சாயி மகராஜ் குருவை தேடி
SAI MAHARAJ GURUVAI THEDI

ஆண்டு: 6	இதழ்: 12	மே - 2025	விலை - ரூ.20/-
VOL:6	ISSUE: 12	May - 2025	Rs. 20/-



சாயி பக்தர்களுக்கு ஓர் வரப்பிரசாதம்



நமது சாயி மகராஜ் குருவை தேடி ஆன்மீக மாத இதழுக்கு மூன்று வருடத்திற்கு ரூ.850/- மட்டும் செலுத்தி சந்தாதாரராகுங்கள்!

அரிய பொக்கிஷமான "சாயி தாயத்தை" இலவசமாகப் பெறுங்கள்!

கடன், நோய், வறுமை, செய்வினைக் கோளாறுகள், கண் திருஷ்டி, குழந்தையின்மை, குடும்ப பிரட்சினை, செய்தொழில் திருப்தியின்மை, கல்விக்குறைபாடு அனைத்தையும் போக்கி உங்கள் வாழ்வு வளம் பெறுவதற்கென்றே, சற்குரு சாயிநாதரின் திருவடிகளில் சமர்பிக்கப்பட்டு, 108 நாட்கள் தவத்தின் மூலம் உரு ஏற்றப்பட்ட சக்தி வாய்ந்த "சாயி தாயத்து"



* தாயத்தை அணிந்து பலன் பெற "குண்டலினி யோகி" ஸ்ரீராம் சாய் அவர்களை தொலைபேசியில் தொடர்பு கொண்டு விளக்கம் பெறவும்.

* தனிப்பட்ட முறையில் தாயத்து வேண்டுவோர், தங்கள், பெயர், நட்சத்திரம், பிறந்ததேதி, தெரிவித்து பெற்றுக்கொள்ளலாம்.

தொலைபேசி எண்: 88258 31068.

தாயத்து காணிக்கை: ரூ.1001/- மட்டுமே

பணம் அனுப்பவேண்டிய முகவரி:

V. SRIRAM,
INDIAN BANK,(PURASAIWAKKAM BRANCH), CHENNAI.
A/C.NO: 62 19 48 06 77,
IFS CODE: IDIB000P056.

G- PAY, PHONE PAY, NO: 99418 16692

சாயி மகராஜ் குருவை தேடி
SAI MAHARAJ GURUVAI THEDI
ஆண்டு-6 மலர்-12 மே-2025

வெளியிடுபவர் / ஆசிரியர்
V.ஸ்ரீராம்

கௌரவ ஆசிரியர்
திருமதி.S.ஜெயந்தி ஸ்ரீராம்

விளம்பர பிரிவு
திரு.T. கார்த்திகேயன், கோவை

கௌரவ ஆலோசகர்கள்
திருமதி. S.சாந்தி, சென்னை.
திருமதி.A.சரண்யா ஞானமூர்த்தி, சென்னை.
திருமதி.Dr.கீர்த்தி சௌஜன்யா, சென்னை.
திரு. B.முருகன், சோழவந்தான்.
டாக்டர் செல்வி. S.சௌம்யா, ஊட்டி

இதழ் வடிவமைப்பு
ஜெ.செந்தில்குமாரி

உங்கள் கருத்துக்கள், சிந்தனைகள் மற்றும் விமர்சனங்களை அனுப்ப வேண்டிய முகவரி:-

V.ஸ்ரீராம்
9/1A, பழனியப்பா இரண்டாவது தெரு, அயனாவரம்,
சென்னை - 600023.
செல்: 99418 16692, 88258 31068

கதைகளில் இடம்பெறும் சம்பவங்களும் பெயர்களும் கற்பனையே! இதழில் வெளியாகும் விளம்பரங்கள், விளம்பர கட்டுரைகளின் நம்பகத் தன்மைக்கு நிர்வாகம் பொறுப்பல்ல. விளம்பரங்களை அவரவர் சொந்த பொறுப்பிலேயே அணுக வேண்டுகிறோம்.

அமுத மொழி

அன்புக் குழந்தையே...

வாழ்க்கை என்பது கரடுமுரடான நெடுந்தூரப் பயணம். அந்த பயணம் சில இடங்களில் வலி மிக்கதாய் இருக்கும். அந்நேரங்களில் நீ மனம் தளராதே. நிச்சயம் அவைகள் எல்லாம் ஒரு நாள் ஓடி ஒளிந்து கொள்ளும். நான் இருக்கும்வரை உன்னை எதுவும் நெருங்க முடியாது.

சில விஷயங்களை உனக்கு புரிய வைத்து உன்னை பக்குவம் அடைய செய்வதற்கே துன்பமான சம்பவங்கள் உன் வாழ்க்கையில் நடக்கின்றது. அதை நினைத்து உனது நம்பிக்கையை ஒரு போதும் இழந்துவிடாதே? உனக்கு ஒன்றும் இல்லை. வீணாக எதையும் நினைத்து குழம்பாதே, உனக்காக எப்போதும் நானிருக்கின்றேன்.

உன்னை விட்டு நான் எப்படி விலகு வேன். உன்னிடத்தில் எப்பொழுதும், ஒரு தந்தையாக நான் இருப்பேன். உனது முன் வினைகளின்படி உன் செயல்கள் உன்னை எதிர்மறையான பாதைக்கு அழைத்துச் சென்றிருக்கும். ஆனால் உனது இப்போதைய காலம் உனக்கான பொற் காலம் என்பதை மறவாதே!

உன்னை விட்டு விலகி போன நற்காரியங்கள் அனைத்தும் உன்னை தேடி வரப்போகின்றது. இதுவரை உன் வாழ்வினில் நடந்த சில சம்பவங்கள் உன்னை மன வருத்தம் ஏற்படுத்த செய்யும் ஆனால் அவற்றால் உன்னை எதுவும் செய்ய முடியாது. நீ என் பிள்ளை. அதை ஞாபகம் வைத்துக் கொள். இனி வருவது உனக்குண்டான காலமே!

- பகவான் ஸ்ரீ சீரடி சாய்பாபா

ஆசிரியர் பக்கம்...

அன்பிற்கினிய சாய் சொந்தங்கள் அனைவருக்கும் வணக்கம்!



பகவான் சாயிநாதரின் பேரருளால் என்பத்தி இரண்டாவது இதழ் மூலம் உங்கள் அனைவரையும் சந்திப்பதில் பெரு மகிழ்ச்சி அடைகின்றோம். சென்ற இதழின் வெளியீட்டு விழா, 06.04.2025 ஞாயிற்றுக் கிழமை காலை பத்து மணிக்கு, சென்னை அயனாவரம், 2/15, போலீஸ் மாணிக்கம் தெரு, இராமலிங்கசுவாமி சத்ய சன்மார்க்க சங்கத்தில் மிகச்சிறப் பாக நடைபெற்றது.



இம்மாத இதழை ஆன்மீக எழுத்தாளர் திருமதி. மாதங்கி பாலாஜி அவர்கள் வெளியிட, சாயி பக்தை திருமதி. கீதா அவர்கள் பெற்றுக்கொண்டு சிறப்பித்தனர்.

விழாவை திரு. பிரபு அவர்கள் தொகுத்து வழங்கினார்.

திரு. சுந்தர்சாய் அவர்கள், திரு. பிரபாகரன் அவர்கள், திரு.கோபால் சாய் அவர்கள், திருமதி.மாதங்கி பாலாஜி அவர்கள், திருமதி. சாந்தி அவர்கள் திருமதி. ஜெயந்தி ஸ்ரீராம் அவர்கள்,



திரு. சுகுனா ராஜசேகர் ஆகியோர் தங்களது அனுபவங்களை சாய் பக்தர்களுடன் பகிர்ந்து கொண்டனர்.

ஆத்மஞானியர் குழுவினர், குரு அவர்களுக்கு பொண்ணாடை அணிவித்து மாலை மரியாதை செய்து குரு காணிக்கை அளித்தனர். விழாவிற்கு வந்திருந்த அனைவருக்கும் ஆத்ம ஞானியரின் அன்னதானக்குழுவினர் அறுசுவை உணவளித்து மகிழ்ந்தனர்.

உலகெங்கும் சாயி பக்தி பரவி வரும் இவ்வேளையில் பாபாவைப் பற்றிய மூட நம்பிக்கைகளும் அதிக அளவில் பரவி வருவது வழக்கமே. இருப்பினும் உண்மையான சாயி பக்தர்கள். சாயிபாபா போதித்த ஞானம் எது என்றும், பாபா காட்டிய வழி எது என்றும், கவனமாக கவனித்து அதன் வழி பிறழாது நடத்தல் வேண்டும்.

அதை விடுத்து. பாபா சொல்லாததை எல்லாம் நாம் செய்வதும், பேசுவதும் பக்தர்களுக்கு வாடிக்கையாகி இருக்கின்றது. இது அடுத்து வரும் பாபா பக்தர்களை குழப்பிவிடாதா. அவர்கள் எப்படி சுத்தமான பாபா பக்தர்களாக வளர்வார்கள் என்பதை நினைத்துப் பாருங்கள்.

சமத்துவத்தையும், சகோதரத்துவத்தையும் போதித்த சாயி, என்னை அறிந்தவனுக்கு ஆறு வித சாஸ்திரங்களும், சம்பிரதாயங்களும் தேவையில்லை என்று கூறினார் அல்லவா? இப்போது நாம் என்ன செய்கின்றோம் என்று



எண்ணிப் பாருங்கள். சீரடியில் முடிக்காணிக்கை செலுத்திக் கொண்டிருக்கின்றோம்.

எளிமையாக இடிந்த மசூதியில் வாழ்ந்து, கடைசிவரை ஐந்து வீடுகளில் யாசகம் செய்து வாழ்ந்து வந்த மகா அவதாரத்தை தரிசிக்க ஆடம்பரமாக சென்று, ஆடம்பரமாக தங்கி, ஆடம்பரமாக தரிசனம் செய்துவரும் நாம் சற்றே யோசிக்க வேண்டிய கால கட்டத்தில் இருக்கின்றோம்.

பகவான் சாயிநாதரின் வாக்குப்படி" எதைப் பிடித்தாலும் இருக்கிப்பிடி" என்ற தத்துவத்திற்கேற்ப நாம் அனைவரும் சாயிநாதரையே இறுக்கிப் பிடித்து அவர் காட்டிய வழிதனில் பிறழாமல் நடைபோட்டு சாயிநாதருக்கு பெருமை சேர்ப்போம் என்று உறுதி எடுத்துக்கொள்வோம். நான் மாறினால் நாம் மாறுவோம், நாம் மாறினால் கண்டிப்பாக அனைவரும் மாறுவர்.

பகவான் சாயிநாதரின் அருளால் அனைவரும் அனைத்து நலன்களும் பெற்று உலக மாந்தர்கள் அனைவரும் போர், பகை அச்சமின்றி ஆரோக்கியத் துடனும், மன நிம்மதியுடனும் வாழ வேண்டும் என்று பிரார்த்தித்து நிறைவு செய்கிறோம். மீண்டும் அடுத்த இதழில் சந்திப்போம்.



வாழ்க வளமுடன்!
வாழ்க வையகம்!

அன்புடன் ஆசிரியர்

ஓம் சாய்ராம்

ஷீர்டி சாய் சத்சரித்ரம் – மனித குலத்தின் மாய பிறப்பறுக்கும் ஒரு மாமருந்து. அதனை ஒரு இயந்திர கதியான பாராயண நூலாக கருதாமல் வாழ்க்கை மாற்றத்தை அருளும் கருவியாக உணர்ந்து, "பாராயணம் செய்ததை அனுதினமும் தியானம் செய்தால், நமது வாழ்வின் குறிக்கோளை அடையும் வழி புலனாகும் என்பதே சாய் வாக்கு"

இந்த உன்னதமான நோக்கில் – ஒரு கருத்தாய்வு செய்யும் வாய்ப்பாக, மூன்று ஆன்மீக அனுபவஸ்தர்கள் பார்வையில்

கர்ம மார்க்கம், பக்தி மார்க்கம், ஞான மார்க்கம்,

எனும் மூன்று வழி பாதையில்
ஆன்மீக வாழ்க்கை பயணத்திற்கு சாய் சத்சரித்ரம் காட்டும் பாதை குறித்து தெளிய ஓர் உரை நிகழ்ச்சி
நமது குண்டலினி யோக குரு

திரு. ஸ்ரீராம் பாபா

அவர்களும் உரை நிகழ்த்த இசைந்துள்ளார்கள்.

நாள் : **19.07.2025 (சனிக்கிழமை)**
நேரம் : **மாலை 5** to **8**
இடம் : **பாரதீய வித்யா பவன்**
கிழக்கு மாட வீதி, மயிலாப்பூர்,
சென்னை – 600 004.

மேலும் விவரங்களுக்கு –
சுந்தர் சாய்
போன் : 97894 04451 / 9176182498

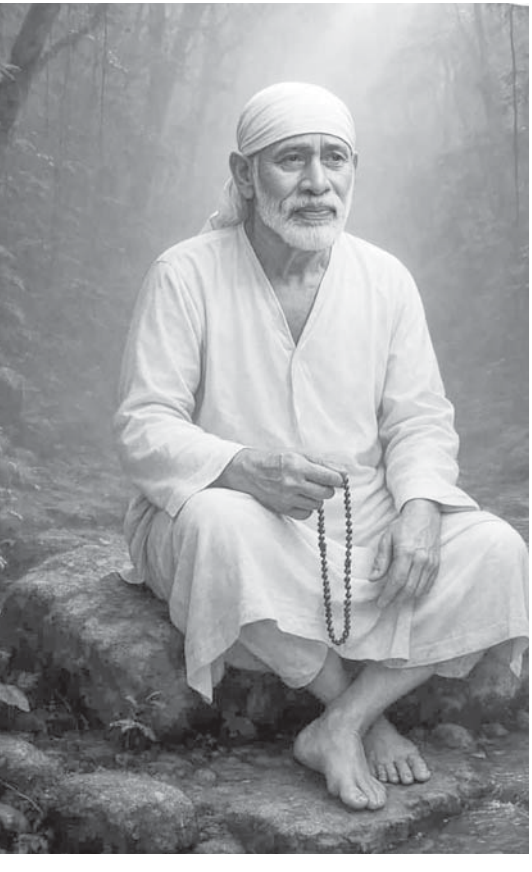
– வே.ஸ்ரீராம்

சாய் சரிதம்-14

கதை வழியில்

எனது கதைகளை உங்களது உள்ளத்தில் பதிவேற்றுங்கள். ஒவ்வொரு கதையும் தரும் குறிப்பு நுட்பத்தை நன்றாகப் பிடித்துக் கொள்ளுங்கள். அதனால் உங்களது மனத்தின் பதைபதைப்பு மறைந்து தொழியும். உங்களுக்கு உண்மையான சாந்தியும் அமைதியும் கிடைக்கும். எனது கதைகள் உங்களுக்கு உண்மையான வழியைக் காட்டி ஆசீர்வதிக்கும்.

– ஸ்ரீ சீரடி சாய்பாபா



யார் அதிர்ஷ்டசாலியோ, எவருடைய பாவங்கள் ஒழிந்தனவோ அவர்களே என்னை வழிபடுகின்றார்கள். சாயி, சாயி என்று கூறிக்கொண்டே இருப்பீர்களே யானால், நான் உங்களை ஏழு கடலுக்கு அப்பால் அழைத்துச்செல்வேன். இம்மொழிகளை நம்புங்கள். நிச்சயம் நன்மையடைவீர்கள்.

உங்களிடமிருந்து வழிபாடுகளோ, உபச்சாரங்களோ எனக்குத் தேவையில்லை. எங்கு என் மேல் முழுமையான பக்தி இருக்கின்றதோ, அந்த இடத்திற்கு நீங்கள் அழைப்பதற்கு முன்பே வந்து விடுவேன். சாயி பாபா தன்னை முழுமையாக சரணடைந்த தோழர்களின் தீராத உடல் நோய்களை எப்படி தீர்த்து வைத்தார் என்பதை மகல்சாபதியிடம் இருந்து நான் கேட்டதை உங்களுக்கு கூறுகின்றேன் கேளுங்கள்.

நாராயண்காங் என்ற ஊரைச் சேர்ந்த பீமாஜி பாடீல் என்பவர் பல வியாதிகளாலும், நெஞ் சுவலியாலும் துன்பப்பட்டார். முடிவில் அது காசநோய் என்று கண்டுபிடிக்கப்பட்டது. இருமி இருமி பத்து நிமிடத்திற்கொரு முறை ரத்த வாந்தி எடுத்தார். அவருக்கு எந்த விதமான சிகிச்சையும் பலன் கொடுக்கவில்லை. எல்லா நம்பிக்கையையும் இழந்துவிட்டவர் இறுதியாக கடவுளிடம் சரணாகதி யடைய முடிவெடுத்தார்.

சூழ்நிலைகள் நன்றாக இருக்கும்வரை நாம் கடவுளை நினைப்பதில்லை. துன்பமும், துயரமும் நம்மை தாக்கும் போதுதான் நாம் கடவுளை நினைக் கின்றோம். எனவே பீமாஜி கடைசியாக கடவுளிடம் அடைக் கலமானார். எனவே அவர் பாபா வின் மிகப்பெரிய அடியவரான நானாசாகேப் சாந்தோர்க்கரிடம் ஆலோசனை கேட்கலாம் என்று முடிவெடுத்தார்.

தனது துன்பங்களை குறித்து நானா சாகேப்பிற்கு கடிதம் எழுதி நான் தற்போது என்ன செய்ய வேண்டும் என்று ஆலோசனை கேட்டார் பீமாஜி. நானா, பாபாவின் பாதங்களில் சரணாகதி அடைவதைத் தவிர வேறு வழி கிடையாது என்று பதில் அனுப்பினார்.

பின்னர் நானாவின் யோசனை யின்படி பீமாஜி அழைத்துவரப்பட்டு பாபாவின் முன்னால் அமர வைக்கப்பட்டார். திரு. நானாவும்,



திரு.சாமாவும் பீமாஜியின் உடல்நிலையை பாபாவிடம் எடுத்துரைத்து உதவி செய்ய வேண்டினர்.

பாபா, அவர் செய்த தீய கருமங்களாலேயே இவ்வியாதி அவருக்கு வந்தது என்று கூறி நான் இதில் தலையிடப் போவதில்லை என்று முகத்தை திருப்பிக்கொண்டார்.

பீமாஜியோ, பாபா நான் ஒரு அனாதை எனக்கென்று யாருமில்லை. நான் உங்களையே சரணடைந்திருக்கின்றேன். நீங்கள் எனக்கு உதவவில்லை என்றால் நான் இறக்க வேண்டியதுதான். எனக்கு கருணை காட்டுங்கள் பாபா என்று அழத்தொடங்கிவிட்டார்.

பாபா பீமாஜியை கருணையோடு நோக்கினார். பொறுமையாக இரு, இங்கே வந்துவிட்டாயல்லவா? உன்னுடைய கவலைகளை தூக்கி எறி! உன்னுடைய துன்பங்கள்

முடிவிற்கு வந்துவிட்டன என்பதை உணர்ந்து கொள். ஒருவன் எவ்வளவு கஷ்டப்படுபவனாக இருந்தாலும் இம்மசூதியில் கால் வைத்த உடனே அவனது துன்பங்கள் நீங்கி அவன் மகிழ்ச்சிப்பாதையில் செல்வான்.இங்கே உள்ள பக்கிரி மிகவும் அன்பானவர் அவர் உன் வியாதிகளை குணப்படுத்துவார். என்று கூறினார்.

அப்போதுதான் பீமாஜி ஒன்றை உணர்ந்தார். பத்து நிமிடத் திற்கொரு முறை ரத்த வாந்தி எடுக்கும் தான், பாபாவிடம் அழைத்து வரப்பட்டதில் இருந்து இதுவரை ரத்தவாந்தி எடுக்க வில்லை, இருமலும் வரவில்லை. என்பதை உணர்ந்து கொண்டார். நம்பிக்கையும், கருணையும் கொண்ட பாபாவின் மொழிகளை பாபா கூறிய அத்தருணத்தில் இருந்தே தன் நோய்கள் குணமடைந்து விட்டன என்பதையும் உணர்ந்து கொண்டார்.

பிறகு பாபா, சீரடியிலேயே மிகவும் வசதி குறைவானதும், சுகாதாரமற்றதுமான, பீம்பாய் என்பவனது வீட்டில் சென்று தங்குமாறு கட்டளையிட்டார். பாபாவின் கட்டளையை மீறுவது யார். ஒருவரு மில்லை. பீமாஜி தன் உடமைகளுடன் பீம்பாய் வீட்டிற்குச் சென்று தங்கினார்.

அங்கு தங்கியிருக்கும்போது அவர் இரண்டு கனவுகளைக் கண்டார். முதலாவது கனவில், தான் பள்ளியில் படிப்பதைப் போன்றும், செய்யுளை ஒப்பிக்காததால் வாத்தியாரிடம் பிரம்பால் அடிவாக்குவதைப்போன்றும், இரண்டாவது கனவில், யாரோ ஒருவர் பெரிய பாறாங்கல்லை எடுத்து தன் நெஞ்சின் மேல் வைத்து மேலும் கீழும் உருட்டி கடுமையான வலியையும், வேதனை யையும் உண்டாகுவதாகக் கண்டார்.

ஆச்சர்யம் என்னவென்றால், இக்கனவுகளுக்குப் பின் சீரடியில் அவர் தங்கியிருந்தபோதே அவரது நோய்கள் படிப்படியாக மறைந்து போனது.பின்னர் அவர் பாபாவின் அனுமதியுடன் சீரடியை விட்டுச் சென்றார். இருப்பினும் அடிக்கடி சீரடி வந்து நன்றியுடன் பாபாவிற்கு சாஷ்டாங்க நமஸ்காரம் செய்தார்.

பாபாவும் பக்தர்களிடம் நன்றியுள்ள நினைப்பு, மாறாத நம்பிக்கை, உண்மையான பக்தி இவற்றைத் தவிர வேறு எதையும் எதிர்பாக்கவில்லை. மராட்டிய மக்கள் தங்கள் வீடுகளில் பதினைந்து நாட்களுக்கு ஒரு முறை சத்தியநாராயணா பூசைகள் செய்வதைப்போன்று, பீமாஜியும் தான் சீரடியில் இருந்து ஊர் திரும்பிய பின் சாயி சத்ய விரத பூசையை தனது இல்லத்தில் தொடங்கி நடத்தலானார்.

பாபாவின் மற்றொரு பக்தரான பாலா கண்பத் சிம்பி என்பவர் மலேரியாவில் பாதிக்கப்பட்டு மிகவும் சிரமப் பட்டார். எல்லா விதமான மருந்துகளையும், கஷாயங்களையும் உபயோகித்துவிட்டார். ஆனால் பலன் ஏதுமில்லை காய்ச்சல் சிறிது



கூட குறையாமல் கஷ்டப்பட்டார்.

அவர் சீரடிக்கு வந்து சாயிபாபாவிடம் சரணாகதியடைந்தார். பாபா ஒரு வித்தியாசமான மருத்துவத்தை கூறினார். லட்சுமி கோவில் வாசலில் கறுப்பு நாய் ஒன்று நிற்கும். அதற்கு தயிர்சாதம் செய்து கொண்டு போய் வை என்றார். பாலாவிற்கு ஏதும் புரியவில்லை. தான் சீரடியில் ஒரு நண்பரின் வீட்டில் தங்கியிருக்கின்றார். அவர்களிடம் தயிர் சாதம் எப்படி தயார் செய்யச் சொல்வது என்றவாறே வீட்டிற்குச் சென்றார்.

ஆனால் அன்று அவருக்கு மதிய உணவாக தயிர் சாதம் மட்டுமே இருப்பதை கண்டார். உடனடியாக தயிர்சாதத்தை எடுத்துக் கொண்டு லட்சுமி கோவிலுக்கு வந்தார். அவர் கோவிலுக்கு வந்த உடனே அவரை நோக்கி ஒரு கறுப்பு நாய் வாலை ஆட்டிக்கொண்டு ஓடி வந்தது. நாயின் முன் தயிர் சாதத்தை வைத்தார். நாயும் அதை முழுமையாக உண்டது. மிகவும் ஆச்சர்யமாக பாலா கண்பத் சிம்பி அந்த நிமிடத்திலேயே மலேரியாவில் இருந்து விடுபட்டார். காய்ச்சலும் குறைய ஆரம்பித்தது.

ஸ்ரீ மான் பூட்டி அவர்கள் ஒரு முறை வாந்தி, வயிற்றுப்போக்கால் மிகவும் அவதியுற்றார். அவரது அலமாரி முழுவதும் மாத்திரை மருந்துகளால் நிரம்பி வழிந்தது. ஆயினும் ஸ்ரீமான் பூட்டி அவர்கள்

குணமடைந்தாரில்லை. வாந்தி, வயிற்றுப்போக்கின் காரணமாக ஸ்ரீமான் பூட்டி மிகவும் களைத்துப் போனார். அவர் பாபாவின் தரிசனத்திற்குக்கூட செல்ல முடியாதவராக இருந்தார்.

பாபா அப்போது அங்கிருந்த சிலரிடம் பூட்டி எங்கே அவரை என்னிடம் அழைத்து வாருங்கள் என்று கட்டளையிட்டார். பூட்டி அவரது நண்பர்களால் பாபாவிடம் கைத்தாங்கலாக அழைத்துவரப்பட்டார். பாபா அவரை தன் அருகில் அமரவைத்து, தமது ஆட்காட்டிவிரலை ஆட்டி, " இப்போது கவனி, இனிமேல் நீ வெளியேறக்கூடாது" என்று கூறினார். பாபாவின் சொற்களில் உள்ள சக்தி சாதாரணமானதா என்ன? அந்த விநாடியில் இருந்து ஸ்ரீ மான் பூட்டி குணமடைந்தார்.

மற்றோர்முறை காலராவால் தாக்கப்பட்டு கடுமையான தாகத்தால் அவதியுற்றார். டாக்டர் பிள்ளை அவருக்கு சிகிச்சை அளித்தார். அப்போதும் அவருக்கு தாகம் அடங்கியபாடில்லை. உடனே அவர் பாபாவிடம் சென்று தனது தாகத்தை தணிக்குமாறு கேட்டுக்கொண்டார்.

பாபா அவரிடம் பசு மாட்டுப் பாலில் சர்க்கரை, பேரீச்சம்பழம், வால்நட், பாதாம், பிஸ்தா, முந்திரி இவைகளை கலந்து சாப்பிடுமாறு கூறினார். இம்மருத்துவ முறையை எந்த வைத்தியரும் ஏற்றுக் கொள்ள மாட்டார்கள். ஏனெனில் இது நிலமையை இன்னும் மோசமாக்கி விடும்.

ஆனால் பாபாவின் கட்டளைக்கு அனைத்தும் கீழ்படியும் அல்லவா?

ஸ்ரீ மான் பூட்டி சற்றும் யோசிக்காமல் பாபா கூறியதைப் போன்று உடனடியாக காய்ந்த விதைகள் அடங்கிய பாலை உட்கொண்டு அனைவரும் ஆச்சர்யப்படும்படி குணமானார்.

ஆலந்தியில் இருந்து ஒரு சுவாமியார் பாபாவின் தரிசனத்தைப் பெற விரும்பி சீரடிக்கு வந்திருந்தார். அவர் கடுமையான காது வலியால் அவதிப்பட்டார். வலியின் காரணமாக அவரது காதுகள் வீங்கியிருந்தன. அவர் தனது காது வலிக்காக ஆங்கில மருத்துவம் செய்து கொண்டிருந்தார். ஆங்கில மருத்துவர்கள் அவரது காதில் ஏற்கனவே ஒரு அறுவை சிகிச்சை செய்திருந்தனர். மற்றுமொரு அறுவை சிகிச்சையும் செய்ய வேண்டும் என்று கூறியிருந்தனர்.

சுவாமியார் பாபாவிடம் விடைபெற வந்தபோது, சாமா பாபாவிடம் சுவாமிகளின் காதுவலியைப்பற்றிக்கூறி அவருக்கு உதவுமாறு கேட்டுக்கொண்பார்.

பாபா அவரைப்பார்த்து " அல்லா அச்சா கரேகா" என்று கூறி உதி கொடுத்து அனுப்பி வைத்தார்.

சுவாமியார் ஒரு வாரம் கழித்து சீரடிக்கு ஒரு கடிதம் அனுப்பியிருந்தார். அதில் தனது காது வலி மறைந்துவிட்டதாகவும். மருத்துவர்கள் அறுவை சிகிச்சை தேவையில்லை என்று கூறி விட்டதாகவும் கூறி பாபாவிற்கு



தனது நன்றியை தெரிவித்திருந்தார்.

பாபாவின் அடியவரான காகா மஹாஜனி என்பவர் ஒரு முறை வயிற்றுப்போக்கால் அவதியுற்றார். பாபாவிற்கு தனது சேவை பாதிக்கப்படக்கூடாது என்பதற்காக ஒரு மூலையில் பானையில் தண்ணீரை வைத்துவிட்டு பாபா கூப்பிடும் போதெல்லாம் அவருக்கு சேவை செய்வதற்கு செல்வார்.

பாபா அனைத்தும் அறிந்தவராயிற்றே! அவரே என் வியாதியைக் குணப்படுத் தட்டும் என்று பாபாவிடம் தனது நோயைப் பற்றி காகா எதுவும் கூறவில்லை. அந்த நேரம் பார்த்து மசூதிக்கு முன்னால் தாழ்வாரம் கட்டும் வேலைக்கு பாபா அனுமதித்திருந்தார்.

ஆனால் வேலை தொடங்கியதில் இருந்து பாபா கோபத்தில் இருந்தார். எதிர்பட்ட அனைவரையும் கடுமையான வார்த்தைகளினால் திட்டி அடிக்க ஓடினார். ஆகவே அங்கிருந்தவர்களும், வேலையாட்களும் நாலாபுறமும் சிதறி ஓடினார்கள். காகாவும் அவர்களுடன் ஓடினார். ஆனால் அவரை பாபா லாவகமாக எட்டிப்பிடித்துவிட்டார். நீ இங்கேயே உட்கார் என்று கூறினார்.

அங்கு நடந்த குழப்பத்தில் யாரோ அவரது சிறிய நிலக்கடலைப் பையை விட்டு விட்டு ஓடியிருந்தார். பாபா அந்த நிலக்கடலை பையை எடுத்துக்கொண்டு வந்த தனது ஆசனத்தில் அமர்ந்தார். மசூதியில் அப்போது பாபாவும் காகாவையும் தவிர வேறு யாருமில்லை. பாபா அந்த பையினில் தனது கைகளை விட்டு நிலக்கடலைகளை எடுத்து தனது தனது இரண்டு கைகளால் நன்றாக தேய்த்து தோலை ஊதிவிட்டு காகாவிடம் கொடுத்து சாப்பிடு என்றார்.

காகாவும் உடனடியாக பாபாவிடம் இருந்து கடலையை வாங்கிச் சாப்பிட்டார். பாபா சிறிது கடலையை எடுப்பதும், அதை சுத்தம் செய்வதும், கடுமையான வார்த்தைகளால் யாரையோ திட்டுவதும், சுத்தம் செய்த கடலைப் பருப்புகளை தானே தின்னுவதுமாக இருந்தார். பையில் இருந்த கடலைப்பருப்புகள் முழுவதும் தீர்ந்ததும் காகாவிடம், எனக்கு தாகமாக இருக்கின்றது எனக்கு நிறைய தண்ணீர் கொண்டுவா என்று கூறினார்.

காகாவும் எழுந்து சென்று ஒரு குவளை நிறைய தண்ணீர் எடுத்துக்கொண்டுவர பாபா அதை வாங்கி குடித்துவிட்டு நீயும் குடி என்று கூறினார். காகாவும் நீரை அருந்தினார். அப்போது பாபா வின் கடுமையான சொற்களுக்கு பயந்து ஓடிய மக்கள் அனைவரும் ஒவ்வொருவராக வர ஆரம்பித் தனர்.

அப்போது பாபா, காகா உனது வயிற்று போக்கு நின்று விட்டது. இனி நீ கவலைப்படாமல் உனது சேவையை தொடரலாம் என்று



கூறினார். அதிசயமாக காகாவிற்கு அத்துடன் வயிற்றுப்போக்கு நின்றுவிட்டது காகாவும் மற்றவர் களுடன் சேர்ந்து வேலையைப் பார்க்க ஆரம்பித்தார்.

வயிற்றுப்போக்கு நிலக் கடலையா மருந்து. நிலக் கடலை வயிற்றுப்போக்கை உண்டு பண்ணுமே தவிர நிறுத்தாதே! எண்ணவோ இதில் பாபாவின் மொழிகளே உண்மையான சிகிச்சை யாக உள்ளது என்பதே உண்மை.

ஹர்தாவில் இருந்து தத்தோபந்த் என்னும் பெந்தகை ஒருவர் பல ஆண்டுகளாக வயிற்றுவலியால் பாதிக்கப்பட்டு சிகிச்சை பலனளிக்காமல் பாபா பார்வையாலேயே குணப் படுத்து கின்றார் என்பதை கேள்விப்பட்டு சீரடிக்கு ஓடி வந்து பாபாவின் பாதங்களை பணிந்தார்.

பாபா அவரை அன்போடு நோக்கி ஆசீர்வதித்து அவரின் தலைக்கு மேல் தனது கைகளை வைத்து "பயப்படாதே நீ விரைவில் குணமடைவாய்" என்று உறுதியளித் தார். பாபாவின் வாக்குப்படியே பதினாக்கு ஆண்டுகள் தீராத வயிற்றுவலி பாபாவின் ஆசீர்வாதத் தால் உடனடியாகத் தீர்ந்தது.

பாபாவின் குணப்படுத்தும் மருந்துகள் மிகவும் விசேஷமானது. மந்திரம் கால், மதி முக்கால் என்பதுபோல் மருந்துகளின் செயல்பாடு கால் வாசியும், பாபா வின் வார்த்தைகளே முக்கால்வாசி யும் செயல்படும் என்பதே உண்மை. இல்லை என்றால் பாபா சொல்லிற்கிணங்க மருந்துகள் தங்களது இயல்புகளை மாற்றிக் கொள்கின்றன என்று நினைக்க வேண்டியிருக்கின்றது.

ஒரு முறை மாதவ்ராவ் தேஷ்பாண்டே மூல வியாதியால் அல்லும், பகலும் அவதியுற்றார். பாபா அவருக்கு சோனமுகி என்ற கஷாயத்தை சாப்பிடும்படி கூறினார். அது அவரை பூரணமாக குணமாக்கியது. ஆனால் இரண்டு ஆண்டுகளுக்குப்பின் மீண்டும் அவருக்கு பிரட்சினை கொடுத்தது. உடனே மாதவ்ராவ் பாபாவிடம் கலந்து ஆலோசிக்காமல் அவரே

அந்த மருந்தை கடையில் வாங்கி சாப்பிட்டார். ஆனால் வியாதி குறைவதற்குப் பதில் அதிகமாகிவிட்டது. பின்னர் பாபாவின் அருளால் குணமாகியது.

கங்காதர் பந்த் என்ற காகா மஹாஜனியின் அண்ணன் பல ஆண்டுகளாக வயிற்றுவலியால் துன்பப்பட்டார். பாபாவின் புகழை கேள்விப்பட்டு சீரடிக்கு வந்து தன்னை குணப்படுத்தும்படி பாபாவிடம் வேண்டிக்கொண்டார். பாபா அவரின் வயிற்றை தொட்டு " கடவுள் குணமாக்குவார்" என்று கூறினார். அது முதற்கொண்டு அவருக்கு வயிற்றுவலி ஏதுமில்லை. அவர் முழுவதுமாக குணமானார்.

ஒரு முறை நானா அவர்களும் கடுமையான வயிற்றுவலியால் பாதிக்கப்பட்டார். இரவு, பகல் முழுவதும் மிகவும் சிரமப்பட்டார். பல்வேறு மருந்துகள் எடுத்தும் பயன் தரவில்லை. இறுதியில் பாபாவிடம் முறையிட்டார. பாபா அவரை பர்பி என்ற இனிப்பை நெய்யுடன் சாப்பிடும்படி கூறினார். நானாவும் பாபா கூறியதைச் செய்த அடுத்த விநாடியில் வயிற்றுவலியில் இருந்து விடுபட்டார்.

பாபா கூறும் வைத்திய முறை களைவிட பாபா கூறும் சொற் களும், கருணையுமே பல்வேறு வியாதிகளை நிரந்தரமாக குணப் படுத்திய உண்மையான மருந்து என்று இக்கதைகள் நமக்கு சுட்டிக் காட்டுகின்றன.

தொடரும்

எல்லாம் சாயி! எல்லாமே சாயி!!

"கூட்டுப்பிரார்த்தனை"

உங்களுக்காக! வழி நடத்துபவர் "பிரார்த்தனை செம்மல், பிரார்த்தனை சீலர், பிரார்த்தனை சிகரம்" த. சாய் கலியன்
M.com.,BL., MBA., M.sc(yoga).,CAIIB., Spiritual Healing Master. **வழக்கறிஞர் மற்றும் யோகா ஆசிரியர்.**

கல்வி, தொழில்,நோய்,வறுமை, கடன்,திருமணத்தடை, குழந்தையின்மை, குடும்ப பிரச்சினை எதுவாக இருந்தாலும் அவற்றிற்கெல்லாம் பொது நலன் கருதி, சேவை மட்டுமே கருத்தில் கொண்டு நமது கண்கண்ட கலியுக தெய்வம் சற்குரு சாயிநாதனிடம் பிரார்த்தனை செய்யப்படும்.

தொடர்புக்கு : த. சாய் கலியன் 34/22A, சிபி தெரு, பிரின்ஸ் சர்க்கிள், மகேந்திரபுரி, சேலம். 636008. தொலைபேசி:9962193311, 9092242598.

பெங்களூர் சத்சங்கம்

குரு யோகி ஸ்ரீராம் பாபா அவர்களுடைய சத்சங்கம் மற்றும் தியானம் பெங்களூரில் கடந்த 19.04.2025 அன்று நடைபெற்றது. குருவுடன் நான் 36 மணி நேரங்கள் இருந்த தருணம்! இதுவரை அவருடன் சில மணிநேரங்கள் மட்டுமே செலவழித் திருக்கிறேன். இந்த 36 மணிநேரமும் இதுநாள் வரை நான் உணராத குருவை உணர்ந்து கொண்ட அனுபவத்தை உங்களுடன் பகிர்ந்து கொள்கிறேன்.

கடந்த ஆண்டு நானும் திரு. சுந்தர் சாயியும் பெங்களூர் சென்றிருந்த போது பலர் குருவை நேரில் சந்திக்க ஆர்வமாக இருந்தனர். அவரை கட்டாயம் அங்கு அழைத்து வர வேண்டும் என்று கேட்டுக் கொண்டே இருந்தனர். அவர்களின் நீண்ட நாள் கோரிக்கை அன்று நிறைவேறியது.

18.04.2025 வெள்ளிக்கிழமை அன்று சென்னையிலிருந்து பெங்களூருக்கு நான், எனது கணவர் பாலாஜி மற்றும் குழந்தைகளுடன் குருவை அழைத்துக் கொண்டு காலை 5.45 மணிக்குப் புறப்பட்டோம். முதலில் குருவின் அத்யந்த சிஷ்யையான திருமதி. கௌரி கிருஷ்ணமூர்த்தி அவர்களுடைய இல்லத்துக்குச் சென்றோம்.



வழி முழுவதும் குருவுடன் சம்பாஷனைகள் செய்து கொண்டே வந்ததால், ஆனந்தகளிப்பில் பயணக் களைப்பு துளிகூட இல்லை. மேலும் 11.30 மணிக்குத்தான் வந்து சேருவோம் என்று நாங்கள் அவர்களிடம் கூறியிருந்தாலும், 10.45 க்கே விரைவாக சென்று விட்டோம். பெங்களூர் வாகன நெரிசலுக்கு பெயர்போன இடம் என்பதால், அனைவரும் குருவின் அனுக்கிரகத்தினால் விரைவாக, எந்தவித சிரமும் இல்லாமல் வந்தடைந்ததைப் பற்றிப் பேசி பூரித்துப் போனோம்.

நாங்கள் அங்கு சரியாக வரும் நேரம் கேட்டு குருவை சந்திக்க இன்னொரு தம்பதி வேறு ஒரு இடத்திலிருந்து வந்தனர். அவர்கள் தங்கள் சந்தேகங்களை குருவிடம் கேட்டு தெளிவு படுத்திக் கொண்டு, தியானம் செய்துவிட்டு கிளம்பினர். பின்னர் நாள் முழுவதும் குரு திருமதி.



கௌரி மற்றும் அவர்களுடைய மகள், திருமதி. அபிநயா மற்றும் மருமகனுக்கு ஆத்மஞான போதனைகள், அவர்களின் தனிப்பட்ட சந்தேகங்கள் மற்றும் தியானம் செய்து அற்புதமான அனுபவங்களை அளித்தார்.

ஸாயிபாபாவின் பரமபக்தர்களான அவர்கள் அன்று குருவை பாபாவாகவே பார்த்ததாகக் கூறி ஆனந்தக் கண்ணீர் வடித்தனர். அன்றிலிருந்து அவர்களின் பாரம் வெகுவாகக் குறைந்து லேசாக இருப்பது போல உணர்ந்ததாகக் கூறினர். அன்று இரவு உணவை அவர்களது வீட்டிலேயே முடித்துக் கொண்டு, நாங்கள் அவ்விடத்தை விட்டுக் கிளம்பினோம்.

18ஆம் தேதி இரவு திரு. ஆனந்த் திருமதி. பிரகதி அவர்களுடைய இல்லத்தை அடைந்தோம். அன்று காலையிலிருந்து எங்கள் வரவுக்காக ஆவலாகக் காத்திருந்த அவர்கள், குருவுக்கு ஆரத்தி எடுத்து, பூ தூவி வரவேற்றனர். திரு. ஆனந்த் அவர்களுடைய தாயார் குருவை நமஸ்கரித்து ஆசி பெற்றுக் கொண்டார்.

இரவு சுமார் 10 மணிக்கு அங்கு சென்றடைந்த நாங்கள், விடிய விடிய சத்சங்கம் செய்து கொண்டே இருந்தோம். நானும் என் கணவரும் சோர்வடைந்து உறங்கச் சென்றுவிட்டோம். ஆனால் குருவிடம் சிறு களைப்பு கூட இல்லை. அவர் எப்போது உறங்கச் சென்றார் என்பதே எங்களுக்குத் தெரியவில்லை.

ஒரு யோகி காலை பிரம்ம முகூர்த்தமான 4.30 மணிக்கு விழித்துக் கொள்வார் என்று குரு கூறியதற்கிணங்க, அவர் 4.30 மணிக்கே எந்தவித சோர்வும் இல்லாமல் எழுந்து கொண்டு, நான் 6.30 மணிக்கு எழுந்து வரும்போது எப்போதும்போல பளிச்சென்று வெண்ணிற ஆடையுடன், திருநீறு தரித்துக் கொண்டு புன்னகை புரிந்தார்.

அள்ள அள்ள குறையாத ஊற்றான குருவின் ஞான போதனைகளையும், அவருடைய வாழ்க்கை அனுபவங்களையும் பருகிக் கொண்டே இருந்தோம். காலை உணவை முடித்துக் கொண்டவுடன் சத்சங்கத்தில் கலந்து கொள்வதற்காக மக்கள் ஒவ்வொருவராக வர ஆரம்பித்தனர்.

திருமதி. மாதங்கி பாலாஜி

அனைவரும் குருவை வணங்கி ஆசி பெற்றுக் கொண்டு ஆர்வமாக அமர்ந்து கொண்டனர்.

அங்கிருந்தவர்கள் அனைவரும் சத்ய சாயியின் பக்தர்கள் என்பதால் சத்சங்க நிகழ்ச்சி பஜனை பாடல்களுடன் தொடங்கியது. அப்போது குரு சத்யசாயியைப் போன்றே பாடல்களை ரசித்துக் கேட்டார். பிறகு அனுமன் சாலிஸா பாடினர். பின்னர் அனைவரும் ஆவலாக எதிர்பார்த்துக் கொண்டிருந்த சத்சங்கம் ஆரம்பமானது.

முதலில் நான் குருவின் யோக சக்திகள் பற்றியும், அவரின் போதனை முறைகள் பற்றியும், அவரின் மெய்ஞ்ஞானப் பாதை பற்றியும் அனைவருக்கும் அறிமுகம் செய்தேன். அடுத்து அவர்கள் குருவுக்கு மாலை அணிவித்து மரியாதை செய்தவுடன், குரு பேசத்தொடங்கினார்.

அன்று குருவுக்கு, 'சரணாகதி (Surrender)' என்கிற தலைப்பு கொடுக்கப்பட்டிருந்தது. பேச்சு தொடங்கி அரை மணிநேரம் ஆகியும் அவர் கொடுக்கப்பட்ட தலைப்பில் பேசாமல் வேறு விஷயங்களைப் பேசிக் கொண்டிருப்பது எங்களுக்கு (நான், பாலாஜி, ஆனந்த்) பதட்டத்தை உண்டாக்கியது. இருப்பினும் நாங்கள் எதுவும் கூறவில்லை.



இதை உணர்ந்து கொண்ட குரு, 'யாரோ நான் சரணாகதி பற்றி பேச மறந்துவிட்டேன் என்று நினைக்கிறீர்கள். நான் மறக்கவில்லை. ஏதேதோ மாற்றி பேசிக் கொண்டிருந்தாலும், அதைப் பற்றி துளி கூட நான் கவலைப்படவில்லை. அதுதான் சரணாகதி' என்று அனைவருக்கும் புரியும்படி சரணாகதி தத்துவத்தை எடுத்துக்காட்டாக எளிமையாகக் கூறி அனைவரையும் வியப்பில் ஆழ்த்தினார்.

இவ்வாறு சுமார் 1.45 மணிநேரம் நீடித்த சத்சங்கத்தின் நடுவே சிலரின் மனதில் பல நாட்களாக செய்து கொண்டிருந்த பிரார்த்தனைகளை, அவர்கள் கூறாமலேயே அவர்களிடம் கூறி அவை நிறைவேறும் என்று ஆசி வழங்கினார். சீரடி ஸாயி, அக்கல்கோட் மஹராஜ், மஹாபெரியவா போன்ற மகான்கள் இதுபோல லீலைகள் நிகழ்த்தியதை நான் படித்தும் எழுதியும் இருந்ததை அன்று நேரில் கண்டு பூரித்துப் போனேன். என்னே பாக்கியம் செய்தவள் நான்!

சத்சங்கம் நிறைவடைந்தவுடன், தியானம் தொடங்கியது. அப்போது குரு அவர்கள் அங்கிருந்தவர்கள்



அனைவருக்கும் ஒரு வாக்குறுதியை அளித்தார்கள். "உங்களது ஏதாவது ஒரு பிரார்த்தனை நிறைவேற வேண்டும் நினைத்துக் கொண்டு, இன்று நான் கற்றுக் கொடுக்கும் தியான முறையில் தொடர்ந்து 9 நாட்கள் தியானம் செய்யுங்கள். அது கண்டிப்பாக நிறைவேறும். அப்படி நிறைவேறவில்லை என்றால், என்னை தொடர்பு கொண்டு கேளுங்கள்" என்று கூறினார். அனைவரும் ஆர்வத்துடன் பிரபஞ்ச தியானம் செய்யத் தொடங்கினர்.

தியானம் நிறைவடைந்தது. அவரவர்களின் அனுபவங்களைப் பகிர்ந்து கொள்ளும்படி நாங்கள் கூறினோம். சிலருக்கு வார்த்தைகள் வராமல் கண்ணீர் பெருகியது. வயதில் மூத்தவர் ஒருவர் இதுவரை நான் இவ்வாறு தியானத்தில் உணர்ந்ததே இல்லை என்று சிலாகித்தார். ஒருவர், என் குருவை கண்டுபிடித்து விட்டேன், 'நீங்கள்தான் என் குரு' என்று கூறினார். இதுபோல ஒவ்வொருவரின் அனுபவமும் தனித்துவமாக, அவரவர்களுக்கு ஏற்றாற்போல இருந்தது.

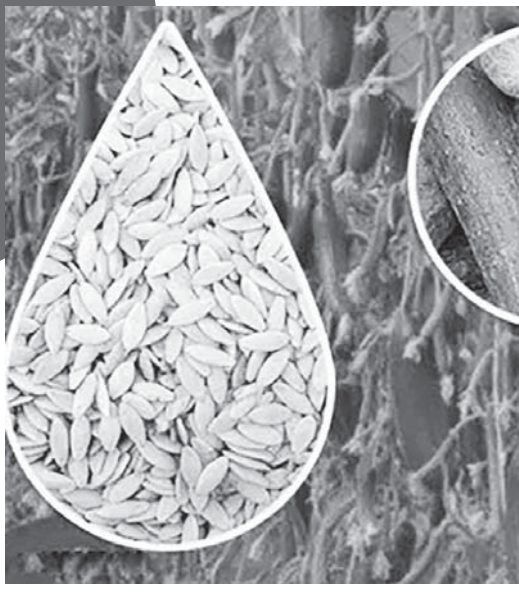
மெய்ஞ்ஞானியான நம் குரு ஒருபோதும் தன்னை வேறொரு குருவாகக் கூறிக் கொண்டதில்லை. அவர் எப்போதும் 'இறைவன் இல்லை. இறைத்தன்மை நிச்சயமாக இருக்கிறது' என்று கூறுவார். அன்று அவர் இறைத்தன்மையைத்தான் வெளிப்படுத்தியிருக்கிறார். அந்தந்த இடங்களின் அதிர்வலைகளுக்கு ஏற்றாற்போல் அவரின் தன்மை மாறி அவரவர்களுக்கு ஏற்றாற்போல் காட்சி அளித்திருக்கிறது. ஒரு மகானை பிச்சைக்காரனாக பார்த்தவர்களும் உண்டு, மகானாக பார்த்தவர்களும் உண்டு அல்லவா!

பின்னர் குருவுடன் தனிமையில் சிலர் சம்பாஷணை செய்து தங்கள் தனிப்பட்ட சந்தேகங்களை கேட்டு தெளிவு படுத்திக் கொண்டனர். மீண்டும் வர வேண்டும் என்கிற நிபந்தனையுடன், மாலை சுமார் 3.30 மணிக்கு குருவை விட்டு பிரிய மனமில்லாமல், அனைவரும் எங்களுக்கு பிரியாவிடை கொடுத்து அனுப்பி வைத்தனர்.

வழிநெடுக சத்சங்க நிகழ்ச்சியைப் பற்றியும், அங்கிருந்தவர்களின் சத் எண்ணங்களைப் பற்றியும் பேசிக்கொண்டே, இரவு சுமார் 10 மணிக்கு நாங்கள் சென்னை வந்து சேர்ந்தோம். எனக்கும் என் குடும்பத்தினருக்கும் இந்த அற்புதமான அனுபவத்தை அளித்த குருவுக்கு மனமார நன்றிகளை தெரிவித்துக் கொண்டு, அவர் பாதம் பணிகிறேன்.

குரு வாழ்க!! குருவே துணை!! ●

உடல் பருமனை குறைக்கும் வெள்ளரி விதை



வெள்ளரி விதையில் நார்ச்சத்து, மக்னீசியம், துத்தநாகம், வைட்டமின் இ, ஆன்டி ஆக்ஸிடன்ட் ஆகியவை உள்ளன. இது சரும வறட்சியைப் போக்கி, சருமத்தைப் பளபளப்பாக மாற்றவும், முடி வளர்ச்சிக்கும் பெரிதும் உதவுகிறது. வெள்ளரி விதையை அரைத்து பாலில் கலந்து குடித்து வந்தால் சிறுநீர் அடைப்பு, சதை அடைப்பு, சிறுநீர்க் குழாய் எரிச்சல் போன்றவை குணமாகும்.

வெள்ளரி விதை நோய் எதிர்ப்பு சக்தியை அதிகரிக்கிறது. நீர் சுறுக்கு, கல்லடைப்பைப் போக்கும் வெள்ளரி விதை பல்வேறு சத்துக்களை தன்னுள் அடக்கியுள்ளது. சிறுநீர் பிரச்னை உள்ளவர்கள் வெள்ளரி விதையுடன் தண்ணீர் சேர்த்து அரைத்து தொப்புளைச் சுற்றி பற்றுப்போட்டால் சிறுநீர் தாராளமாகப் பிரியும்.

உடல் எடையை இயற்கையாகவே குறைக்க வெள்ளரி விதைகள் கைக்கொடுக்கிறது. வெள்ளரி விதைகளில் நார்ச்சத்து நிறைந்துள்ளது. செரிமானத்திற்கு உதவுகிறது. இதில் குறைந்த கலோரிகள் இருப்பதால் தாராளமாக உடல் எடையை குறைக்க வெள்ளரி விதைகளை உட்கொள்ளலாம்.

வெள்ளரி விதையில் கர்ப்ப காலத்தில் பெண்களுக்கு தேவையான தாதுக்கள் உள்ளன. தைராய்டு பிரச்னை உள்ள பெண்கள் கண்டிப்பாக வெள்ளரி விதைகளை சாப்பிட வேண்டும். வெள்ளரி விதைகள் கந்தகத்தின் மூலமாகும். கந்தகத்தின் நல்ல அளவு முடி உதிர்வைக் குறைக்க உதவுகிறது. கூந்தல் வளர்ச்சிக்கும் உதவுகிறது. தைராய்டு பிரச்னை உள்ள பெண்கள் கண்டிப்பாக வெள்ளரி விதைகளை சாப்பிட வேண்டும்.

வெள்ளரி விதைகள் வறண்ட சருமம், சுருக்கங்கள் போன்ற பல பிரச்னைகளுக்கு சிகிச்சை அளிக்க மிகவும் பயனுள்ளதாக இருக்கும். இந்த விதைகளின் பயன் பாடு சருமத்திற்கு இளமையான தோற்றத்தை அளிக்க உதவுகிறது. வெள்ளரிக்காயில் உள்ள ஆன்டி–ஆக்ஸிடன்ட்கள்



சருமத்தை புத்துயிர் பெறச் செய்து, இயற்கை யான பொலிவைச் சேர்க்கிறது.

வெள்ளரி விதையில் அழற்சி எதிர்ப்பு பண்புகள் உள்ளன. அவை வீக்கத்தைக் குறைக்க உதவுகின்றன. வெள்ளரி விதைகளை வழக்கமாக உட்கொள்வது தலைவலி பிரச்னைக்கு சிகிச்சை அளிப்பதில் உதவியாக இருக்கும்.

வெள்ளரிக்காய் விதை களில் உள்ள தாமிரச் சத்து நரம்பியக் கடத்தல் செயல்முறையைத் தூண்ட உதவுகிறது. இது ஒட்டுமொத்த மூளையின் ஒருங்கிணைப்பை மேம்படுத்துகிறது. மூளை யின் ஆரோக்கியத்தை மேம்படுத்து வதற்கு தேவையான அனைத்து அத்தியாவசிய தாதுக்களையும் வழங்குவதால் வெள்ளரி விதைகளை தவறாமல் உட்கொள்வது நல்லது.

வெள்ளரி விதைகளை வழக்க மாக உட்கொள்வது ஒட்டுமொத்த ஈறு மற்றும் பற்களின் ஆரோக் கியத்தை மேம்படுத்த உதவுகிறது. வெள்ளரி விதையில் உள்ள போட்டோ கெமிக்கல் உள்ள டக்கம் வாயில் தீங்கு விளைவிக்கும் பாக்டீரியாக்களை எதிர்த்துப் போராடுவதற்கு மிகவும் பயனுள் ளதாக இருக்கிறது. இதனால் வாய் துர்நாற்றம் மற்றும் குழிவுகள் பிரச்னையிலிருந்து விடுபட உதவுகிறது. வெள்ளரி விதைகள் உமிழ்நீர் செயல்முறையை அதிகரிக் கவும் உதவுகின்றன.

வெள்ளரி விதைகளை தொடர்ந்து சாப்பிடுவதன் மூலம் ரத்த சர்க்கரை அளவைக் குறைக் கலாம் புற்றுநோயைத் தடுக்கும்; நோய் எதிர்ப்புச் சக்தியை அதிகரிக்கும்.

இவ்வளவு சத்துக்கள் நிறைந் திருக்கின்ற வெள்ளரி விதைகளை நீங்கள் பல வழிகளில் சாப்பிட லாம். நீங்கள் அதை அப்படியே சாப்பிடலாம், ஸ்மூத்தி உடன் சேர்க்கலாம், சாலட்டில் சேர்க் கலாம், வெள்ளரி விதை டீ குடிக்கலாம், அல்லது வெள்ளரி விதை எண்ணெயை சாலட் டிரஸ்ஸிங் போல பயன்படுத்தலாம்.

வெள்ளரி விதைகளை அதிக மாக உட்கொள்வது சிலருக்கு வயிற்றுப்போக்கு, வயிறு உப்புதல் போன்ற சௌரிமானப் பிரச்சனை களை ஏற்படுத்தும். எனவே வெள்ளரி விதைகளை அளவோடு பயன்படுத்தி வழமோடு வாழுங்கள்.

வாழ்க வளமுடன்! வாழ்க வையகம்!

●

தொடர் - 23

திருவருள் தேடி

சமர்த்த சத்குரு சாய் மகராஜ் தாள் வணங்கி, குருவே சர்வம், குருவே சகலமும் குருவின்றி வேறில்லை குறையேதும் எமக்கில்லை என உணர்ந்து எனது சாய் அன்பர்களை சிரம் தாழ்த்தி வணங்கி, தொடர்கின்றேன்.

"திருவருள் தேடி" அனுபவங்களை ஒப்பிடும் பொழுது கிரிக்கெட் மேட்ச்சின் இரண்டாவது இன்னிங்ஸ் என்பது போல எமது ஆன்மீக வாழ்வில் சத்ய சாய் பகவான் ஆசிகளுடன் லௌகீக வாழ்வின் சவால்களை நேர்கொண்டு ஆன்ம பலத்தால் பயமின்றி பயணித்தது போல், நம் ஆன்மீக பயணம் சத்குரு சாய்நாதர் துணை வர அடுத்த கட்டத்தை நோக்கி நகர்ந்ததை நன்கு உணர்கிறேன்.



சுந்தர் சாய்
9789404451

ஆம் முதல் கட்டத்தில் வேலை, பொருளாதாரம் என அடிப்படைத் தேவைகள் நல்லபடியாக நிறைவேற, நமது அடுத்த கட்டமாக ஆன்மீக நாட்டத்தில் திருவருளாய் குருவருள் வழிநடத்திய சம்பவங்கள் தான் எம்மை "சுந்தர் சாய்" ஆக மலரச் செய்தது.

எனது தாயாரின் உடல் நலம் காரணமாக எனது ஹைதராபாத் இல்லத்தில் சுமார் 2 வருடங்கள் அடைபட்டு என்னால் இயன்றளவு என்னைப் பெற்றெடுத்து ஆளாக்கிய எமது தெய்வமான அன்னைக்கு இறுதி கால சேவைகள் செய்தது ஒரு ஆத்ம திருப்தியை அளித்தது. நிச்சயமாக எனது சாய் மகராஜ் இந்த சேவையை அங்கீகரித்திருப்பதாக நான் உணரும் தருணம் சாய் எம் மனதை ஆட்கொண்டு சில விஷயங்கள் தெளிவுபடுத்த தொடங்கியதே.

எமது சத்சரித பாராயணம் – சப்தாகமாய், தசாகமாய், 48 நாள் பாராயணமாய் இவ்வாறு தொடர ஆரம்பித்து பாபாவிடம்



ஒரு உறுதியான பிடிப்பை ஏற் படுத்தி நமது கவனத்தை இக வாழ்விலிருந்து அகவாழ்விற்கு திருப்ப ஆரம்பித்தது. இதற்கிடையே ஏப்ரல் மாதம் 2011 இல் என் அகவாழ்வின் தாயான சத்ய சாய் பகவான் தன்பௌதீக உடலைத் துறந்து பக்தர்களை துக்கத்தில் ஆழ்த்தினார்.

அதிலிருந்து மீண்டு நாம் மனதளவில் சமன் ஆவதற்குள் என்னைப் பெற்றெடுத்த எனது தாயாரும் அடுத்த 4 மாதங்களில் இறைவனடி சேர்ந்தார். அவரது இறப்பை விட அவர் வாழ்நாளில் அனுபவித்த துன்பங்கள், உடல் மனநலப் பிரச்சினைகள், அவரது தியாகங்கள் நம்மை மிகவும் பாதித்தது எனலாம்.

இதன் மூலம் காலம் எவ்வித பாகுபாடுமின்றி சத்ய சாய் பகவான் ஆனாலும் சரி, என்னைப் பெற்ற சராசரி தாயானாலும் சரி, அவர்களைத் தன் கெடு முடிந்த வுடன் உள்வாங்கிக் கொண்டு விடும் என்பது ஓர் மிகப்பெரிய பாடம். எனவே மறைய கூடிய உருவங்களிடம் அளவோடு அன்பு செய்து என்றும் நம்முடன் விளங்கும் அவர்களின் ஆசிகளையும் அரவணைப்பையும் மதித்து உணர்ந்து வாழ்வதே உன்னதமான அவர்களைப் போற்றும் வழி.

எனது தாயாருடைய இறுதி சடங்குகளை முறையே நிறைவேற்றி, எனது ஒரே மகனுடைய பள்ளிப் படிப்பை பூர்த்தி செய்து ஜூன் மாதம் 2012 இல் நாங்கள் நமது தாய் நாடான தமிழ் நாட்டிற்கு திரும்பி சொந்த பந்தங்கள் வசிக்கும் சென்னைக்கு குடிபெயற முடிவெடுத்தோம். அதன் மூலம் என் துணைவியாரின் வயதான பெற்றோரை கவனித்துக் கொள்ள வேண்டும் என கடமை உணர்வால் அவரும் உந்தப்பட்டார்.

அதுவும் நியாயம் தானே! எனக்கு அப்பொழுது 53 வயது, என் மகனுக்கு பள்ளிப் பருவம் முடிந்து மேற்படிப்பு தொடர வேண்டிய கட்டம். எனவே நமது வாழ்க்கைப் பயணத்தின் அடுத்தடுத்த நகர்வுகளை சென்னை

யிலிருந்தே தொடரலாம் என முடிவு செய்து சுமார் 20 வருடங்கள் கழித்து மீண்டும் சென்னைக்கே திரும்பினோம்.

சென்னை வந்ததும் மகனின் கல்லூரிப் படிப்பு, அட்மிஷன் என முடிவு செய்தபின், எனக்கு 53 வயதே ஆன நிலையில் வேறு ஒரு வேலைக்கு முயற்சி செய்தோம். எனது மூத்த சகோதரியின் முயற்சியாலும், மயிலாப்பூர் ஷீரடி சாயி கோவிலில் ஒரு பக்தையின் வியாழக்கிழமை தோறும் செய்யும் கூட்டுப் பிரார்த்தனை யினாலும் எனக்கு ஒரு வேலை கிடைத்தது.

அதற்கென தினமும் 90 கி.மீ. வரை சென்று வர வேண்டி வந்தது. இதற்கிடையில் இரண்டு அற்புதங்கள் நிகழ்ந்தன. முதலாவது நான் சாய் சத்சரிதத்தில் குறிப்பிட்டவாறு "குரு சரித்திரம்" பாராயணம் செய்ய முயன்று, தமிழில் அந்த புத்தகத்தை வாங்க எண்ணிக் கொண்டிருந்தேன்.

நாங்கள் என் மனைவியின் பெற்றோருடைய இல்லத்தில் தங்கியிருந்த நேரம், அவர்கள் தங்களுடைய 50 வருடம் பழமை யான வீட்டை இடித்து புது வீடுகட்ட முயற்சி செய்ய திட்ட மிட்டார்கள். நானும் திருவல்லிக் கேணியில் நாங்கள் குடியிருந்த வீட்டிலிருந்து 4 வீடுகள் தள்ளி ஒரு வீடு வாடகைக்கு இருப்பதை அறிந்து அங்கு குடியேறி னால் நமது வீட்டின் கட்டிட வேலை களை கவனித்துக் கொள்ள வசதியா யிருக்கும் என எண்ணினேன்.

அதில் அற்புதம் என்னவென் றால், அந்த வீட்டின் பெயர் "ஷீரடி சாயி நிவாஸ்"! இது என்னை மிகவும் கவர்ந்த விஷயம். ஆனால் உடனடியாக எனது இந்த பரிந்துரை மற்றவர்களால் அங்கீகரிக்கப்படாமல் வேறு இடங்களில் வீடு தேடும் படலம் நடந்து கொண்டிருந்தது. எனவே நான் அமைதியாகிவிட்டேன்.

சில நாட்கள் சில இடங்களில் தரகர்கள் வழியாகத் தேடி அலையும் நாடகம் ஒரு வழியாக முற்றுப் பெற்று, ஷீரடி சாய் நிவாஸில் வந்து குடியிருப்பை பார்வையிட்டு தேவையான அட்வான்ஸ் தொகையும் கொடுத்து முடிவாகியது. இதுவரை நடந்தவையெல்லாம் "ஒரு டிரைலர்" தான். இதன் உரிமையாளர் யார் என்று பார்த்தால், திரு. கனக சந்திரையா எனும் தீவிர சாய் பக்தர் மற்றும் அகண்ட ஷீரடி சாய் நாம ஜெப டிரஸ்ட் என உருவாக்கி வருடா வருடம் சாய் நாம சப்தாகம் நடத்தும் ஓர் அபரிமிதமான சாய் பக்தர். என்ன ஒரு அற்புதமான ஆசிர்வாதம் நமக்கு!

அவர் பிறப்பால் தெலுங்கராக இருந்தாலும், மிக எளிய அருந் தமிழில் குருசரித்திரத்தை எழுதிய வர் என்றும், எனது குருசரித்திரப் பாராயணம் செய்யும் நீண்ட நாளைய அவா என்னை அதன் ஆசிரியர் வீட்டிற்கே ஈர்த்துக் கொணர்ந்து சேர்த்ததை ஒரு சாதா ரண விஷயமாக என்னால் பார்க்க முடியவில்லை அன்பர்களே.

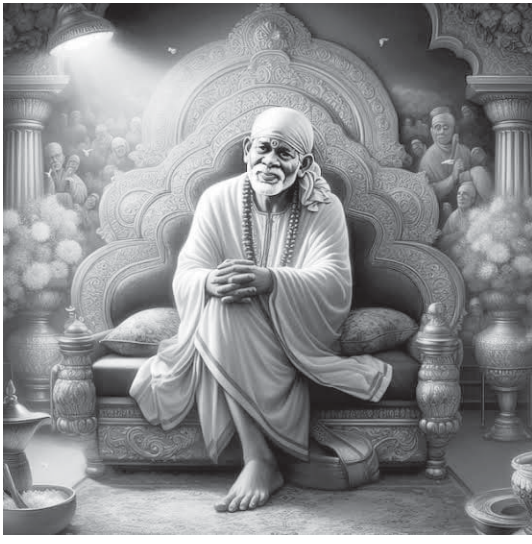
ஏனென்றால் நாம் சென்னைக்கு குடி பெயர்ந்த நாட்களிலிருந்து நம்வாழ்வில் தொடங்கிய அந்த இரண்டாம் கட்ட ஆன்மீக

முன்னேற்றத்தில் இதை ஒரு "சிக்ஸர்" என கூறும் அளவிற்கு முக்கியத்துவம் வாய்ந்தது. குரு சரித்திர பாராயணம் நம்மை மிகவும் ஆட்கொண்டு பல சாய் அன்பர்களுக்கும் அதை அனுப்பி வைக்கும் வாய்ப்பை நமக்கு ஏற்படுத்தியது. திரு. கனக சந்திரையாவும் நம்மீது அன்புடன் வழிகாட்டி அவரது அனுபவங்களை பகிர்ந்து கொண்டார்.

முதலாவது அற்புதமாக எனக்குக் கிடைத்த வேலைக்காக நான் முதல் நாளே தாம்பரம் செல்ல மின்சார இரயிலில் பயணம் செய்யும் சமயம் பாராயணம் செய்து முடிக்கும் பொழுது, சாய்ராம் நமது மனதில் ஒரு குரலாக, இந்த வேலையில் நீ மூன்று மாதமே இருப்பாய் என தெரிவித்து அதிர்ச்சி மிகு அலையை உருவாக்கினார். அப்பொழுது அதை ஒரு பெரிய விஷயமாக நான் எண்ணவுமில்லை, புரிந்து கொள்ளவுமில்லை. அந்த உண்மையை உணர வைக்க 3 மாத காலமும் அந்த நிகழ்வும் கூடி புரிய வைத்தது.

என்னை வேலையை விட வேண்டாம் என கம்பெனியிலும், குடும்பத்தினர் வலியுறுத்தியும் என் மனம் சாய் கொடுத்த எச்சரிக்கையின் படியே முடிவெடுத்தது. வாழ்வில் சில நிஜங்கள் நம்மை பழி வாங்கித் தான் உயர வைக்கும் என்பதை உணரும் தருணம் அது.

நமது அலுவலக வேலையில் நமக்கிருந்த குறைபாட்டுடன், உடல் ஒரு தேக்கமாய் சர்க்கரை நோயின் தாக்கம் இரண்டும் ஓர் சாக்கு



போக்காய் அமைய பாபாவின் குரல் உண்மையானது. நானும் மீண்டும் பாபாவிடம் மேலும் வழிகாட்டி வழிநடத்த வேண்டிய சமயம் "இனி எனது சேவையே உனக்கு விதி என்றும் மற்றவைகளை நான் கவனித்துக் கொள்கிறேன்" என்பது போன்ற உள்ளுணர்வாய் ஓர் உத்தரவு தோன்றியது.

இவைகளையெல்லாம் எல்லோரும் புரிந்து கொள்ளவோ அல்லது ஒப்புக் கொள்ளவோ எந்தவித சான்றும், சாட்சியும் அந்த காலகட்டத்தில் இல்லை என தெளிவானது. ஆனால் நாட்கள் செல்ல செல்ல நம்முள் நிகழ்ந்த மாற்றங்கள், நாம் பயணித்த பாதை அவற்றை உறுதியாக ஒரு ஆனமீக முன்னேற்றமே என உணர்த்தியது. நான் கொஞ்சம் கொஞ்சமாய் இனி பாபாவே நம் வாழ்க்கை என்பதை எண்ணித் தெளியும் சமயம் "LOVE SAI, LIVE IN SAI, MERGE WITH SAI" என்ற வரிகள் என்னை

முழுவதுமாய் ஆட்கொண்டது.

எனது ஷீரடி புனிதப் பயணம், பாராயணம், சத்சரிதம், குருசரித்திரம், தொடர்ந்தது மற்றும் ஆன்மீக புத்தகங்களை வேண்டுபவர்களுக்காக வாங்கி அனுப்புவது, பக்தர்களின் இல்லங்களுக்குச் சென்று விஷ்ணு, லலிதா சஹஸ்ர நாம பாராயணம் செய்வது, சிறு சத்சங்கங்கள் என சாய் மார்க்கப் பிரயாணம் தொடங்கியது.

குரு தத்தாத்ரேய அவதாரங்களைப் பற்றி தெரிந்துணர ஆர்வம் அதிகரித்தது. அதில் மிக முக்கியமாக ஷீரடி சாய் மகிமைகள் பற்றியும், மற்ற தெய்வ வழிபாடு மற்றும் குருமார்கள் வழிபாட்டிலிருந்து பாபாவின் எளிய வழிகள் நம்மை மிகவும் ஈர்த்தது.

இதை மற்றவர்களுக்கெல்லாம் நமது வாழ்க்கைப் பயணத்தில் நடக்கும் மாற்றங்களையே உதாரணமாக்கி முழு நம்பிக்கை ஊட்டும் வகையில் எண்ணங்களை பகிர வாய்ப்பு கிட்டியது. குரு சரித்திரத்தில் மிக மிக குறைவாக எழுதப்பட்டுள்ள ஸ்ரீ பாத ஸ்ரீ வல்லபர் அவதாரத்தைப் பற்றி அறிந்து கொள்ள ஆர்வம் ஓங்கத் தொடங்கியது.

அந்த நாட்களில் எங்களது புது வீடு தயாராகி, குடிபெயர்ந்த சமயம் ஓர் மாலை வேளையில் ஷீரடி சாய் நிவாஸில் குடியிருக்கும் ஓர் முதிய நண்பரைக் காண சென்றேன். அதே சமயம் தெய்வாதீனமாக திரு. கனக சந்திரைய்யா அவரது நண்பர் திரு. பரத்வாஜ் அவர்களை சந்திக்க நேர்ந்தது.

திரு. பரத்வாஜ் "ஸ்ரீ பாத ஸ்ரீ வல்லப சரிதாமிருதம்" தமிழில் கொண்டு வந்து அதை கனக சந்திரைய்யாவிடம் கொடுக்க, நானும் உடனே எனக்கும் இது வேண்டுமே எனக் கூறினேன். கனக சந்திரைய்யா நான் படித்துவிட்டு தருகிறேன் என்றார். என்னால் அதுவரை பொறுக்க முடியாமல் மயிலாப்பூர் பாபா கோவில் புத்தக சாலை, கிரி டிரேடர்ஸ் என தேடி அலைந்து தோற்றுப் போனேன். இதைப் பார்த்துக் கொண்டு நமது சத்குருக்கள் சும்மாவாக இருப்பார்கள்?

குருவைப் பற்றி அறிந்து கொள்ளவும், தரிசனம் செய்யவும் விரும்புபவர்களை ஊக்குவித்து ஆசிர்வதிக்க நமது சத்குருமார்கள் நம்மைவிட பலமடங்கு ஆர்வமாய் இருப்பார்கள் என்பது என்வாழ்வில் ஏற்கனவே நிதர்சனமாயிற்றல்லவா?

ஆம் குரு சரித்திரம் எழுதியவர் வீட்டிலேயே குடியமர்த்தி, அங்கேயே ஸ்ரீ பாத ஸ்ரீ வல்லபர் சரிதாமிருதத்தைக் காட்டி, நம்கென மற்றோர் பிரதியையும் பரத்வாஜ் அவர்கள் மூலமாக ஓரிரு நாட்களில் நமக்கு நம்மிடத்திற்கே அனுப்பி வைத்தார். நமது தத்தாவதாரியான சமர்த்த சாய். என்றென்றும் நன்றி கலந்த அன்புடன் எனது குருவருளின் திருவருளை மேலும் தொடர்வோம்.

குரு வாழ்க! குருவே துணை! அனைவருக்கும் குருவருள் பரிபூரணமாகட்டும்.

தொடரும்

SoundzGood

Music at its best...



TRUE TO OUR NAME EVERYTIME SOUNDS GOOD!!!

SPREADING HAPPINESS

- Live Instrumental
- Vocal and Instrumental
- Carnatic and all genres





BOOK NOW

9566167680 / 9003120624

WWW.SOUNDZGOOD.IN

46, Rajiv Gandhi salai OMR

ஒரு யோகியின் வாழ்க்கை எப்படி இருக்கும்? வாழ்க்கை அனுபவங்கள் எப்படி ஆத்மஞானமாக ஆகும்? ஸ்ரீராம் எப்படி யோகி ஸ்ரீராம் பாபா ஆனார்? ஒரு ஞானி எப்படி சிந்திப்பார், செயல்படுவார்? அதுதான் 'குருவைத் தேடி'. ஞானத்தை தேடுபவர்கள் கண்டிப்பாக படிக்க வேண்டிய நூல்.

– திருமதி. மாதங்கி பாலாஜி,
அவதூத கீதை, ஸ்ரீ பாத ஸ்ரீவல்லப சரிதாம்ருதம், சாயி சமர்த்தர் நூல் ஆசிரியர்.

அற்புதமான நினைத்து பார்க்க முடியாத நிகழ்வுகள். அனுபவங்கள். எளிமை சுருக்கம் செறிவான விளக்கம். மிகவும் அருமையான ஒரு பொக்கிஷம். மிகவும் சிறப்பாக அமைந்துள்ளது. அனைவரும் படிக்க வேண்டிய நூல்.

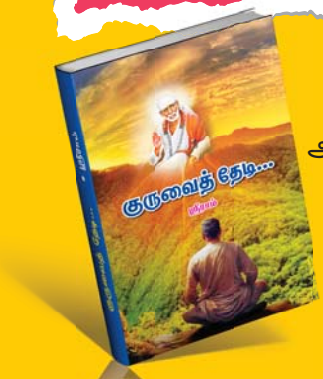
திரு.சந்தானம், நெய்வேலி. ஸ்ரீபாத ஸ்ரீவல்லப சரிதம் ஆசிரியர்.

குருவைத்தேடி புத்தகம் படித்து முடித்தேன். என்ன ஒரு பாக்யம் உங்களுக்கு. ரொம்ப சந்தோஷம். உங்கள் புத்தகம் பலருக்கு ஆசீர்வாதம். அது மனித குலத்தின் நம்பிக்கை. என் கோப்பை காலியாக உள்ளது.தயவுசெய்து என்னை ஆசீர்வதியுங்கள்.

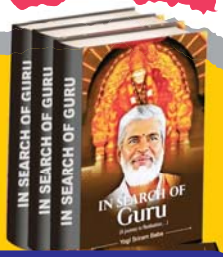
திருமதி. கீதா, மயிலாப்பூர்.

தங்கள் புத்தகத்தை மெதுவாகத்தான் படிக்கத் துவங்கினேன்.ஆனால் வைக்க மனமில்லாமல் ஒரே நாளில் முடித்து விட்டேன்.இதைப்படித்த நான் பாக்கியசாலி ஐயா.நெஞ்சைத் தொடும் வரிகள். என்ன ஒரு அனுபவம்.கண்கலங்கி அழுது விட்டேன். இந்த புத்தகத்தை இறுக பற்றிக் கொள்வேன்.

திருமதி. காமாட்சி, சேலம்.



யோகி ஸ்ரீராம் பாபா
அவர்கள் எழுதிய அற்புதமான
ஆன்மீக அனுபவத் தேடல்கள் நிறைந்த
"குருவைத்தேடி"
நூல் தமிழிலும், ஆங்கிலத்திலும்
விற்பனையில் உள்ளது.



ஆங்கில புத்தகம்
விலை 250/-
(தபால் செலவு உட்பட)

தமிழ் புத்தகம்
விலை 400/-
(தபால் செலவு உட்பட)

"குருவைத்தேடி" புத்தகம் வாங்குவோறுக்குசகல தோஷங்களையும் போக்கும் ரூ.1000 மதிப்புள்ள
"சாயி தாயத்து"
இலவசமாக
அனுப்பிவைக்கப்படும்.

SAI DHYANALAYA

G- PAY NO: 9941816692

சாய் தியானாலயா ஆத்ம ஞான பீடத்தின்
தியான வகுப்புகள்:

யோகி ஸ்ரீராம் பாபாவின் நேரடி பயிற்சி

"மௌனத்தின் மூலம் தவம்"

10 வார வகுப்புகள்

9 வாரம் ஆன்லைன் வகுப்புகள். 10 வது வாரம்
"மௌனத்தின் மூலம் தவம்" ஒரு நாள் பயிற்சி நடைபெறும்
* பயிற்சியாளர்கள் கண்டிப்பாக நேரில் வந்து கலந்து கொள்ள வேண்டும் *

நேரம் – ஞாயிறு காலை 9–10.30 வரை.
(மாதத்தின் முதல் ஞாயிறு தவிர)
மௌன தினத்தன்று
குண்டலினி தீட்சை கொடுக்கப்படும்.
கட்டணம் – ₹ 3500/-

- பிராணாயாமம்,
- யோகாசனங்கள்,
- கிரியா விளக்கங்கள்,
- தியானம்,
- ஆத்மஞானம்,
- குண்டலினி யோகம்.



கலியுகத்தில் அனைத்தும் சுலபமாகக் கிடைக்கும் என்பது பெரியோர்கள் வாக்கு.

குருவும் பயிற்சியும் உங்கள் உள்ளங் கையில் கிடைக்கிறது. தூரமாக இருக்கிறேனே என்று ஏங்க வேண்டாம். உங்களுக்காக ஆன்லைன் வகுப்பு ஆரம்பிக்கப்பட்டுள்ளது. வாய்ப்பை பயன்படுத்திக் கொள்ளுங்கள்!

நேரிலும் வந்து பயிற்சி எடுத்துக் கொள்ளலாம்.

மேலும் விபரங்களுக்கு;

திருமதி. மாதங்கி பாலாஜி,

போன்: 9942219947

குரு வாழ்க! குருவே துணை! ஞான ஒளி திக்கெட்டும் பரவட்டும்!


STAR
Personal & Caring
Health Insurance
The Health Insurance Specialist
LIC
भारतीय जीवन बीमा निगम
LIFE INSURANCE CORPORATION OF INDIA
5 வருடங்கள்
மட்டும்
முதலீடு செய்து
வாழ்நாள் முழுவதும்
உறுதியளிக்கப்பட்ட (Guaranteed)
வருமானம் பெறுங்கள்.
Jeevan Utsav
மேலும் விபரங்களும், முதலீடு செய்யவும் அழைக்கவும்.
G. Gnanamoorthi PH: 8754431069

சித்தர்களின் சீவ சமாதி தரிசனம்

சித்தர்களின் சீவ சமாதி தரிசனத்தில் இந்த மாதம் நாம் சைதாப்பேட்டை "பார்த்தசாரதி ஐயா" அவர்களின் சீவ பீடத்தை தரிசனம் செய்து குருவருளும், இறையருளும் பெற்று இன்பமுடன் வாழ்வோம்.



– அயனாவரம்
வெங்கடேசன்
9941782523

பார்த்தசாரதி ஐயா

ஐயாவின் பூர்வீகம் சரியாக அறியப்படாவிட்டாலும் அவருடைய மகிமைகள் சிலவற்றை தெரிந்து கொள்ளலாம். ஐயாவின் தகப்பனார் பெரிய செல்வந்தர். கடல் கடந்து வாணிபம் செய்பவர். அப்பேற்பட்ட செல்வ வாழ்க்கையை விட்டு விட்டு, எல்லா பற்றுகளும் துறந்து மிகவும் சாதாரணமாக ஒரு லுங்கி மற்றும் சட்டை அணிந்து கொண்டு எளிமையாக சைதாப்பேட்டை சுப்பிரமணிய சாமிகள் கோவிலின் வாசலில் வாழ்ந்து வந்தார். அடியவர்களுடன் குழந்தையை போன்று பழகுவார்.



ஐயாவிடம் ஆசிகள் வாங்க திரை பிரபலங்கள், அரசியல் தலைவர்கள் பலரும் காத்து கிடந்து தங்கள் குறைகளை சொல்லி அதற்குரிய பரிகாரங்களின் விவரங்களை வாங்கி செல்வார்கள்.

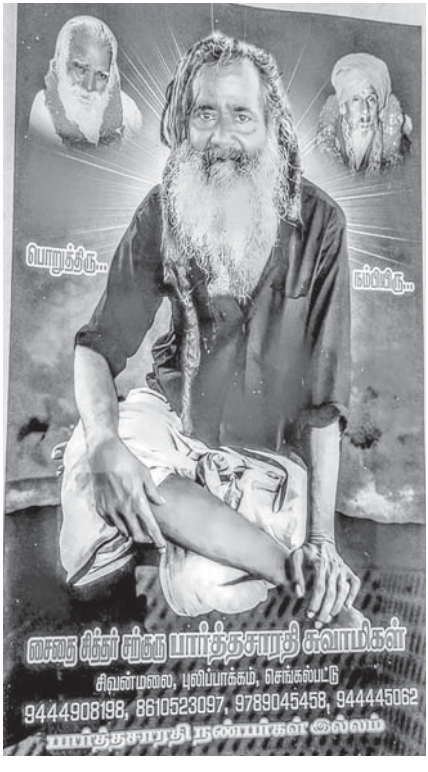
இளம் பருவத்திலேயே ஆன்மீக பாதையில் பயணித்து வந்து பெரிய குருமார்களின் ஆசிகளைப் பெற்று வாழ்ந்து வந்தவர் நமது பார்த்தசாரதி ஐயா அவர்கள். வடபழனி பரஞ்சோதி பாபா தங்கியிருந்த இடத்திற்கு சென்று பரஞ்சோதி பாபாவை வழிபடுவதை வழக்கமாக வைத்திருந்தார். பின்பு ஸ்ரீ வெங்கட்ராம சுவாமிகளின் அன்பையும் பெற்றார்.

பின்னாளில் வடபழனி பரஞ்சோதி பாபா சீவ சமாதி செய்யும் நேரத்திலும், வடபழனி ஸ்ரீ வெங்கட்ராம சுவாமிகள் சீவ சமாதி செய்யும் நேரத்திலும் உடனிருந்து ஒரு குருவுக்கு செய்ய

வேண்டிய காரியங்களை செய்தார்.

ஒரு நேரத்தில் சின்னவர் வடபழனி ஸ்ரீ வெங்கட்ராம சுவாமிகள் ஆலயம் கட்டும்போது சில தடைகள் வந்தன. அதை பக்தர்கள் பார்த்தசாரதி ஐயாவிடம் கூறினார்கள். அதற்கு ஐயா மூன்று மாதங்களில் அதற்குரிய நபர் வந்து ஆலயத்தை கட்டி முடிப்பார் என்று கூறினார். அது போலவே செல்வந்தர் ஒருவர் சீவ ஆலயத்திற்கு உதவி புரிந்து மூன்று மாதத்தில் கும்பாபிஷேகம் செய்வித்தார்.

ஐயாவை பார்க்க வரும் அன்பரின் குறைகளைத் தெரிந்து கொண்டு அதை சரி செய்து அனுப்பி விடுவார். சில ஏழை எளியோர்களுக்கு உடல்நலம் பாதிப்பு இருந்தால் மருந்து பெயரை சொல்லி பல நோயாளிகளை காப்பாற்றியுள்ளார்.



ஊத்துக்குளி வெண்ணெய் வாங்கி, ஒரு ஸ்பூன் அளவு எடுத்து தேனீரில் (டீ) கலந்து தன்னை நாடி வந்த அன்பர்களுக்கு கொடுப்பாராம். அப்படி தேனீர் அருந்துவது நெஞ்சிற்கு நல்லது என்று கூறுவார்.

தன் முன்னே வந்து நிற்கும் அன்பரின் பிரச்சனையை ஞானத்தால் அறிந்து சொல்வதில் வல்லவர். இது ஐயா அவர்களின் ஆற்றலுக்கு ஒரு எடுத்துக்காட்டு.

ஒருமுறை அரசியல் கட்சி சார்ந்தவர், ஐயாவிடம் வந்து சட்டமன்ற தேர்தலில் நிற்க வாய்ப்பு கிடைக்க நீங்கள் அருள்புரிய வேண்டும் என கூறினார். அதற்கு ஐயா "500 ரூபாய் கொடுங்க சார்" என்று வாங்கி கொண்டு "சார் உங்களுக்கு, கவுன்சிலர் பஞ்சாயத்து தலைவர் பதவி தான் உங்களுக்கு கிடைக்கும், சட்டமன்றத்தில் நுழைய முடியாது" என்று அருளாசி சொன்னார். அதே போன்று அவருக்கு பல முயற்சிகள் செய்தும் வி.லி.கி சீட் கிடைக்கவில்லையாம்.

இப்படி பல அற்புதங்களை செய்த ஐயா, சில நாட்களாக "நான் எந்த பக்கம் போனாலும் புலி வந்து நிற்கிறது, புலி வந்து நிற்கிறது" என்று தன்னை நாடி வந்த அன்பர்களிடம் கூறி கொண்டே இருப்பாராம். இப்படி ஐயா அவர்கள் பேசுவது எவருக்கும் புரியவில்லையாம்.



பார்த்தசாரதி ஐயா அவர்கள் 2012 ஆம் ஆண்டு, ஆடி மாதம், மகம் நட்சத்திரத்தில் "சின்" முத்திரையுடன் அமர்ந்த கோலத்தில், ஜீவ சமாதி ஆனார். பார்த்தசாரதி ஐயாவை அடிக்கடி வழிபட வருகின்ற மருத்துவர் முருகமணி என்பவர் செங்கல்பட்டு சுங்கசாவடி அருகில் உள்ள புலிப்பாக்கம் சிவன்மலையில் வியாக்ரபுரீஸ்வரர் ஆலயத்தின் பூசாரியிடம் அனுமதி பெற்று புலிப்பக்கம் மலைமீது வியாக்ரபுரீஸ்வரர் வலதுபுறத்தில் ஏற்கனவே இருந்த கட்டிடத்தில் சீவ சமாதி வைத்தனர்.

நம்முடைய கர்மவினையின் வீரியத்தை குறைக்கும் ஆற்றல் இறை தூதுவர்களான சித்தர்கள், மகான்கள், யோகிகள், ஞானியர் களுக்கு உண்டு என்பது உண்மை.

சீவ பீட முகவரி:-

சைதை சித்தர் சற்குரு, பார்த்தசாரதி அவர்களின் சீவ பீடம், ஸ்ரீ வியாக்கரபுரீஸ்வரர் திருக்கோவில், சிவன்மலை, புலிப்பாக்கம், செங்கல்பட்டு. (செங்கல்பட்டு டோல்கேட் அருகில்)

பேருந்து தடம்:-

சென்னை கோயம்பேடு – செங்கல்பட்டு, சென்னை மாதவரம் புதிய பஸ் நிலையம் – செங்கல்பட்டு

இறங்கும் இடம்:-

செங்கல்பட்டு டோல்கேட்

மின்சார இரயில் தடம்:-

சென்னை – கடற்கரை – செங்கல்பட்டு, தாம்பரம் – செங்கல்பட்டு

இறங்கும் இடம்:-

செங்கல்பட்டு இரயில் நிலையம் (இங்கிருந்து ஆட்டோ வசதி மலைக்கு உள்ளது) இருசக்கர வாகனம், கார் போன்றவை மலைக்குச் செல்ல சாலைவசதி உள்ளது. ●

குருவிடம் கற்றதும், பெற்றதும்



தலைப்பு: பாசம்

நடைபெற்ற நாள்: 09.02.25

ஆன்மீக முன்னேற்றத்திற்கு பெரும் தடையாக இருப்பதே பற்று. பொருள் பற்று, பிள்ளைகளிடம் பற்று என பலவாறு நாம் பற்றை பற்றி கொள்கிறோம் பின்பு வேதனை, கவலை, கோபம் என எதிர் பார்ப்பில் சிக்கி கொண்டு மாய வலையில் சுழல்கிறோம். இதிலிருந்து எவ்வாறு வெளிவருவது என்ற கேள்வியுடன் தொடங்கியது குருவின் உரை.

நூற்கண்டில் சிக்கல் ஏற்படுத்துவதும் நாமே, அதை பிரிப்பதும் நாமே. பெர்னாட் ஷா கூறியது போல எந்த உறவும் என் மூக்கின் நுனி வரை என்பது போல எல்லா உறவுகளிடமும் நம் அளவு தெரிந்து நடந்து கொண்டோமானால், பிரச்சினை இல்லை என்று உணர்த்தினார் குரு.



சுய அறிவோடு தெளிவாக சிந்திக்கும் ஒருவன் சுற்றி உள்ள உறவு, நட்பை அளவுடன் பேன தெரிந்தால் எதுவும் பிரச்சினை இல்லை. நீரின் மேல் மிதக்கும் பாசியை குறிப்பிட்டு உதாரணம் கூறினார். பாசியில் கால் வைத்தால் வழுக்கும். அது போலத்தான் பாசமும் என்றார்.

அளவுக்கு அதிகமாக பாசம் வைத்ததால் கஷ்டப்படுகிறோம். நாம் பாசம் என்கிறோம் ஆனால் எது பாச மென்று அறியாது இருக்கிறோம். பாசம் என்ற உரிமையில் ஒன்று அடிமை படுத்து கிறோம் அல்லது

திருமதி. கௌரி.
பெங்களூர்.



அடிமை ஆகின்றோம், என்று தெளிவுபடுத்தினார்.

களிமண் பானை உருவாகும் போது அழுத்தம் கொடுத்தால் பானை உருவாகாது வளைந்தது விடும், அது போல எந்த உறவும் பெற்றவர்களோ, தாரமோ பிள்ளை களோ, பாசம் என்ற போர்வையில் அழுத்தம் கொடுப்பது எவ்வாறு பாசமாகும் என்று புரிய வைத்தார். பாசம், அக்கறை என்று சொல்லி அடிமை படுத்துவது அல்லது எதிர்பார்ப்பது பாசம் இல்லை என்றும் விளக்கினார்.

உதாரணமாக, நான் சொல் வதை நீ கேட்க வேண்டும் என்பது சூழ்நிலை புரியாது நடந்து கொள்வது. எதிராளியின் மனநிலை புரியாது நடந்து பிறகு கோபம் வருத்தம் கொள்வது எவ்வாறு பாசமாகும் என்பதை குரு அழகாக உணர்த்தினார்.

பசு பதி பாசம் என்றால் என்ன என்பதை விளக்கினார், பசு என்பது ஆன்மா பதி என்பது தலைவன் எனவே ஆன்மா மீது பாசம் வைப்பதே சிறந்தது என்று தெளிய வைத்தார். தட்டுங்கள் திறக்கபடும் என்று இயேசு கூறியது தட்டுவது ஆன்மாவை, கதவை அல்ல என விளக்கினார்.

எல்லா உயிர்களிலும் இறை வனை காண்பதே பாசம் ஆகும். மனிதனாக பிறப்பது தன்னை உணர்ந்து பரம் பொருளை அடை வதற்கே. ஆனால் நாமோ சுற்றி உள்ள மனிதர்கள் பொருள்கள் என்று பலவற்றில் பற்று வைத்து மேலும் மேலும் எதிர்பார்ப்பு, கோபம், வருத்தம் அடைந்து திரும்ப, திரும்ப பிறந்து துன்பம் அடைகிறோம்,

இறை பாதையே துன்பத்தில் இருந்து விடுதலை அளிக்கும். பாசம் ஆன்மா முன்னேற தடையாகும். அன்பும் அறிவும் தெய்வம் என்று உணர்ந்து செயல்பட்டால் பாசம் என்னவென்று புரியும். எனவே நான் அழிவற்ற ஆன்மா என்று உணர்ந்தால் அதுவே நிரந்தரம் என்று கூறி உறையை நிறைவு செய்தார்.

தலைப்பு : பயம்

நடைபெற்ற நாள் : 9.03.25

1. பயம் என்பது மனம் சார்ந்த விஷயம் எந்த மனம் தியானம்

செய்ய ஆசைப் படுகிறதோ அதே மனம் இருட்டை கண்டும் பயப்படும். ஆக நாம் என்னவாக வேண்டுமோ அதை மனமே தீர்மானிக்கிறது .

2. நாம் மனதை ஒரு விஷயத் திற்கு பழக்க படுத்துகிறோம் , அப்பழக்கத்தை விடவென்றும் என்றால் பயமேற்படுகிறது, உதா ரணமாக காபி பழக்கப்படுத்து கிறோம் அது உடலுக்கு கேடு விளைவிக்கும் என்று உணரும் போது விட முடிவதில்லை எனக்கு காபி இல்லையெனில் தலை வலிக்கும் என்று நாம் சமாதானம் சொல்கிறோம். எதுவும் எண்ணங்களால் ஏற்பட்ட பழக்கமே. அதை மாற்ற நினைத்தால் மாற்ற முடியும்.

3. பயம் உருவகுவதால் நாம் ஒரிடதிலேயே முடங்குகிறோம், அப்படியென்றால் பயத்தை வெல்ல முடியுமா என்று கேட்டால் முடியும் எப்படி ?

4. குரு எளிமையான முறையில் தீர்வு கூறுகிறார், அதற்கு முதலில் நாம் நம்மை கேள்வி கேட்க வேண்டும் எப்படி முதலில் எதற்கு (எந்த விஷயத்திற்கு) பயபடுகிறோம் என்று நம் எண்ணத்தை ஆராய வேண்டும் பின் ஒவ்வொரு கேள்வியாக கேட்டுக்கொண்டே பின்னோக்கி போகவேண்டும்.

உதாரணம் – ஒருவனுக்கு பரிட்சை பயம் என்றால்,முதல் கேள்வி எதனால்? இரண்டாம் கேள்வி முதல் கேள்வி பதிலை பொறுத்து கேட்கவேண்டும், எடுத்துக்காட்டாக மதிப்பெண் குறையும் என்று எடுத்துக் கொண்டால் அடுத்த கேள்வி ஏன் குறையும், படிக்க வில்லயா படித்துள்ளாயா என்று, இவ்வாறு ஒவ்வொரு பதிலையும் கேள்வி கேட்டு எண்ணத்தை ஆராய்ந்தால் பயம் விலகி விடை கிடைக்கும்.

5. நம் எண்ணமே பயத்தை உருவாக்குகிறது இதற்கு தியானம் அவசியம். தவம் எண்ண பதிவுகளை அழிக்கிறது,தவம் மூலம் எண்ணப் பதிவுகளை கொஞ்சம் கொஞ்சமாக அழிக்கலாம்.

6. ஒரு யோகிக்கும் தூக்கம் இல்லை போகிக்கும் தூக்கம் இல்லை இதில் யோகி சாதனை செய்வதால் தூக்கம் பற்றி கவலை கொள்வதில்லை ஆனால் போகியோ தூக்கம் இல்லை என்று கவலை கொள்கிறான்.

7. இளம் கன்று பயம்மறியாது என்று ஒரு சொல்வடை உண்டு அதைப் போல பயம் இளமையில் தெரிவதில்லை, 18–19 வயதில் லௌகீக வாழ்கையில் ஏற்படும் இன்ப துன்பங்கள் பின்னாளில் பயம் மற்றும் கவலையாக மாறுகிறது.

8. பயத்தை மாற்ற முடியுமா என்றால் முடியும் பயத்தை நோக்கி கவனத்தை செலுத்தாமல் இருந்தாலே போதும்.

9. பயத்தை பற்றி விளக்கையில் ஒரு சிறுவனின் பயத்தை குரு எவ்வாறு போக்கினார் என்ற சிறு கதை மூலம் குருஎளிமையாக விலகினார்.

10. பயத்தை விலக்கினால் தான் இறை நிலை கைகூடும்.

பயமற்ற ஆன்மாவே இறை நிலைக்கு வழி. தவம் ஒன்றே பயத்தை நீக்ககும் வழி

தவம் எண்ண ஓட்டத்தை குறைக்கும். தவம் மூலம் உன்னை நீ அறிந்து ஆத்மானுபூதி அடைந்தால் உலக விஷயத்தை நோக்கி உள்ள நம் கவனம் உட்புறமாக நமக்குள் உள்ள ஆன்மாவை நோக்கி திரும்பும்.

செயல் தெளிவாக இருக்கும் அத்தெளிவு பயத்தை குறைக்கும். அவ்வாறு இல்லை என்றால் கடவுளை நொந்து பயனில்லை.

உலகம் நம்மை பயமுறுத்த வில்லை நாமே உலகத்தை கண்டு பயம் கொள்கிறோம். பார்ப்பவன் இல்லை என்றால் பார்க்கப்படும் பொருள் இல்லை நமக்குள் உள்ள இறைவனை உணர்ந்து கொண்டால் ஞானம் வந்து பயம் விலகும்.

அது போல பயம் உடல் சார்ந்தே இருக்கிறது. பயம் உடலை எவ்வாறு பாதிக்கிறது என்று பல உடல் நலம் சார்ந்த விளக்கங்களும் குரு தவத்துடன் விளக்கினார் . ஸ்வாதிஷ்டான சக்ரா தவத்துடன் அன்றைய சத் சங்கம் இனிதே நிறைவுற்றது .

குருவுடன் சத்சங்கத்தில் இணைய கீழ்கண்ட வாட்ஸ் அப் நம்பரில் இணையுங்கள். 9941816692

குரு வாழ்க! குருவே துணை!

"பேரின்பம்"



தற்போது மனிதன் தன்னுடைய உடலின் ஆசைகளுக்கு அடிமையாக இருக்கிறான்.

உயர்வான குண நலன்கள் உள்ள வாழ்க்கைக்குப் பதிலாக, உயர்வான வாழ்க்கைத் தரத்தையே இலட்சியமாகக் கொள்வது மனித சமுதாயத்திற்கு பேரழிவைத் தத்துகொண்டு இருக்கின்றது. என்பதை உணர மறுக்கின்றான். குணநல மேம்பாடு என்னும் போது, ஒழுக்க நெறி, பணிவு, வைராக்கியம், கருணை என இவற்றில் கவனம் செலுத்த வேண்டும்.

மிகுந்த வசதியும், பலர் அறிய உலக பொருட்களை அனுபவிக்க வேண்டும் என்ற பேராசைக்கு அடிமையாகாமல் அவற்றை அழிக்க வேண்டும்.

தற்போது மனிதன் தன் ஆசைகளுக்கு அடிமையாக இருக்கிறான். இன்பம், சுகவாழ்வு இவற்றால் உண்டான தாக்கத்தை வெல்ல இயலாது நிராதரவாக இருக்கிறான். தனது புலன் இச்சை முதலிய இயல்பான குணங்களை கட்டுப்பாட்டில் வைத்திருக்க இயலாத பலவீனனாக இருக்கிறான்.

தனக்குள் மறைந்து, நிறைந் திருக்கின்ற தெய்வ அறிவு உணர்வினை எவ்வாறு எழுப்புவது என்று அறியாது இருக்கிறான்.

அதற்கு காரணம், சிற்றின்பமான உலக விசயங்களை பேரின்பமாக நினைப்பதனால்தான். ஓஞ் மானிட சென்மங்களே! தன்னை உணர்தலே பேரின்பம். மற்ற அனைத்து சிற்றின்பம் என்பதை உணர்ந்து கொள்.!

யோகி ஸ்ரீராம் பாபா அவர்கள் தனது வாட்அப் தளத்தில் தினந்தோறும் ஒரு பொன்மொழியை பதிவிடுவதை வழக்கமாக வைத்திருக்கின்றார். அதை வலைத்தளவாசிகள் தினந்தோறும் வாசித்து மகிழ்கின்றனர். அந்த பொன் மொழிகளை வாசகர்கள் அனைவரும் படித்து மகிழவேண்டும் என்று தேதி வாரியாக தொகுத்து வழங்குகிறேன். வாசகர்கள் படித்து பயன்பெற வேண்டுமாய் கேட்டுக் கொள்கிறேன்.



யோகி ஸ்ரீராம் பாபாவின்

இனிய மொழிகள்

01.03.25

கல்வி புரிதலைக்கொடுக்காது. புரிதலைப் போன்ற உணர்வை மட்டுமே கொடுக்கும். தியானத்தின் மூலம் கிட்டும் ஞானம் மட்டுமே உண்மையான புரிதலைக் கொடுக்கும்.

02.03.25

நம்மை பூமிக்கு கொண்டு வந்தவர்களும், நம்மோடு பூமிக்கு வந்தவர்களும் நம் உறவினர்கள் அல்ல. நம்மை பூமிக்கு அனுப்பிய இறைவன் மட்டுமே நமது உண்மையான உறவினர் என்பதை ஞாபகத்தில் வைத்துக் கொள்ளுங்கள்.

03.03.25

உடல் வளர்க்க உணவு விடுதியில் பல மணி நேரம் காத்திருக்கின்றாய். உயிர் வளர்க்க தியானமையத்தில் இருபது நிமிடம் தியானம் செய்ய முடியாமல் தவிக்கின்றாய். இதுதான் நீ படித்து பெற்ற அறிவா?

04.03.25

உன்னுடைய பழைய அபிப்ராயங்கள், எண்ணங்கள், தத்துவங்களை கைவிடாமல் பிடித்து தொங்கிக்கொண்டிருக்கும் வரை உன்னால் உனது சத்குருவை சந்திக்கவே முடியாது.

05.03.25

கதகதப்பு வேண்டும் என்றால் நாம்தான் நெருப்பிடம் செல்ல வேண்டும். தூர இருந்து கொண்டே வெப்பமே இல்லை என்று குறை

தொகுப்பு: ஜெயந்தி ஸ்ரீராம்

கூறக்கூடாது. குற்றம் நெருப் புடையது இல்லை. நம்முடையது.

06.03.25

நீங்கள் அறிவாளி என்றால் பணம் உங்களுக்கு தொண்டு செய் யும். முட்டாள் என்றால் உங்களை அடிமைப்படுத்தி ஆட்சி செய்யும்.

07.03.25

உற்சவ முர்த்திகள் வேண்டு மானால் உங்களைத் தேடி வரலாம். கருவறைக் கடவுளைக் காண வேண்டும் என்றால் நாம் தான் தேடிப்போக வேண்டும்.

08.03.25

பரம்பொருள் அசைவற்ற தன்மையுடையது. ஜீவன் சஞ் சலமுடையது. எப்போதும் அசைந்து கொண்டே இருப்பதை வைத்து அசைவற்றதை காண இயலாது. அசைவை நிறுத்துங்கள், ஆனந்தம் வெளிப்படும்.

09.03.25

நீங்கள் எதை சாதிக்க விரும்பி னாலும் சரியான பாதையில் செல்லுங்கள். அதன் விளைவுகளை நீங்கள் எதிர்கொள்ள தயாராக இல்லை என்றால் தவறான பாதையில் செல்லாதீர்கள்.

10.03.25

வாழ்வின் எத்தகைய சூழ்நிலை யையும், இறைவனின் ஆசியாக ஏற்றுக்கொள்பவன் எவனோ அவனே பக்தன் எனப்படுவான்.

11.03.25

நீ நீயாக இருக்கும்போதும், எப்போதும் உன் முகத்தில் மாறாத புன்னகை இருக்கும்போதும் உன் ஆழ் மனதில் அமைதியுடன் இருக்கும் போதும் உன் குழப்ப மான மனதிடம் இருந்து விடுதலை அடையும் போதுதான் நீ "சுதந்திர மானவன்".

12.03.25

குப்பையை சுத்தப்படுத்த வேண்டும் என்றால் அதை ஆராயக்கூடாது.கூட்டித்தள்ளிவிட வேண்டும் அதுபோலவே தன்னை அறிய வேண்டிய ஒருவன் தன்னை மறைத்துக் கொண்டிருக்கும் தத்துவங்களை கூட்டித் தள்ளாது ஆராய்வதில் பயனில்லை.

13.03.25

நீங்கள் பிரார்த்தனை செய் கின்றீர்கள் என்றாலே உங்களுக்கு இறைவன் கொடுக்க விரும்பாததை கேட்டே பிரார்த்திக்கின்றீர்கள் என்பதை அறிந்து கொள்ளுங்கள்.

14.03.25

கடவுளை உணர்ந்து கொள்ள முடியாதவனே பூசைகள் செய்து தன்னை திருப்திபடுத்த முயலு கின்றான்.

15.03.25

இறைவனை புராணத்திற்குள் அடக்கி ஊர் ஊராக தேடாதீர்கள். அவனை ஆன்மீக அனுபவமாக மாற்றி உங்களுக்குள் தேடுங்கள். பூசை, பரிகாரம் என்று பொய்யாய் திரியாதீர். தவம், தியானம் என்று மெய்யாய் மாறுங்கள்.

16.03.25

துக்கக் கடலில் முழ்காமல் பயணம் செய்ய வேண்டும் என்றால் வாழ்க்கைப் படகில் ஆடம்பரம் என்னும் பாரத்தை ஏற்றாமல் இருக்க வேண்டும்.

17.03.25

இங்கு அனைத்தும் நிலை யற்றவை. வரும்போது ஒன்றும் கொண்டுவரவில்லை. செல்லும் போது போது யாரிடமும் விலாசம் கொடுக்கப் போவதும் இல்லை. பிறகு எதற்கு வீண் கவலை.

18.03.25

மூடத்தன்ம என்பது எனக்கு எதுவும் தெரியாது என்பதல்ல. எதுவும் தெரியாது என்றாலும் எனக்கு எல்லாம் தெரியும் என்று நினைப்பதே மூடத்தனம்

19.03.25

நிகழ்வதை மட்டுமே நினைவில் கொள்ளுங்கள். ஒரு போதும் நிகழ்வை உருவாக்காதீர்கள்.

20.03.25

தியானம் என்பது கண்களை மூடிக்கொண்டு மனதை அமைதியாக இருக்கும்படி கட்டாயப்படுத்துவது கிடையாது. மாறாக ஒவ்வொரு நொடியும் நம் மனதின் உள்ளேயும், வெளியேயும் நிகழ்வதை விழிப்புணர்வுடன் கவனிப்பதேயாகும்.

21.03.25

ஒவ்வொரு மனிதனும் ஆனந்தத்தை அனுபவிக்க முடியும். ஆனால் ஒருவரும் ஆனந்தத்தை அனுபவிக்க விரும்புவதில்லை.

22.03.25

கனவு, விழிப்பு இரண்டையும் எதனால் ஒருவன் உணர்கின்றானோ, அதுவே "ஆன்மா"

23.03.24

நிரந்தர சத்தியமான தெய்வீக அனுபவத்தை பெறுவதும், இறைக் காட்சியை காண்பதும், இறையோடு உறையாடுவதும் மதம் எனப்படும். இதை அறியாது வெவ்வேறு வழிபாடுகளையும் பிரார்த்தனைகளையும் மதம் என்று கருதி உங்கள் வாழ்வை வீண் செய்வது அறியாமையாகும்.

24.03.25

தனக்குரிய தர்மத்தை செய்து வருபவனை விட கேடி மடங்கு உயர்ந்தவன் வீட்டைத் துறந்தவன். அவனைவிட கோடி மடங்கு உயர்ந்தவன் உள்ளத்திலே துறவு கொண்டவன்.

25.03.25

பக்குவம் அடையாத மனிதனின் மனம் பால் போன்றது. எளிதில் கெட்டுப்போகும். ஆனால் பல துன்பங்களை சந்தித்து அவற்றை நேர்மையாக கடந்து வந்தவன் மனம் நெய் போன்றது. அத்தகைய மனிதர்களின் மனம் ஒருபோதும் சலனமடைவதில்லை.

26.03.25

கோபம் கொண்டவன் எந்த

முயற்சியிலும் வெற்றியடைய மாட்டான். அவன் பாவங்கள் செய்வான். கேலி செய்யப்படுவான். செல்வங்களையும், மரியாதையையும் இழப்பான். ஆன்மீகப் பயணம் தொடங்குபவனுக்கு முதல் பயிற்சி கோபத்தை கட்டுப்படுத்துதலே.

27.03.25

மனிதர்களிடம் வருவதற்கு கடவுள் அணியும் பிரகாசமான முகமூடிதான் "குரு"

28.03.25

மீண்டும் பிறக்காமல் இருக்க குருவை சரணடையுங்கள். குருவின் ஆணையை பின்பற்றுங்கள். செய்த தவறை மீண்டும் செய்யாதீர்கள். இல்லை எனில் மானிடப்பிறவி வீணாகிவிடும்.

29.03.25

சந்தேகம் மற்றும் அச்சம் கொண்டவர்கள் எதையும் சாதித்ததாக சரித்திரம் இல்லை.

30.03.25

புகழ்ந்துரைக்க காரணங்கள் தேவையில்லை. குற்றம் சொல்ல காரணங்கள் கட்டாயம் தேவை. எது வரினும் குற்றம் கடிவோம். நல்லன நாடிச்செய்வோம்.

31.03.25

என்னாலேதான் எல்லாம் நடக்கின்றது என்பவன் தன்னை அறியாதவன். தன்னாலே எல்லாம் நடக்கின்றது என்பவன் தன்னை அறிந்தவன். ●

"என்னுடையது"

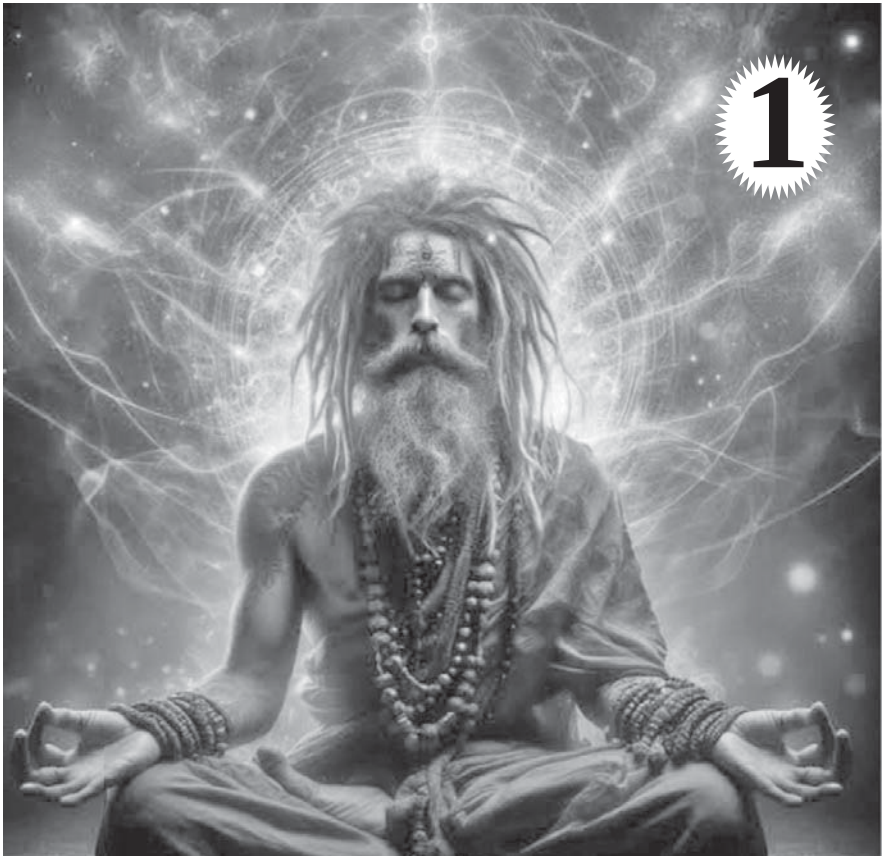
"என்னுடையது என நீங்கள் நினைப்பதே உங்களின் அனைத்து துக்கத்திற்கும் காரணம்!" உலகத்தில் உள்ள அத்துணை பொருட்களும் அனைத்து உயிரினங்களும் அண்டங்களும் இறைவனால் நிரம்பப்பட்டுள்ளது. தியாகத்தால் தன்னை காத்துக் கொள்ள வேண்டும். யாருடைய பொருள்களையும் கைப்பற்ற ஆசை கொள்ளக் கூடாது. எல்லா உயிரினங்களிலும் ஆத்மதத்துவத்தை பார்க்கின்றவனுக்கு மயக்கம் இல்லை, துயரம் இல்லை.



வேதத்தில் கூறப்பட்ட "கர்ம யோக"த் தில் மட்டும் பற்று உள்ளவர்களுக்கு பலனாக சொர்க்கலோகம், பிதுர்லோகம் கிடைக்கிறது. "பக்தி யோக"த் தில் மட்டும் பற்று உள்ளவர்களுக்கு அதை விட சற்று மேலான உலகங்கள் கிடைக்கின்றன. கர்ம யோகத்துடன், பக்தி யோகத்தையும் சேர்ந்து செய்பவர்களுக்கு பிரம்மலோகம் கிடைக்கிறது.

மேற்படி உலகங்கள் நிலையற்றதாக இருந்த போதிலும், துயரமிக்க வாழ்வில் அடையப்படும் உயர்ந்த பலனாக கருதப்படுகிறது. கர்ம யோகம் மற்றும் பக்தி யோகத்துடன் "மெய்ப்பொருள் அறிவான "ஞான யோகம்" என்ற வேதாந்தத்தை தகுதியான குருவின் மூலம் கேட்டு அறிந்து கொண்டவனுக்கு பிறப்பு, இறப்பு இல்லாத மேலான பெருவாழ்வான விதேக முக்தி கிடைப்பது உறுதி.

வாழ்வியல் நெறிகாட்டும் மெய்ஞ்ஞானம்



அன்புள்ளம் கொண்ட அடியவர்களுக்கு நமஸ்காரம் !!

அடியேன் நாராயணன், சென்னையில் வசிக்கிறேன். பக்திமார்க்கத்தில் பயணித்து குருவருளால் ஞானமார்க்க பாதையில் தொடர சங்கல்பமாகியது. ஞானயோகம் என்பது ஒரு தெய்வீக அனுக்கிரஹம், குருவின் க்ருபாகடாக்ஷம். குருவின் தீக்ஷையில்லாமல் ஞானப்பாதையில் பயணிப்பது என்பது சற்றும் நடவாத செயலாகும்.

நாம் உண்மையான பக்தியை இறைவனிடத்தில் செலுத்தும்போது அவரே ஞான

ஒளியூட்ட தக்க குருநாதரை அனுப்பிவைக்கின்றார்.அப்படி நடந்த அனுக்கிரஹமே அடியேன் ஸ்ரீ யோகி ஸ்ரீராம் பாபா அவர்களைச் சந்தித்தது, அவர் பல்வேறு குருமார்களை ஆச்ர யித்து, அனுக்கிரஹம் பெற்று ஞானயோகத்தை தன்னை நாடி வந்த அடியவர்களுக்கு அருளி வருகின்றார்.

இப்படியாக குருவோடு பய ணத்தை தொடரும் தருணத்தில், அடியேனுக்கு ஞானயோகத்தை பற்றிய சில புரிதல்கள் ஏற் படத்தொடங்கின. அதனை அவ் வவ்பொழுது எடுத்து அடியேன் குறிப்பாக தொகுத்து வைத்ததை இந்த தளத்தில் தொடர் கட்டுரை யாக எழுதுவதில் மிக்க மகிழ்ச்சி அடைகின்றேன்.இவையனைத்தும் குருவின் க்ருபை மற்றும் அருள் மட்டுமே.

குரு வாழ்க! குருவே துணை!!

நம்முடைய வேதங்களும், இதிகாசங்களும், மகான்களும் வாழ்வை நெறிமுறைபடுத்தி இறைத்தன்மையை அடைவதற்கு கீழ்கண்ட யோகமார்க்கங்களை நமக்கு வழங்கியுள்ளனர்.

1. கர்மயோகம் 2. பக்தியோகம் 3. ஞானயோகம். மேற்கண்ட யோக மார்க்கங்களில் முதல் இரண்டு மார்க்கங்கள் பாமரமக்களை உய்விக்க வந்தவை. ஒரு சாதாரண மனிதன் தன் அன்றாட கடமைகளை செய்து குடும்பத்தின் அடிப்படை தேவைகளை நிறைவேற்றி, தன்னை சார்ந்தவர்களை காத்து



நாராயணன்

அறநெறியில் நிற்பதே கர்மயோகம் எனப்படும்.

அதே நேரத்தில் இறைவனை உணர பக்தி என்ற மார்க்கத்தை அடைந்து அர்ச்சா மூர்த்திகளை ஆராதித்து, கோவிலில் உள்ள மூர்த்தங்களை வழிபாடு செய்து நம் உள்ளத்தை அந்த இறைவனிடத்தில் ஒன்ற வைப்பது பக்தியோகம் என்று அழைக்கப்படுகின்றது.

உண்மையான கர்மயோகத்தில் ஈடுபட்ட ஒரு மனிதன் தன் குடும்பத்தை காக்க அறவழியில் ஈடுபட்டு தன் அன்றாட கடமைகளை செய்கின்றான். ஆனால், அந்த மனிதன் தன் மனைவியை, தன் குழந்தைகளை, தன்னை சார்ந்தவர்களை காப்பதை கர்மமாக (கடமையாக) நினைக்கிறானே தவிர பலனை எதிர்பார்ப்பதில்லை.

அதேபோல் உண்மையான பக்தி மார்க்கத்தில் ஈடுபடும் ஒருவன் இறைவனிடம் ஒன்றுகின்றானே தவிர அவனிடம் எந்த பலனையும் எதிர்பார்ப்பதில்லை. இவ்விரண்டு மார்க்கங்களிலும் அவனுக்கு தேவையானதை அந்த இறைதன்மையே நிறைவேற்றி வைக்கின்றது.

இவ்விரண்டு மார்கங்களிலும் எதிர்பார்ப்பு என்று ஒன்று ஏற்படும்பொழுது மனிதனுக்கு மிஞ்சுவது ஏமாற்றம் மட்டுமே. அந்த நேரத்தில் அவன் கர்ம யோகத்தில் ஈடுபட்டவனாக இருந்தால் தன்னை சார்ந்தவர்களை குறைசொல்வதிலும், செய்த காரியங்களை சொல்லிக் காட்டுவதிலும் மனதை செலுத்துகின்றான்.

இதே மனப்பாங்கில் பக்தி யோகத்தில் ஈடுபட்டவனாக இருந்தால், அவன் இறைவனை குறை கூறுகின்றான், மேலும் தெய்வத்தை மாற்றி மாற்றி பார்த்து தன் கோரிக்கைகளை நிறைவேற்றிக்கொள்ள முயலுகின்றான். கேட்டதை கொடுக்கும் ஒரு இயந்திரமாக இறைவனை பார்க்கின்றான்.

மகான்களும், யோகிகளும், சித்தர்களும், முனிவர்களும் இந்த இரண்டு மார்க்கங்களை நெறி முறைப்படுத்த ரஹஸ்ய முகமாக அடைந்த யோகமே ஞானயோகம் அல்லது ஞானமார்க்கம் என்ற ழைக்கப்படுகிறது.

இந்த ஞானமார்க்கத்தின் மூலமாகவே முன்னர் சொன்ன இரண்டு மார்க்கங்களும் நெறிமுறைப் படுத்தப்படுகின்றது. கர்மயோகத்திற்கு உதாரணமாக வாழ்ந்த ஸ்ரீராமனுக்கு வசிஷ்டர் குருவாகவும், ஜனகமஹாராஜனுக்கு அஷ்டவக்ரர் குருவாகவும், பீஷ்மருக்கு பரசுராமர் குருவாகவும் இருந்து ஞானத்தை உபதேசித்து இறுதியில் ஞானத்திலேயே லயித்தது ஒடுங்கியது மறுக்க முடியாத உண்மை.

அதேபோல் பக்தியோகத்திற்கு உதாரணமாக வாழ்ந்த ப்ரஹலாதனுக்கு ஸ்ரீதத்தாத்ரேயர் குருவாகவும், மீராபாய்க்கு ரவிதாஸ் குருவாகவும், சைதன்ய மஹாப்ரபுவுக்கு ஈஸ்வரபுரி குருவாகவும், துளசிதாசருக்கு நரஹரிதாஸ் குருவாகவும் இருந்து ஞானத்தை உபதேசித்து இறுதியில் லயித்து ஒடுங்கியது ஞானமார்கத்திலேயே என்பதும் மறுக்கமுடியாத உண்மை.

இப்படி கர்மயோகத்திலும், பக்தியோகத்திலும் ஈடுபட்ட அடியவர்கள், அரசர்கள் அனைவரும் ஞானமார்க்கத்தை அடைந்ததால் நான் செய்கின்றேன் என்ற பற்றை நீக்கி தன்னுடைய தர்மத்தை கடைபிடித்து பரம்பொருளை உணர்ந்தனர்.

இப்படிப்பட்ட உயர்ந்த மார்க்கமே ஞானயோகம், மெய்ஞான பாதை என்றெல்லாம் அழைக்கப்படுகின்றது. இதை அடைவது என்பது ஒரு சாதாரண

லௌகிக மனிதனுக்கு சற்று கடினமே என்றாலும் தக்க குரு ஒருவர் வழிநடத்துதலினால் இந்த மெய்ஞான பாதையில் நம்மாலும் பயணிக்கமுடியும்.

இப்படிப்பட்ட ஞான யோகத்தைப் பற்றி நாம் சற்று விரிவாக ஆராய்வோம்.

மெய்ஞ்ஞானம் என்றால் என்ன? ஞானயோகம் என்றால் என்ன? இதை அறிவதற்கு முன்பாக யோகம் என்றால் என்ன? என்பதனை நாம் புரிந்து கொள்ள வேண்டும்.

யோகம் என்பது பல்வேறு கோணங்களில் அர்த்தமானது கற்பிக்கப்படுகிறது.

சாதாரண லௌகிக நிலையில் உள்ள ஒருவனால் அறியப்படும் அர்த்தம், இது கீழ்நிலையை சார்ந்தது. அவன் யோகம் என்பதனை அதிர்ஷ்டம் (முயற்சியின்றி கிடைக்கும் நன்மை) என்ற நிலையில் உணர்கின்றான். இது மூடநம்பிக்கையாக பார்க்கப்படுகின்றது.

யோகம் என்பதனை ஜோதிடம், கணிப்பு என்ற நிலையிலும் சாதாரண மனிதன் உணர்ந்து கொள்கின்றான். கிரகங்களின் ஆட்சிநிலை, அதன் அமைப்பு என்ற நிலையில் பொருள்படுத்துகின்றான். இதுவும் மூடநம்பிக்கையாக உருப்பெறுகின்றது.

சரியான மார்க்கத்தில் பயணிக்க தொடங்கிய ஒரு மனிதன் யோகம் என்பதனை எல்லையற்ற தன்மை என்ற நிலையில் உணர்ந்து கொள்கின்றான்.

ஆத்மஞான பாதையில் பயணிக்க தொடங்கிய ஒரு மனிதன் சிலகால பயணத்திற்கு பின்பு யோகம் என்பதனை தியானம் என்ற கோணத்தில் நோக்குகின்றான். பின்பு அதுவே உண்மை என்று உணர ஆரம்பிக்கின்றான். இதுவே யோகத்தின் உன்னதநிலை.

இந்த ஆத்மஞான பாதையில், தொடர் பயணத்தின் பலனாக ஒரு மனிதன் பரம்பொருள் என்றால் என்ன என்பதனை உணரும் நிலைக்கு தள்ளப்பட்டு சட்டென்று ஒருநாள் பரம்பொருள் தன்மையினை உணர்ந்து அதிலேயே லயிக்கின்றான். ஆனால் அவனால் தொடர்ந்து அந்த நிலையினை தக்கவைத்துக்கொள்ள முடிவதில்லை.

இப்படியாக இந்த ஆத்மஞான பாதையில் ஒவ்வொறு அடியாக முன்னேறிய ஒரு மனிதன் உயர் நிலையை அடைந்து பேரின்பத்தை அடைவதே சமாதி, ஆத்ம சாக்ஷாத்காரம், தன்னை உணர்தல், தன்னை உணரும் அறிவு அறு பலவாறாக அழைக்கபடுகின்றது. இதுவே யோகம் என்பதன் மிக உயர்ந்த உண்மைநிலை அர்த்தமாகும். இந்த நிலையினை அடைந்த ஒருவனால் சமாதி நிலையில் அடிக்கடி லயித்து பரம்பொருளாகிய இறைத் தன்மையை அடையமுடிகின்றது.

தொடரும்

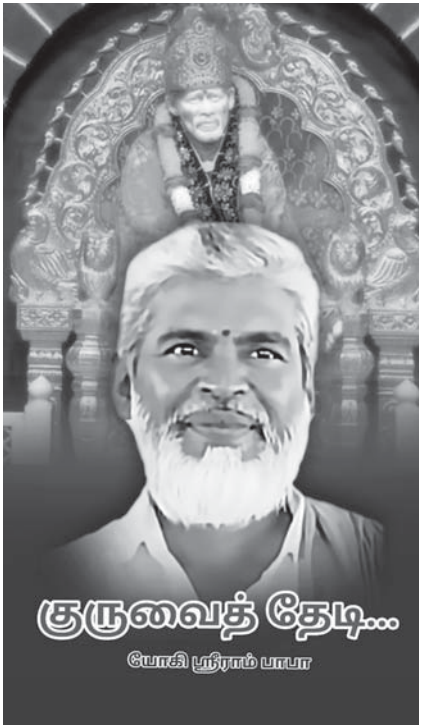
“குருவைத்தேடி”

ஓர் அற்புதப்படைப்பு

“குருவைத்தேடி” நூல், ஆசிரியர் யோகி ஸ்ரீராம் பாபா அவர்கள் எழுதியுள்ள அற்புதமான புத்தகம். சாயி பக்தர்களுக்கோர் வழிகாட்டி, மனதின் குரல், ஞானத்தின் அடையாளம். தமிழ்நாடு,திண்டுக்கல் மாவட்டம், அம்மையநாயக்கனூரில் இருந்து மஹாராஷ்டிரம் மாநிலம் அகமது நகர் மாவட்டம், சீரடி வரை ஆசிரியர் தனது குருவைதேடிய ஆன்மீகப் பயணமே இந்நூல்.

படிக்கப்படிக்கப் பரவசம். யாம் அறிந்தவரையில், தமிழ் நாட்டில் பூஜ்ய ஸ்ரீ நரசிம்ம சுவாமிகள் மன அமைதி தேடி கால்நடையாக சீரடி சென்று சாய்பாபாவின் தரிசனம் பெற்ற பிறகு, பாபாவைப் பற்றி பல புத்தகங்கள் எழுதியுள்ளார். அவருக்குப் பின்பு யோகி ஸ்ரீராம் பாபா அவர்கள் சங்கம்நேர் toசீரடி வரை இரவு பகல் பாராது ஊன் உறக்கம் இன்றி கால்நடையாக சீரடி சென்று ஸ்ரீ சாயி பகவானை தரிசித்து உள்ளார்.

அதை அவர் குருவைத்தேடியில் விவரித்திருப்பதை படிக்கும்போது ஒரு பரவசம் ஏற்படுகின்றது. “சாயி மணம் பரப்பும் மலர்” என்ற தலைப்பில் பூஜ்ய ஸ்ரீ நரசிம்ம சுவாமிஜியின் வாழ்க்கை வரலாற்றை டாக்டர் விஜயகுமார் அவர்கள் எழுதியுள்ளார்கள்.

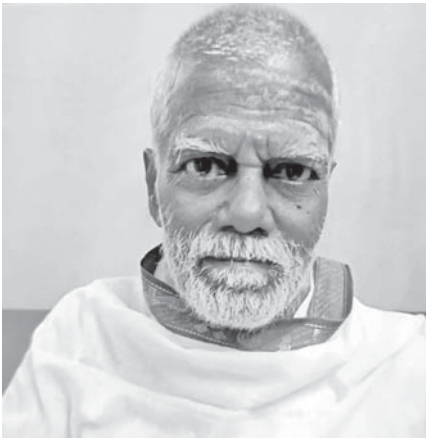


ஸ்ரீ சீரடி சாய்பாபாவின் அற்பு தங்கள் என்ற தலைப்பில் ஸ்ரீ சாய் பாத மெய்யடிமை அவர்களும் தனது வாழ்க்கையில் நடந்தவற்றை ஒரு புத்தகமாக எழுதியுள்ளார்கள். மேற்படி இருவரும் மெத்தப் படித்த வர்கள். ஆனால் உயர்நிலைப் படிப்பைக்கூட முழுமையாக முடிக்காத யோகி ஸ்ரீராம் பாபா அவர்கள் “குருவைத் தேடி” நூலை எழுதியிருப்பது மிகவும் அதிசயத்தக்கது, பாராட்டுக்குரியது.

யோகி ஸ்ரீராம் பாபா அவர்கள் படிப்பறிவை விட பட்டறிவின் மூலமாக குருவைத்தேடி நூலை மிகவும் அற்புதமாக படைத்துள் ளார். குருவைத்தேடி புத்தகம் சாய் பக்த்ர்களுக்கு ஓர் வரப் பிரசாதம். சாயி பக்தர்கள் அனை வரும் இந்நூலை படித்து பயன்பெறு வதோடல்லாமல் அடுத்தவரையும் படிக்கச்செய்ய வேண்டும்

நூல் ஆசிரியர் அவர்கள் தனது முன்னுரையிலேயே, ஆன்மீகவாதி யாவதற்கான எந்த தகுதியும், பயிற்சியும் இல்லாத ஒருவன் ஆன்மீகவாதியான நிகழ்வுதான் "குருவைத்தேடி" என்று பதிவு செய்துள்ளார்.

"ஸ்ரீ சாயி சத்சரிதம்" என்னும் புனிதநூலை எழுதிய ஹேமாட் பந்த் என்னும் ஸ்ரீ கோவிந்த ராவ் ரகுநாத் தபோல்கர் அவர்கள் இப்பணியை செய்ய தகுதியுடையவர் அல்ல என்றும், என் நெருங்கிய நண்பனின் வாழ்க்கையே எனக்குத் தெரியாது.



திரு. சாய் தாசன் (கோபால்சாய்)

அப்படியிருக்க ஒரு ஞானியின் வாழ்க்கையை என்னால் எழுத முடியுமா? என்று தயங்கியபோது சாயிபாபா அவரை ஆசீர்வதித்து எழுத வைத்தார்.

அதேபோன்று யோகி ஸ்ரீராம் பாபா அவர்கள் பல்வேறு தடை களுக்கிடையே, பல குருமார்களை சந்தித்து அவர்களின் வழிகாட்டு தலின் மூலம் 27 ஆண்டுகளாக தேடியழைந்து சீரடியில் தனது குருவை கண்டு கொண்டு அவரது சமாதியை தரிசித்து அவரது அருளாசியைப் பெற்று இந்நூலை எழுதியுள்ளார்.

தனது 13 வயதில் இருந்து தனது முதல் குருவான ஸ்ரீ இராமாசாதுவில் இருந்து தொடங்கி பல்வேறு குருவிடம் தான் பெற்ற அனுபவ ஞானங்களை பரபரப்பாகவும், விறுவிறுப்பாகவும் கூறி புத்தகத்தை கீழே வைக்க விடாமல் ஒரே மூச்சில் படிக்க வைத்து வியப்பில் ஆழ்த்துகின்றார்.

இந்நூல் அவரது வாழ்க்கையில் மட்டும் நிகழ்ந்த சம்பவம் அன்று. இது நம்மில் பலரது ஆன்மீக வாழ்விலும் எழுதப்பட்ட ஒரு புதிய அத்தியாயமாகும். குருவின் அருளின்றி பகவான் திருவடிகளை யாரும் தரிசிக்க முடியாது என்பதை குருவைத்தேடியில் அழுத்தமாக பதிவு செய்துள்ளார். யோகி ஸ்ரீராம் பாபா. அனைவரும் அவசியம் படிக்க வேண்டிய புத்தகம் "குருவைத்தேடி"

குரு வாழ்க! குருவே துணை!

தீண்டாமைக்கு எதிராக பாபாவின் செயல்

இந்தியாவின் சீரடியைச் சேர்ந்த ஒரு மாபெரும் துறவி சாய் பாபா, தனது பக்தர்களுக்கு மதிப்புமிக்க பாடங்களை கற்றுக் கொடுக்கும் பல லீலைகளுக்கு பெயர் பெற்றவர். அதில் மிக முக்கியமானது தீண்டாமைக்கு எதிராக பாபா அமைதியாக செய்த புரட்சி. அத்தகைய ஒரு சாயி லீலாதான் நீங்கள் படிப்பது.

இந்நிகழ்வு தீண்டத்தகாதவர்கள் என்று கூறப்பட்டவர்களின் மீது பாபாவின் அன்பையும், அவர்களை ஏற்றுக்கொள்ளும் தன்மையையும் வெளிச்சம் போட்டுக்காட்டுகின்றது. மேலும் தீண்டத்தகாதவர்கள் என்பது சாதி, மதம் சம்பந்தப்பட்டது மட்டுமல்ல என்பதை தெளிவு படுத்துகின்றது.

பகோஜி ஷிண்டே என்பவர் நீண்ட நாட்களாக தொழுநோயால் அவதிப்பட்ட பாபாவின் பக்தராக இருந்தார். அவர் தன் வாழ்நாள் முழுவதையும் பாபாவின் சேவைக்காக அர்ப்பணித்தார். ஏனெனில் பாகோஜி ஷிண்டே கடுமை யான தொழுநோயால் பாதிக்கப்பட்டிருந்தாலும் பாபா அவரை தொட்டு அவருக்கு சேவை செய்து அவரது தொழுநோயை குணப்படுத்தியவராவார்.

பாபா பூமியை விட்டு வெளியேறும் முன் பாபாவுடன் இருந்த பக்தர்களில் இவரும் ஒருவர் என்றளவிற்கு பாபாவிற்கு மிகவும் நெருக்கமாக இருந்தார். ஒரு சமயம் தொழு நோயாளி பக்தர் ஒருவர் பாபாவைக்கண்டு ஆசி வாங்குவதற்காக பால் பீடாக்களை காணிக்கையாக எடுத்துக்கொண்டு மசூதிக்கு வந்தார். ஆனாலும், அவரது அழுக்கு தோற்றம் மற்றும் துர்நாற்றம் காரணமாக பாபாவின் அருகில் அமர்ந்திருந்த ஒரு பெண் பக்தை அவரைக்கண்டதும் அசௌகரியமாக உணர்ந்தார்.

தொழுநோயாளி பாபாவை தரிசனம் செய்த பிறகு அவருக்கு பால் பேடாக்களை தட்சினையாக கொடுக்க விரும்பினார். ஆனால் அங்கிருந்த பக்தர் கூட்டம் அவரின் மேல் வெறுப்பை காட்டுவதை உணர்ந்து தயங்கி பாபாவிடம் பால் பேடாக்களை கொடுக்காமலே திரும்பிச் செல்லத் துவங்கினார்.

ஆனால் பாபா அதை கவனித்து அவரை அழைத்து எங்கே எனக்குண்டான பேடாக்கள் என்று கேட்டார். அவரும் சற்று தயங்கி பேடாக்களை எடுத்து நீட்ட, பாபா அதில் கொஞ்சம் சாப்பிட்டுவிட்டு மீதியை அனைவருக்கும் பகிர்ந்து கொடுக்கும்படி கட்டளையிட்டார். அருகில் அமர்ந்திருந்த பெண் உட்பட அனைத்து பக்தர்களுக்கும் தொழுநோயாளி கொண்டுவந்த பால் பேடாக்கள் பிரசாதமாக வழங்கப்பட்டது. மற்றவர்கள் தீண்டத்தகாதவர்கள் என்று கருதியவர்கள் மீது பாபாவின் அன்பு இதுதான்.

பாபாவின் தீண்டாமை ஜாதி, மதம், உடல் நிலை ஆகியவற்றை பொருட்படுத்தாமல் அனைவரையும் சமமாக நடத்துவதுதான்



என்ற முக்கியத்துவத்தை நமக்குக் கற்றுக்கொடுக்கிறது.ஆனால் நாம் சாதி, மதத்திற்குள்ளாகவே நின்று கொண்டிருக்கின்றோம்.

இந்த லீலாவில் பாபா தொழுநோயாளிகள் மீது பாகுபாடு காட்டாமல் அவர்களை அன்பாகவும் மரியாதையாகவும் நடத்தினார். தொழுநோயாளி பக்தர் கொடுத்த பால் பேடாவை அவர் சாப்பிட தயங்கவில்லை, அவர்கள் முன்னிலையில் அசௌகரியமாகவும், அருவருப்பாகவும் அமர்ந்திருந்த பெண் பக்தர் உட்பட அனைத்து பக்தர்களுக்கும் அதை பிரசாதமாகவும் வழங்குமளவிற்கு சமதர்ம சமத்துவ துறவியாக விளங்கினார்.

தீண்டாமை என்பது இந்திய சமூகத்தை பல நூற்றாண்டுகளாக வதைத்த சமூக தீமை. சிலர் அசுத்தமானவர்கள், மாசற்றவர்கள், தூரத்தில் வைக்கப்பட வேண்டும் என்ற நம்பிக்கையின் அடிப்படையில் தான். சில சாதிகள் மற்றவர்களை விட தாழ்ந்ததாக கருதப்படும் சாதி அமைப்பில் இந்த நம்பிக்கை இன்னும் ஆழமாக உள்ளது. எனினும், பாபாவின் லீலை இந்த நம்பிக்கைக்கு சவால் விடுகிறது. மேலும் கடவுளின் பார்வையில் அனைவரும் சமம் என்பதை நமக்கு காட்டுகிறது.

பச்சாதாபம் மற்றும் இரக்கத்தின் முக்கியத்துவத்தையும் பாபாவின் லீலா நமக்குக் கற்றுக் கொடுக்கிறது. தொழுநோயாளியின் முன்னிலையில் அசௌகரியமாக உணர்ந்த பெண் பக்தை தொழுநோயாளிகளின் உணர்வுகளையும் சமூகத்தில் பட்ட கஷ்டங்களையும் அறியாமல் இருந்திருக்கலாம். பாபாவின் லீலை நம்மை மற்றவர்களின் போராட்டங்களை புரிந்து கொள்ள நினைவூட்டுகிறது. ஒவ்வொருவரையும் அவர்களின் உடல் நிலையை பொருட்படுத்தாமல், கனிவுடனும் மரியாதையுடனும் நடத்த இது நமக்குக் கற்றுக்கொடுக்கின்றது.

தீண்டாமைக்கான பாபாவின் லீலை, சாதி, மதம், உடல் நிலை எதுவாக இருந்தாலும், அனைவரையும் சமமாக நடத்துவதன் முக்கியத்துவத்தை நினைவூட்டுவதாகும். இது பச்சாதாபம், இரக்கம் மற்றும் மரியாதை ஆகியவற்றின் மதிப்புகளை கற்றுக்கொடுக்கிறது, இவை நியாயமான மற்றும் சமமான சமுதாயத்தை உருவாக்க அவசியம். தீண்டாமை போன்ற சமூகத் தீமைகளுக்கு சவால் விடவும், அனைவரும் கண்ணியத்துடனும் மரியாதையுடனும் நடத்தப்படும் உலகை உருவாக்கப் பணிசெய்யவும் பாபாவின் லீலைகள் நம்மைத் தூண்டுகிறது. ●

வாசகர் குரல்...

இறைச்சிந்தனை என் மனதைத் தொட்டது!

இம்மாத இதழில் எனது மனதை மிகவும் கவர்ந்தது அகஸ்டின் அவர்கள் எழுதிய "குருவுடன் ஒரு நாள்" என்ற கட்டுரை. குருஜி ஸ்ரீராம் பாபா அவர்கள் எழுதிய " குருவைத்தேடி" புத்தகம் படித்ததில் இருந்து குருஜி அவர்கள் பயணித்த இடங்களை நாமும் பார்க்க வேண்டும் என்ற ஆர்வம் இருந்தது. அந்த அனுபவம் அகஸ்டின் அவர்களுக்கு கிடைத்திருக்கின்றது. அதை அழகாக பதிவு செய்திருக்கின்றார். அதைப் படித்தபோது நானும் அவருடன் பயணம் செய்ததுபோன்று ஆனந்தமாக இருந்தது. மிக நன்றி!

லதா பாஸ்கரன். அண்ணாநகர்.

ஆசிரியரும், எமது குருவுமான ஸ்ரீராம் பாபாவிற்கு என்தை முதற்கண் நன்றி! புத்தகத்தை திறந்ததும் நான் படிக்கும் முதல் செய்தி அமுத மொழி. ஆன்மாவிற்கு இதமாய் இருந்தது. குருவுடன் ஓர் நாள் கட்டுரையில் திரு. அகஸ்டின் அவர்கள் குருவின் பேச்சை தட்டாது சமயபுரம் சென்றிருந்தால் இன்னும் பல அதிசயங்களை உணர்ந்திருப்பார். அவ்வாறு சயமபுரம் சென்று அதையும் அறிந்து எழுதியிருந்தால் இன்னும் சிறப்பாக இருந்திருக்கும். குரு அவசியமா கட்டுரை மிகவும் சிறப்பு. குருவிற்கு கோடானு கோடி நன்றிகள்.

இந்துமதி, அயனாவரம்.



வழக்கம்போல் அனைத்து கட்டுரைகளும் மிகவும் சிறப்பாக இருந்தது. குறிப்பாக பூசணி விதைகள் கட்டுரை மிகவும் பயனுள்ளதாக இருந்தது. கீழே தூக்கிப்போடும் பூசணி விதைகளில் இவ்வளவு நன்மைகளா என்று வியந்தேன். இனி விதைகளை விரயம் செய்யக்கூடாது என்ற விழிப்புணர்வை பெற்றேன். மிகவும் நன்றி!

திருமதி. நாகரத்தினம், கோவை.

இம்மாத பெட்டிச்செய்தி இறைச்சிந்தனை என் மனதைத்

தொட்டது. அதுமட்டுமின்றி எனது சிந்தனையையும் மாற்றியது. நான் முப்பது ஆண்டுகளாக பாபாவின் பக்தன். இருப்பினும் ஓயாது குடும்ப பிரச்சனைகளையே எண்ணி குழப் பத்தில் இருந்தேன். இந்த சிறிய கட்டுரை என் எண்ணங்களை மாற்றி யது. குருவின் உபதேசம் இறை வனைப்பற்றியதாகவே இருக்கும். அவரிடம் சென்று நான் இதுவரை லௌகீகத்தையே கேட்டிருக் கின்றேன் என்பதை இப்போது நினைத்து வெட்கப் படுகின்றேன்.

திரு. வைத்தியலிங்கம், சென்னை.

வேங்கட அப்பானந்தா என்ற செங்கல் தாத்தாவின் தீவிர பக்தன் நான். எனது தெய்வத்தைப் பற்றிய கட்டுரையை எழுதிய பிரசுரித்த அனைவருக்கும் எனது பணிவான வணக்கங்கள். வளரட்டும் உங்களது பணி. வாழ்க வளமுடன்.

திரு. நேத்தாஜி, செங்கல்பட்டு.

இம்மாத கட்டுரை "ஆத்ம ஞானம்" மிகச்சிறப்பாக இருந்தது. எனக்கும் ஆத்ம ஞானம் கற்றுக் கொள்ள வேண்டும் என்ற தீராத ஆசை இருக்கின்றது. பகவான் அனுமதித்தால் உங்களிடம் ஆத்ம ஞானம் கற்றக்கொள்ள சித்தமாக இருக்கின்றேன்.

திரு. இராகவன், நெய்வேலி.

திரு.சுந்தர் சாய்ராமின் திருவருள் தேடி இம்மாதம் சூடுபிடித்திருக்கின்றது. வாழ்த் துக்கள். புதிய பகுதியாக ஆசிரியர் யோகி ஸ்ரீராம் பாபா அவர்களின் இனிய மொழிகள் அருமை. பெட்டிச்செய்திகள், ஆத்மஞானம் கட்டுரை நன்றாக இருந்தது.

திருமதி. பத்மா நாகராஜன்,
திண்டுக்கல்.

குரு அவசியமா கட்டுரை சிந்திக்க வைத்தது. ஆத்மஞானத் திற்கு மனம் ஆசைப்பட்டது. சாயி சரிதம், குருவுடன் ஓர் நாள் திருப்தி யாக இருந்தது. மற்றபடி சென்ற இதழுக்கு இந்த இதழில் கட்டுரைகள் அதிகமாக இருந்தது ரசிக்கும்படி இருந்தது. வாழ்த்துக்கள்.

திரு.புலவர். பாரிவேந்தன்.
சென்னை.

அமுத மொழியை தொகுத்து புத்தகமாக வெளியிட்டால் மிகவும் நன்றாக இருக்கும். அதை போல் ஆசிரியரின் சாயி சரிதம் புரிந்து கொள்ள எளிதாக இருக்கின்றது. தொடர் நிறைவடைந்ததும் அதுவும் புத்தகமாக வெளிவந்தால் புதிய பாபா பக்தர்களுக்கு மிகவும் உதவியாக இருக்கும். நன்றி!

திரு. பத்பநாபன், கும்பகோணம்.

வாசகர்கள் தங்களது மேலான கருத்துக்களை " வாசகர் குரலில்" பதிவிட, கீழ்கண்ட வாட்ஸ் அப் நம்பருக்கு எழுதி அனுப்பும் படி அன்புடன் கேட்டுக்கொள்கிறோம்.

சாயிமகராஜ் குருவைதேடி
இணையத்தில் படிக்க...
www.saidhyanalaya.org

சாய் தியானா
வாட்ஸ் அப் நம்பர்
9941816692

அன்னதான சேவை

அன்பிற்கினிய சாயி சொந்தங்களே...

நமது சாயி மகராஜ் குருவை தேடி பத்திரிகையின் சார்பாக, பிரதிவாரம் வியாழன் தோறும், நடமாட முடியாமல் இருக்கும் முதியோர்கள், உடல் ஊன முற்றோர்கள், மனநலம் குன்றியோர்களின் இருக்கும் இடம் தேடி சென்று அன்ன தான சேவை நடந்து வருகிறது. அன்னதான சேவையில் பங்குபெற காணிக்கை அனுப்ப விரும்பினால் கீழ்கண்ட வங்கி கணக்கிற்கு அனுப்பி உதவலாம்.

ஆன்லைனில் அனுப்ப:

S.Jayanthy, INDIAN BANK
AC.No: 602264370 , IFS Code No: IDIB000P056
(Purasaiwakkam Branch) Chennai
Gpay: 6385129372

இம்மாத அன்னதான நன்கொடையாளர்கள்

திரு. பாலகிருஷ்ணன், அண்ணாநகர். ரூ.3000

திருமதி.ராதா கணபதி,வேளச்சேரி. ரூ.2000

திருமதி. ஹேமாவதி நமச்சிவாயம், சாலிகிராமம். ரூ.2000

திரு. நீலம் குமார், பெங்களூர். ரூ.1500

திரு. அனுராதா, பாண்டிச்சேரி.ரூ.1000

திரு. சாய்கிருபா, வாடிப்பட்டி, ரூ. 1000

ஸ்ரீ சாய் மகராஜ், சென்னை. ரூ.1000

திருமதி. திருமலைச்செல்வி, கொளத்தூர். ரூ.1000

திரு. சுடளைமுத்து, தூத்துக்குடி. ரூ.600

திரு. நாராயணன், துரைப்பாக்கம். ரூ.501

திரு. பாபு லதா, வேப்பம்பட்டு, ரூ.500

திருமதி.நேத்ராலட்சுமி. கோவை.ரூ.500

திருமதி.மகாலட்சுமி முருகன். மதுரை. ரூ.500

திருமதி.சாய் ஜோதி, நாமக்கல். ரூ.500

திருமதி.நித்யா ராஜேந்திரன், கூடுவாஞ்சேரி. ரூ.500

திருமதி. சாந்தி, மந்தைவெளி. ரூ. 500

திருமதி.வாழ்க வளமுடன் சுமதி, கொளத்தூர். ரூ.500

திரு. உமா மகேஸ்வரி, அயனாவரம். ரூ.500

திருமதி. ஜெயசாந்தி, கிசீரி, ரூ.500

திரு. வெங்கட்ராமன், பெங்களூர். ரூ.500

திருமதி.பாக்கியவதி.ராணிப்பேட்டை. ரூ.400

திருமதி. உமா விஜய் ஆனந்த், அயனாவரம். ரூ.200

திருமதி. திலகம் இதயக்கனி, கதிர். ரூ.200

திரு. நிர்மலா, மனேஜர்,சி.சி பேங்க், பெரியார் நகர். ரூ.200

திரு.குமரன் ஸ்டோர்ஸ் – டிராவல்ஸ் பெரியார் நகர். ரூ.200

திரு.கே.ராமமூர்த்தி.எல்.ஐ.சி. ஏஜெண்ட். கொளத்தூர். ரூ.200

திருமதி. விஜயா, சத்தியமங்கலம். ரூ.200

திருமதி. உமாதேவி, அயனாவரம். ரூ.200

செல்வி. கீர்த்தனா, அயனாவரம். ரூ.200

திரு. வா.சூர்யகுமார். கேபிள் டி.வி. மாவுத்தன்பட்டி. ரூ.150

திருமதி. பிச்சையம்மாள், பெரம்பூர். ரூ.100

திருமதி. திலகா ஷ்யாம்சுந்தர், முகலிவாக்கம். ரூ.101

திரு.சிவா அரிசி கடை.பெரியார் நகர். ரூ.100

திரு. கோபால் சாய், விருகம்பாக்கம். ரூ.100

என் பொருட்டு நீ பிறருக்கு செய்யும் அன்னதானத்தின்
ஒவ்வொரு பருக்கையும் என் வாயில் இடுவதாக அர்த்தம்.

சந்தா செலுத்தும் அன்பர்களுக்கு...

* 1 வருட சந்தா – ரூ. 320 (தபால் செலவு உள்பட)
* 3 வருட சந்தா – ரூ. 850 (தபால் செலவு உள்பட)
* 5 வருச சந்தா – ரூ.1,400 (தபால் செலவு உள்பட)
* ஆயுள் சந்தா – ரு.3,000 (தபால் செலவு உள்பட)

காணிக்கை, சந்தா அனுப்புகின்றவர்களுக்கு மாதம்தோறும் சாயிமகராஜ் குருவை தேடி புத்தகம் உங்கள் இல்லம் தேடி வரும். காணிக்கை சந்தா அனுப்புகிறவர்கள் தவறாது தங்கள் முகவரியை கீழ்கண்ட முகவரிக்கு அனுப்பி வையுங்கள்.

V. ஸ்ரீராம், ஆசிரியர் 99418 16692, 88258 31068
'சாயி மகராஜ் குருவை தேடி',
9/1A, பழனியப்பா இரண்டாவது தெரு,
அயனாவரம், சென்னை – 600023.

ஆன்லைன் மூலம் காணிக்கை, சந்தா செலுத்த...

V.SRIRAM
INDIAN BANK (Purasaiwakkam Branch) Chennai
AC.No: 6219480677
IFS Code No: IDIB000P056.

புத்தக வளர்ச்சி நன்கொடையாளர்கள்

திரு. சாய்கிருபா, வாடிப்பட்டி.ரூ.1000.
திரு. செகன்நாதன், முகப்பேர். ரூ.1000.
திரு. இராமலிங்கம், குடந்தை. ரூ.300.
திரு. கோவிந்தராஜன். தஞ்சை. ரூ.200.
திரு.வேணுகோபால், நங்கநல்லூர்.100.
திரு.ஸ்ரீ. ஸ்ரீனிவாசன், .நங்கநல்லூர் ரூ.100.
திரு. கோபால் சாய்,விருகம்பாக்கம். ரூ.100.

Owned, Publishsed and Printed by: V.SRIRAM. From17/7A, Palaniappa 1st Street, 1st Floor, Ayyanavaram, Chennai-23.At Printed by him at JAYANTHI PRINTERS at No.5.GOVINDARAJAN STREET, PULIYURPURAM, KODAMBAKKAM, CHENNAI -600 024.Editer: V.SRIRAM.





எங்களிடம் மாட்டு கொழுப்பு, ரசாயணம் கலக்காத சுத்தமான தேங்காய் எண்ணெய், வேப்ப எண்ணெய் கொண்டு கைகளால் தயாரிக்கப்பட்ட குளியல் சோப் கிடைக்கும்.

விபரங்களுக்கு:
ஸ்ரீசாய்ராம் ஆத்மஞான சபை, அயனாவரம் – 23.
போன்: 9941816692, 8825831068.

சாய் ராஜயோகாவின் தயாரிப்பு



அமிர்த சூரணம்

அனைத்து நோய்களுக்கும் ஒரே தீர்வு. தொடர்ந்து மூன்று மாதம் எடுத்துக் கொள்ள அதிசயத்தக்க மாற்றத்தை நீங்களே உணரலாம்.

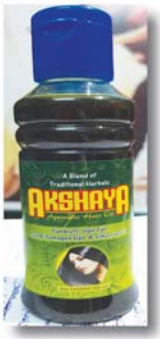
குப்பைமேனித் தைலம்

அனைத்துவிதமான தோல் நோய்களுக்கும் ஓர் அற்புத தீர்வு. சொறி, நமைச்சல் இருக்கும் இடங்களில் தடவ ஒரிரு நிமிடத்திலேயே குணம் கிடைக்கும்.



தேவைக்கு தொடர்பு கொள்ளவும்:
சாய் ராஜயோகா இயற்கை நல்வாழ்வு மையம்
9941816692,
8825831068.

தலைமுடி பிரச்சனைகள் அனைத்திற்கும் 25 மூலிகைகள் அடங்கிய அட்சயா ஹேர் ஆயில் மூலம் ஒரே தீர்வு!



* இயற்கையான பாரம்பரியமுறைப்படி தயாரிக்கப்பட்ட உன்னத ஹேர் ஆயில்.
* பொடுகு, பேன் நீக்கி கருமையான, அடர்த்தியான கூந்தலைப் பெறலாம்.
* இளநரை,செம்பட்டை, முடி உதிர்வு, முடி பிளவு போக்கும்.
* தூக்கம் இன்மை, டென்ஷன் சரி செய்யும்.
* ஆண், பெண் இருவருக்குமானது.

சாய் இராஜ யோகாவின் சீயக்காய் ஹேர்வாஷ் பவுடர்



100 சதவீதம் இயற்கையான பாரம்பரிய முறைப்படி தயாரிக்கப்பட்ட சீயக்காய் பவுடர்



அமிர்தா மூலிகை டீ தூள்

ஆவாரம் பூ, செம்பருத்தி, தாமரை, ரோஜா, துளசி, வேப்பம்பூ, சுக்கு,மிளகு,திப்பிலி,கிராம்பு,சித்தரத்தை, ஏலக்காய் கொண்டு தயாரிக்கப்பட்டது. நீரிழிவு, இதயநோய், இருமல், சளி, இளைப்பு, தலைச்சுற்றல், உடல் பலவீனம் நீங்கும். நல்ல செரிமானம் ஆகும்.

அமிர்தா வேலம்பட்டை பல்பொடி



பல்வலி,சொத்தை,கூச்சம்,பல் ஆட்டம்,ஈறு வீக்கம்,துர்நாற்றம், முதலிய பல் நோய்களுக்கு மிகச் சிறந்த பல்பொடி.

விபரங்களுக்கு: ஸ்ரீ சாயிராம் ஆத்மஞான சபை
99418 16692, 88258 31068