

நிர்ர்வாணா

களியகத்தின் இருஸ்ட பகதத்து முடுவுக்காகக்
கொண்டு வரவும், ஒரு பத்ய உலக ஒழுங்
ததொபய்தும், யற்றுரு பொபர்காலத்தின்
எழுககுநியை த்தாரயும் இராய்துளம



✦ ஜார்ச் சிரியக ✦

நிர்வானனா

கலியுகத்தின் இருண்ட யுகத்தை
முடிவுக்குக் கொண்டு வரவும், ஒரு புதிய
உலக ஒழுங்கைத் தொடங்கவும்,
மற்றொரு பொற்காலத்தின் எழுச்சியைத்
தொடங்கவும் இஷானின் தெய்வீக
நுட்பங்களை ஆராயுங்கள்.

ஜார்ஜ் சிரியாக்

www.mynirvanabook.com

"மாயையிலிருந்து, என்னை உண்மைக்கு
இட்டுச் செல்.

இருளிலிருந்து, என்னை ஒளிக்கு இட்டுச்
செல்.

மரணத்திலிருந்து, என்னை
அழியாமைக்கு இட்டுச் செல்."

— பிருஹதாரண்யக உபநிஷதம்

இந்தப் புத்தகத்தை அமேசான் கிண்டிலில்
அல்லது பேப்பர்பேக் பதிப்பில் படிக்க
பின்வரும் இணைப்புகளைப்
பயன்படுத்தவும்:

மின்புத்தகங்கள்:

<https://mynirvanabook.com/ebook.php>

காகித அட்டை:

[https://mynirvanabook.com/paperback
.php](https://mynirvanabook.com/paperback.php)

(தொடர்ந்து உருட்டவும்)

இது அசல் ஆங்கிலப் புத்தகத்தின்
மொழிபெயர்க்கப்பட்ட பதிப்பாகும்,
மேலும் சில பிழைகள் இருக்கலாம்.

மிகவும் துல்லியமான

அனுபவத்திற்கு, கீழே உள்ள
இணைப்பைப் பயன்படுத்தி அசல்
ஆங்கிலப் பதிப்பைப் படிக்கவும்

அல்லது பிற மொழி
விருப்பங்களைப் பார்க்கவும்:

[https://mynirvanabook.com/sa
mple.php](https://mynirvanabook.com/sample.php)

பதிப்புரிமை

இந்தப் புத்தகத்தின் உள்ளடக்கம், கதாபாத்திரங்கள் மற்றும் கதைக்களம் பதிப்புரிமைச் சட்டத்தின் கீழ் பாதுகாக்கப்படுகின்றன, மேலும் அவை ஆசிரியரின் சொத்து. இந்தப் படைப்பின் எந்தப் பகுதியையும் அங்கீகரிக்கப்படாத மறுஉருவாக்கம், விநியோகம் அல்லது தழுவல் தடைசெய்யப்பட்டுள்ளது.

(இந்த PDF கோப்பு இலவச தனிப்பட்ட முன்னோட்ட நோக்கங்களுக்காக மட்டுமே வழங்கப்படுகிறது. இது வணிக பயன்பாட்டிற்காகவோ அல்லது அங்கீகரிக்கப்படாத மறுஉருவாக்கத்திற்காகவோ அல்ல.)

அர்ப்பணிப்பு

என் பெற்றோருக்கு, அவர்களின் அசைக்க முடியாத அர்ப்பணிப்பும், முடிவில்லா தியாகங்களும் என்னை இன்றைய இந்த நபராக மாற்றியுள்ளன.

என் அன்பு மனைவி டியாராவுக்கு, என் மீதான உங்கள் அசைக்க முடியாத அன்பு, ஆதரவு மற்றும் நம்பிக்கைக்காக, என் சிறிய குழந்தை இவானுக்கு, அவரது சிரிப்பும் ஆர்வமும் ஒவ்வொரு தருணத்திலும் எனக்கு மந்திரத்தை நினைவூட்டுகின்றன. நீங்கள் இருவரும் எனக்கு மிகப்பெரிய உத்வேகம்.

மறுப்பு

1. உள்ளடக்கத்தின் கற்பனைத் தன்மை:

இந்தப் புத்தகம் கற்பனைக்குள் ஒரு பயணம், அங்கு புனைவு ஒரு இளம் மனதின் வரம்பற்ற ஆர்வத்தை சந்திக்கிறது. இஷானின் அப்பாவி ஆனால் அற்புதமான கண்ணோட்டத்தின் மூலம் வாழ்க்கை, குணப்படுத்துதல் மற்றும் சகவாழ்வு ஆகியவற்றின் பெரிய கேள்விகளை சிந்திக்க வாசகர்களை இது அழைக்கிறது. சித்தரிக்கப்பட்டுள்ள நிகழ்வுகள், கதாபாத்திரங்கள் மற்றும் உரையாடல்கள் முற்றிலும் கற்பனையானவை. வரலாற்று நபர்கள் மற்றும் அறிவியல் கோட்பாடுகள் உட்பட உண்மையான நபர்கள், நிகழ்வுகள், இடங்கள் அல்லது கருத்துக்களுடன் எந்த

ஒற்றுமையும் முற்றிலும் தற்செயலானது
அல்லது விளக்க நோக்கங்களுக்காகப்
பயன்படுத்தப்படுகிறது. சுவாமி

விவேகானந்தர் போன்ற நபர்கள் அல்லது
சுவாண்டம் இயற்பியல் போன்ற
கருத்துக்கள் பற்றிய குறிப்புகள்
கற்பனையானவை, மேலும் அவற்றின்
உண்மையான சூழல், நம்பிக்கைகள் அல்லது
பங்களிப்புகளை
பிரதிநிதித்துவப்படுத்துவதற்காக அல்ல.

2. தத்துவ மற்றும் மதக் கருத்துகளின் பிரதிநிதித்துவம்:

இந்தப் புத்தகம், அத்வைத வேதாந்தம்
மற்றும் உபநிடதக் கதைகள் போன்ற சில
இந்து தத்துவங்கள் மற்றும் நம்பிக்கைகளை
அதன் கற்பனைக் கதையின் ஒரு பகுதியாக

ஆராய்கிறது. கதை சொல்லும்
நோக்கத்திற்காகவும், குழந்தையின்
பார்வையுடன் ஒத்துப்போகவும் இந்தக்
கருத்துக்கள் எளிமைப்படுத்தப்பட்டுள்ளன.
இந்தப் புத்தகம் எந்தவொரு மத அல்லது
தத்துவ மரபுகளுக்கும் துல்லியமான,
விரிவான அல்லது அறிவார்ந்த விளக்கத்தை
வழங்குவதாகக் கூறவில்லை.

3. பொதுவான உள்ளடக்க மறுப்பு:

இந்தப் புத்தகத்தில் வழங்கப்பட்ட
கருத்துக்கள் - உடல் அதிர்ஷ்டம், மந்திர
குணப்படுத்துதல், மந்திர டிரான்ஸ்கிரிப்ட்ஷன்,
உடல் அதிர்ஷ்ட நிகழ்வுகள், உடல்
அதிர்ஷ்ட சூழ்நிலைகள், உயிர் அதிர்வு,
சுவாண்டம் அறிகுறிகள் போன்றவை -
முற்றிலும் கற்பனையானவை மற்றும்

ஆசிரியரின் கற்பனையின் விளைவாகும்.
இந்தக் கருத்துக்கள் அறிவியல் சான்றுகள்
அல்லது நிறுவப்பட்ட ஆன்மீகக்
கோட்பாட்டை அடிப்படையாகக்
கொண்டவை அல்ல, மேலும் அவை ஊக
புனைகதை படைப்பிற்குள் படைப்பு
கூறுகளாகப் புரிந்து கொள்ளப்பட
வேண்டும்.

4. மருத்துவ உள்ளடக்க மறுப்பு:

இந்தப் புத்தகத்தில் விவரிக்கப்பட்டுள்ள
மருத்துவ விவாதங்கள், நுட்பங்கள் மற்றும்
நடைமுறைகள், 'ஸ்பெல் ஹீலிங்' பற்றிய
குறிப்புகள் உட்பட, முற்றிலும்
கற்பனையானவை, மேலும் அவை எந்த
அறிவியல் அடிப்படையையும் அல்லது
நிரூபிக்கப்பட்ட நிஜ உலக

பயன்பாட்டையும் கொண்டிருக்கவில்லை.
இந்தப் புத்தகம் மருத்துவ
ஆலோசனையாகவோ அல்லது
வழிகாட்டுதலாகவோ நோக்கப்படவில்லை.
எந்தவொரு மருத்துவ கவலைகள்,
சிகிச்சைகள் அல்லது நிலைமைகளுக்கும்
தகுதிவாய்ந்த சுகாதார நிபுணர்களை
அணுகுமாறு வாசகர்கள் கடுமையாக
அறிவுறுத்தப்படுகிறார்கள்.

5. கலாச்சார மற்றும் மத உணர்வுகளுக்கு மரியாதை:

இந்தியாவின் பன்முகத்தன்மை கொண்ட
மரபுகள், தத்துவங்கள் மற்றும் கலாச்சார
பாரம்பரியத்தின் மீது ஆசிரியர் ஆழ்ந்த
மரியாதை வைத்திருக்கிறார். இந்தப்
படைப்பு எந்தவொரு தனிநபர், குழு, மதம்

அல்லது சமூகத்தையும் தவறாக
சித்தரிக்கவோ, புண்படுத்தவோ அல்லது
தீங்கு விளைவிக்கவோ நோக்கமாகக்
கொண்டிருக்கவில்லை. குறிப்பிட்ட

கலாச்சார நடைமுறைகள் அல்லது
நம்பிக்கைகளுடன் எந்த ஒற்றுமையும்
தற்செயலானது மற்றும் முற்றிலும் கற்பனை
நோக்கங்களுக்காக மட்டுமே.

**6. மருத்துவ நடைமுறைகளை
இழிவுபடுத்துதல் கூடாது:**

இந்தக் கதை, நவீன அலோபதி மருத்துவம்
உட்பட எந்தவொரு மருத்துவ
நடைமுறையையும் இழிவுபடுத்தவோ,
இழிவுபடுத்தவோ அல்லது குறைமதிப்பிற்கு
உட்படுத்தவோ முயலவில்லை. மாற்று
சிகிச்சைமுறை நடைமுறைகள் பற்றிய

குறிப்புகள் கற்பனையானவை, மேலும் அவை நிறுவப்பட்ட கருத்துவ அறிவியல் அல்லது நிபுணர்களின் விமர்சனமாக விளக்கப்படக்கூடாது.

7. அதிகார வரம்பு மற்றும் சட்ட இணக்கம்:

இந்தப் புத்தகம் இந்தியாவின் அனைத்துப் பொருந்தக்கூடிய சட்டங்களுக்கும் இணங்குகிறது. உள்ளடக்கத்திலிருந்து எழும் எந்தவொரு சர்ச்சையும் இந்தியாவின் கேரள மாநிலத்தின் திருச்சூரில் உள்ள நீதிமன்றங்களின் பிரத்யேக அதிகார வரம்பிற்கு உட்பட்டது.

8. நோக்கத்தை தெளிவுபடுத்துதல்:

புத்தகத்தில் வெளிப்படுத்தப்பட்டுள்ள கருத்துக்கள், கருத்துகள் மற்றும் கருத்துக்கள் கற்பனைக் கதாபாத்திரங்களின் கருத்துக்களே

தவிர, அவை ஆசிரியர் அல்லது
வெளியீட்டாளரின் தனிப்பட்ட
நம்பிக்கைகள், கருத்துகள் அல்லது
ஒப்புதல்களைப் பிரதிபலிக்கவில்லை.
இந்தப் படைப்பு பொழுதுபோக்கு மற்றும்
அறிவுசார் ஈடுபாட்டிற்காக மட்டுமே
வடிவமைக்கப்பட்டுள்ளது.

முன்னுரை

நிர்வாணம் என்பது இஷான் என்ற குழந்தைக்கும் கடவுளுக்கும் இடையிலான அசாதாரண உரையாடலை உயிர்ப்பிக்கும் ஒரு புனைகதைப் படைப்பாகும். இஷான் சாதாரண குழந்தை அல்ல - அவர் சிறுவயதிலிருந்தே நூற்றுக்கணக்கான புத்தகங்களை விழுங்கிய ஒரு திறமையான அதிசயம். உயிரியல், குணப்படுத்தும் நுட்பங்கள் மற்றும் வாழ்க்கையின் மர்மங்கள் மீதான ஆர்வத்தால் உந்தப்பட்ட இஷான், அனைத்து உயிரினங்களின் மீதும் இரக்கம் கொள்கிறார், மேலும் விலங்குகள் மீதான கொடுமை, போர்கள் மற்றும் இயற்கை பேரழிவுகளால் ஏற்படும் அழிவு மற்றும் இழப்பு ஆகியவற்றால் அவர்

மிகவும் கலக்கமடைகிறார். இருப்பினும்,
இஷானின் அசாதாரண மனம்
பிறப்பிலிருந்தே அவரைப் பாதித்து வரும்
ஒரு உடல் நோயால் சுமையாக உள்ளது -
அவர் தனது உடலை பலவீனமாகவும்
பலவீனமாகவும் மாற்றிய தொடர்ச்சியான
மரபணு கோளாறுகளால் அவதிப்படுகிறார்.
அவரது பரந்த அறிவு இருந்தபோதிலும்,
இஷான் தொடர்ந்து வலியைத் தாங்குகிறார்,
மேலும் ஒவ்வொரு நாளும் அவர் ஒரு
குணப்படுத்துதலுக்காக மனதார
பிரார்த்தனை செய்கிறார், தனது
துன்பத்திலிருந்து விடுபடக்கூடிய
நாளுக்காக ஏங்குகிறார். ஒரு இரவு,
குணப்படுத்துவதற்கான ஏக்கத்தால்
தூண்டப்பட்ட இஷானின் எல்லையற்ற
ஆர்வம் அவரை ஒரு கனவில் அழைத்துச்

செல்கிறது, அங்கு அவர் கடவுளைச்
சந்திக்கிறார். ஒரு அரிய மற்றும்
பலவீனப்படுத்தும் நிலையில் பிறந்த
இஷான், தனது நோயின் சங்கிலிகளிலிருந்து
தன்னை விடுவித்துக் கொள்ளும்
நம்பிக்கையில், பதில்களைத் தேடி தனது
வாழ்க்கையைக் கழித்துள்ளார்.

இந்தக் கனவில், இஷானின் துன்பம்
நோக்கமில்லாமல் இல்லை என்பது தெய்வீக
வெளிப்பாடு. அவர்

தேர்ந்தெடுக்கப்பட்டுள்ளார் -
குணப்படுத்துவதற்கு மட்டுமல்ல - ஆனால்
யுகத்தின் திருப்பத்தில் ஒரு தெய்வீகப்
பங்கை வகிக்க. தற்போதைய நீண்ட மற்றும்
கொந்தளிப்பான இருள் யுகமான
கலியுகத்தை அழிப்பவராக கடவுள் அவரை
தனது விதியில் துவக்கி வைக்கிறார், மேலும்

ஒரு புதிய உலக ஒழுங்கின் அடித்தளத்தை
உருவாக்கும் நித்திய நுட்பங்களை
அவருக்குக் கற்பிக்கத் தொடங்குகிறார்.
கனவு விரிவடையும் போது, இஷானுக்கு
உடல் அதிர்ஷ்டத்தின் ஆளும் விதிகள்
கற்பிக்கப்படுகின்றன, இது வாழ்க்கை
சூழ்நிலைகள் மற்றும் நிகழ்வுகள் வாழ்க்கை
முறை மற்றும் உடல் நல்வாழ்வு மூலம்
வடிவமைக்கப்படும் அடிப்படை
கட்டமைப்பாகும். அவர் மந்திர
குணப்படுத்தும் புனிதக் கலையைக்
கற்றுக்கொள்கிறார், இது உடலையும்
மனதையும் மீட்டெடுக்கும், இதன் மூலம்
நவீன மருத்துவத்தில் எந்த சிகிச்சையும்
இல்லாத நோய்களையும் குணப்படுத்தும்
திறன் கொண்ட ஒரு தியான நுட்பமாகும்.
கடவுள் மந்திர டிரான்ஸ்கிரிப்டினின்

மர்மங்களை வெளிப்படுத்துகிறார் - மனித
மனதின் கவனம் செலுத்தும் சக்தி மூலம்
புரட்சிகரமான அறிவியல்
கண்டுபிடிப்புகளைச் செய்து இழந்த
உண்மைகளைக் கண்டறியும் திறன்.
இஷானுக்கு குவாண்டம் அறிகுறிகள் என்ற
கருத்தும் அறிமுகப்படுத்தப்படுகிறது -
நுட்பமான சகுனங்கள் மற்றும் குறியீட்டு
பிரதிபலிப்புகள் - நிகழ்காலத்தில்
குறியிடப்பட்ட எதிர்காலத்தை
வெளிப்படுத்துகின்றன. இந்த போதனைகள்
மூலம், இஷான் உடலிலும் ஆன்மாவிலும்
மட்டுமல்ல, விதியிலும் மாற்றப்படுகிறார்.
இந்த பண்டைய ஞானத்தால் ஆயுதம்
ஏந்திய அவர், பூமியில் சமநிலையை
மீட்டெடுப்பது, அனைத்து
உயிரினங்களுக்கிடையில் நல்லிணக்கத்தை

மீட்டெடுப்பது மற்றும் மனிதகுலத்தை
மற்றொரு பொற்காலத்திற்கு வழிநடத்துவது
- முழுமையான அமைதி, பிரகாசமான
ஆரோக்கியம் மற்றும் மகிழ்ச்சியான
சகவாழ்வு ஆகியவற்றின் சகாப்தம் - ஒரு
காலத்தில் அது அறிந்திருந்தும்
இழந்துவிட்டது.

உள்ளடக்கங்கள்

கனவு 9

வெற்றியாளரும் மாயங்களும் 12

தத்வமசி 15

வேதாந்தக் கனவை வாழ்வது 19

நிச்சயமற்ற தன்மையின் இயற்பியல் 22

வாய்ப்பின் உடற்கூறியல் 25

நல்வாழ்வின் சாக்குகள் 100

நீங்கள் என்ன சாப்பிடுகிறீர்களோ அதுவே
நீங்கள் 143

மறைவற்ற மந்திரங்கள் 165

அண்ட சமிக்ஞைகள் 167

ஒளி மற்றும் இருள் 174

தங்கப் பாரடைம் 179

மீண்டும் சந்திக்கும் வரை 196

ஆசிரியரைப் பற்றி 198

உங்கள் கருத்து 199

கனவு

காட்சி: இஷான் மிதப்பது போல் தோன்றும் ஒரு நட்சத்திரம் நிறைந்த, எல்லையற்ற விரிவு. ஒரு சூடான, ஒளிரும் இருப்பு அவரைச் சூழ்ந்துள்ளது.

இஷான்: (பிரமிப்புடன் சுற்றிப் பார்த்து)
"நான் எங்கே இருக்கிறேன்? மேலும்... நீ யார்?"

கடவுள்: (அமைதியான, எதிரொலிக்கும் குரலில்) "நீ உன்னுடைய சொந்த உருவாக்கத்தின் ஒரு இடத்தில் இருக்கிறாய், இஷான். நீ என்னை கடவுள் என்று நினைப்பவன் - அது உனக்குச் சரியாகத் தோன்றினால் என்னை கடவுள் என்று அழை."

இஷான்: (கண்கள் விரிவடைகின்றன) "நீ...
கடவுள்தானா? உண்மையில்? நீ ஏன் இங்கு
வந்தாய்?"

கடவுள்: (அமைதியான முகபாவத்துடன்)
"ஏனென்றால் நீ கேள்விகள்
கேட்டுக்கொண்டிருந்தாய், இஷான். பெரிய
கேள்விகள்! நாம் பேச வேண்டிய நேரம் இது
என்று நினைத்தேன்."

இஷான்: (உற்சாகமாக, ஆனால் விரக்தியின்
சாயலுடன்) "சரி, நீ என்னைக் கேட்டாய்!
நான் பல விஷயங்களைப் பற்றி
யோசிக்கிறேன் - வாழ்க்கையைப் பற்றி,
ஆரோக்கியத்தைப் பற்றி, மக்கள் ஏன்
ஒருவரையொருவர் காயப்படுத்துகிறார்கள்,
விலங்குகள் ஏன் துன்பப்படுகின்றன...
ஆனால் பெரும்பாலும் என் சொந்த

நோயைப் பற்றி. மருத்துவத்தில் இவ்வளவு
முன்னேற்றங்கள் இருந்தபோதிலும், நான்
இன்னும் ஏன் இவ்வளவு
நோய்வாய்ப்பட்டிருக்கிறேன்?

பிறந்ததிலிருந்து நான் அனுபவித்ததற்கு ஏன்
எந்த சிகிச்சையும் இல்லை?"

கடவுள்: (மெதுவாக) "நான்
எல்லாவற்றையும் கேட்கிறேன், இஷான்.
ஒவ்வொரு எண்ணமும், ஒவ்வொரு
கேள்வியும். உன்னை மிகவும் தொந்தரவு
செய்வது எது என்று சொல்லுங்கள்?"

இஷான்: (குரல் நடுங்குகிறது) "இதுதான்.
என் வாழ்நாள் முழுவதும் நான்
நோய்வாய்ப்பட்டிருக்கிறேன் - என் உடல்
பலவீனமாக இருக்கிறது, அதை யாராலும்
சரிசெய்ய முடியவில்லை. நான்

யோசித்துக்கொண்டே இவ்வளவு நேரம்
செலவிட்டேன்... ஏன் இன்னும் பல
நோய்கள் சிகிச்சை இல்லாமல் உள்ளன?
சிலர் ஏன் இவ்வளவு துன்பப்படுகிறார்கள்?
நம்மிடம் இவ்வளவு அறிவும்
தொழில்நுட்பமும் இருந்தும் கூட,
குணப்படுத்துதல் ஏன் இவ்வளவு
தொலைவில் இருக்கிறது?"

இஷான்: (நிறுத்துகிறார், கண்கள்
நிறைகின்றன) "மேலும்... அது மட்டுமல்ல,
கடவுளே. ஏன் போர்கள் நடக்க
அனுமதிக்கிறீர்கள் - என்னைப் போல
விளையாட, கற்றுக்கொள்ள, சிரிக்க
விரும்பும் அப்பாவி குழந்தைகளைக்
கொல்லும் போர்கள்? சில குழந்தைகள் ஏன்
பசியுடன், பயந்து, தனியாக படுக்கைக்குச்
செல்கிறார்கள்? அப்பாவிகள் இடையில்

நசுக்கப்படும்போது, மக்கள் ஏன் நிலம், அதிகாரம் அல்லது நம்பிக்கைகளுக்காக சண்டையிடுகிறார்கள்? ஏன் இவை அனைத்தும் நடக்க அனுமதிக்கிறீர்கள்?"

கடவுள்: (சுருக்கமாக நிறுத்தி) "உன் வலியை என்னால் புரிந்துகொள்ள முடிகிறது, என் குழந்தாய். எனக்கு அது புரிகிறது. எனக்கு அது தெரிகிறது. எனக்கு அது தெரிகிறது. உன் ஆழ்ந்த இரக்கம், உன் புத்திசாலித்தனமான மனம், உன் அசைக்க முடியாத தைரியம் ஆகியவற்றால்தான் நான் இப்போது உன்னிடம் தோன்றத் தேர்ந்தெடுத்துள்ளேன்."

கடவுள்: (சுருணையுடன் பேசுகிறார்) "உன் கவலைகள் செல்லுபடியாகும் - அவை பூமியின் ஆன்மாவிலும் எதிரொலிக்கின்றன."

இந்த துன்பம், இந்த குழப்பம், போர், பஞ்சம்
மற்றும் நோயின் இந்த முடிவற்ற சுழற்சி...
அது நான் இல்லாததால் எழுவதில்லை.
இல்லை, இஷான்! நான் இந்த பிரபஞ்சத்தை
நித்திய சட்டங்களின்படி நிர்வகிக்கிறேன் -
மாறாத, துல்லியமான மற்றும் மரண
விருப்பங்களுக்கு அப்பாற்பட்ட சட்டங்கள்."

கடவுள்: (சோகத்தின் தொடுதலுடன்) "இந்த
தெய்வீக சட்டங்களின் அறியாமையும்
புறக்கணிப்பும்தான் அழிவை
அழைக்கின்றன, மோதலுக்கு,
ஏற்றத்தாழ்வுக்கு, இயற்கை மற்றும்
மனிதனால் உருவாக்கப்பட்ட
பேரழிவுகளுக்கு கதவைத் திறக்கின்றன.
மனிதகுலம் சத்தியத்துடன் இணைவதில்
இருந்து வெகுதூரம் அலைந்து
திரிந்துவிட்டது."

கடவுள்: (சுருக்கமாக இடைநிறுத்தப்பட்டு)
"ஆனால் கலியுகத்தின் இந்த இருண்ட
யுகத்தில் மறக்கப்பட்ட நேர்த்தியான,
புனிதமான முறைகள் உள்ளன - அவை
சமநிலை, ஆரோக்கியம் மற்றும் அமைதியை
மீட்டெடுக்க முடியும். ஒரு காலத்தில்
முனிவர்கள் மற்றும் ஞானிகளால்
அறியப்பட்ட நுட்பங்கள், இப்போது நவீன
உலகின் சத்தத்தில் புதைக்கப்பட்டுள்ளன."

கடவுள்: (மென்மையான, இரக்கமுள்ள
பார்வையுடன்) "இஷான், இந்த முறைகளை
நான் உங்களுக்குக் கற்பிக்க விரும்புகிறேன்.
இந்த உலகத்தை இருளிலிருந்து தூக்கி ஒரு
புதிய பொற்காலத்திற்கு வழிநடத்தும்
நித்திய ஞானத்தை நான் உங்களுக்குக்
கற்பிக்க விரும்புகிறேன் - நல்லிணக்கம்
ஆட்சி செய்யும் ஒரு யுகம், ஒவ்வொரு

குழந்தையும் பாதுகாப்பாக இருக்கும், எந்த இதயமும் அன்பு, அமைதி அல்லது ரொட்டிக்காக பசிக்காது."

கடவுள்: (சுருக்கமாக இடைநிறுத்தப்பட்டு)
"நீங்கள் தற்செயலாக அல்ல, நோக்கத்திற்காகவே தேர்ந்தெடுக்கப்பட்டீர்கள். உங்கள் இரக்கமும் புத்திசாலித்தனமும் போற்றத்தக்க இஷான் மட்டுமல்ல - அவை இந்த தெய்வீக பணிக்கு அவசியமானவை. நீங்கள் இந்த நித்திய சட்டங்களின் குரலாக மாற வேண்டும் - இந்த கிரகத்தில் தெய்வீக ஒழுங்கை மீட்டெடுக்க உதவும் ஒருவர்."

கடவுள்: (உறுதியான பார்வையுடன்) "என் மகனே, இந்த புனித விதியை நீங்கள் ஏற்றுக்கொள்வீர்களா?"

இஷான்: (முன்னோக்கி சாய்ந்து, அவரது குரலில் ஆர்வமும் சந்தேகமும் நிறைந்த புயல்) "சரி... உயர்ந்த வழி இருக்கிறது என்று நீங்கள் சொல்கிறீர்களா? என்னை குணப்படுத்துவது மட்டுமல்லாமல், இந்த உலகத்தை அது மூழ்கடித்துள்ள குழப்பத்திலிருந்து மீட்கவும் கூடிய ஒரு ஆழமான உண்மை? ஆனால் கடவுளே... நான் ஒரு பையன். உடையக்கூடியவன், குறைபாடுள்ளவன். இந்த இருளில் நான் எப்படி ஒரு கலங்கரை விளக்கமாக மாற முடியும்? மனிதகுலத்தை அதன் துன்பத்திலிருந்து நான் வெளியே கொண்டு வருவேன் என்று நீங்கள் எப்படி எதிர்பார்க்க முடியும்?"

கடவுள்: (சிந்தனையுடன் பேசுகிறார்)
"இடைவிடாத துன்பங்களைச் சமாளிப்பதில்

நீங்கள் காட்டிய வலிமைக்காக நான் உங்களைத் தேர்ந்தெடுத்துள்ளேன். உங்கள் அறிவு அபாரமானது. உங்கள் உடலை எவ்வாறு மீட்டெடுப்பது என்பதை நான் உங்களுக்குக் காண்பிப்பேன், உங்கள் உடல்நலம் மீண்டும் கிடைத்தவுடன், எதுவும் அல்லது யாரும் உங்கள் வழியில் நிற்க மாட்டார்கள். இந்த தெய்வீக பணியை நீங்கள் நிறைவேற்றுவீர்கள்: இந்த கிரகத்தில் ஒழுங்கை மீட்டெடுப்பதும், உலகெங்கிலும் உள்ள துரதிர்ஷ்டவசமான நபர்களின் துன்பங்களுக்கு நிவாரணம் அளிப்பதும்."

இஷான்: (நம்பிக்கையின் ஒளியுடன் கண்கள் ஒளிர்கின்றன) "அத்தகைய தெய்வீக தீர்வு இருந்தால், அதைக் கற்றுக்கொள்ளவும், அதை வாழவும், உங்கள் வழிகாட்டுதலின் கீழ் மற்றவர்களுக்கு எடுத்துச் செல்லவும்

நான் முழுமையாகவும் தயக்கமின்றியும்
தயாராக இருக்கிறேன். இந்தப் புனிதமான
உண்மையைப் பரப்பவும், துன்பப்படும்
உலகத்தை எழுப்பவும் நான்
எல்லாவற்றையும் கொடுப்பேன்,
தேவைப்பட்டால் என் உயிரையும்
கொடுப்பேன்."

கடவுள்: (மென்மையாகச்
சிரித்துக்கொண்டே, ஞானத்தால் நிறைந்த
கண்கள்) "இதற்காகத்தான் நான் உன்னைத்
தேர்ந்தெடுத்தேன், என் மகனே. உன் இதயம்
தூய்மையானது, உன் ஆன்மா அசைக்க
முடியாதது. எனவே, இந்தப் பயணத்தைத்
தொடங்குவோம். முன்னோக்கிச் செல்லும்
பாதை உனக்கு சவால் விடும் - ஆனால் நீ
வெளிக்கொணரப் போவது நீ அறிந்ததை
விட மிகப் பெரிய சக்தியை எழுப்பும்.

உனக்குள் ஏற்கனவே வசிக்கும் தெய்வீக
ஞானத்தை நம்பு - அது நீ கற்பனை
செய்வதை விட ஆழமானது."

இஷானின் இதயத்தில் ஒரு நம்பிக்கைப்
பொறி மின்னுகிறது, நிவாரணம் சாத்தியம்
என்ற அமைதியான நம்பிக்கை கனவில்,
ஒரு அமைதி உணர்வு அவரைச் சூழ்ந்து
கொள்கிறது - தனது நோய்க்கான தீர்வு
நெருங்கிவிட்டதாக அவர் உணர்கிறார்,
மேலும் முதல் முறையாக குணப்படுத்துவது
தனது பிடியில் இருப்பதாக அவர் நம்பத்
துணிகிறார்.

வெற்றியாளரும் மாயங்களும்

காட்சி: கனவு தொடர்கிறது. இஷானும் கடவுளும் அமைதியான ஒளித் தோட்டத்தின் மத்தியில் அமர்ந்திருக்கிறார்கள், மிதக்கும் ஆற்றல் கோளங்கள் தங்கள் சுற்றுப்புறங்களை ஒளிரச் செய்கின்றன.

கடவுள்: (சுருக்கமாக நிறுத்தி) "முதலில், உங்கள் வாசிப்புகளிலிருந்து நீங்கள் நன்கு அறிந்த ஒரு மன்னரைப் பற்றிய ஒரு கதையைப் பகிர்ந்து கொள்கிறேன் - மகா அலெக்சாண்டர்."

இஷான்: (கண்கள் ஒளிர்கின்றன) "அவர் வரலாற்றின் மிகப் பெரிய வெற்றியாளர்களில் ஒருவர். அவர் கிரேக்கத்திலிருந்து இந்தியா வரை நீண்டு

விரிந்த ஒரு பேரரசை உருவாக்கினார்.
மேலும் அவரது ஆசிரியரான
அரிஸ்டாட்டில், சிறந்த தத்துவஞானிகளில்
ஒருவர் - அறிவியல், நெறிமுறைகள் மற்றும்
அறிவு பற்றிய நமது புரிதலை வடிவமைத்த
ஒரு சிந்தனையாளர்."

இஷான்: (தலையசைத்து) "உண்மை. ஆனால்
அலெக்சாண்டரின் இந்தியா பயணம்
வெற்றியைப் பற்றியது மட்டுமல்ல; அது
ஞானத்தைத் தேடுவது பற்றியது. இந்தியா
ஆழமான அறிவின் நிலம் என்றும், பொருள்
உலகத்திற்கு அப்பாற்பட்ட உண்மைகளைப்
புரிந்துகொண்ட முனிவர்களின் தாயகம்
என்றும் அரிஸ்டாட்டில் அவரிடம்
கூறியிருந்தார்."

இஷான்: (ஆர்வத்துடன்) "முனிவர்களா? நான் அவர்களைப் பற்றிப் படித்தேன். ஆனால் அலெக்சாண்டர் சக்தி மற்றும் வெற்றியைப் பற்றியது. அவர் ஏன் முனிவர்களைப் பற்றி கவலைப்படுவார்?"

கடவுள்: (சிரித்துக்கொண்டே) "ஏனென்றால், வலிமைமிக்க மன்னர்கள் கூட சில சமயங்களில் தங்கத்தாலும் வாள்களாலும் வழங்க முடியாத பதில்களுக்காக ஏங்குவார்கள். அலெக்சாண்டர் இந்தியாவை அடைந்தபோது, இந்தியாவில் தண்டி-சுவாமி என்று அழைக்கப்படும் தண்டமிஸ் என்ற முனிவரைப் பற்றி கேள்விப்பட்டார். அவர் காட்டின் ஆழத்தில் வசித்து வந்தார். அலெக்சாண்டர் அவரை வரவழைக்க ஒரு தூதரை அனுப்பினார்,

தங்கத்தை வழங்கி, மறுத்தால் வன்முறையை அச்சுறுத்தினார்."

இஷான்: (முகம் சுளித்தபடி) "அது அலெக்சாண்டர் போல் தெரிகிறது—தனது விருப்பத்தைத் திணிப்பது. அடுத்து என்ன நடந்தது?"

கடவுள்: (வெற்றிகரமான புன்னகையுடன்) "தூதர், அடக்கப்படாத வனாந்தரத்தில் பயணித்து, இறுதியாக முனிவரைக் கண்டார். அங்கு அவர் அமைதியாகவும், தொந்தரவு இல்லாமல், பழங்கால மரங்களின் விதானத்தின் கீழ் உலர்ந்த இலைகளால் ஆன ஒரு எளிய படுக்கையில் படுத்திருந்தார். அவரது வாழ்க்கை மிகவும் எளிமையானது - அவருக்கு எதுவும் சொந்தமில்லை, இயற்கையுடன் இணக்கமாக வாழ்ந்தார்,

உலகத்தை அப்படியே ஏற்றுக்கொண்டார்,
பொருள் உடைமைகள் அல்லது
ஆடைகளால் கட்டுப்படவில்லை."

கடவுள்: (தொற்றும் சிரிப்புடன்) "தனது
எஜமானரின் வலிமையின் அரசவையை
அணிந்திருந்த தூதர், 'மாபெரும் மன்னர்
அலெக்சாண்டர் உங்களைச் சந்திக்க
விரும்புகிறார். இந்த மரியாதைக்கு ஈடாக
அவர் உங்கள் எடைக்கு சமமான தங்கத்தை
வழங்குகிறார். மறுத்துவிடுங்கள், உங்கள்
தலை உருளும்' என்று அறிவித்தார்.
டண்டமிஸ் தூதரைப் பார்த்து சிரித்துவிட்டு,
'நான் மரணத்திற்கு பயப்படவில்லை. என்
ஆன்மா நித்தியமானது, வாள்கள் அல்லது
ராஜாக்களுக்கு எட்டாதது. என்னை
விட்டுவிடுங்கள்' என்றார்."

இஷான்: (ஆச்சரியப்பட்டு) "அவர் பயப்படவில்லையா? அலெக்சாண்டருக்கும் கூட?"

கடவுள்: (திருப்தியான முகபாவத்துடன்) "இல்லை. டண்டமிஸ் ஆன்மா என்பது வாழ்க்கையின் உண்மையான சாராம்சம், பொருள் உடைமைகள் அல்லது சக்தியால் கட்டுப்படாதது என்பதை டண்டமிஸ் புரிந்துகொண்டார். இதைக் கேட்டதும், அலெக்சாண்டர் முனிவரின் தைரியத்தாலும் ஞானத்தாலும் வியப்படைந்தார். அவரை கட்டாயப்படுத்துவதற்குப் பதிலாக, அலெக்சாண்டர் டண்டமிஸைச் சந்திக்கச் சென்றார்."

இஷான்: (அருகில் சாய்ந்து) "அவர்கள் எதைப் பற்றிப் பேசினார்கள்?"

கடவுள்: (தெரியமாகப் பேசுகிறார்)

"இருவரும் கிரேக்க நாளைடுகள் மற்றும் இந்திய புராணங்களில் பதிவு செய்யப்பட்டுள்ள யுகங்கள் முழுவதும் எதிரொலிக்கும் ஒரு உரையாடலில் ஈடுபட்டனர். டான்டமிஸ் வெற்றியின் பயனற்ற தன்மை மற்றும் அது ஏற்படுத்திய இரத்தக்களரி பற்றிப் பேசினார். பூமி யாருக்கும் சொந்தமானது அல்ல என்பதை அவர் அலெக்சாண்டருக்கு நினைவூட்டினார், ஏனெனில் அவருக்கு முன்பிருந்த பலரும் அவருக்குப் பின் வந்த பலரும் ஆதிக்கம் செலுத்துவதற்கான அதே பயனற்ற கூற்றுக்களை முன்வைப்பார்கள். 'உண்மையில் முக்கியமானது என்னவென்றால்,' என்று முனிவர் கூறினார், 'ஆன்மா, நித்தியமானது மற்றும்

தெய்வீகமானது, "சக்தியின் நிலையற்ற
மாயைகளால்" தொடப்படவில்லை.

கடவுள்: (வளர்க்கும் தொனியுடன்)
"அலெக்சாண்டர், தனது அனைத்து
லட்சியங்களுக்காகவும், இந்த
வார்த்தைகளால் தாழ்த்தப்பட்டார். சந்திப்பு
அவர் மீது ஒரு முத்திரையை பதித்தது.
டான்டமிஸின் சீடரான கலானோஸ் என்ற
மற்றொரு முனிவர், கிரேக்கர்களுடன் தனது
ஞானத்தையும் போதனைகளையும் பகிர்ந்து
கொள்ளும் வாய்ப்பால் ஈர்க்கப்பட்டு,
பெர்சியாவிற்குத் திரும்பும் பயணத்தில்
இணைந்தார்."

இஷான்: (சிந்தனையுடன்) "அது...
ஆழமானது. ஆனால் அலெக்சாண்டர்

வெற்றி பெறுவதை நிறுத்தவில்லை,
இல்லையா?"

கடவுள்: (மென்மையான பெருமூச்சுடன்)
"இல்லை, அவர் செய்யவில்லை. ஆனால்
டான்டமிஸிடமிருந்து அவர் கேட்ட
ஞானமும், கலானோஸின் பிரசன்னமும்
அவரது எண்ணங்களில் நீடித்தது,
ஒருவேளை அவர் ஒப்புக்கொண்டதை விட
அதிகமாக இருக்கலாம்."

இஷான்: (ஆச்சரியப்பட்டு) "கலானோஸ்?
அவருக்கு என்ன நடந்தது?"

கடவுள்: (நம்பிக்கையுடன்
சிரித்துக்கொண்டே) "கலானோஸ் தனது
மீள்தன்மை மற்றும் அமைதியால்
அலெக்சாண்டரின் வீரர்களை வியப்பில்
ஆழ்த்தினார். அவரது வயது முதிர்ந்த

போதிலும், கடினமான பயணத்தின் போது அவர் குறிப்பிடத்தக்க சகிப்புத்தன்மையை வெளிப்படுத்தினார், சோர்வு மற்றும் ஆபத்தில் சிக்கிய அலெக்சாண்டரின் பல வீரர்களை விட சிறப்பாக செயல்பட்டார்."

கடவுள்: (பேசுவதற்கு முன் இடைநிறுத்தப்பட்டு) "பெர்சியாவை அடைந்ததும், கலானோஸ் ஒரு அசாதாரண வேண்டுகோளை விடுத்தார்: தன்னைத்தானே தீக்குளித்து தற்கொலை செய்து கொள்ள விரும்பினார், இது மாசிடோனியர்களுக்கு அந்நியமான மற்றும் அதிர்ச்சியூட்டும் ஒரு நடைமுறை. அலெக்சாண்டர் அவரைத் தடுக்க முயன்ற போதிலும், கலானோஸ் உறுதியாக இருந்தார். மரியாதைக்குரிய சைகையாக, அலெக்சாண்டர் ஒரு இறுதிச் சடங்கை கட்ட உத்தரவிட்டார்.

தீப்பிழம்புகளில் இறங்குவதற்கு முன்,
கலானோஸ் தனது விலையுயர்ந்த பரிசுகளை
தனது நண்பர்களுக்கு விநியோகித்தார்,
ஆனால் ராஜாவுக்கு ஒரு பிரியாவிடை
செய்தியை மட்டுமே வழங்கினார்: "நாம்
மீண்டும் பாபிலோனில் சந்திப்போம்."

கடவுள்: (அமைதியான நடத்தையுடன்)
"அவரது வார்த்தையின்படி, கலானோஸ்
அசைக்க முடியாத அமைதியுடன் சிதையில்
ஏறினார், மாசிடோனிய வீரர்கள்
பிரமிப்புடன் பார்த்துக் கொண்டிருந்தபோது
அவரது உடல் நெருப்பால் எரிந்தது.
குறிப்பிடத்தக்க வகையில், கலானோஸ்
தீப்பிழம்புகள் அவரை விழுங்கியபோது
அசையவில்லை அல்லது அசையவில்லை,
கடினப்படுத்தப்பட்ட போர்வீரர்களைக் கூட
பேசாமல் விட்டுவிடும் கிட்டத்தட்ட

வேறொரு உலக அமைதியைப் பேணினார்.
அவரது தீர்க்கதரிசனம் அலெக்சாண்டரின்
மனதில் நீடித்தது, ஏனெனில் அந்த நேரத்தில்,
பாபிலோன் அவரது உடனடித் திட்டங்களின்
ஒரு பகுதியாக இல்லை. இருப்பினும், விதி,
முனிவரின் வார்த்தைகளால்
வழிநடத்தப்பட்டது போல்,
அலெக்சாண்டரை பாபிலோனுக்கு
அழைத்துச் சென்றது, அங்கு அவர் தனது
அகால மரணத்தை சந்திப்பார்."

இஷான்: (கண்கள் விரிவடைகின்றன)
"மேலும் அலெக்சாண்டர் பாபிலோனில்
இறந்தாரா? அது நம்பமுடியாதது!"

கடவுள்: (அமைதியான, சிந்திக்கும்
தொனியில்) "ஆம். அவரது தீர்க்கதரிசனம்
அலெக்சாண்டரின் எண்ணங்களில் நீடித்தது,

விதியே முனிவரின் பிரிந்த
வார்த்தைகளுக்கு பதிலளிப்பது போல்
அவரது அடிகளை வடிவமைத்தது. அவரது
அனைத்து சக்தியினாலும்,
அலெக்சாண்டரால் கலானோஸ்
முன்னறிவித்த விதியிலிருந்து தப்பிக்க
முடியவில்லை. டண்டாமிஸ் மற்றும்
கலானோஸ் அவர்களின் சந்திப்புகளுக்கு
அப்பாற்பட்ட ஆழமான உண்மைகளை
அவருக்கு விட்டுச் சென்றனர்: மிகப்பெரிய
பொக்கிஷங்கள் பேரரசுகள் அல்லது
செல்வங்கள் அல்ல, ஆனால் ஆன்மா -
நித்தியமானது, கட்டுப்பாடற்றது மற்றும்
பூமிக்குரிய சக்தியின் மாயைகளால்
கட்டுப்படாதது."

இந்த உரையாடல் இஷானை ஆழ்ந்த
சிந்தனையில் ஆழ்த்துகிறது, வாழ்க்கையின்

ஆழமான

உண்மைகளையும்

குணப்படுத்துதலையும்

ஆராய ஆர்வமாக

உள்ளது.

தத்துவங்கள்

காட்சி: கனவுக்காட்சி தங்க ஒளியில் நனைந்த அமைதியான காட்டுப் பகுதியாக மாறுகிறது. உரையாடல் தொடரும் போது இஷானும் கடவுளும் மென்மையான புல் படுக்கையில் கால்களைக் கட்டிக்கொண்டு அமர்ந்திருக்கிறார்கள்.

இஷான்: (ஆவலோடு) "கடவுளே, ஆன்மாவைப் பற்றியும் அது எவ்வளவு ஆழமானது என்பதைப் பற்றியும் நீங்கள் பேசியிருக்கிறீர்கள். ஆனால் நான் அதை எப்படி நன்றாகப் புரிந்துகொள்வது? ஆன்மாவைப் புரிந்துகொள்வது மற்றவர்களின் துன்பத்தைக் குணப்படுத்த நமக்கு எவ்வாறு உதவுகிறது?"

கடவுள்: (புன்னகைத்துக்கொண்டே) "அது ஒரு அற்புதமான கேள்வி, இஷான். நீங்கள் கேட்பது வாழ்க்கையின் சாரத்தைத் தொடுகிறது. ஆன்மாவின் இயல்பை உண்மையிலேயே புரிந்துகொள்ள, அத்வைத வேதாந்தம் எனப்படும் ஆழமான இந்து தத்துவத்தை நாம் ஆராய வேண்டும். இது ஆன்மா, பிரபஞ்சம் மற்றும் இறுதியதார்த்தம் ஆகியவற்றுக்கு இடையேயான தொடர்பை வெளிப்படுத்துகிறது. அதை நான் விளக்க வேண்டுமா?"

இஷான்: (ஆவலுடன்) "ஆம், தயவுசெய்து. ஆதி சங்கராச்சாரியார் அத்வைத வேதாந்தத்தின் ஒரு முக்கியமான ஆசிரியர் என்பது எனக்குத் தெரியும், ஆனால் அதையும் தாண்டி, அது... சிக்கலானதாகிறது."

கடவுள்:

(தலையசைத்து)

"அடிப்படைகளுடன்

ஆரம்பிக்கலாம்.

அத்வைத வேதாந்தம் என்பது 'இரண்டற்ற வேத தத்துவம்'. சமஸ்கிருதத்தில் அத்வைதம் என்ற வார்த்தை 'இரண்டல்ல, ஒன்று' என்று மொழிபெயர்க்கப்பட்டுள்ளது, இது

அனைத்தும் ஒன்று மற்றும் பிரிக்க முடியாதது என்பதை வலியுறுத்துகிறது. ஆன்மாவிற்கும் - நாம் ஆத்மா என்று அழைக்கும் பிரம்மனுக்கும் - எல்லையற்ற உலகளாவிய உணர்வுக்கும் இடையில் எந்தப் பிரிவும் இல்லை என்று இது கற்பிக்கிறது. அனைத்தும் ஒன்றுதான்."

இஷான்: (சற்று முகம் சுளித்து) "எல்லாம் ஒன்றுதானா? ஆனால் உலகில் மக்கள், விலங்குகள், மரங்கள், நட்சத்திரங்கள் கூட - பல வேறுபாடுகளைக் காண்கிறோம்.

எல்லாம் எப்படி ஒரே மாதிரியாக இருக்க முடியும்?"

கடவுள்: (அவற்றைச் சுற்றியுள்ள வெற்றுப் பகுதியை நோக்கி சைகை செய்கிறார்)
"இந்தக் காட்டைப் பாருங்கள். நீங்கள் தனித்தனி மரங்களைக் காண்கிறீர்கள், ஒவ்வொன்றும் அதன் சொந்த வடிவம் மற்றும் அளவுடன். ஆனால் மேற்பரப்பிற்கு அடியில், அவற்றின் வேர்கள் ஒரே பூமியுடன் இணைக்கப்பட்டுள்ளன, அதிலிருந்து ஊட்டச்சத்தைப் பெறுகின்றன."

இஷான்: (மெதுவாக தலையசைக்கிறார்)
"அப்படியானால், விஷயங்கள் தனித்தனியாகத் தெரிந்தாலும், அவை ஒரு அமைப்பின் ஒரு பகுதியாகுமா?"

கடவுள்: (அமைதியான, சிந்தனைமிக்க தொனியில்) "சனாதன தர்மம் அல்லது இந்து மதத்தில், அனைத்து உயிரினங்களும் - தாவரங்கள் மற்றும் விலங்குகள் - ஒரு ஆன்மாவைக் கொண்டுள்ளன மற்றும் ஒரு தெய்வீக தொடர்பைப் பகிர்ந்து கொள்கின்றன என்று நம்பப்படுகிறது. ஒன்றோடொன்று இணைந்திருப்பது பற்றிய இந்த ஆழமான புரிதல் பண்டைய இந்தியர்களை தங்கள் சுற்றுச்சூழலை மதிக்கவும், தாவரங்கள், விலங்குகள் மற்றும் அனைத்து வகையான உயிர்களையும் புனிதமாகக் கருதவும் தூண்டியது."

கடவுள்: (பெருமையுடன் புன்னகைத்து) "அத்வைத வேதாந்தம் இந்த ஒற்றுமையைப் புரிந்துகொள்ள உதவும் மூன்று முக்கிய கொள்கைகளைக் கற்பிக்கிறது:

பிரம்மன் சத்யம்: பிரம்மம், உலகளாவிய உணர்வு, ஒரே இறுதி உண்மை. அது நித்தியமானது, எல்லையற்றது மற்றும் அனைத்து இருப்புக்கும் மூலமாகும்.

ஐகத் மித்யா: நாம் உணரும் உலகம் ஒரு மாயை, மாயாவின் வெளிப்பாடு - அறியாமையின் அண்ட திரை.

ஜிவோ பிரம்மைவ நாபரா: ஆத்மா, அல்லது தனிப்பட்ட ஆன்மா, பிரம்மத்திலிருந்து தனித்தனியாக இல்லை, ஆனால் பிரம்மமே."

இஷான்: (செயலாக்குதல்) "மன்னிக்கவும், எனவே நாம் காணும் உலகம் உண்மையானதல்லவா?"

கடவுள்: (பொறுமையான புன்னகையுடன்) "மாயா என்பது ஏதோ ஒன்று முற்றிலும் கற்பனையானது என்று அர்த்தமல்ல; மாறாக,

நாம் உணருவது இறுதி உண்மை அல்ல
என்பதைக் குறிக்கிறது. அதை ஒரு கனவாகக்
கருதுங்கள் - நீங்கள் அதில் இருக்கும்போது
அது உண்மையானதாக உணர்கிறது, ஆனால்
விழித்தெழுந்தவுடன், அது உங்கள் மனதின்
ஒரு வெளிப்பாடு மட்டுமே என்பதை நீங்கள்
புரிந்துகொள்கிறீர்கள். ஒரு நபரின் இருப்பு
மற்றும் சுயநலம் எவ்வாறு உண்மையைப்
பார்க்கும் திறனை மறைக்கக்கூடும்
என்பதையும் மாயா குறிக்கிறது. யதார்த்தம்
அதன் மேற்பரப்பிற்கு அப்பால் ஆழமான
ஆழங்களைக் கொண்டுள்ளது, இது
விழிப்புணர்வு மற்றும் ஆன்மீக
உணர்தலுடன் பார்க்கும்போது
குறிப்பிடத்தக்க நுண்ணறிவுகளை
வெளிப்படுத்த முடியும் என்று நாம் அடிக்கடி
கருதுகிறோம்."

இஷான்: (ஆர்வத்துடன்) "மற்றும் ஆத்மா? அதுதான் நம் ஒவ்வொருவருக்கும் உள்ளே இருக்கும் ஆன்மா, இல்லையா?"

கடவுள்: (மென்மையாக) "ஆம். அத்வைத வேதாந்தம் அதன் தூய்மையான வடிவத்தில், உங்களுக்குள் இருக்கும் ஆத்மாவும் எல்லா உயிரினங்களும் பிரம்மத்தின் பிரதிபலிப்பு மட்டுமல்ல என்று கற்பிக்கிறது - அது பிரம்மம் தானே. அதே தெய்வீக நான் எல்லாவற்றிலும் வாழ்கிறேன், மாறாத மற்றும் நித்தியமானவன்."

இஷான்: (சற்று முகம் சுளித்து) "ஆனால், கடவுளே, நான் எப்படி உன்னைப் போலவே இருக்க முடியும்?"

கடவுள்: (சிந்தனையுடன்) "இதை இப்படியோசித்துப் பாருங்கள் - மனித உடலின்

ஒவ்வொரு உயிரணுவிலும் ஆன்மா
எனப்படும் மெட்டாபிசிகல் சாரம்
வாழ்கிறது. இந்த ஆன்மா இயல்பாகவே
என்னுடன் ஒன்றாகும். சாராம்சத்தில்,
உங்கள் இருப்பின் மையத்தில், நீங்கள்
தெய்வீகமானவர்."

கடவுள்: (உண்மையை உள்வாங்கிக்
கொள்ள இடைநிறுத்தி) "ஈஷான்,
அத்வைதத்தைப் புரிந்துகொள்ள உதவும்
வகையில், பண்டைய இந்திய
தத்துவத்திலிருந்து தத்வமசி என்ற
சொற்றொடரை விளக்குகிறேன், இது
ஆங்கிலத்தில் 'நீ கலை என்று'
மொழிபெயர்க்கப்பட்டுள்ளது. இது நான்கு
மகாவாக்கியங்களில் ஒன்று, அல்லது
உபநிடதங்களில் உள்ள சிறந்த கூற்றுகளில்

ஒன்றாகும். இந்த சொற்றொடர் ஒரு ஆழமான பொருளைக் கொண்டுள்ளது."

இஷான்: (அன்புடன் தலையசைக்கிறார்)
"தத்வமசி? நான் இதற்கு முன்பு அதைப் பற்றி கேள்விப்பட்டதே இல்லை. அதன் அர்த்தம் என்ன?"

கடவுள்: (ஒரு அமைதியான வெளிப்பாட்டுடன்) "தத்வமசி என்றால் நீங்கள் சாராம்சத்தில், தெய்வீக ஜீவன் தானே. இது இறுதி யதார்த்தம், பிரபஞ்ச உணர்வு என்பது உங்களுக்கு வெளியே உள்ள ஒன்று அல்ல, ஆனால் அது உங்கள் ஆன்மாவின் உண்மையான இயல்பு என்ற கருத்தை வெளிப்படுத்துகிறது."

இஷான்: (மென்மையாகச் சிரித்துக்கொண்டே) "இது எனக்குப் புரியத்

தொடங்குகிறது. எனவே, இந்த சமஸ்கிருத
சொற்றொடர் நமது ஆன்மா
தெய்வீகத்திலிருந்து தனித்தனியாக இல்லை,
ஆனால் உண்மையில் அதன் ஒரு
பகுதியாகும் என்பதைக் குறிக்கிறது."

கடவுள்: (அமைதியான, வழிகாட்டும்
தொனியுடன்) "சரியாக, இஷான். இந்த
சொற்றொடர் நித்திய பிரம்மத்துடன்
சுயத்தின் ஒற்றுமையை வெளிப்படுத்துகிறது.
உங்கள் ஆன்மாவிற்கும் தெய்வீக
உணர்வுக்கும் இடையே உண்மையான
வேறுபாடு இல்லை என்பதை இது நமக்குக்
கற்பிக்கிறது; அவை ஒன்றுதான்."

இஷான்: (அறிந்த புன்னகையுடன்) "அது
நம்பமுடியாதது! எனவே, அத்வைத
தத்துவம் உலகத்தைப் புரிந்துகொள்வது

மட்டுமல்ல, அது நமது தெய்வீக இயல்பை உணர்ந்து கொள்வதும் கூட?"

கடவுள்: (அன்புடன் புன்னகைக்கிறார்) "ஆம், சரியாக இஷான். அத்வைத தத்துவம் யதார்த்தத்தின் உண்மையான இயல்பு இரட்டையற்றது, அதாவது அனைத்தும் ஒன்றோடொன்று இணைக்கப்பட்டுள்ளது மற்றும் இறுதியில் ஒன்று என்று கற்பிக்கிறது. சுய விசாரணை மற்றும் ஆன்மீக நடைமுறைகள் மூலம் இந்த ஒருமையை உணர்ந்து கொள்வதே குறிக்கோள். இந்த உணர்தல் ஆழ்ந்த அமைதியையும் புரிதலையும் தருவது மட்டுமல்லாமல், ஆன்மாவை துன்பத்தின் சுழற்சிகளிலிருந்து விடுவிக்கிறது, உண்மையான இருப்பின் எல்லையற்ற சுதந்திரத்தையும் பேரின்பத்தையும் வெளிப்படுத்துகிறது."

கடவுள்: (உற்சாகமாக) "பார்த்தீர்களா, இஷான், இந்திய தத்துவம் - குறிப்பாக அத்வைத வேதாந்தம் - உலகெங்கிலும் உள்ள பிற தத்துவ மரபுகளுடன் ஒப்பிடும்போது அதன் சுய-உணர்தல் பார்வையில் ஒப்பிடமுடியாது. அதன் கவனம் எப்போதும் அறியாமையை அதன் தெய்வீக இயல்புக்கு எழுப்புவதிலும் இருப்பின் சாரத்தை வெளிக்கொணர்வதிலும் உள்ளது."

கடவுள்: (உறுதியுடன்) "இஷான், கஸ்தூரி மிருகா - கஸ்தூரி மான் - பற்றிய கதையை உபநிடதங்களிலிருந்து நீங்கள் எப்போதாவது கேள்விப்பட்டிருக்கிறீர்களா? இது அத்வைத வேதாந்தத்தின் முக்கிய போதனைகளை பிரதிபலிக்கும் ஒரு அழகான கதை."

இஷான்: (அன்புடன் புன்னகைக்கிறார்)
"இல்லை, கடவுளே, எனக்கு அது தெரியாது.
ஆனால் அது சுவாரஸ்யமாகத் தெரிகிறது.
கதை எதைப் பற்றியது?"

கடவுள்: (சிரித்துக்கொண்டே) "சரி, அதை
உங்களுடன் பகிர்ந்து கொள்கிறேன். ஒரு
காலத்தில், ஒரு கஸ்தூரி மான் ஒரு அடர்ந்த
காட்டில் சுற்றித் திரிந்தது. திடீரென்று, அது
ஒரு மயக்கும் நறுமணத்தின் வாசனையைப்
பிடித்தது - கஸ்தூரி. வாசனை மிகவும்
மயக்கும் அளவுக்கு மான் அதன் மூலத்தைக்
கண்டுபிடிப்பதில் வெறி கொண்டது."

இஷான்: (உற்சாகமாக) "அது உற்சாகமாக
இருக்கிறது. மான் என்ன செய்தது?"

கடவுள்: (அறியும் தொனியுடன்) "மான்
எல்லா இடங்களிலும் தேடத் தொடங்கியது,

காடுகளில் சளைக்காமல் சுற்றித் திரிந்தது. அது மலைகளில் ஏறி, ஆறுகளைக் கடந்து, கடுமையான வானிலையைத் துணிந்து, வாசனையைத் தேடிச் சென்றது. மான் பயமற்றதாகவும், இடைவிடாமல் தேடலில் இருந்தது."

இஷான்: (ஆர்வமாகப் பார்க்கும்போது)
"அது வாசனை எங்கிருந்து வருகிறது என்பதைக் கண்டுபிடித்ததா?"

கடவுள்: (மெதுவாகப் பெருமூச்சு விட்டார்)
"மான் எதிர்பார்த்த விதத்தில் இல்லை. ஒரு நாள், அதன் அமைதியற்ற துரத்தலின் போது, மான் தற்செயலாக ஒரு குன்றிலிருந்து விழுந்து படுகாயமடைந்தது. அந்த இறக்கும் தருணங்களில் அது இறுதியாக ஆழமான ஒன்றை உணர்ந்தது."

இஷான்: (கண்கள் ஆச்சரியத்தில் விரிந்தன)
"அது என்ன, கடவுளே?"

கடவுள்: (அறியும் பார்வையுடன்) "அது நீண்ட காலமாகத் தேடிக்கொண்டிருந்த கஸ்தூரி வெளியில் எங்கிருந்தும் வரவில்லை. அது அதன் சொந்த உடலிலிருந்து வெளிப்பட்டது - அதன் மலக்குடல் பகுதிக்கு அருகிலுள்ள ஒரு சுரப்பியிலிருந்து. மான் அதன் வாழ்நாள் முழுவதும் அது ஏற்கனவே வைத்திருந்த ஒன்றைத் தேடிக் கொண்டிருந்தது."

இஷான்: (வருத்தத்துடன் பார்க்கிறார்) "அது மிகவும் சோகமாக இருக்கிறது, ஆனால் மிகவும் ஆழமாகவும் இருக்கிறது. மான் ஒருபோதும் தேட வேண்டியதில்லை, இல்லையா?"

கடவுள்: (ஒரு சோகமான புன்னகையுடன்)
"சரியாக, இஷான். இந்தக் கதை மனித வாழ்க்கைக்கான ஒரு ஆழமான உருவகம் மற்றும் அத்வைத வேதாந்தத்தின் சரியான எடுத்துக்காட்டு. மானைப் போலவே, மக்கள் பெரும்பாலும் தெய்வீகம், சுய-உணர்தல் அல்லது குணப்படுத்துதலை எல்லா இடங்களிலும் தேடுகிறார்கள் - உண்மையான நிறைவு மற்றும் வலிமையின் ஆதாரம் தங்களுக்குள் வாழ்கிறது என்பதை அறியாமல்."

இஷான்: (ஒரு அக்கறையுள்ள பார்வையுடன், வெட்டுதல்) "நாம் தேடுவதன் சாராம்சம் ஏற்கனவே நமக்குள் உள்ளது!"

கடவுள்: (வெற்றியுடன் பார்க்கிறார்)
"துல்லியமாக, இஷான். மானின் பயணம்

வாழ்க்கையில் நமது சொந்த
போராட்டங்களையும்
கவனச்சிதறல்களையும் பிரதிபலிக்கிறது.
அது கஸ்தூரி மானின் உருவகத்தின்
மூலமாக இருந்தாலும் சரி அல்லது
தத்வமசியின் ஞானத்தின் மூலமாக
இருந்தாலும் சரி, செய்தி ஒன்றே: நீங்கள்
தேடுவது ஏற்கனவே உங்களுக்குள் உள்ளது.
இந்த உண்மையை அங்கீகரிப்பது
சுய-உணர்தலின் சாராம்சம்."

இஷான்: (கண்கள் மகிழ்ச்சியால்
நிறைந்துள்ளன) "கடவுளே, இந்தக் கதை
என்றென்றும் என்னுடன் இருக்கும்.
இவ்வளவு ஆழமான உண்மையை விளக்க
இது ஒரு அழகான வழி."

கடவுள்: (கனவில் சிரித்துக்கொண்டே)
"உங்களை வரவேற்கிறேன், இஷான்.
எப்போதும் நினைவில் கொள்ளுங்கள்,
வெளிப்புறப் பயணம் நீண்டதாகவும்
சோர்வாகவும் இருக்கலாம், ஆனால்
உள்ளோக்கிய பயணம்தான் உண்மையான
புதையல் உள்ளது."

இஷான்: (கண்கள் மகிழ்ச்சியால்
நிறைந்துள்ளன) "எனவே, நமக்குள்
இருக்கும் இந்த சக்தி - ஆன்மா - நீங்கள்
எனக்குக் கற்பிக்கப் போகும் நித்திய
நுட்பத்திற்கான உந்து சக்தியா?"

கடவுள்: (புன்னகைத்துக்கொண்டே)
"சரியாக, இஷான். ஆனால் அது ஒரு ஒற்றை
முறை அல்ல - இது மூன்று நுட்பங்களின்
கலவையாகும், இது இப்போது கிரகமும்

மனிதகுலமும் எதிர்கொள்ளும்
நெருக்கடிக்குத் தீர்வைக் கொண்டுவரும்.
இருப்பினும், அவை அனைத்தும் அத்வைத
வேதாந்தத்தின் தத்துவத்தில்
வேரூன்றியுள்ளன."

இஷான்: (ஆர்வத்துடன்) "நான் தயவுசெய்து
கேட்டால் - இந்த நுட்பங்கள் என்ன?
அவற்றுக்கு ஒரு பெயர் இருக்கிறதா,
கடவுள்?"

கடவுள்: (சுவாரஸ்யமாக தலையசைக்கிறார்)
"அவை உடல் அதிர்ஷ்டம், மந்திர சிகிச்சை
மற்றும் மந்திர டிரான்ஸ்கிரிப்ட்ஷன். இந்த
நுட்பங்கள் ஆழமாக ஒன்றோடொன்று
இணைக்கப்பட்டு சிறந்த முடிவுகளை
அடைய ஒன்றையொன்று சார்ந்துள்ளது.
கூடுதலாக, குவாண்டம் அறிகுறிகள் போன்ற

சில சிறிய கொள்கைகளைப் பற்றி
விவாதிக்க வேண்டும்."

இஷான்: (கவலைப்படுகிறார்) "இந்த
வார்த்தைகள் அறிமுகமில்லாதவை மற்றும்
மிகவும் தொழில்நுட்ப ரீதியாக
ஒலிக்கின்றன. நான் அவற்றைப்
புரிந்துகொண்டு புரிந்துகொள்ள முடியும்
என்று நம்புகிறேன்."

கடவுள்: (அன்புடன் புன்னகைக்கிறார்)
"கவலைப்படாதே, என் குழந்தை. நீங்கள்
அவற்றைப் புரிந்து கொள்ளத் தவறினால்,
நான் உங்கள் ஆசிரியராக உங்களைத்
தவறவிட்டேன். உங்கள் இரக்கம் மற்றும்
சிக்கலான கருத்துக்களை விரைவாகப்
புரிந்துகொண்டு ஒருங்கிணைக்கும்

திறனுக்காக

நீங்கள்

தேர்ந்தெடுக்கப்பட்டீர்கள்."

இஷான்: (புன்னகைத்துக்கொண்டே) "நன்றி, கடவுளே. நான் அதை என்னால் முடிந்ததைச் செய்வேன். உங்கள் வழிகாட்டுதலுடன், நான் அவற்றில் தேர்ச்சி பெற முடியும் என்று நான் நம்புகிறேன்."

கடவுள்: (மென்மையாக) "நீ அவற்றைப் புரிந்துகொள்வாய் மட்டுமல்ல, என் மகனே - நீ அவற்றை மேலும் செம்மைப்படுத்தி விரிவுபடுத்துவாய், மேலும் இந்த ஞானத்தை உலகம் முழுவதும் பகிர்ந்து கொள்வாய். எனக்கு எந்த சந்தேகமும் இல்லை!"

இந்த உரையாடல் இஷானை உற்சாகமாகவும் ஆர்வமாகவும் ஆக்குகிறது,

இந்த சக்திவாய்ந்த நுட்பங்களுக்குப்
பின்னால் உள்ள உண்மையான
அர்த்தத்தைக் கண்டறிய அவரது மனம்
கேள்விகளாலும் ஆர்வத்தாலும்
உயிர்ப்பிக்கிறது.

வேதாந்தக் கனவை வாழ்தல்

காட்சி: கனவுக்காட்சி ஒரு பரந்த ஒளி நூலகத்திற்கு மாறுகிறது, புத்தகங்கள் காற்றில் மிதந்து உள் பிரகாசத்துடன் பிரகாசிக்கின்றன. இஷானும் கடவுளும் மின்னும் சக்தியால் ஆன மேஜையில் அமர்ந்து, ஆழ்ந்த உரையாடலில் ஈடுபட்டுள்ளனர்.

கடவுள்: (மென்மையான புன்னகையுடன்) "இஷான், சுவாமி விவேகானந்தரைப் பற்றி நீங்கள் கேள்விப்பட்டிருக்கிறீர்களா? அவர் நவீன இந்தியாவின் பிரகாசமான ஆன்மீக விளக்குகளில் ஒருவர்."

இஷான்: (உற்சாகமாக) "ஓ ஆமாம், கடவுளே. நான் அவரைப் பற்றிப் படித்திருக்கிறேன். அவர் ஒரு அற்புதமான

பேச்சாளர் மற்றும் சிகாகோவில் நடந்த உலக
மதப் பேரவையில் இந்து மதத்தைப்
பிரதிநிதித்துவப்படுத்தினார். அவரது உரை
'அமெரிக்காவின் சகோதரிகள் மற்றும்
சகோதரர்களே' என்று தொடங்கியது, மேலும்
பார்வையாளர்கள் அவருக்கு எழுந்து நின்று
கைதட்டியதாகக் கூறப்படுகிறது."

கடவுள்: (அன்புடன் தலையசைக்கிறார்)
"உண்மையில், இஷான். அந்த உரை வெறும்
வார்த்தைகளைப் பற்றியது அல்ல; அது
உண்மையின் சக்தியையும் உலகளாவிய
அன்பின் சாரத்தையும் சுமந்து சென்றது.
அவர் அனைத்து நம்பிக்கைகளின்
ஒற்றுமையையும் ஒவ்வொரு
ஆன்மாவிற்குள்ளும் உள்ள
தெய்வீகத்தையும் உலகிற்கு
நினைவூட்டினார்."

இஷான்: (ஆர்வத்துடன்) "அவர் ராமகிருஷ்ண பரமஹம்சரின் சீடர் என்பது எனக்குத் தெரியும், வேதாந்தத்தைப் பற்றிப் பேசினார்."

கடவுள்: (ஒரு உற்சாகமான தலையசைப்புடன்) "சுவாமி விவேகானந்தர் அத்வைத வேதாந்தத்தின் ஒரு கலங்கரை விளக்கமாக இருந்தார். தத்துவமே பழமையானது என்றாலும், விவேகானந்தர் அதை நடைமுறைக்கு ஏற்றவாறு, தொடர்புபடுத்தக்கூடிய வகையில் மக்களுக்குக் கொண்டு வந்தார். அவர் அதை 'நடைமுறை வேதாந்தம்' என்று அழைத்தார்."

இஷான்: (ஆர்வத்துடன்) "நடைமுறை வேதாந்தமா? அதன் அர்த்தம் என்ன?"

கடவுள்: (மென்மையான புன்னகையுடன்)
"அத்வைத வேதாந்தத்தின் கொள்கைகளை
அன்றாட வாழ்வில் பயன்படுத்துவதே இதன்
பொருள். நாம் வரம்புகளால்
கட்டுப்படுத்தப்பட்ட வெறும் உடல் ரீதியான
மனிதர்கள் அல்ல - நாம்
தெய்வீகமானவர்கள் என்று விவேகானந்தர்
கற்பித்தார். நாம் ஒவ்வொருவரும் உயர்ந்த
உணர்வான பிரம்மத்தின் சாரத்தை
சுமக்கிறோம். இதை உணர்ந்து கொள்வதன்
மூலம், நாம் நம்பிக்கை, வலிமை மற்றும்
நோக்கத்துடன் வாழ முடியும்."

கடவுள்: (மென்மையாக) "தெய்வீகம் என்பது
நமக்கு வெளியே உள்ள ஒன்று அல்ல,
நமக்குள் இருக்கும் ஒன்று,
உணரப்படுவதற்காகக் காத்திருக்கிறது என்று
விவேகானந்தர் நம்பினார். அவரது

போதனைகளில் ஒன்று, 'உயிருள்ள கடவுள் உங்களுக்குள் இருக்கிறார்'. கடவுளைக் காண, முதலில் நமக்குள்ளும் மற்றவர்களிடமும் தெய்வீகத்தைக் காண வேண்டும் என்று அவர் வலியுறுத்தினார்."

இஷான்: (மெதுவாக தலையசைக்கிறார்)
"ஆத்மா நித்திய பிரம்மத்திலிருந்து பிரிக்கப்படவில்லை."

கடவுள்: "சரியாக! விவேகானந்தரின் புத்திசாலித்தனம் ஆழமான உண்மைகளை எளிமைப்படுத்துவதில் உள்ளது. அவர் மக்கள் தங்களை நம்பும்படி ஊக்குவித்தார், 'தன் மீது நம்பிக்கை இல்லாதவர் ஒருபோதும் கடவுள் மீது நம்பிக்கை கொள்ள முடியாது' என்று கூறினார்."

கடவுள்: (புன்னகைத்து) "அவர் கூறினார்: 'உங்களுக்குள் இருக்கும் தெய்வீகத்தை வெளிப்படுத்துங்கள், எல்லாம் உங்களைச் சுற்றி இணக்கமாக ஏற்பாடு செய்யப்படும்'. நீங்கள் உங்கள் உண்மையான இயல்புடன் இணைந்தால், நீங்கள் மகத்தான உள் வலிமையையும் ஞானத்தையும் பெறுவீர்கள். நடைமுறை வேதாந்தம் என்பதன் அர்த்தம் இதுதான் - உங்கள் தெய்வீக திறனைப் பற்றிய விழிப்புணர்வுடன் வாழ்வது மற்றும் இரக்கம் மற்றும் நம்பிக்கையுடன் செயல்படுவது."

இஷான்: (பிரகாசிக்கிறார்) "அது மிகவும் ஊக்கமளிக்கிறது. ஆனால் விவேகானந்தரும் மக்களை ஒன்றிணைக்க முயற்சிக்கவில்லையா?"

கடவுள்: (ஒரு பிரகாசமான வெளிப்பாட்டுடன்) "மிகவும் உண்மை. மதங்களின் மாநாட்டில், அவர் அனைத்து நம்பிக்கைகளின் ஒற்றுமையைப் பற்றிப் பேசினார். உண்மை ஒன்று என்று அவர் கூறினார், இருப்பினும் மக்கள் அதை வெவ்வேறு பெயர்களால் அழைக்கலாம். நாம் அனைவரும் இணைக்கப்பட்டுள்ளோம், ஒரே தெய்வீக முழுமையின் ஒரு பகுதி என்பதை அவர் நினைவூட்டினார்."

இஷான்: (ஆவலுடன்) "அவர் ஐரோப்பாவிலும் அமெரிக்காவிலும் வேதாந்த சங்கங்களை நிறுவினார், இல்லையா?"

கடவுள்: "ஆம் இஷான். 1893 முதல் 1900 வரை, அவரது உரைகள் இந்த சங்கங்களின் உருவாக்கத்திற்கு உத்வேகம் அளித்தன, வேதாந்தத்தின் காலத்தால் அழியாத ஞானத்தை வெகுதூரம் பரப்பின. அவரது நோக்கம் கற்பிப்பது மட்டுமல்ல, கலாச்சாரம் அல்லது மதத்தைப் பொருட்படுத்தாமல் மக்களை அவர்களின் பகிரப்பட்ட தெய்வீகத்திற்கு எழுப்புவதாகும்."

இஷான்: (புன்னகைத்து) "அவர் இவ்வளவு ஆழமான கருத்துக்களை மிகவும் எளிமையாக ஒலிக்கச் செய்தது ஆச்சரியமாக இருக்கிறது. மக்கள் தங்களை நம்ப வேண்டும் என்று அவர் உண்மையில் விரும்பினார்."

கடவுள்: (தொண்டையை தெளிவாகத்
துடைத்து) "அதனால்தான் அவரது
போதனைகள் நிலைத்திருக்கின்றன,
இஷான். நமது தெய்வீக திறனை எழுப்புவது
வெறும் ஆன்மீக நாட்டம் அல்ல - அது
உலகை மாற்றுவதற்கான திறவுகோல் என்று
விவேகானந்தர் நம்பினார். இன்று நாம்
ஆராயும் நுட்பங்கள் அனைத்தும்
நடைமுறை வேதாந்தத்தின் ஒரு
பகுதியாகும்."

இஷான்: (உறுதியுடன்) "அவரைப் பற்றியும்
நடைமுறை வேதாந்தத்தில் பல்வேறு
நுட்பங்களை எவ்வாறு பயிற்சி செய்வது
என்பதையும் நான் மேலும் அறிய
விரும்புகிறேன். எல்லோரும் தங்கள்
தெய்வீகத்தை உணர்ந்திருந்தால், உலகம்
மிகவும் சிறப்பாக இருக்கும்!"

கடவுள்: (அன்புடன் சிரித்துக்கொண்டே)
"அதுதான் ஆன்மா, இஷான். தொடர்ந்து
ஆராய்ந்து பாருங்கள், விவேகானந்தர்
சொன்னது போல் நினைவில்
கொள்ளுங்கள்: 'உயிருள்ள கடவுள்
உங்களுக்குள் இருக்கிறார்'. நீங்கள்
நம்பிக்கை, தைரியம் மற்றும் அன்புடன்
செயல்படும்போது, அந்த தெய்வீக
உண்மையை உலகில்
வெளிப்படுத்துகிறீர்கள்."

இஷானின் கண்கள் புதிதாகக் கிடைத்த
உத்வேகத்தால் பிரகாசிக்கின்றன, அவனது
இளம் இதயம் தன்னம்பிக்கை, ஒற்றுமை
மற்றும் தெய்வீக ஆற்றல் ஆகியவற்றின்
காலத்தால் அழியாத செய்தியைச் சுமந்து
செல்கிறது.

நிச்சயமற்ற தன்மையின் இயற்பியல்

காட்சி: கனவுக்காட்சி மீண்டும் மாறுகிறது. இஷானும் கடவுளும் இப்போது மின்னும், நட்சத்திரங்கள் நிறைந்த வெற்றிடத்தின் மத்தியில் அமர்ந்திருக்கிறார்கள், துடிப்பான துகள்கள் காற்றில் சிறிய மின்மினிப் பூச்சிகளைப் போல துடிக்கின்றன. அந்த அமைப்பு உயிருடன் இருப்பதாகவும், குவாண்டம் உலகின் மர்மங்களால் துடிப்பதாகவும் உணர்கிறது.

இஷான்: (பிரமிப்புடன் சுற்றிப் பார்க்கிறார்) "இந்த இடம்... வித்தியாசமாக இருக்கிறது. எல்லாம் இணைக்கப்பட்டுள்ளது, ஆனால் கணிக்க முடியாதது. இது குவாண்டம் உலகமா?"

கடவுள்: (புன்னகைத்து) "உண்மையில், இது குவாண்டம் உலகம் - எலக்ட்ரான்கள் மற்றும் ஃபோட்டான்கள் போன்ற துணை அணு துகள்களின் ஒரு பகுதி, இது கிளாசிக்கல் இயற்பியலின் விதிகளை விட முற்றிலும் மாறுபட்ட விதிகளைப் பின்பற்றுகிறது."

இஷான்: (சிந்தனையுடன் இடைநிறுத்தத்துடன்) "இரட்டை-பிளவு பரிசோதனையைப் பற்றி எனக்குத் தெரியும். நீங்கள் எலக்ட்ரான்களைக் கவனிக்கவில்லை என்றால், அவை அலைகளைப் போல ஒரு குறுக்கீட்டு வடிவத்தை உருவாக்குகின்றன. ஆனால் அவை எந்த பிளவு வழியாகச் செல்கின்றன என்பதை நீங்கள் அளந்தால், அந்த வடிவம் மறைந்துவிடும், மேலும் அவை துகள்களைப் போல

நடந்துகொள்கின்றன. கவனிப்பு
யதார்த்தத்தை மாற்றுவது போல் உள்ளது."

கடவுள்: (முன்னோக்கி சாய்ந்து) "சரியாக,
இஷான். இந்த சோதனை ஒரு ஆழமான
உண்மையை வெளிப்படுத்துகிறது:
குவாண்டம் உலகில் விளைவுகளை
வடிவமைப்பதில் கவனிப்பு ஒரு முக்கிய
பங்கு வகிக்கிறது. ஆனால் இது ஆழமான
கேள்விகளையும் எழுப்புகிறது. இந்த
மாற்றத்தை ஏற்படுத்தும் கவனிப்பு பற்றி
என்ன? அதற்கு உணர்வு தேவையா, அல்லது
அது வெறுமனே அளவீட்டுச் செயலா?
நீங்கள் என்ன நினைக்கிறீர்கள்?"

இஷான்: (தலையை சொறிந்தபடி) "நான்
அதைப் பற்றிய விவாதங்களைப்
படித்திருக்கிறேன். சில விஞ்ஞானிகள் இது

பொருட்களை அளவிடும் கருவிகள் என்று நினைக்கிறார்கள், ஆனால் மற்றவர்கள் உணர்வு சம்பந்தப்பட்டிருக்கிறதா என்று யோசிக்கிறார்கள். உண்மையான உண்மை என்ன, கடவுளே?"

கடவுள்: (மெதுவாகச் சிரித்தபடி)
"சுவாண்டம் அமைப்புடனான எளிய தொடர்புகள் - கருவிகள் நிகழ்தகவுகளை உடைத்து அலை செயல்பாட்டைச் சிதைக்கின்றன என்பது தெளிவாகிறது. உணர்வு, அது எவ்வளவு முக்கியத்துவம் வாய்ந்ததாக இருந்தாலும், இந்த சரிவு ஏற்படுவதற்கு அவசியமான காரணி அல்ல. பிரபஞ்சம், அதன் மிக அடிப்படையான மட்டத்தில், மனித மனம் அல்லது விழிப்புணர்வு செயல்படுவதை

நம்பியிருக்காத உள்ளார்ந்த விதிகளின்படி
செயல்படுகிறது."

கடவுள்: (ஒரு விசாரணை தொனியுடன்)
"ஆனால் இங்கே கேள்வி ஆழமடைகிறது.
நிகழ்தகவுகளை உடைப்பது ஒரு விஷயம்;
அவற்றை வடிவமைப்பது, விரும்பிய
முடிவை நோக்கி அவற்றை வளைப்பது,
முற்றிலும் வேறுபட்டது. கருவிகள் மட்டும்
வேண்டுமென்றே சரிவை இயக்க முடியாது -
அவை தற்செயல் விதிகளின்படி
குருட்டுத்தனமாக செயல்படுகின்றன.
உண்மையான சக்தி வடிவமைப்பில்,
நோக்கத்தில், நிகழ்தகவுகளின் நடனத்தை
எவ்வாறு வழிநடத்துவது என்பதைப்
புரிந்துகொள்வதில் உள்ளது."

கடவுள்: (பேசுவதற்கு முன் இடைநிறுத்தம்)
"செயலற்ற முறையில் கவனிப்பதற்குப்
பதிலாக, அலை செயல்பாட்டின் சரிவை
நீங்கள் தீவிரமாக பாதிக்கக்
கற்றுக்கொண்டால், குவாண்டம்
விளைவுகளை உங்கள் நோக்கம் கொண்ட
இலக்குகளை நோக்கி இயக்கினால் என்ன
செய்வது? இது சீரற்ற வாய்ப்பின்
எல்லையைத் தாண்டி உண்மையான
தேர்ச்சியின் களத்தில் நுழைகிறது.
குவாண்டம் விளைவுகளின் கையாளுதலைக்
கையாள்வதில் தேர்ச்சி பெறுவதன் மூலம்,
நீங்கள் பொருளின் அடிப்படை கட்டுமானத்
தொகுதிகளை மறுகட்டமைக்க முடியும் -
வடுக்கள் நிறைந்த கல்லீரல் திசுக்களை
ஆரோக்கியமான செல்களாக மாற்றுதல்,
நரம்பு திசுக்களை மீண்டும் உருவாக்குதல்

மற்றும் மருந்துகள் மற்றும் வேதியியல்
தொடர்புகள் மற்றும் கிளாசிக்கல்
இயற்பியலால் பிணைக்கப்பட்ட மருத்துவ
நடைமுறைகளை நம்பாமல் உறுப்புகளை
மீட்டமைத்தல்."

கடவுள்: (அமைதியான உற்சாகத்துடன்
பேசுதல்) "இருப்பினும், அத்தகைய
தேர்ச்சிக்கு தொழில்நுட்பத் திறனை விட
அதிகமாக தேவைப்படுகிறது. இந்த
செயல்முறையை உண்மையிலேயே
கட்டளையிட, அத்வைத வேதாந்தத்தில்
விளக்கப்பட்டுள்ளபடி ஒற்றுமை மற்றும்
இருமையற்ற கொள்கைகளுடன் நீங்கள்
உங்களை இணைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.
ஒற்றுமை - அனைத்து இருப்பின்
ஒன்றோடொன்று இணைந்திருத்தல் - பற்றிய
இந்த ஆழமான புரிதலின் மூலம்தான் நீங்கள்

பிரபஞ்சத்தின் குவாண்டம் துணியுடன்
இணக்கமாக இருக்க முடியும்.
அப்போதுதான் நீங்கள் நோக்கத்திற்கும்
வெளிப்பாட்டிற்கும் இடையிலான
இடைவெளியைக் குறைக்க முடியும்,
பிரபஞ்சத்தின் எல்லையற்ற ஆற்றலுக்கு
ஏற்ப பொருள் உலகத்தை மறுவடிவமைக்க
முடியும்."

இஷான்: (கண்களை விரித்து, முன்னோக்கி
சாய்ந்து) "மன்னிக்கவும், குவாண்டம்
விளைவுகளைக் கட்டுப்படுத்துவதன் மூலம்
திசுக்களை மீண்டும் உருவாக்க முடியும்
என்று சொல்கிறீர்களா - சேதமடைந்த
கல்லீரல் செல்களை மீண்டும்
ஆரோக்கியமான செல்களாக மாற்றுவது
போல -? அது நம்பமுடியாததாகத்
தெரிகிறது. ஆனால்... எப்படி? நீங்கள்

எப்படி அப்படி ஏதாவது செய்யத் தொடங்க
முடியும்? இவ்வளவு சிறிய அளவிலான
நிகழ்தகவுகளைப் பற்றி நாங்கள்
பேசுகிறோம் - அந்த அளவிலான
கட்டுப்பாட்டை நீங்கள் எவ்வாறு
அடைகிறீர்கள்? அத்வைத வேதாந்தத்திற்கும்
இதற்கும் என்ன சம்பந்தம்?"

கடவுள்: (நிச்சயமான தொனியுடன்) "நீங்கள்
ஒரு அணுவின் அளவில் கவனம்
செலுத்துவதன் மூலம் அத்வைத
வேதாந்தத்தின் சாத்தியக்கூறுகளை சவால்
செய்கிறீர்கள். ஆனால் இப்போது கற்பனை
செய்ய முடியாத அளவுக்கு மிகப்பெரிய
எண்ணிக்கையிலான - குவாட்ரில்லியன்
கணக்கான அணுக்கள், அவற்றின் எண்ணற்ற
துணை அணு துகள்கள், அனைத்தும் இந்த
வழியில் செல்வாக்கு செலுத்தப்பட்டு

கையாளப்படுகின்றன என்று கற்பனை செய்து பாருங்கள். அத்வைத வேதாந்தத்தில், ஆத்மா - உங்கள் உள்ளார்ந்த சுயம் - என்னிடமிருந்து வேறுபட்டதல்ல. நான் அனைத்து இருப்புக்கும் மூல காரணம், கிளாசிக்கல் இயற்பியல், குவாண்டம் நிகழ்வுகள் மற்றும் முழு பிரபஞ்சத்தையும் நிலைநிறுத்தும் சிக்கலான தொடர்புகளின் வலையமைப்பை நிர்வகிக்கும் அடிப்படை சக்தி."

இஷான்: (அவரது முகபாவத்தில் ஒருவித விசாரணையுடன்) "இப்போது எனக்குப் புரிகிறது, கடவுளே. ஆரம்பத்தில் ஏற்றுக்கொள்வது கொஞ்சம் கடினமாக இருக்கிறது, ஆனால் இப்போது அது அர்த்தமுள்ளதாகத் தொடங்குகிறது."

கடவுள்: (புன்னகைத்து) "இஷான், உங்கள்
எண்ணங்கள், ஆன்மாவால்
இயக்கப்படும்போது, உங்கள் உறுப்புகள்,
மனம், எலும்புகள் மற்றும் உங்கள் உடலின்
எந்தப் பகுதியையும் குணப்படுத்தவும்
மீண்டும் உருவாக்கவும் ஆற்றலைக்
கொண்டுள்ளன. இது மந்திர குணப்படுத்தும்
சிகிச்சையின் அடித்தளத்தை
உருவாக்குகிறது, இதைப் பற்றி நாம்
விரைவில் விவாதிப்போம். அது
மட்டுமல்லாமல், மந்திர
டிரான்ஸ்கிரிப்டினில் உள்ளதைப் போல
சுவாண்டம் விளைவுகளை செல்வாக்கு
செலுத்துவதன் மூலம், எந்தவொரு
இயற்பியல் ஊடகத்தையும் கையாள
முடியும், இதன் மூலம் நீண்ட காலமாக
இழந்த உண்மைகளை வெளிக்கொணரலாம்

அல்லது தீவிர தொழில்நுட்ப
முன்னேற்றங்களைத் திறக்கலாம்."

கடவுள்: (சிந்தனையுடன் சைகை
செய்கிறேன்) "நான், உச்ச பிரம்மனாக,
நித்திய விதிகளின்படி பிரபஞ்சத்தை
பராமரிக்கிறேன், குவாண்டம் விளைவுகளை
செல்வாக்கு செலுத்துவதன் மூலம்
அமைதியாக வேலை செய்கிறேன். இது
நிகழ்வுகளின் விளைவை அமைதியான,
துல்லியமான வழிகளில் பாதிக்க எனக்கு
உதவுகிறது. உதாரணமாக, குவாண்டம்
விளைவுகளை கையாளுவதன் மூலம், ஒரு
சாதனத்தை செயலிழக்கச் செய்வதன் மூலம்,
புற்றுநோய்க்கு வழிவகுக்கும் மரபணு
மாற்றங்களைத் தூண்டுவதன் மூலம்,
அல்லது ஒரு நபரின் முடிவுகளை மெதுவாக
வடிவமைக்கும் ஒரு சிந்தனையைத்

தூண்டுவதன் மூலம். அது ஒரு உலகத்
தலைவர் ஒரு முக்கியமான முடிவை
எடுப்பதாக இருந்தாலும் சரி அல்லது ஒரு
சாதாரண மனிதராக இருந்தாலும் சரி,
அவர்களின் செயல்கள் மற்றும்
தொடர்புகளை நான் பாதிக்க முடியும்.
சுவாண்டம் உலகம் எனக்கு ஒரு
நெகிழ்வான அடித்தளத்தை வழங்குகிறது,
இதன் மூலம் பௌதிக உலகம்
பாதிக்கப்படலாம் - அமைதியான
சரிசெய்தல்!"

இஷான்: (சந்தோஷமாகப் பார்க்கிறேன்)
"ஆனால் கடவுளே, ஒருவரின் உடலில்
புற்றுநோயைக் கொண்டுவர நீங்கள் ஏன்
சுவாண்டம் கையாளுதலைப் பயன்படுத்த
வேண்டும்?"

கடவுள்: (அன்புடன் தலையசைக்கிறேன்)
"என் மகனே, நான் நித்திய விதிகளின்படி
பிரபஞ்சத்தை பராமரிக்கிறேன். நான் ஒரு
பக்கத்தை எடுக்கவில்லை அல்லது இரக்கம்
அல்லது வலி போன்ற உணர்ச்சிகளை
உணரவில்லை - இந்த விதிகளின்படி
விளைவுகளை ஏற்படுத்த குவாண்டம்
உலகத்தை நான் கையாளுகிறேன்."

தங்களைச் சுற்றியுள்ள மின்னும் துகள்கள்
அமைதியான உறுதியுடன் துடிக்கும்போது,
இஷான் தனது வளர்ந்து வரும் ஆர்வத்தின்
கீழ் ஒரு அமைதியின்மையை உணர்கிறார் -
அவரது சொந்த நம்பிக்கைகளைக் கூட
நிர்வகிக்கும் பரந்த, மாறாத சட்டங்களைப்
பற்றிய புரிதல் இல்லாததால் பிறந்த ஒரு
பதட்டமான உணர்வு.

வாய்ப்பின் உடற்கூறியல்

காட்சி: வெள்ளம் சூழ்ந்த ஆற்றின் நடுவில் இஷான் தனியாக நிற்கிறான், இருண்ட அலைமோதும் வானத்தின் கீழ் தண்ணீர் வேகமாகப் பாய்கிறது. வெள்ளம் அவன் முழங்கால்களைச் சுற்றி எழுகிறது, குப்பைகள் மற்றும் நினைவுகளால் சுழல்கிறது. உயரும் நீரிலிருந்து, கடவுளின் வடிவம் வெளிப்பட்டு, நீரோட்டத்தில் வந்து, அவனை மெதுவாகத் தூக்குகிறது. தண்ணீர் வடிந்தது. அவை ஒன்றாக வறண்ட தரையில் நிற்கின்றன.

கடவுள்: (ஒரு வெற்றிகரமான புன்னகையுடன்) "உடல் அதிர்ஷ்டம் பற்றிப் பேச வேண்டிய நேரம் இது - நடைமுறை வேதாந்தத்தின் முதல் மற்றும் முக்கிய

நிர்வாகக் கொள்கை. இஷான், நீங்கள்
கவனமாகக் கேட்க வேண்டும் என்று நான்
விரும்புகிறேன். நான் பகிர்ந்து கொள்ளப்
போவது முதலில் சிக்கலானதாகத்
தோன்றலாம், மேலும் அதை முழுமையாகப்
புரிந்துகொள்ள சிறிது நேரம் ஆகலாம். நான்
கருத்துக்களை படிப்படியாக
அறிமுகப்படுத்தி, முழுமையான புரிதலை
உறுதி செய்வதற்காக மீண்டும் மீண்டும்
கூறுவதன் மூலம் அவற்றை
வலுப்படுத்துவேன். ஒவ்வொரு
வார்த்தையையும் நினைவில் வைத்திருப்பது
பற்றி கவலைப்பட வேண்டாம். நீங்கள்
எழுந்ததும், உங்கள் படுக்கையில்
'நிர்வாணம்' என்ற தலைப்பில் ஒரு
புத்தகத்தைக் காண்பீர்கள், அது எங்கள்
அனைத்து விவாதங்களுடனும் முடிந்தது.

இப்போதைக்கு, புரிந்துகொள்வதில் கவனம்
செலுத்துங்கள், மனப்பாடம் செய்வதில்
அல்ல."

இஷான்: (உற்சாகமாக) "எனக்கு கடவுளைப்
புரிகிறது. மிக்க நன்றி."

கடவுள்: (பெருமையுடன்
சிரித்துக்கொண்டே) "நாம் முன்பு
விவாதித்தது போல, ஒவ்வொரு மனித
செல்லின் இதயத்திலும், எந்த உயிரினத்தின்
செல்களிலும், ஆன்மா எனப்படும் ஒரு
சிறிய மெட்டாபிசிகல் நிறுவனம் வாழ்கிறது.
ஒரு உயிரினம், அதன் அளவு மற்றும்
சிக்கலான தன்மையைப் பொறுத்து,
பெரும்பாலும் டிரில்லியன் கணக்கான இந்த
செல்களால் ஆனது, பல்வேறு உறுப்புகளாக
ஒழுங்கமைக்கப்பட்டுள்ளது. இதன்

விளைவாக, ஒவ்வொரு உயிரினத்தின் உடலிலும், அது ஒரு மனிதனாக இருந்தாலும், ஒரு நாயாக இருந்தாலும், ஒரு பூனையாக இருந்தாலும், ஒரு தாவரமாக இருந்தாலும் அல்லது வேறு எந்த உயிரினமாக இருந்தாலும், ஒரு சக்திவாய்ந்த மெட்டாபிசிகல் ஆன்மா புலம் உள்ளது. பகவத் கீதை மரணத்திற்குப் பிறகு ஆன்மாவின் பயணத்தை ஒரு ஆழமான ஒப்புமையுடன் விளக்குகிறது: 'ஒரு நபர் தேய்ந்துபோன உடல்களை நிராகரித்து புதிய உடல்களில் நுழைவது போல'.

கடவுள்: (ஒரு பிரகாசமான வெளிப்பாட்டுடன்) "இஷான், ஒரு நபரின் வாழ்க்கையில் பெரும்பாலான நேர்மறை மற்றும் எதிர்மறை அனுபவங்களுக்குப் பின்னால் உடல் அதிர்ஷ்டம் முக்கிய

காரணம். இது இரண்டு முதன்மை முறைகளில் செயல்படுகிறது: உடல் அதிர்ஷ்ட சூழ்நிலைகள் மற்றும் நிகழ்வுகள்."

கடவுள்: (ஒரு சிந்தனையுடன் கூடிய பார்வையுடன்) "ஒவ்வொரு உயிரணுவிலும் தெய்வீக ஆன்மா இருப்பதால், ஒருவரின் உடல் உறுப்புகளின் தற்போதைய சுகாதார நிலை, நேர்மறை மற்றும் எதிர்மறை இரண்டும், தனிநபரின் வெளிப்புற சூழ்நிலைகளில் தொடர்ந்து பிரதிபலிக்கிறது. எதிர்மறை பக்கத்தில், குறைந்த உயிர்ச்சக்தி, நாள்பட்ட சோர்வு, கொழுப்பு கல்லீரல், நீரிழிவு, தன்னுடல் தாக்கக் கோளாறுகள் மற்றும் பிற நாள்பட்ட நிலைமைகள் போன்ற உள் ஏற்றத்தாழ்வுகள் திருமண முரண்பாடு அல்லது விவாகரத்து, நிதிக் கடன், ஒருவருக்கொருவர் மோதல், குற்றவியல்

ஈடுபாடு, போர், ஒற்றுமையின்மை, வேலை
அழுத்தம் மற்றும் இதே போன்ற
கஷ்டங்களாக வெளிப்புறமாக
வெளிப்படும்."

கடவுள்: (அறியும் பார்வையுடன்) "நேர்மறை
பக்கத்தில், ஆரோக்கியமான உள்
உறுப்புகள், செல்லுலார் உயிர்ச்சக்தி, உடல்
சகிப்புத்தன்மை மற்றும் மன தெளிவு
பெரும்பாலும் வெளிப்புறமாக பொருள்
செல்வம், திருமண நல்லிணக்கம், நல்ல
நற்பெயர், அறிவுசார் நோக்கங்கள், அமைதி,
மகிழ்ச்சி, செல்வம் மற்றும் பிற
நேர்மறையான சூழ்நிலைகளாக
வெளிப்படுகின்றன. ஒருவரின் வெளிப்புற
சூழ்நிலைகளில் உடலின் உள் உயிரியல்
நிலையின் நேர்மறை மற்றும் எதிர்மறை
இரண்டும் கொண்ட இந்த வெளிப்புற

பிரதிபலிப்புகள் உடல் அதிர்ஷ்ட சூழ்நிலை
என்று குறிப்பிடப்படுகின்றன. உடல்
அதிர்ஷ்ட நிலை என்பது உடலுக்குள்
ஒப்பீட்டளவில் நிலையான நேர்மறை
அல்லது எதிர்மறை நிலையைக் குறிக்கிறது,
குறைந்தபட்ச உள் ஏற்ற இறக்கங்கள்
அல்லது மாற்றங்களுடன்."

கடவுள்: (குறிப்பை ஆழமாகப்
புரிந்துகொள்ள இடைநிறுத்துதல்)
"இரண்டாவது இயக்க முறை என்பது உடல்
நிலையில் நேர்மறை அல்லது எதிர்மறை
மாற்றத்தை பிரதிபலிக்கும் நிகழ்வு. ஒரு குழு
செல்கள் அல்லது ஒரு உறுப்பு
மோசமடையத் தொடங்கும் போது -
ஆரோக்கியமற்ற வாழ்க்கை முறை, முதுமை

அல்லது நோய் காரணமாக - அது ஒரு
வகையான மனோதத்துவ துயர
சமிக்ஞையை வெளியிடுகிறது. இந்த
நுட்பமான சமிக்ஞைகள் வாழ்க்கை
நிகழ்வுகளை எதிர்மறையான திசையில்
பாதிக்க என்னை கட்டாயப்படுத்துவதன்
மூலம் தனிநபருக்கு துரதிர்ஷ்டத்தை
ஈர்க்கின்றன. இதன் விளைவாக, வெளிப்புற
நிகழ்வுகள் இந்த உள் சரிவை பிரதிபலிக்கத்
தொடங்குகின்றன: விபத்துகள், உறவு
மோதல்கள், துரோகம், குற்றங்கள் மற்றும்
கடுமையான தீங்கு கூட ஏற்படலாம்."

கடவுள்: (ஒரு அமைதியான
வெளிப்பாட்டுடன்) "இதுபோன்ற நிகழ்வுகள்
பெரும்பாலும் சீரற்றவை என்று
நிராகரிக்கப்படுகின்றன அல்லது மனித
தேர்வுகளுக்குக் காரணம் கூறப்படுகின்றன,

உண்மையில், அவை என்னால் துல்லியமாக
திட்டமிடப்படுகின்றன, உடல்
ஆன்மாவிலிருந்து எழும் தூண்டுதல்களுக்கு
பதிலளிக்கின்றன. நேர்மறையான பக்கத்தில்,
உறுப்புகளை குணப்படுத்துதல் அல்லது
வலுப்படுத்துதல் போன்ற சுகாதார நிலையில்
முன்னேற்றம் இருக்கும்போது, இது
நேர்மறையான நிகழ்வுகளுக்கு
வழிவகுக்கிறது. அவை திடீர் நிதி
ஆதாயங்கள், திருமண மோதலின் தீர்வு,
சட்ட வெற்றிகள் அல்லது பிற
அதிர்ஷ்டமான விளைவுகளாக
வெளிப்படலாம்."

கடவுள்: (முக்கியத்துவத்தை உள்வாங்கிக்
கொள்ள இடைநிறுத்தி) "உடல் அதிர்ஷ்ட
சூழ்நிலைகளை நிகழ்வுகளுடன் குழப்பிக்
கொள்ளாமல் இருப்பது முக்கியம். உடல்

அதிர்ஷ்ட சூழ்நிலை உங்கள் உடலின் ஒரு
குறிப்பிட்ட அம்சத்தின் தற்போதைய உள்
நிலையை பிரதிபலிக்கிறது, அது
நேர்மறையாகவோ அல்லது
எதிர்மறையாகவோ இருக்கலாம், அதே
நேரத்தில் அந்த நிகழ்வு அந்த உடல்
சூழ்நிலையில் நேர்மறையாகவோ அல்லது
எதிர்மறையாகவோ ஒரு குறிப்பிடத்தக்க
மாற்றத்தைக் குறிக்கிறது. உடல் அதிர்ஷ்ட
சூழ்நிலைகள் பெரும்பாலும் நீண்ட
காலத்திற்கு நீடிக்கும், அந்த நேரத்தில்
உடலின் பாதிக்கப்பட்ட அம்சம்
ஒப்பீட்டளவில் நிலையான
நேர்மறையாகவோ அல்லது
எதிர்மறையாகவோ இருக்கும்.
இதற்கிடையில், இந்த நிலையைத் தூண்டிய
உண்மையான நிகழ்வு சில நாட்களில்

முடிந்திருக்கலாம்.

உங்களை

வறுமையிலிருந்து உயர்த்தும் லாட்டரியை
வெல்வது உங்கள் வாழ்நாள் முழுவதும்
நடைமுறையில் தொடரலாம், அதே
நேரத்தில் லாட்டரி வென்ற நிகழ்வு
பொதுவாக சில வாரங்களில் முடிந்துவிடும்.
நிகழ்வுகளைத் தவறாகப் புரிந்துகொள்வது
உடலின் நிலை நிலையானது என்று
நம்புவது போன்றது, உண்மையில், நாம்
கூட்டாக உடல் அதிர்ஷ்ட சூழ்நிலைகள்
மற்றும் அல்லது நிகழ்வுகளைக்
குறிப்பிடுவோம்."

இஷான்: (புரிந்துகொண்டு) "இதை
இவ்வளவு விரிவாக விளக்கியதற்கு நன்றி,
கடவுளே."

கடவுள்: (அன்பான புன்னகையுடன்)

"உதாரணமாக, இந்தியாவில் ஒரு இல்லத்தரசியை நினைத்துப் பாருங்கள், அவளுடைய கணவர் மத்திய கிழக்கில் வேலை செய்கிறார். அவர்கள் நீண்ட காலமாகப் பிரிந்து, தனிமை, பதட்டம், தொடர்பின்மை போன்ற உணர்வுகளால் ஏற்படும் உணர்ச்சி அழுத்தத்தை அவள் உணர்கிறாள், மேலும் அதைச் சமாளிப்பது கடினமாகிறது. இந்த தொடர்ச்சியான உணர்ச்சி மற்றும் உடல் நிலை அவளுடைய உடல் அதிர்ஷ்ட நிலையை பிரதிபலிக்கிறது. காலப்போக்கில், அவள் தன் நல்வாழ்வை மேம்படுத்துவதற்கு நனவான நடவடிக்கைகளை எடுக்கத் தொடங்குகிறாள். அவள் வாழ்க்கை முறையின் முக்கிய மாற்றங்களை ஏற்றுக்கொள்கிறாள், முன்பு

இல்லாத அத்தியாவசிய சப்ளிமெண்ட்களை
இணைத்துக்கொள்கிறாள், தொடர்ந்து
யோகா பயிற்சி செய்யத் தொடங்குகிறாள்.
பின்னர், எதிர்பாராத விதமாக, அவளுடைய
கணவருக்கு அவர்களின் சொந்த ஊரில்
உள்ள ஒரு புகழ்பெற்ற நிறுவனத்திலிருந்து
வேலை வாய்ப்பு கிடைக்கிறது. அவர்களின்
உடல் நிலை அல்லது சூழ்நிலையில்
ஏற்பட்ட இந்த திடீர், நேர்மறையான மாற்றம்
ஒரு உள் ஆசீர்வாதத்திற்கு ஒரு சிறந்த
எடுத்துக்காட்டு. முன்னேற்றம்."

கடவுள்: (முக்கியத்துவத்தை உள்வாங்கிக்
கொள்ள இடைநிறுத்தி) "அதேபோல்,
இந்தியாவில் வாழும் ஒருவருக்கு, உக்ரைன்
போன்ற தொலைதூர நாட்டில் நடக்கும்
போர் ஒரு எதிர்மறையான உடல் அதிர்ஷ்ட
சூழ்நிலையைக் குறிக்கிறது, சில சிறிய உள்

உடல் அளவுருக்களில் ஒரு நுட்பமான
சீரழிவின் வெளிப்புற பிரதிபலிப்பாகும்.
இருப்பினும், உக்ரைனில் வசிக்கும்
ஒருவருக்கு, அந்த நபர் போர்
மண்டலத்திற்கு நெருக்கமாக இருப்பதால்
இது மிகவும் கடுமையான உடல் அதிர்ஷ்ட
சூழ்நிலையாகும். இந்த கடுமையான உடல்
நிலைமை காயம், மரணம் அல்லது வீடுகள்
மற்றும் உள்கட்டமைப்புகளை அடிக்கடி
அழிப்பது போன்ற எதிர்மறை
நிகழ்வுகளைத் தூண்டும். உடல்
அதிர்ஷ்டத்தைப் பற்றி நன்கு புரிந்து
கொண்ட ஒருவருக்கு, போரை முடிவுக்குக்
கொண்டுவருவதற்கான மிகவும் சிக்கனமான
மற்றும் எளிதான பாதை நிர்வாண வாழ்க்கை
முறையைப் பின்பற்றுவதாகும் - இது
இயற்கையாகவே உடல்

ஆரோக்கியத்தையும் உள்
நல்லிணக்கத்தையும் மீட்டெடுக்கிறது."

இஷான்: (சிந்தித்துக்கொண்டே) "நான்
தவறாக இருந்தால் என்னைத் திருத்துங்கள்,
கடவுளே. உடல் அதிர்ஷ்டம் என்பது உங்கள்
தற்போதைய உள் நிலையின் ஒன்று அல்லது
அதற்கு மேற்பட்ட அம்சங்களின் ஒரு
ஸ்னாப்ஷாட் போன்றது: உங்கள்
உறுப்புகளின் ஆரோக்கியம், உங்கள்
செல்களின் உயிர்ச்சக்தி மற்றும்
உங்களுக்குள் இருக்கும் ஆற்றல் சமநிலை.
இது நிலையானது மற்றும் தொடர்கிறது
மற்றும் உண்மையான உலகில் நல்ல
அல்லது கெட்ட சூழ்நிலைகளாக
வெளிப்படுகிறது. மறுபுறம், ஒரு நிகழ்வு
ஒரு திருப்புமுனையாகும் - அந்த நிலையில்
ஒரு மாற்றம். அது நிகழ்வுகள், வாய்ப்புகள்

அல்லது சவால்கள் மூலம் உங்கள் வெளி உலகில் பிரதிபலிக்கும் திடீர் முன்னேற்றம் அல்லது சரிவாக இருக்கலாம். நிகழ்வுகள் பெரும்பாலும் குறுகிய காலம் மட்டுமே, அதேசமயம் சூழ்நிலைகள் நீண்ட காலம் நீடிக்கும்."

கடவுள்: (மென்மையான பார்வையுடன்)
"இஷான், நீ ஏற்கனவே அதை நன்றாகப் புரிந்துகொண்டிருக்கிறாய். நித்திய பிரம்மனாக, இந்த சூழ்நிலைகளையும் நிகழ்வுகளையும் வெளிப்படுத்த எண்ணற்ற குவாண்டம் விளைவுகளை நான் நுட்பமாகக் கையாளுகிறேன், அனைத்தும் இருப்பை நிர்வகிக்கும் சட்டங்களின்படி. உள் சேதம் எவ்வளவு கடுமையானதோ, அவ்வளவு தீவிரமாக துயர சமிக்ஞை இருக்கும், வெளிப்புற சூழ்நிலைகள் அல்லது

நிகழ்வுகள் மிகவும் தீவிரமாக இருக்கும்.
உதாரணமாக, ஒரு குடிகாரன் தனது உள்
உறுப்புகளை மீண்டும் மீண்டும்
சேதப்படுத்தினால், எல்லாவற்றையும்
இழக்கத் தொடங்கலாம்: குடும்பம், போதை
காரணமாகத் தோன்றினாலும், எண்ணற்ற
கட்டுப்படுத்தப்பட்ட சரிசெய்தல்கள் மூலம்,
அது அவர்களின் உள் நிலையின் நேரடி
பிரதிபலிப்பாகும். இந்த நிகழ்வுகளும்
என்னால் வடிவமைக்கப்படுகின்றன.

கடவுள்: (குறிப்பை மூழ்கடிக்க விடாமல்)
"மக்களின் வாழ்க்கையில் நடக்கும்
கதைகளை நான் ஸ்கிரிப்ட் செய்கிறேன்,
அவர்களின் அனுபவங்களை
வடிவமைக்கிறேன். அது ஒரு தெரு நாய்
உங்களைக் கடித்தாலும் சரி அல்லது உங்கள்
துணையின் துரோகமாக இருந்தாலும் சரி,

இந்த நிகழ்வுகளை நான் ஏற்பாடு செய்கிறேன் - தண்டனையாக அல்ல, மாறாக மோசமடைந்து வரும் உள் நிலையின் கண்ணாடிகளாக. மாறாக, உடலுக்குள் குணப்படுத்துதல் அல்லது மறுசீரமைப்பு நிகழும்போது, விளைவு தலைகீழாக மாறும். செல்கள் மீண்டு வரும்போது, மகிழ்ச்சி, வெற்றி, அன்பு மற்றும் அமைதியைக் கொண்டு வர வாழ்க்கை ஓட்டத்தை நான் சரிசெய்கிறேன். ஒரு காலத்தில் கஷ்டங்களுக்கு வழிவகுத்த அதே சக்தி இப்போது மகிழ்ச்சிக்கு வழி வகுக்கிறது."

கடவுள்: (நிதானமான தொனியில்) "இந்த நுட்பத்தைப் பற்றிய முழுமையான புரிதல் தனிநபர்கள், சமூகங்கள் மற்றும் நாடுகளிடையே முழுமையான அமைதி மற்றும் நல்லிணக்கத்தால்

வகைப்படுத்தப்படும் ஒரு உலகத்திற்கு
வழிவகுக்கும். திருமண மோதல்
அரிதானதாக மாறும். மந்திர சிகிச்சை மற்றும்
நிர்வாண வாழ்க்கை முறையின் உதவியுடன்,
உலகளாவிய ஒத்துழைப்பு மற்றும்
நல்லிணக்கம் வெளிப்படும், இது கிரகத்தை
துரதிர்ஷ்டவசமான காளியின் பிடியிலிருந்து
விடுவிக்கும். இன்று பெரும்பாலான மக்கள்
தங்கள் வாழ்நாள் முழுவதும் உடல்
அதிர்ஷ்ட தொடர்பை அறியாமல்
வாழ்கிறார்கள். அவர்கள் தங்கள்
வாழ்க்கையில் ஏற்படும் நிகழ்வுகள்
சீரற்றவை அல்லது அவர்களின் துன்பம் ஒரு
வகையான தண்டனை என்று அவர்கள்
கருதுகிறார்கள். ஆனால் உண்மை
என்னவென்றால், அவர்கள் தங்கள் உடல்
ஆரோக்கியம், உணவுமுறை,

பழக்கவழக்கங்கள்

மற்றும்

வயதானவற்றுடன்

நெருக்கமாக

பிணைக்கப்பட்டுள்ளனர், காரணம் மற்றும்
தீர்வு இரண்டும் தங்களுக்குள் இருப்பதை
ஒருபோதும் உணரவில்லை."

கடவுள்: (முக்கியத்துவத்தை மூழ்கடிக்க
விடாமல்) "நான் உங்கள் நல்ல மற்றும்
கெட்ட நாட்களை வடிவமைக்கிறேன்,
பாரபட்சத்துடன் அல்ல, ஆனால் உடலின்
நிலைக்கு பதிலளிப்பதன் மூலம். குவாண்டம்
விளைவுகளை துல்லியமாக கையாளுவதன்
மூலம் எல்லாம் வழிநடத்தப்படுகிறது. நான்
யாரையும் ஆதரிக்கவோ தண்டிக்கவோ
இல்லை. நான் வெறுமனே பதிலளிக்கிறேன்.
மனிதகுலம் ஆரோக்கியமற்ற வாழ்க்கையை
ஏற்றுக்கொண்டு பாரம்பரிய வழிகளைக்
கைவிட்டதால் போர், இயற்கை பேரழிவுகள்

மற்றும் உறவு மோதல்கள் அதிகரித்து வருகின்றன. மது, பதப்படுத்தப்பட்ட உணவுகள் மற்றும் துண்டிக்கப்பட்ட வாழ்க்கை முறைகள் துன்ப சமிக்ஞைகளை அனுப்புகின்றன, எப்போதும் போல நான் எதிர்மறையான நிகழ்வுகளுடன் பதிலளிக்கிறேன்."

இஷான்: (சுவாரஸ்யமாக) "நான் கடவுளைப் புரிந்துகொள்ளத் தொடங்கிவிட்டேன் என்று நினைக்கிறேன். நீங்கள் இப்போது விளக்கிய பிறகு வாழ்க்கையைப் பற்றி நாம் நினைத்த அனைத்தும் தவறாகத் தெரிகிறது. நமக்கு நடக்கும் விஷயங்கள், நல்லது மற்றும் கெட்ட நிகழ்வுகள் இரண்டும், நம் உடல் ஆரோக்கியத்தைப் பற்றிய ஒரு வகையான பின்னூட்டம் போல் உணர்கிறது. ஆனால் மந்திர சிகிச்சை என்றால் என்ன என்பதை

நான் இன்னும் முழுமையாகப் புரிந்து
கொள்ளவில்லை, கடவுளே."

கடவுள்: (ஒரு மகிழ்ச்சியான புன்னகையுடன்)
"கருத்து என்பது உண்மையில் அதைப்
பார்ப்பதற்கான ஒரு அற்புதமான மற்றும்
நேர்மறையான வழியாகும், இஷான்.
உங்கள் வாழ்க்கை முறையை
மேம்படுத்தவும், இந்த நிகழ்வுகளுக்குப்
பொறுப்பேற்கவும் நீங்கள் தயாராக
இருந்தால், கருத்து விளக்கத்திற்கு சரியாகப்
பொருந்துகிறது. மேலும், மந்திர சிகிச்சை
என்பது உடல் மற்றும் மனம் இரண்டையும்
படிப்படியாகக் குணப்படுத்தி
மீட்டெடுக்கக்கூடிய சக்திவாய்ந்த
தியானத்தின் ஒரு வடிவமாகும். இது
முதுகெலும்பு காயங்கள், நீரிழிவு நோய்,
மரபணு நோய்கள் போன்ற கடுமையான

நிலைகளிலிருந்து மக்கள் மீளவும், வயதான
விளைவுகளை மாற்றியமைக்கவும்,
வழக்கத்திற்கு மாறாக நீண்ட,
ஆரோக்கியமான ஆயுட்காலம் கொண்ட
ஒரு தலைமுறையை உருவாக்கவும் உதவும்.
இப்போதைக்கு, மந்திர சிகிச்சை என்பது
நடைமுறை வேதாந்தத்தில் ஒரு
அத்தியாவசிய நடைமுறை என்பதை
அறிந்து கொள்ளுங்கள்; இதன் மூலம் உடல்
அதிர்ஷ்டத்தை மாற்றுகிறது."

கடவுள்: (நிலையான தொனியில்)
"மனிதகுலத்தின் தற்போதைய
சூழ்நிலையைப் புரிந்துகொள்வதற்கான ஒரு
நல்ல ஒப்புமை என்னவென்றால்,
பார்வையற்றவர்களால் நிறைந்த ஒரு
உலகத்தை கற்பனை செய்வது. அவர்களுக்கு
முன்னால் இருப்பதை அவர்களால் பார்க்க

முடியாது, ஆனால் அவர்கள் தங்கள்
நிகழ்காலத்தையும் எதிர்காலத்தையும்
வடிவமைக்கும் சட்டங்களையே
புறக்கணித்து மீறும், பரபரப்பான, மேம்பட்ட
வாழ்க்கை என்று அழைக்கப்படுபவர்களாக
வாழ்கிறார்கள். பெரும்பாலானோர் இந்த
குருட்டுத்தன்மைக்கு மிகவும்
பழக்கமாகிவிட்டனர், அவர்கள் எந்த புதிய
சித்தாந்தத்தையும் எதிர்க்கிறார்கள்,
அவர்களின் கண்களைத் திறக்கக்கூடிய,
அவர்களின் வாழ்க்கையை மாற்றக்கூடிய,
முடிவில்லாத வளர்ச்சியைத் துரத்துவதால்
ஏற்படும் சுற்றுச்சூழல் பேரழிவிலிருந்து
கிரகத்தையும் அதன் உயிரினங்களையும்
காப்பாற்றக்கூடிய ஒன்றைக் கூட."

கடவுள்: (அமைதியான வெளிப்பாட்டுடன்)
"ஒரு உணவு அல்லது வாழ்க்கை முறை

பழக்கத்தின் ஒரு தொந்தரவான நிகழ்வை
ஈர்க்க அல்லது தடுக்கும் திறன், உடல்
அதிர்ஷ்ட குறியீடு என அழைக்கப்படுவதன்
மூலம் அளவிடப்படுகிறது, இது பதினொரு
புள்ளிகள் அளவில் தரப்படுத்தப்படுகிறது:
மிகவும் நேர்மறை, மிகவும் நேர்மறை,
தெளிவாக நேர்மறை, மிதமான நேர்மறை,
சற்று நேர்மறை, நடுநிலை, சற்று எதிர்மறை,
மிதமான எதிர்மறை, தெளிவாக எதிர்மறை,
மிகவும் எதிர்மறை.

நேர்மறை மதிப்பெண்கள், பொருள்
ஆரோக்கியத்தைப் பாதுகாக்கவும், உடலை
வளர்க்கவும், அதன் மூலம் எதிர்மறை
நிகழ்வுகளின் அபாயத்தைக் குறைக்கவும்,
அதே நேரத்தில் நேர்மறையான

நிகழ்வுகளை ஊக்குவிக்கவும் முனைகிறது
என்பதைக் குறிக்கிறது.

எதிர்மறை மதிப்பெண்கள்
ஆரோக்கியத்திற்கு தீங்கு விளைவிக்கும்,
எதிர்மறை நிகழ்வுகளின் அபாயத்தை
கணிசமாக அதிகரிக்கும் மற்றும்
நேர்மறையான நிகழ்வுகளை மறைக்கும்
அபாயத்தைக் குறிக்கின்றன."

கடவுள்: (புள்ளியை மூழ்கடிக்க விடாமல்)
"சரியான மதிப்பெண்கள் சாத்தியமற்றது,
ஏனெனில் குறியீட்டு நபரின் வயது, சுகாதார
நிலை, பாலினம், நாளின் நேரம் மற்றும்
முக்கியமாக, நுகர்வு அளவு மற்றும்
அதிர்வெண் ஆகியவற்றுடன் மாறுகிறது.
இருப்பினும், பின்வரும் அட்டவணை
சராசரியாக ஆரோக்கியமான தனிநபரின்

பல பொதுவான உணவுகள் மற்றும் வாழ்க்கை முறைகளுக்கான பொதுவான உடல் அதிர்ஷ்ட குறியீட்டை வழங்குகிறது."

கடவுள்: (தெரிந்த பார்வையுடன்) "

விஷம் (எந்த அளவும்): மிகவும் எதிர்மறை
மது (1 நிலையான பானம், ≈ 45 மிலி 40% ABV இல்): மிகவும் எதிர்மறை

ஆற்றல் பானங்கள் (1 கேன், ≈ 250 மிலி):
மிகவும் எதிர்மறை

மென்மையான பானங்கள் (1 கேன், ≈ 330 மிலி): தெளிவாக எதிர்மறை

துரித உணவு (1 பர்கர் உணவு): தெளிவாக
எதிர்மறை

குளிர் பாலைவனம் / பேஸ்ட்ரி: தெளிவாக
எதிர்மறை

புகைபிடித்தல் (1 சிகரெட்): தெளிவாக எதிர்மறை

விடியற்காலை வரை அதிக நேரம் பார்த்தல் (1 இரவு): தெளிவாக எதிர்மறை

சிறிதளவு அல்லது காய்கறிகள் இல்லாத இறைச்சி உணவு (3 தொடர்ச்சியான உணவுகள்): மிதமான எதிர்மறை

உடனடி நூடுல்ஸ் (1 பாக்கெட், ≈ 70 கிராம் உலர்): மிதமான எதிர்மறை

வணிக பால் சாக்லேட் (40 கிராம் பார்): மிதமான எதிர்மறை

பேக் செய்யப்பட்ட பிஸ்கட்கள் மற்றும் சிற்றுண்டிகள் (1 சிறிய பேக், ≈ 30 கிராம்): மிதமான எதிர்மறை

பதப்படுத்துதப்பட்ட கோதுமை மாவு (மைதா)
(1 கப் தயாரிப்பு, ≈ 100 கிராம்): மிதமான
எதிர்மறை

குளிர் பாலைவனங்கள் (1 பரிமாறல், ≈ 100
கிராம்): மிதமான எதிர்மறை

ஐஸ்கிரீம் (1 ஸ்கூப், ≈ 75 கிராம்): மிதமான
எதிர்மறை

போதுமான நீர் உட்கொள்ளல் அல்லது
நீரிழிப்பு (1 நாள் முழுவதும்): மிதமான
எதிர்மறை

காலை உணவைத் தவிர்ப்பது (1 நாள்):
மிதமான எதிர்மறை

வறுத்த சிற்றுண்டிகள் (1 சிறிய பரிமாறல், $\approx$
50 கிராம்): மிதமான எதிர்மறை

வெள்ளை ரொட்டி (2 துண்டுகள், ≈ 60 கிராம்): மிதமான எதிர்மறை

பாதுகாப்புப் பொருட்கள்
(பதப்படுத்தப்பட்ட உணவுகளிலிருந்து
வழக்கமான தினசரி உட்கொள்ளல், ≈ 0.1 கிராம்): மிதமான எதிர்மறை

அதிகாலை 2 மணிக்குப் பிறகு தூங்குதல் (1 இரவு): மிதமான எதிர்மறை

உடல் செயல்பாடு இல்லாத உட்கார்ந்த
வேலை நாள் (1 நாள்): மிதமான எதிர்மறை

குளிர்ந்த நீர் (1 கிளாஸ், ≈ 250 மிலி): சற்று
எதிர்மறை

அரிசி ($<10\%$ தவிடு) (1 கப் சமைத்த, ≈ 150 கிராம்): சற்று எதிர்மறை

காபி (1 கப், ≈ 240 மிலி): சற்று எதிர்மறை

தேநீர் (1 கப், ≈ 240 மிலி): சற்று எதிர்மறை
சர்க்கரை (1 தேக்கரண்டி, ≈ 4 கிராம்): சற்று
எதிர்மறை

படுக்கைக்கு முன் மொபைல் சாதனங்களை
அதிகமாகப் பயன்படுத்துதல் (1 இரவு): சற்று
எதிர்மறை

அதிகப்படியான உடற்பயிற்சி (1 நீண்ட
உயர்-தீவிர அமர்வு, ≥ 2 மணி நேரம்): சற்று
எதிர்மறை

வெல்லம் (1 தேக்கரண்டி, ≈ 15 கிராம்):
நடுநிலை அல்லது சற்று நேர்மறை

தேன் (1 தேக்கரண்டி, ≈ 15 கிராம்): நடுநிலை
முதல் சிறிது நேர்மறை

மந்தமான நீர் (1 கண்ணாடி, ≈ 250 மிலி):
நடுநிலை முதல் சிறிது நேர்மறை

தயிர் (வெற்று, 1 கப், $\approx$ 150 கிராம்): சற்று
நேர்மறை

வழக்கமான நடைபயிற்சி (30 நிமிடங்கள்):
சற்று நேர்மறை

இயற்கையில் செலவிடும் நேரம் (1
மணிநேரம்): சற்று நேர்மறை

பல தானிய ரொட்டி - செயற்கை
சேர்க்கைகள் இல்லை (2 துண்டுகள், $\approx$ 60
கிராம்): சற்று நேர்மறை

புதிய பழங்கள் (1 நடுத்தர பழம் அல்லது 1
கப் துண்டுகளாக்கப்பட்டது, $\approx$ 150 கிராம்):
சற்று நேர்மறை

வேகவைத்த காய்கறிகள் (1 கப் சமைத்த, $\approx$
150 கிராம்): சற்று நேர்மறை

சமைத்த அரிசி ($\geq 50\%$ தவிடு) (1 கப்
சமைத்த, ≈ 150 கிராம்): சற்று நேர்மறை

வீட்டில் சமைத்த சமச்சீர் உணவு
(கார்போஹைட்ரேட்டுகள் + புரதம் +
காய்கறிகள்): சற்று நேர்மறை

ஆரம்ப இரவு உணவு மற்றும் இரவு 9–10
மணி வரை தூங்குதல் (7 இரவுகள்): மிதமான
நேர்மறை

யோகா பயிற்சி (தொடர்ச்சியான 7 நாட்கள்):
மிதமான நேர்மறை

ஜப்பானிய நீர் சிகிச்சை (தொடர்ச்சியான 7
காலைகள்): மிதமான நேர்மறை

மருத்துவ ஆயுர்வேத எண்ணெய்களுடன்
மசாஜ் செய்தல் (வாரத்திற்கு ஒரு முறை):
மிதமான நேர்மறை

உண்ணாவிரதம் (போதுமான
நீரேற்றத்துடன்) (1 நாள்): மிதமான நேர்மறை
நிலையான தூக்க அட்டவணை (இரவுக்கு
7-8 மணி நேரம்): மிதமான நேர்மறை

எழுத்துப்பிழை குணப்படுத்துதல் (15
நாட்களுக்கு தினமும் 4 மணிநேரம்): மிகவும்
நேர்மறை"

இஷான்: (உறுதியான பார்வையுடன்) "இந்த
பட்டியல் மனித வாழ்க்கையில் புரட்சியை
ஏற்படுத்தும்! நன்றி, கடவுளே."

கடவுள்: (ஒரு எரிச்சலூட்டும் பெருமூச்சுடன்)
"உடல் அதிர்ஷ்டக் குறியீட்டைக் கொண்ட
உணவுகளை உட்கொள்வதாலோ அல்லது
வாழ்க்கை முறை பழக்கவழக்கங்களில்
ஈடுபடுவதாலோ ஏற்படக்கூடிய பொதுவான
எதிர்மறை நிகழ்வுகளின் பட்டியலை

இப்போது நான் உங்களுக்குக் கொடுப்பேன்.
இஷான், இவை நிகழ்வுகள், சூழ்நிலைகள்
அல்ல என்பதை நினைவில் கொள்ளுங்கள்.
இந்த நிகழ்வுகளில் சில ஒரே ஒரு
இன்பத்திலிருந்து எழலாம், மற்றவை
மீண்டும் மீண்டும் வெளிப்பட
வேண்டியிருக்கலாம், மேலும் சில பல வருட
துஷ்பிரயோகம் அல்லது அடிப்படையான
நாள்பட்ட சுகாதார நிலைமைகள் வெளிப்பட
வேண்டியிருக்கலாம்."

கடவுள்: (கீழே பார்த்து யோசித்து) "

ஒரு தொலைபேசி அல்லது மின்னணு
சாதனத்தை கீழே போட்டு சேதப்படுத்துதல்
எதிர்பாராத விதமாக தாமதமாக எழுந்து
காலையில் வேகமாகச் செல்வது

வேலைக்குச் செல்லும் வழியில் எதிர்பாராத
போக்குவரத்து நெரிசல்

உங்கள் வேலையை சேதப்படுத்தும் வாகன
விபத்து

உங்கள் வீட்டிலிருந்து சத்தமாக இசை
வருவதாக அண்டை வீட்டார் திடீரென்று
புகார் கூறுகின்றனர்

எதிர்பார்த்ததை விட அதிகமான
பயன்பாட்டு அல்லது வரி பில் பெறுதல்

உங்கள் வீடு அல்லது காரில் இருந்து
பூட்டப்படுதல்

சாவிகள் அல்லது பணப்பை போன்ற
தனிப்பட்ட பொருட்களை இழப்பது

எதிர்பாராத செலவு (எ.கா., கார்
பழுதுபார்ப்பு, சாதனம் பழுதடைதல்)

திட்டங்கள் அல்லது சந்திப்புகளை கடைசி
நிமிடத்தில் ரத்து செய்தல்

வேலையில் எதிர்பாராத நிரம்பிய
அட்டவணை

உங்கள் குழந்தையின் நடத்தை குறித்து
பள்ளியிலிருந்து எதிர்பாராத அழைப்பு

சக ஊழியர் அல்லது முதலாளியுடன் திடீர்
வாக்குவாதம்

குழப்பம் அல்லது மோதலுக்கு வழிவகுக்கும்
தவறான தொடர்பு

முக்கியமான காலக்கெடு அல்லது
சந்திப்பைத் தவறவிடுதல்

வீட்டில் உங்கள் மனைவி அல்லது
கூட்டாளருடன் திடீர் மோதல்

முக்கியமான வேலையின் போது இணையம்
அல்லது மின்சாரம் தடை

நீங்கள் கொடுத்த பணத்தை ஒரு நண்பர்
திருப்பித் தரவில்லை

ஏற்கனவே மன அழுத்தத்தில்
இருக்கும்போது கெட்ட செய்தியைப்
பெறுதல்

ஒரு முக்கிய நிகழ்வு அல்லது சந்திப்பிற்கு
முன் நோய்வாய்ப்பட்டது

சிறிய விபத்து அல்லது காயம் (எ.கா.,
சுளுக்கு, வெட்டு, முதலியன)

விமானம் அல்லது ரயில் தாமதமாக
புறப்படும்

உங்கள் கணினி அல்லது மொபைலில்
திடீரென வைரஸ் தொற்று

தனிப்பட்ட அல்லது நிறுவன வளங்களில்
திடீர் சைபர் தாக்குதல்

வேலை நெருக்கடியான நாளில் குழந்தை
நோய்வாய்ப்பட்டது

பங்குச் சந்தையில் பணத்தை இழந்தது

மருத்துவ அவசரநிலை அல்லது
வெடிகுண்டு மிரட்டல் காரணமாக
பயணத்தின் நடுவில் உங்கள் விமானம்
திருப்பி விடப்பட்டது, உங்கள் திட்டங்களை
நாசமாக்கியது

தொலைதூர நாட்டில் போர் வெடித்தது கச்சா
எண்ணெய் விலைகளைப் பாதித்தது

உங்கள் மனைவியிடமிருந்து விவாகரத்து
அல்லது பிரிவு

நெருங்கிய உறவினர் சம்பந்தப்பட்ட
விவாகரத்து அல்லது பிரிவு

உங்கள் வீட்டிற்கு அருகில் ரயில் தடம்
புரண்டது

உங்கள் நகரம் அல்லது நகரத்தில் ஒரு கூட்டு
பாலியல் வன்கொடுமை செய்தி

குற்றச் செயலில் ஈடுபட்டதாகக் குற்றம்
சாட்டப்பட்டு பிடிபட்டார்

உங்களுக்கு அல்லது நெருங்கிய
உறவினுக்கு எதிராகச் செய்யப்பட்ட சிறிய
பாலியல் குற்றங்கள்

குற்றம் செய்ததாக தவறாக குற்றம்
சாட்டப்பட்டது

பிரபல விமான உற்பத்தியாளர் ஒருவர்
தெரிந்தே குறைபாடுள்ள பாகங்களைக்

கொண்ட விமானங்களை விடுவித்த
செய்தியில் ஒரு தகவல் வெளியிடுபவர்
தகவலை கசிய விடுகிறார்

விமான உற்பத்தியாளரின் நெறிமுறையற்ற
வடிவமைப்பு நடைமுறைகளுடன்
தொடர்புடைய தொழில்நுட்பக் கோளாறால்
ஏற்பட்ட விமான விபத்தில் ஒரு நண்பர்
அல்லது உறவினர் இறந்தார்

உங்கள் நகரம் அல்லது நகரத்தில்
பயங்கரவாதத் தாக்குதல்

உங்கள் நாடு அண்டை நாடுடன் போருக்குப்
போகிறது

தீவிரமானது உங்களுக்கு எதிராகவோ
அல்லது நெருங்கிய உறவினருக்கோ எதிராக
செய்யப்படும் பாலியல் வன்கொடுமை
போன்ற பாலியல் குற்றங்கள்

நெருங்கிய உறவினரின் மரணம்

அண்டை நாட்டிலிருந்து அணு ஆயுதத்
தாக்குதல் அச்சுறுத்தல்

அடுத்த 10 ஆண்டுகளில் பூமியை நோக்கி
ஒரு வால்மீன் பாதையில் செல்வதாக
செய்தி"

கடவுள்: (அமைதியான வெளிப்பாட்டுடன்)
"இப்போது, விஷயங்களின் நேர்மறையான
பக்கத்தைப் பற்றிப் பேசலாம். வாழ்க்கையில்
நேர்மறையான விளைவுகளை அல்லது
சாதகமான நிகழ்வுகளை அடைவதற்கு அதிக
ஒழுக்கம் தேவைப்படுகிறது, ஏனெனில்
உடலை மீட்டெடுப்பதும் புத்துயிர்
பெறுவதும் அதற்கு தீங்கு விளைவிப்பதை
விட மிகவும் முறையான முயற்சியைக்
கோருகிறது. செல்லுலார் வயதானதும்

இறப்பும் இயற்கையாகவே காலப்போக்கில்
உடல் அதிர்ஷ்டத்தை மறுக்க முனைவதால்,
வயது மற்றும் மரபணு காரணிகளும்
குறிப்பிடத்தக்க பங்கை வகிக்கின்றன.
ஆரோக்கியமான உணவுகளை
உட்கொள்வதாலோ அல்லது
ஆரோக்கியமான வாழ்க்கை முறையைப்
பின்பற்றுவதாலோ ஏற்படக்கூடிய
பொதுவான நேர்மறையான நிகழ்வுகளின்
பட்டியல் பின்வருமாறு. நேர்மறையான
உடல் அதிர்ஷ்ட குறியீட்டுடன்
தொடர்புடைய பழக்கவழக்கங்கள்:"

கடவுள்: (ஒரு புன்னகையை நீடிக்க
அனுமதித்தல்) "

மனமார்ந்த பாராட்டு அல்லது
நன்றியுணர்வின் செய்தியைப் பெறுதல்

அந்நியரிடமிருந்து
கருணைச் செயல்

தன்னிச்சையான

உங்கள் துணையுடன் மோதல்களின்
அதிர்வெண் குறைந்தது

வீட்டில் குழந்தைகளின் நடத்தை
மேம்பட்டது

ஒரு நண்பர் அல்லது உறவினரிடமிருந்து
ஒரு உண்மையான மன்னிப்பு பெறுதல்
தவறான புரிதல்

நீண்டகால குடும்பப் பிரச்சினை பற்றிய
உண்மையை வெளிக்கொணர்தல்

குடும்ப மோதலுக்கு அமைதியான தீர்வு

சிகிச்சை அல்லது சுய வளர்ச்சியில் ஒரு
இடைவெளியை அனுபவித்தல்

விருப்பச்சாயல் சிகிச்சை மூலம்
அடையப்பட்ட மேம்பட்ட உடல் மற்றும்
மன திறன்களுடன் வேலையில் கெட்ட
பெயரை நீக்க முடியும்

உங்கள் குழந்தையின் நாள்பட்ட சுகாதார
நிலையில் முன்னேற்றம்

மருத்துவ பரிசோதனைகள் அல்லது
திரையிடல்களிலிருந்து நல்ல செய்தி

வேலையில் பதவி உயர்வு

கனவு வேலை அல்லது புதிய வாய்ப்பைப்
பெறுதல்

விசா அல்லது குடியேற்ற ஒப்புதல் பெறுதல்

உங்கள் குழந்தைகளால் வலுவான கல்வி
செயல்திறன்

உங்கள் குழந்தை ஒரு உயர்நிலைப் பள்ளி
அல்லது கல்லூரியில் சேர்க்கை பெறுதல்

நீண்ட காலமாக தொலைந்து போன நண்பர்
அல்லது குடும்ப உறுப்பினருடன் மீண்டும்
இணைதல்

உங்கள் மனைவியுடனான பிரச்சினைகளைத்
தீர்ப்பது மற்றும் பிரிவை முடிவுக்குக்
கொண்டுவருதல்

ஒரு முக்கியமான தனிப்பட்ட இலக்கை
அடைதல் (எ.கா., எடை இழப்பு, மாரத்தான்
நிறைவு)

நீண்ட காலத்திற்குப் பிறகு அமைதியான
மற்றும் மகிழ்ச்சியான குடும்பக் கூட்டம்

எதிர்பாராத நிதி உதவி அல்லது ஆதரவைப்
பெறுதல்

ஒரு பெரிய நோய் அல்லது சுகாதார
நிலையை சமாளித்தல்

கடனில் இருந்து விடுபடுதல்

தனிப்பட்ட அல்லது தொழில்முறை
சாதனைகளுக்கான அங்கீகாரம் அல்லது
விருது

ஒரு வணிகம் அல்லது திட்டத்தை
வெற்றிகரமாகத் தொடங்குதல்

சட்ட தகராறில் சாதகமான தீர்ப்பு

இழந்த மதிப்புமிக்க ஒன்றைக் கண்டறிதல்
பொருள்

சொத்து அல்லது செல்வத்தைப் பெறுதல்

மந்திர சிகிச்சை மூலம் வாழ்க்கைத் துணை
அல்லது குழந்தையின் குணாதிசய மாற்றம்

மலட்டுத்தன்மையின் காலத்திற்குப் பிறகு
இயற்கையான கருத்தரித்தல்

திடீர் பயண வாய்ப்பு அல்லது கனவு
விடுமுறை

லாட்டரி அல்லது எதிர்பாராத பரிசை
வெல்வது"

இஷான்: (உறுதியாக) "எனக்குப் புரிகிறது,
கடவுளே. இது மிகவும் ஆழமானது."

கடவுள்: (உற்சாகத்துடன் பேசுகிறார்) "இந்த
நேர்மறை அல்லது எதிர்மறை நிகழ்வுகளின்
தன்மை பெரும்பாலும் மேம்படும் அல்லது
மோசமடையும் உடல் அம்சங்களைப்
பற்றிய தகவல்களை வழங்குகிறது. இந்த
நிகழ்வுகள் சீரற்றவை அல்லது
அர்த்தமற்றவை அல்ல; அவை மாற்றத்திற்கு
உள்ளாகும் உடல் அம்சத்தைப்

பிரதிபலிக்கும் நுட்பமான செய்திகளைக்
கொண்டுள்ளன. உதாரணமாக, ஒரு
முக்கியமான பெயரை மறந்துவிடுவது,
குறிப்பாக குடும்ப உறுப்பினர்கள் அல்லது
சக ஊழியர்களுக்கு முன்னால்,
நினைவாற்றல் குறைவதையோ அல்லது
அறிவாற்றல் கூர்மையையோ குறிக்கலாம்.
மறுபுறம், பொது அறிவாற்றல் வினாடி
வினா அல்லது தேர்வில் சிறப்பாகச்
செயல்பட்டு பாராட்டுகளைப் பெறுவது
மூளை செயல்பாட்டில் நேர்மறையான
முன்னேற்றத்தைக் குறிக்கலாம்."

கடவுள்: (கருத்தை மூழ்கடிக்க விடாமல்
இடைநிறுத்துதல்) "கணிசமான அளவு
பணத்தை இழப்பது, மோசமான
ஊட்டச்சத்து குறைபாடுகளையோ அல்லது
உடலுக்குள் உயிர்ச்சக்தி குறைவதையோ

குறிக்கலாம். மின் தடைகள் பெரும்பாலும்
இரத்த சர்க்கரை அளவுகளில் ஏற்ற
இறக்கங்கள், தூக்கமின்மை, சோர்வு மற்றும்
பிற தொடர்புடைய சிக்கல்களுடன்
தொடர்புடையவை. இதேபோல், டிவி
பார்க்கும்போது சிக்னலை இழப்பது சோர்வு
அல்லது தூக்கமின்மையின் விளைவாக
டோபமைன் அல்லது செரோடோனின்
போன்ற மனநிலை தொடர்பான
இரசாயனங்களில் தற்காலிக சரிவை
பிரதிபலிக்கக்கூடும்."

கடவுள்: (அளவிடப்பட்ட வார்த்தைகளால்)
"சில சந்தர்ப்பங்களில், ஒரு விபத்தின் போது
நுரையீரல் அல்லது கல்லீரலில் ஏற்படும்
உடல் காயம், அதிக புகைபிடித்தல் அல்லது
மது அருந்துதல் போன்ற பழக்கங்களால்
இந்த உறுப்புகளில் ஏற்படும் உள் சேதத்தை

பிரதிபலிக்கக்கூடும். உங்கள் உணவில் முடி
இழையைக் கண்டறிவது, மோசமான
செரிமானப் பிரச்சினையைக் குறிக்கலாம்,
ஒருவேளை உங்கள் உடல் அந்த குறிப்பிட்ட
உணவை உடைக்கவோ அல்லது
உறிஞ்சவோ போராடக்கூடும். பள்ளியில்
மோசமான கல்விச் சிக்கல்கள் மூளை
வேதியியலில் ஏற்றத்தாழ்வுகள் அல்லது
கவனம் குறைவதை பிரதிபலிக்கக்கூடும்.
கடுமையான அல்லது தொடர்ச்சியான
பாதகமான நிகழ்வுகள் ஏற்பட்டால், வளரும்
சூழ்நிலையைப் பொறுப்பேற்று, என்ன தவறு
நடக்கிறது என்பதைப் புரிந்துகொள்ள
தொழில்முறை உதவியை நாடுவது
முக்கியம். அதற்கு பதிலாக, தொழில்முறை
உதவியைப் பெறவும், ஒருவரின்

ஊட்டச்சத்து நிலையை சரிசெய்யவும்
அவற்றைக் குறிப்புகளாகப் பயன்படுத்தவும்.

கடவுள்: (குறிப்பை மூழ்கடிக்க விடாமல்)
"இந்த எதிர்மறை நிகழ்வுகள் உறுப்பு
செயலிழப்பின் வெளிப்படையான
அறிவிப்புகள் அல்ல; மாறாக, அவை
செல்லுலார் சேதம் அல்லது செயல்பாட்டு
வீழ்ச்சியின் ஆரம்ப அறிகுறிகளாகும்.
இருப்பினும், பல எதிர்மறை நிகழ்வுகள்
மீண்டும் மீண்டும் நிகழும்போது,
காலப்போக்கில், அவை மிகவும் தீவிரமான,
தொடர்ச்சியான சுகாதார நிலைமையைக்
குறிக்கலாம். உதாரணமாக, உங்கள் வேலை
தினசரி வாழ்க்கைக்குத் தேவையான
வளங்களை மாதாந்திர சம்பளம் மூலம்
பெறுவதற்கான ஒரு ஊடகமாகும்.
வேலையில் தொடர்ந்து நிகழும்

சூழ்நிலைகள், மோசமான செயல்திறன்,
போதுமான சம்பளம், நிறுவனத்தில் நிதி
சிக்கல்கள் போன்றவை, செரிமானப்
பிரச்சினைகள், மோசமான உணவு அல்லது
முக்கியமான குறைபாடுகளால் ஏற்படும்
செல்லுலார் பற்றாக்குறையை
அடையாளமாக பிரதிபலிக்கக்கூடும்."

கடவுள்: (அளவிடப்பட்ட வார்த்தைகளால்)
"உங்கள் உடலில் உள்ள செல்கள்
செயல்படத் தேவையான ஆற்றல் மற்றும்
மூலப்பொருட்களைப் பெறவோ அல்லது
நிர்வகிக்கவோ
போராடிக்கொண்டிருக்கலாம். இந்த
மகத்தான வடிவமைப்பில், வெளிப்புற
வாழ்க்கை நிகழ்வுகள் உள் ஆரோக்கியத்தில்

ஏற்படும் மாற்றங்களின் கண்ணாடிகளாகச்
செயல்படுகின்றன. அவை ஆரம்பகால
விழிப்புணர்வு மற்றும் சரியான நேரத்தில்
திருத்தத்திற்கான வாய்ப்பை
வழங்குகின்றன, இது ஞானிகளுக்கு நோய்
அல்லது பேரழிவு சூழ்நிலைகளாக
வெளிப்படுவதற்கு முன்பு ஆழமான
ஏற்றத்தாழ்வுகளைத் தடுக்க அனுமதிக்கிறது.
இந்த அர்த்தத்தில், வாழ்க்கை ஒரு உயிருள்ள
நோயறிதல் கருவியாக மாறுகிறது,
தெய்வீகமாக குறியிடப்பட்டு தனிப்பட்ட
முறையில். ஒருவரின் உள் உயிரியலைப்
பிரதிபலிக்கும் வகையில்
வடிவமைக்கப்பட்டுள்ளது."

இஷான்: (தீர்மானிக்கப்பட்டது) "கடவுளே, எனக்கு ஒரு கேள்வி உள்ளது. எதிர்பார்க்கப்படும் அல்லது வழக்கமான போக்குவரத்து நெரிசலுக்கும் உடல் அதிர்ஷ்டத்தின் பின்னணியில் எதிர்பாராத ஒன்றுக்கும் என்ன வித்தியாசம்?"

கடவுள்: (பெருமையுடன் புன்னகைத்து) "எதிர்பாராத போக்குவரத்து நெரிசல் என்பது ஒரு எதிர்மறை நிகழ்வு, இது உங்கள் உடல் ஆரோக்கியத்தின் ஒரு குறிப்பிட்ட அம்சம் தற்போது சீரழிந்து வருவதைக் குறிக்கிறது. இதற்கு நேர்மாறாக, பெருநகரங்களில் வழக்கமாக ஏற்படும் போக்குவரத்து நெரிசல் என்பது உடல் அதிர்ஷ்டத்தின் சூழ்நிலையாகும். இந்த இரண்டு சூழ்நிலைகளும் அடிப்படையில் வேறுபட்டவை. ஒன்று செயலில் உள்ள

மாற்றத்தைக் குறிக்கிறது, மற்றொன்று நிலையான நிலையை பிரதிபலிக்கிறது. உதாரணமாக, நீங்கள் தினமும் ஓட்டும் குழிகள் நிறைந்த சாலை உங்கள் உடல் நிலையின் வெளிப்பாடாகும். ஆனால் அந்தப் பள்ளங்களில் ஒன்றின் காரணமாக நீங்கள் விபத்தில் சிக்கினால், அது ஒரு எதிர்மறை நிகழ்வு. அதிகமாகவோ அல்லது குறைவாகவோ மாறாமல் இருக்கும் ஒரு நிலை உங்கள் தற்போதைய சுகாதார நிலையின் வெளிப்பாடாகும்."

இஷான்: (சுவாரஸ்யமாக) "இதை விளக்கியதற்கு நன்றி, கடவுளே. உடல் அதிர்ஷ்டத்துடன் தொடர்பில்லாத ஏதேனும் வாழ்க்கை நிகழ்வுகள் நடக்கின்றனவா?"

கடவுள்: (கணக்கிடும் பார்வையுடன்) "ஒரு தனிநபரின் வாழ்க்கையில் நிகழும் அனைத்து நிகழ்வுகளும் அவர்களின் உள் உயிரியல் மற்றும் அதற்குள் நிகழும் மாற்றங்களின் பிரதிபலிப்பாகும். விருப்பம், ஆசை, கனவுகள் மற்றும் எதிர்மறை எண்ணங்கள் போன்ற பிற சக்திகளும் வாழ்க்கையைப் பாதிக்கின்றன, உடல் அதிர்ஷ்டம் முதன்மையான மற்றும் ஆளும் சக்தியாகவே உள்ளது. செரிமானம், ஒருங்கிணைத்தல், நச்சு நீக்கம், வளர்ச்சி, இனப்பெருக்கம் மற்றும் வெளியேற்றம் போன்ற வழக்கமான உடல் செயல்முறைகள் பல்வேறு சூழ்நிலைகள் மூலம் அன்றாட வாழ்க்கையில் பிரதிபலிக்கின்றன. இந்த செயல்முறைகளில் ஏதேனும் பலவீனமடையத் தொடங்கும் போது

அல்லது திறமையற்றதாக மாறும்போது,
அவை வெளிப்புறமாக விரும்பத்தகாத
வாழ்க்கை நிகழ்வுகளாக
வெளிப்படுகின்றன. இதுபோன்ற
பிரச்சினைகளுக்கான மூல காரணங்கள்
செல்லுலார் வயதானது, ஆரோக்கியமற்ற
உணவு அல்லது நாள்பட்ட சுகாதார
நிலைமைகள் காரணமாக இருக்கலாம்."

இஷான்: (ஒரு ஆர்வமுள்ள
வெளிப்பாட்டுடன்) "கடவுளே, சாலை
விபத்துகள் போன்ற அனைத்து
விபத்துகளும் நிகழ்வுகளாகக்
கருதப்படுகின்றனவா?"

கடவுள்: (சிந்தனையுடன்) "இதற்கு
பதிலளிக்க, கேள்வி கேட்கப்படும் சூழலை
முதலில் புரிந்துகொள்வது முக்கியம்.

நேரடியாக பாதிக்கப்பட்ட ஒருவரின் பார்வையில், ஒரு விபத்து எதிர்மறையான நிகழ்வாகவே அனுபவிக்கப்படுகிறது. மிகவும் பற்றற்ற ஒருவருக்கு - தூரத்திலிருந்து எண்களை பகுப்பாய்வு செய்தால் - அது எதிர்மறையான சூழ்நிலையாக மட்டுமே மாறும். உதாரணமாக, 'எனது பகுதியில் ஒவ்வொரு ஆண்டும் கிட்டத்தட்ட 1,000 சாலை விபத்துகள் நடக்கின்றன' என்று சொல்வது எதிர்மறையான சூழ்நிலையை பிரதிபலிக்கிறது. ஆனால் அந்த சாலை விபத்துகளின் அதிர்வெண் சில காரணங்களால் அதிகரிக்கத் தொடங்கினால், அந்த காரணம் எதிர்மறையான நிகழ்வாக மாறி, இருக்கும் உடல் நிலையை மோசமாக்குகிறது. ஒரு சாலை விபத்தில்

ஒரே நேரத்தில் பல எதிர்மறை நிகழ்வுகள் இருக்கலாம்: அது நிதி இழப்பு, நண்பரின் மரணம் அல்லது பயம் அல்லது பதட்டம் போன்ற உளவியல் தாக்கமாக இருக்கலாம்."

கடவுள்: (கருணையுடன்) "சாலை விபத்துடன் தொடர்புடைய சில நபர்களுக்கு, அனுபவம் நேர்மறை மற்றும் எதிர்மறை நிகழ்வுகளின் சிக்கலான கலவையாக இருக்கலாம். மருத்துவமனைகள் அல்லது அவசர சேவைகளுக்கு, விபத்து சந்தேகத்திற்கு இடமின்றி சோகமானது என்றாலும், அது அதிகரித்த வருவாக்கும் வழிவகுக்கும். வரவிருக்கும் நிர்வாண நிலையில், இத்தகைய முரண்பாடுகள் வடிவமைப்பால் நீக்கப்படும்."

கடவுள்: (முக்கியத்துவத்தை உள்வாங்கிக் கொண்டு) "நீங்கள் ஏற்கனவே ஒரு கடினமான நிதி சூழ்நிலையில் இருக்கிறீர்கள் என்றும், உங்கள் சகோதரர் ஒரு கார் விபத்தில் படுகாயமடைந்துள்ளார் என்றும் வைத்துக்கொள்வோம். இந்த நிகழ்வு உங்கள் நிதிச் சுமையை மோசமாக்கி, உங்கள் தற்போதைய கடன் நிலைமையை மேலும் ஆழமாக்கும். மறுபுறம், யாராவது உங்கள் குணத்தை பொதுவில் அவமதித்தால், அது உணர்ச்சி ரீதியாக துன்பகரமானதாக இருக்கலாம், ஆனால் அது உங்கள் நிதி நிலைமையை பாதிக்க வேண்டிய அவசியமில்லை - ஏனெனில் சூழ்நிலையும் நிகழ்வும் தொடர்பில்லாதவை. ஒரு நிகழ்வு ஒரு சூழ்நிலையை அர்த்தமுள்ள வகையில் மாற்ற வேண்டுமென்றால், அது

தொடர்புடையதாக இருக்க வேண்டும்.
தொடர்பில்லாத நிகழ்வுகள் ஒரு குறிப்பிட்ட
சூழ்நிலையை மோசமாக்காது, பின்னர், ஒரு
எதிர்மறை சூழ்நிலையைத் தொடர்ந்து
தொடர்புடைய எதிர்மறை நிகழ்வு ஏற்படும்
போது - இது உடலின் ஒரு குறிப்பிட்ட
அம்சம் ஏற்கனவே பலவீனமடைந்து
இப்போது மேலும் மோசமடைந்து வருகிறது
என்பதைக் குறிக்கிறது."

கடவுள்: (ஒரு ஆர்வமான பார்வையுடன்)
"இன்னொரு உதாரணமாக, இந்தக் கருத்தை
மேலும் வலியுறுத்த, டீனேஜ் வயதிலிருந்தே
ஒன்றாக இருந்து, திருமணம் செய்து
கொண்டு, மகிழ்ச்சியாக வாழும் ஒரு
ஜோடியை கற்பனை செய்து பாருங்கள்.
இந்த நவீன வாழ்க்கை முறை என்று
அழைக்கப்படுவதில் அவர்கள் ஈடுபடுவதன்

மூலம் தங்கள் உடலை சேதப்படுத்தத்
தொடங்கினால், திருமண வாழ்க்கையுடன்
தொடர்புடைய சில கவனமாக
திட்டமிடப்பட்ட எதிர்மறை நிகழ்வுகள்
அவர்களைப் பிரிக்க என் தரப்பிலிருந்து
போதுமானதாக இருக்கும்.
நல்லிணக்கத்திற்கும் மோதலுக்கும்
இடையிலான கோடு மிகவும் நன்றாக
உள்ளது, எனவே ஒருவரின் வாழ்க்கை
முறை தேர்வுகளில் எச்சரிக்கையாக
இருப்பது முக்கியம்."

இஷான்: (உற்சாகமாக) "கடவுளே, இது
உண்மையிலேயே தொழில்நுட்ப
ரீதியாகவும் அறிவியல் ரீதியாகவும் உடல்
அதிர்ஷ்டம் எவ்வளவு என்பதைக்
காட்டுகிறது!"

கடவுள்: (மென்மையான தொனியில்)
"இதைப் பற்றி யோசித்துப் பாருங்கள்,
இஷான். தொழில்துறை சகாப்தத்திற்கு
முன்பு, மக்கள் பாதுகாப்புகள், செயற்கை
சுவையூட்டிகள் மற்றும் தீங்கு விளைவிக்கும்
இரசாயன சேர்க்கைகள் நிறைந்த பேக்கேஜ்
செய்யப்பட்ட மற்றும் பதப்படுத்தப்பட்ட
உணவுகளை மிகக் குறைவாகவே
உட்கொண்டனர். வீட்டு குளிர்பதனத்திற்கு
முந்தைய காலத்தில், உணவுகள் பொதுவாக
புதிதாக தயாரிக்கப்பட்டு, சமைத்த சிறிது
நேரத்திலேயே சாப்பிடப்பட்டன,
ஊட்டச்சத்து மதிப்பு மற்றும் உயிரியல்
நல்லிணக்கம் இரண்டையும் பாதுகாத்தன.
இருப்பினும், இன்று, ஒரு வித்தியாசமான
யதார்த்தம் நிலவுகிறது."

கடவுள்: (உள்ளேயே ஆழமாகப் பேச
அனுமதிக்காமல்) "பல தனிநபர்கள்
விளம்பரங்களும் நிபுணர்கள் என்று
அழைக்கப்படுபவர்களும்
விளம்பரப்படுத்துவதை சந்தேகத்திற்கு
இடமின்றி ஏற்றுக்கொள்கிறார்கள், அவர்கள்
எதிர்கொள்ளும் சிரமங்கள் - உடல்,
உணர்ச்சி அல்லது சூழ்நிலை சார்ந்தவை -
பின்னூட்ட வடிவங்கள் என்று கருதுவதற்கு
அரிதாகவே இடைநிறுத்தப்படுகிறார்கள்.
இந்த சவால்கள் சீரற்றவை அல்ல; அவை
உடலிலிருந்து வரும் சமிக்ஞைகள், அது
உட்படுத்தப்படும் வாழ்க்கை முறையால்
அதன் துயரத்தைக் குறிக்கிறது.
அதிகப்படியான அசைவு உணவு நுகர்வு
சாதாரணமாக்கப்படுவதும், உடலைப்
பற்றிய முழுமையான அறியாமையும்

"நீரிழிவு, கொழுப்பு கல்லீரல், உடல் பருமன், உயர் இரத்த அழுத்தம் மற்றும் தன்னுடல் தாக்கக் கோளாறுகள் போன்ற நாள்பட்ட வாழ்க்கை முறை நோய்களின் கூர்மையான அதிகரிப்புக்கு பங்களித்துள்ளன."

●கடவுள்: (பலவீனமான புன்னகையுடன்)

"ஒரு கூட்டு மட்டத்தில், உலகம் அதிகரித்து வரும் வன்முறை, சுயநலம், அடிமையாதல், மோதல் மற்றும் கொடுமைக்குள் நழுவுவது போல் தெரிகிறது. இவையும் தற்செயல் நிகழ்வுகள் அல்ல. அவை, சாராம்சத்தில், ஒட்டுமொத்த மனிதகுலத்தின் ஒட்டுமொத்த உயிரியல் நிலை பற்றிய கூட்டு உடல் அதிர்ஷ்ட பின்னூட்டம். போர்கள், சுற்றுச்சூழல் சரிவு மற்றும் இயற்கை பேரழிவுகள் சீரற்ற குழப்பமான

செயல்கள் அல்ல. அவை நித்திய
பிரம்மனாகிய என்னால், மனிதகுலத்தை
அதன் தேர்வுகளின் விளைவுகளுக்கு
எழுப்புவதற்கான அவசர சமிக்ஞைகளாக
ஒழுங்கமைக்கப்படுகின்றன. வெளிப்புற
வாழ்க்கை அனுபவங்களுடன் உள்
உயிரியல் நல்லிணக்கத்தை இணைக்கும்
உடல் அதிர்ஷ்டம் என்ற கருத்து, இந்த
இருண்ட யுகத்தில் முற்றிலும்
மறந்துவிட்டது.

●

● இஷான்: (கவலைப்படுகிறேன்) "எனக்குப்
புரிகிறது, கடவுளே. இது மிகவும்
மனவேதனை அளிக்கிறது."

●

● கடவுள்: (அமைதியான நடத்தையுடன்)
"ஆனால் இப்போது நாம் ஒரு புனிதமான

சகாப்தத்தின் வாசலில் நிற்கிறோம், அதில்
நீங்கள் இந்த பண்டைய அறிவை
உலகத்துடன் பகிர்ந்து கொள்வீர்கள்.
விழிப்புணர்வு வளரும்போது,
மனிதகுலம் படிப்படியாக அதன்
தற்போதைய பாதையிலிருந்து விலகிச்
செல்லும், சுற்றுச்சூழல் சேதம்,
தொழில்நுட்ப சுமை மற்றும்
பழக்கவழக்கங்களால் குறிக்கப்பட்ட ஒரு
வாழ்க்கை முறை, தோற்றத்தில் நவீனமாக
இருந்தாலும், உடலின் இயற்கை ஆற்றல்
மற்றும் உயிரியலை ஆழமான மட்டத்தில்
சீர்குலைக்கிறது. இந்த நீடித்து உழைக்க
முடியாத மாதிரிக்குப் பதிலாக, எளிமை,
உள் அமைதி, இயற்கையுடனான
நல்லிணக்கம் மற்றும் தன்னலமற்ற
ஒத்துழைப்பை மையமாகக் கொண்ட

பாரம்பரிய வாழ்க்கை முறைகளுக்குத் திரும்புதல் இருக்கும்."



- கடவுள்: (கருத்தை மூழ்கடிக்க இடைநிறுத்துதல்) "இந்த மதிப்புகள் திணிக்கப்பட வேண்டியதில்லை; வெளி உலகம் உடலின் உள் தாளங்களின் கண்ணாடி என்பதை மக்கள் புரிந்துகொள்ளத் தொடங்கும் போது அவை இயற்கையாகவே மீண்டும் வெளிப்படுவதை நான் உறுதி செய்வேன். வாழ்க்கை முறை நோய்கள் மற்றும் நாள்பட்ட சுகாதார நிலைமைகள், ஒரு முறை தவிர்க்க முடியாதவை அல்லது குணப்படுத்த முடியாதவை என்று கருதப்பட்டால், அவை அரிதாகவும் மீளக்கூடியதாகவும் மாறும். இந்த

நிர்வாண முன்னுதாரணத்தில், அத்வைத
வேதாந்தத்தின் கொள்கைகளை
அடிப்படையாகக் கொண்ட மந்திர
சிகிச்சை, சமநிலை, உயிர்ச்சக்தி மற்றும்
உண்மையான நல்வாழ்வை
மீட்டெடுப்பதற்கான சக்திவாய்ந்த மற்றும்
பயனுள்ள பாதையாக
ஏற்றுக்கொள்ளப்படும்."

●

- இஷான்: (பாராட்டத்தக்க வகையில்)
"எனக்குப் புரிகிறது, கடவுளே. இந்த
நுட்பங்கள் உண்மையிலேயே
ஆழமானவை."

●

- கடவுள்: (வசதியாக சாய்ந்து) "இஷான்,
நீங்கள் ஒவ்வொரு நாளும் சந்திக்கும்
நிகழ்வுகள் மற்றும் சூழ்நிலைகள் மிகவும்

அதிநவீன ஆய்வகத்திலிருந்து
வெளிப்படும் முடிவுகள் போன்றவை.
எதிர்மறையான நிகழ்வுகள் சீரழிந்த
அல்லது சீரழிக்கும் ஆரோக்கியத்திற்கு
எதிரான எச்சரிக்கைகளாக
செயல்படுகின்றன, பெரும்பாலும் தீங்கு
விளைவிக்கும் வாழ்க்கை முறை
பழக்கவழக்கங்கள் மற்றும் சீரழிவு
நோய்கள் இருப்பதால் ஏற்படும். இந்த
எச்சரிக்கைகளைப் புறக்கணிப்பது,
உடலின் உள் ஆரோக்கியம் மற்றும்
சமநிலை மோசமடைவதற்கான
வெளிப்புற வெளிப்பாடுகளான, மேலும்
மேலும் விரும்பத்தகாத, வன்முறை
நிகழ்வுகளுக்கு வழிவகுக்கும்."



●கடவுள்: (குறிப்பை ஆழமாகப்
புரிந்துகொள்ள விடாமல்) "வாழ்க்கையில்
ஏற்படும் தொடர்ச்சியான எதிர்மறை
நிகழ்வுகள் பெரும்பாலும் மருத்துவ
ரீதியாக கண்டறியக்கூடிய நோய்களில்
உச்சத்தை அடைகின்றன, ஏனெனில்
அவை உடலில் நிகழும் நாள்பட்ட
இழிவான மாற்றங்களைக் குறிக்கின்றன.
இதற்கு நேர்மாறாக, நடைமுறைக் கல்வி,
அத்தியாவசிய தொழில்நுட்ப
முன்னேற்றங்களை அணுகுதல் மற்றும்
கருணை, மகிழ்ச்சி, அமைதி போன்ற
நற்பண்புகளால் வழிநடத்தப்படும்
வாழ்க்கை, அதிகப்படியான மற்றும்
ஆடம்பரத்திலிருந்து விடுபட்டு,
இயற்கையுடன் இணக்கமாக
எளிமையான வாழ்க்கை, சரியான

சமநிலை மற்றும் இணக்கத்தில்
உடலையும் மனதையும் பிரதிபலிக்கிறது."

●

● இஷான்: (புன்னகைத்துக்கொண்டே)
"எனக்குப் புரிகிறது, கடவுளே. இது
உண்மையிலேயே ஒரு தெய்வீக
நுண்ணறிவு."

●

● கடவுள்: (கேள்விக்குரிய பார்வையுடன்)
"ஒருவர் கருத்தில் கொள்ள வேண்டிய
உண்மையான கேள்வி என்னவென்றால்:
ஒருவரின் உடல் நிலையில் ஏற்படும்
மாற்றங்களுக்கு பதிலளிக்கும் விதமாக
வாழ்க்கை நிகழ்வுகள் ஏன்
நேர்மறையாகவோ அல்லது
எதிர்மறையாகவோ மாறுகின்றன?"

●

- கடவுள்: (தெளிவாகப் பேசுதல்) "காரணம் இதுதான்: எந்த நேரத்திலும், வெளிப்புற உலகில் உள்ள அனைத்து தனிநபரின் தொடர்புகளிலும் உடல் உடல் தன்னை வெளிப்படுத்துகிறது. உடலின் உள் நிலை வெளிப்புறமாக பரந்த அளவிலான பிரதிபலிப்புகளின் வலையமைப்பில் பிரதிபலிக்கிறது, அவற்றில் பின்வருவன அடங்கும்:
- நெருங்கிய குடும்ப உறுப்பினர்கள், நண்பர்கள், உறவினர்கள் மற்றும் சமூக உறுப்பினர்களின் உடல்நலம் மற்றும் நல்வாழ்வு, உறவு நெருக்கத்தைப் பொறுத்து மாறுபடும் அளவுகளில்.
- நெருங்கிய குடும்ப உறுப்பினர்கள், நண்பர்கள், உறவினர்கள் மற்றும்

சமூகத்துடனான உறவின் தன்மை (எ.கா.,
இணக்கமான அல்லது பதட்டமான)

- செல்லப்பிராணிகள் மற்றும் அவற்றின்
ஆரோக்கியம்
- செல்லம், கேஜெட்டுகள் மற்றும் வீடு
போன்ற பொருள் உடைமைகள்
- தொழில்முறை நிலை மற்றும் தகுதிகள்
- அறிவுசார் திறமைகள் மற்றும் சாதனைகள்
- மத விருப்பங்கள்
- கலை திறமைகள் மற்றும் விருப்பங்கள்
- தனிநபரின் பொதுவான நடத்தை மற்றும்
ஒழுக்கம்
- வாழ்க்கை முறை பழக்கவழக்கங்கள்
மற்றும் வழக்கம்
- குணப் பண்புகள் மற்றும் உள்
விருப்பங்கள்

- ஒருவரின் பொதுவான உடல்
ஆரோக்கியம், வெளிப்புற தோற்றம்
மற்றும் உடல் செயல்பாடுகள்
- சுற்றுப்புற காலநிலை நிலைமைகள்
மற்றும் சுற்றுச்சூழல் ஆரோக்கியம்,
அதாவது மாசு அளவுகள், வானிலை
நிலைத்தன்மை மற்றும் சுற்றுச்சூழல்
சமநிலை
- சமூக மற்றும் புவிசார் அரசியல் சூழல் -
அக்கம் பக்க குற்ற விகிதம், அமைதி,
மோதல் அல்லது போர் போன்ற தேசிய
அளவிலான சூழ்நிலை
- சமூகம் அல்லது நாட்டில் தனிநபர்களுக்கு
இடையிலான நல்லிணக்கம் மற்றும்
சினெர்ஜி
- தேசத்தின் செல்வம் மற்றும் செழிப்பு"

கடவுள்: (சற்று பின்னோக்கி சாய்ந்து) "இந்த அம்சங்கள் அனைத்தும் உடலின் உள் நிலையின் நுட்பமான நீட்டிப்புகள் அல்லது எதிரொலிகள். இப்போது, இதைக் கவனியுங்கள்: உடல் சீரழிந்தாலோ அல்லது குணமடைந்தாலோ, வெளிப்புற சூழல் இந்த புதுப்பிக்கப்பட்ட உள் நிலையை பிரதிபலிக்க அதற்கேற்ப மாற வேண்டும்? உடலின் புதிய உள் நிலைக்கு பொருந்துமாறு இந்த வெளிப்புற பிரதிபலிப்புகளை சரிசெய்யும் பணி நேர்மறை அல்லது எதிர்மறை நிகழ்வுகளால் மேற்கொள்ளப்படுகிறது. இந்த நிகழ்வுகள் சீரற்றவை அல்ல; அவை ஒருவரின் சூழ்நிலைகள் அல்லது சூழ்நிலைகளை ஆரோக்கியம் மற்றும் உள் உடல் நிலையில் ஏற்படும் மாற்றங்களுக்கு ஏற்ப

மறுபரிசீலனை செய்ய வெளிப்படையாகத்
தூண்டப்படுகின்றன."

இஷான்: (ஒரு அறிவுசார் பார்வையுடன்)
"இப்போது எனக்குப் புரிகிறது, கடவுளே!
ஆனால் இது உண்மையிலேயே
குழப்பமானது. மாசுபட்ட பெருநகரங்களில்
வாழும் மக்கள், சில வழிகளில், பசுமையான
கிராமங்களை ஆக்கிரமிப்பவர்களை விட
அவர்களின் சுகாதார நிலை அல்லது
சூழ்நிலையில் மிகவும் சீரழிந்துள்ளனர்
என்று சொல்வது போல் உள்ளது. எனவே
இந்த நகரவாசிகள் உண்மையிலேயே
நிர்வாண வாழ்க்கை முறையை
ஏற்றுக்கொண்டு தங்கள் உடல் நலத்தை
மீட்டெடுக்கத் தொடங்கினால், அவர்களின்
நகரங்களையும் தூய்மையாக்கும்
நிகழ்வுகளை உருவாக்க குவாண்டம்

விளைவுகளை மாற்றுவீர்களா? இந்த வெளிப்பாடுகள் மிகவும் அதிகமாக உள்ளன, கடவுளே."

கடவுள்: (உற்சாகமாக) "அருமை, இஷான். நீ சொல்வது முற்றிலும் சரி. இதனால்தான் நான் உன்னைத் தேர்ந்தெடுத்தேன், என் மகனே. பெரும்பாலான மக்களுக்கு ஜீரணிக்க கடினமாக இருக்கும் - இது ஒரே நேரத்தில் சிலிர்ப்பாகவும் பயமாகவும் இருக்கிறது. இதுபோன்ற தருணங்களில், பூமி சொர்க்கத்துடன் இணையத் தொடங்குகிறது என்று ஒருவர் கூறலாம்."

கடவுள்: (கருணையுடன் கூடிய பார்வையுடன்) "ஒரு நபர் விவாகரத்து பெற்றவரா, உடன்பிறந்தவர்களிடமிருந்து விலகியவரா, சமூக ரீதியாக

ஒதுக்கப்பட்டவரா, குற்றவியல் நடத்தை
வரலாற்றைக் கொண்டவரா, அல்லது
அதற்கு நேர்மாறாக, கருணை மற்றும்
கருணையின் பண்புகள், ஆழ்ந்த அறிவுசார்
ஆர்வங்கள் போன்ற சூழ்நிலைகளைக்
கவனிப்பதன் மூலம், அவர்களின் உள்
உயிரியலைப் பற்றிய ஆழமான
நுண்ணறிவுகளை நீங்கள் ஊகிக்க முடியும்,
கிட்டத்தட்ட ஒரு விரிவான MRI ஸ்கேன்
படிப்பது போல. இந்தப் பிரச்சினைகளை
ஏற்படுத்தும் சில குணாதிசயங்கள்
உள்ளார்ந்ததாகவோ அல்லது மரபணு
ரீதியாகவோ இருக்கலாம், மற்றவை
வாழ்க்கை முறை தாக்கங்களிலிருந்து
உருவாகின்றன. இருப்பினும், மரபணு
மற்றும் வாழ்க்கை முறை ஏற்றத்தாழ்வுகள்
இரண்டையும் மந்திர சிகிச்சை மூலம்

நிவர்த்தி செய்து சரிசெய்ய முடியும்.
முக்கியமாக, இந்த விழிப்புணர்வு தீர்ப்பு
அல்லது கேலிக்காக அல்ல, ஆனால்
குணப்படுத்தும் செயல்முறையை
வழிநடத்தவும், தனிநபரின்
வாழ்க்கையிலும், அவர்களுடன்
தொடர்புடையவர்களின் வாழ்க்கையிலும்
நல்லிணக்கத்தை மீட்டெடுக்கவும்
வடிவமைக்கப்பட்டுள்ளது."

இஷான்: (திருப்தியான முகபாவத்துடன்)
"இது உண்மையிலேயே குறிப்பிடத்தக்கது,
கடவுளே."

கடவுள்: (கனவில் புன்னகைக்கிறார்) "உடல்
அதிர்ஷ்டக் கோட்பாட்டில், ஒத்திசைவு என்று
அழைக்கப்படும் ஒரு முக்கிய கருத்தை நான்
அறிமுகப்படுத்த விரும்புகிறேன். இந்த

சொல், சில நிகழ்வுகள் பல நபர்களை ஒரே
மாதிரியான வழிகளில், நேர்மறையாகவோ
அல்லது எதிர்மறையாகவோ பாதிக்கும்
நிகழ்வைக் குறிக்கிறது. எடுத்துக்காட்டாக,
ஒரு தொழில்நுட்ப செயலிழப்பு நிகழ்வு
விமானத்தின் நடுவில் நிகழும்போது,
விமானிகள் மற்றும் பயணிகள் இருவரும்
கூட்டு அசௌகரியத்தை

அனுபவிக்கிறார்கள்: சீர்குலைந்த
அட்டவணைகள், அதிகரித்த மன அழுத்தம்
மற்றும் ஒரு பகிரப்பட்ட அசௌகரிய
உணர்வு. அத்தகைய சூழ்நிலையில்,
பணியாளர்கள் மற்றும் பயணிகளின் உடல்
அதிர்ஷ்டம் ஒத்திசைவில் இருப்பது
தெளிவாகிறது."

கடவுள்: (முக்கியத்துவத்தை உணர
விடாமல்) "இதேபோல், ஒரு இணக்கமான

உறவில், ஒரு கூட்டாளி லாட்டரியை
வென்றால், அதன் விளைவாக வரும் நிதி
முன்னேற்றம் இருவரின் வாழ்க்கையையும்
மேம்படுத்துகிறது. இது நேர்மறை உடல்
அதிர்ஷ்டத்தின் பகிரப்பட்ட
வெளிப்பாட்டை பிரதிபலிக்கிறது, இது
தம்பதியர் ஒத்திசைவில் இருப்பதற்கான
தெளிவான அறிகுறியாகும். பரந்த அளவில்,
ஒரு நாட்டின் குடிமக்கள் முக்கிய அரசியல்
முடிவுகளின் அடிப்படையில்
ஒத்திசைக்கப்படுகிறார்கள். உச்சத்தில்
எடுக்கப்பட்ட முடிவுகள் வெளிப்புறமாக
அலை அலையாக, கூட்டு முன்னேற்றம்
அல்லது பரவலான எழுச்சியை
ஏற்படுத்துகின்றன, இந்த நிகழ்வுகள் முழு
மக்களுக்கும் ஒத்திசைக்கப்படுகின்றன
என்பதைக் காட்டுகிறது."

கடவுள்: (தயக்கத்துடன்) "இருப்பினும், இந்த விதிக்கு விதிவிலக்குகள் உள்ளன. லாட்டரியை வெல்லும் ஒருவர் தனது மனைவியுடன் வெகுமதிகளைப் பகிர்ந்து கொள்ளாமல், தனக்கு மிகவும் விருப்பமான ஒருவருடன் புதிய வாழ்க்கையைத் தொடரத் தேர்வுசெய்யலாம். இந்த வேறுபாடு ஒத்திசைவின்மையைக் காட்டுகிறது. இதேபோல், ஒரு நாட்டில் அரசியல் முடிவுகளால் ஒப்பீட்டளவில் பாதிக்கப்படாத வசதி படைத்த நபர்களும் இருக்கலாம், அதே நேரத்தில் ஏழை குடிமக்கள், ஒவ்வொரு நாளும் தங்கள் அடுத்த உணவுக்காக உழைப்பவர்கள், அதன் தாக்கத்தை மிகவும் தீவிரமாக உணர்கிறார்கள்."

கடவுள்: (முக்கியத்துவத்தை ஆழமாகப் புரிந்துகொள்ள இடைநிறுத்துதல்) "ஒத்த நிதி நிலை அல்லது புவியியல் அருகாமையைப் பகிர்ந்து கொள்ளும் நபர்களிடையே ஒத்திசைவு அதிகமாகக் காணப்படுகிறது என்பதை இந்த ஏற்றத்தாழ்வு குறிக்கிறது, ஏனெனில் ஒப்பிடக்கூடிய வெளிப்புற சக்திகள் தங்கள் வாழ்க்கையை வடிவமைக்கின்றன. இறுதியில், ஒத்திசைவு என்பது தனிநபர்களிடையே ஒரு நுட்பமான ஆனால் சக்திவாய்ந்த உடல் அதிர்ஷ்ட சீரமைப்பைக் குறிக்கிறது, இதில் ஒரு வெளிப்புற நிகழ்வு அவர்களை ஒத்த வழிகளில் பாதிக்கிறது. இதன் விளைவாக ஏற்படும் நிகழ்வின் திசை - நேர்மறையாகவோ அல்லது எதிர்மறையாகவோ - சீராக இருந்தாலும்,

அதன் அளவு மற்றும் முக்கியத்துவம்
நபருக்கு நபர் பெரிதும் மாறுபடும்."

இஷான்: (சிந்தனையுடன் தலையசைக்கிறார்)
"எனக்குப் புரிகிறது, கடவுளே. இது
உண்மையில் குறிப்பிடத்தக்கது."

கடவுள்: (மென்மையான தொனியில்)
"தனிநபர்களுக்கிடையேயான ஒத்திசைவின்
சில எடுத்துக்காட்டுகள் பின்வருமாறு:
இயக்கம் சம்பந்தப்பட்ட விபத்துகளைப்
பொறுத்தவரை - ஆட்டோமொபைல், ரயில்
அல்லது விமானம் மூலம், சம்பந்தப்பட்ட
நபர்கள் சீரற்ற முறையில்
தேர்ந்தெடுக்கப்படவில்லை; பயணத்தின்
போது எதிர்பார்க்கப்படும் எதிர்மறை உடல்
அதிர்ஷ்டத்தில் உள்ள ஒற்றுமையின்
அடிப்படையில் நான் அவர்களைத் தேர்வு

செய்கிறேன். கடவுளாக, நான் ஒரு கார் பயணத்தின் போது ஒரு விபத்தைத் திட்டமிட்டிருந்தால், பயணிகளிடையே அதிக அளவு ஒத்திசைவு இருப்பதை உறுதி செய்வேன். இது உறுதி செய்கிறது. ஒவ்வொரு நபரும் பயணத்தின் போது இதேபோன்ற உடல் அதிர்ஷ்டத்தை அனுபவிப்பார்கள்."

கடவுள்: (முக்கியத்துவத்தை உள்வாங்கிக் கொண்டு) "நிகழ்வின் போது ஒவ்வொரு நபரும் அனுபவிக்கும் காயம் அல்லது துயரத்தின் அளவு அவர்கள் தூண்டிய எதிர்மறை உடல் அதிர்ஷ்டத்தின் அளவிற்கு நேரடியாக ஒத்திருக்கிறது. இருப்பினும், ஒரு நபருக்கு கூட தேவையான அளவு சமநிலையின்மை இல்லாவிட்டாலும், அவர்களின் உடல் அதிர்ஷ்டம்

ஒப்பீட்டளவில் நேர்மறையாகவோ அல்லது
நடுநிலையாகவோ இருந்தால், விபத்து
ஏற்பட நான் அனுமதிக்க மாட்டேன். இது
போன்ற நிகழ்வுகள் ஒருபோதும் சீரற்றவை
அல்ல, தற்செயலாக நிகழ்கின்றன என்பதை
இது நிரூபிக்கிறது; அவை
சம்பந்தப்பட்டவர்களின் உள் உயிரியல்
நிலையின் துல்லியமான, திட்டமிடப்பட்ட
பிரதிபலிப்புகளாகும், மேலும் அவை
என்னால் கவனமாக ஏற்பாடு
செய்யப்பட்டுள்ளன."

கடவுள்: (ஒரு ஆர்வமான பார்வையுடன்)
"சம்பளங்கள், சலுகைகள், பணிநீக்கங்கள்
மற்றும் பிற முக்கிய நிறுவன முடிவுகள்
என்று வரும்போது, ஒரு நிறுவனத்திற்குள்
உள்ள ஊழியர்கள் பெரும்பாலும்
ஒத்திசைவாக இருப்பார்கள். கடவுளைப்

போல, மூத்த நிர்வாகம் அனைத்து
ஊழியர்களுக்கும் போனஸை அறிவிக்கும்
ஒரு நேர்மறையான நிகழ்வை நான் ஏற்பாடு
செய்தால், அந்த போனஸைப் பெறுவதற்கும்
அவர்களின் நிதி நிலைமையை
மேம்படுத்துவதற்கும் ஒவ்வொரு
பணியாளரும் ஒரே மாதிரியான
நேர்மறையான உடல் அதிர்ஷ்டத்தைக்
கொண்டிருப்பதை முதலில்
உறுதிசெய்கிறேன். இருப்பினும், ஒரு தனி
நபருக்கு கூட தேவையான அளவு
நேர்மறையான உடல் அதிர்ஷ்டம் இல்லை
என்றால். வெகுமதியைப் பெற, நிதிக்
கட்டுப்பாடுகள், கொள்கை மாற்றங்கள்
அல்லது நிர்வாக முடிவுகள் மூலம் -
போனஸ் விநியோகத்தை தாமதப்படுத்தும்,
மாற்றும் அல்லது ரத்து செய்யும்

சூழ்நிலைகளை நான் ஒழுங்கமைப்பேன். உள் நிலைகள் மற்றும் வெளிப்புற விளைவுகளுக்கு இடையில் பொருந்தாத தன்மையைத் தடுக்க உடல் அதிர்ஷ்டக் கொள்கைகளின்படி இது செய்யப்படுகிறது."

கடவுள்: (முக்கியத்துவத்தை உள்வாங்கிக் கொள்ள இடைநிறுத்தப்பட்டு) "இந்த வழியில், பணியிட முடிவுகள் இனி சீரற்ற உயர் மட்ட முடிவுகள் அல்ல, அவை பாதிக்கப்பட்ட அல்லது வெகுமதி பெறப்படும் தனிநபர்களின் கூட்டு உயிரியல் நிலைகளின் துல்லியமான வெளிப்பாடுகள். சில நிகழ்வுகள், போனஸ் போன்றவை, குறுகிய காலத்தில் நேர்மறையாகத் தோன்றினாலும், அவற்றின் நீண்டகால தாக்கம் எதிர்மறையாக இருக்கலாம். சிலருக்கு, திடீரென பணவரவு, எச்.ஐ.வி

தொற்றுக்கு வழிவகுக்கும் அதிக
ஆபத்துள்ள பாலியல் நடத்தையில்
ஈடுபடுவது, அல்லது அதிகப்படியான மது
அருந்துதல் அல்லது செயற்கை
மருந்துகளைப் பயன்படுத்துவதன் மூலம்
அவர்களின் மன மற்றும் உடல்
ஆரோக்கியத்தை சமரசம் செய்வது போன்ற
அழிவுகரமான தேர்வுகளுக்கு கதவைத்
திறக்கக்கூடும்."

இஷான்: (ஆர்வமாகத் தெரிகிறேன்)
"கடவுளே, குறுக்கிடுவதற்கு நான்
வருந்துகிறேன், ஆனால் நம் வாழ்க்கையின்
மீது நமக்கு உண்மையான கட்டுப்பாடு
இல்லை, நம் தேர்வுகள் வெறும் மாயைகள்
என்று நீங்கள் சொல்கிறீர்களா? அது உடல்
அதிர்ஷ்டமா அல்லது நம் எண்ணங்கள்
யதார்த்தத்தை வடிவமைக்கிறதா, எல்லாமே

இறுதியில் ஆன்மாவிற்குள் இருந்து வரும் ஆழமான சக்திகளால் இயக்கப்படுகிறது, நீங்கள் அனைத்து நிகழ்வுகளையும் தீர்மானிக்கிறீர்கள், கட்டுப்பாடு வெறும் ஒரு கருத்து?"

கடவுள்: (கட்டுப்பாட்டு பிரசன்னத்துடன்)
"உங்கள் தேர்வுகள் உங்கள் வாழ்க்கையை வடிவமைக்கின்றன என்ற கருத்து வெறும் மாயை அல்லது மாயா. உடல் அதிர்ஷ்டத்திற்கும் உங்கள் எண்ணங்களுக்கும் இடையிலான தொடர்புதான் உங்கள் பாதையை உண்மையிலேயே வழிநடத்துகிறது. அப்படியிருந்தும், மனிதகுலத்தின் கூட்டு விதியை இறுதியில் நான் தீர்மானிக்கிறேன். இந்த மாயையின் மிகவும் குறிப்பிடத்தக்க எடுத்துக்காட்டுகளில் ஒன்றை பகவத்

கீதையில் காணலாம், அங்கு பகவான்
கிருஷ்ணர், தனது உலகளாவிய வடிவத்தில்,
அர்ஜுனுக்கு வெளிப்படுத்துகிறார்:
'எனவே, எழுந்து மகிமையை வெல்! உங்கள்
எதிரிகளை வென்று, ஒரு வளமான
ராஜ்யத்தை அனுபவியுங்கள். ஓ அர்ஜுனா,
நீங்கள் என் வேலையின் ஒரு கருவி
மட்டுமே.

இஷான்: (அன்பால் நிறைந்த கண்கள்)
"இப்போது எனக்குப் புரிகிறது, கடவுளே.
இந்த உண்மைகள் ஆழமாக
நெகிழ்ச்சியடைகின்றன!"

கடவுள்: (அன்பான புன்னகையுடன்)
"கவலைப்படாதே, என் குழந்தை.

ஏனென்றால் நீ உன் கண்களைத் திறந்து
முதல் முறையாக ஒளியைப் பார்க்கிறாய்."

கடவுள்: (கட்டுப்பாட்டு பிரசன்னத்துடன்)
"ஒத்திசைவு என்ற தலைப்புக்குத் திரும்புதல்,
பயங்கரவாதத் தாக்குதல்கள் அல்லது பிற
பெரிய அளவிலான வன்முறை நிகழ்வுகள்
போன்ற அச்சுறுத்தல்கள் வரும்போது, ஒரு
நகரத்தின் மக்கள் தொகை சீரற்ற முறையில்
குறிவைக்கப்படுவதில்லை; அவர்களின்
உடல் அதிர்ஷ்டம் நிகழ்வு மற்றும் அதன்
விளைவுகளுடன் ஒத்திசைகிறது. கடவுளாக,
நான் ஒரு நகரத்தில் ஒரு பயங்கரவாதத்
தாக்குதலைத் திட்டமிட்டால், தற்போதைய
மக்கள் தொகை கூட்டாக போதுமான
எதிர்மறை உடல் அதிர்ஷ்டத்தைக்
கொண்டிருப்பதை உறுதி செய்வேன்,
அதுபோன்ற ஒரு நிகழ்வின்

அதிர்ச்சியையும் அதன் விளைவாக
ஏற்படும் வேதனையான சூழ்நிலையையும்
நேரடியாகவோ அல்லது மறைமுகமாகவோ
அனுபவிக்கும்."

கடவுள்: (முக்கியத்துவத்தை உள்வாங்கிக்
கொண்டு) "இருப்பினும், அந்த நகரத்தில்
ஒரு தனி நபர் கூட வலுவான ஆரோக்கியம்,
ஒழுக்கமான வாழ்க்கை மற்றும் நிகழ்வின்
திட்டமிடப்பட்ட நேரத்தில் குறிப்பிடத்தக்க
எதிர்மறை உடல் அதிர்ஷ்டம்
இல்லாவிட்டால், நான் பயங்கரவாதத்
தாக்குதலை ரத்து செய்வேன் அல்லது
தாக்குதல் நிகழும் முன் அவர்கள்
இடம்பெயர சூழ்நிலைகளை
உருவாக்குவேன்."

கடவுள்: (அமைதியான புன்னகையுடன்)
"இந்த வழியில், எந்த நிகழ்வும்
தற்செயலானது அல்ல; அது எப்போதும்
சம்பந்தப்பட்டவர்களின் உள் உயிரியலில்
ஏற்படும் மாற்றங்களின் துல்லியமான
பிரதிபலிப்பாகும். ஒரு நடுத்தர குடும்பத்தின்
விஷயத்தைக் கவனியுங்கள். தந்தை சத்தான
உணவைப் பின்பற்றுவதன் மூலமும்,
தொடர்ந்து மந்திர சிகிச்சையில் ஈடுபடுவதன்
மூலமும் ஒழுக்கமான வாழ்க்கையைப்
பயிற்சி செய்யத் தொடங்கினால், அவரது
தொழில்முறை மற்றும் நிதி சூழ்நிலைகள்
நேர்மறையான நிகழ்வுகள் மூலம் மேம்படத்
தொடங்கும். இந்த நேர்மறையான மாற்றம்
இயற்கையாகவே அவரது மனைவி மற்றும்
குழந்தைகளுக்கு நீட்டிக்கப்படுகிறது,

அவர்களின் நிதி மற்றும் சமூக நிலைமையையும் மேம்படுத்துகிறது."

கடவுள்: (குறிப்பை மூழ்கடிக்க விடாமல்)
"நிதி நிகழ்வுகளின் அடிப்படையில் குடும்பம் ஒத்திசைவில் இருப்பதால், அவரது மனைவி மற்றும் குழந்தைகளும் நியாயமான அளவிலான ஒழுக்கத்தையும் உடல் நலனையும் வெளிப்படுத்தினால் மட்டுமே, கடவுளாக நான், தந்தையை அத்தகைய மாற்றத்தைத் தொடர ஊக்குவிப்பேன். அவர்களின் பொதுவான உடல் அதிர்ஷ்டப் போக்கு இணக்கமாக இருப்பதை உறுதி செய்வதற்காக நான் இதைச் செய்கிறேன், இதனால் ஒரு உறுப்பினரின் உயர்ந்த நேர்மறை அல்லது எதிர்மறை உடல் அதிர்ஷ்டம் மற்றவர்களிடமிருந்து கடுமையாக

வேறுபடுவதில்லை, இது இந்தக் கொள்கைகளின் சரிவுக்கு வழிவகுக்கும்."

இஷான் (மன்னிப்பு கேட்டு குறுக்கிடுகிறார்):
"கடவுளே, உங்களை குறுக்கிடுவதற்கு மன்னிக்கவும். நான் சரியாகப் புரிந்து கொண்டால், ஒத்திசைவு பற்றிய இந்த யோசனை உங்களுக்கு அதிக கவலையாகத் தெரிகிறது - ஒரு குறிப்பிட்ட நிகழ்வில் ஈடுபடும் நபர்கள் அதை அனுபவிக்கும் அளவுக்கு நேர்மறை அல்லது எதிர்மறை உடல் அதிர்ஷ்டம் இருப்பதை உறுதி செய்ய. ஆனால் அதையும் தாண்டி, மனிதர்களாகிய நமக்கு இது ஏதேனும் நடைமுறை பொருத்தத்தையோ அல்லது பயன்பாட்டையோ கொண்டிருக்கிறதா?"

கடவுள்: (கணக்கிடும் பார்வையுடன்)
"நீங்கள் சொல்வது சரி - இது பெரும்பாலும்
எனது கவலை. இருப்பினும், ஒத்திசைவு
என்ற கருத்து உண்மையான, நடைமுறை
மதிப்பையும் கொண்டுள்ளது. இது மக்கள்
தங்கள் வாழ்க்கையை நன்கு
புரிந்துகொள்ளவும் எதிர்மறை
சூழ்நிலைகளிலிருந்து எளிதாக மீளவும்
உதவும். தந்தை ஒரு குடிகாரராக இருக்கும்
ஒரு குடும்பத்தின் உதாரணத்தை எடுத்துக்
கொள்ளுங்கள். அவர் ஒவ்வொரு
மாலையும் குடிபோதையில் வீட்டிற்கு வந்து
குழந்தைகள் முன்னிலையில் தாயை
துஷ்பிரயோகம் செய்கிறார். காலையில்,
அவர் நிதானமாகி மன்னிப்பு கேட்கிறார்,
மேலும் இந்த நிலைமை தினமும்
தொடர்கிறது. குழந்தைகள் உணர்ச்சி ரீதியாக

நடுங்குகிறார்கள், தந்தையின்
குடிப்பழக்கத்தால் ஏற்படும் பயம், குழப்பம்
மற்றும் நிதி அழுத்தத்தில் வாழ்கின்றனர்."

கடவுள்: (முக்கியத்துவத்தை ஆழமாகப்
புரிந்து கொள்ள இடைநிறுத்தி) "உடல்
அதிர்ஷ்டத்தின் லென்ஸ் மூலம் இந்த
சூழ்நிலையைப் பார்க்கும்போது, தந்தையின்
குடிப்பழக்கம் மற்றும் துஷ்பிரயோகம்
செய்யும் நடத்தை

தனிமைப்படுத்தப்படவில்லை என்பது
தெளிவாகிறது; அவை முழு குடும்பத்திலும்
உள்ள ஆழமான ஏற்றத்தாழ்வுகளை
பிரதிபலிக்கின்றன. குடும்பத்தின் தனிப்பட்ட
உறுப்பினர்கள் மோசமான உணவு,
ஆரோக்கியமற்ற வாழ்க்கை முறை,
குறைபாடுகள் அல்லது தைராய்டு
ஏற்றத்தாழ்வுகள், உயர் இரத்த அழுத்தம்,

நீரிழிவு போன்ற உடல்நலப் பிரச்சினைகள்
போன்ற காரணங்களால் குறிப்பிடத்தக்க
எதிர்மறை உடல் அதிர்ஷ்டத்தை
அனுபவிக்க வேண்டும்."

கடவுள்: (அமைதியான உறுதியுடன்) "இங்கே
ஒத்திசைவு நன்மை **பயக்கும்:** அந்தக்
குடும்பத்தில் ஒரு உறுப்பினர் கூட
பொறுப்பேற்று வாழ்க்கை முறை மாற்றங்கள்
மற்றும் மந்திர சிகிச்சை மூலம் தங்கள்
உடலை குணப்படுத்தத் தொடங்கினால்,
கூட்டு குடும்ப நிலைமை நேர்மறையாக
மாறத் தொடங்குகிறது. தந்தை படிப்படியாக
மதுவை விட்டுவிட்டு, நிர்வாண வாழ்க்கை
முறை மூலம் மதுவால் ஏற்படும் உடல்
சேதத்தை மாற்றியமைக்கத் தொடங்கலாம்;
அமைதியும் நல்லிணக்கமும் திரும்பும்,
நிதிப் போராட்டங்கள் குறையும். இது

ஒத்திசைவின் மந்திரம்; ஒருவர்
மாறும்போது, அவர்களுடன் தொடர்புடைய
மற்ற அனைவரையும் குணப்படுத்துவதை
ஆதரிக்கும் நிகழ்வுகளை நான்
உருவாக்குகிறேன்."

இஷான் (உற்சாகமாக): "எனக்குப் புரிகிறது,
கடவுளே. இது உண்மையிலேயே
குறிப்பிடத்தக்கது."

கடவுள்: (ஒரு அக்கறையுள்ள
முகபாவத்துடன்) "மேலும், ஒரு குடும்ப
உறுப்பினர் கடுமையாக
நோய்வாய்ப்பட்டால், அது பெரும்பாலும்
ஆழமான, நீண்டகால உடல்நலப்
பிரச்சினைகள் அல்லது குடும்பம் முழுவதும்
பகிரப்படும் ஆரோக்கியமற்ற வாழ்க்கை
முறைகளைக் குறிக்கிறது. அந்தக்

குடும்பத்தில் ஒருவருக்கு மோசமான
உணவுப் பழக்கம் இருக்கலாம்,
மற்றொருவருக்கு ஹார்மோன்
ஏற்றத்தாழ்வுகள் இருக்கலாம், மேலும் வேறு
யாராவது உடல் பருமன் அல்லது
கார்டிகோஸ்டிராய்டுகள் போன்ற
மருந்துகளால் ஏற்படும் பக்க
விளைவுகளைச் சந்திக்க நேரிடலாம். இந்த
தனிப்பட்ட பிரச்சினைகள் தனித்தனியாக
இல்லை, அவை அனைத்தும் குடும்ப
உறுப்பினர்களிடையே இருக்கும் ஒத்திசைவு
மூலம் இணைக்கப்பட்டுள்ளன. அத்தகைய
நேரத்தில் முழு குடும்பத்தையும் பாதிக்கும்
அதிக மருத்துவமனை செலவுகள், உணர்ச்சி
மன அழுத்தம் மற்றும் இடையூறுகள் வெறும்
சீரற்ற நிகழ்வுகள் அல்ல. நான் அவற்றை
ஏற்பாடு செய்கிறேன், அவை அவர்களின்

உள் உடல் நிலை மற்றும் மோசமடைதல்
போக்குகளின் வெளிப்பாடுகள்."

கடவுள்: (முக்கியத்துவத்தை உள்வாங்கிக்
கொள்ள இடைநிறுத்தி) "கடவுளாக,
திரட்டப்பட்ட உடல் சீரழிவால் ஏற்படும்
எதிர்மறை உடல் அதிர்ஷ்டம் ஒரு
குறிப்பிட்ட வரம்பை அடையும் போது,
நான் பாதகமான நிகழ்வுகளை உருவாக்க
நிர்பந்திக்கப்படுகிறேன். இவற்றில் உணர்ச்சி
மற்றும் நிதி கஷ்டங்கள் அடங்கும் -
கொடுமையால் அல்ல, ஆனால் உள்
நிலையின் பிரதிபலிப்பாகவும்,
விழிப்புணர்வையும் மாற்றத்தையும்
தூண்டுவதற்கான ஒரு வழியாகவும். இது
கடுமையாகத் தோன்றலாம், ஆனால் அது

ஒரு பெரிய அமைப்பின் ஒரு பகுதியாகும் -
தண்டிக்க அல்ல, ஆனால் விழித்தெழுப்ப.
மாற்றம் இல்லாமல், துன்பத்தின் சுழற்சி
தொடர்கிறது. ஆனால் விழிப்புணர்வு மற்றும்
குணப்படுத்துதலுடன், சுழற்சியை உடைக்க
முடியும்."

கடவுள்: (கவனம் நிறைந்த கண்களுடன்)
"ஒத்திசைவு என்ற கருத்தை மேலும்
விரிவுபடுத்த, ஒரு அழிந்த விமானத்தில் ஒரு
பயணி போதுமான எதிர்மறை உடல்
அதிர்ஷ்டத்தை உருவாக்கவில்லை
என்றாலும், விமான விபத்து நடக்க நான்
அனுமதிக்க மாட்டேன். மனிதகுலத்தின்
பெரும்பகுதியும் இந்த கிரகத்தின்
உயிர்வாழ்வும் கூட ஒழுக்கமான
சிறுபான்மை மக்களால் ஒன்றாக
இணைக்கப்பட்டுள்ளது. அவர்களின் தூய

அல்லது முக்கியமாக சைவ உணவுகள், தியானம் மற்றும் யோகா போன்ற பயிற்சிகளுடன், உலகின் கூட்டு எதிர்மறை உடல் அதிர்ஷ்டத்தை கட்டுக்குள் வைத்திருக்கின்றன. அவர்களின் உடல் ஆரோக்கியம் மற்றும் வாழ்க்கை முறைதான் இந்த கிரகத்தையும் அதன் மக்களையும் அழிப்பதில் இருந்து என்னைத் தடுக்கிறது."

கடவுள்: (ஒரு ஏமாற்றமான முகபாவத்துடன்) "பின்வருவது, எதிர்மறையான நிகழ்வுகளை ஏற்படுத்தும் ஆற்றலைக் கொண்ட நவீன வாழ்க்கை முறையின் அன்றாட உணவுப் பொருட்கள் மற்றும் பொருட்களின் பட்டியல். அவை உட்கொள்ளும்போது, அவை என்னை விரும்பத்தகாத மற்றும் துரதிர்ஷ்டவசமான நிகழ்வுகளை உருவாக்கத் தூண்டுகின்றன,

பெரும்பாலும் அவை உட்கொள்ளப்பட்ட
தருணத்திலிருந்து தொடங்குகின்றன. இந்த
பொருட்கள் ஒருவரின் வாழ்க்கையில்
எதிர்மறையான நிகழ்வுகளை
உருவாக்குவது மட்டுமல்லாமல்,
நேர்மறையானவற்றை மறைக்கின்றன.
அவற்றின் தீங்கு விளைவிக்கும் விளைவுகள்
குறுகிய கால மற்றும் நீண்ட கால
இரண்டிலும் தோன்றும்:"

கடவுள்: (தயக்கத்துடன் சுவாசிக்கும்போது) "

பேஸ்ட்ரி (பிளாக் ஃபாரஸ்ட், வெள்ளை
ஃபாரஸ்ட் மற்றும் பிற பெரிதும்
பதப்படுத்தப்பட்ட, சர்க்கரை இனிப்பு
வகைகள்)

அனைத்து வகையான ஆல்கஹால்

அனைத்து வகையான வறுத்த உணவுகள்
(எ.கா., ஆழமாக வறுத்த சிற்றுண்டிகள், துரித
உணவு)

பேக் செய்யப்பட்ட உருளைக்கிழங்கு சிப்ஸ்
மற்றும் பிற வகையான சிப்ஸ்

சிறிதளவு அல்லது தவிடு இல்லாத
வெள்ளை அரிசி (அதிக கிளைசெமிக்
குறியீடு, குறைந்த நார்ச்சத்து)

ஆன்டிபயாடிக்குகள், ஆன்டாசிட்கள்,
கார்டிகோஸ்டிராய்டுகள், வலி நிவாரணிகள்
(NSAIDகள் மற்றும் ஓபியாய்டுகள்) போன்ற
அலோபதி மாத்திரைகள்

செயற்கை ஹார்மோன் சிகிச்சை

சர்க்கரை கார்பனேற்றப்பட்ட
குளிர்பானங்கள் (எ.கா., கோலா, எனர்ஜி
பானங்கள்)

சுத்திகரிக்கப்பட்ட வெள்ளை ரொட்டி மற்றும்
பேக்கரி பொருட்கள் (குறைந்த
ஊட்டச்சத்துக்கள் மற்றும் அதிக சர்க்கரை)

பதப்படுத்தப்பட்ட இறைச்சிகள் (எ.கா.,
தொத்திறைச்சிகள், பன்றி இறைச்சி, சலாமி -
நைட்ரேட்டுகள் மற்றும் நிறைவுற்ற
கொழுப்பு அதிகம்)

செயற்கை இனிப்புகள் (எ.கா.,
அஸ்பார்டேம், சுக்ரோலோஸ் - வளர்சிதை
மாற்றம் மற்றும் குடலில் சர்ச்சைக்குரிய
விளைவுகள்)

சோடியம் மற்றும் பாதுகாப்புகள் அதிகம்
உள்ள பதிவு செய்யப்பட்ட உணவுகள்

சுவையான உடனடி நூடுல்ஸ் மற்றும் சூப்ப்கள்
(சோடியம், MSG மற்றும் செயற்கை
சுவைகள் நிறைந்தவை)

வெண்ணெய் மற்றும்
ஹைட்ரஜனேற்றப்பட்ட எண்ணெய்கள்
(டிரான்ஸ் கொழுப்புகள்)

சர்க்கரை நிறைந்த காலை உணவு
தானியங்கள் (குறிப்பாக குழந்தைகளுக்கு
விற்பனை செய்யப்படும்வை)

செயற்கை சுவைகள் மற்றும்
நிலைப்படுத்திகள் கொண்ட அல்லது
இல்லாத எந்த வகையான ஐஸ்கிரீமும்

இனிப்பு அழுக்கப்பட்ட பால் மற்றும்
சுவையூட்டப்பட்ட பால் பானங்கள்

துரித உணவு சங்கிலிகளிலிருந்து மில்க்
ஷேக்குகள் மற்றும் காபி பானங்கள்
(சர்க்கரை மற்றும் கலோரிகள் அதிகம்)

பீட்சா மற்றும் பர்கர்கள் - குறிப்பாக
சுத்திகரிக்கப்பட்ட மாவு மற்றும் வழக்கமான

துரித உணவு பொருட்களால்
செய்யப்பட்டவை.

மறைக்கப்பட்ட சர்க்கரைகள் மற்றும்
சேர்க்கைகள் கொண்ட எனர்ஜி பார்கள்
மற்றும் புரத சிற்றுண்டிகள்

சர்க்கரைகள் சேர்க்கப்பட்ட சுவையான தயிர்
பதப்படுத்தப்பட்ட சீஸ் துண்டுகள் மற்றும்
பரவுகிறது

வணிக ரீதியாக பாட்டிலில் அடைக்கப்பட்ட
பழச்சாறுகள் (பெரும்பாலும் நார்ச்சத்து
நீக்கப்பட்டு சர்க்கரை நிரப்பப்படுகின்றன)

மிட்டாய்கள் மற்றும் பதப்படுத்தப்பட்ட
சிற்றுண்டிகளில் உணவு வண்ணம் மற்றும்
செயற்கை சேர்க்கைகள்"

கடவுள்: (ஒரு இழிவான முகபாவத்துடன்)
"இந்த உணவுகளைத் தவிர்க்க
அறிவுறுத்தப்படும்போது, உடல் அதிர்ஷ்டம்
என்ற கருத்தை அறியாத மக்கள், 'நான்
வாழ்க்கையை முழுமையாக வாழ
விரும்புகிறேன்', 'இது என் உடல், என்
விரும்பம்' அல்லது 'என் ஒழுக்கமான தாத்தா
கூட இளமையாகவே இறந்தார்' போன்ற
கருத்துக்களுடன் அடிக்கடி பதிலளிப்பார்கள்.
இந்தப் பழக்கங்களில் ஈடுபடுவது
வாழ்க்கையின் பல அம்சங்களை
அமைதியாக அரிக்கிறது, அதாவது மகிழ்ச்சி,
நிலைத்தன்மை மற்றும் அமைதி
போன்றவை, வெறும் ஆயுட்காலம்
மட்டுமல்ல. ஆயுட்காலம் என்பது
பிரச்சினையின் ஒரு சிறிய பகுதி மட்டுமே.
ஆழமான பிரச்சினை என்னவென்றால்,

இந்தத் தேர்வுகள் விரும்பத்தகாத மற்றும்
கொடூரமான நிகழ்வுகளால் வாழ்க்கை
நிலைமையை எவ்வாறு சீரழிக்கின்றன
என்பதுதான்."

கடவுள்: (முக்கியத்துவத்தை உள்வாங்கிக்
கொள்ள இடைநிறுத்துகிறார்) "ஆனால்,
மக்கள் தங்கள் உடல் ஆரோக்கியத்தை
உண்மையிலேயே சிறந்த உணவுத்
தேர்வுகள், வாழ்க்கை முறை மற்றும் மயக்க
சிகிச்சை மூலம் மாற்றும்போது, வெளி
உலகம் நேர்மறையாக மாறத்
தொடங்குகிறது. பாசிச அரசாங்கங்கள்,
சூழ்ச்சி சித்தாந்தங்கள், நெறிமுறையற்ற
பொருளாதார அமைப்புகள் மற்றும்
சுற்றுச்சூழல் அழிவு அனைத்தும் நான்
உருவாக்கும் நேர்மறையான சூழ்நிலைகள்

மூலம் பலவீனமடைந்து தீர்க்கத்
தொடங்குகின்றன."

கடவுள்: (அமைதியான தெளிவுடன்
பேசுகிறார்) "உங்கள் உடல் நிலை மற்றும்
அதில் ஏற்படும் மாற்றங்களை
பிரதிபலிக்கும் வகையில் ஒவ்வொரு
சூழ்நிலையையும் நிகழ்வையும் நான்
கவனமாக திட்டமிடுகிறேன்.

ஆரோக்கியமற்ற உணவுப் பழக்கங்கள்
எப்போதும் எதிர்மறையான நிகழ்வுகளுக்கு
வழிவகுக்காது. மாறாக, அவை
பெரும்பாலும் நேர்மறையான நிகழ்வுகள்
நிகழும் வாய்ப்பைக் குறைக்கின்றன.
எனவே, ஆரோக்கியமற்ற பொருட்களை
உட்கொள்வதும், மோசமான எதுவும்
நடக்கவில்லை என்று கூறி இந்தக்
கொள்கைகளை சவால் செய்வதும்

முட்டாள்தனம். ஆரோக்கியமற்ற உணவுப் பழக்கங்களில் ஈடுபடுவதன் மூலம், உங்கள் வாழ்க்கையை மாற்றக்கூடிய நேர்மறையான நிகழ்வுகளை நீங்கள் இழக்க நேரிடும்."

இஷான் (சிந்தனையுடன் கூடிய வெளிப்பாட்டுடன்): "எனக்குப் புரிகிறது, கடவுளே. இது மிகவும் கடுமையான உண்மை."

கடவுள்: (கவலையுடனும் இரக்கத்துடனும் பேசுகையில்) "சில நேரங்களில், வாழ்க்கையின் நிகழ்வுகள் குற்றத்தில் ஈடுபடுவது, ஆடம்பரமான வாழ்க்கை முறையை பராமரிக்க லஞ்சம் வாங்குவது, இன்பத்திற்காக விபச்சாரம் செய்வது அல்லது பண ஆதாயத்திற்காக பலவீனமானவர்களை சுரண்டுவது போன்ற

நெறிமுறையற்ற தேர்வுகளின் வடிவத்தை
எடுக்கின்றன. பெரிய அளவில், சில
வரலாற்றுப் போர்களும், வலிமையான
நாடுகள் பலவீனமான நாடுகளை
சுரண்டுவதற்கும் ஆதிக்கம்
செலுத்துவதற்கும் உள்ள வடிவங்களும்
ஒத்த தன்மையைப் பகிர்ந்து கொள்கின்றன.
வலிமையான ஒடுக்குமுறையாளருக்கு,
அவை பெரும்பாலும் எதிர்மறை மற்றும்
நேர்மறை உடல் அதிர்ஷ்டத்தின் சிக்கலான
கலவையாகும். எதிர்மறையான பக்கம்
ஏற்படும் சிறிய இழப்புகள், பழிவாங்கும்
அச்சுறுத்தல் மற்றும் பேராசை, சுரண்டல்,
குற்றச் செயல் மற்றும் கொடுமை
ஆகியவற்றில் வேருன்றிய செயல்களால்
ஏற்படும் ஒழுக்கம் மற்றும் குணநலன் சீரழிவு
ஆகியவற்றில் உள்ளது. நேர்மறையான

அம்சம் தற்காலிக இன்பங்களின் வடிவத்தில்
வரலாம் - பாலியல் திருப்தி, நிதி ஆதாயம்
அல்லது சமூக அந்தஸ்து போன்றவை."

கடவுள்: (முக்கியத்துவத்தை மறைத்து) "இந்த
ஆதாயங்கள் குறுகிய காலத்தில்
பலனளிப்பதாகத் தோன்றலாம் மற்றும்
ஒருவரின் நிலைமையை மேம்படுத்தலாம்
என்றாலும், தனிநபர் ஒப்பீட்டளவில் நல்ல
ஆரோக்கியத்தையும் வாழ்க்கை
முறையையும் பராமரித்தால் மட்டுமே
அவை பெரும்பாலும்
கட்டுப்படுத்தப்படாமல் போகும். ஒரு
பொதுவான உதாரணம், உடல் ரீதியாக
ஆரோக்கியமாக இருந்தாலும்,
அதிகப்படியான குடிப்பழக்கம்,
போதைப்பொருள் பயன்பாடு போன்ற தீங்கு
விளைவிக்கும் உடல்நலம் தொடர்பான

பழக்கவழக்கங்களால் குறிக்கப்பட்ட
வாழ்க்கை முறையில் ஈடுபடும் ஒருவர்.
நல்ல ஆரோக்கியத்திற்கான மரபணு
முன்கணிப்பு மூலம் அல்லது சரியான
ஊட்டச்சத்து, வழக்கமான உடற்பயிற்சி
மற்றும் மருத்துவ பராமரிப்பு போன்ற சில
நேர்மறையான வாழ்க்கை முறை
நடைமுறைகளைப் பின்பற்றுவதன் மூலம்
அவர்கள் சேதத்தை ஈடுகட்டுகிறார்கள். இந்த
சமநிலை, பாதிக்கப்பட்டவர்களின்
நெறிமுறையற்ற செயல்களுக்கான
விளைவுகளையோ அல்லது
பழிவாங்கலையோ தற்காலிகமாகத் தவிர்க்க
அனுமதிக்கிறது. மேலும், இரண்டு அல்லது
அதற்கு மேற்பட்ட எதிரிகள் ஈடுபடும்போது,
யார் வெற்றி பெறுகிறார்கள் என்பதைத்
தீர்மானிப்பதில் அவர்களின் உறவினர் உடல்

அதிர்ஷ்டமும் குறிப்பிடத்தக்க பங்கை
வகிக்கிறது."

கடவுள்: (முக்கியத்துவத்தை மறைத்து)
"ஆனால் இஷான், உண்மையான கேள்வி
என்னவென்றால், நீங்கள் உண்மையில்
யாரைச் சுரண்டுகிறீர்கள்? சாவுக்கேதுவான
மனிதர்கள், அவற்றின் மையத்தில் நித்திய
ஆன்மாக்கள், என்னிடமிருந்து பிரிக்க
முடியாதவை. எந்தச் செயலும்
கவனிக்கப்படாமல் போகாது. குறுகிய
காலத்தில், எந்த விளைவுகளும் இல்லை,
லாபம் மட்டுமே என்று தோன்றலாம்.
ஆனால் நீண்ட காலத்திற்கு, கர்மா
எப்போதும் பழிவாங்கும். விரைவில்
அல்லது பின்னர், குற்றவாளி, இன்னும்
உயிருடன் இருந்தால், அல்லது அவர்களின்

சந்ததியினர் அந்தச் செயல்களுக்கு எனது தீர்ப்பை எதிர்கொள்வார்கள்."

இஷான் (பாசத்துடன் மெதுவாகப் பேசுகிறார்): "அது உண்மைதான், கடவுளே. இதுபோன்ற கொடூரமான குற்றங்களைச் செய்த பிறகு யாரும் உண்மையிலேயே தப்பிக்க முடியாது."

கடவுள்: (கருணையுடன் தலையசைத்து) "உடல் அதிர்ஷ்டத்தில் ஒரு முக்கியமான கருத்தை நான் அறிமுகப்படுத்த விரும்புகிறேன், அது உயிர் அதிர்வு என்று அழைக்கப்படுகிறது. இந்தக் கொள்கை குணப்படுத்துதல் மற்றும் ஒட்டுமொத்த நல்வாழ்வில் மகத்தான முக்கியத்துவத்தைக் கொண்டுள்ளது. இதுவரை, உங்கள் உடல் நிலை மற்றும் அதில் ஏற்படும் எந்த

மாற்றங்களும் உங்கள் வெளிப்புற
சூழ்நிலைகளில் வெளிப்படுகின்றன
என்பதை நான் விளக்கியுள்ளேன். அது ஒரு
பயனுள்ள தொடக்கப் புள்ளியாக
இருந்தாலும், அது மிகைப்படுத்தப்பட்ட
எளிமைப்படுத்தல். உண்மையில்,
வெளிப்பாடு வெளிப்புற அம்சங்களுக்கு
மட்டுப்படுத்தப்படவில்லை. இது
உடலுக்குள்ளும் நிகழலாம்."

கடவுள்: (விஷயத்தை ஆழமாகப்
புரிந்துகொள்ள இடைநிறுத்துதல்) "ஒரு
உறுப்பின் சுகாதார நிலை மற்றும் மற்றொரு
உறுப்பில் உயிரியல் செயல்முறைகளில்
தொடர்புடைய நேர்மறை அல்லது
எதிர்மறை நிகழ்வுகளின் வெளிப்பாடு
வைட்டல் ரெசோனன்ஸ் என்று
அழைக்கப்படுகிறது. ஆயுர்வேதம், சீன

மருத்துவம் மற்றும் பல மருத்துவ முறைகள்
வைட்டல் ரெசோனன்ஸ் போன்ற
கொள்கைகளைப் பயன்படுத்தும் சிகிச்சை
முறைகளைக் கொண்டுள்ளன. இருப்பினும்,
இந்த பண்டைய கொள்கைகளை
நிராகரிக்கும் அல்லது கவனிக்காத நவீன
சித்தாந்தங்களின் உட்செலுத்தலின்
காரணமாக இந்த ஞானத்தின் பெரும்பகுதி
காலப்போக்கில் குறைக்கப்பட்டுள்ளது
அல்லது இழக்கப்பட்டுள்ளது."

கடவுள்: (அமைதியான உறுதியுடன்)
"கொழுப்பு நிறைந்த கல்லீரல் அல்லது
சிரோசிஸைக் கவனியுங்கள். இந்த
நிலைமைகள் கல்லீரல் செல்களின் இறப்பு
அல்லது சிதைவை உள்ளடக்கியது. ஆனால்
கல்லீரல் தனிமையில் இல்லை; இது இதயம்,
நுரையீரல், சிறுநீரகம், மூளை, தோல் மற்றும்

பிற உறுப்புகளால் சூழப்பட்டுள்ளது. ஒரு சிதைந்த கல்லீரல் பல உறுப்பு அமைப்புகளை பாதிக்கலாம், உயிரியல் ரீதியாக அதன் முக்கியமான உடல் செயல்பாடுகள் காரணமாக மட்டுமல்லாமல், கல்லீரலை உடலில் உள்ள மற்ற உறுப்புகளுடன் இணைக்கும் கண்ணுக்குத் தெரியாத குவாண்டம் இணைப்புகள் வழியாகவும் முக்கிய அதிர்வு மூலம். கல்லீரல், இதயம், செரிமான அமைப்பு மற்றும் பிற உறுப்புகள் பல்வேறு பிற உறுப்புகளில் முக்கிய அதிர்வு தொடர்பான நிகழ்வுகளைத் தூண்டுகின்றன. முக்கிய அதிர்வு தொடர்பான விளைவுகள் இந்த உறுப்புகள் செயலிழந்த நிலையில் உள்ளதா அல்லது நல்வாழ்வில் உள்ளதா என்பதைப் பொறுத்து மாறுபடும். இந்த விளைவுகள்

மருத்துவ நோயறிதல் மற்றும்
குணப்படுத்துதலில் ஆழமான
பயன்பாடுகளைக் கொண்டுள்ளன.
உண்மையில், நவீன நோயறிதல்களுக்கு
நீண்ட காலத்திற்கு முன்பே, பண்டைய
மருத்துவர்கள், ஒரு நபரின் தோற்றம்,
தன்மை, எண்ணங்கள்/பயங்களின் தன்மை,
குரல் மற்றும் நடத்தை ஆகியவற்றைக்
கவனிப்பதன் மூலம் பெரும்பாலும் உள்
செயலிழப்பை அடையாளம் காண முடியும்.
அதனால்தான், பெரும்பாலும், ஒரு நபரின்
முகத்தைப் பார்ப்பதன் மூலம் அவர்களின்
உள் ஆரோக்கியத்தை நீங்கள் அளவிட
முடியும்."

கடவுள்: (உணர்ச்சியை ஆழமாகப்
புரிந்துகொள்ள இடைநிறுத்துதல்) "ஒரு
உறுப்பின் நிலை மூளையில் நடத்தைப்

பண்புகளை ஏன் பாதிக்கக்கூடும்
என்பதையும் இது விளக்குகிறது. சில
உறுப்புகளின் நேர்மறையான நிலை ஒழுங்கு
மற்றும் ஒழுக்கத்தை பிரதிபலிக்கிறது, அதே
நேரத்தில் சீரழிந்த ஒன்று குழப்பம் மற்றும்
மோதலாக வெளிப்படலாம். இந்த முக்கிய
அதிர்வு தொடர்பான உடல் அதிர்ஷ்ட
முறைகள் எண்ணங்களையும்
பழக்கங்களையும் வடிவமைக்கலாம்,
உணர்ச்சித் தொந்தரவுகளைத் தூண்டலாம்
மற்றும் தெளிவான கனவுகளை
உருவாக்கலாம். பல்வேறு உடல்
உறுப்புகளைப் பாதிக்கும் வாழ்க்கை முறை
சிக்கல்களால் தூண்டப்படும்
நெறிமுறையற்ற நடத்தை, குற்றவியல்
போக்குகள் மற்றும் பாலியல்
துஷ்பிரயோகங்களைத் தூண்டுவதிலும் இது

குறிப்பிடத்தக்க பங்கைக் கொண்டுள்ளது. நுண்ணுயிர் எதிர்ப்பிகளால் ஏற்படும் நன்மை பயக்கும் குடல் பாக்டீரியாக்களின் மரணம் கூட பல்வேறு உறுப்புகளுக்கு குவாண்டம் உள்ளீடுகளை சீர்குலைத்து, அவற்றின் செயல்பாடு மற்றும் ஒட்டுமொத்த நல்வாழ்வை எதிர்மறையாக பாதிக்கலாம்."

கடவுள்: (ஒருவித ஆர்வத்துடன்) "சீன அக்குபஞ்சர் அதன் மெரிடியன் அமைப்பு மூலம் இதை ஒப்புக்கொள்கிறது, இது உள் உறுப்புகளை தோலில் உள்ள புள்ளிகளுடன் வரைபடமாக்குகிறது. ஊசிகள் மூலம் இந்த வெளிப்புற புள்ளிகளைத் தூண்டுவது, எந்தவொரு உடல் தொடர்பும் இல்லாமல், உள் உறுப்புகளின் ஆற்றலைப் பாதிப்பதன் மூலம் சமநிலையை மீட்டெடுக்கும் என்று நம்பப்படுகிறது. இந்த கண்ணுக்குத்

தெரியாத பாதைகள் நவீன அறிவியலால்
இன்னும் முழுமையாக ஆராயப்படாத
அல்லது புரிந்து கொள்ளப்படாத ஒரு முழு
மருத்துவத் துறையையும்
புரிந்துரைக்கின்றன."

கடவுள்: (முக்கியத்துவத்தை உள்வாங்கிக்
கொள்ள இடைநிறுத்தி) "கவலை,
மனச்சோர்வு, பயம், எதிர்மறை எண்ணங்கள்
மற்றும் மன அழுத்தம் போன்ற சில மனநலப்
பிரச்சினைகள், நோயாளியின் மூளையில்,
மற்ற உறுப்புகளில் தொடர்ந்து ஏற்படும்
எதிர்மறை நிகழ்வுகளால் ஏற்படும் முக்கிய
அதிர்வுகளால் தூண்டப்படுகின்றன. இது
ஒரு கோளாறு, நோயைத் தூண்டும்
நோயைப் போல, அமைதியாக
மற்றொன்றைச் செயல்படுத்துவதற்கான ஒரு
நிகழ்வு. முக்கிய அதிர்வுகளின் தாக்கங்கள்

ஆழமாகச் சென்று, உடலுக்குள் உள்ள
பல்வேறு உறுப்புகளை இணைக்கும்
கண்ணுக்குத் தெரியாத ஆற்றல்மிக்க
சங்கிலிகளின் சிக்கலான வலையைக்
குறிக்கின்றன."

இஷான் (திருப்தியான வெளிப்பாட்டுடன்):
"கடவுளே, இது மிகவும் ஆழமானது. இந்த
துணை தலைப்பு ஒரு முழு அறிவியலைப்
போல உணர்கிறது."

கடவுள்: (சிரித்துக்கொண்டே) "அது இஷான்
தான்! வாழ்க்கையில் ஏற்படும் பாதகமான
நிகழ்வுகள் உடலில் தேய்மானத்தை
ஏற்படுத்தும் காரணிகளாகக் கருதப்படலாம்,
இருப்பினும் எல்லா மாற்றங்களும்
நிரந்தரமானவை அல்ல. வயது,
ஆரோக்கியம், வாழ்க்கை முறை மற்றும்

மரபியல் போன்ற கூறுகள் உடல்
அவற்றிலிருந்து மீள்வதில் பங்கு
வகிக்கின்றன. உடலை ஒரு ரப்பர் பேண்ட்
போல நினைத்துப் பாருங்கள்: ஒவ்வொரு
நீட்சியும் ஒரு சிறிய பாதிப்பை
ஏற்படுத்துகிறது, அதன்
நெகிழ்ச்சித்தன்மையைக் குறைக்கிறது, ஒரு
சில செல்களைக் கொல்கிறது.
காலப்போக்கில், இந்த சேதம் குவிகிறது.
இருப்பினும், சில பாதகமான நிகழ்வுகள்
நேரடியாக நீடித்த வடு சூழ்நிலைகளை
விட்டுச்செல்கின்றன. இந்த ஒப்பீட்டில்,
மந்திர சிகிச்சை சேதத்தை சரிசெய்வது
மட்டுமல்லாமல், நிரந்தரமாக இழக்கப்படும்
உடலின் நெகிழ்ச்சித்தன்மையையும்
மீட்டெடுக்கிறது."

இஷான் (சிந்தனை நிறைந்த
புன்னகையுடன்): "இந்த ஒப்புமை
உண்மையில் விஷயங்களை நன்றாகப்
புரிந்துகொள்ள எனக்கு உதவுகிறது,
கடவுளே."

கடவுள்: (சிரித்துக்கொண்டே) "வயது
முதுமை மற்றும் அதனுடன் தொடர்புடைய
எதிர்மறை உடல் துரதிர்ஷ்டம் காரணமாக
ஏற்படும் உடல் சீரழிவு பெரும்பாலும்
சூழ்நிலைகள் தனிநபருக்கு சாதகமற்றதாக
மாற காரணமாகிறது. பல சந்தர்ப்பங்களில்,
வாழ்நாள் முழுவதும் பாலியல்
குற்றவாளிகள் அல்லது குற்றவாளிகள்
இறுதியாக சிறையில்
அடைக்கப்படுவதற்கான காரணமாக
முதுமையும் அதனுடன் தொடர்புடைய
உடல் வீழ்ச்சியும் மாறுகின்றன, நுட்பமான,

கண்ணுக்குத் தெரியாத சூழ்நிலைகளால்
இயக்கப்படுகிறது, அவர்களின் மோசமான
உடல் துரதிர்ஷ்டத்தை வெளிப்படுத்த நான்
திட்டமிடுகிறேன். மது, புகையிலை மற்றும்
மனோவியல் பொருட்கள் ஆகியவை
குறுகிய கால குறைபாடுகள் மற்றும் அவை
உடலுக்கும் மனதுக்கும் ஏற்படுத்தும்
நீண்டகால சேதம் ஆகிய இரண்டின்
காரணமாக குற்றவியல் நடத்தைக்கு
சக்திவாய்ந்த பங்களிப்பாளர்களாகும்."

கடவுள்: (முக்கியத்துவத்தை உள்வாங்கிக்
கொண்டு) "இஷான், குற்றங்கள் நிகழும்
சூழ்நிலைகளை நான்தான் வகுக்கிறேன்,
மேலும் அவை கண்டுபிடிக்கப்படுவதற்கு
வழிவகுக்கும் நுட்பமான தடயங்களை
விதைப்பவனும் நான்தான், ஒவ்வொரு
சூழ்நிலையும் உடல் அதிர்ஷ்ட

விதிகளின்படி துல்லியமாக
திட்டமிடப்பட்டுள்ளது. ஒரு வழக்கு
தீர்க்கப்படாமல் இருக்கிறதா அல்லது தவறு
செய்தவர் நீதியின் முன் நிறுத்தப்படுகிறாரா
என்பதை நான்தான் தீர்மானிப்பேன்.
ஒப்பீட்டளவில் நல்ல ஆரோக்கியத்தைப்
பேணி, மதுவைக் கட்டுப்படுத்துவதன்
மூலமும், மனோவியல் சார்ந்த
பொருட்களைத் தவிர்ப்பதன் மூலமும்,
மிதமான ஆரோக்கியமான உணவை
உட்கொள்வதன் மூலமும் ஒழுக்கமான
வாழ்க்கை முறையைப் பின்பற்றும் ஒரு
தொழில்முறை குற்றவாளி,
கண்டுபிடிப்பிலிருந்து தப்பிக்கக்கூடும்.
ஏனென்றால், அவர்களின் உடல்
சூழ்நிலையின் அடிப்படையில் அவர்களைப்

பாதுகாக்க நான் சூழ்நிலைகளை
வடிவமைக்கிறேன்."

கடவுள்: (தெரிந்த பார்வையுடன்) "நான்
நித்திய சட்டங்களை நிலைநிறுத்துபவர்,
இஷான். நான் ஒரு பக்கமும் சாய்வதில்லை.
தத்துவ ரீதியாகப் பார்த்தால், ஒவ்வொரு
குற்றச் செயலுக்கும் பின்னால், அது
கற்பழிப்பு, கொலை, ஏமாற்றுதல், மோசடி,
கடத்தல் அல்லது வேறு எந்த குற்றமாக
இருந்தாலும், நானே மூளையாக
இருக்கிறேன் என்று உறுதியாகக் கூறலாம்.
மேலும், குற்றவாளியின் எதிர்மறையான
உடல் அதிர்ஷ்டம் மிகவும் கடுமையானதாக
இருக்கும்போது, பல வருட
சிறைத்தண்டனை போன்ற கடுமையான
விளைவுகளைத் தேவைப்படும்போது, சிறிய
உடல் மோதல்களை தற்செயலாக

கொலையாக மாற்ற குவாண்டம்
விளைவுகளை கையாள்பவன் நான்."

கடவுள்: (முக்கியத்துவத்தை உள்வாங்கிக்
கொள்ள இடைநிறுத்தப்பட்டு) "கொடூரமான
செயல்களில் சிக்கிய ஒரு குற்றவாளியின்
குடும்ப உறுப்பினர்களைப் பற்றி யோசித்துப்
பாருங்கள். அவர்களின் உறவினர்களும்
பெரும்பாலும் பாதிக்கப்படுகிறார்கள், சமூக
நிகழ்வுகளில் இருந்து ஒதுக்கப்படுகிறார்கள்,
வேலை வாய்ப்புகள் மறுக்கப்படுகிறார்கள்,
அல்லது சமூக விலக்கை
எதிர்கொள்கிறார்கள். ஏனென்றால்
அவர்களின் உடல்கள் குற்றவாளியுடன்
ஒத்திசைவாக உள்ளன. குற்றம் ஒரு
தனிநபரால் செய்யப்பட்டிருக்கலாம்,
ஒத்திசைவின் தன்மை காரணமாக,
நெருங்கிய குடும்ப உறுப்பினர்களும்

குறிப்பிடத்தக்க எதிர்மறையான உடல்
அதிர்ஷ்டத்தைக் கொண்டுள்ளனர், இது
அவர்களின் வாழ்க்கை முறை
பிரச்சினைகள், நோய் அல்லது உணவுத்
தேர்வுகளால் தூண்டப்படுகிறது. ஒரு சீரற்ற
நிகழ்வாகத் தோன்றுவது, உண்மையில்,
ஆழமாக கணக்கிடப்பட்ட
கையாளுதல்களின் விளைவாகும், துன்பம்
குற்றவாளியின் உடல் நிலைமை,
அவர்களின் உறவினர்கள்,
பாதிக்கப்பட்டவர், பாதிக்கப்பட்டவரின்
உறவினர்கள், சமூகம், சட்ட அமைப்பு
மற்றும் பலவற்றை பிரதிபலிக்கிறது
என்பதை உறுதி செய்கிறது."

இஷான் (கவலையுடன்): "எனக்குப் புரிகிறது,
கடவுளே. இது உண்மையிலேயே
ஆழமானது மற்றும் சோகமானது!"

கடவுள்: (ஒரு வெற்றிகரமான
புன்னகையுடன்) "இஷான், இந்த நித்திய
கொள்கைகளை நான்
மிகைப்படுத்திவிட்டேன், அதனால் நீங்கள்
எளிதாகப் புரிந்துகொள்ள முடியும். ஆனால்
என் மட்டத்தில், அவை மிகவும்
சிக்கலானவை, கிட்டத்தட்ட வரம்பற்ற
துண்டுகளுடன் சதுரங்க விளையாட்டை
விளையாடுவது போல, ஒவ்வொரு
அசைவும் முடிவில்லாத எதிர்காலத்தில்
எதிரொலிக்கிறது. ஒவ்வொரு உத்தியும்
வாழ்நாள், காலக்கெடு மற்றும்
பரிமாணங்களை உள்ளடக்கியது.
நிச்சயமாக, நித்திய பிரம்மம், சதுரங்கப்
பலகை மற்றும் துண்டுகள் எனக்குள்
வாழ்கின்றன."

இஷான் (ஆச்சரியப்பட்டார்): "சந்தேகமே இல்லை, உங்கள் மட்டத்தில் இது எங்கள் புரிதலுக்கு அப்பாற்பட்டது!"

கடவுள்: (ஒருவித உற்சாகமான தொனியுடன்) "விமானப் பயணிகள் பெரும்பாலும் தங்கள் விமானத்தின் பாதுகாப்பு குறித்து, புறப்படுவதிலிருந்து தரையிறங்கும் வரை கவலைப்படுவார்கள். விமானத்தின் வயது, அதன் தயாரிப்பு மற்றும் மாதிரி, கடந்த கால விபத்துகளின் வரலாறு மற்றும் விமானிகளின் தொழில்முறை ஆகியவை பொதுவான கவலைகளில் அடங்கும். இந்த அச்சங்கள் புரிந்துகொள்ளத்தக்கவை என்றாலும், வணிக விமானப் போக்குவரத்து மற்ற போக்குவரத்து முறைகளை விட கணிசமாக பாதுகாப்பானது என்பதை அங்கீகரிப்பது

அவசியம். புள்ளிவிவரப்படி, விமான
விபத்தை விட கார் அல்லது பேருந்து
விபத்தில் உங்கள் உயிரை இழக்க அதிக
வாய்ப்புள்ளது. அப்படிச் சொன்னாலும்,
உற்பத்தியாளர்களால் நெறிமுறையற்ற
செலவுக் குறைப்பு, விமானி சோர்வு அல்லது
தொழில்நுட்பக் கோளாறு போன்ற
காரணிகளால் ஏற்படும் சமீபத்திய விமான
விபத்துகள் புதிய கவலைகளை
எழுப்பியுள்ளன. இந்த நிகழ்வுகள்
சீரற்றதாகத் தோன்றினாலும், உண்மையில்
அவை எதிர்மறையான உடல்
அதிர்ஷ்டத்தின் வெளிப்பாடுகள், இது
விமானத்தில் இருப்பவர்களை மட்டுமல்ல,
விமான ஊழியர்கள், பயணிகள் மற்றும்
பணியாளர்களின் குடும்பங்கள் மற்றும்

விமானத்துடன் தொடர்புடைய
மற்றவர்களையும் பாதிக்கிறது."

கடவுள்: (உணர்வை ஆழமாக உணர வைக்க
இடைநிறுத்துதல்) "பறக்கும் போது உடல்
அதிர்ஷ்டம் எதிர்மறையாக இருந்தால்,
விமானத்தின் பறக்கும் பாதையில்
பறவைகளை ஈர்க்கும் நிகழ்வுகளை நான்
உருவாக்க முடியும், பறவைகள் மோதும்
வாய்ப்பு அதிகரிக்கிறது, இதன் விளைவாக
விமான சட்டகம் சேதம் அல்லது இயந்திரம்
செயலிழக்க நேரிடும். இவை அனைத்தும்
சாத்தியம், ஆனால் இது
சம்பந்தப்பட்டவர்களிடமிருந்து,
பெரும்பாலும் உயிருக்கு ஆபத்தில்
இருப்பவர்களிடமிருந்து உருவாகும்
ஒட்டுமொத்த உடல் அதிர்ஷ்டத்தைப்
பொறுத்தது. விமானத்தில் பரிமாறப்படும்

உணவு கூட முக்கியமானது. உணவுகள்
நிர்வானிக் உணவுடன் ஒத்துப்போக
வேண்டும், எதிர்மறை நிகழ்வுகளைத்
தூண்டும் பொருட்கள் மற்றும் பொருட்கள்
இல்லாமல் இருக்க வேண்டும்.
பதப்படுத்தப்பட்ட உணவுகள், ஆல்கஹால்,
சில அலோபதி மருந்துகள் மற்றும் உடனடி
உணவுகள் விஷயங்களை
மோசமாக்குகின்றன மற்றும் ஆபத்தை
அதிகரிக்கின்றன."

கடவுள்: (பேசுவதற்கு முன் இடைநிறுத்துதல்)
"விமானப் பயணத்தின் நாளிலோ அல்லது
அதற்கு முந்தைய இரவிலோ ஒருவர் என்ன
சாப்பிடுகிறார் என்பது மட்டுமல்ல, இது ஒரு
தொடர்ச்சியான தினசரி நடைமுறை.
விமானப் பயணங்களுடன் தொடர்புடைய
அனைவரும், தரை ஊழியர்கள் முதல்

விமானிகள், பயணிகள் மற்றும் அவர்களின்
நெருங்கிய உறவினர்கள் வரை,
பொதுமக்கள் கூட ஆரோக்கியமான
பழக்கவழக்கங்களில் வேருன்றிய வாழ்க்கை
முறையைப் பின்பற்ற வேண்டும், மேலும்
நோயற்ற உடலைப் பராமரிக்க மந்திர
சிகிச்சையைப் பயிற்சி செய்ய வேண்டும்,
ஏனென்றால் உண்மையான பாதுகாப்பு
அங்குதான் தொடங்குகிறது."

இஷான் (கண்கள் விரிவடைகின்றன):
"எண்ணற்ற விமான விபத்துகளும்
திசைதிருப்பல்களும் இதனால்
தடுக்கப்படும், கடவுளே."

கடவுள்: (சற்று முகம் சுளித்து) "இன்று,
பெரும்பாலான குழந்தைகள் அதிக அளவு
இனிப்புகள், துரித உணவு, குளிர்பானங்கள்

மற்றும் பதப்படுத்தப்பட்ட சிற்றுண்டிகளை
உட்கொண்டு வளர்கிறார்கள், இது
ஆக்ரோஷமான விளம்பரம் மற்றும்
நுகர்வோர் வெறித்தனத்தால் பெரிதும்
பாதிக்கப்பட்டுள்ள உலகின் விளைவாகும்.
அதிகரித்த திரை நேரம் மற்றும்
குழந்தைகளை வெளியே விளையாட
அனுமதிப்பதில் பெற்றோரின் பயம்
ஆகியவற்றால் ஏற்படும் கடுமையான உடல்
செயல்பாடு இல்லாதது அவர்களின் உடல்
மற்றும் மன ஆரோக்கியத்தை சீராகப்
பாதிக்கிறது. கடந்த 50 ஆண்டுகளில்,
குழந்தை பருவ உடல் பருமன் மற்றும்
தொடர்புடைய உடல்நலப் பிரச்சினைகள்
கிட்டத்தட்ட பத்து மடங்கு அதிகரித்துள்ளன,
இது முக்கிய வாழ்க்கை முறை மாற்றங்கள்
மற்றும் இளம் மனங்களை ஈர்க்க கவனமாக

வடிவமைக்கப்பட்ட தயாரிப்புகளின்
வெள்ளத்தால் தூண்டப்படுகிறது."

கடவுள்: (முக்கியத்துவத்தை உள்வாங்கிக்
கொள்ள இடைநிறுத்தப்பட்டு) "இருப்பினும்,
இதன் தாக்கம் உடல் ஆரோக்கியத்திற்கு
அப்பாற்பட்டது. எதிர்மறையான உடல்
அதிர்ஷ்டக் குறியீட்டைக் கொண்ட
உணவுகளை தொடர்ந்து உட்கொள்வது
தொடர்ச்சியான துன்பகரமான வாழ்க்கை
நிகழ்வுகளைத் **தூண்டுகிறது:** பெற்றோரின்
மோதல்கள், அந்நியர்கள் அல்லது
நெருங்கிய உறவினர்களால் பாலியல்
சுரண்டல், போர் மண்டலங்களுக்கு
ஆளாகுதல், குழந்தை கடத்தல், உட்கார்ந்த
வாழ்க்கை முறை, உணர்ச்சிப் புறக்கணிப்பு,
விவாகரத்து அல்லது பெற்றோரைப்
பிரித்தல், உடல் காயங்கள், விபத்துகள்

மற்றும் பல. எப்போதும் போல, நான் இந்த
விளைவுகளை கவனமாக
ஒழுங்கமைக்கிறேன், ஒவ்வொரு
சூழ்நிலையும் இந்த நவீன வாழ்க்கை
முறைகள் ஒரு குழந்தையின் உடலுக்கு
ஏற்படுத்தும் தீங்கின் அளவிற்கு ஏற்ப
இருப்பதை உறுதிசெய்கிறேன். இந்த
வெளிப்புற நிகழ்வுகள், மேற்பரப்பில்
துண்டிக்கப்பட்டதாகத் தோன்றினாலும், உள்
உடல் நிலை மற்றும் அதன் மாற்றங்களை
பிரதிபலிக்கின்றன."

இஷான் (சோகமாக தலையசைக்கிறார்):
"எனக்குப் புரிகிறது, கடவுளே. பிரச்சனையும்
தீர்வும் உள்ளே இருக்கிறது!"

கடவுள்: (அமைதியான முகபாவத்துடன்)
"முற்றிலும் இஷான்! சிறு வயதிலிருந்தே

குழந்தைகளுக்கு நிர்வாணக்
கொள்கைகளான உடல் அதிர்ஷ்டம், மந்திர
குணப்படுத்துதல் மற்றும்
ஆரோக்கியத்திற்கும் வாழ்க்கை
நிகழ்வுகளுக்கும் இடையிலான தொடர்பைப்
பற்றிக் கற்பிப்பதே தீர்வு. நிர்வாணக்
கொள்கையில், முதலில் குழந்தைகளை
கவர்ந்திழுக்க வடிவமைக்கப்பட்ட குப்பை
உணவு அல்லது சர்க்கரை விருந்துகள்
இருக்காது. ஆனால் அவர்கள்
ஆரோக்கியமற்ற உணவுப் பொருட்களைக்
கேட்டாலும், அவர்களுக்கு மெதுவாக
விளக்குங்கள்: 'இதைச் சாப்பிடுவது
அப்பாவும் அம்மாவும் வாக்குவாதத்திற்கு
வழிவகுக்கும், உங்களுக்குப் பிடித்த
கார்ட்டூனின் போது சக்தி வெளியேறும்,
அல்லது அம்மா நோய்வாய்ப்படும்'.

அவர்களின் தேர்வுகளை நிஜ வாழ்க்கை
விளைவுகளுடன் இணைக்கும் எளிய
எடுத்துக்காட்டுகளைப் பயன்படுத்தவும்.
ஆரோக்கியமற்ற வாழ்க்கை முறை
பழக்கவழக்கங்கள் அவர்களின் உடலை
மட்டுமல்ல, அவர்களின் சூழ்நிலைகள்
மற்றும் உறவுகளையும் எவ்வாறு பாதிக்கும்
என்பதைப் படிப்படியாகப் புரிந்துகொள்ள
அவர்களுக்கு உதவுங்கள். இது ஒரு எளிய
காரணம் மற்றும் விளைவு வடிவம், மேலும்
குழந்தைகள், இதை கவனமாகவும்
நிலைத்தன்மையுடனும் காட்டும்போது,
வாழ்க்கையின் ஆரம்பத்திலேயே
புரிந்துகொண்டு ஒழுக்கத்தைக்
கடைப்பிடிக்கத் தொடங்குவார்கள்."

இஷான் (மெதுவாகச் சிரித்துக்கொண்டே):
"மிக முக்கியமான ஒன்றைக் கற்பிக்க இது

மிகவும் அழகான வழி. இந்த நிர்வாண
உலகில் வாழ நான் ஆவலுடன்
காத்திருக்கிறேன்!"

*(இலவச முன்னோட்டத்தின் முடிவு
தொடர்ந்து ஸ்க்ரோலிங் செய்யுங்கள்.)*

முழுமையான நிர்வாண புத்தகத்தைப்
படிக்க பின்வரும் இணைப்புகளைப்
பயன்படுத்தவும்:

மின்புத்தகம்:

<https://mynirvanabook.com/ebook.php>

காகித

அட்டை: <https://mynirvanabook.com/paperback.php>

(தொடர்ந்து உருட்டவும்)

எழுத்தாளர் பற்றி

ஜார்ஜ், உலகெங்கிலும் உள்ள இடங்களுக்கு பெரிய வணிக ஜெட் விமானங்களை ஓட்டுவதில் ஏழு ஆண்டுகளுக்கும் மேலான அனுபவமுள்ள ஒரு விமான விமானி.

விமானப் போக்குவரத்து நிபுணத்துவத்திற்கு அப்பால், ஆசிரியர் பல்வேறு நிரலாக்க மொழிகள் மற்றும் கட்டமைப்புகளில் அதிநவீன பயன்பாடுகளை உருவாக்குவதில் ஒரு தசாப்தத்திற்கும் மேலான அனுபவமுள்ள ஒரு அனுபவமிக்க நிரலாளர்.

விமானத்தை ஓட்டாமல் அல்லது குறியீட்டில்
ஆழமாகச் செல்லாமல் இருக்கும்போது,
அவர் அறிவுசார் தேடல்களின் உலகில்
தன்னை முழுகடித்துக் கொள்கிறார். ஒரு
பேராசை கொண்ட வாசகர், ஆன்மீகம்,
குறிப்பிடத்தக்க நபர்களின் வாழ்க்கை
வரலாறுகள், அறிவியல் புனைகதை மற்றும்
நவீன மருத்துவத்தின் பகுதிகளை
ஆராய்கிறார். உலகெங்கிலும் உள்ள
கலாச்சாரங்களின் முழுமையான
நடைமுறைகளிலும் அவருக்கு மிகுந்த
ஆர்வம் உள்ளது, பண்டைய ஞானம் மற்றும்
சமகால கண்டுபிடிப்புகளிலிருந்து உத்வேகம்
பெறுகிறது. ஆசிரியரின் பன்முக ஆர்வங்கள்
உலகத்தைப் பற்றிய அவரது ஆழ்ந்த
ஆர்வத்தையும் வாழ்நாள் முழுவதும்

கற்றலுக்கான அவரது அர்ப்பணிப்பையும்
பிரதிபலிக்கின்றன.

உங்கள் கருத்து

இந்தப் புத்தகம் ஒரு உற்சாகமான மற்றும்
வளமான வாசிப்பாக நீங்கள் கண்டால்,
அமேசான் அல்லது நீங்கள் அதைக்
கண்டுபிடித்த தளத்தில் உங்கள்
உண்மையான மதிப்பாய்வை நாங்கள்
மிகவும் பாராட்டுவோம். உங்கள் கருத்து
மற்றவர்கள் தகவலறிந்த முடிவுகளை எடுக்க
உதவுவது மட்டுமல்லாமல், ஆசிரியரை
பரந்த பார்வையாளர்களைச்
சென்றடைவதற்கும் உதவுகிறது.

கூடுதலாக, இந்தப் புத்தகத்தை உங்கள்
நண்பர்கள், குடும்பத்தினர் மற்றும் அதன்
உள்ளடக்கத்தை அனுபவிக்கக்கூடிய
அல்லது பயனடையக்கூடிய எவருடனும்

பகிர்ந்து கொள்ள நாங்கள் உங்களை
ஊக்குவிக்கிறோம். வாசிப்பின்

மகிழ்ச்சியைப் பரப்புவதற்கான மிகவும்
சக்திவாய்ந்த வழிகளில் வாய்மொழியாக
இருப்பது இன்னும் ஒன்றாகும்.

அங்கீகரிக்கப்பட்ட

வெளியீட்டாளரிடமிருந்து இந்தப்
புத்தகத்தின் அசல் நகலை வாங்குவது
எங்கள் முயற்சிகளை ஆதரிக்க மற்றொரு
அர்த்தமுள்ள வழியாகும்.

ஆசிரியருடன் இணைவதற்கும் புத்தக
வாங்கும் விருப்பங்களை ஆராய்வதற்கும்,

www.mynirvanabook.com

ஐப்

பார்வையிடவும். உங்கள் ஆதரவிற்கும்

இந்தப் பயணத்தில்
இருப்பதற்கும் நன்றி!

ஒரு பகுதியாக

