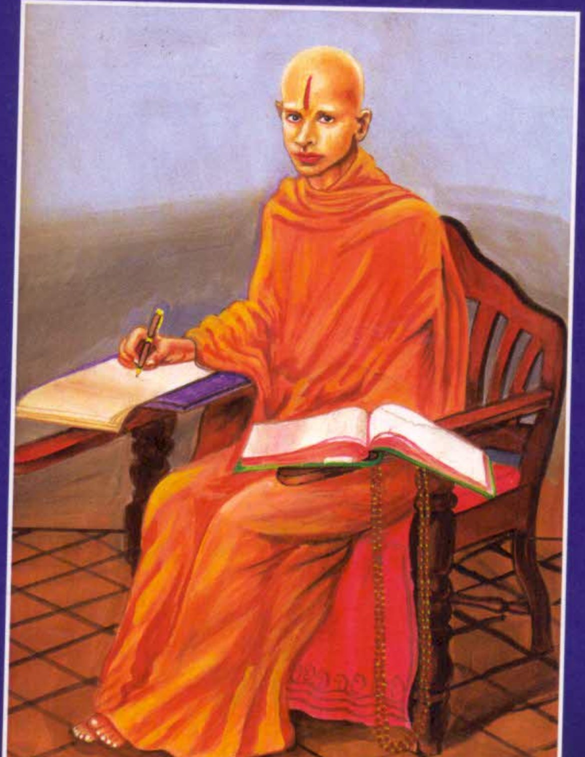
இஃது தேவார நகரம் சுத்தாத்வைதி

அருட்கவி ஸ்ரீ விலக்ஷணானந்த பரமாத்மாஜி

திருவாய் மலர்ந்தருளிய

ஞான ரகஸ்யம்

பாகம் 2



ஆன்ம ஆய்வு வழிகாட்டி

தொகுத்தளிப்பவர்

டாக்டர் திருமதி அனந்தகிருஷ்ணா

ஓம் தத் ஸத்

இஃது தேவார நகரம் சுத்தாத்வைதி
அருட்கவி ஸ்ரீ விலக்ஷணானந்த பரமாத்மாஜி
திருவாய் மலர்ந்தருளிய

ஞான ரகஸ்யம்

பாகம் 2

ஆயுள் பரியந்தம்
ஆன்ம ஆய்வு வழிகாட்டி

தொகுத்தளிப்பவர்
டாக்டர் திருமதி அனந்தகிருஷ்ணா
16/12, டானியல் தெரு, ஆதம்பாக்கம், சென்னை - 600 088.
☎:2245 0119 அலைபேசி : 92821 04459

முதற் பதிப்பு : ஜனவரி 2013

ஸ்ரீ விலக்ஷணானந்த ஸ்வாமிகளின்
ஆன்மீக அன்பர்களுக்கு சமர்ப்பணம்

ஒளியச்சு & அச்சிட்டோர்
பரணி கிராஃபிக்ஸ்
இராயப்பேட்டை, சென்னை - 600 014.
தொலைபேசி : 2813 1102

என்னுரை

ஸ்ரீ விலக்ஷணானந்தரின் 118ம் ஜெயந்தி மஹோத்ஸவத்தில் மீண்டும் ஒருமுறை ஸ்வாமிகளின் கிடைத்தற்கரிய அருள் புதையலாகிய **"ஞான ரகஸ்யத்தின்"** மூலம் வாசகர்களை சந்திப்பதில் பெரு மகிழ்ச்சி கொள்கிறேன்.

சென்ற வருடம் ஞான ரகஸ்யம் முதல் பாகம் பதிப்பிக்கப்பட்ட போது வெகு சுலபமாக தேடல் தொடரும் (ஞான) என்று நிறைவாக எழுதியது வேறு விதத்திலும் உண்மையாக்கப்பட்டது,

இவ்வருடப் பதிப்பிற்காக முனையும் தருணத்தில் முழு புத்தகமும் என் வசம் உள்ளதென்று நினைத்தது எவ்வளவு மதியீனமென்று உணர்ந்தேன். மனக்கண்களுக்கு பச்சை நிற அட்டையில் பொன்னிற எழுத்துக்களுடன் காட்சியளித்த அப்புத்தகம் எவ்வளவு தேடியும் கண்டுபிடிக்க இயலவில்லை. ஸ்ரீ ஸ்வாமிகளின் வாய்மொழி அமுதமாகிய **"ஞான ரகஸ்யம்"** மோக்ஷ சாதனமாகிய ஒரு திறவு கோலாகும். அதை எவ்வாறேனும் ஞான பாதையின் தேடுதலில் ஈடுபட்டிருக்கும் ஆன்மீக அன்பர்களிடம் கொண்டு சேர்ப்பிக்க சங்கல்பித்து பல வகைகளில் தெரிந்த அன்பர்களிடமெல்லாம் விண்ணப்பித்து இருந்தேன். அக்டோபர் மாதம் முதல் வாரம் வரையில் எந்தத் தகவலும் தெரியாததால் மனம் தளர்ந்திருந்தேன். இந்நிலையில் சுமார் அக்டோபர் 10ந் தேதியன்று திரு. ஐயாசாமி அவர்கள் அதன் கையெழுத்து பிரதியொன்று திரு. குமாரசாமி என்ற அன்பரிடம் இருப்பதாக தொலைபேசியில் தெரிவித்தது குருடனுக்கு கண் கிடைத்த பேரானந்தத்தை ஒத்தது.

திரு. குமாரசாமி ஆசானிடம் நேரில் தொடர்பு கொண்டு புத்தகத்தின் முழு பிரதியை பெற்ற பொழுது என் குருவே நேரில் வந்து அளித்த ஓர் அளவற்ற ஆனந்தத்தை அடைந்தேன்.

இருட்டில் தேடித் திரிந்து துன்பத்தில் வாடிய என்னை ஸ்ரீ ஸ்வாமிகள் ஒரு தாயைப் போல் அன்புடன் கைதூக்கி அருளியதை எண்ணும்போது அவரின் பெருங்கருணையை நினைத்து நினைத்து மனம் கட்டுக்கு அடங்க மறுக்கின்றது.

இந்த நூலை கையிலெடுக்கும் அனைவர் வாழ்விலும் ஸ்ரீ ஸ்வாமிகள் ஞான தீபத்தினை ஏற்றி வைக்க பிரார்த்தித்து உங்களை ஸ்ரீ விலக்ஷணானந்தம் எனும் அன்பு சாகரத்தில் நீந்தி திளைக்க அழைக்கின்றேன்.

- டாக்டர் திருமதி அனந்தகிருஷ்ணா

ஸ்ரீ விலக்ஷணானந்தர்

(1894-1945)

மாசிலா மணியே போற்றி மாமறையாளா போற்றி
தேசுறு கனியே போற்றி திகட்டிடா அமுதேபோற்றி
காசினியோர்க் கெட்டாத கற்பக தருவே போற்றி
வீசுவேதாந்தா போற்றி விலக்ஷணானந்தா போற்றி போற்றி

ஸ்ரீ விலக்ஷணானந்த அக்ஷர மாலிகா

1. விஷயாலாப சக்தாநாம் விசேஷப் ப்ரதிபாதினீ
விஷயம் விஷமித்தேவ தியாகினே யோகினே நம:

2. லக்ஷ ஜாபக சிஷ்யானாம் லக்ஷார்த்தம் தர்சயந்தி:
லக்ஷ சின்ன காத்ரேணா லக்ஷ்மிகாந்தாயதே நம:

3. க்ஷணீகானாம் மதம்தெக்த்வ க்ஷண்மாத்ரம் ரஸாதேக:
ஷணேனஸர்வம் சக்ராதயே க்ஷீண பாபாயதே நம:

4. ணகார ஜப சுப்ரதமூர்த்திம் மந்த்ரோபதேசக்ருது
ணகார நாதஸந்துஷ்ட மானஸாய நமோ நம:

5. நந்தகோப குமாரஸ்ய ப்ரபாவம்கான நுபக்ருது
நந்த நித்யகிலம் லோகம் நரஸ்ரேஷ்டாயதே நம:

6. தமேவ மனுஷ்யானாம் ஸூகநுப ஸ்வகாரணம்
ஸமா நிஷ்கம் ஸம்த்ருச்யே தன்மயத்தே நமோ நம:

7. விலக்ஷண குரோரேவம் ஸ்துதிம் அக்ஷரமாலிகா
த்ரிகாலம் ய:படேநித்யம் ஆயுர் கீர்த்திம்ச வர்த்ததே.

ஓம் தத் ஸத்

ஸ்ரீ விலக்ஷணானந்த பரமாத்மாஜீ அருளியது

(கற்பக விநாயக திருப்பதிகத்திலிருந்து)

விநாயக துதி

ஒன்றிரண்டு மூன்றாக வோங்காரத் துச்சிடை
நன்றுடனே தீதுமில்லா நாயகனே மேல்மாயில்
சென்றுவளர் தேவாநின் சீரடியைப் போற்றி நிதம்
துன்றுபிணி முதலியவாந் துயரமதை நீக்கிடுவாய்.

ஸ்ரீ ராமர் துதி

தசரத குமார ராமன் தத்துவம் கடந்த ராமன்
அசைவிலா அமரர் ராமன் அவதார புருஷராமன்
நிசியிருள் அகற்றும் ராமன் நித்யானந்த ராமன்
தகமுக செற்ற ராமன் தாளினைப் போற்றி செய்வோம்.

ஸ்ரீ கிருஷ்ணர் துதி

கண்ணனை யன்றிவேறு கடவுளேயில்லை யென்பேன்
கண்ணனை யன்றிமற்றோர் கதியதுமில்லை யென்பேன்
கண்ணனை யகன்று நானும் கண்டிலே னொருநாளே னுங்
கண்ணனை யகன்றதில்லை கண்ணனே கலந்ததாலே.

வாழி

பார்த்திசாரதியார் வாழி பாண்டவ சகாயர் வாழி
கார்த்திரண் மேனிச்செம்மல் கருணையா மரங்கர் வாழி
ஓர்த்துணர் வறியாராமர் உத்தம வரதராஜர்
ஆர்த்துவா ழழகசிங்க ரடியிணை வாழி மாதோ.

ஸ்ரீ ஸ்வாமிகளின் முன்னுரை (தொடர்ச்சி)

அகில உலகங்களுக்கும் அதிபதியா யிருக்கப்பட்ட தேவாதி தேவனெவனோ அவனுக்கும் அப்பாற்பட்ட வஸ்துவும்,

ஈஸ்வரர்களுக்கெல்லாம் ஆதாரமாயிருக்கப்பட்ட சர்வேஸ்வரனையும் பரமேஸ்வரனையும் கடந்து பிரகாஸியா நிற்கின்றதெதுவோ அந்த வஸ்துவும்,

சகல வேதங்களிலும் அதி ரகஸ்யமென்றும் மஹாரகஸ்ய மென்றும் பிரதிபாதிக்கப்படுகிற ஸ்தானங்களுக்கும் எட்டாத வஸ்துவும்,

பஞ்ச மூர்த்திகள்முதல் சகல தேவர்களையும் உண்டு பண்ணி உலாவப் பண்ணிக் கபளீகரம் பண்ணி விடுகின்ற காலப் பிரகிருதிக்கும் ஆதார தெய்வமான ஜெகதீஸ்வரனுக்கும் அப்பாற்பட்ட வஸ்துவும்,

முக்குணங்களாலும் மனத்தாலும் மற்றத் தத்துவங்களாலும் வேறு எவராலும் இன்னபடி யென்று கண்டுபிடித் தறியக் கூடாத வஸ்துவும்.

களங்க மில்லாததுதம் நிர்மலமானதும் அதிசூக்ஷுமமானது மாகிய புத்தியினால் அறியக்கூடிய வஸ்துவு மாயிருக்கப்பட்ட பிரஹ்மத்திற்கு எனது அபேத ஐக்கிய நமஸ்காரம்.

மஹாதேவன் உமாமஹேஸ்வரன் லக்ஷ்மி நாராயணன் பிரம தேவன் குஞ்சரமுகன் சரவணபவன் தசாவதார மூர்த்திகள் திக் பாலகர்கள் நவக்கிரகங்கள் ஆதிசேஷன் வைனதேயன் முதலிய சர்வஞ்ஞ ஈஸ்வராதிகளது உபயபாதார விந்தங்களில் மனதைச் செலுத்தி இந்த ஞான தத்துவ சாஸ்திரத்தை எழுதுகிறேன்.

பராசக்தி காலசக்தி காயத்திரீ சரஸ்வதி பார்வதி தருமதேவி பூமிதேவி பத்ரகாளி அயிராணி கங்காதேவி அருந்ததி தேவி பஞ்ச கன்னிகைகள் இவர்களின் கால சக்தியை நமஸ்கரித்து இந்த நூலைத் தொடங்குகிறேன்.

தக்ஷிணாமூர்த்தி நரநாரயண ரிஷி தத்தாத்திரேயர் காகபுஜுண்டர் ஜனகாதி யோகிகள் வாலகில்லியர்கள் வசிஷ்டர்

அகஸ்தியர் பிரகஸ்பதி வியாஸர் சுக்ரபகவான் பிருங்கிரிஷி நந்தீஸ்வரர் புலஸ்தியர் மரீசி அத்திரி தன்வந்திரி விஸ்வாமித்திரர் சுகர் கௌதமர் காசியபர் கௌசிகர் கண்ணுவர் பாரத்வாஜர் வால்மீகர் ஆங்கீரஸர் நாராயணர் பிருகு நாரதர் மைத்திரேயர் பராசரர் காலவர் மௌத்கல்யர் ருஷ்யசிருங்கர் சதானந்தர் ஜாபாலர் சுதீக்ஷணர் சரபங்கர் மாண்டவ்யர் திரிதுலர் தௌம்யர் ஜமதக்னியர் பீஷ்மர் துர்வாஸர் வாமதேவர் பிருஹதாரண்யர் தித்திரீயர் கீதார்வணர் முதலிய பிரஹ்மரிஷிகளின் அந்தரங்க அனுக்கிரக பலத்தால் சகல உபநிஷத்சாரமாகிய இந்த அனுபூதி வாக்கியங்களை வெளியிட ஆரம்பிக்கிறேன்.

ஞான ரகஸ்யமென்னும் இந்த சாஸ்திரமானது அதி சூக்ஷ்ம ஞான யோக அப்யாசிகளுக்கு மாத்திரம் உபயோகமாகும்.

இந்த அத்யாத்ம ஞான சாஸ்திரம் என்னுடைய சொந்த அபிப்பிராயம் ஒன்றுகூடக் கிடையாது.

கல்லால் மஹரிஷி மஹா விஷ்ணு சதாசிவன் பிரம்மா சுப்ரமணியன் கணேஸ்வரன் நந்தி ஸ்வாயம்பு மனு வசிஷ்டர் ரிபு அகஸ்தியர் சுகர் சூர்யன் நாரதர் ஜனகாதிப் பிரஹ்ம ரிஷிகள் தத்தாத்திரேயர் நரநாராயண ரிஷி முதலிய பிரஹ்மரிஷிகள் அங்கீகரித்து ஆண்டு வரப்பட்டதை நிரூபித்து எழுதுகிறேன்.

1 வது நாள்

* மனுஷ்யர்களைத் தவிர மற்ற தேவர்களுக்கெல்லாம் உபதேச கர்த்தா, தக்ஷிணாமூர்த்தி.

* ஞானமற்ற யோகமும் யோகமற்ற ஞானமும் பிரயோஜனமில்லை.

2 வது நாள்

* ஜீவாத்ம பரமாத்ம பேதமுடையவன் பயம், ஜன்மம் இவைகளை அடைகிறான்.

* பிரபஞ்சத்திற்கு உபாதான காரணம் பிரஹ்மம்.

3 வது நாள்

* ஞானிக்கும் ஒரு ஜென்மமுண்டு.
* விவகார தசையில் வேதாந்தம் பேசுவது குற்றம்.

4 வது நாள்

* பேத ஞானமில்லாதவனுக்கு அபேத ஞானம் வராது.
* சகலாதீத வஸ்துவை இன்னதென்று யாதொரு சந்தேகமும் விபரீதமுமறத் தெளிந்து கொள்வது அதிமானுஷயோகம்.

5 வது நாள்

* ஜனன மரணங்களைக் கடந்து நின்ற மோக்ஷத்தில் விருப்பமுடையவர்கள் மனச் சாக்ஷி வடிவமான அந்தர்யாமியின் ஆக்ஞா வடிவ மந்திர சொரூப வேதத்திற்கு விரோதமாகிய பாப காரியங்களிலிருந்தும் விடுபடும் பொருட்டு அதனதன் சுத்தி மார்க்கங்களைக் குறைவின்றி விதிப்படி முறையே அனுஷ்டிக்க வேண்டும்.
* பயமுடையவனுக்கு ஜெயமும் அபஜெயமாகத் தோற்றும்.

6 வது நாள்

* பராக்கிரமசாலியாகிய தைரிய புருஷன் எதுவாயிருந்தாலும் மறைத்துச் செய்ய மாட்டான்.
* ஈஸ்வர தரிசனம், தேவர்கள் அவதார புருஷர்கள் மஹரிஷிகள் ஞானிகள் இவர்களின் தரிசனம் கிடைத்தாலும் நமது ஹ்ருதயம் சுத்தமாகாமலும் ஏகாக்கிரமாகாமலுமிருந்தால் யாதொரு பிரயோஜனத்தையும் அடைய முடியாது.

7 வது நாள்

* யாதொரு நிபந்தனையும் நியமமுமில்லாத உத்தமமான தைரிய புருஷன் உண்மையான பிராம்மணனாகிறான்.
* பழவர்க்கங்கள், பரிசுத்தமான காற்று, கனங் குறைந்த தீர்த்தம் இவைகளை உண்டு வருவதால் ஸ்தூல சரீரத்தின் இரத்தம் நாடி நரம்புகள் சுத்தப் படுகின்றன.

8 வது நாள்

* சங்கல்பத்தின் எதார்த்த விரிவே விசேஷமென்று பல மேதாவிகளும் அதன் ஒடுக்கமே சிரேஷ்டமென்று சில மஹான்களும், விரிவும் ஒடுக்கமும் அற்றதே மஹாவிசேஷமென்று அவதார புருஷர்களும் சொல்லுகிறார்கள்.
* ஒருவனுக்காக ஒருவன் ஒரு காரியத்தைச் செய்வது உத்தமமாகாது உறுதியாக மாட்டாது.

9 வது நாள்

* உலகப் பொருளில்லாத உத்தமனைப் பரமாத்மா ஒருவர் மட்டுங் கொண்டாடுகிறார்.
* ஒருவன் செய்த பாபமானது தான் செய்த பாப காரியங்களை வெளியிட்டு சொல்வதனாலும், தானத்தினாலும் வைராக்கியத்தினாலும் புண்ணியத் தீர்த்த க்ஷேத்திர யாத்திரிகைகளினாலும் ஜபம் பாராயணம் சாது சங்கம் பிராயச்சித்த கருமம் இவைகளாலும் விலக்கப்படுகிறது.

10 வது நாள்

* தர்மம், காமம், ஸ்வர்க்கம், கோபம், கல்வி, சந்தோஷம், அடக்கம், புண்ணியம், சிநேகம் இவைகளெல்லாம் பொருளிலிருந்துண்டாகின்றன.
* முன் பின் ஜென்மாந்தரங்கள் பிராரத்த நிச்சயம் ஈஸ்வர நியதி இவைகள் தோன்றுமானால் சிருஷ்டி முடிவடைந்து விடுமென்று மாயா சக்தி மறைத்து வைத்திருக்கிறது.

11 வது நாள்

* புருஷர்கள் எந்தப் பெண்களிடமும் வெளியிடக் கூடாத ரகஸ்யமான வார்த்தைகளைச் சொல்லக் கூடாது.
* உலக சம்பந்தமான எந்தக் காரணங்களைக் கொண்டும் உலக வெறுப் படைந்து சந்நியாசம் பெற்றால் அது நிலை பெற மாட்டாது.

12 வது நாள்

* தன்னைத் தாழ்த்தி நினைக்கிறவனால்தான் பிறத்தியாரைச் சாந்தப்படுத்த முடியும்.
* ஆசூயை, துவேஷம், கோபம் இம்மூன்றையும் யாரிடத்திலும் உபயோகப்படுத் தாத மனிதனைத் தேவர்கள் கொண்டாடுகிறார்கள்.

13 வது நாள்

* யாதொரு அபகாரமும் செய்யாதவர்களுக்கு அபகாரம் செய்வதால் அதன் பலனைச் சாப பூர்வமாக அனுபவிக்க நேரிடும்.
* சகலவித பேதங்களினின்றும் கட்டுப்பாடுகளினின்றும் விலகிக் கொண்டவன் சத்திய வஸ்துவை உணர அதிகாரியாகிறான்.

14 வது நாள்

* முக்குணத்தை ஆதாரமாகக் கொண்டவன் ஈஸ்வரன். பிரகிருதியைக் கைக் கொண்டவன் ஜெகதீஸ்வரன். மூலப் பிரகிருதியை வசஞ் செய்து கொண்டிருப்பவன் சர்வேஸ்வரன் ஒன்றிலுந் தாக்கற்றிருப்பது பிரஹ்மம்.
* எவ்வித ஜாதி பேதமுமின்றிச் சகலமும் பரமாத்ம ஜாதியே யென்கிற உறுதியே பரமசிவன் மஹாவிஷ்ணு பிரம்மா சரஹணபவன் முதலியவர்களது மதம்.

15 வது நாள்

* உலக காரியங்கள் நடைபெறும் பொருட்டே ஸ்திரீ புருஷபேதம், போகஇச்சை, உலகபேதம், வருணாஸ்ரமபேதம், சராசரபேதம் முதலியன உண்டாயிருக்கிற தென்றும் தீர்க்கதரிசிகள் இவைகளை அதிக்கிரமித்து விடுவார்களென்றும் சம திருஷ்டி வாய்ந்திருக்கப்பட்ட மஹரிஷிகள் கூறுகிறார்கள்.
* சகலவித பேதங்களினின்றும் கட்டுப்பாடுகளினின்றும் விலகிக் கொண்டவன் சத்திய வஸ்துவை உணர அதிகாரியாகிறான்.

16 வது நாள்

* வருஷம் ஒன்றுக்கு ஒரு கோடியாகப் பத்து வருஷங்கள் வரை அஷ்டாக்ஷரம் பஞ்சாக்ஷரம் சடாக்ஷரம் பிரணவம் துவாதசாக்ஷரம் தாரகம் வேங்கடேஸ்வர த்ரயோதசாக்ஷரி முதலிய மஹாமந்திரங்களை அதனதன் அதிஷ்டான தேவதைகளோடு முறைப்படி ஜெபித்து வந்தால் முடிவில் நிருவிகல்ப சமாதி சித்திக்கிறது.
* ஆகாச போத ஞாபகத்தை விட்டுப் பிரஹ்மத்தை நோக்கிச் செல்லுதல் ஞானத்தில் கிரியை.

17 வது நாள்

* அரசாங்க தண்டனையை எதிர்பாராமல் தெய்வ தண்டனையை மட்டுங் கருதுபவர்கள் உத்தம புருஷர்கள்.
* பிரஹ்மத்தை நோக்கிச் செல்லுகிற மனோவிருத்தி தானே தனித்து ஓய்வு பெற்றிருப்பது ஞானத்தில் யோகம்.

18 வது நாள்

* மாறாத மனமுடையவர்களை மாற்றி வைக்குஞ் சக்தியைத்தான் மஹா மாயையென்று மஹான்கள் கூறுகிறார்கள்.
* அகத் துறவில்லாமல் காஷாயம் பூண்டு கழுத்தில் ருத்ராக்ஷமணிந்து கையில் ஜெபமாலை பிடித்து நெற்றி நிறையத் திருநீறோ மற்றெந்தக் குறிகளோ தரித்துக் கொண்டு ஞானியென்று புறப்படுகிறவர்களைக் கண்டு ஜெகதீஸ்வரன் தேவர்கள் ஞானிகள் இவர்கள் எல்லாம் உள்ளே நகைக்கிறார்கள்.

19 வது நாள்

* ஐஸ்வர்யம் வீர்யம் கீர்த்தி தேஜஸ் ஞானம் வைராக்யம் இவ்வாறும் ஒருங்கே உடையவன் பகவான்.
* ஈஸ்வர நியதியின் ஒரு பெரிய காரணத்தினாலேயே பிரபஞ்ச மாறுதல்கள் அவ்வப்போது ஏற்படுகின்றன.

20 வது நாள்

* மத ஆராய்ச்சி செய்வதைக்காட்டிலும் ஞான ஆராய்ச்சி செய்வது சிரேஷ்டம்.
* சிஷ்யர்கள் ஒழுங்கு தவறி நடந்தால் அது ஆசாரியர் குற்றமேயன்றி வேறில்லை.

21 வது நாள்

* மனம் பதறுவதற்கு ஏதுவான சாதன வஸ்துக்கள் எவ்வளவு உத்க்ருஷ்டமாயிருந்த போதிலும் அதை விட்டுவிடுவது சாந்த சுபாவமுடையவர்களுக்கும் ஜிக்ஞாசுக்களுக்கும் லக்ஷணம்.
* எதார்த்த வேத சம்பந்த தெய்வீக ஸ்தாபன ஆதி வைதீக சநாதன தர்ம மதத்திற்கு விரோதமான சில குட்டி மதங்கள் ஒவ்வொரு யுக காலங்களிலும் தோன்றித் தோன்றி மறைவது சர்வ சாதாரணம்.

22 வது நாள்

* குருட்டுச் சிஷ்யர்களுக்கு குருட்டு ஆசார்யர்கள் குருட்டு ஞானத்தைக் குருட்டுத்தனமாகப் போதிக்குந்தன்மை கலியுக காலத்தில் அபரிமிதமாக ஏற்படுமென்றும் மஹரிஷிக் கூட்டம் கூறுகிறது.
* பாஷா ஞானம், அர்த்த ஞானம், ஆத்ம ஞானம் இம்மூன்றுமின்றியவர்களுக்கு வேதாகம புராண இதிகாச ஸ்மிருதிகள் பயன்பட மாட்டாது.

23 வது நாள்

* உலகத்திலுள்ள ஒவ்வொரு தேசங்களையும் ஒவ்வொரு மிருகங்களாகவும் பரத கண்டத்தை பசுவாகவும் வருணித்துப் பசுபதி கூறியிருக்கிறார்.
* கலப்பில்லாத ஞான யோகத்தை அந்தரங்கத்தில் வைத்துக் கொண்டு பல கலப்புள்ள ஞான யோகத்தைப் பகிரங்கத்தில் காண்பித்துக் கொண்டு சுதந்தர சுபாவமாயிருக்கப்பட்ட மஹாத்மாக்கள் பலர் பரத கண்டத்தில் இருந்திருக்கிறார்கள்.

24 வது நாள்

* உண்மையான அத்வைத அர்த்தந் தெரிந்து கொண்டு அனுபவியாமல் வெளி வேஷ சாஸ்திர அனுபவத்தைக் கொண்டு தான் பிரஹ்மமென்று வாயால் பேசிக் கொண்டு உலாவி வருகிற பல பிரஹ்மங்கள் இனிமேல் வரப்போகிறதென்று ஸ்ரீ சங்கரபகவத் பாதாசாரியார் சொல்லியிருக்கிறார்.
* கீழான செய்கைகள் நடக்கின்ற ஸ்தானங்களையே மேலான இடமென்று நாலாவது யுக கால ஜனங்கள் கருதுகிறார்கள்.

25 வது நாள்

* சர்வேஸ்வரனும் திரிமூர்த்திகளும் தங்களது பிரபஞ்ச காரியங்கள் நடைபெறும் பொருட்டும் நிறைவேறும்படியும் மாயா சக்திகளின் உதவியை நாடுவதுபோல், அவதார புருஷர்களும் ஆசார்யர்களும் மாயா சக்திகளை வகிக்க வேண்டி வருகிறது.
* கரும யோகத்தில் சுறுசுறுப்பும் பக்தி யோகத்தில் சிரத்தையும் ஞான யோகத்தில் நிலைப்பும் இந்த மூன்று யோகத்தையும் விட்டு விடுவதுமான ஸ்திதியை உண்மையாகப் பெற்றுள்ளவர்களை மஹரிஷிகள் தங்கள் கூட்டத்தில் சேர்த்துக் கொள்ளுகிறார்கள்.

26 வது நாள்

* மஹான்களிடமுள்ள கெட்ட குணங்களை மட்டும் எடுத்துக் கூறுபவர்களுக்கு நாய் ஜென்மமும் இல்லாத துர்குணங்களை ஆரோபித்துக் கூறுபவர்களுக்குக் கழுதை ஜென்மமும் நிச்சயமாய் கிடைக்கிறதென்று வாதராயண மஹரிஷி கூறுகிறார்.
* கால வொற்றுமை புருஷ முயற்சி குருவுபதேசம் இம்மூன்றும் ஒன்றுபட்ட காலத்தில் எதார்த்த ஞானோதயம் உண்டாகிறது.

27 வது நாள்

* மாறுங் கடமை மாறாக் கடமை என்ற இரண்டு கடமைகளையும் முடித்தவனை மஹரிஷிகள் ஆசீர்வதிக்கிறார்கள்.
* பிரஹ்மம் ஒன்றைத் தவிர வேறு ஏதாவதொன்றில் மனது பற்றி யிருப்பவர் களுக்குத் தீக்ஷண்யம் சக்தி ஞானம் ஸ்வாதந்தர்யம் சாந்தம் சமம் உதாரம் உறுதி வீர்யம் இவைகள் முன்னேற்றமடைய முடியாது.

28 வது நாள்

* ஒரு ஸ்திரீ சம்பந்தத்தை விட்டு மற்றொரு ஸ்திரீயின் சம்பந்தமுண்டாவதற்கு முன் பிரஹ்ம ஞானம் பூர்த்தி பெற்றிருக்க வேண்டும். இல்லையேல், அந்த சரீரத்தில் பூர்த்தி பெறுவது சிரமம்.
* உலகத்திலுள்ள சகல பதார்த்தங்களும் ஒன்று தவறாமல் மோக்ஷ சாதனமாய்ச் சந்தேகமின்றி எவனுக்குப் படுகிறதோ அவனுக்குச் சீக்கிரம் ஞானோதயம் உண்டாகிறதென்று ஞானமதத் தலைவர் கூறுகிறார்.

29 வது நாள்

* உலக ஸ்திரீகளுக்கு உலக நாயகர்களே தெய்வமென்று கர்ம யோகமும், மணவாளனே இல்லையென்று பக்தி யோகமும் பர்த்தாவும் தானும் ஒன்றென்று ஞான யோகமும் போதிக்கிறது.
* குற்றமுடைய வஸ்துவைக் குற்றமாகப் பார்ப்பதால் குற்றமுண்டாகிறது.

30 வது நாள்

* யோக சாஸ்திரத்தையும் யோக ரகஸ்யத்தையும் ஆதியில் உலகத்திற்கு வெளியிட்டவர் ஹிரண்ய கர்ப்பர்.
* ஜீவன் முக்தர்களது மனோ நிலைமையை ஈஸ்வரனாவது ஜீவன் முக்தர் களாவது காண வேண்டுமேயன்றி மற்ற எவராலும் காண முடியாது.

31 வது நாள்

* தான் மாத்திரம் தனித்து நிற்றல் ஞானத்தில் ஞானம்.
* பிரஹ்மரந்திரம் சுழுமுனை கழுத்து ஹ்ருதயம் நாபி இந்த ஐந்திடங்களிலும் பிராண வாயுவை நிறுத்தி நவ ஹண்ட யோகிகள் பழகுகிறார்கள்.

32 வது நாள்

* சகல மனோ நினைப்புகளையும் விட்டு ஒரே நினைப்புடனிருத்தலைக்கூட ஓர் வித சமாதியென்று பிராக்ஞர்கள் கூறுகிறார்கள்.
* வேதத்தினாற் சொல்ல முடியாத பரம் பொருளைக் காண்பதற்கு வேத ஸ்லோகங்களைக் கண்டபடி வாயாற் கதறுகின்ற பல பண்டிதர்கள் உலகத்திலிருக்கிறார்கள்.

33 வது நாள்

* பிரபஞ்ச ஜனங்கள் வர முடியாத காட்டில் தவஞ் செய்வதைவிட மனோ வாசனை சஞ்சரிக்காத பெரிய காட்டில் தனித்திருப்பது மஹா விசேஷம்.
* பஞ்சகோசங்களையும் விலக்கிவிட்டு ஆகாச போதத்துடனிருத்தல் ஞானத்தில் கிரியை.

34 வது நாள்

* யோகாப்பியாஸ காலங்களிலுண்டாகிற நோய்கள் போவதற்காகத் தன்வந்த்ரி பகவானைத் தியானித்து வரவேண்டுமென்று யோக முடிந்தவர்கள் கூறுகிறார்கள்.
* பிரஹ்மம், காலம், குணம், ஞானம், ஆத்மா, மனம், காமம், கர்மம், குரு, தபஸ் இந்தப் பத்து தத்துவங்களையே ரிஷிகள் அங்கீகரிக்கிறார்கள்.

35 வது நாள்

* தன்னுடைய நன்மையின் பொருட்டு அன்னிய ஜீவர்களுக்குத் தீமையை விளைவிக்கிறவர்களிடம் கீர்த்தி தேஜஸ் புண்ணியம் காருண்ய தேவதை சம்பத்து இவைகள் செல்லுகிறதில்லை.
* ஸ்திரீகள் அக்னி போலவும் புருஷர்கள் நெய்போலவும் இருக்கிறபடியால் நெய்யை அக்னியில் வைத்தால்தான் உருகுமென்பதில்லை. அதன் வாசனை அடித்தாலும் உருகி விடுமாதலால் சந்நியாசிகளும் யோகிகளும் பிரம்மசாரிகளும் மஹா புருஷர்களும் தபசிகளும் அக்னியின் வாசனைகூடத் தாக்காது ஜாக்கிரதையாயிருந்து கொள்வார்கள்.

36 வது நாள்

* மெல்லிதானதும் கடுமையில்லாததும் சேஷ்டையை உண்டு பண்ணாததும் வீர்யமானதும் தெய்வப் பிரசாதனமானதும் இன்பத்தை உண்டு பண்ணுவதும் சுவாதந்தரியத்தைக் குறைக்காததும் சுத்தமானதும் சுருதிக்குப் பொருத்தமானதும் ஹிம்சையில்லாததும் மனதிற்கு ரம்யமானதும் நோயையுண்டு பண்ணாததும் ஞான சாதனமுமான ஆகாரத்தை அறிவாளர்கள் உட் கொள்ள வேண்டும்.
* ஒன்றில்லாத ஒரு ஜோதி வஸ்துவினிடத்தில் மனது ஒடுங்கியிருப்பது யோகத்தின் முடிவு.

37 வது நாள்

* எந்த எல்லைக்குட் சென்றவுடன் மீறிய ஆனந்தம் யாதொரு காரணமுமில்லாமல் உண்டாகிறதோ அந்த எல்லையில் மஹத்துக்களின் சஞ்சாரமிருக்கிறதென்று நிச்சயமாகத் தெரிந்து கொள்ள வேண்டும்.
* சுக துக்கங்கள் எதுவாயிருந்தாலும் வர வேண்டியவைகளெல்லாம் வரட்டும் வராததெல்லாம் இருக்கட்டுமென்று எவன் மனது சலிப்படைகிறதில்லையோ அவன் உண்மை ஞானத்திற்கு அதிகாரியாகிறான்.

38 வது நாள்

* ஞான யோக திருஷ்டாந்தங்களைக் கரும யோகத்திற்கும் கரும யோக திருஷ்டாந்தங்களை ஞான யோகத்திற்கும் பொருத்திக் காட்டுதல் குற்றம்.
* நன்மையானாலும் தீமையானாலும் வெற்றியானாலும் தோல்வியானாலும் ஆரம்பித்த காரியத்தை விடாதிருப்பவனைக் கண்டு சூக்ஷ்ம தேவதைகள் ஆச்சரியப்படுகின்றன.

39 வது நாள்

* இச்சையற்ற காலத்தில் இச்சையில்லாத வஸ்துக்களெல்லாம் அழையாமலே வந்து சுற்றுகின்றன.
* சத்துவ சமஸ்காரம் மாத்திரம் மிகுந்திருந்து விருத்திகளில்லாததாகும் போது அஸம் ப்ரக்ஞாத ஸமாதி.

40 வது நாள்

* எல்லாப் பிராணிகளிடத்திலும் பேதமின்றி ஒரே கடவுளைக் காண்பதுதான் சமத்துவ புத்தி யென்று மஹான்கள் கூறுகிறார்கள்.
* ரஜஸ் தமஸ் இல்லாத காலத்திலுள்ள மனது ஆத்ம சொரூபத்தை நோக்கி மேலே செல்ல ஆரம்பிக்கின்றன.

41 வது நாள்

* நமது ஜென்மாந்தர பாப புண்ணிய கருமங்கள் பரமாத்மாவை அறிய விடாது தடுத்துக் கொண்டிருக்கிறதென்று புத்த பகவான் கூறுகிறார்.
* பிரபஞ்சத்திலுள்ள ஒவ்வொரு வஸ்துக்களிலும் ஒவ்வொரு பரமாத்மாவை அறிய ஆசை கொண்டவன் பேத ஞானி அறிவாளி.

42 வது நாள்

* எந்தக் காரியங்களிலும் இடைவிடாது முயற்சி செய்து கொண்டிருப்பவர்களிடமும் சோம்பல் மயக்கம் நித்திரை அபாவஞானம் இவைகளில்லாதவர்களிடமும் பிரயத்தன லக்ஷ்மி வாசஞ் செய்கிறாள்.
* மனதை ஏகாக்கிரப் படுத்திக் கொண்டு எதை நினைத்தாலும் அது உடனே சித்திக்கிறது.

43 வது நாள்

* திரிமூர்த்திகளும் கால சக்தியால் கட்டுப்பட்டு பந்தமடைகிறார்கள்.
* யாதொரு சங்கல்பமுமில்லாத எதார்த்த உண்மை ஞான நிஷ்டைக்கு இடங் கொடுத்து விட்டால் உலக சிருஷ்டியின் விருத்திக்கு விரோதமுண்டாய் விடுமென்று பிரபஞ்ச கர்த்தாவும் திரிமூர்த்திகளும் நினைக்கிறார்கள்.

44 வது நாள்

* உண்மை ஞானமும் உலக ஞானமும் ஒருவனிடத்தில் ஒரே காலத்தில் சேர்ந்திருக்க முடியாது.
* பேதமுள்ள வஸ்துக்களில் பேதமில்லாத ஒரு வஸ்துவைப் பேதமில்லாது காண்கிறவன் பெரிய தபோ பலமுள்ள விசேஷ பாக்கியசாலி.

45 வது நாள்

* ஒன்றை உண்டாக்குவதற்கும் ஒன்றை அழிப்பதற்கும் மற்றொன்றின் உதவி வேண்டியிருப்பதால் ஒன்றையுங் கருதாதிருப்பது உத்தமம்.
* விளையாட்டாகச் செய்யப்படும் புண்ணிய பாப கர்மங்களும் அனுபவப் பிராரத்த கர்மமாகக் கலந்து விடுகிறது.

46 வது நாள்

* காமக் குரோத குணங்கள் சம்பந்தியாமற் செய்யப்படும் கர்ம பலன்களை ஞானாக்னி எரித்து விடுகிறது.
* வேண்டாமென்று வெறுத்துத் தள்ளிய உலக மயக்கங்கள் மீண்டும் திரும்பி வரும்போது உண்மையான சாதுசங்க வுதவி வேண்டியிருக்கிறது.

47 வது நாள்

* உலக சஞ்சாரமுடையவர்களாயிருந்தும் உலகத் தோற்றமும் அதன் அனுபவங்களும் தோற்றாத ஹ்ருதயமுடையவர்கள் பிரஹ்ம வரிஷ்டன் என்ற நிலைமையை அடைந்தவர்கள்.
* பேச்சளவின் ஞானமே பேச்சில்லா ஞானத்திற் கொண்டுபோய்ச் சேர்த்து விடுகிறது.

48 வது நாள்

* பரவாசுதேவர் மஹாதேவர் பிரம்மதேவர் சுப்ரமண்யதேவர் கணபதிதேவர் இந்திரன் சூர்யன் சுக்ரன் பிரஹஸ்பதி சந்திரன் சனீஸ்வரன் வருணன் அக்னி எமதருமராஜன் ஜனகாதி மஹரிஷிகள் காகபுஜண்டர் அகஸ்தியர் கருடன் நந்தீஸ்வரர் தன்வந்திரி தத்தாத்திரேயர் விஸ்வாமித்திரன் அத்திரி மஹரிஷி வசிஷ்டர் கண்ணுவர் நாரதர் கௌதமர் பதஞ்சலி கபில மஹரிஷி புத்தர் திருமூலர் ஸ்வாயம்புமனு ஸ்ரீராகவர் கண்ணன் பீஷ்மர் பராசரர் ஜடகோபர் திருஞானசம்பந்தர் மாணிக்கவாசகர் சங்கரபகவத்பாதர் ஸ்ரீ பாஷ்யகாரர் மத்துவமுனி முதலியவர்கள் அனுஷ்டித்து வந்த அந்தரங்க மதானுஷ்டானமெதுவோ அதையே அனுஷ்டித்து வரவேண்டுமேயன்றிச் சாமர்த்தியசாலிகளால் இடைக்காலத்திலுண்டாக்கப்பட்டிருக்கிற மதங்களை அங்கீகாரம் செய்வது உசிதமல்ல.
* தெளிந்த ஞானியைக் காட்டிலும் தேர்ந்த ஞானி சிலாகிக்கத் தகுந்தவன்.

49 வது நாள்

* அதிக ஆத்திரத்துடன் ஞானம் யோகம் பக்தி அனுபவ சாஸ்திரம் இவைகளை அப்பியாசிப்பதை விட அதிக அமைதியுடன் அப்பியாசிப்பது மாறாத நல்ல பிரயோஜனத்தைத் தருகின்றது.
* உலகம் தேசம் மதம் காலம் ஜாதி அகங்காரம் அரசாங்கம் சுற்றம் தோற்றம் உடை நடை ஆசாரம் ஸ்நேகம் பிரயாணம் அன்பு வாக்கு நீதி நினைப்பு நிச்சயம் உணவு ஞானம் இந்த இருபத்தொரு கட்டுப்பாடு களினின்றும் உண்மையாக விலக்கிக் கொண்டவர்கள் எதார்த்த சன்னியாசிகள்.

50 வது நாள்

* ஒரு மதத்தின் உண்மையே எல்லா மதங்களின் உண்மை யென்று தெளிந்த ஞானிகள் யாதொன்றிலும் சலனமடைவதில்லை.
* பிரவிர்த்தி ஞானி, நிவிர்த்தி ஞானி இருவருக்கும் மோக்ஷமும், ஞானமும் சமமாயிருந்தாலும் பிரஹ்ம சுகம் மாத்திரம் ஏற்றக் குறைச்சலாக இருக்கின்றது.

51 வது நாள்

* ஒரு மதத்திலிருந்து கொண்டு பல மதங்களின் உண்மைகளை அறிந்து கொள்ள வேண்டுமென்ற நீதி பிரவிர்த்தி ஞானிகளுக்கன்றி நிவிர்த்தி ஞானிகளுக்கல்ல.
* ஞானி அஞ்ஞானி இருவருக்கும் அறிவு அறியாமை என்ற வித்தியாசமே யன்றி வேறில்லை.

52 வது நாள்

* சீக்கிரம் எவனுக்குக் கீர்த்தி உண்டாகிறதோ அவனுக்கு அதே சீக்கிரம் கீர்த்தி மறைகிறது.
* பகிர்முக அந்தர்முக கீர்த்திகளுக்கு ஆசைப்படுவதைவிட எங்குந் தானாய் நிறைந்துள்ள பரம பாக்கியமான கீர்த்தியே மாறாதது.

53 வது நாள்

* உள்ளதும் இல்லாதது மில்லதே உண்மை வஸ்து.
* பேத ஞானத்தினால் அபேத ஞானத்தை அடையலாமென்று துவைத மதம் கூறுகிறது.

54 வது நாள்

* உண்மையல்லாத சில வுண்மைகளும் உண்மையான சில வுண்மை யல்லாதவைகளும் எல்லோருடைய ஹிருதயங்களிலும் தோன்றித் தோன்றி மறைகின்றன.
* பிரபஞ்சத்திலுள்ள ஒவ்வொரு ஜீவர்களின் மனோவிருத்தியும் ஒவ்வொரு பேத விஷயங்களிற் சென்று கொண்டிருக்கின்றன, ஒன்றிலுஞ் செல்லாது சும்மா இருக்கும் விருத்தியுடையவர்களுக்கே பிரஹ்ம சாக்ஷாத்காரம் வாய்க்கிறது.

55 வது நாள்

* ஓர் பெண்மணியின் கற்பை அழிக்க நினைக்கும்போதே நமது கற்பும் சத்திய தேவதைகளும் நம்மை விட்டு விலக ஆரம்பிக்கிறது.
* அன்பு, அமைதி, ஆத்திரம் இம்மூன்றும் ஒன்றன்பின் ஒன்றான ஹம்ச பூதங்கள்.

56 வது நாள்

* பற்றை விடுவதும் வைத்துக் கொள்ளுவதுமான முயற்சியைக் காட்டிலும் பற்று நம்மை விடும்படி செய்து கொள்ளுகிற முயற்சியே விசேஷம்.
* சரீரப் பற்று இருக்கிற வரை உருவத்தையும் இல்லாத காலத்தில் நிர்க்குணத்தையும் உபாசிக்கலாம்.

57 வது நாள்

* எந்தக் காலத்தில் எந்தக் காலச் சக்கரம் யாதொரு தடையுமின்றி விரைவாகச் சுழன்று கொண்டிருக்கிறதோ அந்தக் கால சக்கரத்தில் அகப்படாமல் அதி ரகஸ்யமாக அதை ஜெயிக்க முயற்சிப்பவர்கள் உண்மையின் உருவந் தெரிந்த தீர புருஷர்கள்.
* ஒரு காலத்தில் ஒருவராலாவது ஒரு கூட்டத் தாராலாவது உண்டாக்கப்பட்ட மதங்களிலும் அதன் கட்டுப்பாடுகளிலும் எதார்த்த நிலையை அறிய எண்ணங் கொண்டவர்களும் ஸ்வாதந்தர்ய சுவாதீன புருஷர்களும் சம்பந்தப்பட மாட்டார்களென்று புத்த பகவான் சொல்லுகிறார்.

58 வது நாள்

* ஈஸ்வர சக்தி பெற்ற அவதார ஹம்சரூப மஹா புருஷர்களும் ஆசார்யர்களுங் கூட அவதார காரியம் முடிவடையும் பொருட்டு அந்தரங்கத்தில் ஒற்றுமையை யும் பகிரங்கத்தில் வேற்றுமையையும் ஒருவருக்கொருவர் காண்பிப்பார்கள்.
* பேசாத ஞானம் பேசுகிற ஞானம் இரண்டிலும் பிரதிபலித்துக் கொண்டிருக்கிற பிரஹ்ம சுகத்தைப் பிறழாது அறிந்து கொண்டிருக்கிறவர்கள் பிரஹ்ம ரிஷி ஸ்தானத்திற்கு அதிகாரிகள்.

59 வது நாள்

* கேட்கத் தகாத உலக சம்பந்தமான தூஷண வாக்கியங்களைச் செவியின் வழியாக மனது வாங்கியவுடன் முன்பின் யோஜியாமல் திடீரென்று அடங்காக் கோபம் ஆத்திரம் ரத்தக் கலகலப்பு கண் சிகப்பு இவைகளுண்டாவது போல, பிரஹ்ம சாக்ஷாத்கார மஹா வாக்கியங்களையும் ஈஸ்வர நாம மஹா மந்திரங்களையும் ஹ்ருதயம் வாங்கியவுடன் இதுவரை தானறியாத தெய்வானந்தம் சாந்த எண்ணம் ஒரு நாளுங் காணாத ரோமச் சிலுசிலுப்பு சத்துவ குணப் பிரதான தெய்வசம்பத்து இவைகளுண்டாகின்றன.
* உலகமும் அதன் மூல வஸ்துவின் பரிணாம சக்தியும் அதன் சாதன வர்க்கங்களும் உலக மயக்கங்களும் அதன் அந்தரங்க பகிரங்க ஆர்ப்பாட்டங் களும் உண்மையில் எவன் மனதை இழுக்கவில்லையோ சலிக்கச் செய்யவில்லையோ அந்த ஹிருதயத்தைச் சொந்தமாகவுடைய தீர புருஷன் தான் உலகப் பிரஜைகளுக்குப் பிரஹ்ம ஞானத்தைப் போதிக்குந் தன்மை வாய்ந்தவன்.

60 வது நாள்

* அழிவுள்ள பாக்கியசாலியும் அழிவற்ற பாக்கியசாலியும் பிரயத்தனமில்லாது காக தாலீய நியாயப்படி ஒன்றுபட்ட காலத்தில் அழிவற்ற பாக்கியசாலியின் அந்தரங்க ஆத்மானந்தக் காற்றடித்த மாத்திரத்தில் அழிவுள்ள பாக்கியசாலி அதிர்ஷ்டவானாகிறான்.
* மாயையைத் தாண்ட முயற்சி செய்கிறவர்களுக்கு மாயையே சகாயஞ் செய்கிறது.

61 வது நாள்

* காரிய காரணங்களில்லாமற் போகக் காந்திமதி பிரசன்னமாகிறாள்.
* அஷ்டமா சித்திகளின் ஆசை, ஸ்திரீகளின் போக இச்சை இவைகளை மனத்திலிருந்து விட்டுவிட்டவன் பிரம்மச்சாரி.

62 வது நாள்

* அதிக பூமி திரவ்யம் ரத்னம் போகம் இவைகள் ஒருவனிடத்திலேயே தங்கி ணயிருப்பது திருஷ்டி தேவனுக்கு அபிப்பிராயமேயில்லை.
* முக்குணங்களில்லாத இடத்தில் மனமும் மனமில்லாத இடத்தில் முக்குணமும் மூன்றவஸ்தைகளும் இல்லை.

63 வது நாள்

* பக்தி யுக்தி சக்தி இம்மூன்றும் ஒருங்கேயுள்ளவர்களால் சாதிக்கக் கூடாதது ஒன்றுமில்லை.
* தர்ம சாஸ்திரப்படி நடப்பது ஞான சாஸ்திரப்படி நடப்பதற்கேதுவாகிறது.

64 வது நாள்

* மனோ லக்ஷணத்தை உண்மையா யறிந்தவன் பிரஹ்மத்தையும் அனுபவத்தில் காண்கிறான்.
* அவதார புருஷர்களுக்கு அடிக்கடி பிரஹ்ம சுகம் கிடைக்கிறதில்லை.

65 வது நாள்

* நமஸ்காரம் செய்கிறவர்கள் ஏற்றுக் கொள்ளுகிறவர்கள் இருவரும் விஷயந் தெரியாதவர்கள்.
* ஆலயம் வேறு தெய்வம் வேறு தான் வேறு என்ற பேதம் போகிறவரை ஆலயங்களுக்குப் போய் வரவேண்டும்.

66 வது நாள்

* ஆகாரம் உண்ணும் போது பேசக் கூடாது.
* அன்னங்களும் பக்ஷணங்களும் எவ்வாறிருப்பினும் நிந்திக்கக் கூடாது.

67 வது நாள்

* அதிருப்தியோடும கெட்ட மனத்தோடும் உண்ணக் கூடாது.
* அசுத்த வஸ்துக்களும் சுத்த பாவனையால் நல்ல பலனைத் தருகின்றன.

68 வது நாள்

* பூமியின் வட பாகமானது ரிஷிக் கூட்டங்கள் வசிக்கக் கூடியதும் புண்ணிய மானதும் பரிசுத்தமானது மாயிருக்கிறது.
* சூர்யன் உதிக்குங் காலத்திலும் அஸ்தமிக்குங் காலத்திலும் தூங்கினால் தேஜஸ் சக்தி பறிமுதலாய் விடுகிறது.

69 வது நாள்

* யுகப் பிரளயத்தில் உலகம் நசிக்கிறது.
* ஆலயம், நந்தவனம், பசுக் கூட்டம், பொது வீதி, ஆறு, குளம், தான்யத்தின் மத்தி, பயிர்களின் நடு, யாக சாலை, மடம், புஷ்ப மரத்தடி, புண்ணிய தீர்த்தக்கரை இவ்விடங்களில் மல ஜலங்களை விடுவதால் பாபம் உண்டாகிறது.

70 வது நாள்

* யுகாந்தப் பிரளயத்தில் தேவர்கள் அழிகிறார்கள்.
* கற்பப் பிரளயத்தில் பிரம்ம தேவர் ஒழிகிறார்.

71 வது நாள்

* கற்பாந்தப் பிரளயத்தில் திரிமூர்த்திகளுமில்லை.
* மஹா கற்பப் பிரளயத்தில் மஹேஸ்வரன் மடிகிறான்.

72 வது நாள்

* மஹா கற்பாந்தப் பிரளயத்தில் சதாசிவன் மறைகிறான்.
* பரமப் பிரளயத்தில் பிரகிருதி மறைகிறது.

73 வது நாள்

* சகஜப் பிரளயத்தில் மூலப் பிரகிருதி மறைகிறான்.
* மோக்ஷ காலத்தில் ஜீவனைக் காணோம்.

74 வது நாள்

* பிரகிருதி மறையும் போதே ஈஸ்வரனில்லை.
* கடைசியில் மிஞ்சியிருப்பது பிரஹ்மம்.

75 வது நாள்

* பஞ்ச மூர்த்திகள் முருகன் கணபதி இவர்கள் அழிகிறார்களென்பது அவர்களது நாம ரூபம் மட்டும் மறைகிறது.
* பஞ்ச மூர்த்திகளும் தங்கள் தங்கள் வேலைகள் ஒழிந்தபின் அவரவர்கள் சரீரங்களைவிட்டுப் பிரஹ்மத்தில் கலந்து ஐக்கியமாய் விடுகிறார்கள். மீளவுந் திரும்புவதில்லை.

76 வது நாள்

* வருணாஸ்ரம விதியுடன் சரீர பாவனையால் புண்ணிய கருமஞ் செய்கிறவன் நூறாவது ஜென்மத்தில் முக்தி யடைகிறான்.
* காலையிலும் மாலையிலும் ஆகார முண்ணலாம். இடையில் சாப்பிடுவதால் குற்றமான மனமுண்டாகிறது.

77 வது நாள்

* உள் பிரபஞ்சமில்லாமற் போனால் வெளிப் பிரபஞ்சம் இல்லாமற்போம்.
* பந்த மோக்ஷங்கள் ஜீவாத்மாவுக்கு.

78 வது நாள்

* பிரஹ்மம் ஒன்றைத் தவிர மற்றெல்லாம் அனித்தியம்.
* நாற்கால் மிருகங்களுள் பசுவும் உலோகங்களுக்குள் தங்கமும் சப்தங்களுக்குள் வேதமும் பருவதங்களுக்குள் மஹம்மேருவும் சமுத்திரங்களுக்குள் க்ஷீரசாகரமும் தேவர்களில் பிரம்ம தேவரும் இரண்டு காற் பிராணிகளில் பிரஹ்மத்தை அறிந்த பிராம்மணனும் சிரேஷ்டம்.

79 வது நாள்

* கிழத்தனத்தால் சூழப்பட்டவன், சத்ருக்களால் பீடிக்கப்பட்டவன், பெரிய ஆபத்தில் அகப்பட்டவன், வியாதி வந்தவன், கடன் பட்டவன், ஆகாரம் கிடைக்காதவன், சரீர ஆதரவு இல்லாதவன், இவர்களுக்கு மனச் சஞ்சலமும் உலக வெறுப்பும் சன்னியாச ஆசையும் ஆத்ம ஞான எண்ணமும் உண்டாகின்றன.
* அர்த்தந் தெரியாமல் வேதங்களைக் கற்றவனை மந்த புத்தி யுடையவனென்று ரிஷிகள் கருதுகிறார்கள்.

80 வது நாள்

* சரீரத்திலிருந்து கொண்டே சரீரத்தை அதிக்கிரமித்து விட்டவன் சரீரமெடுத்த பலனை அடைந்தவனாகிறான்.
* நின்று கொண்டோ, நடந்து கொண்டோ, படுத்துக் கொண்டோ, சாய்ந்து கொண்டோ, யோக ஞான அந்தர்முக அப்பியாஸங்கள் செய்யக் கூடாது.

81 வது நாள்

* நிஷ்டை சமாதி யோகம் தியானம் இவைகளை ரகஸ்யமாக அப்பியாஸிக்க வேண்டும்.
* குரு சிஷ்ய தாரதம்யங்கள் மனோ பேதத் தாலுண்டாகிறது.

82 வது நாள்

* மூன்றவஸ்தையில்லாதவன் துரியத்தை அடைகிறான்.
* யாவருக்கும் முன் செய்த கரும வாசனையும் பிராரப்தமும் முன் செல்லுகிறது. அதனதன் அனுபவமும் கிடைக்கிறது.

83 வது நாள்

* தேவர்களும் மஹரிஷிகளும் தங்களுடைய பதவிகளை இழந்து விடுகிற காலமுமுண்டு.
* மனத்தையும் செவியையும் ஒரு முகூர்த்த காலம் வரை அந்தராத்மாவில் அடக்கிப் பழகினவனுக்கு உண்மையான ஞானோபதேசம் செய்யும்படி எல்லாம் தெரிந்தவர்கள் கூறுகிறார்கள்.

84 வது நாள்

* கனிவுள்ள பழ வர்க்கங்கள் பற்பல காய் கிழங்குகள் இவைகளால் ஜீவிக்கிறவனும் பிதுர்க்கள் தேவர்கள் இவர்களை ஜலத்தாலும் பற்பல இயற்கையான வஸ்துக்களாலும் வாக்குகளாலும் திருப்தி செய்விக்கப் பட்டவனும் தேவர்களின் ரகஸ்யத்தை அறிகிறான்.
* ஒவ்வொரு கடமைகளையும் சரிவரச் செய்து முடிப்பதனால் காலக் கிரமத்தில் சலிப்படைந்து வெறுப்புற்று உலகம் துக்கமயமெனக் கண்டு நிவிர்த்தி மார்க்கத்திற் செல்வதற்காகவே வருணாஸ்ரம தர்மக் கடமைகளும் மற்றெல்லாக் கடமைகளும் பரமேஸ்வரரால் ஏற்படுத்தப்பட்டிருக்கின்றன.

85 வது நாள்

* காமம் குரோதம் பயம் லஜ்ஜை மயக்கம் டம்பம் ஜன்மம் மரணம் துக்கம் தந்திரம் மந்திரம் யந்திரம் பூஜை யாகம் நடை பாவனை தூக்கம் விழிப்பு வார்த்தை மௌனம் வந்தனம் பசி தாகம் விஷமம் சந்தோஷம் சங்கற்பம் சங்கம் சாஸ்திரம் யாத்திரை உபதேசம் சேவை ஜீவன் சமாதி நிஷ்டை மாயை ஈஸ்வரன் இவைகளை உள்நோக்கி உள்ளிருந்து விட்டவன் பிரஹ்மமாகிறான்.
* ஆசையோடு கூடிச் செய்கிற கர்மமானது மிருத்யுவுலகத்திற் சேர்ப்பித்து விடுகிறது.

86 வது நாள்

* உலக சிருஷ்டி ஆரம்பியாத காலத்தில் காலாதீத மந்திர திருஷ்டி தேவ மஹரிஷிகளால் பிதாமஹர் உண்டானார். அந்த ரிஷிகள் மஹேஸ்வரரால் உண்டு பண்ணப்பட்டவர்கள்.
* இவ்வுலக அறிவுகளெல்லாம் ஈஸ்வரர் ஒருவருக்குச் சொந்தமானது.

87 வது நாள்

* மனதிற்குச் சலனத்தையும் கவலையையும் உண்டு பண்ணுகிறதான உள்ளும் புறம்புமிருக்கும் சகல வஸ்துக்களையும் மனத்தால் விட்டுவிட்டவன் உண்மையான சந்நியாசியாகிறான். வீட்டை மட்டும் விட்டு வெளிப்பட்டவன் சன்னியாசியாக மாட்டான்.
* மிருத்யுவை அடையும் வழியும் பிரஹ்மத்தைச் சேரும் மார்க்கமும் நம்முடைய மனத்திலேயே மறைந்திருக்கின்றன.

88 வது நாள்

* சரீர வியாதியால் மனோ வியாதியும் மனோ வியாதியால் சரீர வியாதியும் உண்டாகின்றன.
* ஞான உப்பரிகையின் மீதேறிப் பார்க்கிறவர்கள் கீழேயுள்ள ஜனங்களின் துக்கங்களைப் பார்த்துத் தாங்கள் தாபமடைய மாட்டார்கள்.

89 வது நாள்

* ஜனகாதி மஹரிஷிகள் ஸ்ரீ கிருஷ்ணர் புத்தர் ஜடகோபர் முதலியவர்கள் காற்பங்கு ஞானத்தை மறைத்து வாழ்ந்தார்கள்.
* வசிஷ்டர் தத்தாத்திரேயர் ஸ்வாயாம்பு மனு பிரஹஸ்பதி நந்தீஸ்வரர் அகஸ்தியர் முதலியவர் பாதி மறைத்து விட்டார்கள்.

90 வது நாள்

* ஜனகராஜன் ஸ்ரீ ராகவர் பகீரதன் இக்ஷ்வாகு யாக்ஞுவல்கியர் பீஷ்மர் மஹாபலி இவர்கள் இடையிடையே மறைத்துக் காட்டினார்கள்.
* சூர்யன் பராசரன் வாதராயணன் சுகர் காச்யபன் பிருகு முதலானவர்கள் சில சில காலங்களில் எதார்த்தத்தைக் காண்பித்தனர்.

91 வது நாள்

* சங்கர பகவத் பாதாசாரியர், எதிராஜ மஹரிஷி, மத்வ முனீந்திரர், வித்தியாரண்யர், வேதாந்த தேசிகர் முதலியவர்கள் முக்காற் பங்கு மறைத்து விட்டார்கள்.
* திருஞான சம்பந்தர் திருநாவுக்கரசர் சுந்தரமூர்த்திகள் மணிவாசகப் பெருமான் திருமங்கையாழ்வார் பெரியாழ்வார் திருமழிசை யாழ்வார் முதலானவர்கள் பூராவும் மறைத்துக் கூறினார்கள்.

92 வது நாள்

* இதற்கெல்லாங் காரணம் கால தேசம் பக்குவம் இவைகளுக்கேற்றவாறுள்ள ஈஸ்வர நியதி.
* எதையும் பரிகசியாதிருத்தல், இந்திரியங்களைப் போஷிக்குங் குணமுடையவர்களிடம் சம புத்தி, தெளிந்த மனம் முகம் இவைகளை உடைத்தாயிருத்தல், பிறரிடம் சல்லாபமாடாமை, புருவங் கோணாத ஹிருதயம், எவனுடைய மார்க்கங்களையும் கேளாதிருத்தல், எவனோடும் சேராதல், ஒன்றிலும் நியதியின்மை, குறித்த இடமில்லாமை, ஒரு வஸ்துவையும் திரும்பிப் பாராமை, தியானத்துடன் நடந்து போதல், ஸ்திரீ வுருவத்தை மனத்திலிருந்து விலக்குதல், எண்ணப்படி கிடைத்தாலும், கிடைக்காவிட்டாலும் சமபுத்தி இவைகளை உடைத்தாயிருப்பவன் அமிருதத்தை உண்கிறான்.

93 வது நாள்

* மனதுதான் பிரபஞ்சமும் தேவர்களும் மனமில்லையானால் பிரஹ்மந் தானுள்ளது.
* உண்மை ஞானத்தை உள்ளபடி பேசினால் உண்மையான நாஸ்திகம்போல் அபக்குவர்களுக்குத் தோற்றும்.

94 வது நாள்

* சகுணம் நிர்குணம் அதீதம் என்ற மூன்றையும் முமுக்ஷுக்கள் முறையே அறிய வேண்டும்.
* சரீர பாவனையுடையவன் சகுணத்தையும், ஆத்ம பாவனையுடையவன் நிர்க்குணத்தையும் தானே தானான தன்மையையுடையவன் அதீதத்தையும் அறிய வேண்டிய அதிகாரி.

95 வது நாள்

* தாம்பிர விக்ரஹங்களிலும் கற்சிலைகளிலும் ஆலயங்களிலும் சாஸ்திரங்களிலும் கடவுளைத் தேடுகிறவன் பலனடைய மாட்டான்.
* நினைக்கப்பட்டது பேசப்பட்டது கேட்கப்பட்டது பார்க்கப்பட்டது வாங்கப்பட்டது உருவப்பட்டது யூகிக்கப்பட்டது சந்திக்கப்பட்டது இவைகள் எதுவாயிருந்தாலும் பொய்.

96 வது நாள்

* வயிற்றையும் நாவையும் ஜெயித்தவன் சகல தத்துவங்களையும் ஜெயித்தவனாகிறான்.
* தவம் புத்தி ஞானம் இம்மூன்றும் இல்லாதவர்கள் பரமாத்மாவை அறிய முடியாது.

97 வது நாள்

* முன்னே பிரசன்னமாகிறவர் கடவுளல்ல.
* பகிர்முக சாதனங்கள் ஒன்றுமில்லாதிருப்பதே உண்மைத் துறவியின் லக்ஷணம்.

98 வது நாள்

* பிக்ஷையேற்றுண்ணுந் தொழிலும் பந்தமுடையது.
* உலக சிருஷ்டியின் உண்மையை உணர்ந்தவன் அதன்படி அனுஷ்டிக்க ஆரம்பித்தால் உயிரோடு உலகத்தில் சஞ்சரிக்க முடியாது.

99 வது நாள்

- ✳ மனத்திற் குடி கொண்டிருக்கிற காஷாயம் நீங்காமல் காஷாயம் தண்டு கமண்டலம் மொட்டை புஸ்தகம் பிக்ஷை இவைகளை உடையவர்கள் கடினமான பந்தத்திற்குட்படுகிறார்கள். வயிறு வளர்ப்பதற்கும் இவைகள் ஏதுவாகிறது.
- ✳ வியபிசாரக் குற்றமுள்ள மனைவியை ஆகாரம் வஸ்திரம் முதலியன மட்டுங் கொடுத்து உடனுண்ணல், சேர்க்கை, பேச்சு இவைகளை விலக்கி வைத்திருக்க வேண்டும்.

100 வது நாள்

- ✳ தனக்காவது பிறர்களுக்காவது குரு ஸ்திரீ இவர்களுக்காவது உயிரைக் காப்பாற்ற வேண்டிய நிமித்தம் பொய் சொல்லுவதாற் குற்றமில்லை.
- ✳ உலகப் பொருள்கள் யாவும் உலகப் பிரஜைகளுக்குச் சொந்தமானவைகளல்ல. தேவர்களுக்கும் தேவாதி தேவனுக்கும் சொந்தமானது.

101 வது நாள்

- ✳ பிறருக்குத் துரோகஞ் செய்கிறவர்களுக்குத்தான் அதிகமான திரவியஞ் சேரும்.
- ✳ உலக விஷயங்களின் ஆசையை விடுதல், தவஞ் செய்தல், கனி காய் கிழங்கு இவைகளை உண்ணல், காலந் தவறாமல் அக்னியைத் திருப்தி செய்தல், இரண்டு கால ஸ்நானம் செய்தல், சரீரம் இளைக்கப் பண்ணுதல், சொற்ப ஆகாரமுண்ணல், தோல் மரவுரி ஜடை இவைகளைத் தரித்தல், குளிர் காற்று பனி வெயில் இவைகளைப் பொறுத்தல், பசி தாகம் சரீர சிரமம் இவைகளைத் தாங்குதல் சாஸ்திரப்படி தவஞ் செய்து சரீரத்தை வாட்டுதல், மனதிற்கும் செவிக்கும் இனிமையான இயற்கையாகிய கீதங்களைக் கேட்டல், மலர்ந்த மரம் செடி கொடி இவைகளின் இயற்கை வாசனைகளை முகறல், சுதந்தர மிருகங்களைப் பார்வையிடல் இவைகளை அனுஷ்டிக்கிறவன் பகிர்முகத் துறவியாகிறான்.

102 வது நாள்

- ✳ எப்போது சகல காமங்களையும் தன்னிடம் அடக்கிக் கொள்ளுகிறானோ அப்போது, பிரகாச ரூபமான பரமாத்மா பிரசன்னமாகிறது. நிலை பெற்ற திருப்தி உண்டாகிறது.
- ✳ பிறர் தன்னிடமிருந்தும் பிறரிடமிருந்து தானும் எப்போது பயமடைகிற தில்லையோ, அப்போது ஆத்ம தரிசனமுண்டாகிறது.

103 வது நாள்

* எந்தப் பிராணிகளுக்கும் திரிவித காரணங்களால் அபகாரம் செய்யாதவன் ஞானாதிகார முடையவனாகிறான்.
* ஒருவன் பொருளை மற்றொருவன் திருடினால் அவனது புகழ் புண்ணியம் தர்மம் நன்மை வாழ்வு இவை களையெல்லாம் திருடினவனாகிறான்.

104 வது நாள்

* காலமல்லாத காலத்தில்புத்தியின் சக்தியினாலும், கல்வியாலும், சினேகிதர் களாலும், திரவ்யத்தினாலும் ஒரு விசேஷத்தையும் அடைய முடியாது.
* ஆயிரக்கணக்கான துக்கங்களும் நூற்றுக்கணக்கான சுகங்களும் மூடனைத் தினந்தோறும் பற்றுகின்றன.

105 வது நாள்

* பிறர் துக்கத்தைக் கண்டு அதை நிவிரித்திக்காமல் தானும் துக்கமடைபவன் ஒரு காலத்திலும் சுகமடைய மாட்டான்.
* பொருளில் அதிக ஆசையுடையவன் விலக்கக் கூடிய பாப கர்மங்களை விலக்குவது கடினம். பொருளில் நிற்கின்ற தீமையைக் காணாதவனுக்கு நற்காரியம் கிடைப்பது அரிது.

106 வது நாள்

* வேதாந்தியத்தால் பிராம்மணனுக்குச் சித்த சுத்தியுண்டாவது போல, இராஜ்ய பரிபாலனத்தால் க்ஷத்திரியனுக்கும், ஒழுங்குள்ள வர்த்தகம் பசுக் காத்தல், இவைகளால் வைஸ்யனுக்கும், விவசாயமொன்றினால் சூத்திரனுக்கும், நாயக விரதத்தினால் ஸ்திரீகளுக்கும் சித்த சுத்தி யுண்டாகிறது.
* எந்த விதமான ஆபத்து வந்த போதிலும் புண்ணிய முயற்சியையன்றி வேறு எவ்விதமான முயற்சியும் செய்யக் கூடாது.

107 வது நாள்

* கடமைகளை முடித்து விடாத மனிதனையும் தேவனையும் மற்ற யாரையும் ஜென்ம ஜென்மங்களிலும் கடமைகள் தொடர்ந்தே வருகிறது.
* கிரேதா திரேதா துவாபர யுக காலங்களிலுள்ள ராக்ஷசர்களெல்லாம் கலியுக காலத்தில் பிராம்மண ஜாதியில் பிறக்கிறார்கள். கெட்ட அகிர்த்தியங் களைச் செய்வார்கள் என்று தேவி பாகவதத்தில் பரமேஸ்வரராலும் சாந்தி பருவததில் பீஷ்மாசாரியராலும் கூறப்பட்டு இருக்கிறது.

108 வது நாள்

* தான் செய்த பாப கர்மங்களை வெளியில் கூறாதிருந்தால் அதன் பலன் உண்மையில் அவனைச் சேருகிறது.
* ஒரு மாத காலம் வரை தீர்த்த பானம் கூட இன்றிப் பிரஹ்மத் தியானஞ் செய்பவனிடம் சகல பாபங்களும் அணுகுவதில்லை.

109 வது நாள்

* பசு பக்ஷிகள் இவைகளைக் கொன்றாலும் தெரியாமல் பரஸ்திரீகமனம் சம்பவித்தாலும், வளரக் கூடிய மரங்களை வெட்டினாலும், மூன்று நாள் காற்றைப் புஜித்துக் கொண்டு தான் செய்த பாபத்தை வெளியிட்டுச் சொல்லி விடுவதால் அந்தப் பாபம் விலகி விடுகிறது.
* யாதொரு பாப சமஸ்காரங் களுமில்லாத மனமுடையவனை மஹேஸ்வரர் கொண்டாடுகிறார். ஆத்ம ஞானம் பிரதிபலிக்கிறது.

110 வது நாள்

* ஜீவேஸ்வரர்கள் மாயையினின்றுண்டானவர்கள்.
* சரீரத்திற்கு மரணம் ஜரை ரோகம் வேதனை முதலியன இல்லாமற் செய்து விடுவதால் யாதொரு வுபயோகமுமின்றெனத் தெளிந்து கொண்டவன் மனுஷ்யாதீத வஸ்துவில் நிலைக்கிறான்.

111 வது நாள்

* எந்தக் காலத்திலும் எந்தக் காரணங்களைக் கொண்டும் அபாவ ஞானத்தை அடையக் கூடாது.
* வெற்றியானாலும் தோல்வியானாலும் விடாமுயற்சியுடனிருப்பவனிடம் தைர்ய லக்ஷ்மி சேருகிறாள்.

112 வது நாள்

* ஜனங்களிடம் பரிகாசமான வார்த்தைகளையோ மற்றெவ் வசனங்களையோ அளவுக்கு மீறிப் பேசிவிடக் கூடாது.
* உண்மையை அறிய விரும்புகிறவர்கள் எந்தவிதமான காரணங்களை முன்னிட்டும் ஜனக் கூட்டத்தில் வசிக்கக் கூடாது.

113 வது நாள்

* எவ்வளவு குணமுள்ளவர்களையும் எப்போதும் நம்பிவிடக் கூடாது.
* பரமாத்மாவை அறிய விரும்புகிறவர்கள் காரணமில்லாமல் நினைத்தல் பேசுதல் பார்த்தல் நடத்தல் எடுத்தல் சாப்பிடல் எழுதல் சிரித்தல் இவைகளை அனுஷ்டிக்கக் கூடாது.

114 வது நாள்

* எவனுடைய காரியத்தில் ஆரம்பமும் முடிவும் வெளியே தெரிகிறதோ அவன் அதிக்கிரம யோகி.
* உலகப் பொருள்களின் இச்சையினிமித்தம் செய்யப்படுகிற எவ்விதக் கருமங்களும் பயனற்றதாகின்றன.

115 வது நாள்

* சரீரம் தானென்றிருக்கிறவரை கரும யோகத்தையும் ஜீவன்தானென்றிருக்கிறவரை பக்தி யோகத்தையும் பிரஹ்மம் தானென்றிருக்கிறவரை ஞான யோகத்தையும் அனுஷ்டித்து வரவேண்டும்.
* எந்தப் புருஷனிடம் எப்போதும் நற்குணங்கள் அழியாமலிருக்கிறதோ, அவ்வுத்தம புருஷன் நான்கு வருணம் நான்கு ஆஸ்ரமம் இவைகளின் பலனை ஒருங்கே அடைகிறான்.

116 வது நாள்

* ஒரே இடத்தில் வசிக்கக் கூடிய எவனும் சகல பாபங்களிலிருந்தும் விலகி விட முடியாது.
* எல்லாக் காரிய காரணங்களிலிருந்தும் விடுபடுகிறவன் முக்தனாகிறான்.

117 வது நாள்

* மனது ஸ்வாதந்தர்யம் இல்லாதது.
* ஆபத்தில்லாத சமயத்தில் எந்த மனிதனும் எவனிடத்திலும் யாசித்தல் கூடாது.

118 வது நாள்

* கனி காய்களுள்ள மரங்களையும் குளிர்ச்சியுள்ள விருக்ஷங்களையும், வளர்ச்சி கொள்ளுகிற மரங்களையும், பெரிய காடுகளையும் மலைகளையும் வளர்ச்சி செய்து வைத்திருக்கிற உத்தம அரசர்களுள்ள நாட்டில் வன தெய்வங்களும் சித்தர்களும் ரிஷிகளும் ஞானிகளும் யோகிகளும் நிரம்பி யிருப்பார்கள்.
* பிரஹ்மத்தை யுணர்ந்த பிராமணர்களும் நீதி சாந்தம் கோபம் உதாரம் இவைகள் நிறைந்த க்ஷத்திரியர்களுங் கூடி வாழ்கின்ற உலகம் சகல விதத்திலும் க்ஷேமமடைகிறது.

119 வது நாள்

* வைதீகப் பிராம்மணன் தீர்த்தத்தை எப்போதும் சமீபத்தில் வைத்துக் கொண்டிருக்க வேண்டும்.
* ஸ்திரீகளின் வியபிசாரத்தினாலும் அரசர்களின் அநீதியாலும் பிராம்மணர் களின் கெட்ட செய்கையாலும் உலகம் நடுங்குகிறது. பாபம் பெருகுகிறது. மிருத்யு தேவதை குடி கொள்ளுகிறது. கொடிய நோயுண்டாகிறது. மழை பெய்யாது கொடிய பசியும் பஞ்சமும் உண்டாகின்றன.

120 வது நாள்

* சந்தேக மில்லாத சாஸ்திர விதிகளை உள்ளவாறு அறிந்து கொண்டவர் களிடம் பேசலாம். பழகலாம்.
* ஞானமில்லாதவர்களுக்கு நிஷ்காம கர்மமே ஆதரவு.

121 வது நாள்

* நமது விரோதிகளையும் நமது மதத்திற்குச் சத்துருவாயிருக்கப்பட்டவர் களையும் அவரவர்களுக்குத் தக்கபடி உபசரித்தல் மரியாதை செய்தல் இவைகளால் அவர்களைச் சாந்தப்படுத்த வேண்டும்.
* அரசனை அடுத்தோ அரசாங்க உத்யோகத்தை வகித்தோ பிழைப்பதைவிட கேவலமான தொழில் உலகத்தில் வேறொன்றுமில்லை.

122 வது நாள்

* கெட்ட குலத்தில் பிறந்தவர்கள் அதிக ஆசையுள்ளவர்கள் கொடுமை யுள்ளவர்கள் லஜ்ஜையில்லாதவர்கள் தாசிகள் கடமைகளை விட்ட வருணாஸ்ரமிகள் இவர்கள் பிரயோஜனத்தை அடைகிற வரையில் பிரியம் போல் காட்டுவார்கள்.
* ஐந்து வகைக் கபடங்களில்லாத சிஷ்யனென்று தெரிந்து கொண்டபின் குருவுபதேசிக்கலாம்.

123 வது நாள்

* பிரியமாக வசனித்தலென்கிற ஒரு விஷயத்தினாலேயே சகல பிராணிகளுடைய சம்மதத்தையும் பெறுகிறான்.
* பிரிய வசனம் கொண்டவனுக்கு ஹ்ருதயம் துடிப்பற்றுச் சாந்தமாயிருக்கும். சாந்தியுடைய மனம் தீவிர சங்கல்பமின்றி ஆத்ம சொரூபத்தில் நிலை பெற்றிருக்கும்.

124 வது நாள்

* பிரிய வசனங்களோடில்லாத தானம் தபஸ் தர்மம் யோகம் இராஜ்ய நீதி இவைகள் உண்மையான பலனைத் தருவதில்லை.
* தன் மனத்திலுள்ள பெரிய சக்தியின் வலிமையால் தன் மனத்தைத் தானே அடக்கி விடுகிறானோ அவன் சம்ப்ரதாய யோகி.

125 வது நாள்

* எவன் தன்னைப் பற்றின வரையில் எல்லா விஷயங்களிலும் யாதொரு குறைவுமின்றிச் செய்து கொண்டிருக்கிறானோ அவன் உலகத்தார்க்கு உபகாரஞ் செய்ய வல்லவனாகிறான்.
* மதமுள்ளவன், அஜாக்கிரதையுள்ளவன், அறிவில்லாதவன், சிறுவன், பித்தன், எல்லோராலும் நிந்திக்கப்பட்டவன், கெட்ட நடையுள்ளவன், சத்ருக்களுக்கு உண்மை சொல்பவன். அரசாங்கத் துரோகஞ் செய்பவன், குற்றமுள்ள உத்தியோகஸ்தன், பெண்கள், மலை, கடினமான கோட்டை, யானை, குதிரை, சர்ப்பம், இவைகளையும் இவர்களிடம் சேர்ந்தவர்களையும் உலக உண்மையை அறிந்தவர்கள் எப்போதும் சேர்க்கையை விலக்கியிருப்பார்கள்.

126 வது நாள்

* எவனிடம் தர்மம் நிலைத்திருக்கிறதோ அவன் பிராமணன். எவனிடம் தர்மம் நிலைத் திருக்கவில்லையோ அவன் சூத்திரன்.
* சரீர சுகத்தை விரும்புகிறவர்கள் இராத்திரி கால சஞ்சாரத்தை விலக்க வேண்டும். ஏகாந்த யோகிகள் இரவில் சஞ்சரிப்பார்கள்.

127 வது நாள்

* அதிகமான ஆசை, கோபம், டம்பம், அபிமானம் இவைகள் குடி கொண்ட நாட்டில் ராக்ஷசர்கள், அலிகள், அங்கங் குறைந்தவர்கள், புத்தியில்லாதவர்கள், திருட்டுக் குணமுடையவர்கள் இவர்கள் பிறக்கிறார்கள்.
* நித்திரை வருகிற இடத்தைக் கண்டுபிடிப்பவன் நிஷ்காரண யோகி.

128 வது நாள்

* மனத்தை மாத்திரம் அடக்குவது இராஜயோகம்.
* அனுபவமில்லாத ஆஸ்திகர்களுக்கு வேத சாஸ்திரங்களே பெரிய ஆதரவு.

129 வது நாள்

* சந்தேகமுள்ள எந்தக் காரியங்களையும் செய்யக் கூடாது.
* அறியாத பெண்கள், கன்னிகைகள், பிறர் மனைவி, பேடிகள், வியபிசாரிகள் இவர்களிடம் ஒழுங்குள்ள புருஷர்கள் சம்பந்தப்படக் கூடாது.

130 வது நாள்

* உண்மையான சத்துவ குண தைரியமுடையவனை எந்த உலகத்திலும் எல்லாராலும் ஜெயிக்க முடிகிறதில்லை.
* உயிரை விடுங் காலத்தில் சரீர மனோ துக்கங்களைப் பொறுத்துக் கொள்ளுகிற சக்தி வாய்ந்தவர்களைப் பெரிய தவமுடையவர்களாகக் கருத வேண்டும்.

131 வது நாள்

* உண்மை தெரியாதவர்களிடம் பழகக் கூடாது.
* நம்பிக்கை இல்லாத இடத்திற்குப் போகக் கூடாது.

132 வது நாள்

* பல காலங்களாக நிலைத்திருக்கக் கூடியனவென்று எந்த வஸ்துக்களை நினைத்திருக்கிறார்களோ அவற்றையும் பெருக்குள்ள திரவியங்களையும் மனத்திலிருந்து விலக்கி விடக் கூடியவர்கள் ஆச்சரியப்படத் தக்க சூரர்கள்.
* சர்வ ஜீவ தயாபரக் கடவுள் போன்ற ஞானிகளையும் பகவத் சொரூப யீஸ்வரனையுமன்றி மற்ற யாரையும் நம்பாதிருப்பதே உத்தமமான விவேகிகளுக்கு அடையாளம்.

133 வது நாள்

* தன் அளவுக்கு மிஞ்சிப் பொருட் செலவு செய்தால் தருமம் விட்டு விலகுகிறது. ஆஸ்ரம தேவதை கோபிக்கிறது. பரிவார தெய்வங்கள் பரிதபிக்கிறது. சரீர தெய்வம் வாடுகிறது.
* ஒருவன் செய்கிற பாப புண்ணிய கருமங்கள் மனத்தின் சூக்ஷ்மே வாசனையின் வழியாகப் பிராரப்த யீஸ்வர ஆக்ஞையின் மார்க்கத்தினின்றும் பிறழாது அவனுக்கே உண்டாகிறது.

134 வது நாள்

* காணாத இடங்களில் குற்றங்களைச் சொல்வது, நற்குணங்களில் அசூயைப் படுவது, பிறர்களால் புகழப்படும் பொழுது முகத்தைத் திருப்பிக் கொண்டு பேசாதிருப்பது, காரணமில்லாமற் பேசுவது, பெருமூச்சு விடுவது, உதட்டைக் கடிப்பது, தலையை அசைப்பது, அடிக்கடி நெருங்கி வருவது, சம்பந்த மில்லாதவனைப் போல் பேசுவது, இல்லாத சம்பந்தங்களை ஆரோபித்துச் சொல்லுவது, காணாதவனைப் போலப் பேசுவது, கண்டாலும் பேசாமல் வேறாக வந்து உண்பது இவைகளை உடைவர்கள் துஷ்டர்கள்.
* பிரஹ்மம் ஒன்றைத் தவிர மற்றவையெல்லாம் நிலையற்றனவென்ற திடஞானத்தை அடைந்தவன் உத்தியோகம், விவசாயம், வர்த்தகம், வேதாத்தியாயனம், இராஜ்ய பரிபாலனம் முதலிய எந்தக் காரியங்கள் செய்த போதிலும் அவைகளிற் சம்பந்தப்படாமல் உலகம் அழிந்த போதிலும் மயக்கமடையாமல் பிறவாத முக்தியை அடைகிறான்.

139 வது நாள்

- தெய்வத்தை மட்டும் நம்பித் தனது முயற்சியைவிட்டு விடுபவன் சீக்கிரத்தில் கெட்டு விடுகிறான்.
- மாதா, பிதா, குரு இம்மூவரையும் பூஜித்தவன் மூன்றுலகத்தையும் பூஜித்தவனாகிறான்.

140 வது நாள்

- தாய், தந்தை, ஆசாரியர் இம்மூவரும் அபகாரம் செய்த போதிலும் ஹிம்சிக்கக் கூடாது.
- பிதுர்க்கள் திருப்தியடைந்தால் பிரம்ம தேவரும் மாதா திருப்தியடைந்தால் பூமி தேவியும் ஆசாரியர் திருப்தியடைந்தால் பரமாத்மாவும் பிதா திருப்தி கொண்டால் மஹேஸ்வரரும் மனம் திருப்தியடைந்தால் சாக்ஷி தேவதையும் திருப்தியடைகிறது.

141 வது நாள்

- மயக்க வஸ்துக்கள், ஸ்திரீகள், ஆஸனங்கள், படுக்கைகள், பெரிய அழகிய மாளிகைகள், வாஹனங்கள், சகடங்கள், ரதங்கள், பக்ஷிகள், மிருகங்கள், பட்டாடைகள், ரஸங்கள், வாசனைத் திரவியங்கள், கனிகள், புஷ்பங்கள், சங்கீதம், அறுசுவை ஆகாரம் இவைகளிற் பற்று வைத்திருப்பவன் உன்னத நிலைமைக்கு வர முடியாது.
- எந்த விஷயத்தில் உண்மை பொய் போலாய் விடுமோ அந்த விஷயத்தில் உண்மை சொல்லக் கூடாது. எந்த விஷயத்தில் பொய் உண்மை போலாகுமோ அந்த விஷயத்தில் பொய் சொல்வதாற் குற்றமில்லை.

142 வது நாள்

- சத்திய அசத்தியங்களின் லக்ஷணங்களைத் தெரிந்து கொண்டவன் இரண்டின் உபயோக காலா காலங்களையும் தெரிந்து கொள்ளுவான்.
- வேதத்திற் கூறப்படுகிற கொலையானது, யாகத்தின் மூலமாய் உலக ரக்ஷணத்தை உண்டாக்குவதால் உண்மையில் ஹிம்சையில்லாத பிரவிர்த்தி தர்மமாகிறது.

143 வது நாள்

* எவர்கள் எல்லாத் தேவர்களையும் நமஸ்கரிப்பவர்களும், எல்லாத் தர்மங்களையும் கேட்பவர்களும், தாமஸ ராஜஸ குணங்கள் விடுபட்டுச் சுத்த சத்துவமாய் நிலைபெற்றிருக்கிறார்களோ, அவர்கள் தாண்டுதற்கரிய பிறவிக் கடலைத் தாண்டி விடுகிறார்கள்.
* இந்திரனும், பிரம்மாவும், விஷ்ணுவும், மஹேஸ்வரனும், ருத்திரனும், சதாசிவனும் ஸ்தோத்தரிக்கக் கூடிய தெய்வத்தை எவர்கள் சூக்ஷ்ம மனத்தாற் பூஜிக்கிறார்களோ அவர்கள் உத்தமமான அப்ராகிருத சொரூபத்தை அடைகிறார்கள்.

144 வது நாள்

* ஜனங்களுக்குப் போதிப்பதற்கு முன் தனக்குத்தானே போதித்துக் கொண்டவனாயிருக்க வேண்டும்.
* பிறர் குற்றங்களை வெளியிற் சொல்பவனிடமும் அபகாரம் செய்தவனுக்குப் பதில் அபகாரம் செய்கிறவனிடமும் அடக்கம் வணக்கம் இல்லாதவனிடமும் தர்மந் தெரிந்தவர்கள் பழகக் கூடாது.

145 வது நாள்

* ஆத்மாவைப் பின்பற்றுகிறவர்கள் அந்தகாரத்தில் நடப்பதில்லை.
* வேதம் ஆகமம் முழுமை அறிந்தும் சகல ரிக்ஷிகள் ஞானிகள் வாக்கியங்களை அறிந்தும் பகவானுடைய கிருபையும் மன நிரோதமும் இல்லையானால் யாதொரு பலனையும் அளிக்க மாட்டாது.

146 வது நாள்

* சிற்றின்பத்தில் மனத்தைச் செலுத்துகிறவர்கள் தங்கள் ஹிருதயத்தையும் அசுத்தப்படுத்தி யீஸ்வரனுடைய கிருபையையும் போக்கடித்துக் கொள்ளுகிறார்கள்.
* உலகத்தை இகழ்ந்தால்தான் மோக்ஷ ஞானத்தில் பிரவிர்த்தி உண்டாகும்.

147 வது நாள்

* பிரஹ்மத்தை யடைவதும் அதற்கேற்ற காரியங்களைச் செய்வதும் தவிர மற்றெல்லாம் வீண்.
* அற்ப விஷயத்தில் ஆசைப்படுவதும் அதிக ஆயுளை விரும்புவதும் தப்பு.

148 வது நாள்

* இந்திரியங்களும் மனமும் எக்காலத்திலும் திருப்தியடையப் போவதே இல்லை.
* தன்னைத்தான் தாழ்ந்தவனாக எண்ணுவதால் மேல் முகமாகச் சொல்லுங் காரியங்களில் பிரவிர்த்தி உண்டாகிறது.

149 வது நாள்

* ஜட தத்துவ பூத தத்துவ முதலிய பற்பல வியவகாரிக விஷய சாஸ்திரங் களைக் கற்ற பெரிய நகரங்களிலுள்ள அறிவாளிகளைக் காட்டிலும் மிகத் தாழ்ச்சியுள்ள கல்வியறிவில்லாத நாட்டுப்புறத்து வூழியன் விசேஷமானவன்.
* அதிகமான வசனங்கள் ஆத்மாவை அறிய விடாது.

150 வது நாள்

* மனிதர்களுடைய புகழ்ச்சிகளால் எவன் சந்தோஷமடைவதில்லையோ அவன் கடவுளை அறிய ஆவல் கொள்ளுகிறான்.
* தன்னை ஞானி யென்றாவது புகழவாவது உத்தமன் நினைப்பதில்லை.

151 வது நாள்

* எதையும் அறிய வேண்டும் அடைய வேண்டுமென்ற மித மிஞ்சிய ஆசைக்கு இடம் கொடுத்தோமானால் வெகு கவலையும் மோசமும் வந்து குடி கொள்ளும்.
* பிறரால் அறியப்படாததையும் தம்மால் அறியப்படாததையும் அறிய ஆவல் கொள்ள வேண்டும்.

152 வது நாள்

* நாம் ஒன்றுந் தெரியாதவனென்று பிறர் எண்ணும் படி நடந்து கொள்ள வேண்டும்.
* நம்முடைய ஹிருதயத்தை எல்லோருக்குந் திறந்து காட்டக் கூடாது.

153 வது நாள்

* ஞானிகள் பக்தர்கள் சன்மார்க்கர்கள் தவிர ஏனைய வாலிபர்களிடத்திலும் அன்னியர்களிடத்திலும் சகவாஸஞ் செய்யக் கூடாது.
* பிரபுக்கள் ஆஸ்தி வந்தர்கள் கண்களில் வேண்டுமென்று தென்படக் கூடாது.

154 வது நாள்

* எந்த ஸ்திரீயோடும் எவ்விதக் காரணங்களை முன்னிட்டும் சினேகம் பண்ணக் கூடாது. ஆனால் ஸ்திரீகள் நல்ல ஸ்திதியிலிருக்க வேண்டுமென்று கடவுளைப் பிரார்த்திக்கலாம்.
* ஈஸ்வரனோடும் ஞானியோடும் மட்டும் அன்யோன்ய பாவமாயிருக்கலாம்.

155 வது நாள்

* உலக ஜனங்கள் நம்மையும் நமது செய்கைகளையும் பெருமையையும் அறிய வேண்டுமென்கிற எண்ணத்தை அறிவுள்ளவன் விட்டுவிட வேண்டும்.
* தூரத்திலிருக்கும்போது நன்மையுங் கீர்த்தியுமாய் விளங்கிய ஒருவன் நேரில் வந்து விட்டால் சிறிது மாறுபட்டு விடும்.

156 வது நாள்

* சரீர வெறுப்புண்டானவன் ஞானாதிகாரி.
* தன் சொந்த மனதின்படி நடப்பதைவிட வெகு தாழ்மையுடன் ஓர் மஹா புருஷர் அதிகாரத்தின் கீழ் வசிப்பது நலம்.

157 வது நாள்

* எந்தக் காரியமும் கட்டாயமாகச் செய்யக் கூடாது.
* எங்கு சென்று பார்த்தாலும் நமது மனச்சாந்திக்கு உற்ற இடம் நம்மிடத்திலும் சாதுக்களிடத்திலுமிருக்கிறது.

158 வது நாள்

* தன் மனத்திற்குப் பொருந்தாத மனைவி இடம் தேசம் புத்திரன் மனிதன் இவைகளை விட்டுவிட வேண்டும்.
* யோஜனை கொடுப்பதைவிட யோஜனை வாங்குவது விசேஷம்.

159 வது நாள்

* சாந்தியையும் சக்தியையும் அடைவதற்குக் கீழ்ப்படிதலுக்குச் சரியான வழிவேறில்லை.
* பிரயோஜனமற்ற எண்ணம் வார்த்தை பார்வை கேள்வி நடை இவைகளை அடியோடு விட்டுவிட வேண்டும்.

160 வது நாள்

* நம்மாற் கூடிய மட்டும் உலக ஜனங்களின் சந்தடியினின்று விலகிவிட வேண்டும்.
* உலக விஷயங்களைக் குறித்து விளையாட்டாகவும் சாதாரணமாகவும் பேசுவதாற் கூடக் குற்றமுண்டாகிறது.

161 வது நாள்

* பல தடவைகளில் மவுனமாயிருப்பதும் மனுஷர்களுடன் கலந்து சம்பாஷியா திருப்பதும் நலம்.
* காலமானது வீணிற் போகாதபடி ஊர்த்வ முகமான மார்க்கத்திற் சென்று மனதை அதில் நாட்டியிருக்க வேண்டும்.

162 வது நாள்

* தன்னை மாறுபாடின்றி உண்மையாக அறிவதும் தனது கெட்ட குணங்களைக் கண்டுபிடித்து நிந்தித்துக் கொள்வதும் உத்தமமான பிரயோஜனம்.
* தன்னைப்பற்றித் தானெவ்வாறிருப்பினும் பிறரைப் பற்றி நல்லெண்ணமா யிருக்க வேண்டும்.

163 வது நாள்

* மறைவும் ரகஸ்யமுமாயுள்ள வஸ்துவைப்பற்றி அறியாதவர்கள் தர்க்க மாடுகிறார்கள்.
* ஞானத்திலும் யோகத்திலும் பக்தியிலும் இனங்களையும் வகுப்புகளையும் பற்றிப் பேதமாக எண்ணுவது தப்பு. உத்தம மல்ல.

164 வது நாள்

* தமோ குண ஞானம் வந்தவர்களுக்குச் சாஸ்திர ஆராய்ச்சி கூடப் பாரமாகத் தோன்றும்.
* தன் மனத்தைத் தான் ஜெயிக்கப் பிரயத்தனப்படுகிறவன்போலப் பலமான யுத்த வீரன் எவ்வுலகத்திலுமில்லை.

165 வது நாள்

* அளவற்ற சாஸ்திரங்களின் ஆராய்ச்சியைவிட ஈஸ்வரனுக்கு அடிமையென்ற எண்ணம் சிரேஷ்டமானது.
* சூர்யோபாசகர்கள் சூர்யனை விலக்கிவிட்டு அவனுக்குள்ளிருக்கிற அந்தர்யாமியான பரமாத்மா ஜோதியை அறிகிறார்கள்.

166 வது நாள்

* வேத சாஸ்திரங்களைக் கற்பதைவிடச் சன்மார்க்கத்தில் நடப்பது பிரயோஜனமானது.
* சாஸ்திரங்களை ஆராய்ச்சி செய்யும் பொருட்டு எடுத்துக் கொள்ளும் சுறுசுறுப்பான ரஜோ குண முயற்சியைவிட மனத்திலுள்ள பல ஜென்மாந்தர வாசனைகளையும் துர்குணங்களையும் ஒழிக்கவும் புண்ணியங்களைச் சம்பாதித்துப் பரமாத்ம சொரூபத்திற்கு அர்ப்பணஞ் செய்யவும் செய்து வந்தால் வெகு விசேஷமானது.

167 வது நாள்

* தெய்வ ஊழியமான ஞான மார்க்கத்தைத் தவிர வேறு காரியங்களை விசேஷமாக வேத புருஷன் கூறவில்லை.
* தாழ்ச்சியில் ஆசையின்றி மாட்சியில் விருப்பங் கொண்டவர்கள் வீணாகக் கெடுவார்கள்.

168 வது நாள்

* எவன் பரமாத்மாவில் அதிகமாகக் கிரீடித்துக் கொண்டிருக்கிறானோ, அவன் உத்தம பக்தன்.
* செய்யுங் காரியங்களில் முன்பின் தீர்க்காலோசனை செய்து தீர்மானமாகச் செய்வது சத்துவ குண ஞானத்திற் சம்பந்தப்பட்டது.

169 வது நாள்

* மனதைச் சன்மார்க்கத்திற் செலுத்துவதாலேயே உடம்பின் நோயின்மையும், ஆரோக்கியமும் உண்டாகிறது.
* ஒரே சத்தியத்தால் இரு வகை வுபதேசங்களையும் செய்ய வேண்டும்.

170 வது நாள்

* உலகத்தார் பேசும் எவ்விதப் பேச்சையும் நம்பலாகாது. எவ்வித அபிப்பிராயத் திற்கும் இணங்கலாகாது.
* அன்னியர்களுடைய நன்மையைவிடத் தீமையே ஜனங்களுக்கு எளிதாய் மனத்தில் படுகிறது.

171 வது நாள்

* பதறாமல் மெதுவாக எக்காரியங்களையும் செய்ய வேண்டும்.
* ஞானமும் மனச்சாக்ஷியும் உள்ளவனிடத்தில் யாரும் யோஜனை கேட்கலாம்.

172 வது நாள்

* யாரிடத்திலும் மிதமிஞ்சின பழக்கத்தை வைத்துக் கொள்ளக் கூடாது.
* ஈஸ்வரனுக்கு அருவருப்பான காரியங்களைச் செய்யாதிருப்பதால் வேத புருஷன் பிரசன்னமாகிறான்.

173 வது நாள்

* வஞ்சகமின்றிச் சக்திக்குத் தக்கபடி ஒவ்வொரு ஜீவாத்மாவும் பிரஹ்மத்தை அறிய முயற்சிக்க வேண்டும்.
* சிருஷ்டியின் முடிவை ஆராய்கிறவன் மயக்கமடைகிறான்.

174 வது நாள்

* அழிந்து போகிற வஸ்துக்களின் பேரிலும் சிருஷ்டிகளின் பேரிலும் நம்பிக்கை வைக்கிறவன் வீணாகிறான்.
* ஒரு காலத்திலுண்டாகிற தெய்வங்களை நம்புவது தீர்க்கதரிசிகளுக்கு அழகல்ல.

175 வது நாள்

* நம்மைக் காட்டிலும் மேலானவனிடத்தில் நாம் பழக வேண்டும்.
* சரீர இச்சையுள்ள மனிதனிடத்திலும் உலக காரியங்களுக்காகத் தன்னை அடகு வைத்தவனிடத்திலும் சமாதானம் நிலைத்திருக்க மாட்டாது.

176 வது நாள்

* பலவீனமான மனதுள்ளவனும் சிற்றின்ப ஆசையுள்ளவனும் லௌகீக காரியங்களில் நாட்டமுடையவனும் ஞான மார்க்கத்திற் செல்வது கடினம்.
* மனத்தில் ஏழையும் குணத்தில் பிரபுவும் புத்தியில் தாழ்மையும் உள்ளவனுக்குச் சமாதான ஹ்ருதயம் உண்டாகிறது.

177 வது நாள்

* அகங்காரமுடையவனும், உலோபியும் ஒரு போதும் ஓய்வடைகிறதில்லை.
* நியாயமில்லாதவைகளை விரும்புகிறபோது மனிதனுடைய ஹ்ருதயம் தானே கலக்கமடையும்.

178 வது நாள்

* அதி வருணாஸ்ரமியையன்றி மற்ற யாரும் கிரமந்தப் பின்பற்றுதல்களை வைக்கக் கூடாது.
* வேத வாக்கியங்களும் மேலோர்கள் சொற்களும் யாதொரு காரணமுமின்றி யிறாதாகையால் அலக்ஷியம் செய்துவிடக் கூடாது.

179 வது நாள்

* பண்டிதனென்று பெயரெடுக்க வேண்டுமென்ற எண்ணத்தை விட்டு தாழ்மை கபடற்ற மனது உதாரம் ஞானம் இவைகளோடு வித்தைகளைக் கற்க வேண்டும்.
* வேதாகமங்களின் சாதாரண அர்த்தங்களை அறிய அதிகப் பேராசைப் படுவதும் அவைகளைப் பற்றித் தர்க்கிக்கவும் கூடாது.

180 வது நாள்

* இன்னின்ன சாஸ்திரங்களை இன்னின்னார் சொன்னார்களென்று விசாரிக்காமல் சொல்லப்படுகிற விஷயங்களை மட்டும் கவனிக்க வேண்டும்.
* அலங்காரமும் அதிசயமுமுள்ள சாஸ்திரங்களைக் கற்பதைவிட அறிவு அடக்கம் ஞானம் நிவிர்த்தி இவைகளைக் கொடுக்கக் கூடிய சாஸ்திரங்களைக் கற்க வேண்டும்.

181 வது நாள்

* பிரஹ்மத்தின் ஒரு சாமான்ய பாகம் ஜீவாத்மா.
* சூர்யன் சந்திரன் அக்னி இம்மூன்றுங் கூடிக் கலந்து நின்ற இடத்தில் யோகிகள் ஆரம்பத்தில் மனதை நாட்டுகிறார்கள்.

182 வது நாள்

* வேத சாஸ்திரங்களின் அந்தரங்கக் கருத்தை அறிந்து கொண்டவனிடத்தில் அதைக் கற்க வேண்டும்.
* ஒரு சிஷ்யனுக்குக் குருவாயிருப்பதைக் காட்டிலும் ஆயிரம் குருவுக்குச் சிஷ்யனாயிருக்கலாம்.

183 வது நாள்

* ஞானத்தை விரும்புகிறவன் ஒருவித அபிப்பிராயங்களையும் உள்ளே வைத்துக் கொள்ளக் கூடாது.
* தற்கால நிலைமையை மட்டுங் கவனித்து வருங்கால நிலைமையைக் கவனியாதிருப்பது எவ்விஷயத்திலும் புத்திமான்களுக்கு அழகல்ல.

184 வது நாள்

* எதையும் உள்ளே சகித்துக் கொண்டு வெளிக்குச் சொல்லாமலிருக்க வேண்டும்.
* சகல பொறுப்புகளையும் சர்வேஸ்வரனிடம் ஒப்புவித்துவிட்டுப் பாப காரியங் களிலிருந்து விலக்கிக் கொண்டு தியானத்தோடிருந்தால் காலமறிந்து கடவுள் மீட்டிக் கொள்கிறார்.

185 வது நாள்

* முதலில் நம்முடைய வேலைகளை நாம் குறைவறச் செய்து முடித்துவிட்டால் ஆண்டவன் தன் வேலையை அப்போதே முடித்து விடுகிறான்.
* உலகப் பற்று விடாத காரணத்தினாலேயே பிரபஞ்ச வஸ்துகளில் சில நன்மையாகவும், சில தீமையாகவும், வேண்டுவன சில, வேண்டாதன சிலவென்றும் தோன்றுகின்றன.

186 வது நாள்

* வெளிக் காரியங்களைப் பற்றி எவ்வளவு கவலையுண்டாகிறதோ அவ்வளவும் ஞானத்திற்குச் சத்ருவாகிறது.
* கருமானுஷ்டானம் பூர்த்தியானபின் ஞான சாதனங்களைத் தேடிப் பழக வேண்டும்.

187 வது நாள்

* முடிந்த ஞானியும் பிரார்த்த சேஷத்தால் யோகத்தை அப்பியாசிக்கிறான்.
* சத்சாஸ்திரங்களும் சத்கருமங்களும் சத்குணங்களும் சகுணயீஸ்வர த்யானமும் பிரஹ்மத்தை அறிவதற்குச் சகாயமானவை.

188 வது நாள்

* தபசிக்குக் கமண்டலமும், யோகிக்குத் தண்டமும், சந்நியாசிக்குப் பிக்ஷையும் ஞானிக்கு நிஷ்டையும், கடைசி வரை மாறாதிருக்க வேண்டும்.
* நல்ல புத்தியும், கிரமமுடையவன் மனிதர்களுடைய நலம், தீங்கு இவைகளைக் கவனிக்கிறதேயில்லை.

189 வது நாள்

* நமது நம்பிக்கை முழுமையும் ஒவ்வொரு உலக வஸ்துக்களிலிருந்து மீட்டி ஒன்று கூட்டிப் பரமாத்மாவினிடத்தில் வைக்க வேண்டும்.
* உலக ஜனங்கள் இன்றைக்கு விரோதமாகவும் நாளைக்குச் சிநேகமாகவும் காற்றுப்போல மாறி விடுவார்களாதலால் இவர்களைப் பற்றி உபேக்ஷையோடிருக்க வேண்டும்.

190 வது நாள்

* பிரம்மசரியம், கிருஹஸ்தம், வானப் பிரஸ்தம், சன்னியாசம் என்ற நான்கு ஆஸ்ரமங்கள் பிராம்மண க்ஷத்திரிய வைஸ்ய சூத்திரரென்ற நான்கு வருணங்கள் இவ்வெட்டையும் கடந்து நின்று யாதொரு கட்டுப்பாடும் யாராலுமில்லாத அதிவருணாஸ்ரமம் எண்ணப்படுகிற ஓர் பெரிய ஸ்தானம் இருப்பதாக வேதத்திற் கூறப்படுகிறது.
* அழிகிறவர்களாலுண்டாகிற நன்மை தீமைகளும் அழிந்து போவதால் அதைப்பற்றி அறிவாளிகள் கவனிப்பதில்லை.

191 வது நாள்

* ஹ்ருதயத்தைப் புத்திக்குக் காவலாக வைத்து ஒருவரையும் உள்ளே விடாமல் ஞான சொரூபத்தை மட்டும் விட வேண்டும்.
* பேத புத்தியுள்ளதும் ஆழ்ந்த கருத்தில்லாததுமான மதங்கள் ஞான யோகத்தை மட்டும் போதிக்கின்றன.

192 வது நாள்

* தனி ஞானிகளுக்குள்ள பிரஹ்ம சுகம் மதாசிரியர்களில் ஒருவருக்கும் ஒரு காலும் வாய்க்கிறதில்லை.
* இவ்வுலக நன்மைகளையும் நமக்கு அந்த நன்மைகளைச் செய்கிறவர் களையும் வெறுத்து ஞான நன்மைகளைத் தேட வேண்டும்.

193 வது நாள்

* அற்பக் குற்றங்கள் எம்மாத்திரமென்று அசட்டையாயிருக்கிறவன், பெருத்த குற்றங்களுக்கு ஆளாகிறான்.
* இவ்வுலகத்தில் சுகத்தோடிருக்கிற காரியம் சரீரம் இவைகள் வேறுலகங்களில் துக்கத்தோடிருக்கிறது.

194 வது நாள்

* ஞானத்தையடைய விரும்புகிறவர்கள் தாழ்மையான உடை, நடை, ஆகாரம், படுக்கை, வீடு, பேச்சு, நினைப்பு இவைகளை அனுஷ்டிக்கிறார்கள்.
* பாபிகளுக்கு எமனுலகிலிருக்கிற ஒரு முகூர்த்த கால தண்டனையானது, இவ்வுலகத்தில் ஆயிர வருஷ காலத் தபசின் பெரிய கஷ்டங்களுக்கு மேலாயிருக்கிறது.

195 வது நாள்

* ❋ வேத வாக்கியங்களும் சாஸ்திர அபிப்பிராயங்களும் நாளடைவில் ஆதிகால உற்பத்தியின் படியின்றி மாறுபட்டு விடுகின்றன.
* ❋ ஆத்மாவில் அன்பின்றிச் சரீரத்தில் மட்டும் வைத்திருக்கிற பக்ஷத்தினால் ஞானத்திற்கு விரோதமான பல மோசங்களுண்டாகின்றன.

196 வது நாள்

* ❋ தான் செய்த பாபங்களுக்கு உள்ளபடி பயந்தவன் பெரியவர்களிடஞ் சென்று அவர்கள் கூறுகிற வேத சாஸ்திர சம்மதப்படி பாபத்திற்குத் தக்க பிராயச்சித்தத்தை யோஜியாமல் சீக்கிரத்தில் செய்து கொள்ள வேண்டும்.
* ❋ கண்ணீர் விடுவது ஒன்றாயிருந்தாலும் கருத்தையொட்டிப் பலவிதமாகப் பிரிகின்றன.

197 வது நாள்

* ❋ சகல காரியங்களிலும் அதனதன் முடிவு என்னவென்று பார்த்துச் செய்ய வேண்டும்.
* ❋ யாராயிருந்தாலும் யாரையும் கண்ணீர் சிந்தும்படி செய்வதால் கண்ணீரின் சொரூபம் மீண்டும் அவர்களை அடைகிறது.

198 வது நாள்

* ❋ ஆழ்ந்த அறிவுள்ளவன் தெய்வத்தின் பாப தண்டனைக்கு உட்பட இடங் கொடுக்க மாட்டான்.
* ❋ பிரஹ்மத்தையன்றி ஜீவாத்மாக்களுக்கு நிலையுள்ள இடமில்லை.

199 வது நாள்

* சக்கரவர்த்தி முதல் யாவரும் உலக காரியங்களில் ஒன்றிலும் யாதொரு சொந்தமுமில்லாமல் யாத்திரைக்காரன் போலிருந்து கொள்ள வேண்டும்.
* மரணமானவர்களைப் பற்றிப் பின்னுள்ளவர்கள், ஆண்டவனிடம் ஸ்தோத்திரம் செய்தல், புண்ணிய காரியங்கள் செய்தல், யாத்திரை செய்தல், சிரார்த்தம், ஹோமம், தர்ப்பணம், தானம் இவைகளை செய்தல் இவற்றின் பலன்கள் எந்த லோகத்தில் எந்த வடிவத்தோடிருந்தாலும் அந்த ஜீவனைச் சேருகிறது.

200 வது நாள்

* தபசினால் சரீரத்தையும் தியானத்தினால் மனத்தையும் ஞானத்தினால் ஜீவனையும் அடக்கி நடத்த வேண்டும்.
* தன்னைப் பற்றித் தனக்கே கவலையில்லாதவன் பிறரால் ஒரு லாபமும் அடையப் போவதில்லை.

201 வது நாள்

* மரணத்திற்குப் பயப்படுவதைவிடப் பாபத்திற்கு அஞ்சி நடப்பது உத்தமம்.
* உடல் போய் விடுமென்ற எண்ணம் எப்போதும் மாறக் கூடாது.

202 வது நாள்

* உலகமானது அஞ்ஞானத்தில் அனித்தியச் சத்தாகவும் அப்பியாஸ காலத்தில் அசத்தாகவும் ஞான காலத்தில் நித்தியச் சத்தாகவும் தோன்றுகின்றன.
* சிருஷ்டிக்கப்பட்ட எந்த வஸ்துவின் மீதும் சொற்பப் பற்றுதல் கூட இல்லாத காலத்தில் பரமாத்மா தரிசனம் உண்டாகிறது.

203 வது நாள்

* மயக்கமும் மறைப்புமின்றி ஒருவரும் ஒரு சாஸ்திரத்தையும் எழுத முடியாது. உபநிஷத்துக்கள், ஆகம ஸ்மிருதிகள் கூட அவ்வாறில்லை.
* ஞானத்திலுண்டாகிற ஆகாரத்தை அருந்துகிறவர்கள் உலக உணவுகளையும் நித்திரை படுக்கை ஆசனம் வாகனம் இவைகளின் சுகங்களை நினைப்பதில்லை.

204 வது நாள்

* சோம்பல், நித்திரை, மயக்கம், அஜாக்ரத்தை முதலிய தாமஸ குணங்களுக்கு இடங் கொடாதபடி இருந்து கொண்டு ஜெபம் பிராணாயாமம் பாராயணம் ஸ்தோத்திரம் தியானம் இவைகளை அனுஷ்டிக்க வேண்டும்.
* துர்நாற்றமுள்ள பலவீனமான உடம்பை நானென்று தரித்திருக்கிற வரையில் ஒருவரும் பாபம் செய்யாதிருக்க முடியாது.

205 வது நாள்

* ஞானாப்பியாசத்திற்கு முன் உஷ்ணத்தையும் குளிர்ச்சியையும் தாண்டிப் போயிருக்க வேண்டும்.
* ஞானோதயமாவதற்கு நாழிகையும் காலமுமிருப்பதால் அதில் நம்பிக்கையை விட்டுவிட கூடாது.

206 வது நாள்

* சரீரத்திற்குரிய ஆகாரம் நித்திரை பானம் ஸ்நானம் விழிப்பு இளைப்பாறுவது மலஜலாதிகளைக் கழிப்பது இவைகளே பரிசுத்த ஞானிகளுக்குப் பாரமாகத் தெரிகிறது.
* தனது இச்சைப்படி சகலமும் கைக்கொண்டிருக்கிறவன் பரமேஸ்வரன் ஒருவனே யாதலால் நமது இச்சைப்படி காரியங்கள் கைகூடாததற்கு வருத்தப்படக் கூடாது.

207 வது நாள்

* எங்கு சென்றாலும் எப்படியிருந்த போதிலும் பரமாத்மாவின் கிருபையைப் பெற்றாலன்றி அழிவற்ற பாக்கியவானாக முடியாது.
* அன்னியர்கள் காரியங்களில் நாம் வலியப் பிரவேசிக்கக் கூடாது.

208 வது நாள்

* உண்மையான பரிசுத்தத்தை நாடுகிறவன் உலகத்தை விட்டுவிட எண்ணுகிறான்.
* சகல பற்றுக்களையும் விட்டுப் பிரிகிறவனோடு பரமேஸ்வரர் வாசஞ் செய்கிறார்.

209 வது நாள்

* மனிதர்களுடைய துக்கங்களையும் நிர்ப்பாக்கியங்களையும் அடிக்கடி ஒவ்வொருவனும் நினைத்து நினைத்து வந்தால் பிரஹ்ம ஞான இச்சை தீவிரமாயுண்டாகிறது.
* எவ்வளவு ஸூக்ஷ்மமாகத் தன்னைப் பற்றி ஆராய்ச்சி செய்கிறானோ அவ்வளவு உண்மையான உலக வெறுப்பு உண்டாகும்.

210 வது நாள்

* வருத்தப்படுவதற்கும் அழுவதற்கும் உண்மையான பக்தன் காரணம் கண்டுபிடிக்கிறான்.
* உண்மையான பக்தியும் ஞானமும் உதயமாகிறபோது உலகம் முழுமையும் அருவருப்பும் கசப்புமாய்த் தோற்றும்.

211 வது நாள்

* நம்மை ஒருவரும் சட்டை பண்ணாத மாதிரியிருந்து கொண்டால் நமது அந்தர்முக பகிர்முக காரியங்களைத் தடையின்றிச் சாதித்துக் கொள்ள முடியும்.
* சிற்றின்பப் பிரியமுள்ளவர்களுக்கு ஞானம் போதித்தால் ஆண்டவனிடம் பயமின்றிக் கெட்டு விடுவார்கள்.

212 வது நாள்

* எவனுடைய மனத்தில் தான் செய்கிற பாபங்களைப் பற்றி வருத்தமுண்டா கிறதோ அவனுக்கு உண்மையான பக்தி உதயமாகும்.
* தீவிர மோக்ஷ ஆசையில்லாதவன் பற்பல யாத்திரைகளிலும் சாஸ்திர ஆராய்ச்சியிலும் மத சித்தாந்தங்களை அறிவதிலும் மனதைச் செலுத்துகிறான்.

213 வது நாள்

* இரவில் கண் விழித்து இன்பம் அனுபவித்தவன் காலையில் துன்பத்தை அனுபவிக்கிறான். சந்தோசமாய் வெளியே புறப்பட்டவன் கஷ்டத்துடன் திரும்பி வருகிறான்.
* கண்களை மூடிக் கொண்டிருந்தும் விழித்துக் கொண்டிருந்தும் உண்மையை அறிய முடியாது. இரண்டுமின்றி யிருந்தால் சத்திய சொரூபத்தை யடையலாம்.

214 வது நாள்

* மனதை யாதொரு சேர்க்கையுமின்றி வைத்துக் கொண்டு தபசு செய்ய வேண்டும்.
* இந்திரியங்களில் ஆசையுள்ளவன் அடிக்கடி அங்குமிங்கும் அலைய வேண்டியிருக்கிறது.

215 வது நாள்

* பிறரைப் பார்க்க எண்ணாதிருத்தல் பிறர் கண்ணுக்குப் புலப்படாமற் போதல் அருமையாய் மெதுவாகப் பேசுதல் அபூரூபமாய் வெளியில் புறப்படல் இவைகள் ஞானப்பியாசிக்குரிய லக்ஷணங்கள்.
* ஏகாந்த வாசத்திலிருந்து கொண்டிருக்கிற உத்தம புருஷன் வேதாகமங்களில் மறைந்து கிடக்கிற ரஹஸ்யங்களையும் மஹரிஷிகளின் ஆராய்ச்சி அனுபவங்களையும் அறிய ஆரம்பிக்கலாம்.

216 வது நாள்

* ஜீவர்கள் செய்கிற கருமங்களைக் காட்டிலும் ஆசைகளையும் அன்பையும் எண்ணங்களையும் கடவுள் அளந்து பார்க்கிறார்.
* பிறர் செய்த குற்றங்களை எத்தனை தாம் சகித்துக் கொண்டாலும் சூக்ஷுமத்தில் பார்க்கும் போது நமக்கு பூரண நன்மையே உண்டாகிறது.

217 வது நாள்

* நமது எண்ணப்படி நாமே நம்மைச் சீர்திருத்த முடியாதபோது பிறரைச் சீர்திருத்த முயல்வது வெட்கமான காரியம்.
* சாஸ்திர கர்த்தாக்கள் அவர்கள் கூறிய சாஸ்திரங்களின்படி நடப்பார் களென்றெண்ணி விட முடியாது.

218 வது நாள்

* பிறரை அடக்கியாள ஆரம்பிக்கிற நாம் நம்மை அடக்கியாள நாம் சம்மதிப்பதில்லை.
* அளவு கடந்த துன்ப காலங்களிலும் மரண காலத்திலும் பூர்வ புண்ணியசாலி என்பது தெரியும்.

219 வது நாள்

* உண்மையான துறவி உலகத்தில் பைத்தியக்காரன்போல் சஞ்சரிக்க வேண்டும்.
* ஞானியானவன் சிருஷ்டிக்கேதுவான நினைப்புகளை விட்டு விடுகிறான்.

220 வது நாள்

* வறுமை நஷ்டம் குளிர் காற்று பனி மழை வெயில் பசி தாகம் இவைகள் வந்த காலத்திலும் ஞானாப்பியாசி பிரஹ்மத் தியானத்தில் நின்றும் நழுவக் கூடாது.
* ஈஸ்வர தண்டனைக்குரிய செய்கைகள், பிறர்களுக்குத் தீமையான காரியங்கள், அநாசாரமான செயல்கள் வேத சாஸ்திரங்களுக்கு மீறின பாபங்கள் நம்மாற் செய்யப்பட்டனவா வென்று தனித்து ஆராய்ந்து பார்த்து உத்தம புருஷன் துக்கப்படுகிறான்.

221 வது நாள்

* போஜனப் பிரியத்தை அடக்குகிறவன் சரீர சம்பந்தத்தால் வரக்கூடிய எல்லாத் துராசைகளும் அடக்கி விடுகிறான்.
* எல்லோருக்கும் பொதுவானதாயிராத காரியங்களை வெளியிடுவது குற்றம்.

222 வது நாள்

* சர்வேஸ்வரனது சிருஷ்டியின் ரஹஸ்யங்களையும் நன்மைகளையும் தனித்திருந்து ஆராய வேண்டும்.
* ஆரம்பித்த எந்தக் காரியங்களும் பூர்த்தி பெறவில்லையானால் அதினின்றும் விலகிவிட வேண்டும் அல்லது பிரயோபப் பிரவேசம் செய்துவிட வேண்டும்.

223 வது நாள்

* ஏகாந்தமாயும் மவுனமாயுமிருந்து கொண்டு தன்னை ஆராய்ந்து சூக்ஷ்மமாய்க் கவனிக்க வேண்டும்.
* விரோதமான விசாரணைகளையும் பயனற்றவைகளான ஆராய்ச்சிகளையும் விட்டுவிட வேண்டும்.

224 வது நாள்

* சகல விஷயங்களிலும் சந்தேகந் தெளியாமலும் மனதைத் தெளிவுப்படுத்தாமலும் கண்மூடித் தியானித்தும் யாதொரு பலனுமில்லை.
* மனதிற்கு அனுதாபத்தையும் திடத்தையும் உருக்கத்தையும் கொடுக்கிற சாஸ்திரங்களை அப்பியாசிக்க வேண்டும்.

225 வது நாள்

* மட்டுத் திட்டமின்றிப் பேசுவதையும் ஆத்திரமாய் அங்குமிங்குமின்றி அலைவதையும் வீணான பிரஸ்தாபங்களைக் கேட்பதையும் நன்மையை விரும்புகிறவர்கள் விட்டுவிட வேண்டும்.
* அந்தரங்க பக்தனும் யோகியும் மனதை ஏகாக்கிரப்படுத்த ஆரம்பித்திருக்கிறவர்களும் பிரஜைகளின் கூட்டங்களைவிட்டு விலகியிருப்பார்கள்.

226 வது நாள்

* பல ஜனங்கள் மத்தியில் தன்னை யோக்கியனென்று ஸ்தாபிக்கிறதைவிடத் தானே தனித்திருந்து தன்னை யோக்கியனென்று கண்டு கொள்வது விசேஷம்.
* மவுனத்திற் பிரியமாயிறாதவன் ஆபத்துள்ள வார்த்தைகளைப் பேசுவான்.

227 வது நாள்

* தனக்குள்ளிருக்கிற பரமாத்மாவைப் பார்த்துக் கொண்டு எவ்விதக் காரியங்களையும் செய்கிறவர்கள் மாறாத சந்தோஷமடைகிறார்கள்.
* ஒரு நிமிஷ காலத்திற்குள் வந்து வந்து மாறுகிற இன்பங்களில் ஆசை கொள்ளாதவனும், உலக காரியங்களைப் பற்றி ஒரு போதுங் கவலை கொள்ளாதவனும் பரிசுத்தமான மனதை உடையவன்.

228 வது நாள்

* அன்னியர்களுடைய வார்த்தைகளையும் செய்கைகளையும் நம்மைச் சேராத காரியங்களைப் பற்றியும் கவனியாதிருப்பதால் ஹிருதயம் சாந்தமடைகிறது.
* பேசுவதில் நன்மையுண்டாகுமென்று தெரிந்தால் பேசலாம்.

229 வது நாள்

* பரமாத்மாவைக் குறித்துச் செய்யப்படாத உள்காரியங்களும் வெளிக் காரியங்களும் பிரயோஜனப்படுவதில்லை.
* சகல ஜீவர்களுடைய மனத்தையும் காரியங்களையும் விசாரிக்க வேண்டிய பாத்தியமுடையவன் சர்வேஸ்வரனாகையால் நாம் அதைப்பற்றி விசாரிக்க அதிகாரமேயில்லை.

230 வது நாள்

* ஒவ்வொருவர்களுடைய மனதில் சூக்ஷ்மமான ஒரு காரணம் மறைந்திருந்து புறப்படுகிறது. புறத்திலிருந்து வருகின்றது. போகின்றது.
* அனாத்ம விசாரணை செய்வதைவிட்டு ஆத்ம விசாரணை செய்வதால் ஹிருதயம் இல்லாததாகிறது.

231 வது நாள்

* பிறருடைய எந்தக் காரியங்களையும் குற்றமென்று தீர்மானித்து விடலாகாது.
* வேண்டாதவைகளை ஆரம்பத்திலேயே தடை செய்வது சிரேஷ்டம்.

232 வது நாள்

* எந்த விஷயத்திலும் முதலில் புத்தியில் லேசான நினைவு பின்பு தோற்றம் பிரியம் கெட்ட உணர்ச்சி சம்மதம் இவைகளுண்டாகிறது.
* உட்கரணக் குற்றங்களை அகற்றாமல் புறக்கரணக் குற்றங்களை மட்டும் விலக்குகிறவன் அற்பமான பலனை அடைகிறான்.

233 வது நாள்

* காலத்தையும் கருமத்தையும் கடவுளையும் நம்புகிறவன் எதற்கும் பின்னடையாமல் எதிர்த்துப் போகிறான்.
* உயிரோடு உலகத்திலிருக்கிற வரையில் தந்திரமும் துன்பமுமின்றி யிருக்க முடியாது.

234 வது நாள்

* அளவற்ற துன்பத்தை அடைந்தவர்கள் துன்பத்தின் மூலத்தைக் கண்டுபிடிக்க ஆரம்பிக்கிறார்கள். கண்டுபிடிக்கிறார்கள். விலக்குகிறார்கள்.
* மனிதர்கள் பகிரங்கமாய் நம்மை நிந்திக்கும்போது ஜெகதீஸ்வரனை நாடியிருப்பது நல்லது.

235 வது நாள்

* நாம் யாதொன்றைச் செய்தாலும் நல்லெண்ணங் கொண்டிருந்தாலும் மற்றவர்கள் கெடுதலாகவும் குறைவாயும் அவமதிப்பாயும் எண்ணுவது நமக்கு நன்மை.
* நமக்குண்டாகிற துன்பங்களும் துரிதங்களும் விரோதங்களும் காலக் கிரமத்தில் நன்மையைத் தருகின்றன.

236 வது நாள்

* பழைய வழக்கங்களை விடுவது கடினம். மனத்தின் இயற்கைக் குணங்களை விடுவது அதிலுங் கடினம்.
* வெகு காலம் கஷ்டப்பட்டாகிலும் ஒரு துர்குணத்தை ஜெயிக்க வேண்டும். ஒரு சத்துவ குணத்தை அடைய வேண்டும்.

237 வது நாள்

* நல்ல குணங்களில் பழகியவன் புண்ணிய சொரூபமான தேவர்களுடைய பதவிகளை அடைகிறான்.
* ஞானயோக மார்க்கத்தில் சென்று தடைகளாகிற துர்சைன்யங்களோடு போராடுகிறவனுக்குச் சர்வேஸ்வரன் சகாயமாயிருக்கிறார்.

238 வது நாள்

* பிறருடைய கவலைகளில் கலந்து கொண்டவனிடத்திலும் வீணாகப் புத்தியை உலகத்திற் செலுத்துகிறவனிடத்திலும் சாந்தியும் சமாதானமும் நிலைத்திருக்க மாட்டாது.
* அந்தக்கரணத்திலுள்ள சூக்ஷ்மமான அஞ்ஞானத்தைப் போக்க முயற்சிக்காமல் மற்றெந்தக் காரியங்கள் செய்தாலும் பரிசுத்தமான பலனை அளிக்க மாட்டாது.

239 வது நாள்

* வீணான உலகப் பெருமைகளை விட்டுவிட வேண்டும்.
* எல்லோரும் புண்ணிய கருமங்களைச் செய்யாமலே விட்டுவிடும்படி சாங்கியர்கள் சொல்வது யுக்திக்குப் பொருத்தமானதல்ல. சித்த சுத்தியானவர்கள் விட்டு விடலாம்.

240 வது நாள்

* சாங்கிய மதத்தில் வேதப் பிரமாணங்களிருந்த போதிலும் சத்காரிய வாதத்தில் வைதீகர்களான மஹரிஷிகள் ஒப்புக் கொள்ளவில்லை. பரத்வ வாதத்தில் பரமேஸ்வரரும் அங்கீகரிக்கவில்லை.
* ஞான மோக்ஷங்களுக்குச் சாதனமான தர்க்கங்களைச் சாதுக்களான மஹரிஷிகள் அங்கீகரிக்கிறார்கள்.

241 வது நாள்

* சத்துவ ரஜஸ் தமோ குணங்கள் பிரளய காலத்திற் சமமாக இருந்து சிருஷ்டி காலத்தில் ஏற்றக் குறைச்சலாகிறது.
* பால் ஜலம் இலுமிச்சம்பழம் இளநீர் தேன் இவ்வஸ்துக்களிலும் பரமாத்மா அந்தர்யாமியாயிருந்து அதனதன் குணங்களையும் ரஸங்களையும் அளிக்கிறார்.

242 வது நாள்

* ஜீவர்களுடைய கர்மாவை எதுவரை ஆதியென்று நிச்சயிக்கிறோமோ அதற்கு முந்தியும் கர்மா இருக்கிறது.
* ஜீவனும் ஈஸ்வரனும் உற்பத்தியில்லாதவர்களென்று வேதத்திற் பல இடங்களில் கூறப்பட்டிருக்கிறது.

243 வது நாள்

* பரமார்த்தீக காலத்திலுள்ள அனுபவங்களை வியாவ காரியத்திலும் வியாவ காரிக காலங்களிலுள்ள வைகளைப் பாரமார்த்தீகத்திலும் பொருத்திக் கூறுதல் பிசகு.
* சத்துவ குணப் பிரவிர்த்தியைக் காட்டிலும் தமோ குண நிவிர்த்தி விசேஷமென்று அஞ்ஞானிகள் கருதுகின்றனர்.

244 வது நாள்

* ஓரிடத்திலும் யுக்திக்கு நிலையில்லாததான சில மதங்கள் உலகத்தி லிருக்கின்றன.
* சுருதியை மட்டும் நம்பின மதங்களும் யுக்தியை மாத்திரங் கொண்ட மதங் களும் அனுபவத்தை மட்டும் அங்கீகரிக்கிற மதங்களும் அனுஷ்டானத்தை நம்பிய மதங்களும் பிரபஞ்ச சிருஷ்டியில் தோன்றியிருக்கின்றன.

245 வது நாள்

* வேதம் மந்திரம் யுக்தி அனுபவம் ஆரூடம் அனுஷ்டானம் ஆராய்ச்சி இவைகளை ஒருங்கேயுடைய மதம் விசேஷமானது.
* யோக சாஸ்திரத்தில் எந்த அம்ஸம் வேதத்தோடொத்திருக்கிறதோ அதை மட்டும் பிரஹ்ம வித்யா யோகிகள் ஒப்புகிறார்கள்.

246 வது நாள்

* பாதஞ்சலம் பாஞ்சராத்திரம் பாசுபதம் இந்த மதங்களை வேதத்திற் சில பாகங்களிற் கூறப்பட்டிருக்கிறது. சாங்கிய மதத்தை அவ்வளவு அதிகமாகச் சுருதியிற் கூறப்படவில்லை.
* வேதத்திற் கூறப்படாத மதத்தைப் பரமேஸ்வரரும் மஹரிஷிகளும் அங்கீகரிப்ப தில்லை.

247 வது நாள்

❋ சாங்கிய மத கர்த்தாவான கபிலாசிரியர், வாசுதேவர் அவதாரம் அக்கினி அவதாரம் என்று இரண்டு வடிவமான உருவங்களாக இருக்கிறார்கள்.

❋ ஈரம் காத்திருக்கிற வீட்டில் வசிப்பதால் யோகாப்பியாசத்திற்குத் தடையுண்டாகிறது. சரீர ஆரோக்கியமும் உண்டாவதில்லை.

248 வது நாள்

❋ பசியைக் கைவசப்படுத்தி விட்டவன் காமக் குரோத குணங்களை ஜெயிக்கிறான்.

❋ நடப்பது சரீரத்திற்கு நல்ல பலத்தைக் கொடுக்கிறது. மனத்தின் வீர்யத்தை அதிகமாக்குகிறது.

249 வது நாள்

❋ பசு நெய்யை உண்பதால் சரீர காந்தி புத்தி பலம் இவைகள் விருத்தியாகிறது.

❋ நமது நடவடிக்கைகள் பூறா திருப்தியுடையதென்று நாமே எண்ணுதல் தப்பு.

250 வது நாள்

❋ சூத்திரர்களுக்கு வேதாத்தியயனத்தில் அதிகாரமில்லையேயன்றிப் பிரஹ்ம ஞானத்தில் அதிகாரமுண்டு.

❋ அசத்திலிருந்தும் சத்திலிருந்தும் ஜகத்துண்டாயிருக்கிறதென்று சொல்லுகிற இரண்டு மதவாதிகளுண்டு.

251 வது நாள்

* சம்சார பந்தத்திலிருக்கும் வரை ஜீவனுக்கும் பரமாத்மாவுக்கும் பேதமுண்டு. முக்தி தசையில் இல்லை.
* அவ்யக்தத்தை அறிதலே மோக்ஷ சாதகமென்றும் அதை உபாஸனம் செய்தலே அணிமாதி சித்திகளை அடைகிற மார்க்கமென்றும் சாங்கிய மதம் சொல்லுகிறது.

252 வது நாள்

* பிரஹ்ம ஞானத்தில் தனக்கு அதிகாரமில்லையென்று துக்கப்படுகிறவனைச் சூத்திரனென்று பிரஹ்ம சூத்திரம் கூறுகிறது.
* விசேஷ கஷ்டங்கள் நேர்ந்த போதும், இஷ்ட ஜனங்கள் இறந்த போதும் ராஜ்யத்திற்கு அபாயம் நேர்ந்த காலத்திலும், யுத்த பூமியிலும், சுயம்வர காலத்திலும், விவாக காலத்திலும், யாக சாலையிலும், புண்ணிய க்ஷேத்திரங்களிலும், சமுத்திர ஸ்நானத்திலும், எல்லா ஸ்திரீகளையும் எல்லோரும் பார்க்கலாம். தோஷமில்லை.

253 வது நாள்

* எல்லோருடைய குணங்களையும் ஒருவழிப்படுத்த முயலுதல், அற்ப விஷயங்களுக்கூட இணங்காதிருத்தல், இவைகள் எப்போதும் கூடாது.
* கண்ணுக்கும் செவிக்கும் கொடுக்கும் ஓய்வைவிட நாவிற்கு அதிகம் கொடுக்க வேண்டும்.

254 வது நாள்

* நம்முடைய சாமர்த்தியங்களை நாமே கூறிப் புகழ்வதிலும் நமது குற்றங்களை ஒப்புக் கொள்வது கௌரவம்.
* உலகத்தில் எந்த விஷயத்திலும் எல்லோருடைய அபிப்பிராயமும் ஒன்றாயிருக்கக் வேண்டுமென்று எதிர்பார்க்கக் கூடாது.

255 வது நாள்

* பிரபஞ்சத்திலுள்ள சகல விஷயங்களையும் பார்க்கும்போது ஒவ்வொன்றிலும் வெறுப்புற்று நிவிர்த்தி மார்க்கத்திற் செல்லுவதற்காகவேயென்று தெரிகிறது.
* சுக துக்காதி போகங்களில் எல்லோரும் நம்மைப்போலவே இருக்கிறார்களென் றெண்ணி விடக் கூடாது.

256 வது நாள்

* நாமே ஒரு விஷயத்தை பற்றி இது சரி இது தப்பு என்று தீர்மானித்துக் கொண்டு அதன்படியே மற்றவர்களையும் ஒப்புக் கொள்ள வேண்டுமென்று எதிர்பார்க்க நினைப்பது குற்றம்.
* எந்தக் காரியங்களும் உலகில் ஜெயம் பெற வேண்டுமானால் வைராக்கியமே பிரதான நண்பனாகவும் அனுபவமே மந்திரியாகவும், முன் ஜாக்கிரதையே மூத்த சகோதரனாகவும், நம்பிக்கையே பாதுகாப்பவனாகவும் கொள்ள வேண்டும்.

257 வது நாள்

* வாழ்வை விரும்பியவர்கள் யாரிடத்திலும் தாழ்வாக இருக்க வேண்டும்.
* முயற்சி செய்தால் பலிதமாகாதது உலகத்திலொன்றுமில்லை.

258 வது நாள்

* சூர்யோபாஸனையில் தேவர்களுக்கு அதிகாரமில்லா விட்டாலும் பிரஹ்ம வித்தையில் அதிகாரமுண்டு.
* துக்க நாசத்தின் சுகஸ்வ ரூபமும் சுக நாசத்தின் துக்க சொரூபமும் எப்போதும் நிலைத்து நிற்கிறதில்லை.

259 வது நாள்

* இவ்வுலகத்திலிருந்து நேரே பிரஹ்மத்தை அடைவதென்றும் ஒவ்வொரு தேவர்களின் பதவிகளை வகித்துக் கடைசியில் பிரஹ்மத்தை அடைவ தென்றும் இரண்டு வகை மார்க்கங்களிருக்கின்றன.
* வேதத்திற் சொல்லப்படுகிற ரகஸ்ய தத்துவங்களை ஆதாரமாகக் கொண்டே பிரம்ம தேவர் சகல தேவர்களையும் உலகங்களையும் சிருஷ்டி செய்கிறார்.

260 வது நாள்

* சரீர சம்பந்தமான அனாத்ம விஷயங்களிலேயே அடியோடு மனத்தைச் செலுத்தி ஞான சம்பந்தமான ஆத்மாவையும் பிரஹ்மத்தையும் மறந்திருக்கப் பட்டவர்கள் நாஸ்திகர்கள்.
* மனுஷ்யர்களுக்குள்ள உடம்பு போலத் தேவர்களுக்கு இல்லையே தவிர வேறொரு ஜோதி வடிவமான சரீரமிருத்தலைக் கொண்டு அவர்களுக்கும் பரமாத்மா உபாசனையில் அதிகாரமுண்டென்று கிருஷ்ணத்வைபாயனர் சொல்லுகிறார்.

261 வது நாள்

* மனிதர்களும் யோக மகிமையால் அணிமாதி அஷ்டமா சித்திகளின் உதவியைக் கொண்டு ஒரே காலத்தில் பல சரீரங்களை இஷ்டம்போல் எடுத்துக் கொள்ளலாம்.
* தேவர்களுக்கு தாபத்திரய துக்கமும் பரமாத்ம ஞானமும் உண்டாயினும் பிரஹ்மத்தை உபாஸிப்பதற்கேற்ற சரீரம் அவர்களுக்கில்லை.

262 வது நாள்

* தமக்குப் பொருத்தமல்லாதவைகளை ஈஸ்வரன் செய்தபோதிலும் அவரிடம் துவேஷங் கொண்டு எதிர்ப்பதற்காக மிருத்யுவின் வசப்பட்டிருக்கிற தேவ மனுஷ்ய பிதுர்க்கள் தயாராயிருக்கிறார்கள்.
* மனுஷர்கள் தேவர்கள் இவர்களுடைய ஹ்ருதய கோசம் அங்குஷ்டப் பிரமாணமுள்ள மாம்ஸ பிண்டங்களால் குழப்பட்டிருக்கிறபடியால் அவற்றிற் சம்பந்தப்பட்டிருக்கிற ஜீவனையும் அங்குஷ்டப் பிரமாணமுடையவனென்று ஸ்ருதி கூறுகிறது.

263 வது நாள்

* பரமாத்மத்தியானாதிகாரம் மனுஷ்யர்களுக் கேயன்றித் தேவர்களுக்குக் கிடையாதென்று வேதங்களிற் சில பாகங்களிற் சொல்லப்பட்டிருக்கிறது.
* மிருத்யுவின் வசமடைந்தவர்கள் கூறுகிற வசனங்களை உதாசீனமாக விட்டுவிடுவதே மிருத்யுவினின்றும் விலகியவர்களுக்கும் விலக ஆரம்பிக்கிறவர்களுக்கும் லக்ஷணம்.

264 வது நாள்

* மஹத்துக்களின் கேள்வியிலும் வேத சாஸ்திர அனுபவத்தினாலும் சொந்த யுக்தியினாலுமுண்டாவது பரோக்ஷ ஞானம். அதற்கு மாறுபாடில்லாத உண்மை ஞானத்தைத்தானே அனுபவித்தது அபரோக்ஷ ஞானம்.
* பாபம் போலவே புண்ணியமும் பிரவிர்த்திக்கு ஏதுவாகித் துக்கத்தைக் கொடுக்கிறபடியால் தீர்க்க திருஷ்டியுடையவர்கள் பாப புண்ணிய மிரண்டையும் அடியோடு விட்டுவிட வேண்டும்.

265 வது நாள்

* புண்ணிய பாபரூபமுடைய அஞ்ஞான பந்தங் கழிந்த ஜீவன் பிரஹ்ம மாகிறான்.
* அனுபவ ரூபமாய் பிரஹ்ம வஸ்து பிரகாசிக்கிற காலத்தில் ஜெகத் பிரகாசமான சூர்யன், சந்திரன், அக்னி, மின்னல், நக்ஷத்திரங்கள் பிரகாசிக்கிறதில்லை.

266 வது நாள்

* அன்னத்தைப் பரமாத்மாவாக நினைத்து உண்பதால் அமிர்தத்திற்குச் சமமான பலனைக் கொடுக்கிறது.
* சகல தேசாதிபதியான ஸ்ரீ ராகவனை அயோத்தியாதிபதியென்று சொல்வது போல, சர்வ வியாபியான பரமாத்மாவை ஹ்ருதய குகையில் வசிக்கப்பட்டவ னென்று வேதம் சொல்லுகிறது.

267 வது நாள்

* முதலில் வேத வாக்கியங்களான சப்தப் பிரமாணத்தை அறிந்து கொண்டு பின் அதன் தாத்பர்யங்களாகிற அர்த்தப்பிரமாணத்தைத் தெரிந்து அதற்கப்பால் அனுபவப் பிரமாணத்தைத் தெரிந்து கொள்ள முயற்சிக்க வேண்டும்.
* பரமாத்மா நேரே ஜெகத்தைச் சிருஷ்டிக்கிறபோது பிரகிருதியின் சகாயத்தைத் தேடுவதில்லை. பிரம்மா, ரிக்ஷிகள், ஜீவர்கள், இவர்கள் பிரகிருதியின் உதவியால் சிருஷ்டிக்கிறார்கள்.

268 வது நாள்

* உலகம் உடல் இந்திரியம் பிராணன் மனம் புத்தி விக்ஞானம் அவித்தை மாயை பிரகிருதி முதலிய தத்துவங்களிலும் சகல ஜோதிஷ் தேவர்களிலும் பிரஹ்மமே அங்கங்கு பிரகாசித்து அதனதன் செயல்களை நிறைவேற்றி விட்டுத் தனித்து நிற்கிறது.
* மோக்ஷமடைந்த முக்தனுக்கும் தான் நினைத்த காரியத்தைக் குறைவின்றித் தானே நிறைவேற்றவல்ல சக்தியாகிய சத்திய சங்கல்பத்துவம் கிடையாது.

269 வது நாள்

* யாகாதி யக்ஞங்களால் உண்டாகக் கூடிய ஐஸ்வர்யமும் ஸ்வர்க்காதி போகங்களும் அனித்தியமென்றறிருந்து சமதமாதி குணங்களையுடைவனாய் மோக்ஷத்தில் தீவிர ஆசையுள்ளவன் ஞானயோக அதிகாரியாகிறான்.
* சத்தியம் அசத்தியம் இரண்டுஞ் சேர்ந்ததே மனுஷ்ய ஜென்மமாய் வருகிறது.

270 வது நாள்

* அஞ்ஞானத்தை நரகமாகவும் பிரகாசத்தை ஸ்வர்க்கமாவும் ஆதிதேவர்கள் சொல்லுகிறார்கள்.
* ஆசையையும் கோபத்தையும் விடுவது எல்லா ஜாதிகளுக்கும் பொதுவான தர்மம்.

271 வது நாள்

* வேதமானது பரமாத்மாவின் பிராணன் தவம் புத்திரன்.
* அதிகமாகப் பேசாதவனிடம் நிரம்பப் பாபம் சேருகிறதில்லை.

272 வது நாள்

* நீண்ட ஆலோசனையும் காலத்திற்குத் தக்க அறிவும் ஒன்றோடொன்று பொருந்தியிருக்க முடியாது.
* எவன் எந்த முயற்சிகளை ஆரம்பித்தாலும் மூச்சடங்குகிற வரை முயற்சி செய்ய வேண்டும்.

273 வது நாள்

* கடனின் மிச்சம், தீயின் மிச்சம் வியாதியின் மிச்சம் சத்ருக்களின் மிச்சம் இவைகள் திரும்பவும் வளர்ச்சியடையுமாதலால் இவைகளில் மிச்சம் வைத்து விடக் கூடாது.
* வேகமாகக் காரியங்களைச் செய்து முடிக்கிறவனைக் காட்டிலும் மெதுவாக முடிப்பவன் விசேஷமாகிறான்.

274 வது நாள்

* ஆபத்துக் காலத்தில் புஜிக்கத் தகாததைப் புஜித்தாவது உயிரைக் காப்பாற்றிக் கொள்வதால் தோஷமில்லை.
* ஆசையும் கோபமும் பசியும் உள்ளவன் வெட்கத்தை வெளியில் காட்டாமல் முடியாது.

275 வது நாள்

* புருஷர்கள் ஆத்ம ஞானிகளாவதைக் காட்டிலும் ஸ்திரீகள் ஞானிகளாவதைக் கண்டு தேவர்கள் திருப்தியடைகிறார்கள்.
* உடலின் அருமையையும் உயிரின் பெருமையையும் தெரிந்து கொண்டவர்கள் உலகத்தின் அருமை பெருமைகளை அறிந்து கொள்ளுகிறார்கள்.

276 வது நாள்

* எல்லா ஜனங்களையும் திருப்தி செய்து கொண்டு உலகத்தை ஆளவும் உத்தியோகம் செய்யவும், சன்மார்க்கப்படி நடக்கவும் மோக்ஷ மார்க்கத்திற் செல்லவும் முடியாது.
* ஒரே செய்கையானது ஒரு காலத்தில் புண்ணியமும் ஒரு காலத்தில் பாபமுமாகிறது.

277 வது நாள்

* தர்மத்திற்கு விரோதிகளாயிருப்பவர்கள் சாஸ்திரங்களைக் குறைத்துப் பேசுகிறார்கள்.
* அதனதன் நம்மையைக் கருதியே யாகத்தில் ஆடு முதலிய ஜீவப் பிராணி களைக் கொல்லப்படுகிறதென்று கூறப்படுகிற சுருதியின் கர்ம காண்ட வசனம் யுக்திக்குப் பொருந்தவில்லை.

278 வது நாள்

* ஸ்தீரிகளுடைய புருஷன் தனது ஸ்திரீகளால் திருப்தியடைந்தால் சகல தேவர்களும் திருப்தியடைகிறார்கள்.
* எவளிடத்தில் பர்த்தா சந்தோஷப்படுகிறதில்லையோ அவள் உருவத்தில் ஸ்திரீயேயன்றி உண்மையில் ஸ்திரீயல்ல.

279 வது நாள்

* உண்மையான பிராம்மணர்களிடம் எவனுக்கு வீணான துவேஷமிருக்கிறதோ அவன் நாசமடைகிறான்.
* துன்பங்களோடு ஜீவிப்பதைக் காட்டிலும் மரணம் விசேஷமானது.

280 வது நாள்

* ஒரு நிமிஷ கோபத்திற்கு இடங் கொடுத்து விட்டால் நூறு வருஷத் தபசையும் கெடுத்து விடுகிறது.
* ஒரு தரம் ஸ்திரீ சேர்க்கையால் ரேதஸை வெளியில் விட்டால் அளவிறந்த காலம் செய்த யோக சக்தி வெளியிற் சென்று விடுகின்றன.

281 வது நாள்

* யாதொரு விஷயங்களிலும் வஞ்சகமும் சந்தேகமில்லாதவர்கள் ஆசார்ய ஸ்தானத்திற்கு அதிகாரிகளாகிறார்கள்.
* ஆசையென்பவனுக்கு இடங் கொடுத்து விட்டால் துக்கமெனும் மிருத்யு மெல்ல வந்து சேர்ந்து விடுகிறான்.

282 வது நாள்

* உருவம் குணம் ஞானம் இம்மூன்றின் தம்மையை அனுசரித்த சாதுக்கள் காணப்பட்டாலும் உருவ சாதுக்களே கலியில் அதிகமாகக் காணப்படு கிறார்கள்.
* எந்தக் கருமங்களால் ஒழுக்கமுண்டாகிறதோ, புகழ் பெருகிறதோ, மனநிலை சரியாயிருக்கிறதோ, சாந்தமுண்டாகிறதோ அந்தக் கருமம் செய்கிறவனை உயர்ந்த குலத்தானென்று தேவர்கள் எண்ணுகிறார்கள்.

283 வது நாள்

* தேவாலயங்களிலுள்ள தெய்வப் பிரதி பிம்பங்களான அர்ச்சாவதாரங்களுக்குச் செய்யப்படுகிற ரஸமுள்ள அபிஷேக ஆராதனைகள் பிரயோஜன மற்றவையென்று எண்ணியிருக்கிற விஷயந் தெரியாத அற்ப அறிவுள்ள ஆஸ்தீக ஹிந்துக்கள் கலியுக காலத்தில் குறைவாக இருக்க மாட்டார்கள்.
* வேற்றுமையுள்ள வஸ்து சேராது, சேர்ந்த வஸ்து வேற்றுமைப்படாது, வேற்றுமைப்பட்ட பின் சேர்ந்தால் உண்மையில் சேர்ந்ததல்ல.

284 வது நாள்

* இருந்த இடத்தில் இருந்து கொண்டு புத்தியால் செய்யப்படுங் காரியம் உத்தமம். சரீரத்தாற் செய்யப்படுங் காரியம் மத்திபம் சஞ்சாரத்தால் செய்யுங் காரியம் அதமம் மூட்டை தூக்கிச் செய்யுங் காரியம் அதமாதமம்.
* பிறர் தூஷிப்பதைப் பொறுத்துக் கொள்ளுகிற மனிதன் தூஷிக்கிறவனுடைய புண்ணியத்தைப் பெற்றுக் கொண்டு தனது பாவத்தை அவனிடம் கொடுத்து விட்டுத் தன்னைச் சுத்தம் செய்து கொள்ளுகிறான்.

285 வது நாள்

* வெளியிடத்தகாத தன் அங்கம் வெளியாகிற தென்கிற லஜ்ஜையை விட்டுக் கூத்தாடுவதில் சந்தோஷப்படுகிற மயில்போலப் பிறரை நிந்திப்பதால் தனக்குத் தோஷம் வருமென்பதறியாமல் மூர்க்கர்கள் நிந்தித்துச் சந்தோஷப் படுகிறார்கள்.
* சூர்யன் அக்னி ஆகாயம் பூமி பசு ஜலம் காற்று அதிதி தனது சரீரம் ஞானி ஜீவராசிகள் மனம் இந்தப் பன்னிரண்டிடங்களில் செய்யப்படுகிற பூஜையைப் பரமாத்மா ஏற்றுக் கொள்ளுகிறார்.

286 வது நாள்

* ஈஸ்வரனும் ஞானிகளும் புகழக் கூடிய செய்கைகளை உத்தம திருஷ்டி யுள்ளவன் செய்ய வேண்டும்.
* கெட்ட குலத்திற் பிறந்த புருஷர்களையும் ஸ்திரீகளையும் காக்கை நாய் பூனை சர்ப்பம் இவைகளுக்குச் சமானமாக எண்ணி லோக பாலகர்களும் பயப்படுகிறார்கள்.

287 வது நாள்

* சுத்தமான நடை செய்கை எண்ணம் இவைகளை யுடையவன் கருத்த நிறமுடைய சண்டாளனாயிருந்தாலும் அவனைப் பிராம்மணன் என்றும் கெட்ட செய்கை புத்தி நடை இவைகளை உடையவன் சிவந்த நிறமுடைய மறையோனாயிருந்தாலும் அவனைச் சண்டாளனென்றும் வேதோப நிஷத்துக்கள் கூறுகிறது.
* பல பிராணிகளின் நன்மையை உத்தேசித்து ஓர் பிராணியைக் கொல்வது தீமையாக மாட்டாது.

288 வது நாள்

* நன்மையை யோஜியாமலும் தீமையை யோஜித்தும் செய்ய வேண்டும்.
* பகிர்முக வஸ்துக்களில் ஆசையை விட்டவர்கள் அதிக நினைப்பையும் பேச்சையும் விட்டு விடுகிறார்கள்.

289 வது நாள்

* சங்கல்பம் எதனாலுண்டாகிற தென்கிற விசாரணையை ஆரம்பிக்கிறவர்கள் நிவிர்த்தி ஞானத்தைப் பெற்று விடுகிறார்கள்.
* நினைப்பை அடக்குகிறவர்களிடம் எமனும் காமனும் மிருத்யுவும் அணுகுவதில்லை.

290 வது நாள்

* அக்கினியால் பாகஞ் செய்யப்பட்ட உணவுப் பொருள்களின் சக்தியை அக்னி கிரகித்து விடுகிறது.
* காற்றையும் ஜலத்தையும் மற்றும் இயற்கையான ஆகாரங்களையே உண்பவர்களிடம் மிருத்யு தேவதையும் அதன் சைன்யங்களான வியாதிகளும் அணுகுவதில்லை.

291 வது நாள்

* மாதம் இரண்டு மூன்று முறை ஒவ்வொரு நாள் ஒன்றுமுண்ணாமல் ஜலத்தை மட்டும் உபயோகிப்பவர்களிடம் கெட்ட ரத்தம் உண்டாவதில்லை. விரதாக்னியானது கெட்ட ரத்தங்களைப் பானம் செய்து விடுகிறது.
* பரிசுத்த வானாயிருந்தால் மிலேச்ச னாயிருந்தாலும் நல்லவன். அசுத்தனானால் பிராம்மணனாயிருந்தாலும் கெட்டவன்.

292 வது நாள்

* சந்நியாசிகளும் அரசர்களும் மழை காலத்தில் உலக சஞ்சாரஞ் செய்யாமல் ஓரிடத்தில் வசிக்க வேண்டும்.
* நன்மையை விரும்புகிற மனிதன் சிறுவர்கள் நீசர்கள் அறிவற்றவர்கள் கெட்ட குலத்திற் பிறந்தவர்கள் இந்திரியங்களை அடக்காதவர்கள் இவர் களைச் சமீபத்தில் வைத்துக் கொள்ளக் கூடாது.

293 வது நாள்

* முதலில் கடினமாக ஆத்மாவில் திரும்பிய மனது அப்பால் தானே செல்ல ஆரம்பிக்கிறது.
* மனது எந்த மார்க்கத்தில் திருப்பினாலும் வரும்.

294 வது நாள்

* ஞானியைக் காட்டிலும் அஞ்ஞானி நல்லவன்.
* மனதை ஆத்மாவில் நிலைக்கச் செய்கிற வேலை போல் மற்றொரு வேலை எவ்வுலகத்திலும் கிடையாது.

295 வது நாள்

* விஷயங்களை நினைத்துத் தீவிரமாக ஓடுகிற மனதை உடனே நிறுத்துதல் பிசகு.
* மனது போகிற வழியே விட்டுப் பின்னாலே அனுப்பி மனது ஓய்ந்தபின் கூட்டி வருவது நலம்.

296 வது நாள்

* மாயையைக் காட்டிலும் அவித்தை பலமுடையது..
* யோகிகளைக் காட்டிலும் சாங்கியர் சிரேஷ்டம்.

297 வது நாள்

* மாயா சம்பந்த புருஷனே யோக மஸ்தர்களுக்குத் தெய்வம்.
* பிரகிருதி சம்பந்த புருஷனையே சாங்கியர்கள் தெய்வ மென்கிறார்கள்.

298 வது நாள்

* ஆசை கோபம் லோபம் குரோதம் இந்திரியம் பிராணம் மனம் அகங்காரம் மாயை பிரகிருதி ஜீவன் அஞ்ஞானம் ஜன்ம மரணம் இவைகளைச் சுட்டுப் பஸ்பமாக்கியதற் கடையாளமாக மஹாதேவன் ருத்ரன் மாதவன் ரிஷிகள் எல்லோரும் பஸ்பத்தை நெற்றியில் தரிக்கிறார்கள்.
* கெட்ட குணங்களையும் பிரகிருதி தத்துவங்களையும் எரித்துச் சாம்பலாக்காமல் அர்த்தந் தெரியாமல் அளவுக்கு மிஞ்சிய பக்தியோடு அஞ்ஞானிகள் நிறையச் சாம்பலைப் பூசி வருவதிலும் பலனுண்டு.

299 வது நாள்

* எவரையும் எப்போதும் அலக்ஷியமாக நினைத்தல், பேசுதல், முகத்தாற் காட்டுதல் முதலியன செய்யக் கூடாது.
* புத்தியும் பிராணனும் ஜீவனும் அனவரதமும் மேல் முகமாகவே சென்று கொண்டிருக்க வேண்டுமென்றதை அறிவிக்கும் பொருட்டு வாசுதேவர் மாறாத ஊர்த்துவ புண்டர தாரியாயிருக்கிறார்.

300 வது நாள்

* பிரஹ்ம ஞானியான பின் மலை குகை காடு சமுத்திரக் கரை ஆற்றோரங்கள் சோலைகள் முதலான ஏகாந்த இடங்களிலிருந்து கொண்டு தான் மட்டும் ஞான சுகத்தை அனுபவிக்கிறவன் உத்தம ஞானி. உலக உபகாரத்தோடு ஜனங்களுக்கு ஞானோபதேசஞ் செய்து கொண்டிருப்பவன் மத்திம ஞானி. விவசாயம் வர்த்தகம் உத்தியோகம் ராஜ்ய பரிபாலனம் இவைகளைச் செய்கிறவன் அதம ஞானி.
* பேராசையுள்ளவன் தோஷமில்லாதவனாக இருக்க முடியாது.

301 வது நாள்

* சகல சங்கல்பத்திலிருந்து விலகி நிற்பது முக்தியென்று பிரஹ்ம ரிஷிகள் கூறுகிறார்கள்.
* ஞான மோக்ஷ மார்க்கத்தை அடைவதற்குச் சாதகமாகவே உலகம் சரீரம் கர்மம் பொருள் காமம் தர்மம் ஆகாரம் புத்திரன் மனைவி வீடு வசனம் எண்ணம் யோகம் சஞ்சாரம் பாக்கியம் மலை நதி கடல் ஒளி இருள் பசி நோய் முதலியன உண்டாகின்றன.

302 வது நாள்

* பிறவியும் அதன் மூல காரணமும் ஏதுவென்று ஆராய ஆரம்பிப்பவனே சித்த சுத்தியானவனென்று கண்டு கொள்ள வேண்டும்.
* தோஷமில்லாதவர்களிடம் தோஷத்தைக் காணும் மனிதனை விட்டு லக்ஷ்மிதேவி சம்பத்து தேவதை கீர்த்தி பொருள் தைரியம் முதலியன ஓடி விடுகிறது.

303 வது நாள்

* பொருளாலேயே தர்மம் தர்மத்தாலேயே பொருள் என்று ஆசையாலும் அறியாமையாலும் தாழ்ந்த புத்தியுள்ளவர்கள் கருதுகிறார்கள்.
* செய்கை வாக்கு மனம் இவைகளால் எல்லாப் பிராணிகளுக்கும் துரோகமில்லாமை கருணை தானம் ஆக இந்த மூன்றும் சீலனென்று ரிஷிகள் கூட்டத்திற்குத் தலைவராகிய மஹாதேவர் சொல்லுகிறார்.

304 வது நாள்

* பெற்றோர்களுக்குப் பணிவிடை செய்வதால் அவர்களுடைய கடமையை நிவிர்த்தி செய்ததாகிறது.
* பாபங்களை எரித்து விடுவதற்குத் தவத்தைக் காட்டிலும் உயர்ந்த வழியாயிருப்பதாக வேதமும் ரிஷிகளும் சொல்லவில்லை.

305 வது நாள்

* மனிதன் எப்படி எப்படி எண்ணத்துடன் சாஸ்திரங்களைப் படிக்கிறானோ அப்படி அப்படியுள்ள அறிவாளியாகிறான்.
* நியாயப்படியுள்ள தர்மத்தை அடைந்தவன் பலசாலியாயிருக்க முடியாது.

306 வது நாள்

* உலகத்திலுள்ள எவ்வித மனிதனும் ஹிம்சையின்றி ஜீவிக்க முடியாது.
* சத்திய லோகம் வைகுண்டம் கைலாசம் முதலிய உலகங்களிற் கூடப் பூர்ண திருப்தியுடையவர்கள் இருக்க முடியாது.

307 வது நாள்

* மோக்ஷமடைய முயற்சிப்பவர்களுக்கும் சன்மார்க்கமுடையவர்களுக்கும் உலகத்திற்காணப்படும் பொருள்கள் யாவும் தோன்றியிருக்கிறதென்பது தேவாதி தேவனுடைய மதம்.
* சகல ஜனங்களுக்கும் பேதமின்றி மரியாதை செய்தால் இருவர்களுடைய மனமும் தெளிவடைகிறது.

308 வது நாள்

* உலக மனிதர்களிடம் ஆகாரத்திற்காகவும் மற்றெவ் விதத்திற்காகவும் அடங்கி வணங்கி அடிமையாவதைவிட ஆரண்யத்தில் பல மிருகக் கூட்டங்களுடன் சஞ்சரித்துக் கொண்டு காய்கனி கிழங்குகளைப் புசித்துக் கொண்டிருப்பதும் தவத்தால் உயிரை விட்டு விடுவது விசேஷமானது.
* சந்தேகப்பட்ட விஷயமாயிருந்தால் இயற்கையில் முயற்சி செய்யலாம்.

309 வது நாள்

* உலகத்திலுள்ள எந்தக் காரியங்களையும் மிஞ்சவிடாமல் வைத்துக் கொள்ள வேண்டும். மிச்சமின்றி முடித்து விடக் கூடாது.
* சரீரமானது சாமுத்ரீக சாஸ்திரப்படி உத்தம யோகிக்கும் சார்வ பௌமனுக்கும் ஒரேவித லக்ஷணமாயிருக்கும்.

310 வது நாள்

* யாராயிருந்தாலும் ஒருவருக்கொருவர் பார்த்துச் சாப்பிடாதிருந்தால் மிகுந்த சிரேயஸ் உண்டாகிறதென்ற பிரஹஸ்பதி பகவான் சொல்லியிருக்கிறார்.
* ஹிருதயம் சுத்தமடைவதற்கு ஈஸ்வர நமோச்சாரணம் போலுள்ள வேறு மேலான சாதனம் வேதத்திற் கூறப்படவில்லை.

311 வது நாள்

* நிருவிகல்ப சமாதி வாய்ப்பதற்குச் சில நாளைக்கு முன் மனது பிரமிக்கும் தத்தளிக்கும், பதறும் திடீரென்று ஓடும் மறையும் மயங்கும் தெளியும் அடங்கும் மீறும், உலக விஷயங்களை அதிமாக நாடும் வரும் போகும் மீளும் பயங்கரமான தோற்றங்களுண்டாகும் திமிறும் இருளும் ஒளியும் மாறி மாறி வரும் இவைகளெல்லாம் தோற்றித் தோற்றி அப்பால் ஒன்று மின்றிச் சாந்தமடையும்.
* ஞானாப்பியாசம் இல்லாதவர்கள் சகுணத் தியானமும் நிஷ்காம கர்மமும் செய்ய வேண்டும்.

312 வது நாள்

* வேதாகம சாஸ்திரங்களை எவ்வளவு கற்ற போதிலும் பூறா மனச் சந்தேகமும் விபரீத பாவனையும் போக மாட்டாது.
* கிரம முக்தியையும் மனோ விசுத்தியையுங் கொடுக்கிறவன் பிரத்ய காத்மன்.

313 வது நாள்

* சர்வ வஸ்துக்களும் அழியும் வரை அனாதி.
* ஞானாப்பியாசிகள் உலகத்திலுள்ள யாரையும் விஷம் போலக் கருதி விலக வேண்டும்.

314 வது நாள்

* காமிய போகத்தையும் நிஷ்காமிய போகத்தையும் கொடுப்பவன் ஜெகதீஸ்வரன்.
* திரிவித கரணங்களால் யாதொரு பாபமும் செய்யாதவர்கள் யாதொரு வருணாஸ்ரம தருமங்களையும் அனுஷ்டிக்க வேண்டியதில்லை.

சுவாமி ஸ்ரீ விலக்ஷணானந்தர் உபதேசங்கள்

ஞானாப்பியாசிகள் யோகாப்பியாசிகள் நடக்க வேண்டிய அனுபவ அனுஷ்டான முறைகள்

1. ஏகாந்தமாயும் சந்தடி யில்லாததாயும் பரிசுத்தமாயுமுள்ள இடத்தில் கீழே தகுந்த ஆஸனமிட்டு அப்பியாஸம் செய்ய வேண்டும்.

2. பூமிக்கும் சரீரத்திற்கும் மத்திய ஸ்தானத்தில் யாதொரு ஆஸனமுமில்லாதிருந்தால் அப்பியாஸ சக்தியைப் பூமி ஆகர்ஷித்துக் கொள்ளும்.

3. அப்பியாஸம் ஆரம்பிப்பதற்கு முன் நடந்து கொண்டே நூற்றியெட்டு ஸ்ரீராம நாம ஜெபம் செய்து விட்டு அப்பால் ஆரம்பிக்க வேண்டும்.

4. வயிறு நிறைய ஆகாரமிருக்கும் போது அப்பியாஸம் ஆரம்பித்தால் சோம்பல் நித்திரை மயக்கம் முதலியவைகளோடு, தமோ குணமும் கலந்து அப்பியாஸத்தைக் கெடுத்து விடும்.

5. எந்தவிதமான ஆகாரங்களும் ஜீரணமாவதற்கு ஒரு ஜாமம் (மூன்று மணி) நேரமாகுமாகையால் அது கழித்தபின் தான் அப்பியாஸத்திற்கு ஆரம்பிக்கலாம்.

6. அதிக பசியுடன் ஆரம்பித்தால் ரஜோ குணமும் நிறைந்த வயிறுடன் ஆரம்பித்தால் தமோ குணமும் வர ஆரம்பிக்கும்.

7. உலக லௌகிக தர்ம வாசனைகளோடு அப்பியாஸம் ஆரம்பித்தால் பல பல விஷய எண்ணங்களும் ரஜோ குணமும் வந்து தடுத்து விடும்.

8. அப்பியாஸம் ஆரம்பிக்கச் சில நிமிஷங்களுக்கு முன் பல மஹாத்மாக்களின் ஞானானுபவ எண்ணங்களோடு ஈஸ்வர நாமோச்சாரணம் செய்து மனதைச் சமாதானத்தில் நிலைக்கச் செய்து கொண்டு அப்பியாஸம் ஆரம்பிக்க வேண்டும்.

9. அப்பியாஸிக்கும் போது எவ்விதமான தடைகள் வந்தாலும் உடனே திரும்பவும் அப்பியாஸிக்க ஆரம்பித்து விடக் கூடாது.

10. உடனே அந்த இடத்தை விட்டு எழுந்திருந்து சில போதனா சங்கல்பங்களோடு ஹிருதயத்தைச் சுவாதீனப்படுத்திக் கொண்டு இருபதடி தூரம் நடந்து கொண்டே ஓம் என்ற பிரணவ உச்சரிப்புடன் பின் உட்கார்ந்து அப்பியாஸிக்க வேண்டும்.

11. வருகிற தடைகளையெல்லாம் போக்குவதற்கு அதி தேவதை கணேஸ்வரர் ஆகையால் அவரது மூல மந்திரம் பிரணவமானபடியால் அந்த மந்திர உச்சாரணம் அவஸ்யமாகிறது.

12. சாஸ்திரங்களில் சொல்லியிருப்பதைப் பட்டவர்த்தனமாக அப்படியே நம்பி விடக்கூடாது. நம்முடைய அனுபவம், யுக்தி, சரீர நிலைமை, மனோ நிலைமை, கால நிலைமை இவைகளுக்கேற்றவாறு பார்த்து அதன்படி நடக்க வேண்டும்.

13. அப்பியாஸ காலங்களில் நமது மனம் ஓட ஆரம்பிக்கு மானால் உடனே அப்பியாசத்தை விட்டு எழுந்திருந்து எந்த விஷய திருஷ்ய இச்சையை முன்னிட்டு மனம் ஓட ஆரம்பித்ததென்பதை நன்றாய் பரிசீலனை செய்து அதன் காரணத்தைக் கண்டு பிடித்து விட வேண்டும்.

14. எந்தக் காரணத்தால் மனம் ஓட ஆரம்பித்ததோ அதற்கு தகுந்த யுக்தி, தந்திரம் இவைகளால் சமாதானப்படுத்தி மனதை நிலைக்கப் பண்ணி மீண்டும் அப்பியாஸிக்க வேண்டும்.

15. 1. தூக்கம் வருதல் 2. அந்தகாரந் தோற்றுதல் 3. சிறிய ஜோதி தோற்றித் தோற்றி மறைதல் 4. வியர்வை உண்டாதல் 5. நடுக்கம் வருதல் 6. சூன்ய புத்தி உண்டாகுதல் 7. பகிர்முகப்படுதல் 8. விபரீத சங்கல்பம் இவைகளுண்டாகு மானால் அப்பியாஸத்திற்குக் கெடுதியாகையால் அதற்குத் தகுந்த பரிகாரங்கள் தனக்குத் தெரிந்தவரை பார்க்க வேண்டும். தன்னால் முடியாது போனால் தனக்கு உபதே சித்த ஆசாரியரிடமே கேட்டுத் தெரிந்து கொள்ள வேண்டும்.

16. பெரிய மஹாத்மாவாயிருந்தாலும், தமக்கு உபதேசிக்காத வரிடம் கேட்டால் அப்பியாஸத் தடை, அவாந்தர யுக்தி,

அபூர்வ மயக்கம், பிராந்தி ஸ்வரூபம் இவைகளுண்டாகி விடுமாதலால் ஒரே குருவினிடமே கேட்க வேண்டும்.

17. உபதேச குருவிடமின்றி வேறு மஹாத்மாக்களிடம் கேட்கக் கூடாதென்று சொன்னால், உபதேசியாகாத மஹாத்மா குரு ஸ்தானத்திற்கு அருகதையுடையவரல்ல வென்றர்த்தமல்ல. ஒரே மார்க்கமாகப் போகட்டுமென்றர்த்தம்.

18. அப்பியாஸம் செய்யாத காலங்களில் தனித்திருந்து அப்பியாஸத்தைப் பற்றித் தன் யுக்திக்கு எட்டுகிறவரை விசாரித்துத் தன் அனுபவத்திற்கேற்றபடி தீர்மானிக்க வேண்டும்.

19. எவ்வளவுக்கெவ்வளவு உலக விவகாரம், குடும்ப காரியம், உத்தியோக வேலை, வியாபார எண்ணம், விவசாய நினைப்பு இவைகளை அவஸ்யமாய் எவ்வளவு அனுஷ்டிக்கலாமோ, அனுஷ்டித்து தீர வேண்டுமோ அவ்வளவு மட்டும் முடித்து விட்டு அதினின்று விலகிவிட வேண்டும்.

20. நமது அபூர்வ குழந்தைகளுக்கு புதிது புதிதாக அலங்கரித்துப்பார்த்து ஆனந்தப்படுவது போல, ஒவ்வொரு நாளும் ஒவ்வொரு அப்பியாஸ யுக்தியை நூதனம் நூதனமாகக் கண்டுபிடித்து அப்பியாஸித்து ஆனந்தப்பட வேண்டும்.

21. அப்பியாஸ காலங்களில் தடைகள் வருவதானது பகவானது பரீக்ஷைக்குக் காரணம், நமக்குத் திட ஞானத்தைக் கொடுப்பதற்கு ஓர் ஏது. அப்பியாஸ முயற்சிக்கு நல்ல காரணம் சீக்கிரம் ஞானோதயமாவதற்குள்ள அறிகுறி என்பதாகத் தெரிந்து கொள்ள வேண்டும்.

22. முன் ஜென்மத்தில் நாம் மற்ற ஜீவர்களுக்குச் செய்த தீங்குகள் இந்த ஜன்மத்தில் நமக்கு அப்பியாஸத் தடையாய் வருகிறது.

23. முன் ஜன்மாந்திர வாசனைப்படி வரக்கூடிய தடைகளை எதிர்த்து நின்று பயப்படாமல் துணிவோடு பரபரப்புடன் அப்பியாஸம் செய்யாமல் சாந்தமாகப் போராடி ஜெயிக்க

வேண்டும்.

24. மனத்தின் சுபாவம் இது காலம் வரை ஓடி ஓடி பழக்கமானதால், அதை அடக்க ஆரம்பித்தால் அதிகமாக ஓட ஆரம்பிக்கும். அதனால் அதற்குப் பயந்து அலுத்து விட்டு விடாமல் நிமிர்ந்து நின்று ஈஸ்வரன், குரு, வேதம், அந்தக்கரணம் இந்நான்கின் காருண்ய பலத்தைக் கொண்டு ஜெயிக்க வேண்டும்.

25. ரஜோ குண, தமோ குண ஆகாரங்கள் அப்பியாஸ மனத்தைத் தடைப்படுத்தி விடுமாதலால் சுத்த சத்துவ குண ஆகாரமே உட்கொள்ள வேண்டும்.

26. அதிகக் காரம், நிறைந்த புளிப்பு, மீறிய உப்பு, அளவு கடந்த மதுரம் இவைகள் வானர புத்தியை உண்டாக்கி விடுமாதலால் அவற்றை நீக்கி விட்டுச் சமத்துவம் சரீரத்திற்குப் பொருத்தம். ஸ்தூல, சூக்ஷ்ம ஆரோக்கியம் இவைகளைத் தருவதும், பயத்தை யுண்டுபண்ணாதது மான ஆகாரங்களை உட்கொள்ள வேண்டும்.

27. பூமி எவ்வளவு சாரமுள்ளதும், விலையுயர்ந்ததுமானா லும், காலத்திற்கேற்ப மேல் மழையும், அடிக்கடி கிடைத்தாலும், மேலான பாதுகாப்பிருந்தாலும் ஆழமாக உழப்படாத பூமியில் அந்த வித்தின் முளை கிளம்பாதது போல, நம்முடைய மனமாகிற பூமி எவ்வளவு பரிசுத்தமும், அபார சக்தியுள்ளதாயிருந்த போதிலும், சமதமாதி குணங் களாகிற நீர்ப்பாய்ச்சலும், பகவானது கிருபையாகிற மேல் மழையும், குரு உபதேஸமாகிற நல்ல வித்தும் நிதித்தியாஸனமென்கிற பாதுகாப்பும் இருந்தாலும், அப்பியாஸ உழவு பலிதமாகாமற் போனால் உபதேச வித்தின் ஞானமுளை புறப்பட மாட்டாது.

28. அப்பியாஸம் பூர்த்தி பெற வேண்டுமென்றும் வருகிற தடைகள் ஜெயிக்கப்பட வேண்டுமென்றும் தினந்தோறும் சர்வலோக சரண்யராகிய சர்வேஸ்வரனைப் பிரார்த்தித்து வரவேண்டும்.

ஓம் தத் ஸத்

- விலக்ஷணானந்தர்