விபஸ்ஸனா செய்தி மடல்

மலர்-4, இதழ்-2, டிசம்பர் - 2010
தமிழ் மாதப் பத்திரிக்கை

ஒரு மடலின் விலை-ரூ 2.50
ஆண்டு சந்தா-ரூ 30

விபஸ்ஸனா தியான மையம்
தம்ம சேது, சென்னை, தமிழ்நாடு

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

காலாமர்களுக்கு புத்தர் அளித்த போதனை

திரு. சத்ய நாரராயண கோயங்கா

நான் மியன்மார் நாட்டில் ஸயாஜி ஊ பா கின் அவர்களிடம் எனது முதல் விபஸ்ஸனா முகாமை எடுத்துக் கொண்ட போது தான் புத்தரின் போதனையுடன் தொடர்பு கொண்டேன். முகாம் தொடங்குவதற்கு முன்பாக, ஸயாஜி அவர்கள் நான் படிப்பதற்காக என்னிடம் ஒரு சிறு புத்தகத்தை வழங்கினார். அதன் தொடக்கத்தில் புத்தர் கேஸபுத்த நகரத்தில் வசித்து வந்த காலாம என்னும் மக்களிடம் அளித்த உரை ஒன்று இருந்தது. இம்மக்கள் பல ஆன்மீக ஆசிரியர்களின் பிரகடனத்தால் மிகவும் குழம்பிப் போய் கிடந்தார்கள்.

புத்தர், காலாமர்களுக்கு பின்வரும் அறிவுரையை வழங்கினார் -

எதையும் நம்பாதீர்கள்:

- நீங்கள் பல தடவை கேட்டதாலோ,
- பல பரம்பரைகளாக அதனை நம்பி வந்ததாலோ,
- பலரால் பேசப் படுவதாலோ,
- ஆன்மீக நூல்களில் இருப்பதாலோ,
- அறிவளவில் சீராக இருப்பதாலோ,
- உங்களுடைய சிந்தனைக்கும், நம்பிக்கைக்கும் ஏற்றவையாக இருப்பதாலோ,
- நீங்கள் பெரும் மதிப்பு வைத்திருக்கும், மிகக் கவரக்கூடிய உங்களுடைய ஆசிரியரால் கற்பிக்கப் படுவதாலோ

எதையும் நம்பாதீர்கள்.

நீங்களே உங்களுள் அதனை அனுபவ அளவில் உணர்ந்து, அது தமக்கும் பிறருக்கும் நன்மைமிக்கதாகவும் பயனுள்ளதாகவும் கருதினால் மட்டுமே அதனை ஒப்புக் கொள்ள வேண்டும். அதன் பிறகு, நீங்கள் அதனை ஒப்புக்கொள்வதோடு அதனை பயிற்சிக்கவும் வேண்டும்.

(காலாம சுத்தங், அங்குத்தர நிகாயம் 3:65)

இந்தச் செய்தி என்னை மிகவும் கவர்ந்தது. நான் ஒரு முற்றிலும் மாறுபட்ட சம்பிரதாயத்தில் பிறந்தவன். இதில், எனக்கு, ஆன்மீக நூல்களில் உள்ள வார்த்தைகளையும் ஆசிரியரையும் எந்த கேள்விகளும் கேட்காமல் அப்படியே ஒப்புக்கொள்ளும் படி கற்பிக்கப் படுகிறது. எனது முப்பத்தோராவது வயதில், இவையே நான் முதன்முதலில் கேட்ட புத்தருடைய வார்த்தைகளாகும். அவைகளை படித்த பின் நான் மெய்ச்சிலிர்த்துப் போனேன்.

மனித வரலாற்றில், இது சிந்தனை வெளிப்பாட்டின் முதல் விடுதலை ஒப்பந்தமாக இருக்கலாம். முழு ஞானம் பெற்ற ஒருவரின் போதனையில் எந்தவித குருட்டு நம்பிக்கைக்கும் குருட்டு பக்திக்கும் இடமே இல்லை என்பது எனக்கு தெளிவாயிற்று. நான் அனுபவித்த உண்மையை மட்டும் அப்படியே ஒப்புக்கொள்ள, ஒரு திறந்த மனதுடன், இதற்கு நேர்மையான வாய்ப்பு ஒன்றை கொடுக்க முடிவு செய்தேன்.

நான் பாதையில் முன்னேற முன்னேற, ஒவ்வொரு நாளின் அனுபவமும், இது ஒரு அறிவியல் பூர்வமான, பகுத்தறிவு மிக்க, செயல் பூர்வமான பாதை என எனக்கு ஊர்சிதப் படுத்தியது. குருட்டுத்தனமான நம்பிக்கைக்கு இங்கு இடமே இல்லை. நான் ஒன்றை அனுபவித்த பிறகே, அவ்வுண்மையை ஏற்றுக் கொள்ளச் சொன்னதால், எனக்கு எந்தவித சந்தேகமும் இருக்கவில்லை. மேலும், இந்த பாதையின் ஒவ்வொரு அடியும் உலகப் பொதுவானதாகவும் மதச் சார்பற்றதாகவும் இருப்பதை நான் கண்டேன். இது எனக்கு பெரும் ஊக்கத்தையும் நம்பிக்கையையும் அளித்தது.

10-நாள் முகாம் முடிவில், இந்த போதனை முற்றிலும் பெரும் பலன் கொடுக்கக் கூடியதாக இருந்ததை நான் கண்டறிந்தேன். உடலளவிலும்,

மனதளவிலும், ஆன்மீக அளவிலும் இது எனக்கு நலன் பயக்கக் கூடியதாக இருந்தது. ஆகையால், முதல் முகாம் முடிவில், நான் மனப் பூர்வமாக இதனை ஏற்றுக் கொண்டேன். அதன் பின், முழு ஞானம் பெற்ற புத்தர் கூறிய படி, நான் பாதையில் தொடர்ந்து பயனித்தேன்.
அதன் பிறகு, சுமார் 15 வருடங்களுக்குப் பின், ஸயாஜி ஊ பா கின் அவர்கள் என்னை இந்தியாவிலும் உலகம் முழுவதிலும் விபஸ்ஸனாவைக் கற்பிக்க என்னை ஆசிரியராக நியமித்தார். பல நாடுகளிலிருந்தும், பல பிரிவுகளிலிருந்தும், பல்வேறு சம்பிரதாயங்களிலிருந்தும் ஏராளமான மக்கள் அதே நல்ல விளைவுகளை அடைகின்றனர். இந்த பயிற்சி மதசார்பற்று இருப்பதாலும், நல்ல பலன்களை தருவதாலும், பல தரத்தில் இருக்கும் மக்களை இது கவர்கின்றது.

வணங்குவதற்கான சரியான முறை

சரியான முறையில் புத்தருக்கு வணக்கம் செலுத்தும் மரபுவழி பர்மாவில் சில குறிப்பிட்ட மக்களால் பாதுகாத்து வரப்பட்டது. ஸயாஜி ஊ பா கின் அவர்களின் மாணவர்கள் மூன்று முறை சிரம் தாழ்த்தி தம்மத்திற்கு வணக்கம் செலுத்துவதுண்டு. இது அங்குள்ள ஒரு கலாச்சாரம். ஆனால், ஒரு ஆசிரியருக்கு சரியான முறையில் எவ்வாறு வணக்கம் செலுத்துவது என்பதை அவர் மிக ஆழ்ந்த தியானிகளுக்கு கற்பித்தார். அவர்கள் முதல் முறை வணங்கும் பொழுது, உச்சந்தலையில் உணர்ச்சிகளை கவனித்து அநிச்சத்தை (தோன்றி மறைதலை) புரிந்துகொள்ள கற்றுத் தந்தார். இரண்டாம் முறை கவனிக்கும் பொழுது துக்கத்தை அனுபவிக்கவும், மூன்றாம் முறை அநத்தாவை அதாவது அகந்தையின்மையை கவனிக்க கற்பித்தார். இவ்வாறு வணங்குவதே சரியான வணங்குதலாகும்; மற்றவையெல்லாம் வெறும் பொருளற்ற சடங்காகும்.

விபஸ்ஸனா மையங்கள் குறித்த செய்திகள்

1. தமிழ்நாட்டில் இரண்டாவது விபஸ்ஸனா மையம்:

காந்திகிராம், செட்டியாப்பட்டி என்னும் இடத்தின் அருகில் தமிழ்நாட்டின் இரண்டாவது விபஸ்ஸனா தியான மையம் வரவுள்ளது. திரு. கோயங்கா அவர்கள் இதற்கு தம்ம மதுரா (தம்மத்தின் இனிமை) என்னும் பெயரை வழங்கியுள்ளார். 100 மாணவர்கள் தங்கி பயிற்சி செய்யும் வகையில் இந்த மையம் கட்டப்பட உள்ளது.
பிரதான சாலையிலிருந்து 4 கிமீ தொலைவிலும், திண்டுக்கல் நகரத்திலிருந்து சுமார் 10 கிமீ தொலைவிலும், மதுரையிலிருந்து சுமார் 51 கி.மீ தொலைவிலும் இவ்விடம் அமைந்துள்ளது. சிறுமலை அடிவாரத்தில் இவ்விடம் அமைந்துள்ளது.

நன்கொடைக்காக தொடர்புகொள்க: திருமதி. ரேணுகா மேத்தா - **9443728116, 8903428116**
திரு. லால்ஜி வோரா - **9843052465**
திரு. விநாயகம் - **9444021622**
திரு. பரத் ஷா - **9842347244**
திரு. அரவிந்த் தீட்சதர் - **9445391295**
மின் அஞ்சல் - madhura.dhamma@gmail.com

நன்கொடை செய்ய வங்கி தொடர்பான தகவல்கள்: Vipassana Meditation Centre Madurai, State Bank of India, Ac. No. 31262542660, SBI branch IFS Code: SBINOO12764, SBI Swift code: SBININBB454

2. மும்பையின் குளோபல் பகோடாவில் திரு. கோயங்காஜி அவர்களுடன் ஒரு-நாள் தியான முகாம்:

16-ஜனவரி 2011(ஞாயிறு) அன்று, காலை 11 மனி முதல் மாலை 5:00 மனி வரை குளோபல் பகோடாவின்(உலகப் பெருந் தூபி) பிரதான தியான மண்டபத்தில், ஒரு-நாள் தியான முகாம் ஏற்பாடு செய்யப்பட்டுள்ளது. இம்முகாமின் பொழுது திரு. கோயங்கா அவர்களும் பங்கேற்பார். இம்முகாமில் பங்கேற்க, பதிவு செய்வது அவசியமாகும்.
தொடர்புகொள்க: 98928-55692, 98928-55945

3. குழந்தைகள் முகாமிற்கான புதிய இணையதளம்: www.children.dhamma.org

சிறுவர்களுக்கான ஆனாபான தியான முகாம்களைப் பற்றி புதிய சர்வதேச இணையதளம் ஒன்று துவக்கப்பட்டுள்ளது. இத்தளத்தில், மாணவர்கள், பெற்றோர்கள் மற்றும் பள்ளி ஆசிரியர்களுக்கான தகவல்கள் அடங்கியுள்ளன.

4. வியட்நாமில் புதிய விபஸ்ஸனா தியான மையம்:

வியட்நாமின் முதல் விபஸ்ஸனா மையத்திற்கு திரு. கோயங்கா அவர்கள் தம்ம விஞ்னூ (தம்மத்தில் தேர்ச்சி) என்னும் பெயரை வழங்கியுள்ளார். 7.5 ஏக்கர் பரப்பளவு கொண்டுள்ள இம்மையம் ஒரு மலை அடிவாரத்தில் அமைந்துள்ளது. இம்மையம் இப்பொழுது 24 சாதகர்கள் தங்கும் அளவிற்கு வசதி பெற்றுள்ளது.

5. கிழக்கு தாய்லாந்தில் புது விபஸ்ஸனா மையம்:

கிழக்கு தாய்லாந்தில், ஒரு விபஸ்ஸனா மையம் அமைக்க நிலம் ஒன்று தானமாக வழங்கப்பட்டுள்ளது. இரப்பர் தோட்டத்தின் மத்தியில் அமைந்துள்ள இந்த 20-ஏக்கர் பரப்பளவு நிலம், சந்தாபுரி என்னும் அடர்ந்த மலைப் பகுதியால் சூழப்பட்டுள்ளது. திரு. கோயங்கா அவர்கள் இம்மையத்திற்கு தம்ம சந்த-பபா (தம்மத்தின் தீபம்) என்னும் பெயரை வழங்கினார்.

6. மேற்கு கணடாவில் புதிய விபஸ்ஸனா மையம்:

பல ஆண்டுகள் தேடலுக்குப் பின், கணடா விபஸ்ஸனா குழு, விபஸ்ஸனா மையத்திற்காக நிலம் ஒன்றை வாங்கியுள்ளது. இதற்கு தம்ம கருணா (தம்மத்தின் கருணை) என்னும் பெயரை திரு. கோயங்கா அவர்கள் வழங்கினார்.

7. இலாட்வியா நாட்டில் முதல் விபஸ்ஸனா முகாம்:

சூலை 2010-ல், இலாட்வியா நாட்டில் முதல் விபஸ்ஸனா முகாம் நடைபெற்றது. இதில் 68 மாணவர்கள் பங்கேற்றனர். பங்குபெற்றோர்களுள் பலர் ரஸ்யர்களாகவும், இலாட்வியர்களாகவும் இருந்தனர்.

8. மும்பை பள்ளிக்கூடங்களில் குழந்தைகளுக்கான ஆனாபான தியான முகாம்:

பி.எம்.சி (மும்பை முனிஸிபாலிட்டி) பள்ளிக் குழந்தைகளுக்காக, விபஸ்ஸனா ஆராய்ச்சி நிறுவனம் ஆனாபான தியான முகாம்களை தொடங்கியுள்ளது. பத்தாம் வகுப்பில் உள்ள சுமார் 8000 மாணவர்களுக்கு முதலில் படிப்படியாக இம்முகாம் நடத்தப்படவுள்ளது.

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

விபஸ்ஸனா தியான முகாம் கால அட்டவனை - 2011

விபஸ்ஸனா தியான மையம், தம்ம சேது, 533, பழந்தண்டலம் ரோடு, வழி: திருநீர்மலை, திருமுடிவாக்கம்-அஞ்சல், சென்னை - 600044, தொலைபேசி: 044-24780953, 24780952

மாதம்	10-நாள்	STP	20-நாள்	30-நாள்	3-நாள்	குழந்தைகள் முகாம்
ஜனவரி	2-13 20-31	-	-	-	13-16	-
பிப்ரவரி	-	-	03-24	3-6(Mar)	-	-
மார்ச்	17-28	5-13	-	-	10-13	-
ஏப்ரல்	7-18 21-2(May)	-	-	-		
மே	19-30	-	-	-	12-15	8, 15
ஜூன்	2-13	18-26	-	-	23-26	-
ஜூலை	7-18 21-1(Aug)	-	-	-	14-17	3
ஆகஸ்ட்	4-15 18-29	-	-	-	4-7	-
செப்டம்பர்	-	-	01-22	1-2(Oct)	-	-
அக்டோபர்	13-24	1-9	-	-	27-30	30
நவம்பர்	3-14 17-28	-	-	-	-	-
டிசம்பர்	1-12 15-26	-	-	-	28-31	-

சந்தா-காலம் நிறைவு பெற்றவர்களுக்கு ஓர் வேண்டுகோள்: தங்களது சந்தா காலத்தை மேலும் ஒரு வருடத்திற்கு நீட்டிக்க விரும்புபவர்கள், தங்கள் ஆண்டுச் சந்தாவை கீழே குறிப்பிட்டுள்ள விலாசத்தில் பணவிடை(MO) மூலமாக செலுத்தலாம். **முகவரி:** விபஸ்ஸனா செய்தி மடல், c/o: திரு. வீ. சந்தானகோபாலன், T2, அக்ஷயா ஃபிளாட்ஸ், 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: 13/12/2010
POSTED AT EGMORE
RMS/1 (PATRIKA CHANNEL)

அனுப்புனர்: Vipassana Meditation Centre
T2, Akshaya Flats, 55 Irusappa Street, Triplicane, Chennai 600005 ☏: 044-24780953, 24780952
e-mail: info@setu.dhamma.org,
Website: www.vridhamma.org, www.setu.dhamma.org, www.tamil.dhamma.org