



விபஸ்ஸனா செய்தி மடல்

தமிழ் மாத இதழ்

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

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

ஞானோதய நாள்

என் அன்பான தியானிகளே, வாருங்கள், நாம் நம்முடைய சொந்த ஞானத்தை விழித்தெழுச் செய்வோம்! இன்று போதி நாள் - ஞானோதய நாள். இந்த மங்களகரமான நாளில், நம்முடைய சொந்த போதியை (ஞானத்தை) விழித்தெழுச் செய்ய நாம் ஊக்கம் பெறுவோமாக!

எந்த அளவிற்கு போதி விழித்தெழுகிறதோ, அந்த அளவிற்கு எதிர்மறை அறிவு அழிக்கப்படுகிறது, மாயைகள் கரைகின்றன. வெறும் கற்பனைகளிலிருந்து நாம் விடுபடுகிறோம். உண்மையை ஏற்றுக்கொள்ளும் வலிமையைப் பெறுகிறோம், தத்துவத்தை உள்வாங்கிக் கொள்ளும் ஆற்றலைப் பெறுகிறோம். உண்மையை அது உள்ளவாறே பார்க்கும் திறனை நாம் பெறுகிறோம்.

மாணவர்களே! எப்போதும் விழிப்புடன் இருங்கள்! தம்மம் என்ற பெயரில், நாம் நம்மையே ஏமாற்றிக் கொள்ளத் தொடங்கக் கூடாது. நாம் விபஸ்ஸனா மாணவர்கள் என்பதாலேயே நாம் முற்றிலும் தார்மீகமாக (தம்ம வழியில்) இருக்கிறோம் என்ற தவறான நம்பிக்கையில் நாம் நம்மை ஏமாற்றிக் கொள்ளக் கூடாது; இல்லையெனில் நாம் அகந்தையின் சங்கிலிகளால் பிணைக்கப்படுவோம். ஒரு சிறிய தவறை ஒரு பெரிய குற்றமாகக் கருதி,

அதன் மூலம் நம்மை ஒரு குற்ற மனப்பான்மை கொண்ட நபராக தவறாகத் தண்டித்து, தவறான அடக்கத்தைக் காட்டுவதன் மூலம், நாம் தாழ்வு மனப்பான்மையின் முடிச்சுகளில் சிக்கிக் கொள்வோம். பெருமை மற்றும் தாழ்வு மனப்பான்மையின் மிதமிஞ்சிய பிணைப்புகளிலிருந்து விலகி, நாம் யதார்த்தத்தின் நடுநிலைப் பாதையில் நடக்க வேண்டும்.

ஒருவருக்குள் இருக்கும் நல்ல குணங்கள் எவையாக இருந்தாலும், அவை நல்ல குணங்கள் என்று அறிந்து கொள்ளுங்கள். அகந்தையால் வீங்க வேண்டாம். பகுத்தறிவும் பஞ்ஞாவும் எப்போதும் இருக்க வேண்டும், கவனத்துடன் நீங்கள் இந்த நல்ல குணங்களைப் பாதுகாப்பது மட்டுமல்லாமல், அவற்றைப் பெருக்கவும் வேண்டும்.

அதேபோல், உங்களுடைய தீய குணங்களை ஒப்புக்கொள்ளுங்கள். மனச்சோர்வோ அல்லது சோகமோ அடைந்து, அவற்றை உங்களிடமிருந்தும் மற்றவர்களிடமிருந்தும் மறைத்து மறுக்க வேண்டாம். யதார்த்தத்தை அது உள்ளவாறே ஏற்றுக்கொண்டு, அதை நடுநிலைமையோடு கவனித்து, விபஸ்ஸனா சாதனா மூலம் அது படிப்படியாகக் கரைய அனுமதிக்கவும்.

யாராவது தவறான அல்லது அநீதியான

முறையில் நடந்துகொள்ளும்போது, அது நமக்கு இழைக்கப்பட்ட அநாகரிகமான நடத்தை என்று கருதி, நாம் கிளர்ச்சியடைந்து, கோபத்தாலும் எதிர்மறை எண்ணத்தாலும் நிறைந்துவிடுகிறோம். இந்த உண்மையை எனக்குள்ளும் மற்றவர்களிடமும் ஏற்றுக்கொள்வதில் எனக்கு எந்தத் தயக்கமும் இல்லை. உண்மையில், இதை ஏற்றுக்கொள்வதன் மூலம் நான் நிம்மதியாக உணர்கிறேன். எனக்குள்ளும் மற்றவர்களிடமும் நான் இந்த நேர்மையான முறையில் நடந்து கொள்ளும் போது, என்னுடைய தவறான குணங்களிலிருந்து நான் விடுபடுவதற்கான வழி பிறக்கிறது. மாறாக, நான் இந்த உண்மையிலிருந்து விலகி, இதை ஒரு போலி கௌரவப் பிரச்சினையாக மாற்றினால், நான் என் எதிர்மறை குணங்களை மறைக்கிறேன். ஒரு நெருப்புக்கோழி, தன் தலையை மணலில் புதைத்துக்கொண்டு யாரும் தன்னைப் பார்க்கவில்லை என்று நினைப்பதைப் போல, எனக்கு நானே பொய் சொல்லிக் கொள்கிறேன். அன்னப் பறவையைப் போல நளினமாக இருப்பதாக நடிக்கும் கொக்கைப் போல, அது மற்றவர்களை ஏமாற்றுகிறது. ஆனால் இந்த பைத்தியக்காரத்தனத்தில் நான் என் சொந்த எதிர்மறை குணங்களை வளர்த்துப் பெருக்குகிறேன்.

கண்மூடித்தனமாக எதிர்வினை ஆற்றிய பிறகு, நான் என் வெறியிலிருந்து வெளிவரும்போது, யாரிடம் நான் கோபமும் வெறுப்பும் கொண்டு நிறைந்திருந்தேனோ, அதே நபரை நோக்கி என் மெத்தா மற்றும் அன்பான கருணை பொழிகிறது. இது ஒரு நல்ல குணத்தின் அடையாளம். இதை ஏற்றுக்கொள்வதில் எனக்கு எந்தத் தயக்கமும் இல்லை, பெருமையோ அகந்தையோ இல்லை.

இதுதான் பஞ்ஞா, உண்மையை அது உள்ளவாறே காண்பது. இதன் மூலம் எதிர்மறை குணங்கள் கரைவதையும், நேர்மறை குணங்கள் இயற்கையாக வளர்வதையும் காண்பதுதான். அது உள்ளவாறே, அதாவது, எது எப்படியோ அது அப்படியேதான். விரிவாகக் காட்டப்படவும் இல்லை, குறைத்துக் காட்டப்படவும்

இல்லை, மிகைப்படுத்தப்படவும் இல்லை, மதிப்பில் குறைக்கப்படவும் இல்லை. உண்மை மதிப்பிடப்படுகிறது - அது உண்மையாகவே எப்படி இருக்கிறதோ அப்படி.

உங்களுடைய சொந்த அசுத்தங்களை மிகைப்படுத்துவதன் மூலம், நீங்கள் போலி அடக்கத்தைக் காட்டி அதைப் பெருமையாகக் கருதுவீர்கள், இதனால் மற்றொரு அசுத்தத்திற்கு வழிவகுப்பீர்கள். மாறாக, உங்களுடைய எதிர்மறைக் குணத்தின் அளவைக் குறைத்துக் காட்டினால், நீங்கள் அதைப் பாதுகாப்பீர்கள், இதன் விளைவாக அந்த அசுத்தம் மறைக்கப்பட்டு, உள்ளுக்குள்ளேயே பெருகும்.

நல்ல குணங்களுக்கும் இதுவே பொருந்தும் - அவற்றை மிகைப்படுத்துவதன் மூலம் நீங்கள் அகந்தைக்கு வழிவகுப்பீர்கள், மேலும் அதன் அளவைக் குறைப்பதன் மூலம், நீங்கள் உங்கள் அடக்கத்தில் பெருமை கொள்வீர்கள் (ஒரு முரண்பாடு), மற்றொரு அசுத்தம் எழுகிறது. எனவே, அது ஒரு நல்ல குணமாக இருந்தால், அது அப்படியேதான். அது ஒரு எதிர்மறையான குணமாக இருந்தால், அது அப்படியேதான் - உள்ளதை உள்ளபடி ஏற்றுக்கொள்ளக் கற்றுக்கொள்ளுங்கள்.

இதுதான் முதல் முக்கியமான படி - உண்மையை அது உள்ளவாறே காண்பது. ஞான தரிசனம். உலகியல் வாழ்க்கையில் தெய்வீக ஞானம் அதாவது போதி விழித்தெழுதலைப் பயிற்சி செய்வதற்கான ஒரு வழி இதுவாகும்.

நிப்பாணத்தைக் நேரில் காணும் போதி ஒருவருக்குள் விழித்தெழும்போது, ஒருவரது இயல்பு எப்படி மாறும் என்றால், அவர் தன் நற்குணங்களைப் பற்றிப் பேசாமல் இருந்தாலும்கூட, அவரால் தன் எதிர்மறைச் செயல்களையும், அசுத்தமான குணங்களையும் மறைக்க முடியாது. அவர் இயல்பாகவே அவற்றை வெளிப்படுத்திவிடுவார்.

அன்பான மாணவர்களே! விழித்தெழும்போதியானது மங்களகரமான நலன்களால் நிறைந்தது. அத்தகைய மங்களகரமான நலன்கள் மென்மேலும் பெருகி வளரட்டும்.●