

ಧಮ್ಮ ಪದಗಳು

ಅಕ್ಕೋಚ್ಛಿ ಮಂ, ಅವಧಿ ಮಂ
ಅಜಿನಿ ಮಂ, ಅಹಾಸಿ ಮೇ,
ಯೇ ಚ ತಂ ಉಪನಹ್ಯಂತಿ,
ವೇರಂ ತೇಸಂ ನ ಸಮ್ಘತಿ

ಅವನು ನನ್ನನ್ನು ಬೈದ, ಅವನು ನನ್ನನ್ನು ಹೊಡೆದ, ಅವನು ನನ್ನನ್ನು ಸೋಲಿಸಿದ,
ಅವನು ನನ್ನಲ್ಲಿದ್ದುದನ್ನು ಕಿತ್ತುಕೊಂಡ ಎಂದು ಯಾರು ಚಿಂತಿಸುವರೋ
ಅಂಥವರ ಹಗೆತನವು ಶಮನವಾಗುವುದಿಲ್ಲ.

ಧಮ್ಮಪದ- 3, ಜೋಡಿ ವರ್ಗ

ಧಮ್ಮ ಚಕ್ರವು ತಿರುಗುತ್ತಿರುವಂತೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಸೇವೆ ಮಾಡಿ.

ಆಚಾರ್ಯ ಶ್ರೀ ಎಸ್.ಎನ್. ಗೋಯಂಕ (1924-2013)

(ಧಮ್ಮಗಿರಿ, ಭಾರತ, ಜೂನ್ 1986.)

ನನ್ನ ಪ್ರೀತಿಯ ಧಮ್ಮ ಸೇವಕರೇ,

ಧಮ್ಮ ಸೇವೆಯ ಉದ್ದೇಶವೇನು? ಊಟ ಮತ್ತು ವಸತಿಗಾಗಿ
ಖಂಡಿತ ಅಲ್ಲ; ಅನುಕೂಲಕರ ವಾತಾವರಣದಲ್ಲಿ ಸಮಯ
ಕಳೆಯುವುದಕ್ಕೂ ಅಲ್ಲ; ನಿತ್ಯ ಜೀವನದ ಜವಾಬ್ದಾರಿಗಳಿಂದ ತಪ್ಪಿಸಿ
ಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕೂ ಅಲ್ಲ. ಧಮ್ಮ ಸೇವಕರು ಇದನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ತಿಳಿದಿರುತ್ತಾರೆ.

ಇಂತಹ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ವಿಪಶ್ಯನವನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸಮಾಡಿ ಅದು ಕೊಡುವ
ಲಾಭಗಳನ್ನು ನೇರ ಅನುಭವದಿಂದ ಮನಗಂಡಿರುತ್ತಾರೆ. ಆಚಾರ್ಯರುಗಳ,
ನಿರ್ವಾಹಕರ ಮತ್ತು ಧಮ್ಮಸೇವಕರುಗಳ ನಿಸ್ವಾರ್ಥ ಸೇವೆಯನ್ನು
ನೋಡಿದ್ದಾರೆ. ಈ ಸೇವೆಯು, ಹೋಲಿಕೆ ಮಾಡಲು ಆಗದ ಧರ್ಮದ
ಸ್ವಾದವನ್ನು ಸವಿಯಲು ಇವರಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಿದೆ. ಅವರು ಈ
ಶ್ರೇಷ್ಠ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ಹೆಜ್ಜೆ ಹಾಕಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಈ ಕಾರಣದಿಂದ
ಅವರು ಅಪರೂಪದ ಗುಣವಾದ ಕೃತಜ್ಞತಾಭಾವವನ್ನು ಸಹಜವಾಗಿ
ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಅವರು ಪಡೆದಿರುವ ಈ ಎಲ್ಲದರ
ಋಣ ತೀರಿಸಲು ಬಯಸುತ್ತಾರೆ.

ನಿಸ್ಸಂದೇಹವಾಗಿ, ಆಚಾರ್ಯರು, ನಿರ್ವಾಹಕರು ಮತ್ತು
ಧಮ್ಮಸೇವಕರು ಯಾವುದೇ ಪ್ರತಿಫಲಾಪೇಕ್ಷೆಯಿಲ್ಲದೆ ಸೇವೆ ಮಾಡಿದ್ದಾರೆ.
ಅವರು ಯಾವುದೇ ರೀತಿಯ ಸಂಭಾವನೆಯನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸುವುದಿಲ್ಲ.
ಇವರ ಋಣವನ್ನು ತೀರಿಸುವ ಒಂದೇ ಮಾರ್ಗವೆಂದರೆ ಧಮ್ಮ ಚಕ್ರವು
ತಿರುಗುವಂತೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು. ಇತರರಿಗೂ ಇದೇ ರೀತಿಯ ನಿಸ್ವಾರ್ಥ
ಸೇವೆಯನ್ನು ನೀಡುವುದು. ಇದೇ ಶ್ರೇಷ್ಠ ಸಂಕಲ್ಪ. ಈ ಸಂಕಲ್ಪದಿಂದಲೇ
ಧಮ್ಮ ಸೇವೆಯನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು.

ವಿಪಶ್ಯನ ಧ್ಯಾನ ಸಾಧಕರು ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ಪ್ರಗತಿ ಹೊಂದಿದಂತೆ,
ಸ್ವಕೇಂದ್ರಿತವಾದ ಹಳೆಯ ಅಭ್ಯಾಸಕ್ರಮದಿಂದ ಹೊರಬಂದು ಇತರರ
ಬಗ್ಗೆ ಕಾಳಜಿ ಮಾಡಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತಾರೆ. ಎಲ್ಲಾ ಕಡೆ ಹೇಗೆ ಜನರು
ದುಃಖಿತರಾಗಿದ್ದಾರೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಗಮನಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅವರು ಯುವಕರಿಂದಲಿ
ಅಥವಾ ಮುದುಕರಿಂದಲಿ, ಶ್ರೀಮಂತರಿಂದಲಿ ಅಥವಾ ಬಡವರಿಂದಲಿ ಎಲ್ಲರೂ
ದುಃಖಿತರಾಗಿದ್ದಾರೆ. ವಿಪಶ್ಯನ ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಪಡೆಯುವ ಮೊದಲು ತಾವೂ
ದುಃಖಿತರಾಗಿದ್ದರು ಎಂಬುದನ್ನು ಅರಿಯುತ್ತಾರೆ. ಅವರ ತರಹವೇ
ಇತರರು ಈ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿ ನಿಜವಾದ ಸುಖ ಶಾಂತಿಯನ್ನು
ಆನಂದಿಸುತ್ತಿರುವುದು ಅವರಿಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ. ಈ ಬದಲಾವಣೆಯನ್ನು ನೋಡಿ
ಸಹಾನುಭೂತಿಯ ಆನಂದದ ಭಾವ ಅವರಲ್ಲಿ ಮೂಡುತ್ತದೆ ಮತ್ತು
ದುಃಖಿತ ಜನರು ವಿಪಶ್ಯನವನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಿಕೊಂಡು ದುಃಖದಿಂದ
ಹೊರಬರಲು ಅವರಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವ ಬಯಕೆ ಶಕ್ತಿ
ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಕರುಣೆಯು ತುಂಬಿ ಹರಿಯುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಅದರ
ಜೊತೆಗೆ ದುಃಖದಿಂದ ಹೊರಬರಲು ಇತರರಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವ

ಸಂಕಲ್ಪ ಹೆಚ್ಚುತ್ತದೆ.

ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ಪಕ್ಕವಾಗಲು ಮತ್ತು ಧಮ್ಮ ಬೋಧನೆಯ
ತರಬೇತಿಯನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಸಹಜವಾಗಿಯೇ ಸಮಯ
ಹಿಡಿಯುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಶಿಬಿರಕ್ಕೆ ಬಂದಿರುವವರ ಸೇವೆ ಮಾಡಲು ಇನ್ನು
ಅನೇಕ ಮಾರ್ಗಗಳಿವೆ. ಅವೆಲ್ಲವೂ ಬೆಲೆಕಟ್ಟಲಾಗದಂತಹವು. ಸರಳ,
ವಿನಮ್ರ ಧಮ್ಮ ಸೇವಕರಾಗುವ ಹೆಬ್ಬಯಕೆ ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಶ್ರೇಷ್ಠವಾದುದು.

ವಿಪಶ್ಯನ ಧ್ಯಾನದ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುವವರು ಪ್ರಕೃತಿಯ
ನಿಯಮವನ್ನು ಮನಗಾಣಲು ಆರಂಭಿಸುತ್ತಾರೆ. ಈ ನಿಯಮದ ಪ್ರಕಾರ
ತಮ್ಮ ಶರೀರ ಮತ್ತು ಮಾತಿನಿಂದ ಇತರರಿಗೆ ಹಾನಿಮಾಡುವವರು
ತಮಗೂ ಹಾನಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಇತರರಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವ
ಕ್ರಿಯೆಗಳು ಕ್ರಿಯೆ ಮಾಡುವವರಿಗೂ ಸುಖ ಶಾಂತಿಯನ್ನು ತರುತ್ತವೆ.
ಹೀಗೆ ಇತರರಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವುದು ತನಗೂ ಸಹಾಯ
ಮಾಡಿಕೊಂಡಂತೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಸ್ವಂತ ಹಿತದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ಸೇವೆ ಮಾಡಬೇಕು.
ಈ ರೀತಿ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ನಿಮ್ಮ ಪಾರಮಿಗಳನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೀರಿ
ಮತ್ತು ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ಶೀಘ್ರವಾಗಿ ಮತ್ತು ಖಂಡಿತವಾಗಿ ಬಹಳ ವೇಗವಾಗಿ
ಪ್ರಗತಿ ಹೊಂದುತ್ತೀರಿ. ಇತರರಿಗೆ ಸೇವೆ ಮಾಡುವುದು, ವಾಸ್ತವವಾಗಿ,
ತನಗೂ ಸೇವೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದಾಗಿದೆ. ಈ ಸತ್ಯವನ್ನು ಅರ್ಥ
ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಇತರರು ತಮ್ಮ ದುಃಖಗಳಿಂದ ಹೊರಬರಲು
ಸಹಾಯ ಮಾಡುವ ಶ್ರೇಷ್ಠ ಕಾರ್ಯದಲ್ಲಿ ಭಾಗಿಯಾಗುವ ಬಯಕೆಯನ್ನು
ಉದ್ದೀಪಿಸುತ್ತದೆ.

ಆದರೆ ಸೇವೆ ಮಾಡಲು ಅತ್ಯುತ್ತಮವಾದ ರೀತಿ ಯಾವುದು?
ಇದನ್ನು ತಿಳಿಯದಿದ್ದರೆ, ಸೇವೆ ಮಾಡುವವರು ಇತರರಿಗೆ ಅಥವಾ
ತಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ; ಬದಲಾಗಿ ಅವರು
ಹಾನಿಯನ್ನೂ ಮಾಡಬಹುದು. ಧಮ್ಮ ಸೇವೆಯು ಎಷ್ಟೇ ಶ್ರೇಷ್ಠವಾಗಿದ್ದರೂ,
ಧಮ್ಮ ಸೇವಕರ ಸಂಕಲ್ಪವು ಸರಿಯಿಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಸೇವೆಯಿಂದ ನಿಜವಾದ
ಲಾಭ ಬರುವುದಿಲ್ಲ. ಸೇವಕ ತನ್ನ ಅಹಂನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕಾಗಿ
ಅಥವಾ ಏನಾದರೂ ಪ್ರತಿಫಲ ಪಡೆಯುವುದಕ್ಕಾಗಿ, ಮೆಚ್ಚುಗೆಯ ಅಥವಾ
ಹೊಗಳಿಕೆಯ ಮಾತಾದರೂ ಸರಿಯೇ, ಸೇವೆ ಮಾಡಿದರೆ ಅಂತಹ
ಸೇವೆಯು ಪ್ರಯೋಜನಕಾರಿಯಾಗುವುದಿಲ್ಲ.

ನೀವು ಸೇವೆ ನೀಡುವಾಗ ಕನಿಷ್ಠ ದಿನಕ್ಕೆ ಮೂರು ಬಾರಿ
ಒಂದೊಂದು ಗಂಟೆ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿ. ಆಗ ನೀವು ಸೇವೆ ಮಾಡಲು
ಸಮರ್ಥರಾಗುತ್ತೀರಿ. ನಿಮ್ಮ ಮನಸ್ಸು ತಳಮಳಗೊಂಡಿದ್ದರೆ ಅಥವಾ
ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಯಿಂದ ತುಂಬಿದ್ದು ಅದು ಸರಿಯಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡಲು
ಸಾಧ್ಯವಾಗದಿದ್ದರೆ, ಆಗ ನೀವು ಸೇವೆ ಮಾಡುವುದನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸುವುದು
ಮತ್ತು ಶಿಬಿರಕ್ಕೆ ಸೇರುವುದು ಉತ್ತಮ. ಮೊದಲು ನಿಮಗೆ ನೀವು

ಸಹಾಯ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ! ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ, ನಿಮಗೆ ನೀವು ಸಹಾಯ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಧಮ್ಮದಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮನ್ನು ನೀವು ಬಲಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಹೊರತು, ನೀವು ಇತರರಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಲು ಆಗುವುದಿಲ್ಲ. ಒಬ್ಬ ಕುಂಟನು ಇನ್ನೊಬ್ಬ ಕುಂಟನಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಲು ಆಗುವುದಿಲ್ಲ. ಒಬ್ಬ ಕುರುಡ ಇನ್ನೊಬ್ಬ ಕುರುಡನಿಗೆ ದಾರಿ ತೋರಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಒಳ್ಳೆಯ ಸೇವೆ ನೀಡಲು ಸಾಕಾಗುವಷ್ಟು ನಿಮ್ಮನ್ನು ನೀವು ಶಕ್ತರನ್ನಾಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ.

ನಿಮ್ಮ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಕ್ರಿಯೆಯೂ ಮುಖ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಧ್ಯಾನಾರ್ಥಿಗಳು ಆಚಾರ್ಯರ, ನಿರ್ವಾಹಕರ ಮತ್ತು ಧಮ್ಮ ಸೇವಕರುಗಳ ಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ಪರಿೀಕ್ಷಿಸುತ್ತಾರೆ. ನೀವು ಕೋಪಗೊಂಡರೆ ಅವರು ನಿರುತ್ಸಾಹ ಗೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಆಚಾರ್ಯರು, ನಿರ್ವಾಹಕರು ಮತ್ತು ಸೇವಕರುಗಳು ದುರ್ಭಾವನೆಯ ಲವಲೇಶವೂ ಇಲ್ಲದ ಶಾಂತಿಯಿಂದ, ಹಸನ್ಮುಖಿಯಾಗಿ, ಸಹಕಾರಿಯಾಗಿ, ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ ತುಂಬಿದ್ದರೆ, ಖಂಡಿತವಾಗಿ ಅವರು ಧಮ್ಮ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ನಡೆಯಲು ಉತ್ತೇಜಿತರಾಗುತ್ತಾರೆ.

ಆದ್ದರಿಂದ ನೀವು ದೊಡ್ಡ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದೀರಿ ಎಂಬುದನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ. ಈ ಧಮ್ಮ ಭೂಮಿಯಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಕ್ರಿಯೆಯೂ ಯಾವ ರೀತಿ ಇರಬೇಕೆಂದರೆ, ಹೊಸಬರ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಧಮ್ಮದ ಬಗ್ಗೆ ವಿಶ್ವಾಸ ಮತ್ತು ಶ್ರದ್ಧೆ ಮೂಡಿಸುವಂತಿರಬೇಕು ಮತ್ತು ಹಳೆಯ ಧ್ಯಾನ ಸಾಧಕರ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಧಮ್ಮದ ಬಗ್ಗೆ ಇರುವ ವಿಶ್ವಾಸ ಮತ್ತು ಶ್ರದ್ಧೆಯು ಬಲಗೊಳ್ಳಲು ಸಹಾಯಕ ವಾಗುವಂತಿರಬೇಕು.

ಹೊಸ ಧ್ಯಾನ ಸಾಧಕರು ಪಂಚಶೀಲಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಶಿಬಿರದ ಶಿಸ್ತನ್ನು ಪಾಲಿಸಬೇಕು ಎಂದು ನೀವು ನಿರೀಕ್ಷಿಸಿದಂತೆಯೇ ನೀವೂ ಸಹ ಎಷ್ಟು ಸಾಧ್ಯವೋ ಅಷ್ಟು ಶಿಬಿರದ ಶಿಸ್ತು ಮತ್ತು ಮೌನವನ್ನು ಪಾಲಿಸಬೇಕು. ಅತ್ಯವಶ್ಯಕವಾದುದನ್ನು ಮಾತ್ರ ಹೇಳಿ. ವಿನಯದಿಂದ, ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ, ವಾಸ್ತವವಾಗಿ, ಸಹಾಯಕವಾಗುವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಮಾತಾಡಿ. ನೀವು ಧಮ್ಮ ಸೇವೆ ಮಾಡುವಾಗ ಕಡ್ಡಾಯವಾಗಿ ಎಲ್ಲಾ ಐದು ಶೀಲಗಳನ್ನು ಪಾಲಿಸಲೇಬೇಕು. ನೀವು ಯಾವುದೇ ಶೀಲವನ್ನು ಮುರಿದರೆ, ಧ್ಯಾನ ಕೇಂದ್ರದ ವಾತಾವರಣವನ್ನು ಹಾಳು ಮಾಡುತ್ತೀರಿ ಮತ್ತು ಇತರರಿಗೆ ಹಾನಿಮಾಡುತ್ತೀರಿ.

ಧಮ್ಮ ಸೇವಕ ಜೈಲಿನ ಅಧಿಕಾರಿಯಲ್ಲ, ಒಬ್ಬ ಸೇವಕ, ಒಬ್ಬ ಧಮ್ಮ ಸೇವಕ. ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಖೈದಿಗಳಲ್ಲ. ನಿಶ್ಚಿತವಾಗಿ ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಶಿಸ್ತನ್ನು ಪಾಲಿಸಲೇಬೇಕು. ಆದರೆ ಯಾವುದಾದರೂ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಯು ಇವುಗಳನ್ನು ಮುರಿದರೆ, ಜೈಲಿನ ಅಧಿಕಾರಿಯು ಖೈದಿಯ ಮೇಲೆ ಕ್ರಮ ಜರುಗಿಸುವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಧಮ್ಮ ಸೇವಕನು ಈ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಮೇಲೆ ಕ್ರಮ ಜರುಗಿಸಬಾರದು. ಬೇಡ, ಅಲ್ಲಿ ಕರುಣೆಯಿರಬೇಕು. ಯಾರಾದರೂ ನಿಯಮವನ್ನು ಪಾಲಿಸದಿದ್ದರೆ, ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಅಜ್ಞಾನಿಯಾಗಿರುತ್ತಾನೆ. ಅಥವಾ ಹೆಚ್ಚು ತಳಮಳಕ್ಕೊಳಗಾಗಿರುತ್ತಾನೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಅದು ತೋರಿಸುತ್ತದೆ. ಒಬ್ಬ ಒಳ್ಳೆಯ ಧಮ್ಮ ಸೇವಕನು ಕರುಣೆಯನ್ನು ಉತ್ಪತ್ತಿ ಮಾಡುತ್ತಾನೆ ಮತ್ತು “ಈ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ದುಃಖದಲ್ಲಿದ್ದಾನೆ; ಅವನು ಈ ದುಃಖದಿಂದ ಹೊರಬರಲು ನಾನು ಹೇಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಬಹುದು” ಎಂದು ಯೋಚಿಸುತ್ತಾನೆ. ಶಿಕ್ಷೆಯಿಂದ ಅಥವಾ ಕೋಪ ಮತ್ತು ದ್ವೇಷದಿಂದ ಕಠಿಣ ಮಾತುಗಳನ್ನಾಡುವುದರಿಂದ ಇದನ್ನು ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಅದು ಈಗಾಗಲೇ ಉರಿಯುತ್ತಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಮೇಲೆ ಬೆಂಕಿಯನ್ನು ಎಸೆದಂತೆ. ಈ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಕರುಣೆಯಿಂದ ಕೂಡಿದ ಸಾಂತ್ವನದ ಮಾತುಗಳು ಬೇಕು.

ಕೆಲವು ವೇಳೆ ನೀವು ಕಠಿಣ ಮಾತುಗಳನ್ನು ಆಡಬೇಕಾಗಬಹುದು. ಆದರೆ ಅವುಗಳು ನೋವುಂಟು ಮಾಡಬಾರದು ಮತ್ತು ದುರ್ಭಾವನೆಯಿಂದ ಕೂಡಿರಬಾರದು. ಒಂದು ಪಕ್ಷ ಗೊತ್ತಿಲ್ಲದೆ ನೀವು ತಪ್ಪು ಮಾತಾಡಿದರೆ, ಎಷ್ಟು ಬೇಗ ನೀವು ಅದನ್ನು ಅರಿತು ಆ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಯ ಬಗ್ಗೆ ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಕರುಣೆಯನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೀರಿ ಎಂಬುದನ್ನು ನೋಡಿ. ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಭೇಟಿ ಮಾಡಿ ಹಸನ್ಮುಖಿಯಾಗಿ ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಕರುಣೆಯ ಕೆಲವು ಮಾತುಗಳನ್ನಾಡಿ. ನಿಮ್ಮ ತಪ್ಪಿನಿಂದ ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ನೋವಾಗಿದ್ದರೆ, ದುಷ್ಕರಣಾಮವು ಹೊರಟುಹೋಗಿ ಅವನು ಪುನಃ ಉತ್ಸಾಹದಿಂದ ಕೆಲಸ ಮಾಡಲು ಆರಂಭಿಸುತ್ತಾನೆ.

ನೀವು ಸೇವಕರಾಗಿದ್ದರೂ ಯಾವಾಗಲೂ ನೀವು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಯೇ ಎಂಬುದನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ. ಆದ್ದರಿಂದ ನೀವು ಯಾವಾಗಲೂ ಆಚಾರ್ಯರು ಮಾಡಬೇಕಾದ ಕೆಲಸವನ್ನು ಮಾಡಬೇಡಿ. ಯಾವುದಾದರೂ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಯು ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ತೊಂದರೆಯಿಂದ ನಿಮ್ಮ ಬಳಿ ಬಂದರೆ, ಧ್ಯಾನ ಸಾಧನೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಆ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗೆ ಸ್ಪಷ್ಟನೆ ನೀಡಲು ಉತ್ಸಾಹ ತೋರಬೇಡಿ. ವಿನಮ್ರತೆಯಿಂದ ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಆಚಾರ್ಯರ ಬಳಿ ಕರೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗಿ. ಧ್ಯಾನ ಸಾಧನೆಯ ಬಗೆಗಿನ ಅವರ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಆಚಾರ್ಯರು ಉತ್ತರ ಹೇಳಲಿ.

ಸೇವೆ ಮಾಡಬೇಕಾದರೆ ನೀವು ಸಲಹೆಗಳನ್ನು ಕೊಡಬಹುದು. ಆದರೆ ಆ ಸಲಹೆಗಳನ್ನು ನಿರ್ವಾಹಕರು ಅಥವಾ ಆಚಾರ್ಯರು ಸ್ವೀಕರಿಸಲೇಬೇಕು ಎಂದು ನಿರೀಕ್ಷಿಸಬೇಡಿ. ನಿಮ್ಮ ಅಹಂನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಡಿ ; ಅಹಂನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿಕೊಂಡರೆ ನಿಮಗೆ ನೀವೇ ಹಾನಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತೀರಿ. ನಿಮ್ಮ ಸಲಹೆಗಳನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸಲಿಲ್ಲ ಎಂದು ನೀವು ವ್ಯಾಕುಲರಾದರೆ, ನೀವು ಧಮ್ಮವನ್ನು ಕಲಿಯುತ್ತಿಲ್ಲ. ನೀವು ಇಲ್ಲಿ ಸೇವೆ ಮಾಡಲು ಇದ್ದೀರಿ, ಇತರರ ಮೇಲೆ ಅಧಿಕಾರ ನಡೆಸಲು ಅಲ್ಲ.

ನಿಮ್ಮ ಸೇವೆಗೆ ಪ್ರತಿಫಲವಾಗಿ ಏನನ್ನೂ ನಿರೀಕ್ಷಿಸಬೇಡಿ. ನಿಮ್ಮ ಸಲಹೆಗಳನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸಲೇಬೇಕು ಎಂದು ನೀವು ಒತ್ತಾಯಿಸಿದರೆ, ನೀವು ಏನನ್ನೂ ನಿರೀಕ್ಷಿಸುತ್ತಿದ್ದೀರಿ ಎಂದರ್ಥ. “ನಾನು ಇಲ್ಲಿ ಸೇವೆ ಮಾಡಲು ಇದ್ದೇನೆ, ಅಷ್ಟೇ. ಏನನ್ನೂ ನಿರೀಕ್ಷಿಸದೆ ಸೇವೆ ಮಾಡುವುದು ಹೇಗೆ ಎಂಬುದನ್ನು ನಾನು ಇಲ್ಲಿ ಕಲಿಯುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚು ಜನರು ಪ್ರಯೋಜನ ಪಡೆಯುವುದನ್ನು ಕಾಣುವ ಒಂದೇ ಒಂದು ಸಂಕಲ್ಪದಿಂದ ನಾನು ಸೇವೆ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ. ನಾನು ಅವರಿಗೆ ಒಳ್ಳೆಯ ಮಾದರಿಯಾಗಬೇಕು; ಇದು ಅವರಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ನನಗೂ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.” ಈ ಮಾತುಗಳನ್ನು ಸದಾ ನೆನಪಿನಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ.

ಸೇವೆ ಮಾಡುವಾಗ ಧಮ್ಮವನ್ನು ನಿತ್ಯದ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಉಪಯೋಗಿಸುವುದು ಹೇಗೆ ಎಂಬುದನ್ನು ನೀವು ಕಲಿಯುತ್ತೀರಿ. ಅಷ್ಟಕ್ಕೂ ಧಮ್ಮವು ನಿತ್ಯದ ಜವಾಬ್ದಾರಿಗಳಿಂದ ಓಡಿ ಹೋಗುವುದಕ್ಕಲ್ಲ. ಧ್ಯಾನ ಶಿಬಿರ ಅಥವಾ ಧ್ಯಾನ ಕೇಂದ್ರದ ಈ ಪುಟ್ಟ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿನ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಜೊತೆ ವ್ಯವಹರಿಸುವಾಗ ಧಮ್ಮದ ಪ್ರಕಾರ ಕಾರ್ಯ ನಿರ್ವಹಿಸುವುದನ್ನು ನೀವು ಕಲಿಯುತ್ತೀರಿ. ಹೊರಗಿನ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲೂ ಇದೇ ರೀತಿಯಾಗಿ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸಲು ನಿಮ್ಮನ್ನು ನೀವು ತರಬೇತಿ ಗೊಳಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೀರಿ. ಬೇರೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಅನುಪೇಕ್ಷಿತವಾಗಿ ನಡೆದು ಕೊಂಡಾಗಲೂ ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನ ಸಮತೋಲನವನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುವ ಪ್ರಯತ್ನಮಾಡುತ್ತೀರಿ; ಮತ್ತು ಇದಕ್ಕೆ ಪ್ರತಿಯಾಗಿ ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಕರುಣೆಯನ್ನು ಉತ್ಪತ್ತಿ ಮಾಡಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತೀರಿ. ಈ ಪಾಠವನ್ನು ನೀವು ಇಲ್ಲಿ ಕರಗತ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುವಿರಿ. ಶಿಬಿರದಲ್ಲಿರುವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ತರಹವೇ ನೀವು ಇಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ.

ಧಮ್ಮ ಸೇವೆ ನೀಡುವ ನೀವೆಲ್ಲರೂ ಧಮ್ಮದಲ್ಲಿ ಬಲಗೊಳ್ಳಿ. ಇತರರ ಬಗೆಗೆ ಪ್ರೀತಿ, ಕರುಣೆ ಮತ್ತು ಸದ್ಭಾವನೆಯನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ನೀವು ಕಲಿಯಿರಿ. ನಿಜವಾದ ಶಾಂತಿ, ನಿಜವಾದ ಸಾಮರಸ್ಯ, ನಿಜವಾದ ಸುಖವನ್ನು ಅನುಭವಿಸಲು ನೀವೆಲ್ಲರೂ ಧಮ್ಮದಲ್ಲಿ ಪ್ರಗತಿಹೊಂದಿರಿ.

ಭವತು ಸಬ್ಬ ಮಂಗಲಂ-ಸರ್ವರಿಗೂ ಮಂಗಲವಾಗಲಿ.

ಗೋಯಂಕಾಜಿ ಅವರೊಡನೆ ಪ್ರಶೋತ್ತರಗಳು

ಪ್ರಶ್ನೆ : ಶಿಬಿರಗಳಲ್ಲಿ ಧಮ್ಮ ಸೇವೆಯ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆಯನ್ನು ದಯವಿಟ್ಟು ವಿವರಿಸಿ. ಧಮ್ಮ ಸೇವಕರುಗಳ ಪಾತ್ರವೇನು? ಧಮ್ಮ ಸೇವಕರುಗಳ ಮಧ್ಯೆ, ಧಮ್ಮ ಸೇವಕರುಗಳು ಮತ್ತು ಟ್ರಸ್ಟಿಗಳು, ಧಮ್ಮ ಸೇವಕರುಗಳು ಮತ್ತು ಆಚಾರ್ಯರುಗಳ ಸಂಬಂಧ ಹೇಗಿರಬೇಕು? ಅವರಿಗೆ ಯಾವ ರೀತಿಯ ತರಬೇತಿ ಮತ್ತು ಸವಲತ್ತುಗಳ ಅವಶ್ಯಕತೆ ಇದೆ?

ಗೋಯಂಕಾಜಿ : ಧಮ್ಮ ಸೇವೆಯು ಧ್ಯಾನ ಸಾಧನೆಯ ಬಹಳ ಪ್ರಮುಖವಾದ ಭಾಗ. ನೀವು ಹತ್ತು ದಿನಗಳ ಧ್ಯಾನ ಶಿಬಿರಕ್ಕೆ ಬಂದು ವಿಪಶ್ಯನದ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿ ನಿಮ್ಮ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಶುದ್ಧ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೀರಿ. ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಬಲಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೀರಿ ಮತ್ತು ಧ್ಯಾನದ

ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನು ನಿಮ್ಮ ನಿತ್ಯ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಉಪಯೋಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೀರಿ. ನಿಮ್ಮ ನಿತ್ಯದ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಧರ್ಮವನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಿಕೊಳ್ಳದಿದ್ದರೆ ಶಿಬಿರಕ್ಕೆ ಬರುವುದು ಮತ್ತೊಂದು ನಿತ್ಯಾಚರಣೆ, ಧಾರ್ಮಿಕ ವಿಧಿ ಅಥವಾ ಧಾರ್ಮಿಕ ಆಚರಣೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಇದು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ ಆಗುವುದಿಲ್ಲ.

ಒಂದು ಧ್ಯಾನ ಕೇಂದ್ರದಲ್ಲಿ ವಿಪಶ್ಯನವನ್ನು ಕಲಿತು ನೀವು ಹೊರ ಪ್ರಪಂಚಕ್ಕೆ ಹೋಗುತ್ತೀರಿ. ಅಲ್ಲಿಯ ರೀತಿ ನೀತಿಗಳು ಎಷ್ಟೊಂದು ಅಹಿತಕರವಾಗಿರುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಪ್ರತಿಯೊಂದೂ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ನಿಮ್ಮ ಬಯಕೆಗೆ ಅಥವಾ ನಿಮ್ಮ ಕನಸುಗಳಿಗೆ ವಿರುದ್ಧವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಇದು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಎದೆಗುಂದಿಸುತ್ತದೆ; ಇದನ್ನು ಎದುರಿಸಲು ನಿಮಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಹತ್ತು ದಿನದ ಶಿಬಿರದಲ್ಲಿ ಧರ್ಮ ಸೇವೆ ಮಾಡಲು ಬರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಬಹಳ ಒಳ್ಳೆಯ ಅವಕಾಶ ದೊರೆಯುತ್ತದೆ.

ಹತ್ತು ದಿನಗಳು ನೀವು ಸೇವೆ ಮಾಡುವಾಗ, ಹತ್ತು ದಿನಗಳ ಶಿಬಿರದಲ್ಲಿ ನೀವು ಏನನ್ನು ಕಲಿತಿದ್ದೀರೋ ಅದನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೀರಿ. ಹೊರ ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ವ್ಯವಹರಿಸುವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿಯೇ ಇಲ್ಲೂ ನೀವು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಜೊತೆ, ಆಚಾರ್ಯರು, ಇತರೆ ಧರ್ಮ ಸೇವಕರುಗಳು ಮತ್ತು ಟ್ರಸ್ಟಿಗಳ ಜೊತೆ ವ್ಯವಹರಿಸುತ್ತೀರಿ. ಇಂತಹ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ನಡವಳಿಕೆಯು ಹೇಗಿರುತ್ತದೆ? ನೀವು ತಪ್ಪುಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತೀರಿ ಮತ್ತು ಅವುಗಳಿಂದ ಪಾಠ ಕಲಿಯುತ್ತೀರಿ. ಪುನಃ ತಪ್ಪು ಮಾಡುತ್ತೀರಿ, ಪುನಃ ಅದನ್ನು ಸರಿ ಮಾಡುತ್ತೀರಿ. ಈ ರೀತಿಯಾಗಿ ನೀವು ಕಲಿಯುತ್ತೀರಿ. ಇದು ಧರ್ಮವನ್ನು ನಿತ್ಯ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಉಪಯೋಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ಅಂಶ.

ಮತ್ತೊಂದು ಪ್ರಮುಖವಾದ ಅಂಶವೆಂದರೆ, ನೀವು ಧರ್ಮಸೇವೆ ಮಾಡುವುದು ಒಂದು ರೀತಿಯ ದಾನ- 'ಧರ್ಮ ದಾನ', 'ಸಬ್ಬದಾನಂ ಧರ್ಮದಾನಮ್ ಜಿನಾತಿ'. ಅಂದರೆ ದಾನಗಳೆಲ್ಲ ಶ್ರೇಷ್ಠವಾದುದು 'ಧರ್ಮದಾನ'. ನೀವು ಧರ್ಮದಾನವನ್ನು ಕೊಡುತ್ತೀರಿ. ಆಚಾರ್ಯರು ಧರ್ಮವನ್ನು ಭೋದಿಸುತ್ತಾರೆ, ಇದು ಒಳ್ಳೆಯದು. ಯಾರೋ ಡೋನೇಷನ್ ಕೊಟ್ಟಿದ್ದಾರೆ. ಅದೂ ಒಳ್ಳೆಯದೇ. ಆದರೆ ಆ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಸೇವೆ ನೀಡಲು ಜನ ಇರಬೇಕು. ನೀವು ಸೇವೆ ನೀಡುತ್ತಿದ್ದೀರಿ. ಆದ್ದರಿಂದ ನೀವು ಅದರ ಭಾಗ. ಇದು ನಿಮ್ಮ ದಾನ.

ನಿಮ್ಮ ಸೇವೆಯ ದಾನವು, ನಾನು ಹೇಳುತ್ತೇನೆ, ನಿಮ್ಮ ಹಣದ ದಾನಕ್ಕಿಂತಲೂ ಹೆಚ್ಚು ಮೌಲ್ಯಯುತವಾದುದು. ಉದ್ದೇಶ ಬಹಳ ಮುಖ್ಯ. 'ಚೇತನ ಅಹಂ, ಭಿಕ್ಷುವೇ, ಕಮ್ಮಮ್ ವದಾಮಿ' ಅಂದರೆ, ಸಂಕಲ್ಪವನ್ನು ಓ ಭಿಕ್ಷುಗಳೇ, ನಾನು ಕಮ್ಮ ಎನ್ನುತ್ತೇನೆ ಎಂದು ಬುದ್ಧ ಹೇಳಿದರು. ನೀವು ದಾನ ಕೊಡುವಾಗ ನಿಮ್ಮ ಉದ್ದೇಶವು, "ನನ್ನ ಹಣದಿಂದ ಎಷ್ಟೊಂದು ಜನರು ಪ್ರಯೋಜನ ಪಡೆಯುತ್ತಾರೆ. ಯಾರದಾದರೂ ಬಾಯಾರಿಕೆಯನ್ನು ನೀಗಿಸಲು, ಅಥವಾ ಹಸಿವನ್ನು ಹೋಗಲಾಡಿಸಲು ಅಥವಾ ಔಷಧಿಗೆ ನಾನು ಹಣ ಕೊಡಬಹುದು. ಇವು ಬಹಳ ಒಳ್ಳೆಯ ಕೆಲಸಗಳೇ. ಆದರೆ ಇಲ್ಲಿ ನಾನು ಹಣವನ್ನು ಕೊಟ್ಟಾಗ ಎಷ್ಟೊಂದು ಜನರು ದುಃಖದಿಂದ, ಅವರ ಮಲಿನತೆಗಳಿಂದ ಹೊರಬರುವುದನ್ನು ನಾನು ಕಾಣುತ್ತೇನೆ. ನನ್ನ ಹಣವನ್ನು ಇಲ್ಲಿ ಬಹಳ ಒಳ್ಳೆಯ ಕೆಲಸಕ್ಕೆ ಉಪಯೋಗಿಸಲಾಗಿದೆ". ಈ ರೀತಿಯ ಮನಸ್ಸಿನ ಸಂಕಲ್ಪವು ನಿಮ್ಮ 'ಕಮ್ಮ'ದ ಲೆಕ್ಕಕ್ಕೆ ಜಮಾ ಆಗುತ್ತದೆ.

ಆದರೆ ಹತ್ತು ದಿನಗಳು ನೀವು ಇಲ್ಲಿದ್ದಾಗ, ಪ್ರತಿಕ್ಷಣವೂ ನೀವು ಸೇವೆ ನೀಡುತ್ತೀರಿ, ಮತ್ತು "ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚು ಜನರು ಪ್ರಯೋಜನ ಪಡೆಯಲಿ" ಎಂಬ ಸಂಕಲ್ಪದಿಂದ ಸೇವೆ ನೀಡುತ್ತೀರಿ. ಈ ಸಂಕಲ್ಪವು ಹತ್ತು ದಿನಗಳ ಕಾಲ ಮುಂದುವರಿಯುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಈ ಸಂಕಲ್ಪವನ್ನು ಉತ್ತಮ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವಾಗ ನೀವು ಕಳೆಯುವ ಸಮಯವು ನೀವು ಕೊಡುವ ಹಣದ ದಾನಕ್ಕಿಂತ ಬಹಳ ದೊಡ್ಡದು. ಹಣದ ದಾನವನ್ನು ಕೊಡಬೇಡಿ ಎಂದು ನಾನು ಹೇಳುತ್ತಿಲ್ಲ. ಹಣವಿಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಶಿಬಿರಗಳು ಹೇಗೆ ನಡೆಯುತ್ತವೆ. ಆದರೆ ಇವೆರಡರ ಮಧ್ಯೆ ಸೇವೆಯ ದಾನ, ಧರ್ಮ ಸೇವೆ, ಬಹಳ ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರಯೋಜನಕಾರಿ.

ನನ್ನ ಸ್ವಂತ ಅನುಭವದಿಂದ ಮತ್ತು ಅನೇಕ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಅನುಭವದಿಂದಲೂ ನಾನು ಮತ್ತೊಂದನ್ನು ಕಂಡುಕೊಂಡಿದ್ದೇನೆ: ಅನೇಕ ವರ್ಷಗಳು ನಾನು ಧರ್ಮ ಸೇವಕನಾಗಿ ನಮ್ಮ ಆಚಾರ್ಯರಿಗೆ ಸಹಾಯ

ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೆ. ಅವರ ಮಾತುಗಳನ್ನು ಕೇವಲ ಅನುವಾದ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೆ. ಅವರ ಸೂಚನೆಯಂತೆ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಬಳಿಗೋಗಿ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಚರ್ಚಿಸುತ್ತಿದ್ದೆ- ಇಂತಹ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೆ. ಇದು ನನಗೆ ಬಹಳ ಸಹಾಯಕವಾಯಿತು. ಹತ್ತು ದಿನಗಳ ಶಿಬಿರ ಪೂರೈಸಿದ ಮೇಲೆ, ನಂತರ ಹತ್ತು ದಿನಗಳು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಸೇವೆ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ನನ್ನ ಧ್ಯಾನವು ಬಹಳ ಬಲಯುತವಾಯಿತು. ಇದನ್ನು ನಾನು ಅನೇಕ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಂದಲೂ ಕೇಳಿದ್ದೇನೆ. "ವಿಪಶ್ಯನ ಶಿಬಿರದಲ್ಲಿ ನಾನು ಹತ್ತು ದಿನ ಸೇವೆ ಮಾಡಿದೆ, ನನ್ನ ಧ್ಯಾನವು ಬಹಳ ಗಟ್ಟಿಯಾಯಿತು, ನನ್ನ ಧರ್ಮವು ಬಹಳ ಶಕ್ತಿಯುತವಾಯಿತು" ಎಂದು ಅವರು ಹೇಳುವುದನ್ನು ಕೇಳಿದ್ದೇನೆ. ಇದು ಸಹಜ, ಅದು ಆ ರೀತಿಯೇ ಆಗುತ್ತದೆ.

ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಯೂ ಧರ್ಮದಲ್ಲಿ ಜನರ ಸೇವೆ ಮಾಡಲು ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯವನ್ನು ಮೀಸಲಿಡಬೇಕೆಂದು ನಾನು ಹೇಳುತ್ತೇನೆ. ಬರೀ ಶಿಬಿರಗಳಲ್ಲಿ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತಾ, ಏನೂ ಧರ್ಮ ಸೇವೆ ಮಾಡದಿದ್ದರೆ, ಅದು ಧರ್ಮದಲ್ಲಿನ ಆರೋಗ್ಯಕರವಾದ ಬೆಳವಣಿಗೆಯಲ್ಲ. ಶಿಬಿರಗಳಲ್ಲಿ ಧ್ಯಾನಾರ್ಥಿಯಾಗಿ ಭಾಗವಹಿಸಿ. ಆದರೆ ಧರ್ಮ ಸೇವೆಗೂ ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯವನ್ನು ಮೀಸಲಿಡಿ. ಇದು ಬಹಳ ಮುಖ್ಯ.

ಧರ್ಮ ಸೇವಕರುಗಳ ಮಧ್ಯೆ ಸಂಬಂಧದ ಬಗ್ಗೆ, ಆಚಾರ್ಯರುಗಳ ಮತ್ತು ಟ್ರಸ್ಟಿಗಳ ಜೊತೆಗಿನ ಸಂಬಂಧದ ಬಗ್ಗೆ ಈ ಕ್ಷೇತ್ರದಲ್ಲಿ ಪ್ರಾಯೋಗಿಕವಾಗಿ ಕಲಿಯಿರಿ. ಇದು ಕ್ಷೇತ್ರಕಾರ್ಯ ! ನಿಶ್ಚಿತವಾಗಿ ಧರ್ಮ ಸೇವಕರುಗಳಿಗೆ ಸರಿಯಾದ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ನೀಡಬೇಕು.

ಅನೇಕ ವೇಳೆ, ಕೇವಲ ಒಂದು ಶಿಬಿರವನ್ನು ಪೂರೈಸಿರುವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಯು, ಅತ್ಯುತ್ತಮದಲ್ಲಿ ಮುಂದಿನ ಶಿಬಿರದಲ್ಲಿ ಸೇವೆ ನೀಡಲು ಬರುತ್ತಾನೆ. ಅವನು ಅಥವಾ ಅವಳು ಧರ್ಮದಲ್ಲಿ ಪಕ್ಕವಾಗಿಲ್ಲದಿರುವುದರಿಂದ ಪೋಲೀಸ್‌ನವರಂತೆ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಮೇಲೆ ಕಿರುಚುತ್ತಾ ತಪ್ಪಾಗಿ ನಡೆದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಇದು ಅವರಿಗೆ ಹಾನಿಕಾರಕ. ಏಕೆಂದರೆ ಇಂತಹ ತಪ್ಪು ಸಂಕಲ್ಪವು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಹಾನಿಕಾರಕ, ಇಡೀ ವಾತಾವರಣಕ್ಕೆ ಹಾನಿಕಾರಕ. ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಉತ್ಸಾಹ ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಈ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಕೇವಲ ಒಂದು ಶಿಬಿರವನ್ನಷ್ಟೇ ಪೂರೈಸಿದ್ದಾನೆ ಎಂಬುದು ಅವರಿಗೆ ತಿಳಿದಿರುವುದಿಲ್ಲ. "ಇವರು ಸೇವೆ ನೀಡುತ್ತಿರುವುದರಿಂದ ಸಂಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಬಹಳ ಜವಾಬ್ದಾರಿ ಇರುವ ವ್ಯಕ್ತಿ ಆಗಿರಬೇಕು, ನೋಡು ಅವನು ಹೇಗೆ ವರ್ತಿಸುತ್ತಿದ್ದಾನೆ! ಹಾಗಾದರೆ ಇದು ಯಾವ ರೀತಿಯ ಧ್ಯಾನ? ಅವರ ಸೇವಕರುಗಳನ್ನೇ ಸುಧಾರಿಸದಿರುವ ಈ ಧ್ಯಾನವು, ನಾವು ಸುಧಾರಿಸಲು ಹೇಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ?" ಎಂದು ಅವರು ಆಲೋಚಿಸುತ್ತಾರೆ.

ಈ ರೀತಿಯ ನಡವಳಿಕೆಯಿಂದ ಜನರು ವಿಪಶ್ಯನದ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುವುದರಲ್ಲಿ ವಿಶ್ವಾಸ ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಧರ್ಮದಲ್ಲಿ ಇತರರ ಸೇವೆ ಮಾಡಲು ಸೇರುವ ಮೊದಲು ಸೇವಕರಿಗೆ ಸರಿಯಾದ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಮಾಡುವುದು ಉತ್ತಮ. ಒಂದು ರೀತಿಯ ಕೈಪಿಡಿಯನ್ನು ನೀವು ಮಾಡಬಹುದು. ಈ ಹಿಂದೆ ಅಂತಹದೊಂದನ್ನು ಮಾಡಲಾಗಿದೆ ಎಂದು ನನಗಿನ್ನಿಸುತ್ತದೆ. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ಧರ್ಮ ಸೇವಕನೂ ಅದನ್ನು ಓದಬೇಕು ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ಅವರು ಸರಿಯಾಗಿ ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿದ್ದಾರೋ ಇಲ್ಲವೋ ಎಂಬುದನ್ನು ತಿಳಿಯಲು ಅವರೊಡನೆ ಚರ್ಚಿಸಬೇಕು.

ಈಗ ಸರಿಯಾದ ಸವಲತ್ತುಗಳ ಬಗ್ಗೆ: ಹೌದು, ಇದು ಇನ್ನೊಂದು ಬಹಳ ಪ್ರಮುಖವಾದ ವಿಷಯ. ಅನೇಕ ಧ್ಯಾನ ಕೇಂದ್ರಗಳಲ್ಲಿ ನಾನು ನೋಡಿದ್ದೇನೆ, ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ ಹೆಚ್ಚುತ್ತಿರುವುದರಿಂದ, ಸವಲತ್ತುಗಳು ಕಡಿಮೆ ಇರುವುದರಿಂದ ಹೆಚ್ಚು ತೊಂದರೆ ಅನುಭವಿಸುವವರು ಧರ್ಮ ಸೇವಕರು. ಅವರು ಪದೇಪದೇ ತಮ್ಮ ಲಗೇಜನ್ನು ರೂಮಿನಿಂದ ರೂಮಿಗೆ ಅಥವಾ ಕಟ್ಟಡದಿಂದ ಹೊರಗಿನ ಟೆಂಟ್‌ಗೆ ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಬಡಪಾಯಿ, ಅವನಿಗೆ ವಾಸಿಸಲು ಸರಿಯಾದ ಸ್ಥಳವಿಲ್ಲ. ಸರಿಯಾದ ಸೌಲಭ್ಯಗಳು ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ, ಸರಿಯಾಗಿ ಸೇವೆ ಮಾಡಲು ಯಾರನ್ನಾದರೂ ನಾವು ನಿರೀಕ್ಷಿಸಲು ಹೇಗೆ ಸಾಧ್ಯ? ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಧ್ಯಾನ ಕೇಂದ್ರವು ಪುರುಷ ಮತ್ತು ಮಹಿಳಾ ಧರ್ಮ ಸೇವಕರುಗಳಿಗೆ ಪ್ರತ್ಯೇಕ ಸೌಲಭ್ಯಗಳನ್ನು ಕಲ್ಪಿಸಬೇಕು ಎಂದು ನಾನು ಹೇಳುತ್ತೇನೆ. ಇದು ಬಹಳ ಮುಖ್ಯ.

ಪ್ರಶ್ನೆ: ನನಗೆ 81 ವರ್ಷ ವಯಸ್ಸು. ನನಗೆ ಧ್ಯಾನ ಕೇಂದ್ರದಲ್ಲಿ ಸೇವೆ

ಮಾಡಬೇಕೆಂಬ ಮಹಾದಾಸೆ ಇದೆ. ಆದರೆ ನಿರ್ವಾಹಕರು ನನ್ನ ಬಗ್ಗೆ 'ಮೆತ್ತಾ' ಭಾವವನ್ನು ಹೊಂದಿಲ್ಲ. ವಯಸ್ಸಾದವರೂ ಸೇವೆಮಾಡುವ ಅವಕಾಶವನ್ನು ಪಡೆಯಬೇಕು.

ಗೋಯಂಕಾಜಿ: ಮ್ಯಾನೇಜ್‌ಮೆಂಟ್‌ನಲ್ಲಿ ಮೈತ್ರಿ ಇಲ್ಲ ಎಂದರೆ ಅದು ಆರೋಗ್ಯಕರವಾದ ಮ್ಯಾನೇಜ್‌ಮೆಂಟ್ ಅಲ್ಲ. ಈಗಾಗಲೇ ಸಾಕಷ್ಟು ಧಮ್ಮ ಸೇವಕರಿರುವುದರಿಂದ ಇನ್ನೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ ಬೇಡ ಎಂದು ನಿರ್ವಾಹಕರಿಗೆ ಅನಿಸಿದರೆ ಸಂಖ್ಯೆಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುವುದರಲ್ಲಿ ಅರ್ಥವಿಲ್ಲ. ಆಗ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ನಿರಾಕರಿಸಬಹುದು.

ಆದರೆ ಅದನ್ನು ಮೈತ್ರಿಯಿಂದ ಮಾಡಬೇಕು. "ಮ್ಯಾನೇಜ್‌ಮೆಂಟ್‌ಗೆ ನನ್ನ ಬಗ್ಗೆ ಮೈತ್ರಿ ಇಲ್ಲ" ಎಂದು ಯಾರೂ ಆಪಾದನೆ ಮಾಡಬಾರದು. ಮೈತ್ರಿ ಇರಲೇಬೇಕು, ಆದರೆ ನಿರಾಕರಿಸುವುದು ಅನಿವಾರ್ಯ. ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳದಿರುವುದಕ್ಕೆ ಅನೇಕ ಕಾರಣಗಳಿವೆ. ಮ್ಯಾನೇಜ್‌ಮೆಂಟ್ ಅಥವಾ ಶಿಬಿರ ನಡೆಸುವ ಆಚಾರ್ಯರು ಮಾತ್ರ ತೀರ್ಮಾನ ಮಾಡಬಹುದು.

ಸೇವೆ ಮಾಡುವ ಸದಿಚ್ಚೆ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಇರಬಹುದು. ಆದರೆ ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ದೈಹಿಕವಾಗಿ ದುರ್ಬಲರಾಗಿರಬಹುದು. ಅಥವಾ ಸೇವೆ ಮಾಡಲು ಬೇಕಾದ ಮಾನಸಿಕ ಸಮತೋಲನ ಇಲ್ಲದೆ ಇರಬಹುದು. ಆದ್ದರಿಂದ ಈ ತೀರ್ಮಾನವನ್ನು ಮ್ಯಾನೇಜ್‌ಮೆಂಟ್ ಅಥವಾ ಸಹಾಯಕ ಆಚಾರ್ಯರು ಮಾತ್ರ ಮಾಡಬಹುದು. "ಈಗ ನಿಮ್ಮ ಸೇವೆಯ ಅಗತ್ಯ ನಮಗಿಲ್ಲ" ಎಂದು ಬಹಳ ನಮ್ರತೆಯಿಂದ ಹೇಳಿದರೆ, ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಅದನ್ನು ಒಪ್ಪಬೇಕು. ನಸುನಗುತ್ತಾ ಒಪ್ಪಬೇಕು.

ಪ್ರಶ್ನೆ : ಗಂಡ-ಹೆಂಡತಿ ಇಬ್ಬರೂ ವಿಪಶ್ಯನ ಧ್ಯಾನ ಸಾಧಕರು. ಆದರೆ ಅವರು ಜಗಳವಾಡುತ್ತಾರೆ. ಏನು ಮಾಡಬಹುದು?

ಗೋಯಂಕಾಜಿ: ಅವರು ವಿಪಶ್ಯನ ಸಾಧಕರಲ್ಲ ಎಂಬುದನ್ನು ಇದು ತೋರಿಸುತ್ತದೆ. ಅವರು ವಿಪಶ್ಯನ ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಕೇವಲ ಒಂದು ನಿತ್ಯಾಚರಣೆ ಅಥವಾ ಧಾರ್ಮಿಕ ವಿಧಿಯಂತೆ ಮಾಡುತ್ತಿರಬಹುದು. ಗಂಡ-ಹೆಂಡತಿ ಇಬ್ಬರೂ ವಿಪಶ್ಯನ ಧ್ಯಾನ ಸಾಧಕರಾಗಿದ್ದರೆ ಅವರು ಹೇಗೆ ಜಗಳವಾಡಲು ಸಾಧ್ಯ? ವಿಪಶ್ಯನವು ನಮ್ಮನ್ನು ಎಲ್ಲಾ ಜಗಳಗಳಿಂದ ಸೌಹಾರ್ದದ ಜೀವನಕ್ಕೆ ಕೊಂಡೊಯ್ಯುತ್ತದೆ. ವ್ಯಕ್ತಿಯು ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಧಮ್ಮದಲ್ಲಿ ಪ್ರಗತಿ ಹೊಂದುತ್ತಿದ್ದಾನೋ ಇಲ್ಲವೋ ಎಂಬುದಕ್ಕೆ ಇದು ಒಂದು ಅಳತೆ ಗೋಲು.

ಭವತು ಸಬ್ಬ ಮಂಗಳಂ

(ಎಲ್ಲಾ ಜೀವಿಗಳಿಗೂ ಮಂಗಳವಾಗಲಿ)

ಧಮ್ಮ ಪಪುಲ್ಲಾ, ಬೆಂಗಳೂರು

10 ದಿನದ ಶಿಬಿರಗಳು 2025 : ಫೆಬ್ರವರಿ 21 ರಿಂದ ಮಾರ್ಚ್ 4, ಮಾರ್ಚ್ 7 ರಿಂದ 18, ಮಾರ್ಚ್ 20 ರಿಂದ 28 ಸತಿಪಟ್ಟಾನ ಶಿಬಿರ, ಹಳೆಯ ಸಾಧಕರಿಗೆ ಮಾತ್ರ. ಏಪ್ರಿಲ್ 2 ರಿಂದ 13, ಏಪ್ರಿಲ್ 23 ರಿಂದ ಮೇ 4, ಮೇ 7 ರಿಂದ 15, ಮೇ 19 ರಿಂದ 30, ಜೂನ್ 4 ರಿಂದ 15, ಜೂನ್ 18 ರಿಂದ 29, ಜುಲೈ 2 ರಿಂದ 13, ಜುಲೈ 16 ರಿಂದ 27,

ಜುಲೈ 30 ರಿಂದ ಆಗಸ್ಟ್ 10, ಆಗಸ್ಟ್ 13 ರಿಂದ 24, ಆಗಸ್ಟ್ 28 ರಿಂದ ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ 8, ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ 11 ರಿಂದ 19, ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ 24 ರಿಂದ ಅಕ್ಟೋಬರ್ 5, ಅಕ್ಟೋಬರ್ 15 ರಿಂದ 26, ಅಕ್ಟೋಬರ್ 29 ರಿಂದ ನವೆಂಬರ್ 9, 12 ರಿಂದ 23, 26 ರಿಂದ 7 ಡಿಸೆಂಬರ್ 10 ರಿಂದ 21,

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

ಧಮ್ಮ ನಗರಿ ದಾವಣಗೆರೆ.

ಹತ್ತು ದಿನದ ಶಿಬಿರಗಳು -2025: ಮಾರ್ಚ್ 5 ರಿಂದ 16, ಏಪ್ರಿಲ್ 2 ರಿಂದ 13, ಏಪ್ರಿಲ್ 23 ರಿಂದ ಮೇ 4, ಮೇ 14 ರಿಂದ 25, ಜೂನ್ 4 ರಿಂದ 15, ಜೂನ್ 25 ರಿಂದ ಜುಲೈ 6, 16 ರಿಂದ 27, ಆಗಸ್ಟ್ 6 ರಿಂದ 17, ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ 3-14, ಅಕ್ಟೋಬರ್ 6 ರಿಂದ 17, ನವೆಂಬರ್ 5 ರಿಂದ 16, ನವೆಂಬರ್ 26 ರಿಂದ ಡಿಸೆಂಬರ್ 7, ಡಿಸೆಂಬರ್ 17 ರಿಂದ 28.

ವೆಬ್‌ಸೈಟ್ : <https://www.dhamma.org/en/schedules/schnagari>

ಗೂಗಲ್ ಮ್ಯಾಪ್ : <https://maps.app.goo.gl/CZoHPK WSeeUNSKZ6>

Contact Numbers : 90087 33008, 94485 88789, 87226 05694

ವಿಳಾಸ : ಶಂಕರನಹಳ್ಳಿ ರಸ್ತೆ, ಕೊಂಡಜ್ಜಿ ಬುಳ್ಳಾಪುರ, ಹರಿಹರ ತಾಲೂಕು.

ಧಮ್ಮ ನದಿ, ವಿಪಶ್ಯನ ಧ್ಯಾನಕೇಂದ್ರ ಉಡುಪಿ ಜಿಲ್ಲೆ

ನಿರ್ಮಾಣ ಕಾರ್ಯ ಮುಕ್ತಾಯ ಹಂತದಲ್ಲಿದೆ. ಪ್ರತಿ ಭಾನುವಾರ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 9 ರಿಂದ 1 ರವರೆಗೆ ಧ್ಯಾನ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ ಇರುತ್ತದೆ. ಹೆಚ್ಚಿನ ಮಾಹಿತಿಗಾಗಿ ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ: 9449773942, 9880173542, 87921 73942.

ಧಮ್ಮವನ,

ಹತ್ತು ದಿನದ ಶಿಬಿರಗಳು : ಮಾರ್ಚ್ 5 ರಿಂದ 16, ಮೇ 14-25, ಜೂನ್ 18-29, ಜುಲೈ 9-17, ಜುಲೈ 23ರಂದ ಆಗಸ್ಟ್ 03, ಆಗಸ್ಟ್ 20 ರಿಂದ 31, ಅಕ್ಟೋಬರ್ 15 ರಿಂದ 26, ನವೆಂಬರ್ 18-29, ಡಿಸೆಂಬರ್ 17 ರಿಂದ 28.

ನಾಡಪ್ಪನಹಳ್ಳಿ - 571 617, ಮೈಸೂರು ಜಿಲ್ಲೆ.

ನಿರಂತರಾಗಿ 2 ಮತ್ತು ಮೂರು ದಿನದ ಶಿಬಿರಗಳನ್ನು ಆಯೋಜಿಸಲಾಗುತ್ತಿದೆ. ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ನೋಂದಣಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು: www.dhamma.org/schedules/schvana.

ಹೆಚ್ಚಿನ ಮಾಹಿತಿಗೆ : 88805 19658

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 ಅಫ್‌ಸೆಟ್ ಪ್ರಿಂಟರ್ಸ್, 4ನೇ ತಿರುವು, ಕೆ.ಹೆಚ್.ಬಿ.ಕಾಲೋನಿ,ದಾವಣಗೆರೆ-2.ಪ್ರಕಾಶನ:ಕರ್ನಾಟಕ ವಿಪಶ್ಯನ ಪ್ರಚಾರ ಸಮಿತಿ ಟ್ರಸ್ಟ್, # 7/1, 3ನೇ ಅಡ್ಡರಸ್ತೆ, ಎನ್.ಆರ್.ಕಾಲೋನಿ, ಮಹಿಳಾ ಮಂಡಳಿ ಶಾಲೆ ಎದುರು, ಬೆಂಗಳೂರು 560 004. 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,

ಇಂದ:

ಕರ್ನಾಟಕ ವಿಪಶ್ಯನ ಪ್ರಚಾರ ಸಮಿತಿ ಟ್ರಸ್ಟ್

7/1, 3ನೇ ಅಡ್ಡರಸ್ತೆ, ಎನ್.ಆರ್.ಕಾಲೋನಿ, ಮಹಿಳಾ ಮಂಡಳಿ ಶಾಲೆ ಎದುರು, ಬೆಂಗಳೂರು 560 004.

ಗೆ,