எளிது எளிது

ஞான விடுதலை

மிகவும் எளிது

ஸ்ரீ பகவத்

நூலின் பெயர் : எளிது எளிது ஞான விடுதலை மிகவும் எளிது

ஆசிரியர் : ஸ்ரீ பகவத்

பதிப்பு : நான்காம் பதிப்பு மே 2013

வெளியீட்டாளர்

திருமதி. **T.** கோமதி

பிரவாகம் பப்ளிகேஷன்ஸ்

31, இராமலிங்கசாமி தெரு, அம்மாப்பேட்டை. சேலம் - 636 003.

தமிழ்நாடு, இந்தியா

Cell : 99942 05880, 97891 65555

விலை : ₹ **100/-**

வடிவும் – அச்சும்

ஸ்நேகா பிரிண்ட்ஸ்,

2/2, தீபம் காம்ப்ளக்ஸ், மெயின் ரோடு,

சாத்தூர். Cell : 94430 12170

Pages : 136 ■ Price : Rs. **100/-**

■ Elidhu Elidhu Gnana Vidudhalai Migavum Elidhu - in Tamil

By Sri Bagavath © ■ Fourth Edition : May 2013

■ Published by Mrs. T. Gomathi, Pravaagam Publications,

Salem - 636 003. Tamil Nadu, India.

■ Printed at Sneha Prints, Sattur.

Copyright Warning :

No part of this book shall be reproduced or transmitted in any form or by any means, electronic or mechanical, including photocopying or recording or by any information storage and retrieval system without permission in writing from PRAVAAGAM PUBLICATIONS, SALEM.

அறிமுகம்

ஸ்ரீ பகவத் தனது பதினெட்டாவது வயதிலேயே, அதாவது கல்லூரிப் பருவத்திலிருந்தே, ஆன்மீகத்தில் நாட்டம் கொண்டவர். ஆன்மீக நூல்களைத் தேடித்தேடிப் படித்துத் தெளிவாகக் கற்றவர்.

பகவான் இரமண மகரிஷியின்பால் ஈர்க்கப் பட்டவர்; ஜே.கே. போன்ற பல ஞானிகளைத் தரிசித்தவர் ; அவர்களது உரைகளை நேரடியாகக் கேட்டவர் ; பல துறவிகளையும் ஞானிகளையும் நாடிச் சென்று அவர்களுடன் உரையாடித் தெளிவு பெற்றவர்.

ஆன்மீக ஞானி தேனி ஸ்வாமிகளுடன் நீண்ட காலத் தொடர்பு உடையவர் ; ஆன்மீக சத்சங்கங்களில் பல காலமாகப் பங்கேற்றவர். அதன் பயனாக ஆன்மீகத்தில் யோக சாதனையில் ஈடுபட்டுப் பல அனுபவங்கள் பெற்றவர். ஆயினும் அவரது தேடுதல் நிற்கவில்லை ; ஆன்மீகத் தாகம் தணியவில்லை.

வழக்கறிஞர் பணி ஒரு பக்கம் ; உண்மையை உள்ளபடி அறிய வேண்டும் என்ற ஆன்மீகத் தேடல் மறுபக்கம். நாற்பது ஆண்டுகள் இடைவிடாது ஆன்மீக விசாரம். அல்லும் பகலும் அதே சிந்தனை.

அவரது தீவிரமான தேடுதலின் பயனாகத் திடீரென்று ஒரு நாள் உண்மையைத் தரிசித்தார். தெளிவு பிறந்தது ; தேடுதல் நின்றது.

தனது ஐம்பத்தெட்டாவது வயதில் ஞானம் பெற்றார். பல்லாண்டு முயற்சியின் பலனாய்க் கிடைத்த ஞானத்தில் மகிழ்ந்து ஆனந்தக் கூத்தாடவில்லை. ஆச்சரியத்தில் ஆழ்ந்து போனார். அரைநொடியில் புரிந்து கொள்ள வேண்டிய இந்த ஞானத்திற்காகவா நாற்பது ஆண்டுகள் அரும்பாடு பட்டோம் என்று வியப்புற்றார்.

ஞானம் பெறுவதற்குப் பெருமுயற்சி தேவை யில்லை என்பதை அறிந்தார். ஆன்மீக நாட்டம் உடையவர்கள் இதனை எளிதாகப் பெறலாம் என்பதைப் புரிந்து கொண்டார். அதன் காரணமாக இந்த ஞானத்தை - இதை அடையும் வழிமுறையை -எல்லோரும் புரிந்துகொள்ளும் வகையில் எளிமை யாக விளக்குகிறார்.

யாவரும் எளிதில் அணுகும் வகையில் எளிமையும் இனிமையும் தெளிவும் நிறைந்தவராக இருப்பதால் அவரிடம் வருபவர்களின் ஐயத்தைத் தெளிவித்து, விளக்கமாகக் கூறி, தான் பெற்ற இன்பத்தை, ஞானத்தை இவ்வையகமும் பெற வேண்டும் என்ற அடிப்படையான உணர்வோடு வழிகாட்டி வருகிறார்.

அரங்கநாதன் **M.A., M.Ed.,**
தமிழாசிரியர் (ஓய்வு)
ஸ்ரீ சாய் நிவாஸ்
திருச்செந்தூர்.

பொருளடக்கம்

1.	வினாடி நேரத்தில் ஞானமடைதல் சாத்தியம் ?	7
2.	நமது மனம்	23
3.	அகப்போராட்டம்	47
4.	முக்தியைக் கொடுக்கும் புரிதல்	62
5.	உணர்வுகளின் மலர்வு	83
6.	விடுதலை	95

1

வினாடி நேரத்தில் ஞானமடைதல் சாத்தியம் ?

ஞானமடைதல் என்பதுதான் மனித வாழ்வின் உயர்ந்த இலக்கு.

இது ஆன்ம சாதகர்கள் அனைவருடைய கருத்தாக இருந்து வருகிறது.

ஒருவர் ஆர்வத்துடனும் அக்கறையுடனும் ஆன்ம சாதனைகளில் ஈடுபட்டு ஞானமடையப் பாடுபடு கிறார் என்று வைத்துக் கொள்வோம்.

எவ்வளவு காலம் அவர் பாடுபட வேண்டும் ?

10 வருடங்கள் ?

12 வருடங்கள் ?

20 வருடங்கள் ?

- அல்லது அவரது வாழ்நாள் முழுவதுமா ?

அரசர் ஜனகரைப் பற்றி நீங்கள் கேள்விப் பட்டிருக்கலாம்.

அரசர் ஜனகர் வேத பாடங்களை ஆச்சாரியார் ஒருவர் மூலம் பயின்று கொண்டிருந்தார். வேதநூல்

ஒன்றில் காணப்பட்ட புதுமையான வாக்கியம் ஒன்று அரசர் ஜனகரைக் கவர்ந்தது. **"குதிரையேறும் ஒருவர் சேணத்தின் ஒரு பக்கத்தில் ஒரு காலை வைத்துக் கொண்டு அடுத்த காலைச் சேணத்தின் மறு பக்கத்திற்குக் கொண்டு செல்லுவதற்குள், அவரால் மெய்ஞ்ஞானம் பெற முடியும்"** என்று கூறப்பட்டிருந்தது.

சேணத்தின் ஒரு பக்கத்தில் காலை வைத்த வுடனேயே குதிரை நகர ஆரம்பித்துவிடலாம். ஆகவே மிக விரைந்துதான் ஒருவர் மறுகாலைச் சேணத்தின் மறுபக்கத்திற்கு எடுத்து வைப்பார்.

இதனால் கூறப்படும் செய்தி என்னவென்றால் சில விநாடி நேரத்திலேயே ஒருவர் மெய் ஞானமடைந்துவிட முடியும் என்பது தான்.

அரசர் மிகவும் ஆச்சரியம் அடைந்தார்.

வீட்டையும் நாட்டையும் துறந்த தவசீலர்கள் பல காலமும் கடுந்தவம் இயற்றுவதைக் கண்கூடாகப் பார்த்திருக்கிறார்.

அப்படியானால் அத்தகைய தவங்களெல்லாம் தேவையில்லாதவைகளா ?

பல்லாண்டு காலம் தவஞ்செய்து பெறக்கூடிய மெய்ஞ்ஞானத்தை விநாடி நேரத்தில் பெற்றிடுவது சாத்தியமா ?

சாஸ்திரத்தில் இப்படிக் கூறியிருப்பது உண்மைதானா ? வினாடியில் முக்தி ஞானம் அடைதல் சாத்தியமா ?

அதனைத் தெளிவுபடுத்துமாறு அரசர் ஆச்சாரியாரைக் கோரினார். ஆனால் ஆச்சாரியார்

ஞானமடைந்தவரல்லர். ஆகவே அவரால் விளக்கம் கொடுக்க முடியவில்லை.

அரசர் அத்துடன் விட்டுவிடவில்லை. பண்டிதர், யோகியர் எனப் பலரிடமும் கேட்டுப் பார்த்தார். எவராலும் அவரது சந்தேகத்தைப் போக்க முடியவில்லை.

கடைசியில் அஷ்டவக்ரர் என்னும் ஞானி நேரில் வந்து அரசருக்கு விளக்கம் கொடுத்து விளங்க வைத்தார்.

அரசரும் கணப்பொழுதில் மெய்ப்பொருளை விளங்கிக் கொண்டு மெய்ஞ்ஞானியானார். சாஸ்திரத்தின் கூற்று உண்மைதான் எனக் கண்டார்.

இது வேதகாலக் கதையா அல்லது நடைமுறை உண்மையா ?

இது உண்மையேயாயின் நாம் பல காலமாக முயற்சி செய்தும் ஏன் மெய்ஞ்ஞானம் பெறாமல் உள்ளோம் ?

நாம் உண்மையான ஆர்வமுடன் தான் ஆன்ம சாதனைகளைப் பழகி வருகின்றோம். ஆன்ம சாதனைகளில் முன்னிலை வகிப்பவர்களின் வழிகாட்டுதல்களையெல்லாம் சரியான முறையில் பின்பற்றித் தான் வருகின்றோம்.

ஆயினும் மெய்ஞ்ஞானமடைதல் என்பது ஏன் தள்ளிப் போகின்றது ?

ஏன் அது எட்டாக் கனியாகவே இருந்து வருகின்றது ?

அக்காலத்தில் சாத்தியப்பட்டது ஏன் இக்காலத்தில் சாத்தியப்படவில்லை ?

இருபதாம் நூற்றாண்டின் பெரியவர் ஜே.கே. எனப்படும். ஜே. கிருஷ்ணமூர்த்தி கூறுவதைக் கேட்டிருப்பீர்கள். அவர் கூறுவார் :

“ஒருவர் திராட்சைப் பழத்தை உற்பத்தி செய்ய திராட்சையைப் பயிர்செய்கிறார். தண்ணீர் பாய்ச்சி, உரமிட்டுப் பராமரித்து திராட்சைக் கொடியை வளர்க்கிறார். சரியான கால அவகாசத்தில் அது பூக்கிறது. பிறகு காய்க்கிறது. அவருக்கு திராட்சைப் பழம் கிடைக்கிறது. இதற்குக் கால அவகாசம் தேவை ; பராமரிப்புத் தேவை ; பொறுமையான உழைப்பு தேவை. ஆனால் நான் உங்களுக்குக் கூறுவது வேறு. நீங்கள் திராட்சை விதையோடு வாருங்கள். ஒரு மணி நேரம் உள்ளார்ந்த ஈடுபாட்டுடன் எனது சொற்பொழிவைக் கேளுங்கள். நீங்கள் வீட்டுக்குத் திரும்பும்போது திராட்சைப் பழத்துடன் திரும்பலாம். ஞானமடைதலுக்குக் கால அவகாசம் தேவையில்லை. திறந்த மனதுடன் நான் சொல்லுவதைக் கவனித்தால் மட்டும் போதும். உங்கள் தரப்பில் நீங்கள் எந்தவொரு முயற்சியையும் செய்யத் தேவையில்லை. மெய்ஞ்ஞானம் உங்களுக்குச் சொந்தமாகிவிடும். மெய்ஞ்ஞானத்துடன் நீங்கள் வீட்டுக்குத் திரும்பலாம்.”

அவர் பொய் கூறவில்லை. முற்கால நூல்களில் சொன்னதைப் போன்றுதான் சொல்லியிருக்கிறார்.

‘குதிரையின் சேணத்தின் ஒரு பக்கம் ஒரு காலை வைத்து மறுபக்கத்தில் மற்றொரு காலை வைக்கும் நேரத்திற்குள் மெய்ஞ்ஞானம் பெற்று விடலாம்’

என்ற வேத நூல் கூற்றைப் போலவே ஜே.கே.யும் கூறியுள்ளார்.

வேத நூலில் கூறப்பட்டுள்ளது உண்மை என்பதும் அது நடைமுறை சாத்தியம் என்பதும் அவருக்குத் தெரிந்திருக்கிறது. ஆகவே அவர் அறுதியிட்டு அவ்வாறு கூறியுள்ளார்.

அது உண்மையான கூற்றுதான் என நாம் எடுத்துக் கொண்டாலும்,

ஜே.கே.யின் விளக்கம் எத்தனை பேரை ஞானமடைய வைத்துள்ளது ?

ஜே.கே. தன்னுடைய ஆரம்ப காலச் சொற் பொழிவுகளில், மேற்சொன்ன திராட்சைப் பழ உதாரணத்தைக் கூறிச் சொற்பொழிவுகளை மேற்கொண்டுள்ளார்.

அவர் தம் பிற்காலச் சொற்பொழிவுகளில் தம் ஆதங்கத்தையும் வெளிப்படுத்தியுள்ளார்.

“நானும் உங்களிடம் 60 ஆண்டுகளுக்கு மேலாகப் பேசி வருகிறேன். நீங்களும் வருடக் கணக்கில் எனது பேச்சைக் கேட்டு வருகிறீர்கள். ஆனால் உங்களிடம் எந்த மாற்றமும் ஏற்படவில்லை. இதற்கு யார் காரணம் ? யார் பொறுப்பு ?”

- என அவர் கேட்கிறார்.

அவர் கேள்வி நியாயமானது தான்.

பத்தையும் இரண்டையும் கூட்டிப் பன்னிரண்டு என்று கூறுவதற்குக் கணநேரம் போதும். ஆனால் இரண்டையும் கூட்டிப் பார்ப்பதை விட்டு விட்டு

வேறு எதையோ செய்து கொண்டிருந்தால் பல்லாயிரம் வருடமானாலும் பன்னிரண்டு என்ற விடை வராது.

ஞானம் என்பது மிகவும் எளிமையானது.

நாம் குழப்பிக் கொண்டால் அது மறை பொருளாகி விடும். உண்மையில் ஞான மடைதல் என்பது கணநேரத்தில் நிகழக்கூடிய ஒன்று. ஆனால் -

அப்படி இது வினாடியில் நிகழக்கூடிய ஒன்று என ஒருவர் கூறுவாரேயானால் நமக்கு என்ன எண்ணத் தோன்றும் ?

"கணநேரத்தில் ஞானமடைதல் சாத்தியமே அன்று. அப்படியே ஒருவேளை கணநேரத்தில் ஞானமடைய நேர்ந்தாலும், அவர் பல வருடங்கள் பயிற்சி செய்ததன் விளைவாக அதன் பலனாக தற்போது கணநேரத்தில் ஞானமடைதல் சாத்தியமாகி இருக்கலாம்" என்றே நமக்கு எண்ணத் தோன்றும். அது போன்று ...

ஒருமாத காலத்தில் ஞானமடைதல் சாத்தியம் என்று ஒருவர் கூறுவாரேயானால் அந்த ஒருமாத காலத்தில் ஏதோ வினோதமான பயிற்சிகளைக் கொடுத்து அந்தப் பயிற்சிகளின் காரணமாக ஒருவேளை ஞானம் கிடைக்கலாமோ என்று எண்ணத் தோன்றும். அப்படி ஒருமாத காலம் என்று கூறியதால் மட்டுமே ஒருவேளை சாத்தியமாகலாம் என்றும் எண்ணத் தோன்றலாம்.

உண்மையில் ஞானமடைதல் என்பது கணநேரத்தில் நிகழ வேண்டிய ஒரு நிகழ்வு.

ஒரு கணத்தில் நிகழக் கூடியது என்றால் ஒருவர் தமது சக்தியை இன்னொருவருக்குச் செலுத்தி ஞான விழிப்பைக் கணநேரத்தில் ஏற்படுத்துவதா ?

உண்மையில் எவரும் தமது சக்தியை இன்னொருவருக்குச் செலுத்த வேண்டுவது இல்லை. வினோதமான பயிற்சிகள் எவற்றையும் செய்ய வேண்டுவதும் இல்லை.

ஞானமடைதல் என்பது ஒரு தெளிவு நிலையே ; எது ஞானம், எது அஞ்ஞானம் என்ற ஒரு தெளிவு நிலையே ! எது ஞானம், எது அஞ்ஞானம் என்று புரிந்து கொண்ட மாத்திரத்திலேயே ஞான விழிப்பு ஏற்பட்டுவிடும்.

அது எப்படிச் சாத்தியம் ?

ஞானம் என்றால் என்னவென்று தெரிந்து கொண்ட மாத்திரத்தில் எப்படி ஒருவர் ஞானம் பெற முடியும் ? தெரிந்து கொண்டதைச் செயல்படுத்திப் பார்த்து அதனை நடைமுறைக்குக் கொண்டுவர வேண்டாமா?

ஆனால் இங்குள்ள நடைமுறை அப்படி இல்லை. நாம் அதை செயல்படுத்தத் தேவையில்லை. நடைமுறைக்குக் கொண்டுவரத் தேவையில்லை. ஞானம் என்றால் என்னவென்று தெரிந்துகொண்ட மாத்திரத்திலேயே ஞானமடைதல் நிகழ்ந்து விடுகின்றது.

அப்படியானால் ஞானம் என்றால் என்ன வென்றே தெரியாமலா இவ்வளவு காலம் இருந்திருக்கிறோம் ? ஞானம் என்றால் என்னவென்று

நாம் பலவகையிலும் படித்துத் தெரிந்து கொண்டிருக்கிறோம். ஞானத்தைப் பற்றிப் பலரும் சொல்லக் கேட்டு, ஞானம் என்றால் என்னவென்று நாம் ஏற்கெனவே புரிந்துதானே வைத்திருக்கிறோம் ? அப்படியிருந்தும் நாம் இதுவரை ஞானம் அடையவில்லையே ?

ஞானம் என்பதை நாம் ஏற்கெனவே என்னவாகப் புரிந்து கொண்டிருக்கிறோமோ அது தவறு என்பது, நாம் ஞானத்தைப் புரிந்து கொள்ளும் போது தான் தெரியும்.

"நாம், நம்மை இந்த உடல் என்றும் நம்முடைய மனம் என்றும் எண்ணிக் கொண்டிருக்கிறோம். உண்மையில் நாம் இந்த உடலோ மனமோ அன்று. இவற்றுக்கு ஆதாரமாக இருக்கும் ஆன்மாவே நாம். நமது மனம் வெளிமுகமாக இயங்குவதால், ஆதாரமாக இருக்கும் ஆன்மா பற்றிய அறிவு எதுவும் நமக்கு இல்லை. ஆகவே நமது கவனத்தை வெளிமுகமாகச் செயல்படுவதை மாற்றி, உள்முகமாகத் திருப்பி நமது அடி ஆழத்தில் தோய்ந்திருந்து நாம், நம் ஆன்மா தான் என்று உணர வேண்டும். நாம் யார் என்பதை இவ்வாறு உணர்ந்து கொள்வதே ஞானம்" *என்று நாம் படித்துள்ளோம்.*

"நாம் தூங்கிக் கொண்டிருக்கும்போது நாமும் நமது நண்பர்களும் ஓர் ஆபத்தில் மாட்டிக் கொண்டதாகக் கனவு காண்கிறோம். அப்போது எவரோ கதவைத் தட்டுகிறார்கள். விழித்துக் கொள்கிறோம். தூக்கம் கலைந்த நிலையில் நாம் ஆபத்தில் இல்லை என்பதைப் புரிந்து கொள்கிறோம். நம்மைச் சார்ந்தவர்களைக் காப்பாற்ற வேண்டிய அவசியம் இல்லை என்பதையும் புரிந்து கொள்கிறோம்.

நாம் எந்த ஆபத்தும் இல்லாமல் பாதுகாப்பாகப் படுக்கையில் படுத்திருக்கிறோம் என்று புரிந்து கொள்வது தான் ஞானம்" என்பதையும் படித்துள்ளோம்.

ஆன்மாவின் ஞான அம்சம் பற்றி இவ்வாறு விளக்கங்கள் கொடுக்கப்பட்டுள்ளன. இதன் மூலம் ஆன்மாவின் தன்மை பற்றிய விபரங்கள் நமக்குத் தெரிகின்றன.

ஆனால் இதனைப் படிப்பதன்மூலம் ஞானம் என்றால் என்ன என்ற தெளிவு நமக்குக் கிடைப்பதில்லை.

இதைப் பற்றி நாம் இங்கு ஆய்வு செய்யப் போவதில்லை. ஆகவே ஆன்மா பற்றிய இத்தகைய கருத்துகளையெல்லாம் தற்காலிகமாக ஒதுக்கி வைப்பது நமது ஆய்வுப் பயணத்துக்கு உறுதுணையாக இருக்கும்.

ஆனால் உண்மை இதுதான் :

ஞானம் என்றால் என்னவென்பதை நாம் புரிந்துகொண்ட மாத்திரத்திலேயே ஞானமடைதலும் நமக்கு நிகழ்ந்துவிடுகின்றது.

அதுவும் ஒரு கணநேரத்தில் நிகழ்ந்து விடுகின்றது.

இத்தகைய ஞானம் புத்தருக்கு ஏற்பட்டது ; கணநேரத்தில் ஏற்பட்டது ; போதி மரத்தின் கீழ் ஏற்பட்டது ; அது அசாதாரணமான ஞானம் என்று அனைவராலும் இன்றளவும் போற்றப்படுகிறது.

அது உண்மையிலேயே அசாதாரணமான ஞானம் தான். ஏனெனில் அது எவருடைய உதவியும்

இல்லாமல் அவராகவே புரிந்து அடைந்து கொண்டது. அத்தகைய ஒருவருக்கு எல்லா சந்தேகங்களும் தீர்ந்து போய்விடுகின்றன. அவரே அவருக்கு ஒளியாகி விடுகின்றார்.

அசாதாரணமான இந்த ஞானம்

மிகவும் சர்வ சாதாரணமானது. கணநேரத்தில் நீங்களும் இதனை அடைந்து விடலாம்.

ஞானம் என்றால் என்னவென்பதற்கு நாம் கொண்டிருக்கும் தவறான கருத்துகளின் காரணமாகவே ஞானம் என்பது நமக்கு எட்டாக் கனியாக இருக்கின்றது.

ஞானம் என்றால் என்னவென்பதன் மீது நமது தவறான கருத்துகளைக் கைவிட்டுவிட்டு எது ஞானம் என்பதை நேரடியாகப் புரிந்து கொண்ட மாத்திரத் திலேயே ஞானம் என்னும் தென்றல் உங்களுக்குள்ளும் வீச ஆரம்பித்து விடும்.

புத்தருக்கு இணையான ஞானம் இந்த ஜென்மத்தில் நமக்குக் கிடைப்பது சாத்தியமா என்று மலைத்திட வேண்டாம்.

அது சர்வ சாதாரணமானது.

நிச்சயம் நம் அனைவராலும் முடியக் கூடியது ; புரிந்துகொள்ளக் கூடியது ; அடையக் கூடியது.

ஞானம் என்றால் என்னவென்பதைப் புரிந்து கொண்ட வினாடியிலேயே ஞானமடைதல் உங்களுக்கும் நிகழ்ந்துவிடும். இதில் எள்ளளவும் ஐயமில்லை.

ஞானம் என்றால் என்னவென்பதை நமது சாஸ்திரங்கள் இதுவரையிலும் சரியான கோணத்தில் சுட்டிக் காட்டவில்லையா ?

நாம்தான் புதுமையாகக் கண்டுபிடிக்க வேண்டுமா ?

சாஸ்திரங்கள் ஒரே மாதிரியாக இதனை ஏற்கெனவே சுட்டிக்காட்டியுள்ளன. சுட்டிக் காட்டாமல் இல்லை. ஆயினும் சரியான முறையில் அது நமக்குக்கிடைக்கவில்லை. பலவிதமான செய்திகளுக்கிடையிலும், விளக்கங்களுக்கிடையிலும், ஞானம் என்றால் என்ன என்னும் தெளிவான கருத்து நமக்குக் கிடைக்காமலிருந்திருக்கிறது.

புத்தர் சாதாரணமாக இந்த ஞானத்தை அடையவில்லை. கடும் விரதங்களும் கடுந் தவங்களும் புரிந்த பிறகே இந்தப் பரிபூரண நிலையை அடைந்துள்ளார்.

நாம் அந்த அளவுக்கு விரதங்களையும் கடுந்தவங்களையும் மேற்கொண்டிருக்கவில்லை. ஒரு சராசரி மனிதனுக்குரிய அத்தனை அற்பமான இயல்புகளும் நமக்கு இருக்கின்றன. இந்நிலையில், புத்தருக்கு சாத்தியமானது நமக்கு சாத்தியமாகுமா ? நமது சராசரி மனித இயல்பே இந்த ஞானத்தை அடையத் தடையாக இருக்காதா ?

ஞானம் என்றால் என்னவென்பதை நாம் சரிவரப் புரிந்து கொள்ளாத நிலையில் இத்தகைய சந்தேகங்க ளெல்லாம் எழுவது நியாயமானது தான்.

ஆனால் நமது இயல்பு ஒரு தடையன்று. கடுந்தவங்களுக்கும் விரதங்களுக்கும் பிறகு தான் இதை அடைய முடியும் என்ற எந்த நிபந்தனையும் இதற்குக் கிடையாது.

நம் அனைவருக்கும் இது சாத்தியம். ஞானம் என்றால் என்னவென்பதை நாம் புரிந்துகொண்ட நிலையிலேயே ஞானம் நமக்குச் சொந்தமாகிவிடும். முயற்சியின் விளைவாக ஏற்படக் கூடியதன்று ஞானம்.

நண்பர் ஒருவர் தனது வீட்டு விலாசத்தைக் கூறி, தனது வீடு இருக்கும் இடத்தைப் பற்றியும் அதன் சுற்றுப்புறம், பாதை, வீட்டின் அமைப்பு ஆகியவை பற்றியும் கூறுகிறார். அவர் கூறிய அனைத்தும் அந்த வீட்டைப் பற்றிய செய்தியாக நாம் அறிகின்றோம். அவை நமது மனதில் அவர் வீட்டைப் பற்றிய ஒரு கற்பனையாக அமைகின்றது. ஆனாலும் நாம் வீட்டை நேரடியாகச் சென்று பார்க்கவில்லை. நாம் நேரடியாகச் சென்று பார்க்காதவரை வெறும் கருத்தளவில், புத்தியளவில் அறிந்து கொண்டுள்ளோம். நேரடியாகச் சென்று பார்க்கும் போதுதான் அவர் வீட்டை உண்மையாக நேரிலே பார்த்து அறிந்து கொள்கிறோம்.

ஞானத்தைப் புரிந்து கொள்தலும் இப்படித் தானா ?

ஞானம் என்றால் என்னவென்பதை முதலில் கருத்தளவில் புத்திபூர்வமாகப் புரிந்து கொண்டு, பிறகு நேரடியாக, யதார்த்தமாக, அனுபவரீதியாகப்புரிந்து

கொள்ள வேண்டுமா ?

இல்லை. இங்கு இத்தகைய பிரிவு கிடையாது.

வெறும் கருத்தளவில் புரிந்து கொண்டால் போதும். வெறும் புத்திபூர்வமாகப் புரிந்து கொண்டால் போதும்.

எது ஞானம், எது ஞானமன்று என்பதை வெறும் கருத்தளவில் புத்திபூர்வமாகப் புரிந்து கொண்டாலே போதும். அந்நிலையிலேயே -

உங்களது தவறான அணுகுமுறைகளெல்லாம் பலமிழந்து போய்விடும். உங்கள் கட்டுகளெல்லாம் உடைந்துவிடும்.

விடுதலை என்பது நீங்கள் கூப்பிடாமலேயே வந்துவிடும். இந்த விடுதலையை நாம் வேறெங்கேயோ அல்லவா தேடிக் கொண்டிருந்தி ருக்கிறோம் என்ற ஆச்சரியத்தில் மூழ்கிவிடுவீர்கள். அதே நேரம் உங்கள் விடுதலை உங்கள் வாழ்வையே ஒளிமய மாக்கிவிடும்.

இந்த ஞானத்தைப் புரிந்து கொள்வதற்கு நமக்கு எந்தத் தகுதியும் வேண்டாமா ?

இல்லாமல் என்ன ? எந்த ஒன்றானாலும் அதனை அடைய சில அடிப்படைத் தகுதிகள் வேண்டுமல்லவா? அப்படியிருக்கும் போது அதீதமான இந்த ஞானத்தைப் புரிந்து கொள்ளவும் சில அடிப்படைத் தகுதிகள் வேண்டும்.

ஆனால் அவை கடினமானவைகளோ

கடுமையானவைகளோ அல்ல.

அவை மிக எளிதானவை ; நியாயமானவை.

அவை :

1. ஆன்மீக வாழ்வில் ஆர்வமும் அக்கறையும் வேண்டும். (அதற்காகக் கடுந்தவம் புரிந்திருக்க வேண்டும் என்ற கட்டாயம் இல்லை)

2. ஆன்மீக நூல்களில் ஓரளவு அடிப்படையான பரிச்சயம் இருக்க வேண்டும். (அதற்காக அனைத்து ஆன்மீக நூல்களையும் ஐயம் திரிபறக் கற்றுத் தேர்ந்திருக்க வேண்டுமென்ற கட்டாயம் இல்லை)

3. நியாயமான கருத்துகளை ஏற்றுக் கொள்ளும் திறந்த மனம் வேண்டும். (ஏற்கெனவே வைத்திருக்கும் கருத்துகளையும் முடிவுகளையும் மாற்றியமைக்கத் தூண்டும் எந்தவிதமான புதிய கருத்துகளையும் ஆய்வுக்கு எடுத்துக் கொள்ள மாட்டேன் என்ற பிடிவாதம் இருக்கக் கூடாது)

4. என்னுடைய தகுதிக்கும் இயல்புக்கும் ஞானமெல்லாம் இந்த ஜென்மத்தில் ஏற்படாது என்ற தாழ்வு மனப்பான்மையும் அவ நம்பிக்கையும் இருக்கக் கூடாது.

- இந்தச் சாதாரணமான, நியாயமான அடிப்படைத் தகுதிகள் கொண்ட நம் அனைவராலும், ஞான விடுதலையை எளிதில் அடைய முடியும். அதுவும் கணநேரத்திலேயே.

ஏனெனில், இங்கு நாம் பயிற்சி செய்து எதையும் சாதிக்கப் போவதில்லை. பயிற்சிக்கும் முயற்சிக்கும் தான் கால அவகாசம் தேவை. ஆன்மீகப் பயிற்சிகள்

எல்லாம் நமக்கு அனுபவங்களை மட்டுமே தரும். ஞானத்தைத் தரமாட்டா.

இங்கு நாம் செய்ய வேண்டுவது எதுவும் இல்லை. எது ஞானம் என்பதை வெறும் கருத்தளவில் புரிந்து கொண்டாலே போதும். நமது கருத்துத் தெளிவே நமக்கு ஞானத்தைக் கொண்டுவந்துவிடும், அதுவும் நிரந்தரமாக.

ஆன்மீக அடிப்படை இல்லாதவர்களுக்கு இந்த ஞானம் ஏற்படுமா ?

ஏற்படலாம். ஆனால் அவர்களுக்கு இதன் ஆழம் புரியாது. மனக் கவலைகளிலிருந்து மட்டும் அவர்களால் ஓரளவு விடுபட முடியும்.

ஏனெனில், மனதே மனதை எதிர்த்துப் போராடும் தேவையற்ற போராட்டம் நின்றுவிடும்.

ஆன்மீக அடிப்படை உள்ளவர்களுக்கு நிரந்தர ஞான விடுதலை ஏற்பட்டுவிடும்.

அந்த ஞான விடுதலை என்பது என்ன ?

அதனை நாம் புரிந்து கொள்வது எவ்வாறு ?

2

நமது மனம்

ஞானம் என்றால் என்னவென்பதை நாம் தெளிவாகப் புரிந்து கொள்வதற்கு முன்பாக, நமது மனதின் அமைப்பைப் புரிந்து கொள்வது உதவியாக இருக்கும்.

நம்முடைய மனதை நாம் நமது வசதிக்கு ஏற்ப பின்வருமாறு பிரித்துக் கொள்வோமாக ...

1. உணர் மனம் (Conscious Mind)

2. அடி மனம் (Sub Conscious Mind)

3. ஆழ் மனம் (Deeper Conscious Mind)

உணர்மனம் *என்பதை உணர்வு என்றும் சொல்லலாம். நம்முடைய தினசரி வாழ்வில் நாம் எதையெல்லாம் அறிகின்றோமோ - உணர்கின்றோமோ - அவற்றையெல்லாம் உணர்வு அல்லது உணர் மனம் என்று கூறலாம்.*

காலையில் படுக்கையிலிருந்து எழுந்தது முதல் இரவு படுக்கைக்குச் செல்லும் வரை பலவகை அனுபவங்கள் நமக்கு எற்படுகின்றன. அந்த நேரத்தில் நாம் சுறுசுறுப்பாக இயங்குகின்றோம். மகிழ்ச்சியான

அனுபவங்கள் ஏற்படுகின்றன. வருத்தமேற்படுத்தும் அனுபவங்கள் ஏற்படுகின்றன. நம் அன்றாட வாழ்வின் போது நமக்குக் கோபம் ஏற்படுகின்றது. பயம் ஏற்படுகின்றது, அன்பு ஏற்படுகின்றது, வெறுப்பு ஏற்படுகின்றது, உற்சாகம் ஏற்படுகின்றது. இப்படி எத்தனையோ விதமான உணர்வுகள் நமது அன்றாட வாழ்வில் ஏற்படுகின்றன. உணர்வில்லாமல் நாம் ஒரு கணங்கூட இருப்பதில்லை. தூக்கத்தில் கூடக் கனவு நிலையில் இத்தகைய உணர்வுகள் தொடர்கின்றன.

-இவை அனைத்தையும் ஒட்டு மொத்தமாக்கி நமது உணர்வு அல்லது உணர்மனம் (Conscious Mind) என்று குறிப்பிடுகின்றோம்.

நமது உணர்வு இயங்குவது நமக்கு வெளிப்படையாகத் தெரியும். ஏனெனில் அறிதல் இல்லாமல், நமது உணர்வு இயங்குவதில்லை. அறிதலுடன் இயங்கும் நமது மனமே நமது உணர் மனம்.

இப்படி வெளிப்படையாக இயங்கும் நமது மனதின் அடியில், வெளிப்படையாகத் தெரிந்து கொள்ள முடியாத ஒரு பகுதியும் இயக்கத்தில் உள்ளது.

அதுதான் **அடிமனம்.**

அடிமனம் என்பது நமது இயல்பு.

ஒவ்வொருவருக்கும் ஓர் இயல்பு உண்டு. அது ஒருவருக்கொருவர் மாறுபட்டிருக்கும். சிலர் இயல்பாகவே மிகவும் பொறுமையும் அன்பும்

உடையவராக இருப்பர். இன்னும் சிலர் இயல்பாகவே பொறுமையில்லாதவராகவும் வன்முறை மிகுந்தவராகவும் இருப்பர்.

இவையெல்லாம் இயல்புகள்.

நமது இயல்புகள் இடம் பெற்றிருக்கும் இடமே நமது அடிமனம் (Sub Conscious Mind).

வெளிப்படையாக நாம் அனுபவிக்கும் அனைத்து உணர்வுகளுக்கும் ஆதாரமாக இருப்பதே நமது அடிமனம்.

இந்த அடிமனதை நாம் நேரடியாக அறிய முடியாது. அது உணர்வாக மாற்றமடையும் போது மட்டுமே நம்மால் அறிய முடியும்.

நமது இயல்புக்கேற்ற உணர்வுகள் தாம் நம்மிடமிருந்து வெளிப்பட முடியும். ஆனாலும் -

நமது இயல்பை நேரடியாக நம்மால் அறிய முடியாது. நமது இயல்புகள் எப்படியெல்லாம் உள்ளன என்பதை நம்மால் நேரடியாக அறிந்திட முடியாது.

நம்மிடம் வெளிப்படும் உணர்வுகளைக் கொண்டே நம்முடைய இயல்புகள் எப்படிப் பட்டவை என்பதனை அனுமானித்துக் கொள்ள முடியும்.

எனக்குள் கோபப்படும் இயல்பு உள்ளதா என்பதை என்னால் நேரடியாக அறிந்து கொள்ள முடியாது. ஆனால் எனக்கு வெளிப்படையாகக்

கோபம் ஏற்படும் போதுதான் எனக்குள் கோபப்படும் இயல்பு இருந்திருக்கின்றது என்பதை அறிந்து கொள்ள முடிகிறது.

உணர்மனம் என்பது இயங்கும் மனம். அடிமனம் என்பது இயங்கா மனம். அதாவது தெரியும் படி இயங்காத மனம்.

ஆனால் இயங்கும் மனதிற்கு அடித்தளம் இந்த இயங்கா மனமான அடிமனமே.

நமது அடிமனதிலிருந்து உருவாவதுதான் நமது உணர் மனம். நமது உணர் மனம் இவ்வாறு நமது அடிமனதிலிருந்து உருவாகி வெளிப்படுவதை நாம் புரிந்து கொள்ள முடிகிறது. ஆனால் -

நமது அடிமனது எவ்வாறு உருவாகிறது என்பதை நம்மால் நேரடியாக அறிய முடியாது.

அது எவ்வாறு உருவாகியிருக்க முடியும் என்று ஊகித்துதான் தெரிந்து கொள்ள முடியும்.

நாம், நம்முடைய பெற்றோர்களின் இயல்பு நிலையை ஓரளவு வாரிசாக அடைந்துள்ளோம். நாம் வளர்ந்த, வளர்க்கப்பட்ட விதம், நாம் சந்தித்த நிகழ்ச்சிகள், நாம் செய்த செயல்கள் ஆகியவை நமக்குப் பலவிதமான அனுபவங்களைக் கொடுத்தி ருக்கின்றன. நமது அனுபவங்களின் தாக்கம் யாவும் நமது அடிமனதில் பதிவாகிவிடுகின்றன. நம்முடைய மனப்பதிவுகளின் ஒட்டு மொத்தத் தொகுப்பே நமது இயல்பாக அமைந்துள்ளது. இதுவே நமது இயல்பு ; நமது அடிமனம்.

இது ஒரு போதும் முன்னர் இருந்ததைப் போல் இருக்கவே முடியாது. ஏனெனில் இது சேர்ந்து கொண்டே போகின்றது.

நம்முடைய ஒவ்வொரு அனுபவமும் பதிவாகிக் கொண்டே வருகின்றது.

நமது இயல்பிலிருந்து உணர்வு வெளிப் படுகிறது. நம்முடைய உணர்வுகளெல்லாம் மனதில் பதிவு செய்யப்பட்டு இயல்புகளாக உருமாற்ற மடைகின்றன.

இப்படி ஒன்றுக்கொன்று ஆதாரமாக இருந்து கொண்டிருந்தாலும், நாம் வெளிப்படையாக அறிந்து கொள்ளக் கூடியது நமது உணர்வுகளை மட்டுமே.

ஆதாரமாக இருக்கும் அடிமனதை நம்மால் நேரடியாக அறிந்து கொள்ள முடியாது.

நாம் அலுவலகத்திற்குப் போய்க் கொண்டிருக் கிறோம். வழியில் எதிரே வரும் நமது நண்பரைச் சந்திக்கிறோம். அது நமக்கு மகிழ்ச்சியைக் கொடுக்கிறது. மகிழ்வை ஏற்படுத்தக்கூடிய இயல்பு நமது அடிமனதில் உள்ளது. அது மகிழ்ச்சியாக வெளிப்படுகிறது.

அதுபோல், நாம் போகும் வழியில் நமக்குப் பிடிக்காத ஒருவரைச் சந்திக்கிறோம். நமக்கு அருவருப்பு - வெறுப்பு ஏற்படுகிறது. வெறுப்புணர்வை ஏற்படுத்தக்கூடிய இயல்பு நமது அடிமனதில் இருந்திருக்கின்றது. அதன் வெளிப்பாடாக நமக்கு வெறுப்புணர்வு ஏற்படுகிறது.

இங்கு நமக்கு ஏற்பட்ட மகிழ்ச்சி உணர்வும், வெறுப்பு உணர்வும்,

- நமது உணர்மனம் ஆகும். அவை இரண்டுமே நமது அடிமனதின் வெளிப்பாடு ஆகும்.

இப்படி நாம் இயங்கும் ஒவ்வொரு சந்தர்ப்பத்திலும், அந்தச் சூழ்நிலைக்கு ஏற்ப, நமது அடிமனம் செயல்படுகிறது. ஆயினும் நமது அடிமனதின் இயல்புக்கேற்ற உணர்வுகளே வெளிப் படுகின்றன.

நமக்குப் பிடிக்காத ஒரு நிகழ்வு ஏற்படுகிறது என்று வைத்துக் கொள்வோம். அதாவது நாம் தெருவில் செல்லும்போது அங்குள்ள ஒருவர், வருவோர் போவோரையெல்லாம் கண்டபடி திட்டிக் கொண்டிருக்கிறார்.

நாம் பயந்த சுபாவம் உள்ளவராக இருந்தால் நமது இயல்பு பயத்தை வெளிப்படுத்துகிறது. நாம் பயத்துடன் அங்கிருந்து போய்விடுவோம். நாம் பயந்த சுபாவம் இல்லாதவராக இருந்தால் நமது இயல்பு ஏசிக் கொண்டிருப்பவர் மீது கோபத்தை ஏற்படுத்துகின்றது.

நமது இயல்புக்கு ஏற்றபடி நமது உணர்வுகள் வெளிப்படுகின்றன.

இவ்வாறு நமது உணர்வுகளுக்குக் காரணமாக அமைந்துள்ளது தான் நமது அடிமனம் (Sub Conscious mind).

அடுத்தது நாம் பார்க்கவிருப்பது **ஆழ்மனம்.**

ஆழ்மனம் என்றால் என்ன?

ஆழ்மனம் என்பது இயற்கையின் இரகசியங்களெல்லாம் புதைந்து கிடக்கும் ஓர் ஆழமான பகுதி. நமது மனதின் ஆழ்நிலையில் இது இடம்பெற்றுள்ளது.

அடிமனதை எப்படி நம்மால் நேரடியாக அறிந்திட முடியாதோ அதுபோலவே இந்த ஆழ்மனதையும் நம்மால் நேரடியாக அறிந்திட முடியாது.

அடிமனதைப் போலவே-

இந்த ஆழ்மனதும் எப்போது உணர்வுகளை வெளிப்படுத்தி உணர்மனமாகச் செயல்படுகிறதோ, அதன் மூலமாகவே இந்த ஆழ்மனதைத் தெரிந்து கொள்ள முடியும்.

ஒரு குறிப்பிட்ட சூழ்நிலையில் ஏதாவது ஒரு சம்பவத்தில் நாம் பங்கு கொள்ளும் போது, நமது அடிமனதின் இயல்புக்கேற்ற உணர்வுகள் நமக்கு ஏற்படுகின்றன என்பதைப் பார்த்தோம்.

நமது அடிமனம் செயல்படுவது போன்று இந்த ஆழ்மனம் எந்தச் சாதாரணமான சம்பவங்களின் போதும் செயல்படுவதில்லை. மாறாக நமது உணர்வாலும் அடிமனதாலும் தீர்க்க முடியாத பிரச்சினைகளை இந்த ஆழ்மனது தனது அதீதமான ஆற்றலை வெளிப்படுத்தித் தீர்த்து வைக்கிறது.

உதாரணமாக ஆபத்துக் காலத்தில் நமது அடிமனம் நமக்கு பயத்தையும், பதட்டத்தையும் ஏற்படுத்துகின்றது. நாம் ஆபத்திலிருந்து தப்பித்துக்

கொள்ள ஓடுகிறோம். ஆனால் 10 அடி உயரச் சுவர் ஒன்று நம்மை மறித்து நிற்கிறது. நாம் இதுவரை நமது வாழ்நாளில் 5 அடி சுவரில் கூட ஏறிப் பழகியதில்லை.

ஆனால் ஆபத்துக் காலத்தில் நமது ஆழ்மனம் அதீதமான சக்தியுடன் உதவிசெய்திடும் காரணத்தினால் 10 அடி உயரச் சுவரையும் தாண்டிக் குதித்துத் தப்பியோடும் வல்லமை நமக்கு ஏற்பட்டுவிடுகிறது.

ஆனால் இத்தகைய அதீதமான ஆற்றல்களை வெளிப்படுத்தும் தருணம் எப்போதும் ஏற்படுவதில்லை.

பல விஞ்ஞானிகள் தங்கள் கண்டுபிடிப்புகளில் தடங்கல் ஏற்பட்டுத் தீர்வு காண முடியாமல் தவிக்கும் போதெல்லாம் தங்கள் கனவுகளின் மூலம் சில தீர்வுகளைக் கண்டுள்ளதாகக் கூறியிருக்கிறார்கள். அவையெல்லாம் இந்த ஆழ்மனதின் செயல் பாடுகளே.

இந்த ஆழ்மனம் ஓர் இரகசிய அமைவாக நமது மனதினுள் இடம் பெற்றிருந்தபோதிலும், அதைச் செயல்பட வைக்கும் ஆன்மீக, யோக, தியானப் பயிற்சிகள் பல உள்ளன.

அந்தப் பயிற்சிகள் மூலம் இந்த ஆழ்மனதை இயக்கி, சிலர் அரிய பெரிய சக்திகளைப் பெற்றுள்ளனர்.

அஷ்டமா சித்துகளையும் அதீதமான அனுபவங்களையும் ஒருவர் இதன் மூலம் பெற முடியும்.

அது எவ்வாறாயினும், அனைத்தும்-

உணர்மனதின் எல்லைக்குள்ளேயே செயல் பட்டாக வேண்டும்.

உணர்வு (Consciousness) என்றால் என்ன வென்பதை நாம் ஏற்கெனவே உணர்மனம் (Conscious mind) என்ற பெயரில் பார்த்து விட்டோம். இருந்தாலும் அதனை இன்னும் சற்று ஆய்வுக்கு எடுத்துக் கொள்வோம்.

உணர்வு என்றால் என்ன?

உணர்வு வேறு, உணர்மனம் வேறு அல்ல. ஒரே தன்மையை இரு வேறு பெயர்களில் அழைக்கிறோம்.

எவற்றையெல்லாம் நாம் வெளிப்படையாக உணர்ந்து அனுபவிக்கின்றோமோ அதுவே உணர்வு அல்லது உணர்மனம்.

நாம் ஓர் இன்பத்தை அறிகிறோம். அதுபோல் துன்பத்தையும் அறிகிறோம். இவற்றை நாம் அனுபவித்து அறிகிறோம்.

இப்படி உணர்ந்து, அறிவதை உணர்வு என நாம் குறிப்பிடுகிறோம்.

உணர்வை **உடல் உணர்வு, மன உணர்வு** என இரண்டு வகையாகப் பிரிக்கலாம்.

உடலால் உணர்வது ஒன்று. உள்ளத்தால் உணர்வது மற்றொன்று.

அப்படியென்றால்?

நாம் நமது கையினால் நெருப்பைத் தொட்டு விடுகிறோம். சுட்டு விடுகின்றது. வலியை உணர்கிறோம். உடலுறுப்பினால் உணரப்படும் வலியுணர்வு இது. இந்த உணர்வை உடல் உணர்வு என்று வகைப்படுத்தலாம்.

நமது தொழிலில் நஷ்டம் ஏற்பட்டுவிடுகிறது. அந்த நஷ்டம் நமக்குத் துயரத்தை ஏற்படுத்துகிறது. இதனை நாம் நமது மனதினால் அனுபவித்து அறிகிறோம். மனதினால் அனுபவித்து உணரும் இந்த உணர்வை மன உணர்வு என வகைப்படுத்தலாம்.

நமது உடல் சம்பந்தப்பட்ட அனுபவங்கள் அனைத்தும் உடல் உணர்வை ஏற்படுத்துகின்றன. நம்முடைய மனோ இயல்பு சம்பந்தப்பட்ட அனுபவங்கள் அனைத்தும் மன உணர்வை ஏற்படுத்துகின்றன.

இந்நிலையில் நாம் நமது ஆய்வைச் சற்று வேறு கோணத்திற்கு மாற்றிக் கொள்வோமாக.

நாம் ஏற்கெனவே கேட்ட அதே கேள்வியைத்தான் இங்கு மீண்டும் கேட்க வேண்டியுள்ளது.

நமது அடிமனதை நம்மால் உணர முடியுமா?

நமது உணர்மனதை நாம் உணருகின்றோம். அதுபோல் நமது அடிமனதை உணர்தல் சாத்தியமா?

நமது அடிமனதை நேரடியாக உணர்தல் சாத்தியமன்று என்பதையும் அதுபோலவே நம்முடைய ஆழ்மனதையும் நேரடியாக உணர்தல்

சாத்தியமன்று என்பதையும் நாம் ஏற்கெனவே பார்த்து விட்டோம்.

இங்கு நாம் மீண்டும் எண்ணிப் பார்க்க வேண்டிய ஒரே செய்தி என்னவென்றால்

நம்மால் உணரக்கூடியது உணர்மனம் ஒன்றை மட்டுமே

அந்த உணர்மனமானது நமது அடிமனதினால் உருவாக்கப் பட்டிருக்கலாம் அல்லது ஆழ்மனதால் உருவாக்கப்பட்டிருக்கலாம்.

அது எதனால் உருவாக்கப்பட்டுள்ளது என்பது முக்கியமன்று. உணர்மனதைத் தவிர அதன் ஆதார நிலைகளை நம்மால் நேரடியாக அறிந்திட முடியாது என்ற உண்மையை மட்டும் நாம் கருத்தில் கொண்டால் போதும்.

இனி நாம் உணர்வு என்றால் என்ன என்ற பழைய ஆய்வை மீண்டும் தொடர்வோம்.

நமது உணர்வை நாம் உடல் உணர்வு, மன உணர்வு என இருவகையாகப் பிரித்துக் கொண்டோம்.

உடல் உணர்வு என்பது உடல் உறுப்புகளால் உணர்ந்து அறிவதே என்றும்

மன உணர்வு என்பது மனதினால் மட்டும் உணர்ந்து அறிவது என்றும்

- அதனை விளங்கிக் கொண்டோம்.

அதில் மன உணர்வு என்றால் என்னவென்பதை

இன்னும் சற்று ஆய்ந்திடுவோம்.

துயரம் என்பது மனதால் அனுபவிக்கப்படும் ஒரு மன அனுபவம்.

அதேபோல் மகிழ்வு என்பதும் மனதால் அனுபவிக்கப்படும் ஒரு மன அனுபவம்.

இது போன்றே விருப்பு, வெறுப்பு, பயம், கோபம், ஆசை, அன்பு போன்ற உணர்வுகளையும் நாம் நம்முடைய மன அனுபவமாகவே உணர்ந்து அறிகின்றோம்.

இந்த உணர்வுகளின் தன்மைதான் என்ன?

இவற்றை நாம் எந்தப் புலன்களின் மூலம் உணர்ந்தறிகிறோம்?

அதாவது,

நாம் நமது உடல் உணர்வுகளையெல்லாம் மெய், வாய், கண், மூக்கு, செவி என்னும் ஐம்பொறிகள் மூலம் உணர்ந்தறிகிறோம்.

நமது மன உணர்வுகளை அறித்திடும் விசேசத் தன்மையுள்ள பொறி, புலன் ஏதும் உண்டா?

எவ்வாறு நாம் அவற்றை அறிந்து கொண்டிருக்கிறோம்?

நம்முடைய துயரத்தை நாம் நம்முடைய மன வேதனை என்று குறிப்பிடுகின்றோம். அந்த வலியை நாம் அனுபவிக்கும் காரணத்தினாலேயே அதனை வேதனை என்று குறிப்பிடுகின்றோம்.

அந்த வேதனையை நாம் நமக்குள் எந்தப் பகுதியில் அனுபவிக்கிறோம்?

மனதினுள் அனுபவிக்கிறோம் என்றால், அந்த மனது நமக்குள் எங்கே இருக்கிறது?

நமது துயரங்கள் அனைத்தும் நமது நரம்பு மண்டலங்களிலும் நமது உடலின் உள்ளுறுப்பு களிலும் ஓர் இரசாயன மாற்றத்தை ஏற்படுத்து கின்றன.

அந்த இரசாயன மாற்றத்தின் மூலமாகவே துயரத்தினால் ஏற்படும் மன வேதனையை நாம் உணருகின்றோம்.

இப்படியே நமது பயம், கோபம், ஆகியவையும் நமது நரம்பு மண்டலத்தில் இரசாயன மாற்றத்தை ஏற்படுத்துகின்றன.

இந்த இரசாயன மாற்றத்தின் மூலமாகவே நாம் நமது மன உணர்வுகளையும் அறிகின்றோம்.

இதைப்போன்றே நமது அன்பு, ஆசை, விருப்பு, வெறுப்பு, காமம், பொறாமை போன்ற மன உணர்வுகளும் அவற்றிற்கு ஏற்ற முறையில் நமது உடலில் இரசாயன மாற்றங்களை ஏற்படுத்துகின்றன. அவற்றின் மூலமாகவே நாம் அந்த மன உணர்வுகளை அறிகின்றோம்.

நமது மன அனுபவங்களுக்கு ஏற்ற வகையில் அவை ஏற்படுத்தும் இரசாயன மாற்றங்களிலும் வேறுபாடுகள் உள்ளன.

மொத்தத்தில்

நமது மனஅனுபவங்கள் அனைத்தும் உடல் உணர்வாகவே தம்மை வெளிப்படுத்திக் கொள்ளுகின்றன.

மன அனுபவம் - மன உணர்வு - என்று அதனை நாம் வகைப்படுத்திக் கொண்டாலும், அடிப்படையில் -

நமது மன உணர்வுகள் அனைத்தும்

- உடல் உணர்வுகளே.

நமது உடலில் இரசாயன மாற்றத்தை ஏற்படுத்தி, உடல் உணர்வாக வெளிப்படாத மன உணர்வுகள், மன உணர்வுகளே அல்ல.

எதையாவது ஒன்றை நாம் நமது மன உணர்வு என்று கூறுவோமேயானால், அது தன்னை நமது உடல் உணர்வாக மட்டுமே வெளிப்படுத்தியாக வேண்டும்.

எனவே

நமது உடல் உணர்வுக்கும் மன உணர்வுக்கும் இடையில் அடிப்படை வேறுபாடு எதுவும் கிடையாது.

நமது அனைத்து உணர்வுகளும் உடல் உணர்வுகளே.

ஆகவே நமது உணர்மனம் என்பது நமது உடல் உணர்வே.

நமது அடிமனதையும் ஆழ்மனதையும் நேரடியாக உணர்ந்தறிய முடியாது என்பதை நாம்

ஏற்கெனவே பார்த்தோம்.

அவற்றையும் நாம் இத்தகைய உடல் உணர்வாக மட்டுமே உணர்ந்தறிய முடியும்.

ஆகவே,

நமது உணர்வுகள் அனைத்தும் உடல் உணர்வுகளே.

ஆன்மீக உலகில் அதீதமான சில உணர்வுகளும் அனுபவங்களும் கூறப்படுகின்றன. அவையும்கூட

- நமது உடல் உணர்வுகளாகவே உணர்ந்தறியப் படுகின்றன.

எதையாவது உணர்ந்திட வேண்டுமானால் அதனை நாம் நமது உடல் உணர்வினால் மட்டுமே உணர்ந்திட முடியும்.

எதையாவது அடையாளம் கண்டு புரிந்துகொள்வது மட்டுமே மனதின் வேலை. மனதால் புரிந்து கொள்கிறோம். உடலால் உணர்கிறோம்.

இந்நிலையில்

இந்த உணர்வுகளுக்கும் ஞான நிலைக்கும் உள்ள தொடர்பு என்ன?

ஞானநிலை என்பது ஓர் உடல் உணர்வா?

ஆன்மீக உலகில் எத்தனையோ விதமான யோக சாதனைகளும், தியான முறைகளும் உள்ளன.

அவற்றை நாம் முறையாகப் பழகி வரும் போது நமது ஆழ்மனதின் தொடர்பு ஏற்பட்டு அதீதமான பல

அனுபவங்கள் நமக்கு ஏற்படுகின்றன.

அத்தகைய அனுபவங்களை சராசரி மனிதர் களால் எட்ட முடியாது. ஆன்மீக சாதகர்களால் மட்டுமே அத்தகைய அதீதமான - ஆனந்தமயமான - உணர்வுகளை அனுபவித்து அறிய முடியும்.

ஆத்மசாதனைகளின் தரத்துக்கு ஏற்ப பலவிதமான அனுபவங்கள் நமக்கு ஏற்படும். ஆன்மீக உலகில் அத்தகைய அனுபவங்கள் பல உள்ளன.

ஆனால், அவை அனைத்துமே உடல் உணர்வுகளே. ஆன்மீக அனுபவங்கள் என அவைகளுக்கு முத்திரை குத்தப்பட்டாலும், அவையும் உடல் உணர்வுகளே.

ஆகவே, அந்த உணர்வுகள் அனைத்தும் தோன்றுவதும் மறைவதுமாக உள்ளன.

எவ்வளவு உன்னதமான அனுபவமாக இருந்தாலும் சரி, அவை சில மணி நேரங்களிலோ, சில நாட்களிலோ மறைந்துதானாக வேண்டும்.

நிரந்தர அனுபவம் என்று எதுவுமே இருக்க முடியாது.

ஆயினும் -

அத்தகைய உன்னதமான ஆன்மீக அனுபவம் ஒருவருக்கு ஏற்படும்போது

ஒருவர் தனது மனக்கவலைகள் அனைத்திலிருந்தும் விடுபட்டு விடுகிறார்.

ஆனந்த அனுபவத்தின் தாக்கத்திலிருக்கும் அவர் அளப்பரிய உற்சாகத்துடனும் உயிரோட்டமான சுறுசுறுப்புடனும் கூடக் காணப்படலாம்.

இந்த ஆனந்த நிலை -

நிரத்தரமாக நீடிப்பதாயின்

அதுதான் ஞானநிலை.

அதுதான் உன்னதநிலை.

அதுதான் மெய்ஞ்ஞான நிலை.

- இப்படித்தான் ஒருவருக்கு எண்ணத் தோன்றும்.

ஏனெனில் நாம் அத்தகைய அனுபவத்தில்

இருக்கும்போது -

நாம் அன்புமயமாகி விடுவோம்.

எவரையும் வெறுக்கத் தோன்றாது.

நமது உணர்வுகள் அனைத்தும் ஆனந்த அனுபவமாகவே இருக்கும்.

சலிப்பு என்பதே நமக்கு ஏற்படாது.

- இத்தகைய அனுபவம் நமக்கு மிகவும் அசாதாரணமாகத் தோன்றுவதால்

- இதுதான் ஞான நிலையோ என்று நமக்கு எண்ணத் தோன்றும்.

ஏனெனில் இந்த அனுபவங்களின் தரம் அத்தனை சிறப்பானது. சராசரி மனிதர்களால் அடைய

முடியாதது. ஆன்மீக சாதனைகளால் மட்டுமே அடையக்கூடியது.

ஆகவே இதுவே உன்னதநிலை என்று ஒருவர் முடிவு கட்டுவாரேயானால் அதுவும் ஒரு வகையில் நியாயமானதே.

ஆனால் -

ஞானநிலை என்பது இதுவன்று.

ஞானநிலை என்பது இத்தகையதோர் அனுபவம் அன்று.

ஞானம் வேறு; அனுபவம் வேறு.

அனுபவங்கள் அனைத்தும் மறைந்துதான் தீரவேண்டும். ஆனால் ஞானம் அப்படியன்று.

அது வந்தால் வந்ததுதான்; என்றென்றும் மறைந்திடாது.

அனுபவங்களை அனுபவிக்கும் கருவியாக நமது உடல் அமைந்துள்ளது. நமது உடல் ஓர் அற்புதமான கருவி. அதன் இயக்கம் விஞ்ஞான பூர்வமானது.

ஆன்மீக அனுபவங்களாயினும் சரி, சாதாரண உலகியல் அனுபவங்களாயினும் சரி, நமது உடலானது உடலியல் விஞ்ஞான முறைப்படியே செயல்படுகிறது. விஞ்ஞான விதிமுறைகளின்படியே செயல்படுகிறது.

நமது ஆன்மீக அனுபவங்கள் யாவும் - அவை மிக உன்னதமானவைகளாக இருந்தாலுங்கூட - உடலுணர்வே என்பதை நாம் ஏற்கெனவே பார்த்தோம்.

அந்த ஆன்மீக அனுபவங்களின் போக்கு எப்படி அமைந்துள்ளது என்பதைக் கவனித்திருக் கின்றீர்களா?

நாம் ஆன்மீக சாதனைகளில் ஈடுபடும்போது ஆரம்பக் கட்டத்திலேயே மிகச் சுலபமாக சில அற்புதமான ஆன்மீக அனுபவங்கள் நமக்கு ஏற்பட்டுவிடும். ஆனால் அதே அனுபவத்தை மீண்டும் பெற்றிடுவது என்பது அவ்வளவு சுலபமாக இருக்காது.

நான் உங்களுடைய வீட்டு முகவரியைத் தெரிந்துகொண்டு, பலரிடமும் விசாரித்து உங்கள் வீட்டைக் கண்டுப் பிடிக்கிறேன். ஒரு தடவை உங்கள் வீட்டைத் தெரிந்து கொண்ட பிறகு, மீண்டும் உங்கள் வீட்டுக்கு நான் வருவது மிகவும் சுலபம். எவரிடமும் விசாரிக்காமல் மிகச் சுலபமாக வந்துவிட முடியும். ஏனெனில் உங்கள் வீடும் அதன் வழியும் எனக்கு நேரடியாகவே தெரிந்துவிட்டது.

ஆன்மீக அனுபவங்களைப் பொறுத்தவரையில் அதன் நடைமுறை மிக வேறுபட்டது.

ஆன்மீக அனுஷ்டானங்களைப் பற்றியும் அதன் நடைமுறைகளைப் பற்றியும் தெளிவாக தெரிந்திராத ஆரம்பக்கட்டத்திலேயே அற்புதமான அனுபவங்க ளெல்லாம் மிக எளிதாக ஏற்பட்டுவிடும். ஆனால் அவற்றை மீண்டும் பெற்றிட நாம் மிகவும் சிரமப் பட்டாக வேண்டும். அப்படியே, சிரமப்பட் டாலுங்கூட மீண்டும் பெற்றிடும் அனுபவத்தின் தரம் ஆரம்பக்கட்டத்தில் பெற்ற அனுபவத்தைப் போன்று இருக்காது.

ஏன் அப்படி?

எதையாவது ஒன்றைச் செய்து முடிப்பதாயின் முதலாவது தடவையை விட, அடுத்தடுத்த முயற்சிகள் மிகவும் எளிதாகத்தானே இருக்க வேண்டும்? ஏன் இங்கே அப்படி இல்லை?

பெற்ற அனுபவத்தை மீண்டும் பெறுவதற்கே நாம் படாதபாடு படும்போது -

அத்தகைய அதீத அனுபவங்கள் நம்மிடம் நிரந்தரமாகத் தங்கிவிட வேண்டும் என்று நாம் ஆசைப்படுகின்றோம்.

நிரந்தர அனுபவத்தை அடைவது சாத்தியம் என்ற தவறான கற்பனை நமக்கு ஏற்பட்டிருக்கிறது. இத்தகைய அதீதமான அனுபவங்களை நிரந்தரமாக அடைந்திடுவதே ஞானநிலை என்ற ஒரு கருத்தை வைத்திருப்பதும் கூட இந்த ஆசைக்குக் காரணமாக அமைந்துள்ளது.

நமது உடலானது ஒரு கருவியே. அதன் அனுபவங்களுக்கு ஓர் எல்லை உண்டு. அதனை மீறி அதனால் அனுபவத்தை அனுபவிப்பதோ, அனுபவத் தைத் தாங்கிக் கொள்வதோ சாத்தியமன்று. அளவுக்கு மிஞ்சினால் அமிர்தமும் நஞ்சு என்று நாம் கேள்விப்பட்டதில்லையா?

அனுபவங்களைத் தாங்கும் திறனுக்கு ஓர் எல்லை உண்டு. எல்லையை மீறும் போது எதிர் விளைவு ஏற்படுவது தவிர்க்க முடியாதது. ஆன்மீக அனுபவங்களை வலுக்கட்டாயமாக அளவுக்கு

அதிகமாக நமது உடலின் மீது சுமத்தும் போது அவை நமது உடலைச் சிதைத்து விடுகின்றன.

நம் உடலானது ஒவ்வொரு கணந்தோறும் புதிய புதிய உணர்வுகளை உணர்ந்தறியும் வகையில் படைக்கப்பட்டுள்ளது.

நாம் கசப்பு ருசியுள்ள ஒன்றைச் சாப்பிட நேர்ந்தால் அதன் சுவை நமது நாக்கில் அப்படியே தங்கிவிடக்கூடாது. அதுபோல் இனிப்பு சாப்பிட நேர்ந்தால் அந்தச் சுவையுணர்வும் அப்படியே தங்கிவிடக்கூடாது. அது மாறிக்கொண்டே இருக்க வேண்டும். அதுதான் ஆரோக்கியமான புலன் நுகர்ச்சியாகும். நமது புலன்கள் ஆரோக்கியமாக உள்ளன என்பதற்கு அடையாளமாகும்.

நமது உடல் அனுபவங்கள் அனைத்தும் இதைப் போன்று அமைவதுதான் ஆரோக்கியமானது.

நமது உடலை, நல்ல அனுபவம் என்ற பெயரில் ஏதோ ஓர் அனுபவத்தோடு நின்றிட நிர்ப்பந்தப் படுத்தும் போது, அந்த உடல் அதன் ஆரோக்கியத்தை இழந்து விடுகின்றது.

இதன் காரணமாகவே நமது உடலானது அளவுக்கு அதிகமான ஆனந்த உணர்வுகளை ஏற்க மறுக்கின்றது. எதிர்ப்புத் தெரிவிக்கும் நிலையிலேயே ஒரே அனுபவத்தை மீண்டும் அனுபவித்திடத் தாமதத்தையும் தடங்கலையும் நமது உடலே ஏற்படுத்துகின்றது.

நமது உடலை ஆரோக்கியமாக வைத்திடும் சில விசேசமான பயிற்சிகள் உள்ளன என்பது வேறு செய்தி. ஆயினும் நமது உடலின் இயற்கை அமைப்பு ஓர் எல்லைக்குட்பட்டதே.

அந்த எல்லைக்குட்பட்ட நிலையில் ஆன்மீக அனுபவங்கள் யாவும் மனதுக்கும் உடலுக்கும் நல்ல பலன்களையே கொடுக்கும்.

அந்த அனுபவங்களை நிரந்தரமாக எதிர் பார்ப்பது என்பது அழிவுக்கு ஆசைப் படுவதேயாகும்.

ஆன்மீக சாதகர்களில் பெரும்பாலோர் நிரந்தர அதீதமான ஆனந்தானுபவமே ஞானநிலை என்ற தவறான கருத்துடன் அதற்காக முயன்று வருகின்றனர்.

அதன் காரணமாகவே ஞானமடைவதில் அவர்களுக்குக் கால தாமதம் ஏற்படுகின்றது.

அனுபவங்கள் அனைத்தும் உடல் ரீதியானவைகளே என்பதையும்

அனுபவமும், உடல் உணர்வும் வேறு வேறன்று என்பதையும்

உடல் அனுபவம் எதுவும் நிரந்தரமாக இருப்பதற்கு சாத்தியமே இல்லை என்பதையும்

ஞானநிலை என்பது ஓர் அனுபவம் சார்ந்ததன்று என்பதையும்

ஞானநிலையை ஓர் அனுபவமாக எதிர்நோக்கக் கூடாது என்பதையும்

விளங்கிக் கொள்ளுதலே -

ஞானம் என்றால் என்ன என்பதனை விளங்கிக் கொள்வதன் முதற்படியாகும்.

3

அகப் போராட்டம்

நமது மன இயக்கத்தின் பெரும்பகுதி விருப்பு வெறுப்புகளால் நிர்வகிக்கப்படுகின்றது.

இன்பத்தின் மீது விருப்பமும் துன்பத்தின் மீது வெறுப்பும் கொண்டு நமது மனம் தனது அன்றாட வாழ்வில் ஈடுபடுகிறது.

- இதன் நடைமுறையை நாம் புரிந்துகொள்ள வேண்டும்.

நான் எனது தொழிலில் பெரிய நஷ்டம் அடைந்துவிடுவதாக வைத்துக் கொள்வோம். அதனால் எனக்கு மிகுந்த மனத்துயரமும் மன வேதனையும் ஏற்படுகின்றன.

இதே போன்று சிலர் என்னைத் தரக்குறைவாக விமர்சனம் செய்துவிடுகின்றனர். அதுவும் என் மனதைப் பாதிக்கிறது. மன வேதனையைக் கொடுக்கிறது.

அல்லது எனக்கோ எனது உறவினருக்கோ தீராத உடல் நோய் ஏற்பட்டுவிடுகின்றது. இதுவும் எனக்கு மன வேதனையைக் கொடுக்கிறது.

- இப்படிப் பலவிதமான சூழ்நிலைகளில் ஒருவருக்கு மன வேதனை ஏற்படலாம்.

மன வேதனைக்கான காரணங்கள் பலவாக இருந்தாலும் மன வேதனை என்பது ஒன்றே.

- ஒரே தன்மையான அனுபவமே.

இதைப் போன்று

எனது தொழிலில் ஏற்பட்ட நஷ்டங்கள் எல்லாம் எதிர்பாராத நிலையில் ஒரே நாளில் தீர்ந்துவிடுகிறது. இதனால் எனக்கு மிகுந்த மகிழ்ச்சி ஏற்படுகின்றது.

இந்த வகையிலேயே நம்மைத் தரக்குறைவாக விமர்சனம் செய்தவர்கள் நமது செயல்களின் உண்மையைப் புரிந்துகொண்டு நம்மைப் பாராட்டுகிறார்கள். இதனால் நமக்கு மிகுந்த மனமகிழ்ச்சி ஏற்படுகின்றது.

அல்லது எனக்கோ எனது உறவினருக்கோ ஏற்பட்ட தீராத உடல் நோய் எதிர்பாராத நிலையில் குணமாகிவிடுகிறது. இந்நிலையிலும் நான் மிகுந்த மனமகிழ்ச்சி அடைகிறேன்.

- இப்படி நமது மன மகிழ்ச்சிக்கான காரணங்கள் பலவாக இருக்கலாம்.

ஆனால் மனமகிழ்ச்சி என்பது ஒன்றே.

அதாவது

நாம் விரும்புகின்ற நிகழ்ச்சிகள் நமக்கு மன மகிழ்ச்சியை ஏற்படுத்துகின்றன.

நாம் விரும்பாத நிகழ்ச்சிகள் மனத்துயரத்தை ஏற்படுத்துகின்றன.

- இதுவே நமது மனதின் இயல்பு.

இது எனக்கு ஒன்று உங்களுக்கு ஒன்று என்று கிடையாது. நமது அனைவரது மன இயல்புகளும் இவ்வாறே அமைந்துள்ளன.

நமது உடைமைகள் பறிபோய்விட்டன என்றால் மனத்துயரம் அடைவது என்பது இயற்கையானதே. உடைமைகளைப் பறிகொடுத்த ஒருவர் மகிழ்ச்சி அடைவாரேயானால் அது இயற்கைக்கு முரணானது.

சாதமான சூழ்நிலையில் இன்பமடைவதும் பாதகமான சூழ்நிலையில் துன்பமடைவதும் நம் அனைவருக்கும் பொதுவானது.

சூழ்நிலையின் தன்மைக்கேற்ப இயங்குவது தான் நமது மனதின் இயல்பு.

சூழ்நிலைக்கேற்ப இன்ப துன்பத்தை வெளிப் படுத்துவதும் நமது மனதின் இயல்பே.

இது நம் அனைவருக்கும் தெரியும்.

ஆனாலும் -

நம்மால் நமது மன அனுபவங்களை அப்படியே ஏற்றுக்கொள்ள முடிவதில்லை. நமது மன அனுபவங்கள் இயற்கையானது தான் என்று ஏற்றுக்கொள்ள முடியாது.

நமக்கு மன வேதனை ஏற்படும்போது, அது இயற்கையானதே என்றாலும் கூட

- அதனை மாற்றியமைக்கவே நாம் போராடுவோம். ஏனென்றால் மன வேதனையை நம்மால் சகித்துக் கொள்ள முடியாது.

மனவேதனையிலிருந்து தப்பிக்க முடியாத சிலர் பைத்தியமாகக் கூட மாறிவிடுகின்றனர். மனவேதனையிலிருந்து தப்பிக்கத் தெரியாத போது தன்னைப் பைத்தியமாக்கிக் கொண்டு அந்த வேதனையிலிருந்து மனம் தப்பித்துக் கொள்கிறது என்பது வேறு செய்தி.

நாம் ஏற்கெனவே அறிந்து கொண்டபடி நமது இயல்புக்கேற்ற அனுபவங்களே நமக்கு ஏற்படுகின்றன.

எந்த ஒரு நிகழ்ச்சி நடக்கும்போதும் நமது மனம் அந்த நிகழ்ச்சியைத் தன்மயமாக்கி, தனது இயல்புக்கேற்ற அனுபவத்தைக் கொடுக்கிறது.

மகிழ்ச்சியான சூழ்நிலையில் மகிழ்ச்சியையும் துயரமான சூழ்நிலையில் துயரத்தையும் ஏற்படுத்துகிறது.

நமது அனுபவங்களுக்கெல்லாம் காரணம் நமது அடிமனமே.

நமது மன அமைப்புக்கேற்ற அனுபவத்தை நாம் அடைவது தவிர்க்க முடியாதது.

நமது மன இயல்பு எப்படிப்பட்டதோ அதற்குத் தகுந்த அனுபவம் ஏற்பட்டே தீரும்.

நமது மன இயல்பு என்பதும் நமது மன அமைப்பு என்பதும் நமது அடிமனதையே (Sub Conscious mind)

குறிப்பிடுகிறது.

எத்தகைய அனுபவங்களைக் கொடுக்கலாம், எத்தகைய அனுபவங்களைக் கொடுக்கக் கூடாது என்று, நாம் நமது அடிமனதைக் கட்டுப்படுத்த முடியாது. அடிமனதை நம்மால் நேரடியாக அணுக முடியாது. அது நமது கட்டுப்பாடுகளுக்கு உட்பட்ட தன்று.

நமது அடிமனம்

அது எந்தச் சூழ்நிலையை எதிர்கொள்கிறதோ

- அந்தச் சூழ்நிலைக்கு ஏற்பவும்

அடிமனதின் இயல்புக்கு ஏற்பவும்

- அனுபவத்தை வெளிப்படுத்துகின்றது.

அதன் இயல்புக்கேற்ற அனுபவமே வெளிப் படும். நமது விருப்பத்திற்கு ஏற்ற அனுபவம் ஏற்படாது.

ஓர் உதாரணத்தை எடுத்துக் கொள்ளலாம். நம்முடைய அலுவலகத்தில் ஏதோவொரு காரணத்துக்காக நமது மேலதிகாரிக்கும் நமக்கும் கருத்து வேறுபாடு ஏற்படுகின்றது.

அந்தச் சூழ்நிலையில் நமது அடிமனதின் இயல்புக்கு ஏற்ப நமக்குக் கோபம் ஏற்படுகிறது. அடிமனம் நமக்குக் கட்டுப்பட்டதன்று என்பதால் அது அதன் போக்கில் நமக்குக் கோபத்தினை ஏற்படுத்திவிடுகிறது.

ஆயினும் அந்தக் கோபத்தை நமது மேலதிகாரி மீது காட்ட முடியாது. வேண்டுமானால் கோபத்தை வெளியே காட்டாமல் ஓரளவு கட்டுப்படுத்திக் கொள்ளலாம். ஆனால் கோபமே ஏற்படாமல் நம்மால் கட்டுப்படுத்த முடியாது.

நாம் கட்டுப்படுத்த வேண்டுமென்று நினைப் பதற்கு முன்னதாகவே கோபம் வந்து விடுகிறது.

இது தானாக நடக்கிறது ; நமது இயல்புப்படி நடக்கிறது.

நாம் எல்லோருமே “மகிழ்ச்சியுடன் வாழ வேண்டும்; மன அமைதியுடன் வாழ வேண்டும்; துயரமில்லாமல் வாழ வேண்டும்; கோபமும் பயமுமில்லாமல் செயல்பட வேண்டும்” என்பதையே விரும்புகிறோம்.

ஆனால் நாம் விரும்பும் அனுபவங்கள் மட்டுமே ஏற்படுவதில்லை. நாம் விரும்புகிற அனுபவமும் ஏற்படுகிறது. விரும்பாத அனுபவமும் ஏற்படுகிறது.

- நாம் எந்தச் சூழ்நிலையில் எந்த நிகழ்ச்சியில் பங்கு பெறுகிறோமோ அதற்கேற்றபடி

- நமது மன இயல்பு தனது இயல்புக்கு ஏற்றவாறு வெளிப்படுத்தும் அனுபவத்தை மட்டுமே நாம் அடைகின்றோம்.

ஒருவர் நம்மைத் திட்டினாலும் அதனை நாம் புன்முறுவலோடு ஏற்றுக் கொள்வதுதான் சரி என்று நாம் தீர்மானித்திருக்கலாம்.

ஆனால் நமது தீர்மானங்கள் எதுவும் நமது அடிமனதை நேரடியாக எட்டாது.

ஒருவர் நம்மைத் திட்டும்போது நம்மை அறியாமலே அவர்மீது கோபங்கொண்டு விடுகிறோம்.

நமது இயல்புக்கேற்ற கோபம் தானாக வெளிப்பட்டுவிடுகின்றது.

நமது தீர்மானம் வேறு, நமது இயல்பு வேறு. நமது இயல்புக்கேற்ற அனுபவம் ஏற்படுமேயொழிய தீர்மானத்துக்கேற்ற அனுபவம் ஏற்படாது.

நமது இயல்புக்கேற்ற அனுபவந்தான் ஏற்பட முடியும் என்பதை நாம் புரிந்து கொண்டாலும் கூட அவ்வாறு ஏற்படுவதை நாம் விரும்புவதில்லை.

நமது விருப்பத்திற்கேற்ற அனுபவமே வேண்டும் என்பதில் மிகவும் பிடிவாதமாக உள்ளோம்.

இதனால் நமது உணர்மனதுக்கும், அடிமனதுக்கும் இடையே எப்போதும் முரண்பாடு இருந்துகொண்டே இருக்கிறது. போராட்டம் இருந்துகொண்டே இருக்கிறது.

இரண்டுக்கும் இடையே உள்ள முரண் பாட்டைச் சீரமைப்பது எவ்வாறு?

இரண்டுக்கும் இடையே ஒரு சரியான உறவை எப்படி ஏற்படுத்துவது?

ஓர் உதாரணத்தை எடுத்துக்கொள்வோம்

நாம் ஒரு விலை உயர்ந்த பொருளைத்

தொலைத்துவிட்டதாக வைத்துக் கொள்வோம். இந்தச் சூழ்நிலையில் நமது மன இயல்பு மன வருத்தத்தை ஏற்படுத்துகிறது.

நமது மன வருத்தம் மன அழுத்தத்தையும் நோயையும் ஏற்படுத்திவிடும் நிலையில் உள்ளது.

இந்நிலையில் தொலைந்துபோன பொருள் மீண்டும் கிடைத்துவிட்டது.

இதுவரை துயரத்தைக் கொடுத்துக் கொண்டிருந்த நமது மன இயல்பு இப்போது துயரத்தைக் கொண்டுவருவதை நிறுத்திவிடுகிறது.

இப்போது அதன் இயல்புப்படி மகிழ்ச்சியை வெளிப்படுத்த ஆரம்பிக்கிறது.

முதலில் இருந்த சூழ்நிலையில் பொருள் தொலைந்துவிட்டது. இரண்டாவது சூழ்நிலையில் காணாமற்போன பொருள் கிடைத்துவிட்டது.

சூழ்நிலையின் மாற்றத்தினால் நமது அனுபவத்திலும் மாற்றம் ஏற்பட்டுவிட்டது.

சூழ்நிலை மாறாதிருந்தால் இந்த மாற்றம் ஏற்படாது.

ஆனால் ஒவ்வொரு சமயத்திலும் சூழ்நிலையை நம்மால் மாற்ற முடியுமா?

உலகத்திலுள்ள நிகழ்வுகள் நமக்குக் கட்டுப்பட்டவை அல்ல. ஆகவே சூழ்நிலைகளை நம் விருப்பத்துக்கு ஏற்றவாறு மாற்றிவிட முடியாது.

இப்போது நமது கேள்வி இதுதான் :

சூழ்நிலையில் எந்த மாற்றமும் செய்யாமல் நமது அனுபவத்தில் மட்டும் மாற்றம் கொண்டு வர முடியுமா?

இந்தக் கேள்வியின் பொருள் என்ன?

விரும்பத்தகாத ஓர் அனுபவம் நமக்கு ஏற்படுகிறது என்று வைத்துக் கொள்வோம். மனத்துயரம் என்றே வைத்துக் கொள்வோம்.

மனத்துயரம் இல்லாமலிருக்க வேண்டும் என்று விரும்புகின்றோம். ஆனால் அது நமது கட்டுப் பாட்டில் இல்லை.

உடைமைகளைப் பறிகொடுத்த ஒருவர் மகிழ்ச்சி அடைந்தால் அது இயற்கைக்கு முரணானது.

அடிமனம் நம் கைவசம் இல்லை.

நம் கைவசம் உள்ளது நமது உணர்மனம் மட்டும்தான்.

உணர்மனம் என்பது அடிமனதின் வெளிப்பாடே யொழிய அடிமனதைக் கட்டுப்படுத்தும் தகுதி உடையதன்று.

நமது உணர்மனம் எப்படிச் செயல்படுகிறது ?

நாம் நம்முடைய உலகத்து முயற்சிகளை யெல்லாம் நமது உணர்மனதின் உதவி கொண்டே நிறைவேற்றுகிறோம். சாதாரண மாணவர் முதல் மேலான விஞ்ஞானி வரை இந்த உணர்மனதின் உதவியுடனேயே அனைத்துச் செயல்களையும் செய்து முடிக்கின்றனர்.

அதுபோலவே நமது உணர்மனமானது தனக்கு ஆதாரமான அடிமனதையும் தனது கட்டுப்பாட்டுக்குள் கொண்டுவர ஆசைப்படுகிறது. அது சாத்தியமில்லையென்பது அதற்குத் தெரிந்திருந்தும் கூட அது முட்டாள் தனமாகத்தொடர்ந்து அந்த முயற்சியில் ஈடுபடுகிறது.

இந்நிலையில் ஆன்மீக சாதனைகள் நம்முடைய உதவிக்கு வருகின்றன. ஆன்மீக சாதனையாளர்கள் பலவித யோக சாதனைகளையும் தியானப் பயிற்சிகளையும் கொடுக்கின்றனர்.

இதனால் ஆத்ம சாதகர் ஒருவர் சில அனுபவ நிலைகளை அடைகிறார். அத்தகைய அனுபவத்தால் அவருடைய அடிமனம் ஓரளவு கட்டுப்பட்ட நிலையில் உள்ளது.

உதாரணமாக ஒருவர் இறை பூஜையிலோ பஜனையிலோ ஈடுபட்டிருக்கிறார் என வைத்துக் கொள்வோம். அப்போது அவரது அடிமனம் அந்தச் சூழ்நிலைக்கேற்ப ஓர் அமைதியான உணர்வையே வெளிப்படுத்திக் கொண்டிருக்கிறது.

அந்த நிலையில் அவர் கோபப்படும்படியான சந்தர்ப்பம் ஏற்பட்டாலும் கூட அவருக்கு எளிதில் கோபம் ஏற்படாது.

அவர் பூஜையிலோ பஜனையிலோ இல்லாமலிருந்தால் நிச்சயம் கோபப்பட்டிருப்பார்.

கோபத்தைத் தூண்டும் சூழ்நிலை ஏற்பட்டும் கூட அவருக்குக் கோபம் ஏற்படவில்லை.

உணர்மனதின் மூலம் செய்யும் இத்தகைய ஆன்மீகப் பயிற்சிகளே நமது அடிமனதை ஓரளவு கட்டுப்படுத்தியுள்ளன.

ஆனால் இது நிரந்தரத் தீர்வாக அமைந்திருக் கவில்லை. மேலும் நாம் எப்போதும் ஆன்மீக அனுபவங்களுடனேயே இருந்து வருவதும் சாத்தியமன்று.

ஆன்மீகப் பயிற்சிகள் மூலம் ஓரளவு நன்மை கிடைத்த நிலையில் தற்காலிகமாகவேனும் நாம் நமது பிரச்சினைகளிலிருந்து விடுபட்டு மன ஆரோக்கியத்தைச் சீரமைத்துக் கொள்கிறோம். அந்த வகையில் ஆன்மீக சாதனைகள் பேருதவிபுரிகின்றன.

அதே நேரம் -

நாம் ஒரு தவறான முடிவை எடுப்பதற்கும் இவை காரணமாக அமைந்துவிடுகின்றன.

அதாவது

- ஆத்ம சாதனைகளின் மூலம்

நமது அடிமனதை -

நிரத்தரமாகக் கட்டுப்படுத்திவிடலாம் என்ற

- ஒரு தவறான நம்பிக்கையையும்

இது நமக்கு ஏற்படுத்திவிடுகின்றது.

ஆகவே நாம் மேலும் மேலும் ஆத்ம சாதனைகளில் ஈடுபட்டு ஏதோவொரு இடத்தில் நம்மை நாமே தங்கவைத்துக் கொள்கிறோம்.

நல்ல நிலையில் இருப்பதாகக் கருதி ஏதோ ஒரு நிலையினுள் நாம் அடிமைப்பட்டுவிடுகிறோம்.

நமது பிரச்சனைகள் எதுவும் நிரந்தரமாகத் தீர்ந்திடவில்லை என்ற கண்டுபிடிப்பு ஏற்படுவதற்கே நீண்ட காலம் தேவைப்பட்டுவிடுகிறது.

நிரந்தரத் தீர்வு ஏற்படவில்லை என்ற கண்டு பிடிப்பு ஏற்பட்ட பிறகுதான் நாம் ஏதோ ஒரு முன்னேற்றமில்லாத நிலையினுள் மாட்டிக்கொண்டு விட்டதாக அறியமுடியும்.

ஆன்மீக சாதனைகள் உயர்ந்தவையே ; ஆனால் ஒரு காலகட்டம் வரையே அவை பயன்படும்.

அதற்கும் அதிகமாக அவற்றிடம் எதிர்பார்க் கவும் முடியாது. அதன் எல்லையைப் புரிந்து கொண்டு அந்த - மயக்கத்திலிருந்து விடுபடுவதன் மூலமே உண்மையான பரிகாரத்தைக் காணமுடியும்.

நமது அடிமனதுக்கும், உணர்மனதுக்கும் ஏற்பட்டுள்ள முரண்பாட்டைச் சீரமைத்துச் சரியான தீர்வைப் பெற்றிட

- நமது உணர்மனதால் நேரடியாக எதுவும் செய்யமுடியாது என்பதைப் பார்த்தோம்.

நமது ஆன்மீக சாதனைகளின் மூலமும் ஓரளவு தான் வெற்றி பெற முடியும் என்பதைப் பார்த்தோம்.

அப்படியானால்

நிரந்தரத் தீர்வுக்கான வழிதான் என்ன?

நிரந்தரத் தீர்வுக்கான நிச்சயமான வழி ஒன்று உள்ளது.

அதுதான் **புரிந்து கொள்ளும் வழி.**

- **The way of understanding.**

புரிதல் செயல்படும்போது -

காலங்காலமாக இருந்து வந்த போராட்டங்கள் அனைத்தும்,

- கணநேரத்தில் முடிவுக்கு வந்துவிடுகின்றன. அதுவும் நிரந்தரமாக.

உணர்மனதுக்கும், அடிமனதுக்கும் ஏற்பட்ட முரண்பாடுகள் அனைத்தும் -

நிரந்தரமாகத் தீர்வடைந்துவிடுகின்றன.

இதுதான் புரிதல்.

சாதாரண சராசரி வார்த்தைகளில் கூறுவோமானால் இதற்குப் பெயர் புரிதல், விளங்கிக்கொள்தல் அல்லது தெளிதல்.

ஆன்மீகத்தில் இதனை ஞானமடைதல் என்ற பெயரில் குறிப்பிடுகின்றனர்.

புத்தர் இந்தப் புரிதலை போதி மரத்தினடியில் அடைந்தார்.

அவர் அதற்கு முன்னால் எத்தனையோ கடுந்தவங்களையும், கஷ்டமான விரதங்களையும் மேற்கொண்டிருந்தார்.

தவத்தின் பலனும், விரதங்களின் பலனும் அவருக்குக் கிடைத்தன. ஆனால் அவரது அடிப்படைச் சந்தேகங்களும் அடிப்படைப் பிரச்சினைகளும் தீரவேயில்லை.

தவத்தின் பலன் அனுபவங்களே. அனுபவங்கள் யாவும் வரும், இருக்கும், மறைந்துவிடும்.

அனுபவம் எதுவும் முக்தியைக் கொண்டுவராது; விடுதலையைக் கொண்டுவராது; புரிதலைக் கொண்டுவராது.

புத்தர் எல்லா வழிகளிலும் முயன்று பார்த்து, தவ விரதங்களின் வரையறையைப் புரிந்துகொண்டார். அவற்றின் இயலாமையைப் புரிந்துகொண்டார்.

அந்த நிலையிலேயே அவருக்குப் போதி மரத்தின் அடியில் மெய்ஞ்ஞானத் தெளிவு ஏற்பட்டது.

மெய்ஞ்ஞானத் தெளிவு ஏற்பட்டால் ஏற்பட்டதுதான்.

அனைத்து சந்தேகங்களும் தீர்ந்து விடுகின்றன. போராட்டங்கள் அனைத்தும் முடிவுக்கு வந்து விடுகின்றன.

இந்தப் புரிதல் மிகவும் அரிதானது.

அத்தகைய இந்தப் புரிதல் அற்புதமானதாகவும், மிகவும் உன்னதமானதாகவும் இருந்தாலும் கூட -

இது மிகவும் எளிதானது.

- சர்வ சாதாரமானது.

நம் அனைவருக்கும் சாத்தியமானது.

உங்களாலும், என்னாலும் எளிதில் அடையக் கூடியது.

4

முக்தியைக் கொடுக்கும் புரிதல்

நமது ஆய்வின் மையப்பகுதிக்கு நாம் வந்துள்ளோம்.

எதைத் தெரிந்து கொண்டால் வேறு எதனையும் தெரிந்து கொள்ளத் தேவையில்லையோ, எதை அடைந்துவிட்டால் வேறு எதனையும் அடையத் தேவையில்லையோ, எதை அறிந்துகொண்டால் ஒருவரது எல்லாச் சந்தேகங்களும் தீர்ந்துவிடுகின் றனவோ -

அதுவே இந்தப் புரிதல்.

- இந்தப் புரிதல் ஏற்பட்டதும் முக்தி என்னும் விடுதலை உங்களுக்குச் சொந்தமாகிவிடுகிறது.

இந்தப் புரிதல் என்பது மிகவும் எளிதானது.

ஆகவே எளிமையான மனநிலையில் இதனை நாம் அணுக வேண்டும்.

முந்தைய அத்தியாயத்தில் நம்முடைய உணர்மனதுக்கும், அடிமனதுக்கும் இடையேயான போராட்டத்தைப் பற்றிப் பார்த்துக் கொண்டி ருந்தோம்.

நமது அடிமனம் அதன் இயல்புக்குரிய அனுபவங்களை அது எதிர்கொள்ளும் சூழ்நிலைக்கேற்ப வழங்குகிறது.

நமது உணர்மனதுக்குப் பிடிக்காத உணர்வுகளையும் அனுபவங்களையும் கூட நமது அடிமனம் வெளிப்படுத்துகின்றது.

இப்படித்தான் நடக்க வேண்டும், இப்படி நடக்கக் கூடாது என்று சில விருப்பங்களையும் கொள்கைகளையும் நமது உணர்மனம் வைத்துள்ளது.

ஆனால் அத்தகைய கொள்கைகள் எவையும் அடிமனதுக்குக் கிடையாது.

அதன் இயல்பு எப்படி இருக்கிறதோ அப்படியே அடிமனம் செயல்பட்டுவிடும்.

அது மகிழ்வை வெளிப்படுத்தினால் அது உணர்மனதுக்குப் பிடிக்கும்.

துயரத்தை வெளிப்படுத்தினால் பிடிக்காது.

மகிழ்வான வெளிப்பாடுகளை, தொடர்ந்து வைத்துக்கொள்ள நமது உணர் மனம் ஆசைப்படுகிறது. அதே நேரம் துயரம் போன்ற பிடிக்காத வெளிப்பாடுகளை அப்புறப்படுத்திவிடவே விரும்புகின்றது.

இங்கு என்ன நிகழ்ந்திருக்கின்றது?

நமது அடிமனம் துயரம் அல்லது பயத்தை ஏற்படுத்தியுள்ளது என்று வைத்துக் கொள்வோம்.

இங்கு என்ன நடக்கிறது?

நமது அடிமனம் ஏற்படுத்திய துயரம் அல்லது பயமே நமது உணர்மனமாக வெளிப்பட்டிருக்கிறது.

இப்போது உணர் மனமே துயரமாகவும் பயமாகவும் உள்ளது.

அடிமனதானது உணர்மனதை ஏற்படுத்திவிட்டு அமைதியாகிவிட்டது.

இப்போது உணர்மனமே துயரமாகவும் பயமாகவும் உள்ளது. அந்த உணர்மனம் அப்படியே தன்னை ஏற்றுக்கொள்வதில்லை.

தான் மாறவேண்டும் என்று விரும்புகிறது. துயரமும் பயமும் மாற வேண்டும் என்று எண்ணுகிறது.

தன்னுடைய உணர்வு நிலைக்கு எதிராகவே இது முரண்படுகின்றது. ஆகவே முரண்பாடு என்பது உண்மையில் அடிமனதுக்கும் உணர்மனதுக்கும் இடையே ஏற்படுவதில்லை.

உணர்மனதே தனக்குத்தான் முரண்பட்டுக் கொள்கிறது.

உணர்மனதானது தானே துயரமடைந்து கொண்டதாகவும் தானே பயப்பட்டுக் கொண்டதாகவும் எண்ணிக் கொள்கிறது. ஆகவே அது தன்னைச் சீரமைத்துக் கொள்ளப் போராடுகிறது.

தன்னை அமைதியாக வைத்துக்கொள்ளப் போராடுகிறது.

உண்மையில் உணர்மனம் கர்த்தா அன்று. உணர்மனம் என்பது ஒரு விளைவே ; ஓர் அனுபவமே.

உணர்மனம் தன்னைக் கர்த்தாவாக எண்ணிக் கொண்டு தன்னைச் சீரமைக்கப் பாடுபடுகிறது.

இங்கு சற்று நின்று நாம் நமது மன இயக்கத்தினை இன்னுமொரு கோணத்தில் பார்ப்பது பொருத்தமாக இருக்கும்.

துயரம் அல்லது பயம் எப்படி உருவாகின்றது?

ஒரு துயரமான சம்பவம் ஏற்படுகிறது என்று வைத்துக் கொள்வோம்.

நாம் மிகவும் நேசித்த விலை உயர்ந்த நம்முடைய பொருள் ஒன்று தொலைந்துவிடுவதாக வைத்துக் கொள்வோம். நமக்கு மனத்துயரம் ஏற்படுகிறது.

அது எப்படி ஏற்படுகிறது?

நமக்கு வெளியே நடந்த நிகழ்ச்சி நம்மை ஏன் பாதிக்க வேண்டும்?

நெருப்பைத் தொட்டால் அது நம்மைச் சுட்டுவிடும் ; சுடுவதால் நமக்கு வலி ஏற்படுகிறது.

துயரமான சம்பவம் எப்படி நமக்கு மன வேதனையை ஏற்படுத்துகிறது?

நாம் தொலைபேசியில் பேசுகிறோம். பல நூறு கிலோ மீட்டர்களுக்கு அப்பாலுள்ளவர்களுடன் பேசுகிறோம். நாம் எவ்வளவு சத்தம் போட்டுப் பேசினாலும் அரை கிலோ மீட்டருக்கு அதிகமான தூரத்துக்கு நமது சப்தம் போகாது. ஆனால் தொலைபேசியில் பேசும்போது அரை கிலோ மீட்டரும் ஒன்றுதான், ஆயிரம் கிலோ மீட்டரும் ஒன்றுதான்.

தொலைபேசியில் பேசும் போது நமது பேச்சு ஒலி மின்காந்த அலைகளாக மாற்றப்பட்டு மறுபக்கத்தை அடைகிறது.

இதைப் போன்றே நடைபெறும் சம்பவங்கள் அனைத்துமே மன அம்சமாக மாற்றப்பட்டு நமது மனதினால் கிரகிக்கப்படுகிறது.

மரத்தை மரம் என்றும் மலரை மலர் என்றும் நினைவு அலைகளாக மாற்றப்பட்டே நம்மால் புரிந்து கொள்ளப்படுகிறது. இதுபோல் உலகத்துப் பொருட்கள் அனைத்தும் மன மயமாக்கப்பட்டே புரிந்து கொள்ளப்படுகின்றன.

இவ்வாறு எல்லா நிகழ்ச்சிகளும் நினைவலைகளாக மாற்றப்பட்டு மனோ மயமாகி, நிகழ்ச்சிகளின் தன்மை நம்மால் புரிந்து கொள்ளப்படுகிறது.

அப்படி நிகழ்ச்சிகள் புரிந்து கொள்ளப்படும் போது நல்லவை, கெட்டவை, வேண்டியவை, வேண்டாதவை, மகிழ்வளிக்கக் கூடியவை, துன்பம் தரக்கூடியவை என -

நமது மனம் அவற்றைத் தரம் பிரிக்கிறது.

ஒரு சம்பவத்தைத் துயரமான சம்பவம் என்று நாம் மனதளவில் புரிந்து கொள்வதன் மூலம் அச்சம்பவம் துயரமான சம்பவமாகிறது.

அந்தச் சம்பவம் சரியானதன்று . அது இப்படி ஏற்பட்டிருக்கக் கூடாது. அது தொடர்ந்து இப்படி இருக்கக் கூடாது. அது மாறித்தான் ஆக வேண்டும்.

என்பன போன்ற எதிர்மறைச் சிந்தனை அமைப்பும் உடனடியாகச் செயல்பட ஆரம்பிக்கின்றது.

எதிர்மறை அமைப்பின் செயல்பாடு இருக்கும் வரை அது மன அழுத்தத்தையே கொண்டுவருகிறது. ஏனெனில் இருக்கும் நிலை மாற வேண்டும் என்ற ஒரு நெருக்கடியை அது நமக்குள் ஏற்படுத்துகின்றது.

ஒரு பொருள் இருக்கும் போது

- அது இல்லாமல் போக வேண்டும் என எண்ணுவது நமது இயல்பாக இருந்தாலும் கூட

- அது சாத்தியம் இல்லாத நிலையில் மன நெருக்கடியைக் கொடுக்கிறது.

அப்படியே அந்தப் பொருள் இல்லாமல் போகக் கூடிய சாத்தியம் இருந்தாலும்கூட

- அதை உடனே அப்புறப்படுத்த வேண்டும், அது இல்லாமல் போக வேண்டும் என்ற ஆதங்கமும் ஒரு மன நெருக்கடியை ஏற்படுத்துகின்றது.

இதைப் போன்று

துயரமான சம்பவம் ஒன்று நடப்பதற்குச் சாத்தியமில்லாத நிலையிலும், நடந்துவிடுமோ என்ற எண்ணமும் கூட இத்தகைய மன நெருக்கடியைக் கொடுக்கிறது.

நாம் பார்த்த உதாரணத்தையே இதற்கும் எடுத்துக்கொள்வோம்.

நமது உடைமை ஒன்று தொலைந்து போய் விட்டது என்று வைத்துக் கொள்வோம்.

நமது உடைமை தொலைந்து விட்டது என்ற நிகழ்வு ஒரு நினைவாக நமது மனதில் பதிவு செய்யப்படுகிறது. அந்நிலையில் -

நமது பொருள் தொலைந்திருக்கக்கூடாது என்ற எதிர்மறை எண்ணம் நமக்கு உதயமாகிறது.

பொருள் தொலைந்து விட்டது என்பது நடைமுறை உண்மை.

அது தொலைந்து போனது எனக்குப் பிடிக்கவில்லை. அது தொலையாமல் இருந்திருப்பதையே நான் விரும்புகிறேன் - என்று நாம் எண்ணுவது நடைமுறை உண்மையுடன் முரண்படும் ஓர் எதிர்மறை இயக்கம்.

நமது எதிர்மறை விருப்பத்துக்கேற்ற தீர்வு விரும்பிய கணத்திலேயே கிடைத்துவிடாது.

சில விருப்பங்கள் கடைசி வரையிலும் நிறை வேறாமல் போகக்கூடும்

இதனால் நமது எதிர்மறை எண்ணங்களே துயரம், பயம், கோபம் போன்ற விரும்பத்தகாத உணர்வுகளை வெளிப்படுத்துகின்றன.

நிகழ்வை மறுதலிக்கும் எதிர்மறை எண்ணங் களே நமது மனத்துயரமாக வெளிப்படுகிறது.

அடுத்து நாம் என்ன செய்கிறோம்?

நமது மனத்துயரமும் நமக்குப் பிடிக்கவில்லை. நமது பயம், கோபம், வெறுப்புகள் போன்றவையும் நமக்குப் பிடிக்கவில்லை.

அவற்றை ஏற்கமறுக்கும் எண்ணமும் ஏற்படுகிறது.

நமது மறுதலிப்பின் மூலம்

- நமது துயரம் தீர்வதற்குப் பதிலாக

அது மேலும் உறுதி செய்யப்படுகிறது.

இப்படி

நமது ஏற்கமறுக்கும் சிந்தனைகளால் நாம் விரும்பாத உணர்வுகள் அனைத்தும் உறுதி செய்யப்பட்டுவிடுகின்றன.

இனி, நாம் புறப்பட்ட இடத்துக்கு மீண்டும் வருவோம்.

நாம் என்ன பார்த்தோம்?

உணர்மனமானது தானே துயரமடைந்து கொண்டதாகவும் தானே பயப்பட்டுக் கொண்ட தாகவும் எண்ணிக்கொண்டு,

தன்னைச் சீரமைக்கும் கர்த்தாவாகத் தன்னை எண்ணிக் கொள்கிறது

- என்பதை நாம் பார்த்தோம்.

உண்மையில் நமது உணர்மனம் என்பது கர்த்தா அன்று.

அது நமது அடிமனதிலிருந்து பொங்கி வழிந்தோடும் ஓர் உணர்வே.

அது அடிமனதிலிருந்து புறப்பட்டு உணர்மனமாக வழிந்தோடி

- பின்பு அது மறைந்து விடுகிறது.

உணர்மனம் என்பது ஓடிக்கொண்டிருக்கும் ஒரு நீரோடையைப் போன்றது.

அது ஓடிக்கொண்டேயிருக்கும்.

நமக்கு இத்தகைய உணர்வுகள் தாம் வரவேண்டும், இத்தகைய உணர்வுகள் வரக்கூடாது என்று அதற்கு நாம் கட்டுப்பாடு விதிக்க முடியாது. நாம் விரும்பியபடி நமது உணர்வுகள் வருவதில்லை.

நமது அடிமனதிற்கேற்ற உணர்வுகளே வந்து கொண்டிருக்கின்றன. அதன் இயல்புக்கேற்ற உணர்வுகளையே எப்போதும் அது வெளிப்படுத்திக் கொண்டிருக்கிறது.

உணர்மனம் என்பது அடிமனதினால் உருவாக்கப் பட்ட ஒரு விளைவே.

தன்னை மாற்றியமைக்கும் சுதந்திரம் எதுவும் உணர்மனதுக்குக் கிடையாது.

தன்னை மாற்றியமைக்கப் போராடுவதன் மூலமே அது தன்னை உறுதிப்படுத்திக்கொள்கிறது.

நமது உணர்வுகள் உருவாவதற்கும் நமது விருப்பங்கள் காரணமல்ல. நமது விருப்பம் காரணமாக இருக்குமானால் விரும்பிய உணர்வுகள் மட்டும்தானே ஏற்படவேண்டும்.?

நமது உணர்வுகள் யாவும், சூழ்நிலைக்கேற்ப -

தாமே உருவாகி

தாமே மறைந்து விடுகின்றன.

உணர்வு என்பது நிலையானதன்று ;

உருண்டோடும் இயல்புடையது ;

கணந்தோறும் மாறிக்கொண்டே இருப்பது.

ஆகவே

- எந்த உணர்வையும் நாம் அப்புறப்படுத்தத் தேவையில்லை.

எந்த உணர்வையாவது இது வேண்டாம் என்று மறுதலிக்கும் போதோ

எந்த உணர்வையாவது இது வேண்டும் என்று பற்றிப் பிடிக்குப் போதோ

- நாம் நமது உணர்வின் இயற்கையான ஓட்டத்தில் குறுக்கிடுகின்றோம்.

இல்லாவிடில் -

தாமாக ஏற்படும் உணர்வுகளெல்லாம் தாமாகவே ஓடி மறைந்துவிடும்.

நாம் அதனை அப்புறப்படுத்தத் தேவையில்லை.

இது உண்மையா?

இதுதான் நடைமுறை உண்மை என்பதை நாம் சந்தேகத்துக்கு இடமில்லாமல் விளங்கிக்கொள்ள வேண்டும். நமது உணர்வுகளை மாற்றியமைக்க நாம் எதுவுமே செய்யத் தேவையில்லை என்பதை விளங்கிக்கொள்ள வேண்டும்.

இதன் பொருள் என்னவென்றால் -

நாம் நமது உணர்வுகளை முழுமனதோடு ஏற்றுக்கொள்ள வேண்டும் என்பதே.

மேலும் -

நாம் அடைய வேண்டிய உணர்வுநிலை வேறு எதுவும் கிடையாது என்று முடித்துக்கொள்வதே.

நமக்கு இயல்பாக ஏற்படும் உணர்வுகளைத் தவிர வேறு எந்த உணர்வுகளையும் எதிர்பார்க்கக் கூடாது என்ற

- எளிமையான புரிதலுக்கு நாம் வந்துவிட வேண்டும்.

இத்தகைய புரிதல் ஏற்படும்போது

-நமக்கு என்ன நிகழ்ந்திருக்கின்றது?

நமது உணர்மனம் தனது தகுதியை உணர்ந்துகொள்கிறது.

தனது செயல்பாட்டுக்கு எதிரான கட்டுப்பாடு களையும், எதிர்பார்ப்புகளையும் கைவிட்டு விடுகிறது.

அந்நிலையில் -

நமது உணர்மனம் செய்வதற்கு வேறு ஏதாவது வேலை பாக்கி உள்ளதா?

உணர்மனம் செய்வதற்கு எதுவுமே இல்லாத நிலையில் -

அடிமனதிலிருந்து புறப்பட்டுவரும் அத்தனை உணர்வுகளும் தங்கு தடையில்லாமல்

- உணர்மனமாகி உருண்டோடி மறைந்து விடுகின்றன.

தங்கு தடையற்ற உணர்வுப் பிரவாகமாக மாறிவிடுகிறது.

இனி

அதனை உணர்வு என்று கூற முடியாது.

உணர்வுப் பிரவாகம் என்றே அதனைக் கூற வேண்டும்.

அந்நிலையில் நமது அடிமனதின் இயல்பும் தன்மையும் கூட மாறுதலடையத் துவங்குகிறது.

இப்போது நாம் கேட்க வேண்டிய இன்னுமொரு கேள்வி உள்ளது.

ஆன்மீக உலகில் நாம் அடைந்திட வேண்டிய ஏதாவது ஒரு நிலை உள்ளதா?

நம்முடைய யோக சாதனைகளின் மூலமாகவும், தியானப் பயிற்சிகளின் மூலமாகவும் நாம் அரிதான சில உணர்வு நிலைகளை எட்டலாம்.

அந்த உணர்வுகள் எவ்வளவு அற்புதமான வைகளாக இருந்தாலும் உணர்மனதின் ஓட்டத்தில் அவையும் மறைந்தேயாக வேண்டும்.

எத்தகைய உன்னதமான உணர்வுகளாக இருந்தாலும் அவைகளால் கொஞ்ச காலமே நிலைத்திருக்க முடியும். பின் அவை வந்தது போலவே மறைந்துவிடும்.

எவையெல்லாம் உருவாகி வருகின்றனவோ அவையெல்லாம் மறைந்தேயாக வேண்டும். அனுபவங்களின் நியதி இதுதான்.

ஏதாவது ஓர் அனுபவத்தின் மீது நாம் பற்று கொள்வோமாயின் அது நமது விடுதலையைத் தடுத்துவிடும்.

நமது உணர்மனமானது எப்போது -

எல்லா உணர்வுகளையும் ஏற்று

அவை இருந்திடவும் மறைந்திடவும் அனுமதித்து

- அனைத்துக்கும் சுதந்திரம் வழங்குகின்றதோ

-அப்போதே அதுவும் விடுதலை அடைந்து விடுகிறது.

விடுதலை என்பது முயற்சிகளிலிருந்து விடுபடுவது;

எதிர்காலத்திலிருந்து விடுபடுவது;

முரண்பாடுகளிலிருந்தும் போராட்டங்களி லிருந்தும் விடுபடுவது.

இந்த விடுதலை அடைந்த நிலையில் -

நாம் நமது பயத்திற்கு எதிராகவும் துயரத்துக்கு எதிராகவும் முரண்பட மாட்டோம்.

இதேபோன்று -

இன்பங்களின் பின்னால் ஓடிப்போகவும் மாட்டோம்.

- அந்த இன்பங்கள் உலகியலாக இருந்தாலும் சரி, ஆன்மீகத்தைச் சார்ந்ததாக இருந்தாலும் சரி.

இந்த விடுதலையென்பது ஒரு தப்பியோடும்

மனநிலை அன்று. இது -

எல்லா உணர்வுகளையும்

- எளிதாகவும் தீரத்துடனும் எதிர்கொள்ளும் மனநிலை.

உணர்வுகளுக்கு எதிரான செயல்கள் அனைத்துமே தப்பியோடும் செயல்களேயாகும் என்ற புரிதலுடன்

- அனைத்து உணர்வுகளையும் நேருக்கு நேராக எதிர்கொண்டு ஏற்றுக் கொள்ளும் தீரமே

- இந்த விடுதலை.

அனைத்து உணர்வுகளுக்கும் நமது முழு மனதையும் விரியத்திறந்து வைத்திடுவதே இந்த விடுதலை.

இதுவே புரிதல்.

- முக்தியைக் கொடுக்கும் புரிதல்.

இந்தப் புரிதல் என்பது மிகவும் எளிதானது.

இங்கு இன்னுமொரு அம்சமும் முக்கிய மானது.

அதாவது -

நாம் புரிந்துகொண்டு விட்டோம் என்பதையும் புரிந்துகொள்ள வேண்டும்.

புரிதல் மட்டும் போதாது;

புரிந்துகொண்டு விட்டோம் என்பதையும் புரிந்துகொள்ள வேண்டும்.

முற்காலத்தில் ஆச்சாரியர்கள் "குருநாதர்கள்"

என்று அழைக்கப்பட்டார்கள். மெய்ப்பொருளை விளக்கிக் கூறுவதோடு அவர்களது பணி முடிந்து விடுவதில்லை. அவர் விளக்கிக்கூறிய உண்மையை சீடன் புரிந்து கொண்டுவிட்ட நிலையில் "நீ புரிந்து கொண்டு விட்டாய்" என அந்தப் புரிதலை உறுதிப்படுத்துவதும் அவரது பணியாக இருந்தது.

ஞானம் என்றால் என்னவென்பதை ஒருவர் புரிந்துகொண்டால் மட்டும் போதுமானதன்று ;

ஞானம் என்றால் என்னவென்பதைப் புரிந்து கொண்டோம் என்பதையும் புரிந்துகொள்ள வேண்டும்.

யோகவாசிஷ்டத்தில் இப்படி ஒரு கதை கூறப்படுகிறது.

ஒருவர் சிந்தாமணிக்கல் எனும் உயர்வகை வைரக்கல்லைத்தேடிக் காட்டுக்குள் செல்கிறார். அதைப் பற்றிய விபரத்தைக் கூறியவர்கள் அவருக்கு ஓர் எச்சரிக்கையையும் கொடுக்கிறார்கள். "சிந்தாமணிக்கல் என்பது மிகவும் அபூர்வமானது; உனக்கு விதி இருந்தால்தான் கிடைக்கும். அப்படியே உனக்குக் கிடைக்க வேண்டும் என்ற விதி இருந்தாலும் உடனடியாகக் கிடைத்துவிடாது. விடாமுயற்சியுடன் மாதக் கணக்கில், ஏன் வருடக் கணக்கில்கூடத் தேட வேண்டியதிருக்கும். உனது பொறுமைக்கும், விடாமுயற்சிக்கும் பலனாகவே அந்த சிந்தாமணிக்கல் உனக்குக் கிடைக்கும்". - இந்த எச்சரிக்கையைக் கேட்டும் சோர்வடையாத நிலையில் அவர் துணிந்து காட்டுக்குள் செல்கிறார். எத்தனை

வருடங்களானாலும் சிந்தாமணிக்கல்லைக் கண்டு பிடிக்காமல் திரும்புவதில்லை என்ற மனோ வைராக்கியத்துடன் சிந்தாமணிக் கல்லைத் தேட ஆரம்பிக்கிறார். அதிர்ஷ்டவசமாக அந்த அபூர்வமான சிந்தாமணிக்கல் அவர் தேட ஆரம்பித்த அரைமணி நேரத்துக்குள்ளேயே அவருக்குக் கிடைத்துவிட்டது.

ஆனால் அவருக்குக் கிடைத்தது சிந்தாமணிக்கல் தான் என்பதை அவர் நம்பவில்லை. ஆண்டுக் கணக்கில் தேடியும் கண்டுபிடிக்க அரிதான சிந்தாமணிக்கல் அரைமணி நேரத்தில் எப்படிக் கிடைக்க முடியும் என்று எண்ண ஆரம்பித்தார். அவ்வளவு சீக்கிரத்தில் அது கிடைத்ததால் அது சிந்தாமணிக்கல்லாக இருக்க முடியாது என அதை வீசிப்போட்டுவிட்டு வேறு சிந்தாமணிக்கல்லை மீண்டும் தேட ஆரம்பித்தார். இதுதான் அந்தக் கதை.

புரிதல் என்று நாம் எதைக் கண்டுபிடித்தோமோ

- அதுதான் முக்தியைக் கொடுக்கும் புரிதல்.

ஆனால் நாம் அதிக எதிர்பார்ப்புகளுடன் இருப்பதால் அதனைத் தவறவிட்டுவிட்டுத் தாண்டிச் சென்றுவிடும் ஆபத்தும் உள்ளது.

ஆகவே நாம் அதனைச் சோதித்து அதனை உறுதிப்படுத்திக் கொள்ள வேண்டும்.

ஒரு சிறிய உதாரணம்.

எனது கையில் எடையே இல்லாத ஒரு பையை காய்கறி வாங்க எடுத்துச் செல்கிறேன் என வைத்துக்கொள்வோம். அதன் அழகிய கைப்பிடி

மட்டுமே எடை உள்ள உலோகத்தால் ஆனது. காய்கறி வாங்கும் போதுதான் தெரிகிறது. அடியிலுள்ள பை எங்கேயோ கழன்று விழுந்துவிட்டது என்று. அது எடை இல்லாத பொருள். அதனால் அது கழன்று விழுந்தது எனக்குத் தெரியவில்லை. ஆனால் காய்கறி வாங்கிய பிறகு பையைத் தூக்க முடியாமல் தூக்கிச் செல்வதாயின், அது கை நழுவி எங்கு கழன்று விழுந்தாலும் அது உடனடியாகத் தெரிந்துவிடும். ஏனெனில் எடையும் தெரியும். அந்த எடை திடீரென இல்லாமல் போவதும் உடனடியாக நமக்குத் தெரிந்துவிடும்.

இதனால் தான் ஆன்மீக சாஸ்திரங்களில் துன்பமும் துயரமுமே நம்மை நேரடியாக உண்மைக்கு அழைத்துச் செல்லுகின்றன என கூறப்பட்டுள்ளது.

துன்பமும் துயரமும் நமக்கு வேதனை என்னும் சுமையை ஏற்படுத்துகின்றன.

புரிதல் மூலம் நாம் விடுதலையை அடையும் போது துன்பமும் துயரமும் மறைகின்றன. சுமை நீங்கிய உணர்வு ஏற்படுகிறது.

நமக்கு ஏற்பட்ட மாற்றத்தைக்கொண்டு நாம் நமது புரிதலில் சக்தியையும் விடுதலையின் வெளிப் பாட்டையும் உறுதி செய்துகொள்ள முடியும்.

ஒவ்வொரு கணத்திலும் நாம் ஏதோவோர் உணர்வுடன் இருக்கின்றோம். ஏதாவது ஓர் உணர்வு வருகிறது. பிறகு அது மறைகிறது. வேறு ஓர் உணர்வு வருகிறது. பிறகு அதுவும் மறைகிறது.

இப்படி ஒரு நீரோடையைப் போல் நமது உணர்வானது கணந்தோறும் உணர்வோடையாக ஓடிக்கொண்டே இருக்கிறது.

நம்மிடையே வந்து செல்லும் உணர்வுகளில் பெரும்பாலானவை முக்கியத்துவமில்லாத சாதாரண உணர்வுகளாதலால் அவை வருவதையும் போவதையும் நாம் அவ்வளவாகக் கவனத்திற்கு எடுத்துக் கொள்வதில்லை.

ஆனால் நம்மிடம் அனுபவமாகும் உணர்வு துயரமாகவோ அல்லது வேறு ஏதாவது மன வேதனையாகவோ இருக்கும் பட்சத்தில் நாம் அவற்றைக் கவனிக்காமல் ஏனோதானோவென்று எடுத்துக் கொள்வதில்லை.

அதன் வலியே நமது கவனத்தை ஈர்த்துவிடும்.

ஓடி நகர்ந்து செல்வதுதான் நமது உணர்வுகளின் இயல்பு. எல்லாமே நகர்ந்து கொண்டிருக்கிறது. நமது சிந்தனையுங்கூட நகர்ந்து கொண்டேயிருக்கிறது.

மற்ற உணர்வுகளை அவற்றின்போக்கில் விட்டு விடுவதைப்போல் நமது துன்பங்களையும் துயரங்களையும் அவற்றின் போக்கில் விட்டுவிடுவது எளிதாக இருக்காது. புரிதல் ஏற்பட்டால் மட்டுமே அவை, தாமாக நகர்ந்து செல்லும். நமது வேதனையும் நகர்ந்து செல்லும். வலியும் நகர்ந்து செல்லும். **வலியும் வேதனையும் நகர்ந்து செல்லும்போது - நமக்கு ஏற்பட்டுள்ளது விடுதலை என்பது நமக்குத் தெரிகிறது.** நமக்கு ஏற்பட்டுள்ளது உண்மையான புரிதல் என்பது உறுதியாகிறது.

ஏனெனில் இந்தப் புரிதல் ஏற்படும்போது மட்டுமே நமது துயரங்கள் யாவும் தாமே ஓடி மறைந்திடுவது சாத்தியம்.

எந்தப் புரிதலானது எல்லாவற்றையும் நகர்ந்து செல்ல அனுமதிக்கிறதோ அதுவே உன்னதமான புரிதல். அதுவே ஞானத்துக்கான புரிதல்.

ஞானம் என்பது அனைத்துமே நகர்ந்து செல்ல அனுமதிப்பதே.

நமது உணர்வுகளெல்லாம் நகர்ந்து செல்ல அனுமதிப்பதே ஞானநிலை.

ஞானநிலை என்பது ஏதோவொரு வினோதமான அனுபவநிலை என்று நாம் கற்பிதம் செய்து கொள்வோமேயானால் அது நம்மை நாமே ஏமாற்றிக் கொள்வதேயாகும்.

எத்தகைய உயர்நிலை அனுபவமாயினும் சரி, அதனை நிரந்தரமாக வைத்துக்கொள்ள நினைப்பது அறியாமை.

அனைத்தையும் நகர்ந்து செல்ல அனுமதிப்பதே ஞானநிலை.

ஒருவர் மீளாத் துயரத்துடன் இருக்கும்போது அவர் தனது உணர்மனதை சுதந்தரமாக இயங்கி நகர்ந்து செல்ல அனுமதிப்பதன் மூலம்

- தனது துயரங்களிலிருந்து விடுபடுகிறார்.

இதனால் அவர்

தாம் புரிந்துகொண்டு விட்டோம் என்பதையும் புரிந்து கொள்கிறார்.

இதைப் போன்று -

ஒருவர் ஆன்மீக நாட்டத்தின் உள்ளார்ந்த ஆர்வமும் ஈடுபாடும் உள்ளவராக இருக்கும் பட்சத்தில்

அவராலும் இந்தப் புரிதலை

புரிந்துகொண்டுவிட்டோம் என்ற புரிதலை

உறுதிப்படுத்திக்கொள்ள முடியும்.

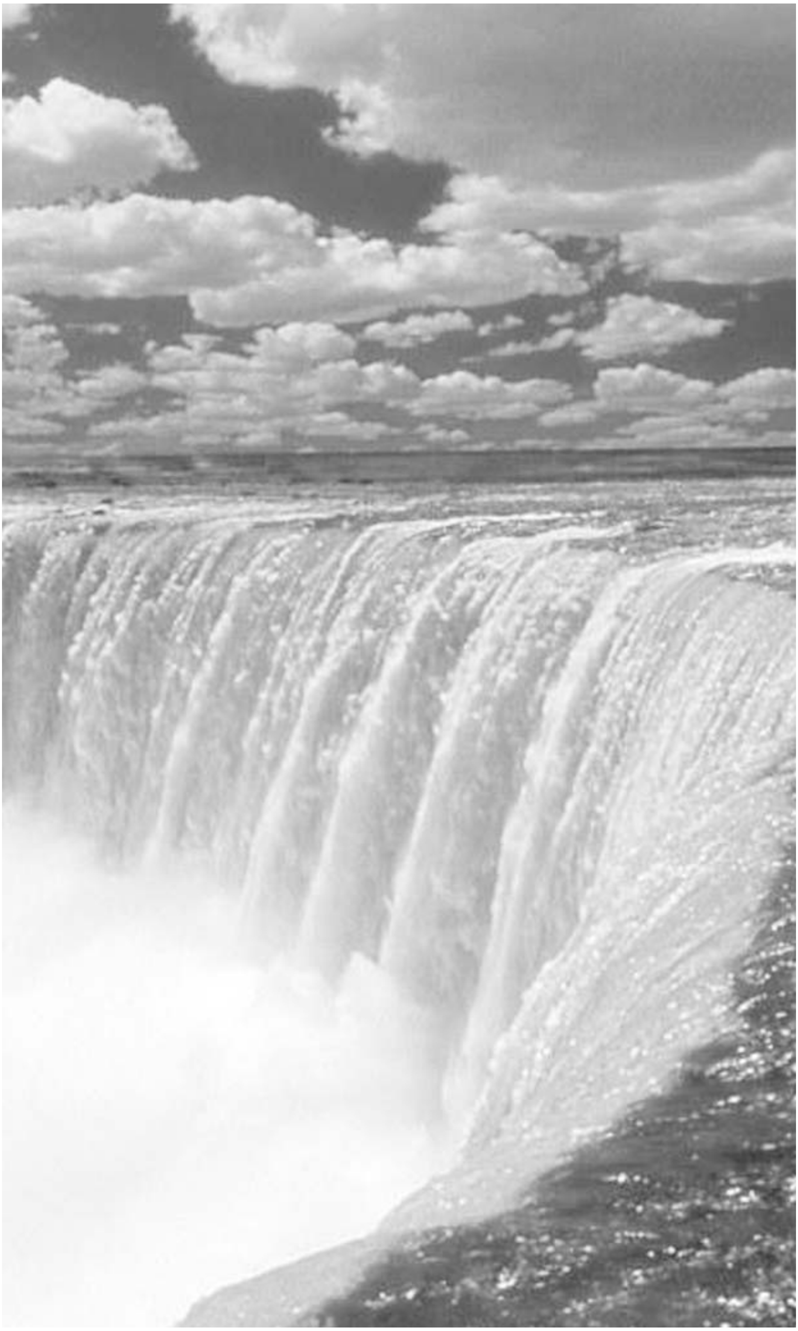
விடுதலை பெற்றவர்களுடன் நேர்முகமாக உரையாடித் தெளிவு பெறுவதன் மூலமும்

- இந்தப் புரிதலை உறுதிப்படுத்திக் கொள்ள முடியும்.

இந்தப் புரிதல் -

உறுதிப்படுத்தப்பட்ட நிலையில் -

நிரந்தரமாக உங்களுடையதாகிவிடுகிறது..



5

உணர்வுகளின் மலர்வு

நமது அடிமனதின் வெளிப்பாடே நமது உணர்வுகள் என்பதைப் பார்த்தோம்.

ஒரு தவறான காரியத்தைச் செய்யுமாறு நமது அடிமனம் உணர்வுகளை வெளிப்படுத்துகிறது என்று வைத்துக் கொள்வோம்.

நாம் என்ன செய்ய வேண்டும்?

நமது உணர்வுகளை அப்படியே ஏற்றுக்கெள்ள வேண்டும் என்று பார்த்தோம்.

உணர்வுகளின் தூண்டுதலின்படி தவறான காரியங்களைச் செய்துவிடலாமா?

நாம் நமது நண்பருடன் அவருக்குத் தெரிந்த ஒருவருடைய வீட்டுக்குப் போகின்றோம். அங்கு ஹாலில் உட்கார்ந்து பேசிக்கொண்டே, டீ, பிஸ்கட் சாப்பிடுகின்றோம். பிஸ்கட் பாக்கெட் தாளைக் குப்பைக் கூடையில் போட நாம் முற்படும்போது குப்பைக் கூடைக்குள் ஒரு வைர மோதிரம் விழுந்து கிடப்பதை நாம் மட்டும் பார்த்துவிடுகிறோம். பல்லாயிரக்கணக்கான ரூபாய் மதிப்புள்ள அந்த

மோதிரத்தின் மீது நமக்கு ஆசை ஏற்படுகிறது. அதை நாம் எடுத்துக் கொண்டாலும் எவரும் கவனிக்கப் போவதில்லை. மேலும் அந்த வீட்டின் உரிமையாளரும் பலகோடி ரூபாய் சொத்துக்கு உரிமையாளர். அவரும் காணாமற் போய்விட்ட மோதிரத்தைக் கண்டுகொள்ளமாட்டார்.

நமக்கு ஏற்பட்ட உணர்வை அப்படியே ஏற்றுக்கொண்டு

- அந்த மோதிரத்தை எடுத்து நமதாக்கிக் கொள்வதா?

உணர்வு நமக்கு மட்டுமே சொந்த மானாலும் நமது செயல் பலரோடு தொடர்புடையது.

அதனால் நாம் பலவற்றையும் கருத்தில் கொள்ள வேண்டியுள்ளது.

பலரோடு சேர்ந்து நாம் இந்தச் சமுதாயத்தில் வாழ்ந்து வருகிறோம். ஒவ்வொருவருக்கும் ஒவ்வொரு விதமான விருப்பு வெறுப்புகள் உள்ளன. வாழ்க்கை அமைப்புகள் உள்ளன. ஒவ்வொருவரும் தங்கள் தங்களது விருப்பங்களுக்கும் வாழ்க்கை வசதிகளுக்கும் மட்டுமே முக்கியத்துவம் கொடுக்க முடியும்.

இந்நிலையில் ஒருவரோடு ஒருவர் உறவு கொள்வதில் முரண்பாடுகள் தோன்றுவது சகஜம். ஒரு பொருளுக்குப் பலர் போட்டி போட நேரிடலாம். அது நியாயமான போட்டியாக இருந்தாலும் கூட போட்டி போட்டிதான். இந்நிலையில் -

சமுதாயத்தை நிர்வகிக்க

நியாயங்களும் தர்மங்களும் ஒழுக்கங்களும் தேவைப்படுகின்றன.

அனைவரும் அதனை மதித்து நடக்கும் போது தான் ஒரு சமுதாய வாழ்வு சிக்கலில்லாமல் நடைபெற முடியும்.

அனைவரும் மனம் போனபடி நடந்து கொள்ளலாம் என்று அனுமதி கொடுப்போமே யானால் காட்டுமிராண்டித் தனமான வாழ்க்கைக்குப் போய்விடுவோம்.

நாம் போக்குவரத்து மிகுந்த சாலையினுள் பிரவேசித்தோமானால், சாலை விதிமுறைகளை ஏற்றுக்கொண்டாக வேண்டும். இல்லாவிடில் நமக்கும் பிரச்சினை ஏற்படும். மற்றவர்களுக்கும் பிரச்சினை ஏற்பட்டுவிடும்.

நமது உணர்வுகள் என்பவை நாம் ஏற்கெனவே பார்த்ததுபோல் நமது உடல்ரீதியான வெளிப் பாடுகளே. அவை நமது உடலினுள்ளே ஏற்பட்டு மறைகின்றன. அவற்றை நாம் நமது உடலாலும், உள்ளத்தாலும் மட்டுமே உணர்ந்து அறிகிறோம். அவை அனைத்தும் நமக்குள்ளே மட்டும் ஏற்படும் செயல்களாகும்.

நமக்குள்ளே பயமோ, வெறுப்போ, கோபமோ, துயரமோ இவைபோன்ற வேறு உணர்வுகளோ ஏற்படலாம்.

இது சம்பந்தமாக நாம் எதுவுமே செய்திடத்

தேவையில்லை. அவற்றுக்கெதிராக நாம் எதையாவது செய்திட முயற்சி செய்வது என்பது, போராட்டத்தையும் பிரச்சினைகளையும் நமக்குள்ளே வரவேற்பதேயாகும்.

ஆனால்

இதே விதிமுறையை நம்முடைய வெளிப்புற நடவடிக்கைகளுக்குக் கொண்டு வரக்கூடாது.

நண்பர் வீட்டில் நமக்கு மோதிரத்தின் மீது ஆசை ஏற்பட்டது தவறன்று. அது நமது இயல்பான வெளிப்பாடே.

அந்த மோதிரத்தை நாம் எடுத்தோமானால் அது தவறு.

சாலையில் நாம் சென்றுகொண்டிருக்கும் போது குழந்தையொன்று தவறுதலாகப் போக்குவரத்தினுள் நுழைந்து விட்டதைப் பார்த்துவிடுகிறோம். நாம் அதற்கு உதவி செய்து அதனை மீட்டு உரியவர்களிடம் சேர்ப்பதுதான் சரி. எது எப்படி நடந்தாலும் அதனை அப்படியே ஏற்றுக்கொள்ளலாம் என்று அமைதி காத்திடுவது சரியன்று.

வெளிப்புற நடவடிக்கைகளை வெளிப்புறச் சூழ்நிலைகள்தாம் தீர்மானிக்க வேண்டும்.

ஒரு குறிப்பிட்ட சூழ்நிலையில் ஒரு புத்தி பூர்வமான நியாயமான நபர் எப்படி நடந்து கொள்வாரோ அப்படி நடந்துகொள்வதுதான் சரி.

சூழ்நிலையை மாற்றியமைக்க வேண்டியது அவசியமானால், அதனை மாற்றியமைக்கும்

முயற்சியில் நாம் ஈடுபடுவதே சரி. சூழ்நிலையை அப்படியே ஏற்றுக்கொள்ள வேண்டுமென்பது சரியன்று. மோசமான சூழ்நிலை தொடர்ந்து மோசமானதாகவே இருந்துவிட அனுமதிப்பது சரியன்று.

ஆனால் நமது உணர்வு மட்டும் சம்பந்தப் படுமேயானால்-

அதுவே நமது இயல்பென்று அதனை அப்படியே ஏற்றுக் கொள்வதுதான் சரி.

நம்மை மாற்றியமைக்கும் எந்தப் பொறுப் பையும் நாம் ஏற்றுக்கொள்ளத் தேவையில்லை.

சரி

நமது உணர்வுகளும் வெளிப்புற நடவடிக்கை களும் ஒன்றோடொன்று தொடர்புடையதாக இருக்கும் பட்சத்தில்

- நாம் எப்படி நடந்து கொள்வது?

உதாரணமாக

பக்கத்து வீட்டுக்காரரின் தவறான நடவடிக் கைகளினால் நமக்குக் கோபம் ஏற்பட்டுவிடுகிறது. நாம் என்ன செய்வது?

அவருடன் சண்டையிடுவதா?

கோபம் என்பது இயற்கையானது. அதை நாம் ஏற்றுத்தான் தீர வேண்டும். கோபத்துக்கு எதிராக நாம் எதனையும் செய்ய முடியாது. அது நமக்குள்ளே மட்டும் ஏற்பட்ட உணர்வு. அதை நமக்குள்

முழுமையாக ஏற்றுக்கொண்டே ஆக வேண்டும். அப்படியென்றால் -

நாம் பக்கத்து வீட்டாருடன் சண்டையிட்டாக வேண்டும் என்று அர்த்தமா?

இல்லை.

- அப்படி இல்லை.

பக்கத்து வீட்டுக்காரரை நாம் முடிந்த வரையிலும் அனுசரித்துத்தான் போக வேண்டும். நாம் முடிந்தவரையில் எல்லோருடனுமே நல்லுறவுடன் பழகிடுவதே சிறந்தது.

சூழ்நிலைக்கேற்பச் சமுதாய நடைமுறை களையும் சட்டதிட்டங்களையும் மதித்து நடப்பதே சரியானதாகும்.

ஆனால் நாம் நம்முடைய அகநிலையில் எந்த நடைமுறைகளையோ சட்ட திட்டங்களையோ பின்பற்றத் தேவையில்லை.

உதாரணமாக

பலமாடிக் கட்டிடத்திற்கு மேலேயுள்ள மொட்டை மாடியில் நாம் நின்று கொண்டிருக் கிறோம். “இங்கிருந்து நாம் கீழே குதித்தால் என்ன ஆவோம்” என்ற சிந்தனை நமக்கு ஏற்படுகிறது என வைத்துக்கொள்வோம்.

அதை நாம் செயல்படுத்திப் பார்ப்போமா?

அத்தகைய சிந்தனைகளை

கடந்து செல்லும் மேகங்களைப் போலவும் காற்றைப் போலவும் ஒதுக்கிவிடுவோம்.

அதனைச் செயல்படுத்திப் பார்க்க மாட்டோம்.

இதுபோன்றே நமது உணர்வுகள் அனைத்தும் கடந்துசெல்லும் மேகக் கூட்டங்களே. கடந்து செல்லும் அந்த உணர்வுகளை நாம் கட்டிப்பிடித்துப் போராட வேண்டிய அவசியம் எதுவும் இல்லை.

அவை இருக்க வேண்டுமென்றோ அல்லது இல்லாமல் போய்விட வேண்டுமென்றோ நாம் அவற்றைத் தொந்தரவு செய்திடாத பட்சத்தில்

- அவை தாமாக வந்துவிட்டு

தாமாக மறைந்துவிடும்.

- கடந்து செல்லும் காற்றைப் போல.

ஆனால்- நமது வெளிப்புற நடவடிக்கையைப் பொறுத்த வரையில் சரியானதையும் நல்லதையும் நாம் செய்திட வேண்டும்.

அவற்றைப் பொறுத்தவரையில் நல்லது - கெட்டது உண்டு ; சரியானது - தவறானது உண்டு.

ஒவ்வொருவரும் நல்லதையும் சரியானதையும் செய்யக் கடமைப்பட்டவராவோம்.

நமது உணர்வைப் பொறுத்த அளவில் நமது உணர்வுகளைச் சீரமைக்கும் கடமை எதுவும் நமக்கு இல்லை. **சரியான உணர்வென்றோ தப்பான உணர்வென்றோ மோசமான உணர்வென்றோ எதுவும் கிடையாது.**

உண்மையில்

கடந்து செல்லும் உணர்வு மட்டுமே உள்ளது.

அவை தாமாக வந்து தாமாகவே போய்விடும்.

அவற்றை எதிர்த்துப் போராடுவோமாயின் நாம் வாழ்நாள் முழுவதும் போராடினாலும் அவை முடிவுக்கு வாரா.

நமது உணர்வுகள் அனைத்தும்

- சமமானவைகளே.

உயர்ந்த உணர்வென்றோ தாழ்ந்த உணர்வென்றோ எதுவும் கிடையாது.

அதுபோல் சாதாரண உணர்வென்றோ தெய்வீக உணர்வென்றோ

- எதற்கும் சிறப்பான முக்கியத்துவமும் கிடையாது.

அனைத்து உணர்வுகளுமே நமது உடல் உணர்வுகளே; கடந்து செல்லும் தற்காலிக உணர்வுகளே.

அவற்றுள் எதையாவது சரியென்றோ தவறான தென்றோ நாம் தேர்வு செய்வோமாயின்

- பிரச்சினைகள் தவிர்க்க முடியாதனவாகும் ;

அறியாமை தவிர்க்க முடியாததாகும்.

ஆன்மீக உணர்வுகள் யாவும் நிச்சயமாக தெய்வீகமானவைதாம், சந்தேகம் இல்லை. அவை அப்படியே இருந்துவிட்டுப் போகட்டும். அவையும்

வரலாம், போகலாம். எவை வந்தாலும் அவை தாமாக வரட்டும்; தாமாக மறையட்டும்.

நாம் எச்சரிக்கையாக இருக்க வேண்டுவது எதுவென்றால்

அவை சாதாரண உணர்வுகளாக இருந்தாலும் சரி, தெய்வீக உணர்வுகளாக இருந்தாலும் சரி

- அவற்றின் மீது பந்தங் கொள்ளக் கூடாது.

அப்படி நாம் அவற்றின்மீது பந்தங் கொள்ளாதபடி இருக்கும் பட்சத்தில், என்ன நிகழ்கின்றது?

இந்த நிலையில் நமது மன இயக்கத்தின் அடிப்படையிலேயே ஒரு மாற்றம் ஏற்படுகின்றது.

இது நாம் விரும்பி ஏற்படுத்திய மாற்றமன்று.

ஆயினும் அங்கு ஒரு மாற்றம் ஏற்படுகின்றது.

அத்தகைய மாற்றம் ஏற்படுவதும் அதன் இயற்கையாக உள்ளது.

அவ்வாறு இல்லாமல் ***நாம் நமது உணர்வு களுடனேயே முரண்பட்டுக் கொண்டிருந்தால் இத்தகைய அடிப்படை மாற்றம் ஏற்படும் வாய்ப்பே இல்லாமல் போய்விடும்.***

நல்லவை, கெட்டவை என்று நாம் பிரித்துப் பார்க்கப் பழகிக் கொண்டுவிட்ட ஒரே காரணத்தினால் நமது உணர்வுகளையும் இப்படிப் பிரித்துப் பார்த்து உண்மையான மாற்றம் ஏற்பட முடியாதபடி நாம் செய்துகொண்டு விட்டோம்.

வெறுப்பையும் கோபத்தையும் இதுபோன்ற வேறு உணர்வுகளையும் மறுதலிப்பதுதான் நற்பண்பு என நாம் கருதுவதால் மட்டுமே நாம் அதனை மறுதலிக்கிறோம்.

ஆனால் நடைமுறை உண்மை என்ன வென்றால் அத்தகைய வெறுக்கத்தகுந்த உணர்வுகள் தாம் நமது இயல்புகளாக இருக்கின்றன. இருக்கும் இயல்பு களைத் தான் நாம் ஏற்க மறுக்கின்றோம். அப்படி மறுப்பதன் மூலம், நன்முயற்சி செய்து கொண்டதாக மகிழ்வடைகின்றோம். உண்மையில் நன்முயற்சி என்ற போர்வையில் நமக்குள் இருக்கும் உண்மை யான உணர்வுகளை மறைத்துக் கொள்கிறோம்.

இதனால் அதனை அடிப்படை மாற்றமடைய விடாமல் நாமே தடுக்கிறோம்.

நம்முடைய உணர்வுகள் நமக்கு வேண்டாத வைகளாகத் தோன்றலாம்.

வெளித்தோற்றம் அருவருப்பானதாக இருக் கலாம். ஆனால் அவை தாமாகத் தோன்றித் தாமாக மறைவதற்கு நாம் இடமளித்தோமானால் நமது மனம் வேறு பரிமாணத்திற்கு வந்துவிடுகிறது.

நம்முடைய உணர்வுகளுடன் போராடி அவற்றை நல்லவைகளாக மாற்ற முயல்வோமாயின் நமது வாழ்க்கையே போராட்டமாகிவிடுகிறது.

நம்முடைய உணர்வுகளை எந்த மாற்றமும் செய்ய விரும்பாது அப்படியே ஏற்றுக் கொள்வதுதான் சரியானது

- என்று புரிந்து கொள்தலே

சரியான புரிதலாகும்.

இதனால், இருக்கும் உணர்வை நகர்ந்து செல்ல நாம் அனுமதிக்கிறோம்.

அனைத்து உணர்வுகளும் பிரவகித்து ஓடி மறைகின்றன.

நமது புரிதலும் உறுதிப்படுகிறது.

இந்தப் புரிதலில் உறுதிப்பட்ட ஒருவருடைய மொத்த வாழ்வுமே

ஓர் உணர்வுப் பிரவாகமாக

பெயரிட்டு அழைக்கமுடியாத அம்சத்தில் அமைந்துள்ளது.

அதற்கு ஆரம்பமும் கிடையாது, முடிவும் கிடையாது.

அது ஒரு முடிவில்லாப் பிரவாகம்.

6

விடுதலை

ஆன்மீக உலகைப் பற்றி நாம் சிந்திக்கும்போது அங்கு கூறப்படும் அபூர்வ சித்திகளைப்பற்றியும் அமானுஷ்ய சக்திகள் பற்றியும் சிந்தித்துப் பார்க்காமல் இருக்க முடியாது.

பல மகான்களின் வாழ்க்கைச் சரித்திரங்களையும் அவர்கள் தங்கள் வாழ்க்கையில் நிகழ்த்திக் காட்டியுள்ள அற்புதங்கள் பற்றியும் நாம் படித்துள்ளோம்.

இவையெல்லாம் என்ன?

நாம் ஏற்கெனவே பார்த்தபடி

- நமது ஆழ்மனம் அற்புதமான ஆற்றல்களையும் இயற்கையின் பல இரகசியங்களையும் உள்ளடக்கிக் கொண்டுள்ளது.

நாம் நம்முடைய யோக சாதனைகள் மூலமும் தியானப் பயிற்சிகளின் மூலமும் அந்த ஆழ்மனதினுள் பிரவேசிக்க முடியும்.

அந்நிலையில்

அத்தகைய அரிய பல சக்திகளை நாம் கைவசப்படுத்திக் கொள்ள முடியும்.

உங்களுக்கும் எனக்கும் அத்தகைய அற்புத சக்திகள் இருந்தால் என்னவாகும்?

பலரும் நம்மை அற்புதம் நிகழ்த்துபவர் களாகவே பார்ப்பார்கள்.

ஆனால்

அத்தகைய அபூர்வ சக்தியுள்ள ஒருவர் ஞான விழிப்படைந்திருக்க வேண்டிய கட்டாயமில்லை. ஞானநிலை ஏற்படாத நிலையிலும் அத்தகைய அபூர்வ சக்திகளைப் பெற்றிடும் வாய்ப்புள்ளது.

ஞான விழிப்படைதல் என்பது வேறு, அற்புத சக்திகள் பெறுவது என்பது வேறு.

ஞான விழிப்படைந்தவருக்கு அத்தகைய சக்திகள் ஏற்படவும் செய்யலாம்; ஏற்படாமலும் இருக்கலாம்.

ஆனால்,

- அடிப்படை நிலையில் அவர் அனைத்திலிருந்தும் விடுதலை பெற்றிருப்பார்.

அத்தகைய அபூர்வ சக்திகளைப் பெற்றுதான் ஆகவேண்டுமென்ற அவசியம் எதுவும் அவருக்கு இருக்காது.

உண்மையில் அவர்

எந்த ஒரு நிலையையும் விரும்பித் தேடாமல்

- வாழ்க்கையோடு வாழ்க்கையாக முடிவில்லாமல் பிரவகித்துக்கொண்டிருப்பார்.

அவருக்கு எதையாவது பற்றிப்பிடித்துச் சொந்தங்கொண்டாட வேண்டும் என்ற அவசியம் இல்லை.

அதே நேரம் எதையாவது தன்னிடமிருந்து அப்புறப்படுத்திதான் ஆக வேண்டுமென்ற கட்டாயமும் இல்லை.

அவர் பிரவாகமாய் பிரவகித்துக் கொண்டிருக்கிறார்.

அதேபோல் -

அவருடன் சேர்ந்து அனைத்தும் பிரவகித்து ஓடிச் சென்றிடவும் அவர் அனுமதிக்கிறார்.

அது ஒரு சுதந்திர இயக்கம்.

இது சம்பந்தமான ஒரு சிறிய கதை உண்டு.

ஒருவன் புதையலைத் தேடிக் காடுகள்தோறும் அலைந்து கொண்டிருந்தான். காட்டுக்குள் எங்கோ புதையல் இருப்பதாக அவன் கேள்விப் பட்டிருந்தானேயொழிய அதுபற்றித் தெளிவான விபரம் கிடைக்கவில்லை. ஆகவே அவன் பல காடுகளிலுமாக அலைந்து கொண்டிருந்தான்.

அப்படி ஒன்றுங் கிடைக்காமல் சோர்வுடன் அலைந்தபோது ஒரு மரத்தடியில் உட்கார்ந்திருந்த முனிவர் ஒருவரைக் கண்டான். புதையலைப் பற்றிய தகவல் அவருக்கு ஏதாகிலும் தெரியுமா என்று

அவரிடம் கேட்டுப் பார்த்தான். அவரும் புன்னகையுடன் அவனுக்கு வெள்ளி நாணயங்கள் புதைந்து கிடக்கும் இடத்தைக் காட்டிக் கொடுத்தார்.

அவர் கூறியபடியே சென்று வெள்ளி நாணயப் புதையலை எடுத்துக்கொண்டான். நன்றி தெரிவிப்பதற்காக அந்த முனிவரிடம் வந்தவன், வேறு ஏதாவது புதையல் இருக்கிறதா என்று கேட்டான்.

முனிவரும் புன்னகையுடன் தங்க நாணயங்கள் உள்ள புதையலைக் காட்டிக்கொடுத்தார். அவனும் மகிழ்ச்சியடைந்து தங்கப் புதையலை எடுத்துக் கொண்டு மீண்டும் நன்றி தெரிவிக்க முனிவரிடம் வந்தான். இதைவிடவும் உயர்ந்த புதையல் இருக்கிறதா என்று முனிவரிடம் கேட்டான். முனிவரும் சிரித்துக் கொண்டே அவனுக்கு வைரங்கள் நிறைந்த புதையல் இருக்கும் இடத்தைக் காட்டிக் கொடுத்தார். அவனும் அவர் சொன்னபடியே சென்று வைரப் புதையலை எடுத்துக் கொண்டான். அப்போது தான் அவனுக்கு ஒரு கேள்வி பிறந்தது.

இத்தகைய புதையல்கள் அனைத்தும் ஒருவனுக்குக் கிடைத்திடும் பட்சத்தில் அவன் ஒரு நாட்டையே ஆளும் வசதி படைத்தவனாகிவிடுவான்.

அரசர்கூட அவனுக்குப் பணிந்து நடந்திடக் கூடிய சூழ்நிலை ஏற்பட்டுவிடும். மதிப்பும், மரியாதையும், மிக உயர்ந்த அளவில் ஏற்பட்டுவிடும்.

அனைத்தையும் வழங்கக்கூடிய தன்மையில் அந்தச் செல்வக்குவியல்கள் அமைந்துள்ளன. ஆயினும் அதைப்பற்றிய விபரம் தெரிந்திருக்கும் இந்த முனிவர்

ஏன் இவற்றை எடுத்துத் தனக்குப் பயன்படுத்திக் கொள்ளவில்லை?

இந்தக் கேள்வி அவனுக்குத் தோன்றியது. அவன் அதுபற்றி முனிவரிடம் கேட்டான்.

முனிவர் சிரித்துக் கொண்டார். பிறகு அவர் சொன்னார். **"இதைவிடவும் மேலான பொக்கிஷம் என்னிடம் உள்ளது. அதை அடைந்தபிறகு வேறு எதுவுமே தேவையில்லை. அதை அடைந்த ஒருவர் அனைத்தையும் அடைந்தவராகிவிடுவார். அதைத் தவிர அவர் வேறு எந்த பொக்கிஷத்தையோ, தகுதியையோ அடைந்தாலும்கூட அவர் மேலும் தேவைகள் உள்ளவராகவே இருப்பார். அவருடைய தேவை பூர்த்தியடையாது. எல்லாத் தேவைகளையும் பூர்த்தி செய்யும் அந்தப் பொக்கிஷந்தான் மெய்ஞ்ஞானம் என்னும் விடுதலை".**

விடுதலை தான் உண்மையான பொக்கிஷம். அது தான் ஆன்மீக உலகின் உன்னதமான நிலை.

சித்திகளும், சக்தி வெளிப்பாடுகளும், உயர்ந்த ஆன்மீக அனுபவ உணர்வுகளும் -

அவன் பார்த்த பொக்கிஷங்களைப் போன்ற -வையே.

அவை மிகவும் சிறப்புடையவைதாம்; சந்தேகமே இல்லை.

சாதாரணமாகக் கிடைத்திட முடியாத மிகவும் அபூர்வமான ஒன்றுதான்; சந்தேகமே கிடையாது.

ஆனால் -

-எவ்வளவு உயர்ந்த அனுபவமாகவோ, சக்தியாகவோ அது இருந்தாலும்கூட

- அனைத்தையும் அடைந்ததாகாது.

ஞான விடுதலை அடைதலே அனைத்தையும் அடைந்ததாகும். அந்நிலையிலேயே அவனுடைய அனைத்து சந்தேகங்களும் மயக்கங்களும் தீர்ந்து போகின்றன.

அந்த விடுதலை என்பது ஓர் அடைவு நிலை அன்று.

அது எல்லா அடைவுகளிலிருந்தும் விடுபடுதலே.

- அந்த அடைவுகள் இந்த உலகத்தைச் சார்ந்தனவாக இருந்தாலும் சரி, தெய்வீகமானதாக இருந்தாலும் சரி.

எதிலும் தங்கியிருக்காத, மயங்கியிருக்காத விடுதலை அது.

அந்த விடுதலையின் போது அனைத்தும் -

பிரவாகமாகப் பிரவகிக்கிறது.

நான் *என்னும் உணர்வு பற்றி நாம் என்ன அறிகிறோம்?*

அது பெரும்பாலும் மோசமானது என்றே கூறப்படுகிறது.

நான் *என்பது அகங்காரம் என்று பழிக்கப்படுகிறது.*

ஒருவன் அகந்தை இல்லாமல் இருக்க வேண்டும் என்று கூறப்படுகிறது.

இதுபோலவே ஒருவன் **மமகாரம்** இல்லாமல் இருக்க வேண்டும் என்றும் கூறப்படுகிறது.

அகங்காரம் - மமகாரம் என்றால் என்ன?

அகங்காரம் என்பது **நான்** என்று தன்னை மட்டும் முன்னிலைப்படுத்தும் ஓர் உணர்வு. **நான்** என்னும் உணர்வை நாம் எப்போதும் உணர்ந்து கொண்டுதான் இருக்கிறோம். நான் என்ற உணர்வு இல்லாத நேரமில்லை.

"நீங்கள் வீட்டில் இல்லாத நேரம் எது? நீங்கள் வீட்டில் இருக்கும் நேரம் எது?" என்று கேட்கலாம்.

அதுபோல், "நீங்கள் அலுவலகத்தில் இருக்கும் நேரம் எது? அலுவலகத்தில் இல்லாத நேரம் எது?" என்று கேட்கலாம்.

ஆனால் -

"நீங்கள் இல்லாத நேரம் எது?" என்று கேட்க முடியுமா?

நீங்கள் எங்கெங்கு இருக்கிறீர்களோ அங்கெல்லாம் நீங்கள் இருக்கிறீர்கள்.

ஆழ்ந்த தூக்கத்தில் மட்டும் **நான்** என்னும் உணர்வு இருப்பதில்லை.

தூக்கத்திலும் கூட கனவு ஏற்பட்டால் அங்கேயும் **நான்** வந்துவிடுகிறது.

நான் என்பது நமது உணர்வும் சிந்தனையும் கலந்த ஓர் அனுபவநிலை. நமது சிந்தனை இருக்கும் நேரமெல்லாம் நான் என்னும் உணர்வு இருந்தே தீரும்.

கனவற்ற உறக்கத்தில் சிந்தனை கிடையாது என்பதால் அங்கு நான் என்பது கிடையாது.

நம்முடைய நினைவுதான் நம்மை **நான்** என்று காட்டுகிறது. என்னைக் காண்பவனாகவும் உலகத்துப் பொருட்களையெல்லாம் காணப்படும் பொருளாகவும் காட்டுகின்றது.

எந்த ஒரு சிந்தனையை எடுத்துக் கொண்டாலும் அதில் இரண்டு பகுதி உண்டு. ஒன்று காண்பவன்; மற்றொன்று காணப்படும் பொருள்.

இந்த இரண்டு அம்சங்களும் இல்லாத சிந்தனை கிடையாது. இந்தக் காண்பவனாக அது நம்மைக் காட்டுகிறது. காணப்படும் பொருளாக உலகத்தைக் காட்டுகிறது. இரண்டும் ஒரே சிந்தனையினுள் அடங்கிய பகுதிகள்தாம்.

நாம் தூங்கும்போது கனவு காணுகிறோம். தூக்கத்தில் ஏற்படும் சிந்தனைக்குப் பெயர்தான் கனவு. நம்முடைய கனவின் மொத்த மூலதனமே நமது சிந்தனைதான்.

நம்முடைய கனவில் காண்பவனாகிய நான் உண்டு. காணப்படும் உலகம் உண்டு. இரண்டுமே முழுக்க முழுக்க நம்முடைய சிந்தனை தான்.

கனவில் நாம் நோய்வாய்ப்பட்டிருப்பதாகவும் நமது உறவினர்கள் நம்மை மருத்துவமனைக்கு அழைத்துச் செல்வதாகவும் பல மருத்துவர்கள் நமக்கு சிகிச்சையளிப்பதாகவும் காணுகின்றோம். இங்கு நோய்வாய்ப்பட்ட நான் என்பதும் நமது சிந்தனையே. நமது உறவினர்கள், மருத்துவமனை, மருத்துவர்கள், மருத்துவம் அனைத்தும் நமது சிந்தனையே. சிந்தனை மட்டுமே அனைத்துமாக உள்ளது.

நாம் நம்முடைய அன்றாட வாழ்வில் யதார்த்தமாகப் பங்குபெறும் போதும் இப்படித்தான் நிகழ்கின்றது. நமது சிந்தனையே நம்மீதும் உலகத்தின் மீதும் பிரதிபலித்து நம்மையும் காட்டுகிறது, உலகத்தையும் காட்டுகிறது. நம்மை நான் எனும் காண்பவனாகவும், உலகத்தை நம்மால் காணப்படும் பொருளாகவும் காட்டுகிறது.

நம்முடைய சிந்தனையின் இன்னுமொரு அம்சத்தையும் நாம் இங்கு புரிந்துகொள்ள வேண்டும்.

நம்முடைய சிந்தனை அசையா சித்திரம் போல் - Still photo போல் ஒரே சிந்தனையாக நிலைத்து இருப்பதில்லை.

புகைந்துகொண்டிருக்கும் புகையைப்போல்

கணந்தோறும் வரும் புதிய புதிய புகையைப் போல் -

நமது சிந்தனையும் ஒவ்வொரு கணந்தோறும் புதிய புதிய சிந்தனையாகவே வந்து கொண்டிருக்கிறது.

சினிமா பிலிமைப் பொறுத்த அளவில், ஒவ்வொரு பிலிமிலும் ஒவ்வொரு காட்சி துண்டு துண்டாகத் தனித்து அமைந்துள்ளது. அது வரிசையாக ஓடிவரும்போது தனித்தனியான துண்டு துண்டான காட்சி என்பது போலில்லாமல் அது ஒரு தொடர்நிகழ்வாகத் தோன்றுகின்றது. ஏதாவது ஒரு காட்சி மட்டும் Still காட்சியாக நின்றுவிட்டதென்றால் படம் இயங்காமல் நின்றுவிட்டதென்றே பொருள்.

நம்முடைய சிந்தனையும் சினிமா பிலிமைப் போல் தொடராக வந்துகொண்டே இருக்கிறது. ஏதோ தகராறு ஆகி Still காட்சி மட்டும் வருவது போல் நமது சிந்தனை ஒரு போதும் Still காட்சி கொடுப்பதில்லை. ஒவ்வொரு கணந்தோறும் சிந்தனை புதிது புதிதாக வந்துகொண்டே இருக்கிறது.

ஆனால் புதிது புதிதாக வரும் சிந்தனையால் ஏற்படும் காண்பவன் எனும் நான் மட்டும் மாற்றமில்லாத நான் ஆக இருப்பதாக நாம் எண்ணிக் கொள்கிறோம்.

காண்பவனை உருவாக்கிய சிந்தனை, எப்படி கணந்தோறும் புதிது புதிதாக இருக்கிறதோ, அப்படியே அதனால் உருவாக்கப்பட்ட காண்பவன் எனும் நானும்

-கணந்தோறும் புதிது புதிதாகவே இருக்க முடியும்.

ஆனால் நாம் அப்படி எண்ணிக் கொள்வதில்லை. ஒரே நான் சாஸ்வதமாக அப்படியே இருப்பதாக எண்ணிக்கொள்கிறோம். நம் சிந்தனை நம்மை

நாம ரூபம் உள்ள ஒரு நபராக் காட்டுகிறது. அதனால் நாம் நம்மை நாம ரூபம் உள்ள ஒரு நபராக எண்ணிக்கொள்கிறோம்.

நமது சிந்தனை காட்டும் காட்சிகள் எல்லாம் தற்காலிகமானவையே. அது மட்டுமன்று; காணப்படும் பொருளோடு தொடர்புடைய ஒரு வகையான எதிர்மறை அம்சமும் உடையது.

அப்படியென்றால்?

பள்ளிக்கூடத்தில் மாணவர்களுக்குத் தேர்வில் மதிப்பெண் கொடுக்கப்படுவது பற்றி நாம் அறிந்துள்ளோம். அதாவது கணக்கில் 80, ஆங்கிலத்தில் 60, தமிழில் 90 - என மதிப்பெண் கொடுக்கப் பட்டுள்ளது என வைத்துக்கொள்வோம். அப்படி யென்றால் என்ன?

80 என்பது 80ஐ மட்டும் குறிப்பதில்லை. 80 என்பது 100க்கு 80 என்றும், 90 என்பது 100க்கு 90 என்பதையும் குறிக்கிறது. வெளிப்படையாக 80 என்று கூறப்பட்டாலும் அது 100 எனும் பகுதியை மறைமுகமாகக் குறிப்பிடுகிறது.

-இதைப்போன்று

நான் எனும் காண்பவனும்

- காணப்படும் பொருட்களுக்குத் தகுந்த காண்பவனாக - **நான்** ஆக, அமைந்திருக்கின்றான்.

அதாவது -

நீங்கள் உங்களது தாயைத் தாய் என்று பார்த்துக்கொள்ளும் அதேநேரத்தில், உங்களை அவருடைய மகனாக பாவித்துக் கொள்கிறீர்கள்.

எனது குழந்தையை மகன் எனப் பார்த்திடும் வேளையில், என்னை நான் அவனுடைய தகப்பனாகப் பாவித்துக்கொள்கிறேன்.

இப்படிக் காணப்படும் பொருளோடு ஒருவகையான எதிர்மறைத் தொடர்புடைய அம்சமாக நாம் நம்மை நமது சிந்தனையின் மூலம் அமைத்துக்கொள்கிறோம்.

நாம் எதிர்கொள்ளும் சூழ்நிலையும் அது சம்பந்தப்பட்ட சிந்தனைகளும் கணந்தோறும் புதிது புதிதாக அமைந்திருப்பதால்

- அதனோடு தொடர்புடைய **நான்** எனும் அம்சமும், கணந்தோறும் புதிது புதிதாகவே அமைந்துள்ளது.

நமது சிந்தனை காட்டும் நான் தற்காலிகமானது.

நம்முடைய யதார்த்த இருப்பு நிலை நமது சிந்தனைக்கு உட்பட்டதன்று; கட்டுப்பட்டதன்று. ஆனால் நமது சிந்தனை நம்மை ஓர் எல்லைக்கு உட்பட்டவராகக் காட்டுகிறது. அதனால் மட்டுமே நாம் நம்மை ஓர் எல்லைக்கு உட்பட்டவராகவும், ஓர் இயல்புக்கு உட்பட்டவராகவும், ஒரு தன்மைக்கு உட்பட்டவராகவும், கருதிக் கொள்கிறோம்.

அப்படி நாம் நம்மை ஓர் எல்லைக்குள் கட்டுப்படுத்திக் கொள்ளாத பட்சத்தில்

நாம் எப்போதும் 'எல்லைகளுக்கும், இயல்பு களுக்கும் உட்படாத வராகவே' இருந்து வருகிறோம்.

எல்லைக்குட்படாத விவரிக்க முடியாத அகண்டமே நமது இயல்பான அம்சம்.

இங்கு நாம் தெரிந்துகொள்ள வேண்டியது என்னவென்றால்

- நான் என்பது தற்காலிகமானது; காணப்படும் பொருளின் அம்சமுடையது; தோன்றி மறையக் கூடியது; மாறுதலுக்குட்பட்டது.

மமகாரம் என்றால் **என்னுடையது** என்று பொருள்.

ஏதாவது ஒரு பொருளை இது என்னுடையது என்று கூறினால் அது மமகாரம்.

என்னுடைய வீடு; என்னுடைய குழந்தை.

- இவையெல்லாம் மமகாரம்.

தன்னை மட்டும் தனித்துக் காட்டுவது அகங்காரம். மற்றவரிலிருந்து நம்மைப் பிரித்துத் தனிமைப்படுத்திக் காட்டுவது அகங்காரம்.

ஆனால் நம்மை ஏதோவொரு பொருளோடு பந்தப்படுத்திக் காட்டுவது மமகாரம்.

உண்மையில் **நான்** என்பது பொருளற்ற ஓர் உணர்வு. மமகாரமே அதற்குப் பொருள் கொடுக்கிறது. ஒரு தன்மையைக் கொடுக்கிறது.

பொதுவாக அகங்காரம் என்பது ஆணவம்

அல்லது அகந்தையெனும் திமிர் பிடித்த எண்ணம் என்பது போன்று கருதப்படுகிறது.

ஆணவ நிலையில் ஒருவன் தானே எல்லாவற்றிலும் சிறந்தவன் அல்லது தனக்கு நிகர் எவருமில்லையென்ற இறுமாப்புக் கொள்வதாக வைத்துக்கொள்வோம். இது அகங்காரமா?

அகங்காரம் போலத் தோன்றினாலும் இது அகங்காரமன்று.

தன்னை இறுமாப்பு போன்ற ஒரு தகுதியோடு இணைத்துப் பார்த்துக் கொள்ளும் ஒரு நிலையே என்பதால் இதுவும் மமகாரமே.

அகங்காரம் என்பது ஒரு பிரச்சினைக்குரிய நிலை அன்று. அது 'தான்' என்று தன்னை மட்டும் உணர்ந்துகொள்ளும் ஒரு சாதாரண நிலையே.

நாம் எதையாவது பற்றிப் பிடிக்கும்போது நமது நிலை சாதாரண நிலையாக இல்லாமல் பிரச்சினைக் குரிய ஒரு நிலையாகிவிடுகிறது.

நாம் எதையாவது பற்றிப்பிடிக்கும்போது, நாம் அதனைப் பற்றிப்பிடிக்கவில்லை; அதுதான் நம்மை பற்றிப்பிடிக்கின்றது.

வேடிக்கையாக ஒரு கதை சொல்வார்கள்.

நண்பர்கள் இருவர் ஆற்றங்கரையில் நின்று கொண்டிருந்தார்கள். ஆற்றில் மூட்டையொன்று மிதந்து சென்று கொண்டிருந்தது. அது என்ன மூட்டையென்றோ அதற்குள் என்ன இருக்குமென்றோ தூரத்திலிருந்து பார்த்துக்

கொண்டிருந்த அவர்களுக்குத் தெரியவில்லை. இருந்தாலும் அந்த மூட்டையின் மீது ஆசை கொண்ட ஒருவன் ஆற்றில் குதித்து நீந்தி அந்த மூட்டையைத் தொடும்போதுதான் அது வெள்ளத்தில் சிக்கி வந்த ஒரு கரடியென்று தெரிகிறது. கரடியும் அவனைப் பிடித்துக்கொண்டு ஆற்றைக் கடந்துவிடலாம் என்று அவனைப் பற்றிக் கொள்கிறது. அவன் தடுமாறுகிறான்.

தூரத்திலிருந்த நண்பன், "மூட்டையைக் கொண்டுவரக் கஷ்டமாக இருந்தால் விட்டுவிடு" என்று கத்துகிறான்.

அதற்கு இவன் பதில் சொல்லுகிறான்

"மூட்டையை நான் பிடிக்கவில்லை; மூட்டை தான் என்னைப் பிடித்துக்கொண்டுள்ளது" என்று.

மமகாரத்தில் நிகழ்வது இப்படித்தான்.

நாம் வீட்டையோ பொருளையோ

பற்றிப்பிடிப்பது என்பது -

அவை நம்மை பற்றிப்பிடிப்பதே.

நம்மைப் பற்றிப்பிடித்தவை எல்லாம் அவற்றின் இயல்பை நமக்குக் கொடுக்கின்றன.

நாம் 'வீட்டை உடையவன்' என்று மாறி விடுகிறோம். நாம் 'பொருளை உடையவன்' என்று மாறிவிடுகிறோம்.

பொருட்கள் எல்லாம் பொருளற்றிருந்த **நான்** என்னும் நமக்குப் பொருள் தன்மையை வழங்கு கின்றன.

அதே நேரம் உயிரற்ற பொருட்களுக்கு நாம் இன்னொரு வகையில் உயிர்த்தன்மையை வழங்குகின்றோம்.

வீடு என்பது ஜடப் பொருள். 'எனது வீடு' என்னும் போது வீட்டுக்கு உயிர்த்தன்மை வந்துவிடுகிறது.

இதுபோன்றே நமது மன உணர்வுகள் அனைத்தும் உள்ளன. அவை அனைத்துமே வருவதும் போவதுமாக இருக்கின்றன. எவற்றுக்காவது நாம் முக்கியத்துவம் கொடுக்கும்போது அவற்றின் போக்கிலும் ஓட்டத்திலும் தடங்கல் ஏற்படுகின்றது.

நமக்கு ஏற்படும் மகிழ்ச்சி உணர்வை நமக்கு வேண்டுமென்று பற்றுவதாலும்

நமது துயர உணர்வை நமக்கு வேண்டாமென்று பற்றுவதாலும்

அந்த உணர்வுகள் உயிர் பெறுகின்றன. இயல்பாக ஓடி மறைந்துவிட வேண்டிய அந்த உணர்வுகள் யாவும் ஓடி மறையாமல் உயிர்பெற்று வாழத் தலைப் படுகின்றன.

அதேபோல் **நான்** என்னும் சாதாரண நிலையிலுள்ள அம்சமும், **உடையவன்** என்ற மமகாரமுடையதாக மாறியமைகிறது.

நாம் **உடையவனாக** இருக்கும் வரை நமது பிரவாகமான ஓட்டத்தில் தேக்கம் ஏற்படுகிறது.

எல்லாம் பிரவகித்து ஓடும்போது **நான்** என்பதும் பிரவாகமாக ஓடுகின்றது.

நமது உணர்வுப் பிரவாகத்துக்கு **நான்** என்னும் எண்ணம் தடையல்ல. அதுவும் அந்தப்பிரவாகத்தில் கலந்து பிரவாகமாகி விடுகின்றது. அந்தப் பிரவாகத்திலும் **நான்** என்பதற்கு இடமுண்டு. ஒன்றுக்கொன்று அவை எதிரானவையல்ல.

ஆனால் **நான்** என்பது **உடையவன்** ஆகும்போது பிரவாகத்தில் தடை ஏற்படுகின்றது.

உடையவன் அந்தப் பிரவாகத்தின் தடங்கலாக இருக்கிறான்.

பிரவாகமும் அந்த உடையவன் என்பவனுடைய இயக்கத்துக்கு இடையூறாகவே இருக்கிறது.

பிரவாகத்தின் மத்தியில் உடையவன் தன்னைத் தக்க வைத்துக் கொள்வதற்கும் போராடியே ஆக வேண்டும்.

உடையவன் என்பது கரைந்து வெறும் நான் மட்டுமாக ஆகிவிட்ட நிலையில் -

பிரவாகத்தில் எந்தத் தடங்கலும் ஏற்படு வதில்லை.

இதன் பொருள் என்ன?

நான் என்னும் இயக்கம் வருவதும் பிரவாகமாகச் சென்று மறைவதுமாக உள்ளது.

நமது உள்ளத்து உணர்வுகளும் சூழ்நிலையின் தன்மைக்கேற்ப வருவதும் அவை பிரவாகமாகச் சென்று மறைவதுமாக உள்ளன.

எந்த உணர்வினையாவது நாம் பற்றிப்பிடித்து

அதனை நாம் மாற்ற முற்படும்போதோ அதனைத் தொடர்ந்து வைத்துக்கொள்ள முற்படும்போதோ -

உடையவன் ஏற்பட்டுவிடுகிறான்.

உயிருள்ள உடைமை ஏற்பட்டுவிடுகின்றது.

- பிரவாகத்தில் தடங்கல் ஏற்பட்டுவிடுகின்றது.

உடையவன் எப்படி ஏற்படுகின்றான் என்பதன் ஒரு கோணத்தைப் பார்த்தோம். அதன் இன்னுமொரு கோணத்தையும் பார்ப்போம்.

நமக்குத் துயரம் ஏற்படுகிறது.

அது என்னுடைய துயரம் என்று எடுத்துக் கொண்ட நிலையிலேயே **உடையவன்** வந்து விடுகிறான். ஆனால் நாம் நம்முடைய துயரத்தை நேரடியாக நம்முடைய துயரமாக எடுத்துக் கொள்வதில்லை. அதையும் மறைமுகமாகவே எடுத்துக் கொள்கிறோம். அதாவது -

துயரம் நமக்கு ஏற்படும் போது

- 'துயரம் இல்லாத நிலை வேண்டும்' என எண்ணுகிறோம்.

'துயரம் இல்லாத நிலை வேண்டும்' என்ற நிலையில்

'நமக்கும் துயரத்துக்கும் தொடர்பு உள்ளது' என்ற மறைமுகமான எண்ணத்தை ஏற்படுத்தி விடுகின்றோம்.

இன்பம் ஏற்படும் போது

'இன்பமற்ற நிலை' வந்துவிடக் கூடாது என்றோ, 'சாஸ்வத இன்ப நிலை' நிகழ வேண்டும் என்றோ எண்ணுகிறோம்.

இதன் மூலமும் நாம் இன்பத்தை மறைமுகமாக நம்முடன் பிணைத்துக் கொள்கிறோம்.

மொத்தத்தில் -

'துயரம் இல்லாத நிலை' என்பதும் 'நிரந்தரமான இன்பநிலை' என்பதும் நாம் எதிர்பார்க்கும் நிலைகள்.

எதிர்காலம் இத்தகைய முறையில் நிகழ வேண்டும் என்று நாம் எதிர்பார்க்கும் நிலை.

இப்படி இப்படி எதிர்காலத்தில் நிகழவேண்டும் என்ற எதிர்பார்ப்பே -

உடையவன் உருவாவதற்குக் காரணமாக அமைந்துள்ளது.

உடையவன் என்பது எதிர்காலத்தின் மீது கொண்டிருக்கும் ஓர் எதிர்பார்ப்பே.

அந்த எதிர்காலம் என்பது துயரம் இல்லாத நிலை என்ற வகையிலோ நீடித்த இன்ப நிலை என்ற வகையிலோ செயல்படுகிறது.

மொத்தத்தில் -

எதிர்கால நிலையின்மீது கொண்டுள்ள அக்கறையே, **உடையவன்.**

உடையவன் போய்விட வேண்டும் என்று நினைத்தாலும் கூட

- அதுவும் ஓர் எதிர்கால நிலையின் மீது கொண்ட அக்கறையே.

அது, **உடையவனை** மேலும் வலுப்படுத்துகிறது.

ஆகவே **உடையவனில்லாத** நிலை வேண்டும் என்று நினைப்பதாலும் பிரச்சினையைத் தீர்க்க முடியாது.

ஒவ்வொருவரும் துயரத்திலிருந்து விடுபடுவதையே விரும்புகிறோம்.

இதுவே நமது இயல்பு.

துயரம் என்பது ஒரு வலி. அந்த வலியே -

நம்மை வலியிலிருந்து விடுபடத் தூண்டிவிடும்.

இதுபோலவே இன்பத்தின் இனிய தன்மை

- அது இன்னும் தொடர்ந்திட வேண்டும் என்ற எண்ணத்தை ஏற்படுத்திவிடும்.

இவை அனைத்தும் நாமாக விரும்பித் திட்டம் போட்டுச் செய்வதில்லை. நம்மையறியாமலேயே செய்கிறோம். இதுவே நமது இயல்பாக இருக்கிறது.

'துன்பம் போய்விட வேண்டும்', 'இன்பம் நீடிக்க வேண்டும்' என நம்மையறியாமல் நாம் கருதுவதன் காரணமாக **உடையவனும்** நம்மையறியாமல் உருவாகிவிடுகின்றான்.

உடையவனும் தானாக ஏற்படுகிறது; இயற்கையாக ஏற்படுகிறது.

தானாக வந்தது தானாகவே போய்விடும். நாம்

அதனை மாற்றியமைக்கத் தேவையில்லை. அது தோன்றுவது பற்றியும் மறைவது பற்றியும் நாம் அக்கறை காட்டத் தேவையில்லை. அவ்வாறில்லாமல் நாம் அக்கறை காட்டுவோமாயின்

- அதுவே **உடையவனுக்கு** உயிரையும் வலிமையையும் கொடுத்துவிடும்.

ஏதோ ஒரு சூழ்நிலையில் நமக்குத் துயரம் ஏற்படுகிறது என்றால் அது நமது இயல்பு. அது இயற்கையானது. அது இல்லாமல் போய்விட வேண்டும் என்ற அதற்கு அடுத்த எண்ணமும் நம்மையறியாமலேயே வருகிறது.

- அது போராட்டமாகவே இருந்தாலும், அதுவும் நம்மையறியாமலேயே ஏற்படுகிறது. இயல்பாகவே ஏற்படுகிறது. இயற்கையாகவே ஏற்படுகிறது.

இவ்வாறு -

நடக்கின்ற நிகழ்வுகளை இயற்கை எனவும் தாமாக நடப்பன எனவும் ஏற்றுக் கொள்ளும் பட்சத்தில்

- எதிர்காலத்தின் மீது நாம் கொள்ளும் எதிர்பார்ப்பும் அக்கறையும் குறைந்துவிடுகிறது.

தாமாக நடந்து கொண்டிருக்கும் இந்த நிகழ்வுகளெல்லாம்

- எதிர்காலத்தில் இப்படி இருக்கக்கூடாது அல்லது இருக்க வேண்டும் என்று

- நாமாக முயற்சி செய்யாமல்

அவற்றின் போக்கில் விட்டுவிட்டால் -

அனைத்தும் தாமாகப் பிரவகிக்கின்றன.

அனைத்துமே புனித கங்கையாய் பிரவகித்து ஓடுகின்றன.

அவற்றின் வழியில் அவை பிரவகித்து ஓடுவதன் மூலமே -

அவை தம்மைத்தாமே சுத்திகரித்து

புதுப்பொலிவை அடைந்து விடுகின்றன; புனிதமாகவே இருந்து கொள்கின்றன.

நாம் ***உடையவனை*** *அப்புறப்படுத்த வேண்டும் என்று விரும்பினால் அது தேவையற்ற போராட்டத்தை வரவழைத்துக் கொள்வதேயாகும்.*

எல்லாமே தாமாக வந்து தாமாகப் பிரவகித்திட அனுமதித்திடும் போது, அனைத்துமே

- ***உடையவன்*** *உட்பட அனைத்துமே*

தாமாக ஓடி

- தாமாகவே தூய்மையடைந்து கொள்கின்றன.

நாமே போராடி நம்மைத் தூய்மை செய்து கொள்வது சாத்தியமன்று.

நம்முடைய உணர்மனம் தன்னைச் சீரமைக்க எந்தப் போராட்டத்திலும் ஈடுபடாமல் அமைதியாக இருக்கையில் -

நமது தேவையறிந்து நமது அடிமனமும் ஆழ்மனமும் உதவிக்கு வருகின்றன.

நம்மைச் சீரமைக்கும் தெய்வீக இயக்கம் செயல்பட ஆரம்பிக்கின்றது.

நமது உணர்வுகளைச் சீரமைக்க நமது ஆழ்மனம் எப்போதும் தயாராகவே உள்ளது.

நாம் நாமாக முனைந்து போராடாமல் அமைதி காத்திடும் போது நமது உணர்வுகள் அனைத்தும் தாமாகச் சீராகின்றன. அதன் இயக்கத்தை ஆழ்மனதே ஏற்றுக் கொள்கிறது. சீரமைத்துக் கொள்கிறது.

உடையவனைச் சீரமைக்க நாம் முயற்சி செய்யாமல்

- தானாக உருவான **உடையவன்** தானாக பிரவகித்திட அனுமதிப்போமாயின் -

மற்றவற்றோடு **உடையவனும்** பிரவகிக் கின்றான்.

உடையவன் உருமாற்றமடைந்து

பிரவகிப்பவனாக பிரவகிக்கிறான்.

பிரவகிப்பவனை **உடையவன்** என்று கூற முடியாது. ஏனெனில்

- அவன் வேறு பரிமாணத்துக்கு வந்து விட்டான்.

அனைத்தும் பிரவகித்திட நாம் அனுமதிக் கிறோம். மனோரீதியாக எந்தப் பொறுப்பையும் நாம் சுமந்து கொள்ளாத -

'நியாயமான பொறுப்பற்ற' தன்மையே விடுதலை.

இதுவே ஞான நிலை.

பற்றிப்பிடித்தல் என்பது விடுதலைக்கு விரோதமானது.

அனைத்தும் பிரவகித்திட அனுமதித்திடுவது என்பது -

பற்றிப்பிடித்தலும் இல்லை;

போராடித் துரத்துவதும் இல்லை.

அது இயற்கையின் இயக்கம். தானாக இயங்கும் இயற்கையின் இயக்கம்.

இந்நிலையில் -

விடுதலையுற்ற ஒருவர் எதையும் பற்றிப் பிடிப்பதில்லை.

அதீதமான ஆன்மீக சக்திகள் மீதும் உன்னதமான அனுபவங்கள் மீதும் -

அவரால் எப்படி ஆசைகொண்டு பற்றிப்பிடிக்க முடியும்?

ஆன்மீகத்து அரிய சக்திகள் மீது எவருக்காவது ஆசை இருக்கும் பட்சத்தில் அக்கறையுடன் அவர் அதற்காக உழைத்திடும்போது

- நிச்சயம் அவர் அத்தகைய சக்திகளைப் பெற்றுவிடலாம்.

அதன்மீது அக்கறை கொண்டவர்கள் அதற்காகப் பாடுபட்டுக்கொள்ளட்டும்.

ஆனால் அத்தகைய அதீத சக்திகளுக்கும்

விடுதலைக்கும் நேரடித் தொடர்பு கிடையாது.

விடுதலையடைந்த ஒருவருக்கு தானாகக்கூட அத்தகைய சக்திகள் ஏற்படலாம். ஆனால்-

அத்தகைய சக்திகள் அடைந்தாலும் கூட அவர் அதில் அக்கறை காட்டமாட்டார்.

மனத்தூய்மைக்கும் விடுதலைக்கும் என்ன தொடர்பு?

நமது மனம் சீரடைந்து தூய்மையான பிறகுதான் ஞானவிடுதலை நமக்குக் கிடைக்கும் என்று நினைத்து வருகிறோம். ஆகவே நமது மனதையும் உணர்வையும் தூய்மைப்படுத்தும் முயற்சியில் ஈடுபட்டு வருகிறோம். நமது தீய இயல்புகளையெல்லாம் நமது மனதிலிருந்தும் இதயத்திலிருந்தும் அப்புறப்படுத்த வேண்டும் என எண்ணி வருகிறோம். அவற்றை அப்புறப்படுத்திய பிறகே ஞானவிடுதலை கிடைக்கும் என நாம் தீர்மானமாக நம்பி வருகிறோம். பலரும் அப்படியே நமக்குக் கூறி வருவதால் அதுவே உண்மையென நாம் எடுத்துக் கொண்டுள்ளோம்.

ஆனால் உண்மை அதுவன்று. அது நேர்மாறாக உள்ளது. மனத்தூய்மை என்பது விடுதலைக்குப் பிறகே ஏற்படுகிறது. விடுதலைக்கு முன்பு ஒருவர் எவ்வளவுதான் பாடுபட்டாலும் அவருடைய இயல்பு சுத்தமடைவதற்கு சாத்தியமே இல்லை.

தூய்மைப்படுத்துவதற்காக முயற்சி செய்வது தூய்மையைக் கொண்டு வருவதில்லை.

அதே நேரம்

விடுதலையடைந்த ஒருவரது மனது தன்னுடைய அன்றாட வாழ்க்கையின் மூலமாகவே -

தனது அனைத்து இயல்புகளையும் தூய்மைப் படுத்திக் கொள்கின்றது.

தூய்மையடைதல் என்பது விடுதலைக்கு பிறகே வரமுடியும். அப்படித்தான் வந்து கொண்டும் இருக்கிறது.

ஒரு சிறிய உதாரணத்தை எடுத்துக் கொள்வோம்.

இரயில் ஒரு தண்டவாளத்திலிருந்து இன்னுமொரு தண்டவாளத்திற்கு மாறுவதைப் பார்த்திருக்கிறோம். ஒரு தண்டவாளத்தில் ஓடி வந்த இரயிலை மறு தண்டவாளத்துக்கு மாற்றும்போது முதலில் எஞ்சின் மட்டும் மறு தண்டவாளத்தில் பிரவேசிக்கிறது. எஞ்சின் முன்னோக்கி புதிய தண்டவாளத்தின் மீது நகர நகர எஞ்சினோடு சேர்ந்த பெட்டிகளும் ஒவ்வொன்றாகப் புதிய தண்டவாளத்தினுள் பிரவேசிக்கின்றன. எஞ்சின் புதிய தண்டவாளத்தில் பிரவேசிப்பதுதான் விடுதலை. அதன்பிறகு பெட்டிகள் ஒவ்வொன்றாக புதிய தண்டவாளத்துக்கு வருவது என்பது இயல்புகள் அனைத்தும் புதுப்பிக்கப்பட்டு புதிய பரிமாணம் அடைவதே.

விடுதலை அடைந்த பிறகே ஒருவரது மனதும் உணர்வும் புதிய பரிமாணத்துக்குள் பிரவேசித்துக் காலப்போக்கில் சரியான பொலிவு ஏற்படுகிறது.

இவை அனைத்தும் தாமாகவே நடைபெறு

கின்றன. முயற்சி என்பது மருந்துக்குக்கூடக் கிடையாது.

ஒரு மலர் மொட்டாக இருந்து ஒவ்வொரு இதழாக மலர்கிறது. எல்லா இதழ்களும் மலர்ந்த பிறகுதான் அதன் மகரந்தத்தின் மணம் வெளியே பலருக்கும் தெரியும்.

ஆனால் விடுதலையுற்ற ஒருவரைப் பொறுத்தவரை விடுதலையுற்ற கணத்திலேயே அவர் வேறு பரிமாணத்திற்கு வந்துவிடுகின்றார். அவருடைய புதிய பரிமாணம் மற்றவர்களுக்குப் புரிந்தாலும் சரி, புரியாவிட்டாலும் சரி

அவருடைய பரிமாணம் -

மாறியது மாறியதுதான்.

மலர் விரிய ஆரம்பித்தது ஆரம்பித்ததுதான்.

எஞ்சின் வேறு தண்டவாளத்தினுள் பிரவேசித்தது பிரவேசித்ததுதான்.

அப்படி வேறு பரிமாணத்துக்கு மாறிவிட்ட விபரம் அவரைப் பொறுத்த அளவில் மாறிய உடனேயே தெரிந்துவிடும். ஏனெனில் அவரைப் பொறுத்த அளவில் அவரது எல்லா சந்தேகங்களும் தீர்ந்துவிடும். அவரது அனைத்துத் தேவைகளும் ஒரு முடிவுக்கு வந்துவிடும்.

இந்த விடுதலை, ஓர் அனுபவமன்று. உண்மையில் இது அனைத்து அனுபவங்களிலிருந்தும் அடையும் விடுதலையே.

அனுபவங்கள் அனைத்தும் தற்காலிக மானவைகளே. அவை நிரந்தரமானவை அல்ல.

ஆனால் விடுதலை நிரந்தரமானது.

விடுதலை என்பதும் சகஜ சமாதி என்பதும் ஒன்று என எடுத்துக் கொள்ள முடியுமா?

தியான சமாதியின் போது ஒருவர் தன்னை மறந்த நிலைக்குப் போய்விடுகிறார்.

ஆனால் சகஜ சமாதி என்பது அப்படியன்று. நாம் அனைத்து அலுவல்களில் ஈடுபடும் போதும் சமாதி நிலையிலேயே இருந்து வருவதுதான் சகஜ சமாதி. மனம் மட்டும் அமைதி நிலையில் ஆனந்தமாக இருந்து வருகின்றது. அந்த அமைதி நிலையில் இருந்து கொண்டே நாம் நமது அன்றாட வேலைகளைக் கவனித்து வர முடியும்.

ஆன்மீக அனுஷ்டானங்களில் அதிக ஈடுபாடு உடையவர்களில் பெரும்பாலோர் இந்த சகஜ நிலையிலேயே மனதை வைத்துக் கொண்டு தங்களது அன்றாடப் பணிகளைச் செய்து வருவர்.

இந்தச் சகஜ சமாதிதான் விடுதலையா?

இல்லை.

சகஜ சமாதியிலும் நாம் நமது மனதைக் கட்டுப்பாட்டுக்குள் வைத்துக்கொண்டிருக்கிறோம். நமது சாதனைகளைப் பொறுத்தும் நமது பழக்கத்தைப் பொறுத்தும் அந்த சகஜத்தைச் சரியாமல் வைத்துக் கொண்டிருப்பது நமக்கு எளிதாக

இருக்கலாம். ஆனால் அதுவும் நமது சாதனைகளோடு தொடர்புடைய மனோ அம்சமே.

விடுதலை என்பது நமது மனதை அப்படியே சுதந்திரமாக ஏற்றுக் கொள்வது. நமது மனதின் மொத்த இயக்கத்தையும் அப்படியே ஏற்றுக் கொள்வது.

நாம் நமது குழந்தையோடு இரயிலில் பயணம் செய்வதாக வைத்துக் கொள்வோம். வண்டியில் வெகுநேரம் நாம் உட்கார்ந்திருந்தும் வண்டி புறப்படுவதாகத் தெரியவில்லை. குழந்தை அடிக்கடி, 'வண்டி எப்போது போகும்?' என்று கேட்டுத் தொந்தரவு செய்கிறது. நாம் அதனைச் சமாதானம் செய்யும் நோக்கில் 'வண்டியைத் தள்ளி விடு. வண்டி போக ஆரம்பித்து விடும்' என்று கூறுகிறோம்.

நமது வார்த்தையை உண்மையென நம்பிய குழந்தை நமது பக்கத்தில் நின்றுகொண்டே வண்டியின் இருக்கையைப் பிடித்துக் கொண்டு தள்ளுகிறது.

அந்த நேரத்தில் வண்டியும் நகருகிறது.

தான் தள்ளிவிட்டதால்தான், வண்டி நகருகின்றது எனக் குழந்தையும் எண்ணிக் கொள்கிறது.

நாமும், குழந்தைக்கு உற்சாகம் ஊட்டும் வகையில், 'விட்டுவிடாதே' என்று கூறி ஊக்கம் கொடுக்கிறோம்.

சற்று நேரத்தில் பக்கத்து ஸ்டேஷன் வருகிறது.

நாம் குழந்தையிடம் 'வண்டியைத் தள்ளாதே. இது எந்த ஸ்டேஷன் என்று பார்ப்போம்' என்று கூறுகிறோம். குழந்தையும் வண்டியைத் தள்ளுவதை நிறுத்துகிறது. வண்டியும் நின்று விடுகிறது. மீண்டும் குழந்தையை வண்டியைத் தள்ளுமாறு கூறுகிறோம். குழந்தை வண்டியைத் தள்ளவும் வண்டி மீண்டும் நகர்ந்து ஓடுகிறது.

ஆனால் சிறிது நேரத்தில் 'வண்டி தானாக ஓடுகிறது. தான் தள்ளியதால் அன்று' என்பதைக் குழந்தை தெரிந்து கொள்கிறது. அவ்வாறு தெரிந்து கொண்ட மாத்திரத்தில் தேவையில்லாமல் தள்ளி விடும் முயற்சியில் குழந்தை ஈடுபடுவது இல்லை. இப்படி -

நமது மனம் அதன் இயல்புப்படி அதன் போக்கில் இயங்குகிறது என்பதை அறிந்திடும் நிலையில்தான்

- நாம் அதிலிருந்து விடுதலை பெற்று விடுகிறோம்.

மனம் என்பது ஜடத்தன்மையுள்ள இயந்திர கதியான ஓர் இயக்கம் என்பதைப் புரிந்துகொண்ட நிலையில்

- நாம் அதிலிருந்து விடுதலை அடைகிறோம்.

அந்த மன இயக்கத்தில் உடன்பாடாகவோ எதிர்மறையாகவோ நாம் தொடர்பு கொண்டு அதனை நாம் பற்றிப்பிடிக்கும் போதுதான்

-ஜட இயக்கமான மன இயக்கம் உயிருள்ள இயக்கமாகிப் போராட்டத்தில் சிக்கிக்கொள்கிறது.

அது தானாக இயங்கும் ஓர் இயந்திரகதியான இயக்கம் என்பதைப் புரிந்து அதன் பணிகளை அதன் போக்கில் -

செய்ய அனுமதித்திடுவோமானால்

- அது ஒரு பயனுள்ள இயந்திரமாக அதன் போக்கில் இயங்கிக் கொண்டிருக்கும்.

நமது மனதை -

அது தானாக நடக்கும் ஓர் இயந்திரகதியான இயக்கம் எனக்காணும் போதுதான்

- மன இயக்கத்தை நாம் ஒட்டு மொத்தமாக ஏற்றுக் கொள்கிறோம்.

***நான்** உட்பட நமது அனைத்து இயக்கங்களும் மனோ இயக்கமே என மொத்தமாகப் பார்த்து அவை*

- தாமாக இயங்கிப் பிரவகித்திட அனுமதிக்கும் நிலையில்

நாம் நமது விடுதலையில் நிலை பெறுகிறோம்.

விடுதலை என்பது நாம் எதிலும் தங்கியிருக்காத நிலையே.

நாம் நமது விருப்பத்தையோ வெறுப்பையோ காட்டுவதன் மூலம் ஓரிடத்தில் தங்கிவிடுகிறோம்.

நாம் நமது தங்குமிடமெல்லாவற்றையும் காலி செய்துவிட்டு -

'சுத்தப்பிரவாகமாய் பிரவகித்துச் செல்லுவது தான்' விடுதலை.

இந்த விடுதலையை -

விநாடி நேரத்தில் அடைந்திட முடியுமா?

அடைந்திடுவது எதுவுமே விடுதலையாக இருக்க முடியாது.

விடுதலை என்பது எதையுமே அடையா திருப்பது.

ஜடப்பொருளைத்தான் அடைய முடியும்.

விடுதலை என்பது உயிர் இயக்கம். அது அடையப் படுவதன்று. விடுதலையை மட்டுமல்ல, எதையுமே அடைந்திடாமல் இயங்குவதே

- விடுதலையின் இயக்கம்.

பின் குறிப்பு :

இதிலுள்ள எல்லா அத்தியாயங்களையும் மீண்டும் மீண்டும் படித்திடுவதனாலேயே அவை உண்மையில் எதனைக் கூறுகின்றன என்பதனைப் புரிந்துகொள்ள முடியும். ஞானமடைந்த ஒருவரிடம் இது பற்றிய சந்தேகங்களை நேரடியாகக் கேட்டுத் தெளிவு பெற்றுக் கொள்வதன் மூலமும்

- நீங்கள் இந்த ஞான விடுதலையை எளிதாக அடைந்து விட முடியும்.

ஐயா அவர்களின் பிற நூல்கள்

1.	கவலைகள் அனைத்திற்கும் தீர்வு	₹. 100
2.	ஞானமலர்வு	₹. 15
3.	தியானத்தை விடு ! ஞானத்தைப்பெறு !	₹. 100
4.	சும்மா இரு	₹. 30
5.	நான் யார் ?	₹. 20
6.	சூன்யப்பிரவாஹம்	₹. 70
7.	ஞானப் பட்டறை	₹. 60
8.	ஆன்மாவைத் துறந்து ஆன்மாவாக இரு	₹. 60
9.	தேடிப்போக வீடு இல்லை !	₹. 30
10.	நீங்களும் ஞானியாகலாம்	₹. 60
11.	ஸ்ரீ பகவத் பார்வையில் ஜென் கதைகள்	₹. 40
12.	ஆகாமிய கர்மா	₹. 60
13.	சத் தரிசனம்	₹. 60
14.	தீய பழக்கங்களை விட முடியுமா ?	₹. 10
15.	ஆன்ம ஞான ரகசியம்	₹. 60
16.	அனுஷ்டான ஆன்மிகம்	₹. 300

English Book

1.	Don't Delay Enlightenment	₹. 100
2.	Give up Meditation ! Get Enlightenment!	₹. 300
3.	Renounce God ! Be God !	₹. 200
4.	Absolute Reality	₹. 150

Audio Book

1.	ஞானவிடுதலை	₹. 150
2.	நீங்களும் ஞானியாகலாம்	₹. 100
3.	Don't Delay Enlightenment	₹. 150

Audio CD & Video CD

4.	ஞான மலர்வு - பகவத் ஐயா உரை (Audio CD)	₹. 100
5.	கர்ம வினைகளுக்கு அறிவியல் ரீதியான பரிகாரங்கள் - பகவத் ஐயா உரை (Video)	₹. 100
6.	ஸ்ரீ பகவத் வீடியோ உரைகள்(Video) Vol - I, II, III (ஆன்மீகத்தில் தெளிவைத் தரக்கூடிய 20 கேள்வி - பதில்கள்)	₹. 300
7.	Sri Bagavath Video Talks. English Vol - I, II, III, IV, V	₹. 400
8.	ஸ்ரீ பகவத் மற்றும் தேனிசாமி கலந்துரையாடல்	₹. 200
9.	தேனிசாமியின் "நீயே கடவுள்"	₹. 100

நூல்களைப் பெற ...

1. ஸ்ரீ பகவத் மிஷன், தலைமையகம்

   31, இராமலிங்கசாமி தெரு, அம்மாப்பேட்டை. சேலம் - 636 003.

   Cell : 99942 05880, 94432 90559, 97891 65555

2. ஸ்ரீ பகவத் மிஷன், சென்னை மையம்

   23/10, Old Bank of Baroda Street,
   Secretariate Colony, Ambattur, Chennai - 600 053.
   Cell : 9884097438, 9952071525.

3. ஸ்ரீ பகவத் மிஷன், சேலம் மையம்

   அம்ருதா ஹோமியோ கிளினிக்,

   8A/189, சரஸ்வதி தெரு, அத்வைத ஆஸ்ரமம் ரோடு,

   புதிய பஸ் நிலையம் எதிரில், சேலம்.
   Cell : 9488694453, 9894377433, 9443290559

4. ஸ்ரீ பகவத் மிஷன், திருப்பூர் மையம்

   ஸ்ரீ பாலகுமரன் நிட்ஸ், 40, தட்டான் தோட்டம்,

   4-வது தெரு, பல்லடம் ரோடு, திருப்பூர் - 4.
   Cell : 9944044988, 9442215248, 9865623709

5. ஸ்ரீ பகவத் மிஷன், பரமத்தி வேலூர் மையம்

   270, பொத்தனூர் ரோடு, முருகன் தியேட்டர் எதிரில்,

   பரமத்தி வேலூர், நாமக்கல்.
   Cell : 9360579181, 9360110755, 9787253751

6. ஸ்ரீ பகவத் மிஷன்,

   P. இராஜவேலன்

   பூரணி கேஸ் ஏஜென்ஸி,

   மாரியம்மன் கோவில் அருகில், அக்கூர் அஞ்சல்,

   மயிலாடுத்துறை வழி, நாகப்பட்டிணம் - 609 801.

   Cell : 91504 05092

பிற இடங்கள்

சேலம் : அஜந்தா புக் சென்டர் ✆ : **0427 - 2417755**
வள்ளலார் புக் ஷாப் ✆ : **93611 24798**

திருச்சி : **Zen Sangh** அக நூலகம்
✆ : **0431 -2701239, 98940 12639**

திண்டுக்கல் : வாழ்க வளமுடன் புத்அக மையம் ✆ : **0451-2423311**

சென்னை : ஸ்ரீவித்யா புக் சென்டர், மைலாப்பூர்.
✆ : **044 - 24611345, 24511141**
முரளி பப்ளிகேஷன், ✆ : **94440 50089, 044 - 24350089**

கோவை : விஜயா பதிப்பகம் ✆ : **0422 - 2394614, 2382614**

திருவண்ணாமலை : ஸ்ரீசேஷாத்திரி சுவாமிகள் ஆசிரமம்
திரு. ரங்கராஜன் ✆ : **94434 23495**

மதுரை : சர்வோதய இலக்கிய பண்ணை ✆ : **0452 - 2341746**
சித்தாஸ்ரமம் ✆ : **0452 - 2310570, 99943 88566**

திருநெல்வேலி : அருள் நந்தி சிவம் ✆ : **0462 - 2339692**
ஈகிள் புக் ஸ்டோர் ✆ : **0462 - 2578899**

தூத்துக்குடி : ஈகிள் புக் ஸ்டோர் ✆ : **0461 - 2392333**

தஞ்சை : திரு. **T.K.** சதானந்தன், ரெய்கி மாஸ்டர்
✆ : **98947 26162**

திருப்பூர் : வையகம் இயற்கை அங்காடி
திரு. மு. கதிர்முருகன் ✆ : **98422 73433**

கேரளா : திரு. ரகுமான், திருவனந்தபுரம் ✆ : **098470 40786**

மும்பை : திரு. சுபாஷ் சந்திரபோஸ் ✆ : **98202 49653**

1. ஞானவிடுதலை

கடுகினுள் ஏழுகடலைப்புகட்டியதாக திருக்குறளைப்பற்றி ஔவை கூறியதைப் போல், ஆன்மீக உலகத்தையே பொதிந்து சிறு குளிகையாக்கிக் கொடுக்கப்பட்டது தான் இந்நூல்.

இந்த நூற்றாண்டை உய்விக்க இயற்கை வழங்கிய அரிய கொடைதான் இந்நூல். இந்நூல் பலருக்கு ஞாக ஒளியை வழங்கியுள்ளது. இந்நூலின் முழுப் பெயர் : எளிது எளிது ஞான விடுதலை மிகவும் எளிது.

இந்நூல் ஆடியோ சிடி ஆகவும் உள்ளது.

2. Don't Delay Enlightenment

ஞான விடுதலை எனும் நூலே ஆங்கிலத்தில் இவ்வாறு வெளியிடப்பட்டுள்ளது. இந்நூல் ஆடியோ சிடி ஆகவும் உள்ளது.

3. கவலைகள் அனைத்திற்கும் தீர்வு

நமது கவலைகள் தாம் நம் வாழ்வை நாசமாக்கிக் கொண்டிருக் கின்றன. கவலைகளிலிருந்து நாம் விடுபட்டோமானால் நமது மொத்த வாழ்வுமே வசந்த காலமாகி விடும்.

நமது கவலைகள் பிரச்சினைகள் ஆகியவற்றின் ஆணிவேரைக் கண்டு பிடித்து அதனை நீக்கிடும் வழியை மனோதத்துவ முறையில் விளக்குகிறது இந்நூல்.

பலருடைய பிரச்சினைகளுக்குத் தீர்வு கண்டு, பலருக்கு தெளிவு முடிச்சையும் வழங்கியுள்ளது இந்நூல்.

4. தியானத்தை விடு, ஞானத்தைப் பெறு !

பட்டிமன்றத் தலைப்பல்ல. யதார்த்த உண்மையை விளக்கி உங்களையும் ஞானியாக்கும் ஒப்பற்ற நூல் இது.

அளவுக்கு மிஞ்சினால் அமிர்தமும் நஞ்சு அன்றோ ?

அதுபோல் தியானத்தின் தன்மை, அதனுடைய எல்லை, அதனுடைய இயலாமை ஆகியவற்றை விளக்கி, தியானங்கடந்த ஞானத்தையும் விளக்கி, உங்களையும் ஞானியாக்குகிறது இந்நூல்.

5. Give up Meditation ! Get Enlightenment !

தியானத்தை விடு ஞானத்தைப் பெறு எனும் நூலின் ஆங்கில வடிவந்தான் இந்நூல்.

6. ஞானப்பட்டறை

ஸ்ரீ பகவத் ஐயா அவர்களுடன் பலர் தங்களது சந்தேகங்களைக் கேட்டுத் தெளிந்துள்ளனர். பல ஊர்களிலும் நிகழ்ந்த ஞான சம்பாசனையின் தொகுப்பாக வெளிவந்ததுதான் இந்நூல்.

இந்த உரையாடல்களில் பங்கு பெற்ற பலர், தற்போது ஞானியராய் மலர்ந்துள்ளனர். நமது மற்ற நூல்களில் புரிந்தும் புரியாததுமாக அமைந்துள்ள கேள்விகளும், சந்தேகங்களும் இந்த நூலின் மூலம் தெளிவாகின்றன.

7. ஆன்மாவைத்துறந்து ஆன்மாவாக இரு

ஆன்மா என்றால் என்ன என்பது ஒரு புரியாத புதிராக உள்ளது. ஆன்மாவை அறிந்து கொள்ள முடியுமா ? ஆன்மாவை அறிந்து கொள்வது எவ்வாறு ?

பொறி புலன்களாலும், மனதாலும், அறிவாலும் ஆன்மாவை அறிந்திட முடியாது என்று சாஸ்திரங்கள் ஆன்மாவை விவரிக்கின்றன.

பிறகு எதைக் கொண்டு எவர்தான் எப்படித்தான் ஆன்மாவை அறிந்து கொள்வது ? சாஸ்திரங்கள் கூறும் ஆன்மாவை அனுபவ பூர்வமாக அறிந்திடுவது சாத்தியமா ?.

இது சம்பந்தமான முரண்பாடான கருத்துகளையெல்லாம் சீரமைத்து,

ஒரு புதிய பரிமாணத்தில், உங்களது ஆன்மாவை உங்களுக்கு அறிமுகம் செய்து வைக்கிறது இந்நூல்.

8. Renounce God ! Be God !

ஆன்மாவைத் துறந்து ஆன்மாவாக இரு ! என்னும் தமிழ் நூலின் ஆங்கில வடிவந்தான். **Renounce God ! Be God !** எனும் இந்நூல்.

9. சத் தரிசனம்

உண்மையை விளக்குவதற்காக நமது சாஸ்திரங்கள் எத்தனையோ வார்த்தைகளைக் கூறி விளக்கம் கொடுக்கின்றன.

அவற்றை சரியான பொருளில் விளங்கிக் கொள்ளாவிடில், விளக்கத்துக்குப் பதில் குழப்பமே மிஞ்சி விடும்.

மெய்ப்பொருள் உண்மையை குழப்பமில்லாமல் விளக்குகிறது இந்நூல்.

ஆன்மாவைத் துறந்து ஆன்மாவாக இரு என்னும் நூலோடு சேர்த்துப் படிக்க வேண்டிய நூல் இது.

இந்த இரண்டு நூல்களும் சாஸ்திர ரீதியான அணுகுமுறையை நடைமுறை யதார்த்தங்களோடு எடுத்துக்கூறும் நூல்களாகும்.

10. Absolute Reality

"சத்தரிசனம்" எனும் தமிழ் நூலின் ஆங்கில வடிவந்தான், **Absolute Reality** எனும் இந்நூல்.

11. ஆகாமிய கர்மா

கர்மா, கர்மவினை என ஏதாவது உள்ளதா ? கர்ம வினைகள் தாம் நம்மை ஆட்டிப் படைக்கின்றனவா ?

ஜாதக ஜோதிடங்கள் உண்மை தானா ? நவக்கிரகங்களுக்கு சக்தி உண்டா ? தெய்வங்களுக்கு சக்தி உண்டா ? இவற்றையெல்லாம் எப்படி நாம் தெரிந்து கொள்வது ?

இவை அனைத்தையும் விஞ்ஞான பூர்வமாக விளக்குகிறது இந்நூல். இந்நூல் படித்தால், இதுபற்றிய ஒரு தெளிவான முடிவுக்கு நீங்களும் வந்து விடமுடியும்.

இந்நூலைப்படித்த ஜோதிட ஆராய்ச்சியாளர் ஒருவர், இந்நூலைப் பலருக்கும் பாடமாக எடுத்து வருகிறார்.

இந்த நூலைப் படித்த பிறகு தான் உங்களுக்குத் தெரியும்,

இந்த நூல் தனிமனித மாற்றத்துக்கு மட்டுமல்லாமல், சமுதாய மாற்றத்துக்கே தேவையான நூல் இது என்று.

12. நீங்களும் ஞானியாகலாம்.

ஒரு சராசரி மனிதனும் ஞானியாக முடியும் என்பதை விளக்குகிறது இந்நூல்.

ஞானம் பெறுவதற்கு எது தடையாக இருக்கிறது என்பதைச் சுட்டிக்காட்டி

எவ்வாறு செயல்படும் போது ஞானம் சாத்தியமாகிறது என்பதை விளக்கி,

பலரை ஞானியாக்கியுள்ளது இந்நூல். இந்நூல் ஆடியோ புத்தகமாக, சிடி ஆகவும் உள்ளது.

13. ஞான மலர்வு

ஸ்ரீ பகவத் அய்யா சேலத்தில் நிகழ்த்திய சொற்பொழிவின் தொகுப்பு தான் இந்நூல்.

அவரது கருத்துகள் அனைத்தின் சாரத்தையும் இங்கே காண முடியும். இதனால் இந்தச் சிறு நூலைப் படிப்பதன் மூலம் அய்யாவுடைய அனைத்து நூல்களைப் படித்ததன் பலனையும் அடைந்திட முடியும்.

இந்தச்சிறு நூலின் மூலம் பலர் ஞான ஒளி பெற்றுள்ளார்கள் என்பது ஓர் ஆச்சரியமான உண்மை.

14. சும்மா இரு

ஞான மலர்வு நூலைப்போல், இதுவும் பலருக்கு ஞானத்தெளிவை வழங்கியுள்ளது.

சும்மா இரு என்ற சொல்லின் உண்மையான பொருள் என்ன என்பது இந்நூலில் தெளிவுபடுத்தப்பட்டுள்ளது.

சும்மா இருப்பது எங்கே, செயலோடு இருப்பது எங்கே என அறிவியல் ரீதியாக விளக்கி அகத்தையும், புறத்தையும் வெற்றிகரமாக நிர்வகிக்கும் வழியைக் காட்டுகிறது இந்நூல்.

15. நான் யார் ?

நான் யார் என்னும் கேள்விதான் ஆன்மிகத்தின் மையமான கேள்வி. இதை ஆன்மிகமாகவும், அறிவியல் ரீதியாகவும் விளக்குகிறது இந்நூல்.

இராமண மகரிஷியைப் பின்பற்றியோ, சாஸ்திரங்களைப் பின்பற்றியோ எழுதப்பட்ட நூல் அல்ல இது.

இதை சரியான கோணத்தில் புரிந்து கொண்டால், ஆன்மிக உண்மைகளும் நடைமுறை உண்மைகளும் புரிந்து விடும்.

எப்படிப் புரிந்து கொண்டால் இது நமது வாழ்வுக்குப் பயன்படுமோ அப்படி இதனை விளக்குகிறது இந்நூல்.

16. தேடிப்போக வீடு இல்லை

வீடு இருந்தால் அதனைத் தேடித்தான் நாம் சென்றாக வேண்டும். நாம் தேடிப்போக அப்படியொரு வீடே இல்லாவிட்டால்,

நான் என்ன செய்வோம் ?

எதுவும் செய்யாமல் சும்மா இருந்து விடுவோம்.

அதனை சரியான கோணத்தில் விவரித்து ஞானத்தெளிவை வழங்குகிறது இந்நூல்.

17. ஸ்ரீ பகவத் பார்வையில் ஜென் கதைகள்

ஜென் கதைகள் அனைத்தும் ஆன்மிக உண்மைகளை விளக்கும் புதிர்க்கதைகள்.

அவற்றைச் சரியாகப்புரிந்து கொண்டால், அவற்றின் ஒளியை அனைவராலும் அறிந்து கொள்ள முடியும். சரியாக விளக்கப்படாத நிலையில் அவற்றில் பல, கடைசி வரையிலும் புதிராகவே அமைந்து விடுகின்றன.

இந்நூலில் கொடுக்கப்பட்ட விளக்கம், பலருக்கு ஞானத்தை தெளிவையே ஏற்படுத்தி உள்ளது என்பது நம்பமுடியாத, ஆனால் நடந்த உண்மை.

18. சூன்யப் பிரவாகம்

சூன்யம் என்பது இல்லாத ஒன்று. அது பிரவகித்தால் எப்படி இருக்கும் ?

ஸ்ரீ பகவத் அய்யாவுடைய நூல்களையும், கருத்துகளையும் தெரிந்த கொண்ட ஒருவர் எப்படி முதலில் அந்தக் கருத்துகளால் பாதிக்கப்பட்டார் என்பதையும் பிறகு எப்படித் தெளிவு பெற்று ஞானம் அடைந்தார் என்பதையும்,

கதை வடிவில் கூறும் ஒரு விநோதமான காவியம் இந்நூல்.

நீங்களும் ஞானியாக முடியும் என்பதற்கு இது ஒரு வாழும் உதாரணம் (**Living Example**)

19. ஆன்ம ஞான இரகசியம்

ஸ்ரீ பகவத் அய்யா எழுதிய முதல் நூல் இது. இதைப் படித்தவர், இப்படி ஒரு நூல் எப்படி வெளியே தெரியாமல் இருந்து விட்டது என அதிசயப்படுகின்றனர்.

ஆன்ம ஞானம் அறிவியலாக மாற்றப்பட்டுள்ள அதிசயத்தை இந்நூலில் நீங்களும் காணலாம்.

20. அனுஷ்டான ஆன்மிகம்

ஆன்மிகம் எத்தனையோ கோணங்களில் விவரிக்கப்படுகிறது.

ஆன்மிக சாதகர்கள் எதனைப் புரிந்து கொள்வது, என்ன விதமான ஆன்ம சாதனைகளில் ஈடுபடுவது என,

அனைத்துக் கோணங்களிலும் ஆன்மிகத்தை விவரிக்கும் ஒரு களஞ்சியமாக விளங்குவது இந்நூல்.

20. "ஞான வாழ்வின் நடைமுறை யதார்த்தங்கள்"

(பொது விற்பனைக்கல்ல)

பொருள் :

ஞானம் என்பதும், முக்தி என்பதும், ஆன்ம சாதகர்கள் பலருக்கும் எட்டாக்கனியாக இருந்து வந்தன. ஐயாவின் நூல்களும்,

கருத்துகளும், பலருக்கு ஞானத்தெளிவையும், விடுதலையையும் வழங்கியிருக்கின்றன. அப்படித் தெளிவு பெற்றவர்கள் தற்போது என்ன செய்துகொண்டு இருக்கிறார்கள்? தற்போது அவர்கள், தங்களுடைய ஞானத் தெளிவிற்கு பிறகு எதிர்கொள்ளும் பிரச்சினைகள் என்ன? இன்னும் அவர்களுக்கு வழிகாட்டல் தேவைப்படுகிறதா? அல்லது அவர்களே தங்களுக்கு ஒளிவிளக்காக இருக்கிறார்களா? - இவற்றை விவாதித்து விவரிக்கின்றது இந்நூல்.

கட்டுப்பாடு :

இது எல்லோரும் கட்டாயம் படிக்கவேண்டிய நூல் என்பதில் சந்தேகமே கிடையாது. ஆனால் படிப்பவர்களின் நலன் கருதி இந்நூலை, நாங்களே தடை செய்திருக்கின்றோம். ஐயாவின் நூல்களைப் படித்து அவரது கருத்துக்களில் தெளிவு பெறாதவர்கள் இப்புதிய நூலைப் படிக்க நேர்ந்தால், தேவையற்ற குழப்பம் ஏற்பட்டுவிடும்.

ஆகவே இந்நூல் கடைகளிலோ, நூல் நிலையங்களிலோ, வலைத் தளங்களிலோ கிடைக்காது. எங்களது நேரடி கண்காணிப்பில் மட்டுமே இந்நூல் வினியோகம் செய்யப்படும்.

விண்ணப்பிக்கும் முறை :

இதற்கான விண்ணப்பப் படிவத்தைப்பெற்று, அதில் கேட்கப்படும் கேள்விகளுக்கு பிறருடைய உதவி இல்லாமல், விண்ணப்பதாரர் மட்டுமே தெளிவான பதில் கொடுக்க வேண்டும்.

விண்ணப்பதாரரின் தகுதியை நிர்ணயம் செய்தபிறகே, இந்த நூலின் பிரதி, விண்ணப்பதாரருக்கு வழங்கப்படும். ஐயாவின் மற்ற அனைத்து நூல்களையும் நீங்கள் வழக்கம்போல் பெற்றுக்கொள்ளலாம்.

ஐயாவின் மற்ற நூல்களைப் படித்து தெளிவு பெறுவதற்கு முன்னால் இந்த நூலைப் பெற்றிட எவரும் ஆர்வம் காட்டவேண்டாம் என அன்புடன் வேண்டுகிறோம்.

விண்ணப்பம் கிடைக்குமிடம்

ஸ்ரீ பகவத் மிஷன்

31, இராமலிங்கசாமி தெரு, அம்மாப்பேட்டை.

சேலம் - 636 003.