Pranav Journal of Fine Arts
(A Peer Reviewed Quarterly Online Journal)
ISSN:2582-9513

சிற்பங்களில் யோகக்கலை

12

பா. தருணிகாஸ்வரி, & வீ. கோபிநாத்
உளவியல் துறை உதவிப் பேராசிரியர்
பூ. சா. கோ அர. கிருட்டிணம்மாள் மகளிர் கல்லூரி,கோவை
20bpy017@psgrkcw.ac.in, gobinath@psgrkcw.ac.in

ஆய்வுச் சுருக்கம் :

எல்லாக் கலைகளுமே இறைத்தன்மையின் பிரதிபலிப்பாய் இருந்தாலும், பக்திக்கும் வழிபாட்டிற்கும் உரிய அடையாளமாய்க் காணப்படுவதும் தன்னை முன்நிறுத்திகொள்ளுவதும் சிற்பக்கலையே. மனிதனின் வாழ்வியலில், ரசனையும் , அதன் வெளிப்பாடும் மறுக்க முடியாத ஒன்று. அதை வெளிக்கொணர்ந்து காண்பிக்கும் ஒரு முறையாய் இக்கலை அமைந்திருக்கிறது. நடுகல்லில் ஆரம்பித்து இப்பொழுது உருவ வழிபாடு வரை சிற்பங்களின் பங்களிப்பி இன்றியமையாதது. அதிலும் சிற்பங்களில் நுணுக்கங்களும், சிற்பங்களில் செதுக்கபடும் முத்திரைகளும், ஆசனங்களும் என நம்மைப் பிரமிக்க வைக்கும் செய்திகளுக்கும் , கண்டுபிடுப்புகளுக்கும் எந்த குறைவுமில்லை. அப்படிப் பெருமை பெற்று பெயர் வாங்கிய சிற்பக்கலையில் யோக ஆசனங்கள் குறித்தும், முத்திரைகள் குறித்தும் யோக நரசிம்மர் படிமங்கள் வழி காண்பதே இக்கட்டுரையின் ஆய்வுச் சுருக்கம்.

ஆய்வு நோக்கம் :

சிற்பக்கலையில் யோகாசனம் என்ற வழியில் அதனுள் அடங்கியிருக்கும் முத்திரைகள் மற்றும் ஆசனங்களின் (திருக்கோலங்களின்) வகைகளையும், அதில் சிலவற்றை யோகநரசிம்மர் படிமங்கள் வழி காண்பிப்பதே இக்கட்டுரையின் ஆய்வு நோக்கம்.

கடவுச்சொற்கள் :

1. **யோகாசனம் - கை முத்திரைகள் – எழிற்கைகள்**
2. **திருக்கோலங்கள் – ஆசனங்கள் – நிலைகள்**
3. **யோக நரசிம்மர் – யோகாசனம்**
4. **லசஷ்மி நரசிம்மர் – சுகாசனம்**

முன்னுரை :

**“இயம நியமமே எண்ணிலா ஆசனம்
நயமுறு பிராணாயாமம் பிரத்தியா காரம்
சயமிகு தாரணை தியானம் சமாதி
அயமுறும் அட்டாங்க மாவது மாமே.**

(திருமூலர் – திருமந்திரம்.10 பா.542)

என்று உயிர் பிரம்மத்துடன் கலந்த நினைவற்ற இன்ப நிலை தரவல்ல அஷ்டாங்க யோகத்தைக் குறித்துத் திருமூலர் கூறுகிறார்.

Pranav Journal of Fine Arts
(A Peer Reviewed Quarterly Online Journal)
ISSN:2582-9513

யோகா என்பது நம் தீந்தமிழில் ஓகம் ஆகும். ஓகம் என்றால் முயற்சி, வினை, பாடு, கடினம், உழைப்பு, இது போன்ற பல்வேறு பொருட்கள் உண்டு. ஓகம் என்பதற்கு இணையான இன்னொரு சொல் தவம். தமிழனின் தொன்மைக்கும் பண்பாட்டுச் சிறப்பிற்கும் அறிவியல் மேன்மைக்கும் நிலைக்கலனாக நிற்பது ஓகக் (யோக) கலை. உடல்நலனை நல்ல இயங்காற்றலோடு வைத்திருப்பதற்கும் உள்ளுறுப்புகளின் வலிமைக்கும் அடிப்படையானது இந்த “ஓகக்கலை”. இந்தியா உலகிற்கு வழங்கிய செல்வங்களுள் குறிப்பிடத்தக்கது யோகக் கலையாகும். மனிதனின் ஒருங்கிணைந்த ஒட்டு மொத்த வளர்ச்சிக்கு உறுதுணையாக விளங்குவது இவ்வோகக் கலை. விலங்கு போன்று வாழ்ந்த மனிதன் ஒவ்வொரு படிநிலையினையும் கடந்து இன்றுள்ள பண்பட்ட நிலைக்கு உயர்ந்துள்ளான். தன்னுள் இருக்கும் ஆன்ம ஆற்றலை அறிந்து அவ்வாற்றலைப் பயன்படுத்தி இறைநிலைக்கு உயருவதற்கு இவ்யோகநெறியைக் கண்டறிந்து அதனைக் கைக்கொண்டான். ஆமைபோன்று ஐம்பொறிகளையும் அடக்கி வாழ வேண்டும் அது மிகப்பெரிய ஆற்றலாக வெளிப்படும் என்பதனை,

“ஒருமையுள் ஆமைபோல் ஐந்தடக்கல் ஆற்றின்
எழுமையும் ஏமாப்பு உடைத்து” (126)

என வள்ளுவர் எடுத்துரைக்கின்றார். இறைவனுடன் ஒன்றிணையும் நிலையே யோகம் எனப்படுகின்றது. இதனையும் தமிழில் தவம் என்பர். அதே போல் சிற்பங்களிலும் தெய்வ சிலைகளிலும் காணப்படும் ஆசனங்களை நாம் திருவுருவம் என்றும் கூறுகிறோம். அதில் பலவகைகள் உண்டு. அதை எடுத்துரைப்பதே இக்கட்டுரை.

<u>சிற்பங்களில் கை அமைப்புகள் :</u>

சிற்பங்களில் கை அமைப்புகள் பலவாறாக மாறுபடும், அதில் வகைகளும் உண்டு. அவை,

1. ஒற்றைக் கை தொழிற் முத்திரை
2. இரட்டைக் கை முத்திரை
3. எழிற்கைகள்.

என்று மூன்று வகைமைகளாகப் பிரிக்கலாம். அதிலும், ஒற்றைக் கை தொழிற் முத்திரைகளுள் மட்டுமே அபய ஹஸ்தம் , வரத ஹஸ்தம், கடக ஹஸ்தம், சிம்ம கர்ண ஹஸ்தம், வியாக்கியான முத்திரை, சூசி ஹஸ்தம், தர்ஜனீ ஹஸ்தம், கர்த்தரி முக ஹஸ்தம், அலபத்ம ஹஸ்தம், விஸ்மய ஹஸ்தம், நித்ரா ஹஸ்தம், அர்த்த சந்திர ஹஸ்தம், அர்த்த பதாக ஹஸ்தம், திரிசூழ ஹஸ்தம், முஷ்டி ஹஸ்தம், சிகர ஹஸ்தம், பூ ஸ்பரிச ஹஸ்தம், கடி ஹஸ்தம், ஊரு ஹஸ்தம், ஆலிங்கன ஹஸ்தம், தனுர் ஹஸ்தம், டமரு ஹஸ்தம், தாடன ஹஸ்தம் என்று ஏறக்குறைய இருபத்தி நான்கு வகைகள் உண்டு.

இரட்டைக் கை முத்திரைகள், அஞ்சலி ஹஸ்தம், தியான அஸ்தம், புஷ்ப புட ஹஸ்தம் மற்றும் தர்மசக்கர ஹஸ்தம் என்று நான்கு வகைகளை உள்ளடக்கியது. அதேபோல் எழிற்கைகள் என்னும் வகைமை, கஜ ஹஸ்தம், தந்த ஹஸ்தம், டோல அஸ்தம் மற்றும் பிரசாரித ஹஸ்தம் என்பவைகளை உள்ளடக்கும். இவைகளே சிற்பங்களில் சிறப்பாய் இடம்பெறும் கை முத்திரைகள்.

சிற்பங்களில் திருக்கோலங்கள் :

சிற்பங்களின் திருக்கோலங்களை ஆசனங்கள் என்றும் கூறலாம். அவை பெருவாரியாக,

1. நின்ற கோலம் (ஸ்தானகம்),
2. அமர்ந்த நிலை (ஆசனம்),
3. கிடந்த கோலம் (சயனம்),
4. அசைவு நிலை (ஆசனம்)

என்று பிரிக்கபட்டு இருக்கிறது. அதில் குறிப்பாக அமர்ந்த நிலை (ஆசனம்) என்படுவது ஒன்பதாகப் பிரிந்து சுகாசனம், பத்மாசனம், லளிதாசனம், மகாராஜா லீலாசனம், வீராசனம், இராஜலிங்காசனம், உத்குடிகாசனம், யோகாசனம் மற்றும் கருடாசனம் என்றாயிற்று.நின்ற கோலம் (ஸ்தானகம்) எனப்படுவது சமபாத ஸ்தானகம், வைதஸ்திக ஸ்தானகம், அர்த்த வைதஸ்திக ஸ்தானகம் மற்றும் காயோத் சர்க்கம் என்று நான்காகப் பிரியும்.கிடந்த கோலத்தில் (சயனம்) சமசயனம் மற்றும் அர்த்த சயனம் என்று இருவகை உள்ளது.நிறைவாக, அசைவு நிலை என்று சொல்லபடும் ஆசனம், வைசாக ஸ்தானகம், வைஷ்ணவம் ஸ்வஸ்திகாசனம், ஆலிடாசனம், பிரத்யாலீடாசனம், ஊர்த்துவ ஜானு மற்றும் ஏகபாத ஸ்தானகம் ஆகிய ஏழுமாகும்.

யோக நரசிம்மர் அருள்பாலிக்கும் ஆசனம் :

குழந்தையைச் சீர்திருத்திட சீற்றம் கொள்ளும் தாய் ஒரே நொடியில், கோபம் தணிந்து, குழந்தையைக் கொஞ்சிப் பராமரிக்கிறாள். இது போலவே தான், இரண்யனைத் திருத்த, உக்ரவடிவமாக வந்த நரசிம்மரும் சீக்கிரமே யோகத்தில், அமைதியில் ஆழ்ந்து விடுகிறார். விஷ்ணுவை போகமூர்த்தி என்றே பரவலாகக் கருதினாலும், அவர் தக்ஷிணாமூர்த்திப் போலத் தன்னுள்ளேயே நிறைவு காணும் ஞானமூர்த்தியாக, தரிசிப்போர் ஞானநிலை அடைய உதாரணமாக இருப்பதே யோக நரசிம்ம ரூபம் ஆகும்.

யோகாசனம்

ஸ்வஸ்திகாசனம்

யோகிகள் ஐம்புலன்களை அடக்கி யோகநிலையில் ஆழ்ந்திருக்கும் கோலம். அமர்ந்திருக்கும் கோலத்தில் இரு கால்கலை குறுக்காகப் பின்னி உள்ளங்கால்களைத் தொடைமீது வான் நோக்கியதாக அமைத்து கைகளை உடலோடு ஒட்டியமைந்த நிலை. ஒரு கையில் சின் முத்திரை பிடித்து மார்போடு இணைத்து உள்புறமாகவோ, வெளிபுறமாகவோ அமையும். மேலும் ஆசனதிலமர்ந்து இரு

கால்களையும் மடி மீது ஒன்றுக்கொன்று குறுக்காகக் குய்யத்தைத் தொட்டிருக்கச் செய்து உடலையும் இரு கால்களையும் ஒரு பட்டியால் கட்டப்படுவதை யோகபட்டம் என்பர். இவ்வமைப்பும் யோகாசனம் எனப்படும். இவ்வமைப்பில் யோகபட்டம் இல்லாமல் இருப்பது ஸ்வஸ்திகாசனம் ஆகும். யோகநரசிம்மர் படிமங்களில் இவ்வமைப்பை காணலாம்.

<u>லக்ஷ்மி நரசிம்மர் அருள்பாலிக்கும் ஆசனம்:</u>

உடலை எப்பக்கத்திலும்

உடலை எப்பக்கத்திலும் சாய்வின்றி நேராக நிமிர்த்தி, கைகளைச் சமச்சீருடையதாகக் கோவித்து ஒரு காலை ஆசனத்தின் மீது படுக்கவைத்து மற்றொரு காலை சுகமாகத் தொங்கவிட்டு அமர்ந்திருக்கும் நிலை சுகாசனம். சிவன், பிரம்மா, விஷ்ணு மூர்திகளில் காணலாம். சண்டிகேசர்

Pranav Journal of Fine Arts
(A Peer Reviewed Quarterly Online Journal)
ISSN:2582-9513

படிமங்கள் பெரும்பாலும் சுகாசனம் கொண்டு அமையும். லண்டன் அருங்காட்சியகத்தில் உள்ள, சிறப்பான விஷ்ணு படிமம் சுகாசனம் கொண்டு அமைந்துள்ளது. அந்தக் காலத்தில் இருந்த பரசுராமனின் தந்தை ஜமதக்னி என்ற முனிவருக்கு ஒரு ஆசை இருந்தது என்று கூறுகிறார்கள். அந்த ஆசை என்னவென்றால் பிரகலாதனுக்காக அங்குள்ள தூண்களைப் பிளந்து கொண்டு வந்த நரசிம்மரை தரிசனம் செய்யவேண்டும் என்பதுதான் ஜமதக்னி முனிவரின் ஆசையாக இருந்தது. ஆசை நிறைவேற வேண்டும் என்பதற்காகப் பல யாகங்களையும் நடத்தி வந்தார் முனிவர். முனிவர் நடத்திய அந்த யாகத்தீயில் நடுவில் உக்கிர கோலத்தோடு நரசிம்மர் தோன்றி அருளினார். முனிவரின் ஆசைப்படி உக்கிர கோலத்தில் தோன்றிய நரசிம்மரை பார்த்ததும் முனிவர் பரவசம் அடைந்தார். பரவசப்பட்ட ஜமதக்னி அவர் உடல் சாந்தமாகவும், தான் பெற்ற நரசிம்ம தரிசனத்தை அனைவரும் பெற வேண்டும் என்றும் நரசிம்மரிடம் வரமாக முனிவர் இதைக் கேட்டார். அந்த இடத்தில் பெருமாளும் லட்சுமியை தாங்கி லக்ஷ்மி நரசிம்மராகப் புன்னைகைத்தபடி அத்தலத்தில் நரசிம்மர் தோன்றி அருள் புரிந்தார். அப்படி அவர் சுகாசனதில் அமர்ந்து தான் லஷ்மி தேவியை மடியில் வைத்து புன்னகைத்தபடி அருள்பாலிப்பார்.

முடிவுரை :

சிற்பம் என்பது ஒரு முப்பரிமாணக் கலைப் பொருள் ஆகும். இது கடினமான அல்லது நெகிழ்வுத் தன்மை கொண்ட பொருள்களுக்கு உருவம் கொடுப்பது மூலம் உருவாக்கப்படுகிறது. வரலாற்றுக் காலத்துக்கு முற்பட்ட காலத்திலிருந்து சிற்பக்கலை வளர்ந்து வருகின்றது. மனித நாகரிகத்தையும் அதன் வளர்ச்சிக் கூறுகளையும் எடுத்துக்காட்டும் சான்றுகளில் சிற்பக் கலை இன்றியமையாத ஒன்றாக உள்ளது. பல நாடுகளின் தொன்மை வரலாற்றை அம்மக்கள் வளர்த்த சிற்பக்கலை வழியாகவே பெரிதும் அறிய முடிகின்றது. அப்படியாக, நாம் நாட்டு சிற்பக்கலையில்

யோகாசனங்களையும் முத்திரைகளையும் எடுத்துக்காட்ட ஒரு சிறிய சான்றாய் இக்கட்டுரை.

துணைநூற்பட்டியல் :

1) தமிழிணையம் - தகவலாற்றுப்படை. (n.d.). https://www.tagavalaatruppadai.in/temples?id=jZY9lup2kZl6TuXGlZQdjZh3&cat_id=jZY9lup2kZl6TuXGlZQdjZp2

2) YOGA ASANA IN SCULPTURES யோகாசன - ஆசன சிற்பங்கள்

3) தமிழின இணையக் களப்போராளி - நாம் தமிழர்கள்

4) Kuppu Asitthar தமிழர் வாழ்வியல் நெறி ஆசான் குப்பு அசித்தர்

5) Yoga Narasimhar Temple : Yoga Narasimhar Yoga Narasimhar Temple Details | Yoga Narasimhar- Sogathur | Tamilnadu Temple | யோகநரசிம்மர். (n.d.). https://temple.dinamalar.com/New.php?id=1797

6) (இந்து சிற்பங்களின் ஆசனங்கள், ஆசன முறைகள், முத்திரைகள் – ART CLASSROOM, n.d.)

7) சிற்பக் கலை – வரலாறும் ஆய்வும் – சோழர் வரலாற்று ஆய்வு சங்கம்

8) ச., & எ. (2021, May 14). வைகை நதிக்கரை ஆலயங்கள் - 17: பிரமாண்ட யோகநரசிம்மர், பிணிதீர்க்கும் முருகன். . . யானைமலைக் கோயில்கள்! https://www.vikatan.com/. https://www.vikatan.com/spiritual/temples/madurai-temples-yaanaimalai-narasimhar-and-laadan-murugan-temples

9) C Sethuraman, B. (2013, March 3). திருக்குறளில் 'இயமம் நியமம்' – திண்ணை. https://puthu.thinnai.com/archives/18937

10) S. (2022, October 8). வளர்பிறை சதுர்த்தசியில் லக்ஷ்மி நரசிம்மர் வழிபாட்டு பலன்கள் !! www.webdunia.com. https://tamil.webdunia.com/article/hindu-religion-features/benefits-of-worshiping-lakshmi-narasimhar-on-valarpirai-chaturdashi-122100800018_1.html

11) Tamil, H. (1970, January 1). சாந்த நரசிம்மர். . . லக்ஷ்மி நரசிம்மர். . . பரிக்கல் நரசிம்மர்! | parikkal narasimmar - hindu tamil.in. Hindu Tamil Thisai. https://www.hindutamil.in/news/spirituals/621316-parikkal-narasimmar.html

12) Dorfman, J. (2014, May 26). Good Posture. Art & Antiques Magazine. https://www.artandantiquesmag.com/yoga-art/

13) Tamil, H. (1970a, January 1). இழந்ததையெல்லாம் தரும் யோக நரசிம்மர், யோக அனுமன்! - பிரமாண்ட சோளிங்கர் திருத்தல மகிமை | sholingur narasimmar - hindu tamil.in. Hindu Tamil Thisai. https://www.hindutamil.in/news/spirituals/563191-solingar-narasimmar-1.html