

ವಿಪಶ್ಯನ ವಾರ್ತೆ

VIPASSANA VARTE



ಸಯಾಜೀ ಉ ಬಾ ಖಿನ್ ಪರಂಪರೆಯಲ್ಲಿ ಎಸ್.ಎನ್. ಗೋಯಂಕಾರವರಿಂದ ಬೋಧನೆ.

ಕನ್ನಡ ಮಾಸಪತ್ರಿಕೆ. ಸಂಪುಟ 1, ಸಂಚಿಕೆ 6, ಪುಟಗಳು-4

Kannada Monthly, Vol. 1, No. 6, Pages-4

ಸಂಪಾದಕರು : ಜಿ.ಟಿ. ಗೋವಿಂದಪ್ಪ

Editor : G.T. Govindappa

KARKAN24585/10/1/2014/TC ಬೆಂಗಳೂರು, 10 ಅಕ್ಟೋಬರ್, 2015

KARKAN24585/10/1/2014/TC Bengaluru, 10, Oct. 2015

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

ಸೇಲೋ ಯಥಾ ಏಕಘನೋ, ವಾತೇನ ನ ಸಮೀರತಿ; ಏವಂ ನಿಂದಾಪಸಂಸಾಸು, ನ ಸಮಿಂಜಂತಿ ಪಂಡಿತಾ	ಗಾಳಿಯು ಹೇಗೆ ಹೆಬ್ಬಂಡೆಯನ್ನು ಅಲುಗಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲವೋ, ಹಾಗೆಯೇ ನಿಂದೆ, ಪ್ರಶಂಸೆಗಳು ವಿವೇಕಿಯಾದವನನ್ನು ವಿಚಲಿತಗೊಳಿಸುವುದಿಲ್ಲ.
ಧಮ್ಮಪದ 81	

ಬುದ್ಧ : ಶಾಂತಿಯ ಮಹಾವಿಜ್ಞಾನಿ

ಆಚಾರ್ಯ ಎಸ್.ಎನ್. ಗೋಯಂಕ (1924-2013)

(ಗೌತಮ ಬುದ್ಧ ಹುಟ್ಟಿದ್ದು, ಜ್ಞಾನೋದಯ ಪಡೆದದ್ದು, ಮತ್ತು ಕೊನೆಯುಸಿರೆಳೆದದ್ದು ವೈಶಾಖ ಮಾಸದ ಅಂದರೆ ಮೇ ತಿಂಗಳ ಹುಣ್ಣಿಮೆಯ ದಿನ. ಈ ದಿನವನ್ನು 'ಬುದ್ಧ ಪೂರ್ಣಿಮಾ' ಎಂದು ಆಚರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ದಿನದಂದು ವಿಶ್ವಸಂಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಮಾಡಿದ ಬಾಷಣವನ್ನು ಎರಡು ಕಂತುಗಳಲ್ಲಿ ಇಂಗ್ಲೀಷಿನ ವಿಪಶ್ಯನ ವಾರ್ತಾಪತ್ರದಲ್ಲಿ ಪ್ರಕಟಿಸಲಾಗಿದೆ. ಕೊನೆಯ ಕಂತನ್ನು ಅನುವಾದಿಸಿ ಇಲ್ಲ ಮುದ್ರಿಸಲಾಗಿದೆ.)

ಬುದ್ಧನ ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ಬೋಧನೆ.

ನೈತಿಕ ಜೀವನ ನಡೆಸಿ ಎಂದು ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಧರ್ಮವೂ ಬೋಧಿಸುತ್ತದೆ. ಅದು ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಬೋಧನೆಯ ಶುದ್ಧ ಸಾರ, ಅಂತರಿಕ ತಿರುಳು. ಆದರೆ, ನೈತಿಕ ಜೀವನ ನಡೆಸಿ ಎಂದು ಬರೀ ಧರ್ಮೋಪದೇಶ ಮಾಡುವುದರಲ್ಲಿ ಬುದ್ಧನಿಗೆ ಆಸಕ್ತಿಯಿರಲಿಲ್ಲ. ಮುಂದಿನ ಬಹು ಮುಖ್ಯ ಹೆಜ್ಜೆಯಾದ ಸಮಾಧಿ - ಮನಸ್ಸಿನ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭುತ್ವ ಸಾಧಿಸುವುದನ್ನು ಬುದ್ಧ ನಮಗೆ ಕಲಿಸಿದ. ಇದಕ್ಕಾಗಿ ಒಂದು ಏಕಾಗ್ರತೆಯ ವಸ್ತುವಿನ ಅವಶ್ಯಕತೆ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಇದೆ. ಮನಸ್ಸನ್ನು ತರಬೇತಿಗೊಳಿಸಲು ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಅನೇಕ ವಸ್ತುಗಳಿವೆ. ಬುದ್ಧನೇ ಅನೇಕ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ನೀಡಿದ್ದಾನೆ. ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಬಹಳ ಜನಪ್ರಿಯವಾದದ್ದು ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಸ್ವಂತ ಉಸಿರಾಟ. ಇದನ್ನು ಅವನು 'ಆನಾಪಾನಸತಿ' ಎಂದು ಕರೆದನು. 'ಆನಾಪಾನಸತಿ' ಎಂದರೆ ಉಸಿರನ್ನು ಒಳಕ್ಕೆ ಎಳೆದುಕೊಳ್ಳುವಾಗ ಮತ್ತು ಹೊರಕ್ಕೆ ಬಿಡುವಾಗ ಅದನ್ನು ಅರಿಯುವ ಸಹಜಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು. ಯಾವುದೇ ಸಮುದಾಯಕ್ಕೆ ಸೇರಿದ್ದರೂ ಎಲ್ಲಾ ಮಾನವ ಜೀವಿಗಳಿಗೂ ಉಸಿರಾಟ ಸರ್ವ ಸಾಮಾನ್ಯ ಉಸಿರಾಟ ಅರಿಯುವ ಅಭ್ಯಾಸಕ್ಕೆ ಯಾರೂ ತಕರಾರು ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಉಸಿರಿಗೆ ಇದು ಮುಸ್ಲಿಂ ಅಥವಾ ಹಿಂದು, ಕ್ರಿಶ್ಚಿಯನ್ ಅಥವಾ ಯಹೂದಿ, ಬೌದ್ಧ ಅಥವಾ ಜೈನ್, ಸಿಖ್ ಅಥವಾ ಪಾರ್ಸಿ, ಕಾಕೇಶಿಯನ್ ಅಥವಾ ಆಫ್ರಿಕನ್ ಅಥವಾ ಏಶಿಯನ್, ಗಂಡಸು ಅಥವಾ ಹೆಂಗಸು ಎಂದು ಯಾರಾದರೂ ಗುರುತು ಪಟ್ಟಿ ಹಚ್ಚಲು ಹೇಗೆ ಸಾಧ್ಯ? ಮೂಗಿನ ಹೊಳ್ಳೆಗಳ ಕೆಳಭಾಗದಲ್ಲಿ ಹಾಗೂ ಮೇಲ್ಗುಟಿಯ ಮೇಲ್ಭಾಗದಲ್ಲಿ ನಾವು ಉಸಿರನ್ನು ಅರಿಯುತ್ತಿರಬೇಕು ಎಂದು 'ಆನಾಪಾನಸತಿ' ಬಯಸುತ್ತದೆ. ಅದು ಉತ್ತರೋತ್ಪನ್ನ ವೆಮಜ್ಜಪ್ಪದಸೆ, ಅಂದರೆ, ಮೇಲ್ಗುಟಿಯ ಮಧ್ಯಭಾಗದಲ್ಲಿ ಇಡೀ ಗಮನವನ್ನು ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸುವುದು.

ಈ ಚಿಕ್ಕ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ಮನಸ್ಸು ಏಕಾಗ್ರವಾಗುತ್ತಿದ್ದಂತೆಯೇ ಅದು ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚು ತೀಕ್ಷ್ಣವಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಹೆಚ್ಚು ಸಂವೇದನಾ ಶೀಲವಾಗುತ್ತದೆ. ಮೂರು ದಿನಗಳ ಅಭ್ಯಾಸದ ನಂತರ, ದೇಹದ ಈ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ವ್ಯಕ್ತಿಯು

ದೈಹಿಕ ಸಂವೇದನೆಗಳನ್ನು ಅನುಭವಿಸಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತಾನೆ. ಆ ನಂತರ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಮುಂದಿನ ತರಬೇತಿಯಾದ ಷನ್ಯ, ಅಂದರೆ, ವಿವೇಕ ಅಥವಾ ಒಳನೋಟದ ಕಡೆಗೆ ತಿರುಗುತ್ತಾನೆ. ತಲೆಯ ನೆತ್ತಿಯಿಂದ ಕಾಲು ಬೆರಳುಗಳ ತುದಿಯವರೆಗೆ ದೇಹದ ಎಲ್ಲಾ ಕಡೆ ಸಂವೇದನೆಗಳನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಗಮನಿಸುತ್ತಾನೆ. ಹಾಗೆ ಮಾಡುತ್ತಾ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಏನು ಘಟಿಸುತ್ತದೆಯೋ ಅದಕ್ಕೆ ಸಂವೇದನೆಗಳು ಹತ್ತಿರದ ಸಂಬಂಧ ಹೊಂದಿವೆ ಎಂಬುದನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಗಮನಿಸುತ್ತಾನೆ. ಪ್ರತಿ ಸಲವೂ ಯಾರೇ ಆದರೂ ಹಾನಿಕಾರಕ ಕ್ರಿಯೆ ಮಾಡುವಾಗ, ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಯಾವುದಾದರೂ ಮಲಿನತೆಯನ್ನು ಉತ್ಪತ್ತಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲೇಬೇಕು ಎಂಬುದು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗುತ್ತದೆ. ಕೊಲ್ಲುವ ಮೊದಲು, ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಅತೀವವಾದ ದ್ವೇಷವನ್ನು ಉತ್ಪತ್ತಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲೇಬೇಕು. ಕದಿಯುವ ಮೊದಲು ವ್ಯಕ್ತಿಯು ದುರಾಸೆಯನ್ನು ಉತ್ಪತ್ತಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ. ಲೈಂಗಿಕ ದುರಾಚಾರವೆಸಗುವಾಗ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಅಪಾರವಾದ ಕಾಮೋದ್ರೇಕವನ್ನು ಉತ್ಪತ್ತಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲೇಬೇಕು. ಪುಬ್ಬೇ ಹನತಿ ಅತ್ತಾನಂ, ಪಚ್ಚಾ ಹನತಿ ಸೊ ಪರೆ - ಅಂದರೆ, ತನಗೆ ತಾನೇ ಮೊದಲು ಹಾನಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳದೇ ಯಾರೇ ಆದರೂ ಇತರರಿಗೆ ಹಾನಿ ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಕೋಪ, ದ್ವೇಷ, ದುರಾಸೆ, ಕಿಟ್ಟಿ ಭಾವನೆ, ಹೊಟ್ಟೆ ಕಿಚ್ಚು, ಅಹಂಭಾವ, ಮತ್ತು ಭಯ ಮುಂತಾದ ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಗಳು ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಅಸುಖಿಯನ್ನಾಗಿ, ದುಃಖಿತನನ್ನಾಗಿ ಮತ್ತು ಉಗ್ರನನ್ನಾಗಿ ಮಾಡುತ್ತವೆ. ಅವನು ಕ್ಷೋಭಿತನಾಗುತ್ತಾನೆ. ಕ್ಷೋಭೆಗೊಳಗಾದ ವ್ಯಕ್ತಿ ಆ ಕ್ಷೋಭೆಯನ್ನು ತನಗೇ ಸೀಮಿತಗೊಳಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ. ಅದನ್ನು ಇತರರಿಗೂ ಹಂಚಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತಾನೆ. ಸಮಾಜದಲ್ಲಿರುವ ಇತರರಿಗೂ ಹಾನಿಮಾಡುತ್ತಾನೆ. ಪ್ರಕೃತಿಯ ಈ ನಿಯಮವನ್ನು ಯಾರೇ ಆದರೂ ತನ್ನ ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ಶರೀರದ ಚೌಕಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ.

ಅನಾರೋಗ್ಯಕರವಾದ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ಯಾರಾದರೂ ಮೇಲು ನೋಟಕ್ಕೆ ಸಂತೋಷವಾಗಿರುವಂತೆ ಕಾಣಬಹುದು. ಆದರೆ, ನಿಜವಾದ ಸ್ಥಿತಿ ಉರಿಯುವ ಕೆಂಡವನ್ನು ಮುಚ್ಚಿರುವ ಬೂದಿಯ ದಪ್ಪ ಪದರದಂತೆ - ಭಸ್ಮಚ್ಚನ್ನೋವ ಪಾವಕೋ. ಮನಸ್ಸಿನ ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಗಳಿಂದ ಅವರು ಒಳಗೇ ಉರಿಯುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ. ಆದರೂ, ಒಳಗೆ ಏನು ನಡೆಯುತ್ತದೆ ಎಂಬುದರ ಬಗ್ಗೆ ಅವರಿಗೆ ತಿಳಿದಿಲ್ಲ.

ಇದೇ ಅವಿಜ್ಞಾ ಮೋಹ; ಅಂದರೆ ಅಜ್ಞಾನ. ಬುದ್ಧನ ಪ್ರಕಾರ ಅಜ್ಞಾನ ಎಂದರೆ ತತ್ತ್ವ ಸಿದ್ಧಾಂತಗಳ ಜ್ಞಾನ ಇಲ್ಲದಿರುವುದು ಎಂದಲ್ಲ. ತನ್ನೊಳಗೆ ಏನು ನಡೆಯುತ್ತಿದೆ ಎಂಬುದರ ಜ್ಞಾನ ಇಲ್ಲದಿರುವುದು. ಈ ಅಜ್ಞಾನದ ಪರದೆ ಇರುವುದರಿಂದ ತಾವು ಹೇಗೆ ದುಃಖಿತರಾಗುತ್ತಾರೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಆಗುತ್ತಿಲ್ಲ. ದುಃಖಿತರಾಗಿರಲು

ಯಾರೂ ಬಯಸುವುದಿಲ್ಲ. ಆದರೂ, ಯಾವಾಗಲೂ **ತಣ್ಣಗೆ** ಅಂದರೆ, ರಾಗ ಮತ್ತು ದ್ವೇಷವನ್ನು ಉತ್ಪತ್ತಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ. ದೇಹದ ಸಂವೇದನೆಗಳಿಗೆ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ಮಾಡುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತಾರೆ. ಅಜ್ಞಾನವನ್ನು ಕಿತ್ತು ಹಾಕಿ ತನ್ನೊಳಗೆ ನೋಡಲು ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದಾಗ “ನೋಡು, ಈ ದೇಹದ ಸಂವೇದನೆಗಳಿಗೆ ಪ್ರತಿಯಾಗಿ **ತಣ್ಣಗೆ** ಉತ್ಪತ್ತಿ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ನನಗೆ ನಾನೇ ದುಃಖ ಉಂಟುಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದೇನೆ ಎಂದು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ. ಆ ಸಂವೇದನೆಗಳು ಸುಖಕರವಾಗಿದ್ದಾಗ, ನಾನು ಕಷ್ಟಾನೆಯನ್ನು ಉತ್ಪತ್ತಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ. ಅವುಗಳು ಅಸುಖಕರವಾಗಿದ್ದಾಗ, ನಾನು ದ್ವೇಷವನ್ನು ಉತ್ಪತ್ತಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ. ಎರಡೂ ನನ್ನನ್ನು ದುಃಖಿತನನ್ನಾಗಿ ಮಾಡುತ್ತವೆ. ಮತ್ತೆ ನೋಡು ಈಗ ನನ್ನಲ್ಲಿ ಒಂದು ಪರಿಹಾರ ಇದೆ. ನಾನು ಯಾವಾಗ ಸಂವೇದನೆಗಳ ಅಶಾಶ್ವತತೆಯ ಸ್ವಭಾವವನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡು ಸಮತೆಯಿಂದ ಇರುತ್ತೇನೋ ಆಗ **ತಣ್ಣಗೆ** ಇರುವುದಿಲ್ಲ, ಕಷ್ಟಾನೆಯಿಲ್ಲ ಮತ್ತು ದ್ವೇಷ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಮನಸ್ಸಿನ ಹಳೆಯ ಅಭ್ಯಾಸ ಬದಲಾಗಲು ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ನಾನು ದುಃಖದಿಂದ ಹೊರಬರಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತೇನೆ.”

ಬುದ್ಧನ ಪ್ರಕಾರ ಇದು **ವಿಜ್ಞಾನ** ಅಂದರೆ, ಅನುಭವ ಜ್ಞಾನ. ಇದು ಯಾವುದೇ ತಾತ್ವಿಕ ಅಥವಾ ಪಂಥೀಯ ನಂಬಿಕೆಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿಲ್ಲ. ಇದು ಒಬ್ಬರ ಸುಖ ಮತ್ತು ದುಃಖದ ಬಗೆಗಿನ ಸತ್ಯ. ಈ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ನಡೆದರೆ, ಇದನ್ನು ಎಲ್ಲಾ ಜನಗಳೂ ತಮ್ಮಲ್ಲಿಯೇ ಅನುಭವಿಸಬಹುದು. ನಾಲ್ಕು ಆರ್ಯ ಸತ್ಯಗಳು ವಿಚಾರಕ್ಕೆಡೆಗೊಡದ ತಾತ್ವಿಕ ಸಿದ್ಧಾಂತಗಳಲ್ಲ. ಅವು ಸ್ವತಃ ನನಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಸತ್ಯಗಳು, ನನ್ನೊಳಗೇ ನಾನು ಅವುಗಳನ್ನು ಅನುಭವಕ್ಕೆ ತಂದುಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತೇನೆ. ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಅವುಗಳನ್ನು ಅನುಭವಕ್ಕೆ ತಂದುಕೊಂಡಾಗ ಮಾತ್ರ ಅವು ಆರ್ಯ ಸತ್ಯಗಳು, ಮತ್ತು ಆ ಮುಖೇನ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಅತ್ಯುತ್ತಮ ವ್ಯಕ್ತಿಯಾಗಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತಾನೆ.

ಯಾರು ಸಂವೇದನೆಗಳ ಜೊತೆ ಕೆಲಸಮಾಡುತ್ತಿರುತ್ತಾರೋ, ಅವರು ಮನಸ್ಸಿನ ಆಳದಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ. ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಏನು ಬರುತ್ತದೋ ಅದರ ಜೊತೆಗೂಡೇ ದೇಹದಲ್ಲಿ ಸಂವೇದನೆಗಳು ಬರುತ್ತವೆ - **ವೇದನಾ ಸಮೋಸರಣಾ ಸಭೇಧಮ್ಯಾ**. ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಬರುವ ಅತ್ಯಂತ ಕ್ಷಣಿಕ ಆಲೋಚನೆಯೂ ಸಹ ದೇಹದಲ್ಲಿನ ಸಂವೇದನೆಗಳ ಜೊತೆ ಬರುತ್ತದೆ - **ವೇದನಾ - ಸಮೋಸರಣಾ ಸಂಕಪ್ಪವಿತಕ್ಯಾ**. ಇದು ಬುದ್ಧನ ಅದ್ಭುತವಾದ ಶೋಧನೆಯಾಗಿತ್ತು.

ಸಂವೇದನೆಗಳಿಗೆ ಪ್ರತಿಯಾಗಿ ನಾವು **ತಣ್ಣಗೆ** ಉತ್ಪತ್ತಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ ಎಂಬುದು ಬುದ್ಧನ ಮತ್ತೊಂದು ಅದ್ಭುತವಾದ ಶೋಧನೆಯಾಗಿತ್ತು. ಇದು ಬುದ್ಧನಿಗಿಂತ ಮೊದಲು, ಬುದ್ಧನ ಕಾಲದಲ್ಲಿ, ಹಾಗೂ ಬುದ್ಧನ ನಂತರ ಇದ್ದ ಇತರ ಬೋಧಕರಿಗೆ ಗೊತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ಕಣ್ಣುಗಳು ನೋಟದ ವಸ್ತುವಿನೊಡನೆ, ಮೂಗು ವಾಸನೆಯೊಡನೆ, ಕಿವಿಗಳು ಶಬ್ದದೊಡನೆ, ಈ ರೀತಿಯಾಗಿ ಇಂದ್ರಿಯಗಳ ಸಂಪರ್ಕಕ್ಕೆ ಬರುವ ಇಂದ್ರಿಯ ವಸ್ತುಗಳಿಗೆ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ಮಾಡಬೇಡಿ ಎಂದು ಬುದ್ಧನಿಗಿಂತ ಮೊದಲಿದ್ದ ಮತ್ತು ಬುದ್ಧನ ಕಾಲದಲ್ಲಿದ್ದ ಆಚಾರ್ಯರು ಬೋಧಿಸುತ್ತಿದ್ದರು. ಇಂದ್ರಿಯ ವಸ್ತುಗಳು ನಿಮ್ಮ ಇಂದ್ರಿಯಗಳ ಸಂಪರ್ಕಕ್ಕೆ ಬಂದಾಗ, ಅವು ಒಳ್ಳೆಯವು ಮತ್ತು ಕೆಟ್ಟವು ಎಂದು ತೀರ್ಮಾನಿಸಿ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ಮಾಡಬೇಡಿ. ರಾಗ ಅಥವಾ ದ್ವೇಷದಿಂದ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸಬೇಡಿ ಎಂದು ಅವರು ಬೋಧಿಸಿದರು.

ಈ ಬೋಧನೆಯು ಆಗಲೇ ಅಸ್ತಿತ್ವದಲ್ಲಿತ್ತು. ಆದರೆ ವಾಸ್ತವವಾಗಿ ನೀವು ವಸ್ತುಗಳಿಗೆ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸುವುದಿಲ್ಲ ಎಂದು ಬುದ್ಧ ಹೇಳಿದ. ಒಂದೇ ಹಗ್ಗದಿಂದ ಕಟ್ಟಿದ ಒಂದು ಬಿಳಿ ಹೋರಿ ಮತ್ತು ಒಂದು ಕರಿಹೋರಿಯ (ಒಂದು ಇಂದ್ರಿಯ ದ್ವಾರಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಇನ್ನೊಂದು ಇಂದ್ರಿಯ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಪ್ರತಿನಿಧಿಸುತ್ತದೆ.) ಉದಾಹರಣೆಯನ್ನು ಬುದ್ಧ ನೀಡಿದ. ಕರಿಯ ಅಥವಾ ಬಿಳಿಯ ಹೋರಿ ಬಂಧನವಲ್ಲ. ಹಗ್ಗವೇ ಬಂಧನ. **ವೇದನಾ ಪಚ್ಚಯಾ ತಣ್ಣಗೆ**. ಅಂದರೆ ಸಂವೇದನೆಗಳಿಗೆ (**ವೇದನಾ**) ಪ್ರತಿಯಾಗಿ ವ್ಯಕ್ತಿಯು **ತಣ್ಣಗೆ** (ರಾಗ ಅಥವಾ ದ್ವೇಷ)ವನ್ನು ಉತ್ಪತ್ತಿ ಮಾಡುತ್ತಾನೆ. ಈ **ತಣ್ಣಗೆ** ಎಂಬ ಹಗ್ಗವೇ ಬಂಧನ ಎಂದು ಬುದ್ಧ ಹೇಳಿದ. ಇದು ಜ್ಞಾನೋದಯ ಪಡೆದ ಬುದ್ಧನ ಅದ್ಭುತವಾದ ಶೋಧನೆಯಾಗಿತ್ತು. ಈ ಶೋಧನೆಯ ಕಾರಣದಿಂದ ಅವನು ಜ್ಞಾನೋದಯವನ್ನು ಪಡೆದ.

ಇಂದ್ರಿಯ ವಸ್ತುಗಳಿಗೆ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸಬೇಡಿ ಎಂದು ಹೇಳುವ ಇತರ ಬಹಳ ಜನರಿದ್ದರು. ಆದರೆ ಅವರು ಬುದ್ಧರಾಗಲಿಲ್ಲ. ವ್ಯಕ್ತಿಯು **ಲೋಭ** (ರಾಗ) ಮತ್ತು **ದೋಷ** (ದ್ವೇಷ)ವನ್ನು ಉತ್ಪತ್ತಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಾರದು ಎಂದು ಭೋಧಿಸಿದ ಆಚಾರ್ಯರಿದ್ದರು.

ಎಲ್ಲಿಯವರೆಗೆ **ಮೋಹ** ಇರತದೆಯೋ ಅಲ್ಲಿಯವರೆಗೆ **ಲೋಭ** ಮತ್ತು **ದೋಷ** ಇರುತ್ತವೆ ಎಂದು ಬುದ್ಧ ವಿವರಿಸಿದ. ಆದ್ದರಿಂದ, **ಮೋಹ**ದಿಂದ ಹೊರಬನ್ನಿ ಎಂದು ಅವನು ನಮಗೆ ಬೋಧಿಸಿದ. **ಮೋಹ** ಎಂದರೇನು? ಅಜ್ಞಾನವೇ ಮೋಹ. ಮೋಹ ಅಂದರೆ **ಅವಿಜ್ಞಾನ** ನಿಮ್ಮೊಳಗೆ ಏನು ನಡೆಯುತ್ತಿದೆ ಎಂಬುದು ನಿಮಗೆ ತಿಳಿದಿಲ್ಲ. **ಲೋಭ** ಮತ್ತು **ದೋಷ**ದ ನಿಜವಾದ ಕಾರಣ ನಿಮಗೆ ಗೊತ್ತಿಲ್ಲ. ನೀವು ಅಜ್ಞಾನದಲ್ಲಿದ್ದೀರಿ. ಅಜ್ಞಾನದಿಂದ ನೀವು ಹೇಗೆ ಹೊರಬರುವಿರಿ? ಸಮಸ್ಯೆಯ ಮೂಲಕ್ಕೆ ಹೊಡೆಯಿರಿ ಮತ್ತು ಸಂವೇದನೆಗಳ ಜೊತೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಾ ದುಃಖದಿಂದ ಹೊರಬನ್ನಿ.

ಎಲ್ಲಿಯವರೆಗೆ ನೀವು ಸಂವೇದನೆಗಳನ್ನು ಅರಿಯುವುದಿಲ್ಲವೋ ಅಲ್ಲಿಯವರೆಗೆ ನೀವು ಹೊರಗಿನ ವಸ್ತುಗಳ ಬಗ್ಗೆ “ಇದು ಅಸಹ್ಯವಾಗಿದೆ” ಅಥವಾ “ಇದು ಹಿತವಾಗಿದೆ” ಎಂದು ಆಲೋಚಿಸುತ್ತಾ ಅವುಗಳ ಜೊತೆ ಹೋರಾಡುತ್ತಿರುತ್ತೀರಿ. ಕರಿಯ ಹೋರಿ ಅಥವಾ ಬಿಳಿಯ ಹೋರಿ ಬಂಧನಕ್ಕೆ ಕಾರಣ ಎಂದು ನೀವು ಯೋಚಿಸುತ್ತಿರುತ್ತೀರಿ. ವಾಸ್ತವವಾಗಿ, ಸಂವೇದನೆಗಳಿಗೆ ಪ್ರತಿಯಾಗಿ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ರಾಗ ಮತ್ತು ದ್ವೇಷವನ್ನು ಉತ್ಪತ್ತಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದೇ ಬಂಧನ. ನಾನು ಕುಡಿತದ ಚಟಕ್ಕೆ ಬಲಿಯಾಗಿದ್ದೇನೆ ಎಂದು ಕುಡುಕ ಯೋಚಿಸುತ್ತಾನೆ. ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಅವನು ಕುಡಿದಾಗ ಅನುಭವಿಸುವ ಸಂವೇದನೆಗಳ ಚಟಕ್ಕೆ ಬಲಿಯಾಗಿದ್ದಾನೆ.

ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಸಂವೇದನೆಗಳನ್ನು ವಸ್ತುನಿಷ್ಠವಾಗಿ ಗಮನಿಸಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದಾಗ, ಅಜ್ಞಾನದಿಂದ ಹೊರಬರಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತಾನೆ. ಸಂವೇದನೆಗಳ ಅಶಾಶ್ವತ ಸ್ವಭಾವವನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದರಿಂದ ವ್ಯಕ್ತಿಯು **ವೇದನಾಕ್ಕೆ** ಪ್ರತಿಯಾಗಿ **ಪಸ್ಯವನ್ನು** ಉತ್ಪತ್ತಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ. ಇದು ಪ್ರಕೃತಿಯ ನಿಯಮ. ಸ್ವಾಭಾವಿಕ ವಿದ್ಯಾಮಾನದ ಹಿಂದಿರುವ ನಿಯಮವೇ **ಧಮ್ಮ ನಿಯಾಮತಾ**. ಬುದ್ಧ ಇರಲಿ ಅಥವಾ ಬುದ್ಧ ಇಲ್ಲದಿರಲಿ **ಧಮ್ಮ ನಿಯಾಮತಾ** ನಿರಂತರವಾಗಿ ಉಳಿಯುತ್ತದೆ.

ಬುದ್ಧ ಈ ರೀತಿ ಹೇಳಿದ :

ಉಪ್ಪಾದಾ ವಾ ತಥಾಗತಾನಮ್ ಅನುಪ್ಪಾದಾ ವಾ ತಥಾಗತಾನಮ್, ಧಿತಾವ ಸಾ ಧಾತು ಧಮ್ಭಿತ್ತತಾ ಧಮ್ಭಿನಿಯಾಮತಾ ಇದಪ್ಪಚ್ಚಯತಾ. ತಮ್ ತಥಾಗತೋ ಅಭಿಸಂಬುರುತ್ತಿ ಅಭಿಸಮತಿ. ಅಭಿಸಂಬುರುತ್ತಿ ಅಭಿಸಮತ್ತಾ ಆಚಿಖ್ವತಿ ದಸತಿ ಪನ್ಯಾಪತಿ ಪಠ್ಠಾಪತಿ ವಿವರತಿ ವಿಭಾಜತಿ ಉತ್ತಾನೀಕರೋತಿ ಪಸ್ಸಥಾತಿ ಚಾಹ.

ಅಂದರೆ, “ಈ ಕಾರ್ಯಕಾರಣದ ನಿಯಮವನ್ನು, ಪ್ರಕೃತಿಯ ನಿಯಮವನ್ನು ನಾನು ನನ್ನಲ್ಲಿಯೇ ಸ್ವತಃ ಅನುಭವಿಸಿದ್ದೇನೆ; ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿ ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿರುವುದರಿಂದ ನಾನು ಅದನ್ನು ಘೋಷಿಸುತ್ತೇನೆ, ಬೋಧಿಸುತ್ತೇನೆ, ಸ್ಪಷ್ಟೀಕರಿಸುತ್ತೇನೆ, ದೃಢಪಡಿಸುತ್ತೇನೆ ಮತ್ತು ಇತರರಿಗೆ ತೋರಿಸುತ್ತೇನೆ. ನಾನೇ ಸ್ವತಃ ಅದನ್ನು ನೋಡಿರುವುದರಿಂದಲೇ ಅದನ್ನು ಘೋಷಿಸುತ್ತೇನೆ” ಎಂದು ಬುದ್ಧ ಹೇಳಿದ.

ಇದು ಒಬ್ಬ ಸರ್ವಶ್ರೇಷ್ಠ ವಿಜ್ಞಾನಿಯ ಸಮರ್ಥ ಘೋಷಣೆಯಾಗಿದೆ. ನ್ಯೂಟನ್ ಇರಲಿ ಅಥವಾ ನ್ಯೂಟನ್ ಇಲ್ಲದಿರಲಿ ಗುರುತ್ವಾಕರ್ಷಣೆಯ ನಿಯಮ ಇರುವುದಂತೂ ಸತ್ಯ. ನ್ಯೂಟನ್ ಅದನ್ನು ಕಂಡು ಹಿಡಿದ ಮತ್ತು ಜಗತ್ತಿಗೆ ವಿವರಿಸಿದ. ಅದೇ ತರಹ ಗೆಲಿಲಿಯೋ ಇರಲಿ ಅಥವಾ ಗೆಲಿಲಿಯೋ ಇಲ್ಲದಿರಲಿ, ಭೂಮಿಯು ಸೂರ್ಯನ ಸುತ್ತ ತಿರುಗುವ ಸತ್ಯವಂತೂ ಇದ್ದೇ ಇರುತ್ತದೆ.

ಸಂವೇದನೆಗಳ ಅರಿವು ಬಹಳ ಮುಖ್ಯವಾದ ಸಂಗಮ; ಇಲ್ಲಿಂದ ವಿರುದ್ಧ ದಿಕ್ಕಿನಲ್ಲಿ ಸಾಗುವ ಎರಡು ದಾರಿಗಳನ್ನು ಯಾರಾದರೂ ಅನುಸರಿಸಬಹುದು. ಸುಖಕರವಾದ ಮತ್ತು ಅಸುಖಕರವಾದ ಸಂವೇದನೆಗಳಿಗೆ ಕುರುಡಾಗಿ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರೆ ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ತನ್ನ ದುಃಖವನ್ನು ಹೆಚ್ಚುಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಸುಖಕರವಾದ ಮತ್ತು ಅಸುಖಕರವಾದ ಸಂವೇದನೆಗಳಿಗೆ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸದೆ ಸಮತೆಯಿಂದ ಇರುವುದನ್ನು ಕಲಿತರೆ, ಮನಸ್ಸಿನ ಆಳದ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿರುವ ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನು

ಬದಲಾಯಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ದುಃಖದಿಂದ ಹೊರಬರಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತಾರೆ. ಸಂವೇದನೆಗಳೇ ಬೇರು. ಎಲ್ಲಿಯವರೆಗೆ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಬೇರನ್ನು ಆಲಕ್ಷಿಸುತ್ತಾನೋ ಅಲ್ಲಿಯವರೆಗೆ ಮರವನ್ನು ಕಡಿದರೂ ವಿಷದ ಮರ ಪುನಃ ಬೆಳೆಯುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಬುದ್ಧ ಹೀಗೆ ಹೇಳಿದ್ದಾನೆ:

**ಯತಾಶಿ ಮೂಲೆ ಅನುಪದ್ಧವೆ ದಳೆ,
ಚಿನ್ನೋಪಿ ರುಖ್ಣೋ ಪುನರೇವ ರೂಹತಿ
ಎವಂಪಿ ತಣ್ಣಾನುಸಯೇ ಅನೂಹತೆ,
ನಿಬ್ಬತ್ತತಿ ದುಖ್ವಿಮಿದಮ್ ಪುನಪ್ಪುನಮ್.**

ಅಂದರೆ, ಪೂರ್ಣ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿರುವ ಮತ್ತು ಭದ್ರವಾದ ಬೇರುಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ಮರವನ್ನು ಕಡಿದರೂ ಅದು ಪುನಃ ಚಿಗುರುತ್ತದೆ. ಅದೇ ತರಹ ಸುಪ್ತವಾಗಿರುವ ಕಟ್ಟಾಸೆಯನ್ನು ಬೇರುಸಹಿತ ಕಿತ್ತು ಹಾಕದಿದ್ದರೆ, ದುಃಖ ಪದೇ ಪದೇ ಹೊರ ಹೊಮ್ಮುತ್ತದೆ.

ಹೀಗೆ, ಈ ಪರಮ ಶ್ರೇಷ್ಠ ವಿಜ್ಞಾನಿಯು ಮನಸ್ಸಿನ ಮಲಿನತೆಗಳಿಂದ ಸಂಪೂರ್ಣ ಮುಕ್ತಿ ಪಡೆಯಲು ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಮನಸ್ಸಿನ ಮೂಲದಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡಬೇಕು ಎಂಬುದನ್ನು ಕಂಡು ಹಿಡಿದ. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯು **ತಣ್ಣಾನುಶಯದ** ಮೂಲ ಬೇರುಗಳನ್ನು ಕತ್ತರಿಸಿ ಹಾಕಬೇಕು.

ಇಡೀ ಕಾಡು, ಬಾಡಿ ಕಳೆಗುಂದಿದಾಗ, ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಮರದ ಬೇರುಗಳನ್ನು ರೋಗ ಮುಕ್ತವಾಗಿ, ನೀರು ಹಾಕಿ ಆ ಮರವನ್ನು ಆರೈಕೆ ಮಾಡಬೇಕು. ಆಗ ಇಡೀ ಕಾಡು ಪುನಃ ಅರಳುತ್ತದೆ. ಹಾಗೆಯೇ, ಸಮಾಜದ ಸುಧಾರಣೆಗಾಗಿ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯೂ ಸುಧಾರಿಸಬೇಕು. ಸಮಾಜವು ಶಾಂತಿಯಿಂದ ಇರಬೇಕಾದರೆ, ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯೂ ಶಾಂತಿಯಿಂದ ಇರಬೇಕು. ಇಲ್ಲಿ ವ್ಯಕ್ತಿಯೇ ಬೀಗದ ಕೈ.

ಜಗತ್ತು ಶಾಂತಿಯಿಂದ ಇರಬೇಕಾದರೆ, ಪ್ರತಿಯೊಂದು ದೇಶ ಅಥವಾ ಸಮಾಜ ಶಾಂತಿಯಿಂದಿರಬೇಕು. ವಜ್ಜಿಯ ಗಣತಂತ್ರವನ್ನು ನಡೆಸುತ್ತಿದ್ದ ಲಿಚ್ಛವಿಗಳಿಗೆ ಬುದ್ಧ ನೀಡಿದ ಎಚ್ಚರಿಕೆಯನ್ನು ನಾನು ಇಲ್ಲಿ ಪುನಃ ಉದ್ಧರಿಸಲಿಚ್ಛಿಸುತ್ತೇನೆ. ಲಿಚ್ಛವಿಗಳನ್ನು ಯಾರೂ ಆಕ್ರಮಣ ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗದಿರುವಂತೆ ಈ ಮುಂದಿನ ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ಸೂಚನೆಗಳನ್ನು ಬುದ್ಧ ಅವರಿಗೆ ನೀಡಿದ.

- * ಎಲ್ಲಿಯವರೆಗೆ ಅವರು ನಿಯಮಿತವಾಗಿ ಜೊತೆ ಸೇರಿ ತಮ್ಮ ಒಗ್ಗಟ್ಟನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳುವರೋ, ಅಲ್ಲಿಯವರೆಗೆ ಅವರು ಅಜೇಯರಾಗುತ್ತಾರೆ.
- * ಎಲ್ಲಿಯವರೆಗೆ ಅವರು ಒಗ್ಗಟ್ಟಿನಿಂದ ಜೊತೆಗೊಡುವರೋ, ಒಗ್ಗಟ್ಟಿನಿಂದ ಪ್ರತಿಭಟಿಸುವರೋ, ಒಗ್ಗಟ್ಟಿನಿಂದ ತಮ್ಮ ಕರ್ತವ್ಯಗಳನ್ನು ಮಾಡುವರೋ, ಅಲ್ಲಿಯವರೆಗೆ ಅವರು ಅಜೇಯರಾಗಿರುತ್ತಾರೆ.
- * ಎಲ್ಲಿಯವರೆಗೆ ಅವರು ಒಳ್ಳೆಯ ಆಡಳಿತದ ಪ್ರಾಚೀನ ತತ್ವಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಅವರ ನ್ಯಾಯ ಪದ್ಧತಿಯನ್ನು ಉಲ್ಲಂಘಿಸುವುದಿಲ್ಲವೋ ಅಲ್ಲಿಯವರೆಗೆ ಅವರು ಅಜೇಯರಾಗಿರುತ್ತಾರೆ.
- * ಎಲ್ಲಿಯವರೆಗೆ ಅವರು ತಮ್ಮ ಹಿರಿಯರನ್ನು ಘನತೆ, ಗೌರವ, ಪೂಜ್ಯಭಾವ ಮತ್ತು ಆದರಣೆಗಳಿಂದ ಗೌರವಿಸುತ್ತಾರೋ ಮತ್ತು ಅವರ ಮಾತುಗಳಿಗೆ ಮನ್ನಣೆ ನೀಡುತ್ತಾರೋ, ಅಲ್ಲಿಯವರೆಗೆ ಅವರನ್ನು ಯಾರೂ ಗೆಲ್ಲಲಾರರು.
- * ಎಲ್ಲಿಯವರೆಗೆ ಅವರು ತಮ್ಮ ಹೆಂಗಸರು ಮತ್ತು ಮಕ್ಕಳನ್ನು ರಕ್ಷಿಸುತ್ತಾರೋ ಅಲ್ಲಿಯವರೆಗೆ ಅವರಿಗೆ ಸೋಲಿಲ್ಲ.
- * ಎಲ್ಲಿಯವರೆಗೆ ಅವರು ತಮ್ಮ ಗಣರಾಜ್ಯದ ಒಳಗೆ ಮತ್ತು ಹೊರಗೆ ಪೂಜನೀಯ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಪವಿತ್ರವೆಂದು ಭಾವಿಸುತ್ತಾರೋ ಮತ್ತು ಅವುಗಳಿಗೆ ಹಣಕಾಸಿನ ನೆರವನ್ನು ನೀಡುವರೋ ಅಲ್ಲಿಯವರೆಗೆ ಅವರನ್ನು ಸೋಲಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ.

ಆಗಿನ ಕಾಲದಲ್ಲಿಯೂ ಸಹ ತಮ್ಮದೇ ಆದ ದೇವಸ್ಥಾನಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಪೂಜಾ ಸ್ಥಾನಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದ ಹಲವಾರು ಪಂಥಗಳಿದ್ದವು. ಎಲ್ಲಾ ಜನಗಳನ್ನು ಸುಖ ಮತ್ತು ಸಂತ್ಯಾಪಿಯಿಂದ ಇಡುವುದರಲ್ಲಿ ಬುದ್ಧಿವಂತಿಕೆ ಅಡಗಿದೆ. ಅವರನ್ನು ಹಿಂಸಿಸಬಾರದು. ಹಾಗೆ ಮಾಡಿದರೆ ಅದು ಜನಗಳನ್ನು ರಾಜ್ಯದ ಶತ್ರುಗಳಾಗುವಂತೆ ಒತ್ತಾಯಿಸುತ್ತದೆ. ಅವರ ಪೂಜಾ ಸ್ಥಳಗಳಿಗೆ ಸಾಕಷ್ಟು ರಕ್ಷಣೆ ಸಿಗಬೇಕು. ಎಲ್ಲಿಯವರೆಗೆ ರಾಜರು ಸಾಧು-ಸಂತರಿಗೆ ರಕ್ಷಣೆ ಮತ್ತು ನೆರವು ನೀಡುವರೋ ಅಲ್ಲಿಯವರೆಗೆ ಅವರು ಅಜೇಯರಾಗಿರುತ್ತಾರೆ.

ಜಗತ್ತಿನ ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಸಾಮರಸ್ಯವನ್ನು ಕಾಪಾಡಲು ಬುದ್ಧನ ಈ ವಿವೇಕದ ಸಲಹೆ ಇಂದಿಗೂ ಅನ್ವಯವಾಗುತ್ತದೆ. ನಾವು ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಶಾಂತಿಯನ್ನು ತರುವಲ್ಲಿ ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಬೇಕಾದರೆ, ಧರ್ಮಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಕಡೆಗಣಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ.

ಬಾಹ್ಯ ಆಕ್ರಮಣಗಳಿಂದ ತನ್ನ ಪ್ರಜೆಗಳನ್ನು ಕಾಪಾಡುವುದು ಮತ್ತು ತನ್ನ ಪ್ರಜೆಗಳು ಮತ್ತು ಪ್ರದೇಶವನ್ನು ಸುಭದ್ರವಾಗಿರುವಂತೆ ಮಾಡುವುದು ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಸರ್ಕಾರದ ಕರ್ತವ್ಯವಾಗಿದೆ. ಹೀಗೆ ಮಾಡುವಾಗ, ಅಂಥ ಕ್ರಮಗಳು ಅಲ್ಪಾವಧಿಯ ಪ್ರಯೋಜನಗಳನ್ನು ಮಾತ್ರ ನೀಡುತ್ತವೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಯಾವುದೇ ಪಂಥಕ್ಕೆ ಸೇರಿದ ಯಾವುದೇ ವ್ಯಕ್ತಿ ಮಾಡುವ ಕೃತ್ಯಗಳಿಗೆ ಮೂಲಕಾರಣ ದ್ವೇಷವಾಗಿದೆ. ಸದ್ಯಾವನೆ ಮತ್ತು ಅನುಕಂಪ ಮಾತ್ರ ಈ ದ್ವೇಷವನ್ನು ತೆಗೆದು ಹಾಕಲು ಸಾಧ್ಯ.

ಭಾರತ, ಅಮೇರಿಕ ಮತ್ತು ಇತರೆ ದೇಶಗಳ ಜೈಲುಗಳಲ್ಲಿ ನಡೆದ ವಿಪಶ್ಯನ ಶಿಬಿರಗಳಿಂದ ಜನಗಳು ಹೇಗೆ ಬದಲಾಗುತ್ತಿದ್ದಾರೆ ಎಂಬುದನ್ನು ನಾವು ನೋಡುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ಭಯೋತ್ಪಾದನೆಯ ಮೂಲ ಕಾರಣ ಭಯೋತ್ಪಾದಕರ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಅಡಗಿದೆ. ಕಠೋರವಾದ ಮತ್ತು ಕ್ರೂರಿಗಳಾದ ಅಪರಾಧಿಗಳು ಹೇಗೆ ಪರಿವರ್ತನೆಯಾಗುತ್ತಾರೆ ಎಂಬುದನ್ನು ನಾವು ನಮ್ಮ ಜೈಲು ಶಿಬಿರಗಳಲ್ಲಿ ಈಗಾಗಲೇ ನೋಡಿದ್ದೇವೆ. ಕೋಪ, ಭಯ, ಸೇಡು ಮತ್ತು ದ್ವೇಷಗಳು ಕರಗಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿ ಶಾಂತಿಯುತ ಮತ್ತು ಅನುಕಂಪದ ಮನಸ್ಸು ರೂಪಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಜೈಲು ಸಿಬ್ಬಂದಿಯ ಕೆಲವು ಸದಸ್ಯರು ವಿಪಶ್ಯನವನ್ನು ಮೊದಲು ಕಲಿಯಲು ಕೋರುತ್ತೇವೆ. ಆ ನಂತರ ಜೈಲಿನ ಖೈದಿಗಳಿಗೆ ಶಿಬಿರ ನಡೆಸುತ್ತೇವೆ. ಇದು ಆಶ್ಚರ್ಯಕರವಾದ ಫಲಿತಾಂಶವನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ.

ವಿವಿಧ ಪಂಥಗಳನ್ನು ಜೋಡಿಸುವ ಸೇತುವೆಯನ್ನು ನಾವು ಬುದ್ಧನ ಬೋಧನೆಯಲ್ಲಿ ಕಾಣುತ್ತೇವೆ. ಬುದ್ಧನ ಬೋಧನೆಗಳಲ್ಲಿ ಮುಖ್ಯವಾದ ಮೂರು ವಿಭಾಗಗಳಿವೆ: ನೈತಿಕತೆ, ಮನಸ್ಸಿನ ಏಕಾಗ್ರತೆ ಮತ್ತು ಮನಸ್ಸನ್ನು ಶುದ್ಧಿಮಾಡುವುದು. ಇವು ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಧರ್ಮ ಮತ್ತು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಮಾರ್ಗದ ಸಾರಸತ್ಯವಾಗಿವೆ. **ಶೀಲ, ಸಮಾಧಿ, ಮತ್ತು ಪನ್ಯ** ಎಲ್ಲಾ ಧರ್ಮಗಳ ಸಾಮಾನ್ಯ ಗುಣ. ಪ್ರಯೋಜನಕಾರಿ ಜೀವನ ನಡೆಸಲು ಅತ್ಯಾವಶ್ಯಕವಾಗಿರುವ ಈ ಮೂರು ಮೂಲಭೂತ ತತ್ವಗಳಿಗೆ ಯಾವುದೇ ವಿರೋಧ ಇರಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ನಿಜ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಧರ್ಮವನ್ನು ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಾದರೆ ಈ ಮೂರನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಬೇಕು ಎಂಬುದರ ಬಗ್ಗೆಯೇ ಬುದ್ಧನ ಇಡೀ ಬೋಧನೆ ಒತ್ತು ಕೊಡುತ್ತದೆ. ಪ್ರತಿಯೊಂದೂ ಧರ್ಮದ ಆಂತರಿಕ ತಿರುಳು ಇದೆ ಆಗಿದೆ. ಈ ತಿರುಳಿಗೆ ಮಹತ್ವ ಕೊಡದೆ ಭಿನ್ನ ಭಿನ್ನ ಮತ-ಧರ್ಮಗಳ ಹೊರಗಿನ ಕವಚದ ಬಗ್ಗೆ ನಾವು ಕಚ್ಚಾಡುತ್ತಿದ್ದೇವೆ.

ಸಾರ್ವತ್ರಿಕವಾದ ಮತ್ತು ಪಂಥರಹಿತವಾದ ಬುದ್ಧನ ಬೋಧನೆಯು ಯಾವುದೇ ಪ್ರದೇಶ ಅಥವಾ ಸಮುದಾಯದಲ್ಲಿ ಹೋದರೂ ಅದು ಪರಂಪರಾಗತವಾದ ಸಂಸ್ಕೃತಿಯೊಂದಿಗೆ ಘರ್ಷಣೆ ನಡೆಸಿಲ್ಲವೆಂಬುದನ್ನು ಇತಿಹಾಸ ಸಾಧಿಸಿ ತೋರಿಸಿದೆ. ಘರ್ಷಣೆಗೆ ಬದಲಾಗಿ, ಸಮಾಜವನ್ನು ಮಧುರಗೊಳಿಸಲು ಮತ್ತು ಉನ್ನತಗೊಳಿಸಲು ಹಾಲಿನಲ್ಲಿ ಕರಗುವ ಸಕ್ಕರೆ ಯಂತೆ ಬೋಧನೆಗಳು ಹಿತವಾಗಿ ಸಮ್ಮಿಳಿತವಾಗಿವೆ. ಇಂದಿನ ಕಹಿ ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ನೆಮ್ಮದಿಯ ಸಿಹಿ ಎಷ್ಟು ಬೇಕಾಗಿದೆ ಎಂಬುದು ನಮಗೆಲ್ಲ ತಿಳಿದಿದೆ. ಜ್ಞಾನೋದಯ ಪಡೆದ ಬುದ್ಧನ ಬೋಧನೆಗಳು ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚು ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಿಗೆ ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಸಂತೋಷತರಲಿ, ಆ ಮೂಲಕ ವಿಶ್ವದಲ್ಲಿರುವ ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚು ಸಮಾಜಗಳನ್ನು ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಸಂತೋಷದಿಂದಿರುವಂತೆ ಮಾಡಲಿ.

ಸಕಲ ಜೀವಿಗಳೂ ಸಂತೋಷವಾಗಿರಲಿ.
ಸಕಲ ಜೀವಿಗಳೂ ಶಾಂತಿಯಿಂದಿರಲಿ.
ಸಕಲ ಜೀವಿಗಳೂ ಮುಕ್ತಿ ಪಡೆಯಲಿ.

ಗೋಯಂಕಾಜಿಯವರೊಂದಿಗೆ ಪ್ರಶೋತ್ತರಗಳು

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

ಪ್ರಶ್ನೆ: ಬಹಳ ವರ್ಷಗಳ ಕಾಲ ವಿಪಶ್ಯನ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ಬಹಳ ಜನರನ್ನು ಸಹಾಯಕ ಆಚಾರ್ಯರನ್ನಾಗಿ ಮತ್ತು ಹಿರಿಯ ಸಹಾಯಕ ಆಚಾರ್ಯರನ್ನಾಗಿ ನೇಮಕ ಮಾಡಲಾಗಿದೆ. ಆದರೂ, ಕೆಲವರ ನಡವಳಿಯಲ್ಲಾಗಲಿ ಅಥವಾ ಮಾತಿನಲ್ಲಾಗಲಿ ಸಮತೆ ಮತ್ತು ವಿನಿಮೃತೆ ಇಲ್ಲ. ವಾಸ್ತವವಾಗಿ ಅವರ ಅಭ್ಯಾಸ ಮತ್ತು ಜ್ಞಾನದಿಂದ ಅವರ ಅಹಂಕಾರ ದ್ವಿಗುಣಗೊಂಡಿದೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಕಾರಣ ಏನು? ತಪ್ಪು ಎಲ್ಲಿದೆ ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ಹೇಗೆ ಸರಿಪಡಿಸಬಹುದು?

ಗೋಯಂಕಾಜಿ: ಯಾವ ವ್ಯಕ್ತಿ ಅಹಂಕಾರವನ್ನು ದ್ವಿಗುಣ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿದ್ದಾರೋ ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಧಮ್ಮದ ಜ್ಞಾನವಿಲ್ಲ. ಅವನು ಅಥವಾ ಅವಳು ವಿಪಶ್ಯನವನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುತ್ತಿಲ್ಲ. ವ್ಯಕ್ತಿಯು ವಿಪಶ್ಯನದ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರೆ, ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ವಿಪಶ್ಯನದ ಅನುಭವ ಜ್ಞಾನವಿರುತ್ತದೆ, ವಿಪಶ್ಯನವನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡಿರುತ್ತಾರೆ. ಆಗ ಅಹಂಕಾರ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ, ಅದು ಕರಗಲೇ ಬೇಕು. ಧಮ್ಮದ ಅಭ್ಯಾಸ ಮತ್ತು ಅಹಂಕಾರ ಈ ಎರಡೂ ಒಟ್ಟಿಗೆ ಇರಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ.

ಧಮ್ಮದಲ್ಲಿ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಹೊಂದುತ್ತಿದ್ದಾನೆ ಎಂದರೆ, ಆ ವ್ಯಕ್ತಿ ಅನಿಚ್ಛಾ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವಲ್ಲಿ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಹೊಂದುತ್ತಿದ್ದಾನೆ ಎಂದು ಅರ್ಥ. ಅನಿಚ್ಛಾದ ಅರಿವು ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ದುಃಖ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು, ನಂತರ ಅನತ್ತಾ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಅನುವು ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದಷ್ಟೂ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಅನುಭವ ಮತ್ತು ಅನತ್ತಾದ ತಿಳಿವಳಿಕೆ ಗಟ್ಟಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ಅತ್ತಾ ಇಲ್ಲ, ಅಹಂಕಾರ ಇಲ್ಲ. ಅನತ್ತಾ - ಅಹಂಕಾರವಿಲ್ಲದಿರುವುದು. ಆಚಾರ್ಯರಾಗಲಿ ಅಥವಾ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಯಾಗಲಿ ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಧಮ್ಮ ಪಥದಲ್ಲಿ ಮುಂದುವರಿಯುತ್ತಿದ್ದಾರೋ ಅಥವಾ ಇಲ್ಲವೋ ಎಂಬುದರ ಅಳತೆಗೋಲು ಇದೇ. ಆದರೆ ಆಚಾರ್ಯರ ಜವಬ್ಬಾರಿ ಬಹಳ ಹೆಚ್ಚು. ಏಕೆಂದರೆ ಅವರು ಧಮ್ಮ ಪೀಠದ ಮೇಲೆ ಕುಳಿತಿರುತ್ತಾರೆ.

ಕೆಲವು ಸಮಯಗಳಲ್ಲಿ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಯು ಬೇರೆಯ ಕಾರಣಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಆಚಾರ್ಯರ ಮೇಲೆ ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಯನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಂಡಿರುವ ಸಾಧ್ಯತೆಯೂ ಇರಬಹುದು. ಆಗ ಆತ ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಯ ಬಣ್ಣ ಬಳಿದ ಗಾಜಿನ ಮೂಲಕ ಆಚಾರ್ಯರನ್ನು ನೋಡಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತಾನೆ ಮತ್ತು ಆಚಾರ್ಯರಲ್ಲಿ ತಪ್ಪನ್ನು ಕಾಣುತ್ತಾನೆ.

ಧಮ್ಮ ಪೀಠದ ಮೇಲೆ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳುವ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಯಾವಾಗಲೂ ತಯಾರಾಗಿರಲೇಬೇಕು: ನಿಮ್ಮನ್ನು ಮೆಚ್ಚುವ ಜನಗಳಿರುತ್ತಾರೆ, ಹಾಗೆಯೇ ತೆಗಳುವ ಜನರೂ ಇರುತ್ತಾರೆ. ನಗುಮುಖದಿಂದ ಎರಡನ್ನೂ ಸ್ವೀಕರಿಸಿ. ಯಾವಾಗ ಮೆಚ್ಚಿಗೆ ಬರುತ್ತದೋ "ಓ ಇವರು ಧಮ್ಮವನ್ನು ಮೆಚ್ಚುತ್ತಿದ್ದಾರೆ, ನಾನು ಮೊದಲಿನಂತೆಯೇ ಇದ್ದೇನೆ, ಆದರೆ ಧಮ್ಮ ನನ್ನೊಳಗೆ ಪ್ರವೇಶಿಸಿದೆ, ಅವರು ಧಮ್ಮವನ್ನು ಮೆಚ್ಚುತ್ತಿದ್ದಾರೆ" ಎಂದು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ. ಯಾರಾದರೂ ನಿಮ್ಮನ್ನು ನಿಂದಿಸಿದರೆ, "ಯಾವ ತಪ್ಪಿಗಾಗಿ ನನ್ನನ್ನು ಖಂಡಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೋ, ಆ ತಪ್ಪನ್ನು ನಾನು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇನೆಯೇ? ಎಂದು ನಿಮ್ಮನ್ನು ನೀವು ಪರೀಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ, ಅಲ್ಲಿ ತಪ್ಪಿದ್ದರೆ, ಅದನ್ನು ತೆಗೆದು ಹಾಕಿ. ಅದು ನಿಮ್ಮ ಕೆಲಸ. ನಿಮ್ಮ ಹಿತದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ಆ ತಪ್ಪನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಿ.

ನಿಮ್ಮನ್ನು ನೀವು ಸರಿಯಾಗಿ ಪರೀಕ್ಷಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದೀರಿ, ಯಾವುದೇ ತಪ್ಪು ನಿಮಗೆ ಕಂಡುಬಂದಿಲ್ಲ, ಆದರೂ ನಿಮ್ಮನ್ನು ನಿಂದಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ, ಬಹಿರಂಗವಾಗಿ ಟೀಕಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ, ಎನಿಸಿದರೆ ಆಗ ನನಸುಕು ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಮತ್ತಾ ಕೊಡಿ. ಯಾವುದೇ ರೀತಿಯ ದ್ವೇಷದ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ಹೊಂದಿರಬೇಡಿ.

ಈ ರೀತಿಯಾಗಿಯೇ ಯಾರಾದರೂ ಧಮ್ಮದ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ಮುಂದುವರಿಯುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ.

ಟೀಚರ್ ಅಥವಾ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ, ಯಾರೇ ಆಗಿರಲಿ, ನೀವು ಧಮ್ಮದ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ಮುಂದುವರಿಯಬೇಕಾದರೆ, ಒಂದೇ ಒಂದು ಅಳತೆಗೋಲು ಎಂದರೆ, ನನ್ನ ಅಹಂಕಾರ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತಿದೆಯೋ ಅಥವಾ ಕಡಿಮೆ ಆಗುತ್ತಿದೆಯೋ? ಅಹಂಕಾರ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತಿದ್ದರೆ, ನಾನು ಸರಿಯಾದ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ಇದ್ದೇನೆ. ಅದು ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತಿದ್ದರೆ, ನಾನು ಸರಿಯಾದ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ಇಲ್ಲ." (ಪುಟ - 106, 107)

ಧಮ್ಮ ಪಘುಲ್ಲಾ, ಬೆಂಗಳೂರು

10 ದಿನದ ಶಿಬಿರಗಳು: ಮಾರ್ಚ್ 25 ರಿಂದ ಏಪ್ರಿಲ್ 5, 8-19, 22 ರಿಂದ ಮೇ 3, 6-17, 20-31. ಜೂನ್ 17-28, ಜುಲೈ 15-26, ಆಗಸ್ಟ್ 5-16, 19-30. ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ 2-13, 30 ರಿಂದ ಅಕ್ಟೋಬರ್ 11, 14-25, 28 ರಿಂದ ನವೆಂಬರ್ 8, 24 ರಿಂದ ಡಿಸೆಂಬರ್ 5, 9-20. **ಶ್ರದ್ಧಾ ದಿನ:** ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ 27. **ಸಹಾಯಕ ಆಚಾರ್ಯರ ಕಾರ್ಯಾಗಾರ:** ಜುಲೈ 30 ರಿಂದ ಆಗಸ್ಟ್ 2. **ಮೂರು ದಿನದ ಶಿಬಿರ:** ಡಿಸೆಂಬರ್ 24 ರಿಂದ 27. **ಸತಿಪಠಾನ ಶಿಬಿರಗಳು:** ಮಾರ್ಚ್ 11-19, ಜುಲೈ 3-11, ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ 18-26, ನವೆಂಬರ್ 13-21. **ವಿಳಾಸ:** ಧಮ್ಮ ಪಘುಲ್ಲಾ, ಅಲೂರು, ದಾಸನಪುರ ಹೋಬಳಿ, ಬೆಂಗಳೂರು. ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಹೆದ್ದಾರಿ-4ರಲ್ಲಿ, ಹಿಮಾಲಯ ಡ್ರಗ್ ಕಂಪನಿಯ ಹತ್ತಿರ ಇಳಿದು ಅದರ ಎದುರು ರಸ್ತೆಯಲ್ಲಿ ಮಾಕಳಿ ಕ್ರಾಸಿಂಗ್ ಬಂದರೆ ಆಟೋರಿಕ್ಷಾ 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 **ಸರ್ಜಾಪುರ ರಸ್ತೆ:** ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 9.00 ರಿಂದ 10.00, ನಿರ್ಮಲ್ ಬೋತ್ತಾ-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 **ಕೆಂಗೇರಿ:** 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, ಶ್ರೀ ಶುಕಾರಾಮ್-97433 63339, ಶ್ರೀ ಪವನಕುಮಾರ್-77607 52220 **ಪ್ರತಿ ಮೊದಲ ಭಾನುವಾರ:** ವೈಟ್‌ಪೀಲ್ಡ್: ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 9-30 ರಿಂದ 10-30ರವರೆಗೆ, ಶ್ರೀಮತಿ ವಲ್ಲರಿ/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, ಅಲೂರು. **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

ವಂತಿಗೆ : ವಾರ್ಷಿಕ: ರೂ. 30, ಅರ್ಜಿ: 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 behalf 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-ಅಂಚೆ

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