



விபஸ்ஸனா செய்தி மடல்

(விபஸ்ஸனா : ஸயாஜி ஊபாகின் வழிமரபில், திரு சத்திய நாராயண கோயங்கா அவர்களால்
போதிக்கப்படும் தியான முறை)

ஆகஸ்ட் 2020

தொகுப்பு 30 எண் 9 , ஆகஸ்ட் 3, 2020

இந்த மாத இதழை வெளியிடுவோர் விபாசனா ஆராய்ச்சி மையம்

வலை தளம் www.vridhamma.org பன்னொட்டு வலை தளம் : www.dhamma.org

தம்மா பொன்மொழிகள்.

சுகம் வா யதி வா துக்கம் அதுக்கம் ஸஹ.

அஜ்ஜத்தஞ்ச பஹித்தா யம் கிஞ்சி அத்தி வேதிதம்.

ஏதம் துக்கந்திஞ்சுஅத்வான மோஸதம்மம் பலோகினம்.

பூஸ்ஸ பூஸ்ஸ வயம் பஸ்ஸம் ஏவம் தத்த விஜானதி.

வேதனானம் கயா பிக்கு நிச்சாதோ பரிநிப்புதோதி.

- ஸுத்தநிபாதபாலி 743, 744 - த்வயதானுபஸ்ஸனா ஸுத்தம்

உடலில் ஒருவர் அனுபவிக்கும் உணர்வுகள் எதுவாக இருந்தாலும், இனிமையான, விரும்பத்தகாத அல்லது நடுநிலை, உள்ளே அல்லது வெளியே, அனைத்தும் துயரங்கள், அனைத்தும் மாயையானவை, அனைத்தும் நிலையற்றவை. ஒரு தியானிப்பவர் கவனிக்கும்போது உடலில் ஏற்படும், உணர்வுகள் (விரைவில் அவை எழும்போது) மறைந்துவிடும் . இது உணர்வுகளின் முடிவு நிலை . இந்த உண்மையை உணர்ந்துகொள்பவர் ஏக்கத்திலிருந்து விடுபடுகிறார் முழுமையாக விடுதலை அடைகிறார் .

தேர்ச்சி பெற்ற முந்திய மாணவர்களுடன் ஒர் உரையாடல்

முதன்மை ஆசிரியர் எஸ்.என். கோயங்கா

புத்த பூர்ணிமா மே 16, 1992

தர்ம விரிங்கா, காத்தமாண்டு, நேபாளம்

அன்புள்ள சாதகர்களே,

இன்று மிகவும் நல்ல நாள், மிகவும் அதிர்ஸ்டமான நாள் . நீங்கள் அனைவரும் கூட்டாக ஒரு நல்ல திர்மானம் எடுத்துள்ளீர்கள், இன்று முழு நாள் தியானம் பயிற்சி மேற்கொள்ள திர்மானித்தது உகந்த எண்ணம் . இதுவே நாம் புத்தருக்கு அளிக்கும் சிறந்த அஞ்சலி . இதைவிட பெரிய சிறந்த வழிபாடு இல்லை . ஆசீர்வதிக்கப்பட்டவர் நம் நன்மைக்காக கற்பித்ததை நாம் பயிற்சி செய்ய வேண்டும் . புத்தர் காட்டிய பாதையில் நடப்பதன் மூலம் ஒருவர் வாழ்க்கையை வெற்றிகரமாக மாற்ற இயலும் இந்த வழியில் மட்டுமே புத்தருக்கு மரியாதை செலுத்துவது அவரை போற்றுதல் போன்றதாகும் .

கைகளை கூப்பி புத்தரை நினைவுகூர்ந்து அவரை பிரார்த்தனை செய்யுங்கள், ஒருவரின் மனதில் நம்பிக்கையை வளர்த்துக் கொள்ள அது உதவும் . நாம் நம்பிக்கையை வளர்த்துக் கொண்டால் மட்டுமே போதாது அவருடைய போதனைகளைப் பின்பற்றுவதன் மூலம் நாம் பயனடைய வேண்டும், இல்லையென்றால் அது நம் மாபெரும் இழப்பு எனலாம் .

புத்தரின் ஜனனம் அபூர்வமான அரிய நிகழ்வாகும் . புத்தர் போன்று பூரணத்துவம் அடைய எண்ணற்ற ஏனயோர்களுக்கு பல யுகங்கள் தேவைப்படும் . புத்தரின் பூரணத்துவம் 'பாரமீஸ்' அளவிட இயலாதது ஒவ்வொரு 'பாரமீஸ்' (10 நற்குணங்கள்) ஒருவர் தன்னில் உருவாக்க வேண்டும் . ஆனால் இது ஒரு மிகப் பெரிய நடவடிக்கை . இதற்கு நீண்ட நேரம் எடுக்கும், ஒவ்வொரு 'பாரமீஸ்' ஒரு கடல் நிரப்புதல் போன்ற முயற்சி. இது எளிதான வேலை அல்ல .

நான்கு யுகங்கள்(அயோன்கள்) கடினமாக முயன்று மற்றும் ஒரு வானியல் அறிவியலில் கூட கணக்கிட முடியா ஒரு லட்சம் யுகங்கள் (கப்பாக்களுக்கு) தொடர்ந்து முயற்சித்தாலும் அடையயியலாத பாதையை ஆசீர்வதிக்கப்பட்டவர் கௌதம புத்தர், மிகுந்த இரக்கதுடன் இந்த அற்புதமான பாதையை நமக்குக் காண்பித்தார் . தீபங்கர புத்தா , புத்தரை சந்தித்ததிலிருந்து அவரைப் போன்ற புத்தராக ஆக வேண்டும் என்ற தனது விருப்பத்தை வெளிப்படுத்தினார் . அதற்கு அவருக்கு நீண்ட காலம் பிடித்தது மனதில் அத்தகைய ஆசை இருப்பது மட்டும் போதுமானது அல்ல . அதற்கு ஒரு நபர் பொருத்தமானவராக இருக்க வேண்டும். அப்போதுதான் ஒரு குறிப்பிட்ட காலத்திற்கு பிறகு ஆர்வலர் ஒரு முழு அறிவார்ந்த புத்தராக மாறுவார் என அந்தக் காலத்தின் 'சம்மா சம்புத்தா' தனது உறுதிமொழியை அளிக்கிறார் . பின்னர் அவரது எதிர்காலத்தையும் கணிக்கிறார் . 'சம்மா சம்புத்தா கௌதமருக்கும், இது போன்று நிகழ்ந்தது .

தீபங்கர புத்தா காலத்தில், இந்த இளைஞன் சுமேதா, ஒரு பிராமண குடும்பத்தில் பிறந்தான். அவரது குடும்ப வாழ்க்கை மற்றும் அவரது அனைத்து செல்வங்களையும் துறந்தார் . அவர் விட்டை விட்டு வெளியேறி இமய மலையில் தியானிக்க சென்றார் . புனிதமாகவும், மிகவும் தூய்மையான உள்ள இடம் அது. எக்காரணத்தால் அவ்விதம் உள்ளது?

இமயமலையின் அடிவாரத்தில் உள்ள குகைகளில் எத்தனை போதிசத்தர்கள் (புத்தர்கள் முதல்) தியானம் செய்தார்கள் என யாருக்குத் தெரியும்? எவர் ஒரு போதிசத்தாவாக மாற வேண்டும், என விரும்புகிறாரோ அவர் இங்கு நீண்ட காலம் தியானிக்க வருவார் . அந்த இளைஞன் பெயரிடப்பட்ட ஒரு தனிமனிதனாக இருந்தாலும், இன்னும் ஒரு போதிசத்தாவாக மாறவில்லை . சுமேதா என்ற துறவியாக தியானிக்க இங்கு வந்திருந்தார் . எட்டு ஜஹானஸ் (தியானத்தின் எட்டு நிலை) அவர் தேர்ச்சி பெற்றார் . அது எளிது அல்ல . தீபங்கர புத்தா வரவிருந்த ஒரு கிராமத்தை அடைந்தது அவர் அதிர்ஸ்டம் . போற்றுதலுக்குரிய தீபங்கர புத்தாவை அவர் சந்தித்த போது மற்றவர்களைப் போலவே அவருக்கு, இந்த எண்ணம் அவரது மனதில் எழுந்தது . ஒருநாள் நான் 'சம்மா சம்புத்தாவாக' ஆக வேண்டும் .

அவர் ஏற்கனவே ஐந்து அபிஞ்ஞா (சூப்பர்-அறிவு). உள்ளிட்ட பல சாதனைகளைப் பெற்றவர் . புனிதமானவரிடமிருந்து அவர் விபாசனா, கற்றுக்கொண்டால் மட்டுமே பின்னர் மிகக் குறுகிய காலத்தில் ஸோதாபன்ன , ஸகதாகாமீ , அனாகாமீ என்ற நிலைகளை கடந்து அரஹந்த் ஆக மாற இயலும் . அதற்கு அவர் பொருந்தமானவர் . அவருக்கு செயலாற்றும் திறன் இருந்தது . எனினும், இதை அவர் தியாகம் செய்தார். அவர் சாதாரணமானவர் அல்ல. அவர் விடுதலைக்கு மிக நெருக்கமாக வந்ததாலும், அதற்கு பதிலாக அதை தியாகம் செய்ய முடிவு எடுத்தார். “இல்லை, எனக்கு விடுதலை தேவையில்லை. உலகில் பலர் துன்பப்படுகிறார்கள், பல மனிதர்கள் பரிதாபகரமானவர்கள். நான் மட்டும் எப்படி விடுதலையை ஏற்றுக்கொள்வது? அது சுயநலச் செயலாகும். இல்லை, எண்ணற்ற மற்றவர்களுக்கு விடுவிக்க நான் உதவும்போது நான் என் விடுதலையை அடைவேன் .மற்றும் போற்றுதலுக்குரிய தீபங்கர 'சம்மா சம்புத்தாவாக' மாறியது போல் எனக்கும் கூட அது சாத்தியமாகும் .

எட்டு ஜஹானஸ்(தியானத்தின் எட்டு நிலைகள்) அவர் சாதித்திருந்தார். இது பல்வேறு பிறவிகளில் அவர் திரட்டி இருந்த பாரமீஸ் (10 வகை நற்குணங்கள்) .அவரிடம் இருப்பதைக் காட்டியது . உடனடியாக ஒரு அரஹந்தாக மாறியிருக்கலாம் . ஆனால் அவர் தியாகம் செய்தார் . அதனால் நிறைய துன்பங்களை சகித்துக்கொள்ள நேரிடும் என்பதை அறிவார் . “என்னிடம் குவிந்துள்ள பாரமீஸ்' முலம், நான் ஒரு அரஹந்தாக முடியும். இதை அடைய யாராவது பாதையை காண்பிக்க வேண்டும், மற்றும் எனக்கு வழி காட்ட புத்தர் இங்கே இருக்கிறார். அவரால் கற்பிக்க முடியும். எனக்கு விபாசனா கற்பிப்பதன் முலம் உடனடியாக நான் விடுவிக்கப்படுவேன். ஆனால் நான் ஒரு சம்மா சம்புத்தாவாக மாற விரும்பினால், மிக நீண்ட நேரம், பல அயோன்கள்(யுகம்) அது எடுக்கும் " அவர் செய்ய வேண்டிய காலத்தின் நீளம் குறித்து ஒருபோதும் பயப்படவில்லை . ஒவ்வொரு பிறவியிலும் 'பாரமீஸ்' வளர்த்து கொள்ளும்போது மற்றவர் நலனுக்காக சேவை செய்ய சந்தர்பம் பெற்றதாகக் கருதினார் .

பாரமீஸ்(10 நற்குணங்கள்) என்பதன் பொருள் என்ன? . வாழ்வு எனும் பெரும் கடலைக் கடக்க ஒருவருக்கு உதவும் கருவி தனக்கும்

மற்றவர்களுக்கும் ஒரே நேரத்தில் நல்லது நடக்க உதவும் கருவி. ஒரு நபர் நினைக்கலாம், “நான் மட்டுமே மகிழ்ச்சியாக இருக்க வேண்டும், கடந்த கால செயல்களால் மற்றவர்கள் துன்பப்படுகிறார்கள்; அவர்கள் துன்பத்தைத் தொடரட்டும் . என்னால் என்ன செய்ய முடியும்?” அத்தகைய நபர் புத்தராக மாற முடியாது. சுமேதா நினைத்தார், “ஓ, எனக்கு மட்டும் விடுதலை கிடைத்து என்ன பயன்? பலரின் விடுதலைக்கு நான் உதவியாக இருக்க வேண்டும். ஆகையால், எண்ணற்ற அயோன்களில்(யுகம்) பாரமீஸ் நிறைவேற்றுவேன் . மற்றவர்களின் நலனுக்காக நான் தொடர்ந்து சேவை செய்வேன்.”

அக்கால சம்மா சம்புத்தா அவரின் கருத்துகள் அனைத்தையும் கவனத்தில் எடுத்துக் கொண்ட பிறகு தனது உறுதிமொழியைக் கொடுத்தார் . சம்புத்தாவுக்கு மூன்று வழிகளில், எல்லாம் அறியும் பேரறிவு உள்ளது. அவரால் மற்றவர்களின் மனதில் உள்ள எண்ணங்களை படிக்க முடியும் சம்மா சம்புத்தா ஆக விரும்புவதாக பலர் கூறுவார்கள் . அவர் சிரித்துக் கொண்டே இருப்பார். அவரை அணுகக்கூடியவர், திறமையானவர், பொருத்தமானவர் என்பது எப்படி அவருக்குத் தெரிய வரும்? இந்த நபரின் கடந்த காலத்தை அவர் படிப்பார். இந்த நபர் கடந்தகால வாழ்க்கையில் எத்தனை ‘பாரமீஸ்’ குவித்து வருகிறார் . அவரது நிகழ்காலத்தை ஆராய்வார் இன்று அவரது புரிந்து கொள்ளும் திறன், செயலாற்றும் திறன் என்ன? இன்று விபாசனா, அவர் கற்றால் அவர் விடுதலையை அடைவாரா இல்லையா? அவர் விடுதலையை அடைய முடியும் என்றால் அப்போதுதான் அவர் பொருத்தமானவர் . ஒரு போதிசத்தாவின் வாழ்க்கை சிரமங்கள் நிறைந்தது, எளிதானது அல்ல . எனவே, இந்த சிரமங்களை எல்லாம் தாங்கிக்கொள்ள இந்த நபருக்கு உண்மையில் திறன் இருக்கிறதா? அல்லது அவர் ‘சம்மா சம்புதாவாக’ ஆசை என தனது ஒரு குருட்டுதனமான பக்தி வெளிப்பாட்டை வெளிப்படுத்துகிறாரா? இவ்வாறு, இந்த மூன்று அம்சங்களையும் ஆராய்ந்த பிறகு - இந்த நபர் தனது கடந்த காலத்திலிருந்து போதுமான அளவு ‘பாரமீஸ்’ வைத்திருக்கிறார் . அவருக்கு தற்போது, விடுதலையை அடைவதற்கான திறன் உள்ளது அவர் ஒரு போதிசத்தாவாக மாறினால் எதிர்கால வாழ்க்கையில் சிரமங்களைத் தாங்கிக் கொள்வார் - அவர் அறிவிக்கிறார்

“துவம் புத்தோ பவிஸ்ஸஸி” - “நீங்களும் என்னைப் போன்ற ஒரு சம்மா சம்புத்தா ஆக வேண்டும்”. நான்கு அயோன்கள் மற்றும் ஒரு லட்சம் கப்பாஸ், பிறகு சுமேதா சாக்கிய குலத்தில் சித்தார்த கௌதமா என்ற பெயருடன் பிறந்து பின்னர் ஒரு ‘சம்மா சம்புதா’வாக மாறுவார் என அவர் அதை கணிக்கிறார் .

அவரின் இந்த ஆசீர்வாதத்தைப் பெற்ற தருணத்திலிருந்து அவர் ஒரு சம்மா சம்புத்தாக மாறிய நேரம், வரைஅவருடைய நேரம் அனைத்தயும் ஒரு இலக்கை அடையவே செலவிட்டார். “நான் என் பாரமீஸ் அபிவிருத்தி செய்ய வேண்டும். இது எனக்கும் மற்றும் மற்றவர்களுக்கும் நன்மை பயக்கும் . மற்றவர்களின் நலனுக்காக முழு இரக்கமும், மனிதகுலத்தின் நலனுக்காக, மனிதர்களை அவர்களின் துயரத்திலிருந்து விடுவிக்கும் இந்த நோக்கத்துடன் அவர் அந்த பாதையைப் தேர்ந்து எடுத்தார் . இந்த குறிக்கோளை மனதில் கொண்டு மனிதர் அல்லது தேவலோக அல்லது பிரம்மலோக. விண்ணுலகவாசியாக அவர் மிண்டும் மிண்டும் பிறந்தார் . சில நேரங்களில் அவர் ஒரு தாழ்ந்த நிலை உயிர் வாசியாக பிறப்பைப் பெற்றார் . ஒவ்வொரு பிறப்பிலும் அவருக்கு ஒரே ஒரு குறிக்கோள் மட்டுமே இருந்தது: ” நான் மட்டுமல்ல, மற்றவர்களுக்கும் எவ்வாறு பயனளிக்க முடியும்?”

அவரது மனம் மிகவும் தூய்மையானது, மிகவும் பரிசுத்தமானது . மனம் எல்லையற்ற அன்பு-தயவு, எல்லையற்ற இரக்கம், எல்லையற்ற பரிவு, மற்றும் எல்லையற்ற சமநிலை ஆகியவற்றால் நிரம்பியது . அவர் ஒரு போதிசத்தாவாக மாறுவதற்கு முன்பு, அவர் மக்கள் நன்மைக்காக பணியாற்றினார் . அவர் ஒரு போதிசத்தாவாக ஆன பிறகு மனிதகுலத்திற்காக அவர் ஆற்றிய சேவையைப் பற்றி வார்த்தைகளில் விவரிப்பது கடினம் .

இது ‘புத்துப்பதோ துல்லபோ லோகஸ்மிம்’ என்று கூறப்படுகிறது. இந்த சகாப்தத்தில் பிறந்த நபர் ‘சம்மா சம்புத்தாக’ இருப்பது மிகவும் மிகவும் அரிதானது. கோட்பாடுச்சொற்கள், நடைமுறை பகுதி, கற்பிக்கும் முறை, அனுபவித்து உணரும் தன்மை போன்றவை 2,500 ஆண்டுகள் கடந்துவிட்ட போதிலும் அதன் செயல் முறை திறனில் மாற்றமில்லை . இத்தகைய சகாப்தத்தில் பிறந்த நாம் மிகவும் அதிர்ஸ்டசாலிகள் .

இத்தகைய சகாப்தத்தில் ஒரு மனிதன் பிறந்திருந்தாலும், புத்தர் காட்டிய பாதையில் நடந்து பயனடையவில்லை என்றால் அவரை விட மிகவும் துர்ஸ்டசாலி யாரும் இருக்க முடியாது . பல பிறவிகளாக தாகமாக இருந்த, தாகமுள்ள மனிதன் இப்போது கங்கை நதிக்கரைக்கு வந்துள்ளான். குளிர்ந்த கங்கையின் புனித நீர் அருகிலேயே பாய்கிறது . அவர் தனது தாகத்தைத் தணிக்க முடியும், ஆனால் அவர் அவ்வாறு செய்யவில்லை. அதனால் எப்படி கங்கையை குற்றம் சொல்ல முடியும்? கங்கையின் தூய நீர் தொடர்ந்து ஓடிக்கொண்டிருக்கிறது மற்றும் தாகமுள்ள மக்களை அழைக்கிறது “ஓ, தாகமுள்ள உலக மக்களே. வாருங்கள் என் குளிர்ந்த நீரைக் குடித்து, உங்கள் தாகத்தைத் தணித்து உங்கள் துயரத்திலிருந்து விடுதலையைப் பெறுங்கள்” . அதன் அழைப்பை யாரும் கேட்கவில்லை என்றாலும், அதன் அழைப்பு கேட்டாலும் தாகத்தைத் தணித்து கொள்ளவில்லை என்றாலும் பாயும் கங்கையின் நீரினை நாம் எவ்வாறு குற்றம் கூற முடியும்?

தம்மத்தின் (இயற்கையின் விதி) தவறு என்ன? அது அனைவருக்கும் பகிர்ந்து அளிக்கிறது . நம் தாகம் தணிய அப்பாதையில் நடப்பது நம் வேலை. போற்றுதலுக்குரியவர், காட்டிய பாதையது மிக நீளமானது . ஆனால் பாதை எவ்வளவு நீளமாக இருந்தாலும், மிக நீண்ட பாதை கூட ஒரு முதல் அடியில் தொடங்குகிறது. எவர் ஒரு அடி எடுத்தாலும் அவர் இரண்டாவது அடி எடுப்பார் என்று எதிர்பார்க்கலாம் அவர் மூன்றாவது அடி எடுப்பார் . இதனால், படிப்படியாக நடந்து அவர் இறுதி இலக்கை அடைவார் .

புத்தரின்பால் விசுவாசத்தை வளர்த்துக் கொண்டாலும், பாதையில் நடக்கவில்லை என்றால், பாதையை எவ்வாறு குறை கூற முடியும்? இது மிகவும் துரதிர்ஸ்டவசமானது . பாதை கூறுகிறது, “வாருங்கள், இந்த பாதையில் நடந்து செல்லுங்கள், நீங்கள் விடுதலையின் நிலை அடைவீர்கள் நீங்கள் உங்கள் இலக்கை அடைவீர்கள்” . ஒருவர் தாகமாக இருந்தாலும், அருகில் பாயும் கங்கையில் இருந்து ஒரு கை தண்ணீரைக் கூட குடிக்கவில்லை என்றால், அது அவர்களின் துரதிர்ஸ்டமே . விடுதலையின் பாதை உங்களுக்கு முன் உள்ளது, நீங்கள் அதில் ஒரு அடி கூட எடுக்கவில்லை என்றால், இது மிகவும் துரதிர்ஸ்டவசமானது. நீங்கள்

விடுதலையின் பாதையில் நடக்க வேண்டும் என்ற நோக்கத்துடன் வந்துள்ளீர்கள். நீங்கள் தொடர்ந்து நடக்க வேண்டும், நடக்க வேண்டும் .

மிக தெளிவாக புரிந்து கொள்ள வேண்டிய ஒரு விஷயம் இது . ஒருவர் சம்மா சம்புத்தாவாக மாறும்போது, எந்த பிரிவையும் நிறுவவில்லை. எத்தனை பேர் தங்கள் துயரத்திலிருந்து வெளியேற ஆரம்பித்தார்கள் என்பதை மட்டுமே அவர் பார்க்கிறார் . இந்த நன்மை பயக்கும் பாதையில் நடக்க எத்தனை பேர் தொடங்கியுள்ளனர்? இந்த இரக்க மனத்துடன் அவர் போதிக்கிறார். ஒரு பிரிவு நிறுவுவதன் மூலம் அவர் என்ன பெறுவார்? பிரிவுகள் அவருடைய காலத்திற்குப் பிறகு நிறுவப்படுகின்றன . அவர்கள் தங்கள் அறியாமையால் செய்பவர்கள் . எனவே புத்தருக்கு அத்தகைய கருத்தில் உடன்பாடு இல்லை. அவர் தம்மத்தை நிறுவுகிறார். தம்மம் நன்மைகளை அளிக்கிறது . பிரிவு நிறுவுவதால் இல்லை. சம்மா சம்புத்தாவாக மாறிய எந்த தனிநபரும் தூய தம்மத்தை நிறுவ இயலும் .

தூய தம்மம் என்றால் என்ன? இதை அவர் உதாரணத்துடன் விளக்குகிறார். ஒரு (மொல்லஸ்) கடல் சங்கு நத்தை சிப்பி இறந்து விட்டது. கரையின் மேலே அழுக ஆரம்பித்துவிட்டது. யார் வேண்டுமானாலும் அதன் சங்கு பயன்படுத்த இயலும் . அதற்குள் இருந்து தசையை சுத்தம் செய்ய வேண்டும் . சங்கை மீண்டும் மீண்டும் ஒரு கத்தியால் உரசி தேய்ப்பதன் மூலம் அது இறுதியில் சுத்தமாகிறது. சுத்தமான, மெருகூட்டப்பட்ட சங்காக மாறுகிறது . எந்த புதிய அழுக்கும் அதில்லை, இது போன்றதே தூய தம்மம். என்பது. பழைய குவிந்துள்ள கீழ்மை தன்மையை உரசி தேய்ப்பதன் மூலம் மீண்டும் மீண்டும் சுத்தம் செய்வதன் மூலம் கழிவுகள் அடியோடு அகற்றப்படுகிறது . புதிய கழிவுகள் அதில் ஒட்டுவதில்லை .

ஒரு சம்மா சம்புத்தாக்கும் மற்றொரு சம்மா சம்புத்தா உருவாவதற்கும் இடைபட்ட காலம் வெகு நாளானது . இந்த நீண்ட இடைவெளியில் தம்மம் மாசுபடுகிறது. ஒரு சம்மா சம்புத்தா தூய தம்மம் கற்பிக்கிறார் . ஆனால் மெதுவாக காலப்போக்கில் மக்கள் கற்பித்ததை மறந்து விடுகிறார்கள் . சொற்கள் அப்படியே இருக்கின்றன, ஆனால் அவற்றின் பொருள் மாறுகிறது; கங்கை நதி மாசுபடுவதை போன்றே தம்மம் மாசுபடுகிறது . கங்கோத்ரிக்குச் சென்ற ஒருவர் (கங்கையின் ஆதாரம்) கங்கை இமயமலையில் இருந்து

எழும்போது அதன் நீர் மிகவும் தூய்மையாக, மிகத் தெளிவாக இருப்பதை காணலாம். அதன் அடியில் இருக்கும் ஒவ்வொரு கல்லையும் பார்க்க இயலும் . மிகவும் தெளிவான, மிகவும் சுத்தமான மலைகளின் உயரத்திலிருந்து, நதி கீழே பாய்கிறது மற்றும் அது முழுவதும் பாயும் போது சமவெளி , ஒரு கால்வாய் அல்லது சில வடிகால்களை வழியில் சந்திக்கிறது. இங்கிருந்து சில அழுக்குகள் அதனுடன் கலக்கின்றன, இதைப் போன்றே பல அழுக்குகள் அங்கேயும் இங்கேயும் அதனுடன் கலக்கிறது. மற்றும் அது வங்காள விரிகுடாவை அடையும் நேரத்தில் அதே தூய கங்கை அழுக்கு நிறைந்து மாசுபட்டதாகிறது . தம்ம போதனை கூட இதே நிலையை சந்திக்கிறது .

ஒரு சம்மா சம்புத்தா தூய தம்மத்தை மக்களுக்குக் கற்றுக்கொடுக்கிறார். இருப்பினும், கால போக்கில் புனிதத்தன்மை மாசு படுகிறது . அசுத்தங்களை கடந்து செல்கிறது . அடுத்து வரும் சம்மா சம்புத்தா , இந்த தீட்டுக்கள் அனைத்தையும் கழுவுகிறார் . மீண்டும் தம்மத்தை தூய வடிவில் நம் முன் வைக்கிறார் .

அவர் முன்வைக்கும் தம்மத்தின் தூய வடிவம் என்ன? . தம்மத்தை மாசுபடுத்தும் தீட்டுக்கள் என்ன? சத் தம்மா - உண்மை என்று பொருள்படும் தூய தம்மா . சம்மா சம்புத்தா, சத் தம்மா மட்டுமே கற்பிப்பார் . அதாவது அதில் துளி கூட கற்பனையின் சுவடு இல்லை . "எங்கள் நம்பிக்கை அவ்வாறு கூறுகிறது, உங்கள் நம்பிக்கை அவ்வாறு கூறுகிறது. நாங்கள் சில சடங்குகள் நம்புகிறோம்; மற்றும் சில சடங்குகளை நீங்கள் நம்புகிறீர்கள் " . மக்கள், அது அப்படியே என கற்பனை செய்து நம்புகிறார்கள் . இது சத் தம்மா அல்ல,(உண்மையான தம்மம் அல்ல)

முதலாவதாக, இந்த உண்மை கடந்த காலத்தில் யாராலும் அனுபவிக்கப்பட்டதா என்பது ஒருவருக்குத் தெரியாது . அது யாரோ ஒருவர் அதை அனுபவித்திருக்க வேண்டும் என்றும் அது உண்மை என்றும் ஒருவர் நம்பினாலும், அது அந்த நபரால் மட்டுமே அனுபவிக்கப்பட்டுள்ளது. இது செவிமடுப்பாகவே உள்ளது, ஒருவர் அதை கற்பனை செய்து கொண்டிருக்கிறார், கற்பனை எப்போதும் தவறானது . அது உண்மையிலிருந்து வெகு தொலைவில் உள்ளது.

அதை உண்மையில் அனுபவித்திருந்தால், அதுதான் உண்மை, அது சத் தம்மா. அது ஒருவரால் அனுபவிக்கப்படவில்லை என்றால் அது சத் தம்மா அல்ல, அது ஒரு நம்பிக்கை மட்டுமே. எனவே, கௌதம புத்தரின் போதனையை ஒருவர் கண்மூடித்தனமாக ஏற்றுக்கொண்டால் அது எப்படி சத் தம்மா? இது வெறும் கற்பனை நம்பிக்கையாக மாறும் - "புத்தர் அவ்வாறு சொன்னார், நான் அதை நம்புகிறேன்." என்று ஒருவர் கூறினால் போற்றுதலுக்குரியவரை அவர் புரிந்து கொள்ளவில்லை .

'ஜானதோ, பஸ்ஸதோ பகவா தம்மம் திஸேஸி' - தன்னைத்தானே அறிந்துகொள்வதன் மூலம், விபாசன நடைமுறையின் மூலம் புத்தராகி ஒருவர் தன்னைப் பார்ப்பது, பின்னர் மக்களுக்கு தம்மத்தைக் கற்பித்து, அவர்களும் அதை அனுபவிக்க வேண்டும் என்று சொல்கிறார். விபாசன நடைமுறையில் பயிற்சி செய்வதன் மூலம் அதை அனுபவிக்க இயலும் - ஒரு சம்மாசம்புத்தா போதனைகள்- 'பஸ்ஸ, ஜான, பஸ்ஸ ஜான'- இந்த இரண்டு வார்த்தைகளால் நிரம்பியது . நீங்களே தெரிந்து கொள்ளுங்கள், அது நன்மை பயக்கும் என்பதை. அனுபவத்தால் நீங்கள் புரிந்து கொள்ளும்போது, அதை மட்டும் நம்புங்கள். உங்கள் அன்றாட வாழ்க்கையில் நீங்கள் அதைப் பயிற்சி செய்யும் விதத்தில் அதை நம்புங்கள்

அவ்வாறு செய்பவர் புத்தரைப் புரிந்து கொண்டவர் எனலாம் . புத்தரிடம் குனிந்து, "ஓ, உன்னதமான எண் வகை மார்க்கம் மிகவும் அற்புதமானது, மிகவும் நன்மை பயக்கும்" என்று சொல்வர், ஆனால் அதன் மீது நடக்காதவர், அதை புரிந்து கொள்ளாதவர் ., "நான் பாதையில் நடக்க மாட்டேன், அதை புகழ்வேன்". நான் மற்றவர்களுடன் விவாதிப்பேன், 'நீங்கள் உன்னதமான எண் வகை மார்க்கம் நம்பவில்லை, நாங்கள் உன்னதமான எண் வகை மார்க்கம் நம்புகிறோம்' என்று மற்றவர்களுடன் அறிவுசார் விவாதங்களில் நுழைவேன்; 'அனிக்க, துக்க மற்றும் அனத்தா'- ஆகியவற்றின் கருத்துக்களை நீங்கள் நம்பவில்லை , நாங்கள் நம்புகிறோம்; நாங்கள் நம்புகிறோம்..." ஒருவர் பறை சாற்றலாம் . ஒருவர் தேடினாலும், இதை விட துரதிர்ஸ்டவசமான ஒருவரை முழு உலகிலும் கண்டுபிடிக்க முடியாது . ஒருவர் கங்கையை பகட்டாகப் புகழ்கிறார், கங்கையின் சுத்தமான நீரைப் புகழ்கிறார், ஆனால் அதில் ஒரு சொட்டு கூட குடிப்பதில்லை . ரஸ்குல்லா (ஒரு சுவையான இனிப்பு)

சுவையை ஒருவர் புகழ்கிறார் ஆனால் ரஸ்குல்லாவை வாயில் சுவைக்க கூட இல்லை . இந்த நபர் துரதிர்ஸ்டவசமானவரா? புத்தர் இந்த துரதிர்ஷ்டவசமான சூழ்நிலையிலிருந்து மக்கள் வெளியே வர உதவுகிறார்.. இருப்பினும், ஒவ்வொருவரும் தனக்குத்தானே உழைக்க வேண்டும்

எந்த தெய்வமும் உன்னைக் காப்பாற்றாது, எந்தக் கடவுளும் உன்னைக் காப்பாற்ற மாட்டார்கள், இல்லை பிரம்மா காப்பாற்றமாட்டார் . ஓ, புத்தர் கூட காப்பாற்ற முடியாது. நீங்கள் படிப்படியாக பாதையில் நடக்க வேண்டும் . இதை கூட புரிந்து கொள்ளவில்லை, என்றால் பிறகு நீங்கள் உங்களை புத்தரை பின்பற்றுபவர் என்று எப்படி கூற முடியும்? நீங்கள் பாசாங்கு, செய்து உங்கள் வாழ்க்கை வீணாக்கிவிட்டீர்கள் இல்லையா? எனவே சத் தம்மா . ஒருவர் தனக்காக உண்மையை அனுபவிக்கும் போது சத் தம்மா? புத்தர் அனுபவித்த உண்மை, புத்தருக்கு பயன் அளித்தது . புத்தர் அதை அனுபவிப்பதற்கான வழியை காட்டினார் . ஆனால் நாம் அனுபவிக்க முயற்சி செய்யாவிட்டால் அதற்கு புத்தர் எவ்வாறு பொறுப்பாவார்? அவருடைய போதனையை எவ்வாறு குறை கூற முடியும்? எப்படி தம்மாவை குறை கூற முடியும்? ஆனால் போதனையைப் புகழ்வதில் திருப்தி அடைந்து அனுபவ மட்டத்தில் கற்றுக்கொள்ள முயற்சி செய்யாவிட்டால் நாம் நம்மைக் மட்டுமே குறை கூற முடியும் .

அவரது 'பரிநிப்பான' வுக்கு முன்பு, புத்தர் கடைசியாக அமிர்த்தத்தை போன்ற சில சொற்கள் பேசினார் - 'பரிநிப்பான வயதம்ம சங்கர அப்பமாதேன ஸம்பாதேத' - நிபந்தனைக்குட்பட்ட விஷயங்கள் சிதைவுக்கு உட்பட்டவை, பாடுபடுங்கள் கவனத்துடன். இது தான் உண்மை. இந்த முழு பிரபஞ்சத்தில், மன அல்லது உடல், உணர்ச்சி அல்லது பொருள், எது எழுந்தாலும், கடந்து செல்ல எழுகிறது . அதன் சிறப்பியல்பு கடந்து செல்வது, மாறிக்கொண்டே இருப்பது, நிரந்தரமற்றது, வயதாவது , இறப்பது, அழிவது . இது ஒரு தத்துவ நம்பிக்கை அல்ல. இது போற்றுவதலுக்குரியவர் அனுபவித்த உண்மை . தான் அனுபவித்ததை உண்மையை ஒவ்வொரு தனிமனிதனும் அனுபவத்தின் மூலம் தனக்குத்தானே புரிந்து கொள்ள வேண்டும். அப்போதுதான் ஒருவர் அதன் பலன்களைப் பெறுவார். இல்லையெனில்,

ஒருவர் தன்னை புத்தரை பின்பற்றுபவர் என்று அழைத்துக் கொள்ளலாம், அவர் புத்தரைப் போற்றுகிறார் என்று ஒருவர் தொடர்ந்து கூறலாம் .

அவருக்கு புத்தர் மீது தீவிர நம்பிக்கை இருப்பதாக தொடர்ந்து சொல்லலாம்; ஆனால், ஓ வணக்கத்துகுரியவர் உரைத்த ஆழந்த உண்மையை அவர் உணர்ந்து இன்னும், பயனடையவில்லை .

இரண்டு புத்தர்களுக்கு இடையிலான இந்த நீண்ட காலகட்டத்தில் மக்கள் புத்தர், ஒருவரின் செயல்களுக்கு முக்கியத்துவம் கொடுத்தார் என்பதை மறந்து விடுகிறார்கள் . நீங்கள் உங்கள் செயல்களின் குழந்தை. அது உங்கள் செயல்களின் நல்லது கெட்டதை பொறுத்தது . இது இயற்கையின் உள்ளார்ந்த சட்டம் . காலப்போக்கில், இந்த வார்த்தைகள் தொடர்ந்து செல்கின்றன . மக்கள் தொடர்ந்து கேட்கிறார்கள், “செயல்களுக்கு பெரும் முக்கியத்துவம் உண்டு, செயல்களுக்கு தனித்துவம் உண்டு” . ஒருவர் நலந்தருகின்ற செயல்களில் செயல்பட்டால் அவர் நற்பயன் எனும் பழங்களைப் பெறுவார். ஒருவர் நலமற்ற செயல்களில் ஈடுபட்டால் நற்பயனற்ற பழங்களைப் பெறுவார் . புத்தர் இல்லாத நேரத்தில் கூட, இந்த வார்த்தைகள் இருக்கும். இருப்பினும், சிறிது காலம் கழித்து, அவை மாசுபடுகின்றன . எப்படி அவை மாசுபட்டன? யாரோ வந்து ஒரு அறிவற்ற மனிதனின் காதில் இவ்வாறு கிசுகிசுக்கிறார்கள், “நீங்கள் உங்கள் கடந்தகால வாழ்க்கையிலும் இந்த வாழ்க்கையிலும் பல பாவங்களைச் செய்துள்ளீர்கள் . நீங்கள் ஒரு பலவீனமான நபர். நீங்கள் பாவங்கள் அனைத்தையும் கழுவலாம் என்று நினைக்கிறீர்களா? உங்கள் பாவங்களை நீங்களே எவ்வாறு சுத்தம் செய்ய முடியும்? ஆனால் அந்த தெய்வம் இருக்கிறது, இல்லையா? அந்த கடவுள் இருக்கிறார், இல்லை? அந்த அமானுஸ்ய சக்தி அனைத்தையும் சுத்தம் செய்யும் . உங்கள் எல்லா மோசமான செயல்களிலிருந்து நீங்கள் சேகரித்த பாவங்களை நீங்கள் சுமக்க அவசியமில்லை . இந்த வெளிப்புற உதவி, (தெய்வதின் அனுதாபம் தேவை) அந்த மோசமான செயல்களின் கர்மாக்களிருந்து உங்களை விடுவிக்கிறது” . இதனால் அவர் மிகவும் குழம்பி தடுமாறுகிறார் .

கம்மவின் (கர்மா) கொள்கையில் நம்பிக்கை இருந்தபோதிலும், ஒருவர் இந்த புரிதலை அறியாமையின் தூசியுடன் மூடிமறைத்து குழம்புகிறார் . இதன் விளைவாக, கம்மாவின் கொள்கையின் ஆழம் மறந்தார் . ஒவ்வொரு

செயலுக்கும், (உணர்வு மற்றும் மனத்தால் இயங்குதல்) மனம் தம்மா என்பதை ஒரு புத்தர் அறிவார் . மன நடவடிக்கை தம்மம். பேச்சு மற்றும் உடல் நடவடிக்கைகள் மன உள்ளடக்கங்களை அளவிடுவதற்கான அளவுகோல். மனமே, ஒரு செயலுக்கு காரணம் . மக்கள் கம்மாவின் கொள்கையில் உள்ள மனதின் முக்கியத்துவத்தை மறந்து விடுகிறார்கள்

இப்போது மக்கள் தனிப்பட்ட மனிதனின் செயல்களுக்கு முக்கியத்துவம், பேச்சு நடவடிக்கைகளுக்கு அதிக முக்கியத்துவம்; உடல் சார்ந்த நடவடிக்கைக்கு சிறப்பு முக்கியத்துவம் என முக்கியத்துவம் கொடுக்கத் தொடங்கியுள்ளனர் . “எந்த தவறான செயல் செய்யப்பட்டிருந்தாலும், அவை என் உடலால் செய்யப்பட்டது, எனவே இந்த உடல் தண்டிக்கப்பட வேண்டும் இந்த உடல் தண்டிக்கப்பட்டால் மோசமான செயல்களால் வந்த பாபம் தீர்க்கப்பட்டது . ஓ, கம்மா எவ்வாறு மாசுபட்டுள்ளது, சிதைக்கப்பட்டது. பாருங்கள் .

புத்தராக மாறிய ஒருவர், மீண்டும் ஒரு முறை தம்மத்தை அதன் தூய்மையான வடிவத்தில் மக்களுக்கு முன்வைக்கிறார், “ஓ மக்களே, உங்கள் மனதைத் தூய்மைப்படுத்துங்கள். நீங்கள் தீங்கு விளைவிக்கும் எண்ணம் மனதில் உருவாகும் ஒவ்வொரு கணமும் அது உருவாவதை உடனே நிறுத்துங்கள் . நற்பயனற்ற சங்காரஸ் (கர்ம முண் கணிப்பு) உருவாவது தவிர்க்க படும். ஏற்கனவே குவிக்கப்பட்டவை எதுவாக இருந்தாலும், அது மேற்பரப்புக்கு வரும், நீங்கள் அதை தொடர்ந்து சமநிலையுடன் கவனித்தால் பின்னர் அது ஒழிக்கப்படும் - ‘உப்பஜ்ஜித்வா-நிருஜ்ஜந்தி, தேஸம் ஓபஸமோ ஸுகோ’ , இது புத்தர் நமக்கு அளித்த பொக்கிஷம் .

நமது உணர்வுத் திறன்கள் - இந்த்ரியாக்கள்,- கண்கள், காதுகள், மூக்கு, நாக்கு, உடல்- இந்த ஐந்து மற்றும் அவற்றின் உடல் சார்ந்த ஐந்து பொருள்கள், அதாவது: பொருள் வடிவம், ஒலி, வாசனை, சுவை மற்றும் தொடுதல் -இவை மிகவும் ஆபத்தானவை . இதை நாம் இரண்டு புத்தர்களுக்கிடையேயான காலத்தில், நம் இதை நினைவில் நிறுத்த வேண்டும் . தோற்றம் பார்த்து அதில் ஒருபோதும் மூழ்க வேண்டாம்; ஒலியைக் கேட்டு, மயக்க வேண்டாம் . அதேபோல் வாசனை, சுவை, தொடு உணர்ச்சிகளில் வயப்படக்கூடாது.

ஞானத்தின் வார்த்தைகள் இருக்கின்றன, ஆனால் அவற்றின் சாராம்சம் தொலைந்து போகிறது. ஐந்து இந்திரியாக்கள் மட்டுமே பேசப்படுகின்றன, ஆறாவது இந்திரியா நம் நினைவில் நிறுத்த மறந்துவிட்டோம். மனமே ஆறாவது இந்திரியா மற்றும் மிக முக்கியமான இந்திரியா ஆகும். இந்த மனம் சுத்திகரிக்கப்பட வேண்டும் . புத்தர் ஐந்து இந்திரியாக்கள் மட்டுமல்ல, அவர் 'ஸலாயதன' -ஆறாவது இந்திரியா பற்றி பேசுகிறார் .

'மனோபுப்பங்கமா தம்மா மனோஸேத்தா மனோமயா ' - மனம் அனைத்தயும் தலைமை வகிக்கிறது ; மனம் மிக உயர்ந்தது. மக்களுக்கு அவர் மனதின், மேலாதிக்கம் முக்கியத்துவம் சிறப்பு பற்றி பேசுகிறார் .இது அவர் மக்களுக்கு அளித்த நன்கொடை. ஒரு நீண்ட கால இடைவெளியில் அளித்த இன்னும் ஒரு விலைமதிப்பற்ற பரிசு மக்களால் மறக்கப்பட்டுவிட்டது. ஆறு உணர்வு உறுப்புகள் மற்றும் அவற்றின் ஆறு பொருள்கள்; எப்போது தொடர்பு கொள்ளும்போது அவை ஒரு உணர்வை உருவாக்குகின்றன . ஒருவன் எந்த ஏங்குதல் அல்லது வெறுப்பை உருவாக்குகிறானோ, அது இந்த உணர்வுகளை நோக்கி உள்ளது . புலன் உணர்வு உறுப்பு இனிமை உணர்ந்த போது (ஏங்குதல்)ஆசை எழுகிறது; புலன் உணர்வு உறுப்பு உணர்வது இனிமையற்றதானால், வெறுப்பு எழுகிறது. இது அனைவராலும் ஏற்றுக்கொள்ளப்படும் . ஆனால் ஒருவர் புத்தராக இருந்தால், பின்வருமாறு அவர் கூறுவார் 'ஸலாயதன பச்சயா, பஸ்ஸ' - ஆறுவது உணர்வு உறுப்புகள் (மனம்) ஒரு பொருளுடன் தொடர்பு கொள்ளும் போது -: பஸ்ஸ -பச்சயா - வேதனா- இந்த தொடர்பு காரணமாக உடலில் உணர்வு எழுகிறது - உடலில் எழும் உணர்வுகளை, மனம் அனுபவிக்கிறது . மனமும், உடலில் உணர்வும் ஒன்றிணைகிறது . 'வேதனா- பச்சயா- தண்ஹா' - உணர்வு ஒருவர் இனிமையாக உணர்ந்தால் அவ்உணர்வு ஆசையைத் தூண்டுகிறது, ஏக்கத்தை உருவாக்குகிறது; ஒருவர் அதை இனிமையற்றதாக உணரும்போது வெறுப்பை உருவாக்குகிறது . புத்தர் பற்றி ஒருவர் பெயரிய சொற்பொழிவு செய்யலாம், புத்தர் பற்றி ஒருவர் பெயரில் வசனங்களை எழுதிக் கொண்டே இருக்கலாம், புத்தரைப் பின்பற்றுபவர் ,புத்தரின் பக்தர் என்று தன்னை அழைத்துக் கொள்ளலாம், ஆனால் துளி கூட பலன் பெறுப்போவது இல்லை.

எனவே இந்த முக்கியமான நாளில் நாம் உடல் உணர்வுகளின் முக்கிய பங்கை புரிந்து கொள்ள வேண்டும் . புத்தர் கற்பித்த பாதையில் நடக்க விரும்பினால், ஒருவர் தன்னை உடல் ரீதியாக உணர்வுகளிருந்து தனியாக

பிறிக்க இயலாது என அறிய வேண்டும் . 'நிச்சம் காயகதா ஸதி' - புத்தர் தனது வாழ்நாள் முழுவதும் தொடர்ந்து கூறினார்: - உடலின் கட்டமைப்பிற்குள் என்ன நடக்கிறது என்பதை அறிந்து கொள்ளுங்கள், ஒவ்வொரு கணமும் எச்சரிக்கையாக இருங்கள், நீங்கள் ஒரு ஆழ்ந்த தூக்கத்திற்குள் நுழையும் வரை இரவும் பகலும் எச்சரிக்கையாக இருங்கள்.

தியானிப்பவரோ, குடும்பஸ்தரோ இரவும் பகலும் விழிப்புடன் இருப்பது, எப்படி? ஒருவர் அவ்விதம் இருக்க முடியுமா? அவர் எப்பொழுதும் தன் பொறுப்புகளை நிறைவேற்ற வேண்டும் . ஒருவர் ஒரு பயிற்ச்சிக்காக இதுபோன்று தம்ம நிலத்திற்கு வந்தாலும்; அவர் தினசரி வேலைகள் நடைபயிற்சி, குடிப்பது, சாப்பிடுவது, குளிப்பது சுத்தம் செய்தல் போன்ற இந்த வெளிப்புற கடமைகளைச் செய்தல் வேண்டும் . ஆனால் மனம் பயிற்சி நோக்கத்துடன் நிலைத்து இருக்க வேண்டும் . உடலின் ஏதேனும் ஒன்று அல்லது பல உறுப்புக்களில் உணர்ச்சிகளை உணரலாம் . அது உறுப்புகளின் இயல்புத் தன்மை, ஒருவர்அந்த உணர்ச்சிகளுக்காக ஏங்குவது கூடாது . அவ்உணர்வுகள் நிலையற்றவை - அனிச்சா - என்பதை நினைவில் கொள்ள வேண்டும் . இதனால் அனைவரும் எச்சரிக்கையாக இருக்க வேண்டும் . இப்போது சரியான பாதையை அனைவருக்கும் புரிந்து இருக்கும் .

படிப்படியாக, அன்றாட வாழ்க்கையிலும், ஒருவர் சில தேவையற்றவற்றை நிகழ்வுகளை எதிர்கொள்ளும்போது உடனடியாக நம் மனதை ஆராயவேண்டும் . நிலைமை மாறும் . அனைத்தும் நிலையற்றது என்ற இயற்கை நியதியை நினைவு கூற வேண்டும் . "அனிச்சா- அனிச்சா- அனிச்சா"

எனவே நாம் விழிப்புணர்வை உருவாக்கி எப்படி வாழ வேண்டும் என்பதை புரிந்து கொள்வது அவசியம். நீங்கள் குடும்பஸ்தர்கள். உங்களை அதைத் துறக்கக் கூறவில்லை . ஆனால் குடும்பங்கள் விட்டு வெளியேறியவர்களுக்கு இதைத் தவிர வேறு என்ன வேலை உள்ளது ? மற்ற விஷயங்களைச் செய்ய

உங்களுக்கு விருப்பம் என்றால் உங்கள் குடும்பப் பொறுப்புகளை ஏன் ஒதுக்கினீர்கள்?

நீங்கள் ஒரு மனிதனாகப் பிறந்து அற்புதமான நுட்பமான பயிற்சி பெற வந்துள்ளீர்கள் . இப்போது நீங்கள் சாதகம் செய்ய வேண்டும். மற்ற எல்லா பொறுப்புகளிலிருந்தும் உங்களை விடுவித்துவிட்டீர்கள் . உங்களுக்குத் தேவையான உணவு நன்கொடையாளர்கள் மூலம் தொண்டு நிறுவனங்களால் வழங்கப்படுகிறது . உங்களுக்கு வேண்டிய ஆடை உங்களிடம் உள்ளது. உங்களுக்கு இன்னும் என்ன தேவை? இப்போது நீங்கள் கடினமாக சாதகம் மட்டுமே செய்ய வேண்டும் . ஆனால் ஒரு குடும்பஸ்தருக்கு, அவரது குடும்பம், சமூகத்தில் அவருக்கான பொறுப்புகள் உள்ளன . இந்த கடமைகள் அனைத்தும், போதிசத்தா ஒரு பிறவில் அல்ல பல பிறவில் ஒரு முன்மாதிரியாக மற்றவர்களுக்கு வாழ்ந்து காட்டினார் . ஒருவர் ஒரு குடும்பஸ்தராக இருக்கும்போதும், நல்ல வாழ்க்கையை வாழ முடியும் . ஒரு குடும்பஸ்தர் ஒவ்வொரு வாழ்க்கையிலும், தனது சொந்த நலனுக்காகவும் மற்றவர்களின் நலனுக்காகவும் கடுமையாக உழைத்து ஒன்று பாரமீ அல்லது மற்றொன்று நிறைவு செய்கிறார் .

எனவே புத்தர் கற்பித்த பாதையில் நடக்கும் ஒருவர், எப்போதும் மிகவும் எச்சரிக்கையாக இருக்க வேண்டும் . இந்த தம்ம நிலத்தில் அவர் கால் வைத்த, பின்னர் எந்த அர்த்தமற்ற, பயனற்ற பேச்சிலும் ,வம்புப் பேச்சிலும் ஈடுபடக்கூடாது . இது ஒரு சுற்றுலா தலம் அல்ல, இது ஒரு தம்ம நிலம். ஒருவர் இங்கு தங்கியிருக்கும் வரை ஒருவரின் உடலில் தோன்றும் உணர்ச்சிகளைப் பற்றி அறிந்து கொண்டு அவை நிலையற்றவை “அனிச்சா” என புரிந்துகொள்வதன் மூலம், அவர் தங்கும் காலத்திற்கு தம்ம அதிர்வுகளின் பங்களிப்பை தம்ம நிலத்திற்கு அளிக்க வேண்டும் . இப்போது பலர் இங்கு தீவிரமாக தியானிக்கிறார்கள் . இதனால் நிலத்தில் தம்ம அதிர்வுகளில் மேலும் மேலும் வலுவாக வளரும் . அது மிகவும் பயனளிக்கும். இது சாதாரண விஷயம் அல்ல . இந்த நிலம் இங்கு வந்து தியானிக்கும் இந்த தலைமுறையின் மக்களுக்கு பயனளிப்பது மட்டுமல்ல பல தலைமுறையினருக்கு பல நூற்றாண்டுகள், இங்கு வரும் அனைவருக்கும் பயனளிக்கும் . புத்தர் அவதரித்தது ஓர் அபூர்வமான நிகழ்வு. அவர்

தம்மத்தை கற்பித்தலும் சாதாரண நிகழ்வு அல்ல, இதுவும் மிகவும் ஓர் அபூர்வமான நிகழ்வு. இதேபோல், ஒரு தம்ம நிலத்தை உருவாக்குவது எளிதல்ல, அது அபூர்வமான நிகழ்வு . எனவே உங்களுடைய பங்களிப்பை இந்த நிலத்திற்குத் தாருங்கள் . அன்பளிப்பாக வழங்கும் பணத்தின் மூலம் செய்யும் தொண்டு பற்றிப் நான் பேசவில்லை . உங்கள் தூய்மையான

அதிர்வுகளின் பங்களிப்பைக் இந்த நிலத்திற்கு அளியுங்கள் . பயனற்ற செயல்களில் ஈடுபடக்கூடாது என்பதில் உறுதியாக இருங்கள் . இந்த நிலத்திற்கு வந்த பிறகு, நீங்கள் தம்ம பேச்சு, தம்ம சேவையில் மட்டுமே ஈடுபடுங்கள். தம்மா பயிற்சி எப்பொழுதும் மேற்கொள்ளுங்கள் . அதனால் தம்ம அதிர்வுகள் வலுவடையும் . வரவிருக்கும் தலைமுறையினரும் பயனடைவார்கள் .

நீங்கள் அனைவரும் மகிழ்ச்சியாக இருக்கட்டும், நீங்கள் அனைவரும் பயனடையட்டும், நீங்கள் அனைவரும் விடுவிக்கப்படுவீர்கள் .

இனிமை இனிமை இனிமை

சுய சரிதம் தொடர்கிறது

இதுவரை சொல்லப்பட்ட குட்டி சம்பவங்கள், உலகப் புகழ்வாய்ந்த மாண்புமிகு திரு. கோயங்கா அவர்களின் வாழ்க்கையில், உண்மையான அறநெறியை அவர் அடைவதற்கு முன்னர் நிகழ்ந்தனவாகும். தற்போது நாம், அவர் இந்தியாவில் நிகழ்த்திய தம்மா வகுப்புகளைக் குறித்து பார்ப்போமா?. இவை அவரது சுய சரிதத்திலிருந்து எடுக்கப்பட்டது, அதுவே நமக்கு புத்துணர்வு அளிக்கும். செய்தி மடல் பகுதி 16.

சுவாமி - ஆசான்

முற்றும் துறந்த நல்ல துறவிகள், பல சாதுக்கள், புனிதர்கள், எழுத்தாளர்கள், கலைஞர்கள், சமூக சேவையாளர்கள் , அரசியல் தலைவர்கள்

கோயங்கா குடும்பத்தினரின் இல்லத்திற்க்கு வந்தனர் அது எங்களுக்கு கிடைத்த நல்ல அதிர்ஷ்டம். ரங்கூன், அவர்களை வரவேற்க்க எங்களுக்கு ஒரு வாய்ப்பை அளித்தது.

விபாசனாவில் நான் பயிற்சி ஆரம்பித்த சில வருடங்களுக்குப் பிறகு, கிருஷ்ணானந்தஜி என்ற பெயரில் சுவாமி வீட்டிற்கு வந்தார் . அவர் உயரமான மற்றும் நல்ல கட்டு உடல் அமைப்புடன் பிரகாசமான, மகிழ்ச்சியான போக்குடன் இருந்தார். ஆளுமைதன்மையுடன் தோன்றினார் அவர் ராஜஸ்தானில் ஜோத்பூரின் குடும்பத்தின் அரசு உறுப்பினராக இருந்தார் எல்லாம் துறந்து இமயமலைக்கு செல்வதற்க்கு முன் சிலகாலம் நீதிபதியாக பணியாற்றினார் . 17 ஆண்டுகளுக்குப் பிறகு இமயமலையிருந்து திரும்பிய, அவர் குஜராத்தின் பரோடாவில் ஒரு ஆசிரமத்தைக் அமைத்து, மக்களுக்கு சேவை செய்யத் தொடங்கினார் . ஆப்பிரிக்கா மற்றும் மொரிஷியஸ் அவர் மிகவும் பிரபலமானார் . அது அவரது முதன்மையான இடமாக திகழ்ந்தது . அவரது 'ஜெய் ராம் ஜெய் ராம் ஜெய் ஜெய் ராம்' என்ற கோஷத்தைக் கம்பிரமான குரலில் எங்கள் வீட்டின் பெரிய மண்டபத்தில் தொடங்கினார். பார்வையாளர்கள் மற்றும் குடும்ப உறுப்பினர்கள் அவரின் குரலால் பெரிதும் கவரப்பட்டார்கள் .

ஒரு நாள் நான் விபாசனா என்ற தலைப்பில் உரையாடலை துவங்கினேன் . மனதின் விழிப்பு நிலை, புலணுணர்வு இவைகளை உடல் முழுவதும் விரைவாக கவனிக்க இயலும் என்பதை என்னைப் போலவே, அவரால் அவரை, ஆரம்பத்தில் நம்ப முடியவில்லை . இமயமலையில் பல ஆண்டுகள், தியானித்தாலும் உடலின் சில பகுதிகளில் மட்டுமே அவரால் உணர்ச்சிகளை உணர முடிந்தது முழு உடலிலும் அல்ல . இதை மிகவும் பணிவுடன் தாழ்மையுடன் உடனடியாக ஏற்றுக்கொண்டார் . அவரது நேர்மையால் நான் ஈர்க்கப்பட்டேன். அவரை, சயாகி யு பா கின் அவரது மையத்தில் சந்திக்க அழைத்துச் சென்றேன் . உணர்வின் இந்த துடிப்பான விழிப்புணர்வு உடல் முழுவதும் என்னால் மட்டுமல்ல கிட்டத்தட்ட அனைவராலும் விரைவில் உணரமுடியும் என்பதை அறிந்து அவர் ஆச்சரியப்பட்டார்.

சிறிது வருடங்களுக்கு பிறகு இந்தியாவுக்கு விஜயம் செய்தபோது நான் அவரை டெல்லியில் சந்தித்தேன் . நாங்கள் இருவரும் மிகவும் எதிர்பாராத இந்த சந்திப்பில் மகிழ்ச்சியடைந்தோம் . ஆனால் அது எங்கள் கடைசி சந்திப்பு .அவரது இரக்கம் மற்றும் இனிமையான பண்பை நினைவில் நிறுத்தி என் வணக்கங்களை சமர்ப்பிக்கிறேன் .

மகாத்மா - புனிதர்

நான் விபாசனா தியானம் என்ற பரிசுடன் ஒரு குறிப்பிட்ட பொறுப்பை நிறைவேற்ற இந்தியா வர வேண்டியிருந்தது . இந்தி மொழி கற்பிப்பதில் நாங்கள் சிறிது சிரமத்தை சந்தித்தோம் . பர்மிய ஆட்சி, இந்தியா இருந்து தேவையான புத்தகங்களை பர்மாவில் இறக்குமதி செய்வதைத் தடுத்தது . முதன்மை வகுப்புகளுக்கான புத்தகங்கள் கிடைக்கவில்லை நான் இந்த புத்தகங்களை எழுத ஆரம்பித்தேன் .நானும் அவற்றை ராமகிருஷ்ண மிஷன் முலம் வெளியிட்டேன் . இப் புத்தகங்களை கற்பிப்பதற்காக அதிகாரப்பூர்வமாக பயன்படுத்த தேசிய மொழி மேம்பாட்டு வாரியத்தின் முறையான அங்கீகாரம் தேவையாக இருந்தது. எனவே, ஒரு சில பிரதிகள் இந்தியாவில் வர்தா என்ற இடத்திற்க்கு அனுப்பப்பட்டது . அவர்களிடமிருந்து எந்த பதிலும் வரவில்லை என்பதால் அவர்களை நேரில் சந்திப்பது அவசியமாகியது

அந்த பிராந்தியத்தில் ஒரு விபாசனா பாடப்பயிற்சிக்கு ஏற்பாடு செய்யப்பட்டிருந்தது . வாரிய செயலாளரைச் சந்திக்க நான் வர்தாவுக்குச் சென்றேன் . ஸ்ரீ ராமேஸ்வர் தயால் துபே, உண்மையிலேயே இனிமையானவர். அவர் புத்தகங்களைப் பார்த்தார், உடனடியாக. அவரது அனுமதியைக் கொடுத்தார் .உரையாடும் போது மகாத்மா காந்தியின் புகழ்பெற்ற ஆசிரமமான சேவகிரமுக்குச் செல்ல விருப்பமா? என்று கேட்டார். இது அருகில் இருந்தது, நான் உடனடியாக ஒப்புக்கொண்டேன்.

அங்கு நாங்கள் காந்திஜியின் மருமகள், ஸ்ரீமதி நிர்மலா காந்தி சந்தித்தோம் .
ஆசிரமத்தைச் சுற்றி பார்த்தோம் குறிப்பாக காந்திஜியின் குடிசையை
காட்டினார் .

பிறகு, உரையாடல் விபாசனா நோக்கி திரும்பியது . மனக்
குறைபாடுகளை அகற்றக்கூடிய மற்றும் மனதைத் தூய்மைப்படுத்தும், ஒரு
நுட்பம் உண்மையில் இருந்தது அறிந்து அவள் ஆச்சரியப்பட்டாள் . நான்
அங்கு ஒரு முகாம் நடத்தினால், அவள் தேவையான ஏற்பாடுகள்
அனைத்தையும் செய்து தர இயலும் என்று கூறினார் . மகாத்மா காந்தியின்

ஆசிரமத்தில் ஒரு முகாம் நடத்தும் யோசனையை நான் வரவேற்றேன். மார்ச்
1972 இல், காந்தியின் சக ஊழியர்கள் சுமார் 10 முதல் 12 முதியவர்கள்
மற்றும் பலர் அங்கு ஒருபயிற்சி பாடத்திற்கு அமர்ந்தனர் . முகாம்
வெற்றிகரமாக நடந்தது, மற்றும் பத்தாவது நாளில் பல மாணவர்கள் சிறிய
அலைவரிசைகளின் நுட்பமான ஓட்டத்தை அனுபவித்தனர் அல்லது 'பங்க'
அனுபவித்தனர் . இன்னும் சிலர் உடலின் சில பகுதிகளில் இனிமையான
நுட்பமான ஓட்டம் அனுபவித்தனர், அனைவருக்கும் மகிழ்ச்சி, நானும்
மகிழ்ந்தேன்.

அவர்களில் ஒருவர், ஸ்ரீ அன்னசாகேப் சஹஸ்ரபுத்தே, "பாபுஜி என்ன
பழக்கம் மேற்கொண்டிருந்தார் என்பது இப்போது எனக்குப் புரிந்தது ".
என்றார். அதை அறிய ஆர்வமானேன் . 'மாலை நேரங்களில் பிரார்த்தனைக்
கூட்டங்களை பாபுஜி ஏற்பாடு செய்வார் . சில சமயங்களில்
ஆயிரக்கணக்கானோர் பங்கேற்றனர்' என அன்னசாகேப் கூறினார்

பாபுஜி மூடிய கண்கள் மற்றும் மடிந்த கால்களுடன் ஒரு மேடையில்
அமர்ந்திருப்பார் . திரண்டுள்ள மக்கள் ஒரே குரலில் ஒற்றுமையுடன் கைதட்டி
ராம நாமத்தை உச்சரிப்பர் :

'ரகுபதி ராகவ ராஜாராம், பதித்த பாவன் சீதாராம்'

ரகு குல வழித்தோன்றல் ராஜாராமா , நீ விழுச்சி அடைந்தவரையும்
மேம்படுத்துபவன், உன்னையும் அன்பான துணைவியார் சீதாவையும்
வணங்குகிறோம் .

‘ஈஸ்வர் அல்லாஹ் தேரோ நாம், சப் கோ சன்மதி தே பகவான்.’

கடவுளின் எல்லா பெயர்களும் ஈஸ்வர் மற்றும் அல்லாஹ் உட்பட அனைத்தும் ஒரே உயர்ந்த தெய்வத்தையே குறிக்கின்றன,

எல்லோரும் பாடும்போது, அவர் அசையாமல் அமர்ந்திருப்பார். ஒரு நாள் நாங்கள் அவர் ஏன் பாடவில்லை அல்லது கைதட்டவில்லை என்று கேட்டோம் . அதற்கு அவர், “நீங்கள் அனைவரும் பாடும்போது, நான் மிக உயர்ந்த பணியில் மூழ்கி விடுகிறேன்” என்றார் . அவர் என்ன உயர்ந்த பணியில் மூழ்கிறார் என்று அறிய எங்களுக்கு ஆர்வமாக இருந்தது . மேலும் கேட்டோம் . அவர் அதற்கு பதிலளித்தார், “அந்த சில தருணங்களில் எனக்கு கடவுளின் பார்வை கிடைக்கிறது . இப்போது நாங்கள் மிகவும் ஆர்வமானோம், எந்த வகையான கடவுள் என்று கேட்டோம் . அவர் பதிலளித்தார், “ கடவுளின் வடிவம் மற்றும் உருவம் பற்றிய கருத்து, வேறுபாடுகள் இருக்கலாம் ஆனால் ‘உண்மை’ கடவுள் என்பதில் எந்தவொரு சர்ச்சையும் இருக்க முடியாது . உண்மையை கடவுளாகப் பார்க்கிறேன் .” அவர் அதை எவ்வாறு பார்த்தார்?, அதன் வடிவம் என்ன ? என அறிய நாங்கள் ஆர்வத்தால் தூண்டப்பெற்றோம் . காந்திஜி, “நான் கண்களை மூடிக்கொண்டு என் உள்ளே நோக்கும்போது மனத்தின் உள் உணர்வு முழு விழிப்புடன் என் உடலின் தலை வழியாக கால் வரை ஊடுருவிச்செல்கிறது . நான் மிகவும் மகிழ்ச்சியுடன் அமைதியை உணர்கிறேன், அதில் திளைக்கிறேன். இதுவே, நான் பெறும் கடவுளின் காட்சி. இந்த நிலையில், உலகத்தின் நலனுக்காக எடுக்கவேண்டிய முக்கிய முடிவுகள் பற்றிய எண்ணங்கள் மனதின் மேற்பரப்பு வரை உயர்கிறது . அவை எப்போதும் சரியானதாகவே உள்ளது .” என்றார். அன்னாசாகேப், “அந்த தருணங்களில் அவர் விபாசனா பயிற்சி செய்தார் என்று நான் இப்பொழுது புரிந்து கொண்டேன்” என முடித்தார். “நாங்கள் அதே போன்ற மனத்தின் உள் உணர்வு எட்டாவது அல்லது ஒன்பதாம் நாள் ஊடுருவிச்செல்வதை உணர்ந்தோம்” என்றார்.

மகாத்மா (துறவி) பங்காவின் ஓட்டத்தை அனுபவித்திருக்க வேண்டும்: எதுவுமற்ற நிலை , உருவமற்ற ஒன்று அதுவே உண்மை . அவர் அதைக் கடவுள் என்று அனுமானித்தார் . தட்டுதடங்களின்றி பாய்ந்து செல்லும் மனத்தின், உள் உணர்வின் ஆனந்த ஓட்டம் முழு உடலுக்கும் விழிப்பு

உணர்வு அளிக்கிறது. மனத்தின் உள் உணர்வின் இந்த ஆனந்த ஓட்டம் தூய்மையானது, சாசுவதமானது . இந்தியாவில் நித்தியமான, முழுமையான, உருவமற்ற, இந்த நிலையை அக் காலத்தில் கடவுள் என்றனர். பொதுவாக, இந்த நிலையை அடைவது எளிதல்ல, அதற்கு ஆண்டுகள் பல ஆகலாம் .

விபாசனா என்பது ஒரு நுட்பமான பயிற்சி ஆகும், இது ஒருவரை இந்த நிலைக்கு விரைவாகவும் எளிதாகவும் அழைத்துச் செல்கிறது . எனது மரியாதைக்குரிய ஆசிரியர் 'சயாகி யு பா கின்' "முந்தைய பிறவியில் விபாசனா பயிற்சி பெற்று மற்றும் விழிப்புணர்வுடன் உடல் உணர்வுகளின் நிரந்தரமற்ற தன்னையை உணர்ந்து (அனிச்சா) காலமான ஒருவர், அடுத்த அடுத்த மறுபிறவிகளில் , மனித அல்லது தேவாலோகாத்தில் பிறந்து இருந்தாலும், விழிப்புணர்வுடன் உடல் உணர்வுகளின் உணர்ச்சிகளின் ஓட்டத்தை யாருடைய வழி காட்டுதலும் இன்றி திரும்ப அனுபவிக்க இயலும்' " என்று சொல்லிக்கொண்டிருந்தார் . ஒருவேளை இந்த வகையான ஏதாவது நிகழ்வு மகாத்மா காந்திக்கு ஏற்பட்டு இருக்கலாம் அதை உறுதியாகக் கூற இயலாது . ஆனால் அவரிடம் எதுவும் தியான பயிற்சி இல்லை என்று தெரிகிறது . புத்தகங்கள் காந்திஜி ஸ்ரீமத் ராஜசந்திரஜி (ஒரு துறவி) உடன் நெருங்கிய தொடர்பு உடையவர் என கூறுகின்றன. ஆனால் அவரிடமிருந்து தியானம் கற்றுக்கொண்டதாக குறிப்பிடப்படவில்லை .

பயிற்சி முகாம்களில் தியானிப்பவர்கள் விபாசனாவைப் பயிற்சி பெற்ற நான்காம் நாளில் உடல் முழுவதும் உணர்வுகளை உணர்ந்ததாக சிலர் கூறுவது உண்டு . ஒன்று அல்லது இரண்டு பேர் குழந்தை பருவத்திலிருந்தே உடல் உணர்வுகளின் உணர்ச்சிகளின் ஓட்டத்தை உணர்ந்ததாகவும் ஆனால் அப்போது அது புரியவில்லை என்றும் சொன்னார்கள்.

பெரியவர்களிடம் இதைப் பற்றி பேசியபோது , மனநல மருத்துவர்களிடம் தொடர்ந்து சிலதடவைகள் அழைத்து சென்றதாகவும் பலனற்ற மருந்துகள் எடுத்து கொண்டதாகவும் பின்னர் அதை நிறுத்தியதையும் சொன்னார்கள் . இது நிச்சயமாக, அவர்களுக்கு சில சிக்கல்களைக் கொண்டுவந்தது. இப்போது, விபாசனா பயிற்சி பெற்ற பின்னர் வியாதி அல்ல இந்த ஓட்டம் ஒரு உயர்ந்த அனுபவத்தின் அறிகுறியாகும் என்பதை அவர்கள் புரிந்துகொண்டார்கள் .

இயற்கையின் நிலயற்ற தன்மையை உணர்ந்து , ஏங்கவோ(ஆசை)
வெறுப்போ கொள்ளாமல் சமநிலையில் இருக்கும் வரை கவலைப்பட
வேண்டிய அவசியம் இல்லை இந்த விழிப்புணர்வுடன் ஒருவர் விடுதலை
பாதையில் தொடர்ந்து முன்னேற வேண்டும் .

இந்தியாவில் பல நூற்றாண்டுகளாக விபாசனா பயிற்சி பழக்கம்
இல்லாது போனதால், பங்க நிலையை அடைவது எளிதல்ல . பல மைல்கர்கள்
உள்ளன . அவற்றை கடந்து செல்ல வேண்டும் என்பதைப் புரிந்துகொள்வதும்
சாத்தியமற்றது ஆகிறது . ஒருவர் இந்த நிலைக்குச் சென்றால், 'அனிச்சா'-
நிரந்தரமற்ற தன்மையே நிரந்தரந்தரமானது, -சாசுவதமானது என்று புரிந்து
கொள்ள இயலும் . நித்திய, நீண்ட மற்றும் கடினமான பயணத்தின் இறுதி
இலக்கும் இதுவே. அடி மனத்தில் ஆழமாக வேருன்றிய வாழ்நாளில்
செயலற்ற மயக்க நிலையில் உள்ள "சங்கர"வை அசைத்து வேருடன்
அகற்றும் வேலையை தொடங்கக்கூடவில்லை . அப்படியானால், எப்படி
ஒருவர், நிபந்தனையற்ற, நித்தியத்தை உணர்கின்றனர்? எப்போதும்
மாறக்கூடிய, எப்போதும் அசுத்தம் இல்லாத நிலையை ஆறு புலன்களை
தாண்டிச் சென்றே அடைய முடியும். நடுப்பகுதியில் தீவிர பேரின்பம் மற்றும்
மகிழ்ச்சியால் நிரப்பப்பட்ட சந்திப்புகள் தென்படும். அவை இறுதி இலக்குக்கு
தடை கற்கள். அத் தடைகளை கடந்து அப்பால் சென்று இறுதி இலக்கை
அடைய வேண்டும் .

(திரு. எஸ்.என். கோயங்காவின் சுயசரிதையிலிருந்து) - தொடரும்.

தம்மா தோஹா

துர்லப ஜிவன மனுஜகா துர்லபஸங்தமிலாப

தன்யபாஎ தோனோங் மிலே தூர கரேந் பவதாப

அரிதானது ஒரு மனிதனின் வாழ்க்கை, அரிதானது புனித துறவிகளின் சந்திப்பு
இரண்டையும் நான் பெற்றிருப்பது பாக்கியம் . இப்போது நான் உலக
துயரங்களிலிருந்து வெளியேற கடுமையாக வேலை செய்ய வேண்டும்

கரலேந் தூர கஷாய ஸப யஹி ஜன்ம காத்யேய

தூர்லப ஜிவன மனுஜ கா ஸாத்யேங் அனுபம ஸரேய

எல்லா அசுத்தங்களையும் அகற்றுவோம், இது மட்டுமே வாழ்க்கையின் குறிக்கோள்; அரியது ஒரு மனிதனின் வாழ்க்கை, நாம் மிக உயர்ந்த இலக்கில் கவனம் செலுத்துவோம்.

ஸரிலவிஹாரீ ஹை வஹி ஸதா சார -யுத ஹோய:

காயா வான் சித்த கே கர்மன துஸித ஹோங்ய

நல்லொழுக்கமுடன் வசிப்பவர் களங்கமில்லா வாழ்க்கையை வாழ்பவர் அவரின் உடல், பேச்சு மற்றும் மனதின் செயல்கள் மாசுமறுவற்று இருக்கும்

குஷல கர்ம கரதே ரஹேங் கஹேங் நபாப லவலேஷ

மன நிர்மல கரதே ரஹேங் யஹி புத்தஸந்தேஷ

ஆரோக்கியமான செயல்களில் மூழ்கி, ஆரோக்கியமற்ற செயல்களிலிருந்து விலகி நாம் வெகு தொலைவில் இருப்போம் . நாம் தொடர்ந்து நம் மனதை தூய்மைப்படுத்துவோம் . இது புத்தரின் செய்தி.