விபஸ்ஸனா செய்தி மடல்

மலர்-6, இதழ்-3, ஜனவரி - 2013 | ஒரு மடலின் விலை-ரூ 2.50 | விபஸ்ஸனா தியான மையம்
தமிழ் மாதப் பத்திரிக்கை | ஆண்டு சந்தா-ரூ 30 | தம்ம சேது, சென்னை, தமிழ்நாடு

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

கோபமின்மை

(திரு. சத்திய நாராயண கோயங்கா)

கோஸல நாட்டு அரசனின் புதல்வனான பிரம்மதத்தன் பகவானின் பேருரையைக் கேட்டபின், மிகுந்த சிரத்தையின் விளைவாக துறவறம் மேற்கொண்டார். விபஸ்ஸனாவைப் பயிற்சித்ததால் விரைவிலேயே முழு விடுதலை இலக்கான அரஹந்த நிலையை அடைந்தார். ஒரு நாள் பிக்ஷுக்காக அவர் சென்று கொண்டிருந்த போது, ஒருவர் அவரை வசைச் சொற்களால் இகழ்ந்து பேசினார். ஆனால், அவரோ மௌனமாகவே இருந்தார். அவர் மௌனமாக இருப்பதைக் கண்டு அருகில் இருந்த மக்கள் அவரை விமர்சித்தனர், அவரை திறனாய்வு செய்தனர். பிரம்மதத்தர் அவர்களுக்கு இவ்வாறு புரியவைத்தார் -

அக்கோதஸ்ஸ குதோ கோதோ, தந்தஸ்ஸ ஸமஜீவினோ;
ஸம்மதஞ்ஞா விமுத்தஸ்ஸ, உபஸந்தஸ்ஸ தாதினோ.

- கோபமில்லாதவர்களுக்கு கோபம் எங்கே? அடக்கியாண்ட மனதுடன் ஒருவர் சமநிலையின் வாழ்வை வாழும் பொழுது, விபஸ்ஸனாவின் மூலமாக சரியான முறையில் ஞானத்தில் வலுவடைந்து, மனமாசுகளிலிருந்து விடுதலை அடைந்து, அமைதியான ஒருவரின் மனதில் கோபம் எப்படி உதிக்க முடியும்?

தஸ்ஸேவ தேன பாபியோ, யோ குத்தங் படிகுஜ்ஜதி;
குத்தங் அபடிகுஜ்ஜந்தோ, ஸங்காமங் ஜேதி துஜ்ஜயங்.

- கோபமுடையோர்களிடம் கோபம் கொள்கின்ற ஒருவர் தமக்கே தீங்கிழைத்துக் கொள்கிறார். கோபமுடையோர்களிடம் கோபம் கொள்ளாத ஒருவர், வெல்வதற்கரிய யுத்தத்தை வென்றுவிட்டவன் போல் கருதப்படுவார்.

உபின்னமத்தங் சரதி, அத்தனோ ச பரஸ்ஸ ச;
பரங் ஸங்குபிதங் ஞத்வா, யோ ஸதோ உபஸம்மதி.

- மற்றவர் கோபமாக உள்ளதை அறிந்த ஒருவர், தாம் விழிப்புணர்வுடன் இருந்து கொண்டு அமைதி காப்பாரேயானால், அவர் தமக்கும் மற்றவருக்கும் நன்மை செய்கின்றார்.

இவ்வாறு இகழ்ந்த பின்னும் அரஹந்தரான பிரம்மதத்தர் எவ்வளவு அமைதியாகவும், விவாதம் கொள்ளாதவராகவும் இருக்கின்றார் என்பதைக் கண்டு, அந்த நபர் மிகவும் ஆச்சரியம் அடைந்தார். இதனால் பூரித்தும், அரஹந்தரின் தர்ம வழிகாட்டலை கேட்டும் அவர் பரவசம் அடைந்தார். இவ்வாறான அமைதியான வாழ்க்கையே பொருள் மிக்கதோர் வாழ்க்கையாகும் என்பதனை அவர் புரிந்துகொண்டார். ஆதலால், அவர் அரஹந்தர் பிரம்மதத்தரிடம் துறவறம் புகுந்தார். கோபத்திலிருந்தும் விருப்பிலிருந்தும் விடுதலை அடைவதற்காக விபஸ்ஸனா பயிற்சியைக் கற்றார். இதனால், மனமாசுக்கள் எழுந்தவுடன் அதனை அழித்தொழிக்க முடியும். அவரது பயிற்சி வெற்றியடைந்தது. அவரும் தமது வழிக்காட்டியைப் போன்றே சினமற்றவரானார், விவாதமற்றவர் ஆனார். துன்பத்திலிருந்து விடுதலை அடைந்தார்.

ஸோபாகன்

ஸோபாகன் இராஜகிரியின் தாழ்த்தப்பட்ட குடும்பத்தில் பிறந்தான். பிறந்த நான்கே மாதங்களில் அவனது தந்தை காலமாகி விடுகிறார். அவனது மாமா விருப்பமில்லாமல் அவனை வளர்த்தார். வறுமையின் காரணமாக அந்த பாலகன் அவருக்கு ஒரு பெரும் சுமையாகவே இருந்தான். அவர் பெரும் சினம் கொண்டவராக இருந்தார். இந்த ஆதரவற்ற சிறுவனால் அவரது சிடுசிடுப்பு அதிகமாகிக் கொண்டே இருந்தது. ஸோபாகன் ஏழு வயதை எட்டிய பொழுது, ஒரு நாள் அவன் தமது மகனிடம் சண்டைப் போட்டுக் கொண்டிருப்பதைக் கண்ட அவனது மாமா கோபமுற்றார். அவனை இடுகாட்டிற்கு இழுத்துச் சென்று கருணையற்ற முறையில் ஒரு பிணத்துடன் கட்டிவிடுகிறார். இரவில் அந்த பிணத்தை சாப்பிட வரும் ஓநாய்களும் நரிகளும் இவனையும் சாப்பிட்டு விடும் என்ற

நோக்கத்துடன் அவர் இவ்வாறு செய்கின்றார். குழந்தையின் பரிதாபமிக்க அழுகை அந்த கல் நெஞ்சக்காரன் மீது எந்தவித பாதிப்பும் ஏற்படுத்தவில்லை. ஆனால், இந்நிகழ்ச்சியை கண்ட பகவான், கருணையால் பொங்கி எழுந்து, ஒரு துறவியை அனுப்பி வைத்து, ஸோபாகனை துறவில்லத்திற்கு அழைத்து வந்தார். அங்கேயே அவருக்கு துறவறம் வழங்கப்பட்டது. காலம் செல்லச் செல்ல, விபஸ்ஸனா பயிற்சியின் மூலம், ஸோபாகன் அரஹந்த் ஆனார்.

ஸோபாகனின் தாய் அவனை தேடிக் கொண்டு பகவானின் இடத்திற்கு வந்தார். பகவானின் தம்ம குரலோசையைக் கேட்க கேட்க அவளும் ஸோதாபன்னராகி (முக்தியின் முதல் நிலை) விடுகிறார். தமது மகன் இங்கே தான் இருக்கிறான் என்றும், அவர் அரஹந்தராக ஆகிவிட்டார் என்பதையும் அறிந்த அவள் மிகுந்த பேரானந்தத்தில் மகனை அங்கேயே விட்டுவிட்டு சென்றுவிடுகின்றாள். அப்போது ஸோபாகனும் இவ்வாறு கூறினார் -

ஜாதியா ஸத்தவஸ்ஸோஹங், லத்தான உபஸம்பதங் - வாழ்வின் ஏழாவது வயதில் எனக்கு துறவறம் கிடைத்தது.

தாரேமி அந்திமங் தேஹங் - இன்று நான் மறுபிறப்பிலிருந்து விடுதலை அடைந்தவனாவேன், ஏனெனில் இதுதான் எனது கடைசி பிறப்பாகும். இனி மறுபிறப்பு இல்லை.

அரஹந்த ஸோபாகனின் வாக்கில் இனிமையும் நன்றியுணர்வும் அவர் இவ்வாறு கூறியபோது பெருக்கெடுத்தது -

அஹோ தம்மஸுதம்மதா - ஆஹா! தம்மத்தின் நல் இயல்பை பாருங்கள்!

அவர் முக்தி அடைந்ததை கண்ட பகவான் இவ்வாறு கூறுகிறார் -

லாபா அத்தானங் மகதானங், யேஸாயங் பரிபுஞ்ஜதி;
சீவரங் பிண்டபாதஞ்ச, பச்சயங் ஸயனாஸனங்;
பச்சுட்டானஞ்ச ஸாமீசிங், தேஸங் லாபாதி சாப்ரவி.

மகத நாட்டைச் சேர்ந்தவரான இந்த ஸோபாகனுக்கு இங்கிருக்கும் மக்கள், உடை, உணவு, இருப்பிடம் மற்றும் இதர நன்கொடைகளைச் செய்ததற்கான பெரும் பலன் கிடைக்கும்.

ஆனந்தபோதி

பகவான் மழைக்காலத்தின் நான்கு மாதங்களை ஜேதவன விஹாரத்திலேயே கழிப்பதுண்டு. அப்போது, துறவில்லத்தில் பிக்குகளும் இல்லறச் சீடர்களும் நிறைந்து கானப்படுவர். நம்பிக்கையுடையோர் பகவானை தரிசிப்பதற்காகவும், அவரது பேருரையைக் கேட்கவும் *(காலேன தம்மஸ்ஸவனங்)*, அவ்வப்பொழுது அவரிடம் தம்ம தொடர்பான விஷயங்களைத் தெளிவுபடுத்திக் கொள்ளவும் (காலேன தம்மஸாகச்சா) வருவார்கள்.

எப்பொழுதெல்லாம் மழைக்காலம் முடிவடைந்து பகவான் பிக்குகளுடன் போதனைக்காக புரப்படுகிறாரோ, அப்போதெல்லாம் விஹாரத்தில் பெரும் வெற்றிடம் வந்துவிடுகிறது. வேறொரு நகரத்திலிருந்து வரும் சாதாரண பக்தன் தம் கையில் பூக்களுடன் பகவானை வணங்க வரும் போது, பகவான் பிக்குகளுடன் போதனைக்காக வேறொரு இடத்தில் வசிக்க சென்றுள்ளார் என்பதை அறிந்ததும் பெரும் ஏமாற்றத்தை அடைகிறார். அவர் தம்முடன் எடுத்து வந்த பூக்களை பகவானது வாசனை அறையின் வாசலிலேயே வைத்துவிட்டு செல்வார்.

ஜேதவனத்தின் இந்த வெற்றிடத்தை கண்டதும் செல்வந்தர் அனாதபிண்டிகருக்கு பெரும் கவலை அளித்தது. ஆனால், அவரும் தான் என்ன செய்வார்? பகவான் மழைக்காலத்தின் பொழுது தான் ஒரே இடத்தில் வசிப்பார். மற்ற சமயங்களில் அவர் தம்ம போதனைக்காக ஜம்புத் தீவின்(இந்தியா) அனைத்து இடங்களுக்கும் செல்வது வழக்கம்.

பகவான் பிக்கு ஸங்கத்துடன் போதனைக்காக புறப்படும் பொழுது, பக்தர்கள் வணங்குவதற்காக, ஜேதவன விஹாரத்தில் அவரது உருவ வரைபடத்தையோ அல்லது அவரது உருவ சிலையையோ ஸ்தாபனம் செய்யும் படி அநாதபிண்டிகர் விரும்பினார். ஆனால், இந்த ஆலோசனையை பகவான் ஒருபோதும் ஒப்புக்கொள்ள மாட்டார் என்பதை அவர் அறிந்திருந்தார். ஆதலால், அவர் ஆனந்தரிடம் வேண்டுகோள் விடுத்தார். ஆனால், அவரும் அவ்வாறு எதுவும் செய்யவில்லை. பகவான் இதற்கு ஒருபோதும் அனுமதி அளிக்க மாட்டார் என்பதை அவரும் அறிந்திருந்தார்.

சிலையோ அல்லது உருவ சித்திரமோ நிறுவுவதில் ஸாதகருக்கு தமது பயிற்சியில் இருவகை தடை ஏற்படும். ஒருபுறம் சாதகர் தனது உடல் மற்றும் மனதின் பரஸ்பர தொடர்புகளைச் சாட்சி

பாவத்தோடு கவனிப்பதன் பயிற்சியை செய்கிறார். அங்கு உருவத்தையோ அல்லது சிலையின் உருவத்தையோ தியானத்தின் பொருளாக அவர் ஆக்கிவிடுவது முதல் தடையாகும். மற்றொரு தடை என்னவெனில், ஏதாவது கேட்பது என்ற பலவீனம் பிரார்த்தனையின் வடிவில் உருவாகி விடும். விருப்பு மற்றும் வெருப்பிலிருந்து விடுதலை பெறுவதே பயிற்சியாகும். ஆனால், தெரிந்தோ தெரியாமலோ, அறிந்தோ அறியாமலோ, ராகஸ்ஸ தோஸஸ்ஸ பத்தனாய உபநிஸ்ஸயபச்சயேன பச்சயோ. அதாவது, விருப்பு மற்றும் வெருப்புடன் பிரார்த்தனையும் சேர்ந்து விடுகிறது. பிரார்த்தனையில் இந்த குற்றம் கலக்கத் தான் செய்கின்றது.

இவ்விரண்டு காரணங்களை முன்னிட்டு பகவான் எந்தவொரு விஹாரத்திலும் சித்திரமோ அல்லது சிலையோ வைக்க அனுமதிப்பதில்லை. பகவானுடைய நினைவுச் சின்னமாக வெறும் ஸ்தூபியே இருக்க முடியும். ஸ்தூபி தான் அவரது பயிற்சிக்கு தகுந்ததாகும். சேதியபஸாத, அதாவது மனதின் மகிழ்ச்சி. சேதியஸமத, அதாவது மனதின் ஸமாதி, ஒருமைப்பாடு. சேதியவிமுத்தி, அதாவது மனதின் பூரண விடுதலை. இவையே ஸ்தூபியின் சரியான பயன்படுத்தலாகும்.

ஆனந்தர் இந்த உண்மையைச் சரிவர புரிந்து கொண்டிருந்தார். ஆதலால், அவர் பகவானிடம் ஸ்தூபி எவ்வளவு வகைப்படும் என்று கேட்டார்.

மூன்று வகைப்படும் என்று பகவான் பதிலளித்தார். பகவானின் இறப்பிற்கு பின் அவரது உடல் அஸ்திகளால் செய்யப்படும் உடல் சார்ந்த ஸ்தூபி ஒரு வகைப்படும். இரண்டாவது, கற்பனை உள்ளடக்கியது. இதனை பகவான் மிக்க நல்லது என்று கருதுவதில்லை. மூன்றாவது, பகவானின் பயன்பாட்டிற்காக கொண்டு வந்த பொருட்கள். இதில், மிக மேன்மை வாய்ந்தது போதி மரமாகும். இதனை பயன்படுத்தியே பகவான் பூரண மெஞ்ஞானத்தை அடைந்தார்.

ஆதலால், ஜேதவனத்தின் நுழைவாயிலில் போத் கயாவின் போதி மரத்தை (அரச மரம்) எடுத்து வந்து இங்கு வைக்கும் படி பகவான் ஆனந்தரிடம் கூறினார். இதுவே எல்லாவற்றுக்கும் மேலான நினைவு சின்னமாகும். இதன் ஏற்பாடுகளை ஆனந்தர் செய்ததால், அது ஆனந்தபோதி என்று பிரபலமானது. இது 2600 வருடங்களுக்குப் பிறகு இன்றும் உயிருடன் உள்ளது. சாதகர்களின் தியானத்திற்கு சிறந்த ஓர் இடமாக அமைகிறது.

<u>தாஸி குஜ்ஜுத்தரா</u>

கோஸம்பி நகரத்தின் கோஸித் என்ற செல்வந்தரின் தாதி மகள் தான் குஜ்ஜுத்தரா. அவளது பெயர் உத்தரா, ஆனால், கூன் விழுந்த காரணத்தால், அவள் குஜ்ஜுத்தரா ஆனால், அதாவது கூனி உத்தரா என்று அழைக்கப்பட்டார். பெரியவள் ஆனதும், அவள் கோஸம்பீயின் இரானியான ஸாமாவதியின் தாசியானாள். அவள் தினந்தோறும் இரானிக்காக பூ வாங்குவதற்காக கடைக்குச் செல்வதுண்டு. இரானி அவளுக்கு பூக்கள் வாங்குவதற்கு எட்டு நாணயங்கள் கொடுப்பதுண்டு. அதில், நான்கு நாணயங்களுக்கு பூக்கள் வாங்கிவிட்டு மீதமுள்ள நான்கு அனாக்களை தாமே வைத்துக் கொண்டு விடுவாள். ஒருமுறை அவள் பூக்கள் வாங்க சென்றிருந்த போது, அங்கு நகரத்தில், பகவானின் பேருரைக் கேட்டாள். அதைக் கேட்ட படியே, தோன்றுதல் மறைதல் மற்றும் நிரோத அதாவது நிப்பானத்தின் அனுபவத்தைப் பெற்று ஸோதாபன்னரானார். புறத்தில் விபஸ்ஸனா உதித்ததால், அவள் முற்றிலுமாக மாறினாள். அவள் தனது இரானிக்காக எட்டு அனாக்கள் முழுவதிற்கும் பூக்களை வாங்கிக் கொண்டு சென்றாள். இனி, அவளுக்கு நான்கு அனாக்கள் திருடி வைத்துக் கொள்வது முடியாததாகி விட்டது. திருடுவதை அவள் அதர்மமாக கருதினாள்.

அதின்னாதானா வேரமணீ-ஸிக்காபதங் ஸமாதியாமி
திருடாமல் இருக்கும் ஒழுக்கக் கோட்பாட்டை நான் உறுதி ஏற்கிறேன்.

பகவான் இந்த போதனையை அவள் வாழ்நாள் முழுவதும் கடைபிடித்தார்.

இவ்வளவு பூக்களைப் பார்த்த இரானி ஸாமாவதி காரணத்தை கேட்டார். குஜ்ஜுத்தரா மீண்டும் பகவானின் இந்த போதனையை கடைபிடித்தார் -

முஸாவாதா வேரமணீ-ஸிக்காபதங் ஸமாதியாமி
போய் பேசாமல் இருப்பது என்ற ஒழுக்கக் கோட்பாட்டை ஏற்கிறேன்.

ஆதலால், அவள் அனைத்து விவரங்களையும் சரிவர கூறினாள். குஜ்ஜுத்தரா மூலம் பகவானின் போதனையைச் இரானி நன்றாக செவி மடுத்தார். இரானி மிகவும் கவரப் பட்டார். இப்போது, குஜ்ஜுத்தரா தினமும் பகவானின் உபதேசத்தைக் கேட்டுவிட்டு, இரானி ஸாமாவத்தி மற்றும் அங்குள்ள அனைத்து பெண்களுக்கும் அதனை மீண்டும் தெரிவித்தாள். ஸாமாவதியும் அவளது தோழிகளும் இதனைக் கேட்க கேட்க ஸோதாபத்தியின் பலனில் நிலைபெற்றனர். குஜ்ஜுத்தராவின் ஞாபக(கிரகிக்கும்) திறன் மிகவும் திறனுடையதாக இருந்தது. அவள் தூய தருமத்தை கேட்டு அதை மீண்டும் கூறியதன் மூலம் அவள் திபிடகத்தின் அனைத்து பேருரைகளையும் நன்கு தெரிந்தவளானாள்.

குஜ்ஜுத்தராவின் நாவிலிருந்து பகவானின் போதனைகளைக் கேட்டு கேட்டு இரானி ஸாமாவதி

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©/140/11-13

மிகவும் மகிழ்ச்சியுற்றார். அவள் குஜ்ஜுத்தராவிடம் பகவானின் போதனையைக் கேட்கும் போது, அவள் கீழே உட்கார்ந்து கொண்டும், குஜ்ஜுத்தராவை மேலேயும் உட்கார வைப்பாள். குஜ்ஜுத்தராவிடம் இரானியின் நம்பிக்கை வளர்ந்து கொண்டே சென்றது. அவள் குஜ்ஜுத்தராவை அடிமைத் தனத்திலிருந்து விடுவித்து, தனது தாயைப் போல் பூஜித்தார். குஜ்ஜுத்தராவே அவளுக்கு தூய தருமத்தின் புதியதோர் பிறப்பை அளித்தார் அல்லவா!

பகவானின் முதன்மை மிக்க இல்லறச் சீடர்களுள் குஜ்ஜுத்தராவும் இடம்பெற்றார்.

ஏததக்கங், பிக்கவே, மம ஸாவிகானங் உபாஸிகானங் பஹுஸ்ஸுதானங் யதிதங் குஜ்ஜுத்தரா.

- பிக்குகளே, எனது நன்கு கேட்ட (அறிந்த) பெண் சீடர்களுள் குஜ்ஜுத்தரா முதன்மையானவராவார்.

தகவல் தொலைபேசி எண்கள்

தம்ம சேது அலுவலக எண்கள் (காலை 10:00 - மதியம் 1:00, மதியம் 2:00 - மாலை 5:00): 944428**0952**, 944429**0953**

தம்ம மதுரா: 09443728116, 8903428116. **முகாம் முன்பதிவு மற்றும் தகவல்களுக்கு**: 9444280952, 9444290953, 9940467453, 9442287592, 9444462583, 9042632889, 8015756339. **குழந்தைகள் முகாம்**: 8148135795

இணையதளம் மூலம் பதிவு: http://courses.dhamma.org/en/schedules/schsetu

மின் அஞ்சல்: setu.dhamma@gmail.com

விபஸ்ஸனா தியான முகாம் கால அட்டவணை: 2012~2013

விபஸ்ஸனா தியான மையம், தம்ம சேது, 533, பழந்தண்டலம் ரோடு, வழி: திருநீர்மலை, திருமுடிவாக்கம்-அஞ்சல், சென்னை - 600044, தொலைபேசி: 9444290953, 9444280952

மாதம்	10-நாள்	ஸதிபட்டான	20-நாள்	30-நாள்	3-நாள்	1-நாள்	சிறுவர் முகாம்
ஜனவரி 2013	**2-13, 16-27**				**30-2 (பிப்)**	**6**	
பிப்ரவரி	20-3	2-10			14-17	3	17
மார்ச்	6-17, 20-31				21-24	3	
ஏப்ரல்	10-21, 24-5 (மே)				4-7	7	21
மே	15-26				9-12 30-2(ஜூன்)	25 (புத்த பௌர்ணமி)	5,12,26
ஜூன்	5-16	22-30			19-22	2	16
ஜூலை	3-14, 17-28				18-21	7 22 (குரு பௌர்ணமி)	14,28
ஆகஸ்டு	31 (ஜூலை)-11 14-25				28-31	4	11,25
செப்டெம்பர்	11-22	31 (ஆக)-8			12-15	1	22
அக்டோபர்			26 (செப்)-17	26 (செப்)-27	30-2(Nov)	6	
நவம்பர்	6-17, 20-1 (டிச)				21-24	3	17
டிசம்பர்	4-15, 18-29					1	1,29

ஒரு நாள் தியான முகாம்கள்: மகாபோதி, எழும்பூர்: சனிக்கிழமை: கூட்டுத்தியானம்: 2 - 5 மணி, ஞாயிறு: ஒரு நாள் முகாம்: காலை 9 முதல் மாலை 4:30 மணி வரை.

தி.நகர்: ஞாயிறு காலை 8:00 முதல் 1:00 மணி வரை

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

அனுப்புனர்: Vipassana Meditation Centre
T2, Akshaya Flats, 55 Irusappa Street, Triplicane, Chennai 600005 ☏: 944429**0953**, 944428**0952**
e-mail: info@setu.dhamma.org,
Website: www.vri.dhamma.org, www.setu.dhamma.org, www.tamil.dhamma.org

Posted on: 12/01/2013
POSTED AT EGMORE
RMS/1 (PATRIKA CHANNEL)