விபஸ்ஸனா செய்தி மடல்

மலர்-2, இதழ்-7, ஏப்ரல் - 2009 | ஒரு மடலின் விலை-ரூ 2.50 | விபஸ்ஸனா தியான மையம்
தமிழ் மாதப் பத்திரிகை | ஆண்டு சந்தா-ரூ 30 | தம்ம சேது, சென்னை, தமிழ்நாடு

[விபஸ்ஸனா: ஸயாஜி ஊபாகின் வழிமரபில், திரு சத்திய நாராயண கோயங்கா அவர்களால் போதிக்கப்படும் தியான முறை]

தம்ம வாக்கு

யதா ஹவே பாதுபவந்தி தம்மா, ஆதாபினோ ஜாயதோ ப்ராமணஸ்ஸ;

விதூபயங் திட்டதி மாரஸேனங், ஸுரியோ வ ஓபாஸயமந்தலிக்கங்.

ஒரு தியான ஸாதகருக்கு உண்மையில் ஞானம்(தம்மம்) உதிக்கும் போது, இருளை அழித்துவிட்டு ஆகாயத்தில் சூரியன் பிரகாசமாக இருப்பது போல, அவரும் தீய சக்திகளை அழித்துவிட்டு அவ்வாறே நிலைபெற்று இருக்கின்றார்.

<u>முன்னுரை</u>: புத்தர் மற்றும் அவரது போதனைப் பற்றி நம் நாட்டில் மிக-பல தவறான கருத்துக்கள் பரவியுள்ளன. அவைகளைத் தெளிவுபடுத்தி (நீக்கி) உண்மையை வெளிச்சத்திற்குக் கொண்டுவருவது மிக அத்யாவசியமானது. குறிப்பாக, இது விபஸ்ஸனா சாதகர்களுக்கு மிகவும் இன்றியமையாதது. இல்லையெனில், அவர் உண்மை நிகழ்வுகளைப் புரிந்துகொள்ளாமல் குழப்பத்திலேயே மூழ்கி இருந்துவிடுவார். ஒவ்வொரு மாதமும் விபஸ்ஸனா செய்தி மடலில் வெளிவரும் புத்தரின் வாழ்வு நிகழ்வுகளின் மூலம் அனைத்துத் தவறான கருத்துக்களிலிருந்து விடுதலை கிடைக்காவிட்டாலும் சிலவற்றிலிருந்தாவது விடுதலை கிடைக்கும்.

தீய சக்திகள் தோல்வியடைந்தன

திரு. சத்ய நாராயண கோயங்கா

சூரிய அஸ்தமனத்திற்கு முன்பே போதிஸத்துவர் போதி மரத்தின் அடியில் தியானம் செய்வதற்காக உட்கார்ந்து கொண்டார். “எனக்கு ஸம்மா ஸம்போதி அதாவது பூரண ஞானம் கிடைக்கும் வரையில் நான் இதே ஆசனத்தில் அசையாமல் உட்கார்ந்திருப்பேன்” என்ற திடமான தீர்மானத்தை உட்கார்ந்த உடனேயே அவர் மேற்கொண்டார். என் உடலின் தசை, தசை நார் மற்றும் இரத்தமனைத்தும் உலர்ந்து போனாலும் சரி, நான் என் இலட்சியத்திலிருந்து விலகிவிட மாட்டேன்.

மரணத்தின் அதிபதியான மாரா அவரை விலக வைக்க பல முயற்சிகளை செய்தார். தீவிர பயத்தினாலும் பீதியினாலும் பாதிக்கப்படும் போது தான் இவர் தவத்தை கைவிடுவார். அப்போது தான் எனக்கு வெற்றியும் இவருக்கு தோல்வியும் கிட்டும் என்று எண்ணினார்.

இதை நிறைவேற்ற மாரா ஒரு மாபெரும் தந்திரம் நிறைந்த படையுடன் போதிஸத்துவரை தோற்கடிப்பதற்காக வந்தார். ஆனால், போதிஸத்துவர் இவற்றினால் எள்ளளவும் பாதிக்கப்படவில்லை.

அவர் சிறிதும் அசையாததை கண்ட மாரா, "நீ எந்த ஆசனத்தில் உட்கார்ந்து கொண்டிருக்கிறாயோ அது என்னுடையது" என்று கர்ஜித்து கொண்டே அவரிடம் கூறினார்.

"எவரொருவர் அனைத்து பாரமிதாக்களையும் அதாவது நற்பண்புகளையும் நிறைவு செய்துவிட்டாரோ அவருக்கே இந்த ஆசனத்தின் மேல் அதிகாரம் உள்ளது" என்று ஸ்திரமாகவும் அசையாமலும் உட்கார்ந்திருந்த போதிஸத்துவர் கூறினார். "நான் அனைத்து பாரமிதாக்களையும் நிறைவு செய்துவிட்டேன். இந்த பூமியே இதற்கு சாட்சி. இதில் இருந்து கொண்டு தான் நான் பல பிறவிகளில் பாரமிதாக்களை நிறைவு செய்தேன்." என்று கூறினார். இந்த உண்மை அறிவிப்பினால் பூமியில் நில நடுக்கம் ஏற்பட்டது. பூமியே இந்த உண்மை அறிவிப்பிற்கு சான்றளித்தது போல் இருந்தது. மாரா இதைக் கண்டு தாமே பயத்தில் மூழ்கி போனார். உடனடியாக அவர் தனது படையுடன் அங்கிருந்து தப்பியோடினார்.

எண்ணிலடங்கா பிறப்புக்களாக சேர்க்கப்பட்ட புண்ணிய பாரமிதாக்களின் கவசம்(காப்பு) போதிஸத்துவருக்கு பாதுகாப்பு அளித்துக்கொண்டிருந்தது. எந்தவித தந்திரத் தாக்குதலும் அவருக்கு சிறு தீங்கு கூட செய்ய முடியவில்லை. போதிஸத்துவர் முற்றிலும் பயமற்றவராக இருந்து வந்தார். ஒவ்வொரு கணமும் எல்லையில்லா அன்பினாலும் கருணையினாலும் நிறைந்தவராய் உள்ளச்சமநிலையால் நிறையப்பெற்ற பஞ்ஞாவில் அதாவது ஞானத்தில் நிலைத்திருந்தார். தோற்கடிக்கமுடியாத போதிஸத்துவருக்கு வெற்றி கிட்டியது. தீமை நிறைந்த மாரா தோல்வியடைந்தார்.

தானம் போன்ற பாரமிதாக்களின் பலத்தினால் போதிஸத்துவர் வெற்றியடைந்தார். ஆதலால் தான் இவ்வாறு கூறப்பட்டது:

"**தானாதி தம்மவிதினா ஜிதவா முனிந்தோ . . .**"

(ஜயமங்கள அட்டகாதா)

<u>மார புதல்விகளின் பலனில்லா தீய முயற்சி</u>

தோல்வியினால் துயரமடைந்த தந்தையை கண்ட மாராவின் மூன்று புதல்விகளான – திருஷ்னா(ஆசை), அரதி(வெறுப்பு) மற்றும் ரகா(விருப்பம்), தமது தந்தையிடம் "யாரை உங்களால் தோற்கடிக்க முடியவில்லையோ அவரை நாங்கள் தோற்கடிப்போம்" என்று உறுதியளித்து கூறினார்கள். இவ்வாறு சபதம் செய்துவிட்டு அவர்கள் பகவான் ஸம்மா ஸம்புத்தரிடம்(ஞானம் அடைந்த பின்னர்) சென்றனர். அங்கு பல வழிகளில் தங்கள் உடற் பகுதிகளை வெளிப்படுத்தி அவரை கவர முயற்சித்தனர். ஸம்மா ஸம்புத்தர் நிப்பாணத்தின் அதாவது முக்தி நிலையின் ஆனந்தத்தில் மூழ்கியவண்ணம் தியானத்தில் திடமாக இருந்தார். அவர் கண்களைக் கூட திறக்கவில்லை. அவருக்கு சேவை செய்வதற்கான வாய்ப்பு தங்களுக்கு அளிக்குமாறு வேண்டுகோளும் மூவர் விடுத்தனர். ஆனால், ஸம்மா ஸம்புத்தர் தியானத்திலேயே மூழ்கியிருந்தார். இந்த அறுவறுப்பான செய்கைகளினால் எள்ளளவும் அவரிடத்தில் தாக்கத்தை ஏற்படுத்த முடியவில்லை. இறுதியில், அவர்களும் தோல்வியை ஒப்புக்கொண்டு தமது தந்தையிடம் போய் சேர்ந்தனர்.

மகா முனி புத்தரின் தீர்மானம் ஸ்திரமாக இருந்தது. அவர் பஞ்ஞாவில் அதாவது ஞானத்தில் முழுவதுமாக நிலைபெற்றிருந்தார். பின்னர், காலப்போக்கில், இந்நிலையை தான் இவ்வாறு விளக்கப்படிருக்கலாம்:

வீதராகபயக்ரோத ஸ்திததீர்முனிருச்யதே

(பகவத் கீதை 2.56)

இந்த மகாமுனி **ஸ்திததீர்,** அதாவது ஸ்திதப்ரக்ஞ(ஸ்திரமான ஞானம் உடையவர்) என்று கூறப்பட்டார். ஏனெனில் அவர் **வீதராக** அதாவது அவா அற்றவரானார். அழகிய யுவதிகளான மார-புதல்விகள் அவரிடம் எந்த ஒரு காம ஆசையையும் எழச்செய்ய முடியவில்லை. பஞ்ஞா அதாவது ஞானத்தின் மூலம் பயத்தின் ஆழ் வேரை அழித்தொழித்து **வீதபய** அதாவது பயமற்றவரானார். கடும் தாக்குதலை செய்த மாரனின் படையிடம் அவர் எள்ளளவும் கோபம் கொள்ளவில்லை. கோபத்தின் அனைத்து ஸங்காரங்களையும் ஞானத்தின் துணைகொண்டு அழித்தொழித்து அவர் **வீதக்ரோத** அதாவது கோபமற்றவரானார். அவரது மனம் எல்லையில்லா கருணையில் நிரம்பி வழிந்தது. சரியாக கூறினால், இப்பேர்ப்பட்ட மகாமுனி தான் உண்மையில் ***ஸ்திததீ*** அதாவது ஸ்திதபிரக்ஞர், ஞானத்தில் நிலைப்பெற்றவர் என்று அழைக்கப்பட்டார்.

<u>குறிப்பு</u>: மாரா என்ற பெயர் அனைத்து தீய சக்திகளின் தலைமையை குறிக்கும்.

கேள்வி பதில்

கேள்வி: தியானம் மன நலம் சரியில்லாதவருக்கும் துயர் உற்றோர்களுக்கும் உதவுகின்றது என்பதை நான் புரிந்துகொள்கிறேன். ஆனால், வாழ்க்கையில் ஏற்கெனவே திருப்தியாகவும் மகிழ்ச்சியாகவும் இருக்கும் ஒருவருக்கு தியானம் எவ்வாறு உதவும்?

கோயங்காஜீ: வாழ்க்கையின் மேலோட்டமான இன்பங்களை கொண்டு திருப்தியாக இருக்கும் ஒருவர் மனதின் ஆழத்தில் நிகழும் கிளர்ச்சிகளைப் பற்றிய அறியாமையில் தான் இருக்கிறார். தாம் ஒரு மகிழ்ச்சியானவர் என்னும் மாயையில்(பிரம்மையில்) தான் அவர் இருக்கிறார். ஆனால், அவர் அனுபவிக்கும் சுகங்கள் நிரந்தரமானதல்ல. மனதின் ஆழத்தில் தோற்றுவிக்கப்படும் இறுக்கங்கள் வளர்ந்துகொண்டே செல்கின்றன. விரைவாகவோ அல்லது தாமதமாகவோ அவை மனதின் மேற் புறத்தில் வந்தாக வேண்டும். அவ்வாறு நிகழும் போது, மகிழ்ச்சியாக இருக்கிறேன் என்று கூறிக்கொள்ளும் அவர் துன்பப்பட தொடங்குவார். ஆகையால், அதனை எதிர்கொள்ள ஏன் இப்போதே அவர் வேலை செய்ய துவங்கக் கூடாது?

கேள்வி: நான் உடலில் நுண்ணிய உணர்ச்சிகளை உணராதபோது, மெத்தா எப்படி பயிற்சி செய்ய முடியும்?

கோயங்காஜி: நீங்கள் நுண்ணிய உணர்ச்சிகளை உணர்ந்திருக்கும்போது உங்கள் மனதின் மிக ஆழ்ந்த நிலையில் செயலாற்றுவதால், அப்போது மெத்தா பயில்வது மிகவும் ஆற்றல் வாய்ந்தததாகவும், மிகவும் பயனளிப்பதாகவும் இருக்கும் என்பது உண்மைதான். நீங்கள் திண்ணிய உணர்ச்சிகளை மட்டுமே உணர்கிறீர்கள் என்றால், மனதின் மேம்போக்கான நிலையில் மட்டுமே செயல்படுவதால் மெத்தா அவ்வளவு பயனளிப்பதாக இருக்காது. இருந்தாலும் பரவாயில்லை. மனதின் அறிவுசார் நிலையில் உணர்ந்து, "அனைத்து உயிரினமும் மகிழ்வோடு இருக்கட்டும்! அனைத்து உயிரினமும் மகிழ்வோடு இருக்கட்டும்!" என்று கற்பனை செய்தவண்ணம் இருங்கள். தொடர்ந்து செயலாற்றி வாருங்கள். நுண்ணிய அதிர்வுகள் தோன்றும் நிலையை நீங்கள் அடையும்பொழுது, நீங்கள் மனதின் ஆழ்ந்த நிலையில் செயலாற்றுவீர்கள்; அப்பொழுது மெத்தா அதிக பயனளிப்பதாக இருக்கும்.

பாலி மொழி வகுப்பு - 7

பாலி மொழி புத்தரால் பேசப்பட்ட ஒரு மொழியாகும். அவர் இம்மொழியில்தான் தம்மத்தைப் போதித்தார். ஒரு 10 நாள் விபஸ்ஸனா தியான முகாமில் கூட நாம் சில பாலி வார்த்தைகளையும் வாக்கியங்களையும் கேட்கிறோம். ஆதலால் அதன் பொருளை பிரித்து பார்ப்பதுதான் இந்த வகுப்பின் நோக்கம். இனி மாதந்தோறும் இம்மடலில் இதை நாம் பார்க்கலாம், கற்கலாம். வாருங்கள்!!!

தா³னஞ்ச த⁴ம்மசரியா ச, ஞாதகானஞ்ச ஸங்க³ஹோ;

அனவஜ்ஜானி கம்மானி, ஏதங் மங்க³ளமுத்தமங்.

தா³னஞ்ச - தானம் செய்தல்; **த⁴ம்மசரியா ச –** தம்மத்தை அனுசரித்தல்(பயிற்சி செய்தல்); **ஞாதகானஞ்ச –** உறவினர்களுக்கு; **ஸங்க³ஹோ –** உதவி செய்தல், கருணை காட்டுதல்; **அனவஜ்ஜானி -** குற்றமற்ற; **கம்மானி –** செயல்களை செய்கள்**; ஏதங் –** இவை; **மங்க³ள –** நன்மை; **முத்தமங் –** மேன்மைவாய்ந்த.

பொருள்: தானம் செய்தல், தம்மத்தை பயிற்சி செய்தல், உற்றார் உறவினர்களுக்கு உதவி செய்தல் மற்றும் குற்றமற்ற செயல்களை மட்டுமே செய்தலாகிய இவை மிக மேன்மைவாய்ந்த நன்மைகளாகும்.

கோவையில் பத்து நாள் விபஸ்ஸனா தியான முகாம்

தேதி: 15/05/2009 - 26/05/2009

இடம்: நேரு வித்யாலயா, தொடர்புகொள்க: திரு. பரத் ஷா – சங்கம் ஸ்டோர்ஸ், 26/932, ரங்கை கௌடர் தெரு, ஃப்ளவர் மார்கெட் அருகில், கோவை 1, தொலைபேசி – 0422-2472441, 9842347244, திரு. மகேஷ் பன்சல் – 9843451153

RNI TC NO: TNTAM 17399 / 26.03.07 RDIS NO: 126/07
REGISTRAR OF NEWSPAPERS FOR INDIA No. TNTAM/2007/22647 POSTAL REG NO: TN/CH©/140/08-10

இராஜபாளயத்தில் விபஸ்ஸனா தியான முகாம் கால அட்டவனை – 2009

இடம்: அரவிந்த் ஆசிரமம், 4th கிலோமீட்டர், முடங்கையார் ரோடு, இராஜபாளயம்

3-நாள் முகாம்கள்: ஏப்ரல் – 16-19, மே – 14-17, ஜுலை – 16-19, டிசம்பர் – 17-20

10-நாள் முகாம்கள்: ஜுன் – 14-25, அக்டோபர் – 18-29, **1 நாள் முகாம்** – ஆகஸ்ட் – 16

குறிப்பு: 3-நாள் முகாம்கள் மேலே குறிப்பிட்ட தேதிகளில், வியாழன் மாலை 5 மணிக்கு தொடங்கி ஞாயிறு மாலை 5 மணிக்கு முடிவடையும். 1-நாள் முகாம் காலை 9 மணிக்கு துவங்கி மாலை 5 மணிக்கு முடிவடையும்

விபஸ்ஸனா தியான முகாம் கால அட்டவனை - 2009

விபஸ்ஸனா தியான மையம், தம்ம சேது, **533,** *பழந்தண்டலம் ரோடு, வழி: திருநீர்மலை, திருமுடிவாக்கம்-அஞ்சல், சென்னை* **- 600044, ☏: 044-24780953**

	10 நாள்	ஸதி-பட்டான முகாம்	20-நாள்	30-நாள்	3-நாள்	குழந்தைகள் முகாம்	தம்ம சேவை முகாம்
ஏப்ரல்	1-12, 15-26				30-03		
மே	6-17					2-3, 30-31	
ஜுன்	3-14	20-28			18-21		
ஜுலை	1-12 22-02					18-19	
ஆகஸ்ட்			**5 - 26**	**5 - 5/9**			3-5
செப்டெம்பர்	9-20, 23-04						
அக்டோபர்	21-01	8-16			22-25		
நவம்பர்	4-15 18-29					1(நவம்பர்)	
டிசம்பர்	2-13 16-27					27-28	

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

REGISTERED NEWSPAPER

Posted on: 13/04/2009
POSTED AT EGMORE
RMS/1 (PATRIKA CHANNEL)

To

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