విపశ్యన మాసపత్రిక

VOLUME:31 NO - 22 1 JANUARY, 2020

(సాధకుల ప్రేరణ కొరకు ఉద్దేశించబడిన తెలుగు మాసపత్రిక)

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

"ధర్మవాణి"

అస్సో యథా భద్రో తసానివిట్ఠో, ఆతాపినో, సంవేగినో భవాథ !
సద్ధాయ సీలేన చ విరియేన చ, సమాధినా దమ్మవినిచ్ఛయేన చ !
సంపన్నవిజ్ఞానచరణా పతిస్సతా, జహిస్సథా దుఃఖమిదం అనప్పకం !!

- ధమ్మపదపాళీ - 144, దణ్డవగ్గో

ఎలాగైతే ఒక మేలుజాతి గుఱ్ఱం కొరడా దెబ్బ తినగానే చురుకుదనం పుంజుకుంటుందో, అలాగే మీరు కూడా సంవేగ బలంతో తపోనిష్ఠులు కండి. అనుక్షణం స్మృతిమంతులై శ్రద్ధతో శీలమును, సమాధిని దమ్మ వినిచ్ఛయమును అభ్యసిస్తూ విద్యాచరణ సంపన్నులై ఈ మహాదుఃఖాన్ని (సమూహాన్ని) ఛేదించండి.

విపశ్యనా సాధన స్వర్ణ జయంతి సందర్భంగా పూజ్య గురూజీ పట్ల కృతజ్ఞతను ప్రకటించుకునే సదవకాశం

(మూలం: ఫిబ్రవరి 19, 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 విధంగానే, ఇతర ప్రాంతాల్లో కూడా, రోజువారీ సాధన, సామూహిక సాధన మరియు ఒక్కరోజు శిబిరాల ద్వారా ఈ విద్యలోని వ్యవహారిక పక్షాన్ని అంటే సాధన యొక్క ఆచరణను దృఢపరుచుకోడానికే ఈ శిబిరాలు 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 యవ్వన 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 - ***ఆరవ భాగం.***

సాధనా పద్ధతి

సాధనా పద్ధతి గురించి సయాజీ ఊ బా ఖిన్ గారి వద్ద ప్రస్తావనకు వచ్చినప్పుడు వారు నన్ను, "నీవు ఇక్కడి హిందువుల నాయకుడివి కదా. మరి మీ హిందూ ధర్మంలో శీల సదాచారాల పట్ల ఏదయినా వ్యతిరేకత ఉందా?" అని అడిగారు.

సమాధానంగా నేను - "శీల సదాచారాలను ఎవరూ వ్యతిరేకించరు. మరి మాకు ఎందుకు వ్యతిరేకత ఉంటుంది? మేము వాటి పక్షాననే ఉంటాము." అని చెప్పాను.

దానికి వారు, "పది రోజుల శిబిరంలో మేము నీకు శీలాన్ని పాటించటం నేర్పిస్తాము. శీలాన్ని పాటించటానికి మనసును అదుపులో ఉంచుకోవటం తప్పనిసరి. అంటే మనసును ఏకాగ్రపరుచుకుని దానిని వశపరుచుకోవటాన్ని నేర్పిస్తాము. దానిని మేము సమాధి అంటాము. మరి మీ హిందూ ధర్మానికి సమాధి పట్ల వ్యతిరేకత ఉందా?" అని అడిగారు.

దానిని నేను ఏమని వ్యతిరేకించగలను? ధర్మగ్రంథాలలో - ఋషులు, మునులు ఎంతో లోతైన సమాధి అభ్యాసం చేసేవారు అనే ప్రస్థావనలు నిండి ఉన్నాయి.

నేను - "సమాధి పట్ల మాకు ఎటువంటి వ్యతిరేకతా లేదు." అని చెప్పాను. దానితో వారు - "కేవలం సమాధితో శీలం పరిపూర్ణం కాదు. సమాధితో పై పై చిత్తం ఏకాగ్రత చెంది తప్పకుండా నిర్మలపడుతుంది. కానీ మనసులోతుల్లో పాత వికారాల సంగ్రహం పోగుచేయబడి ఉంటుంది. వాటిని తీసివేయకపోతే అంతర్మనసు లోతుల్లో దాగి ఉన్న దూషిత స్వభావం మార్పు చెందదు. సమాధి

పుష్టి చెందిన తరువాత కూడా లోపల ప్రోగుచేసుకున్న నిద్రాణమై ఉన్న వికారాల అగ్నిపర్వతం ఎప్పుడు బద్దలవుతుందో తెలియదు. అది బద్దలయినప్పుడు సమాధి కారణంగా ఏకాగ్రత చెంది, నిర్మలమయిన పై పై చిత్తము అలజడికి లోనవుతుంది. తద్వారా ఏకాగ్రత, నిర్మలత చెదిరిపోతుంది. శీలభంగానికి కారణమవుతుంది." అని చెప్పారు.

అది వింటూనే, విశ్వామిత్రుడు – మేనకల ప్రణయ వాక్కులు, తన ప్రియతముడి జ్ఞాపకాల్లో మునిగిన శకుంతల ద్వారా ఉపేక్షింపబడిన దుర్వాసముని యొక్క కోపంతో నిండిన మాటలు – నా స్మృతిపలకంపై మేల్కొన్నాయి.

ఇంకా – "అంతర్మనసు అట్టడుగు లోతుల్లో ఎన్నో జన్మల నుండి కూడబెట్టుకున్న నిద్రాణమై ఉన్న వికారాలను తొలగించుకోవటానికి మనము ప్రజ్ఞను నేర్చుకుంటాము. మనలోని ప్రజ్ఞను మనం స్వయంగా మేల్కొలుపుకోవటంతో కొత్త వికారాలు తయారు కావటం నిలిచిపోయి పాత వికారాలు వాటంతటవే పైకి ఉబికి వస్తూ నశిస్తూ పోతుంటాయి. అలా సాధన చేస్తూ చేస్తూ ఒక సమయంలో, వికారాలన్నింటి నుండీ మనసు ముక్తి పొందుతుంది. మీ హిందూ ధర్మానికి ప్రజ్ఞ పట్ల ఏమయినా వ్యతిరేకత ఉందా? వికారాల నుండి ముక్తి పొందే విషయంలో ఏదైనా వ్యతిరేకత ఉందా?" అని అడిగారు.

నేను ఏమని వ్యతిరేకించగలను? నేను నిత్యం పఠించే భగవద్గీత మొత్తం ప్రజ్ఞ మరియు స్థితప్రజ్ఞతల వర్ణనలతో నిండి ఉంది. స్వయంగా నేను ఎన్నోసార్లు వాటి గురించిన వ్యాఖ్యానాలు కూడా చేశాను.

వికారాల నుండి విముక్తి చెందటమే జీవితపు అంతిమ లక్ష్యం. మరి దానిని ఎలా వ్యతిరేకించగలను?

నేను – "సయాజీ, మాకు శీలం పట్ల వ్యతిరేకత లేదు, సమాధి పట్ల వ్యతిరేకత లేదు, ఇంకా ప్రజ్ఞ పట్ల కూడా వ్యతిరేకత లేదు." అని చెప్పాను.

దానికి వారు – "అంతే, మేము విపశ్యనలో వీటినే నేర్పిస్తాము. శీలం, సమాధి, ప్రజ్ఞ – ఇవే బుద్ధ భగవానుని బోధనలు. ఇది భారతదేశం నుండి ఇక్కడికి వచ్చిన విద్య. దీనిని నేర్చుకోవాలనుకుంటే ఇది మంచి పనే, వచ్చేయి." అని చెప్పారు.

ఇంటికి వెళ్లి ఆలోచించాను

శీల సదాచారాలు పాటించటానికి సమాధి సాధన చేయటం తప్పకుండా మంచి పనే. కానీ, మానసిక వికారాల నుండి ముక్తి కలగజేసే ప్రజ్ఞ అంతకంటే ఎంతో మంచిది. మరి బుద్ధ భగవానుడు నిజంగా వీటినే నేర్పించారా? సయాజీ మాటల్లో నిజాయితీని, స్వానుభూతితో కూడిన సత్యాన్ని నేను స్పష్టంగా చూడగలిగాను. వారికి అబద్ధం చెప్పాల్సిన అవసరం లేదనిపించింది. ఒకవేళ ఈ విద్య నిజంగానే వికారాల నుండి ముక్తి కలిగించేదే అయితే, మైగ్రెన్ నుండి ఉపశమనం కలిగినా, కలగకపోయినా నేను దానిని తప్పకుండా పరిశోధన చేసి చూడాలి.

కామ క్రోధ అహంకారాలనే మూడు వికారాల కారణంగా నేనెంతగానో కలత చెంది ఉండేవాడిని; వాటి నుండి బయటపడటానికి నేనెంత ప్రయత్నించినప్పటికీ, వాటి నుండి తప్పించుకోలేని కారణంగా నిరాశతో వ్యాకులత చెందేవాడిని. మనసులో కామవాంఛ తలెత్తినా, లేదా కోపం కారణంగా విచక్షణ కోల్పోయినా, లేదా అహంకారంతో చేసే పిచ్చి వ్యవహారం కారణంగా నేను ఎలాగూ వ్యాకులతకు లోనయ్యేవాడిని. కానీ కొంత సమయం తరువాత తప్పు తెలుసుకుని, తప్పు చేశాననే బలమైన అపరాధభావన తలెత్తి మరింత వ్యాకులతకు లోనయ్యేవాడిని. ప్రతిరోజూ నేను భగవంతునితో, నన్ను ఈ వికారాల నుండి ముక్తి చేయమని ప్రార్థన చేసేవాడిని. చిన్నతనంలో మా గురుదేవులు పండిత కళ్యాణ దత్త దూబే గారు స్కూలులో ఈశ్వరుడిని ఇలా ప్రార్థన చేయమని నేర్పించారు –

" హే ప్రభూ ఆనందదాతా, జ్ఞాన్ హమ్ కో దీజియే।

శీఘ్ర్ సారే దుర్గుణోంకో, దూర్ హమ్ సే కీజియే॥"

"మనసులో వికారాలు ఉదయిస్తే, మనసు దుర్గుణాలతో నిండిపోతుంది, దానితో మనం చేసే పనులు సరిగా ఉండవు. మన ఆచరణను బాగుపరుచుకోవటానికి ఈశ్వరుని శరణుకోరటమొక్కటే ఏకైక మార్గం." అని వారు వివరించారు. అందుకే ఈ విధంగా ప్రార్థన చేయించేవారు–

" లీజియే హమ్ కో శరణ్ మే, హమ్ సదాచారీ బనే,

బ్రహ్మచారీ ధర్మ రక్షక్, వీర్ వ్రతధారీ బనే॥"

చిన్నతనంలో స్కూలులో, ఆ తరువాత ఎన్నో సంవత్సరాల వరకూ ప్రతిరోజూ ఉదయం ఈశ్వరుని ఈ ప్రార్థన చేసేవాడిని. దూబే గారి ఉత్తమమైన శిక్షణ కారణంగానే విద్యార్థి జీవితంలో నేను నా ఆరాధ్య దేవుడిని, పరీక్షల్లో మంచి మార్కులతో పాసుకావాలని కానీ, పెద్దయ్యాక ధనం కావాలని కానీ ఎన్నడూ ప్రార్థించనే లేదు. కేవలం సదాచారంతో కూడిన జీవనం కొరకే యాచిస్తూ ఉండేవాడిని.

ఆర్య సమాజ సంపర్కంలోకి వచ్చిన తరువాత కూడా కన్నీరు కారుస్తూ గద్గద కంఠంతో ఈ విధంగానే ప్రార్థన చేసేవాడిని –

" విషయ్ వికార్ మిటావో, పాప్ హరో దేవా --"

ప్రతిరోజూ ఉదయం అరగంట సేపు అశ్రుపూరిత నయనాలతో ఇలా ప్రార్థించేవాడిని –

" తూ దయాలూ దీన్ హూ, తూ దానీ హూ భిఖారీ।

హూ ప్రసిద్ధ్ పాతకీ, తూ పాప్ పుంజహారీ॥"

– ఇత్యాది, ఇత్యాది.

అరగంటసేపటి ద్రవీభూత భక్తి యొక్క ప్రభావం గంట – గంటన్నర సేపు బాగానే ఉండేది. కానీ మనసు మళ్ళీ అదేవిధంగా వేర్వేరు వికారాలతో కలత చెందసాగేది.

ప్రార్థన చేసేటప్పుడు అప్పుడప్పుడూ ఎంతో భావావేశానికిలోనై ఎంతో కలతతో కూడిన స్వరంతో ఏడ్చేవాడిని.

" అబ్ మై నాచ్యో బహుత్ గోపాల్

కామ్ క్రోధ్ పహన్ చోలనో, గల్ విసయన్ కీ మాల్॥"

– ఇత్యాది, ఇత్యాది.

అయినా ఎందుకో ప్రభువు నా మీద కృప చూపించనే లేదు. అయినప్పటికీ ప్రతిరోజూ చేసే ఈ ద్రవీభూత భక్తి కొన్ని సంవత్సరాల వరకు నడుస్తూ ఉన్నది.

ఉపనిషత్తుల అధ్యయనం తరువాత అప్పుడప్పుడూ అద్వైత భావాలు కలిగించుకుని నా మనసును – " నేను బ్రహ్మను, ప్రాణులన్నీ బ్రాహ్మలే, మరి ఎవరి పట్ల వికారాలు కలిగించుకోవాలి?" ఇత్యాది, ఇత్యాది అంటూ నచ్చచెప్పేవాడిని. మనసుపై ఈ ఆలోచనల ప్రభావం, చాలా కొద్ది సేపటి వరకు ఉండేది. ఆ తరువాత మళ్ళీ వికారాలతో కలత చెందేవాడిని.

ఒకవేళ ఈ విద్య ద్వారా వికార విముక్తి మార్గం స్పష్టమౌతుంది అని సయాజీ ఊ బా ఖిన్ సవాలు చేస్తే, నేను విపశ్యనా సాధన కొరకు నా జీవితంలోని పది రోజులు తప్పకుండా కేటాయించాలి, అదే సరైనది. శీలము, సమాధి, ప్రజ్ఞ – ఈ మూడూ మన ధర్మమే. వాటిని ఆచరించటమంటే స్వధర్మాన్ని ఆచరించటమే. ఈ మూడింటిని మినహాయించి నేను బౌద్ధ ధర్మంలోని ఇతర బోధనలనేవీ స్వీకరించను – అనే సంకల్పం, మనసును దృఢపరిచింది.

మరొక ప్రశ్న ఉదయించింది – పదిరోజుల శిబిరంలో నా భోజన ఏర్పాట్ల సంగతేమిటి? నేనయితే శాఖాహారిని, ఈ బర్మా ప్రజలు మాంసాహారం భుజిస్తారు. వారి భోజనాన్ని నేనెలా తినగలను? నేను మా ఇంటి నుండి భోజనం తెప్పించుకోగలనా లేదా, అన్న ప్రశ్నకు సమాధానానికి, మరియు నా జీవితపు పదిరోజులు ఏ ధ్యాన కేంద్రంలో అయితే గడపాలో, దానిని చూడటానికి, ఆ తరువాతి ఆదివారం ఉదయం పది గంటలకు నేను 31-A ఇన్యామాయింగ్ వీధిలో ఉన్న **"ఇంటర్నేషనల్ మెడిటేషన్ సెంటర్"** కు చేరుకున్నాను.

కారు దిగగానే, పది అడుగుల దూరంలో, రెండు-రెండున్నర అడుగుల ఎత్తున కర్రలతో చేసిన మంచె ఒకటి ఉండటం చూశాను. దానిపై వెదురు బొంగులతో తయారుచేసిన చిన్న గుడిసె ఉన్నది. అందులోనే సయాజీ ఊ బా ఖిన్ గారు నలుగురయిదుగురు శిష్యులతో పాటు కూర్చుని ఉన్నారు. నేను వారికి చేతులు జోడించి నమస్కరించాను. వారు నన్నెంతో ప్రేమతో – "రా గోయంకా" అని పిలిచారు.

(ఆ సమయలో వారు, తనకు దగ్గరగా కూర్చున్న శిష్యునితో నా గురించి చెప్తూ, నాలోని పుణ్య పారమితల సంగ్రహము సమృద్ధిగా ఉంది, విపశ్యనా సాధన చేస్తే, ఇతని జీవితమే మారిపోతుంది అని చెప్పినట్లుగా నాకు దాదాపు 30 సంవత్సరాల తరువాత తెలిసింది.)

నేను ప్రణామము చేసి వారికి దగ్గరగా కుర్చుని – "సయాజీ, నేను పది రోజుల శిబిరంలో పాల్గొనటానికి నిర్ణయించుకున్నాను. నేను మైగ్రైన్ నుండి ఉపశమనం పొందాలనే ఉద్దేశ్యంతో రావటం లేదు, నన్ను నమ్మండి. మీరు ఆ రోజు చెప్పిన మాటలు నాకెంతగానో నచ్చాయి. నేను చిత్తాన్ని వికారాల నుండి విముక్తి చేసుకోవటానికి శీలము, సమాధి, ప్రజ్ఞలను సాధన చేయటానికి ఇక్కడకు వస్తున్నాను." అని వారితో చెప్పాను.

అది వినిన సయాజీ ప్రసన్నులయ్యారు. నేను అడగకముందే వారు – "వర్షాకాలంలో ఇక్కడ శిబిరాలు నిర్వహించబడవు. ఆ తరువాత ప్రతి నెలా ఒక పదిరోజుల శిబిరం నిర్వహింపబడుతుంది. తరువాతి శిబిరము సెప్టెంబర్ 1 వ తేదీన మొదలవుతుంది. నీ నిత్యావసర వస్తువులు వెంట తెచ్చుకుని ఆ రోజు ఇక్కడకు వచ్చేయి. ఇక్కడే భోజనముంటుంది. మార్వాడీ హిందువులయిన మీరు శుద్ధ శాఖాహారులని నాకు తెలుసు. ఇక్కడ సాధకులందరూ శాఖాహార భోజనమే చేస్తారు. నీవు చింతించాల్సిన అవసరం లేదు." ఈ విషయం చెప్పి, "ఇప్పుడు భోజన సమయమయింది. మేమందరమూ ఇక్కడే భోజనం చేస్తాము. నీవు కూడా ఇక్కడి భోజనం తిని చూడు. నీకు నచ్చుతుంది." అని చెప్పారు.

ఆ తరువాత వారు – "సయామా, అతిథికి కూడా భోజనం తీసుకురా." అని పిలిచారు.

ఆ గుడిసెనే ధ్యాన కేంద్రపు భోజనశాల. అందులో ఒక్క అడుగు ఎత్తయిన పెద్ద పెద్ద టేబుళ్లు పెట్టబడి ఉన్నాయి. వారు నన్ను తనతో పాటు ఒక టేబుల్ వద్ద కూర్చోబెట్టుకున్నారు. వారికి దగ్గరగా కూర్చోవటంతో నాలో ఒక అనిర్వచనీయమైన శీతల శాంతి అనుభూతిలోకి రాసాగింది. అక్కడ కూర్చుని, నేను బయటి వైపుకు చూశాను. ధ్యాన కేంద్రమంతటా ఎంతో నిశ్శబ్ధంతో కూడిన శాంతి నెలకొని ఉన్నది. దగ్గరలోని మిట్ట మీద బంగారుపూత పూయబడిన ఒక చిన్న పగోడా కనబడుతున్నది. "నీవు అందులోనే సాధన చేయాలి. భోజనం చేసాక ధ్యాన కేంద్రమంతా తిరిగి చూడు." అని సయాజీ చెప్పారు. నేను అక్కడే కూర్చుని ధ్యాన కేంద్రంలోని శాంత వాతావరణాన్ని అనుభూతి చెందుతూ ఉన్నాను. శాంతికి మూలమైన వ్యక్తి నా సమీపంలోనే కూర్చుని ఉన్నారు.

ఇంతలోనే మరొక శీతల శాంతి తరంగం వచ్చింది. నా వయసు ఉన్న ఒక మహిళ నవ్వుతూ వచ్చింది. వారే సయామా, సయాజీ ముఖ్య శిష్యురాలు. ఆ తరువాతి కాలంలో నేను వారిని

సయామా అమ్మ సంబోధించేవాడిని. సయాజీ, నన్ను వారికి పరిచయం చేసి, నాకు భోజనం వడ్డించమని చెప్పారు. సయాజీ గారి భోజన ప్లేటును వారికిచ్చి, తన చేతులతో ఒక ప్లేటులో భోజనం వడ్డించి నాకు అందించారు. అన్నము, ఆళ్లగడ్డ కూర వడ్డించి ఇచ్చారు. బర్మాలోని నా మిత్రులు నన్ను ఎప్పుడైనా తమ ఇంటికి భోజనానికి ఆహ్వానిస్తే, నాకు ఎప్పుడూ శాఖాహార భోజనమే తయారు చేసేవారు. ఇలా అన్నం, కూరలే వడ్డించేవారు. ధ్యానకేంద్రపు భోజనం ఎంతో రుచికరంగా అనిపించింది. ఆ భోజనం తిని మనసు తృప్తి చెందింది. భోజనం తరువాత నేను, ధ్యాన కేంద్రాన్ని చూశాను, నివాస స్థానాలు చూశాను. పగోడాలోని ధ్యాన గుహలైన శూన్యాగారాలు చూశాను. ఎంతగానో నచ్చాయి. నలుదిక్కులా శాంతే శాంతి. పురాతన కాలంలో భారతదేశంలోని ఋషులు – మునుల తపోభూములు ఇలానే ఉండేవేమో అని అనుకున్నాను.

నేను సయాజీ గారికి నమస్కరించి, వారి నుండి వీడ్కోలు తీసుకుని ఇంటికి తిరిగి వెళ్లాను. శిబిరం ప్రారంభమవటానికి ఇంకా రెండున్నర – మూడు నెలల సమయమున్నది. అయితే అన్ని రోజుల్లో నాకు ఏనాడూ మైగ్రైన్ తలనొప్పి రాలేదు. అది చూసి నాకు ఆశ్చర్యం వేసింది, సాధన నేర్చుకోకుండానే మనసు అంతర్ముఖం వైపు సమాహితమయ్యేటప్పుడు ఎంతో సుఖకర అనుభూతి కలిగేది.

శిబిర ఆరంభానికి ఎదురుచూస్తూ రోజులు గడుస్తూ పోయాయి. అక్కడి సుఖకర శాంత వాతావరణం యొక్క ఆకర్షణ ఎంతో బలమైనది, శిబిరంలో పాల్గొనాలి అనే సంకల్పం కూడా బలంగానే ఉండేది. అయినా అప్పుడప్పుడూ నాకే తెలియకుండా భయం వేయసాగింది. నేను తప్పుడు నిర్ణయం తీసుకోలేదు కదా అనే సంశయం కలిగేది. శీలము, సమాధి మరియు ప్రజ్ఞల సాధన మంచిదే. అయినప్పటికీ నేను బౌద్ధుడిని అయిపోను కదా, నాస్తికుడిని అయిపోను కదా! – భవిష్యత్తు పాడుచేసుకోను కదా! గతంలో ప్రోగుచేసుకున్న సంస్కారాల పొరలు మనసులో సంకోచం కలిగించేవి. మరోవైపు సయాజీ గుర్తుకువచ్చేవారు. ధ్యాన కేంద్రాన్ని మరియు అక్కడ అనుభూతిలోకి వచ్చిన సుఖకర శాంతి గుర్తుకురాగానే మనసు మళ్ళీ కుదుటపడేది. శీలపాలన చేస్తూ చిత్తాన్ని ఏకాగ్రపరచటం నేర్చుకుంటాను. ప్రజ్ఞను మేల్కొలుపుకుని చిత్తాన్ని వికారాల నుండి విముక్తి చేసుకోవటాన్ని నేర్చుకుంటాను. దీనితో భవిష్యత్తు ఎలా పాడవుతుంది? దీనితోనయితే వర్తమానం బాగుపడుతుంది, భవిష్యత్తు కూడా మేలవుతుంది. ఇహలోకం బాగుపడుతుంది, పరలోకం కూడా. అప్పుడప్పుడూ అయితే, ఈ రెండు మూడు నెలలు వేచి ఉండాల్సిన అవసరం లేకపోయి ఉంటే బాగుండేది అని అనిపించేది. వెంటనే శిబిరం నిర్వహించబడి ఉంటే, నేను ఈ అంతరిక సంఘర్షణ నుండి బయటపడి వెంటనే పాల్గొని ఉండేవాడిని అని అనిపించేది. లోలోపల ఈ రెండు పరస్పర విరుద్ధ శక్తుల సంఘర్షణ ఉండేది కాదు.

మొత్తానికి శిబిర సమయం సమీపించింది. శిబిరం ప్రారంభమవటానికి రెండు రోజుల ముందు తలలో తీవ్రమైన మైగ్రైన్ నొప్పి మళ్ళీ మొదలయింది. దానితో ఎవరో, “నీవు బుద్ధ ధర్మంలోకి వెళ్ళకుండా ఆపటానికి ధర్మశక్తులు నిన్ను హెచ్చరిస్తున్నాయి.” అని అన్నారు. కానీ నేను ఈ కథనంతో ఎంత మాత్రమూ చలించక, 01 సెప్టెంబర్, 1944 శుభ దినం నాడు నా అదృష్టం మేల్కొని, నేను ధ్యాన కేంద్రానికి చేరుకున్నాను.

– తరువాయి భాగం వచ్చే సంచికలో.

– ఆత్మకథన్ 2 నుండి గ్రహించబడినది.

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

ప్రచురణ తేది: ప్రతినెల 30/31 పోష్టింగ్ 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 9గం॥ల నుండి సాయంత్రం 5 గం॥ల 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.