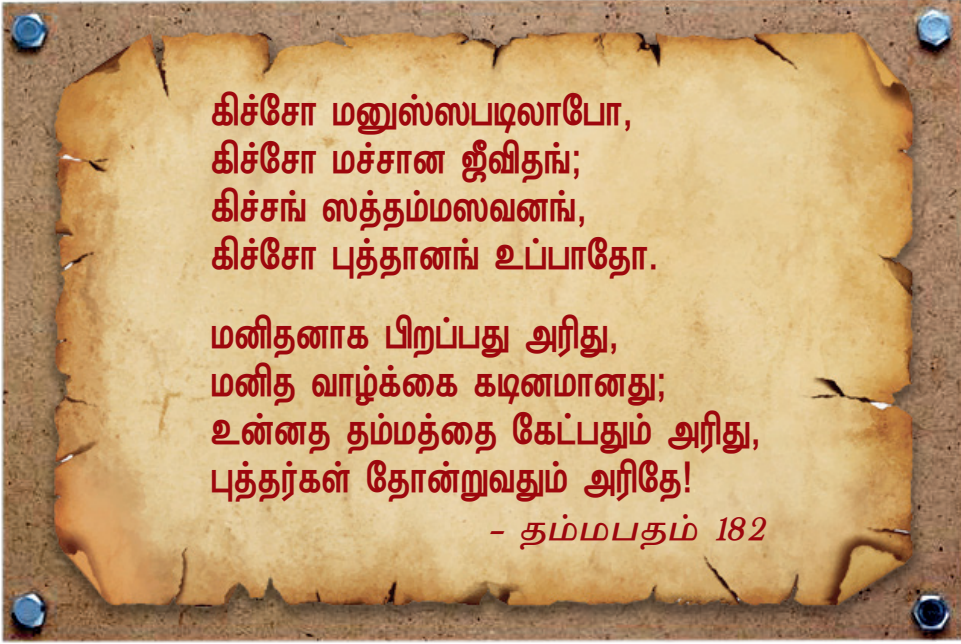


விபஸ்ஸனா செய்தி மடல்

தமிழ் மாத இதழ்

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

மலர்: 1 ★ இதழ்: 8 ★ ஆவணி: 2022 ★ விலை: ₹ 2.50/- ★ ஆண்டு சந்தா: ₹ 30/-



கிச்சோ மனுஸ்ஸபடிலாபோ,
கிச்சோ மச்சான ஜீவிதங்;
கிச்சங் ஸத்தம்மஸவனங்,
கிச்சோ புத்தானங் உப்பாதோ.

மனிதனாக பிறப்பது அரிது,
மனித வாழ்க்கை கடினமானது;
உன்னத தம்மத்தை கேட்பதும் அரிது,
புத்தர்கள் தோன்றுவதும் அரிதே!

- தம்மபதம் 182

மூன்று இரத்தினங்களின் குணங்கள்

(திரு. சத்ய நாராயண கோயங்கா)

புத்தரைப் பின்பற்றுபவர்கள் மூன்று இரத்தினங்களில் சரணடைவர்: அவையாவன புத்தம், தம்மம் மற்றும் சங்கம். இம்மூன்றையும் புத்தர் எவ்வாறு விளக்கினார்?

புத்தர் என்பவர் யார் என்று கௌதம புத்தரே ஒருமுறை இவ்வாறு விளக்கினார்: “துன்பத்தின் முழுப் பரப்பைப் பற்றிய ஞானமும், துன்பங்கள் அனைத்தின் தோன்றுதல் மற்றும் மறைதல் பற்றிய புரிதலும்,

மன அழுக்குகள் அனைத்திலிருந்தும் முற்றிலும் விடுபட்டு, தெளிந்த தூய்மையும், மறுபிறப்பு ஏதும் இல்லாத நிலையும் உடைய ஒருவரே புத்தராவார்”

இவ்வாறான குணங்களால் தான் புத்தர் அறியப்படுகிறார்:

‘பகவா’:

வேட்கை, வெறுப்பு மற்றும் அறியாமை ஆகிய மூன்றையும்

முற்றிலும் வேருடன் அழித்தொழித்து, உண்மையான விடுதலை பெற்ற ஒருவராய் வாழ்வதனால் அவர் பகவான் ஆகிறார்.

‘அரஹங்’:

மன மாசுகளின் வடிவத்தில் இருக்கும் அனைத்து எதிரிகளையும் அழித்ததனால் அவர் எதிரிகள் மீது ஜெயங்கொண்டவர் (அரஹங்) ஆகிறார்.

‘ஸம்மா ஸம்புத்தோ’:

தன் சொந்த முயற்சியினால் முழு மெஞ்ஞானம் அடைந்ததால், அவர் முழுமையான மெஞ்ஞானம் பெற்றவராவார்.

‘விஜ்ஜா சரன ஸம்பன்னோ’:

ஞானம் மற்றும் நடத்தையில் பூரணமானவர்

‘ஸுகதோ’:

உடல், சொல் மற்றும் மனதளவில் தூய்மையடைந்ததால், அவர் உன்னத உண்மையை அடைந்தார்.

‘லோக விதா’:

அனுபவ அளவில் உலகங்கள் யாவையும் உணர்ந்ததால், அவர் அனைத்தையும் அறிந்தவராவார்.

‘அநுத்தரோ புரிஸ தம்ம ஸாரதி’:

பயிற்றுவிக்கக் கூடிய மனிதர்களுக்கு அவர் ஒரு ஒப்பில்லா வழிகாட்டியாக, ஆசானாக திகழ்கிறார்.

‘ஸத்தா தேவ மனுஸ்ஸானங்’:

மனிதர்கள் மற்றும் தெய்வங்களுக்கும் ஆசானாக திகழ்கிறார்.

இக்குணங்கள் அனைத்தையும் எவரொருவர் அடைகிறாரோ அவர் புத்தராகிறார். புத்தராகும் ஒவ்வொருவருக்கும் இக்குணங்கள் இருக்கின்றன. புத்தர் என்பது ஒரு நபரின் பெயரோ அல்லது

ஒரு இனத்தின் பெயரோ அல்ல. புத்தரது குணங்களைக் குறிக்கும் மேலும் பல்வேறு பெயர்கள் உள்ளன: அவையாவன - பகவா, ஜின(ஜெயங்கொண்டவர்), மகாவீரா (மாவீரன்), ஸப்பஞ்ஞா (அனைத்தையும் அறிந்தவர்), ததாகதர்(உண்மையைக் கண்டறிந்தவர்), தஸ-பல(பத்து சக்திகளைக் கொண்டவர்), கீனாஸவே (மன மாசுகள் அனைத்தையும் அழித்தவர்), மகா காருணிகோ (கருணைக்கடல்), வீத-ராகோ (வேட்கையிலிருந்து விடுபட்டவர்), வீத-தோஸோ (வெறுப்பிலிருந்து விடுபட்டவர்), வீத-மோஹோ (அறியாமையிலிருந்து விடுபட்டவர்), ஸச்சதஸ்ஸீ (உண்மையை தரிசித்தவர்), நிப்பான தஸ்ஸீ (நிப்பானத்தை தரிசித்தவர்), தம்ம காயோ (தம்ம வடிவம் கொண்டவர்).

இப்பெயர்கள் அனைத்தும் புத்தரின் இயல்பை, குணங்களைக் குறிக்கின்றது. ஆகவே அவை உலகப் பொதுவானவை. இதில் எந்தவித வகுப்புவாதமும் இல்லை. புத்தரான ஒருவர் தம்மத்தை இவ்வாறு போதிக்கிறார் -

இதுதான் ஸீலம் (ஒழுக்கம்), இதுதான் ஸமாதி(மனக் குவிப்பு, இதுவே பஞ்ஞா(தெள்ளறிவு)

பூரணமான சீலத்தினால், ஸமாதி மிகவும் நலன் தருவதாகிறது.

பூரணமான ஸமாதியினால், பஞ்ஞா மிகவும் நலன் தருவதாகிறது.

பஞ்ஞா பூரணமடைந்ததும், மனம் மாசுக்கள் அனைத்திலிருந்தும் விடுபடுகிறது.

புத்தரால் கற்பிக்கப்பட்ட

தம்மமானது பின்வரும் குணங்களை உடையது:

ஸ்வாக்காதோ-நன்குவிவரிக்கப்பட்டது ஸந்திட்டிகோ - இந்த பிறப்பிலேயே அனுபவிக்கக் கூடியது.

அகாலிகோ - உடனடி பலன்களை அளிக்கக் கூடியது.

ஏஹி பஸ்ஸிகோ - “வாருங்கள், பாருங்கள்” என மக்களை அழைக்கக் கூடியது.

ஒபநயிகோ - ஒருவர் எடுத்துவைக்கும் ஒவ்வொரு அடியும் இறுதி இலக்கான முழு விடுதலையை நோக்கி இட்டுச் செல்லக்கூடியது.

பச்சத்தங் வேதிதப்போ விஞ்ஞாஹீதீ - ஒவ்வொருவரும் அவர்தம் சொந்த அனுபவம் மூலம் உணரக் கூடியது.

தம்மம் மதச் சார்ப்பற்றது. அது பல பெயர்களாலும் அழைக்கப்படுகிறது: ஏஸ தம்மோ ஸனந்தனோ - ஸனாதன தம்மம்; அரியோ அட்டங்கிகோ மக்கோ - உன்னத எண்வழிப் பாதை; ஸத்தம்மோ - தூய தம்மம்; விசுத்தி தம்மோ - தூய தம்மம்; விமுத்தி தம்மோ - முழு விடுதலை வரை இட்டுச் செல்லும் தம்மம்; அரியோ தம்மோ - உன்னத தம்மம்; ஸுக்க தம்மோ - கலங்கமற்ற தம்மம்; அக்கோ தம்மோ - முதன்மையான தம்மம்; புராணோ தம்மோ - புராதன தம்மம்.

புத்தரது போதனையின் படி தம்மத்தைப் பயிற்சித்து நான்கு முக்கிய தூய்மை நிலைகளான ஒரு ஸோதாபன்னராகவோ, ஸகதா காமீயாகவோ, அனாகாமீயாகவோ அல்லது முழு விடுதலை பெற்ற அரஹந்தராகவோ ஆகும் ஒருவரையே புத்தர் ஸங்க என குறிப்பிட்டார். ஆகவே ஸங்கம் என்பது சாதாரண மனிதர்களின்

சங்கம் அல்ல.

புத்தம் மற்றும் தம்மத்தைப்போன்றே, ஸங்க என்பது உலகப் பொதுவான குணங்களால் அறியப்படுகிறது:

ஆஹுநெய்யோ - அழைப்பதற்கு தகுதி பெற்றவர்; **பாஹுநெய்யோ** - விருந்தோம்பலுக்கு தகுதியானவர்; **தக்கிநெய்யோ** - தானத்திற்கு தகுதியானவர்; **அஞ்சலி-கரணீயோ** - வணங்குதலுக்கு தகுதியானவர்; **அனுத்தரங் புஞ்ஞுக்கெத்தங்** - ஒப்பில்லா புண்ணியக் கலம்; **ஸந்தோ, தந்தோ** - வேட்கையிலிருந்து விடுபட்டவர்; **விரஜோ, விமலோ** - கலங்கமற்றவர்; **நிப்பபஞ்சோ** - அமைதியடைந்தவர்.

நாம் மூன்று இரத்தினங்களில் சரணடையும் போது, புத்தம் தம்மம் மற்றும் ஸங்கத்தை நாம் வணங்கும் போது, நாம் அவர்களது குணங்களை மனதில் கொண்டு, இந்த குணங்களை நம்முள் வளர்த்துக் கொள்ள மும்முரமாக பயிற்சிக்க வேண்டும்.

புத்தரை எவ்வாறு

வணங்குதல் வேண்டும்?

கீழே குறிப்பிட்டுள்ளனவற்றை நாம் பயிற்சித்தால் மட்டுமே புத்தருக்கு நாம் செலுத்தும் உண்மையான அஞ்சலியாகும்.

கொலை செய்வதிலிருந்து விலகியிருத்தல்

களவு செய்வதிலிருந்து விலகியிருத்தல்

தகாத பாலுறவு வைத்துக் கொள்வதிலிருந்து விலகியிருத்தல்

பொய், புறம், கடுங்கொல் மற்றும் பயனில்லா சொல் பேசுவதிலிருந்து விலகியிருத்தல்

போதையூட்டும் பொருட்களை
பயன்படுத்துவதிலிருந்து
விலகியிருத்தல்

ஆயுதங்கள், மதுபானங்கள்,
விஷங்கள், மாமிசம் மற்றும்
மிருகங்களைக்கடத்தி செல்வதிலிருந்து
விலகியிருத்தல்

வேட்கை, கோபம் மற்றும் வெறுப்பு
மீது மனதை செலுத்துவதிலிருந்து
விலகியிருத்தல்

இயற்கையான இயல்பான மூச்சின்
மீது விழிப்புணர்வு கொள்ளுதல்

மனமாசுகளால் தோன்றும்
உடலுணர்ச்சிகளின் மீது
விழிப்புணர்வுடன் இருத்தல்.

உடல் உணர்ச்சிகளின்
அடிப்படையில் மன-உடல்
நிகழ்வுகளின் நிலையாமை இயல்பை
உணர்ந்தறிதல்.

உணர்ச்சிகள் யாவும், எவ்வளவு
சுகமானதாக இருப்பினும், அநித்ய
இயல்பை உடையதே; இறுதியில்
அவை துன்பத்தையே விளைவிக்கும்
என்னும் ஞானத்தை அனுபவ
அளவில் உணர்ந்தறிதல்.

உடலெங்கும் தங்குதடையின்றி
பாயும் சுகமான நுட்பமான
உணர்ச்சிகள் மீது கொள்ளும் பற்று
ஆபத்தானது என்றும் மீண்டும் துன்பச்
சுழலில் ஒருவரை ஆழ்த்தக் கூடியது
என்றும் உணர்ந்து அவைகளின் மேல்
சலிப்படைதல்.

‘நான்’, ‘எனது’, ‘எனது ஆன்மா’
என்று இந்த மன-உடல் நிகழ்வில்
ஏதும் இல்லை, அவை அனைத்தும்
கற்பனையே என்று அனுபவ அளவில்
அறிதல்.

புலன் வாயில்களும் புலப்
பொருட்களும் அநித்யமே;
துன்பத்தின் மூலமே; சாரமற்றதே
என்று உணர்ந்தறிதல்.

புல வாயில்களும் அதன்
பொருட்களும் அநித்யமே,
துன்பத்தின் மூலமே, சாரமற்றதே
என்று உணர்ந்தபின், வேட்கை,
வெறுப்பு மற்றும் அறியாமை மீது
சாட்சிபாவத்துடன் இருத்தல்.

பழைய ஸங்காரங்கள் மீது உள்ளச்
சமநிலையுடன் இருந்துகொண்டு
அவைகளை அழிப்பதுடன் உடல்
உணர்ச்சிகளை அநித்யம் என
கவனித்து புதிய ஸங்காரங்களை
தோற்றுவிக்காமல் இருத்தல்.

நிற்றல், அமர்தல், உணவு
அருந்துதல், உறங்குதல், விழித்தெழுதல்
ஆகிய அனைத்து நிலைகளிலும்
ஸதி (விழிப்புணர்வு) மற்றும்
ஸம்பஜஞ்ஞத்துடன் (நிலையாமை
பற்றிய தொடர் விழிப்புணர்வு) கூடிய
வாழ்வை நாம் வாழ்தல்.

ஸதி மற்றும் ஸம்பஜஞ்ஞத்தின்
தொடர் பயிற்சியால் ஸோதாபன்ன,
ஸகதாகாமீ, அநாகாமி மற்றும்
அரஹந்த நிலைகளை அனுபவ
அளவில் உணர்ந்தறிந்தல்.

பேரன்பு, கருணை, பிறர் நலன்
மகிழ்ச்சி (முதிதை), மற்றும் உன்னத
பற்றின்மை ஆகிய குணங்களைக்
கொண்ட ஒரு வாழ்வை வாழ்ந்து
அனைத்து உயிரினங்களின்
நன்மைக்காக அயராத உழைத்தல்.

இவ்வாறான ஒரு தூய்மையான
வாழ்வை வாழ்வதன் மூலம் தான்
நாம் புத்தருக்கு சரியான வகையில்
மரியாதை அளிக்கின்றோம் ●