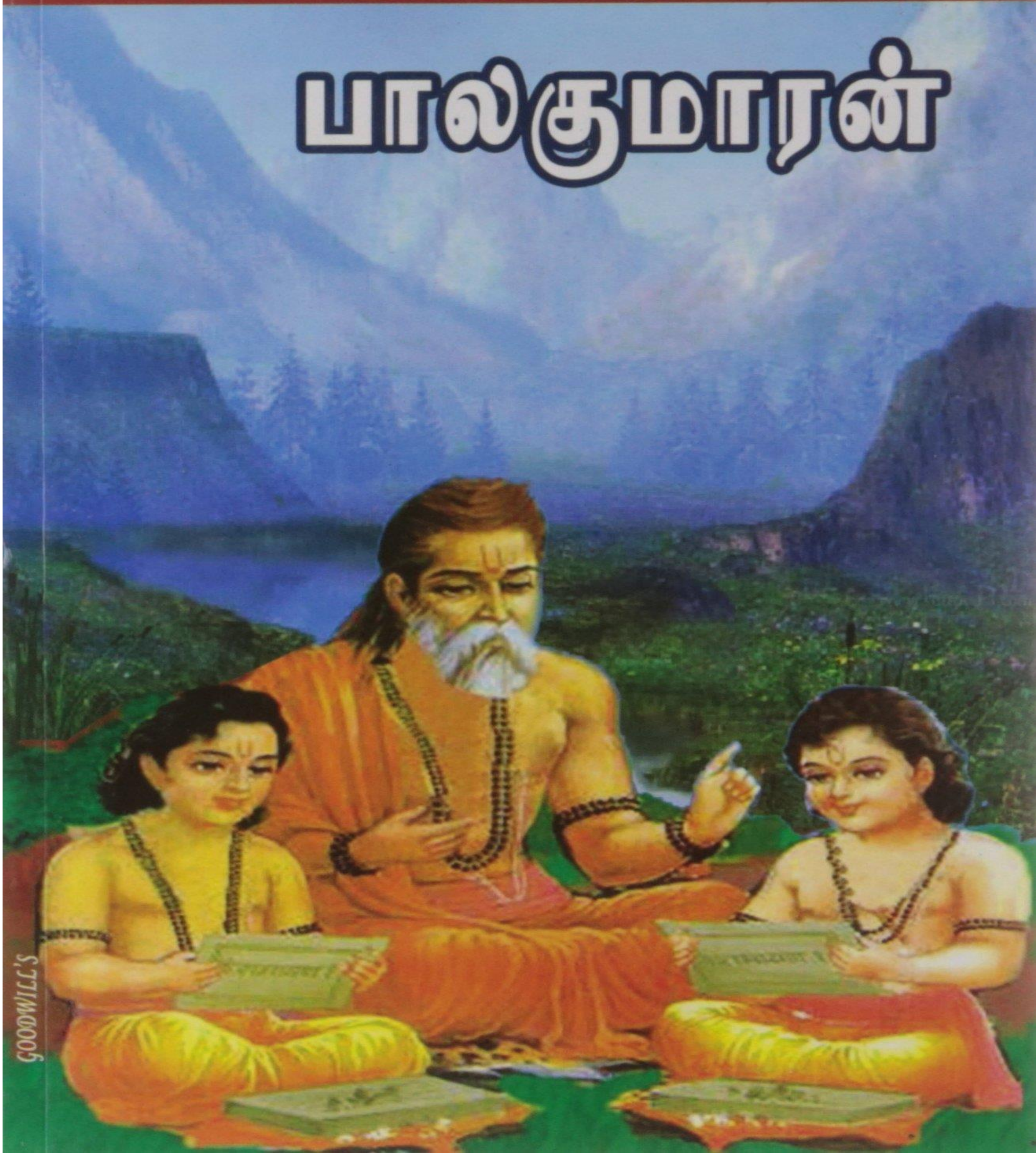
பாகசாலை

பாலகுமாரன்



‘பாகசாலை’

அவர் கிழக்குப் பார்த்து தர்பைப் பாயில் அமர்ந்தார். "எதிரே உட்கார்" என்றார்.

அவன் ஒரு பாய் போட்டு அமர்ந்தான்.

"நான் இப்போது சொல்லப் போவது ஒரு நல்ல பயிற்சி." அவன் கூர்மையாக கேட்க ஆரம்பித்தான்.

"வெறுமே மழை வேடிக்கை பார்த்தாய் அல்லவா." "ஆமாம்."

"அது போல வெறுமே வேடிக்கை பார். உன் உள்ளே உன்னை வேடிக்கை பார். என்ன செய்கிறது உன் மனம் என்று மழையைப் பார்த்தது போல் பார்.

அந்த மழை வேறெதாவது மழையை ஞாபகப்படுத்தியதா இல்லையே. வெறும் அதிசயம்தானே உள்ளே பொங்கியது. அதுபோல் மனம் பார்க்கப் பார்க்க அதன் பிரம்மாண்டம் தெரியும்.

என்னென்னவோ கொண்டு வந்து தரும். எல்லா பக்கமும் அலையும். விதம் விதமாக யோசிக்கும். விடாது பார். சட்டென்று மனம் கட்டுப்படும். நீ கட்ட வேண்டாம். அதுவே உன் முன் வெறுமே நிற்கும்.

மறுபடி மழையைப் பார்த்து யோசி. மழை பார்த்தபோது மனம் சின்னச் சின்னதாய் யோசித்தது. சட்டென எல்லா யோசனைகளும் அடங்கின. இது தழல் பார்க்கும் போதும் வரும். அப்படிப் பார்ப்பதுதான் ஹோமம், யாகம்.

உனக்காக இன்னொரு அந்தணர் ஹோமம் பண்ணுவது நியாயமில்லாத வேலை. அவரும் தழல் பார்க்க மாட்டார். நீயும் கவனிக்க மாட்டாய்.

நீயாக நிதானமாகத் தழலில் நெய் விடவிட தழல் எரிய எரிய மனம் அதிகம் ஆழ்ந்து லயிக்கும். அப்படி இப்போது லயிக்க வேண்டும். உள்ளே பார். என்ன சொல்கிறது மனம் என்று பார்.

அது தானாக உன் முன்னே நிற்கும் வரை பார். வரும் என்றோ வராது என்றோ நினைக்காதே. உள்ளே பேசாதே. வார்த்தைகளைக் கைவிடு. வெறுமே பார்.

மழையின் போது வார்த்தை இருந்ததா, இல்லையே. தழல் பார்க்கும் போதும் வார்த்தை வராது வெறுமே பார்.

அவன் இருந்தான். அசையாது இருந்தான். மனம் அடங்கியது. முகத்தில் தெரிந்தது. விழிகள் மூடிய கண்களில் மேலேறி நின்றன. உருளாது கிடந்தன.

நல்லது மனம் நின்றது அல்லவா. இப்போது நாடி சுத்தி செய். இடது நாசியில் காற்று இழுத்து, வலது நாசியில் விடு. பிறகு வலது நாசியில் இழுத்து இடதில் விடு. இப்படிப் பத்து தடவை செய்.

மனம் ஒரு வேலையில் நிலைக்கட்டும். சுவாசத்தை அனுபவிக்கட்டும். சுவாசத்தை அனுபவிக்கிறபோது மூளை சுறுசுறுப்படையும். ஆனால், மனம் ஒரு கட்டுக்குள் இருக்கும். இது அற்புதமான விஷயம்.

மூளையின் பலத்தில் உடம்பின் விழிப்பு அசைவு இருப்பு எல்லாம் நன்கு தெரியும். மனம் வெறுமே பார்க்கும். இது பூதக்கண்ணாடியால் எறும்பை கவனிப்பது போன்றது.

உடம்பின் அவயங்கள் மூளையில் பிணைக்கப்பட்டிருக்கின்றன. அவற்றை கவனிக்க மனம் அதிகமாய் முயற்சி செய்யும். அல்லது அலட்சியப்படுத்தும்.

வெறுமே பார்ப்பது இல்லை. இப்போது வெறுமே பார்க்கும். உடம்பின் எல்லா குதியல்களையும் உள்ளேயும், வெளியேயும் பார்க்கும். தழல் பார்ப்பது போல், மழை பார்ப்பது போல், ஹிருதயம் பார்.

நுரையீரல், வயிறு, பற்கள், நாக்கு, தோல், பாதம், ஆசனவாய் எல்லாம் கவனி. அன்னியனாக இருந்து பார். அவை உன்னோடு பேசும். குறைகள் சொல்லும்.

வலிக்கும் இடத்தை மனம் தானாக நீவி விடும். மிருதுவாய் வலி நீக்கும். சிக்கல் தீர்க்கும். வயிறு செரிமானம் சரிப்படும். காற்று நுரையீரல் முழுவதும் போய்வரும்.

இதோடு முடியவில்லை. இங்கே ஆணி அடி. நிலைத்து நில். மெல்ல மந்திர ஜபம் துவங்கு.

'ஐம் க்லீம் சௌஹூ சௌஹூ க்லீம் ஐம் ஐம் க்லீம் சௌஹூ'

உள்ளே உள்ள நாடிகளின் ஓசைதான் மந்திர சத்தங்கள். உள்ளே கண்டுபிடித்து கவனித்த ஓசைகள். அசையும் எதுவும் ஒசைப்படுத்தும். அசைவதிலிருந்தும் ஓசை எழும்.

ஹிருதயத்தின் ஓசை எது. சௌஹூ. லப் டப் இல்லை. சௌஹூ சௌஹூ நீர் இறைக்கும் துருத்தி. அதாவது ரத்தம் இறைக்கும் துருத்தி. அதன் சப்தம் சௌஹூ.

க்லீம் மூளையின் ஓசை. கூர்மையான ஓசை. ஒன்று குவிந்த சப்தம். துடிப்பான சப்தம். கண்ணாடிப் பாத்திரம் உடைந்த சுருக்கான ஓசை. க்லீம்தான் மூளையின் சப்தம்.

கவனித்துத் துவங்குதல். மூளை கவனிக்காது எதுவும் செய்யாது என்பது என்ன முடிவு. ஒரு முடிவு உடனே மூளை எடுக்கும். இது என்ன என்று கவனித்து கூர்மையாகி இது இதுவே என்று முடிவு செய்யும்."

"புரிகிறதா. பிரசன்னா கண் திறக்காதே. தலை ஆட்டாதே. மூளையின் இயல்பு அசைவு க்லீம்."

அப்போது ஐம் என்பது என்ன. பராசக்தி. வெளியே உள்ள சக்தி. வெளி. வெட்டவெளி சக்தி. அது இல்லாது நாம் இல்லை. ஐம் ஓம் இரண்டும் ஒன்றே.

ஓம் இறைவன். ஐம் இறைவி. ஓம் அசையாப் பொருள். ஐம் அசையாததைச் சுற்றி அசையும் பொருள்.

வெளிச்சக்தி உதவியால் மூளை கூர்மையாகி மனதை அதாவது ஹிருதயத்தை கவனிக்கிறது. ஹிருதயத்துக்கு அருகே உள்ளது மனம். மனம் ஹிருதயமல்ல. தோல் துருத்தியல்ல. ஆனால் அத்துருத்தியால் அருகே கிடக்கிறது.

நான் என்று நாம் நெஞ்சைத் தொடுகிறோம். அது இருதய இடம். பராசக்தி உதவியால் மூளை குவிந்து கூர்மையாகி மனதைப் பார்க்கிறது. இப்படிப் பார்க்க வைக்க உதவுவது.

மூளையிலிருந்து மனம் பார்.

ஐம் க்லீம் சௌஹூ.

இப்போது மனதிலிருந்து வெளியே பார்.

சௌஹூ க்லீம் ஐம்

இப்போது மனம் பார். ஐம் க்லீம் சௌஹூ
ஒரு சிறிய சக்கரம், வட்டம், ஒரு சுழற்சி.

மூளையையும் மனதையும் ஒருசேர உலுக்கும் முயற்சி. இப்போது நான் சொன்னதனைத்தும் மற. வெறுமே மந்திரம் சொல். உற்சாகப்படுத்து.

பிரசன்னா பிரகாசமானான்.

புரியாது செய்யறதைவிட புரிந்து செய். என்ன செய்கிறோம் என்று உணர்ந்து செய். இதுவே சூட்சுமம். சூட்சுமம் புரிந்து மந்திரத்தை உருளவிடு.

சைக்கிளைப் பற்றி சகலமும் தெரிந்து கொள். பெடல், பால்பேரிங், டயர், டியூப், காற்று, ஹாண்டில் பார், ஸீட் சகலமும் அறி. ஆனால் ஓட்டும்போது மற. வெறுமே ஓட்டு.

அவ்விதமே இதுவும். அதேபோல் மந்திரம் என்ன என்று புரிந்துகொள். ஆனால், உருளவிடு. உள்ளே உருட்டு. லயித்துக் கிட. ஆழ்ந்து போ. இன்னும் இன்னும் உள்ளே உள்ளே என்று போ.

இது முடிவில்லாதது போ. முடிவு தொடும் முன்னே முகம் மாறும். கன்னம் பூரிக்கும். கண்ணில் ஒளி நிற்கும். முகத்தில் அழகு ததும்பும். அட.. யார் இவர் என்று வியக்க வைக்கும். இது மந்திர ஜாலம்.

இந்த மந்திரத்தின் பெயர் பாலா திரிபுரசுந்தரி மந்திரம். சும்மா உன்னையும் என்னையும் ஏமாற்ற கடவுள் பெயர் வைத்திருக்கிறார்கள். ஆனால் விஷயமே வேறு.

இது மூளையையும் மனதையும் ஒருமுகப்படுத்தும் விஷயம். மூளையும் மனதும் ஒரே திக்கில், ஒரே நேர் கோட்டில், ஒரே விஷயத்தில் நிற்கும். ஒன்றுபட்ட மூளையும், மனதும் இருப்பின் முகத்தில் நீரோட்டமான தெளிவு வரும்.

இந்த பாலா என்கிற மந்திரம் சொல். அனுபவித்துச் சொல். முதலில் உன்னை அமைதியாக கவனி. பிறகு சுவாசம் நாடி சுத்தி செய்து சீர் செய். பிறகு மந்திரஜபம் செய்.

செய்யும்போது ஏதோ ஒரு நாள், ஒரு நேரம் உள்ளே சட்டென்று ஒரு மாறுதல் வரும். இதை விளக்க முடியாது. சொல்லில் வராது."

பிரசன்னா காணாது போனான்