



ಕನ್ನಡ ಮಾಸಪತ್ರಿಕೆ, 10 ಮಾರ್ಚ್ 2016, ಬೆಂಗಳೂರು, ಸಂಪುಟ 1, ಸಂಚಿಕೆ 11, ಪುಟಗಳು-4. ಸಂಪಾದಕರು : ಜಿ.ಟಿ.ಗೋವಿಂದಪ್ಪ
Kannada monthly, 10 March 2016, Bengaluru, Vol. 1, No.11, 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

ಯೋಗಾ ವೇ ಜಾಯತೀ ಭೂರಿ, ಅಯೋಗ ಭೂರಿಸಂಖಯೋಃ;
ಏತಂ ದ್ವೇಧಾಪಥಂ ಇತ್ಯಾ, ಭವಾಯ ವಿಭವಾಯ ಚ,
ತಥತ್ತಾನಂ ನಿವೇಸೇಯ್ಯ, ಯಥಾ ಭೂರಿ ಪವಡ್ಧತಿ.

ಜ್ಞಾನವು ಧ್ಯಾನದಿಂದ ಹುಟ್ಟುತ್ತದೆ. ಧ್ಯಾನವಿಲ್ಲದಿದ್ದರೆ, ಜ್ಞಾನವು ನಶಿಸುತ್ತದೆ. ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ಮತ್ತು ನಾಶದ ಈ ಎರಡೂ ಮಾರ್ಗಗಳನ್ನು ಅರಿತವನಾಗಿ ಒಬ್ಬನು ತನ್ನನ್ನು ತಾನು ಜ್ಞಾನದ ಬೆಳವಣಿಗೆ ಹಾದಿಯಲ್ಲಿ ನಡೆಸಿಕೊಳ್ಳಲಿ.

ಧಮ್ಮಪದ -282

ಸ್ವಾವಲಂಬಿಗಳಾಗಿ

ಆಚಾರ್ಯ ಎಸ್.ಎನ್. ಗೋಯಂಕ (1924-2013)

(ಅಕ್ಟೋಬರ್ 26, 2003ರಲ್ಲಿ, ಹಿಂದೂ ಹೊಸವರ್ಷದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ, ಮುಂಬೈನ ಜಮುನಾ ಭಾಯ್ ನಾರ್ಸಿ ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಹಳೆಯ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಗೋಯಂಕಾಜಿಯವರು ಹಿಂದಿಯಲ್ಲಿ ಮಾಡಿದ ಭಾಷಣವನ್ನು ಇಂಗ್ಲಿಷ್‌ಗೆ ಭಾಷಾಂತರಿಸಿ ಮಾರ್ಪಾಡುಗಳೊಂದಿಗೆ ಏಪ್ರಿಲ್ 5, 2004ರ ಇಂಗ್ಲಿಷ್ ವಿಪಶ್ಯನ ವಾರ್ತಾ ಪತ್ರದಲ್ಲಿ ಪ್ರಕಟಿಸಲಾಗಿತ್ತು. ಇದು ಅದರ ಕನ್ನಡಾನುವಾದ.)

ಹೊಸ ವರ್ಷದ ಸಾಮೂಹಿಕ ಸಾಧನೆಯಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಲು ನೀವೆಲ್ಲಾ ಇಲ್ಲಿ ಸೇರಿದ್ದೀರಿ. ಸಾಮೂಹಿಕ ಸಾಧನೆ ಮುಖ್ಯ, ಹೊಸ ವರ್ಷವಲ್ಲ ಎಂಬುದನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ. ಪ್ರತಿ ದಿನ, ಪ್ರತಿ ಕ್ಷಣವೂ ಅಷ್ಟೇ ಮುಖ್ಯ. ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಕ್ಷಣಕ್ಕೂ ನಾವು ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆಯನ್ನು ಕೊಡಬೇಕು; ನಾವು ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆಯನ್ನು ಕೊಡಬೇಕು. ನೀವೆಲ್ಲಾ ಗುಂಪಾಗಿ ಇಲ್ಲಿ ಸೇರಿರುವುದು ಒಳ್ಳೆಯದು. **“ಸಮಗ್ಗಾನಮ್ ತಪೋ ಸುಖೋ.”** ಅಂದರೆ, ಒಟ್ಟಾಗಿ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವುದರಲ್ಲಿ ಬಹಳ ಸುಖವಿದೆ ಎಂದು ಬುದ್ಧ ಹೇಳಿದ. ಅಷ್ಟಕ್ಕೂ ಸುಖ ಎಂದರೆ ಏನು? ದುಃಖವನ್ನು ತೆಗೆದು ಹಾಕಿದಾಗ ಅಲ್ಲಿ ಸುಖವಿದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ, ದುಃಖವನ್ನು ತೆಗೆದು ಹಾಕಲು ನಾವು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ.

ದುಃಖಕ್ಕೆ ಕಾರಣ ಏನು? ನಿಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನ ಮಲಿನತೆಗಳೇ ದುಃಖಕ್ಕೆ ಕಾರಣ. ದುಃಖದ ಕಾರಣವನ್ನು ನಿಮ್ಮಿಂದ ಹೊರಗೆ ಹುಡುಕುತ್ತಾ ಮತ್ತು ಈ ಹೊರಗಿನ ಕಾರಣವನ್ನು ತೊಡೆದು ಹಾಕಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಾ ನೀವು ಇಡೀ ಜೀವನವನ್ನೇ ಕಳೆಯುತ್ತೀರಿ. ಹೊರಗಿನ ಕಾರಣ ಏನೇ ಇರಲಿ, ದುಃಖ ನಿಮ್ಮೊಳಗೆ ಹುಟ್ಟುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ವಿಪಶ್ಯನದ ಅಭ್ಯಾಸದಿಂದ ಕಂಡುಕೊಳ್ಳುತ್ತೀರಿ. ದುಃಖ ಯಾಕೆ ಬಂದಿದೆ? ಏಕೆಂದರೆ ನಿಮ್ಮೊಳಗೆ ನೀವು ಮನಸ್ಸಿನ ಮಲಿನತೆಯನ್ನು ಉತ್ಪತ್ತಿ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿದ್ದೀಯೆ. ಮನಸ್ಸಿನ ಮಲಿನತೆಯನ್ನು ನೀವು ಉತ್ಪತ್ತಿ ಮಾಡಿಕೊಂಡ ತಕ್ಷಣ ದುಃಖ ಬರುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಮಲಿನತೆಗಳನ್ನು ಉತ್ಪತ್ತಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನು ನೀವು ಬಲಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೀರಿ. ಅಂತಹ ಸಂದರ್ಭಗಳು ಪದೇ ಪದೇ ಬರುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ನೀವು ಮಲಿನತೆಗಳನ್ನು ಉತ್ಪತ್ತಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತೀರಿ ಮತ್ತು ದುಃಖವನ್ನು ದ್ವಿಗುಣಗೊಳಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೀರಿ. ಈ ದುಃಖದಿಂದ ನಿಮ್ಮನ್ನು ನೀವು ಬಿಡುಗಡೆಗೊಳಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಹೇಗೆ?

ನಿಮ್ಮ ದುಃಖಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾದ, ನಿಮ್ಮ ಹೊರಗಿನ, ಮೇಲ್ನೋಟದ ಕಾರಣವನ್ನು ತೊಡೆದು ಹಾಕಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುವುದು ತಪ್ಪಲ್ಲ. ಆದರೆ ನಿಮ್ಮೊಳಗೇ ಇರುವ ಕಾರಣವನ್ನು ತೊಡೆದು ಹಾಕುವುದು ಬಹಳ

ಮುಖ್ಯ. ಒಂದು ಕಾರಣಕ್ಕೆ ಅಥವಾ ಮತ್ತೊಂದು ಕಾರಣಕ್ಕೆ ನಮ್ಮೊಳಗೆ ಮಲಿನತೆಗಳನ್ನು ಉತ್ಪತ್ತಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ ಅಭ್ಯಾಸವು ಸದಾ ದುಃಖದಲ್ಲಿರುವ ಗೀಳಾಗಿ ಪರಿಣಮಿಸಿಬಿಡುತ್ತದೆ. ದುಃಖದಿಂದ ಮುಕ್ತರಾಗಲು ನೀವು ಇಚ್ಛಿಸುತ್ತೀರಿ; ಆದರೆ ಅದಕ್ಕೆ ಬದಲಾಗಿ, ಹಿತಕರವಾದ ಸಂವೇದನೆಗಳಿಗೆ ಕಟ್ಟಾಸೆಯ ಮತ್ತು ಅಂಟಿಕೊಳ್ಳುವ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ಮಾಡುತ್ತೀರಿ. ಮತ್ತು ಅಹಿತಕರ ಸಂವೇದನೆಗಳಿಗೆ ದ್ವೇಷದಿಂದ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸುವ ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನು ನೀವು ಬೆಳೆಸಿಕೊಂಡಿದ್ದೀರಿ. ಅಭ್ಯಾಸ ಕ್ರಮ ಹಗಲು-ರಾತ್ರಿ ಮುಂದುವರಿಯುತ್ತದೆ. ನೀವು ಗಾಢ ನಿದ್ರೆಯಲ್ಲಿದ್ದಾಗಲೂ ಶರೀರದಲ್ಲಿ ಸಂವೇದನೆ ಬರುತ್ತದೆ; ಆ ಸಂವೇದನೆ ಅಹಿತಕರವಾಗಿದ್ದರೆ, ದ್ವೇಷದಿಂದ ನೀವು ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸುತ್ತೀರಿ; ಅದು ಹಿತಕರವಾಗಿದ್ದರೆ ಕಟ್ಟಾಸೆಯಿಂದ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸುತ್ತೀರಿ. ಇದು ಎಲ್ಲಾ ಸಮಯದಲ್ಲೂ, 24 ಗಂಟೆಯೂ ಮುಂದುವರಿಯುತ್ತದೆ.

ಸಂವೇದನೆ ಹಿತಕರವಾಗಿರಲಿ, ಅಹಿತಕರವಾಗಿರಲಿ ಅಥವಾ ತಟಸ್ಥವಾಗಿರಲಿ, ಯಾವುದೇ ಮಲಿನತೆಗಳನ್ನು ಉತ್ಪತ್ತಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳದೆ ಎಚ್ಚರದಿಂದ ಈ ಸಂವೇದನೆಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸುವುದನ್ನು ನೀವು ಕಲಿಯುತ್ತೀರಿ.

ಎಷ್ಟೊಂದು ಜನ್ಮಗಳಿಂದ ನೀವು ಮಲಿನತೆಗಳ ದಾಸರಾಗಿದ್ದೀರಿ! ಈಗಲೂ, ಈ ಜನ್ಮದಲ್ಲಿಯೂ ಈ ದಾಸ್ಯತ್ವ ಮುಂದುವರಿಯುತ್ತಿದೆ. ಇದು ಮುಂದುವರಿಯಬಾರದು. ಇದುವರೆಗೂ ಆಗಿರುವುದೇ ಸಾಕು! ನೀವು ತುಂಬಾ ಅದೃಷ್ಟವಂತರು. ಮಲಿನತೆಗಳನ್ನು ಉತ್ಪತ್ತಿಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ ಅಭ್ಯಾಸದಿಂದ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಮುಕ್ತಗೊಳಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಈ ಮಾರ್ಗವನ್ನು, ಮುಕ್ತಿಯ ಮಾರ್ಗವಾದ ವಿಪಶ್ಯನವನ್ನು ಪಡೆದಿದ್ದೀರಿ. ಅದನ್ನು ನೀವು ಸರಿಯಾಗಿ ಉಪಯೋಗಿಸಿಕೊಳ್ಳದಿದ್ದರೆ, ಮೂರ್ಖರಾಗುತ್ತೀರಿ. ಈ ಮೂರ್ಖತನದಿಂದ ಹೊರಬನ್ನಿ. ಪರಿಶುದ್ಧ ರೂಪದಲ್ಲಿ ವಿಪಶ್ಯನವನ್ನು ನೀವು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡರೆ ಈ ತಪ್ಪನ್ನು ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ.

ಈ ಮಲಿನತೆಗಳ ವಿರುದ್ಧವಾಗಿ ನೀವೇ ಸ್ವತಃ ಹೋರಾಟ ಮಾಡಬೇಕು. ನೀವು ಅವುಗಳನ್ನು ಸೋಲಿಸಬೇಕು ಮತ್ತು ಅಳಿಸಿ ಹಾಕಬೇಕು. ಅಹಂಕಾರ ಉತ್ಪತ್ತಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳದೇ ನೀವು ಇದನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು. ಅಹಂಕಾರವನ್ನು ಏಕೆ ಉತ್ಪತ್ತಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು? ನಿಮ್ಮ ಕೈಗಳು ಅಥವಾ ಶರೀರಗಳು ಮಲಿನವಾದರೆ, ತಕ್ಷಣ ನೀವು ಅವುಗಳನ್ನು ತೊಳೆಯುತ್ತೀರಿ. ನಿಮ್ಮ ಕೈಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಶರೀರವನ್ನು ಸ್ವಚ್ಛಗೊಳಿಸಿ-ಕೊಂಡಿದ್ದೀರೆಂದು ಜಂಬ ಪಡುವುದಿಲ್ಲ. ಅವುಗಳು ಕೊಳೆಯಾದರೆ, ಅವುಗಳನ್ನು ಮತ್ತಾರು ಸ್ವಚ್ಛಗೊಳಿಸುತ್ತಾರೆ? ಅದೇ ತರಹ, ಮನಸ್ಸು

ಮಲಿನಗೊಂಡರೆ, ಅದನ್ನು ಸ್ವಚ್ಛಗೊಳಿಸುವುದು ನಿಮ್ಮ ಜವಾಬ್ದಾರಿ. ಅಹಂ ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಪ್ರಶ್ನೆಯೇ ಇಲ್ಲ.

ಮನಸ್ಸನ್ನು ಮಲಿನಗೊಳಿಸಿಕೊಂಡದ್ದಕ್ಕೆ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ತಾವೇ ಹೊಣೆಗಾರರು ಎಂಬುದನ್ನು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ಧ್ಯಾನ ಸಾಧಕನೂ ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಯಾವುದೇ ಹೊರಗಿನ ಶಕ್ತಿ ಅಥವಾ ಕಣ್ಣಿಗೆ ಕಾಣದ ಶಕ್ತಿ ಕಾರಣವಲ್ಲ. ಕಣ್ಣಿಗೆ ಕಾಣದ ಯಾವುದೇ ಜೀವಿ ಯಾಕೆ ಜನಗಳ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಮಲಿನಗೊಳಿಸಿ ಅವರನ್ನೇಕೆ ದುಃಖಿತರನ್ನಾಗಿ ಮಾಡುತ್ತದೆ? ಅಜ್ಞಾನದಿಂದಾಗಿ ನಾವು ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಮಲಿನತೆಗಳನ್ನು ಉತ್ಪತ್ತಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ಇದನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡು ಯಾವುದೇ ಹೊಸ ಮಲಿನತೆ ಬರಲು ಬಿಡಬೇಡಿ ಮತ್ತು ಹಳೆಯವುಗಳನ್ನು ಅಳಿಸಿ ಹಾಕಿ ದುಃಖದಿಂದ, ಬಂಧನದಿಂದ ಹೊರಬನ್ನಿ ಮತ್ತು ಮುಕ್ತಿಯ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ಮುಂದುವರಿಯಿರಿ. ಇದು ಪ್ರಕೃತಿಯ ನಿಯಮವಾಗಿದೆ.

ಪ್ರಾಚೀನ ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಈ ನಿಯಮವನ್ನು 'ರಾ', ಅಂದರೆ, ಧಮ್ಮದ ತಿರುಳು, ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತಿತ್ತು. ನಿಮ್ಮ ಮನಸ್ಸನ್ನು ನೀವು ಮಲಿನಗೊಳಿಸಿಕೊಂಡರೆ ನೀವು ದುಃಖಿತರಾಗುವುದು ಖಚಿತ. ಈ ಮಲಿನತೆಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಹಾಕಿದರೆ, ನೀವು ಸುಖಿಗಳಾಗುವುದು ಖಚಿತ. ಈ ಪ್ರಕೃತಿಯ ನಿಯಮ ಬದಲಾಗದೇ ಇರುವಂಥದ್ದು. ಇದನ್ನು ಯಾರೂ ಬದಲಾವಣೆ ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ನೀವು ದುಃಖದ ಬೀಜ ಬಿತ್ತಿದರೆ, ಫಲವೂ ಸಹ ದುಃಖದ್ದಾಗಿರುತ್ತದೆ. ನೀವು ಸಂತೋಷದ ಬೀಜ ಬಿತ್ತಿದರೆ, ಫಲವೂ ಸಂತೋಷದಾಯಕ ಆಗಿರುತ್ತದೆ. ಎಷ್ಟೊಂದು ಸರಳ, ಆದರೂ ನಾವು ಅದನ್ನು ಮರೆಯುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ಈ ಸರಳ ನಿಯಮವನ್ನು ಮರೆತದ್ದರಿಂದ, ಭಾರತದಲ್ಲಿ ವಿಪಶ್ಯನ ಧ್ಯಾನ ಇಲ್ಲದಂತಾಯಿತು.

ಅದು ಮರೆಯಾದುದಕ್ಕೆ ಅನೇಕ ಕಾರಣಗಳಿದ್ದವು. ಒಂದು ಕಾರಣ ಎಂದರೆ, ಯಾರಾದರೂ ನಮಗೆ ಆಶೀರ್ವದಿಸುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಮುಕ್ತಿ ನೀಡುತ್ತಾರೆ ಎಂಬ ನಂಬಿಕೆ. ನಿಮಗೆ ನೀವೇ ಮೋಸ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾ ಇಡೀ ಜೀವನವನ್ನೇ ಕಳೆಯಬಹುದು. ಯಾರಾದರೂ ನಿಮ್ಮನ್ನೇ ಏಕೆ ಆಶೀರ್ವದಿಸಬೇಕು ಮತ್ತು ಬೇರೆಯವರನ್ನು ಏಕೆ ಆಶೀರ್ವದಿಸಬಾರದು? ಅಂತಹ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಸರ್ವಶಕ್ತ ಮತ್ತು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಕರುಣಾಮಯಿ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಮುಕ್ತಿ ಕೊಡುವ ವ್ಯಕ್ತಿ ಎಲ್ಲರನ್ನೂ ಮುಕ್ತಗೊಳಿಸುವ ಶಕ್ತಿ ಪಡೆದಿಲ್ಲ ಅಥವಾ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಅವನಲ್ಲಿ ಕರುಣೆಯಿಲ್ಲ. ಈ ಎರಡರಲ್ಲಿ ಒಂದು ಸಾಧ್ಯತೆ ಇದೆ. ಯಾವುದೋ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಸ್ತೋತ್ರ ಮಾಡಿದ್ದೀರಿ, ಅವನ ದಾಸಾನುದಾಸರಾಗಿದ್ದೀರಿ, ಅವನನ್ನು ದೈವತ್ವಕ್ಕೇರಿಸಿದ್ದೀರಿ, ಅವನನ್ನು ಪೂಜಿಸಿದ್ದೀರಿ ಎಂಬ ಕಾರಣಕ್ಕೆ ಅವನು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಮುಕ್ತಗೊಳಿಸುತ್ತಾನೆ ಎಂದು ನಂಬಿ ಧಮ್ಮವನ್ನು ಮರೆಯುತ್ತೀರಿ ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮನ್ನು ನೀವೇ ಮೋಸಗೊಳಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೀರಿ. ನಿಮ್ಮ ಸ್ತೋತ್ರವನ್ನು ಮತ್ತು ಮಿತಿ ಮೀರಿದ ಹೊಗಳಿಕೆಯನ್ನು ಕೇಳಿ ಮಹದಾನಂದ ಹೊಂದುವವನು ಇವನಂತಹ ಮುಕ್ತಿದಾತ!

ನಿಮ್ಮ ಮಲಿನತೆಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಹಾಕುವುದು ನಿಮ್ಮ ಜವಾಬ್ದಾರಿ ಎಂಬುದನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ. ಯಾರಾದರೂ ಕರುಣೆಯಿಂದ ದಾರಿ ತೋರಿಸಿ ನಿಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಬಹುದು. ತಮ್ಮ ಜೀವನವನ್ನು ಪ್ರಕೃತಿಯ ನಿಯಮಕ್ಕನುಸಾರವಾಗಿ ಅಥವಾ ಸರ್ವಶಕ್ತನಾದ ದೇವರ ನಿಯಮಕ್ಕನುಸಾರವಾಗಿ ರೂಪಿಸಿಕೊಂಡು ತಮ್ಮನ್ನು ತಾವೇ ಬಿಡುಗಡೆಗೊಳಿಸಿ ಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಎಂಬುದನ್ನು ಅರಿಯಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದಾಗ ಜನಗಳು ಧಮ್ಮ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ, ಮುಕ್ತಿ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ನಡೆಯಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಜನಗಳು ಇದನ್ನು ಅರಿಯಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದಾಗ ಪುರೋಹಿತರು ತಮ್ಮ ಪ್ರಭಾವ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆಂದು ಭಯ ಬೀಳುತ್ತಾರೆ. ತಮ್ಮನ್ನು ತಾವೇ ಮುಕ್ತಗೊಳಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯ ಎಂಬುದನ್ನು ಜನಗಳು ಅರಿತಾಗ ಪುರೋಹಿತರು "ನಿಮ್ಮನ್ನು ನೀವು ಮುಕ್ತಗೊಳಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ, ಏಕೆಂದರೆ ನೀವು ಬಹಳ ದುರ್ಬಲರಾಗಿದ್ದೀರಿ, ಬಹಳ ಮಲಿನಗೊಂಡಿದ್ದೀರಿ. ನಮ್ಮ ಹತ್ತಿರ ಬನ್ನಿ ನಾವು ಈ ಪೂಜೆ,

ಆ ಹೋಮ, ಈ ಮಂತ್ರ ಪಠನ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ. ಅವು ನಿಮ್ಮ ಪಾಪಗಳನ್ನು ತೊಳೆಯುತ್ತವೆ ಎಂದು ಪ್ರಚಾರ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ."

ಶ್ರಮವಹಿಸಿ ವಿಪಶ್ಯನ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿ ಮನಸ್ಸಿನ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭುತ್ವ ಸಾಧಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಹೋಲಿಸಿದರೆ ಇದು ಸುಲಭದ ಮಾರ್ಗ ಎಂದು ತೋರುತ್ತದೆ. " ಈ ಪ್ರಯತ್ನ ನಮಗೆ ತುಂಬಾ ಕಷ್ಟ. ಈ ಪುರೋಹಿತರು ನಮಗೆ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ನಾವು ಮುಕ್ತಿ ಹೊಂದುತ್ತೇವೆ. ಯಾರಾದರೂ ನಮ್ಮನ್ನು ಆಶೀರ್ವದಿಸುತ್ತಾರೆ" ಇಂತಹ ಮೋಸದ ಬಲೆಯಲ್ಲಿ ಬೀಳದಂತೆ ನೀವು ಎಚ್ಚರವಹಿಸಬೇಕು. ಇಡೀ ಜಗತ್ತೇ ಏಕೆ ನೋವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿದೆ? ಎಷ್ಟೊಂದು ಜನರು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸುತ್ತಾರೆ, ಪೂಜಿಸುತ್ತಾರೆ, ಆದರೂ ಅವರ ಕಷ್ಟಗಳು ಏಕೆ ಪರಿಹಾರವಾಗಿಲ್ಲ? ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ನೀವು ನಿಲ್ಲಿಸಿದ್ದೀರಿ. ಅದರ ಫಲವಾಗಿ ನಿಮ್ಮನ್ನು ನೀವು ಸುಧಾರಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಿದ್ದೀರಿ.

ಸರ್ವಶಕ್ತ ದೇವರು ಈ ಜಗತ್ತನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸಿದ್ದಾನೆ ಮತ್ತು ಈ ನಿಯಮಗಳನ್ನು ರೂಪಿಸಿದ್ದಾನೆ ಎಂದು ನೀವು ನಂಬಬಹುದು. ಹಾಗಿದ್ದರೆ, ಮತ್ತು ನೀವು ಅವನನ್ನು ಸಂತುಷ್ಟಗೊಳಿಸಬೇಕಾದರೆ, ನೀವು ಈ ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಖಂಡಿತವಾಗಿ ಅನುಸರಿಸಬೇಕು. ಆಗ ಅವನು ಸಂತುಷ್ಟನಾಗುತ್ತಾನೆ. ಅದನ್ನು ಮಾಡುವ ಬದಲು ನೀವು ಅವನ ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಮುರಿಯುತ್ತೀರಿ, ಅವನನ್ನು ಹಾಡಿ ಹೊಗಳುತ್ತೀರಿ! ಸರ್ಕಾರದ ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಮುರಿದು, ನಿಮ್ಮ ಕೆಲಸ ಮಾಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ನೀವು ಸರ್ಕಾರಿ ಅಧಿಕಾರಿಗೆ ಲಂಚ ಕೊಡುತ್ತೀರಲ್ಲ, ಆ ತರಹ. ಲಂಚಕೋರ ಸರ್ಕಾರಿ ಅಧಿಕಾರಿಯ ಮಟ್ಟಕ್ಕೆ ನೀವು ನಿಮ್ಮ ದೇವರನ್ನು ಕೆಳಗೆ ತಂದಿದ್ದೀರಿ.

ಈ ಸಾಧನ ಮಾರ್ಗ ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಏಕೆ ಕಣ್ಮರೆಯಾಯಿತು? ಏಕೆ ಕಣ್ಮರೆಯಾಯಿತೆಂದರೆ, ಅದು ಪುರೋಹಿತರ ಕೈ ಸೇರಿತು. ಇದು ಯಾವುದೋ ಒಂದು ಧಾರ್ಮಿಕ ಪಂಗಡದಲ್ಲಿ ಅಷ್ಟೇ ನಡೆಯಲಿಲ್ಲ. ಎಲ್ಲಾ ಧಾರ್ಮಿಕ ಪಂಗಡಗಳಲ್ಲೂ ನಡೆಯಿತು. ಬುದ್ಧನ ಪರಂಪರೆಯೂ ಸಹ ಇದಕ್ಕೆ ಹೊರತಾಗಿರಲಿಲ್ಲ. ಈ ಸಂಪ್ರದಾಯದ ಪುರೋಹಿತರೂ ಸಹ ಅದನ್ನೇ ಮಾಡಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದರು; "ಬನ್ನಿ, ನಾವು ಈ ಧರ್ಮಾಚರಣೆಯನ್ನು ಮಾಡೋಣ, ನಿಮಗೆ ನಾವು 'ಮೆತ್ತಾ'(ಮೈತ್ರಿ) ಕೊಡುತ್ತೇವೆ, ನಿಮ್ಮನ್ನು ನಿಮ್ಮ ಎಲ್ಲಾ ಪಾಪಗಳಿಂದ ಮುಕ್ತಗೊಳಿಸುತ್ತೇವೆ.

ಮುಂದುವರಿದು ಅವರುಗಳಲ್ಲಿ ಕೆಲವರು ಈ ರೀತಿ ಹೇಳಿದರು: "ಯಾವುದೇ ಕರ್ಮಕಾಂಡವನ್ನು ಮಾಡಲು ನಾವು ನಿಮಗೆ ಹೇಳುವುದಿಲ್ಲ. ದಾನ-ಧರ್ಮ ಕೊಡಿ ಎಂದು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಕೇಳುವುದಿಲ್ಲ. ಒಂದು ಘಂಟೆಯ ಕಾಲ ನಾವು ನಿಮಗೆ ಮೆತ್ತಾ ಕೊಡುತ್ತೇವೆ ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಯನ್ನು ಹೊರ ತೆಗೆಯುತ್ತೇವೆ. ಗುರುಗಳ ಮುಂದೆ ಒಂದು ಗಂಟೆ ಕುಳಿತು ಮೆತ್ತಾ ಪಡೆದುಕೊಂಡು ಎಲ್ಲಾ ಪಾಪಗಳನ್ನು ತೊಡೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುವುದಾದರೆ, ಯಾರಾದರೂ ಏಕೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ? ಇಂತಹ ಗುರುಗಳು ಧಮ್ಮದ ಶತ್ರುಗಳು.

ನಮ್ಮನ್ನು ಸ್ವಾವಲಂಬಿಗಳನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಿದರೆ, ಧಮ್ಮ ಧಮ್ಮವಾಗುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ, ಜನಗಳು ಸ್ವಾವಲಂಬಿಗಳಾಗುವಂತೆ ಬೋಧಿಸುವುದು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ವಿಪಶ್ಯನ ಆಚಾರ್ಯರ ಕರ್ತವ್ಯ. "ಅತ್ತಾ ಹಿ ಅತ್ತಾನೊ ನಾಘೋ" ಅಂದರೆ ನೀನೇ ನಿನ್ನ ಒಡೆಯ, ಬೇರೆ ಯಾರೂ ಅಲ್ಲ. "ಅತ್ತಾ ಹಿ ಅತ್ತನೋ ಗತಿ," ಅಂದರೆ, ನಿನ್ನ ಒಳ್ಳೆಯ ಮತ್ತು ಕಟ್ಟಿ ಭವಿಷ್ಯವನ್ನು, ಮತ್ತು ಕಟ್ಟುಪಾಡಿಗೊಳಪಟ್ಟ ಎಲ್ಲ ಸ್ಥಿತಿಗಳನ್ನು ಮೀರಿದ ಸಂಪೂರ್ಣ ಮುಕ್ತಿಯ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ನೀನೇ ಮಾಡಿಕೊ. ಇದನ್ನು ನೀವು ಸರಿಯಾಗಿ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡರೆ, ಯಾವುದೇ ಆಚಾರ್ಯರು ಯಾವುದೇ ರೀತಿಯಿಂದ ನಿಮಗೆ ಹಾನಿಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಹಾಗಾದಾಗ, ಯಾವುದೇ ಆಚಾರ್ಯರು, "ನನ್ನ ಮುಂದೆ ಒಂದು ಗಂಟೆ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳಿ, ನಾನು ಮೆತ್ತಾ ಕೊಡುತ್ತೇನೆ ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಎಲ್ಲಾ ಪಾಪಗಳನ್ನು ಹೊರ ತೆಗೆಯುತ್ತೇನೆ" ಎಂದು ಹೇಳಿದರೆ, ನೀವು ಎದ್ದು ಹೊರ ನಡೆಯುತ್ತೀರಿ. ಏಕೆಂದರೆ ನಿಮಗೆ ಈ ರೀತಿಯ ಮೆತ್ತಾ ಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ.

“ಓ ಗುರುಗಳೇ ! ದಯವಿಟ್ಟು ನನ್ನ ಪಾಪಗಳನ್ನು ತೊಳೆಯಿರಿ”. ಧಮ್ಮಪೀಠದ ಮೇಲೆ ಕುಳಿತಿರುವುದರಿಂದ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಂದ ಸಿಗುವ ಘನತೆ ಮತ್ತು ಗೌರವಕ್ಕಾಗಿ ಅಂತಹ ಆಚಾರ್ಯರುಗಳು ಇಂದು ಆ ರೀತಿ ಮಾಡಬಹುದು. ಒಂದು ಅಥವಾ ಎರಡು ತಲೆಮಾರುಗಳ ನಂತರ ಅಂತಹ ಆಚಾರ್ಯರುಗಳು ಗುರುದಕ್ಷಿಣೆ ಕೇಳಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತಾರೆ. “ನಾವು ನಿಮ್ಮ ಎಲ್ಲಾ ಮಲಿನತೆಗಳನ್ನು ತೆಗೆದು ಹಾಕಿದ್ದೇವೆ. ಆದರೂ ನೀವು ನಮಗೆ ಏನನ್ನೂ ಕೊಟ್ಟಿಲ್ಲ. ನೀವು ಏನನ್ನು ಕೊಡುತ್ತೀರೋ ಅದು ಬಹಳ ಹುಡುಗು, ಅದು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಸ್ವರ್ಗಕ್ಕೆ ಅಥವಾ ದೇವಲೋಕಕ್ಕೆ ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗುತ್ತದೆ” ಎಂದು ಹೇಳುವ ಅಭ್ಯಾಸ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ.

ಆದ್ದರಿಂದ, ನಿಮ್ಮೆಲ್ಲರಿಗೆ ನಾನು ಈ ಎಚ್ಚರಿಕೆಯನ್ನು ಕೊಡುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ನಾನು ಇಲ್ಲಿ ಇದ್ದೇನೋ ಅಥವಾ ಇಲ್ಲವೋ, ಧಮ್ಮವನ್ನು ಭ್ರಷ್ಟಗೊಳ್ಳಲು ಬಿಡಬೇಡಿ. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ಧ್ಯಾನ ಸಾಧಕನೂ ತನ್ನ ಕಾಲ ಮೇಲೆ ತಾನು ನಿಲ್ಲುವುದನ್ನು ಕಲಿಯಬೇಕು. ಜನಗಳು ಸ್ವಾವಲಂಬಿಗಳಾಗುವಂತೆ ಬೋಧಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಮುಕ್ತರಾಗುವಂತೆ ಉತ್ತೇಜನ ನೀಡುವುದು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ಆಚಾರ್ಯರ ಕರ್ತವ್ಯ. “ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಮಲಿನಗೊಳಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದೀರಿ. ಈ ಮಲಿನತೆಗಳನ್ನು ನೀವೇ ತೆಗೆದು ಹಾಕಬೇಕು. ನಾವು ಪಡೆದುಕೊಂಡಿರುವ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ನಿಮಗೆ ತೋರಿಸುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ನೀವು ಈ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ನಡೆದರೆ, ನಿಮ್ಮ ಮಲಿನತೆಗಳಿಂದ ಮುಕ್ತರಾಗುತ್ತೀರಿ.”

ಇದನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿದರೆ, ಶತ ಶತಮಾನಗಳವರೆಗೆ ಧಮ್ಮ ಪರಿಶುದ್ಧವಾಗಿರುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಅದ್ಭುತವಾದ ಪ್ರಯೋಜನ ದೊರೆಯುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಪುರೋಹಿತಶಾಹಿ ಇದ್ದರೆ, “ನಾನು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಮುಕ್ತಗೊಳಿಸುತ್ತೇನೆ ಅಥವಾ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಮುಕ್ತಗೊಳಿಸಲು ಒಂದು ಅದೃಷ್ಟ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಕೇಳುತ್ತೇನೆ” ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಅದರಿಂದ, ಈ ಹಿಂದೆ ಭ್ರಷ್ಟಗೊಂಡಂತೆ ಧಮ್ಮ ಭ್ರಷ್ಟಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ.

ಆದ್ದರಿಂದ, ಬುದ್ಧಿವಂತರಾದ ವಿಪಶ್ಯನ ಆಚಾರ್ಯರು ಮತ್ತು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಎಚ್ಚರದಿಂದಿರಬೇಕು. ಅವರು ತಮ್ಮ ಅಹಂನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಮತ್ತು ನಮ್ರತೆಯಿಂದ ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚು ಜನರ ಲಾಭಕ್ಕಾಗಿ ಧಮ್ಮವನ್ನು ಪರಿಶುದ್ಧ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಸಂರಕ್ಷಿಸಬೇಕು. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಇದನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡರೆ ಮತ್ತು ಧಮ್ಮ ಹರಡಿದರೆ, ಅದು ನಿಜವಾದ ಸಂತೋಷಕ್ಕೆ, ನಿಜವಾದ ಲಾಭಕ್ಕೆ ಎಡೆಮಾಡಿಕೊಡುತ್ತದೆ. ನೋವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿರುವ ಮಾನವಕುಲಕ್ಕೆ ಮುಕ್ತಿಯ ಮಾರ್ಗ ತೆರೆಯುತ್ತದೆ. ಯಾರೇ ಈ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ನಡೆದರೂ ಪ್ರಯೋಜನ ಪಡೆಯುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಮಾರ್ಗ ಸಂರಕ್ಷಿಸಲ್ಪಡುತ್ತದೆ.

“ಯಾರಾದರೂ ನಮ್ಮನ್ನು ಮುಕ್ತಗೊಳಿಸುತ್ತಾರೆಯೆಂದರೆ, ನಾವು ಏಕೆ ಶ್ರಮಪಡಬೇಕು? ರಾತ್ರಿ ಊಟ ಇಲ್ಲದಿರುವ ಮತ್ತು ಮೌನವಾಗಿರಬೇಕಾದ ಈ ಹತ್ತು ದಿನಗಳ ಧ್ಯಾನ ಶಿಬಿರಕ್ಕೆ ನಾವು ಏಕೆ ಹೋಗಬೇಕು? ನಾವು ಹೋಗುವುದಿಲ್ಲ. ಈ ವ್ಯಕ್ತಿ ನಮಗೆ ಮೆತ್ತಾ ಕೊಡುತ್ತಾರೆ. ಅದರಿಂದ ನಾವು ಖಂಡಿತವಾಗಿ ಮುಕ್ತರಾಗುತ್ತೇವೆ” ಎಂಬ ಭಾವನೆಯನ್ನು ಜನಗಳು ಬೆಳೆಸಿಕೊಂಡರೆ ಈ ಮಾರ್ಗವು ಕ್ರಮೇಣ ನಶಿಸಿಹೋಗುತ್ತದೆ. ಕೆಲವು ಮೂರ್ಖರು ಭವಿಷ್ಯದಲ್ಲಿ ಇದನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾರೆ.

ಆದರೆ, ಬುದ್ಧಿವಂತ ವಿಪಶ್ಯನ ಧ್ಯಾನ ಸಾಧಕರು ಅಂತಹ ಮೂರ್ಖತನವನ್ನು ಉತ್ತೇಜಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಅದರ ಬದಲಾಗಿ ಅವರು “ಇಂತಹ ಬೆಲೆ ಕಟ್ಟಲಾಗದ ರತ್ನವನ್ನು ನಾವು ಪಡೆದಿದ್ದೇವೆ! ಇದು ನಮಗೆ ಎಷ್ಟೊಂದು ಪ್ರಯೋಜನ ನೀಡಿದೆ. ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚು ಜನರು ಅದೇ ಪ್ರಯೋಜನವನ್ನು ಪಡೆಯಲಿ! ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟೊಂದು ದುಃಖಿತ ಜನರಿದ್ದಾರೆ. ಅವರಿಗೆ ಸರಿಯಾದ ಮಾರ್ಗ ಸಿಗಲಿ! ಎಂದು ಭಾವಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅವರ ಸ್ವಂತ ಪರಿಶ್ರಮದಿಂದ ಅವರು ದುಃಖದಿಂದ ಹೊರಬರುವ ಮಾರ್ಗ ಅವರಿಗೂ ಸಿಗಲಿ! ಈ ಭಾವನೆ ಬಹಳ ಪ್ರಯೋಜನಕಾರಿ.

ಧಮ್ಮವು ಪುನಃ ಪ್ರತಿಷ್ಠಾಪನೆಗೊಳ್ಳುವುದಾದರೆ, ಅದನ್ನು ಪರಿಶುದ್ಧ

ರೂಪದಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಷ್ಠಾಪಿಸಬೇಕು. ಬಹಳ ಕಾಲದವರೆಗೆ ಧಮ್ಮವನ್ನು ಶುದ್ಧ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಷ್ಠಾಪಿಸುವ ಭಾವನೆ ಬರಲಿ!

ಧಮ್ಮವನ್ನು ಶುದ್ಧ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಷ್ಠಾಪಿಸಲು ನಾವೆಲ್ಲರೂ ನಮ್ಮ ಶಕ್ತಿ ಮೀರಿ ಸಹಾಯ ಮಾಡೋಣ. ಅದರಿಂದ ಸಂತೋಷ ಮತ್ತು ಸಾಮರಸ್ಯದ ದೊಡ್ಡ ಫಲ ದೊರೆಯಲಿ. ಸಕಲ ಜೀವಿಗಳೂ ಶಾಂತಿಯಿಂದಿರಲಿ, ಸಂತೋಷದಿಂದಿರಲಿ, ಮುಕ್ತಿ ಪಡೆಯಲಿ !

ಭವತು ಸಬ್ಬ ಪುಂಗವಂ !

ಗೋಯಂಕಾಜಿಯವರೊಂದಿಗೆ ಪ್ರಶೋತ್ತರಗಳು

ವ್ಯಾಂಕೋವರ್, ಉತ್ತರ ಅಮೇರಿಕ, 2002. (15 ಜೂನ್ 2011ರ ಇಂಗ್ಲೀಷ್ ವಿಪಶ್ಯನ ವಾರ್ತಾಪತ್ರದಿಂದ ತೆಗೆದುಕೊಂಡದ್ದು)

ಪ್ರಶ್ನೆ: ದುಃಖ ಮತ್ತು ಮನಸ್ಸಿನ ಮಲಿನತೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ನೀವು ಅಷ್ಟೊಂದು ಮಾತಾಡುತ್ತೀರಿ. ನಿಮ್ಮ ಸಂದೇಶ ನಿರಾಶಾದಾಯಕವಲ್ಲವೇ?

ಗೋಯಂಕಾಜಿ: ಅದು ಹೇಗೆ ನಿರಾಶಾದಾಯಕ? ಇದು ಬಹಳ ಆಶಾದಾಯಕವಾದ ಸಂದೇಶ! ದುಃಖ ಇದೆ; ಆದರೆ ದುಃಖದಿಂದ ಹೊರಬರುವ ಮಾರ್ಗವೂ ಇದ್ದರೆ, ಸಂದೇಶ ತುಂಬಾ ಆಶಾದಾಯಕ. “ದುಃಖ ಇದೆ ಮತ್ತು ದುಃಖದಿಂದ ಹೊರಬರುವ ಯಾವುದೇ ಮಾರ್ಗವಿಲ್ಲ. ನೀವು ಜೀವನ ಪರ್ಯಂತ ದುಃಖ ಅನುಭವಿಸಬೇಕು” ಎಂದು ಯಾರಾದರೂ ಹೇಳಿದರೆ, ಅದು ನಿರಾಶಾದಾಯಕವಾಗುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಇಲ್ಲಿನ ಸಂದೇಶ ಎಂದರೆ, “ನೀವು ದುಃಖದಿಂದ ಹೊರಬರಬಹುದು!” ಯಾವುದೇ ದುಃಖ ಇರಬಹುದು, ಎಲ್ಲಾ ದುಃಖಗಳಿಂದ ಹೊರಬರುವ ಮಾರ್ಗವೂ ಇದೆ. ಇದು ಅತ್ಯಂತ ಆಶಾದಾಯಕವಾದ ಸಂದೇಶ!

ಪ್ರಶ್ನೆ: ಭೂಮಿಯ ಅಂತ್ಯ ಅಥವಾ ಭೂಮಿಯ ಶುದ್ಧೀಕರಣದ ಸಮಯ ಬರುತ್ತಿದೆ ಎಂದು ಬಹಳ ಜನ ಪ್ರವಾದಿಗಳು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ. ಇದು ಸತ್ಯ ಎಂದು ನೀವು ನಂಬುತ್ತೀರಾ? ಏಕೆ ಅಥವಾ ಏಕೆ ಇಲ್ಲ?

ಗೋಯಂಕಾಜಿ: ಭೂಮಿಯ ಶುದ್ಧತೆಯನ್ನು ಹಾಳು ಮಾಡುತ್ತಿರುವುದಕ್ಕೆ ನಾವೇ ಹೊಣೆಗಾರರು. ಎಷ್ಟೊಂದು ಮಾಲಿನ್ಯವನ್ನು ನಾವು ಉತ್ಪತ್ತಿ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ಕಣ್ಣಿಗೆ ಕಾಣುವ ರಾಸಾಯನಿಕ ಮಾಲಿನ್ಯದ ಬಗ್ಗೆ ನಾವು ಎಷ್ಟೊಂದು ಮಾತಾಡುತ್ತೇವೆ. ಈ ಮಾಲಿನ್ಯ ಹಾನಿಕಾರಕ. ಆದರೆ ಮನಸ್ಸಿನ ಮಾಲಿನ್ಯದ ಬಗ್ಗೆ ಏನು? ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಯನ್ನು ಉತ್ಪತ್ತಿ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಇಡೀ ವಾತಾವರಣ ಮಾಲಿನ್ಯಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಇದಕ್ಕೆ ನಾವೇ ಹೊಣೆಗಾರರು ಮತ್ತು ಈ ವಾತಾವರಣವನ್ನು ಶುದ್ಧ ಮಾಡುವ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯೂ ನಮ್ಮದೇ. ಮನಸ್ಸಿನ ನಡವಳಿಕೆಯ ರೀತಿಯನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸಿ. ಆಗ ಭೂಮಿ ಎಲ್ಲಾ ದುಃಖಗಳಿಂದ ಮುಕ್ತವಾಗುತ್ತದೆ.

ಪ್ರಶ್ನೆ: ಈ ವಿಶ್ವವನ್ನು ಉತ್ತಮ ಸ್ಥಳವನ್ನಾಗಿ ಮಾಡುವ ನನ್ನ ಆಸೆ ಆಕಾಂಕ್ಷೆಗಳಿಗೆ ಅಂಟಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಲೇ ನಾನು ಧರ್ಮವನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುವುದು ಹೇಗೆ?

ಗೋಯಂಕಾಜಿ: ನೀವು ಮಹತ್ವಾಕಾಂಕ್ಷೆಯನ್ನು ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ. ಅದರಲ್ಲೇನೂ ತಪ್ಪಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಈ ಮಹತ್ವಾಕಾಂಕ್ಷೆಯನ್ನು ತಲುಪಲು ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಮಲಿನತೆಯನ್ನು ಉತ್ಪತ್ತಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾ ಇದ್ದರೆ, ನಿಮ್ಮ ಗುರಿಯಿಂದ ನೀವು ಬಹಳ ದೂರ ಉಳಿಯುತ್ತೀರಿ. ನಿಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನ ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಸಾಮರಸ್ಯವನ್ನು ನೀವು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತೀರಿ. ಶಾಂತ ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ, ಮನಸ್ಸಿನ ಪರಿಪೂರ್ಣ ಸಮತೋಲನವನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾ ಮನುಷ್ಯನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಯಾವುದು ಅವಶ್ಯಕವೋ ಅದನ್ನು ಮಾಡಿ. ಅದು ನಿಮಗೂ ಮತ್ತು ಇತರರಿಗೂ ಒಳ್ಳೆಯದು.

ಪ್ರಶ್ನೆ: ಪುನರ್ಜನ್ಮವನ್ನು ನೀವು ನಂಬುತ್ತೀರಾ?

ಗೋಯಂಕಾಜಿ: ಈ ನಂಬಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ನನಗೆ ಆಸಕ್ತಿಯಿಲ್ಲ. ನಂಬಿಕೆಗಳು ಯಾವಾಗಲೂ ಕುರುಡು ನಂಬಿಕೆಗಳು. ಏಕೆ ನಂಬಬೇಕು? ಅದನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿ. ಸತ್ತ ಮೇಲೆ ಏನಾಗುತ್ತದೆ, ನೀವು ಮರುಹುಟ್ಟು ಪಡೆಯುತ್ತೀರೋ ಅಥವಾ ಇಲ್ಲವೋ ಎಂಬುದನ್ನು ನೋಡಿ. ಆ ನಂತರ ಮಾತ್ರ ಅದನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಿ!

ಪ್ರಶ್ನೆ: ಜೀವನದ ಬಗ್ಗೆ ಗಾಢಾನುರಕ್ತಿ ಹೊಂದಿರುವುದು ಹೇಗೆ?

ಗೋಯಂಕಾಜಿ: ವಿಪಶ್ಯನಕ್ಕೆ ಬನ್ನಿ. ಹೇಗೆ ಎಂಬುದನ್ನು ನೀವೇ ತಿಳಿಯುತ್ತೀರಿ. ಆಳದಲ್ಲಿ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಸಮತೋಲನದಲ್ಲಿಡುವುದು ಹೇಗೆ ಎಂಬುದು ನಿಮಗೆ

ಧಮ್ಮ ಪಘುಲ್ಲಾ, ಬೆಂಗಳೂರು

ತಿಳಿಯದೇ ಇರುವುದರಿಂದ ಅದು ಕಷ್ಟ ಎಂದು ಈಗ ಕಾಣುತ್ತದೆ. ಮೇಲ್ಕಟ್ಟದಿಂದ ಈ ಸಮತೋಲನವನ್ನು ಹೇರುವ ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡುತ್ತೀರಿ. ಅದೂ ಸಹ ಕಷ್ಟದ್ದು. ಮೇಲ್ಕಟ್ಟದಲ್ಲಿ ನೀವು ಮನಸ್ಸನ್ನು ಸಮತೋಲನದಲ್ಲಿಟ್ಟರೂ ಸಹ, ಆಳದಲ್ಲಿ ಸಮತೋಲನದ ಕೊರತೆ ಇದ್ದೇ ಇರುತ್ತದೆ. ಅದರಿಂದ ಹೊರಬರಲು ನಿಮಗೆ ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ನೀವು ಆಳದಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡಲು ಮತ್ತು ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಸಂತೋಷವಾಗಿರುವಂತೆ ಮಾಡುವ ಉದ್ದೇಶಕ್ಕಾಗಿಯೇ ವಿಪಶ್ಯನ ಇದೆ.

ಪ್ರಶ್ನೆ: ರಾಗ ಮತ್ತು ದ್ವೇಷವನ್ನು ತಪ್ಪಿಸುವುದಾದರೆ ಅವುಗಳ ಜಾಗದಲ್ಲಿ ಏನನ್ನು ಇಡಲಾಗುತ್ತದೆ?

ಗೋಯಂಕಾಜಿ: ಅವುಗಳ ಜಾಗದಲ್ಲಿ ಪ್ರೀತಿ, ಕರುಣೆ, ಸದ್ಭಾವನೆ ಇರುತ್ತವೆ. ಮನಸ್ಸು ಮಲಿನವಾದಾಗ ಅದು ಇನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚು ಮಲಿನವಾಗುತ್ತದೆ. ಏಕೆಂದರೆ ನೀವು ರಾಗ ಮತ್ತು ದ್ವೇಷವನ್ನು ಉತ್ತತ್ತಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೀರಿ. ಇದು ಬಹಳ ಹಿಂದಿನಿಂದ ಬಂದ ನಡವಳಿಕೆಯ ರೀತಿ. ಮೊದಲು, ನೀವು ರಾಗ ಮತ್ತು ದ್ವೇಷವನ್ನು ಉತ್ತತ್ತಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾ ಇದ್ದಿರಿ; ಮತ್ತು ಈಗಲೂ ನೀವು ರಾಗ ದ್ವೇಷವನ್ನು ಉತ್ತತ್ತಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದೀರಿ. ನೀವು ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚು ದುಃಖಿತರಾಗುತ್ತೀರಿ.

ಈ ಸಾಧನದಿಂದ ನಡವಳಿಕೆಯ ರೀತಿ ಬದಲಾಗುತ್ತದೆ. ರಾಗದಿಂದ ಮುಕ್ತವಾಗಿ, ದ್ವೇಷದಿಂದ ಮುಕ್ತವಾಗಿ ಮನಸ್ಸು ಹೆಚ್ಚು ಪರಿಶುದ್ಧವಾಗುತ್ತದೆ. ಪರಿಶುದ್ಧ ಮನಸ್ಸು ಸ್ವಭಾವತಃ ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ ತುಂಬಿರುತ್ತದೆ. ಕರುಣೆಯಿಂದ ತುಂಬಿರುತ್ತದೆ. ನಿಮಗೆ ನೀವು ಹಾನಿಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ, ನೀವು ಬೇರೆಯವರಿಗೂ ಹಾನಿ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ಮನಸ್ಸಿನ ಮಲಿನತೆಗಳನ್ನು ನಿರ್ಮೂಲನೆ ಮಾಡಿ, ಆಗ ಅದರ ಸ್ವಾಭಾವಿಕ ಫಲಿತಾಂಶವಾದ ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಕರುಣೆ ಬರುತ್ತದೆ.

ಪ್ರಶ್ನೆ: ನಾನು ವಿಪಶ್ಯನ ಕಲಿತರೆ, ಜೀವನದಲ್ಲಿ ತಮಾಷೆಯಿಂದಿರಲು ಸಾಧ್ಯವೆ?

ಗೋಯಂಕಾಜಿ: ಆದರೆ ಸಮತೆಯಿಂದ ತಮಾಷೆ ಹೊಂದಿರಿ. ನಿಮ್ಮ ಸಮತೆಯನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಂಡು ವಿನೋದವಾಗಿರಬೇಡಿ. ವಿನೋದವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವುದರಲ್ಲಿ ತಪ್ಪಿಲ್ಲ.

ಕರ್ನಾಟಕದಲ್ಲಿ ಮಕ್ಕಳ ಶಿಬಿರಗಳು :
ಪ್ರತಿ ತಿಂಗಳು ಒಂದು ಭಾನುವಾರ, ಧಮ್ಮ ಪಘುಲ್ಲಾ, ಬೆಂಗಳೂರು. ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಮಕ್ಕಳಿಗಾಗಿ ಇಂಗ್ಲೀಷ್ ಮತ್ತು ಕನ್ನಡ ಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ 70 ನಿಮಿಷದ ಆನಾಪಾನ ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಹೇಳಿಕೊಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ಸಂಪರ್ಕ ಸಂಖ್ಯೆಗಳು:
 9880421155 / 9480581708

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 ಮಾರ್ಕೆಟ್ ಕ್ರಾಸ್ 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 / ... - 98867 75401 ಸರ್ಕಾರ ಪುಸ್ತಕ 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, ಮಲ್ಲೇಶ್ವರ: 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: ವೈಟ್‌ಪೀಲ್ಸ್: ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 9-30 ರಿಂದ 10-30ರವರೆಗೆ, ಶ್ರೀಮತಿ ವಲ್ಲರಿ/ರಾಜೇಶ್ ಮೊ.: 97403 22447

ಬೆಂಗಳೂರಿನಲ್ಲಿ ಸಾಮೂಹಿಕ ಸಾಧನಗಳ 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.

ವಂತಿಗೆ : 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

ಮುದ್ರಕರು: ಬಿ.ಪ್ರದೀಪ ಕುಮಾರ, ಪ್ರಕಾಶಕರು: ಶ್ರೀಮತಿ ಆರ್. ಚಂದ್ರಮ್ಮತಿ ಕರ್ನಾಟಕ ವಿಪಶ್ಯನ ಪ್ರಚಾರ ಸಮಿತಿ ಟ್ರಸ್ಟ್ ಪರವಾಗಿ. ಮುದ್ರಣ: ಐರನೇ 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 and is 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,

ಮುದ್ರಿತ ವಿಷಯ
 ಗೆ,

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