

## தரிமத்தின் வழி செல்ல செல்ல கரிமத்தின் வலி குறையும்படா!

பஞ்ச பூத உணவுகள்



ஞாயிறு	கோதுமை அல்வா, சப்பாத்தி, பூரி,
திங்கள்	நீர்க் காப்பகல், நீர்ப்பூசணி, சுரைக்காய், வெள்ளரிக்காய்
செவ்வாய்	பேரிச்சம்பழம், மாம்பழம், அன்னாசிப்பழம், துவரம் பருப்பு
புதன்	எலுமிச்சை பழ ஜூஸ், பச்சை பப்பிர,
வியாழன்	எலுமிச்சை பழ ஜூஸ், கொண்டைக்கடலை குழம்பு
வெள்ளி	பாதாம், பிஸ்தா, முந்திரி, மொச்சை கொட்டைக் குழம்பு
சனி	எள்ளு சாதம், எள்ளு மிட்டாய், நல்லெண்ணைக் குளியல்
கிராகு கேது	ராகி, உளுந்து, கொள்ளு தினமும் சாப்பிடலாம்
சனிக்கிழமை	நல்லெண்ணை குளியல் செய்தால் கண்டிப்பாக சர்வ ஜஸ்வரீயம் கிடைக்கும்.



### Panchabootham Foundation

(Regd.No. 3/BK4/2024)

No.178, North St., Velur, Namakkal Dt-638 182.

e-mail : aanmegaangaadi@gmail.com

Mobile: 9791888325, 9585574585

## உலகில் பஞ்சபூத சக்தியே மிகப்பெரிய மகாசக்தி!



ஆழ் மனத்தையும், பிரபஞ்ச அறிவையும்  
திறக்கும் நல்ல திறவுகோல்  
தியானம் மட்டுமே !



சூரியன் ▼	சந்திரன் ▼	நெருப்பு ▼	பூமி ▼	ஆகாயம் ▼	நீர் ▼	காற்று ▼
தந்தை	தாய்					
		இதயம் இரைப்பை ஈரல்	சதை, எலும்பு தலை முடி தோல்	தலைப் பாகம்	சிறுநீரகம் இரத்தம்	நுரையீரல் ஒலி

கிழமை	ஞாயிறு	திங்கள்	செவ்வாய்	புதன்	வியாழன்	வெள்ளி	சனி
கிரகம்	சூரியன்	சந்திரன்	செவ்வாய்	புதன்	வியாழன் குரு	சுக்கிரன்	சனி
பஞ்சபூதம்	தந்தைக் கிரஹம்	தாய் கிரஹம்	நெருப்பு	பூமி	ஆகாயம்	நீர்	காற்று
திசை	கிழக்கு	வடமேற்கு	தெற்கு	வடக்கு	வடகிழக்கு	தென்கிழக்கு	மேற்கு
தியான நேரம்	தினமும் காலை 6.00-7.00 மதியம் 1.00-2.00 இரவு 8.00-9.00 இதில் ஏதாவது ஒரு நேரம் 15 நிமிடம் தியானம் செய்யவும்						

**பக்தி யோகம் :**

மேலே குறிப்பிட்டதை போல அந்த திசையில் அமர்ந்து ஒவ்வொரு கிழமை தோறும் அதற்குரிய கிரஹங்களையும் பஞ்ச பூதங்களையும் மனதில் நினைத்த படி, நன்றி கூறி தியானிக்க வேண்டும். இவ்வாறு தினமும் தியானம் செய்தால் நம் உடலில் உள்ள பஞ்சபூத சக்திகள் ஒன்று கூடி வெளியில் உள்ள பஞ்ச பூதங்களிடமிருந்து அற்புத சக்திகளைப் பெற்று நமக்கும் நம் உடலுக்கும் மிகப் பெரிய நன்மைகளைச் செய்யும் என்பது உண்மையே.

**பொதுவான பிரச்சனைகளுக்கு தீர்வு**

மனப்பிரச்சனை	- ஆகாயம் (குரு)	கிழமை (வியாழன்)
பணப்பிரச்சனை	- நீர் (சுக்கிரன்)	(வெள்ளி)
கடன் பிரச்சனை	- நெருப்பு (செவ்வாய்)	(செவ்வாய்)
தொழில் பிரச்சனை	- பூமி (புதன்)	(புதன்)
திருமணத்தடை	- நெருப்பு (செவ்வாய்)	(செவ்வாய்)
குழந்தைப்பேறு	- ஆகாயம் (குரு)	(வியாழன்)
ஆயுள்	- காற்று (சனி)	(சனி)
அறிவு ஞானம்	- ஆகாயம் (குரு)	(வியாழன்)



ஜீவாத்மா பரமாத்மாவை அடைய பஞ்சபூத சக்திகளே துணை புரிகின்றன.

பூர்வஜென்ம கர்ம வினைகள் தீர சூரியன் சந்திரன் (தந்தை, தாயை நினைத்து)

இவ்வகை பிரச்சனைகள் உடனே தீர அதற்குரிய கிழமைகளில் மூன்று வேளைகளிலும் 1/2 மணி நேரத்திற்கு மேல் தியானம் செய்யவும்.

**பஞ்சபூதக் கலையின் ரகசியம்**

இயற்கை, பஞ்சபூதங்களால் நம்மை இயக்குகிறது. நாம் இயங்குகின்றோம். அதே போல் நாம் நம் உடலில் உள்ள பஞ்சபூதங்களை தியானத்தின் மூலம் இயக்கினால் எதையும் சாதிக்கும் சக்தியை பெறலாம் என்பதே உண்மையாகும். இதை தான் நம் முன்னோர்கள் சித்தர்கள், முனிவர்கள், ஞானிகள் சாதித்து காண்பித்துள்ளனர்.

**பயன்கள்**

பஞ்சபூதங்கள் ஒவ்வொன்றும் நம் உடம்பில் ஒவ்வொரு பாகங்களை தம் கட்டுப்பாட்டில் வைத்துக் கொண்டிருக்கின்றன. மனித உடலில் அக்னி - பஞ்சாக்கியாகவும், வாயு - பஞ்ச வாயுவாகவும், நீர் - பஞ்ச உணர்ச்சியாகவும், ஆகாயம் - ஐந்து குணமாகவும், பூமி - தோல், சதை, எலும்பு, முடி மற்றும் நம் உடல் பல பாகங்களாகவும், இருந்து அற்புத செயல்களைச் செய்கிறது. பஞ்ச பூதங்களை நினைத்து தியானம் செய்வதால் நம் உடலில் உள்ள எல்லா பாகங்களும் நன்கு இயக்கப்படுகின்றன. உடல் நோயின்றி பலம் அடைகிறது. மனிதனின் எல்லா பிரச்சனைகளும் தீர்க்கப்படுகின்றன. மனிதனின் அற்புத ஆற்றல்களை வெளிப்படுத்துகின்றன.

