திருஅருட்பிரகாச வள்ளலார்

சன்மார்க்கத் தமிழ் திங்களிதழ்

தனிஇதழ் ரூ.10/– ஆண்டு சந்தா ரூ.110/–

அருள்: 11 சோபகிருது ஆண்டு/ தை – மாசி / பிப்ரவரி –2024 ஜோதி: 02

மாத பூசத்திருநாள்: 21.02.2024 அடுத்த மாதம் பூசம்: 20.03.2024

தெய்வத்திரு.
சதீஷ்ராஜ் அடிகளார்,
நிறுவனர்

தயவுத்திருமதி.
தனலட்சுமி அம்மையார்,
ஆசிரியர், வெளியிடுபவர்
மற்றும் உரிமையாளர்

பதிவு அலுவலகம்:
திருஅருட்பிரகாச வள்ளலார் அலுவலகம்,
புதிய எண் 33, பழைய எண். 17, கென்னடி சதுக்கம்,
முதன்மைச்சாலை, சென்னை– 600011.
தொடர்புக்கு 044–25570770 9003034056

பொருளடக்கம்

தலைப்பு	பக்கம்
திருக்குறள் சன்மார்க்க உரை	4
நன்கொடை அளிக்கும் அன்பர்களின் அனுபவங்கள்	5
அருட்பெருஞ்ஜோதி அகவல் உரை	6
மகாத்மா காந்தியின் சுயசரிதை	8
அருட்பயணம்	11
வள்ளலாருக்கு மட்டுமே வாய்த்த வரங்கள்	12
தைப்பூச உண்மை விளக்கம்	14
நம்மை நாமே திருத்திக் கொள்வது	20
துன்பத்தை நீக்கும் வாழ்க்கை முறை	23
ஆயுள் கூட்டும் ஆயில் புல்லிங்	28
ஒழிவில் ஒடுக்கம்	30
நீங்களும் அன்னதர்மம் செய்யலாம்	34

திருக்குறள் - சன்மார்க்க உரை

பெண்வழிச் சேறல்

(மன அறிவிற்கு மயங்கி நடத்தலின் கீழ்மை)

மனைவிழைவார் மாண்பயன் எய்தார்
வினைவிழைவார்
வேண்டாப் பொருளும் அது. 901

மன அறிவின்படி நடப்பவர் ஆன்ம ஆதாயம் அடையார். அறச்செயல்களில் அவா உடையாரும் கூட மன அறிவினை ஏற்புடைய தாக்கிக் கொள்ள மாட்டார்.

பேணாது பெண்விழைவான் ஆக்கம் பெரியதோர்
நாணாக நாணுத் தரும். 902

ஆன்ம அறிவோடு ஊடி மன அறிவினால் மலைத்துப் போகின்றவர் செயல்பாடு மாண்பினை விளைவிக்காது.

இல்லாள்கண் தாழ்ந்த இயல்பின்மை எஞ்ஞான்றும்
நல்லாருள் நாணுந் தரும். 903

மனஅறிவின் மாண்புக்கு அடிபணிபவர் எந்த நாளினும் இரக்க நெறியாளருக்கு இங்கிதத்தைத் தந்து உதவார்.

மனையாளை அஞ்சும் மறுமையி லாளன்
வினையாண்மை வீறெய்தல் இன்று. 904

மன அறிவில் மயங்கி இரக்கத்தைக் கடைசிக்குத் தள்ளினவர் செயல்பாடு அடக்கி ஆளும் ஆண் தகைமையைச் சிறிதும் அறியாது அவலமுறும்.

இல்லாளை அஞ்சுவான் அஞ்சுமற் றெஞ்ஞான்றும்
நல்லார்க்கு நல்ல செயல். 905

கொல்லாமை, புலால் உண்ணாமை, ஆன்மநேய ஒருமைப்பாட்டு உரிமை முதலிய நற்குண நற்செயல்கள் மனஅறிவிற்கு மண்டியிடுபவனை நெருங்க அஞ்சும்.

இமையாரின் வாழினும் பாடிலரே இல்லாள்
அமையார்தோள் அஞ்சு பவர். 906

மன அறிவின் அகப்புற அழகினில் தோய்ந்து அடிமை ஆகுபவர் ஆன்ம உருக்க நேயரோடு வாழினும் அதன் அருமை உணராதவரேயாம்.

பெண்ணேவல் செய்தொழுகும் ஆண்மையின் நாணுடைப்
பெண்ணே பெருமை உடைத்து. 907

பெண்ணடிமை செய்து மன அறிவினுக்கு மயங்கி வாழ்வதினும் புறத்தியல் பெண்மையே பெருமையுடைத்து எனலாம்.

நட்டார் குறைமுடியார் நன்றாற்றார் நன்னுதலாள்
பெட்டாங்கு ஒழுகு பவர். 908

மன அறிவிற்கு ஆமாம் போடும் ஆன்மநேயன் ஒருமைப்பாட்டாளருக்கு உதவி செய்ய ஒருப்படமாட்டான்.

அறவினையும் ஆன்ற பொருளும் பிறவினையும்
பெண்ஏவல் செய்வார்கண் இல். 909

மனஅறிவு புலனறிவுக்கு ஆட்பட்டவர் ஆன்மநேய நல்உதவியும் அதற்கென ஆண்டவனது பொருள் உடைமையையும் அதனால் வரும் பேரின்பப் பேறுகளும் அடையாதவரே ஆவர்.

எண்சேர்ந்த நெஞ்சத் திடனுடையார்க்கு எஞ்ஞான்றும்
பெண்சேர்ந்தாம் பேதைமை இல். 910

எண்ணி எண்ணி இரக்க உணர்வில் தோயும் இயல்புடையார் ஒருபொழுது கூட மன அறிவுச் சுவடின்மீது நடப்பவரே அல்லர்.

அருள்ஜோதி அன்ன ஆலயத்திற்கு நன்கொடை அளிக்கும் அன்பர்களின் அனுபவங்கள்

எனது பெயர் காமாட்சி அம்மா. நான் அண்ணா நகர் மேற்கில் வசிக்கின்றேன். நான் 3 வருடமாக என்னால் இயன்ற வரை ஒவ்வொரு மாதமும் காணிக்கை அளிக்கின்றேன். இறைவனால் படைக்கப்பட்ட ஒவ்வொரு உயிரையும் இறைவனே காக்கின்றார் ஆதலால் நான் ஏன் அன்னதானம் செய்கின்றேன் என்றால் எனக்குள் அன்பும் கருணையும் உண்டாக வேண்டும் என்பதற்காக. நமக்கு உணவு சமைத்தால் எப்படி சமைப்பமோ அப்படி சமைத்து பசியால் இருக்கக்கூடிய ஒவ்வொருவருக்கும் கொடுக்கின்றேன் அப்படி கொடுக்கும் பொழுது இறைவனுக்கே கொடுப்பது போல என் மனம் நெகழ்ச்சி அடையும்.

கொடுக்கும் பொழுது உண்டாகின்ற இரக்கமும், தயவும் மேலோங்கி இருக்கின்றது. இதை சிறப்பான முறையில் தொடர்ந்து செயல்படுத்துகின்ற அருள்ஜோதி அன்ன ஆலயத்திற்கும் இதைத்தொடர்ந்து நடத்துவிக் கின்ற இறை அருளுக்கும் நன்றி.

உணர்ந்து கொள் மனமே

மனைவி,
மக்கள்,
தாய், தந்தை
அனைவருடனும்
சேர்ந்து
வாழுங்கள்
அவர்களுக்கான
எல்லாக்
கடமைகளையும்
செய்யுங்கள்.
ஆனால்
மனதை மட்டும்
இறைவனிடம்
செலுத்துங்கள்.
குடும்ப
உறவுகளோடு
சேர்ந்து வாழும்
அதே வேளையில்
அவர்கள்
உன்னுடையவர்கள்
அல்ல
என்பதையும்
உணர்ந்து
கொள்ளுங்கள்.

ஜென்மத்தொடர்பு

ஒருவர் தான் வசிக்கும் வாடகை வீட்டை காலி செய்து கொண்டு போகும் போது வீட்டில் உள்ள அனைத்து பொருட்களையும் புதிய வீட்டிற்கு எடுத்துச் செல்வார்.

அது போல மனிதன் இந்த தேகத்தைக் கொண்டு தான் செய்த பாவபுண்ணியங்களை அடுத்த தேகத்தை எடுக்கும் போது சுமந்து செல்கிறான். பாவ புண்ணியங்கள் ஜென்ம ஜென்ம தொடர்புகள் ஆகவே பாவம் செய்யாதீர்! புண்ணியம் செய்வீர்!

அருட்பெருஞ்ஜோதி

அகவல் உரை

மண்இயல் பலபல வகுத்துஅதில் பிறவும்
அண்உற அமைத்த அருட்பெருஞ்ஜோதி 402

மண்ணினிடம் பலவகை குணம் செயல் ஆற்றல்களையும் அமைத்து, அதனால் உயிரினங்கள் பயன் பலபெறும் (களிமண், செம்மண், வண்டல்மண், ஆற்றுமண் போன்ற பல) தன்மைகளையும்; மற்றும் இதுவரை காணாத பல ஆற்றல்களையும் பெற அமைத்துள்ளது அருட்பெருஞ்ஜோதி.

4.நீர் இயல்

நீரினில் தண்மையும் நிகழ்ஊறு ஒழுக்கமும்
ஆர்உற வகுத்த அருட்பெருஞ் ஜோதி 404

நீராகிய பூதத்தில் குளிர்ச்சியையும், நெகிழ்தல், ஊறுதல், செல்லுதல் போன்ற தன்மைகளையும்; கசிவுத்தன்மை, பரவுதல் குணமும் நிறைவு பெறப் படைத்தருளியது அருட்பெருஞ்ஜோதி.

நீரினில் பசுமையை நிறுத்தி அதில்பல
ஆர்உற வகுத்த அருட்பெருஞ் ஜோதி 406

நீரினிடம் உள்ள வளம் தரும் தன்மையால் பூமியில் மறைந்து கிடக்கும் ஆற்றல்களை வெளிப்படுத்துதல், வளம் உண்டாக்குதல் மற்றும் பல்வேறு இயல்புகளையும் அதனிடம் நிறைவுற அமைத்து, உயிரினங்கள் நலம் பல பெற்று வளமுடன் வாழச் செய்தருள்வது அருட்பெருஞ் ஜோதி.

நீரிடைப் பூவியல் நிகழுறு திறஇயல்
ஆர்தர வகுத்த அருட்பெருஞ் ஜோதி 408

நீரின் விரிந்து படரும் தன்மையாலும், கீழ்மேல் பக்கங்கள் எல்லாம் அழுத்தும் சக்தியாலும், நில உலகு வளம்பெறும் வகைகளையும் இயல்புகளையும், நிறைவு பெற உதவி அமைத்தருளியது அருட்பெருஞ்ஜோதி.

நீரினில் சுவைநிலை நிரைத்துஅதில் பல்வகை
ஆர்உறப் புரிந்த அருட்பெருஞ் ஜோதி 410

நீரின் மூலம் வளரும் பலவகைத் தாவரங்களிலிருந்து கிடைக்கும் பொருள்களாலும், செயற்கையாலும் (நீரைச் சேர்த்தலால்) பலவகைச் சுவை உணர்வுகள் தண்ணீருக்கு அமையப் பொருந்தும் இயல்பை நிறைவித்தருள்வது அருட்பெருஞ்ஜோதி.

நீரினில் கருநிலை நிகழ்த்திய பற்பல
ஆர்உற வகுத்த அருட்பெருஞ் ஜோதி 412

நீரினில் உயிர்கள் தோன்றச் செய்யும் இயல்பையும், அதில் பலவகையான நீர்வாழ் உயிரினங்கள் வளமுடன் வாழவும் படைத்தருளியது அருட்பெருஞ் ஜோதி.

நீரிடை நான்குஇயல் நிலவுவித்து அதில்பல
ஆர்தர வகுத்த அருட்பெருஞ் ஜோதி 414

நீரினில் நான்கு இயல்புகள் இன்சுவை, வெம்மை, வலிமை, கலப்பு மற்றும்; சாதாரண நிலை, குளிர்நிலை, அலைகள் பரவும் நிலை, ஆவியாகும் நிலை, ஆகியன நிலவும்படி அருளி, ஒவ்வொன்றும் பற்பலவாய் நிறைவித்து, உயிரினங்களுக்கு உதவ

அருளியது அருட்பெருஞ்ஜோதி.

நீர்இடை அடிநடு நிலைஉற வகுத்துஅனல்
ஆர்தரப் புரிந்த அருட்பெருஞ் ஜோதி 416

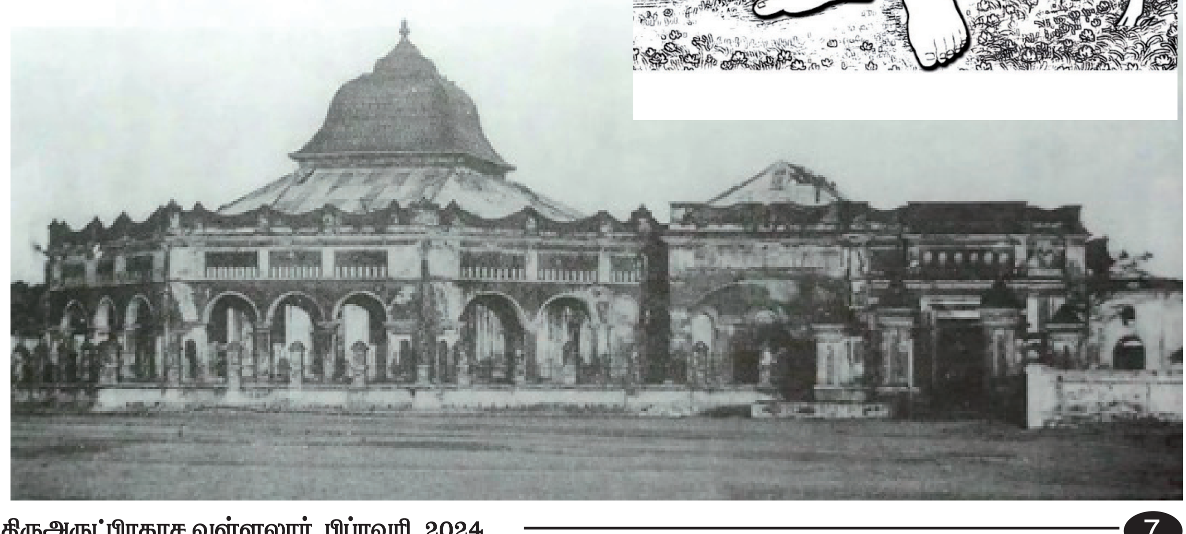
நீரினிடம் அடிநீர், நடுநீர், மேனீர் என வகுத்து, அவற்றினுள் வெப்பம் நிலவுமாறு செய்து, அதன் மூலம் உணவு சமைத்தல், உப்பு எடுத்தல், மருந்துகள் தயாரித்தல் மற்றும் பல பயன்களைப் பெறும்படிச் செய்தருள்வது அருட்பெருஞ்ஜோதி.

நீர்இடை ஒளிஇயல் நிகழ்பல குணஇயல்
ஆர்தர வகுத்த அருட்பெருஞ் ஜோதி 418

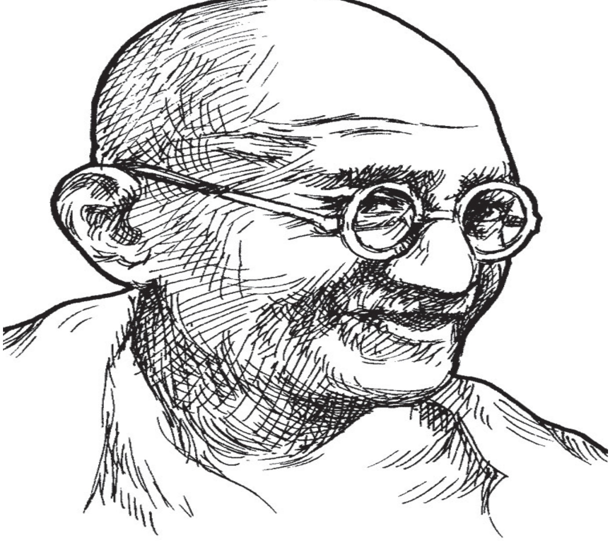
நீரில் தோற்றும் ஒளித் தன்மையும், அவ்வொளிக்குள் பல நிறங்கள் காட்டும் பண்புகள் பலவும், அவற்றால் உயிரி னங்கள் ஆற்றலும் நன்மையும் பெறவும், பொருந்தப் படைத் தருள்வது அருட்பெ ருஞ்ஜோதி.

நீர்இடைச் சத்திகள் நிகழ்வகை பலபல
ஆர்தர வகுத்த அருட்பெருஞ் ஜோதி 420

நீருக்கு அழுத்தல், மேலேற்றல், பக்கம் நிறைதல், நெகிழ்தல், கலத்தல், சூடு, சுவை போன்ற பல சக்திகளும்; உருவம், அருவம், உறைதல் போன்ற பல தன்மைகளும் பொருந்தப் படைத்தருள்வது அருட்பெ ருஞ்ஜோதி.



சென்ற மாதத்
தொடர்ச்சி...



மகாத்மா காந்தியின் சுயசரிதை...

-நான்காவது பாகம்

21 போலக் துணிந்து இறங்கினார்

போனிக்ஸில் நான் குடியேற்றத்தை ஆரம்பித்துவிட்ட போதிலும் அங்கே நான் நிரந்தரமாக வசிக்க முடியாமல் இருந்தது, எப்பொழுதும் எனக்கு வருத்தத்தைக் கொடுத்தது. நாளாவட்டத்தில் வக்கீல் தொழிலிலிருந்து விலகி, இக்குடியேற்றத்தில் வசித்து, என் உடலுழைப்பினால் என் ஜீவனத்திற்கு வேண்டியதைச் சம்பாதித்துக்கொண்டு, போனிக்ஸ் பூரணத்துவத்தை அடைய நான் செய்யும் சேவையின் இன்பத்தை அனுபவிக்க வேண்டும் என்பதே என்னுடைய ஆரம்ப எண்ணம். ஆனால், அது நிறைவேறவில்லை.

நாம் ஒன்று நினைக்கத் தெய்வம் ஒன்று நினைக்கிறது என்பதை அனுபவத்தில் கண்டிருக்கிறேன். ஆனால் அதே சமயத்தில் முடிவான லட்சியம், சத்தியத்தை நாடுவதாக மாத்திரம் இருந்துவிடுமானால், மனிதன் போடும் திட்டம் எவ்வளவு தான் தவறிப் போனாலும், முடிவு தீமையானதாக ஆவதில்லை என்பதுடன், சில சமயங்களில் எதிர்பாத்ததைவிட அதிக நன்மையானதாகவும் முடிந்துவிடுகிறது. போனிக்ஸ் குடியேற்றம் எதிர்பாராத விதமாக மாறுதல் அடைந்ததும், எதிர் பாராமல் நேர்ந்த சில நிகழ்ச்சிகளும், நாங்கள் ஆரம்பத்தில் எதிர்பார்த்ததைவிட மேலாக முடிந்தன என்று சொல்லுவது கஷ்டமேயானாலும், தீமையாக மாத்திரம் முடியவில்லை.

நாங்கள் எல்லோரும், உடல் உழைப்பினாலேயே ஜீவனம் செய்வது சாத்தியமாக வேண்டும் என்பதற்காக, அச்சுக்கூடத்தைச் சுற்றி இருந்த நிலத்தை ஆளுக்கு மூன்று ஏக்கர் வீதம் பிரித்துக் கொண்டோம். இதில் ஒரு பகுதி என் பங்குக்கு விழுந்தது. இந்த ஒவ்வொரு பகுதி நிலத்திலும், எங்கள் விருப்பத்திற்கு மாறாகவே இரும்புத் தகடு போட்டு வீடுகளைக் கட்டினோம். நாங்கள் விரும்பியதெல்லாம், வைக்கோல் வேய்ந்த மண் குடிசைகளைக் கட்டிக்கொள்ளுவதுதான். இல்லாவிட்டால், சாதாரண விவசாயி வசிக்கக் கூடிய வகையில் சிறு செங்கல் வீடுகளைக் கட்டிக்

கவே இருந்தேன். மகன்லால் காந்தி இதில் எங்களெல்லோரையும்விட முதன்மையாய் இருந்தார். இவர், இதற்கு முன்னால் அச்சுக்கூடத்தில் வேலையே செய்ததில்லையென்றாலும், அச்சுக் கோர்ப்பதில் அதிக சமர்த்தராகிவிட்டார். அதிக வேகமாக அச்சுக் கோர்ப்பவராகிவிட்டதோடு மாத்திரமல்லாமல், அச்சுக் கூடத்தின் எல்லா வேலைகளையுமே வெகுவிரைவில் கற்றுக் கொண்டுவிட்டார். இது எனக்கு அதிக ஆச்சரியத்தையும் மகிழ்ச்சியையும் அளித்தது. அவருடைய ஆற்றல் அவருக்கே தெரியாது என்பதுதான் எப்பொழுதும் என் அபிப்பிராயம்.

கொள்ளுவது என்பதே. ஆனால், அது நிறைவேறவில்லை. அப்படிக் கட்டுவதாக இருந்தால் அதிகச் செலவாகும்; அதிக காலமும் பிடிக்கும். நாங்களோ, கூடுமானவரையில் சீக்கிரத்திலேயே குடியேற்றத்தில் நிலைபெற்றுவிட வேண்டும் என்பதில் அதிக ஆவலுடன் இருந்தோம்.

மன்சுக்லால் நாஸரே இன்னும் பத்திரிகை ஆசிரியராக இருந்தார். புதிய திட்டத்தை அவர் ஏற்றுக்கொள்ளவில்லை.

‘இந்தியன் ஒப்பீனியனு’க்கு டர்பனில் ஒரு கிளைக் காரியாலயம் இருந்தது. அங்கே இருந்துகொண்டே அவர் இப்பத்திரிகைக்கு வேலைசெய்து வந்தார். அச்சுக் கோர்ப்போருக்குச் சம்பளம் கொடுத்து வந்தோம். ஆனால், குடியேற்றத்தைச் சேர்ந்த ஒவ்வொருவரும், அச்சுக் கோர்க்கக் கற்றுக்கொண்டு விட வேண்டும் என்பது என் அபிப்பிராயம். அச்சுக்கூடத்தில் இந்த வேலை அலுப்புத் தட்டும் வேலையானாலும் சுலபமான வேலையே.

ஆகையால், இதற்கு முன்னால் இந்த வேலையைக் கற்றுக் கொள்ளாதிருந்தவர்கள், இப்பொழுது கற்றுக்கொண்டோம். ஆனால், இந்த வேலையில் நான் கடைசி வரையில் திறமை இல்லாதவனா

கட்டிடங்களைக் கட்டி முடித்து நாங்கள் அங்கே நிலை பெற ஆரம்பித்தவுடனேயே, புதிதாக அமைந்திருந்த கூட்டை விட்டுவிட்டு நான் ஜோகன்னஸ்பர்க்கிற்குப் போக வேண்டியதாயிற்று. அங்கே இருந்த வேலைகளை நான் கவனிக்காமலேயே அதிக காலத்திற்கு விட்டுவைத்துவிட என்னால் ஆகவில்லை.

ஜோகன்னஸ்பர்க்கிற்குத் திரும்பியதும், நான் செய்திருக்கும் முக்கியமான மாறுதல்களைக் குறித்து ஸ்ரீ போலக்கிடம் கூறினேன்.

அவர் இரவல் கொடுத்த புத்தகம் இவ்வளவு பலனுள்ளதாக ஆயிற்று என்பதை அறிந்ததும் அவர் அடைந்த ஆனந்தத்திற்கு எல்லையே இல்லை. “இப் புதிய முறையில் நானும் பங்கெடுத்துக் கொள்ளச் சாத்தியப்படாதா?” என்று கேட்டார். “நிச்சயமாகச் சாத்தியமே.

நீங்கள் விரும்பினால் நீங்களும் குடியேற்றத்தில் சேர்ந்து கொள்ளலாம்" என்றேன். "என்னைச் சேர்த்துக் கொள்ளு வதாக இருந்தால் நான் தயாராக இருக்கி றேன்" என்றார்.

அவருடைய உறுதி என்னைக் கவர்ந் துவிட்டது. 'கிரிடிக்' பத்திரிகையில் தாம் செய்து வந்த வேலையிலிருந்து ஒரு மாதத் தில் விலகிக்கொள்ள அனுமதிக்குமாறு பிரதம ஆசிரியருக்கு எழுதினார்.

பின்னர் அதிலிருந்து விலகிப் போனிக்ஸு க்கு வந்து சேர்ந்தார்.

தமது இனிய சுபாவத்தினாலும், எல் லோருடனும் நன்றாகப் பழகும் குணத் தினாலும், வெகு சீக்கிரத்தில் அவர் எல்லோருடைய மனத்தையும் கவர்ந்து விட்டார். எங்கள் குடும்பத்தில் ஒருவரா கவும் ஆகிவிட்டார். எளிமை அவருடைய சுபாவத்திலேயே இருந்தது.

போனிக்ஸ் வாழ்க்கை அவருக்கு விசித் திரமானதாகவோ, கஷ்டமானதாகவோ தோன்றவில்லை. நீரிலிருப்பது மீனுக்கு எவ்விதம் இயற்கையோ அதேபோல் இவ் வாழ்க்கை அவருக்கு ஒத்ததாக இருந்தது. ஆனால், அவரை அங்கேயே அதிக காலம் நான் வைத்திருப்பதற்கில்லை. இங்கிலாந் துக்குப் போய்த் தமது சட்டப் படிப்பை முடிக்க ஸ்ரீ ரிச் விரும்பினார். எனவே, என் அலுவலகத்தின் வேலை பளுவை நான் ஒருவனே சமாளித்து விடுவதென் பது அசாத்தியம். ஆகவே, என் அலுவல கத்தில் சேர்ந்து அட்டர்னியாகப் பயிற்சி பெறுமாறு போலக்குக்கு யோசனை கூறினேன். முடிவில் நாங்கள் இருவருமே அத் தொழிலிலிருந்து விலகிப் போனிக் ஸில் நிலைத்துவிடலாம் என்று எண்ணி யிருந்தேன்.

ஆனால், அது நிறைவேறாமலேயே போய்விட்டது. நம்பும் சுபாவமுள்ள வர், போலக் ஒரு நண்பரிடம் நம்பிக்கை வைத்து விடுவாரானால், அவரோடு விவாதித்துக் கொண்டிருப்பதைவிட ஒத்துப் போகவே அவர் முயல்வார்.

போனிக்ஸிலிருந்து எனக்கு எழுதினார். அங்கே இருக்கும் வாழ்க்கை தமக்கு இன் பமாக இருக்கிறதென்றாலும், தாம் சந்தோ ஷமாகவே இருப்பினும், குடியேற்றத்தை அபிவிருத்தி செய்யலாம் என்று நம்பினா லும், இதை விட்டுவிட்டுக் காரியால யத்தில் சேர்ந்து அட்டர்னிக்குப் பயிற்சி பெறுவதனால் நாங்கள் எங்கள் லட் சியத்தை வெகு சீக்கிரத்தில் அடைந்து விடமுடியும் என்று நான் நினைத்ததால் அப்படியே செய்யத் தாம் தயார் என்று எழுதினார். இக்கடிதத்தை நான் மனப் பூர்வமாக வரவேற்கிறேன். போலக், போனிக்ஸிலிருந்து கிளம்பி ஜோகன்னஸ் பர்க்கிற்கு வந்து பயிற்சி பெறத் தஸ்தா வேஜில் கையெழுத்தும் இட்டார்.

அதே சமயத்தில் ஸ்காட்லாந்துக்கார ரான ஒரு பிரம்மஞான சங்கத்தினரையும் போலக்கைப் பின்பற்றும்படி அழைத் தேன்.

உள்ளூர்ச் சட்டப் பரீட்சைக்குப் போவதற்காக அவர் என்னிடம் முன்பு பயிற்சி பெற்று வந்தார். இப்பொழுது என் அழைப்பை ஏற்றுக்கொண்டு வக்கீல் குமாஸ்தாவாகச் சேர்ந்தார். ஸ்ரீ மெக்கின் டயர் என்பது அவர் பெயர்.

இவ்வாறு, போனிக்ஸில் லட்சி யங்களைச் சீக்கிரத்தில் அடைந்து விட வேண்டும் என்ற உயரிய நோக்கத்தின் பேரில், நான் வேறு ஒரு திக்கில் மேலும் மேலும் தீவிரமாகப் போய்க்கொண் டிருக்கிறேன் என்று தோன்றியது. கடவுள் மாத்திரம் வேறுவிதமாக எனக்கு அருள் செய்யாதிருந்தால், எளிய வாழ்க்கையின் பெயரால் விரித்திருந்த வலையில் நான் சிக்கிக்கொண்டிருந்திருப்பேன்.

யாருமே எண்ணியோ, எதிர்பார்த்தோ இராத வகையில், நானும் என்னுடைய லட்சியங்களும் எவ்வாறு காப்பாற்றப் பட்டன என்பதை இன்னும் சில அத்தியா யங்களுக்குப் பிறகு நான் விவரிப்பேன்.

வடலூர் அருட்பயணம்

அன்பார்ந்த வாசகப் பெருமக்களுக்கு ஓர் நற்செய்தி!

ஒவ்வொரு மாதப்பூச நன்னாளன்றும் அருள்ஜோதி அன்ன ஆலயம் சார்பாக, வடலூர் அருட்பயணம் ஏற்பாடு செய்யப்படுகிறது.

அருட்பயணத்தில் தரிசிக்கப்படும் திருத்தலங்கள்

1.சத்திய தருமச்சாலை, 2.சத்திய ஞானசபை, 3. வள்ளல் பெருமான் அவதரித்த மருதூர் இல்லம், 4.கருங்குழி இல்லம் 5.தீஞ்சுவை நீரோடை மற்றும் 6. மேட்டுக்குப்பம் சித்திவளாகம்.

இந்தப் புனித பயணத்தில் கலந்துகொள்பவர்கள் ஏழு நாட்களுக்கு முன்னதாகவே பதிவு செய்ய வேண்டும். பதிவுக்கட்டணம் ரூ.900 (உணவு உள்பட) பயணம் அருள்ஜோதி அன்ன ஆலயத்தில் இருந்து காலை 6.30 மணிக்குப் புறப்பட்டு மறுநாள் காலை 5.00 மணிக்கு அழைத்துவரப்படுவர். எனவே பெயர்களை முன்பதிவு செய்துகொள்ளுமாறு அன்புடன் கேட்டுக் கொள்கிறோம்.

தொடர்புக்கு: 9003034056

மாதப்பூச நாள்: 21–02–2024

குறிப்பு: அடுத்த பயணம்: 20–03–2024

வள்ளலாருக்கு மட்டுமே வாய்த்த வரங்கள்

(மூன்றாவது தத்துவம்)

சமரச சுத்த சன்மார்க்கம் உள்ள இடமும், அதனைப் பெற்ற நிலையும்

சரியை, கிரியை, யோகம், ஞானம் என்ற படி நிலைகளில், இவை ஒவ்வொன்றும் நந்நான்குப் பதினாறு நிலைகளாகும். இது ஞானநிலையில் சாதாரண நிலை. இதற்குமேல் பிரம சரியை, பிரம கிரியை, பிரம யோகம், பிரம ஞானம் இதில் ஒரு பதினாறு நிலைகள். அடுத்து பரசரியை, பர கிரியை, பரயோகம், பர ஞானம் இதில் ஓர் பதினாறு நிலைகள் இதன்மேல் சிவ சரியை, சிவ கிரியை, சிவ யோகம், சிவ ஞானம் இதில் பதினாறு நிலைகளையும் ஏறிக் கடந்தது சாதாரண எந்த முயற்சியாலும் முடியாது. அருளால் மட்டுமே அதுவும் அருள் ஒளியால் ஏறினேன் என்கிறார் வள்ளலார்.

இதன்மேல் தான் உண்மை நிலை கொண்டுள்ளது. அதற்கும் அப்பால் சிவ சித்தாந்தம், சிவ வேதாந்தம், சிவ போதாந்தம், சிவ யோகாந்தம், சிவ நாதாந்தம், சிவகலாந்தம் என்ற ஆறு நிலைகளை அடைந்தேன் என்கிறார். இதற்கும் அப்பாலே தான் பெரிய சிவ அனுபவநிலை உள்ளது. அதனை அடைந்தேன். சமரச சன்மார்க்கம் அங்கிருக்கக் கண்டேன். அதனைப் பெற்றேன் என்று சமரச சன்மார்க்க நிலை எதனை எல்லாம் கடந்து அப்பால் உள்ளது என்றும், அப்பால் அது எதுவாக உள்ளதும் என்றும் கூறி, அதன் பின்னர் தான் சாகாக் கல்வியின் 43 தரங்களையும் பெற்று இங்கு இறவாமை உற்றேன் என்கின்றார். இப்பாடலை ஒவ்வொருவரும் உள்ளத்தில் இருத்திக் கொள்ளுதல் நலம்.

சரியைநிலை நான்குமொரு கிரியைநிலை நான்கும்
தனியோக நிலை நான்கும் தனித்தனி கண்டறிந்தேன்
உரியசிவ ஞானநிலை நான்குமருள் ஒளியால்
ஒவ்வொன்றா அறிந்தேன் மேல் உண்மைநிலை பெற்றேன்
அரியசிவ சித்தாந்த வேதாந்த முதலாம்
ஆறந்த நிலையடைந்தேன் அப்பால்நின் றோங்கும்
பெரிய சிவ அனுபவத்தால் சமரச சன்மார்க்கம்
பெற்றேனிங் கிறவாமை உற்றேன் காண் தோழி 5806

சமரச சன்மார்க்கத்தைக் கூடப் பெற்றதும் ஆண்டவர் வடிவம் பெற்றதும்

சிவ அனுபவத்தால் சமரச சன்மார்க்கத்தைப் பெற்றதைப் பார்த்தோம். இனி சமரச சன்மார்க்கத்தைப் பெருமானார் அவர்கள் கூடி அனுபவித்த இடமே, அருட்பெருஞ் ஜோதி ஆண்டவரை மருவிக் கூடி அவரது வடிவத்தைத் தான் பெற்ற இடமும் ஆகும்.

நம் தமிழ் ஞானிகள் அவத்தைகள் ஐந்து என்பர். சாக்கரம், சொப்பனம், சுழுத்தி, துரியம், துரியாதீதம் என்பனவாகும். இவை சாதாரண ஐந்து நிலைகள். பெருமானார் இதிலிருந்து தொடங்காது 1. பரம சாக்கிரம் 2. பரம சொப்பனம், 3. பரம சுழுத்தி, 4. பரம துரியம், 5. பரம

துரியாதீதம், 6. பிரம சாக்கிரம், 7. பிரம சொப்பனம், 8. பிரம சுழுத்தி, 9. பிரம துரியம், 10. பிரம துரியா தீதம், 11. சிவ சாக்கிரம், 12. சிவ சொப்பனம், 13. சிவ சுழுத்தி, 14. சிவ துரியம், 15. சிவ துரியாதீதம், 16. குரு சாக்கரம், 17. குரு சொப் பனம், 18. குரு சுழுத்தி, 19. குரு துரியம், 20. குரு துரியாதீதம்.

இந்த 20 நிலைகளின் மேல் தான் சமரச சன்மார்க்கத்தைக் கூடினேன் என்கிறார். அந்த இடமே பொதுவா கவும் இருந்தது. அதில் ஆண்டவர் அருட் திரு நடனம் ஆட, நான் அவ் விடம் வந்ததைக் கண்டு என்னை அப்படியே மருவிக் கலந்தார். அவர் மருவப் பெற்றதினால் அவருடைய ஒளியே என் உடம்பின் ஒளியாகி, அவர் வடிவமாகவே நான் ஆனேன். இந்த நிலையில் எனக்குச் சரிசம மாக யாரும் இல்லாது எதிர் அற்று வாழ்கின்றேன் என்று வள்ளலாரே கூறுகிறார். பாடலைப் பார்ப்போம்.

துருவுபர சாக்கிரத்தைக் கண்டு கொண்டேன் பரம
சொப்பனங்கண் டேன்பரம சுழுத்தியுங்கண் டுணர்ந்தேன்
குரு பிரம சாக்கிரத்தைக் கண்டேன் பிரமம்
குலவியசொப் பனங்கண்டேன் சிவசுழுத்தி கண்டேன்
குருதுரியம் காண்கின்றேன் சமரசசன் மார்க்கம்
கூடினேன் பொதுவில்அருட் கூத்தாடுங் கணவர்
மருவிடப் பெற் றவர்வடிவம் நானானேன் களித்து
வாழ்கின்றேன் எதிரற்ற வாழ்க்கையில் என் தோழி 5808

ஆண்டவர் பெருமையை அவரே அறியார் என அறிந்தவர் வள்ளலார்

அருட்பெருஞ்ஜோதி ஆண்டவர் ஒருவரே தனிப்பெருங் கடவுள். அவர் எல்லாம் வல்ல சித்தியைப் பெற்றவர். அவர் அனகம் பெற்றவர் என்றெல்லாம் ஆண்டவரின் அருமை பெருமைகளைப் பேசிப் பேசிப் புகழ்ந்து, புகழ்ந்து இன்புறு வர் நம் வள்ளற் பெருமான்.

இவ்வாறு ஆண்டவரின் முழுமைப் பாட்டை உணர்ந்த வள்ளலார், அவரைப் பற்றி, அவர் பெருமையை அவரே முழுமை யாக அறிந்திருக்க வில்லை என்றே பாடு கிறார்.

ஆண்டவரைப் பற்றி ஆண்டவருக்கே தெரியாது என்று கூறும் அளவுக்கு ஆண்டவரை முழுமையாக அறிந்தவர் வள்ளலார் என்று புரிகின்றதல்லவா?

தாம் வணங்கும் ஆண்டவரின் பெருமை அவருக்கே தெரியாது என்று கூறும் அள வுக்கு அறிந்து உரைத்த ஞானிகள் யார் உளர்? பாடலைப் பார்ப்போம்.

ஒருமைபெறு தோற்றமொன்று தத்துவம்பல வேறு
ஒன்றினியல் ஒன்றிடத்தே உற்றிலயிங் கிவற்றை
இருமையினும் மும்மையினும் எழுமையினும் கூட்டி
இலங்கியசிற் சத்திநடு இரண்டொன்றே ஒன்னாத
பெருமைபெற்று விளங்க அதின் நடுஅருள்நின் றிலங்க
பெரிய அருள் நடுநின்று துரியநடம் புரியும்
அருமையெவர் கண்டுகொள்வார் அவர்பெருமை அவரே
அறியாரே என்னடி நீ அறைந்த வண்ணம் தோழி–5642

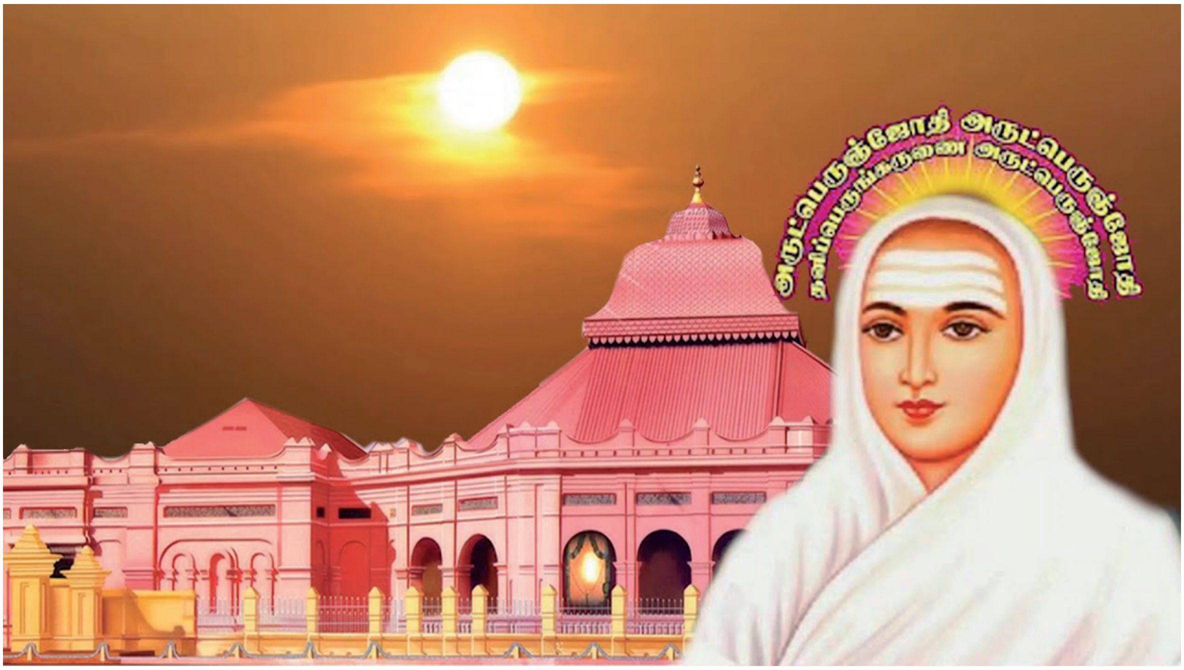
தைப்பூச உண்மை விளக்கம்

ஜோதி தரிசனம் என்றால் என்ன? அது ஏன் தைப்பூச நன்னாளில் கொண்டாடப்படுகின்றது? வள்ளல் பெருமான் இறைவனோடு கலந்த நாள் எது? அவர் எங்கு இறைவனோடு கலந்தார்? வள்ளல் பெருமான் அடைந்த நிலை என்ன? வடலூரில் ஜோதி தரிசனம் எப்போது தொடங்கப்பட்டது? முருகப்பெருமானுக்கும், நடராஜ பெருமானுக்கும் இந்த தைப்பூசம் கொண்டாடப்படுவது ஏன்? அந்த புராணத்தில் உள்ள தத்துவ விளக்கம் என்ன ஆகியவற்றை பற்றி விளக்கமாக பார்ப்போம்....

வடலூருக்கு அருகில் மேட்டுக்குப்பம் என்கின்ற சிறிய கிராமம். இந்த கிராமத்தில் தான் வள்ளலார் 1823-ல் தை மாதம் புனர்பூச நட்சத்திரத்தில் வெள்ளிக்கிழமை அன்று அங்கு கூடி இருந்த அன்பர்களிடமும், ஊர் மக்களிடமும் சில அறிவுரை கூறிவிட்டு, நான் சில காலம் இந்த அறைக்குள் இருக்கப் போகின்றேன். பார்த்து அவ நம்பிக்கை அடைய வேண்டாம். ஒருகால் பார்க்க நேர்ந்து பார்த்தால், யாருக்கும் தோன்றாது வெறும் வீடாகத்தான் இருக்கும். அப்படி ஆண்டவர் செய்விப்பார். இப்பொழுது இந்த உடம்பில் இருக்கிறோம். இனி எல்லா உடம்பிலும் புகுந்துகொள்வோம். நீங்கள் அருளை அடைவதற்கு இந்த தீபத்தினை கடவுள் எனக் கொண்டு ஜீவகாருண்யம் உடையவராய் சிந்தித்து கொண்டிருங்கள். நான் திருக்கதவை மூடி இருக்கும் கால் அதிகாரிகள் திறக்கும்படி கூறினால் ஆண்டவர் அருள் செய்வார் என்று கூறிவிட்டு இரவு 12 மணிக்கு ஒரு சிறிய அறையில் திருக்காப்பிட்டுக்கொண்டார்.

வள்ளல் பெருமான் திருக்காப்பிட்டுக் கொண்ட விஷயம் எங்கும் பரவத் தொடங்கியது. கேள்விப்பட்ட ஆங்கிலேயர்களான மாவட்ட ஆட்சியர் ஜி ஹெச் ஹாஸ்டின் என்பவர் விசாரணை செய்தனர். அறையையும் திறந்து பார்த்தனர். வள்ளல் பெருமான் சொன்னது போல் அந்த அறை வெற்றிடமாகத் தான் இருந்தது. அவர்களின் விசாரணையில் அங்கு சந்தேகத்திற்கு இடமாக எதுவும் இல்லை என்பதால் வள்ளல்பெருமான் இறைவனோடு ஐக்கியமாகிவிட்டார் என்று முடிவு செய்து, முன்பு இருந்தது போல அந்த அறையை பூட்டினார்கள். அங்கு சன்மார்க்க அன்பர்களால் ஏழைகளுக்கு உணவு அளிக்கப்படுவதை கண்ட அந்த அதிகாரிகள் உணவிடும் செலவிற்காக 20 ரூபாய் நன்கொடை அளித்து சென்றதாக வரலாறு கூறுகின்றது.

வள்ளலார் கட்டிய எண்கோண வடிவமுள்ள சபையின் வழிபாட்டு முறையானது மற்ற கோவில்களில் இருந்து வேறுபட்டவை என்று அதில் சத்திய ஞான சபை பற்றியும் பதிவு செய்திருக்கிறார். இறந்தவர்களை எரிக்காமல் புதைக்க வேண்டும் என்று வள்ளல் பெருமான் மிகவும் வலியுறுத்தினார். அதனால் பிராமணர்களும் பிணங்களை புதைத்தார்கள் என்றும் பதிவு செய்திருக்கிறார். 1874-ல் கருங்குழி அடுத்த மேட்டுக்குப்பத்தில் தாம் எப்பொழுதும் சமாதி கூடும்



அறைக்குள் புகுந்து சில காலம் திறந்து பார்க்க வேண்டாம் என்று சீடர்களுக்கு கூறி தாழிட்டுக் கொண்டார். அதன்பின் அவர் எங்கும் காணப்படவில்லை. அந்த அறை இன்றும் பூட்டப்பட்டே உள்ளது. கடவுளோடு ஐக்கியமாகிவிட்டார் என்று, அவர் மீது நம்பிக்கை உடையவர் கருது கின்றனர் என்று அவர் திருகாப்பு இட்டுக் கொண்டதையும் அரசு இதழில் பதிவு செய்து இருக்கின்றார்.

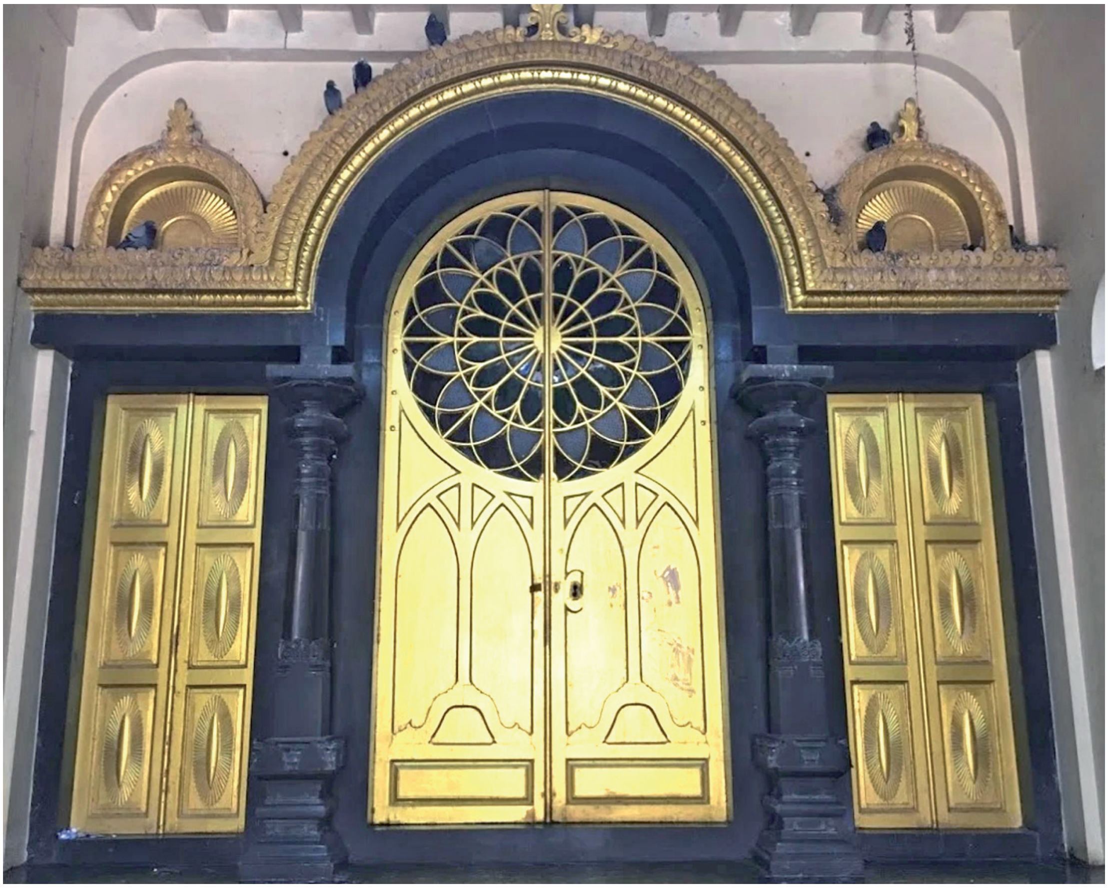
அவரது பாடல்கள் ஆன்மீக வாழ்வின் அழகைப் பற்றியவை. அச்சாகி வெளி வந்துள்ள அவரது பாடல்கள் மிக உயர்ந்தவை என்பது அதனை நிச்சயிக்கும் தகுதி உடையவர்களால் பொதுவாக ஒப் புக்கொள்ளப்பட்டுள்ளது என்று வள்ளல் பெருமானின் திருஅருட்பா பற்றியும் பதி விடுகின்றார்.

சமய மறுமலர்ச்சி எப்போதும் உண்டா கலாம் என்பதற்கு இவரது வரலாறே சிறந்த எடுத்துக்காட்டு ஆகும் என்று வள்ளல் பெருமானின் வருகைக்கான காரணத்தையும் பதிவிடுகின்றார். நமது ஆன்மீக வரலாற்றினைப் பற்றி முழுமை யாக தெரிந்துக் கொள்ள வாய்ப்பில்லாத, தமிழ் படிக்க எழுதத் தெரியாத மாவட்ட ஆட்சியரான ஆங்கிலேயரே இந்த அள வுக்கு பதிவு செய்துள்ளது மிகச் சிறப்பு.

வருடத்தில் ஒரே ஒரு நாள் அந்த அறையின் ஜன்னல் திறக்கப்பட்டு அந்த ஜன்னல் வழியாக வள்ளல் பெருமான் இறைவனோடு இரண்டறக் கலந்த திருக் கதவின் அறையை காண்பிப்பார்கள். தைப்பூசத் தினத்தின் 3-வது நாள் இந்த தரிசனத்தை காண்பிப்பார்கள். எனவே இந்த 2024-ஆம் ஆண்டு 25ஆம் தேதி வள்ளலார் சித்தி பெற்ற திரு அறையை காணலாம்.

வள்ளபெருமான் அடைந்தது ஜீவ சமாதியான முக்தி நிலை இல்லை. பேரின்ப பெருவாழ்வு ஆகிய சித்தி நிலை. ஜீவ சமாதியில் தேகம் இருக்கும் சித்தி நிலையில் தேகமானது சுத்த பிரணவ ஞான தேகமாக மாற்றம் அடைந்து இறை வனோடு இரண்டறக் கலந்து நிறையும்.

தைப்பூசத்தன்று சக்திய ஞான சபையில் வள்ளல் பெருமான் அருட்பெருஞ்ஜோதி யோடு ஜோதியாக கலக்கவில்லை என்றால் பிறகு தைப்பூசத் தண்டு ஜோதி தரிசனம் ஏன் காண்பிக்கப்படுகின்றது. சத்திய ஞான சபையானது வள்ளல் பெருமான் சித்தி பெறுவதற்கு முன்பாகவே 2 வரு



டத்திற்கு முன்பே வள்ளல் பெருமானா ரால் தோற்றுவிக்கப்பட்டு 25.1.1872 தை மாதம் 13-ஆம் தேதி வியாழக்கிழமை பூச நட்சத்திரத்தில் தைப்பூச விழா வள்ளல் பெருமானால் தொடங்கப்பட்டு அருட் பெருஞ்ஜோதி தரிசனம் காண்பிக்கப்பட் டது.

தைப்பூசத்தில் மட்டுமே 7 திரை நீக்கி ஜோதி தரிசனத்தை காண்பிக்கும் இந்த முறையை வகுத்து ஜோதி தரிசனத்தை காண்பித்தவர் வள்ளல் பெருமான்.

ஆன்மாவாகிய நமக்குள் உள்ஒளியாக இருந்து இறைவன் நடம் புரியும் நட னத்தை அருட்பெரும்ஜோதி தரிசன வழி பாட்டு முறையாக வைத்தார் வள்ளல் பெருமான்.

உருவ வழிபாடு, அருவ வழிபாடு, அருஉருவ வழிபாடு ஆகியவற்றைக் கடந்த சொருப வழிபாட்டு முறை இது. நமது உடலில் இருக்கும் ஆன்ம பிரகா சத்தை பல திரைகள் மறைக்கின்றது. அதில் முதன்மையானது 7 திரைகள். இந்த திரைகள் நீங்கி ஆன்மாவானது கடவுளை நிறைவாகப் பிரகாசிப்பதே தைப்பூச ஜோதி தரிசனம்.

மாதம் தோறும் நடைபெறும் பூசத் திருநாளில் கடைசி திரை மட்டும் விளக் காமல் ஜோதி தரிசனத்தை காண்பிப் பார்கள். கடைசி திரை தான் கலப்புத் திரையாகிய அனுபவத்திரை. அது ஏன் பாதி திரையாக இருக்கின்றது என்றால், அனுபவத் திரையால் அருட்சக்தியை முழுமையாக மறைக்க முடியாது. அந்த கலப்பு திரையானது பச்சை, செம்மை, பொன்மை, வெண்மை ஆகிய 4 வண்ணம் கலந்த வெள்ளை. வெள்ளை ஒளியில் 7 நிறங்கள் இருப்பது போல் இந்த வெள்ளைத்திரையாகிய கலப்புத் திரையில் 4 நிறங்கள் உண்டு. அது வெளிப்படை யாக தெரியாது. தற்போது சத்திய ஞான சபையிலேயே 7 திரைகளை சேர்த்து

அமைக்கப்பட்ட கலப்பு திரையானது தவறான புரிதலால் சமீபத்தில் அமைக் கப்பட்டது. வள்ளல் பெருமான் அமைத் தது இல்லை. தைப்பூசத்தில் இந்த, கலப்பு திரையாகிய பாதித் திரையும் நீக்கப்பட்டு பூரண ஜோதி தரிசனத்தை காணலாம்.

தைப்பூசமானது ஞானத்தின் பூரண மான நாள் என்பதை உணர்த்தவே இவ்வாறு செய்யப்படுகின்றது. அந்த 7 திரைகளும் நீக்கப்பட்ட ஆன்மாவானது கடவுள் அறிவைப் பெற்று பிரகாசித்து பேரறிவாக கலந்து நிறைந்துவிடும்.

ஏன் தைப்பூசத்தன்று வள்ளல் பெருமான் ஜோதி தரிசனத்தை காண் பிக்க செய்தார் என்றால் பொதுவாக பூச நட்சத்திரத்தோடு அமாவாசை சேரும் நாள் ஞானத்தின் தொடக்க நாளாக கரு தப்பட்டு ஆடி அமாவாசை கொண்டா டப்படுகின்றது. பூச நட்சத்திரத்தோடு பௌர்ணமி சேரும் நாள் ஞானத்தின் பூரண நாளாக கருதப்பட்டு தைப்பூசம் கொண்டாடப்படுகின்றது.

வருடத்தில் தை மாதத்தில் வரும் பூச நட்சத்திரத்தில் மட்டுமே பௌர்ணமி சேரும். அந்த நாள் ஞானத்தின் பூரண நாளாக அருளாளர்கள் உணரப்பட்டு கொண்டாடப்பட்டு வருகின்றது.

பிண்டமாகிய நமது உடலில் இந்திரி யங்கள் ஆகிய நட்சத்திரங்கள், மனமாகிய சந்திரன், ஜீவனாகிய சூரியன், இவற்றின் இணைப்பு மகரம் விந்துவாகிய ஆன்மா உகரம், நாதமாகிய சிவ அகரம், இந்திரி யங்கள் மற்றும் மனதிற்கு ஒளி தரும் ஜீவ னாகிய சூரியன் ஆன்மாவுடன் இணைந்து, ஆன்மாவாகிய விந்து நாதமாகிய இறை வனோடு இணைவது இந்த பிண்டத்தில் நடைபெறும் சிவசக்தி ஐக்கியம். இந்த சிவ சக்தி ஐக்கியத்தால் தான் உலகம் தோன்றி யது. இதனால் தான் பிண்டமாகிய இந்த உடலும் தோன்றியது.

நடராஜ பெருமாள் தேவி உடன் இணைந்து சிதம்பரத்தில் ஆனந்த நடன மாடி தரிசனம் அளித்த நாள் தைப்பூசம் என்பர். இங்கு சிதம்பரம் என்பது அறிவு வெளி. தைப்பூசம் என்பது ஆன்மா அந்நினத்தை அழித்து பேரறிவு பெற்றது என்பது பொருள். நடராஜர் தேவி உடன் இணைந்து ஆனந்த நடனம் ஆடினார் என்பது ஆன்மா அந்நினத்தை அழித்து பேரறிவானதால் ஆன்மாவின் உள் ஒளி யாகிய இறைவன் ஆனந்தமாய் அசையும் பொழுது ஆன்மாவும் அசைகிறதை உணர்த்துகின்றது.

ஆன்மா கடவுள் அறிவைப் பெற்று இறைவனோடு இணைவதே சிவ சக்தி ஐக்கியம். வள்ளல் பெருமானும் வடலூர் ஞான சிதம்பரம் என்றும் அருட்பெருஞ் ஜோதி ஆண்டவரே அருட்பெருஞ்ஜோதி நடராஜபதி என்று கூறுவார்.

முருகப் பெருமானுக்கு ஏன் தைப்பூசம் கொண்டாடப்படுகின்றது என்றால் தைப் பூசத் திருநாளில் தான் சக்தி தேவி முருக னுக்கு ஞானவேல் கொடுத்தார் என்றும், அந்த ஞானவேல் கொண்டு அசூரர்களை அழித்து தேவர்களை முருகன் காத்து அரு ளினார் என்றும் கூறுகிறது புராணம்.

முருகப் பெருமானுக்கு தத்துவ விளக் கம் கூறும் பொழுது முருகனை சுத்த அறிவு என்று கூறுவார் வள்ளல் பெருமான்.

இங்கு சக்தி தேவி என்பது அருட்சக்தி முருகன் என்பது சுத்த அறிவைப் பெற்ற ஆன்மா. அந்த ஆன்மாவுக்கு சக்தி தேவி ஞானவேல் கொடுத்தார் என்பது ஆன் மாவிற்கு அருட்சக்தி கடவுள் அறிவைக் கொடுத்தது. அது தைப்பூச தினத்தில் என்பது ஆன்மா அஞ்ஞானத்தை அழித்து பேரறிவைப் பெற்றது என்று பொருள்.

எனவே தைப்பூசம் என்பது ஞானத் தின் பூரண நாளாக கணக்கிடப்பட்டு கொண்டாடப்படுகின்றது. பழங்காலத்தி லிருந்தே தைப்பூசம் மிக சிறந்த நாளாக அருளாளர்களால் கொண்டாடப்பட்டு வருகின்றது.

தைப்பூசத்தில் சிவசக்தி ஐக்கியம் பிண்டமாகிய நமது உடலிலும், அண்டத்தி லும் கடவுள் சமூகத்திலும் நிகழ்கின்றது.

தைப்பூச தினத்தையொட்டி அருள்ஜோதி அன்ன ஆலயத்தில்

அன்னதான நிகழ்வு

இல்லங்களின் அ

சன்மார்க்க சொற்பொழிவுகள்

...நடந்த நிகழ்வுகள்

மாணவர்களுக்கு பரிசு வழங்குதல்

தொண்டு செய்த மாணவர்கள்

மாணவிகளின் கலை நிகழ்ச்சிகள்

அன்னதர்மம்

நம்மை நாமே திருத்திக்கொள்வது

சீடன்: ஆன்மிக வழியில் செல்லும் பொழுது சோதனைகள் வருமா?

குரு: உன்னுடைய பவித்ரத்தைச் சோதித்தால்தான், மற்றவர்களுக்கு மேலும் மேலும் நம்பிக்கை உண்டாகிப் பவித்ர மாய் இருக்க வேண்டியதன் அவசியத்தை உணர்வார்கள். உனக்குச் சோதனை வரும் பொழுது, அதை நீ சோதனை என்று உடனே அடையாளம் கண்டுகொள்ள வேண்டும். அது எவ்வாறு சாத்தியமா கும் ? உன்னுடைய குரு அல்லது யாரோ ஒருவர் உன்னைப்பற்றி ஏதாவது கூறும் பொழுது நீ உணர்ச்சி வசப்பட்டால், அதைத் தவறாகக் கருதுவாய்; மற்றவர் உன்னைத் தவறாக நினைத்து இருக்கிறார் அல்லது உன்னைச் சரியாகப் புரிந்து கொள்ளவில்லை என்று எண்ணுவாய். பிறர் உன்னைப்பற்றித் தவறாக எண் ணக்கூடாது என்று நீ நினைப்பது உன் அகந்தையின் பரிமாணம் அல்லவா? சில சமயங்களில் உன்னைப் பரிசோதிக்க மேலி ருந்து வேண்டுமென்றே சில வார்த்தைகள் போடப்படும். இதை உணர்ந்து நடந்து கொள். இல்லாவிட்டால் சோதனையில் தோற்றுவிடுவாய். அப்பொழுது யாரும் எதுவும் செய்ய முடியாது.

சீடன்: “முன்பு இருந்ததைவிடச் சிறிது முன்னேறி இருக்கிறேனே” என்று நான் சில சமயம் நினைத்தால் தவிர்க்க முடியா மல் மீண்டும் நழுவி விடுகிறேன். பிறகு, கஷ்டப்பட்டு மேலே ஏற வேண்டியிருக் கிறது.

குரு: ஆன்மிக வழியில் நழுவிக் கீழே விழுவது தவிர்க்க கூடியதே. ஒரு மலை யின்மீது ஏறும் பொழுது சில இடங்களில் மலையின் உச்சிக்கு நேராக ஏறமுடியாது. மலையை இங்குமங்கும் சுற்றி வந்துதான் மேலே செல்ல முடியும். மலைமீது ஏறுப வர்கள் தங்குவதற்குக் கூடாரம் அமைப் பார்கள். ஒரு குறிப்பிட்ட உயரம் ஏறிய பிறகு, மீண்டும் தங்கள் கூடாரத்திற்கு வந்து ஓய்வு எடுத்துக்கொள்வார்கள். அப்படி வந்து ஓய்வெடுத்துக்கொள்வது நழுவி விழுவதாகாது.

சீடன்: நான் கீழே நழுவிவிட்டால் திரும்ப அதே இடத்திற்குச் செல்ல முடியுமா?

குரு: ஆன்மிகப் பாதையில் செல்வது மலை ஏறுவது போலாகும். மலை ஏறுவோர் ஒரு கயிற்றைப் பிடித்துக் கொண்டு ஏறுவார்கள். அதனால் அவர் கள் நழுவினாலும் அந்தக் கயிற்றை இறுகப் பிடித்துக்கொள்வதால் ஏறிய உயரத்தில் கொஞ்சத்தை இழப்பார்களே தவிரக் கீழே விழமாட்டார்கள். இதுவே அவர்களுக்கு ஒரு பாடமாய் அமையும். மீண்டும் அவர்கள் ஏறத்தொடங்கும் போது முன்னைக்காட்டிலும் அதிகக் கவ னத்துடன் அதில் ஈடுபடுவார்கள்.

சீடன் : நான் ஏன் நழுவுகிறேன்?

குரு : அடிப்படையான ஒன்றைப்பற் றிச் சற்று சிந்திப்பாயாக. அபிப்பிராயங்க ளால் அலைக்கழிக்கப்படுவதால்தான் கீழே நழுவிவிடுகிறாய்; தவறும் செய் கிறாய். அபிப்பிராயங்களுக்கு அடிமை ஆகாதே. உன் வீட்டினுள் பூனைக்குட்டி ஒன்று நுழைந்துவிடுகிறது என்று வைத் துக்கொள். உன்னால் அதை வெளியேற்ற முடியவில்லை என்றால், அது இருப் பதைக் கவனிக்காதே.

அதற்குத் தேவையில்லாத அந்தஸ்து அளிக்காதே. அதற்குச் சந்தனாபிஷேகம் செய்யாதே. அபிப்பிராயங்களும் பூனைக் குட்டி போலத்தான். உன்னுள் நுழையும் அபிப்பிராயங்களை உன்னால் வெளி

யேற்ற முடியாத போது, அவற்றுக்கு எந்தவிதமான அந்தஸ்தும் அளிக்காமல், கண்டு கொள்ளாமல் இருந்து விடு. அபிப்பிராயங்களை அங்கீகரித்து அவற்றுக்கு ஆளானால் மனத்தில் குழப்பம் ஏற்பட்டு, ஒரு முடிவுக்கும் வரமுடியாத நிலை உண்டாகும்.

சீடன்: அபிப்பிராயங்கள் அனுபவங்களால் ஏற்படுகின்றன அல்லவா?

குரு: அபிப்பிராயங்களில் அதீத ஈடுபாடு இருந்தால் அவற்றால் அலைக்கழிக்கப்பட்டு அதனால் ஏற்படும் கடினமான அனுபவங்கள் உனக்குப் பாடமாக அமையும். துருவனுக்கு ஓர் அபிப்பிராயந்தான் இருந்தது. நசிகேதனுக்கும், பிரஹலாதனுக்கும் ஒரே ஓர் அபிப்பிராயந்தான் இருந்தது. அபிப்பிராயங்களைத் தவிர்க்க முடியாது. அவற்றைத் தவிர்க்க வேண்டிய அவசியமுமில்லை. ஆனால், ஒன்றை மட்டும் நீ கவனத்தில் கொள். அபிப்பிராயங்களின் வசம் சிக்கி, அவற்றின் அடியில் உன்சுதந்திரத்தையும் சௌகர்யத்தையும் இழந்து அழுந்திப் போய்விடாதே. 'அபிப்பிராயங்கள்' உன் தலைக்கு மேலிருக்கும் உத்தரம் போன்றவை. சற்றுத் தள்ளி இருந்தால்தான் நீ சுதந்திரமாக நடமாடலாம்.

சீடன்: நீங்கள் துருவனைப்பற்றியும், நசிகேதனைப்பற்றியும் கூறினீர்கள். அவர்கள் பக்தி ஒருமனதாக இருந்தது. பக்தியைத் தவிர வேறு எதிலும் பல காரியங்களில் அவர்கள் ஈடுபடவில்லை. ஆனால், நாங்கள் பல காரியங்களில் ஈடுபட்டிருக்கிறோம்.

குரு: ஆமாம். நீ பல காரியங்களில் ஈடுபட்டிருக்கிறாய். அதனால் என்ன? பிரஹலாதன் கடவுளை நேருக்கு நேர் சந்தித்த பிறகு ஓர் இராஜ்யத்தைச் சிறப்பாக ஆண்டான். இது அவனுக்குச் சாத்தியமாயிற்று. துருவனும் கடவுளை நேருக்கு நேர் சந்தித்த பிறகு நாட்டை ஆண்டான். நசிகேதனும் உண்மையைக் கண்டறிந்த பிறகு திரும்பி வந்து இவ்வுலக வாழ்க்கையை வாழ்ந்தானே.

சீடன்: இவர்கள் தவம் செய்யும்பொழுது அது ஒன்றைத்தான் செய்தார்கள். ஒரே சமயத்தில் தவத்திலும் ஈடுபட்டு ஆட்சியையும் நடத்தவில்லையே!

குரு: துருவனைப் பொறுத்தவரையில் நீ சொல்வது சரி. ஆனால், பிரஹலாதன் அவ்வாறில்லை. சிறுவனாக இருந்ததால் அவன் குருகுலம் சென்று பயில வேண்டிய நிர்ப்பந்தம் அவனுக்கு இருந்தது. சகமாணவர்களுடன் பழக வேண்டியதாயிற்று. ஒரு பெரிய அரண்மனையில் அரசனான தந்தையின் கட்டுப்பாட்டில் வாழவேண்டியிருந்தது. சுகபோகங்களையும், அரசகுலத்தின் பழக்கவழக்கங்களையும் விட்டு விலக முடியாத சூழ்நிலை. ஆனாலும் பிரஹலாதன் 'இறைவன் எங்கும் இருக்கிறான்' என்ற ஒரே அபிப்பிராயத்துடன் வாழ்ந்தான். இந்த அபிப்பிராயம் அரண்மனையின் சுகபோக வாழ்வை வெறுத்து உண்டா

உன் அபிப்பிராயங்களும் சிலந்தியும் அதன் வலையும் போல இருக்க வேண்டும். சிலந்தி தான் வசிக்கும் வலையைத் தன் வாயிலிருந்தே ஊறும் திரவத்தினால் நெய்தாலும் அதில் அது சிக்கிக் கொள்வதில்லை. அதுபோல், அபிப்பிராயங்கள் என்பது உன்னுடைய மனத்திலிருந்து வெளிவரும் விஷயங்களேயானாலும் அதை உன்னுள் திரும்ப எடுத்துச் சென்று அதில் 'சிக்கிக் கொள்ளாதே.

சீடன் : அபிப்பிராயங்களில் மாட்டிக்கொள்ளாமல் நாம் எப்படி வெளிவருவது?

னதல்ல. அதிலிருந்து விடுபட்டதால் உண்டானது. அவன் விடுபட்டு இருந்ததால்தான் விஷத்தையும் ஒரு பானமாக பாவித்து அருந்த முடிந்தது. நசிகேதனுங்கூட அவனுடைய வியாபாரத்தைத்தான் கவனித்துக் கொண்டிருந்தான். கடவுளைக் காண்பதோ, மரணத்தைப்பற்றித் தெரிந்து கொள்வதோ அவன் நோக்கமாக முதலில் இருக்கவில்லை.

சீடன்: ஒருவன் எப்பொழுது அபிப்பிராயங்களில் சிக்கிக்கொள்கிறான்? குரு: இது இரண்டு காரணங்களால் நேர்கிறது. ஒன்று, விஷயங்களைப் பற்றித் தானாகவே ஒரு யூகம் கொள்வது. மற்றொன்று, நம்பிக்கை இல்லாமை. ஒவ்வொன்றாய் எடுத்துக்கொள்வோம். எவன் ஒருவன் தானே விஷயங்களைப்பற்றி யூகம் கொள்கிறானோ, அவன் உண்மையை அறிந்து கொள்ள விரும்பமாட்டான். உனக்கு யூகம் இருக்கும்வரை நீ எதையும் அறிய மாட்டாய். உனக்கு ஒன்றும் தெரியாது என்பதையும் உணர மாட்டாய்.

இன்னொரு காரணம், நம்பிக்கை இல்லாமை. நீ யூகம் கொள்வதால் மற்றவர்களை நம்பமாட்டாய். அவர்களைப் பற்றிய அனுமானங்களை உருவாக்கிக் கொண்டு அதில் சிக்கிக்கொள்வாய். நீயும்

குரு: இது சரணாகதியால்தான் நேரும். சரணாகதி என்றால் என்ன? ஒன்றுமறியாமல் ஒருவன் சரணாகதியாக முடியாது. அறிந்தவன்தான் சரணாகதி செய்ய முடியும். அவன் 'இவர்தான் தன்னைக் காப்பாற்ற வந்தவர்' என்று அறிவான். இவர்தாம் தனக்கு வழியாகவும், திசையாகவும், சத்தியமாகவும், இறுதியாகவும் இருப்பவர் என்று அறிவான். அப்படிப் பட்டவனால்தான் தன்னை முற்றிலுமாகச் சமர்ப்பிக்க முடியும். சரணாகதி செய்யும் பொழுது எந்த விதமான அபிப் பிராயத்திற்கும் ஆளாகாதே. சரணாகதி என்பது திடீரென்று செய்யும் ஒரு செயல் அல்ல. அதற்குப் பின்னணியில் நிறைய விஷயங்கள் உள்ளன. எல்லாவற்றையும் அறிந்துகொண்ட பிறகுதான் சரணாகதி செய்யமுடியும். ஒரு தாசன் மஹாவிஷ்ணுவின் பாதாரவிந்தத்தில் உயிரைத் துறக்கலாம். அது எதேச்சையான நிகழ்ச்சி அல்ல. அதற்குப் பின்னால் ஒரு பெரிய கதையே இருக்கும். இதில் எந்தக் குறுக்கு வழியும் கிடையாது. உணர்ச்சி வசப்படுவதால் சரணாகதி நேராது. சரணாகதிக்குப்பின்னால் நிறைய அறிவுபூர்வமான விஷயங்கள் உள்ளன.

வள்ளலார் வகுத்த
சன்மார்க்க வாழ்க்கை முறை

துன்பத்தை நீக்கும் வாழ்க்கை முறை

★ ஒவ்வொரு நாளையும் எப்படி வாழ வேண்டும் என்று நித்திய கரும விதியில், சாதாரண விதி, பொது விதி, சிறப்பு விதி, ஆகிய மூன்று விதி களைக் கொடுத்து மூன்றாக பிரித்துக் கூறுகின்றார் வள்ளல் பெருமான். இந்த ஒவ்வொரு விதியும் சன்மார்க்க வாழ்க்கை முறையின் ஒவ்வொரு படிநிலை. இந்த ஒவ்வொரு படிநிலை கலைப் பயின்று ஏறி தான் சுத்த சன் மார்க்க ஆகாரமாகிய புழுக்காத உணவு எடுத்துக் கொள்ள முடியும். புழுக்காத உணவுகளை எடுத்துக் கொள்வதற்கான பயிற்சிமுறையே இந்த மூன்று விதிகள். சாதாரண விதி தான் சன்மார்க்க வாழ்க்கை முறைக்கு அடிப்படை இது. அடிப்படையாக இருந்தாலும் இதனை தொடர்ந்து கடைபிடிக்க சரியான புரி தலும், நம்பிக்கையும், ஆர்வமும், பயிற் சியும் விடாமுயற்சியும் அவசியமானது. இந்த சாதாரண விதியை சரியாக பின் பற்றுவதன் மூலம் ஆரோக்கியத்தை அதிகரிக்கச் செய்ய முடியும். ஆயுளை நீட்டிக்க முடியும்.

சாதாரண விதியை பற்றி முதலில் பார்ப் போம். அடுத்தடுத்த மாதங்களில் மற்ற விதிகளைப் பற்றி தெளிவாகப் பார்க்க லாம்.

சாதாரண விதி:– காலையில் விழித்து எழுவது முதல் இரவு உறங்கும் வரை எப்படி பின்பற்ற வேண்டும் என்று சாதாரண விதியில் அற்புதமாக வகுத்து கூறுகின்றார் நம் வள்ளலார்.

★ காலையில் 4–5 மணி வரைக்குள் எழுந்து விட வேண்டும். எழுந்தவுடன் சிறிது நேரம் படுக்கையில் அமர்ந்து இறைவனை தியானிக்க வேண்டும். சூரிய உதயத்திற்கு முன்பு எழுந்து, திருநீறு தரித்து கடவுளை தியானம் செய்தல் வேண்டும் என்கிறார் வள்ளல் பெருமான்.

★ காலை 5–5.15 மணிக்குள் தாம்பூலம் தரிக்க வேண்டும். தியானம் செய்த பிறகு களிப்பாக்கு மிகுதியாகவும், வெற்றிலை, சுண்ணாம்பு குறைவாகவும் போட்டுக்கொண்டு முன் ஊறுகிற நீரை உமிழ்ந்து, பின் வரும் நீரை எல்லாம் உட்கொள்ள வேண்டும். திப்பியை உமிழ்ந்து விட வேண்டும் என்கிறார் வள்ளல் பெருமான்.

★ காலை 5.15–5.30 மணி வரை இறை சிந்தனையோடு உலாவுதல் வேண்டும். உள்ளே சற்று உலாவுதல் வேண்டும் என்கிறார் வள்ளல் பெருமான்.

★ காலை 5.30–6.15 மணிக்குள் உடல் சுத்தம், குடல் சுத்தம் செய்தல் வேண்டும். சிறிது நேரம் உள்ளே உலாவிய பிறகு மலஜல உபாதைகளை கழித்தல் வேண்டும். மலம் கழிக்கின்ற போது வலது கையால் இடது பக்க வயிற்றை பிடித்திருத்தல் வேண்டும். சிறுநீர் கழிக்கும் போது இடது கையால் வலது பக்க வயிற்றை பிடித் தல் வேண்டும். மலமாவது, சிறுநீராவது பற்றற கழியும் வரையில் வேறு விஷ யங்களை சிறிதும் நினையாமல், மலஜல

சங்கர்ப்பத்தோடு இருக்க வேண்டும். மலம் பின்னும் தடைபடுமானால், இடது பக்கமாக சற்றே படுத்து, பிராண வாயுவை வளர்த்தே வரும்படி செய்து கொண்டு மல சங்கர்ப்பத்தோடு மல உபாதைக் கழித்தல் வேண்டும். சிறுநீர் தடைப்பட்டால் வலப்பக்கமாக சாற்றே படுத்து பிராணவாயுவை இடது பக்கம் வரும்படி செய்து கொண்டு, ஜல சங் கர்ப்பத்தோடு ஜல உபாதைகளை கழித் தல் வேண்டும். அதன் பின் செவிகள், கண்கள், நாசி, வாய், தொப்புள் இவை களில் அழுக்கு, பீளை, சளி, ஊத்தை என்கிற அசுத்தங்களையும் கை, கால் முதலிய உறுப்புகளையும் வெந்நீரினால் பற்றற துடைத்தல் வேண்டும். பின்பு வேலங்குச்சி, ஆலம்விழுதுகளைக் கொண்டு பல் அழுக்கு எடுத்து, பின் கரிசாலைக் கொண்டு உள்ளே சிறிது சாரம் போகும்படி பல்லில் தேய்த்து வாய் அலம்ப வேண்டும் என்கிறார்.

★ காலை 6.15–6.30 மணி வரை கரி சாலைப் பால் அருந்த வேண்டும். கரிச லாங்கண்ணி இலை 1பங்கு, தூதுவாளை இலை, முசுமுசுக்கை இலை $^{1}/_{4}$ பங்கு, சீரகம் $^{1}/_{4}$ பங்கு இவைகளை ஒன்றாக சேர்த்து சூரணமாக செய்து கொண்டு அதில் வாராகன் எடையை ஒரு சேர் நல்ல நீரில் போட்டு, அதனுடன் ஒரு சேர் பசுவின் பால் விட்டு கலந்து, அதிலுள்ள ஒரு சேர் நீருடன் சுண்டக் காய்ச்சி, அந்த பாலில் நாட்டுச் சர்க் கரை கலந்து சாப்பிட வேண்டும். ஒரு வராகன் எடை என்பது 4 கிராம். ஒரு சேர் என்பது 300 மி.லி லிட்டர்...

★ காலை 6.30 மணியிலிருந்து 7.30 மணி வரை அன்றாடப் பணிகள் செய்ய லாம். வெய்யிலில் நெடுநேரம் தேகமெ லிவு வரத்தக்க உழைப்பை எடுத்துக் கொள்ளாமல், லேசான முயற்சியில் சிறிது வருத்தம் தோன்ற முயலுதல் வேண்டும்.

★ காலை 7.30 மணியிலிருந்து 7.45 மணிக் குள் குளித்து விட வேண்டும் இளம் வெந்நீரில் குளித்தல் வேண்டும்.

★ 7.45 மணியில் இருந்து 8.15 மணி வரை இறைவழிபாடு, தியானம் முத லியவை செய்தல் வேண்டும். திருநீறு தரித்து சிவ சிந்தனையோடு சிறிது நேரம் இருத்தல் வேண்டும்.

★ காலை 8.15 மணியில் இருந்து 8.30 மணிக்குள் பேயன், ரஸ்தாலி வாழைப் பழம் நாட்டு சர்க்கரையுடன் கலந்து உட்கொள்ள வேண்டும். காலையில் பால் சாப்பிடும்போது பசி அதிகரித்து இருந்தால் இந்த பழங்களில் நெய், சர்க் கரை கலந்து சிறிது சாப்பிடக்கூடும் என்றார் வள்ளல் பெருமான்.

★ காலை 8:30 மணியிலிருந்து 11.30 மணி வரை அன்றாடப் பணிகளை பின்பற்ற லாம்.

★ காலை 11:30 மணியிலிருந்து 12 மணிக் குள் மதிய உணவு எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும். பசி கண்டவுடன் தடை செய்யாமல் ஆகாரம் கொடுத்தல் வேண்டும். ஆகாரம் கொடுக்கும் போது மிகுந்த அலட்சியமும் ஆகாது. மிகுந்த தீவிரமும் ஆகாது. முதற்பட் சம் சீரக சம்பா அரிசி அது சாதம் ஆகும் பொழுது அதிக நெகிழ்ச்சியும் ஆகாது, அதிக கடினமும் ஆகாது. நடுத்தரமாகிய சோற்றை அக்னி அள விற்கு அதிகப்படாமலும், குறைவு படா மலும், அறிந்து உண்ணுதல் வேண்டும். ஆயினும் ஒரு பிடி குறைந்த பட்சமே நன்மை. போஜனம் செய்த பின்னர் வெந்நீர் குடித்தல் வேண்டும். அதுவும் அதிகமாக குடியாதிருத்தல் வேண்டும். கிழங்கு வகைகள் உண்ணாமல் இருத் தல் வேண்டும். அவற்றில் கருணைக் கிழங்கு மாத்திரமே கொள்ளுதல் கூடும். பழ வகைகளில் பேயன் வாழைப் பழம், ரஸ்தாலி வாழைப்பழம் சிறிது கொள் ளுதல் கூடும். பழைய கறிகளைக் கொள்ளாதிருத்தல் வேண்டும். பதார்த் தங்களில் புளி, மிளகாய், சிறிதே சேர்த் தல் வேண்டும். மிளகு, சீரகம் அதிகமாக சேர்க்க வேண்டும். கடுகு சேர்ப்பது

அவசியம் அல்ல. உப்பு குறைவாகவே சேர்த்துக் கொள்ள வேண்டும் அன்றி எந்த வகையிலும் உப்பு மிகுதியாக கொள்ளாமல் உபாயமாக கொள்ளுவது தேகம் நீடிப்பதற்கு ஏதுவாம்.

★ தாளிப்பில் பசு எண்ணெய் நேரிட்டால் தாளிக்க வேண்டும். நேராதபட்சத்தில் நல்லெண்ணெய் சிறிது சேர்க்க கூடும். வெங்காயம், வெள்ளைப் பூண்டு சிறிதே சேர்க்க வேண்டும். கத்தரிக்காய், வாழைக்காய், அவரைக்காய், முருங்கைக் காய், பீர்க்கங்காய், கல்யாண பூசணிக் காய், புடலங்காய், தூதுவளங்காய், கொத்தவரங்காயிலும் பதார்த்தம் செய்தலும் கூடும். இவற்றினுள் முருங்கை, கத்திரி, பேயன் வாழைக்காய் இவற்றை அடுத்தடுத்து கறி செய்து கொள்ளலாம். மற்றவைகளை எப்போதாவது செய்து கொள்ளலாம்.

★ வடை, அதிரசம், தோசை, மோதகம் முதலிய அப்ப வகைகள் கொள்ளப்படாது. எப்போதாவது சிறிது கொள்ளக் கூடும். சர்க்கரைப் பொங்கல், தயிர் சாதம், புளி சாதம் முதலிய சித்திர அன்னங்கள் கொள்ளக்கூடாது. எப்பொழுதாவது சிறிது கொள்ளலாம். புளியாரைத் துவையல் தினந்தோறும்

கிடைக்கினும் நன்று. கரிசலாலைக் கீரை, தூதுவளைக் கீரை, பசலைக் கீரை, முருங்கைக்கீரை, முன்னைக்கீரை இவைகளை பருப்போடு சேர்த்தும், மிளகோடு சேர்த்தும், புளி இட்டும், தனித்தும் கறி செய்து கொள்ளக்கூடும். மற்ற கீரைகள் எப்போதாவது சிறிது சேர்த்துக் கொள்ளவும் கூடும். புளித்த தயிர் சேர்த்தல் கூடும். பருப்பு வகைகளில் முளைக்கட்டாத துவரம் பருப்பு, மிளகு சேர்த்து கடைதல், துவையல் செய்தல், குழம்பிடல், வேறொன்றில் கூட்டல் முதலியவையாக செய்து நெய் சேர்த்துக் கொள்ளுதல் கூடும்.

மற்ற பருப்பு வகைகள் அவசியம் அல்ல. எப்போதாவது தான் கொள்ளவும் கூடும். சுக்கை சுண்ணாம்பு தடவி சுட்டு, மேல் அழுக்கை சுரண்டி போட்டு சூரணமாக வைத்துக் கொண்டு நல்ல நீரில் சிறிது போட்டு 5 பங்கில் 3 பங்கு நீர் சுண்ட 2 பங்கு நீர் நிற்க காய்ச்சி அதை தாகம் கொள்ளுதல் வேண்டும். நேராத பட்சத்தில் வெந்நீராவது கொள்ளுதல் வேண்டுமே அன்றி குளிர்ந்த நீர் கொள்ளப்படாது. எந்த உணவிலும் அசைவத்தை, எந்த வகையிலும் புசிக்கப்படாது. எப்படிப்பட்ட உணவாக இருந்தாலும் குறைவாகவே புசித்தல் வேண்டும். எந்த காலத்திலும் பசித்தால் அல்லது எந்த வகையிலும் உணவு எடுத்துக் கொள்ளக் கூடாது. வாதபித்த சிலேத்துமங்கள் அதிகரிக்கத்தக்க உண

வுகளை அறிந்து விடல் வேண்டும் என் கின்றார் வள்ளல் பெருமான்.

★ மதியம் 12–12.15 மணி வரை சிறிது படுத்து எழுந்திருத்தல் வேண்டும். பகலில் போஜனம் செய்த உடன் சற்றே படுத்து எழுவது நல்லது. வேறு காரியங்களில் பிரவேசிக்கப்படாது. ஆயினும் நித்திரை வரும்படி படுக் கப்படாது. பகலில் எந்த வகையிலும் நித்திரை ஆகாது என்கின்றார் வள்ளல் பெருமான்.

★ மதியம் 12.15–12.30 மணிக்குள் தாம்பூ லம் தரித்தல் வேண்டும். சிறிது படுத்து எழுந்த பின் பாக்கும், வெற்றிலையும் குறைவாகவும் சுண்ணாம்பு சிறிது அதிகமாகவும் தாம்பூலம் பஞ்ச வாச கங்களோடு தரித்து முதலில் ஊறிய ஜலத்தை புறத்தில் உமிழ்ந்து விட்டு, பின்பு ஊறும் ஜலத்தை உட்கொளல் வேண்டும். திப்பிய உமிழ்ந்து விட வேண்டும் என்றார் வள்ளலார்.

★ மதியம் 12.30–1.30 மணி வரை தியானம் செய்தல் வேண்டும். பகல் உணவு எடுத்துக் கொண்ட பிறகு சற்று நேரம் கடவுளை தியானத்து இருக்க வேண்டும் என்கின்றார்.

★ மதியம் 1.30–3.45 மணி வரை அன்றா டம் செய்ய வேண்டிய பணிகளை செய் யலாம். எந்த வேலை செய்யினும் தேக கரணங்களுக்கு மெலிவு உண்டு பண் ணுகிற வேலையாக செய்யப்படாது. செய்யினும் சிறிது சிறிதாக செய்ய வேண்டும் என்கின்றார்.

★ மாலை 3.45–4 மணிக்குள் பேயன், ரஸ்தாலி, பங்ளா வாழைப்பழம் நாட்டு சர்க்கரையுடன் உட்கொளல் வேண்டும். பகல் போஜனம் செய்த சுமார் $17^1/_2$ நாழிகைக்கு பின்பு இப்பழங்களை சாப் பிடவும் கூடும் என்கின்றார்.

★ மாலை 4–5 மணி வரை அன்றாட வேலைகளை தொடரலாம். 4–5 மணி வரை சூரிய ஒளி தேத்தில் படும் படி உலாவுதல் வேண்டும். காற்று மிகுந்து அடிக்கில் அப்பொழுது உலாவப்படாது.

கடின வெயில், மழை, பனி இவைகள் தேகத்தில் படும்படி உலாவக் கூடாது என்கின்றார் வள்ளல் பெருமான்.

★ மாலை 6 மணியிலிருந்து 6.15 மணிக் குள் குளித்து விட வேண்டும். ராத்திரி முன் பங்கில் தேக சுத்தி செய்ய வேண்டும்.

★ மாலை 6.15 முதல் 7.15 வரை தியானம், தோத்திரம் உலகியல் விவகாரங்கள் போன்றவை செய்யலாம். இரவு 7–7:30 மணிக்குள் இரவு உணவு உட்கொள்ளல் வேண்டும். இரவு உணவு பகல் உணவை விட குறைவாக புசித்தல் வேண்டும். இரவில் தயிர், கீரை, வாயுவான பதார்த் தம், போன்ற குளிர்ச்சியான பதார்த் தம் சேர்க்கக்கூடாது. சூடான பதார்த் தங்களையே சேர்க்க வேண்டும். அவை சிறு கத்தரி, முருங்கை, அவரை வற்றல் முதலியவை ஆகும்.

★ இரவு 7.30–8 மணி வரை இறை சிந்தனையுடன் உலாவுதல் வேண்டும். உணவு உட்கொண்ட பிறகு சிறிது உள்ளேயே உலாவுதல் வேண்டும்.

★ இரவு 8–9 மணி வரை தியானம்

செய்தல் வேண்டும். உலாவின பிறகு சிவ தியானம் முதலியவை செய்தல் வேண்டும் என்கிறார்.

★ இரவு 9–10.30 மணி வரை வழிபாடு, தியானம் உலகியல் விவகாரங்கள் போன்றவை செய்யலாம்.

★ இரவு 10.30–10.45 மணிக்குள் கரிசாலைப் பால் உட்கொளல் வேண்டும். சுமார் 12 நாழிகைக்கு மேல் காலைக்கு சொல்லிய படியாவது, தனித்தாவது, பசுவின் பாலை நன்றாக காய்ச்சி புசித்தல் வேண்டும் என்கின்றார்.

★ இரவு 10.45–11.45 மணி வரை தியானம் செய்தல் வேண்டும். திருநீறு அணிந்து சிவ தியானம் செய்து பின்பு படுக்க வேண்டும். இந்த தேகத்தில் புருவ மத்தியில் நமது ஆன்ம அறிவு என்கின்ற கற்பூரத்தில் கடவுள் அருள் என்கிற தீபம் விளங்குவதாக பாவித்து அதில் பழகி கடவுள் இடத்தே உண்மையான அன்பையும், ஜீவர்களிடத்தே உண்மை யான காரூண்யத்தையும், இடைவிடாமல் வைத்து ஓம்கார பஞ்சாக்ஷரம் ஞாபகம் செய்தல் வேண்டும். ஷிவ பஞ்சாக்ஷரம் ஞாபகம் செய்தல் வேண்டும் அவசியம் என்கின்றார் வள்ளல் வருமான்.

★ இரவு 11.45–12 மணிக்குள் தாம்பூலம் தரித்தல் வேண்டும். பின் சில நேரம் சென்று சுமார் 15 நாழிகையில் பாக்கும் சுண்ணாம்பும் மிகவும் குறைய வெற்றிலை அதிகப்பட கலந்து பஞ்சவாசத்தோடும் போட்டுக் கொண்டு முதலில் வருகின்ற நீரை உமிழ்ந்து, பின் வரும் நீரை உட்கொண்டு, திப்பியை உமிழ வேண்டும்.

★ இரவு 12–4 மணி வரை தூங்க வேண்டும். இரவில் சொப்பனம் வராது மிருதுவாக நித்திரை செய்து விழித்துக் கொளல் வேண்டும். படுக்கும் போது இடது கை பக்கமாகவே படுக்க வேண்டும். எந்த காலத்தில் எது குறித்து படுத்த போதிலும் இடதுகை பக்கமாகவே படுத்தல் வேண்டும். பின்பு $7^{1/2}$ அல்லது 10 நாழிகை அளவு நித்திரை செய்தல் வேண்டும். அதன் பின் விழித்துக் கொண்டு நல்ல சிந்திப்புடன் இருத்தல் வேண்டும் என்கிறார். ஒரு நாழிகை என்பது 24 நிமிடங்கள். வாரம் 1 முறை அல்லது 4 நாட்களுக்கு ஒரு முறை எண்ணெய் தேய்த்து குளித்தல் வேண்டும். பொற்றலை கையாந்த கரை உலர்த்தி தூள் செய்து வைத்து கொண்டு அதை நல்லெண்ணெயில் போட்டு காய்ச்சி தலைக்கிட்டு 4 நாட்களுக்கு ஒரு விசை வெந்நீரில் மூழ்க வேண்டும்.

அன்றி வாரத்திற்கு ஒரு விசையாவது மூழ்குதல் வேண்டும். தூளில்லாத பட்சத்தில் நல்லெண்ணையை காய்ச்சியே மூழ்குதல் வேண்டும் என்கிறார் வள்ளல் பெருமான். திருமணமானவர்கள் 15 நாட்களுக்கு ஒரு முறை தேக சம்பந்தம் வைத்துக் கொள்ள வேண்டும். மனைவியோடு தேக சம்பந்தம் செய்யும் பொழுது முன் ஒரு நாழிகை பதியந்தம் மனத்தை தேக சம்பந்தத்தில் வையாது வேறு இடத்தில் வைத்து பின் தேக சம்பந்தம் தொடங்கள் வேண்டும். தொடங்கிய போது அறிவு வேறுபடாமல் மனம் முதலிய கரண சுதந்திரத்தோடு, தேகத்திலும் கரணங்களிலும் சூடு தோன்றாமல் இடதுபுற சாய்வாக தேக சம்மந்தம் செய்தல் வேண்டும். புத்திரனைக் குறித்த காலத்தன்றி மற்ற காலங்களில் சுக்கிலம் வெளிப்படாமல் இருக்க தக்க உபாயத்தோடு தேக சம்மந்தம் செய்தல் வேண்டும். அவ்வுபாயமாவது பிராண வாயுவை உள்ளேயும் அடக்காமல், வெளியேயும் விடாமல் நடுவே உலாவ செய்து கொள்ளுதலாம். ஒரு முறை அன்றி அதன் மேலும் தேக சம்மந்தம் செய்யப்படாது.

தேக சம்மந்தம் செய்த பின் தேக சுத்தி செய்து திருநீறு அணிந்து சிவதியானம் செய்து பின்பு படுக்க வேண்டும். இரவில் தேக சம்மந்தம் 4–தினத்திற்கு

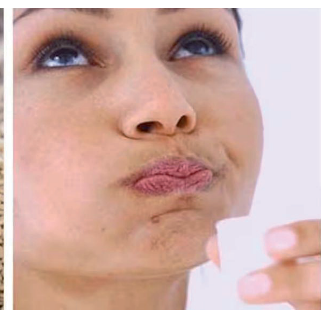
1விசை செய்தல் அதர்ம பக்ஷம், 8–தினத்திற்கு 1விசை செய்தல் மத்திம பக்ஷம், 15–தினத்திற்கு 1விசை செய்தல் உத்தம பக்ஷம். அதன் மேற்படில் சுக்கிலம் ஆபாசப் பட்டு தானே கழியும். 4–தினத்திற்கு ஒரு விசை செய்யில் சுக்கிலம் நெகிழ்ச்சிப்பட்டு சந்ததி விருத்தியை கெடுக்கும். ஆதலில் அதர்மபக்ஷம் ஆயிற்று. பகலில் தேக சம்பந்தம் கூடாது என்கிறார். எப்பொழுதும் பயத்தோடு இருக்கப்படாது. சிறிதும் பயம் இல்லாமலும் இருக்கப்படாது. எப்போதும் மனம் உற்சாகத்தோடு இருக்க வேண்டும். கொலை, கோபம், பொய்மை, சோம்பல், பொறாமை, கடுஞ்சொல் முதலிய தீமைகள் ஆகா.

புறத்துப் பேசல், வேகமாக நடத்தல், ஓடி நடத்தல், வழக்கிடல், சண்டையிடல் கூடா. எந்த விதத்திலும் பிராணவாயு அதிகமாக செலவிடாமல் ஜாக்கிரதையோடு பழகுதல் வேண்டும். புகைக்குடி, கஞ்சாக்குடி, கல்குடி, சாராயக்குடி முதலிய மயக்க குடிகள் ஆகா. மலஜலத்தை சிறிதும் அடக்கப்படாது. சுக்கிலத்தை சிறிதும் வீணில் விடப்படாது. துன்மார்க்க பழக்கம் செய்யக்கூடாது. எந்த வேலை செய்யினும் சிவ சிந்தனையோடு செய்து பழகுதல் வேண்டும். இதுவே வள்ளல் பெருமான் அருளிய நித்திய கர்ம விதியின் சாதாரண விதி.

அசைவம் மாமிசத்தைப் பற்றி கூறும் ஈஷா

தாவர உணவு சாப்பிட்டால் நம் உணவுக் குழாய்க்கு உள்ளே வேகமாக அது பயணம் செய்கிறது. அதே நேரத்தில் ஒரு மாமிச உணவு சாப்பிட்டால், அது நம் உணவு குழாய்க்கு உள்ளே மெதுவாக நடந்து போகின்றது. ஒரு பச்சை மாமிசத்தை எடுத்து ஒரு இடத்தில் வைத்தால் 72 மணி நேரத்தில் அது கெட்டுப் போய்விடும். சமைத்த மாமிசத்தை எடுத்து ஒரு இடத்தில் வைத்தால் 52 மணி நேரத்தில் அது கெட்டுப் போய்விடும். அதே விதமாக உங்கள் உடலுக்குள் இன்னும் வேகமாக அது கெட்டுப் போகும்.

நாம் எப்போதுமே எந்த சாப்பாடு சாப்பிட்டாலும், அந்த சாப்பாடு நம் வயிற்றுக்குள் உணவுக்குழாய்க்கு உள்ளே அதிக நேரம் நிற்கக்கூடாது.



ஆயுள் கூட்டும் ஆயில் புல்லிங்

காலை எழுந்ததும் வெறும் வயிற்றில் 5–10 மி.லி நல்லெண்ணையை எடுத்து, வாயில் ஊற்றி வாயை மூடி 10–15 நிமிடம் நன்றாக கொப்பளிக்க வேண்டும்.

உடலின் உள்ளுறுப்புகளின் கழிவுகள் அனைத்தும் எண்ணெய்யால் ஈர்க்கப்பட்டு எண்ணெயின் பசைத் தன்மையை முழுதும் நீர்த்துவிடும். பின்னர் அதை வெளியே துப்பி பின் பல் துலக்க வேண்டும்.

நன்மைகள்:–

★ அனைத்து நோய்க்கும் சர்வரோக நிவாரணி.

★ வாய் துர்நாற்றம் நீங்கும்.

★ ஆழ்ந்த தூக்கம் வரும்.

★ பல நோய்கள் வராமல் தடுக்கும்.

அருள்ஜோதி அன்ன ஆலய சேவாதாரிகள்

திரு.இரவிசந்திரன் ஐயா

திரு.முத்துராஜ் ஐயா

திரு.ஐயப்பன் ஐயா

திரு. வெங்கட்ராமன் ஐயா

திரு.ஜெகதீசன் ஐயா

திரு. ப.ஐயப்பன் ஐயா

திருமதி. சந்தானலட்சுமி அம்மா

செல்வி.ஜெயஸ்ரீ

மேற்கண்ட படங்களில் உள்ளவர்கள் நமது அன்ன ஆலய சேவாதாரிகள், மற்றவர்கள் அன்ன ஆலயப் பெயரை உபயோகப்படுத்தினால் கீழ்கண்ட தொலைபேசியில் தொடர்பு கொள்ளவும்.

90030 34056

சீகாழி.கண்ணுடைய வள்ளல் அருளிச் செய்த

ஒழிவில் ஒடுக்கம்

திருப்போரூர் சிதம்பரசுவாமிகள் உரையிலிருந்து வினா–விடையாகத் தொகுத்தவர். ஜோதி.வீ.கோட்டீஸ்வரன், காஞ்சிபுரம்.

**28.விடாதுஅவத்தை மூடி விடம்புசித்தால் போலச்
செடாதிகளும் சேதனனுஞ் சேர்ந்து–படாதுபடும்
அச்சைக் கழற்றின் அருள்வழி நீ அவ்வழி உன்
இச்சைப் பொருள் மலமென்று எண்**

ஆன்மா எதைச் சார்ந்து இருக்கின்றதோ அத்ததன்மைத்தாகும் என்பது எப்படி?

சாக்கிரா அவத்தையில் (நினைவில்) இருக்கும்போது அதனுள் தோன்றும் கரு விகள் யாதொன்று யாதொன்று அடுத் தது அதன் அதன் மயமாயும்; அதனதன் கண் நின்று சொப்பனாதிகளில் செல்லும் போது அடுத்தடுத்துத் தோன்றும் கரு விகள் மயமாயும்; மீண்டு வரும்போதும் அந்த அவத்தைகள் தோறும் முற்கூறிய கருவிகளைச் சார்ந்து வரலாறும், அந்த அவத்தைகளைவிட ஆன்மாவிற்கு வேறு இடம் இன்மையாலும்;

விடம் அருந்தினோனை அவ்விடம் வாதிப்போல், அவத்தை தன்னைச் சேர்ந்த ஆன்மாவை வாதித்தலானும்;

உடம்பும் விடயமும் ஆகிய இச்சைப் பொருளால் மற்றை அவத்தைகள் மேன்மேல் தொடர்வதாலும் துன்பமே யன்றி இன்பம் இன்று என்பதும் தெளி வாகும்.

**29. தன்னையறி வார்க்கு எதிருந் தானும் பயனுமிலை
என்னில் சிவனையறிவு என்போமோ–சின்னாத
தீதுஅகற்றும் மாற்றொளிபோல் தேய்ந்து சிவமாயிருக்கப்
போதகத்தை நாம் ஒழிவிப் போம்.**

தன்னை அறிவார்க்கு எதிருமில்லை,

தானுமில்லை, பயனுமில்லை என்றது எவ்வாறு?

கருவிகள் முப்பத்தாறையும் நீங்கித் தன்னை உள்ளபடி உணர்ந்தோர்க்கு முன் அறிவிற்கு எதிரீடாய்த் தோன்றின கருவிகளும் இல்லை; தேகமாகிய தானு மில்லை; இத்தேகத்தால் அனுபவிக்கும் விடயப் பயனும் இல்லை என்பதாம்.

(2-ம்) பொன்னை புடம் போடுந்தோ றும் எடை குறைந்து மாற்று உயர்தல் போல், தற்போதத்தால் சிவத்தை எதி ரிட்டு அறியாது அறிந்து அசைவற நிற்குந் தோறும் அப்போதங் குறைந்து சிவப்பிர காசம் மேலிடும் என்பதாம்.

30. பூரணவா தந்தமாந் தானோ புறபுபால் வாரியின் மீன் போன்ற மலவாழ்வைப்-பாரீர் உதியாது நின்ற ஒளியையிரு ளாக்கும் அது காணும் அக்னித்தம் பம்.

ஆன்மாவிற்கு மலத்தடையால் ஆனந்த மும் திருவருளும் தோற்றாது என்பது எவ்வாறு?

பாற்கடலில் சஞ்சரித்தும் அப்பாலைப் புசிக்க அறியாது ஜெந்துகளை புசிக்கும் மீன் போல, பூரணா நந்தத்திலிருந்தும் அதனை அனுபவிக்க அறியாது மாயா மலமாகிய விஷயங்களை அனுபவிக்கும் ஆன்மாக்களினது அது மல வாழ்க்கை போலாகும். அதனால்தான் ஆனந்தம் தோன்றவில்லை.

உதய அஸ்தமனமின்றி எக்காலத்தும் ஓர் இயல்பாய் நின்ற ஞான சூரியன் தெரியவொட்டாது இருள்போல் காட்டும் அது அக்கினித்தம்ப மந்திரம் போலும்; ஆன்மாவை அநாதியிலே மறைந்திருந்தது ஆணவமான மலமே யாகும். ஆதலால் திருவருள் தோன்றவில்லை என்பதாம்.

ஓவியங்கள்:

5 முதல் 15 வரை உள்ள மாணவ-மாணவிகளிடமிருந்து தனக்குப் பிடித்த சைவ பிராணிகள் என்ற தலைப்பில் ஓவியங்கள் வரவேற்க்கப்படுகின்றன.

இளைஞர் கட்டுரைகள்

சன்மார்க்க அனுபவங்களை பகிர்ந்து கொள்ளும் இளைஞர்களுக்கு ஓர் அரிய வாய்ப்பு. தங்களின் சன்மார்க்க கட்டுரைகள், மற்றும் கவிதைகள் அருள்ஜோதி மாத இதழ் புத்தகத்தில் புகைப் படத்துடன் பிரசுரிக்கப்படும்.

குறிப்பு:

நமது அருள்ஜோதி அன்ன ஆலயத்தில் தொண்டு புரிந்து கொண்டிருக்கின்ற தாங்களும், தங்களின் அனுபவத்தை நமது இல்லத்திற்கு வருகின்ற சேவதாரிகளிடம் தாங்கள் தொண்டு புரிந்து கொண்டிருக்கின்ற அனுபவத்தை பகிர்ந்து கொண்டு பதிவு செய்வதன் மூலமாகத் தங்களின் அனுபவமானது அருள்ஜோதி புத்தகத்தில் வெளியிடப்படும்.

அருட்பெருஞ்ஜோதி அருட்பெருஞ்ஜோதி தனிப்பெருங்கருணை அருட்பெருஞ்ஜோதி

எல்லா உயிர்களும் இன்புற்று வாழ்க

அருள்ஜோதி கல்வி அறக்கட்டளை

எண்: 1 மதுரைசாமி மடம் குறுக்குத்தெரு,
செம்பியம், பெரம்பூர், சென்னை-600011

அருள்ஜோதி

தொலைபேசி: 9003034056, 9600024878

இணையதளம்: www.aruljothitrust.com மின்னஞ்சல்: aruljothipadasalai@gmail.com

நீங்களும் கல்வித்தொண்டு செய்யலாம்!

அன்புடையீர், வணக்கம்! வாழ்த்துக்கள்!! தாங்களும் தாங்கள் செய்யும் தொழிலும் தொண்டும் மேன்மேலும் சிறந்து விளங்க போற்றி வாழ்த்துகிறோம்.

பொன்னேரி தாலுக்காவில் கடல் சூழ்ந்த லைட்ஹவுஸ் குப்பம் உள்ளது. அவ்விடத்தில் மேற்படி அறக்கட்டளையின்கீழ் அருள்ஜோதி குருகுலப் பாடசாலை என்ற பெயரில் எங்கள் பள்ளி நடைபெறுகிறது. இப்பள்ளியில் எல்.கே.ஜி முதல் 5-ஆம் வகுப்பு வரை ஆங்கில வழி கல்வி வகுப்புகள் நடைபெற்று வருகின்றன. அரசு அங்கிகாரம் பெற்ற (பதிவெண் 24/239-2005) இப்பள்ளியில் 350 பிள்ளைகள் கல்வி பயின்று வருகின்றனர். அறக்கட்டளையின் சார்பாக இப்பள்ளியில் பயிலும் பிள்ளைகளுக்குச் சீருடையும் பாடப் புத்தகங்களும் வழங்கப்படுகின்றன. இந்தப் புண்ணியத் தொண்டில் தாங்களும் பங்கேற்கலாம். இன்னும் சில ஆண்டுகளில் இப்பள்ளியில் பயிலும் மாணவர்கள் உயர்கல்வி பெற்று வாழ்வில் உயர்வடைவதுடன், வள்ளலார் போதனைகளையும் மற்றும் ஆன்மீக கல்வியும் பெறுவதனால் ஒழுக்க நெறியுடன் உத்தம சீலர்களாகவும் திகழ்ந்து வீட்டிற்கும் நாட்டிற்கும் பெருமை சேர்ப்பர் என்பது திண்ணம்.

அன்ன தர்மம் விவரம்:
காலை உணவு..ரூ.2000/-
மதிய உணவு ....ரூ.5000/-
மதியசிறப்பு உணவு
(வடை, பாயாசம் உட்பட)..........................ரூ.8000/-

இங்ஙனம்

எல்லா உயிர்களும் இன்புற்று வாழ்க
என்று எண்ணும்
தவத்திருமதி. தனலட்சுமி அம்மையார்,
தலைவர்

காணிக்கைகள் **ARULJOTHI EDUCATIONAL TRUST** என்ற பெயருக்கு செக்காகவோ, டி.டி.யாகவோ அனுப்பலாம். பெறப்படும் காணிக்கைகளுக்கு வருமானவரி சட்டம் 80 ஜி பிரிவின்படி வரிவிலக்கு உண்டு.

அருளாளர் பதிவு படிவம்

பெயர்:

முகவரி: பதிவெண்: ________

அருள்ஜோதி TV

அருள்ஜோதி

Aruljothi TV APP

TCCL கேபிள் TV Channel No : 125

நிகழ்ச்சிகளின்
சன்மார்க்கிகளின் கருத்துக்கள்...

அருள்ஜோதி தொலைக்காட்சியில் ஒளிப்பரப்பான நிகழ்ச்சிகளை 'ARULJOTHI YOUTUBE CHANNEL' மூலம் காணலாம்.

ARULJOTHI MEDIA

No.:33, KENNEDY SQUARE MAIN ROAD,
TVK NAGAR, PERAMBUR,
CHENNAI – 600011
CONTACT: 7305263516 044-35519288
EMAIL: aruljothitelevision@gmail.com
WEB: aruljothitv.com

BANK DETAILS

ARULJOTHI SANMARKKA TRUST
INDIAN BANK
A/C.No.:6206014778
IFSC CODE: IDIB000P034
BRANCH : PERAMBUR

Aruljothi TV
+91 73052 63516
8883360800@okbizaxis

Published by: S. Dhanalakshmi ,

Published from New No.:33/Old No:17, Main Road, Kennedy Square, Thiru.Vi.Ka.Nagar, Perambur, Chennai – 11 Editor: Thayathirumati. Dhanalakshmi Ammaiyaar Printed at bharanipress, No77, Venkatadhiri street, kosapet, Chennai - 600012

நீங்களும் அன்னதர்மம் செய்யலாம்

ஒவ்வொரு இல்லறத்தாரும் மாதம் மூன்று கிலோ அரிசியும், அரை கிலோ பருப்பும் கொடுப்பதன் மூலம், மாதம் முப்பது நாளும் தினமும் ஒருவருக்கு அன்னதர்மம் செய்ததன் பலனைப் பெறமுடியும். தாங்களும் தங்களைச் சார்ந்தவர்களும் இத்திட்டத்தில் சேர்வதன் மூலம் சென்னையிலுள்ள அனைத்து ஆலயங்களிலும் நாள்தோறும் அன்னதர்மம் நடைபெறச் செய்யலாம். இந்தப் புண்ணிய தொண்டில் பங்கேற்க ஆர்வமுள்ளவர்கள் தங்கள் முகவரியை ஆலயத்துக்கு தெரிவித்தவுடன் ஆலயத்தைச் சேர்ந்த சேவாதாரிகள் தாங்கள் செலுத்தும் தருமத்தை நேரில் வந்து பெற்று கொள்வார்கள். மேலும், தங்கள் திருமண நாள், பிறந்த நாள் மற்றும் குழந்தைகளின் பிறந்த நாள் போன்ற சிறப்பு நாட்களில் அன்ன ஆலயத்தின் மூலம் தாங்கள் விரும்பும் ஆலயத்தில் அன்னதர்மம் செய்யலாம். பெறப்படும் காணிக்கைகளுக்கு வருமானவரி சட்டம் 80 ஜி பிரிவின்படி வரிவிலக்கு உண்டு.

அன்ன தர்மத்தின் சிறப்புகள்

1.அன்ன தருமம் செய்வதன் மூலம் இறைவன் அருளைப் பெறலாம்.

2.நம் சந்ததியினருக்குச் சேர்த்து வைக்கும் அழியாப் புண்ணியச் சொத்து அன்னம் கொடுத்தலே.

3.அனைத்து நோய்களும் நீங்க அருமருந்து அன்னம் கொடுப்பதே ஆகும்.

4.மனக்குறைகள் நீங்கி மகிழ்வுடன் வாழவைப்பது அன்ன தருமமே

5.தொழில் சிறந்து விளங்க அன்னதருமம் செய்வோம்.

6.கடன்கள் நீங்கி மன அமைதி பெற அன்னதர்மம் செய்வோம்.

7.போதும் என்ற மனநிறைவுடன் ஓர் ஆன்மா கூறுமளவுக்கு ஒரு தருமம் உண்டென்றால் அது அன்ன தருமமே. அன்ன தருமம் என்ற திறவுகோலைக் கொண்டுதான் எக்காலத்தும் அழியாத இன்பத்தை அனுபவிக்க முடியும். நம் சந்ததியினருக்கு நாம் சேர்த்து வைக்கும் அழியாப் புண்ணியச் சொத்து அன்னம் கொடுப்பதே.

இந்தப் புண்ணியத் தொண்டில் கலந்துகொள்ள விரும்புபவர்கள் கீழ்க்காணும் முகவரியில் தொடர்பு கொள்ளவும்.

பசி தீர்ப்பது — **பரம புண்ணியம்**

தயவுத்திருமதி. **தனலட்சுமி அம்மையார்,**

எண்: 1 மதுரைசாமி மடம் குறுக்குத்தெரு,

செம்பியம், பெரம்பூர், சென்னை–600011

தொலைபேசி: **044-25570770 9003034056**

Owned, Published: Thavathirumathi. Dhanalakshmi Ammaiyaar, Published from No.:33, Main Road, Kennedy Square, Thiru.Vi.Ka.Nagar, Perambur, Chennai – 11 and Printed by Bharani-Press Editor: Thayavuthirumati. Dhanalakshmi Ammaiyaar