறுத்தார். எதை மறுக்கறாங்களோ அது மேல ஆசை அதிகமாகும்தானே? நண்பர் விடாப்பிடியா தொடர்ந்து யோகியை தொந்திரவு பண்ணி கத்துக்கொடுங்கனார். கடேசியா ஒரு நாள் சரின்னு யோகி இவரை உக்காத்தி வெச்சு கண்ணை மூடிக்க சொல்லி தலை மேலே கையை வச்சு ஏதோ செஞ்சார். பிறகு ஒரு மந்திரமும் பயிற்சியும் சொல்லித்தந்து இதை ரெண்டு வாரம் பயிற்சி செஞ்சுவிட்டு வாங்கன்னு சொல்லி அனுப்பினார்.

நண்பர் யோகிகிட்ட கத்துக்கனும்னு நினைச்சு அது கிடச்சாச்சு இல்ல, அதனால அத அப்படியே விட்டுட்டு மத்த வேலையை பாக்க போயாச்சு. ஒரு மாசம் ஆச்சு. நாளாக ஆக நண்பருக்கு மனக்குழப்பம் அதிகமாகி என்னன்னே புரியாம கஷ்டப்பட்டார். திடீர்னு ஒரு நாள் யோகி பத்தி நினைப்பு வந்து அவரை பாக்கப்போனார். யோகி இவரை "வேண்டாம்னு சொன்னேனே கேட்டயா" ன்னு திட்டிட்டு தலை மேலே கை வச்சு ஏதோ செஞ்சுவிட்டு இனிமே இந்த மாதிரி சமாசாரத்துல எறங்காதேன்னு சொல்லி துரத்திட்டார்.
எதுக்கு சொல்ல வந்தேன்னா இது சாக்கிரதையா எறங்க வேண்டிய சமாசாரம். ஏதோ புக்க பாத்துட்டு எல்லாம் இறங்க வேணாம். கத்தி முனைல நடக்கிறது போல இது. நல்ல குரு

இல்லாம இறங்கவே கூடாது.

அடுத்த வழி?

--

What is real? How do you define real? If you are talking about what you can feel, what you can smell, what you can taste and see they are simply electrical signals interpreted by your brain!

அடுத்து ஞான வழி

மனசை சுத்தமாக்கி கட்டுப்படுத்தி, மனசாலேயே விசாரிக்க ஆரம்பிச்சு, “நான் ஏது, பார்க்கிற இந்த உலகம் ஏது” ன்னு யோசிச்சு நாம் இல்லைங்கிறதை எல்லாம் தள்ளி தள்ளி கடைசில மிஞ்சி நிக்கிறதை நாம் அப்பிடின்னு அறிகிறது ஞான வழி.
சுருக்கமா நாம் பார்க்கிற உலகம் மாயை; நாம் பிரம்மம்; பிரம்மம்தான் எல்லாமே.
இது புரிய கொஞ்சம் சிரமப்படனும்.

என்னங்க ஒரேயடியா இப்படி ஒரு போடு போட்டுட்டீங்க? இதோ என் கண்ணுக்கு முன்னால தெரியறது எல்லாம் மாயைனா எப்படி ஒத்துக்கிறது?

சரி நம்ம கண் முன்னால தெரியறது எல்லாம் உண்மையான உண்மையான்னு பாக்கலாம்.
பின்ன பொய்யான உண்மையாவா இருக்கும்?
அட சரியா சொல்லிட்டீங்களே
கிண்டலா?
இல்ல, இல்ல, உண்மை பொய்யான உண்மை, பொதுவான உண்மை, உண்மையான உண்மைன்னு மூன்று வகை.
இத எங்கியோ கேட்ட மாதிரி இருக்கே
நீங்க சொல்லறது உண்மையான உண்மை. இப்ப நான் சொல்லறது எதுவும் புதுசு இல்ல. நம்ம பெரியவங்க சொல்லி வெச்சதுதான்.
சின்ன உதாரணம் பாக்கலாம். இப்ப ராத்திரி. நாம மொட்ட மாடில உக்காந்துகிட்டு இருக்கோம். கொஞ்சம் மேல பாருங்க. என்ன தெரியுது?
மேல ஆகாயம். நட்சத்திரமெல்லாம் தெரியுது.
அதோ அங்க ...
அது ஓரியன் நட்சத்திர கூட்டம்.
நடுவில?
மூனு நட்சத்திரங்க பக்கத்து பக்கத்துல இருக்கு.
பக்கத்து பக்கத்திலதானே?
ஆமாம்.
நாம பாக்கற இந்த நட்சத்திரங்க எல்லாம் இப்ப அங்கங்க அப்பிடியே இருக்கா?
ஆமாம். என்ன சந்தேகம்?
அறிவியல் இல்லைன்னு சொல்லுது.
எப்படி?
இப்ப நாம பாத்த ஓரியன் ரொம்ப தூரத்தில இருக்கு.
அத்தான் தெரியுமே.
ஓஹோ, எவ்வளோ தூரம்?
அதானே தெரியாது.
1500 ஒளி வருஷம்.
என்னங்க தூரத்தை கேட்டா வருஷங்கிறீங்க?
ம்ம்ம்...அதாவது சூரியன் எங்கே இருக்கு?
ஓ, அது ரொம்ப தூரம்.
சூரியன்கிட்டேந்து ஒரு ஒளி கத்தை கிளம்பினா அது பூமிக்கு 8 நிமிஷம் 18 வினாடில வந்து சேர்ந்துடும்.
ம்ம்ம்ம்.....சரிதான்.
அப்ப இப்ப பாக்கிற சூரியன் இப்ப அங்கே இல்லை. எட்டு நிமிஷம் முன்னால அங்கே இருந்தது.

அதே போல ரொம்ப தூரமா போனா ஒளி வர ஒரு மணி ஆகலாம் இல்லையா? அதே போல ஒரு ஒரு நாள்? ஒரு வருஷம்?
யப்பா! நினச்சு பாக்கவே முடியலையே! அது ரொம்ப ரொம்ப தூரமாச்சே!
அது சும்மா ஜுஜுபி. அந்த தூரத்த ஒரு ஒளி வருஷம்ன்னு சொல்வாங்க. நாம பேசறது 1500 ஒளி வருஷம். அதாவது இங்கே 1500 வருஷத்துக்கு முன் இருந்ததைதான் நாம இப்ப பாக்கிறோம்.
யம்மாடி!
அதாவது 1500 வருசங்க முன்னாடி இருந்தபடி இருந்த இடத்திலே அந்த நட்சத்திரத்த பாக்கிறோம். அது இப்ப இருக்கா வெடிச்சு சிதறியாச்சான்னு நமக்கு தெரியாது.

அப்ப நாம பாக்கிற ஆகாயம் ஒரு கலவையான சித்திரம். கோடிக்கணக்கான மைல் தூரத்துல நட்சத்திரம் இருக்கு. நமக்கு பக்கத்து பக்கத்துல இருகிறதா தெரியற இன்னொரு நட்சத்திரம் உண்மைல அது பக்கத்திலேயே இல்லை. பல கோடி மைல் இடை வெளில இருக்கு. நட்சத்திரங்கள்கிட்டேந்து வர ஒளிக்கத்தைகள்தான் பக்கத்து பக்கத்துல இருக்கு. சரியா?
சரியா சொன்னீங்க. ஆனா இப்ப நாம பாக்கிறது ஆகாயம். அதுல இங்க இங்க இன்ன இன்ன நட்சத்திரம் இருக்குன்னு சொல்கிறது எல்லாம் பொதுவான உண்மை. ஆராய்ஞ்சு பாத்தா உண்மை இல்லாட்டாலும் பொதுவா அதை தப்பா சொல்லறது இல்லே.
அது போலதான் இந்த உலகம். இந்த உலகம் இருக்குன்னு சொல்லறது பொதுவான உண்மை. ஆனாலும் அது உண்மையான உண்மை இல்ல.

சரி, ஒத்துக்கிறேன். ஆனா இதெல்லாம் மாயை; இல்லவே இல்லைங்கிறதை எப்படி ஒத்துக்கிறது?
மாயைனா இல்லவே இல்லைன்னு அர்த்தமில்ல.
போச்சுடா! பின்ன?

[மேலே ஆரம்பத்துல இருக்கிற மேற்கோள் எங்க வருதுன்னு சொல்ல முடியுமா?]

எது நிரந்தரம் இல்லியோ அது மாயை. உதாரணமா இது என்ன?

இது குடம்.

இப்ப இத பாத்து குடம்னு சொல்றிங்க. நேத்து இது வெறும் மண்ணா இருந்தது.

சரிதான்.

நாளைக்கே இது உடஞ்சு போச்சுனா?

வெறும் ஓட்டஞ்சில்லி. காலப்போக்கில அதுவும் மண்ணாயிடும்.

அப்ப மண்ணு, குடம், ஓட்டஞ்சில்லிங்கிறது எல்லாம் வெறும் பெயர்தான். அதுல மாறாதது மண்ணுதான்.
நேத்து இன்னிக்கி நாளை. இறந்த காலம், நிகழ்காலம், எதிர் காலம், மூணு காலத்துலேயும் எது மாறாம இருக்குமோ அதுதான் நித்தியம். மத்ததெல்லாம் அநித்தியம்.

அப்ப இந்த குடம் நித்தியம் இல்லை. அதோ அந்த மலை நித்தியம். சரிதானா?

ம்ம்ம். யோசிச்சு பாருங்க. மலையும் நித்தியமா? அங்கே ஒரு க்வாரி இருக்கு. இன்னும் சில பல வருஷங்கள் போனா அத முழுக்க வெட்டி எடுத்துடுவாங்க.

நாராயணா! அப்படி பாத்தா பாக்கிற எதையுமே நித்தியம்னு சொல்ல முடியாது போல இருக்கே!

அப்பாடா. அதேதான். அது போலதான் இந்த உலகம். மேலோட்டமா பாக்கிறப்ப நித்தியமா தோணினாலும் என்னிக்கோ ஒரு நாள் அழிஞ்சு போயிடும்.

நம்ம மனசு என்ன சொல்லுதோ அததான் பாக்கிறோம். இதோ இந்த இலை பச்சையா இருக்கு இல்லை?

ஆமாம்.

இத நான் பார்கிற மாதிரி நீங்க பாக்கிறீங்கன்னு என்ன நிச்சயம்?

அட, இது பச்சைன்னு நீங்க சொன்னீங்க, நானும் அததான சொல்றேன்?

சரிதான்! நான் கேட்டது அது இல்லியே. உங்களுக்கு விவரம் தெரிஞ்சதுலேந்து இலைய காட்டி இது பச்சைன்னு சொல்லி இருக்காங்க. அதனால நீங்க இது பச்சைன்னு சொல்லிட்டீங்க. ஆனா நான் பாக்கிறா மாதிரியே நீங்க பாக்கிறீங்களா? நான் சிவப்பா பாக்கிறா மாதிரி பாத்துக்கிட்டே நீங்க இது பச்சைன்னு சொல்லலாம். ஏன்னா அப்படிதானே சொல்லி கொடுத்து இருக்காங்க?

பின்ன உங்க மனசுக்குள்ள பூந்தா நீங்க பாக்கிறத நான் பாக்க முடியும்?

அதேதான். ஆக நாம் மனசு சொல்லறத நம்பறோம். அது சரியா இருக்கனும்னு அவசியம் இல்லை.

இப்ப இந்த குடத்த ஒரு புவியியல் நிபுணர் கிட்ட காட்டறோம். அவர் அதை பாத்தா இது இந்த மண்ணு, கல்லு இல்லாத சுத்தமான மண், வலுவானதுன்னு ஏதாவது சொல்லுவார். வீட்டு அம்மாகிட்டே காட்டினா பானை பரவாயில்ல. வெய்யிலுக்கு தண்ணி பிடிச்சு வைக்கலாம்ன்னு சொல்வாங்க. மண்ணை பாக்கிறவங்க பானையை பாக்கிறதில்லை. பானையை பாக்கிறவங்க மண்ணை பாக்கிறதில்லை.

இந்த பிரம்மம்தான் இந்த பிரபஞ்சமா உருவெடுத்து இருக்கு. மண்ணு குடமானா மாதிரி. குடம்ன்னு சொல்றா மாதிரி இது உலகம்ன்னு நினைக்கிறவங்கதான் ஏறக்குறைய எல்லாரும். குடத்தை மண்ணுன்னு சொல்றா மாதிரி அதை பிரம்மம்னு தெரிஞ்சுகிறவங்க தன்னை புரிஞ்சுகிட்டவங்க. இதுதான் ஞான யோகம்.

அது எப்படி தெரியவரும்?

விசாரிச்சுதான் தெரியவரும்.

விசாரணைனா?

"நான் யார்? இந்த உலகம் என்னது? இது எப்படி வந்தது?" என்ற விசாரணை.
இப்ப இது போதும். இந்த விசாரணையை விரிவா அப்புறமா பாக்கலாம்.

இந்த ஞானம் வருவது எப்படின்னு கேட்டால் அதற்கு பாதை போட்டு வச்சு இருக்கிறாங்க நம் முன்னோர்கள்.
அதுக்கு சாதனா சதுஷ்டயம் ன்னு பேர். பயப்படாதீங்க.
சாதனை என்கிற வார்த்தை தெரிஞ்சதுதான். சதுஷ்டயம்னா நான்கு. நாலு படிகள்.
அவ்வளவுதான்.
அதெல்லாம் என்ன?

அதுக்கு சாதனா சதுஷ்டயம் ன்னு பேர். பயப்படாதீங்க.
சாதனை என்கிற வார்த்தை தெரிஞ்சதுதான். சதுஷ்டயம் ன்னா நான்கு. நாலு படிகள்.
அவ்வளவுதான்.
அதெல்லாம் என்ன?

1. நித்திய அநித்தியங்களில் நிர்ணயம் தெரிகின்ற விவேகம்
2. இந்த லோக/ மறு லோகங்களில் வரும் சுகங்களில் ஆசை இல்லாம இருப்பது.,
3. சமாதி என்று ஆறு கூட்டம் (சமம் முதலான ஆறு தொகுதி)

4. முத்தியை விரும்பும் இச்சை- உண்மையாக அதிகாரிக்கு உரிய சாதனம் இந்த நான்கே அப்படின்னு பெரியவங்க சொல்லி இருக்காங்க.

இப்ப ஒவ்வொண்ணா பாக்கலாமா?
1.நித்திய அநித்தியங்களில் நிர்ணயம் தெரிகின்ற விவேகம்

எதையும் இது எப்பவுமே இருக்கக்கூடியது. இது அழிந்து போகக்கூடியது அப்படின்னு பாகுபாடு செய்து பாக்கனும். எது எப்பவுமே இருக்கக்கூடியதோ அது விரும்பி அடையக்கூடியது. அழியக்கூடியதை தேடிப்பிடித்து என்ன பிரயோசனம்?
நாம தேடற விஷயத்தை ஒவ்வொண்ணையும் இப்படி பாக்கணும். ஒரு திண்பண்டம் வாங்கறேன். சாப்பிடறேன். அது ஆறு மணி நேரத்துல ஜீரணமாகி போயிடும். அப்ப அதை அடைய எவ்வளவு முயற்சி எடுக்கலாம்னு நான் முடிவு செய்துக்கலாம். உயிர் வாழ சாப்பாடா இல்லை சாப்பிட உயிர்வாழனுமான்னு யோசனை செய்யலாம். இது போல நமக்கு வேண்டியது எல்லாமே யோசனை பண்ணிவிடலாம். அப்ப உண்மைல பல விஷயங்கள் அவசியம் இல்லைனு தெரிய வரும். அதெல்லாம் தேடி கஷ்டப்படறதை விட்டுவிட்டு சுகமாக இருக்கலாம்.

வாழ்க்கைக்கு தேவையானதா நம்ம முன்னோர் சொன்னது சாப்பாடு துணிமணி இருக்க ஒரு இடம். அவ்ளோதான். இதற்கு மேல நம்ம தேவைகள் அதிகமானா பிரச்சினைகள்தான் அதிகமாகும்.

2. இந்த லோக/ மறு லோகங்களில் வரும் சுகங்களில் ஆசை இல்லாம இருப்பது.,
ஆசையே அழிவுக்கு காரணம்னு புத்தர் மாதிரி பெரியவங்க சொல்றாங்க. யோசிச்சு பாத்தா உண்மைதான்னு தோணுது. ஒரு விஷயத்தின் மேல ஆசை வச்சா அதை அடைய முயற்சி பண்ணுவோம் அதுக்கு தடையா இருக்கிறது மேல கோவம் வரும். அது மற்ற எல்லா பிரச்சினைகளையும் கொண்டுவரும். ஆன்மீக முன்னேற்றத்துக்கு தடை எப்பவுமே இந்த காமம் குரோதம்தான். அதாவது ஆசையும் கோபமும்.

இந்த பிறவில கிடைக்கிற சுகங்களில்தான் ஆசை ன்னு இல்ல. அடுத்ததா நான் சொர்கத்துக்கு போகணும். அங்க ஜாலியா இருக்கலாமாமேன்னு யாரை பூஜை பண்ணலாம் என்ன ஹோமம் பண்ணலாம் னு தேடறவங்களும் உண்டு. அது இப்ப குறைஞ்சு போச்சு. இது மேலோட்டமா பாத்தா நல்லது போல தோணினாலும் இதுவும் இந்த உலக ஆசைகள் போல பிரச்சினைகளை உண்டு பண்ணுவதுதான்.

3. சமம் முதலான ஆறு தொகுதி அப்படி வேற சொல்லிட்டீங்க அது என்ன? என்னன்னா..

1.சமம் 2.தமம் 3.விடல் 4. சகித்தல் 5.சமாதானம் 6.சிரத்தை ஆறாம்.

சமம்னா மனச அடக்கறது. (அகக் கரண தண்டம்)
இந்த மனச பாருங்க. நம்மை பாடா படுத்தறது இதுதாங்க. சும்மா விட்டா எங்க எங்கயோ ஓடுது. எப்பவோ நடந்ததை எல்லாம் அசை போடுது. நாப்பது வருஷம் முன்னாடி நடந்ததை நினச்சு இப்ப வருத்தப்பட வைக்குது. கோபப்பட வைக்குது.
அது வேணும் இது வேணும்னு கேட்டுக்கிட்டே இருக்கு. சரி இந்தான்னு கேட்ட ஒண்ண சம்பாதிச்சு கொடுத்தா சும்மா இருக்கா? அடுத்ததா வேற ஒண்ணு மேல ஆசை. ஒரு நிலையா இல்லாம படுத்துது. இதுக்கு தீனி போட்டு மாளாது. அதனால இதுக்கு ஒரு செக் வைக்கனும். “தா சும்மா கெட” ன்னு சொல்ல பழகணும். அதான் சமம்.

--

தமம் புறக் கரண தண்டம். அதாவது வெளி விவகாரங்களை கவனிக்கிற ஐந்து இந்திரியங்களை அடக்கறது. இந்திரியங்கள்னா என்னங்கிறீங்களா? அதாங்க senses. பாக்கிறது கேக்கிறது சுவைக்கிறது தொடறது வாசனை பாக்கிறது. இததெல்லாம் நம்ம கண்ட்ரோல்ல வரணும். ஒழிக்கணும்னு சொல்லலை. நம் வசப்படணும். அதுங்க இழுக்கறா மாதிரி நாம போக கூடாது. நாம சொல்கிற மாதிரி அதெல்லாம் கேட்கணும். அதெப்படி அது நம்ம கண்ட்ரோல்ல இருக்கா என்னங்கிறீங்களா. ஆமாம் இருக்கவே இருக்கு.

சினிமா பாக்கிறோம். நடுவில பக்கத்து சீட்டுல யாரோ வந்து உக்காறறாங்க. நாம மும்முரமா சினிமா பாத்துக்கிட்டு இருக்கோம். அது முடிஞ்ச பின்னால பக்கத்துல பாத்தா அட நம்ம நண்பர்தான் உட்கார்ந்தார்னு தெரிஞ்சுகிறோம். சினிமா பாத்தப்ப தியேட்டர்ல ஸ்கிரீன் கீழ நாய் ஓடினது கூடத்தான் பார்வைல இருந்தது. ஆளா அது உள்ளே போகலை. (நாய் இல்லை, நாய் ஓடின செய்தி உள்ளே போகலை:-) இப்படி பல விஷயங்கள் கண்ணுல பட்டும் ஏன் உள்ளே போகலை? ஏன்னா நம் கவனம் அதில இல்லை. டீச்சர் பாடம் எடுத்தாலும் அது காதில விழுந்தாலும் அதை கவனிக்காம இருக்கிற கலை நாம எல்லாருக்கும் தெரிஞ்சதுதானே. இது போல எதையும் உணரக்கூடிய சக்தி நம்ம கண்ட்ரோல்லதான் எப்பவுமே இருக்கு.

பாவம் கலந்த காரியங்கள் செய்யறதையும் புண்ணிய காரியங்கள் செய்யறதையும் பலன் விரும்பாம அறுத்து விடறதே (நீக்குதலே) விடல் என்கிறாங்க.
பலனை எதிர் பார்த்துதான் நாம் பல காரியங்களை செய்யறோம். பலனே வேண்டாம்னா அதெல்லாம் செய்ய மாட்டோம். அடிப்படை தேவைகளை பூர்த்தி செய்ய வேண்டியதை மட்டும் செஞ்சு நம் கடமையை மட்டும் செய்து விட்டு போய் விடுவோம்.

மயக்கம் செய்கிற காமம் குரோதம் முதலியவை வந்தா அடக்குதல் (பொறுத்தல்) சகித்தல்.
மனசை அடக்க தடையா இருக்கிறது இந்த காமம்தானே? ஆசைப்பட்ட பொருள் கிடைக்காம போனால் வருவது இந்த குரோதம்தானே? இவற்றையும் அடக்குவது.

வேதாந்தமாக கேட்டதோட அர்த்தத்தை உள்ளம் சிந்திக்கிறா மாதிரி எப்பவும் வச்சுக்கிறதை சமாதானம் என்கிறாங்க. நம்ம நிறைய பேர் பல நல்ல விஷயங்களை கேட்கிறோம். கேட்கும்போது ஆஹா இதுதான் சரின்னு மனசுல படுது. ஆனால் பிரசங்கம் முடிந்து வெளியே வருவதற்குள்ளே மனசு திருப்பி ஆட்டம் போட ஆரம்பிச்சுடும். கேட்ட தத்துவம் எல்லாம் காத்தோட பறந்திடும், இல்லையா? இப்படி நடக்காமல் மனசிலேயே அதை எல்லாம் இருத்தி வச்சு அப்பப்போ அதை அசை போடணும்.

பரம சற்குரு, ஈஸ்வரன், வேத சாத்திரங்கள் மேல அன்பு பற்றி இருக்கிறதே சிரத்தை.
இந்த சிரத்தை இல்லாவிட்டா நமக்கு வீணாக சந்தேகங்கள் எல்லாம் வந்து நம்மோட முன்னேற்றம் எல்லாம் காணாமப்போயிடும்.

4.
கடைசியாக முத்தியை விரும்பும் இச்சை. சம்ஸ்கிருதத்துல இதை முமுக்ஷு த்வம் என்பாங்க.

ஒரு சீடப்பிள்ளை கடவுளை பாக்கனும்னு குருவை தொந்திரவு பண்ணிகிட்டே இருந்தான். தீவிரமா தேடினா பார்க்கலாம் ன்னு குரு சொன்னார். அவனோ நான் தீவிரமாதானே தேடறேன் கிடைக்கலையே ன்னு நச்சரிச்சுகிட்டே இருந்தான்.
ஒரு நாள் குரு குளிக்க ஆத்துக்கு அவனோட போனார். இரண்டு பேரும் குளிக்கும்போது திடீர்னு சிஷ்யனை தண்ணிகுள்ள அமுக்கிட்டார். மூச்சு திணறிப்போனான். எப்படியாவது விடுவிச்சுக்கனும்னு பாத்தா முடியலை. குரு அவ்வளவு பலமா அவனை உள்ளே போட்டு அமுக்கிட்டாரு. ஏறக்குறைய அவ்ளோதான் இனி தாங்காதுன்னு நினைச்சப்போ அவனை விட்டுட்டார். அப்பாடான்னு வெளியே வந்தான்.
நல்லா மூச்சு எடுத்து ஒருவழியா நிலைக்கு வந்த பிறகு அவன் "குருவே! என்ன இப்படி பன்னிட்டீங்கன்னு" கேட்டான்.
அப்போ குரு சொன்னார், "அப்பனே, நீ கடவுளை பாக்க முடியுமான்னு கேட்டுக்கிட்டே இருந்த இல்லை?"
"ஆமாம் சாமி!"
"இப்ப தண்ணிக்குள்ள இருந்தப்போ என்ன நினைவு இருந்தது?"
"எப்படி வெளியே வந்து மூச்சு எடுக்கலாம்னு இருந்தது."
"வேற ஏதாவது நினைவு?"
"வேற ஒண்ணுமே இல்லை சுவாமி!"
"இந்த தீவிரத்தோட நீ கடவுளை தேடினா அவரை பாக்கலாம்."

இந்த தீவிரம்தான் முமுக்ஷு த்வம் .