

# விபஸ்ஸனா செய்தி மடல்

மலர்-2, இதழ்-12, செப்டம்பர் - 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

ஸமாஹிதோ ஸம்பஜானோ, ஸதோ புத்தஸ்ஸ ஸாவகோ, வேதனா ச பஜானாதி, வேதனானங் ச ஸம்பவங். யத்த சேதா நிருஜ்ஜந்தி, மக்கங் ச கயகாமினங், வேதனானங் கயா பிக்கு நிச்சதோ பரிநிப்புதோ தி.

மனக்குவிப்புடனும், விழிப்புணர்வுடனும், நிலையாமையின் நிறைவான இடைவிடாத புரிதலுடனும் உள்ள புத்தரின் சீடர் ஒருவர், உணர்ச்சிகளையும், அவைகளின் தோற்றத்தையும், அவைகளின் அழிவையும், அவைகளை முடிவுக்குக் கொண்டு வரும் பாதையைப் பற்றியும் தெள்ளறிவுடன் தெரிந்து கொள்கிறார். உணர்ச்சிகள் முழுவதுமாக முடிவுக்கு வருகின்ற நிப்பாண நிலையை அடைந்த தியானி ஒருவர், ஆசையிலிருந்து முழுவதுமாக விடுதலை அடைந்து பூரண முக்தி அடைகின்றார்.

ஸம்யுத்த நிகாயம் - IV, 183

## இராகுலனின் துறவறம்

திரு. சத்ய நாராயண கோயங்கா

“செல், உன் தந்தையைச் சந்தித்து அவரிடம் உனது மரபுவழி உரிமைச் சொத்தைக் கேள். அவரிடம் தங்கமும் இரத்தினமும் நிறைந்த நான்கு பாத்திரங்கள் உள்ளன.”, என்று தாய் உள்ளம் நிறைந்த அன்னை யசோதரா மகன் இராகுலனிடம் அவனது தந்தையை அறிமுகப்படுத்தி அவரது அடையாளங்களையும் சொல்லி இவ்வாறு கூறினாள்.

இரத்தினங்களால் நிரம்பிய அந்த நான்கு பாத்திரங்கள் தான் என்ன? இரத்தினங்களையும் விட அதிகம் மதிப்புவாய்ந்ததும், உண்மையில் மிக விலைமதிப்பற்ற செல்வமான நான்கு உன்னத உண்மைகளே அவை. ஆதலால் தான் இவ்வாறு கூறப்பட்டது -

யங் கிஞ்சி வித்தங் இது வா ஹூரங் வா, ஸக்கேஸு வா யங் ரதனங் பணீதங்;  
ந நோ ஸமங் அத்தி ததாகதேன, இதம்பி புத்தே ரதனங் பணீதங்.

- (குத்தக பாடம் - 6, இரத்தன ஸுத்தம் - 3)



- இங்கே, இந்த உலகிலும், பிற உலகங்களிலும் என்னவெல்லாம் செல்வங்கள் இருக்கின்றனவோ, மேலும் சொர்க்கத்திலும் என்னவெல்லாம் மேன்மை வாய்ந்த இரத்தினங்கள் இருக்கின்றனவோ, அவைகளுள் எதுவும் ததாகதரில்(புத்தரில்) உள்ள இரத்தினங்களுக்கு சிறிதும் ஈடாகாது. புத்தரிடமுள்ள இரத்தினம் ஒப்பிடவியலாததும், மதிப்புவாய்ந்ததும் ஆகும்.

தன் சொந்த முயற்சியால் அடைந்த இந்த நான்கு உன்னத உண்மைகளின் விலை மதிக்க முடியாத இரத்தினம் புத்தரிடம் உள்ளது. இதை அவர் மக்களுக்கு பகிர்ந்தளிக்கின்றார். இதன் மீது உனக்கு உரிமை உள்ளது. நீ இவைகளின் வாரிசாவாய். இது தான் உன்னுடைய மரபுவழிச் சொத்து. செல், அவரிடம் போய் கேள்!

“நானும் இந்த மதிப்புமிக்க இரத்தினத்தை எனது மரபுவழிச் சொத்தாக பெறுவேன். ஆனால், பல காரணங்களினால் புத்தர் பிக்குகளின் (பெண் துறவி) சங்கத்தை இன்னும் நிறுவவில்லை. அவர் எப்போது அதைச் செய்கிறாரோ, அப்போது நானும் துறவறத்தை ஏற்று, அவரது பாதங்களின் சரண் புகுந்து என்னை

கடைத்தேற்றி, பிறகு இவரின் மக்கள் நலப் பணிகளில் ஈடுபட்டுவிடுவேன். என்னுடைய அருமை மகன் இங்கு இந்த அரசு போகங்களில் உழன்று என்ன அடையப்போகிறான்? அவன் தந்தையின் நன்மையளிக்கும் நிழற்குடையில் வளர்ந்தால் ஸத்தர்மத்தின் மதிப்புமிக்க இரத்தனத்தை அடைவான். வாழ்க்கையை உன்னதமாக்கிக் கொள்வான். இவ்வாறு சிந்தித்தபடியே அவர் தனது மகனுக்கு பிரியாவிடையளித்துக் கொண்டு, “செல் மகனே! உனது தந்தையிடம் மரபுவழிச் சொத்தை கேள்!” என்று கூறினான்.

இராகுலனும் நிறைவான மனதுடன் பகவான் புத்தரிடம் சென்றார். சென்றவுடனே, அவனுக்கு ஒரு மிகுந்த மகிழ்ச்சியான, அமைதியான மற்றும் புத்துணர்ச்சியான அனுபவம் ஏற்பட்டது. தன்னிச்சையாக அவனது வாயிலிருந்து இந்த சொற்கள் வெளிப்பட்டன:

“ஸுகா தே, ஸமண, சாயா’தி.”

- “துறவியே, உங்களது நிழல் சுகமாக இருக்கிறது.”

பகவானின் நிழற்குடை யாருக்குத்தான் சுகமாக இருக்காது? அவர் முன்னிலையில் எல்லா பாவங்களும் தாபங்களும் தூர அகன்றுவிடும். மகன், தந்தையின் இப்படிப்பட்டதோர் சுகமான அமைதி நிறைந்த நிழற்குடையினை பெற்றான். தந்தை மகனுக்கு விலைமதிப்பிட முடியாத தர்ம-இரத்தினத்தை மரபு வழி சொத்தாக வழங்கினார். அவரை ஸாரிபுத்திரரிடம் ஒப்படைத்து அக்கணமே துறவறத்தை அளித்தார்.

தம்மம் நிறைந்த சூழலில் வளர்ந்து வந்த இராகுலன் பெரியவனாகி விபஸ்ஸனா பயிற்சியைக் கற்றுக்கொண்டு, பயிற்சி செய்து அரஹந்த நிலையை அடைந்தார். நற்பேர்பெற்றார் இராகுலர்! இராகுலருக்கு கிடைத்த சொத்தும் எண்ணிலடங்கா நலன் தரக்கூடியதே!

**நான்கு உன்னத உண்மைகள்:**

புத்தர் நான்கு உன்னத உண்மைகளை கற்பித்தார். இது அவரது போதனையின் தத்துவம் மற்றும் பயிற்சி முறைப் பகுதியை உள்ளடக்கியுள்ளது.

1. துன்பத்தின் உன்னத உண்மை: அனுபவத்தின் மூலம், துன்பத்தின் முழுப் பரப்பையும் அறிந்துக்கொள்ள வேண்டும்.
2. துன்பத்தின் தோற்றம் பற்றிய உன்னத உண்மை: விருப்பின் அழித்தொழித்தலை அனுபவித்தறிய வேண்டும்.
3. துன்பத்தின் அழிவு குறித்த உன்னத உண்மை: நிப்பாணத்தின் அனுபவம்.
4. துன்ப நீக்கத்திற்கு இட்டுச் செல்லும் நெறியைக் குறித்த உன்னத உண்மை: இதை தொடர் பயிற்சியின் மூலம் வளர்த்துக் கொள்ள வேண்டும்.

இவ்வுண்மைகளைப் பற்றி கேட்பதும் அவற்றை அறிவளவில் புரிந்துகொள்வதும் நல்லதே, ஆனால் போதுமானதல்ல.

இவ்வுண்மைகள் மூலம் நலன்பெற, அனுபவ ஞானம் மூலம், இவைகளைப் பற்றிய அறிவை பெறுவது அத்தியாவசியமாகும். வெறுமனே மற்றவர்களிடமிருந்து இவைகளைப் பற்றி கேட்பதும், அறிவளவில் இவைகளை புரிந்துகொள்வதும் ஒருவரை ஸ்திதபிரஞ்ஞராகவோ அல்லது அரஹந்தராகவோ ஆக்குவதில்லை.

புத்தர் தமது ஐந்து சகாக்களுக்கு, ஞானத்தில் எவ்வாறு வளர்ச்சி பெறுவது என்றும், அதில் எவ்வாறு நிலைபெறுவது என்றும் கற்பித்தார். ஐவரும் ஞானத்தில் நிலைபெற்று அரஹந்தர்களாக ஆனார்கள். நமது நாட்டின் பரம்பரையிலிருந்து எடுக்கப்பட்ட பின்வரும் கூற்றில், இம்மாதிரியான அரஹந்தர்களைப் பற்றிய குறிப்பு உள்ளது:

தஸ்ய ப்ரக்ஞா ப்ரதிஸ்டிதா (பகவத் கீதை 2.57-58)

யதிந்தக்லோ படவிங் லிதோ லியா,  
சதுப்பி வாதேஹி அஸம்பகம்பியோ;  
ததுபமங் ஸப்புரிஸங் வதாமி,  
யோ அரியஸச்சானி அவேச்ச பஸ்ஸதி.

(தம்ம வந்தனா, ரதன சுத்தங் - 8)

நகரத்தின் நுழைவாயிலில், பூமியில் திடமாக பதிந்திருக்கும் வலுவான ஒரு தூண், நான்கு திசைகளிலிருந்தும் வரும் காற்றினால் அசையாமல் இருப்பதைப் போல, அவ்வாறே அனுபவ அளவில் நான்கு உண்மைகளையும் முழுமையாக அறிந்துவிட்ட அந்த நபரை நான் உன்னதமானவன் என்று அறிவிக்கிறேன். ஞானத்தில் நிலைபெற்ற அம்மாதிரியான அரஹந்த் ஒருவர், எல்லா சூழ்நிலைகளிலும் கலக்கமடையாமல் திடமாகவே இருக்கின்றார்.

**தவறான கண்ணோட்டங்கள்:**

புத்தரின் போதனை அடங்கிய மூல அறநூல்களும், விபஸ்ஸனா பயிற்சி முறையும் நம் நாட்டிலிருந்து முழுவதுமாக மறைந்துவிட்ட போது, புத்தரின் சில எதிர்ப்பாளர்களும், அதிகளவில் சில அறியா மக்களும் நான்கு உன்னத உண்மைகள் மீது கட்டுக்கதைகளும், தவறான விமர்சனங்களையும் செய்தனர்.

போதனை முற்றிலும் நம்பிக்கையின்மையாகவும், பயனற்றதாகவும் உள்ளது; துன்பம் என்ற வார்த்தை நான்கு தடவை பயன்படுத்துப் படுகிறது, ஆனால் மகிழ்ச்சியோ குறிப்பிடப்படவே இல்லை; ஆகவேதான் நம் நாட்டிலிருந்து அது தொலைந்து போனது - என்ற ஒரு தவறான கண்ணோட்டத்தை அவர்கள் பரப்பினர்.

விபஸ்ஸனாவை ஒருவர் பயிற்சி செய்யாத வரையில், துன்ப நீக்கம் அதாவது துக்கநிரோதம் என்பது பேரின்பம் தானன்றி வேறெதுவுமில்லை என்பதை எவ்வாறு ஒருவர் புரிந்துகொள்ள முடியும்? அதேபோல், மற்ற மூன்று உன்னத உண்மைகளின் பயிற்சியும் இவ்வாறே பரம மகிழ்ச்சியை நோக்கி இட்டுச் செல்கின்றது.

அவர்கள் பரப்பிய மற்றுமொரு தவறான கண்ணோட்டம் என்னவெனில், 'எவ்வாறு துன்பத்தை உன்னதம் என்று அழைக்க முடியும்?'

விபஸ்ஸனாவை ஒருவர் பயிற்சி செய்யாத வரையில், நான்கு உன்னத உண்மைகளில் ஏதேனும் ஒன்று முழுமையாக உணரப்படுமேயானால், அது ஒரு உன்னதமற்ற மனிதரை உன்னத மனிதராக மாற்றுகிறது என்பதனை எவ்வாறு ஒருவர் புரிந்துகொள்ள முடியும்?

**ஸயாஜி ஊ பா கின் பகுதி:**



1. விபஸ்ஸனா தியானத்தில் முன்னேற, தியான ஸாதகர் ஒருவர் முடிந்த வரை தொடர்ந்து அநிச்சாவை அதாவது நிலையாமையை புரிந்துகொண்டே இருக்க வேண்டும். "தாங்கள் எல்லா நிலைகளிலும் அநிச்சா, துக்கா மற்றும் அநத்தா பற்றிய விழிப்புணர்வை பாதுகாத்துக்கொள்ள வேண்டும்" என்பதே புத்தர் தியானிகளுக்கு அளித்த அறிவுரையாகும். அநிச்சா, அதேபோல துக்கா மற்றும் அநத்தா பற்றிய தொடர் விழிப்புணர்வே வெற்றியின் இரகசியமாகும். புத்தர் தன் மஹா பரிநிப்பாணத்திற்கு (கடைசி மூச்சிழிப்பதற்கு) முன் கூறிய கடைசி

வார்த்தைகள் என்னவெனில்: "அழிவு(அல்லது அநிச்சா) எல்லா கூட்டுப் பொருட்களிலும் பொதிந்துள்ளது. முனைப்புடன் உங்களது முக்திக்காக நீங்களே பாடுபடுங்கள்." தமது நாற்பத்தைந்து கால ஆன்மீக ஆட்சியின் பொழுது, அவரது போதனைகள் அனைத்தின் சாராம்சமும் இதுவே தான். எல்லா கூட்டுப் பொருட்களிலும் பொதிந்துள்ள அநிச்சத்தின் விழிப்புணர்வை நீங்கள் பாதுகாப்பீர்களானால், காலப் போக்கில் நீங்கள் நிச்சயம் இலக்கை அடைவீர்கள்.

2. இந்த பிரபஞ்சத்தில் தம்மம் மட்டுமே உன்னதமானது, தம்மம் மட்டுமே வணங்கப் படுகிறது என்று கூறப்படுகின்றது. பல பேரரசர்கள் புத்தரை அவரது உயர் சாதிக்காகவோ, வலிமைக்காகவோ, பெரும் புகழுக்காகவோ அல்லது சக்திக்காகவோ வணங்கவில்லை. மாறாக, அவர்கள் தம்மத்தை வணங்க விரும்பினர். புத்தர் தம்ம வடிவானவர் - தம்மம் நிறைந்திருக்கும் உடலை உடையவர். தம்மம் துன்பத்தை அழித்தொழித்து மகிழ்ச்சியை தருகிறது. இந்த மகிழ்ச்சியை யார் அளிக்கிறார்? புத்தர் இதனை அளிப்பதில்லை. தம்மம், அதாவது, உடம்பில் ஏற்படும் அநிச்ச(நிலையாமை) பற்றிய தெள்ளறிவே இந்த மகிழ்ச்சியை தருகிறது. இதனால் தான், நீங்கள் தியானம் செய்து, தொடர்ந்து அநிச்சவின் விழிப்புணர்வுடன் இருக்க வேண்டும்.

## பாலி மொழி வகுப்பு 12

மன மாசுக்களின் மூல காரணம்: ராக - விருப்பு, தோல - வெறுப்பு, மோஹ - அறியாமை

தி-லக்கன - முப்பண்புகள்: அநிச்சா - நிலையாமை, மாற்றம், துக்க - துன்பம், அனத்தா - அகந்தையின்மை, நான் அற்ற நிலை.

பஞ்ச கந்த - மன-உடல் அமைப்பின் ஐந்து கூட்டுப் பொருட்கள்: ரூப - உடல், அட்டகலாப (எட்டுப் பொருள்களின் குவியல்), விஞ்ஞான - அறிதல், சஞ்ஞா - மதிப்பிடுதல், வேதனா - உணர்ச்சி, சங்காரா - மனதின் எதிர்வினை, வினைப்பயன்.

### இராஜபாளயத்தில் விபஸ்ஸனா தியான முகாம் கால அட்டவணை 2009

இடம்: அரவிந்த ஆசிரமம், 4th கிலோமீட்டர், முடங்கையார் ரோடு, இராஜபாளயம். 3-நாள் முகாம்கள்: டிசம்பர் - 17-20, 10-நாள் முகாம்கள்: அக்டோபர் - 18-29, முன் பதிவு செய்வதற்கு அனுகவும்: தொலைபேசி எண்: 9362030115

### விபஸ்ஸனா தியான முகாம் கால அட்டவணை - 2009

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

	10 நாள்	ஸதி-பட்டான முகாம்	3-நாள்	குழந்தைகள் முகாம்
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

சந்தா காலம் நிறைவு பெற்றவர்களுக்கு ஓர் வேண்டுகோள்: தங்களது சந்தா காலத்தை மேலும் ஒரு வருடத்திற்கு நீட்டிக்க விரும்புவர்கள், தங்கள் ஆண்டுச் சந்தாவை கீழே குறிப்பிட்டுள்ள விலாசத்தில் பணவிடை(MO) மூலமாக செலுத்தலாம். முகவரி: விபஸ்ஸனா செய்தி மடல், c/o: திரு. வீ. சந்தானகோபாலன், T2, அக்ஷயா ஃபளாட்ஸ், 55 - இருசப்ப தெரு, திருவல்லிகேனி, சென்னை - 600005

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: 14/09/2009

POSTED AT EGMORE

RMS/1 (PATRIKA CHANNEL)



To

அனுப்புநர்: Vipassana Meditation Centre  
T2, Akshaya Flats, 55 Irusappa Street, Triplicane, Chennai  
600005 ☎: 044-24780953  
e-mail: setu.dhamma@gmail.com  
Website: www.vridhamma.org, www.setu.dhamma.org,  
www.tamil.dhamma.org

விபஸ்ஸனா செய்தி மடல் - செப்டம்பர் 2009