



வேதாந்த வழி உளவியல் பார்வையில் உயர்தர வாழ்வு

செ.உமாதேவி

இணைப்பேராசிரியர், தமிழ்த்துறை,
வே.வ.வன்னியப்பெருமாள் பெண்கள் கல்லூரி,
விருதுநகர், தமிழ்நாடு, இந்தியா.

Corresponding Author's mail id: umadevis@vvvcollege.org

ஆய்வுச் சுருக்கம்

வ.உ சிதம்பரனார் தனி மனித ஒழுக்கத்தையும் ஆளுமை மேம்பாட்டையும் போற்றியவர் என்பதனை ஜேம்ஸ் ஆலன் என்பவர் எழுதிய *Out From the Heart* என்ற ஆங்கில நூலினை அகமே புறம் எனும் தலைப்பில் அவர் மொழி பெயர்த்துள்ள நூலின் வாயிலாகக் காண்பது இக்கட்டுரையின் நோக்கமாகும். இந்நூலில் ஏழு தலைப்புகள் இடம் பெற்றுள்ளன. இவற்றில் நான்காவது தலைப்பான உயர்தர வாழ்வு எனும் தலைப்பில் அமைந்துள்ள பத்து சாதனங்களில் வேதாந்த வழி உளவியல் பார்வையில் காண்பதும், இந்தப் பத்து சாதனங்களில் முதல் இரண்டு சாதனங்கள் ராஜச குணத்தையும், மூன்று முதல் ஏழு வரை உள்ள சாதனங்கள் தாமச குணத்தையும், எட்டு முதல் பத்து வரை உள்ள சாதனங்கள் சத்துவ குணத்தையும் குறிக்கின்றன. இக்குணங்களில் நீக்க வேண்டிய (ஏழு) குணங்களைக் குறிப்பிட்டு அவற்றை நீக்கும் வழிமுறைகளையும், ஏற்க வேண்டிய (மூன்று) குணங்களைக் குறிப்பிட்டு அவற்றை ஏற்கும் முறைகளையும் வ.உ.சி அவர்கள் பார்வையில் இக்கட்டுரையானது எடுத்துரைக்கிறது.

கருச்சொற்கள்: உளவியல் ஆய்வு, வேதாந்தம், மீத்தூண் உண்ணுதல், ஆன்ம விடுதலை, சத்வ குணம்.

முன்னுரை

அன்போடும், அறத்தோடும் கூடிய வாழ்வினால் பண்படைந்து, மனம் தெளிவடைந்து, பிறவிப் பெருங்கடலைக் கடப்பது மானுடப் பிறவியின் நோக்கமும் பயனும் ஆகும். பிறவிப் பெருங்கடலைக் கடப்பதற்கு வழிகாட்டியவர்கள் இறைவன் அருள் பெற்ற அருளாளர்கள் ஆவார்கள்.

அவர்கள் தமது ஆன்மிக அனுபவங்களைச் சாத்திரப் பாடல்களிலும் தோத்திரப் பாடல்களிலும் தத்துவப் பாடல்களிலும் வடித்துத் தந்துள்ளனர். இவர்களைப் பின்பற்றியே ஆன்மீக முன்னேற்றத்தையும், தேசிய விடுதலையையும் பெற முயன்றவர்கள் விவேகானந்தர், அரவிந்தர்,

பாரதியார், பசும்பொன் முத்துராமலிங்கத் தேவர் ஆகிய சான்றோர்கள் ஆவர். இவர்களின் வழித்தடத்தில் உருவாகித் தனிமனித ஒழுக்கமே மானுடப் பிறவியின் உயர்விற்கும், ஆன்ம விடுதலைக்கும் உரியது என்று அறநெறிச் சாத்திரங்கள் எனும் நம் அற இலக்கியங்கள் எடுத்துரைக்கின்ற கருத்துக்களை “உயர்தர வாழ்வு” எனும் பெயரில் வ.உ.சிதம்பரனார் மொழிபெயர்ப்பாக வழங்கிய கருத்துக்களை எடுத்துரைப்பது இக்கட்டுரையாகும்.

வ.உ.சிதம்பரனாரும் தனிமனித ஒழுக்கமும்

வ.உ.சிதம்பரனார் அவர்கள் ஆன்மிக உணர்வும், தமிழ் உணர்வும் கொண்டவர். அவருடைய குடும்ப மரபின் காரணமாகவே அவருக்கு ஆன்மிகத்தில் ஈடுபாடும் தேடலும் ஏற்பட்டது. நாட்டு விடுதலைப் போராட்டம் மற்றும் அடிமைத்தனம் காரணமாக அரசியலில் அவருக்கு ஈர்ப்பு ஏற்பட்டது. அது அவருடைய வாழ்க்கைப் போக்கையே முழுவதும் மாற்றி இந்திய விடுதலைப் போராட்டத்தில் காலூன்றச் செய்தது. இந்திய தேசத்தினுடைய விடுதலை எவ்வளவு முக்கியமானது என்று வ.உ.சி அவர்கள் எவ்வளவு மேலானதாக உணர்ந்தாரோ அவ்வளவு முக்கியமானது தனி மனித ஒழுக்கமும் சமுதாயமும் நாடும் என்று உணர்ந்திருந்தார். இவற்றுள் தனிமனிதன் சரியாகும் போது சமுதாயமும் நாடும் சீராகும் என்று கருதித் தமது படைப்புகளில் பெரும்பாலும் தனிமனித ஒழுக்கத்தை அறம் சார்ந்து எடுத்துரைத்துள்ளார். திருக்குறளைப் போற்றிய அவர் அதன் தாக்கத்தால் தம் படைப்புகளில் தனிமனித ஒழுக்கம்

சார்ந்த கருத்துக்களை அதிகமாக எடுத்துரைத்துள்ளார். அகமே புறம் என்ற நூலானது ஜேம்ஸ் ஆலன் இயற்றியுள்ள “Out From the Hear” என்ற நூலின் மொழிபெயர்ப்பாகும். அகத்தில் இருந்து புறம் எனும் பொருளில் அமைந்தது “அகமே புறம்” எனப்படுகிறது. இந்நூலைக் கற்பவர்கள் எளிதாகக் கற்கும் படியாக வ.உ.சிதம்பரனார் மொழிபெயர்த்துள்ளார். “அற நூல்களைக் கற்று நிற்போரே இந்நூலைச் சொல்வதற்கு உரியர். கைம்மாறு கருதாது சுருதி, யுக்தி அனுபவங்களால் விளக்கிச் சொல்லுதலே இதனைச் சொல்லும் முறை. இம்மை, மறுமைப் பயன்களை அடைய விரும்புவோரே இதனைக் கற்றற்கும் கேட்டற்கும் உரியர். இதன் பொருள்களைக் கசடறக் கற்றுக் கைக்கொண்டு ஒழுகுதல் இதனைக் கற்கும் முறை” என்று வ.உ.சிதம்பரம்பிள்ளை இந்நூலின் பாயிரத்தில் குறிப்பிட்டுள்ளார். இதனால் இந் நூலின் தன்மையும் உயர்வும் கற்போர் கேட்போரின் தகுதி நிலைப்பாடுகளும் இங்கே புலனாகின்றன. அகமே புறம் என்ற நூலில் ஏழு தலைப்புகள் இடம்பெற்றுள்ளன. அவற்றில் நான்காவது தலைப்பான உயர்தர வாழ்வு எனும் தலைப்பில் மூன்று பாடங்கள் உள்ளன. அவற்றுள் முதல் பாடம்² சாதனங்களையும், இரண்டாம் பாடம்⁵ சாதனங்களையும், மூன்றாம் பாடம்³ சாதனங்களையும் குறிக்கும் வகையில் மூன்று பிரிவாக அமைக்கப்பட்டுள்ளன. இவை நம் மனதை ஒழுங்கு படுத்துவதற்கான சாதனங்களாகும் அவையாவன, சரீரத்தின் சோம்பலை ஒழித்தல், மீதூண் உண்ணுதலை ஒழித்தல்,

புறங்கூறுதலை ஒழித்தல், பயனற்ற பேச்சை ஒழித்தல், நிந்தனையையும் அன்பற்ற பேச்சையும் ஒழித்தல், இழிசொற்களையும் மரியாதையற்ற சொற்களையும் ஒழித்தல், பிறரை மடக்கும் அல்லது பிறர் பேச்சில் குற்றம் காணும் நோக்கமாகப் பேசுதலை ஒழித்தல், விருப்பு வெறுப்புகளின்றி வாழ்தல், அசையாத நடுவு நிலைமை மற்றும் அளவற்ற பொறுமை.

வேதாந்தத்தின் பார்வையில் ஆளுமை

ஒரு மனிதன் தன்னைச் சிறப்படையச் செய்யும் செயலுக்கான நற்பண்புகளைக் கைவரப் பெற்று அதில் சிறப்படைதல் ஆளுமை பெற்றதாகக் கருதப்படும் இந்த ஆளுமை என்பது நுண்ணறிவு, நல் உணர்வு, குணநலன், பண்பு நலன், கட்டுப்பாடு செயல்பாடுகள் என எவற்றைக் குறிப்பதாகவும் அமையலாம். பண்பு நலன் என்பது நமது நடத்தையினால் உருவாவதாகும். நல்ல நடத்தையினை நாம் மேற்கொள்வதால் நற்பண்புகள் நமக்குக் கைவரப் பெறுகின்றன. இந்த நற்பண்புகளின் அடிப்படையில் தான் ஒருவர் சிறப்பானவர், சிறப்பற்றவர், இடைப்பட்டவர் என்று வரையறை செய்யப்படுகிறார்கள். இந்த நிலையினை அறியும் படியாக வேதாந்த வழி உளவியல் ஆய்வு குறிப்பிடும் மனிதனின் மூன்று வகையான எண்ண நிலைகளைக் குறிப்பிடலாம் அவை “சாத்வம் (Satva) தூயது, சிறந்தது. ராஜசம் (Rajasa) உணர்ச்சியும், வேகமும் உடையது. தாமசம் (Tamas) மந்தமானது, செயல்வேகமற்றது.”¹ என்பதாகும். உயர்தர வாழ்வு தலைப்பில் இடம் பெற்றுள்ள

இந்தப் பத்து சாதனங்களும் மேற் குறிப்பிட்டுள்ள முக்குணங்களின் தன்மை அடிப்படையில் அமைந்துள்ளன என்பதை அறிய முடிகிறது.

தாமச குணம்

தாமச குணம் என்பது மந்தநிலையிலும், எதனையும் கண்டு கொள்ளாமலும், செயல்படுவதில் அக்கறையோ, தீவிரமோ காட்டாமலும் இருப்பதாகும். முதல் பாடத்தில் இடம்பெற்ற இரண்டு சாதனங்களும் தாமச குணத்தைக் குறிக்கின்றன. இது சோம்பேறித் தனத்தையும், மீதூண் உண்பதால் வருகின்ற மந்த நிலையையும் உணர்த்துகின்றது. மனத்தை ஒழுங்கு படுத்துவதில் முதல் இரண்டு சாதனங்கள் முக்கிய பங்கு வகிக்கின்றன. “சோம்பேறித்தனத்தை எந்த வழியிலும் துரத்தியாக வேண்டும். சுறுசுறுப்பு என்பதற்கு எதிர்ப்பு என்பது பொருள்”² என்பது விவேகானந்தர் கூற்றாகும். சோம்பேறித்தனம் நம் மனத்தின் தூய்மையையும், ஒழுக்கத்தையும் கெடுக்கும். “நாவில் ருசிக்கான மட்டுமேயான உணவுகள் இந்திரிய வசமாகி உண்ணப்படும் உணவுகள். இச்சைகளைத் தூண்டும் உணவுகள் ராஜசீக குணமுடைய உணவுகளாகும். இவைகளை உண்பதால் மனிதனின் உள்ளம் சஞ்சலமடைகின்றது. பார்வையும் நடவடிக்கைகளும் தூய்மை இழந்து விடுகின்றன.”³ இங்ஙனம் உண்பது மற்ற பொறிகளின் ஆசைகளைத் தூண்டிவிடும். அதனால் தினமும் இரவில் விரைவாகப் படுத்து அதிகாலையில் விரைவாக எழுந்து ஒவ்வொரு வேலையையும் சாதாரணமானதாக

இருந்தாலும் அவற்றை விரைவாகச் செய்யும் பழக்கத்தைக் கைக் கொள்ள வேண்டும். இரண்டாவதாக உண்ணும் உணவின் அளவினைக் குறைப்பதும், உண்ணும் தடவைகளைக் (முறைகளை) குறைத்து பல (மசால்) பொருள்களின் சேர்க்கை இல்லாத மென்மையான உணவு வகைகளை உண்ண வேண்டும். இங்கனம் உண்டால் உணவு மீதுள்ள ஆசையைக் குறைக்கலாம். இவ்வாறாகச் சோம்பேறித்தனம், மீதுண் உண்ணல் ஆகிய இரு சாதனங்களையும் ஒழிக்க வழி கூறப்பட்டுள்ளது.

இராஜச குணம்

இராஜசமாவது உணர்ச்சி, வேகம், போர்க்குணம், ஆசை இவைகள் அடங்கிய மனோபாவமும், செயல்பாடுகளும் ஆகும். பாடம் இரண்டில் இடம்பெற்றுள்ள மூன்று முதல் ஏழு வரையிலான செயல்பாடுகள் அனைத்தும் இக்குணத்தில் அடங்கும். புறங்கூறுதல், தேவையற்ற சொற்களைப் பேசுதல், பேச்சில் நஞ்சினை வைத்துப் பேசுதல் என்பது போலப் பேச்சுக்களினால் பலவிதமான நிலைகளில் பிறருக்கு வருத்தத்தைத் தூண்டும் படியாகப் பேசுதலும், நடந்து கொள்ளுதலும், மரியாதைக் குறைவாக நடத்துதலும், பிறர் பேச்சைக் கருத்தில் கொள்ளாமல் தன் பேச்சை நிலை நிறுத்த வாதம் செய்தலும், நாவினால் பிறருக்கு ஏற்படுத்தும் குற்றங்களாகும். பிறருக்குத் துன்பம் தராதவாறு மென்மையாகப் பேசித் தன்னுடைய கருத்துக்களை எடுத்துரைக்கும் போது நாவினால் ஏற்படும் குற்றங்கள் தவிர்க்கப்படுகின்றன. “எவன் தனது சொற்களை இனிமையாக்கவும்,

சுத்தமாக்கவும் கருதி அவற்றை அடக்குகின்றானோ அவன் சக்திகளை ஒருமுகப்படுத்தி மனதின் கட்டடத்தைப் பலப்படுத்தி மெய்ப்பொருளை அதனுள் வைத்துப் போற்றுவான்”⁴ என்று அகமே புறம் நூல் குறிப்பிடுகிறது. மெய்ப்பொருளை உள்ளத்தில் இருத்தவும், போற்றவும், நாக்கினால் ஏற்படும் குற்றங்கள் நிகழாமல் காக்க வேண்டும் என்று இந்நூல் எடுத்துரைக்கிறது. முதற்படியாக சரீரத்தை (உடலை) ஒழுங்குபடுத்தி இரண்டாவதாக நாவை அடக்கி வாழ்தலும் மெய்ப்பொருளைப் போற்றுவதற்குக் காரணமாகின்றன.

சத்துவ குணம்

மூன்றாவதானது சத்துவ குணமாகும். இக்குணம் தூய்மையானது; சிறந்தது; யாருக்கும் கேடு விளைவிக்காதது; இன்பம், அமைதி, மனநிறைவு ஆகிய இவற்றைத் தருவது. இக்குணத்தின் அடிப்படையில் மூன்றாவது பாடத்தில் இடம்பெற்ற மூன்று சாதனங்களையும் குறிப்பிடலாம். சாதனம் எட்டில் உள்ள எல்லாக் கடமைகளையும் தெய்வீகம் என்று கருதி அவற்றை உண்மையாகவும், விருப்பு, வெறுப்புகளை நீக்கியும் செய்து முடித்தல் வேண்டும். இது ஒழுக்கத்தின் முக்கிய விதியாகவும் கருதப்படுகிறது. ஒழுக்கமான மனிதன் தனது மனம், வாக்கு, காயத்தினால் எப்போதும் எங்கும் நடுவு நிலையைப் பின்பற்றுதல் வேண்டும். இந்த நேர்மையைக் கைக் கொள்ளும்போது மனதில் உள்ள ஆசை முற்றிலும் அகல்கிறது. அறிவு விசாலமாகிறது. புத்தி சக்தியோடு திகழ்கிறது எனலாம். மூன்றாவதாகப்

பொறுமையைக் கடைப்பிடித்தல் குணமானது ஒருவரைச் சாந்த குணம் உள்ளவராகவும், மேன்மை கொண்டவராகவும் உயர்த்துகிறது. இப்பண்புகள் அனைத்தும் பெற்ற ஒருவர் அகத்தில் நிகழ்ந்த மாற்றத்தின் காரணமாக அவர் எடுத்த செயலில் வெற்றி பெறுவதற்குத் தயாராகிறார் என்று இந்நூல் கூறுகிறது.

உயர்தர வாழ்வில் எடுத்துரைக்கப்பட்ட இந்த 10 சாதனங்களும் நம் வாழ்வை அறத்தின் வழி நெறிப்படுத்துகின்றன. மெய்ப்பொருளை அடைய அறத்தின் வழிப்பட்டு வாழ்வது அவசியமாகும். “நான்கு புருஷார்த்தங்களுள் பொருளும் இன்பமும் அறத்தின் துணை இன்றி அடைய முடியும். ஆனால் இறைநிலையான வீடுபேற்றை அறம் இன்றி அடைதல் இயலாது” 5 என்பதால் மெய்ப்பொருளை நாடுவோர் இங்கு குறிப்பிட்டுள்ள பத்து சாதனங்களில் ஏழு சாதனங்களில் நீக்க வேண்டியவற்றை நீக்கி மூன்று சாதனங்களின் குணங்களைக் கைக் கொண்டு பக்குவமடைந்து வாழ்பவர் மெய்ப்பொருளின் உயர்ந்த நிலையினை அடையத் தம்மைத் தகுதி உடையவராக்கிக் கொள்கின்றார் என்பதனை இந்த நூலின் வழி அறிய முடிகின்றது.

மனிதனுடைய ஆளுமையின் பல்வேறு பாகங்களையும் ஆய்வு செய்து முனிவர்கள் வேதாந்த வழியில் அதன் அமைப்பினை ஐந்து கூடுகளாகக் குறிப்பிட்டுள்ளனர். அவை கோசா என்று அழைக்கப்படுகின்றன. அவை அன்னமய கோசா, பிராண கோசா, மனோமய கோசா, விஞ்ஞானமய கோசா ஆனந்தம மயகோசா என்பனவாகும். இந்த ஐந்தும் மனிதனுடைய ஆளுமைப் பண்பை உருவாக்குகின்றன.

நல்ல ஆளுமைப் பண்பு உள்ளவரிடத்தில் இந்த ஐந்து பண்புகளும் ஒன்றிணைந்து இருப்பதைக் காணலாம் இந்த ஐந்து பண்புகளை ஆளுமை என்ற நோக்கில் நாம் காணும் போது அவற்றை உடலியல் ஆளுமை (அன்னமய கோசா), ஆற்றல் ஆளுமை (பிராணமய கோசா), மன ஆளுமை (மனோமய கோசா), அறிவு ஆளுமை (விஞ்ஞானமய கோசா) மற்றும் மகிழ்வு ஆளுமை (ஆனந்தமய கோசா) என்று குறிப்பிடுகின்றனர். வ.உ.சி குறிப்பிடும் இந்தப் பத்து சாதனங்களில் முதலில் இரண்டு சாதனங்கள் சோம்பல் இன்றி உழைத்தல், சத்தான சமச்சீர் உணவினை உண்ணுதல் இவ்விரண்டும் உடலியல் ஆளுமையில் அடங்குகின்றன.

உடலியல் ஆளுமையை விட சூட்சுமமானது ஆற்றல் ஆளுமையாகும். இந்த ஆளுமையில் சினம், கவலை, அமைதியின்மை ஆகியவற்றைச் சீர்படுத்துவர். அதன்படி மூன்று முதல் ஏழு வரை உள்ள சாதனங்களுக்குக் காரணமான பேச்சில் உள்ள குற்றங்களைக் களையும் போது மனம் அமைதி பெறுகிறது என்பதை உணரலாம். அதைப்போல் மூன்றாவதாக மனத்தைக் கட்டுப்படுத்துவது மன ஆளுமையாகும். மனம் அமைதி பெறவும் நாவின் கட்டுப்பாடு அவசியமாகும். தேவையற்றதைப் பேசாமல் இருக்கும் போதும், நாக்கினால் ஏற்படும் குற்றங்கள் எதுவும் நிகழாமல் இருக்கும் போதும் மனம் அமைதி பெறுவதை உணரலாம்.

நான்காவதாக அறிவு ஆளுமை. இது பெரியோர்களின் வாழ்க்கை வரலாறுகளையும், நல்ல அறநூல்களையும் இலக்கியங்களையும், கற்பதால் வரும்

பயணாகும். இவற்றைக் கற்பதால் பொறுமைக்குணம் ஏற்படுகிறது. பிறருடைய வாழ்வும், பிறருடைய நூல்களும் நமக்கு வழிகாட்டுவதால் அளவற்ற பொறுமையைக் கைக்கொள்ள முடிகிறது. வ.உ.சிதம்பரனார் குறிப்பிடும் இந்தப் பத்தாவது சாதனங்களைக் கைக் கொள்வதால் இந்த அறிவு ஆளுமையை அடையலாம்.

ஐந்தாவதாக மகிழ்வு ஆளுமை. இது அமைதியோடும், மகிழ்ச்சியோடும் மனம் ஒருவருக்கு சமச்சீர் நிலையில் இருக்கும் போது கிடைப்பதாகும். மனத்தில் விருப்பு வெறுப்பு இன்றி வாழும் போதும் அசையாத நடுவு நிலையில் ஒருவர் இருக்கும் போதும் அவர் தனக்குப் புறத்தே நிகழும் போட்டி, பொறாமை, போராட்டம், துன்பங்கள் ஆகியவற்றைக் கண்டும் கலங்காது அமைதியோடு இருப்பர். இப்படி இருக்கும் உள்ளம் பற்றற்ற நிலையில் இருப்பதால் மகிழ்ச்சியைப் பெறுகிறது.

முடிவுரை

வ.உ.சிதம்பரனார் குறிப்பிடும் பத்து சாதனங்களையும் கைக்கொள்ளும் ஒருவர் வேதாந்த வழி நம் முன்னோர்கள் குறிப்பிட்ட இந்த ஐந்து ஆளுமைப் பண்பின் கூறுகளிலும் சிறந்து விளங்குவர். இப்பண்புகளே இறைவன் திருவடியை அடைவதற்கான நற்பண்புகளாக உள்ளன. நற்பண்புகள் அறத்தின் வழியாகச் செயல்கள் வடிவாக மலர்கின்றன. பாரதப் பண்பாட்டின் மையமே அறமெனும் தர்மமாகும். நற்பண்புகளையும் நற்பண்புகள் அல்லாதவைகளையும் நாம் நீதி நூல்களின் வாயிலாக அறியும் போது அவை நம்மை நெறிப்படுத்தி நம் மனதினைப் பக்குவப்படுத்தி உயர்வடையச்

செய்கின்றன. உயர்தர வாழ்வில் குறிப்பிட்டுள்ள பத்து சாதனங்களையும் பின்பற்றும் ஒருவர் தமது வாழ்வில் விவேக பலத்தையும், ஒழுக்க நிலையையும், நுண்ணிய யுக்தியையும் ஆழ்ந்த மனோ சாந்தியையும் அடைவர்.

அடிக்குறிப்புகள்

1. சுந்தர சீனிவாசன் எஸ், ஆளுமை மேம்பாடு, பக். 16,17.
2. மக்கள் தொண்டே மகேசன் தொண்டு, உயர் ஞான தீபம், ப. 39.
3. பிரஜா பிதா பிரம்ம குமாரிகள், மனதை வெல்லுங்கள், ப. 21.
4. பேராசிரியர் வீ.அரசு வ.உ.சி. நூல் திரட்டு, உயர்தர வாழ்வு இரண்டாம் பாடம், ப.594.
5. பிரம்மச்சாரி பூரண சைதன்யா, சிந்தனை செய் மனமே, வேத நெறி, ப. 65.