విపశ్యన మాసపత్రిక

VOLUME:10 NO - 11 1 FEBRUARY, 2016

(సాధకుల ప్రేరణ కొరకు ఉద్దేశించబడిన తెలుగు మాసపత్రిక)

విపశ్యన అంతర్జాతీయ ధ్యాన కేంద్రం, ధమ్మఖేత్త, వనస్థలిపురం, హైదరాబాదు - 70

"ధర్మవాణి"

సుఖో బుద్ధాన ముప్పాదో,
సుఖా సద్ధమ్మ దేసనా;
సుఖా సంఘస్స సామగ్గి,
సమగ్గానం తపో సుఖో.

ధమ్మపద, 194, బుద్ధవగ్గో

సంతోషమయం బుద్ధోద్భవం, అతి సంతోషమయం బుద్ధోపదేశం; సంతోషమయం సంఘైకమత్యం, సంతోషమయం సామూహిక ధ్యానం.

లోకచక్రం: ధర్మచక్రం

గత సంచిక తరువాయి భాగం:

ఈ నాలుగు మంగళకరమైన సత్యాలనూ తెలుసుకోవడం; చింతన-మననం ద్వారా చక్కగా అర్థం చేసుకోవడం మంచిదే. ఎందుకంటే తెలుసుకోవడం;అర్థంచేసుకోవడమే మొదటి అడుగు. కాని ఒకవేళ మనం బుద్ధిస్థాయిలో అర్థంచేసుకోవడాన్నే సర్వస్వమని అనుకొని కూర్చుండిపోతే మరొక పిచ్చితనం బారినపడడం అవుతుంది. ఇది మనకేమాత్రం లాభం లేని ఉత్త బుద్ధివిలాసం. తెలుసుకొని, అర్థంచేసుకొని దాన్ని క్రియాన్వితం చేసుకోవడమే మనకు మంగళదాయకమైనది. రోగాన్ని తెలుసుకున్నాం; దాన్ని దూరం చేసుకునే ఔషధాన్ని కూడా తెలుసుకున్నాం; కాని ఔషధాన్ని ఉపయోగించకపోతే(వాడకపోతే) ఈ తెలుసుకోవడమంతా నిరర్థకమై పోతుంది కదా!

ఎవరైతే బుద్ధివిలాసాల వలయం నుండి బయటపడతారో వారే ఈ నాలుగు ఆర్యసత్యాలనూ సాక్షాత్కారం చేసుకుంటారు. (స్వంత అనుభూతికి తెచ్చుకుంటారు). లేకపోతే లోకచక్రంలోనే చిక్కుకుపోయి ఉంటారు. ధర్మచక్రం నుండి లాభాన్వితులు కాలేరు. దుఃఖాన్ని తెలుసుకొని దాన్నుండి ముక్తులైపోవడమే ధర్మచక్రం. దుఃఖం యొక్క నిజమైన కారణాన్ని తెలుసుకొని దానిని కూకటివేర్లతో సహా పెరికివేయడమే ధర్మచక్రం. దుఃఖనిరోధ సత్యాన్ని తెలుసుకొని ఆ స్థితిని యధార్థంగా(వాస్తవంగా) ప్రాప్తించుకోవడమే ధర్మచక్రం. దుఃఖనిరోధం కొరకు శీల, సమాధి, ప్రజ్ఞల సరళమైన పద్ధతిని తెలుసుకొని దానిని సంపూర్ణంగా అభ్యాసం చేసుకోవడమే ధర్మచక్రం. ఇదే మంగళానికి మూలం. ఇది గనక లేకుంటే మనం లోకచక్రంలోనే చిక్కుకొని ఉండిపోతాము. దుఃఖచక్రంలోనే పడి నలుగుతూ ఉండిపోతాము. ఈ మంగళకరమైన పద్ధతి లభించడం మన సౌభాగ్యం. దీని అభ్యాసం ద్వారా మనం లోకచక్రపు దుఃఖాలనుండి బయటపడదాం. ధర్మచక్రంలో స్థిరపడి మన కల్యాణాన్ని సాధించుకుందాం. మన మంగళాన్ని సాధించుకుందాం.

చరథ భిక్ఖవే చారికం

భిక్షువులారా---! వెళ్ళండి; ధర్మచారిక చేయండి.

వారణాసి సమీపంలోని ఋషిపత్తన మృగదాయమనే ప్రదేశంలో (ఈనాడు అది సారనాథ్ అని పిలువబడుతున్నది) భగవాన్ తథాగత సమ్యక్ సంబుద్ధుడు మొదటిసారిగా ధర్మచక్ర ప్రవర్తనం చేసి తన పూర్వసహచరులైన ఐదుగురు భిక్షువులకు మోక్షప్రాప్తి జ్ఞానాన్ని బోధించాడు. దాంతో భగవానుని ఐదుగురు ప్రథమ శిష్యులు కృతకృత్యులయ్యారు; అరహంతులయ్యారు; జీవన్ముక్తులయ్యారు.

ఆ తరువాత వారణాసికి చెందిన యశుడనే ధనసంపన్నుడైన శ్రేష్ఠిపుత్రుడు భగవానుని సన్నిధికి వచ్చాడు. ఆ వైశ్యయువకుడు సకల సంపదలతో సంపన్నమైన జీవితం గడుపుతున్నప్పటికీ మానసికంగా ఎంతో ఉద్విగ్నతకు గురై ఉన్నాడు. వైభవభోగ విలాసాలతో కూడిన జీవితంతో విసుగుజెంది ఉన్నాడు. ధనసంపదలలో అతనికి ఎలాంటి శాంతి కనిపించలేదు. భగవానుని వద్ద ధర్మసాధన నేర్చుకొని అతడు నిజమైన శాంతిసుఖాలకు అధికారి అయ్యాడు. కొద్దికాలపు అభ్యాసంతోనే అతడు కూడా అరహంతుడయ్యాడు. జీవన్ముక్తుడయ్యాడు. అతని మానసిక శాంతిని చూసి ప్రేరణపొందిన అతని నలుగురు సన్నిహిత మిత్రులు కూడా భగవానుని వద్దకు వచ్చి సాధన నేర్చుకొని, అనతికాలంలోనే కృతార్థులయ్యారు. నలుగురూ అరహంతులయ్యారు. దాంతో యశుని స్నేహితులందరిలో కలకలం చెలరేగింది. భౌతిక సంపదల భోగవిలాసాలతో మొహంమొత్తిపోయి అశాంతితో, అలజడితో సతమతమవుతున్న శ్రేష్ఠిపుత్రులు వరుసగా భగవానుని శరణులోకి రావడం మొదలుపెట్టారు. ఈవిధంగా యాభైమంది ధర్మసాధనను అభ్యాసం చేసి అరహంత స్థితిని ప్రాప్తింపజేసుకున్నారు. తమ జీవితాన్ని సఫలం చేసుకున్నారు.

ఈ అరవైమంది అరహంత భిక్షుమండలితో పాటు భగవానుడు వర్షాకాలం మూడునెలలు ఆ ప్రదేశంలోనే విహారం చేస్తూ ఉన్నాడు.

అరవైమంది భిక్షువులూ ధర్మ అభ్యాసంలో పూర్తిగా పరిపక్వులై ఉన్నారు. వర్షాకాలం పూర్తవగానే భగవానుడే వారిని ఆదేశించాడు---"ఇప్పుడిక మీరు ఏకాంత ప్రదేశంలో ఉండవలసిన అవసరం లేదు. సమాజంలోనే ఉంటూ ప్రజలకు సేవచేయండి. అందుకోసం సంచారం చేయండి.------" ఏచోటుకైనా ఒకేసారి ఇద్దరు భిక్షువులు కలిసి వెళ్ళకండి. ఒక్కొక్కరుగానే వెళ్ళండి. దీనివల్ల ఎక్కువ ప్రాంతాల్లో సద్ధర్మం యొక్క ప్రకాశం వ్యాపించగలుగుతుంది. ఎక్కువలో ఎక్కువమందికి మేలు చేకూరాలి. సంచరిస్తూనే ఉండండి; ధర్మచారిక చేస్తూనే ఉండండి. అనేకమంది ప్రజల హితం కోసం; అనేకమంది ప్రజల కల్యాణం కోసం --- మంగళం కోసం---ప్రజలమీద అనుకంపతో సత్యధర్మాన్ని ప్రకాశింపజేస్తూ సంచారం చేస్తూనే ఉండండి; ధర్మచారిక చేస్తూనే ఉండండి."

"చరథ భిక్ఖవే చారికం, బహుజన హితాయ; బహుజన సుఖాయ----లోకానుకంపాయ"

తమలో ధర్మం పరిపక్వమైపోయిన తరువాత ఆ భిక్షువుల మనసులో సహజంగానే అంతులేని కరుణ మేల్కొంది. లోక కల్యాణం చేయాలనే తపన జాగృతమయింది. దానికి భగవానుని ప్రేరణ తోడయింది; దాంతో వారు కార్యోన్ముఖులయ్యారు. జనుల లాభంకోసం---మంగళంకోసం దేశం నలువైపులా ధర్మచారిక చేయడం కోసం బయలుదేరారు. అన్నిచోట్లా ప్రజలు దుఃఖతప్తులయ్యే ఉన్నారు. శారీరకంగా, మానసికంగా పీడితులై ఉన్నారు. ప్రతిఒక్కరూ ఏదో ఒక విధమైన దుఃఖానికి గురై ఉన్నారు. వారికి ధర్మం నుండి లాభం కలగాలి. దుఃఖాల నుండి ముక్తులవ్వాలి. నిజమైన సుఖశాంతులను రుచి చూడాలి. ఏ ధర్మాన్ని అయితే తాము స్వయంగా అభ్యాసం చేశారో, ఏ అభ్యాసంతోనైతే వారు స్వయంగా తమ దుఃఖాలను పూర్తిగా నిర్మూలించుకున్నారో--- ఆ ధర్మాన్నే----ఆ అభ్యాసాన్నే ఆ అరవైమంది అరహంత భిక్షువులు ప్రజలకు పంచడం మొదలుపెట్టారు. ఈ ధర్మ అభ్యాసం సార్వజనీనమైనది. సర్వమానవులకూ సమానరూపంలో మేలు చేకూర్చేది. అందుకని ఇది అందరికీ సులభసాధ్యమై ఉండాలి. ప్రజలందరు పలురకాల దుఃఖాలతో వ్యాకులపడుతున్నారు. పైకి వేరు-వేరుగా కనిపించే అన్ని దుఃఖాలకూ మూలకారణం మాత్రం ఒక్కటే. అసంతృప్తి వలయంలో చిక్కుకొని తమ స్వంత తృష్ణల పట్ల తీవ్రమైన గుంజులాట; గాఢమైన అనురక్తి; లోతైన ఆసక్తి---- ఇదే కదా దుఃఖం---దుఖానికి మూలం. ఈ ఆసక్తులను మొదలంటా పెరికి వాటినిర్మూలనం చేసే ఏ విధానమైనా (పద్ధతైనా) చేజిక్కితే, దాని అభ్యాసంతో లోపల గూడుకట్టుకున్న ఆసక్తులన్నీ సమూలంగా తొలగిపోతే---దుఃఖాలన్నీ వాటికవే అంతమైపోతాయి.

ఈ అరవైమంది దుఃఖపీడితులు తమ కల్యాణమిత్రుని నుండి, తమ ధర్మశాస్త నుండి, ఆ మహాకారుణికుడైన బుద్ధభగవానుని నుండి ఈ ధర్మసాధననే కదా నేర్చుకున్నారు! దీని అభ్యాసంతోనే వారి ఆసక్తులు తెగిపోయాయి; స్వయంగా వారికి తమతమ దుఃఖాలనుండి విడుదల లభించింది. దీని నుండే వారు అనాసక్తులయ్యారు. జీవన్ముక్తులయ్యారు. ఇప్పుడు ఆ సరళ సహజ ధ్యాన పద్ధతినే దుఃఖ తప్తులై ఉన్న ప్రజల వద్దకు చేర్చడానికి ఈ అరవై మంది భిక్షువులు బయలుదేరారు. నిజమే మరి! ఆ మహాకారుణికుడు చూపించిన ధర్మమార్గాన్ని చేపట్టి ఏ వ్యక్తైతే స్వయంగా దుఃఖవిముక్తుడౌతాడో---ఆ వ్యక్తి ఈ లోక మంగళ కరుణా భావం నుండి ఎలా దూరంగా ఉండగలడు చెప్పండి? ఎవరైనా తనను తాను దుఃఖ విముక్తుణ్ణి చేసుకొని, ఆ విముక్తి సుఖంలోనే తన శేషజీవితాన్ని ఏ ఏకాంత ప్రదేశంలోనో ఉండి గడపడం అసంభవమైన విషయం. స్వయంగా భగవానుడు కూడా ఈ విధంగా చేయలేదు కదా! సమ్యక్ సంబోధిని ప్రాప్తించుకొని ఆయన కేవలం ఏడువారాలు మాత్రమే విముక్తి సుఖంలో ఒంటరిగా గడిపాడు. కాని ఆ తరువాత ఆయన తన జీవితంలోని మిగిలిన 45 సంవత్సరాలపాటు నిర్విరామంగా లోకహితం చేయడంలోనే గడిపాడు. జీవితపు అంతిమ ఘడియ వరకు కూడా అహర్నిశము దుఃఖతప్తులైన జనుల దుఃఖాన్ని దూరం చేయడానికి ధర్మగంగ శీతల జలాన్ని పంచుతూనే ఉన్నాడు. ఇటువంటి కరుణాసముద్రుని మార్గాన్ని చేపట్టిన ఏ భిక్షువైనా కూడా ఏ నిర్జనప్రదేశానికో వెళ్ళి మొత్తం జీవితాన్ని ఎలా గడపగలడు? అతడు సమాజంలోనే ఉండి, ఆజన్మాంతం నిరంతర సమాజ సేవలోనే నిమగ్నమై ఉండడమే సముచితంగదా! ఈ ఆదర్శాన్నే ఆ ప్రథమ అరవై మంది భిక్షువులు పాటించారు. వారి ఈ ఆదర్శమే భావి ధర్మధూతల కొరకు దీపస్థంభమై నిలిచింది.

ఈ అరవై మంది భిక్షువులను ధర్మచారిక కోసం వేరు-వేరు ప్రాంతాలకు పంపి, స్వయంగా భగవానుడు కూడా ఇదే ఉద్దేశంతో బయలుదేరాడు.

అంతటా తమకు ఎనలేని మేలు చేసిన మంగళధర్మాన్ని ప్రకాశింపజేశారు. కేవలం మాటల ద్వారా మాత్రమే కాదు; ఆ మాటల అర్థాన్ని, భావాన్ని సరైన రీతిలో వివరిస్తూ వారు ధర్మాన్ని బోధించారు. ఇలా చేయడానికి ఉన్నది ఒకే ఒక్క మార్గం. అదేమిటంటే బోధించే మాటలు, దాని భావార్థము స్వయంగా బోధించేవ్యక్తి జీవితంలో ఆచరణకు రావాలి. ఇదే ధర్మబోధ యొక్క సరైన అభివ్యక్తీకరణ; ఇదే సరైన అభివ్యంజన.(తెలియబరచడం).

ఈ మంగళ ధర్మం.

ప్రారంభంలోనూ కల్యాణకరమైంది; మధ్యలోనూ కల్యాణకరమైంది; చివరలోనూ కల్యాణకరమైందిగా ఇది అభివర్ణించబడింది.

ఈ మంగళ ధర్మంలో.

కేవలం విశుద్ధే విశుద్ధి సమకూరి ఉంది. ఇది పరమ పరిశుద్ధమైంది; పరమ పరిపూర్ణమైంది. ఇందులో రవ్వంతైనా అశుద్ధికి చోటులేదు. ఇది జన కల్యాణానికి, లోక మంగళానికి పరిపూర్ణమైన సాకార స్వరూపం. ఇది సత్యంయొక్క సారతత్వం. ఇందులో ఎక్కడా గడ్డీగాదంలేదు, ఎక్కడా పైపొట్టులేదు. కించిత్తైనా మిథ్యాకల్పన లేదు; మిథ్యాశ్రయం లేదు. అంతా

విరజమే విరజం; విమలమే విమలం; విశుద్ధే విశుద్ధి. ఇందులో అంధభావావేశానికి గాని, పైపై సైద్ధాంతిక తర్కాలకుగాని, బుద్ధివిలాసానికి గాని చోటే లేదు. ఇది పూర్తిగా వ్యావహారికమైంది. ఈ వ్యవహారికం కూడా ఎలాంటిదంటే ప్రతి ఒక్కరికీ సమానరూపంలో గ్రహణీయమైంది (చేపట్టదగింది); ప్రతిఒక్కరికీ సమానరూపంలో ప్రయోజనకరమైంది. దీనిని అభ్యాసంచేయడం కోసం ఏ వర్గంలోనూ, ఏ సాంప్రదాయంలోనూ దీక్షితులవ్వాలన్న నియమంగాని, వాటికి కట్టుబడాల్సిన నిబంధనగాని లేనేలేదు. అలాంటి ఆవశ్యకత కూడా లేదు. స్వచ్ఛమైన ఆవుపాలవంటిది. త్రాగిన ప్రతివారికీ పుష్టినిస్తుంది. ఇది పూర్తిగా సాంప్రదాయనిరపేక్షమైన ధర్మం. దుఃఖితుడిని దుఃఖవిముక్తుడిగా చేసేది; రోగిని రోగముక్తుడిగా చేసేది; పతితుడిని పావనుడిగా చేసేది, నిర్బలుడిని బలవంతుడిగా చేసేది; భయభీతుడిని నిర్భయంగా చేసేది; నిర్దయుడిని దయాళువుగా చేసేది; దుర్జనుడిని సజ్జనుడిగా చేసేది------ఒక్క మాటలో చెప్పాలంటే మానవదేహాన్ని ధరించిన ప్రతిఒక్కరిని నిజమైన మానవుడిగా తయారుచేసేది ఈ మంగళ ధర్మం.

ఇదే ఆ ఎనిమిది అంగాల ధర్మమార్గం. ఈ మార్గం మీదనే నడిచి బుద్ధునితో సహా ఈ అరవైమంది వ్యక్తులు సంపూర్ణంగా దుఃఖవిముక్తులయ్యారు; పరమ పరిశుద్ధులయ్యారు. ఈ ఎనిమిది అంగాల మార్గం మూడు భాగాల్లో విభజింపబడి ఉంది---శీలము, సమాధి, ప్రజ్ఞ.

శీలము అంటే సదాచారము. వాక్కుద్వారా, శరీరం ద్వారా జరిగే దుష్కర్మలనుండి కాపాడుకోవడం; సమాధి అంటే చిత్తాన్ని వశపరుచుకొని స్వాధీనం చేసుకోవడం; ప్రజ్ఞ అంటే విపశ్యన అభ్యాసం ద్వారా ప్రత్యక్ష అనుభూతితో చిత్తంలో నిగూఢమై ఉన్న అన్ని రాగద్వేష సంస్కారాలను, మోహమూఢత్వాలను వేర్లతో సహా పెల్లగించి వేసే సరైన అంతరదృష్టిని పొందడం.

ఈ విధంగా నిర్మలమైన చిత్తం సహజంగానే అంతులేని మైత్రితో అపారమైన కరుణతో నిండిపోతుంది. దీనివల్ల సాధకుడు కేవలం తన కల్యాణాన్ని సాధించుకోవడమే కాదు, అన్యప్రాణుల కల్యాణానికి కూడా కారకుడవుతాడు. ఇది ఆత్మహితం- పరహితం- సర్వజనహితముల మంగళమయమైన సమన్వయం. ఆత్మోదయం- సర్వోదయముల కల్యాణకరమైన సంగమం.

మూడుమాసాల ప్రథమ వర్షావాసం తరువాత అశ్వినీ పూర్ణిమ ...... ***'చరథ భిక్ఖవే చారికం'*** అనే ఈ మంగళఘోష ధరణీమండలం మీద ప్రప్రథమంగా మార్మోగింది. దుఃఖితజనుల దుఃఖవిముక్తికి నాంది పలికిన ఈ మంగళఘోష మనకోసం కూడా ప్రేరణాదాయకమవ్వాలి. సద్ధర్మాన్ని ఆచరించి విశుద్ధిని పొందిన మన చిత్తంకూడా మైత్రీ కరుణలతో నిండిపోవాలి. ఒకవేళ మనకు ఈ మార్గనుండి నిజంగానే మేలుజరిగితే-నిజంగానే లాభం కలిగితే- మనం కూడా లోకకల్యాణం కోసం కార్యోన్ముఖులమవ్వాలి. మన శక్తిమేరకు, మన తాహతునుబట్టి, మన సామర్థ్యం కొద్దీ సర్వజనహితంకోసం, సర్వజన సుఖంకోసం, సర్వజన మంగళంకోసం, కల్యాణంకోసం పాటుపడడంలో నిమగ్నమవ్వాలి. ధర్మం యొక్క ఉద్దేశం కేవలం ఆత్మహితం మాత్రమే కాదు; కేవలం ఆత్మోదయం మాత్రమే కాదు. ఆత్మహితాన్ని సాధించుకొని పరహితంలో నిమగ్నమవ్వడమే ధర్మం. ఆత్మోదయాన్ని సాధించుకొని సర్వోదయంలో నిమగ్నమవ్వడమే ధర్మం. ఇదే నిజమైన ధర్మప్రేరణ. ఇలాంటి ప్రేరణే మనందరి సాధకులలో జాగృతమవ్వాలి. మన సత్ప్రయత్నాలతో ఎక్కువలో ఎక్కువమంది ప్రజలు దుఃఖవిముక్తులై నిజమైన సుఖశాంతులు పొందాలన్నదే మన జీవిత లక్ష్యం కావాలి.

ధర్మోపదేశానికి ఆధారం - సంవేదన

" సంవేదన"

[**వేదన: సంవేదన:-** రెండువేల సంవత్సరాల దీర్ఘకాలాంతరం తరువాత విపశ్యన ధ్యానం బర్మానుండి భారతదేశానికి వచ్చినప్పుడు ఈ విద్య ప్రశిక్షణలో ప్రయోగించబడే అత్యంత మహత్వపూర్ణ పదమైన "వేదన" కొంత ఇబ్బందిని కలిగించింది. బుద్ధునికాలం నాటి భారతదేశంలో అనుభూతిని "వేదన" అని అనేవారు. అనుభూతి సుఖమైంది కావచ్చు, దుఃఖమైంది కావచ్చు, అసుఖకరమైన- అదుఃఖకరమైన కావచ్చు. అందుకని ఆకాలపు భాషలో సుఖకరమైన అనుభూతిని సుఖవేదన అనీ, దుఃఖకరమైన అనుభూతిని దుఃఖవేదన అనీ, అసుఖకరమైన-అదుఃఖకరమైన అనుభూతిని అసుఖ-అదుఃఖవేదన అనీ అనేవారు. కాని ఈనాడు భారతదేశంలో వేదన అనేపదం కేవలం దుఃఖకరమైన అనుభూతి అన్న అర్థానికే పరిమితమైపోయింది. కాబట్టి ఈనాడు సుఖద, దుఃఖద, అసుఖకరమైన-అదుఃఖకరమైన అనుభూతులకొరకు "వేదన" అనే పదాన్ని ఉపయోగించినప్పుడు అది ప్రజలను తికమకకు గురిచేయడమే కాకుండా భ్రాంతిని కూడా కలుగజేసింది. అందుకని "వేదన" అనడానికి బదులుగా దానిస్థానంలో "సంవేదన" అనే పదాన్ని వాడడం మొదలుపెట్టడం జరిగింది.

కాబట్టి, విపశ్యసాధన సందర్భంలో వాడబడుతున్న సుఖకరమైన సంవేదన, దుఃఖకరమైన సంవేదన, అసుఖకరమైన-అదుఃఖకరమైన సంవేదనలను ప్రాచీన భారతదేశపు సుఖవేదన, దుఃఖవేదన, అసుఖ-అదుఃఖవేదనల అర్థంలోనే అర్థంచేసుకోవాలి.]

సంవేదన 1

అనంతమైన ఆకాశంలో కాలానుగుణంగా వివిధ రకాలైన గాలులు ఉత్పన్నమై, ఉధృతమై, బలహీనపడి వెళ్ళిపోతుంటాయి. ఒకప్పుడు తూర్పుగాలులు, ఒకప్పుడు పడమటిగాలులు, ఒకప్పుడు దక్షిణపుగాలులు, ఒకప్పుడు ఉత్తరపుగాలులు, ఒక్కోసారి వేడిగాలులు, ఒక్కోసారి చల్లనిగాలులు, ఒక్కోసారి దుమ్ముతోకూడిన సుడిగాలులు, ఒక్కోసారి దుమ్ములేని ఈదురుగాలులు, ఒక్కోసారి ప్రభంజన ప్రళయ మారుతాలు, ఒక్కోసారి నెమ్మదైన పిల్లతెమ్మెరలు---ఇలా పలురకాల గాలులు వీస్తూ ఉంటాయి. ఆకాశం వీటివల్ల ప్రభావితం కాదు. గాలులు

వస్తాయి; కొంతసేపటిదాకా వీస్తాయి; కాని ఎంతోకొంత కాలానికి అవి వెళ్ళిపోతాయి.

ఇదేవిధంగా ఒక ధర్మసత్రంలో, హోటల్‌లో, విడిదిగృహంలో పలురకాల ప్రజలు వచ్చి బసచేస్తుంటారు. తూర్పుప్రాంతంవారు, పశ్చిమప్రాంతంవారు, దక్షిణాదివారు, ఉత్తరాదివారు, నల్లనివారు, తెల్లనివారు, పొట్టివారు, పొడుగువారు, బక్కచిక్కినవారు, లావైనవారు, అందమైనవారు, కురూపులు, పల్లెవాసులు, పట్టణవాసులు----ఇలా పలురకాల ప్రజలు వస్తుంటారు. కాని ధర్మసత్రంగాని, హోటల్‌గాని, విడిదిగృహంగాని వారివల్ల ప్రభావితం కాదు. బాటసారులు వస్తారు; కొంతసమయం ఉంటారు; కాని ఎంతోకొంత సమయం తరువాత వెళ్ళే పోతారు.

సరిగ్గా ఇదేవిధంగా మన శరీరంలో పలురకాల సంవేదనలు కలుగుతుంటాయి. అవి కొంత సమయం వరకు నిలిచి ఉంటాయి. కాని ఎంతోకొంత సేపటికి అవి వెళ్ళిపోతాయి. ఏ సంవేదన కూడా ఎల్లకాలం ఉండడానికి కలుగదు. కాని వీటివల్ల మనం ప్రభావితమౌతూ ఉంటాము. ప్రతిక్రియ చేస్తూ ఉంటాము. రాగ ప్రతిక్రియ; ద్వేషప్రతిక్రియ. ఇలా ఎందుకు జరుగుతుంది? ఎందుకంటే మన సంజ్ఞ వాటి మూల్యాకనం చేస్తుంది. ఒక సంవేదనను సుఖకరమైందని అంటుంది; ఒక సంవేదనను దుఃఖకరమైందని అంటుంది; మరొక సంవేదనను అసుఖకరమైందని-అదుఃఖకరమైందని అంటుంది. దేన్ని సుఖకరమైందని అంటుందో దానిని ప్రియంగా భావించి దానిపట్ల రాగప్రతిక్రియ చేయడం, దేన్ని దుఃఖకరమైందని అంటుందో దానిని అప్రియంగా భావించి దానిపట్ల ద్వేష ప్రతిక్రియ చేయడం మన స్వభావమైపోయింది. సుఖకరమైన సంవేదన కలిగినప్పుడు దానిని నిలిపి ఉంచుకోవాలని లేదా దానిని మరింత పెంచుకోవాలనే ప్రతిక్రియ; దుఃఖకరమైన సంవేదన కలిగినప్పుడు దానిని వెంటనే తొలగించుకోవాలనే ప్రతిక్రియ అలాగే అది అసుఖకరమైన-అదుఃఖకరమైనదయితే దానివల్ల విసుగుచెంది, దానిని తొలగించుకోవడానికి ద్వేషాన్ని పుట్టించుకొని (దానిస్థానంలో) సుఖకరమైన సంవేదనను ప్రాప్తింపజేసుకోవడం కోసం రాగప్రతిక్రియ చేస్తాము.

ఒకవేళ సంజ్ఞ స్థానాన్ని ప్రజ్ఞ తీసేసుకుంటే ఈ తప్పుడు మూల్యాంకనం మనల్ని వీడిపోతుంది. అప్పుడిక అన్ని సంవేదనల సరైన మూల్యాంకనం జరుగుతుంది. అప్పుడది అనుభూతిస్థాయిలో వాటి అసలైన గుణ-ధర్మ స్వభావాన్ని తెలుసుకొన్న జ్ఞానపూర్వకమైన మూల్యాంకనమవుతుంది. దాంతో మనం రాగద్వేషాల ప్రతిక్రియ చేయడం ఆపివేస్తాము. ప్రజ్ఞ గనుక సరైన విధంగా మూల్యాంకనం చేస్తే, ----సంవేదన సుఖకరమైనదైనా, దుఃఖకరమైనదైనా లేక అసుఖకరమైన-అదుఃఖకరమైనదైనా---- స్థూలమైనదైనా లేక సూక్ష్మమైనదైనా---ప్రియమైనదైనా లేక అప్రియమైనదైనా---అన్ని సంవేదనలు అనిత్యధర్మం గలవే, భంగుర ధర్మం గలవే, పరివర్తన ధర్మంగలవే, మార్పుచెందే ధర్మం గలవే అన్న అవగాహన కలుగుతుంది. ఆకాశంలోని గాలులలాగా, ధర్మసత్రంలోని బాటసారిలాగా----వచ్చాయంటే అవి వెళ్ళిపోవడానికే వచ్చాయి.--- కలకాలం నిలిచి ఉండిపోవడానికి కాదు అన్న బోధ కలుగుతుంది.

అదేవిధంగా ఈ సంవేదనలమీద మనకెలాంటి అధికారం లేదు; ఎలాంటి యాజమాన్యం లేదు. ఏదో ఒక ప్రత్యేకమైన సంవేదన రావాలని కోరుకుంటే అది రాదు; దేన్నయినా నిలిపి ఉంచుకోవాలనుకుంటే అది నిలవదు; దేన్నయినా తొలగించుకోవాలనుకుంటే అది తొలిగేది కాదు. ఏది జరుగుతుందో అది తన స్వభావంతో జరుగుతుంది; ప్రకృతి సిద్ధంగా జరుగుతుంది---అని కూడా తెలిసివస్తుంది.

(తరువాయి భాగం వచ్చే నెల సంచికలో)

సంవత్సర చందా రూ 50/- **విపశ్యన తెలుగు మాసపత్రిక** **జీవిత చందా రూ. 500/-**
విపశ్యన అంతర్జాతీయ ధ్యానకేంద్రం, నాగార్జున సాగర్ రోడ్, వనస్థలిపురం, హైదరాబాదు - 500 070. ఫోన్ : 24240290
(ఆఫీసు పనిచేయు వేళలు : ఉదయం 9 గం॥ల నుండి సాయంత్రం 5 గం॥ల వరకు)

Postal Reg. HSE 864/2016-2018 RNI Reg. No. APTEL/2006/17745
Date of publishing: 30th of every month. Date of posting: 1st and 2nd of every month

PRINTED MATTER

If Undelivered please return to :
VIPASSANA INTERNATIONAL MEDITATION CENTRE,
12/6KM, Nagarjuna Sagar Road, Sahebnagar, Vanasthalipuram,
HYDERABAD - 500 070.
Website : www.vri.dhamma.org
E-mail : info@khetta.dhamma.org

Published for Vipassana International Meditation Centre, 12/6KM, Nagarjuna Sagar Road, Sahebnagar, Vanasthalipuram, Hyd.(A.P)-70 Ph: 040-24240290, Published by Smt. Sabrina Katakam.
Editor : Sri G.V.Subrahmanyam., Printed at Sai Likhita Printers, #6-2-959, Dakshin Bharat Hindi Prachar Sabha Complex, Khairatabad, Hyd. Ph : 2332579.