ವಿಪಶ್ಯನ ವಾರ್ತೆ
VIPASSANA VARTE

ಕನ್ನಡ ಮಾಸಪತ್ರಿಕೆ, **10 ಮೇ 2025** ಬೆಂಗಳೂರು, ಸಂಪುಟ 11, ಸಂಚಿಕೆ 01 ಪುಟಗಳು-4. **ಸಂಪಾದಕರು** : ಜಿ.ಟಿ.ಗೋವಿಂದಪ್ಪ

Kannada monthly, **10 May 2025**, Bengaluru, Vol. 11, Issue No.01 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

ದೂರಂಗಮಂ ಏಕಚರಂ ಅಸರೀರಂ ಗುಹಾಸಯಂ ಯೇ ಚಿತ್ತಂ ಸಞ್ಞಮೆಸ್ಸಂತಿ, ಮೋಕ್ಖಂತಿ ಮಾರಬಂಧನಾ.	ಈ ಚಿತ್ತವು ಏಕಾಕಿಯಾಗಿ ಬಹು ದೂರದವರೆಗೂ ಚಲಿಸುವುದು. ಶರೀರವಿಲ್ಲದ್ದು, ಕಾಣದಂತೆ ಗವಿಯಲ್ಲಿ ಅಡಗಿರುವುದು. ಇಂತಹ ಚಿತ್ತವನ್ನು ದಮನಿಸಿದವರು ಮಾರನ ಬಂಧನದಿಂದ ಮುಕ್ತರಾಗುವರು.

ಧಮ್ಮಪದ– 37, ಚಿತ್ತ ವರ್ಗ

ಧಮ್ಮ ದೀವಟಿಗೆಯನ್ನು ಹಿಡಿಯುವುದು.

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

(ವಾರ್ಷಿಕ ಸಭೆ : ಧಮ್ಮಗಿರಿ, ಭಾರತ– ಮಾರ್ಚ್ 3. 1987. ಸಮಾರೋಪ ಭಾಷಣ)

ನನ್ನ ಪ್ರೀತಿಯ ಧಮ್ಮ ಪುತ್ರರೇ ಮತ್ತು ಧಮ್ಮ ಪುತ್ರಿಯರೇ,

ಪೂರ್ಣ ಮುಕ್ತಿಯ ಅಂತಿಮ ಗುರಿಯತ್ತ ಮುನ್ನಡೆಯತ್ತ, ಈ ಜನ್ಮದಲ್ಲಿ ಧಮ್ಮ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ನಡೆಯಲು ನಾವು ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ಜೊತೆಯಾಗಿರುವುದು ಒಂದು ಅದ್ಭುತವಾದ ಅವಕಾಶ. ಹಿಂದಿನ ಅನೇಕ ಜನ್ಮಗಳಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಪಾರಮಿಗಳನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳಲು ನಾವು ಜೊತೆಯಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೆವು. ಈ ಹಳೆಯ ಸಂಬಂಧಗಳ ಕಾರಣದಿಂದ, ನಮ್ಮನ್ನು ನಾವು ಮುಕ್ತಗೊಳಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಮತ್ತು ಮಲಿನತೆಗಳ ಬಂಧನದಿಂದ ಹೊರಬರಲು ಇತರರಿಗೂ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವ ಉದ್ದೇಶದಿಂದ, ಪುನಃ ನಾವು ಒಟ್ಟಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇವೆ.

ವಿಶ್ವದಾದ್ಯಂತ ಬಹಳ ದುಃಖವಿದೆ. ಆದರೆ ಪರಿಶುದ್ಧ ಧಮ್ಮವನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿ ದುಃಖದಿಂದ ಹೊರಬರಲು ಅನೇಕರಿಗೆ ಕಾಲ ಕೂಡಿಬಂದಿದೆ. ಈ ಜನರಿಗೆ ಸರಿಯಾದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಸೇವೆ ಮಾಡುವ ಸಾಧನಗಳಾಗಿರುವುದು ನಮ್ಮ ಅದೃಷ್ಟ. ಅವರು ಅವರ ದುಃಖದಿಂದ ಹೊರಬರಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತಾ ಖಂಡಿತವಾಗಿ ನಮಗೆ ನಾವೇ ಸಹಾಯ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ಹಸಿದವರಿಗೆ, ಬಡವರಿಗೆ, ರೋಗಿಗಳಿಗೆ ಮತ್ತು ಅನಕ್ಷರಸ್ತರಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಲು ಆರೋಗ್ಯಕರವಾದ ಪ್ರಾಯೋಗಿಕವಾದ ಅನೇಕ ಮಾರ್ಗಗಳಿವೆ. ಆದರೆ ಧಮ್ಮದಲ್ಲಿ ಕೊಡುವ ಸೇವೆಯು ಹೋಲಿಕೆ ಮಾಡಲಾಗದ್ದು. ಧಮ್ಮ ಸೇವೆಯು ದುಃಖಿತರು ಶಕ್ತಿ ಪಡೆದುಕೊಂಡು ಆಳವಾಗಿ ಬೇರೂರಿರುವ, ಜನ್ಮಾಂತರಗಳಿಂದ ಕೂಡಿಟ್ಟುಕೊಂಡಿರುವ ಎಲ್ಲಾ ದುಃಖಗಳ ಕಾರಣವನ್ನು ನಿರ್ಮೂಲ ಮಾಡಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಮಾನವ ಜನಾಂಗಕ್ಕೆ ಸೇವೆ ಮಾಡುವ ಈ ಚಟುವಟಿಕೆಯಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಸಿಕೊಂಡಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಹೇಗೆ ಸಹಕರಿಸುತ್ತಾನೆ ಎಂಬುದು ಅತ್ಯಂತ ಮಹತ್ವದ್ದು. ಧಮ್ಮ ಪೀಠದ ಮೇಲೆ ಕುಳಿತು ಧಮ್ಮವನ್ನು ವಿವರಿಸುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯಾಗಲಿ ಅಥವಾ ಅಡುಗೆ ಮಾಡುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯಾಗಲಿ ಅಥವಾ ಸ್ವಚ್ಛತಾ ಕಾರ್ಯದಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯಾಗಲಿ ಯಾವ ಕೆಲಸವೂ ದೊಡ್ಡದಲ್ಲ ಅಥವಾ ಕೀಳಲ್ಲ. ಖಂಡಿತವಾಗಿ ಒಂದು ಸೇವೆಗೂ ಮತ್ತೊಂದು ಸೇವೆಗೂ ವ್ಯತ್ಯಾಸವಿದೆ. ಆದರೆ ಗುಣಮಟ್ಟದ ಸೇವೆಯ ನಿಜವಾದ ಅಳತೆಯೆಂದರೆ, ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಸಂಕಲ್ಪ. ಧಮ್ಮ ಪೀಠದ ಮೇಲೆ ಕುಳಿತುಕೊಂಡು ಎಷ್ಟೊಂದು ಜನರು ಅದರ ಮುಂದೆ ತಲೆಬಾಗುತ್ತಾರೆ ಎಂಬ ಕಾರಣಕ್ಕೆ ತನ್ನ ಅಹಂನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಧಮ್ಮದ ಬಗ್ಗೆ ಏನೂ ಗೊತ್ತಿಲ್ಲ. ಈ ರೀತಿಯ ಸೇವೆಯು ಹಾನಿಕಾರಕ. ಏಕೆಂದರೆ, ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ತರಂಗಗಳು ಇಡೀ ವಾತಾವರಣವನ್ನು ಮಲಿನಗೊಳಿಸುತ್ತವೆ. ಈ ರೀತಿಯ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳಲ್ಲಿ ಜನರು ಧಮ್ಮವನ್ನು ಕಲಿಯಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ.

ಇದಕ್ಕೆ ತದ್ವಿರುದ್ಧವಾಗಿ, ಯಾರಾದರೂ ಶೌಚಾಲಯಗಳನ್ನು ಸ್ವಚ್ಛಗೊಳಿಸಬಹುದು ಅಥವಾ ಕಸಗುಡಿಸಬಹುದು. ಆದರೆ ಮನಸ್ಸು ಪ್ರೀತಿ, ಕರುಣೆ ಮತ್ತು ಸದ್ಭಾವನೆಯಿಂದ ತುಂಬಿ ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಸ್ವಚ್ಛವಾದ ಮತ್ತು ಆರೋಗ್ಯಕರವಾದ ವಾತಾವರಣವನ್ನು ನಿರ್ಮಿಸುತ್ತಿದ್ದೇನೆ ಎಂಬ ಭಾವನೆ ಹೊಂದಿರುತ್ತಾನೆ. ಇಂತಹ ಸಂಕಲ್ಪವು ಆ ಸೇವೆಯನ್ನು ಅಮೂಲ್ಯಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ. ಯಾವುದು ಮುಖ್ಯವೆಂದರೆ, ಸೇವೆ ಕೊಡುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಸಂಕಲ್ಪ.

ಮನುಷ್ಯರ ದೇಹದಲ್ಲಿ ಹೇಗೆ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಅಂಗವೂ ಮುಖ್ಯವಾಗಿರುತ್ತದೆಯೋ ಹಾಗೆಯೇ ಧಮ್ಮ ಸಂಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಸೇವೆ ಕೊಡುವ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಮುಖ್ಯವಾಗಿರುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಧಮ್ಮವನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡದಿದ್ದರೆ ಅಂತಹ ಸೇವೆಯು ಸೇವೆಯಾಗುವುದಿಲ್ಲ ಧಮ್ಮವನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದಾಗ ಮಾತ್ರ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಧಮ್ಮ ಸೇವೆಯಿಂದ ಅದ್ಭುತವಾದ ಪ್ರಯೋಜನ ಪಡೆಯುತ್ತಾನೆ.

ಧಮ್ಮ ಸೇವೆ ಮಾಡುವವರು, ಹೊಸದಾಗಿ ಬರುವವರಿಗೆ ಧಮ್ಮದ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿತ್ವದ ದೃಷ್ಟಾಂತವಾಗಿರಬೇಕು ಎಂಬುದನ್ನು ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಅವರಲ್ಲಿ ಒಳ್ಳೆಯ ಗುಣಗಳು ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಧಮ್ಮದ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುವ ಇತರರನ್ನು ಅವರು ಎದೆಗುಂದಿಸುತ್ತಾರೆ. ಧಮ್ಮದ ಬಗ್ಗೆ ಅನುಮಾನ ಇರುವವರಲ್ಲಿ ವಿಶ್ವಾಸ ಮೂಡಿಸುವಂತೆ ವಿಶ್ವಾಸ ಇರುವವರಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಿನ ನಂಬಿಕೆ ಹುಟ್ಟಿಸುವಂತೆ ಅವರ ನಡವಳಿಕೆ ಇರಬೇಕು. ಇದು ಅವರ ಮೇಲಿರುವ ದೊಡ್ಡ ಜವಾಬ್ದಾರಿ.

ಯಾರು ಸೇವೆ ಮಾಡುತ್ತಾರೋ ಅವರು ಧಮ್ಮದಲ್ಲಿ ಸ್ಥಿರಗೊಂಡಿರಬೇಕು. ಆ ರೀತಿ ಮಾಡುವಾಗ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಪಂಥೀಯ, ತತ್ವ ಸಿದ್ಧಾಂತದ ನಂಬಿಕೆಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ನಿತ್ಯಾಚರಣೆಗಳನ್ನು ಬಿಟ್ಟುಬಿಡುತ್ತಾನೆ. ಧಮ್ಮದಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಬೆಳವಣಿಗೆಯನ್ನು ಅಳೆಯಲು ಇರುವ ಮಾನದಂಡ ಇದೇ. ಈ ಬಂಧನಗಳು ಕೊನೆಗೊಂಡ ಮೇಲೆ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಧಮ್ಮವೇ ಜೀವನದ ಮಾರ್ಗ ಎಂಬುದನ್ನು ಕಾಣುತ್ತಾನೆ ಮತ್ತು ತಾನು ಶಾಂತಿಯಿಂದ ಬದುಕಿ ಇತರರೂ ಶಾಂತಿಯಿಂದ ಬದುಕಲು ಅನುವು ಮಾಡಿಕೊಡುತ್ತಾನೆ. ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಕ್ರಿಯೆಯೂ, ಅದು ದೈಹಿಕವಾಗಿರಲಿ, ಮಾನಸಿಕವಾಗಿರಲಿ ಅಥವಾ ಮಾತಿನಿಂದಾಗಲಿ, ಇತರ ಜೀವಿಗಳಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವಂತಿರಬೇಕು. ಆದರೆ ರಾಗ, ದ್ವೇಷ, ಕೋಪ, ಹಗೆತನ ಮತ್ತು ದುರ್ಭಾವನೆಗಳಂತಹ ಮಲಿನತೆಗಳಿಂದ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಮುಕ್ತ ಮಾಡದ ಹೊರತು ಈ ಕ್ರಿಯೆಗಳು ಒಳ್ಳೆಯವಾಗಿರಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಇವುಗಳನ್ನು ನಿರ್ಮೂಲ ಮಾಡಿದ ಮೇಲೆ, ಪ್ರೀತಿ, ಕರುಣೆ ಮತ್ತು ಸದ್ಭಾವನೆಯಂತಹ ಒಳ್ಳೆಯ ಗುಣಗಳು ಸಹಜವಾಗಿಯೇ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಉದಯವಾಗುತ್ತವೆ. ಇದೇ ಧಮ್ಮ ಎಲ್ಲಾ ಪಂಥೀಯತೆಯಿಂದ ಮುಕ್ತವಾದ ಸಾರ್ವತ್ರಿಕ ಮಾರ್ಗ.

ಧಮ್ಮದ ಗುರಿಯು ಮನಸ್ಸಿನ ಅತ್ಯಂತ ಆಳದಲ್ಲಿರುವ ಮಲಿನತೆಗಳ ಬೇರುಗಳನ್ನು ಕಿತ್ತು ಹಾಕುವುದು. ಧ್ಯಾನದ ಅಭ್ಯಾಸದ ಮೂಲಕ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಬೇರು ಯಾವುದು? ಎಲ್ಲಿ ದುಃಖವು ಹುಟ್ಟುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಬಹಳ ಬೇಗ ಮನಗಾಣುತ್ತಾನೆ. ದೇಹದ ಸಂವೇದನೆಗಳಿಗೆ ರಾಗ ಮತ್ತು ದ್ವೇಷದಿಂದ

ಕುರುಡು ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ದುಃಖ ಹುಟ್ಟುವುದನ್ನು ಅರಿಯುತ್ತಾನೆ. ಅಶಾಶ್ವತತೆಯ ತಿಳುವಳಿಕೆಯಿಂದ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಸಮಚಿತ್ತತೆಯಿಂದಿರುವುದನ್ನು ಕಲಿತರೆ, ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ಮಾಡುವ ಅನಾರೋಗ್ಯಕರ ಅಭ್ಯಾಸದಿಂದ ಹೊರಬರುತ್ತಾನೆ. ಇಡೀ ಮನಸ್ಸು ನಿರ್ಮಲವಾಗುತ್ತದೆ. ಬೇರುಮಟ್ಟದಲ್ಲಿರುವ ಸತ್ಯವನ್ನು ಮರೆತರೆ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಮುಕ್ತನಾಗಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ.

ಆದ್ದರಿಂದ ವಿಪಶ್ಯನ ಧ್ಯಾನದ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಯು ತನ್ನ ಕ್ರಿಯೆಗಳು ಮತ್ತು ಧ್ಯಾನದ ಅಭ್ಯಾಸವು ಬೇರುಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಶುದ್ಧಿ ಮಾಡುತ್ತಿದೆಯೇ ಇಲ್ಲವೇ ಎಂಬುದನ್ನು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ತಿಳಿಯಬೇಕು. ಈ ತಿಳುವಳಿಕೆಯು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿದ್ದರೆ, ಪಂಥೀಯತೆಯ ಬಂಧನಗಳು ಸ್ವಾಭಾವಿಕವಾಗಿಯೇ ನಾಶವಾಗುತ್ತವೆ. ಒಬ್ಬ ಧ್ಯಾನಾರ್ಥಿ ಮತ್ತು ಇನ್ನೊಬ್ಬ ಧ್ಯಾನಾರ್ಥಿಯ ಮಧ್ಯೆ ವ್ಯತ್ಯಾಸ ಮಾಡುವುದು ನಿಲ್ಲುತ್ತದೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯೂ ದುಃಖಿತನಾಗಿದ್ದಾನೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಮನಗಾಣುತ್ತಾನೆ. ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಸೇವೆಯು ಜನರು ಧ್ಯಾನ ಸಾಧನೆಯಲ್ಲಿ ಬಲಗೊಳ್ಳಲು ಮತ್ತು ಎಲ್ಲಾ ಮಲಿನತೆಗಳಿಂದ ಹೊರಬರಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುವುದು. ಈ ರೀತಿಯಾಗಿ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ನಿಸ್ವಾರ್ಥ ಸೇವೆ ಮಾಡಿದರೆ, ಇದು ಪರಿಶುದ್ಧ ಧಮ್ಮದ ನಡವಳಿಕೆ. ಆಗ ಫಲಗಳು ಒಳ್ಳೆಯವಾಗಿಯೇ ಇರುತ್ತವೆ.

ಧಮ್ಮ ಸೇವೆ ಮಾಡುವ ಯಾರೇ ಆಗಲಿ ಇತರರಿಗಿಂತ ಮೇಲೆ ಅಥವಾ ಕೆಳಗೆ ಎಂಬ ಭಾವನೆ ಹೊಂದಿರಬಾರದು. ಯಾವುದೇ ಕೆಲಸ ವಹಿಸಿದರೂ ಅದನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಅನೇಕ ಜನರ ಪ್ರಯೋಜನಕ್ಕಾಗಿ ಸೇವೆ ಮಾಡಲು ದೊರೆತ ಅವಕಾಶ, ದುಃಖಿತ ಮುಖಗಳ ಮೇಲೆ ನಗು ಮೂಡಿಸಲು ಮತ್ತು ನಿರಂತರ ಅಭ್ಯಾಸದಿಂದ ಜನರು ಧಮ್ಮದಲ್ಲಿ ಬೆಳೆಯಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡಲು ಸಿಕ್ಕ ಅವಕಾಶ ಎಂದು ಸ್ವೀಕರಿಸಬೇಕು. ತನ್ನ ಸ್ವಂತ ಅಭ್ಯಾಸದಿಂದ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಪ್ರಯೋಜನ ಪಡೆದಂತೆ, ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ನಡೆಯುಲು ಬಂದ ಇತರರೂ ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಸಾಮರಸ್ಯವನ್ನು ಅನುಭವಿಸಲಿ ಎಂದು ಬಯಸುತ್ತಾನೆ.

ಈ ರೀತಿಯಾಗಿ ಯಾವ ಪ್ರತಿಫಲಾಪೇಕ್ಷೆಯೂ ಇಲ್ಲದೆ ಕೇವಲ ಸೇವೆಗಾಗಿ ಸೇವೆ ಮಾಡಿ. ವೈಯಕ್ತಿಕ ಲಾಭಕ್ಕಾಗಿ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಸೇವೆ ಮಾಡಿದರೆ, ಅದು ಭೌತಿಕ ಲಾಭವಾಗಿರಲಿ ಅಥವಾ ಹೊಗಳಿಕೆ, ಸನ್ಮಾನ ಅಥವಾ ಗೌರವ ಮುಂತಾದ ಯಾವುದೇ ಲಾಭವಾಗಲಿ, ಆಗ ಇಡೀ ವಾತಾವರಣವು ಅನಾರೋಗ್ಯಕರವಾದ ತರಂಗಗಳಿಂದ ತುಂಬುತ್ತದೆ. ಸೇವೆ ಮಾಡುವ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ದೊಡ್ಡ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದಾರೆ. ಧಮ್ಮ ಕೇಂದ್ರವು ಯಾವಾಗಲೂ ಪರಿಶುದ್ಧ ಧಮ್ಮ ತರಂಗಗಳಿಂದ ತುಂಬಿರಬೇಕು. ಇದೇ ರೀತಿಯಾಗಿ. ಧ್ಯಾನ ಕೇಂದ್ರದಲ್ಲಿ ವಿಪಶ್ಯನದ ಜೊತೆಗೆ ಯಾವುದೇ ಧ್ಯಾನ ವಿಧಾನವನ್ನು ಮಿಶ್ರ ಮಾಡದೆ ಪರಿಶುದ್ಧ ಧಮ್ಮದ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುವವರೂ, ಆ ಪ್ರದೇಶದ ಧಮ್ಮ ತರಂಗಗಳಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ.

ಒಂದು ಪ್ರದೇಶದ ಈ ತರಂಗಗಳು ಶತಮಾನಗಳ ಕಾಲ ಇರುತ್ತವೆ. ಅನೇಕ ಪೀಳಿಗೆಯವರು ಈ ಧಮ್ಮ ಭೂಮಿಗೆ ಬಂದು ಅವರ ದುಃಖದಿಂದ ಹೊರ ಬರುತ್ತಾರೆ. ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಒಳ್ಳೆಯ ಸೇವೆ ಮತ್ತು ಧ್ಯಾನವು ಈ ಆರೋಗ್ಯಕರ ವಾತಾವರಣಕ್ಕೆ ಕೊಡುಗೆ ಕೊಟ್ಟಿವೆ. ಇದು ದೀರ್ಘಾವಧಿ ಪರಿಣಾಮ ಹೊಂದಿದೆ.

ಆದ್ದರಿಂದ, ಧಮ್ಮ ಸೇವೆಯು ಒಂದು ಅಭೂತಪೂರ್ವ ಅವಕಾಶ. ನಿಮ್ಮನ್ನು ನೀವು ಮುಕ್ತಗೊಳಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಮತ್ತು ಇತರರು ತಮ್ಮ ಮಲಿನತೆಗಳಿಂದ, ಬಂಧನಗಳಿಂದ, ದುಃಖದಿಂದ ಬಿಡುಗಡೆಯಾಗಲು ಸಹಾಯಮಾಡಿ. ಸುತ್ತಮುತ್ತಲಿನ ಅಜ್ಞಾನದ ಕತ್ತಲೆಯನ್ನು ಮತ್ತು ದುಃಖವನ್ನು ಹೋಗಲಾಡಿಸಲು ಧರ್ಮದ ದೀವಟಿಗೆಯನ್ನು ಹಿಡಿಯಿರಿ.

ಎಲ್ಲಾ ಕಡೆ ಇರುವ ದುಃಖಿತ ಜನರ ಸೇವೆ ಮಾಡಲು ನೀವು ಗಟ್ಟಿಯಾಗಿ. ಎಲ್ಲಾ ದುಃಖಿತ ಜನರೂ ಧಮ್ಮದ ಸಂಪರ್ಕಕ್ಕೆ ಬಂದು ಮುಕ್ತರಾಗಲಿ. ನಿಮ್ಮ ಒಳ್ಳೆಯದಕ್ಕಾಗಿ ಮತ್ತು ಇತರ ಅನೇಕರ ಒಳ್ಳೆಯದಕ್ಕಾಗಿ ನೀವು ಧಮ್ಮದ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿ.

ಸಕಲ ಜೀವಿಗಳು ಸುಖವಾಗಿರಲಿ
ಸಕಲ ಜೀವಿಗಳು ಶಾಂತಿಯಿಂದಿರಲಿ
ಭವತು ಸಬ್ಬ ಮಂಗಳಂ

ಗೋಯಂಕಾಜಿ ಅವರೊಡನೆ ಪ್ರಶ್ನೋತ್ತರಗಳು

(ಫಾರ್ ದ ಬೆನಿಫಿಟ್ ಆಫ್ ಮೆನಿ ಇಂಗ್ಲಿಷ್ ಪುಸ್ತಕದಿಂದ)

ಪ್ರಶ್ನೆ : ವೇಗವಾಗಿ ವಿಸ್ತರಿಸುತ್ತಿರುವ ಧಮ್ಮ ಸಂಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಸಹಾಯಕ ಆಚಾರ್ಯರುಗಳು, ಟ್ರಸ್ಟಿಗಳು ಮತ್ತು ಧಮ್ಮ ಸೇವಕರ ಮಧ್ಯೆ ಸೌಹಾರ್ದಯುತವಾದ ಸಂವಹನ ನಡೆಸಲು ಇರುವ ಮೂಲಭೂತ ತತ್ವಗಳು ಯಾವುವು?

ಗೋಯಂಕಾಜಿ : ಅತ್ಯುತ್ತಮವಾದ ಮಾರ್ಗವೆಂದರೆ– ಏಕಮಾತ್ರ ಮಾರ್ಗ–ಸಹಾಯಕ ಆಚಾರ್ಯರುಗಳು, ಟ್ರಸ್ಟಿಗಳು ಮತ್ತು ಧಮ್ಮ ಸೇವಕರು, ಎಲ್ಲರೂ ಧ್ಯಾನಮಾಡಬೇಕು. ಧ್ಯಾನವೊಂದೇ ಉತ್ತರ, ಮತ್ತೇನೂ ಇಲ್ಲ. ಜನರು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವುದನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಿದರೆ ಅಥವಾ ಅವರು ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಕಡಿಮೆ ಮಹತ್ವ ಕೊಟ್ಟು ಅವರ ಅಂತಸ್ತಿಗೆ, ಅಧಿಕಾರಕ್ಕೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಮಹತ್ವ ಕೊಟ್ಟರೆ, ಆಗ ಈ ಅವನತಿಯು ಇಡೀ ಸಂಸ್ಥೆಗೆ ಹಾನಿ ಮಾಡಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತದೆ. ಸಹಾಯಕ ಆಚಾರ್ಯ ಅಥವಾ ಹಿರಿಯ ಸಹಾಯಕ ಆಚಾರ್ಯ ಆಗಿ ನೇಮಕವಾದವರು ಯಾವಾಗಲೂ ಬಹಳ ವಿನೀತ ಭಾವ ಹೊಂದಿರಬೇಕು. "ಕೇವಲ ಧಮ್ಮ ಸೇವೆ ಮಾಡಲು ಮತ್ತು ನನ್ನ ಪಾರಮಿಗಳನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಈ ಕೆಲಸವನ್ನು ನನಗೆ ನೀಡಲಾಗಿದೆ. ಜನರ ಮೇಲೆ ದಬ್ಬಾಳಿಕೆ ಮಾಡಲು ಅಲ್ಲ. ನಾನು ಸ್ವಲ್ಪ ಎತ್ತರದ ಕುರ್ಚಿಯಲ್ಲಿ ಕುಳಿತಿರುವುದರಿಂದ ನಾನು ಮೇಲ್ದರ್ಜೆಯವನು ಎಂದು ಹೇಳಲು ಇಲ್ಲಿಲ್ಲ."

ನೀವು ಸ್ವಲ್ಪ ಎತ್ತರದ ಸ್ಥಾನದಲ್ಲಿ ಕುಳಿತಿರುವುದು ಜನರ ಸೇವೆ ಮಾಡಲು, ನಿಮ್ಮ ಅಹಂನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕಲ್ಲ. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ಸಹಾಯಕ ಆಚಾರ್ಯರು ಮತ್ತು ಹಿರಿಯ ಸಹಾಯಕ ಆಚಾರ್ಯರು ಶಿಬಿರಕ್ಕೆ ಬರುವ ಎಲ್ಲಾ ಜನರಿಗೆ ಕೃತಜ್ಞರಾಗಿರಬೇಕು. ಏಕೆಂದರೆ ನಿಮ್ಮ ಪಾರಮಿಗಳನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಅವರು ನಿಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಅವರು ಬರದಿದ್ದರೆ, ನೀವು ಹೇಗೆ ಸೇವೆ ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯ? ನೀವು ಧಮ್ಮ ದಾನವನ್ನು ಕೊಡಲು ಹೇಗೆ ಸಾಧ್ಯ? ಆದ್ದರಿಂದ ನೀವು ಯಾವಾಗಲೂ ಅವರಿಗೆ ಕೃತಜ್ಞರಾಗಿರಿ. ಧಮ್ಮ ಪೀಠದ ಮೇಲೆ ಕುಳಿತಿರುವವರ ನಡವಳಿಕೆ ಯಾವಾಗಲೂ ಇದೇ ಆಗಿರಬೇಕು.

ಟ್ರಸ್ಟಿಗಳು, ಸೇವಕರು ಅಥವಾ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಾಗಿರುವ ಇತರೆ ಧ್ಯಾನ ಸಾಧಕರು ಧಮ್ಮ ಪೀಠದ ಮೇಲೆ ಆಸೀನರಾಗಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಬಗ್ಗೆ ಅತೀವ ಗೌರವ ಭಾವ ಹೊಂದಿರುವುದು ಅತ್ಯಂತ ಅವಶ್ಯಕ. ಏಕೆಂದರೆ ಈ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಆಚಾರ್ಯರ (ಗೋಯಂಕಾಜಿಯವರ) ಪ್ರತಿನಿಧಿಯಾಗಿರುತ್ತಾರೆ. ಧ್ಯಾನ ವಿಧಾನವನ್ನು ನೀಡಿದ್ದಕ್ಕಾಗಿ ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಆಚಾರ್ಯರಿಗೆ ಕೃತಜ್ಞರಾಗಿರುತ್ತೀರಿ; ಹಾಗೆಯೇ ಆಚಾರ್ಯರ ಪ್ರತಿನಿಧಿಯಾದ ಈ ಸಹಾಯಕರಿಗೆ ಕೃತಜ್ಞರಾಗಿರುತ್ತೀರಿ. ನೀವು ಆಚಾರ್ಯರಿಗೆ ಕೃತಜ್ಞರಾಗಿಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಪರವಾಗಿಲ್ಲ. ಕೊನೇ ಪಕ್ಷ ನೀವು ಧಮ್ಮಕ್ಕೆ ಕೃತಜ್ಞರಾಗಿದ್ದೀರಿ. ಧಮ್ಮ ಪೀಠದ ಮೇಲೆ ಕುಳಿತಿರುವ ಈ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಈಗ ಧಮ್ಮವನ್ನು ಪ್ರತಿನಿಧಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಧಮ್ಮವನ್ನು ಪ್ರತಿನಿಧಿಸುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಬಗೆಗೆ ನೀವು ಯಾವಾಗಲೂ ಗೌರವ ಭಾವವನ್ನು ಹೊಂದಿರಬೇಕು.

ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು, ಟ್ರಸ್ಟಿಗಳು, ಸೇವಕರುಗಳ ನಡವಳಿಕೆಯು ಇದಾಗಿರಬೇಕು. ಆದರೆ ಆಚಾರ್ಯರು ಅಥವಾ ಸಹಾಯಕ ಆಚಾರ್ಯರ ನಡವಳಿಕೆಯಲ್ಲ. "ನಾನು ಧರ್ಮವನ್ನು ಪ್ರತಿನಿಧಿಸುತ್ತಿದ್ದೇನೆ, ಈಗ ಎಲ್ಲರೂ ನನಗೆ ಗೌರವ ಕೊಡಬೇಕು" ಎಂದು ಭಾವಿಸಿದರೆ ಅಂತಹ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಭವಿಷ್ಯದಲ್ಲಿ ಎಂದೆಂದಿಗೂ ಆಚಾರ್ಯರಾಗಿ ಬೆಳೆಯುವುದಿಲ್ಲ.

ಪ್ರಸ್ತುತದಲ್ಲಿ ಒಂದು ಪ್ರಯೋಗ ನಡೆಯುತ್ತಿದೆ, ಕೇವಲ ಒಂದು ಪರೀಕ್ಷೆ; ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚು ಧ್ಯಾನ ಸಾಧಕರನ್ನು ಆಚಾರ್ಯರಾಗಿ ತರಬೇತಿಗೊಳಿಸಲಾಗುತ್ತಿದೆ ಮತ್ತು ಖಂಡಿತವಾಗಿ ಅವರನ್ನು ಆ ಸ್ಥಾನದಿಂದ ತೆಗೆಯುವ ಇಚ್ಛೆಯಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಈ ರೀತಿಯ ನ್ಯೂನತೆಯನ್ನು ಎಲ್ಲೇ ಕಂಡರೂ ಅತ್ಯಂತ ಕರುಣೆಯಿಂದ ಅದನ್ನು ಸರಿಪಡಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತೇವೆ. ಈ ನ್ಯೂನತೆಯಿಂದ ಹೊರಬರಲು ಈ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತೇವೆ. ಆದರೆ ಒಂದು ಅಂಶವಂತೂ ಬಹಳ ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿದೆ: ಧಮ್ಮ ಪೀಠದ ಮೇಲೆ ಕುಳಿತಿರುವ ಯಾರೇ ಆಗಲಿ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಂದ, ಟ್ರಸ್ಟಿಗಳಿಂದ ಅಥವಾ ಸೇವಕರಿಂದ ಏನನ್ನೇ ನಿರೀಕ್ಷೆ ಮಾಡಿದರೂ ಈ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಎಂದೆಂದಿಗೂ ಧಮ್ಮ ಟೀಚರ್ ಆಗಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಇದು ಬಹಳ ಸ್ಪಷ್ಟ.

ಏನನ್ನೂ ನಿರೀಕ್ಷಿಸಬೇಡಿ; ಕೇವಲ ಕೃತಜ್ಞರಾಗಿರಿ. "ನಾನು ನನ್ನ ಆಚಾರ್ಯರಿಗೆ ಮತ್ತು ಅವರ ಧಮ್ಮ ಕೈಂಕರ್ಯದಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ನನ್ನ ಆಚಾರ್ಯರ ಆಚಾರ್ಯರಿಗೆ ಮತ್ತು ಅವರ ಕೆಲಸದಲ್ಲಿ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವ ಸದಾವಕಾಶ ನನಗೆ ದೊರೆತಿದೆ. ನಾನು ಕೇವಲ ಈ ಕೆಲಸವನ್ನು

ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ನನ್ನ ಪಾರಮಿಗಳನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಇದು ನನಗೆ ಅವಕಾಶ ನೀಡುತ್ತದೆ. "ಈ ರೀತಿಯಾಗಿ ನೀವು ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರೆ, ಸಮಯ ಕಳೆದಂತೆ ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ನೀವು ಒಬ್ಬ ಮಾದರಿ ಆಚಾರ್ಯರಾಗುವಿರಿ ಮತ್ತು ಈ ಅದ್ಭುತವಾದ ಧ್ಯಾನ ಸಾಧನೆಯು ಪೀಳಿಗೆಯಿಂದ ಪೀಳಿಗೆಗೆ ಮುಂದುವರಿಯುತ್ತದೆ.

ಆದ್ದರಿಂದ ಸಹಾಯಕ ಆಚಾರ್ಯರು ಬೋಧನೆ ಮಾಡುವಾಗ ತಮ್ಮ ಅಹಂ ಅನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿಕೊಳ್ಳದಿರುವಂತೆ ಎಚ್ಚರಿಕೆವಹಿಸಬೇಕು. ಹಾಗೆಯೇ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಯಾವಾಗಲೂ ಆಚಾರ್ಯರಿಗೆ ಅಥವಾ ಸಹಾಯಕ ಆಚಾರ್ಯರಿಗೆ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆ ಕೊಡಬೇಕು.

ಈ ಸಂಪ್ರದಾಯವು ಒಂದು ಸಂಘಟಿತ ಧರ್ಮವಾಗುವುದನ್ನು ನಾವು ಬಯಸದಿದ್ದರೂ ನಿಧಾನವಾಗಿ ಶತಮಾನಗಳು ಕಳೆದಂತೆ ಇದೊಂದು ಸಂಘಟಿತ ಧರ್ಮವಾಗುತ್ತದೆ. ನಾವೇನೂ ಮಾಡಲು ಆಗುವುದಿಲ್ಲ. ಆದಾಗ್ಯೂ ಪ್ರಸ್ತುತದಲ್ಲಿ ಒಂದು ಸಂಸ್ಥೆಯ ಅವಶ್ಯಕತೆಯಿದೆ. ಎಲ್ಲೆಲ್ಲಿ ಧ್ಯಾನ ಕೇಂದ್ರವಿದೆಯೋ ಅಲ್ಲಿ ಒಂದು ಟ್ರಸ್ಟ್‌ನ ಅವಶ್ಯಕತೆಯಿದೆ. ಏಕೆಂದರೆ, ತೆರಿಗೆ ರಿಯಾಯಿತಿಗೆ ಮತ್ತು ಶಿಬಿರಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಕೇಂದ್ರವನ್ನು ನಡೆಸಲು ಟ್ರಸ್ಟ್ ಬೇಕು. ಆದರೆ ಈ ಸಂಪ್ರದಾಯದಲ್ಲಿ, ಟ್ರಸ್ಟಿಗಳನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸಿದಂತೆ ಸಹಾಯಕ ಆಚಾರ್ಯರನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸುವುದು ಕಾರ್ಯಸಾಧುವಲ್ಲ. ಧಮ್ಮ ಪೀಠದ ಮೇಲೆ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳುವ ಆಚಾರ್ಯರು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳೊಂದಿಗೆ ಸಾಮರಸ್ಯ ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಈ ಸಾಮರಸ್ಯವು ವಿಸ್ತರಿಸಬೇಕು. ಆದ್ದರಿಂದ ಸಹಾಯಕ ಆಚಾರ್ಯರಾದವರು ಮುಂದುವರಿಯುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಬಹಳ ಗಂಭೀರವಾದ ತಪ್ಪೆಸಗಿದಾಗಲೂ ಅವರನ್ನು ತೆಗೆಯುವುದಿಲ್ಲ. ಅವರು ಅವರ ತಪ್ಪಿನಿಂದ ಹೊರಬರಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ. ಹಾಗಾಗಿ ಸಹಾಯಕ ಆಚಾರ್ಯರು ತಮ್ಮ ಸೇವೆಯನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸುತ್ತಾರೆ.

ಆದರೆ ಟ್ರಸ್ಟಿಗಳು ಮುಂದುವರಿಯುವುದಿಲ್ಲ. ಅವರನ್ನು ಒಂದು ವರ್ಷಕ್ಕೆ ಮಾತ್ರ ನೇಮಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಮುಂದಿನ ವರ್ಷ ಅವರನ್ನು ಮರುನೇಮಕ ಮಾಡಬಹುದು ಅಥವಾ ಮಾಡದಿರಬಹುದು. ಅವರಲ್ಲಿ ತಪ್ಪಿದೆ ಎಂಬ ಕಾರಣಕ್ಕಲ್ಲ. ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚು ಜನ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ವಿವಿಧ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಸೇವೆ ಮಾಡುವ ಅವಕಾಶ ಒದಗಿಸುವುದಕ್ಕಾಗಿ. ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚು ಜನರು ಟ್ರಸ್ಟಿಗಳಾಗಿ ಸೇವೆ ಸಲ್ಲಿಸಬೇಕು. ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚು ಜನರು ಟ್ರಸ್ಟಿನ ಅಧ್ಯಕ್ಷ, ಕಾರ್ಯದರ್ಶಿ, ಖಜಾಂಚಿ ಆಗಿ ಸೇವೆ ಸಲ್ಲಿಸಬೇಕು. ಅವರು ಇತರೆ ಹುದ್ದೆಯಲ್ಲಿಯೂ ಕೆಲಸ ಮಾಡಬಹುದು. ಸಹಾಯಕ ಆಚಾರ್ಯರಾಗಲು ಯೋಗ್ಯರಾದ ಅನೇಕ ಧಮ್ಮ ಸೇವಕರುಗಳಿರಬಹುದು. ಕೌಟುಂಬಿಕ ಅಥವಾ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಕಾರಣಗಳಿಗಾಗಿ ಅವರು ಆ ಕೆಲಸವನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸದಿರಬಹುದು. ಅವರು ಕೀಳು ಎಂದರ್ಥವಲ್ಲ. "ನಾನು ಸೇವೆಯನ್ನು ಯಾವಾಗಲೂ ಕೊಡಬಹುದು. ಆದರೆ ನಾನು ಟ್ರಸ್ಟಿಯಾದರೆ, ಅದು ಕೇವಲ ಒಂದು ಅಥವಾ ಎರಡು ವರ್ಷಕ್ಕೆ, ಅದು ಯಾವಾಗಲೂ ಬದಲಾಗುತ್ತಿರುತ್ತದೆ" ಎಂಬುದನ್ನು ಸದಾ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಸಹಾಯಕ ಆಚಾರ್ಯರ ಸೇವೆಯು ನಿರಂತರವಾಗಿ ಮುಂದುವರಿಯುತ್ತದೆ. ಹಿಂದಿನ ಟ್ರಸ್ಟಿಗಳ ಹಿನ್ನೆಲೆ ಅವರಿಗೆ ತಿಳಿದಿರುತ್ತದೆ. ಹಿಂದಿನ ಒಂದೆರಡು ವರ್ಷಗಳ ಸಮಸ್ಯೆಗಳೂ ಅವರಿಗೆ ತಿಳಿದಿರುತ್ತವೆ. ಟ್ರಸ್ಟಿನ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸುವುದನ್ನು ಅವರು ಮುಂದುವರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಹಾಗಾಗಿ ಅವರ ಅಭಿಪ್ರಾಯಗಳು ಟ್ರಸ್ಟಿಗಳಿಗೆ ಮತ್ತು ಧಮ್ಮ ಸೇವಕರುಗಳಿಗೆ ಉಪಯೋಗವಾಗುತ್ತವೆ. ಈ ರೀತಿಯಾಗಿ ಸಹಾಯಕ ಆಚಾರ್ಯರಿಗೆ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆ ಕೊಡಬೇಕು.

ಆದರೆ ಸಹಾಯಕ ಆಚಾರ್ಯರು ಯಾರಿಗೂ ಆದೇಶ ಕೊಡುವುದಿಲ್ಲ. ಧ್ಯಾನ ಕೇಂದ್ರದ ನಿರ್ವಹಣೆಯ ಎಲ್ಲಾ ತೀರ್ಮಾನಗಳನ್ನು ಟ್ರಸ್ಟ್ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಆದರೂ ಟ್ರಸ್ಟ್ ಮೀಟಿಂಗ್‌ಗಳಿಗೆ ಸ್ಥಳೀಯ ಸಹಾಯಕ ಆಚಾರ್ಯರುಗಳನ್ನು ಆಹ್ವಾನಿಸಬೇಕು.ಅವರನ್ನು ಆಹ್ವಾನಿಸ ಲಾಗುತ್ತದೆ, ಅವರು ಭಾಗವಹಿಸುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಚರ್ಚೆಯಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಅಲ್ಲಿ ಏನು ನಡೆಯುತ್ತಿದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಕೇವಲ ಗಮನಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅವರ ಸಲಹೆ ಕೇಳಿದರೆ, ಸಲಹೆ ನೀಡುತ್ತಾರೆ. ಯಾವುದಾದರೂ ಸಮಿತಿಯ ಕೆಲಸದಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದರೆ, ಚರ್ಚೆಯಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸುತ್ತಾರೆ. ಇಲ್ಲವಾದರೆ ಅಲ್ಲಿ ಏನು ನಡೆಯುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಕೇವಲ ಗಮನಿಸುತ್ತಾರೆ. ಧಮ್ಮದ ನಿಯಮಕ್ಕೆ ವಿರುದ್ಧವಾಗಿ ಏನಾದರೂ ನಡೆದರೆ, ಬಹಳ ವಿನಯದಿಂದ, "ನಿಮ್ಮ ಈ ತೀರ್ಮಾನ ಅಥವಾ ನಿಮ್ಮ ಈ ಆಲೋಚನೆ, ಧರ್ಮದ ಪ್ರಕಾರ ಇಲ್ಲ. ಅದು ಈ ರೀತಿ ಇರಬೇಕು ಎಂಬುದು ನನ್ನ ಭಾವನೆ" ಎಂದು ಹೇಳಬೇಕು. ಟ್ರಸ್ಟಿನ ಪ್ರಮುಖ ತೀರ್ಮಾನಗಳಲ್ಲಿ ಸಹಾಯಕ ಆಚಾರ್ಯರ ಅನುಭವವನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಆದರೆ ದಿನನಿತ್ಯದ ನಿರ್ವಹಣೆಯನ್ನು ಅವರು ಕೇವಲ ಗಮನಿಸಬೇಕು.

ಟ್ರಸ್ಟಿಗಳ ಮಧ್ಯೆ ಅಥವಾ ಟ್ರಸ್ಟಿಗಳು ಮತ್ತು ಸೇವಕರುಗಳ ಮಧ್ಯೆ ಅಥವಾ ಸಹಾಯಕ ಆಚಾರ್ಯರುಗಳು ಮತ್ತು ಟ್ರಸ್ಟಿಗಳ ಮಧ್ಯೆ ಕೆಲವು ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಮತ್ತೊಂದು ಸಮಸ್ಯೆ ಉದ್ಭವವಾಗುವುದನ್ನು ನಾನು ಗಮನಿಸಿದ್ದೇನೆ. ಕೆಲವರು ಇತರರ ತಪ್ಪು ಹುಡುಕುವ ಚಟಕ್ಕೆ ಬಲಿಯಾಗಿದ್ದಾರೆ. "ನೋಡು, ಈ ಸಹಾಯಕ ಆಚಾರ್ಯರು ಈ ರೀತಿ ಇದ್ದಾರೆ. ನೋಡು ಇನ್ನೊಬ್ಬ ಸಹಾಯಕ ಆಚಾರ್ಯರು ಈ ರೀತಿ ಇದ್ದಾರೆ" ಎಂದು ಇತರರೊಡನೆ ಮಾತನಾಡುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಬರೆಯುತ್ತಾರೆ. ಎಂತಹ ಕೆಟ್ಟ ಕಮ್ಮವನ್ನು ಅವರು ಕೂಡಿ ಹಾಕಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದಾರೆ ಎಂಬುದು ಅವರಿಗೆ ತಿಳಿದಿಲ್ಲ. ಸಹಾಯಕ ಆಚಾರ್ಯರಲ್ಲಿ ಏನಾದರೂ ತಪ್ಪು ಕಂಡು ಬಂದರೆ, ಅವರ ಬಳಿ ಹೋಗಿ ವಿನಯದಿಂದ, "ನಿಮ್ಮ ಈ ಕೆಲಸ ಅಥವಾ ನಿಮ್ಮ ಈ ಅಭಿಪ್ರಾಯ ನನಗೆ ಸರಿ ಎನಿಸಲಿಲ್ಲ. ಅದನ್ನು ನಾವು ಚರ್ಚಿಸಿ ಬಗೆಹರಿಸಿಕೊಳ್ಳೋಣ" ಎಂದು ಹೇಳಿ.

ನಿಮಗೆ ತಪ್ಪು ಕಾಣುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಜೊತೆ ನೇರವಾಗಿ ಮಾತಾಡದೆ ಅವರ ತಪ್ಪಿನ ಬಗ್ಗೆ ಇತರರಿಗೆ ಬರೆಯುವುದು ಅಥವಾ ಇತರರೊಡನೆ ಮಾತಾಡುವುದನ್ನು ಮಾಡಿದರೆ, ಅದು ಶೀಲಭಂಗವಾಗುತ್ತದೆ. ಇದು ಬೆನ್ನ ಹಿಂದೆ ಮಾತಾಡಿದಂತಾಗುತ್ತದೆ, ಚಾಡಿ ಮಾತಾಗುತ್ತದೆ. ಅದು ತಪ್ಪು. ಆದ್ದರಿಂದ ನಿಮ್ಮ ಸಹ ಧ್ಯಾನಾರ್ಥಿಯ ತಪ್ಪಿನ ಬಗ್ಗೆ ಇತರರ ಜೊತೆ ಮಾತಾಡುವ ಮೊದಲು, ನೇರವಾಗಿ ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಭೇಟಿ ಮಾಡಿ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಚರ್ಚಿಸಿ. ಅವರು ಸೇವಕರಾಗಿರಲಿ ಅಥವಾ ಟ್ರಸ್ಟಿ ಅಥವಾ ಸಹಾಯಕ ಆಚಾರ್ಯರಾಗಿರಲಿ. ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ ಸಹಮತ ಏರ್ಪಡದಿದ್ದರೆ, ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ ಇನ್ನೂ ಅನುಮಾನಗಳಿದ್ದರೆ, ಭಿನ್ನಮತ ಟ್ರಸ್ಟಿಗಳ ಮಧ್ಯೆ ಇದ್ದರೆ, ಸಹಾಯಕ ಆಚಾರ್ಯರ ಬಳಿ ಹೋಗಿ. ಭಿನ್ನಾಭಿಪ್ರಾಯವು ಸಹಾಯಕ ಆಚಾರ್ಯರು ಮತ್ತು ಟ್ರಸ್ಟಿಯ ಮಧ್ಯೆ ಇದ್ದರೆ, ಹಿರಿಯ ಸಹಾಯಕ ಆಚಾರ್ಯರ ಬಳಿ ಹೋಗಿ ಬಗೆಹರಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ, ಅದು ಅಲ್ಲಿ ಪರಿಹಾರವಾಗದಿದ್ದರೆ ಆಚಾರ್ಯರ ಬಳಿ ಬನ್ನಿ. ಈ ಸಭೆಯಲ್ಲಿಯೇ ನಾವು ಕೆಲವು ಹಿರಿಯ ಸಹಾಯಕ ಆಚಾರ್ಯರುಗಳಿಗೆ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಕೇಂದ್ರದ ಜವಾಬ್ದಾರಿ ವಹಿಸುವ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ಧ್ಯಾನ ಕೇಂದ್ರಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಎಲ್ಲಾ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಈ ಹಿರಿಯ ಸಹಾಯಕ ಆಚಾರ್ಯರ ಬಳಿ ಪರಿಹಾರವಾಗಲಿ. ಇಲ್ಲಿ ಪರಿಹರಿಸಲಾಗದ ಸಮಸ್ಯೆ ಇದ್ದರೆ ಆಚಾರ್ಯರ ಬಳಿ ಬರಲಿ.

ಟ್ರಸ್ಟಿ ಅಥವಾ ಸಹಾಯಕ ಆಚಾರ್ಯ ಅಥವಾ ಧಮ್ಮ ಸೇವಕ ಯಾರೇ ಆಗಲಿ, ಅವರು ಒಂದನ್ನು ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಅದೆಂದರೆ, "ನಾನು ಸ್ವಾರ್ಥಿ ಆಗಬೇಕು." ಬುದ್ಧ ನಾವು ಸ್ವಾರ್ಥಿಗಳಾಗಬೇಕೆಂದು ಬಯಸಿದ್ದರು. ಸ್ವಾರ್ಥಿ ಎಂದರೆ, ನಮ್ಮ ಸ್ವಹಿತಾಸಕ್ತಿ ಎಲ್ಲಿದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ತಿಳಿಯುವುದು. ಅದು ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಶುದ್ಧಿ ಮಾಡುವುದರಲ್ಲಿದೆ. "ನಾನು ಧಮ್ಮವನ್ನು ಹರಡುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ನಾನು ಧಮ್ಮದ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇನೆ"ಎಂದು ಉತ್ಸಾಹ ಭರಿತರಾಗುತ್ತೀರಿ. ಆದರೆ ಕೋಪ ಮತ್ತು ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಯನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಂಡು ನಿಮ್ಮ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಮಲಿನ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೀರಿ. ಹಾಗಾದರೆ ನಿಮಗೆ ನೀವೇ ಹಾನಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದಿರಿ. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಸ್ವಾರ್ಥಿಗಳಾಗಬೇಕೆಂದು ಧಮ್ಮ ಬಯಸುತ್ತದೆ–ಆದರೆ ನಿಜವಾದ ಅರ್ಥದಲ್ಲಿ ಸ್ವಾರ್ಥಿ. ಅಂದರೆ ನಿಮ್ಮ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಕ್ರಿಯೆಯೂ ನಿಮಗೆ ಲಾಭ ಕೊಡಬೇಕು. ನೀವು ಮುಕ್ತಿಯ ಕಡೆಗೆ ಪ್ರಗತಿ ಹೊಂದಲು ಅದು ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಸಹಾಯ ಮಾಡಬೇಕು. "ನನಗೆ ತೊಂದರೆಯಾದರೂ ಪರವಾಗಿಲ್ಲ, ನಾನು ಬಹಳ ಜನರಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇನೆ" ಎಂದು ನೀವು ಭಾವಿಸಿದರೆ ಅದು ನಿಮಗೆ ಹಾನಿಯುಂಟು ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಆಗ ನೀವು ಧಮ್ಮವನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿಲ್ಲ ಎಂದೇ ಆಗುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ಆಚಾರ್ಯ, ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ಟ್ರಸ್ಟಿ, ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ಸೇವಕ ತನ್ನನ್ನು ತಾನು ಪರೀಕ್ಷಿಸಿ ಕೊಳ್ಳಲೇಬೇಕು. "ಇತರರೊಡನೆ ನಾನು ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ಈ ವಾದ ವಿವಾದಗಳು, ಇತರರೊಡನೆ ನಾನು ನಡೆಸುತ್ತಿರುವ ಎಲ್ಲಾ ಸಂವಾದಗಳು, ಇತರರಲ್ಲಿ ನಾನು ಕಂಡುಹಿಡಿಯುತ್ತಿರುವ ತಪ್ಪುಗಳು–ನನಗೆ ನಾನು ಸಹಾಯ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದೇನೆಯೇ? ಅಥವಾ ಹಾನಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿ ದ್ದೇನೆಯೇ? ನಾನು ಕೋಪವನ್ನು ಉತ್ಪತ್ತಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದೇನೆಯೇ? ಈ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಬಗೆಗೆ ನಾನು ದ್ವೇಷ ಅಥವಾ ದುರ್ಭಾವನೆಯನ್ನು ಉತ್ಪತ್ತಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದೇನೆಯೇ? ನನ್ನ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಮಲಿನ

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

ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವಂತಹ ಕೆಲಸವನ್ನು ನಾನು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇನೆಯೇ?" ಇದು ಆಗುತ್ತಿದ್ದರೆ, ವ್ಯಕ್ತಿಯು ತನ್ನ ಧಮ್ಮವನ್ನು ಹಾಳು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದಾನೆ. ತನಗೆ ತಾನು ಹಾನಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಯಾರೂ ಇಚ್ಛಿಸುವುದಿಲ್ಲ. "ನನ್ನ ಕ್ರಿಯೆಯು ನನಗೆ ಹಾನಿವಮಾಡುತ್ತಿದೆ, ನಾನು ಬಹಳ ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಿಂದಿರಬೇಕು ಎಂದು ನೀವು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಅರಿತುಕೊಂಡರೆ," ಆಗ ಸಂಬಂಧಗಳು ತನ್ನಷ್ಟಕ್ಕೆ ತಾನೇ ಸೌಹಾರ್ದಯುತವಾಗಿರುತ್ತವೆ.

ಪ್ರಶ್ನೆ : ಧಮ್ಮ ಸೇವಕರು ತಮಗೆ ವಹಿಸಿದ ಕೆಲಸವನ್ನು ಪೂರ್ಣಗೊಳಿಸಿದ ಮೇಲೆ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಗಮನ ಸೆಳೆಯದೆ ಶಿಬಿರದ ಸ್ಥಳವನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ದೈಹಿಕ ವ್ಯಾಯಾಮ ಮಾಡಬಹುದೇ?

ಗೋಯಂಕಾಜಿ : ಖಂಡಿತವಾಗಿ, ಧಮ್ಮ ಸೇವಕರು ವ್ಯಾಯಾಮ ಮಾಡಲೇಬೇಕು. ಧ್ಯಾನ ಸಾಧಕರು ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ನಾಲ್ಕು–ನಾಲ್ಕುವರೆಯಿಂದ ಸಾಯಂಕಾಲ ಒಂಭತ್ತು–ಒಂಭತ್ತು ವರೆಗೆ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಅವರು ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯ ವಾಕಿಂಗ್ ಮಾಡಿದರೂ ಸಾಕು. ಆದರೆ ಧಮ್ಮ ಸೇವೆಯಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿರುವ ಇತರರಿಗೆ, ಅದು ಅವರ ನಿತ್ಯದ ಜೀವನದಂತೆ. ಆದ್ದರಿಂದ, ಅವರು ಧ್ಯಾನಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ತೊಂದರೆಯಾಗದಂತೆ ದೈಹಿಕ ವ್ಯಾಯಾಮ ಮಾಡಬೇಕು. ಅವರು ಜಾಗಿಂಗ್ ಮಾಡಬಹುದು. ಆದರೆ ಬಹಳ ಎಚ್ಚರದಿಂದಿರಬೇಕು. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ಇಲ್ಲಿ, ಇಗತ್ಪುರಿಯಲ್ಲಿ, ಯಾರಾದರೂ ಜಾಗಿಂಗ್ ಮಾಡುತ್ತಾ ಪಟ್ಟಣದಲ್ಲಿ ಪ್ರವೇಶ ಮಾಡಿದರೆ ಅಲ್ಲಿನ ಜನಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದು ರೀತಿಯ ಅಹಿತಕರ ಭಾವನೆ ಉಂಟುಮಾಡಬಹುದು ಅಥವಾ ಯಾರಾದರೂ ಜಾಗಿಂಗ್ ಮಾಡುತ್ತಾ ನಿರ್ಜನ ಪ್ರದೇಶಕ್ಕೂ ಹೋದರೆ ಹಾನಿಕಾರವಾದದ್ದು ನಡೆಯಬಹುದು. ಅದೃಷ್ಟವಶಾತ್, ಬೆಟ್ಟದ ತಪ್ಪಲಿನಲ್ಲಿ ಎಂಟರಿಂದ ಹತ್ತು ಎಕರೆ ಭೂಮಿ ಇದೆ. ಅಲ್ಲಿ ನೀವು ಎರಡು ಜಾಗಿಂಗ್ ಪಥಗಳನ್ನು, ಒಂದು ಮಹಿಳೆಯರಿಗೆ ಮತ್ತೊಂದು ಪುರುಷರಿಗೆ, ಮಾಡಬಹುದು. ಇತರೆ ಧ್ಯಾನ ಕೇಂದ್ರಗಳಲ್ಲೂ ನೀವು ಈ ರೀತಿ ಮಾಡಬಹುದು. ಎಲ್ಲೆಲ್ಲಿ ಸಾಧ್ಯವಿದೆಯೋ ಅಲ್ಲಿ ತಮ್ಮ ಸೇವಕರಿಗೆ ದೈಹಿಕ ವ್ಯಾಯಾಮ ಮಾಡಲು ಧ್ಯಾನಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ತೊಂದರೆಯಾಗದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಅವಕಾಶ ಮಾಡಿಕೊಡಬೇಕು.

ಪ್ರಶ್ನೆ: ಧ್ಯಾನ ಶಿಬಿರಗಳಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಧ್ಯಾನ ಕೇಂದ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಪುರುಷ ಮತ್ತು ಮಹಿಳೆಯರು ಪ್ರತ್ಯೇಕತೆಯನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಏಕೆ ಅತ್ಯಾವಶ್ಯಕ?

ಗೋಯಂಕಾಜಿ : ಕಾಮೋದ್ರೇಕವು ಅತ್ಯಂತ ದೊಡ್ಡ ದೌರ್ಬಲ್ಯ. ನೀವು ಪ್ರತ್ಯೇಕತೆಯನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳದಿದ್ದರೆ, ಅದು ಪ್ರಕಟಗೊಳ್ಳಲು ಮಾರ್ಗವನ್ನು ಹುಡುಕುತ್ತಿರುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಪುರುಷ ಮತ್ತು ಮಹಿಳೆಯರು ಪ್ರತ್ಯೇಕವಾಗಿರುವುದು ಬಹಳ ಉತ್ತಮ. ಇದು ನಿಮಗೆ ಮತ್ತು ಶಿಬಿರಕ್ಕೆ ಬರುವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ, ಇಬ್ಬರಿಗೂ ಒಳ್ಳೆಯದು.

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, 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, ಸೆಪ್ಟಂಬರ್ 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 WSeeUNSJKZ6

Contact Numbers : 90087 33008, 94485 88789, 87226 05694

ವಿಳಾಸ : ಶಂಕರನಹಳ್ಳಿ ರಸ್ತೆ, ಕೊಂಡಜ್ಜಿ ಬುಳ್ಳಾಪುರ, ಹರಿಹರ ತಾಲ್ಲೂಕು.

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

ಜೂನ್ 18–29, ಜುಲೈ 9–17 (ಎಸ್‌ಟಿಪಿ) ಜುಲೈ 23ರಿಂದ ಆಗಸ್ಟ್ 31, ಆಗಸ್ಟ್20–31, ಸೆಪ್ಟಂಬರ್ 19–30, ಅಕ್ಟೋಬರ್ 15–26, ನವೆಂಬರ್ 18–29, ಡಿಸೆಂಬರ್ 17–28.

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 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,