நவீன வாழ்வில்
மந்திர ஜபமும், வழிபாடும்

Prayer and Worship in Modern Life

செம்போளி ஸ்ரீநிவாசன்
முனைவர் சித்ரா சோ
முனைவர் ஆறுச்சாமி செ

Chemboli Sreenivasan
Dr. Chithra S
Dr. Aruchamy S

FIRST EDITION

TAMIL AIVU KALANJIYAM
(India's First Google Scholor Indexed Publisher)

தமிழ் ஆய்வு களஞ்சியம்

IOR PRESS

9 788195 005901

நவீன வாழ்வில் மந்திர ஜபமும், வழிபாடும்

Prayer and Worship in Modern Life

செம்போளி ஸ்ரீநிவாசன்

முனைவர். சித்ரா சோ

முனைவர். ஆறுச்சாமி செ

Chemboli Sreenivasan,

Dr. Chithra S

Dr. Aruchamy S

Dr. Chithra S
Department of Tamil,
Government Victoria College,
Palakkad - 678001,
Kerala, India

Dr. Aruchamy S
Department of Tamil,
Karpagam Academy of Higher Education,
Coimbatore - 641021,
Tamil Nadu, India.

Title: Prayer and Worship in Modern Life

Edition: 1

ISBN 978-81-950059-7-0 ISBN 978-81-950059-0-1 (eBook)
https://doi.org/10.34256/tak20211

© IOR PRESS. This book is an open access publication. **Open Access** This book is licensed under the terms of the Creative Commons Attribution 4.0 International License (http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/), which permits use, sharing, adaptation, distribution and reproduction in any medium or format, as long as you give appropriate credit to the original author(s) and the source, provide a link to the Creative Commons license and indicate if changes were made.
The images or other third party material in this book are included in the book's Creative Commons license, unless indicated otherwise in a credit line to the material. If material is not included in the book's Creative Commons license and your intended use is not permitted by statutory regulation or exceeds the permitted use, you will need to obtain permission directly from the copyright holder.
The use of general descriptive names, registered names, trademarks, service marks, etc. in this publication does not imply, even in the absence of a specific statement, that such names are exempt from the relevant protective laws and regulations and therefore free for general use.
The publisher, the authors and the editors are safe to assume that the advice and information in this book are believed to be true and accurate at the date of publication. Neither the publisher nor the authors or the editors give a warranty, expressed or implied, with respect to the material contained herein or for any errors or omissions that may have been made. The publisher remains neutral with regard to jurisdictional claims in published maps and institutional affiliations.

This Tamil Aivu Kalanjiyam imprint is published by the registered company IOR PRESS.
The registered company address is: 5/11, Perumal Kovil Street, Naickenpalayam, Coimbatore-641020 Tamil Nadu, India.

Synopsis

This is a translated version of the Malayalam book titled **"Manthra japavum prarthanayum aadhunika jeevithathil"** (Importance of prayer and mantra chanting in modern life) written by Chemboli Sreenivasan. The translation is done **by Dr. Chithra S. and Dr. Aruchamy. S.**

The book depicts the importance and benefits of prayer and mantra chanting (mantrajapa) in the context of modern life. It elaborates on the in-depth meaning of different mantras in Hindu beliefs and different methods available for practicing mantrajapa. The categories of mantra depending on the type of Deity worshipped such as Saiva, Vaishnava, Devi etc. and the kinds of mantralike Ekakosha, Dwayakosha etc based on the number of spells in name (nama) are also explained.

Further it attempts to explain the ways in which one can practice mantrajapa i.e. either by chanting loudly or by practicing in silence/mind chanting or by repeatedly writing the mantra (likhithajapa) and the various changes occurring in an individual while chanting mantra. This book which is written based on the concepts of the Bhakthoyoga in Bharatheeya literature explains the different challenges and obstacles one face while practicing mantra in daily life and the ways through which one can overcome these hurdles.

Prof. N E Muthuswamy who was a famous spiritual writer and a teacher has provided a perfect introduction to the book stating that the book would be a great asset to all the readers who wants to know the relevance of mantrajapa i achieving a peaceful life.

Authors

முனைவர் சித்ரா சோ., அவர்கள் கேரளப் பல்கலைக் கழக தமிழ்-மலையாள ஒப்பிலக்கியத் துறையில் ஆய்வு நிகழ்த்தி முனைவர் பட்டம் பெற்றவர். தற்போது பாலக்காடு அரசு விக்டோரியா கல்லூரி தமிழ்த்துறையில் கௌரவ விரிவுரையாளராகப் பணியாற்றி வருகிறார்.

முனைவர் ஆறுச்சாமி செ., கேரளப் பல்கலைக் கழகத்தில் தமிழ் இலக்கியத்தில் (நாட்டுப்புறவியலில்) முனைவர் பட்டம் பெற்றவர். தற்போது கோயம்புத்தூர் கற்பகம் உயர்கல்வி கலைக்கழகத் தமிழ்த்துறையில் உதவிப் பேராசிரியாராகப் பணியாற்றி வருகிறார். 2010-ம் ஆண்டில் மலையாள எழுத்தாளர் திரு. இரவிச்சந்திரன் அவர்கள் எழுதிய “ஆதாமின்டெ பாலவும் இராமன்டெ சேதுவும்” என்ற மலையாள நூலை தமிழில் “ஆதாமின் பாலமும் இராமனின் சேதுவும்” என்ற பெயரில் மொழிபெயர்த்துள்ளார்.

உள்ளடக்கம்

முன்னுரை 1

நவீன வாழ்வில் மந்திர ஜபமும், வழிபாடும்..3

த்ரிவித நாமஜபம் (மூன்றுவகை நாமஜபம்)...28

மனித வாழ்வும் நவக்கிரகங்களும்...45

வழிபாடு...51

அறிவின் உயரங்கள் தேடி...63

முன்னுரை

நமது பாரத பண்பாட்டில், மதங்களும் அவை சார்ந்த நம்பிக்கைகளும், சடங்குகளும் முக்கியத்துவம் பெறுகின்றன. ஒவ்வொரு மதத்திலும், வழிபாட்டு முறைகளும், அது சார்ந்த சடங்கு முறைகளும் பல இடங்களில் பல முறைகளில் பின்பற்றப்படுகின்றன. எனினும் எல்லா வழிபாட்டு முறைகளிலும் கடவுளைப் பற்றிய மந்திரங்கள் உச்சரித்தல் என்பது பொதுவான ஒரு கூறாக உள்ளது. மந்திரங்களை உச்சரித்து வழிபடுவதன் மூலம் கடவுளை நாம் அடைய முடியும் என்பது அனைத்து மதங்களிலும் பின்பற்றப்படும் நம்பிக்கையாகும்.

இந்து மதத்தில் இந்த மந்திர உச்சரிப்பு முறையின் மகத்துவத்திற்கு ஒரு நீண்ட வரலாறு உண்டு. காட்டில் வழிப்பறிக் கள்வனாக திரிந்த ஒருவன், ஒரு முனிவருடைய உபதேசத்தால் ராம நாமத்தை உச்சரித்து வால்மீகியாக மாறினார். என்று ஆதிகாவியமான ராமாயணத்தில் கூறப்படுகிறது. ராம நாமத்தை உச்சரிப்போர் எவராயினும் அவருக்கு அருள் தருவதாக அனுமன் வாக்களிக்கிறார். ராம ஜபத்தை பாராயணம் செய்தால் புண்ணியம் கிடைக்கும் என்பதும், ஸ்ரீராமஜெயம் எழுதினால் நினைத்த காரியம் நடக்கும் என்பதும் இந்து மக்களிடையே இன்றும் நிலவி வரும் நம்பிக்கையாகும். இதுபோலவே அனைத்து கடவுளின் மந்திரத்திற்கும் முக்கியத்துவம் கொடுக்கப்பட்டிருக்கிறது.

இந்நூலின் மூலநூல் “ஆதுனிக ஜீவிதத்தில் மந்த்ர ஜபவும் பிரார்த்தனையும்” என்பதாகும். இதன் ஆசிரியர் செம்போளி ஸ்ரீநிவாசன் என்பவர் ஆவார். இவர் கேரளாவிலுள்ள கோழிக்கோடு மாவட்டத்தைச்

சேர்ந்தவர். நாவல், சிறுகதை, கட்டுரை என பல துறைகளில் கால் பதித்தவர். இந்நூலின் முதல் பதிப்பு 2002ஆம் ஆண்டும், 3ஆம் பதிப்பு 2015 ஆம் ஆண்டிலும், வெளிவந்துள்ளது. மந்திர உச்சாடனத்தின் மகத்துவத்தை இதில் அவர் விளக்கியுள்ளார். யோகம், விரதம், தியானம் எனப் பல வழிமுறைகள் இருப்பினும், கடவுளின் நாமத்தை உச்சரிப்பதும், எழுதுவதும் கடவுளை அடைவதற்கான எளிய வழிமுறை என்பதை அவர் தம் நூலில் விளக்குகிறார். மந்திரங்களின் மகத்துவம், தோற்றம், உச்சரிப்பு முறை, வெவ்வேறு கடவுள்களின் வெவ்வேறு மந்திரங்கள் எனப் பல செய்திகளை அவர் தொகுத்து தந்திருக்கிறார். இந்நூலை மலையாளத்தில் வாசித்தபோது மந்திரங்கள் குறித்தும், அதை உச்சரிக்கும் முறை குறித்தும், பயன் குறித்தும் இத்தனை செய்திகள் இருக்கிறதா? என ஆச்சர்யம் கொண்டோம். இதை தமிழில் மொழிபெயர்த்தால் பலருக்கும் இது பயனுள்ள நூலாக இருக்கும் எனத் தோன்றியது. அந்த எண்ணத்திலேயே இந்நூலை தமிழில் மொழிபெயர்க்கும் முயற்சி மேற்கொள்ளப்பட்டது.

“யக்ஞங்களில் சிறந்தது ஜபயங்ஞமாகும்” என்று பகவான் கண்ணன் கீதையில் கூறுகிறார். ஜபயங்ஞம் எனப்படுவது மந்திர உச்சாடனமாகும். பக்தி வழியில் பயணிப்போருக்கு மந்திர ஜபத்தின் மகத்துவத்தை எடுத்துரைப்பதோடு அவர்களுக்கு அதில் நல்வழியைக் காட்டுவதாகவும் இந்நூல் அமைகிறது. இதில் சில மந்திரங்கள், சில வடமொழிச் சொற்கள் போன்றவற்றுக்கு மொழிபெயர்ப்பபை விட ஒலிபெயர்ப்பு மட்டுமே சரியான முறையாகத் தோன்றியதால் அவை மூலநூலிலுள்ளது போல அப்படியே தரப்பட்டுள்ளன. முடிந்த வரையில் அனைவருக்கும் புரியும் வகையிலான மொழிபெயர்ப்பைத் தர முயற்சித்துள்ளோம். ஏதேனும் தவறுகள், மொழி மயக்கங்கள் இருப்பின் மொழியறிஞர்கள் அவற்றைப் பொறுத்துக் கொள்ள வேண்டுகிறோம்.

நவீன வாழ்வில் மந்திர ஜபமும், வழிபாடும்

ஹரிஸ்ரீ கணபதயே நமஹ!

அவிக்னமஸ்து ஸ்ரீ குருப்யோ நமஹ!

ஓம் நமச் சிவாய

தட்சிணாமூர்த்தியே நமஹ!

லோகா சமஸ்தா சுகினொ பவந்து

அகில உலகங்களிலும் அமைதி நிலவட்டும் என வழிபாடு செய்வோம்!

பல காலங்களாகப் பாரத தேசத்தில், தொடர்ந்து வரும் பிரார்த்தனையாகும் இது. நன்மையை ஏற்கவும், நன்மைக்காகப் போராடவும் நமது பாரத தேசம் என்றும் முயற்சித்து வந்திருக்கிறது. கடவுள் வழிபாட்டின் முக்கிய நோக்கமும் இந்த நன்மைதான். இந்து மதத்தில் பல வகையிலான கடவுள் வழிபாட்டு முறைகள் நிலவுகின்றன. கோயில்களுக்குச் சென்று வழிபடுதல், பூஜைகள் செய்தல், ஹோமம் செய்தல், யாகம் வளர்த்தல், பிற தாந்த்ரிக வழிபாட்டு முறைகள் போன்ற பல வகையிலான வழிபாட்டு முறைகளை நாம் பின்பற்றி வருகிறோம். இவற்றில் எது சிறந்த வழிபாட்டு முறை? 'யக்ஞானாம் ஜபயக்ஞோ அஸ்மி' - அதாவது 'யக்ஞங்களில் நான் ஜபயக்ஞம் ஆகிறேன்' என்கிறான் கீதையில் கண்ணன். ஜபம் என்றால் நாமஜபம் அல்லது மந்திர உச்சாடனம். எல்லாவற்றிலும் சிறந்தது மந்திர

ஜபமுறைதான் என்று பகவான் இங்கு தெளிவுபடுத்துகிறார்.

சதுர்யுகங்களில் முதல் யுகமான கிருதாயுகத்தில் தியானத்திற்கும், த்ரேதாயுகத்தில் தாந்த்ரிக யாகங்களுக்கும், துவாபர யுகத்தில் அர்ச்சனை முறைக்கும், தற்போது நடந்து வரும் கலியுகத்தில் மந்திர உச்சாடனத்திற்கும் முக்கியத்துவம் தரப்பட்டிருக்கின்றன. கலியுகத்தில் பக்தியுடன் நடத்தப்படும் மந்திர உச்சாடனத்திற்கு மட்டுமே தெய்வ அருள் கிடைக்கும். விருப்ப தெய்வத்துடனான பந்தத்தை உறுதிப்படுத்துவதற்கு இந்த மந்திர உச்சாடனம் நமக்கு உதவுகிறது. மந்திர உச்சாடனத்தின் மூலம் எவ்வாறு நமக்கு அனைத்து சக்திகளையும் அடைய முடியும் எனும் கேள்வி மனதில் எழக்கூடும். அதற்கான பதில் ஒரு வார்த்தையில் கூற முடியாததாகும். சிந்தனையின் வழிகளை ஒரு அறிவூட்டும் நிகழ்வு போலக் கூற முயற்சிக்கிறேன்.

சிந்தனையில் முதலில் தெரியும் உருவம் ஒரு காட்டு மனிதனின் உருவம்தான். திருடியும், கொள்ளையடித்தும் குடும்பத்தைக் காப்பாற்றிவந்த ஒரு முரடன். இரத்னாகரன் என்னும் பெயருடைய அந்த காட்டு மனிதனுக்குள் பின்னாளில் ஏற்பட்ட மாற்றங்கள் ஆச்சரியத்திற்குரியனவாகும். ஏதோ ஒரு முற்பிறவிப் புண்ணியம் அவனுக்கு இருந்திருக்கக் கூடும். அதுதான், அவனை முனிவர்களை தாக்கத் தூண்டியிருக்க வேண்டும். அதன்மூலம் முனிவர்கள் கொடுத்த அறிவுரைகள் அவனுக்கு புதுமையானதாகத் தோன்றியது. சரியான முறையில் ஒரு மந்திரம் கூட உச்சரிக்கத் தெரியாத அவனை இரண்டு மரங்களுக்கு இடையில் நிறுத்தி ‘அம்மரம், இம்மரம்’ என்று சொல்லிப் படிக்க அம்முனிவர்கள் உபதேசித்தனர். வெறும் காட்டு மனிதனாயிருந்த இரத்னாகரன் ‘அம்மரம், இம்மரம்’ என்று சொல்லச் சொல்ல, நாளடைவில் அது ‘இராம இராம’ எனும் மகாமந்திரமாக மாறியது. நாராயண மந்திரத்திலுள்ள ‘ரா ’வும், நமச்சிவாய மந்திரத்திலுள்ள ‘ம’வும் இணைந்து ராம மந்திரமாக மாறியது. சைவ, வைணவ மந்திரங்கள் இணைந்து இராம மந்திரம் எனும் மகா மந்திரமாக மாறியது. அது ஒரு ஜபயக்ஞத்தின் ஆரம்பமாக இருந்தது. ஜபயக்ஞம் தீவிரமாக

மாறியபோது காலம் அவனை வாத்மீக(மண்புற்று)த்தால் மூடியது. ஆதிகாவியமான இராமாயணத்தை உருவாக்கிய வால்மீகி தோன்றிய கதை இவ்வாறுதான் கூறப்பட்டிருக்கிறது.

‘மானிஜாத பிரதிஷ்டா த்வோ

மகம சாஸ்வதீசம

யல் க்ரௌஞ்ச மிதுனாதேக

மவதீ காம மோஹிதம்’

அகிம்சைக்கும் கருணைக்கும் உள்ள வழியைத்தான் அந்த மகாமுனிவர் திறந்து விட்டார். மிகப்பெரிய காவியத்திற்கு தொடக்கம் தந்த வால்மீகி முனிவர் ஜபயக்ஞத்தின் முதல் துவக்கம் ஆவார்.

புராணங்களில் தேடிப் பார்த்தால் இதுபோன்ற பிரபலமான பல முனிவர்களின் கதைகளையும் நம்மால் காணமுடியும். ஏராளமான முனிவர்கள் மந்திர உச்சரிப்பின் மூலம் தவபலன் அடைந்திருக்கின்றனர். குகைகளிலும், காடுகளிலும், மலைச்சிகரங்களிலும் எல்லாம் அவர்கள் அதற்கான இடத்தைக் கண்டு பிடித்தனர். மந்திர உச்சாடனத்தைப் பின்பற்றி வாழ்ந்தவர்கள் எக்காலத்திலும் நிலைத்திருந்தனர். இன்றும் அது அனுதினம் தொடர்கிறது. அறிவுத்துறைகளில் பிரபலமடைந்த பலருக்கும் அந்த சக்தி கிடைப்பதற்கு காரணம் மந்திர உச்சாடனம்தான் என்பதற்கு வரலாறு ஆதாரமாக உள்ளது.

மந்திர ஜபத்தின் பொருள் என்பது, ஒரு புண்ணிய நாமத்தைத் திரும்பத் திரும்ப உச்சரிப்பது என்பதாகும். ஒரு பெயரை திரும்பத் திரும்ப உச்சரிப்பதால் என்ன நடந்து விடப் போகிறது? அது நேரத்தை வீணடிப்பது போலல்லவா? நவீன அறிவியல் உலகம் தீவிரநடை போட்டுக் கொண்டிருக்கும் வேளையில் இது வெறும் பைத்தியக்காரத்தனம் அல்லவா? இப்படி பலவிதமான கேள்விகள் மனதில் எழுவது இயற்கையாகும். அறிவியல் பல துறைகளிலும் வளர்ந்து கொண்டிருக்கிறது. அறிவியலின் பல கண்டுபிடிப்புக்களும் நம்மை

ஆச்சரியப்படுத்திக் கொண்டிருக்கின்றன. அத்தகைய அற்புதங்களில் ஒன்றுதான் டோனொஸ்கோப் என்னும் இயந்திரமாகும். ஒலி அலைகளை விமான உயரத்தில் உள்ள வரைபடமாக மாற்றக்கூடிய இயந்திரம்தான் டோனொஸ்கோப்.

'ஓம் க்ரிம் லலிதாம்பிகயே நம,' என்று துவங்கும் ஸ்ரீ லலிதாம்பிகா தேவியின் மூலமந்திரத்தை முறைப்படி உச்சரித்தபோது டோனோஸ்கோப் இயந்திரத்தில் தோன்றிய வரைபடம் ஸ்ரீச்சக்கரத்தின் உருவமாகும். வானவில்லின் ஏழு நிறங்கள் ஒன்று சேரும்போது வெண்மை நிறம் உருவாகிறது. அதுபோன்ற ஒரு மாற்றமாகத்தான் இதையும் நாம் காணவேண்டும்.

யந்திரங்களும், மந்திரங்களும் ஒன்றுடன் ஒன்று தொடர்பு கொண்டுள்ளன. பல வகையிலான யந்திரங்கள் உள்ளன. அவற்றில் முக்கியமானது ஸ்ரீச்சக்கரமாகும். ஸ்ரீ சங்கராச்சாரியாரின் சௌந்தர்ய லஹரியில் ஸ்ரீச்சக்கரத்தைப் பற்றி விளக்கப்பட்டுள்ளதைக் காணலாம். மற்ற யந்திரங்களெல்லாம் ஸ்ரீச்சக்கரத்தின் அங்கங்கள்தாம் என்று கூறப்படுகிறது. ஸ்ரீச்சக்கரம், வழிபடுபவனின் சிந்தனையில் உலகம் முழுவதையும் திவ்யரூபமாகக் காட்டுகிறது. அனைத்து உயிர்களுக்கும் அவர்களைச் சுற்றிலும் ஒரு திவ்யமான ஒளிவட்டம் இருக்கின்றதாம். அவற்றின் புகைப்படத்தை அப்படியே எடுக்கும் இயந்திரங்களையும் அறிவியல் கண்டுபிடித்துள்ளது. தொடர்ச்சியாக மந்திரம் உச்சரிப்பவர்களைச் சுற்றியுள்ள ஒளிவட்டத்தின் ஒளி மேலும் அதிகரிப்பதையும் கண்டறிய முடிந்துள்ளது.

சிந்தனையில் கணிக்க முடியாத ஒன்றுதான் ஜபசித்தி. மந்திர ஜபசித்தியின் ஆதாரம் என்பது அதை அனுபவித்து உணர்வது மட்டும்தான். சர்க்கரையில் உள்ள இனிப்பை யாருக்கும் காட்டிக் கொடுக்க முடியாது. முழுமையான பொருளை விளக்கிச் சொல்லவும் முடியாது. அதை அனுபவித்து உணர்ந்து பார்த்தால்தான் முடியும். மந்திர உச்சாடனத்தை எப்போது தொடங்க

வேண்டும் என்பது மட்டும்தான் இந்த நொடியின் பதிலாக இருக்க முடியும். மந்திரம் ஓதவேண்டும், மீண்டும் ஓத வேண்டும், ஓதிக்கொண்டே இருக்க வேண்டும். மந்திர உச்சாடனம் ஒரு அட்சயச் சுரங்கம் போன்றதாகும்.

எந்த மந்திரமாக இருந்தாலும் பத்தாயிரம் தடவை சொல்லும்போது அதன் சக்திகளை நாம் சிறிது சிறிதாக உணர ஆரம்பிப்போம். மந்திர உச்சாடனத்தின் முக்கியமான பலன் என்பது அது நம் மனதை சுத்தப்படுத்துகிறது என்பதுதான் (Tunjathu Elutachan, 2005).

இந்த சுத்தீகரிப்பு முறை எவ்வாறு நடக்கிறது?

நவீன யுகத்தில் மனிதனின் செயற்பாட்டுக் களங்கள் பரந்ததாகும். பல களங்களில் அவன் செயற்படுகிறான். இருந்தாலும் அவனுக்கு திருப்தி ஏற்படுகிறதா? பூலோக வசதிகளை அதீதமாக அனுபவிக்கும்போதும் சிலர் தற்கொலையை நாடுகின்றனர். இன்று வாழ்க்கையில் வெறுப்பு ஏற்படும் மனநிலையில் பலர் உள்ளனர். இலட்சிய நோக்கின்றி அலைபவர்கள், அற்ப சுகத்திற்காக போதையில் மாட்டிக் கொண்டவர்கள், அடைந்த உயர்வுகளை இழக்க நேருமோ என அச்சப்படுபவர்கள், கிடைத்த சுகபோகங்களை அனுபவித்து நிராசைப்பட்டவர்கள், இல்லாமையின் தீராத துன்பங்களை அனுபவிப்பவர்கள் இவ்வாறு வாழ்வின் துன்பங்களை பலவாகக் கூறிக் கொண்டே போகலாம். இந்தத் துன்பங்களிலிருந்து விடுதலை பெற மனக் கட்டுப்பாடு நமக்கு உதவுகிறது.

வாழ்க்கையில் உருவாகும் சுக துக்கங்களுக்குக் காரணம் தேடிப் போனால் அவையெல்லாம் நம் மனதின் பிரதிபலிப்புக்கள் மட்டுமே என்பதை உணர முடியும். நம் மனம் அனுபவங்களை எவ்வாறு உட்கொள்கிறது என்னும் அடிப்படையில்தான் சுகதுக்கங்கள் உருவாகின்றன. நம் மனம் எப்போதும் சாரியான திசையில் பயணிப்பதில்லை. அற்ப சுகங்களில் லயித்து மனம் எப்போதும் ஒரு அடிமையைப் போலவே செயல்படுகிறது. அந்த

அடிமைத்தனத்திலிருந்து விடுபடுவதற்கான வழிதான் மனக் கட்டுப்பாடு எனப்படுகிறது.

மனக் கட்டுப்பாட்டை அடைவதற்கு ஏராளமான வழிகளை மதங்களும், மற்ற அமைப்புக்களும் கூறுகின்றன. தியானம், மூச்சுப் பயிற்சி, யோகாசனம், பிரார்த்தனைகள் போன்றவை அவற்றுள் சில. இவற்றுள் முக்கியமானது பக்திமார்க்கமாகும். பக்திமார்கத்தில் மிகவும் எளிதான வழிமுறைதான் மந்திர உச்சாடனம் அல்லது மந்திர ஜபம். ஆன்மீக மாற்றங்கள் பலவும் மனிதனின் அகத்தில் ஏற்பட வேண்டியனவாகும். அவற்றின் விளைநிலங்கள் எல்லாம் நம் மனதின் உள்பகுதிகள்தாம். சித்தியை (சக்தியை) உருவாக்கும் கருவிகளை நாம் சாதகங்கள் என்று கூறுகிறோம். அதற்கு முழுமையான அர்ப்பணம் என்றும் பொருள் உண்டு.

நம்முடைய மனமண்டலம் மிகவும் விசித்திரமானது. பல நேரங்களிலும் அது கொந்தளிப்பான கடல் போன்றது. சிந்தனைகளும், நினைவுகளும் பலவகையான அலைகளாக ஆரவாரிக்கின்றன. உங்கள் மனதிற்குள் பார்வையைச் செலுத்திப் பாருங்கள். ஆன்மீகப் பார்வையின் ஒரு வழிமுறையாகும் இது. நாமே நமது மனதை ஆராய வேண்டும். முதலில் மனதை அதன் போக்கில் விடுங்கள். அது விரும்பியவாறெல்லாம் அலையட்டும். நாம் செய்ய வேண்டியது ஒன்று மட்டும்தான். நம்முடைய மனதில் என்னவெல்லாம் வந்து போகின்றன என்பதை கண்காணிப்பதுதான் அது. அப்போது மனம் அமைதியடைவதைக் காண முடியும். இந்த பயிற்சிமுறை ஆரம்பத்தில் சற்றுக் கடினமாக இருக்கும். மீண்டும் தொடருங்கள். அப்போது வெற்றி தூரத்தில் இல்லை என்பதை உணரமுடியும்.

முன்னர் நம் மனதில் நாம் என்ன நினைத்திருந்தோம்? எவையெவற்றிற்கோ போராடிய போராட்டங்கள். யார் மேலோ கொண்ட பொறாமை, வெறுப்பு, நிறைவேறாமல் போன ஆசைகள், நடுநடுவே தோன்றிய நற்சிந்தனைகள், மற்ற உயிர்கள் மேல் ஏற்பட்ட அன்பு........இப்படிப் பலவகை.

சிந்தித்துப் பாருங்கள்.

நம் மனதில் உருவாகும் சிந்தனைகள், கனவுகள், கற்பனைகள் போன்றவற்றையெல்லாம் நாம் சத்தமாக வெளியே சொன்னால் சமூகத்தில் நம் நிலை என்னவாகும்? ஒவ்வொருவருக்கும் தனித்தனி கருத்துக்கள் இருக்கும். ஆனாலும் பொதுவான ஒரு பதில் இருக்கும். மனதைச் சுத்தப்படுத்த வேண்டியது அவசியமாகும். இப்படி சிந்தனைகளில் உழலும் மனதினை அமைதிப்படுத்த முடியுமா?

தொடர்ச்சியாக மந்திரம் ஓதும் மனது ஒருநிலைப்படுகிறது. தவறான சிந்தனைகளை மாற்றி மனதை சுத்தப்படுத்துகிறது. ஒரு இரும்புத்துண்டு காந்தமாக மாறுவது போன்ற செயல்தான் இது. ஒரு இரும்புத்துண்டில் அதன் அணுக்கள் வரிசைமுறை தப்பி அமைந்துள்ளது. அந்த இரும்புத்துண்டை தொடர்ச்சியாக காந்த அலைகளுக்குள் பாதுகாத்தால் அணுக்களின் வரிசைமுறையில் ஒழுங்குமுறை ஏற்பட்டு நாளடைவில் காந்தமாக மாறுகிறது. அப்போது அதுவும் மற்ற இரும்புத் துண்டுகளைக் கவரும் ஆற்றல் பெறுகிறது.

மந்திரம் உச்சரிக்கும் மனங்களில் இந்த செயல்தான் நடக்கின்றது. எதிர்மறையான சிந்தனைகளால் அலைக்கழிக்கப்படும் மனதில், மந்திர உச்சரிப்பு ஒரு புதிய வரிசைமுறையை உருவாக்கி அதன்மூலம் பல்வகை சிந்தனைகளில் உழலும் மனதின் அமைப்பில் மாற்றங்களை ஏற்படுத்துகின்றன. மனிதர்களின் மனநிலையில் சில நேரங்களில் நேர்மறை சிந்தனை சக்தியும், எதிர்மறை சிந்தனை சக்தியும் மாறி மாறி ஏற்படுகிறது.

சில மனிதர்கள் சமூகத்திற்குள் நுழையும்போது அச்சமூகம் திடீரென விழிப்படைகிறது. அம்மனிதர் அங்கு ஒரு உத்வேகமாக தோற்றமளிக்கிறார். அவரிடமிருந்து வெளிப்படும் நேர்மறை சிந்தனா சக்தியின் விளைவுதான் இது. அதேபோல சில மனிதர்கள் நுழையும்போது சமூகம் முழுவதும் நிலைகுலைந்து போகிறது. அவரிடமிருந்து வெளிப்படும் எதிர்மறை சிந்தனா சக்தியே இதற்குக்

காரணமாகும்.

சுவாமி விவேகானந்தர் சிகாகோவில் நடத்திய பேச்சு மிகவும் பிரபலமான ஒன்றல்லவா?, ‘அமெரிக்காவில் வாழும் என் சகோதர சகோதரிகளே!’ எனும் துவக்கவுரை அனைவரையும் கவர்ந்திழுத்தது. அவர்கள் அனைவரும் கைதட்டி தம் மகிழ்ச்சியை வெளிப்படுத்தினர். விவேகானந்தரைப் போல நம்மாலும் இந்த வார்த்தைப் பிரயோகத்தைப் பயன்படுத்த முடியும். ஆனால் இதற்கு முன்புபோன்ற வரவேற்பு கிடைக்கும் என்று சொல்ல முடியாது. காரணம் அங்கு சுவாமி விவேகானந்தரிலிருந்து வெளிப்பட்ட நேர்மறை சக்தியே ஆரவாரத்தை ஏற்படுத்தியது (Swami Sunmayanandan, (1964).

மனிதர்களைச் சுற்றி உருவாகும் ஒளிவட்டம்தான் அதற்குக் காரணமாகும். தொடர்ச்சியான மந்திர உச்சாடனத்தின் மூலம் மனம் சுத்தமடைவதோடு, திடமான ஒளிவட்டம் உருவாகவும் காரணமாகிறது. நாம் செய்யவேண்டியது ஒன்றுதான். மந்திர உச்சாடனத்தை நிரந்தரமாகத் தொடர வேண்டும். இவ்வாறு புனித மந்திரங்களை உச்சரிப்பதன் மூலம் மனதில் அமைதி நிலவக் காணலாம். மனதின் அலைக்கழிப்புகள் மறைகின்றன. மனதை வாட்டும் தேவையற்ற சிந்தனைகள் மறைந்து போகின்றன. இத்தகைய அமைதியான நிலையில் அமைதியான ஒரு இடத்தில் அமர்ந்து விருப்ப தெய்வத்தை மனதில் தியானம் செய்து மந்திரம் உச்சரித்தால் தெய்வ அருள் கண்டிப்பாகக் கிடைக்கும். மந்திரங்களுக்கு அபார சக்தியுண்டு என்பதும், ஒவ்வொரு மந்திரத்தின் உள்ளேயும் பிரம்மத்தின் சக்தி இருக்கிறது என்றும் கூறப்படுகிறது (Nalappattu Narayana Menon, 1981).

கடவுள் இல்லையென்று வாதிப்பவர்களும் உண்டல்லவா? மந்திர உச்சாடனத்தின் மூலம் மனம் அமைதி பெறுமானால், மன அமைதிக்காக கடவுள் நம்பிக்கையில்லாதவர்களும் மந்திர உச்சாடனம் செய்யலாம்.

மந்திரம் என்பது என்ன?

மந்திரம் என்னும் சொல் பலவகையிலும் தவறாகப் புரிந்து கொள்ளப்பட்ட ஒரு வார்த்தையாகும். 'ந்திரம்' எனும் சொல்தான் இதற்குக் காரணம். அதற்கு ஏதோ மர்மம் இருப்பதாகக் கருதப்படுகிறது. சில வேளைகளில் அது ஆபத்தான ஒன்றாகவும் சித்தரிக்கப்பட்டுள்ளது. மந்திரம் என்பது புனிதமான சொல் அல்லது சொற்கள் என்று பொருள். அது கடவுள் பெயராகவும் இருக்கக் கூடும். ஒலி வடிவங்களாகவும் இருக்கலாம். எப்படியிருந்தாலும் அவை மர்மமான சக்திகள், கலந்த ஒலிகளாகும். புத்திசக்தியை வைத்து மந்திர சக்தியை அளவிட முடியாது. ஒரு எல்லை வரையில் இது நம்பிக்கை அடிப்படையில் அமைந்ததாகும். மந்திர உச்சாடனத்தில் தொடர்பு கொள்வதில் சிறிதும் பயம் கொள்ளத் தேவையில்லை.

மந்திரம் என்னும் வார்த்தையிலுள்ள 'ம' என்னும் வார்த்தைக்கு மனப்பாடம் செய்தல் எனறு பொருள். 'ந்திரம்' என்பதற்கு உள்வாங்கி உச்சரித்தல் என்று பொருள். மனதின் வழியாக உள்வாங்கி உச்சரிக்கும் செயலே மந்திரஜபம் அல்லது நாம ஜபம். புனித ஒலிகளைக் குறிக்கின்ற எழுத்துக்கள் ஒரு பிரத்யேக ஒழுங்குமுறையில் அமைக்கப்படும்போது மந்திரம் உருவாகிறது. இதிலுள்ள எழுத்துக்கள் முக்கியப் பண்புகளை உள்ளடக்கிய சின்னங்கள் மட்டும்தான். இந்த சப்த ஒலிகளின் மூலம் எழும் சக்தி அபாரமானதாகும். நமக்கு மந்திரங்கள் சொல்லித் தந்த மகா முனிவர்களால் மட்டுமே அதை விவரிக்க முடியும். அந்த சக்தி உண்மையானதாகும். அதைத்தான் டோணோஸ்கோப் என்னும் யந்திரமும் நமக்குக் காட்டித் தந்தது. மந்திர உச்சாடங்களிலுள்ள பிற சக்திகளை அறிவியல் பின்னாளில் கண்டுபிடிக்கக் கூடும். அதன்மூலம் பிரார்த்தனைகள் பலிக்கும் மர்மத்தையும் விளக்கிக் காட்டக்கூடும். மகாமுனிவர்கள் தம் திவ்யதிருஷ்டியில் கண்டறிந்த உண்மைகள் அற்புதமானவை. மந்திரத்தில் வேதாந்த மந்திரம், புராண மந்திரம் என்று இருவகையுண்டு. அதைப் பற்றியும் அறிய வேண்டியது அவசியமாகும்.

வேதாந்த மந்திரங்கள்

தத்வமசி	அது (பிரம்மம்) நீயாகின்றாய்
அஹம் பிரம்மாஸ்மி	நான் பிரம்மமாகிறேன்.
அயமாத்மா பிரம்ம	இந்த ஆத்மா பிரம்மமாகிறது.
பிரக்ஞானமானந்தம் பிரம்ம	பிரக்ஞானவும், ஆனந்தமும் பிரம்மம் ஆகிறது
ததேவ சத்யம் தத் பிரம்ம	அது மட்டும் தான் உண்மை. அதுதான் பிரம்மம்
சிவோஹம் சிவோஹம்	நான் சிவனாகிறேன், மங்களாத்மாவாகிறேன்.
ஆனந்தோஹம் ஆனந்தோஹம்	நான் ஆனந்தமாகிறேன் ஆனந்தம் தான் ஆகிறேன்.

இத்தகைய வேதாந்த மந்திரங்கள் ஏராளம் உள்ளன. வேதாந்த மந்திரங்களின் உச்சாடனம் பெரிய அளவில் செய்யப்பட வேண்டியதாகும். இம்மந்திரங்களில் பொருளுக்கு முக்கியத்துவம் தரப்படுகிறது. அஹம் பிரம்மாஸ்மி - நான் பிரம்மமாகிறேன் எனும் மந்திரம் எவ்வளவு சிறப்பானது? பிரம்மம் என்பது நம் கற்பனைக்கு அப்பாற்பட்ட ஒன்றாகும். கற்பனையை முழுமையாக உண்மையாக்குவது எளிதான காயமன்று. தொடாச்சியான முயற்சி இங்கு தேவைப்படுகிறது. முயற்சி பலன் அடையும்போது அதன் மூலம் கிடைக்கும் சக்திகளும் அற்புதமானவைதான். அஹம் பிரம்மாஸ்மி எனும் மந்திரத்தின் பலனை நாம் முழுமையாக அடைய வேண்டுமானால் நம்முடைய அகம் (மனம்) முழுவதும் லயித்துப் போக வேண்டியிருக்கிறது.

சில மந்திரங்களுக்கு அதீமான சக்தி அடங்கியுள்ளது. சில குறிப்பிட்ட முறையில்தான் அவை உச்சரிக்கப்பட வேண்டும். அதற்கு முறையான

போதனையும் வேண்டும். முறையாக கற்ற குருவிடமிருந்துதான் அவை போதிக்கப்பட வேண்டும். இத்தகைய மந்திரங்கள் ஏராளம் உள்ளன. தாராமந்திரம், வித்யாராஞ்ஜி, சூலினிதுர்க்கா, மிருத்யுஞ்ஜய மந்திரம் போன்றவை இதற்கு உதாரணங்களாகும். இங்கு முக்கியமாக கவனிக்கப்பட வேண்டிய விஷயம் என்னவென்றால் மந்திரத்தைத் தவறாக உச்சரிக்கக் கூடாது என்பதுதான் (Onakkur Sankaraganakan, 1996).

புராண மந்திரங்கள்

ஓம் நமச்சிவாய

ஓம் க்ரிம் நமச்சிவாய

ஓம் நமோ நாராயணாய

ஓம் நமோ பகவதே வாசுதேவாய

ஓம் ஸ்ரீராம் ஜெயராம் ஜெயஜெயராம்

ஓம் ஸ்ரீ ராமச்சந்திராய நம

ஓம் ஸ்ரீ ஷண்முகாய நம

ஓம் ஸ்ரீ கணபதயே நம

ஓம் சம் சரஸ்வதயே நம

ஓம் ஸ்ரீ லக்ஷ்மியே நம

அம்மே நாராயணா, தேவி நாராயணா

காயத்ரி மந்திரம்

இவ்வாறு புராண மந்திரங்கள் ஏராளம் உண்டு. ஒவ்வொரு தெய்வத்திற்கும் தனித்தனி மந்திரங்கள் உண்டு. விருப்பதெய்வத்தின் வரிசைப்படி மனிதர்கள் அவரவர்களுடைய மந்திரத்தை உச்சரிக்கலாம். பல

கிணறுகள் தோண்டுவதற்குப் பதிலாக முழு பலமும் உபயோகித்து ஒரே ஒரு கிணற்றை ஆழமாகத் தோண்டும்போதுதான் நமக்கு நல்ல நீர் கிடைக்கும். இஷ்டதெய்வத்தைத் தேர்ந்தெடுக்கும் போது நம் கவனம் முழுமையாக ஒரு இடத்தில் குவிகிறது. அப்போது பக்தியின் ஆழம் கூடுகிறது. மன ஒருமைப்பாடு மிக முக்கியமானதாகும். மனம் பிற சிந்தனைகளில் அலைபாயும்போது நாம் நடத்தும் மந்திர உச்சாடனம் மிகவும் இயந்திரத்தனமானதாக மாறிப் போகிறது. மனம் விருப்ப தெய்வத்தில் லயிக்கும்போது மந்திர உச்சாடனத்தில் மனம் ஒருமைப்படுகிறது. ஆத்மார்த்தமான உச்சாடனத்தின் மூலம்தான் சக்தி உருவாகிறது. ஜென்ம ஜென்மமாகத் தொடரும் பாவ புண்ணியங்கள் ஒருவரின் விருப்ப தெய்வத்தைத் தேர்ந்தெடுப்பதில் முக்கியத்துவம் வகிக்கின்றன. இஷ்டதெய்வத்தைத் தேர்ந்தெடுப்பதற்கான விதிமுறைகள் குறித்து ஜோதிடத்தில் கூறப்பட்டுள்ளது.

பல நேரங்களில் இஷ்ட தெய்வங்கள் குறித்த சிந்தனை எதிர்பாராத விதமாக வெளிப்படக் கூடும். ஆன்மீக விஷயத்தைப் பொறுத்தவரை ஒரு ஜென்மத்தில் எங்கு முடிவுற்றதோ அதன் தொடர்ச்சியாகத்தான் அடுத்த ஜென்மம் அமையும். இது நாம் அறியாமலே சில நேரங்களில் வெளிப்படக் கூடும். மந்திர உச்சரிப்பின் பலன் என்றுதான் இதை நாம் உணரவேண்டும்.

எல்லா மதங்களும் மந்திர உச்சாடனத்திற்கு முக்கியத்துவம் கொடுத்திருப்பதைக் காணலாம். திபெத்திய புத்த மதத்தில் மந்திர உச்சாடனம் ஒரு முக்கியச் சடங்காகும். “ஓம் மணிபத்மே ஹாங்க”; எனும் மந்திரம் மிகவும் புகழ் பெற்றதாகும். புத்த மதத்தினர் உச்சரிக்கும் வேறொரு மந்திரம்,

நமோ புத்தாய

நமோ தர்மாய

நமோ சங்காய ஓம்

என்பதாகும். ஜப்பானிய புத்த மதத்தினரும் மந்திரத்திற்கு

முக்கியத்துவம் கொடுத்துள்ளனர். சதர்ம புண்டரீக சூத்ரம் மட்டும்தான் கடவுளை அடைவதற்கான வழியாக அவர்கள் நம்புகின்றனர். கிறித்தவ மதத்திலும் வேதம் ஓதுதலும், பிற பிரர்த்தனை கீதங்களும் உள்ளன. பக்தர்களின் முக்கிய வழிபாட்டு ஆயுதம் ஜபமாலை ஆகும். பைபிளிலிருந்து பலவகையான பாடல்களை அவர்கள் பாடுகின்றனர். பரிசுத்த கன்னி மரியே, எங்கள் பிதாவே, தேவரே என்மேல் கருணை பொழிய வேண்டுமே, பிதாவே உங்கள் நாமம் வாழ்த்தப்படுவதாக, உங்களின் சொர்க்க ராஜ்ஜியம் வரவேண்டுமே என்றெல்லாம் தீவிரமாகப் பிரார்த்தனை செய்ய மதப் புரோகிதர்கள் வலியுறுத்துகின்றனர். சூஃபிசத்திலும் மந்திர ஜபத்திற்கு முக்கியத்துவம் கொடுக்கப்பட்டுள்ளதைக் காணலாம். அவர்கள் அல்லாவின் மேலுள்ள பிரார்த்தனைக்கு முக்கியத்துவம் கொடுத்துள்ளனர். இஸ்லாமிய பிரார்த்தனைகளுக்கு வேதாந்த மந்திரங்களுடன் ஒப்புமை இருப்பதாகத் தோன்றுகிறது.

ஆனால் இந்து மதத்திலோ மந்திர உச்சாடனத்திற்கு மிக விரிவான இடமுண்டு. ஏராளமான துறைகளிலும் மந்திரத்திற்கு முக்கியத்துவம் கொடுக்கப்பட்டிருக்கிறது. மந்திரங்களில் மூன்று வகையுண்டு.

1. தாமச குணத்தை எழுப்புவன
2. ராஜச குணத்தை எழுப்புவன
3. சாத்விக சக்திகளை போற்றுவன

என்பனவாகும். இவற்றில் தாமச குணத்தை எழுப்பும் மந்திரங்கள் தவிர்க்கப்பட வேண்டியனவாகும். பிற உயிர்களைத் துன்புறுத்தும் வகையில் பல நேரங்களிலும் சக்திகள் துஷ்பிரயோகம் செய்யப்படுவதுண்டு. அத்தகைய துர்மந்திரவாதம் மிகவும் கண்டிக்கத்தக்க செயலாகும். அது இயற்கைக்கு விரோதமானதாகும். காலம் மாறும்போது இம்மந்திரவாதிகள் உருவாக்கும் துஷ்ட சக்திகள் அவர்களின் அழிவுக்கே காரணமாகும் என்னும் உண்மையை

அவர்கள் மறந்து போகிறார்கள்.

புனித மந்திரங்களை மட்டும் ஓதுங்கள். மனசக்தியை அழிக்கின்ற, நற்சிந்தனையை துரத்துகின்ற துர்மந்திரங்களை விலக்குங்கள். இத்தகைய அழிவை உருவாக்கும் துர்மந்திரங்கள் அதர்வண வேதத்தில்தான் காணப்படுகின்றன. அதனால்தான் நால்வகை வேதங்களில் அவ்வேதத்திற்கு அதிக முக்கியத்துவம் கொடுக்கப்படவில்லை. ஹோமம், தர்ப்பணம், அன்னதானம் போன்ற புண்ணிய கர்மங்கள் ஜபயோகத்தின் ஒரு பகுதியாகக் கண்டிப்பாக நடத்தப்பட வேண்டும் என்று பிடிவாதம் பிடிப்பவர்கள் உண்டு. ஆனால் மந்திர ஜபத்தில் இதயத்தூய்மையும், நம்பிக்கையும் முக்கியத்துவம் பெற வேண்டும். கடவுள் நம் இதயத்தில் தான் பார்வை செலுத்துகிறார். பக்திபூர்வமான இதயம் கொண்டவர்கள் இந்த சடங்கு முறைகளுக்கு முக்கியத்துவம் தர வேண்டியதில்லை என்பதே இதன் பொருளாகும்.

மதரீதியிலான சடங்குகளில் வேறுபாடுகள் உண்டு. சடங்குகளை உன்னிப்பாகக் கவனித்தால் அது புலனாகும். பக்தி தீவிரமடைவதற்கு சடங்குகள் உதவி செய்கின்றன. முனிவர்களின் தவத்தை ஆய்வு செய்தால் ஒரு விஷயம் நமக்குப் புலனாகும். அதாவது பக்தியின் நிறைவில் நடத்தப்படுகின்ற முழுமையான மௌனமான மந்திரப் பிரார்த்தனைதான் அவர்களை முழுமையடையச் செய்கின்றது என்பதே அது. இதிலிருந்து சடங்குகளை விட முழுமையான ஆன்மசமர்ப்பணம்தான் அதிக முக்கியத்துவம் பெறுகிறது என்பது தெளிவாகிறது.

மந்திரங்களிலேயே மிகவும் சிறப்புப் பெறுவது “ஓம்’ எனும் ஒற்றை ஒலி மந்திரமாகும். ஓம் ஒரு புனித மந்திரமாகும். மாண்டுக்யோபனிஷத்தில் விவரிக்கப்படும் முக்கிய விஷயம் இந்த ஓம்காரம்தான். ஓம்காரத்தின் மூலம்தான் பிரம்ம ரகசியம் விவரிக்கப்படுகிறது. ஓம்கார மந்திரத்தின் சிறப்பை விவரிக்கும் இலக்கிய உலகமும் மிகவும் விரிவானதாகும்.

அகாரம் எனும் ஜாக்கிரதை நிலையும், உகாரம் எனும் கனவு நிலையும், மகாரம் எனும் கூரிய கவன நிலையும் சேர்ந்ததுதான் பிரணவ மந்திரமான 'ஓம்' என்பதாகும். இப்பிரபஞ்சம் முழுவதையும் உட்கொண்டிருக்கின்ற ஒரு பிரதிபலிப்பு ஒலியே ஓம் என்பதாகும். ஓம் என்னும் மந்திரத்தை உச்சரிக்கும்போது நம் சிந்தனையும் அதுபோல விசாலமானதாக மாறவேண்டும். இங்கு உச்சரிக்கப்பட வேண்டியது அந்த எழுத்து வடிவத்தையல்ல. மாறாக அதன் முழுமையான பொருளையே ஆகும். மனதை ஒருமைப்படுத்துவதற்கும் ஓம்கார ஜபம் உதவுகிறது. 'ஓம் இத்யோகாக்ஷரம் பிரம்ம' - இவ்வாறுதான் ஓம்காரம் சிறப்பிக்கப்பட்டிருக்கிறது. அதன்படி பிரம்மானந்தம் அடைய வேண்டும் என்பதுதான் நம்முடைய நோக்கமாகும். 'அ 'கரம் பிரம்மாவையும், 'உ'கரம் மகாவிஷ்ணுவையும், 'ம'கரம் மகேஸ்வரனையும் குறிக்கின்றது. அதாவது ஓம்காரத்தில் அனைத்தும் அடங்கியிருக்கிறது என்பதுதான் இதன் பொருளாகும் (K. S. Kunjunni Raja, 1989).

பிரணவ மந்திரம் இருநூற்றி ஐம்பதுக்கும் மேற்பட்ட முறைகளில் உச்சரிக்கப்படுவதாக பிளாவ்ட்ஸ்கி என்னும் அறிஞர் உறுதிப்படுத்துகிறார். ஓம்கார மந்திரம் மற்ற மந்திரங்களுடன் சேர்த்தும் உச்சரிக்கப்பட்டு வருகிறது. பெரும்பாலான மந்திரங்களும் இவ்வகைப்பட்டவையாகும். முதலிலும் முடிவிலும் ஓம்காரம் சேர்த்து உச்சரிக்கப்படும் மந்திரங்களும் உண்டு (ஓம் க்ரீம் ஓம்). இந்த பிரணவ மந்திரம் வேதத்தின் பாட்டனாகவும், காயத்ரி மந்திரம் தாயாகவும் கருதப்படுகின்றன. இதன்மூலம் ஒரு மந்திரத்தில் ஞானம் பெற்றால் அனைத்து வேதங்களிலும் ஞானம் பெற்றதற்குச் சமமாகும் என்னும் உண்மை வெளிப்படுத்தப்படுகிறது.

காயத்ரி

நாம் வாழ்கின்ற பூமி உட்பட அனைத்திற்கும் மத்திய மண்டலமாக அமைவது சூரியனாகும். சூரியன் உதிக்கவில்லையென்றால் பூமியில் உயிர்கள் இருக்காது. எல்லா சக்திகளுக்கும் உறைவிடம் சூரியன்தான். பழங்காலம்

முதலே மனிதன் ஒளிமயமான சூரியனை பிரம்ம வடிவாக வணங்கி வருகிறான். அதன்மூலம்தான் அதிரூபமான ஒளியை வணங்கும் முறை உருவாகியது

ஓம் பூர் பூவ ஸ்வ

தல் சவிதுர்வரேண்யம்

பர்கோ தேவஸ்ய தீமஹி

தியோ யோ ந ப்ரசோதயாத்

இந்த மந்திரம் சூரிய பகவானுக்கு அர்ப்பணிக்கப்பட்டதாகும். சூரியபகவானின் அதிரூபமான தேஜஸை நாங்கள் வணங்குகிறோம் அந்த சக்தி எங்கள் சிந்தனைகளுக்கு ஊக்கம் அருளட்டும் என்பதுதான் இம்மந்திரத்தின் பொருள்.

காயத்ரி மந்திரம் பிரணவத்துடன் சேர்த்து உச்சரிக்கப்படுகிறது. இந்து மதத்தின் சந்தியாவந்தன பிரார்த்தனைகளில் இந்த மந்திரம் உட்படுத்தப்பட்டுள்ளது. வேதங்கள் இம்மந்திரத்தில் கலந்துள்ளன. காயத்ரி பிரணவ மந்திரமான ஓம்காரத்தில் கலந்திருக்கிறது. ஓம்காரம் முக்திநிலையில் கலந்துள்ளது என்று ஸ்ரீராமகிருஷ்ண பரமஹம்சர் கூறியுள்ளார். இந்த மந்திரம் சுய லாபங்களுக்காக உச்சரிக்கப்படுவதல்ல. பரிசுத்தமான சிந்தையுடன் ஆத்மாவில் ஒளியேற்றுவதற்காகத்தான் இது உச்சரிக்கப்படுகிறது. சாவித்ரி என்னும் பெயரிலும் இம்மந்திரம் அறியப்படுகிறது. காயத்ரியை பராசக்தியாகக் வடிவமாகக் கொண்டு காயத்ரியை பெண் தெய்வமாகவும் வழிபட்டு வருபவர்கள் உண்டு. காயத்ரியை உச்சரித்தால் வேதம் படித்ததற்குச் சமமாகும் என்று கருதப்படுகிறது.

‘காயந்தம் த்ராயத இதி காயத்ரரி’ - கானம் பாடுபவனை காப்பாற்றுவதுதான் காயத்ரி என்பதே இதன் பொருள். இதுவே காயத்ரி

மந்திரத்தின் உள்ளடக்கமாகும். ஒரு இந்துக் குழந்தைக்கு காயத்ரி மந்திரம் ஓதக் கற்றுக் கொடுக்கும் சடங்குதான் ‘உபநயனம்’ எனப்படுகிறது. ஒரு குழந்தை தன் பெற்றோருக்குச் செய்யும் மிகப்பெரிய நன்றிக்கடன் என்பது காயத்ரிமந்திரம் ஓதக் கற்றுக் கொள்வதே ஆகும். இந்த கர்மத்திற்குப் பிறகு அவன் ‘விஜன்’ (இரண்டாவதாகப் பிறந்தவன்) என்று அழைக்கப்படுகிறான். காயத்ரி மந்திரம் அதை உச்சரிப்பவனின் சிந்தனையை எப்படி பிரகாசமாக்குகிறது என்பதை அனுபவத்தில்தான் அறியவேண்டும். காயத்ரி மந்திர உபாசகர் சிந்தனை செய்ய வேண்டிய முறை பின்வருமாறு “என் மனம் அனாவசிய சிந்தனைகளுக்கு அப்பாற்பட்டதாய் இருக்கட்டும். அசுத்தமான உணர்வுகள் என் சிந்தனையை களங்கப்படுத்தாமல் இருக்கட்டும். கடவுள் அருள் என்மேல் பொழிந்து எனக்கு சுத்த சிந்தனை உண்டாகட்டும். என் சிந்தனை கூர்மையானதாகட்டும். என் கணிப்புகள் அறிவு பூர்வமானதாகவும், தவறில்லாததாகவும் அமையட்டும்”. இம்முறையில் காயத்ரி மந்திரம் உச்சரிப்பதை வழக்கமாக்கிக் கொண்டால் வாழ்வில் வெற்றி பெற அது வழிகாட்டியாக அமையும். இங்கு கூறப்பட்டது முழுமுதல் காயத்ரி மந்திரமாகும். இதல்லாமல் எல்லா தெய்வங்களின் பெயரிலும் காயத்ரி மந்திரம் உருவாக்கப்பட்டிருக்கின்றது. அவ்வகையில் மொத்தம் 24 காயத்ரி மந்திரங்கள் தற்போது உள்ளன.

மந்திரங்கள் பலவகையாகப் பிரிக்கப்பட்டிருக்கின்றன. சைவ மந்திரங்கள், வைணவ மந்திரங்கள், தேவி உபாசனா மந்திரங்கள் எனப் பலவகையுண்டு. விருப்ப தெய்வத்திற்கேற்ப மந்திரங்களை உச்சரிக்கலாம். இந்த மந்திரங்களை ஆய்வு செய்தால் அவை அறிவியல் முறைப்படி ஒழுங்குபடுத்தப் பட்டிருப்பதைக் காணலாம். மந்திரங்களிலுள்ள எழுத்துக்களின் எண்ணிக்கை அடிப்படையிலும் பல பிரிவுகள் உண்டு.

உதாரணம்:

ஏகாக்ஷரி : ஓம்

த்வ க்ஷரி	:	ராம, சிவ
த்ரய க்ஷரி	:	ஓம் க்ரீம் ஓம்
சதுர க்ஷரி	:	நாராயணா
பஞ்சா க்ஷரி	:	நமச்சிவாய
ஷட க்ஷரி	:	ஓம் நமச்சிவாய
சப்தா க்ஷரி	:	சம் சரஸ்வதெ நம
த்வாதசா க்ஷரி	:	ஓம் நமோ பகவதே வாசுதேவாய

எவ்வாறு உச்சரிப்பது?

மந்திரம் என்பது என்ன என்பதை நாம் இதுவரைக் கண்டோம். இனி இவற்றை எவ்வாறு உச்சாpப்பது என்பதை அறியவேண்டும். பெயர் சொல்லி அழைத்தால் பதில் சொல்லும் மனிதர்களைப் போல தேவர்களையும் பெயர் கூறி மகிழ்விக்க முடியும் என்பது நம்பிக்கை. ஒவ்வொரு தெய்வத்திற்கும் ஒரு மந்திரம் உண்டு. மந்திரத்தை உச்சரிக்கும்போது மனதிற்குள் அதற்குரிய தெய்வத்தின் உருவத்தை தியானம் செய்யவேண்டும். உச்சரிக்கும் மந்திரத்திற்குள்ளிருந்து அதற்குரிய தெய்வத்தின் வடிவத்தை நாம் உருவாக்கிக் கொள்ள வேண்டும். கோயில்களில் பிரதிஷ்டை நாட்களில் முதலில் உச்சரிப்பது அந்த தெய்வத்தின் மூல மந்திரத்தைத்தான். மூலமந்திரம் மிகவும் மேன்மை வாய்ந்ததாகும். கோயில் தந்த்ரிகள் தமக்குக் கீழுள்ள மற்ற பூசாரிகளுக்கு இம் மூலமந்திரத்தை ரகசியமாகக் கற்றுக் கொடுக்கின்றனர்.

குருவின் அவசியம்

உச்சாடனம் செய்பவர் அந்த மந்திரத்தை ஒரு குருவிடமிருந்து கற்றுக் கொள்கிறார். குருவிடமிருந்து மந்திரம் கற்றுக் கொள்வது ஒரு கலையாகும். குருவின் மனமுவந்த ஆசிர்வாதத்துடன் ஆத்மீய (உள்ளார்ந்த) சக்திகள்

சிஷ்யனை வந்தடைகின்றன. இது சிஷ்யனுடைய கற்றல் முறையை எளிதாக்குகிறது. அதனால் மந்திர உபதேசத்தை குருவிடமிருந்து கற்றுக் கொள்வதே சிறந்ததாகும். ஆனால் பெரும்பாலும; சிறப்பான ஒரு குருவைக் கண்டடைவது எளிதான காரியமன்று. இத்தகைய சூழ்நிலையில் இறைவனையே குருவாக நினைத்து எளிய மந்திரங்களை கற்றுக் கொள்ள முயற்சிக்கலாம் என்பது என்னுடைய கருத்து.

குரு என்னும் கற்பனை மிகவும் உயர்வானதாகும். குரு பூர்ண ஆத்மா ஆவார். அருள் நிறைந்த மகாத்மா ஆவார். வணங்குதலுக்கு உரியவராவார். அதனால்தான் இத்தகு பெருமை மிக்க குரு கிடைப்பதும் அபூர்வமானதாக இருக்கிறது. மனிதப்பிறவி எடுத்த நாம் நம் பிறவியை சிறப்பானதும், முழுமையானதுமாக ஆக்க வேண்டியிருக்கிறதல்லவா? மனம் உருகி பிரார்த்தனை செய்தால் நம் உள்ளே உள்ள அனைத்தும் வெளியில் வரும். இந்த உள்ளுணர்வின் மூலமாக நாம் விரும்பியதை அடைய முடியும். உத்தமமான குரு கிடைக்கப் பெற்றால் மேற்கூறிய செயல்கள் எளிதாகக் கூடும். ஒரு குரு சிஷ்யனுக்கு மந்திர உபதேசம் செய்வது என்பது ஒரு ஆத்மாவிலிருந்து மற்றொரு ஆத்மாவிற்கு சக்தியைக் கொடுப்பது போன்றதாகும். குருவிலிருந்து கிடைக்கப் பெற்ற மந்திரத்தை சிஷ்யன் முதலில் மனதில் பதிய வைக்கிறான். அதாவது மனப்பாடம் செய்கிறான். மந்திரத்தின் உட்பொருளை ஆழ்ந்து உணர்கிறான். மந்திர தேவதையின் உருவத்தை மனதில் குடியேற்றுகிறான். “தஜ்ஜபாத் அர்த்தபாவனம்” எனும் கூற்று இங்கு குறிப்பிடத்தக்கது. இக்கூற்றின்படி உச்சரிக்கும் மந்திரத்தின் பொருளை முழுமையாக உணர வேண்டியது அவசியமானது. ஆனால் பெரும்பாலும் முழுமையான பொருளை உணரமுடியும் என்று சொல்ல முடியாது. அத்தகைய சூழ்நிலையில் பொருள் உணர்வு இல்லாமலும் உச்சரிக்கத் துவங்கலாம். கடவுள் அருளால் அதன் பொருளை படிப்படியாக உணரலாம். வழிபாடுகளில் ஈடுபடும்போது அந்தந்த மந்திரத்துக்குரிய தெய்வங்களைக் குறித்த தெளிவும் ஏற்படக் கூடும் என்று

கூறப்படுகிறது. நாமே அறியாமல் நம் வழிகளை நாம் கண்டறிய முடியும். நாமம் ஜபிக்கும்போது மந்திர தேவதையை நாம் நம் மனதில் காண முயற்சிக்கிறோம். நமது அக அறிவுக்கு ஒரு தனித்திறமை உண்டு. அதாவது நாம் ஒருமுறை கண்ட வடிவங்கள் நினைவுகளாக மாறி நம் சிந்தைக்குள் சேமிக்கப்படுகின்றன. பின்னர் அவற்றை நமது அகக் கண்களால் காண முடிகிறது.

மந்திர உச்சாடன முறையில் குறிப்பிட்ட மந்திரத்தையும் அதற்குரிய தேவதையையும் நாம் நம் மனதில் வடிவமைக்கிறோம். ஒவ்வொரு தெய்வத்திற்கும் அதற்குரிய மந்திர முறைகளுண்டு. இந்த மந்திரங்கள் அவற்றிற்குரிய தேவதைகளின் வடிவத்தை நமக்கு உருவாக்கித் தருகின்றன. இதற்கு தெய்வங்களின் உருவப் படங்களும் நமக்கு உதவுகின்றன. இவ்வாறு தேவ உருவங்களை மனதில் உருவாக்கிப் பார்க்கும் முறையே தியானம் எனப்படுகிறது. அனுதினமும் இஷ்டதெய்வத்தின் உருவம் மனதில் நிலைத்திருக்க வேண்டும். அந்த தேவதையுடன் வாழ்வதாக சிந்திக்க வேண்டும். அத்தெய்வத்தின் பெயரில் அன்பு காட்ட வேண்டும். மந்திரத்தின் முழுபலனைப் பெற இத்தகைய தியானமுறை அவசியமானது. மந்திர ஜபம் என்பது ஒரு சாதாரண செயலன்று. மாறாக அறிவியல் பூர்வமாக சக்திகளை வெளிக்கொண்டு வருவதாகும். முடிந்தவரை அகக் கண்களால் மந்திர தேவதையைக் காண முயற்சிக்க வேண்டும் (Senas Narayanan Namboodiripad, 1981).

மந்திர தீட்சை பெறுபவர் சாதக முறையில் பல வழிகளைக் கடக்க வேண்டியிருக்கிறது. ஒரு சாதகன் எப்போதும் கவனமாக இருக்க வேண்டியிருக்கிறது. காரணம் சாதகத்திற்கு எதிரிகள் எப்போதும் அதிகம்.

உடலியல் நோய்கள் எனும் சாதக எதிரிகள்

அலட்சியம், சோர்வு, சோம்பல், உறக்கம் என மனதை வாட்டும் எதிரிகள் பல உள்ளன.

சஞ்சலம் ஹி மனகிருஷ்ண

பிரமாதி பலவத் த்ருடம்

தஸ்யாஹம் நிக்ரஹம் மன்யே

வயோரிவ சுதுஷ்கரம் (கீதை)

கிருஷ்ணா, மனம் என்பது சஞ்சலமானதும், கோபம் நிறைந்ததும், அடக்க முடியாததும் ஆகும். அதைக் கட்டுப்படுத்துவது என்பது வீசும் காற்றைக் கட்டுப்படுத்துவது போல கடினமானதாகும் என்பது இதன் பொருள். இப்பிரச்னையை எல்லா மனிதர்களும் எதிர்கொள்கின்றனர். இதற்கான வழியையும் பகவானே கூறுகின்றார். “அப்யாஸயோகேன கவுந்தேய” - அதாவது விடாமுயற்சியே எல்லாவற்றுக்கும் பரிகாரமாகும். முயற்சி செய்யுங்கள். செய்து கொண்டேயிருங்கள்.

மந்திர ஜபம் ஆரம்பிக்கும்போது பல வகையிலான தடைகள் நம்மைத் தொடர்ந்துவரும். இதில் முக்கியமான தடை என்பது அலைபாயும் மனமாகும். மனதில் ஏராளமான தேவையற்ற சிந்தனைகள் வரக்கூடும். அதன்மூலம் மந்திர ஜபம் இயந்திரத்தனமான ஒன்றாக மாறக்கூடும். மன ஒருமையின்மையே இதற்குக் காரணமாகிறது (Mrudananda Swamy, 2006).

தொடற்சியான பயிற்சிமுறையே இதற்குப் பரிகாரமாகும். தேவையற்ற சிந்தனைகளை அடக்குவதில் வெற்றி பெறும்போது கிடைக்கும் ஆனந்தத்தை உணர்ந்துதான் அறியமுடியும். கட்டுப்பாடற்ற துர்சிந்தனைகளிலிருந்துதான் நமக்கு துக்கங்கள் உருவாகின்றன. மிகப் பெரிதாகக் கற்பனை செய்து கொண்டு நாம் மனதில் சேர்த்து வைத்திருக்கும் வேதனைகள் எல்லாம் ஒன்றுமேயில்லை என்பதை தொடர்ச்சியான மந்திர ஜபம் மூலம் நாம் உணர முடியும்.

மந்திரஜபம் என்பது தொடர்ச்சியாக நடத்தப்படும் ஒரு செயலாகும். முறையான கவனமின்றி செய்யப்படும் மந்திர ஜபத்தில் நம்மையறியாமலேயே

மந்திர வார்த்தைகளில் வித்தியாசங்கள் ஏற்பட்டுவிடக் கூடும். ஆதிகவியான வால்மீகி 'மரா மரா' என்று கூறி அது 'ராம ராம' என்று மாறியது என்பது இங்கு குறிப்பிடத்தக்கது. மந்திர வார்த்தைகளில் உருவாகும் பிழைகள் திருத்தப்பட வேண்டியவையே. அதற்கு ஒரே வழி மந்திர உச்சாடனத்தின்போது இடையிடையே உச்சரிப்பு வார்த்தைகளை ஒருமுறை கவனித்துக் கொண்டால் போதுமானது. அதன்மூலம் மாற்றங்களை கவனிக்க முடியும். அதன்பின்னர் தவறுகளைத் திருத்திக்கொண்டு முன்னேற முடியும்.

கவனிப்பு ஒரு முக்கியமான அம்சமாகும். மந்திர ஜபம் சிறப்பாக செய்வதற்கு ஆழ்ந்த கவனிப்பு உதவி புரிகிறது. மந்திரச் சொற்களில் குறைவு வராமலிருக்கவும், சொற்கள் மாறிப் போகாமலிருக்கவும், தேவையற்ற நீட்டல், குறுக்கல்களை தவிர்க்கவும், தாள அமைப்பு மாறாமலிருக்கவும் நாம் கவனம் செலுத்த வேண்டியிருக்கிறது. சில வேளைகளில் ஜபத்தின் மூலம் கிடைக்கும் சித்திகள் நமக்குள் ஆணவத்தை உருவாக்கக் கூடும். இது மிகவும் ஆபத்தானது. இதுவும் ஜபத்தின்போது வரவேண்டிய கவனத்தை சிதறடிக்கும். மற்றுமொரு முக்கியமான விஷயம் என்னவென்றால் நாமஜபத்தின் தனித்தன்மையைக் காப்பாற்ற வேண்டும் என்பதாகும். ஜபம் குறித்த விஷயங்களை குருவல்லாத மற்றவர்களிடம் ஒருபோதும் விவாதிக்கக் கூடாது. இத்தகைய விவாதங்கள் ஜபப் பயிற்சியின் பூரணத்துவத்தை உடைக்கக் கூடும். தமது சாதக முறைகள் பற்றியும், ஜபசித்திகள் குறித்தும் குருவோடல்லாது மற்று யாரிடமிடமும் வெளிப்படுத்தாமல் இருப்பதே சிறந்தது. காரணம் குருவால் மட்டுமே அவற்றை நற்சிந்தனையுடன் காண முடியும். மற்றவர்களிடமுள்ள பக்குவமற்ற மனதிலிருந்து வெளிப்படும் சிந்தனைகள் தடைகளை உருவாக்கக்கூடும். தவிர்க்கமுடியாத சோர்வு ஏற்படும் வேளைகளில் சிறிது இடைவெளி கொடுப்பது சிறந்தது. காரணம் அலட்சியமாக செய்யக்கூடிய ஒன்றல்ல நாமஜபம்.

உறக்கம் கூட மற்றொரு தடையாகும். அத்தகைய சந்தர்ப்பங்களில்

படுத்து உறங்குவதுதான் நல்லது. எல்லா விதிமுறைகளும் மந்திரஜபத்தில் முறையாகப் பின்பற்றப்பட வேண்டியதாகும்.

பூர்ணமத் பூர்ணமிதம்

பூர்ணாத் பூர்ணமுதச்யுதே

பூர்ணஸ்ய பூர்ணமாதாய

பூர்ண மேவாவசிஷ்யதே

ஓம் சாந்தி: சாந்தி: சாந்தி:

பூர்ணத்துவத்தை அடைவதற்கான பயணம் எளிதானதன்று. அதற்கு முதலில் பயணம் துவங்கப்பட வேண்டும். அதனால் பயணத்தைத் துவங்குங்கள். கடலலை ஓய்ந்தபின் குளிக்கலாம் என்று காந்திருந்தால் நடக்காது. அலைகளின் மேல் குதியுங்கள். குளியுங்கள். அது மட்டுமே ஒரே வழி. அதேபோலத்தான் மந்திரஜபமும். மந்திரஜபத்திற்கு தினமும் ஒரு குறிப்பிட்ட நேரத்தை நிச்சயித்து வைப்பது சிறந்ததாகும். முடியவில்லையென்றால் கட்டாயமாக்க வேண்டியதில்லை. மாலைநேரங்களில் நடத்தப்படும் மந்திர ஜபங்களுக்கு பெரும்பாலும் பலன் உண்டு. அந்த நேரத்தில் காணப்படும் இயற்கையின் சூழல்முறையே இதற்குக் காரணமாகும். பொதுவாக அதிகாலையும், அந்திமாலை நேரமும் நாமஜபத்திற்கான உத்தமமான நேரங்களாகும்.

இயற்கையில் ஒவ்வொரு நேரத்திலும் ஒவ்வொரு நிலைப்பாடு உருவாகிறது. இந்த ஒவ்வொரு நிலையிலும் ஜபசித்தியும் மாற்றம் பெறுகிறது. அதனால் சரியான நேரத்தை ஜபத்திற்காக தேர்ந்தெடுப்பது நல்லது. கிரகணகாலங்கள் ஜபத்திற்கு மிகவும் சரியான காலமாக சாஸ்திரம் சொல்கிறது. திதிகளும் இங்கு முக்கியத்துவம் பெறுகின்றன. ஏகாதசி, துவாதசி, சதுர்த்தசி, அமாவாசை, பௌர்ணமி திதிகளும் முக்கியத்துவம் வாய்ந்தவையாகும்.

இந்த சமயங்களில் பூமி மற்றும் சந்திரனிலிருந்து வெளிப்படும் அதிர்வலைகள் மூலம் வேலியேற்றம் ஏற்படுகிறது. மனித உடலும் இரத்தத்தால் நிரம்பியதல்லவா? அதனால் சிறிய அளவிலான வேலியேற்றம் உயிர்களின் உடலிலும் ஏற்படுகிறது. அதிகளவிலான குற்றங்கள் நடப்பதும் இந்த சமயத்தில்தான். குற்றவியல் ஆய்வாளர்கள் இதை கவனத்தில் கொள்வதுண்டு.

மனநலம் குன்றியவர்கள் இந்த நேரங்களில் அதிக ஆக்ரோஷமாகக் காணப்படுவார்கள். உயிர்களுக்குள் அசுரத்தனம் உருவாக்கப்படுவதை இது குறிக்கிறது. இத்தகைய நாட்களில் ஒரு நாளாவது விரதமிருப்பது நல்லதென்று கூறப்படுவதற்கு இதுவே காரணமாகும். அசுரகுணங்கள் பலவீனமடையவும் நல்ல குணங்கள் வெளிப்படவும் இது உதவுகிறது. ஏகாதசியும், துவாதசியும் வைணவர்களுக்கும், த்ரயோதசியும், சதுர்த்தசியும் சைவர்களுக்கும் முக்கிய விரத நாட்களாகக் கொள்ளப்படுகின்றன.

இத்தகைய திதி நாட்களில் அதற்கேற்ற தேவர்களின் மந்திரங்களை உச்சரிப்பதும் சிறந்ததாகும். கிழமைகளுக்கும் இதுபோன்ற முக்கியத்துவம் உள்ளன.

ஞாயிறும் திங்களும் சிவப்ரதானம்.

செவ்வாயும் வெள்ளியும் தேவீப்ரதானம்.

புதனும் வியாழனும் விஷ்ணுப்ரதானம்.

சனி - சாஸ்தா முதலிய தேவதைகள்

ஒவ்வொரு நாளும் விரதமிருப்பதில் ஒரு முக்கியத்துவம் உள்ளது.

மந்திரம் உச்சரிப்பதற்கு அமைதியான ஒளிமிக்க ஒரு இடத்தைத் தேர்வு செய்வது இன்றியமையாததாகும். கோவில் பிரகாரங்கள், நதிக்கரைகள், திறந்தவெளிகள், முறையாக அமைக்கப்பட்ட பூஜையறைகள் போன்றவை அவற்றுள் சிலவாகும். உடலை சுத்தப்படுத்துதல் என்பது நாமஜபத்திற்கு

இன்றியமையாத ஒன்றாகும். அதற்காக உடல் சுத்தமில்லாமல் உச்சரிக்கக் கூடாது என்பதில்லை. மனதின் சுத்தமே இங்கு முக்கியத்துவம் பெறுகிறது. உச்சரிப்பவன் அனைவருடைய நன்மையையும் விரும்பவேண்டும். உச்சரிக்கத் துவங்கும்போது மனம் முழுவதும் நன்மை மட்டுமே நிறைந்திருக்க வேண்டும்.

'லோகா சமஸ்தா சுகினோ பவந்து' - உலகம் முழுவதும் நலமாய் இருக்கட்டும் என்னும் சுப சிந்தனையை நான்கு திசைகளிலும் அனுப்ப வேண்டும். அடுத்தவருக்காக தம் வாழ்வை அர்ப்பணிப்பவர்கள்தாம் யோகிகள்.

பரமாணுவிலும் சகோதரப்ரணயம்

த்வல் க்ருபயாலே தோன்னணம்

அகமொக்கெயகன்னுதிக்கணம்

சுகமின்னென்டெ விரோதிகள்க்குமே

என்பது மகாகவி குமாரனாசானின் பாடல். சுயலாப மோகங்களிலிருந்து முக்திபெற்று ஒரு நிமிடமாவது வாழ முயற்சிப்பதே பரமானந்தமாகும்.

த்ரிவித நாமஜபம் (மூன்றுவகை நாமஜபம்)

மந்திரம் ஜபிப்பதில் முக்கியமாக மூன்று முறைகள் உண்டு. அவை, ஸ்ரவணக்ஷமம், நிஸ்ஸப்தம், மானசிகம் என்பவையாகும்.

ஸ்ரவணக்ஷமம்

சத்தமாக உச்சரிக்கும் முறையாகும் இது. பகவத் நாம ஸ்லோகங்களை எழுத்துப்பிழையின்றி உச்சரிப்பது இதில் அடங்கும். அக்ஷரசுத்தம் முக்கியமான ஒன்றாகும். நாமஜபத்திற்கான ஆரம்ப கட்டங்களில் இருப்பவர்களுக்கு இம்முறை மிகவும் உகந்ததாகும். அக்ஷரசுத்தத்திலும், பகவத்ஸ்லோக பாராயணத்திலும் ஒரே சமயத்தில் கவனம் செலுத்தி உச்சரிக்க வேண்டும். குழுவாகச் செய்யப்படும் நாமஜபங்களில் இம்முறை பயன்படுத்தப்படுவதுண்டு. சத்தமாக உச்சரிப்பதால் ஆத்மார்த்தமாக உச்சரிக்க முடிகிறது. ஆனால் இதில் மற்ற மந்திர உபாசகர்களுக்கும், பொதுமக்களுக்கும் இடையூறில்லாமல் பார்க்க வேண்டியது முக்கியமானதாகும். நாமஜபம் என்பது ஒரு தனிமனிதனின் செயல் மட்டுமே என்னும் சிந்தனையை மனதில் கொள்ளுவது சிறந்ததாகும்.

நிஸ்சப்தம்

மற்றொரு முறையில் நடத்தப்படும் நாமஜபமாகும் இது. இது சற்று மேன்மையான முறையாகும். இந்த முறையில் மந்திரம் உச்சரிக்கும்போது உதடுகள் மட்டுமே அசைகின்றன. ஒலி உருவாக்கப்படுவதில்லை. ஆனால்

அந்த ஒலி மனதின் உள்ளே ஒலிக்கப்பட வேண்டும். மந்திரங்கள் மனதுக்குள் சப்தமின்றி ஒலிக்கப்படுகின்றன. அதன் விளைவாக மனதுக்குள் கடவுளின் உருவம் உருவாக்கப்படுகிறது. மனம் முழுமையாக கடவுளிடம் பிணைக்கப்படுகிறது. முதல் வகையில் (ஸ்ரவணக்ஷமம்) சத்தமான உச்சரிப்புக்கு முக்கியத்துவம் கொடுக்கப்படுகையில், இங்கு ஆழமான கவனத்துக்கு முக்கியத்துவம் கொடுக்கப்படுகிறது. அதனால் மந்திரஜபமானது மேலும் ஆத்மார்த்தமான ஒன்றாக மாறுகிறது. ஏராளமான உபாசகர்கள் இந்த முறையையே பின்பற்றுகின்றனர்.

மானசிகம்

மிகவும் மேன்மை பெற்ற முறையாகும் இது. இங்கு ஜபம் என்பது முழுமையாக ஆத்மாவுடன் தொடர்பு கொண்டிருக்கிறது. மந்திர ஜபம் மனதிற்குள் மட்டும் நிகழ்த்தப்படுகிறது. ஒலியில்லை. உதடுகள் அசைவதில்லை. மனம் ஒரே நிலையில் ஒருமைப்படுத்தப்படுகிறது. மனது பிரம்மம் என்னும் மகாசக்தியுடன் தொடர்பு கொள்கிறது. மனதின் ஒருமைப்பாடு அதிகரிக்கிறது. இது சமாதிநிலைக்கான வழியைக் காட்டுகிறது. ஜீவாத்மாவும், பரமாத்மாவும் ஒன்றுகூடுகின்ற ஒரு அற்புதத் தருணமாகும் அது. மனோரீதியாக உயர்நிலையை அடைவதற்கான பயணம் தொடங்குகிறது. இவையெல்லாம் இம்முறையிலான நாமஜபம் பூர்ணமாக நடத்தப்படும்போது அடையமுடிகின்ற பலன்களாகும். இஷ்டதெய்வங்களின் மந்திரங்களை உச்சரிப்பவர்கள் அவர்தம் இஷ்டதெய்வங்களை அடைவதற்கு வழி ஏற்படுத்தப்படுகிறது.

ஜப எண்ணிக்கை

ஒவ்வொரு மந்திரமும் எத்தனை முறை உச்சரிக்கப்பட்டது என்பதைக் காட்டும் முறை இருந்தது. மந்திரங்களின் பலன் கிடைப்பதற்கு அவை ஒரு குறிப்பிட்ட எண்ணிக்கையில் உச்சரிக்கப்பட வேண்டும் என்று

வரையறுக்கப்பட்டிருந்தது. இதற்கு 'அட்சரலட்சம்' என்று பெயர். மந்திரங்களிலுள்ள மொத்த எழுத்துக்களின் எண்ணிக்கையை அளவிட்டு ஒரு எழுத்துக்கு ஒரு லட்சம் முறை என்னும் அளவில் உச்சரிக்கப்பட வேண்டும் என்பது அளவுகோலாகும். இத்தகைய எண்ணிக்கை முறையில் மந்திர உச்சரிப்பில் ஒரு முறையான ஒழுங்குமுறை இருந்தது. ஒவ்வொரு நாளும் ஒரு குறிப்பிட்ட எண்ணிக்கையில் ஜபிக்க எண்ணுவதன்மூலம் அந்த எண்ணிக்கை வரை நாம் மந்திர உச்சரிப்பு நடத்தவும் அதன்மூலம் ஜபயக்ஞும் சுமுகமாக நடக்கவும் செய்கிறது.

மந்திர எண்ணிக்கையில் 108 என்ற எண்ணுக்கு அதிக முக்கியத்துவம் கொடுக்கப்பட்டுள்ளது. எதற்காக இந்த 108க்கு (அஷ்டோத்தர சதம்) இவ்வளவு முக்கியத்துவம் கெடுக்கப்பட்டுள்ளது? இதற்கு பல காரணங்கள் கூறப்படுகின்றன. அவற்றுள் முக்கியமான காரணமாக சொல்லப்படுவது என்னவென்றால் ஆத்மாவின் பிறப்பிடமான இருதயத்தில் மொத்தம் 108 நரம்புகள் உள்ளன என்பதாகும். வளர்ச்சியின் பிறப்பிடம் இதயமாகையால் இந்த 108 எனும் எண் முக்கியத்துவம் பெறுகிறது. எல்லா தேவதைகளுக்கும் அவரவர்களுக்கென தனித்தனி அஷ்டோத்தர சத நாமாவளிகளுண்டு. ஜபமாலைகளிலுள்ள மணிகளின் எண்ணிக்கையும் 108 ஆகும். அவை இதயத்திலுள்ள 108 நாடிகளை பிரதிபலிப்பதாக அமைகின்றன. ஜப எண்ணிக்கைகளை வரையறை செய்ய ஜபமாலைகள் பயன்படுத்தப்படுகின்றன. துளசிமாலையும், ருத்ராட்ச மாலையும், பளிங்கு மாலையும் இதற்காகப் பயன்படுகின்றன. இவற்றுள் ருத்ராட்ச மாலைதான் அதிக முக்கியத்துவம் பெறுகிறது. மணிகளால் மட்டுமின்றி விரல்களைக் கொண்டும் மந்திர எண்ணிக்கை கணக்காக்கப்படுவதுண்டு. இம்முறையில் நம் கவனம் சிதறக்கூடும் என்பதால் அதில் தோஷம் வர வாய்ப்புண்டு. அதை நாம் கவனத்தில் கொள்ள வேண்டும். எலக்ட்ரிக் கௌண்டர் எனும் கருவியும் பயன்படுத்தப்படுவதுண்டு. இவையல்லாமல் ஒரு குறிப்பிட்ட நேரத்தை

கணக்கிட்டு அதற்குள் மந்திரஜபத்தை நடத்தவும் செய்யலாம். மேலும் ஒரு வழியும் உண்டு. விருப்பமந்திரத்தை ஒரு தடவை உச்சரிப்பதற்கு எடுத்துக்கொள்ளும் நேரத்தை கணக்கிடுவதன்மூலம் குறிப்பிட்ட நேரம் வரையில் எவ்வளவு மந்திரம் உச்சரிக்கப்பட்டது என்பதை கணக்கிட முடியும். இந்த முறையில் மனத்தடுமாற்றம் ஏற்பட வாய்ப்பில்லை என்பதும் குறிப்பிடத்தக்க ஒன்றாகும்.

எழுத்து ஜபம்

நாமஜபத்தில் மற்றொரு முறையும் உள்ளது. இது ஒரு முக்கியமான முறையாகும். விருப்ப மந்திரத்தை தொடர்ச்சியாக எழுதுவதுதான் இம்முறையாகும். இந்த எழுத்து ஜபம் மூன்று வகைகளில் செயல்புரிகிறது.

உடல்பயிற்சி

இம்முறையில் விருப்ப மந்திரத்தை எழுதுவது என்பது ஒரு உடற்பயிற்சி போன்றதாகும். அதன்மூலம் மனம் அலைபாய்வது குறைகிறது. மந்திரஜபத்தில் மன ஒருமைப்பாடு மிகவும் முக்கியமான கூறல்லவா? மந்திரத்தை உச்சரிக்கும் முறையில் மனம் அங்குமிங்கும் அலைபாயும் நிலை உருவாகக்கூடும். ஆனால் எழுத்து ஜபத்தில் இக்குறை ஒரு எல்லை வரையில் கட்டுப்படுத்தப்படுகிறது.

மானசிகம்

எழுதுவதற்கு முன்னால் அச்செயல்முறை நம் மனதில் உருவம் கொள்கிறது. மந்திரங்கள் எழுத்துக்களாக மாறி நம் மனதிற்குள் உருவாகின்றன. எழுத்து ஜபத்தில் மனதளவிலான கவனம் அதிகரிக்கிறது. அதன்மூலம் மன ஒருமைப்பாட்டிற்கு வழிவகுக்கிறது.

பாவாத்மகம்

எழுதத் துவங்கும்போது இஷ்டதெய்வத்தை குறித்த சிந்தனையும் உருவாகிறது. கடவுளின் உருவம் மனதுக்குள் தியானிக்கப்படுகிறது. இவ்வாறு

மூன்று நிலைகளில் செயல்படுவதால் நாமஜப முறைகளில் மிகவும் சிறந்தது எழுத்துஜபம்தான் என்று கூறலாம். இதில் மந்திர எண்ணிக்கையும் முக்கியத்துவம் பெறுகிறது. இலட்சிய சிந்தனையுடன் கூடிய எழுத்து ஜபயக்ஞம் முற்றிலும் பலன் தரக்கூடியதாகும். ஆனால் பலரும் இம்முறைக்கு அதிக முக்கியத்துவம் கொடுப்பதில்லை.

படைப்பாளிகள்

மந்திரத்தை படைத்தவர்கள் ஞானிகளாவர். அவர்கள்தான் மந்திரங்களை நமக்கு அருளியவர்கள். மந்திரங்களில் அடங்கியுள்ள கருத்துக்களையும், உட்பொருளையும் உண்மையாக்கித் தந்த மகாஞானிகள். அவர்களுக்கு கிடைக்கப்பெற்ற மந்திர சக்தியை மனித உலகத்திற்காக நல்கியவர்கள். அதில் யாருக்கும் பிரத்யேக சலுகைகள் கொடுக்கப்படவில்லை. மந்திர ஜபத்தில் பலன் பெறுவோரிஜாதி, மத அடிப்படையில் பிரிக்கப்படவுமில்லை.

தொழிலின் அடிப்படையில் உருவான சாதிப்பிரிவினை வைதிகக் கர்மங்களைப் பின்பற்றுவதிலிருந்து யாரையும் விலக்குவதில்லை. சாதி அடிப்படையிலான வன்முறைகளுக்கு எந்த அடித்தளமுமில்லை. ஒரு சாதியிலிருந்து வேறொரு சாதிக்கு மாறுவதைக் குறித்து நம்முடைய புராணங்களிலேயே குறிப்பிடப்பட்டுள்ளது. சத்ரிய குலத்தவரான விஸ்வாமித்திரர்பிரம்ம ரிஷி ஆன கதை எல்லாருக்கும் தெரியும். குடும்பங்களும், குலங்களும் முழுமையாக சாதி மாறிய கதைகளும் புராணங்களில் உள்ளன. சத்ரிய அரசனான ரிஷபதேவனுடைய 100 பிள்ளைகளில் 81 பேர் பிராமணராக மாறினர். சத்ரியனான வ்ருஷக்னன் சூத்திரனாக மாறினார். சத்ரிய குலத்தில் பிறந்த துரிதயக்ஷனும், த்ரயாருணியும் புஷ்காருணியும் பிராமணராக மாறினர். பிராமணனாக மாறிய மற்றொரு சத்ரியன்தான் கார்க்யமுனிவர். மகான் வேதவியாசரின் பிறப்பு ஒரு மீனவப் பெண்ணின் வயிற்றில்தான். மகரிஷி வால்மீகியும் ஆரம்பகாலத்தில் ஒரு

திருடனாகவே வாழ்ந்திருந்தார். பிரம்மஞானிகளில் முதன்மையானவனான ஸ்ரீகிருஷ்ணனின் பிறப்பு யாதவ குலத்திலாகும்.

ஆதிசங்கரரின் முன் சிவபெருமான் ஒரு சண்டாள ரூபத்தில்தான் காட்சியளித்தார். ஒரு நாய்க் கூட்டத்துடன் தன் முன்னால் தோன்றிய சண்டாளனைக் கண்டு ஆதிசங்கரர் முதலில் கோபமுற்றார். “சீ! கேடுகெட்ட சண்டாளனே, என் வழியை விட்டுப் போ” என்று கோபத்துடன் விரட்டினார். “வழியை விட்டுப் போக வேண்டியது தேகியா, தேகமா?” என்ற கம்பீரமான குரலைக் கேட்டபோதுதான் சங்கராச்சார் யாருக்கு அறியாமை அகன்றது. தன் முன்னால் காட்சியளிப்பது சாட்சாத் சிவபெருமானே என்பதை அவர் உணர்ந்தார். சாதி அடிப்படையிலான அடக்குமுறையிலுள்ள அர்த்தமற்ற தன்மையை அவர் உணர்ந்தார். கடவுளை வாழ்த்தினார்

காலமாற்றத்தின் ஏதோ ஒரு கட்டத்தில் நம் சமூகத்தில் அழுக்கு படர ஆரம்பித்து விட்டது. அது சமூகம் முழுவதும் வியாபித்துவிட்டது. சாதிரீதியிலான வன்முறைகள் சமூகத்தில் மனிதர்களிடையே வேற்றுமையை உருவாக்குவதற்குக் காரணமாயின. தீண்டாமை, சதி போன்ற கொடுமையான ஆசாரங்களில் உழன்று சமூகம் திணறியது. வழிபாட்டு முறைகளில் சாதி அடிப்படையிலான கொடுமையான விதிமுறைகள் பலவகையிலான பிரிவுகளை உருவாக்கியது. கடவுள்களுக்கும் தப்பிக்க வழியில்லாமல் போனது. அவர்களும் பக்தர்களின் சாதிப்பிரிவுகளுக்குத் தகுந்தவாறு பிரிக்கப்பட்டனர். மிருகபலி கொடுத்தல் போன்ற அதர்மமான ஆசாரங்களும் பெருகின. இத்தகைய அதர்மங்களுக்கெதிராக நாடு முழுவதும் போராட்டங்கள் உருவாயின. ஏராளமான மனித மகான்கள் அவர்தம் வாழ்க்கையையே இதற்காக தியாகம் செய்தனர். புரட்சி இயக்கங்கள் இதுபோன்ற அநீதிகளுக்கெதிராக போராடின. அதற்கு பலன்களும் உண்டாயின. சமதர்மம் மிக்க சமூகமாக நம் சமூகம் வளர்ந்து வந்திருக்கிறது. ஒரு ஃபீனிக்ஸ் பறவையைப் போல வீழ்ச்சிகளை உட்கொண்டு நம் சமூகம் எழுச்சி

பெற்றுள்ளது. சிதிலமடைந்த ஒரு கோயில் மீண்டும் புத்துயிர் பெறுவது போல நம் சமூகம் தேவையற்ற ஆசாரங்களுக்கு எதிராகப் போராடி உயர்ந்து வந்திருக்கிறது. வழிபாட்டு முறைகளில் உருவாகி வரும் மாற்றங்களும் இதை உறுதி செய்கின்றன.

ஆலயப்பிரவேசன விளம்பரம் போன்ற நிகழ்வுகள் புரட்சிகரமான மாற்றங்களை உருவாக்கியுள்ளன. வழிபாட்டு முறைகளில் அனைவருக்கும் சம உரிமை அளிக்கபட்டது. அறிவு வெளிச்சம் அனைத்து உலகிலும் பரவியது. வேத உபநிஷத்துக்கள் எல்லாம் அனைவரும் படித்து அறியும் வண்ணம் சாலையோரக் கடைகளில் விற்பனையாகின. அறிவியல் மாற்றங்கள் மற்ற துறைகளைப் போல ஆன்மீகத் துறையிலும் மாற்றங்களை ஏற்படுத்தின.

சுயநலச் சிந்தனையற்ற நம் முனிவர்களும், அறிஞர்களும் தங்களுடைய அறிவுத்திறன் அனைத்தையும் அனைத்து மக்களின் நன்மைக்காகவேப் பயனபடுத்தினர். “இதம் நமேம” - அதாவது இது எதுவும் நானல்ல எனும் மனநிலையிலேயே அவர்கள் செயல்பட்டனர்.

பெண்கள் மந்திரம் ஜபிக்கக் கூடாது என்னும் தவறான கருத்தும் காணப்படுகிறது. பெண்ணின் பலத்தை வெளிக்காட்டும் ஒரு கதையும் சங்கராச்சாரியாருடன் தொடர்பு கொண்டதாக இருக்கிறது. ஒருமுறை நீணட பயணத்திலேற்பட்டிருந்த அவர் பயணம் முடிந்து களைப்போடு ஒரு இடத்தில் படுத்திருக்கும்போது அழகிய பெண் ஒருத்தி அவரிடம் வந்தாள். அவளுடைய கையில் ஒரு பாத்திரம் நிறைய பால் இருந்தது. அதை அவள் அவருக்குக் கொடுத்தாள். அதை வாங்க முயன்ற ஆச்சார்யாரின் கைகள் களைப்பினால் உயர்த்த முடியவில்லை. அவருக்கு சக்தி இல்லை. அவர் முணுமுணுத்தார். “ஓஹோ! சக்தி வேண்டுமா?” என்று அப்பெண் அவரைப் பரிகாசம் செய்வது போல் சிரித்தபோதுதான் அவருக்கு ஞானம் உண்டாயிற்று. தன் முன்னால் நிற்பது சாட்சாத் ஆதிபரமேஸ்வரிதான் என்பதை உணர்ந்தார். அந்த ஆதிபராசக்தியைப் போற்றி அவர் பாடியதுதான் சௌந்தர்யலஹரி எனும்

காவியம். சக்தியோடு சேரும்போதுதான் சிவபெருமானாலும் அனைத்தையும் நிகழ்த்த முடியும். சக்தி இல்லையென்றால் சிவனால் இயங்க முடியாது. சிவசக்தி முழுமையாவது சிவன் தேவியோடு இணைந்திருக்கும்போது மட்டும்தான். அதனால்தான் சிவபக்தர்கள் முழுமையான பலனைப் பெற "ஓம் ஹ்ரிம் நமச்சிவாய" என்று உச்சரிக்கின்றனர்.

முன்னாளில் பெண்களுக்கும் வேதத்தில் அதிகாரமிருந்தது என்று கூறப்படுகிறது. ஸ்ரீராமபிரான் யாகம் நடத்தியபோது சீதையின் உருவத்தை வைத்து நடத்தியதை அனைவரும் அறிவோமே! உண்மையைச் சொன்னால் பெண்களால்தான் மந்திரசக்தியை எளிதில் அடையமுடியும். தாய்மை என்னும் மகத்துவமான கடமையைக் கொண்டிருப்பதால் பெண்ணின் மனம் மிகவும் கருணை நிறைந்ததாகிறது. அதனால் அன்பு காட்டக்கூடிய பண்பும் அதிகமாக இருக்கிறது. மந்திர ஜபத்தில் மந்திரம் உச்சரிப்பதற்குரிய மனநிலை அமைவதுதான் முக்கியம். அது ஒரு பெண்ணுக்கு இருக்குமானால் அவளை அதிலிருந்து தடுப்பது முறையானதன்று.

தெய்வபக்தி

இஷ்டதெய்வத்தை வணங்கும்போது நாம் அக்கடவுள் மேல் காதல் (அன்பு) கொள்கிறோம். இது பக்தியின் ஒரு பகுதியாகும். கடவுள்மேல் அன்பு செலுத்தச் சொல்லும்போது நமக்கு சிறிது சங்கடம் ஏற்படக்கூடும். மனிதன் மேல் காதல் கொள்வதை நாம் எளிதாகக் காணமுடியும். ஆனால் கடவுளிடமகாதல் கொள்வது என்னும்போது மிக உன்னதமான ஒன்றாகவும், அவ்வாறு சிந்திப்பது சரியாகாது என்றும் நமக்குத் தோன்றுகிறது. சிறிது பயத்துடனேயே கடவுளை நாம் வணங்கவேண்டும் என்று நினைக்கிறோம். ஆனால் பக்தியின் உயர்ந்த நிலையை அடைந்த பலரும் தம் இஷ்டதெய்வத்தை நண்பனாகவே காண்கின்றனர். குழந்தைக் கண்ணனுடன் விளையாடுவதிலும், அவனுடைய குறும்புத்தனங்களை ரசிப்பதிலும் மனம் மகிழும் பக்தர்களை நாம் காணமுடியும். மனிதர்களைக் காதலிப்பது போல கடவுளையும் நம்மால்

காதலிக்க முடியும். நமக்குப் பிடித்தவர்களைப் பற்றி நாம் அதிகமாக சிந்திக்கிறோம். இந்த நிலையை கடவுளிடத்திலும் காட்டலாமே? நாம் நமது இஷ்டதெய்வத்தை தியானம் செய்கிறோம். தியானம் என்பது என்ன? கடவுளின் உருவத்தை தொடர்ச்சியாக நினைத்துக் கொண்டேயிருப்பதுதான் தியானம். இஷ்டதெய்வத்தைப் பற்றிய மந்திரங்களில் கூறப்பட்டுள்ளபடி கடவுளின் கேசாதிபாத உருவத்தை நாம் நினைவில் நிறுத்துகிறோம். அந்த உருவம் நம் மனதிற்குள் தெளிவான பிம்பமாக உருவாகிறது. இந்த செயல் நமக்கு உணர்த்துவது என்ன? இஷ்டதெய்வத்தின் மேலுள்ள காதலை அல்லவா? உச்சநிலையை அடைந்த பக்திநிலையில் கடவுளிடம் பேசும் பக்தர்களும் உள்ளனர்.

ஸ்ரீராமகிருஷ்ண பரமஹம்சர், தம் வாழ்க்கையைக் குறித்து தமக்கு விடை காணமுடியாத கேள்விகளையெல்லாம் தம் இஷ்டதெய்வமான காளிதேவியிடம் கேட்பாராம். அதன்மூலம் பலருடைய கடினமான கேள்விகளுக்கும் அவரால் எளிதாக பதில் அறிய முடிந்தது. இத்தகைய முறையில் பக்தியை அதன் உச்சநிலைக்குக் உயர்த்திக் கொண்டு வரவே நாம் முயற்சிக்க வேண்டும். தியானத்துடன் கூடிய நாமஜபத்தில் இதுதான் நடக்கிறது. ஜப எண்ணிக்கை அதிகரிக்கும்போது இஷ்டதெய்வத்தின் மேலுள்ள காதலும், பக்தியும் அதிகரிக்கிறது என்பதே இதன் பொருளாகும்.

பகவான் பக்தனின் உரிமை என்று கூறப்படுகிறது. நாம் பகவானிடம் நெருக்கமாவதைவிட பகவான் நம்முடன் நெருக்கமாவதாக பக்தசிரோமணிகள் கூறுகின்றனர். நாம் பகவானை நோக்கி நடக்க ஒரு அடி எடுத்து வைப்பதற்குள் பகவான் நம்மை நோக்கி அடியெடுத்து வந்துவிடுகிறார். அதனால் பகவானை நாம் உள்ளமுருக காதலிக்க வேண்டும். அதுதான் நமது பக்தியாக இருக்க வேண்டும். நமது பிரார்த்தனைகள் பெரும்பாலும் சுயநல சிந்தையுடன் கூடியதாகவே இருக்கிறது. அனைத்தையும் அருளக்கூடிய பகவானிடம் நாம் சாதாரண பொருட்களுக்காக உடன்படிக்கை செய்வது முற்றிலும் தாமசகுண

பக்தியாகும். இதை முக்கியமாக கோயில் வழிபாடுகளில் காணமுடிகிறது. உண்மையில் இந்த வழிபாடுகளில் செய்யப்படுவது என்ன? தமக்குப் பிரியமானவற்றை கடவுளுக்காக தியாகம் செய்வதாகக் காட்டுவதுதான் அவற்றில் உள்ளடக்கமாகும். வழிபாடுகள் நடத்தப்படும்போது அர்ச்சகர்கள் ஓதும் மந்திரங்களில் அர்ச்சனை நடத்தும் பக்தர்களுக்காக அர்ச்சிக்கப்படுகின்றன. காரியசித்திக்காக செய்யப்பட்டாலும் பக்தன் தியாக மனப்பான்மையுடன் தன் பிரார்த்தனைகளை செய்வது சிறந்தது. சுயநல மோகங்களை விடுத்து செய்யப்படும்போதுதான் பக்தி முழுமையடைகிறது. நம்மால் கடவுளை உணர முடியாமல் போவதற்கும், கடவுளின் அருள் நமக்கு எளிதில் கிடைக்காமல் போவதற்கும் உள்ள ஒரு முக்கியக் காரணம் நமக்கும் கடவுளுக்கும் இடையில் ஒரு சுவர் எழுப்பப்பட்டிருப்பதுதான். நம் மனதில் உள்ள ஆணவம்தான் அந்தச் சுவர்.

ஆணவம் என்பது என்ன?

'நான்', 'நான்' என்று எல்லாவற்றிலும் நான் போதும் என்ற எண்ணம், என்னை வெல்ல யார் இருக்கிறார்கள் என்னும் தைரியம் நம்மை அலைக்கழிக்கிறது. நினைத்துப் பார்த்தால் எவ்வளவோ சாதாரணமானதுதான் நம் வாழ்க்கை. நீரில் தோன்றும் குமிழி போல நிலையில்லாதது. அப்படியிருந்தும் நம் மனதில் நாம் உருவாக்கி வைத்திருக்கும் வீண் வாதங்கள் பலவகை. இவற்றிலிருந்து நாம் வெளியேற வேண்டும். நம் மனதிலுள்ள ஆணவம் அகன்றாலே கடவுள் அருளை நாம் முழுமையாகப் பெறமுடியும். இந்தத் தத்துவத்தை விளக்குகின்ற ஏராளமான கதைகள் நம் புராணங்களில் உண்டு. துச்சாதனன் பாஞ்சாலியின் துகிலை உரிந்தபோது பகவான் கிருஷ்ணர் தோன்றி அவளுக்கு உடையைக் கொடுத்தது எப்போது? பாஞ்சாலி தன் மனதிலுள்ள கடைசி ஆணவத்தையும் விடுத்து சேலையின் பிடியை விட்டபோதுதான். அவள் முழுமையாக பகவானில் தன்னை அர்ப்பணித்தாள். துச்சாதனனையோ, ராஜசபையையோ அவள் காணவில்லை. அவளுக்கு

சர்வமும் கிருஷ்ணமயமானது. ஆகாயத்திலிருந்து வந்திறங்கிய புடவையின் நிறத்தையோ, திறத்தையோ அவள் காணவில்லை. சமாதி நிலையிலிருந்து உணர்வு பெற்று அவள் பார்த்தபோது மலையளவு உயரத்தில் புடவையை இழுத்து இழுத்து தளர்ந்திருந்த துச்சாதனனைத்தான்.

இந்த உலகத்தில் நம் நிலை என்ன என்பதை உணர்ந்தாலே நம் ஆணவத்தைக் குறைக்க முடியும். அதற்கு முதல்படியாக நாம் ஆகாயத்தை நினைத்துப் பார்க்கலாம். நாமும், நமது நாடுகளும், கடல்களும் எல்லாம் சேர்ந்த பூமி மிகப்பெரிய பரப்பளவு கொண்டது. இந்த பூமி பிரபஞ்சத்தின் ஒரு பகுதி மட்டுமே. கோள்களும், செயற்கைக் கோள்களும், எரிகற்களும், மற்று பலவும் சுற்றித்திரிகின்ற பகுதிதான் பிரபஞ்சம். இது போன்ற பல பிரபஞ்சங்கள் சேர்ந்ததுதான் நமது ஆகாய கங்கை. இதுபோன்ற எத்தனையே ஆகாய கங்கைகள் சேர்ந்ததுதான் நமது பிரம்மாண்ட மண்டலம். இந்த பிரம்மாண்ட மண்டலத்தைக் காணும்போது நாம் மிக மிகச் சாதாரணமானவர்கள். அதனால் அகந்தையில்லாத மனதோடு நாம் நாம ஜபத்தைத் தொடரலாம்.

ஒவ்வொரு மந்திரத்தை உச்சரிக்கும்போதும் அந்த தெய்வத்திற்காக நாம் நம் மனதை அர்ப்பணிக்கிறோம். ‘நம்’ எனும் வார்த்தையை திருப்பி வாசித்தால் ‘மன்’ என்று வருகிறது. தொடர்ச்சியான நாமஜபத்தின் மூலம் மனம் என்பது முழுமையை அடைகிறது. அகந்தை அகலும்போது நமக்கு கடவுள் அருள் கிடைக்கிறது. கடவுள் சிந்தனையில் மூழ்கிப்போவதன் மூலம் நம் மனதில் பாவ சிந்தனைகளுக்கு இடமளிக்காமல் இருக்க முடிகிறது. இடைவிடாமல் நாமஜபம் செய்பவரின் கனவுக் காட்சிகள் கூட கட்டுப்படுத்தப்படுகின்றன. பயம் தரும் கனவுகளிலிருந்தும் அவர்கள் விடுபடுவதைக் காணமுடிகிறது. ஏகாந்தமான ஒரு தீவில் நாம் தனிமைப்படுத்தப்பட்டதாக வைத்துக் கொள்வோம். அவ்விடத்தில் நமது மனதிடத்தைக் கைவிடாதிருக்க உறுதியான ஒரு சக்தி நமக்கு தேவைப்படுகிறது. அந்த சக்தியை உருவாக்க நாமஜபத்தால் முடியும். திடமான

மன உறுதி கொண்ட சில மனிதர்களாவது இருந்தால்தான் சமூகத்தில் மேன்மை உருவாகக்கூடும். நவீன சிந்தனைகள் மனிதசமூகத்தை நிம்மதியின்றி அலையச்செய்யும் ஒரு காட்சியைத்தான் நாம் எங்கும் காணமுடிகிறது. சமூகம் சுயநல சிந்தனைகளுக்காக ஓடிக் கொண்டிருப்பதைக் காணமுடிகிறது. தகவல் தொடர்பு சாதனங்கள் மூலம் வெளிக் காட்டப்படும் நாரிக மாற்றங்களும் இங்கு குறிப்பிடத்தக்கனவாகும். இவ்வாறு வலம் வரும் நாகரிக மாற்றங்கள் உண்மையில் வெட்கப்படும்படியாக அமைந்துள்ளன. நமக்கிடையே நடக்கும் கொடூரமான கொலைச் செயல்களின் காரணத்தைத் தேடிப் போனால் நமக்குக் கிட்டும் பதில் மிகவும் வித்தியாசமானதாக இருக்கும். மனக்கட்டுப்பாடின்மையே இதற்கு முக்கியக் காரணம் என்பதை அறியமுடியும். வாழ்க்கையின் சோதனைகளை எதிர்கொள்ள நாம் நமக்குள் சக்தியை வளர்த்துக் கொள்ள வேண்டும். நம்மால் முடியாது என்ற சிந்தனையை அழிக்க வேண்டும். எல்லாவித சக்திகளும் நமக்குள் உண்டு. அதை நாம் உணர்ந்து செயலாற்ற வேண்டும். வாழ்க்கையைச் செம்மைப்படுத்தும் மனக்கட்டுப்பாடு நமக்கு மிகவும் அவசியம். அது ஒரு கலையாகும். அந்த கலையை உணர்ந்து வளர்ப்பதற்கு முயற்சிக்க வேண்டும். கைலாசநாதனான பகவான் பரமசிவன் மன ஒருநிலைப்படுத்தும் கலைக்கு ஒரு உதாரணமாவார். தியான நிலையில் இருக்கும் பகவான் நமக்கு உணர்த்துவதும் அந்தக் கலையைத்தான். அதனால் சமநிலையான மனதோடு செயலாற்றுவோம். ஆன்மநிலையென்பது முனிவர்களுக்கு மட்டும் உரித்தானதன்று. வாழ்வின் பல கட்டங்களில் உள்ளவர்களாலும் அடைய முடிகின்ற ஒன்றாகும் அது. லௌகிக வாழ்க்கையைப் போல் ஆன்மீகத் தேடலிலும் விடாமுயற்சி மிகவும் தேவையாகும். முயற்சி செய்யாமல் நம்மால் எதையும் அடையமுடியாது. உறுதியான நம்பிக்கையும் தேவையானதாகும். வாழ்க்கையை கடவுளின் பக்கமாகத் திருப்பி விட வேண்டியதுதான் இங்கு முக்கியமானது.

நாம் எப்படி சிந்திக்கின்றோமோ அப்படியே ஆகிறோம். கடவுளைப்பற்றி

விடாமல் சிந்திக்கும்போது தெய்வீக சிந்தனைகள் நமக்குள் உருவாகின்றன. உடல் ஆரோக்கியத்தைப் போல மன ஆரோக்கியமும் இங்கு முக்கியமானதாகும். மனதை சரியாகப் பராமாப்பதில்தான் அதன் ஆரோக்கியம் நிலைபெறுகிறது. வேதங்கள் நமக்கு நல்கும் செய்தியும் இதைப் பற்றியதுதான்.

1. உன் மனம்தான் உனது நெருங்கிய நண்பன். அதை ஒருபோதும் வேதனைப்படுத்தாதே.

2. நீ ஒரு லட்சியத்திற்காக தீவிரமாக முயற்சி செய்தால் அது கண்டிப்பாக உன்னை வந்தடையும்.

3. இன்று கடவுள் உன் இதயத்தை அன்பு என்னும் தேனைக் கொண்டு நிரப்புவாராக. அது ஒரு தேனருவியாக மாறி மற்றவரிடத்திலும் ஒழுகட்டும்.

4. உன்னில் உனக்கு முழுநம்பிக்கை உருவாகட்டும். நீ மாபெரும் வீரனாவாய். ஆனந்தமான வெற்றியின் உறைவிடம் நீ.

5. எதற்காக போலிவேடமிட்டு மற்றவர்களைப் போல் நீ மாற முயற்சிக்கிறாய்? நீ நீயாக இருந்தால் போதும். உருவத்தின் அழகு எப்போதும் அதன் நிழலில் இருப்பதில்லை.

6. நீதான் உன் விதியை நிர்ணயிப்பவன். கடவுள் பக்தியும், விடாமுயற்சியும், உண்மையும், கடமை உணர்ச்சியும், கருணையும், தர்மமும் சேர்ந்திருக்கின்ற வாழ்வில் எப்போதும் தோல்வி ஏற்படுவதில்லை.

(நன்றி: சுவாமி அஸ்வதி திருநாள்)

மனதின் பராமரிப்புக்கு வழிபாடு ஒரு நல்ல வழியாகும். தன் இஷ்டதெய்வத்துடன் கொள்ளும் ஆழமான பிரார்த்தனை அதன் உச்சநிலையை அடையும்போது அந்த பக்தனுக்கு பின் வேறெதுவும்

அடையவேண்டிய அவசியம் இல்லாத நிலை ஏற்படும். ஜபத்தால் பக்குவம் பெற்ற மனதுக்கு வெகு எளிதாக தன் இஷ்டதெய்வத்தை அடைய முடியும். ஜபம் மனதை ஒரே சிந்தனையில் நிறுத்துகிறது. உச்சரிக்கும் ஒவ்வொரு வார்த்தைக்கும் நம் மனம் அதற்குரிய உருவத்தை உருவாக்கிக் கொள்கிறது. பேனா என்று சொன்னவுடன் நம் மனதில் அதன் உருவம் தெரிவதில்லையா? அதுபோலத்தான் கடவுளை தியானித்து செய்யும் ஜபத்திலும் நடக்கிறது. தேவதையின் மந்திரத்தை உச்சரிக்கும்போது அந்த தேவதையின் உருவம் நம் மனதில் தோன்றுகிறது. ஜபத்தில் முழு ஈடுபாடு அவசியமாகும். மனதை அலைக்கழிக்கும் எதிர்சிந்தனைகள் நம் மனதிலேயே உண்டு. அவற்றிலிருந்து ஜபத்திற்கான முயற்சியைக் காப்பாற்ற வேண்டும். அந்தரங்க மனதினுள் எப்போதும் ஒரு யுத்தம் நடத்தப்பட வேண்டும். நாமஜபத்தை வரிசைமுறை மாறாமல் செய்ய வேண்டும். சிறிது சிறிதாக துவங்கி பின் அதிகரிக்கச் செய்ய வேண்டும். ஆரம்பத்தில் வேகம் காட்டுபவர்கள் தோல்வியையே அடைவர். ஜபம் ஒரு யாகமாகும். ஜபத்திற்குள் ஒளிந்து கிடக்கும் சக்தியை வெளிக்கொண்டு வருவதுதான் முக்கிய நோக்கம். நமது சிந்தனை அலைகள் பிரபஞ்சத்தில் அலைந்து திரிவதாகக் கூறப்படுவதுண்டு. மனிதர்களிலிருந்து வெளிப்படும் நன்மையும், தீமையுமான அதிர்வலைகள் நம் பிரபஞ்சத்தில் அலைந்து திரிகின்றன. நன்மையின் அதிர்வலைகள் அதிகமாகும் போதுதான் உலகில் நன்மையும் உண்டாகும். நம்மிலிருந்து நல்ல அதிர்வலைகள் அதிகமாக வெளிப்படும் போதுதான் நாம் நல்லவர்களாக ஆகிறோம்.

நம் மனதிற்குள் சிந்தனைகளின் ஒரு மூட்டை இருக்கிறது. நமது சிந்தனைகள், அனுபவங்கள் எல்லாம் இந்த மூட்டையில் நிரப்பப்படுகிறது. நல்லதும் தீயதுமான கலைகளும் நிரப்பப்படுகின்றன. இவ்வாறு சேகரிக்கப்பட்ட கலைகளின் நன்மை தீமையின் அடிப்படையில் நமது பண்பாடு நிச்சயிக்கப்படுகிறது. நன்மையின் கலைகள் அதிகரிக்கும் போதுதான் ஒருவரின் கலாச்சாரமும் மேம்படுகிறது. நன்மையின் பாதையில்

நம்மை வழிநடத்தும் உந்துசக்தியும், தீமையின் படுகுழியில் விழச் செய்யும் உந்துசக்தியும் நம்முள் நித்தமும் செயல்பட்டுக் கொண்டிருக்கின்றன. நன்மை வழியிலான உந்துசக்தியை அதிகரிக்கும் வழிமுறைதான் மந்திர உச்சாடனம். நம்முள் தோன்றும் எதிர்வினை உந்துசக்திகள் மிகவும் சக்தி வாய்ந்தவையாகும். நாம் உயர்ந்த நிலைய அடைய முயலுந்தோறும் நம்மை பிடித்திழுக்கும் ஆற்றல் பெற்றவையாகும். மிகுந்த கவனத்துடன் செயல்பட வேண்டிய ஒரு பிரச்னையாகும் இது. இதற்கு முறையான மந்திர ஜப முறையே சிறந்த வழியாகும். உடலும் ஆன்மாவும் கலந்த கலவைதான் நாம் என்று ஞானிகள் கூறுகின்றனர். இரண்டும் இணைந்துதான் நம் வாழ்வை மேம்படுத்துகின்றன. ஆனால் பல சமயங்களில் நாம் வெறும் உடல் மட்டும்தான் எனும் சிந்தனை நம்முள் மேலோங்கி நிற்கிறது. உடலின் மேன்மைக்காக மட்டுமே நாம் வாழ்க்கை முழுதும் பாடுபடுகிறோம். அதனாலேயே நாம் மகிழ்ச்சியை விட துக்கங்களையே அதிகமாக அனுபவிக்கிறோம். ஆத்மாவின் இன்றியமையாமையை உணர்ந்து செயல்படும்போது மட்டும்தான் நம் வாழ்வு முழுமை பெறுகிறது என்பது அனுபவ ரீதியாக உணர்த்தப்பட்டிருக்கிறது. மந்திரஜபத்தின் மூலமே நாம் இந்நிலையை அடைய முடியும். உடலின் இயக்கங்களைக் கட்டுப்படுத்தினாலே நாம் மந்திரஜபம் எனும் மகாயாகத்தை நிறைவேற்ற முடியும்.

தியானம்

எதையும் அறிந்து கொள்வதற்கான ஆர்வம் எல்லோரிடத்தும் இயல்பாகவே அமைந்த ஒன்றாகும். அந்த திறமையின் பலன்தான் நாம் அனுபவிக்கும் அனைத்து நன்மைகளும் ஆகும். தான் பெற்ற அறிவை உட்கொண்டு, அதை மனதினுள் ஏற்றி, அதிலிருந்து புதிய அறிவைத் தேடிப் பயணம் செய்வது என்பது மனித இனம் காலம் காலமாக தொடர்ந்து வரும் செயலாகும். நம் அனைவராலும் நம் அறியும் திறனை நம் சிந்தனையிலிருந்து வேறுபடுத்திக் காணமுடியாது என்பது உண்மையானது. இத்தகை

சிந்தனையை கட்டுப்படுத்தி நிறுத்துவதும், ஒழுங்குபடுத்துவதும் மனித குணமாகும். இங்குதான் தியானம் என்னும் செயல் உருவாகிறது. நம்முடைய மதநூல்களில் தியானம் என்பது மிகவும் புனிதமான செயலாகப் போற்றப்படுகிறது. ஒரு உணர்வையோ, உருவத்தையோ நிரந்தரமாக நினைப்பதுதான் தியானம் எனப்படுகிறது. ஒரு புள்ளியில் நம் மனம் தியானநிலையில் சேரும்போது நம் மனதிலுள்ள தேவையற்ற சிந்தனைகள் மறைந்து ஒரு ஒழுங்கு ஏற்படுவதைக் காணமுடியும்.

மந்திர ஜபத்தில் தியானம் முக்கியப் பங்கு வகிக்கிறது. ஒரு மந்திரத்தை உச்சரிக்கும்போது அதனோடு தொடர்புடைய தெய்வத்தை மனதில் தியானிக்க வேண்டும் எனக் கூறப்படுகிறது. தெய்வ உருவத்தையோ, வேத மந்திரங்களுடன் தொடர்புடைய உருவத்தையோ இடைவிடாது தியானிக்க வேண்டும். தியான ஸ்லோகங்களைக் கவனித்து அதற்குரிய தேவையை மனதில் நிறுத்த வேண்டும். ஆரம்பத்தில் இச்செயல் மிகவும் கடினமானதாகத் தோன்றும். ஆனால் இடைவிடாமல் முயற்சித்தால் அது எளிதான செயலாக மாறிவிடும். இதயத்தின் நடுவில் இறைவனை அமரச் செய்யவேண்டும். எவ்வளவுக்கெவ்வளவு நம்மில் பாவ சிந்தனைகள் குறைகின்றதோ அவ்வளவுக்கவ்வளவு இறைவனின் உருவமும் பிரகாசமாகக் காண்பதை உணரமுடியும். நல்ல சிந்தனைகளாலும், செயல்களாலும் இதயத்தை அலங்கரிக்க வேண்டும். வளமான வாழ்வே நம் இலக்காக இருக்க வேண்டும்.

சர்வே பவந்து சுகின சர்வே சந்து நிராமய

சர்வே பத்ராணி பஸயந்து மா கஸ்சித் துக்கபாக் பாவேத்.

சஹஸ்ர நாமஜபம்

ஒவ்வொரு தெய்வத்திற்கும் அவரவர்க்குரிய அஷ்டோத்திர நாமாவளியும், சஹஸ்ரநாமாவளியும், சஹஸ்ரநாம ஸ்தோத்ரமும் உண்டு. ஏராளமான மக்கள் இதை உச்சரித்தும் வருகின்றனர். மிகுந்த கவனத்தோடு

இதை உச்சரிக்க வேண்டும். எழுத்துப்பிழையின்றி பொருளை உட்கொண்டு இவற்றை உச்சரிக்க வேண்டும். இதைப் பற்றி அறிந்தவர்களிடத்தில் கற்றபின் உச்சரிக்கும்போது நாம் அதில் முழுமையை அடைய முடியும். லலிதாசஹஸ்ர நாமமும், விஷ்ணு சஹஸ்ர நாமமும், சிவ சஹஸ்ர நாமமும் பரவலாக எங்கும் உச்சரிக்கப்படுகின்றன. அதுமட்டுமல்லாமல் இஷ்டதெய்வத்தின் சஹஸ்ர நாமமும் பகதர்களால் உச்சரிக்கப்படுகிறது. தினமும் ஒரு முறையாவது இஷ்டதெய்வத்தின் சஹஸ்ர நாமத்தை ஜபித்து வாழ்க்கையில் வெற்றி பெற்றவர்கள் ஏராளமானோர் உள்ளனர்.

மனித வாழ்வும் நவக்கிரகங்களும்

மறுஜென்ம நம்பிக்கையில் மையம் கொண்டதாகும் சோதிட சாஸ்திரம். பல ஜன்மங்களைக் கடந்த பிறகு கிடைக்கப் பெற்றதே நமது தற்போதைய மனித வாழ்க்கை. ஒவ்வொரு ஜென்மத்திலும் செய்கின்ற நல்வினை-தீவினைகளுக்கேற்ப நமக்கு அடுத்த பிறவி அமைகிறது. முன்ஜென்மத்தின் தொடர்ச்சியாக வரும் பாவ புண்ணியங்களின் பலனை தொடர்ந்து வரும் பிறவிகளில் அனுபவிக்கிறோம். இயற்கையின் எல்லா நிகழ்வுகளும் ஒரு குறிப்பிட்ட வரையறைக்குட்பட்டே நடக்கின்றன. இந்த வரையறைகளைக் கண்டறிந்து அவற்றை சற்று விரிவாக விளக்குவதுதான் அறிவியலின் அனைத்து முறைகளும் ஆகும். வாழ்க்கையில் ஏற்படும் பலன்களுக்கும், அனுபவங்களுக்கும் விளக்கம் கொடுக்க உதவுவதுதான் சோதிட சாஸ்திரம்.

ஒருவனின் முன்ஜென்ம பாவங்களின் அடிப்படையில் ஒரு குறிப்பிட்ட நேரத்தில் அவன் பூமியில் பிறப்பெடுக்கிறான் என்பது நம்பிக்கை. அந்த குறிப்பிட்ட நேரத்தில் ஆகாயத்தில் நிலைபெறும் கிரகங்களின் நிலையைக் கொண்டு அவனுடைய வாழ்க்கை திட்டமிடப்படுகிறது. ஒருவனின் முற்பிறவி பலனை அவன் அனுபவித்தே ஆகவேண்டும். கிரக நாயகர்கள்தாம் மனிதனின் வாழ்க்கை அனுபவங்களைத் தீர்மானிப்பவர்கள் ஆவர். ஆனால் மனித வாழ்வில் அவன் செய்யும் பாவ-புண்ணியங்கள் அவனது வாழ்வில் மாற்றங்களை உருவாக்குகின்றன. இப்போதுள்ள பிறவியில் பின்பற்றப்படும் பக்தியும், ஒழுக்கமும், நல்வினைகள் செய்வதில் காட்டும் அக்கறையும் முற்பிறவி பாவங்களால் ஏற்பட்ட தீமைகளை அகற்றும் வல்லமை

கொண்டவையாகும். ஜாதக பலன்களாலும், கிரக பலன்களாலும் நாம் தினமும் சுக துக்கங்களை அனுபவித்து வருகிறோம். ஆனால் நாம் தினமும் செய்யும் பக்திமயமான பூஜைகளும், மற்ற புண்ணிய கர்மங்களும் நம் துன்பங்களை குறைக்கும் செயலைச் செய்கின்றன. நவகிரகங்களின் வழியாகவே கடவுள் நமக்கு சுக துக்கங்களை உணர்த்துகிறார். இந்த நவகிரகங்களை சரியான விதத்தில் பூஜித்தால் நமது துன்பங்கள் விலகும் என்பது மகாஞானிகளின் அறிவுரையாகும். நவக்கிரக அஷ்டோத்திர நாமாவளியை ஒவ்வொரு கிரகத்திற்குமுரிய நாளில் உச்சரிப்பது நன்மையாகும். ஜாதகத்தில் தோஷங்கள் இருக்குமானால் அந்த கிரகத்துக்குரிய மந்திரங்களையும் அன்றாடப் பிரார்த்தனையில் உட்படுத்த வேண்டும். உதாரணமாக ஏழரைச்சனிக் காலத்தில் சனிபகவானுக்குரிய மந்திரத்தை உச்சரிப்பதன் மூலம் நற்பலன்களை அடையமுடியும். நல்ல செயல்கள் மட்டும் செய்து, நவக்கிரகங்களை நன்முறையில் பூஜித்தும் வருபவரின் வாழ்வில் எப்போதும் துன்பங்கள் ஏற்படுவதில்லை. நவகிரக மந்திரங்களை தினமும் உச்சரிப்பதன் மூலம் கிரக தோஷங்கள் நீங்க உதவும். தோஷம் உருவாக்கும் கிரகங்களை அவற்றிற்குரிய மந்திர உபாசனைகள் மூலம் அமைதிப்படுத்த முடியும் என்று கூறப்படுகிறது.

சூரியன்

ஜபாகுஸூமஸங்காசம் காஸ்யபேயம் மஹாத்யுதிம்

தமோரிம் சர்வபாபக்னம் ப்ராணதோஸ்மி திவாகரம்

சந்திரன்

ததிசங்கதுஷாரம்பம் க்ஷீரோதார்ணவ சம்பவம்

நாமாமிசசினம் சோமம் சம்போர்மகுடபூஷணம்

செவ்வாய்

தரணி கர்பசம்பூதம் வித்யுத் காந்தி சமப்ரபம் குமாரம்

சக்தி ஹஸ்தம் சமங்களம் ப்ரணமாவ்யஹம்

புதன்

ப்ரியங்குகலிகாஸ்யாமம் ரூபேண ப்ரதிமம்புதம் சௌம்யம்

சௌம்யகுணோபேதம், தம்புதம் ப்ரணமாம்யஹம்.

வியாழன்

தேவானாம் ச ரிஷிணாம் சகுரும் காஞ்சனசன்னிபம்

புத்திபூதம் த்ரிலோகேசம் தம்னமாமி ப்ருஹஸ்பதி

சுக்ரன்

ஹிமகுந்தம்ருணாளாபம் தைத்யானாம் பரமம் குரும்

சர்வசாஸ்த்ர ப்ரவக்தாரம் பார்கவம் ப்ரணமாம்யஹம்

சனி

நீலாஞ்சனசமாபாஸம் ரவிபுத்ரம் யமாக்ரஜம்

சாயாமார்த்தாண்ட சம்பூதம் நாமாமிசனைசரம்

ராகு

அர்தகாயம் மஹாவீர்யம் சந்த்ராதித்யவிமர்தனம்

சிம்ஹிகாகர்பஸம் பூதம் தம் ராகும் ப்ரணமாம்யஹம்

கேது

பலாசபுஷ்பசங்காசம் தாரகாக்ரஹசமஸ்தகம் ரௌத்ரம்

ரௌத்ராத்மகம் கோரம் தம் கேதும் ப்ரணமாம்யஹம்

இவ்வாறு நவகிரக ஸ்தோத்திர ஜபத்தை உச்சரிப்பதோடு ஒவ்வொரு

கிரகத்துக்குமுரிய அஷ்டோத்திர சதநாமாவளியையும் உச்சரிக்க வேண்டும்.

வாழ்வின் கடமைகள்

மனிதப் பிறவி என்பது நமக்கு அபூர்வமாகக் கிடைக்கப் பெற்ற ஒன்றாகும். ஏராளமான பொறுப்புகளும் கடமைகளும் நம்மை சூழ்ந்து நிற்கின்றன. எல்லாவற்றுக்குமான ஒரு பயிற்சிக் கூடம்தான் நம் வாழ்க்கையாகும். ஒவ்வொரு மனிதனுக்கும் கடமைகள் உண்டு. பிறப்பு நல்கிய பெற்றோர்களிடமும், அவனால் பிறப்பெடுக்கும் அவனது குழந்தைகளிடமும் அவன் நன்றிக்கடன் பட்டிருக்கிறான். அவனை நம்பியிருக்கும் குடும்ப உறுப்பினர்களுக்கு அவன் ஆற்ற வேண்டிய கடமைகளும் உண்டு. அவன் உட்பட்ட சமூகம், நாடு, மனிதகுலம், இயற்கை, பிரபஞ்சம் என அனைத்துடனும் அவனுக்கு நன்றிக்கடன் உண்டு. இந்த கடனிலிருந்து அவனால் விலகி நிற்க முடியாது. இவற்றுடன் இணைந்து நீதி வழுவாத முறையிலான ஒரு வாழ்வை நாம் வாழ வேண்டும். பிறப்புக்கும் இறப்புக்கும் இடையிலான இந்த சிறிய கால அளவை எவ்வாறு அழகாகக் கடக்க வேண்டும் என்பதைப் பற்றியே நாம் சிந்திக்க வேண்டும்.

ஒவ்வொரு மனிதனின் காமமுறையும் வேறுபட்டதாகும். தனக்கு விதிக்கப்பட்ட கடமையை முழுமையான மனதுடன் நேர்மையாகச் செய்வதே ஒவ்வொருவரின் கடமையாகும். இதை முழுமையான மனதுடன் செய்வது அவ்வளவு எளிதான காரியமல்ல. காரணம் ஏராளமான சுயநல எண்ணங்கள் நம்மைச் சுற்றி வட்டமிடும். அந்நிலையில் இதை எவ்வாறு கடந்து செல்வது என்பது குறித்து கர்மசித்தாந்தங்கள் நமக்குக் கற்றுத் தருகின்றன.

கர்ம்மண்யேவாதிகாரஸ்த

மா ஃபலேஷு கதாச்சன

பலனை எதிர்பார்க்காமல் கர்மத்தைச் செய்யுமாறு கீதை நமக்கு அறிவுறுத்துகிறது. தாமரை இலை தண்ணீர் போலே வாழ்வில் ஆசையின்றி

வாழ்ந்து நம் கடமையைச் செய்தாக வேண்டும். இதிலிருந்து நாம் தப்பிச் செல்ல முடியாது. ஜபயோகிகளும் தங்கள் கர்ம-தர்ம காரியங்களில் கவனம் செலுத்த வேண்டியவர்களாவர். நாமஜபம் என்பது அதிலிருந்து தப்பிச்செல்லும் வழியாக இருக்கக் கூடாது. தாம் செய்ய வேண்டிய கடமைகளை முழுமனதுடன் செய்து தீர்க்க வேண்டும். தனக்கும் தன்னைச் சுற்றியிருப்பவர்களுக்கும் வாழ்க்கையை ரசித்து வாழ அவன் வழி ஏற்படுத்த வேண்டும். அதற்கு அவனை அழைத்துச் செல்லும் ஒன்றாகவே மந்திரஜபம் அமையவேண்டும். நாமஜபத்துடன் வாழ்வது என்றால் சுகமான வாழ்க்கைக்காக அதைப் பயன்படுத்த வேண்டும் என்பதாகும். கீழ் உலகிலும், மேல் உலகிலும் அமைதியை உருவாக்குவதற்கு நாமஜபம் உதவுகிறது. நாஜபத்தைத் தொடர்ந்து செய்யும்போது பல சித்திகளும் நமக்கு வாய்க்கிறது. அத்தகைய சந்தர்ப்பங்களில் நாம் அதிக கவனத்துடன் செயல்பட வேண்டும். நம்மில் உருவாகும் சித்திகள் மூலம் நம் மனதில் அகந்தை ஏற்படக்கூடும். அது நமது அழிவுக்கு வழிவகுக்கிறது. மற்ற உயிர்களை துன்புறுத்தும் சிந்தனையை இந்த அகந்தை உருவாக்கும். இவையெல்லாம் ஏற்படாமல் தடுப்பது ஒரு ஜபயோகியின் கடமையாகும். தனக்குக் கிடைக்கப்பெற்ற சித்திகள் மூலம் தனக்கும், தமது சமூகத்திற்கும் நன்மையை மட்டுமே உருவாக்கவேண்டும் என்னும் உறுதியை ஒவ்வொரு ஜபயோகியும் கடைப்பிடிக்க வேண்டும்.

நாமஜபத்தின் மூலமாக நம் உடலில் உள்ள குண்டலினி சக்தி எழுப்பப்படும். எல்லாவற்றையும் இறைவனிடம் சமர்ப்பித்து இறையருளை வேண்டி நிற்க வேண்டும். நான்’ என்ற சொல்லை எவ்வளவு முடியுமோ அவ்வளவு குறைவாகவே பயன்படுத்த வேண்டும். அலைபாயும் மனதில் படிப்படியாக நிலவும் அமைதி நமது தினசரிக் கடமைகளை சரியாக நிறைவேற்ற உதவும். வாழ்வின் பலவித கட்டங்களை தாண்டி வரும்போதுதான் நம் வாழ்க்கை முழுமையடைகிறது. பாவ சிந்தனைக்கு எப்போதும் இடம் தரக் கூடாது. பாவம் செய்தாவது சுகத்தையும், செல்வத்தையும் அடைந்துவிடலாம்

என்ற எண்ணத்தை அறவே மாற்ற வேண்டும்.

அர்த்தா க்ருஹே நிவர்த்தந்தே

ஸ்மசானே மித்ரபாந்தவர்

சுக்ருதம் துஷ்க்ருதம் ச்சைவ

கச்சந்தமனுகச்சதி

நாம் இறந்த பிறகு சேர்த்து வைத்த செல்வங்கள் எல்லாம் வீட்டிலேயே நம்மை விட்டுச் சென்று விடுகிறது. நண்பர்களும், உறவினர்களும் சுடுகாடு வரைதான் கூட வருகின்றனர். ஆனால் ஒரு மனிதன் தம் வாழ்நாளில் பின்பற்றிய நல்வினைகளும் தீவினைகளும் மட்டும் மரணத்திற்குப் பிறகும் அவனுடன் செல்கின்றன.

சஹ நாவது சஹனௌ புனகது

சஹ வீரியம் கரவாவஹை

தேஜஸ்வினாவதிதமஸ்து

மா வித்விஷாவஹை

ஓம் சாந்தி: சாந்தி: சாந்தி:

வழிபாடு

வழிபாடு என்பது தெய்வத்தை அடைவதற்கான வழிமுறை என்று கூறப்படுகிறது. கடவுளை அடைவதற்கும். அதன்மூலம் வாழ்க்கையை முழுமையடையச் செய்வதற்கும் வழிபாடு நமக்கு உதவுகிறது. ஆன்ம ஒருமைப்பாடு அடைவதற்கு ஏராளமான வழிகள் கூறப்படுகின்றன. பக்தியோகம், ஞானயோகம், ராஜயோக மார்கம் எனப் பல வழிகள் உள்ளன. பக்தி யோகத்தில் வழிபாட்டிற்கு முக்கிய இடம் உண்டு. அதிலும் பல முறைகள் உள்ளன. ஏராளமான பக்தி மாரர்க்கங்களை மனிதன் உருவாக்கியுள்ளான். இறைவனை மையப்பொருளாக வைத்து அதைச் சுற்றிலும் ஏராளமான வழிபாட்டு முறைகள் அமைக்கப்பட்டுள்ளன. அதில் ஒன்றான நாமஜபம் பற்றி இதுவரையிலும் நாம் விவரித்து வந்தோம். மற்றவற்றைப் பற்றி சிறிய அளவில் அறிந்து கொள்வது அவசியமாகும்.

பக்தி என்பதற்கு உண்மையான, பரிசுத்தமான, சுயநலமற்ற கடவுள் தேடல் என்பது பொருளாகும். கடவுளின் மேல் ஏற்படும் அதீத அன்பே பக்திக்குக் காரணமாகிறது. பக்தியின் பல கட்டங்களைத் தாண்டும்போது பல பரிமாணங்களை அடைய முடிகிறது. ஒரே இலட்சியத்திற்கான பல வழிமுறைகளை அறிய முடிகிறது. இந்த வழியில் காணப்படும் கூறுகள்தாம் மதங்களும், அவை சார்ந்த அமைப்புக்களும். பிரார்த்தனை முறையில் பல மதங்களும் பல வழிகளைக் கூறுகின்றன. கூர்ந்து கவனித்தால் அவை கூறும்

வழிகள் அவற்றின் பார்வையில் சரியான முறை எனவே தோன்றும். ஸ்ரீராமகிருஷ்ண பரமஹம்சர் பல்வேறு மதங்களின் பல வழிபாட்டு முறைகளையும அனுபவித்து உணர்ந்திருக்கிறார். இதன்மூலம் தாம் கண்டறிந்த உண்மைகளையும் அவர் வெளிப்படுத்தியுள்ளார். ஒவ்வொரு முறையிலும் அவர் பயணம் சென்றடைந்தது பரம்பொருளைத்தான். இதிலிருந்து நாம் உணரவேண்டியது என்னவென்றால் மதநம்பிகைவாதிகள் எதிர்க்கப்பட வேண்டியவர்களல்லர் என்பதுதான். அவர்கள் ஒரே லட்சியத்தை அடைய வழிகாட்டுகின்றனர். வேறுபாடுகள் அவர்தம் பெயரிலும், முறைகளிலும் காணப்படலாம். அப்துல்லாவும், தேவதாசும் பெயரில்தான் வேறுபடுகின்றனர். பொருளில் இல்லை. உலகில் தர்மசிந்தனைகள் மாற்றம் பெறும்போது தர்மத்தைக் காக்க கடவுளின் அம்சம் மனித உருவத்தில் வெளிப்படுகிறது. பகவத் கீதையில் பகவான் இதைத்தான் கூறுகிறார்.

யதா யதாஹி தர்மஸ்ய க்லாநிர்பகவதி பாரத

அப்யுத்தானமதர்மஸ்ய ததாத்மானம் ஸ்ருஜாம்ருஹம்

பர்த்ராணாய சாதுனாம் வினாசாய ச துஸ்க்ருதாம்

தர்ம்மசம்ஸ்த்தாபனார்த்தாய சம்பவாமி யுகே யுகே

இறையருளின் பிரதிபலிப்பு முழுமையாகவும் சிறிதளவிலும் உலகின் பல பாகங்களில் வெளிப்பட்டுள்ளது. அவதாரங்கள் மற்றும் அம்ச அவதாரங்களின் கதைகள் குறித்து ஏராளமாக நாம் புராணங்களில் படிக்கலாம். முறையான ஒழுக்கவிதிகள் கடைப்பிடிப்பதன், மூலம் மனிதனில் இறைத்தன்மையை உருவாக்கமுடியும். கடவுள் தன்மைக்கு அவர்கள் உயர்த்தப்படும்போது அவர்தம் வாழ்வும் முழுமை பெறுகிறது. அவர்தம் வாக்குகள் பலிப்பதும் அதனால்தான். ஆனால் இவர்கள் வெவ்வேறு சூழ்நிலைகளில் வாழ்வதால் அவர்கள் வெளிக்காட்டும் ஆச்சார முறைகளிலும் வேறுபாடுகள் தோன்றுகின்றன. எனினும் அவற்றின் அடிப்படை எப்போதும்

ஒன்றுதான்.

“மயிசர்வவிதம் ப்ரோதம் சூத்ரே மணிகணா” - ஒரே நூலில் கோர்க்கப்பட்டுள்ள இரத்தின மணிகளைப் போல பக்தி மார்க்கத்தின் பலவேறு மதங்களும் நிறுவனங்களும் போற்றப்பட வேண்டும் என்பது தெய்வ சங்கல்பமாகும்.

“ஏகம் சத் விப்ரா பஹீதா வதந்தி” - எனும் வாக்கியத்தை நினைவில் கொள்ளுங்கள். உண்மை என்பது ஒன்றுதான். ஆனால் அதை பலரும் பலவிதத்தில் அழைக்கின்றனர். உண்மை மனதில் உருவாகும் வேளையில் மற்றெல்லா விதமான சிந்தனைகளும் அர்த்தமற்றவை என்பதை உணர வேண்டும். எல்லா அமைப்புக்களும் உணர்த்தும் முக்கியச் செய்தி அன்புதான். மனிதகுலம் ஒருவருக்கொருவர் தம்முள் களங்கமற்ற அன்பை வெளிப்படுத்த வேண்டும். இந்து மதத்தில் இறைவனை அடைவதற்கு ஏராளமான வழிகள் கூறப்பட்டுள்ளன. இவற்றுள் முக்கியமானது ஆலய வழிபாடுதான் எனக் கூறலாம். பிரார்த்தனை முறைகளில் இன்று பரவலாகப் பின்பற்றப்படும் ஒரு முறை ஆலாய வழிபாடுதான்.

ஆலயம் என்பது என்ன?

‘இதம் சரீரம் கௌந்தேய க்ஷேத்ரமித்யாபிதியதே’ - பகவான் கூறுவது நம் உடல்தான் கோயில் என்பதாகும். இது ஒரு முக்கியச் செய்தியாகும். இங்கு உடல்தான் ஆலயமாக கற்பனை செய்யப்படுகிறது. உடல் என்னும் ஆலயத்தில் இதயம் என்னும் கருவறையில் கடவுளை பிரதிஷ்டை செய்து மானசீகபூஜை செய்வதுதான் அற்புதமான ஆலய வழிபாடாகும். ஆனால் இந்த வழிபாட்டிற்கு தீவிரமான ஈடுபாடு அவசியமாகும். மிகவும் கவனத்துடனும், மன ஒருமைப்பாடுடனும் செய்யப்பட வேண்டிய செயலாகும் இது. தீவிரமான ஈடுபாடு உள்ளவர்களுக்கு இது மிகவும் எளிதான ஒன்றாகும். அது இல்லாதவர்களும் படிப்படியாக ஈடுபாட்டைப் பெற்று வழிபாட்டுமுறையைப்

பின்பற்ற முடியும். ஆனால் அதுபோன்ற ஈடுபாடு குறைந்த மனிதர்கள்தான் அதிக அளவில் உள்ளனர் என்பது குறிப்பிடத்தக்கதாகும். இத்தகையோர் வழிபாட்டிற்காக வேறு பல வழிகளை நாடுகின்றனர்.

ஓங்கார நாதத்திலுள்ள அ, உ, ம் ஆகிய மூன்று எழுத்துக்களும் நம் இதயத்தில் மூன்று பகுதிகளில் நிலை கொள்கின்றன. மூலாதாரத்தில் துவங்கி ஆறு படிகள் கடந்து சஹஸ்ராரத்தினை அடையும் வழிமுறையும் நம் மூளையிலுள்ள நாடியில் நிலை கொண்டுள்ளது. நினைத்துப் பார்த்தால் நம் உடல் ஒரு அற்புதமான பொருளாகும். உடலிலுள்ள பல உறுப்புக்களைப் பற்றி விவரிக்கத் துவங்கினால் இதை நாம் உணரமுடியும். நமது உடலில் கடவுளின் அம்சங்கள் மறைந்து கிடக்கின்றன.

‘இதம் சரீரம் கௌந்தேய க்ஷேத்ரமித்யபி தியதெ’ எனும் வாக்கியத்திற்கு விரிவான பொருள் உண்டு. மந்திர ஜபத்தின் மூலமாக நமக்குள் கடவுளின் அம்சத்தை நாம் உணரமுடியும். அந்நிலையில் ஆலய வழிபாட்டின் அவசியம் என்ன என்னும் கேள்வி எழுகிறது.

“க்லேசாதிகதரஸ்த்வேஷாமவ்யக்தஸக்த சேதஸாம்

அவ்யக்தா ஹி கதிர்துக்கம் தேஹவத்பீரவாப்யதே”

பகவத்கீதையில் பக்தி அத்தியாயத்தில் பகவான் இவ்வாறு கூறுகிறார். தெளிவற்ற ஆத்ம தத்துவத்தில் இருப்பவர்களின் மனம் அதிகமாக அலைபாயக்கூடும். கடவுளை சுயநலமற்ற நிலையில் மனதிலிருத்துவது என்பது இவர்களுக்கு மிகவும் கடினமான ஒன்றாகும். இந்நிலையில் உருவ வழிபாடு முக்கியத்துவம் பெறுகிறது. ஆலயங்களின் அமைப்பினை உற்றுநோக்கினால் மனித உடலின் பாகங்களோடு ஒத்திருப்பதை உணரலாம்.

உருவம் ஒரு கருவியாகும். அது கடவுளின் ஊடகமாகச் செயல்படுகிறது. பேதமற்ற, முடிவற்ற சக்தி ஒரு இடத்தில் ஆவாஹிக்கப்படுகிறது. அந்த உருவம்தான் தாம் நினைக்கும் சக்தியென்று

நம்பப்படுகிறது. தங்கள் தெய்வத்தை அவ்வுருவத்தில் கண்டு அதற்கு பூஜைகளும் ஆராதனைகளும் செய்யப்படுகின்றன. இச்செயலை சரியாகச் செய்வதற்குத் தேவையான விதிமுறைகள் நமது தந்திர சாஸ்திரங்களிலிருந்து நமக்குக் கிடைக்கின்றன.

சர்வத்ரகோஸி பகவன் கலு யத்யபி த்வா-

மாவாஹயாமி ஹி யதா வ்யஜானேன வாயும்

கூடோ யதைவ தஹனோ மதனாதுபைதி

த்யவாஹிதோஸி ஹி ததா த்வமுபைஷி சாத்ர

ஒரு உருவத்தில் கடவுளின் சக்தியை ஆவாஹிக்கும்போது இம்மந்திரம் அர்ச்சிக்கப்படுகிறது. "ஆகாயத்தில் வாயு எல்லா இடத்திலும் நிரம்பியிருக்கிறதல்லவா? அதுபோல தாமும் சர்வமும் நிரம்பியிருக்கிறீர். விசிறியினால் வீசும்போதுதான் காற்று உருவாகிறது. அதைப்போல தம்முடைய அருகாமையை நான் ஆவாஹிக்கிறேன். உடனிருக்கும் அக்னியும் உருவாகும் முன்னால் காணப்படுவதில்லை. ஊதும்போதுதான் தோன்றுகிறது. அதுபோல நானும் தம்மை ஆவாஹிக்கிறேன். தாங்கள் இந்த பிம்பத்தில் அமருங்கள்" என்பதே இம்மந்திரமாகும்.

எல்லா இடத்திலும் நிரம்பியிருக்கும் கடவுளின் சக்தியை ஒரு குறிப்பிட்ட மையப்புள்ளியில் ஆவாஹித்து அமர்த்தும் செயல்தான் இங்கு நடக்கிறது. எட்டு வகையிலான பிரதிபிம்பங்கள் இந்நிலையில் உருவாகின்றன.

சைலீ தாருமயீ லௌஹீ

லேப்யா லேக்யாச்ச சைக்தீ

மனோமயீ மணிமயீ

ப்ரதிமாஷ்டவிதா ஸ்ம்ருதா

1. சிலாமயி - கற்களால் உருவாக்கப்பட்டவை
2. தாருமயி - மரங்களால் உருவாக்கப்பட்டவை
3. லௌஹி - உலோகங்களால் உருவாக்கப்பட்டவை (தங்கம், வெள்ளி, பஞ்சலோகம் போன்றவை)
4. லேப்யா - வெல்லம் போன்றவற்றைக் கொண்டு பூசப்பட்டவை.
5. லேக்யா - கடவுள் உருவங்கள் வரையப்பட்டவை. புகைப்படங்கள், சுவர்ச் சித்திங்கள் போன்றவை
6. சைக்தீ - மண்ணால் உருவாக்கப்பட்டவை
7. மனோமயீ - கற்பனையில் உருவாக்கப்பட்டவை
8. மணிமயி - இரத்தினங்கள் போன்றவற்றால் உருவாக்கப்பட்டவை

இவை மட்டுமின்றி தீபம், நீர் போன்றவையும் பிரதிபிம்பங்களாக உள்ளன. இவற்றில் ஆவாஹிக்கப்படும் சக்தியும் நான்கு வகையில் அமைந்துள்ளது. அதை எளிதாகப் புரிந்து கொள்வதற்காக மனித உடலோடு ஒப்புமைப்படுத்தி விவரிக்கப்படுகிறது.

1. ஸ்தண்டில பூஜா சைதன்யம் - அதாவது புத்தியின் பிரதிபிம்பம் (மறு உருவம்)
2. தர்ம தேவதா சைதன்யம் - அதாவது புலன்களின் பிரதிபிம்பம்
3. சர்ப்பசை தன்யம் - அதாவது நரம்பு மண்டல பிரதிபிம்பம்
4. மகாதேவதேவீ சைதன்யம் - அதாவது சர்வ மயமான பிரதிபிம்பம்

ஸ்தண்டில பூஜாசைதன்யம்

நமது புத்தியைக் கூர்ந்து கவனியுங்கள். எப்போதும் அது செயல்பட்டுக் கொண்டிருக்கிறது. பலவிதமான சிந்தனைகளும், நினைவுகளும் அங்கு மின்னி

மறைகின்றன. ஒரு சிந்தனை தோன்றுகையில் சிறிது நேரம் அது நிலை பெறுகிறது. மற்றொரு சிந்தனை தோன்றும் போது முன்பிருந்தது மறைந்து போகிறது. இந்த வகையிலான ஆராதனை நடத்தப்படும் முறைதான் ஸ்தண்டில பூஜா சைதன்யம். ஒரு விளக்கு ஏற்றப்படுகிறது. அதன்மூலம் அங்கு நாம் தெய்வசக்தியை ஆவாஹித்து பூஜை செய்கிறோம். பூஜைமுடிந்தவுடன் அனைத்தும் முடிந்துவிடுகிறது. பூஜை வேளையில் அங்கு கடவுள் சக்தி தோன்றி நமக்கு அருள் கிடைக்கப் பெறுகிறது. அது முடிந்தவுடன் மறைந்து விடுகிறது.

வீடுகளில் நடத்தப்படும் பூஜைகள், முன்னோர் வழிபாடு போன்ற பல பூஜைகளும் இவ்வகையில் அமைந்தவையாகும். இங்கெல்லாம் தெய்வ சக்தி தற்காலிகாமாகத் தோன்றி மறைகிறது. நம் மனதில் தோன்றும் சிந்தனைகளைப் போல.

தர்ம தேவதா சைதன்யம்

பாரத தேசம் கூட்டுக்குடும்ப அமைப்புமுறைக்குப் புகழ் பெற்றதாகும். அத்தகைய குடும்பங்களுக்கென தனிக் கோவில்கள் உண்டு. குடும்பத்தில் உள்ள, ஜப பூஜை முறைகளில் ஆர்வமுள்ள ஒருவர்தான் இக்கோவில்களின் தோற்றத்திற்குக் காரணமாக அமைந்திருப்பர். இத்தகைய கோவில்களின் தெய்வங்கள் தர்ம தேவதா சைதன்யம் என்று அழைக்கப்படுகின்றனர். பழைய காலங்களில் பெரும்பாலான குடும்பங்களிலும் தர்ம தேவதைகளை வணங்கும் வழக்கம் இருந்தது. இங்கு பூஜை நடத்துவது குடும்ப உறுப்பினர்களின் கடமையாகவும் கருதப்பட்டது. தாய் தன் பிள்ளைகளைக் காப்பது போல கோவில்களிலுள்ள தர்மதேவதைகள் அக்குடும்பங்களைக் காப்பாற்றும் என்பது நம்பிகைகையாக இருந்தது.

தற்போது இத்தகைய கோவில்கள் பலவும் பொதுமக்களின் கண்காணிப்பில் உள்ளன. இக்கோவில்களைப் பாதுகாப்பது குடும்ப

உறுப்பினர்களாக இருந்தாலும், தெய்வ சக்தி அனைத்து மக்களுக்கும் பொதுவானதாகும். அதனால் இங்கு எல்லோருக்காகவும் பூஜை நடத்தப்படுகிறது. அதனால்தான் இது புலன்களின் பிரதிபிம்பம் என்று அழைக்கப்படுகிறது. உலகில் நடக்கும் அனைத்து விஷயங்களையும் நாம் நம் புலன்களின் மூலம்தான் அனுபவிக்கிறோம். காண்பதும், கேட்பதும், மணமறிவதும், ருசியறிவதும் எல்லாம் நம் புலன்களின் மூலம்தான் அறிகிறோம். அதுபோல குடும்ப உறுப்பினர்களின் வாழ்வில் அனைத்து அருளினையும் தர்ம தேவதா சைதன்யம் மூலம் பெறுகின்றனர்.

சர்ப்ப சைதன்யம்

சர்ப்பக்காவுகள் எனப்படும் நாகர் வழிபாட்டுத் தலங்கள் அதிகமுள்ள நாடாகும் கேரளம். குண்டலினி சக்தி சர்ப்பத்தால் மூடப்பட்டிருக்கிறது என்பது நம்பிக்கை. நாடி நரம்புகளெல்லாம் பாம்புகளைப் போல படர்ந்து கிடக்கின்றன. நாகர் வழிபாட்டுத் தலங்கள் மனித உடலின் பிரதிபிம்பங்களாகும். அத்தகைய இடங்களை அழிப்பது மனித உடலில் நோய்களை ஏற்படுத்தும் என்று நம்பப்படுகிறது. நாகர் வழிபாட்டுத் தலங்களும், அதைத் தொடர்ந்துள்ள காடுகளும், கோட்டையும் எல்லாம் இயற்கையின் ஆதாரங்களாகும். இயற்கையின் தன்மையைக் கட்டிக் காப்பதில் இந்த தலங்களும், கோட்டைகளும் பெரும் பங்கு வகிக்கின்றன. இதையெல்லாம் நினைவில் கொண்டுதான் நம் முன்னோர்கள் சர்ப்பக்காவுகளை உருவாக்கியுள்ளனர். இயற்கைக்கு எதிராக நடக்கும் தற்போதைய நிகழ்வுகளிலிருந்து எஞ்சியுள்ள காடுகளையும், கோட்டைகளையும் காப்பாற்ற வேண்டியது நம் கடமையாகும்.

மகாதேவதேவீ சைதன்யம்

இந்த மூன்று வகையிலும் உட்படாத ஆலயங்கள்தான் மஹா ஆலயங்கள். மனிதனுடைய உடலும், காம, குரோத, லோப உணர்வுகளும்

சேர்ந்ததுதான் நம் முழுமையான சக்தியாகும். இதுபோல மஹா ஆலயங்களில் கடவுள் சக்திகள் ஒன்று சேருகின்றன. மஹாதேவ சக்திகளை தந்திர சாஸ்திர விதிகளின்படி ஆவாஹித்து வழிபாடு நடத்தப்படுகிறது. இங்கு ஆண்-பெண் இணைப்பு உருவங்கள் காணப்படுகின்றன. ஒரு மகா ஆலயத்தின் வளர்ச்சி அந்த பகுதி முழுவதும் செழிப்படையச் செய்கிறது. இங்குள்ள வழிபாட்டு முறைகளை ஆராய்ந்தால் உயிருள்ள ஒரு உருவத்தை ஆராதிப்பது போலவே இருக்கும். மனிதனின் அன்றாடச் செயல்முறைகளை அடிப்படையாகக் கொண்டு கடவுளுக்கும் ஆசனம் (இருக்கை), வரவேற்பு, நீராடுதல் முதலிய 12 வகை செயல்முறைகளின் அடிப்படையில் வழிபாடுகள் நடத்தப்படுகின்றன. பகவத்கீதையில் கீழக்கண்டவாறு கூறப்படுகிறது.

யோ யோ யாம் யாம் தனும் பக்த:

ஸ்ரத்தயார்ச்சிதுமிச்சதி

தஸ்யா சஸ்யா சலாம் ஸ்ரத்தாம்

தாமேவ விததாம்யஹம்

எந்த பக்தன் எந்த தெய்வத்தை கவனத்தோடும் நம்பிக்கையோடும் வழிபடுகிறானோ அந்தந்த பக்தனுக்கு அந்தந்த தேவனை வழிபடுவதற்குரிய வழியை நான் உருவாக்கிக் கொடுக்கிறேன்.

ஸ தயா ஸ்ரத்தயா யுக்த

ஸ்தஸ்யாராதானமீஹதே

லபேத சதத் காமான்

மயைவ விஹிதான் ஹி தான்

கவனமாக அவன் அந்த தெய்வத்தை வழிபடுகிறான். அதற்குள்ள பலனை அந்த தெய்வத்திடமிருந்து அவன் பெறுகிறான். ஆனால் அது என்னால் கொடுக்கப்பட்டதாகும். அதை அவன் அறிவதில்லை. இஷ்டதெய்வத்தை

வழிபடுவதன் மூலம் முழுமுதல் கடவுளைத்தான் நாம் வழிபடுகிறோம். அதனால் இஷ்டதெய்வ வழிபாடும் முழுமையான ஒன்றாகும்.

பத்ரம், ஃபலம், தோயம்

யோ மே பக்த்யா ப்ரயச்சதி

ததஹம் பக்த்யுபஹ்ருத

மக்னாமி ப்ரிய தாதாத்மன - (கீதை)

முழுமனதோடும், பக்தியோடும் ஒரு இலையோ, காயோ, பூவோ, நீரோ எதை அர்ப்பணித்தாலும் அதை நான் முழுமனதுடன் ஏற்பேன்.

அனன்ய சேதர் சததம்-

யோ மாம் ஸ்மரதி நித்யச்

தஸ்யாஹம் சுலப் பார்த்த

நித்யயுக்தஸ்ய யோகின்

அர்ஜுனா! வேறு சிந்தனைகள் இல்லாமல் என்னை மட்டும் நினைத்துக் கொண்டிருக்கும் யோகிக்கு நான் எளிதில் அடையத் தக்கவனாவேன். ஏக பரபிரம்மத்தை பல வடிவங்களில் வழிபடும் முறை சற்று குழப்பமானதாகத் தோன்றலாம். ஒவ்வொரு மனிதனும் பல இடங்களில் பல நிலைகளை வகிக்கிறான். உதாரணமாக ஒரு ஆசிரியரின் வாழ்வைப் பார்க்கலாம். அவருடைய மாணவர்களுக்கு அவர் ஆசிரியர் ஆகிறார். ஆசிரியரிடம் உள்ள பயபக்தியுடன்தான் அவர்கள் அந்த ஆசிரியரை அணுகுவர். ஆனால் அவருடைய தந்தைக்கு அவர் மகள் மட்டும்தான். தந்தையின் அன்புடன் அவர் தம் மகளை அணுக முடியும். அவருடைய குழந்தைகளுக்கு அவர் தாயாவார். நண்பர்கள், சகோதரர்கள், அக்கம்

பக்கத்திலுள்ளவர்கள் என ஒவ்வொருவரும் அவரை ஒவ்வொரு விதத்தில் காண்கின்றனர். அன்பு காட்டுகிறார்கள். ஒவ்வொருவரும் அவர்தம் நிலைக்கேற்ப பழகும்போதுதான் அவர்தம் அன்பும் நம்பிக்கையும் வெளிப்படுகிறது. அந்த ஆசிரியரின் தாயைப் போல் அவருடைய மாணவர்கள் அவரை வாடி, போடி என அழைத்தால் என்னவாகும் நிலைமை? இந்த நிலையை கடவுளின் வழிபாட்டிலும் இணைத்துக் காண முடியும். ஒரு தெய்வத்தை வழிபடும்போது அந்த தெய்வத்தை மட்டும் பூஜிக்க வேண்டும். அந்த தெய்வத்திற்குரிய பூஜைகளும், மந்திரங்களும் கடைப்பிடிக்கப்பட வேண்டும். தேவாலயங்களில் பிற மதத்தின் மந்திரங்கள் உச்சரிக்கப்படக் கூடாது என்று கூறப்படுவதன் காரணமும் இதுதான். பூஜைக்கான மலர்கள், படையல் போன்றவற்றிலும் குறிப்பிட்ட தெய்வத்திற்குரியதா என ஆராய்ந்து செயல்பட வேண்டும்.

வழிபாட்டு முறைகளிலும் மூன்று குணங்கள் உள்ளதாகக் கூறப்படுகிறது. அவை சாத்விக குண முறைகள், ரஜோகுண முறைகள், தமோகுண முறைகள் என்பனவாகும். சாத்விக குண வழிபாட்டு முறைகளைப் பின்பற்றுவதுதான் மிகவும் உத்தமமானதாகும். பக்தியின் உச்ச நிலையை அடைவதற்கான வழிகளாக நாம் இவற்றைக் கொள்ள வேண்டும். பக்தியின் உயர்ந்த நிலையை அடையும்போது இந்த வழிமுறைகளை நாம் விட்டுவிடலாம். பின் பரமாத்மாவின் அன்பில் திளைக்கலாம். இந்த உயர்ந்த நிலையை அடைவதுதான் ஒவ்வொரு மனிதனின் இறுதி நோக்கமாக இருக்க வேண்டும். இந்நிலை எளிதாகக் கிடைக்கப் பெற வேண்டுமானால் ஆரம்ப கட்டங்களில் நாம் மேற்கொள்ளும் வழிமுறைகள் நல்லவையாக இருக்க வேண்டும். பலவகையிலான வழிபாட்டு முறைகள் நம்மை பல வழிகளில் கொண்டு செல்கின்றன. இதை நாம் கவனத்தில் கொள்ள வேண்டும். வழிபாட்டு முறைகளில் பலவும் நம்மை தூய்மைப்படுத்தும் பணியையே செய்கின்றன. ஆனால் மனதில் தீய எண்ணங்களையும், செயல்களையும் உருவாக்கும்

வழிபாட்டு முறைகளும் இருக்கின்றனவே? அவற்றிலிருந்து ஏன் நாம் விலகி நிற்கக் கூடாது?

ஒவ்வொரு மனிதனின் மனதிலும் மங்கல மகாசக்திகள் உறங்கிக் கிடக்கின்றன. பிரார்த்தனைகள் மூலமாக அவற்றை வெளிக்கொண்டு வரமுடியும். அதன்மூலம் நம்முடைய ஆத்மாவிற்கும் அதன் வழியாக நமது சமூகத்திற்கும் அமைதி ஏற்படட்டும்.

தீர்த்த யாத்திரை

தீர்த்த யாத்திரை செய்வதன் பயன் என்னவெனில் இது நிரந்தரமான தெய்வ சிந்தனைக்கு வழிவகுக்கிறது என்பதாகும். அந்த நேரங்களில் நம் மனம் பாவ சிந்தனைகளிலிருந்து சற்று விலகியிருக்கிறது. அதன்மூலம் மனம் தூய்மையடைகிறது. பக்தர் கூடும் அத்தகைய புண்ணியத் தலங்களில் தூய சிந்தனைகள் நிலவுகின்றன. பக்தர்களுக்கு அவ்விடங்களில் ஆத்மசுத்தி ஏற்படுகிறது. வருடத்தில் ஒருமுறையாவது ஒரு நீண்ட தீர்த்த யாத்திரை செல்வது நன்மை பயக்கும். அதன்மூலம் லௌகீக சுகதுக்கங்களில் உழன்று கொண்டிருக்கும் மனதுக்கு அமைதி ஏற்படும். புண்ணிய தலங்களை தூய்மையாகப் பராமரிக்க வேண்டியது அவசியமாகும். அத்தகைய இடங்களுக்குச் செல்லும் மக்கள் தம் மனதில் உள்ள தீய சிந்தனைகளை அகற்ற வேண்டும். கோயில்களை நிர்வகிப்போரும் கவனமாக இருத்தல் அவசியமானதாகும். மனதில் எவ்வித ஆணவ எண்ணங்களும் இல்லாமல் தம் கடமைகளை நிறைவேற்ற வேண்டும்.

முற்காலங்களில் நம்முடைய கோயில்கள் அனைத்து கலைகளின் உறைவிடமாக இருந்தன. கலைகள் நமக்கு ஆனந்தத்தையும், ஆத்ம சுத்தியையும் நல்குகின்றன. பக்தியின் உயர்ந்த நிலைக்கு அக்கலைகள் நம்மை அழைத்துச் செல்கின்றன. நவீனத்துவத்தின் வளர்ச்சி கோயில் கலைகளின் அழிவுக்குக் காரணமாக மாறியுள்ளது. கோயில் கலைகளை நாம் பாதுகாக்க

வேண்டும். ஆத்மசுத்தியை ஏற்படுத்தும் காரணிகளை வளர்க்க பக்தர்கள் முயற்சிக்க வேண்டும்.

அறிவின் உயரங்கள் தேடி

“ஆத்தா, ஜிஞ்ஞாஸு, ரர்த்தாதி ஞ்ஞானீப பரதர்ஷ ப” என்று நால்வகையிலான பக்தர்கள் இருப்பதாக பகவான் கூறுகிறார்.

ஆர்த்தா : துக்கமானவர்கள்

ஜிஞ்ஞாஸு : அறிவுதாகம் உடையவர்கள்

அர்த்தார்த்தி : பலவகைகளில் சொத்து சேர்க்க ஆசை கொண்டவர்கள்

ஞானி : எல்லாம் அறிந்தவர்

இவர்களில் ஜிஞ்ஞாஸு வகையைக் காண்போம். அறிய வேண்டும் என்ற ஆர்வம் ஒவ்வொரு மனிதனுக்கும் இயற்கையாகவே அமைந்த ஒன்றாகும். இத்தகைய அறிவுத் தேடலின் பலன்தான் நாம் இன்று அனுபவிக்கும் சுக சௌகரியங்களும், நாகரீக வளர்ச்சியும் எனக் கூறலாம். ஆன்மீகத் துறையில் பாரத தேசத்தின் முற்காலம் மிகவும் உன்னதமானதாக இருந்தது. நம்முடைய ரிஷிகளும், ஞானிகளும் சத்தியத்தின் உயர நிலைகளைக் கண்டுபிடித்து அதன்மூலம் மனித இனத்திற்குப் பல நன்மைகளைச் செய்துள்ளனர். ஏராளமான நூல்களில் பரந்து கிடந்த அவர்தம் அறிவு உலகம் அன்னிய ஆதிக்கத்தால் ஒளி குன்றிப் போனது. ஓலைச்சுவடிகளில் எழுதப்பட்ட இந்த அறிவுப் பெருங்கடல் பல இடங்களிலும் இருளில் மறைந்து கிடக்கின்றது. தவறான வழிகாட்டுதல் காரணமாக அறிவுத் தேடல் உடையவர்களின் பார்வையிலிருந்து இவை மறைக்கப்பட்டன. அதிஷ்டவசமாக சுதந்திர

பாரதத்தில் இந்த பெரும் அறிவு உலகம் வெளிச்சத்திற்கு வந்திருக்கிறது. அதன்மூலம் ஏராளமான நூல்கள் இயற்றப்பட்டன. தடைகள் அகற்றப்பட்டன. கடவுளை அடைய ஞானயோகமும் ஒரு முக்கியக் காரணியாகிறது. பரமாத்மாவை நோக்கிச் செல்லும் ஜீவாத்மாவிற்கு இந்த ஞானயோகத்தின் மூலம் வழி கிடைக்கிறது. உபநிஷத்துக்களில்தான் இது பரிபூரணமாகக் கிடைக்கப்பெறுகிறது. அதனால் தான் சுவாமி விவேகானந்தர்,

உபநிஷத் பொருண்மையை நாடு முழுவதும் பரப்புங்கள்

அதை சாதாரண மனிதருக்கும் உரித்தாக்குங்கள்

அவர்கள் வீரதீரர்களாக மாறுவார்கள்

என்கிறார். முண்டகோபநிஷத்தில் ஜீவாத்மாவும் பரமாத்மாவும் ஒரு மரத்திலுள்ள இரு பறவைகளாகச் சித்தரிக்கப்பட்டுள்ளன. அறிவின்மையால், தான் பரமாத்மாவின் அங்கம் என்பதை உணராத ஜீவாத்மா புவி வாழ்வின் கர்ம வினைகளில் உழன்று கொண்டிருக்கிறது. அனைத்தும் அனுபவித்த பின் ஒரு கட்டத்தில் எதிர்பாராத நிலையில் ஜீவாத்மா பரமாத்மாவைக் காண நேர்கிறது. அந்நிலையில் சில போது அந்த ஜீவாத்மா, தான் பரமாத்மாவின் அங்கம் என்பதை உணர்கிறது. மீண்டும் ஜீவாத்மா தன் பழைய நிலைக்குத் திரும்பி கர்ம வினைகளில் உழல்கிறது. இந்நிலை பல முறை மாறி மாறி நிகழும்போது பரமாத்மாவுக்கும் ஜீவாத்மாவுக்கும் இடையிலான இடைவெளி குறைந்து கொண்டே வருகிறது. இறுதியில் ஜீவாத்மா பரமாத்மாவில் கலக்கிறது. இதுபோன்ற ஏராளமான செய்திகள் நமது ஆன்மீக இலக்கியங்களில் கூறப்பட்டுள்ளன. ஆன்மீகத்தில் அறிவை விட பின்பற்றும் முறைகள்தான் முக்கியத்துவம் பெறுகின்றன. எவ்வளவு அறிவைப் பெற்றோம் என்பதை விட அந்த அறிவைக் கொண்டு வாழ்வில் நாம் பின்பற்றிய முறைகள் எத்தகையது என்பதுதான் முக்கியத்துவம் பெறுகிறது. பிரபலமான ஆன்மீக இலக்கியங்களை எழுதியவர்களாக இருந்தாலும் பின்பற்றும் முறைகளில்

அவர்கள் கவனம் செலுத்தாவிடில் அவருக்கு ஆன்மசித்தி அடைதல் இயலாத ஒன்றாகும். அறிவில் குறைந்தவர்களானாலும் பக்தி மார்க்கத்தைப் பின்பற்றி வாழ்ந்தவர்கள் வாழ்வில் உன்னத நிலையை அடைந்துள்ளனர். அதை விளக்கும் வகையில் சங்கராச்சாரியாரின் சீடர் பத்மபாதரோடு தொடர்புடைய ஒரு கதை இங்கே கூறப்படுகிறது.

விலங்கு உருவம் (கதை)

சங்கராச்சாரியாரின் பிரியமான சீடராவார் பத்மபாதர். அவர் நரசிம்ம மூர்த்தியின் அம்சமாகக் கருதப்படுபவர். அவர் ஒருமுறை 'அஹோபலம்' எனும் குன்றின் அடியில் தவம் புரியச் சென்றார். நாற்புறமும் உயர்ந்த மலைகள். சுற்றிலும் அடர்ந்த காடுகள். அவ்வனத்திலுள்ள ஒரு மரத்தின் அடியில் பகவான் விஷ்ணுவை தியானம் செய்தபடி பத்மபாதர் கண்மூடி அமர்ந்தார். மரங்களின் இலைகளிலிருந்து சொட்டும் பனித்துளிகள் அவர் நெற்றியில் வீழ்ந்து அவரைக் குளிர்வித்தன. அப்போது அவ்வழியே ஒரு வேடன் வந்தான். கொழுத்த மாமிசமுள்ள விலங்குகளை அவன் தேடிக் கொண்டிருந்தான். அவனது பசியைப் போக்குவதற்கான மாமிசம் மட்டுமே அவனுக்குத் தேவையாயிருந்தது. சிறிது தொலைவில் ஒரு வெள்ளை உருவம் கண்டு அவன் அம்பெய்ய முயன்றான். ஐயோ! அது மிருகமல்ல! ஒரு மனிதன் அல்லவா?. அவன் மனதில் திடீரென ஏமாற்றம் ஏற்பட்டது. அருகில் வந்து பார்த்தான். "நீங்கள் இங்கு என்ன செய்கிறீர்கள்?" என்றான் அந்த மனிதரைப் பார்த்து. பத்மபாதர் கண் விழித்துப் பார்த்தார்.

இவனிடம் என்ன சொல்வது? தான் தேடும் நரசிம்ம மூர்த்தியைப் பற்றிச் சொன்னால் இவனுக்குப் புரியுமா? பதமபாதர் சிந்தித்தார். வேடன் மீண்டும் மீண்டும் கேள்வியைத் தொடர்ந்ததும் அவர் சொன்னார். "கழுத்து வரையில் மனித உருவமும், கழுத்துக்கு மேல் மிருக உருவமும் கொண்ட ஒரு மிருகம் இந்தக் காட்டில் இருக்கிறது. அதைத் தேடித்தான் நான் இங்கு வந்திருக்கிறேன்" என்றார். வேடன் தான் கண்ட மிருகங்களையெல்லாம்

மனதில் அசை போட்டுப் பார்த்தான். அப்படியொரு மிருகத்தை அவன் கண்டதாய் நினைவில்லை. அந்தக் காட்டிலுள்ள அனைத்து மிருகங்களையும் அவன் அறிவான். தனக்குத் தொpயாத ஒரு மிருகம் அக்காட்டில் இருப்பதாய் கேட்டவுடன் அதைக் கண்டுபிடிக்க அவன் முடிவெடுத்தான். மிகத் தீவிரமாக அதைத் தேடத் துவங்கினான். கழுத்துக்குக் கீழே அழகான இளைஞன். வலிமை நிறைந்த கை கால்கள். கறுத்த திடமான மார்பு. கழுத்தில் தொங்கும் புலிநகச் சரடு. கழுத்துக்கு மேலே சிங்க முகம். வளைந்த கூர்மையான பற்கள். சிவந்த ஒளிமிக்கக் கண்கள். பழுப்பு நிறத்தில் ஜடை முடிகள் தலை முழுதும் பரந்து கிடக்கிறது. இப்படியொரு உருவத்தைத் தேடி வேடன் அவ்வனத்தின் அடர்ந்த வழிகளிலும், புல்வெளிகளிலும் எல்லாம் பசி, தூக்கம் மறந்து ஓரே சிந்தனையுடன் அலைந்து கொண்டிருந்தான்.

திடீரென்று ஒரு பயங்கர சத்தம் ஒரு அலறல் போலக் கேட்டது. சத்தம் வந்த இடத்துக்கு அவன் ஓடிச் சென்றான். நீண்டு கிடக்கும் கரும்பாறைகளுக்கு நடுவில் அவன் மனதில் கண்ட அந்த உருவம் நின்று கொண்டிருப்பதைக் கண்டான். வேடனுக்கு அளவிட முடியாத ஆனந்தம். அப்போது மரத்தடியில் அமர்ந்திருந்த மனிதரைப் பற்றி சிந்தித்தான். அந்த மனிதர் தேடுவதும் இந்த மிருகத்தைத் தானே? இதை அவர் இருக்குமிடத்திற்குக் கொண்டு செல்ல எண்ணினான். சிறிது பயத்துடன் வேடன் அம்மிருகத்தின் அருகில் சென்றான். அருகில் நெருங்க நெருங்க அந்த மிருகம் மிகவும் அமைதியடைவதை ஆச்சர்யத்தோடு அவன் கண்டான். காட்டுக் கொடிகளைச் சேகரித்து வந்து அதைக் கட்டினான். கட்டப்பட்ட மிருகத்தைக் கொண்டுபோய் பத்மபாதர் முன்னிலையில் நிறுத்தினான். அதைக் கண்டவுடன் பதமபாதர் ஆச்சர்யத்தில் உறைந்து போனார். தனது ஆராதனைக்குரிய கடவுளைக் கண்டு மெய்மறந்து நின்றார். “நான் இதை எங்கெல்லாம் தேடினேன் தெரியுமா? பாறைக்கிடையில் நின்று கொண்டிருந்தது. உடனே அதைக் கட்டி உங்களிடம் கொண்டுவந்தேன்” என்று வேடன் சொன்னது மெல்லிய குரலாக அவர் காதில் ஒலித்துக்

கொண்டிருந்தது. அவருடைய ஆச்சர்யம் அடங்கவில்லை. நரசிம்ம மூர்த்தியின் கட்டுக்களை அவிழ்த்து அவர் காலில் வீழ்ந்து வணங்கினார்.

“பகவானே! உங்களை நான் மனமார பிரார்த்தனை செய்தேன். ஆனால் என்முன் தோன்றாத நீங்கள் ஒரு சாதாரண வேடனின் முன்னிலையில்……” அவர் கேட்டார். “பக்தா! இந்த வேடனைப் போல இவ்வளவு தீவிரமான மன ஒருமையுடன் இதுவரையில் என்னை யாரும் நினைத்ததில்லை. முழுமனதுடன் கூடிய கவனமல்லவா முக்கியம்? இவனுடைய அறியாமையை மட்டும் அகற்றி விடலாம்” பகவான் கூறினார். அவரது அருள் ஒளிக் கீற்றுகள் வேடனைத் தழுவின. வேடனின் மனதில் அறியாமை அகன்று புத்தொளி பிறந்தது.

அறிவை விட பக்திதான் சிறந்தது என்பதையே இக்கதை காட்டுகிறது. மனத்தூய்மையுடன் கூடிய தேடல்தான் முக்கியத்துவம் பெறுகிறது. ஆனால் பலரும் இதை உணர முயல்வதில்லை. நம்மில் வளர்ந்து வந்துள்ள அறிவு பலரின் பங்களிப்பாகும். அதில் பெரும் பங்கும் யோகிகளின் தூய்மையான தவத்தின் பலனாகும். ஆனால் நம்மில் உள்ள இத்தகைய நல்லறிவுடன் அசுரத்தனமான வழக்கங்களும் தற்போது வளர்ந்து வருகின்றன. தூய்மையான பக்தியின் அடையாளமாகச் செய்யப்படும் கடவுள் நைவேத்யங்களில் (காணிக்கை) மது இடம் பெறத் துவங்கியதும், மிருகபலி, சதி போன்ற கொடிய வழக்கங்கள் வளர்ந்து வந்ததும் இதன் அடிப்படையில் ஏற்பட்ட தவறுகளாகும். பக்தர் மனதில் தோன்றிய அசுரத்தனமான பக்தி என்றே இதைக் காணமுடியும். தூய்மையான வழிமுறைகள் சுலபமானதாக இருக்கும்போது ஏன் இத்தகைய கடினமான வழிகளைத் தேர்ந்தெடுக்க வேண்டும்? எந்த வகையில் அது நியாயப்படுத்தப்பட்டாலும் நன்மையின் பாதையில் செல்லாத அவ்வழிகள் விலக்கப்பட வேண்டும். மக்கள் மனதில் தோன்றிய இத்தகைய அறியாமை எண்ணங்களை அகற்றும் பணி செய்யப்பட வேண்டும். புரோகிதர்களும், ஜோதிட வல்லுநர்களும் இப்பணியாற்றத் தகுந்தவர்களாவர். அறியாமையுடன் தம்மிடம் வரும் மனிதர்களிடம் சுயலாபத்திற்காக தவறான அறிவுரைகள்

கூறாமல் இருக்க வேண்டும். அவர்களின் அப்பாவித்தனத்தைப் பயன்படுத்தி அவர்களை ஏமாற்றினால் அது கொடும் பாவமாகும்.

சோதிடர்கள் தெய்வ அருள் பெற்றவர்களாவர். அவருடைய வார்த்தைகள் தெய்வ வாக்காகக் கருதப்படும்போது அவர் தன் மேன்மையை உணர்ந்து செயல்பட வேண்டும். தன் முன் அமர்ந்திருப்பவர்க்கு நன்மையின் வழிகளைத் திறந்து விட வேண்டும். அறியாமை இருளில் இருப்பவர்களை அறிவின் வெளிச்சத்திற்கு அழைத்து வர வேண்டும். கிரக தோஷங்களுக்கு பரிகாரங்கள் கூறும்போது மந்திரஜபம் போன்ற பரிகாரங்களைக் கூறவேண்டும். நன்மையின் பாதையில் செல்ல வேண்டிய அவசியத்தையும் உணர்த்த வேண்டும். வழிபாட்டு முறைகளில் அமைதியான வழிபாட்டு முறைகளுக்கு முக்கியத்துவம் கொடுக்க வேண்டும். பக்திமுறைகளில் சரியான வழிகாட்டுவதற்கு ஆன்மிகச் சொற்பொழிவாளர்களுக்கு இயலும். நமது அன்றாட வாழ்வில் நாம் கடைப்பிடிக்கும் ஒழுக்க விதிமுறைகள் குறித்து ஆய்வு செய்து அவற்றுள் நல்ல வழக்கங்களைப் பாதுகாக்கவும், தீய வழக்கங்களை திருத்துவதற்கும் சமூக சீர்திருத்தவாதிகள் முயற்சிக்க வேண்டும்.

ஷடாதாரச் சக்ரம்

ஜீவாத்மாவும் பரமாத்மாவும் ஒன்று கலப்பதுதான் யோகநிலை. பரமாத்மாவின் முன்னால் வரும் ஜீவாத்மாவின் லௌகீக வாழ்வு என்னும் திரையை விலக்கும் கருவிதான் ஆன்மீகச் சிந்தையும், செயல்களும். மகாயோகம், ராஜயோகம், ஞானயோகம், பக்தியோகம், ஜபயோகம், லயயோகம், யந்த்ரயோகம், சமாதியோகம் போன்ற பல்வேறு வழிமுறைகள் இதற்கு வழிகாட்டுகின்றன. இவையெல்லாம் இடைவிடாத மந்திரஜப முறையால் அடையப்படுவதாகும். அவ்வகையில் நம் வாழ்வு முழுமை பெற உதவுவது நமது உடல்தான். அதற்குரிய அனைத்தும் நம் உடலின் அமைப்பில் உருவாக்கப்பட்டுள்ளது.

பஞ்சபூதங்களால் உருவாக்கப்பட்ட நம் உடலில் ஐம்புலன்களும் நமக்கு அனைத்தையும் அறிவிக்கும் கருவிகளாகும். நரம்பு மண்டலம் அனைத்தையும் கடத்திவிடும் பணியைச் செய்கின்றது. முதுகெலும்பும், மூளையும், முக்கிய நரம்புகளும் அற்புதமான உறுப்புக்களாகும். நம்முள் உறங்கிக் கிடக்கும் குண்டலினி சக்தியை நாம் உணராதவரையில் ஆன்மீக பந்தத்தை நம்மால் அடைய முடியாது. மனிதன் பலவித யோகங்களின் வழியாகச் செல்லும்போது இந்த சக்தி எழுப்பப்படுவதோடு மட்டுமல்லாமல், அதனோடு தொடர்புடைய சக்கரங்களின் வழியாக கடந்து சென்று இறுதியாக மூளையோடு தொடர்பு கொண்டுள்ள சஹஸ்ரார சக்கரத்தை அடைந்து சிவசக்தியில் ஒன்று சேர்கிறது. மூலாதாரம், ஸ்வாதிஷ்டானம், மணிபுரம், அனாஹதம், விசுத்தி, ஆக்ஞா, சஹஸ்ராரம் என ஏழு வகைச் சக்கரங்கள் இவற்றில் அடங்கும். இதுகுறித்து விரிவான ஆராய்ச்சி அவசியமாகும். ஆர்வமுடையவர்கள் இதன் கடைசிநிலை வரை சென்று ஆராய்ந்தறியலாம்.

அறிவதற்கான ஆர்வம் மனிதனின் இயல்பான குணமாகும். தன்னைக் குறித்து, தான் வாழும் உலகத்தைக் குறித்து எல்லாம் அவன் ஆராய முற்படுகிறான். ஆராய்ச்சியின் வழிகளும் பலவிதமானது. ஆத்மாவைப் பற்றியுள்ள ஆராய்ச்சியில் தான் நாம் இதுவரையிலும் பயணித்து வருகிறோம். இந்தப் பாதை இப்போதும் நீண்டு கொண்டுதான் போகிறது. ஏராளமான பிறவிகளைக் கடந்தாலும் பாதையின் நீளம் குறையாது. அந்நிலையில் அதில் ஒரு அடியாவது முன்வைக்க முடிந்தால் அது மகத்தான் செயலாகும். அமைதி கானங்களைக் கேட்டபடி நம் பயணம் தொடரட்டும்.

ஓம் சாந்தி! சாந்தி! சாந்தி!

-சுபம்-

References

Nalappattu Narayana Menon, (1981) Aashajnana, Third Edition, Mathrubhumi

Printing & Publishing Company Ltd, Kozhikode, India.

Tunjathu Elutachan, (2005) Adhyatma Ramayana, First Edition, Surya Books, Thrupunithura, India.

Onakkur Sankaraganakan, (1996) Devaprasnam (Marisika Vyagyana), Third Edition, Current Books publication, India.

Swami Sunmayanandan, (1964) Meditation and Life, Chinmaya Publication Trust, Chennai, India.

Senas Narayanan Namboodiripad, (1981) Tantrasamuchayam (Part III), Third Edition, Panchangam Pusthakamala, Kunnamkulam, India.

K. S. Kunjunni Raja, (1989) Sri Shankaracharya, First Edition, Department of Cultural Publications, Trivandrum, India.

Mrudananda Swamy, (2006) Prasnopanishad, Third Edition, Sri Ramakrishna Sramam, Tiruchur, India.