ವಿಪಶ್ಯನ ವಾರ್ತೆ
VIPASSANA VARTE

ಕನ್ನಡ ಮಾಸಪತ್ರಿಕೆ, **10 ಜನವರಿ 2025** ಬೆಂಗಳೂರು, ಸಂಪುಟ 10, ಸಂಚಿಕೆ 09 ಪುಟಗಳು-4. **ಸಂಪಾದಕರು** : ಜಿ.ಟಿ.ಗೋವಿಂದಪ್ಪ

Kannada monthly, **10 January 2025**, Bengaluru, Vol. 10, Issue No.09 Pages-4, KARKAN2015/68727 **Editor**: G.T. Govindappa.

ಚಂದಾ: ವಾರ್ಷಿಕ ರೂ. 30, ಆಜೀವ : ರೂ. 500.
ಪ್ರಕಾಶನ: ಕರ್ನಾಟಕ ವಿಪಶ್ಯನ ಪ್ರಚಾರ ಸಮಿತಿ ಟ್ರಸ್ಟ್.

Subscription : Annual Rs. 30; Life : Rs. 500/-
Published by: Karnataka Vipassana Prachara Samiti Trust.

ಧಮ್ಮ ಪದಗಳು

ಯಥಾ ಅಗಾರಂ ದುಚ್ಛನ್ನಂ ವುಟ್ಠಿ ಸಮತಿವಿಜ್ಝತಿ, ಏವಂ ಅಭಾವಿತಂ ಚಿತ್ತಂ ರಾಗೋ ಸಮತಿವಿಜ್ಝತಿ	ಸುಭದ್ರವಾದ ಛಾವಣಿಯಿಲ್ಲದ ಮನೆಯೊಳಗೆ ಮಳೆಯ ನೀರು ಸುಲಭವಾಗಿ ನುಗ್ಗುವ ಹಾಗೆ, ಧ್ಯಾನದಿಂದ ವಿಕಾಸವಾಗದ ಮನಸ್ಸನ್ನು ರಾಗವು ಸುಲಭವಾಗಿ ಪ್ರವೇಶಿಸುತ್ತದೆ.

ಧಮ್ಮಪದ– 13, ಜೋಡಿ ವರ್ಗ

ವಿಸ್ತರಿಸುತ್ತಿರುವ ಧರ್ಮದ ಬೆಳಕು

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

(1991ರ ಜನವರಿ 13ರಂದು ಭಾರತದ ಧಮ್ಮ ಗಿರಿಯಲ್ಲಿ ನಡೆದ ವಾರ್ಷಿಕ ಸಭೆಯ ಸಮಾರೋಪದಲ್ಲಿ ನೀಡಿದ ಪ್ರವಚನ 'ಫಾರ್‌ದ ಬೆನಿಫಿಟ್ ಆಫ್ 'ಮೆನಿ' ಪುಸ್ತಕದಿಂದ ಅನುವಾದಿಸಲಾಗಿದೆ.)

ನನ್ನ ಪ್ರೀತಿಯ ಧರ್ಮ ಪುತ್ರರೇ ಮತ್ತು ಧರ್ಮ ಪುತ್ರಿಯರೇ,

ನಾವು ಬಹಳ ಗಂಭೀರವಾದ ಕೆಲಸವನ್ನು ಕೈಗೆತ್ತಿಕೊಂಡಿದ್ದೇವೆ. ಧರ್ಮದಲ್ಲಿ ಇತರರ ಸೇವೆ ಮಾಡುವುದು ಬಹಳ ಗುರುತರವಾದ ಜವಾಬ್ದಾರಿ. ನಮ್ಮ ಉದ್ದೇಶದಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಮಲಿನತೆಯಿದ್ದರೆ, "ನಾನು ಮಾಡುವ ಈ ಸೇವೆಯಿಂದ ನನಗೇನಾದರೂ ಪ್ರತಿಫಲ ದೊರೆಯಬೇಕು" ಎಂಬ ಕಿಂಚಿತ್ತು ಆಕಾಂಕ್ಷೆಯಿದ್ದರೂ, ಆಗ ಸೇವೆ ಮಾಡುವ ನಮ್ಮ ಇಡೀ ಉದ್ದೇಶವೇ ವಿಫಲವಾಗುತ್ತದೆ. ಧರ್ಮ ಬೋಧನೆಯಿಂದ ಯಾವುದಾದರೂ ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ಲಾಭವನ್ನು ನಿರೀಕ್ಷಿಸುವ ಜನರು, ಎಂದಿಗೂ ಧರ್ಮ ಬೋಧನೆ ಮಾಡಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ ; ಅವರು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಅನರ್ಹರಾಗಿರುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಕೆಲವರಿರುತ್ತಾರೆ. ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ಲಾಭಕ್ಕಾಗಿ ನಾವು ಧರ್ಮದಲ್ಲಿ ಜನರ ಸೇವೆ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ ಎಂಬುದನ್ನು ತಿಳಿದಿರುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ನಾವು ಇತರರಿಂದ ಗೌರವಿಸಲ್ಪಡಬೇಕು ಎಂದು ಅಪೇಕ್ಷಿಸುತ್ತಾರೆ. "ನೋಡಿ ನಾನು ಎಂತಹ ಒಳ್ಳೆಯ ಸೇವೆಯನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ನಾನು ಇಂತಹ ಬೆಲೆಕಟ್ಟಲಾಗದ ಧರ್ಮ ರತ್ನವನ್ನು ಕೊಡುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಎಲ್ಲರಿಂದಲೂ ಗೌರವ ಪಡೆಯುವ ಹಕ್ಕು ನನಗಿದೆ". ಇತರರಿಂದ ಮೆಚ್ಚುಗೆ ಪಡೆಯುವ ಕಿಂಚಿತ್ತೂ ನಿರೀಕ್ಷೆಯಿದ್ದರೂ, ತಾನು ಸೇವೆ ಮಾಡಲು ಅರ್ಹನಲ್ಲ ಎಂಬುದನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಮೊದಲು ತನಗೆ ತಾನೇ ಸೇವೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು, ನಂತರವಷ್ಟೇ ಇತರರಿಗೆ ಸೇವೆ ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯ ಎಂಬುದನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಧರ್ಮ ಬೋಧನೆ ಮಾಡಲು ತಾವು ಕಳುಹಿಸಿದವರಿಗೆ ಬುದ್ಧರು ಈ ಮುಂದಿನಂತೆ ಎಚ್ಚರಿಕೆ ಕೊಟ್ಟರು : 'ಚರಥ ಭಿಕ್ಖವೇ ಚಾರಿಕಮ್' ಮುನ್ನಡೆಯಿರಿ ಓ ಭಿಕ್ಖುಗಳೇ! ಯಾತಕ್ಕೋಸ್ಕರ ಮುನ್ನಡೆಯಬೇಕು? 'ಬಹುಜನ ಹಿತಾಯ'– ಬಹುಜನರ ಹಿತಕ್ಕಾಗಿ; 'ಬಹುಜನ ಸುಖಾಯ'– ಬಹುಜನರ ಸುಖಕ್ಕಾಗಿ; 'ಲೋಕಾನು ಕಂಪಾಯ'– ಜನರ ಮೇಲಿನ ಕರುಣೆಯಿಂದ.

ನಮ್ಮ ಸುತ್ತಮುತ್ತೆಲ್ಲ ದುಃಖವಿದೆ. ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚು ಜನರು ಅವರ ದುಃಖದಿಂದ ಹೊರಬರಬೇಕು. ಇತರರಿಗೆ ಧರ್ಮವನ್ನು ಕೊಡುವ ಉದ್ದೇಶವು, ಅವರು ದುಃಖದಿಂದ ಹೊರಬರಲಿ ಎಂಬುದು, ವೈಯಕ್ತಿಕ ಲಾಭಕ್ಕಾಗಿ ಅಲ್ಲ. ನಿಮಗೆ ತನ್ನಷ್ಟಕ್ಕೆ ತಾನೇ ಲಾಭ ಬರುತ್ತದೆ. ಸಂಪೂರ್ಣ ಜ್ಞಾನೋದಯದ ಅಂತಿಮ ಹಂತವನ್ನು ತಲುಪಲು ನೀವು ಪಾರಮಿಗಳು (ಪರಿಪೂರ್ಣತೆಗಳನ್ನು ಅಂದರೆ ಸಾಮಾನ್ಯ ಅರ್ಥದಲ್ಲಿ ಪುಣ್ಯವನ್ನು) ಗಳಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಮತ್ತು ಇತರರಿಗೆ ನೀವು ಮಾಡುವ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಒಳ್ಳೆಯ ಕೆಲಸವೂ ಪಾರಮಿಗಳನ್ನು ವೃದ್ಧಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

"ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚು ಜನರು ತಮ್ಮನ್ನು ತಾವು ಬೌದ್ಧರು ಎಂದು ಕರೆದುಕೊಳ್ಳಲಿ, ಬೌದ್ಧರ ಪಂಥವು ಶಕ್ತಿಯುತವಾಗಲಿ, ಇತರೇ ಪಂಥಗಳಲ್ಲಿರುವ ಜನರು ತನ್ನ ಪಂಥಕ್ಕೆ ಬರಲಿ, ಆ ಮುಖೇನ ಬೌದ್ಧ ಅನುಯಾಯಿಗಳ ಸಂಖ್ಯೆಯು ದೊಡ್ಡದಾಗಲಿ" ಎಂದು ಒಂದೇ ಒಂದು ಕ್ಷಣ ಯೋಚಿಸಿದರೂ, ಅವನು ಬುದ್ಧರನ್ನು, ಧರ್ಮವನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿಲ್ಲ.

ಬುದ್ಧರ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ನಡೆದ ಒಂದು ಘಟನೆ: ಅಧಿಕ ಸಂಖ್ಯೆಯಲ್ಲಿ ಸಂನ್ಯಾಸಿಗಳು ಸೇರಿದ್ದ ಸ್ಥಳಕ್ಕೆ ಬುದ್ಧರು ಹೋಗಿ ಒಂದು ಪ್ರವಚನ ಮಾಡಿದರು."ಈ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ನಮ್ಮನ್ನು ನಮ್ಮ ಪಂಥದಿಂದ ಬೇರ್ಪಡಿಸಿ ತನ್ನ ಪಂಥಕ್ಕೆ ಸೇರಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು" ಎಂದು ಯೋಚಿಸಿ ಅವರಿಗೆ ಬುದ್ಧರ ಮಾತು ಕೇಳಲು ಇಷ್ಟವಿರಲಿಲ್ಲ. "ನನ್ನ ಅನುಯಾಯಿಗಳನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕೆ ನಾನು ಇಲ್ಲಿಗೆ ಬಂದಿಲ್ಲ. ನಿಮ್ಮನ್ನು ನನ್ನ ಅನುಯಾಯಿಗಳನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದರಲ್ಲಿ ನನಗೆ ಆಸಕ್ತಿಯಿಲ್ಲ. ಹೆದರಿಕೊಳ್ಳಬೇಡಿ. ನಿಮ್ಮನ್ನು ನಿಮ್ಮ ಆಚಾರ್ಯರುಗಳಿಂದ ಬೇರ್ಪಡಿಸಲೂ ನಾನು ಇಲ್ಲಿಗೆ ಬಂದಿಲ್ಲ. ನಿಮ್ಮಗಳ ಸಂಬಂಧ ಮುಂದುವರಿಯಲಿ. ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಆಚಾರ್ಯರುಗಳಿಂದ ಏನನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಂಡಿದ್ದೀರೋ ಅದಕ್ಕಾಗಿ ನೀವು ಅವರಿಗೆ ಕೃತಜ್ಞರಾಗಿರಬೇಕು. ಈ ಆಚಾರ್ಯರುಗಳಿಗೆ ನೀವು ದಾನ ಕೊಟ್ಟಿದ್ದೀರಿ; ಅದನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಿ. ನೀವು ನಿಮ್ಮ ದುಃಖದಿಂದ ಹೊರಬಂದು ಸಂಪೂರ್ಣ ಮುಕ್ತಿ ಪಡೆಯುವ ನಿಮ್ಮ ಗುರಿ ಸಾಧಿಸುವುದನ್ನು ತಡೆಯಲು ನಾನು ಇಲ್ಲಿಗೆ ಬಂದಿಲ್ಲ. ನಾನು ಏನನ್ನು ನಿಮಗೆ ಬೋಧಿಸುತ್ತೇನೋ ಅದು ನಿಮ್ಮ ಗುರಿ ಸಾಧಿಸಲು ನಿಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಓ, ವಿರಾಗಿಗಳೇ, ನಿಮ್ಮ ಜೀವನದ ಏಳು ದಿನಗಳನ್ನು ನನ್ನೊಟ್ಟಿಗೆ ಕಳೆಯಿರಿ; ನಾನು ಹೇಳುವುದನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿ" ಎಂದು ವಿವರಿಸಿದರು.

ಇದು ನಮ್ಮ ನಡವಳಿಕೆಯಾಗಬೇಕು. "ಇದನ್ನು ಪರೀಕ್ಷಿಸಿ ನೋಡಿ. ನಿಮ್ಮನ್ನು ಮತಾಂತರಗೊಳಿಸುವುದರಲ್ಲಿ ನಮಗೆ ಆಸಕ್ತಿಯಿಲ್ಲ. ನಿಮ್ಮ ಹತ್ತು ದಿನಗಳನ್ನು ಈ ಧ್ಯಾನಕ್ಕಾಗಿ ಕೊಡಿ. ನಂತರ ಇದು ಒಳ್ಳೆಯದೆನಿಸಿದರೆ, ಸ್ವೀಕರಿಸಿ ಇಲ್ಲವಾದರೆ ಬಿಟ್ಟುಬಿಡಿ." ಆಗ ನಾವು ಯಾವ ಪ್ರತಿಫಲವನ್ನೂ ನಿರೀಕ್ಷಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ನಾವು ಕೇವಲ ಕೊಡುತ್ತೇವೆ. "ಕೊಡುವುದು ನನ್ನ ಕೆಲಸ, ನಾನು ಏನನ್ನೂ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ. ಜನರು ಇಷ್ಟಪಟ್ಟರೆ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಇಲ್ಲವಾದರೆ ಇಲ್ಲ. ಅತೀವ ಕರುಣೆಯಿಂದ ನಾನು ಕೇವಲ ಕೊಡುತ್ತೇನೆ" ಎಂದು ಸಯಾಜಿ ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು.

ಧಮ್ಮವನ್ನು ನೀಡುವ ಜವಾಬ್ದಾರಿ ವಹಿಸಿಕೊಂಡಿರುವ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರ ಮನೋಭಾವವೂ ಇದೇ ಆಗಿರಬೇಕು. ಯಾವುದೇ ರೀತಿಯ ನಿರೀಕ್ಷೆಯಿಲ್ಲದೆ ನಾವು ಕೇವಲ ಕೊಡುತ್ತೇವೆ. ನಮ್ಮ ಉದ್ದೇಶ ಕೇವಲ ಒಂದು– ಅದು ಕರುಣೆ, ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚು ಜನರು ಪ್ರಯೋಜನ ಪಡೆಯಲಿ ಎಂಬ ಬಯಕೆ.

ಜನರು ಪ್ರಯೋಜನ ಪಡೆಯದಿದ್ದರೆ, ನಾವೇನು ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯ? ನಾವು ಕೊಡುತ್ತೇನೆ, ಆದರೆ ಕೆಲವು ವೇಳೆ ಅವರು ಕೆಲಸ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ, ಅವರು ಪ್ರಯೋಜನ ಪಡೆಯುವುದಿಲ್ಲ. ಪುನಃ ಕರುಣೆ, ಪುನಃ ಕೊಡಿ; ಅದಷ್ಟೇ. ಜನರು ಸರಿಯಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡದಿದ್ದರೆ ಮತ್ತು ಅವರು ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕಾಗಿದ್ದ ಲಾಭವನ್ನು ಪಡೆಯದಿದ್ದರೆ ನಿರಾಶರಾಗಬೇಡಿ. ಅದರ ಬಗ್ಗೆ ನಾವು ಗೋಳಾಡಿದರೆ, ಆಗ ಹೆಚ್ಚು ಜನರು ಧರ್ಮದಿಂದ ಪ್ರಯೋಜನ ಪಡೆಯಬೇಕು ಎಂಬ ಭಾವನೆಗೆ ನಾವು ಅಂಟಿಕೊಂಡಿದ್ದೇವೆ. ಖಂಡಿತವಾಗಿ ಅವರು ಪ್ರಯೋಜನ ಪಡೆಯಬೇಕು. ಆದ್ದರಿಂದ ನಮ್ಮಿಂದ ಸಾಧ್ಯವಾದುದನ್ನು ಮಾಡುತ್ತೇವೆ. ಯಾವ ನಿರೀಕ್ಷೆಯೂ ಇಲ್ಲದೆ ನಾವು ಧರ್ಮವನ್ನು ಹಂಚುವುದನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸುತ್ತೇವೆ ಮತ್ತು ಇದು ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ತನ್ನದೇ ಆದ ಒಳ್ಳೆಯ ಫಲವನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ.

ಪ್ರಾರಂಭದ ತೊಂದರೆಗಳು ಇದ್ದೇ ಇರುತ್ತವೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಜನರು ತಮ್ಮದೇ ಆದ ಮಾನಸಿಕ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ವಸ್ತು ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಆ ಮುಖಾಂತರವೇ ನೋಡುತ್ತಾರೆ. ನಾನು ಭಾರತದಲ್ಲಿ ವಿಪಶ್ಯನವನ್ನು ಕೊಡಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದಾಗ ಜನರು ಬಹಳ ಅನುಮಾನಿಸುತ್ತಿದ್ದರು. "ನೋಡಿ, ಈ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಉದ್ದೇಶವು ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ಮತಾಂತರ ಮಾಡುವುದಾಗಿದೆ" ಎಂದು ಭಾವಿಸಿದರು. ಪಂಥೀಯ ಮನೋಭಾವ ಹೊಂದಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಪಂಥೀಯ ದೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿಯೇ ನೋಡುತ್ತಾನೆ. ಈ ದೇಶಕ್ಕೆ ಬಂದು ಆಸ್ಪತ್ರೆಗಳನ್ನು, ಶಾಲೆಗಳನ್ನು, ವಿವಿಧ ಸಾಮಾಜಿಕ ಸಂಸ್ಥೆಗಳನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸಿರುವ ಜನರಿದ್ದಾರೆ. ಕೆಲವು ವರ್ಷಗಳ ಸೇವೆಯ ನಂತರ ಅವರು ಅಲ್ಲಿಗೆ ಬರುವ ಜನರನ್ನು ತಮ್ಮ ಮತಕ್ಕೆ ಸೇರಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಇಂತಹುದು ನಡೆದಿರುವುದರಿಂದ ಸ್ವಾಭಾವಿಕವಾಗಿಯೇ ಜನರು, "ನೋಡಿ, ಈ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಬರ್ಮಾದಿಂದ ಬಂದು ಅದೇ ಕೆಲಸವನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾನೆ ಎಂದು ಭಾವಿಸುತ್ತಾರೆ. ಹೌದು ಜನರು ಸುಖ-ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತಾರೆ, ಅವರು ಮದ್ಯ ಮತ್ತು ಮಾದಕ ವಸ್ತುಗಳ ವ್ಯಸನದಿಂದ, ಮತ್ತಿತರ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಂದ ಹೊರಬರುತ್ತಾರೆ. ಇದು ಬಹಳ ಒಳ್ಳೆಯದು. ಆದರೆ ಇವರ ಅಂತಿಮ ಗುರಿಯು ಎಲ್ಲರನ್ನೂ ಬೌದ್ಧ ಮತಕ್ಕೆ ಪರಿವರ್ತಿಸುವುದಾಗಿದೆ."

ವ್ಯಕ್ತಿಯು ನಸುನಗುತ್ತಾನೆ. ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಇದು ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಉದ್ದೇಶವಾಗಿದ್ದರೆ, "ನೋಡು ನನ್ನ ಚಾಣಾಕ್ಷ ತಂತ್ರ ಬಯಲಾಗಿದೆ. ನಾನು ಈಗ ಯಶಸ್ವಿಯಾಗುವುದು ಹೇಗೆ?" ಎಂಬ ಆಲೋಚನೆಯಿಂದ ತಳಮಳಕ್ಕೊಳಗಾಗುತ್ತಾನೆ. ಆದರೆ ಮನಸ್ಸು ಪರಿಶುದ್ಧವಾಗಿದ್ದರೆ, "ಜನರು ಮಾತಾಡಿಕೊಳ್ಳಲಿ ಬಿಡಿ. ಇವತ್ತಲ್ಲ ನಾಳೆ ಅವರು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ" ಎಂದು ಯೋಚಿಸುತ್ತಾನೆ. ಈ ರೀತಿಯಾಗಿಯೇ ಪರಿಶುದ್ಧ ಧರ್ಮವು ಹರಡುವುದು.

ಇದೇ ರೀತಿಯಾಗಿಯೇ ಪಾಶ್ಚಿಮಾತ್ಯ ದೇಶಗಳಲ್ಲಿಯೂ ಸ್ವಾಭಾವಿಕವಾಗಿಯೇ ಅನುಮಾನಿಸುತ್ತಾರೆ. "ನೋಡು, ಒಂದು ವಿದೇಶಿಯ ಮತ ನಮ್ಮ ದೇಶಕ್ಕೆ ಬಂದಿದೆ. ನಮ್ಮ ದೇಶದ ಜನರನ್ನು ಇವರು ಗುಲಾಮರನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ." ಅನುಮಾನ ಸ್ವಾಭಾವಿಕವೇ, ಏಕೆಂದರೆ ಇಂತಹವು ನಡೆಯುತ್ತವೆ. ಆದರೆ ನಮ್ಮ ಉದ್ದೇಶವು ಕೇವಲ ಸೇವೆ ಮಾಡುವುದು. ಜನರನ್ನು ಯಾವುದೇ ಮತ, ಸಂಪ್ರದಾಯ ಅಥವಾ ನಂಬಿಕೆಗೆ ಪರಿವರ್ತಿಸದೆ, ಅವರನ್ನು ಸುಖ ಶಾಂತಿಯಿಂದ ಇರುವಂತೆ ಮಾಡುವ ಒಂದು ಧ್ಯಾನ ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಕೊಡುವುದು. ಈ ಉದ್ದೇಶವು ಕಲುಷಿತವಾಗಿಲ್ಲದಿದ್ದರೆ, ಯಶಸ್ಸು ಸಿಕ್ಕೇ ಸಿಗುತ್ತದೆ.

ಈ ಆರಂಭಿಕ ತೊಂದರೆಗಳಿದ್ದಾಗ್ಯೂ ಧರ್ಮವು ವಿಶಾಲವಾಗಿ ಹರಡುವ ಸಮಯ ಬಂದೇ ಬರುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಧ್ಯಾನ ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಪರಿಶುದ್ಧ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಕಾಪಾಡಬೇಕು ಮತ್ತು ಈ ಧ್ಯಾನ ಸಾಧನೆಯನ್ನು ನೀಡುವವರೂ ಪರಿಶುದ್ಧ ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ ಕೊಡಬೇಕು. ಇದು ಬಹಳ ಮುಖ್ಯ. ನಾವು ಕೇವಲ ವಾಹಕಗಳು, ವಾಹಕವು ಒಳ್ಳೆಯದಾಗಿದ್ದರೆ, ಹೆಚ್ಚು ಜನರು ಪ್ರಯೋಜನ ಪಡೆಯುತ್ತಾರೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಬದಲಾಗಿ, ಧರ್ಮ ಹರಡುವಲ್ಲಿ ಯಾರಾದರೂ ಅಹಂಕಾರದ ಆಟ ಆಡಿದರೆ, ಈ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಧರ್ಮವೇ ಹೊರಹಾಕುತ್ತದೆ.

ಧರ್ಮವು ಹರಡಿಯೇ ಹರಡುತ್ತದೆ, ಈಗ ಕಾಲವು ಪಕ್ವವಾಗಿದೆ. ತನ್ನ ಅನೇಕ ಪಂಥಗಳಿಂದ ಕೂಡಿದ ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟೊಂದು ದುಃಖವಿದೆ! ಧರ್ಮದ ಹೆಸರಿನಲ್ಲಿ ಪಂಥಗಳು ಪರಸ್ಪರ ಬಡಿದಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿವೆ, ಪರಸ್ಪರ ಹತ್ಯೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿವೆ- ಎಂತಹ ದುರಂತ! ಮತ್ತು ಈ ದೇಶದಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರವಲ್ಲ, ಪ್ರಪಂಚದ ಎಲ್ಲಾ ಕಡೆ ಇದು ನಡೆಯುತ್ತಿದೆ. ಧರ್ಮ ಎಂದರೆ ಏನು ಎಂದು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳದೆ "ನನ್ನ ಧರ್ಮ, ನನ್ನ ಧರ್ಮ" ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಧರ್ಮ ಎಂದರೆ ಏನು ಎಂದು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದೇ ಇಂದಿನ ತುರ್ತು. ಎಲ್ಲಾ ಕಡೆಯೂ ದುಃಖ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತಿದೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಧರ್ಮ ಎಂದರೆ ಏನು ಎಂಬುದನ್ನು ಜನರು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿಲ್ಲ. ಅದನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ಕಲಿತರೆ, ಇದು ಉತ್ತಮ ಪ್ರಪಂಚವಾಗುತ್ತದೆ. ನಿಧಾನವಾಗಿ ಇದು ಆಗಿಯೇ ಆಗುತ್ತದೆ. ಈಗ ಕತ್ತಲೆ ಇದ್ದಾಗ್ಯೂ ಧರ್ಮದ ಈ ಸಣ್ಣ ಬೆಳಕು, ಹೆಚ್ಚಿಯೇ ಹೆಚ್ಚುತ್ತದೆ.

ಸಮಾಜದ ತುಂಬಾ ಶಾಲೆಗಳು, ಕಾಲೇಜುಗಳು, ಆಸ್ಪತ್ರೆಗಳು, ವ್ಯಾಯಾಮ ಶಾಲೆಗಳು ಮುಂತಾದವು ಇರುವಂತೆಯೇ ವಿಶ್ವದ ಪ್ರತಿ ಹಳ್ಳಿಯಲ್ಲೂ ವಿಪಶ್ಯನ ಧ್ಯಾನ ಕೇಂದ್ರಗಳು ಇರುವ ಸಮಯ ಬಂದೇ ಬರುತ್ತದೆ. ಇದರ ಅವಶ್ಯಕತೆಯನ್ನು ಜನರು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತಾರೆ. ವ್ಯಾಯಾಮ ಶಾಲೆಗೆ ಹೋಗಿ ದೈಹಿಕ ವ್ಯಾಯಾಮವನ್ನು ಕಲಿಯುವಂತೆಯೇ, ಈ ಮನಸ್ಸಿನ ವ್ಯಾಯಾಮವನ್ನು ಧ್ಯಾನ ಕೇಂದ್ರದಲ್ಲಿ ಕಲಿಯುತ್ತೇವೆ. ಇದು ಯಾವುದೇ ಪಂಥಕ್ಕೆ ಸೇರಿದ್ದಲ್ಲ. ಇದು ಮನಸ್ಸನ್ನು ಆರೋಗ್ಯವಾಗಿ, ಪರಿಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಮತ್ತು ಪರಿಶುದ್ಧವಾಗಿ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವ ವ್ಯಾಯಾಮ. ಆ ಮೂಲಕ ನಾವು ಉತ್ತಮ ಜೀವನ ನಡೆಸುತ್ತಾ ಇತರರೂ ಒಳ್ಳೆಯ ಜೀವನ ನಡೆಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ. ಇದೇ ಧರ್ಮದ ಉದ್ದೇಶ.

ಈ ಉದ್ದೇಶವು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿದ್ದರೆ ಮತ್ತು ಧ್ಯಾನ ಸಾಧನೆಯು ಪರಿಶುದ್ಧವಾಗಿದ್ದರೆ, ಧರ್ಮವು ಹರಡಿಯೇ ಹರಡುತ್ತದೆ. ಆವರಿಸಿರುವ ಕತ್ತಲೆಯು ಕಳೆದು ಹೋಗುತ್ತದೆ. ಎಲ್ಲಾ ಕಡೆ ಇರುವ ದುಃಖವು ನಾಶವಾಗುತ್ತದೆ. ನಿಜವಾದ ಸುಖ, ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಸಾಮರಸ್ಯ ಬರುತ್ತದೆ. ಎಲ್ಲರೂ ನಿಜವಾದ ಸುಖ, ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಸಾಮರಸ್ಯವನ್ನು ಅನುಭವಿಸಲಿ. ಭವತು ಸಬ್ಬ ಮಂಗಳಂ- ಸರ್ವರಿಗೂ ಮಂಗಳವಾಗಲಿ.

*****

ಧಮ್ಮ ಪ್ರಸಾರದಲ್ಲಿ ಸಾಮರಸ್ಯದ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆ

(ಭಾರತದ ಧಮ್ಮ ಗಿರಿಯಲ್ಲಿ ಜನವರಿ 16, 1992ರಂದು ವಾರ್ಷಿಕ ಸಭೆಯ ಮುಕ್ತಾಯ ಸಮಾರಂಭದಲ್ಲಿ ಗೋಯಂಕಾಜಿ ನೀಡಿದ ಪ್ರವಚನ 'ಫಾರ್ ದ ಬೆನಿಫಿಟ್ ಆಫ್ ಮೆನಿ' ಇಂಗ್ಲಿಷ್ ಪುಸ್ತಕದಿಂದ ಅನುವಾದಿಸಲಾಗಿದೆ)

ನನ್ನ ಪ್ರೀತಿಯ ಧಮ್ಮ ಪುತ್ರರೇ ಮತ್ತು ಧಮ್ಮ ಪುತ್ರಿಯರೇ,

ಧಮ್ಮವನ್ನು ಹರಡಲು ಕಳೆದ ಇಪ್ಪತ್ತೊಂದು ವರ್ಷಗಳಲ್ಲಿ ತುಂಬಾ ಕೆಲಸವಾಗಿದೆ. ಇದು ಮೌಲ್ಯಯುತವಾದುದು. ಆದರೂ ಈ ಕೆಲಸವು ದೀರ್ಘ ಪ್ರಯಾಣದಲ್ಲಿ ಇಟ್ಟ ಒಂದು ಸಣ್ಣ ಹೆಜ್ಜೆಯಾಗಿದೆ. ಒಂದು ಸಣ್ಣ ಹೆಜ್ಜೆಯನ್ನು ಇಡಲಾಗಿದೆ. ಆದರೆ ಇದು ಬಹಳ ಪ್ರಮುಖವಾದ ಹೆಜ್ಜೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಇದು ಸರಿಯಾದ ದಿಕ್ಕಿನಲ್ಲಿ ಸರಿಯಾದ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ಇಟ್ಟ ಹೆಜ್ಜೆ. ಈಗ ಕಾಲವು ಪಕ್ವವಾಗಿದೆ ಮತ್ತು ಧಮ್ಮವು ಹರಡಿಯೇ ಹರಡುತ್ತದೆ. ಅದು ಹರಡಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದೆ. ಧಮ್ಮ ಹರಡುವ ಕೆಲಸದಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸುವ, ದುಃಖಿತ ಜನರು ತಮ್ಮ ದುಃಖದಿಂದ ಹೊರಬರಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುವ ಈ ಅವಕಾಶಕ್ಕಾಗಿ ನಾವು ಅದೃಷ್ಟ ಮಾಡಿದ್ದೆವು ಎಂದು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಭಾವಿಸಬೇಕು.

ಕೆಲಸ ಹೆಚ್ಚುತ್ತಿದೆ. ಹೆಚ್ಚಿನ ಸೇವೆಯ ಅಗತ್ಯವಿದೆ. ಸೇವೆ ಸಲ್ಲಿಸಲು ಅಧಿಕ ಸಂಖ್ಯೆಯ ಜನರು ಬರುತ್ತಿರುವುದು ಒಳ್ಳೆಯದು. ಆದರೆ ನಿಮಗೆ ನೀವೇ ಸೇವೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳದ ಹೊರತು, ನೀವು ಇತರರಿಗೆ ಸೇವೆ ಮಾಡಲು ಆಗುವುದಿಲ್ಲ. ಒಬ್ಬ ಕುಂಟ ಇನ್ನೊಬ್ಬ ಕುಂಟನಿಗೆ ಆಧಾರವಾಗಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಬುದ್ಧ ಹೇಳಿದರು, "ನಾನು ನಿಮ್ಮ ಮುಕ್ತಿಗೆ ಗ್ಯಾರಂಟಿ ಕೊಡುತ್ತೇನೆ. ಆದರೆ ಒಂದು ಷರತ್ತು. ಅದೇಂದರೆ ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಅಹಂನ್ನು ತ್ಯಜಿಸಬೇಕು. ಯಾರಾದರೂ ಜನರಿಗೆ ಸೇವೆ ಮಾಡಲು ಬರುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಅವನ ಅಥವಾ ಅವಳ ಅಹಂನ್ನು ಹೋಗಲಾಡಿಸಲು ಏನನ್ನೂ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ಹಾಗಾದರೆ ಸೇವೆ ಎಲ್ಲಿದೆ? ಜನರು ಬಂಧನದಿಂದ ಹೊರಬರಲು, ದುಃಖದಿಂದ ಹೊರಬರಲು ನೀವು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತೀರಿ. ಆದರೆ ಬಂಧನದಿಂದ ಹೊರಬರಲು, ದುಃಖದಿಂದ ಮುಕ್ತರಾಗಲು ನಿಮಗೆ ನೀವು ಏನನ್ನೂ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿಲ್ಲ. ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಅಹಂನ್ನು ಕರಗಿಸಲು ಏನನ್ನೂ

ಮಾಡದಿದ್ದರೆ, ಆಗ ನೀವು ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ಧಮ್ಮ ಸೇವೆಯನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಿಲ್ಲ. ಹಣ, ಅಂತಸ್ತು ಮುಂತಾದ ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ಲಾಭ ಪಡೆಯಲು ಇತರೆ ಅನೇಕ ಕ್ಷೇತ್ರಗಳಿವೆ. ಹೆಸರು ಗಳಿಸಲು, ಪ್ರಸಿದ್ಧಿ ಪಡೆಯಲು, ಅಧಿಕಾರ ಅಥವಾ ಅಂತಸ್ತುಗಳಿಗಾಗಿ ಈ ಕ್ಷೇತ್ರವಿಲ್ಲ, ಇದು ಸ್ಥಳವಲ್ಲ.

ಎರಡು ರೀತಿಯ ಜನರು ವಿರಳ ಎಂದು ಬುದ್ಧ ಹೇಳಿದರು. ಒಂದು, ಸೇವೆ ಮಾಡುವ ವ್ಯಕ್ತಿ, ಸ್ವ-ಪ್ರೇರಣೆಯಿಂದ ಸೇವೆ ಮಾಡಲು ಮುಂದಾಗುವ ವ್ಯಕ್ತಿ. ಅವನ ಅಥವಾ ಅವಳ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಸೇವೆ ಮಾಡುವುದನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಬೇರೆ ಆಲೋಚನೆ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಇಂತಹ ವ್ಯಕ್ತಿಯು– ಬಹುಜನ ಹಿತಾಯ, ಬಹುಜನ ಸುಖಾಯ– ನನ್ನ ಸೇವೆಯು ಬಹುಜನರ ಹಿತಕ್ಕಾಗಿ, ಬಹುಜನರ ಸುಖಕ್ಕಾಗಿ, ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚು ಜನರು ಪ್ರಯೋಜನ ಪಡೆಯಬೇಕು ಎಂದು ಯೋಚಿಸುತ್ತಾನೆ. ಎರಡನೆಯ ರೀತಿಯ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಕೃತಜ್ಞತಾಭಾವ ಇರುತ್ತದೆ. ಈ ಎರಡು ಗುಣಗಳನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳಿ, ಆಗ ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ನೀವು ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ಪ್ರಗತಿ ಹೊಂದುತ್ತೀರಿ, ಇತರರಿಗೆ ಸೇವೆ ಮಾಡಲು ಅರ್ಹರಾಗುತ್ತೀರಿ.

ಸಂಸ್ಥೆಯು ಬೆಳೆಯುತ್ತಿದೆ. ಆದರೆ ಅದು ಬೆಳೆದಂತೆ ಭಿನ್ನಾಭಿಪ್ರಾಯಗಳು ಬರುವ ಸಾಧ್ಯತೆಯಿದೆ, ಸಂಘರ್ಷ ಉಂಟಾಗಬಹುದು, ವೈಯಕ್ತಿಕ ಅಭಿಪ್ರಾಯಗಳಿಗೆ ಅಂಟಿಕೊಂಡಿರಬಹುದು. ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಬಹಳ ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಿಂದಿರಬೇಕು. ಇದು ಬೆಂಕಿ ಇದ್ದಂತೆ; ಬೆಂಕಿ ಹೊತ್ತಿಕೊಳ್ಳಲು ಬಿಡಬೇಡಿ. ಅದು ಹೊತ್ತಿಕೊಂಡರೆ, ತಕ್ಷಣವೇ ಅದನ್ನು ನಂದಿಸಿ, ಅದನ್ನು ಹರಡಲು ಬಿಡಬೇಡಿ. ಯಾವಾಗಲೂ ಬುದ್ಧರ ಈ ಮಾತುಗಳನ್ನು ನೆನಪಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ :

ವಿವಾದಂ ಭಯತೋ ದಿಸ್ವಾ,
ಅವಿವಾದಂ ಚ ಖೇಮತೋ,
ಸಮಗ್ಗಾ ಸಖಿಲಾ ಹೋಥಾ
ಈಸಾ ಬುದ್ಧಾನುಸಾಸನೀ.

ಕಲಹದಲ್ಲಿ ಅಪಾಯವನ್ನು,
ಹೊಂದಾಣಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಕ್ಷೇಮವನ್ನು ಕಾಣುವುದು,
ಸಾಮರಸ್ಯದಿಂದ ಬದುಕುವುದು–
ಇದೇ ಜ್ಞಾನೋದಯ ಪಡೆದವರ ಬೋಧನೆ.

ಬೇರೆಯವರಲ್ಲಿ ನಿಮಗೆ ತಪ್ಪು ಕಂಡರೆ, ಖಂಡಿತವಾಗಿ ನೀವು ಅವರಿಗೆ ವಿನಯದಿಂದ, ಮೈತ್ರಿ ಮತ್ತು ಕರುಣೆಯಿಂದ, "ನೋಡಿ ನಿಮ್ಮ ಈ ಕ್ರಿಯೆಯು ಧಮ್ಮದ ಪ್ರಕಾರ ಇಲ್ಲ" ಎಂದು ಹೇಳಬೇಕು. ಅವರಿಗೆ ಮನವರಿಕೆ ಮಾಡಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ. ಅವರಿಗೆ ಮನವರಿಕೆ ಯಾಗದಿದ್ದರೆ, ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಯನ್ನು ಉತ್ಪತ್ತಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಡಿ– ಬದಲಾಗಿ ಹೆಚ್ಚು ಕರುಣೆಯನ್ನು ಉತ್ಪತ್ತಿ ಮಾಡಿ. ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ. ಆಗಲೂ ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳದಿದ್ದರೆ, ಆಗ ಹಿರಿಯರಿಗೆ ತಿಳಿಸಿ. ಹಿರಿಯರು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಲಿ. ಇದೂ ಯಶಸ್ವಿಯಾಗದಿದ್ದರೆ, ಈ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಬಗ್ಗೆ ಕರುಣೆಯಿಂದಿರಿ.

ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ ಕೋಪ ಮತ್ತು ದ್ವೇಷ ಇದ್ದರೆ, ಬೇರೆಯವರಿಗೆ ನೀವು ಹೇಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತೀರಿ? ನಿಮಗೆ ನೀವೇ ಸಹಾಯ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿಲ್ಲ. ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಿಂದಿರಿ. ನೆನಪಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ, 'ವಿವಾದಂ ಭಯತೋ ದಿಸ್ವಾ'– ನೀವು ದ್ವೇಷವನ್ನೋ ಅಥವಾ ವಿವಾದವನ್ನೋ ಸೃಷ್ಟಿಸಿದರೆ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯು ಭಯಾನಕವಾಗುತ್ತದೆ. ಇದು ಒಂದು ಕುಟುಂಬ ಮತ್ತು ಕುಟುಂಬದ ಒಬ್ಬ ಸದಸ್ಯ ದುರ್ಬಲನಾಗಿದ್ದಾನೆ. ಈ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಸದೃಢನನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಲು ಇಡೀ ಕುಟುಂಬವೇ ಸಹಾಯ ಮಾಡಬೇಕು. ಇವರನ್ನು ಖಂಡಿಸಬೇಡಿ ಅಥವಾ ಹೊರಹಾಕಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬೇಡಿ. ಈ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ನಮ್ಮ ಕರುಣೆಯ ಅವಶ್ಯಕತೆ ಇದೆ, ನಮ್ಮ ದ್ವೇಷವಲ್ಲ.

ಈ ಮನೋಭಾವವನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಿದರೆ, ಧಮ್ಮವು ಯಾವಾಗಲೂ ನಮ್ಮ ಜೊತೆ ಇರುತ್ತದೆ. ಏಕೆಂದರೆ, ನಮಗೆ ನಾವೇ ಮೊದಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದ್ದೇವೆ. ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಕರುಣೆಯಿಲ್ಲದೆ ಬೇರೇನೂ ಇರಬಾರದು. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ಧಮ್ಮ ಸೇವಕನಿಗೂ ಇದು ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಸೂತ್ರವಾಗಬೇಕು.

ಈಗ ಸಂಶೋಧನೆಯ ಬಗ್ಗೆ : ಅನೇಕ ದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಬುದ್ಧರ ಬೋಧನೆಗಳು ಉಳಿದಿಲ್ಲ. ಪರಿಶುದ್ಧ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಬುದ್ಧರ ಬೋಧನೆಗಳನ್ನು ರಕ್ಷಿಸಿಟ್ಟ ದೇಶಗಳ ಬಗ್ಗೆ ನಾವು ಕೃತಜ್ಞತೆಯಿಂದಿರಬೇಕು. ಬುದ್ಧರ ಈ ಬೋಧನೆಗಳು 'ಪಟಿಪತ್ತಿ'ಗೆ (ಧ್ಯಾನ ಸಾಧನೆಗೆ) ಸಹಾಯಕವಾಗಲು ಪ್ರಸಾರವಾಗಬೇಕು. 'ಪರಿಯತ್ತಿ' (ಸಿದ್ಧಾಂತ), ಪರಿಯತ್ತಿಯನ್ನು ಪ್ರಕಟಿಸುವುದು, ಪರಿಯತ್ತಿಯಲ್ಲಿ ಸಂಶೋಧನೆ ಮಾಡುವುದು ನಮ್ಮ ಮುಖ್ಯ ಗುರಿಯಾಗಬಾರದು. ನಮ್ಮ ಮುಖ್ಯ ಉದ್ದೇಶವು ಯಾವಾಗಲೂ 'ಪಟಿಪತ್ತಿ' (ಧ್ಯಾನ ಸಾಧನೆ) ಆಗಿರುತ್ತದೆ. ಬುದ್ಧರ ಬೋಧನೆಗಳನ್ನು ಓದುವುದರಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ ನಾವು ತೃಪ್ತರಾದರೆ ಮತ್ತು ಅವರು ತೋರಿಸಿದ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ನಡೆಯಲು ಏನೂ ಮಾಡದಿದ್ದರೆ, ಆಗ ನಮಗೆ ನಾವೇ ಹಾನಿಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತೇವೆ. ಧಮ್ಮದ ಸೈದ್ಧಾಂತಿಕ ಭಾಗವು, ಬುದ್ಧರ ಬೋಧನೆಗಳು ನಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಲು, ನಮಗೆ ಪ್ರೋತ್ಸಾಹ ನೀಡಲು, ನಮಗೆ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಮಾಡಲು. ಆದರೆ ಮುಖ್ಯ ವಿಷಯವು ಯಾವಾಗಲೂ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ಒಂದೊಂದೇ ಹೆಜ್ಜೆಯಿಡುತ್ತ ಮುಂದುವರಿಯುವುದು. ಬುದ್ಧರ ಬೋಧನೆಗಳನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಅವು ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ನಿಮಗೆ ಪ್ರೋತ್ಸಾಹ ನೀಡುತ್ತವೆ.

ವಿಪಶ್ಯನದ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಯೂ ಕನಿಷ್ಠ ಪಕ್ಷ ಬುದ್ಧರು ಬೋಧಿಸಿದ ಪಾಲಿ ಭಾಷೆಯ ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಪಾಠಗಳನ್ನು ಕಲಿಯಬೇಕು. ನಾನು ನನ್ನ ಸ್ವಂತ ಅನುಭವದಿಂದ ಈ ಮಾತನ್ನು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಜ್ಞಾನೋದಯ ಪಡೆದ ಈ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಮಾತೂ ನಮ್ಮ ಧ್ಯಾನದ ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಲು ಬಹಳ ಪ್ರೇರಣೆ ನೀಡುತ್ತದೆ. ನಿಮ್ಮೊಳಗಿನ ಸತ್ಯದ, ನಿಮ್ಮೊಳಗಿನ ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ಶರೀರದ ಪರಸ್ಪರ ಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು, ಹೇಗೆ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಅಜ್ಞಾನದಿಂದ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ಮಾಡುತ್ತಿರುತ್ತಾನೆ, ವಿವೇಕದಿಂದ ಹೇಗೆ ಅದರಿಂದ ಹೊರಬರುತ್ತಾನೆ ಎಂಬುದನ್ನು ನೀವು ಸಂಶೋಧಿಸಬೇಕು. ಈ ರೀತಿಯಾಗಿ ಬುದ್ಧರ ಬೋಧನೆಗಳನ್ನು ನಿಮ್ಮ ಮುಕ್ತಿಗಾಗಿ ಉಪಯೋಗಿಸಬೇಕು.

ನೋವು, ಸಂಕಟ ಎಲ್ಲಾ ಕಡೆ ಇದೆ, ದುಃಖ ಎಲ್ಲಾ ಕಡೆ ಇದೆ. ಬುದ್ಧರ ಈ ಅದ್ಭುತವಾದ ಔಷಧಿಯು ಜನರು ತಮ್ಮ ರೋಗದಿಂದ, ತಮ್ಮ ದುಃಖದಿಂದ ಹೊರಬರಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡಲಿ. ಧಮ್ಮದ ಬೆಳಕು ಜಗತ್ತಿನಾದ್ಯಂತ ಹರಡಿ ಅಜ್ಞಾನದ ಕತ್ತಲೆಯನ್ನು ಕಳೆಯಲಿ.

*****

ಗೋಯಂಕಾಜಿಯವರೊಡನೆ ಪ್ರಶ್ನೋತ್ತರಗಳು

ಪ್ರಶ್ನೆ: ಅನೇಕ ಹಳೆಯ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಆನಾಪಾನವನ್ನು ಬೋಧಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಕೆಲವರು ವಿಪಶ್ಯನವನ್ನೂ ಬೋಧಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ, ಇದು ಸರಿಯೇ?

ಗೋಯಂಕಾಜಿ: ಅದು ಸರಿಯಲ್ಲ. ಆದರೆ ನಾವೇನು ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯ? "ಇದನ್ನು ಗೋಯಂಕಾಜಿಯವರು ನೋಂದಾಯಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ, ಇದು ಅವರ ಏಕಸ್ವಾಮ್ಯ (ಮನೋಪಲಿ), ಇದಕ್ಕೆ ಅವರ ಏಕಸ್ವಾಮ್ಯದ ಮುದ್ರೆಯಿದೆ" ಎಂದು ಹೇಳಲು ನಾವು ಯಾವುದೇ ವಕೀಲರನ್ನು ಇಟ್ಟಿಲ್ಲ. ಆ ತರಹ ಯಾವುದೂ ಇಲ್ಲ. ಮತ್ತು ಆ ತರಹ ಇರಲೂಬಾರದು. ಏಕೆ? ಏಕೆಂದರೆ ಇದು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಿಗೂ ಮುಕ್ತವಾಗಿದೆ.

ಆದರೆ, 'ಇದನ್ನು ಇತರರಿಗೆ ಹಂಚುವ ಇಚ್ಛೆ ಇದ್ದರೆ, ಮೊದಲು ನೀವು ಧಮ್ಮದಲ್ಲಿ ಸ್ಥಿತರಾಗಿ, ನಂತರ ಹೇಗೆ ಬೋಧಿಸುವುದು ಎಂಬುದರ ಬಗ್ಗೆ ಸರಿಯಾದ ತರಬೇತಿಯನ್ನು ಪಡೆಯಿರಿ, ನಂತರ ಬೋಧಿಸಿರಿ ಎಂದು ನಿಶ್ಚಿತವಾಗಿ ನಾವು ಹೇಳುತ್ತೇವೆ. ಇದರ ಹೊರತಾಗಿಯೂ ಯಾರಾದರೂ ಒಪ್ಪದಿದ್ದರೆ, ನಾವೇನು ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯ? ಸರಿ, ಸಂತೋಷವಾಗಿರಿ ಎನ್ನುತ್ತೇವೆ. ನಾವು ಯಾವುದೇ ಕಾನೂನು ಕ್ರಮ ಜರುಗಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಇದು ಸತ್ಯ.

ಪ್ರಶ್ನೆ : ತನ್ನನ್ನು ತಾನು ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಮತ್ತು ನಿಸ್ವಾರ್ಥ ಸೇವೆ ಮಾಡುವುದು ಇವೆರಡನ್ನೂ ಸರಿದೂಗಿಸುವುದು ಹೇಗೆ?

ಗೋಯಂಕಾಜಿ: (ನಗುತ್ತಾರೆ) ತನ್ನನ್ನು ತಾನು ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲದ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಯಾವ ರೀತಿಯ ಸೇವೆ ಕೊಡಲು ಸಾಧ್ಯ? ಮೊದಲು ನಿನ್ನನ್ನು ನೀನು ನೋಡಿಕೋ, ನಂತರ ನಿಸ್ವಾರ್ಥ ಸೇವೆ ಮಾಡಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸು.

ಪ್ರಶ್ನೆ: ಧಮ್ಮ ಸೇವೆ ಮಾಡುವಾಗ ಅತ್ಯಾವಶ್ಯಕವಾಗಿ ಬೇಕಾಗಿರುವ ಗುಣ ಯಾವುದು?

ಗೋಯಂಕಾಜಿ: ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ ಮೈತ್ರಿ ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ, ನೀವು ಧಮ್ಮ ಸೇವೆ ಮಾಡದೇ ಇರುವುದೇ ಉತ್ತಮ. ಕೆಲವು ವೇಳೆ ಧಮ್ಮ ಸೇವಕರು ನಿಯಮ ಅನುಸರಿಸದೇ ಇರುವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಪೊಲೀಸಿನವರಂತೆ ವರ್ತಿಸುತ್ತಾರೆ. ಇದು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ತಪ್ಪು. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ಧಮ್ಮ ಸೇವಕನೂ ವಾಸ್ತವವಾಗಿ

RNI. No. : KARKAN/2015/68727. Postal Regn. No.: RNP/KA/BGS/2253/2023-25
Published On 10th & Posted On 20th of December Posted At : Bengaluru PSO, B'luru 26. Price(Annual)Rs.30.

ಧಮ್ಮದ ಪ್ರತಿನಿಧಿ. ಧ್ಯಾನಾರ್ಥಿಗಳು ಅವರ ನಡವಳಿಕೆಯನ್ನು ಗಮನಿಸುತ್ತಾರೆ. ಇತರೆಯವರ ತರಹ ಧಮ್ಮ ಸೇವಕರೂ ಅಹಂಕಾರಿಗಳಾಗಿದ್ದರೆ, ಧ್ಯಾನಾರ್ಥಿಗಳು ಧಮ್ಮದಲ್ಲಿ ವಿಶ್ವಾಸ ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ.

ಆದ್ದರಿಂದ ಧಮ್ಮ ಸೇವೆಯು ದೊಡ್ಡ ಜವಾಬ್ದಾರಿ. ವಿನೀತರಾಗಿ ಮೈತ್ರಿಯಿಂದ ಸೇವೆ ಮಾಡಲು ಆಗದವರು ಈ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳದಿರುವುದೇ ಒಳ್ಳೆಯದು.

ಪ್ರಶ್ನೆ: ಪ್ರತಿನಿತ್ಯ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವುದರ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆಯನ್ನು ದಯಮಾಡಿ ವಿವರಿಸುವಿರಾ?

ಗೋಯಂಕಾಜಿ: ನೀವು ವಿಪಶ್ಯನ ಧ್ಯಾನ ಸಾಧಕರು, ಆದರೆ ಪ್ರತಿನಿತ್ಯ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ನೀವು ಯಾವ ರೀತಿಯ ಧ್ಯಾನ ಸಾಧಕರು? (ನಗುತ್ತಾರೆ) ಹೆಚ್ಚು ಶಿಬಿರಗಳಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಿ.

ಪ್ರಶ್ನೆ: ವಿಪಶ್ಯನವು ಬಹಳ ಸರಳವಾಗಿದೆ, ನೇರವಾಗಿದೆ, ವೇಷಭೂಷಣಗಳಿಂದ ಮುಕ್ತವಾಗಿದೆ ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ಎಲ್ಲಿ ಬೇಕಾದರೂ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಬಹುದು. ಆದರೆ ವೈಭವಯುತವಾದ ಪಗೋಡ ಏಕೆ ಬೇಕು?

ಗೋಯಂಕಾಜಿ: ನೀವು ವಿಪಶ್ಯನವನ್ನು ಎಲ್ಲಿ ಬೇಕಾದರೂ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಬಹುದು. ಆದರೆ ವಾರಕ್ಕೊಮ್ಮೆ ಒಟ್ಟಿಗೆ ಕುಳಿತು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿ ಎಂದು ನಿಮಗೆಲ್ಲ ಏಕೆ ಹೇಳುತ್ತೇನೆ. ನೀವು ಪ್ರತಿನಿತ್ಯ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಮತ್ತು ಸಂಜೆ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದರೂ, ಪ್ರತಿಕೂಲ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳ ಕಾರಣದಿಂದ ನಿಮ್ಮ ಧ್ಯಾನವು ದುರ್ಬಲವಾಗಬಹುದು. ನಿಮ್ಮ ಧಮ್ಮ ಸಹೋದರ ಅಥವಾ ಸಹೋದರಿಯರಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬರು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವಾಗ ಒಳ್ಳೆಯ ತರಂಗಗಳನ್ನು ಉತ್ಪತ್ತಿ ಮಾಡಬಹುದು. ನೀವೆಲ್ಲಾ ಒಟ್ಟಿಗೆ ಕುಳಿತು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದಾಗ ನಿಮ್ಮ ಬ್ಯಾಟರಿ ಚಾರ್ಜ್ ಆಗುತ್ತದೆ. ನೀವು ಸರಿಯಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಇಡೀ ವಾರ ನೀವು ಹೊಸ ಚೈತನ್ಯದಿಂದಿದ್ದು, ಕಷ್ಟಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸಲು ಬಲಯುತಗೊಳ್ಳುತ್ತೀರಿ.

ಇಪ್ಪತ್ತು, ಮೂವತ್ತು ಅಥವಾ ಐವತ್ತು ಜನರು ಒಟ್ಟಿಗೆ ಕುಳಿತು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದಾಗ ಈ ಫಲ ದೊರೆಯುತ್ತದೆ. ಈ ದೊಡ್ಡ ಪಗೋಡ ನಿರ್ಮಾಣವಾದಾಗ ಎಂಟರಿಂದ ಹತ್ತು ಸಾವಿರ ಜನರು ಪ್ರತಿವಾರ ಒಟ್ಟಿಗೆ ಕುಳಿತು ಒಂದು ಗಂಟೆ, ಅರ್ಧ ದಿನ ಅಥವಾ ಒಂದು ದಿನ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಜನರು ಹೆಚ್ಚಿನ ಪ್ರಯೋಜನ ಪಡೆಯುತ್ತಾರೆ, ಧಮ್ಮದ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತಾರೆ.

ಭವತು ಸಬ್ಬ ಮಂಗಳಂ
(ಎಲ್ಲಾ ಜೀವಿಗಳಿಗೂ ಮಂಗಳವಾಗಲಿ)

******

ಧಮ್ಮ ಪಫುಲ್ಲಾ, ಬೆಂಗಳೂರು

10 ದಿನದ ಶಿಬಿರಗಳು 2025 : ಫೆಬ್ರವರಿ 21 ರಿಂದ ಮಾರ್ಚ್ 4, ಮಾರ್ಚ್ 7 ರಿಂದ 18, ಮಾರ್ಚ್ 20 ರಿಂದ 28 ಸತಿಪಟ್ಠಾನ 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 ಸೆಪ್ಟಂಬರ್ 8, ಸೆಪ್ಟಂಬರ್ 11 ರಿಂದ 19, ಸೆಪ್ಟಂಬರ್ 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 ಪಫುಲ್ಲ, ಆಲೂರು, ದಾಸನಪುರ ಹೋಬಳಿ, ಬೆಂಗಳೂರು. ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಹೆದ್ದಾರಿ–4ರಲ್ಲಿ, ಹಿಮಾಲಯ ಡ್ರಗ್ ಕಂಪನಿಯ ಎದುರಿನ ಮಾಕಳಿ 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, 23 ರಿಂದ ಮೇ 4, 14 ರಿಂದ 25, ಜೂನ್ 4 ರಿಂದ 15, 25 ರಿಂದ ಜುಲೈ 6, 16 ರಿಂದ 27, ಆಗಸ್ಟ್ 6 ರಿಂದ 17, ಸೆಪ್ಟಂಬರ್ 3–14, ಅಕ್ಟೋಬರ್ 6 ರಿಂದ 17, ನವೆಂಬರ್ 5 ರಿಂದ 16, 26 ರಿಂದ ಡಿಸೆಂಬರ್ 7, 17 ರಿಂದ 28.

10 ದಿನದ ಶಿಬಿರಗಳು:ಸೆಪ್ಟಂಬರ್ 11–22,ಅಕ್ಟೋಬರ್ 3–14, 16–27,30–10 ನವೆಂಬರ್ 13–24, 27–8 ಡಿಸೆಂಬರ್ 11–22.

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

ಗೂಗಲ್ ಮ್ಯಾಪ್ : https://maps.app.goo.gl/CZoHPKWSeeUNSJKZ6

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, 8792173942.

ಧಮ್ಮವನ, ಮೈಸೂರು

ಮಾರ್ಚ್ 5 ರಿಂದ 16

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 ಆಫ್‌ಸೆಟ್ 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,