RESEARCH ARTICLE

INTERNATIONAL RESEARCH JOURNAL OF TAMIL
சர்வதேசத் தமிழ் ஆய்விதழ்

DOI: 10.34256/irjt224s2133

OPEN ACCESS

போகர் சித்தரின் யோகநெறிச் சிந்தனைகள்

ரா. காந்திமதி [அ, *]

[அ] தமிழ்த்துறை, நவரசம் கலை மற்றும் அறிவியல் மகளிர் கல்லூரி, அரச்சலூர்-638101, தமிழ்நாடு, இந்தியா.

Bokar Siddha's Yogic Thoughts

R. Gandhimathi [a, *]

[a] Department of Tamil, Navarasam Arts and Science College for Women, Arachalur-638101, Tamil Nadu, India

* Corresponding Author: phdgandhimathi@gmail.com

Received: 19-08-2022
Revised: 30-09-2022
Accepted: 07-10-2022
Published: 15-11-2022

Check for updates

ABSTRACT

Status of Shiva can be attained by proper study of the timeless and wonderful art, which is greatly admired, worshiped and secretly maintained by the Siddhas. Methods of burial of the human body is called samaadhi. In Siddha education, samaadhi is equal to God, and samaadhi is generally of three types. After human death, the body is buried directly in the ground or buried in coffins. Achieving samadhi in self-created grave by suppressing the life to attain salvation without rebirth is called Jeevasamathi. Being equal to the Lord with body and soul, by attaining bliss, attaining home, and attaining salvation. At this stage the siddhars who communicate with the worldly people and guide them are in a state of samadhi. In this way, the purpose of this article is to investigate the yogic Thoughts of Bokar Siddhar

Keywords: Bokar Siddhar, Siddha Literature, Samadhi, Jeevasamathi

முன்னுரை

சமாதியில் இருந்து திரும்பி உயிருடன் எழுந்துவரும் சித்தயோக சமாதி அட்டமா சித்தி ஆகும். இதுவே முக்தி எனப்படும். சித்தர்கள் பலர் சித்து விளையாடல் செய்து உலகிற்கு பல நன்மைகள் செய்வார்கள். இவர்களின் செயல் முடிவடைந்தது என்று அவர்கள் உணர்ந்தால் சித்த யோக சமாதிக்குச் செல்வார்கள். இதற்கு என்று தனிப்பட்ட சமாதி அறை கட்டுவார்கள். தான் சமாதி செல்லும் நாளை குறிப்பிட்டடும், தான் சமாதியில் இருந்து திரும்பிவரும் நாளையும் குறிப்பிட்டும் பிற சித்தர்களுக்கும் சீடர்களுக்கும் சொல்லி அனுப்புவார்கள். சமாதி செல்லும் நாளில் அனைவர் முன்பாகச் சமாதிக்குள் செல்வார்கள். பின்பு முறைப்படி கல் பலகையால் மூடி விடுவார்கள். சமாதி சென்ற சித்தர் அவர் குறிப்பிட்ட நாளில் கல் பலகையை விலக்கிக்கொண்டு மேலே வருவார்.

இவ்விதம் நில சமாதி சென்று திரும்பிய சித்தர் மீண்டும் திரும்பிவராத சமாதி செல்வார். இந்த நிலையில் உலகத்தவர்களிடம் தொடர்பு கொண்டு அவர்களை வழி நடத்தும் சித்தர்கள் துரிய தியான நிலையில் சமாதி இருப்பார்கள். அவ்வகையில் போகர் சித்தர் உணர்த்தும் யோகநிலை குறித்து ஆராய்வதே இக்கட்டுரையின் நோக்கமாகும்.

அட்டாங்க யோகம்

தமிழகச் சித்தர் இலக்கியங்கள் வாயிலாக அவர்கள் அனைவருமே யோகமார்க்கிகள் என்பது தெளிவாகிறது. போகர் பெயரில் கிடைக்கும் நூல்களிலும் இதனைக் காணலாம். இனி, ஏழாயிரத்தின் வழி யோகம் பற்றிய குறிப்புகளைத் தொகுத்துக் காணலாம்.

“அறிந்தேனே மேருவுக்குத் தென்பாகத்தில்

அஷ்டவித சித்தர்கள் தானங்கிருந்தார்

பறிந்திட்டு அவர்களை நான் தெரிசித்தே தான்

பாங்குடனே அவரிடம் வணங்கி நின்றேன்

அறிந்திட்ட சாத்திரங்கள் மிகவும் சொன்னார்

சரியை கிரியை யோக முதல் யாவும் சொன்னார்

குறிந்திட்ட அட்டாங்க யோகம் சொல்லி

கொற்றவர் நீ யாரென்று எனைக் கேட்டாரே”

என்ற வரிகளில் அட்டாங்க யோகம் பற்றிய கருத்தைத் தெளிவாகக் கூறுகின்றார். இந்த யோகம் பற்றிய கருத்துக்களைக் கூட எல்லார்க்கும் தெரியப்படுத்துதல் கூடாது என்பது இவர் கருத்து. பெரும்பாலும் எல்லாச் சித்தர்களும் வைத்தியம், வாதம், யோகம், ஞானம் ஆகிய நான்கு துறை தொடர்பான கருத்துக்களும் இரகசியத்திற்குரியனவையே எனக் கருதுவதை அவர்தம் நூற்கள் வாயிலாக அறியலாம் (Mohan, 2004).

செயலால் நீசத்தனம் செய்பவர்கள், அடிக்கடி கோபம் கொள்பவர்கள் கொலைஞர்கள், அறிவுமந்தர், மோக மதிக முடையவர், மூடர், பொய்யர், சோம்பல் உடையோர், பெண்ணாசை கொண்டோர், வைவோர். வறியவர், துஷ்டன், மூர்க்கன், அற்பன், சண்டாளன், தாய், தந்தை முதலிய மூத்தோரை சிவதூடணம் செய்வோர், லோபி, ஈனர், தர்க்கம் செய்வோர், மாமிசம் வருந்தித்தின்போர் ஆகியோர்க்கு யோகம் கற்றுத் தருதல் கூடாது என்றும் அவ்வாறு கற்றுக் கொடுத்தால் பாவம் வந்து சேர்வதோடு கொடு நரகு எய்துவர் எனவும் அச்சுறுத்துகிறார் இதனைக் கீழ்க்காணும் வரிகளில் குறிக்கின்றார்.

“பானான கருமிகட்குக் கொடுப்பாயானால்

பாலகனே பாவம் வந்து எய்தும்பாரே” (Mohan, 2004)

“கொடுத்தாலும் விதியாளி பார்த்தறிந்து

கொற்றவனே கொடுத்தாலும் புண்ணியமெய்தும்

கொடுத்ததொரு குடிகெடுக்கும் பாவிகட்கும்

கெடியான சண்டாள மாண்பருக்கும்

அடுத்துறவு நயம்பேசி புரணிகூறும்

அணியாயக் காரர்க்கும் அறிவில்லார்க்கும்

தொடுத்ததொரு பெருநூலாம் சப்தகாண்டம்

துப்புறவாய்க் கொடுத்தாலே பாவம்”

இவை போகரின் வரிகள் பாத்திரமறிந்து பிச்சையிடு என்றொரு பழமொழி தமிழில் உண்டு. எனவே, மேற்காட்டிய துறைகள் தொடர்பான கருத்துக்கள் போற்றிக்காக்கத் தக்கவை என்பது புலனாகிறது. அடுத்துவரும் பாடல்களில் யாருக்குக் கொடுக்கலாம் என்பதையும் கூறியுள்ளார் (Mohan, 2004).

“நலங்கவே யாருக்குக் கொடுப்பதென்றால்

நாதாந்த வேதாந்த பிரமசாரி

மலங்கவே சுவதாதி கர்மிக் கூற்று

மகத்தான சிவயோகபதி மார்க்கத்தார்

துலங்கவே சுத்தசைவத்தோர் சுத்தசை

தன்னியத்தோர் சொல் மொழி மாறாத்தூய்மையாளர்

கலங்கவே தர்மமனுஷ்டித்தோர் சார்ந்தோர்

கற்புடை மங்கையரைக் கருதார்தாமே.

தாமென்ற தந்தைதாயைப் பூசிப்போர்கள்

தமையடைந்த பேர்களையே தற்காப்போர்கள்

ஏமென்ற எவ்வுயிருந் தம்முயிர் போலெண்ணி

இரங்குவோர் வரம்புதப்பி இகழ்ந்திடாதார்

வாமென்ற வாசியுடன் வாதித்தாடும்

மகத்தோர்கள் வாமத்தின் வழியில் நிற்பர்

தூமென்ற அப்புவிடம் உப்பு போல

அடைந்தோர்க்கு அடங்கலும் போதிக்கலாமே"

ஆறு அந்தம் அறிந்தவர்கள், சதாகாலமும் பிரம்மத்தைச் சிந்திப்பவர்கள், சுத்த சைவத்தோர், சுத்த சைதன்யத்தோர், சொல் மாறாத் தூய்மையோர், தர்மம் அனுஷ்டிப்போர், மங்கையரை உடன் பிறந்தோராய்க் கருதுபவர், பெற்றோரைப் பூசிப் போர், அடைக்கலமாக வந்தவர்களைக் காப்போர், எவ்வுயிரும் தம்முயிர் எனப் போற்றுவோர். யோகியர் முதலியோர்க்குக் கற்பிக்கலாம் என்பது மேற்கண்ட பாடல் கருத்தாகும் (Mohan, 2004).

இனி, யோகம் சாதிக்கத் தொடங்குவதன் முன் பின்பற்றத்தக்கன சில உள்ளன என்பது போகரின் கருத்து. மான் தோல் ஆசனம், நான்கு முழத்தில் முழங்கால் மட்டும் அணியத் தக்க காவி வேட்டி, கால் முழ மேல் வேட்டி முதலியன அடிப்படைத் தேவைகள் என்கிறார்.

"தேடையிலே போகரி சொன்னமார்க்கம்

தெளிவாக யாருக்கும் சொல்லாரப்பா

நீடையிலே ஆசனத்துக் குறுதி சொல்வேன்

நெடிதான மான்தோ லாசனந் தானாகும்

ஆடையிலே காவிகா யமாகும்

அப்பனே அடிவேட்டி முழந்தா நாலு

மூடையிலே மேலங்கி முழங்கால் மட்டும்

முக்கியமாய் தானணிதல் முறையாமே

முறைமையாய்த் தானிருந்து யோக வேட்டி

முடிமீது தானணிந்து யோகம் செய்வாய்

நிறைமையாய்க் கைகாலை முடக்க வேண்டாம்

நித்தியமும் வாசிதனை நடத்த வேண்டும்

திறமையாய் அட்சரத்தை மாற வேண்டும்

தீர்க்கமுடன் சின்மயத்தில் ஏறவேண்டும்

வறமையாய் சூட்சாதி வாராதாம்

வகுப்புடனே அறிந்தவனே யோகியாமே”

என வரும் இரு பாடல்களிலும் மேற்கூறிய கருத்துகள் விளக்குவதைக் காணலாம் (Mohan, 2004).

அட்டாங்க யோகம்

சைவ சித்தாந்தத்தில் சரியை, கிரியை, யோகம், ஞானம் என நான்கு நிலைகள் கூறப்படுகின்றன. இவை நான்கும் நான்கு வழிகள் படிகள் என்றும் கருதும் மரபு இருந்து வருகிறது. இந்த நான்குக்கும் சைவ நாயன்மார் நால்வரை சான்றாகக் கூறுவர். சரியையால் முத்தி பெற்றவர் அப்பர், கிரியையால் பெற்றவர் சம்பந்தர், யோகத்தால் முத்தி பெற்றவர் சுந்தரர் ஞானத்தால் முத்தி பெற்றவர் மாணிக்கவாசகர் எனக் கூறும் மரபு தமிழகத்தில் உள்ளது.

இந்த நான்கினுள் யோகம் எட்டு உறுப்புகளைக் கொண்டது. ஆதலின் இதனை அட்டாங்க யோகம் என குறிக்கும் மரபு ஏற்பட்டது.

“காணவே இயம் மொரு நேமமாகும்

கருதிய தோராசனமும் பிராணாயாமம்

பூணவே பிரத்தியாகாரம் தாரணை யினோடு

பெருமையாம் தியானமொடு சமாதியாகும்

எனவே இதுவெல்லா மெட்டையங்கு

இசைவான சித்தாந்தம் வேதாந்தம் இரண்டும்

ஆணவே அட்டமெல்லாம் சொல்லக்கேளு

அறிந்து கொள்ளும் நிரைநிரைவா அறிவாய் நில்லே”

என வரும் பாடலின் மூலம் எட்டு உறுப்புகள் பற்றி அறியலாம் (Mohan, 2004). இனி இவை பற்றிப் போகர் கூறுவனவற்றை விரிவாகக் காணலாம்.

இயமம்

இது அகிம்சை, சத்தியம், ஆர்த்திகம், பிரமம், ஆச்சரியம், தயவு, ஆட்சேபம், கூர்மை, திருதி, மிதாசாரம், அஞ்சனம் ஆகிய பத்து வைக்கப்படும்.

இயம விவரம்

1. விலங்கு, பறவை அடையும் இன்பதுன்பங்களைத் தன்னுடையது போல எண்ணம் கொள்வது அகிம்சை ஆகும்.
2. சித்தாந்தம், வேதாந்தம், ஐம்புலன் ஆகியவற்றால் அறிந்தது ஒன்றே. சாதியால் வரும் சங்கற்பம், விகற்பம்
3. அனைத்தும் நீக்க வேண்டும். இதுவே சத்தியம் எனப் பெறும்.
4. 3.அகிம்சையில் நின்று அனைத்தும் ஒன்றென நினைக்க வேண்டும் இது ஆர்த்திகம் எனப்படும்.
5. பெண் வெறுத்தல், நாக்கின் சுவையை நீக்குதல் பிரம மாகும்.
6. 5.அதுவே மனத்தில் எண்ணமாக ஓடுதல் ஆச்சர்யமாகும்.
7. 6.உடல் வருத்தத்தை நீக்கித் துரியம் என்று எல்லாம்
8. சரியாகவே எண்ணுதல் தயை எனப்படும்.
9. 7.ஆணவமும், தலைகணமும் வந்தாலும் பகைவர்க்கு நன்மை செய்தல் ஆட்சேபம் எனப்படும்.

10. 8.வேதாந்தம் உண்மை மற்றவை பொய் என்று நீக்கி இவை ஆட்சேபித்தும் அந்தப் பகைவர்க்கு வியாதி, பீடை, சீதளம் மிக்க துன்பம் வந்தாலும் அவனைக் காப்பது கடினம் எனப்படும்.
11. 9.வேதாந்தத்தில் முத்தி, சாத்திரத்தில் இல்லை என்பார்கள். அதில் சொன்ன பொருள், நாம் அது என்பது தான். காரியத்தில் மனம் கோழையாகமல் இருப்பதுவே திருதி யாகும்.
12. 10.வேதாந்தத்தில் உண்டு, சாத்திரத்தில் இல்லை என்ற போது பூரணமாய் ஒரு நிலையில் இருந்தால், கொல்லையே வந்தாலும் ஒன்றும் இல்லை என்று இருப்பர். இதுவே மிதாகாரம் எனப்படும்.
13. எவ்வகையான குணமும் இல்லாது, ஆகாரத்தையும் நீக்கி, நீரிலே தனித்து நின்றால் சவுசமாகும்.

நியம வகை

இது தவசு, சந்தோடம், ஆர்த்தீகம், தானம், சிவபூசை, சிரவணம், லச்சை, மதி, சபம், விரதம் எனப் பத்து வகைப்படும்.

நியம விவரம்

1. சத்தியம் என்ன? மாயை என்ன? நான் என்பது எது? அப்படிச் சொல்லுவது யார்? பேதம் வந்தது எப்படி? இவை அனைத்தும் வேதாந்தத்தால் பார்த்து முடிவாக நீங்கி விட்டால் அதுவே தவசு எனப்படும்.
2. பிரம்ம லோகத்தில் உள்ள காமியத்தை நரகமாக நினைத்தும், வெறுப்பைக் கனவு போல எண்ணம் கொண்டும், துக்கத்தைச் சொல்லி மனம் தேறியும். சச்சி தானந்த தடை நீங்கி தெளிவு கொண்டால் ஆனந்த வடிவமாகி இன்பம் கொள்ளும் இதுவே சந்தோடமாகும்.
3. ஆகமம், புராணம் விட்டு, வேதாந்த பிரமசாரம் விளக்கும் குரு சொல்லே முழுமையாக எண்ணி அறிந்து கொண்டால் ஆர்த்திகமாகும்.
4. குரு சொல்லிய பொருளின் முழுமை அறிந்து, குருவுக்கு வேண்டிய பொருள் அனைத்தும் கொடுத்தால் தான மாகும்.
5. உடல் சுகபோகம் யார் செய்து வந்தது என ஆராய்ந்து பல உயிர்களால் வந்தது என்ற எண்ணம் ஒன்று சேர்ந்தால் அதுவே சிவபூசையாகும்.
6. சாத்திரம் விட்டு, விருத்தியை நீக்கி, மரமும் நிழலும் போல் குருவின் பின்னே செல்லுவது, குருவின் தெளிவே உபநிடதம் எனக் கொள்வது சிரவணமாகும்.
7. பொருளாசையால் வியாபாரம் செய்வதும், புலன் பொறி வழிச் சென்று உலகில் சிக்கியும், பெண்டிர் பிள்ளை பாசம் அனைத்தும் லட்சை என்று சொல்லப்படும்.
8. வேதாந்த பிரமத்தில் உள்ள பூரணத்தைத் தினம் பார்த்தலும், தெளிவாகி நுணுக்கம் பெறுதலும் மதி எனப்படும்.
9. நான் பிரமம் என்று குரு சொல்ல, அதுவே வேதப் பொருள் என நினைத்து ஆசையை விட்டு மனம் ஒன்றில் ஜபம்.
10. துக்கம், இன்பம் எது வந்தாலும் விகற்பமாகாது, குரு சொல்லிய வழியே நிற்பது விரதமாகும்.

இயமம், நியமம் என்ற இருபதையும் கடைப்பிடித்தால் சிறப்பு, மன உறுதி இல்லாது விட்டால் சுவர் இல்லாத சித்திரம் போலும், அடிப்படை இல்லாத வீடு போலும் ஆகும். காய சித்தி செய்யாது சதுர்யுகத்தைக் கண்டது போலாகும்.

ஆசன வகை

சுவத்திகம், கோமுகம், பதுமம், வீரம், சிங்கம், பத்திராசனம், மயூராசனம், சுகாசனம் என ஆசனம் ஒன்பது வகைப்படும்.

ஆசன விவரம்

1. முழங்கால் குளச்சி இரண்டில் இரண்டு கால் வைக்க சுவத்திகம் எனப்படும்.
2. முழங்காலில் கரத்தை நீட்டி நுனி மூக்கைப் பார்ப்பது சிங்காசனமாகும்.
3. நேராக அமர்ந்து காலிரண்டும் கையால் கட்டி இருப்பது பத்திராசனமாகும்.
4. சுகமாக அமர்ந்து இருப்பது இருக்கை ஆசனமாகும்.
5. கால் மேல் கால் போட்டு குதத்துக்குள் குதியை வைத்து இருப்பது முத்தாசனமாகும்.
6. இரண்டு கைகளைத் தரையில் ஊன்றி முழங்கைகளைத் தொப்புளிலே வைத்து, தடிபோல் இருப்பது மயூராசனமாகும்.
7. வேண்டிய படி இருப்பது சுக முற்றாசனம் எனப்படும்.

ஆசனம் செய்யும் போது, அவ்விடத்தில் விரிப்பு இருத்தல் அவசியம், இவ்விரிப்பு. "மான் தோலாயின் ஞானமும், புலித்தோலாயின் செல்வமும் தர்ப்பாசனமாயின் மோட்சமும், சித்திரக் கம்பளமாயின் பொதுவாக நன்மையும், வெள்ளை ஆடையாயின் தீமை நீக்கமும் உண்டாகும் என" நிஜானந்த போதம் எனும் நூல் விளக்குகிறது (Venugopal, 2018).

பிராணாயாம வகை

உள்ளும், புறமும் ரேசகம், பூரகம், கும்பகம். என் மூவகைப்பெறும். ஓடிக்கொண்டிருக்கும் வாயுவைக் கட்டுதல் பிராணாயாமம் எனப்படும்.

பிராணாயாம விவரம்

ரேசகம், மூச்சை வெளியே விடுதல், பூரகம், மூச்சை உள்ளே வாங்கல், கும்பகம் மூத்த உள்ளே தம்பித்து இருத்தல், மூலத்துள் 16 மாத்திரை பூரகம், 64 மாத்திரை கும்பகம், 32 மாத்திரை ரேசகம் இப்படிச் செய்து அடுத்து பிரம்ம தலம், விஷ்ணுதலம், ருத்திர தலம், மகேஸ்வர தலம், சதாசிவ தலம் என ஆறுதலமும் ஓடினால் பிராண யாமம் ஒன்று ஆகும். பிராணாயாம மாத்திரை அதிகரிக்க வேர்வை அதிகமாகும். மும்மல அழுக்கும் நீங்கும். நாடி நன்கு செயல்படும். தச நாதம் உயரும் பிராணாயாமத்தில் எட்டு பருவம் உண்டு. அவைகள்:

1. உந்தி வேர்வை காணும்
2. தம்பிக்கும்
3. தீபனமாகும்
4. உடல் இலகுவாகும்
5. பெண்மை போல் ஒளிவிடும்
6. குண்டலிணியில் இருக்கும்
7. கமனமாகி தூரதேசம் அறியப் பண்ணும்
8. கேசரத்தில் தசநாதம் கேட்கும், நல்வினை, தீவினை நீங்கும், நாடி சுத்தமாகும், காமப்பால் உடலில் கலக்கும் என விளக்கம் தருகிறார்.

பிரத்தியாகார வகை

இது அனுகூல சரீரம், இந்திரியம், பிராணன், கரணம், காமியம், சர்வசங்கம், என ஆறு வகைப்படும்

.

பிரத்தியாகார விவரம்

பிரத்தியாகாரம் வாசனையின் வழியில் சென்று இந்திரியத்தை நடத்தி விக்கும். திரியும் மனத்தை திரியாமல் நிலை நிறுத்துவதே பிரத்தியாகாரமாகும். இது இரண்டு விதமாகும். உலகியலில்

மனம் போகாமல் சமாதியில் இருத்தல் ஒன்று. நாடி சுத்தியான பின்பு கழிந்த இளமையை வரவழைப்பது மற்றொன்று.

1. ஒரு பொருளை நாடி நிற்றல் அனுகூல பிரத்தியாகாரமாகும்.
2. இந்திரிய பிரத்தியாகாரம் என்பது ஆண்மை கொண்ட இந்திரியத்தை அதன் போக்கில் செல்லவிடாது சமாதியில் அழைத்து பூட்டுவதாகும்.
3. நாடி சுத்தம் அடைந்த பின்பு உச்சி, லாடம், ஆக்கினை, நேத்திரம், மூக்கு,வாய், அடிநாக்கு, கண்டம், நெஞ்சம் உதிரம், இடுப்பு, நாபி, தொடை, முழங்கால், பாதம் வரையில் விரைவில் பிராணனை அழைத்து விடுவது பிராணன் என்ற பிரத்தியாகாரம் ஆகும்.
4. கரண மென்ற பிரத்தியாகாரம் உலகத்தில் அலைந்து அதனோடு சேராது காமியத்தை நாகமாக நினைத்து, சங்கற்பம் விகற்பத்தை நீக்கி, வேதாந்த விசாரத்தை விலக்கி ஞானத்தில் இருப்பதாகும்.
5. தனம், தாணியம், பொன், மண், ஆபரணம் சகலமும் மனதிலே ஏற்காது வயிராக்கியமாக மனம் வெறுத்து விடுவது காமியம் என்ற பிரத்தியாகாரமாம்.
6. சர்வ சங்கப் பிரத்தியாகாரம் என்பது வேதாந்தம் பார்த்து அறிந்து அனைத்தும் நாமாக இருந்தோம் என்றும், உலகம் முழுமையும் மாயை என்றும், இவற்றை அறிந்தவன் மட்டுமே முத்தன் என்றும் கூறுவது. மேலே கூறிய ஆறும் பிரத்தியாகார வகையாகும்.

தாரணை வகை

இது சுய பஞ்ச பூதம், பிராணன், பிரமம், தேகம், தத்துவம், கிரமம் என ஆறுவகைப்படும்.

தாரணை விவரம்

உடலில் பஞ்ச பூதம் இருக்கும் இடத்தில் மண்டலத்தின் வண்ணம் கொண்டு, மனதுடன் பிராணதாரையைப் பதினான்கு மூலத்திலும் நிலைக்கச் செய்தால் தாரணையும் சாதிக்க முடியும்.

தியான வகை

இதுசடாதாரம், தேகம், மண்டலம், பிரமம், விஷ்ணு, உருத்திரன், தேவதா, விசுவம், பிரணவம், நிராதாரம் எனப்பத்து வகைப்படும்.

1. திருமாலின் பச்சை வண்ணம், சங்கு, சக்கரம், தடி, பதுமம், நான்கு கரம், குண்டலம், கிரீடம், முத்து, துவளமாலை, கவுத்துவம், இரத்தினம், இலட்சுமி, பிரமாதி லோக பாலர் இருக்கச் செய்வதாகும்.
2. ருத்திர தியானம் ஐந்து எழுத்தும், ஆயுதம், குண்டலம், கிரீடம், உருத்திரி, வாமம் எரிந்து இருப்பதாகச் செய்வதாகும்.
3. மகேஸ்வரனைக் கறுப்பாகப் பார்த்துத் தியானம் செய்வதாகும்.
4. சதா சிவனையும், மனோன்மணியையும் மனதிலே தியானம் செய்வதாகும்.

இப்படி ஆறு விதமான தியானம் முடிந்ததும், மண்டலத்தில் மூன்று விதத்தியானமாகும். உண்மையாய் இப்படிச் செய்தால் தேவதா தியானம் எனப்படும்.

விசுவமென்ற தியானம் உலகம் முழுமையும் உடலாகவும், நான் என்றும் நினைத்துச் சிவனை வணங்குவதாகும். சிவனின் உடலாகிய லிங்கத்தைக் கண்டது போல எல்லா வற்றையும் ஈஸ்வரணாகப் பார்ப்பதாகும். பிரவண தியானம் முப்பத்தாறு தத்துவமும், பிரகிருதி புருடனும், பரமாத்தமும் மூன்றாகக் காண்பதாகும். பகுத்துக் காணும் இவை அனைத்தும் வித்தையாகும். பிரமம் என்ற தியானம் மாயை, மாயாபூமி, சுத்தமென்ற சைதந்யம் இம்மூன்றும் விண் போல மறைந் திருப்பவரைக் கண்டு தீர்த்தம் மூர்த்தி தலமாக சிந்தை செய்து இருப்பதுவே இத்தியானமாகும்.

சமாதி வகை

தத்து வலய சமாதி, சவ்விகற்ப சமாதி, நிருவிகற்ப சமாதி, சஞ்சார சமாதி, ஆரூட சமாதி என ஐந்து வகைப்படும்.

சமாதி விவரம்

அட்டாங்கம் அனைத்தும் அறிந்தால் ஞானியாவான். சமாதியில் உத்தியும், மாயையின் உறுதியும். வாசியின் திறமையும் கூறுகின்றார். முறைப்படி பிராணாயாமம் செய்தால் ரோமம் எல்லாம் வியர்வை சிந்தும்.

ஒரு ஆண்டு பிராணாயாமம் இப்படிச் செய்தால் தாது அனைத்தும் உறுதியாகும். தசையில் உள்ள குற்றம் நீங்கும். நெய் போலத் திரண்டு சட்டை ஒன்று கக்கும். உடல் நோய் அனைத்தும் வெந்து நீறாகும். உடல் சிவக்கும். கண் கெச்சலரிப் பூப்போலாகும். உடல், விந்து வலிமையாக இறுகும். ஆறு ஆதாரமும் தெரியும்.

ஐந்து தெய்வமும் வந்து உதவி செய்வார்கள். நிருவாணி ஏவல் கேட்பாள். யோக சித்தி, வாத சித்தி கைக்கூடும். வினைகள் நீங்கும். சுழுமுனை வெளியாகும். உடல் பொற்பதுமை போலாகும். உடல் சொல்லிய படி கேட்கும். கூடுவிட்டும் பாயலாம். உமிழ்நீர் பானமாகும். கண்ணில் காந்தி அதிகரிக்கும். தேவர்களும் வணங்குவர். உடல் கைலாய தேக மாகும். அட்டசித்தியும் ஆடலாம். சமாதியை அடைய இவ்வழி முறை பயன்படும் என்கிறார்.

சமாதி உத்தி

வாசியோடு பூரணத்தில் பொறுந்த கண்ணிமைக்குள் அனைத்துமாகும். சிகாரம், உகாரம்,இரண்டும் பிறப்பு, இறப்புக்கு வித்தாகும்.

தத்துவலய சமாதி

தத்துவங்கள் முப்பத்தாறும் ஐந்து பூதமாகும். இதைச் சூக்குமமாகச் செய்து வாசனை ஆக்க வேண்டும். காரணமாகிய உடலில் அடக்கி, பின் பிரகிருதி யில் அடக்க வேண்டும். காற்றில் அசையா விளக்குப் போல் தானே தானாய் ஆதல் தத்துவலய சமாதியாகும்.

சவ்விகற்ப சமாதி

சவ்விகற்ப சமாதி சத்தானு வித்தை என்றும், திரிசானு வித்தை என்றும் இரண்டு வகைப்படும். சத்தானு வித்தை தத்துவலய சமாதிக்கும் பொறுந்தும், சத்தங்கள், பட்சியோசை கேட்கும். திரிசானுவித்தை அந்த நிலைக்கு உள்ளே சூட்சமாய், அனுசந்தானம் செய்து திரிவது.

நிருவிகற்ப சமாதி

தத்துவலய சமாதி முற்றி, சத்தானு வித்தை முற்றி, தன்னை மறந்த தூக்க மயக்கம் போல் பிறசத்தம் காதில் கேட்காது. பூரணத்தில் சித்தம் இருக்க சைதந்தியமானால் நிருவிகற்ப சமாதியாகும்.

சமாதி விட்டுத்திரியும் போதும், சமாதியில் இருக்கும் போதும், திரயத்துள்ளும் உலகம் பொய் என்று எண்ண வேண்டும். ஒன்றில் இருந்து தோன்றி விரிந்த உலகப்பற்று நீங்கி நேர்மையாய் நின்றால் நிருவிகற்ப சமாதியாகும். தத்துவலய சமாதி முற்றி நிருவிகற்பமாகும் போது நான்கு விக்கினம் உண்டு. அவை: சுழுத்திலயம், விட்சேபம், சங் சேபம், ராசமாஞ் சுவாசம் என நான்காகும். நித்திரை விட்சேபம்; காற்றோடு அந்தக் கரண வாசனை மன நிலையோடு கலந்து வருதல் சங்சேபம். மனம்

அறிவான சொரூபத்தை மறந்து விடும். மூடமாக இருக்கும் நேரமே ராசமாஞ் சுவாசம். மனம் சொல்லிய சொரூபத்தை சந்தோசம் கொண்டு, தனித்து சமாதியில் இருந்து ஆனந்த அனுபோகத்தில் இருந்தால் நான்கு விக்கினமும் மறந்து விடும். காற்றில் விளக்கு ஆடாமல் இருப்பது போலும், அலைச்சல் இல்லாது நீரும், உப்பும் போல் அசைவற்று இருக்கும். பிற மனத்து உருவம் கெட்டு வேற்று உருவாக பிரமன் நிற்கும். இப்படிக் கடிகையை ஏற்றினால் அதனால் வரும் பலன், அசுவயாகம் கோடி செய்து அதனால் வரும் பலனுக்கு ஏற்ப அமையும். இவ்விதமாக சமாதி முட்டில், சுழுத்தி என்று எண்ண வேண்டாம். சுழுத்திக்குள் சித்தம் நசிந்து விடும். சமாதிக்குள் யாம் பிரமம் என்று அறிவித்து இருக்கும்.

சஞ்சார சமாதி

நிருவிகற்ப சமாதியை விட்டு வந்து உலகத்தைப் பார்த்தால், உலகம் சமுத்திரத்தின் அலையில் வந்த நுரை போல மாயமாகும். சிலந்தி, வலை போலும், கூர்மத்தின் உறுப்பு போலும், வானைப் போலும், கனவின் நடுபோலும். நம்மிடத்தே உண்டாகியது. நம்மிடம் இருந்த மாயம் அறிவிழந்ததைத் தவிர வேறு ஒன்றும் இல்லை. எல்லாம் புகுந்து நாம். நாம் இல்லை என்றால் ஒன்றும் இல்லை என்னை விட மான ஒன்றும் இல்லை என மனத்துடன் சொல்ல வேண்டும். அரசனுக்குப் பயந்தும், பிராணனுக்குப் பயந்தும், பங்கத்துக்கும், தேவதைக்கும், குருவின் கோபத்துக்கும், பத விகற்பம் ஆனது இல்லை. என்னிடத்தில் ஒன்றும் இல்லை. என்னால் என்ன முடியும். நான் கண்டது அனைத்தும் பொய். சத்தியவளின் இந்திரசாலம் என்று மனம் சொல்லி சஞ்சரித்தால் சஞ்சார சமாதியாகும்.

ஆரூட சமாதி

தேவதைகள் வந்தாலும் பார்க்காது அகண்டமாக இருக்க வேண்டும். சஞ்சார சமாதியில் அத்து விதமாகத் திடப்பட்ட பின்பு சகலத்திலும் சமுசயமும் போக்கிச் சுட்ட சட்டியைக் கைவிட்டாற் போல் தேவதையை அசத்தாய் நோக்க வேண்டும். இறைவனை மனத்தில் எண்ணி மலை போல் அசைவற்று அத்துவித நிலை என்று இருந்தால் சாதகத் தோடு கூடி ஆரூட சமாதியாகும். மாயத்தைத் தள்ளினால் சமாதி ஐந்தும் வாய்க்கும்.

மௌன சமாதி

மாயையை அறுக்கவும், மனம் செம்மையாகவும் இராஜயோகத்தில் மனம் சென்று சேரவும், வழியை அமைத்துக் கொடுப்பார். ஒளியோடு இருக்கும் அகண்ட வெளியையும், தீ பிடிக்கும் ஆறு ஆதாரத்தையும் காணலாம். அகாரம் மூலத்திலும், உகாரம் கண்டத்திலும், மகாரம் மனோன்மணியிலும் இருக்கும். இவற்றை ஒன்றாக இழுத்துக் கட்டினால் மௌனம் அறிவில் கூடும். நடக்கையிலும், இருக்கையிலும் நினைவோடு சொல்ல உலகம் எளிதாகும். தசநாதம் காதில் கேட்கும். உடல் கற்பூர தேகம் ஆகும்.

முடிவுரை

முதலில் இயமம் என்ற சரியையும், நியமம் என்ற கிரியையும், பிராணாயாமம், பிரத்தியாகாரம், தாரணை என்ற யோகமும், சமாதி ஐந்தும் ஞானமாகவும் அமையும். மௌன சமாதியைப் பார்த்து, சிவமான தரிசனையும் கண்டு, தத்துவலய சமாதி, சஞ்சார சமாதி, திருவிகற்ப சமாதி, ஆரூட சமாதி ஆகியவற்றையும் காண வேண்டும். யோகியர் நீண்ட நாட்கள் சுவாசத்தை நெறிப்படுத்திச் செலுத்தி வாழக் கற்றுக் கொண்டவர்கள். சித்தர்கள் இந்த யோக தத்துவத்தைக் கொண்டு உலகில் செயல்பட்டார்கள் என்பதை அறியமுடிகிறது.

References

Mohan R. (2004) Pogar Nalariyam Kandam, NCBH Publications, Chennai, India.

Venugopal, S. (2018) Sidhar Gnnakovai, Tamilini Pathippagam, Chennai, India.

Funding: No funding was received for conducting this study.

Conflict of Interest: The Author has no conflicts of interest to declare that they are relevant to the content of this article.

About the License:

Attribution 4.0 International (CC BY 4.0)

© The Author 2022. The text of this article is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License