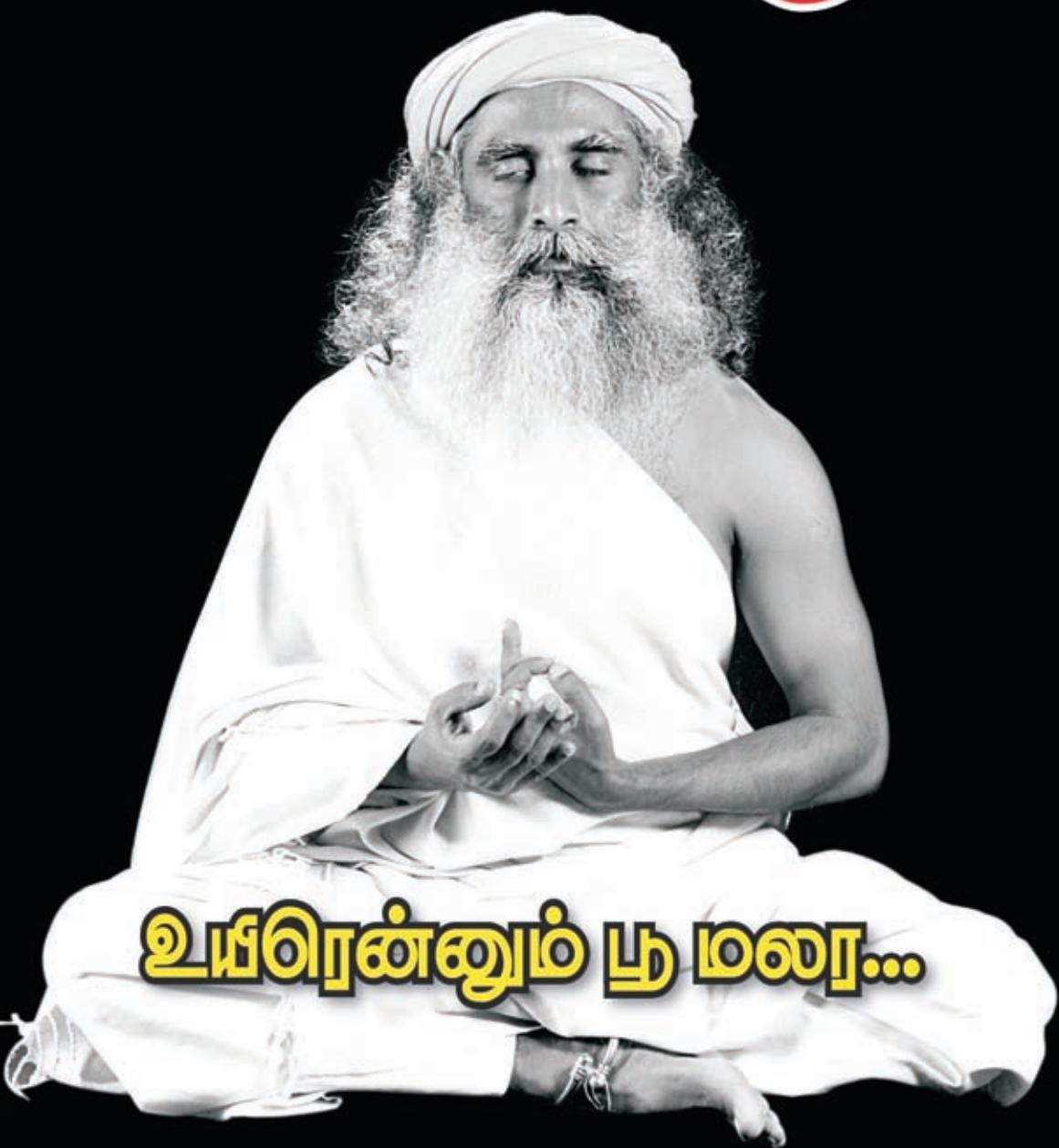


மலர்:1 திதழ்:1

அக்டோபர் 1, 2007

8.29 காட்டப்பு

ஸ-வாய்ச் தமிழ் மாத கூதூர்



உயரென்னும் முறை...

வெள்சும் வருத்து...



அன்புமிக்க வாசகர்களுக்கு... இப்போது நீங்கள் படக்கும் இந்த வரிகளை கணியியில் ஒடித்துவரோ. ஒந்தப் புத்தக்கதை யெந்திரத்தில் அச்சிப்புத் தந்தவரோ எப்படி இந்தப் புத்தக்கதையில் ஒடம் பற்றுள்ள காந்தத்துக்களுக்கு உரிமை கொண்டாட இயலாதோ... அப்படித்தான் இந்தக் கட்டுரைத் தொடரில் உள்ள விஷயங்களுக்கும் நான் சொந்தக்காரர் இல்லை. மூன்றாக் வாழ்வில் சாதனங்கள் செய்த ஞானிகள் அருளிய உண்மைகளுக்கும் சந்தூர் அவர்களின் எண்மொம்களுக்கும் எழுத்துவிவரம் படிமே தருகிறேன். சந்தூர் தம் அனுபவங்களில் சேகரித்த பொக்கிலூக் கருத்துக்களை உள்கள் மனங்களில் செலுக்குவதற்கு வார்த்தை உளி எடுத்துக் கொடுக்கிறேன். அவ்வளவே!

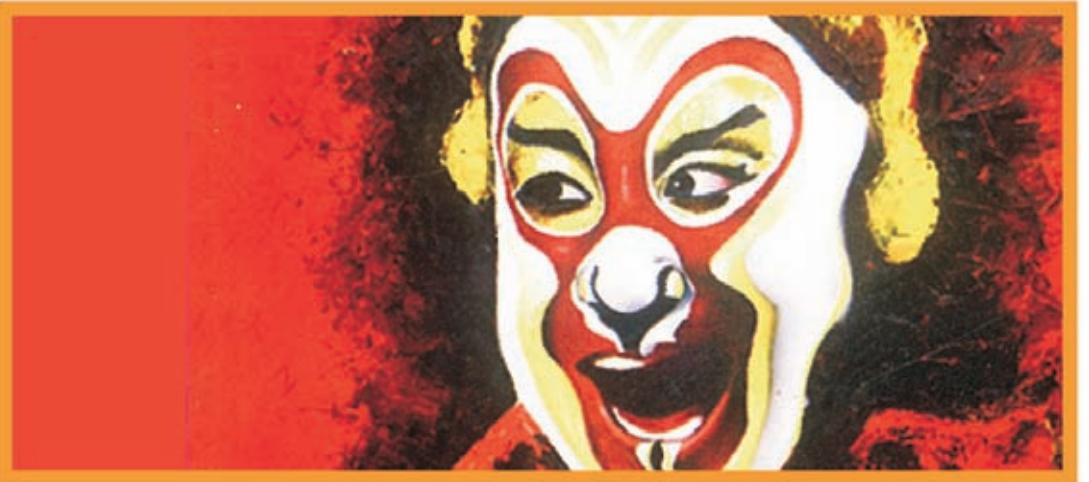
இந்த உலகத்துக்குப் புதிதாக நிறைய கால்கள் முனைத்துவிட்டது போல வேகம் பிடித்து ஓடிக் கொண்டு இருக்கிறது. அதன் வேகத்துக்கு ஈடு கொடுத்து அல்லது ஈடு கொடுக்க முடியாமல் நாமும் ஓடத் துவங்கிவிட்டோம்.

விட்டில் பத்து விதமான கடிகாரங்கள் இருக்கின்றன. ஆனால் யாரிடமும் நேரம் என்பது இல்லை. எதை நோக்கி ஒடுகிறோம் என்கிற தெளிவு பலருக்கு இல்லை, ஆனாலும் ஒடுகிறோம். காரணம் கேட்டால் 'இது போட்டிகள் நிறைந்த உலகம். கொஞ்சம் சோம்பேறித்தனம் காட்டினாலே பின்னால் வந்து கொண்டிருப்பவர்கள் முந்திக்கொண்டு தான்டிச் சென்றுவிடுவார்கள்' என்பதே பெரும்பான்மையானவர்களின் பதிலாக இருக்கிறது.

சரி, எதற்காக இந்த ஒட்டம்? இன்றைய நமது நிலையிலிருந்து அடுத்த நிலைக்குச் செல்ல வேண்டும்! அது பதலியோ, புகழோ, பொருளோ இன்னும் கொஞ்சம் விரிவைத்தலே இலக்காக இருக்கிறது. இந்த வட்சியத்தை தெளிவாக மனதில் பொருத்திக்கொண்டு ஒடுபவர்களும் உண்டு. இப்படி ஒடுபவர்களைப் பார்த்து ஒடுபவர்களும் உண்டு.

நாட்டில் நிலத்தின் விலை, தங்கத்தின் விலை, உணவுப் பொருள்களின் விலை, பெட்டரோல், கியாஸ் விலை என்று எல்லாமே எதிரிக் குதித்துக்கொண்டு இருக்கும்போது... விரும்பினாலும் சரி, விரும்பா விட்டாலும் சரி. இந்த ஒட்டம் வாழ்க்கையின் அவசியமாகிறது. தவிர்க்க இயலாத்தாகிறது. 'போதுமென்ற மனமே பொன் செய்யும் மருந்து' போன்ற தத்துவங்கள் இன்றைய அவசர உலகத்தில் மக்களிடம் செல்லுபடியாகாது என்றாகிவிட்டது. தவிர்க்க முடியாத இந்த ஒட்டத்தை செம்மையாகக் கவனித்து, இனிமையாக, அனுபவித்து, வனி தெரியாமல்





വർഗ്ഗ ഗണ്ഡ്

வாழக்கையில் எல்லாமே மகிழ்ச்சியாக வருவதில்லை. நீங்கள் மகிழ்ச்சியில் மட்டும் வளர்வீர்கள் என்று நினைக்காத்திர்கள். பெரும்பான்மையானவர்கள் வலியில்தான் வளர்கிறார்கள். கிடுதான் உண்மை.

மனிதர்கள் மகிழ்ச்சியின்போது கீழ்நோக்கிப் போகிறார்கள். மேல் நோக்கி வருவதில்லை. சமூகத்தில் பெரும் துண்பம் நேர்கிறபோதுதான் சாதனங்யாளர்கள் வெளிப்படுகிறார்கள். இந்தியா, பிரிடானிக்காரர்களால் ஒடுக்கப்பட வேண்டியில் எவ்வளவு அற்புதமான மனிதர்கள் தோன்றினார்கள். அவர்களைல்லாம் இப்போது எங்கே? காந்திகள், பட்டேல்கள், தீலகர்களைல்லாம் இன்னும் நம்முடன் கிருக்கிறார்கள். ஆனால் உறக்கத்தில் கீடக்கிறார்கள்.

மனிதகுலத்தின் பெரிய சோகம் என்னவென்றால், எல்லாம் நலமாக கிருக்கும் போது மனிதர்கள் தங்கள் தன்மையின் சிகரங்களுக்கு வருவதீல்ல. அசம்பாவிதங்கள் நிகழ்வதற்காக அவர்கள் காத்திருக்கிறார்கள்!

துன் மனைவிக்கு உலக ஆயைகள் அதீகம் என்பதீல் சங்கரன் பிள்ளைக்கு வராம்பக் கடுப்பு. எனவே அவனை ஒரு சாமியார் மடத்துக்கு அழைத்துப் போய். புத்தி புகட்ட நினைவுதார்.

அந்த மடம் ஒரு மலைச் சிகரத்தில் கிருந்தது.

மலை உச்சியில் இருக்கும் அந்த மடத் துக்குப் போகவேண்டுமானால், அழவாரத்தில் உள்ள விஞ்ச் போன்ற ஒரு பெரிய கவடையில் உட்கார்ந்துகொள்ள வேண்டும். உச்சியில் உள்ள மடத்திலிருந்து கயிறு கட்டி அந்தக் கவடையை இழப்பார்கள்.

சங்கரன் பிள்ளை, அவரது குண்டு மலைவி, உதவியாக ஒரு துறவி என மூவரும் கூடையில் ஏறி அமர்ந்தார்கள்.

மேலே சாமியார் மடத்திலிருந்து கவட்டையை இழுக்க இழுக்க, கவடை கொஞ்சம் கொஞ்சமாய் ஏறியது. உச்சியை நோக்கித் தொங்கிக்கொண்டு



★ நந்தகா தாஸ்

படப்பிடிப்பு இருந்தது. அங்கே போயிருந்த சமயத்தில், படப்பிடிப்பு சர்வே தாமதப்படும் என்று தெரியவர, கஷா யோகா மையம் போய் வரலாம் என்று தொன்றியது.

எந்த ஒரு விஷயத்தையும் முதலில் பார்க்கும்போது, அதன் விளைவு நம் உணர்வுகளில்தான் தெரியும். எனக்கும் அப்படித்தான் எதிர்விளை ஏற்பட்டது - ஆம், சாதா ஆசிரமம்... அது ஓர் அழகான இடம். கதவோ, ஜனனவோ, இருக்கையோ, கட்டிடமோ, எவ்வாமே அத்தனை அழுகு உண்மையிலேயே, அது மிக மிக அழகான இடம். சுத்திரு ஒவ்வொன்றையும் மிகுந்த கவனமெடுத்துச் செய்திருக்கிறார்.

எனிய உணவு - எனிமையான, சாத்விகமான உணவெனிலும் பிகவும் ருசியாக இருந்தது. கவுர யோகா மையத்தில் உட்கொண்டது போல அதிகமாக நான் வேறேங்கும் உணவு உட்கொண்டதில்லை என்றே நினைக்கிறேன்.

உணர்வுகளுள் மட்டுமல்ல, என் ஆழ்மனதிலும் இனம்புரியாத ஓர் இனிமை படர்ந்திருந்தது. சத்குருவை நான் பார்த்தபோது, அவர் ஒரு பெரிய பாறையில் அமர்ந்திருந்தார். குரு தன் தெய்வீகத்தன்மையுடன் இருக்கிறார் போவும் என நினைத்தேன். விசித்திரமான முட்டாள்தனமான

ଅଭ୍ୟାସ ପାଠ...

பராக்கு பார்த்தபடி அம்ரந்திருந்த துறவியிடம், “எவ்வளவு நாளுக் கொரு தடவை இந்தக் கயிற்றை மாத்துவீங்க?” என பவும்பும் பயும் கலந்து கேட்டார்.

“அது அறுந்தவடனே மாத்திருவோம்”
என்றார் துறவி அமைச்சராக!



2

ணவு மேசையில் அமர்ந்திருக்கிறீர்கள்!

பலவிதமான பதார்த்தங்கள் நிரம்பி இருக்கின்றன. நீங்கள் உணவருந்தத் தயார். இப்போது உங்களின் மனநிலை எப்படி இருக்கிறது?

ஆனந்தமாக இருந்தால், மனசுக்குள் திரைப்பட பாடலோன்று ஓடும். நட்போ, உறவோ அருகில் இருந்தால், அரட்டைக் கச்சேரி ஆரம்பிக்கும். அடுத்தடுத்த வேலைகள் காத்திருந்தால், எதிலும் மனசு வயிக்காது. ஏதேனும் பிரச்சனை இருந்தாலோ, அப்போது உங்களை எரிச்சலும் கோபமும் எடுத்துச் சுவைத்துக்கொண்டு இருக்கும். சரிதானே!

இது இரண்டாயிரம் வருடங்களுக்கு முந்தைய மனிதரின் கதை.

மஹாவீரர், ஒரு சத்ரியர், மாமிசம் சாப்பிட்டுவந்தார். ஒருநாள் சாப்பிடும்போது, 'இதுவும் உயிர்தானே, நாம் ஏன் இதைக் கொன்று சாப்பிட வேண்டும்? இது சரியல்லவே' என்று ஒரு தீஸர் சிந்தனை. அப்போதிருந்து மாமிசம் சாப்பிடுவதை நிறுத்திவிட்டு முழுவதுமாக தாவர உணவுக்கு மாறினார் மகாவீரர். இது அவருக்கு மகிழ்ச்சியைக் கொடுத்தது.

இன்னொரு நாள் அவர் தீயானம் செய்துகொண்டு இருந்தபோது, அவர் எந்த மரத்தின் கீழே உட்கார்ந்திருந்தாரோ. அந்த மரம் அவர் பார்த்த எந்த விலங்கையும்விட, எந்தத் தாவரத்தையும்விட மிகவும் உயிரோட்டமாக இருப்பதை உணர்ந்தார். 'நான் இன்னும் தவறு செய்கிறேனே. இந்த மரத்திலிருந்து பழத்தைப் பறித்துச் சாப்பிடுகிறேன், இதைச் செய்ய எனக்கு என்ன உரிமை இருக்கிறது?' என்று நினைத்தார். அப்புறமென்ன, காய்கறிகளையும் பழங்களையும் உண்ண மறுத்தார். பழம் தானாகக் கீழே விழும் வரை காத்திருந்து, அதன் பிறகே அந்தப் பழத்தை எடுத்துச் சாப்பிட்டார். பழம் விழுவில்லையென்றால் அவர் சாப்பிட மாட்டார். காய்கறிகள் உயிர்ப்போடு இருக்கும்போது அவற்றைச் சாப்பிட மாட்டார். அவை அழுக ஆரம்பித்த பிறகே சாப்பிடுவார்.

இப்படியே சில காலம் கடந்தது. ஒரு நாள், அழுகிய காய் ஒன்றை விழிப்பு உணர்வுடன் சுவைத்துக்கொண்டு இருந்தார் மகாவீரர். அப்போது அந்த அழுகிய காய்கறி மிகவும் உயிர்ப்புடன் இருப்பதைச் சுட்டென உணர்ந்தார். அவ்வளவுதான்... இதுவும் இனி வேண்டாம் என எல்லாம் துறந்து பட்டினியாய்



உடல்... உணவு...
உன்னதும்!

“அன்பொடும் வாராப் பொருள்ஆண்க்கம் புன்வர் புரள் விடல்.”

அருளும் அன்பும் இல்லாத பொருளால் எப்பயனும் இல்லை. அதை தவிர்த்தல் வேண்டும் என்பதே இதன் பொருள். நாம் செய்யும் செயலால் விளையும் பலன்கள் உலக உயிர்களின் வாழ்வில் நலன் பயப்பதாக, நம்மைச் சுற்றி வாழும் உயிர்களுக்கும், சுற்றுச்சூழலுக்கும் இணக்கமானதாய் இருக்க வேண்டும்.

உதாரணமாக, பாரம்பரியமாக நமது தேசத்தில் கிருந்துவந்த மருத்துவ முறைக்கு



பெரும் உதவி புரிந்தவை மூலிகைகள். அவை மிகவும் புனிதமானதாகப் போற்றப்பட்டன. தற்போது தீராத நோய்களாகக் கருதப்படும் பெரும் நோய்களை போக்கும் சக்தி கொண்டவை இந்த மூலிகைகள்.

ஆனால் மூலிகைகளை மருத்துவத்தில் பயன்படுத்துவதற்கு ஏற்ற வகையில் சுற்றுச்சூழலை நாம் பேணிக் காக்கவில்லை. ரசாயன உரங்களையும் பூச்சிக்கொல்லி மருந்துகளையும் விளை நிலங்களில் இறைத்து. மன்னின் தன்மையையே மாசுபடுத்தி விட்டோம். இதனால் நிலங்களில் விளையும் பயிர்களும் வேலியோரங்களில் வளரும் மூலிகைகளின் வளர்ச்சியும் பாதிக்கப்படுகிறது. மூலிகைகளின் மருத்துவத்தன்மையும் மட்டுப்படுகிறது. இந்த பூமியில் இயற்கையாய்

இயற்கை விஞ்ஞானி: நம்மாழ்வார்

வளர்ந்த தாவரங்களின் தன்மையில் மனிதகுலம் நிகழ்த்திய மாபெரும் தவறு இது!

அதேபோல, நாம் விளைவித்த சுற்றுச் சூழல் சிர்கேட்டால் கால்நடைகளும் பெருமளவு பாதிக்கப்பட்டுள்ளன. அதன் வளர்ச்சியும் பாதிக்கப்பட்டுள்ளது. அவற்றின்

மாடுகளை வளர்க்கின்ற வட்டாரத்திலேயே வளர்ந்தாலும் அவற்றைப் பயன்படுத்த முடிவதில்லை. ஏனென்றால், ரசாயன உரங்களைத் தெளித்து மன்னை விரயாக்கி விட்டதால், கால்நடைகள் ஆரோக்கியமான உணவினை உண்ணும் வாய்ப்பு பறிக்கப்பட்டு விட்டது. சுற்றுச்சூழலில் மனிதன் நிகழ்த்தி வரும் சிர்கேடுன் காரணமாக, உலகில் வாழும் ஒவ்வொரு உயிரும் அதன் ஆதார சக்திகளும் பெரும் பாதிப்புகளை அடைந்துள்ளன. காற்றிலும் தூய்மை கெட்டுப் போய் மாசுபட்டுவிட்டது. மரங்களின் அழிப்பால் பூமி வெப்பமாகுதலும் தப்பவெப்ப மாற்றமும் ஏற்பட்டுள்ளது. ஆலைகளின் அதிகரிப்பால் காற்று மண்டலத்தில் நச்சப்புகை கலந்து ஒசோன் தீரை கிழிந்துவிட்டது. தண்ணீரின் தன்மையும் மாற்றம் கண்டுள்ளது. தண்ணீரில் உருவான மாற்றம் உயிரினங்களின் ஆரோக்கியத்திலும் மாற்றத்தைக் கொண்டு வந்துவிட்டது.

ஆரோக்கியத்தில் ஏற்பட்ட தொய்வினால் சக்தி நிலையிலும் பெரும் சீரழிவு ஏற்பட உள்ளது. இவ்வாறாக மனிதன் செய்யும் ஒவ்வொரு செயலும் உலகில் உள்ள பல உயிரினங்களுக்கும் அதன் ஆதார சக்திகளுக்கும் பெரும் பாதிப்பினையே ஏற்படுத்தியுள்ளது என்பதை இப்போது பலரும் உணர்ந்துள்ளனர்.

பு ற த் கா ரிய!

இப்புக்காலம் குறைந்துள்ளது. தோய்த் தன்மை அதிகரித்துள்ளது. புதிய நோய்கள் உருவாகியுள்ளன. இது உங்களுக்கும் தெரியும்.

உதாரணமாக மாடுகள்... மனிதர் களின் வாழ்வில் மாடுகளின் பங்களிப்பு மிக இன்றியமையாதது. வயற்காட்டில் ஏர் உழி, நீர் இறைக்க, வண்டியை கிழுக்க எனப் பலவிதங்களிலும் உழைப்பதோடு விளைச்சலுக்குத் தேவையான ஏருவினையும் உண்ண உணவினையும் (பாலாக) மாடுகள் வழங்குகின்றன.

மாட்டுக்கு உணவாகப் பயன்படும் புல்,

யார் நிந்த கிருஷ்ணன்?

1

அவன்...

யாராலும் அடக்க முடியாததோரு குழந்தை!
பரிதவிக்கவைக்கும் பயங்கரமான குறும்புக்காரன்!
மயக்கும் சீத்தை வழியிலேற் மாயப் புல்வாங்குழல் இசைஞன்!
தென்றலின் அசைவுகளுடன் நடனம் ஆடும் நாட்டியக் கலைஞன்!

எவ்வரையும் வசீகரிக்கும் காதலன்!

தீர்மிக்க பேரர் வீரன்!

கவு, இரக்கலின்றி எதிரிகளை இல்லாது ஓழிப்பவன்!

அட்டகாசமான அரசியல்வாதி!

அரசர்களை உருவாக்கி அரியணையில் அமர்த்தும் ராஜதந்திரி!
கசடுகள் அற்ற கண்ணியமான மனிதன்!

உன்னதமரன் யோகி!

இவ்வளவோடு அவ்ல...

'கிருஷ்ணன் இல்லையே, ஜயோ! என்னோடு இங்கே கிருஷ்ணன் இல்லையே' என்று உலகின் ஒவ்வொரு இல்லத்திலும் ஓர் இதயமாவது நொறுங்கிப்போகக் காரணமாய் இருக்கும் அவன்... தூஷ்டுஷிப்பான், உற்சாகமான, வண்ணமயமான அவதாரப் புருஷன்!

பார்வையற்றவர்கள் நான்கு பேர் யானையைப்பற்றி அறிந்துகொள்ள



கிருஷ்ண நீஸ!

விரும்பினார்கள்.

யானையின் காதைத் தடவிப் பார்த்த ஒருவன் சொன்னான், 'யானை முறம் போன்றது.'

அதன் கால்களில் ஒன்றை வருடிப் பார்த்த இன்னொருவன் கூறினான், 'இல்லை. யானை தூண் போன்றது.'

யானை வாலைப் பிடித்திருந்த வேறொருவன் முதல் இருவரின் கூற்றையும் மறுத்து, 'எனக்குத்தான் உண்மையில் யானையைப் பற்றி முழுமையாகத் தெரியும். அது கயிறு போன்றது' என்றான்.

உடலைத் தடவிக்கொண்டு இருந்த நான்காமவனோ, 'முட்பாள்களே, உங்கள் யாருக்கும் உண்மை தெரியவில்லை. யானை சுவர் போன்றது' என்று கோபமாகக் கத்தினான்.

பார்வையற்றவர்கள் உணர்ந்த யானையைப்



கிராமப்புற மக்களின் வாரச்சிக்காக சுநாவால் ஆரம்பிக்கப்பட்ட அருமையான திட்டங்களில் ஒன்று இது. இயற்கைப் பொருட்களின் மேல் கிராம மக்களின் ஆர்வத்தைத் தூண்டுவும் அவர்களின் வாழ்க்கையில் ஒரு சிறு தொழில் தொடங்க உதவேகம் தருவதும் இதன் நோக்கம். ஆழ்கியல் ரசனைக்கும் அருமையான செய்நேரத்திக்கும் ஒரு உதாரணம் சுநா கிராஃப்ட்!

கோயம்புத்தூரில் உள்ள சுநா யோகா மையத்தைச் சுற்றியுள்ள கிராமங்களில் திறமை வாய்ந்த ஜம்பது பேர் கொண்ட குழு, சுற்றுச்சூழலுக்கு கேடு விளைவிக்காத இயற்கைப் பொருட்களைத் வைத்து தரமிக்க கைவினைப் பொருட்களை தயாரிக்கிறார்கள். இவர்களால் தயாரிக்கப்படும் இந்த வீட்டு உபயோகப் பொருட்கள், அலங்காரங்கள், உலகமெங்கும் பிரபலம்!

எனிதில் கிடைக்கக்கூடிய பொருட்களை வைத்து செய்யப்படும் இந்தக் கைவினைப் பொருட்களில் அலங்கார கண்கள், தட்டுக்கள், விளக்குகள், கைப்பைகள் தயாரிக்கப்

படுகின்றன. இயற்கைக்கு எந்த வகையிலும் பாதிப்பூட்டாத வீட்டு அலங்காரப் பொருட்களைத் தயாரிப்பவர்கள் இவர்கள்.

உலகெங்கிலும் சுநா யோக மையம் நடத்தும் யோகப் பயிற்சி மையங்கள் மூலம் இந்த பொருட்கள் மக்கள் பார்வைக்கு கொண்டு செல்லப்படுகிறது. சமீப காலமாக இந்தியா முழுவதும் பல முக்கிய நகரங்களில் இந்தப் பொருட்களின் கண்காட்சி நடத்தப் பட்டு, இவற்றுக்கு வாடிக்கையாளர்கள் இன்ஸெரியர் டிசைனர்களிடம் நல்ல விமர்சனங்கள் கிடைத்தன. சென்னையில் நடந்த 2006 ஆம் ஆண்டுக்கான 'சோலைஸ்டி' இன்ஸெரியர்ஸ் ஆர்ட்டிஸ் அண்ட் கிராஃப்ட்ஸ் கண்காட்சியில் சுநா கிராஃப்ட், 'பெஸ்ட் ஸ்டால்' பரிசை வென்றது.

இயற்கையின் நண்பனாகத் திகழும் இந்த கைவினைப் பொருட்களுக்கான வரவேற்றும் எதிர்பார்ப்பும் கூடிக்கொண்டே போகும் இந்த நோத்தில், தமிழ் நாடு முழுவதும் 2000 கிராமங்களில் மக்களுக்கு 'ஆக்ஷன் ஃபார் சூரல் ரெஜா-வெனேஷன்' திட்டத்தின் மூலம் இதற்கான பயிற்சி கொடுக்கவும் முடிவு செய்யப்பட்டுள்ளது.

வீட்டுக்கு அழகு சேர்க்கும் இந்தக் கைவினைப் பொருட்கள், கிராமப்புற மக்களின் வாழ்க்கையில் ஒரு புதிய நம்பிக்கையைக் கொடுக்கிறது!



கிண்டு கிண்டு இயற்கை கிண்டு!