



வியஸ்ஸனா செய்தி மடல்

தமிழ் மாத இதழ்

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

மலர்: 2 ★ இதழ்: 6 ★ ஆனி: 2023 ★ விலை: ₹ 2.50/- ★ ஆண்டு சந்தா: ₹ 30/-

பார்வை குறைபாடுள்ளவர்களுக்கான பொது சொற்பொழிவு

(திரு. சத்ய நாராயண கோயங்கா)

(புனே, மகாராஷ்டிரா 18.10.2000)

எனதன்பு தம்மச் செல்வங்களே,
நிச்சயமாக, நீங்கள் தம்மத்தின் மீது
மிகுந்த பக்தி கொண்டவராகிறீர்கள்.
அதனால்தான் நீங்கள் இவ்வளவு பெரிய
அளவில் இங்கு கூடியிருக்கிறீர்கள்.
பார்வையற்றவராக இருப்பது ஒரு
துரதிர்ஷ்டவசமான இழப்பு தான். ஆனால்
நீங்கள் ஒரு அர்த்தமுள்ள வாழ்க்கையை,
உண்மையிலேயே திருப்திகரமான
வாழ்க்கையை வாழ முடியாது என்று
அர்த்தமல்ல. ஒரு விஷயம் தெளிவாக இருக்க
வேண்டும்: நமது உடற் கண்கள் செய்யும்
வேலையைத் தவிர, நமது அகக் கண்கள்
மிகவும் முக்கியமான மற்றும் அர்த்தமுள்ள
வேலையைச் செய்கின்றன. ஞானக்
கண்கள் (பஞ்ஞா) இந்த வாழ்க்கையின்
துன்பங்களிலிருந்து மட்டுமல்ல, எண்ணற்ற
வாழ்நாளின் துன்பங்களிலிருந்தும் நம்மை
விடுவிக்கும் சக்தியைக் கொண்டுள்ளன.
இயற்கை, மனிதர்களுக்கு ஞானக்

கண்களை எழுப்பும் திறனை மட்டுமே
அளித்துள்ளது. அகக்கண்கள் மனதின்
ஆழத்திற்கு சென்றடைகிறது, எண்ணற்ற கர்ம
சம்காரங்களை, அசுத்தங்களை அகற்றுவதன்
மூலம் மனதைத் தூய்மைப்படுத்துகின்றன.
இந்த சக்தி, இந்த திறன், மனிதர்களுக்கு
மட்டுமே உள்ளது. மிருகம், பறவை, பூச்சிகள்,
உடலற்ற உயிரினங்கள் போன்றவை இந்த
வேலையை செய்யவே முடியாது. மனிதனால்
உள்ளே சென்று உள் உண்மைகளை
"பார்க்க" முடியும். நிச்சயமாக, "பார்க்க"
என்பது நிறங்கள், படங்கள் அல்லது உடல்
வடிவங்களைப் பார்ப்பதைக் குறிக்காது.
பார்ப்பது என்பது பண்டைய இந்தியாவில்
"அனுபவம்" என்று பொருள்படும்.
இப்போதும், "இந்த இனிப்புச் சாப்பாடு
ரொம்ப ருசியாக இருக்கு, சாப்பிட்டுப்
பாருங்க" என்று சொல்லும்போது,
இப்படித்தான் சொல்கிறோம். நீ என்ன
காண்கிறாய்? என்ன நிறம் மற்றும் வடிவம்?

அதாவது, அது எவ்வளவு சுவையானது என்பதை தீர்மானிக்க, நீங்கள் அதை சாப்பிட்டு அனுபவிக்க வேண்டும். "இந்த இசை அருமை" என்று யாரோ சொன்னது போல் கேட்டு பாருங்கள். அவர் சரியாக என்ன பார்க்கிறார்? அதன் வடிவம் மற்றும் நிறம் என்ன? அதைக் கேட்டு அனுபவிக்க வேண்டும். அல்லது பட்டுத் துணியின் மென்மை அல்லது வாசனைத் திரவியத்தின் இனிமையான நறுமணத்தைப் பார்க்கும்படி ஒருவர் யாரையாவது கேட்டுக்கொள்கிறார். "பார்க்க" என்றால் இந்த விஷயங்கள் அனைத்தையும் நேரடியாக அனுபவிப்பது என்று பொருள். பௌதிகக் கண்கள் இல்லாத ஒருவரால் அவருடைய மற்ற புலன்கள் மிகவும் கூர்மையாக இருப்பதால் இந்த நேரடி அனுபவத்தை எளிதாகப் பெறமுடியும்.

"ஞானக் கண்கள்" உள்ளவர்களுக்கான எனது முதல் முகாம் அக்டோபர் 1977 இல், தேசிய தலைநகர் டெல்லியில், பார்வையற்றோருக்கான கல்வி நிறுவனம் நடத்தும் உயர்நிலைப் பள்ளி விடுதியில் நடைபெற்றது. இந்த முகாமில் அவர்களின் பணியின் தரம் மற்றும் அவர்கள் பயனடைந்த அளவு சாதாரண பார்வை உள்ளவர்கள் ஐந்து முகாம்களில் செய்யக் கூடியதை விட அதிகமாக இருப்பதைக் கண்டு நான் மகிழ்ச்சியுடன் ஆச்சரியப்பட்டேன். அவர்களின் உள் உணர்வுகள் மிகவும் வளர்ந்த மற்றும் விழிப்புடன் இருந்தன. எனவே அவர்கள் கற்பித்ததை விரைவாக எடுத்துக் கொண்டனர்.

இந்த உள் உண்மை என்ன என்பதை இப்போது ஆராய்வோம். நம் உடலுக்குள் எப்பொழுதும் ஏதோவொன்று நடந்து கொண்டே இருக்கிறது; அது நொடிக்கு நொடி மாறுகிறது. உயிர் இருக்கும் வரை, நாம் பிறந்தது முதல் இறக்கும் வரை ஏதோ ஒரு உணர்ச்சி இருக்கும். ஓ, உணர்ச்சிகள்! துடிப்பு, கனம், வெப்பம், வியர்வை, அழுத்தம், வலி, நடுக்கம்... இதற்கு

நமக்கு ஏன் கண்கள் தேவை, அவை என்ன சாதிக்கும்? தியானத்தின் போது கண்களை மூடுமாறு நாங்கள் அறிவுறுத்துகிறோம், இல்லையெனில் அவர்களின் கண்கள் தியானத்திற்கு தடையாக மாறும். தியானத்தில், நீங்கள் உங்கள் உள் கண்களை - உங்கள் ஞானக் கண்களை எழுப்ப வேண்டும். எதைப் பார்த்தாலும் மனதைத் திசைதிருப்ப மட்டுமே புறக்கண்கள் பயன்படுவதால் என்ன பயன்? ஆகவேதான் நாம் தியானம் செய்யும்போது கண்களை மூடுகிறோம். இது தியானத்திற்கு உதவுகிறது; உள்ளே என்ன நடக்கிறது என்பதைத் தெளிவாகத் தெரிந்துகொள்ள உதவுகிறது.

நீங்கள் ஒரு முகாமில் கலந்துகொண்டு, கற்றுக்கொண்டதை நடைமுறைக்குக் கொண்டுவரும்போது, சில நாட்களிலேயே நீங்கள் நிறைய சாதிக்க முடியும் என்பதை கவனிப்பீர்கள். துடிப்புகள், லேசான நடுக்கம், அதிர்வுகள் என ஏதோவொன்றை உணர்வீர்கள். பின்னர் நீங்கள் என்ன செய்வீர்கள்? அத்தகைய உணர்ச்சியை நீங்கள் விரும்பவில்லை ஆதலால், அது போக வேண்டும் என்று நீங்கள் விரும்புவீர்கள். அதாவது, ஒரு விரும்பத்தகாத உணர்ச்சி எழும்போது நீங்கள் வெறுப்பை உணர்வீர்கள், அது உங்களைத் தொந்தரவு செய்யும். உங்கள் அனுபவத்திலிருந்து, விரும்பத்தகாத உணர்ச்சி எழுந்தவுடன் நீங்கள் தொந்தரவு அடைகிறீர்கள் என்பதை நீங்களே அறிவீர்கள்.

உள்ளே கவனிக்கும் போது, சில சமயங்களில் முழு உடலும் சுகமான உணர்வுகளால் நிரம்பியிருக்கலாம். பொதுவாக, இந்த தியானப் பயிற்சியின் ஏழாவது அல்லது எட்டாவது நாளில், ஒருவர் மிகவும் நன்றாக இதனை உணரும்போது, இது "ஓ, எனக்கு இது அதிகம் வேண்டும்" என்ற பற்றுதலை உண்டாக்குகிறது. ஒருவர் மீண்டும் தொந்தரவு அடைந்திருப்பதைக் அனுபவ அளவில் கவனிப்பார். இந்த காரணத்திற்காகவே நம் உள் கண்களை

எழுப்புகிறோம். அது உள்ளே என்ன நடக்கிறது என்பதைத் தெளிவாகக் காண உதவுகிறது. இதை இந்த உடற்கண்களால் அனுபவிக்க முடியாது. இவற்றைக் கொண்டு, ஒருவர் படங்கள், வண்ணங்கள், ஒளி போன்றவற்றைப் பார்க்கலாம். அது என்ன செய்யும்? நமது தியானத்திற்கு இடையூறு தான் விளைவிக்கும். நாம் தெரிந்து கொள்ள வேண்டியது உள்ளுக்குள் தானே நடக்கிறது. நாம் ஏன் கலங்குகிறோம், துயரப்படுகிறோம் என்று அப்போது தெரியும். விரும்பத்தகாத உணர்ச்சிகள் எழும்போது நாம் கலங்குகிறோம்; நாம் அவைகளை விரும்புவதில்லை. ஆகவே வெறுப்பை உண்டாக்குகிறோம். இது நம்மை தொந்தரவு செய்கிறது.

நமக்கு உடன்படாத ஒன்றைச் சொன்னதால் ஒருவருடன் சண்டை போடுகிறோம் என்று வைத்துக்கொள்வோம். இதனால் நம் கோபம் அதிகரிக்கிறது. நாம் கோபப்படும்போது, நம்மை இழிவுபடுத்தியவரைத் துன்புறுத்துவதில்லை, மாறாக நாம் நமக்கு நாமே தீங்கு செய்து கொள்கிறோம். இதனை ஒரு சாதாரண மனிதன் உணரமாட்டான்; கோபமடைந்த பிறகு உள்ளுக்குள் எரிய ஆரம்பிக்கிறோம்; அதாவது கோபம் கொள்வதன் மூலம் நமக்கு நாமே தீங்கு செய்து கொள்கிறோம். ஞானக் கண்கள் உடையவர் இதை உடனே புரிந்து கொள்வார். உடல் கண்களால் பார்ப்பது நம் மனதை, "அவர் என்னை அவமதித்தார், துஷ்பிரயோகம் செய்தார்," என பல எண்ணங்களில் சுழல வைக்கும். இதைத்தான் வெளிப்புறக் கண்கள் பார்க்கின்றன ஆனால் நாம் பார்க்க வேண்டியதோ உள் எழுந்துள்ள உண்மையை மட்டுமே! உள் கண்கள் இதை மிக விரைவாக பார்க்க முடியும்.

"ஓ, நான் எதிர்வினையாற்றிவிட்டேன்; இந்தநிகழ்வில் நான் உணர்ச்சிவசப்பட்டு நான் என் சமநிலையை இழந்தேன்; வெறுப்பின் எழுச்சியால், நான் என் சமநிலையை இழந்தேன், சமநிலை இழந்ததால், என் அமைதியையும் மகிழ்ச்சியையும்

இழந்தேன். நான் என்ன செய்தேன்?" என நம் அகக்கண்கள் அனுபவிக்கும். ஒருவர் இந்த விழிப்புணர்வையும் புரிதலையும் வளர்த்துக்கொள்கிறார், "நான் ஏக்கத்தையோ வெறுப்பையோ எழு அனுமதிக்க மாட்டேன்; நான் என் சமநிலையைப் பேணுவேன்." இது வெளியிலிருந்து அல்ல, உள்ளிருந்து தெரிந்து கொள்ள வேண்டிய ஒன்றாகும்.

புத்தர் விடுதலை அடைந்தபோது, அது அவருக்கு ஒரு உள் அனுபவமாக இருந்தது. இதற்கு முன், அவர் புத்தராக இல்லாதபோது, அவர் விடுதலை பெறும் வரை தியானத்தில் அமர்ந்தார். அவர் அதை எப்படி சமாளித்தார்? கண்களை மூடிக்கொண்டு அமர்ந்தார்; திறந்த கண்களால் அவரால் செய்ய முடியவில்லை. வெளியில் பார்ப்பதன் மூலம் முழு உலகத்தின் ரகசியத்தையும் கண்டுபிடிப்பது சாத்தியமில்லை. அதை யாராலும் செய்ய இயலாது. இவை அனைத்தையும் கண்களை மூடிக்கொண்டு மட்டுமே பார்க்க முடியும். இந்த விடுதலை ஞானத்தை அவர் உணர்ந்தபோது, அவர் முதலில் கூறிய வார்த்தைகள்:

"புப்பே அனனுஸ்ஸுதேஸு தம்மேஸு சக்குங் உதபாதி, ஞானங் உதபாதி, பஞ்ஞா உதபாதி, விஜ்ஜ உதபாதி, ஆலோகோ உதபாதி."

மகாவக்கபாலி, மகாபதானசுத்தங் - 1.59
 ஓ! இதுவரை யாரிடமும் கேட்காததை, இப்போது நான் கற்றுக்கொண்டேன்." சக்குங் உதபாதி - அந்த உள் யதார்த்தத்தை உணர, அவர் கண்கள் திறந்தன. நிச்சயமாக முடியிருக்கும் உடல் கண்கள் அல்ல; ஞானங் உதபாதி - ஞானத்தின் விழிகள்; பஞ்ஞா உதபாதி - தெள்ளறிவின் கண்கள் விழித்தெழுந்தன; விஜ்ஜா உதபாதி - அறிவின் விழிகள் விழித்தெழுந்தன; ஆலோகோ உதபாதி - வெளிச்சம் எழுந்தது. சுற்றுச்சூழலை எடுக்க அவர் கண்களைத் திறக்கவில்லை. இந்த ஒளி அவருக்குள் எழுந்தது, இருளை அகற்றியது; அவர் அனைத்து துன்பங்களிலிருந்தும் விடுவிக்கப்பட்டார்.

இந்த வாழ்நாளின் துன்பம் மட்டுமல்ல, எண்ணற்ற வாழ்நாட்களின் துன்பம் - பிறப்பது, இறப்பது மற்றும் மீண்டும் பிறப்பது. ஒரு வாழ்க்கையில் ஒரு வகையான துன்பம் இருந்தால், அடுத்த வாழ்க்கையில் மற்றொரு வகையான துன்பம் இருக்கும். இது என்ன மாதிரியான ஒரு பிறப்பு? ஒருவர் ஏன் மீண்டும் மீண்டும் அதைக் கடந்து செல்ல வேண்டும்? ஒன்பது மாதங்கள் தாயின் கருவறைக்குத் திரும்புவது எவ்வளவு பரிதாபமாக இருக்க வேண்டும்? மீண்டும் மீண்டும் பிறந்து மீண்டும் மீண்டும் இறப்பது. இதிலிருந்து வெளிவர ஒரு வழி இருக்க வேண்டும். தனக்குள் இருக்கும் உண்மையைக் கவனிப்பதன் மூலம், புத்தர் மீண்டும் மீண்டும் பிறப்பு மற்றும் இறப்பு, துன்பம், நோய், முதுமை மற்றும் பலவற்றின் சுழற்சியில் இருந்து வெளிவர ஒரு வழியைக் கண்டுபிடித்தார். ஒருவர் உள்ளிருக்கும் ஒளியை எழுப்பினால், இருள் மறைந்துவிடும்.

அனைத்தும் அர்த்தமுள்ளதாக புரியவரும். உங்கள் கண்களால் பார்க்கக் கூடியதை விட அதிகமாக நீங்கள் அறிந்திருப்பீர்கள். வெளிப்புற உடல் கண்கள் பல்வேறு வழிகளில் ஏமாற்றலாம். உங்கள் அகக் கண்களை, ஞானக் கண்களை எழுப்புவதன் மூலம் இந்த மாயைகளைத் தடுத்து நிறுத்துங்கள். நீங்கள் பத்து நாள் முகாமில் கலந்து கொள்ளும் போதெல்லாம் அது மிகவும் பயனுள்ளதாக இருக்கும்! வெளியுலகில் என்ன நடந்தாலும் அது உங்களுக்கு கவலையை ஏற்படுத்தாது.

தனக்குள் இருக்கும் உண்மையை உள்முகப்பட்டு கவனிப்பதில் மூழ்கி இருப்பதற்காக நமக்கு கிடைத்த நேரத்தைப் நாம் பயன்படுத்துகிறோம். வேட்கை, வெறுப்பு, பொறாமை, கஞ்சத்தனம், ஆணவம் உள்ளிட்ட அசுத்தங்களை நீக்கி நம்மை நாம் தூய்மைப்படுத்திக் கொள்கிறோம். இந்த அசுத்தங்கள் மனதில் இருந்து அகற்றப்படுவதால், அது தூய்மையாகவும் மாசற்றதாகவும் மாறுகிறது. சுத்திகரிக்கப்பட்ட மனதில்

மிகுந்த அமைதியும் மகிழ்ச்சியும் இருக்கிறது. அது தனிப்பட்ட அனுபவத்தின் மூலம் மட்டுமே புரிந்து கொள்ள முடியும், வெறும் பேச்சுகளைக் கேட்பதன் மூலம் அல்ல. நீங்கள் உள்நோக்கிச் சென்று உண்மையைக் கவனிக்கத் தொடங்கும் போது மட்டுமே நீங்கள் அதை அனுபவிக்க முடியும். மேலும் நீங்கள் தொடர்ந்து உண்மையை கடைப்பிடிக்கும்போது, நீங்கள் எல்லா அசுத்தங்களிலிருந்தும் விடுபடுவீர்கள்.

அனுபவ நிலையில் உண்மையை உணரும் போதுதான் ஒருவரின் இயல்பு மாறுகிறது. எரியும் நிலக்கரித் துண்டுடன் தொடர்பு கொள்ளும்போது ஒரு சிறு குழந்தை அழுகிறது. அவர் அதன் பளபளக்கும் சிவப்பு நிறத்தில் ஈர்க்கப்பட்டதால் அதைத் தொடுகிறார்; மேலும் அவர் அதனுடன் விளையாடவும் ஆர்வமாக இருக்கிறார். இருப்பினும், அவரது கை எரிகிறது; அவர் துன்பத்தில் கத்துகிறார். அவர் அதை மீண்டும் தொடுகிறார், அவரதுகை மீண்டும் எரிக்கப்படுகிறது. இதனால் அவர் மீண்டும் மீண்டும் அலறுகிறார், அழுகிறார். அவர் அதை மீண்டும் தொடர்போவதில்லை. 'இது நெருப்பு, அது எரிக்கிறது.' அதேபோல், ஒரு நபர் தனக்குள்ளேயே உணரத் தொடங்கும் போது, "ஓ, இந்த எதிர்வினை என்னை எரிக்கிறது" என்று அவர் உணர்கிறார். அவர் எரிந்து கொண்டிருப்பதை தனக்குள்ளேயே அனுபவிக்க ஆரம்பிக்கிறார். அவர் அதை உணரவில்லை என்றால், "நான் என்னை எரிக்க விரும்பவில்லை, நான் இப்போது என்னை துன்புறச் செய்யப் போவதில்லை." என்று அவர் அதை உணரும் வரை வினையின் பழக்கத்தை பல முறை மீண்டும் செய்வார். பின்னர் படிப்படியாக அவரது குணம்மாறத் தொடங்குகிறது.

எந்தவொரு அசுத்தமும் வெளியில் வரும் போது, ஒருவன் எவ்வளவு அமைதியற்றவனாகவும், கவலையுடனும் இருக்கிறான் என்பதைப் பார்க்க முடியும். பதற்றமடைந்து வருத்தப்படுவதில் யார்

மகிழ்ச்சி கான முடியும்? அசுத்தங்களை உள்ளே அனுமதிப்பது அவரைக் கிளர்ச்சியடையச் செய்யும் என்பதை அவர் அனுபவத்திலிருந்து இப்போது அறிந்திருக்கிறார். இதன் விளைவாக, அவர் சந்தேகத்திற்கு இடமின்றி அசுத்தங்களைத் தவிர்க்க முயற்சிப்பார். உள்ளே இருக்கும் தூய்மையற்ற தன்மை அல்லது அசுத்தம் அமைதியின்மைக்கு ஆதாரமாக இருந்தது. இந்த அசுத்தங்களை அவர் எத்தனை முறை வினையின்றி கவனிக்கிறாரோ அத்தனை முறை அவர்தூய்மை அடைகிறார். அவருடைய வாழ்க்கை எப்படி மாறிவிட்டது. கண்கள் உள்ளவர்களின் வாழ்க்கையை விட இது மகிழ்ச்சியானது. ஏழை எளியோர் எவ்வளவு துயரங்களையும், அமைதியின்மையையும் தாங்கிக் கொள்ளவேண்டும்? அவர்கள் தியானத்தில் ஈடுபடுவதில்லை. செய்பவர்கள் கண்களை மூடிக்கொண்டு பயிற்சி செய்யவேண்டும். கண்கள் திறந்தால் ஞானக் கண்கள் திறக்காது. அகக் கண்களை எழுப்ப உடல் கண்கள் மூடப்பட வேண்டும்.

நமக்குள் ஏதேனும் அசுத்தம் எழுந்தால் நாம் எவ்வாறு துன்புறுகிறோம் என்பதும், எந்தக் கறைகளும் நமக்குள் எழாதபோது நாம் எப்படி மகிழ்ச்சியாகவும் அமைதியாகவும் இருக்கிறோம் என்னும் இயற்கையின் விதியை பத்து நாட்களுக்கு நீங்கள் வரும்போதெல்லாம் தனிப்பட்ட அனுபவத்தில் அறிவீர்கள். இத்தகைய அனுபவங்களை மீண்டும் மீண்டும் நீங்கள் பெறுவதன் மூலம், நாம் தொடர்ந்து அசுத்தங்களிலிருந்து விடுபடுகிறோம். அசுத்தங்கள் அற்ற மனம் என்பது அபரிமிதமான தூய்மையான நிலையாகும்; அது நமது ஆழ்ந்த நலனுக்கு வழிவகுக்கும். நான் குறிப்பிட்டது போல், ஒரு மனிதனால் மட்டுமே இந்த பணியை செய்ய முடியும். உள்ளிருக்கும் யதார்த்தத்தை அனுபவிக்கும் திறன் மனிதர்களுக்கு மட்டுமே உண்டு. இயற்கையால் நமக்கு இந்த அற்புதமான

பரிசு கிடைத்துள்ளது. இந்த சக்தி மற்ற அனைத்தையும் விட மிக உயர்ந்தது. பிரபஞ்சத்தின் மிகப்பெரிய சக்தி, தம்மத்தின் சக்தி, இது நிகழும்போது விழித்தெழும்; பின்னர் வாழ்க்கை மிகவும் மகிழ்ச்சியாகவும் சந்தோஷமாகவும் மாறும்.

பத்து நாள் முகாமை முடித்தவர்கள் தினமும் காலையிலும் மாலைலும் ஒரு மணிநேரம் அல்லது முடிந்தால் அதற்கு மேல் தியானம் செய்ய வேண்டும். நம் உடலிலும் மனதிலும் என்ன நடக்கிறது என்பதையும், இந்த நிகழ்வுகளுக்கு நாம் எவ்வாறு வினைபுரிகிறோம் என்பதையும் அனுபவிப்பது அவசியமாகும்.

இதைத் தொடர்ந்து "தெரிந்து" வருவதால், அசுத்தங்கள் அழிந்து கொண்டே இருக்கும்; நம் மனதில் அமைதியும் சாந்தமும் நிறைந்திருக்கும். பத்து நாள் முகாமில் அமர்ந்திருப்பவர்கள் நிச்சயமாக இதைச் செய்ய வேண்டும்; இன்னும் இந்த அனுபவத்தைப் பெறாதவர்கள் நிச்சயமாக ஒரு முகாமில் உட்கார வாய்ப்பு கிடைக்கும். ஒரு முகாம் எடுக்காதவரை இவற்றைப் புரிந்துகொள்வது எளிதல்ல.

உதாரணமாக, நாம் ஒருவரிடம், "உனக்கு கோபம் வரும்போது என்ன நடக்கிறது என்று பார்" என்று சொன்னால், உண்மையில் என்ன நடக்கிறது என்பதை அவர் எப்படி அறிவார்? ஆனால் இந்த பயிற்சியை ஒருவர் கற்றுக்கொண்டு தேர்ச்சி பெறும்போது, என்ன நடக்கிறது என்பதை ஒருவர் நிச்சயமாக அறியத் தொடங்குவார். அது அவருடைய ஆழ்ந்த நலனுக்காக இருக்கும். இன்று இங்கு இருக்கும் நீங்கள் அனைவரும், உங்கள் ஞானக் கண்களையும், அகக் கண்களையும் திறக்கும் வாய்ப்பைப் பெறுவீர்களாக! அதனால் உள்ளேயுள்ள இருள்கள் அனைத்தும் நீங்கி வெளிச்சம் தோன்றும், உண்மை விழித்தெழும், எல்லா அசுத்தங்களிலிருந்தும் துன்பங்களிலிருந்தும் ஒருவர் விடுபடுகிறார். ●