

## வெகுளாமை (சினம் கொள்ளாமை) குறித்துத் திருவள்ளுவர் - வேதாத்திரி மகரிஷி கருத்துக்கள் ஓர் ஒப்புமை

தொ.சுகுமார்

முனைவர் பட்ட ஆய்வாளர், விசன் பார் விஷ்டம்  
தமிழ்ப் பல்கலைக்கழகம், தஞ்சாவூர்

வீ.பொன்னுசாமி

ஆய்வு நெறியாளர், இயற்பியல் துறைத் தலைவர் மற்றும் முதல்வர்  
ஸ்ரீ ராமகிருஷ்ணா மிஷன் வித்யாலயா கலை மற்றும்  
அறிவியல் கல்லூரி, கோவை

மலர்: 3

இதழ்: 2

தொகுதி: 1

மாதம்: அக்டோபர்

வருடம்: 2018

ISSN: 2454-3993

**ஆய்வுச் சுருக்கம்**

சினம் கொள்ளாமை என்ற சிந்தனையானது மனித குலத்திற்கு மிகவும் இன்றியமையாதது ஆகும். மனிதன் தனக்குள் அடங்கிய மூன்று வகையான களங்கங்களாகிய ஆணவம், கன்மம், மாயை ஆகியவற்றால் துன்பப்பட்டுக்கொண்டிருக்கிறான். ஆணவம் என்ற தன்முனைப்பிலிருந்துதான் (தான், தனது) ஆறு தீய குணங்களாகிய, பேராசை, சினம், கடும்பற்று, முறையற்ற பால் உணர்வு, உயர்வு தாழ்வு மனப்பான்மை, வஞ்சம் ஆகியவை பிறக்கின்றன என்று தத்துவஞானி வேதாத்திரி மகரிஷி அழகாக எடுத்துரைக்கிறார். இந்த ஆறு தீய குணங்களில் சினம் என்பது உயிர் கொல்லி என்பதை மகரிஷி அறுகுண சீரமைப்பு என்ற தலைப்பில் சினம் தவிர்த்தல் என்ற ஒரு பாடமாக உலக மக்கள் உய்வதற்காகப் பயிற்சி முறையோடு அர்ப்பணித்துள்ளார்.

திருவள்ளுவ பெருமான் மனிதகுலத்திற்கு அருளியுள்ள திருக்குறளில் அறத்துப்பாலில் 31வது அதிகாரத்தில் வெகுளாமை என்ற தலைப்பில் சினத்தால் ஏற்படும் தீங்கினை 10 குறட்பாக்களில் எளிமையாக எடுத்துரைத்துள்ளார்.

எல்லாக் காலத்திற்கும் எல்லா இடத்திற்கும் பொதுவான அடிப்படை அறங்களை சொல்லும் நூல்கள் உலகில் மிகவும் அரியன. அத்தகைய நூல்களில் தலைசிறந்து விளங்குவது உலக பொதுமறையாகப் போற்றப்படும் திருக்குறள் ஆகும். தனிமனிதனுக்கும் சமுதாயத்திற்கும் வாழ்க்கை நெறிகளையும், நிலையான அறங்களையும் வகுத்துச் சொல்லியிருப்பதும், தனிமனிதனுக்கு இலட்சிய வாழ்க்கையின் இலக்கணங்களையும், எவை செய்ய வேண்டியவை, செய்ய கூடாதவை என்பதையும் வரையறுத்துக் கூறுவது திருக்குறள் என்ற நீதி நூலாகும்.

பொதுவாக அறநெறிகளையும், போதனைகளையும் பல்வேறு மகான்கள் எடுத்துரைத்திருந்தாலும், பொய்யாமொழியார் கூறிய

கருத்துக்கள் ஒவ்வொன்றும் பசுமரத்தாணி போல் அதனைப் படிக்கும் ஒவ்வொருவருடைய நெஞ்சிலும் ஆழமாக பதிந்துவிடும். அதுபோலவே, தத்துவஞானி வேதாத்திரி மகரிஷி இந்த உலக மக்களின் குழப்பங்களையும், துன்பங்களையும் போக்க ஆன்மீக விளக்கங்களும், அதையொட்டிய வாழ்க்கை நெறியும்தான் தனிமனிதனை, மனித குலத்தைக் காக்க வல்லது என கூறியுள்ளார்.

உயிரின் மதிப்புணர்ந்து மனத்தின் மேன்மையுணர்ந்து மற்றவர்களுக்கு மதிப்பளித்து தன் செயலை அளவுமுறைக்கு உட்படுத்தி வாழத்தக்க தெளிவும், பயிற்சியும், பழக்கமும் ஆன்மீக அறிவு விளக்கத்தால்தான் கிட்ட முடியும் என்பதால் அனைத்து தர மக்களுக்கும் எளிமையாக கிட்டும்வகையில் எளிய தியான முறை, உடற்பயிற்சிகள், தத்துவ விளக்கம் உள்ளடங்கிய மனவளக்கலை நூல்களின் மூலம் எடுத்துரைத்துள்ளதால், இந்நூல்கள் அனைத்தும் சிறந்ததொரு வழிகாட்டி நூல்களாகப் போற்றி பாதுகாக்கப்பட வேண்டிய ஒன்றாகும்.

சினம் கொள்ளாமை பற்றி வள்ளுவப் பெருந்தகையார் கருத்தையும், வேதாத்திரி மகரிஷி கருத்தையும் ஒப்பீட்டு முறை ஆய்வின் மூலம் எடுத்துரைப்பதே இந்த ஆய்வின் முக்கிய நோக்கமாகும்.

### முன்னுரை

வள்ளுவப் பெருந்தகையார் வெகுளாமை என்ற தலைப்பில் சினம் கொள்வதால் ஏற்படும் விளைவுகளையும், சினம் கொள்ளாமல் இருக்க எவ்வாறு பாதுகாத்துக்கொள்ள வேண்டும் என்பதைப்பற்றி தெளிவுற இயம்பியிருப்பது இப்பூவுலகிற்குக் கிடைத்த பொக்கிஷம் ஆகும்.

தத்துவஞானி வேதாத்திரி மகரிஷி, அறுகுண சீரமைப்பு என்ற தலைப்பில் சினத்தைப்பற்றி கூறும்போது மனிதரிடத்தில் அடங்கியுள்ள ஆறு தீய குணங்களில் ஒன்று சினம். அதனை அடக்க முயன்றால் மேலும் அது தீவிரமடையும், ஆகவே சினம் கொள்ளாதிருக்கச் சினம் எவ்வாறு உருவாகிறது, அதிலிருந்து நம்மைப் பாதுகாக்க எவ்வகையான பயிற்சி முறைகளை மேற்கொள்ள வேண்டும் என்பதைப்பற்றி தெளிவாகப் பாமர மக்களும் புரிந்து கொள்ளும்வகையில் எளிய நடையில், எளிய கவிகள் மூலமும் பல இடங்களில் வள்ளுவப்பெருமானின் திருக்குறளை எடுத்துரைத்து முன்னிலைப்படுத்தி கூறியுள்ளது ஒரு மகானின் பெரும் பண்புகளைக் காண முடிகிறது.

அறுகுண வரிசையில் சினம் இரண்டாம் இடத்தை வகிக்கிறது. முதல் இடம் வகிக்கும் “அவா” என்னும் ஆசையைச் சீரமைத்து நிறைமனமாக்கிக்கொள்ள வேண்டும். சீரமைக்கப்படாத ஆசை செயலாகாமல் தடைப்படும்போது அந்த தடையை நீக்க எழும் ஆர்வமே சினம் என்கிறார்.

### விளக்கவுரை

**“தன்னைத்தான் காக்கின் சினங்காக்க காவாக்கால்**

**தன்னையே கொல்லுஞ் சினம்.” - குறள்**

துன்பம் வராமல் தன்னைத்தானே காக்கவேண்டுமாயின், சினம் வராமல் காத்துக் கொள்க. சினத்தை அடக்காவிடில் அது தன்னையே அழித்துவிடும்.

வேதாத்திரி மகரிஷி அவர்கள், சினத்தைப்பற்றி கூறும்பொழுது, சினம் எழுந்தால் உடலையும், மனத்தையும் கேடுறச் செய்கிறது. அது பிறர் உள்ளத்தையும் புண்படுத்துகிறது. தன்னையும் கெடுத்துப் பிறரையும் கெடுத்து, தற்காலத்திலும், துன்பம் உண்டாக்கிப் பின்னரும் துன்பத்தை நீட்டிக்கச் செய்யும் ஓர் உணர்ச்சி வயப்பட்ட பகை உணர்வு சினமாகும் என்கிறார்.

**“சினம்என்னும் சேர்ந்தாரைக் கொல்லி இனமென்னும்  
ஏமாப் புணையைச் சுடும்.” - குறள்.**

சினம் என்று சொல்லப்படும் நெருப்பு ஒருவனை அழிப்பதோடு, அவனுக்குத் தெப்பமாக உதவும் உறவினரையும் அழித்துவிடும்.

**“மறத்தல் வெகுளியை யார்மாட்டும் தீய  
பிறத்தல் அதனால் வரும்.” - குறள்**

யாரிடத்திலும் சினங்கொள்ளுதலை விட்டுவிடுக. தீமையான விளைவுகள் எல்லாம் அச்சினத்தினாலே உண்டாகின்றன.

**“சினத்தைப் பொருளென்று கொண்டவன் கேடு  
நிலத்தறைந்தான் கைபிழையாது அற்று.” - குறள்**

நிலத்தின் மீது அறைந்தவன் கை தப்பாமல் துன்புறுவது போல, சினத்தையே பொருளாகக் கொண்டவன் அழிவது திண்ணம்.

வேதாத்திரி மகரிஷி சினத்தினால் வரும் கேட்டினைப்பற்றி சொல்லும்போது,

**“பிளவுசெய் சினம், குருதி அழுத்தம், மார் நோய்,  
பித்து, புண், கண் நோய்கள், தாது மூளை  
வளமழிவு செய்யும்.” - ஞானக்களஞ்சியம் - 1420.**

சினம் கொள்ளல் தற்கொலைக்கு ஒப்பாகும் என்றால் அது மிகையாகாது. சினம் கொள்ளல் ஒரு பழக்கமாகவேகூட மாறிப்போகும். முதலில் ஒரு காரணத்தை வைத்துக்கொண்டு சினம் வந்தாலும், பிறகு பழக்கத்தின் விளைவாக காரணம் இல்லாமலேகூடச் சினம் வரும். சினம் தணிந்தபின் சினத்தின் விளைவை எண்ணி வருந்தினாலும், பிறகு அந்தச் சினம் வரும்போது அதனின்றும் தப்ப முடியாது. சினம் வரும்போது முகம் விகாரமடைகிறது. கோபம் வரும்போது முக அழகு கெடுவது மட்டுமன்று, உடல் நடுங்கும், கண்கள் சிவக்கும், நாக்குமுழும், மனம் தடுமாறும், உயிராற்றல் அதிகமாக வெளியேறுகிறது, நரம்புகள் படபடப்பு ஏற்பட்டு பலவீனம் அடைகின்றன, இன்னது செய்கிறோம், இன்னது பேசுகிறோம் என்று தெரியாது. சினம் தணிந்த பிறகும்கூட முன் நடந்ததை எண்ணிப் பார்க்க வராது.

சினம் உடலையும் கெடுத்து நோயை, அதாவது கண்ணோய், நாக்கு புண், வயிற்றுப்புண், மூலம், மலச்சிக்கல் ஆகியவற்றை உண்டு பண்ணும். குடும்பம் மற்றும் பிறரின் வெறுப்பு, சாபத்தை ஏற்படுத்துகிறது என்று சினத்தால் வரும் பேரழிவினைப்பற்றி விவரிக்கிறார்.

**“சொல்லிடத்துக் காப்பான் சினங்காப்பான் அல்லிடத்துக்  
காக்கின்என் காவாக்கால் என்.” - குறள்**

தன் சினம் பலிக்கும் இடத்தில் அதைக் காப்பவனே சினத்தை அடக்கியவன். பலிக்காத இடத்தில் அடக்கினால் என்ன? அடக்காவிடில்தான் என்ன?

**“மறத்தல் வெகுளியை யார்மாட்டும் தீய  
பிறத்தல் அதனால் வரும்.” - குறள்.**

யாரிடத்திலும் சினங்கொள்ளுதலை விட்டுவிடுக. தீமையான விளைவுகள் எல்லாம் அச்சினத்தினாலே உண்டாகின்றன.

தத்துவஞானி வேதாத்திரி மகரிஷி சினமும் அச்சமும் வாழ்வை சீர்குலைக்கும் என்பதனை அழகாக ஒரு கவியில் இயம்புகின்றார்.

**“சினம் அச்சம் இரண்டும் ஓர் மனிதன் வாழ்வில்  
சீர்குலையச் செய்யும் கொடும் உட்தீயாகும்.**

சினம் அச்சம் ஒழிய சிந்தனையை ஏற்றி  
சிவன் சீவன் நிலைகளை நன்குணர வேண்டும்.” - ஞானக்களஞ்சியம் 1430  
“சினம் கவலை எனும் இரண்டும் மனிதர் வாழ்வைச்  
சீரழிக்கும் நச்சாகும் உணர்ந்து கொள்வீர்.  
மன வலிவும் உடல் வலிவும் முயற்சி மற்றும்  
மதி நுட்பம் ஆராய்ச்சி குலைந்து போகும்.  
தினம் சிறிது நேரம் இதற்கென ஒதுக்கி  
சிந்தித்துச் சீர் திருத்த இவ்விரண்டு  
இனமும் இனி என்னிடத்து எழாமல் காப்பேன்.  
என்று பல முறை கூறு வெற்றிகிட்டும்.” - ஞானக்களஞ்சியம் 1428

மகரிஷி அறுகுணச் சீரமைப்பில் முதலாவதாக உள்ள பேராசையை சீரமைக்குமாறும், சினம் தவிர்த்தல், கவலை ஒழித்தல் என இவ்விரண்டையும் அறவே மனிதனிடத்திலிருந்து விடுபட அதற்கான வழிமுறைகளையும் சாதனை மார்க்கமாக அளித்துள்ளார்.

கோபத்தினால் மன அலைச்சுழல் இயக்க வேகம் வினாடிக்கு 14 சுற்றுக்கு மேல் 25 சுற்று, 30 சுற்று என்று உயரும்போது உடலிலிருந்து உயிராற்றல் அதிகமாக வெளியேறும். இவ்வாறு மன அலைச்சுழல் வேகம் வினாடிக்கு 40 சுற்று என்ற அளவினை நெருங்கும்போது உயிரின் அபரிமிதமான வெளியேற்றத்தினால், உயிரின் ஆற்றலின் அளவும் செறிவும் குறைந்து போக மரணம் சம்பவிக்கிறது என்கிறார் வேதாத்திரி மகரிஷி.

“நாணத்தைக் கவலையினை சினத்தைப் பொய்யை  
அச்சத்தை வேட்கைதனை அழித்துவிட்டால்  
அப்போதே சாவுமங்கே அழிந்து போகும்  
மிச்சத்தைப் பின்சொல்வேன் சினத்தை முன்னே  
வென்றிடுவீர் மேதினியில் மரணமில்லை”. - மகாகவி பாரதியார்

**பொறுமை :** தனக்கும் பிறர்க்கும் தீங்கு தருகின்ற இந்தச் சினத்தை ஒழித்தேயாக வேண்டுமென்று முடிவுகட்ட வேண்டும். அந்த முடிவைப் பலமுறை எண்ணி அழுத்தமாக மனத்திலே பதிவு செய்துகொள்ள வேண்டும். மேலும், சினம் கொண்டவரிடையே பொறுமை காத்தல் வேண்டும். நம்மிடம் சினம்கொள்ளக் காரணமாக இருந்தவரிடம் இன்னும் ஒருபடி மேலே சென்று அவரே நானும்படி மன்னித்து நன்மையே செய்துவிட வேண்டும். அதனைத் திருவள்ளுவர்,

“இன்னாசெய் தாரை ஒறுத்தல் அவர்நாண  
நன்னயம் செய்து விடல்.” - குறள்

என வலியுறுத்துகிறார்.

**சினம் ஒரு சங்கிலி:** ஒருவருக்குச் சினம் வருகிறதென்றால் அச்சினம் அவரோடு நின்றுவிடுவதில்லை. அது சங்கிலி தொடர்போல் நாம் யாரிடம் சினம் கொள்கிறோமோ அவர் மூலம் மேலும் பலருக்கு அச்சினம் தொடர்ந்து சென்று இன்னல்களை விளைவிக்கும். மேலும் கோபம் செயல்பட முடியாத இடத்தில் அதுவே கவலையாக மாறுகிறது. கோபம் எழுந்த கையோடு வெளிப்படுத்தவில்லையானால், அது இருப்புக் கட்டப்பட்டு வாய்ப்புக் கிடைக்கும்போது வஞ்சமாகவும் மாறுகிறது. சினம் எழாதபோது அங்கு கவலைக்கும் வஞ்சத்திற்கும் இடமே இல்லை.

**சினம் தவிர்த்தல் பயிற்சி முறை**

ஒய்வான ஒரு நாளில் அமைதியான நேரத்தை தேர்ந்து எடுத்து அதில் கால்மணி நேரம் தவமியற்ற வேண்டும். யார் மீது சினம் வருகிறதென்று ஒரு பட்டியல் தயாரிக்க வேண்டும்.

யார்யார் மீது அடிக்கடி கோபம் வருகிறதோ அவர்களை வரிசைப்படுத்தி எழுதிக்கொண்டு பார்ப்போமேயானால் பட்டியலில் முதலில் வரும் பெயர்கள் நெருங்கிய தொடர்புடையவர்களாக இருப்பார்கள். அதாவது வாழ்க்கைத் துணை, பிள்ளைகள், பெற்றோர், அலுவலக அதிகாரிகள் மற்றும் பணியாளர்கள், உடன் பிறந்தவர்கள், நண்பர்கள் போன்றோர் அந்த பட்டியலில் அடங்கும். பிறகு பட்டியலில் உள்ள ஒவ்வொருவராக எடுத்துக்கொண்டு அவருக்கும் நமக்கும் உள்ள தொடர்பு என்ன? சினம் எழக் காரணம் என்ன? சினம் எழுதலில் எனது பங்கு என்ன? ஏதேனும் முன் அனுபவம் உள்ளதா? என ஆராய்ந்து “இனி இவரிடம் சினம் கொள்ள மாட்டேன்” என்று சங்கல்பம் செய்துகொள்ள வேண்டும். மேலும் அவரை வாழ்க வளமுடன் என்று வாழ்த்த வேண்டும். இவ்வாறு ஒவ்வொரு நாளும் சினம் கொள்ளும் ஒவ்வொரு நபராக எடுத்துக்கொண்டு ஆராய்ந்து சங்கல்பம் ஏற்று வாழ்த்தும்போது சினத்தை எளிதாக வெல்ல முடியும் என பயிற்சி முறையாக எளிமைபடுத்தி சாதனை முறையாகத் தத்துவஞானி வேதாத்திரி மகரிஷி கொடுத்துள்ளார்கள்.

### முடிவுரை

மனித குலத்தை உய்விக்க பல மகான்கள் இந்நாட்டில் பிறந்தாலும், காலம் கடந்து நிலைத்து நிற்கும் மகான்களில் ஒருவரான திருவள்ளுவ பெருமான் சினத்தை கொள்வான் பெறும் துன்பங்களையும், அச்சினத்தை அடக்கவேண்டும் என்பதனை வெகுளாமை என்ற அதிகாரத்தில் எளிமையாக குறட்பாக்கள் மூலம் விளக்கியுள்ளார்.

வேதாத்திரி மகரிஷி சினத்தினால் வரும் கேட்டினையும், அதனை தவிர்க்கப் பொறுமை, மன்னிப்பு போன்றவற்றைக் கடைபிடித்து அயராத விழிப்பு நிலையில் தவமியற்றி சினத்தை எவ்வாறு வெல்ல முடியும் என்பதனை இப்பூவுலகிற்கு எளிய நடையில் இயம்பியது சிறப்புடையதாகும்.

### பார்வை

1. திருக்குறள் - எளிய உரை, புலவர் அரசமணி, அக்டோபர், 1997.
2. மனவளக்கலை (தொகுப்பு ஒன்று) - யோகிராஜ் வேதாத்திரி மகரிஷி, வேதாத்திரி பதிப்பகம், ஏப்ரல் 1994.
3. ஞானக்களஞ்சியம் II - யோகிராஜ் வேதாத்திரி மகரிஷி, வேதாத்திரி பதிப்பகம், 2000.
4. யோகிராஜ் வேதாத்திரி மகரிஷி - திருக்குறள் உட்பொருள் விளக்கம்.
5. கு.வெ. பாலசுப்பிரமணியன் - ஆய்வியல் நெறிகள்.