கிரந்தாலயம்

Granthaalayam

மலர் - 2 | ஏப்ரல்-மே-ஜூன் 2015 | இதழ் - 1
Volume - 2 | April-May-June 2015 | Issue - 1

ஸ்ரீ ஞானசாயி உலக சமாதான மையம்
திருப்பணி துவக்க விழா

உலகிலே சாந்தி நிலவ வேண்டும்..
ஆத்ம சக்தி ஓங்க வேண்டும்..

The whole world may enjoy peace
Granthaalayam

கிரந்தாலயம்

(கற்பகதரு அறக்கட்டளையின் வெளியீடு)

5

ஜெய-மன்மத வருடம் பங்குனி - ஆனி

மலர் - 2 இதழ் - 1 ஏப்ரல் - ஜூன் 2015

எவன் என்னிடம்
பூரண சரணாகதி
அடைகிறானோ,
எவன் என்னை
நினைவில்
இருத்தி
நிரந்தரமாக
தியானம்
புரிகிறானோ,
அவனை
துன்பங்களில்
இருந்து
விடுவிப்பது
எனது சிறப்பு
இயல்பாகும்.

- சீரடி சாய்பாபா.

- உள்ளடக்கம் ...01
- அறிஞர் குழு ...02
- ஆசிரியர் மடல் ...03
- பிரார்த்தனை ...05
- அன்பு ...07
- ஸ்ரீ ஞானசாயி உலக சமாதான மையம் ...10
- சில வரிகள் சில வழிகள் ...17
- வேதாத்திரி மகரிஷியும் நானும் ...26
- Shree Gnana Sai World Peace Center ...28
- வேத வேர்கள் ...30
- எண்ணிய முடிதல் வேண்டும் ...36
- மரம் வளர்ப்போம் நிலம் காப்போம் ...41
- God is Love ...44

பதிவு அலுவலகம்
கற்பகதரு ட்ரஸ்ட்
#6, சுப்ரமணிய முதலி தெரு,
சைதாப்பேட்டை, சென்னை-15
அலைபேசி எண் : 9790917473.

Donations are invited
Our Bankers : State Bank of India
Valluvarkottam branch, Chennai.
Account Name : Karpagadaru Trust
Account no.: 31471914291
IFSC Code: SBIN0002244

Please visit: www.karpagadarutrust.wordpress.com
www.karpagadarutrust.weebly.com /thekarpagadarutrust

அறிஞர் குழு

திரு. L.L.S. மணிகண்டன்

திரு. K.செல்வம், திரு. M. ஆனந்தன்,

திரு. A.H. பர்கத்துல்லா, திரு. K.S. சரவணக்குமார்,

திரு. P. சிவகுமார்

ஆசிரியர் குழு

ஆசிரியர்

திரு. K. மோகன்

இணை ஆசிரியர்கள்

திருமதி. ஜெயஸ்ரீ, திருமதி. S. தமிழரசி,

திருமதி. N. மீனா, திருமதி. S. செல்வி

இதழ் வெளியீட்டுக் குழு

திரு. V. சம்பத்குமார், ராணிப்பேட்டை	- 99406 37078
திரு. D. யுவராஜ், பர்கூர்	- 94433 60184
திருமதி. S. நளினி, சென்னை	- 97909 17473
திருமதி. S. சந்திரிகா, சென்னை	- 98843 46758
திரு. T.S. ரகு, சென்னை	- 94440 56403
திரு. B. தனசேகரன், கொமாரபாளையம்	- 94433 92061
திருமதி. S. பாமா, ராணிப்பேட்டை	- 97903 01617
திருமதி. K. உமாமகேஸ்வரி, வாலாஜா	- 94893 30465
திரு. A. கௌதமன், அரக்கோணம்	- 94434 17399
திரு. C. யுவராஜ், கோயமுத்தூர்	- 99522 29996
திரு. S. சிவசங்கர், திருப்பூர்	- 93630 20140
திரு. C. கிருஷ்ணமூர்த்தி, திருப்பத்தூர்	- 94434 90219
திரு. N. மதிவாணன், குருநாதபுரம்	- 99439 27862

கற்பகதரு ட்ரஸ்ட்

அன்புடையீர்,

கிரந்தாலயம் இதழ் மூலம் மீண்டும் உங்களை சந்திப்பதில் மகிழ்ச்சி அடைகின்றோம்.

திருவருளாலும், குருவருளாலும் கன்னியாகுமரி சத்சங்க நிகழ்வுகள் இனிதே நடந்தேறின. அந்நிகழ்வுகளில் கற்பகதரு ட்ரஸ்ட் தொண்டர்களின் சுயநலமில்லா சேவையையும், தன்னலமற்ற தொண்டாற்றும் திறனையும் காண்பதற்கு மகிழ்ச்சியாயிருந்தது. அவர்களுக்கு எமது நன்றி கலந்த பாராட்டுக்கள்.

குருநாதபுரம் ஞானத்திருக்கோயில் வளாகத்தில் ஸ்ரீ ஞானசாயி உலக சமாதான மைய திருப்பணிகள் 08.03.2015 அன்று துவங்கப்பட்டு கட்டிடப் பணிகள் நடைபெற்று வருகின்றன. இத்திருப்பணிக்கான நன்கொடைகள் (பணமாகவோ அல்லது பொருளாகவோ) வரவேற்கப்படுகின்றன. விரிவான விபரங்கள் உள்ளே கொடுக்கப்பட்டுள்ளது.

சென்னை, குமாரபாளையத்தை தொடர்ந்து திருப்பத்தூரிலும் நமது ஆன்ம நல மேம்பாட்டு பயிற்சி வகுப்புகள் மார்ச்'15 முதல் ஆரம்பிக்கப்பட்டுள்ளன. இந்த பயிற்சி வகுப்புகளில் கலந்து கொள்ள விரும்புவர்கள் திரு.C. கிருஷ்ணமூர்த்தி (அலைபேசி எண் 94434 90219) அய்யா அவர்களை தொடர்பு கொள்ளவும்.

அன்பர்களே!

இது நமது குழந்தைகளின் தேர்வு நேரம். இச்சமயம் அவர்கள் படிப்பதற்கு பெற்றோர்கள் எவ்வகையில் எல்லாம் உதவிட முடியுமோ அவ்வகையில் எல்லாம் உதவி செய்திட வேண்டுகிறோம். அவர்கள் கற்ற கல்வி அவர்களது நினைவினில் நின்று அவர்கள் தேர்வுகளில் அதிக மதிப்பெண் பெற்று அதன் மூலம் வளமானதொரு வாழ்வு

அமைய வாழ்த்துவோம். அவர்களுக்குள் இறைப்பெருங்கருணை நிலைத்து நின்று காத்து அருள் செய்திட வேண்டுமாய் பிரார்த்திக்கின்றோம்.

இந்த கோடை காலத்தில் நமது உடல் நலத்திற்கு உகந்த உணவு முறைகளை கடைபிடித்து வெப்பத்தால் ஏற்படும் பாதிப்புகளை தவிர்த்து நலமோடு வாழ்வோம்.

எல்லாம் கைகூடும்

நாள்: 30.03.2015

அன்புடன்,

K. மோகன்

ஆசிரியர், கிரந்தாலயம், கற்பகதரு ட்ரஸ்ட்க்காக.

மகளிர் பக்கம் - பயறு பேல்

தேவையானவை : பாசிப்பருப்பு (குழையாமல் மெத்தென்று வேகவிடவும்) - 2 கப் அல்லது முளைவிட்ட லேசக வேகவைத்த பயறு - 2 கப், பெரிய வெங்காயம் - 1, தக்காளி - 1, மாங்காய் - 1, உருளைக்கிழங்கு -1, பொடியாக நறுக்கிய மல்லித்தழை - 1 டேபிள்ஸ்பூன், கேரட் - 1, வெல்லம் சேர்த்த புளி சட்டினி - 1 டீஸ்பூன், பச்சை மிளகாய் - அரை டேபிள்ஸ்பூன், சீரக பவுடர் - கால் டேபிள்ஸ்பூன், உப்பு - தேவையான அளவு, எலுமிச்சம்பழச்சாறு - சிறிதளவு, ஓமப்பொடி - கால் கப், கார்ன்ஃப்ளேக்ஸ் - 1 டேபிள்ஸ்பூன்.

செய்முறை: வெங்காயம், தக்காளி, மாங்காய், பச்சைமிளகாய் எல்லாவற்றையும் பொடியாக நறுக்கவும். உருளைக்கிழங்கை வேகவைத்து, தோல் உரித்து, துண்டுகளாக்கவும். ஒரு பாத்திரத்தில் ஓமப்பொடி, கார்ன்ஃப்ளேக்ஸ், மல்லித்தழை தவிர எல்லா பொருட்களையும் சேர்த்து நன்றாகலக்கவும். சாப்பிடுவதற்கு முன்பு ஓமப்பொடி, கார்ன்ஃப்ளேக்ஸ், மல்லித்தழை சேர்த்து நன்றாக கலந்து பரிமாறவும்.

- நன்றி: வெங்கட் மணி

கற்பகதரு ட்ரஸ்ட்
கிரந்தாலயம்

பிரார்த்தனை

அறிவை அறிந்தோர் அன்பை மறவார்;
பொருளை யறிந்தோர் புகழை விரும்பார்;
கருவை யறிந்தோர் கடவுளை நாடார்;
குருவை யடைந்தறிந்தோர் குறையில்லாதார் சந்தேகமில்லாதார்;
பற்றற்ற துணிவாய்ப் பற்றற்ற நிலையில்
பற்றற்று இருப்பதுவே முக்தி. - ஞான வள்ளல் பரஞ்சோதி மகான்.

அன்பர்களே!

அணு முதற்கொண்டு அகண்டம் முழுவதும் ஒவ்வொரு அணுவிற்கு உள்ளாகவும் அந்த அணுவினை இயக்கும் அறிவு ஒன்றுண்டு. அவ்வறிவு சீவ இனங்களாக வலம் வரும் அத்துனை அணுக் கூட்டிற்குள்ளும் உண்டு. இது உண்மையே.

இந்த அறிவை அறிவதற்கும், உணர்வதற்கும் அறிவில் தெளிவு பெற்றோர் துணை வேண்டும். அறிவில் தெளிவு நிலை பெற்றோரே குரு. குருவினை அறிந்து அடைந்தோர்க்கு அறிவு நிலையில் குறையுமிறாது, சந்தேகமும் இராது. இத்தகு அறிவையடைந்து உணர்ந்தோரால் மட்டுமே அன்பினில் திளைத்து அன்பினை மறவாமல் வாழ முடியும்.

அனைத்து அணுக்களுக்குள்ளும் உள்ள கருவை அறிந்தோருக்கு கடவுள் நிலை என்ன என்பதும், கடந்து உள்ளே செல்லும் அறிவும் வாய்க்கும்போது கடவுள் என்ற நிலைக்குள்ளாக செல்லும் பேறு பெறுவர். கடவுளை நாடி ஓடும் நிலை அங்கு இல்லை.

அணு - அறிவு - கடவுள் நிலை அறிந்த அறிவு - இவையெல்லாம் உணர்ந்ததால் ஒருவர் பொருள் மீதும், புகழ் மீதும், அதிகாரம் மீதும், இன்பத்தின் மீதும் கொள்ளும் பற்றிலிருந்து விடுபட்டு, பற்றற்ற வாழ்வு வாழ துணிவுகொள்கிறார். இத்துணிவில், வாழ்வும், அறிவும், அன்பினை பொழிவதில் நாட்டம் கொண்டு, வாழ்வே அன்பாய் மலர்ந்தும், மலர்வித்துமாய் இருப்பதனை முக்தி நிலை என்று உணர்வோமாக...

இறைவா!

ஏகமாய் விரிந்தும், சுருங்கியும் எம்மை இசைத்துக் கொண்டுள்ளாய்... உலக மக்கள் உண்மையறிவை பெற அருள்வாயாக...

எல்லாம் கைகூடும்

உங்களின் சார்பாய் L.L.S. மணிகண்டன்

ஞானத்திருக்கோயில்

குருநாதபுரம் (ஆம்பூர் அருகில்), வேலூர் மாவட்டம்.

கிரந்தாலயம்

அன்பு

அன்புற் றமர்ந்த வழக்கென்ப வையகத்
தின்புற்றா ரெய்தும் சிறப்பு. - திருக்குறள் - 75.

உலகம் பல கோடிக்கணக்கான சீவ இனங்களை தன்னகத்தே கொண்டுள்ளது. மண், நீர், நெருப்பு, காற்று, ஆகாயம் இவற்றின் அன்பே இந்த சீவ இனங்களைப் படைத்தும், காத்தும் வருகின்றது.

மனித சீவனுக்குள்ளாகவும், மண்ணுண்டு, நீருண்டு, நெருப்புண்டு, காற்றுண்டு, ஆகாயமும் உண்டு. இந்த ஐந்து பௌதீக பொருட்களையும் ஐம்பூதங்கள் என்று கூறுகின்றோம். பூதம் என்றால் பௌதீகம் எனப் பொருள்படும்.

உலக சீவன்களுக்கு அன்பினை கொடுப்பதுவே இந்த ஐந்து பௌதீகங்களின் தனிச் சிறப்பு. இந்த ஐந்து பூதங்களின் தன்மை, துல்லியம், சிறப்பு மற்றும் இவற்றைப் பற்றி சிந்திக்கும் திறனும், இவற்றை எவ்வாறு பயன்படுத்திட வேண்டும் என்ற அறிவையும் பெற்றுள்ள காரணத்தினாலேயே மனிதன் சிறப்பாய் வலம் வருகின்றான்.

சிந்திக்கும் திறன் இல்லா இந்த ஐந்து பௌதீகப் பிரிவுகளும் ஒன்றுடன் ஒன்று சேர்ந்தும், இணைந்தும், பிரிந்தும் எப்படியெல்லாம் உலக சீவ இனங்களைப் படைத்தும், காத்தும் வருகின்றன! சிந்திக்கும் திறனில்லா இவைகளுக்கே இத்தகைய அளவு அன்பு இருக்குமேயானால்... இவற்றிலெல்லாம் சிறப்பாய் விளங்கும் மனிதனுக்கு எவ்வளவு அன்பு இருக்க வேண்டும்? அவ்வளவு அன்பினை எத்தனை பேர்களுக்கு விதைக்கலாம்? சிந்திக்க வேண்டாமா... அன்பு நெஞ்சம் கொண்டோரே?

மனிதனது அறிவும், மனமும், தான்... தனது என்ற சிற்றெல்லையிலேயே உழல்கின்ற காரணத்தினால் வெறுப்பு, சுகம், துக்கம் போன்றவற்றை மட்டுமே அனுபவித்துக்கொண்டு, பலருக்கும் பாரமாய் வாழ்ந்து விட்டு பிறகு இறுதியில் மடிந்து விடுகின்றான். அற்பமான வாழ்வே மரணமாய் அமைந்தும் விடுகின்றது.

குறள் கூறும் நெறியினைக் காண்போம்...

யாரொருவர் அன்பினை வாழ்க்கையாக கடைபிடித்து நிற்கின்றாரோ அவர்களே இந்த உலகம் உள்ளவரை சிறப்பு தன்மை படைத்தோராய் இருப்பர். உலகம் உள்ளவரை உலக மக்கள் இவர்களைப் போற்றுவர். உதாரணத்திற்கு... ஏசுநாதர், அரவிந்தர், அன்னை தெரசா, வேதாத்திரி மகரிஷி... போன்ற பலரைக் கூறலாம். இவர்கள் உலகம் உள்ளவரை போற்றப்படுவர்... இது சத்தியமே...!

அன்புற்று அமர்ந்த வாழ்வே...

வையகத்தில் இன்புற்றார் எய்தும் சிறப்பாக அமைகின்றது.

இந்த அன்பு வாழ்க்கை வாழ்வோரது பட்டியலில் நாமும் நம்மை இணைத்துக்கொள்வோமே...

ஆம் அன்பர்களே!

உலகம் இன்று சின்ன ஒரு மனப்பிரமைக்குள் சென்று கொண்டுள்ளது. இது ஒரு ஆரோக்கியமான விஷயமன்று.

அன்பு என்ற ஊற்றே உலகிற்கு ஆரோக்கியம் நல்கும்.

தனி மனிதன் தன் நலமிழந்து வாழ்ந்து வருகின்றான். சமுதாய சிந்தனைகள் பரவலாக செயல் இழந்து வருகின்றன. மனிதனது மனம் விரிய வேண்டும். அதற்கு நாம் பல வழிகளில் செயல்பட வேண்டியுள்ளது. முதலில் நமது மனதை விரித்துக்கொள்வோம்... தெய்வீக அன்பெனும் ஆற்றலை பெற தயாராவோம்... பெற்ற அல்லது பெறும் அன்புத் துளிகளை பிரபஞ்ச எல்லையிலிருந்து அனைத்து உலகிற்கும் தூவுவோம்... வைராக்கியமே இதற்கு துணை.

எல்லாம் கைகூடும்

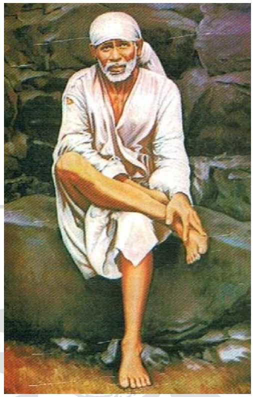
அன்புடன்

L.L.S.M

துயர் பகிர்வு

கற்பகதரு ட்ரஸ்டின் தொண்டரும் அறங்காவலருமாக இருந்து தன்னலமற்று சேவை செய்து வந்த திருமதி. G. தேவி அம்மா அவர்கள் 22.12.2014 அன்று இயற்கை எய்தினார். அம்மா அவர்கள் அனைவரிடமும் இனிமையாகவும் அன்பாகவும் பழகும் குணம் கொண்டவர். அம்மாவினது ஆன்மா அமைதி பெற வேண்டி ஞானத்திருக்கோயில் மற்றும் அனைத்து மையங்களிலும் தவம் இயற்றப்பட்டது. அம்மாவினது குடும்பத்தாருக்கு அவரது ஆன்மாவும் இறைநிலையும் துணையாக நின்று அருள் செய்யுமாக.

- கற்பகதரு ட்ரஸ்ட் சக தொண்டர்கள்



குருநாதபுரம்

ஸ்ரீ ஞானசாயி உலக சமாதான மையம்

SHREE GNANA SAI WORLD PEACE CENTER

கற்பகதரு ட்ரஸ்ட்

குருநாதபுரம்

பாரத தேசம் ஆன்மநலமும், ஆன்ம சக்தியும் ஓங்கித் திகழும் மகோன்னதமான நாடு. அதிலும் தமிழகம் சித்தர்களின் அருளுக்குள் திகழும் ஓர் ஆன்மீக பூமி. “நினைத்தாலே முக்தி தரும் திருத்தலம் திருவண்ணாமலை” - இது வேலூர் மாவட்டத்தின் சிறப்பு. இத்திருத்தலம் உலக நன்மைக்காக வாழ்ந்த, வாழ்ந்து கொண்டுள்ள மகாபுருஷர்களை தாங்கிக்கொண்டிருக்கும் ஓர் புண்ணியத்தலம். இத்திருவண்ணாலையிலிருந்து சுமார் 50 நிமிட பயண நேரத்தில் ஆம்பூர் குடியாத்தம் சாலையில் அமைந்துள்ள ஒரு சிறு கிராமமே குருநாதபுரம். இக்கிராமமே நமது ஸ்ரீ ஞானசாயி உலக சமாதான மையமாக திகழ்கின்றது. ஆம் அன்பர்களே! நல்ல உள்ளங்களின் திருக்கொடையால் குருநாதபுரத்தில் கற்பகதரு ட்ரஸ்டுக்கு பூமி தானமாய் பெறப்பட்டது. அத்திரு உள்ளங்களுக்கு மீண்டும் நன்றிகளை தெரிவித்துக் கொள்கின்றோம்.

ஸ்ரீ ஞானசாயி உலக சமாதான மையம்

இந்த திருத்தலத்தில் உலக நன்மை வேண்டியும், ஆருயிர்க்கெல்லாம் அன்பு செய்வதற்காகவும் ஸ்ரீ ஞானசாயி உலக சமாதான மையத்திற்கான கட்டிட திருப்பணிகள் 8-3-2015 அன்று துவங்கப்பட்டது. இந்த மையம் கற்பகதரு ட்ரஸ்டின் ஓர் அங்கமாக செயல்படும். இதன் முழுநோக்கம் உலக மக்கள் அனைவரும் சாந்தியோடும், சமாதானத்தோடும் வாழ்ந்திட தியானம் மற்றும் பிரார்த்தனைகள் செய்வது, தியானம் தேவை என நாடுவோர்களுக்கு தியானம் வழங்குவது மற்றும் கற்பகதரு ட்ரஸ்டின் தொண்டு உள்ளங்களோடு இணைந்து அதன் நோக்கத்திற்கேற்ப உலக நல சேவைகள் செய்தவதாகும்.

ஸ்ரீ ஞானசாயி

சீரடி சாயி பகவான் இங்கு ஸ்ரீ ஞானசாயியாக திருமூர்த்தம் கொள்கிறார்கள். அன்பர்களின் ஆன்ம விடுதலைக்கும், உலக சமாதானத்திற்கும் அருள் கொள்கின்றார்கள். ஸ்ரீ ஞானசாயி திரு அருள் கொள்ளும் திரு தியான மண்டபம் குறைந்த பட்சம் 3600 சதுர அடி பரப்பில் அமையவுள்ளது. சுமார் 32 அடி உயரம் கொண்ட விமானத்தோடு சுற்றிலும் மண், நீர், நெருப்பு, காற்று மற்றும் ஆகாயத்தின் அம்சங்கள் அனைத்தும் பொருந்தியதாய் ஞான சாயிநாதரின் தர்பார் அமைய உள்ளது.

“கட்டிடம் கட்டி முடிக்கபட்ட பின்பு வழங்கும் நன்கொடைகள் கட்டிடத்தினுள் கால் பதிக்குமா?”

அன்பர்களே! சீரடி ஸ்ரீ சாயிநாதரே முன்னின்று உலக சமாதானத்திற்காக அமைக்க உள்ள இந்த தர்பார் திருப்பணிகளில் சாயியோடு நாமும் இணைந்து மண் சுமக்கலாம், கல் தூக்கலாம், நீர் ஊற்றலாம், கட்டிடப் பணிகளில் இணைந்து கொள்ளலாம். சாயியை காண வேண்டுமென்று விரும்புவர்கள் அவரோடு

இணைந்து இந்த சாயி தர்பார் திருப்பணிகளில் தம்மை ஈடுபடுத்திக் கொள்ளலாம். முடியாதவர்கள் கல், மணல், கம்பி மற்றும் இதர கட்டிட பொருட்களை வாங்கிடவும், கட்டிடப் பணியாளர்களுக்கு கொடுக்க வேண்டிய கூலி பணிகளுக்காக ஆகும் செலவுத் தொகையினை ஈடு செய்திடவும், தமது பங்களிப்பை பணமாகவோ அல்லது பொருளாகவோ கொடுத்து உதவிடலாம். பாபாவினது பணிகள் மிகுந்த வேகத்தில், குறைந்த அளவு காலத்தில் முடிக்கும் வகையில் நடைபெற்று வருவதாய் தோன்றுகின்றது என்பதால் நாமும் துரிதமாய் செயல்பட வேண்டியுள்ளது.

அன்பர்களே!

சோர்ந்து விட வேண்டாம். எழுமின்... விழுமின்... இன்றே... இப்போதே... கூடுவோம் ஞானத்திருக்கோயில் வளாகத்தில். உழைப்போம்... உழைப்போம்... இந்த உலக சமாதான மையம் சிறப்புடன் அமைந்திட உழைப்போம்.

தவம் பயின்றோரே!

தவம் என்றாலே இணைதல் என்று பொருள். சீரடி சாயிநாதரே முன்னின்று கட்டிடப் பணிகள் செய்து வரும் இத்திருத்தலத்தில் தாங்களும் தவத்தின் மூலம் சாயியோடு இணைந்து நல்லறம் பேணிக்கொள்ளலாம்.

சாயிநாதரின் அருளும், அன்பும் நம்மை வழி நடத்தும் என்பது கண்கூடே...

ஸ்ரீ ஆதிசங்கரர்

ஆதிசங்கரர் இந்த நாட்டில் அவதரித்தது இந்த பாரதம் கண்ட பெரும் பேறு. “இறைநிலையே என்றும், எங்கும் நீக்கமற நிறைந்திருப்பது” என்ற வேத கோட்பாட்டை தெள்ளத் தெளிவாக உலகிற்கு பறைசாற்றிய ஞான வள்ளல் அவர். இறைதூதர் ஸ்ரீ ஆதிசங்கரர் அவர்களால் பல திருத்தலங்கள் பாரதத்தில் உருவாக்கப்பட்டுள்ளன. மேலும் அவரால் பல பாடல்களும்,

கற்பகதரு ட்ரஸ்ட்
கிரந்தாலயம்

ஸ்தோத்திரங்களும் உருவாக்கப்பட்டுள்ளன. அவற்றுள் மிகுந்த பெருமை பெற்ற ஒரு ஸ்தோத்திரமே **“குரு பாதுகா ஸ்தோத்திரம்”**

குருவின் பாதுகைகள்

- பற்றற்ற வாழ்வின் உச்சத்தை அடையச் செய்ய வல்லது.
- துயரங்களை அழித்து காக்கும் வல்லமை கொண்டது.
- ஏழைகளை செல்வந்தர்களாக்கும் சக்தி கொண்டது.
- ஊமைகளைக் கூட பேச்சாளர்களாக்கும் சக்தி அடங்கியது.
- வீண் ஆசைகளை அழித்து மனதைத் தூய்மைப்படுத்தும் சக்தி மிக்கது.
- பக்தனை மன்னனாகவே மாற்றும் சக்தி கொடுக்கக்கூடியது.
- கொடிய பாபங்களை அழித்திட வந்த ஆயிரம் சூரியன் போன்றது.
- நச்சு பாம்புகள் போன்ற கொடும் துன்பங்களை அழிக்க வல்ல ராஜ கருடன் போன்றது.
- அளவற்ற ஆறாவது அறிவைத் தர வல்லது.
- சீடர்களின் தேவைகளை புரிந்து கொண்டு ஆத்ம ஞானம் கொடுக்கும் வல்லமை கொண்டது.
- மோகம் என்ற பாம்பினை அழிக்கவல்ல கருடனைப் போன்றது.
- தன்னை வேண்டி நிற்போருக்கு விரைவாக முக்தியும் தர வல்லது.

குரு பாதுகா ஸ்தோத்திரத்தை தினசரி தியானம் செய்து வந்தால் இத்தகு பலன்களை பெறமுடியும்.

குரு பொன் அடி சரணம்....

குரு பாதுகா

குருவின் பாதுகா (காலடி) பெறுவதும், அதனை திரு அருளோடு காப்பதும் சீடனின் கடமையாகும். இவையெல்லாம் குரு

கற்பகதரு ட்ரஸ்ட்
கிரந்தாலயம்

சீட உறவில் உள்ள ஆழ்ந்த பந்தத்தையும், பக்தியையும் காக்க வல்லது. குரு பாதுகா உண்மையிலேயே நம்மை உயர்த்தும் என்பது அனுபவமே...

சீரடி சாயிநாதரின் பாதுகா

1838 ம் ஆண்டு முதல் 1918 ஆண்டு வரை சீரடியில் வாசம் செய்த ஸ்ரீ சாயிநாதர் தன்னோடு 35 ஆண்டுகள் உடனிருந்து தொண்டு செய்த திரு. நானா சாகீப் நிமோன்கர் அவர்களிடம் 1898ல் தனது பாதுகாவினை தந்து ஆசி வழங்கினார்கள். இந்த திருப்பாதுகா திரு. நானா சாகீப் நிமோன்கர் அவர்கள் சந்ததியினர் மூலமாக இன்று வரை முறையாக பூஜிக்கப்பட்டு திரு குரு ஆற்றல் பொருந்தியதாய் உள்ளது.

பாதுகாவினைக் காப்பதும், தரிசிப்பதும், போற்றுவதும் நம்மையும் பாபாவின் திரு அருளுக்குள் பாத்திரப்படுத்திக்கொள்ள உதவிடும். நாம் அனைவரும் இத்திருப்பேற்றை பெரும் வகையில் ஸ்ரீ சீரடி சாய்நாதரின் பாதுகாவினை(09.05.2015 முதல் 14.05.2015 வரை தமிழகத்தின் முக்கிய இடங்களில்) தரிசித்திட ஏற்பாடுகள் செய்யப்பட்டுள்ளன. அது சமயம்,

- உலக சமாதானத்திற்கான வேள்வி
- உலக சமாதானத்திற்கான தவம்
- சீரடி சாயி கோவிலில் நடந்தேறும் ஆரத்திகள்
- பஜனைகள்
- அன்னதானம்
- சத்திய நாரயண வழிபாடு போன்றவை நடைபெறவுள்ளன.

நிகழ்வுகள் நடைபெறும் இடங்கள்

9, 10.05.2015 - சென்னை

S.V. நாகரத்தினம்மாள் திருமண மண்டபம்,

#4/7, நாகரத்தினம்மாள் காலனி, வெஸ்ட்மாம்பலம், சென்னை.

அலைபேசி : 98843 46758.

கற்பகத்தரு டிரஸ்ட்
கிரந்தாலயம்

11.05.2015 - வேலூர்

D.S.M.C.T. சாரதாம்பாள் சீனிவாச முதலியார் கல்யான மஹால்,
ஆபீசர்ஸ் லைன், கிருஷ்ணா நகர், வேலூர் - 632001.
அலைபேசி : 94421 00219.

12, 13.05.2015 - திருப்பூர்

ஹார்வி குமாரசாமி கல்யாண மண்டபம் (A),
யுனிவர்சல் தியேட்டர் அருகில், திருப்பூர்.
அலைபேசி : 94420 13230.

14.05.2015 - கோவை

இடம் பின்னர் அறிவிக்கப்படும்
அலைபேசி : 94864 22974.

முக்கியக் குறிப்பு

• அன்றைய தினம் தொண்டர்களின் வழிநடத்துதல் மற்றும் பாதுகாப்பு பணிகளில் அவர்களுக்கு உதவிட வேண்டுமாயும் கேட்டுக்கொள்கின்றோம்.

"என் குருவின் பாதுகைகளுக்கு கோடி கோடி நமஸ்காரங்கள்! முடிவில்லா மறுபிறப்பில் இருந்து விடுதலை தரும் தோணி இது. குருநாதருக்கு தூயபக்தியை செலுத்தும் மனநிலையை தரவல்லது. இதை வணங்குவதின் மூலம் பற்றற்ற வாழ்வின் சாம்ராஜியத்தை அடைவோம்!

என் குருவின் பாதுகைகளுக்கு கோடி கோடி நமஸ்காரங்கள்! முழு பௌர்ணமி நிலவைப் போன்றதும், அறிவு கடலுமாகும் இந்த பாதுகை, நெருப்பு போன்ற துயரங்களையும் அழிக்கும் கருணை நீராகும். சரணாகதி அடைந்தவர்களின் துன்பங்கள் அனைத்தையும் அழிக்கவல்லது!

என் குருவின் பாதுகைகளுக்கு கோடி கோடி நமஸ்காரங்கள்! இது தன்னை வணங்கி துதிப்பவர் ஏழைகள் என்றாலும் அவர்களையும் செல்வந்தர்களாக்கும் சக்தி கொண்டது. ஊமைகளை கூட சக்தி மிக்க பேச்சாளர்களாக்கும் வல்லமை கொண்டது!

என் குருவின் பாதுகைகளுக்கு கோடி கோடி நமஸ்காரங்கள்! தாமரை மலர் போன்ற குருவின் பாதங்களை அலங்கரிக்கும் இது, வீண் ஆசைகளை அழித்து மனதைத் தூய்மைப்படுத்தும். தூய்மையாய் துதிப்பவர்கள் எண்ணங்களை நிறைவேற்றும்!

என் குருவின் பாதுகைகளுக்கு கோடி கோடி நமஸ்காரங்கள்! இது மன்னனின் கிரீடத்தில் ஜொலிக்கும் மாணிக்கக் கல், தன் பக்தனை மன்னனாகவே மாற்றும் சக்தி கொண்டது!

என் குருவின் பாதுகைகளுக்கு கோடி கோடி நமஸ்காரங்கள்! இது கொடிய பாபங்களை அழிக்க வந்த ஆயிரம் சூரியன் போன்ற சக்தி கொண்டது, நச்சு பாம்புகளைப் போன்ற துயரங்களை அழிக்க வந்த ராஜ கருடனைப் போன்றது, கடல் போன்ற அறியாமையை பொசுக்க வந்த தீயை போன்றது!

என் குருவின் பாதுகைகளுக்கு கோடி கோடி நமஸ்காரங்கள்! இது என்றென்றும் தம் பணிகளை செய்து கொண்டிருக்கும் தம் சிஷ்யர்களின் தேவைகளைப் பூர்த்தி செய்து ஆத்ம ஞானம் பெற்றிட வழி வகுக்கும் வல்லமை படைத்தது!

என் குருவின் பாதுகைகளுக்கு கோடி கோடி நமஸ்காரங்கள்! இது மோகம் என்ற பாம்பினை அழிக்க வல்ல கருடனைப் போன்றது. பற்றற்ற மனநிலை, அளவற்ற அறிவு அனைத்தையும் தந்து ஆத்ம ஞானத்தைப் பெற மனதார ஆசி தரும். தன்னை வேண்டி நிற்பவர்களுக்கு விரைவாகவே முக்தி தரும்!"

- குருபாதுகா ஸ்தோத்திரத்திலிருந்து தமிழில்

சில வரிகள் சில வழிகள்

- Dr.K.S. சரவணக்குமார் M.B.B.S.

குழந்தை நலன்

அன்பர்களே!

குழந்தை நலன் குறித்த இத்தொடரில் ஒரு வயது வரையிலான குழந்தையின் வளர்ச்சி நிலைகள் குறித்து சென்ற இதழில் கண்டோம் அல்லவா? அதன் தொடர்ச்சியாக இந்த இதழில் **ஒரு வயது வரையிலான குழந்தையின் உணவு, உடை, உறக்கம், அவர்களுக்கு வரக்கூடிய நோய்கள் மற்றும் அவற்றுக்கான சிகிச்சைகள் குறித்த சில தகவல்களைக் காண்போம்.**

தாய்ப்பால்

பிறந்த குழந்தைக்கு குறைந்தபட்சம் முதல் ஆறு மாதங்களுக்கு கண்டிப்பாக தாய்ப்பால் கொடுக்கப்பட வேண்டும். (தாய்ப்பால் குறித்து கிரந்தாலயம் இதழ் 2-ல் வெளியான தகவல்களை மீண்டும் ஒரு முறை புரட்டிப் பார்க்கவும்).

ஏழாவது மாதம் முதல் ஒரு வயது வரையிலான குழந்தைகளுக்கு கொடுக்க வேண்டிய உணவுகள் மாதவாரியாக கீழே கொடுக்கப்பட்டுள்ளது.

முக்கியக் குறிப்புகள்

- **சில குழந்தைகளுக்கு முதன்முதலாக ஒரு புதிய உணவு கொடுக்கும்போது ஒவ்வாமை ஏற்படக்கூடும் என்பதால் குறைந்தபட்சம் நான்கு நாட்களுக்கு அந்த உணவு தவிர வேறு எந்த புதிய உணவும் கொடுக்கக்கூடாது. அப்பொழுதுதான் ஒவ்வாமை எந்த உணவிற்கு ஏற்பட்டது என்பதனை கண்டறிய முடியும்.**

- **எந்த புதிய உணவையும் முதல் நாள் மிகவும் குறைந்த அளவில் கொடுத்து விட்டு பிறகு நாளுக்கு நாள் அளவை சிறிது சிறிதாக அதிகரிக்க வேண்டும். உணவை பார்க்கும்பொழுதே அதனை சாப்பிட வேண்டும் என்று குழந்தைகளுக்கு தோன்றும் வகையில் குழந்தையின் உணவு தயாரிக்கப்பட வேண்டும். அதே சமயம் அவ்வுணவு அனைத்து சத்துகளும் அடங்கியதாவும் இருத்தல் வேண்டும்.**

- **உணவில் காரம் மற்றும் புளிப்பு குறைவாக இருத்தல் வேண்டும்.**

- **குழந்தைகளுக்கு உணவளிக்க பயன்படுத்தப்படும் தட்டு மற்றும் டம்ளர்களை நன்றாக கழுவி, அடிக்கடி சுடுதண்ணீரில் போட்டு கொதிக்க வைக்க வேண்டும்.**

ஏழாவது மாதம்..

- கோதுமை, ஜவ்வரிசி, ராகி இவற்றில் ஏதாவது ஒன்றை நன்கு சுத்தம் செய்து மாவாக்கி கூழ் செய்து சிறிதளவு கொடுக்கலாம்.

- ஆப்பிளை ஆவியில் வேக வைத்து தோல் நீக்கி கொடுக்கலாம்.

எட்டாவது மாதம்..

- மேற்கூறிய கூழ் ஒரு வேளைக்கும், பால் சாதம், நன்கு வேக வைத்து மசிக்கப்பட்ட கீரை அல்லது கேரட் சேர்த்த பருப்பு சாதம் ஒரு வேளைக்கும் கொடுக்கலாம்.

- வேக வைத்து மசிக்கப்பட்ட கேரட், உருளைக்கிழங்கு கொடுக்கலாம்.

- பசும்பாலில் நனைத்த பிஸ்கட்டு துண்டுகள் கொடுக்கலாம்.

ஒன்பது மற்றும் பத்தாவது மாதம்..

- இட்லி, தோசை மற்றும் சப்பாத்தியை பாலில் ஊறவைத்துக் கொடுக்கலாம்.

- வேகவைத்த முட்டையின் வெள்ளை கருவை மட்டும் கொடுக்கலாம்.

பதினொன்று மற்றும் பனிரெண்டாவது மாதம்..

- வீட்டில் தயாரிக்கப்படும் எளிய உணவு வகைகள் அனைத்தையும் கொடுக்கலாம்.

உணவு நேரம்

தம் குழந்தைக்கு எந்தெந்த உணவை எந்தெந்த நேரத்தில் கொடுக்க வேண்டும் என்பது ஒவ்வொரு தாயும் மிக முக்கியமாக அறிந்து கொள்ள வேண்டியதும், சிரத்தையுடன் கடைபிடிக்க வேண்டியதுமான ஒரு இன்றியமையாத விஷயமாகும். எனவே ஒரு வயது பூர்த்தியடைந்த குழந்தைக்கு கொடுக்க வேண்டிய உத்தேச உணவு நேர பட்டியல் கீழே கொடுக்கப்பட்டுள்ளது. பெற்றோர்கள் இயன்றவரை இந்த பட்டியலை கடைபிடிக்க முயற்சி செய்யவும்.

காலை

ஏழு மணிக்கு (குழந்தை எழுந்திருந்தால்) - அரை டம்ளர் நன்றாக கொதிக்க வைத்து ஆறிய பசும்பால்

எட்டரை மணிக்கு - மேற்கூறிய திட உணவுகளில் ஏதாவது ஒன்று (கூழ், இட்லி, தோசை)

பத்து மணிக்கு - ஒரு டம்ளர் ஜூஸ் அல்லது சூப் அல்லது ஏதாவது ஒரு பழம்

மதியம்

பனிரெண்டு மணிக்கு - மேற்கூறிய சாத வகைகளில் ஏதாவது ஒன்று

மாலை

நான்கு மணிக்கு - இரண்டு பிஸ்கட்டுடன் அரை டம்ளர் பால்

இரவு

ஏழரை மணிக்கு - மேற்கூறிய திட உணவுகளில் ஏதாவது ஒன்று (இட்லி, தோசை, சப்பாத்தி)

ஒன்பது மணிக்கு - அரை டம்ளர் பால்

இடையிடையே தேவைக்கேற்ப தாய்ப்பால் கொடுக்கலாம்.

உறக்கம்

ஒரு குழந்தையின் சரியான வளர்ச்சிக்கு நல்ல ஆழ்ந்த உறக்கம் மிகவும் அவசியமாகும். ஒரு வயது வரையிலான குழந்தையின் சராசரி தூக்க நேரம் கீழ் வருமாறு:

- **பிறந்ததிலிருந்து மூன்று மாதங்கள் வரை**: 16 முதல் 20 மணி நேரம்
- **நான்கு முதல் ஆறு மாதங்கள் வரை**: 12 முதல் 13 மணி நேரம்
- **ஏழு மாதம் முதல் ஒரு வயது வரை**: 9 முதல் 11 மணி நேரம்

ஒரு வயது வரையிலான குழந்தைளுக்கான உடைகள்

குழந்தைகளுக்கு அணிவிக்கப்பட வேண்டிய உடைகள் பஞ்சு போல் மிருதுவாக இருக்க வேண்டும்.

கற்பகதரு பிரஸ் கிரந்தாலயம்

உடைகளால் ஏற்படும் அசௌகரியங்களை குழந்தைகளால் வெளியே சொல்ல முடியாது என்பதால் இறுக்கமான உடைகளை தவிர்த்துவிட்டு எளிதில் கழற்றக் கூடிய உடைகளையே அணிவிக்க வேண்டும்.

புது துணிகளை நன்றாக அலசி காய வைத்த பிறகே குழந்தைகளுக்கு அணிவிக்க வேண்டும்.

உடைகளில் அலங்காரத்துக்கு வைக்கப்படும் பாசி மணிகள், பட்டன்கள், ஜிகினா, ஜமிக்கி போன்றவற்றை குழந்தைகள் வாயில் போட்டுகொள்ளக் கூடும் என்பதால் அவ்வகை உடைகளைத் தவிர்த்தல் வேண்டும்.

இனி ஒரு வயது வரையிலான குழந்தைகளுக்கு அடிக்கடி வரக்கூடிய பொதுவான நோய்கள் குறித்து காண்போம்...

காய்ச்சல்

காய்ச்சல் என்பது ஒரு நேரடியான நோய் கிடையாது. உடலில் எங்கேனும் (தொண்டை, நுரையீரல், வயிறு, ரத்தம், மூளை) கிருமி தொற்று இருந்தால் அதனை வெளிபடுத்தும் ஒரு அறிகுறியே காய்ச்சல் ஆகும். இருப்பினும் அதீத காய்ச்சலால் குழந்தைகளுக்கு வலிப்பு போன்ற சில பாதிப்புகள் ஏற்படக் கூடும் என்பதால் அவற்றை தவிர்க்க காய்ச்சலுக்கான சரியான காரணத்தை கண்டறிய மருத்துவரை அணுகுவது மிகவும் இன்றியமையாததாகும்.

காய்ச்சலை தணிக்க பெற்றோர்கள் பின்பற்ற வேண்டிய வழிமுறைகள்

➢ குழந்தைகளை வெப்பமில்லாத காற்றோட்டமுள்ள அறைகளில் வைத்திருத்தல்.

➢ அவர்களுக்கு கனமான உடை, போர்வைகளை தவிர்த்து மெல்லிய உடைகளை அணிவித்தல்.

➢ அதிக அளவில் திரவ உணவுகளைத் தருதல்.

➢ சுத்தமான நீரில் துணியை நனைத்து அடிக்கடி குழந்தையின் உடம்பை துடைத்து விடுதல்.

அதீத காய்ச்சலால் வலிப்பு ஏற்பட்டால் பெற்றோர்கள் செய்ய வேண்டிய முதலுதவிகள்

சில குழந்தைகளுக்கு அதீத காய்ச்சலால் வலிப்பு ஏற்படக்கூடும். அச்சமயங்களில் பெற்றோர் பதற்றமடையாமல் உடனடியாக குழந்தையின் தலையை ஒரு புறமாக பக்கவாட்டில் திருப்பி படுக்க வைத்து, வலிப்பின் போது குழந்தை நாக்கை கடித்து விடாமல் இருக்க ஒரு ஸ்பூனில் சுத்தமான துணியை சுற்றி பற்களின் இடையே வைக்க வேண்டும். உடனடியாக குழந்தையை மருத்துவரிடம் மேற்சிகிச்சைக்கு அழைத்துச் செல்ல வேண்டும்.

சளி, இருமல்

இவை குழந்தைகளுக்கு நோய் எதிர்ப்பு சக்தி குறையும்போது பெரும்பாலும் வைரஸ் கிருமிகளால் ஏற்படும் ஒரு சாதாரண பிரச்சனையாகும். சில குழந்தைகளுக்கு சளி, இருமலுடன் காது வலியும் ஏற்படுவதுண்டு. காதுகளைத் தொடும்போது குழந்தை அழுவதன் மூலம் இதனை கண்டறியலாம். குழந்தைகளுக்கு வரும் பெரும்பாலான சளி மற்றும் இருமலுக்கு ஏழு முதல் பத்து நாட்களுக்குள் குணம் காணலாம். ஒரு வாரத்திற்கும் மேல் சளி, இருமல், காது வலி நீடித்தால் மருத்துவரை அணுகவும்.

வயிற்றுப்போக்கு

காய்ச்சல், சளி இருமலுக்கு அடுத்தபடியாக பெற்றோர்கள் அறிந்து கொள்ள வேண்டிய ஒரு முக்கிய நோய் தொற்று வயிற்றுப் போக்கை பற்றியதாகும்.

வயிற்றுப்போக்கிற்கான காரணங்கள்

- உணவு ஒவ்வாமை
- சுத்தமில்லாத நீர் மற்றும் உணவு
- தரையில் உள்ள பொருட்களை வாயில் போடுதல்
- குழந்தைக்கு உணவு கொடுப்பவர் தனது கைகளை நன்றாக சுத்தம் செய்ய தவறுதல்

வயிற்றுப்போக்குடன் கீழ் காணும் அறிகுறிகளும் தென்பட்டால் உடனடியாக மருத்துவரை அணுகவும்.

- குழந்தை சோர்ந்த நிலையில் இருத்தல்
- வயிறு உப்பி இருத்தல்
- அதீத வாந்தி
- மலத்துடன் சீதம் மற்றும் ரத்தம் கலந்து வருதல்
- நீண்ட நேரம் சிறுநீர் கழிக்காமல் இருத்தல் அல்லது குறைவாக கழித்தல்
- அதீத காய்ச்சல் மற்றும் மூச்சு திணறல்

வயிற்றுப்போக்கினால் ஏற்படக்கூடிய நீரிழப்பை ஈடுகட்ட செய்ய வேண்டியவை:

- மருத்துவர் பரிந்துரைத்த மருந்துகள் மற்றும் O.R.S. எனப்படும் உப்பு கரைசலை தவறாது கொடுத்தல்
- உப்பு கரைசல் கிடைக்காதபட்சம் கொதித்து ஆற வைத்த 200 மி.லி நீரில் 2 ஸ்பூன் சர்க்கரை, ஒரு சிட்டிகை உப்பு கலந்த கரைசலை அடிக்கடி கொடுக்கலாம் (தாய்ப்பால் குடிக்கும் குழந்தைகளுக்கு தொடர்ந்து தாய்ப்பால் கொடுக்கலாம்).

கற்பகதரு ட்ரஸ்ட்
கிரந்தாலயம்

➢ வயிற்றுப்போக்குடன் வாந்தியும் இருந்தால் குழந்தை வாந்தி எடுத்த சிறிது நேரம் கழித்து ஸ்பூன் மூலமாக சிறிய அளவுகளில் இளநீர் மற்றும் உப்பு சர்க்கரை கரைசல் போன்றவற்றை கொடுக்கலாம்.

➢ 12 மணி நேரத்திற்கும் மேலாக வாந்தி இல்லையெனில் இட்லி, ஆற வைத்த சுடுதண்ணீரில் ஊற வைத்த ரொட்டி, கஞ்சி போன்ற உணவு வகைகளை கொடுக்கலாம்.

ஒரு வயது வரையிலான குழந்தைகளுக்கு நோய் தொற்று ஏற்படாமல் இருக்க கடைபிடிக்க வேண்டியவை

◆ முந்தைய இதழ்களில் கூறியிருந்தபடி பரிந்துரைக்கப்பட்ட தடுப்பூசிகளை தவறாது போடுதல்.

◆ ஆறு மாதங்கள் வரை கட்டாயம் தாய்பால் கொடுத்தல், ஆறு மாதத்திற்கு பிறகு தாய்ப்பாலுடன் சேர்த்து சத்தான உணவு வகைகளை கொடுத்தல்.

◆ குழந்தைகள் தூங்கும் இடம் மற்றும் அவர்கள் பயன்படுத்தும் பொருட்கள் ஆகியவற்றை சுத்தமாகவும், சுகாதாரமாகவும் வைத்திருத்தல்.

◆ அவர்களது உடைகளை கிருமி நாசினியை பயன்படுத்தி துவைத்தல்.

◆ தண்ணீரை நன்றாக காய்ச்சி ஆற வைத்து வடிகட்டி கொடுத்தல்.

ஒரு வயது வரையிலான குழந்தைகளுக்கு நோய் தொற்று ஏற்படாமல் இருக்க தவிர்க்க வேண்டியவை

➢ குழந்தை இருக்கும் அறைகளில் கொசுவர்த்தி, ஊதுவர்த்தி, வாசனை திரவியங்கள் போன்றவற்றை பயன்படுத்துவதை தவிர்த்தல்.

➢ நோய் தொற்று உடையவர்கள் குழந்தைகளிடம் செல்வதை தவிர்த்தல்.

➢ மருத்துவ ஆலோசனை இன்றி மருந்து கடைகளில் மருந்து வாங்கி கொடுப்பதை தவிர்த்தல்.

➢ தரமற்ற விளையாட்டுப் பொருட்கள் மற்றும் பஞ்சினாலான பொம்மைகளை தவிர்த்தல்.

பெற்றோர்கள் தமது குழந்தைகளின் உடல் நலத்தை பேணிக்காக்க மேற்கூறிய குறிப்புகள் உதவும் என நம்புகிறோம்...

அடுத்த இதழில் குழந்தையின் பற்கள் குறித்த சில தகவல்களைக் காண்போம்.

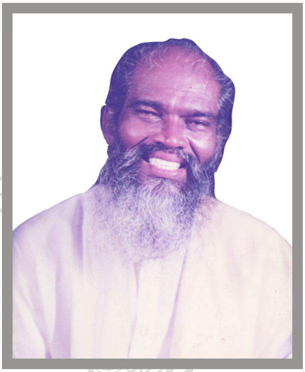
நலம் நலமறிய அவா...

ஸ்ரீ கனக கோவிந்தசாமி அய்யாவிற்கு எங்களது மனமார்ந்த நன்றிகள்

குரு கனக கோவிந்தசாமி அய்யா அவர்களது தத்துவங்களும், தவங்களும் எங்களின் உயிரை மேம்படுத்தியது, இயற்கையை அறிய வைத்தது. அய்யா அவர்களின் தத்துவத்தின் ஆழமும், வேகமும், தைரியமும் எங்களை அவர்பால் அன்பால் ஈர்த்தது. அய்யா அவர்கள் உடலால் தற்போது நம்முடன் இல்லையே என்ற வருத்தம் இருப்பினும் அவர் நமது அறிவிலும், உணர்விலும் கலந்து இருப்பதனை நம்மால் நன்றாக உணர முடிகின்றது. அவர் விட்டுச் சென்ற சமுதாயப் பணிகளை ஈடேற்றும் கடமையில் நாமும் இணைந்துள்ளோம் என்பதை அவருக்கு பணிவுடன் சமர்ப்பிக்கின்றோம். துணையாய் நிற்க வேண்டுகின்றோம்.

அய்யாவினது நினைவு நாள் 02.05.2006

- கற்பகதரு ட்ரஸ்ட் தொண்டர்கள்



வேதாத்திரி மகரிஷியும் நானும்

ஸ்ரீ குரு கனக கோவிந்தசாமி அய்யா அவர்களின் உரைக்கு எழுத்து வடிவம் கொடுத்தவர் திருமதி. S. செல்வி அவர்கள்.

அன்பர்களே!

நானும் மகரிஷியும் ஒரு நாள் ரயில்ல போயிட்டிருந்தோம். இந்தப் பக்கம் மூணு பேரு... அந்தப் பக்கம் மூணு பேரு உட்கார்ற மாதிரியான சீட்டுல, முதல் சீட்டுல நான் உட்கார்ந்திருந்தேன். எதிர் சீட்டுல மகரிஷி உட்கார்ந்திருந்தார். மத்த சீட்டெல்லாம் காலி, கூட்டமே இல்லை. ஒரு சின்ன பையன் நாலு, அஞ்சு வயசு இருக்கும், "ஐயா!...ஐயா!"ன்னு கையை ஏந்திட்டு வந்தான். நான் சில, பல காரணங்களுக்காக காசு பிச்சை போடறது கிடையாது. அது நான் ஏற்கனவே எடுத்த முடிவு. "ஐயையோ!... இவன் பிச்சை கேட்டு வரானே! நாம காசு போடலைன்னா மகரிஷி நம்மளை கஞ்சன்னு நினைச்சுக்குவாரே, காசு போடறதா? வேண்டாமா?"ன்னு யோசனையில இருந்தேன். "சரி! மகரிஷி போட்டா, நாம போடலாம்"ன்னு இருந்தேன். மகரிஷி என்னையே

பார்த்துட்டு இருந்தார். என்ன நினைச்சுட்டு இருந்திருப்பாரு? ஒருவேளை நான் போட்டா போடலாம்னு நினைச்சிருந்திருப்பாரோ? ரெண்டு பேரும் முன்னப் பின்னப் பார்த்துட்டு யோசனையிலயே விட்டுட்டோம். மகரிஷி எங்கிட்ட "இந்த பையன் இப்பவே இப்படி இருக்கிறானே! எதிர்காலத்துல எப்படி இருப்பான்?"னு கேட்டார். மகரிஷி சொல்ற ஒவ்வொரு வார்த்தையிலையும் ஆழம் இருக்கும். அது மட்டும் எனக்கு நல்லா தெரியும். இந்த வார்த்தையில என்ன ஆழம்னு தெரியலை. நான் திரு திருன்னு முழிச்சுட்டு ஒண்ணும் பேசாம இருந்தேன். "இவன் எதிர்காலத்துல நல்ல வாட்ட சாட்டமான ஆளா இருக்க மாட்டானா?"னு கேட்டார். "ஆமாம் சாமி"ன்னேன். "இன்னுமொரு இருபது வருஷம் கழிச்சா இவனுக்கு இருபத்தி அஞ்சு வயசு இருக்கும். வாட்ட சாட்டமான உடம்பு... நல்ல பலம்... அந்த உடம்பைக் கொண்டு எது வேணும்னாலும் செய்யலாம் இல்லையா? இப்பவே இவன் பிச்சை வாங்கி சாப்பிட்டுட்டு இருக்கானே, இவனுடைய அறிவு இதுக்கு மேல வளருமா? இப்ப இவனால யாரையும் அடிக்க முடியாது, அடிச்சா திருப்பி அடிச்சுருவாங்க, அதனால கையேந்தறான். தன்னால யாரையும் அடிக்க முடியும்ன்னு வரும்போது இவன் கையை ஓங்குவான். இருபத்தி அஞ்சு வருஷம் கழிச்சு இவன் அடிச்சா கூட்டமே ஓடிப் போகும். ஆகவே எதிர்காலத்துல திருடர்களாகவும், அயோக்கியர்களாகவும் வரக்கூடியவர்கள் எல்லாம் இருபத்தி அஞ்சு வருஷத்துக்கு முன்னால இந்த சமுதாயத்தால உருவாக்கப்பட்டவர்கள். என்ன செஞ்சிருக்கணும் இந்த பையனோட அப்பா, அம்மா? "பிச்சை எடுக்க போக கூடாதுடா, பட்டினி கிடந்தாலும் பிச்சை எடுக்க கூடாதுடா. நாங்க உனக்கு சம்பாரிச்சு போடறோம்டா. முடிஞ்ச வரைக்கும் சாப்பிடலாம், இல்லைனா நீயே ஏதாவது வேலை செஞ்சு... பூட்ஸ்க்கு பாலீஷ் போடறது மாதிரி... சம்பாரி"ன்னு சொல்லி கொடுத்திருக்கணும்"ன்னு சொன்னார். மகரிஷியின் இந்த விளக்கம் எனக்குள் ஒரு புதிய சமுதாய உணர்வைத் தூண்டியது.

- நினைவில் உங்களோடு *kgs.* ■

உலகிலே சாந்தி நிலவ வேண்டும்

The whole world may enjoy peace

ஸ்ரீ ஞானசாயி உலக சமாதான மையம்

SHREE GNANA SAI WORLD PEACE CENTER

(A unit of Karpagadaru Trust)

Gurunathapuram

Keelpatti(Po), Vellore District-635805.

Immerse in the joy of devotion.

Welcome to the Temple of Wisdom situated in the serene nature of Gurunathapuram lying between Ambur and Gudiyatham of Vellore District. Temple of Wisdom at Gurunathapuram was formed by ardent meditators to enjoy the nectar of the divinity by revealing the secrets of Nature and its rhythm. Karpagadaru Trust, a non religious and non-profitable Organisation running purely for world peace was started on 20th Sep 2010 with the blessings of Mahan Seshadri Swamigal at Thiruvannamalai.

The members of the Karpagadaru Trust, a world peace team through their dedication, devotion, and soul stretching services are invoked by the blessings of SHIRDI SAI BABA. Basked by the blessings of Shirdi Sai Baba, the world peace team is on a prodigious undertaking of constructing a holy center for world peace in the name of SHREE GNANA SAI WORLD PEACE CENTER.

The trust which is a non profitable one and a world peace team is working for the uplift of the society through many activities like

Maargadarshakaa : Satsangs for world peace and distance healing.

Dhanvanthri : Free medical camps by specialized doctors

Vrikshm: Planting and maintaining of tree saplings to make earth greener and brighter.

Anna: contributing food to the needy.

Parsparakriya: Communicating inter relationship through Granthaalayam magazine.

Shree Maharishi library: Collection of spiritual and motivational books by great Masters.

Adhyaatmaavidhya: Conducting programs for the well being of health, mind, soul and consciousness.

Shirdi Sai Baba is to shower THY bliss at SHREE GNANA SAI WORLD PEACE CENTER (SGSWPC) Gurunathapuram, a blessing to all the devotees who line in the vicinity of the place. The construction work was commenced on 8-3-2015.

This center's construction will be in an area of minimum 3600 Sq.Ft. and will be surrounded by five physical elements like Earth, Water, Fire, Air and Ether (Akahsh). SGSWPC was started purely for world peace. Let all our interest be harmonized to inspire the love and devotion towards infinite joy and contentment.

Those who are willing to join hands with us in our service can contribute their help physically (helping in construction works) or mentally (by prayers and blessings) or through donations.

Donations in the form of Cheque, Demand Draft may be made out in favour of

SHREE GNANA SAI WORLD PEACE CENTER

BANK DETAILS:

BANK: BANK OF BARODA, BRANCH: VELACHERY, CHENNAI

ACCOUNT NAME: SHREE GNANA SAI WORLD PEACE CENTER

ACCOUNT NUMBER: 35860200000122, IFSC CODE: BARBOVELACH

For Correspondence: Old No - 78, New No - 6, Subramania Mudali street, Saidapet, Chennai - 600015.

Cell: 9884346758, 9944566888, 9443490219.

E-mail: gnanasaicenter@gmail.com

Yellam kaikoodum

வேத வேர்கள்

உமது கூடாரம் சமாதானத்தோடு இருக்கக் காண்பீர்.
வாசஸ்தலத்தை விசாரிக்கும்போது குறைவைக் காணமாட்டீர். (யோபு-5:24)

அன்பு நிறைந்தோரே! தவம் பயில்வோரே!

உங்களுக்காக சில மணித்துளிகள்... நீங்களும் நானுமாக சேர்ந்து பயணிக்க இருக்கின்றோம்...

சென்னை, குருநாதபுரம், பவானி மற்றும் திருப்பத்தூரில் நமது ஆன்மநல மேம்பாட்டு பயிற்சிகள் நடைபெற்று வருகின்றன. மாதம் ஒரு முறை நடைபெற்று வரும் இப்பயிற்சிகளில் முதல் நான்கு மாதங்களுக்கு புதிய அன்பர்களைச் சேர்த்து பயணித்து வருகின்றோம். ஐந்தாவது மாத பயிற்சியிலிருந்து தொடர்ந்து பனிரெண்டு மாதங்கள் பயிற்சிகள் நடைபெறும். இந்த ஆன்மநல மேம்பாட்டு பயிற்சிகள் யாவும் தன்னை உணர்ந்து, தன் தலைவனாக இருக்கக்கூடிய இறைநிலையை உணர்ந்து, இறைநிலையோடு சதாசர்வகாலமும் இணைந்தும், கரைந்தும் நிற்கும் அளவிற்கு

ஆன்மாவினை இட்டுச்செல்ல நமக்குத் துணையாக இருக்க வேண்டும், அதற்கு குரு அருளும், இறையருளும் துணை செய்து வழிநடத்திட வேண்டும் என்ற வேட்கையோடு உங்களில் நானும் ஒருவனாக இந்த பயணத்தினை மேற்கொண்டுள்ளேன்.

பனிரெண்டு வகுப்புகளில் கடைத்தேறலாம், இல்லை மேலும் பல பயிற்சி காலங்கள் நமக்குத் தேவைப்படலாம். எனினும் இவையாவும் நாம் மேற்கொள்ளும் முயற்சி மட்டுமே...

"அவன் அருளாலே, அவன் தாள் வணங்கி"

என பண்பட்டோர் பறைசாற்றுகின்றனர். அவன் எனும் போது தலைவன்.. ஆம்! அனைவருக்கும் தலைவன் யாரோ அவன் திரு அருளால் மட்டுமே அவன் தாளை (பாதத்தினை- அடியினை) வணங்க முடியும்.

அன்பர்களே!

பெற்றோர்கள் செய்த நல்ல வினைகள், கோள்களின் சஞ்சாரம் இவற்றையெல்லாம் "பிரார்த்தம்" என்கின்றோம், பிரார்த்தம் இல்லை என்றும் , பயிற்சிகள் செய்ய முடியவில்லையே என்றும் ஒதுங்கி விடமுடியாது. பயிற்சிகள் செய்தும் பலன் ஒன்றும் இல்லையே எனவும், நேரம் கிடைப்பதில்லையே எனவும் கூட ஒதுங்கிவிட முடியாது. இந்த இடத்தில் எல்லாம் ஒருவருக்கு துணை நிற்பதுவே "குரு பிடி".

"குருபிடியின்றி ஒரு படியும் இல்லை"

என்ற அனுபவத்தின் வாக்கு உட்செவிகளில் எனக்கு கேட்டுக்கொண்டே இருக்கின்றது.

"உலகத்தில் ஓராயிரம் குருமார்கள் ஸ்தூல உடலால் வாழ்ந்து கொண்டிருக்கின்றனர். அவர்களில் நான் யாரைச் சென்று சேர்வது? யாரிடம் உறவு வைத்துக்கொள்ளுவது? எந்த பயிற்சியில் என்னை இணைத்துக்கொள்வது? இந்த சபையிடம் சென்றால், அந்த சபை கோபித்துக்கொள்ளுமோ? எவ்வாறு செல்வது? தவத்திற்கு என்று சென்றால் தொழில், குடும்பம், நட்பு வட்டம் பாதிப்படையுமோ?

சாமியாராக போய்விடுவேனோ? மனைவி அல்லது கணவன் அல்லது குடும்பம் அல்லது எனது சின்ன குழந்தை என்னை தவம் அல்லது தவப்பயிற்சிக்கு செல்ல சம்மதிக்குமோ, அனுமதிக்குமோ? குழந்தையோடு கொஞ்சும் நேரம், மனைவி, கணவனோடு அன்பு பாராட்டும் நேரம், தொழில் மற்றும் உறவுகளோடு செலவழிக்கும் நேரம்... இவையெல்லாம் குறைந்து விடுமோ?" போன்ற அச்சங்கள் நமை ஆட்கொண்டு, பற்பல கேள்விகளை எழுப்பினாலும்,

"தவம் தவமுடையோருக்கே"

என்று எளிதாக இக்கேள்விகளுக்கு விடையளிக்கலாம். குழம்ப வேண்டாம்... தவிக்க வேண்டாம்... **எல்லாம் கை கூடும்.**

அன்பர்களே!

நமது ஆன்மநல மேம்பாட்டுப் பயிற்சிகளில் பெரியோர்கள் வகுத்திட்ட வழியில் நின்று பழகிட, அகக்கண்ணாடிக்கும், தவக்கண்ணாடிக்கும் சிறப்பு சேர்க்கப்படுகிறது. பல குருமார்களின் சீடர்களின் சங்கமமாகவே நமது ஆன்மநல மேம்பாட்டுப் பயிற்சிகள் அமைந்து வருகின்றன. அவரவர்கள் செய்து வரும் சாதனைகளையும், தவமுறைகளையும் இங்கு வந்து தவ நேரங்களில் செய்து வருகின்றனர். மௌனத்தை முன்வைத்தே ஆன்மநல மேம்பாட்டுப் பயிற்சிகள் நடைபெறுவதால், அவரவர்கள் செய்து வரும் தவத்தில் ஓர் ஆழத்தினை அவரவர்களாகவே கண்டறிய உதவும் வகையில் நமது பயிற்சிகள் அமைந்து வருகின்றன.

பயிற்சிகளில் கலந்து கொண்டு பயன் பெற்றோர்களின் அனுபவங்களே மேலும் பயிற்சியினை நடத்திட வேண்டும் என்ற உத்வேகத்தினை கொடுத்து வருகின்றது. நமது கற்பகதரு ட்ரஸ்ட் தொண்டர்களின் அன்பும், முயற்சியும், அன்பின் ஆழமும் அவர்களுக்கு பல உதவிகளை செய்து வருவதால், அவர்கள் தொய்வின்றி பயிற்சிகள் செய்திட வழிவகை செய்கின்றன.

அச்சம் வேண்டாம்...

செய்க தவம்... செய்க தவம்... செய்க தவம்.

கற்பகதரு டிரஸ்ட்
கிரந்தாலயம்

"உற்றநோய் நோன்றல் உயிர்க்குறுகண் செய்யாமை
அற்றே தவத்திற்கு உரு"

- திருக்குறள் - 261.

திருவள்ளுவப் பெருந்தகை தவத்திற்கான உரு அல்லது இலக்கணம் என்ன என்பது பற்றி மிகத் தெளிவாக கூறுகிறார்கள்.

• உற்ற நோய் நோன்றல் - தனக்கு வரும் துன்பங்களை தானே சகித்துக் கொள்ளுதல்

• உயிர்க்கு உறுகண் செய்யாமை - பிற உயிர்க்கு துன்பம் செய்யாமை

இவை இரண்டும்தான் தவம் செய்வதற்குத் தேவையானவை. இந்த இரண்டு குணங்கள்தான் நம்மை தவம் செய்யத் தூண்டும் தூண்டுகோல்கள்.

உற்ற நோய் என்பது பசி, தாகம், தட்ப வெப்ப ஏற்றத்தாழ்வு இவைகளால் வரும் துன்பங்கள் மட்டுமில்லை... தனக்கு பிறர் செய்யும் துன்பங்களும் உற்ற நோயினுள் அடங்கும். பிறர் செய்யும் துன்பங்களை பொறுத்துக் கொள்ளுதலோடு மட்டுமல்லாமல் அவர்களுக்கு உதவி செய்தல், பிற உயிர்க்கும் துன்பம் செய்யாமை.. இவற்றை தவத்தின் மூலமாக பெறலாம். தவம் செய்ய முடியவில்லையா? தடைகள் வந்த வண்ணமாய் உள்ளதா? மனம் தவத்தில் ஈடுபடவில்லையா? கவலை வேண்டாம்...

பிற உயிர்க்கு உதவி செய்வோம்!

துன்பம் நேர்கையில் தாங்கிக்கொள்வோம்!

தவம் செய்ய உள்ள தடைகள் யாவும் நீங்கிடும். கவலையை விடுங்கள்...

அன்பர்களே!

மீண்டும் நினைவுப்படுத்திட விழைகின்றேன்,

"உமது கூடாரம் சமாதானத்தோடு இருக்கக் காண்பீர்"

ஆம்! நமது கூட்டின் ஆதாரம் சமாதானமாக, துன்பம் இல்லாமல்தான் உள்ளது. துன்பம் எங்கே உள்ளது என சிந்திப்பீர்.

அறியாமை, அலட்சியம், உணர்ச்சிவயம் கொண்ட மனதில்தான் துன்பம் கலந்துள்ளது, துன்பமில்லாத... சமாதானத்தோடு கூடிய இடம் மனதில் அடிநிலையில் கூட்டின் ஆதார சுருதியில் மையம் கொண்டுள்ளது. அறியாமைக்கான காரணம் கண்டு அகற்றுதல், அலட்சியத்துக்கான காரணம் கண்டு அகற்றுதல் மற்றும் உணர்ச்சிவயத்திற்கான காரணம் கண்டு அகற்றுதல் இவையாவும் சமாதானம் உள்ள இடத்தினை மனம் கண்டு கொள்ள உதவும். அதாவது

மனதைக் கொண்டே அறிந்து
மனதைக் கொண்டே அகற்றி
மனதைக் கொண்டே ஆண்டு
மனதைக் கொண்டே அடைவீர்
மனதின் அடிநிலையே சமாதான மையம்.

வாசஸ்தலத்தை விசாரிக்கும் போது குறைவைக் காணமாட்டீர். குறள் நெறி கூறும் வார்த்தைகளுக்கான விடைகள் இங்கேயும் உண்டு.

கூடாரம் சமாதனத்தோடு உள்ளதால் துன்பம் என்பது நமது ஆதாரத்தில் இல்லை... அறியா மனதில்தான் உண்டு... கவலை வேண்டாம்... அகற்றி விடலாம்... முயற்சி பலனளிக்கும்.

வாசஸ்தலத்தை விசாரிக்கும் போது யாரிடமும் குறை காணா மனநிலை ஏற்பட்டுவிடும்... அனைத்திலும் உள்ள தெய்வ தரிசனத்தை பெறலாம்.

ஆம் அன்பர்களே!

எளிது.. எளிது.. ஏகாந்தத்தை அடைதல் எளிதே!
இனிது.. இனிது.. ஆன்மப் பயணம் இனிதே!
நானும் உங்களுடன் பயணிக்கின்றேன்...
சேர்ந்தே செல்வோம்... இணைந்தே இலக்கையும் அடைவோம்.

தொண்டனுக்கெல்லாம் தொண்டனாய்,
L.L.S. மணிகண்டன்.

வாய்ப்புண் நீங்க சில மூலிகை குறிப்புகள்...

❁ வாய் புண்களுக்கு சிறந்த மருந்து மணத்தக்காளி கீரை, பல இலைகளை வாயில் போட்டு 'கொதப்ப' வேண்டும் பிறகு கொப்பளிக்க வேண்டும். இதை 2-3 தடவை செய்தாலே போதும். கத்தகாம்பு (Uncaria gambier) நாட்டுமருந்து கடைகளில் கிடைக்கும். இதை வாயில் போட்டு மென்று உமிழ்ந்தால், வாய்ப்புண் குணமாகும்.

❁ த்ரிபாலா (கடுக்காய், நெல்லிக்காய், தான்றிக்காய்) வினால் வாய்கொப்பளிப்பது சிறந்தது. தேங்காய் பாலால் வாய் கொப்பளிப்பது. எள்ளை பொடியாக்கி, தேனும், நெய்யும் சேர்த்து வாயில் போட்டு சிறிது நேரம் வைத்திருப்பது. அதிமதுரம் அல்லது மஞ்சளை பாலில் போட்டு காய்ச்சி குடிக்கலாம்.

❁ தேன், சுத்தமான நெய் அல்லது கிளிசரின் (Glycerin) ஆகியவற்றினை வாய்ப்புண் உள்ள இடத்தில் தடவுவது பலன் தரும்.

❁ வாழைப்பழத்தைத் தயிருடன் கலந்து, காலை உணவாக உட்கொண்டால், வாய்ப்புண் மூலம் ஏற்படும் எரிச்சல் அன்று முழுவதும் மறையும்.

❁ அகத்தி இலையை அவித்த தண்ணீர் பருகினால் வாய்ப்புண் ஆறும்.

❁ மணத்தக்காளி கீரையை வதக்கி வாரத்திற்கு ஒரு முறை சாப்பிட்டு வந்தால் வாய்ப்புண் விரைவில் குணமாகும்.

❁ வெள்ளாட்டு பாலினை காலையில் வெறும் வயிற்றில் குடித்து வந்தால் வாய்ப்புண் விரைவில் குணமடையும்.

❁ காலையில் வெறும் வயிற்றில் சிறுது மஞ்சள் சாப்பிட்டு வந்தால் வாய்ப்புண், வயிற்றுப் புண் இருப்பின் குணமடையும். தொடர்ந்து சாப்பிடுவதால் நோய் தொற்று ஏற்படாது.

தொடர்ச்சி பக்கம் 40ல் பார்க்க..

கற்பகதரு ட்ரஸ்ட்

எண்ணிய முடிதல் வேண்டும்

அன்பர்களே!

"நல்லவையே எண்ணி நலம் பல செய்வோம்
உலகநலத் தொண்டனுக்கு தொண்டனாய் வாழ்வோம்"

2015ஆம் ஆண்டு ஜனவரி, பிப்ரவரி மற்றும் மார்ச் ஆகிய மாதங்களில் கீழ்கண்ட இடங்களில் நாம் செய்திட்ட சிற்சில தொண்டுகளில் ஒரு சிலவற்றை தங்களோடு பகிர்ந்து கொள்கின்றோம்.

குருநாதபுரம்

30-12-2014 முதல் 01-01-2015 வரை குருநாதபுரம் ஞானத்திருக்கோயில் வளாகத்தில் புத்தாண்டையொட்டி உலக நலன் வேண்டி வேள்வி நடைபெற்றது. அதனை தொடர்ந்து நடந்த புத்தாண்டு நிகழ்வுகளின் ஓர் அங்கமாக திரு.L.L.S. மணிகண்டன் அய்யா அவர்கள் "எல்லாம் கைகூடும்" என்ற தலைப்பில்

உரையாற்றிய குறுந்தகடின் முதல் பிரதி திரு. N.S. கோபாலகிருஷ்ணன் அவர்களால் வெளியிடப்பட்டு திரு.G. பொன்னிவளவன் அவர்களால் பெற்றுக்கொள்ளப்பட்டது. இந்நிகழ்வில் சுமார் 70 அன்பர்கள் கலந்துகொண்டு சிறப்பித்தனர்.

16.01.2015 அன்று ஞானத்திருக்கோயில் வளாகத்தில் சத்சங்கம் நடைபெற்றது. இந்நிகழ்வில் சுமார் 65 நபர்கள் கலந்துகொண்டு சிறப்பித்தனர்.

17,18.02.2015 ஆகிய இரண்டு நாட்கள் ஞானத்திருக்கோயிலில் சத்சங்கம் நடைபெற்றது. இந்நிகழ்வில் சுமார் 25 அன்பர்கள் கலந்துகொண்டு சிறப்பித்தனர்.

08.03.2015 அன்று ஞானத்திருக்கோயில் வளாகத்தில் கற்பகதரு ட்ரஸ்டின் ஓர் அங்கமான ஸ்ரீ ஞானசாயி உலக சமாதான மையத்தின் கட்டிட திருப்பணிகள் துவங்கப்பட்டது. இந்த

புண்ணிய நிகழ்வில் சுமார் 75 அன்பர்கள் கலந்துகொண்டு ஸ்ரீ ஞானசாயி நாதரின் அன்பினையும், ஆசிகளையும் பெற்ற பேறு உடையவர்களாயினர்.

கன்னியாகுமரி

04.02.2015 முதல் 08.02.2015 வரை கன்னியாகுமரி விவேகானந்தா கேந்திராவில் சத்சங்கம் நடைபெற்றது. இதில் சுமார் 120 அன்பர்கள் கலந்துகொண்டனர்.

சென்னை

சென்னை குரோம்பேட்டையில் 18.01.2015 மற்றும் 22.02.2015 ஆகிய நாட்களில் நடைபெற்ற யோக வாழ்வுப் பயிற்சி முகாம்களில் ஒவ்வொரு நாளும் சுமார் 15 அன்பர்கள் கலந்துகொண்டு சிறப்பித்தனர்.

திருப்பத்தூர்

15.02.2015 அன்று திருப்பத்தூரில் ஆன்மநல மேம்பாட்டு பயிற்சியின் அறிமுக வகுப்பு சிறப்பாக நடந்தேறியது. சுமார் 30 அன்பர்கள் கலந்துகொண்டு சிறப்பித்த இந்த வகுப்பிற்காக திரு.C. கிருஷ்ணமூர்த்தி அய்யா அவர்கள் ஆற்றிய சேவைகள் மிகவும் உன்னதமானது.

கற்பகதரு ட்ரஸ்ட்
கிரந்தாலயம்

பவானி

24, 25.01.2015, 28.02.2015, 01.03.2015, 28.03.2015 மற்றும் 29.03.2015 ஆகிய தேதிகளில் யோக வாழ்வுப் பயிற்சி முகாம்கள் பவானியில் நடைபெற்றன. இவற்றில் ஒவ்வொரு நாளும் சுமார் 80 அன்பர்கள் கலந்துகொண்டு சிறப்பித்தனர்.

பாராட்டுக்கள்

கடந்த மூன்று மாதங்களில் திருவாளர்கள். கோவிந்தாராஜ், மதிவாணன், புஷ்பானந்தம், தாமோதரன் மற்றும் முத்துக்குமார் ஆகியோர் கற்பகதரு ட்ரஸ்ட்க்காகவும், ஸ்ரீ ஞானசாயி உலக சமாதான மையத்திற்காகவும் ஆற்றிய பணிகள் பாராட்டுக்குரியது.

நிகழ இருப்பவை

02.04.2015 முதல் 05.04.2015 வரை தொண்டர்களுக்கான பயிற்சி முகாம்கள் வால்பாறையில் நடைபெறவுள்ளன.

19.04.2015 அன்று சென்னை குரோம்பேட்டையில் யோக வாழ்வுப் பயிற்சி நடைபெறவுள்ளது.

சீரடி ஸ்ரீ சாய் பாதுகா தரிசனம்

9,10.05.2015 - சென்னை	11.05.2015 - வேலூர்
12,13.05.2015 - திருப்பூர்	14.05.2015 - கோவை

கற்பகதரு ட்ரஸ்ட்
கிரந்தாலயம்

ஸ்ரீ ஞானசாயி உலக சமாதான மையத் திருப்பணிகளுக்கான நன்கொடைகள் வரவேற்கப்படுகின்றன.

நன்கொடைகளை காசோலை (Cheque) மூலமாகவோ, வரைவு காசோலை (Demand draft) மூலமாகவோ கீழ்க்காணும் முகவரிக்கு அனுப்பிவைக்க அன்புடன் கேட்டுக்கொள்கின்றோம்.

முகவரி

#6, Subramania Mudali street,
Saidapet, Chennai - 15.
Cell: 90031 06800.

வங்கி விபரம்

Bank: BANK OF BARODA

Branch: VELACHERY, CHENNAI

Account Name: SHREE GNANA SAI WORLD PEACE CENTER

Account Number: 35860200000122

IFSC CODE: BARBOVELACH

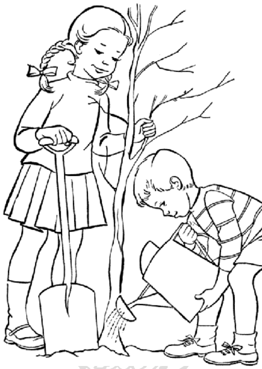
- N. மீனா கிருஷ்ணன்,
திட்ட ஒருங்கிணைப்பாளர், கற்பகதரு ட்ரஸ்ட்.

.. பக்கம் 35ன் தொடர்ச்சி (வாய்ப்புண் குணமாக)

❁ நன்கு பழுத்த தக்காளியை கூழாக்கி அதை கொஞ்சம் தண்ணீரில் கரைத்து வாய் கொப்பளிக்கலாம் அல்லது வெறும் தக்காளியை நன்றாக மென்று சாப்பிடலாம்.

❁ புதினா இலைச் சாற்றினை வாய்ப்புண் உள்ள இடத்தில் பூசினால் நிவாரணம் கிடைக்கும். எரிச்சல், வலி குணமாகும்.

❁ நெல்லிக்காயை விதை நீக்கிவிட்டு பேஸ்ட் போல அரைக்கவும். அதை வாய்ப்புண் உள்ள இடத்தில் பூச வாய்ப்புண் குணமாகும்.



மரம் வளர்ப்போம்.. நிலம் காப்போம்.

- S. தமிழரசி

“பெண்மையை போற்றுவோம்”... “மரம் நடுவோம்.. மழை பெறுவோம்” இது போன்ற வாசகங்களை நாம் ஒவ்வொருவரும் நமது வாழ்நாளில் நிச்சயம் கடந்து வந்திருப்போம். தனித்தனியே இவற்றை நிறைவேற்ற பல திட்டங்கள் இருப்பதையும் நாம் அறிவோம். ஆனால் இவ்விரண்டையும் ஒரே திட்டத்தின் மூலம் ஒரு கிராமத்து மக்கள் நிறைவேற்றி வருகிறார்கள் என்றால் நம்ப முடிகின்றதா? 08.03.2015 அன்று ஆங்கில நாளிதழான தி ஹிந்துஸ்தான் டைம்ஸில் அது போன்ற ஒரு நற்செயலில் தொடர்ந்து ஈடுபட்டு வரும் ஒரு கிராமத்தை பற்றி வெளிவந்த ஆங்கிலக் கட்டுரையின் தமிழாக்கம் இதோ...

ராஜஸ்தான் மாநிலத்தில் உள்ள ராஜ்சமுன்ட் மாவட்டத்தில் பிப்லான்ட்ரி கிராமத்தில் ஒவ்வொரு பெண் குழந்தை பிறக்கும்போதும் 111 மரக்கன்றுகள் நடப்படும் ஆச்சரிய நிகழ்வு நடைபெற்று வருகின்றது. பெண் சிசுக் கொலை பரவலாக நடத்தப்படும் ஒரு மாநிலத்தில் இத்தகைய ஒரு நிகழ்வு நடந்து

வருவது மிகவும் போற்றத்தக்கதாகும். உலகெங்கும் மார்ச் 8ந் தேதி கொண்டாடப்படும் சர்வதேச மகளிர் தினம் பற்றி அக்கிராமத்து மக்கள் அறிவார்களா என்பது தெரியவில்லை. ஆனால் எட்டு ஆண்டுகளுக்கு முன்னர் ஷியாம் சுந்தர் பலிவால் எனும் ஒரு பஞ்சாயத்து தலைவரால் 2006ம் ஆண்டு தொடங்கப்பட்ட இந்த புனிதமான பணி இது நாள் வரை தவறாமல் கடைபிடிக்கப்பட்டு வருகின்றது. இத்திட்டத்தில் பெற்றோர்கள் தங்களுக்கு பெண் குழந்தை பிறந்ததற்கு மரக்கன்றுகள் நடும் போது கிராமத்து பஞ்சாயத்து சார்பாக அக்குழந்தையின் பேரில் ஒரு வைப்பு நிதி கணக்கு தொடங்கப்படும். பெற்றோர்கள் மரக்கன்றுகளை நடுவதோடு மட்டுமன்றி அவற்றை உரிய காலம் வரை சரியான முறையில் பராமரித்தும் வருதல் வேண்டும். மேலும் இத்திட்டத்தில் இணையும் பெற்றோர்கள் அனைவரும் தங்களது பெண் குழந்தைகளை 18 வயதிற்கு முன்னர் திருமணம் செய்து தர மாட்டோம் எனவும் தங்களது குடும்ப உறுப்பினர் யாரும் பெண் சிசுக் கொலையில் ஈடுபட மாட்டோம் எனவும் உறுதி பத்திரம் எழுதி கையெழுத்திட்டு தர வேண்டும். கடந்த எட்டாண்டுகளில் மட்டும் இத்திட்டத்தில் இணைந்த மக்கள் மூலமாக அக்கிராமத்தில் 2,86,000 மரங்கள் நடப்பட்டுள்ளது.

இத்திட்டம் குறித்து பலிவால் அவர்களிடம் கேட்டபோது “இந்தியாவின் மற்ற மாநிலங்களைப் போன்றே, ராஜஸ்தானிலும் பெண் குழந்தைகளின் அதீத திருமணச் செலவு காரணமாக அவர்களை பாரமாக கருதும் மனப்பான்மை வேரூன்றியுள்ளது. அவர்களின் பேரில் துவங்கப்படும் வைப்பு நிதி கணக்கு பெற்றோர்களின் மனப்பான்மையில் ஒரு மாற்றத்தையும், அவர்களுக்கு ஒரு பாதுகாப்புத் தன்மையையும் அளித்துள்ளது. இந்த வைப்பு நிதி கணக்கில் ரூபாய் 21,000 கிராமத்து மக்களிடம் நன்கொடையாக வசூலிக்கப்பட்டும், ரூபாய் 10,000 பஞ்சாயத்து சார்பாகவும் வழங்கப்பட்டு வருகின்றது. நாங்கள் எங்களது கிராமத்தில் ஏதேனும் மாற்றம் கொண்டு வர வரவேண்டும் என

நினைத்தோம். அந்த மாற்றத்தை நோக்கிய பயணத்தில் தற்போது நடைபோட்டு வருகின்றோம்” எனக் கூறினார். பலிவால் அவரது பணிக்காலம் 2010ம் ஆண்டு முடிவடைந்து விட்டபோதும், அவருக்கு பின் பதவிக்கு வந்த பஞ்சாயத்து தலைவர்கள் இத்திட்டத்தை கைவிடாது தொடர்ந்து நிறைவேற்றி வருகின்றனர்.

இக்கிராமத்தில் சென்ற ஆண்டு 111 மரக்கன்றுகளை நட்ட 28 வயதான கெரிலால் பலாய் என்பவர் தனது குழந்தையை தாலாட்டு பாடி தூங்க வைக்கும்போது ஏற்படும் ஆனந்தமும் மகிழ்ச்சியும் மரக்கன்றுகளை பராமரிக்கும்போது தனக்கு ஏற்படுவதாகவும், இனி தனது குழந்தையின் ஒவ்வொரு பிறந்த நாளுக்கும் ஒரு மரக்கன்று நட முடிவெடுத்துள்ளதாகவும் கூறி பூரிக்கின்றார். கடந்த ஆகஸ்ட் மாதம் இக்கிராமத்துக்கு வருகை புரிந்த ராஜஸ்தான் முதலமைச்சர் வசுந்தரா ராஜே, “சிறிதளவு அன்பு, மனித நேயம், ஓரளவு இயற்கையை பற்றிய அறிவு, அளவு கடந்த கடும் உழைப்பு இவையாவும் இக்கிராமத்தில் பெரும் மாற்றத்தை நிகழ்த்தியுள்ளது. கிராமத்தினருக்கும், பஞ்சாயத்து தலைவர்களுக்கும் எனது வாழ்த்துக்கள். இந்த அரிய பணி அனைவருக்கும் எடுத்து சொல்லப்பட்டு, அனைவராலும் பின்பற்றப்பட வேண்டும் என்பதே எனது விருப்பம்” என இத்திட்டம் குறித்து அக்கிராமத்து பஞ்சாயத்து அலுவலகத்தில் உள்ள பார்வையாளர்கள் பதிவேட்டில் எழுதிச் சென்றுள்ளார். மேலும் இது குறித்து அம்மாவட்ட நீதிபதி வர்மா பேசுகையில் இத்திட்டம் தொடந்து நடைபேற வேண்டும் என்றும் இத்தகைய முயற்சிகளுக்கு வானமே எல்லை எனவும் பாராட்டியுள்ளார்.

இந்த செய்தியினை ஒவ்வொரு கிரந்தாலயம் வாசகர்களின் சிந்தனைக்காக தெரிவித்துக்கொள்கிறோம். நாமும் நாட்டிற்கும் வீட்டிற்கும் நலம் பல விளைவிக்கக்கூடிய மரம் நடுதலையும், அதனை பேணி பராமரிப்பதன் மூலம் நிலத்தினை காப்பதையும் நமது வாழ்நாளில் முடிந்தமட்டும் கடைபிடித்து மகிழ்ச்சி காண்போமாக. ■

GOD IS LOVE

அன்பே சிவம்

- Yogi. N. Meenakrishnan.

Life is a celebration. We have to live our life. When we live, we celebrate life. Life and living are different entity. Life - it's an outward approach with the mundane comforts. But living is something beyond the ordinary comforts and luxuries. To live a life is a blessing. But we have to understand life. Life has meaning. It is not a play doll. God has gifted this beautiful life to live.

How could I make my life a celebration? I was leading a normal mundane life - eat, sleep spend some time with unwanted talks, watching television without the knowledge of true value of life. How I could confront with my life? What was the misconception I had about life? How I could overcome myself without being a prey to the worldly pleasures? Don't come to the conclusion that I overlook my family. I am very well into the family. I love my family, my in - laws. It may seem that I am into social life. It's a wrong notion. Life itself is a service. **Life is a gift from the universe (nature) and it is to be lived with more grandeur**.

“நீளவீடுகட்டுறீர் நெடுங்கதவு சாத்துறீர்
வாழவேணும் என்றலோ மகிழ்திருந்த மாந்தரே?
காலன்ஓசை வந்தபோது கைகலந்து நின்றிடும்
ஆலம்உண்ட கண்டர்பாதம் அம்மைபாதம் உண்மையே.”

- சிவவாக்கியர்.

Building big house and locking big doors
You desire to live happily ever after
Nothing can save you when yama(lord of death) comes
Only the Visakanda (supreme) who had alahala (poison) can save
you.

- Sivavakiyar

Life is not just materialistic. It’ is beyond that. What is the purpose we came for? Is it just the house, relatives, relationships, the money, the power and the struggles to attain and maintain all these petty affairs? We spend too much on all these things and we are neither happy nor contended.

Let me share with you a few glimpses of my Guru’s words which inspired me a lot.

Pranams to all the Gurus.

Before quoting my Guru’s words, let me apologize, if I am mistaken in finding the true value or meaning of the words of my Guru.

“One’s soul attains a turning point one fine day. Based on the purpose of life, the soul is into a new evolution. “Did this change occur to me?” This has to be analyzed by everyone. The analysis is a must. Human birth is a pride. And even more prideful is the individual birth. Either we have to realize this ourselves or through our Gurus. Life is precious. It is not to be wasted. Life is a service. If you are satisfied that you have done what you can to the family and to the society, there remains our duty to our

கற்பகதரு ட்ரஸ்ட்
கிரந்தாலயம்

soul (உயிர்). The soul is longing for love. When a Guru touches with love the longing subsides or calms down. Many births have passed by. In this birth, my bondage with the Gurus and their touch of love, results in the union of love of the Guru and the individual.

Anbae Sivam (Love is God). God is Guru. God is love. When a shutter is opened, the water flows without any restriction. Similarily here, the energy, the power of love merges and dissolves in the universe. The love can reach beyond the universe. The united love becomes the love of the eternity. All the living beings whoever is longing for love should feel your love. The feel of love and the yearning will reach the divine. All the energy is zealed within us.

If God is to realize his love and power, the divine must attain the divinity. For that God is to be born as human being. No other way. **Mankind is enriched with so much power and energy. This energy is not to manifest the power, but to show love.**

Beloveds,

Let us make an oath. (சங்கல்பம்)

"May the divine pure love fill each and every cell of my body!" Each oath belongs to the nature (universe).

Each and every human being is longing for love. But they are reluctant to receive the love given to them.

"துஞ்சாமலும் கூட நாடுவோர்க்கு
துணைபுரிதல் எம் கடமை யாகக் கொண்டோம்."

- வேதாத்ரி மஹரிஷி.

In this verse Guru is ready to help anytime. "You are suffering without sleep. I am ready to be with you. It's my duty ". This is the love of Guru. The shrine of the Guru is the shrine of love. Our heart becomes the shrine of love. We are blessed people. When we are able to unite our soul with

the Guru's soul, then it becomes a Guru's soul. Love unites. Always be in grip of Guru's love.(குருவின் அன்புப் பிடியில் இருத்தல்)."

How can one be in the grip of a Guru?

Let the blessings of all the great souls guide me, help me and give me strength to pen down further regarding this in the upcoming chapters...

கிருஷ்ண ஜெயந்தி யாத்ரா 2016

இறையருளாலும் குருவருளாலும் கற்பகதரு ட்ரஸ்ட் தொண்டர்கள் சார்பாக ஒவ்வொரு வருடமும் சத்சங்கத்துடன் கூடிய ஒரு திரு புனித யாத்திரை நடந்தேறி வருவது நாம் அனைவரும் அறிந்ததே. இதுவரை நடைபெற்ற கேதர்நாத், சீரடி, பண்டரிபுரம், குருவாயூர் மற்றும் கன்னியாகுமரி யாத்திரைகளைத் தொடர்ந்து கிருஷ்ண ஜெயந்தியை முன்னிட்டு வரும் 2016ம் ஆண்டு ஸ்ரீ கிருஷ்ணர் அவதரித்த புண்ணிய ஸ்தலமான மதுரா மற்றும் அவரது லீலைகள் நடந்தேறிய பல இடங்களை தரிசித்து விட்டு ஆக்ரா, ஜெய்ப்பூர் மற்றும் டெல்லி (முழு பயண விபரம் பின்னர் தெரிவிக்கப்படும்) சென்று திரும்பிட உத்தேசிக்கப்பட்டுள்ளது.

கடைசி நேர பயணச்செலவு இன்னல்களை களைந்திடும் வகையில் அன்பர்கள் தற்போதிருந்தே மாதம் ரூபாய் 500 (ஒரு நபருக்கு என) தங்களது சொந்த பொறுப்பில் சேமித்து வருமாறு கேட்டுக்கொள்ளப்படுகிறார்கள். முன்பதிவு மற்றும் மேல் விபரங்களுக்கு திருமதி. S. நளினி(அலைபேசி எண் - 97909 17473) அவர்களைத் தொடர்பு கொள்ளுமாறு அன்புடன் கேட்டுக்கொள்கின்றோம்.

எல்லாம் கைகூடும்

- யாத்ரா குழு

கிரந்தாலயம் (காலாண்டு இதழ்)

அன்பர்களே!

“உனக்கும் நல்லதாய் ஊருக்கும் நல்லதாய்
நினைப்பதும் செய்வதும் நித்திய கடன்”

எனும் குரு நெறிப் பிடியில் வளர்ந்து வரும் கற்பகதரு ட்ரஸ்ட், மரம் வளர்த்தல், இயற்கையை பாதுகாத்தல், வறியோர்க்கு உதவுதல், குறிப்பிட்ட கால இடைவெளியில் இலவச மருத்துவ முகாம்களை நடத்துதல், மனித குலத்துக்கு தேவையான உண்மையினை கொண்டு செல்லுதல் போன்ற உயரிய நோக்கங்களைக் கொண்டு செயலாற்றி வருகிறது. அவ்வகையில் தங்களது அன்பினையும், ஆதரவினையும், தொண்டினையும் நல்கிய நல் இதயங்களுக்கு எங்களது நன்றியினை காணிக்கையாக்குகின்றோம். மேலும் நமது தொண்டினைச் சிறப்பாக தொடர்ந்திட உதவ விரும்புவோர், ட்ரஸ்டின் வளர்ச்சிக்குத் தங்களது பங்களிப்பை நன்கொடையாக அளித்து உதவலாம்.

*நன்கொடையாளர்களுக்கு கிரந்தாலயம் நூல் அவர்களது இல்லங்களுக்கே அனுப்பி வைக்கப்படும். இவ்வரிய தொண்டில் இணைந்திட தங்களை அன்போடு வேண்டுகின்றோம்.

***நன்கொடையாளர்களுக்கு கிரந்தாலயம்**

ரூ 300 க்கு	-	ஏப்ரல்	2015 முதல் மார்ச் 2016 வரை
ரூ 500 க்கு	-	ஏப்ரல்	2014 முதல் மார்ச் 2016 வரை
ரூ 1000 க்கு	-	முதல்	இதழ் முதல் மார்ச் 2016 வரை
ரூ 1200 க்கு	-	ஏப்ரல்	2014 முதல் மார்ச் 2018 வரை
ரூ 1500 க்குமேல்	-	முதல்	இதழ் முதல் மார்ச் 2018 வரை

தொடர்பு கொள்ள வேண்டிய முகவரி:

கற்பகதரு ட்ரஸ்ட்

6, சுப்ரமணிய முதலி தெரு, சைதாப்பேட்டை, சென்னை-15.

தொடர்பு கொள்ள வேண்டிய நபர்:

திருமதி. S. நளினி அம்மா அவர்கள்

அலைபேசி எண்: 97909 17473

Our Bankers : State Bank of India
Valluvarkottam branch, Chennai.
Account Name : Karpagadaru Trust.
Account no.: 31471914291, IFSC Code: SBIN0002244