

ಧಮ್ಮ ಪದಗಳು

ಯೇಸಂಚ ಸುಸಮಾರದ್ಧಾ,
ನಿಚ್ಛಂ ಕಾಯಗತಾ ಸತಿ ;
ಅಕಿಚ್ಛಂ ತೇ ನ ಸೇವಂತಿ,
ಕಿಚ್ಛೇ ಸಾತಚ್ಛಕಾರಿನೋ ;
ಸತಾನಂ ಸಂಪಜಾನಾನಂ,
ಅತ್ಥಂ ಗಚ್ಛಂತಿ ಆಸವಾ.

ಶರೀರದ ನಿಜ ಸ್ವಭಾವದ ಮೇಲೆ ಶ್ರದ್ಧೆಯಿಂದ ಯಾವಾಗಲೂ
ಯಾರು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತಾರೋ; ಮಾಡಬಾರದ್ದನ್ನು
ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲವೋ; ಮತ್ತು ಮಾಡಬೇಕಾದದ್ದನ್ನು
ದೃಢನಿಷ್ಠೆಯಿಂದ ಮಾಡುವರೋ ; ನಿರಂತರವಾಗಿ ಪರಿಪೂರ್ಣವಾಗಿ
ಅಶಾಶ್ವತತೆಯನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಅರಿಯುತ್ತಾರೋ
ಅಂತಹವರ ಮನಸ್ಸಿನ ಮಲಿನತೆಗಳು ನಾಶವಾಗಿ ಹೋಗುವವು.

ಧಮ್ಮಪದ -293, ಪಕಿನ್ನಾಕ-ವಗ್ಗೋ

ಪೂಜ್ಯ ಗೋಯಂಕಾಜಿಯವರ ಆತ್ಮಕಥನ
ಭಾಗ-13

(ಈ ಹಿಂದಿನ ಭಾಗಗಳು, ವಿಶ್ವವಿಖ್ಯಾತ ವಿಪಶ್ಯನ ಆಚಾರ್ಯರಾದ ಶ್ರೀ ಸತ್ಯನಾರಾಯಣ ಗೋಯಂಕರವರು ವಿಪಶ್ಯನ ಧ್ಯಾನದ ಸಂಪರ್ಕಕ್ಕೆ ಬರುವ ಮುಂಚಿನ ಮತ್ತು ಬಂದ ನಂತರದ ಅವರ ವ್ಯಕ್ತಿ ಚಿತ್ರಣವನ್ನು ನೀಡಿದ್ದವು. ಇಲ್ಲಿಂದ ಮುಂದಿನ ಭಾಗಗಳು ಅವರು ಭಾರತದಲ್ಲಿ ವಿಪಶ್ಯನ ಶಿಬಿರಗಳನ್ನು ನಡೆಸಿದ್ದರ ಕುರಿತಾಗಿವೆ. ಇತರರಿಗೆ ಪ್ರೇರಣೆ ನೀಡಬಹುದು ಎಂಬ ಉದ್ದೇಶದಿಂದ ಈ ಮಾಲಿಕೆಯನ್ನು ಅವರ ಆತ್ಮಕಥನದಿಂದ ಕೊಡುತ್ತಿದ್ದೇವೆ)

(ಫೆಬ್ರವರಿ 2020ರ ಇಂಗ್ಲಿಷ್ ವಿಪಶ್ಯನ ವಾರ್ತಾಪತ್ರದಿಂದ ಅನುವಾದಿಸಲಾಗಿದೆ.)

ಬುದ್ಧರ ಬೋಧನೆಯು ಅಸ್ತಿತ್ವದ ನಿರಾಕಾರಣೆ ಮಾತ್ರವಲ್ಲ

ಬುದ್ಧರ ಮೂಲ ಬೋಧನೆಗಳು ಮತ್ತು ವಿಪಶ್ಯನದ ಅಭ್ಯಾಸವು ದೇಶದಲ್ಲಿ ಇಲ್ಲದ್ದರಿಂದ, ಮತ್ತೊಂದು ತಪ್ಪು ಅಭಿಪ್ರಾಯವು ವ್ಯಾಪಕವಾಗಿ ಹರಡಿತು. ಅದೆಂದರೆ, ಅವರ ಬೋಧನೆಯ ಆಧಾರವೇ ಅಸ್ತಿತ್ವದ ನಿರಾಕಾರಣೆ. ಸಾಮಾನ್ಯ ಮನುಷ್ಯ ಅಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ, ಚಿಂತಕರು ಮತ್ತು ವಿದ್ವಾಂಸರೂ ಈ ಅಭಿಪ್ರಾಯವನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದರು. ಬುದ್ಧರನ್ನು ಅಗಾಧವಾಗಿ ಗೌರವಿಸುತ್ತಿದ್ದ ಮಹಾಜ್ಞಾನಿಯಾಗಿದ್ದ ವಿವೇಕಾನಂದರಂತಹವರೂ ಬುದ್ಧರ ಬೋಧನೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಈ ಮುಂದಿನ ಅಭಿಪ್ರಾಯ ಹೊಂದಿದ್ದರು:

“ಧರ್ಮವು ಮಹತ್ವಾಕಾಂಕ್ಷಿಗಳಿಗೆ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಪ್ರಚೋದನೆ ನೀಡುವ ವಿಷಯ, (ಅಸ್ತಿತ್ವದಲ್ಲಿರುವ ಸ್ಥಿತಿಗಳನ್ನು) ನಿರಾಕರಿಸುತ್ತಾ ಗೋಳಾಡುವುದಲ್ಲ... ಯಾವುದೇ ಧರ್ಮವು ನಿರಾಕರಣೆಯ ಅಂಶಗಳಿಗೆ ಅತೀವ ಒತ್ತುಕೊಟ್ಟರೆ, ಆಗ ಅದು ಅಂತಿಮವಾಗಿ ನಿರ್ನಾಮವಾಗುವ ಅತ್ಯಂತ ನಿಜವಾದ ಅಪಾಯವಿದೆ. ಸಕಾರಾತ್ಮಕ, ರೋಮಾಂಚಕ, ಸೃಜನಾತ್ಮಕ ಅಂಶಗಳು ಮಾತ್ರ ಉಳಿಯುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಹುಲುಸಾಗಿ ವೃದ್ಧಿಯಾಗುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಈ ಅಂಶಗಳ ಮೇಲೆ ಒತ್ತು ಕೊಡಬೇಕು.”

ವಿಪಶ್ಯನದ ಸಂಪರ್ಕಕ್ಕೆ ಬರುವ ಮೊದಲು, ಪ್ರಮುಖ ವಿದ್ವಾಂಸರ ಇಂತಹ ಆಲೋಚನೆಗಳಿಗೆ ನಿರಂತರವಾಗಿ ತೆರೆದುಕೊಂಡದ್ದರಿಂದ, ನಾನು ಸಹ ದಾರಿ ತಪ್ಪಿದ್ದೆ. ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಏಕೆ ಬುದ್ಧರು ಅಸ್ತಿತ್ವದ ನಿರಾಕರಣೆಗೆ ಅಷ್ಟೊಂದು ಮಹತ್ವ ಕೊಟ್ಟರು? ನಾನು ಚಿಂತಿಸಿದೆ. ಆತ್ಮೋದ್ಧಾರಕ್ಕೆ ಮಾರ್ಗ ತೋರುವ, ಉತ್ತಮಗೊಳಿಸುವ, ಸತ್ಯತೆಯ-ಅರಿವಿನ- ಪರಮಾನಂದ ಎಂಬ (ಸತ್-ಚಿತ್-ಆನಂದ) ಪ್ರಧಾನ ವಸ್ತುವಿನಿಂದ, ಧರ್ಮದ ಅಗ್ರಗಣ್ಯ ನುಡಿಗಟ್ಟಿನಿಂದ ವಿಮುಖರಾಗಿ, ಏಕೆ ಅವರು ಅಶಾಶ್ವತತೆ, ದುಃಖ ಮತ್ತು

ಅನಾತ್ಮತೆ (ಅನಿಚ್ಛ, ದುಃಖ ಮತ್ತು ಅನತ್ತಾ) ಎಂಬ ವಾಸ್ತವಿಕ ಸತ್ಯಕ್ಕೆ ಅಷ್ಟೊಂದು ಮಹತ್ವ ಕೊಟ್ಟರು. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ಉದ್ಧಾರ ಮಾಡುವ, ರೋಮಾಂಚನಗೊಳಿಸುವ ಯಾವಾಗಲೂ ಸತ್ಯವನ್ನೇ ಹೇಳು (ಸತ್ಯಂ ವದ), ಎಂಬ (ಹಿಂದೂ) ಧರ್ಮಗ್ರಂಥಗಳ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಬೋಧನೆಗೆ ಬದಲಾಗಿ ನಿರಾಕರಣೆಯ, ಸುಳ್ಳು ಹೇಳದಿರುವ, ಬೋಧನೆಯನ್ನು ಏಕೆ ಕೊಟ್ಟರು? ಇಂತಹ ಚಿಂತನೆಗಳು, ನನ್ನ ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ಕಲಿಕೆಗೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಮಹತ್ವ ಕೊಟ್ಟು, ಬುದ್ಧರ ಉದಾತ್ತ ಗುಣದ ಬೋಧನೆಗಳಿಗೆ ಕೆಳಗಿನ ಸ್ಥಾನ ಕೊಟ್ಟಿದ್ದವು. ನಾನು ಬುದ್ಧರ ಮೂಲ ಬೋಧನೆಗಳನ್ನು ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಿದಾಗ ಮತ್ತು ವಿಪಶ್ಯನ ಧ್ಯಾನದ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದಾಗ ಗೊಂದಲದ ಮೋಡಗಳು ಚದುರಿಹೋದವು. ಧರ್ಮದ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಮತ್ತು ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಅಂಶಗಳು, ಎರಡನ್ನೂ ಬುದ್ಧರು ಬೋಧಿಸುತ್ತಾರೆ ಎಂಬುದನ್ನು ನಾನು ಮನಗಂಡೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಧಮ್ಮಪದ ಪದ್ಯ 183ರಲ್ಲಿ :

ಸಬ್ಬಜಾಪಸ್ಸ ಅಕರಣಂ- ಪಾಪಕೃತ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ತೊಡಗಬೇಡ-ಇದು ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಹೇಳಿಕೆ.

ಕುಸಲಸ್ಸ ಉಪಸಂಪದಾ-ಒಳ್ಳೆಯ ಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಉತ್ತಮಗೊಳಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ -ಇದು ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಹೇಳಿಕೆ

ಸಚಿತ್ತ ಪರಿಯೋದಪನಂ - ನಿಮ್ಮ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಪೂರ್ಣ ಶುದ್ಧಿ ಮಾಡಿ- ಇದು ಸಹ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಹೇಳಿಕೆ.

ಹಾಗಾದರೆ, ಬುದ್ಧರ ಬೋಧನೆಗಳು ಕೇವಲ ನಿರಾಕರಣೆ ಮತ್ತು ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಯನ್ನು ಮಾತ್ರ ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸುತ್ತವೆ ಎಂದು ಯಾರಾದರೂ ಹೇಳಬಹುದೇ? ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಮತ್ತು ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಎರಡೂ ಇಲ್ಲಿ ತಮ್ಮ ಯುಕ್ತವಾದ ಸ್ಥಾನವನ್ನು ಪಡೆದಿವೆ.

ಧರ್ಮ ಮತ್ತು ವಿನಯ

ಸುಮಾರು 2600 ವರ್ಷಗಳ ಹಿಂದೆ ಉತ್ತರ ಭಾರತದಲ್ಲಿ, ‘ಧರ್ಮ’ ಶಬ್ದವು ಅನೇಕ ಅರ್ಥಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿತ್ತು. ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದು ಅರ್ಥ, ಅದು ಈಗಲೂ ಪ್ರಚಲಿತವಿದೆ, ಮಾಡಲು ಯೋಗ್ಯವಾದುದು(ಕರಣೀಯ) ಎಂಬುದು. ಇನ್ನೊಂದು ಶಬ್ದ, ‘ವಿನಯ’. ಇದು ಅದರ ಅರ್ಥ ವಿನಯ ಮತ್ತು ಸುಸಂಸ್ಕೃತತೆ, ಜೊತೆಗೆ ದೇವರುಗಳನ್ನು ಪೂಜಿಸುವುದು ಅಥವಾ ಸ್ತುತಿಸುವುದು. ಆದರೆ ಆಗಿನ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಈ ಶಬ್ದವು, ಸಂಯಮಗೊಳಿಸು ಅಥವಾ ತ್ಯಜಿಸು ಎಂಬ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಭಿನ್ನವಾದ ಅರ್ಥವನ್ನು ಹೊಂದಿತ್ತು. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ‘ಸತಿಪಚ್ಛಾನ ಸುತ್ತ’ದಲ್ಲಿ ನಾವು ನೋಡುತ್ತೇವೆ :

“ವಿನಯ್ಯ ಲೋಕೇ ಅಭಿಜ್ಞಾ ದೋಷವನಸ್ಸಂ”

“ರಾಗ ಮತ್ತು ದ್ವೇಷವನ್ನು ತ್ಯಜಿಸುವುದು”

‘ಧರ್ಮ’ದ ಅರ್ಥವು, ಯೋಗ್ಯವಾದ ಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ಮಾಡುವುದಾದರೆ, ‘ವಿನಯ’ದ ಅರ್ಥವು, ತ್ಯಜಿಸಬೇಕಾದ ಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ತ್ಯಜಿಸು (ಅಕರಣೀಯ) ಎಂಬುದು. ಹಾಗಾಗಿ, ಬುದ್ಧರ ಬೋಧನೆಗಳಲ್ಲಿ ‘ಧರ್ಮ’, ಅಂದರೆ, ಮಾಡಬೇಕಾದ ಕ್ರಿಯೆಗಳು ಮತ್ತು ‘ವಿನಯ’ ಎಂದರೆ, ಮಾಡಬಾರದ ಕ್ರಿಯೆಗಳು, ಎರಡೂ ತಮ್ಮ ನ್ಯಾಯಯುತವಾದ ಸ್ಥಾನವನ್ನು ಪಡೆದಿರುವುದನ್ನು ನಾವು ಕಾಣುತ್ತೇವೆ. ‘ವಿನಯ ಪಿಟಕ’ದ ‘ಕೂಲ ವಗ್ಗ’ದಲ್ಲಿ ನಾವು ನೋಡುತ್ತೇವೆ:

“ಅಯಂ ಧರ್ಮೋ ಅಯಂ ವಿನಯೋ ಇದಂ ಸತ್ಥಸಾಸನಂ”

“ಇದು ಧರ್ಮ ಮತ್ತು ಇದು ವಿನಯ(ಇದನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು, ಇದನ್ನು ಮಾಡಬಾರದು) ; ಇದು ಬುದ್ಧರ ಬೋಧನೆಯಾಗಿದೆ”

ಅಂತೆಯೇ, ಅವರು ಧರ್ಮವಾದೀ ಮತ್ತು “ವಿನಯವಾದೀ” (ಧರ್ಮ ಮತ್ತು ಶಿಸ್ತಿನ ಬಗ್ಗೆ ಮಾತಾಡುವವರು) ಎರಡೂ ಆಗಿದ್ದರು.

“...ಅಕುಸಲಾನಂ ಧರ್ಮಾನಂ ವಿನಯ್ಯಾಯ ಧರ್ಮಾನಂ ದೇಸೇವಿ.” (AN 8.2.11 ವೆರಂಜಸುತ್ರ)

“...ಮನಸ್ಸಿನ ಅಶುದ್ಧ ಪ್ರವೃತ್ತಿಗಳನ್ನು ತ್ಯಜಿಸಲು ನಾನು ಧರ್ಮವನ್ನು ಬೋಧಿಸುತ್ತೇನೆ.”

“ಅಭಿನ್ಯಾಯ ಸಮಕೋ ಗೋತಮೋ ಧರ್ಮಂ ದೇಸೇತಿ” (MN77 ಮಹಾಸಹಲುದಾಯಿಸುತ್ರ)

“ನೇರ ಅನುಭವ ಜ್ಞಾನಕ್ಕಾಗಿ ಶ್ರಮಣ ಗೌತಮರು ಧರ್ಮವನ್ನು ಬೋಧಿಸುತ್ತಾರೆ.”

ಮಹಾಕಸಪ

ಬುದ್ಧರು ಪರಿನಿರ್ವಾಣ ಹೊಂದಿದ 3 ತಿಂಗಳ ನಂತರ, ಹಿರಿಯ ಭಿಕ್ಷುವಾಗಿದ್ದ ಮಹಾಕಸಪರು, ಅಂತಿಮ ಸತ್ಯವನ್ನು ಮನಗಂಡಿದ್ದ 500 ಭಿಕ್ಷುಗಳನ್ನು ಒಟ್ಟು ಸೇರಿಸಿ ಮೊದಲ ಮಹಾಸಭೆಯನ್ನು (ಸಂಗೀತಿ) ಸಂಘಟಿಸಿದರು. ಅರಹಂತ ಭಿಕ್ಷುಗಳ ಸಮ್ಮುಖದಲ್ಲಿ ಬುದ್ಧರ ಎಲ್ಲಾ ಮೌಖಿಕ ಬೋಧನೆಗಳನ್ನು ಒಟ್ಟುಗೂಡಿಸುವುದೇ ಈ ಸಭೆಯ ಏಕಮಾತ್ರ ಉದ್ದೇಶವಾಗಿತ್ತು.

“ಹಂದ ಮಯಂ, ಆವುಸೋ, ಧಮ್ವಂಚ ವಿನಯಂಚ ಸಂಗಾಯಾಮ”

“ನಾವು ಒಟ್ಟಿಗೆ ಸೇರಿ, ನಮಗೆ ಕೊಟ್ಟಿರುವ ‘ಧರ್ಮ’ ಮತ್ತು ‘ವಿನಯ’ ವನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸೋಣ. ಅದು ಅತ್ಯುನ್ನತ ಕಲ್ಯಾಣಕ್ಕಾಗಿ ಮಾತ್ರ.” (ದೀಘನಿಕಾಯ ಶೀಲಕ್ಷಂಧವಗ್ಗಟ್ಟಕಥಾ ಗಂಧಾರಂಭಕಥಾ)

ದುಗ್ಗಹಿತಮ್ ದುಗ್ಗಹಿತತೋ ಧಾರೇತ್ತಾ- ಅನಾರೋಗ್ಯಕರವಾದುದನ್ನು ಅನಾರೋಗ್ಯಕರವಾದುದು ಎಂದು ತಿಳಿಯುವುದು,

ಸುಗ್ಗಹಿತಮ್ ಸುಗ್ಗಹಿತತೋ ಧಾರೇತ್ತಾ- ಆರೋಗ್ಯಕರವಾದುದನ್ನು ಆರೋಗ್ಯಕರವಾದುದು ಎಂದು ತಿಳಿಯುವುದು,

ಯೋ ಧಮ್ವೋ, ಯೋ ವಿನಯೋ ಸುಭಸಿತಬ್ಬೋ- ಇದನ್ನು ನೆನಪಿಟ್ಟುಕೊಂಡು, ಬೋಧನೆ ಮತ್ತು ತರಬೇತಿಯ ಬಗ್ಗೆ ನೀವು ಮಾತಾಡಬೇಕು” (MN 103 ಕಿಂತಿ ಸುತ್ರ)

ಈ ರೀತಿಯಾಗಿ, ‘ಧರ್ಮ’ ಮತ್ತು ‘ವಿನಯ’ ಎರಡೂ ಬೋಧನೆಗಳಲ್ಲಿ ಜಾಗ ಪಡೆದಿರುವುದನ್ನು, ಕೆಲವು ವೇಳೆ ಒಂದೇ ವಾಕ್ಯದಲ್ಲಿ ಜೊತೆಗೆ ಬಂದಿರುವುದನ್ನು ನಾವು ನೋಡಬಹುದು :

ಅಸೇವನಾ ಚ ಬಾಲಾನಮ್ ಪಂಡಿತಾನಂಚ ಸೇವನಾ.-ಮೂರ್ಖರ ಜೊತೆಗಿರಬೇಡ, ಬುದ್ಧಿವಂತರ ಜೊತೆಯಿರು. (KP 5.3 ಮಂಗಳ ಸುತ್ರ)

ಆಗಿನ ಕಾಲದ ಸಾಮಾನ್ಯ ಜನರ ಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ ಕೊಟ್ಟ ಬೋಧನೆಗಳನ್ನು ಅವರ ಅನುಯಾಯಿಗಳು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿದ್ದರು. ಅವರುಗಳಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬರು ಹೀಗೆ ಹೇಳಿದ್ದರು:

“...ಆರಧ್ಯವೀರಿಯೋ ವಿಹರತಿ ಅಕುಸಲಾನಮ್ ಧರ್ಮಾನಮ್ ಪಹಾನಾಯ, ಕುಸಲಾನಮ್ ಧರ್ಮಾನಮ್ ಉಪಸಂಪದಾಯ.” (D.N.3.3.17 ದಸುತರ ಸುತ್ರ)

“...ಮನಸ್ಸಿನ ಅನಾರೋಗ್ಯಕರವಾದ ಪ್ರವೃತ್ತಿಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಹಾಕಲು ಮತ್ತು ಮನಸ್ಸಿನ ಆರೋಗ್ಯಕರವಾದ ಪ್ರವೃತ್ತಿಗಳನ್ನು ಜಾಗೃತಗೊಳಿಸಲು ವ್ಯಕ್ತಿಯು ದೃಢನಿರ್ಧಾರದಿಂದ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಾನೆ.”

ಅಕಿರಿಯವಾದೀ : ಕರ್ಮದಲ್ಲಿ ನಂಬಿಕೆಯಿಲ್ಲದವನು

ಬುದ್ಧರು ಧರ್ಮದ ಮೇಲೆ ಯಾರೊಡನೆಯೂ ಎಂದಿಗೂ ವಾದವಿವಾದಕ್ಕೀಯುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ಆದರೆ, ಅನೇಕ ವೇಳೆ ಜನರು ಅವರೊಡನೆ ಚರ್ಚೆ ಮಾಡಲು ಬರುತ್ತಿದ್ದರು. ಆಗ ಅತ್ಯಂತ ಪ್ರಶಾಂತ ನಡತೆಯ ಮೂಲಕ ಅವರ ವಾದಗಳನ್ನು ಬುಡಮೇಲು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರು. ಕೆಲವು ವೇಳೆ, ಒಬ್ಬೊಬ್ಬರು ಅತ್ಯಂತ ಗೌರವದಿಂದ ಅವರ ಬಳಿ ಸಾರಿ, ನಿಮ್ಮ ವಿರುದ್ಧ ಮಾಡಿರುವ ಈ ಆಪಾದನೆಯು ಸುಳ್ಳೇ ಅಥವಾ ನಿಜವೇ ಎಂದು ಪ್ರಶ್ನಿಸುತ್ತಿದ್ದರು. “ಜನರು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ ನೀವು ಅಕಿರಿಯವಾದೀ” ಎಂದು ಯಾರೋ ಒಬ್ಬರು ಒಮ್ಮೆ ಹೇಳಿದರು. ಆಗಿನ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಇದು ಬಹಳ ಅನುಚಿತವಾದ ಪದವಾಗಿತ್ತು. ಕರ್ಮ ಸಿದ್ಧಾಂತದಲ್ಲಿ ನಂಬಿಕೆಯಿಲ್ಲದವರಿಗೆ ಉಪಯೋಗಿಸಲಾಗುತ್ತಿತ್ತು ಮತ್ತು ಅಪಮಾನಿಸಲು ಹೇಳುವಂತಹದಾಗಿತ್ತು.

ಬುದ್ಧರು ತಮ್ಮನ್ನು ತಾವು ಸಮರ್ಥಿಸಿಕೊಳ್ಳಲಿಲ್ಲ. ಅವರು ಹೇಳಿದರು: “ಹೌದು, ನಾನು ‘ಕಿರಿಯವಾದೀ’ ಮತ್ತು ‘ಅಕಿರಿಯವಾದೀ’ ಎರಡೂ. ಅನಾರೋಗ್ಯಕರವಾದ ಮನಸ್ಸಿನ, ಮಾತಿನ ಮತ್ತು ದೈಹಿಕ ಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಬೇಡಿ ಎಂದು ನಾನು ಹೇಳಿದಾಗ, ನಾನು ಒಬ್ಬ ಅಕಿರಿಯವಾದೀ. ಆರೋಗ್ಯಕರವಾದ ಮನಸ್ಸಿನ, ಮಾತಿನ ಮತ್ತು ದೈಹಿಕ ಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿ ಎಂದು ಹೇಳುವಾಗ ನಾನು ಕಿರಿಯವಾದೀ.”

ಆದ್ದರಿಂದ ಎರಡೂ ರೀತಿಯ ಕ್ರಿಯೆಗಳು, ಸಕಾರಾತ್ಮಕವಾದುದರ ಕಡೆ ಹೆಜ್ಜೆಯಿಡುವುದು ಮತ್ತು ನಕಾರಾತ್ಮಕವಾದುದನ್ನು ಮಾಡದೇ ಇರುವುದು, ಬುದ್ಧರ ಬೋಧನೆಗಳಲ್ಲಿ ಜಾಗ ಪಡೆಯುತ್ತವೆ.

ವಾರಿತ್ತ ಮತ್ತು ಚಾರಿತ್ತ ಶೀಲಗಳು

‘ವಾರಿತ್ತ’ ಮತ್ತು ‘ಚಾರಿತ್ತ’ ಎರಡೂ ಶೀಲಗಳ ಮೇಲೆ ಬುದ್ಧರು ಧರ್ಮೋಪನ್ಯಾಸವನ್ನು ನೀಡಿದ್ದಾರೆ. ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಕರ್ಮಗಳಿಂದ ದೂರವಿರುವುದು ವಾರಿತ್ತ ಪರಿಶುದ್ಧವಾದ ಮತ್ತು ಆರೋಗ್ಯಕರವಾದ ಕ್ರಿಯೆಗಳು ಚಾರಿತ್ತ ಹಿಂಸೆಯಲ್ಲಿ ತೊಡಗುವುದು, ಕಳ್ಳತನ ಮಾಡುವುದು, ಸುಳ್ಳು ಹೇಳುವುದು, ಕಠಿಣ ಮಾತುಗಳನ್ನಾಡುವುದು, ನಿಷ್ಪ್ರಯೋಜಕ ಮಾತುಗಳನ್ನಾಡುವುದು, ಲೈಂಗಿಕ ದುರಾಚಾರದ ನಡವಳಿಕೆ, ಇವು ವಾರಿತ್ತ ಶೀಲ. ಮೈತ್ರಿ ಮತ್ತು ಉದಾರತೆಯ ಬೆಳವಣಿಗೆ, ಪ್ರಾಮಾಣಿಕವಾದ, ನಯವಾದ, ಆರೋಗ್ಯಕರವಾದ ಧಾರ್ಮಿಕ ಮಾತುಗಳನ್ನಾಡುವುದು ಚಾರಿತ್ತಶೀಲ. ಅವರು ಹೇಳಿದರು :

“ಚಾರಿತ್ತಮ್ ಅಥ ವಾರಿತ್ತಮ್, ಇರಿಯಾಪಥಿಯಮ್ ಪಸಾದನಿಯಮ್”-

ಆರೋಗ್ಯಕರವಾದುದನ್ನು ಮಾಡುವುದು ಮತ್ತು ಅನಾರೋಗ್ಯಕರವಾದುದನ್ನು ಮಾಡದಿರುವುದು ;

“ಅಧಿಚಿತ್ತೇ ಚ ಆಯೋಗೋ, ಈತಂ ಸಮಣಸ್ಸ ಪತಿರೂಪಮ್”

ಪ್ರಶಾಂತ ನಡವಳಿಕೆ ಮತ್ತು ಸಮಚಿತ್ತತೆ, ಇಂತಹ ನಡವಳಿಕೆಯು ಸಂನ್ಯಾಸಿಗೆ ತಕ್ಕುದಾಗಿದೆ.” (KN ತೇರಗಾಥ 591)

ಈ ಎಲ್ಲಾ ಕರ್ಮಗಳು, ಅವು ವಾರಿತ್ತ ಅಥವಾ ಚಾರಿತ್ತ ಆಗಿರಲಿ, ಧರ್ಮದಲ್ಲಿ ಪ್ರಗತಿ ಹೊಂದಲು ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವಂತಹಗಳನ್ನು ಧ್ಯಾನಾರ್ಥಿಯು ಸ್ವಾಗತಿಸಬೇಕು.

ಧ್ಯಾನ ಸಾಧನೆಯಲ್ಲಿ ವಾರಿತ್ತ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆ ಪಡೆಯುತ್ತದೆ

ಯಾರಾದರೂ ವಿಪಶ್ಯನ ಶಿಬಿರಕ್ಕೆ ಸೇರಿದಾಗ, ಪುರಾತನ ಸಂಪ್ರದಾಯದಂತೆ ಪಂಚಶೀಲಗಳ ಬೋಧನೆ ಸ್ವೀಕರಿಸುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಶಿಬಿರದಲ್ಲಿ ಅವುಗಳನ್ನು ಪಾಲಿಸಲು ಪ್ರಾಮಾಣಿಕ ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಈ ಐದು ಶೀಲಗಳಿಂದಲೇ, ಅವುಗಳನ್ನು ಮಾಡದಿರುವುದು.

“ಪಾಣಾತಿಪಾತಾ ವೇರಮಣೀ... ಜೀವಿಗಳ ಹತ್ಯೆ ಮಾಡದಿರುವುದು,

ಅದಿನ್ಯಾದಾನಾ ವೇರಮಣೀ... ಕಳ್ಳತನ ಮಾಡದಿರುವುದು,

ಅಬ್ರಹ್ಮಚರಿಯಾ ವೇರಮಣೀ...ಲೈಂಗಿಕ ದುರಾಚಾರ ಮಾಡದಿರುವುದು,

ಮುಸಾವಾದಾ ವೇರಮಣೀ... ತಮ್ಮ ಮಾತಾಡದಿರುವುದು, ಅಂದರೆ (ಸುಳ್ಳು ಚಾಡಿಮಾತು, ಕಠೋರ ನುಡಿ ವ್ಯರ್ಥ ಮಾತು ಆಡದಿರುವುದು.)

ಸುರಾಮೇರಯಮಜ್ಜ ಪಮಾದಟ್ಯಾನಾ ವೇರಮಣೀ....

ಮದ್ಯ ಮತ್ತು ಮಾದಕ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಸೇವಿಸದಿರುವುದು.

ಸಿಕ್ತಾಪದಂ ಸಮಾದಿಯಾಮಿ - ಈ ಅನಾರೋಗ್ಯಕರವಾದ ಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ಮಾಡದಿರುವ ನಿಯಮವನ್ನು ನಾನು ಪಾಲಿಸುತ್ತೇನೆ”.

ಆದರೆ, ವಿಪಶ್ಯನದ ಅಂತಿಮ ಗುರಿಯು 'ಸಚಿತ್ತ ಪರಿಯೋದಪನ-ತನ್ನ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಶುದ್ಧ ಮಾಡುವುದು, ಮೇಲ್ದರದಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರವಲ್ಲ, ಅದರ ಆಳದ ಬೇರು ಮಟ್ಟದಿಂದ. ಪೂರ್ಣ ಪರಿಶುದ್ಧವಾಗಬೇಕೆಂದರೆ, ಹೊಸ ಮಲಿನತೆಗಳನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಿಯು ನಿಲ್ಲಿಸಬೇಕು. ಹೇಗೆಂದರೆ, ಕಿರಳಿದ ಬೆಂಕಿಯನ್ನು ನಂದಿಸಬೇಕೆಂದರೆ, ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಅದರ ಮೇಲೆ ಪೆಟ್ರೋಲ್ ಸುರಿಯುವುದನ್ನು ಮೊದಲು ನಿಲ್ಲಿಸಬೇಕು.

ಮೊದಲು ಮನಸ್ಸನ್ನು ಮಲಿನಗೊಳಿಸಿಕೊಳ್ಳದೆ, ನಾವು ಅನಾರೋಗ್ಯಕರ ವಾದ ಕರ್ಮಗಳಲ್ಲಿ ತೊಡಗಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲದಿರುವುದರಿಂದ, ನಾವು 'ವಾರಿತ್ತ ಶೀಲ'ದ ಮೇಲೆ ಮೊದಲು ಗಮನಹರಿಸುವುದು ಮುಖ್ಯ. ಆಗ ಮನಸ್ಸಿನ ಪರಿಶುದ್ಧತೆ ಅನಿವಾರ್ಯವಾಗಿ ಬರುತ್ತದೆ.

ಹೀಗೆ, ಬುದ್ಧರ ಬೋಧನೆಯು, ದೋಷರಹಿತವಾದ 'ವಾರಿತ್ತ' ಮತ್ತು 'ಚಾರಿತ್ತ' ಕ್ರಿಯೆಗಳ ಎರಡೂ ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಿಕೊಂಡು ಅಗಾಧವಾಗಿ ಪ್ರಾಯೋಗಿಕವಾಗಿದೆ. ಅದು ನಿರಾಕರಣೆಯ ಮೇಲೆ ಮಾತ್ರ ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸುತ್ತದೆ ಎಂದು ಹೇಳುವುದು ತಪ್ಪು ಎಂಬುದು ಮೇಲ್ನೋಟಕ್ಕೆ ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ತಪ್ಪು ತಿಳುವಳಿಕೆಯಿಂದ ನಾವು ಬೇಗ ಬಿಡುಗಡೆ ಹೊಂದುವುದರಿಂದ ನಮಗೆ ಒಳ್ಳೆಯದಾಗುತ್ತದೆ.

(ಗೋಯಂಕಾಜಿಯವರ ಆತ್ಮಕಥನದಿಂದ)

ಮುಂದುವರಿಯುವುದು....

ಗೋಯಂಕಾಜಿಯವರೊಡನೆ ಪ್ರಶ್ನೋತ್ತರಗಳು

(ಜೂನ್ 15, 2002ರ ಪ್ರವಚನ ಮಾಲಿಕೆ, ಆಷ್‌ಲ್ಯಾಂಡ್,

ಒರೆಗಾನ್, ಅಮೆರಿಕ ಮುಂದುವರಿದ ಭಾಗ)

ಪ್ರಶ್ನೆ : ವಿಪಶ್ಯನದ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುತ್ತಾ, ಅದರ ಅರಿವಿಲ್ಲದೆಯೇ ಸೋತಾಪನ್ನ (ಪ್ರವಾಹ ಪ್ರವೇಶಿಸುವವ-ನಿಬ್ಬಾಣದ ಮೊದಲ ಅನುಭವ ಪಡೆದವ) ಆದ ಜನರು ಇದ್ದಾರೆಯೇ? ಸಂಖ್ಯಾ-ಉಪೇಕ್ಷಾ(ನಿಬ್ಬಾಣದ ಅನುಭವಕ್ಕೆ ಮುನ್ನಡೆಸುವ ಹಂತ) ಹಂತ ತಲುಪಿರುವವರಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆಗಳಿವೆಯೇ?

ಗೋಯಂಕಾಜಿ : ಸೋತಾಪನ್ನ ಗುರಿ ಮುಟ್ಟಲು ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ಜನರು ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ಪ್ರಗತಿ ಹೊಂದುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಅನೇಕರು ಗುರಿ ತಲುಪುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ನಾವು ಅದಕ್ಕೆ ಬಹಳ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆ ಕೊಡುವುದಿಲ್ಲ. ಏಕೆಂದರೆ ವಿಪಶ್ಯನದಿಂದ ತಕ್ಷಣ ದೊರೆಯುವ ಪ್ರಯೋಜನಗಳನ್ನು ಜನರು ಮರೆತು ಬಿಡುತ್ತಾರೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ನಾನು ಹೇಳುವುದೇನೆಂದರೆ, ಈಗ ಮತ್ತು ಇಲ್ಲಿಯೇ ದೊರೆಯುವ ಪ್ರಯೋಜನಗಳಿಗೆ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆ ಕೊಡುವುದು ಉತ್ತಮ ಮತ್ತು ನಿಶ್ಚಿತಿಯಿಂದಿರಿ ಇತರೆ ಲಾಭಗಳು ನಂತರದ ಹಂತದಲ್ಲಿ ಒಂದೇ ಬರುತ್ತವೆ.

ಪ್ರಶ್ನೆ : ನಿಮ್ಮ ಶ್ರೀಮತಿಯವರನ್ನು ವೇದಿಕೆಯ ಮೇಲೆ ಏಕೆ ಕರೆತರುತ್ತೀರಿ?

ಗೋಯಂಕಾಜಿ : ಏಕೆಂದರೆ ಅವರಿಲ್ಲದೆ ನಾನು ಅಪೂರ್ಣ. ಅವರು ನನ್ನ ಮಡದಿ, ನನ್ನ ಅರ್ಧಾಂಗಿ. ಆದ್ದರಿಂದ ಅವರು ನನ್ನ ಜೊತೆ ಇರಬೇಕು! ಅವರು ಪ್ರೀತಿಯ ಒಳ್ಳೆಯ ತರಂಗಗಳನ್ನು ಉತ್ಪತ್ತಿ ಮಾಡುತ್ತಾ ಅವರದೇ ಆದ ಪಾತ್ರವನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತಾರೆ. ಇಡೀ ವಾತಾವರಣವು ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಕರುಣೆಯ ಒಳ್ಳೆಯ ತರಂಗಗಳಿಂದ ತುಂಬುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಶಾಂತತೆ ಇರುತ್ತದೆ. ಅವರಿರುವುದರಿಂದಲೇ ನೀವು ಅಷ್ಟೊಂದು ಶಾಂತಿಯಿಂದ ಆಲಿಸುತ್ತೀರಿ (ಕರತಾಡನ)

ಪ್ರಶ್ನೆ : ದಯವಿಟ್ಟು ಮದುವೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಮಾತಾಡಿ. ಬ್ರಹ್ಮಚರ್ಯೆಗೆ ಪರ್ಯಾಯವಾಗಿ ದಂಪತಿಗಳು ಒಟ್ಟು ವಾಸಿಸುವುದರ ಬಗ್ಗೆ.

ಗೋಯಂಕಾಜಿ : ಒಬ್ಬ ಸಂಸಾರಸ್ಥರು ಒಬ್ಬ ಹೆಂಡತಿಯ ಜೊತೆ ವಾಸಿಸಬೇಕು. ಅದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಿಗೆ ಬೇಡ. ಒಬ್ಬರಾದ ಮೇಲೆ ಒಬ್ಬರು, ಒಬ್ಬರಾದ ಮೇಲೆ ಒಬ್ಬರು ಹೀಗೆ ನೀವು ಓಡುತ್ತಿದ್ದರೆ, ನೀವು ಲೈಂಗಿಕ ಹುಚ್ಚರಾಗುತ್ತೀರಿ. ಅದು ಸಹಾಯ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ನಾವು ಹೇಳುವುದು, ಒಬ್ಬ ಹೆಂಡತಿಯ ಜೊತೆ ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಬಂಧವಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ, ಏನೂ ತಪ್ಪಿಲ್ಲ. ಆದರೆ, ಇಬ್ಬರೂ ಒಳ್ಳೆಯ ಧ್ಯಾನ ಸಾಧಕರಾಗಿದ್ದರೆ, ಲೈಂಗಿಕಾಸಕ್ತಿ ಬಂದಾಗಲೆಲ್ಲ, ಇಬ್ಬರೂ ಸಂವೇದನೆಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತಾರೆ. ಕಾಮೋದ್ರೇಕವಿದೆ, ಯಾವ ಸಂವೇದನೆ ಇದೆ. ಅದು ಶಾಶ್ವತವಲ್ಲ, ಅಶಾಶ್ವತ ; ಆಗ ಇಬ್ಬರೂ

ಕಾಮೋದ್ರೇಕದಿಂದ ಹೊರಬರುತ್ತಾರೆ. ಅವರು ಕಾಮೋದ್ರೇಕದಿಂದ ಹೊರಬರದಿದ್ದರೆ, ಅವರು ಅಷ್ಟೊಂದು ಗಟ್ಟಿ ಇರದಿದ್ದರೆ, ಅವರು ದೈಹಿಕ ಸಂಪರ್ಕ ಹೊಂದಿದರೆ, ಏನಂತೆ? ಅವರು ತಮ್ಮ ಶೀಲವನ್ನು ಮುರಿದಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ನಿಧಾನವಾಗಿ, ಅವರು ತಮ್ಮ ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಿದಂತೆ, ಕೆಲವೇ ವರ್ಷಗಳಲ್ಲಿ, ಈ ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಬಂಧದಿಂದ, ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಹೊರಬರುತ್ತಾರೆ. ಇದು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಯನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಿರುತ್ತದೆ. ಹತ್ತಿಕಡೆಯೇ ಬ್ರಹ್ಮಚರ್ಯೆ, ಸ್ವಾಭಾವಿಕವಾದಂತಹ ಬ್ರಹ್ಮಚರ್ಯೆ ಮತ್ತು ಅದು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಅಂತಿಮ ಗುರಿಗೆ ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗುವ ಹಂತ. ಬ್ರಹ್ಮಚರ್ಯೆ ಬಹಳ ಮುಖ್ಯ. ಆದರೆ ಬಲವಂತದ ಬ್ರಹ್ಮಚರ್ಯೆ ಅಷ್ಟು ಮಹತ್ವದ್ದಲ್ಲ. ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಸಂಸಾರಸ್ಥನು, ಕಾಮೋದ್ರೇಕ ಬಂದಾಗ ಸಂವೇದನೆ ಗಮನಿಸುವುದನ್ನು ಕಲಿಯಬೇಕು ಮತ್ತು ನಿಧಾನವಾಗಿ ಕಾಮೋದ್ರೇಕದಿಂದ ಹೊರಬರಬೇಕು.

ಪ್ರಶ್ನೆ : ನೀವು ರಾಜಕೀಯ ವ್ಯಕ್ತಿಯಾಗುವುದನ್ನು ಏನು ತಡೆಯುತ್ತಿದೆ? (ನಗುತ್ತಾರೆ)

ಗೋಯಂಕಾಜಿ : ರಾಜಕಾರಣಿಗಿಂತ ನಾನು ಚೆನ್ನಾಗಿದ್ದೇನೆ ಎಂಬುದು ನನ್ನ ಭಾವನೆ. ನಾನೇಕೆ ರಾಜಕಾರಣಿ ಆಗಬೇಕು? ರಾಜಕಾರಣಿ ಆಗುವುದರಲ್ಲಿ ತಪ್ಪಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ರಾಜಕಾರಣಿಯೂ ಸಮಚಿತ್ತತೆ ಹೊಂದಿರಬೇಕು. ಏಕೆಂದರೆ, ಧಾರ್ಮಿಕ ಮುಖಂಡರಂತೆ, ವಾಣಿಜ್ಯೋದ್ಯಮಗಳ ಮುಖಂಡರಂತೆ, ರಾಜಕಾರಣಿಗಳೂ ಸಮಾಜದ ಮುಖಂಡರು; ಸಮಾಜದಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಯೊಂದೂ, ಕ್ಷುಬ್ಧ ಅಥವಾ ಒಳ್ಳೆಯದು ಮೇಲಿನಿಂದ ಕೆಳಗೆ ಪಸರಿಸುತ್ತದೆ. ರಾಜಕಾರಣಿಗಳು ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಯಿಂದ ತುಂಬಿದ್ದರೆ, ಆಗ ಅವರೂ ದುಃಖಿತ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು. ಸಮಾಜಕ್ಕೆ ಅವರು ಯಾವ ಸಂದೇಶ ಕೊಡುತ್ತಾರೆ? ಧಾರ್ಮಿಕ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಸಹ, ಅವರ ಮನಸ್ಸುಗಳು ಪರಿಶುದ್ಧವಾಗಿಲ್ಲದಿದ್ದರೆ, ಜನರಿಗೆ ಅವರು ಯಾವ ಸಂದೇಶ ಕೊಡುತ್ತಾರೆ? ವಾಣಿಜ್ಯೋದ್ಯಮಿಗಳು ಸ್ವಾರ್ಥಿಗಳಾಗಿದ್ದರೆ ಮತ್ತು ಧನಪಿಪಾಸುಗಳಾಗಿದ್ದರೆ, ಸಮಾಜಕ್ಕೆ ಅವರು ಯಾವ ಸಂದೇಶ ಕೊಡುತ್ತಾರೆ? ವಿಪಶ್ಯನವು ಎಲ್ಲರಿಗಾಗಿ ಇದೆ. ಅವರೆಲ್ಲರೂ ವಿಪಶ್ಯನವನ್ನು ಜೀವನದ ಒಂದು ಭಾಗವಾಗಿ ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಆಗ ಅವರು ದುಃಖದಿಂದ ಹೊರಬರುವುದು ಅವರಿಗೆ ಗೊತ್ತಾಗುತ್ತದೆ. ಇತರರೂ ದುಃಖದಿಂದ ಹೊರಬರಲು ಅವರು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ.

ಪ್ರಶ್ನೆ : ನಾವು ದೇಹದ ವಿವಿಧ ಭಾಗಗಳಲ್ಲಿ ವಿವಿಧ ಸಂವೇದನೆಗಳನ್ನು ಏಕೆ ಪಡೆಯುತ್ತೇವೆ?

ಗೋಯಂಕಾಜಿ : ಸಂವೇದನೆಗಳಿಗೆ ಕೇವಲ ಒಂದು ಕಾರಣವಿಲ್ಲ, ಅನೇಕ ಕಾರಣಗಳಿವೆ. ವಾತಾವರಣ, ಪೆಟ್ಟು ಅಥವಾ ಕಾಯಿಲೆ, ಬಹಳ ಕಾಲ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳುವುದು, ನಾವು ಸೇವಿಸಿರುವ ಆಹಾರ ಅಥವಾ ಹಳೆಯ ಸಂಖ್ಯಾರಗಳು ಸಂವೇದನೆಗಳಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗಬಹುದು. ಕಾರಣ ಏನೇ ಇರಲಿ, ಅದು ಮುಖ್ಯವಲ್ಲ. ಸಂವೇದನೆಯು ಯಾವುದೇ ತೆರನಾಗಿರಲಿ, ನಾವು ಅದನ್ನು ಗಮನಿಸುತ್ತೇವೆ ಮತ್ತು ಅದರ ಬಗೆಗೆ ಸಮತೆಯಿಂದಿರುತ್ತೇವೆ. ಒಂದು ಪಕ್ಷ ಮನಸ್ಸಿನ ಮಲಿನತೆಗಳು ಸಂವೇದನೆಯನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡಿದ್ದರೆ, ಎಷ್ಟೊಂದು ರೀತಿಯ ಮಲಿನತೆಗಳಿವೆಯೆಂದರೆ, ಯಾವ ಮಲಿನತೆ ಈ ಸಂವೇದನೆಯನ್ನುಂಟು ಮಾಡಿದೆ ಎಂದು ತಿಳಿಯುವುದು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಆದ್ದರಿಂದ ನೀವು ಅವುಗಳ ವಿವರಗಳಿಗೆ ಹೋಗುವ ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲ.

ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ಒಂದು ಕೊಳೆಬಟ್ಟೆಯನ್ನು ನಾವು ಸ್ವಚ್ಛ ಮಾಡಬೇಕಾದರೆ, ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಬಟ್ಟೆಯನ್ನು ನೆನೆಸಿ ಸೋಪಿನಿಂದ ತಿಕ್ಕುತ್ತೇವೆ. ಎಲ್ಲಿ, ಯಾವಾಗ? ಹೇಗೆ ಬಟ್ಟೆ ಕೊಳೆಯಾಯಿತು? ಎಂದು ತಿಳಿಯುವ ಅವಶ್ಯಕತೆ ಇಲ್ಲ. ಅದೇ ತರಹ, ವಿಪಶ್ಯನ ಧ್ಯಾನ ಸಾಧನೆಯನ್ನು ನಾವು ಕಲಿತಿದ್ದೇವೆ. ಸಂವೇದನೆಯು ಯಾವುದೇ ತೆರನಾಗಿರಲಿ ಮತ್ತು ಅದಕ್ಕೆ ಕಾರಣ ಏನೇ ಇರಲಿ, ನಾವು ಅದನ್ನು ಗಮನಿಸಬೇಕು ಮತ್ತು ಅದರ ಅಶಾಶ್ವತತೆಯ ಗುಣವನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

(ಫಾರ್ ದ ಬೆನಿಫಿಟ್ ಆಫ್ ಮೆನಿ ಪುಸ್ತಕದಿಂದ)

ಪ್ರಶ್ನೆ : ನಾವು ಸೇವೆ ಮಾಡುವಾಗ, ನಾವು ಪಾಲಿಸಲು ಬಹಳ ಕಠಿಣವಾದ ಶೀಲ ಎಂದರೆ 'ಸರಿಯಾದ ಮಾತು' ಎಂಬುದು ನಮ್ಮ ಭಾವನೆ. ಧಮ್ಮ ಸೇವಕರಾಗಿ ವೃಥಾಮಾತು ಅಥವಾ ಆಧಾರರಹಿತ ಗಾಳಿಮಾತುಗಳಲ್ಲಿ ನಿರತವಾಗುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸುವುದು ಕಷ್ಟ. ಕೆಲವು ಸಮಯ ಅರಿವಿಲ್ಲದೆ

ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಯನ್ನು ಅಥವಾ ತಪ್ಪು ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಹರಡುತ್ತೇವೆ. ಜೊತೆಗೆ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಖಾಸಗಿ ಮಾಹಿತಿಯ ಬಗ್ಗೆಯೂ ಒಮ್ಮೊಮ್ಮೆ ಚರ್ಚಿಸುತ್ತೇವೆ. 'ಸರಿಯಾದ ಮಾತನ್ನು' ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಹೇಗೆಂದು ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಮಾಡುವಿರಾ?

ಗೋಯಂಕಾಜಿ : ವ್ಯರ್ಥ ಮಾತು ಒಂದು ರೀತಿಯ ತಪ್ಪುಮಾತು; ಗಾಳಿಮಾತು ಮತ್ತು ಕಾಡುಹರಟೆಯಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿ ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಶೀಲವನ್ನು ಹಾಳುಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೀರಿ. ಯಾರಾದರೂ ಕಾಡುಹರಟೆ ಹೊಡೆಯಲು ಇಚ್ಛಿಸಿದರೆ, ಅವರು ಧರ್ಮಕೇಂದ್ರವನ್ನು ಬಿಡುವುದು ಉತ್ತಮ. ಬುದ್ಧರು ಪದೇ ಪದೇ ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದಂತೆ, ಧರ್ಮಕೇಂದ್ರದಲ್ಲಿ ಧರ್ಮದ ಬಗ್ಗೆ ಮಾತು ಅಥವಾ 'ತುಣ್ಣಿಭಾವೋ' (ಆರ್ಯ ಮೌನ) ಅಂದರೆ ಸಂಪೂರ್ಣ ಮೌನ, ಬೇರೇನೂ ಇಲ್ಲ. ಇಲ್ಲವಾದರೆ ನೀವು ಪ್ರಸಾಪಿಸಿದ ಎಲ್ಲಾ ತಪ್ಪುಮಾತುಗಳೂ ಖಂಡಿತಾ ಬರುತ್ತವೆ. ಕಾಡುಹರಟೆಯಲ್ಲಿ ನೀವು ತೊಡಗಿದ್ದಾಗ, ನಿಮ್ಮ ಮಾತು ಹೆಚ್ಚು ಸ್ವೇಚ್ಛೆಯಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಹತೋಟಿ ತಪ್ಪುತ್ತದೆ. ನೀವು ಏನು ಮಾತಾಡುತ್ತಿದ್ದೀರಿ ಎಂಬುದರ ಬಗ್ಗೆ ಅವಿವಿಧವಾದಿಲ್ಲ. ತತ್ಪಲವಾಗಿ ನೀವು ಇತರ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ತೊಂದರೆ ಮಾಡಬಹುದು. ಇದನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ನಿಲ್ಲಿಸಲೇಬೇಕು. (ಪು.72)

ಪ್ರಶ್ನೆ : ನಾವು ಶಿಬಿರದಲ್ಲಿ ಸೇವೆ ಮಾಡುವಾಗ ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಇತರ ಧ್ಯಾನ ಸಾಧನಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಮತ್ತು ಧರ್ಮಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಸ್ವಾಭಾವಿಕವಾಗಿಯೇ ಮಾತು ಬರುತ್ತದೆ.

ಗೋಯಂಕಾಜಿ : ಗಾಳಿಮಾತು ಬರುವಂತೆ ಸ್ವಾಭಾವಿಕವಾಗಿ ಬರುತ್ತದೆ! ಈ "ಸ್ವಾಭಾವಿಕ" ವ್ಯವಹಾರವನ್ನು ಕಿತ್ತುಬಿಡಬೇಡಿ! ಯಾವಾಗ ಏನಾದರೂ ತಪ್ಪಾಗುತ್ತದೆಯೋ, ಅದು "ಸ್ವಾಭಾವಿಕವಾಗಿ" ಆಯಿತು ಎಂದು ಜನ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಅದನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸಿ !

ಪ್ರಶ್ನೆ : ವಿಪಶ್ಯನ ಮತ್ತು ಇತರ ಧ್ಯಾನ ಪದ್ಧತಿಗಳ ಮಧ್ಯೆ ಇರುವ ವ್ಯತ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ಸ್ಪಷ್ಟಗೊಳಿಸಲು ಈ ಸಂವಾದಗಳು ಸಹಾಯ ಮಾಡುವುದನ್ನು ಕೆಲವು ಧ್ಯಾನ ಸಾಧಕರು ಕಂಡಿದ್ದಾರೆ.

ಗೋಯಂಕಾಜಿ : ಗೊಂದಲ ಸೃಷ್ಟಿಸುವುದಕ್ಕೂ ಈ ಸಂವಾದಗಳು ಸಹಾಯ ಮಾಡಬಹುದು. ಆದ್ದರಿಂದ ಇಂತಹ ಸ್ಪಷ್ಟೀಕರಣಗಳನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಬಿಡಿ. ಈ ರೀತಿಯ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಧ್ಯಾನ ಕೇಂದ್ರದ ಹೊರಗೆ ಚರ್ಚಿಸಬಹುದು, ಆದರೆ ಕೇಂದ್ರದಲ್ಲಲ್ಲ, ಏನೇ ಆಗಲಿ ಬೇಡ(ಪು.72).

ಧಮ್ಮ ಪಪ್ಪುಲಾ, ಬೆಂಗಳೂರು

10 ದಿನದ ಶಿಬಿರಗಳು : 2020 : ನವೆಂಬರ್ 30-11 ಡಿಸೆಂಬರ್ 14-25, 30-10 ಜನವರಿ 2021, ಜನವರಿ 20-31, ಫೆಬ್ರವರಿ 3-14, 17-28,

ಮಾರ್ಚ್ 3-14, 17-28, 31-11 ಏಪ್ರಿಲ್.

2 ದಿನದ ಶಿಬಿರ : ಜನವರಿ 15-17, ಮೂರು ದಿನದ ಶಿಬಿರ : ಏಪ್ರಿಲ್ 15-18, ವಿಳಾಸ : ಧಮ್ಮ ಪಪ್ಪುಲಾ, ಆಲೂರು, ದಾಸನಪುರ ಹೋಬಳಿ, ಬೆಂಗಳೂರು. ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಹೆದ್ದಾರಿ-4ರಲ್ಲಿ, ಹಿಮಾಲಯ ಡ್ರಗ್ ಕಂಪನಿಯ ಎದುರಿನ ಮಾರ್ಕೆಟ್ ಕ್ರಾಸ್‌ಗೆ ಬಂದರೆ ಆಟೋರಿಕ್ಷಾ ಸಿಗುತ್ತವೆ. ಬೆಂಗಳೂರು ಸಿಟಿ ಬಸ್ ನಿಲ್ದಾಣದಿಂದ (ಮೆಜೆಸ್ಟಿಕ್) ನಗರ ಸಾರಿಗೆ ಬಸ್ ಸಂಖ್ಯೆ : 256, 258, 258 ಸಿ. ಸಂಪರ್ಕ ಸಂಖ್ಯೆಗಳು: 99725 88377, 63615 70725, 99725 88377, 99009 55930. ಇ-ಮೇಲ್ : info@paphulla.dhamma.org;website; www.vridhamma.org.

ಧಮ್ಮ ಚಿತ್ತಾ, ಹೈದರಾಬಾದ್

10 ದಿನದ ಶಿಬಿರಗಳು : 2020 ಡಿಸೆಂಬರ್ 2-13, 16-27, 2021: ಜನವರಿ 6-17, 20-31, ಫೆಬ್ರವರಿ 2-13, 18-1, ಮಾರ್ಚ್ 3-14, 17-28, 31-11 ಏಪ್ರಿಲ್ 14-25. ಆಚಾರ್ಯರ ಸ್ವಶಿಬಿರ : ಫೆಬ್ರವರಿ 2-17,

10 ದಿನದ ವಿಶೇಷ ಶಿಬಿರ : ಜೂನ್ 2-13. 20 ದಿನದ ಶಿಬಿರ : ಜೂನ್ 2-23. 30 ದಿನದ ಶಿಬಿರ : ಜೂನ್ 2-3 ಜುಲೈ. 45 ದಿನದ ಶಿಬಿರ : ಜೂನ್ 2-18 ಜುಲೈ. ವಿಳಾಸ : ಅಂತರರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ವಿಪಶ್ಯನ ಧ್ಯಾನ ಕೇಂದ್ರ, ಇಬ್ರಾಯಿಂ ಪಟ್ಟಣ ರಸ್ತೆ, ಗುರಂಗುಡ ಬಸ್ ನಿಲ್ದಾಣ, ಹೈದರಾಬಾದ್. ಇಮೇಲ್: info@khetta.dhamma.org. ಫೋನ್ (+91) (40) 24240290 ಮೊಬೈಲ್ (ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 10 ರಿಂದ 1 ಗಂಟೆಯವರೆಗೆ ಮಾತ್ರ (+91) 94915 94247

ಧಮ್ಮ ನಾಗಾಜ್ಜನ, ನಾಗಾರ್ಜುನ ಸಾಗರ್, ತೆಲಂಗಾಣ

2021 : ಕೃತಜ್ಞತಾ ಶಿಬಿರ : ಫೆಬ್ರವರಿ 2-17, **10 ದಿನದ ಶಿಬಿರಗಳು:** ಫೆಬ್ರವರಿ 24-7, ಮಾರ್ಚ್ 10-21, 24-4 ಏಪ್ರಿಲ್ 7-18, ಜೂನ್ 9-20,23-4, ಜುಲೈ7-18, 21-1 ಆಗಸ್ಟ್ 4-15, 18-29, ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ 1-12, 15-26 ಅಕ್ಟೋಬರ್ 6-17

ಸತಿಪಟಾಣ ಶಿಬಿರ : ಏಪ್ರಿಲ್ 24-2 ಮೇ, **20 ದಿನದ ಶಿಬಿರ:** ಮೇ 5-26. 30 ದಿನದ ಶಿಬಿರ : ಮೇ 5-05 ಜೂನ್ ವಿಳಾಸ : ಹಿಲ್ ಕಾಲೋನಿ, ನಾಗಾರ್ಜುನ ಸಾಗರ್, ನಲಗೊಂದ ಜಿಲ್ಲೆ, ತೆಲಂಗಾಣ-508 202. ಸಂಪರ್ಕ ಸಂಖ್ಯೆಗಳು :(+91)93484-56780 (ವಿಚಾರಣೆಗೆ). ನೋಂದಣಿಗೇ:(+91) 94401-39329, 949155 2288 (ಸಮಯ 10 ರಿಂದ 1 ಗಂಟೆ ಮಾತ್ರ) E-mail : info@nagajjuna.dhamma.org.

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 ಕುಮಾರ್, 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.