



ಕನ್ನಡ ಮಾಸಪತ್ರಿಕೆ, 10 ಜನವರಿ 2022 ಬೆಂಗಳೂರು, ಸಂಪುಟ 7, ಸಂಚಿಕೆ 9, ಪುಟಗಳು-4. ಸಂಪಾದಕರು : ಜಿ.ಟಿ.ಗೋವಿಂದಪ್ಪ  
Kannada monthly, 10 January 2022, Bengaluru, Vol. 7, Issue No.9, 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

ಅನೂಪವಾದೋ ಅನೂಪಘಾತೋ,  
ಪಾತಿಮೋಕ್ಷೇ ಚ ಸಂವರೋ  
ಮತ್ತನ್ಯುತಾ ಚ ಭತ್ತಸ್ಯಿಂ,  
ಪಂತಂ ಚ ಸಯನಾಸನಂ,  
ಅಧಿಚಿತ್ತೇ ಚ ಆಯಾಗೋ,  
ಏತಂ ಬುದ್ಧಾನ ಸಾಸನಂ.

ನಿಂದಿಸದಿರುವುದು, ಹಾನಿ ಮಾಡದಿರುವುದು, ಮೂಲಭೂತ ನೈತಿಕ ನಿಯಮಗಳಿಗನುಸಾರವಾಗಿ ಸಂಯಮದಿಂದಿರುವುದು, ಒಂಟಿಯಾಗಿ ವಾಸಿಸುವುದು, ಉನ್ನತ ಚಿಂತನೆಗಳಲ್ಲಿ ತಲ್ಲೀನವಾಗಿರುವುದು- ಇದೇ ಎಲ್ಲಾ ಬುದ್ಧರ ಬೋಧನೆ.

ಧಮ್ಮಪದ-185, ಬುದ್ಧವಗ್ಗೊ

## ಬುದ್ಧ ಧಮ್ಮದ ಸಾರ್ವತ್ರಿಕ ಆಕರ್ಷಣೆ :

ಒಂದು ವೈಯಕ್ತಿಕ ಅನುಭವ.

ಆಚಾರ್ಯ ಎಸ್.ಎನ್. ಗೋಯಂಕ (1924-2013)

ನಮೋ ತಸ್ಸ ಭಗವತೋ ಅರಹತೋ ಸಮ್ಮಾಸಂಬುದ್ಧಸ್ಸ !  
(ಡಿಸೆಂಬರ್ 9 ರಿಂದ 11, 2004ರಲ್ಲಿ ಮ್ಯಾನ್ಮಾರ್ನ ಯಾಂಗಾನ್‌ನಲ್ಲಿ ನಡೆದ “ನಾಲ್ಕನೇ ವಿಶ್ವ ಬೌದ್ಧ ಸಮ್ಮೇಳನ”ದಲ್ಲಿ ಗೋಯಂಕಾಜಿಯವರು ಮಾಡಿದ ಉಪನ್ಯಾಸಗಳ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳನ್ನು ಇಂಗ್ಲಿಷ್ ವಿಪಶ್ಯನ ವಾರ್ತಾಪತ್ರದಲ್ಲಿ ಪ್ರಕಟಿಸಲಾಗಿದೆ. ಇದು ಮೊದಲನೆಯ ಭಾಗ. ಏಪ್ರಿಲ್ 15, 2014ರ ಇಂಗ್ಲಿಷ್ ವಿಪಶ್ಯನ ವಾರ್ತಾಪತ್ರದಿಂದ ಅನುವಾದಿಸಲಾಗಿದೆ.)  
ಅತ್ಯಂತ ಆದರಣೀಯ ಸಂಘ ಮತ್ತು ಧರ್ಮ ಸ್ನೇಹಿತರೇ!  
ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ ನನ್ನನ್ನು ಈ ಸಮ್ಮೇಳನಕ್ಕೆ ಆಹ್ವಾನಿಸಿದ್ದಕ್ಕಾಗಿ ಸಂಘಟನಾಕಾರರಿಗೆ ಮೊದಲು ನನ್ನ ಧನ್ಯವಾದಗಳನ್ನು ಅರ್ಪಿಸುತ್ತೇನೆ. ಜೊತೆಗೆ, ಈ ನಾಲ್ಕನೇ ವಿಶ್ವ ಬೌದ್ಧ ಸಮ್ಮೇಳನವನ್ನು ಆಯೋಜಿಸುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಮ್ಯಾನ್ಮಾರ್‌ನ್ನು ಆಯ್ದು ಮಾಡಿಕೊಂಡಿದ್ದಕ್ಕೆ ಸಂಘಟನಾಕಾರರನ್ನು ಅಭಿನಂದಿಸುತ್ತೇನೆ. ಈ ಸಮ್ಮೇಳನದ ಉದ್ದೇಶವು, ಜಗತ್ತಿನಾದ್ಯಂತ ಶಾಂತಿ ಸಂದೇಶವನ್ನು ಸಾರಲು ಬುದ್ಧರ ಅನುಯಾಯಿಗಳನ್ನು ಒಗ್ಗೂಡಿಸುವುದು. ವಿಶ್ವದ ಮೇಲೆ ಅಧಿಪತ್ಯ ಸಾಧಿಸುವುದಕ್ಕಲ್ಲ, ವಿಶ್ವವನ್ನು ಶೋಷಣೆ ಮಾಡುವುದಕ್ಕೂ ಅಲ್ಲ, ಒಂದು ಧರ್ಮದ ಶ್ರೇಷ್ಠತೆಯನ್ನು ಇನ್ನೊಂದು ಧರ್ಮದ ಮೇಲೆ ಮೆರೆಯುವುದಕ್ಕೂ ಅಲ್ಲ. ಮನುಕುಲದ ಅದ್ಭುತ ಪರಿವರ್ತನೆಗಾಗಿ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವುದಕ್ಕಾಗಿ. ಪರಿವರ್ತನೆಯು ಬಂಧನದಿಂದ ಮುಕ್ತಿಗೆ, ಕ್ರೌರ್ಯದಿಂದ ಕರುಣೆಗೆ, ವೈಷ್ಯಮದಿಂದ ಮೈತ್ರಿಗೆ, ದುಃಖದಿಂದ ಸಂತೋಷಕ್ಕೆ. ಇದು ಬುದ್ಧರ ಮಾರ್ಗ. ಬುದ್ಧರು ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಸಾಮರಸ್ಯದ ಸಂದೇಶವನ್ನು ಸಾರಿದರು. ಈ ಸಂದೇಶವು ಅನೇಕ ದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಹರಡಲು ಅಶೋಕ ಚಕ್ರವರ್ತಿಯು ಸಹಾಯ ಮಾಡಿದ. ಇಂದು ಅನೇಕ ಜನರ ಪ್ರಯೋಜನಕ್ಕಾಗಿ ವಿಶ್ವ ಬೌದ್ಧ ಸಮ್ಮೇಳನವು ಇದೇ ನಿಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿರುವುದು ನನಗೆ ಸಂತೋಷ ತಂದಿದೆ.  
ಬುದ್ಧರ ಅನುಯಾಯಿಗಳಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ಪಂಗಡಗಳಿವೆ ಎಂದು ಮೇಲ್ನೋಟದಲ್ಲಿ ಅನಿಸಬಹುದು. ಆದರೆ ವ್ಯತ್ಯಾಸಗಳು ಬಾಹ್ಯವಾಗಿವೆ. ಎಲ್ಲಾ ಪಂಗಡಗಳೂ ಶ್ರೇಷ್ಠ ಅಷ್ಟಾಂಗ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ಒಳಗೊಂಡ ನಾಲ್ಕು ಆರ್ಯ ಸತ್ಯಗಳನ್ನೂ, ಪಟಿಚ್ಛಸಮುಪ್ಪಾದ ಅಂದರೆ ಕಾರ್ಯಕಾರಣದ ಸರಪಳಿಯ ಮೂಲಭೂತ ತತ್ವಗಳನ್ನೂ ಅನುಸರಿಸುತ್ತವೆ. ಮ್ಯಾನ್ಮಾರ್‌ನ ಈ ಸಮ್ಮೇಳನದಲ್ಲಿ ಈ ಪ್ರಯತ್ನವು ಹೊಸ ವೇಗ ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿರುವುದು ನನಗೆ ಬಹಳ ಸಂತೋಷ

ತಂದಿದೆ.  
ಮ್ಯಾನ್ಮಾರ್ ನನ್ನ ಮಾತೃಭೂಮಿ. ನಾನು ಹುಟ್ಟಿದ್ದು ಇಲ್ಲಿಯೇ. ಕೆಲವು ಕುಟುಂಬಗಳಲ್ಲಿ ನನ್ನ ಕುಟುಂಬದಲ್ಲಿ ಇದ್ದಂತೆಯೇ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಹುಟ್ಟಿದ ಕಟ್ಟಡದ ನೆಲದಲ್ಲಿ ಕರುಳ ಬಳ್ಳಿಯನ್ನು ಹೂಳುವುದು ಸಂಪ್ರದಾಯ. ನನ್ನ ಕರುಳ ಬಳ್ಳಿಯನ್ನು ಮ್ಯಾನ್ಮಾರ್‌ನ ಮಣ್ಣಿನಲ್ಲಿ ಹೂಳಲಾಗಿದೆ. ನನ್ನ ಒಂದು ಭಾಗ ಯಾವಾಗಲೂ ಮ್ಯಾನ್ಮಾರ್‌ನ ಮಣ್ಣಿನಲ್ಲಿರುತ್ತದೆ. ನನ್ನ ಭೌತಿಕ ಅಂಶ ಮ್ಯಾನ್ಮಾರ್ ಮಣ್ಣಿನಲ್ಲಿದೆ ಎಂಬ ಕಾರಣಕ್ಕಷ್ಟೇ ಅದು ನನ್ನ ಮಾತೃಭೂಮಿಯಲ್ಲ, ಅದು ನನ್ನ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಮಾತೃಭೂಮಿಯೂ ಹೌದು. ಮ್ಯಾನ್ಮಾರ್ ನನಗೆ ಎರಡು ಹುಟ್ಟುಗಳನ್ನು ಕೊಟ್ಟಿತು. ನನಗೆ ಎರಡನೆಯ ಹುಟ್ಟು ಬಹಳ ಮುಖ್ಯ. ಏಕೆಂದರೆ ನಾನು ಇಲ್ಲಿ ಧರ್ಮವನ್ನು ಪಡೆದೆ. ಪಕ್ಷಿಗೆ ಎರಡು ಹುಟ್ಟುಗಳಿವೆ. ತಾಯಿಯ ಗರ್ಭದಿಂದ ಹೊರಬರುವುದು ಒಂದು ಹುಟ್ಟು ಮತ್ತು ಮೊಟ್ಟೆಯಿಂದ ಹೊರಬರುವುದು ಎರಡನೆಯ ಹುಟ್ಟು. ಅದೇ ರೀತಿ ನನ್ನ ತಾಯಿಯು ನನಗೆ ಮೊದಲನೆಯ ಜನ್ಮ ಕೊಟ್ಟರು ಮತ್ತು ಸಯಾಜಿ ಉ ಬಾ ಖಿನ್‌ರವರು ಎರಡನೆಯ ಜನ್ಮವನ್ನು ಕೊಟ್ಟರು. ನಾನು ಧರ್ಮವನ್ನು ಪಡೆದೆ, ಅಜ್ಞಾನದ ಕವಚವನ್ನು ಒಡೆದು ಹೊಸ ಗೋಯಂಕ ಜನ್ಮ ಪಡೆದೆ.  
ನನ್ನ ಆಚಾರ್ಯರಾದ ಸಯಾಜಿ ಉ ಬಾ ಖಿನ್‌ರವರನ್ನು ಮೊದಲ ಬಾರಿಗೆ ಭೇಟಿಯಾದದ್ದು ನನಗೆ ನೆನಪಿದೆ. ನನ್ನ ನಂಬಿಕೆಗಳಿಗೆ ನಾನು ಬಲವಾಗಿ ಅಂಟಿಕೊಂಡಿದ್ದೆ. ಬುದ್ಧರ ಬೋಧನೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ನನಗೆ ಅನೇಕ ಆತಂಕಗಳಿದ್ದವು. ನಾನು ಸ್ಥಳೀಯ ಹಿಂದೂ ಸಮುದಾಯದ ನಾಯಕ ಎಂಬುದು ಸಯಾಜಿಯವರಿಗೆ ತಿಳಿದಿತ್ತು. “ನೀವು ಹಿಂದೂಗಳು ಶೀಲವನ್ನು ಅಂದರೆ ನೈತಿಕ ಜೀವನ ನಡೆಸುವುದನ್ನು, ಸಮಾಧಿಯನ್ನು ಅಂದರೆ ಮನಸ್ಸಿನ ಮೇಲೆ ನಿಯಂತ್ರಣ ಸಾಧಿಸುವುದನ್ನು ಮತ್ತು ಪನ್ಯಾವನ್ನು ಅಂದರೆ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಶುದ್ಧ ಮಾಡುವ ಪ್ರಜ್ಞೆಯನ್ನು ವಿರೋಧಿಸುತ್ತೀರಾ?” ಎಂದು ಅವರು ನನ್ನನ್ನು ಕೇಳಿದರು. ನಾನು ಹೇಗೆ ವಿರೋಧಿಸಲು ಸಾಧ್ಯ! ಯಾರಾದರೂ ಹೇಗೆ ವಿರೋಧಿಸಲು ಸಾಧ್ಯ! ಅವರು ಮುಂದುವರಿದು ಹೇಳಿದರು, “ಇದನ್ನೇ ಬುದ್ಧರು ಬೋಧಿಸಿದ್ದು. ಇದರಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ ನನಗೆ ಆಸಕ್ತಿಯಿದೆ ಮತ್ತು ಇದನ್ನು ಮಾತ್ರ ನಾನು ನಿಮಗೆ ಬೋಧಿಸುವುದು.” ಯಾರೇ ಆದರೂ ಶೀಲ, ಸಮಾಧಿ ಮತ್ತು ಪ್ರಜ್ಞೆಯನ್ನು ಹೇಗೆ ವಿರೋಧಿಸಲು ಸಾಧ್ಯ? ಅನೇಕ ವರ್ಷಗಳ ನಂತರ, ವಿವಿಧ

ಧಾರ್ಮಿಕ ಹಿನ್ನೆಲೆಯಿಂದ ಬಂದ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ನಾನು ಧರ್ಮವನ್ನು ಬೋಧಿಸಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದಾಗ ಅವರಿಗೆ ಧರ್ಮವನ್ನು ವಿವರಿಸಲು ಸಯಾಜಿಯವರ ವಿಧಾನವನ್ನೇ ಬಳಸಿದೆ.

ಸಯಾಜಿಯವರ ಧರ್ಮದ ವ್ಯಾಖ್ಯಾನವು ಸಾರ್ವತ್ರಿಕವಾದುದು ಮತ್ತು ಪಂಥರಹಿತವಾದುದು. ನನ್ನನ್ನು ಬೌದ್ಧ ಧರ್ಮಕ್ಕೆ ಮತಾಂತರ ಮಾಡಲು ಅವರಿಗೆ ಆಸಕ್ತಿಯಿರಲಿಲ್ಲ. “ನನ್ನ ಪ್ರಕಾರ ಯಾರು ಶೀಲ, ಸಮಾಧಿ ಮತ್ತು ಪ್ರಜ್ಞೆಯನ್ನು ಅನುಸರಿಸುವರೋ ಅವರು ಎಲ್ಲಾ ರೀತಿಯಿಂದಲೂ ಬೌದ್ಧರು ಮತ್ತು ಒಬ್ಬ ಬೌದ್ಧನು ಶೀಲ, ಸಮಾಧಿ ಮತ್ತು ಪ್ರಜ್ಞೆಯನ್ನು ಅನುಸರಿಸದಿದ್ದರೆ ನನಗೆ ಅವರ ಬಗ್ಗೆ ಅಯ್ಯೋ ಅನಿಸುತ್ತದೆ” ಎಂದು ಅವರು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು.

ನನ್ನ ಮೊದಲ ವಿಪಶ್ಯನ ಧ್ಯಾನ ಶಿಬಿರವು ನನ್ನನ್ನು ಬುದ್ಧರ ಬೋಧನೆಗಳಿಗೆ ಪರಿಚಯಿಸಿತು ಮತ್ತು ನನ್ನ ಜೀವನವನ್ನು ಎಂದೆಂದಿಗೂ ವಾರ್ಷಿಕವಾಗಿ ಅಪರ ತಾರ್ಕಿಕವಾದ, ಪ್ರಾಯೋಗಿಕವಾದ ವ್ಯವಹಾರಿಕವಾದ, ಸಾರ್ವತ್ರಿಕವಾದ ಮತ್ತು ಪಂಥರಹಿತವಾದ ಬೋಧನೆಯು ನನ್ನನ್ನು ಅಯಸ್ಕಾಂತದಂತೆ ಆಕರ್ಷಿಸಿತು.

ನಾನು ಈ ಧರ್ಮಭೂಮಿಯಲ್ಲಿ ಜನಿಸಿದ್ದರಿಂದ ನಾನು ಬಹಳ ಅದೃಷ್ಟವಂತನೆಂದು ಭಾವಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ. ನಾನು ಸಯಾಜಿಯವರ ಸಂಪರ್ಕಕ್ಕೆ ಬಂದದ್ದರಿಂದಲೂ ನಾನು ಬಹಳ ಅದೃಷ್ಟವಂತನೆಂದು ಪರಿಗಣಿಸುತ್ತೇನೆ. ಅವರು ಪರಿಶುದ್ಧವಾದ ಧ್ಯಾನ ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಬೋಧಿಸುತ್ತಿದ್ದರು. ಸಯಾಜಿಯವರು, ಬಹಳ ಕರುಣೆಯಿಂದ ಯಾವ ನಿರೀಕ್ಷೆಯೂ ಇಲ್ಲದೆ ಬೋಧಿಸುತ್ತಿದ್ದ ಒಬ್ಬ ಸಂತ ವ್ಯಕ್ತಿಯಾಗಿದ್ದರು.

ಜ್ಞಾನೋದಯ ಪಡೆದ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಬೋಧನೆಯು ಬಹಳ ಸರಳವಾದುದು, ಆದರೆ ಬಹಳ ಗಹನವಾದುದು, ಬಹಳ ಗಹನವಾದುದು. ಈ ಮುಂದಿನ ಶಬ್ದಗಳಲ್ಲಿ ಅವರು ಅವರ ಬೋಧನೆಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಿದರು.

**ಸಬ್ಬಪಾಪಸ್ಸ ಅಕರಣಂ,  
ಕುಸಲಸ್ಸ ಉಪಸಂಪದಾ,  
ಸಚಿತ್ತ ಪರಿಯೋದಪನಂ,  
ಏತಂ ಬುದ್ಧಾನ ಸಾಸನಂ.**

ಏತಂ ಬುದ್ಧಾನ ಸಾಸನಂ - ಇದು ಎಲ್ಲಾ ಬುದ್ಧರ ಬೋಧನೆ, ಕೇವಲ ಗೌತಮ ಬುದ್ಧರದಲ್ಲ. ಬುದ್ಧರಾದ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಈ ಮೂರನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಬೇರೆ ಏನನ್ನೂ ಬೋಧಿಸುವುದಿಲ್ಲ : ಸಬ್ಬ-ಪಾಪಸ್ಸ ಅಕರಣಂ- ಎಲ್ಲಾ ಪಾಪ ಕರ್ಮಗಳನ್ನು, ಅನಾರೋಗ್ಯಕರವಾದ ಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ಮಾಡದಿರುವುದು ; ಕುಸಲಸ್ಸ ಉಪಸಂಪದಾ- ಆರೋಗ್ಯಕರವಾದ ಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು, ಪುಣ್ಯ ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಮಾಡುವುದು : ಸಚಿತ್ತಪರಿಯೋದಪನಂ- ಮನಸ್ಸನ್ನು ಶುದ್ಧ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿರು, ಇಡೀ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಶುದ್ಧ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿರು. ಇದಿಷ್ಟೇ. ಎಷ್ಟೊಂದು ಸರಳವಾಗಿದೆ, ಆದರೂ ಬಹಳ ಆಳವಾಗಿದೆ, ಬಹಳ ಗಹನವಾಗಿದೆ.

ನೈತಿಕ ಜೀವನ ನಡೆಸುವುದನ್ನು ಬುದ್ಧಿಯ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲರೂ ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ : “ಹೌದು ನಾನು ನೈತಿಕ ಜೀವನವನ್ನು ನಡೆಸಬೇಕು. ಇದನ್ನು ನಾನು ಒಪ್ಪುತ್ತೇನೆ.”

ಆದರೆ, ವಾಸ್ತವಿಕ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ, ಅನುಭವದ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಅನುಸರಿಸುವುದು ಬಹಳ ಕಷ್ಟ. ವಾಸ್ತವಿಕವಾಗಿ ಅನುಸರಿಸದಿದ್ದರೆ, ಅದರಿಂದ ಏನೂ ಉಪಯೋಗವಿಲ್ಲ. ಯಾರಾದರೂ ಬುದ್ಧ ಆದಾಗ, ಅವರು ಮನಸ್ಸನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಶುದ್ಧ ಮಾಡುವ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ಕಂಡುಹಿಡಿದು ಅದನ್ನು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಬೋಧಿಸುತ್ತಾರೆ.

ಧರ್ಮದ ಮೊದಲನೆಯ ಭಾಗ ಶೀಲ : ಪಾಪ ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ಮಾಡದಿರುವುದು.

ಈ ಎಲ್ಲಾ ಶೀಲಗಳು ಬುದ್ಧಿಯ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ, ತಾರ್ಕಿಕವಾಗಿ, ವೈಚಾರಿಕ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಸುಲಭವಾಗಿ ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುವಂತಹವು. ಆದರೂ ಜನರು ನೈತಿಕ ಜೀವನವನ್ನು ನಡೆಸುವುದಿಲ್ಲ. “ನಾನು ಶೀಲವಂತ ಜೀವನ ನಡೆಸಬೇಕು, ನನಗೆ ಶೀಲ ಬಹಳ ಮುಖ್ಯ. ನೈತಿಕ ಜೀವನವು ನನಗೂ ಒಳ್ಳೆಯದು

ಮತ್ತು ಇತರರಿಗೂ ಒಳ್ಳೆಯದು” ಎಂಬುದನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವವರು ಸಹ ನೈತಿಕ ಜೀವನವನ್ನು ನಡೆಸುವುದಿಲ್ಲ. ಏಕೆ? ಇದನ್ನು ಬುದ್ಧರು ಸರಿಯಾಗಿ ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಏಕೆಂದರೆ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ತನ್ನ ಮನಸ್ಸಿನ ಮೇಲೆ ನಿಯಂತ್ರಣವಿಲ್ಲ. ಅವನು ತನ್ನ ಮನಸ್ಸಿನ ಒಡೆಯನಾಗಿಲ್ಲ.

ಆದ್ದರಿಂದ ಬುದ್ಧರು ಧರ್ಮದ ಎರಡನೆಯ ಭಾಗವಾದ ಸಮಾಧಿಯನ್ನು, ಮನಸ್ಸಿನ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭುತ್ವ ಸಾಧಿಸುವುದನ್ನು ಬೋಧಿಸುತ್ತಾರೆ. ಬುದ್ಧರ ಸಮಾಧಿಯು ಇತರ ಆಚಾರ್ಯರುಗಳು ಬೋಧಿಸುವ ಸಮಾಧಿಗಿಂತ ಭಿನ್ನವಾಗಿದೆ. ಬುದ್ಧರು ಸಮಾಧಿಯನ್ನು ಬೋಧಿಸುತ್ತಾರೆ.

ಒಳ್ಳೆಯದು, ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಸಮಾಧಿಯನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದ್ದಾನೆ. ಮನಸ್ಸಿನ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭುತ್ವ ಸಾಧಿಸಿದ್ದಾನೆ. ಶೀಲದ ಜೀವನ ನಡೆಸುತ್ತಿದ್ದಾನೆ ಮತ್ತು ಇತರ ಜೀವಿಗಳ ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಸಾಮರಸ್ಯಕ್ಕೆ ಭಂಗ ತರುವಂತಹ ಯಾವುದೇ ಕೆಟ್ಟ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಸಮಾಧಿಯನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಂಡಿದ್ದಾನೆ. ಆದರೆ ಮನಸ್ಸಿನ ಆಳದಲ್ಲಿ ‘ಅನುಸಯ ಕಿಲೇಸ’ಗಳು (ಅಂತರ್ಮನದ ಆಳದಲ್ಲಿ ನಿರ್ದಿಸುತ್ತಿರುವ ಮಲಿನತೆಗಳು) ಅಂದರೆ ಮನಸ್ಸಿನ ಆಳದಲ್ಲಿ ನಿರ್ದಿಸುತ್ತಿರುವ ಅಶುದ್ಧತೆಗಳಲ್ಲಿ ಯಾವುದಾದರೂ ಒಂದು ಯಾವಾಗ ಸ್ಫೋಟಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ ಎಂಬುದು ಗೊತ್ತಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಈ ಅಶುದ್ಧತೆಯು ಅವನ ಶಕ್ತಿಗುಂದಿಸಿ ಅವನು ಪುನಃ ತಪ್ಪು ಜೀವನಕ್ರಮ ಅನುಸರಿಸುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಬೋಧಿಸುತ್ತ ಗೌತಮರು ಇದನ್ನು ಮನಗಂಡರು. ಅವರು ಎಲ್ಲಾ ಎಂಟು ‘ಲೋಕೀಯ ಝಾನ’ಗಳನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದ್ದರು. ಈ ಝಾನಗಳನ್ನು ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಿ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದ ಮೇಲೂ, ಮನಸ್ಸಿನ ಅತ್ಯಂತ ಆಳದಲ್ಲಿರುವ ಮಲಿನತೆಗಳು ನಾಶವಾಗಿಲ್ಲ ಎಂಬುದನ್ನು ಅವರು ಮನಗಂಡರು. ಆಳವಾಗಿ ಬೇರೂರಿರುವ ಈ ಅಶುದ್ಧತೆಗಳನ್ನು ನಿರ್ಮೂಲ ಮಾಡದೇ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಮುಕ್ತಿಯನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಆದ್ದರಿಂದ ಅವರು ಅತ್ಯಂತ ಆಳದ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಶುದ್ಧ ಮಾಡುವ ಪನ್ಯಾ ಅಂದರೆ ಪ್ರಜ್ಞೆಯನ್ನು, ಒಳನೋಟವನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಧರ್ಮದ ಮೂರನೆಯ ಭಾಗವನ್ನು ಕಂಡುಹಿಡಿದರು.

ವ್ಯಕ್ತಿಯು ತನ್ನ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಮೇಲ್ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಶುದ್ಧ ಮಾಡಬಹುದು. ಸ್ವಲ್ಪ ಆಳದ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿಯೂ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಶುದ್ಧ ಮಾಡಬಹುದು. ಆದರೆ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಅತ್ಯಂತ ಆಳದ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ, ಬೇರುಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಶುದ್ಧ ಮಾಡುವ ದಾರಿ ಗೊತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ಎಲ್ಲಾ ‘ಅನುಸಯ ಕಿಲೇಸ’ಗಳನ್ನು (ಅಂತರ್ಮನದ ಆಳದಲ್ಲಿರುವ ಮಲಿನತೆಗಳನ್ನು) ನಿರ್ಮೂಲ ಮಾಡುವ ದಾರಿಯನ್ನು ಕಂಡುಹಿಡಿದರು. ಮಲಿನತೆಗಳ ಬೇರುಗಳನ್ನು ತೆಗೆದು ಹಾಕಬೇಕು. ಪಟಿಚ್ಚಸಮುಪ್ಪಾದದಲ್ಲಿ (ಕಾರ್ಯಕಾರಣ ನಿಯಮದಲ್ಲಿ) ವಿವರಿಸಿರುವಂತೆ ಎಲ್ಲಿಯವರೆಗೆ ಈ ಸಂಖಾರಗಳು ಇರುತ್ತವೆಯೋ ಅಲ್ಲಿಯವರೆಗೆ ತಣ್ಣಾ(ತೃಷ್ಟಿ), ಉಪಾದಾನ (ಅಂಟಿಕೊಳ್ಳುವಿಕೆ, ಬಂಧನ), ಮತ್ತು ಭವ (ಇರುವಿಕೆ, ಹುಟ್ಟು) ಅನುಸರಿಸುತ್ತವೆ. ವ್ಯಕ್ತಿಯು ದುಃಖದಲ್ಲಿ ಒದ್ದಾಡುತ್ತಾನೆ. ಅವನು ದುಃಖದಿಂದ ಹೊರಬರಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಅವನು ಅತ್ಯಂತ ಎತ್ತರದ ಸ್ತರಗಳಲ್ಲಿ, ಬ್ರಹ್ಮ ಸ್ತರಗಳಲ್ಲಿ, ರೂಪ-ಬ್ರಹ್ಮ ಲೋಕಗಳಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಅರೂಪ-ಬ್ರಹ್ಮ-ಲೋಕಗಳಲ್ಲಿ ಜನ್ಮವೆತ್ತಬಹುದು. ಆದರೂ ಅವನು ದುಃಖ ಕ್ಷೇತ್ರದಲ್ಲಿಯೇ ಬದುಕಿರುತ್ತಾನೆ. ‘ಅನುಸಯ ಕಿಲೇಸ’ ಗಳೇ ಹುಟ್ಟಿಗೆ ಮೂಲ. ಈ ಸಂಖಾರಗಳು ಒಂದಾದ ಮೇಲೆ ಒಂದು ಜನ್ಮಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತವೆ. ‘ಅನುಸಯ ಕಿಲೇಸ’ಗಳನ್ನು ನಿರ್ಮೂಲ ಮಾಡದ ಹೊರತು ವ್ಯಕ್ತಿಯು ದುಃಖದಿಂದ ಹೊರಬರುವುದಿಲ್ಲ.

ತಮ್ಮ ಬೋಧನೆಯು (ಧರ್ಮವು) ಪರಿಪೂರ್ಣ ಎಂದು ಬುದ್ಧರು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಅದಕ್ಕೆ ಏನನ್ನೂ ಸೇರಿಸುವ ಅವಶ್ಯಕತೆಯಿಲ್ಲ. ಅದು ಇಡೀ ಧರ್ಮವನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿದೆ. ಯಾವುದನ್ನೂ ಬಿಟ್ಟಿಲ್ಲ. ಶೀಲ, ಸಮಾಧಿ ಮತ್ತು ಪ್ರಜ್ಞೆ ಈ ಮೂರರಲ್ಲಿ ಯಾವುದೂ ಬಿಟ್ಟು ಹೋಗಿಲ್ಲ.

ವಿಪಶ್ಯನವು, ಬುದ್ಧರ ಈ ಧ್ಯಾನ ಸಾಧನೆಯು ಈಗ ವಿಶ್ವದಾದ್ಯಂತ ಹರಡುತ್ತಿರುವುದನ್ನು ನಾವು ಕಾಣುತ್ತೇವೆ. ಬುದ್ಧಿ ಜೀವಿಗಳು, ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು,

ಇಂಜಿನಿಯರ್‌ಗಳು, ವೈದ್ಯರು, ಮನೋವೈದ್ಯರು ಇವರೆಲ್ಲಾ ಅದನ್ನು ಕಲಿತಿದ್ದಾರೆ ಮತ್ತು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ವಿವಿಧ ಪಂಥಗಳ ಜನರು- ಹಿಂದುಗಳು, ಮುಸ್ಲಿಮರು, ಕ್ರೈಸ್ತರು, ಜೈನರು, ಯೆಹೂದಿಗಳು, ಪಾರಸಿಗಳು, ಸಿಖ್ಖರು, ಬೌದ್ಧರು ಈ ಶಿಬಿರಗಳಿಗೆ ಬರುತ್ತಾರೆ. ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕವಾಗಿ ಬುದ್ಧರನ್ನು ವಿರೋಧಿಸುವ ಸಮುದಾಯಗಳ ಜನರೂ, ವಿಪಶ್ಯನ ಶಿಬಿರಗಳಿಗೆ ಬಂದಾಗ ವಿಪಶ್ಯನವನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ.

ಇದು ಬುದ್ಧರ ಬೋಧನೆಯ ವಿಶಿಷ್ಟ ಗುಣ. ಅದು ಬಹಳ ಸರಳ, ವ್ಯಾಪಕಾರಿಕ, ಸಾರ್ವತ್ರಿಕ, ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಒಪ್ಪಿಗೆಯಾಗುವಂತಹದು. ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಕೇವಲ ಶೀಲ, ಸಮಾಧಿ ಮತ್ತು ಪ್ರಜ್ಞೆಯನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುತ್ತಾನೆ ಮತ್ತು ಇದು ಎಷ್ಟೊಂದು ಪರಿಶುದ್ಧವಾಗಿದೆ ಎಂದರೆ ಅದರಿಂದ ತೆಗೆದು ಹಾಕುವಂತಹದು ಏನೂ ಇಲ್ಲ. ಶೀಲದಲ್ಲಿ ತಪ್ಪಿದೆ ಎಂದು ಯಾರೂ ಬೊಟ್ಟು ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಸಮಾಧಿಯಲ್ಲಿ ತಪ್ಪಿದೆ ಎಂದು ಯಾರೂ ಹೇಳಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಪ್ರಜ್ಞೆಯಲ್ಲಿ ಯಾರೇ ಯಾವುದೇ ತಪ್ಪನ್ನು ಕಾಣಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ.

ಶೀಲ, ಸಮಾಧಿ ಮತ್ತು ಪ್ರಜ್ಞೆಯು ಬುದ್ಧರ ಬೋಧನೆಯ ತಿರುಳು. ಇದು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಒಪ್ಪಿಗೆಯಾಗುವಂತಹದು. ಏಕೆಂದರೆ ಎಲ್ಲಾ ಧರ್ಮಗಳೂ ಆಂತರಿಕ ತಿರುಳನ್ನು, ಮನಸ್ಸನ್ನು ಶುದ್ಧಿ ಮಾಡುವುದರ ಮೇಲೆ ಕೇಂದ್ರೀಕೃತವಾದ ಆಂತರಿಕ ತಿರುಳನ್ನು ಹೊಂದಿವೆ. ಎಲ್ಲಾ ಧರ್ಮಗಳು ಹೊರಗಿನ ಕವಚವನ್ನೂ ಹೊಂದಿವೆ. ಇದು ವಡವೆ ವಸ್ತ್ರಗಳಿಗೆ, ಹಬ್ಬ-ಹರಿದಿನಗಳಿಗೆ, ಧಾರ್ಮಿಕ ವಿಧಿಗಳಿಗೆ, ನಿತ್ಯಾಚರಣೆ ಮುಂತಾದವುಗಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದೆ. ಎಲ್ಲಿಯವರೆಗೆ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಆಂತರಿಕ ತಿರುಳಿಗೆ ಮಹತ್ವ ಕೊಡುತ್ತಾನೆಯೋ ಅಲ್ಲಿಯವರೆಗೆ ಧರ್ಮದಿಂದ ಧರ್ಮಕ್ಕೆ ವ್ಯತ್ಯಾಸವಾಗುವ ಹೊರಗಿನ ಕವಚಕ್ಕೆ ಏನೂ ಮಹತ್ವವಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಎಲ್ಲಾ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆಯನ್ನೂ ಹೊರಗಿನ ಕವಚಕ್ಕೆ ಕೊಟ್ಟರೆ, ಆಂತರಿಕ ತಿರುಳು ಮರೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಆಗ ಧರ್ಮವು ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಸಾಮರಸ್ಯವನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸುವಲ್ಲಿ ವಿಫಲವಾಗುತ್ತದೆ. ಬುದ್ಧರ ಬೋಧನೆಯು ಆಂತರಿಕ ತಿರುಳಿನುಸಾರವಾಗಿ ಬದುಕಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಅದು ಇಲ್ಲಿಯೇ ಮತ್ತು ಈಗಲೇ ಪ್ರಯೋಜನಗಳನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ.

ಪ್ರಪಂಚದ ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚು ಜನರು ತಮ್ಮನ್ನು ತಾವು ಬೌದ್ಧರೆಂದು ಕರೆದುಕೊಂಡರೆ, ಯಾವ ರೀತಿ ಅವರು ಪ್ರಯೋಜನ ಪಡೆಯುತ್ತಾರೆ? ಹೌದು, ಅವರು ಶೀಲ, ಸಮಾಧಿ ಮತ್ತು ಪ್ರಜ್ಞೆಯನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಲು ಆರಂಭಿಸಿದರೆ, ಆಗ ಖಂಡಿತವಾಗಿ ಅವರು ಬುದ್ಧರ ಬೋಧನೆಯ ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಫಲವನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತಾರೆ. ತನ್ನನ್ನು ತಾನು ಬೌದ್ಧ ಎಂದು ಕರೆದುಕೊಂಡು, ಶೀಲ, ಸಮಾಧಿ ಮತ್ತು ಪ್ರಜ್ಞೆಯನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡದಿದ್ದರೆ, ಬುದ್ಧರ ಬೋಧನೆಯಿಂದ ಅವನು ಹೇಗೆ ಪ್ರಯೋಜನ ಪಡೆಯುತ್ತಾನೆ?

ಪ್ರವಚನಗಳನ್ನು ಕೇಳುವುದು ಅಥವಾ ಧರ್ಮಗ್ರಂಥಗಳನ್ನು ಓದುವುದು ಬಹಳ ಒಳ್ಳೆಯದು- 'ಕಾಲೇನ ಧರ್ಮಸ್ಥವನಂ ಏತಂ ಮಂಗಳಮುತ್ತಮಂ'. ಮತ್ತು ಧರ್ಮದ ಬಗ್ಗೆ ಚರ್ಚಿಸುವುದು ಉತ್ತಮವಾದುದು- 'ಕಾಲೇನ ಧರ್ಮಸಾಕಷ್ಟಾ ಏತಂ ಮಂಗಳಮುತ್ತಮಂ'. ಕೇವಲ ಧರ್ಮದ ಬಗ್ಗೆ ಚರ್ಚಿಸುವುದು, ವಾದ ಮಾಡುವುದು, ಇದು ಕೆಲಸ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ನಿಜವಾಗಿ ಹೆಜ್ಜೆ ಇಡಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಬೇಕು. ಧರ್ಮ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ನಡೆಯದಿದ್ದರೆ ಅವನು ಧರ್ಮದ ಫಲಗಳನ್ನು ಪಡೆಯುವುದಿಲ್ಲ.

ಬುದ್ಧರು ಧರ್ಮವನ್ನು ಅಂದರೆ ಪ್ರಕೃತಿಯ ನಿಯಮವನ್ನು, ಪ್ರಕೃತಿಯ ಸಾರ್ವತ್ರಿಕ ನಿಯಮವನ್ನು ಬೋಧಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅದು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಿಗೂ ಅನ್ವಯವಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ಅವರು ಸರಳವಾದ ಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಬೋಧಿಸುತ್ತಾರೆ. ನಾವು ಅದನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡದಿದ್ದರೆ ಅದನ್ನು ಒಂದು ತತ್ವ ಸಿದ್ಧಾಂತವನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಿ, "ನಿನ್ನ ನಂಬಿಕೆ ತಪ್ಪು, ನನ್ನ ನಂಬಿಕೆ ಸರಿಯಾಗಿದೆ" ಎಂದು ಜಗಳವಾಡಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತೇವೆ. ಇದರಿಂದ ನಾವು ಏನನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತೇವೆ? ನನ್ನ ನಂಬಿಕೆ ಸರಿಯಾಗಿದ್ದರೆ,

ಬಹಳ ಒಳ್ಳೆಯದು. ಆದರೆ ನಾನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡದಿದ್ದರೆ, ಈ ನಂಬಿಕೆಯಿಂದ ಏನು ಉಪಯೋಗ?

ಯಾವಾಗ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಧರ್ಮವನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುತ್ತಾನೋ ಆಗ, ಇಡೀ ವಿದ್ಯಮಾನವು ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ಶರೀರದ ಪರಸ್ಪರ ಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲದೆ ಬೇರೇನೂ ಅಲ್ಲ ಎಂಬುದನ್ನು ತಾನೇ ಅನುಭವಿಸುತ್ತಾನೆ. ಮೇಲ್ನೋಟಕ್ಕೆ ಅದು ಗಟ್ಟಿಯಾಗಿ, ವಾಸ್ತವಿಕವಾಗಿ, ಬಹಳ ಕಾಲ ಇರುವಂತೆ ತೋರುತ್ತದೆ. ಇದು 'ಪನ್ಯತ್ತಿ', ಅದು ಆ ರೀತಿ ಕಾಣುತ್ತದೆ. ಬುದ್ಧರ ಬೋಧನೆಯ ಪ್ರಯಾಣವು 'ಪನ್ಯತ್ತಿ'ಯಿಂದ ಅಂದರೆ ಮೇಲ್ನೋಟದ ಸತ್ಯದಿಂದ 'ಪರಮತ್ಥ'ದ ಕಡೆಗೆ ಅಂದರೆ ಅಂತಿಮ ಸತ್ಯದ ಕಡೆಗೆ. ಅಂತಿಮ ಸತ್ಯವನ್ನು ತಲುಪಲು ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಮೇಲ್ನೋಟದ ಸತ್ಯವನ್ನು ದಾಟಿ ಹೋಗಬೇಕು. ಇದೇ ವಿಪಶ್ಯನ-ಪನ್ಯತ್ತಿಂ ಧಪೆತ್ತಾ ವಿಸೇಸೇನ ವಸ್ಸತೀತಿ ವಿಪಸ್ಸನಾ' ವ್ಯಕ್ತಿಯು ತನ್ನೊಳಗೆ ನೋಡಿದಾಗ, ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ಶರೀರ ಕ್ಷೇತ್ರದ ಪ್ರತಿಯೊಂದೂ ಅಶಾಶ್ವತ (ಅನಿಚ್ಛ, ಅನಿತ್ಯ) ಎಂಬುದನ್ನು ಅನುಭವದಿಂದ ಅರಿಯಲು ಆರಂಭಿಸುತ್ತಾನೆ. ಪ್ರತಿಯೊಂದೂ ಬದಲಾಗುತ್ತಿರುತ್ತದೆ.

ಯಾವುದು ಬದಲಾಗುತ್ತಿರುತ್ತದೆಯೋ ಅದು ಶಾಶ್ವತ ಸಂತೋಷದ ಮೂಲವಾಗಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ತಾನು ಅನುಭವಿಸುವ ಸಂತೋಷವು, ಈಗಲೋ ಅಥವಾ ನಂತರದಲ್ಲೋ, ಅಸಂತೋಷವಾಗಿ ಪರಿವರ್ತನೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಅಶಾಶ್ವತವಾದ ಸುಖದಲ್ಲಿಯೇ ದುಃಖವು ಅಂತರ್ಗತವಾಗಿದೆ. ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ಮುಂದುವರಿದಂತೆ ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ಶರೀರ ಕ್ಷೇತ್ರದ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಅನುಭವದಲ್ಲಿಯೂ ನೋವು ಅಂತರ್ಗತವಾಗಿದೆ- 'ಯಂ ಕಿಂಚಿ ವೇದಯಿತಂ ತಂ ದುಕ್ಖಸ್ಮಿಂ,' ಎಂಬುದನ್ನು ಮನಗಾಣುತ್ತಾನೆ.

ಬುದ್ಧರು ಬೋಧಿಸಿದಂತೆಯೇ ವಿದ್ಯಮಾನವನ್ನು ವಸ್ತುನಿಷ್ಠವಾಗಿ ಗಮನಿಸಿದಾಗ ಘನತ್ವವಿಲ್ಲ ಎಂಬುದನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಅರಿಯುತ್ತಾನೆ. ಮನಸ್ಸು-ಶರೀರದ ವಿದ್ಯಮಾನದ ಸ್ವಂತ ಪರೀಕ್ಷೆಯು, ಎಲ್ಲವೂ ಕೇವಲ ತರಂಗ ಎಂಬ ಸತ್ಯವನ್ನು ಹೊರಗೆಡಹುತ್ತದೆ. 'ಸಬ್ಬೋ ಪಜ್ಜಲಿತೋ ಲೋಕೋ, ಸಬ್ಬೋ ಲೋಕೋ ಪಕಂಪಿತೋ'- ಇಡೀ ವಿಶ್ವವು ಉರಿಯುವಿಕೆ ಮತ್ತು ತರಂಗವಲ್ಲದ ಬೇರೇನೂ ಅಲ್ಲ. ಸ್ಥಿರವಾದದ್ದು ಅದರಲ್ಲಿ ಯಾವುದೂ ಇಲ್ಲ. ಅದರ ಮೇಲೆ ಯಾರಿಗೂ ನಿಯಂತ್ರಣವಿಲ್ಲ. ಅದರಲ್ಲಿ "ನಾನು" ಅಥವಾ "ನನ್ನದು" ಅಥವಾ "ನನ್ನ ಆತ್ಮ" ಎಂದು ಗುರುತಿಸುವಂಥದ್ದು ಯಾವುದೂ ಇಲ್ಲ.

ಅನಿತ್ಯ (ಅನಿಚ್ಛ)ವನ್ನು ಅನುಭವದ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ತಿಳಿಯುವುದರಿಂದ, ಅರಿವು (ಸನ್ಯಾವು) ಅಶಾಶ್ವತತೆಯ ಅರಿವಾಗಿ (ಅನಿಚ್ಛ ಸನ್ಯಾ) ಬದಲಾಗುತ್ತದೆ. ಇದು ಸ್ವಾಭಾವಿಕವಾಗಿಯೇ "ಅನತ್ತಾ"ಕ್ಕೆ (ಅನಾತ್ಮಕ್ಕೆ "ನಾನು" ಇಲ್ಲದಿರುವ ಸ್ಥಿತಿಗೆ ಮುನ್ನಡೆಸುತ್ತದೆ. ಇದು ನಿಬ್ಬಾನದ ಅನುಭವಕ್ಕೆ ದಾರಿ ತೋರಿಸುತ್ತದೆ.

**ಅನಿಚ್ಛಸನ್ಯಾಯಿನೋ ಹಿ, ಅನತ್ತಸನ್ಯಾ ಸಣಠಾತಿ, ಅನತ್ತಸನ್ಯಾ ಅಸ್ಸಿಮಾನಸಮುಗ್ಘಾತಂ ಪಾಪುಣಾತಿ ದಿಶ್ವೇವ ಧಮ್ಮೇ ನಿಬ್ಬಾನನಾ'ತಿ.**

ಭೂಮಿ ಗುಂಡಾಗಿದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಗೆಲಿಲಿಯೋ ಕಂಡುಹಿಡಿದರು. ಅದು ತನ್ನ ಕಕ್ಷೆಯ ಮೇಲೆ ತಿರುಗುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನೂ ಅವರು ಕಂಡುಹಿಡಿದರು. ಕೆಲವರು ನಂಬಿದರು. ಕೆಲವರು ನಂಬಲಿಲ್ಲ. ನಂತರ ಜನರು ಇದನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡರು. ನಿಜವು ನಿಜವೇ. ಗೆಲಿಲಿಯೋಗಿಂತ ಮುಂಚೆಯೂ ಭೂಮಿಯು ಗುಂಡಾಗಿತ್ತು. ಗೆಲಿಲಿಯೋ ಕಾಲದಲ್ಲಿಯೂ ಭೂಮಿಯು ಗುಂಡಾಗಿತ್ತು. ಗೆಲಿಲಿಯೋ ನಂತರವು ಭೂಮಿ ಗುಂಡಾಗಿದೆ. ಗುರುತ್ವಾಕರ್ಷಣ ನಿಯಮ ಇರುವುದನ್ನು ನ್ಯೂಟನ್ ಕಂಡುಹಿಡಿದರು. ಅದನ್ನು ಅವರು ಪ್ರಕಟಿಸಿದರು. ಗುರುತ್ವಾಕರ್ಷಣ ನಿಯಮವು ನ್ಯೂಟನ್‌ಗಿಂತ ಮುಂಚೆಯೂ ಇತ್ತು, ಅವನ ಕಾಲದಲ್ಲೂ ಇತ್ತು, ಮತ್ತು ಅವನ ನಂತರವೂ ಇರುತ್ತದೆ.

ಇದೇ ರೀತಿ 'ಪಟಿಚ್ಛಸಮುಪ್ಪಾದ' (ಕಾರ್ಯಕಾರಣ) ನಿಯಮವು ಬುದ್ಧರಿಗಿಂತ ಮುಂಚೆ ಇತ್ತು, ಅವರ ಕಾಲದಲ್ಲಿಯೂ ಇತ್ತು ಅವರ

ನಂತರೂ ಇರುತ್ತದೆ. ಕಾರ್ಯಕಾರಣ ನಿಯಮವು ಪ್ರಕೃತಿಯ ನಿಯಮವಾಗಿದೆ.

**ಬುದ್ಧ ಹೇಳಿದರು :**

ಉಪ್ಪಾದಾ ವಾ ತಥಾಗತಾನಂ ಅನುಪ್ಪಾದಾ ವಾ ತಥಾಗತಾನಂ, ಠಿತಾವ ಸಾ ಧಾತು ಧಮ್ಮಿತ್ತತಾ ಧಮ್ಮನಿಯಾಮತಾ ಇದಪ್ಪಚ್ಚಯಾತಾ.

ಅಜ್ಞಾನ (ಅವಿಜ್ಞಾ) ಇರುವುದರಿಂದ ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ಶರೀರದ ಚೌಕಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಏನು ನಡೆಯುತ್ತದೆ ಎಂಬುದು ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಗೊತ್ತಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಪ್ರತಿ ಕ್ಷಣವೂ ಇಡೀ ಶರೀರದಲ್ಲಿ ಒಂದಿಲ್ಲೊಂದು ಸಂವೇದನೆ ಇದ್ದೇ ಇರುತ್ತದೆ. ಎಲ್ಲೆಲ್ಲಿ ಜೀವ ಇದೆಯೋ ಅಲ್ಲೆಲ್ಲಾ ಸಂವೇದನೆ ಇರುತ್ತದೆ. ಆರು ಇಂದ್ರಿಯ ದ್ವಾರಗಳು ಅವುಗಳ ವಸ್ತು ವಿಷಯಗಳ ಸಂಪರ್ಕಕ್ಕೆ ಬಂದಾಗ, ಸಂವೇದನೆ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ : 'ಫಸ್ಸ-ಪಚ್ಚಯಾ ವೇದನಾ'. ಸಂವೇದನೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವ ಶಕ್ತಿಯಿಲ್ಲದಿದ್ದರೆ, ಅವನು 'ವೇದನಾ-ಪಚ್ಚಯಾತಣ್ಣಾ'ವನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಹೇಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ.

ಸಂವೇದನೆಯು (ವೇದನಾವು) ಯಾವಾಗಲೂ ಇರುತ್ತದೆ. ಅದು ಉದಯವಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ವ್ಯಯವಾಗುತ್ತದೆ, ಹುಟ್ಟುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ನಾಶವಾಗುತ್ತದೆ. ಇದಕ್ಕೆ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ಮಾಡುತ್ತಿರುತ್ತಾನೆ. ಅದು ಹಿತಕರವಾಗಿದ್ದರೆ ಅದಕ್ಕೆ ಅವನು 'ಲೋಭ'ದಿಂದ (ಅತ್ಯಾಸೆಯಿಂದ) ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸುತ್ತಾನೆ. ಅದು ಅಹಿತಕರವಾಗಿದ್ದರೆ 'ದೋಸ' ದಿಂದ (ದ್ವೇಷದಿಂದ) ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸುತ್ತಾನೆ. ಜೀವನವಿಡೀ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಇದನ್ನೇ ಮಾಡುತ್ತಾನೆ ಮತ್ತು ತನಗೆ ತಾನೇ ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚು ದುಃಖವನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ. ತನ್ನ ದುಃಖವನ್ನು ದ್ವಿಗುಣಗೊಳಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತಾನೆ. ನೋಡಿ, ದುಃಖದಿಂದ ಹೊರ ಬರುವ ಮಾರ್ಗವಿದೆ- "ವೇದನಾ-ನಿರೋಧಾ ತಣ್ಣಾ-ನಿರೋಧಾ, ತಣ್ಣಾ ನಿರೋಧಾ, ಉಪಾದಾನ ನಿರೋಧ". (ಸಂವೇದನೆಯು ಕೊನೆಗೊಂಡರೆ ತೃಷ್ಣೆಯು -ರಾಗ ಮತ್ತು ದ್ವೇಷವು ಕೊನೆಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ರಾಗ-ದ್ವೇಷಗಳು ಕೊನೆಗೊಂಡಾಗ ಅಂಟಿಕೊಳ್ಳುವಿಕೆಯು ಕೊನೆಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ.). ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ಶರೀರದ ಕ್ಷೇತ್ರವನ್ನು ದಾಟುವ ಹಂತವನ್ನು ತಲುಪುತ್ತಾನೆ.

ಈ ಅದ್ಭುತ ಭೂಮಿಯಲ್ಲಿ, ಧರ್ಮ ಭೂಮಿಯಲ್ಲಿ ಹುಟ್ಟಿದ್ದು ನನ್ನ ಅದೃಷ್ಟ ಎಂದು ಭಾವಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದೇನೆ. ಬುದ್ಧರ ಬೋಧನೆಯನ್ನು ಪರಿಶುದ್ಧ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಕಾಪಾಡಿಕೊಂಡು ಬಂದ ದೇಶದಲ್ಲಿ ಜನ್ಮತಾಳಲು ನಾನು ಬಹಳ ಅದೃಷ್ಟ ಮಾಡಿದ್ದೆ. ವಿಪಶ್ಯನವನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುವ ವಿಧಾನವನ್ನು ಪರಿಶುದ್ಧ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಇಲ್ಲಿ ರಕ್ಷಿಸಲಾಗಿತ್ತು.

ಯಾವುದೇ ಪ್ರತಿಫಲಾಪೇಕ್ಷೆಯಿಲ್ಲದೆ ಅತ್ಯಂತ ಕರುಣೆಯಿಂದ ವಿಪಶ್ಯನವನ್ನು ಕಲಿಸಿದ ಸಂತ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಸಂಪರ್ಕಕ್ಕೆ ಬಂದದ್ದು ನನ್ನ ಅದೃಷ್ಟ ಎಂದು ಭಾವಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದೇನೆ.

ಈಗ ವಿಪಶ್ಯನವು ಜಗತ್ತಿನಾದ್ಯಂತ ಹರಡುತ್ತಿದೆ. ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಮ್ಯಾನ್ಯೂಯಲ್‌ನವನಾಗಲಿ, ಭಾರತದವನಾಗಲಿ, ಮತ್ತೊಂದು ಥರವಾದ ದೇಶದವನಾಗಲಿ, ಮಹಾಯಾನ ದೇಶದವನಾಗಲಿ ಅಥವಾ ಪ್ರಪಂಚದ ಯಾವುದೇ ಭಾಗದವನಾಗಲಿ ಬಹಳ ಮುಖ್ಯವಾದ ವಿಷಯವೆಂದರೆ ಧರ್ಮ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ನಿಜವಾಗಿ ನಡೆಯುವುದು.

ನಿಮಗಿಲ್ಲರಿಗೂ ಅನುಭವದ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಪರಿಶುದ್ಧ ಧರ್ಮವನ್ನು ಸವಿಯುವ ಅವಕಾಶ ದೊರೆಯಲಿ! ನೀವೆಲ್ಲರೂ ನಿಮ್ಮ ದುಃಖದಿಂದ ಬಿಡುಗಡೆ ಪಡೆಯಿರಿ! ನೀವೆಲ್ಲರೂ ನಿಜವಾದ ಶಾಂತಿ, ನಿಜವಾದ ಸಾಮರಸ್ಯ, ನಿಜವಾದ ಸುಖ ಸಂತೋಷವನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿರಿ.

**ವಿಪಶ್ಯನ ಧ್ಯಾನಕೇಂದ್ರ, ದಾವಣಗೆರೆ.**

**3 ದಿನದ ಶಿಬಿರಗಳು :** 2022 : ಜನವರಿ 20-23ರವರೆಗೆ, ಈಗಾಗಲೇ ಕನಿಷ್ಠ ಒಂದು ಹತ್ತು ದಿನದ ಶಿಬಿರ ಪೂರೈಸಿರುವ ಪುರುಷ ಮತ್ತು ಮಹಿಳಾ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಮಾತ್ರ.

**10 ದಿನದ ಶಿಬಿರಗಳು :-** 2022 ಫೆಬ್ರವರಿ 2 ರಿಂದ 13ರವರೆಗೆ, 16 ರಿಂದ 27ರವರೆಗೆ, ಮಾರ್ಚ್ 2 ರಿಂದ 13ರವರೆಗೆ. ನೋಂದಣಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಈ ಮುಂದಿನ ಲಿಂಕ್ ಅನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ :

<https://www.dhamma.org/en/schedules/v2/noncenter/davangere.in#normal>.

**ನೋಂದಣಿ ಸಹಾಯ ಬೇಕಾದರೆ ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ :** ಅಭಿಷೇಕ ರಾಮ್ +91 90087 33008

**ಹಳೆಯ ಧ್ಯಾನ ಸಾಧಕರ ಗಮನಕ್ಕೆ :** ದಾವಣಗೆರೆಯಲ್ಲಿ ಸ್ಥಾಯಿ ಧ್ಯಾನ ಕೇಂದ್ರ ಸ್ಥಾಪಿಸಲು ಜಮೀನು ಖರೀದಿ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ ಆರಂಭಿಸಲಾಗಿದೆ. ಅಂದಾಜು ವೆಚ್ಚ ರೂ.19,20,000. ಈಗಾಗಲೇ ಸಂಗ್ರಹವಾಗಿರುವ ದಾನದ ಮೊತ್ತ ರೂ. 12,10,000. ಹಳೆಯ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ದಾನ ಪಾರಮಿ ಗಳಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಈ ಅವಕಾಶವನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

**Account Name :** Vipassana Meditation and Research centre.

**Account Number :** 1813101021528

**IFSC Code :** CNRB0001813

**Bank :** Canara Bank

**Branch :** Vidya Nagar, Davangere

ದಾನ ನೀಡಿದ ಮೇಲೆ ಹೆಸರು, ಅಂಚೆ ವಿಳಾಸ, ಪಿನ್ ಕೋಡ್, ಪಾನ್ ನಂಬರ್‌ನ್ನು ಮೊಬೈಲ್ ಸಂಖ್ಯೆ 94485 88789 ಕ್ಕೆ ಅಥವಾ ಈ ಮೇಲ್ **E-mail : davanagere.vipassana@gmail.com** ಕಳುಹಿಸಿ. ರಸೀದಿ ಕಳುಹಿಸಿಕೊಡುತ್ತೇವೆ. ದಾನದ ಮೊತ್ತಕ್ಕೆ ಸೆಕ್ಷನ್ 80G ಅಡಿಯಲ್ಲಿ ಆದಾಯ ತೆರಿಗೆ ವಿನಾಯಿತಿ ಇದೆ.

**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,**

ಇಂದ:

**ಕರ್ನಾಟಕ ವಿಪಶ್ಯನ ಪ್ರಚಾರ ಸಮಿತಿ ಟ್ರಸ್ಟ್**

#93, 30ನೇ ಅಡ್ಡರಸ್ತೆ, ಬನಶಂಕರಿ 2ನೇ ಹಂತ, ಬೆಂಗಳೂರು-560070.

ಗೆ,

\_\_\_\_\_