விபஸ்ஸனா செய்தி மடல்

மலர்-6, இதழ்-4, பிப்ரவரி - 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]

தம்மம் பரவட்டும்!

(திரு. சத்திய நாராயண கோயங்கா)

என்னைப் பொறுத்தவரை, விபஸ்ஸனா தான் வாழ்க்கையின் பிரதான நோக்கமாகும். மேலும், அது நன்கு பரவுகிறது. ஏற்கனவே, உலகெங்கும் 160 மையங்கள் இருக்கின்றன; ஆயிரத்திற்கும் மேற்பட்ட ஆசிரியர்கள் இருக்கின்றார்கள்.

விபஸ்ஸனா எவ்வாறு இப்படி பல மக்களை ஈர்த்துக்கொண்டு வெகுவேகமாக பரவுகின்றது என்று பலர் என்னிடம் அடிக்கடி கேட்கின்றனர்.

ஒரு காரணம் என்னவெனில், நாம் எந்தவொரு மதத்தையும் போதிப்பதில்லை. புத்தர் எந்தவொரு மதத்தையும் போதித்ததில்லை. அவர் தம்மத்தையே போதித்தார், நாமும் தம்மத்தைத் தான் போதிக்கிறோம். மக்கள் அதனை உலகப் பொதுவானவொன்றாகவும், எல்லோருக்கும் பயன்தரத் தக்கதாகவும் காண்கின்றனர். ஆகவே தான், ஒவ்வொரு மதத்தின் தலைவர்களும் பின்பற்றுபவர்களும் விபஸ்ஸனா முகாம்களில் கலந்துகொண்டு அதனை உபயோகமுள்ளதாக காண்கின்றனர்.

மற்றுமொரு காரணம் என்னவெனில், இப்பயிற்சி முறை இலவசமாக அளிக்கப்படுகிறது. தம்மத்தைக் கற்பிக்க நாம் எந்தவித கட்டணமும் வசூலிப்பதில்லை. புத்தர் தம்மத்தைக் கற்பிக்க எந்தவொரு கட்டணமும் விதிக்கவில்லை. இந்த பாரம்பரியமும் தம்மத்தைக் கற்பிக்க கட்டணம் எதையும் விதிக்கவில்லை. நம்மிடம் வரும் மாணவர்கள் விபஸ்ஸனா பயிற்சியையும் அதன் கூடவே உணவு மற்றும் இருப்பிடத்தையும் இலவசமாகவே பெறுகிறார்கள். ஆனால், ஒருமுறை அவர்கள் இப்பயிற்சியின் மூலம் பயன் பெற்றதும், இயல்பாகவே அவர்கள் எதிர்காலத்தில் மற்றவர்களும் பயன் அடைவதற்காக தங்கள் ஆதரவை அளிக்க முன்வருகின்றனர். இவ்வாறு தான் விபஸ்ஸனா பரவுகின்றது.

மேலும் ஒரு காரணம் என்னவெனில், நாம் மக்களை ஒரு மதத்திலிருந்து மற்றொரு மதத்திற்கு மாற்ற விரும்புவதில்லை. நீங்கள் உங்களை இந்து என்றோ பௌதன் என்றோ கிறிஸ்த்துவன் என்றோ முஸ்லிம் என்றோ அழைத்துக் கொள்ளலாம். அது எந்தவொரு வேறுபாட்டையும் ஏற்படுத்துவதில்லை. நீங்கள் விபஸ்ஸனாவைப் பயிற்சி செய்தால், அனைத்து விதமான சமயப் சடங்குகளிலிருந்தும் கண்மூடித்தனமான நம்பிக்கைகளிலிருந்தும் கோட்பாடுகளிலிருந்தும் பிரிவுகளிலிருந்தும் விடுபட்டு இருக்கின்ற தம்மத்தைப் பயிற்சி செய்கிறீர்கள்.

இது மக்களை முகாமில் பங்கேற்க ஊக்கப்படுத்துகிறது. மேலும், அவர்கள் பயிற்சி செய்யும் போது, அவர்கள் இங்கேயே இப்பொழுதே பலனையும் அனுபவிக்கின்றனர்.

இப்பயிற்சி முறை முழுவதும் விளைவு சார்ந்ததும் வர்த்தகமல்லாததுமாகும். இப்பயிற்சி முறை உலகப் பொதுவானதாகும். எல்லோராலும் பயன் பெறக் கூடியதாகும். இவ்வாறு தான் இது உலகெங்கும் பரவுகிறது.

நான் தம்ம பூமியான மியன்மார் நாட்டில் பிறந்ததற்காக மிகவும் பெருமைப் படுகிறேன். நான் அந்நாட்டின் மகனாவேன். இங்கு தான் நான் ஸயாஜி ஊ பா கின் அவர்களிடம் இரண்டாம் பிறப்பெடுத்தேன். இந்த பிறப்பு தான் என்னை முற்றிலுமாக மாற்றியது.

இங்கு தான் நான் தம்மத்தை பெற்றேன். தம்மம் இந்தியாவில் தொடங்கியது. ஆனால் அது அங்கு தொலைந்து விட்டது. பர்மா நாடு தான் தம்மத்தை அதன் தொன்மைத் தூய்மையில் பாதுகாத்து வைத்திருந்தது. ஆகவே இது மியன்மார் நாடு அளித்த ஒரு பரிசாகும். தம்மத்தை அதன் தொன்மைத் தூய்மையில் வைத்ததற்காக அந்நாட்டின் மீது எப்பொழுதும் நன்றியுணர்வுடன் இருக்க வேண்டும் என்று நான் எனது மாணவர்களிடம் எப்பொழுதும் கூறுகிறேன். உலகெங்கிலுமுள்ள மக்கள் விபஸ்ஸனாவைக் கற்க அதனை பர்மா நாட்டிலிருந்து வெளியே அனுப்பி வைத்த ஸயாஜி ஊ பா கின் அவர்களிடமும் நன்றியுணர்வுடன் இருக்குமாறு நான் எனது மாணவர்களிடம் கூறி வருகிறேன்.

விபஸ்ஸனா என்றால் என்ன? ஒரு ஒழுக்கமான வாழ்வை வாழ்வதே விபஸ்ஸனாவாகும். எந்த மதம் இதை எதிர்க்கக் கூடும்? ஒரு ஒழுக்கமான வாழ்வை வாழ உங்களுக்கு ஒரு வலிமையான மனம் தேவைப்படுகிறது. எந்த மதம் இதற்கு மறுப்பு தெரிவிக்க முடியும்? உங்கள் மனம் தூய்மையாக இருக்க வேண்டும். ஆகவே, சீலம், ஸமாதி, பஞ்ஞா - ஒழுக்கம், மன ஒருமைப்பாடு, தூய்மையாக்கும் ஞானம், தெள்ளறிவு. எவருக்கும் இதில் ஆட்சேபனை இருப்பதில்லை. எல்லோராலும் இதனை ஏற்றுக்கொள்ள முடிகிறது.

ஒரு முகாம் முடித்த பின்னர், நான் எவ்வாறு என் ஒற்றை தலைவலியிலிருந்து விடுபட்டு மார்பீன் என்னும் மருந்தை நிறுத்தினேன் என்பதை நான் அடிக்கடி கூறுவதுண்டு. ஆனால், நான் அனுபவித்த மாபெரும் பயன் அதுவல்ல. மாறாக, என் மனம் நன்கு தெளிவடைந்தது; என் வாழ்க்கை மேலும் மேலும் அமைதியாகவும் இணக்கமாகவும் மாறியது. எனது நோயின் குணமாக்கல் வெறும் ஒரு கிளை-விளைவு தான். விபஸ்ஸனாவின் பிரதான நோக்கம் உடல் நோய்களை குணமாக்குவதல்ல.
விபஸ்ஸனா ஒருவரை மனதளவில் ஆரோக்கியமிக்கவராக உருவாக்கும். உங்கள் மனம் மேலும் அமைதியாகவும் சலனமின்றியும் இருக்கும். நீங்கள் உங்கள் குடும்பத்தினர்களுடனும் மற்றவர்களுடனும் நல்லுறவுகளை அனுபவித்துக் கொண்டு, ஒரு வளமான, இணக்கமான வாழ்வை வாழ்வீர்கள்.

தம்மம் பரவட்டும்! மியன்மார் நாட்டின் மக்கள் தம்மத்தின் தலைச்சிறந்த பலன்களை அனுபவிப்பார்களாக! உலக மக்கள் அனைவரும் தம்மத்தின் உயரிய பலன்களை அனுபவிப்பார்களாக!

மேலும் மேலும் மக்கள் ஒரு இணக்கமான, மகிழ்ச்சியான வாழ்வை வாழ விபஸ்ஸனாவில் பயன் அடையட்டும்!

எனது ஆசிரியரின் எல்லையற்ற பேரன்பு

ஸயாஜி ஊ பா கின் அவர்கள் கருணை மற்றும் பேரன்பின் சிகரமாக திகழ்ந்தார். அலுவலக கடமைகளில் ஆழ்ந்திருந்தாலும், அதிகபடியான மக்களுக்கு தம்மத்தை வழங்குவதில் பேரார்வம் கொண்டிருந்தார். இன்னல்கள் ஏற்பட்டாலும் கூட தம்மிடன் வருபவர்களுக்கு அவர் தம்மத்தைக் கற்பித்தார். சில சமயங்களில் அவர் ஒன்று அல்லது இரண்டு மாணவர்களுக்கும் கூட முகாமை நடத்தியிருக்கிறார். பல மாணவர்கள் இருந்தால் எவ்வாறு உழைப்பாரோ அவ்வாறே சில மாணவர்கள் இருந்தாலும் உழைத்தார். மாணவர்கள்

அனைவரும் அவருக்கு மகன்களாகவும் மகள்களாகவுமே திகழ்ந்தனர். அவரது இறப்பிற்கு மூன்று தினங்களுக்கு முன்பு தான் அவர் ஒரு முகாமை நடத்தி முடித்தார்.

அனைத்து உயிரினங்கள் மீதும் அவருக்கு எல்லையற்ற பேரன்பு இருந்தது. அவரது மையத்தின் உயிரினங்கள் அனைத்தும் அவரது அளவுகடந்த பேரன்பினால் ஈர்க்கப்பட்டன. அவரது வலிமையான மெத்தாவினால் தான் அங்கு விளையும் பழங்கள் யாவும் அதிக சுவையுடனும் இனிப்புடனும் திகழ்ந்தன.

ஒருமுறை, பர்மாவில் வழக்கத்திற்கு மாறான ஒரு சம்பவம் நடந்துவிட்டது. பஞ்சம் வரக்கூடிய ஒரு நிலை காணப்பட்டது. எப்பொழுதும் அதிக விளைச்சல் தருகின்ற பர்மா போன்றதொரு நாட்டிற்கு இது ஒரு அதிர்ச்சியாகவே இருந்தது. உணவு உற்பத்தி குறைந்தது. அரசாங்கம் அரிசி பங்கீட்டு முறையை அறிமுகப்படுத்த வேண்டியிருந்தது. மக்கள் இதனால் பெரிதும் பாதிப்படைந்தனர். இந்த நேரத்தில் பாதிக்கப்பட்ட தமது நாட்டினர் மீது ஸயாஜி கொண்ட கருணை எல்லையற்று காணப்பட்டது. அவரது உதட்டிலிருந்து மட்டுமல்லாமல், அவரது உடலின் ஒவ்வொரு நுந்துளைகளிலிருந்தும் “மக்கள் செழிப்பாக இருப்பார்களாக! அரசர் நற்குணமிக்கவராக இருப்பாராக!” என்னும் உணர்வையே ஒலித்துக் கொண்டிருந்தது.

சிறிது காலத்திற்கு பிறகு, இந்தியாவிலும் ஒரு பஞ்சம் ஏற்பட்டது. அது இரண்டு ஆண்டுகள் தொடர்ந்தது. ஸயாஜியின் கருணை மீண்டும் விறுவிறுப்படைந்தது. அவரது மையத்தின் ஒரு மூலையில் அவர் இமய மலையின் உயரிய சிகரத்தின் ஓர் மாதிரி வடிவத்தை அமைத்திருந்தார். அவர் அதன் முன்பு தினமும் தியானித்து, “நான் எவ்வளவு முறை இந்தியாவில் பிறந்து இந்த பனி மூடிய பகுதியில் வாழ்ந்து எனது தியானத்தை வளர்த்து வந்துள்ளேன் என்பதை என்னால் நினைவுபடுத்த முடியவில்லை. இன்று அந்நாட்டின் மக்களோ துயரத்தில் உள்ளார்கள். அவர்களுக்கு அமைதியும் செழிப்பும் வந்து சேரட்டும். அனைவரும் தம்மத்தில் நிலைபெறட்டும்” என்ற தமது நல்லெண்ணங்களை இந்தியாவிற்கு அனுப்பிவைத்தார்.

****

தம்ம மதுராவில் 10-நாள் முகாம்கள்(ஆண்களுக்கு மட்டும்) கால அட்டவணை - 2013

பிப்ரவரி	13-24
மார்ச்	13-24
ஏப்ரல்	17-28
மே	15-26
ஜூன்	19-30
ஜூலை	17-28
ஆகஸ்டு	14-25
செப்டம்பர்	18-29
அக்டோபர்	09-20
நவம்பர்	20-01
டிசம்பர்	18-29

பதிவு செய்ய:

1. திருமதி. ரேணுகா மேத்தா - 9443728116 / 9442603490
2. திரு. மகேஷ் பன்சல் - 9843451153

தம்ம மதுரா,
விபஸ்ஸனா தியான மையம், செட்டியாபட்டி கிராமம்,
திண்டுக்கல், காந்திகிராம் பல்கலைக்கழகம் அருகில்,

இணையதளம் மூலம் பதிவு செய்ய:

http://courses.dhamma.org/en/schedules/schmadhura

மின் அஞ்சல்: dhammamadhura@gmail.com

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

கோயமுத்தூரில் பத்து நாள் விபஸ்ஸனா தியான முகாம்: கோயமுத்தூரில் 16/05/2013 முதல் 27/5/2013 வரை பத்து நாள் விபஸ்ஸனா தியான முகாம் நடைபெறுகிறது. பதிவு செய்ய தொடர்பு கொள்ள வேண்டிய முகவரி: 1. திரு பரத் ஷா(Bharat shah) - 9842347244, சங்கம் ஸ்டோர்ஸ்(sangam stores), 26/932 RG Street Near Flower Market, Coimbatore: 641001, Ph: 2472441
2. திரு மஹேஷ் அகர்வால்(mahesh aggarwal) - 9843451153

தகவல் தொலைபேசி எண்கள்

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

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
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:
கூட்டுத்தியானம்: மகாபோதி, எழும்பூர்: சனிக்கிழமை 2 - 5 மணி வரை.
ஒரு நாள் முகாம்: மகாபோதி: ஞாயிறு 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

Posted on: 12/02/2013
POSTED AT EGMORE
RMS/1 (PATRIKA CHANNEL)

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