విపశ్యన మాసపత్రిక

VOLUME:30 NO - 21 1 DECEMBER, 2019

(సాధకుల ప్రేరణ కొరకు ఉద్దేశించబడిన తెలుగు మాసపత్రిక)

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

"ధర్మవాణి"

మహాకారుణికో నాథో, హితాయ సబ్బ పాణినం !

పూరేత్వా పారమీ సబ్బా, పత్తో సంబోధిముత్తమం !!

ధమ్మవాణీ సంగ్రహ్ (వి.ప.సం.) పేజీ నంబర్ - 155

మహాకరుణామయుడైన భగవానుడు, ప్రాణులన్నింటి హిత-సుఖాల కొరకు సమస్త పారమితలను పరిపూర్ణం చేసుకుని ఉన్నతమైన సంబోధిని ప్రాప్తించుకున్నాడు.

విపశ్యనా సాధన స్వర్ణ జయంతి సందర్భంగా పూజ్య గురూజీ పట్ల కృతజ్ఞతను ప్రకటించుకునే సదవకాశం

(మూలం: జనవరి 21, 2019 న వెలువడిన హిందీ మాసపత్రిక)

విపశ్యనా సాధన పునఃస్థాపితమై 50 సంవత్సరాలు పూర్తయిన సందర్భంగా, ఒక సంవత్సరం పాటు - అనగా 3 జూలై 2018 నుండి 2 జూలై 2019 వరకూ గ్లోబల్ పగోడాలో, ప్రతిరోజూ ఒక్కరోజు శిబిరాలు క్రమబద్ధంగా నిర్వహించబడ్డాయి. ఈ శిబిరాలు సాధకుల రోజువారీ సాధనలు పుష్టి చేయటానికి సహాయ పడగలవని నిర్వహించారు. సాధకులకు ఏరోజు సమయం దొరికితే, ఆ రోజు ఈ శిబిరాల నుండి ప్రయోజనం పొందారు. వీటితో సాధకుల సాధనలో కూడా నిరంతరత మరియు క్రమబద్ధత వచ్చి, ఆ తరువాత అలాంటి వారి నుండి ప్రేరణ పొంది, ఇతరులలో సద్ధర్మం పట్ల ఆసక్తి కలిగితే, వీలయినంత ఎక్కువ మంది శిబిరాల్లో పాల్గొని, తమ మేలు చేకూర్చుకుంటారు. ఇదే విధంగా, ఇతర ప్రాంతాల్లో కూడా, రోజువారీ సాధన, సామూహిక సాధన మరియు ఒక్కరోజు శిబిరాల ద్వారా ఈ విద్యలోని వ్యవహారిక పక్షాన్ని అంటే సాధన యొక్క ఆచరణను దృఢపరుచుకోడానికే ఈ వేడుకలు జరుపుకోబడ్డాయి. ఇదే పూజ్య గురుదేవుల పట్ల మనం చూపించే అసలైన శ్రద్ధాంజలి, నిజమైన కృతజ్ఞత అవుతుంది.

*విశ్వ విపశ్యనాచార్యులు పూజ్య శ్రీ సత్యనారాయణ గోయంకా గారు శుద్ధ ధర్మ సంపర్కంలోకి రాకముందు జరిగిన సంఘటనలు మరియు బాల్యం నుండి యౌవన దశ వరకూ వారిలోని భక్తి భావాన్ని గురించి ఎలాంటి భ్రమా కలగకూడదని, ఇంకా ఇలాంటి వ్యక్తి కూడా ఏ విధంగా మారగలడోనని తెలుసుకొని వారి నుండి ప్రేరణ పొందాలనే ఉద్దేశ్యంతో, వారి ఈ సంక్షిప్త జీవిత పరిచయం, వారి మాటల్లోనే - **అయిదవ భాగం.***

బుద్ధ భగవానుని పట్ల అంతులేని శ్రద్ధ

నా మనసులో బుద్ధ ధర్మం పట్ల భ్రాంతి కలగజేసే చిక్కు ముడులు ఎన్నో ఉన్నప్పటికీ, బుద్ధుని గొప్ప వ్యక్తిత్వం పట్ల నాలో ఉన్న శ్రద్ధలో ఎప్పుడూ ఎటువంటి లోటు కలగలేదు సరికదా, అది రోజురోజుకూ మరింత పెరుగుతూనే పోయింది. యుద్ధానికి పూర్వం మయన్మార్‌లోని స్థానికులతో నాకు అంతగొప్ప పరిచయాలేవీ ఉండేవి కాదు. మాండలేలో భారతీయులమైన మాకంటూ ఒక ప్రత్యేకమైన సమాజం ఉండేది. అది కూడా వేర్వేరు వర్గాలుగా చిన్న చిన్న ముక్కలుగా, మార్వాడీ, గుజరాతీ, బెంగాలీ, పంజాబీ, మద్రాసీ మొదలగు భాగాలుగా విభజింపబడి ఉండేది. అక్కడ ఒక చిన్న భారతదేశమే నెలకుని ఉండేది. ఆ రోజుల్లో నా సమయమంతా అటువంటి వాతావరణంలో గడిచింది. కానీ యుద్ధం తరువాతి బర్మాలో, బర్మీయులతో నాకున్న పరిచయాలు ఎంతో బలపడుతూపోయాయి. బుద్ధ భగవానుని పట్ల వారి మనసు లోతుల్లో ఉన్న అచంచలమైన శ్రద్ధ నన్ను ప్రభావితం చేసింది. వ్యాపార కార్యకలాపాల్లో తరచూ ఆగ్నేయాసియా మరియు తూర్పు దేశాల్లో, పొరుగున ఉన్న బౌద్ధ దేశాల్లో యాత్ర చేసేవాడిని. అక్కడి ప్రజల్లో బుద్ధుని పట్ల ఉన్న అనంత శ్రద్ధను చూసి ఎంతో గర్వంగా భావించేవాడిని. నేపాల్‌లో జన్మించి, భారతదేశంలో సమ్యక్ సంబోధిని ప్రాప్తించుకున్న మన దేశపు ఈ విశ్వవిఖ్యాత మహాపురుషుడు, అసలయిన సద్గురువయ్యారు, విశ్వమంతటికీ పూజ్యులయ్యారు. శ్రద్ధావంతులైన బుద్ధభక్తులు కొయ్యలతో, మట్టితో, రాతితో, పాలరాతితోనే కాకుండా ఇత్తడి, బంగారంతో, వెలకట్టలేని రత్నాలతో విగ్రహాలను తయారుచేసి పూజిస్తారు. ఇది భారతదేశానికి, నేపాల్‌కూ కూడా ఎంతో గౌరవప్రదమైన విషయం. బుద్ధుని పట్ల నాలో ఉన్న శ్రద్ధ పెంపొందటానికి ఇది కూడా ఒక కారణమయింది.

యుద్ధం ముగిసిన కొద్ది కాలానికి, శ్రీరామకృష్ణ మిషన్ వారి కార్యకలాపాలతో నా అనుబంధం బలపడింది. కార్యనిర్వాహక సమితిలో క్రియాశీల సభ్యునిగా ఎన్నో ఏళ్ళపాటు వారి సాంస్కృతిక విభాగం మరియు ఆసుపత్రిల రూపంలో నడుస్తుండే సేవాశ్రమాల్లో పాల్గొంటూ ఉండేవాడిని. శ్రీరామకృష్ణ పరమహంస యొక్క సూటైన, సరళమైన ప్రవచనాలు మరియు అన్ని ధర్మాల పట్ల వారి సహజమైన ఉదారగుణం నాకెంతగానో నచ్చాయి. అలాగే స్వామి వివేకానందగారి పట్లకూడా నేనెంతో ఆకర్షణకు లోనయ్యాను. వారి ప్రసంగాలు, వ్యాసాలూ మరియు సాహిత్యాన్ని చదువుతూ చదువుతూ నా మనసు పులకరించిపోయి రోమాంచితమయ్యేది. అలా చిన్నతనం నుండీ స్వదేశం పట్ల, సద్ధర్మం పట్ల నాలో నిండి ఉన్న ప్రేమ భావన, ఇప్పుడు తరంగితమై ఉప్పొంగేది.

బుద్ధుడు, మరియు వారి బోధనలను గురించి వారు చెప్పిన మాటలు, నాలో అత్యంత ప్రేరణకు కారణమయ్యాయి. వారు బుద్ధుని సిద్ధాంతాలతో ఏకీభవించనప్పటికీ వారి వ్యక్తిత్వాన్ని ఎంతగానో ప్రశంసించేవారు. స్పష్టతతో కూడిన వారి మనసులోని భావనను వ్యక్తపరుస్తూ ఈ విధంగా చెప్పారు...

"నా జీవితమంతా బుద్ధున్ని ఎంతగానో అభిమానిస్తాను కానీ వారి సిద్ధాంతాలను కాదు. ఇతరుల కంటే వారి చరిత్ర పట్లనే ఎక్కువ మక్కువ

చూపిస్తాను. వారు సాహసవంతులు, భయంలేని వారు, ప్రేమకు ప్రతిరూపం. కావలసినంత తెలితేటలు, అభీష్టశక్తి మరియు విశాల ఆకాశం వంటి అభీష్టహృదయం ఉన్న వ్యక్తి బుద్ధుడే." అని అన్నారు.

స్వామీ వివేకానంద గారి ఒక్కొక్క పదం, నాలో మరింత శ్రద్ధకు కారణమైంది. వారి ఆలోచనలకు నేను పూర్తిగా ప్రభావితుడినయ్యాను. చిన్నతనం నుండీ బుద్ధుని బోధనల పట్ల పక్షపాత వైఖరితో ఉన్నప్పటికీ, వారి వ్యక్తిత్వం పట్ల శ్రద్ధ అయితే ఉండనే ఉన్నది. వారి పట్ల నాలో ఉన్న శ్రద్ధ రోజురోజుకీ పెంపొందుతూనే పోయింది. స్వామీ వివేకానంద గారి ప్రేరణాత్మక వాణి, బుద్ధుని పట్ల నాలోని శ్రద్ధా భక్తులకు మరింత ఊపిరిపోసింది.

ఆ రోజుల్లో నా కవితల రూపంలో బుద్ధుని పొగుడుతూ నేనెప్పుడూ అలసిపోలేదు. ఆ కవితల్లో ఒక పంక్తి ఇలా ఉంది –

"ధరతీ పర్ అవతరిత్ హుయే, భగవాన్ బుద్ధ్ అంతర్యామీ.
లోక్ లోక్ మే కరుణా బిఖరీ, జగత్ బన్ గయా అనుగామీ.
శ్రద్ధావత్ సమవేత్ స్వరోం మే, గూంజీ వాణీ కళ్యాణీ.
బుద్ధమ్ శరణమ్, ధర్మమ్ శరణమ్, సంఘమ్ శరణమ్ గచ్ఛామీ"

అదే విధంగా మరొక రచనలో భారతదేశపు ప్రవిత్ర భూమిని పొగుడుతూ రాజస్థానీ భాషలో ఒక "ధమాల్" రచించాను. అందులోని ఒక పంక్తి ఈ విధంగా ఉంది...

_'ఓ హెూ భారత్ మ్హారో రై._
_సౌ సౌ సురగాం స్యూమ్ భీ మ్హానై లాగి ప్యా రై, భారత్ మ్హా రై._
రాం అఠైహీ, క్రిస్న ఆఠైహీ, బుద్ధ్ ఆఠైహీ జలమ్యారై.
బార్-బార్ పరమేస్సర్ కో భీ లలచావై రై, భారత్ మ్హారో రై."

బుద్ధుడిని ఈశ్వరుని అవతారంగా రాముడు, కృష్ణుల సమాన వరుసలో ప్రతిష్ఠించి, ఆ రోజుల్లోని మా నమ్మకాల ప్రకారం నేను వారి పట్ల అంతులేని గౌరవాన్ని వ్యక్తపరిచి, భారతదేశపు పుణ్యభూమి పట్ల గౌరవాన్ని తెలియజేశాను. ఇక్కడ జన్మించటానికి స్వయంగా ఆ పరమేశ్వరుడు కూడా పరితపిస్తూ ఉంటాడు. ఏదో ఒక రూపంలో ఆయన ఇక్కడ అవతరించటానికి ఏదో ఒక సాకు వెదుక్కుంటూ ఉంటాడు.

హాస్యాస్పద పరిస్థితి

ఒకవైపు నేను నా రచనల్లో స్వేచ్ఛా హృదయంతో బుద్ధ భగవానుని గొప్పదనాలను వర్ణిస్తూ గీతాలు పాడాను, మరొకవైపు వారి బోధనలను అనుసరించదగినవి కావు అనుకుని నన్ను నేను అన్ని విధాలా వాటినుండి దూరంగా ఉంచుకునే వాడిని. ఎంతటి పరస్పర విరుద్ధమైన డోలాయమాన మనోస్థితి! ఎంతటి హాస్యాస్పద స్థితి!

ఒక మహాపురుషుడు, లోకానికి కీడుచేసే విద్యను బోధిస్తాడా? అని ఆలోచించనే లేదు. లేదా అలాంటి దూషిత బోధనలు బోధించే వ్యక్తి మహాపురుషుడు కాగలడా! మనకు పూజ్యుడు కాగలడా? అని కూడా ఆలోచించలేదు. కానీ వేల సంవత్సరాల నుండీ కొనసాగుతున్న ఇలాంటి ప్రచారం యొక్క ప్రభావం ఎంతగా ఉంటుందో! ఇతరులను ఏమని తప్పుపట్టను? ఎప్పుడైనా మన దేశప్రజలెవరైనా ఇలాంటి హాస్యాస్పద పరిస్థితిలో చిక్కుకున్న ద్వంద్వ ఆలోచనలతో, బుద్ధుడు ఈశ్వరుని అవతారం కాబట్టి వారు నాకు పూజనీయుడే అని చెప్పినప్పటికీ, వారి బోధనలను "బుద్ధ ధర్మం" అని తిరస్కరించినప్పుడు, వారి పట్ల నాలో అణువంత రోషం కూడా ఉదయించేది కాదు, దయనే కలిగేది. అదేవిధంగా ఎవరైనా రాజకీయనాయకుడు ఏదైనా అంతర్జాతీయ బౌద్ధ సమ్మేళనంలో, కొన్ని విషయాలు మినహా, బుద్ధుడు బోధించినవన్నీ మన పురాతన వైదిక ధర్మం నుండి తీసుకునే బోధించారు అని చెప్పినప్పుడు లేదా మరొక రాజకీయ నాయకుడు మనుస్మృతిలోని ఈ శ్లోకాన్ని గురించి ప్రస్తావించి –

"ధృతి: క్షమా దమొస్తేయమ్, శౌచమిన్ద్రియనిగ్రహ:,
ధీర్విద్యా సత్యమక్రోధో, ధశకమ్ ధర్మలక్షణమ్."

– నారదపరినిర్వాజకోపనిషత్ 3/24

మనువు వివరించిన ఈ పది ధర్మాలనే బుద్ధుడు నేర్పించాడు – అని వివరిస్తే, పొరుగు దేశాల నుండి వచ్చిన విద్వాంసులైన భిక్షువుల ముఖం కోపంతో ఎరుపెక్కుతుందేమో కానీ నిజం చెప్పాలంటే నాకు అణువంతయినా కోపం వచ్చేది కాదు. నాలో ఆ వక్తల పట్ల కరుణనే మేల్కొనేది. నిజానికి నేను కూడా కొన్ని సంవత్సరాల కొద్దీ ఈ అసత్యపు ఆలోచనల పరంపరలో బందీగా ఉన్నాను కదా! "సత్యం ఏమిటో వీళ్ళకి ఇప్పుడు తెలియనట్లే, ఆ రోజుల్లో నాకు కూడా తెలియదు. నా అదృష్టం మేల్కొని నా ముందు ఉన్న మిథ్యత్వాన్ని దూరం చేస్తూ వాస్తవిక సత్యం ప్రకటితమైనట్లే, వారికి కూడా సత్యం ప్రకటితమై, వారు ఎంతో వినమ్రతా భావంతో సత్యాన్ని కేవలం స్వీకరించటమే కాకుండా దానిని ఆచరిస్తారు. తప్పకుండా ఆచరిస్తారు." అనే కరుణ మేల్కొనేది.

బుద్ధ భగవానుడిని, నా పరమేశ్వరుడైన విష్ణువు యొక్క తొమ్మిదవ అవతారంగా భావించి వారి పట్ల శ్రద్ధ అయితే ఉండేది. కానీ వారి బోధనలను గురించి విన్న అనేక భ్రాంతికారక మిథ్యా విషయాల కారణంగా వారు బోధించిన మార్గంలో నడవటానికి నా మనసు ఎంతమాత్రం తయారుగా ఉండేది కాదు. వారి బోధనలన్నింటిలోనూ పుట్టుక ఆధారంగా కాకుండా కర్మల ఆధారంగానే ఒక వ్యక్తిని ఉత్తములుగా లేదా అధములుగా భావించటం అనే బోధన ఒక్కటే నాకెంతగానో నచ్చేది. వారి బోధనల్లోని ఈ అంశం మాత్రమే నన్ను ఆకట్టుకునేది. వారి ఇతర బోధనలను సమాజానికి, దేశానికి హానికరంగానే భావించేవాడిని.

ఇలాంటి మనోవికారాలున్న వ్యక్తి మున్ముందు, బుద్ధుని బోధనలతో ప్రభావితం చెంది ప్రయోజనం పొందటమే కాకుండా వాటి ప్రచార, ప్రసారం కొరకు ఎలా నా శేష జీవితాన్ని వెచ్చించాను – అనేది తనదైన ఒక అద్భుతమైన ఘటనతో ముడిపడి ఉంది. దానితో నాకే కాకుండా భారతదేశవాసులకు మరియు విశ్వంలోని అనేకులకు మేలు జరిగింది.

నా అదృష్టం మేల్కొంది

నా చిన్న వయసులో నాకు గుర్తున్నప్పటి నుంచీ నేను మైగ్రెన్ (పార్శ్వపు నొప్పి) శిరోవేదనా రోగిగానే ఉండేవాడిని.ఆ రోజుల్లో సంవత్సరం, సంవత్సరంన్నర రోజులకు ఒకసారి తలనొప్పి వచ్చేది. యవ్వన స్థితిలో సంవత్సరానికి రెండు, మూడుసార్లు వచ్చేది. ఇరవై అయిదు సంవత్సరాల వయసుకు వచ్చేసరికి ఈ వ్యవధి తగ్గుతూ తగ్గుతూ 15 రోజుల వరకూ వచ్చింది. నొప్పి కూడా ఎంత తీవ్రంగా ఉండేదంటే, ఏ సాధారణ నొప్పినివారణ ముందు కూడా పనిచేసేది కాదు. అలాంటి పరిస్థితిలో డాక్టర్లద్వారా అఫీమ్ (నల్లమందు) సూది ఇవ్వాల్సి వచ్చేది. దానితో తలనొప్పి అయితే వెంటనే తగ్గిపోయేది. కానీ మత్తుతో వచ్చే గాఢ నిద్ర తరువాత మరుసటి రోజు నిద్ర లేవగానే, శరీరంలోకి ప్రవేశించిన అఫీమ్ తన దుష్ప్రభావాన్ని చూపించేది. వాంతులు, కలతలతో ఆ రోజంతా గడిచిపోయేది. మైగ్రెన్ కారణంగా వచ్చిన తీవ్రమైన నొప్పి, అఫీమ్ వాడిన కారణంగా శరీరంపై కలిగే దాని దుష్ప్రభావం మూలంగా ప్రతిరెండు, మూడు వారాలకు ఒకసారి, ఒకటి రెండురోజులు ఈ నరకయాతన అనుభవించాల్సి వచ్చేది. మా చికిత్సకుడు, డాక్టర్ ఓం ప్రకాశ్, మా కుటుంబసభ్యుడిలాగానే ఉండేవారు. వారితో నాకు సొంత సోదరునితో ఉన్నటువంటి సంబంధం ఉండేది. ప్రతిక్షణమూ చికిత్సాక్షేత్రంలో కార్యనిమగ్నులై ఉన్నప్పటికీ, అన్ని సార్వజనీన కార్యకలాపాల్లో వారు నాకు

తోడుగా నిలిచేవారు. వారు కూడా నా ఆరోగ్య విషయంలో ఎంతో చింతిస్తూ ఉండేవారు. అప్పటి మయన్మార్‌లోని స్పెషలిస్ట్ డాక్టర్లందరి అభిప్రాయాన్ని తీసుకుని అలసిపోయాను. అఫీమ్ మినహాయించి మరే ఇతర నొప్పి నివారణ మందులు పనిచేయలేక పోయాయి.

మరో 5 సంవత్సరాలు గడిచేటప్పటికి, 8-10 రోజుల వ్యవధిలో మైగ్రైన్ తలనొప్పి తిరగబెట్టేది. ఇప్పుడు వ్యవధి తగ్గిన కారణంగా అఫీమ్ మోతాదు కూడా కొద్దిగా పెంచాల్సి వచ్చేది. కొద్దికాలం తరువాత, నాకు అఫీమ్ వ్యసనమైపోతుందేమో అనే విచారాన్ని డాక్టర్ ఓం ప్రకాశ్ వ్యక్తపరిచారు. అదే జరిగితే ప్రతిరోజూ అఫీమ్ తీసుకోవాల్సి రావచ్చు. అప్పుడు నా పరిస్థితి ఏంటి? అనే ఆలోచనతో డాక్టర్ ఓం ప్రకాశ్ తో పాటు నేను కూడా చింతలో మునిగిపోయాను. చివరిగా వారు, ఇతర డాక్టర్ల అభిప్రాయాన్ని, సలహాను తెలుసుకుని, వ్యాపార కార్యకలాపాల్లో పదే పదే విదేశీ యాత్ర చేసినట్లే ఒకసారి నా చికిత్స కొరకు కూడా వెళ్ళమని సలహా ఇచ్చారు."మైగ్రైన్ నుండి విముక్తి దొరకకపోయినా, అఫీమ్ నుండి అయినా తప్పక విడుదల దొరుకుతుంది. ఇలాంటి ప్రత్యేక జబ్బులకు అఫీమ్ నుండి విడుదల చేయటానికి అక్కడేదైనా ప్రత్యేక నొప్పి నివారణ మందులు తప్పకుండా వాడుకలో ఉండవచ్చు." అని వివరించారు. ఇది వినిన నేను చింతితుడను అవ్వటమే కాక, మా కుటుంబ సభ్యులు మరియు ఇతర మిత్రులు కూడా దిగులు పడ్డారు. నాకు ఊ ఛాం టున్ అనే ఒకసన్నిహిత మిత్రుడు ఉండేవారు. వారు స్వాతంత్ర్య మయన్మార్ యొక్క మొదటి అటార్నీ జనరల్‌గా ఉండేవారు. ఆ తరువాతి కాలంలో సుప్రీం కోర్టు జడ్జీ అయ్యారు. విదేశాల్లో సుప్రసిద్ధ డాక్టర్ల ఫీజు కూడా తక్కువేమీ కాదు, అయినా వారితో కలవటానికి ఎన్నో రోజులు వేచి ఉండాల్సి వస్తుంది అని వారికి తెలుసు. దానితో అది ఎంతో ఖర్చుతో కూడుకున్నది కావచ్చు. కాబట్టి ప్రముఖ పశ్చిమ దేశాల వివిధ ప్రాంతాల్లో నివసించే, వారి సన్నిహిత బర్మాదూతవాసులందరికీ నా పరిచయ పత్రం ఇవ్వటం నిజంగానే నాకెంతో ఉపయోగపడ్డాయి. న్యూయార్క్ లోని సంయుక్త రాష్ట్రసభలో భారత ప్రభుత్వ ప్రతినిధి శ్రీ జయపాల్ గారు మయన్మార్ లో ఉండగా నాకు కూడా సన్నిహిత మిత్రులు. వారి అసలు పేరు డానియల్. వారి సహాయం కూడా నాకెంతో ఉపయోగపడింది. స్విట్జర్లాండ్, జర్మనీ, ఇంగ్లాండ్ మరియు అమెరికాలోని ప్రముఖ డాక్టర్లతో చికిత్స చేయించుకోవటం సులభమయింది. శ్రీ జయపాల్, న్యూయార్క్ లోని ప్రముఖ డాక్టర్ హిటజిక్ గారితో నా అపాయింట్మెంట్ చాలా త్వరగానే తీసుకున్నారు. ఆ డాక్టర్ మైగ్రైన్ కు స్పెషలిస్ట్ అని వారు చెప్పారు. శ్రీమతి విజయలక్ష్మీ పండిట్ గారికి కూడా ఇలాంటి జబ్బుకే ఈ డాక్టర్ వద్ద చికిత్స తీసుకున్న తరువాత, వారి జబ్బు పూర్తిగా నయమైపోయింది. కానీ కేవలం ఆ డాక్టరే కాకుండా, మిగిలిన డాక్టర్లందరూ కూడా నా చికిత్సలో విఫలమయ్యారు. జపాన్‌లో మా వ్యాపార శాఖ ఒకటి ఉండేది. అక్కడి ప్రముఖ చికిత్సకులు కూడా తగినంత ప్రయత్నం చేసారు. ఎంతో సమయం, డబ్బు ఖర్చు పెట్టినప్పటికీ ఫలితం లేకపోయింది. మైగ్రైన్‌కు చికిత్స అటుంచి అఫీమ్ నుండి కూడా విడుదల దొరకలేదు.

నెలల పాటు ప్రయాసల తరువాత నిరాశతో ఇంటికి తిరిగి వచ్చాను. మైగ్రైన్ కూడా ఇప్పుడు దాదాపుగా ప్రతి వారమూ వచ్చేది. దానితో, నాతో పాటు ఇతరులు కూడా చింతించేవారు. ప్రత్యేకించి నా మిత్రుడు ఊ ఛాం టున్ గారు మరింత దిగులు పడేవారు. "ఈ జబ్బు మనసుతో ముడిపడి ఉంది. మానసిక ఒత్తిళ్ళతోనే మైగ్రైన్ వస్తుంది. కాబట్టి ఆ ఒత్తిళ్ళు దూరమైపోతే స్వతహాగా ప్రశాంతత దొరుకుతుంది" అని వారు చెప్పారు. నాకు కూడా వారు చెప్పినది సరైనదే అనిపించింది. గత అయిదు, ఏడు సంవత్సరాల్లో నా వ్యాపారం కారణంగానే కాకుండా, సామాజిక సంస్థల్లో కార్యనిర్వాహక బాధ్యతలు ఎంతగా పెరుగుతూ పోయాయంటే, వాటి భారం మానసిక ఒత్తిళ్లకు కారణమయింది. అంతేకాకుండా, చిన్న వయసులో పొందిన విజయాల అహంకారం, ఇంకా వాటి కారణంగా తయారైన అత్యంత ఉగ్ర, క్రోధ స్వభావాల ఒత్తిడి కూడా తక్కువేమీ కాదు. ఈ ఒత్తిళ్లను దూరం చేసే ఉపాయం ఏదీ తట్టేది కాదు. విశ్రాంతికి ఎక్కువ సమయం కేటాయించే ప్రయత్నం చేశాను. శవాసనంతో శరీరానికి విరామం ఇచ్చి చల్లబరిచే ప్రయత్నం కూడా చేశాను. భజనలు, కీర్తనలకు కూడా కొంత సమయం కేటాయించాను. కానీ ఏలాంటి ప్రయోజనం లేదు.

అప్పుడు ఒక రోజు నా స్నేహితుడు ఊ ఛాం టున్ గారు, "బర్మా ప్రభుత్వ అకౌంటెంట్ జనరల్ **"సయాజీ ఊ బా ఖిన్"** గారు ధ్యాన సాధన నేర్పిస్తారు. దానితో మానసిక ఒత్తిళ్ళు దురమవుతాయి, మానసిక శాంతి దొరుకుతుంది. దానితో నీ రోగం తప్పకుండా నయమైపోతుంది. నీవు వారిని కలువు. నిన్ను వారికి పరిచయం చేస్తాను. వారిని ఎప్పుడు కలవాలో చెప్తాను." అని అన్నారు. వారికి ఏ సమాధానం ఇవ్వకుండానే నేను ఇంటికి తిరిగి వచ్చేశాను. నా మౌనాన్ని అంగీకారంగా భావించి రాయల్ లేక్ ఒడ్డున ఉన్న ప్రభుత్వ వసతి గృహంలో నివసించే సయాజీ గారిని కలవటానికి సమయం నిర్ధారించి నాకు తెలియపరిచారు.

నేనెంతో అయోమయంలో పడిపోయాను. ఊ ఛాం టున్ గారు బర్మా ప్రభుత్వ సంరక్షణలో త్రిపిటకాల ఆరవ సంగాయణం చేయిస్తున్న "బుద్ధశాసన సమితి"లో ప్రముఖ సెక్రటరీ. విశ్వబౌద్ధ సమ్మేళనానికి అధ్యక్షుడైన కారణంగా కూడా వారు ప్రపంచ ప్రఖ్యాత బౌద్ధ నాయకుడు. వారు సూచిస్తున్న సాధన కూడా తప్పకుండా బౌద్ధమే అయి ఉంటుంది. మరి నేను బౌద్ధ ధర్మ సాధనను ఎలా స్వీకరించగలను? "ఓం నమః శివాయ" అనే జపం చేసే నన్ను, "ఓం నమః బుద్ధాయ" అనే జపం చేయిస్తారు. ఈ జపం చేస్తూ చేస్తూ నేను బౌద్ధ మతస్థుడినైపోతే ఎలా? నాస్తికుడినై నరకానికి పోతాను. నేను దీనిని స్వీకరించలేను. చికిత్సలేని మైగ్రైన్ నొప్పిని భరిస్తూ - భరిస్తూ నా ప్రాణం పోయినా ఫరవాలేదు. నేను నా ధర్మాన్ని వదిలి పరాయి ధర్మాన్ని స్వీకరించలేను. ***"స్వధర్మే నిధనం శ్రేయః పరధర్మో భయావహః"*** అనే గీతలోని పంక్తి నా మనసులో మారుమ్రోగటం మొదలుపెట్టింది.

మరుసటి రోజు సాయంకాలం సయాజీ ఊ బా ఖిన్ గారిని కలిసే సమయం వచ్చేసింది. సయాజీ గారిని కలవటానికి వెళ్లకపోవటం మర్యాద అనిపించుకోదు. ఊ ఛాం టున్ గారు నా స్నేహితుడే కాకుండా, సుప్రసిద్ధ బౌద్ధ నాయకుడు కూడా. ఊ బా ఖిన్ గారు ఒక ఉన్నత ప్రభుత్వ అధికారే కాకుండా సుప్రసిద్ధ బౌద్ధ నాయకుడు కూడా. సమయం నిర్ణయించుకుని కూడా కలవటానికి వెళ్ళకపోతే వారి గౌరవం దెబ్బతింటుంది, నేను బుద్ధ విరోధిని అని వారు అనుకుంటారు. ఇవన్నీ ఆలోచించుకుని, ఎంతో తడబాటు ఉన్నప్పటికీ నిర్ధారిత సమయానికీ ఊ బా ఖిన్ గారిని కలవటానికి వారి ఇంటికి వెళ్ళిపోయాను. వారు ఇంట్లో ఒంటిరిగా ఉన్నారని నేను గమనించాను. భార్య బహుశా బయటికి వెళ్లి ఉంటారు. ఇంట్లో పని మనుషులెవరూ లేరు, ఇంట్లోని ఫర్నిచర్ కూడా ఒక చిన్న ప్రభుత్వ ఉద్యోగి ఇంట్లో లాగా ఎంతో సాధారణంగా ఉన్నది. ఎక్కడా ఎటువంటి అలంకరణా లేదు. ఇలాంటి సాత్విక వాతావరణంలో వారి సమక్షంలో కూర్చోవటం హాయిగా అనిపించింది. వారి ముఖంలో అంతులేని శాంతి నిండి ఉన్నది. ఆ వాతావరణమంతటా శాంతి విరాజిల్లుతున్నది. కూర్చోగానే వారు, "ఊ ఛాం టున్ గారు నీ గురించి చెప్పారు. నీవు మైగ్రైన్ నుండి ఉపశమనం పొందడానికి నా వద్దకు వచ్చావు. కానీ నేను అసహాయుడను. మైగ్రైన్ నుండి ఉపశమనానికి నేను నీకు ఈ విద్యను నేర్పించలేను. అందుకొరకు నీవు ఏ డాక్టర్ గారినో

సంప్రదించడం ఉత్తమం. ఇదయితే ఎంతో ఉన్నతమైన ఆధ్యాత్మిక విద్య. ఇది మీ దేశపు పురాతన విపత్తనా (**విపస్సనా**) విధి. అన్నిటికంటే ఉన్నతమైన ఆధ్యాత్మిక విద్య ఇది. ఏదో శారీరిక ఉపశమనం కొరకు వాడుకుని దీనిని కించపరచకూడదు. కాబట్టి నీకు ఈ విద్యను నేర్పించటంలో నేను అసహాయుడిని." అని చెప్పారు.

నేను అవాక్కైపోయాను. నేను భారతీయ సమాజపు సుప్రసిద్ధ వ్యక్తిని, వ్యాపార సంస్థలకు యజమానిని, సమాజ సేవకుడినని వారికి బాగా తెలుసు. బర్మీ సమాజంలో కూడా నన్నెంతగానో గౌరవిస్తారు. ఎంతోమంది రాజకీయ నాయకులతో నాకు సాన్నిహిత్యం ఉంది అని కూడా వారికి తెలుసు. ఇంతటి సుప్రసిద్ధ వ్యక్తిని తన శిష్యుడిగా చేసుకుని ఏ సాంసారిక గురువైనా గర్వంగా భావిస్తాడు. కానీ వీరు మాత్రం నిన్ను నా శిష్యుడిగా చేసుకోలేను అని ఎంత నిస్సంగభావంతో చెప్తున్నారో చూడు. వారికి లోకీయ ప్రయోజనాలపట్ల ఎలాంటి ఆసక్తీలేదు. వాటిని ఆశించి వీరు ప్రజలకు సాధన నేర్పించటం లేదు అని నాకు అర్థమయ్యింది. అంతేకాక, వారు ఎంతో ప్రేమగా, "నీవు చక్కెర ఫ్యాక్టరీ పెట్టాలంటే చక్కెర కొరకు పెడతావు కానీ మొలాసిస్ కొరకు కాదు కదా! మొలాసిస్ అయితే ఉపఫలంగా (Bi-product) దానంతటదే వస్తుంది. నీ ఉద్దేశ్యమైతే చక్కెర తయారు చేయటమే కదా! అదే విధంగా ఈ ఉన్నతమైన ఆధ్యాత్మిక విద్యను ఆధ్యాత్మిక ప్రయోజనం కొరకు స్వీకరిస్తే చిత్తం వికారాల నుండి విముక్తి పొందుతుంది. మరి చిత్తం వికారాల నుండి విముక్తి పొందితే దానిలోని ఒత్తిళ్లు వాటంతటవే దూరమౌతాయి. మైగ్రెన్ దానంతటదే నయమవుతుంది . అది కూడా ఒక ఉపఫలంగా ప్రాప్తిస్తుంది." అని చెప్పారు. ఒక వ్యాపారస్తునికి ఈ ఉదాహరణ ఎంతో స్పష్టంగా అర్థమవుతుంది. కాబట్టే వారు ఈ ఉదాహరణతో వివరించి, "నీవు నీ చిత్తాన్ని వికారాలతో విముక్తి చేసుకోవటానికి రావాలనుకున్నప్పుడు నీ కొరకు తలుపులు తెరిచే ఉంటాయి. కానీ మైగ్రెన్ నుండి విముక్తి పొందటమే నీ లక్ష్యం అయితే మాత్రం అస్సలు రావద్దు." అని వివరించారు. సాధారణ సాంసారిక విద్యలతో పోలిస్తే, ఆధ్యాత్మిక విద్యకు వారు ఎంత ప్రాముఖ్యతనిస్తున్నారు అని గ్రహించిన నేను మరింత ప్రభావితుడినయ్యాను. వారిపట్ల నా మనసులో ఎంతో శ్రద్ధ కలిగింది.

– *ఆత్మకథన్ 2 నుండి గ్రహింపబడినది.*

– తరువాయి భాగం వచ్చే సంచికలో

విశ్వ విపశ్యనా పగోడాలో విపశ్యనా సాధన స్వర్ణ జయంతి ముగింపు వేడుకలు

మీకందరికీ తెలుసు, విపశ్యనా సాధన 50 సంవత్సరాలు పూర్తి చేసుకున్న సందర్భంగా ఎన్నో కార్యక్రమాలు నిర్వహింపబడుతూ వచ్చాయి. ఈ క్రమంలోనే ఈ సంవత్సర ముగింపున, అంటే 2019 డిసెంబర్ 15, 16 తేదిల్లో విశ్వ విపశ్యనా పగోడా, ముంబయి పరిసరాల్లో ఒక బృహత్ కార్యక్రమం ఏర్పాటు చేయబడుతోంది.

ఈ కార్యక్రమం యొక్క లక్ష్యం ఏమిటంటే, ప్రపంచ వ్యాప్తంగా ఉన్న విపశ్యనా ధ్యాన సాధకులను ఒక చోటుకు చేర్చి, సామూహిక సాధన, మైత్రీ సాధన చేయించి ధర్మసాధనను బలోపేతం చేయించటం, అలాగే గత యాభై సంవత్సరాల అనుభవాన్ని దృష్టిలో పెట్టుకుని, రాబోయే యాభై సంవత్సరాలకు తగిన ప్రణాళికలను రూపొందించుకోవటం. ఈ రెండు రోజుల కార్యక్రమంలో విపశ్యన గురించి, గౌతమ బుద్ధుని బోధనలను గురించిన చర్చ జరుగుతుంది. దానితో పాటుగా ధర్మకార్యంలో పూజ్య గురూజీ గారి సాన్నిధ్యంలో పనిచేసిన కొందరు పాత సాధకుల స్మృతులు కూడా వీడియోలు చూపించబడతాయి. మీరందరూ ఈ కార్యక్రమంలో తప్పక పాల్గొనాలని మా మనవి. ఇందు కొరకు ముందుగా రిజిస్టర్ చేసుకోవటం తప్పనిసరి. క్రింది పద్ధతుల్లో రిజిస్టర్ చేసుకోవాలి:

WhatsApp - 8291894644

SMS - 8291894645

Website: http://registration.globalpagoda.org/registration/

ధర్మంలో పరిపక్వత చెందండి – వయోధికుల సమ్మేళనం

కాలేన ధమ్మ సాకచ్ఛ – సమయానుసారంగా ధర్మాన్ని గురించిన చర్చ ఉత్తమమైన మంగళం.

50 సంవత్సరాలు పైబడిన వారు ధర్మాన్ని అర్థం చేసుకుని, రోజువారీ దినచర్యలో దానిని ఆచరణలో పెట్టడం ఎలాగో తెలుసుకోవడానికి ఒక సమ్మేళనం నిర్వహించబడుతోంది. ఈ సమ్మేళనం, డిసెంబర్ 8 నుండి 10 వ తేదీ వరకు ధమ్మ నాగాజ్జున (నాగార్జున సాగర్)లో ఏర్పాటు చేయటమైనది. ఇందులో పాల్గొనదలచిన వారు క్రింది నంబర్లలో సంప్రదించి ముందుగా రిజిస్టర్ చేసుకోవలసి ఉంటుంది.

పురుషులు – లింగయ్య గారు (9949715401,7382013767)

మహిళలు – సురేఖ గారు (9391639224, 6300714026)

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

ప్రచురణ తేది: ప్రతినెల 30/31 పోస్టింగ్ తేది: ప్రతి నెల 1/2 వెల: రూ 5/-

విపశ్యన అంతర్జాతీయ ధ్యానకేంద్రం, నాగార్జున సాగర్ రోడ్, వనస్థలిపురం, హైదరాబాదు – 500 070.

ఫోన్: 24240290 (ధ్యానకేంద్రం) ఆఫీసు పనిచేయు వేళలు: ఉదయం 9గంటల నుండి సాయంత్రం 5 గంటల వరకు

Postal Reg. HSE/864/2019-2021 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.