



(సాధకుల ప్రేరణ కొరకు ఉద్దేశించబడిన తెలుగు మాసపత్రిక)

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

“ధర్మవాణి”

మెత్త విహారి యో భిక్కు,
పసన్నో బుద్ధశాసనె
అధిగచ్ఛె పదమ్ సంతమ్,
సంఖారూపసమమ్ సుఖం

ఏ భిక్కు అయితే బుద్ధ బోధనలయందు విశ్వాసంతో మైత్రీభావనలో జీవిస్తుంటాడో, అట్టివాడు వికార విముక్తుడై నిర్వాణ సుఖశాంతులను పొందగలడు.

ధమ్మపద 368, భిక్కువగ్గో

మాతాజీ, గోయంకాగార్ల ఉత్తర ప్రత్యుత్తరాలు (2017 జనవరి నెల “విపశ్యన న్యూస్ లెటర్” యొక్క తెలుగు అనువాదము.)

“మెత్త విహారిణి మాతాజీ శ్రీమతి ఇలాయచీదేవి గోయంకా” అనేపుస్తకాన్ని విపశ్యన రీసర్చ్ ఇనిస్టిట్యూట్ వారు హిందీ భాషలో ప్రచురించారు. మైత్రీభావనలో విహారిస్తున్న మాతాజీ అని దాని అర్థం. ఈ పత్రికలోని “పుస్తక పరిచయం”లో దీని గురించి వివరించబడినది. 1969-70లలో వారి మధ్య జరిగిన ఉత్తర ప్రత్యుత్తరాలలో కొంత భాగం ఇక్కడ పొందుపరచబడింది. ఈ పుస్తకాన్ని ప్రస్తుతం ఆంగ్లభాషలోకి అనువదిస్తున్నాము.

మాతాజీ : అత్యంత గౌరవనీయులైన శ్రీవారికి నా ప్రణామములు.

మీ శిబిరాల వలన అనేకమందికి మేలు జరుగుతుందని తెలిసినప్పుడల్లా నాకెంతో ఆనందంగా ఉంటుంది. పూజ్యగురువులైన సయాజీ ఉ బా ఖిన్ గారు, మాతా సయామాగారు బాగున్నారు. నేను ప్రతిరోజు వారి ధ్యాన కేంద్రానికి వెళుతున్నాను. ఇంటివద్ద కూడా రోజు ధ్యానం చేసుకుంటున్నాను. నా సాధన బాగా సాగుతోంది. మన పిల్లల గురించిన ఆలోచనలే తరుచూ వస్తూ ఉంటాయి. (పెద్ద కుమారులు గోయంకాగారి కంటే ముందే భారతదేశానికి వచ్చారు. చిన్న కుమారులు మాతాజీతో బర్మాలోనే ఉండిపోయారు.) కాని ధ్యానంలో ఏకాగ్రత కుదిరేకొద్దీ ఆలోచనలు సద్దుమణుగుతున్నాయి. ప్రశాంతంగా అనిపిస్తుంది. మీతో కలిసిలేకపోవటమే నన్ను కొంచెం బాధపెడుతుంది. నేను అక్కడికి వచ్చే అవకాశం లేనట్లుగానే కనపడుతుంది. బయటపడే మార్గం నాకేమీ కనపడటం లేదు.

ఇట్లు - మీ సహధర్మచారిణి - ఇలాయచి.

గోయంకాజీ : నీవు ప్రతిరోజు ధ్యానకేంద్రానికి వెళుతున్నావని, ఇంట్లో కూడా ధ్యానం చేస్తున్నావని తెలుసుకుని చాలా సంతోషిస్తున్నాను. నీ సాధన నిర్విఘ్నంగా సాగటం నాకు చాలా సంతృప్తినిస్తుంది. నీవు నానుండి దూరంగా ఎప్పుటికీ లేవు. నీవు ధ్యానంలో కూర్చున్నప్పుడల్లా అంతః చేతన జాగృతమైనప్పుడల్లా నీ చెంతనే నేనున్నట్లు కనుగొంటావు.

నీవు వాసినది నిజం. బహుకొద్దిమంది అదృష్టవంతులకు మాత్రమే దొరికే అమూల్యమైన ధర్మరత్నం నీవద్ద ఉంది. ఇటువంటి కష్టకాలంలో కూడా ఈ అమూల్యమైన ధర్మరత్నం శక్తి వల్ల నీవు సమతలో ఉండగలుగుతున్నావు. నీ చుట్టూ సంతోషాన్ని చూడగలుగుతున్నావు. నీవు కృంగిపోకుండా ఉండగలగటం నిజంగా నీ అదృష్టం. ఎప్పుడైనా నీవు కృంగుబాటుకులోనైతే సాధనద్వారా అందులో నుండి బయటకు రా! ఎల్లప్పుడు సంతోషంగా ఉండు. మన మనస్సులో తిరుగాడే దుఃఖఛాయలు గతంలోని మన సంస్కారాలే. అవి ప్రస్తుత దుఃఖానికి కారణాలైనాయి. మనం ఎదుర్కొనే కష్టాలు గతంలో మనం చేసిన కర్మఫలాలుగా అర్థం చేసుకోవాలి. ధర్మ అవగాహనతో సహనంతో సంతోషంగా వాటిని భరించాలి. వర్తమానములో మనం నిర్వహించే కర్మల పట్ల జాగ్రూకులమై ఉండాలి. ఈ సాధన ద్వారా గతంలో మనం ఏర్పరుచుకున్న సంస్కారాలను బలహీన పరుచుకుంటూ క్రొత్త సంస్కారాలను తయారుచేసుకోకుండా ఉంటే మన భవిష్యత్తు ఉజ్వలవంగా ఉంటుంది. నీ అంతరంగం ధర్మంతో ప్రకాశించుగాక. నా దీవెనలు నీకెల్లప్పుడూ ఉంటాయి. ధర్మ బలంతో ఈ కష్టకాలం క్రమేపి తొలగిపోతుంది. దాని వలన కలిగిన బాధలు కూడా సమసిపోతాయి.

ఇట్లు - నీ ధర్మ సహచరుడు - సత్యన్నారాయణ గోయంకా.

మాతాజీ : పూజ్యగురువులైన శ్రీ సయాజీ ఉ బా ఖిన్ గారు మాతా సయామాగారు బాగున్నారు. పిల్లలకు పరీక్షలు జరుగుచున్నవి. ఒక్కొక్కసారి మనసు ఆలోచనలలో కొట్టుకు పోతుంది, కాని సాధనలో కూర్చున్నప్పుడు ప్రశాంతంగా ఉంటుంది. మీకు ఉత్తరం వ్రాసిన తరువాత హృదయం తేలికపడుతుంది. ప్రతిరోజు ధ్యానకేంద్రానికి వెళుతున్నాను. అక్కడ సాధనచేస్తుంటే చాలా మంచిగా అనిపిస్తుంది. మనసు సమతలో ఉండగలుగుతుంది.

గోయంకాజీ : గురువుగారి ఆరోగ్యం చక్కగా ఉందని తెలుసుకుని చాలా సంతోషిస్తున్నాను. నీవు ప్రతిరోజు కేంద్రానికి వెళ్ళటం అక్కడ కొంచెం



నేను ధ్యానం చేయటం ద్వారా ప్రయోజనంపొందటం నాకు చాలా ఆనందాన్ని కలిగిస్తున్నాయి. నీ రోజువారీ సాధన నీకు మేలు కలగచేయటమే కాకుండా అనేక మంది స్త్రీల మేలుకు దోహదపడుతుంది. నేను ఇది చాలా స్పష్టంగా చూడగలుగుతున్నాను. అందువలన నీ సాధన బలపడటానికి నిరంతర ప్రయత్నం చేస్తూ ఉండు.

నీవు ధర్మంలో బాగా ఎదగాలనే శుభాంకాంక్షలతో ముగిస్తున్నాను.

మాతాజీ : 10వ తారీఖున మీరు వ్రాసిన ఉత్తరం ఈ రోజు అందుకోవటం నాకు చాలా సంతోషంగా ఉంది. అత్యంత ప్రీతి పాత్రులైన మీతో కలిసి ధమ్మసేవ చేయాలనే కోరిక నాకు కూడా ఉంది. అది ఎప్పుడు కార్యరూపం దాలుస్తుందో నాకు తెలియదు. మీరు భారతదేశము వెళ్ళి 14 నెలలు అయింది. ధమ్మసేవలో ఎదురయ్యే సాధక బాధకాలు మీరు ఒంటరిగానే ఎదుర్కొంటున్నారు. మీ ప్రక్కన ఉండి మీ కష్ట నుఖాలలో పాలుపంచుకోవాలనుకుంటున్నాను. నేను కూడా ధమ్మసేవ చేసే భాగ్యం కలుగుతుందో లేదో? జరిగే ప్రతిది మన కర్మఫలితమే అని తెలుసు. నా కర్మఫలితాన్ని నేనే అనుభవించాలి. నేను మీ నుండి, పిల్లల నుండి దూరంగా ఉండవలసిరావటం బాధగా ఉంది.

మీతో నేను ఫోన్లో మాట్లాడినాను. నీ సాధన ఎలా ఉంది అని మీరు అడిగినవెంటనే నా శరీరంలో సంవేదనల తరంగం మొదలైంది. నా జ్వరం మటుమాయమైనది. రోజుకు రెండుసార్లు ధ్యానంలో కూర్చుంటున్నాను. నేను ధనాన్ని, వస్తువులను దానంగా సమర్పిస్తున్నాను. కాని భిక్షువులకు భోజన దానం చేయటం మీరు వచ్చిన తరువాతే సాధ్య పడుతుంది.

గోయంకాజీ : దేవి ఇలాయిచి, నీవు డిసెంబరు 28న, జనవరి 5న రాసిన రెండు ఉత్తరములు అందినవి. మనం ఫోనులో మాట్లాడుకున్నప్పుడు నీలో సంవేదనల తరంగాలు ఉత్పన్నమైనవని, నీ జ్వరం మటుమాయమైందని తెలుసుకుని సంతోషించాను. నీవుక్రమం తప్పకుండా, నిష్ఠగా ధ్యానం చేస్తున్నావని, ఎంతో వినయంతో దానాలు చేస్తున్నావని తెలుసుకుని సంతోషిస్తున్నాను. బుద్ధుడు చెప్పిన ధర్మం యొక్క సారాశం ఇదే: మన శక్తికి తగ్గట్టుగా దానాలు చేయటం, నియమ నిష్ఠలతో శీల పాలన చేయటం, క్రమం తప్పకుండా ప్రతిరోజు ధ్యానం చేయటం. నీవు నిజంగా పై మూడు ధర్మాలను పాటిస్తూ, పారమితలను పెంపొందించుకుంటున్నావు. నీవు నిష్ఠగా పాటించే ధర్మం నిన్ను తప్పక రక్షిస్తుంది. నీ లక్ష్యానికి నిన్ను చేర్చుతుంది. ఇక్కడ వున్న మన పిల్లల గురించి ఆలోచించ వలదు. వారి వారి వ్యాపారాలలో వారు చక్కగా స్థిరపడ్డారు.

అక్కడ ఉన్న మన పిల్లలు చక్కటి ధర్మజీవనం జీవించేటట్లు ప్రోత్సహిస్తున్నావని, వారి భవిష్యత్తును వారే చక్కదిద్దుకునేటట్లు ప్రేరేపిస్తున్నావని విశ్వసిస్తున్నాను.

మాతాజీ : ఆరునెలలలో మీరు వస్తున్నారని తెలిసి నా హృదయం ఉప్పొంగిపోతుంది. వరుసగా ధ్యాన శిబిరాలను నిర్వహించటంలో మీరు

పూర్తిగా నిమగ్నమై ఉన్నారని తెలిసి చాలా ఆనందంగా ఉంది. నేను కూడా మీతోపాటు ధమ్మసేవలో పాల్గొనాలని ఉంది. కాని అది ఇప్పుడు సాధ్యం కాకపోతే ఏంచేస్తాం.....

గోయంకాజీ : బారాచాకియాలో శిబిరం నిర్వహిస్తే అందులో 46 మంది పాల్గొన్నారు. వారిలో 25 మంది మార్వాడి స్త్రీలు ఉన్నారు. వారందరికి కోర్పు బాగా జరిగినది. నేను భిక్షువునుగాని, సన్యాసినిగాని కాదని తెలుసుకొని వారు చాలా సంతోషించారు. నేనొక గృహస్తుని తెలుసుకొని వారిలో జిజ్ఞాసమొదలైంది. నీ గురించి చాలా ప్రశ్నలు అడిగారు. నిన్ను కలుసుకోవాలనే ఆతృతతో ఉన్నారు. ధర్మవ్యాప్తిలో ఎల్లవేళలా నువ్వు నా వెంటే ఉండే రోజు తప్పకవస్తుంది. నాకు సహాయం చేస్తూ నీ ధర్మ పుత్రికలను చూసుకునే భాగ్యం నీకు కలుగుతుంది. ఆలశ్యమవుతోందని, నాకు తెలుసు, కానీ ఆ రోజు తప్పక వస్తుంది. అప్పటి వరకు సాధనకోసం వీలైనంత ఎక్కువ సమయం కేటాయించుకో. సాధనలో స్థిరపడటానికి ప్రయత్నం చేయి. ప్రతినిత్యం క్రమం తప్పకుండా సాధన చేస్తూ ఏస్థితికి ఎదగాలంటే, నీవు ఎప్పుడు కావాలనుకుంటే అప్పుడు హృదయవత్తుపై స్థిరంగా ధ్యానం చేయగలగాలి. ఏ కోరికలు కూడా నీ మనసును విచలిత పరచలేని స్థితికి ఎదగాలి. నీవు ఆ స్థితికి ఎదిగిన పిదప నాతో కలిసి ఇతరులకు ధ్యానం నేర్పగలుగుతావు. బాబు అన్నయ్య ధ్యాన కేంద్రానికి తన కుటుంబ సభ్యులతో కలిసి వెళుతున్నాడని తెలిసి చాలా సంతోషంగా ఉంది. సమయం దొరికినప్పుడు నీవు కూడా కుటుంబ సభ్యులతో కలిసి కేంద్రానికి పోయి 10 రోజులు పాటు ధ్యానం చేసుకోవచ్చు. ధర్మంపైన, ధ్యానం పట్ల నీకున్న అంకితభావం, విశ్వాసం చూస్తుంటే నా అణువణువు పులకరించి పోతుంది.

మాతాజీ : ఫిబ్రవరి 21న మీరు వ్రాసిన ఉత్తరం అందినది. ఇద్దరు భిక్షువులతో, ఇంకా చాలా మంది సామాన్య జనులతో ప్రతాప్ ఫుర్లో నిర్వహించిన శిబిరము విజయవంతమైనదని తెలిసి చాలా ఆనందించాను. అజ్మీర్ శిబిరము కూడా దిగ్విజయముగా సంపన్నమైనదని భావిస్తున్నాను. పూజ్య గురుజీ మరియు మాతా సయామా క్షేమంగా ఉన్నారు. పిల్లలకు పరీక్షలు జరుగుచున్నవి. నా మనసు ఇంకా చాలా పరిగెడుతుంది. కానీ సాధనలో కూర్చున్నప్పుడు కుదుట పడుతుంది. మీకు ఉత్తరం వ్రాస్తూ నా ఆలోచనలను మీతో పంచుకుంటున్నప్పుడు మనసు ప్రశాంతంగా ఉంటుంది.

గోయంకాజీ : ధ్యాన శిబిరాలు నిర్వహించినప్పుడల్లా దానిలో పాల్గొనే వారికి ఎంతో మానసిక ప్రశాంతత కలుగుతుంది. గమనించ దగ్గ మార్పులు వారిలో కనపడతాయి. ఇది ఎంతో పుణ్యప్రదమైన పని. నేను పెంపొందించుకునే పుణ్యపారమితలలో నీకు భాగముంటుంది. నేను పొందే లబ్ధిలో నీకు భాగం లేకపోవటమనేది జరగదు. ఎన్నో జన్మలనుండి మనం కలిసి సుఖ దుఃఖాలను పంచుకుంటూ, పుణ్యాన్ని ఆర్జిస్తూ వస్తున్నాము. ఈ జన్మలో మళ్ళీ కలుసుకున్నాము. పుణ్య పారమితలను పెంచుకోవటమే మన లక్ష్యం. జీవితాంతం అదే పని చేస్తూ ఒకరినొకరు బలపరచుకుందాము.



బుద్ధగయలో శిబిరము చాలా శక్తివంతమైనది. ఈ పవిత్ర భూమి బుద్ధుని పాదస్పర్శతో ప్రభావితమైనది. ఈ ప్రదేశంలో బుద్ధుని సాధనవలన, గురువుగారి ఆశీర్వాదములతో ఇక్కడ శిబిరములో పాల్గొనేవారు ధర్మ సూక్ష్మాలను బాగా అర్థం చేసుకోగలుగుతున్నారు. కనుక ఇక్కడ పొందే సత్యర్మఫలాల అధికంగా ఉంటాయి. ఇక్కడ కలిగే పుణ్య పారమితల వలన కుటుంబం మొత్తానికి లబ్ధి చేకూరుతుంది. ఈ బలమైన పుణ్యపారమితలలో నీవు నా భాగస్వామివి.

ఈ సత్యర్మలో నాతో కలిసి పనిచేయాలని నీ మనసు ఉబలాట పడుతుందని నాకు తెలుసు. నేను కూడా అదే అనుకుంటున్నాను. ఈ శిబిరాలలో పాల్గొనే ఎంతో మంది ధర్మబిడ్డలను చూసినప్పుడల్లా నీవు కూడా ఉండి ఉంటే, వారి సంతోషంలో పాల్గొని వారికి ధర్మాన్ని నేర్పడానివి అనిపిస్తుంటుంది. ధర్మంలో వారి పురోగతి చూసి సంతోషించేదానివి. కాని నువ్విక్కడ లేక పోవటం కూడా ఒకందుకు మంచిదే. ఈ ధర్మ మార్గంలో తొలినాళ్ళలో చాలా ఇబ్బందులు ఉంటాయి. ప్రయాణాలు, భోజన, వసతి సౌకర్యాలలో చాలా ఇబ్బందులను ఎదుర్కోవాలి. ఈ ఇబ్బందులన్నీ చూసినప్పుడు నీవుగాని, గౌరవనీయులైన గురువుగారు కానీ ఇక్కడ లేకుండా ఉండటమే మంచిదనిపిస్తుంది. మీరు చాలా ఇబ్బంది పడేవారు. ఒక సంవత్సరంలో పరిస్థితులు కొంచెం మెరుగుపడతాయి. సాధకుల సంఖ్య పెరుగుతుంది. ధర్మం వలన లాభాన్ని పొందిన వారి సంఖ్య పెరుగుతుంది. అప్పుడు ధమ్మసేవలో వారు కూడా భాగస్వాములవుతారు. అప్పుడు నువ్వు నాతో కలిసి చేసే ధమ్మసేవ చాలా లాభదాయకంగా ఉంటుంది.

నా నుండి, ఇక్కడ ఉన్న మన పిల్లల నుండి చాలా దూరంగా ఉంటూ అక్కడి పరిస్థితులను ఎంతో ఓర్పుతో భరిస్తూ, చక్కబెట్టుకోవటమే ఒక గొప్ప తపస్సువంటిది. దానిని ధర్మబద్ధంగా నువ్వు నిర్వహిస్తుంటే అది చాలా లాభదాయకంగా ఉంటుంది. అలా కాకుండా ఈ కష్టకాలానికి, ఖరిన పరీక్షలకు కృంగిపోతుంటే అప్పుడది నీకు హానిచేస్తుంది. మన సాధనంతా ప్రజ్ఞతో కూడుకున్నదై ఉండాలి. ఈ పరిస్థితులు ఎల్లప్పుడూ ఇలాగే ఉండవు. మార్పు సహజం అనే సృహతో ఉండాలి. అవి అనిత్య-అనిత్యం, నశించేవి, అనుక్షణం మార్పు చెందేవి. ఈ ఎరుక లేకుండా, మనం బాధలో కొట్టుకుపోతే మన సాధన బలహీన పడుతుంది. దుఃఖ సంస్కారాలను పెంచుకుంటూ పోతే, భవిష్యత్తులో మరింత దుఃఖాన్ని పెంచుకుంటాము.

మనకొచ్చే ఫలితాలు మన కర్మల వలనే కలుగుతాయి. కర్మలు మన శరీరం ద్వారానో, చేతులద్వారానో లేక వాణి ద్వారానో కలగవు. అవి మన మనస్సులోనే ఉత్పన్నమవుతాయి. మనం చేసేది గాని, మాట్లాడేది గాని మన ఆలోచనలకు అనుగుణంగానే జరుగుతుంది. మనమేదైతే ఆలోచిస్తామో అదే పెరిగి పెరిగి వాణి ద్వారానో లేక చేతులద్వారానో బహిర్గతమవుతుంది. అందువలన వివేకవంతులు వారి ఆలోచనల పట్ల జాగరూకులై ఉంటారు. మనసు దుఃఖంతో నిండివున్నప్పుడు ఎరుకలో

లేకుండా, బాధాకరమైన, దుఃఖకరమైన పనులు చేయటమే కాకుండా దుఃఖానికి, బాధకు సంబంధించిన బీజాలనే నాటుతూ ఉంటాము. అవి భవిష్యత్తులో మనకు మరింత దుఃఖాన్ని తెచ్చి పెడతాయి. బాధకు, దుఃఖానికి సంబంధించిన బీజాలు పెరిగి పెద్దవై బాధలను, దుఃఖాలనే తెచ్చిపెడతాయి. చేదుగా ఉండే వేపవిత్తనాలు చేదు ఫలాలనే తెస్తాయి. తియ్యటి మామిడి వళ్ళను తేలేవు. కనుక మనం భవిష్యత్తులో దుఃఖపడకూడదు అనుకుంటే వర్తమానంలో మనం దుఃఖాన్ని దరిచేరనీయకూడదు. ఎప్పుడు మనకు బాధ కలిగినా, దుఃఖంవచ్చినా మన సాధనా బలంతో దాని అనిత్య స్వభావాన్ని అర్థం చేసుకోవాలి. పోవటానికే ఇది వచ్చిందని తెలుసుకోవాలి. మన గత కర్మలే ఫలదీకరణం చెంది ఇప్పుడు ఫలితానిస్తున్నాయనేది మరువకూడదు. అప్పుడు దుఃఖానికి, బాధకు సంబంధించిన క్రొత్త బీజాలను మనం నాటకుండా ఉంటాము.

ప్రతి క్షణం శరీరంపైన కలిగే సంవేదనలను తెలుసుకోవటమే సాధనకాదు. ఈ సంవేదనలు సుఖమైనవి కాదు, దుఃఖమైనవి కాదు, ఇవి అనిత్యమైనవి, నిరంతరం మారిపోయే స్వభావం కలవి, అని తెలుసుకోవటమే సాధన. ఎప్పుడైతే అత్యంత సూక్ష్మ సంవేదనలలో కూడా అనిత్య స్వభావాన్ని తెలుసుకుంటుంటామో అప్పుడు మనలోని ప్రజ్ఞ జాగృతం అవుతుంది. వివేకం మేల్కొంటుంది. ఎలా అయితే లోపల అంతా తరంగాలమయమో బయట కనబడే ఈ ఘనీభూత ప్రపంచం, పరిస్థితులు, మనుషులు, వారి స్వభావాలు అన్నీ అనిత్యమైనవే అనేది ఎరుకలోకి వస్తుంది. ఈ ఎరుకవలన బాహ్య ప్రపంచంలో ఏది అతని మనసును ప్రభావితం చేయలేదు. ఇలాంటి వ్యక్తి తనకు అనుకూలంగా జరిగినప్పుడు గంతులు వేయటం కాని, జరగనప్పుడు కృంగిపోవటం కాని చేయకుండా సమతలో ఉండకలుగుతాడు.

నీ శరీరంలో నిరంతరం ప్రవహించే ఈ సంవేదనలు సుఖమైనవని కాని, దుఃఖమైనవని కాని, మంచివని కాని, చెడ్డవని కాని తలచవాక. దానికి బదులు ప్రతిక్షణం వాటి స్వభావాన్ని అర్థంచేసుకుంటూ ఉండు. నిరంతరం మారిపోతూ ఉండేది మనకు సుఖాన్ని ఎలా తీసుకురాగలుగుతుంది? నిరంతరం మారిపోతూ ఉండే దాన్ని, దుఃఖంతో నిండివున్న దాన్ని నేను నాది అనుకోవటం, దాని పట్ల ఆసక్తి పెంచుకోవటం మరింత దుఃఖమేకదా! అది నాది అయితే నేను చెప్పినట్ల వివాలి కదా! దానిపైనా ఆధిపత్యం ఉండాలి కదా! స్పష్టంగా అలా జరుగటం లేదు. ఏది జరుగుతుందో అది తనంత తానుగా జరుగుతుంది, దానిపై మన నియంత్రణ లేదు. ఏదైతే అనిత్యమైనదో దానిని నిత్యము శాశ్వతము చేయలేము. అందువలన అది నాది అది నేను అనే భ్రమ నుండి బయట పడటమే వివేకం.

ఎప్పుడైతే మనం అనిత్య ఆధారంతో సాధన చేస్తుంటామో అప్పుడు ఈ నాది నేను అనే భావన కరిగిపోతుంటుంది. నేను నాది అనే భావన ఉన్నంత కాలం ఈ అనంతమైన దుఃఖం మన నెత్తిమీదే ఉంటుంది. ఏది జరిగినా అది కర్మవలన జరుగుతుంది. దానిపై మన



కేమి అధికారం లేదు. అయితే భవిష్యత్తులో దుఃఖాన్ని తెచ్చిపెట్టే క్రొత్త కర్మలు చేయకుండా వాటినుండి దూరంగా ఉండటం మనచేతిలోనే ఉంది. ఒక్కొక్క సారి నా చుట్టూ జరిగేది నాకు అనుకూలంగా ఉండకపోవచ్చు. కాని ఎవరికి తెలుసు భవిష్యత్తులో అవే నాకు మంచి ఫలితాలను తెస్తాయేమో. పిల్లలు జాగ్రత్త. వాళ్ళ యోగక్షేమాలతో పాటు నీ సాధన కూడా జాగ్రత్తగా చూచుకో. ఇందులోనే అందరి యోగక్షేమాలు ఉన్నాయి.

ఇట్లు, నీ ధర్మ సహచరుడు, సత్యనారాయణ గోయంకా.

పిల్లల శిబిరాలు

ధమ్మ కౌండన్సులో ఏప్రిల్ లో 13-14 వరకు (బాలికలకు), 15-16 వరకు (బాలురకు).

కిశోర వయస్సుల శిబిరాలు

ధమ్మనాగాజ్ఞానలో ఏప్రిల్ 19-26; మే 21-29 వరకు (బాలికలకు), జూన్ 9-17 వరకు (బాలురకు). ధమ్మనిజ్ఞానలో మే 19-27 వరకు (బాలికలకు). ధమ్మకౌండన్సులో మే 29 -జూన్ 6 వరకు (బాలురకు).

దీర్ఘ శిబిరాలు

ధమ్మనాగాజ్ఞానలో ఏప్రిల్ 29-మే 20 వరకు (20 రోజులు), ఏప్రిల్ 29 - మే 30 వరకు (30 రోజులు). ధమ్మఖైత్రలో జూన్ 13 - జులై 4 వరకు (20 రోజులు), జూన్ 13 - జులై 14 వరకు (30 రోజులు), జూన్ 13 - జులై 29 వరకు (45 రోజులు).

పాలీ హిందీ ప్రాథమిక శిక్షణ తరగతులు

తేదీ: 2018 ఏప్రిల్ 7 నుండి మే 22 వరకు పరియత్తి భవన్ గ్లోబల్ పగోడా ఆవరణలో జరుగును.

అర్హతలు: 3 పది రోజుల శిబిరాలు, ఒక సతిపట్టాన్, 12వ తరగతి ఉత్తీర్ణత, సహాయక ఆచార్యుని పరిచయ పత్రము.

Email: mumbai@vridhamma.org

Phone no: 022-62427560 (9am to 5pm).

OWNERSHIP OF VIPASSANA MASAPATRIKA AND OTHER INFORMATION

1. Name of the Masapatrika **VipassanaMasapatrika**
2. Registration Nos of the News Paper **APTEL/17745**
3. Language **Telugu**
4. Frequency of Publication **Monthly**
5. Publisher's Name **Smt. Sabrina Katakam.**
6. Nationality **Indian**
7. Adress **Vipassana International Meditation Centre 12/3 M, Nagarjunasagar Road, Sahebnagar, anastalipuram, Hyderabad-500 070.**
8. Printer's Name **Sri Y. Venkateswar Rao**
9. Nationality **Indian**
10. Address **Flat No. 15, Saikrupa Apartments Red Hills, Lakdikapool, Hyderabad- 500 004**
11. Editor's Name **G.V.Subrahmanyam**
12. Nationality **Indian**
13. Adress **11-13-114, Road No.2 Alkapuri Colony, Hyderabad - 500 102**
14. Place of Publication **Vipassana International Meditation Centre 12/3 M, Nagarjunasagar Road, Sahebnagar, vanastalipuram Hyderabad - 500 070.**

I. Sabrina Katakam, declare that the above mentioned information is true to the best of my knowledge.

Date : 1-4-2018

Sabrina Katakam,
Publisher

రెండు సంవత్సరాలకు చందా రూ 100/- విపశ్యన తెలుగు మాసపత్రిక జీవిత చందా రూ. 500/-
ప్రచురణ తేదీ: ప్రతినెల 30/31 పోస్టింగ్ తేదీ: ప్రతి నెల 1/2 వెల: రూ 5/-
విపశ్యన అంతర్జాతీయ ధ్యానకేంద్రం, నాగార్జున సాగర్ రోడ్, వనస్థలిపురం, హైదరాబాదు - 500 070. ఫోన్ : 24240290 (ధ్యానకేంద్రం)
ఆఫీసు పని చేయు వేళలు : ఉదయం 9గం||ల నుండి సాయంత్రం 5 గం||ల వరకు

Postal Reg. HSE 864/2016-2018 RNI Reg. No. APTEL/2006/17745

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