

ଓମ୍‌ପଟେଳୀ

ଓମ୍ ଶ୍ରୀ ପକବତ୍ ଓମ୍

நூலின் பெயர் : ஞானப் பட்டகை

ஆசிரியர் : ஸ்ரீ பகவத்

பதிப்பு : இரண்டாம் பதிப்பு மார்ச் 2013

வெளியீட்டாளர்

பிரவாகம் பப்ளிகேஷன்ஸ்

31, இராமலிங்கசாமி தெரு, அம்மாப்பேட்டை.

சேலம் - 636 003. தமிழ்நாடு, இந்தியா

Cell : 99942 05880, 97891 65555

விலை : ₹

வடிவும் - அச்சும்

ஸ்ரேகா பிரின்டஸ்,

2/2, தீபம் காம்பளக்ள், மெயின் ரோடு,

சாத்தூர். Cell : 94430 12170

Pages : ■ Price : Rs.

- Gnana Pattarai - in Tamil By Sri Bagavath ©
- Second Edition : March 2013
- Published by Pravaagam Publications,
- Salem - 636 003. Tamilnadu, 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.*

## **பொருளாக்கம்**

1. குழந்தை நிலையே உண்மை நிலை
2. பிறவிப் பயனை அடைய என்ன செய்ய வேண்டும் ?
3. அறிவுபூர்வமான புரிதல் மட்டும் போதுமா?
4. எதிர்காலம் இல்லாவிட்டால் இருப்பதெல்லாம் நிகழ்காலமே
5. ஜீவான்மா - பரமான்மா - சமாதி
6. மிக உயர்ந்தது எது ?
7. ஜே. கிருஷ்ணமூர்த்தி எந்த வகையில் மாறுபடுகிறார்
8. சாட்சி நிலை
9. தியானம், யோகம், முக்கி
10. தீய பழக்கவழக்கங்களிலிருந்து மீள்வது எப்படி
11. ஞானி வீற்றிருப்பது எங்கே ?
12. நான் யார் ?
13. சத்ரு எது ?
14. ஏன் எனக்கு புரியவில்லை ?
15. ஞானமும் விடுதலையும்
16. அனுபவத்தின் சலிப்புதான் விடுதலையா ?
17. முயற்சியை எப்படி விடுவது ?



## குழந்தை நிலையே உண்மை நிலை

கே : நாம் எப்பொழுதும் குழந்தையைப் போன்று செயல்பட வேண்டுமா ?

ஸ்ரீ : நாம் குழந்தையாக இருக்கும்போது பிரச்சினைகள் எதுவும் இல்லாமல் இருக்கிறோம். அறிவு வளர் வளர, பிரச்சினைகளும் வளர்ந்து கொண்டே இருக்கின்றன. குழந்தைப் பருவத்தில் ஒர்அடிப்படையான அறியும் தன்மை மட்டும் அமைந்துள்ளது. அந்த அறியும் தன்மையில்தான், ஒவ்வொரு செய்தியாக சேர்த்துக் கொண்டே வருகிறோம். அவைதான் நமது நினைவுகளாகப் பதிவாகின்றன. அப்படிப் பதிவான நினைவுகள் தாம், குழந்தைத் தன்மையை அழுத்தி பலவீனப்படுத்திவிடுகின்றன. கிறிஸ்தவ மதத்தில் கூறப்படும் ஆதாம் ஏவாள் கதையிலும் கூட, அவர்கள் இருவரும் முதலில் குழந்தைத் தன்மையுடனேயே இருந்ததாகவும், பிறகு அவர்கள் அறிவு மரத்தின் பழத்தைச் சாப்பிட்டதனால், தங்களுடைய குழந்தைத் தன்மையை இழந்து விட்டதாகவும் கூறப்படுகிறது. அதன் பிறகுதான் அவர்களுக்கு நல்லது கெட்டது என்ற பாகுபாடும், விருப்பு வெறுப்பும் ஏற்படுகின்றன. மேலோட்ட

மாகப் பார்த்தால், அறிவுதான் நமக்கு உதவி செய்வதுபோல் தோன்றுகிறது. ஆனால் நம்முடைய உண்மையான நிலை, அந்தக் குழந்தை நிலைதான். அந்த கள்ளம் கபடமில்லாத நிலைதான், நம் மனத்தின் இயற்கையான நிலை. நம்முடைய நினைவுகள் உலகக் காரியங்களுக்குப் பயன்படலாம். ஆனால் அவை நமது குழந்தைத் தன்மையையே நமது அடிப்படைத் தன்மையையே பாதித்து விடுகின்றன. அங்கு ஒரு சமநிலை ஏற்பட்டால்தான் நமது நினைவும் அறிவும் சரியானதொரு பயன்பாட்டிற்கு வரும். அதை விட்டு விட்டு நமது அறிவு, நமது குழந்தைத் தன்மையை முழுமையாக ஆக்கிரமிக்கும் பட்சத்தில், நமது அறிவே நமக்கு எதிரியாகி விடுகின்றது. நாம் அனைவரும் குழந்தையாக இருந்துதான் இப்போதுள்ள நிலைக்கு வந்திருக்கிறோம். நாம் குழந்தையாக இருக்கும்போது நமக்கு எதிரிகள் எவராவது இருந்திருக்கிறார்களா? அப்போது நமக்கு வேண்டாதவர்கள் என்று எவருமே கிடையாது.

நமது அறிவு வளர்ந்த நிலையில்தான் நமக்கு வேண்டியவர்கள் வேண்டாதவர்கள் எல்லோரும் ஏற்பட்டுவிடுகிறார்கள். நல்லது கெட்டது, வேண்டியது வேண்டாதது என்ற எல்லா பாகுபாட்டையும், நமது அறிவுதான் கொடுக்கிறது.

நமது அறிவின் ஆதிக்கம், எந்த அளவுக்கு கட்டுப்பாட்டில் உள்ளதோ அந்த அளவுக்கு, நமது இயற்கையான குழந்தைத் தன்மையும், பாதிப்பு அடையாமல் உள்ளது. நாம் எப்பொழுதும் நமது இயற்கையான நிலையில்தான் இருக்கிறோம்.

அறிவு தான் நமது இயற்கையான நிலையை ஆக்கிரமித்து விடுகிறது. அப்படி ஆக்கிரமிக்காமல் பார்த்துக்கொள்ள வேண்டுவது தான் நமது கடமையாகும். அப்படி ஆக்கிரமிக்காமல் இருப்பதற்கு நாம் என்ன செய்ய வேண்டும்? நாம் ஞானம் என்று கூறுகிறோம். அது ஒர் அறிவார்ந்த நிலை என்றுதான் அர்த்தப்படுகிறது. ஆனால் அறிவை உண்ணத்திற்குத்தும் ஒரு நிலையல்ல அது. நமது அறிவின் இயலாமையை மனப்பூர்வமாக ஏற்றுக்கொள்ளும் நிலைதான் அது. அந்நிலையில் நமது அறிவு நான்தான் செய்வேன் என்ற பிடிவாதத்தை விட்டு விடுகிறது. நம்முடைய பிடிவாதம் குறையக் குறைய, நமது கள்ளங்கபடமற்ற தன்மையின் நிலை, உயர்வடைகின்றது.

பிடிவாதம் குறைந்த நிலையில், அறிவு ஒரு கருவியாக இருந்து செயல்படுகிறது. பிடிவாதம் அதிகமான நிலையில், நமது அறிவு ஒரு கர்த்தாவாகச் செயல்படுகின்றது.

நமது அறிவு இப்படி கர்த்தாவாகச் செயல்படும்போது, அது தன்னை மட்டுமே முன்னிலைப்படுத்துகின்றது. இது எனக்கு வேண்டியது, இது எனக்கு வேண்டாதது; இது எனக்குப் பிடித்தது, இது எனக்குப் பிடிக்காதது என அது தனது பிடிவாதத்தை முன்னிலைப் படுத்துகிறது.

நமது குழந்தைத் தன்மையை நாம் கொண்டுவர வேண்டியதில்லை. அது எப்போதும் இயற்கையான நிலையாக நம்மோடுதான் இருந்துகொண்டிருக்கிறது. நாம் பிடிவாதத்தைத்

தளர்த்தினால், அது தானாகவே செயலுக்கு வந்துவிடுகிறது.

கே : எல்லோருக்கும் ஏன் சமமான அறிவு கிடைக்கவில்லை? அறிவைக்கொண்டுதான் இந்த சமுதாயமே வளர்ந்துள்ளது. அறிவு வேண்டா மென்றால், இந்த சமுதாயத்தின் வளர்ச்சி குறுகிப்போய்விடும்.

ஸ்ரீ : அறிவை வேண்டா மென்று நான் கூறவில்லை. பிடிவாதத்தைத்தான் வேண்டா மென்று கூறுகிறேன். பிடிவாதந்தான் ஒரு முரட்டுத் தன்தைக் கொண்டுவந்துவிடுகிறது.

கே : அறிவு ஏன் ஒருவருக்கொருவர் வித்தியாசமான தன்மையில் உள்ளது?

ஸ்ரீ : எல்லோருக்கும் ஒரே மாதிரியான அறிவு இருப்பதற்குச் சாத்தியமில்லை. அது தேவையும் இல்லை. மருத்துவருக்குத் தேவையான அறிவு பொறியாளிடம் இருக்காது; பொறியாளருக்குத் தேவையான அறிவு மருத்துவரிடம் இருக்காது. அறிவு இங்கு பிரச்சினை அல்ல. அது அதிகமாகவும் இருக்கலாம்; அல்லது குறைவாகவும் இருக்கலாம். உண்மையான பிரச்சினை நமது பிடிவாதந்தான். கபடமற்ற தன்மைதான் முக்கிய பங்குவகிக்க வேண்டும். அதன் ஒரு பகுதியாக மட்டுமே அறிவு செயல்பட வேண்டும். ஆனால் இங்கு இருக்கும் நிலைமையே வேறு. ஒரு பக்கத்தில் பிடிவாதமும், இன்னொரு பக்கத்தில் அறிவும் மட்டுமே இருந்து செயல்படுகிறது. கபடமற்ற தன்மை என்பது காணாமலேயே போய்விடுகிறது. நீங்கள் இந்தக் குழந்தைத் தன்மையோடு இருந்துகொண்டு

அறிவோடு செயல்படுவதுதான் சரியான சமநிலையாகும். இங்கு நீங்கள் எதிர்பார்க்கக்கூடிய நல்ல விளைவுகள் அனைத்தும் ஏற்பட வாய்ப்புள்ளது.

கே : நமக்குப் பிரச்சினைகள் வந்து கொண்டே இருக்கின்றன. நாம் குழந்தையாக இருந்து எதையும் சிந்திக்காமல் ஒதுங்கிக்கொள்ள முடியவில்லை.

ஐ : குழந்தையாக இருப்பதென்பது மனோரிதியாக மட்டும்தான். எனக்கு எதுவும் தெரியாது என்று ஒதுங்கிப்போய்விடுவதல்ல. நீங்கள் அறிவுள்ள குழந்தையாகி விடுகிறீர்கள்.

ஞானியினுடைய இலட்சணம் அப்படித் தான் கூறப்படுகிறது. குழந்தை என்பது அறியாமையினால் குழந்தையாக இருக்கிறது. ஞானி, அறிவுள்ள குழந்தையாக இருக்கிறார். சாராசரி மனிதனைப் பொறுத்த அளவில் குழந்தைத் தன்மைக்குப் பதிலாக, கபடத் தன்மை மிகுந்துள்ளது. அதனால், தன்னைப் பிரதானப் படுத்தும் போக்கு ஏற்பட்டுவிடுகிறது.

கே : உலகம் முழுவதும் இப்படித்தான் கபடத்தன்மை, வஞ்சகம் ஆகியவை நிறைந்துள்ளன. இவற்றை நாம் எப்படிச் சரி செய்வது ?

ஐ : உலகம் நமக்குக் கட்டுப்பட்டதல்ல. அதனால் உலகத்தைச் சரிசெய்வது சாத்தியமல்ல. ஆனால் நம்மை நாமே சரிசெய்து கொள்ள முடியும். நம்முடைய பிடிவாதத்தை விட்டாலே, நம்மை நாமே சரிசெய்து விடலாம்.

கே : சிவநிலை என்றால் என்ன? அதை அடைவது எவ்வாறு?

**ஸ்ரீ :** சிவநிலை என்பதை, நாம் அடையவேண்டிய ஒரு நிலையாக எடுத்துக்கொண்டால் அது சரியல்ல. நாம் எந்த நிலையை அடைந்தாலும், அது நம்மைவிட்டுப் போய்விடும்.

அதை அடைய நாம் மீண்டும் மீண்டும் முயற்சி செய்தாக வேண்டும். உண்மையான நிலை என்பது, அது ஏற்கெனவே நம்மிடம் இருக்கக்கூடிய ஒரு நிலையாக இருக்கும் பட்சத்தில், அது எப்போதும் நம்மிடமே இருக்கும். அது எப்போதும் நம்மிடமே உள்ளது. அதை நம்முடைய மொழியில் கள்ளம் கபடமற்ற தன்மை என்று குறிப்பிடுகிறோம். நாம் பிறந்தது முதல் அது நம்மோடுதான் இருக்கிறது. நம்முடைய அறிவால் அது மறைக்கப்பட்டு உள்ளது. அதை அடைய முயற்சி தேவையில்லை. அது இருப்பதை அடையாளம் கண்டுகொண்டால் மட்டும் போதும். அதைக் கண்டுப்பிடிப்பதற்கு எது இடையூறாக இருக்கிறது என்று பார்த்தால், நமது அறிவுதான் அப்படி இடையூறாக இருக்கிறது.

நமது அறிவே தனக்கு அன்னியமாக எதையோ கண்டுபிடிக்க முயற்சி செய்கிறது. தனக்கு அன்னியமாக ஏதோ இருப்பதாகவும் அது கற்பனை செய்துகொள்கிறது. அப்படி நாம் ஏதோ ஒன்றை கற்பனையாகத் தேடினோமானால், அதற்காக நாம் முயற்சி செய்யும் போது, நாம் தேடியது கூட நமக்குக் கிடைக்கலாம். அப்படிக் கிடைத்த பிறகுதான் நாம் உண்மையாகத் தேடிய பொருள் அதுவல்ல என்பது தெரியவரும். நாம் தேடுவதைப் பற்றிய சரியான நிர்ணயம் நமக்குக் கிடைத்துவிட்டால், தேவையற்ற தேடுதல் நின்றுவிடும்.

கே : நாம் தெரிந்துகொண்டதைச் செயல்படுத்தி அனுபவத்திற்குக் கொண்டுவர வேண்டாமா ?

ஐ : வழிகளைல்லாம் தவறு என்று கூறி வழிகள் அனைத்தையும் கைவிடுமாறு கூறுவதுதான் நாம் காட்டும் வழி. ஏதோ ஒரு பாதையைக் காட்டி, இப்படிப் போய் எதையாவது அடையுங்கள்என்று நாம் எந்தப் பாதையையும் காட்டவில்லை. எல்லாப் பாதைகளும் தவறானவை என்பதைத்தான் காட்டித் தருகிறோம். எல்லா வழிகளையும் விட்டுவிட்டால் நீங்கள் எங்கே இருப்பீர்கள்? நீங்கள் போவதற்கு இடமே இல்லாமல் நீங்கள் எங்கே இருக்கிறீர்களோ, அங்கேயே இருந்து விடுவீர்கள். நான் அடைவதற்கு வழி காட்டவில்லை. விடுவதற்குதான் வழி காட்டுகிறேன்.

கே : அதனால் என்ன பயன்?

ஐ : பயனைப் பற்றி நீங்கள் கேட்கும்போதே, நீங்கள் அடைவதற்கு உங்கள் மனதில் ஏதோ இருக்கிறது என்பது தான் தெளிவாகிறது. ஆனால் அடைவதற்கு எதுவும் இல்லை என்பதை மட்டுமே உங்களைக் கண்டுபிடிக்கச் சொல்கிறோம். நீங்கள் சென்னைக்கு டிக்கெட் எடுத்துவிட்டு நீங்கள் ஏதோ ஒரு பஸ்ஸில் ஏறுகிறீர்கள். இந்த பஸ் சென்னைக்குப் போகாது என்று கூறிவிடுகிறார்கள். நீங்கள் அந்த பஸ்ஸை விட்டு இறங்கிவிடமாட்டார்களா என்ன? அந்த பஸ்ஸில் நிச்சயமாக நீங்கள் பயணத்தைத் தொடரமாட்டார்கள். நீங்கள் அடைவதற்கு எதுவும் இல்லை என்று கண்டுபிடித்த மாத்திரத்தில், உங்கள் மனம் நின்றுவிடத் தானே செய்யும்?



## 2

**பிறவிப் பயனை அடைய  
என்ன செய்ய வேண்டும் ?**

கே : பிறவிப் பயனை அடைய என்ன செய்யவேண்டும்?

ஸ்ரீ : பிறவிப் பயன் என்று எதனைக் குறிப்பிடுகிறீர்கள்?

கே : இறைவனை உணர்வதைத் தான் பிறவிப் பயன் என்று குறிப்பிடுகிறேன். உங்கள் கருத்துகள் எனக்கு பயன்படுவதாகத் தெரியவில்லை.

ஸ்ரீ : ஒவ்வொருவரது மனமும் ஒவ்வொரு விதமான அலைவரிசையில் செயல்படுகிறது. எனது கருத்துக்கள் எல்லா அலைவரிசைக்கும் பொருந்தும் என்று கூற முடியாது. நாம் அனைவரும் சேர வேண்டிய இடம் ஒன்றாக இருந்தாலும், நாம் இருந்துகொண்டிருக்கும் இடம், தனித்தனியாகவும், தனித்தனி அலைவரிசையிலும் உள்ளது. நாம் இருக்கும் இடத்திலிருந்து வருவதற்கு, தனித்தனி பாதையாகத்தானே இருக்கமுடியும்?

கே : இறை உணர்வில் வித்தியாசம் இருக்குமா?

ஸ்ரீ : இறை உணர்வு என்ற பெயரில் நீங்கள் ஏதோ ஒன்றை கற்பனை செய்துகொள்ளலாம். நீங்கள் முயற்சி செய்து அதனை அடையவும் செய்யலாம். ஆனால்

அப்படி அடைவது எதுவும் உண்மையான இறை உணர்வு அல்ல. அது உங்கள் முயற்சியினால் உருவாக்கப்பட்ட ஒர் உணர்வே ஆகும். அந்த உணர்வை நீங்கள் அடையும் வரையிலும், அது ஒரு பிரம்மாண்டமான உணர்வாகத் தோன்றும். அதை நீங்கள் அடைந்த பிறகுதான், நாம் அடைய வேண்டிய உணர்வு இதுவல்ல, என்று தெரியும். பிறகுதான் நாம் நினைப்போம், இந்த உணர்வுக்காகவா நாம் இவ்வளவு தூரம் பாடுபட்டோம் என்று. ஆனால் அடைவதற்கு முன்பாகவே நாம் அதைப்பற்றி புரிந்து கொண்டோம் என்றால், ஆரம்பத்திலேயே இந்தத் தேடுதலில் ஈடுபட்டிருக்கமாட்டோம். நீங்கள் தேடுதலை நிறுத்திவிட்டால் உங்கள் மனம் அது போக்கில் இயங்க ஆரம்பித்துவிடும். நீங்கள் அதனை இயக்குவதில்லை. தானாக இயங்கும் மனதுதன்னைத்தானேதூய்மைப்படுத்தி விடுகிறது. நாமாக இயக்கும் மனது தன்னைத் தூய்மைப்படுத்திக் கொள்ளாது. அது தன்னை மேலும் மேலும் சிக்கலாக்கிக்கொண்டுவிடும்.

கே : சாட்சியாக நாம் செயல்பட வேண்டுமா ?

ஸ்ரீ : சாட்சி நிலை என்று கூறும் போதே, நாம் நமக்கு ஒரு தகுதியையும், நிலையையும் ஏற்படுத்தி விடுகிறோம் அல்லவா ? அப்படி நாம் சாட்சியாக செயல்படத் தேவை இல்லை. நமது மனதைச் சீரமைக்க நாம் எத்தனையோ ஆயுதங்களை வைத்திருக்கிறோம். அவற்றுள் ஒன்று தான் “சாட்சி பாவனையாகச் செயல்படுவது.” எந்த ஆயுதங்களாலும் நமது மனதைச் சீரமைக்க முடியாது. நாம் எல்லா ஆயுதங்களையும் கைவிட்டு, நிராயுதபாணியாகச்

செயல்படும்போது, நமது மனம் தானாகவே சிரடைகின்றது. நாம் ஆயுதங்களைப் பிரயோகம் பண்ணினால், நமது மனது அவற்றை எதிர்கொள்ளும் வகையில் மேலும் நுட்பமாக மாறி, அது தன்னைத் தக்க வைத்துக்கொள்கிறது. நாம் எதுவுமே செய்யாத நிலையில், நமது மனம் தாமாகவே தன்னைச் சுத்தப்படுத்துகிறது.

கே : புரிதல் ஏற்பட்டது புரிகிறது. ஆனாலும் புரிதல் தள்ளிப் போகிறது; இதுவும் புரிகிறது. என்னதான் செய்வது? புரிதல் ஏற்படும்போது நன்றாக உள்ளது; ஆனால் இது தொடர்ச்சியாக இல்லையே ஏன்?

ஸ்ரீ : புரிந்துவிட்டது என்று நாம் சும்மா சொல்ல மாட்டோம். நமக்கு ஏற்பட்ட விளைவைப் பொறுத்துதான், நமக்குப் புரிந்து விட்டது என்று கூறியிருக்கிறோம். ஆனாலும் கூட நமக்கு ஒரு நிறைவுகிடைக்கவில்லை. நாம் எல்லாவற்றையும் அனுபவம் என்னும் தகுதியில் வைத்து தான் பழகியிருக்கிறோம். நல்ல அனுபவங்களில் ஒரு நிரந்தரத்தன்மையை எதிர்பார்ப்பதும் நமது பழக்கமாக இருக்கிறது. நமது கட்டுப்பாட்டுக்குள் அது செயல்படவேண்டும் என்னும் எண்ணம் நமக்கு அமைந்துள்ளது. அதனால் அனுபவத்தின்தகுதியை, நமது புரிதலுக்கும் கொடுத்துவிடுகிறோம். ஆனால் அனுபவம் வேறு; புரிதல் வேறு. புரிதல் என்பது, புரிந்தால் அது புரிந்ததுதான். புரியவில்லை என்று, பிறகு அதனைக் கூறிவிட முடியாது.

நாம் புரிந்துகொள்ளவில்லையோ என்ற சந்தேகத்தை நம் மனது ஏற்படுத்திவிட்டதால், பிறகு அந்த சந்தேகமும், கொஞ்சம் கொஞ்சமாக

வலுவடையத் துவங்குகிறது. நாம் புரிந்து கொண்டோம் என்பதற்காக நமது அனுபவங்களை எல்லாம் நமதுகட்டுப்பாட்டுக்குள் கொண்டு வந்து விட முடியாது. அனுபவங்கள் அனைத்தும், நமது இயல்புக்கு ஏற்றவாறு, தாமாக ஏற்பட்டு விடுகின்றன. நமக்கு வேண்டாத சில அனுபவங்கள் வரும்போது, நாம் சரியாகப் புரிந்து கொள்ள வில்லையோ, நாம் சரியாகப் புரிந்து கொண்டிருந்தால் நமக்கு இத்தகைய உணர்வுகள் வந்திருக்கக் கூடாதே என்று நமது புரிதலைக் குறைத்து மதிப்பிட்டுவிடக் கூடாது. நம்முடைய மொத்த இயல்புகளும் மாறவேண்டுமென்றால், அதற்கு இன்னும் கொஞ்ச கால அவகாசம் தேவைப்படும். சில இயல்புகள், கடைசி வரையிலும் கூட, நமக்குத் தேவைப்படும், அவசியமான இயல்புகளாகக் கூட இருக்கலாம்.

நமது இயல்புகளில் சிலவற்றை, மோசமானவை என்று முத்திரை குத்தி வைத்திருப்போம். நமக்கு கோபமே ஏற்படக் கூடாது என்று முடிவு செய்திருப்போம். ஆனால் நமது வாழ்வில் கோபப்படவேண்டிய அவசியம் கூட ஏற்பட்டுவிடலாம். அதனால் நமக்கு வேண்டாத இயல்பு என்று எதையுமே கூற முடியாது. பயப்பட வேண்டிய அவசியம் வரும்போது, பயமும் அவசியமான ஒர் உணர்வே. காலப்போக்கில் நமது எல்லா உணர்வுகளும் ஒரு கட்டுப்பாடான எல்லைக்குள் வந்துவிடும். ஆனால் அந்தக் கட்டுப்பாட்டை எதிர்பார்த்து, நாம் டிமாண்ட் செய்தோம் என்றால், அதுதான் எல்லாப் பிரச்சினைகளையும் கொண்டுவந்துவிடும். இந்தக்

கேள்வியின் நோக்கம் கூட ஒரு நிரந்தரமான தன்மையையும், மனோர்த்தியான செம்மையான நிலையையும் எதிர்பார்ப்பதாக அமைந்துள்ளது. புரிதலில் செம்மையான நிலை வேண்டும் என்பதும், மனோர்த்தியான செம்மையான நிலையை எதிர்பார்ப்பதே ஆகும். எத்தகைய எதிர்பார்ப்பு இருந்தாலும் அது சரியானது அன்று. எதிர்பார்ப்பு இல்லாத நிலையில், எது இருக்கின்றதோ, அதனை அப்படியே ஏற்றுக் கொள்வதுதான் சரியானதாகும். ஏற்றுக்கொள்வதைத் தவிர வேறு வழியே இல்லை என்ற நிலையில் அதனை ஏற்றுக்கொள்கிறோம். ஏற்றுக்கொள்வதுதான் சரியென்று, நாம் அதனைத் தேர்ந்தெடுத்து ஏற்றுக்கொள்ளவில்லை.

**கே :** வலியையும் வேதனையையும் கையில் பிடித்துக் கொடுத்ததுபோல் ஆகவில்லையா ?

**ஸ்ரீ :** அப்படித்தான் இருக்கிறது. அதை அப்படித்தான் எடுத்துக்கொள்ளவேண்டும். ஆனால் அதை நாம் வைத்துப் பாதுகாக்கவேண்டும் என்ற அர்த்தத்தில் அப்படிக்கூறவில்லை. நமது இயல்பில் உள்ளவை கண்டிப்பாக வெளிப்படத்தான் செய்யும். அது அப்படி வெளிப்படுகிறது என்று எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

**கே :** தெரிந்தோ தெரியாமலோ நாம் அதை எதிர்த்து விடுகிறோம். இதுதானே பிரச்சினை ?

**ஸ்ரீ :** ஆமாம் அப்படித்தான். இது இப்படி இருக்கக் கூடாது; ஒரு நல்ல நிலை வேண்டும் என்ற எதிர் பார்ப்புதான் பிரச்சினையைக் கொண்டு வந்து விடுகிறது. நாம் பயத்திலோ அல்லது துக்கத்திலோ இருக்கும்போது அதிலிருந்து விடுபட வேண்டும் என்ற எண்ணம் நம்மை அறியாமல்கூட ஏற்பட்டு

விடுவது உண்டு. நம்மை அறியாமல் எது ஏற்பட்டாலும், அதற்கு நாம் பொறுப்பு கிடையாது. நாமாக முனைந்து, விடுபட வேண்டும் என்று முயற்சி செய்தால்தான் அது தவறாகும். ரியாக்சனுக்கு ரியாக்சன் நம்மை அறியாமல் ஏற்பட்டு விடுவது உண்டு. அதில் தவறேதும் கிடையாது. புரிதல் என்பது, நாம் செய்வதற்கு எதுவும் இல்லை என்பதைக் கண்டுபிடிப்பது மட்டுமே. அத்துடன் நமது புரிதல் முடிவடைந்து விடுகிறது. நமக்கு தடுமாற்றம் ஏற்பட்டுவிட்டதால், நமது புரிதலும் தடுமாற்றம் அடைந்துவிட்டது என்று குழம்பிக்கொள்ள வேண்டாம். எதுவாக இருந்தாலும், அது ஒரு நிலையான ஸ்திரத்தன்மை அடைவதற்கு கொஞ்சகால அவகாசம் எடுக்கத்தான் செய்யும்.

கே : புரிதலுக்குப் பின்னால், சிலருக்கு விரக்தியும், போரடிக்கும் நிலையும் ஏற்பட்டு விடுவதாகக் கூறுகிறார்கள். எனக்கும் அப்படி ஒரு ஆழமான விரக்தி ஏற்பட்டுவருகிறது. ஏன் இப்படி ஏற்படுகிறது ?

ஸ்ரீ : அகத்தளவில் நாம் செய்வதற்கு எதுவும் இல்லை என்று நாம் கண்டுபிடித்தது, புறச்செயலிலும் அது பிரதிபலித்து விடுகிறது. எதிர்காலமே முக்கியத்துவத்தை இழக்கும்போது, இப்படி போரடிக்கும் நிலை ஏற்பட்டு விடுகிறது.

கே : அடைவதற்கு எதுவும் இல்லை என்ற நிலையில், ஒரு பிரம்மாண்டமான வெறுமை நம்மை ஆக்கிரமிப்பது போல் தோன்றுகின்றது.

ஸ்ரீ : அகத்தளவில் எந்த அளவுக்கு செய்வதற்கு எதுவும்

இல்லை என்று இருக்கிறோமோ, அந்த அளவுக்கு வெளிமுகமான செயல்களில் ஆர்வம் காட்டும் போதுதான், நமது அகமும் புறமும் சமநிலைப்படும் வாய்ப்பு ஏற்படுகிறது. அப்படி வெளியே நாம் செய்வதற்கு ஏதாவது இருந்தால்தான், அதற்கு வேண்டிய ஆர்வத்தையும் தீவிரத்தையும் ஏற்படுத்திக் கொடுக்க நம் மனது முன் வருகிறது. தீவிரத் தன்மையை (vigor) ஏற்படுத்தவேண்டும் என்று நாம் முயற்சி செய்யத் தேவையில்லை. வெளியில் செய்வதற்கு செயல்கள் இருக்கும்போது, அதற்குத் தேவையான தீவிரத்தன்மை, தாமாக ஏற்பட்டு விடும்.

கே : அகத்தளவில் நாம் செய்வதற்கு எதுவும் இல்லை என்பதைப் புரிந்துகொள்வதுதான் ஞானமா ?

ஸ்ரீ : ஆம். அப்படிப் புரிந்துகொள்வதை புரிதல் என்று நாம் கூறுகிறோம். அப்படிப் புரிந்ததன் காரணமாக நம் மனம், தனது செயல்பாட்டின் அமைப்பை வேறு பரிமாணத்திற்கு மாற்றிக்கொள்கிறது. அதனை நாம் விடுபட்ட நிலை என்று கூறுகிறோம்.

கே : வியாபாரத்தில் ஈடுபடும்போது ஏற்படும் நினைவுகள், நாம் சும்மா இருக்கும் போதும் வரத்தானே செய்கின்றன?

ஸ்ரீ : அதுவாக வந்தால் வந்துவிட்டுப் போகட்டும் என்று விட்டு விட வேண்டும்.

கே : விடுபட்ட நிலைதான் உயர்ந்த நிலையா? அது என்ன நிலை? அதற்கு மேலான நிலை எதுவும் கிடையாதா?

ஸ்ரீ : அதை ஒரு நிலை என்றும் எடுத்துக்கொள்ளலாம். ஆனால் அது ஒரு நிலை அல்ல. எல்லாவற்றையும்

சுலபமாக ஏற்றுக்கொள்ளக்கூடிய ஒரு தகுதி நிலை தான் அது.

கே : சின்ன நான், பெரிய நான் என்று ரமணர் கூறுகிறார். நீங்கள் கூறும் பிரவாகத்தை அந்த பெரிய நான் என்று எடுத்துக்கொள்ளலாமா?

ஸ்ரீ : அப்படி எடுத்துக்கொள்ளலாம்.

கே : நீங்கள் இருக்கும் நிலைதான் இறுதியான நிலை என்று தோன்றுகிறதா? இதிலும் உயர்ந்ததாக ஏதோ ஒன்றை அடைய வேண்டியது உள்ளதா?

ஸ்ரீ : இதுதான் இறுதி நிலையாகத் தோன்றுகிறது. எல்லாமே ஆற்றினைப்போல் ஓடிக்கொண்டிருக்கின்றது. இதற்கு முடிவிடமே கிடையாது.

கே : நீங்கள் எப்படி இதனைக் கண்டுபிடித்தீர்கள்? நீங்கள் இந்த நிலைக்கு வந்த வழியைக் கூறினால் அது எங்களுக்கு உதவியாக இருக்கும். சிறுகச் சிறுக ஒவ்வொரு மாற்றமாக ஏற்பட்டு, முழு மாற்றத்திற்கு வந்துவிட்டார்களா? அல்லது வேறு வகையான மாற்றமா?

ஸ்ரீ : சிறுகச் சிறுக, படிப் படியாக ஏற்பட்ட மாற்றம் என்று இதனைச் சொல்ல முடியாது. செய்வதற்கு ஒன்றும் இல்லை என்று தெரிந்துகொண்ட மாத்திரத்தில், அந்த அத்தியாயம், முழுவதுமாக முடிந்து போய் விட்டது. மனோர்த்தியாக என்ன நிகழ்ந்தாலும், அதனைச் சீரமைக்கும் எண்ணம் ஏற்படுவதில்லை. நிகழ்வது அனைத்தும், எனது முடிவை உறுதிப் படுத்துவதாகவே அமைந்துவிட்டது. அதற்கு மாற்றுக் கருத்து இருப்பதாக எந்த சந்தர்ப்பமும் ஏற்படவில்லை. வெளி உலகில் செய்வதற்கு எதுவும் இல்லை என்ற பிரச்சினை எனக்கு ஏற்படவில்லை.

நான் தெரிந்து கொண்டதை மற்றவர்களுக்குத் தெரிவிக்கவேண்டும் என்ற வேலையை நான் கையில் எடுத்துக்கொண்டதால், எனக்குவெளி உலகமும் முக்கியத்துவம் உடையதாக இருந்தது. அதனால் விரக்தி மனப்பான்மை எதுவும் எனக்கு ஏற்படவில்லை. ஆர்வத்துடன் செயல்பட செயல்கள் இருப்பதால், வெளி உலகம், என்னைப் பொருத்த அளவில், விரிந்து திறந்து இருக்கிறது. உள்ளேயும், வெளியேயும் எந்த செயல்களையும் வைத்துக் கொள்ளாமல் இருக்கும் நிலைப்பாடு, சன்னியாசிகளுக்கு மட்டும் பொருத்தமானதாகும். மூன்று நாட்களுக்குமேல் ஓர் இடத்தில் தங்ககூடாது என்பது, அவர்களுக்கு விதிக்கப்பட்ட கட்டுப்பாடு. அதனால் அவர்களுடைய முழு வாழ்க்கையையுமே உயிரோட்டமாக (lively) மாறிவிடும். அவர்கள் ஒவ்வொரு நாளும் புதுப்புது சூழ்நிலையைச் சந்திக்க வேண்டியது ஏற்படும்.

ஆனால் நமது வாழ்வில் ஒரே சூழ்நிலையை மீண்டும் மீண்டும் சந்திக்க வேண்டியவர்களாக இருக்கின்றோம். அந்கே சாதிப்பதற்கு பிரம்மாதமாக எதுவும் இல்லாத நிலையில், ஒரு சலிப்பும், விரக்தியும், ஏற்பட வாய்ப்புள்ளது. அகத்தளவில் பிரம்மாண்டமாக எதையோ சாதிக்கவேண்டும் என்ற நிலையில் நாம் இருக்கும் வரையிலும், அந்தத் தேடுதலே, நம்மை உற்சாகப்படுத்தி வந்திருந்தது. அகத்தளவில் அப்படி எதையும் அடையத்தேவையில்லை என்ற நிலையில் அது சம்மந்தப்பட்ட உற்சாகமும் நம்மை விட்டுப் போய்விடுகிறது. அதனால் ஏற்பட்ட வெற்றித்தை வெளி உலக நடவடிக்கைகளில் கொண்ட

ஈடுபாட்டின் மூலமாக, ஓரளவு ஈடுகட்டலாம் எனத்தோன்றுகிறது.

என்னெனப் பொறுத்தளவில் அகத்தளவில் எதையும் செய்யத் தேவையில்லை என்ற முடிவுக்கு வந்தவுடன், மிகப்பெரிய பாரத்தைக் கீழே இறக்கி வைத்ததைப் போன்ற நிம்மதி எனக்கு ஏற்பட்டது.

கே : வருகின்ற எண்ணங்களை எல்லாம் அப்படியே ஒடவிட்டுவிட்டால், என்னுடைய செயலை நான் எப்படிச் செய்வது? இங்கு என்னுடைய கர்மா என்பது என்ன?

ஷ்ரீ : நமது குடும்பத்திற்காகவோ, சமுதாயத்திற்காகவோ நாம் எதையாவது செய்யவிரும்பினால், அந்த விருப்பத்தை, நம்முடையதாக அங்கீகரித்து (Adopt) அதன்படி அந்த செயலில் ஈடுபடுகிறோம்.

கே : நான் என்னும் இயக்கம் எப்படி ஏற்படுகின்றது?

ஷ்ரீ : நான் என்னும் உணர்வு, நம்முடைய சிந்தனையை ஆதாரமாகக் கொண்டே ஓர் உருவத்தையும், தகுதியையும் பெறுகிறது.

கே : நான் என்பது ஒரு நினைவு மட்டும்தானா?

ஷ்ரீ : நம் அனைவருக்கும், அடிப்படையாக ஓர் உணர்வு நிலை (consciousness) உள்ளது. அந்த அடிப்படை உணர்வுடன், நமது சிந்தனை கலக்கும்போது, நான் என்னும் அம்சம், உருவம்கொள்கிறது. சிந்தனை புதிது புதிதாக வருவதைப்போல், நான் என்பதும், புதிது புதிதாக வந்து கொண்டிருக்கிறது. ஒவ்வொரு நேரத்திலும் நான் என்பதன் அனுபவம் ஒவ்வொரு விதமாக அமைந்துள்ளது. ஒரு சமயம் மகிழ்ச்சி உள்ள நானாகவும், இன்னொரு சமயம் துயரமுள்ள

நானாகவும், இப்படிப் பலவிதமானதன்மையுள்ள நான் ஆக அமைந்துள்ளது. நான் எனது துயரத்திலிருந்து விடுபடவேண்டும் என்று நினைப்பது, ஒருவர் இன்னொருவராக மாற விரும்புவதைப் போன்றதே.

இந்த அனுபவம் வேண்டும், இந்த அனுபவம் வேண்டாம் எனக்கோருவது என்பது, இந்த நான் வேண்டும், அந்த நான் வேண்டாம் என்று கோருவதைப் போன்றதே.

கே : நான் என்பது, நமது சிந்தனை என்று குறிப்பிடுகின்றீர்கள். எனக்குப் புரிதல் ஏற்பட்டு விட்டது என்று கூறினால், எனது சிந்தனைதான், அப்படிப் புரிந்து கொண்டது என்று அர்த்தமா ?

ஸ்ரீ : அப்படித்தான் எடுத்துக்கொள்ளவேண்டும். சிந்தனை என்று நாம் கூறுவது, நமது மனதில் உள்ள ஒரு வெளிப்பாடாகும். புரிதல் என்பது மனதில் தான் ஏற்படுகிறது. மனதுக்கு ஆதாரமான ஆன்மாவில் இது ஏற்படுவதில்லை.

கே : புரிதல் நடப்பது எவருக்குத் தெரிகிறது ?

ஸ்ரீ : மனதுக்குதான் ஏற்படுகிறது.

கே : மனது என்பது, உணர்வு நிலையைக் குறிக்கிறதா ?

ஸ்ரீ : உணர்வு, ஆன்மா என்பதெல்லாம், மனதிற்கு ஆதாரமானது. அது மனது அல்ல. சினிமா படம், திரையில் ஓடுகிறது. திரை என்பது உணர்வு நிலை. அதில் தெரியும் படம் என்பது, நமது மனம்.

கே : இங்கு புரிதல் ஏற்படுவது எந்தப் பகுதியில் ? நமது உணர்விலா, அல்லது மனதிலா ?

**ஸ்ரீ :** உணர்வு நிலை இல்லாமல், மனம் என்று எதுவும் கிடையாது. திரை இல்லாமல் படம் எதுவும் கிடையாது. ஆனாலும் கூட படத்தை மட்டும்தான் நாம் கணக்கில் எடுத்துக்கொள்ளவேண்டும். மனதை மட்டும்தான் கணக்கில் எடுத்துக்கொள்ள வேண்டும்.



## 3

### அறிவுபூர்வமான புரிதல் மட்டும் போதுமா?

கே : வெறும் அறிவுபூர்வமான புரிதல் மட்டும் போதுமா?

ஸ்ரீ : அதாவது நமது கருத்துப்படி, ஞானம் என்றால் என்ன என்பதை ஒருவர் கருத்தளவில் புரிந்துகொண்டால் கூட, அவர் ஞானம் பெற்றுவிட்டதாகத் தான் அர்த்தம். அதாவது, வெறும் புத்திப்பூர்வமான புரிதல் மட்டும் போதும் என்பதே நமது கருத்து. உணர்வு பூர்வமாகப் புரிந்துகொள்ளுதல் என்று ஓர் அனுகுமுறை உள்ளது. அறிவுபூர்வமாக முதலில் புரிந்துகொண்டு, பிறகு உணர்வுபூர்வமாகப் புரிந்து கொள்ளவேண்டும் என்பது, வழிவழியாகக் கூறப்படும் ஓர் அனுகுமுறை ஆகும். ஆனால் நம்மைப் பொருத்தளவில் அறிவு பூர்வமான புரிதல் மட்டும் போதுமானதாகும்.

கே : வெறும் புத்தி பூர்வமான புரிதல் மட்டும் எப்படிப் போதுமானதாக இருக்க முடியும்?

ஸ்ரீ : நான் கேள்விப்பத்தை ஒரு சம்பவம். அது ஒரு கதையாகவும் இருக்கலாம் அல்லது உண்மையாகவும் இருக்கலாம். மந்திரவாதி ஒருவர் மந்திரத்தைச் சொல்லி, பாம்புக்கடி விசத்தை

இறக்கி வந்தார். இளைஞன் ஒருவன் அவரிடம் அந்த மந்திரத்தைச் சொல்லித்தருமாறு, பல காலமாகக்கேட்டு வந்தான். பல காலமாக அவர் அவனைத் தட்டிக் கழித்துவந்தார். அவன் அவரை விடுவதாக இல்லை. அவர் அவனுடைய தொந்தரவு பொறுக்க முடியாமல், “ தொந்தரவு பண்ணாமல் தூரப்போ !”என்று தன்னுடைய தாய் மொழியான, தெலுங்கு மொழியில் கத்தினார். தெலுங்கு தெரியாத அந்த இளைஞனுக்கு அது என்னவென்று புரியவில்லை. அது தான் பாம்புக்கடி மந்திரமோ என்று நினைத்து, அந்த மந்திரவாதியிடம், “இதுதான் பாம்புக்கடி மந்திரமா ?” என்று கேட்டான். அவரும், “ இதுதான் பாம்புக்கடி மந்திரம் ” என்று கூறிவிட்டார்.

அந்த இளைஞனும், ‘தொந்தரவு பண்ணாமல் தூரப்போ ’ என்பதை மந்திரமாக நினைத்து ஜெபம் செய்து வந்தான். அவனுடைய ஜெபத்திற்கு பாம்பு விசத்தை இறக்கும் சக்தி ஏற்பட்டுவிட்டது.

அந்த நாட்டில் உள்ள அரசியை பாம்பு கடித்து விட்டது. மந்திரவாதியைக் கூப்பிட்டு சிகிச்சை அளித்தார்கள். மந்திரவாதி எத்தனை எத்தனையோ மந்திரங்களை யெல்லாம் கூறியும் விசம் இறங்குவதாக இல்லை. அரசியின் நிலை மிகவும் மோசமாகிவிட்டது. யாரோ சொன்னார்கள் என்று, அந்த இளைஞனைக் கூப்பிட்டு அனுப்பினார்கள். இளைஞனும் வந்து தனது மந்திரத்தை ஒரே ஒருமுறை தான் ஜெபம் செய்தான். அதுத்த வினாடியிலேயே, அரசியுடைய விசமெல்லாம் இறங்கிவிட்டது.

இங்கு மந்திரத்தை விட, அந்த இளைஞரின் விசுவாசம் தான் முக்கியமாக உள்ளது. அந்த மந்திரவாதி மிகவும் ஆச்சரியப்பட்டுப்போனார். தான் மந்திரம் சொல்லிக் கொடுக்காததால், வேறு எவரிடமோ கற்று வந்திருக்கிறான் என்று நினைத்து, “ எவரிடம் இந்த மந்திரத்தைக் கற்று வந்தாய்? ” என்று கேட்டார். இளைஞரும் அந்த மந்திரவாதியிடமே அதனைக் கற்றதாகக் கூறினான்.

அந்த மந்திரவாதியும் ஆச்சரியப்பட்டு அவர் கற்றுக்கொடுத்த மந்திரத்தைக் கூறும்படிக் கேட்டார். இளைஞரும் தான் கற்ற மந்திரத்தை அவரிடம் கூறினான். “தொந்தரவு பண்ணாமல் தூரப்போ!” இங்கே நம்பிக்கைதான் வேலை செய்திருக்கிறது. நாம் புரிந்து கொண்டோம் என்று சொல்லும் போது, அது வேலை செய்யும். ஆனால் அதற்கு எதிராக இன்னும் ஒரு கருத்தை வைத்தோமானால், அந்தப் புரிதல் வேலை செய்யாது. நாம் புரிந்த பிறகு, நாம் புரியவில்லை என்று நினைத்தாலோ, இன்னும் கொஞ்சம் ஆழமாகப் புரியவேண்டும் என்று நினைத்தாலோ, நமது புரிதல் பலவீனம் அடைந்துவிடும். நாம் புரிய வேண்டியது இவ்வளவு தான் என்று திருப்தி அடைந்து விடவேண்டும். நமது புரிதலைத் தாழ்வாக மதிப்பிட்டு விடக்கூடாது. இதுதான் புரிதல் என்று நாம் புரிந்து கொண்ட நிலையில், நமது மனதும், இதுதான் புரிதல் என்று தனக்குள் எதிரொலி செய்யவேண்டும்.

வெறும் புத்தி பூர்வமான புரிதலாக இருந்தாலும் கூட, உள்ளே ஏதோ ஒரு மாற்றம் ஏற்பட்டு விடுகின்றது. ஆனால் நமது கையில் இருப்பது இத்தகைய புத்தி பூர்வமான புரிதல்

மட்டுமே. அந்தப் புரிதலுக்கு எதிராக நாம்வேறு ஏதாவது கருத்தை அல்லது முடிவை உள்ளே அனுப்பினால் மட்டுமே நமது புரிதல் பலவீனப்பட்டு விடுகிறது. இந்நிலையில் நமக்குள்ளே நாம் இருவகையான கட்டளைகளை அனுப்பி விடுகிறோம். இதனால் நாம் எந்தக் கட்டளையை ஏற்றுக் கொள்வது என்று தெரியாமல் நம் மனதிற்குள்ளேயே குழப்பம் ஏற்பட்டு விடுகிறது. ஒருமுறை என்னுடைய அலைபேசியில் நண்பருடைய பெயரைப் பதிவு செய்து வைத்தி ருந்தேன். அவரிடமிருந்து அழைப்பு வரும் போது, அவரது பெயர் வெளிப்படவில்லை. அது என்ன வென்று ஆய்வு செய்து பார்க்கும்போது, அவருடைய பெயர் இரண்டு தடவை இரண்டு விதமாகப் பதிவு செய்யப்பட்டு இருப்பது தெரிந்தது. அதனால் அங்கு சரியான விளைவு ஏற்பட முடியாமல் போய் விட்டது.

அப்படி நாம் நமது புரிதலுக்கு எதிராக இன்னும் ஒரு கருத்தை ஏற்படுத்தாமல் இருக்கும் போது, நமது புரிதலே உள்முகமாக ஏற்றுக் கொள்ளப்பட்டு, நமக்கு எந்தச் சந்தேகமும் ஏற்படாத வகையில் நமது மன இயக்கம் கூட மாறி அமைந்து விடுகின்றது.

நாம் புரிந்துகொள்வது என்று கூறுவது என்னவென்றால், நமது மனோ ரீதியான உணர்வுகள் சம்பந்தமாக நாம் செய்வதற்கு எதுவுமில்லை என்பதைப் புரிந்துகொள்வதே.

அப்படி நாம் புரிந்துகொண்ட நிலையிலும், நாம் மனோ ரீதியாக ஒரு செம்மையான நிலையை அடையவேண்டும் என்று நினைப்போமானால்,

அப்போது நமது புரிதல் பலவீனமாகிவிடுகிறது.

மனோ ரீதியாக நாம் அடைவதற்கு எதுவும் இல்லை என்று புரிந்து கொண்ட நிலையில், நம்மிடம் இருக்கும் நிலைக்கு நாம் அனுமதி கொடுத்துவிடுகிறோம். நம்மிடம் இயங்கும் உணர்வுகளுக்கு மனபூர்வமான அனுமதியைக் கொடுத்து விடுகிறோம். அப்படி நாம் அனுமதி கொடுக்கும் நிலையில், நமது மனம் இரட்டை நிலையை எடுப்பதில்லை. எது எது இருக்கிறதோ, அதனோடு இணையைக் கூடிய தன்மைக்கு வந்து விடுகிறது. அப்படி இல்லாத பட்சத்தில், எதையாவது மாற்றி அமைக்க வேண்டும் என்ற போரட்டத் தன்மைக்குப்போய்விடுகிறது.

கே : புரிதலை நாம் திரும்பத் திரும்ப சங்கல்பம் செய்து கொள்ளவேண்டுமா?

ஸ்ரீ : சங்கல்பமாக இருக்கும் பட்சத்தில் அங்கேயும் ஒரு முயற்சி, ஓர் அடையும் இடம், ஓர் இலக்கு ஏற்பட்டு விடுகிறது. ஆகவே சங்கல்பம் தேவையில்லை. ஆனால் நாம் பல காரியங்களுக்கு சங்கல்பத்தை பயன்படுத்தி வருகிறோம். நமக்கு நாமே சுயகட்டளை கொடுத்துவருகிறோம். இப்படி சில வேளை நமது பழக்கத்தின் காரணமாக இதையும் சங்கல்பிக்க நேர்ந்துவிடுகிறது. நாம் செய்வதற்கு எதுவும் இல்லை என்று நமக்கு நாமே சொல்லிக்கொள்ள நேர்ந்து விடுகிறது. இதுவும் நம்மையறியாமல் ஏற்பட்டதாக எடுத்துக் கொள்ள வேண்டுமே தவிர, நாம் மனப்பூர்வமாக இப்படி சங்கல்பிக்கத் தேவையில்லை.

கே : சுய விருப்பத்துக்கு (Will) வேலை இல்லை.

ஸ்ரீ : ஆமாம். மனோ ரீதியான நிகழ்வைப் பொருத்தளவில் 'Willful Action' (சுய விருப்பத்தோடு கூடிய செயலுக்கு)க்கு வாய்ப்பே கிடையாது. மனோ ரீதியான நிகழ்வுகள் அனைத்தும் அது போக்கில் தான் நிகழவேண்டும். அப்படி Willful ஆக சுய விருப்பமாக நாம் எதையாவது நம்மை அறியாமல் செய்துவிட்டால், அதையும் நம்மை அறியாமல் நிகழ்ந்துவிட்ட செயலாகவே எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும். நம்மை அறியாமல் செய்து விட்டோம் என்பதை உணர்ந்த கணத்திலேயே, நாம் அப்படி நம்மை அறியாமல் செய்வதிலிருந்து விடுபட்டு விடுகிறோம். அப்படி விடுபட்ட பிறகும், நாமாக முனைந்து அதுதான் சரி என்ற நிலையில் செயல்பட்டால்தான் அது Willful ஆகச் செயல்பட்டாகும்.

கே : அப்படி செயல்படும் போதுதான் நாம் நமது எண்ணத்துக்கு உயிர் கொடுத்துவிடுகிறோம். இல்லையா அய்யா?

ஸ்ரீ : ஆம், அப்படி உயிர் கொடுக்காவிட்டால் அந்த இயக்கம் அப்படியே வலுவிழந்துபோய்விடும்.

கே : உலகக் காரியங்கள் என்று வரும் போது மட்டும், நமக்கு ஏற்படும் உணர்வுகளைக் கையில் எடுத்து அதற்கு உயிர் கொடுப்பது, உலகக் காரியங்களைப் பொருத்த அளவில் அவசியம்; இல்லையா அய்யா?

ஸ்ரீ : ஆமாம். அப்படித்தான். உலகக் காரியத்தைப் பொருத்த அளவில் நாம் நமது உணர்வுகளுக்கு உயிர் கொடுப்பதன் மூலமும் உலகக் காரியங்களைச் செம்மையாகவும், தேவைக்குத்தகுந்தபடியும் செய்து முடிக்க முடியும். நாம் செய்யும் செயல்களில்,

தொழிலில் ஏதாவது ஒருதடங்கல் ஏற்படும்போது, நமக்கு மன வருத்தம் ஏற்படுகிறது. அந்த வருத்தத்தை நாம் அங்கீரித்து அதை பயன்படுத்துவதன் மூலமே நாம் அந்தத் தடங்கலிலிருந்து விடுபடுவதற்கான முயற்சிகளில் ஈடுபடுகிறோம். தடங்கல் ஏற்படும்போது நாம் வருத்தம் அடையாமல் இருந்தால், நாம் அந்தத் தடங்கலை அப்படியே ஏற்றுக்கொண்டு, நமது தொழிலைச் சீரமைக்க முயற்சி செய்யாமல் கூடப்போய் விடுவோம். உலகக் காரியங்களுக்கு, நமது உணர்வுகளைக் கையில் எடுத்துக்கொள்வது மிகவும் அவசியமே.

கே : அதே பழக்கத்தில்தான், நாம் நமது மனதைச் சீரமைக்கவும் முயற்சி செய்து விடுகிறோம். இல்லையா அய்யா ?

ஸ்ரீ : மனோ ரீதியாக நமக்கு, பயமோ, துக்கமோ ஏற்படும் போது, மனோ ரீதியாக இப்படி வரக் கூடாது என்று இங்கேயும் சீரமைக்கும் முயற்சியில் ஈடுபடுவதுதான்தவறு.

கே : வெளிப்புறமாக மட்டும் முயற்சியைக் கொடுத்து விட்டு, உட்புறமாக மட்டும் முயற்சியைக் கொடுக்காமல் இருப்பது என்பது மட்டும் நம்மைக் கொஞ்சம் தினை வைக்கிறது.

ஸ்ரீ : வெளிப்புறக் காரியங்களுக்கு நாம் நம்மை அறியாமல் முயற்சி செய்கிறோம். அப்படி நம்மை அறியாமல் நாம் நமது வெளிப்புறக் காரியங்களுக்கு முயற்சி செய்துகொண்டிருக்கிறோம் என்பதைப் பிறகு உணர்ந்துகொள்கிறோம். அப்படி உணர்ந்து கொண்ட பிறகும், அது வெளிப்புறச் செயலாக இருக்கும் பட்சத்தில், நாம் மனம் விருப்பத்

**துடனேயே, மனச் சம்மதத்துடனேயே Willfull ஆகவே நாம் அந்த செயலில் ஈடுபடுவதுதான் சரியானதாகும்.**

ஆனால் அகத்தைப் பொறுத்த அளவில் நம்மைச் சீரமைக்க நம்மை அறியாமல் முயன்றால் பரவாயில்லை. அறிந்தே நம்முடைய மன உணர்வு களைச் சீரமைக்க முயற்சி செய்வதுதான் தவறாகும்.

கே : நம்முடைய மனதில் ஏதாவது மோசமான உணர்வுகள் ஏற்படும்போது - ஏதாவது Reaction ஏற்படும் போது, அதை நாம் சரி செய்ய வேண்டாமா?

ஸ்ரீ : அது சம்மந்தமாக நாம் எதுவும் செய்யத் தேவையில்லை என்று நாம் கண்டுபிடித்துவிடும்போது, நாம் அந்த உணர்வு சம்மந்தமாக எதையுமே செய்ய மாட்டோம். ஓவ்வொரு கணத்திலும், ஏதாவது ஓர் உணர்வு, நமது சூழ்நிலைக்கேற்ப வந்துகொண்டேதான் இருக்கும். அது சம்மந்தமாக நாம் எதுவுமே செய்யாத பட்சத்தில் அதுவேதனது வழியில் சென்று மறைந்து போய்விடும். மனோ ரீதியான வலி உணர்வோ, வேதனைகளோ, நீங்கள் அது சம்மந்தமாக எதுவும் செய்யாத பட்சத்தில் அது விரைவாக உங்களை விட்டு மறைந்து விடும். நீங்கள் ஏதாவது செய்யும் போதுதான், அது இன்னும் கொஞ்சம்தாமதம் அடைகின்றது.

கே : Willfull ஆக அதை அப்புறப்படுத்த முயற்சி செய்யும் போது தாமதம் ஆகிறது என்று கூறுகிறீர்கள். அதை ஏதாவது ஓர் உதாரணத்துடன் கூறுங்களேன்.

ஸ்ரீ : மதுரை அன்பர் ஒருவருக்கு ஒரு பிரச்சினை. அவர் ஓர் அலுவலகத்தில் பணியாற்றுகிறார். அலுவலர்

களுக்கென ஒரு செயற் கூட்டம் ஓன்று நடந்திருக்கிறது. தலைமை அலுவலர் முன்னிலையில் அனைத்து அலுவலர்களும் கூடி இருந்திருக்கின்றனர். கூட்டம் நடந்துகொண்டு இருக்கும் போது, இந்த அன்பருடைய அலைபேசியில் அவரை எவரோ அழைக்கவும், அது ஒவிய எழுப்பி இருக்கிறது. இவர்உடனே அலைபேசியை நிறுத்தி இருக்கிறார். இதனால் அவர் மீது, தலைமை அலுவலர் கோபம் கொண்டிருக்கிறார்.

நீ எப்படி அலைபேசியை நிறுத்தி வைக்காமல் கூட்டத்தில் கலந்து கொள்ளலாம் என்று கூறி அவரை வேறு இடத்திற்கு மாற்றல் போட்டு விட்டார். இவருக்கு அதிலிருந்து மனவேதனை ஏற்பட்டு தூங்காமல் தவித்திருக்கிறார். இதற்குத் தீர்வு கேட்டு அவர் இன்னும் ஒரு அன்பர் மூலம் தகவல் கொடுத்தார். இப்போது அவருக்கு ஏற்பட்ட பிரச்சினை புறவயப்பட்டது. அவர் தவறுதலாக அலைபேசியை நிறுத்தி வைக்காமல் இருந்திருக்கிறார். இது தண்டிக்கப்படக்கூடிய அளவிலான குற்றமல்ல. கண்டனத்தோடு நிறுத்தியிருக்கலாம். ஆனால் தண்டனை கொடுக்கப்பட்டுவிட்டது. இதனால் இந்த அன்பர், தான் பழிவாங்கப்பட்டதாக இதனை எடுத்துக்கொண்டார். அதனை நினைக்குந்தோறும், அவருக்குள் ஒரு மனக் கொதிப்பு ஏற்பட்டுவந்தது.

அவர் அந்தத் தண்டனை அதிக பட்சமானது என்பதற்கு, மேல் முறையீடு செய்து அதற்கு அவரால் நிவாரணம் தேடிக்கொள்ளமுடியும். அவர் அதற்கான முயற்சிகளில் ஈடுபட வேண்டுவது என்பது புறச் செயலோடு சேர்ந்தது. அவர் அதற்கு

வேண்டிய முயற்சிகளை, முழு மனதுடன், தாராளமாகச் செய்து கொள்ளலாம்.

ஆனால் அவருக்கு ஏற்பட்டு வந்த மன உளைச்சல் என்பது வேறு வகையானது. அது முழுக்க முழுக்க மனோரீதியானது.

நடந்த சம்பவம் அந்தியானது என்று நினைக்கும் தோறும், அவருக்கு அது மனவலியைக் கொண்டுவந்து விடுகிறது.

அந்த நினைவு அவரை அறியாமல் அவருக்கு அலை அலையாக வந்து கொண்டிருக்கிறது. அந்தச் சிந்தனை, அவரை அறியாமல் ஏற்படுவதாயின், அது சிறிது சிறிதாக அதன் வேகத்தை இழுந்து விடும். ஐந்து நிமிடங்களுக்கு ஒருமுறை அதை நினைத்து வந்த அவர், அதனை அதன் போக்கில் விட்டு விட்டால், எப்போதோ ஒருமுறை மட்டும் அந்த நினைவு அவருக்கு வந்துபோகும். ஒரு குறிப்பிட்ட காலத்துக்குப் பிறகு அந்த சிந்தனையே வராமல் போய்விடும்.

ஆனால் அப்படித் தாமாக வந்த சிந்தனையை, நாமாக அதனை அங்கீகரித்து, நாமும் அதற்கு உரம் சேர்க்கும் வகையாக, மனப்பூர்வமாக, “ஆமாம் அவர் எப்படி நம் மீது இப்படி நடவடிக்கை எடுக்கலாம், அவரை விடக்கூடாது” என்று நாம் எண்ணிவிடுகிறோம். அல்லது “ஐயோ ! நமக்கு இப்படி மனவேதனை வருகிறதே! அடக்க முடியவில்லையே!” என்று மனப்பூர்வமாக எதிர்ப்பு தெரிவித்துவிடுகிறோம். இப்படி, தாமாக வரும் சிந்தனைக்கு நாமாக முனைந்து உயிருட்டி விடுகிறோம். அதனால், தாமாக வந்த

நினைவுகளும், உணர்வுகளும் தாமாக மறைவதற்குக் காலதாமதம் ஏற்பட்டுவிடுகிறது.

அந்தச் சிந்தனையை நாம் கட்டுப்படுத்த நினைக்காமல், அதன் போக்கில் விட்டு விட்டால், அது, விரைவில் ஒரு தீர்வை, அதுவாகவே அடைந்து விடுகிறது.

கே : சாமான்ய எண்ணங்களைக் கூட, இப்படி அனுமதிக்கும் போது அதன் வலு குறைந்துவிடுமா அய்யா?

ஸ்ரீ : எல்லாமே அப்படித்தான்.

கே : உணர்வுகள் மொத்தமாக வருகின்றன. அவையும் தாமாகப் போய்விடுமா?

ஸ்ரீ : ஆமாம். தாமாகப் போய்விடும். நாம் ஏதாவது உணர்வை, நமது புறத் தேவைக்காக அடாப்ட் செய்து கொள்ளலாம். தேவையில்லாவற்றை அப்புறப் படுத்தத் தேவையில்லை. அடாப்ட் செய்யாமல் விட்டு விட்டால், அதுவாகவே மறைந்துவிடும். உணர்வுகளே வரக்கூடாது; எண்ணங்களே வரக் கூடாது என்று நம்மை உறை நிலைக்குக் கொண்டுபோய்விடக்கூடாது. கம்ப்யூட்டரை எடுத்துக்கொண்டால், ஓர் அம்புக்குறியானது, சுதந்திரமாக அங்கும் இங்கும் நகர்ந்து கொண் டிருக்கும் தன்மையுடையதாக இருக்கும். நமக்கு தேவைப்படும் இடத்தில் அம்புக்குறியை நிறுத்தி, அதற்கு ஓ.கே. கொடுத்தால், அது சம்மந்தப்பட்ட தகவல்கள் வெளிப்பட ஆரம்பிக்கும். அம்புக்குறி எங்கேயும் போக முடியாமல் ஒரே இடத்தில் நிற்கிறது என்றால், அது செயல்படாமல் நின்று போய்விட்டது என்று அர்த்தம். அதுபோல் நமது

உணர்வுகளும், நினைவுகளும் அதன் போக்கில் சுதந்திரமாக வந்து போய்க் கொண்டிருப்பதுதான் சரியானது. புறச் செயலுக்குத் தேவையான உணர்வுக்கும், நினைவுக்கும் மட்டும் நாம் ஓ.கே. கொடுத்து விட வேண்டும். அப்படி ஓ.கே. கொடுத்து “கிளிக்” செய்வது, நம்மை அக நிலையைச் சரிப்படுத்துவதற்காக இருக்கக் கூடாது.

புறச் செயல்களின் நிர்வாகத்திற்காக மட்டுமே அப்படி “கிளிக்” செய்து கொள்ளலாம். நாம் ஏதாவது ஒரு நிலையை நாடுவது என்பது இயக்கமற்ற உறைந்த நிலையான ஒரு நிலையைத் தேடுவதே ஆகும். எல்லாமும் அது போக்கில் வந்து கொண்டிருக்கும் நிலைதான் சரியான நிலை.

கே : வெளிப்புற நடவடிக்கைக்காக மட்டும் நாம் “கிளிக்” செய்து கொள்ளவேண்டும்.

ஞா : ஆமாம். வெளிப்புற நடவடிக்கைக்காக மட்டுமே நாம் கிளிக் செய்து அடாப்ட் பண்ணிக் கொள்ளலாம். ஆனால் அகத்தைச் சரிப்பண்வும் கூட, நமது மனமே கோரிக்கை எழுப்பும். பயமில்லாத நிலை வேண்டும்; துக்கமில்லாத நிலை வேண்டும், ஆனந்தமான நிலை வேண்டும் என்று நமது மனதே, நமது மனதை சீரமைக்கும் வகையில் “கிளிக்” செய்யத் தூண்டும். ஆனால் அதற்கு நாம் கிளிக் செய்து விடக் கூடாது.



## 4

**எதிர்காலம் இல்லாவிட்டால் இருப்பதெல்லாம்  
நிகழ்காலமே**

கே : தெளிவுக்குப் பிறகு, “விருப்பு வெறுப்பற்ற மனநிலை” மற்றும் “நிகழ்காலத்தில் இருத்தல்” சாத்தியமாகிறது என்று ஜே. கிருஷ்ணமூர்த்தி கூறுகிறார்.

ஸ்ரீ : அப்படித்தான் இருந்து கொண்டிருக்கிறது. நிகழ்காலம் என்பது எப்போதும் இருந்து கொண்டுதான் இருக்கிறது. நாம் எதையாவது வேண்டுமென எதிர் நோக்கும் போது தான் பிரச்சினை ஏற்படுகிறது. நாம் எதை எதிர்நோக்குகிறோம் என்றால், எதிர்காலத்தைத் தான் எதிர்நோக்குகின்றோம். நிகழ் காலம் எப்போதும் இருந்து கொண்டுதான் இருக்கிறது அதனை நாம், கொண்டு வரத் தேவையில்லை. எதிர்காலத்தை நாடி ஒடுவதால் நிகழ்காலம் முக்கியத்துவத்தை இழந்துவிடுகிறது. நாம் எதிர் நோக்கும் அம்சம், முயற்சி ஆகியவை முக்கியத்துவத்தை இழக்கும்போது, எதிர்காலமும் முக்கியத்துவத்தை இழக்க, இழக்க, நிகழ்காலம் பலம் பெற ஆரம்பிக்கின்றது. எதிர்காலம்

இல்லாவிட்டால், இருப்பதெல்லாம் நிகழ்காலமே. தேடுதலற்ற நிலைதான் நிகழ்காலமாக இருக்கிறது.

கே : நிகழ்காலம் என்று ஒன்று கிடையாது. எதிர்காலம் இருப்பதால் அதன் Relative aspect தொடர்புத்தன்மை காரணமாக மட்டுமே நிகழ்காலம் இருக்கிறது.

ஸ்ரீ : ஆமாம். அதே நேரம், எதிர்காலம் முக்கியத்துவம் பெறுவதன் அளவுக்கு நிகழ்காலம் முக்கியத்துவத்தை இழக்கிறது.

கே : பிரவாகத்தில் இருக்கும்போது, அதை நிகழ்காலம் என்று கூறிவிடலாம்.

ஸ்ரீ : ஆம்; அப்படித்தான்.

கே : அதை சாட்சித்தன்மை என்றும் கூறலாம்.

ஸ்ரீ : அப்படியும் கூறிக் கொள்ளலாம். அதுவும் தானாகத் தான் நிகழ்கின்றது. நாம் அதனைக் கொண்டு வருவதில்லை. சாட்சித் தன்மையைக் கொண்டுவர வேண்டுமென்று நாம் விரும்பினால், அங்கே ஒரு டிமாண்ட் ஏற்பட்டு விடும். ஒரு தேடுதல் ஏற்பட்டுவிடும். அது ஒருபோதும் சாட்சித் தன்மையாக இருக்காது. தேடுதலை விட்ட நிலையில், நம்மையறியாமல் சாட்சி நிலைக்கு வந்துவிடுகிறோம்.

சாட்சித் தன்மையில் தொடர்பு உள்ளது. ஒரு நிகழ்ச்சியை நாம் சாட்சியாக இருந்து பார்க்கிறோம் என்றால், நமக்கும் அந்த நிகழ்வுக்கும் தொடர்பு உள்ளது. நாம் அதனை கவனிக்காமலேயே விட்டு விட்டால், அங்கு நமக்குத் தொடர்பு இல்லாமல் போய் விடுகிறது. அந்த நிகழ்வினால் நமக்குப்

பாதிப்பு எதுவும் இல்லாமலும் இருக்கவேண்டும். அப்போதுதான் நாம் இருக்கும் நிலை சாட்சித் தன்மையாக இருக்கும். டிமாண்ட் இல்லாத நிலையில்தான் பாதிப்பு எதுவும் நமக்கு இருக்காது. டிமாண்ட் - எதிர்பார்ப்பு இல்லாத நிலைதான் சாட்சி நிலை.

கே : நமக்கு இன்பமோ அல்லது துன்பமோ ஏற்படுகிறது. இது தானாக நகர்ந்து போய்விடும் என்ற அறிவு பூர்வமான புரிதல் மட்டும் போதுமா அய்யா ?

ஸ்ரீ : ஆமாம்; அதனை அதன்போக்கில் நகர்ந்து செல்வதாக எடுத்துக்கொள்ளவேண்டும்.

கே : அப்படி நாம் நமக்குள் சங்கல்பித்துக்கொள்வதாக சில வேளை நேர்ந்து விடுகிறதே ?

ஸ்ரீ : ஆமாம்; அப்படி சில வேளை நமது பழக்கத்தின் காரணமாக ஏற்பட்டுவிடலாம். அப்படி நேர்ந்தாலும், அதுவும் நம்மையறியாமல் நேர்ந்துவிடுவதாக வைத்துக்கொள்ளவேண்டும். நமது முயற்சியால் நாமாக முனைந்து அதனைச் செய்யாமல் இருந்தால் போதும். நாம் நடந்து கொள்வது தவறான செயலாக இருந்தால் கூட, நம்மையறியாமல் நிகழ்ந்திடும் போது, அதனையும் சரியான செயல் என்றே கூற வேண்டும். அறிந்த நிலையில்தான் நாம் அப்படி எந்தத் தவறும் செய்யக்கூடாது. அறிந்த நிலையில் அப்படிச் செயல்படும் போதுதான், எதிர்காலம் முக்கியத்துவம் பெற்றுவிடுகிறது. அப்போதுதான் நிகழ்காலம் புறக்கணிக்கப்பட்டுவிடுகிறது.

கே : நிகழ்காலத்தை ஏற்றுக்கொள்ளவேண்டும் என்பது கூடத் தேவையில்லை.

**ஸ்ரீ :** ஆமாம்; ஏற்றுக்கொள்ளவேண்டும் என்பது கூடத் தேவையில்லை. நிகழ்காலம் கூட தாமாக நிகழ்ந்திடுவதாக ஏற்றுக்கொள்ளவேண்டும். ஒத்துழைப்பு இல்லாதவாறு பார்த்துக்கொள்ள வேண்டும். மனோ ரத்யான இயக்கம் முழுவதும், தானாக நிகழ்வதாக இருக்கவேண்டும்.

**கே :** அடைவதற்கு எதுவோ இருக்கிறது என்று இதுவரை பாடுபட்டு வந்த தீவிர ஆத்ம சாதகர்களுக்கு அடைவதற்கு எதுவும் இல்லை என்று நீங்கள் கூறும் போதும், ய.ஜி.கிருஷ்ண மூர்த்தி இப்படிக் கூறும் போதும், அது பெரிய அதிர்ச்சியை ஏற்படுத்தி விடுகிறதே.

**ஸ்ரீ :** என்னைப் பொறுத்த வரையில், ஒரு பெரிய பொறுப்பையும், சுமையையும் இறக்கி வைத்த ரிலாக்சேசனைத்தான் கொடுத்தது. ஒரு விடுதலையைத் தான் கொடுத்தது. “இவ்வளவு எளிமையாக இருக்கிறதே; இதற்காகவா நாம் இத்தனைதூரம் முட்டி மோதிக்கொண்டிருந்தோம்” என்ற ஆச்சரியம் தான் ஏற்பட்டது. நன்பர் ஒருவர் இது பற்றிக் குறிப்பிடும் போது, ‘கன் இமையைத் திறப்பதற்கு, ஸ்குரு டிரைவரைக் கொண்டு சென்றது போல் இவ்வளவு காலமும் தேவையற்ற முயற்சியை மேற்கொண்டிருந்திருக்கிறோம்’ என்று கூறுவார்.

உண்மையில் ஸ்குரு டிரைவரைக் கொண்டுபோகும் போதுதான் இமை, மேலும் இருக்கமாக மூடிக்கொள்கிறது. உள்ளே செய்வதற்கு ஒன்றும் இல்லை என்பது, வெளிப்புறக் காரியங்களிலும் பிரதிபலிக்கும் போதுதான்

சிலருக்கு அது ஒருவித விரக்தி நிலையைக் கொண்டுவந்து சேர்க்கிறது. அகத்தைப் பொருத்த அளவில், நாம் செய்வதற்கு எதுவும் இல்லை என்று இருந்துவிடவேண்டும்.

கே : சாஸ்த்திரங்களில், சும்மா இரு என்று கூறப்படுவது இதுதானா?

ஸ்ரீ : ஆமாம்.

கே : அகத்தைப் பொறுத்த அளவில் சும்மா இருத்தல்.

ஸ்ரீ : ஆமாம். வெளியேயும் சும்மா இருக்கவேண்டும் என்று அது தவறான முறையில் புரிந்து கொள்ளப்பட்டதால்தான், ஞானம் என்பதே, கோடியில் ஒருவருக்குத்தான் கிடைக்கும் என்று அது ஒரு மறை பொருளாகிவிட்டது. ஆனால் ஒரு சராசரி மனிதனுடைய லட்சணமே ஞானநிலைதான்.

ஆ.கு : பிறப்புரிமை.

ஸ்ரீ : ஆமாம். சொல்லப்போனால் குழந்தைகள் அனைவரும் இந்த ஞான நிலையில்தாம் இருக்கின்றனர். அறிவு சேர்ந்துகொள்வதால், அது பிறகு மாறி விடுகிறது. அவர்களுடைய அறிவுதான், அவர்களுக்கு என்று ஒரு தனித்த நிலையை உருவாக்கிக் கொடுக்கிறது. அந்த அறிவே பிறகு தனது இயலாமையை உணர்ந்து கொள்ளும் போது, நாம், மீண்டும் முதலில் புறப்பட்ட குழந்தைத் தன்மைக்கே திரும்பி விடுகிறோம்.

கே : ரமணர் கூறும் “பெரிய நான்” தான் பிரவாகம் என்று கூறலாமா?

ஸ்ரீ : சாஸ்திரத்தின் கூற்றுப்படிதான் பெரிய நான் உள்ளது. நமது நடைமுறை அனுபவத்தின்படி பார்க்கும்

போது, “சின்ன நான்”, மட்டும் தான் இருக்கிறது. அதுதான் பிரவாகத்தோடு தொடர்பு கொள்கிறது. சின்ன நான் தான் பிரவாகமாக மாறுகிறது.

கே : தியானத்தில் பல காலமாக ஈடுபட்டு வருகிறோம். அதை நிறுத்துவது என்றால் கொஞ்சம் குழப்பமாகத்தான் உள்ளது.

ஞு : தியானம் என்பதே மனதை டியூண் செய்வது தான்; வடிவமைப்பதுதான். அப்படிச் செய்வதால் அதற்குரிய பலன் கிடைக்கிறது. அதனால் பலவிதமான அனுபவ நிலைகள் ஏற்படுகின்றன. ஆனால் அந்த அனுபவங்கள் நமக்குத் தொடர்ந்து நீடிக்கவேண்டும் என நாம் அதன் மீது பற்று ஒன்றினையும் ஏற்படுத்திக் கொண்டு விடுகிறோம். அந்த தியானத்தினால், சக்தி ஏதாவது கிடைக்கும்போது, அந்த சக்தி நமக்குக் கிடைத்து விட்டதான் ஒரு நிறைவு நமக்கு கிடைக்கிறது. இப்படிப் புறத்தளவில் பயன் படுவதைப் போன்ற ஒரு பயன்பாட்டைத்தான் இது கொடுக்கிறது. நாம் செய்வதற்கு ஒன்றும் இல்லை என்று கண்டு பிடிப்பதைக்கூட ஒரு தியானம் என்று கூறி விடலாம். ஆனால் இதனுடைய விளைவாக, இத்தகைய தியானமே ஒரு முடிவுக்கு வந்து விடுகிறது. டியூனிங்கை முழுவதுமாக நிறுத்திவிடுகிறது. அகத்தைப் பொறுத்த அளவில் ஏதாவது டியூனிங் தேவைப்பட்டால், அது தானாக ஏற்படும் ஆட்டோ டியூனிங்காக (auto tuning) இருந்து விடுகிறது. manual tuning தான் (நாமாக முயன்று வடிவ மைப்பதுதான்) தேவையற்றது. நமது தியானத்தின் மூலம் ஏதாவது நல்ல விளைவுகள் ஏற்படும் பட்சத்தில் அதை நீங்கள் தொடர்ந்து

மேற்கொள்வதில் தவறு கிடையாது. தீவிரத் தன்மையை விட்டு விட்டு, விளையாட்டாகவும், ஆர்வத்தின் வெளிப்பாடாகவும் அதனை நீங்கள் மேற்கொள்ளலாம். காலையில் காலாற சிறிது தூரம் நடக்கிறோம். அந்த நடையே ஒர் இனிமையான அனுபவமாக இருக்கிறது. ஏதோ பணியின் நிமித்தம், ஏதோ ஒரு நோக்கத்துக்காக நாம் அப்படி நடந்து சென்றால், அது நமக்கு ஒரு பாரமாக இருக்கும். தியானத்தையும், தியானத்துக்காக மட்டுமே நீங்கள் செய்வதானால் அதுவும் நல்ல அம்சமே.

கே : உடலுக்காகவும், மனதுக்காகவும் வைத்துக் கொள்ளலாம்.

ஸ்ரீ : ஆமாம். புறக்காரியங்களில் ஈடுபடும் போது, நான் எனது மனதை சலனமில்லாமல் வைத்துக் கொள்வேன் என்று நாம் நமது மனதை டியூன் செய்தோமானால், அது தற்காலிகமாகவே சாத்தியமாகும். அது ஒரு போராட்டத்தையே ஏற்படுத்திவிடும்.

கே : நமது மன உணர்வையே தியானப் பொருளாக எடுத்து தியானம் பண்ணலாமா?

ஸ்ரீ : ரமணர் கூட அப்படி எடுத்து பண்ணச் சொல்லுகிறார். நான் என்னும் உணர்வை தியானிக்கச் சொல்லுகிறார். அப்படிச் செய்யலாம். ஆனால் அது நம்மை சமாதி நிலைக்குத்தான் இட்டுச் செல்லும். தெளிவு நிலைக்கு அது நம்மைக் கொண்டுசேர்க்காது. தியானத்தின் மூலம் நல்ல அனுபவங்கள் கிடைக்கலாம்; சில அதீதமான சக்திகள் கிடைக்கலாம். ஆனால் நம்மை நாமே

ஆய்ந்து விசாரம் செய்வதால் மட்டுமே, தெளிவு கிடைக்கமுடியும்.

கே : தியானமும் தெளிவும் சேர்ந்து இருந்தால் நல்லது என்று நினைக்கிறேன். தெளிவடைந்த நிலையில் தியானத்தையும் வைத்துக்கொள்ளலாம் என நினைக்கிறேன்.

ஸ்ரீ : ஆமாம். சரிதான்.

கே : ஜே.கே; ரமணர் மற்றும் அய்யா உடைய புரிதல் இவற்றில் வித்தியாசம் உள்ளதா?

ஸ்ரீ : என்னைப் பொருத்த அளவில் எல்லா ஞானிகளுடைய புரிதலும் என்னுடைய புரிதல் மாதிரி உள்ளதாகத்தான் நான் கருதுகிறேன். ஆனால் இதுவரை அவர்கள் எவரும், தங்களுக்கு இந்தப் புரிதல் எப்படி ஏற்பட்டது என்பதை அடுத்தவர்களுக்கு விளங்கும்படியாக அதனைச் சரிவர விளக்கிக் காட்டவில்லை. அவர்கள் அனைவருமே அதனை ஏதோ ஒரு அமானுஷ்ய நிகழ்வாகக்கொண்டு வந்துவிடுகின்றனர். அதை சராசரி மனிதனோடு தொடர்பு படுத்தும் வகையில் அறிவியல் ரீதியாக அதனை அவர்கள் சரிவர விளக்கிக் கொடுக்கவில்லை. அதுதான் வித்தியாசம். தேனி சவாமியை எடுத்துக்கொண்டால், அவர்கள் அடைந்த நிலைக்கும் எனது நிலைக்கும் வேறுபாடு எதுவும் கிடையாது. ஆனால் அவர்கள் அதனை வெளிப்படுத்தி விளக்கும் முறை வேறு.

தேனி சவாமியைப் பொருத்த அளவில், “நானே அது. நானே பரம்பொருள்” என்னும் ஒரு கருத்தைத் தனக்குள் ஊட்டுகிறார். அதனால் நானே அது”என்னும் கருத்து நமக்குள் ஏற்றுகொள்ளப்பட்டு

விடுகிறது. நானே அது என்பதற்கு எதிராக வேறு எந்தக் கருத்தும் கொடுக்கப்படாத நிலையில், நானே அது என்ற கருத்து மட்டுமே செயல்படுகிறது. அந்நிலையில், தனிப்பட்ட நான் என்பதற்கான தனிப்பட்ட செயல் எதுவும் இல்லாமல் போய்விடுகிறது. “நாம் செய்வதற்கு எதுவும் இல்லை” என்பதை அவர் வேறு ஒர் அனுகுமுறையின் மூலமாக சாதித்து விடுகிறார். ஆனால் அது நேர்முகமான பாதையல்ல. சுற்றி வளைத்த நிலையில், நாம் பெற்ற அதே முடிவுக்கு வந்து விடுகிறார். அதனால் தான், தான் வந்த வழியை, மற்றவர்களுக்குத் தெளிவுபடுத்தும் வகையில் சொல்ல முடிவுதில்லை. பக்தியில் சரணாகதிக்கு வரும்போதும், எல்லா செயல்களையும் இறைவனிடம் ஒப்படைக்கும் போது, நமக்கு எந்தச் செயலும் கிடையாது என்ற முடிவுக்கு வந்து விடுகிறோம். அந்நிலையில் சரியான விளைவு ஏற்பட்டு விடுகிறது. ஆனால் இப்படி நிகழ்வது கோடியில் ஒருவருக்குத்தான் ஏற்படும்.

**கே :** மனப்பூர்வமாக சரணாகதியிலிருந்தால் இப்படி ஏற்பட்டு விடுமா?

**பூர் :** ஆமாம். ஆனால் அதற்கு எதிராக வேறு ஏதாவது ஒரு எதிர்பார்ப்பை ஊடுருவ விட்டுவிட்டால், சரணாகதி அம்சம் வேலை செய்யாமல் போய்விடும். இரண்டு விதமாக நாம் feeding செய்தால் சரியான விளைவு ஏற்படாது.

**ஆ.கு:** வெளிப்படுத்துவதில், எல்லா ஞானிகளுக்கு இடையேயும் காலங்காலமாக ஒரு முரண்பாடு இருந்துகொண்டே இருந்திருக்கிறதே?

ஸ்ரீ : அன்பர் ஒருவர் ஒரு சுவாமியைப்பற்றிய சம்பவத்தைச் சொன்னார். அவர் வேறு ஒரு சுவாமியாரிடம், பிராண்யாமம் செய்யும் கலையைக் கற்றிருக்கிறார். பிறகு அவர் அந்த பிராண்யா மத்தைத் தொடர்ந்து செய்திருக்கிறார். தனது குடும்பத்தாரையும் புறக்கணித்து அந்தப் பயிற்சியிலேயே ஈடுபட்டு இருந்திருக்கிறார். பல வருடங்கள் அந்தப் பயிற்சியில் ஈடுபட்டும் ஞானத்தெளிவு கிடைக்காத காரணத்தால் அதை விட்டு விட்டு ரிஷிகேசம் சென்றுள்ளார். அங்கு உள்ளவர்கள் சொல்லிக்கொடுத்த தியானங்களையும் செய்து பார்த்திருக்கிறார். எதுவும் அவருக்கு வேண்டிய தெளிவைக் கொடுக்கவில்லை. அதனால் அவர் மனம் வெறுத்துப்போய்விட்டார். ஞானம் கிடைக்காத நிலையில் உயிர் வாழ்ந்துதான் என்ன பயன் என்ற நிலையில் உயிர் விடத் துணிந்து, மலையில் உள்ள பாறை ஒன்றில் மனம் உடைந்த நிலையில் படுத்து கிடந்திருக்கிறார். அந்நிலையில் அவரே எதிர்பாராத நிலையில் ஞானத் தெளிவு அவருக்கு ஏற்பட்டிருந்திருக்கிறது. தனக்கு இது எப்படி ஏற்பட்டது என்று அவரையே அவர் கேட்டுப் பார்த்திருக்கிறார். பிராண்யாமம் ஒன்றைத்தான் அவர் வெசு காலமாகச் செய்து வந்திருந்ததால், அதனால் மட்டுமே அந்தத் தெளிவுவந்திருக்க வேண்டும், என்ற முடிவுக்கு வந்து அதையே பலரிடமும் தெரிவித்துவருகிறார்.

உண்மையில் எதுவும் உதவவில்லை என்ற கையறு நிலையில்தான் அது ஏற்பட்டுள்ளது. ஆனால் அவர் அதனை அப்படிப் புரிந்து கொள்ளாமல், தான் எப்போதோ செய்த

பிராண்யாமத்தின் விளைவாகத் தான் அந்த நிலை ஏற்பட்டதாகக் கருதிவிடுகிறார். செய்வதற்கு எதுவும் இல்லை என்பது அவருக்குள் feeding ஆனதை அவரது மனது உள்முகமாக ஏற்றுக் கொண்டிருக்கிறது. அதனால்தான் அவருக்கு அந்த விடுதலை நிகழ்ந்திருக்கிறது.

கே : அவர் புத்திப்பூர்வமாகப் புரிந்து கொள்ள வில்லையா ?

ஸ்ரீ : புத்திப்பூர்வமாகத்தான் புரிந்துகொண்டிருக்கிறார். ஆனால் அவரது புத்தி, சுவாசப் பயிற்சிதான் காரணம் என்று கூறியிருக்கிறது. அது சரியான புரிதல் அல்ல. ஆனால் “தன்னால் எதுவும் செய்ய முடியவில்லை” என்ற முடிவுக்கு வந்த புரிதல் மட்டுமே சரியான புரிதலாக இருக்கிறது.

கே : சுவாசப் பயிற்சிக்கு பலன் கிடையாதா ?

ஸ்ரீ : சுவாசப் பயிற்சிக்கு நிச்சயமாகப் பலன் உள்ளது. உடல் ஆரோக்கியம் கிடைக்கிறது. மன ஆரோக்கியம் கிடைக்கிறது. ஆனால் பயிற்சியின் மூலமாக, நாம் கூறும் மனத் தெளிவை அடைந்துவிட முடியாது. தெளிவுக்கும் தியான முயற்சிகளுக்கும் சம்மந்தம் கிடையாது. தெளிதல் என்பது புத்திப்பூர்வமான ஆய்வு மட்டுமே.

கே : பயிற்சியின் மூலமாக ஞானத்தை அடைய முடியாது?

ஸ்ரீ : ஆமாம்.



## ஜீவாண்மா – பரமாண்மா – சமாதி

கே : புரிதலில் ஆன்மாவின் விசாரணைக்குப் பங்கு இல்லையா?

ஷ்ரீ : நம்முடைய களத்தில், ஆன்மாவிற்கு என்று தனியொருபங்கு கிடையாது. நாம் மனதை மட்டுமே கணக்கில் எடுத்துக்கொண்டுள்ளோம். நாம் கனவு காணும் போது, கனவில் ஏற்படும் நிகழ்வுகளுக்கேற்ற கதாபாத்திரமாக மட்டுமே நம்மை அறிவோம். கனவு முடியும் வரை, “கனவு காண்பவனாக” நம்மை நாம் அறிய மாட்டோம். ஆனால் அதுதான் நிலைமான தன்மை. அதுபோல், நமது ஆன்மாதான் நம்முடைய நிலைமான களமாக இருந்தாலும் கூட, நாம் ஆன்மா என்பதை விளங்கிக் கொள்ளுதல் என்ற நிலை ஏற்படுவதில்லை. வெளிப்படையாக நமக்குத் தெரிவது அனைத்தும் நமது மனோமய இயக்கம் மட்டுமே. நான் என்று நாம் குறிப்பிடும் “சின்னநான்” மற்றும் நமது வெளி மன உணர்வு இயக்கம் ஆகியவை மட்டுமே நமக்கு வெளிப்படையாகத் தெரிகின்றன. சின்ன நான் மட்டுந்தான் நமக்குத் தெரியும். பெரியநானைப் பற்றிக் கூறும் உரிமை சாஸ்திரத்துக்கு மட்டுமே உண்டு. ஆன்மா, பரமாண்மா, பெரிய நான் என்று சாஸ்திரங்கள்

இதைப் பற்றிக் கூறினால் அதில் எந்தத் தவறும் கிடையாது.

கே : வெறும் வார்த்தைக்கு மட்டுந்தானா?

ஸ்ரீ : வார்த்தைக்கு மட்டும் அல்ல; அது முழு முதல் உண்மையுங்கூட. முழு முதல் உண்மையை நாம் சொல்லக் கூடாது. நாம் அப்படிக் கூறுவதற்கு, நமக்கு எந்த உரிமையும் கிடையாது. நாம் கூறினால் அது அப்பட்டமான பொய்யாகிவிடுகிறது. அதுவே சாஸ்திரம் கூறும்போது, முழு முதல் உண்மையாக இருக்கிறது.

கே : இந்தப் பிரவாக நிலைதான் அந்த ஆன்ம நிலையா?

ஸ்ரீ : ஆமாம். பிரவாகமாக மாறும்போது, நமது நிலை அனைத்தும் விவரிக்க முடியாத நிலைக்குப் போய் விடுகிறது. எல்லைக்குட்பட்ட இயக்கம் அனைத்தும் முடிவுக்கு வந்துகொண்டிருப்பதையே பிரவாகம் என்று கூறுகிறோம். ஆனால் அதை, ஆன்மா என்று பெயர் கொடுத்து விவரிக்கும் உரிமை சாஸ்திரத்திற்கு மட்டுமே உண்டு. அதற்குத்தான் முக்காலத்தைப் பற்றிப் பேசும் உரிமை உண்டு. “நீயே பரபிரம்மம்” என்பதை சாஸ்திரங்கள் கூறலாம். அதையே நாமும் கூறுவோமானால். நம்முடைய கூற்றும் சாஸ்திரமாகப் போய்விடும். பிறகு இதுவும் நடைமுறை உண்மையாக இருக்காது. அனுபவர்தியான விளக்கத்தைப் பொறுத்தவரையில், “சின்ன நான்” என்பதோடு நமது விளக்கத்தை நிறுத்திக்கொள்ளவேண்டும். கனவில் ஏற்படக்கூடிய ஒரு தற்காலிகமான கதாபாத்திரம் என்றே நம்மை நாம் எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும். அப்படியானால்தான் அது

இல்லாமல் போக முடியும். ஆன்மா என்பது இல்லாமல் போவதில்லை. வந்து வந்து பிரவகித்து போவதில்லை. சின்ன நான் மட்டுமே வந்து வந்து பிரவகித்துப் போக முடியும். பரபிரம்மம் என்பது மாற்றம் இல்லாதது. கனவு காண்பவன் என்பவனும் மாற்றம் இல்லாதவன். விட வேண்டிய அம்சத்தைத் தான் நாம் கனவாக எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும். நடைமுறை உண்மையைத் தான் நாம் கையாள வேண்டும். முழு முதல் உண்மையில் கைவைக்க நமக்கு அதிகாரம் கிடையாது. அதைக் கையாளும் உரிமை சாஸ்திரங்களுக்கு மட்டுமே உண்டு. நமது நடைமுறை உண்மைகள் சாஸ்திரத்துக்கு உடன்பட்டு வருகிறதா என்பதை மட்டும் நாம் சோதித்துக் கொள்ளவேண்டும். அதற்கு உறைகல்லாக சாஸ்திரம் பயன்படுகிறது. சாஸ்திர உண்மையை அடைய வேண்டும் என நினைக்கும்போது, அது ஓர் எதிர்பார்ப்பையும், எதிர்காலத்தையும் கொண்டுவந்து விடுகிறது.

கே : உறுதிப்படுத்துவதற்கு சாஸ்திரத்தைத் துணையாகக் கொள்ளலாம் ?

ஸ்ரீ : ஆமாம். நாம் சொல்லுவதை சாஸ்திரத்தைக் கொண்டு உறுதி செய்துகொள்ளலாம். நாம் ஒரு சராசரி மனிதனாக இருந்து கொண்டே ஞானியாகவும் இருந்து கொள்ளலாம்.

கே : பிரவாகம் மற்றும் இதுசம்பந்தமான புரிதவில் படிநிலைகள் உள்ளனவா ?

ஸ்ரீ : நமக்கு ஏற்படும் அனுபவங்களில், நமக்கு ஏற்பட்ட புரிதவின் விளைவாக, சில மாற்றங்கள் ஏற்பட்டுள்ளது தெரிகிறது. சில உணர்வுகள்

பலமிழுந்துவிட்டது தெரிகிறது. பிரவாகத்தில் இத்தகைய மாற்றங்கள் ஏற்படலாம். ஆனால் நம்மைப் பொருத்த அளவில், நமது எதிர்பார்ப்புகள் அனைத்தையும் விட்டுவிடுகிறோம். அதனால்தான் அது பிரவாகமாகவே இருக்கிறது. எதிர்பார்ப்பு இருக்கும் வரை அது பிரவாகமாக இருக்காது.

**கே :** எண்ணங்களும், உணர்வுகளும் வந்துபோய்க் கொண்டிருப்பதைப் பார்க்கிறோம். இப்படி வந்து போகாதவாறு ஏதாவது இருக்கிறதா அய்யா? ரோட்டில் வாகனங்கள் பல வந்து போய்க் கொண்டு இருக்கின்றன. ஆனால் ரோடு அப்படியே இருக்கிறது. அப்படி ஏதாவது இருக்கிறதா? ஏதோ ஒன்று அசையாமல் இருப்பதாகவும் சில வேளைகளில் தோன்றுகிறது.

**ஸ்ரீ :** சாஸ்திரங்களில் சொல்லிச் சொல்லி, ஆன்மா, பரபிரம்மம், அசையாத பொருள் என்று நமக்கு ஒரு பழக்கத்தைக் கொடுத்து விட்டார்கள், அதனால் நமக்கும் அப்படி ஒரு கற்பனை ஏற்பட்டு விடுகிறது. நாம் நிரந்தரம் இல்லாமல் பிரவகித்து ஒடும்போது, நாமே ஒரு முடிவற்ற இயக்கமாகி விடுகின்றோம். அதனால் நமது இருப்பே ஆனந்தமாக முடிவற்றதாக மாறிவிடுகின்றது.

**கே :** அசையாதது என்று சொல்லும் போதே, அசைவதாக ஆகிவிடுகின்றது.

**ஸ்ரீ :** ஆமாம். தேனி சுவாமியைப் போன்றே, சிலர் அசைவற்ற நிலைக்கு முக்கியத்துவம் கொடுத்து நல்ல நிலையை அடைந்துள்ளனர். ஆனால் எல்லோருக்கும் அது பயன்படாது.

**கே :** அய்யா நீங்கள் எப்போதும் சமாதி நிலைக்கு எதிராக

**இருப்பதுபோல் தோன்றுகிறதே?**

**ஸ்ரீ :** சமாதி என்பது தியானத்தோடு தொடர்பு கொண்டு உள்ளது.

**கே :** பதஞ்சலியோகத்தில், சமாதி தான் கடைசியான பூரண நிலை என்று கூறப்படுகிறதே ?

**ஸ்ரீ :** எனக்கு அதுபற்றிய தெளிவான கருத்து இல்லை. இருந்தாலும், அவர் ஞானம் பற்றிய கருத்தைக் கூறியதுபோல் தோன்றவில்லை. அந்த சமாதி நிலை என்பது ஒரு பூரண நிலையாகக்கூட இருக்கலாம். ஆனால் தெளிவு ஏற்பட்டால்தான் நமக்கு நிரந்தரமான தீர்வு கிடைக்கும். சமாதி நிலையில் இருக்குந்தோறும் ஏதோ ஒரு நல்ல நிலையில் இருக்கலாம்.

**கே :** அதுவும் கூட ஒரு maintained state தானா ?

**ஸ்ரீ :** ஆமாம்.

**கே :** அதுவும் மாறுதலுக்கு உட்பட்டதுதானா ?

**ஸ்ரீ :** ஆமாம். தூங்கி விழிப்பதைப் போன்றதுதான். ரமணர் கூட இதைப்பற்றி பல இடங்களில் கூறி இருக்கிறார். சமாதி கலைந்ததும் சராசரி அனுபவங்கள் மீண்டும் தலைதூக்கி விடுவதாகக் கூறியிருக்கிறார். விசாரம் செய்து தெளிவு பெற்றால் மட்டுமே முக்கி நிலை கிடைக்கும் என்பதை சாஸ்திரங்கள் பல இடங்களிலும் தெளிவுபடக் கூறியுள்ளன.

**கே :** ஜே.கே. கூறும் போது, ஆறு மைல் தூரம் நடக்கும் போதும் எண்ணங்களே ஏற்படவில்லை என்று கூறுகிறார். அது நமக்கு ஒரு பிரம்மிப்பை

எற்படுத்துகிறது. ஆனால் அதைக் கவனித்துப் பார்க்கும் போதுதான் தெரிகிறது, அவருக்கு மற்ற நேரங்களில் என்னங்கள் வந்து சென்றிருக்கின்றன என்பது. அசைவற்ற நிலை என ஒன்று இருந்தால் அது நாம் **maintain** பண்ணிய நிலையாகத் தான் இருந்திருக்கவேண்டும் என்று தோன்றுகிறது.

**ஸ்ரீ :** ஆமாம். எவையானாலும், வந்து போய்க் கொண்டிருப்பதுதான் சரியான நிலையாகும். அதனால் தான் அதற்கு பிரவாகம் என்ற பெயரைக் கொடுத்துள்ளோம்.

**கே :** கவனித்தலும், புரிதலும் மட்டும்தான் உண்மையானது. சரிதானா அய்யா ?

**ஸ்ரீ :** புரிதல் மட்டும் போதுமானது. கவனித்தல் கூட முக்கியத்துவம் இல்லாததுதான். அது தேவைப் பட்டால், அதுபோக்கில் வந்து செல்ல வேண்டியது தான்.

**கே :** ஜே.கே. அட்டென்சன் என்று சொல்லும் போதும் அவர்முயற்சியைக் குறிப்பிடவில்லை. ஆனால் அது முயற்சிபோல நாம் தான் தவறாகப் புரிந்து கொள்கிறோம்.

**ஸ்ரீ :** ஆனால் சில வேளைகளில் அவர் நம்மை முயன்று கவனிக்கும்படி கூறுவார். கூட்டம் நடந்து கொண்டிருக்கும்போது சில வேளைகளில், விமானம் பறப்பது உண்டு. அப்போது அவர் கூட்டத்தில் உள்ளவர்களிடம், அந்த ஒசையைக் கவனித்து அதனோடேயே செல்லும்படி சொல்லுவார். (**Attend it; go with it**) என்னுடைய கருத்துக்கள் ஜே.கே.யுடன் மட்டும்தான் 90% ஒத்துவரும். மற்றவர்களோடு இந்த அளவுக்கு

**ஓத்துவராது.**

கே : ஜே.கே.க்கும் உங்களுக்கும் எதில் 10% முரண்பாடு உள்ளது ?

ஸ்ரீ : அவர் Choiceless awareness, sensitiveness, attention என்று முக்கியத்துவம் கொடுத்து பேசுவார். அவற்றை நாம் அடைய வேண்டுமோ என்ற எண்ணத்தை ஏற்படுத்திவிடுவார். நம்மை அறியாமல், நாம் “அடைவதற்கு” அதனால் ஏதோ ஒன்று ஏற்பட்டு விடுகின்றது. இதனால் நானுங்கூட அவரையும், சரியான உண்மையையும் புரிந்து கொள்ளமுடியாமல் வெகு காலமாக சிரமப் பட்டேன். அவர் பண்ண வேண்டும் என நினைத்து பண்ணாவிட்டாலும், நம்மை அறியாமல் ஒர் லட்சியத்தை ஏற்படுத்திக் கொள்ளும்படி ஆகிவிடுகிறது. “நான் அற்ற நிலையை” அடைய வேண்டும்போல ஒரு தூண்டுதலையும் அவர் ஏற்படுத்தியதுபோல் தோன்றும். உண்மையில் நான் அற்றதை அடையவேண்டும் என்று நினைப்பதால், அந்த நான், மேலும் பலம் பெற்று விடுகிறது. அப்படி நான் அடைவதற்கு எதுவும் இல்லை என்பதை நான் உணரும்போது, நான் என்பதும்கூட பிரவாகத்தின் அம்சமாகி விடுகிறது. நான் என்பது கூட ஒரு முடிவற்ற இயக்கமாகி விடுகிறது. அது முக்கியத்துவம் பெறாத நிலையில்தான் infinite என்னும் தகுதியை அடைகிறது. நிச்சயமற்ற தன்மையை அடைந்து விடுகிறது. இது இத்தகைய தன்மை உடையது என்ற தன்மையை இழந்து விடுகின்றது. நான் என்பது எப்போதும் இருக்கிறது. ஆனால் அது நகர்ந்து கொண்டே இருப்பதால், அது தனது தனித் தன்மையை இழந்து, infinite

**Definite state** ஆகிவிடுகிறது. **Infinite** ஜ உணர நாம் முயற்சி செய்வதில்லை. **Definite state** ஆக அதனைப் பிடித்துவைக்காமல், அது திரவமாகப் போய்விட நாம் அதனை அனுமதித்து விடுகிறோம். **Infinite** ஜ தேடுவதால் **Definite state** தான் பலம் பெறுகிறது. **Definite state** ஜ அதுபோக்கில் விட்டு விட்டால், அதுவே **infinite** ஆகி விடுகிறது. கட்டுப்பட்ட ஒன்று, கட்டுப்பாட்டுக்குள் அடங்காத ஒன்றாகிவிடுகின்றது. உறை நிலையிலிருந்து, திரவ நிலைக்கு வந்து விடுகின்றது.

கே : எண்ணமற்ற நிலையில் இருக்கவேண்டும் என்று பல காலமும் நமக்குச் சொல்லப்பட்டுள்ளது, நமக்கு ஒரு பதிவாக அமைந்து போய்விட்டது.

ஸ்ரீ : ஆமாம்.

கே : என்றாவது ஒரு நாள் அப்படி ஒரு நிலை ஏற்பட்டு விடும் என்ற எதிர்ப்பார்ப்பை அது நமக்கு ஏற்படுத்தி வந்திருக்கிறது.

ஸ்ரீ : ஆமாம். காலங்காலமாக ஆன்மீக இலக்கியங்கள் அனைத்தும், ஞானத்தையும், யோகாவையும் இனைத்தே பேசி வந்திருக்கின்றன. அதனால், ஞானம் என்பதும், முயற்சி செய்துசாதிக்கவேண்டிய ஒரு நிலை என்ற எதிர்பார்ப்பை ஏற்படுத்திவிட்டது. அதனால் நம்மை அறியாமல், நாமும் எதையோ ஒன்றைத் தேடி விடுகிறோம். இரண்டையுமே நாம் தனித்தனியாக வைத்துக்கொள்வதில் எந்தத் தவறும் கிடையாது. இரண்டையும் இனைப்பதுதான் தவறு. ஞானத்துக்கு முதல்தர முக்கியத்துவமும், யோகாவுக்கு இரண்டாம் தர முக்கியத்துவமும்

கொடுப்பதாயின் பிரச்சினை எதுவும் கிடையாது. சமாதி, எண்ணமற்ற நிலை போன்றவை யாவும் யோகாவைச் சார்ந்ததாகும். அவை இரண்டாம்தர முக்கியத்துவம் உடையதாகும். அவையாவும் யோகாவின் மூலம் ஏற்படுத்திக் கொள்ளப்படும் தற்காலிகமான சில நிலைகளே ஆகும். ஆனால் ஞானம் என்பது, எந்த நிலையையும் பிடித்து வைத்துக்கொள்ளாத அம்சம் ஆகும்.

கே : இந்தப் பிரவாகத்தில் இருக்கும் போது, எப்போதாவது அந்தநிலைகூட ஏற்படலாம், அப்படித்தானே அய்யா?

ஞா : வேண்டுமென்றால், நாமாகக்கூட அதற்கு முயற்சி செய்து கொள்ளலாம். நமது வீட்டிற்கு முன்னால் செல்லும் ரோட்டைப் போன்றதுதான் அது. தேவைப்பட்டால் அந்த ரோட்டை உபயோகித்து கொஞ்சதூரம் நடந்துவிட்டுத் திரும்பலாம். ஆனால் அது நாம் வசிக்கும் வீடல்ல. ஞானமும், விடுதலையும் தான் நாம் வசிக்கும் இடமாகும். வெளிப்புறக் காரியங்களுக்கு தியானத்தைப் பயன்படுத்திக் கொள்ளலாம்.

கே : தியானம் என்பது ஒரு முயற்சி தானே ?

ஞா : ஆமாம். தியானம் என்பது முயற்சிதான். வெளிப்புறத் தேவைகளுக்கு முயற்சி என்பது இன்றியமையாதன்று. ஆனால் வெளிப்புறத்துக்கு நமது முயற்சிகள் அனைத்தும் கண்டிப்பாகத் தேவை. அந்த முயற்சியில் எல்லாம் நமது தியானத்தை இணைத்துக்கொள்ளலாம். ஆனால் வெளிப்புற வேலைகளையும் முடிந்தவரையில் போராட்டம் இல்லாமல் பார்த்துக்கொள்வது

நல்லது. வழக்கமாக நாம் ஒர் உதாரணத்தைக் கூறுவதுண்டு. தூரத்தில் நின்று கொண்டிருக்கும் ஒரு மரத்தைத் தொட்டு விட்டு வருமாறு ஒருவர் தனது நண்பரிடம் கூறுவதாக வைத்துக் கொள்வோம். அந்த நண்பர் என்ன சொல்வார்? ஏதற்காகத் தொட்டுவிட்டு வர வேண்டும்? என்று கேட்பார். இதையே நாம் ஒரு குழந்தையிடம் கூறுவோ மானால், அந்தக் குழந்தை ஏன் எதற்கு என்று கேள்வி கேட்காமல், நாம் காரணம் சொல்ல முயன்றால், அதைக் கூட காதில் வாங்காது, அந்த மரத்தை நோக்கி ஓடிப் போய்விடும். குழந்தையைப் பொருத்த அளவில், அது செய்யும் செயலே, ஒரு **enjoyment** ஆக உள்ளது. இப்படி நாம் நமது செயலோடு பொருந்தும்போது அதுவே ஒரு **enjoyment** ஆக உள்ளது. செயலின் பலன் கூட, இரண்டாம்பட்ச முக்கியத்துவம் உள்ளதாக இருக்கிறது. விளைவுக் காகத்தான் காரியங்களைச் செய்கிறோம். ஆனால் செயலோடு இணைவது தான் முதலாவது முக்கித்துவம் உள்ளதாக அமைகிறது.

**கே :** புறச்செயல்களில் ஈடுபடுவதில் ஏதாவது நடைமுறை உள்ளனவா?

**ஸ்ரீ :** நாம் சாலையில் ஒரு வாகனத்தில் பயணம் செய்வதாக வைத்துக் கொண்டால், அப்படிப் பயணம் செய்யும் போது, ரோட்டின் குறுக்கே மரம் ஒன்று சரிந்து கிடப்பதாக வைத்துக் கொள்வோம். இந்நிலையில் நம்மால் மேற்கொண்டு பயணம் செய்ய முடியாது. மரத்தை அப்புறப்படுத்தாமல் மேற்கொண்டு பயணம் செய்வது சாத்தியமல்ல. ஒன்று நாம் பயணம் செய்யும் பாதையை

மாற்றிக்கொள்ளவேண்டும். அல்லது மரத்தை அப்புறப்படுத்தவேண்டும். ரோட்டில் வருவது ஒரு வாகனமாக இருக்கும் பட்சத்தில், இப்படி அப்புறப்படுத்துவது தேவைப்படுகிறது. ஆனால் அப்படி ரோட்டில் ஓடி வருவது, வாகனமாக இல்லாமல், அது தண்ணீராக இருக்கும்பட்சத்தில், அங்கு மரத்தை அப்புறப்படுத்த வேண்டும் என்ற கட்டாயம் இல்லை. அந்த தண்ணீர், தனது பயணத்துக்கான பாதையை அதுவாகவே ஏற்படுத்திக்கொள்ளும். அப்படி, நாம் செய்யக் கூடிய புறச் செயல்களிலும் பலவிதமான தடங்கல்கள் ஏற்படத்தான் செய்யும். அந்தத் தடங்கல்களை நீக்கி விட்டுத்தான் நாம் கடந்து செல்ல வேண்டும் எனச் செயல்படும்போது, அது பெரிய போராட்டத்தைத் தான் ஏற்படுத்தும். நாம் திரவ நிலையிலிருந்து அதைக் கடந்து செல்லும் முயற்சியில் ஈடுபடுவோமாயின், போராட்டம் இல்லாத நிலையில், புறச்செயலையும் எளிதாகக் கையாள முடியும். சமுதாயப் பிரச்சினைகளுக்கெல்லாம் எது காரணமாக இருக்கிறது என்று பார்த்தால், நான் செய்வதுதான் சரி என்று ஒருவர் தன்னை நிலைநாட்டும் முயற்சியினால்தான் ஏற்படுகிறது. நாம் செய்யும் செயல்களில்தான் நாம் நியாயத்தை அனுசரிக்க வேண்டுமே தவிர, அடுத்தவர்கள் செயலில் நியாயத்தை எதிர்ப்பார்க்கக் கூடாது. அவர்கள் அப்படித்தான் செயல்படுவார்கள் என, எடுத்துக்கொள்ளவேண்டும். அப்படியானால் தான், நாம் அதனைக் கடந்து செல்ல முடியும். அவர்களை நாம் நெறிப்படுத்த முயற்சி செய்வது என்பது, மரத்தை அப்புறப்படுத்தப் போராடுவதைப் போன்றது. போராட்டத்தைத் தவிர்த்த அளவில்

நாம் செயல்படும்போதுதான், நமது பயணம் தடைப்படாமல் இருக்கிறது.

கே : வெளி உலகச் செயல்களை, முயற்சி மூலமாகத் தான் முன்னேற்றகரமாக செயல்படுத்தமுடியும். வெளிச்செயல்களுக்கு யோகா போன்றவைகளைப் பயன்படுத்திக்கொண்டு, அறிவுழர்வமான தெளிவுக்கு மட்டும் ஜெ.கே. போன்றவர்களுடைய கருத்துக்களை எடுத்துக்கொள்ளலாமா?

ஸ்ரீ : சரிதான். அப்படி எடுத்துக்கொள்ளலாம். நமது மனதைக் கொண்டு, நமது உடல் உபாதைகளை நீக்கக் கூடிய சில சக்திகளைக்கூட நம்மால் உருவாக்கிக்கொள்ள முடியும். நமது மனது என்பது ஒரு பிரச்சினைக்குரிய அம்சமாக இருந்தாலும், சில அழுர்வமான ஆற்றல்களும் அதனால் இருக்கிறது. தியானங்களின் உதவியோடு மனதின் அலைகளைக் கூட ஓரளவு சரி செய்யலாம். ஆனால், அதன் மூலம் மனதளவிலான நிரந்தரத் தீர்வுக்கு வரமுடியாது. நிரந்தரத் தீர்வு என்பது, தெளிவின் மூலம் -புரிதல் மூலம் மட்டுமே சாத்தியம்.

கே : உடலையும், மனதையும் சீரமைப்பதன் மூலம் நமக்குப்புரிதல் கிடைப்பது எளிதாக இருக்குமா?

ஸ்ரீ : இது விசாரணையின் மூலமாகத் தெரிந்து கொள்வது தான். இதற்கும் அதற்கும் நேரடித் தொடர்பு கிடையாது. அவையெல்லாம் முயற்சியை அடிப்படையாகக் கொண்டவை. ஆனால் புரிதல் என்பது முயற்சியை அடிப்படையாகக் கொண்டதல்ல. மனம் ஆரோக்கியமாக இருப்பது வேண்டுமானால் ஓரளவுக்கு உதவியாக இருக்கும். அவையெல்லாம் இரண்டாம் பட்சமான உதவியே.

கே : வெளிக்காரியங்களில் மைத்ரேய பாவனை செய்யும் படிக் கூறுகிறார்கள். அதாவது செய்யும் பணிகளோடு மனதை இணைத்து அதனை தியானமாகச் செய்யும்படி கூறுகிறார்கள்.

ஸ்ரீ : ஆம்; அது சரியானதுதான். வெளிக் காரியங்களில் தியானமும், முயற்சியும் மட்டுமே வெற்றியைக் கொடுக்கும். வெளி உலகத்தைப் பொருத்த அளவில் நூறு சதவீதம் முயற்சி அவசியம். அக உலகத்தைப் பொருத்த அளவில் நூறு சதவீதம் முயற்சியின்மை அவசியம். இது தான் சரியான நடைமுறை.



## 6

## மிக உயர்ந்தது எது ?

கே : உங்களுடைய கருத்தின்படி மிக உயர்ந்தது “Highest Ultimate” என்பது எது?

ஸ்ரீ : என்னுடைய கருத்துப்படி உயர்நிலை என்று எதுவுமே கிடையாது. நாம் இப்போது என்ன நிலையில் இருக்கிறோமோ, அதனை முழுமனதுடன் ஏற்றுக் கொள்வோமாயின், அதுதான் மிக உயர்ந்த நிலை. நீங்கள் இருக்கும் நிலைதான் உயர்ந்த நிலை. இதற்கு மேலும் புத்தர் நிலை என ஒரு நிலை இருப்பதாக எண்ணி அதன் மீது ஆர்வம் காட்டுவோம் என்றால், உங்களை நீங்களே புறக்கணித்து விட்டார்கள் என்பது தான் பொருள்.

கே : திட்டமிடுதலே கூடாது என்கிறீர்களா? அடைய வேண்டிய முடிவிடமே கூடாது என்கிறீர்களா?

ஸ்ரீ : ஆம்; மனோர்த்தியாக எந்த அடைவிடமும் இருக்கக் கூடாது. புற உலகைப் பொருத்த அளவில் நாம் அடைவதற்கு எத்தனையோ உள்ளன. அகத்தளவில் நாம் அடைவதற்கு எதுவும் இல்லை. மனோர்த்தியாக சில சக்திகளைப் பெறலாம். அதற்காக வேண்டுமானால் நாம் அகநிலையில் முயற்சி செய்யலாம். அதுவும் மனோர்த்தியான ஒருநிலை தான்; ஒரு தகுதிதான். ஒரு ஏழு மாடிக் கட்டிடத்தில்

ஓவ்வொரு மாடியாக ஏறி ஏழாவது மாடிக்குச் செல்லுகிறோம். கடைசியில் இருக்கும் மொட்டை மாடிக்கும் சென்று விடுகிறோம். அப்படிச் செல்லுவதற்கான நோக்கம், ஆகாயத்தைப் பார்ப்பதற்காக என வைத்துக்கொள்வோமானால், நாம் மாடிக்கு ஏறாமல் வீட்டு வாசலில் நின்று பார்த்தாலும் ஆகாயந்தான் தெரியும். ஏழாவது மாடிக்கு மேலுள்ள மொட்டை மாடியில் நின்று பார்த்தாலும் அதே ஆகாயந்தான் தெரியும். ஆகாயத்தைப் பார்க்கும் நோக்கத்துக்காக அத்தனை மாடிகளை ஏற வேண்டியது இல்லை. ஏழாவது மாடிக்கு மேல் போனால் தெரிவதுதான் உயர்ந்தது என நாம் எண்ணிக்கொள்கிறோம். ஏழாவது மாடிக்கு ஏறியதால் கிடைக்கும் லாபம் என்னவென்றால், அங்கிருந்து பார்த்தால், நாம் பல தெருக்களைப் பார்க்க முடியும். ஊருக்கு வெளியே உள்ள ஆற்றைக்கூட பார்க்க முடியலாம். தற்போது நாம் உட்கார்ந்து இருக்கும் இடத்திலிருந்து பார்த்தால், வீட்டின் வெளி வாயில் கூட தெரியவில்லை. பக்கத்துத் தெருவை நாம் இங்கிருந்து பார்க்க முடியாது. அங்கு என்ன நடக்கிறது என்பது தெரியாது. நமது மனோர்த்தியான தகுதியை உயர்த்திக்கொள்வதன் மூலம், நமக்கு சில சக்திகளோ, சித்துக்களோ கிடைக்கலாம்; அனுபவங்களைப் பெறலாம். ஆனால் அவற்றால் இந்த விடுதலையைக் கொடுக்க முடியாது. உண்மையான இடம் என்று நாம் எதையாவது கருதுவோமாயின், அது இந்த மனோர்த்தியான விடுதலை மட்டுமே. இந்தக் கணத்தில் உங்களை நீங்களே முழு மனதாக ஏற்றுக் கொள்வதுதான் இந்த மனோர்த்தியான விடுதலை. உங்களை நீங்கள்

ஏற்றுக்கொள்ளும் போது, உங்களுக்கு, அடுத்ததாக எடுத்து வைக்க வேண்டிய எந்த அடியும் கிடையாது. அதனால் முயற்சியைக் கைவிட்டு விடுகிறீர்கள்.

நீங்கள் எதையாவது அடைய வேண்டும் என எண்ணுவீர்களேயானால், இன்னுமொரு படிக்கட்டு ஏற்பட்டு விடுகிறது. இல்லையெனில், நீங்கள் ஏற்கெனவே எடுத்து வைத்த அடிதான் உங்களுடைய கடைசி அடியாகும். இதற்கு அப்பாலும் ஏதோ இருக்கிறது என்ற எண்ணத்தை மட்டும் நாம் கைவிட்டு விட வேண்டும். அப்படி ஏதாவது இருப்பதாகக் கொண்டால், அது யோகங்களோடு தொடர்புள்ளவற்றில் உண்டு. அங்குதான் நாம் அனுபவங்களையும், சக்தியையும். சிலவிதமான நிலைகளையும் அடைகிறோம். அவற்றை நாம் இந்த விடுதலையோடு ஒப்பிட முடியாது.

**கே :** அவை நம்மை மற்றவர்களிடமிருந்து வேறுபடுத்திக் காட்டலாம்.

**ஸ்ரீ :** வேறுபடுத்திக்காட்டலாம். உடலைப் பொருத்த வரையிலோ, உலகத்தை பொருத்த வரையிலோ அவை பயன்பட்டால் சரி; மற்றப்படி அதனால் உண்மையான இலாபம் இல்லை. ஏழாவது மாடிக்குச் செல்லுவதால் பக்கத்துத் தெருவையோ அல்லது அதற்கு அப்பால் உள்ள பகுதியையோ பார்க்கலாம். அனால் நம்மை பார்ப்பதற்காகவோ அல்லது ஆகாயத்தைப் பார்ப்பதற்காகவோ, ஏழாவது மாடிக்குச் செல்லத் தேவை இல்லை. நாம் இருக்கும் இடத்திலேயே நம்மை நாம் பார்த்துக் கொள்ளலாம். என்னைப்பார்ப்பதற்காக ஏழாவது மாடிக்குப் போகிறேன் என்றால் அது பொருள்

**அற்றது.**

கே : நாம் ஒவ்வொருவரும் ஒவ்வொரு துறையில் இருக்கிறோம். ஒவ்வொருவரும் ஒவ்வொரு விதமான இயல்போடு இருக்கிறோம். நம்முடைய இயல்புக்கேற்ற வகையில்தான் நாம் செயல் படுகிறோம். இங்கு நமக்கு மனத்தூய்மை தேவைதானே?

ஸ்ரீ : நம்மை நாம் அப்படியே ஏற்றுக்கொள்ளும்போது மனத்தூய்மை தாமாக ஏற்படுகிறது. அதனை நாம் கூப்பிடத் தேவையில்லை. அது வேண்டும் என்று நினைக்காமலேயே அது தானாக ஏற்பட்டு விடுகிறது. நம்மை மாற்ற வேண்டும் என்று நினைக்காமலேயே தூய்மையான நிலை ஏற்பட்டுவிடுகிறது.

கே : உள்ளணர்வு குறையாமல் இருக்கவேண்டும் என்று கூறுகிறீர்களா?

ஸ்ரீ : உள்ளணர்வு என்று நீங்கள் ஏதோ ஒன்றை கற்பனை செய்து விடுகிறீர்கள், நீங்கள் மோசமான உணர்வில் இருந்தால் கூட அதுதான் நல்ல உணர்வு. நீங்கள் அருவருப்பான உணர்வில் இருப்பதாக வைத்துக் கொண்டால், அதுவே நல்ல உணர்வுதான். இருக்கும் உணர்வை விட உயர்ந்த உணர்வு என்று எதுவும் கிடையாது.

கே : இருத்தல்?

ஸ்ரீ : இருப்பதைப் புறக்கணிக்காமல் இருப்பதாலும், வேறு எதையோ நாடாமலும் இருப்பதாலும், இருப்பதை ஏற்றுக் கொள்ளும் நிலைக்கு வந்துவிடுகிறீர்கள். அதற்கு அன்னியமாக நீங்கள்

எதனையும் கற்பனை செய்யாததால், இருப்பதைத் தான் நீங்கள் ஏற்றுக் கொண்டாக வேண்டும். இதனால் உங்களை நீங்களே புறக்கணிக்காமல், உங்களை நீங்களே ஏற்றுக்கொள்ளும் நிலைக்கு வந்துவிடுகிறீர்கள்.

கே : நான் டைமண்ட் தொழில் செய்கிறேன். சில நேரங்களில் தொழில் செய்துகொண்டிருக்கும் போது என்னை அறியாமல் சிந்தனைகள் ஒடுகின்றன. உடலில் நோய் ஏதாவது இருக்குமோ என்பது போன்ற சிந்தனைகள் ஏற்படுகின்றன. அதனால் எனக்கு ஒரு விதமான மனக் கலக்கமும் ஏற்பட்டு விடுகிறது. இப்படி ஏற்படக் கூடிய சிந்தனைகளை என்ன செய்வது?

ஸ்ரீ : நீங்கள் ஒரு கணக்கை எழுதிக் கொண்டிருக்கிறீர்கள் என வைத்துக்கொள்வோம். அப்போது உங்களை அறியாமல் உங்களது மனதில் ஏதேதோ சிந்தனைகள் ஏற்படுகின்றன. நேற்று நடந்த சம்பவத்தைப் பற்றிய எண்ணங்கள்கூட ஏற்படலாம். அந்த சிந்தனை ஏற்படும்போது, உங்களது கவனம், நீங்கள் போடும் கணக்கிலிருந்து விடுபட்டு, அந்த சிந்தனையில் சென்று தங்கிவிடுகிறது. ஆனால் திடீரென்று நீங்கள் சூய உணர்வு பெறுகிறீர்கள். நம்மை அறியாமல் நமது கவனம் இப்படி ஏதேதோ சிந்தனையில் மாட்டிக் கொண்டதை உணர்ந்து கொள்கிறீர்கள். அப்படி உணர்ந்துகொண்ட வினாடியிலேயே நீங்கள் உங்களது சிந்தனையின் தாக்கத்திலிருந்து விடுபட்டு விடுகிறீர்கள். உங்களை அறியாமல் ஏற்பட்ட சிந்தனைகள் யாவும் ஒரு முடிவுக்கு வந்துவிடுகின்றன. ஒருவேளை உங்களுக்கு ஏற்படும் சிந்தனைகள் முக்கியத்துவம்

உடையவையாகக் கூட இருக்கலாம். நாளை நீங்கள் வெளிநாடு செல்வதாக வைத்துக்கொள்வோம். உங்களுக்கு அப்படி ஏற்பட்ட சிந்தனைகள் அந்த பயணம் பற்றி ஏற்படுவதாகவைத்துக்கொள்வோம். அந்த சிந்தனை உங்களை அறியாமல் ஏற்பட்டாலும் கூட, நீங்கள் அது பற்றிய சுய உணர்வுக்கு வந்த நிலையில், அந்த சிந்தனை நின்றுதான் ஆக வேண்டும் என்ற கட்டாயம் இல்லை. ஏனெனில் அதன் பிறகு, நீங்கள் மனப்பூர்வமாக விரும்பி, அந்த சிந்தனைகளை, வேண்டுமென்றே தொடரலாம். அப்படி ஏதாவதோரு சிந்தனையை, நீங்களாக, வேண்டுமென்று தொடர்ந்தால் மட்டும்தான், அந்த சிந்தனையை நீங்களாக நிறுத்த வேண்டும். மற்றபடி, தாமாக வரக்கூடிய சிந்தனைகள் அனைத்தும் அவற்றை நீங்கள் அடையாளம் கண்டு கொண்ட மாத்திரத்தில் தாமாகப் போய் விடுகின்றன. தாமாக ஏற்படும் சிந்தனைகளாக இருந்தாலுங்கூட அவற்றில் நாம் அக்கறையும், ஈடுபாடும் காட்டுவோமாயின், அப்போதுதான் அவை நம்மை ஆக்கிரமித்துக்கொள்கின்றன.

உங்களது சிந்தனைகள் அதுவாக வந்து விட்டுப் போகட்டும், நீங்களாக அதற்கு உயிர் கொடுக்க வேண்டாம்.

**கே :** அந்த சிந்தனைகளை அப்படியே விட்டால் அது உடல்நலத்தைப் பாதிக்காதா?

**ஸ்ரீ :** அதுவாக எந்தப் பாதிப்பையும் ஏற்படுத்தாது. அந்த சிந்தனையை நம்பி, நீங்களும் மனப்பூர்வமாக அதனை அங்கீரித்து, உங்களுக்கு நோய் ஏதாவது இருக்குமோ என்று நீங்களே சந்தேகப்படு வீர்களானால் அது ஆரோக்கியத்தைப் பாதிக்கும்.

உங்களை அறியாமல் ஏற்படும் சிந்தனைகளுக்கு நீங்கள் அங்கீரம் கொடுக்காத பட்சத்தில், அப்படி எந்தப் பாதிப்பும் ஏற்படாது.

கே : சிலருக்கு சர்க்கரை நோய் இருப்பது தெரியாது. ஆரோக்கியமாக இருப்பதாகக் கூட நடந்து கொள்வார்கள். பரிசோதனையின் போது நோய் இருப்பதாக தெரிந்த மாத்திரத்தில், அவர்கள் ஆரோக்கியத்தை இழந்து விடுவார்கள். ஏன் இப்படி நடக்கிறது?

ஸ்ரீ : சோதனை செய்யும்வரை அதுபற்றிய சிந்தனை இல்லாமல் இருக்கிறார்கள். சோதனை செய்து, நோய் இருப்பது தெரிந்ததும், அவர்களது சிந்தனை அது பற்றியே ஏற்பட்டு விடுகிறது. அந்த சிந்தனை அதுபோக்கில் ஏற்பட்டாலும், அதனை நாம் அடையாளம் கண்ட மாத்திரத்தில் அது நம்மை விட்டுப் போய் விடுவதில்லை. அந்த சிந்தனைகள் யாவும், நம்மை எச்சரிக்கை செய்து நெறிப்படுத்தும் முக்கியத்துவம் உடையவையாக, நாம் அவற்றை எடுத்துக்கொள்கிறோம். ஏதோ ஒரு வகையில் அந்த சிந்தனைகளுக்கு நாம் முக்கியத்துவம் கொடுத்துவிடுவதால், அவை நமக்கு பய உணர்வைக் கொண்டு வருகின்றன. அதனால் நமது ஆரோக்கியமும் பாதிப்பு அடைகின்றது. மருத்துவர் மீதும், தெய்வீக சக்திகள் மீதும் நம்பிக்கை கொள்வது கூட அந்த சிந்தனைகளுக்கு முக்கியத்துவம் கொடுக்காத தன்மையை ஏற்படுத்துகின்றது.

எவ்வளவு மோசமான சிந்தனைகளாக இருந்தாலுங் கூட, நாம் அவற்றை அங்கீரித்து அவற்றுக்கு உயிர் கொடுக்கும்போதுதான், அவை

பலம் பெறுகின்றன. அந்திலையில்தான் அவை நமது ஆரோக்கியத்தைக் கொடுக்கின்றன.

கே : அழுத்தம் கொடுக்கக்கூடாது?

ஞீ : ஆமாம். நமது இயல்புக்கேற்ற அனுபவங்களும் சிந்தனைகளும் அதுபோக்கில் வருகின்றன என்று எடுத்துக் கொள்ளவேண்டும். தப்பான சிந்தனையாகவே இருந்தாலும்கூட அறியாமல் செய்த தவறாகவே எடுத்துக்கொள்ள வேண்டும். அறிந்த நிலையில் நாம் அவற்றுக்கு உயிர் கொடுக்கக்கூடாது.

கே : நான் தற்போது இருக்கும் நிலைக்கும், ஞானம் அடைந்த நிலைக்கும் என்ன வித்தியாசம்? ஞானம் அடைந்து விட்டேனன்றால், அது எனக்குத் தெரியுமா?

ஞீ : ஞானம் என்பதை, வெறும் புரிந்து கொள்வதாக மட்டுமே நான் குறிப்பிடுகிறேன். புரிந்து கொண்டதால் ஏற்படும் விளைவுக்குப் பெயர்தான் விடுதலை - **Liberation**. வேகமாகச் செல்லும் காரில் பிரேக்கை அழுத்துவதால், கார் தானாகத் திசைமாறித் திரும்பி விடுகின்றது. அப்படித் திரும்புவதுதான் விடுதலை. புரிந்துகொள்வதன் மூலம், அனைவருக்கும் இந்த விடுதலை ஏற்பட்டுவிடுகிறது. மனோாதியாக நமக்கு ஏதோ ஒரு மாற்றம் வேண்டும் என்று, நமக்கு நாமே பொறுப்பை எடுத்துக்கொள்வதன் மூலமே, நமது புரிதல் பாதிக்கப்பட்டுவிடுகின்றது. அடைவதற்கு எதுவுமே இல்லாத பட்சத்தில் நாம் எந்தப் பொறுப்பையும் எடுக்க மாட்டோம். நாம் எப்படி இருக்கிறோமோ அதனை அப்படியே எடுத்து,

அதற்கு அனுமதி கொடுக்காமல், “நான் இப்படி இருக்க மாட்டேன்”, எனப் பிடிவாதம் பிடிக்கும் போது, நாம் பொறுப்பை ஏற்றுக் கொள்கிறோம்; முயற்சி எடுத்து விடுகிறோம். ஏதாவது ஒன்றைச் செய்துவிடுகிறோம். அந்நிலையில், அகப் போராட்டமும், மன அழுத்தமும் ஏற்பட்டு விடுகின்றது.

கே : ஒரு தகப்பனார் தனது மகனுக்கு எவ்வளவோ வாய்ப்பு கொடுத்தும் மகன் சரியான முறையில் நடந்து கொள்ளாததால், தனது மகனை எப்படியும் போ என்று கைவிட்டுவிடுகிறார். இப்படித்தான் நங்கள் கூறுகிறீர்களா?

ஸ்ரீ : அந்தத் திருந்தாத மகன் என்பதை, நமது மனது என்று எடுத்துக்கொண்டால், நீங்கள் கூறும் உதாரணம் சரியானது. இதை அகத்தளவில் எடுத்துக் கொண்டால் மட்டுமே, சரியானது ஆகும். மனதை சரிபண்ண நாம் பலவகையிலும் முயன்று பார்த்துவிட்டுத்தான், நாம் இந்த முடிவுக்கு வந்துவிடுகிறோம். நாம் நமது மனதை இப்படிக் கைவிட்ட நிலையில், அந்த மனது, தானாக சரியாகி விடுகிறது. புற உலகில் இது சாத்தியமில்லை. நமது மகனை அப்படியே விட்டு விட்டால், அவன் தானாகத் திருந்திவிடுவான் என்பதற்கு எந்த உத்தரவாதமும் கொடுக்கமுடியாது. அகத்தைப் பொருத்தவரையில் கிடைக்கும் தீர்வு நிச்சயமானது.

கே : புரிதல் என்னும் ஞானத் தெளிவு, ஒருமுறை நமக்கு ஏற்பட்டால், அது ஒரு போதும் நம்மை விட்டுப் போகாது என்று நூலில் கூறியிருக்கிறீர்கள். ஆனால் இப்போது, நமது தெளிவு, மறைந்து போவதற்கும்

வாய்ப்புள்ளதுபோல் கூறுகிறீர்கள்.

**ஸ்ரீ :** நாம் நமது தெளிவை நிச்சயப்படுத்திக்கொள்வதா லேயே நமது தெளிவு உறுதிப்படுகிறது. நாம் அடைவதற்கு எதுவும் இல்லை என்பதை நாம் உறுதிப்படுத்திக்கொள்ளவேண்டும். அடைவதற்கு ஏதாவது இருக்கிறது என்று நாம் நமது முடிவை மாற்றிக்கொண்டோமானால், நமது உறுதியையும் நாமாகவே குலைத்துவிடுகிறோம். நாமாக விரும்பி நமது முடிவை மாற்றி அமைத்துக் கொண்டால், நமது உறுதியும் மாற்றித்தானே ஆக வேண்டும்? நமக்கு ஏற்பட்ட உறுதியை, நாமாகவே மறுதவிக்கக்கூடாது. அடைவதற்கு எதுவுமே இல்லை என்ற உறுதி ஏற்படும் போது, நம்மை நாமே மாற்றி அமைக்கும் போராட்டம் இல்லாமல் போய்விடும். எது நிகழ்ந்தாலும் அதற்கு O.K. கொடுத்துவிடுகிறோம். சரி, தப்பு என்பதே, செம்மையான நிலை என்று ஏதோ ஒரு நிலையோடு ஒப்பிடும் போதுதான் ஏற்படுகிறது. எப்படி நாம் நடந்து கொண்டாலும், அதில் தவறு ஏதும் இல்லை எனும் போது, அங்கே மாற்ற வேண்டிய போராட்டம் எதுவுமே இருக்க முடியாது அல்லவா? தஞ்சாகூர் பொம்மையை, நாம் எப்படி சரித்துப் போட்டாலும், அது சமநிலைக்கு வந்துவிடும். நமது மனதை, அதன் போக்கில் செயல்பட விட்டுவிடும் போது, அது தானாகவே ஒரு சமன்பாட்டை அடைந்து விடுகிறது. அதைத்தான் விடுதலை என்று நாம் கூறுகிறோம்.

**கே :** யோகா, தியானம் ஆகியவற்றை நீங்கள் உடல் ரீதியாகவும், புற உலக ரீதியாகவும் தான் எடுத்துக் கொள்கிறீர்களா?

ஸ்ரீ : இல்லை; தியானம் என்பதை மனோவியல் ரீதியாகத் தான் எடுத்துக்கொள்கிறேன். தியானத்தின் மூலம் நாம் நமது மனதுக்கு ஒரு வடிவத்தை அமைத்துக் கொடுக்கிறோம். அதனை **Tune** செய்கிறோம். இங்கு நாம் அப்படி வடிவமைப்பதில்லை. வடிவமைப்புகளிலிருந்து மனதை விடுவிக்கிறோம். **Tune** செய்வது வேறு, **Liberate** பண்ணுவது வேறு.

கே : **Tune** பண்ணுவதே தியானம் என்று கூறுகிறீர்கள். ஞானம், விடுதலை **Liberation** என்பது என்ன?

ஸ்ரீ : அது எப்படி வேண்டுமானாலும் போகட்டும் என்று விட்டுவிடுவது விடுதலை **Liberation**. மனது நம்மை அறியாமலேயே ஏதாவது ஒரு வடிவமைப்பை **Tuning** எடுத்துக் கொண்டுதான் இருக்கிறது.

கே : Auto Tuning?

ஸ்ரீ : ஆமாம்; தாமாக ஏற்படும் **Auto Tuning** நடந்து விட்டுப்போகட்டும் என விட்டு விடுகிறோம்.

கே : அந்தமனதின் பின்னால் நாம் போய் விடமாட்டோமா?

ஸ்ரீ : அப்படிப் போகமாட்டோம். அப்படிப் போய் விடுவோம் என்று நாம் பயந்து தான், நாம் **Auto Tuning** ஜப் புறக்கணித்து **Willfull Tuning** கில் இறங்கி விடுகிறோம். **Manual Tuning** கில் தான் பிரச்சினை ஏற்பட்டுவிடுகிறது. அதை முழுவதும் **Auto Tuning** கில் செயல்படுவதாக விட்டுவிட வேண்டும். இரண்டு விதமான வடிவமைப்புக்களும் - **Tuning** களும் ஒன்றுடன் ஒன்று முரண்படும் போதுதான், உராய்வுகளும் எதிர் விளைவுகளுமாக ஏற்பட்டு விடுகின்றன.

கே : உங்கள் நூலைப் படித்த பிறகு பய உணர்வு பெரும் பாலும் குறைந்து விட்டது. ஆனாலும் சில வேளைகளில் பய உணர்வும், உடலில் இரசாயன மாற்றமும் ஏற்பட்டுவிடுகிறது.

ஸ்ரீ : நமக்கு எந்த உணர்வுகளுமே இல்லாமல் போய் விடவேண்டும் என்பது சாத்தியம் இல்லை. எல்லா உணர்வுகளுமே ஏதோ ஒரு வகையில் தேவையான உணர்வுகளே. உணர்வே இல்லாமல் போய் விட்டால். நாம் எந்தச் செயலையுமே செய்ய முடியாது. பய உணர்வே இல்லாவிட்டால், நாம் சில செயல்களைச் செய்யாமலேயே போய்விடுவோம். நமது உடல் சார்ந்த மற்றும், புற உலகம் சார்ந்த செயல்களை நிர்வாகம் செய்வதற்குக்கூட பய உணர்வு தேவைப்படுகிறது. சில உணர்வுகள் இருக்கத்தான் வேண்டும். எந்த உணர்வாயினும் சரி; அவை இருந்துவிட்டுப் போகட்டும். நிர்வாகம் பண்ணும் நோக்கத்தில் வரும்போது, அது சில வேளைகளில் தேவைக்கு அதிகமாக்கூட வந்து விடலாம். அப்படி வருவதானால், அது உங்களை அறியாமல், அதுவாக வந்துவிட்டுப் போகட்டும். அதை மாற்றி அமைக்கும் பொறுப்பை மட்டும் நாம் எடுக்க வேண்டாம். இன்று இப்படி வந்து விட்டது; நாளை இது இப்படி வராமல் பார்த்துக்கொள்ள வேண்டும் என்று எந்தப் பொறுப்பையும் எடுத்துக் கொள்ளக்கூடாது.

கே : இதனால் பாதிப்பு ஏதும் ஏற்படாதா?

ஸ்ரீ : பாதிப்பு வந்து விட்டுப்போகட்டுமே, என்று விட்டு விட்டுப்போகவேண்டியதுதான். பாதிப்பு வரக் கூடாது என்று போராடுவதுதான் தவறு. புற

உலகத்தில் மட்டும் பாதிப்பு ஏற்படாதபடி பார்த்துக்கொள்ள வேண்டும். மனோ ரீதியான நிலையில், என்ன விதமான அனுபவங்களும் எப்படி வேண்டுமானாலும் வந்து விட்டுப்போகட்டும் என எடுத்துக்கொள்ளவேண்டும்.

கே : நீங்கள் பல நூல்களை எழுதியுள்ளீர்கள்; ஆன்ம ஞானம் இரகசியம், அனுஷ்டான ஆன்மீகம், ஞான விடுதலை, கவலைகளுக்கெல்லாம் தீர்வு இப்படி எழுதியுள்ளீர்கள். இந்த ஞானத்தெளிவு எந்த நிலையில் ஏற்பட்டது உங்களுக்கு?

ஸ்ரீ : எனது ஆரம்ப நூல்களான ஆன்ம ஞான இரகசியம், அனுஷ்டானம் ஆகிய நூல்களைப் படித்துப் பார்த்தாலும் இப்போதுள்ள எனது கருத்துக்களைக் காணமுடியும். அனால் அதனை நன்றாகக் கவனித்துப் பார்த்தால் முயற்சி செய்வதற்கான வாய்ப்பு, அங்கங்கே தெரியவரும். ஆன்மீக அனுபவத்தோடு இருத்தல், ஆன்மா எனும் தன்னுணர்வோடு இருத்தல் எனும் அம்சம்தான் அங்கு முக்கியத்துவம் கொடுத்து வலியுறுத்தப்படும். எனது முயற்சிகளினால் நல்ல விதமான ஆன்மீக அனுபவங்கள்கிடைத்தன. ஆனால் அவை எதுவுமே எனது அன்றாடப் பிரச்சினைகளுக்குத் தீர்வாக அமையவில்லை என்பது தெரிந்தது. ஆன்மீக முயற்சியினால் அதனைச் சாதிக்க முடியாது என்று எனது இயலாமையை உணர்ந்துகொள்ளும் நிலை ஏற்பட்டது. ஆன்மீக உணர்வுகளை நமது துணைக்குக் கூப்பிட முடியாது என்ற தெளிவு, புரிதல் ஏற்பட்டது. பிறகு அதுவே எனக்குள் நிச்சயப் படுத்தப்பட்டது. **Confirm** ஆனது. நாம் அடைந்ததை தக்கவைத்துக் கொள்ளவேண்டும், **Maintian**

பண்ணவேண்டும் என்று எண்ணுவதுகூட ஒரு முயற்சியாகிவிடும். அது நமது Confirmation க்கு இடையூறாகிவிடும். புரிந்து கொண்டுவிட்டோம் என எண்ணி அதற்கு ஒரு முற்றுப்புள்ளி வைத்து விடவேண்டும். புரியவில்லை, புரியவில்லை என எண்ணிக்கொண்டு இருந்தால், அது இன்னும் ஒரு வகையில் முயற்சியையே தூண்டிக் கொண்டே இருக்கும்.

கே : மனதோடு சண்டை வேண்டாம் என்று கூறுகிறீர்கள்?

ஸ்ரீ : ஆமாம்; அவ்வளவுதான். மனதை அதன் போக்கில் Auto Tuning கில் விட்டுவிடவேண்டும்.



## ஜே. கிருஷ்ணமூர்த்தி எந்த வகையில் மாறுபடுகிறார்

கே : ஜே.கிருஷ்ணமூர்த்தி எந்த வகையில் மாறுபடுகிறார்?

ஸ்ரீ : ஜே.கே. சொல்லுவதில் பெரும்பாலும் சரியாகவே உள்ளது. என்னுடைய வளர்ச்சியில் 90% பங்கு அவருடையதுதான். தெளிவு பெற்ற நிலையிலிருந்து பார்க்கும்போதுதான், அவர் செய்த தவறு எனக்குத் தெரிகிறது. எல்லா வற்றையும் சரியாகச் செய்துவிட்டு, ஏதோ ஒரு சின்ன தவறை மட்டும் செய்து விடுகிறார். **Choiceless awareness** (தேர்ந்தெடுக்காத விழிப்பு நிலை), **attention** (கவனம்) ஆகியவை பற்றி முக்கியத்துவம் கொடுத்துப் பேசுகிறார். இவற்றை எல்லாம் அவர் சொல்லியிருக்கக் கூடாது. இவை எல்லாம் தாமாக நிகழ்கின்றன. **Choiceless awareness** ஏற்படுகிறது. **attention** ஏற்படுகிறது. இவை எல்லாம் அவை போக்கில் வருகின்றன. நம்மைப் பின்பற்றி வரும் அவைகளை நமக்கு முன்பாகக் கொண்டு வரக்கூடாது. நிழல்கள் நமக்குப் பின்னால்தான் வரவேண்டும். அதனை நமக்கு முன்னால் கொண்டுவர முயற்சிக்கக் கூடாது. நிழலைப் பார்க்க ஆரம்பிக்கும்போது நாம் பின்புறமாகத் திரும்பி

விடுகிறோம். அது ஒரு கண்ணாழுச்சி விளையாட்டாகி விடுகிறது. நிழலைப் பார்ப்பதற்கு முயற்சி செய்யக் கூடாது. நிழல் நமக்குப் பின்னால் வந்து கொண்டே இருக்கும். நாம் முன்னால் நோக்கியவாறே போய்க் கொண்டிருந்தால் நிழல் நமது பின்னாலேயே வந்து கொண்டிருக்கும். “இதோ நிழல் இருக்கிறது பார்” என்று சொன்னால், நாம் திரும்பிக்கொண்டுவிடுவோம். அவர் **Choiceless awareness, attention, sensitivity** என்று கூறும் போது, நாம் எதையோ செய்ய வேண்டும், என்ற எண்ணம் ஏற்பட்டுவிடுகின்றது. ஆனால் அவற்றைப் பயிற்சி செய்து பார்க்கும் போது, அற்புதமான பலவித அனுபவங்களும் கிடைத்தன. ஜே.கே.யைப் படித்ததனால் நல்ல அனுபவங்கள் எல்லாம் கிடைக்கின்றன. ஒரு திருப்தியையும் அவை ஏற்படுத்துகின்றன. ஆனால் அவை விடுதலையைக் கொண்டு வராமல் தடுத்துவிடுகின்றன. அந்த ஒரு அணுகு முறையை மட்டும் அவர் சரியாகச் செய்திருப்பாரேயானால், எனக்கு உபதேசம் பண்ணும் எந்த வேலையும் இருந்திருக்காது. எல்லாவற்றையும் அவரே முடித்துவைத்திருப்பார். மேலும் அந்தத் தெளிவு கிடைப்பதற்கு எனக்கும் இவ்வளவு காலதாமதம் ஏற்பட்டிருக்காது.

**கே :** நீங்கள் சொல்லும் செய்தியைத்தான் புத்தர் தம்ம பதத்தில் சொல்லி இருக்கிறார் என நினைக்கிறேன்.

**ஸ்ரீ :** எல்லோருமே இதைத்தான் கூறியிருக்கிறார்கள். ஒவ்வொருவரும் தங்களுக்கென சில வார்த்தைகளை அமைத்து விளக்கம் கொடுப்பதில் வித்தியாசப் படுகிறார்கள். மேலும் அந்தக் காலத்துக்கு ஏற்ற

முன்னேற்றமட்டும்தான் இருக்க முடியும். என்னெப் பொருத்த அளவில், புத்தர், ரமணர், ஜே.கே., ஓவோ, நிசர்கத்தா, மற்றும் ஆன்மீக சாஸ்திரங்கள் என பலவற்றையும் படிக்கும் வாய்ப்பு கிடைத்துள்ளது. அவற்றையும் எடுத்துக்கொண்டு, அவற்றில் இருந்தும் சற்று விலகி, சில முக்கியமான நுணுக்கங்களை மேம்படுத்திக் கொடுக்க முடிகிறது. அப்படி விலகினாலும்கூட அது தேவையான, சற்று முன்னேற்றகரமான விலகலாகவே உள்ளது. ஆனால் எல்லாவற்றுக்கும் ஆதாரம் ஒன்றுதான். அவர்கள் தோள்களில் நாம் ஏறி உட்கார்ந்து கொள்ளுவதால் நமக்கு மேலும் சற்றுத் தூரத்தைப் பார்க்க முடிகிறது. எல்லோரும் அடைந்த நிலை, ஒன்றாகவே இருந்தாலும், அந்தந்த காலச் சூழ்நிலைக்கேற்ப, விளக்கம் தரும் பாணியில் வித்தியாசம் ஏற்படுகிறது. புத்தரை எடுத்துக் கொண்டால்கூட, அதுவரைக்கும் உள்ள விளக்கத்தை அவருக்கு ஏற்ற வகையில் சற்று மாற்றித்தான் கொடுத்துள்ளார். கொஞ்சம் மேம்படுத்திக் கொடுத்துள்ளார். ஜே.கே., ஓவோ எல்லோரும், அதனை மேலும் கொஞ்சம் மேம்படுத்திக் கொடுத்துள்ளார்கள். ஆனால் எவ்வளவுதான் மேம்படுத்திக் கொடுத்தாலும், அது, காலப்போக்கில் **inadequate** ஆக மாறிவிடுகிறது. போதுமானதாக இல்லாமல் போய்விடுகிறது. காலத்துக்குத் தகுந்த மாற்றங்கள் ஏற்படத்தான் செய்யும்.

**கே :** நிறைய ஞானிகள் இந்த நிலையை அடைந்த பிறகு மௌனிகளாகவும் மாறிவிடுகிறார்கள்.

**ஸ்ரீ :** சிலர் சமாதி அனுபவம் போன்று பலவிதமான ஆனந்த அனுபவங்களை அடைகிறார்கள். அது அவர்களை ஆனந்த நிலையோடு சேர்த்து முடமாக்கி விடுகிறது; சிலர் வெளியுலகில் செய்வதற்கு எதுவும் இல்லையென ஒதுங்கியும் போய்விடுகிறார்கள். சிலர் திருமணம் எதுவும் செய்யாமல், சமுதாயத்தில் எந்த அங்கமும் வகிக்காத நிலையில், அவர்களுக்கு செய்வதற்கு என்று வெளிப்படையாகக்கூட எதுவும் இல்லாமல் போய் விடுகிறது. கையை நீட்டினால் சாப்பாடு கிடைக்கும் என்ற நிலையில் **Easy going** ஆக - சுலபமான வாழ்க்கை முறையாக அவர்களது வாழ்வை அமைத்துக் கொள்ளுகிறார்கள். **இப்போது** நாம் சற்று வித்தியாசமாகக் கூறுகிறோம். நீங்கள் எந்தப் பணியில் வேண்டுமானாலும் இருங்கள்; ஞானியாக இருந்து அந்தப் பணியைச் செய்யுங்கள் என்று கூறுகிறோம். சராசரி மனிதனாக இருந்துகொண்டு ஞானியாகவும் இருங்கள் என்று கூறுகிறோம். சராசரி மனிதனைப் போல் எல்லாவற்றையும் செய்யுங்கள் என்று நாம் கூறும்போது, நாம் செயல்படுவதற்கு அதிகமான **scope** வாய்ப்பு உள்ளது. என்னிடம் திருமணம் செய்யலாமா என ஆலோசனை கேட்டு வருபவர்களிடம்கூட, திருமணம் செய்வதற்கும் இதற்கும் சம்பந்தம் இல்லை, திருமணம் செய்யுங்கள் என்று கூறுகிறேன். திருமணம் செய்ய விருப்பம் இல்லாதவர்கள்கூட, திருமணம் செய்வது அவசியம் என வலியுறுத்துகிறேன். ஆன்மீகத்தில் சிலருக்கு அரிதான சில சக்திகள் கிடைத்துவிடுகின்றன. அதுவே சிலசமயம் அவர்களைத் தனிமைப்படுத்துவிடுகின்றது. **இப்படித் தனிமைப் படுத்தப்பட்டவர்களில்**

பெரும்பாலோர் மௌனிகளாகி விடுகிறார்கள். சிலர் தங்களது சக்திகளை வெளிக்காட்டினால் தொந்தரவாகி விடுமென்று மௌனிகளாகி விடுகிறார்கள்.

**கே :** அவர்கள் வேறுவித நிலையில் இருக்கிறார்களா?

**ஸ்ரீ :** எல்லாமே மனோ அம்சந்தான். மனதை எப்படி டியூண் செய்கிறோமோ அப்படி நாம் ஆகிவிடுகிறோம். சில தெய்வீக அம்சங்களை வெளிப்படுத்தும் தெய்வீகமான சக்திமிக்கவர்களாகக் கூட நீங்கள் மாறி விடலாம். மனித மனது என்பது, தெய்வீக மனதாக மாறிவிடுகிறது. ஒரு சக்திமிக்க மனதாக மாறிவிடுகின்றது. அந்த அளவுக்குக்கூட நமது மனதை வடிவமைக்கலாம். நமது அனுகு முறையினால், நாம் நமது **Tuning I Liberate** பண்ணச் சொல்லுகிறோம்.

**கே :** **Auto Tuning** ஜ மட்டும் அனுமதிக்கிறோம்.

**ஸ்ரீ :** ஆமாம். சூழ்நிலைக்கு ஏற்ப, சூழ்நிலையை நிர்வாகம் செய்ய, தானாக ஏதாவது **Tuning** ஏற்படும். அதுவே போதும். அது தானாக ஏற்பட்டு தானாக மறைந்து விடும். இந்த **Tuning** தான் வேண்டும் என்று நாம் தேர்ந்தெடுப்பதில்லை.

**கே :** தேடுதல் இருந்தால் நாம் எதிலாவது சிக்கிக் கொள்ளவோம் எனக் கூறுகிறீர்கள்.

**ஸ்ரீ :** மனோரீதியான சில **Tuning** மூலம் சிலவகை சக்திகளை நாம் பெறலாம். அதற்காக முயற்சி செய்து அதனைப் பெறலாம். அது ஓர் உலகியல் இலாபம் போன்றதே. அது ஒரு விளையாட்டாகச் செய்தால் பிரச்சினை கிடையாது. அதையே

**Serious ஆகச் செய்தால்தான் சிக்கலாகிவிடும்.**

கே : உங்களுக்கு அப்படி ஏதாவது சக்தி ஏற்பட்டு அதனைக் கடந்து வந்திருக்கிறீர்களா?

ஸ்ரீ : அத்தகைய சக்திகள் எவையும் எனக்கு ஏற்பட்டதாகத் தோன்றவில்லை. அந்த சக்திகளை நோக்கிய எதிர்பார்ப்பும் இல்லை. ஆகவே அதற்கான முயற்சி களிலும் ஈடுபடவில்லை. ஞானம் பெறுவதில்தான் எனக்கு ஆர்வம் இருந்ததேயொழிய, சக்தி பெறுவதில் ஒருபோதும் ஆர்வம் இருந்ததில்லை.

கே : பொருளாதார முன்னேற்றத்துக்கும் இதற்கும் தொடர்பு ஏதேனும் உண்டா?

ஸ்ரீ : அதற்கும் இதற்கும் எந்தத் தொடர்பும் கிடையாது. பொருளாதார முன்னேற்றம் என்பது புற உலகைச் சார்ந்தது. அதை நாம் அதற்கான முயற்சிகளின் மூலமாகத்தான் சாதிக்கவேண்டும். அதற்கு நாம் எந்தத் தடையையும் விதிக்கவில்லை. அது தேவையான வளர்ச்சிதான்.

கே : சில மத்தவர்கள் தங்கள் மதத்தோடு பலரையும் சேர்த்து தங்கள் மதத்தை விரிவுப்படுத்துகின்றார்கள். அது சரிதானா?

ஸ்ரீ : நாம் சொல்லுவது தனிநபர் சம்பந்தப்பட்டது. நீங்கள் உங்களுக்குள் சுதந்திரம் அடைவது எப்படி என்பதோடு தொடர்புடையது. மதம் என்பது சமுதாயம் சார்ந்தது. அதில் நல்லது ஏற்படலாம்; பிரச்சினைகளும் ஏற்படலாம். அகத்தைப் பொருத்தளவில் நீங்கள் எல்லாவற்றிலிருந்தும் விடுபட்டிருப்பதுதான் சரியானது. புறத்தைப் பொருத்தளவில் மதத்தைச் சார்ந்திருப்பதில்

தவறில்லை. நாம் சொல்லுவது **Personal matter.** உங்களைப் பொருத்தளவில் நீங்கள் விடுதலை அடைந்துவிட்டால் உங்களைப் பொருத்தளவில் உங்களது அகப் பிரச்சினைகள் அனைத்தும் முடிவடைந்துவிடுகின்றன.

கே : கனவுகளைப் பற்றி என்ன சொல்லுகிறீர்கள்?

ஸ்ரீ : கனவுகள் அனைத்தும் நடந்து முடிந்த பிறகுதான் நமக்குத் தெரிகின்றன. அவற்றை முடிந்து போன ஒன்றாக எடுத்துக்கொண்டாலே போதும்.

கே : மனோர்த்தியானதியானம் சம்பந்தப்பட்ட பயிற்சிகள் எவற்றையாவது நீங்கள் கொடுக்கிறீர்களா?

ஸ்ரீ : நான் கொடுப்பதில்லை. எத்தனையோ விதமான பயிற்சிகளை எத்தனையோ நபர்கள் கொடுக்கிறார்கள். அதனையே நீங்களும் பயிற்சி செய்யலாம். அதனால் லாபம் உண்டு. மனதளவிலும், உடல் அளவிலும் ஆரோக்கியம் கிடைக்கும்.

கே : பிறந்த குழந்தையானது, அதனுடைய அறிவு வளர்ச்சி அடையும் வரையில், நீங்கள் சொல்லக் கூடிய நிலையில் உள்ளது என எடுத்துக் கொள்ளலாம்?

ஸ்ரீ : குழந்தை அப்படித்தான் இருக்கிறது. நம்மைப் பொருத்தவரையிலும், நாம் இந்தத் தெளிவுக்கு வருவோமானால் நாமும் குழந்தையாக மாறி விடுகிறோம். அறிவை வைத்துக் கொண்டே அந்தக் குழந்தை நிலைக்குப் போய் விடுகிறோம்.

கே : அறிவை வைத்துக்கொண்டு குழந்தை நிலைக்குப் போய் விடுகிறோமா?

ஸ்ரீ : ஆமாம். குழந்தை, அறிவு வளர்ச்சி அடையாத நிலையில், இயற்கையாக அந்த நிலையில் உள்ளது. அது சிறப்பானதல்ல. அறிவையும் வைத்துக் கொண்டே குழந்தை நிலைக்குப் போவதுதான் சிறப்பு. குழந்தை எல்லாவற்றையும் சுலபமாக மறந்துவிடும். எவராவது குழந்தைக்குத் துன்பம் கொடுத்ததையும் சுலபமாக மறந்து விடும். மனதில் நினைவு வைத்துக் கொண்டிருப்பதில்லை. நாமும் அப்படி அனைத்தையும் Flow வில் விட்டு விடுகிறோம்.

கே : இயல்பாக அந்த நிலைக்கு வந்து விடுகின்றோம்.

ஸ்ரீ : ஆமாம்; ஒரு திரவ நிலைக்கு வந்து விடுகிறோம். மனது எதையும் பிடிவாதமாகப் பிடித்துக் கொள்வதில்லை.

கே : வளர்ச்சி அடைந்த குழந்தையாகிவிடுகிறோம் ?

ஸ்ரீ : ஆமாம்.

கே : புத்தர் ஞானம் அடையும் போது, வெளிமுச்சை விட்டு விட்டு உள்முச்சைக் கவனிப்பதாகக் கூறுகிறார்கள். அதற்கும் நீங்கள் கூறும் ஞானத்துக்கும் தொடர்பு உண்டா?

ஸ்ரீ : புத்தர் பற்றிய அந்தச் செய்தி உண்மையாக இருக்க முடியாது. அவையெல்லாம் தியானத்தின் வகையைச் சார்ந்தவை. அவற்றால் Tuning தான் ஏற்படும். ஞானமோ, Liberation ஏற்படாது. முச்சைக் கவனிப்பது அனைத்தும் Tuning தான். புத்தர் எத்தனையோ பயிற்சிகளைச் செய்து பார்த்திருக்கிறார். அவற்றுள் இது நல்ல பயிற்சியாக இருப்பதால் தனது சீடர்களுக்கு இதனை

பரிந்துறைக்கிறார். அதனால் தப்பு எதுவும் கிடையாது. ஆனால் புத்தர் ஞானம் அடைந்தது, அதை வைத்தல்ல.

கே : அப்படி அடைந்தார் என்று சொல்ல முடியாதல்லவா?

ஸ்ரீ : அப்படி அடைவதற்கு சாத்தியமே இல்லை. அப்படி அடையவே முடியாது.

கே : புத்தருடைய கருத்துக்களில் பல திரிபு பட்டுள்ளன. உங்கள் கருத்துக்கள்கூட காலப்போக்கில் திரித்துக் கூறப்பட்டுவிடலாம்.

ஸ்ரீ : அப்படித்தான்.

கே : சரணாகதி மூலமாக பக்தர்கள் அடையும் விடுதலைக்கும், நீங்கள் சொல்லும் விடுதலைக்கும் ஏதாவது வித்தியாசம் உள்ளதா?

ஸ்ரீ : எந்த வித்தியாசமும் கிடையாது. இரண்டும் ஒன்றுதான். அங்கே இறைவன் பெயரைச் சொல்லி, எல்லாவற்றையும் அவனே நடத்துகிறான்; எனக்கென்று எந்த செயலும் கிடையாது என்ற முடிவுக்கு வருகிறான். இங்கு நாம் நமது அறிவின் மூலமாக ஆய்வு செய்து, நமது இயலாமையை அறிவுழர்வமாக உணர்ந்து கொள்கிறோம். இதனால் நமக்கும் எந்தச் செயலும் இல்லாமல் போய்விடுகிறது. அனைத்தும் நம்மை மீறித்தளமாக நடக்கிறது என்ற முடிவுக்கு வந்து விடுகிறோம். சொல்லப்போனால், சரணாகதி மிகவும் சுலபம். அறிவைப் போட்டு குழப்பிக்கொள்ளவேண்டிய அவசியமே இல்லை. முழுவதையும் சுலபமாக இறைவன் பொறுப்பில் விட்டுவிடுகிறார்கள்.

ஆனால் இந்தக் காலத்துக்கு அது சரிப்படாது. அந்தக் காலத்தில் நம்பிக்கை என்பது மிகவும் சுலபமாக இருந்தது. இந்தக் காலத்தில் நம்பிக்கைகள் எல்லாம் மிகவும் பலவீனமாக இருக்கிறது.

கே : பக்தி மார்க்கம், ஞான மார்க்கம், கர்ம மார்க்கம் என்று மூன்றாகக் கூறப்படுகிறது. கர்ம மார்க்கம் என்றால் என்ன?

ஸ்ரீ : கர்மத்தை எவருமே புறக்கணிக்க முடியாது. கர்மம் இல்லாமல் இந்த உலகமே இயங்காது. எல்லோரும் கர்மத்தைச் செய்துதான் ஆகவேண்டும். ஏதாவது ஒரு காரணத்தைச் சொல்லி கர்மத்தைப் புறக்கணிப்பது தான் தவறு. முழு பிரபஞ்சமும் செயலின் மூலமாகத்தான் இயங்குகிறது.

கே : சிலர் கர்மாவை புறக்கணிக்கிறார்கள் என்று கூறுகிறார்களே, அது என்ன? ஒரு உதாரணம் சொல்ல முடியுமா?

ஸ்ரீ : சிலர் ஞானம் அடைந்த பிறகு பிச்சை எடுத்துக்கொண்டு வாழ்கிறார்கள். துறவறத்தைப் போதிக்கிறார்கள். எனது அனுகுமுறையின்படி அது தவறு. புத்தரே கூட துறவிகளை உற்பத்தி செய்துவிட்டார். ஞானியின் வேலை, ஞானியை உருவாக்குவது மட்டுமே. செயலை ஒருபோதும் புறக்கணிக்கக் கூடாது. கர்மாவுக்கு ஆதரவுதான் கொடுக்கவேண்டும்.

கே : செயல்களை எல்லாம் விட்டால்தான் ஞானம் பெற முடியும் என்று சில இடங்களில் கூறப்படுகிறதே.

ஸ்ரீ : மனோ ரீதியான செயல்களைத்தான் விடச் சொல்லுகிறார்கள். புறச்செயலை அல்ல.



## 8

### சாட்சி நிலை

கே : கீதையில் கிருஷ்ணர், நான் எல்லாவற்றுக்கும் சாட்சியாக இருக்கிறேன் என்று கூறுகிறார். அவர் நமது இதயத்தினுள் அப்படி சாட்சியாக இருக்கிறாரா?

ஸ்ரீ : சாட்சி நிலை என்று ஒரு நிலை இருக்கிறது. விடுதலை என்பதே ஒரு சாட்சி நிலைதான். ஆனால் அதனைக் கொண்டுவர வேண்டும் என்று நினைக்கக்கூடாது. கொண்டுவர முயற்சித்தால் அந்த நிலை வராது. அதுவே நாம் அடையவேண்டிய ஒர் இலக்காக மாறிவிடும். பிறகு அது ஒரு போதும் சாட்சியாக மாறாது. நிழல்களைத் தேடி நாம் போகவேண்டாம். வெளிச்சத்தை நோக்கி நாம் போக ஆரம்பித்தால், நிழல்கள் அனைத்தும் அதுவாக நம்மைப் பின்பற்றி வந்துவிடும். சாட்சி நிலை, **choiceless awareness, sensitiveness, attention** இவை அனைத்தும் தாமாக உங்களைப் பின்பற்றி வந்துவிடும். நாம் அவற்றை நாடினால், அவை உங்களை ஏமாற்றிவிட்டு ஓடிவிடும்.

கே : குழந்தை மனதுடன் இருப்பது தான் ஞான நிலை என்று கூறுகிறீர்களா?

ஸ்ரீ : ஞான நிலை என்பது ஒரு தெளிவு நிலை. அறிவு பூர்வமான தெளிவு நிலை. நாம் செய்வதற்கோ, அடைவதற்கோ எதுவும் இல்லை என்பதை, அறிவு பூர்வமாகப் புரிந்துகொள்ளுவதுதான் ஞான நிலை. அதனால் ஏற்படும் விளைவை, நாம் விடுதலை அல்லது **Liberation** என்று கூறுகிறோம். அந்த விடுபட்ட நிலை தான் குழந்தைத் தன்மையாக இருக்கிறது. ஞானம் என்பது அறிவுபூர்வமான ஒரு தெளிவு தான். அறிவைப் பயன்படுத்தி, அறிவே நமக்கு ஏற்படுத்திய கட்டுக்களை உடைத்து விடுகிறோம்.

கே : இந்த நிலை நமக்கு மட்டுந்தான் பயன்படுமா?

ஸ்ரீ : நமக்கு மட்டுந்தான் பயன்படும். இதை நம்மால் மற்றவர்களுக்குக் கொடுக்க முடிந்தால் அடுத்தவர் களுக்கும் இந்தத் தெளிவை ஏற்படுத்தலாம். நாம் தெளிவு பெற்றால், அது ஏதாவது ஒரு வகையில் சமுதாயத்திற்கும் நல்லதாகவே அமையும். நல்ல மனிதரால் நல்ல செயல்களைத்தானே செய்யமுடியும்?

கே : சில சமயங்களில் நாம் சில நிகழ்ச்சிகளின் போது அவமானப்படுகிறோம். ஒருவர் நம்மைத் திட்டுகிறார் என்றால் நாம் அதனை அப்படியே ஏற்றுக்கொள்ள வேண்டுமா?

ஸ்ரீ : திட்டுவதை ஏற்றுக் கொள்ளுமாறு நான் கூறுவில்லை. திட்டும் போது நமக்கு மனம் பாதிப்பு அடைகின்றது. அந்த மனப் பாதிப்பைத்தான் ஏற்றுக்கொள்ளச் சொல்லுகிறேன்.

கே : எனக்கு பாதிப்பு ஏற்படாதபடி பார்த்துக் கொள்ள வேண்டாமா?

ஸ்ரீ : அப்படி நம்மால் பார்த்துக் கொள்ளமுடியாது. அது நம்மை அறியாமலேயே ஏற்பட்டுவிடும். பாதிப்பு ஏற்படுவது என்பது நமது கைகளுக்குள் அடங்கியது அல்ல.

கே : அப்படி பாதிப்பு ஏற்படும்போது, நம்மையறியாமல் கோபம் ஏற்பட்டால் பரவாயில்லை என்று விட்டுவிட வேண்டியதுதானா?

ஸ்ரீ : கோபம் ஏற்படுவதும் நம்மையறியாமல் ஏற்பட்டு விடுகிறது. அந்தக் கோபத்தை மற்றவர்கள் மீது காட்டும் போதுதான், அதனை நாம் கைகளில் எடுத்துக் கொள்கிறோம். புறச் செயல்களில் நாம் ஈடுபடும் போது சூழ்நிலைக்கு ஏற்றவாறும், தர்ம நியாயங்களை அனுசரித்தும் செயல்பட வேண்டுவது நமது கடமை. அப்படி யே நமது கோபம் நம்மை அறியாத நிலையில் வெளிப்பட்டு, வெளிப்புறத்திலும் பாதிப்பை ஏற்படுத்தி விட்டாலும் கூட, அதையும் நம்மையறியாமல் ஏற்பட்ட செயலாகக் கருதி, அதையும் விட்டுவிட வேண்டும்.

கே : கொஞ்ச காலத்திற்கு முன்னால் ஒரு ரெளடி ஒரு சாமியாரை கண்டபடி அடித்து விட்டார். அந்த சாமியார் எந்த எதிர்ப்பையும் காட்டாமல், அவனிடம் அடிவாங்கிக் கொண்டார். அவனும் அவனால் முடிந்தவரை அடித்து விட்டுப் போய் விட்டான். அந்த சாமியார், நடக்கக் கூட முடியாமல் தவழ்ந்து கொண்டே போக வேண்டியதாகி விட்டது. நீங்கள் சொல்லும் அந்த நிலையில் இருந்ததால் தான், அந்த சாமியாருக்கு இப்படி நடந்து கொள்ள முடிந்ததா?

ஸ்ரீ : நமது மனதை, நாம் சில வகைகளில் Tune பண்ணுவதும் சாத்தியமே. எல்லாவற்றையும் ஏற்றுக் கொள்ளுவதைப் போல் அவர் தனது மனதை Tune பண்ணியிருக்கும் பட்சத்தில் அவர் அவ்வாறு நடந்து கொண்டிருக்கலாம். தனது இயல்பை வெளிக்காட்டாமல் இருப்பது சரியானது என்று கூற முடியாது. உங்களுடைய இயல்பை வெளிக்காட்டும் நிலையிலுங் கூட, நீங்கள் இந்த விடுபட்ட நிலையில் இருப்பது தான், சரியானது. எந்த உணர்வுகளுமே இல்லாமல் சுத்தமானசிலேட்டாக இருக்க வேண்டும் என்பது கட்டாயமல்ல. அந்த நிகழ்வை எடுத்துக்கொண்டால், அவர் தன்னைக் காப்பாற்றுவதற்கு வேண்டிய முயற்சிகளை எடுத்திருக்க வேண்டும் என்பது தான், என்னைப் பொருத்த அளவில் சரியாகப்படுகிறது. அந்த முயற்சிகளில் ஈடுபடாத பட்சத்தில், அவர் எதோ ஒரு வகையில் தன்னை Tune பண்ணி வைத்திருக்கிறார் என்றுதான் பொருள். அப்படி Tuning ஆனதால், அவர் ஒரே ராகத்தை வாசித்துவிட்டுப் போய் விட்டார். எல்லா ராகங்களையும் அவர் வாசிக்கக் கூடிய தன்மையில் இருப்பது தான் சரியானது.

கே : ஒருவர் நம்மைத் திட்டி விட்டார். நாமும் கோபப்பட்டு பதிலுக்குத் திட்டி விடுகிறோம். பிறகு தனிமையில் உட்கார்ந்து, நாம் இப்படிப் பதிலுக்குத் திட்டியிருக்கக் கூடாது, என மனவருத்தப் படுகிறோம். பிறகு நடந்தது நடந்துப்போய்விட்டது என்று, அதனை அப்படியே விட்டுவிடுவது தான் சரியா?

ஸ்ரீ : நடந்தது எல்லாம் நம்மையறியாமல் நடந்துவிட்டது என அதனைச் சுலபமாக எடுத்துக்கொள்வதுதான்

சரி. நமது இயல்பை easy ஆக எடுத்துக் கொண்டே போய்விடவேண்டும்.

கே : Be a Budha inside and be a warrior outside என்று ஒரு வாசகம் உண்டு. உள்ளே புத்தராகவும், வெளியே போர் வீரனாகவும் இரு என்று அது கூறுகிறது. இதுதானா நீங்கள் கூறுவது?

ஸ்ரீ : சரிதான். ஆனால் புத்தராக இருப்பது என்பது ஏதோ ஒரு உன்னதமான தன்மையைப் பிடித்து வைத்துக் கொண்டிருப்பதல்ல. நம்முடைய இயல்பு எப்படி இருக்கிறதோ, அது தான் புத்த தன்மை. புத்தராக இருப்பதை ஒரு செம்மையான மனநிலையோடு, புத்தத் தன்மையோடு இருப்பது என்று எடுத்துக் கொண்டால், அதுவே பிரச்சினையைக் கொண்டு வந்துவிடும். நீங்கள் எப்படி இருக்கிறீர்களோ, அது தான் புத்தருடைய நிலை. ஒரு மென்மையான நிலைதான் புத்தருடைய நிலை என்று அர்த்தமல்ல. உங்களை அறியாமல் உங்களுக்குள் ஏற்படும் அத்தனை நிலைகளும் புத்தர் நிலையே. நம்முடைய நிகழ்கால நிலையை அப்படியே ஏற்றுக்கொள்ளும் நிலைதான் புத்தர்நிலை.

கே : விடுதலை அடைந்த நிலையில் உள்ளவர்களுக்கு ஏற்படும் மனப் பாதிப்புகள் அவர்களை விட்டுப்போய் விடுமா?

ஸ்ரீ : அவர்கள் திரவ நிலையிலிருப்பதால் அனைத்து அனுபவங்களும் விரைவாக மாறிவிடத்தான் செய்யும். காலப் போக்கில் சுத்திகரிப்பு இயக்கமும் சேர்ந்து நடந்து கொண்டிருக்கிறது. நம்முடைய இயல்புங்கூட அந்நிலையில் சுத்திகரிக்கப் பட்டுக்கொண்டேயிருக்கிறது. நம்முடைய

கோபப்படும் இயல்பு, பயப்படும் இயல்பு ஆகியவைகூட மாறி அமைந்துகொண்டே இருக்கிறது. நம்முடைய இயல்புதான் அனுபவமாக மாறுகிறது; அனுபவங்கள்தாம் இயல்புகளாக மாறுகிறது. அது ஒரு சமற்சியாக நடந்து கொண்டிருக்கிறது. ஒன்றில் ஏற்பட்ட மாறுதல், அடுத்தவற்றுக்கும் சென்றடைகிறது. இயல்பே மாறி அமையும் நிலையில் எல்லாவற்றையும் சுலபமாக எடுத்துக்கொள்ளும் தன்மை வந்துவிடுகின்றது.

கே : தெளிவுக்கு முன்னாலும், தெளிவுக்குப் பிறகும் என்ன விதமான மாற்றத்தை அடைந்துள்ளீர்கள்?

ஞா : இயக்கங்களை அதுபோக்கில் நடந்திட அனுமதித் துள்ளேன். காரின் முன் சீட்டில் உட்கார்ந்து ஸ்ஹயரிங்கைப் பிடித்துக் கொண்டிருந்த நான், அதனை விட்டு விட்டு, பின் சீட்டிற்கு வந்து விட்டேன். வண்டி அதுபோக்கில் போகிறது. இவையெல்லாம், நமது அகநிலையாக மட்டும் எடுத்துக்கொள்ளவேண்டும்.

கே : இந்தப் பிரபஞ்சமே ஒரு ஒழுங்கு முறையில் இயங்கி வருகிறது என்பதை ஏற்றுக்கொள்ளுகிறீர்களா?

ஞா : புற உலக இயக்கம் ஏதோ ஒரு ஒழுங்கு முறையில் இயங்குகிறது என சிலர் கூறுகிறார்கள். அவர்களுடைய வார்த்தைகளை நம்பி நாமும் அப்படிக் கூறிக் கொள்ளலாம். எனக்கு அது பற்றி நேரடியாகத் தெரியாது. அப்படிக் கூறுபவர்கள் நம்பக்கூடியவர்களாக இருக்கும் பட்சத்தில், அவர்கள் கூறுவதையும் நம்பித்தான் ஆகவேண்டும். சில சூட்மமான சக்திகளும், சில சூட்சமமான

நிர்வாக அமைப்புகளும் கூட இருக்கலாம்.

கே : நீங்கள் எல்லாவற்றையும் உள்ளடக்கிய பிரம்மமாக உங்களைக் கருதுகிறீர்களா?

ஸ்ரீ : எல்லாவித அனுபவங்களும் அதாவது ஒரு சராசரி மனிதனுக்கு ஏற்படும் உணர்வுகள் வந்து போகின்றன. எந்த உணர்வையும் எனக்குச் சொந்தமாக்கிக் கொள்ளுவதில்லை. “ எல்லாவற்றையும் ஒன்றாகப் பார்த்தல் ” எனும் அனுபவம் கூட யோகா தியானத்தைச் சார்ந்த ஒன்றேயாகும்.



## தியானம், யோகம், முக்தி

கே : தியானம், யோகா என்று பலரும் பயிற்சி செய்கிறார்கள். அதனால் கிடைக்கும் முக்தி நிலையும், நீங்கள் கூறும் முக்தி நிலையும் ஒன்றுதானா?

ஸ்ரீ : தியானம், யோகா ஆகியவை எல்லாம் அனுபவங்களை மட்டுமே கொடுக்கும். தண்ணீர் இருப்பதாக வைத்துக் கொள்ளுவோம். அதனைப் பனிக்கட்டியாக மாற்ற முடியும். பனிக்கட்டி என்பது தண்ணீரின் இயல்பான நிலையல்ல. திரவ நிலைதான் தண்ணீரின் சொந்த நிலையாகும். பனிக்கட்டியாக மாறும் போது அது ஒரு வடிவத்தை எடுத்துவிடுகிறது. எந்தப் பாத்திரத்தில் அந்தத் தண்ணீரை ஊற்றி அதனைக் குளிர்விக்கிறோமோ, அந்தப் பாத்திரத்தின் வடிவில் அது, பனிக்கட்டியாகிவிடுகிறது. நாம் திரவநிலையில் இருந்தாலும்கூட, நாம் பாத்திரத்தினுள் இடம் பெறும் போது, பாத்திர வடிவுக்கு மாறிவிடத்தான் செய்கிறோம். ஆனால் நாம் பனிக்கட்டியாக மாறாத வரை, பாத்திரத்தின் வடிவை நாம் நிரந்தமாக தக்கவைத்துக் கொள்ளுவதில்லை. டம்ளரில் நாம் இருப்போமாயின் டம்ளர் வடிவில் மாறி விடுகிறோம். பிறகு பாட்டிலில் ஊற்றினால்

பாட்டில் வடிவில் மாறிவிடுகிறோம். அதுவே உறை நிலைக்கு வந்துவிட்டது என்றால், அந்த இடத்தையே, அந்த வடிவத்தையே பிடித்து வைத்துக் கொள்ளும். தண்ணீராக மாறும்வரை, அந்த நிலையிலேதான் இருக்க வேண்டியது இருக்கும். நாம் பயிற்சி, முயற்சிகளில் ஈடுபடும்போது, நமது மனது ஒரு வகையில் டியூண் செய்யப்பட்டு விடுகிறது. நாம் ஒரு வடிவைப் பெற்றுவிடுகிறோம். அது நிரந்தரமான தீர்வு அல்ல. அது ஒரு தற்காலிகமான தீர்வையே கொடுக்கும். ஆனால் நாம் திரவத் தன்மையில் இருந்தால் நிரந்தரமான தீர்வு நமக்குக் கிடைத்து விடுகிறது. நமக்கென்று நிரந்தரமான ஒரு நிலை கிடையாது. சூழ்நிலைக்கேற்ப நாம் ஒரு பாத்திரமாக மாறிவிடுகிறோம். பிறகு அந்த வடிவைக் கலைத்து விடுகிறோம். ஒரு சினிமா நடிகர் எத்தனையோ கதா பாத்திரங்களில் நடிக்கலாம். அவருக்கென்று எந்த பாத்திரத்தையும் சொல்ல முடியாது. ஞானியும், யதார்த்த நிலையில் சூழ்நிலைக்கேற்ப ஏதோ ஒரு இயல்புடன் செயல்படுகின்றார். அவருக்கென்று எந்த இயல்பும் கிடையாது. பனிக்கட்டி போன்ற உறைநிலை என்பது சில அனுபவங்களோடு தங்கியிருப்பதைப் போன்றது. அது ஆரம்பகால சாதகனுக்கு உதவியாகவும், நன்மை பயப்பதாகவும் அமைந்திருக்கும். ஆனால் காலப்போக்கில் அது சரியானதல்ல. பனிக்கட்டி நிலையிலிருந்து, திரவ நிலைக்கு வந்துவிடவேண்டும். அதுதான் liberated நிலை. விடுபட்டநிலை.

கே : ஞானப் பாதையில் நாம் சென்றாலும், சில சமயங்களில், சில நிலைகளை நாம் தக்க வைத்துக்கொள்ளும்படி ஏற்பட்டுவிடுகிறது. திரவ

நிலைக்கு சுலபமாக வந்து விட முடிவதில்லை.

ஸ்ரீ : நம்முடைய அன்றாட வாழ்வில் நாம் சில அனுபவங்களை எதிர் கொள்ளுகிறோம். அந்த அனுபவங்களுக்குள் நாம் சிக்கிக்கொண்டதாகவும் உணருகின்றோம். இங்கு நாம் கவனிக்க வேண்டிய ஒரே ஒர் அம்சம் மட்டும் உள்ளது. அதாவது நாமாக விரும்பி அந்த அனுபவத்தோடு இருக்கிறோமா, அல்லது அந்த அனுபவம் அது போக்கில் நம்மிடம் தங்கிவிட்டதா என்பதைப் பார்க்கவேண்டும். நமக்கு கோபம் ஏற்படுகிறது. அந்தக் கோபம் தானாக வந்துள்ளதா, அல்லது நீங்களாக அந்தக் கோபத்தை அங்கீரித்து ஏற்றுக்கொண்டிருக்கிறீர்களா? உங்களை அறியாமல் எது நிகழ்ந்தாலும், அல்லது தொடர்ந்தாலும், அதற்கு நீங்கள் முக்கியத்துவம் கொடுக்கத் தேவையில்லை. நீங்கள் பொறுப் பெடுக்கத் தேவையில்லை. அதனை மாற்றிய மைக்கும் கடமை எதுவும் உங்களுக்குக் கிடையாது.

கே : தாமாக வரும் எந்த உணர்வுகளையுமே நாம் பொருட்படுத்த வேண்டியதில்லை?

ஸ்ரீ : ஆமாம். பொருட்படுத்த வேண்டியதில்லை. ஒரு உதாரணமாக, உங்கள் வீட்டுக்குள் திடீரென ஒரு பைத்தியக்காரன் நுழைந்து விடுகிறான். நீங்கள் உங்களையறியாமலேயே டென்சனோ, கோபமோ அடைந்துவிடுகிறீர்கள். உங்களையறியாமல் வந்த கோபத்தை, நீங்களாக விரும்பி கையில் எடுத்து, அவன் மீது பிரயோகம் செய்து அவனை விரட்டி அனுப்புகிறீர்கள். நீங்களாக விரும்பி கையில் எடுத்ததால் அது உங்கள் பொருளாகவே மாறி விடுகிறது. நீங்கள் விரும்பினால் கோபப்பட்டுக்

கொள்ளலாம், வேண்டாம் என்றால், விட்டு விடலாம். அது உங்கள் கைவசம் உள்ளது. ஏதாவது ஒரு பிரச்சினையின் போது, நீங்கள் விரும்பாமலேயே உங்களுக்குள் கோபம் அல்லது பயம் ஏற்பட்டு விடுகிறது. அப்போது அது உங்களுக்கு வந்திருக்கக் கூடாது என்று நினைப்பதோ, அதனை அப்பறப்படுத்த முயற்சி செய்வதோ சரியல்ல. அப்படிச் செய்வதன் மூலம், உங்களையறியாமல் அந்த உணர்வுகளுக்கு நீங்களே பொறுப்பேற்றுக்கொண்டதாக ஆகிவிடுகிறது.

கே : நமக்கு இப்படிக் கோபம் வரலாமா என எண்ணுகிறோம்.

ஸ்ரீ : இப்படி நமக்கு ஒரு guilty consciousness ஏற்பட்டு விடுகிறது ஒரு குற்ற உணர்வு ஏற்பட்டு விடுகிறது. குற்ற உணர்வு தேவையே கிடையாது. ஏனெனில் உங்களையறியாமல் நிகழ்ந்த எதற்கும் நீங்கள் பொறுப்பேற்க வேண்டிய அவசியமே இல்லை. அவற்றை அதுபோக்கில் விட்டுவிட்டால், அவை தாமாகவே மறைந்துவிடும். சூழ்நிலையை நிர்வாகம் செய்யவோ, அல்லது உங்கள் பல 'ஹீனத்தினாலோ அப்படிக் கோபம் வந்திருக்கலாம். அது எப்படி வந்திருந்தாலும் சரி, அதனை நீங்களாக முயன்று சரி செய்யத்தேவை இல்லை.

கே : எனக்கு இப்படிக் கோபம் வரும் போது, நான் இப்படித் தான் நினைத்துக்கொள்வேன். நான் இன்னும் போதுமான அளவு பக்குவம் அடையவில்லை. அதனால் தான் நமக்குக் கோபம் வருகிறது என எண்ணிக் கொள்வேன்.

**ஸ்ரீ :** அப்படி நினைக்கத் தேவையில்லை. அப்படி உங்களை Under estimate செய்துகொள்ளும்போது, பிறகு நீங்கள் உங்களை எதிர்த்தே போராட வேண்டிய நிலைக்குத் தள்ளப்பட்டு விடுகிறீர்கள். நீங்கள் அடைய வேண்டிய இலக்கு ஒன்றையும் உருவாக்கி விடுகின்றீர்கள். ஒரு சிரான மன நிலையை நோக்கி நகர ஆரம்பிக்கிறீர்கள். முயற்சிகள் பல ஏற்பட்டு விடுகின்றன. அதைப் பின்பற்றி எல்லாப் போராட்டங்களும் வந்து விடுகின்றன. அவை அனைத்தும் உங்களை மீறி நிகழுகின்றன என எடுத்துக்கொண்டால், உங்கள் அனுபவங்களுக்கு நீங்கள் பொறுப்பாகமாட்டார்கள்.

**கே :** வேகமாகப் போகும் வண்டியை பிரேக் போடும் போது அந்த வண்டி பாதையை மாற்றித் திரும்புவது போல் எல்லோருக்கும் இந்த நிலை ஏற்படுமா?

**ஸ்ரீ :** எத்தனையோ பயிற்சி முயற்சிகளில் ஈடுபடும்போது ஏற்படும் மனஅமைதி, எல்லாவற்றையும் கைவிடும் போதும் உங்களுக்கு ஏற்படும் பட்சத்தில், உங்களுக்கும் அந்த மாற்றம், தெளிவு ஏற்பட்டுள்ளது என்று தானே பொருள்? மாற்றம் என்பது, கார் முழுக்க எதிர் திசையில் திரும்பவேண்டும் என்று எதிர்பார்க்கக் கூடாது. ஏதோ ஒரு மாற்றம் ஏற்பட்டுள்ளது வெளிப்படையாகத் தெரிகிறது. அது வரைக்கும், தேடித் தேடி செயல்பட்ட மனது, தேடாத நிலையில் செயல்படும் தன்மைக்கு வந்துவிடுகிறது.

**ஸ்ரீ :** எல்லாமே உண்மைதான். உடல்ரீதியாகவும், மனோ ரீதியாகவும் எல்லா விதமான மாற்றங்களும் ஏற்படும். ஆனால் அவையாவும் உங்களை யறியாமல் தாமாக நிகழும். மனோரீதியான

மாற்றம் உடனடியாக ஏற்பட்டுவிடும். உடல்ரீதியான மாற்றம் சிறுகச் சிறுகத்தான் ஏற்படும். மனம் என்பது திரவநிலையைப் போன்றது. உடல் திடத்தன்மையுடையது. திரவத்தில் மிகச் சுலபமாக மாற்றம் ஏற்பட்டுவிடும். திடப் பொருளில் கொஞ்சம் கொஞ்சமாகத்தான் மாற்றம் ஏற்படும். ஆனால், அதனை நாம் எதிர்பார்க்கத் தேவை இல்லை.

கே : அப்படி நாம் எதிர்பார்த்தால் அது ஒரு குற்ற உணர்வுதானா?

ஸ்ரீ : நாம் ஏற்கெனவே பார்த்தப்படி, எல்லாவற்றையும் அது போக்கில் நடக்க அனுமதித்தால், நாம் எதற்கும் பொறுப்பேற்க மாட்டோம். நாம் பொறுப் பேற்காதபோது, குற்ற உணர்வுக்கும் இடம் கிடையாது. நடப்பவை அனைத்தும் நம்மை மீறி நடந்து விடுகின்றன. நமது கட்டுப்பாட்டில் இல்லாதவற்றுக்கு நாம் எப்படி பொறுப்பேற்க முடியும்? தப்பாகவே நாம் எதையாவது செய்துவிட்டாலும், நம்மையறியாமல் நிகழ்ந்து விட்டதாக எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும். ‘அறியாமல் செய்த பிழைகள் மன்னிக்கப்படும்’ என்று கூறுவது போல், அவற்றை அறியாமல் செய்துவிட்டதாக எடுத்துக்கொள்ளவேண்டும். அந்நிலையில் உங்களுக்கு ஏற்படும் அத்தனை அனுபவங்களுக்கும் நீங்கள் O.K. கொடுத்து விடுகிறீர்கள்.

கே : நமது மனது அங்கே இங்கே அலைந்து கொண்டு இருக்கும்போது, நாம் இன்னும் சரியான இடத்துக்கு வரவில்லையோ என என்னத்

தோன்றிவிடுகிறது.

ஸ்ரீ : யோகாவில் தான் இது சம்மந்தமான பயிற்சிகள் கொடுக்கப்படுகின்றன. சிந்தனைகளை ஒரு நிலைப் படுத்துவது, மனம் அலைபாய்வதை நிறுத்துவது, சிந்தனையே இல்லாமல் இருப்பது, இவையெல்லாம் யோகாவில் சாத்தியம். இவையெல்லாம் பலாத்காரமாக அவற்றை கட்டிப்போடுவதுதான். ஆனால் அவை கட்டுக்களை உடைத்து விட்டால், மனநிலை பாதிக்கப் பட்டவர்களாகவும் மாறிவிடுகிறார்கள். முறையான இயம், நியம விரதங்களுடன் அவற்றைக் கடைப்பிடித்தால் தான், அவற்றை நீங்கள் வெற்றி கரமாகக் கையாள முடியும். உங்கள் வாழ்க்கை முறையையும் உங்கள் அனுஷ்டானத்துக்கு ஏற்ப மாற்றியாகவேண்டும். ஆனால் அவையெல்லாம் நமக்குத் தேவையே இல்லை.

கே : அஷ்டாங்க மார்க்கத்தினால் அடையக் கூடிய முடிந்த நிலையும், நீங்கள் சொல்லும் ஞான விடுதலையும் என்றுதானா?

ஸ்ரீ : அஷ்டாங்க மார்க்கத்தில் ஏற்படும் சமாதி நிலைகளில் ஒருவருடைய மன ஒட்டங்கள் நசிந்துப்போய்விடலாம். அந்த நிலையில் செய்வதற்கு எதுவும் இல்லாத நிலைக்குக் போய்விடலாம். ஆனால் அவர்களுக்கு எப்படி அந்த நிலை ஏற்பட்டது என்பதைக்கூட அடுத்தவர்களுக்கு எடுத்துக்கூற முடியாது. சமாதி நிலைக்கு மட்டுமே வழி காட்ட முடியும். சமாதி வழி என்பது மிகவும் கடினமான பாதை. அவ்வளவு சிரமத்தின்பேரில் அடைய வேண்டிய நிலை இதுவல்ல. எளிய

நிலையிலேயே இது சாத்தியப்படும் போது, இத்தனை தூரம் நம்மை வருத்திக்கொள்ளத் தேவையில்லை. சிலர் உலக வாழ்க்கைக்கும், தியான வாழ்க்கைக்கும் இடையில் முரண்பாடு உள்ளவர்களாக இருக்கிறார்கள். ஒருவர் ஜீரோ டிகிரி குளிரில் இருந்து விட்டு, சுட்டு எரிக்கும் வெயிலுக்கு வருகிறார் என வைத்துக்கொள்வோம். இங்கே அரைமணி நேரம், அங்கே அரைமணி நேரம் என்று மாற்றி மாற்றி இருந்தால் அவருடைய உடல் ஆரோக்கியம் என்ன ஆகும்?

அதுபோல் தியானங்களில் ஈடுபடும் போது ஒருவருக்கு ஆனந்தமான அனுபவங்களைல்லாம் ஏற்படுகின்றன. அவர்கள் உலகப் பிரச்சினைகளை எதிர்கொள்ளும்போது, மனக்கொதிப்புக்கு உள்ளா கிறார்கள். இப்படி மாறி மாறி இரண்டுவிதமான எதிர் எதிர் துருவங்களில் அவர்களுடைய அனுபவங்கள் ஏற்படும்போது, அவர்களில் சிலருக்கு மனமுறிவு ஏற்பட்டுவிடுகிறது. புத்தி பேதவிக்கும் நிலைக்கு வந்து விடுகிறார்கள்.

கே : இத்தகைய நிலையில் இருப்பவர்களை என்ன செய்யலாம்?

ஸ்ரீ : அவர்கள் செல்லும் பாதையைக் குறைத்துக்கொள்ள வேண்டும். அவர்களுடைய தியான முயற்சிகளை தீவிரத் தன்மையுடன் செய்யாமல், விளையாட்டாகச் செய்யவேண்டும். தியானத்தினால் கிடைக்கும் ஆனந்த அனுபவங்களின் மீதுள்ள பற்றுகளைக் குறைக்க வேண்டும். சித்துக்கள், சக்திகள் எந்த அளவு நம்மைப் பந்தப்படுத்துமோ, அந்த அளவுக்கு இந்த ஆனந்த அனுபவங்களும் நம்மைப் பந்தப் படுத்தி விடுகின்றன. இந்த அனுபவங்கள் எல்லாம்

ஆரம்பகாலத்தில் உதவியாகத்தான் உள்ளன. இந்த இன்ப அனுபவங்களின் காரணமாகத்தான், உலக இன்பங்கள், உலகக் கவர்ச்சிகளிலிருந்து விடுபட்டு ஆன்மிகத்தில் அக்கறைக் கொண்டவர்களாக மாறுகிறோம். நம்மை நெறிப்படுத்துவதற்கு அவை தேவைப்பட்டன. பிறகு நாம் இதற்கு அடிமைப் பட்டு விட்டோமென்றால், புலன் இன்பங் களுக்கும், ஆன்மீக இன்பங்களுக்கும் இடையில் எந்த வித்தியாசமும் கிடையாது. மதுபோதையில் அமர்ந்திருப்பதற்கும், தியான போதையில் அமர்ந்திருப்பதற்கும் இடையில் எந்த வித்தியாசமும் கிடையாது. இரண்டுமே உங்களை முடமாக்கி விடுகின்றன. இது சுதந்திரமான நிலையல்ல. ஆரம்ப காலத்தில் இது மிகவும் நல்ல நிலைதான். மதுபோதையில் ஆனந்தமடைவதை விட, தியான போதையில் ஆனந்தமடைவது சிறப்பான ஒன்றுதான். மதுபோதை உங்களுக்கு மோசமான பாதையையே காட்டிவிடுகிறது. தியானபோதை உங்களுக்கு வாழ்வின் நல்ல பாதையைக் காட்டித் தருகிறது. ஆனால் நாம் மாட்டிக்கொண்டோ மென்றால், இரண்டுமே நம்மை மூழ்கடித்து விடும். எல்லாவற்றையும் சகஜமாக ஏற்றுக் கொள்ளும் தன்மையுடைய விடுதலைதான் சரியான நிலை. அந்நிலையில் நமக்கு இன்பமும் ஒன்றுதான் துன்பமும் ஒன்றுதான். இரண்டுமே நன்றுதான். அதனால் தான் ஆன்மீகத்தில் இது, தீர்மான நிலை என வர்ணிக்கப்படுகிறது. இன்பத்தை நாடி, இங்கு ஒடுவது கிடையாது; ஆகவே மரணத்தைக்கூட துச்சமாக மதிக்கக் கூடியநிலை ஏற்பட்டுவிடுகிறது. இன்பமோ, துன்பமோ, எது வந்தாலும் O.K.

சொல்லக் கூடிய சுதந்திரம் நமக்கு ஏற்பட்டுவிடுகிறது. அடைவதற்கு எதுவுமே இல்லையென்ற நிலையில்தான், நிகழும் அனைத்துக்கும் O.K. சொல்லும் சுதந்திரம் நமக்குக் கிடைக்கிறது.

கே : பிறவியே வேண்டாம் என்று கூறுகிறார்களே. அது பற்றி என்ன கூறுகிறீர்கள்?

ஸ்ரீ : பிறவியே வேண்டாம் என்று கூறுபவர்கள் என்ன நிலையிலிருந்து இதைக் கூறுகிறார்கள் என்பதைப் பார்க்கவேண்டும். பிறவியைக் கண்டு பயப்படும் தன்மையையே காட்டுகிறது. பிறவி துன்பமானது; இன்பந்தான் வேண்டும் என்ற உணர்வுகளைக் காட்டுகிறது. துன்பத்தைக் கண்டு பயப்படுகிறார்கள். அப்படியனால் அவர்கள் சரியான நிலைக்கு வரவில்லையென்றே அர்த்தம். ஒருவர் இந்த விடுதலை உணர்வை தரிசித்துவிட்டால், பிறப்பு இறப்பை துச்சமாக மதித்து விடுகிறார்கள். எது வேண்டுமானாலும் நடக்கட்டும் என எடுத்துக் கொள்ளும் போதுதான், அவர்கள் பிறவியைக் கடந்த நிலைக்கு வருகிறார்கள். அந்த நிலையில் அவர்கள் கட்டாயப்படுத்தி பிறக்க வைக்கப்படுவதில்லை. அவர்களுக்கு, கர்மா ஏதாவது பாக்கி இருந்தாலும் கூட நிர்பந்தமான பிறப்பு அவர்களுக்குக்கிடையாது. அவர்கள் சமுதாயத்திற்கு ஏதாவது நல்ல காரியம் நடக்க வேண்டியதாக இருக்கும் பட்சத்தில், அவர்கள் தாங்களாக விரும்பி பிறப்பெடுத்துக் கொள்வார்கள். அது ஒரு காரணப் பிறப்பாகவே இருக்கும்.



10

## தீய பழக்கவழக்கங்களிலிருந்து மீள்வது எப்படி

கே : நமது பழக்க வழக்கங்களை எப்படி மாற்றியமைப்பது? சில தீய பழக்கங்கள் ஏற்பட்டுவிடுகிறது; அவற்றிலிருந்து மீள்வது எப்படி?

ஷ்ரீ : இப்போது நாம் அடைவதற்கு ஏதோ ஒரு நிலையை எடுத்துக்கொள்கிறோம். ஒரு நிலையை மாற்றி அமைப்பதே நாம் இலக்காக்க கொண்டுள்ளோம். இலக்கு என்று ஏதாவது வந்துவிட்டால், அது சம்பந்தமான முயற்சிகளும், பயிற்சிகளும் முக்கியத்துவம் பெற்றுவிடுகின்றன. சில தீய பழக்கங்களிலிருந்து எப்படி மீள்வது என்று பல விதமான பயிற்சிகள் கொடுக்கப் படுகின்றன. அவற்றையெல்லாம் நாம் பயன்படுத்திக் கொள்ளலாம். ஆனால் நம்மைப் பொறுத்த அளவில், நாம் எல்லா நோய்களுக்கும் ஒரே மருந்தையே கொடுத்து விடுகிறோம். எந்த நிகழ்வுகளும் அதன் போக்கில் நிகழ்டும்; நாமாக முனைந்து எவற்றையும் செய்ய வேண்டாம். இலாபமாயினும், நஷ்டமாயினும் சரி, நாமாக முனைந்து எதையும் செய்ய வேண்டாம். இதே அனுகுமுறையே, இத்தகைய பழக்க வழக்கங்களுக்கும் கூட பொருந்தும். எவ்வளவு

மோசமான பழக்கமானாலும் நம்மையறியாமல் ஏற்படும் போது, அதற்கு பொறுப்பேற்க வேண்டாம். ஆனால் அவை நம்மையறியாமல் ஏற்படுவதில்லை. நாம் ஈடுபாடுகாட்டி அங்கீகாரம் கொடுப்பதால்தான், அந்தப் பழக்கவழக்கங்கள் நம்மோடு இருக்கின்றன. அத்தகைய பழக்க வழக்கங்கள் சம்பந்தமாக அது எத்தகைய மன எழுச்சியைக் கொண்டுவந்தாலும் கூட, நாம் அதற்கு நம்முடைய மனப்பூர்வமான ஈடுபாட்டைக் கொடுத்தாலோழிய, அந்த பழக்கவழக்கம் நம்மை ஆட்கொள்ளாது. நீங்கள் ஈடுபாடு காட்டா விட்டால், அவை தாமாகப் போய்விடும். உங்களையறியாமல் வந்த மன எழுச்சிகளை நீங்களாகக் கையில் எடுத்து பயன்படுத்தி விடுகிறீர்கள். சொந்த விருப்பு வெறுப்புகளுடன் அதனைப் பயன்படுத்திவிடுகிறீர்கள். பிறகு அது, உங்களை அறியாமல் ஏற்படுவதல்ல. நீங்கள் அறிந்தே அதற்கு அனுமதி கொடுத்து விடுகிறீர்கள். உங்களையறியாமல் எது நிகழ்ந்தாலும், அது காலப்போக்கில் தாமாக தன்னைச் சரி செய்துகொள்ளும். புகைப் பிடிக்கும் பழக்கம் இருப்பதாக வைத்துக்கொண்டால், புகைப் பிடிக்கும் எண்ணம் நம்மையறியாமல் தான் ஏற்படுகிறது. பிறகு நாமாக விரும்பி அந்த உணர்வுக்கு அங்கீகாரம் கொடுத்துவிடுகிறோம். ‘இந்த முறை பயன்படுத்தி கொள்வோம்; பிறகு விட்டுவிடலாம்’ என்று நமக்கு நாமே கூறிக்கொள்கிறோம். எது நிகழ்ந்தாலும் உங்களையறியாமல் நிகழும் பட்சத்தில், அது தானாகவே பலமிழுந்துவிடும்.

கே : தியானங்கள் பல செய்தாலும், அது இந்த பிரச்சினைகளின் மையத்தைச் சென்றடைவதில்லை.

ஞா : தியானங்கள் செய்யும்போது நல்ல விதமான அனுபவங்கள் கிடைக்கிறதல்லவா, அவைதான் தியானத்தின் வெற்றி. அவை நமது பிரச்சினைகளை எல்லாம் தீர்த்துவிடும் என எதிர் பார்ப்பதுதான் தவறு.

கே : பிறகு நாம் எப்படிதான் தீர்வு காண்பது?

ஞா : தியானம் செய்வதை நாம் உபாயமாகக் கொடுப்பதில்லை. புரிந்துகொள்வதை மட்டுமே நாம் மார்க்கமாகக் கொடுக்கிறோம். அவைதாமாக நிகழ்கின்றன; நாம் செய்வதற்கு எதுவும் இல்லை என்று புரிந்துகொள்வது மட்டுமே போதும். அதுதான் சரியான தீர்வைக் கொண்டுவரும். இந்நிலையில் நமது பிடிவாதங்களைல்லாம் தளர்வடைந்து விடுகின்றன. அதனால் நமது பிரச்சினைகளும் பலமிழந்து போய்விடுகின்றன. தேடிக் கொண்டிருந்த மனது, தேடுதலை நிறுத்தி விடுகிறது. தேடுதலை நிறுத்தியதால், நமது மன இயக்கங்கள் இல்லாமல் போய் விடுவதில்லை. தேடியபடி இயங்கிய மனது, தேடுதல் இல்லாத நிலையில் இயங்க ஆரம்பிக்கிறது. அப்படித் தேடாமல் இயங்குவது என்றால் என்ன என்ற கண்டுபிடிப்பும் நமக்கு ஏற்பட்டு விடுகிறது. அந்த மனது ஒரு வித்தியாசமான பரிமாணத்திலும் இயங்க ஆரம்பித்து விடுகின்றது. அந்த மனதில் எதுவுமே தங்குவதில்லை. எல்லா உணர்வுகளும் அதுபோக்கில் வந்து விட்டு, அதுபோக்கில் போக ஆரம்பித்துவிடுகின்றன. அந்த நிலையைத்தான்,

**Liberation** அல்லது விடுதலை என்று குறிப்பிடுகிறோம். தேடுவதால் இந்த விடுதலை கிடைப்பதில்லை. எதுவுமே தேவையில்லை என்று, எதையுமே தேடாத நிலையில், இந்த **Liberation** கிடைத்து விடுகிறது. **Liberation** வேண்டுமென்று தேடினாலும்கூட, அங்கு 'தேடும் மனது' தான் செயல்பட ஆரம்பிக்கின்றது. 'தேடாத மனது' செயல்படுதில்லை. அதனால் இந்த லிபரேசனையும் நாம் தேட முடியாது.

கே : தேடுதலை விட்டவுடன் மனம் விழுந்து விடுகின்றது.

ஸ்ரீ : ஆமாம். மனம் விழுந்து விட்டாலும், மனதுக்கு செயல் எதுவுமே இல்லாமல் போய்விடுவதில்லை. வேறு பரிமாணத்தில் அது செயல்படுகின்றது. நாம் மனோ ரீதியாகமட்டும் அடைவதற்கென்று எந்த இலக்கிணையும் வைத்துக்கொள்ளவேண்டாம். உலகியல் ரீதியாக நாம் இலக்கிணை வைத்துக் கொள்ளலாம். வைத்துக்கொள்ளத்தான் வேண்டும். மனோ ரீதியாக **there should be no target**. இலக்கே இல்லாததால், மனதளவில் எதுவும் இல்லாமல் போய் விடாது. தாமாக வருபவை மட்டும் இருக்கும். அவை தாமாக வந்து தாமாகப் போய்விடுபவையாக இருக்கும். நகர்தலாகவே இருக்கும். அடைவதற்கு எதுவும் இல்லை என்பதைக் கண்டுபிடித்து விட்டாலேயே, நமது பிரச்சினைகளைல்லாம் முடிந்து விடுகின்றன. அந்தக் கண்டுபிடிப்புதான் உண்மையான புரிதல் ஆகும். உண்மையான தெளிவு ஆகும். புறச் செயலுடன் நாம் இன்ப துன்ப உணர்வை இணைக்கும்

போதுதான், புறச்செயல், அகச்செயலாக மாறி விடுகிறது. இன்ப துன்ப உணர்வு மட்டுந்தான் அகத்தோடு தொடர்புடையது. மன அனுபவங்களைத் தேர்ந்தெடுப்பதுதான் மனோ ரீதியான இலக்கு. அந்த இலக்கு மட்டும் தவறானது. அதனைப் புரிந்து கொள்ள வேண்டும். மனோ ரீதியாக நாம் அடையக் கூடிய உயர்ந்த நிலை எதுவும் இல்லை என்ற நிலையில் நாம் இருக்கும் நிலைதான் சரியான நிலை என்று ஆகி விடும். நாம் பயத்தோடும், துக்கத்தோடும் இருக்கிறோம் என்றால் அந்த நிலைதான் சரியான நிலையாகிவிடுகிறது. அந்த நிலைக்கு நாம் தொந்தரவு கொடுக்காத பட்சத்தில், அதுவாகவே மாறி விடுகிறது. அதை மாற்றியமைக்க வேண்டும் என நினைத்து, அதற்குத் தொந்தரவு கொடுக்கும் பட்சத்தில் அது மேலும் உயிர் பெற்று விடுகிறது. இருக்கிற நிலைக்கு அந்நியமாக, இன்னும் ஒரு நிலையை இலக்காக வைத்துக் கொள்ளும் போதுதான், அதனுடன் போராடி அதற்கு உயிர் கொடுக்கிறோம்.

கே : புரிதல் என்றால் என்ன, உள்ளார்ந்த புரிதல் என்றால் என்ன?

ஸ்ரீ : புரிதல் என்றும், **Understanding** என்றும் நாம் இதனைக் குறிப்பிடுகிறோம். நாம் மனோ ரீதியாக செய்வதற்கு எதுவும் இல்லை; அடைவதற்கு எதுவும் இல்லை என்பதைப்புரிந்து கொள்வதைத் தான் நாம் புரிந்து கொள்தல் எனக் கூறுகிறோம். பாலின் சுவை எப்படி இருக்கும் என பலவிதமான குறிப்புகள் மூலம் ஓரளவு அனுமானித்துப் புரிந்து கொள்ளலாம். இது அறிவு ரீதியான புரிதல்

**intellectual understanding.** நாமே நேரடியாக பாலைச் சுவைத்துக் குடிக்கும்போது, உணர்வு ரீதியாகவும், அனுபவ ரீதியாகவும் அறிந்து கொள்கிறோம். இதை அனுபவ ரீதியான புரிதல் அல்லது உள்ளார்ந்த புரிதல் **Practical understanding or deeper understanding** என்று எடுத்துக் கொள்ளலாம். ஆனால் நம்முடைய அனுகு முறையில், இப்படி இரண்டு விதமாக இந்தப் புரிதலைப் பிரிக்கவில்லை. அறிவு ரீதியான புரிதலை மட்டுமே நாம் எடுத்துக் கொள்கிறோம். அனுபவ ரீதியான உணர்வு ரீதியான புரிதல் என்ற இரண்டாவது புரிதலை நாம் எடுத்துக் கொள்வதில்லை. ஒரு மாணவன் தனது பள்ளிக் கணக்கை எப்படிப் போடுவது என்பதை வெறும் அறிவு ரீதியாகத் தான் புரிந்துகொள்கிறான். அதுபோல் நமது பிரச்சினைகளிலிருந்து எப்படி விடுபடுவது என்பதையும், நாம் நமது பிரச்சினை களுக்கு எதிராக செய்வதற்கு எதுவுமே இல்லை என்பதையும் அறிவு ரீதியாக மட்டுமே புரிந்து கொள்கிறோம். அப்படிப் புரிந்துகொண்டாலே போதும். அதுவே தேவையான விளைவை ஏற்படுத்துகிறது. நமது அறிவானது, தான் அடைவதற்கு ஏதாவது இருப்பதாகக் காட்டிக் கொண்டிருக்கும் வரை, நாம் அதைத் தேடிப் போய்க் கொண்டே இருப்போம். நாம் அடைவதற்கு அது எதையும் காட்டாத போது, நாம் எங்கேயும், எதைத் தேடியும் போகமாட்டோம். யோகா என்பது எதையோ அடைய முயற்சிப்பதாகவும், இருப்பதைத் தக்க வைக்க முயற்சிப்பதாகவும் உள்ளது. ஆனால் புரிதல் என்பது அடைவிடத்தை இல்லாமல் செய்வது. அடைவிடம் என்று எதுவுமே

கிடையாது என்பதைப் புரிந்து கொள்வது. அடையும் இடம் இல்லாத நிலையில் - Target இல்லாத நிலையில், எது எது நிகழ்கின்றதோ, அதுவெல்லாம் தானாக நிகழ்கின்றது - தானாக ஏற்படுவது spontaneous Action. மற்றவையெல்லாம் நாம் ஏற்படுத்தியவை; நமது எதிர்பார்ப்பினால் உருவானவை. யோகா மூலம் நமது அனுபவங்களில் ஓர் உறைநிலையைத்தான் கொண்டு வருகிறோம். விடுதலையில் தான் நமது அனுபவங்கள் எல்லாம் திரவ நிலைக்கு வருகின்றன.

கே : இதுதான் உணர்வுப் பிரவாகமா?

ஷ்ரீ : ஆமாம். இது தான் உணர்வுப் பிரவாகம். உணர்வுப் பிரவாகம் என்றதும் ஏதோ ஓர் அற்புதமான உணர்வு தொடர்ந்து ஏற்படுவதைப்போல் கற்பனை செய்து கொள்ளக்கூடாது. நமக்கு ஏற்படும் உணர்வுகள் எல்லாம் எதிரும் தேங்கி இருக்காது, பிரவாகமாக ஒடிச செல்லுகிறது என்பதுதான் பொருள்.

கே : ரமணர் மனதை உள்முகப்படுத்தச் சொல்லுகிறார். உள்முகப்படுத்துதல் என்பதும் நீங்கள் கூறுவது தானா?

ஷ்ரீ : ரமணரும், மனோ நாசத்தைத்தான் கூறுகிறார். ஆனால் மனதை உள்முகப் படுத்துவதால் மனம் சமாதி நிலைக்குத்தான் சென்றுவிடும். உறை நிலைக்குத் தான் போய்விடும். இவையெல்லாம் யோகாவுடன் சேர்ந்ததே.

கே : அந்த வழியில் மனோநாசம் அடைய முடியாதா?

ஷ்ரீ : முடியாது. அங்கே சமாதி தான் ஏற்படும். உறைநிலை தான் ஏற்படும். திரவநிலை ஏற்படாது. அவை ஆனந்தமான அனுபவங்களைக் கூட

கொடுக்கலாம். ஆனால் அது மனோநாசமல்ல. எல்லா பயிற்சிகளுக்கும் பலன் இருக்கிறது. அந்த முயற்சிகளில் நாம் ஈடுபட்டிருக்காத பட்சத்தில், நாம் உலகத்து இன்பங்களில் மூழ்கி, மோசமான நிலையைக்கூட அடைந்துவிடுவோம். நம்மை சமநிலைப் படுத்தி நம்மை உள்முகமாகத் திருப்புவதற்கு இந்தப் பயிற்சிகள் எல்லாம் உதவி இருக்கின்றன. இதனால் பலவிதமான கலைகள் வளர்ந்துள்ளன. எல்லாவிதமான கலைகளும் நமது வாழ்க்கையை நெறிப்படுத்தி நமக்கு ஒரு சமநிலையை ஏற்படுத்துகிறது. இப்படி எல்லாவிதமான கலைகளையும், யோகா போன்றவற்றையும் பயன்படுத்தி, அதற்கும் அப்பால் நாம் வருகிறோம். தெளிவுக்குப் பிறகு, உங்களுக்குத் தேவையான உணர்வுகளும், முயற்சிகளும் நீங்கள் அதற்காக எதுவும் செய்யாமல் அவையாகவே வந்துவிடுகின்றன.

**கே :** நாம் திரவநிலையில் இருந்தால், நாம் எந்த சூழ்நிலையானாலும் அதற்குத் தேவையானபடி வளைந்து கொடுத்துக்கொள்ளலாம். எந்த பாத்திரமானாலும் பாத்திரத்துக்கு ஏற்றப்படி மாறிக் கொள்ளலாம்.

**ஸ்ரீ :** ஆமாம்.

**கே :** நம்முடைய கர்மாக்களிலிருந்து நம்மை ஒரு குருநாதர் மீட்டு எடுக்காவிட்டால் நாம் கர்மாவிலிருந்து விடுபட்டு இந்தத் திரவநிலை அனுபவத்துக்கு வர முடியாது என்று கூறப்படுகிறதே. மேலும் கர்மா நம்மை எந்த அளவு கட்டிப்போட்டுள்ளது என்பது

எல்லோருக்குமே தெரிகிறது. கர்மாவை  
எப்படித்தான் வெற்றிகொள்வது?

**ஐ :** கர்மா என்பது தான் நமது இயல்பு. உங்களுடைய substance ஆல் ஆனது தான் உங்களுடைய இயல்பு. உங்களுடைய அனுபவங்கள். உங்களுடைய சம்ஸ்காரங்கள் ஆகியவற்றால் உருவானது தான் உங்களுடைய இயல்பு. அந்த இயல்புக்குத் தகுந்த அனுபவம் தான் நமக்கு வெளிப்பட்டுக் கொண்டே இருக்கும். அதை அடக்க நினைக்குந் தோறும் நமக்குப் போராட்டம் தான் ஏற்படும். யோகாவை நாம் உதவிக்குக் கூப்பிடுகிறோம் அதனால் நமது இயல்பை சிறிது காலத்துக்கு நமது கட்டுப் பாட்டுக்குள் எடுத்துக் கொள்கிறோம். கட்டுப்பாட்டை மீறியதும் மீண்டும் போராட்டம் ஏற்பட்டுவிடும். நம்முடைய உணர்வுகள் தான் உணர்ச்சியாக மாறுகிறது. அடிநிலையில் ஒரே விதமான உணர்வுதான் உள்ளது. வெளிப்படும் உணர்ச்சிகளில் தாம் வித்தியாசம் உள்ளது. ஒரே உணர்வுதான், நவரசம் என்று கூறுவதுபோல் ஒன்பதுவிதமான உணர்ச்சிகளாக மாறுகின்றன. பயம், துக்கம், ஆசை, கோபம், காமம், மகிழ்ச்சி இப்படி உணர்ச்சிகளாக மாறுகின்றன. மின்சாரத்தில் வோல்ட்டேஜின் அளவைக் குறைத்தால், விளக்கு ஒளி டிம்மாகி விடும். டியூப்லைட் போன்றவை எரியாது. அப்படி சமாதி போன்ற அனுபவங்களினால், நமது உணர்வானது, உணர்ச்சியாக மாறும் வேகம் குறைகிறது. நமது மனம் அதனுடைய மூலத்தில் ஒடுங்கி லயமாகும் போது, உணர்ச்சிகளுக்குக் கிடைக்க வேண்டிய சக்தி கிடைக்காமல் போய்விடும். சமாதி நிலையை நாம்

வெற்றிகரமாகச் செய்து முடித்தேமானால், உணர்ச்சிகளை கட்டுப்படுத்திக் கையாளக் கூடிய வாய்ப்பும் உள்ளது. ஆனால் இது யாருக்கோ, எவருக்கோ சாத்தியமாகலாம். சமாதி நிலையின் மூலமாக, உணர்ச்சிகளையெல்லாம் வெல்லக் கூடிய நிலை, கோடியில் ஒருவருக்குத்தான் சாத்தியம். அதற்கு தகுந்த வகையில் உங்களது உடலும், நடவடிக்கைகளும், வாழ்வு முறையும், அமைந்திருக்க வேண்டும். எங்காவது தவறி விழுந்தோமானால், உயரமான கட்டிடத்திலிருந்து கீழே விழுவதைப் போன்றதுதான். நமக்குள் பல விதமான சேதங்கள் ஏற்பட்டுவிடும் நம்முடைய அனுகுமுறையில், நமக்கு ஏற்படும் உணர்வுகள் யாவும் ஓர் இசைக்கருவியில் வெளிவரும் இசையைப்போல், தாமாக வந்துவிட்டுத் தாமாக ஓடி முறைந்து விடுகின்றன. நாம் போராட நினைத்தால் அவை மேலும் பலம் பெற்று விடுகின்றன. நம்முடைய பதிவுகளும், சம்ஸ்காரங்களும் தாமாகவே சுத்தமடைந்து கொள்கின்றன. விழிப்புணர்வு என்று நீங்கள் கூறுவதுகூட தாமாக ஏற்படும். விழிப்புணர்வை நாம் பயிற்சி செய்தோமானால், அதுவும் ஒரு போராட்டமாகி விடும். விழிப்புணர்வு என்பது நமது இயற்கையான நிலையே. நாம் அடைவதற்கு என்று ஒரு இலக்கினைவைத்து கொள்ளுந்தோறும், நம்முடைய இயற்கையான நிலை செயல்படுவதில், பிரச்சினை ஏற்பட்டுவிடுகிறது. நம்முடைய அறிவினாலும், முயற்சியினாலும் எல்லாவற்றையும் சாதிக்க முடியும் என்று நினைத்தால் அது தவறு. அவற்றால் ஒரளவுதான் சாதிக்க முடியும். மனோ நிலையில் அது போராட்டமாகவே இருந்து

விடுகிறது. அடைவதற்கு ஒன்றுமில்லை என்று கண்டுபிடித்த நிலையில், உங்கள் மனது திரவ நிலைக்கு வந்து விடுகிறது. அந்தத் திரவ நிலையில் அனைத்துமே சோகிவிடுகின்றது.

கே : அப்போது கர்மாக்கள் எல்லாம் கரைந்து விடுகின்றன?

ஸ்ரீ : ஆம். கர்மாக்கள் எல்லாம் கரைந்து விடுகின்றன.



11

## ஞானி வீற்றிருப்பது எங்கே ?

கே : தவம் செய்யாத நிலையில், அறநெறியோடு வாழ்ந்தால் நல்ல நிலை கிடைக்குமா?

ஸ்ரீ : நாம் ஓர் இடத்தில் உட்கார்ந்து செய்வது மட்டுந்தான் தவம் என்று எடுத்துக்கொள்ளக்கூடாது. தம்முடைய செயலையே தவமாகத்தான் செய்யவேண்டும். நமது மனதை ஒருநிலைப் படுத்தி தவம் செய்கிறோம். பிறகு அதே கலையை நாம் நமது அன்றாட செயல்களுக்கும் பயன்படுத்துகிறோம். தவத்தின் நோக்கமே நமது வாழ்க்கையைச் சரியான முறையில் வாழவேண்டும் என்பதுதான். இறை உணர்வுதான் எல்லாவற்றுக்கும் அடிப்படையாக உள்ளது. இறை உணர்வை ஆதாரமாகக் கொண்டுதான் அனைத்தும் ஏற்படுகின்றன. இறை உணர்வுக்கு நாம் முக்கியத்துவம் கொடுக்கும் பட்சத்தில், அப்படி இறை உணர்வுக்கு முக்கியத்துவம் கொடுப்பது யார் என்ற கேள்வி ஏற்படுகிறது. நாம் வேறு, இறைவன் வேறு என்ற கேள்வி வந்துவிடுகிறது. எல்லாமே இறை உணர்வாக இருக்கும் போது, நாம் இறை உணர்வுக்கு முக்கியத்துவம் கொடுக்கும் போது, அது இறை உணர்வை நம்மில் இருந்து வேறுபட்டதாக அதனை அப்புறப்படுத்தி விடுகிறது. எல்லாமே

இறைவனுடைய அம்சமாக உள்ளது.  
 இறைவனுக்குப் புறமாக எதுவுமே கிடையாது.  
 இறைவனுக்கு முக்கியத்துவம் கொடுக்கவேண்டும்  
 என்று நினைத்தால், இறைவனையே நமக்கு  
 அன்னியமாக்கி விடுகிறோம். நமக்கு சரியான  
 முக்கியத்துவம் கொடுத்தாலே, இறைவனுக்கு  
 முக்கியத்துவம் கொடுப்பது போல் தான்.  
 இறைவனுக்கு முக்கியத்துவம் கொடுப்பது என்பது  
 இறைவனை அவமரியாதை செய்வதைப்  
 போன்றதுதான். எல்லாமே இறைவன், என்பதைச்  
 சிலர் கருத்தாகவும், நம்மை இயக்கும் செயற்  
 கருத்தாகவும் கொள்கின்றனர். ஒரு விதமான  
 நம்பிக்கையை உருவாக்கிக் கொள்கின்றனர்.  
 இறைவனே அனைத்தையும் செய்கின்றான்.  
 எனக்கென்று எந்த அதிகாரமும் இல்லை. இப்படி  
 ஒரு கருத்தைத் தங்களுக்குள் சங்கல்பித்துக்  
 கொள்கிறார்கள். இது சரணாகதி நிலையை  
 ஏற்படுத்தினால் நல்லதுதான். அப்படி சரணாகதி  
 நிலை ஏற்பட்டாலும், நமக்கென்று எந்த செயலும்  
 இல்லாத நிலைக்குப் போய்விடுகிறோம்.  
 அந்நிலையில் நமது வாழ்க்கை எளிமையான  
 வாழ்க்கையாகிவிடுகின்றது. அப்படி சரணாகதி  
 அடையாமல், இறைவனை எவ்ரோ ஒருவராக  
 வைத்து அவருக்கு வேண்டிய மரியாதை செய்யும்  
 பட்சத்தில் அது இறைவனை அங்கீகரித்ததாகாது.  
 அப்படி மரியாதை செய்து, அதற்குப் பிரதியாக  
 ஏதாவது அனுகூலத்தை யாசிப்பது என்பது ஒருவித  
 வியாபாரமான வாழ்க்கையாகிவிடும். ஒருவித  
 போராட்டமாகிவிடும். நமக்கென்று எந்த  
 எதிர்பார்ப்பும் இல்லாத நிலையில், நமது வாழ்வும்,  
 தவமும் இணைந்து விடுகின்றது. வாழ்க்கையே

தவமாகி விடுவதால், தனியாக உட்கார்ந்து தவம் செய்யத் தேவையில்லை என்றாகி விடுகின்றது.

கே : சிலர் கோபத்தை அதிகமாக வெளிப்படுத்தி விடுகிறார்கள். இது பாரம்பரியமாக வந்த இயல்பா?

ஸ்ரீ : எந்த உணர்வுகளாயினும் சரி அவற்றை நாம் வெளிப்படுத்த வேண்டும் என்று வெளிப்படுத்துவது இல்லை. அவையாக வந்துவிடுகின்றன. எந்த உணர்வை வேண்டுமானாலும் கவனித்துப் பாருங்கள். அது வரும்போது, நம்மை அறியாமல் வந்து விடுகின்றது. ஒவ்வொரு சூழ்நிலையின் போதும், அந்த சூழ்நிலைக்குத் தகுந்தவாறு, நம்முடைய இயல்புதான் React பண்ணும். நம்முடைய இயல்புதான் எதிர் விளைவை ஏற்படுத்தும். அந்த எதிர் விளைவுதான், அந்த Reaction தான், நம்முடைய அனுபவம்; நம்முடைய உணர்வு. தானாக வந்த அந்த ரியாக்சனை, நாம் கையில் எடுத்துக் கொள்கிறோம். கோபம் வரும் போது, அது நம்மை அறியாமல் வந்துவிடுகின்றது. வந்த பிறகு, அந்த கோபம் நியாயமானது என்று கூறி, அந்தக் கோபத்தை நாம் கையில் எடுத்துக் கொள்கிறோம். முதலில் கோபம் வரும்போது, நியாய அநியாயங்களைல்லாம் நமக்குத் தெரியாது. எப்படி வந்தது என்று கூட நமக்குத் தெரியாது. அந்தக் கோபத்தை நியாயம் என்று கருதி கையில் எடுக்கும் போதுதான், அது நமது கோபமாகிறது. அதன் பிறகுதான், நாம் அதனை அடுத்தவர்கள் மீது காட்டுகிறோம். நம்மை அறியாமல் வந்த கோபம் மற்றவர்களுக்கே தெரியாது. அது நமக்கு மட்டும்

தான் தெரியும். அதை அடுத்தவர்களிடமும் காட்ட மாட்டோம். நமக்குக் கோபம் வந்துவிட்டது என்று தெரிந்த மாத்திரத்தில், அது இல்லாமலேயே போய்விடுகிறது. அதை அடக்க வேண்டும் என்ற அவசியம் எதுவுமே கிடையாது. கண்டுபிடித்த மாத்திரத்திலேயே அது இல்லாமல் போய் விடுகிறது. அது நியாயம்தான் என நினைத்த வினாடியில் அதனை நாமாக விரும்பி கையில் எடுத்துக்கொள்வதால் அது மீண்டும் உயிர் பெற்று விடுகிறது. அதன் பிறகுதான் அடுத்தவர்கள் மீது பிரயோகம் செய்கிறோம். அடுத்தவர்கள் மீது கோபத்தைக் காட்டுவதை **Reaction** என்று கூற முடியாது. நமக்கு ஏற்படும் உணர்வுக்குப் பெயர்தான் **Reaction**. அதனை அடுத்தவர் மீது காட்டும் போது அதன் பெயர் **Counter Action**. அது எதிர்விளைவு அல்ல. அது எதிர்ச்செயல். முதலில் வருவது நம்மையறியாமல் ஏற்பட்டது. நாம் அறிந்து செயல்படும் போது, அது எதிர்ச்செயல் அல்லது **Counter Action** ஆக உள்ளது.

**கே :** நமது செயலை அறிந்து செயல்படும் போது, அதனைக் கட்டுப்படுத்த வேண்டுமா?

**ஞா :** ஆமாம். நாம் அறிந்து செயல்படும் போது, அந்த செயல்களுக்கு நாம் பொறுப்பாகிவிடுகிறோம். ஆகவே அதைச் சரியான முறையில் சிந்தித்து சரியான செயல்களைச் செய்யவேண்டும். நமது செயல்கள், தர்ம நியாயங்களுக்கு உட்பட்டதாக அமைய வேண்டும். நமக்கு ஏற்பட்ட கோபத்தை, நாம் நியாயப்படுத்தி அடுத்தவர்கள் மீது செலுத்தும் போது, அவரும் பதிலுக்குக் கோபப்படலாம். அந்த சூழ்நிலையில் நமது கோபம் மேலும்

வலுவடைந்து, அந்த கோபம் நம்மையும் மீறிவிடும் அளவுக்குப் போவதற்கும் வாய்ப்புள்ளது. கோபம் நம்மை முழுமையாக ஆட்கொள்ளும்போது நாம் ஒரு **Temporary Madness**- க்கு -தற்காலிக பைத்தியமான நிலையினுள் பிரவேசித்து விடுகிறோம். அந்நிலையில் நமக்கு நம்முடைய சுய புத்தியும், அறிவும் செயலிழந்துவிடுகிறது. அதன் பிறகு நமது உணர்வைக் கட்டுப்படுத்துவது மிகவும் சிரமமாகி விடுகிறது. உணர்வை நாம் நமது கைகளில் எடுத்துக் கொண்டதால்தான், பிறகு அது நம்மையும் மீறி நம்மை ஆட்கொள்ளும் வாய்ப்பை அதற்குக் கொடுத்து விடுகிறோம். நாம் முதலில் அதற்கு அங்கீகாரம் கொடுத்ததால் தான் அதற்குச் செயலே ஏற்படுகிறது.

**கே :** இளைஞர்களுக்கு நீங்கள் என்ன கூறுகிறீர்கள்?

**ஸ்ரீ :** இளைஞர்கள் பொறுப்புகளைச் சமக்காத நிலையில் இருக்கிறார்கள். அதனால் அவர்களிடம் சக்தியின் விரையம் இல்லாமல் இருக்கிறது. பொறுப்புக் களை ஏற்கும் போதுதான் போராட்டங்களைச் சந்திக்க வேண்டியது ஏற்படுகிறது. இளைஞர்கள் சக்தியுடன் இருக்கின்ற காலத்தில் அதனைச் சரியான முறையில் பயன்படுத்திக் கொள்ளவேண்டும். வாழ்க்கையை நெறிமுறைப் படுத்தாமல் இருந்தாலும், சக்தி சிதறுவதற்கு வாய்ப்புள்ளது. ஒரு கால்வாய் சரியான முறையில் பராமரிக்கப் பட்டிருந்தால், அதில் வரும் தண்ணீர், சரியான இடத்துக்கு, சேதம் ஏதும் இல்லாமல் சேர்ந்து விடும். சரியான வாய்க்கால்கள் இல்லாமல் நீரைத் திறந்து விடும்போது, சேர வேண்டிய இடத்துக்கு தண்ணீர் சேராமல் பல இடங்களுக்கும் தண்ணீர்

சிதறி சேதம் அடைந்துவிடும். இளைஞர்கள் சரியான ஒழுங்கு முறையைத் தங்களது வாழ்க்கையில் பின்பற்ற வேண்டும். அதுவே அவர்களுக்கு எல்லா சிறப்புகளையும் கொண்டு வந்து சேர்க்கும்.

கே : உங்களது நூலைப் படித்து அதனைப் புரிந்து கொண்டதால் மனது மிகவும் இலேசாகிவிட்டது போன்ற ஓர் உணர்வு ஏற்படுகிறது. ஆனால் மனது மீண்டும் பழைய படி இன்ப துன்ப அனுபவங்களுக்குள் போய் விடுகிறதே? இதனை எப்படி எதிர் கொள்வது?

ஸ்ரீ : முந்தைய காலக் கட்டங்களில் ஞான நிலையை அடைபவர்கள், தங்களது வாழ்க்கை முறையை அதற்கானதொரு அமைப்பில் வைத்திருந்தார்கள். குடும்பப் பொறுப்புக்களை அவர்கள் எடுப்பதில்லை. சமுதாயத்திலிருந்து விடுபட்டு, துறவு நிலையில் வாழும் வாழ்க்கை முறையை எடுத்துக்கொள்கிறார்கள். அவர்களுக்கு உலகியல் ரீதியான கடமைகளோ பிரச்சினைகளோ கிடையாது. அவர்களுடைய அனுகுமுறை, ஆன்மிகத்தோடு மட்டுமே தொடர்புடையதாக இருந்தது. உலகியல் ரீதியான பொறுப்புகள் இல்லாததால் ஆன்மிகத்துக்கு ஏற்ற சூழ்நிலை அவர்களுக்கு எளிதாகக் கிடைத்தது. நாம் அத்தகைய சூழ்நிலையை ஒருபோதும் பரிந்துரைப்பதும் இல்லை. ஞானம் என்பது நமது அன்றாட வாழ்வுடன் தொடர்புடையது. சமுதாயக் கடமைகளில் நாம் ஈடுபடும் போது, அந்தச் சூழ்நிலையின் தன்மைக்கேற்பவும், நமது இயல்புக்கேற்பவும் ஏதாவது ஓர் உணர்வு நம் அனைவருக்கும் ஏற்படவே செய்யும். அந்தச்

குழ்நிலையை எதிர்கொள்ள நமக்குப் பலவிதமான உணர்வுகள் ஏற்படுவது இயற்கையே. அப்படிச்சில உணர்வுகள் நமக்கு ஏற்படும்போது, நம்முடைய தெளிவு பாதிக்கப்பட்டு விட்டதோ என்று எண்ணுவதுதான்தவறு. நமக்கு ஏற்படும் உணர்வுகள் தாமாக வந்துவிட்டு, தாமாகப் போய்விடும். அதற்கு முக்கியத்துவம் கொடுக்கத் தேவையில்லை. அகத்தளவில் வரக் கூடிய உணர்வுகள், தாமாக வெளிப்படுவதுதான் சரி. அப்படி வெளிப்படாமல் இருப்பதுதான் தவறு. வெளிப்படாமல் இருந்தால்தான் அது எங்கேயோ தேக்கம் அடைந்து மாட்டிக் கொண்டுள்ளது என்று அர்த்தம். தாமாக வந்த உணர்வுகள், தாமாகவும் போய்விடும். அது ஏன் வந்தது என்று நாம் எந்தக் கேள்வியுமே கேட்கத் தேவையில்லை. அதனை நாம் கொண்டு வரவில்லை. அதுவாக வந்துள்ளது. அதுவாகப் போய் விடும். அகவணர்வுகளை அதுபோக்கில் தாமாக வந்துவிட்டுத் தாமாக மறைந்து விட அனுமதித்துவிட்டு, நாம் செய்ய வேண்டிய புறக் கடமைகளைச் செய்வது மட்டும் போதுமானது. அகம், தானாகவே, தன்னைத் தானே சீரமைத்துக் கொள்ளும்.

**கே :** எல்லா மே விதிப்படிதான் நடக்கிறதா? எனது முயற்சிக்கு இடம் இருக்கிறதா?

**ஸ்ரீ :** எனக்கு வேண்டியதை நான் எனது முயற்சியால்தான் சாதித்தாக வேண்டுமா? இறைவன் அல்லது விதியின் பங்கு என்ன? எல்லா செயல்களுக்கும் இறைவன் தான் காரணம் என்றால், எல்லா பிரச்சினைகளுக்கும் அவர்தான் பொறுப்பு என்றாகிவிடும். எல்லா மே இறைவன் செயல்

என்பது ஆன்மீக அனுஷ்டானங்களுள் ஒன்று. எல்லாவற்றையும் இறைவன் செயல் தான் என ஏற்றுக்கொண்ட பிறகு, அங்கு கேள்வி எதனையும் கேட்கக்கூடாது. அது இறைவன் செயல்தான் என முற்றுப்புள்ளி வைத்து விடவேண்டும். இப்படிச் செய்யலாமா, என நாம் கேள்வி கேட்கும்போது, இறைவனுக்குக் கொடுத்த உரிமையை நாம் மீண்டும் திரும்பப் பெற்றுக் கொள்கிறோம். நல்லதையும், கெட்டதையும் இறைவன்தான் செய்கிறார் என முழுச்சரணாகதி அடைவது, இந்தக் காலத்தில் மிகவும் கடினம். இந்தக் காலத்திற்குத் தகுதியானது, அறிவியல் ரீதியான அனுகுமுறைதான். சாஸ்திரத்தில் கர்மா பற்றிக் கூறப்படுகிறது. சஞ்சித கர்மா, பிராப்த கர்மா, ஆகாமிய கர்மா என அவை மூன்று விதமாகக் கூறப்படுகின்றன. நமக்குச் சொந்தமான மொத்த கர்மாவுக்குப் பெயர் சஞ்சித கர்மா. நம்முடைய மொத்தப் பணத்தையும் வங்கியில் போட்டு வைத்துள்ளோம் என வைத்துக்கொள்வோம். இந்த மொத்த சேமிப்புக்குப் பெயர்தான் சஞ்சித கர்மா. அந்த மொத்தச் சேமிப்பிலிருந்து கொஞ்சபணத்தை செலவுக்காக எடுத்துக் கொள்கிறோம். ஒரு பிறவியின் போது, அந்தப் பிறவியில் அனுபவிப்பதற்காக இப்படி எடுத்துக்கொண்டு வருவது பிராரப்தகர்மா. அப்படி நாம் எடுத்துக் கொண்டுவந்த பணத்தை, முழுவதுமாக செலவு செய்து விடாமல், முதலீடாகவும் செய்து விடுகிறோம். அந்த முதலீட்டின் மூலம் புதிதாகவும் வருவாய் வந்து விடுகிறது. அப்படிப் புதிதாக வரும் வருவாய்தான் ஆகாமிய கர்மா. இந்த

ஆகாமியகர்மா, பிராரப்த கர்மாவுடனும் சேர்ந்து, இந்தப் பிறவியிலும் அனுபவமாகிறது; அவற்றில் சில சஞ்சிதகர்மாவுடனும் சேர்ந்து பொதுச் சேமிப்பிலும் சேர்ந்துகொள்கிறது. இந்த மூன்று கர்மாக்களையும் இறைவனுடைய செயலாகக் கொள்வதில்லை. இந்த மூவகை கர்மாக்களும், நாமாகச் செய்தவைதாம். ஜாதக சோதிடங்களைப் பார்த்திருப்பீர்கள். அவர்கள் பரிசீலனைக்கு எடுத்துக்கொள்வது இந்த பிராரப்தம் மட்டுமே. நிகழ்வது என்பது பிராரப்தத்தினால் மட்டும் நிகழ்வதில்லை. நிகழ்வதில் பெரும் பங்கை பிராரப்தம் எடுத்துக்கொண்டாலும், அவற்றில் சஞ்சிதமும், ஆகாமியமும் கூட சில சந்தர்ப்பங்களில் பங்கு வகிக்கின்றன. இவற்றை வகைப்படுத்திக் கொடுக்க சில தெய்வீகமான சக்தி அமைப்புக்களும் பணியாற்றுவதாகக் கூறப்படுகின்றன. ஜாதக ஜோதிடங்களில் பலன் சொல்லும் போது, சில தவறாகப் போய் விடுவதன் காரணம், இந்த சஞ்சிதம் மற்றும் ஆகாமியத்தின் குறுக்கீடுதான். இதனை ஜாதக ஜோதிடங்களில் கண்டுபிடிக்க முடியாது. நாம் நல்லவற்றை செய்தால் நமக்கு ஜாதகத்தை மீறி நல்ல விளைவுகள் ஏற்படலாம். நாம் தீயவற்றை செய்தால் ஜாதகத்தையும் மீறி நமக்கு மோசமான விளைவுகள் ஏற்படலாம். இவை எல்லாவற்றிலும், நம்முடைய முயற்சியின் பங்களிப்பு உள்ளது. நம்முடைய முயற்சிகளாலும், செயல்களாலும் மட்டுமே நமது மூன்று விதமான கர்மாக்களும் உருவாகியிருக்கின்றன. நாம் செய்பவைதான் நமது கர்மாவாக நம்மிடம் திரும்பி வருகின்றன. அவற்றை நாம் பலவிதமாகப் பிரித்துப் பல சந்தர்ப்பங்களிலுமாக திரும்ப அனுபவம்

செய்கிறோம். நாமாக நமது கர்ம பலன்களை தேர்ந்தெடுப்போமாயின், நமக்குப் பிடித்தமான வைகளை மட்டுமே தேர்ந்தெடுப்போம். அதில்ஒரு ஒழுங்குப் பாட்டை ஏற்படுத்தும் வகையாகத் தான் தெய்வீக சக்திகள் அமைக்கப் பட்டுள்ளதாகவும், அவை நமது கர்மாக்களை நிர்வாம் செய்து நம்முடன் சேர்த்திடுவதாகவும் கூறப்படுகிறது. கர்மாக்களை சேர்த்திடுவதெல்லாம் நமது முயற்சியினாலேயே, நமது செயல்களினாலேயே ஏற்படுகிறது. ஆகவே கர்மாக்களை மாற்றியமைக்கும் சுதந்திரமும் நமக்கு உண்டு. முயற்சிக்கும் வாய்ப்பு உள்ளது.

கே : கடலில் அலைகள் உள்ளன. அலைகளுக்கு அடியில் அசைவற்ற ஆழ்கடல் உள்ளது. ஞானி இந்த ஆழ்நிலையில் மையங்கொண்டிருப்பதாகவும், சராசரி மனிதர்கள் அலைகளில் மையங்கொண்டிருப்பதாகவும் என்னுகிறேன். சரிதானா?

ஞீ : ஞானி எதிலும் மையங்கொள்ளாமல் முழுக்கடலாக இருக்கின்றான். அலையும் உள்ளது; ஆழ்கடலும் உள்ளது. இரண்டும் சேர்ந்தவனாக உள்ளான். சராசரி மனிதன் தன்னை வெறும் அலைகளாக மட்டும் கண்டு கொள்கிறான்.

கே : என்ன உணர்வு ஏற்பட்டாலும் அதை அப்படியே ஏற்றுக்கொள்ள வேண்டும் என்று கூறுகிறீர்கள். ஆனால் எனது இயல்பு என்னவென்றால், தீய உணர்வுகள் ஏற்பட்டால் அதை மாற்ற வேண்டும் என என்னுகிறது. தீய உணர்வுகள் சரியானதல்ல என்பதால் எனது இயல்பு அதனை ஏற்றுக் கொள்ள மறுக்கிறது. கோப உணர்வு ஏற்படும்போது நான் கோபப்படுவது சரியல்ல என்று எனது இயல்பு

கூறுகின்றது. அப்படி இருக்கும்போது எல்லா உணர்வுகளையும் அப்படியே எப்படி ஏற்றுக் கொள்ளமுடியும்?

**ஸ்ரீ :** கோபஉணர்வு உங்களுக்கு ஏற்பட்டுவிட்டது என்பது ஒரு நிலைம். அது கற்பனை அல்ல. நடந்துவிட்ட நிலைம். அது அப்படி ஏற்பட்டிருக்கக்கூடாது என்று கருதுவது உங்களுடைய விருப்பம். அது உங்களுடைய இயல்பல்ல. தீய உணர்வுகள் ஏற்பட்டால் அதை மாற்ற வேண்டும், சீரமைக்க வேண்டும் என என்னுவது உங்கள் இயல்பல்ல. அது உங்களது விருப்பம் மட்டுமே. கோபத்தை ஏற்படுத்தியதுதான் உங்களுடைய இயல்பு. உங்களுடைய இயல்பை, உங்கள் விருப்பத்தைக் கொண்டு மாற்றியமைக்க முடியாது. உங்களுக்கு ஏற்படும் அனுபவங்கள் அனைத்தும் உங்களுடைய விருப்பங்களையும் மீறி ஏற்படுபவை. நமது விருப்பங்களால் நமது உணர்வுகளை சீரமைக்க முனைவது, முரண்பாட்டையும், போராட்டத் தையுமே ஏற்படுத்துகின்றது.

**கே :** நமது தீய உணர்வுகளை அப்படியே விட்டுவிட்டால் அவை அப்படியே நம்மிடம் தங்கிவிடாதா? அதை சீரமைக்க வேண்டிய கடமை நமக்கு இல்லையா?

**ஸ்ரீ :** நமக்குள் ஏற்படும் உணர்வுகள் அனைத்தும் ஓர் ஆற்றைப்போல் நிற்காமல் ஓடிக் கொண்டிருக்கின்றன. தாமாக வந்த உணர்வுகள் அனைத்தும் தாமாக ஓடி மறைந்துவிடும். நாம் நமது வீட்டினுள்ளே வாசலைப் பார்த்து அமர்ந்திருக்கின்றோம். தெருவில் எத்தனையோபேர் இங்கும் அங்குமாகப் போய்க் கொண்டிருக்கிறார்கள்.

வருவதும் போவதுமாக இருக்கிறார்கள். அவர்களில் எவரையாவது பார்த்து நாம் "ஹலோ சார்" என்று கூப்பிட்ட மாத்திரத்தில் அவர் வாசலில் நின்று விடுவார். இப்பித்தான் நாம் நமக்கு ஏற்படும் உணர்வுகளில் சிலவற்றை அப்புறப்படுத்த வேண்டும் என்று பற்றிப்பிடிக்கிறோம். சிலவற்றை வைத்துக்கொள்ள வேண்டுமென்று பற்றிப்பிடிக்கிறோம். இதனால் நமது உணர்வுகளின் ஒட்டத்தில் தடங்கல் ஏற்படுகிறது. நீரோட்டத்தில் ஒரு சுழல் ஏற்பட்டு விடுகின்றது. நமது உணர்வுகளோடு முரண்படும் நிலை ஏற்பட்டு விடுகின்றது. நமக்கு ஏற்படும் உணர்வுகளுடன், நாம் விருப்பங்களைக் கொண்டு முரண்படாத பட்சத்தில் தாமாக வந்த உணர்வுகளைல்லாம் தாமாக மறைந்துவிடுகின்றன.

கே : தீய உணர்வுகளை மாற்ற விரும்புவது நல்ல விருப்பம்தானே? நல்ல விருப்பமும் கூடாதா?

ஸ்ரீ : நாம் எடுத்துக்கொண்ட அனுகுமுறையைப் பொறுத்த அளவில் நல்ல விருப்பங்கள், கெட்ட விருப்பங்கள் என்று எதுவும் கிடையாது. எல்லா விருப்பங்களும் தவறானவைகளே. உண்மையான மாற்றத்தை அவைதடை செய்கின்றன.

கே : நல்ல விருப்பங்கள், அதாவது விருப்பங்கள் எப்படி உண்மையான மாற்றத்தைத் தடை செய்கின்றன?

ஸ்ரீ : நமது உணர்வுகளும், அனுபவங்களும் நம்முடைய இயல்புக்கு ஏற்றவாறுதான் ஏற்படுகின்றன என்பதை நாம் பலமுறை பார்த்துவிட்டோம். அதைத்தான் மீண்டும் கூறுகிறேன். நம்முடைய இயல்பு என்பது நம்முடைய அடிமனதால்

ஆக்கப்பட்டது. எனது இயல்புக்கு மாறுபட்ட அனுபவமும் உணர்வும் எனக்கு ஏற்படுகிறது என்று எவரும் கூறுவதில்லை. நம்முடைய மன இயல்பு எப்படி அமைந்துள்ளதோ அதற்கேற்ற அனுபவம் மட்டுமே நமக்கு ஏற்படும். நாம் விரும்பி நேசித்த ஒரு பொருள் தொலைந்து போய்விட்டது. நமது மனது அந்த நிகழ்வை விரும்பவில்லை. உடனே நமது மன இயல்பு நமக்கு ஒரு துயரமான அனுபவத்தைக் கொண்டுவருகிறது. இப்போது நமக்கு துயரமும் பிடிக்கவில்லை. துயரம் இல்லாத நிலையை விரும்புகின்றோம். துயரத்தை வெறுக்கின்றோம். துயரத்தோடு முரண்படுகின்றோம். இதனால் நமது மன, இயல்பு துயரத்தால் மேலும் மேலும் துன்படையும் நிலையை ஏற்படுத்துகின்றது. நமது மனது இருக்கும் துயரத்தைப் புறக்கணித்து விட்டு, துயரமில்லாத நிலை என்னும் இல்லாத ஒரு நிலையை அடைய விரும்புகின்றது. அதாவது இருப்பதை இல்லாமல் பண்ண வேண்டும் என்று விரும்புகிறது. இருப்பதை இல்லாமல் பண்ண விரும்புவதால் இருப்பது இல்லாமல் போய்விடாது. அதனால் நமது மனதினுள்ளே ஒரு நெருக்கடி ஏற்படுகிறது. இப்படி நமது விருப்பங்கள் யாவும் நமக்குள்ளே ஒரு மன நெருக்கடியை ஏற்படுத்திவருகிறது. இப்படித்தான் நமது மனதின் இயக்கம் நடைபெற்று வருகிறது. இதை நாம் புரிந்து கொள்ளவேண்டும்.

கே : இதை நாம் புரிந்து கொள்வதால் மாற்றம் ஏற்பட்டுவிடுமா ?

ஸ்ரீ : மாற்றம் ஏற்படும். ஆனால் அந்த மாற்றம் நமது விருப்பத்தால் ஏற்படுவதல்ல.

கே : நீங்கள் எதைக் கூறுகிறீர்கள் என்பது புரியவில்லை.

ஸ்ரீ : நமது இயல்புக்கேற்ற அனுபவங்கள் ஏற்படுகின்றன. நமக்குப் பிடிக்காத அனுபவங்கள் ஏற்பட்டால் நாம் அதனை மறுதவிக்கிறோம். நமக்கு வெளியில் நடந்த ஒரு நிகழ்வை அது நமக்குப் பிடிக்கவில்லை என்று மறுதவித்த காரணத்தினாலேயே நமக்கு மனத்துயரம் ஏற்படுகிறது. பிறகு மனத்துயரமும் நமக்குப் பிடிக்கவில்லை யென்று அதனையும் மறுதவிக்கிறோம். நமது மறுதவிப்பு தான் எல்லா பிரச்சினைகளையும் கொண்டு வருகிறது என நாம் தெரிந்து கொள்ளும்போது மறுதவிப்பு இல்லாமல் நாம் செயல்படுவதுதான் சரி என்ற முடிவுக்கு வந்து மறுதவிப்பையும் மறுதவிக்க விரும்புகின்றோம். இப்படி நம்மையறியாமலேயே நாம் மறுதவிப்பு என்ற ஒரு மாய வலையினுள் சிக்கிக்கொள்கிறோம். இவை எல்லா வற்றுக்கும் உள்ள மூலகாரணம் என்னவென்றால், எது இயல்பாக அனுபவமா கிறதோ, அவற்றுக்கு அந்நியமான ஒரு நிலை வேண்டும் அல்லது அனுபவம் வேண்டும் என்ற ஒரு விருப்பமே. இதுவே இந்த மறுதவிப்பு களுக்கெல்லாம் மூல காரணமாக விளங்குகிறது.

கே : அப்படியானால் என்ன அனுபவங்கள் இயல்பாக ஏற்படுகின்றனவோ அவற்றை அப்படியே ஏற்றுக் கொள்ளவேண்டும் என்பதைக் கூற வருகிறீர்களா ?

ஸ்ரீ : கிட்டத்தட்ட அப்படித்தான். ஏற்றுக்கொள்ள வேண்டும் என முடிவெடுத்து ஏற்றுக் கொள்ளு வதில்லை. ஏற்றுக்கொள்வதைத் தவிர வேறு வழியே இல்லை என்ற நிலையிலும் இதற்கு அந்நியமாக நாம் அடைவதற்கு எதுவுமே இல்லை என்ற நிலையிலும் நாம் ஏற்றுக்கொள்கிறோம்.

அதாவது நமது மனது எதிர்ச்செயல் இல்லாமல் இருந்து விடுகின்றது. எதிர்ச்செயல் இருக்கும் வரை இரண்டு மனதாக இருந்து வந்தது அதாவது இயங்கும் மனது ஒன்று, அதிலிருந்து விடுபட விரும்பும் மனது என்று என இரண்டு மனதாக இருந்து செயல்பட்ட நிலைமாறி, இயங்கும் மனது மட்டுமே, செயல்படும் நிலை ஏற்படுகின்றது. இதனால் இயங்கும் மனது ஒரு பிரவாகத்தைப் போல் தானாக ஒடி தன்னைத்தானே தூய்மைப்படுத்திக் கொள்கிறது. விடுதலை என்பது எதையோ ஒரு நிலையை அடைவதல்ல. இயங்குகின்ற நமது மனது எந்த நிர்ப்பந்தமும் இல்லாமல், அதாவது அடையவேண்டியது, அடைய வேண்டாதது என்ற எந்த நிர்ப்பந்தமும் இல்லாமல், இயல்பாக ஒடி மறைவதே விடுதலையாகும்.



12

## நான் யார் ?

**கே :** உங்களுக்குப் பிரச்சினையாக இருந்த சில பிரச்சினைகள் இப்போது பிரச்சினையாகத் தெரியவில்லை என்கூறினீர்களே, உங்களுக்குள் எந்த வகையான தெளிவு ஏற்பட்டுள்ளது ?

**ஸ்ரீ :** முன்பு நான் ஒரு அளவுகோலை எனக்குள் வைத்துக் கொண்டிருந்தேன். இப்படியெல்லாம் நாம் நடந்து கொள்ளவேண்டும். நமது மோசமான உணர்வு களைச் சீரமைத்து அமைதியான மனநிலையை ஏற்படுத்த வேண்டும் என எண்ணிக் கொண்டிருந்தேன். தற்போது நான் செய்வதற்கு எதுவும் இல்லையென்று புரிந்து கொண்டேன். இதனால் எனக்குள் எந்த மனப்போராட்டமும் இல்லை. என்னையறியாமலேயே நான் மலர்ந்த முகத்துடன் காணப்படுகிறேன். என்மீது வெறுப்பு கொண்டிருந்தவர்கள் அவர்களையறியாமலேயே என்னிடம் இன்முகத்துடன் பழகுகிறார்கள்.

**ஸ்ரீ :** இந்தப் புரிதலால் உங்களுக்குள் என்ன நிகழ்ந்துள்ளதாகக் கருதுகிறீர்கள்?

**கல் :** எனக்குள் சதா ஒரு மனக்கொதிப்பு இருந்து கொண்டே இருக்கும். இப்போது அது இல்லை.

எனக்கு நானே முரண்படாமல் இருப்பதுதான் இதன்காரணம் என்று கருதுகிறேன்.

கே : நாம் நமக்குள் முரண்படும்போது நமது மனமே இரு பிரிவாக இருந்து போராடுகிறது. நமது அனுபவத்துக்கு எதிராகவோ அல்லது ஆதரவாகவோ இன்னுமொரு மனம் போராடுகிறது. நாம் இப்படி இரண்டு தன்மையுடன் போராடாதபோது அங்கு இரண்டு மனம் இல்லாமல் போய்விடுகின்றது.அனுபவத்தை ஏற்படுத்தும் ஒரு மனம் மட்டுமே இருந்து அதுவே ஒரு ஆராக ஒடிமறைந்துவிடுகின்றது. தன்னைத் தானேசிரமைத்துக் கொள்கிறது.

ஸ்ரீ : சரி இப்போது உங்களுக்கு அடையவேண்டியது ஏதாவது உள்ளதா? சாதிக்கவேண்டிய லட்சியங்கள் எதுவும் உள்ளதா? அதாவது மனோ ரதியாக நீங்கள் அடைய வேண்டியது என்று ஏதாவது உள்ளதா?

கல் : இப்போது அப்படி எதுவுமே இல்லை. முன்பு ஞானநிலை என்றும், அதீதமான நிலைகளை அடையவேண்டும் என்ற ஒரு கற்பணையை எனக்குள் வளர்த்துக் கொண்டிருந்தேன். இப்போது அப்படி எதுவும் இல்லை. அது மட்டுமல்ல, ஞான நிலை என்பது ஓர் உயர்நிலை அனுபவம் என்றே எண்ணி வந்தேன். அது அறிவுபூர்வமான புரிதல் என்பதை நீங்கள் பலமுறை கூறியும் நான் அதை நம்பவில்லை. அது நமது சராசரி அறிவில் ஏற்பட்ட புத்திபூர்வமான ஒரு தெளிவுதான் என்பதை இப்போது நான் புரிந்து கொண்டேன்.

ஸ்ரீ : தெளிதல் என்றால் என்ன என்பதை நீங்கள் சரிவரப் புரிந்து கொண்டுவிட்டார்கள். நமது புரிதல்

சரியானதுதானா என்று இனி நீங்கள் குழம்பிக் கொள்ளத் தேவையில்லை. ஆயினும் இதற்குத் துணையாக இன்னுமொரு அம்சத்தையும் நீங்கள் புரிந்துகொள்ளவேண்டும்.

அதாவது நான் யார் என்பதையும் அறிவுபூர்வமாகப் புரிந்து கொள்ள வேண்டும். நீங்கள் நன்றாகத் தூங்கும்போது உங்களுக்கு "நான்" என்ற உணர்வு கிடையாது. எப்போது விழித்துக்கொள்கிறீர்களோ அப்போதுதான்"நான்" என்ற உணர்வு ஏற்படுகிறது. நம்முடைய நினைவுதான் உங்களை நான் என்று காட்டுகிறது. உங்களைக் காண்பவனாகவும் உலகத்தை காணப்படும் பொருளாகவும் காட்டுகிறது. ஒவ்வொரு சிந்தனையிலும், காண்பவன் மற்றும் காணப்படும் பொருள் என்னும் இரண்டு அம்சமும் இருக்கும். இந்த இரண்டு அம்சம் இல்லாத சிந்தனை இருக்காது. இந்தக் காண்பவனாக அது நம்மைக் காட்டுகிறது. காணப்படும் பொருளாக உலகத்தைக் காட்டுகிறது. இரண்டும் சிந்தனையின் பகுதிதான்.

நாம் தூங்கும்போது கனவு காணுகின்றோம். தூக்கத்தில் ஏற்படும் சிந்தனையின் பெயர்தான் கனவு. நம்முடைய கனவின் மொத்த மூலதனமே நமது நினைவுதான். நம்முடைய கனவில் காண்பவன் உண்டு; காணப்படும் உலகம் உண்டு. இரண்டுமே முழுக்க முழுக்க நம்முடைய சிந்தனைதான். கனவில் நான் நோய்வாய்ப் பட்டிருப்பதாகவும் பல மருத்துவர்களைக் கலந்தாலோசித்து மருத்துவம் செய்து கொள்வதாகவும் நாம் கனவு காணுகின்றோம். இங்கு

நோய்வாய்ப்பட்ட நான் என்பதும் நமது சிந்தனையே; நாம் சந்திக்கும் மருத்துவர்கள் அனைவரும் நமது சிந்தனையே. மருத்துவம் பார்த்துக்கொள்வதும் நமது சிந்தனையே. சிந்தனை மட்டுமே அனைத்துமாக உள்ளது.

நாம் நம்முடைய அன்றாட வாழ்வில் இருக்கும்போதும் இப்படித்தான் நிகழுகின்றது. நமது சிந்தனையே நம்மீதும் உலகத்தின் மீதும் பிரதிபலிக்கிறது. நம்மைக் காண்பவனாகவும், உலகத்தைக் காணப்படும் பொருளாகவும் காட்டுகின்றது.

நம்முடைய                    சிந்தனை                    எப்படி  
 அமைந்திருக்கிறது      தெரியுமா?      ஒவ்வொரு  
 கணங்தோறும் புதுப்புது சிந்தனையாக வருகிறது.  
 சினிமாவில் ஒவ்வொரு பிலிமிலும் ஒவ்வொரு  
 காட்சியாக அமைந்து வரிசையாக ஓடிவருகின்றன.  
 அது வரிசையாக ஓடிவரும்போது திரையில்  
 சினிமாப்படமும் இயங்குகிறது. ஏதாவது ஒரு  
 காட்சி மட்டும் Still காட்சியாக நின்றுவிட்ட  
 தென்றால்படம் இயங்காமல் நின்றுவிட்டதென்றே  
 அர்த்தம். நம்முடைய சிந்தனையும் சினிமா  
 பிலிமைப்போல் தொடராக வந்து கொண்டே  
 இருக்கிறது. ஏதோ தகராறு ஆகி Still காட்சி மட்டும்  
 வருவதுபோல் நமது சிந்தனை ஒரு போதும் Still  
 காட்சி      கொடுப்பதில்லை.      ஒவ்வொரு  
 கணங்தோறும் புதுப்புது சிந்தனை வந்துகொண்டே  
 இருக்கிறது. இதில் எவருக்கும் ஜயப்பாடு  
 ஏற்படுவதில்லை.

ஆனால் தொடராக வரும் சிந்தனையால் ஏற்படும் காண்பவன் என்னும் "நான்" மட்டும் தொடராகத் தொடர்ந்து வருவதாக நாம் எண்ணிக் கொள்கிறோம். காண்பவனை உருவாக்கிய சிந்தனை எப்படி கண்ந்தோறும் புதியதாக இருக்கிறதோ அப்படியே அது உருவாக்கும் காண்பவனும் கண்ந்தோறும் புதியவனாகவே இருக்க முடியும். ஆனால் ஒரே நபரே தொடர்ந்து இருப்பதாக நாம் எண்ணிக்கொள்கிறோம். உங்கள் சிந்தனைதான் உங்களைக் கல்யாணகுமார் என்று காட்டுகிறது. அதனால் நீங்கள் உங்களைக் கல்யாணகுமார் என்று எடுத்துக்கொள்கிறீர்கள். உண்மையில் உங்கள் சிந்தனை காட்டும் காட்சிகள் எல்லாம் தற்காலிகமானவை.

அந்த சிந்தனை கடந்தும் நீங்கள் இருக்கிறீர்கள். உங்கள் இருப்பு நிலை என்பது உங்களது சிந்தனைக்குக் கட்டுப்பட்டதல்ல. உங்கள் சிந்தனை உங்களை ஓர் எல்லைக்குட்பட்டவராகக் காட்டுகிறது. அதனால் மட்டுமே நீங்கள் உங்களை ஓர் எல்லைக்கு உட்பட்டவராகவும், ஓர் இயல்புக்கு உட்பட்டவராகவும், ஒரு தன்மைக்கு உட்பட்ட வராகவும் கருதிக் கொள்கிறீர்கள். அப்படி நீங்கள் உங்களை நீங்கள் ஓர் எல்லைக்குள் கட்டுப்படுத்திக்கொள்ளாத பட்சத்தில் நீங்கள் எப்போதும் எல்லைகளுக்கும் இயல்புகளுக்கும் உட்படாதவராகவே இருந்து வருகிறீர்கள். எல்லைக்கு உட்படாதநிலைதான் உங்களது இயல்பான அம்சம் என்பதையும் நீங்கள் உணர்ந்துகொள்ள வேண்டும்.

கே : எல்லாவற்றையும் எல்லா உணர்வுகளையும் எந்த மாற்றமும் செய்யாமல் அப்படியே ஏற்றுக் கொள்ளவேண்டும் என்று கூறுகிறீர்கள். அப்படி நாம் ஏற்றுக் கொள்வோமேயானால் அந்த உணர்வுகள் நம்மை தவறான பாதைக்குக் கொண்டு சென்றுவிடாதா?

ஸ்ரீ : உணர்வுகள் அனைத்தும் கணந்தோறும் புதிது புதிதாகத்தான் வந்தாக வேண்டும். நாம் அதற்கு ஆதரவோ அல்லது எதிர்ப்போ கொடுப்பதன் மூலமே அது நிலைபெறுகிறது. அது நிலைபெறும் தன்மையை அடையும்போதுதான் தவறான பாதைக்குச் செல்லுவதற்கான சாத்தியம் ஏற்படுகிறது. நமக்கு வந்த உணர்வுகளைப் பொறுத்து நாம் எதுவும் செய்வதற்கில்லை என்ற நிலையில் நாம் அவற்றை அப்படியே விட்டுவிட்டால், தாமாக வந்த உணர்வுகள் தாமாக மறைந்துவிடும்.

கே : மோசமான உணர்வுகளே ஏற்படாத நிலையை நாம் அடைய வேண்டாமா?

ஸ்ரீ : நமது இயல்புக்கேற்ற உணர்வுதான் நம்மிடம் இருந்து வெளிப்படமுடியும். எனது இயல்புக்கு விரோதமான உணர்வுகள் என்னிடமிருந்து வெளிப்பட்டுவிட்டன என்று எவரும் கூறிவிட முடியாது. எனது விருப்பத்துக்கு மாறான உணர்வுகள் என்னிடமிருந்து வெளிப்படுகின்றன என்று வேண்டுமானால் ஒருவர் கூறலாம். ஆனால் நமது இயல்பு என்பது என்ன? நமது இயல்புக்கூட நமது காலங்காலமான பழக்கத்தினால் அமைந்த ஒன்றுதான். ஆகவே நமது இயல்பும்கூட மாற்றமடைய வாய்ப்பு உள்ளது. அதற்காக

நம்முடைய இயல்பை மாற்றியமைக்கப் போராடத்  
தேவையில்லை.

நீங்கள் ஒரு மோட்டார் சைக்கிளை ஓட்டிச் செல்லுகிறீர்கள் என வைத்துக் கொள்வோம். நான் அதன் பின் இருக்கையில் அமர்ந்து கொள்கின்றேன். எதிரும்புதிருமான போக்குவரத்து மிகுந்த சாலையினுள் வண்டியை ஓட்டிச் செல்கிறீர்கள். எதிரே சீறிக் கொண்டு வரும் வாகனங்களுக்கு லாவகமாக வண்டியை ஓட்டுகிறீர்கள். பின் இருக்கையில் அமர்ந்திருக்கும் எனக்கு வண்டியை ஓட்டுவதில் எந்தப் பொறுப்பும் கிடையாது. ஆனாலும் எதிராக வரும் வண்டிகளுக்கு ஒதுங்குவதுபோல் நான் என்னையறியாமல் உடலை நெளித்துக்கொள்கிறேன். நான் உடலை நெளித்துக் கொள்வது வண்டியை ஓட்டுவதற்கு இடையூறாகத்தான் இருக்குமேயொழிய அது உதவியல்ல.

நமது உணர்வுகளை மாற்ற வேண்டும் என நாம் விரும்புவது, பின் இருக்கையில் உட்கார்ந்து கொண்டு உடலை நெளிப்பதைப்போன்றதே. தாமாக வந்த உணர்வுகள் தாமாக மறைந்துவிடும். ஒரு கணத்திற்கு மேல் அது நிலைத்திருக்காது. உணர்வுகளை மாற்ற விரும்பினோமானால் நாம் அது மீண்டும் உயிர்பெற அனுமதிப்பதேயாகும். நாம் எதுவுமே செய்யாவிட்டால் அவைதாமாகவே மறைந்துவிடும். தாமாக வரும் உணர்வுகளுக்கு நமது இயல்புதான் காரணம். நமது விருப்பங்களுக்குக் காரணம் நமது மனதுதான்.

கே : நமது தவறான உணர்வுகள் தவறான செயல்களைத் தூண்டிவிடாதா ?

**ஸ்ரீ :** தவறான உணர்வுகள் தவறான செயல்களுக்கான தூண்டுதல்களாக உள்ளன என்பது உண்மைதான். ஆனால் நமது செயல்கள் எப்படி ஏற்படுகின்றன என்பதை சற்று கவனித்துப் பார்ப்போம். ஒரு குறிப்பிட்ட சூழ்நிலையில் நமக்கு கோபம் ஏற்படுவதாக வைத்துக்கொள்வோம். கோபம் பிரிட்டு வருவதற்குக் காரணம் நமது இயல்புதான். ஆனால் கோபம் ஏற்பட்ட கணத்திலேயே நாம் கோபப்பட்டு எவரிடமும் சண்டையிட்டு விடுவதில்லை. கோபம் ஏற்பட்ட கணத்திலேயே நாம் அடுத்தவரைத் திட்டிவிடுகிறோமென்றால். அது நம்மையறியாமல் நடந்த செயல். ஆனால் பொதுவாக அப்படி நடப்பதில்லை.

கோபம் மட்டுமே நம்மையறியாமல் நடைபெறுகின்றது. கோபத்தினால் ஏற்படும் செயல்கள் நம்மையறியாமல் நடப்பதில்லை. கோபம் ஏற்பட்ட மறுகணமே நமது மனது கோபப்படுவது சரிதான் என்றோ அல்லது கோபப்படுவது தவறு என்றோ ஒரு தீர்மானத்துக் வருகிறது. கோபப்படுவது சரிதான் என்று தீர்மானித்த நிலையிலேயே கோபத்தை வெளிக்காட்டுகிறது.

நமது மனது அவ்வாறு எந்த ஒரு தீர்மானத்துக்கும் வராமல் அமைதியாக இருக்கும் பட்சத்தில் நமக்கு ஏற்பட்டிருந்த கோபஉணர்வு எந்த செயலையும் ஏற்படுத்தாமல் மறைந்துவிடுகிறது.

நாம் ஏதாவது ஒரு தவறான செயலைச் செய்கிறோம் என்றால் அதற்குக் காரணம் நம்மையறியாமல் ஏற்பட்ட நமது இயல்பான

உணர்வு காரணமல்ல. அந்த உணர்வை அனுசரித்து நாமே விரும்பிய நிலையில்தான் தவறான செயல்களில் ஈடுபடுகின்றோம். செய்வதற்கு எதுவுமே இல்லையென்ற நிலையில் நமது மனது அமைதி காத்திடும்போது, அடிப்படையில் எழுந்த தேவையற்ற அந்த உணர்வும் மறைந்துவிடுகிறது.

நமது விருப்பத்தை உபயோகித்து நாமே செயல்படும்போது நாம் வேறு பரிமாணத்துக் வந்துவிடுகிறோம். அந்த நிலையில்தான் நல்ல செயல் தீய செயல் என்ற பிரிவினை ஏற்படுகிறது. அத்தகைய பரிமாணத்தில் நாம் செயல்படும்போது நல்ல செயலையே செய்யவேண்டிய கடமை நமக்கு உள்ளது. தீய செயலைத் தவிர்க்க வேண்டிய கடமை நமக்கு உள்ளது.

நாம் அந்த பரிமாணத்துக்கே வராதபட்சத்தில் தாமாக வந்த உணர்வுகள் தாமாக மறைந்து விடுகின்றன. ஆகவே தவறான தன்மையுடைய உணர்வுகளினால் தவறான செயல்கள் எதுவும் ஏற்பட்டுவிடுவதில்லை.



13

## சத்ரு எது ?

கே : "சத்ரு என்றால் என்ன என்ற தலைப்பில் நீங்கள் இங்கே வருவதற்கு முன்னால் விவாதித்துக் கொண்டிருந்தோம். "சத்ரு என்ற தலைப்பில் உங்களிடம் கருத்து கேட்போமானால் என்ன கூறுவீர்கள் ?

ஸ்ரீ : நான் என்னை ஒரு குறிப்பிட்ட தன்மையுடைய நபராகவும் பெயர், வடிவம் உடையவராகவும் எல்லைப்படுத்திக் கொள்கிறேன் என வைத்துக் கொள்வோம். அதைப்போன்று நான் உங்களையும், ஓர் குறிப்பிட்ட தன்மை, பெயர், வடிவம், உடையவராக எண்ணிக் கொள்வதாக வைத்துக் கொள்வோம். இப்போது நான் என்னையும் உங்களையும், உலகத்தின் ஒவ்வொரு அம்சத்தையும் ஓர் எல்லைக்குட்படுத்திவிடுகிறோம். ஆனால் நானும், நீங்களும், உலகமும் நாம் ஏற்படுத்திய எல்லைக்குட்பட்டிருக்க முடியாது. நாம் நமது சிந்தனையின் வழியாக ஒவ்வொன்றையும் புரிந்து கொள்ளும்போது, அனைத்தும் சிந்தனையின் அம்சமாக மட்டுமே உள்ளன. அவற்றைக் கடந்திருக்கும் அம்சங்கள் முக்கியத்துவத்தை இழந்துவிடுகின்றன. எல்லைக் குட்படுத்தும் இந்த அம்சமே உண்மையான மற்றும் அடிப்படையான சத்ரு என்று கருதுகிறேன்.

கே : நாம் நமது சிந்தனையினாலும் அறிவினாலும்

ஓவ்வொன்றையும் எல்லைப்படுத்தி, வகைப்படுத்தி புரிந்துகொள்கிறோம். அப்படி நாம் செயல்படா விட்டால் நாம் வாழ முடியாமல் போய்விடுமே.

**ஸ்ரீ :** சிந்தனையும், அறிவும் இல்லாமல் வாழ வேண்டும் என்று நான் கூறவில்லை. அவற்றின் வரையறையை நாம் புரிந்து கொள்ளவேண்டும். அவற்றின் வரையறையைப் புரிந்துகொள்வதன் மூலம் அவற்றின் பிடியிலிருந்து விடுபட்டுவிடுகிறோம். சாஸ்திரங்களில் மாயையிலிருந்து விடுபடுவது என்றால் என்ன என்பதற்கு ஓர் உதாரணம் கொடுக்கப்பட்டுள்ளது. அதாவது நாம் போகும் வழியில் நமக்கு எதிராக நீர்நிலை இருப்பதுபோல் தோன்றுகிறது. தண்ணீர் அருந்த நாம் அதை நோக்கி போகும்போது அது நீர்நிலை அல்ல, வெறும் கானல் நீர் என்பது புலனாகிறது. இதனால் அது நீர்நிலை அல்ல என்ற தெளிவு கிடைக்கிறது. அத்தகைய தெளிவு நமக்கு கிடைத்தினால் கானல் நீரின் காட்சி மறைந்து விடுவதில்லை. நாம் பயணம் செய்யும் போதெல்லாம் நமக்கு எதிரே கானல் நீரின் காட்சி தெரியத்தான் செய்யும். ஆனால் அது நீரல்ல, வெறும் கானல் நீர்தான் என்ற தெளிவு மட்டும் நமக்கு இருக்கும். இதனால் கானல் நீரை நீரென்று எடுத்துக் கொள்ளும் மயக்கம் மட்டும் இருக்காது. மயக்கம் நீங்கியதால் கானல் நீரே இல்லாமல் போய்விடாது. அது நீரல்ல என்ற தெளிவுடன் கானல் நீர் இருந்து கொண்டுதான் இருக்கும். அதுபோல் எல்லைக்குட்படுத்திக் காட்டும், அதாவது ஓவ்வொன்றின் தன்மையை எடுத்துக் காட்டும் நமது சிந்தனையின் இயக்கம் இருந்து கொண்டுதான் இருக்கும். இது மட்டுமே

முழுமுதல் உண்மை என்ற மயக்கம் மட்டும் இருக்காது. நமது சிந்தனை இயக்கத்தின் வரையறையைப் புரிந்து கொண்ட நிலையிலும் சிந்தனையின் இயக்கம் இருக்கத்தான் செய்யும். ஆனால் அதனால் ஏற்படும் மயக்கம் மட்டும் இருக்காது.

கே : கானல் நீர் உதாரணம் எனக்கு விளங்குகிறது. ஆனால் அதனை சிந்தனை இயக்கத்தோடு பொருத்திக் காட்டுவது எனக்கு விளங்கவில்லை.

ஸ்ரீ : நீங்கள் சாய்பாபா கூறுவதாக அடிக்கடி ஒன்றைக் கூறுவீர்கள், அதாவது நான் கடவுள் என்பது பாதி உண்மை; நீயும் கடவுள் என்பதுதான் மீதி உண்மை. இப்படி பாபா கூறுவதாகக் கூறுவீர்கள். இதன் பொருள் என்ன? நீங்கள் சுவாமி ஐயா என்பது உங்களுடைய எண்ணத்தினால் அமைக்கப்பட்ட எல்லை. அந்த எல்லையை நீங்கள் உறுதியாகப் பிடிக்கும்தோறும் நீங்கள் எல்லை கடந்த பரம்பொருள் என்ற அதீத உண்மை மறைபொருளாகி விடும். நீங்கள் உங்களுடைய எல்லையை, இயல்பை, சுவாமி ஐயா என்ற தனிநபர்த்தன்மையைப் பற்றிப் பிடிக்காத பட்சத்தில் நீங்கள் யார்? நீங்கள் ஓர் எல்லை காணமுடியாத அம்சம் இல்லையா? ஆகவே நாம் கடவுள் என்பது நம்மை நாமே கடவுள் என்று எண்ணிக்கொள்வது அல்ல. எந்த எல்லைகளுக்குள்ளும் நம்மை எல்லைப் படுத்திக் கொள்ளாமல் சுதந்திரமாக இருப்பதே; எல்லை கடந்து இருப்பதே. அந்நிலையில் சிந்தனையின் இயக்கத்துக்குள் உங்களையும் நீங்கள் கட்டுப்படுத்த மாட்டார்கள் உலகத்தையும் கட்டுப்படுத்த மாட்டார்கள். கட்டுப்பாட்டை ஏற்படுத்தாத

நிலையில் செயல்படும் சிந்தனையின் இயக்கத் தைத்தான் மயக்கம் நீங்கிய சிந்தனையின் இயக்கம் என்று குறிப்பிடுகிறேன். மாயை என்பதன் அகராதிப்படியான அர்த்தம் "அளந்து அறிதல்" என்பதே.

கே : விகற்பமான உணர்வுகள் நமக்கு ஏற்படும்போது நாம் எப்படிச் செயல்படவேண்டும் என்பது பற்றி நாம் பேசிக் கொண்டிருந்தோம். அது எனக்கு சரிவர விளங்கவில்லை. அதை சற்று விபரமாக எடுத்துக் கூறுங்கள்.

ஸ்ரீ : நமக்கு ஏற்படும் கோபம், காமம், பயம், துயரம் போன்ற உணர்வுகளை நாம் பொதுவாக விகற்பமான உணர்வுகள் என்று கூறுகிறோம்.

ஒரு குறிப்பிட்ட சூழலில் நமக்கு கோபம் ஏற்படுகிறது என வைத்துக் கொள்வோம். நாம் விரும்பாமல் நம்மையறியாமல் ஒரு ப்ளாஷ் லைட்போல் ஏற்படுகிறது. இதுதான் கோபத்தின் முதல் பகுதி. இது நம்மையறியாமல் unconscious ஆக ஏற்படுவது. இது மின்னலைப் போன்று ஒரு கணநேரம் மட்டுமே உள்ளது. இந்த முதற்கணந்தான் இதன் முதற்பகுதி. அத்துடன் இந்த முதற்பகுதி முடிந்து இரண்டாவது பகுதி செயலுக்கு வருகிறது. இந்த இரண்டாவது பகுதியில் நாம் கோபப் பட்டுள்ளோம் என்பதைப் புரிந்து கொள்கின்றோம். இது conscious பகுதி. முதல் பகுதி unconscious பகுதி. இரண்டாம் பகுதி conscious பகுதி. முதல் பகுதி மின்னலைப்போன்று தோன்றி மறைந்துவிடுகிறது. அது நமது தவறான செயலுக்கு மூல காரணமாக அமைந்திருந்தாலும், அது நமக்கு செயலை ஏற்படுத்துவதில்லை.

இரண்டாவது பகுதியில்தான் செயல் ஏற்படுகிறது. இரண்டாவது பகுதியில் நாம் நமக்கு கோபம் ஏற்பட்டுள்ளது என்பதைப் புரிந்து கொள்கிறோம். அப்போது நம்மையறியாமல் ஏற்பட்ட கோபத்தின் தாக்கம் 50 சதவீதமும், அதனை நிர்வகிக்க விரும்பும் அம்சம் 50 சதவீதமாகவும் உள்ளது. இந்த இரண்டாவது பகுதிதான் நமது சராசரி மனநிலை. இங்கு நமது அடிமனதின் இயல்புப்படி ஏற்பட்ட உணர்வு பாதியும், அதை நிர்வகிக்கும் அறிவு பாதியுமாக உள்ளது. இந்த நிலையில் நாம் கோபத்தை அனுமதித்து கோபத்தை வெளிக்காட்டி சண்டையிடலாம் அல்லது கோபம் சரியல்ல என்று கோபத்தை நிராகரித்து கோபத்தை அடக்கிக் கொள்ளலாம். இந்த இரண்டு அம்சங்களும் இந்த இரண்டாவது பகுதியில் உள்ளது. இதுதான் ஒரு சராசரி மனிதனுடைய மன இயக்கம். இந்த இரண்டாவது பகுதியில்தான் ஒருவன் கோபப்பட்டு சண்டையிடுகிறான் அல்லது தனது கோபத்தை அடக்கப் போராடுகிறான். அவன் நினைத்தால் கோபத்தை மேற்கொண்டு சண்டையிடவும் செய்யலாம் அல்லது அடக்கிக் கொள்ளவும் செய்யலாம். நம்மையறியாமல் வந்த கோபம் முதலாவது பகுதியிலேயே முடிந்து விட்டதால் நம்மையறியாமல் நாம் எந்த தவறும் செய்து விடமுடியாது. அவன் விரும்பிய நிலையில் தவறும் செய்யலாம். விரும்பிய நிலையில் தவறுகளி ருந்து விடுபடவும் செய்யலாம்.

மூன்றாவது பகுதிதான் ஞானப்பகுதி. இங்கு நாம் எதனையும் மாற்றியமைக்க விரும்பாது,

அனைத்தையும் இதயபூர்வமாக ஏற்றுக் கொள்கிறோம் அல்லது எதிர்கொள்கிறோம். முதலாவது இரண்டாவது பகுதிகள் தாமாக இயங்கி, தாமாக முடிவுக்கு வருவதை இந்த மூன்றாவது பகுதி அனுமதிக்கிறது.

பிரச்சினையின் நடைமுறை உண்மையைப் புரிந்து கொள்வதன் மூலம் இந்த மூன்றாவது பகுதி செயல்படுகிறது.

கே : மனம் சலனமற்று இருந்தால் மோட்சம்; மனம் சலித்தால் சம்சாரம் என்று கூறப்படுகிறதே. மனம் அசைவற்ற நிலையில் இருப்பது பற்றி என்ன கருதுகிறீர்கள்?

ஹ் : பொதுவாக சாஸ்திரங்களில் அவ்வாறுதான் கூறப்படுகிறது. மனம் அசைவற்ற நிலை என்பது சமாதி நிலை. சமாதி நிலையில் நாம் வெறும் இருப்புணர்வாக இருக்கிறோம். நான் இருக்கிறேன் என்ற எண்ணங்கூட இருக்காது. மனம் செயல்பட ஆரம்பிக்கும்போதுதான் நான் இருக்கிறேன் என்ற எண்ணம் ஏற்பட ஆரம்பிக்கும். சுத்த இருப்பு நிலையாக இருப்பதுதான் சமாதிநிலை.

அறையில் ஒடும் மின் விசிறியைப் பார்த்திருப்பீர்கள், அது கூறையில் தொங்கிக் கொண்டிருக்கிறது. அது ஒடாமல் நின்று கொண்டிருப்பதாக வைத்துக் கொள்வோம். கூறையிலிருந்து விசிறியை தாங்கிக் கொண்டிருக்கும் தண்டு போன்ற பகுதியை நாம் விசிறியின் இரண்டு இறகுகளுக்கிடையே பார்க்க முடியும். நாம் சற்று நகர்ந்து கொண்டால் சில சிறுகள் அந்தத் தண்டுப்பகுதியை பார்க்க

முடியாமல் மறைத்துக் கொண்டிருக்கும். மின்விசிறியின் இறகுகளைக் கைகளால் மெல்ல அசைத்துவிடுவோமாயின் அது மென்மையாகச் சுழலும். அப்போது அந்தத் தண்டுப் பகுதி சிலவேளைகளில் இறகுகளால் மறைக்கப்படும். சில வேளைகளில் மறைக்கப்படாமல் வெளிப்படையாகத் தெரியும். தண்டுக்கு நேராக இறகு வரும்போதெல்லாம் தண்டு முழுமையாக மறைக்கப்பட்டுவிடும்.

இரண்டு சிந்தனைகளுக்கு இடையே உள்ள இடைவெளியைக் கவனிப்பது என்பது இதுதான். இரண்டு சிந்தனைகளுக்கு இடையே சூன்யமாயுள்ள வெட்ட வெளியை தொடர்ந்து கவனிப்பதன் மூலம் சமாதி நிலை சாத்தியமாகிறது.

இரண்டு இறகுகளுக்கு இடையேயுள்ள இடைவெளி மூலமாக தண்டுப் பகுதியைப் பார்ப்பது போன்றதே இது.

இப்போது மின் விசிறியை அதற்கான சுவிட்சை அழுதி ஓட வைக்கிறோம் என வைத்துக் கொள்வோம். இப்போது இறகுகள் இடைவெளியே இல்லாமல் சுழலுகின்றன. ஆனால் அப்படி சுழன்றாலும் கூட அந்த மின்விசிறியைத் தாங்கி நிற்கும் தண்டுப் பகுதியை சுலபமாக நம்மால் பார்க்க முடியும்.

இறகுகள் வேகமாகச் சுழலுவதன் காரணமாக அவற்றை ஊடுருவி, தண்டுப்பகுதியை நம்மால் எளிதாகப் பார்க்க முடியும்.

இறகுகள் வேகமாகச் சுழன்று கொண்டிருக்கும் வரை தண்டுப்பகுதி நமது பார்வையிலி

**ருந்து மறைவதே இல்லை.**

இதனைப் போன்று நமது மனதும் எதிலும் தங்கியிருக்காமல் இயக்க நிலையில் நகர்ந்து கொண்டே இருந்தால் மனதுக்கு ஆதாரமான பகுதியின் தொடர்பும் இடைவிடாமல் ஏற்பட்டு விடும்.

**கே :** நமது சாஸ்திரங்களில் மன இயக்கத்தின் வழியில் மெய்ப் பொருள் தரிசனத்துக்குக்கான வழி எதனையும் கூறவில்லையே. நீங்கள் வேறு விதமாகக் கூறுகிறீர்கள் ?

**ஸ்ரீ :** சாஸ்திரத்தில் கூறப்பட்ட நிலையை நோக்கித்தான் எனது விளக்கமும் அமைந்துள்ளது. ஆனால் அனுகுமுறை மாறியுள்ளது.

**கே :** சாஸ்திரத்தில் இரண்டு பறவைகள் உதாரணம் கூறப்பட்டுள்ளது. ஒரு மரத்தில் இரண்டு பறவைகள் உள்ளன. ஒரு பறவை அமைதியாக உள்ளது. அடுத்த பறவை இனிய பழங்களை சுவைத்து மகிழ்வடைகிறது. பிறகு கசப்பான பழங்களைச் சாப்பிட்டு வருத்தமடைகிறது. கடைசியில் அது அமைதியாக அமர்ந்திருக்கும் பறவையைப் பார்க்கிறது. அந்தப் பறவையும் அமைதியாக இந்தப் பறவையைப் பார்த்து, நீயும் நான்தான்; நீ வேறு நான் வேறு அல்ல என்று கூறி இந்தப் பறவையைத் தன்னோடு இணைத்துக்கொள்கிறது. சலிப் படைந்து கொண்டிருக்கும் மனதுதான், பழங்களை சாப்பிட்ட இந்தப் பறவை. சலிக்கும் மனதானது சலிக்காத மெய்ப் பொருளோடு ஒன்ற வேண்டும் என்பதைத்தான் நமது சாஸ்திரங்கள் கூறுகின்றன.

**ஸ்ரீ :** நீங்கள் கூறுவது உண்மைதான். நமது சாஸ்திரங்கள்

பெரும்பாலும் சமாதி நிலைக்கு வழிகாட்டுகின்றன. மனதிலுள்ள சிந்தனைகள் அனைத்தும் ஒடுங்கி நமது அகத்திலுள்ள வெட்ட வெளியில் தங்கியிருப்பது தான் சமாதி. ஆனால் இந்த சமாதியில் நாம் எப்போதும் வீற்றிருப்பது சாத்தியமல்ல. சமாதியிலிருந்து விடுபட்டு நமது அன்றைய பணிகளில் ஈடுபட நமது மனதின் செயல்பாட்டுக்கு நாம் வந்தாக வேண்டும். நம் மனதுக்கு செயல் இருந்தாலும்கூட சமாதி நிலையின் சந்தியில் நாம் செயல்படுவதை சுகலை சமாதி என்று குறிப்பிடுகின்றன. நான் குறிப்பிடுவது அனைத்தும் சுகலை சமாதி பற்றியவையே ஆகும். சுகலை சமாதி பற்றி சாஸ்திரங்களில் பெரும்பாலு கூறப்படுவதில்லை. அப்படி ஏதாவது கூறப்பட்டிருந்தால் அவை நிச்சயம் எனது விளக்கத்துடன் ஒத்தவையாகவே அமைந்திருக்கும்.

கே : சுகலை சமாதி என்ற பெயரைக் குறிப்பிட்டதால் உங்கள் விளக்கம் எனக்கு சரியாகப்படுகிறது. நமது மனது இயங்குவதற்கு நாம் இடங்கொடுத்தால் மனப் பதிவுகள் என்னும் சம்ஸ்காரம் ஏற்பட்டுவிடாதா?

புரீ : நமது மனது எப்படி இயங்குகிறது என்பது நமக்குத் தெரியும். அது எதையாவது வேண்டும் என்று பற்றிப் பிடிக்கும், அல்லது வேண்டாமென்று பற்றிப் பிடிக்கும். ஒன்று positive possession அடுத்தது negative possession. இரண்டுமே பற்றிப் பிடித்தல்தான். பற்றிப் பிடித்தல் என்பது ஒருவகை லயமே. லயத்தின் மூலமே நமது அனுபவம் ஏற்படுகிறது. இன்பத்தில் நாம் லயமாகி நிற்பதன் மூலம் இன்பம் அனுபவமாகிறது. துன்பத்தில்

லயமாகி நிற்பதன் மூலம் துன்பம் அனுபவமாகிறது. இன்பத்தைப் பற்றிப் பிடிக்கும்போது இது தொடர்ந்து நீடிக்க வேண்டும், இந்தப் பாதுகாப்பு உணர்வு நிரந்தரமாக இருக்க வேண்டும் என்ற எதிர்பார்ப்புடன் அதனைப் பற்றிப் பிடிக்கிறோம். துன்பம் நேர்ந்திடும்போது இது நம்மை விட்டுப் போய்விடவேண்டும் என்ற எதிர்பார்ப்புடன் பற்றிப் பிடிக்கிறோம். விருப்பு மற்றும் வெறுப்பு வடிவிலான நமது எதிர்பார்ப்புக்களே factor ஆக இருந்து செயல்படுகிறது. எதிர்பார்ப்பு என்னும் வேண்டுதல், வேண்டாமையில் சிக்கிக் கொள்ளாமல் இருப்போமாயின் நாம் எதனையும் பற்றிப் பிடிப்பதில்லை. அப்போது நமது மனது free flow ஆக இயங்குகிறது. பிரவாகமாக இயங்குகிறது. அது free flow ஆக இயங்கும்போது மனப்பதிவு ஏற்படுவதில்லை. எதிலாவது positive ஆக அல்லது negative ஆக தங்கி இருக்கும் போதுதான் பதிவு ஏற்படுகிறது.

அடுப்பில் வேலை செய்யும் கிராமத்துப் பெண்களைப் பார்த்திருக்கிறீர்களா? அவர்கள் நெருப்புத் துண்டுகளை தேங்காய் சிரட்டையில் எடுப்பார்கள். வெறுங்கையால் நெருப்புத் துண்டை வேகமாக எடுத்து சிரட்டையில் போட்டு விடுவார்கள். நெருப்புத் துண்டை கைகளால் எடுத்தாலும்கூட அது கையைக் காயப்படுத்தாது. அதுபோன்றே நமது மனதால் நாம் செயலைச் செய்தாலும், free flow வில் இருக்கும் மனது, பதிவுகளை ஏற்படுத்தாது.

பொதுவாக அனுஷ்டானங்கள் அனைத்தும் மனோலயத்தை மையமாகக் கொண்டே

அமைக்கப்பட்டுள்ளன. மனலயம் மிகவும் அவசியமான ஒன்றுதான். ஏனென்றால் துக்கத்திலும், துயரத்திலும் லயமாகிப் பழகிய மனதை அவை இல்லாத இடத்தில் லயம் பண்ணவைத்து தான் மனதை நெறிப்படுத்த முடியும். அது அவசியமான ஒன்றுதான். ஆனால் மனோலயத் தோடு நமது பயணம் முடிவடைந்து விடவில்லை.

நான் கூறுவது மனோநாசம். மனம் எதிலும் தேங்கி இருக்காமல் ஆற்றைப் போல் பிரவகித்துக் கொண்டிருப்பது. மன நாசம் என்றால் மனமே இல்லாமல் போய்விடுவதல்ல. அதனை அதன் உறைநிலையிலிருந்து மீட்டு அதனை எளிதான் திரவமாக்கி ஓட்டவைப்பதுதான் மனோ நாசம்.

கே : மனோ நாசத்தை ஏன் சாஸ்திரங்கள் போதித்து தெளிவுபடுத்துவதில்லை.

ஸ்ரீ : நமது மனதானது எதையாவது அடைவதற்கும், எதையாவது விட்டுவிடுவதற்குமே முயற்சி செய்து கொண்டிருக்கும். அத்தகைய மனதுக்கு நீ எதையும் செய்ய வேண்டியதில்லை என்று கூறினால் அந்த மனது அந்தக்கருத்தை ஏற்றுக்கொள்ளாது. ஆகையால் மனதின் வழியிலேயே அதற்கு வேண்டிய கருத்தைக் கூறித்தான் அதனை நெறிப்படுத்தியாக வேண்டும். மனோலயத்தில் தேர்ந்த நிலையில் மனோ லயத்தின் நிறைவற்ற தன்மை மனதுக்கே தெரிந்துவிடும். அந்நிலையில் தான் அது மனலயத்திலிருந்து விலகி வெளியே வரும் தகுதியைப் பெறுகிறது. அதுவும் மிகுந்த நெருக்கடி நிலையிலேயே ஏற்படுகிறது.

ஏனெனில் எதுவும் தேவையில்லை. நான் எதனையும் அடைந்திடத் தேவையில்லை. எனக்கென்று எதுவும் வேண்டாம் என்ற முடிவுக்கு எவராலும் சுலபத்தில் வந்துவிட முடியாது. ஏனெனில் அத்தகைய முடிவுக்கு வருவது என்பது மரணத்தைச் சந்திப்பதைப் போன்றதே. அடைவதற்கு எதுவுமில்லை என்ற நிலையானது, நமது மனதைப் பொருத்த அளவில் மரணமே; நாசமே.

நாம், வேண்டும் வேண்டாம் என்று எதையாவது பற்றிப் பிடிக்காத நிலையில் நமது இயங்கங்கள் அனைத்தும் தாமாக இயங்கும் நிலைக்கு வந்துவிடுகின்றன. தாமாக இயங்கும் இயக்கம் எதுவும், எதிலும் நிலைத்து இருக்காது, அது பிரவகித்து ஒடும் ஆற்றைப்போல் இயங்கிக் கொண்டே இருக்கும். நகர்ந்து கொண்டே இருக்கும்.

"அடைவதற்கு எதுவுமில்லை" என்ற நிலையை நாம் விரும்பி அடைய முடியாது. அது எல்லா விருப்பங்களையும் புறக்கணித்த நிலையாகும். துறவு என்பதே இங்குதான் உதயமாகிறது.



14

## ஏன் எணக்கு புரியவில்லை ?

கே : நான் நன்றாகப் புரிந்து கொண்டேன். பிரச்சினைகள் தீர்ந்ததுபோல் தெரிகிறது. ஆனால் மீண்டும் பிரச்சினை வந்துவிடுகிறது. எப்படித்தான் தீர்வு காண்பது என்பது புரியவில்லை.

ஸ்ரீ : பிரச்சினைகள் எல்லாம் நமது இயல்புக்கு ஏற்றவாறு ஏற்படுகிறது என எடுத்துக்கொள்ளவேண்டும்.

கே : அப்படித்தான் எடுத்துக்கொள்கிறேன். அப்படியும் தீர்வு கிடைக்கவில்லை. ஒசோவைப் படிக்கும் முன்பு நிறைய பிரச்சினைகள் இருந்தன. அவர்ந்து பிரச்சினைகளை அமைதியாகக் கவனிக்கும்படி கூறுகிறார். அப்படிக் கவனிக்கும்போது பிரச்சினை களின் பலம் குறைந்துவிடுகிறது. எத்தனையோ பிரச்சினைகளிலிருந்து மீண்டுவிட்டேன். ஆனாலும் முழுமையாக விடுபட முடியவில்லை.

ஸ்ரீ : நாம் எப்போதும் வெற்றியை மட்டுமே விரும்புகிறோம். தோல்வியை ஏற்றுக்கொள்ளத் தயாராக இல்லை. தோல்வியை மனப்பூர்வமாக ஏற்றுக்கொள்ளும் மனநிலைதான் முக்கியமானது. நம்முடைய இயலாமையை ஏற்றுக்கொள்வது தான் முக்கியமானது. நமது இயல்புக்கேற்ற அனுபவந்தான் ஏற்படுகிறது. அப்படித்தான் ஏற்பட

முடியும். இதை நாம் புரிந்து கொள்ள வேண்டும். நாம் விரும்பியபடி நடக்க வேண்டும் என்ற எண்ணம் நமது இயல்புக்கு எதிராகப் போராடுவது தான்.

கே : தோல்வியை மனப்பூர்வமாக ஏற்றுக்கொண்டால் பிரச்சினைகள் தீர்ந்துவிடுமா ?

ஞா : பிரச்சினைகள் தீர்ந்திடவேண்டும் என்ற எண்ணமும் வெற்றியை நோக்கிய முயற்சியே. பிரச்சினை தீர்ந்தாலும் சரி, தீராவிட்டாலும் சரி, என்னால் இதற்குத் தீர்வு காணமுடியாது என்று நாம் நமது இயலாமையை ஒத்துக்கொள்ளும்போதுதான் நாம் நமது தோல்வியை மனப்பூர்வமாக ஒத்துக் கொண்டதாகும்.

கே : நமது இயலாமையிலும், நமது தோல்வியையும் ஒப்புக் கொண்டாலும்கூட நமது பிரச்சினை தீரவில்லையே ?

ஞா : நமது பிரச்சினை தீரவேண்டும் என்ற எதிர்பார்ப்பு இருக்கும்வரை, நாம் நம்மையறியாமல் எங்கேயோ ஒரு மூலையில் வெற்றியை நாடிவிடுகிறோம். தோல்வியைப் புறக்கணித்துவிடுகிறோம்.

கே : நீங்கள் கூறும் கருத்து கடமைகள் எவையும் இல்லாத, பொறுப்புகள் எவையும் இல்லாத துறவிகளுக்கு மட்டும்தான் பொருந்துமா ?

ஞா : நாம் கூறுவது கிட்டத்தட்ட துறவு அம்சத்தை வலியுறுத்துவதாகத்தான் உள்ளது. ஆனால் இது மனோ ரீதியான சந்நியாசம். மன உணர்வுகளிலிருந்து விடுபடுவதை மட்டும் வலியுறுத்துகிறது. புறச் செயல்களிலிருந்து விடுபடச் சொல்வதில்லை.

“மனோ ரீதியாக நான் உயர்ந்த நிலையில் இருப்பேன்; மனோ ரீதியாக உயர்ந்த அனுபவங்களோடு இருப்பேன்” என்று கூறுவது தான் எல்லா பிரச்சினைகளுக்கும் காரணமாக அமைந்துள்ளது.

புறத்தளவில் நல்ல சூழ்நிலையை அமைக்க வேண்டியது நமது கடமை. நல்ல செயல்களை செய்திடவேண்டுவது நமது கடமை. மனத்தளவிலும் நல்ல நிலையை அமைத்திட போராடினால் அது முடிவற்ற போராட்டமாகிவிடும்.

அகத்தளவில்தான், துறவை மேற்கொள்ள வேண்டும். புறச் செயல்களிலிருந்து விலகி ஓடுவது சரியான அனுகு முறையல்ல.

**கே :** பிரச்சினைகளை அப்படியே விட்டு விட்டால் தானாக சரியாகி விடும் என்று கூறுகிறீர்கள்; எத்தனையோ போர்கள் ஏற்படுகின்றன. இலங்கை அழிந்து கொண்டிருக்கின்றது; ஈரான், ஈராக் யுத்தம் நடந்து கொண்டிருக்கிறது. இவை அதிகரித்துக் கொண்டுதானே உள்ளன?

**ஸ்ரீ :** இவை அனைத்தும் புற நிகழ்வுகள். இவற்றை நாமாக முயன்றுதான் சீரமைக்கவேண்டும். இவை தாமாகச் சீரமையாது. புறச்செயல்களைப் பொறுத்த அளவில் நல்லது கெட்டது உண்டு. சரியானது தவறானது எல்லாமும் உண்டு. நல்லவற்றையும், சரியானவற்றையும் செய்ய வேண்டியது அவசியம். அவைதாமாக நடைபெறாது. நாமாக முயன்றுதான் சரி செய்ய வேண்டும். தர்ம நியாயத்தைப் பின்பற்றித்தான் ஆக வேண்டும். அகத்தைப் பொறுத்த அளவில்தான் தர்ம நியாயங்களை வலியுறுத்தக் கூடாது.

கே : வாழ்க்கையில் நமக்கு நடக்கும் செயல்கள் யாவும், ஏற்கெனவே வகுக்கப்பட்டவையா? இவற்றை வெல்ல, யோக தியானம் ஆகியவை கை கொடுக்குமா?

ஞீ : ஞீசாய் பாபாவிடம் ஒரு கேள்வி கேட்டதாக நான் கேள்விப் பட்டிருக்கிறேன். அதாவது, சாய் பாபாவிடம் ஒருவர் கேள்வி கேட்கிறார். “நீங்கள் சிலருடைய நோயைக் குணமாக்குகிறீர்கள்; சிலருடைய நோயை குணமாக்குவதில்லை, ஏன் இப்படி பாரபட்சம் பார்க்கிறீர்கள்?”

அதற்கு பாபா பதில் சொல்லுகிறார். “குணமாக்கும் முழுப் பொறுப்பு என்னைச் சார்ந்தது அல்ல. ஒருவருக்குப் அவருடைய கர்மாவை முன் பின்னாக மாற்றியமைக்கும் ஒரு வேலையை மட்டும் தான் என்னால் செய்ய முடியும். பின்னால் வரும் கர்மாவை முன்னாலும், முன்னால் ஏற்பட்ட கர்மாவை பின்னுக்கும் மாற்றி வைப்பதை மட்டும் தான் என்னால் செய்ய முடியும். அதைத்தான் நான் செய்கிறேன்.”

இப்படி மாற்றுவது எல்லாம் தற்காலிகமான ஒரு இடமாற்றமே. ஆனால் நீங்கள் விடுதலையை அடைந்து விட்டார்களே ஆனால், உங்களுடைய அனைத்து கர்மாக்களிலிருந்தும் ஒட்டு மொத்தமாக விடுதலை அடைந்து விடுகிறீர்கள்.

நாம் மனதளவில் இன்ப துன்ப நுகர்ச்சிக்கு உட்படுவதால்தான், எல்லா பிரச்சினைகளும் பிரச்சினைகளாகத் தெரிகின்றன. இந்த விடுதலை உணர்வு, உங்களை இன்பத்தையும், துன்பத்தையும் இயல்பாகவும் எளிதாகவும் ஏற்றுக்கொள்ளும்படி

செய்து விடுகிறது.

இன்பதுன்பத்தை சமமாகப் பாவித்து ஏற்றுக் கொள்ளும் பக்குவம் நமக்கு வந்து விட்டால், கர்மாக்களும், உலகப் பிரச்சினைகளும் கூட இரண்டாம் பட்சமாகி விடுகின்றன.

கே : குரு - சீடன் உறவு எப்படி அமைய வேண்டும்?

ஸ்ரீ : சில பயிற்சிகளைச்சொல்லி பயிற்சி கொடுப்பவரை நாம் குருவாக ஏற்றுக் கொள்கிறோம். நம்மை விட அவருக்கு அதிகமான விவரங்கள் தெரிந்துள்ளன. அங்கு செயல்முறை உள்ளது.

ஞானத்தைப் பொறுத்த அளவில் புரிதல்தான் முக்கியமாக உள்ளது. குருவானவர் தனக்குத் தெரிந்ததை சீடனுக்குக் கூறி சீடனை விளங்க வைக்க வேண்டும். இங்கு உயர்ந்தவர் தாழ்ந்தவர் என்ற நிலை இல்லாமல், சமதகுதியுடன் கலந்துரையாடல் செய்தால்தான், ஒருவரிடம் உள்ள செய்தி மற்றவரிடம் சென்று அடையும். தெரிய வேண்டிய செய்திதான் முக்கியத்துவம் பெறவேண்டும். சொல்லிக் கொடுப்பவரின் தகுதிக்கு முக்கியத்துவம் இருக்கக் கூடாது.

ஞானத்தைப் பகிர்ந்து கொள்வதில், குரு சிஷ்ய உணர்வு என்பது நண்பர்களுக்குள் இருக்கும் தோழமை உணர்வாக இருந்தால்தான் சரியாக இருக்கும். அப்பொழுது தான் சீடனால் தனது சந்தேகத்தை மனம் விட்டுக் கேட்டுத் தெளிவு பெற முடியும். “நான் அதிகம் தெரிந்தவன்; நான் சொல்வதை அப்படியே கேட்டுக்கொள்!” என்ற அனுகுமுறை இங்கு கிடையாது.

புரிதல் மீது அக்கறை இருக்க வேண்டும். குரு சிஷ்யர்களுக்கிடையில், ஒரு சகஜமான உறவு இருக்க வேண்டும். உயர்வு தாழ்வு என்பது இருக்கக் கூடாது.

கே : நான் வாழ்க்கையில் முன்னேற வேண்டும். வாழ்க்கையில் உயர்ந்த இடத்தை அடைய வேண்டும். எனது நோக்கம் சரிதானா ?

ஸ்ரீ : நிச்சயமாகச் சரியானதுதான். புறவாழ்க்கையில் ஒவ்வொருவரும் லட்சியங்களை வைத்து முன்னேற வேண்டும். முயற்சிகளை மேற்கொள்ள வேண்டும்.

மனோாதீயாக மட்டும், உயர்ந்தது, தாழ்ந்தது என்று எதுவும் கீடையாது. நாம் இருக்கும் கெந்தான் உயர்ந்த போம். நம்மிடம் இல்லாத நிலைதான் தாழ்வான நிலை.

நான் கோபத்துடன் இருக்கிறேன் என்றால், கோபம் இல்லாத நிலைதான் உயர்ந்த நிலையென்றும், கோபத்துடன் இருப்பது தாழ்ந்த நிலையென்றும் கருதிக்கொள்கிறோம்.

உண்மையில் நம்முடைய கோபம்தான், நாம் இருக்கும் யதார்த்த நிலை. அதுதான் உயர்ந்த நிலை. கோபமே இல்லாத அன்பு நிலையென்பது, அப்போது அங்கு நம்மிடம் இல்லை. அதனால் நம்மை ஏமாற்றும் நிலைதான் அது. ஏமாற்றும் தன்மையுடைய நிலைதான் தாழ்ந்த நிலை.

இதைப் புற உலகுக்கு எடுத்துக் கொள்ளக் கூடாது. அங்கே இருக்கும் நிலைதான் உயர்ந்த நிலை என எண்ணக் கூடாது.

கே : ஒரு மனிதனுக்கு நடக்கும் நிகழ்ச்சிகள் அனைத்தும் பிரபஞ்சத்தில் ஏற்கெனவே விதிக்கப்பட்டதா ?

அல்லது அவனது அறிவினால் நடத்தப்படுகிறதா ?

ஸ்ரீ : நாம் ஏற்கெனவே இது சம்பந்தமாகப் பார்த்தோம். செயல் செய்வதற்கு நமக்கு Option - உள்ளது. நமக்கு இப்படி Option - சுதந்திரம் இருந்தால் மட்டுமே அது கர்மாவாக வர முடியும். எல்லாமே இறைவன் செய்வதாக இருக்கும் பட்சத்தில் நமக்குக் கர்மாவே கிடையாது. கர்மா என்று ஒன்று இருக்கும் பட்சத்தில் அங்கு நாம் செயல்பட ஏதோ இருக்கிறது என்பதுதான் பொருள். நம்முடைய செயல்களுக்கு நாமேதான் பொறுப்பு.

கே : இவ்வாறுதான் வாழ வேண்டும் என்று வரைமுறையை ஏற்படுத்தி வாழ்வது சரியான வாழ்வா? அல்லது தவறா?

ஸ்ரீ : புறர்தியான வாழ்வைப் பொருத்த அளவில், சரியான வரைமுறையுடன் ஒழுக்கர்தியாக வாழ்ந்திடுவதுதான் சரி. அக உணர்வுகளுக்கு இதைக் கொண்டு செல்லும் போதுதான், அது போரட்டக்களமாக மாறிவிடுகிறது.

உண்மையில் நாம் புறத்தளவிலும், அகத்தளவிலும் சீரான நிலையைத்தான் அடைய வேண்டும்.

ஆனால், புறத்தளவில் சரியான நிலையை அடைய முயற்சி தேவை. அகத்தைப் பொறுத்த அளவில் முயற்சிதான் சரியான நிலையை அடைவதற்குத் தடையாக உள்ளது. அகத்தைச் சீரமைக்கப் போராடினால், அது மேலும் சிர்கேட்டைந்து விடும். அதை எந்த முயற்சியும் இல்லாமல் அதுபோக்கில் விட்டுவிட்டால்

தானாகச் சரியாகிவிடும்.

கே : கோபம் அல்லது கவலை ஏற்படும் போது நாம் என்ன செய்ய வேண்டும்? எதனைக் கடைபிடிக்க வேண்டும்?

ஸ்ரீ : நமக்குக் கோபமோ அல்லது கவலையோ வருகிறது. அப்படி வரும் போதே அதனுடன் சேர்ந்து ஒருவித இன்பதுன்ப நுகர்ச்சியும் சேர்ந்து வந்துவிடுகிறது. இவைதாமாகவே வந்துவிடுகின்றன. இவைகளை நாம் கொண்டு வருகின்றோமா அல்லது அவை தாமாக ஏற்படுகின்றனவா என்பதைத்தான் நாம் கவனிக்க வேண்டும். நமக்கு, மகிழ்ச்சி, துக்கம், இன்பம், பயம் ஏற்படுகின்றன. இவைகள், அவையாகவே, தாமாக ஏற்படுகின்றனவா என்பதைத்தான் நாம் கவனிக்க வேண்டும். நீங்கள் சினிமாவில் நடிப்பதாக வைத்துக் கொள்வோம். நீங்கள் கோபப்படும்படியாகவோ, துயரப்படும் படியாகவோ அல்லது பயத்தைக் காட்டுவதாகவோ நடிக்க வேண்டும். இங்கு நீங்களாக அந்த உணர்வுகளை **Generate** பண்ணு கிறீர்கள். நீங்களாக உற்பத்தி செய்கிறீர்கள். இப்போது நடைமுறை வாழ்வில் உங்களுக்கு எத்தனையோ விதமான உணர்வுகள் ஏற்படுகின்றன. துக்கம், கோபம், பயம், காமம் என்று எத்தனையோ விதமான உணர்வுகள் ஏற்படுகின்றன. நீங்கள் **Generate** பண்ணுகிறீர்களா? நீங்களாக உற்பத்தி செய்கிறீர்களா? அல்லது அவையாக ஏற்படுகின்றனவா? அவையாகவே ஏற்படுகின்றன. தாமாக ஏற்பட்டவைகளை நீங்களாகக் கொண்டுவந்ததாக நீங்கள் தவறாக எடுத்துக் கொள்கிறீர்கள். நீங்களாகக் கொண்டு வந்தால்

மட்டுமே, அவைகள் உங்கள் கட்டுப்பாட்டில் இருக்க முடியும். சினிமாவில் நீங்கள் அழுவது போல் நடிக்கச் சொல்கிறார்கள். போதும், நிறுத்து என்றால் நிறுத்திக் கொள்ளலாம். ஆனால் உங்களையறியாமல் ஏற்பட்ட உணர்வுகள் உங்கள் கட்டுப்பாட்டில் இருப்பதில்லை. அவை தாமாக வருவதாக எடுத்துக் கொண்டோமானால், அவற்றைச் சீரமைக்கும் பொறுப்பும் நமக்கு கிடையாது. நாம் அப்புறப்படுத்த முயற்சி செய்தாலும் அது நம்மை ஏமாற்றி விட்டு நமக்குப் பின்னாலேயே வந்து விடும்.

கே : ஓர் ஊருக்கு ஞானி ஒருவர் வந்திருந்தார். அவருக்கு சாப்பிட என்ன வேண்டும் எனக் கேட்டதற்கு அவர் பிரியாணி வேண்டும் என்று கேட்டார். பக்தர்கள் பிரியாணி கொண்டு வருவதற்குள் அவர் தியானத்துக்குப் போய் விட்டார். கண் திறந்து பார்க்கவும் பிரியாணி இருந்தது. பக்தர்கள் சாப்பிடச் சொன்னார்கள்.

அந்த ஞானியும் பிரியாணியைத் தொட்டுத் தொட்டு, “அப்பா சாப்பிடு! அப்பா சாப்பிடு !” என்று கூறிவிட்டு, அந்த பிரியாணியை பக்தர்களிடம் திருப்பிக் கொடுத்து விட்டார்.

பக்தர்கள் கேட்டதற்கு, “எனது மனது தான் பிரியாணியை கேட்டது. அதைச் சாப்பிடச் சொன்னேன். மனதால் சாப்பிட முடியவில்லை, சாப்பிடும் செயல் உடலைச் சார்ந்தது. மனதைச் சார்ந்ததல்ல”என்று கூறினார்.

இந்தக் கதை உங்கள் கருத்துக்குப் பொருந்தி விடுகிறதா? நீங்களும் இது போன்ற கருத்தைத்தான்

கூறுகிறீர்களா?

ஸ்ரீ : “மனம் போன போக்கெல்லாம் போக வேண்டாம்” என்று கூறுவதுண்டு. நம்முடைய மனது எப்போதும் இரட்டை நாடகம் ஆடும் தன்மையுடையது. நம்முடைய மனதுதான் பிரச்சினைகளையெல்லாம் கொண்டு வரும். பிறகு அதுவே தீர்க்க வேண்டும் என்று பிடிவாதம் செய்யும். இதுதான் பிள்ளையையும் கிள்ளி விட்டு, தொட்டிலையும் ஆட்டுவது என்பது.

மனம் இரண்டு விதமாகத் தொழில் படுவதால்தான் பிரச்சினைகளே தொடர்ந்து இருந்து வருகின்றன. மனதின் கபட நாடகத்தைப் புரிந் கொள்வதுதான் அறிவுடைமை. அறிவின் செயல்பாட்டின் காரணமாக இரட்டை நாடகம் ஆடும் மனது முற்றிலுமாகப் புறக்கணிக்கப் படவேண்டும். மனது புறக்கணிக்கப் படும்போது மனது கொண்டு வந்த பிரச்சினைகளும் இல்லாமல் போய்விடுகின்றன.

கே : மனதில் ஏற்பட்ட பதிவுகளை இல்லாமல் செய்வது எப்படி?

ஸ்ரீ : அப்படி ஒரு கருத்து கூறப்படுகிறது. ஆனால் பதிவுகளை நீக்குவதென்பது சாத்தியமில்லை. பதிவுகள் அழிந்து போனாலும் கூட புதிய பதிவுகள் வந்துவிடும்.

கே : விருப்பு வெறுப்பற் ற மனநிலையிலிருந்தால் புதிய பதிவுகள் ஏற்படாது என்று கூறுகிறார்கள். ஏற்கெனவே ஏற்பட்ட பதிவை என்ன செய்வது?

ஸ்ரீ : உங்களுக்கு ஒரு பதிவு ஏற்பட்டிருந்ததென்றாலும்

அதனால் நமக்கு பாதிப்பு ஏற்பட்டுதான் ஆக வேண்டும் என்ற கட்டாயம் இல்லை.

கே : சந்தர்ப்ப சூழ்நிலை அப்படி ஏற்படும் போது அந்தப் பதிவுகள் வெளியே வந்து நம்மைப் பிரச்சினைகளுக்குள்ளாக்குகின்றதே ?

ஸ்ரீ : நீங்கள் கூறும் அனுகுமுறையும் உள்ளது. 'மனப்பதிவுகளில் இருந்து விடுபட வேண்டும்; சம்ஸ்காரங்களிலிருந்து விடுபட வேண்டும்; Conditioning களிலிருந்து விடுபட வேண்டும்' என்றெல்லாம் கூறப்படுகிறது.

ஆனால் நம்முடைய கருத்துப்படி அப்படி எவற்றிலிருந்தும் நீங்கள் விடுபடவேண்டாம் என்பதுதான்.

கே : உங்களுடைய அனுகுமுறை என்ன?

ஸ்ரீ : உங்களுடைய மனதில் எத்தனையோ விதமான பதிவுகள் உள்ளன. உங்களுடைய பதிவுகளின் தொகுப்பாகவே உங்களுடைய இயல்பு அமைந்துள்ளது. ஒரு குறிப்பிட்ட சூழ்நிலையின் போது, அந்தப் பதிவுகளிலிருந்து உணர்வுகள் வெளிப்பட்டு விடுகின்றன. இது உங்களை அறியாமலேயே நடந்து விடுகின்றது. அந்தச் சூழ்நிலையின் தேவைக்கேற்ற வெளிப்பாடு தாமாக ஏற்பட்டுவிடும்.

அதற்கு அப்புறமாக நாம் அந்த உணர்வுகளை, நாமாக சவீகரித்துக் கொள்கிறோம். இந்த உணர்வுகள் வேண்டும் என்றோ, அல்லது வேண்டாம் என்றோ அதனை நமது உணர்வாக சவீகரித்துக் கொள்கிறோம். வேண்டாம் என்றால் நெகட்டிவாகவும், வேண்டும்

என்றால் பாசிட்டிவாகவும் அடாப்ட் செய்து கொள்கிறோம்.

வரக் கூடிய உணர்வுகளில் நாம் ஈடுபாடு காட்டுவதால்தான் அந்த உணர்வுகள் பலமுடைய தாகின்றன. இல்லாவிடில் எல்லா உணர்வுகளும் எப்படி வந்தனவோ, அப்படியே போய் விடுகின்றன.

உங்கள் இயல்பிலும், பதிவிலும் எந்தப் பிரச்சினையும், தவறுகளும் கிடையாது. அவை தாமாக வந்து விட்டுத் தாமாகப் போய் விடும். முழுப் பதிவுகளையும் காலி செய்வது என்பது அம்சீசியா என்பது போல், நம்மை முடமாக்குவது தான். அது தேவையில்லை.

கே : மனங்கடந்த சமாதி நிலைக்குச் செல்வதற்கு நமது எண்ணங்கள் தடையாகக் கருதப்படுகின்றனவே?

ஞ் : அதிலும் கூட மனது அலை பாயாமல் இயங்க வேண்டும் என்றுதான் கூறப்படுகிறதே தவிர, பதிவுகளையெல்லாம் நீக்கி ஒன்றுமில்லாமல் போய் விட வேண்டும் என்று கூறுவதில்லை. பதிவுகள் இருக்கத்தான் செய்யும். அலபாயாத தன்மையுடன் இருப்பதை மட்டும் கூறுகிறார்கள். மனதை அசைவற்று ஒருநிலைப்படுத்தி சமாதி நிலைக்குச் செல்லும் பயிற்சி இப்படித்தான் கொடுக்கப்படுகிறது. அந்த சமாதி நிலையின்போது மனது அசைவற்று இருக்கிறது. அந்த சமாதி நிலை கலைந்ததும் மனம் மீண்டும் அசையத் துவங்குகின்றது. எல்லா பதிவுகளிலிருந்தும் ஏற்படும் உணர்வுகள் மீண்டும் வெளிவரத்தான் செய்யும். பதிவுகளில் எந்தப் பிரச்சினையும் கிடையாது. அதற்கு பலத்தைக் கொடுப்பதும்,

அதற்கு பலத்தைக் கொடுக்காமல் இருப்பதும் நமது கைகளில் தாம் உள்ளன. சூழ் நிலைக்கு ஏற்ற Reaction தாமாக ஏற்படத்தான் செய்யும். அதில் வேண்டியது வேண்டாதது என்று பாகுபாடு செய்வதால், அந்த Reaction பலம் பெற்று விடுகிறது. அந்த இயல்பை எதிர்த்துச் சண்டையிடுவதாலும், அந்த இயல்பு பலம் பெற்று விடுகிறது. அந்த இயல்பை எதிர்த்துச் சண்டையிடுவதாலும், அந்த இயல்பு பலம் பெறுகிறது. அந்த இயல்பை தக்க வைத்துக் கொள்வதாலும் அந்த இயல்பு பலம் பெறுகிறது.

கே : எண்ண அலைகளிலிருந்து பிறகு எப்படித்தான் விடுபடுவது ?

ஸ்ரீ : எண்ண அலைகளிலிருந்து விடுபட வேண்டும் என்பது கூட தியானம், சமாதிகளில் ஈடுபட விரும்புபவர்களுக்குத் தான் தேவை. எண்ண அலைகளுக்கு நாம் எந்த வகையிலும் முக்கியத்துவம் கொடுக்காமல் இருந்தாலே நாம் அவற்றிலிருந்து விடுபட்ட நிலைக்கு வந்து விடுகின்றோம். கடலில் குளித்துப் பார்த்திருக்கிறீர்களா? கடல் அலையை நீங்கள் எதிர்த்தால் அது உங்களைப் புரட்டிப் போட்டு விடும். நீங்கள் அதற்கு எதிர்ப்பு செய்யாமல் குனிந்து கொண்டால் அது உங்களுடைய தலைக்கு மேலாக உங்களைக் கடந்து சென்று விடும். நீங்கள் இருக்கும் இடத்தில் இருந்து கொண்டே அமைதியாகக் குளிக்கலாம். உயரமான அலை கூட வரும். நாம் நிற்கும் இடத்தில் அசையாமல் நின்று குளிக்கலாம். அலையின் அடிப்பக்கமாகக் குனிந்து கொண்டால் போதும். மனம் அலைபாய்வது என்பது ஒரு பிரச்சினையே

அல்ல. அதை எதிர்த்து சண்டையிடுவதைத் தான் நிறுத்திக்கொள்ள வேண்டும். அது போக்கில் விட்டு விட்டால் தானாகவே சாந்தி நிலைக்கு வந்து விடும்.

கே : ஞானம் என்றால் என்ன என்பதற்கு மற்றவர்கள் கொடுக்கும் விளக்கத்திற்கும் நீங்கள் கொடுக்கும் விளக்கத்திற்கும் என்ன வேறுபாடு ?



15

## ஞானமும் விடுதலையும்

**ஸ்ரீ :** ஞானம், **enlightenment** என்று கூறப்படுகிறது. அது ஏதோ ஒரு நிலை என்பது போல் தோன்றுகிறது. என்னுடைய கருத்துப்படி, ஞானம் என்பது ஒரு கருத்து பூர்வமான தெளிவு மட்டுமே. நமது மனோ இயக்கத்தைப் பற்றிய ஒரு கருத்து பூர்வமான தெளிவு மட்டுமே. அப்படித் தெரிந்து கொள்வதால் நமக்கு ஒரு விளைவு ஏற்படுகிறது. அந்த விளைவை விடுதலை அல்லது **liberation** எனக் கூறுகிறோம். இதை நமது சாஸ்திரங்கள் முக்கி நிலை என்று கூறுகிறது. இதனால், பிரச்சினைகளோடு இயங்கும் மனது, பிரச்சினைகள் இல்லாமல் இயங்கும் தன்மைக்கு வந்து விடுகின்றது.

சிலர் ஞானம் என்பதை ஒரு பேரறிவாக எடுத்துக் கொள்கின்றனர். சராசரி மனிதனுக்குத் தெரியாத தெல்லாம் அவருக்குத் தெரிவதாகவும், முக்காலத்தையும் சொல்லக் கூடிய ஆற்றல் இருப்பது போலவும் கூறப்படுகிறது. அத்தகைய ஞானம் வேறு; நாம் கூறும் ஞானம் வேறு. அவையெல்லாம் சில பயிற்சிகளின் விளைவாக ஏற்படக் கூடிய சில அதீதமான சக்தியாகும்.

கே : மனதிலுள்ளவையெல்லாம் அழிந்தால் தான் ஞானம் வருமா ?

ஸ்ரீ : நாம் கூறும், ஞானம், விடுதலை ஆகியவற்றுக்கு, மனதிலுள்ள பதிவுகள் எவையும் அழிந்திட வேண்டிய தேவையில்லை. இருப்பவை எல்லாம் அப்படி இருக்கலாம்.

கே : கட்டுப்படுத்தி ஆதிக்கம் செய்யும் மனதில் இருந்து விடுபட்டால் போதும்.

ஸ்ரீ : ஆமாம். நாமே நம்மை எதிர்த்து போராடி விடுகிறோம். நமது இயல்பை எதிர்த்து நாமே போராடி விடுகிறோம். நம்மை எதிர்த்துப் போராடாததன்மைக்கு வந்து விடுவதைத்தான்நாம் தெளிவு அல்லது ஞானம் எனக் கூறுகிறோம்.

நமக்குள்தங்கியிருக்கும் இயல்புகள்யாவும், அந்தந்த சூழ்நிலையின் போது, தாமாக வெளிப்படத்தான் செய்யும். அவற்றை நாம் சுவீகரீக்காமல் விட்டு விட்டால் அந்த இயல்களினால் ஏற்பட்ட வெளிப்பாடுகள் யாவும் பலமற்றுப் போய்விடும்.

நம்முடைய வாழ்க்கைக்கு நமது இயல்புகளே இல்லாமல் எதுவும் செய்ய முடியாது. நமது வாழ்க்கைக்கு அவைதான் உதவுகின்றன. தேவைக்கு வந்து விட்டுப்போகும் தன்மையுடைய அவற்றை, நாம் சுவீகரித்துப் பலபடுத்துவது தான் தவறு. பதிவுகளோ, சம்ஸ்காரங்களோ இல்லாமலிருந்தால் நாம் அறிவு வளராத சூழ்நிலையாக இருந்து விடுவோம். எந்தக் காரியங்களையும் செய்திட சக்தியற்றவர்களாகி விடுவோம்.

கே : இயல்புகள் அதுபோக்கில் நம்மை இழுத்துப் போய் விடுகின்றனவே ?

ஸ்ரீ : பார்ப்பதற்கு அப்படித்தான் தோன்றுகிறது. ஆனால் உண்மையில் அப்படி நிகழுவில்லை. நாம் மனப்பூர்வமாகச் சம்மதித்து அந்த உணர்வுகளை நம்முடையதாக சுவீகரித்துக் கொள்வதால் மட்டுமே அவை நம்மை இழுத்துச் செல்கின்றன.

கே : பிறப்பு இறப்பு சாதாரணமானது தான். ஆனால் நமக்கு நெருக்கமானவர்கள் இறக்கும் போது நமக்கு மிகுந்த வேதனை ஏற்படுகிறதே ? அதன் காரணம் என்ன ?

ஸ்ரீ : ஞானம், ஞானி என்றால் நாம் ஒரு கற்பனையை வைத்துக் கொண்டிருக்கிறோம். அசையாத நிலைபோலும், எப்போதும் புன்முறுவலுடனும் ஞானி இருப்பான் என ஒரு கற்பனையை வைத்திருக்கிறோம். உறவினர் இறந்ததும் மனதில் அது ஒரு பாதிப்பை ஏற்படுத்துகிறது. அது ஒரு நிலைம். நம்மையறியாமலேயே ஏற்படுகிறது.

கே : அப்படி வருவதை நாமும் வரும்படியாகப் பார்த்துக் கொள்ளவேண்டுமா ?

ஸ்ரீ : நமக்கு அங்கு எந்தப் பொறுப்பும் கிடையாது. அது அதன் போக்கில் வந்து செல்லும் நிலைதான் சரியான நிலை.

கே : எல்லா உணர்வுகளுக்கும் ஒரே பார்முலாதானா ?

ஸ்ரீ : ஆமாம், ஒரே பார்முலாதான்.

கே : நாம் வன்முறையை விரும்புவதில்லை. ஆனால் எதிராளி வன்முறையில் ஈடுபடுகிறார். நாம் அதனை

சுகித்துக் கொள்வதா? அல்லது அதனை எதிர்ப்பதா?

ஸ்ரீ : நமக்குள் இரண்டுவிதமான செயல்பாடுகள் உள்ளன. ஒன்று Action; மற்றது Reaction. Reaction என்பது நமது மனதினுள் நம்மையறியாமல் ஏற்படும் உணர்வு மற்றும் அனுபவங்கள். Action என்பது நாமாகச் செயல்படுவது. நாமாக அறிந்து செயல்படுவது. நம்முடைய Reaction ஐ எதிர்த்து ஏதாவது செய்தோமானால் அந்த ரியாக்சன் பலம் பெற்று விடுகிறது. செயல் என்பது - Action என்பது, நாமாகவோ அல்லது மற்றவர்களாகவோ செய்வது. அதனை நாம் எதிர் கொண்டுதான் ஆக வேண்டும். அவருடன் பதிலுக்குக் கோபப்பட்டால் தான் அந்தச் சூழ்நிலையைச் சரி செய்ய முடியுமென்றால், அவ்வாறு தான் நடந்து கொள்ளவேண்டும். ஓர் அறிவுள்ள நபர் ஒரு சூழ்நிலையை எப்படி எதிர் கொள்வாரோ அப்படி எதிர் கொள்ள வேண்டும். இது புறச்செயல், ஆகவே புறச் செயலுக்குரிய விதி முறையைத்தான் இங்கு கடைபிடிக்க வேண்டும்.

கே : கோபமே வராதபடி பார்த்துக்கொள்ள வேண்டும் என்று கூறுகிறார்களே?

ஸ்ரீ : கோபம் நம்மையறியாமல் ஏற்படுவது. நாம் சில தியானங்களில் ஈடுபடும் போது, நாம் சில அற்புதமான மனநிலையோடு இருப்போம். அந்த நிலையில் கோபப்படும் படியான சந்தர்ப்பம் ஏற்பட்டாலுங்கூட நமக்குக் கோபம் ஏற்படாது. அது அந்த தியான அனுபவத்தின் தாக்கத்தினால் ஏற்பட்டது. ஆனால் இந்த நிலையை நம்மால் நிரந்தரமாக்க முடியாது. அந்த நிலையிலிருந்து வெளியே வந்ததும் நமது உணர்வுகள் அனைத்தும்

நம்மை சுலபமாகத் தாக்கி விடும்.

மேலும் கோபம் ஏற்படும்போது, நாம் தியானம் செய்வதில்லை. செய்யவும் முடியாது. கோபம் இல்லாத நேரத்தில் தான் தியான முயற்சிகளிலும் ஈடுபடுகிறோம். அவற்றை அதுபோக்கில் விட்டுவிட்டால் காலப் போக்கில் நமது மோசமான இயல்புகள் தாமாகவே பலமிழந்து விடுகின்றன.

கே : எதிர்மறை நிகழ்வுகள் ஒருவரை சுலபமாய் பாதித்து விடுகின்றன. இந்நிலையில் நாம் எப்படி நமது ஞானத்தைக் காப்பாற்றிக்கொள்வது?

ஸ்ரீ : மனோத்துவ நிபுணர்களின் கூற்றுப்படி, நம்மை பாதுகாக்கும் பாதுகாப்பு உணர்வு தான் பிரதானமாக உள்ளது. **The feeling of security** . பாதுகாப்புக்கு அப்புறம் தான் இன்பத்தை நாடும் போக்கு ஏற்படுகிறது. பாதுகாப்பு கிடைத்த பிறகுதான் இன்பத்தைத் தேட ஆரம்பிப்போம்.

நம்மைப் பொருத்த அளவில், நமது மன இயக்கம் இப்படித்தான் அமைய வேண்டும்; இப்படி அமையக் கூடாது என்ற கொள்கையே கிடையாது; பார்முலாவே கிடையாது. உணர்வுகள் நமது இயல்புப்படி தாமாக வந்து செல்வதில் தவறு எதுவும் கிடையாது. நாம் **Adopt** செய்யாமலிருந்தால் போதும்.

பறச் செயலுக்கு அடாப்ட் செய்து கொள்ளலாம். அகத்தைச் சீரமைக்கும் நோக்கத்தில் நாம் எதையும் அடாப்ட் செய்ய வேண்டாம். இதுதான் நமது மொத்த அனுகுமுறை. இதுவே நமக்குத் தேவையான பலனைத் தாமாகவே

### கொடுக்கும்.

நமக்கு முடிக்க வேண்டிய பணிகள் நிறைய பாக்கி கிடக்கின்றது. நாம் அதனை முடிப்பதற்கு சோம்பல்பட்டு உட்கார்ந்திருக்கிறோம். அப்போது நமக்குத் திடீரென ஒரு டென்சன் ஏற்படுகிறது, நமது பணியை முடிக்காவிட்டால் நஷ்டம் ஏற்பட்டு விடுமே என்று, நாம் அந்த டென்சனை நமக்கு சாதகமாக அடாப்ட் செய்து கொண்டு, அந்தப் பணிகளை முடித்துக் கொள்ளலாம்.

அப்படி எந்தப் பணியும் இல்லாமல், எந்த நோக்கமுமே இல்லாமல், தேவை எதுவுமே இல்லாத நிலையில், அப்படி ஒரு டென்சன் ஏற்படுகிறது என்றால் நாம் அதனை அப்படியே கண்டு கொள்ளாமல் விட்டு விடலாம். அது தானாகவே வந்து தானாகவே பலமிழந்து போய்விடும்.

**கே :** ஒன்றுமற்ற தன்மைதான் முழுமையன நிலையா? ஆகாயம் தான் எல்லாமாகவும் இருக்கிறது; ஒன்றுமற்ற தன்மையாகவும் இருக்கிறது.

**ஷ்ரீ :** ஒன்றுமற்ற தன்மை என்பது இல்லாத ஒன்று. அப்படி எதுவுமே கிடையாது. அது நமது கற்பனையால் ஏற்பட்டது. ஒவ்வொரு கணத்திலும் நாம் எதையாவது அனுபவித்துக் கொண்டிருக்கிறோம். ஓர் ஆறு அமைதியாக ஒடிக் கொண்டிருக்கிறது. அங்கு சுழல் ஏற்படுவது என்பது நாம் நமது அனுபவத்தைப் பற்றிப் பிடிப்பது போன்றதாகும். நமக்கு ஏற்படும் உணர்வுகளையும், அனுபவங்களையும் பற்றிப் பிடிக்காத பட்சத்தில் அவை நீரோட்டமாகப் போய் விடுகின்றன. சுழல்

இல்லாத ஆறாக, சீரான வேகத்தில் போய் விடுகின்றது. ஒன்றுமற்ற நிலை என்ற வார்த்தையை விட, அனைத்தும் தாமாக நகர்ந்து கொண்டிருக்கும் ஒரு நிலையாக அதனைக்கொள்ளலாம். கள்ளங்கபடமற்ற குழந்தை நிலை என்பது ஒரு தனிப்பட்ட நிலையல்ல. அது எதையுமே பற்றிப் பிடிக்காமல், எல்லாவற்றையும் நகர்ந்து செல்ல அனுமதிக்கும் ஒரு நிலையே.

**தன்:** அந்த நிலையை நாம் அனுகவே முடியாது என்று கூறலாமா?

**ஸ்ரீ :** அப்படி ஒரு நிலையே கிடையாது என்று தான் நாம் கூறுகிறோம். நிலையான தன்மையுடைய ஒரு நிலையே கிடையாது என்றுதான் நாம் கூறுகிறோம். நாம் Moving கில் இருக்கிறோம். பிரபஞ்சமே இப்படி நகர்ந்து கொண்டிருப்பதாகத்தான் கூறுகிறார்கள். நாம் ஒரு சுழலாக இருக்குந்தோறும் நாம் ஒரு நிலையான நிலைக்கு வந்து விடுகிறோம். ஒரு தனித் தன்மைக்கு முக்கியத்துவம் கொடுக்கும் நிலைக்கு வந்து விடுகிறோம். சுழல் இல்லாமல் போய் விட்டால் அது மொத்த நீரோட்டத்தில் கலந்து விடுகின்றது. மொத்த ஒட்டத்தில் இருந்தாலும், ஒரு சிறிய சுழலாக இருந்து தற்காலிகமான தனித் தன்மையை வைத்துக் கொண்டிருக்கிறோம். மொத்த இயக்கம் முக்கியத்துவம் பெறும் போது, தனித்த இயக்கம் முக்கியத்துவத்தை இழந்து விடுகிறது. தனித்த இயக்கம் முக்கியத்துவத்தை இழக்கும் போது, மொத்த இயக்கம் முக்கியத்துவம் பெறுகிறது.

ஒன்றுமற்ற தன்மை என்பது, “ஒரு பொருளாக இருக்கும் தன்மையை இழந்து

விடுவது; எதுவுமே இல்லாத சூன்யத்தை அது குறிப்பிடுவதில்லை. தனித்தன்மையை இழந்து விடுகிறோம்.

கே : இருமைத் தன்மையை இழந்து விடுகிறோம்.

ஞா : இருமைத் தன்மை என்பதை விட, தனித் தன்மையை இழந்து விடுகிறோம். தனித் தன்மைதான் இருமை தன்மைக்குக் காரணமாக அமைந்துள்ளது. தேவைக்குத் தகுந்த மாதிரி சுழல் தற்காலிமாக வந்து போதுவதுபோல், தனித் தன்மையும் தற்காலிகமாக வந்து போகின்றது. சுழலே இல்லாத நிலையென்று நாம் கற்பனையாக வைத்துக் கொள்கிறோம். சுழல்த் தன்மை - தனித்தன்மை மிகவும் அவசியமான ஒன்று. தனித்தன்மை இல்லா விட்டால் உலகமே ஸ்தம்பித்துவிடும். மனது எதையாவது பற்றிப் பிடித்துத் தொழிற்படா விட்டால், எந்த காரியமும் நடக்காது. அலையற்ற கடலாக இருக்க வேண்டும் என்பது போல் இலட்சியங்களை வைத்தால் அப்படி நாம் வாழ முடியாது. சமாதி நிலைக்கு மாத்திரமே அது சாத்தியம். அல்லது தூக்கத்தில் இருக்கலாம்.

கே : நான் ஒரு குரு நாதரிடம் பாடம் கேட்டு வருகிறேன். தற்போது குடும்பத்தோடு இருக்கிறேன். விரைவில் குடும்பத்தை விட்டு வெளியேறும் நோக்கத்தில் இருக்கிறேன்.

ஞா : பொதுவாக நாம் ஏதாவது ஒரு பிடிவாதத்தை வாழ்க்கை முறையாக வைத்துக் கொண்டிருக் கிறோம். நாம் இப்படி இருக்க வேண்டும். இப்படி இருக்கக்கூடாது என்பவையெல்லாம் பிடிவாதமே. குடும்பத்தோடு இருந்துதான் தீருவேன் என்பது

எப்படிப் பிடிவாதமோ, அப்படிக் குடும்பம் இல்லாமல் வாழ்ந்திடுவது என்பதும் பிடிவாதமே. இருப்பதோடு இருப்பதாக சகஜகமாக வாழ்வது தான் சரியானது. எவ்வெள்ளையாக வாழ்ந்திடுவதுதான் சரியானது. பிடிவாதம் தான் பிரச்சினைகள் எல்லாவற்றையும் கொண்டு வருகிறது. உங்கள் பிடிவாதம் தான் பிரச்சினைகள் எல்லாவற்றையும் கொண்டு வருகிறது. நீங்கள் பிடிவாதமாகக் குடும்பத்தைப் பிரிந்து வாழ்ந்தால் பிற்காலத்தில், அப்படி விட்டு விட்டு வந்ததுதான் தவறு என்பது தெரிய வரும். பிடிவாதம் என்பது நமக்கு இல்லாமல் போய் விட்டால், நமக்கென்று ஒர் இயல்பே இல்லாமல் போய் விடுகின்றது. நீங்கள் தனித்தன்மையாக இருக்கும் வரைதான், உங்களுக்குச் சாதகமாகவோ அல்லது பாதகமாகவோ உலகம் இயங்குகிறது என்ற எண்ணம் வருகிறது. நீங்கள் அடைவதற்கோ, விடுவதற்கோ ஏதாவது இருக்கும் வரையிலும், நீங்கள் ஒரு தனித் தன்மைக்கும், ஒரு பிடிவாதத்துக்கும் முக்கியத்துவம் கொடுத்து விடுகிறீர்கள். பிடிவாதம் இல்லாத நிலைதான் உங்களது யதார்த்த நிலை; சகஜமான நிலை.

**கே :** பிராரப்தம் தான் நம்முடைய இயல்பா?

**ஸ்ரீ :** ஆமாம். இப்போதைக்கு பிராரப்தந்தான் நம்முடைய இயல்பாக அமைந்துள்ளது. பிராரப்தந்தான் நாம் செயல்படுவதற்காக எடுத்துக் கொண்டு வந்தது. நமது செயலின் மூலம் நமக்குப் புதிய அனுபவங்களும், புதிய இயல்புகளும் புதிதாகவும் சேர்ந்திடுகின்றன.

கே : ஆகாமியம் வராமல் தடுப்பதுதான் நமது பணி?

ஸ்ரீ : ஆகாமியம், பிராரப்தம் எல்லாமே பலமிழந்து விடுகின்றன. இதுதான் வேண்டும்; இது வேண்டாம் என்று பிடிவாதம் பிடிக்காத நிலையும் இருக்கும் போது ஆகாமியமும், பிராரப்தமும் உயிர் பெறாமல் இருந்து விடுகின்றன. எல்லாமே திரவ நிலைக்கு வந்து ஒடி மறைந்து விடுகின்றன. இல்லாவிடில் அனைத்தையும் நாம் உறை நிலைக்கு-திட நிலைக்குக் கொண்டு போய்விடுகிறோம். எல்லாமே திரவ நிலையில் பிரவாமாக இயங்கி ஒடும் போது, மோசமான இயல்புகளினால் கூட எந்தப் பாதிப்பும் ஏற்படுவதில்லை. அந்நிலையில் நமது பிராரப்தமே நமக்கு உதவி செய்யும். வெறும் குழந்தையாகவே இருந்தால் வாழுவே முடியாது. ஏதாவது ஒரு Stuff சரக்கு இருந்தால்தான் வாழ்க்கை என்பதே சாத்தியம். நம்முடைய இயல்பு பிராரப்தம் எல்லாமே தேவைதான். போராட்டம் இல்லாத நிலையில் புதிய கர்மாக்கள் சேருவதில்லை. ஆகாமியம் உற்பத்தி ஆவதில்லை.

கே : பற்றறுத்த மன நிலைக்கு பிரம்மச்சாரியம் அவசியம் என்று கூறப்படுகிறதே?

ஸ்ரீ : ஒன்றும் அவசியம் இல்லை. பிடிவாதம் மட்டும் தான் பிரச்சினை.

கே : பிரம்மச்சாரியத்தின் மூலமாகத்தான் நான் என்பதை தனியாகப் பிரித்து சாட்சி நிலையில் வாழும் தன்மைக்கு வர முடியும் என்று கூறுகிறார்கள்.

ஸ்ரீ : நான் என்று தனியாகப் பிரித்தெடுக்கப்பட்ட தனித் தன்மையாக எதுவும் கிடையாது. தனித்தன்மை இல்லாத ஒரு நான் எல்லோரிடமும் இருக்கத்தான்

செய்கிறது. அதைத் தான் நாம் கள்ளங்கபடமற்ற  
**Innocent State** என்று குறிப்பிடுகிறோம்.

கே : முழு பிரபஞ்சத்தையும் நான் என்று எடுத்துக் கொள்ளலாமா?

ஸ்ரீ : அப்படி எடுத்துக் கொண்டாலும், அது நமது ஒரு சாமர்த்தியமான கண்டுபிடிப்பே; நமது சங்கல்பமே. அது தேவையில்லை.

கே : முற்பிறவி, மறுபிறவி உள்ளதா?

ஸ்ரீ : இருப்பதாகத்தான் தோன்றுகிறது. விடுதலை அடைந்தவர்கள் தேவைப்பட்டால் பிறப்பு எடுத்துக் கொள்ளலாம். நிரப்பந்தப் படுத்தி பிறக்கும் நிலை மட்டும் இருக்காது.



16

## அனுபவத்தின் சலிப்புதான் விடுதலையா ?

கே : எனக்கு இந்தப் பிடிவாதந்தான் அதிகமாக உள்ளது. யாராவது பேசி விட்டால் பல காலத்துக்கும் அது என்னைத் தொந்தரவு செய்து வருகிறது. எனது பிடிவாதத்திலிருந்து எப்படி மீழுவது என்று எனக்குத் தெரியவில்லை.

ஸ்ரீ : நமக்குப் பிடிவாதம் ஏற்பட்டாலும் சரி, அல்லது வேறு எந்த விதமான உணர்வுகள் ஏற்பட்டாலும் சரி, நாமாக மனம் விரும்பி பிடிவாதம் பிடித்தால்தான் அது நம்மைப் பாதிக்கும். நம்மையறியாமல் நாம் பிடிவாதம் பிடித்தோமானால், அதனை நாம் தெரிந்து கொண்ட மாத்திரத்தில் அது பலமிழுந்து விடும். உங்களுக்கு ஏற்படும் தவறான உணர்வுகளோ, பழக்கங்களோ உங்களையறியாமல் நிகழ்வதாகப் பார்த்துக்கொள்ள வேண்டும். ஏனெனில் அதை நீங்கள் கண்டுப்பிடித்து உடனேயே நின்று போய்விடும். நாமாக விரும்பி செயல்பட்டோமானால், அது உயிர் பெற்று விடுகிறது. அது வரக்கூடாது என்று நினைப்பது கூட அதற்கு உயிர் கொடுப்பதாக ஆகிவிடும்.

கே : ஒருவன் சாப்பாட்டில் அதிகம் ஈடுபாடு காட்டுபவனாக இருக்கிறான் என்றால்,

காலப்போக்கில் அதில் சலிப்பு ஏற்பட்டு விடுகிறது. ஒருவன் விதவிதமான துணிகளை அணிவதில் ஆர்வம் காட்டுகிறான் என்றால், காலப்போக்கில் அதிலும் சலிப்பு ஏற்பட்டு ஆர்வம்குறைந்து விடுகிறது. இப்படி இன்பங்களை அனுபவிப்பதன் மூலம் அதிலிருந்து விடுபடும் வாய்ப்பு கிடைக்கத்தானே செய்கிறது?

**ஸ்ரீ :** இங்கு பிரதானமான அம்சம் என்னவென்றால் இன்ப நுகர்ச்சிதான். இன்பத்தை நாடும் மன இயல்பு தான் முக்கிய பங்கை வகிக்கிறது. ஒருவன் காபியில் ஆர்வம் காட்டி வரிசையாக காபி சாப்பிடுவதாக வைத்துக் கொள்வோம். முதலாவது கப் சாப்பிடும் போது மிகவும் சுவையானதாக இருந்து அவனுக்கு மகிழ்ச்சியைக் கொடுக்கும். வரிசையாக சாப்பிடும் போது மகிழ்ச்சி குறைந்து கொண்டே வரும். ஒரு எல்லையைத் தாண்டி விட்டால் காபி மீது வெறுப்பு கூட வந்து விடலாம். ஆனால் அவன் தனது பாதையை மாற்றிக் கொள்கிறான். காபியை விட்டு விட்டு மக்கு மாறிக் கொள்கிறான். பொருள்தான் மாறுகிறதேயொழிய அவனுடைய இன்பத்தை நாடும் போக்கு மாறுவதில்லை. காபியில் இன்பம் குறைந்து விட்டதால் இன்பத்தை நாடி மக்கு மாறி விடுகிறான். இன்பத்தை விட்டு விட்டுது உன்பத்துக்கு ஒடிவிடுவதில்லை. இன்பத்தை நாடும் போக்கு அப்படியே தான் இருக்கிறது. மூலஸ்தானம் என்பது இன்ப நுகர்ச்சிதான்.

**கே :** எடுத்த உடனே இன்பம் பின்னால் போகாதே என்று கூறினால், அது மரணத்தைப் போன்று ஆகி விடுகிறதே.

**ஸ்ரீ :** இன்ப நுகர்ச்சிகள் யாவும் நம்மை மயங்க வைத்து விடுகின்றன. துன்பங்கள் தாம், அவற்றிலிருந்து விடுபட வேண்டுமென்ற ஓர் எண்ணத்தை ஏற்படுத்தும். இன்பம் ஒரு போதும் விடுதலையை நோக்கிய உணர்வை ஏற்படுத்தாது. இன்பம் இருக்கும் போது, அதில் மாற்றியமைக்க வேண்டும் என்றோ அதிலிருந்து விடுபட வேண்டுமென்றோ இருக்காது. இப்படியே போனால் நமக்குப் பிரச்சினை ஏற்பட்டு விடும் என்றால் மட்டும் பயம் ஏற்படுமேயாழிய, இன்பத்திலிருந்து விடுபட வேண்டுமென்ற நோக்கம் இயற்கையாக ஏற்படாது. துன்பத்திலிருந்து விலகுங்கள் என்று எவரும் சொல்ல வேண்டியதில்லை. அது நமக்கே பிடிக்காத ஒரு நிலை. அது ஒரு வலியுணர்வு என்பதால், நம்மையறியாமலேயே அதிலிருந்த விடுபட விரும்பி விடுவோம். இன்பத்தில் **Saturation point** என்று எதுவுமே கிடையாது. **Saturation point** எல்லாமே பொருளோடு தொடர்புடையது. பொருளை வேண்டுமானால் மாற்றிக் கொள்வான். இன்ப நாட்டம் இருந்து கொண்டேதான் இருக்கும். இன்ப நாட்டத்தில் எச்சரிக்கயைாக இருக்க வேண்டும் என்ற உணர்வைக் கூட, துன்பந்தான் நமக்குக் கொடுக்கிறது. இன்பத்தின் மறுபக்கம் துன்பம் இருப்பதால், இன்பத்தை நாடிச் சென்றால் துன்பத்தில் தான் முடியும். பெண்டுலத்தை ஒருபக்கம் தள்ளிவிட்டால் அது மறுபக்கம் போய் விடும். ஏ.சி. அறையில் இருந்து பழகினால், சாதாரண வெயிலைக் கூட நம்மால் தாங்க முடியாது. நடு நிலைதான் சரியான நிலை. அங்கு வருவதற்கு துன்பந்தான் நமக்கு உதவி செய்யும். எந்த அளவுக்கு இன்பத்துக்குச் செல்கிற மோ, அந்த

அளவுக்கு அது துன்பத்தைக் கொடுக்கிறது. துன்பத்தைக் கொடுப்பதைத் தான், இன்பம் நமக்குச் செய்யும் உதவியாக எடுத்துக்கொள்ள முடியும்.

கே : ஞானம் அடைதல் எளிமையானது; சுலபமானது என்று கூறுகிறீர்கள். கஷ்டப்பட்டு உழைத்து சம்பாதித்தால் தான் பண்தின் அருமை தெரியும். அது போல் பலவிதமான முயற்சி செய்து ஞானம் பெற்றால் தான் அதனுடைய அருமை தெரியும்.

ஸ்ரீ : ஞானம் அடைதல் எனிது என்று நாம் கூறினாலும், பலவிதமான முயற்சிகளைச் செய்து முடித்தவர்கள் தான் நம்மிடம் வருகிறார்கள். இன்னும் முடிவிடத்தைக் கண்டுபிடிக்க முடியவில்லையே என்ற தவிப்பு இருக்கிறவர்களுக்கு தான் நாம் சொல்வதை எளிதாக எடுத்துக்கொள்ள முடியும். முதல் முதலாக ஆன்மீகத்தில் நுழையும் போதே எனது கருத்துகள் மட்டும்தான் உங்களுக்குக் கிடைக்கிறது என்றால், இதை எடுத்துக்கொண்டு உங்களால் இந்த நிலைக்கு சுலபமாக வரமுடியாது. ஆர்வம் மிகவும் முக்கியமானது.

பொதுவாக ஞானம் எனும் சொல் இரண்டு விதமானபொருளில் கூறப்படுகிறது. ஞானம் என்றாலே பூரணமான அறிவு என்ற பொருளில் தான் புரிந்து கொள்ளப்படுகிறது. எதையெல்லாம் தெரிந்து கொள்ள வேண்டுமோ அதையெல்லாம் பூரணமாகத் தெரிந்து கொண்ட ஓர் அறிவார்ந்த நிலை என்று, ஞானம் புரிந்து கொள்ளப்படுகிறது. இதுதான் எல்லோரும் பொதுவாக எடுத்துக் கொள்ளக்கூடிய அர்த்தம்.

ஆனால் நாம் கூறுவது வேறுவிதமான அர்த்தத்தில். நம்மைப் பொருத்தவரையிலும் ஞானம் என்பது, நமது மனதின், அறிவின் இயலாமையைப் புரிந்து கொள்வது. நமது மனதுக்கு அல்லது அறிவுக்கு ஒர் எல்லையுண்டு. அது அதற்குள்தான் செயல்பட முடியும்; அறிய முடியும். அதற்கு அப்பாலுள்ளவற்றை அதனால் அடையவோ, அறியவோ முடியாது. இப்படி நமது அறிவின் எல்லையை, அறிவின் இயலாமையைப் புரிந்து கொள்வதுதான் ஞானம் என்பது நம்முடைய கருத்தாகும்.

ஆனால் நம்முடைய இயலாமையை மட்டும் பூரணமாக அறிந்து கொள்கிறோம். அதை மட்டும் சந்தேகத்துக்கு இடமில்லாமல் அறிந்து கொள்கிறோம். நம்மால் முடியும் என்று கருதிக் கொண்டிருக்கும் வரையிலும் நாம் முயற்சி செய்து முட்டி மோதிக்கொண்டே இருப்போம். நம்மால் முடியாது என்பதை நாம் மனப் பூர்வமாக உணர்ந்து கொண்ட நிலையில், நமது முயற்சிகளைல்லாம் பலமிழுந்து நின்று போய்விடுகின்றன.

நமது அறிவு முயற்சியைக் கைவிட்டதால், நமது அறிவும் இல்லாமல் போய்விடுவதில்லை. அதற்குப்பிறகும், நமது அறிவு நமது மனது செயல்படத்தான் செய்கிறது. அந்த நிலையில், நமது அறிவு வேறு வகையாக மாற்றம் அடைந்து விடுகிறது. அந்த மாற்றம், நாம் கொண்டு வந்த மாற்றமல்ல. அது தானாக நிகழ்கிறது. வேகமாக ஓட்டிச் சென்ற மோட்டார் வாகனத்தில் திடீரென பிரேக்கை நீங்கள் பிடித்தீர்களானால், ஒன்று அந்த வாகனம் பாதையிலிருந்து பக்கவாட்டில் திரும்பி

விடும் அல்லது குப்புறவாவது புரண்டுவிடும். ஏதோ ஒரு மாற்றம் ஏற்பட்டு விடும். இப்படித் தீவிரமான முயற்சியுடனிருந்த நாம், நமது இயலாமையை உணரும் போது, நமது மனது ஏதோ ஒருவிதமாகத் திரும்பி விடுகிறது. நாமாகத் திரும்புவதில்லை. தானாக இந்த மாற்றம் ஏற்படுகிறது. இது முயற்சியால் ஏற்பட்ட மாற்றமல்ல; முயற்சியைக் கைவிட்டதால் ஏற்பட்ட மாற்றம். இப்படி ஏற்படும் என்று அதற்காக முயற்சி செய்தாலும், இது ஏற்படாது. நம்முடைய இயலாமையைப் புரிந்து கொள்வதோடு நமது பங்குக் கடமை முடிந்து விடுகிறது.

கே : சரணாகதி இங்கு எப்படிப் பொருந்துகிறது ?

ஸ்ரீ : எல்லா செயல்களும் இறைவனே செய்கிறான் என எடுத்துக்கொள்ளும் போது நமக்குப் பெற்ற பொறுப்பும் இல்லாமல் போய் விடுகிறது. எல்லாவற்றுக்கும் இறைவன்தான் பொறுப்பு என்ற நிலையில், நாம் எதுவுமே செய்யாமல் படுத்துத் தூங்கி விடுவதில்லை. நாம் செயல்களைச் செய்யத்தான் செய்கிறோம். ஆனால் எந்தச் செயலுக்கும் நான் தான் உரிமையாளன் என்ற பொறுப்பை எடுத்துக்கொள்வதில்லை. அந்த நிலையிலும் செயல்கள் அனைத்தும் சுதந்திரமடைந்து விடுகின்றன.



17

## முயற்சியை எப்படி விடுவது ?

கே : முயற்சியை எப்படி விடுவது ?

ஷ்ரீ : நாம் முயற்சியை விடவேண்டும் என்பது நோக்கமல்ல. நாம் அடைவதற்கு என்று ஏதாவது ஓர் இலக்கை வைத்துக்கொண்டிருந்தால் அதற்கான முயற்சியும் நம்மையறியாமல் ஏற்பட்டு விடும். அடைவதற்கு எதுவுமே இல்லை என்பதை நாம் கண்டு பிடிக்க வேண்டும். அடைவதற்கு எதுவும் இல்லை என்ற நிலையில் முயற்சிகளும் தாமாகவே நின்று விடும்.

கே : நீங்கள் நாற்பது வருடமாக முயற்சி செய்து கண்டுபிடித்துள்ளீர்கள். நீங்கள் எங்களுக்கு வழிகாட்டுங்கள். நீங்கள் நாற்பது வருடத்தில் அடைந்ததை நாங்கள் நாலுவருடத்தில் அடையும் வாய்ப்பு கிடைக்கலாம்.

ஷ்ரீ : நீங்கள் எங்கே போவதற்கு வழிகாட்டச் சொல்லுகிறீர்கள்?

**இப்போது நீங்கள் உங்களுடைய மொழியை ஏதோ ஒரு தன்மையில் மாற்றிக் கொண்டு, அடைவதற்கு ஏதோ ஒன்று இருப்பதாக வைத்துக் கொண்டுவிடுகிறீர்கள்.**

நம்முடைய மனது எப்போதும், எதையாவது காட்டி அதனை அடைவதற்கு தூண்டிக்கொண்டே இருக்கும். சும்மா இருப்பது தான் சரியானது என்று

சொன்னால், “கம்மா இருப்பதற்கு நான் என்ன செய்ய வேண்டும்?” என்று நமது மனது கேட்க ஆரம்பிக்கும். “எதையும் செய்யாமலிருக்க வேண்டும்” என்று நாம் பதில் சொன்னால், “எதையும் செய்யாமலிருப்பதற்கு நான் என்ன செய்ய வேண்டும்” என்று மீண்டும் கேட்டுவிடும்.

நமது மனதினுடைய மொழியே, எதையோ, அடைய வேண்டும், அதற்காக எதையோ செய்ய வேண்டும் என்ற வகையில் அமைக்கப்பட்டுள்ளது. நமது மனது, தன்னையறியாமலேயே, தான் அடைவதற்கு எதையோ உற்பத்தி செய்து விடுகிறது.

அடைவது என்ற இயக்கமில்லாமல் போய் விட்டால், ‘நான்’ என்ற அம்சமும் இல்லாமல் போய் விடும். “அடைவது” என்பதை வைத்துக்கொண்டு தான் “நான்” என்னும் இயக்கமே உயிர் வாழ்ந்து கொண்டிருக்கிறது.

தான் உயிர் வாழ்வதற்காக, அது அடைவதற்கு எதையாவது உற்பத்தி செய்து விடுகிறது. “எதையும் அடைய வேண்டாம்” என்றாலும் “அடையாமல் இருப்பதற்கு நான் என்ன செய்ய வேண்டும்?” என்று அது கேட்கும். இப்படி அது எதையாவது சொல்லி, தன்னைத்தானே ஏமாற்றிக்கொள்ளும். உண்மையில் நாம் அடைவதற்கு எதுவுமே இல்லை என்பதைக் கண்டுபிடிக்க வேண்டும்.

கே : அடையத் தகுதியான உயர்ந்த நிலை எதுவும் இல்லையா?

ஸ்ரீ : சென்னையில் அன்பர் ஒருவர் கேட்டார். நாம்

உயர்ந்த நிலை என்று கூறப்படும் அந்த நிலை, இப்படி எதையுமே அடையத் தேவையில்லாத ஒரு சாதாரணமான நிலையாக இருக்க முடியாது. அது ஏதோ ஒரு வித்தியாசமான நிலையாக அல்லவா இருக்க வேண்டும்? ஒரு வித்தியாசமான அனுபவத்துடன் கூடிய நிலையாக அல்லவா இருக்க வேண்டும். அப்படிதான் எனது மனது சொல்லிக் கொண்டிருக்கிறது. நான் ஒரு நிலைக்கு வந்து விட்டேன் என்றால், அது ஓர் உன்னதமான நிலையாக இருக்கும் பட்சத்தில்தான், எனக்கு பூரணமான திருப்தி ஏற்படும். நான் ஒரு நல்ல நிலையில் இருந்து கொண்டிருக்கிறேன் என்ற உணர்வு எனக்கு இருந்து கொண்டிருக்க வேண்டுமல்லவா? இப்படி அவர் அதனைப் பற்றிக் கேட்டுக்கொண்டிருந்தார். ஆனால் அவர் ஒரு சராசரி மனிதரல்லர். உயர்ந்த கல்வியும், தொழிலும் உடையவர். ஆன்மீக அனுபவங்கள் பல உள்ளவர்.

நாம் எப்போது திருப்தி அடைகிறோம் என்பதைப் பார்த்தால், நமது உடல் ரீதியாகவும், உணர்வு ரீதியாகவும், மன ரீதியாகவும் நமக்கு ஒரு திருப்தி கிடைக்கும் போதுதான், அதனை நாம் திருப்தி என்று உணர்வோம். அப்படி ஒரு அம்சம் செயல்படும் போதுதான், அதுவே போதும், வேறு எதுவும் தேவையில்லை என்ற எண்ணம் ஏற்படும்.

உண்மையிலேயே அப்படி ஒரு நிலையை நாம் அடைவதாக வைத்துக்கொண்டால், அதனைக் கை வைத்துக்கொள்வதே பெரிய போராட்டம் ஆகிவிடும். பிறகு அதுவே பலவிதமான பிரச்சினை களைக் கொண்டு வந்துவிடும்.

ஆனால் நம்மையறியாமலேயே நம் மனது அப்படி ஒரு நிலையைக் கற்பனை செய்து அதனைத் தேடி விடுகிறது. அதுவும் அப்படி ஒரு நிலை நிரந்தரமாக இருக்க வேண்டும் என்ற எதிர்பார்ப்பு நமக்கு உள்ளது. அப்படி இருக்கும் பட்சத்தில் அது ஓர் உறை நிலையாகவே இருக்க முடியும். ஆனால் நாம் கூறும் நிலை ஓர் உறை நிலை அல்ல. ஒரே அனுபவத்தை நிரந்தரமாக அனுபவிப்பது என்பது உண்மைக்குப் புறம்பானது. அப்படி ஒரு அனுபவமே கிடையாது.

ஆனால் அப்படி ஓர் நிரந்தர அனுபவ நிலையை நாம் கற்பனை செய்து கொண்டு, அந்த நிலைக்கு நாம் வந்து விட்டால், எல்லா பிரச்சினைகளும் தீர்ந்து விடும் என எண்ணி விடுகிறோம். அந்தக் கற்பனைதான் தவறானது.

நமது உள்ளத்தையும், உடலையும், உணர்வுகளையும் நிரந்தரமாகத் திருப்திப் படுத்துவது போல், எந்த விதமான அனுபவ நிலையும் கிடையாது. நாம் எதிர்பார்க்கும் அத்தனை தன்மையுடைய நிலைகள் கூட நமது பயிற்சிகள் மூலம் ஏற்படலாம். ஆனால் அந்த உயர் அனுபவ நிலைகூட காலப்போக்கில் சலிப்புணர்வையே ஏற்படுத்திவிடும். ஆகவே நிரந்தரத் திருப்தியைக் கொடுக்கும் எந்த நிலையும் உண்மையில் கிடையாது.

சிலருக்கு ஆனந்தமான பலவிதமான அனுபவங்கள் ஏற்படலாம். அத்தகைய அனுபவங்களைத் தாண்டித் தான் வந்திருக்கிறேன். சில நேரங்களில் உச்சி முதல் உள்ளங்கால் வரை

ஆனந்தமான அனுபவங்கள் ஏற்படும். ஆனால் அந்த அனுபவம் நீடிக்க ஆரம்பிக்கும் போது, அதனைத் தாங்கிக் கொள்ள நமது உடலால் கூட முடியாது. அதற்கு மேலும் அந்த அனுபவத்தோடு இருக்கும் பட்சத்தில் நமது உடல் ஆரோக்கியம் கூட பழுதடைந்துவிடும்.

ஆனால் அந்த அனுபவம் ஏற்படும்போது, “ஆஹா இந்த அனுபவம் எவ்வளவு உயர்வா னதாகவும், திருப்தியாகவும் உள்ளது. இதில் நிரந்தரமாக இருக்க முடிந்தால் போதுமே” என்றுதான் எண்ணைத் தோன்றும். ஆனால் அந்த அனுபவத்தை, நாம் அளவுக்கதிகமாக வைத்துக் கொண்டால், அது பலவிதமான உடல் உபாதைகளைக் கொண்டு வந்து விடும்.

மெய்யான நிலை, மெய்ப் பொருள் அனுபவம் என்று கூறி, நாம் எதையாவது எடுத்துக்கொள்ளும் போது, அது நம்மை நாமே ஏமாற்றிக் கொள்வதுதான். நாம் எதிர் பார்க்கக்கூடிய அனுபவம் கூட ஏற்படலாம். ஆனால் அதனைஅடைந்த பிறகுதான் தெரியும், அது அத்தகைய தகுதியான அனுபவம் அல்ல என்று.

அப்படி ஒரு நிலையை எதிர் பார்த்துக் கொண்டிருக்கும் வரை நமது தேடுதல் நிற்காது. தேடுதல் நின்றால்தான் உண்மையில் நாம் எதை அடைய வேண்டுமோ, அதை அடைந்ததாகும்.

நாம் எதையாவது தேடிக் கொண்டிருந்தால், அதைத் தவிர மற்ற எல்லாவற்றையும் தள்ளுபடி செய்து விடுவீர்கள். அப்படி நாம் தேடுவதற்கு எதுவும் இல்லாத பட்சத்தில், நாம்

தேர்ந்தெடுப்பதற்கு எதுவுமே இல்லாமல் போய்விடும். நமது தேடுதலை அனுசரித்துதான் பொருளையும், அனுபவங்களையும் தேர்ந்தெடுக்கிறோம். தேடுதல் இல்லாத நிலையில் அப்படித் தேர்ந்தெடுத்தலும் இல்லாமல் போய் விடுகின்றது.

அந்நிலையில், உங்களை அறியாமல் தாமாக என்ன அனுபவங்கள் ஏற்படுகின்றனவோ, அவற்றோடு நாம் இருந்து விடுகிறோம். அப்படி அந்த அனுபவத்தோடு நாம் இருந்தாலும் அந்த அனுபவமும் தானாக மாறிவிடுகிறது. எந்த அனுபவத்தையும் நம்மால் பிடித்து வைக்க முடியாது. நல்ல அனுபவமானாலும் சரி, நாம் விரும்பாத அனுபவமானாலும் சரி, எதனையும் நம்மால் பிடித்து வைக்க முடியாது.

சிலர் சொல்லுவதுண்டு. ‘எனக்கு கோபம் தான் மிகவும் பிரச்சினையாக இருக்கிறது. மிகச் சுலபமாகக் கோபப்பட்டுவிடுகிறேன்’ இப்படிக் கூறுவார்கள். அவர்களிடம் நான் விளையாட்டாகக் கூறுவதுண்டு. “ஜயா, உங்களுக்கு மிக எளிதாகக் கோபம் வந்து விடுகிறது. கோபத்தைக் கட்டுப்படுத்துவது தான் சிரமமே தவிர கோபப்படுவது உங்களுக்கு மிகவும் சுலபமான ஒன்று. சரி, இன்று காலை முதல் மாலை வரை கோபமாக இருந்து காட்டுங்கள் பார்ப்போம் என்று கூறினால் என்ன செய்வீர்கள்?”

நாம் நினைத்துக்கொள்கிறோம், அந்த உணர்வுகளை நாம் கட்டுப்பாட்டுக்குள் வைத்து விடலாம் என்று. ஆனால் எந்த உணர்வும் நமது கட்டுப்பாட்டில் இல்லையென்பது அந்த

உணர்வைக் கட்டுப்படுத்த முயன்றால் தான் தெரியும்.

முடிவான நிலை எதுவுமே கிடையாது. அடைய வேண்டிய முடிவான நிலை என்று ஏதாவது இருந்தால் தான் அதை நாம் தேட முடியும்; அதற்காக முயற்சி செய்ய முடியும். அடைய வேண்டிய இடம் எதுவுமே கிடையாது என்பதைக் கண்டுபிடிப்பதுதான் ஞானம் என்று நாம் கூறுவது.

நாமாக எதையும் தேடாத நிலையில், எவ்வெல்லாம் தாமாக நிகழுகின்றனவோ, அவ்வெல்லாம், ஒரு தடங்கல் இல்லாத பிரவாகமாக மாறிவிடுகிறது.

கே : நாம் வாழ்வது பொருளாதார சமுதாயம். நமது தேடுதல் மிகவும் அவசியமானது. நமக்காகத் தேடாவிட்டாலும், நமது குழந்தைகளுக்காகத் தேடித்தான் ஆக வேண்டியதுள்ளது.

ஷ்ரீ : உலகியல் சம்மந்தமான தேடுதல் வேறு; மனோர்த்தியன் அனுபவங்களைத் தேடுவது என்பது வேறு. உலகியல் ரத்தியாக நாம் தேடித்தான் ஆக வேண்டும். முயற்சிகள் அனைத்தையும் செய்து தான் ஆக வேண்டும். மனோர்த்தியாக ஏதாவது ஓர் அனுபவத்தை அடைய வேண்டும் என்று தேடினால், உங்களது தேடுதல் ஒரு போதும் நிறைவு பெறாது. கானல் நீரைத் தேடிச் செல்லுவதாகவே அமைந்து விடும். உலகியல் காரியங்களைச் செம்மையாகச் செயல்படுத்துவதற்கு நீங்கள் உங்கள் மனத்தையும், மன உணர்வுகளையும் பயன்படுத்தலாம். ஆனால் உங்கள் மன உணர்வுகளைச் சிரமைக்க மனத்தின் உதவியை நாடுவது தான் தவறானது. மனோ

ர்தியான ஒரு நிரந்தரமான நிலையே கிடையாது. அப்படியொரு நிரந்தரமான நிலைதான் மனோ ர்தியான செம்மையான நிலையென்று எடுத்துக் கொள்வது தான் தவறு. மனோ ர்தியான தேடுதல் கூட உங்களை அறியாமல் ஏற்பட்டால் தவறு கிடையாது. நாமாக அறிந்து, மனம் விரும்பி, மனோ ர்தியாக எதையும் தேடக்கூடாது. நம்மையறியாமல் ஏற்படும் தேடுதல் தாமாக முடிவடைந்து விடும்.

கே : புறத் தேவைகளுக்காக முயற்சி செய்யும் போது, மனதில் அதற்கான அசைவுகளும் முயற்சிகளும் ஏற்படுவது சாதாரண ஒன்று தானே ?

ஸ்ரீ : அப்படி அசையத்தான் செய்யும். அப்படி அசையத்தான் வேண்டும். அப்படி அசைந்தால் தான், புறச்செயலை நீங்கள் சரிவரச் செய்ய முடியும்.

கே : இதனால் நமது மனம் தேவையில்லாமல் அலைபாய்ந்து மிகவும் பேதவித்து விடுகிறதே?

ஸ்ரீ : முதலில் உங்களது மனது உலகக் காரியங்களுக்காக அசைந்து அவற்றைச் சீரமைக்க முயற்சி செய்தது. அது தேவையான அசைவு; தேவையான முயற்சி.

இப்போது நீங்கள் அடுத்த கட்டத்துக்கு வந்து விடுகிறீர்கள். உங்கள் மனது தேவையில்லாமல் அலை பாய்வதாகக் கூறுகிறீர்கள். இதனால் நமது மனதை அலை பாயாமல் சாந்தியில் வைக்க வேண்டும் என்ற எண்ணம் ஏற்படுகின்றது. இது தான் தவறு. நமது மனது இப்படி இயங்கலாம், இப்படி இயங்கக் கூடாது என்று சீரமைக்கப் போராடுவது தான் தவறு.



