



# விபஸ்ஸனா செய்தி மடல்

தமிழ் மாத இதழ்

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

மலர்: 5 ★ இதழ்: 2 ★ மாசி : 2026 ★ விலை: ₹ 2.50/- ★ ஆண்டு சந்தா : ₹ 30/-

## தம்மத்தின் வாழும் உதாரணமாக இருங்கள்

**ஸ**யாஜி ஊபாகின் அவர்களிடம் தியானம் கற்ற பிறகு, கோயங்கா அவர்கள் குடும்பத்தைச் சேர்ந்த பல உறுப்பினர்கள் தங்கள் வாழ்வாதாரத்திற்காக மியான்மரை (பர்மா) விட்டு வெளியேறி இந்தியாவுக்கு வந்தனர்.

அவர்கள் சென்னையில் குடியேறி, மூத்த சகோதரர் பாலகிருஷ்ண கோயங்காவால் நடத்தப்படும் குடும்பநிறுவனத்தில் இணைந்தனர். கோயங்காஜியுடன் தொலைபேசியில் உரையாடியதைத் தொடர்ந்து, அவர்கள் ஒரு சுய-பயிற்சி (self-course) நடத்தத் தீர்மானித்து, அதற்கு ஆதரவுக் கடிதத்தைப் பெற்றனர். விபஸ்ஸனா கற்பிக்க அவர் இந்தியா வருவதற்கு நான்கு மாதங்களுக்கு முன்பே இந்த அழைப்பு வந்தது.

இந்தக் கடிதம் பிப்ரவரி மாதத்தில் எழுதப்பட்டது; நாட்காட்டியின்படி, கோயங்காஜி மற்றும் மாதாஜி இருவரும் இந்த மாதத்தில்தான் பிறந்தனர் என்பது குறிப்பிடத்தக்கது. கூடுதலாக, 14 நாள் 'நன்றி செலுத்தும் பயிற்சி' பிப்ரவரி மாதத்தில் வழங்கப்படுகிறது.

**கோயங்கா அவர்களின் கடிதம்**

ரங்கூன், 4 பிப்ரவரி 1969

**அ**ன்புள்ள அனைவருக்கும், தம்மத்தின் முழுப் பலன்களையும் அனுபவிக்க விபஸ்ஸனா பயிற்சி செய்யுங்கள்.

இந்தக் கடிதம் உங்களைச் சென்றடையும் போது தியானத்தில் அமர்ந்திருப்பவர்களுக்காக, விபஸ்ஸனாவைப் பற்றிய சில வார்த்தைகளைப்

பகிர்ந்து கொள்ள என்னை அனுமதியுங்கள். தம்மத்தின் பாதையில் உங்கள் பயிற்சியில் எழும் சிரமங்களைத் துணிவுடன் எதிர்கொள்ளுங்கள். சங்காரங்களின் அசுத்தம் கரைவதற்கு நேரம் எடுக்கும், ஆனால் ஒருவர் இந்தச் செயல்முறையைப் பொறுமையுடன் எதிர்கொள்ள வேண்டும். ஒரு புண்ணிலிருந்து சீழை அகற்றுவது துன்பகரமாக இருக்கலாம், ஆனால் சீழை வெளியே எடுத்தாக வேண்டும்.

உடலின் ஒவ்வொரு பகுதியிலும், உச்சந்தலை முதல் உள்ளங்கால்வரை, வெவ்வேறு உணர்ச்சிகள் தோன்றி மறைவதை நாம் சமநிலையுடன் அனுபவிக்கிறோம். இந்த அநித்தியத்தை (impermanence) உள்ளுக்குள் கவனிப்பதன் மூலம், நாம் உண்மையுடன் இருக்கிறோம்; மேலும் இந்த உண்மை மிகவும் சக்தி வாய்ந்தது. உண்மை இருக்குமிடத்தில் ஞானம் (பஞ்ஞா) இருக்கும். உள்நோக்கின் மூலமான ஞானத்தால் அறியாமை நீக்கப்படுகிறது; விபஸ்ஸனா பயிற்சியின் மூலம் மனம் தூய்மையடையும் போது, அது அதிக அமைதியையும் துன்பத்திலிருந்து விடுதலையையும் அனுபவிக்கிறது. படிப்படியாக மனம் முழுமையாகத் தூய்மையடைந்து, பின்னர் நிப்பாண நிலையின் உன்னத உண்மையை அனுபவிக்கிறது.

அசுத்தமான மனத்தைச் சுத்தம் செய்ய, நமது கருணைமிக்க ஆசிரியர் விபஸ்ஸனா பயிற்சியின் சோப்பு மற்றும் தண்ணீரை நமக்கு வழங்கியுள்ளார். நாம் வேலை செய்யவில்லை என்றால், அதை எப்படிச் சுத்தமாகக் கழுவ முடியும்? விபஸ்ஸனா பயிற்சியில் நாம் எடுக்கும் முயற்சிகளுக்கு ஏற்ப மனம்

தூய்மையாகும். மனம் மிகவும் அழுக்காக இருந்தால், அதைக் கழுவு அதிக நேரம் எடுக்கும்; அழுக்கு குறைவாக இருந்தால், குறைந்த நேரமே எடுக்கும். தேங்கியுள்ள அசுத்தங்களின் அளவு நபருக்கு நபர் தரத்திலும் எண்ணிக்கையிலும் மாறுபடும். எனவே, மற்றவர்களுடன் ஒப்பிடுவது வீணானது. மனதிலிருந்து அழுக்கை அகற்ற விபஸ்ஸனா பயிற்சியில் நாம் எவ்வளவு முயற்சி செய்கிறோமோ, அவ்வளவு லேசாக உணர்வோம். எல்லாவற்றிற்கும் மேலாக, விபஸ்ஸனா இதற்காக மட்டுமே உள்ளது: மனதிலிருந்து துன்பத்தின் கனமான சுமையை அகற்றுதல்.

வெற்றி பெற, நாம் ஒவ்வொரு கணமும் கவனத்துடனும், விழிப்புணர்வோடும் இருக்க வேண்டும். நாம் எதை அனுபவித்தாலும், அதன் இயல்பான தன்மை அநித்தியமே தவிர வேறில்லை என்பதைக் கவனிக்க வேண்டும். இந்த புலன் உணர்வு உலகில் எதுவுமே மாறாதது, நித்தியமானது அல்லது அழியாதது அல்ல. உண்மையில் அனைத்தும் அநித்தியமானவை, நிலையற்றவை மற்றும் தற்காலிகமானவை. அநித்தியமான மற்றும் தற்காலிகமான ஒன்று எப்படி ஒருவருக்கு மகிழ்ச்சியைத் தரும்? இந்த மனம்-பருப்பொருள் (mind-matter) நிகழ்வு - இந்தச் சொல்லப்படும் 'நான்' - என்பது நிலையான மாற்றத்தில் (flux) உள்ளது. தொடர்ந்து மாறிக்கொண்டே இருக்கும் ஒன்றின் மீது பற்றுதலை வளர்த்துக் கொள்வது எவ்வளவு அறிவிலித்தனம் மற்றும் முட்டாள்தனம்! உணர்ச்சிகளின் மட்டத்தில் இந்த அனுபவ ஞானத்தின் மூலம், 'நான்' மற்றும் 'எனது' என்ற பற்றுதலிலிருந்து நாம் வெளியே வந்து, துன்பத்திலிருந்து விடுபடுகிறோம்.

இவற்றோடு தொடர்புடைய 'தான்' (Self) என்று எதுவும் இல்லை. இவ்விதமாக, உணர்ச்சிகளின் மட்டத்தில் அநித்தியம் (அனிச்ச), துன்பம் (துக்க) மற்றும் அகந்தையற்ற நிலை (அனத்தா) ஆகியவற்றைக் கவனிப்பதன் மூலம், விபஸ்ஸனா தியானி படிப்படியாக அனைத்துத் துன்பங்களிலிருந்தும் விடுதலையை நோக்கி முன்னேறுகிறார். முடிவுகளுக்காக ஏங்க வேண்டாம். அப்படிச் செய்வது உங்கள் விபஸ்ஸனா முன்னேற்றத்தைத் தடுக்கும். உறுதியான மனதிடத்துடன், மனதைத் தூய்மைப்படுத்த அனைத்து முயற்சிகளையும் மேற்கொள்ளுங்கள். மீதியைத் தம்மத்திடம் விட்டுவிடுங்கள். விபஸ்ஸனா தியானத்தில் செலவிடும் ஒவ்வொரு கணத்திலிருந்தும்

தற்போதும் எதிர்காலத்திலும் பலன்கள் கிடைக்கும்.

வாழ்த்துகள், ஸத்ய நாராயண் கோயங்கா (ஆகஸ்ட் 2014 விபஸ்ஸனா செய்தி இதழில் வெளியான ச. நா. கோயங்கா அவர்களின் தொகுக்கப்பட்ட கடிதங்களிலிருந்து எடுக்கப்பட்டது)

கோயங்காஜி  
மாதாஜிக்கு எழுதிய கடிதம்

பம்பாய்: 14 நவம்பர் 1970

அன்புள்ள இளாய்ச்சி,  
தம்ம ஞானம் பிரகாசிக்கட்டும்!

நவம்பர் 2-ஆம் தேதியிட்ட உங்கள் கடிதம் கிடைத்தது. மூன்று முகாம்களில் இருந்த பணிச்சுமை மற்றும் எனக்கு உதவியாக இருந்த உதவியாளர் இல்லாததாலும், கடந்த ஆறு வாரங்களாக உங்களுக்குக் கடிதம் எழுத முடியாமல் போனது.

தீபாவளி பண்டிகையின் போது தியானிகள் பலர் நமது வீட்டிற்கு வந்து ஒன்றாக உணவு அருந்தியதை அறிந்து மகிழ்ச்சி அடைந்தேன். நீங்கள் அனைவரும் மொட்டை மாடியில் உள்ள தியான அறையில் ஒன்றாக அமர்ந்து தியானம் செய்திருக்க வேண்டும். ஸயாஜி ஊ பா கின் அங்குதான் தொடக்க தியானத்தை நடத்தினார் என்பதால், அந்த இடத்திற்குத் தீபாவளி நாள் மிகவும் முக்கியமானது. நான் வீட்டில் இல்லை என்பதாலோ அல்லது நமது மருமகள் சுசீலா அங்கு இல்லை என்பதாலோ நீங்கள் வருத்தப்பட வேண்டாம் என நம்புகிறேன்; நீங்கள் சற்று தனிமையை உணர்ந்திருக்கலாம். ஆனால் தம்ம தாது நிறைந்த அந்த வீட்டில் எப்போதும் நல்ல அதிர்வலை இருக்கும். அத்தகைய இடத்தில் எந்த வருத்தமும் இருக்கக்கூடாது. அது உங்கள் படுக்கையறையாக இருந்தாலும் சரி, தியான அறையாக இருந்தாலும் சரி, அல்லது நீங்கள் விபஸ்ஸனா பயிற்சியில் அமரும் தியான மையத்தின் சிறிய அறையாக இருந்தாலும் சரி, நான் உங்களுக்கு அருகிலேயே இருப்பதை நீங்கள் உணர்வீர்கள்.

மேலோட்டமாகப் பார்க்கும் போது, ஏதோ ஒரு பிறவியின் தீய கம்மத்தின் பலனை அனுபவிக்கும் போது வாழ்க்கையில் துக்கமான விஷயங்கள் நடப்பது போலத் தோன்றும். ஆனால் யாருக்குத் தெரியும்? அதே விஷயம் நமது பெரும் நலனுக்காகவும் அமையலாம். எனக்கு 15 நாட்களுக்கு ஒருமுறை வரும் தலைவலியை உதாரணமாக எடுத்துக்கொள்ளுங்கள்; அதனால்

நான் மிகுந்த துன்பத்தையும் வலியையும் அனுபவித்தேன். இவ்வளவு தாங்க முடியாத வலியையும் துன்பத்தையும் அனுபவிக்க நான் என்ன தீய கம்மத்தைச் செய்தேன் என்று அப்போது நான் வியப்பேன். இந்தத் துன்பம் எனக்கும் மற்றவர்களுக்கும் பெரும் துயரத்தை ஏற்படுத்தியது.

ஆனால் இப்போது அந்த வலியே எனக்கும் உங்களுக்கும் ஒரு பெரிய வரப்பிரசாதமாக மாறியிருப்பதை நான் காண்கிறேன். அது நமக்கும் மற்றவர்களுக்கும் ஒரு நன்மையாக மாறியது. சில பிறவிகளில் ஏதோ ஒரு சிறிய தவறு செய்திருக்கலாம், அதன் விளைவாக இந்தத் துன்பங்கள் ஏற்பட்டிருக்கலாம்; ஆனால் அவை ௬௫ இணையற்ற இந்தத் தம்மம் எனும் இரத்தினத்தையும், அளவற்ற நன்மையளிக்கும் இந்தப் புனிதப் பாதையையும் நமக்குக் கொண்டு வந்துள்ளன.

அதேபோல, ஆறு ஆண்டுகளுக்கு முன்பு அரசாங்கம் நமது தொழில்களை எடுத்துக் கொண்டது, பின்னர் இரண்டு ஆண்டுகளுக்கு முன்பு தொழிற்சாலைகளையும் எடுத்துக் கொண்டது. மேலோட்டமாகப் பார்க்கும் போது இது மிகவும் தவறானது என்றும், ஏதோ ஒரு தீய கம்மத்தின் பலன் என்றும் நான் கருதினேன். ஆனால் உண்மையில், இது ஒரு பெரிய மற்றும் புனிதமான கம்மத்தின் பலனாகும். இது நமக்குப் பெரும் நன்மைகளை தந்து, மிகப்பெரிய தம்ம குணங்களின் இருப்பைச் சேர்க்க கடந்த ஆறு ஆண்டுகளாக அபரிமிதமான வாய்ப்பை வழங்கியுள்ளது. இத்தகைய நிகழ்வுகள் நடக்காமல் இருந்திருந்தால் நம்மால் இதைச் செய்திருக்கவே முடியாது.

நான் 3-4 மாதங்கள் இந்தியாவிற்கு வர வாய்ப்பு கிடைத்தது, இப்போது கடந்த 18 மாதங்களாக உங்களை விட்டுப் பிரிந்து இருக்கிறேன். மேலோட்டமாக இது எனக்கும் உங்களுக்கும் வருத்தத்தை அளித்தாலும், இந்தத் துயரத்திற்கு அடியில் பலரின் மகிழ்ச்சி அடங்கியுள்ளது. இதை நினைக்கும் போது, நாம் இருவரும் கடந்த காலப் பிறவிகளில் ஏதோ ஒரு சிறந்த புண்ணியச் செயல்களைச் செய்திருக்க வேண்டும், அதனால்தான் இத்தகைய வாய்ப்பு நமக்குக் கிடைத்துள்ளது என்று நான் உணர்கிறேன்.

நீங்கள் என்னுடன் இந்தியாவிற்கு வந்திருந்தால், தங்குவதற்கு ஒரு இடத்தைத் தேட வேண்டியிருந்திருக்கும். ஆனால் இப்போது, குடும்பம் மற்றும் வணிகக் கடமைகள்

இல்லாததால், என்னால் தம்ம பணிக்காக நாடு முழுவதும் பயணம் செய்ய முடிகிறது. புத்தபெருமான் தனது தம்மக் குழந்தைகளுக்குக் கூறியது போல: “பலரின் நலனுக்காக, பலரின் மகிழ்ச்சிக்காக, கருணையுடன் செல்லுங்கள், தம்மத்தின் செய்தியைச் சுமந்து செல்லுங்கள், அவர்களுக்குத் தம்மத்தைக் கற்பியுங்கள், அவர்களின் துன்பத்தைத் தணித்து அவர்களின் உள்ளங்கள் அமைதி காணச் செய்யுங்கள்.”

புத்தரின் இந்த அறிவுறுத்தலின்படியே நானும் செயல்படுவதாக உணர்கிறேன், மேலும் என்னுள் இருக்கும் சுயநல வேட்கையை நான் அடையாளம் காண்கிறேன். ஒவ்வொரு முகாமுக்குப் பிறகும் தம்ம வலிமை கூடுகிறது, என்னுள் நான் மிகுந்த வலிமையை உணர்கிறேன். முன்பு நான் காலை 6 மணி முதல் இரவு 11 மணி வரை இவ்வளவு கடினமாக உழைத்ததில்லை; அப்படி உழைத்திருந்தால் நாளின் இறுதியில் சோர்வாகவும் எரிச்சலாகவும் உணர்ந்திருப்பேன். ஆனால் இவ்வளவு கடினமாக உழைத்த பிறகும், ஒவ்வொரு முகாமுக்குப் பிறகும் மனம் அமைதியாகவும், தம்மம் நிலைபெற்றும் இருக்கிறது. எனது நேரம் நற்செயல்களில் செலவிடப்படுவதால் நான் மகிழ்ச்சியாகவும் மனநிறைவாகவும் உணர்கிறேன்; அதிலிருந்து எனக்குக் கிடைக்கும் வலிமை உடல் வலிகளையும் வேதனைகளையும் பொருட்படுத்தாதபடி செய்கிறது.

இந்த முகாம்களில் சில உடல் ரீதியான அசௌகரியங்கள் இருப்பதை நான் அடிக்கடி கவனிக்கிறேன்; நீங்கள் என்னுடன் இருந்திருந்தால் நிச்சயமாக எனக்கு உதவியாகவும் ஆதரவாகவும் இருந்திருப்பீர்கள். இருப்பினும், இத்தகைய சூழ்நிலைகளில் உங்கள் பயணங்கள் மற்றும் தங்குமிடச் சவால்கள் தம்ம பணியைத் தடுத்திருக்கலாம். இந்த மண்ணில் ஒரு சிறிய தம்ம நாற்றை நட்டு வளர்ப்பதற்கு நான் தனியாக உழைக்க வேண்டியது தவிர்க்க முடியாததாக இருக்கலாம். காலம் கனியும் போது, நான் இப்போது எதிர்கொள்ளும் அசௌகரியங்கள் மறைந்துவிடும் என்று நான் உணர்கிறேன். அப்போது நீங்கள் என்னுடன் இந்தத் தம்ம பணியில் பயணிக்க முடியும். இது எப்போது நடக்கும் என்று எனக்குத் தெரியவில்லை, ஆனால் அதற்கு அதிக காலம் எடுக்காது என்று நினைக்கிறேன். விரைவில் விஷயங்கள் மேம்படத் தொடங்கும்.

இப்போது ஸயாஜி மற்றும் மா ஸயாமாவோடு

தியான மையத்தில் இருந்து, உங்கள் தம்ம வலிமையைப் பெருக்கிக் கொள்ளுங்கள்; இதன் மூலம் நீங்கள் இந்தியாவிற்கு வரும்போது, வளர்ந்து வரும் இந்தத் தம்மக் குடும்பம் உங்கள் தம்ம ஆற்றலால் ஊக்கம் பெறும். ஓர் இல்லற ஸாதகி எவ்வாறு தம்மத்தின் பாதையில் நடக்கிறார் என்பதை இந்த நாட்டு மக்கள் அறியட்டும். நீங்கள் பல மகன்களுக்கு ஊக்கமளிக்கும் ஒரு முன்மாதிரியாகத் திகழ முடியும். இதற்காக நீங்கள் அங்கேயே தம்மத்தில் தொடர்ந்து வளர வேண்டும்.

நான் விரைவில் பர்மாவிற்குத் திரும்புவது சரியாக இருக்காது, மேலும் பாபுபையா உட்பட மற்ற குடும்ப உறுப்பினர்கள் அங்கேயே இருக்கும் வரை உங்களால் இந்தியாவிற்கு வர முடியாது. ஆனால் இந்த நிலை நீடிக்கப் போவதில்லை. காலம் மாறும். அரசாங்கத்தின் கொள்கைகள் மாறும், இன்று தடையாக இருப்பவை காலப்போக்கில் மறைந்துவிடும்; இந்தப் பிரிவு அனைத்திற்கும் நல்லது என்பதை ஒருவர் உணர்வார். இதைப் பற்றி நீங்கள் கவலைப்பட வேண்டாம்; கவலைப்படும்போது தம்ம வலிமை குறைகிறது. ஒவ்வொரு சிரமத்தையும் புன்னகையுடன் எதிர்கொள்வதே தம்மமாகும்.

மருமகள் மஞ்ச மற்றும் குழந்தை விசாகாவை உங்களைச் சந்திக்கப் பர்மாவிற்கு அனுப்ப நான் அனைத்து முயற்சிகளையும் மேற்கொண்டு வருகிறேன். அவர்கள் மகிழ்ச்சியாகவும் நலமாகவும் உள்ளனர்; கிர்தாரியின் உடல்நிலையும் கணிசமாக மேம்பட்டுள்ளது. கிர்தாரி மற்றும் மஞ்ச இருவரும் பம்பாய் முகாமில் பகுதி நேரம் அமர்ந்தனர். விசாகாவால் மஞ்சவால் பயிற்சியை முடிக்க முடியவில்லை. கிர்தாரிக்கும் தேர்வுகள் இருந்ததால் அவரால் பயிற்சியை முடிக்க முடியவில்லை. ஆனால் அவர்கள் எவ்வளவு நேரம் செலவிட்டாலும் அது பயனுள்ளதாகவே இருந்தது. முன்னதாக அவர்கள் தியானத்தைத் தவிர்த்தனர், ஆனால் இப்போது வீட்டில் இருக்கும்போது அவர்கள் வந்து என்னுடன் அமர்கிறார்கள். ஜபல்பூரிலிருந்து வாசுதேவ்ஜியும், கூடத்திலிருந்து (Gudam) ராதே மற்றும் விமலாவும் பயிற்சிக்கு வந்தனர். ராதே வேலைக்காகச் செல்ல வேண்டியிருந்தது, ஆனால் விமலா பயிற்சியை முடித்தார். அவர்கள் நல்ல பலன் பெற்றனர். மொத்தம் 50 பேர் பயிற்சியில் இணைந்தனர். இது ஒரு பெரிய முகாம் மற்றும் பெரும் புண்ணியமாகும்; நிச்சயமாக இந்தப் புண்ணியங்களில் உங்களுக்கும் பங்கு உண்டு. தம்மத்தின் பாதையில்

நடக்கும் ஒரு வாழ்க்கைத்துணை எனக்குக் கிடைக்காவிட்டால், இந்தத் தம்மத்தின் மூலம் என்னால் எப்படிப் புண்ணியங்களைப் பெற முடிந்திருக்கும்?

எனவே, மேலோட்டமாகக் கடினமாகத் தோன்றும் இந்த நாட்கள் உண்மையில் பெரும் புண்ணியங்கள் நிறைந்த நாட்கள் என்று நான் கூறுகிறேன். உங்களின் மிகப்பெரிய புண்ணிய பலன் கொடுத்துள்ளது, அதுவே இத்தகைய மகத்தான தம்ம பணிக்கு ஆற்றலை அளிக்கிறது. நீங்கள் இந்த புண்ணியங்களை உயிர்ப்புடன் வைத்திருக்க வேண்டும் மற்றும் உங்கள் மனதை மகிழ்ச்சியாகவும் சுகமாகவும் வைத்திருக்க வேண்டும். உங்கள் தரப்பிலிருந்து ஏற்படும் ஒரு சிறிய வருத்தம் கூட எனது தம்ம வலிமையைக் குறைக்கும்.

நாம் பல பிறவிகளில் ஒன்றாகச் சேர்ந்து பாரமிகளை, புண்ணியங்களை ஈட்டியுள்ளோம், எனவே என்னால் மட்டும் இந்த மகத்தான தம்மப் புண்ணியங்களின் பலனைச் சமக்க முடியாது. நீங்கள் அதன் ஒரு பகுதியாக இருக்கிறீர்கள். நீங்கள் அங்கு எவ்வளவு அதிகமாக பயிற்சி செய்து, உங்களுக்குள் தம்மத்தை விழிப்படையச் செய்து, தம்ம கங்கை உங்கள் மீது பாய அனுமதிக்கிறீர்களோ, அவ்வளவு மகிழ்ச்சியாகவும் உற்சாகமாகவும் இருப்பீர்கள். அந்த அளவிற்கு எனது தம்ம வலிமையும் வளர்கிறது, ஏனெனில் எனது தம்ம வலிமையுடன் உங்கள் புண்ணிய அதிர்வுகளும் செயல்படுகின்றன. ஆனால் நீங்கள் பலவீனமடைந்து வருத்தமாகவும் சோகமாகவும் உணரும்போது, உங்கள் புண்ணிய ஓட்டம் பலவீனமடைகிறது; மேலும் என் இதயத்தில் இருக்கும் மென்மையான தம்ம நாற்று வாடத் தொடங்குவதை நான் உணர்கிறேன்.

நீங்கள் பல பிறவிகளின் எனது தோழி; உங்களுக்குள் இருக்கும் தம்மக் கங்கையை வறண்டு போக அனுமதிக்காதீர்கள்; அது எனது தம்ம வலிமையை உயிர்ப்புடன் வைத்திருக்க உதவுகிறது மற்றும் நமது பாரமிகள் வளர்ந்து பெருக உதவுகிறது. இது நமது இறுதியான நலனுக்கு உதவுவது மட்டுமல்லாமல், நமது முழுக் குடும்பத்திற்கும் உதவுகிறது. உண்மையில், இது நமது சிறிய குடும்பத்திற்கு மட்டுமல்ல, வளர்ந்து வரும் இந்தத் தம்ம சகப் பயணிகளின் குடும்பத்திற்கும் பயனளிக்கிறது. உலகெங்கிலும் உயரிய நலம் பரவட்டும்.

உங்கள் வாழ்க்கைத் துணை, ஸ்த்யா ●