విపశ్యన మాసపత్రిక

VOLUME:11 NO - 05 1 AUGUST, 2017

(సాధకుల ప్రేరణ కొరకు ఉద్దేశించబడిన తెలుగు మాసపత్రిక)

విపశ్యన అంతర్జాతీయ ధ్యాన కేంద్రం, ధమ్మఖెత్త, వనస్థలిపురం, హైదరాబాదు – 70

"ధర్మవాణి"

ఆచరియం,సొ అహం,
నిచ్చమ్ నమామి;
"హొతు సబ్బం, మంగళం
మామ్ సబ్బాధి" నారదక్క దీపని

నేను గురువులకు సదా వందనము చేస్తాను. అన్ని విధాలుగా నాకు మేలు కలుగు గాక. సర్వ జనులకు మేలు కలుగు గాక.

వ్యాధిపై సమత ప్రభావం – 2

(ఈ వ్యాసం "జాగే పావన ప్రేరణ" అనే హిందీ పుస్తకం నుండీ అనువాదితమై, ఇంగ్లీషు "విపశ్యన న్యూస్‌లెటర్" 31 జులై 2015, 8వ సంచికలో ప్రచురితమైంది. దాని అనువాదమిది.)

ధ్యానంలో పరిణితి సాధించిన రతిలాల్ మెహతాగారు 86 ఏళ్ళ వయస్సులో 1987 ఆగస్టు 26వ తేదీనాడు పూర్తి ఎరుకలో ఉండగా తనువు చాలించారు. ఆదర్శవంతమైన ధ్యానిగా ఎలా జీవించారో, అలాగే ఆదర్శవంతమైన మరణాన్ని అనుభంలోకి తెచ్చుకున్నారు.

ఎన్నో ఏళ్ళుగా సరైన మార్గం కోసం అన్వేషిస్తూ, చివరకి రాజస్థాన్‌లోని బికనీర్‌లో 1971 అక్టోబర్లో జరిగిన విపశ్యన శిబిరంలో చేరి తన మార్గాన్ని కనుక్కోగలిగారు. ప్రారంభం నించే **"ఏహి పశ్యకో"** (రండి, శుద్ధ ధర్మాన్ని అనుభూతి చెందండి)" అనే ధర్మానుభూతి "అందరూ దుఃఖం నుండీ బైటపడే మార్గాన్ని అందుకోవాలి" అని దుఃఖితులందరూ ఆ తేనెను ఆస్వాదించాలనుకొనేవారు,

మహారాష్ట్రలోని ఇగత్‌పురిలో ధ్యాన కేంద్రం ఏర్పడుతున్నదని తెలుసుకొని చాలా సంతోషించారు. వెనువెంటనే దక్షిణ భారతంలోని హైదరాబాదులో అక్కడి ప్రజల కోసం ఒక ధ్యాన కేంద్రం ఏర్పడలానే ధర్మ సంకల్పం ఆయనకు కలిగింది.

ధర్మభావాలు ఆయను ముంచెత్తాయి, నిలవలేకపోయాడు. తన కుటుంబానికున్న భూమిలో నుంచీ రెండున్నర ఎకరాలను కేంద్రం కోసం దానిమిచ్చాడు. ఆ తర్వాత దానికి మరో నాలుగెకరాలు కలిపి, కేంద్రం అభివృద్ధి చెందటం ప్రారంభించింది. ఇగత్‌పురిలోని ధమ్మగిరి కేంద్రం కాస్త ముందుగా **ధమ్మకేత కేంద్రం** 4 సెప్టెంబర్ 1976 నాడు ప్రారంభమైంది.

ఆ భూమి ఇంతకుముందు ఆహారపంటల్ని పండిస్తూ ప్రజల ఆకలిని తీర్చేది. కానీ ఇప్పుడో, తరతరాల మానవులందరి ఆధ్యాత్మికమైన ఆకలిని తీర్చడానికి పూనుకుంది.

ఆయన తన కుటుంబ సభ్యులందరికీ ధర్మాన్ని పరిచయం చేశారు. ధర్మమార్గంలో ప్రయాణిస్తూ సాధకుడు తాను మూటగట్టుకున్న మానసికమైన వికారాల ముడులు విప్పి, వాటిని బైటకి పంపిస్తాడు. తన్ను తాను శుద్ధి చేసుకుంటాడు. తనలో కరుణాన్వితమైన మైత్రీ భావాన్ని బలంగా పెంచుకుంటూ పోతాడు. రతిలాల్ అప్పుడప్పుడూ ధ్యానం చేసుకొనేందుకు ధమ్మగిరి (ఇగత్‌పురి)కి వస్తుండేవాడు ధమ్మగిరిలో సాధకులు వైయుక్తికంగా ధ్యానం చేసుకొనేందుకు విడివిడి గదులున్న విశాలమైన పగోడాను చూశాడు. దానితో ఆయనలో ధర్మసంకల్పం బలంగా వేర్లూనుకుంది. ధమ్మఖెత్తలో మూడు అంతస్థుల పగోడా నిర్మాణానికి నాంది పలికారు. దాని నిర్మాణానికి ఇతరులు కూడా విరాళాలనిచ్చారు. ఇవ్వాళ దానిలో 74 మంది సాధకులు ధ్యానం చేసుకోవచ్చు.

ప్రజలు ధర్మంలో ఎదగడాన్ని చూస్తున్నప్పుడు ఆయన ఆనందపడిపోయేవాడు. తానిచ్చే విరాళం విపశ్యన సహాయంతో ప్రజలు తమ దుఃఖాల్నించీ బైటపడి, తమల్ని తాము శుద్ధి చేసుకునేందుకు ఉపయోగపడటం కన్నా వేరే పెద్ద ప్రయోజనమేమీ ఉండదని ఆయన గ్రహించాడు. అంతకన్నా మానవులకు ఇవ్వదగిన మంచి సేవ వేరొకటుండదు.

ఈ ధర్మ శ్రేయోభిలాషి తన చివరి రోజుల్లో భయంకరమైన క్యాన్సరు జబ్బుతో బాధపడ్డాడు. క్యాన్సరు తన ప్రచ్ఛన్నమైన అదృశ్య హస్తాన్ని మొదట ఆయన పెద్ద ప్రేగులపైకి విసిరింది. కాలేయం మీదకీ, తర్వాత ఊపిరితిత్తుల మీదికీ పాకింది. మూత్ర విసర్జన కోసం ఆయన నడుముకు పెద్ద ప్లాస్టిక్ సంచీనొకదాన్ని వేలాడదీశారు. భరించ శక్యం కానీ ఈ తీవ్ర పరిస్థితినంతా రతిలాల్ చిరునవ్వుతో భరించాడు. బాధ ఎలాగుంది అని ఎవరన్నా అడిగితే, ఒకే సమాధానం చెప్తుండేవాడు, "ఇది పూర్వమెప్పుడో చేసుకున్న కర్మ ఫలితం, నేడు దాన్ని సమతాభావంతో పరిశీలిస్తున్నాను." ఇటువంటి ధ్యానికి ఆశీర్వాదం లభిస్తుంది!

నిజానికి, రాబోయే ముందు జన్మల్లో ఎదుర్కొనబోయే భయంకరమైన దుఃఖ సన్నివేశాన్ని, ఈ జన్మలోనే ఈ విధంగా ఎదుర్కొనవలసి వచ్చింది. ఆయన సమతాభావంతో ఉంటూ పరిశీలిస్తూ ఉండటం వల్ల సాధారణ దుఃఖంతోనే దాన్ని పెకలించివేసుకున్నారు.

చిన్న పాత్రలోని నీటికి గుప్పెడు ఉప్పును కలిపితే, ఆ నీళ్ళు తాగటానికి పనికిరావు. కానీ, అదే గుప్పెడు ఉప్పును ప్రవహిస్తున్న నదిలో కలిపితే, ఆ ఉప్పు ఆ నీటి మీద ఏ ప్రభావాన్ని చూపలేదని బుద్ధుడంటాడు. అంత బాధ ఎదురైనా ఆయన చిరునవ్వుతో, గొప్ప సహనంతో తన కర్మ బంధాన్ని తెంపుకున్నాడు. ఇదే నిజమైన ధ్యాని యొక్క ధర్మబలం.

చనిపోవడానికి కొన్ని గంటల ముందుగా ఆయన పరిశుభ్రమైన బట్టల్ని కట్టుకున్నారు. పాలు తాగారు. ధ్యానం చేసుకోవాలని ఉన్నదన్నారు. కానీ శరీరం చాలా బలహీనంగా ఉంది. పక్కనున్న వారి సహాయంతో, తన ఆత్మబలంతో ఆయన ధ్యానానికి కూర్చుని, తొందరగానే విపశ్యనలో లీనమైనారు. ధర్మ దోహాలంటే ఆయనకు చాలా ఆసక్తి. అవి ఆయనను చాలా సులభంగా ధ్యానంలో నిమగ్నం చేసేవి. దోహాలను పెట్టమని అడిగారు. టేపు రికార్డులో దోహాలు విన్పిస్తుంటే గంటన్నర సేపు ఆయన ధ్యానం చేశారు. దోహా చివర్లో మూడు సార్లు విన్పించే మెత్త 'భవతు సబ్బ మంగళం' అయిపోతుండగానే, ధ్యాని కూడా దేవలోకానికి చేరుకోవడానికి తన చివరి శ్వాసను విడిచిపెట్టేసాడు. నిజమైన ధ్యానికి ఆశీర్వాదం! శుద్ధి చేసే విపశ్యనకు కూడా ఆశీర్వాదం!!

(తన పారమీలను పెంచుకున్న రతిలాల్ మెహతాకు ఆయన చివరి రోజుల్లో పూజ్య గురుజీ, మాతాజీ తమ మైత్రిని అందించారు. ఆ సమయంలో ప్రేరణాత్మకంగా ఉండే ఒక సందేశాన్ని ఆయనకు పంపించారు. పాఠకులకు కూడా ప్రయోజనకారిగా ఉంటుందని దాన్ని ఇక్కడ ఇస్తున్నాం)

ప్రియమైన సోదరులు రతీలాల్!

ఎంత ఎక్కువ సమయం వీలైతే అంత సమయం అనిత్య బోధతో కూడిన ఎరుకతో విపశ్యన సాధన కొనసాగించండి. శరీర, చిత్తాలకు సంబంధించిన అనిత్యబోధతో కూడిన ఎరుక సమతను పెంచుతుంది. సమత పెరుగుతున్నకొద్దీ శరీర, చిత్తాలపైగల ఆసక్తిని బలహీనపరుస్తుంది. అలాగే అనిత్య బోధ రాగద్వేషాలను కూడా బలహీనపరుస్తుంది. శరీర, చిత్తాలు అశాశ్వతమైనవనే భావన బలపడ్తున్నకొద్దీ వీటికి ఆవలనున్న శాశ్వతమైన, మార్పుచెందని, ఎప్పుడూ ఉండే, పరమ సత్యం వైపుకు మన సాధనా ప్రగతి వేగవంతమవుతుంది. విపశ్యన సాధన చేస్తూ అనిత్యమనే ఎరుకను పెంచుకోవడానికి తీవ్రంగా ప్రయత్నించండి.

అప్పుడప్పుడు ఆనాపానాను కూడా సాధన చేయవచ్చు. అది మీకు బలాన్నిస్తుంది. ఎప్పుడైనా మీరు మీ గత పారమీలను (మంచి గుణాల్ని) తలచుకోవచ్చు. అంటే, "నేను నా గత జన్మల్లో ఎన్నో మంచి కర్మల్ని చేసుంటాను, అందుకే పరమ సత్యం వైపుకు తీసుకువెళ్ళగల మానవ జన్మ నాకు లభించింది. అక్కడా ఇక్కడా తిరిగిన తర్వాత చివరికి నాకు ఈ బోధనలు దొరికాయి. శుద్ధ ధర్మ మార్గం దొరికింది. ఇది అందరికీ వర్తిస్తుంది. ఇది నన్ను అంతిమ లక్ష్యమైన నిర్వాణ స్థితికి తీసుకువెళ్తుంది'' అని తలచకోండి. ఇలాంటి కుశలమైన వాటిని తలచుకోవటం కూడా మీకు బలాన్నిస్తుంది.

సబ్బ పాపస్స అకరణమ్--- అకుశలమైన అన్ని చర్యలకూ దూరంగా ఉండటమనే శుద్ధ ధర్మం అందరికీ వర్తిస్తుంది.

కుశలస్స ఉపసంపద --- మంచి కర్మల్ని నిరంతరం చేయటమే శుద్ధ ధర్మం అందరికీ వర్తిస్తుంది.

సచిత్త పరియోదపనమ్ --- మనసును శుద్ధి చేసుకుంటూ, శత్రుత్వాలు, భ్రాంతుల వంటి వికారాల్నుంచీ బైటపడుతుండటమనే శుద్ధ ధర్మం అందరికీ వర్తిస్తుంది. అది అందరికీ సమానమైన ప్రయోజనాల్ని చేకూరుస్తుంది.

"నేను గతంలో చేసిన మంచి కర్మల ఫలాలు అందరికీ వర్తించే శుద్ధ ధర్మాన్ని గ్రహించాయి. అవి పరమ సత్యం వైపుకు నడిపిస్తాయి. అందుచేత పోల్చటానికి వీలులేని ఈ ధర్మామృతాన్ని నా కుటుంబ సభ్యులు కూడా రుచి చూడాలి. గర్వించడానికి కాదు. కానీ, శుద్ధ ధర్మం వైపుకు అందరినీ నడిపించడానికి ప్రేరణనిచ్చు కుశల సంకల్పాల్ని వారు కలిగివుండాలి. వారు మంచి జీవితాన్ని గడపడానికి నేను కేవలం ఒక మాధ్యమాన్ని మాత్రమే. నా పారమీలను గుర్తుచేసుకుంటూ, నా మనసును ఆనందంగా ఉంచుకుంటూ, ధర్మం దిశగానే నడుస్తుంటాను. నేను, నా కుటుంబ సభ్యులూ ధమ్మఖేత్తకు దానమిచ్చిన భూమి వెనుకగల శుద్ధ సంకల్పాన్ని ధ్యానించుకుంటాను. ఈ ధర్మక్షేత్రం అనేక విధాలుగా సేవ చేస్తుంటుంది. ఈ ధర్మక్షేత్రంలో మేమొక ధర్మ స్థూపాన్ని కూడా కట్టించాము. ఇది నిజంగా చెప్పుకోదగిన పుణ్య కార్యం"

అటువంటి చెప్పుకోదగ్గ పుణ్యకార్యాలు మంచి ఫలాలనిస్తాయని బుద్ధుడంటాడు. "ఈ పారమీ పెరిగి నిర్వాణ స్థితికి చేరువవ్వాలి. ఈ కార్యం వీలయినంత మంది ప్రజల్ని నిర్వాణ స్థితి వైపుకు నడిపించాలి."

"కేవలం ధ్యానం చేసుకున్న వారు మాత్రమే కాకుండా, ఈ పవిత్రమైన కేంద్రంలో ధ్యానం చేసుకుంటున్నవారు కూడా ధర్మ బీజాన్ని తీసుకోగలగాలి. ఎన్నేళ్ళపాటు, ఎన్ని శతాబ్దాలపాటు ఈ ధర్మభూమి, ఈ ధర్మభూమిలోని పగోడా, పగోడాలోని శూన్యాగారాలూ ఆశీర్వాదం లభించిన అసంఖ్యాకమైన ధ్యానులకు సేవచేస్తాయో, ధర్మంలో పక్వం చెందేలా చేస్తాయో ఎవరికి తెలుసు. వారు శీల సూత్రాల్ని పాటిస్తూ, సహజమైన స్థలంలో గమనిస్తూ, అనిత్య బోధతో ప్రజ్ఞను మేల్కొల్పుతూ, రాగ ద్వేషాల నుండీ విముక్తులవుతూ, సమతాభావంలో స్థిరపడుతూ, నిర్వాణ స్థితికి తీసుకుపోయే మార్గాన్ని చేరుతారు. తప్పకుండా ఇది పెద్ద పుణ్య కార్యమే. నా ఈ కుశల పారమీ వల్ల, ఎందరెందరో ప్రజలు ధర్మంలో ఎదగాలి. సంతోషకరమైన, శాంతియుతమైన జీవితాన్ని గడపాలి."

ఎవరైనా తన కుశల పుణ్య కార్యాలను తలచుకోవటం అహంకార ప్రదర్శనేం కాబోదు. తన మనసునూ, హృదయాన్నీ ధార్మికానందంతోనూ, పరమానందంతోనూ నింపుకుంటూ, మనసును శాంతపరుచుకోవటం, నెమ్మది పరుచుకోవటం విపశ్యన ధ్యానం వైపుకు సహజంగానే తీసుకువెళ్తుంది.

చివరికి చెప్ప వచ్చేదేమంటే, విపశ్యనకు సంబంధించిన ప్రాథమికమైన సాధనంతా కూడా అనిత్య బోధతో కూడిన ఎరుకను పెంచడానికే!

మీ హృదయం ఎప్పుడూ పరమానందంతోనూ, సమతాభావంతోనూ నిండివుండాలి! మీ శ్రేయో జీవితానికిదే నిజమైన ఫలం! మీ వర్తమానమూ, రాబోయే భవిష్యత్తూ తేజోవంతమూ, క్షేమకరమూ అవుతాయి!

మీలోని ధర్మం మీది ఎరుక పక్వానికి రావాలి! మీలోని ప్రజ్ఞ పక్వానికి రావాలి! మీలోని అనిత్య బోధతో కూడిన ఎరుక పక్వానికి రావాలి!

సంతోషంగా ఉండండి!

మీ శ్రేయోభిలాషి

సత్యనారాయణ గోయంకా

లోకచక్రం : ధర్మచక్రం

ఇరవై ఐదు- ఇరవై ఆరు శతాబ్దాలకు పూర్వం ఆషాడపూర్ణిమ రోజున భగవాన్ గౌతమబుద్ధుడు ధర్మచక్ర ప్రవర్తనం చేశాడు. లోకచక్రంలో పడి నలిగిపోతున్న మానవాళి అప్పటిదాకా ధర్మచక్రం నుండి వంచితమై ఉంది. ధర్మం పేరుతో నడుస్తున్నదంతా అధికశాతం లోకచక్రమే అయి ఉంది. వివేకవిహీనమైన నమ్మకాల పరంపరల గిరిగీసుకొని గుడ్డి బిచ్చగాళ్లలాగా అందులోనే పడి తిరుగాడుతూ ఉన్న ప్రజలు ధర్మం యొక్క సత్యస్వరూపాన్ని మరిచేపోయారు. యథార్థ జ్ఞాన దర్శనం నుండి వంచితులై ఉన్నారు. దీని కారణంగా వారు రకరకాల దుఃఖాలలో కూరుకుపోయి ఉన్నారు.

లోకంలో ఎవరైనా బుద్ధుడైనప్పుడు, అతడు యథార్థ జ్ఞాన దర్శనం చేసుకునే బుద్ధుడౌతాడు. పరమార్థ సత్యాన్ని స్వయంగా దర్శించడమే (అనుభూతి పొందడమే) సమ్యక్ సంబోధి. అన్నిరకాల మిథ్యాదృష్టినుండి, భ్రమలనుండి, భ్రాంతులనుండి, మాయామరీచికలనుండి, మోసపూరిత మీమాంసలనుండి పూర్తిగా బయటపడి ఆర్యసత్యాలను స్వయంగా సాక్షాత్కారం చేసుకోవడమే (స్వంత అనుభూతికి తెచ్చుకోవడమే) విముక్తి. ఏ వ్యక్తైనా ఈ ప్రకారంగా ఆర్యసత్యాలను స్వయంగా దర్శనం చేసుకొని, వాటిని ఇతరులు కూడా దర్శనం చేసుకునేలా మార్గనిర్దేశం చేయడాన్నే ధర్మచక్ర ప్రవర్తనం చేయడం అంటారు.

ఆర్య సత్యాలు అంటే ఏమిటి---? ఇవి మనం అంతర్ముఖులమై స్వానుభూతి బలంతో స్వయంగా చూసి అర్థం చేసుకోగల ప్రకృతి సహజమైన వాస్తవాలు. వీటి దర్శనంతోటే మనం ఆర్యులమైపోతాం, పవిత్రులమైపోతాం; నిర్మల హృదయులమైపోతాం.

రండి, మిథ్యాభ్రాంతులనుండి మనల్ని దూరంగా ఉంచి మనం ఆర్యులమవ్వడానికి తోడూనీడగా ఉండే ఈ సత్యాలేమిటో చూద్దాం!

ఇవి జీవితంలోని, జగత్తులోని మూల సత్యాలు; యథార్థమైన సత్యాలు; నిరర్థకమైన కల్పనలకు అతీతంగా, నిస్సారమైన పిడివాదాలకు దూరంగా ఉన్న ప్రకృతిసిద్ధమైన సత్యాలు. ఈ సత్యాలు నాలుగు రకాలుగా ఉంటాయి-----

వాటిని మనం కూలంకుషంగా తెలుసుకుంటాం----1. ఇది దుఃఖం అని, 2. దుఃఖం యొక్క మూల కారణం అని, 3. ఇది దుఃఖం యొక్క నివారణ అని, 4. ఇది దుఃఖ నివారణ యొక్క పద్ధతి అని.

మరింత వివరంగా వేరేమాటల్లో చేప్పాలంటే-----ఇది మనరోగం అని---ఇది రోగానికి మూలకారణం అని---ఇది రోగం యొక్క నివారణ అని---- ఇది రోగవివారణకు ఔషధం అని;

ఇది మురికి అని; ఇది మురికి అతుక్కోవడం అని---ఇది

ఇది విషవృక్షం అని---ఇది ఆ వృక్షం యొక్క మూలం అని---ఇది వృక్షం యొక్కమూలోచ్ఛేదనం అని---ఇది ఆ వృక్షాన్ని సమూలంగా తెగనరికే గొడ్డలి అని;

ఇది దుర్భిక్షం అని---ఇది దుర్భిక్షానికి మూలకారణమైన అనావృష్టి అని---ఇది సుభిక్షం అని--ఇది దుర్భిక్షాన్ని రూపుమాపే సువృష్టి అని;

ఇది ఇవతలి తీరం అని--- ఇది ప్రవాహాన్ని ఉధృతంగా కొనసాగించే నది మధ్యభాగమని--- ఇది అవతలి తీరం అని---ఇది నదిని దాటించే నావ అని;

ఇది చెడ్డఫలం అని---ఇది చెడ్డ బీజం అని---ఇది మంచి ఫలం అని ఇది మంచి బీజం అని;

ఇది దుర్గతి అని-- ఇది దుర్గతివైపుకు తీసుకువెళ్ళే (దుర్మార్గం) చెడు మార్గం అని-- ఇది సద్గతి అని---ఇది దుర్గతి నుండి సద్గతివైపుకు తీసుకువెళ్ళే సన్మార్గం అని;

ఇది లోకచక్రం అని--ఇది లోకచక్రం యొక్క గతి (తిరగడం) అని---ఇది ఆ గతి యొక్క నిరోధం అని---ఇది గతిని నిరోధించివేసే (ఆపివేసే) ధర్మచక్రం అని;

వాస్తవంగా లోకచక్రమే దుఃఖం; ఇదే రోగం; ఇదే బంధనం; ఇదే మురికి; ఇదే అగ్ని; ఇదే దుష్ఫలం, ఇదే దుర్గతి.

ధర్మచక్రమే సుఖం; ఇదే ఆరోగ్యం; ఇదే శాంతి; ఇదే ముక్తి; ఇదే నిర్మలత్వం; ఇదే యోగక్షేమం; ఇదే సుఫలం; ఇదే సద్గతి.

మొత్తం నాలుగు ఆర్యసత్యాలను అనుభూతిపరంగా చూసి తెలుసుకోవడమే ధర్మచక్రం. వీటిని చూసి తెలుసుకోకపోవడమే లోకచక్రం.

సాధారణంగా మనం దుఃఖం యొక్క సత్యస్వరూపాన్ని చూసి

తెలుసుకోలేము. ఇందువల్లనే మనం దుఃఖంలో చిక్కుబడిపోతుంటాము; లోకచక్రంలో పడి నలిగిపోతుంటాము. జీవితంలోని పెద్ద-పెద్ద దుఃఖాలనైతే మనం బాగా అర్థంచేసుకుంటాము. కాని ప్రాపంచిక సుఖాలలో దాగి ఉన్న సూక్ష్మమైనవే అయినా తీవ్రమైనటువంటి దుఃఖాలను మనం ఎక్కడ అర్థం చేసుకోగలం? చిన్న-చిన్న ఇంద్రియసుఖాలు మనల్ని ఎంతగా రంజింపజేస్తాయంటే వీటిలో కూడా దుఃఖం నిక్షిప్తమై ఉందన్న విషయం యథాతథంగా మనకు అర్థమేగాదు. తరచుగా వస్తుండే ఈ భౌతిక సుఖాల కారణంగా మనలోపల ఏ ఉత్తేజాలైతే ఉప్పొంగుతుంటాయో, వేటి కారణంగా మన మానసిక సమతుల్యత వికృతమౌతూ ఉంటుందో, ఆ దుఃఖాన్ని మనం చూడనేలేము. ప్రియమైన లేదా అప్రియమైన అన్నిస్థితులలో మన లోలోపల ఏ గాఢమైన అసంతృప్తి, అసంతుష్టి గూడుకట్టుకొని ఉంటుందో, దాని దుఃఖాన్ని మనం తెలుసుకోనే లేము. దొరికిన దాన్ని కాపాడుకోవడంకోసం, లభించనిదాన్ని లభింపజేసుకోవడం కోసం మన అంతర్మనసులో ఏ నిరంతరమైన అలజడులుంటాయో, వాటిని మనం చూడలేము. వీటిని చూసి తెలుసుకోవడమే మన అసలైన రోగాన్ని గుర్తించడం. ఇదే మొదటి మంగళకరమైన సత్యం.

రెండవ మంగళకరమైన సత్యం ఆ దుఃఖానికి గల అసలు కారాణాన్ని చూసి గుర్తించడం. వ్యక్తిగత, కుటుంబ, సామాజిక, రాజనైతిక జీవితంలో జరిగే విభిన్న అవాంఛితమైన సంఘటనలు, పరిస్థితులు మనను దుఃఖితుల్ని చేస్తూ ఉంటాయి. ఇది వాస్తవమే కాని పైపై వాస్తవం. దీని కన్నా లోతైన వాస్తవమేమంటే లోలోపల తెలియకుండానే మనం మన మనసును ఎలాంటి స్వభావపు పిడికిలిలో బిగించి పెట్టుకున్నామంటే దానివల్ల అది లభించని దాన్ని లభింపజేసుకోవడం కోసం ఎప్పుడూ తహతహలాడుతుంటుంది. తపించి పోతుంటుంది. ఉన్నదాంతో తృప్తిపడదు; సంతోషపడదు. లేని దానికోసం వెంపర్లాడుతుంటుంది. అసంతృప్తి, అసంతుష్టిల ఈ వెంపర్లాటే దుఃఖం. ఈ విషయం తెలుసుకున్నప్పుడు ఎల్లప్పుడూ ఏదో విషయాన్ని కోరుకుంటూ (తృష్ణతో) ఉండే మన ఈ లోపలి స్వభావమే దీనికి మూలకారణమని కూడా స్పష్టంగా అర్థమైపోతుంది. ఇచ్ఛ పూర్తి అయినప్పటికీ అనగా కోరుకున్నది లభించినాకూడా తృష్ణ నిలిచేఉంటుంది. ఒక కోరిక పూర్తికాగానే మరొకదాన్ని లభింపజేసుకోవాలనే తృష్ణ మేల్కొంటుంది. ఎప్పటి వరకు ఈ తృష్ణ నిలిచి ఉంటుందో, మరియు తృష్ణ పట్ల గాఢమైన ఆసక్తి నిలిచి ఉంటుందో, అప్పటివరకు దుఃఖం నిలిచే ఉంటుంది.

దుఃఖాలకు మూలమైన అసలు కారణం తెలుసుకోకపోవడం వల్లనే మనం దుఃఖవిముక్తి కోసం చేసే ప్రయత్నాలన్నీ వ్యర్థంగా ఉండిపోతున్నాయి. ఇంద్రియసుఖాలలోటే దుఃఖం యొక్క కారణమని భావించి వాటి వెనుక పిచ్చివాళ్లలాగా పరుగెత్తే వ్యక్తి మరింత ఎక్కువ దుఃఖంలోనే కూరుకుపోతాడు. సర్వశక్తిమంతుడైన ఏ అదృశ్య శక్తినో తన దుఃఖాలకు కారణంగా భావించి, అతడిని సంతోషపెట్టే ప్రయత్నంలో పడే వ్యక్తి దుఃఖాలలోనే మరింతగా కూరుకుపోతాడు. కాబట్టి, దుఃఖం యొక్క అసలైన కారణాన్ని తెలుసుకోవడమే నిజమైన మంగళకరమైన సత్యం.

ఇది దుఃఖం, ఇది దుఃఖానికి కారణం, అన్న ఈ రెండు సత్యాలను తెలుసుకోవడం పూర్తిగా ఆవశ్యకమైన విషయం. కాని ఇంతవరకే తెలుసుకొని ----"ఇది ప్రపంచపురీతి; ఈ దుఃఖచక్రమైతే ఎప్పుడూ నడుస్తూ ఉండేదే, దీన్నుండి ఎవరూ బయటపడలేరు" అని గనుక మనం చేతులెత్తేసి కూర్చుంటే, ఆ నిరాశ వల్ల మనం నిజంగానే దుఃఖచక్రంలో పడి అందులోనే ఉండిపోతాము. ధర్మచక్రం దుఃఖాన్ని, దుఃఖానికి గల నిజమైన కారణాన్ని తెలుపుతూ దాని నివారణపట్ల విశ్వాసాన్ని కలిగిస్తుంది. దేనికి కారణం ఉన్నదో దానికి నివారణ కూడా ఉండనే ఉంది. కారణం దూరమైపోగానే పరిణామం దానికదే దూరమైపోతుంది. నిండైన ఆశలు గలది ఈ మూడవసత్యం. ఆశలతో పరిపూర్ణమైనది ఈ మూడవ సత్యం.

(తరువాయి భాగం వచ్చే నెల సంచికలో)

రెండు సంవత్సరాలకు చందా రూ 100/- **విపశ్యన తెలుగు మాసపత్రిక** జీవిత చందా రూ. 500/-

ప్రచురణ తేది: ప్రతినెల 30/31 పోష్టింగ్ తేది: 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

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.