



ಕನ್ನಡ ಮಾಸಪತ್ರಿಕೆ, 10 ಜನವರಿ 2016, ಬೆಂಗಳೂರು, ಸಂಪುಟ 1, ಸಂಚಿಕೆ 9, ಪುಟಗಳು-4. ಸಂಪಾದಕರು : ಜಿ.ಟಿ.ಗೋವಿಂದಪ್ಪ
Kannada monthly, 10 January 2016, Bengaluru, Vol. 1, No.9, Pages-4, KARKAN24585/10/12 Editor: G.T. Govindappa.

ಚಂದ: ವಾರ್ಷಿಕ ರೂ. 30, ಆಜೀವ : ರೂ. 500

Subscription : Annual Rs. 30; Life : Rs. 500

ಪ್ರಕಾಶನ: ಕರ್ನಾಟಕ ವಿಪಶ್ಯನ ಪ್ರಚಾರ ಸಮಿತಿ ಟ್ರಸ್ಟ್.

Published by: Karnataka Vipassana Prachara Samiti Trust.

ಧಮ್ಮ ಪದಗಳು

ಮನೋಪಕೋಪಂ ರಕ್ಷೇಯ್ಯ, ಮನಸಾ
ಸಂವೃತೋಸಿಯಾ, ಮನೋದುಚ್ಚರಿತಂ ಹಿತ್ವಾ
ಮನಸಾ ಸುಚರಿತಂ ಚರೇ.

ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ ಆಗಬಹುದಾದ ಮುಂಗೋಪದ ಅಕಾರ್ಯಗಳಿಂದ ವ್ಯಕ್ತಿಯು
ತನ್ನನ್ನು ತಾನು ರಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳಲಿ, ತನ್ನ ಮನಸ್ಸನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸಿಕೊಳ್ಳಲಿ,
ಕೆಟ್ಟ ಆಲೋಚನೆಗಳನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಒಳ್ಳೆಯ ಆಲೋಚನೆಗಳನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳಲಿ.

ಧಮ್ಮಪದ - 233

ದಾನದ ಸಲಿಯಾದ ಸಂಕಲ್ಪ

ಆಚಾರ್ಯ ಎಸ್.ಎನ್. ಗೋಯಂಕ (1924-2013)

(ಡಿಸೆಂಬರ್ 2, 2009 ರ ಇಂಗ್ಲೀಷಿನ ವಿಪಶ್ಯನ ವಾರ್ತಾ ಪತ್ರದಲ್ಲಿ
ಪ್ರಕಟವಾಗಿದ್ದ ಲೇಖನದ ಕನ್ನಡ ಅನುವಾದ).

ಪರಿಶುದ್ಧ ಸಂಕಲ್ಪದಿಂದ ನೀಡಿದ ದಾನ ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರಯೋಜನಕಾರಿ.
ದುರಾಶೆ, ಕಠೋರತೆ, ಶತ್ರುತ್ವ, ಸ್ವಾರ್ಥತೆ, ಜಿಪುಣತನ, ಮತ್ತು ನಿರುತ್ತಾಹ
ದಿಂದ ತುಂಬಿದ್ದ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಮನಸ್ಸು ದಾನ ನೀಡಿದಾಗ ಉತ್ತಮವಾಗುತ್ತದೆ,
ಮೃದುವಾಗುತ್ತದೆ, ಕೋಮಲವಾಗುತ್ತದೆ, ಶಾಂತವಾಗುತ್ತದೆ, ಸದ್ಗುಣ
ಮತ್ತು ಲವಲವಿಕೆಯಿಂದ ತುಂಬುತ್ತದೆ.

ದಾನ ನೀಡುವುದು ಗೃಹಸ್ಥನ ಮೂಲಭೂತ ಕರ್ತವ್ಯ. ಭಾರತದ
ಪ್ರಾಚೀನ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪರಂಪರೆಯಲ್ಲಿ ದಾನ ಯಾವಾಗಲೂ ವಿಶೇಷ
ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆ ಪಡೆದಿತ್ತು. ಪ್ರಾಚೀನ ಕಾಲದಲ್ಲಿ, ಗುಣವಂತ ಮತ್ತು
ಶ್ರೀಮಂತ ಗೃಹಸ್ಥರು ಮತ್ತು ಋಷಿಗಳು ದಾನದ ಮಹಾ
ಸಮಾರಂಭಗಳನ್ನು ವ್ಯವಸ್ಥೆಗೊಳಿಸುತ್ತಿದ್ದರು. ಪ್ರಾಚೀನ ಕಾಲದ ಚಕ್ರವರ್ತಿ
ವೆಸ್ಸಂತರ ಮತ್ತು ಚಕ್ರವರ್ತಿ ಹರ್ಷ ತರಹದ ಉತ್ತಮೋತ್ತಮ ದಾನಿಗಳು
ತಮ್ಮ ಎಲ್ಲಾ ಆಸ್ತಿಪಾಸ್ತಿಗಳನ್ನು ದಾನ ಮಾಡಿ ಆದರ್ಶ ದಾನಿಗಳಾಗಿದ್ದರು.
ದಾನ ಕೊಡುವ ಅವರ ಸಂಕಲ್ಪವು ನಿಜವಾಗಿಯೂ ನಿಸ್ವಾರ್ಥದ್ದಾಗಿತ್ತು.

ಸಮುದಾಯದ ಸಂಪತ್ತು ರಾಜ-ಮಹಾರಾಜರಲ್ಲಿ ಮತ್ತು
ಶ್ರೀಮಂತರಲ್ಲಿ ಸಂಗ್ರಹಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಈ ಸಂಪತ್ತು ಅವರಲ್ಲಿಯೇ ಉಳಿದರೆ
ಕೊಳೆಯಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿ ಇಡೀ ಸಮುದಾಯವನ್ನು
ರೋಗಗ್ರಸ್ತಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ. ಸಂಪತ್ತು ಪುನರ್ ಹಂಚಿಕೆಯಾದರೆ, ಅದರ
ಪರಿಶುದ್ಧತೆ ಹಾಗೆಯೇ ಉಳಿಯುತ್ತದೆ.

ಇದನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡ ಬುದ್ಧಿವಂತ ದಾನಿಯು ತನ್ನ
ಸಂಪತ್ತನ್ನು ಸಮುದಾಯದ ಸಂಪತ್ತು ಎಂದು ಪರಿಗಣಿಸುತ್ತಿದ್ದ. ಸಂಪತ್ತಿನ
ಅನುಚಿತ ಸಂಗ್ರಹದಿಂದ ತನ್ನನ್ನು ತಾನು ರಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು, ಇತರರೂ
ಈ ಸಂಪತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಪಾಲು ಪಡೆದು ಆನಂದಿಸಲಿ ಎಂದು ದಾನ ಕೊಟ್ಟ.
ಸಂಪತ್ತಿನ ಸಮಾನ ಹಂಚಿಕೆಯ ಈ ಬುದ್ಧಿವಂತ ನೀತಿಯು ಸಾಮಾಜಿಕ
ಸಮೃದ್ಧಿಯ ಸಮತೋಲನವನ್ನು ಕಾಪಾಡಿತು ಮತ್ತು ಅಸಮತೋಲನವು
ವಿನಾಶಕಾರಿ ಶಕ್ತಿಯಾಗುವುದನ್ನು ಇದು ತಡೆಯಿತು.

ಶ್ರೀಮಂತ ದಾನಿಯು ತನ್ನ ಸಂಪತ್ತನ್ನು ಆಗಿಂದಾಗ್ಗೆ ಸಮಾನಾಗಿ
ಹಂಚಿದ. ಏನನ್ನಾದರೂ ಮರಳಿ ಪಡೆಯಲು ಅಥವಾ ತನ್ನ ಪ್ರತಿಷ್ಠೆಯನ್ನು
ಹೆಚ್ಚು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಅವನು ದಾನ ಕೊಡಲಿಲ್ಲ.

“ವಿಚಿತ್ಯ ದಾನಮ್ ದಾತಬ್ಲಮ್,
ಯತ್ ದಿನ್ಯಮ್ ಮಹಾಪ್ಲಮ್.”

ವಿವೇಚನೆಯಿಂದ ನೀಡಿದ ದಾನವು ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರಯೋಜನಕಾರಿ.
ಎರಡು ಬಗೆಯ ದಾನಗಳಿವೆ.

- 1) **ವಟ್ಟ ಮೂಲಕ ದಾನ:** ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಜನನ-ಮರಣ ಚಕ್ರದಲ್ಲಿ (ಭವಚಕ್ರ)
ಸಿಲುಕಿಸುವ ದಾನ.
- 2) **ವಿವಟ್ಟ ಮೂಲಕ ದಾನ:** ಜನನ-ಮರಣ ಚಕ್ರದಿಂದ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು
ಹೊರಗೆ ತರುವ ದಾನ.

ಬುದ್ಧಿವಂತ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ತನ್ನನ್ನು ಜನನ-ಮರಣ ಚಕ್ರದಿಂದ
ಬಿಡುಗಡೆಗೊಳಿಸುವ ದಾನವನ್ನು ಕೊಡುತ್ತಾನೆ.

ಇತರೆ ಕಷ್ಟಗಳಂತೆ ದಾನದ ಕಷ್ಟವೂ ಸಹ ಮನಸ್ಸಿನ ಸಂಕಲ್ಪಕ್ಕೆ
ತಕ್ಕಂತೆ ಒಳ್ಳೆಯದು ಅಥವಾ ಕೆಟ್ಟದ್ದು ಆಗಿರುತ್ತದೆ. ಜನನ-ಮರಣ
ಚಕ್ರವನ್ನು ತುಂಡುಮಾಡುವ **ವಿವಟ್ಟಮೂಲಕ** ಮನಸ್ಸು ರಾಗ, ದ್ವೇಷ
ಮತ್ತು ಅಜ್ಞಾನದಿಂದ ಮುಕ್ತವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಈ ರೀತಿಯ ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ
ಮಾಡುವ ದಾನವನ್ನು **ವಿವಟ್ಟಮೂಲಕ ದಾನ** ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ.
ಇದು ಜನನ-ಮರಣ ಚಕ್ರವನ್ನು ನಾಶ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಅಂತಹ ದಾನ
ಕೊಡುವಾಗ, ನಮ್ಮ ಸ್ವಂತ ಪ್ರಯೋಜನವನ್ನು ನಾವು ಪರಿಗಣಿಸುವುದಿಲ್ಲ.
ಬದಲಾಗಿ, ನಮ್ಮ ದಾನ ಪಡೆಯುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಸಂತೋಷ ಮತ್ತು
ಕ್ಷೇಮವನ್ನು ನೋಡಿ ನಾವು ಆನಂದಪಡುತ್ತೇವೆ. ಬೇರೆಯವರ
ಸಂತೋಷದಲ್ಲಿ ನಾವು ಆನಂದ ಪಡೆದಾಗ, ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸುಗಳು
ಪರಿಶುದ್ಧವಾಗುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಮೃದುವಾಗುತ್ತವೆ. ಮನಸ್ಸು ಸಂಕುಚಿತ
ಮತ್ತು ಸ್ವಾರ್ಥದ ಮಿತಿಗಳಿಂದ ಮುಕ್ತವಾಗುತ್ತದೆ.

ಆದರೆ, ದಾನ ಕೊಡುವಾಗ ನಾವು ವಯಕ್ತಿಕ ಪ್ರಯೋಜನ
ಬಯಸಿದರೆ, ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸು ರಾಗದಿಂದ ಮಲಿನವಾಗುತ್ತದೆ (**ವಟ್ಟ
ಮೂಲಕ**). ಅಂತಹ ಮನಸ್ಸಿನ ಸಂಕಲ್ಪದಿಂದ ಮಾಡಿದ ದಾನವು ಜನನ-
ಮರಣ ಚಕ್ರವನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸುತ್ತದೆ. ದಾನಕ್ಕೆ ಪ್ರತಿಫಲವಾಗಿ ನಾವು
ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ಸುಖ, ಕೀರ್ತಿ, ಗೌರವ, ಲಾಭ, ಅಥವಾ ಸ್ವರ್ಗದಲ್ಲಿ
ಮರುಜನ್ಮವನ್ನು ಬಯಸಿದರೆ, ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸುಗಳು ಬಂಧನದಿಂದ
ಬಿಡುಗಡೆಯಾಗುವ ಬದಲು ಬಂಧನದಲ್ಲಿ ಉಳಿಯುತ್ತವೆ.

ಆದ್ದರಿಂದ, ರಾಗದಿಂದ ಕಲುಷಿತಗೊಂಡ ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ ದಾನ
ಕೊಡುವುದು ತಪ್ಪು. ದ್ವೇಷದಿಂದ ತುಂಬಿದ ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ ಕೊಡುವ
ದಾನ ಇನ್ನೂ ಕೆಟ್ಟದ್ದು. ಇಂತಹ ದಾನವು ನಮಗೆ ಮಹಾ
ಹಾನಿಯುಂಟಾಗುವುದಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ. ಇದು ಧಮ್ಮದ ಹೆಸರಿನಲ್ಲಿ
ಅವಗುಣಗಳನ್ನು ಗಳಿಸುವ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ದಾನಕೊಟ್ಟ ಸಂಪತ್ತನ್ನು

ನಾವು ಕಳೆದು ಕೊಳ್ಳುವುದಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ, ಅದರ ಜೊತೆಗೆ ಮಾಡಿದ ಕಲುಷಿತ ಮನಸ್ಸಿನ ಕಮ್ಮವು ಮಹಾ ದುಃಖ ಮತ್ತು ದೌರ್ಭಾಗ್ಯಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ. ದ್ವೇಷದಿಂದ ಕಲುಷಿತಗೊಂಡ ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ ಕೊಟ್ಟ ದಾನವನ್ನು ಉದಾಹರಣೆಗಳಿಂದ ನಾವು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳೋಣ.

ನನ್ನ ಮನೆಯ ಬಾಗಿಲಿನ ಎದುರಿಗೆ ನಿಂತಿರುವ ಭಿಕ್ಷುಕನು, “ಸ್ವಾಮೀ, ಭಿಕ್ಷೆ ಕೊಡಿ, ಸ್ವಾಮೀ, ಭಿಕ್ಷೆ ಕೊಡಿ” ಎಂದು ಕೂಗುತ್ತಾನೆ. ಅವನ ಒಂದೇಸಮನಾದ ಕೋರಿಕೆಯಿಂದ ಸಿಟ್ಟಿಗೆದ್ದು ಅವನನ್ನು ತೊಲಗಿಸುವ ಉದ್ದೇಶದಿಂದ ಅವನ ಕಡೆ ಒಂದು ನಾಣ್ಯವನ್ನು ಎಸೆಯುತ್ತೇನೆ. ಆ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನನ್ನ ಮನಸ್ಸು ಕೋಪ ಮತ್ತು ಕಿರಿಕಿರಿಯಿಂದ ತುಂಬಿರುತ್ತದೆ.

ಕೆಲವರು ಯಾವುದೋ ಶಾಲೆ ಅಥವಾ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗಾಗಿ ವಂತಿಗೆ ಸಂಗ್ರಹಿಸಲು ನನ್ನ ಅಂಗಡಿಗೆ ಬಂದಿದ್ದಾರೆ. ಅವರನ್ನು ನೋಡಿದ ತಕ್ಷಣ ನನ್ನ ಕೋಪ ನೆತ್ತಿಗೆರುತ್ತದೆ. “ಯಾವಾಗಲೂ ವಂತಿಗೆ, ವಂತಿಗೆ ಎಂದು ಎಲ್ಲರೂ ಕೇಳುತ್ತಾರೆ ಎಂದು ಗೊಣಗುತ್ತಾ, ಎಲೈ ಕರಣಿಕನೆ, ಅವರಿಗೆ ಐದು ರೂಪಾಯಿ ಕೊಟ್ಟು ತೊಲಗಿಸು” ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತೇನೆ. ಅವರಿಗೆ ಹಣ ಕೊಡುವಾಗ, ನನ್ನ ಮನಸ್ಸು ಈ ಅನಪೇಕ್ಷಿತ ವಂತಿಗೆ ಕೇಳುವವರ ಬಗ್ಗೆ ಅಸಮಾಧಾನದಿಂದ ತುಂಬಿತ್ತು.

ಯಾರೋ ಮಂತ್ರಿ ಅಥವಾ ರಾಜಕೀಯ ಮುಖಂಡ ಯಾವುದೋ ಒಂದು ಉದ್ದೇಶಕ್ಕೆ ದಾನ ಕೊಡುವಂತೆ ನನಗೆ ಆದೇಶಿಸುತ್ತಾನೆ. ಅದರಲ್ಲಿ ನನಗೆ ಎಳ್ಳಷ್ಟೂ ಆಸಕ್ತಿಯಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಕೊಡುವುದಿಲ್ಲ ಎಂದು ಹೇಳಲು ನನಗೆ ಭಯ. ಆದ್ದರಿಂದ ಭಯದಿಂದ ದಾನ ಕೊಡುತ್ತೇನೆ.

ನನ್ನ ಧಮ್ಮ-ಗುರು (ಕಲ್ಯಾಣ ಮಿತ್ರ) ಯಾವುದೋ ಯೋಜನೆಗೆ ದಾನ ನೀಡುವಂತೆ ನನಗೆ ಸಂದೇಶ ಕಳುಹಿಸಿದ್ದಾರೆ. ನನಗೆ ದಾನ ಕೊಡುವ ಇಚ್ಛೆಯಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಅವರಿಗೆ ಮನ್ನಣೆ ನೀಡಲು ಮತ್ತು ಅಧ್ಯಯನದಿಂದ ದಾನ ಕೊಡುತ್ತೇನೆ.

ನನ್ನ ಜನಾಂಗದಲ್ಲಿ ಯಾವುದೋ ಕೆಲಸಕ್ಕೆ ಎಲ್ಲರೂ ದಾನ ನೀಡಿದ್ದಾರೆ. ಆ ಕೆಲಸಕ್ಕೆ ಯಾವುದೇ ದಾನ ನೀಡಲು ನನಗೆ ಕಿಂಚಿತ್ತೂ ಇಷ್ಟವಿಲ್ಲ. ಆದರೆ, ನಾನು ದಾನ ಕೊಡದಿದ್ದರೆ, ಇತರರು ನನ್ನನ್ನು ಹೀಯಾಳಿಸುತ್ತಾರೆ. ನನ್ನ ಮರ್ಯಾದೆ ಉಳಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ನಾನು ದಾನ ಕೊಡುತ್ತೇನೆ.

ನನ್ನ ಪ್ರತಿಸ್ಪರ್ಧಿಯು ಹೆಚ್ಚು ದಾನ ಕೊಟ್ಟು ಹೆಸರು ವಾಸಿಯಾಗಿದ್ದಾನೆ. ಅಹಂಕಾರದಿಂದ ನಾನು ಅವನಿಗಿಂತಲೂ ಹೆಚ್ಚು ದಾನ ಕೊಡುತ್ತೇನೆ.

ಈ ರೀತಿಯಾಗಿ ನಾನು ಕೋಪ, ಅಸಮಾಧಾನ, ಕಿರಿಕಿರಿ, ಭಯ, ಮನ್ನಣೆ, ಅಧ್ಯಯನ, ವೈಪೋಷಿ, ಹೊಟ್ಟೆಕಿಚ್ಚು, ಶತ್ರುತ್ವ, ಹೆಮ್ಮೆ ಮತ್ತು ಅಹಂಕಾರದ ಕೆಟ್ಟ ಸಂಕಲ್ಪದಿಂದ ದಾನ ಕೊಡುತ್ತೇನೆ. ಆ ದಾನ ಕೊಟ್ಟಾದ ಮೇಲೆ, ಅದನ್ನು ಜ್ಞಾಪಿಸಿಕೊಂಡಾಗಲೆಲ್ಲ ಪಶ್ಚತ್ತಾಪಪಟ್ಟುಕೊಂಡು ನನ್ನ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಮಲಿನಗೊಳಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ.

ಒಳ್ಳೆಯ ಧಮ್ಮ ಸಂಕಲ್ಪದಿಂದ ಮಾಡಿದ ಎಲ್ಲಾ ಕ್ರಿಯೆಗಳು ಪ್ರಯೋಜನಕಾರಿ. ಕೆಟ್ಟ ಸಂಕಲ್ಪದಿಂದ ಮಾಡಿದ ಎಲ್ಲಾ ಕ್ರಿಯೆಗಳು ನಿಷ್ಪ್ರಯೋಜಕ. ಆದ್ದರಿಂದ, ದಾನವನ್ನು ಯಾವಾಗಲೂ ಒಳ್ಳೆಯ ಸಂಕಲ್ಪದಿಂದ ಕೊಡಬೇಕು. ಒಳ್ಳೆಯ ಸಂಕಲ್ಪದಿಂದ ದಾನ ಕೊಟ್ಟಾಗ, ಮನಸ್ಸು ತ್ಯಾಗ ಭಾವನೆಯಿಂದ ತುಂಬುತ್ತದೆ. ಇತರರಿಗೆ ಆದ ಲಾಭ ಮತ್ತು ಸಂತೋಷದಿಂದಾಗಿ ಆನಂದದಿಂದ ತುಂಬುತ್ತದೆ. ದಾನ ಕೊಡುವುದಕ್ಕೆ ಮೊದಲು, ದಾನ ಕೊಡುವಾಗ, ದಾನ ಕೊಟ್ಟ ನಂತರ ಮನಸ್ಸು ಸಂತೃಪ್ತಿಯಿಂದ ತುಂಬಿರುತ್ತದೆ.

“ನಾನು ದಾನ ಕೊಡಲೇ ಬೇಕು. ನನ್ನ ದಾನದಿಂದ ಇತರರು ಪ್ರಯೋಜನ ಪಡೆಯುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಸಂತೋಷ ಹೊಂದುತ್ತಾರೆ” ಎಂಬ ಸಂತೋಷದಾಯಕ ಆಲೋಚನೆಗಳು ದಾನ ಕೊಡುವುದಕ್ಕೆ ಮೊದಲು ನನ್ನ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಬರುತ್ತವೆ. ದಾನ ಕೊಡುವಾಗಲೂ ಸಹ “ನಾನು ದಾನ ಕೊಡುತ್ತಿದ್ದೇನೆ, ನಾನು ಗೃಹಸ್ಥನ ಕರ್ತವ್ಯವನ್ನು ಪೂರೈಸುತ್ತಿದ್ದೇನೆ,

ದಾನ ಪಡೆದವರು ಈ ದಾನದಿಂದ ಪ್ರಯೋಜನ ಪಡೆಯುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಸಂತೋಷ ಹೊಂದುತ್ತಾರೆ” ಎಂಬ ಸಂತೋಷದಾಯಕ ಆಲೋಚನೆಗಳಿಂದ ನನ್ನ ಮನಸ್ಸು ತುಂಬಿರುತ್ತದೆ.

ದಾನ ನೀಡಿದ ನಂತರವೂ ನನ್ನ ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತೆ ಮತ್ತೆ ಮಂಗಳಕರ ಭಾವನೆಗಳಿಂದ ತುಂಬುತ್ತದೆ. “ನಾನು ಆಹಾರವನ್ನು ಅಥವಾ ಬಟ್ಟೆಗಳನ್ನು ಅಥವಾ ಔಷಧಿಯನ್ನು ದಾನ ಕೊಟ್ಟಿದ್ದೇನೆ. ಅದರಿಂದ ದಾನ ಪಡೆದವರು ಆರೋಗ್ಯವಂತರಾಗುತ್ತಾರೆ, ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ಮತ್ತು ದೈಹಿಕವಾಗಿ ಬಲಿಷ್ಠರಾಗುತ್ತಾರೆ. ಶೀಲ, ಸಮಾಧಿ, ಮತ್ತು ಪಸ್ತವನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುತ್ತಾ ತಮ್ಮ ಕ್ಷೇಮವನ್ನು ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಇತರರ ಕ್ಷೇಮಕ್ಕೂ ಕಾರಣರಾಗುತ್ತಾರೆ. ಈ ಕುಟೀರವನ್ನು ನಾನು ದಾನವಾಗಿ ಕೊಟ್ಟಿದ್ದೇನೆ. ಅದರಲ್ಲಿ ವಾಸಿಸುತ್ತಾ ಧ್ಯಾನ ಸಾಧಕನು ಶೀಲ, ಸಮಾಧಿ, ಪಸ್ತವನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುತ್ತಾನೆ. ಆನಾಪಾನ ಮತ್ತು ವಿಪಶ್ಯನವನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುತ್ತಾ ಅವನು ನಿಬ್ಬಾಣದ ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಸುಖವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಾನೆ ಮತ್ತು ಬಹುಜನರ ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಸುಖಕ್ಕೂ ಕಾರಣನಾಗುತ್ತಾನೆ.”

ನನ್ನ ದಾನವನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸಿದವರು ಸಂಪೂರ್ಣ ಮುಕ್ತಿ ಪಡೆದ ಅರಹಂತರಾಗಿರಲಿ ಅಥವಾ ಅರಹಂತರ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ಅನುಸರಿಸುತ್ತಿರುವ ಯಾವುದೇ ಸದ್ಗುಣ ಸಂತ ವ್ಯಕ್ತಿಯಾಗಿರಲಿ, ನನ್ನ ಮನಸ್ಸು ಅಪರಿಮಿತವಾದ ಆನಂದದಿಂದ ತುಂಬುತ್ತದೆ. “ನನ್ನ ದಾನದಿಂದ ಅಂತಹ ಸಂತ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಕೆಲಕಾಲ ಆರೋಗ್ಯವಂತನಾಗಿ, ದೃಢಕಾಯನಾಗಿರುತ್ತಾನೆ. ಅವರಿಂದ ಬಹಳ ಜನ ಸಂತೋಷವನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತಾರೆ. ನನ್ನ ದಾನವನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸಿ ನನ್ನ ಮೇಲೆ ಅಪಾರವಾದ ಕರುಣೆ ತೋರಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಇದು ನನ್ನ ಸುಕೃತ.”

ಪುಬ್ಬೇವ ದಾನಾ ಸುಮನೋ, ದದಮ್ ಚಿತ್ತಮ್ ಪಸಾದಯೇ;

ದತ್ತಾ ಅತ್ತಮನೋ ಹೋತಿ, ಏಸಾ ಯನ್ಯಾಸ್ತ ಸಂಪದಾ.

ಅಂದರೆ, ದಾನ ಕೊಡುವ ಮೊದಲು, ದಾನ ಕೊಡುವಾಗ, ದಾನ ಕೊಟ್ಟ ಮೇಲೆ, ದಾನಿಯು ಸಂತೋಷದಿಂದ ಇದ್ದಾನೆ. ಒಳ್ಳೆಯ ಸಂಕಲ್ಪದಿಂದ ನೀಡಿದ ದಾನದ ಸಂತೋಷ ಅಷ್ಟೊಂದು ಅಪಾರವಾಗಿರುತ್ತದೆ.

ಈ ರೀತಿಯಾಗಿ, ದಾನ ನೀಡುವ ಮೊದಲು, ದಾನ ನೀಡುವಾಗ, ಮತ್ತು ದಾನ ನೀಡಿದ ನಂತರ ದಾನಿಯು ತನ್ನ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಪರಿಶುದ್ಧ ತೃಪ್ತಿಯಿಂದ ತುಂಬುತ್ತಾನೆ.

ದಾನದ ಗುಣಗಳು

(ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ 15, 2008ರ ಇಂಗ್ಲೀಷಿನ ವಿಪಶ್ಯನ ವಾರ್ತಾಪತ್ರದಲ್ಲಿ ಪ್ರಕಟವಾಗಿದ್ದ ಲೇಖನದ ಕನ್ನಡ ಅನುವಾದ)

ನಾವು ನಾಲ್ಕು ಬ್ರಹ್ಮವಿಹಾರಗಳನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡೋಣ ಮತ್ತು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳೋಣ. (ಬ್ರಹ್ಮ ವಿಹಾರ ಎಂದರೆ, ಬ್ರಹ್ಮನ ಸ್ವಭಾವ. ಆದ್ದರಿಂದ ಮನಸ್ಸಿನ ಸರ್ವೋನ್ನತ ಅಥವಾ ದೈವೀ ಸ್ಥಿತಿ. ಇದರಲ್ಲಿ ನಾಲ್ಕು ಪರಿಶುದ್ಧ ಗುಣಗಳು ಇರುತ್ತವೆ):

- ಅನಂತ ಮೈತ್ರಿಯ ಬ್ರಹ್ಮವಿಹಾರ,
- ಅನಂತ ಕರುಣೆಯ ಬ್ರಹ್ಮವಿಹಾರ,
- ಅನಂತ ಸಹಾನುಭೂತಿಯಿಂದ ತುಂಬಿದ ಸಂತೋಷದ ಬ್ರಹ್ಮವಿಹಾರ,
- ಅನಂತ ಸಮತೆಯ ಬ್ರಹ್ಮವಿಹಾರ.

ನಾಲ್ಕು ಬ್ರಹ್ಮವಿಹಾರಗಳನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಲು ಮತ್ತು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಒಂದು ಸರಳವಾದ ಮಾರ್ಗವಿದೆ. ಈ ಹಿಂದೆ, ಈಗ, ಮತ್ತು ಮುಂದೆ ಪರಿಶುದ್ಧವಾದ ಮತ್ತು ಮೂರು ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಪರಿಶುದ್ಧವಾದ ದಾನ ಕೊಡುವುದು. ಇದೇ ಆ ಮಾರ್ಗ.

ಹಿಂದೆ, ಈಗ, ಮತ್ತು ಮುಂದೆ ಹೇಗೆ ದಾನ ಪರಿಶುದ್ಧವಾಗಿರುತ್ತದೆ? ದಾನ ಕೊಡುವ ಮೊದಲು, ದಾನ ಕೊಡುವಾಗ, ಮತ್ತು ದಾನ ಕೊಟ್ಟ ನಂತರ ದಾನಿಯು ಮನಸ್ಸು ಸಂತೋಷ ಮತ್ತು ಮಹದಾನಂದದಿಂದ ಉಕ್ಕಿ ಹರಿಯುತ್ತದೆ. ಆಗ ದಾನ, ಹಿಂದೆ, ಈಗ, ಮತ್ತು ಮುಂದೆ ಪರಿಶುದ್ಧವಾಗುತ್ತದೆ. ದಾನ ಹೇಗೆ ಮೂರು ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಪರಿಶುದ್ಧವಾಗಿರುತ್ತದೆ?

ದಾನಿಯ ಮನಸ್ಸು ಉಪಕಾರ ಬುದ್ಧಿಯಿಂದ ತುಂಬಿದ್ದಾಗ; ದಾನ ಪಡೆದವನು ಪರಿಶುದ್ಧ ಶೀಲದ ಜೀವನ ನಡೆಸುತ್ತಿದ್ದಾಗ; ಮತ್ತು ದಾನವನ್ನು, ಮೌಲ್ಯ ಮತ್ತು ಮೊತ್ತ ಏನೇ ಇರಲಿ, ಸ್ವಂತ ಶ್ರಮದಿಂದ, ಪ್ರಾಮಾಣಿಕವಾಗಿ, ಸರಿಯಾದ ಜೀವನ ಕ್ರಮದಿಂದ ಗಳಿಸಿದ್ದರೆ, ಆಗ ದಾನ ಮೂರು ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಪರಿಶುದ್ಧವಾಗಿರುತ್ತದೆ.

ಹಿಂದೆ, ಈಗ, ಮತ್ತು ಮುಂದೆ ಪರಿಶುದ್ಧವಾದ ದಾನ, ಮತ್ತು ಮೂರು ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಪರಿಶುದ್ಧವಾದ ದಾನ ಬಹಳ ಪ್ರಯೋಜನಕಾರಿ.

ಅಂತಹ ದಾನ ನಾಲ್ಕು ಬ್ರಹ್ಮವಿಹಾರಗಳನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕೆ ಹೇಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ? ವಸ್ತು ಅಥವಾ ಸ್ಥಳ ಅಥವಾ ಸೌಲಭ್ಯವನ್ನು ದಾನ ಕೊಟ್ಟಾಗ ಅದು ಯಾವುದೇ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ವ್ಯಕ್ತಿಗಾಗಿ ಆಗಿರದೆ ಎಲ್ಲಾ ಧ್ಯಾನಾರ್ಥಿಗಳ ಪ್ರಯೋಜನಕ್ಕೆ ಮತ್ತು ಕಲ್ಯಾಣಕ್ಕಾಗಿದ್ದರೆ, ಆ ದಾನ ನಾಲ್ಕು ಬ್ರಹ್ಮವಿಹಾರಗಳನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

“ನನ್ನ ದಾನದಿಂದ ಲೆಕ್ಕವಿಲ್ಲದಷ್ಟು ಜನಗಳು ಈ ಅದ್ಭುತವಾದ ಧರ್ಮವನ್ನು ಪಡೆದು ಸಂತೋಷವನ್ನು ಗಳಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ ಅಥವಾ ಗಳಿಸುವರು” ಎಂದು ಯೋಚಿಸಿದಾಗ ದಾನಿಯ ಮನಸ್ಸು ಅನಂತ ಮೈತ್ರಿಯಿಂದ ತುಂಬುತ್ತದೆ.

“ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಬಹಳ ಜನರು ದುಃಖ ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ, ಈ ದಾನದಿಂದ ಅವರು ದುಃಖದಿಂದ ಹೊರಬರುವ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ, ಧರ್ಮದ ಪ್ರಯೋಜನ ಪಡೆಯುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಸಂತೃಪ್ತಿಯನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ” ಎಂದು ದಾನಿಯು ಯೋಚಿಸಿದಾಗ ಅವನ ಮನಸ್ಸು ಅನಂತ ಕರುಣೆಯಿಂದ ತುಂಬುತ್ತದೆ.

“ಓ! ನನ್ನ ದಾನದ ಕಾರಣದಿಂದ ಎಷ್ಟೊಂದು ಜನರು ಧರ್ಮದ ಸಾಧನೆ ಮಾಡುತ್ತಾ ಸಂತೋಷ ಮತ್ತು ಸಂತೃಪ್ತಿಯನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತಿದ್ದಾರೆ” ಎಂದು ಯೋಚಿಸುವಾಗ ದಾನಿಯು ಮನಸ್ಸು ಅನಂತ ಸಹಾನುಭೂತಿಯಿಂದ ತುಂಬುತ್ತದೆ.

“ಯಾರಾದರೂ ನನ್ನ ದಾನವನ್ನು ಹೊಗಳಲಿ ಅಥವಾ ತೆಗಳಲಿ, ಆ ದಾನದಿಂದ ನನಗೆ ಯಶಸ್ಸು ಅಥವಾ ಸೋಲು ಸಿಗಲಿ, ಅದು ನನಗೆ ಮುಖ್ಯವಲ್ಲ. ನನ್ನ ದಾನ ನನ್ನ ಪ್ರಶಂಸೆ ಅಥವಾ ಯಶಸ್ಸು ಅಥವಾ ಸೋಲಿಗಾಗಿ ಅಲ್ಲ. ಪರಿಶುದ್ಧ ಸಂಕಲ್ಪದಿಂದ ಕೊಟ್ಟ ಈ ದಾನ ಇತರರ ಪ್ರಯೋಜನಕ್ಕಾಗಿ ಮಾತ್ರ.” ಎಂಬ ಆಲೋಚನೆಯಿಂದ ತುಂಬುತ್ತದೆ.

ಧ್ಯಾನಾರ್ಥಿಗಳೇ! ಈ ರೀತಿಯಾಗಿ ಪರಿಶುದ್ಧ ದಾನ ಕೊಡುವುದರಿಂದ ನಾಲ್ಕು ಬ್ರಹ್ಮವಿಹಾರಗಳು ಬೆಳೆಯುತ್ತವೆ.

ಧ್ಯಾನಾರ್ಥಿಗಳೇ! ಬ್ರಹ್ಮವಿಹಾರವನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಬೇಕು ಮತ್ತು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಬ್ರಹ್ಮವಿಹಾರದ ಅಭ್ಯಾಸ ನಮಗೆ ತುಂಬಾ ಪ್ರಯೋಜನಕಾರಿ.

ಗೋಯಂಕಾಚಿಯವರೊಂದಿಗೆ ಪ್ರಶೋತ್ತರಗಳು

(“ಫಾರ್ ದ ಬೆನಿಫಿಟ್ ಆಫ್ ಮೆನಿ” ಇಂಗ್ಲೀಷ್ ಪುಸ್ತಕದಿಂದ ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಅನುವಾದಿಸಿದ್ದು)

ಪ್ರಶ್ನೆ : ಭಾವನೆ ಮತ್ತು ಸಂವೇದನೆ ಎರಡೂ ಒಂದೇ ಎಂದು ತಾವು ಹೇಳುತ್ತೀರಾ?

ಗೋಯಂಕಾಚಿ : ಅವು ಒಂದೇ ನಾಣ್ಯದ ಎರಡು ಮುಖಗಳು. ಭಾವನೆ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ್ದು ಮತ್ತು ಸಂವೇದನೆ ಶರೀರಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ್ದು. ಆದರೆ ಎರಡೂ ಒಂದಕ್ಕೊಂದು ಸಂಬಂಧ ಹೊಂದಿವೆ. ವಾಸ್ತವವಾಗಿ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಏನು ಬರುತ್ತದೋ ಅದು ದೇಹದ ಸಂವೇದನೆಗಳ ಜೊತೆಗೇ ಬರುತ್ತದೆ. ಇದು ಪ್ರಕೃತಿಯ ನಿಯಮವಾಗಿದೆ.

ಪ್ರಶ್ನೆ : ಒಂದೊಂದೇ ಸಂಖ್ಯಾರಗಳನ್ನು ನಿರ್ಮೂಲನೆ ಮಾಡಲು ಮುಂದಿನ ಎಲ್ಲಾ ಸಮಯವನ್ನು ಅದು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬಹುದೇನೋ ಎಂದು ನನಗನಿಸುತ್ತದೆ?

ಗೋಯಂಕಾಚಿ : ಒಂದು ಕ್ಷಣದ ಸಮತೆಯು ಹಿಂದಿನ ಒಂದು ಸಂಖ್ಯಾರವನ್ನು ಮಾತ್ರ ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಿದರೆ ಅದು ಆ ರೀತಿ ಆಗಬಹುದು. ಆದರೆ ವಾಸ್ತವವಾಗಿ ಸಂವೇದನೆಗಳ ಅರಿವು ನಿಮ್ಮನ್ನು

ಮನಸ್ಸಿನ ಅತ್ಯಂತ ಆಳಕ್ಕೆ ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಆಳದಲ್ಲಿ ಸಂಖ್ಯಾರಗಳ ಬೇರುಗಳನ್ನು ಕತ್ತರಿಸಲು ನಿಮಗೆ ಅನುವು ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಈ ರೀತಿಯಾಗಿ ನಿಮ್ಮ ಅರಿವು ಮತ್ತು ಸಮತೆ ಬಲಯುತವಾಗಿದ್ದರೆ, ಬಹಳ ಕಡಿಮೆ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಸಂಖ್ಯಾರಗಳ ಸಂಕೀರ್ಣವನ್ನು ನೀವು ಅಳಿಸಿ ಹಾಕಬಹುದು.

ಪ್ರಶ್ನೆ : ಇತರ ಧರ್ಮ ಸೇವಕರೊಡನೆ ಬರುವ ತಿಕ್ಕಾಟಗಳನ್ನು ಒಬ್ಬ ಧರ್ಮ ಸೇವಕನು ಪರಿಹರಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಹೇಗೆ?

ಗೋಯಂಕಾಚಿ : ಧರ್ಮದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ತಿಕ್ಕಾಟವಿದ್ದರೆ ನೀವು ಜಗಳ ಮಾಡುತ್ತೀರಿ ಮತ್ತು ಧರ್ಮ ಕೇಂದ್ರದಲ್ಲಿ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ವಾತಾವರಣವನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸುತ್ತೀರಿ. ಇದು ಕೆಟ್ಟದ್ದು. ಧರ್ಮ ಸೇವಕರ ಮಧ್ಯೆ ಭಿನ್ನಾಭಿಪ್ರಾಯಗಳಿದ್ದರೆ ಪರಸ್ಪರ ಮೈತ್ರಿಯಿಂದ ಪರಿಹರಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ; ಆದರೆ ಬಗ್ಗೆ ಜಗಳ ಮಾಡಬೇಡಿ. ನೀವು ಪರಿಹರಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗದಿದ್ದರೆ ನಿಮ್ಮ ಹಿರಿಯರ ಬಳಿಗೆ ಹೋಗಿ (ಆ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಯಾರಿರುತ್ತಾರೋ ಅವರು). ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಅವರ ಬಳಿ ಚರ್ಚಿಸಿ. ಅವರು ನಿಮಗೆ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ನೀಡುತ್ತಾರೆ. ಧರ್ಮ ಕೇಂದ್ರದಲ್ಲಿ ವಾಸಿಸುತ್ತಾ ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಯನ್ನು ಉತ್ಪತ್ತಿ ಮಾಡುವುದು ಕೆಟ್ಟದ್ದು. ನಿಮ್ಮ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ನೀವು ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಯನ್ನು ಉತ್ಪತ್ತಿ ಮಾಡಿದರೆ, ಅದು ಹಾನಿಕಾರಕ. ಆದರೆ ಆ ಹಾನಿ ನಿಮ್ಮ ಕುಟುಂಬದ ಸದಸ್ಯರಿಗೆ ಸೀಮಿತವಾಗುತ್ತದೆ. ಮೈತ್ರಿಯ ತರಂಗಗಳು ಕೇಂದ್ರದಲ್ಲಿ ಧನಾತ್ಮಕ ವಾತಾವರಣವನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸುತ್ತವೆ. ನೀವು ಅದನ್ನು ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಯಿಂದ ಮಲಿನಗೊಳಿಸಿದರೆ ಧರ್ಮದ ಲಾಭ ಪಡೆಯಲು ಬರುವ ನೂರಾರು ಜನರಿಗೆ ನೀವು ಹಾನಿ ಮಾಡುತ್ತೀರಿ. ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆ ಬರುತ್ತಿರುವುದು ಕಂಡು ಬಂದರೆ, ಸ್ವಲ್ಪ ಹೊತ್ತು ವಿಶ್ರಾಂತಿ ಪಡೆಯಿರಿ. ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿ, ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಯಿಂದ ಹೊರಬನ್ನಿ, ನಂತರ ಪುನಃ ಸೇವೆ ಮಾಡಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿ. (ಪುಟ-159)

ಪವಿತ್ರ ಬುದ್ಧ ಸ್ಥಳಗಳಿಗೆ ಪ್ರವಾಸ

ಭಾರತೀಯ ರೈಲ್ವೆಯು ಪವಿತ್ರ ಬುದ್ಧ ಸ್ಥಳಗಳ ಪ್ರವಾಸಕ್ಕಾಗಿಯೇ ವಿಶೇಷ ರೈಲಿನ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಮಾಡಿದೆ. ಈ ರೈಲಿನ ಹೆಸರು ‘ಪರಿನಿರ್ವಾಣ ಎಕ್ಸ್‌ಪ್ರೆಸ್’. ಇದು ಸಂಪೂರ್ಣ ಹವಾನಿಯಂತ್ರಿತ ರೈಲು. ದೆಹಲಿಯಿಂದ ಹೊರಟು ಪ್ರವಾಸ ಮುಗಿದ ನಂತರ ದೆಹಲಿಗೆ ವಾಪಾಸು ತಂದು ಬಿಡುತ್ತದೆ. ವಿಪಶ್ಯನ ಸಾಧಕರು ಪ್ರವಾಸ ಕೈಗೊಳ್ಳಲು ಇದು ತುಂಬಾ ಸುರಕ್ಷಿತವಾದ ಮತ್ತು ಅನುಕೂಲಕರವಾದ ವ್ಯವಸ್ಥೆ. ಸ್ಥಳೀಯ ಸಾರಿಗೆ ವ್ಯವಸ್ಥೆ, ಊಟ ಮತ್ತು ವಸತಿಯ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯೂ ಇದರಲ್ಲಿ ಸೇರಿವೆ. ವಿಪಶ್ಯನ ಸಾಧಕರಿಗೆ ಶೇಕಡ 15 ರಿಯಾಯಿತಿ ನೀಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ಕನಿಷ್ಠ 10 ಜನ ವಿಪಶ್ಯನ ಸಾಧಕರಿದ್ದರೆ, ಬೋಧಗಯಾದ ಮಹಾಬೋಧಿ ದೇವಸ್ಥಾನದಲ್ಲಿರುವ ಬೋಧಿವೃಕ್ಷದ ಕೆಳಗೆ ಮತ್ತು ಕುಶಿನಗರದಲ್ಲಿ ಸಾಮೂಹಿಕ ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಅವಕಾಶ ಕಲ್ಪಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಹೆಚ್ಚಿನ ಮಾಹಿತಿ ಮತ್ತು ನೋಂದಣಿಗಾಗಿ :

www.railtourismindia.com/buddha

ಪ್ರವಾಹದಿಂದ ಹಾನಿಗೊಳಗಾದ ಧರ್ಮ ಸೇತು

ಚೆನ್ನೈ ವಿಪಶ್ಯನ ಧ್ಯಾನ ಕೇಂದ್ರ

ಭಾರತದ ಮತ್ತು ವಿಶ್ವದ ಪ್ರೀತಿಯ ಧ್ಯಾನಾರ್ಥಿಗಳೇ, ಇತ್ತೀಚಿನ ಭೀಕರ ಮಳೆಯಿಂದ ಇಡೀ ಚೆನ್ನೈ ನಗರ ಜಲಾವೃತವಾಗಿ ಹಾನಿಗೊಳಗಾಗಿದ್ದು ತಮಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ. ಚೆನ್ನೈ ವಿಪಶ್ಯನ ಧ್ಯಾನ ಕೇಂದ್ರದಲ್ಲಿ 5 ಮೀಟರ್ ಎತ್ತರಕ್ಕೆ ನೀರು ತುಂಬಿ ಇಡೀ ಧ್ಯಾನ ಕೇಂದ್ರ ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಮುಳುಗಿತ್ತು. ಆದ್ದರಿಂದ, ಅಡಿಗೆ ಮನೆ, ಊಟದ ಮನೆ, 3 ಧ್ಯಾನ ಮಂದಿರಗಳು, ಹೆಂಗಸರ ಎರಡು ವಾಸ ಸಮುಚ್ಚಯಗಳು, ಗಂಡಸರ ಮೂರು ನಿವಾಸ ಸ್ಥಾನಗಳು, ಪಗೋಡದ ನೆಲಮಹಡಿ, ಕಛೇರಿ ಸಂಕೀರ್ಣ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಮುಳುಗಿ ತುಂಬಾ ಹಾನಿಗೊಳಗಾಗಿವೆ. ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳುವ ದಿಂಬುಗಳು, ಹಾಸಿಗೆಗಳು, ಪೀಠೋಪಕರಣಗಳು, ಐ-ಪಾಡ್‌ಗಳು, ಕಂಪ್ಯೂಟರ್‌ಗಳು, ವಿದ್ಯುತ್ ಉಪಕರಣಗಳು,

ಜನರೇಟರ್‌ಗಳು ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಮುಳುಗಿದ್ದವು. ಇಡೀ ಕೇಂದ್ರವನ್ನು ಪುನರ್ ಸ್ಥಾಪಿಸಲು ದೊಡ್ಡ ಮೊತ್ತದ ಹಣದ ಅವಶ್ಯಕತೆಯಿದೆ. ವಿಪಶ್ಯನ ಧ್ಯಾನ ಸಾಧಕರು ಸೇವೆ ಮಾಡಬಹುದು ಮತ್ತು/ ಅಥವಾ ದೇಣಿಗೆ ನೀಡಬಹುದು.

ಚೆಕ್ ಕಳುಹಿಸುವ ವಿಳಾಸ :

vipassna Meditation Centre
C/o Meridian Apparels (P) Ltd., 121/3, TTK Road, Alwarpet,
Chennai-600 018

ಬ್ಯಾಂಕ್ ಖಾತೆಗೆ ಹಣ ವರ್ಗಾಯಿಸಲು(RTGS/NEFTಮೂಲಕ) **ಬ್ಯಾಂಕ್:** ಸ್ಟೇಟ್ ಬ್ಯಾಂಕ್ ಆಫ್ ಇಂಡಿಯಾ, ಎಸ್.ಎಂ.ಇ., ಸಿಡ್‌ಕೊ ಇಂಡಸ್ಟ್ರೀಯಲ್ ಎಸ್ಟೇಟ್, ತಿರುಮಡಿವಕ್ಕಂ ಚೆನ್ನೈ-600 044, ಬೆನಿಫಿಶಿಯರಿ : ವಿಪಶ್ಯನ ಮೆಡಿಟೇಷನ್ ಸೆಂಟರ್.

IFS Code : SBIN0012931, A/c No. 3424 1713833.

ಬ್ಯಾಂಕ್ ಖಾತೆಗೆ ಹಣ ವರ್ಗಾಯಿಸಿದರೆ ನಿಮ್ಮ ಅಂಚೆ ವಿಳಾಸವನ್ನು ಈ ಕೆಳಕಂಡ ಇ-ಮೇಲ್ ವಿಳಾಸಕ್ಕೆ ಕಳುಹಿಸಿ. ರಸೀದಿ ಕಳುಹಿಸಲಾಗುವುದು. ಇ-ಮೇಲ್:vinod@meridianapparels.com/ uma.s@meridianapparels.com

ಎಲ್ಲರೂ ಒಟ್ಟಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡಿ ಧಮ್ಮ ಸೇತುವನ್ನು ಮರಳಿ ಸುಸ್ಥಿತಿಗೆ ತರೋಣ.

ಮೈತ್ರಿಗಳೊಂದಿಗೆ, ಟ್ರಸ್ಟಿಗಳು.

2016ರಲ್ಲಿ ಗ್ಲೋಬಲ್ ವಿಪಶ್ಯನ ಪಗೋಡಾದಲ್ಲಿ ಆಯೋಜನೆಗೊಂಡಿರುವ ಒಂದು ದಿನದ ಬೃಹತ್ ಶಿಬಿರಗಳು

ಜನವರಿ 17ರ ಭಾನುವಾರ: ಸಯಾಜಿ ಉ ಬಾ ಖಿನ್‌ರವರ ಕೃತಜ್ಞತೆಗಾಗಿ (ಜನವರಿ 19); **ಮೇ 22ರ ಭಾನುವಾರ:** ಬುದ್ಧ ಪೂರ್ಣಿಮೆಯ ಅಂಗವಾಗಿ(ಮೇ 21); **ಜುಲೈ 17ರ ಭಾನುವಾರ:** ಗುರುಪೂರ್ಣಿಮ (ಜುಲೈ 19); **ಅಕ್ಟೋಬರ್ 2ರ ಭಾನುವಾರ:** ಪೂಜ್ಯ ಶ್ರೀ ಎಸ್. ಎನ್. ಗೋಯಾಂಕಾರವರ ಕೃತಜ್ಞತೆಗಾಗಿ ಮತ್ತು ಶರದ್ ಪೂರ್ಣಿಮ ಅಂಗವಾಗಿ (ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ 29).

ಪೂಜ್ಯ ಮಾತಾಜಿಯವರ ಉಪಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಒಂದು ದಿನದ ಬೃಹತ್ ಶಿಬಿರಗಳು ಗ್ಲೋಬಲ್ ವಿಪಶ್ಯನ ಪಗೋಡಾದಲ್ಲಿ ನಡೆಯುವವು. ಸಮಯ: ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 11-00 ಘಂಟೆಯಿಂದ ಸಾಯಂಕಾಲ 4 ಘಂಟೆಯವರೆಗೆ. ವಿಪಶ್ಯನ ಧ್ಯಾನ ಸಾಧಕರಲ್ಲದವರೂ ಸಹ ಮೂರು ಘಂಟೆಯ ಪ್ರವಚನದಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಬಹುದು. ಸಿಮ್‌ಗ್ಗನ ತಪೋಸುಖೋ: ದೊಡ್ಡ ಗುಂಪಿನಲ್ಲಿ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ದೊರೆಯುವ ಅಗಾಧವಾದ ಪ್ರಯೋಜನವನ್ನು ಪಡೆಯಿರಿ.

ದಯವಿಟ್ಟು ಮುಂಚಿತವಾಗಿ ನೋಂದಣಿ ಮಾಡಿಸಿಕೊಂಡು ಬನ್ನಿ. ನೋಂದಣಿಗೆ ದೂರವಾಣಿ ಸಂಪರ್ಕ ಸಂಖ್ಯೆಗಳು : 02228451170/ 022337475-01/43/44-extn. 9

(ಪ್ರತಿ ದಿನ 11 ಗಂಟೆಯಿಂದ 5 ಗಂಟೆಯವರೆಗೆ).

ಆನ್‌ಲೈನ್ ನೋಂದಣಿ: www.oneday.globalpagoda.org.

ಧಮ್ಮ ಪಘುಲ್ಲಾ, ಬೆಂಗಳೂರು

10 ದಿನದ ಶಿಬಿರಗಳು: ಫೆಬ್ರವರಿ 3-14, 17-28; ಮಾರ್ಚ್ 2-13, 16-27; ಏಪ್ರಿಲ್ 13-24, ಮೇ 4-15; ಜೂನ್ 1-12, 15-26, 29- ಜುಲೈ 10, 13-24, ಆಗಸ್ಟ್ 5-14, 17-28. ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ 7-16, ಅಕ್ಟೋಬರ್ 4- 15, 18-29, ಮೂರು ದಿನದ ಶಿಬಿರ: ಡಿಸೆಂಬರ್ 24 ರಿಂದ 27, ಜನವರಿ, 28-31. ಏಪ್ರಿಲ್ 28ರಿಂದ ಮೇ 1, ಜುಲೈ 28-31, ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ 1-4. **ಸತಿಪಠ್ಯಾನ ಶಿಬಿರಗಳು:** ಮಾರ್ಚ್ 30ರಿಂದ ಏಪ್ರಿಲ್ 7, ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ 21-29, ನವೆಂಬರ್ 13-21. **ವಿಳಾಸ:** ಧಮ್ಮ ಪಘುಲ್ಲಾ, ಆಲೂರು, ದಾಸನಪುರ ಹೋಬಳಿ, ಬೆಂಗಳೂರು. ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಹೆದ್ದಾರಿ-4ರಲ್ಲಿ, ಹಿಮಾಲಯ ಡ್ರಗ್ ಕಂಪನಿಯ ಹತ್ತಿರ ಇಳಿದು ಅದರ ಎದುರು ರಸ್ತೆಯಲ್ಲಿ ಮಾಕಳಿ ಕ್ರಾಸಗೆ ಬಂದರೆ ಆಟೋರಿಕ್ಸಾ ಸಿಗುತ್ತವೆ. ಬೆಂಗಳೂರು ಸಿಟಿ (ಕೆಂಪೇಗೌಡ) ಬಸ್ ನಿಲ್ದಾಣದಿಂದ ನಗರ ಸಾರಿಗೆ ಬಸ್ ಸಂಖ್ಯೆ: 256, 258, 258ಸಿ. ದೂ.: 080-23712377, ಮೊಬೈಲ್: 7829912733, 8861644284, 9972588377,

ಇ-ಮೇಲ್:info@paphulla.dhamma.org; website: www.dhamma.org.

ಬೆಂಗಳೂರಿನಲ್ಲಿ ಸಾಮೂಹಿಕ ಸಾಧನಾ ಶಿಬಿರಗಳ ಮಾಹಿತಿ

ಪ್ರತಿ ಭಾನುವಾರ: ಜಯನಗರ: ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 8.30 ರಿಂದ 9.30ರವರೆಗೆ, ಸುರೇಶ್ / ರಾಜೇಶ್ವರಿ - 98867 75401 **ಸರ್ಕಾರಿ ರಸ್ತೆ:** ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 9.00 ರಿಂದ 10.00, ನಿರ್ಮಲ್ ಬೋತ್ರಾ-93412 22999, ಸ್ವಾತಿ-93426 75811, **ಬಸವೇಶ್ವರ ನಗರ** ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 8.00 ರಿಂದ 9.00ರವರೆಗೆ, ಶ್ರೀ ಮಂಜುನಾಥ: 098451 71600, ಹೇಮಂತ: 074118 74462, **ಮಲ್ಲೇಶ್ವರಂ:** 8.30ರಿಂದ 9.30ರವರೆಗೆ, ಶ್ರೀ ದಿನೇಶ್ ಕುಮಾರ್-99452 38441 **ಕೆಂಗೆರಿ:** ಸಂಜೆ 4.30ರಿಂದ 5.30ರವರೆಗೆ, ವಸಂತ್ ಜಾಜೋ-98453 95152, 98445 29309. **ಆರ್.ಎಂ.ವಿ. 2ನೇ ಹಂತ:** ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 7.50ರಿಂದ 9.00ರವರೆಗೆ, ಶ್ರೀ ತಾರಕ್ ಗೋರಾಡಿಯಾ-99454 58593.

ಪ್ರತಿ ಶನಿವಾರ: ವಿಜಯನಗರ: ಸಂಜೆ 6-00 ರಿಂದ 7-00ರವರೆಗೆ, ತುಕಾರಾಮ್-97433 63339, ಪವನ್‌ಕುಮಾರ್-77607 52220.

ಪ್ರತಿ ಮೊದಲ ಭಾನುವಾರ: ವೈಟ್‌ಪೀಲ್ಡ್: ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 9-30 ರಿಂದ 10-30ರವರೆಗೆ, ಶ್ರೀಮತಿ ಪಲ್ಲರಿ/ರಾಜೇಶ್ ಮೊ.: 97403 22447

ಬೆಂಗಳೂರಿನಲ್ಲಿ ಸಾಮೂಹಿಕ ಸಾಧನೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಮಾಹಿತಿ ತಿಳಿಯಲು ವೆಬ್ ವಿಳಾಸ: http://www.paphulla.dhamma.org/os/paphulla_sittings.htm

ಒಂದು ದಿನದ ಶಿಬಿರಗಳ ಮಾಹಿತಿ

ಬೆಂಗಳೂರು: ಪ್ರತಿ ಭಾನುವಾರ 10 ರಿಂದ 4 ಗಂಟೆ, ಧಮ್ಮ ಪಘುಲ್ಲಾ, ಆಲೂರು. **ಮೈಸೂರು:** ಪ್ರತಿ ತಿಂಗಳು 4ನೇ ಭಾನುವಾರ. ಸಂಪರ್ಕ ಸಂಖ್ಯೆಗಳು: 9481149553, 99801005309. **ಉಡುಪಿ:** ಪ್ರತಿ ತಿಂಗಳು ಎರಡನೇ ಭಾನುವಾರ. ಸಂಪರ್ಕ ಸಂಖ್ಯೆಗಳು: 9980897955 / 9449773942 9481149553. **ದಾವಣಗೆರೆ:** ಪ್ರತಿ ತಿಂಗಳು ಕೊನೆ ಭಾನುವಾರ. ಸಂಪರ್ಕ ಸಂಖ್ಯೆಗಳು: 9844245111 / 9986962762 9448588789 **ಹುಬ್ಬಳ್ಳಿ:** ಪ್ರತಿ ತಿಂಗಳು ಮೂರನೇ ಭಾನುವಾರ. ಸಂಪರ್ಕ ಸಂಖ್ಯೆ: 9880661506

10 ದಿನದ ಶಿಬಿರ ಆಯೋಜಿಸುವವರು ಸಲಹೆ, ಸೂಚನೆಗಳಿಗಾಗಿ ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ : ಸಂತೋಷ ಧರ್ಮರಾಜ್, ಬೆಂಗಳೂರು. ಮೊಬೈಲ್: 8762086089

10ದಿನದ ಶಿಬಿರದಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಲು ಆನ್‌ಲೈನ್ ನೋಂದಣಿ ಸಹಾಯಕ್ಕಾಗಿ ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ. ಬಳ್ಳಾರಿ: ಎ.ಮಲ್ಲಿಕಾರ್ಜುನಪ್ಪ, ಮೊ.ಸಂ. 9449511217. ಬೆಳಗಾವಿ: ವೀರನಗೌಡ ವಿ.ಸಾರನಾಡಗೌಡ, ಮೊ.ಸಂ.9902657335. ದಾವಣಗೆರೆ: ಉದಯ ಶಿವಕುಮಾರ್, ಮೊ.ಸಂ. 9739314581(ಮೆಸೇಜ್ ಮಾಡಿ, ಅವರೇ ಕರೆ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ.) ಜಿ.ಟಿ.ಗೋವಿಂದಪ್ಪ, ಮೊ.ಸಂ.9448588789.

ಪಂತಿಗೆ : ವಾರ್ಷಿಕ: ರೂ. 30, ಆಜೀವ: ರೂ. 500. ಚೆಕ್ ಅಥವಾ ಡಿ.ಡಿ. ಪಡೆಯಬೇಕಾದ ಹೆಸರು : 'ಕರ್ನಾಟಕ ವಿಪಶ್ಯನ ಪ್ರಚಾರ ಸಮಿತಿ'. ಪಾವತಿಸುವ ಸ್ಥಳ: ಬೆಂಗಳೂರು. ಬ್ಯಾಂಕ್ : ಯಾವುದೇ ರಾಷ್ಟ್ರೀಕೃತ ಬ್ಯಾಂಕ್ ಚೆಕ್ ಅಥವಾ ಡಿಡಿಯ ಜೊತೆಗೆ ಸ್ವ ವಿಳಾಸದ ಚೀಟಿ ಇಡಿ

ಪ್ರಕಾಶಕರು: ಶ್ರೀಮತಿ ಆರ್. ಚಂದ್ರಮತಿ ಕರ್ನಾಟಕ ವಿಪಶ್ಯನ ಪ್ರಚಾರ ಸಮಿತಿ ಟ್ರಸ್ಟ್ ಪರವಾಗಿ. **ಪ್ರಕಾಶನ :** ಕರ್ನಾಟಕ ವಿಪಶ್ಯನ ಪ್ರಚಾರ ಸಮಿತಿ ಟ್ರಸ್ಟ್, #93, 30ನೇ ಅಡ್ಡರಸ್ತೆ, ಬನಶಂಕರಿ 2ನೇ ಹಂತ, ಬೆಂಗಳೂರು-560070. **ಮುದ್ರಕರು:** ಬಿ.ಪ್ರದೀಪ ಕುಮಾರ್, ಐರಣಿ ಆಫ್‌ಸೆಟ್ ಪ್ರಿಂಟರ್ಸ್, 4ನೇ ತಿರುವು, ಕೆ.ಹೆಚ್.ಬಿ.ಕಾಲೋನಿ, ದಾವಣಗೆರೆ -2

ಗೌರವ ಸಂಪಾದಕರು: ಜಿ.ಟಿ. ಗೋವಿಂದಪ್ಪ
Printed & Published by Smt. R. Chandramathi on be half of Karnataka Vipassana Prachara Samithi Trust, Published at Karnataka Vipassana Prachara Samithi Trust, #93,30th Cross, Banashankari 2nd Stage, Bengaluru - 70. Printed by 'B.Pradeep Kumar at: Airani Offset Printers, 4th Cross, K.H.B.Colony, Davangere -2 Edited by G.T. Govindappa,

ಮುದ್ರಿತ ವಿಷಯ ತೆರೆದ-ಅಂಚೆಗೆ,

ಇಂದ:
ಕರ್ನಾಟಕ ವಿಪಶ್ಯನ ಪ್ರಚಾರ ಸಮಿತಿ ಟ್ರಸ್ಟ್
#93, 30ನೇ ಅಡ್ಡರಸ್ತೆ, ಬನಶಂಕರಿ 2ನೇ ಹಂತ,
ಬೆಂಗಳೂರು-560070.