RESEARCH ARTICLE

INTERNATIONAL RESEARCH JOURNAL OF TAMIL

சர்வதேசத் தமிழ் ஆய்விதழ்

DOI: 10.34256/irjt2112

திருமந்திரத்தில் தவயோகமும் சிவயோகமும்

இரா. மதன் குமார் [அ,*]

[அ] தமிழ்த்துறை, கற்பகம் உயர்கல்வி கலைக்கழகம், கோயம்புத்தூர்-641 021, தமிழ்நாடு, இந்தியா.

Thavayogam and sivayogam in Thirumanthiram

R. Madhan kumar [a, *]

[a] Department of Tamil, Karpagam Academy of Higher Education, Coimbatore-641021, Tamil Nadu, India.

Corresponding Author:
madhankumar493@gmail.com

Received : 30-06-2020
Accepted : 18-10-2020

Check for updates

ABSTRACT

In today's mechanical world, there is no use of learning some of the exercises only in the name of yoga. According to Tirumoolar, yoga is the purification of the body, mind, action and wound. The yoga practice that encompasses this concept is offered as Attanga Yoga in Thirumanthiram. The human soul has bounded knowledge where the Thiruvarul is performing as instrument to practice Attanga Yoga. According to Thirumoolar, Attaining Attamasithi through Attanga Yoga is not the completion of practicing yoga; Attaining seevanmuthan stage is the final stage where yogis can feel fulfillment through Ataanga Yoga. The soul gets the superior birth as human being through it's benevolence of previous birth. By the grace of god, soul attains Iruvinaioppu, Malaparipakam and Thiruvarulvizhchi. In that improved stage, Thiruvarul exists as Gnanaguru and leads the soul to Attanga Yoga and the Thava Yoga. This practice also called as Raja-yogam. Through the practice of Attanga Yoga, soul attains the Attama sithis and realizes that the Thiruvarul is the part of Sivam. As Thiruvarul incorporates in sivam, the soul will realize it's incorporation in sivam with limitless knowledge. This consciousness helps the soul to have strong bonding with siva. The attitude expresses the blissful movement of the soul. This experience stated as Siva-Gnana-yogam. Thus this article explains the virtues of attaining the bliss of living, Sivanupavam, through the path of Thirumanthiram.

Keywords: Thirumanthiram, Thirumoolar, Thavayogam, Sivayogam, Attangayogam, Iruvinai, Anavamalam, Kanmam, Illusion, Seevanmuthanilai

ஆசிரியர் குறிப்பு

முனைவர் இரா. மதன் குமார் அவர்கள், கற்பகம் உயர்கல்வி கலைக்கழகத் தமிழ்த்துறையில் பேராசிரியராகப் பணியாற்றிவருகிறார். 'பக்திநெறியில் மணிவாசகரும் திருமங்கையாழ்வாரும்' என்ற தலைப்பில் முனைவர் பட்டம் பெற்றுள்ள இவர், திருமுறைகள் மற்றும் திவ்வியப்பிரபந்தம் சார்ந்து ஆய்வுசெய்துவருகிறார். பல்வேறு ஆய்விதழ்களிலும் ஆய்வுக்கட்டுரைகளை வழங்கிவருகிறார்.

முன்னுரை

திருமூலர் மூவாயிரம் திருப்பாடல்களால் அருளிச்செய்த திருமந்திரமானது, தந்திரம், மந்திரம், உபதேசம் என்ற மூவகைப் பொருண்மைகளையும் உள்ளடக்கியது. இவற்றுள் உபதேசம் என்பது, ஞானகுருவின் அருள்மொழிகளாக விளங்கி, உயிர்களை ஞானநிலைக்கு உயர்த்துவது. உயிரானது, தன்னை உணர்ந்தும், தலைவனாகிய பதிப்பொருளை உணர்ந்தும், தனக்குரிய சார்பாகிய சிவத்தில் நிலைப்பதற்கும் வழிகாட்டுவது. திருமந்திரத்தின் முதலாவது தந்திரத்தில், நான்காவது தலைப்பாக இடம்பெறுகின்ற உபதேசப் பகுதியானது, ஞானகுருவின் ஆன்ம உபதேசமாக விளங்கவல்லது. தவயோகம் என அட்டாங்கயோகத்தையும், சிவயோகம் என சீவன்முத்தநிலையையும் விளக்கவல்லது. அட்டாங்கயோகத்தின் வழியே தவயோகப் பேறுபெற்று, சிவயோகியாக நிலைப்பதற்கு வழிகாட்டுவது. அவ்வகையில், திருமந்திரத்தில் இடம்பெற்றுள்ள உபதேச நுண்பொருளையும், அட்டாங்கயோக நிலைகளையும் இக்கட்டுரை ஆய்ந்துரைக்கிறது.

வினைப்பயன் வழி அமைகின்ற பிறப்பு

பசு என்று வழங்கப்படுகின்ற உயிரானது, இருவினைகளின் வழியே பிறப்பு இறப்புகளுக்கு ஆட்படுகிறது. வினையானது, நல்வினையும், தீவினையும் என இருவகைப்படும். உயிர் புரிகின்ற நல்வினையின் பயனை புண்ணியம் என்றும், தீவினையின் பயனை பாவம் என்றும் வழங்குகிறோம்.

இறைவன், உயிரின் பக்குவத்துக்கேற்ப பிறப்பினைக் கூட்டுவிக்கின்றான். உயிருக்குப் பருவுடம்பு கூட்டுவிக்கப்படுவதே, 'பிறப்பு' எனப்படுகிறது. பிருகு முனிவரின் சாபத்தால், திருமால் மீன் முதலான பத்துவகைப் பிறப்பெய்தியதும், திருவானைக்காவிலிருந்த சிலந்தி, சூரியகுலத்தில் மன்னனாகப் பிறந்ததும், எலியானது, மாவலி மன்னனாகப் பிறந்ததுமான வரலாறுகள், உயிர் வினைப்பயனால் அச்சுமாறிப்பிறக்கின்ற நிலையினை விளங்கச் செய்கின்றன. இவ்வாறு, உயிரின் புண்ணிய மிகுதிக்கு ஏற்ப உயர்ப்பிறப்பும், தீவினைக்கு ஏற்ப இழிபிறப்பும் அமைகின்றன.

புண்ணிய மிகுதியுடன் வீடுபேற்றுக்குத் தலைப்படுகின்ற பக்குவ ஆன்மாக்களுக்கு, பெறுவதற்கரிய மனிதப்பிறப்பு வாய்க்கிறது. வாய்க்கின்ற மனிதப்பிறப்பில், பிறப்பு எதுவாயினும் அவை மேலும் மேலும் உயிர்களின் வினைப்பெருக்கத்துக்கு வாய்ப்பாகி, அவற்றைப் பிறப்பிறப்புச்சூழலில் துன்புறச்செய்கின்றன.

இறைவனின் அத்துவிதமும், தாதான்மியமும்

பிறப்பு எதுவாயினும், இறைவன் உயிர்களுடன் பிரிப்பின்றி அத்துவிதமாகக் (இருமையில் ஒருமை) கலந்திருந்து, வீடுபேறாகிய பெருநெறியில் உயர்வதற்குத் திருவருளைத் துணையாகத் தந்தருள்கின்றான். இவ்வுயர்நிலையானது, உயிர், ஓரிரு பிறப்புகளில் பிறத்து இறந்த அளவிலேயே வாய்ப்பதில்லை.

இயல்பாகவே உயிரைப்பற்றியதாகிய ஆணவமலத்தின் வலிமை மெலிகின்றவரையில் உயிருக்குப் பிறவிச்சுழல் தொடர்கிறது. பல்வகைப் பிறப்புகளிலும் பிறந்திளைக்கின்ற உயிரிடத்தில், வினைப்பயன் மீதான நாட்டம் ஒழிகின்ற நிலையானது, இருவினை ஒப்பு எனப்படும். இருவினை ஒப்பின் வழியே, 'தீதும் நன்றும் பிறர் தர வாரா' என்ற பக்குவநிலை உயிருக்கு வாய்க்கிறது. அந்நிலையில் நன்றே செய்யினும், தீதே செய்யினும் தாம் அதற்குக் கருத்தா அன்று' என்ற பக்குவத்தை அடைகிறது.

மலபரிபாகமாகிய அத்தகைய பக்குவநிலையினையே மணிவாசகர், 'நன்றே செய்வாய் பிழை செய்வாய்; நானோ இதற்கு நாயகமோ' (திருவாசகம்-குழைத்த பத்து-பாடல்:7) என்று சுட்டியுள்ளார். அதுநாள்வரையில் உயிரறிவில் மறைப்பாற்றலாக (திரோதான சக்தியாக) இருந்து உயிரை உலகியல் சார்ந்து நடத்திவந்த சக்தியானது, திருவருள் சக்தியாகப் பரிணமித்து, உயிரை மேல்நிலைக்கு வழிநடத்துகிறது. இதனைத் திருமூலர் உபதேசப் பகுதியின் கீழ்க்கண்ட பாடலில், 'தண்ணின்ற தாளைத் தலைக்காவல் முன்வைத்து' எனக் குறித்தருளியுள்ளார்.

விண்ணின் றிழிந்து வினைக்கீடாய் மெய்கொண்டு
தண்ணின்ற தாளைத் தலைக்காவல் முன்வைத்து
உண்ணின் றுருக்கியொ ரொப்பிலா ஆனந்தக்
கண்ணின்று காட்டிக் களிம்பறுத் தானே' (திருமந்திரம்-பாடல் எண்: 112)

இவ்வாறு, சிவமும் சத்தியும் பொருளளவில் ஒன்றாகவும், உயிர்களுக்கு அருள்கின்ற செயலளவில் இரண்டாகவும் விளங்கிநிற்றலை, 'தாதான்மியம் (ஒருமையில் இருமை)' என்று வழங்குகிறோம்.

'சத்தியாகிய திருவருளாற்றலை ஒப்பில்லாத ஒரு கூற்றிலேயுடைய சிவபெருமான் சதாசிவன் எனப்படுவன். சத்தியோடு கூடிய சிவன் சதாசிவன். சதாசிவன் எனினும் அருளோன் எனினும் ஒன்றே' (Vasantha Kumar, 2015; Vasantha Kumar, 2016; Vasantha Kumar, 2017).

திருவருளைக் காவலாகத் தந்தருள்வான்

உயிரானது திருவருளின் வழியே சிவத்தை உணர்கின்ற நிலையானது, அருளுறுநிலை எனப்படும். அருளுறுநிலையில், உயிருக்குத் திருவருள் கருவியாவதை மேற்கண்ட பாடலில், 'தண்ணின்ற தாளைத் தலைக்காவல் முன்வைத்து' என்று திருமூலர் குறிப்பிட்டுள்ளார். இறைவன் உயிரின் அருளனுபவத்துக்குத் திருவருளைக் கண்ணாகத்தந்து காத்தருள்கின்ற கருணைத்திறத்தைத் திருநாவுக்கரசர்,

'அவனருளே கண்ணாகக் காணின் அல்லால்
இப்படியன் இந்நிறத்தன் இவ்வண் ணத்தன்
இவனிறைவன் என்றெழுதிக் காட்டொ ணாதே' (ஆறாம் திருமுறை-97:10)

எனப் பாடியுள்ளார்.

கண்ணின்று காட்டிக் களிம்பறுப்பான்

திருவருள் வழியே சிவத்தில் அழுந்தியிருத்தல், ஆனந்தநிலை என்று வழங்கப்படும். அட்டமாசித்திகளும் கைவரப்பெற்ற பெருநிறைவில், உயிரானது சிவத்தைப் பிரியாத சீவன்முத்தராகி பேரின்பத்துக்குத் தலைப்படுதல் ஆனந்தநிலை என்று மேற்கண்ட பாடலில் விளக்கப்பட்டுள்ளது. மலவாதனை மெலிவுற்றவர்களாகிய சீவன்முத்தர்கள் அடைய முயல்கின்ற சிவமாவது, பசுக்கரணங்களின் துணைகொண்டு அறிய இயலாத அருமையுடையது. அவ்வுயர்நிலையில், சிவமே அவர்களது அறிவுக்குஅறிவாக விளங்கி, அளவில்லாத சிவானுபத்தில் திளைக்கச்செய்கிறது. இவ்வாறு, இறைவன் சீவன்முத்தர்களுக்குப் பேரின்பமாகிய சிவானுபவத்தைத் தந்தருள்கின்ற அருளனுபவத்தைத் திருமூலர் மேற்கண்ட பாடலில், 'ஆனந்தக் கண்ணின்று காட்டிக் களிம்பறுத்தான்' என்று குறிப்பிட்டுள்ளார்.

ஆனந்தநிலையில், பார்வை முதலான புலனுணர்வுகள் இறைவனை உணர்கின்ற பேரறிவாக பரிணமிப்பதால், ஈடில்லாத இறையனுபவங்கள் உயிருக்கு வாய்க்கிறது. ஆளுடையநம்பிகள், தில்லைத்திருத்தலத்தில் அத்தகைய பேரின்பஅனுபவத்தைப் பெற்றுச் சிறந்ததனை சேக்கிழார் பெருமான் தடுத்தாட்கொண்ட புராணத்தில்,

'ஐந்துபே ரறிவுங் கண்களே கொள்ள
அளப்பருங் கரணங்கள் நான்கும்
சிந்தையே யாகக் குணமொரு மூன்றும்
திருந்துசாத் துவிகமே யாக
இந்துவாழ் சடையான் ஆடுமா னந்த
வெல்லையில் தனிப்பெருங் கூத்தின்
வந்தபே ரின்ப வெள்ளத்துள் திளைத்து
மாறிலா மகிழ்ச்சியின் மலர்ந்தார்' (பெரியபுராணம்-பாடல் எண்: 252) என்று பாடியருளியுள்ளார்.

குறியறிவிக்கின்ற குருபரன்

உயிரின் இயல்பாவது, சார்ந்ததன் வண்ணமாக நிற்றலும்; அறிவிக்க அறிவதுமாகும். மெய்ஞானப்பொருளாகிய சிவத்தைச் சார்கின்றபொழுதில் அறிவே உயிரின் நிலையாக வெளிப்படும். ஆணவமலப்பிடியில் ஆழ்ந்திருக்கிறபொழுது, உலகியலை மட்டுமே அறிகின்ற அறியாமை அதன் நிலையாகவும் விளங்குகிறது. இயல்பிலேயே அறிவுப்பொருளாகிய உயிர், பேரறிவுப்பொருளாகிய சிவத்தைச் சார்வதே உண்மை இயல்பாகும். ஆயினும், உயிரறிவில் இயல்பாகவே நிலைகொண்டிருக்கின்ற ஆணவமலம் உயிரறிவைக் கீழ்ப்படுத்துகிறது. செம்பில் விளங்குகின்ற உண்மை ஒளியை அதனில் படிகின்ற களிம்பு மறைப்பதைப்போல, உயிரின் அறிவொளியை, ஆணவமலம் இருளாகச் சூழ்ந்து மறைக்கிறது. அதனால் ஆணவமலத்தை திருமூலர், 'களிம்பு' என்கிறார். நெல்லிற்கு உமியும், செம்பில் களிம்பும் இயற்கைத்தன்மையாதல் போல, உயிரறிவில் ஆணவமலம் இயல்பாகவே இடம்கொண்டுள்ளது. உயிர், அறியாமையே தனதுநிலையாக விளங்குவதற்கு ஆணவமலமே

காரணமாவதால் அது மூல மலம் எனப்படும். மூலமலமாகிய ஆணவமலத்தால் உயிரறிவானது, மோகம், மதம், அராகம், கவலை, தாபம், வாட்டம், விசித்திரம் என்ற ஏழு நிலைகளில் அலைக்கழிக்கப்படுகிறது.

மோகமே ஆணவமலத்தின் முதன்மை விளைவாகிறது. நுண்ணிய நூல் பல கற்பினும், அதன்வழியே பெற்ற பகுத்தறிவின் வழிநின்று உயிரறிவு செயல்பட இயலாத அறியாமையினை அது ஏற்படுத்துகிறது. அதைத்தொடர்ந்து, தான் கொண்டதை உயர்வாகக் கருதி மயங்குகின்ற மனநிலையாகிய மதம் என்பது செயல்படுகிறது. அராகம் என்பது, அறியாமையுடன் பொருளின் மீதான ஆசையை மேலும் மேலும் வளரச்செய்கிறது. கவலையாவது, ஊழ்வினைப்பயனால் ஏதேனும் ஒன்றை இழக்க நேரிட்டால் மனக்கலக்கம் அடையச்செய்கிறது. தாபம் என்பது, விரும்பியதை அடைய இயலாததை நீளநினைந்து கலங்கச்செய்கிறது. கலக்கத்தால் உடல் நடுங்கியும், உள்ளம் வாடியும் தன்னிலை மறந்து மூர்ச்சை அடைதல், வாட்டமெனப்படுகிறது. விசித்திரமாவது, விரும்பியதைத் தான் அடைவதற்குரிய வாய்ப்புகளை நினைந்து தருக்குதலும், அனைத்து நிகழ்வுகளுக்கும், நிலைகளுக்கும் தானே முழுமுதல் என்று தருக்குகின்ற அறியாமையுமாகும்.

இறைவனே ஞானகுருவாவான்

ஆணவமலத்தின் வலிமையினை மெலிவிக்கவேண்டியே இறைவனால் மாயையும் கன்மமுமாகிய மலங்கள் உயிருக்குக் கூட்டுவிக்கப்படுகின்றன. மாயையின் காரியங்களாக உடலும், கருவியும், உலகும், நுகர்ச்சிப்பொருள்களும் விளங்குகின்றன. ஆணவமல எழுச்சியுடன் உயிரறிவு செயலாற்றுகையில் உயிருக்கு இன்பமும் துன்பமும் அவைகளால் விளைகின்றன.

இருவினையின் வழிநின்று உயிர் மேலும் மேலும் சேர்க்கின்ற செல்வமும் வறுமையும், புகழும் பழியும், நோயும் நலமும், உயர்வும் தாழ்வும் கன்ம மலத்தின் நிலைகளாகின்றன. உயிர்களிடத்தில் பக்குவத்தை ஏற்படுத்த வேண்டி, அவற்றை மலங்களின் வழியே செயல்படச்செய்கின்ற இறைவனின் திருக்குறிப்பு, 'திரோதான சத்தி' (மறைப்பாற்றல்) எனப்படும். இவ்வாறு, மும்மலமும், மாயையின் காரியமாகிய மாயேயமும், மறைப்பாற்றலுமாகிய ஐந்தும் உயிரறிவின் அறியாமைக்குக் காரணமாகின்றன. நீரின் ஆழத்தில் அழுந்திய ஒருவன் அதிலிருந்து மீள்வதற்கு முயன்றும் கரையேற இயலாத அவலத்தைப் போன்று, உயிரும் மலக்கட்டிலிருந்து வெளியேற வேண்டிய சிந்தனை இன்றி பல பிறப்புகளிலும் மாறிமாறி பிறந்திளைக்கிறது.

முற்றறிவுடையவனாகிய இறைவன் ஒருவனே உயிருக்குத் தாயினும் சாலப்பரிந்து, பிறவிப்பெருங்கடலிலிருந்து அவற்றை ஈடேற்ற வல்லவனாகிறான். அவனே உயிரின் பக்குவநிலைக்கு ஏற்ப ஞானகுருவாக வந்தருள்வான் என்றமைந்த திருமந்திர உபதேசத்தை,

'அறிவைம் புலனுட னேநான் றதாகி
நெறியறி யாதுற்ற நீராழம் போல
அறிவறி வுள்ளே அழிந்தது போலக்
குறியறி விப்பான் குருபரனாமே' (திருமந்திரம்-பாடல் எண்: 118)

என்ற பாடல் வழியே உணரலாம்.

உயிரின் பிறப்புக்குக் காரணமாகிய வினைகளை திருவருள், குருபரனின் ஞானமொழிகளாக விளங்கி நீக்கியருளும். அன்னப்பறவையின் நுண்ணறிவால், பாலில் கலந்த நீரானது பிரித்து ஒதுக்கப்படுதல்போல, உயிரின் வினை இருப்பானது, திருவருள் ஞானத்தால் உயிரறிவிலிருந்து அகற்றியருளப்படும். அத்தகைய இறைவனின் தனிப்பேரிரக்கத்தை குறிப்பால் காட்டியே இறைவனார் அம்பலத்தில் தனிநடனம் புரிகின்றார் என்பது திருமூலர்தம் உபதேசத் திருவாக்கு.

'ஆமேவு பால்நீர் பிரிக்கின்ற அன்னம்போல்
தாமே தனிமன்றில் தன்னந் தனிநித்தம்
தீமேவு பல்கர ணங்களுள் உற்றன
தாமேழ் பிறப்பெரி சார்ந்தவித் தாமே' (மேலது-பாடல் எண்: 119)

என்றமைந்த திருப்பாடலில் இறைவனின் ஆடுகின்ற திருக்கோலப்பொலிவு, உயிரின் வினைநீக்கத்துக்குக் கருவியாகின்ற பெருந்திறத்தைத் திருமூலர் சுட்டியுள்ளார். குருபரனின் ஞானமொழிகள் அறியாமையைச் சுட்டறுக்கின்ற அருள்வீழ்ச்சித் தத்துவத்தை உள்ளடக்கியதாக, இறைவனின் ஆடல்வல்ல திருவுருவம் விளங்குவதைத் தெளிவுறுத்தவேண்டியே திருமூலர் முந்தைய பாடலில், குருவாகி வந்தருள்வான் என்கின்ற குறிப்பினைப் புலப்படுத்தியதோடல்லாமல், ஐந்தொழில் நிலையாகிய அறிவுவிளக்கமாக குருவின் உபதேசம் அமையும் என்பதனைச் சுட்டுவதாக ஆடல்வல்ல திருக்கோலத்தையும் மேற்கண்ட பாடல் வழியே சுட்டியுள்ளார்.

நந்தி நமக்களித்த நவயோகம்

உயிரானது அறிவுப்பொருளாயினும் எதையும் அது தானாக அறிவதில்லை; அறிவிக்க அறிவதே அதன் இயல்பாகும். எனவே, குருபரனது அருளுபதேசத்தின் வழிநின்று அருளனுபவத்தில் நிலைத்திருப்பதே நந்தி நமக்களித்த நவயோகம் என்று திருமூலர் விளக்கியுள்ளார்.

'சிவயோகமாவது சித்தசித் தென்று
தவயோகத் துள்புக்குத் தன்னொளி தானாய்
அவயோகஞ் சாரா தவன்பதி போக
நவயோகம் நந்தி நமக்களித் தானே' (மேலது-பாடல் எண்: 121)

இப்பாடலில், தவயோகம் எனப்படுவது, 'அட்டாங்கயோகம்'. நவயோகம் எனப்படுவது, சீவன்முத்தநிலையிலான, 'சிவயோகம்'.

தவயோக நன்னெறி

திருமூலரால் மேற்குறித்த பாடலின் வழியே அறிவுறுத்தப்பட்டுள்ள தவயோகமாவது, இயமம் முதலான எட்டு நிலைகளை உள்ளடக்கிய அட்டாங்க யோகம் எனப்படும். உரிய மந்திரங்களின் வழியே கரசுத்தியும், அங்கசுத்தியும் பெற்று, நிலைத்த மனத்துடன் இயமம்,

நியமம், ஆசனம், பிராணாயாமம், பிரத்தியாகாரம், தாரணை, தியானம், சமாதி என்ற எட்டு யோகநிலைகளாலும் ஞானவீட்டை அடையலாம் என்பதைத் திருமூலர்,

'இயம நியமமே எண்ணிலா ஆதனம்
நயமுறு பிராணாயா மம்பிரத்தி யாகாரம்
சயமிகு தாரணை தியானஞ் சமாதி
அயமுறும் அட்டாங்க மாவது மாமே' (திருமந்திரம்-பாடல் எண்: 542)

என அறிவுறுத்தியுள்ளார்.

அட்டாங்கயோகத்து நிலைகள்

இயமமாவது, கொல்லாமையும், வாய்மையும், அறிவுடைமையும், உலகியல் பொருளிடத்தே விருப்பமின்மையும், பொறையுடைமையும், உறுதியுடைமையும், கருணையுடைமையும், நீதிவழி நிற்றலும், உணர்வை நிலைநிறுத்த உண்டி சுருக்குதலும், உடல் உள்ளத் தூய்மையும் ஆகிய பத்துமாம்.

நியமமாவது, நெறியுடைய வாழ்க்கையாகிய தவமும், மந்திரங்களைக் கணித்தலாகிய செபமும், முப்பொருளுண்மையினை ஞானநூல்களின் வழியே உணர்தலாகிய ஆத்திகமும், 'திருவருள் நிறைவே செல்வம்' என்று விளங்குகின்ற சந்தோஷமும், நல்வழியில் பொருளீட்டித் தகுதி உடையோர்களுக்குத் தருகின்ற தானமும், உரியநாள்களில் விதிமுறைப்படி சிவபூசை முதலானவற்றைக் கைவிடாது செய்கின்ற விரதமும், சிவஞான நூல்களின் மெய்ப்பொருளைக் கேட்டலாகிய சித்தாந்தக் கேள்வியும், இயன்றவேளைகளில் தீ வளர்த்துச் சிவபூசைச் செய்தலாகிய மகமும், இடையறாத சிவலிங்க வழிபாடாகிய சிவபூசையும், நற்பண்பின் நிலைப்பாகிய ஒண்மதியுமாகிய பத்து நிலைகளைக் கொண்டதாகும். இவ்வாறு பத்து நிலைகளாகப் பகுத்துக் கூறப்பட்டவற்றை நச்சினார்க்கினியர்,

'பெற்றதற் குவத்தல் பிழம்புநனி வெறுத்தல்
கற்பன கற்றல் கழிகடுந் தூய்மை
பூசனைப் பெரும்பயன் ஆசாற் களித்தலொடு
நயனுடை மரபின் நியமம் ஐந்தே'

எனத் தொல்காப்பியப் பொருளதிகாரம்-புறத்திணையியல்-நூற்பா:20-இன் உரையில் விளக்கியுள்ளார்.

ஆசனமாவது, யோகப் பயிற்சிக்குரியவகையில், கை, கால் உள்ளிட்ட உடல் உறுப்புகளை உரியவகையில் அமைத்துக்கொண்டு அமர்ந்திருத்தல். பதுமாசனம் முதலான எட்டு ஆசனங்களுள் சுவத்திகாசனம் உயர்ந்தது என்பது திருமூலர் திருவாக்கு.

'பங்கய மாதி பரந்தபல் ஆதனம்
அங்குள வாம்இரு நாலும் அவற்றினுள்
சொங்கில்லை யாகச் சுவத்தி யெனமிகத்
தங்க இருப்பத் தலைவனு மாமே' (திருமந்திரம்-பாடல் எண்: 546)

மூச்சுக்காற்று இயங்குகின்ற பாதையானது, இடது மூக்கு-இடநாடி, வலது மூக்கு-பிங்கலை, முதுகுத்தண்டைச் சார்ந்து அமைகின்ற வழி-சுழுமுனை என்று வழங்கப்படுகிறது.

மூச்சுக்காற்றின் இயக்கமே மன ஓட்டமாக அமைகிறது. பிராணவாயுவால் இயங்குகின்ற மனத்தை பிராணாயாமத்தால் அடக்கிப் பயன்கொள்ளுதலைத் திருமூலர்,

'ஏறுதல் பூரகம் ஈரெட்டு வாமத்தால்
ஆறுதல் கும்பகம் அறுபத்து நால்அதில்
ஊறுதல் முப்பத் திரண்ட திரேசகம்
மாறுதல் ஒன்றின்கண் வஞ்சக மாமே' (மேலது-பாடல் எண்: 556)

என்று குறித்தருளியுள்ளார்.

பிராணாயாமமாவது, பூரகம், கும்பகம் மற்றும் இரேசகம் என்ற மூன்று நிலைகளை உடையது. பூரகமாவது, இடதுமூக்கு வழியாக பதினாறு மாத்திரையளவில் காற்றை உள்ளிழுத்தல். கும்பகமாவது, உள்ளிழுத்த காற்றை, அறுபத்துநான்கு மாத்திரையளவு உள்ளே நிலைநிறுத்துதல். இரேசகமாவது, முப்பத்திரண்டு மாத்திரையளவில், வெளிவிடுதலாகும். இம்மாத்திரையளவுகளுக்கான மந்திர செபத்துடன் காற்றை அடக்கி ஆள்வதற்குக் கற்பவர்கள், கூற்றை உதைப்பார்கள் என்பது திருமூலர் திருவாக்கு.

பிரத்தியாகாரமாவது, பொறிகளின் வழியே புறவயமாகச் செயல்படுகின்ற மனத்தை, அகவயமாகத் திருப்பி, கால், விரல் முதலாக நெற்றி, சிரசு ஈறாக அமைந்த பதினெட்டு இடங்களிலும் ஏற்றி இரக்கிச் செய்கின்ற பயிற்சியாகும். அதற்குரியவகையில் உடம்பின் மூலாதாரத்தில் உள்ள நாதத்தை யோக ஆதாரங்களின் வழியாக, உச்சித்துவாரத்தை நோக்கி மேலேற்றுவதாகும்.

யோக ஆதாரங்களில் செல்கின்ற மனமானது, மீளவும் புறத்தை நாடிச்செல்லாத வகையில் நிலைநிறுத்துதல், தாரணை. மனத்தால் ஆறாதார நிலைகளையே இடைவிடாமல் நினைந்திருத்தல், தியானம். தியான யோகமானது, சாதன யோகம், சாத்திய யோகம் என்று இருநிலைகளில் அமையும். கருவிகரணங்களிலிருந்து நீங்குகின்ற மேன்மைநிலையில், பூதம் ஐந்து, தன்மாத்திரை ஐந்து, அந்தக்கரணம் நான்கு, பிரகிருதி ஒன்றுடன் புருடனையும் சேர்த்து, முறைப்படியே தியான ஆதாரங்களில் தியானித்தல், சாதன யோகமாகும். அதன் பயனாக, ஒளிவடிவிலமைந்த சத்தியின் திருக்காட்சியையும், அதற்கு மேலே அருவநிலையாகச் சிவத்தைத் தரிசிப்பதும், சாத்திய யோகமாகும்.

பேரொளியாக இறைதரிசனம்

உடலின் உச்சியாகிய பிரமரந்திரத்தில் ஒளிக்காட்சி பெறுதல், சமாதி. மனமானது, புறப்பொருள்களின் நாட்டத்திலிருந்து முற்றிலும் விலகி, மூலாதாரம் முதலான ஆதாரங்கள் வழியே மேலேறி, ஆஞ்சைத்தானத்தில் தியானிக்கப்படுகின்ற ஒளிப்பொருளாகிய சிவத்தில் ஒன்றியிருத்தல், தன்னை மறத்தலாகிய சமாதி நிலையாகும். ஆஞ்சைத்தியானத்தில் மின்னல், விண்மீன், விளக்கு போன்ற நிலைகளில் சிவத்தைக் காணுகின்ற அனுபத்தில் மேம்பட்டு, பேரொளியாகக் கண்டு இன்புறுவது, சமாதிநிலையின் முடிபாகும் என்பதனைத் திருமூலர்,

'மூலத்து மேலது முற்சது ரத்தது
காலத் திசையிற் கலக்கின்ற சந்தினில்

மேலைப் பிறையினில் நெற்றிக்குநேர் நின்ற

கோலத்தின் கோலங்கள் வெவ்வேறு கொண்டதே' (மேலது-பாடல் எண்: 612)

அட்டாங்கயோகிகளுக்குச் சித்திக்கின்ற பயன்கள், அணுவிலும் அணுவாதல்-அணிமா, அண்டத்திலும் பேரளவாதல்-மகிமா, காற்றிலும் மென்மை பெற்று உலாவுதல்-இலகிமா, எவராலும் எடுக்கமுடியாத அளவில் மலையைப்போலத் திண்மைபெறுதல்-கரிமா, நினைப்பளவில் நினைத்த இடத்தை அடைதல்-பிராத்தி, நினைத்தவற்றை நினைத்தவாறே அடைதல்-பிராகாமியம், அனைவராலும் போற்றப்படுதல்-ஈசத்துவம் மற்றும் எவரையும் தன்வழிப்படுத்தி நிற்றல்-வசித்துவம் முதலானவையாகும்.

சிவயோக சிவசித்தர் நிலை

அட்டாங்கயோகத்தால் அட்டமாசித்திகள் கைவரப்பெறுதல் மட்டுமே யோகியருக்குரிய இலக்கணமன்று. அதுகாறும் உயிரறிவில் விளங்கிய அறியாமையை நீக்குவதற்கு ஞானகுருவைத் தந்தருளி, அவர்தம் மொழிவழியே அட்டாங்கயோகத்தில் நின்றுய்வதற்குக் கருவியாக விளங்கிய திருவருளானது, பேரொளியாகிய சிவத்தில் ஒடுங்குவதை அனுபவத்தால் உணர்வதும், தம்முள் ஒளிப்பொருளாக விளங்குகின்ற சிவமே, அண்டம் கடந்த அரும்பொருளாக, பரம்பொருளாக விளங்குவதை உணர்ந்து, சிவானுபவத்தில் நிலைப்பதும் அவர்தம் நிலையாகும். யோகியரின் அத்தகைய பக்குவநிலையானது, சீவன்முத்தர்நிலை எனப்படும். அந்நிலையில், யோகியர் அதுகாறும் முப்பத்தாறு தத்துவங்களையும் தமக்கு நிலைக்களமாகக் கொண்டிருந்தநிலை நீங்கி, திருவருளையே தமக்கு நிலைக்களமாகக் கொள்வர். அத்திருவருள் ஆணைவழியே சித்தத்தைச் சிவனிடத்தில் ஒடுங்கச்செய்து, நீங்காத பேரின்பமாகிய சிவானுபவத்தைப் பெற்று இன்புறுவர். அத்தகைய பெருமக்களே, சிவசித்தர் என்று திருமூலர் அறிவுறுத்தியுள்ளார்.

'முப்பதும் ஆறும் படிமுத்தி ஏணியா

ஒப்பிலா ஆனந்தத் துள்ளொளி புக்குச்

செப்ப அரிய சிவங்கண்டு தான்தெளிந்

தப்பரி சாக அமர்ந்திருந் தாரே' (மேலது-பாடல் எண்: 125)

மேற்கண்ட பாடலில் இடம்பெற்றுள்ள, 'செப்புவதற்கு அரிய சிவம் காணுதல்' என்பது - தம்முள் அன்புருவாகச் சிவத்தை உணர்தலும், தமது அகத்துள் நிறைந்திருக்கின்ற சிவமே, புறமாகிய பிரபஞ்சவெளியிலும் நீக்கமற நிறைகின்ற அருள்தன்மையினை உணர்தலுமாம். 'தான் தெளிதல்' என்பது, அட்டமாசித்திகளும் இன்னபிற அருள்பேறுகளும் தன்னலத்துக்காக அன்றி, பிறர்நலத்துக்காக அருளப்படுகின்ற பொதுநலத்தை உணர்ந்து, அன்பே தமது நிலையாக விளங்குதலுமாம்.

தவப்பேறும் சிவப்பேறும்

பக்திநெறியாவது, எங்கும் நிறைகின்ற இறைதன்மையினை தம்முள் உணர்ந்து இன்புறுவது. அந்நன்நெறிக்குரிய வாய்ப்பாக சித்தாந்த சைவம் சரியை, கிரியை, யோகம்,

ஞானம் ஆகிய படிநிலைகளை வலியுறுத்துகிறது. சரியையாவது தொண்டுநெறி; கிரியையாவது மகன்மைநெறி; யோகமாவது தோழமை நெறி; ஞானமாவது அன்புநெறி.

சரியை நெறியாளர்கள் பலகாலும் தொண்டுநெறியில் நிலைத்திருந்து, உடலாலும் உள்ளத்தாலும் பண்பட்டவர்களாக கிரியைநெறிக்கு ஆட்படுவர். இறைதிருமேனியைக் கைகளால் தீண்டி, பூசை முதலானவை புரிந்து இன்புறுகின்ற அனுபவம் அவர்களுக்குக் கிரியைநெறியால் வாய்க்கிறது. சரியையும் கிரியையும் புறத்தே செய்யப்படுகின்ற செயல்களும் அவற்றுக்கான அனுபவங்களுமாம். அவற்றால் உடலும் உள்ளமும் பண்பட்டு, மூச்சுக்காற்றை மூலாதாரத்திலிருந்து மேலேற்றி உள்முகமாக இறைவனுடன் ஒன்றியிருக்கின்ற யோகநிலை அவர்களுக்கு வாய்க்கிறது. யோகப்பயிற்சிகளின் வாயிலாக அட்டமாசித்தியாகிய பேறு பெறுவது மட்டுமே நோக்கம் என்பதை உபதேசப்பகுதி அறியாமையாகச் சுட்டுகிறது.

யோகத்தின் வழியே தம்முள் உணர்கின்ற இறைதன்மையினை, பிரபஞ்சம் அனைத்திலும் உணர்ந்து, அனைத்துயிரையும் சிவமாகவே காணுகின்ற அன்புநெறியே ஞானமாகிய சிவப்பேறாகும். அத்தகைய ஞானத்தெளிவே சிவப்பேறு என்பதனை திருமந்திரத்தின் உபதேசப்பகுதியானது அறிவுறுத்துகிறது.

முடிவுரை

திருமூலரின் அட்டாங்கயோகமானது, ஓரிரு யோக ஆசனங்களையும், மூச்சுப்பயிற்சியையும் கற்றுக்கொள்வதுடன் நிறைவுபெறுவதில்லை. இயமம், நியமம் முதலான எட்டுநிலைப் பயிற்சிகளாலும் பண்பட்டு, உள்ளே எழுகின்ற பேரின்பஅனுபவத்தை, தம்மைச் சூழ்ந்த புறவுலகிலும் பரப்பி மகிழ்வதில் நிறைவுபெறுகிறது. 'உடம்பை வளர்த்தேன்; உயிர்வளர்த்தேனே' என்று திருமூலர் பாடிய யோகநெறியின் பொதுநல அடிப்படையை உபதேசப்பகுதியின் வாயிலாக உணரலாம். அத்தகைய வாய்ப்பானது தன்முயற்சியால் அல்லாமல், ஞானகுருவின் உபதேசத்தால் அமைவது. இருவினைஒப்பும், மலபரிபாகமும் அமைகின்ற பக்குவநிலையில் திருவருள்வெளிப்பாடாக ஞானாசிரியர் வெளிப்பட்டு உயிரை ஆட்கொள்வார். அதுமுதலாக உயிருக்குத் திருவருளே கண்ணாக விளங்கி, யோகமும், அதன்வழியான அட்டமாசித்திகளும் வாய்க்கச்செய்வதனை உபதேசப்பகுதி அறிவுறுத்துகிறது. அட்டமாசித்திகளே பக்திநெறிக்குரிய பெரும்பேறு என்கின்ற அறியாமை உயிரறிவைச் சூழாதவண்ணம் திருவருளே காவலாக இருந்து உயிரை அன்புநெறியாகிய ஞானநெறிக்குத் தலைப்படுத்துகிறது. உயிரானது ஞானநிலையில், திருவருளே சிவம் என்பதை உணர்கிறது. அதுகாறும் எளிமையும், இழிவும் கருதிப் புறம்தள்ளாமல், எடுத்துச்சுமந்து, பேரின்பநிலையாகிய ஏற்றத்தை அருளிச்செய்த திருவருளே அன்பு என்பதை உணர்கிறது. தாம் உணர்ந்த அன்பினைத் தம்மைச் சூழ்ந்தாருக்கும் வழங்கி மகிழ்கிறது. இதையே திருமூலர், 'அன்பே சிவம்' என்று வலியுறுத்தியுள்ளார். அவ்வகையில், தவமாகிய சரியை கிரியை மற்றும் யோகத்தின் வழியே சீவன்முத்தராகப் பண்பட்டு, ஆருயிர் அனைத்துக்கும் அன்புசெய்கின்ற சிவஞானநெறியில் நிலைப்பதற்குத் திருமந்திரத்தின் உபதேசப்பகுதியும், அட்டாங்கயோகப்பகுதியும் வழித்துணையாகின்றன.

References

Vasantha Kumar, R, (Editor) (2015), Thirunavukkarasar Tevaram: Aaram Thirumurai, First Edition, Panniru Thirumurai Ayivu Maiam, Karpagam Academy of Higher Education, Tamil Nadu, India.

Vasantha Kumar, R, (Editor) (2016) Thirumoolar Aruliya Thirumanthiram, First Edition, Panniru Thirumurai Ayivu Maiam, Karpagam Academy of Higher Education, Tamil Nadu, India.

Vasantha Kumar, R, (Editor), (2017), Periya Puranam – First Volume: Siva Kavimanai C.K.S., (commentary), First Edition, Panniru Thirumurai Ayivu Maiam, Karpagam Academy of Higher Education, Tamil Nadu, India.

Funding: NIL

Acknowledgement: NIL

Conflict of Interest: NIL

About the License:

Attribution 4.0 International (CC BY 4.0)

© The author 2021. The text of this article is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License