ವಿಪಶ್ಯನ ವಾರ್ತೆ
VIPASSANA VARTE

ಕನ್ನಡ ಮಾಸಪತ್ರಿಕೆ, 10 ಫೆಬ್ರವರಿ 2018, ಬೆಂಗಳೂರು, ಸಂಪುಟ 3, ಸಂಚಿಕೆ 10, ಪುಟಗಳು-4. ಸಂಪಾದಕರು : ಜಿ.ಟಿ.ಗೋವಿಂದಪ್ಪ
Kannada monthly, 10 February 2018, Bangaluru, Vol. 3, No 10, Pages-4, KARKAN2015/68727 Editor: G.T. Govindappa.

ಚಂದ: ವಾರ್ಷಿಕ ರೂ. 30, ಆಜೀವ : ರೂ. 500. Subscription :Annual Rs. 30; Life : Rs. 500/-
ಪ್ರಕಾಶನ: ಕರ್ನಾಟಕ ವಿಪಶ್ಯನ ಪ್ರಚಾರ ಸಮಿತಿ ಟ್ರಸ್ಟ್. Published by: Karnataka Vipassana Prachara Samiti Trust.

ಧಮ್ಮ ಪದಗಳು

ಯೋ ಪಾಣಂ ಅತಿಪಾತೇತಿ, ಮುಸಾವಾದಂಚ ಭಾಸತಿ, ಲೋಕೇ ಅದಿನ್ನಂ ಆದಿಯತಿ, ಪರದಾರಂಚ ಗಚ್ಛತಿ. ಸುರಾಮೇರಯ ಪಾನಂಚ, ಯೋ ನರೋ ಅನುಯುಂಜತಿ, ಇಧೇವಮೇಸೋ ಲೋಕಸ್ಮಿನ್ ಮೂಲ ಖಣತಿ ಅತ್ತನೋ.

ಯಾರು ಜೀವಹತ್ಯೆ ಮಾಡುವರೋ, ಸುಳ್ಳು ಹೇಳುವರೋ, ಕೊಡದಿದ್ದನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವರೋ, ಲೈಂಗಿಕ ದುರಾಚಾರವೆಸಗುವರೋ, ಯಾರು ಮದ್ಯಪಾನ ಮತ್ತು ಮತ್ತುಬರಿಸುವ ವಸ್ತು ಸೇವಿಸುವರೋ, ಅಂತಹ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಈ ಲೋಕದಲ್ಲಿಯೇ ತಮ್ಮ ಬೇರನ್ನು ತಾವೇ ಕಡಿದುಕೊಳ್ಳುವರು.

ಧಮ್ಮಪದ – 246–247, ಮಲವಗ್ಗೋ.

ಧರ್ಮ ಮತ್ತು ಅಹಿಂಸೆ

ಪ್ರಧಾನ ಆಚಾರ್ಯ ಎಸ್.ಎನ್. ಗೋಯಂಕ (1924–2013)

(2005ರಲ್ಲಿ ಮುಂಬಯಿಯಲ್ಲಿ ನಡೆದ ಜೈನರ ಸಮಾವೇಶದಲ್ಲಿ ಗೋಯಂಕಾಜಿಯವರು ನೀಡಿದ ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಪ್ರವಚನ. ಸೆಪ್ಟಂಬರ್ 2015ರ ಇಂಗ್ಲಿಷ್ ವಿಪಶ್ಯನ ವಾರ್ತಾಪತ್ರದಿಂದ ಅನುವಾದಿಸಲಾಗಿದೆ.)

ಮಹನೀಯರೇ ಮತ್ತು ಮಹಿಳೆಯರೇ,

ಧರ್ಮದ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಲು ನೀವೆಲ್ಲಾ ಇಲ್ಲಿ ಸೇರಿದ್ದೀರಿ. ನಿಮಗೆಲ್ಲಾ ಅದರಲ್ಲಿ ತೀವ್ರ ಆಸಕ್ತಿಯಿದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಇದು ತೋರಿಸುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಧರ್ಮ ಎಂದರೆ ಏನು ಎಂಬುದನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳೋಣ.

ಪ್ರಪ್ರಥಮವಾಗಿ ನೀವು ಧರ್ಮವೆಂದರೇನು ಎಂಬುದನ್ನು ಬುದ್ಧಿಯ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ ಅವಶ್ಯಕತೆಯಿದೆ. ಆದರೆ ವಾಸ್ತವವಾಗಿ ಧರ್ಮವನ್ನು ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಅಳವಡಿಸಿಕೊಂಡಾಗ, ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದಾಗ ಮಾತ್ರ ಅದನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಆದರೂ ಪ್ರಾರಂಭದಲ್ಲಿ ಯಾರಾದರೂ ಅದನ್ನು ವಿವರಿಸುವುದನ್ನು ಕೇಳುವುದು ಅವಶ್ಯಕ ಮತ್ತು ಬುದ್ಧಿಯ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಅದನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬೇಕು. ನಂತರ ಅದನ್ನು ಆಚರಣೆಯಲ್ಲಿಡುವ ಒಂದು ಹಂತ ಬರುತ್ತದೆ.

ಪ್ರವಚನಗಳನ್ನು ಕೇಳುವುದು ಅಥವಾ ಧರ್ಮಗ್ರಂಥಗಳನ್ನು ಓದುವುದು, ಅಥವಾ ದೇವಸ್ಥಾನಕ್ಕೆ ಹೋಗುವುದು ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಧರ್ಮವಲ್ಲ. ಆದರೆ ಯಾವಾಗ ನೀವು ಅದನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತೀರೋ ಆಗ ಅದು ಧರ್ಮ.

ಧಾರಣ ಕರೇ ಸೊ ಧರ್ಮ ಹೈ, ವರ್ಣಾಕೋರೀ ಬಾತ್;
ಸೂರಜ ಉಗೇ ಪ್ರಭಾತ ಹೈ, ವರ್ಣಾ ಕಾಲೀ ರಾತ್.

–ಅನುಭವಿಸದೇ ಇರುವ, ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳದೇ ಇರುವ ಧರ್ಮ ನಿರುಪಯುಕ್ತ. ಸೂರ್ಯ ಉದಯಿಸಿದಾಗ ಮಾತ್ರ ರಾತ್ರಿಯ ಕಗ್ಗತ್ತಲು ಹೊರಟು ಹೋಗುತ್ತದೆ.

ಸೂರ್ಯನನ್ನು ಮತ್ತು ಸೂರ್ಯನ ಬೆಳಕನ್ನು ನಾವು ಹೊಗಳುತ್ತಾ ಹೋಗಬಹುದು. ಆದರೆ ಆಕಾಶದಲ್ಲಿ ಸೂರ್ಯ ಉದಯವಾಗುವವರೆಗೆ ಕತ್ತಲೆ ಇರುತ್ತದೆ. ಅದೇ ತರಹ, ಧರ್ಮವು ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಉದಯವಾಗದ ಹೊರತು ಅದನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ತಿಳಿಯಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ.

ನಮ್ಮ ದೇಶದ ಮಹಾನ್ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಧರ್ಮವನ್ನು ಸಂಕ್ಷೇಪವಾಗಿ ವಿವರಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಮಾನವನ ದೊಡ್ಡ ಕಲ್ಯಾಣ ಧರ್ಮದಲ್ಲಿ ಅಡಗಿದೆ ಎಂದು ಭಗವಾನ್ ಮಹಾವೀರರು ಹೇಳಿದರು. ಇದು ಸಾಮಾನ್ಯವಾದುದಲ್ಲ. ಆದರೆ ಅದು ಯಾವಾಗ ಫಲ ನೀಡುತ್ತದೆ? ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಅದನ್ನು ಬದುಕಿದಾಗ ಮಾತ್ರ. ಅಹಿಂಸೆ, ಸ್ವನಿಯಂತ್ರಣ ಮತ್ತು ಕಠಿಣ ಪರಿಶ್ರಮದಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿರುವುದು ಧರ್ಮ ಎಂದು ಅವರು ಮುಂದುವರಿದು ಹೇಳಿದರು. ಇಲ್ಲವಾದರೆ ಅದು ಮಾತಿನ ಮತ್ತು ಬೌದ್ಧಿಕ ಪ್ರದರ್ಶನವಾಗುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮ ಅತ್ಯುನ್ನತ ಕಲ್ಯಾಣವನ್ನು ಪಕ್ಕಕ್ಕಿಡಿ, ಸಾಮಾನ್ಯ ಕಲ್ಯಾಣವನ್ನೂ ಅದು ನಮಗೆ ತರಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ.

ಆದರೆ ತಮ್ಮ ಮುಂದಿರುವ ಕೇಳುಗರನ್ನು ಗಮನದಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಂಡು, ನಮ್ಮ ದೇಶದ ಮತ್ತೊಬ್ಬ ಮಹಾನ್ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಇದನ್ನೇ ಬೇರೆ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಹೇಳಿದರು. ಅಹಿಂಸೆ, ಸ್ವನಿಯಂತ್ರಣ ಮತ್ತು ಕಠಿಣ ಪರಿಶ್ರಮಕ್ಕೆ ಬದಲಾಗಿ, ನೈತಿಕತೆ (ಶೀಲ), ಏಕಾಗ್ರತೆ (ಸಮಾಧಿ) ಮತ್ತು ಅನುಭವ ಜ್ಞಾನ (ಪನ್ಯ) ಎಂಬ ಮೂರು ಹಂತಗಳಲ್ಲಿ ಧರ್ಮ ಬೆಳೆಯುತ್ತದೆ ಎಂದು ಅವರು ಹೇಳಿದರು.

ಶೀಲ

ನಾವು ಒಂದು ಜೀವಿಯನ್ನು ಹತ್ಯೆಮಾಡಿದಾಗ ಅದನ್ನು ಹಿಂಸೆ ಎಂದೂ, ನಾವು ಜೀವ ಹತ್ಯೆ ಮಾಡದಿದ್ದರೆ ಅದನ್ನು ಅಹಿಂಸೆ ಎಂದೂ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಹೇಳುತ್ತೇವೆ. ಇದನ್ನು ಸ್ವಲ್ಪ ಆಳವಾಗಿ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳೋಣ. ಯಾರನ್ನಾದರೂ ನಾವು ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಸಂತೋಷದಿಂದ ವಂಚಿತರನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಿದರೆ, ಅದೂ ಸಹ ಹಿಂಸೆ; ನಾವು ಆ ರೀತಿ ಮಾಡದಿದ್ದರೆ ಅದು ಅಹಿಂಸೆ. ಇದು ಮೊದಲನೇ ನೈತಿಕ ಉಪದೇಶ.

ಎರಡನೆಯದೆಂದರೆ, ಯಾರು ತಮ್ಮ ಸ್ವಾಮ್ಯದಲ್ಲಿರುವ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೋ ಅವರಿಗೆ ತುಂಬಾ ನೋವಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಅವರ ಸುಖ ಶಾಂತಿ ಹಾಳಾಗುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಅರಿತು, ನಾವು ಕಳ್ಳತನ ಮಾಡಬಾರದು ಅಥವಾ ಬಲವಂತವಾಗಿ ಅವರಿಗೆ ಆಪ್ತವಾದದ್ದನ್ನು ಕಸಿದುಕೊಳ್ಳಬಾರದು.

ಮೂರನೆಯದು, ಲೈಂಗಿಕ ದುರಾಚಾರದಲ್ಲಿ ತೊಡಗದಿರುವುದು. ವ್ಯಭಿಚಾರ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ನಾವು ಇತರರಿಗೆ ನೋವುಂಟು ಮಾಡುತ್ತೇವೆ. ಇದೂ ಸಹ ಹಿಂಸೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಅವರ ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಸಂತೋಷವನ್ನು ಹಾಳುಮಾಡಲಾಗುತ್ತದೆ.

ನಾಲ್ಕನೆಯ ಬೋಧನೆ, ಸುಳ್ಳು ಹೇಳದಿರುವುದು ಮತ್ತು ಕಟು ಮಾತುಗಳನ್ನು ಆಡದಿರುವುದು. ನಾವು ಸುಳ್ಳು ಹೇಳಿ ಜನರಿಗೆ ಮೋಸಮಾಡಿದಾಗ, ನಾವು ಅವರ ಸುಖ-ಶಾಂತಿ ಹಾಳುಮಾಡುತ್ತೇವೆ. ಇತರರಿಗೆ ನಾವು ಒರಟಾಗಿ ಮಾತಾಡಿದಾಗ ಅವರನ್ನು ತಳಮಳಕ್ಕೀಡು ಮಾಡಿದಾಗ, ನಾವು ಅವರ ಮಾನಸಿಕ ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಸಂತೋಷವನ್ನು ಹಾಳುಮಾಡುತ್ತೇವೆ. ಇಂತಹ ಎಲ್ಲಾ ಕ್ರಿಯೆಗಳು ಹಿಂಸೆಗಳಾಗುತ್ತವೆ. ಯಾರನ್ನಾದರು ಕೊಂದಾಗ ಅಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ, ಬೇರೆಯವರ ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಸಂತೋಷವನ್ನು ಹಾಳು ಮಾಡಿದಾಗಲೂ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಹಿಂಸೆಯ ಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾನೆ. ಇವುಗಳನ್ನು ನೈತಿಕ ಉಪದೇಶಗಳು, ಒಳ್ಳೆಯ ನಡತೆ ಅಥವಾ ***ಚಾತುರ್ಯಾಮ*** – ನಾಲ್ಕು ನಿರ್ಬಂಧಗಳು ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗಿದೆ. ಆದರೆ,

ಈ ಬೋಧನೆಗಳು ಒಳ್ಳೆಯವು ಎಂದು ಕೇವಲ ನಂಬುವುದರಿಂದ ಸಾಕಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಅವುಗಳನ್ನು ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಅನುಸರಿಸಿದಾಗ ಮಾತ್ರ ಅವುಗಳ ಪ್ರಯೋಜನ ಸಾಬೀತಾಗುತ್ತದೆ.

ಐದನೆಯ ನೈತಿಕ ಉಪದೇಶವನ್ನೂ ಸಹ ಸೇರಿಸಲಾಗಿದೆ. ಅದೆಂದರೆ, ಮಾದಕ ವಸ್ತು ಮತ್ತು ಮದ್ಯಸೇವನೆ ಅಥವಾ ಅಮಲೇರಿಸುವ ಯಾವುದೇ ರೀತಿಯ ವಸ್ತು ಅಥವಾ ದ್ರವ್ಯ ಸೇವಿಸದಿರುವುದು. ಯಾರೂ ಇನ್ನೊಬ್ಬರ ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಸಂತೋಷವನ್ನು ಹಾಳುಮಾಡಬಾರದು ಎಂದು ತಿಳಿದಿದ್ದರೂ, ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಲೈಂಗಿಕ ದುರಾಚಾರದಲ್ಲಿ ತೊಡಗುವ ಅಥವಾ ಸುಳ್ಳು ಹೇಳುವ ಅಥವಾ ಅಮಲಿನ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಒರಟಾಗಿ ಮಾತಾಡುವ ಸಾಧ್ಯತೆಯಿದೆ. ಅವರು ಏನು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಅರಿಯದೆ ಬೇರೆಯವರಿಗೆ ನೋವು ಮತ್ತು ಹಾನಿಯುಂಟು ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಮೊದಲಿನ ನಾಲ್ಕು, ಶೀಲದ ಮುಖ್ಯ ಅಂಶಗಳಾಗಿವೆ. ಆದರೆ ಐದನೆಯದು ಗೌಣವಾದುದೇನೂ ಅಲ್ಲ.

ಯಾವಾಗ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಧರ್ಮದ ನಿಯಮಗಳ ಪ್ರಕಾರ ಬದುಕುತ್ತಾನೋ ಆಗ ಪ್ರಯೋಜನಗಳು ಬರುತ್ತವೆ. ಧರ್ಮವನ್ನು ಕೇಳಿದರೂ ಆಚರಣೆಯಲ್ಲಿಡದಿರುವವರು, ಪರೀಕ್ಷಿಸಿ ಡಾಕ್ಟರು ಕೊಟ್ಟ ಔಷಧಿಯನ್ನು ಸೇವಿಸದೆ, ಔಷಧಿ ಚೀಟಿಯಲ್ಲಿ ಡಾಕ್ಟರು ಬರೆದಿರುವುದನ್ನು ಬೆಳಗ್ಗೆ ಎರಡು ಮಾತ್ರೆ, ಮಧ್ಯಾಹ್ನ ಎರಡು ಮಾತ್ರೆ, ರಾತ್ರಿ ಎರಡು ಮಾತ್ರೆ ಎಂದು ಜಪಿಸುವ ರೋಗಿಯ ತರಹ. ಈ ಜಪ ಕಾಯಿಲೆಯನ್ನು ವಾಸಿಮಾಡುತ್ತದೆಯೇ? ಖಂಡಿತ ಇಲ್ಲ! ಔಷಧಿಯನ್ನು ಸೇವಿಸಲೇಬೇಕು. ಆಗ ಅದು ಕಾಯಿಲೆಯನ್ನು ವಾಸಿಮಾಡುತ್ತದೆ. ಧರ್ಮವನ್ನೂ ಸಹ ರಕ್ತಗತ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು, ಅದನ್ನು ಬದುಕಬೇಕು. ಆಗ ಮಾತ್ರ ಅದು ಪ್ರಯೋಜನಗಳನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ.

ಸಮಾಧಿ ಮತ್ತು ಪನ್ಯ

ಧರ್ಮವನ್ನು ಬದುಕಲು, ಮನಸ್ಸನ್ನು ಶಿಸ್ತಿಗೊಳಪಡಿಸುವುದು ಅವಶ್ಯಕ. ಮನಸ್ಸನ್ನು ಶಿಸ್ತಿಗೊಳಪಡಿಸಬೇಕಾದರೆ ಅದನ್ನು ಏಕಾಗ್ರಗೊಳಿಸಬೇಕು. ಇದು ಎರಡನೆಯ ಹೆಜ್ಜೆ. ಇದನ್ನು ಸಮಾಧಿ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗಿದೆ. ಏನನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು ಅಥವಾ ಏನನ್ನು ಮಾಡಬಾರದು ಎಂಬುದು ನಮಗೆ ಚೆನ್ನಾಗಿ ತಿಳಿದಿದೆ. ಆದರೂ ನಾವು ಪದೇ ಪದೇ ತಪ್ಪು ಮಾಡುತ್ತೇವೆ. ಏಕೆಂದರೆ ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸುಗಳ ಮೇಲೆ ನಮಗೆ ಸರಿಯಾದ ನಿಯಂತ್ರಣ ಇಲ್ಲ. ಮಾದಕ ವಸ್ತುಗಳ ಅಥವಾ ಮದ್ಯ ಸೇವನೆಯ ಚಟಕ್ಕೆ ಬಲಿಯಾಗದೇ ಇದ್ದರೂ, ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಕೋಪ, ಆಸೆ, ಅಹಂಕಾರದ ಚಟಕ್ಕೆ ಬಲಿಯಾಗಿರಬಹುದು. ಈ ಮಲಿನತೆಗಳು ಉತ್ಪತ್ತಿ ಮಾಡುವ ಅಮಲು, ಮದ್ಯ ಮತ್ತು ಮಾದಕ ವಸ್ತುವಿನ ಅಮಲಿಗಿಂತ ಶಕ್ತಿಯುತವಾಗಿರಬಹುದು. ಈ ಮಲಿನತೆಗಳ ಪ್ರಭಾವದಿಂದ, ಹಿಂಸೆ ಮಾಡುವ ಉದ್ದೇಶವಿಲ್ಲದಿದ್ದರೂ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಇನ್ನೊಬ್ಬರನ್ನು ಕೊಲೆ ಮಾಡಬಹುದು ಅಥವಾ ಅವರ ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಸಂತೋಷವನ್ನು ಹಾಳುಮಾಡಬಹುದು. ಆದ್ದರಿಂದ, ಸಮಾಧಿ ಅಥವಾ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಶಿಸ್ತಿಗೊಳಪಡಿಸುವುದು ಬಹಳ ಮುಖ್ಯ. ಆದರೆ ಇದೂ ಸಾಕಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ನಾವು ಮಾತಿನ ಅಥವಾ ದೈಹಿಕವಾದ ಯಾವುದೇ ಹಿಂಸೆಯನ್ನು ಮಾಡದಿರಬಹುದು. ಆ ಮುಖೇನ ಇತರರ ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಸಂತೋಷವನ್ನು ಭಂಗಮಾಡದೇ ಇರಬಹುದು. ಆದರೆ ನಮ್ಮ ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಸಂತೋಷವನ್ನೇ ನಾವು ಹಾಳುಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಇದೂ ಸಹ ಹಾನಿಕಾರಕ.

ನಮ್ಮೊಳಗೆ ಉದಯವಾಗುವ ಯಾವುದೇ ಮಲಿನತೆ, ಅದು ಕೋಪವಾಗಿರಲಿ, ಕಡು ಹಗೆತನವಾಗಿರಲಿ, ಮತ್ಸರವಾಗಿರಲಿ, ಅಹಂಕಾರ ಅಥವಾ ಆಸೆಯಾಗಿರಲಿ, ಅದು ಮನಸ್ಸಿನ ಅಸಮತೋಲನವನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ನಾವು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಆಗ ಶಾಂತಿ, ಸಂತೋಷ ಮತ್ತು ಸಮತೆ ನಾಶವಾಗುತ್ತವೆ. ಇದು ಹಾನಿಕಾರಕ. ಏಕೆಂದರೆ ಈ ಮಲಿನತೆಗಳಿಂದಾಗಿ ತನ್ನ ಸಮತೆಯನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ತನ್ನ ಸುತ್ತೆಲ್ಲಾ ತಳಮಳ ಮತ್ತು ಅಸಂತೋಷ ಉಂಟು ಮಾಡುತ್ತಾನೆ. ಆ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಯಾರು ಈ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಸಂಪರ್ಕಕ್ಕೆ ಬರುತ್ತಾರೋ ಅವರೆಲ್ಲರೂ ತಮ್ಮ ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಸಂತೋಷವನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ನಾವು ತಳಮಳಕ್ಕೊಳಗಾದಾಗ ನಾವು ಇತರರನ್ನು ತಳಮಳಕ್ಕೀಡು ಮಾಡುತ್ತೇವೆ ಮತ್ತು ಅದರ ಪರಿಣಾಮವಾಗಿ ಇಡೀ ವಾತಾವರಣವೇ ಕದಡುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ನಾವು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ ಅವಶ್ಯಕತೆಯಿದೆ.

ಈ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಪರಿಹರಿಸಲು ನಾವು ಮೂರನೆಯ ಹಂತಕ್ಕೆ ಬರುತ್ತೇವೆ. ಇದನ್ನು ***ತಪ*** ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಇದರ ನಿಜವಾದ ಅರ್ಥವನ್ನು ನಾವು ಮರೆತಿದ್ದೇವೆ. ಬಾಹ್ಯ ಕಠಿಣ ವ್ರತಾಚರಣೆಗಳನ್ನು ಮಾಡುವುದು ತಪ ಅಲ್ಲ. ಮನಸ್ಸಿನ ಆಳದಲ್ಲಿ ನಡೆಯುವುದನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವುದು ***ತಪ***. ಇಲ್ಲಿ ಮಲಿನತೆಗಳು ಹುಟ್ಟಿ, ದ್ವಿಗುಣವಾಗಿ, ನಾವು ವಿವೇಚನೆ ಕಳೆದುಕೊಂಡು ಮಾಡಬಾರದ್ದನ್ನು ಮಾಡುತ್ತೇವೆ ಮತ್ತು ಮಾಡಬೇಕಾದುದನ್ನು ನಾವು ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ.

ಕೆಲವು ಸಂಪ್ರದಾಯಗಳಲ್ಲಿ ಇದನ್ನು ಅನುಭವ ಜ್ಞಾನ ***(ಪನ್ಯ)*** ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗಿದೆ. ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಓದಿ, ತಾರ್ಕಿಕತೆಯನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಿ ಗಳಿಸುವ ಜ್ಞಾನ, ಅನುಭವ ಜ್ಞಾನವಲ್ಲ. ಮನಸ್ಸಿನ ಆಳದಲ್ಲಿ ಏನು ನಡೆಯುತ್ತದೆಯೋ ಅದನ್ನು ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷ ಅನುಭವಿಸುವುದರಿಂದ ಬರುವ ಜ್ಞಾನ, ಅನುಭವ ಜ್ಞಾನ (ಪನ್ಯ). ಪುರಾತನ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಇದನ್ನು ***ಪ್ರಜ್ಞೆ*** ಎಂದೂ ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತಿತ್ತು.

ಪುರಾತನ ಕಾಲದ ವಿದ್ಯೆಯು ಈಗ ಬಹುತೇಕ ಇಲ್ಲವಾಗಿರುವುದರಿಂದ, ಪ್ರಜ್ಞೆಯ ಅರ್ಥವೂ ಕಳೆದು ಹೋಗಿದೆ. ಈಗಿನ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಈ ಪದವನ್ನು ಪುನರುಚ್ಚರಿಸುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಪಠಿಸುತ್ತಾರೆ ಅಷ್ಟೆ. ಇದರ ಫಲವಾಗಿ ನಾವು ಅನುಭವ ಜ್ಞಾನದಲ್ಲಿ ಸ್ಥಾಪಿತಗೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ ಎಂದು ಜನರು ಯೋಚಿಸುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಅನುಭವ ಜ್ಞಾನವನ್ನು (ಪನ್ಯವನ್ನು) ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷ ಅನುಭವದಿಂದ ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಅದನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಹೇಗೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಜನರು ಮರೆತಿದ್ದಾರೆ.

ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಕೋಪಗೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ ಎಂದಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ. ಬಿಸಿ, ತಳಮಳ ಮತ್ತು ಒತ್ತಡ ಉತ್ಪತ್ತಿಯಾಗುತ್ತವೆ, ಹೃದಯದ ಬಡಿತ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತದೆ; ದೇಹದ ಇಡೀ ರಾಸಾಯನಿಕ ಗುಣ ಬದಲಾಗುತ್ತದೆ. ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಅನುಚಿತವಾಗಿ ವರ್ತಿಸಿದ್ದರಿಂದ ನಾನು ಕೋಪಗೊಂಡೆ, ಅವನ ಮೇಲೆ ಸೇಡು ತೀರಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು, ಶಿಕ್ಷಿಸಬೇಕು, ಅವನನ್ನು ದುಃಖಿತನನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಬೇಕು ಎಂದು ತನ್ನ ಕೋಪಕ್ಕೆ ಸಮಜಾಯಿಷಿ ಕೊಡಬಹುದು. ಆದರೆ ಆ ರೀತಿ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ತನ್ನನ್ನು ತಾನೇ ದುಃಖಿಯನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ ಎಂಬ ಕಿಂಚಿತ್ತೂ ಅರಿವು ಅವನಿಗಿರುವುದಿಲ್ಲ.

ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ತನ್ನನ್ನು ತಾನು ಮೊದಲು ಅಸುಖಿಯನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳದೆ ಇನ್ನೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಅಸುಖಿಯನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ ಎಂಬುದು ಮಾರ್ಪಾಟಾಗದ ಪ್ರಕೃತಿಯ ನಿಯಮ. ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಮೊದಲು ತನ್ನ ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಸಂತೋಷವನ್ನು ಹಾಳು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳದೆ ಇನ್ನೊಬ್ಬರ ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಸಂತೋಷವನ್ನು ಹಾಳು ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಇನ್ನೊಬ್ಬರನ್ನು ಕೊಲ್ಲುವ ಯೋಚನೆ ಮಾಡಿದರೆ, ಅವನಲ್ಲಿ ಮೊದಲು ಕೋಪ ಮತ್ತು ದ್ವೇಷ ಹುಟ್ಟುತ್ತವೆ. ಇವು ಅವನನ್ನು ದುಃಖಿತನನ್ನಾಗಿ ಮಾಡುತ್ತವೆ. ಅವನು ಕಳ್ಳತನ ಮಾಡುವ ಯೋಚನೆ ಮಾಡಿದರೆ, ಅವನಲ್ಲಿ ಅತಿ ಆಸೆ ಮತ್ತು ಕಡುಬಯಕೆ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ; ಲೈಂಗಿಕ ದುರಾಚಾರವೆಸಗುವ ಯೋಚನೆ ಮಾಡಿದರೆ, ಅವನಲ್ಲಿ ಕಾಮೋದ್ರೇಕ ಉದಯವಾಗುತ್ತದೆ; ಸುಳ್ಳು ಹೇಳುವ ಮತ್ತು ಒರಟು ಮಾತಾಡುವ ಯೋಚನೆ ಮಾಡಿದರೆ, ಅವನಲ್ಲಿ ಅತಿಯಾಸೆ ಮತ್ತು ದುರಹಂಕಾರ ಉತ್ಪತ್ತಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ವಿವಿಧ ಮಲಿನತೆಗಳು ಮೊದಲು ಪ್ರಭಾವ ಬೀರದೆ, ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಮೌಖಿಕ ಮತ್ತು ದೈಹಿಕ ಅಕುಶಲ ಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ.

ನಮ್ಮ ದೇಶದ ಮಹಾನ್ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಈ ಸತ್ಯವನ್ನು ಮನಗಂಡಿದ್ದರು – ಬೇರೆ ಯಾರನ್ನಾದರೂ ಹತ್ಯೆಮಾಡುವ ಮೊದಲು ವ್ಯಕ್ತಿಯು ತನ್ನನ್ನು ತಾನೇ ಹತ್ಯೆಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ. ತನ್ನ ಅನುಭವವನ್ನು ಆಧರಿಸಿ ಏನನ್ನಾದರೂ ಹೇಳುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯೇ ಒಬ್ಬ ಮಹಾ ಪುರುಷ. ಇತರರಿಂದ ಕೇಳಿದ್ದನ್ನು ಅಥವಾ ಪುಸ್ತಕಗಳಲ್ಲಿ ಓದಿದ್ದನ್ನು ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಪುನರುಚ್ಚರಿಸಿದರೆ, ಅದು ಹೆಚ್ಚು ಸಹಾಯಕವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಏಕೆಂದರೆ ಅದು ಅವನ ಅನುಭವವನ್ನು ಆಧರಿಸಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಇತರರನ್ನು ಹತ್ಯೆಮಾಡುವ ಮೊದಲು ತನ್ನನ್ನು ತಾನೇ ಹತ್ಯೆಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ. ಬೇರೆಯವರ ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಸಂತೋಷವನ್ನು ಹಾಳುಮಾಡುವ ಮೊದಲು ತನ್ನ ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಸಂತೋಷವನ್ನು ಹಾಳು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ ಎಂಬ ಸತ್ಯವನ್ನು ಎಲ್ಲಿಯ ತನಕ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಅನುಭವದ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಅರಿಯುವುದಿಲ್ಲವೋ ಅಲ್ಲಿಯ ತನಕ ಅವನು ಧರ್ಮವನ್ನು ಆಳವಾಗಿ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಖಂಡಿತವಾಗಿ ಅವನು ಧರ್ಮವನ್ನು ಬೋಧಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ.

ಈ ನೆಲದ ಮಹಾಪುರುಷರಿಗೆ ಸತ್ಯವನ್ನು ಅರಿಯುವುದು ಕೇವಲ ಬೌದ್ಧಿಕ ಕಸರತ್ತಾಗಿರಲಿಲ್ಲ. ಅವರು ತಮ್ಮೊಳಗೆ ಈ ಸತ್ಯವನ್ನು ಅರಿತರು, ಅದನ್ನು ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷ ಅನುಭವಿಸಿದರು. ಕೇವಲ ಧರ್ಮದ ಮೇಲಿನ ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಓದುವುದರಿಂದ ಅಥವಾ ಧರ್ಮವನ್ನು ಅವಲೋಕನ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಮತ್ತು ಚರ್ಚಿಸುವುದರಿಂದ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಬುದ್ಧಿವಂತನಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಅದೇ ರೀತಿ ನಮ್ಮನ್ನು ನಾವು ಸತ್ಯಕ್ಕೆ ತೆರೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಅವಶ್ಯಕತೆಯಿದೆ. ಧರ್ಮವನ್ನು

ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷ ಅನುಭವಿಸಬೇಕು ಮತ್ತು ಬದುಕಬೇಕು ಎಂಬುದನ್ನು ತಿಳಿದು ನಮ್ಮನ್ನು ನಾವು ಸತ್ಯಕ್ಕೆ ತೆರೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಅವಶ್ಯಕತೆಯಿದೆ; ಕೇವಲ ಕೊನೆಯಿಲ್ಲದ ವಾದವಿವಾದಗಳಿಂದ ಮತ್ತು ವಿಚಾರ ವಿನಿಮಯಗಳಿಂದ ಅಲ್ಲ.

ಮನಸ್ಸಿನ ಮಲಿನತೆಗಳು ಉತ್ಪತ್ತಿಯಾಗಿ ಮಾಡುವ ದೊಡ್ಡ ಹಾನಿಯನ್ನು ಅರಿಯುವುದನ್ನು ನಾವು ಬೆಳೆಸಿಕೊಂಡಾಗ ನಿಜವಾದ ಧರ್ಮ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಉದಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಎಲ್ಲಿಯವರೆಗೆ ನಾವು ಇದನ್ನು ಧರ್ಮದ ಬೆಳಕಿನಲ್ಲಿ ಮನಗಾಣುವುದಿಲ್ಲವೋ, ಅಲ್ಲಿಯವರೆಗೆ, ನಾವು ಧರ್ಮದ ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಎಷ್ಟೇ ಕೇಳಿದರೂ, ಮಂಥನ ಮಾಡಿದರೂ, ನಾನು ಬೇರೆಯವರಿಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಅಹಿಂಸಾವಾದಿ ಎಂದು ತೋರಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ನಿತ್ಯಾಚರಣೆಗಳಲ್ಲಿ ಮುಳುಗಿದ್ದರೂ, ರಾತ್ರಿಯು ನಮಗೆ ಕತ್ತಲೆಯಾಗಿಯೇ ಉಳಿಯುತ್ತದೆ. ತನ್ನೊಳಗೆ ತಾನೇ ಸತ್ಯವನ್ನು ಕಾಣುವುದು ನಿಜವಾಗಿ ಧಾರ್ಮಿಕನಾಗುವುದು.

ನಮ್ಮೊಳಗೆ ನಾವೇ ನೋಡುವುದನ್ನು ಪುರಾತನ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ವಿಪಶ್ಯನ ಎಂದು ಕರೆದರು. ನೋಡುವುದು ಎಂಬುದರ ಸರಿಯಾದ ಅರ್ಥ, ತೆರೆದ ಕಣ್ಣುಗಳಿಂದ ನೋಡುವುದು ಮಾತ್ರವಲ್ಲ, ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷ ಅನುಭವಿಸುವುದು. ತೆರೆದ ಕಣ್ಣುಗಳಿಂದ ನಾವು ಏನನ್ನು ನೋಡುತ್ತೇವೆ? ಬಣ್ಣಗಳು, ಆಕಾರಗಳು ಮತ್ತು ಆಕೃತಿಗಳನ್ನು ನೋಡುತ್ತೇವೆ. ಆದರೆ ವಿಪಶ್ಯನ ಎಂದರೆ ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷ ಅನುಭವಿಸುವುದು. ಅದರ ಪುರಾತನ ಅರ್ಥ ನೋಡುವುದು, ಅನುಭವಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷ ದರ್ಶಿಸುವುದು. ಇದನ್ನು ನಾವು ಮರೆತಿದ್ದೇವೆ.

ರೂಢಿಯ ಮಾತಿನಲ್ಲಿ ಇವತ್ತಿಗೂ ಸಹ ನಾವು ***ಪಸ್ಸನ*** (ನೋಡುವುದು) ಎಂಬ ಪದವನ್ನು, ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷ ಅನುಭವಿಸುವುದು ಎಂಬ ಅರ್ಥದಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ವೇಳೆ ಉಪಯೋಗಿಸುತ್ತೇವೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, 'ಸಂಗೀತವನ್ನು ಕೇಳು, ನೋಡು ಅದು ಎಷ್ಟು ಚೆನ್ನಾಗಿದೆ', ಅಥವಾ 'ಈ ರಸಗುಲ್ಲ ತಿನ್ನು, ನೋಡು ಎಷ್ಟು ರುಚಿಯಾಗಿದೆ; ಅಥವಾ 'ವೆಲ್‌ವೆಟ್‌ನ್ನು ಸ್ಪರ್ಶಿಸು, ನೋಡು ಎಷ್ಟು ಮೃದುವಾಗಿದೆ' ಎಂದು ಯಾರಿಗಾದರೂ ಹೇಳಿದರೆ, ನಮ್ಮ ಅರ್ಥ ಸಂಗೀತದ ವಿಶಿಷ್ಟತೆಯನ್ನು ಆಲಿಸು, ಅಥವಾ ರಸಗುಲ್ಲಾದ ಸಿಹಿಯನ್ನು ಮತ್ತು ರುಚಿಯನ್ನು ಸವಿ, ಅಥವಾ ವೆಲ್‌ವೆಟ್ಟಿನ ಮೃದುತ್ವನ್ನು ಅನುಭವಿಸು ಎಂಬುದು.

ನಮ್ಮೊಳಗೆ ನಾವು ನೋಡಲು ಕಲಿತಾಗ ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಶೀಲವನ್ನು ನಾವು ಮುರಿದಾಗ ಏನಾಗುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ನಾವು ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷ ಅನುಭವಿಸಿದಾಗ, ಅದನ್ನು ಪುನಃ ಮಾಡದೇ ಇರುವುದನ್ನು ನಾವು ಕಲಿಯುತ್ತೇವೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಶೀಲಭ್ರಷ್ಟತೆ ನಮ್ಮನ್ನು ಅಸುಖಿಗಳನ್ನಾಗಿ ಮಾಡುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಮನಶ್ಯಾಂತಿಯನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಈಗ ಯಾರನ್ನಾದರೂ ಬೈಯ್ಯುವ ಅಥವಾ ಹೊಡೆಯುವ ಆಲೋಚನೆಯನ್ನೇ ನಾವು ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ಏಕೆಂದರೆ ಅದು ನಮ್ಮ ಮನಶ್ಯಾಂತಿಯನ್ನು ಹಾಳುಮಾಡುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ನಮ್ಮನ್ನು ತಳಮಳಕ್ಕೀಡು ಮಾಡುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಅರಿಯುತ್ತೇವೆ.

ಯಾರು ಈ ಸತ್ಯವನ್ನು ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷ ಅನುಭವಿಸಿರುತ್ತಾರೋ ಅವರು ಅದನ್ನು ಇತರರೊಡನೆ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಲು ಪದಗಳನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸುವ ಅವಶ್ಯಕತೆಯಿದೆ. ದಿನ ಕಳೆದಂತೆ ಈ ಪದಗಳು ಒಂದು ತತ್ವಸಿದ್ಧಾಂತವಾಗಿ ಬಿಡುತ್ತದೆ. ಅವರ ಅನುಯಾಯಿಗಳು ಈ ತತ್ವ ಸಿದ್ಧಾಂತಕ್ಕೆ ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರೀತಿ ತೋರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಈ ಪದಗಳಲ್ಲಿ ಅವರಿಗೆ ನಂಬಿಕೆಯಿದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಅವರು ಒಟ್ಟಿಗೆ ಸೇರುತ್ತಾರೆ, ಒಂದು ಸಮುದಾಯವನ್ನು ರಚಿಸುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಒಂದು ಪಂಥವನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅನೇಕ ವೇಳೆ ಇದು ಹೋರಾಟಗಳನ್ನು ಹುಟ್ಟಿಹಾಕುತ್ತದೆ; ಇದರಿಂದ ಪ್ರತಿಷ್ಠೆಯ ಸಂಘರ್ಷಗಳಾಗುತ್ತವೆ. ವಿವಿಧ ಪಂಥಗಳು ಮತ್ತು ತತ್ವಸಿದ್ಧಾಂತಗಳಲ್ಲಿ ನಂಬಿಕೆಯಿರುವವರ ಮಧ್ಯೆ ತಾ ಮೇಲು ತಾ ಮೇಲು ಎಂಬ ಭಾವ. ಕಡಿಮೆಯಾಗದ ಹಿಂಸೆಯಲ್ಲಿ ಇವೆಲ್ಲಾ ಪರ್ಯಾವಸಾನವಾಗುತ್ತವೆ. ನಾವು ಕಳೆದು ಹೋದೆವು!

ವಾಸ್ತವವಾಗಿ ಸತ್ಯವನ್ನು ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷ ಅನುಭವಿಸಬೇಕು. ಅದರಲ್ಲಿ ಕೇವಲ ನಂಬಿಕೆಯಿಡುವುದಲ್ಲ. ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸುಗಳ ಅಂತರಾಳದಲ್ಲಿ ಏನೇ ಉದ್ಭವವಾದರೂ ಅದನ್ನು ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷ ಅನುಭವಿಸಬೇಕು. ಕೋಪ ಅಥವಾ ಭಯ ಹುಟ್ಟಿದೆ. ಆಗ ತನ್ನೊಳಗೆ ಏನು ಆಗುತ್ತಿದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ನೋಡಬೇಕು. ಬುದ್ಧಿಯ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಅಲ್ಲ. ತನ್ನೊಳಗೆ ಉದಯವಾಗಿರುವ ಸತ್ಯವನ್ನು ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷ ಅನುಭವದಿಂದ ಅರಿಯಬೇಕು. ಇದು ವಿಪಶ್ಯನ.

ಬೇರೊಬ್ಬರು ಅನುಭವಿಸಿದ ಸತ್ಯ ಅದು ಅವರ ಸತ್ಯ. ಅವರ ಮಾತುಗಳಲ್ಲಿ ನಮಗೆ ನಂಬಿಕೆಯಿದ್ದರೆ ಅದನ್ನು ನಾವು ನಂಬಬಹುದು. ಆದರೆ ಅದು ನಮ್ಮ ಸತ್ಯವಲ್ಲ. ನಾವು ನಾವೇ ಅದನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿದ ದಿನ ಅದು ನಮ್ಮ ಸತ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಆ ದಿನ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಧರ್ಮ ಉದಯವಾಗುತ್ತದೆ. ನಿಜವಾದ ಅಹಿಂಸೆ ಹುಟ್ಟುತ್ತದೆ. ಆಗ ನಾವು ಬೇರೆ ಯಾರನ್ನಾದರು ಕೊಲ್ಲುವ ಮೊದಲು ಅಥವಾ ಅವರ ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಸಂತೋಷವನ್ನು ಹಾಳು ಮಾಡುವ ಮೊದಲು, ನಮ್ಮನ್ನು ನಾವೇ ಕೊಂದುಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ ಅಥವಾ ನಮ್ಮ ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಸಂತೋಷವನ್ನು ಹಾಳುಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ ಎಂಬುದನ್ನು ನಮ್ಮ ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷ ಅನುಭವದ ಮುಖಾಂತರ ತಿಳಿಯುತ್ತೇವೆ. ಈ ಅರಿವು ಅಗಾಧವಾದ ಪ್ರಯೋಜನ ನೀಡುತ್ತದೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಹಿಂಸೆ ಮಾಡಿ ಯಾರೂ ಯಾವಾಗಲೂ ತನ್ನನ್ನು ತಾನು ಅಸುಖಿಯಾಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಇಚ್ಛಿಸುವುದಿಲ್ಲ.

ಸತ್ಯವನ್ನು ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳದೆ ಅದು ಹೇಗಿದೆಯೋ ಹಾಗೆಯೇ ನೋಡುವುದು ಧ್ಯಾನ. ಹೀಗೆ ನಾವು ಮೂರು ಹಂತಗಳಾದ ಶೀಲ ಅಥವಾ ನೈತಿಕತೆ, ಅಹಿಂಸೆ, ಸಮಾಧಿ ಅಥವಾ ಮನಸ್ಸಿನ ಏಕಾಗ್ರತೆ, ಮತ್ತು ಪನ್ಯ ಅಥವಾ ಅನುಭವ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಅನುಸರಿಸುತ್ತೇವೆ. ನೈತಿಕ ಬೋಧನೆಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸುತ್ತಾ ನಾವು ಮನಸ್ಸನ್ನು ಏಕಾಗ್ರಗೊಳಿಸುತ್ತೇವೆ. ಮತ್ತು ತೀಕ್ಷ್ಣವಾಗಿ ಒಳಹೋಗುವ ಈ ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ ನಾವು ಸತ್ಯವನ್ನು ನೋಡುತ್ತೇವೆ ಮತ್ತು ಮನಶ್ಯಾಂತಿಯನ್ನು ಹೊಂದಲು ಏನು ಮಾಡಬೇಕು ಎಂಬುದನ್ನು ನೇರ ಅನುಭವದಿಂದ ತಿಳಿಯುತ್ತೇವೆ.

ಒಂದು ಉದಾಹರಣೆ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳೋಣ. ಒಂದು ಚಿಕ್ಕ ಮಗು ಬೆಂಕಿಯ ಹುಂಡೆಗಳನ್ನು ಆಟದ ಸಾಮಾನುಗಳೆಂದು ಭಾವಿಸಿ ಅವುಗಳೊಡನೆ ಆಟವಾಡ ಬಯಸುತ್ತದೆ. ಅವನ ತಾಯಿ ಅವನನ್ನು ತಡೆಯುತ್ತಾಳೆ. ಒಂದು ದಿನ, ಅವನ ತಾಯಿ ಗಮನಿಸದೇ ಇರುವಾಗ ಏಕಾಏಕಿ ಒಂದು ಬೆಂಕಿಯ ಹುಂಡೆಯನ್ನು ಕೈಯಲ್ಲಿ ಹಿಡಿದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ ಮತ್ತು ನೋವಿನಿಂದ ಕಿರುಚುತ್ತಾನೆ. ಬೆಂಕಿ ಸುಡುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಈಗ ಅವನೇ ಸ್ವತಃ ಅನುಭವದಿಂದ ತಿಳಿದಿದ್ದಾನೆ. ಇನ್ನು ಮುಂದೆ ಅವನು ಎಚ್ಚರದಿಂದಿರುತ್ತಾನೆ.

ಒಮ್ಮೆ ನಾವು ನಮ್ಮೊಳಗೆ ನೋಡಲು ಕಲಿತಾಗ, ಕೋಪದ ಮತ್ತು ಇತರ ಮಲಿನತೆಗಳ ಬೆಂಕಿ ಸುಡುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ನಾವೂ ಸಹ ತಿಳಿಯುತ್ತೇವೆ. ತನ್ನ ಕೋಪದ ಕಾರಣ ಹೊರಗಿದೆ ಎಂದು ವ್ಯಕ್ತಿಯು ತಪ್ಪಾಗಿ ಭಾವಿಸುತ್ತಾನೆ. 'ಇಂಥವರು ನನಗೆ ಹಾನಿ ಮಾಡಿದರು, ಅವಮಾನ ಮಾಡಿದರು, ಆದ್ದರಿಂದ ನಾನು ಅವನ ಜೊತೆ ಕೋಪಗೊಂಡಿದ್ದೇನೆ' ಎಂದು ಅನೇಕಬಾರಿ ಯೋಚಿಸುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ, ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಕೋಪಗೊಂಡಾಗ ಹೇಗೆ ತನ್ನೊಳಗೇ ಬೇಯುತ್ತಿದ್ದಾನೆ ಎಂಬುದನ್ನು ನೋಡಲು ಒಂದು ಸಾರಿ ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದಾಗ, ಏನು ನಡೆಯುತ್ತಿದೆಯೋ ಅದಕ್ಕೆ ತನ್ನನ್ನು ತಾನೇ ದೂಷಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಎಂಬುದನ್ನು ತಿಳಿಯುತ್ತಾನೆ.

ನನ್ನ ಅನುಭವ

ನಾನು ವಿಪಶ್ಯನ ಕಲಿಯಲು 50 ವರ್ಷಗಳ ಹಿಂದೆ ಬಹಳ ಸಂದಿಗ್ಧ ಮನಸ್ಕನಾಗಿ ನನ್ನ ಆಚಾರ್ಯರಾದ ಸಯಾಜಿ ಉ ಬಾ ಖಿನ್ ರವರ ಬಳಿ ತೆರಳಿದೆ. ಈ ಮಾರ್ಗವು ಬೌದ್ಧರಿಗೆ, ಹಿಂದುಗಳಿಗಲ್ಲ ಎಂಬ ತಪ್ಪು ತಿಳಿವಳಿಕೆಯಲ್ಲಿದ್ದೆ. ಅಲ್ಲದೆ, ನಾನು ಹಿಂದುವಾಗಿದ್ದರಿಂದ ನನ್ನನ್ನು ಬೌದ್ಧ ಮತಕ್ಕೆ ಪರಿವರ್ತಿಸಬಹುದು ಎಂಬ ಭಯದಲ್ಲಿದ್ದೆ. "ಇತರರ ಧರ್ಮವನ್ನು ಸೇರುವ ಬದಲು ತನ್ನ ಧರ್ಮದಲ್ಲಿಯೇ ಸಾಯುವುದು ಉತ್ತಮ" ಎಂಬ ಮಾತುಗಳು ನನ್ನ ಕಿವಿಯಲ್ಲಿ ಅನುರಣಿಸಿದವು. ಏನು ಮಾಡುವುದು ಎಂದು ನಾನು ಚಿಂತಿತನಾದೆ.

ಆಗ ಆಯ್ಕೆಯೇ ಇಲ್ಲದಿರುವಂತಹ ಒಂದು ಸ್ಥಿತಿ ಬಂತು. ಧರ್ಮವನ್ನು ಕಲಿಯಲು ಬಹಳ ಸಂದಿಗ್ಧ ಮನಃಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ನಾನು ನನ್ನ ಗುರುಗಳ ಬಳಿ ತೆರಳಿದೆ. ಒಂದು ಸಾರಿ ಧರ್ಮದ ರುಚಿ ನೋಡಿದ ಮೇಲೆ ನಿಜವಾದ ಧರ್ಮ ಯಾವುದು ಎಂಬುದನ್ನು ನಿಸ್ಸಂದೇಹವಾಗಿ ಮನಗಂಡೆ! ಪಂಥೀಯುತೆಯಿಂದ ಬಹಳ ದೂರ ಉಳಿದ, ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಿಗೂ ಅನ್ವಯವಾಗುವ ನಿರಂತರ ಸತ್ಯವೇ ಧರ್ಮ.

ಧರ್ಮವು ಪಂಥೀಯತೆಯನ್ನು ಮೀರಿದ್ದು. ಅದು ಪ್ರಕೃತಿಯ ನಿಯಮ, ಒಂದು ಸಾರ್ವತ್ರಿಕ ನಿಯಮ(***ರಿತ್***). ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಕೋಪ ಬಂದರೆ, ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಕೋಪದಿಂದ ಉರಿಯುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ನೋವನುಭವಿಸುತ್ತಾರೆ. ಪ್ರಕೃತಿಯು ಈ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಶಿಕ್ಷಿಸುತ್ತದೆ. ಇದು ಪ್ರಕೃತಿಯ ಅಪರಿವರ್ತನೀಯ ನಿಯಮ. ಅವಳು ಅಥವಾ ಅವನು ಯಾವುದೇ ಧರ್ಮಕ್ಕೆ ಸೇರಿರಬಹುದು. ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಇದನ್ನು ಧರ್ಮ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗಿದೆ–***ಸ್ವಭಾವ ದಮ್ಮೋ***– ಅದರ ಸ್ವಭಾವ ಏನು ಆಗಿದೆಯೋ, ಅದೇ ಅದರ ಧರ್ಮ. ಕೋಪವು ಕೋಪವೇ. ಅದು ಎಲ್ಲರನ್ನೂ ದಹಿಸುತ್ತದೆ.

RNI. No. : KARKAN/2015/68727. Postal Regn. No.: RNP/KA/BGS/2253/2017-19
Published On 10th & Posted On 20th of every Month. Posted At : Bengaluru PSO, B'luru 26. Price(Annual)Rs.30. Pages-4.

ಅದಕ್ಕೆ ಹಿಂದು ಕೋಪ ಅಥವಾ ಮುಸ್ಲಿಂ ಕೋಪ ಅಥವಾ ಜೈನ್ ಕೋಪ ಅಥವಾ ಪಾರ್ಸಿ ಕೋಪ ಎಂದು ಹಣೆಪಟ್ಟಿ ಹಚ್ಚಲು ಸಾದ್ಯವಿಲ್ಲ. ಅವರು ಯಾವ ಧರ್ಮಕ್ಕೆ ಸೇರಿದ್ದಾರೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಪರಿಗಣಿಸದೆ, ಅದು ಎಲ್ಲರನ್ನೂ ಸುಡುತ್ತದೆ. ಇದು ಒಂದು ಕಾರಣ ಮತ್ತು ಪರಿಣಾಮದ ನಿಯಮ(ಕಾರ್ಯಕಾರಣ ನಿಯಮ). ಈ ಸತ್ಯವು ತನ್ನಷ್ಟಕ್ಕೆ ತಾನೇ ಪ್ರಕಟವಾಗುವುದನ್ನು ಯಾವುದೂ ತಡೆಯಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಅನುಸರಿಸಿ ಬರುವ ಪರಿಣಾಮವು ನಿಮಗೆ ಬೇಡವಾದರೆ, ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಮಲಿನತೆಗಳನ್ನು ಉತ್ಪತ್ತಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದರಲ್ಲಿ ತೊಡಗಬೇಡಿ. ಕೈಯನ್ನು ಬೆಂಕಿಯಲ್ಲಿಟ್ಟಾಗ ಅದು ಸುಡುವುದನ್ನು ನಾವು ಕಾಣುತ್ತೇವೆ. ಆ ಕೈ ಯಾರದೇ ಆಗಿರಲಿ-ಒಬ್ಬ ಹಿಂದು, ಮುಸ್ಲಿಂ, ಪಾರ್ಸಿ ಅಥವಾ ಸಿಖ್‌ರದಾಗಿರಲಿ. ದಹಿಸುವುದು ಬೆಂಕಿಯ ಧರ್ಮ.

ವ್ಯಕ್ತಿಯು ವಾಸಿಸುವ ದೇಶದ ನಿಯಮಗಳಿಗೂ ಮತ್ತು ಪ್ರಕೃತಿಯ ನಿಯಮಗಳಿಗೂ ಅಗಾಧವಾದ ವ್ಯತ್ಯಾಸವಿದೆ. ವ್ಯಕ್ತಿಯು ತನ್ನ ದೇಶದ ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಪಾಲಿಸದಿದ್ದರೆ, ಅವನನ್ನು ಶಿಕ್ಷಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಕೆಲವು ವೇಳೆ ಶಿಕ್ಷೆಯು ಬರಲು ಬಹಳ ಸಮಯ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಒಬ್ಬ ಒಳ್ಳೆಯ ವಕೀಲರನ್ನು ನೇಮಿಸಿಕೊಂಡರೆ ಶಿಕ್ಷೆಯಿಂದ ಪಾರಾಗಬಹುದು. ಆದರೆ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಪ್ರಕೃತಿಯ ನಿಯಮವನ್ನು ಮುರಿದರೆ ತಕ್ಷಣವೇ ಶಿಕ್ಷೆಯಾಗುತ್ತದೆ.

ಪ್ರಕೃತಿಯ ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಮುರಿಯುವುದಕ್ಕೆ ಬದಲಾಗಿ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಅವುಗಳನ್ನು ಪಾಲಿಸಿದರೆ, ಪ್ರತಿಫಲವೂ ತಕ್ಷಣ ದೊರೆಯುತ್ತದೆ. ನೈತಿಕತೆಯ ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಪಾಲಿಸಿದರೆ ಮತ್ತು ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಪ್ರೀತಿ, ಕರುಣೆ, ಅನುಕಂಪದ ಆನಂದ ಮತ್ತು ಸಮತೆಯನ್ನು ಬೆಳಸಿಕೊಂಡರೆ, ಬಹಳ ಸಂತೋಷ ಮತ್ತು ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಾನೆ.

ನಿಮ್ಮ ಮನಸ್ಸುಗಳನ್ನು ಶುದ್ಧಿ ಮಾಡುವುದನ್ನು ನೀವು ಕಲಿಯಿರಿ. ಮಲಿನತೆಗಳಿಂದ ಮುಕ್ತವಾಗುವುದನ್ನು ಕಲಿಯಿರಿ. ಅನುಭವಿಸುವ ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಸಂತೋಷ ಎಷ್ಟೊಂದು ಅಗಾಧವಾದದ್ದೆಂಬುದನ್ನು ನೀವು ಕಾಣುವಿರಿ.

(ಮುಂದುವರಿಯುವುದು............)

ಹತ್ತು ದಿನದ ವಿಪಶ್ಯನ ಧ್ಯಾನ ಶಿಬಿರಗಳು

ದಾವಣಗೆರೆ : 19-04-2018ರಿಂದ 30-04-2018. ಸ್ಥಳ: ಸೋಮೇಶ್ವರ ವಸತಿ ಶಾಲೆ, ಗೋಣಿವಾಡ, ಚನ್ನಗಿರಿ ರಸ್ತೆ. ಶಿಬಿರದ ನಿಯಮ ಮತ್ತು ಹೆಸರು ನೋಂದಣಿಗಾಗಿ ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ: ಜಿ.ಟಿ.ಗೋವಿಂದಪ್ಪ 9448588789, ಎಸ್.ಎಂ.ಪ್ರಭು ದೇವಯ್ಯ 9844245111, ಆರ್.ಮುರಳೀಧರ್ 9986962762.

ಬಳ್ಳಾರಿ : 12-05-2018 ರಿಂದ 23-05-2018. ಸ್ಥಳ: ಶ್ರೀ ಚೈತನ್ಯ ಪಿ.ಯು.ವಸತಿ ಕಾಲೇಜ್, ಸಿರಿಗುಪ್ಪ ರಸ್ತೆ. ಶಿಬಿರದ ನಿಯಮ ಮತ್ತು ಹೆಸರು ನೋಂದಣಿಗಾಗಿ ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ: 9448769959/9986677012/9448781836.

ಕರ್ನಾಟಕದಲ್ಲಿ ಮಕ್ಕಳ ಶಿಬಿರಗಳು : ಪ್ರತಿ ತಿಂಗಳು ಒಂದು ಭಾನುವಾರ, ಧಮ್ಮ ಪಫುಲ್ಲ, ಬೆಂಗಳೂರು. ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಮಕ್ಕಳಿಗಾಗಿ ಇಂಗ್ಲೀಷ್ ಮತ್ತು ಕನ್ನಡ ಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ 70 ನಿಮಿಷದ ಆನಾಪಾನ ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಹೇಳಿಕೊಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ಸಂಪರ್ಕ ಸಂಖ್ಯೆಗಳು: 9880421155 / 9480581708

ಧಮ್ಮ ಪಫುಲ್ಲಾ, ಬೆಂಗಳೂರು

10 ದಿನದ ಶಿಬಿರಗಳು: 2018 ಫೆಬ್ರವರಿ 28-11 ಮಾರ್ಚ್, 14-25, 4-15 ಏಪ್ರಿಲ್, 2-13 30ಮೇ-10ಜೂನ್, 13-24 ಜೂನ್, 27-8 ಜುಲೈ,11-22 ಜುಲೈ, 25-5 ಆಗಸ್ಟ್, 8-19, ಸೆಪ್ಟಂಬರ 1-12, 19-30.ಅಕ್ಟೋಬರ್ 10-21, 24-4 ನವೆಂಬರ್ 19-17, 21-2 ಡಿಸೆಂಬರ್ 5-16, 19-30. **ಮೂರು ದಿನದ ಶಿಬಿರ:** ಮಾರ್ಚ್ 29 ರಿಂದ ಏಪ್ರಿಲ್ 1. **ಎರಡು ದಿನದ ಶಿಬಿರ:** 25-27ಮೇ, 14-16ಸೆಪ್ಟಂಬರ್, 6-8ಅಕ್ಟೋಬರ್. **ಟೀನೆಜರ್ಸ್ ಕೋರ್ಸ್** (ವಯಸ್ಸು 15-19ವರ್ಷ)ಹೆಣ್ಣುಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಮಾತ್ರ, ಮೇ16-24.**ಸತಿಪಟ್ಠಾನ ಶಿಬಿರಗಳು:** 18-27 ಏಪ್ರಿಲ್, 22-30 ಆಗಸ್ಟ್, **ವಿಳಾಸ:** ಧಮ್ಮ ಪಫುಲ್ಲ, ಆಲೂರು, ದಾಸನಪುರ ಹೋಬಳಿ, ಬೆಂಗಳೂರು. ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಹೆದ್ದಾರಿ-4ರಲ್ಲಿ, ಹಿಮಾಲಯ ಡ್ರಗ್ ಕಂಪನಿಯ ಹತ್ತಿರ ಇಳಿದು ಅದರ ಎದುರು ರಸ್ತೆಯಲ್ಲಿ ಮಾಕಳಿ ಕ್ರಾಸ್‌ಗೆ ಬಂದರೆ ಆಟೋರಿಕ್ಷಾ ಸಿಗುತ್ತವೆ. ಬೆಂಗಳೂರು ಸಿಟಿ (ಕೆಂಪೇಗೌಡ) ಬಸ್ ನಿಲ್ದಾಣದಿಂದ ನಗರ ಸಾರಿಗೆ ಬಸ್ ಸಂಖ್ಯೆ: 256, 258, 258ಸಿ. ದೂ.: 080-23712377, ಮೊಬೈಲ್: 7829912733, 8861644284, 9972588377, ಇ-ಮೇಲ್:info@paphulla.dhamma.org; website: www.dhamma.org.

ಬೆಂಗಳೂರಿನಲ್ಲಿ ಸಾಮೂಹಿಕ ಸಾಧನಾ ಶಿಬಿರಗಳ ಮಾಹಿತಿ

ಪ್ರತಿ ಭಾನುವಾರ: ಜಯನಗರ: ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 8.30 ರಿಂದ 9.30ರವರೆಗೆ, ಸುರೇಶ್/ರಾಜೇಶ್ವರಿ - 98867 75401 **ಸರ್ಜಾಪುರ ರಸ್ತೆ:** ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 9.00 ರಿಂದ 10.00, ನಿರ್ಮಲ್ ಬೋತ್ರಾ-93412 22999, ಸ್ವಾತಿ-93426 75811, **ಬಸವೇಶ್ವರ ನಗರ** ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 8.00 ರಿಂದ 9.00ರವರೆಗೆ, ಶ್ರೀ ಮಂಜುನಾಥ: 098451 71600, ಹೇಮಂತ: 074118 74462, **ಮಲ್ಲೇಶ್ವರಂ:** 8.30ರಿಂದ 9.30ರವರೆಗೆ, ಶ್ರೀ ದಿನೇಶ್ ಕುಮಾರ್-99452 38441 **ಕೆಂಗೇರಿ:** ಸಂಜೆ 4.30ರಿಂದ 5.30ರವರೆಗೆ, ವಸಂತ್ ಜಾಜೋ-98453 95152, 98445 29309. **ಆರ್.ಎಂ.ವಿ. 2ನೇ ಹಂತ:** ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 7.50ರಿಂದ 9.00ರವರೆಗೆ, ಶ್ರೀ ತಾರಕ್ ಗೋರಾಡಿಯಾ-99454 58593.

ಪ್ರತಿ ಶನಿವಾರ: ವಿಜಯನಗರ: ಸಂಜೆ 6-00 ರಿಂದ 7-00ರವರೆಗೆ, ತುಕಾರಾಮ್-97433 63339, ಪವನ್‌ಕುಮಾರ್-77607 52220.

ಪ್ರತಿ ಮೊದಲ ಭಾನುವಾರ: ವೈಟ್‌ಫೀಲ್ಡ್: ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 9-30 ರಿಂದ 10-30ರವರೆಗೆ, ಶ್ರೀಮತಿ ವಲ್ಲರಿ/ರಾಜೇಶ್ ಮೊ.: 97403 22447

ಬೆಂಗಳೂರಿನಲ್ಲಿ ಸಾಮೂಹಿಕ ಸಾಧನೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಮಾಹಿತಿ ತಿಳಿಯಲು ವೆಬ್ ವಿಳಾಸ: http://www.paphulla.dhamma.org/os/paphulla sittings.htm

ಒಂದು ದಿನದ ಶಿಬಿರಗಳ ಮಾಹಿತಿ

ಬೆಂಗಳೂರು: ಪ್ರತಿ ಭಾನುವಾರ 10 ರಿಂದ 4 ಗಂಟೆ, ಧಮ್ಮ ಪಫುಲ್ಲ, ಆಲೂರು. **ಮೈಸೂರು:** ಪ್ರತಿ ತಿಂಗಳು 4ನೇ ಭಾನುವಾರ. ಸಂಪರ್ಕ ಸಂಖ್ಯೆಗಳು: 9481149553, 99801005309. **ಉಡುಪಿ:** ಪ್ರತಿ ತಿಂಗಳು ಎರಡನೇ ಭಾನುವಾರ. ಸಂಪರ್ಕ ಸಂಖ್ಯೆಗಳು: 9980897955 / 9449773942 9481149553. **ದಾವಣಗೆರೆ:** ಪ್ರತಿ ತಿಂಗಳು ಕೊನೆ ಭಾನುವಾರ. ಸಂಪರ್ಕ ಸಂಖ್ಯೆಗಳು: 9844245111 / 9986962762 9448588789 **ಹುಬ್ಬಳ್ಳಿ:** ಪ್ರತಿ ತಿಂಗಳು ಮೂರನೇ ಭಾನುವಾರ. ಸಂಪರ್ಕ ಸಂಖ್ಯೆ: 9880661506

10ದಿನದ ಶಿಬಿರದಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಲು ಆನ್‌ಲೈನ್ ನೋಂದಣಿ ಸಹಾಯಕ್ಕಾಗಿ ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ. ಬಳ್ಳಾರಿ: ಎ.ಮಲ್ಲಿಕಾರ್ಜುನಪ್ಪ, ಮೊ.ಸಂ. 9449511217. ಬೆಳಗಾವಿ: ವೀರನಗೌಡ ವಿ.ಸಾರನಾಡಗೌಡ್ರ, ಮೊ.ಸಂ.9902657335. ದಾವಣಗೆರೆ: ಉದಯ ಶಿವಕುಮಾರ್, ಮೊ.ಸಂ. 9739314581(ಮೆಸೇಜ್ ಮಾಡಿ, ಅವರೇ ಕರೆ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ.) ಜಿ.ಟಿ.ಗೋವಿಂದಪ್ಪ, ಮೊ.ಸಂ.9448588789.

ವಂತಿಗೆ : ವಾರ್ಷಿಕ: ರೂ.30, ಆಜೀವ: ರೂ.500. ವಂತಿಗೆ ಸಂದಾಯ ಮಾಡಬೇಕಾದ ಬ್ಯಾಂಕ್ ಖಾತೆ :3194101004234; IFSC code:CNRB0003194; ಕೆನರಾ ಬ್ಯಾಂಕ್, ನಾಗರಬಾವಿ, ಬೆಂಗಳೂರು. ಖಾತೆದಾರರು:ಕರ್ನಾಟಕ ವಿಪಶ್ಯನ ಪ್ರಚಾರ ಸಮಿತಿ. ಹಣ ಸಂದಾಯದ ವಿವರ ಮತ್ತು ಪತ್ರಿಕೆ ಕಳುಹಿಸಬೇಕಾದ ಅಂಚೆ ವಿಳಾಸವನ್ನು ಶ್ರೀಮತಿ ಪುಷ್ಪ .ಎಸ್., ಮೊ.ಸಂ:7337734934 ಗೆ ಎಸ್.ಎಮ್.ಎಸ್.ಮಾಡಿರಿ.

ಮುದ್ರಕರು: ಬಿ.ಪ್ರದೀಪ ಕುಮಾರ, **ಪ್ರಕಾಶಕರು:** ಶ್ರೀಮತಿ ಆರ್. ಚಂದ್ರಮತಿ ಕರ್ನಾಟಕ ವಿಪಶ್ಯನ ಪ್ರಚಾರ ಸಮಿತಿ ಟ್ರಸ್ಟ್ ಪರವಾಗಿ. **ಮುದ್ರಣ:** ಐರಣಿ ಆಫ್‌ಸೆಟ್ ಪ್ರಿಂಟರ್ಸ್, 4ನೇ ತಿರುವು, ಕೆ.ಹೆಚ್.ಬಿ.ಕಾಲೋನಿ,ದಾವಣಗೆರೆ-2.**ಪ್ರಕಾಶನ:**ಕರ್ನಾಟಕ ವಿಪಶ್ಯನ ಪ್ರಚಾರ ಸಮಿತಿ ಟ್ರಸ್ಟ್, #93, 30ನೇ ಅಡ್ಡರಸ್ತೆ, ಬನಶಂಕರಿ 2ನೇ ಹಂತ, ಬೆಂಗಳೂರು-560070.
ಗೌರವ ಸಂಪಾದಕರು: ಜಿ.ಟಿ. ಗೋವಿಂದಪ್ಪ

Printed by B.Pradeep Kumar, **Published by** Smt. R. Chandramathi on be half of Karnataka Vipassana Prachara Samithi Trust and **Printed at**: Airani Offset Printers, 4th Cross, K.H.B.Colony, Davangere-2 and **Published at** Karnataka Vipassana Prachara Samithi Trust, #93, 30th Cross, Banashankari 2nd Stage, Bengaluru - 70. **Editor:** G.T. Govindappa,

ಮುದ್ರಿತ ವಿಷಯ ತೆರೆದ-ಅಂಚೆ

ಗೆ,

ಇಂದ:

ಕರ್ನಾಟಕ ವಿಪಶ್ಯನ ಪ್ರಚಾರ ಸಮಿತಿ ಟ್ರಸ್ಟ್
#93, 30ನೇ ಅಡ್ಡರಸ್ತೆ, ಬನಶಂಕರಿ 2ನೇ ಹಂತ,
ಬೆಂಗಳೂರು-560070.