

ವಿಪಶ್ಯನ ವಾರ್ತೆ



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

ಸಂಪುಟ 1, ಸಂಚಿಕೆ 6 : ಪೆಭವರಿ 8, 2015
ಮಾಸ ಪತ್ರಿಕೆ

ಕರ್ನಾಟಕ ವಿಪಶ್ಯನ ಪ್ರಚಾರ ಸಮಿತಿ, ಬೆಂಗಳೂರು ಇವರಿಂದ
ಪ್ರತಿ ತಿಂಗಳು ಪ್ರಕಟಿಸಲ್ಪಡುತ್ತದೆ. "ಖಾಸಗಿ ಪ್ರಸಾರಕ್ಕಾಗಿ ಮಾತ್ರ".

ಧಮ್ಮ ಪದಗಳು

ಅತ್ತನಾ ಚೊದಯತ್ತಾನಮ್, ಪಟಿಮಮ್ ಸೆಥ್ ಅತ್ತನಾ
ಸೊ ಅತ್ತಗುತ್ತೊ ಸತಿಮಾ, ಸುಖಿಮ್ ಬಿಖ್ಖಿ ವಿಹಾಹಿಸಿ
ಧಮ್ಮಪದ - 379 ಭಿಖ್ಖಿವಗ್ಗಂ

ತನ್ನನ್ನು ತಾನೇ ಉತ್ತೇಜಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ, ತನ್ನನ್ನೇ ಪರೀಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ,
ಮತ್ತು ಈ ರೀತಿ ಸ್ವರಕ್ಷಿತ ಮತ್ತು ಎಚ್ಚರದಿಂದಿರುವವನು
ಸಂತೋಷವಾಗಿ ಬದುಕುತ್ತಾನೆ.

ಬುದ್ಧನ ಸರಳ ಬೋಧನೆ

ಆಚಾರ್ಯ ಎಸ್.ಎನ್. ಗೋಯಂಕ (1924-2013)

(ಜನವರಿ 27, 2013ರ ಇಂಗ್ಲೀಷ್ ವಿಪಶ್ಯನ ವಾರ್ತಾ ಪತ್ರದಲ್ಲಿ ಪ್ರಕಟವಾದ
ಲೇಖನ)

ಬಹುಜನರ ಕಲ್ಯಾಣಕ್ಕಾಗಿ ಇರುವ ಬುದ್ಧನ ಸರಳ ಮತ್ತು
ಪರಿಶುದ್ಧ ಬೋಧನೆಯು ಉತ್ತರ ಭಾರತದ ಹಳ್ಳಿಗಳಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಪಟ್ಟಣಗಳಲ್ಲಿ
ಹರಡಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿತು. ಕುರುಡು ನಂಬಿಕೆಗಳಿಂದ ಮತ್ತು ಕುರುಡು
ಸಿದ್ಧಾಂತಗಳಿಂದ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಧಮ್ಮದ ಸತ್ಯವನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು
ಸಾಧ್ಯವಾಗುವುದಿಲ್ಲ ಎಂದು ಬುದ್ಧ ವಿವರಿಸಿದ. ಅದರ ಪರಿಣಾಮವಾಗಿ
ವ್ಯಕ್ತಿಯು ನಿಜವಾದ ಧಮ್ಮವನ್ನು ಅನುಸರಿಸಲು ಮತ್ತು ನಿಜವಾದ
ಧಮ್ಮವನ್ನು ಅನುಸರಿಸುವುದರಿಂದ ದೊರೆಯುವ ಪ್ರಯೋಜನವನ್ನು
ಪಡೆಯಲು ಅಸಮರ್ಥನಾಗುತ್ತಾನೆ. ಕೆಸುಮುತ್ತಿ ನಿವಾಸಿಗಳಾದ
ಕಾಲಾಮಾರಿಗೆ, ಅವರ ಹಳ್ಳಿಗೆ ಭೇಟಿಕೊಟ್ಟಾಗ ಬುದ್ಧ ನೀಡಿದ
ಸೂಚನೆಗಳನ್ನು ಬಹಳ ಜನರು ಸ್ವೀಕರಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಈ ಸೂಚನೆಗಳಲ್ಲಿ
ಮೋಸಗೊಳಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಕಿಂಚಿತ್ತೂ ಅವಕಾಶವಿಲ್ಲ.

ಕಾಲಾಮಾರೇ, ಯಾವುದನ್ನೇ ಆದರೂ ಬರೀ ಈ ಕೆಳಗಿನ
ಕಾರಣಗಳಿಗಾಗಿ ಸ್ವೀಕರಿಸಬೇಡಿ-

1. ಅದನ್ನು ಪದೇ, ಪದೇ ಕೇಳಲಾಗಿದೆ;
2. ಅದು ಸಂಪ್ರದಾಯಬದ್ಧವಾಗಿದೆ ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ಪಾರಂಪರಿಕವಾಗಿ
ಸ್ವೀಕರಿಸಲಾಗಿದೆ;
3. ಅದು ನಮ್ಮ ಧರ್ಮಗ್ರಂಥಗಳ ಪ್ರಕಾರ ಇದೆ;
4. ಅದು ತರ್ಕಶಾಸ್ತ್ರದ ಪ್ರಕಾರ ಇದೆ;
5. ಅದು ವೈಚಾರಿಕವಾಗಿದೆ;
6. ಅದನ್ನು ತುಂಬಾ ಸೊಗಸಾಗಿ ಮತ್ತು ಆಕರ್ಷಕವಾಗಿ ನಿರೂಪಿಸಲಾಗಿದೆ;
7. ಅದು ನಮ್ಮ ಕಲ್ಪನೆ ಮತ್ತು ನಂಬಿಕೆಯ ಪ್ರಕಾರವೇ ಇದೆ;
8. ಪ್ರವಚನಕಾರನ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವ ತುಂಬಾ ಆಕರ್ಷಕವಾಗಿದೆ (ಈ ಪ್ರಸ್ತಾವವನ್ನು
ಪ್ರಮುಖವಾಗಿ ತಮ್ಮ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವವನ್ನು ಗಮನದಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಂಡು
ಮಾಡಿದ್ದಾರೆ);
9. ಪ್ರವಚನಕಾರರು ನಮ್ಮಿಂದ ಪೂಜಿಸಲ್ಪಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ (ಈ ಪ್ರಸ್ತಾವವನ್ನೂ
ಸಹ ತಮ್ಮ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವವನ್ನು ಗಮನದಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಂಡೇ ಮಾಡಿದ್ದಾರೆ);

ಆದ್ದರಿಂದ ಯಾರೇ ಏನೇ ಹೇಳಿದರೂ ಅಥವಾ ಯಾರಿಂದಲೇ
ಕೇಳಿದರೂ ಅದನ್ನು ಕುರುಡು ನಂಬಿಕೆಯಿಂದ ಅಥವಾ ಅಂಧ
ವಿಶ್ವಾಸದಿಂದ ಸ್ವೀಕರಿಸಬೇಡಿ.

ಈ ಗುಣಗಳು ಕೌಶಲ್ಯದಿಂದ ತುಂಬಿವೆ, ದೋಷರಹಿತವಾಗಿವೆ,
ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಕಲ್ಯಾಣ ಮತ್ತು ಸಂತೋಷ ಈ ಗುಣಗಳ ಆಚರಣೆಯಲ್ಲಿದೆ
ಎಂಬ ಸತ್ಯವನ್ನು ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಅನುಭವದಿಂದ ತಿಳಿದಾಗ ಮಾತ್ರ
ಅಷ್ಟನ್ನೇ ಸ್ವೀಕರಿಸಿ.

ನೀವು ಯಾವಾಗ ನಿಮ್ಮ ಅನುಭವದಿಂದ ಸತ್ಯವನ್ನು
ತಿಳಿಯುತ್ತೀರೋ ಮತ್ತು ಈ ಗುಣಗಳು ಕೌಶಲ್ಯಭರಿತವಾಗಿವೆ ಎಂದು
ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಅರಿಯುತ್ತೀರೋ, ಆಗ ಅಷ್ಟಕ್ಕೇ ನಿಲ್ಲಿಸಬೇಡಿ, ಅವುಗಳನ್ನು
ಅಭ್ಯಾಸಮಾಡಿ. ಯಾವಾಗ ನೀವು ಅವುಗಳನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುತ್ತೀರೋ
ಆಗ ಮಾತ್ರ ನಿಮಗೆ ಒಳ್ಳೆಯದಾಗುತ್ತದೆ.

ಬುದ್ಧನ ಸೂಚನೆಗಳನ್ನು ಆ ಕಾಲಾಮಾರಷ್ಟೇ ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಲಿಲ್ಲ.
ಸತ್ಯದ ಕಡೆ ಮುನ್ನಡೆಸುವ ಹಾದಿಯಲ್ಲಿ ನಡೆಯಲು ಹೆಚ್ಚು ಜನರನ್ನು
ಅವು ಉತ್ತೇಜಿಸಿದವು.

ಇದು ನನ್ನ ಸ್ವಂತ ಅನುಭವ. ನಾನು ಹುಟ್ಟಿ ಬೆಳೆದದ್ದು
ಒಂದು ಕಟ್ಟಾ ಹಿಂದು ಕುಟುಂಬದಲ್ಲಿ ನಾನು ಬರ್ಮಾದೇಶದಲ್ಲಿ
ಭಾರತೀಯರ, ಅದರಲ್ಲೂ ಹಿಂದೂಗಳ, ನಾಯಕನಾಗಿದ್ದೆ.
ನಾನು ಬುದ್ಧನನ್ನು ಅತ್ಯಂತ ಪೂಜನೀಯ ಎಂದು ಪರಿಗಣಿಸಿದ್ದೆ.
ಅವರ ದೇವಸ್ಥಾನಗಳನ್ನು ಸಂದರ್ಶಿಸಿದ್ದೆ ಮತ್ತು ಬುದ್ಧನಿಗೆ ತಲೆಬಾಗಿ
ವಂದಿಸಿದ್ದೆ. ಇದನ್ನು ನಾನು ಮಾಡಿದ್ದು, ಬುದ್ಧನೂ ಸಹ ವಿಷ್ಣುವಿನ
ಅವತಾರ ಎಂಬ ಒಂದೇ ಕಾರಣಕ್ಕೆ. ಅಂದರೆ ಅವನೂ ಸಹ ದೇವರ
ಅವತಾರ. ಆದರೆ, ಇದರ ಜೊತೆಗೆ ಈ ಅವತಾರದಲ್ಲಿ ಅವನು ನೀಡಿದ
ಬೋಧನೆ ದುಷ್ಟ ಜನಗಳಿಗೆ ಮಾತ್ರ ಮತ್ತು ಈ ಬೋಧನೆಗಳನ್ನು
ಪಾಲನೆ ಮಾಡಿ ಅವರು ನರಕದಲ್ಲಿ ಬೀಳುತ್ತಾರೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಅವನು
ತೋರಿಸಿರುವ ದಾರಿಯಲ್ಲಿ ನಾವು ನಡೆಯಬಾರದು ಎಂಬ ಬಲವಾದ
ನಂಬಿಕೆ ಸಮಾಜದಲ್ಲಿ ವ್ಯಾಪಕವಾಗಿ ಹರಡಿತು.

ಕೆಲವು ವಿಶೇಷ ಕಾರಣಕ್ಕಾಗಿ ನಾನು ಪೂಜ್ಯ ಸಯಾಜಿ ಉ
ಬಾ ಖಿನ್ ಅವರ ವಿಪಶ್ಯನ ಕೇಂದ್ರದಲ್ಲಿ ಶಿಬಿರಕ್ಕೆ ಸೇರಬೇಕಾದಾಗ
ಮೇಲಿನ ಅನುಮಾನಗಳ ಜೊತೆಗೇ ಸೇರಿದೆ. ಕೆಲ ಸಮಯ ನಾನು
ಕೇಂದ್ರದಲ್ಲಿ ಕಾಯುತ್ತಿರಬೇಕಾದರೆ, "ಕಾಲಾಮಾ ಸುತ್ತ" ದ ಬಗೆಗಿನ
ಪುಸ್ತಕ ನೋಡಿದೆ. ಆ ಪುಸ್ತಕವನ್ನು ಕೈಗೆತ್ತಿಕೊಂಡು ಓದಿದೆ.
ಧಮ್ಮದ ಹೆಸರಿನಲ್ಲಿ ಇಲ್ಲಿ ಗುರುದಾಸ್ಯಕ್ಕೆ ಸ್ಥಳವಿಲ್ಲ ಎಂಬುದನ್ನು
ಆ ಪುಸ್ತಕ ಓದಿ ಮನವರಿಕೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡೆ. ಈ ವ್ಯಕ್ತಿ ಬರೀ
ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕೆ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆ ಕೊಡುತ್ತಿಲ್ಲ ಮತ್ತು ಆ ಕಾರಣದಿಂದ
ಅವರು ಮೂಢನಂಬಿಕೆಯನ್ನು ಹರಡುತ್ತಿಲ್ಲ ಎಂಬುದನ್ನು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ
ಅರಿತುಕೊಂಡೆ. ಜೊತೆಗೆ ತನ್ನ ಅನುಭವದಿಂದಲೇ ಸತ್ಯವನ್ನು
ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಅವನು ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆ ಕೊಡುತ್ತಾನೆ. ಅವನ
ಬೋಧನೆಗಳಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಗುರುದಾಸ್ಯದ ವಂಚನೆಯು ನನಗೆ
ಕಂಡುಬರಲಿಲ್ಲ. ಈ ಒಂದು ಆಶ್ಚರ್ಯದಿಂದ ನಾನು ಶಿಬಿರದಲ್ಲಿ
ಭಾಗವಹಿಸಲು ತೀರ್ಮಾನಿಸಿದೆ.

ಈ ರೀತಿ ವಿವಿಧ ರೀತಿಯ ಅನುಮಾನಗಳು ಮತ್ತು
ಪೂರ್ವಾಗ್ರಹಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದ ಬಹಳ ಜನರು ಬುದ್ಧನ ಬೋಧನೆಯ
ಸತ್ಯವನ್ನು ಗ್ರಹಿಸಿಕೊಂಡು ಅವನ ಅನುಯಾಯಿಗಳಾಗಿರುವುದನ್ನು ನಾವು
ತಿಳಿಯಬಹುದು.

ಆಪಾರವಾದ ಜನಸಂಖ್ಯೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ವಿಶಾಲವಾದ
ಭೂಪ್ರದೇಶದ ಉತ್ತರ ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಬಹಳ ರೀತಿಯ ಧಾರ್ಮಿಕ ವಿಧಿ
ಮತ್ತು ಮತಾಚರಣೆಗಳು ವಿವಿಧ ರೀತಿಯ ಮೂಢನಂಬಿಕೆಗಳ ಮತ್ತು
ಅಂಧ ವಿಶ್ವಾಸದ ಆಧಾರದಲ್ಲಿ ವ್ಯಾಪಕವಾಗಿ ಹರಡಿವೆ. ಆದಾಗ್ಯೂ ಬುದ್ಧನ
ಬೋಧನೆಗಳು ಈ ಕೆಲವು ತಪ್ಪು ನಂಬಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆಯನ್ನು
ತಂದವು. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಹೇಳುವುದಾದರೆ, ಆರು ದಿಕ್ಕುಗಳಿಗೆ
ನಮಸ್ಕರಿಸುವ ಬಗ್ಗೆ ಸಿಗಾಲ ಎಂಬ ಶ್ರೀಮಂತನ ಮಗನ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿದ್ದ

ಅನುಮಾನಗಳನ್ನು ಬಗೆಹರಿಸಿದ್ದನ್ನು ಈ ಹಿಂದಿನ ಸಂಚಿಕೆಯಲ್ಲಿ (ಇಂಗ್ಲೀಷ್‌ನ ವಿಪಸ್ನನಾ ವಾರ್ತಾ ಪತ್ರ, 30.09.2012) ವಿವರಿಸಲಾಗಿದೆ.

ದೇವರ ಇರುವಿಕೆಯ ಬಗ್ಗೆಯೇ ಅನುಮಾನಗಳಿರುವಾಗ, ದೂರ ಲೋಕದಲ್ಲಿರುವ ದೇವರಿಗೆ ಎಡೆ ಹಾಕಿದ ಆಹಾರ ತಲುಪಬಹುದಾದರೆ, ಮನೆ ಬಿಟ್ಟು ದೂರ ಪ್ರಯಾಣ ಮಾಡುವ ಜನರೇಕೆ ಆಹಾರವನ್ನು ತಮ್ಮ ಜೊತೆ ಕೊಂಡೊಯ್ಯುತ್ತಾರೆ? ಅವರಿಗೆ ಮನೆಯಲ್ಲಿಯೇ ಊಟ ಬಡಿಸಬಹುದಲ್ಲ ಎಂಬ ಪ್ರಶ್ನೆ ಉದ್ಭವವಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ಸತ್ಯ ಸ್ಪಷ್ಟವಾದಾಗ, ಜನಗಳು ಈ ಕುರುಡು ನಂಬಿಕೆಯಿಂದಲೂ ಹೊರಬಂದರು. ಅದೇ ತರಹ, ಉತ್ತರ ಭಾರತದ ವಿಶಾಲ ಪ್ರದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ವಾಸಿಸುತ್ತಿದ್ದ ಬಹಳ ಜನರು ಮೂಢನಂಬಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ಸಿಕ್ಕಿಹಾಕಿಕೊಂಡಿದ್ದರು. ಅವರಲ್ಲಿ ಕೆಲವರು ಈ ಮೂಢನಂಬಿಕೆಗಳಿಂದ ಹೊರಬಂದಿದ್ದಾರೆ. ಇನ್ನು ಕೆಲವರು ಇವತ್ತಿಗೂ ಸಹ ತಮ್ಮನ್ನು ಮುಕ್ತಗೊಳಿಸಿಕೊಳ್ಳಲಾಗಿಲ್ಲ; ಈಗಲೂ ಮೂಢನಂಬಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ಸಿಕ್ಕಿಹಾಕಿಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ.

ಮೂಢನಂಬಿಕೆಗಳು ಯೋಚನಾ ಶಕ್ತಿಯನ್ನೇ ನಾಶಮಾಡುತ್ತವೆ.

ವ್ಯಕ್ತಿಯು ತನ್ನನ್ನು ತಾನು ಮೂಢನಂಬಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ಮುಳುಗಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದಾಗ, ಅವನು ತನ್ನ ಸಾಮಾನ್ಯ ಜ್ಞಾನವನ್ನೂ ಉಪಯೋಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಅವನು ಸಾಮಾನ್ಯ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಿದರೆ, ಸ್ವಾರ್ಥಿ ಪುರೋಹಿತನು ಕುರುಡು ನಂಬಿಕೆಗಳಿಗೆ ಧರ್ಮಗ್ರಂಥಗಳಿಂದ ಸಮಜಾಯಿಷಿ ನೀಡಿ ನಿನ್ನ ಕುತರ್ಕ ನಿನ್ನನ್ನು ನರಕಕ್ಕೂ ನೂಕುತ್ತದೆ ಎಂದು ಅವನನ್ನು ಹೆದರಿಸುತ್ತಾನೆ. ಈ ಮೂಢನಂಬಿಕೆಯನ್ನು ಕೆಡಹುವ ಎಲ್ಲ ವೈಚಾರಿಕತೆಯನ್ನು ಕುತರ್ಕ ಎಂದು ಹೇಳಲಾಗುತ್ತದೆ. ನದಿಯಲ್ಲಿ ಸ್ನಾನ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಎಲ್ಲಾ ಪಾಪಗಳು ತೊಡೆದು ಹೋಗುವುದಾದರೆ ನೀರಿನಲ್ಲಿಯೇ ವಾಸಮಾಡುತ್ತಿರುವ ಜಲಚರಗಳಾದ ಮೀನು, ಕಪ್ಪೆ, ಆಮೆ, ಮೊಸಳೆ ಮುಂತಾದುವು ಏಕೆ ಮುಕ್ತಿ ಹೊಂದುವುದಿಲ್ಲ ಎಂಬ ಸರಳ ಸತ್ಯವನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲೂ ಈ ಭಯಭೀತನಾದ ವ್ಯಕ್ತಿ ಅಸಮರ್ಥನಾಗುತ್ತಾನೆ. ಕಳ್ಳರು, ದರೋಡೆಕೋರರು, ಕೊಲೆಗಡುಕರು, ದುಷ್ಟರು, ಲಂಪಟರು ನದಿಯಲ್ಲಿ ಸ್ನಾನಮಾಡಿ ತಮ್ಮ ಪಾಪಗಳನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುವುದಾದರೆ ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ಅವರು ಸ್ವರ್ಗದಲ್ಲಿ ಹುಟ್ಟಲು ಯೋಗ್ಯರಾಗುತ್ತಾರೆ ಎಂದು ಪರಿಗಣಿಸಬಹುದು. ಇಂಥಹ ತಪ್ಪು ನಂಬಿಕೆಗಳು ಪ್ರಚಲಿತವಾಗಿರುವುದರಿಂದ ಒಳ್ಳೆ ಕೆಲಸಗಳಿಗಿಂತ ಕೆಟ್ಟ ಕೆಲಸಗಳಿಗೇ ಉತ್ತೇಜನ ನೀಡಿದಂತಾಗುತ್ತದೆ. ಒಬ್ಬ ಮನುಷ್ಯ ಜೀವಿಯು ತನ್ನ ವರ್ತಮಾನ ಮತ್ತು ಭವಿಷ್ಯ ಎರಡನ್ನೂ ಹಾಳುಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ. ಮೂಲ ರೂಪದಲ್ಲಿರುವ ಶುದ್ಧ ಧರ್ಮ ಸ್ಥಾಪಿತಗೊಂಡಾಗ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ತನ್ನ ಈಗಿನ ಜೀವನ ಮತ್ತು ಭವಿಷ್ಯದ ಜೀವನ ಎರಡನ್ನೂ ಉತ್ತಮ ಗೊಳಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ.

**ಧಮ್ಮ ಚ ಯೆ ಅರಿಯಪ್ಪವೆದಿತೆ ರತಾ,
ಅನುತ್ತರಾ ತೆ ವಾಚಸಾ ಮನಸಾ ಕಮುನಾ ಚ
ತೆ ಸಂತಿಸೋರಚ್ಚಸಮಾಧಿಸಂಧಿತಾ,
ವಜಂತಿ ಲೋಕಮ್ ದುಭಯಮ್ ತಥಾವಿಧಾ.**

..ಉದಾತ್ತ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ತೋರಿಸುವ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ಸಾಧನ ಮಾಡುತ್ತಿರುವವರು ಆರೋಗ್ಯಕರ ದೈಹಿಕ, ಮಾನಸಿಕ ಮತ್ತು ಮೌಖಿಕ ಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾರೆ; ಅಲ್ಲದೆ ಶಾಂತತೆಯಲ್ಲಿ, ಸೌಮ್ಯತೆಯಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಏಕಾಗ್ರತೆಯಲ್ಲಿ ಸ್ಥಾಪಿತಗೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಇದರ ಫಲವಾಗಿ ಅವರು ಸತ್ತ ನಂತರ ಎರಡು ವಾಸಸ್ಥಾನಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದು ಖಚಿತ-ದೇವರಾಗಿ ಅಥವಾ ಮನುಷ್ಯರಾಗಿ ಜನ್ಮ ಪಡೆಯುತ್ತಾರೆ.

ಬೇಸಿಗೆ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ನದಿಯಲ್ಲಿ ಸ್ನಾನ ಮಾಡುವುದು

ಉಷ್ಣ ಪ್ರದೇಶದ ದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ವಾಸಿಸುವವರು ಹತ್ತಿರದ ನದಿ ಅಥವಾ ಕೆರೆಯಲ್ಲಿ ದಿನಕ್ಕೆ ಒಂದು ಸಾರಿ ಅಥವಾ ಎರಡು ಸಾರಿ ಅಥವಾ ಮೂರು ಸಾರಿ ಸ್ನಾನಮಾಡುವುದು ಅರ್ಥವಾಗುವಂತಹುದು. ಏಕೆಂದರೆ ದೇಹ ತುಂಬಾ ಬೆವರುವುದರಿಂದ, ಸ್ನಾನ ಮಾಡುವುದು ದೇಹವನ್ನು ಆರೋಗ್ಯವಾಗಿ ಮತ್ತು ಸ್ವಚ್ಛವಾಗಿಡಲು ಸಹಾಯಮಾಡುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಈ ಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ಧರ್ಮದ ಜೊತೆ ಜೋಡಿಸುವುದು, ಇದನ್ನೊಂದು ಮತಾಚರಣೆಯಾಗಿಸುವುದು ಮತ್ತು ನದಿಯಲ್ಲಿ ಸ್ನಾನಮಾಡುವುದು ಪಾಪಗಳನ್ನು ತೊಳೆಯುತ್ತದೆ ಎಂದು ಇದನ್ನೊಂದು ಮೂಢನಂಬಿಕೆಯಾಗಿ ದೃಢಗೊಳಿಸುವುದು ಕಮ್ಮ (ಕ್ರಿಯೆ ಮತ್ತು ಅದಕ್ಕೆ ಸಿಗುವ ಸರಿಯಾದ

ಫಲ) ತತ್ವದ ಮೇಲೆ ನಿಂತಿರುವ ಶುದ್ಧ ಧರ್ಮವನ್ನು ಮಲಿನಗೊಳಿಸುವತ್ತ ನಡೆಸುತ್ತದೆ.

ಇಂತಹ ನಂಬಿಕೆಗೊಳಗಾದ ದುರ್ಬಲ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ತನ್ನ ಹಿಂದಿನ ಕೆಟ್ಟ ಕೆಲಸಗಳಿಂದ ಸಂಗ್ರಹಿಸಿಟ್ಟುಕೊಂಡಿರುವ ವಿಚಾರಗಳನ್ನು ತನ್ನ ಧ್ಯಾನದ ಬಲದಿಂದ ಅಳಿಸಿಹಾಕಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ ಎಂಬ ಕೀಳರಿಮೆಗೊಳಗಾಗುತ್ತಾನೆ. ಧರ್ಮವನ್ನು ಜೀವನದ ಕಸುಬನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿರುವ ಪುರೋಹಿತರು ಇಂತಹ ಕೀಳರಿಮೆಯನ್ನು ಇನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚು ಬಲಯುತಗೊಳಿಸುತ್ತಾರೆ. ಇಲ್ಲಿ ಸ್ನಾನ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಈ ನದಿಯ ಇಂತಿಂತಹ ದೇವತೆಗಳು ಅಥವಾ ಈ ಪುಷ್ಕಣಿಯ ಇಂತಿಂತಹ ದೇವರುಗಳು ಪ್ರಸನ್ನರಾಗಿ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಪಾಪ ಕೃತ್ಯಗಳಿಂದ ಬಿಡುಗಡೆಗೊಳಿಸುತ್ತಾರೆ ಎಂದು ಆ ಪುರೋಹಿತರು ತನ್ನ ಅತಿಥೇಯನಿಗೆ ಸುಳ್ಳು ಆಶ್ವಾಸನೆ ಕೊಡುತ್ತಾರೆ. ತಳಮಳಗೊಂಡ ಮನಸ್ಸಿನ ದುರ್ಬಲ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಇಂತಹ ಆಶ್ವಾಸನೆಗಳು ತುಂಬಾ ಸಂತೋಷದಾಯಕ ಮತ್ತು ಆಕರ್ಷಕವಾಗಿ ಕಂಡು ಇಂತಹ ಮತಾಚರಣೆಗಳನ್ನೆ ಶುದ್ಧ ಧರ್ಮ ಎಂದು ಸ್ವೀಕರಿಸುತ್ತಾನೆ. ಈ ಮೂಢನಂಬಿಕೆ ಸುಲಭವಾಗಿ ಸಮಾಜದಲ್ಲಿ ಹರಡುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಬಹಳ ತಲೆಮಾರುಗಳು ಕಳೆದಂತೆ ಗಟ್ಟಿಯಾಗಿ ಬೇರುಬಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಜ್ಞಾನೋದಯ ಪಡೆದು ಪರಿಪೂರ್ಣ ಬುದ್ಧಿವಂತಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಬೆಳೆದ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಇಂತಹ ಮೂಢನಂಬಿಕೆಗಳಿಂದ ಸಮಾಜವನ್ನು ಮುಕ್ತಗೊಳಿಸುತ್ತಾನೆ ಮತ್ತು ದೈಹಿಕ ಮತ್ತು ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ಒಳ್ಳೆಯ ಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನಾಧರಿಸಿದ ಪರಿಶುದ್ಧ ಧರ್ಮವನ್ನು ಆಚರಿಸಲು ಉತ್ತೇಜಿಸುತ್ತಾನೆ.

ಬನ್ನಿ, ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳೆ; ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಅಂತಹ ಮೂಢನಂಬಿಕೆಗಳ ಮತ್ತು ಕಂದಾಚಾರಗಳ ಬಲೆಯಿಂದ ಹೊರನಡೆಯೋಣ ಮತ್ತು ಧರ್ಮದ ಆರೋಗ್ಯಕರ ಸಂಪ್ರದಾಯವನ್ನು ನಮ್ಮ ಜೀವನದ ಭಾಗ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳೋಣ ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ನೆಮ್ಮದಿ ಮತ್ತು ಸಂತೋಷಕ್ಕಾಗಿ ಕೆಲಸಮಾಡೋಣ.

ಕಲ್ಯಾಣಮಿತ್ರ

ಸತ್ಯನಾರಾಯಣ ಗೋಯಂಕ

ಧಮ್ಮವು ಹರಡಲು

(ಈ ಕೆಳಗಿನ ಬರಹವು 2012ರ ಡಿಸೆಂಬರ್ 22ರಂದು ಮಿಯನ್ಮಾರ್‌ನ ಯಾಂಗಾನ್‌ನಲ್ಲಿ ಗೋಯಂಕಾಜಿಯವರು ಮಾಡಿದ ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಭಾಷಣವನ್ನು ಆಧರಿಸಿದೆ. ಪ್ರಕಟಣೆಗಾಗಿ ಇದನ್ನು ಸಂಕ್ಷಿಪ್ತಗೊಳಿಸಿ ಸಂಪಾದಿಸಲಾಗಿದೆ.)

ನನಗೆ, ವಿಪಶ್ಯನ ಹರಡುವುದೇ ಜೀವನದ ಮುಖ್ಯ ಉದ್ದೇಶವಾಗಿದೆ ಮತ್ತು ಅದು ಹರಡುತ್ತಿದೆ. ಜಗತ್ತಿನಾದ್ಯಂತ ಈಗಾಗಲೇ 160 ವಿಪಶ್ಯನ ಧ್ಯಾನ ಕೇಂದ್ರಗಳು ಮತ್ತು ಸಾವಿರಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಆಚಾರ್ಯರಿಂದಾರ.

ಹೇಗೆ ವಿಪಶ್ಯನ ಅಷ್ಟೊಂದು ವೇಗವಾಗಿ ಹರಡುತ್ತಿದೆ. ಹೆಚ್ಚು ಜನರನ್ನು ಆಕರ್ಷಿಸುತ್ತಿದೆ ಎಂದು ನನ್ನನ್ನು ಪದೇ ಪದೇ ಕೇಳಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಒಂದು ಕಾರಣ ಎಂದರೆ ನಾವು ಯಾವುದೇ ಸಂಘಟಿತ ಧರ್ಮವನ್ನು ಬೋಧಿಸುತ್ತಿಲ್ಲ. ಯಾವಾಗಲೂ ಬುದ್ಧ ಯಾವುದೇ ಧರ್ಮವನ್ನು ಬೋಧಿಸಲಿಲ್ಲ. ಅವನು ಧರ್ಮವನ್ನು ಬೋಧಿಸಿದ ಮತ್ತು ನಾವು ಅದನ್ನೇ ಬೋಧಿಸುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ಇದು ಸಾರ್ವತ್ರಿಕ ಮತ್ತು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಿಗೂ ಒಳ್ಳೆಯದು ಎಂದು ಜನ ಕಂಡುಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಧರ್ಮದ ಅನುಯಾಯಿಗಳು ಮತ್ತು ನಾಯಕರುಗಳು ವಿಪಶ್ಯನ ಧ್ಯಾನ ಶಿಬಿರಗಳಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಿದ್ದಾರೆ ಮತ್ತು ವಿಪಶ್ಯನವು ತುಂಬಾ ಉಪಯುಕ್ತ ಎಂದು ಕಂಡುಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ.

ಮತ್ತೊಂದು ಕಾರಣ ಎಂದರೆ, ಬೋಧನೆಯು ಉಚಿತ. ಧರ್ಮ ಬೋಧನೆಗಾಗಿ ನಾವು ಯಾವಾಗಲೂ ಯಾವುದೇ ಶುಲ್ಕವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ. ಧರ್ಮ ಬೋಧನೆಗಾಗಿ ಬುದ್ಧ ಯಾವುದೇ ಶುಲ್ಕವನ್ನು ವಿಧಿಸಲಿಲ್ಲ. ಈ ಪರಂಪರೆಯ ಧರ್ಮ ಬೋಧನೆಗಾಗಿ ಯಾವುದೇ ಶುಲ್ಕವನ್ನು ವಿಧಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ವಿಪಶ್ಯನ ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಕಲಿಯಲು ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಬರುವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ವಿಪಶ್ಯನವನ್ನು ಮತ್ತು ಊಟ ಮತ್ತು ವಸತಿಯನ್ನು ಉಚಿತವಾಗಿ ಪಡೆಯುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ, ಒಂದು ಸಲ ಬೋಧನೆಯಿಂದ ಪ್ರಯೋಜನ ಪಡೆದಂಥವರು ಇತರರೂ ಪ್ರಯೋಜನ ಪಡೆಯಲಿ ಎಂಬ ಇಚ್ಛೆಯಿಂದ ಸ್ವಾಭಾವಿಕವಾಗಿ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಇದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ವಿಪಶ್ಯನವು ಹರಡುತ್ತಿದೆ.

ಮತ್ತೊಂದು ಕಾರಣ ಎಂದರೆ, ನಾವು ಜನಗಳನ್ನು ಒಂದು ಧರ್ಮದಿಂದ ಇನ್ನೊಂದು ಧರ್ಮಕ್ಕೆ ಮತಾಂತರಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ನಿಮ್ಮನ್ನು ನೀವು ಯಾವುದೇ ಹೆಸರಿನಿಂದ ಕರೆದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು, ಹಿಂದು, ಬೌದ್ಧ, ಕ್ರಿಶ್ಚಿಯನ್, ಮುಸ್ಲಿಂ ಅಥವಾ ಮತ್ಯಾವುದೇ ಹೆಸರಿನಿಂದ ಕರೆದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಅದು ಯಾವುದೇ ವ್ಯತ್ಯಾಸವನ್ನು ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ವಿಪಶ್ಯನ ಧ್ಯಾನ ಸಾಧನೆ ಮಾಡಿದರೆ, ನೀವು ಮತಾಚರಣೆಯಿಂದ, ಮೂಢನಂಬಿಕೆಗಳಿಂದ, ಸಿದ್ಧಾಂತ ಅಥವಾ ಪಂಥಗಳಿಂದ ಮುಕ್ತವಾದ ಧರ್ಮ ಸಾಧನೆ ಮಾಡುತ್ತೀರಿ.

ವಿಪಶ್ಯನ ಧ್ಯಾನ ಶಿಬಿರ ಸೇರಲು ಅದು ಜನರನ್ನು ಉತ್ತೇಜಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಯಾವಾಗ ಧ್ಯಾನ ಸಾಧನೆ ಮಾಡುತ್ತಾರೋ ಅವರು ಇಲ್ಲಿಯೇ ಮತ್ತು ಈಗಲೇ ಪ್ರಯೋಜನ ಪಡೆಯುತ್ತಾರೆ. ಅವರು ಸಾಧನೆಯ ಫಲವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಾರೆ. ಧರ್ಮ ಭೂಮಿಯಾದ ಮಿಯನ್ಮಾರ್‌ನಲ್ಲಿ ನಾನು ಹುಟ್ಟಿದ್ದು ನನಗೆ ತುಂಬಾ ಸಂತೋಷವಾಗಿದೆ. ನಾನು ಯಾವುದೇ ಪಾಸ್‌ಪೋರ್ಟ್‌ನ್ನು ಹೊಂದಿರಬಹುದು, ಅದು ನನಗೆ ಮುಖ್ಯವಲ್ಲ. ಬಹಳ ಮುಖ್ಯವಾದುದೆಂದರೆ ನಾನು ಈ ದೇಶದ ಮಗ ಮತ್ತು ನಾನು ಇಲ್ಲಿ ಸಯಾಜಿ ಉ ಬಾ ಖಿನ್‌ರವರಿಂದ ಎರಡನೇ ಹುಟ್ಟು ಪಡೆದೆ. ಅದೇ ನಿಜವಾದ ಹುಟ್ಟು. ಅದೇ ನನ್ನನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಭಿನ್ನವಾದ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನಾಗಿಸಿತು.

ನಾನು ಇಲ್ಲಿ ಧರ್ಮವನ್ನು ಪಡೆದೆ. ಅದೊಂದು ಅದ್ಭುತವಾದ ವರ. ಇದು ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಉಗಮವಾಗಿತ್ತು ಮತ್ತು ಅಲ್ಲಿ ನಶಿಸಿ ಹೋಯಿತು. ಆದರೆ, ಮಿಯನ್ಮಾರ್ ಅದನ್ನು ಪರಿಶುದ್ಧ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಕಾಪಾಡಿಕೊಂಡು ಬಂತು. ಹಾಗಾಗಿ ಇದು ಜಗತ್ತಿಗೆ ಮಿಯನ್ಮಾರ್‌ನಿಂದ ಸಿಕ್ಕ ಕೊಡುಗೆ. ಸಹಸ್ರಾರು ವರ್ಷಗಳ ಕಾಲ ಪರಿಶುದ್ಧ ಧರ್ಮವನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಂಡು ಬಂದಿದ್ದಕ್ಕಾಗಿ ಮಿಯನ್ಮಾರ್ ದೇಶಕ್ಕೆ ನೀವು ಕೃತಜ್ಞರಾಗಿರಿ ಎಂದು ನಾನು ನನ್ನ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಹೇಳುತ್ತೇನೆ. ವಿಶ್ವದಾದ್ಯಂತ ಜನಗಳು ಕಲಿಯಲಿ ಎಂದು ವಿಪಶ್ಯನವನ್ನು ಮಿಯನ್ಮಾರ್‌ನಿಂದ ಹೊರಗೆ ಹರಡಲು ಕಾರಣರಾದ ಸಯಾಜಿ ಉ ಬಾ ಖಿನ್‌ರವರಿಗೆ ಯಾವಾಗಲೂ ಕೃತಜ್ಞರಾಗಿರಿ ಎಂದು ನಾನು ಅವರಿಗೆ ಹೇಳುತ್ತೇನೆ.

ವಿಪಶ್ಯನ ಎಂದರೆ ಏನು? ನೈತಿಕ ಜೀವನ ನಡೆಸುವುದು ವಿಪಶ್ಯನ. ಯಾವ ಧರ್ಮ ಇದನ್ನು ವಿರೋಧಿಸುತ್ತದೆ? ಮತ್ತು ನೈತಿಕ ಜೀವನ ನಡೆಸಲು ನೀವು ಗಟ್ಟಿ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಹೊಂದಿರಲೇಬೇಕು. ಯಾವ ಧರ್ಮ ಇದನ್ನು ಅಲ್ಲಗಳೆಯುತ್ತದೆ? ಮತ್ತು ನೀವು ಪರಿಶುದ್ಧ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಹೊಂದಿರಬೇಕು. ಹಾಗಾಗಿ, ಶೀಲ, ಸಮಾಧಿ, ಪನ್ಯ, - ನೈತಿಕತೆ, ಏಕಾಗ್ರತೆ, ಶುದ್ಧಗೊಳಿಸುವ ಒಳನೋಟ- ಯಾರಿಗೂ ಇದಕ್ಕೆ ಯಾವುದೇ ತಕರಾರು ಇಲ್ಲ. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಇದನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸಬಹುದು.

ಒಂದು ಶಿಬಿರದ ನಂತರ ನಾನು ಮೈಗ್ರೇನ್ ತಲೆನೋವಿನಿಂದ ಬಳಲುವುದನ್ನು ಹೇಗೆ ನಿಲ್ಲಿಸಿದೆ ಮತ್ತು ಮಾರ್ಫಿನ್ ಅಪಶ್ಯಕತೆ ಬೀಳಲಿಲ್ಲ ಎಂಬುದನ್ನು ನಾನು ಪದೇ ಪದೇ ಹೇಳುತ್ತೇನೆ. ಆದರೆ, ನಾನು ಅನುಭವಿಸಿದ ಅತ್ಯಂತ ಹೆಚ್ಚಿನ ಪ್ರಯೋಜನ ಅದಲ್ಲ. ಬದಲಾಗಿ ನನ್ನ ಮನಸ್ಸು ಹೆಚ್ಚು ಶಾಂತಿಯುತವಾಯಿತು ಮತ್ತು ಸಾಮರಸ್ಯದಿಂದ ತುಂಬಿತು. ನನ್ನ ಕಾಯಿಲೆ ವಾಸಿಯಾದದ್ದು ಒಂದು ಉಪ-ಉತ್ಪನ್ನ ಅಷ್ಟೆ. ದೈಹಿಕ ಕಾಯಿಲೆ ಗುಣಪಡಿಸುವುದು ವಿಪಶ್ಯನದ ಮುಖ್ಯ ಉದ್ದೇಶ ಅಲ್ಲ. ವಿಪಶ್ಯನವು ಮಾನಸಿಕ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಆರೋಗ್ಯವಂತ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನಾಗಿಸುತ್ತದೆ. ನಿಮ್ಮ ಮನಸ್ಸು ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರಶಾಂತವಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ನಿಶ್ಚಲವಾಗುತ್ತದೆ. ನಿಮ್ಮ ಕುಟುಂಬದ ಸದಸ್ಯರೊಡನೆ ಮತ್ತು ಇತರರೊಡನೆ ಒಳ್ಳೆಯ ಸಂಬಂಧವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಾ ಸಮೃದ್ಧವಾದ ಮತ್ತು ಸಾಮರಸ್ಯದ ಜೀವನ ನಡೆಸುವಿರಿ. ವಿಪಶ್ಯನ ಒಂದು ಜೀವನ ಕ್ರಮ. ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಸಾಮರಸ್ಯದಿಂದ ಬದುಕುವುದು ಹೇಗೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಅದು ಬೋಧಿಸುತ್ತದೆ.

ಧರ್ಮವು ಹರಡಲಿ! ನನ್ನ ಮಿಯನ್ಮಾರ್ ದೇಶದ ಜನ ಧರ್ಮದ ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಫಲಗಳನ್ನು ಅನುಭವಿಸಲಿ! ವಿಶ್ವದ ಜನಗಳು ಧರ್ಮದ ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಫಲಗಳನ್ನು ಸವಿಯಲಿ! ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚು ಜನಗಳು ವಿಪಶ್ಯನದ ಲಾಭ ಪಡೆದು ತಮಗೂ ಮತ್ತು ಇತರರಿಗೂ ಒಳ್ಳೆಯದಾದ ಸಂತೋಷ ಮತ್ತು ಸಾಮರಸ್ಯದ ಬದುಕನ್ನು ಬದುಕಲಿ.

ಪ್ರಶೋತ್ತರಗಳು

(ಈ ಕೆಳಗಿನವುಗಳು 2012ರ ಡಿಸೆಂಬರ್ 22ರಂದು ಮಿಯನ್ಮಾರ್‌ನ ಯಾಂಗಾನ್‌ನಲ್ಲಿ ಗೋಯಂಕಾಜಿಯವರು ಮಾಡಿದ ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಭಾಷಣದ ಕೊನೆಯಲ್ಲಿ ಕೇಳಿದ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು ಮತ್ತು ಉತ್ತರಗಳು)

ಪ್ರಶ್ನೆ: ನಿತ್ಯ ಜೀವನದಲ್ಲಿ, ಪುಣ್ಯಗಳಿಸಲು, ಬೌದ್ಧಿಕ ಸಾಧನಗಳನ್ನು ಮಾಡಲು, ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ಸಂಪತ್ತನ್ನು ಗಳಿಸಲು, ನಾನು ಹೇಗೆ ಧ್ಯಾನ ಸಾಧನೆ ಮಾಡಬೇಕು?
ಗೋಯಂಕಾಜಿ: ನೀವು ಧ್ಯಾನ ಸಾಧನೆ ಮಾಡುವಾಗ ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ವಿಪಶ್ಯನದಿಂದ ಪ್ರಯೋಜನ ಪಡೆಯುತ್ತೀರಿ. ಆದರೆ ನೀವು ಬೇರೆಯವರಿಗೆ ಸಹಾಯಮಾಡಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದಾಗ ನೀವು ಗಳಿಸುವ ಒಳ್ಳೆಯ ಗುಣಗಳು ಲೆಕ್ಕವಿಲ್ಲದಷ್ಟಿರುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಅವು ನಿಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತವೆ.

ಪ್ರಶ್ನೆ: ವಿಪಶ್ಯನ ಸಾಧನೆ ಮಾಡುತ್ತಾ ತಮಗೆ ಅರಿವಿಲ್ಲದೆ ಸೊತಾಪನ್ನಾ (ಅಂದರೆ ನಿಬ್ಬಾಣದ ಗುರಿ ಮುಟ್ಟಿದವರು) ಆದ ಜನಗಳಿದ್ದಾರೆಯೇ? ಸಂಖ್ಯಾ-ಉಪೇಖ್ಯಾ ನಿಬ್ಬಾಣದ ಅನುಭವಕ್ಕೆ ಕೊಂಡೊಯ್ಯುವ ಹಂತ ತಲುಪಿದವರಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆಗಳಿವೆಯೇ?

ಗೋಯಂಕಾಜಿ: ಖಂಡಿತವಾಗಿ. ಸೊತಾಪನ್ನ ಗುರಿಮುಟ್ಟಲು ಜನಗಳು ಈ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ಮುಂದುವರಿಯುತ್ತಾ ಹೋಗುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಬಹಳ ಜನ ಗುರಿ ತಲುಪುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ, ಅದಕ್ಕೆ ನಾವು ಹೆಚ್ಚಿನ ಮಹತ್ವ ಕೊಡುವುದಿಲ್ಲ. ಏಕೆಂದರೆ, ವಿಪಶ್ಯನ ಸಾಧನೆಯಿಂದ ಈ ಕ್ಷಣದಲ್ಲಿ ದೊರೆಯುವ ಪ್ರಯೋಜನವನ್ನು ಜನಗಳು ಮರೆಯುತ್ತಾರೆ. ಆದ್ದರಿಂದ, ನಾನು ಹೇಳುವುದೇನೆಂದರೆ ನೀವು ಈಗಲೇ ಮತ್ತು ಇಲ್ಲಿಯೇ ಸಿಗುವ ಪ್ರಯೋಜನಗಳಿಗೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಮಹತ್ವ ಕೊಡಿ, ಮತ್ತು ನಂತರದ ಪ್ರಯೋಜನಗಳ ಬಗ್ಗೆ ನಿಶ್ಚಿಂತೆಯಿಂದಿರಿ. ಖಂಡಿತವಾಗಿ ಅವು ಮುಂದಿನ ಹಂತದಲ್ಲಿ ಬಂದೇ ಬರುತ್ತವೆ.

ಪ್ರಶ್ನೆ: ನಾನು ಯಾವಾಗಲೂ ದೇಹದ ಮೇಲಿನ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಸಂವೇದನೆಗಳನ್ನು ಅರಿಯುತ್ತಾ ಅವುಗಳ 'ಅನಿಚ್ಛೆ' (ಅಶಾಶ್ವತ) ಮತ್ತು 'ಅನತ್ತಾ' (ತಾನು ಇಲ್ಲ) ಸ್ವಭಾವವನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ. ಆದರೂ, ನಾನು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಗುರಿಯನ್ನು ತಲುಪಿಲ್ಲ. ನನ್ನಲ್ಲೇನೋ ಕೊರತೆಯಿದೆ ಎನಿಸುತ್ತದೆ. ನಾನು ಇನ್ನೂ ಏನನ್ನು ಮಾಡಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ?

ಗೋಯಂಕಾಜಿ: ನೀವು ಯಾವಾಗಲೂ ಗುರಿಯನ್ನೇ ನೋಡುತ್ತಿದ್ದರೆ, ನೀವು ಸರಿಯಾಗಿ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ನಿಮ್ಮ ಕೆಲಸ ನಿರಂತರ ಧ್ಯಾನ ಸಾಧನೆ ಮಾಡುವುದು. ಗುರಿ ತನ್ನಷ್ಟಕ್ಕೆ ತಾನೇ ಬರುತ್ತದೆ. ಗುರಿಗಾಗಿ ಆಸೆ ಪಡಬೇಡಿ.

ಪ್ರಶ್ನೆ: ವಿಪಶ್ಯನ ಸಾಧನೆ ಮಾಡುವಾಗ ನಾನು ದುಃಖ-ವೇದನಾ (ಅಹಿತಕರ ಸಂವೇದನೆಗಳು)ವನ್ನು ಗೆಲ್ಲುತ್ತೇನೆ. ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಸಂವೇದನೆಗಳನ್ನು ಅವುಗಳ ಅನಿಚ್ಛೆ ಅರಿವಿನೊಂದಿಗೆ ಗಮನಿಸಲು ನನಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ನಾನು ಬೆಳಕನ್ನು ಕಾಣುತ್ತೇನೆ. ಧ್ಯಾನ ಸಾಧನೆಯಲ್ಲಿ ನಾನು ಯಾವ ಹಂತವನ್ನು ತಲುಪಿದ್ದೇನೆ?

ಗೋಯಂಕಾಜಿ: 'ಅನಿಚ್ಛೆ', 'ಅನತ್ತಾ', 'ದುಃಖ'ದ ತಿಳುವಳಿಕೆಯೊಂದಿಗೆ ನೀವು ಸಂವೇದನೆಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸುತ್ತಿರುವಿರಂದಾದರೆ ಅದು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಸರಿಯಾಗಿಯೇ ಇದೆ. ಇದು ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಅಂತಿಮ ಗುರಿಯ ಕಡೆ ನಡೆಸುತ್ತದೆ. ಆದರೆ, ನೀವು ಅಂತಿಮ ಗುರಿಗಾಗಿ ಬಯಸಿದರೆ, ನೀವು ಸರಿಯಾಗಿ ಕೆಲಸಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ಸರಿಯಾಗಿ ಕೆಲಸಮಾಡಿ ಮತ್ತು ಫಲಾಫಲಗಳನ್ನು ಧರ್ಮಕ್ಕೆ ಬಿಡಿ.

ಪ್ರಶ್ನೆ: ನಿಮ್ಮ ನಂತರದಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ನೀವು ಬಿಟ್ಟು ಹೋಗುತ್ತಿರುವುದನ್ನು ಹೇಗೆ ನಡೆಸಿಕೊಂಡು ಹೋಗಬೇಕೆಂದು ಇಚ್ಛಿಸುತ್ತೀರಿ? ನೀವು ಪೂರೈಸದೇ ಇರುವ ನಿಮಗೋಸ್ಕರ ನಾವು ಮಾಡಬೇಕಾದ್ದು ಏನಾದರೂ ಇದೆಯೇ?

ಗೋಯಂಕಾಜಿ: ಧರ್ಮ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಅದರ ಬಗ್ಗೆ ನಾವು ಚಿಂತಿಸುವ ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲ. ನಾನು ಧರ್ಮ ಬೋಧನೆ ಮಾಡುತ್ತಿರುತ್ತೇನೆ ಮತ್ತು ಯಾರು ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ಪ್ರಗತಿ ಹೊಂದುತ್ತಾರೋ ಅವರು ಮುಂದುವರಿಸಿಕೊಂಡು ಹೋಗುತ್ತಾರೆ. ಈಗಲೂ ಸಹ ಬಹಳ ಜನ ಮುಂದುವರಿಸಿಕೊಂಡು ಹೋಗುತ್ತಿದ್ದಾರೆ ಮತ್ತು ನನಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಬಹುಶಃ ನನ್ನ ಅನುಪಸ್ಥಿತಿಯಿಲ್ಲದೇ ಮುಂದುವರಿಯುತ್ತದೆ.

ಪ್ರಶ್ನೆ: ಈಗ ವಿಶ್ವದೆಲ್ಲೆಡೆ ಬಹಳ ವಿಪಶ್ಯನ ಧ್ಯಾನ ಕೇಂದ್ರಗಳಿವೆ. ಆದರೂ ದುಃಖ, ಹೋರಾಟ, ಯುದ್ಧ ಮುಂತಾದವು ಹೆಚ್ಚುತ್ತಿವೆ. ವಿಪಶ್ಯನದಲ್ಲೇನಾದರೂ ತಪ್ಪಿದೆಯೇ? ವಿಶ್ವವನ್ನು ಶಾಂತಿಯುತವಾಗಿ ಮಾಡಲು ವಿಪಶ್ಯನಕ್ಕೆ ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲವೇ? ನಾವು ಯುದ್ಧಗಳನ್ನು ತಡೆಯಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗದಿದ್ದರೆ ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ಭವಿಷ್ಯ ನಾಶವಾಗುತ್ತದೆ. ನಾವು ಇನ್ನೂ ಏನನ್ನು ಮಾಡಬಹುದು?

ಗೋಯಂಕಾಜಿ: ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಒಳಗೆ ಶಾಂತಿಯಿದ್ದರೆ, ವಿಶ್ವದಲ್ಲಿ ಶಾಂತಿ ಇದ್ದೇ ಇರುತ್ತದೆ. ಆಂತರ್ಯದಲ್ಲಿ ಶಾಂತಿಯಿಲ್ಲದಿದ್ದರೆ, ವಿಶ್ವದಲ್ಲಿ ನೀವು ಶಾಂತಿಯನ್ನು ನಿರೀಕ್ಷಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ವಿಪಶ್ಯನವು ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಒಳಗೆ ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಬೋಧಿಸುತ್ತದೆ. ಅದು ವಿಶ್ವದೆಲ್ಲೆಡೆ ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಹರಡುತ್ತದೆ.

ಈ ರೀತಿಯ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಂದ ನಿಮ್ಮ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಗೊಂದಲಕ್ಕೀಡು ಮಾಡುವುದಕ್ಕಿಂತ ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಿರಿ ಮತ್ತು ನೀವು ಅದರಿಂದ ಪ್ರಯೋಜನ ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳಿ. ನೀವು ಪ್ರಯೋಜನ ಪಡೆದರೆ ಇತರರೂ ಪ್ರಯೋಜನ ಪಡೆಯುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು

ಇದೇ ರೀತಿ ಶಾಂತಿ ನೆಲಸುತ್ತದೆ. ಹೆಚ್ಚು ಜನರು ವಿಪಶ್ಯನ ಧ್ಯಾನ ಸಾಧನೆ ಮಾಡಿದರೆ, ವಿಶ್ವ ಶಾಂತಿಯ ಸಾಧ್ಯತೆ ಹೆಚ್ಚುತ್ತದೆ. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯಲ್ಲೂ ಶಾಂತಿಯಿರದಿದ್ದರೆ ವಿಶ್ವಶಾಂತಿ ಇರಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚು ಜನರು ವಿಪಶ್ಯನ ಧ್ಯಾನ ಸಾಧನೆ ಮಾಡಿದರೆ ಮತ್ತು ಹೆಚ್ಚು ಜನರು ಶಾಂತಿಯುತ ಜೀವನ ನಡೆಸಿದರೆ, ನಾವು ವಿಶ್ವಶಾಂತಿಯ ಹತ್ತಿರಕ್ಕೆ ಹೋಗುತ್ತೇವೆ. ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಕೆಲಸ ಎಂದರೆ ಯಾರೂ ವಿಪಶ್ಯನ ಶಿಬಿರಗಳಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಿದ್ದಾರೋ ಅವರು ಆ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ಮುನ್ನಡೆಯುತ್ತಿರಬೇಕು. ಯಾರೂ ವಿಪಶ್ಯನ ಶಿಬಿರಗಳಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಿಲ್ಲವೋ ಅವರು 10 ದಿನದ ಶಿಬಿರದಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಬೇಕು ಮತ್ತು ಅದರ ಫಲಿತಾಂಶ ನೋಡಬೇಕು. ಫಲಿತಾಂಶ ಯಾವಾಗಲೂ ನಿಚ್ಚಳವಾಗಿದೆ ಮತ್ತು ಯಾವಾಗಲೂ ಒಳ್ಳೆಯದಿದೆ. ಧ್ಯಾನ ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಿರಿ ಮತ್ತು ಇತರರೂ ಧ್ಯಾನ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ಪ್ರಗತಿ ಹೊಂದಲು ಸಹಾಯಮಾಡಿ.

ವಿವಿಧ ರೀತಿಯ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಕೊಳ್ಳುವ ಬದಲು, ಧ್ಯಾನ ಸಾಧನೆ ಮಾಡಿ! ನಿಮ್ಮ ಒಳ್ಳೆಯದಕ್ಕಾಗಿ ಧ್ಯಾನ ಸಾಧನೆ ಮಾಡಿರಿ. ಇತರರ ಒಳ್ಳೆಯದಕ್ಕಾಗಿ ಧ್ಯಾನ ಸಾಧನೆ ಮಾಡಿರಿ. ಇಡೀ ದೇಶದ ಒಳಿತಿಗಾಗಿ ಧ್ಯಾನ ಸಾಧನೆ ಮಾಡಿರಿ, ಇಡೀ ವಿಶ್ವದ ಒಳಿತಿಗಾಗಿ ಧ್ಯಾನ ಸಾಧನೆ ಮಾಡಿರಿ. ಸಾಧನೆ ಮಾಡಿ, ಸಾಧನೆ ಮಾಡಿ, ಸಾಧನೆ ಮಾಡಿ.

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, 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, ಆಲೂರು, ದಾಸನಪುರ ಹೋಬಳಿ, ಬೆಂಗಳೂರು. ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಹೆದ್ದಾರಿ-4ರಲ್ಲಿ, ಹಿಮಾಲಯ ಡ್ರಗ್ ಕಂಪನಿಯ ಹತ್ತಿರ ಇಳಿದು ಅದರ ಎದುರು ರಸ್ತೆಯಲ್ಲಿ ಮಾಕಳಿ ಕ್ರಾಸ್ ಬಂದರೆ ಆಟೋರಿಕ್ಷಾ ಸಿಗುತ್ತವೆ. **ಬೆಂಗಳೂರು ಸಿಟಿ (ಕೆಂಪೇಗೌಡ) ಬಸ್ ನಲ್ಯಾಣದಿಂದ ನಗರ ಸಾರಿಗೆ ಬಸ್ ಸಂಖ್ಯೆ:** 256, 258, 258ಸಿ. **ದೂರ:** 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 ಬೋತ್ರಾ-93412 22999, ಸಾಸ್ತಿ-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 ತುಕಾರಾಮ್-97433 63339, ಶ್ರೀ ಪವನ್‌ಕುಮಾರ್-77607 52220

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

ಗೌರವ ಸಂಪಾದಕರು: ಜಿ.ಟಿ. ಗೋವಿಂದಪ್ಪ. ಪ್ರಕಾಶಕರು: ಕರ್ನಾಟಕ ವಿಪಶ್ಯನ ಪ್ರಚಾರ ಸಮಿತಿ, ಬೆಂಗಳೂರು. ಮುದ್ರಣ: ಐರಣಿ ಆಫ್‌ಸೆಟ್ ಪ್ರಿಂಟರ್ಸ್, ದಾವಣಗೆರೆ. ಮುದ್ರಿತ ವಿಷಯ ತೆರೆದ-ಅಂಚೆ

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

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 11 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

ಕರ್ನಾಟಕದಲ್ಲಿ ಮಕ್ಕಳ ಶಿಬಿರಗಳು

ಪ್ರತಿ ತಿಂಗಳು ಒಂದು ಭಾನುವಾರ, ಧಮ್ಮ ಪಘುಲ್ಲಾ, ಬೆಂಗಳೂರು. ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಮಕ್ಕಳಿಗಾಗಿ ಇಂಗ್ಲೀಷ್ ಮತ್ತು ಕನ್ನಡ ಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ 70 ನಿಮಿಷದ ಆನಾಪಾನ ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಹೇಳಿಕೊಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ಏಪ್ರಿಲ್, ಮೇ, ಜೂನ್ ಮತ್ತು ಜುಲೈ ಈ ನಾಲ್ಕು ತಿಂಗಳಲ್ಲಿ 1020 ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಬೆಂಗಳೂರಿನಲ್ಲಿ ಆನಾಪಾನ ಹೇಳಿಕೊಡಲಾಗಿದೆ. ಸಂಪರ್ಕ ಸಂಖ್ಯೆಗಳು: 9880421155 / 9480581708

ಧಮ್ಮ ಸೇತು, ಚೆನ್ನೈ (ತಮಿಳುನಾಡು)

10 ದಿನದ ಶಿಬಿರಗಳು: 13 ರಿಂದ 24, 3 ರಿಂದ 14 ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್, 22-8 ರಿಂದ 2-11, 12 ರಿಂದ 23-11, 26-11 ರಿಂದ 7-12, 10 ರಿಂದ 21-12, 24-12 ರಿಂದ 4-1-2015. **ಸತಿಪಠಾನ ಶಿಬಿರಗಳು:** 18 ರಿಂದ 26-9. **3 ದಿನದ ಶಿಬಿರಗಳು:** 28 ರಿಂದ 31-8, 6 ರಿಂದ 9-11. **1 ದಿನದ ಶಿಬಿರಗಳು:** 3-8, 7-9, 5-10, 2-11, 7-12. **ಮಕ್ಕಳ ಶಿಬಿರ:** 28-12. **ಧೀರ್ಘ ಶಿಬಿರಗಳು:** 20 ದಿನ 18-9 ರಿಂದ 9-10, 30 ದಿನ 18-9 ರಿಂದ 19-10. **ಸಂಪರ್ಕ ವ್ಯಕ್ತಿ:** ಎಸ್.ಕೆ. ಗೋಯೆಂಕಾ, ದೂರ: (044) 4340-7000, 4340-7001, ಮೊಬೈಲ್: 98407 55555. ಫ್ಯಾಕ್ಸ್: 4201-1177, ಇ-ಮೇಲ್: skgoenka@kgiclothing.in; skgoenka@gogo garmens.in **ಕೋರ್ಪೊರೇಷನ್ ಮಾಹಿತಿ ಮತ್ತು ನೋಂದಣಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ:** 94444 62583, 94422 87592, 90426 32889, 80157 56339, 99404 67453. (ಸಮಯ: ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 10 ರಿಂದ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 1ರವರೆಗೆ ಮತ್ತು ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 2 ರಿಂದ ಸಂಜೆ 5ರವರೆಗೆ)

ಧಮ್ಮ ಖೇತ್, ಹೈದರಾಬಾದ್ (ಆಂಧ್ರ ಪ್ರದೇಶ)

10 ದಿನದ ಶಿಬಿರಗಳು: 6 ರಿಂದ 17-8, 7 ರಿಂದ 18-10, 20 ರಿಂದ 31-10, (ಹಳೆಯ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಮಾತ್ರ 5 ರಿಂದ 16-11) **1 ದಿನದ ಶಿಬಿರಗಳು:** ಪ್ರತಿ ಭಾನುವಾರ, **ಶಿಕ್ಷಕರ ಸ್ವ-ಶಿಬಿರ:** 1 ರಿಂದ 16-11. **ಧೀರ್ಘ ಶಿಬಿರಗಳು:** 30 ದಿನ: 21-8 ರಿಂದ 21-9. 45 ದಿನ: 21-8 ರಿಂದ 6-10. **ವಿಳಾಸ:** ವಿಪಶ್ಯನ ಅಂತರರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಧ್ಯಾನ ಮಂದಿರ, ಮೈಲ್ ಸ್ಟೋನ್, ನಾಗರ್ಜುನ ಸಾಗರ ರಸ್ತೆ, ಕುಸುಮ ನಗರ, ವನಸ್ತಾಲೀಪುರಂ, ಹೈದರಾಬಾದ್-500070. ದೂರ: (040) 2424-0290, 32460762, 09491594247, ಫ್ಯಾಕ್ಸ್: 2424-1746.