ವಿಪಶ್ಯನ ವಾರ್ತೆ
VIPASSANA VARTE

ಕನ್ನಡ ಮಾಸಪತ್ರಿಕೆ, **10 ಮಾರ್ಚ್ 2018**, ಬೆಂಗಳೂರು, ಸಂಪುಟ 3, ಸಂಚಿಕೆ 11, ಪುಟಗಳು-4. **ಸಂಪಾದಕರು** : ಜಿ.ಟಿ.ಗೋವಿಂದಪ್ಪ

Kannada monthly, **10 March 2018**, Bangaluru, Vol. 3, No.11, 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

ನತ್ಥಿ ರಾಗಸಮೋ ಅಗ್ಗಿ,
ನತ್ಥಿ ದೋಸಸಮೋ ಗಹೋ,
ನತ್ಥಿ ಮೊಹಸಮೋ ಜಾಲಂ,
ನತ್ಥಿ ತಣ್ಹಾಸಮಾ ನದೀ.

ಕಾಮತೃಷೆಗೆ ಸಮನಾದ ಬೆಂಕಿಯಿಲ್ಲ,
ದ್ವೇಷಕ್ಕೆ ಸಮನಾದ ಹಿಡಿತವಿಲ್ಲ,
ಮೋಹಕ್ಕೆ ಸಮನಾದ ಬಲೆಯಿಲ್ಲ,
ತೃಷ್ಣೆಗೆ ಸಮನಾದ ನದಿಯಿಲ್ಲ

ಧಮ್ಮಪದ – 251, ಮಲವಗ್ಗೋ

ಧರ್ಮ ಮತ್ತು ಅಹಿಂಸೆ (ಭಾಗ–2)

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

(2005ರಲ್ಲಿ ಮುಂಬಯಿಯಲ್ಲಿ ನಡೆದ ಜೈನರ ಸಮಾವೇಶದಲ್ಲಿ ಗೋಯಂಕಾಜಿಯವರು ನೀಡಿದ ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಪ್ರವಚನದ ಎರಡನೆಯ ಭಾಗ. ಅಕ್ಟೋಬರ್ 2015ರ ಇಂಗ್ಲೀಷ್‌ನ ವಿಪಶ್ಯನ ವಾರ್ತಾಪತ್ರದಿಂದ ಅನುವಾದಿಸಲಾಗಿದೆ. ಮೊದಲನೆಯ ಭಾಗವನ್ನು ಫೆಬ್ರವರಿ 2018ರ 'ವಿಪಶ್ಯನ ವಾರ್ತೆ'ಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಕಟಿಸಲಾಗಿದೆ.)

ಮಹನಿಯರೇ ಮತ್ತು ಮಹಿಳೆಯರೇ,

ಪುರಾತನ ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಧರ್ಮವನ್ನು ಕೇವಲ ಧರ್ಮ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತಿತ್ತು. ಜೈನ ಧರ್ಮ, ಹಿಂದು ಧರ್ಮ, ಬೌದ್ಧ ಧರ್ಮ, ಕ್ರಿಶ್ಚಿಯನ್ ಧರ್ಮ ಅಥವಾ ನನ್ನ ಧರ್ಮ, ನಿಮ್ಮ ಧರ್ಮ, ಇನ್ನೂ ಮುಂತಾಗಿ ಕರೆಯುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ದುರದೃಷ್ಟವಶಾತ್, ನಿಜವಾದ ಧರ್ಮವು ತಮ್ಮದೇ ಆದ ನಿತ್ಯಾಚರಣೆಗಳು, ವಸ್ತ್ರ ಸಂಹಿತೆಗಳು ಮತ್ತು ತತ್ವಸಿದ್ಧಾಂತಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದ ಅನೇಕ ಪಂಥಗಳಾಗಿ ಪರಿವರ್ತನೆಯಾಯಿತು.

ಪ್ರಕೃತಿಯ ನಿಯಮ ಎಂದು ಕರೆಯಬಹುದಾದ ಧರ್ಮ(ಧಮ್ಮ)ವನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಅನುಭವದ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ವೈಯಕ್ತಿಕವಾಗಿ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳದ ಹೊರತು, ನಿಜವಾದ ಧರ್ಮದ ಜ್ಞಾನ ಲಭಿಸುವುದಿಲ್ಲ.

ನಾನು ಈಗಾಗಲೇ ಹೇಳಿದಂತೆ, ನಾನು ಬೌದ್ಧ ಧರ್ಮೀಯ ಆಚಾರ್ಯರ ಬಳಿಗೆ ಹೋಗುತ್ತಿದ್ದುದರಿಂದ ಬಹಳ ಆತಂಕದಿಂದಲೇ ನಾನು ನನ್ನ ಗುರುಗಳ ಬಳಿಗೆ ತೆರಳಿದೆ. “ಅವರ ಬೋಧನೆಗಳನ್ನು ಒಮ್ಮೆ ಮಾತ್ರ ಪರೀಕ್ಷಿಸಿ ನೋಡುತ್ತೇನೆ, ಆದರೆ ಎಂದೆಂದಿಗೂ ನಾನು ಬೌದ್ಧ ಧರ್ಮವನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸುವುದಿಲ್ಲ” ಎಂಬ ದೃಢ ನಿರ್ಧಾರ ಮಾಡಿದೆ. ಸಯಾಜಿ ಉ ಬಾ ಖಿನ್‌ರವರು ***ಶೀಲ*** (ನೈತಿಕ ನಡವಳಿಕೆ), ***ಸಮಾಧಿ*** (ಮನಸ್ಸಿನ ನಿಯಂತ್ರಣ), ಮತ್ತು ***ಪನ್ಯ*** (ಪ್ರಜ್ಞೆ, ಅನುಭವ ಜ್ಞಾನ)ದ ಬಗ್ಗೆ ಮಾತಾಡಿದರು. ಅವೆಲ್ಲಾ ಸರಿ ಮತ್ತು ಅವುಗಳನ್ನು ನಾನು ಅನುಸರಿಸಬಹುದು, ಆದರೆ ಎಂದಿಗೂ ನಾನು ಬೌದ್ಧ ಧರ್ಮೀಯನಾಗುವುದಿಲ್ಲ ಎನಿಸಿತು. ಆದರೆ, ನಾನು ನಿಮಗೆ ಬೋಧಿಸುವುದು ಭಾರತದ ಪುರಾತನ ವಿದ್ಯೆಯಾದ ವಿಪಶ್ಯನ ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಎಂದು ಸಯಾಜಿಯವರು ಹೇಳಿದರು. 'ನನ್ನ ದೇಶದ ಪುರಾತನ ವಿದ್ಯೆ! ನಾನು ಹಿಂದಿ ಸಾಹಿತ್ಯದ ಒಬ್ಬ ಅತ್ಯಾಸಕ್ತ ಓದುಗನಾಗಿದ್ದರಿಂದ ಮನೆಗೆ ಹೋದ ಮೇಲೆ ಹಿಂದಿ ಡಿಕ್ಷನರಿಯಲ್ಲಿ ವಿಪಶ್ಯನ ಶಬ್ಧವನ್ನು ಹುಡುಕಿದ. ಅಲ್ಲಿ ಆ ಶಬ್ದ ಸಿಗಲಿಲ್ಲ. ನನ್ನ ಸಂಸ್ಕೃತ ನಿಘಂಟಿನಲ್ಲೂ ಸಿಗಲಿಲ್ಲ.

ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಇದು ದುರದೃಷ್ಟಕರ, ತಾನು ಹುಟ್ಟಿದ ನಾಡಿನಲ್ಲಿಯೇ ವಿಪಶ್ಯನ ಶಬ್ದವೇ ಕಣ್ಮರೆಯಾಗಿತ್ತು. ಅದೃಷ್ಟವಶಾತ್, ಮ್ಯಾನ್ಮಾರ್ ದೇಶದ ಜನರ ಮಹೋನ್ನತ ಪ್ರಯತ್ನಗಳಿಂದ ತನ್ನ ಪರಿಶುದ್ಧ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಕಾಪಾಡಲ್ಪಟ್ಟಿದ್ದರಿಂದ, ಬೋಧನೆಗಳು ತನ್ನ ತಾಯ್ನಾಡಿಗೆ ಮರಳಿ ಬರಲು ಸಾಧ್ಯವಾಯಿತು. ನನಗೆ ವಿಪಶ್ಯನ ಧ್ಯಾನದ ಪರಿಚಯವಾದ ಮೇಲೆ, ಭಗವಾನ್ ಮಹಾವೀರರ ಬೋಧನೆಗಳು, ಗೀತೆಯಲ್ಲಿನ ಮಾತುಗಳು, ಮತ್ತು ನಿಜವಾಗಿಯೂ, ಧರ್ಮವೇ ಬಹಳ ಸ್ಪಷ್ಟವಾಯಿತು!

ಆಯತ ಚಕ್ಖು, ಲೋಗ ವಿಪಸ್ಸೀ, ಅಂದರೆ, ಯಾರು ***ವಿಪಸ್ಸೀ***ಯೋ ಅವರು ದೃಷ್ಟಿಯನ್ನು, ವಿವೇಕದ(ಪನ್ಯದ)ದೃಷ್ಟಿಯನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತಾರೆ ಎಂದು ಹೇಳುವಲ್ಲಿ ಭಗವಾನ್ ಮಹಾವೀರರು ವಿಪಶ್ಯನ ಶಬ್ದವನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಿದ್ದಾರೆ. ***ಆಯತ***, ಅಂದರೆ, ಬಹಳ ದೂರ ತಲುಪುವ ದೃಷ್ಟಿಯನ್ನು ಪಡೆಯುವುದು, ಎಂಬ ಪದವನ್ನೂ ಸಹ ಅವರು ಉಪಯೋಗಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ಈಗ ನಾವು ***ಲೋಗ*** ಎಂಬ ಪದದ ಅರ್ಥವನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳೋಣ. ***ಲೋಗಸ್ಸ ಅಹೊಭಾಗಮ್ ಜಾಣತಿ, ಉಧ್ಧಮ್ ಭಾಗಮ್ ಜಾಣತಿ, ತಿರಿಯಮ್ ಭಾಗಮ್ ಜಾಣತಿ*** (ಜಿನಾಗಮ–ಗ್ರಂಥಮಾಲಾ, ಗ್ರಂಥಾಂಕ–1/91). ಇದರ ಅರ್ಥ, ಈ ಭೌತಿಕ ಶರೀರದಲ್ಲಿ ಹೊರಗಿನ ಎಲ್ಲಾ ಲೋಕಗಳೂ ಇವೆ.

ಈ ಲೋಕ(***ಲೋಗ***)ವನ್ನು ಇನ್ನೂ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾ ಶರೀರದ ಕೆಳಗಿನ ಅರ್ಧಭಾಗ(***ಲೋಗಸ್ಸ ಅಹೊಭಾಗಮ್***), ಶರೀರದ ಮೇಲಿನ ಅರ್ಧಭಾಗ (***ಉಧ್ಧಮ್ ಭಾಗಮ್ ಜಾಣತಿ***), ಶರೀರದ ಮುಂಭಾಗ ಮತ್ತು ಹಿಂಭಾಗ(***ತಿರಿಯಮ್ ಭಾಗಮ್ ಜಾಣತಿ***) ಭೌತಿಕ ಶರೀರದಲ್ಲಿ ಏನು ನಡೆಯುತ್ತಿದೆಯೋ ಅದನ್ನು ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷ ಅನುಭವಿಸುತ್ತಾ, ಶರೀರವನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಅರಿಯುವುದು. ಹೊರಗಿನ ಪ್ರಪಂಚವನ್ನು ತಿಳಿಯುವುದರಲ್ಲಿಯೇ ನಮ್ಮ ಇಡೀ ಜೀವಮಾನವನ್ನು ಕಳೆಯುತ್ತೇವೆ. ಭೌತಿಕ ಶರೀರದಲ್ಲಿ ಏನು ನಡೆಯುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ನಾವು ಎಂದೂ ನೋಡಿಯೇ ಇಲ್ಲ. “ಈ ದೇಹ ನಾನಲ್ಲ, ಇದು ನನ್ನ ಆತ್ಮವಲ್ಲ” ಎಂದು ನಾವು ನಿರಂತರವಾಗಿ ಹೇಳಬಹುದು. ಆದರೆ, ಈ ಭೌತಿಕ ಶರೀರ ಮತ್ತು ಮನಸ್ಸಿಗೆ ನಮ್ಮೊಳಗೇ ಅಗಾಧವಾದ ಬಂಧನವಿದೆ. “ನಾನು” ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಮುಳುಗಿದೆ.

ನಾವು ವಿಪಶ್ಯನ ಧ್ಯಾನದ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದಾಗ ***ಅಣುಪರಿಯತ್ತಮಾಣೇ*** ಎಂದು ಕರೆಯಲ್ಪಡುವ ಪರಮಾಣುಗಳ ಮೂಟೆ ನಿರಂತರವಾಗಿ ಬದಲಾಗುವುದನ್ನು ನಾವು ಕಾಣುತ್ತೇವೆ. ಶರೀರ ಮತ್ತು ಮನಸ್ಸು ಯಾವಾಗಲೂ ಬದಲಾಗುತ್ತಿರುತ್ತವೆ, ಪ್ರತಿ ಕ್ಷಣವೂ ಉತ್ಪತ್ತಿಯಾಗುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ನಾಶವಾಗುತ್ತವೆ. ಬದಲಾಗುತ್ತವೆ, ಯಾವಾಗಲೂ ಸ್ಥಿರವಾಗಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಈ ಪರಮಾಣುಗಳ ನಿರಂತರ ಪ್ರವಾಹವನ್ನು ನಾವು ವಿಪಶ್ಯನದ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುತ್ತಾ ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷ ಅನುಭವಿಸಬಹುದು. ಈ ಶರೀರವನ್ನು 'ಇದು ನಾನು, ಇದು ನನ್ನದು' ಎಂದು ಯೋಚಿಸುತ್ತಾ ಎಷ್ಟೊಂದು ಗಾಢವಾಗಿ ನಾವು ಅದಕ್ಕೆ ಅಂಟಿಕೊಂಡಿದ್ದೇವೆ ಎಂಬುದನ್ನೂ ಸಹ ನಾವು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ಆದರೆ ಯಾವ ಪರಮಾಣುವನ್ನು 'ನಾನು'

ಅಥವಾ 'ನನ್ನದು' ಎಂದು ಕರೆಯಬಹುದು! ನಾವು ಅದಕ್ಕೆ ಅಂಟಿಕೊಂಡಿದ್ದೇವೆ ಮತ್ತು ಯಾವಾಗ ಅದು ಬದಲಾಗುತ್ತದೆಯೋ, ಅದು ಅನಿವಾರ್ಯ, ನಾವು ಬಹಳ ಕ್ಷೋಭೆಗೊಳಗಾಗುತ್ತೇವೆ.

ವಿಪಶ್ಯನದ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುತ್ತಾ ನಾವು ಈ ಸತ್ಯವನ್ನು ಅರಿಯುತ್ತೇವೆ. ಆದರೆ ನಾವು ಅಪಾಯಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಎಚ್ಚರದಿಂದಿರುವುದು ಅವಶ್ಯಕ. ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತಿರುವಾಗ, ಏನು ಉದಯವಾಗುತ್ತದೆಯೋ ಅದನ್ನು ನಿರ್ಲಿಪ್ತತೆಯಿಂದ ಗಮನಿಸುವ ಬದಲು, ಹಿತಕರವಾದ ಸಂವೇದನೆಗಳು ಬಂದಾಗ ಅವುಗಳಿಗೆ ನಾವು ಅಂಟಿಕೊಳ್ಳಲು ಆರಂಭಿಸಬಹುದು. ಈ ಸಾಧನೆಗೆ ನಾವು ಹೊಸಬರಾಗಿದ್ದಾಗ ಇದು ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಸತ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಏನು ಪ್ರಕಟವಾಗುತ್ತದೆಯೋ, ಅದು ಹಿತಕರವಾಗಿರಲಿ ಅಥವಾ ಅಹಿತಕರವಾಗಿರಲಿ, ಅದನ್ನು ನಿರ್ಲಿಪ್ತತೆಯಿಂದ ಗಮನಿಸಬೇಕು ಎಂಬುದನ್ನು ನಾವು ಕ್ರಮೇಣ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ.

ಸಂಧಿಮ್ ವಿದಿತ್ತಾ, ಅಂದರೆ ಸಂಗಮಸ್ಥಾನ. ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ಭಗವಾನ್ ಮಹಾವೀರರು ಮಾತಾಡಿದ್ದಾರೆ. ಸೇರಿಸುವ ಕೀಲುಗಳನ್ನು, ಅಂದರೆ ಮೊಣಕೈ ಕೀಲು, ಕೈ ಕೀಲು ಮುಂತಾದವುಗಳನ್ನು ನೋಡುತ್ತೇವೆ ಎಂದು ಇಲ್ಲಿಗೆ ಬರುವ ಕೆಲವರು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಅದರಿಂದ ಏನನ್ನು ಪಡೆಯಬಹುದು? ರಾಗ ಮತ್ತು ದ್ವೇಷವು ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ದೇಹವನ್ನು ಸಂಧಿಸುವ ಸಂಗಮಸ್ಥಾನವನ್ನು ಗಮನಿಸುತ್ತಾ ನಾವು ಅದನ್ನು ಅನುಭವಿಸಬೇಕು. ರಾಗ ಮತ್ತು ದ್ವೇಷವನ್ನು ದಾಟಿ ಹೋಗುವುದರ ಕಡೆ ನಾವು ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ.

ಸಂಧಿಮ್ ವಿದಿತ್ತಾ– ಅಂದರೆ ಹಿತಕರ ಮತ್ತು ಅಹಿತಕರ ಅನುಭವಗಳು ಎಲ್ಲಿ ರಾಗ ಅಥವಾ ದ್ವೇಷವನ್ನು ಉತ್ಪತ್ತಿ ಮಾಡುತ್ತವೆಯೋ ಆ ಕೊಂಡಿಯನ್ನು ಗಮನಿಸಲು ಶಕ್ತನಾದ ವ್ಯಕ್ತಿ. ಅಂತಹ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಶಕ್ತಿವಂತ ವ್ಯಕ್ತಿ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗಿದೆ. ಅವನು ಪ್ರಶಂಸೆಗೆ ಅರ್ಹ, ಅವನು ತನ್ನ ಗಂಟುಗಳನ್ನು ಬಿಚ್ಚುತ್ತಾನೆ– ***ಎಸಾ ವೀರ್ ಪಸಂಸಿತೆ, ಜಿ ಬದ್ಧೆ ಪದಿಮೊಯಾಯೆ.***

ಹುಟ್ಟಿದಾಗಿನಿಂದ ನಮ್ಮನ್ನು ಬಂಧಿಸಿರುವ ಗಂಟುಗಳನ್ನು ಬಿಚ್ಚುವ ಕೆಲಸವನ್ನು ಮಾನವ ಜನ್ಮದಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯ. ಮಾನವ ಜನ್ಮ ಬಹಳ ಮೌಲ್ಯಯುತವಾದದ್ದು. ಈ ಗಂಟುಗಳನ್ನು ಬಿಚ್ಚುವ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಪ್ರಕೃತಿಯು ನಮಗೆ ಮಾತ್ರ ಕೊಟ್ಟಿದೆ. ಪ್ರಾಣಿಗಳು, ಪಕ್ಷಿಗಳು, ಸರೀಸೃಪಗಳು ಮತ್ತು ಕ್ರಿಮಿಗಳು ಇದನ್ನು ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಮಾನವ ಜೀವಿಯು ತನ್ನೊಳಗೆ ನೋಡುವ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದಾನೆ ಮತ್ತು ಹೊಸ ಗಂಟುಗಳನ್ನು ಕಟ್ಟುವ ಮಾದರಿಯನ್ನು ತಡೆಯುವ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಅವನು ಹೊಂದಿದ್ದಾನೆ. ಹೊಸ ಗಂಟುಗಳನ್ನು ಕಟ್ಟುವುದು ನಿಂತಾಗ, ಹಳೆಯ ಗಂಟುಗಳು ತಾನೇ ತಾನಾಗಿ ಕರಗಲು ಆರಂಭಿಸುತ್ತವೆ. ***ಖೀಣಮ್ ಪುರಾಣಮ್ ನವಮ್ ನತ್ಥಿ ಸಂಭವಮ್***. ಇದು ಪ್ರಕೃತಿಯ ನಿಯಮ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ನೀವು ಉರಿಯುವ ಬೆಂಕಿಯನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಬೇಕಾದರೆ, ಅದಕ್ಕೆ ಉರುವಲು ಕೊಡುವುದನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಬೇಕು. ಹೊಸ ಉರುವಲು ಕೊಡುವುದನ್ನು ನೀವು ನಿಲ್ಲಿಸಿದ ತಕ್ಷಣ, ಕ್ರಮೇಣ ಹಳೆಯ ಉರುವಲು ಸುಟ್ಟು ಹೋಗುವುದರಿಂದ ಕ್ರಮೇಣವಾಗಿ ಬೆಂಕಿಯು ನಂದುತ್ತದೆ. ಅದೇ ತರಹ, ಹೊಸ ರಾಗ ಮತ್ತು ದ್ವೇಷ ಉತ್ಪತ್ತಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ನೀವು ನಿಲ್ಲಿಸಬೇಕು. ಆಗ ಹಳೆಯ ಸಂಗ್ರಹವೆಲ್ಲಾ ನಾಶವಾಗಿ ನಿಮ್ಮನ್ನು ರಾಗ ಮತ್ತು ದ್ವೇಷದಿಂದಾಚೆಗಿನ ಸ್ಥಿತಿಗೆ ಕೊಂಡೊಯ್ಯುತ್ತದೆ. ಇದು ಮಾನವ ಜನ್ಮದ ಅತ್ಯುನ್ನತ ಗುರಿ. ಮಲಿನತೆಗಳಿಂದ ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಮುಕ್ತನಾಗುವುದು ಹೇಗೆ? ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಹಿಂಸೆ ಮಾಡದಿರುವುದು ಹೇಗೆ? ಅದಕ್ಕೆ ಆಳವಾದ ಧ್ಯಾನದ ಅವಶ್ಯಕತೆಯಿದೆ.

ಧ್ಯಾನದ ಈ ಹಂತವನ್ನು ತಲುಪಿದವರು, ಮಲಿನತೆಗಳ ಹಳೆಯ ಸಂಗ್ರಹ ತನ್ನೊಳಗೆ ಎಷ್ಟೊಂದು ಶಾಖ ಮತ್ತು ಬೆಂಕಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಕಾಣಬಹುದು. ನಮ್ಮೊಳಗಿನ ಈ ಬೆಂಕಿಯನ್ನು ಗಮನಿಸುವುದು ಬಹಳ ಪ್ರಯೋಜನಕಾರಿಯಾಗಿದೆ. ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಇತರ ಕಡೆ, ಬೂದಿ ಮುಚ್ಚಿದ ಕೆಂಡದ ಪಕ್ಕ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳುವವರಿದ್ದಾರೆ. ಅದು ಹೇಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ? ನಮ್ಮನ್ನು ಹುಟ್ಟು ಮತ್ತು ಸಾವಿನ ಚಕ್ರದಿಂದ ಬಿಡುಗಡೆಗೊಳಿಸುವ ಇಂತಹ ಬೆಲೆಕಟ್ಟಲಾಗದ ವಿದ್ಯೆಯು ಭಾರತದಿಂದ ಕಣ್ಮರೆಯಾಗಿದ್ದು ನಮ್ಮ ದೌರ್ಭಾಗ್ಯವಾಗಿತ್ತು. ಮತ್ತು ಈಗ ತಾಯ್ನಾಡಿಗೆ ಮರಳಿದೆಯಾದರೂ, ಭಾರತದ ನಿಜವಾದ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಜ್ಞಾನವಾಗಿದ್ದರೂ, ಅನೇಕ ವೇಳೆ ಇದನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸುವುದಿಲ್ಲ.

ಮಹಾನ್ ಋಷಿಮುನಿಗಳ ಮಾತುಗಳನ್ನು ನಾವು ಮರೆತಿದ್ದೇವೆ. ಭಗವಾನ್ ಮಹಾವೀರರು ಹೇಳಿದರು: ***ಜಹಾ ಅಂತೊ, ತಹಾ ಬಾಹಿಮ್, ಜಹಾ ಬಾಹಿಮ್, ತಹಾ ಅಂತೊ;*** ಅಂದರೆ, ಒಳಗೆ ಏನಿದೆಯೋ ಅದು ಹೊರಗೂ ಇದೆ, ಮತ್ತು ಹೊರಗೆ ಏನಿದೆಯೋ, ಅದು ಒಳಗೂ ಇದೆ. ಪ್ರತಿ ಕ್ಷಣ ಬ್ರಹ್ಮಾಂಡದಲ್ಲಿರುವ ಪ್ರತಿ ಪರಮಾಣುವು, ದೇಹ ಮತ್ತು ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿರುವ ಪ್ರತಿ ಪರಮಾಣುವೂ ಬದಲಾಗುತ್ತಿರುತ್ತದೆ. ಇದನ್ನು ಕಣ್ಣು ಮುಚ್ಚಿಕೊಂಡು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಬೇಡಿ. ಇಡಿಯಾಗಿ ದೇಹವನ್ನು ಗಮನಿಸಿ ಎಂದು ಭಗವಾನರು ಮುಂದುವರಿದು ಹೇಳಿದರು – ***ಅಂತೊ ಅಂತೊ ಪೂತಿದೇಹಾಂತರಾಣು;*** ಮತ್ತು ***ಪುಢೊ ವಿಸವತಾಯಿವ್*** – ಅಂದರೆ ಎಲ್ಲಾ ಆಸವಗಳನ್ನು(ಕಲ್ಮಶಗಳನ್ನು) ನಮ್ಮೊಳಗೆ ಶೇಖರಗೊಂಡಿರುವ ಎಲ್ಲಾ ಮಲಿನತೆಗಳನ್ನು ತೆಗೆದು ಹಾಕುವುದು.

ಎಲ್ಲಾ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಂಪ್ರದಾಯಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರಸ್ತಾಪವಾಗಿರುವ ಇಂತಹ ಪ್ರಯೋಜನಕಾರಿ ಬೋಧನೆಗಳು ಕಣ್ಮರೆಯಾಗಿವೆ; ನಿಜವಾದ ಅರ್ಥವನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಂಡು ಕೇವಲ ಪದಗಳು ಮಾತ್ರ ಉಳಿದಿವೆ. ಬಹುಜನರ ಅಗಾಧವಾದ ಪ್ರಯೋಜನಕ್ಕಾಗಿ ಈಗ ಧರ್ಮ ಮರಳಿದೆ. ಎಷ್ಟರ ಮಟ್ಟಿಗೆ ಜನರು ತಮ್ಮ ಮೇಲೆಯೇ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಾರೋ, ಅಷ್ಟರ ಮಟ್ಟಿಗೆ ಅವರಲ್ಲಿ ಸಂಗ್ರಹಗೊಂಡಿರುವ ಕೋಪ, ಭಯ, ಕಾಮ ಮುಂತಾದ ಮಲಿನತೆಗಳು ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತವೆ. ಈ ಬೋಧನೆಗಳಿಂದ ಪ್ರಯೋಜನ ಪಡೆದ ಇತರೆ ಜನರನ್ನು ನೋಡಿದ್ದಾರೆ. ಆದರೂ, ಇದನ್ನು ಕಲಿಯಲು ಹಿಂದೇಟು ಹಾಕುತ್ತಾರೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಇದನ್ನು ಬೌದ್ಧ ಧರ್ಮ ಎಂದು ಪರಿಗಣಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಅವರ ಬಗ್ಗೆ ನನಗೆ ಅನುಕಂಪವಿದೆ. ಏಕೆಂದರೆ ನಾನೂ ಸಹ ಒಂದು ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಅಂತಹ ಗೊಂದಲದಲ್ಲಿ ಸಿಕ್ಕಿಹಾಕಿಕೊಂಡಿದ್ದೆ.

ಭಯ, ಕೋಪ ಮುಂತಾದವುಗಳನ್ನು ದಾಟಿ ಹೋಗಿ, ಸ್ಥಿತಪ್ರಜ್ಞರಾಗಿ ಎಂದು ಭಗವದ್ಗೀತೆ ನಮಗೆ ಹೇಳುತ್ತದೆ. ಶೀಲ, ಸಮಾಧಿ ಮತ್ತು ಪ್ರಜ್ಞೆ, ಈ ಮೂರನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ನಾನು ಏನನ್ನೂ ಬೋಧಿಸುವುದಿಲ್ಲ ಏಕೆಂದರೆ ಬುದ್ಧರು ಬೋಧಿಸಿದ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಈ ಮೂರು ಒಳಗೊಂಡಿವೆ ಎಂದು ನನ್ನ ಗುರುಗಳು ನನಗೆ ಹೇಳಿದರು. ಇದನ್ನು ಹತ್ತು ದಿನ ಕಲಿ ಎಂದು ಹೇಳಿದರು. ನಾನು ಕಲಿಯಲು ಅಲ್ಲಿಗೆ ಹೋದಾಗ ಧರ್ಮವನ್ನು ಧರ್ಮವಾಗಿ ನೋಡಿದೆ; ಬೌದ್ಧ, ಹಿಂದು ಅಥವಾ ಮುಸ್ಲಿಂ ಧರ್ಮವಾಗಿ ಅಲ್ಲ. ಧರ್ಮಕ್ಕೆ ಅಂಟಿಸಿರುವ ಈ ವಿಶೇಷಣಗಳು ಧರ್ಮವನ್ನು ದುರ್ಬಲಗೊಳಿಸುತ್ತವೆ. ಏಕೆಂದರೆ ವಿಶೇಷಣಗಳೇ ಪ್ರಮುಖವಾಗಿ ಧರ್ಮವು ಗೌಣವಾಗುತ್ತದೆ.

ನಮ್ಮ ಕೇಂದ್ರದಲ್ಲಿ ಪುರಾತನ ಸಾಹಿತ್ಯದ ಮೇಲೆ ಸಂಶೋಧನೆ ಮಾಡುತ್ತಿರಬೇಕಾದರೆ, ಭಗವಾನ್ ಮಹಾವೀರರು ನಿರ್ವಾಣ ಹೊಂದಿದ 1500 ವರ್ಷಗಳ ನಂತರ ಪ್ರಥಮ ಬಾರಿಗೆ 'ಜೈನ' ಪದ ಬಳಕೆಯಾಗಿರುವುದನ್ನು ನಾವು ನೋಡಿದೆವು. ಅದೇ ತರಹ, ಬುದ್ಧರ ಕಾಲಾನಂತರದ 500–700 ವರ್ಷಗಳವರೆಗೆ 'ಬೌದ್ಧ' ಎಂಬ ಪದ ಯಾವ ಸಾಹಿತ್ಯದಲ್ಲೂ ಕಾಣಲಿಲ್ಲ. 'ಹಿಂದು' ಪದವನ್ನೂ ಸಹ ಒಂದು ಸಮುದಾಯಕ್ಕೆ ಅನ್ವಯಿಸಿ ಬಹಳ ಕಾಲ ಉಪಯೋಗಿಸಿರಲಿಲ್ಲ. ಒಂದು ಸಾರಿ ಪಂಥೀಯತೆ ಪ್ರಾರಂಭವಾದ ಮೇಲೆ, ವಿವಿಧ ಪಂಥಗಳು ಅವರ ತತ್ವಸಿದ್ಧಾಂತಗಳಿಗೆ, ಧಾರ್ಮಿಕ ವಿಧಿ ಮತ್ತು ನಿತ್ಯಾಚರಣೆಗಳಿಗೆ ಹೆಸರಿಡಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದರು. ನಂತರ ಹೆಸರೇ ಪ್ರಮುಖವಾಯಿತು. ನಿತ್ಯಾಚರಣೆಗಳು ಆದ್ಯತೆ ಪಡೆದುಕೊಂಡ ಮೇಲೆ, ಧರ್ಮವು ಬರೀ ವಾಚನಗಳಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ ಉಳಿಯಿತು. ಸತ್ಯದ ಅರಿವಾದ ಮೇಲೆ ಈಗ ಜನರು ಧರ್ಮವೇ ಪ್ರಥಮ ಮತ್ತು ಅದು ನಮ್ಮ ಬದುಕಿನಲ್ಲಿ ಉದಯವಾಗಬೇಕು ಎಂಬುದನ್ನು ಮನಗಾಣುತ್ತಾರೆ.

ಧರ್ಮ ನ ಹಿಂದು, ಬೌದ್ಧ ಹೈ, ಧರ್ಮ ನ ಮುಸ್ಲಿಮ್ ಜೈನ;
ಧರ್ಮವು ಹಿಂದು ಅಥವಾ ಬೌದ್ಧ ಅಲ್ಲ. ಧರ್ಮವು ಮುಸ್ಲಿಂ ಅಥವಾ ಜೈನ ಅಲ್ಲ.

ಧರ್ಮ ಚಿತ್ತ ಕೀ ಶುದ್ಧತಾ, ಧರ್ಮ ಶಾಂತಿ ಸುಖ ಚೆಯ್ನ್;
ಧರ್ಮವು ಮನಸ್ಸಿನ ಶುದ್ಧತೆ, ಶಾಂತಿ, ಸಂತೋಷ, ಪ್ರಶಾಂತತೆ.
ಧರ್ಮವು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಸೇರಿದ್ದು, ಯಾವುದೇ ಒಂದು ಸಮುದಾಯ ಅಥವಾ ಪಂಥಕ್ಕಲ್ಲ.

ಇವತ್ತು ನಾನು ಒಂದು ಕೊನೇ ಮಾತನ್ನು ಹೇಳಲಿಚ್ಛಿಸುತ್ತೇನೆ. ಪರಿಶುದ್ಧ ಧರ್ಮದ ಆದರ್ಶ ಸಂಪ್ರದಾಯಗಳಲ್ಲಿ ಧರ್ಮ ಬೋಧಕರು ಯಾವಾಗಲೂ ಯಾವುದೇ ದಾನವನ್ನು ಕೇಳದಿರುವುದು ಅನಿವಾರ್ಯ. ಈ ನಿಯಮವನ್ನು ಯಾವಾಗಲೂ ಮುರಿಯಬಾರದು. ಆದಾಗ್ಯೂ, ನೈತಿಕವಾಗಿ ಅಪರಾಧವಾದರೂ, ಈಗ ನಾನು ಈ ಸಂಪ್ರದಾಯವನ್ನು ಮುರಿಯುತ್ತೇನೆ. ನಿಮ್ಮ ಅಮೂಲ್ಯವಾದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ 10 ದಿನಗಳನ್ನು

ನನಗೆ ಕೊಡಿ. ನಿಮ್ಮದೇ ಕಲ್ಯಾಣಕ್ಕಾಗಿ, ನಿಮ್ಮದೇ ಬಿಡುಗಡೆಗಾಗಿ ನನಗೆ 10 ದಿನಗಳನ್ನು ಕೊಡಿ. ನಂತರ, ಯಾರಿಗೆ ಗೊತ್ತು, ಅದರ ಫಲವಾಗಿ ಎಷ್ಟು ಜನ ಪ್ರಯೋಜನ ಪಡೆಯುತ್ತಾರೋ, ನಿಮ್ಮ ಮುಖಾಂತರ ಎಷ್ಟು ಜನ ಮುಕ್ತಿಯ ಮಾರ್ಗಕ್ಕೆ ಬರುತ್ತಾರೋ!

ಈ ಪ್ರವಚನಕ್ಕೆ ಬಂದಿರುವ ನೀವೆಲ್ಲರೂ ನಿಮ್ಮ ಅತ್ಯುನ್ನತ ಕಲ್ಯಾಣಕ್ಕಾಗಿ, ನಿಮ್ಮ ಮುಕ್ತಿಗಾಗಿ ಈ ಧರ್ಮ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ಬೆಳೆಯಲು ನಿಮ್ಮ ಜೀವನದ 10 ದಿನಗಳನ್ನು ಮೀಸಲಿಡಿ.

ಗೋಯಂಕಾಜಿಯವರೊಡನೆ ಪ್ರಶ್ನೋತ್ತರಗಳು.

ಪ್ರಶ್ನೆ : ಅನೇಕ ವರ್ಷಗಳಿಂದ ನಾನು ದೇವರಿಗೆ ಪೂಜೆ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇನೆ ಮತ್ತು ಕಾಣಿಕೆಗಳನ್ನು ಅರ್ಪಿಸುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಇದು ಧರ್ಮವಲ್ಲವೇ? ಇದು ನನ್ನ ಮಲಿನತೆಗಳ ಸಂಗ್ರಹವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲವೇ? ಮತ್ತು ನನ್ನ ಪುಣ್ಯಗಳ ಬ್ಯಾಂಕ್ ಬ್ಯಾಲೆನ್ಸ್‌ನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುವುದಿಲ್ಲವೆ?

ಗೋಯಂಕಾಜಿ : ಇದು ಸರಿಯಾದ ಪ್ರಶ್ನೆ. ಪೂಜೆ ಎಂದರೆ ಏನು, ದೇವರುಗಳಿಗೆ ಕಾಣಿಕೆಗಳನ್ನು ಅರ್ಪಿಸುವುದು ಎಂದರೆ ಏನು ಎಂಬುದನ್ನು ನಾವು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳೋಣ. ಒಂದು ವಿಗ್ರಹವನ್ನು ದೇವರು ಎಂದು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ, ಅದಕ್ಕೆ ಹೂವುಗಳನ್ನು ಅರ್ಪಿಸುತ್ತೇವೆ, ದೀಪಗಳನ್ನು ಹಚ್ಚುತ್ತೇವೆ ಮತ್ತು ನಾವು ಪೂಜೆ ಸಲ್ಲಿಸಿದ್ದೇವೆ ಎಂದು ಆಲೋಚಿಸುತ್ತೇವೆ. ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯಿಂದ ಅಥವಾ ದೇವರಿಂದ ಯಾವುದಾದರೂ ವಿದ್ಯೆ ಅಥವಾ ಇನ್ನ್ಯಾವುದನ್ನೋ ಪಡೆದುಕೊಂಡರೆ, ಅದನ್ನು ಮೈಗೂಡಿಸಿಕೊಂಡು ನಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಪುರಾತನ ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಒಂದು ಪದ್ಧತಿಯಾಗಿತ್ತು. ಇದು ಕೊಟ್ಟವರಿಗೆ ತೋರಿಸುವ ಅತ್ಯುನ್ನತ ಗೌರವದ ಸಂಕೇತವಾಗಿತ್ತು. ಅದರೆ ಅವರು ನಮಗೆ ಕೊಟ್ಟಿರುವುದನ್ನು ಮೈಗೂಡಿಸಿಕೊಳ್ಳದೆ, ನಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳದೆ, "ನೀವು ಸ್ತುತ್ಯಾರ್ಹರು, ಸಂಪೂರ್ಣ ಅರಿವನ್ನು ಪಡೆದವರು" ಎಂದು ಮುಂತಾಗಿ ಹೊಗಳಿದರೆ, ಆಗ ನಾವು ಏನನ್ನು ಗಳಿಸುತ್ತೇವೆ? ಏನನ್ನೂ ಇಲ್ಲ! ತಲೆಬಗ್ಗಿಸಿ, ಹೂವು ಮುಂತಾದವುಗಳನ್ನು ಅರ್ಪಿಸಿ, ಕೊನೆಯಿಲ್ಲದಂತೆ ಹೊಗಳಬೇಕು ಎಂದು ದೇವರು ನಮ್ಮನ್ನು ಬಯಸುತ್ತಾನೆಯೇ? ಪ್ರಕೃತಿಯ ನಿಯಮಗಳನ್ನು, ಎಂದೆಂದಿಗೂ ಇರುವ ಧರ್ಮವನ್ನು ನಾವು ಅನುಸರಿಸಬೇಕು ಎಂಬುದನ್ನು ದೇವರು ಬಯಸುತ್ತಾನೆ. ಇದು ನಿಜವಾದ ಪೂಜೆ, ಅವನಿಗೆ ನಿಜವಾದ ಅರ್ಪಣೆ. ನಿಮ್ಮ ಮಲನತೆಗಳನ್ನು ಕಡಿಮೆಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ ಈ ಪೂಜೆಯು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಅತ್ಯುನ್ನತ ಕಲ್ಯಾಣಕ್ಕೆ ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗುತ್ತದೆ. ಇಲ್ಲವಾದರೆ, ನೀವು ನಿಜವಾದ ಪೂಜೆ ಮಾಡಿದ್ದೀರಿ ಎಂಬ ಭ್ರಮೆಯಲ್ಲಿ ಇಡೀ ಜೀವಮಾನವನ್ನು ಕಳೆಯುತ್ತೀರಿ.

ಪ್ರಶ್ನೆ : ವಿಪಶ್ಯನ ಧ್ಯಾನವು ಖಿನ್ನತೆ ಇರುವವರಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆಯೇ?

ಗೋಯಂಕಾಜಿ : ಪುರಾತನ ಭಾರತದ ಋಷಿಮುನಿಗಳು ಮಹಾನ್ ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳ ತರಹ ಸಂಶೋಧಿಸಿದರು. ಯಾವುದೇ ಮಲಿನತೆ ನಮ್ಮೊಳಗೆ ಉದಯವಾದರೆ, ಅದು ರಾಗವಿರಲಿ ಅಥವಾ ದ್ವೇಷವಿರಲಿ, ಮತ್ಸರ ಅಥವಾ ಖಿನ್ನತೆ, ಯಾವುದೇ ಬರಲಿ, ಹೊರಗಿನ ಘಟನೆ ಅದಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗಿದೆ ಎಂದು ತೋರುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಇದು ನಿಜವಲ್ಲ. ಹೊರಗಡೆ ಒಂದು ಘಟನೆ ನಡೆದಾಗ, ಅದು ನಮ್ಮ ಕಣ್ಣುಗಳು, ಕಿವಿಗಳು, ಮೂಗು, ಚರ್ಮ ಅಥವಾ ಮನಸ್ಸಿನ ಸಂಪರ್ಕಕ್ಕೆ ಬಂದು ಸಂವೇದನೆಯನ್ನು ಉತ್ಪತ್ತಿ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಮಲಿನತೆಗಳಿಗೆ ಎಡೆಮಾಡಿಕೊಡುವ ಈ ಸಂವೇದನೆಯನ್ನು ನಾವು ಇಷ್ಟಪಡುತ್ತೇವೆ ಅಥವಾ ಇಷ್ಟಪಡುವುದಿಲ್ಲ. ನಮಗೆ ಇಷ್ಟವಾಗದ ಘಟನೆ ನಡೆದಿದ್ದರಿಂದ ನಾವು ಖಿನ್ನರಾಗಿದ್ದೇವೆ ಎಂದು ನಮಗನಿಸಬಹುದು. ಇದು ಕೇವಲ ಮೇಲ್ನೋಟದ ಸತ್ಯ, ಕೇವಲ ಹೊರಗಿನದು. ಹೊರಗಿನ ಪ್ರಚೋದಕದ ಫಲವಾಗಿ ನಮ್ಮ ದೇಹದ ಮೇಲೆ ಬಂದಿರುವ ಸಂವೇದನೆಯೇ ಈ ಖಿನ್ನತೆಯ ಹಿಂದಿನ ಕಾರಣ ಎಂಬುದು ನಿಜವಾದ ಸತ್ಯ. ಈ ಸಂವೇದನೆಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸುವುದನ್ನು ನಾವು ಕಲಿತಾಗ, ಅಥವಾ ಭಗವಾನ್ ಮಹಾವೀರರ ಮಾತುಗಳಲ್ಲಿ ಹೇಳುವುದಾದರೆ, ***ಸಂಧಿಮ್ ವಿದಿತ್ತಾ*** ಅಂದರೆ ಸಂಗಮಸ್ಥಾನವನ್ನು ಗಮನಿಸುವುದನ್ನು ಕಲಿತಾಗ– ಅಂದರೆ ಶರೀರ ಮತ್ತು ಮನಸ್ಸು ರಾಗ ಮತ್ತು ದ್ವೇಷ ಕೂಡುವ ಸ್ಥಾನವನ್ನು ಗಮನಿಸಿದಾಗ – ಅದು ಎಷ್ಟೊಂದು ಕ್ಷಣಿಕ, ಎಷ್ಟೊಂದು ಅಶಾಶ್ವತ ಎಂಬುದನ್ನು ತಿಳಿಯುತ್ತೇವೆ. ಮತ್ತು ನಾವು ಯಾವುದಕ್ಕೆ ಅಂಟಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ ಅಥವಾ ಯಾವುದನ್ನು ದ್ವೇಷಿಸುತ್ತೇವೆ ಎಂಬ ಆಳವಾದ ಸತ್ಯವನ್ನು ಮನಗಾಣುತ್ತೇವೆ. ಭಗವಾನ್ ಬುದ್ಧರು ಹೇಳಿದಂತೆ : ***ಸಬ್ಬೇ ಸಂಖಾರಾ ಅನಿಚ್ಚಾ ತಿ, ಯದಾ ಪನ್ನಾಯ ಪಸ್ಸತಿ.*** ಅಂದರೆ, ಉದಯವಾಗುವುದೆಲ್ಲವೂ, ನಾಶವಾಗುತ್ತದೆ; ಯಾವುದೂ ಶಾಶ್ವತವಲ್ಲ. ಹಾಗಾದರೆ, ಯಾರು ಅಥವಾ ಯಾವುದರ ಬಗ್ಗೆ ನಾನು ಅಂಟಿಕೊಳ್ಳುವ ಅಥವಾ ಖಿನ್ನತೆಗೊಳಗಾಗುವ ಭಾವನೆ ಹೊಂದಿದ್ದೇನೆ. ಈ ಸತ್ಯವನ್ನು ಗಮನಿಸುವುದು ನಮ್ಮನ್ನು ಬಲಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಖಿನ್ನತೆಯ ಭಾವ ಕಡಿಮೆಯಾಗಲು ಆರಂಭವಾಗಿ ಅದು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಕರಗಿಹೋಗುವ ತನಕ ಮುಂದುವರಿಯುತ್ತದೆ. ಈ ರೀತಿಯಾಗಿ ಲೆಕ್ಕವಿಲ್ಲದಷ್ಟು ಜನರು ಖಿನ್ನತೆಯಿಂದ ಹೊರಬಂದಿದ್ದಾರೆ.

ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಮದ್ಯವ್ಯಸನಿ ನಮ್ಮ ಹತ್ತಿರ ಬಂದು ಹೇಳುತ್ತಾನೆ, ನಾನು ಎಷ್ಟೇ ಪ್ರಯತ್ನಪಟ್ಟರೂ ಈ ಚಟದಿಂದ ಹೊರಬರಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಿಲ್ಲ. ಮದ್ಯದ ಈ ಚಟ ಕೇವಲ ಮೇಲ್ನೋಟದ ಸತ್ಯ ಎಂದು ನಾವು ಹೇಳುತ್ತೇವೆ. ವಾಸ್ತವವಾಗಿ, ನೀವು ಮದ್ಯ ಸೇವಿಸುವುದರಿಂದ ಬರುವ ಸಂವೇದನೆಗಳು ಮನಸ್ಸಿಗೆ ತುಂಬಾ ಪ್ರಿಯವಾಗುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಆಕರ್ಷಣೀಯವಾಗಿರುತ್ತವೆ. ಆ ಸಂವೇದನೆಗಳನ್ನು ನಿರಂತರವಾಗಿ ಅನುಭವಿಸಬೇಕೆಂಬ ನಿಮ್ಮ ಬಯಕೆ, ಮದ್ಯಸೇವನೆಯ ಬಯಕೆಯನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸುತ್ತದೆ. ಈ ಸಂವೇದನೆಗಳನ್ನು ಸಮತೆಯಿಂದ ಮತ್ತು ವಸ್ತುನಿಷ್ಠವಾಗಿ ಗಮನಿಸಲು ನೀವು ಪ್ರಾರಂಭ ಮಾಡಿದ ದಿನವೇ ನೀವು ಕುಡಿತದ ಚಟಕ್ಕೆ ಅಂಟಿಕೊಂಡಿರುವುದು ಕರಗಲು ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುವ ದಿನ ಮತ್ತು ನೀವು ಕುಡಿತದ ಚಟದಿಂದ ಹೊರಬರಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುವ ದಿನ. ಈ ರೀತಿ ಮಾಡುತ್ತಾ ಅನೇಕ ಜನರು ಮದ್ಯದ ಚಟದಿಂದ ಹೊರಬಂದಿದ್ದಾರೆ. ಈ ಕೆಲಸ ಕೇವಲ ಉಪನ್ಯಾಸಗಳಿಂದ ಆಗುವಂತಹದಲ್ಲ. ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಕೆಲಸ ಮಾಡಬೇಕು ಮತ್ತು ಕಠಿಣ ಪರಿಶ್ರಮ ಪಡಬೇಕು.

ಪ್ರಶ್ನೆ : ಧರ್ಮ ಮತ್ತು ಪಂಥ, ಇವೆರಡರ ಮಧ್ಯದ ವ್ಯತ್ಯಾಸವನ್ನು ನೀವು ಅನೇಕ ಬಾರಿ ಸ್ಪಷ್ಟಪಡಿಸಿದ್ದೀರಿ. ದಯವಿಟ್ಟು ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ಸ್ಪಷ್ಟಪಡಿಸಿ. ಪಂಥೀಯ ಧಾರ್ಮಿಕ ಮೂಲಭೂತವಾದದ ವಿಷವು ಮಾನವನ ಇಡೀ ನಾಗರೀಕತೆಯನ್ನೇ ನಾಶಮಾಡುವಂತೆ ತೋರುತ್ತದೆ. ಇದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವೇ?

ಗೋಯಂಕಾಜಿ : ಹೌದು, ಧರ್ಮ ಎಂದರೆ ಏನು ಮತ್ತು ಪಂಥೀಯತೆ ಎಂದರೆ ಏನು ಎಂಬುದನ್ನು ವಿವರಿಸುವುದು ನಮ್ಮ ಕರ್ತವ್ಯವಾಗಿದೆ. ಪರಿಶುದ್ಧ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಧರ್ಮ ಬಂದಾಗ, ಬಹಳ ಬೇಗ ಅದು ತನ್ನ ಗುಣಗಳನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಂಡು ಒಂದು ಪಂಥವಾಗಿ ಪರಿವರ್ತನೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಪಂಥ ಮತ್ತು ಧರ್ಮದ ಮಧ್ಯೆ ಇರುವ ವ್ಯತ್ಯಾಸವನ್ನು ಸ್ಪಷ್ಟಪಡಿಸಿ ಪ್ರಪಂಚದಾದ್ಯಂತ ಮತ್ತು ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಭಾರತದಂತಹ ದೇಶದಲ್ಲಿ, ಅನೇಕ ಪಂಥಗಳು ಮತ್ತು ಅವುಗಳ ಸಂಘರ್ಷದಿಂದ ಆಗಬಹುದಾದಂತಹ ದುರಂತವನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡಬೇಕು. ಆದರೆ ಸಮಸ್ಯೆ ಒಂದಿಲ್ಲೊಂದು ರೂಪದಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲಾ ಕಡೆ ಇದೆ. ವಿಪಶ್ಯನದ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುವ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಧರ್ಮ ಎಂದರೆ ಏನು ಎಂಬುದು ಬಹಳ ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗುತ್ತದೆ. ಧರ್ಮ ಎಂದರೆ ಪ್ರಕೃತಿಯ ನಿಯಮ. ಧರ್ಮ ಯಾವಾಗಲೂ ಸಾರ್ವತ್ರಿಕ, ಪ್ರಕೃತಿಯ ನಿಯಮವೂ ಸಾರ್ವತ್ರಿಕ. ಪಂಥೀಯ ವಿಷಯಗಳು ಎಂದಿಗೂ ಸಾರ್ವತ್ರಿಕವಾಗಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಅವು ಒಂದಕ್ಕಿಂತ ಒಂದು ಭಿನ್ನ. ವಿಪಶ್ಯನದ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುವವರಿಗೆ ಅದು ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗುತ್ತದೆ. "ನೋಡು, ನಾನು ನನ್ನ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಮಲಿನಗೊಳಿಸಿಕೊಂಡಾಗ, ಪ್ರಕೃತಿಯು ಈಗಲೇ ಮತ್ತ ಇಲ್ಲೇ ನನ್ನನ್ನು ಶಿಕ್ಷಿಸುತ್ತದೆ. ಶಿಕ್ಷೆ ಬರಲು ಮುಂದಿನ ಜನ್ಮದ ತನಕ ಕಾಯಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ. ಅದೇ ತರಹ, ನಾನು ನನ್ನ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಶುದ್ಧಿ ಮಾಡಿಕೊಂಡಂತೆ ನನಗೆ ಬಹುಮಾನ ಸಿಗುತ್ತದೆ. ನಾನು ಈಗಲೇ ಇಲ್ಲಿಯೇ ಬಹುಮಾನ ಪಡೆಯುತ್ತೇನೆ. ಇದು ಪ್ರಕೃತಿಯ ನಿಯಮ, ಇದು ಧರ್ಮ.

ವಾಚಿಕ, ಮಾನಸಿಕ ಮತ್ತು ದೈಹಿಕವಾಗಿ ನಾವು ಪರಿಶುದ್ಧವಾದ ಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿದರೆ, ಖಂಡಿತವಾಗಿ ನಾವು ಧರ್ಮದ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿದ್ದೇವೆ ಮತ್ತು ನಾವು ಇತರರಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತೇವೆ. ಇಲ್ಲ ಅಂದರೆ, ನಾವು ಹಾನಿಗೊಳಗಾಗುತ್ತೇವೆ ಮತ್ತು ನಾವು ಇತರರಿಗೂ ಹಾನಿಮಾಡುತ್ತೇವೆ. ಧರ್ಮ ಮತ್ತು ಪಂಥ ಇವುಗಳ ಮಧ್ಯೆ ಇರುವ ಬಹಳ ಸರಳವಾದ ಈ ವ್ಯತ್ಯಾಸ ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಬೇಕು. ವಿಪಶ್ಯನದ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುವವರಿಗೆ ಅವರು ವಿಪಶ್ಯನದಲ್ಲಿ ಪ್ರಗತಿ ಹೊಂದುತ್ತಿದ್ದಾರೋ ಅಥವಾ ಇಲ್ಲವೋ ಎಂಬುದಕ್ಕೆ ಒಂದು ಮಾನದಂಡವಿದೆ. ಅದೆಂದರೆ, ಪಂಥೀಯ ನಂಬಿಕೆಗಳಿಗೆ, ತತ್ವ ಸಿದ್ಧಾಂತಗಳಿಗೆ, ಪಂಥೀಯ ವಿಧಿಗಳು ಮತ್ತು ನಿತ್ಯಾಚರಣೆಗಳಿಗೆ, ಪಂಥೀಯ ಧಾರ್ಮಿಕ ಉತ್ಸವಗಳು, ಮುಂತಾದವಕ್ಕೆ ಅಂಟಿಕೊಂಡಿರುವುದು ಕರಗುತ್ತಿದೆಯೇ ಅಥವಾ ಇಲ್ಲವೇ ಎಂಬುದು. ಬಂಧನ ಇನ್ನೂ ಬಹಳ ಗಟ್ಟಿಯಾಗಿದ್ದರೆ, "ನಾನು ವಿಪಶ್ಯನದಲ್ಲಿ ಪ್ರಗತಿ ಹೊಂದುತ್ತಿದ್ದೇನೆ" ಎಂದು ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಭಾವಿಸಬಹುದು. ಆದರೆ ವಾಸ್ತವವಾಗಿ ಈ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ವಿಪಶ್ಯನದಲ್ಲಿ ಪ್ರಗತಿ ಹೊಂದುತ್ತಿಲ್ಲ. ಯಾರಾದರು ವಿಪಶ್ಯನದಲ್ಲಿ ಪ್ರಗತಿ ಹೊಂದಿದರೆ, ಸ್ವಾಭಾವಿಕವಾಗಿ, ಯಾವುದೇ ಪ್ರಯತ್ನವಿಲ್ಲದೆ, ಎಲ್ಲಾ

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.

ಬಂಧನಗಳು ಹೊರಟು ಹೋಗುತ್ತವೆ. ಏಕೆಂದರೆ, ನಿಜವಾದ ಸಾರ್ವತ್ರಿಕ ಧರ್ಮ ಯಾವುದು ಎಂಬುದನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡಿದ್ದಾನೆ. ಇದನ್ನು ಜನರ ಮೇಲೆ ಬಲವಂತವಾಗಿ ಹೇರಕೂಡದು. ಇಡೀ ಪ್ರಪಂಚವೇ ವಿಪಶ್ಯನದ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಲಿ ಎಂದು ನಿರೀಕ್ಷಿಸುವುದು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಪ್ರಕೃತಿಯ ನಿಯಮವನ್ನು ಜನರು ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷ ಅನುಭವಿಸಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದಾಗ ನಿಜವಾದ ಪರಿಹಾರ ಸಿಗುತ್ತದೆ; ಸಾಧನೆಯಿಂದ ಮಾತ್ರ ಅದು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮ ಕೆಲಸವೆಂದರೆ, ಧರ್ಮ ಎಂದರೆ ಏನು, ಪಂಥ ಎಂದರೆ ಏನು ಎಂದು ಜನರಿಗೆ ವಿವರಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಅವರೇ ಸ್ವತಃ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿ ಅನುಭವಿಸಲು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸುವುದು. (ಫಾರ್ ದಿ ಬೆನಿಫಿಟ್ ಆಫ್ ಮೆನಿ, ಪುಟ 60-61)

ವಾರದ ಒಂದು ಗಂಟೆಯ ಸಾಮೂಹಿಕ ಸಾಧನಾ ಶಿಬಿರಗಳ ಮಾಹಿತಿ

ಬೆಂಗಳೂರು: 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

ದಾವಣಗೆರೆ: ಪ್ರತಿ ಶನಿವಾರ ಸಾಯಂಕಾಲ 5 ರಿಂದ 6 ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ: 9448588789, 9844245111, 9986962762. **ಬಳ್ಳಾರಿ:** ಪ್ರತಿ ಗುರುವಾರ ಸಾಯಂಕಾಲ 6 ರಿಂದ 7, ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ: 9986677012, **ಬೀದರ್:** ಪ್ರತಿ ಭಾನುವಾರ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 9 ರಿಂದ 10 ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ: 9480240088, 9449556529, **ಧಾರವಾಡ:** ಪ್ರತಿ ಭಾನುವಾರ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 8 ರಿಂದ 9 ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ: 9035032422, 9483483437, 7406934095, **ಬೆಳಗಾವಿ:** ಪ್ರತಿ ಭಾನುವಾರ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 7 ಇಂದ 8 ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ: 9483285511, 9448591755, **ತೀರ್ಥಹಳ್ಳಿ:** ಪ್ರತಿ ಭಾನುವಾರ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 10.30 ರಿಂದ 11.30 ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ: 9448814196, **ಮಂಗಳೂರು:** ಪ್ರತಿ ಭಾನುವಾರ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 8 ರಿಂದ 9 ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ: 9900736473

ಕರ್ನಾಟಕದ ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಮಕ್ಕಳ ಶಿಬಿರಗಳು : ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಮಕ್ಕಳಿಗಾಗಿ ಇಂಗ್ಲೀಷ್ ಮತ್ತು ಕನ್ನಡ ಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ 70 ನಿಮಿಷದ ಆನಾಪಾನ ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಹೇಳಿಕೊಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ಸಂಪರ್ಕ ಸಂಖ್ಯೆಗಳು: 9880421155 / 9480581708 / 8762086089

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. **ಟೀನೇಜರ್ಸ್ ಕೋರ್ಸ್** (ವಯಸ್ಸು 15–19ವರ್ಷ)ಹೆಣ್ಣುಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಮಾತ್ರ. ಮೇ16–24.**ಸತಿಪಠ್ಠಾನ ಶಿಬಿರಗಳು:** 18–27 ಏಪ್ರಿಲ್, 22–30 ಆಗಸ್ಟ್. **ಒಂದು ದಿನದ ಶಿಬಿರ:** ಪ್ರತಿ ಭಾನುವಾರ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 10ರಿಂದ ಸಾಯಂಕಾಲ 4 ಗಂಟೆ. **ಮಕ್ಕಳ ಶಿಬಿರ:** ಪ್ರತಿ ತಿಂಗಳು ಯಾವುದಾದರೂ ಒಂದು ಭಾನುವಾರ. **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. ಮೊಬೈಲ್: 7829912733, 8861644284, 9972588377,
ಇ–ಮೇಲ್:info@paphulla.dhamma.org;
website: www.dhamma.org.

ಒಂದು ದಿನದ ಶಿಬಿರಗಳ ಮಾಹಿತಿ

ಬೆಂಗಳೂರು: ಪ್ರತಿ ಭಾನುವಾರ 10 ರಿಂದ 4 ಗಂಟೆ, ಧಮ್ಮ ಪಫುಲ್ಲ, ಆಲೂರು. **ಮೈಸೂರು:** ಪ್ರತಿ ತಿಂಗಳು 4ನೇ ಭಾನುವಾರ. ಸಂಪರ್ಕ ಸಂಖ್ಯೆಗಳು: 7829912733, 9060300558, 880519658. **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, **ಲೋಕಾಪುರ(ಬಾಗಲಕೋಟೆ):** ಮೊದಲ ಅಥವಾ ಎರಡನೇ ಭಾನುವಾರ ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ: 9741275657

ಹತ್ತು ದಿನದ ವಿಪಶ್ಯನ ಧ್ಯಾನ ಶಿಬಿರಗಳು

ದಾವಣಗೆರೆ : 19–04–2018ರಿಂದ 30–04–2018. ಸ್ಥಳ: ಸೋಮೇಶ್ವರ ವಿದ್ಯಾಲಯ ವಸತಿ ಶಾಲೆ, ಗೋಣಿವಾಡ, ಚನ್ನಗಿರಿ ರಸ್ತೆ. ಶಿಬಿರದ ನಿಯಮಗಳನ್ನು ತಿಳಿದು ಹೆಸರು ನೋಂದಾಯಿಸಲು ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ: 9448588789, 9844245111, 9986962762.

ಬಳ್ಳಾರಿ : 12–05–2018 ರಿಂದ 23–05–2018. ಸ್ಥಳ: ಶ್ರೀ ಚೈತನ್ಯ ಪಿ.ಯು.ವಸತಿ ಕಾಲೇಜ್, ಸಿರಿಗುಪ್ಪ ರಸ್ತೆ. ಶಿಬಿರದ ನಿಯಮಗಳನ್ನು ತಿಳಿದು ಹೆಸರು ನೋಂದಾಯಿಸಲು ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ: 9448769959, 9986677012, 9448781836.

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.