

சுத்திகரிப்பு



சுத்திகரிப்பிற்கான அவசியம் என்ன?

“நீங்கள் உங்கள் இதயத்திற்குள் வெறுப்பைப் பார்த்தும்கூட அதை அப்படியே விட்டு வைத்தால் உங்கள் எதிர்காலம் வெறுப்பு நிறைந்ததாக இருக்குமே அல்லாமல் வேறெப்படியும் இருக்காது. எனவே சுத்திகரிப்பின் தேவையை, அவசியத் தேவையை உணர்கிறீர்கள். உங்கள் இதயத்திற்குள் தவறான மனப்போக்குகளைப் பார்த்தால் உங்கள் எதிர்காலம் எப்படி இருக்கும் என்று உங்களுக்குத் தெரியும். தவறான மனப் போக்குகள்-தவறான செயல்கள்-தவறான விளைவுகள்.”



(தொடர்ச்சி...)

“உங்கள் இதயத்தில் கடவுளைப் பார்த்தால் அதுவும் உங்கள் எதிர்காலம்தான். ஏனென்றால் அவராகத்தான் நான் மாறப் போகிறேன்.

எனவே என் மாஸ்டரின் ஆன்மீக விஞ்ஞானம், இதயத்தை நோக்குங்கள். இதயத்தில் நிரந்தரமாகக் குடிகொண்டிருக்கும் அந்த ஒளியின்மீது தியானம் செய்யுங்கள். கடந்தகாலத்தின் பதிவுகளாக உள்ள தேவையற்றவற்றை நீக்க சுத்திகரிப்பு செய்யுங்கள் என்கிறது.”

பா.ராஜகோபாலாச்சாரி, நெஞ்சத்திலிருந்து நெஞ்சத்திற்கு பாகம்-2 பக்கம் 101-102



தினசரி சுத்திகரிப்பின் முக்கியத்துவம்

பாபூஜி “(.. .) அன்றாடம் சேருவதை அன்றைய தினமே நீக்கிவிடுவது மிகவும் அவசியமாகும். இல்லாவிடில், மறுநாள் அது சிறிது அதிகம் இறுகிக் கடினமாகிவிடும். அதற்கு இன்னும் அதிக முயற்சி தேவைப்படும். இதனால்தான் அப்யாசிகள் தங்களை தாங்களே தினசரி சுத்திகரித்துக்கொள்ள வேண்டும் என்று நான் கூறுகிறேன். இந்த முறையை சரியாகப் பின்பற்றினால் அன்றைய தினத்தின் சேகரிப்பு அன்றே நீங்கிவிடும். மீதி இருப்பது மாஸ்ட்ருடைய வேலை. தினசரி சுத்திகரிப்பின் முக்கியத்துவத்தைப் பார்த்தாயா?” என்றார்.

பா.ராஜகோபாலாச்சாரி, என் மாஸ்டர் மூன்றாம் பதிப்பு பிப்ரவரி 2002 பக்கம் 151



சுத்திகரிப்பை செய்வது எப்படி?

- அன்றாட அலுவல்களை முடித்தபிறகு சுத்திகரிப்பைச் செய்ய வேண்டும்.
- கண்களை மூடி வசதியாக அமர்ந்து கொண்டு,
- உங்கள் மொத்த (முழு) அமைப்பிலிருந்து பதிவுகள், அழுக்குகள், குழப்பங்கள், கடினத்தன்மைகள் அனைத்தும்
- முதுகு வழியாக புகையாகவோ அல்லது ஆவியாகவோ வெளியேறுவதாகவும்,
- அந்த இடத்தில் தெய்வீக அருளின் புனித ஓட்டம் மாஸ்டரின் இதயத்திலிருந்து உங்கள் இதயத்திற்கு நுழைகிறது என்றும் நினைத்துக்கொள்ளுங்கள்.



நினைவில் கொள்வதற்கு....

- நல்ல சம்ஸ்காரம் அல்லது கெட்ட சம்ஸ்காரம் என்று எதுவும் கிடையாது.
- ஒவ்வொரு நாளும் நடந்த நிகழ்வுகள் அனைத்தையும், மீண்டும் நினைவிற்குக் கொண்டுவரவோ, சிந்தனை செய்யவோ முயற்சி செய்யாதீர்கள்.
- மாலை சுத்திகரிப்பின்போது மனம் விழிப்புணர்வுடன் இருப்பது அவசியம்.
- பதிவுகளை நீக்க உங்கள் மனோசக்தியைப் பயன்படுத்துங்கள்.
- நீங்கள் லகுத்தன்மையை உணருவதுதான் சுத்திகரிப்பு நன்கு செய்யப்பட்டது என்பதற்கு நிரூபணம்.



சுத்திகரிப்பு என்பது தனிநபர் செயல்பாடு

“சுத்திகரிப்பைப் பொறுத்தவரை, அது உங்கள் ஆன்மீகப் பயிற்சியின் ஒரு அங்கம்; அதை நீங்கள் தனியாகத்தான் செய்ய வேண்டும். இன்னொருவரோடு சேர்ந்து செய்யக்கூடாது.”

பா.ராஜகோபாலாச்சாரி, சிலந்தி வலை பாகம் 3, பக்கம் 140.



மனோசக்தியின் பயன்பாடு

தயவுசெய்து சுத்திகரிப்பை உறுதியான சங்கல்ப சக்தியுடன் செய்யவும். சுத்திகரிப்பு ஆகிவிட்டதா என்று கண்டறிய முயற்சிக்காதீர்கள். ஆனால் மாஸ்டரின் உதவியால் பயம் மற்றும் எதிர்மறை மனப்பான்மைகள் அனைத்தும் நிரந்தரமாக வெளியே எறியப்பட்டுவிட்டன என்ற திட நம்பிக்கையுடன் இருங்கள். நானும் என் பங்கிற்கு உங்களுக்கு உதவ, மிகுந்த அளவு முயற்சிப்பேன். உங்களுக்காக நிச்சயமாகப் பிரார்த்தனையும் செய்வேன்.

பா.ராஜகோபாலாச்சாரி, சிலந்தி வலை பாகம் 3, பக்கம் 138.



சம்ஸ்காரமும் மனப்பாங்கும்

“ஆனால் என் மாஸ்டர், இந்த வினாடி வரை நாம் என்ன நினைத்தோமோ, என்ன செய்தோமோ, அவை அனைத்தும் மனதில் ‘பதிவுகளை’ ஏற்படுத்துகின்றன. அவை இறுகி ஸ்தூலமாகும்போது ‘சம்ஸ்காரங்களாக’ ஆகின்றன” என்கிறார்.



சம்ஸ்காரமும் மனப்பாங்கும்

(தொடர்ச்சி...)

“ஒரு சிறிய அருவியானது ஒரே தடத்திலேயே மேலும் மேலும் ஓடிச் செல்வதால் அது மேலும் மேலும் ஆழமாகி ஒரு நாள் அது ஒரு ஆறாகவே மாறி விடுவதைப் போன்றது இது. அதன் பிறகு எப்போது மழை பெய்தாலும் தண்ணீர் அந்த வழியிலேயே செல்கிறது. அதற்கு வேறு வாய்ப்பே இல்லை. ‘தனக்குத்தானே குழி வெட்டிக் கொள்வது’ என நாம் சொல்வது போல் அது தனக்குத்தானே மீளமுடியாத ஒரு பாதையை வகுத்துக் கொண்டுவிட்டது எனலாம். அதை நாம் ஆற்றுப்படுகை என்கிறோம்.”

பா.ராஜகோபாலாச்சாரி, மரத்தின் கனி, பக்கம் 262



போகம் என்றால் என்ன?

“போகம் என்பது நமது சம்ஸ்காரங்களின் விளைவினால் நமது வாழ்க்கையில் பெறுகின்ற அனுபவமாகும். தக்க சூழ்நிலையில், அதற்கான காலம் கனியும் போது அனுபவங்கள் வெளிப்படுகின்றன. நம் சம்ஸ்காரங்கள் அகற்றப்படுவதன் விளைவாக அது நிகழலாம்.”

ராம் சந்த்ரா, ராம் சந்த்ராவின் படைப்புகளின் முழு தொகுப்பு பாகம் 2, பக்கம் 89



ஆன்மீகரீதியில் புதுப்பிறவி

“நமது கடந்தகால எண்ணங்களினாலும், செயல்களாலும் உருவாக்கப்பட்டு நமக்குள் புதைந்துகிடக்கும் அனைத்துப் பதிவுகளும், ஒட்டுமொத்தமாக சுத்திகரிப்பு செய்யப்படுதல் வேண்டும். ஆழமாகப் புதைந்து கிடக்கும் நமது பதிவுகளிலிருந்து நம்மை விடுதலை செய்ய மாஸ்டர் தனது ஆன்மீக சக்தியைப் பிரயோகிக்கிறார். இப்படி செய்வதால், ஒருவிதத்தில் ஒரு புதுப்பிறவி எடுத்தது போலாகிறது. நாம் ஆன்மீக ரீதியாகப் புதுப்பிறவி எடுக்கிறோம்.

ஆகவே உண்மையில், அதுபோன்ற சுத்திகரிப்புதான் கடந்த காலத்திலிருந்து நமக்கு விடுதலை அளிக்கிறது. கடந்த காலத்திற்கு உட்பட்டிராத நிகழ்காலத்திற்குள் நாம் நுழைகிறோம்.”

பா.ராஜகோபாலாச்சாரி, சகஜ மார்க்க கோட்பாடுகள் பாகம் 1, பக்கம் 76, 77



உன்னத மாஸ்டரின் உதவி

“தகுதிவாய்ந்த உன்னத மாஸ்டர் ஒருவரின் உதவியால், போக (இட்ரூஹ) அனுபவங்களுக்கான காலம் கணிசமாகக் குறைந்துவிடுவதால், ஒரு அப்யாசி இந்த இடைப்பட்ட நிலைகளில் தங்கிச் செல்லவேண்டிய நேரம் வெகுவாகக் குறைந்து விடுகிறது. அதனால் நிறைய காலமும், சக்தியும் மிச்சமாகிறது.”

ராம் சந்த்ரா, ராம் சந்த்ராவின் படைப்புகளின் முழு தொகுப்பு பாகம் 2, பக்கம் 89



சுத்திகரிப்பும், நிலையான நினைவும்

ஒரு திறமையான குருவால் உங்கள் எதிர்காலத்தை முற்றிலுமாக மாற்றி விடமுடியும். ஒரு குருவின் உதவியுடன் நம்மை சுத்திகரித்துக்கொண்டால் சுத்திகரிக்கும் ஒவ்வொரு முறையும் நமது சுமை குறைகிறது. நமது எதிர்காலம் சற்று பிரகாசமாகிறது.

குருவும் கிடைத்து, நிலையான நினைவையும் உங்களால் பயிற்சிசெய்ய முடிந்தால், அவர் கடந்தகால சம்ஸ்காரங்களை அகற்றுகிறார். உங்களது எதிர்காலம் உடனடியாக நிர்ணயிக்கப்படுகிறது.

பா.ராஜகோபாலாச்சாரி, அவர், ஹுக்கா மற்றும் நான். 'நிலையான நினைவு'
பக்கம் 84,85

