

விபஸ்ஸனா செய்தி மடல்

ஸயாஜி ஊபாகின் வழிமரபில், ச.நா.கோயங்கா அவர்களால் போதிக்கப்படும் முறை.

மலர்-2, எண்-7, ஜூலை -2007
மாதப் பத்திரிக்கை

விபஸ்ஸனா தியான மையம்
தம்ம சேது, சென்னை-44, தமிழ்நாடு

தம்மம் பேசுகிறது

யோகா³ வே ஜாயதீ பூ⁴ரி அயோகா³ பூ⁴ரிஸங்க²யோ
ஏதங் த³வேதா⁴பத்²ங் ஞத்வா ப⁴வாய விப⁴வாய ச
ததா²த்தானங் நிவேஸேய்ய யதா² பூ⁴ரி பவட்³ட⁴தி.

உண்மையாகவே, தியானத்தினால், தெள்ளறிவு (ஞானம்) உதிக்கிறது. தியானமில்லையென்றால், ஞானம் தேய்கிறது. பெறுவதும் இழப்பதுமாகிய இந்த இருவழிப் பாதையை அறிந்துகொண்டு, ஞானத்தை அதிகரிக்கும் வழியில் ஒருவர் தன்னையே வழிநடத்திக் கொள்ள வேண்டும் - தம்ம பதம் 282

தன்னைச் சார்ந்தவராக இருங்கள் - ச.நா.கோயங்கா

[பம்பாயில், ஜமுனாபாய் நர்ஸி பள்ளியில், 26 அக்டோபர் 2003-ல் பழைய மாணவர்களுக்கு ஹிந்து புத்தாண்டன்று ஆற்றிய இந்தி சொற்பொழிவின் தழுவல்; டிசம்பர் 2003 விபஸ்ஸனா பத்ரிகா இதழில் வெளியிடப்பட்டது.]

புத்தாண்டு கூட்டு தியானத்தில் கலந்து கொள்ளவே நீங்கள் அனைவரும் இங்கே கூடியிருக்கிறீர்கள். முக்கியமானது கூட்டுத் தியானமே தவிர புத்தாண்டு அல்ல என்பதைப் புரிந்து கொள்ளுங்கள். ஒவ்வொரு நாளும், ஒவ்வொரு கணமும், சமமாக முக்கியமானது தான். ஒவ்வொரு கணத்திற்கும் நாம் முக்கியத்துவம் தர வேண்டும்; தியானத்திற்கும் நாம் முக்கியத்துவம் தர வேண்டும். இன்று ஒரு கூட்டமாக நீங்கள் கூடியிருப்பது நல்லதே. "ஸமக்³கா³நங் தபோ ஸுகோ²" என்று புத்தர் அருளி இருக்கின்றார். கூடித் தியானம் செய்வதில் பெரிய மகிழ்ச்சி இருக்கிறது. சொல்லப் போனால், மகிழ்ச்சி என்பது தான் என்ன? துன்பம் விலகி விடுகின்ற போது, மகிழ்ச்சி இருக்கிறது. ஆகவே, துன்பத்தை விலக்கவே நாம் தியானம் செய்கிறோம்.

துன்பத்தின் காரணம் என்ன? உங்களது மன அழுக்குகளால் தான் துன்பம் உண்டாகிறது. துன்ப காரணத்தைப் புறத்தில் தேடியும், இந்தப் புறக் காரணத்தை நீக்கிக்கொள்ள பாடுபட்டும், நீங்கள் வாழ்க்கை முழுவதையுமே வீணாக்கி விடுகிறீர்கள்.

விபஸ்ஸனா பயிற்சியால், புறக்காரணம் எதுவாக இருப்பினும், துன்பம் உங்களுக்குள்ளே தான் தோன்றுகிறது என்பதை நீங்கள் உணர்ந்து கொள்கிறீர்கள். துன்பம் ஏன் தோன்றியிருக்கிறது? ஏனெனில், உங்களுக்குள்ளேயே நீங்கள் ஒரு மன அழுக்கைத் தோற்றுவித்துவிட்டீர்கள். ஒரு மன அழுக்கை நீங்கள் தோற்றுவித்தவுடனேயே, துன்பம் தோன்றி விடுகிறது, அழுக்குகளைத் தோற்றுவிக்கும் பழக்கத்தையும் நீங்கள் வலிமையாக்குகிறீர்கள். இத்தகைய சூழ்நிலைகள் திரும்பத் திரும்ப தோன்றிக் கொண்டே இருக்கின்றன;

அழுக்குகளைத் தோற்றுவித்து, உங்கள் துன்பங்களையும் நீங்கள் பெருக்கிக் கொண்டே இருக்கிறீர்கள். இந்தத் துன்பத்திலிருந்து நீங்கள் உங்களையே விடுவித்துக் கொள்வது எவ்வாறு?

உங்களது துன்பத்தின் புறக்காரணமாகிய தோற்றத்தை விலக்க முயல்வது தவறல்ல. ஆனால், அகக் காரணத்தை விலக்குவது மிகவும் முக்கியமானது. காரணம் இதனாலோ அல்லது அதனாலோ தனக்குள் அழுக்குகளைத் தோற்றுவிக்கும் பழக்கம் துன்புற்றிருப்பதற்குரிய பழக்கத்தில் முடிகிறது. துன்பத்திலிருந்து விடுபட்டிருக்க நீங்கள் விரும்புகிறீர்கள்; பதிலாக, மகிழ்ச்சியான உணர்ச்சிகளுக்கு விருப்போடும் பிடிப்போடும், மகிழ்ச்சியற்ற உணர்ச்சிகளுக்கு வெறுப்போடும் எதிர் வினையாற்றும் பழக்கத்தை நீங்கள் வளர்த்து வருகிறீர்கள். இரவும் பகலும் இந்தப் பழக்கப் பாங்கு தொடர்ச்சியாக நடக்கிறது. நீங்கள் ஆழ்ந்த உறக்கத்தில் இருக்கும் போது கூட, உடம்பில் ஓர் உணர்ச்சி எழுகிறது - அது மகிழ்ச்சியற்றதாக இருக்குமானால், நீங்கள் வெறுப்போடு எதிர்ச்செயல் புரிகிறீர்கள்; மகிழ்ச்சியானதாக இருக்குமானால், விருப்போடு எதிர்ச்செயல் புரிகிறீர்கள். இது இருபத்துநான்குமணி நேரமும் தொடர்ந்து நடக்கிறது. மகிழ்ச்சியானதோ, மகிழ்ச்சியற்றதோ அல்லது இருமையற்றதோ - எந்தவொரு அழுக்குகளையும் தோற்றுவிக்காமல், விழிப்புணர்வோடு இவ்வுணர்ச்சிகளை உற்றுநோக்க நீங்கள் கற்றுக் கொள்கிறீர்கள். போதும், இதுவே போதுமானது! எத்தனையோ பிறவிகளாக நீங்கள் அழுக்குகளுக்கு ஓர் அடிமையாகிக் கிடக்கிறீர்கள். இந்தப் பிறவியில், இப்போதும் கூட, இந்த அடிமை நிலை தொடர்கின்றது. அழுக்குகளைத் தோற்றுவிக்கும்

பழக்கத்திலிருந்து உங்களுையே விடுவிக்கும் வழியாகிய விடுதலைக்குரிய நெறியாம் விபஸ்ஸனாவை பெற்றுக் கொள்ள உங்களுக்கு மிகவும் நற்பேறு இருக்கிறது. நீங்கள் அதனை சரியாகப் பயன்படுத்தாவிட்டால், அது முட்டாள்தனமானதே. இந்த முட்டாள்தனத்திலிருந்து வெளிப்படுங்கள். விபஸ்ஸனாவை, அதன் தொன்மைத் தூய்மையில் புரிந்து கொண்டால், நீங்கள் இந்தத் தவறைச் செய்யமாட்டீர்கள்.

இவ்வழுக்குகளுக்கு எதிரான போரை நீங்கள் தாமாகவே செய்ய வேண்டும்; நீங்கள் அவற்றை வென்று வீழ்த்த வேண்டும். ஆணவத்தைத் தோற்றுவிக்காமல், நீங்கள் இதனை உணர வேண்டும். எதற்காக நீங்கள் ஆணவத்தைத் தோற்றுவிக்க வேண்டும்?

உங்களது கைகளோ அல்லது உடம்போ அழுக்காகிவிட்டால், நீங்கள் உடனடியாக அவற்றைக் கழுவுகிறீர்கள். உங்கள் கைகளையும் உடம்பையும் தூய்மை செய்து கொள்ள, நீங்கள் ஆணவத்தைத் தோற்றுவிப்பதில்லை. அவை அழுக்கடைந்துவிட்டால், அவற்றை தூய்மை செய்வது உங்களது பொறுப்பாகும். வேறு யார் அவற்றைத் தூய்மையாக்குவார்கள்? அதைப் போலவே, மனம் அழுக்கடைந்தால், அதைத் தூய்மை செய்வதும் உங்களது பொறுப்பே. ஆணவத்தை வளர்த்துக் கொள்ளும் கேள்விக் கே இடமில்லை.

மனம் அழுக்கடைவதற்கு, ஆணோ அல்லது பெண்ணோ - அவரே முழுவதும் பொறுப்பாக இருக்கின்றார் என்பதை ஒவ்வொரு தியான ஸாதகரும் புரிந்து கொள்ள வேண்டும். வேறு புறச்சக்தியோ அல்லது கண்ணுக்குத் தெரியாத உயிரோ உங்கள் மனங்களை அழுக்காக்கவில்லை. மக்களின் மனங்களை ஏதோவொரு புலப்படாத உயிர் ஏன் அழுக்காக்கி, அவர்களைத் துன்புறச் செய்ய வேண்டும்? அறியாமையால், நமது மனங்களில் நாம் அழுக்குகளை உருவாக்கிக் கொண்டே இருக்கின்றோம். இதனைப் புரிந்து கொண்டால், புதிய அழுக்குகள் தோன்ற அநுமதிக்காமல், பழையனவற்றையும் அழித்தொழிப்பதால், நீங்கள் துன்பத்தினின்று வெளிப்படுகிறீர்கள். கட்டிலிருந்தும் வெளிப்படுகிறீர்கள், விடுதலை நெறியிலும் முன்னேறுகிறீர்கள். இதுவே இயற்கையின் நியதியாகும்.

பழங்கால இந்தியாவில், இந்த நியதி ரித என்று, தம்மத்தின் சாரம் என்றும் அழைக்கப்பட்டது. உங்களது மனம் அழுக்கடைந்தால், நீங்கள் துன்புறே ஆக வேண்டும். இவ்வழுக்குகளை நீங்கள் நீக்கி விட்டால், நீங்கள் மகிழ்ச்சியடைந்தே ஆக வேண்டும். இயற்கையின் இந்த நியதி அழிக்க முடியாதது; எவரும் இதை மாற்றவும் முடியாது. துன்பத்திற்குரிய ஒரு விதையை நீங்கள் ஊன்றினால், பழமும் துன்பமானதாகவே இருக்கும். மகிழ்ச்சிக்குரிய ஒரு விதையை நீங்கள் ஊன்றினால், பழமும் மகிழ்ச்சியானதாகவே இருக்கும். மிகவும் எளியது தான், இருப்பினும் நாம் அதை மறந்து விடுகிறோம். இந்த எளிய நியதி மறக்கப்பட்டதால், விபஸ்ஸனா இந்தியாவில் மறைந்து போய்விட்டது.

அது ஏன் மறைந்து போனது என்பதற்குப் பல காரணங்கள் இருந்தன. எவராவது நமக்கு அருளாசி வழங்கினால், நாம் விடுதலையடைவோம் என்ற நம்பிக்கை இருந்தது ஒரு காரணம். நீங்கள், உங்களுையே ஏமாற்றிக் கொண்டு, உங்களது வாழ்க்கை முழுவதையும் செலவழிக்கலாம். பிறர்க்கு இல்லாமல், உங்களுக்கு மட்டுமே ஒருவர் அருளாசி வழங்குவது ஏன்? இத்தகைய ஓர் உயிர் எல்லாம் வல்லது என்றும், கருணை நிறைந்தது என்றும் கூறப்படுகிறது. விடுதலையளிக்கும் ஒருவர், ஒன்று எல்லோருக்கும்

விடுதலையளிக்கும் சக்தியற்றவராக இருக்க வேண்டும் அல்லது எல்லோரிடத்திலும் அவர் இரக்கமில்லாதவராக இருக்க வேண்டும். வேறு எவராவது உங்களை விடுவிப்பார் என நீங்கள் நம்பும் போது, நீங்கள் உங்களுையே மறைப்புக்குள்ளாக்கி, தம்மத்தையும் மறந்து விடுகிறீர்கள். ஏனெனில், நீங்கள் அவரது புகழ்ப்பாடியும் அவரைப் புகழ்ந்தும், அவரைப் பெருமைப்படுத்தியும், அவரை வணங்கியும் வருகிறீர்கள். புகழ்ச்சியையும், பாராட்டையும் கேட்பதில் மகிழ்வடையும் இவர் எந்த மாதிரி விடுதலையளிப்பவரோ!

உங்களது சொந்த அழுக்குகளைப் போக்குவது உங்களது பொறுப்பு என்பதைப் புரிந்துகொள்ளுங்கள். எவராவது உங்களுக்கு இரக்கத்தால் வழிகாட்டும் வேலையைச் செய்யலாம். இயற்கையின் சட்டபடியோ அல்லது எல்லாம் வல்ல கடவுளின் சட்டபடியோ, தங்களது வாழ்க்கையை மாற்றியமைத்துக் கொள்வதின்மூலம் தங்களையே விடுவித்துக் கொள்ள வேண்டும் என்பதை மக்கள் உணரும் போது, விடுதலை நெறியாகிய தம்ம நெறியில் அவர்கள் நடப்பார்கள். ஆனால், மக்கள் இதனை உணரும் போது, தங்கள் செல்வாக்கு குறைந்து விடும் என்று புரோகிதர்கள் பயப்படுகிறார்கள். தங்களைத் தாமே விடுவித்துக் கொள்ள முடியும் என்று மக்கள் உணர்வார்களானால், புரோகிதர்களுக்குத் தேவையேதும் இருக்காது. ஆகவே, "நீங்கள் உங்களுையே விடுவிக்கத் தூய்மையில்லாதவர்கள் ஆகவும், வலிமையில்லாதவர்கள் ஆகவும் இருக்கிறீர்கள். எங்களிடம் வாருங்கள், நாங்கள் இந்த கிரியையோ அல்லது சடங்கையோ செய்வோம், அல்லது இந்த வேத நூலை ஒதுவோம் - இவை உங்களது பாவங்களை எல்லாம் போக்கி விடும்" என்று இந்தப் பூசாரிகள் தவறான கருத்தை பரப்புகிறார்கள்.

விபஸ்ஸனா பயிற்சி செய்வதில் உள்ள கடினமான முயற்சியோடும், மனதின் மேல் கட்டுப்பாடு கொள்ளுவதோடும் ஒப்பிட்டுப் பார்த்தால், அது மிகவும் எளிதான வழியாகவே காணப்படுகிறது. "இந்த முயற்சி எங்களுக்கு அளவிற்கு மீறியது தான். எங்களுக்காக எல்லாவற்றையும் இப்பூசாரிகள் இவ்வந்தணர்கள் செய்வார்கள்; நாங்களும் விடுதலையடைந்து விடுவோம். எவராவது எங்களுக்கு அருளாசி வழங்குவார்". (என்று எவரேனும் சொல்வாரானால்) இந்த வஞ்சக வலையில் விழுந்து விடாமல் நீங்கள் எச்சரிக்கையாக இருக்க வேண்டும். உலகம் முழுவதும் துன்பம் இருக்கிறதே ஏன்? ஏராளமான மக்கள் வேண்டுகல் செய்கிறார்கள்; இருப்பினும், ஏன் அவர்கள் துன்பம் நீங்கியபாடு இல்லை? நீங்கள் புரிந்து கொள்வதை நிறுத்தி விட்டீர்கள்; அதனால், நீங்கள் உங்களுையே முன்னேற்றிக் கொள்வதையும் தடுத்தி விட்டீர்கள்.

சர்வ வல்லமையுள்ள கடவுளால் இந்தவுலகம் உண்டாக்கப்பட்டது என்றும், இந்நியதிகள் எல்லாவற்றையும் அவரே படைத்தார் என்றும் நீங்கள் நம்பலாம். அப்படியானால், நீங்கள் அவரை மகிழ்விக்க விரும்பினால், இந்நியதிகளை நீங்கள் பின்பற்ற வேண்டும்; அவரும் மகிழ்ச்சியடைவார். அதற்குப் பதிலாக, அவரது புகழைப் பாடுகிறீர்களே தவிர, அவரது நியதிகளை நீங்கள் மீறுகிறீர்கள். ஒரு நாட்டின் சட்டங்களை மீறிவிட்டு, உங்கள் வேலையை முடித்துக் கொள்ள, அரசு அதிகாரிகளுக்கு லஞ்சம் கொடுப்பதைப் போன்றதே இதுவும். கெட்டுப்போன அரசு அதிகாரியின் நிலையைப் போலவே, உங்களது கடவுளையும் நீங்கள் அதே அளவிற்குக் கொண்டு வந்துவிட்டீர்கள்.

இந்தப் பயிற்சி முறை, இந்தியாவில் மறைந்து போனது ஏன்? புரோகிதர்களின் கைகளுக்குள் சென்று விட்டதால் தான் அது மறைந்து போய் விட்டது. இது எல்லா சமயப் பிரிவுகளுள்ளும் நிகழ்ந்து விட்டது, ஏதோவொரு சமயப் பிரிவில் மட்டும் அல்ல. புத்தருடைய மரபு வழியும் விலக்கல்ல, "வாருங்கள், நாம் இந்த சடங்கைச் செய்வோம், உங்களுக்கு மெத்தா கொடுத்து, உங்களது பாவங்கள் அனைத்திலிருந்தும் நாம் விடுவிப்போம்" என்று இந்த மரபிலுள்ள பூசாரிகளும் கூட இதே வேலையைச் செய்யத் தொடங்கிவிட்டார்கள்.

மேலும், "எந்தவொரு சடங்கினையும் நீங்கள் செய்ய வேண்டுமென்று நாங்கள் உங்களை கேட்க மாட்டோம். எந்தவொரு பொருளையும் நாங்கள் உங்களிடம் கேட்க மாட்டோம். ஒரு மணி நேரம் உங்களுக்கு மெத்தா கொடுப்போமானால் உங்களுடைய எதிர்மறைப் பண்புகள் எல்லாவற்றையும் எடுத்து விடுவோம்" என்று அவர்களுள் சிலர் சொன்னார்கள். ஓர் ஆசிரியர் முன்னால் அமர்ந்து, ஒரு மணி நேரம் மெத்தா பெறுவதால் எல்லா பாவங்களையும் அகற்றிக் கொள்ள முடியுமானால், ஏன் ஒருவர் பாடுபட வேண்டும்? இத்தகைய ஆசிரியர்களே தம்மத்தின் எதிரிகள்.

தன்னைச் சார்ந்தவராக நம்மை அது ஆக்கினால் மட்டுமே, தம்மம், தம்மமாகும். ஆகவே, தற்சார்புடையவராக மக்களுக்குப் போதிப்பதுவே ஒவ்வொரு விபஸ்ஸனா ஆசிரியரின் கடமையாகும். "அத்தா ஹி அத்தநோ நாதோ?" நீங்களே உங்களது சொந்த தலைவர், வேறு எவருமில்லர். "அத்தா ஹி அத்தநோ க³தி". நல்லதும் கெட்டதும் சேர்ந்த உங்களது சொந்த எதிர்காலத்தை உருவாக்குபவர் நீங்களே. கட்டுண்ட நிலைகள் அனைத்திற்கும் அப்பாலான முழுமையான விடுதலை நிலையாகிய உங்களது சொந்த எதிர்காலத்தையும் கூட உருவாக்குபவர் நீங்களே! நீங்கள் இதைச் சரியாகப் புரிந்து கொள்வீரானால், ஆசிரியர் எவரும் உங்களுக்கு எந்தவொரு வழியிலும் தீமை செய்யத் தக்கவராக இருக்க மாட்டார். அப்படியானால், "எனக்கு முன்னால் அமருங்கள். நான் மெத்தா கொடுத்து, உங்கள் பாவங்கள் எல்லாவற்றையும் கழுவி விடுவேன்" என ஆசிரியர் எவராவது ஒருவர் சொல்வாரானால், இந்த வகையான மெத்தாவை விரும்பாததால் நீங்கள் எழுந்து போய் விடுவீர்கள்.

"ஓ, குருவே, அருள் கூர்ந்து எனது பாவங்களைப் போக்கி விடுங்கள்" என்று ஒரு மாணவர் கூப்பிய கைகளோடு ஆசிரியர் முன் அமர்ந்து, வேண்டிக் கொள்ளலாம். இன்று, மாணவர்களிடமிருந்து கிடைக்கும் மதிப்பு மற்றும் கவரவத்திற்காக, இத்தகைய ஆசிரியர்கள் அதனைச் செய்யலாம்; ஏனெனில், அவர்கள் தம்ம இருக்கையில் அமர்ந்திருக்கின்றார்கள். ஓரிரு தலைமுறைக்குப் பிறகு இத்தகைய ஆசிரியர்கள் தட்சணை கேட்கத் தொடங்கி விடுவார்கள். "உங்களது அழுக்குகள் எல்லாவற்றையும் நாங்கள் போக்கி விட்டோம். நீங்கள் எங்களுக்கு எதுவுமே கொடுக்க வில்லை. எங்களுக்கு நீங்கள் கொடுப்பன எதுவானாலும், மிக்க உயர்வுக்குரியதே; அது உங்களை மோட்சத்திற்கோ அல்லது உயர்ந்த தேவ உலகங்களுக்கோ இட்டுச் செல்லும்" என்று (கூறும்)இதைப் போன்ற செயல்முறை தொடங்கி விடும்.

ஆகவே, உங்கள் அனைவர்க்கும், நான், இப்போது, இந்த எச்சரிக்கையைத் தருகிறேன். நான் இங்கே இருக்கிறேனோ இல்லையோ, தம்மத்தைக் கெட்டுப்போக அநுமதிக்காதீர்கள். தியான ஸாதகர் ஒவ்வொருவரும் தனது சொந்தக் காலில் நிற்கக் கற்றுக் கொள்ள வேண்டும். தற்சார்புடையவராக விளங்கவும், விடுதலை பெறுவதற்கு ஊக்கம் பெறவும்,

மக்களுக்குப் போதிக்க வேண்டியது ஒவ்வொரு ஆசிரியரின் கடமையாகும். "நீங்கள் உங்கள் மனதை அழுக்காக்கி விட்டீர்கள், ஆகவே, இந்த அழுக்குகளை நீங்கள் தாமே போக்கிக் கொள்ளவும் வேண்டும். எங்களுக்குக் கிடைத்த நெறியை நாம் உங்களுக்குக் காட்டுகிறோம். நீங்கள் இந்த நெறியில் நடப்பீர்களானால், உங்களது அழுக்குகளை நீங்கள் போக்கிக் கொள்வீர்கள்."

இந்த வழி பின்பற்றப் படுமானால், தம்மம் பல நூற்றாண்டுகள் தூய்மையானதாக இருந்து, எல்லோரையும் பெரும் நன்மைக்கு இட்டுச் செல்லும். ஆனால், "உங்களை நான் விடுவிக்கிறேன், அல்லது உங்களை விடுவிக்க ஓர் கண்ணுக்குத் தெரியாத சக்தியை நான் வேண்டிக் கொள்கிறேன்" என்னும் புரோகிதப் பண்பு இருக்குமானால், கடந்த காலத்தில் அது கெட்டு விட்டதைப் போலவே, தம்மம் கெட்டு விடும்.

ஆகவே, அறிவாளிகளாக இருக்கும் விபஸ்ஸனா ஆசிரியர்களும் ஸாதகர்களும் விழிப்போடு இருக்க வேண்டும். அவர்கள் தங்கள் ஆணவத்தை விட்டுவிட வேண்டும்; மேலும் மேலும், ஏராளமான மக்கள் பயன்பெறும் பொருட்டு, அடக்கத்தோடு, அவர்கள், தம்மத்தை அதன் தொன்மைத் தூய்மையில் பாதுகாக்க வேண்டும். ஒவ்வொருவரும் இதனைப் புரிந்து கொண்டு, தம்மத்தைப் பரப்புவார்களானால், உண்மையான மகிழ்ச்சிக்கும், உண்மையான பலனிற்கும், அது கொண்டு செல்லும். துன்புறும் மனித குலமனைத்திற்கும், இவ்விடுதலை நெறி திறந்தே இருக்கும். இந்நெறியில் நடப்பவர் எவரானாலும் பலன் பெறுவார், நெறியும் பாதுகாக்கப்படும்.

இல்லாவிட்டால், "வேறு எவராவது நம்மை விடுவிப்பாரானால், நாம் ஏன் நம்மையே வருத்திக் கொள்ள வேண்டும்? மவுனமாக இருக்க வேண்டியுள்ளது, நமக்கு எந்தவொரு சிறப்பான உணவும் கிடைக்கவில்லை. இப்படியுள்ளவொரு பத்துநாள் முகாமிற்கு நாம் ஏன் போக வேண்டும்? நாம் போக வேண்டாம். இவர் நமக்கு மெத்தா கொடுப்பாரானால், நாம் விடுதலை பெறுவது நிச்சயமே." எனும் இத்தகைய உணர்வை மக்கள் வளர்ப்பார்களானால், இந்த நெறி, படிப்படியாக, மறைந்து போய் விடும். எதிர்காலத்தில் ஒரு சில அறிவிலிகள் இப்படியும் செய்வார்கள்.

ஆனால், அறிவுள்ள விபஸ்ஸனா தியான ஸாதகர்கள் இத்தகைய முட்டாள்தனத்தை ஊக்குவிக்க மாட்டார்கள்; பதிவாக, "இத்தகைய விலைமதிப்பற்ற ஒரு மாணிக்கம் நமக்குக் கிடைத்துள்ளது! அது நமக்கு பேரளவு நன்மை செய்திருக்கிறது அதே மாதிரி பலனை மேலும், மேலும் ஏராளமானோர் பெறுவார்களாக! உலகத்தில் துன்புறும் மக்கள் மிகப்பெருமளவில் இருக்கிறார்கள். சரியான நெறி அவர்களுக்குக் கிடைப்பதாக! தங்களது சொந்த முயற்சியால், தங்களது துன்பத்திலிருந்து வெளியேறும் நெறியை, அவர்களே கூட கண்டு கொள்வாராக!" என்றே உணர்வார்கள். இந்த உணர்வு மிகவும் நலம் பயப்பதாகும்.

தம்மம் மீண்டும் நிலைநிறுத்தப்பட வேண்டுமானால், அதன் தொன்மைத் தூய்மையில் தான் அது நிலை நிறுத்தப்பட வேண்டும். ஒரு நீண்டகாலத்திற்கு, தம்மம், அதன் தூய உருவில் நிலை நிறுத்தப்பட வேண்டும் என்ற இந்த உணர்வு எழுவதாக!

நம்மால் முடிந்த மட்டும் தூய தம்மத்தை நிலை நிறுத்த நாம் உதவுவோமாக! பெரு மகிழ்ச்சியையும் பேரிசைவையும் அது விளைவிப்பதாக! எல்லா உயிர்களும் அமைதியாக

இருப்பதாக, மகிழ்ச்சியாக இருப்பதாக,
விடுதலையடைந்திருப்பதாக!
ப⁴வது ஸப்³ப³ மங்க³ளங் !

தியான முகாம்களின் காலஅட்டவணை

இடம் - தம்ம சேது, சென்னை

மாதம்	10 நாள் முகாம்		ஸ்திபட்டான முகாம் (S.T.P.)	3-நாள் முகாம்	சிறுவர் தியான முகாம்கள்
ஜூலை - 07	05 - 16	19 - 30			
ஆகஸ்ட் - 07	02 - 13	13 - 24	02 - 10		
செப்டம்பர் - 07	06 - 17	20 - 1/10			
அக்டோபர் - 07	04 - 15	-	04 - 12		20&21
நவம்பர் - 07	01 - 12	15 - 26			
டிசம்பர் - 07	06 - 17	20 - 31		06 - 09	

தமிழகத்தின் மற்ற ஊர்களிலும், புதுவையிலும் தனிப்பட்ட விபஸ்ஸனா மையங்கள் இல்லை. எனினும், பின்வரும் ஊர்களில் அவ்வப்பொழுது பொது இடங்களில் விபஸ்ஸனா முகாம்கள் நடத்தப்படுகின்றன. இவ்விடங்களில் முகாம் நடைபெறும் நாட்களைக் குறித்து பின்வரும் தொலைபேசி எண்களில் தொடர்பு கொண்டு அறியலாம்.

திருமதி. விஜயலட்சுமி (பாண்டிச்சேரி) - 9940467453,
திரு. பரத் ஷா (கோயமுத்தூர்) - (0422) 2472441,
திருமதி. பாவனா (ஆரோவில்) - (0413) 2622045,
திருமதி. ரேணுகா மேத்தா (மதுரை) - (0452) 2641343

முக்கிய அறிவிப்பு: வரும் ஆகஸ்ட் 25 மற்றும் 26-ம் நாள் வருடாந்திர தென்னிந்திய தம்ம ஆய்வரங்கம் சென்னை தம்ம சேது விபஸ்ஸனா தியான மையத்தில் நடைபெற உள்ளது. பழைய மாணவர்கள் இதில் பங்கேற்க வரவேற்கப்படுகிறார்கள். இதன் காரணமாக ஆகஸ்ட் 16 முதல் 27 வரை நடைபெறுவதாக இருந்த பத்து நாள் விபஸ்ஸனா தியான முகாம், மூன்று நாட்கள் முன்னதாக - அதாவது ஆகஸ்ட் 13 முதல் 24 வரை நடைபெறும். மேலும் விவரங்களுக்கு (044)24780953 என்ற தொலைபேசி எண்ணில் தொடர்புகொள்ளவும்.

1-நாள் முகாம்: தம்ம சேதுவில் பிரதி மாதம் முதல் ஞாயிற்றுக்கிழமை காலை 9:00 மணி முதல் மாலை 5:00 மணி வரை ஒரு நாள் தியான முகாம் நடைபெறுகிறது. இதில் பங்கு பெற்று பயன்பெற அன்புடன் வேண்டுகிறோம். **கூட்டுத் தியானம்:** ஒவ்வொரு ஞாயிற்றுக்கிழமையும் காலை 9 மணி முதல் 10 மணி வரை கீழ்க்கண்ட முகவரியில் கூட்டுத் தியானம் நடைபெற்று வருகின்றது. **1.** மெரிடியன் அப்பாரெல்ஸ் லிட், 121/3, மாணிக்கம் அவென்யூ, டி.டி.கே சாலை, ஆழ்வார்பெட்டி, சென்னை - 600018. ☎: 42111000 **2.** திரு. உதயராஜ் கொலேசா - 104, லெஜெண்டு அபார்ட்மென்ட்ஸ், 255 பூந்தமல்லி நெடுஞ்சாலை, கீழ்பாக்கம், சென்னை 10, ☎: (044)-28202269, 9282103450 **3.** திரு. பிரேம் குமார், அக்மின் டெக்னாலஜீஸ் (லிட்), புதிய எண்: 138, பழைய எண்: 1820, 13-வது மெயின் ரோடு, அண்ணாநகர் (மேற்கு), சென்னை - 600040, ☎: 9840479260

விபஸ்ஸனா தமிழ் செய்தி மடலின் ஆண்டு சந்தா: 50₹.

பண விடை(M.O.) அதாவது மணி ஆர்டரை விபஸ்ஸனா தியான மையம், தம்ம சேது, 533-பழந்தண்டலம் ரோடு, திருமுடிவாக்கம்-அஞ்சல், சென்னை - 600044 என்ற முகவரிக்கு அனுப்பி பதிவு செய்து கொள்ளுங்கள்.

BookPost

பட்டுவாடா செய்யப்படாவிடில், கீழ்க்கண்ட முகவரிக்கு திருப்பி அனுப்புக:

To:

அனுப்புநர்: விபஸ்ஸனா தியான மையம், தம்ம சேது
533, பழந்தண்டலம் ரோடு, வழி: திருநீர்மலை,
திருமுடிவாக்கம்-அஞ்சல், சென்னை - 600044
☎: 044-24780953
e-mail: info@setu.dhamma.org,
website: www.vri.dhamma.org, www.tamil.dhamma.org