



தம்மம் பேசுகிறது

அவிருத்³ த⁴ங் விருத்³ தே⁴ஸு, அத்தத்³ ந்தே³ஸு நிப்³ பு³ தங்;
ஸாதா³ நேஸு அநாதா³ நங், தமஹங் ப்³ ருமி ப்ராஹ்மணங்.

கைவர்க்குள்ளே நண்பராகவும், வன்முறையாளர்க்குள் அமைதியாகவும்;
பற்றுளார் தம்முள் பற்றிலா ராகவும், இருப்பவ ரவரைநான் அந்தணரென்பேன்.

தம்மபதம் 406

நான்கு வகையான மக்கள்

திரு ச. நா. கோயங்கா

[விபஸ்ஸனா பத்ரிகா என்னும் இந்தி இதழ்க்கு டிசம்பர் 2005-ல் கோயங்காஜி அளித்த கட்டுரையின் தழுவல்]

"நான், இந்த உலகில், நான்கு வகையான மக்களைக் காண்கிறேன். முதலாவது வகை, இருளிலிருந்து இருளைநோக்கி ஓடுவதாக இருக்கிறது. இரண்டாவது வகை, ஒளியிலிருந்து இருளை நோக்கி ஓடுவதாக இருக்கிறது. மூன்றாவது வகை, இருளிலிருந்து ஒளியை நோக்கி ஓடுவதாக இருக்கிறது. நாலாவது வகை ஒளியிலிருந்து ஒளியை நோக்கி ஓடுவதாக இருக்கிறது," என்று புத்தர் சொன்னார்.

புத்தர், புதிர்களில் பேசவில்லை. அவரது போதனை தெளிவானதாகவும், நன்கு விளக்கப்பட்டதாகவும் இருக்கிறது. **ஸ்வாக்கா²தோ ப⁴க³வதா த⁴ம்மோ**. மக்கள் சரியாகப் புரிந்து கொள்ளாத ஒன்றைப் பேசியபோதெல்லாம், அவர் உடனடியாக அதை விளக்கினார். இருள் என்பது என்ன? ஒளி என்பது என்ன? ஒன்றிலிருந்து மற்றொன்றிற்கு ஒருவர் எவ்வாறு ஓடிக்கொண்டே இருக்கிறார்?

1. இருளிலிருந்து இருளிற்:

இருளான ஒரு வாழ்க்கை, துன்பத்தாலான ஒரு வாழ்க்கை என்று சுற்றிலும் எங்கும் இருளே இருக்கிறது. உடலாலும், மனதாலும், பொருளாலும், குடும்பத்திலோ சமூகத்திலோ உள்ள சிக்கல்களாலும் ஒருவர் பல்வேறு வழிகளில் துன்பப்படுகின்றார். மகிழ்ச்சி என்பது அறவேயில்லை. இன்னும், உள்ளுக்குள்

தெள்ளறிவின் சுவடு எதுவுமில்லை. ஆகவே, ஒவ்வொரு கணமும், இவர், கோபம், வெறுப்பு, தீய எண்ணம் இவை தவிர வேறெதனையும் தோற்றுவிப்பதே இல்லை.

"இவரால், இந்த நிகழ்ச்சியால், இந்தக் காரணத்தால், நான் துன்புறுகிறேன்." அந்தக் காரணத்திடமோ அல்லது அந்த நபரிடமோ, அவர் வெறுப்பை தோற்றுவிக்கின்றார். வெறுப்பினாலான கடந்தகால கர்மங்களின் விளைவே இந்தத் துன்பமாகும் - இப்போது, அவர் வெறுப்பினாலான விதைகளையே மேலும் ஊன்றுகின்றார். ஒருவரது வாழ்வில், முன்னரே, அதிக அளவு இருள் இருக்கிறது; ஒருவர் மேலும் இருளிற்குரிய விதைகளையே ஊன்றுகின்றார். கோபம், வெறுப்பு, தீய எண்ணம் இவற்றாலான இவ்விதைகள், எதிர்காலத்தில் துன்பத்தைத் தவிர, வேறெதையும் கொண்டு வருவதில்லை. ஆகவே, எதிர்காலம் கூட, துன்பம் நிறைந்ததாகவே இருக்கும். நிகழ்காலம் துன்பம், எதிர்காலமும் துன்பம். நிகழ்காலமும் இருள், எதிர்காலமும் இருள். ஆகவே இத்தகைய ஒருவர் இருளிலிருந்து இருளிற்கு ஓடுகின்றார்.

2. ஒளியிலிருந்து இருளிற்:

ஒருவரது வாழ்வில் சுற்றிலும் எங்கும் ஒளி இருக்கிறது. பொருட் செல்வத்தாலும், நல்நலத்தாலும், சமூக செல்வாக்காலும் இன்று மகிழ்ச்சி இருக்கிறது. ஆனால், உள்ளுக்குள், தெளிந்த அறிவு ஏதுமில்லை. ஆகவே, இந்த

செல்வம், அதிகாரம், அந்தஸ்து இவற்றால் ஒருவர் கர்வமுடையவர் ஆகிறார்; பிறரிடம் வெறுப்பு.

"ஏழைகளாகிய இவர்கள் எதற்கும் பயனற்றவர்கள். நான் மிகவும் புத்திசாலி; என்னிடம் நிறைய பணம், பதவி, அதிகாரம், அந்தஸ்து எல்லாம் இருக்கிறது."

கடந்தகால சில நல்ல கர்மங்களால் சுற்றிலும் எங்கும் ஒளி இருக்கிறது. விரைவாகவோ மெதுவாகவோ இது முடிந்துவிடும். ஆனால், ஒவ்வொரு கணமும், ஆணவ விதைகளை, வெறுப்பு விதைகளை, துன்ப விதைகளை, இருள் விதைகளையே ஒருவர் ஊன்றுகின்றார். எதிர்மறையாகிய இவ்விதைகள் எதிகாலத்தில் இருளையே, எதிர்காலத்தில் துன்பத்தையே விளைவிக்கும். இவ்வாறு, இவர் ஒளியிலிருந்து இருளை நோக்கி ஓடுகின்றார்.

3. இருளிலிருந்து ஒளியை நோக்கி:

நிகழ்காலத்தில் இம்முன்றாவது வகையினர், முதலாவது கூட்டத்தில் இருக்கும் ஒருவரைப்போல மிகச்சரியாக அதே நிலையில் இருக்கின்றார். சுற்றிலும் எங்கும் கஷ்டம், சுற்றிலும் எங்கும் இருளாகவே இருக்கிறது. ஆனால், உள்ளே தெள்ளறிவு இருக்கிறது. ஒருவர் புன்முறுவல் செய்தவண்ணம் இருக்கின்றார்.

"ஓ, என்னுடைய கடந்தகால சில கெட்ட கர்மங்களால், இந்தக்கஷ்டம் எனக்கு வந்துவிட்டது. எனது துன்பத்திற்குத் தெரிந்த காரணம் அவராகவே இருக்கலாம் என்று தோன்றுகிறது. நிச்சயமாக, எனது துன்பத்தின் உண்மையான காரணம் இவராக இருக்கமாட்டார். இவர் வெறுமனே ஒரு கருவியாகவே இருந்திருப்பார். இத்தகைய தவறான செயல்களால், ஆணோ பெண்ணோ - அவர் துன்புறக் கூடாது! எனது கடந்தகால கர்மங்களால், இவர் வழியாகவோ அல்லது வேறொருவர் வழியாகவோ இந்தக் கஷ்டம் வந்திருக்க வேண்டும். இப்போது, துன்பத்திற்குரிய புதிய விதைகளை நான் ஊன்றமாட்டேன்"

ஆகவே, இத்தகைய மக்களிடம் ஒருவர் அன்பையும், கருணையையும் மட்டுமே செலுத்துகிறார். அன்பு விதைகளை, கருணை விதைகளையே ஒருவர் ஊன்றுகிறார். இப்போது, இருள் இருப்பினும், எதிர்காலம் ஒளிநிறைந்ததாக இருக்கும். விரைவாகவோ மெதுவாகவோ இந்த இருள் அகலும் ; ஒளி மட்டுமே இருக்கும். எதிர்காலத்தில் ஒளி, எதிர்காலத்தில் மகிழ்ச்சி - இவற்றைக் கொண்டுவரும், ஒளிகுரிய விதைகளையே ஒருவர் ஊன்றுகின்றார்.

4. ஒளியிலிருந்து ஒளியை நோக்கி:

இன்றைய நிலையில், ஒருவரது வாழ்க்கை ஒளியால் நிரப்பப்பட்டிருக்கிறது, மகிழ்வால்

நிரப்பப்பட்டிருக்கலாம், பொருட் செல்வத்தாலும், உலகியல் வசதிகளாலும், சமூக அந்தஸ்தாலும் ஒருவர் மகிழ்ச்சியை அநுபவிக்கிறார். இன்னும், தெள்ளறிவும் இருக்கிறது; அதனால், "கடந்தகால சில நல்ல கர்மங்களால்தான் இந்த வெற்றியெல்லாம் கிடைக்கிறது. நான் நல்ல கர்மங்கள் என்னென்ன செய்திருந்தாலும், அவை நிரந்தரமாகா, அவற்றின் பலன்களும் நிரந்தரமாகா, விரைந்தோ மெதுவாகவோ அவை முடிவுக்கு வந்துவிடும். ஆதலால், இந்தப் பணத்தையும், அதிகாரத்தையும், எனக்கிருக்கும் அந்தஸ்தையும் பிறர் நன்மைக்காக நல்ல முறையில் நான் இதைப் பயன்படுத்த வேண்டும். ஓர் இல்லறத்தார் என்ற அளவில், எனது குடும்பத்தைப் பேணுவதற்கும், என்னைச் சார்ந்திருப்பவர்களைப் பேணுவதற்கும் எனது செல்வத்தைப் பயன்படுத்துவது எனது கடமை. மீதி எது இருந்தாலும், பிறரது நன்மைக்காகவும், பிறரது பயனுக்காகவுமே நான் பயன்படுத்த வேண்டும். மேலும், மேலும் மக்கள் தூயதம்மத்தைப் பெறுவார்களாக! மென்மேலும் மக்கள் தெள்ளறிவை வளர்த்துக் கொள்வாராக! இன்னும் அதிகளவு மக்கள் தமது துன்பத்திலிருந்து விடுதலையடைவார்களாக!" என்பதையும் ஒருவர் புரிந்து கொள்கிறார்.

ஆகவே, ஒருவர் எப்போதும் அன்பையும், கருணையையும், நல்லெண்ணத்தையும் தோற்றுவிக்கின்றார். வாக்காலோ, உடம்பாலோ, மனதாலோ செய்யப்படும் செயல்கள் எல்லாம் பிறரது நன்மைக்காகவே இருக்கும். ஒருவர் ஒளிகுரிய விதைகளையே ஊன்றுகின்றார். மகிழ்ச்சியிலிருந்து ஒருவர் மகிழ்ச்சிநோக்கி ஓடுகிறார்; ஒளியிலிருந்து, ஒருவர் ஒளியை நோக்கி ஓடுகிறார்.

நாம் முதலாவது அல்லது இரண்டாவது வகையில் உள்ளவர்கள் போல இருக்கக்கூடாது. நாம் முன்றாவது அல்லது நான்காவது வகையில் உள்ளவர்கள் போலவே இருக்க வேண்டும். முன்றாவதோ அல்லது நான்காவதோ, இது நமது கையில் இல்லை. சிலவேளை, வாழ்க்கை முழுவதும் இருளாகவே இருக்கலாம், முழுவதும் துன்பமாகவே இருக்கலாம். எல்லாம் கடந்தகால கர்மங்களால்தான். மற்றொருவேளை, வாழ்க்கை முழுக்க ஒளியாக இருக்கலாம். கடந்தகால கர்மங்களால், கடந்தகால நல்லதும் கெட்டதுமான கர்மங்களால், வாழ்க்கை மகிழ்ச்சியும் மகிழ்வின்மையுமாக இருக்கலாம். மகிழ்ச்சியோ துன்பமோ, ஒளியோ இருளோ இதையெல்லாம் பாராமல், நாம் உள்ளுக்குள் ஒளியை வளர்த்துக் கொள்வோம். நாம், எதிர்காலத்தில் துன்பத்தை உண்டாக்கும், எதிர்காலத்தில் இருளை உண்டாக்கும் புதிய சங்காரங்கள் எதையும், ஆக்காமலிருப்போம். விபஸ்ஸனாவிலிருந்து நாம் கற்றுக் கொள்வது இதுதான்.

புத்தர் சொன்னார்:

அத்தா ஹி அத்தனோ நாதோ², அத்தா ஹி அத்தனோ க³தி.
ஒருவர் அவரது சொந்த தலைவராக இருக்கிறார்;

ஒருவர் அவரது சொந்த எதிர்காலத்திற்கும் தலைவர் சங்காரத்தை கூட நீங்கள் தோற்றுவிக்க முயலாதீர்கள். ஆக இருக்கிறார். எதிர்காலம் என்பது நிகழ்காலத்தின் குழந்தையே.

நிகழ்காலம் என்பது கடந்தகாலத்தின் குழந்தையே நிகழ்காலத்தின் தலைவராக இருங்கள். உங்களது தவிர எதுவுமல்ல. கடந்தகாலத்தில் நீங்கள் செய்தது நிகழ்காலம் தம்மம் நிறைந்ததாக இருக்கட்டும். எதிர்காலம், எதுவானாலும், செய்ததே. ஆனால், நீங்கள் இயல்பாகவே, மகிழ்ச்சி நிறைந்ததாக இருக்கும். நிகழ்காலத்தில் தலைவராக இருக்கின்றீர்கள். எதிர்காலத்தில் இருள் எதுவும் இருக்காது. உங்களுக்குத் துன்பத்தைக் கொண்டுவரும், ஒரே ஒரு

சிறுவர்களின் கேள்விகளுக்கு கோயன்காஜி அவர்கள் பதிலளிக்கிறார்

கேள்வி 1: நகைச்சுவைக்காகக் கூட சீலத்தைக் கைவிடுவது சரியில்லை என்பது ஏன்?

பதில்: உங்களைச் சீலத்தைக் கைவிடத் தூண்டும் ஒரு நகைச்சுவை உணர்வில் ஏன் இறங்குகிறீர்கள்? நீங்கள் அறம் தவற வேண்டிய அவசியம் ஏற்படாத எவ்வளவோ கேளிக்கைகள் இருக்கக்கூடும். நகைச்சுவைக்காகவே இருந்தாலும், நீங்கள் ஒருமுறை சீலத்தைத் தவறவிட்டால் அதை மீண்டும் மீண்டும் செய்ய ஆவல் ஏற்படும். இன்று நீங்கள் விளையாட்டாக சீலத்தைக் கைவிடுகிறீர்கள்; நாளை அதுவே உங்கள் நிரந்தரப் பழக்கமாகிப் போகும். அதைச் செய்ய உங்களுக்கு ஏதேனும் ஒரு சாக்குப்போக்கு கிடைக்கும். எந்த ஒரு சூழ்நிலையிலும் அறநெறியைக் கைவிடுதல் தவறானதேயாகும். எனவே, ஒரு பொழுதும், நகைச்சுவைக்காகக் கூட, அதில் ஈடுபடாதீர்கள்.

கேள்வி 2: ஒருவேளை சீலம் தவறி நடந்துவிட நேர்ந்தால், அதை ஈடுகட்ட நாங்கள் என்ன செய்யவேண்டும்?

பதில்: நீங்கள் சீலத்தைக் கைவிட நேர்ந்தால், அதை உங்களைவிட மூத்தவர் ஒருவரிடம் ஒப்புக்கொள்ளுங்கள். உங்கள் தவறுகளை மறைக்காதீர்கள். உங்கள் தவறுகளை ஒளித்து வைத்தால், நீங்கள் அதை மீண்டும் செய்யத் துணிவீர்கள். அது ஒரு முடிவற்ற சுழற்சியை ஆரம்பிக்கும். வயதில் மூத்த, மதிக்கத்தக்க ஒருவரிடம் நீங்கள் செய்த தவறை ஒப்புக்கொண்டு, மீண்டும் அந்த தவறை எந்த சூழ்நிலையிலும் செய்யமாட்டீர்கள் என்று வாக்குறுதி கொடுத்தால், உங்கள் மனம் திடம் பெறத் தொடங்கும். நீங்கள் செய்த எந்த தவறான செயலையும் மறைக்காமல் இருந்தால், நீங்கள் அதை மீண்டும் செய்யத் தூண்டப்படுவதில்லை. மேலும், அந்த தவறை மீண்டும் செய்யாமல் இருக்க நீங்கள் உறுதியோடு இருந்தால், நீங்கள் மேலும் மனோதிடம் பெறுவீர்கள். இதுதான் சரியான வழி. சீலம் தவறியதை ஈடுகட்ட வேறு வழி ஏதும் இல்லை.

தியான முகாம்களின் காலஅட்டவணை - 2008

இடம் - தம்ம சேது, சென்னை

மாதம்	10 நாள் முகாம்		ஸ்திபட்டான முகாம் (S.T.P.)	3-நாள் முகாம்	சிறுவர் தியான முகாம்கள்
ஜனவரி -08	-	17 - 28		17-20	12-13
பிப்ரவரி - 08	07 - 18	21 - 3/3	09 - 17	21-24	-
19 பிப்ரவரி தம்ம சேவகர்களுக்கான பயிற்சி முகாம்					
மார்ச் - 08	06-17	20-31		20-23	-
ஏப்ரல் - 08	03-14	17-28		17-20	15, 29
மே - 08	01-12	15-26		15-18	30-சிறுவர் முகாம் சேவகர்களுக்கான பயிற்சி முகாம், 31- சிறுவர் முகாம்
ஜூன் - 08	05-16	19-30	07-15	19-22	-
ஜூலை - 08	03-14	17-28		17-20	-
ஆகஸ்ட் - 08	07-18	-	-	21-24	30-31
7-28 ஆகஸ்ட் இருபது நாள் முகாம்					
செப்டம்பர் - 08	04 - 15	18-29		18-21	-
அக்டோபர் - 08	02-13	16-27	04 - 12	16-19	-
நவம்பர் - 08	06-17	20-1/12		20-23	-
டிசம்பர் - 08	04-15	18-29		18-21	-

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

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, லெஜென்டு அபார்ட்மெண்ட்ஸ், 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, திரு. ரமணிதரன் - 9444272198

தமிழகத்தின் மற்ற ஊர்களில் விபஸ்ஸனா தியான முகாம்

1. மதுரை

தேதி: 22/12/2007 - 1/1/2008 **இடம்:** திருப்பாலை ஜெயின் வித்யாலயா

தொடர்பு கொள்ள வேண்டிய முகவரி:

1. திருமதி. ரேணுகா மேத்தா, 19A, கிருஷ்ணாபுரம் காலனி, SF-6 மல்லிகை அபார்ட்மெண்ட்ஸ், மதுரை - 625014, போன்: (0452)-2641343
2. M.A. சிவசுப்ரமணியன், போன்: 0452-2626761
3. லால்ஜி வோரா(மிலன்), போன்: 0452-2624365, 2681315

Published by V. Santhanagopalan on behalf of Vipassana Meditation Centre, from Flat No. T2, Akshaya Flats, 55 Irusappa Street, Triplicane, Chennai 600005 and printed by R. N. Yogi at Leeyo Graphiks, New No. 6, Gaffur Street, Royapettah, Chennai 600014. Editor: V. Santhanagopalan

Posting Day: First week of every month.

பட்டுவாடா செய்யப்படாவிடில், கீழ்க்கண்ட முகவரிக்கு திருப்பி அனுப்புக:

To:

BookPost

அனுப்புநர்: Vipassana Meditation Centre
51 Chamiers Road, RA Puram, Chennai 600028
☎: 044-24780953
e-mail: info@setu.dhamma.org,
Website: www.vri.dhamma.org, www.setu.dhamma.org,
www.tamil.dhamma.org