

ಧಮ್ಮ ಪದಗಳು

ಯಥಾಪಿ ಪುಷ್ಪರಾಸಿಮ್ಹಾ
ಕಯಿರಾ ಮಾಲಾಗುಣೇ ಬಹೂ
ಏವಂ ಜಾತೇನ ಮಚ್ಛೇನ
ಕತ್ತಬ್ಬಂ ಕುಸಲಂ ಬಹುಂ.

ಹೂವಿನ ರಾಶಿಯಿಂದ ಹೇಗೆ ಅನೇಕ ಬಗೆಯ ಹಾರಗಳನ್ನು ಮಾಡಬಹುದೋ, ಅದರಂತೆಯೇ ಹುಟ್ಟಿ-ಸಾಯುವ ಮನುಷ್ಯನ ಸಹ ಮಾಡಬಹುದಾದ ಕುಶಲ ಕಾರ್ಯಗಳು ಅನೇಕ.

ಧಮ್ಮಪದ -53, ಹೂಗಳ ವರ್ಗ

ಧಮ್ಮ ಸೇವೆಯ ಮಹತ್ವ

ಶ್ರೀ ಎಸ್.ಎನ್. ಗೋಯಂಕ (1924-2013)

(ಆಸ್ಟ್ರೇಲಿಯಾದ ನ್ಯೂ ಸೌತ್ ವೇಲ್ಸ್‌ನ ಬ್ಲಾಕ್‌ಹೀತನಲ್ಲಿರುವ ವಿಪಶ್ಯನ ಧ್ಯಾನ ಕೇಂದ್ರದಲ್ಲಿ ಧರ್ಮ ಸೇವೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಗೋಯಂಕಜಿಯವರು ನೀಡಿದ ಪ್ರವಚನದ ಆಯ್ದ ಭಾಗ.)

ಧರ್ಮಸೇವೆಯ ಉದ್ದೇಶವೇನು? ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ಊಟ ಮತ್ತು ವಸತಿಯನ್ನು ಪಡೆಯುವುದಲ್ಲ, ಒಂದು ಅನುಕೂಲಕರ ವಾತಾವರಣದಲ್ಲಿ ಸಮಯ ಕಳೆಯುವುದೂ ಅಲ್ಲ. ನಿತ್ಯದ ಬದುಕಿನ ಜವಾಬ್ದಾರಿಗಳನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದೂ ಅಲ್ಲ. ಧರ್ಮ ಸೇವಕರು ಇದನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ತಿಳಿದಿರುತ್ತಾರೆ.

ಧರ್ಮ ಸೇವೆ ಮಾಡುವ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ವಿಪಶ್ಯನವನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸಮಾಡಿ ಅದು ನೀಡುವ ಲಾಭಗಳನ್ನು ನೇರವಾಗಿ ಅನುಭವಿಸುವುದರ ಮೂಲಕ ಅರಿತಿದ್ದಾರೆ. ಆಚಾರ್ಯರುಗಳ, ನಿರ್ವಾಹಕರ ಮತ್ತು ಧರ್ಮ ಸೇವಕರ ನಿರ್ವಹಣೆ ಸೇವೆಯನ್ನು ಅವರು ನೋಡಿದ್ದಾರೆ. ಈ ನಿರ್ವಹಣೆ ಸೇವೆಯಿಂದಲೇ ಅವರು ಹೋಲಿಕೆ ಮಾಡಲಾಗದ ಧರ್ಮವನ್ನು ಪಡೆದದ್ದು. ಶ್ರೇಷ್ಠ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ಅವರು ಹೆಜ್ಜೆಯಿಡಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದ್ದಾರೆ ಮತ್ತು ಸ್ವಾಭಾವಿಕವಾಗಿಯೇ ಅವರು ಅಪರೂಪದ ಕೃತಜ್ಞತಾ ಗುಣವನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಅವರು ಪಡೆದಿರುವುದೆಲ್ಲದರ ಋಣವನ್ನು ತೀರಿಸುವ ಬಯಕೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದಾರೆ.

ನಿಶ್ಚಿತವಾಗಿ, ಆಚಾರ್ಯರು, ನಿರ್ವಾಹಕರು ಮತ್ತು ಧರ್ಮ ಸೇವಕರು ಯಾವ ಪ್ರತಿಫಲಾಪೇಕ್ಷೆಯೂ ಇಲ್ಲದೆ ಸೇವೆ ಮಾಡಿದರು ಯಾವ ಸಂಭಾವನೆಯನ್ನೂ ಪಡೆಯಲಿಲ್ಲ. ಅವರ ಈ ಋಣವನ್ನು ತೀರಿಸಲು ಇರುವ ಒಂದೇ ಮಾರ್ಗವೆಂದರೆ, ಧರ್ಮ ಚಕ್ರ ತಿರುಗಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುವುದು, ಅದೇ ನಿರ್ವಹಣೆ ಸೇವೆಯನ್ನು ಇತರರಿಗೆ ತಾವೂ ನೀಡುವುದು. ಈ ಶ್ರೇಷ್ಠ ಸಂಕಲ್ಪದೊಂದಿಗೆ ಸೇವೆಯನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು.

ವಿಪಶ್ಯನ ಧ್ಯಾನಾರ್ಥಿಗಳು ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ಮುಂದುವರಿದಂತೆ, ಸ್ವ-ಕೇಂದ್ರಿತ ಹಳೆಯ ಅಭ್ಯಾಸದಿಂದ ಹೊರಬಂದು ಇತರರ ಬಗ್ಗೆಯೂ ಕಾಳಜಿ ಮಾಡಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತಾರೆ. ಎಲ್ಲ ಕಡೆಗೂ ದುಃಖ, ವೇದನೆ ಇರುವುದನ್ನು ಗಮನಿಸುತ್ತಾರೆ: ಯುವಕರು-ಮುದುಕರು, ಗಂಡಸರು-ಹೆಂಗಸರು, ಬಿಳಿಯರು-ಕರಿಯರು, ಬಡವರು-ಶ್ರೀಮಂತರು ಎಲ್ಲರೂ ದುಃಖಿಗಳಾಗಿದ್ದಾರೆ. ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಬರುವ ಮೊದಲು ಅವರೂ ದುಃಖಿತರಾಗಿದ್ದರು ಎಂಬುದನ್ನು ಧ್ಯಾನ ಸಾಧಕರು ಮನಗಾಣುತ್ತಾರೆ. ಅವರ ತರಹವೇ ಇತರರೂ ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುತ್ತಾ ನಿಜವಾದ ಸುಖ ಮತ್ತು ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿರುವುದನ್ನು ಅರಿಯುತ್ತಾರೆ. ಈ ಬದಲಾವಣೆಯನ್ನು ನೋಡಿ ಮುದಿತ (ಅನುಕಂಪನದಿಂದ ಕೂಡಿದ ಆನಂದ) ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ದುಃಖಿತ ಜನರು ವಿಪಶ್ಯನವನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಿಕೊಂಡು ಅವರ ದುಃಖದಿಂದ ಹೊರಬರಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುವ ಬಯಕೆ ಬಲಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಅನುಕಂಪವು ಉಕ್ಕಿಹರಿಯುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಅದರ ಜೊತೆಗೆ ಇತರರೂ ಅವರ ದುಃಖದಿಂದ ಹೊರಬರಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುವ ಸಂಕಲ್ಪವೂ ಬರುತ್ತದೆ.

ಪರಿಪಕ್ವತೆಯನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಮತ್ತು ಧರ್ಮವನ್ನು ಬೋಧಿಸುವ ತರಬೇತಿಯನ್ನು ಪಡೆಯಲು ನಿಶ್ಚಿತವಾಗಿ ಸಮಯ ಹಿಡಿಯುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಶಿಬಿರ ಸೇರಲು ಬರುವವರ ಸೇವೆ ಮಾಡಲು ಅನೇಕ ಮಾರ್ಗಗಳಿವೆ. ಎಲ್ಲವೂ ಮೌಲ್ಯಯುತವಾದವುಗಳೇ. ಧಮ್ಮ ಸೇವಕರಾಗುವುದು, ಸರಳ ಧಮ್ಮ ಸೇವಕರಾಗುವುದು ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಶ್ರೇಷ್ಠವಾದ ಹೆಜ್ಜೆಯೆ.

ವಿಪಶ್ಯನದ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುವವರು ಪ್ರಕೃತಿಯ ನಿಯಮವನ್ನು ಅರಿಯಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅದರ ಪ್ರಕಾರ, ಇತರರಿಗೆ ಹಾನಿಯುಂಟು ಮಾಡುವ ದೈಹಿಕ ಕ್ರಿಯೆಗಳು ಅಥವಾ ಮಾತು ಅದನ್ನು ಮಾಡುವವರಿಗೂ ಹಾನಿಯುಂಟು ಮಾಡುತ್ತವೆ. ಇತರರಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಲು ಮಾಡುವ ಕ್ರಿಯೆಗಳು, ಆ ಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ಮಾಡುವವರಿಗೂ ಸುಖ ಶಾಂತಿಯನ್ನು ತರುತ್ತವೆ. ಹೀಗೆ ಇತರರಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವುದು ತನಗೂ ಸಹಾಯ ಮಾಡಿಕೊಂಡಂತಾಗುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಸೇವೆ ಮಾಡುವುದು ತನ್ನ ಸ್ವಂತ ಹಿತಕ್ಕಾಗಿ. ಸೇವೆ ಮಾಡುವುದು ಪಾರಮಿಗಳನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕೆ ಮತ್ತು ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ವೇಗವಾಗಿ ಮತ್ತು ಖಚಿತವಾಗಿ ಮುಂದುವರಿಯುವುದಕ್ಕೆ ಸಹಾಯಕವಾಗುತ್ತದೆ. ಇತರರಿಗೆ ಸೇವೆ ಮಾಡುವುದು ವಾಸ್ತವವಾಗಿ ತನಗೇ ಸೇವೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡಂತೆ. ಈ ಸತ್ಯವನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು; ಇತರರು ಅವರ ದುಃಖದಿಂದ ಹೊರಬರಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುವ ಉತ್ತಮ ಕೆಲಸದಲ್ಲಿ ಕೈಜೋಡಿಸುವ ಬಯಕೆಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಆದರೆ ಸೇವೆ ಮಾಡಲು ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಮಾರ್ಗ ಯಾವುದು? ಇದನ್ನು ತಿಳಿಯದಿದ್ದರೆ, ಸೇವಕರು ಇತರರಿಗೆ ಅಥವಾ ತಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ; ಬದಲಾಗಿ ಅವರು ಹಾನಿಯನ್ನೂ ಮಾಡಬಹುದು. ಧರ್ಮ ಕಾರ್ಯವು ಎಷ್ಟೇ ಶ್ರೇಷ್ಠವಾಗಿರಲಿ, ಸೇವಕರ ಸೇವೆ ಮಾಡುವ ಮನೋಭಿಲಾಷೆಯು ಸರಿಯಿಲ್ಲದಿದ್ದರೆ, ನಿಜವಾದ ಪ್ರಯೋಜನವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ತನ್ನ ಅಹಂನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಅಥವಾ ಏನನ್ನಾದರೂ ಮರಳಿ ಪಡೆಯಲು- ಮೆಚ್ಚುಗೆಯು, ಹೊಗಳಿಕೆಯು ಮಾತುಗಳೂ ಆಗಿರಬಹುದು- ಮಾಡುವ ಸೇವೆಯು ಉಪಯೋಗವಾಗುವುದಿಲ್ಲ.

ಸೇವೆ ಮಾಡುವಾಗ ಧರ್ಮವನ್ನು ದಿನನಿತ್ಯದ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಹೇಗೆ ಎಂಬುದನ್ನು ನೀವು ಕಲಿಯುತ್ತೀರಿ. ಇದನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ, ಅಷ್ಟಕ್ಕೂ ಧರ್ಮವೆಂದರೆ ನಿತ್ಯದ ಜವಾಬ್ದಾರಿಗಳಿಂದ ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದಲ್ಲ. ಧ್ಯಾನ ಕೇಂದ್ರ ಅಥವಾ ಧ್ಯಾನ ಶಿಬಿರದ ಈ ಸಣ್ಣ ವಿಶ್ವದಲ್ಲಿ ನೀವು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಜೊತೆ ಮತ್ತು ಇಲ್ಲಿಯ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಧರ್ಮದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ವ್ಯವಹರಿಸುವುದನ್ನು ಕಲಿಯುತ್ತೀರಿ. ಇದೇ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಹೊರಗಿನ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿಯೂ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವ ತರಬೇತಿಯನ್ನು ನಿಮಗೆ ನೀವೇ ಕೊಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುತ್ತೀರಿ. ಮತ್ತೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಅನುಪೇಕ್ಷಿತ ನಡವಳಿಗೆಗೆ ಪ್ರತಿಯಾಗಿ ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಸಮತೋಲನದಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವ ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡುತ್ತಾ ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಕರುಣೆಯನ್ನು ಉತ್ತಮ ಮಾಡುತ್ತೀರಿ. ಇದನ್ನೇ ನೀವು ಇಲ್ಲಿ ಕರಗತ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡುತ್ತೀರಿ. ಶಿಬಿರದಲ್ಲಿ ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಕುಳಿತಿರುವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಂತೆಯೇ ನೀವು ಇಲ್ಲಿ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ.

ನಮ್ಮತೆಯಿಂದ ಇತರರಿಗೆ ಸೇವೆ ಮಾಡುತ್ತಾ ಕಲಿಯುತ್ತೀರಿ, “ನಾನು ಇಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಪ್ರತಿಫಲಾಪೇಕ್ಷೆಯಿಲ್ಲದೆ ಸೇವೆ ಮಾಡುವ ಅಭ್ಯಾಸದ ತರಬೇತಿಯಲ್ಲಿದ್ದೇನೆ. ಧರ್ಮದಿಂದ ಇತರರು ಪ್ರಯೋಜನ ಪಡೆಯಲಿ ಎಂಬ ಉದ್ದೇಶದಿಂದ ನಾನು ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಒಳ್ಳೆಯ ಮಾದರಿಯಾಗಿ ನಾನು ಅವರಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ; ಆ ಮುಖೇನ ನನಗೂ ಸಹಾಯ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ” ಎಂದು ಯೋಚಿಸುತ್ತೀರಿ.

ಧರ್ಮ ಸೇವೆ ಮಾಡುವ ನೀವೆಲ್ಲರೂ ಧರ್ಮದಲ್ಲಿ ಬಲಗೊಳ್ಳಿ, ಇತರರ

ಬಗೆಗೆ ಪ್ರೀತಿ, ಕರುಣೆ ಮತ್ತು ಸದ್ಭಾವನೆಯನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ನೀವು ಕಲಿಯಿರಿ. ನಿಜವಾದ ಶಾಂತಿ, ನಿಜವಾದ ಸಾಮರಸ್ಯ, ನಿಜವಾದ ಸಂತೋಷವನ್ನು ಅನುಭವಿಸಲು ನೀವೆಲ್ಲರೂ ಧರ್ಮದಲ್ಲಿ ಪ್ರಗತಿ ಹೊಂದಿರಿ.

“ಧರ್ಮ ಸೇವೆ ಮಾಡುವ ಏಕಮಾತ್ರ ಉದ್ದೇಶವು ಕರುಣೆ, ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚು ಜನರು ಧರ್ಮದಿಂದ ಪ್ರಯೋಜನ ಪಡೆದು ಸಂತೋಷವನ್ನು ಗಳಿಸಲಿ ಎಂಬ ಬಯಕೆ- ಬಹುಜನ ಹಿತಾಯ-ಬಹುಜನ ಸುಖಾಯ-ಲೋಕಾನುಕಂಪಾಯ. ನೀವು ಧರ್ಮದ ಆಚಾರ್ಯರಾಗಿರಲಿ, ಸಹಾಯಕ ಆಚಾರ್ಯರಾಗಿರಲಿ, ಟ್ರಸ್ಟಿ ಅಥವಾ ಧರ್ಮ ಸೇವಕ ಆಗಿರಲಿ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಇದೇ ಅನ್ವಯಿಸುತ್ತದೆ.”

ಧರ್ಮ ಸೇವಕರಿಗೆ ಶಿಸ್ತು ಸಂಹಿತೆ

ನಿಸ್ವಾರ್ಥ ಸೇವೆ : ನಿಸ್ವಾರ್ಥ ಸೇವೆಯು ಧರ್ಮ ಮಾರ್ಗದ ಒಂದು ಅತ್ಯಾವಶ್ಯಕವಾದ ಭಾಗ, ಮುಕ್ತಿಯ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ಒಂದು ಮುಖ್ಯವಾದ ಹೆಜ್ಜೆ. ವಿಪಶ್ಯನದ ಅಭ್ಯಾಸವು ಮನಸ್ಸಿನ ಅಶುದ್ಧತೆಗಳನ್ನು ಕ್ರಮೇಣವಾಗಿ ನಿರ್ಮೂಲ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಆಂತರಿಕ ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಸಂತೋಷವನ್ನು ಪಡೆಯುವವರೆಗೆ ಈ ಶುದ್ಧೀಕರಣವು ಮುಂದುವರಿಯುತ್ತದೆ. ದುಃಖದಿಂದ ದೊರೆಯುವ ಈ ಬಿಡುಗಡೆಯು ಪ್ರಾರಂಭದಲ್ಲಿ ಭಾಗಶಃ ಆಗಿರಬಹುದು. ಆದರೂ ಇದು, ಅದ್ಭುತವಾದ ಧರ್ಮದ ಬೋಧನೆಗಾಗಿ, ಗಾಢವಾದ ಕೃತಜ್ಞತಾ ಭಾವವನ್ನು ತರುತ್ತದೆ. ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಕರುಣೆಯ ಈ ಭಾವನೆಗಳೊಂದಿಗೆ ಇತರರೂ ದುಃಖದಿಂದ ಹೊರಬರಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುವ ಬಯಕೆಯೂ ಸಹಜವಾಗಿಯೇ ಬರುತ್ತದೆ. ಯಾವುದೇ ಪ್ರತಿಫಲಾಪೇಕ್ಷೆಯಿಲ್ಲದೆ ಶಿಬಿರಗಳಲ್ಲಿ ಸೇವೆ ಮಾಡಿ ಜನರು ಧರ್ಮವನ್ನು ಕಲಿಯಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುವುದು ಈ ಕೃತಜ್ಞತೆಯನ್ನು ಸಲ್ಲಿಸುವ ಒಂದು ಅಪಕಾಶವನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ.

ಧರ್ಮ ಸೇವೆಗೆ ಯಾರು ಅರ್ಹರು? : ಗೋಯಂಕಾಜಿ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಅವರ ಸಹಾಯಕ ಆಚಾರ್ಯರೊಬ್ಬರ ಬಳಿ ಹತ್ತು ದಿನಗಳ ಮೂರು ವಿಪಶ್ಯನ ಧ್ಯಾನ ಶಿಬಿರಗಳನ್ನು ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಿ ಪೂರೈಸಿರುವ ಧ್ಯಾನ ಸಾಧಕರು ಧರ್ಮ ಸೇವೆ ಮಾಡಬಹುದು. ಅವಶ್ಯಕತೆ ಇರುವ ಕಡೆ ಈ ನಿಯಮವನ್ನು ಸಡಿಲಿಸಬಹುದು. ಆದರೆ ಧ್ಯಾನ ಸಾಧಕರು ಅವರ ಇತ್ತೀಚಿನ ವಿಪಶ್ಯನ ಧ್ಯಾನ ಶಿಬಿರ ಮುಗಿದಾಗಿನಿಂದ ಬೇರೆ ಯಾವುದೇ ಧ್ಯಾನ ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿರಬಾರದು.

ಶಿಸ್ತು ಸಂಹಿತೆ : ಇಲ್ಲಿ ಬೇರೆ ಏನನ್ನಾದರೂ ಹೇಳದ ಹೊರತು, ಧರ್ಮ ಸೇವಕರು, ಸಾಧ್ಯವಾದಷ್ಟು ಧ್ಯಾನ ಶಿಬಿರಗಳ ಶಿಸ್ತು ಸಂಹಿತೆಯಲ್ಲಿರುವ ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸಬೇಕು. ಆ ನಿಯಮಗಳು ಧರ್ಮ ಸೇವಕರಿಗೂ ಅನ್ವಯವಾಗುತ್ತವೆ. ಆದಾಗ್ಯೂ ಕೆಲವು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಅವುಗಳನ್ನು ಸಡಿಲಗೊಳಿಸುವ ಅಗತ್ಯವಿದೆ ಮತ್ತು ಅದಕ್ಕೆ ಅನುಮತಿಸಲಾಗಿದೆ.

ಪಂಚಶೀಲಗಳು : ಐದು ಶೀಲಗಳು ಶಿಸ್ತು ಸಂಹಿತೆಯ ಅಡಿಪಾಯ.

1. ಯಾವುದೇ ಜೀವಿಯ ಹತ್ಯೆ ಮಾಡದಿರುವುದು,
2. ಕಳ್ಳತನ ಮಾಡದಿರುವುದು,
3. ಲೈಂಗಿಕ ದುರಾಚಾರ ಎಸಗದಿರುವುದು (ಅಂದರೆ, ಧ್ಯಾನ ಕೇಂದ್ರದಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ರೀತಿಯ ಲೈಂಗಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆಯನ್ನು ಮಾಡಬಾರದು)
4. ತಪ್ಪು ಮಾತನ್ನು ಆಡದಿರುವುದು.
5. ಮತ್ತು ಬರಿಸುವ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಸೇವಿಸದಿರುವುದು.

ಶ್ರೇಷ್ಠ ಮಾತು : ಧ್ಯಾನಾರ್ಥಿಗಳ ಆರ್ಯ ಮೌನವನ್ನು ಸೇವಕರು ಗೌರವಿಸಬೇಕು. ಧ್ಯಾನ ಕೇಂದ್ರದ ಆವರಣದಲ್ಲಿ ಮೌನವಾಗಿರಲು ಅವರು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬೇಕು. ಅವಶ್ಯಕತೆ ಇದ್ದಾಗ ಮಾತ್ರ ಮಾತಾಡಬೇಕು. ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ದೂರವಿದ್ದರೂ ಅಥವಾ ಶಿಬಿರ ನಡೆಯದೇ ಇದ್ದರೂ ಅನಾವಶ್ಯಕವಾಗಿ ಮಾತಾಡಿ ಕೇಂದ್ರದ ಪ್ರಶಾಂತತೆಯನ್ನು ಹಾಳು ಮಾಡಬಾರದು. ಮಾತಾಡುವಾಗ ಸೇವಕರು ಸರಿಯಾಗಿ ಮಾತಾಡಬೇಕು ಮತ್ತು ಈ ಕೆಳಗಿನವುಗಳಿಂದ ದೂರವಿರಬೇಕು.

1. ಸುಳ್ಳು ಹೇಳುವುದು ಅಥವಾ ಸತ್ಯವಲ್ಲದಿರುವುದನ್ನು ನುಡಿಯುವುದು.
2. ಒರಟಾದ ಭಾಷೆ ಅಥವಾ ಅಸಭ್ಯ ಮಾತುಗಳು. ಧರ್ಮವನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಯಾವಾಗಲೂ ವಿನಮ್ರತೆಯಿಂದ ಮತ್ತು ಮೃದುವಾಗಿ ಮಾತಾಡಬೇಕು.
3. ಮಿಥ್ಯಾಪವಾದ ಅಥವಾ ಚಾಡಿ ಮಾತು. ತನ್ನದೇ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಭಾವನೆಗಳಿಂದ ಇತರರನ್ನು ಟೀಕಿಸಬಾರದು. ಯಾವುದೇ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಗಮನಕ್ಕೆ ಅಥವಾ ಸಹಾಯಕ ಆಚಾರ್ಯರ ಅಥವಾ ಆಡಳಿತ ಮಂಡಳಿಯ ಗಮನಕ್ಕೆ ತರಬೇಕು.
4. ನಿಷ್ಪ್ರಯೋಜಕ ಮಾತುಕತೆ, ಗೊಡ್ಡು ಹರಟೆ,ಹಾಡು ಹೇಳುವುದು, ಸಿಳ್ಳು ಹಾಕುವುದು ಅಥವಾ ಗುನುಗುವುದು.

ಆರ್ಯ ನುಡಿಯು, ಮೌನಕ್ಕಿಂತಲೂ ಅತಿ ಹೆಚ್ಚು ಕಷ್ಟಕರವಾದುದು ಎಂಬುದರಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಅನುಮಾನವಿಲ್ಲ. ಆದ್ದರಿಂದ ಧರ್ಮ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ಅನುಸರಿಸುತ್ತಿರುವ ಯಾವುದೇ ವ್ಯಕ್ತಿಗಾದರೂ ಇದು ಒಂದು ಬಹಳ ಮುಖ್ಯವಾದ ತರಬೇತಿ.

ಧ್ಯಾನಾರ್ಥಿಗಳ ಜೊತೆ ಸಂಬಂಧಗಳು : ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಸನ್ನಿವೇಶದಲ್ಲೂ ಧರ್ಮ ಸೇವಕರು ಶಿಬಿರದಲ್ಲಿರುವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಕಲ್ಯಾಣಕ್ಕೆ ಮನ್ನಣೆ ಕೊಡಬೇಕು. ಶಿಬಿರಗಳು ಮತ್ತು ಧ್ಯಾನ ಕೇಂದ್ರಗಳು ಧ್ಯಾನಾರ್ಥಿಗಳಿಗಾಗಿ ಇವೆ. ಅತ್ಯಂತ ಅಗತ್ಯವಾದ ಬಹಳ ಮುಖ್ಯವಾದ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವ ಜನ ಅವರು. ಧ್ಯಾನಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಯಾವ ರೀತಿ ಸಹಾಯ ಮಾಡಬೇಕೋ ಆ ರೀತಿ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವುದು ಧರ್ಮ ಸೇವಕರ ಕೆಲಸ. ಆದ್ದರಿಂದ ಊಟ ಮತ್ತು ವಸತಿಯಲ್ಲಿ ಧ್ಯಾನ ಸಾಧಕರಿಗೆ ಆದ್ಯತೆ ಕೊಡಬೇಕು. ತುರ್ತು ಕೆಲಸಗಳಿರುವ ಸಂದರ್ಭಗಳನ್ನು ಹೊರತುಪಡಿಸಿ, ಧರ್ಮ ಸೇವಕರು ಧ್ಯಾನ ಸಾಧಕರ ಊಟವಾದ ಮೇಲೆ ಊಟ ಮಾಡಬೇಕು ಮತ್ತು ಊಟದ ಹಾಲ್‌ನಲ್ಲಿ ಸಾಧಕರ ಜೊತೆ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳಬಾರದು. ಧರ್ಮ ಸೇವಕರು ಸ್ನಾನ ಗೃಹಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಬಟ್ಟೆ ಒಗೆಯುವ ಸ್ಥಳಗಳನ್ನು ಸಾಧಕರು ಉಪಯೋಗಿಸುವ ಸಮಯಗಳನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಬೇರೆ ಸಮಯಗಳಲ್ಲಿ ಉಪಯೋಗಿಸಬೇಕು. ಮಲಗುವ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಯಾವುದಾದರೂ ಸಮಸ್ಯೆ ತಲೆದೋರಿದರೆ, ಸಾಧಕರು ಮಲಗಿದ ಮೇಲೆ ಧರ್ಮ ಸೇವಕರು ಮಲಗಬೇಕು. ಇತರೆ ಎಲ್ಲಾ ಸೌಲಭ್ಯಗಳಲ್ಲೂ, ಸಾಧಕರಿಗೆ ಆದ್ಯತೆ ಕೊಡಬೇಕು ಮತ್ತು ಸೇವಕರು ಸಾಧ್ಯವಾದಷ್ಟು ಧ್ಯಾನಾರ್ಥಿಗಳ ಸಾಧನೆಗೆ ಭಂಗ ತರಬಾರದು.

ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಜೊತೆ ವ್ಯವಹರಿಸುವುದು : ಎಲ್ಲ ಧರ್ಮ ಸೇವಕರು ನಮ್ಮತೆಯಿಂದ ಮತ್ತು ಗೌರವಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ವರ್ತಿಸಬೇಕು ಮತ್ತು ಸಂಪರ್ಕಿಸಿದಾಗ ಸಹಾಯ ಮಾಡಲು ಸಿದ್ಧರಿರಬೇಕು. ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಹೆಸರನ್ನು ಕೇಳಿ ತಿಳಿದು ಕೊಳ್ಳುವುದು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಸಹಾಯಕವಾಗುತ್ತದೆ. ಸಮಸ್ಯೆಯ ಸ್ವರೂಪವನ್ನು ಅಧರಿಸಿ ಸಾಧಕರನ್ನು ಸೂಕ್ತ ವ್ಯಕ್ತಿಯು-ಸಹಾಯಕ ಆಚಾರ್ಯರು ಅಥವಾ ಶಿಬಿರದ ವ್ಯವಸ್ಥಾಪಕರ- ಹತ್ತಿರ ಕಳಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬೇಕು. ಈ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಕಡಿಮೆ ಮಾತು ಅಥವಾ ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಹೆಚ್ಚು ತೊಂದರೆಯಾಗದಂತೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಸೇವಕರು ಉತ್ತರ ನೀಡಬಾರದು. ಇಂತಹ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಸಹಾಯಕ ಆಚಾರ್ಯರ ಹತ್ತಿರ ಕೇಳಿ ಎಂದು ಸಲಹೆ ನೀಡಬೇಕು. ಇದೇ ರೀತಿ, ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಜೊತೆ ನಿರ್ವಾಹಕರು ಹೊಂದಿರುವ ಯಾವುದೇ ಸಂಪರ್ಕವನ್ನು ಸಹಾಯಕ ಆಚಾರ್ಯರ ಗಮನಕ್ಕೆ ತರಬೇಕು. ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಖಾಸಗಿ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಬೇರೆಯವರ ಜೊತೆ ಎಂದಿಗೂ ಚರ್ಚಿಸಬಾರದು.

ಶಿಬಿರ ನಿರ್ವಾಹಕರು ಮತ್ತು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಸೇವೆ ಮಾಡುವ ಧರ್ಮ ಸೇವಕರು ಮಾತ್ರ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳೊಂದಿಗೆ ನೇರವಾಗಿ ವ್ಯವಹರಿಸಬೇಕು- ಮಹಿಳಾ ಧರ್ಮ ಸೇವಕರು ಮಹಿಳಾ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಜೊತೆ, ಪುರುಷ ಸೇವಕರು ಪುರುಷ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಜೊತೆ. ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಶಿಬಿರದ ಶಿಸ್ತು ಮತ್ತು ವೇಳಾಪಟ್ಟಿಯನ್ನು ಅನುಸರಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೋ ಇಲ್ಲವೋ ಎಂಬುದನ್ನು ಸೇವಕರು ಗಮನಿಸುತ್ತಿರಬೇಕು. ಇವುಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸದೇ ಇರುವ ಸಾಧಕರ ಜೊತೆ ಸೇವಕರು ಮಾತಾಡಬೇಕು. ಈ ಕೆಲಸವನ್ನು ಸ್ನೇಹ ಮತ್ತು ಕರುಣೆಯಿಂದ, ಧ್ಯಾನಾರ್ಥಿಗಳು ತಮ್ಮ ಕಷ್ಟಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುವ ಸಂಕಲ್ಪದಿಂದ ಮಾಡಬೇಕು. ಪದಗಳನ್ನು ಬಹಳ ಗಮನದಿಂದ, ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಬಳಸಬೇಕು-ಎಂದಿಗೂ ಒರಟಾಗಿರಬಾರದು. ಯಾವುದೇ ಸೇವಕರಿಗೆ ಈ ರೀತಿ ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗದಿದ್ದರೆ, ಸಹ ಸೇವಕರೊಬ್ಬರು ಈ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ನಿಭಾಯಿಸಬೇಕು. ತಪ್ಪು ನಡವಳಿಕೆಯ ಮೇಲ್ನೋಟದ ಕಾರಣವನ್ನು ಊಹಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಬದಲು ಸೇವಕರು ಧ್ಯಾನಾರ್ಥಿಯನ್ನು ಕೇಳಿ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಸೇವಕರ ಧ್ಯಾನದ ಅಭ್ಯಾಸ : ಧರ್ಮ ಸೇವಕರು ಸಮಯ ವ್ಯರ್ಥ ಮಾಡದೆ ತಮ್ಮ ಕೆಲಸಕ್ಕೆ ಸಂಪೂರ್ಣ ಗಮನಕೊಟ್ಟು ಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಸೇವೆ ಮಾಡಬೇಕು ; ಇದು ಅವರಿಗೆ ತರಬೇತಿ. ಇದೇ ವೇಳೆ ಅವರು ತಮ್ಮ ಧ್ಯಾನದ ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನೂ ಮುಂದುವರಿಸಬೇಕು. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ಸೇವಕರೂ ಪ್ರತಿದಿನ ಕನಿಷ್ಠ ಮೂರು ಗಂಟೆಗಳು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಬೇಕು. ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ ಇದನ್ನು ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 8.00, ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 2.30 ಮತ್ತು ಸಾಯಂಕಾಲ 6.00 ಗಂಟೆಯ ಸಾಮೂಹಿಕ ಸಾಧನೆಯ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಮಾಡಬೇಕು. ಜೊತೆಗೆ, ಸಹಾಯಕ ಆಚಾರ್ಯರು ಉಪಸ್ಥಿತರಿದ್ದಾಗ, ಧ್ಯಾನ ಮಂದಿರದಲ್ಲಿ ರಾತ್ರಿ 9.00 ಗಂಟೆಗೆ ಸಣ್ಣ ಧ್ಯಾನದ ಸಮಯವಿರುತ್ತದೆ. ಶಿಬಿರದಲ್ಲಿರುವ ಸೇವಕರು ವಿಪಶ್ಯನವನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಬೇಕು. ಅಗತ್ಯವಿದ್ದಾಗ ಆನಾಪಾನವನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು. ಸಾಮೂಹಿಕ ಸಾಧನೆಯ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಧರ್ಮ ಸೇವಕರು, ಬೇಕೆನಿಸಿದರೆ ತಮ್ಮ ಕುಳಿತ ಭಂಗಿಯನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸಬಹುದು. ಎಲ್ಲಾ ಸಮಯಗಳಲ್ಲೂ ಧರ್ಮ ಸೇವಕರು ತಮ್ಮನ್ನು ತಾವು ಗಮನಿಸುವ

ಒಂದು ಜವಾಬ್ದಾರಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತಾರೆ. ಎಲ್ಲಾ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲೂ ಅವರು ಸಮತೆಯಿಂದಿರಲು ಮತ್ತು ತಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನ ಸಂಕಲ್ಪವನ್ನು ಅರಿಯಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬೇಕು. ತಾವು ಅತಿಯಾಗಿ ದಣಿದಿದ್ದರೆ ಅಥವಾ ಕೆಲಸ ಮಾಡಲು ಆಗದಿದ್ದಾಗ, ಅವರ ಕೆಲಸ ಎಷ್ಟೇ ಮುಖ್ಯವಾಗಿದ್ದರೂ ಅದನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಬೇಕು ಅಥವಾ ಹೆಚ್ಚು ವಿಶ್ರಾಂತಿ ಪಡೆಯಬೇಕು. ತಾವು ಅನಿವಾರ್ಯ ಎಂದು ಸೇವಕರು ಊಹಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಾರದು. ತನ್ನೊಳಗೆ ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಸಾಮರಸ್ಯ ಇದ್ದಾಗ ಮಾತ್ರ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಸರಿಯಾದ ಧರ್ಮ ಸೇವೆಯನ್ನು ಮಾಡಬಹುದು. ಕೆಲಸವು ಸಕಾರಾತ್ಮಕತೆಯನ್ನು ಆಧರಿಸಿಲ್ಲದಿದ್ದರೆ, ಅದು ಪ್ರಯೋಜನಕಾರಿ ಆಗುವುದಿಲ್ಲ. ದೀರ್ಘಕಾಲ ಸೇವೆ ಮಾಡಲು ಧ್ಯಾನ ಕೇಂದ್ರದಲ್ಲಿರುವ ಸೇವಕರು ತಮ್ಮ ಎಲ್ಲಾ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಬದಿಗಿಟ್ಟು ನಿಯಮಿತವಾಗಿ ಹತ್ತು ದಿನಗಳ ಶಿಬಿರಗಳಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಬೇಕು. ಧರ್ಮ ಸೇವೆ ಮಾಡಿರುವ ಕಾರಣಕ್ಕೆ ಅವರು ವಿಶೇಷ ಆದ್ಯತೆ ಅಥವಾ ಸೌಕರ್ಯವನ್ನು ನಿರೀಕ್ಷಿಸಬಾರದು.

ಸಹಾಯಕ ಆಚಾರ್ಯರನ್ನು ಭೇಟಿ ಮಾಡುವುದು : ಸೇವಕರು ತಮ್ಮ ಯಾವುದೇ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಅಥವಾ ತೊಂದರೆಗಳನ್ನು ಆಚಾರ್ಯರು ಅಥವಾ ಸಹಾಯಕ ಆಚಾರ್ಯರ ಜೊತೆ ಚರ್ಚಿಸಬೇಕು. ಸೇವೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಅಥವಾ ಸಾಮಾನ್ಯ ವಿಷಯಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಪ್ರಶ್ನೆ ಕೇಳಲು ಸರಿಯಾದ ಸಮಯವೆಂದರೆ ರಾತ್ರಿ 9 ಗಂಟೆಯ ಧ್ಯಾನ ಮುಗಿದ ಮೇಲೆ. ಖಾಸಗಿ ಸಂದರ್ಶನಗಳನ್ನೂ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಮಾಡಬಹುದು. ಸಹಾಯಕ ಆಚಾರ್ಯರುಗಳ ಅನುಪಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಸೇವಕರು ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಅಥವಾ ತೊಂದರೆಗಳನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸಿ ಜೊತೆ ಪ್ರಸ್ತಾಪ ಮಾಡಬೇಕು.

ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಸ್ವೀಕಾರ : ಧರ್ಮ ಸೇವಕರು ಆಚಾರ್ಯರುಗಳ, ಸಹಾಯಕ ಆಚಾರ್ಯರುಗಳ ಮತ್ತು ಧ್ಯಾನ ಕೇಂದ್ರದ ನಿರ್ವಾಹಕರ ಸೂಚನೆಗಳನ್ನು ಪಾಲಿಸಬೇಕು. ಹಿರಿಯ ಧ್ಯಾನ ಸಾಧಕರ ಅಥವಾ ಹಿರಿಯ ಸೇವಕರ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಮತ್ತು ಅಭಿಪ್ರಾಯಗಳಿಗೆ ಬದ್ಧರಾಗಿರಬೇಕು. ಇರುವ ಪದ್ಧತಿಗಳನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸುವುದು ಅಥವಾ ಅನುಮತಿಯಿಲ್ಲದೆ ಅಥವಾ ಜವಾಬ್ದಾರಿ ಹೊಂದಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಸೂಚನೆಗಳಿಗೆ ವಿರುದ್ಧವಾಗಿ ಯೋಜನೆಗಳನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುವುದು ಗೊಂದಲ ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ ; ದ್ವಿಗುಣ ಪ್ರಯತ್ನಗಳಿಗೆ ಮತ್ತು ಸಮಯ ಮತ್ತು ಸಾಮಗ್ರಿಗಳ ನಷ್ಟಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ. ಸ್ವತಂತ್ರವಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವುದಕ್ಕೆ ಒತ್ತಾಯಿಸುವುದು ಧರ್ಮ ವಾತಾವರಣವನ್ನು ವ್ಯಾಪಿಸಿರುವ ಸಹಕಾರ ಮತ್ತು ಸಮರಸ ಭಾವಕ್ಕೆ ಯಾವುದೇ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದಲೂ ಹೊಂದಿಕೆಯಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಸೂಚನೆಗಳನ್ನು ಪಾಲಿಸುವುದರಿಂದ ಸೇವಕರು ವೈಯಕ್ತಿಕ ಆದ್ಯತೆಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಪೂರ್ವಾಗ್ರಹಗಳನ್ನು ಪಕ್ಕಕ್ಕಿಡುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಧ್ಯಾನಾರ್ಥಿಗಳ ಒಳಿತಿಗಾಗಿ ಮತ್ತು ಶಿಬಿರಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಕೇಂದ್ರವನ್ನು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿ ಹಾಗೂ ಸಾಮರಸ್ಯದಿಂದ ನಡೆಸಲು ಏನು ಬೇಕೋ ಅದನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಮುಕ್ತವಾಗಿ ಮತ್ತು ವಿನಮ್ರತೆಯಿಂದ ಪರಿಹರಿಸಬೇಕು. ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಸಲಹೆಗಳಿಗೆ ಯಾವಾಗಲೂ ಸ್ವಾಗತವಿರುತ್ತದೆ.

ಪುರುಷ ಮತ್ತು ಮಹಿಳೆಯರ/ ಪುರುಷ ಮತ್ತು ಮಹಿಳಾ ಧರ್ಮ ಸೇವಕರ ಪ್ರತ್ಯೇಕತೆ : ಹೆಣ್ಣು ಮತ್ತು ಗಂಡಿನ ಬಗ್ಗೆ ಸ್ಥಳೀಯ ಸಮಾಜವು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಭಿನ್ನವಾದ ಮಾನದಂಡಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಭಾರತಕ್ಕೆ ಬರುವ ಪಾಶ್ಚಿಮಾತ್ಯರು ಅನೇಕ ವೇಳೆ ಮನಗಾಣುವುದಿಲ್ಲ. ಸ್ತ್ರೀ ಪುರುಷರು ಅಕ್ಕಪಕ್ಕದಲ್ಲಿ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳುವುದು ಅಥವಾ ಜೊತೆಯಾಗಿ ಊಟ ಮಾಡುವಂತಹ ಕ್ರಿಯೆಗಳು ಪಾಶ್ಚಿಮಾತ್ಯರಿಗೆ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಕಳಂಕರಹಿತವಾಗಿ ತೋರಬಹುದು. ಆದರೆ ಕೆಲ ಭಾರತೀಯರಿಗೆ ಇದು ದಿಗ್ಭ್ರಮೆ ಉಂಟು ಮಾಡಬಹುದು. ಬಹುತೇಕ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಪುರುಷರು ಮತ್ತು ಮಹಿಳೆಯರು ಸಾರ್ವಜನಿಕವಾಗಿ ಯಾವಾಗಲೂ ಪ್ರತ್ಯೇಕವಾಗಿರುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಯಾವುದೇ ಧ್ಯಾನದ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ಸ್ತ್ರೀ ಪುರುಷರ ಪ್ರತ್ಯೇಕತೆಯನ್ನು ಕಟ್ಟುನಿಟ್ಟಾಗಿ ಪಾಲಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಧರ್ಮ ಗಿರಿಯು ವಿಪಶ್ಯನ ಧ್ಯಾನದ ಅಭ್ಯಾಸಕ್ಕಾಗಿ ಇರುವ ಒಂದು ಅಂತರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಸಂಸ್ಥೆ. ಆದರೆ ಇದು ಭಾರತದಲ್ಲಿದೆ ಮತ್ತು ಈ ಕೇಂದ್ರದಲ್ಲಿರುವ ಎಲ್ಲಾ ಸೇವಕರೂ ಭಾರತದ ಪದ್ಧತಿಗಳನ್ನು ಗೌರವಿಸಬೇಕು. ಒಂದು ಸಂಸ್ಥೆಯು ಅಂತರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಕೇಂದ್ರವಾಗಿ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆ ಪಡೆಯಬೇಕಾದರೆ ಪ್ರಬಲವಾದ ಮತ್ತು ನಿರಂತರವಾದ ಸ್ಥಳೀಯ ಬೆಂಬಲ ಅತ್ಯಗತ್ಯ.

ಆದ್ದರಿಂದ, ಅಕಾಡೆಮಿಯ ಧ್ಯಾನದ ಗಂಭೀರ ವಾತಾವರಣವನ್ನು ಉಳಿಸಿಕೊಂಡು ಹೋಗಲು ಮತ್ತು ಸ್ಥಳೀಯ ನಿವಾಸಿಗಳ ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಮೌಲ್ಯಗಳನ್ನು ಗೌರವಿಸಲು ಧರ್ಮ ಸೇವಕರು ಎಲ್ಲ ಸಮಯದಲ್ಲೂ ಲಿಂಗ ಪ್ರತ್ಯೇಕತೆಯನ್ನು ಪಾಲಿಸಬೇಕು. ಪುರುಷರು ಮತ್ತು ಮಹಿಳೆಯರು ಒಟ್ಟಿಗೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡಬಾರದು ಅಥವಾ ಊಟದ ಹಾಲಿನಲ್ಲಿ, ಕಚೇರಿ ಅಥವಾ ಲೈಬ್ರರಿಯಲ್ಲಿ (ಗ್ರಂಥಾಲಯದಲ್ಲಿ) ಒಟ್ಟಿಗೆ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳಬಾರದು. ಚರ್ಚಿಸಬೇಕಾದ ವಿಷಯವಿದ್ದರೆ, ಅದನ್ನು ಧ್ಯಾನದ ಆವರಣದ ಹೊರಗಿನ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ಚರ್ಚಿಸಬಹುದು. ಅಂತಹ ಚರ್ಚೆಗಳು ಐದು

ಅಥವಾ ಹತ್ತು ನಿಮಿಷಗಳಿಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚಿರಬಾರದು.

ಗಂಡ ಹೆಂಡತಿ ಇಬ್ಬರೂ ಸೇವೆ ಮಾಡುವಾಗ ಈ ನಿಯಮದ ಅಗತ್ಯತೆ ಇನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚಿರುತ್ತದೆ. ಪ್ರತ್ಯೇಕತೆಯನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದರಲ್ಲಿ ಬಹಳ ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಿಂದಿರಬೇಕು.

ಪ್ರತ್ಯೇಕತೆಯ ನಿಯಮವನ್ನು ಪಟ್ಟಣಕ್ಕೆ, ರೈಲ್ವೆ ನಿಲ್ದಾಣಕ್ಕೆ ಅಥವಾ ಬಸ್ ನಿಲ್ದಾಣಕ್ಕೆ ಹೋಗುವಾಗಲೂ ಪಾಲಿಸಬೇಕು. ಗಂಡ-ಹೆಂಡತಿಯೂ ಜೊತೆಗೆ ಹೋಗಬಹುದು ಆದರೆ ಗಂಭೀರತೆಯಿಂದಿರಬೇಕು ಮತ್ತು ಯಾವುದೇ ದೈಹಿಕ ಸಂಪರ್ಕ ಮಾಡಬಾರದು. ಪಟ್ಟಣಕ್ಕೆ ನೀಡುವ ಭೇಟಿಗಳು ಮಿತಿಯಲ್ಲಿರಬೇಕು. ಕೇಂದ್ರದ ಹೊರಗಿನ ಯಾವುದೇ ವ್ಯವಹಾರ ಅಥವಾ ಚಟುವಟಿಕೆಯನ್ನು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಶಿಬಿರಗಳ ನಡುವಿನ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಮಾಡಬೇಕು.

ಔಪಚಾರಿಕವಾದ ಶಿಬಿರಗಳು ನಡೆಯುತ್ತಿರುವಾಗ, ಪ್ರತ್ಯೇಕತೆಯ ನಿಯಮವನ್ನು ಸ್ವಲ್ಪಮಟ್ಟಿಗೆ ಸಡಿಲಗೊಳಿಸಬೇಕಾದ ಅನಿವಾರ್ಯತೆ ಬರಬಹುದು. ಅಂತಹ ಸಮಯವನ್ನು ಪುರುಷ ಮತ್ತು ಮಹಿಳಾ ಸೇವಕರು ಬೆರೆಯಲು ಇರುವ ಮುಕ್ತ ಪರವಾನಗಿ ಎಂದು ಭಾವಿಸಬಾರದು. ಔಪಚಾರಿಕ ಶಿಬಿರ ಮುಗಿದ ಮೇಲೂ ಬಹಳ ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಿಂದ ಪ್ರತ್ಯೇಕತೆಯನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಪ್ರಯೋಜನಕಾರಿ ಎಂಬುದು ಅನುಭವದಿಂದ ತಿಳಿದುಬಂದಿದೆ. ಕೆಲವು ಪಾಶ್ಚಿಮಾತ್ಯರಿಗೆ ಇದು ವಿಚಿತ್ರವಾಗಿ ಕಾಣಬಹುದು. ಆದರೆ ಈ ಸಂಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಈ ದೇಶದಲ್ಲಿ ಅವರು ಅತಿಥಿಗಳು ಎಂಬುದನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಈ ನಿಯಮಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಎಲ್ಲಾ ಕಾರಣಗಳನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಅವರಿಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾಗದಿದ್ದರೂ, ಪ್ರತ್ಯೇಕತೆಯನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ ಮೂಲಕ ಕೇಂದ್ರಕ್ಕೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಿ ಎಂದು ಅವರನ್ನು ಕೋರಲಾಗುವುದು.

ಹೊರಗಿನ ಸಂಪರ್ಕಗಳು : ಸೇವಕರು ಹೊರ ಪ್ರಪಂಚದ ಸಂಪರ್ಕವನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಕಡಿದುಕೊಳ್ಳುವ ಅವಶ್ಯಕತೆಯಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಶಿಬಿರದಲ್ಲಿ ಸೇವೆ ಮಾಡುವಾಗ ತುರ್ತು ಕೆಲಸವಿದ್ದರೆ ಮಾತ್ರ ಕೇಂದ್ರವನ್ನು ಬಿಡಬಹುದು. ಅಂತಹ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಸಹಾಯಕ ಆಚಾರ್ಯರ ಅಥವಾ ನಿರ್ವಾಹಕರ ಅನುಮತಿಯನ್ನು ಮುಂಚಿತವಾಗಿ ಪಡೆದಿರಬೇಕು. ದೂರವಾಣಿ ಕರೆಗಳನ್ನು ಅಗತ್ಯತೆಗೆ ಮಾತ್ರ ಸೀಮಿತಗೊಳಿಸಬೇಕು. ಖಾಸಗಿ ಸಂದರ್ಶಕರು ಮುಂಚಿತವಾಗಿ ನಿರ್ವಾಹಕರ ಅನುಮತಿ ಪಡೆದು ಧ್ಯಾನ ಕೇಂದ್ರಕ್ಕೆ ಬರಬಹುದು.

ಕೇಂದ್ರದ ಸ್ವತ್ತನ್ನು ಬಳಸುವುದು : ವಿಪಶ್ಯನದ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಯೂ ತನಗೆ ಕೊಡದೇ ಇರುವುದನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳದಿರುವ ತರಬೇತಿಯನ್ನು ಕೈಗೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಆದುದರಿಂದ ಧರ್ಮ ಸೇವಕರು ನಿರ್ವಾಹಕರ ಅನುಮತಿಯಿಲ್ಲದೆ ಯಾವುದೇ ವಸ್ತುವನ್ನು ತಮ್ಮ ನಿವಾಸ ಸ್ಥಾನಕ್ಕೆ ಅಥವಾ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಉಪಯೋಗಕ್ಕೆ ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗಬಾರದು.

ದೈಹಿಕ ಸಂಪರ್ಕ : ಧ್ಯಾನದ ಪರಿಶುದ್ಧ ವಾತಾವರಣವನ್ನು ಮತ್ತು ಆತ್ಮವಲೋಕನ ಸ್ವಭಾವದ ಧ್ಯಾನದ ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಮತ್ತು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಒಂದು ಒಳ್ಳೆಯ ಮಾದರಿಯನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸಲು ಎಲ್ಲಾ ಧರ್ಮ ಸೇವಕರು ಯಾವುದೇ ಲಿಂಗದ ಧ್ಯಾನಾರ್ಥಿಗಳ ಜೊತೆ ಮತ್ತು ಇತರ ಸೇವಕರ ಜೊತೆ ದೈಹಿಕ ಸ್ಪರ್ಶವನ್ನು ಮಾಡಬಾರದು. ಶಿಬಿರಗಳಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಶಿಬಿರಗಳ ನಡುವಿನ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಯಾವಾಗಲೂ ಈ ನಿಯಮವನ್ನು ಪಾಲಿಸಬೇಕು.

ಆಹಾರ : ಧ್ಯಾನ ಕೇಂದ್ರವು ಯಾವುದೇ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಆಹಾರ ಪದ್ಧತಿಯನ್ನು ಅನುಮೋದಿಸದೆ ಸರಳ, ಆರೋಗ್ಯಕರ, ಸಸ್ಯಾಹಾರಿ ಆಹಾರವನ್ನು ಒದಗಿಸುತ್ತದೆ. ಎಲ್ಲಾ ಸಾಧಕರಂತೆ, ಧರ್ಮ ಸೇವಕರು ಸಹ ತಮಗೆ ಏನನ್ನು ನೀಡಲಾಗುವುದೋ ಅದನ್ನು ವೈರಾಗ್ಯ ಭಾವದಿಂದ ಸ್ವೀಕರಿಸಬೇಕು.

ಕೇಂದ್ರಕ್ಕೆ ತರುವ ಯಾವುದೇ ಆಹಾರವು ಸಸ್ಯಾಹಾರಿ ಆಗಿರಬೇಕು ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ಸಾಧಕರ ದೃಷ್ಟಿಗೆ ಬೀಳದಂತೆ ಸೇವಕರು ಆಹಾರ ಸೇವಿಸುವ ಸ್ಥಳಗಳಲ್ಲಿ ಇಡಬೇಕು. ಆಲ್ಕೋಹಾಲ್ ಅಥವಾ ಮದ್ಯ, ಮೊಟ್ಟೆ ಅಥವಾ ಮೊಟ್ಟೆಯನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುವ ಆಹಾರ (ಕೆಲವು ಬೇಯಿಸಿದ ಆಹಾರ, ಮೇಯನೇಸ್ಟ್ ... ಒಂದು ರೀತಿಯ ಮಸಾಲೆ ಮುಂತಾದವುಗಳು) ಚೀಸ್ ಇವುಗಳನ್ನು ಕೇಂದ್ರಕ್ಕೆ ತರಬಾರದು. ಒಟ್ಟಾರೆಯಾಗಿ, ಹೊರಗಿನಿಂದ ತರುವ ಆಹಾರವನ್ನು ಕನಿಷ್ಠ ಮಟ್ಟಕ್ಕೆ ಸೀಮಿತಗೊಳಿಸಬೇಕು.

ಸೇವಕರು ಐದು ಶೀಲಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸುವುದರಿಂದ ಅವರಿಗೆ ಬೇಕೆನಿಸಿದರೆ ಸಾಯಂಕಾಲವೂ ಒಮ್ಮೆ ಆಹಾರ ಸೇವಿಸಬಹುದು.

ವೈಯಕ್ತಿಕ ಉಡಿಗೆ ತೊಡಿಗೆ : ಇತರರ ದೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ಧರ್ಮ ಸೇವಕರು ಬೋಧನೆ ಮತ್ತು ಧ್ಯಾನ ಕೇಂದ್ರದ ಪ್ರತಿನಿಧಿಗಳಾಗಿರುತ್ತಾರೆ. ಈ ಕಾರಣಕ್ಕಾಗಿ ಸೇವಕರು ಯಾವಾಗಲೂ ಸ್ವಚ್ಛವಾಗಿರಬೇಕು ಮತ್ತು ಬಿಗಿಯಾದ, ಪಾರದರ್ಶಕವಾದ, ಧಳುಕಿನ, ಅನಾವಶ್ಯಕ ಗಮನ ಸೆಳೆಯುವ (ಗಿಡ್ಡ ಉಡುಪು, ಚಿಕ್ಕಲಂಗ, ತೋಳಿಲ್ಲದ ಅಥವಾ ಬಿಗಿಯಾದ ಮೇಲಂಗಿಗಳು, ಗಮನವನ್ನು ಬೇರೆಡೆ ತಿರುಗಿಸುವ ಪದಗಳು,

ಚಿತ್ರಗಳಿರುವ ಟೀಶರ್ಟ್‌ಗಳು, ಟೈಟ್ಸ್ ಮತ್ತು ಲೈಂಗ್ಸ್ ನಂತಹ) ಉಡುಪುಗಳನ್ನು ಧರಿಸಬಾರದು. (ಸೂಚನೆ : ಪ್ರಪಂಚದಾದ್ಯಂತ ವಿವಿಧ ದೇಶಗಳಲ್ಲಿನ ಸ್ಥಳೀಯ ಪದ್ಧತಿಗಳ ಉಡುಪುಗಳನ್ನು ಗಮನದಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬೇಕು.) ಧರಿಸುವ ಆಭರಣಗಳು ಕನಿಷ್ಠ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿರಬೇಕು. ಮಿತಿಯಿಂದ ವರ್ತಿಸುವ ಮನೋಭಾವವು ಎಲ್ಲಾ ಸಮಯಗಳಲ್ಲೂ ಚಾಲ್ತಿಯಲ್ಲಿರಬೇಕು.

ಓದುವುದು : ಪ್ರಚಲಿತ ವಿದ್ಯಮಾನಗಳನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬಯಸುವ ಸೇವಕರು ವೃತ್ತಪತ್ರಿಕೆಗಳನ್ನು ಅಥವಾ ಸುದ್ದಿ ನಿಯತಕಾಲಿಕೆಗಳನ್ನು ಓದಬಹುದು. ಆದರೆ ಧ್ಯಾನಾರ್ಥಿಗಳ ದೃಷ್ಟಿಗೆ ಬೀಳದಂತೆ ಸೇವಕರಿಗೆ ನಿಗದಿಪಡಿಸಿರುವ ಜಾಗದಲ್ಲಿ ಓದಬಹುದು. ನಿತ್ಯದ ಸುದ್ದಿಗಿಂತಲೂ ಹೆಚ್ಚು ಓದಬಯಸುವ ಸೇವಕರು ಸೂಚಿತ ಪುಸ್ತಕಗಳ ಪಟ್ಟಿಯಲ್ಲಿರುವ ಅಥವಾ ಧಮ್ಮ ಗ್ರಂಥಾಲಯದಲ್ಲಿರುವ ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಕಾದಂಬರಿಗಳು ಅಥವಾ ಮನರಂಜನೆಗಾಗಿ ಇರುವ ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಓದಲು ಅನುಮತಿಯಿಲ್ಲ.

ಧೂಮಪಾನ : ಧರ್ಮವನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಇನ್ನು ಮುಂದೆ ಮದ್ಯ, ಗಾಂಜಾ ಮುಂತಾದ ಮಾದಕ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಸೇವಿಸುವುದಿಲ್ಲ ಎಂದು ನಂಬಿಕೊಳ್ಳಲಾಗಿದೆ. ಯಾವುದೇ ರೂಪದಲ್ಲಿ ತಂಬಾಕಿನ ಬಳಕೆಯನ್ನೂ ಒಳಗೆ ಅಥವಾ ಹೊರಗೆ, ಧ್ಯಾನ ಕೇಂದ್ರದಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಧ್ಯಾನ ಕೇಂದ್ರದ ಹೊರಗೆ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ನಿಷೇಧಿಸಲಾಗಿದೆ. ಧಮ್ಮ ಸೇವಕರು ಧ್ಯಾನ ಕೇಂದ್ರದಿಂದ ಹೊರಗೆ ಹೋಗಿಯೂ ಧೂಮಪಾನ ಮಾಡಬಾರದು.

ಕೇಂದ್ರವನ್ನು ಸ್ವಚ್ಛವಾಗಿಡುವುದು : ಧ್ಯಾನ ಕೇಂದ್ರವನ್ನು ಅಂದವಾಗಿ ಮತ್ತು ಸ್ವಚ್ಛವಾಗಿಡುವುದಕ್ಕೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವುದು ಧರ್ಮ ಸೇವಕರ ಕರ್ತವ್ಯವಾಗಿದೆ. ಧ್ಯಾನ ಮಂದಿರ ಮತ್ತು ಪಗೋಡದ ಕೋಣೆಗಳ ಜೊತೆಗೆ ಕಚೇರಿ, ನಿವಾಸಸ್ಥಾನಗಳು, ಉದ್ಯಾನವನಗಳು, ಸ್ನಾನಗೃಹಗಳು, ಊಟದ ಹಾಲ್‌ಗಳು, ಮತ್ತಿತರ ಸ್ಥಳಗಳಿಗೆ ಗಮನಕೊಡಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಅವಶ್ಯಕತೆ ಬಂದರೆ ಸೇವಕರು ಅವರ ಸಾಮಾನ್ಯ ಸೇವೆಗಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧವಿಲ್ಲದ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡಲು ಸಿದ್ಧರಿರಬೇಕು.

ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಮಯ ಕೇಂದ್ರದಲ್ಲಿರುವುದು : ಸಹಾಯಕ ಆಚಾರ್ಯರ ಮತ್ತು ಕೇಂದ್ರದ ನಿರ್ವಾಹಕರ ಅನುಮತಿ ಪಡೆದು ಗಂಭೀರ ಧ್ಯಾನ ಸಾಧಕರು ದೀರ್ಘ ಕಾಲದವರೆಗೆ ಧ್ಯಾನ ಕೇಂದ್ರದಲ್ಲಿ ತಂಗಬಹುದು. ಆದರೆ ಉದ್ದೇಶವು ಧರ್ಮದ ಸೈದ್ಧಾಂತಿಕ ಮತ್ತು ಅಭ್ಯಾಸ ಇವುಗಳಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ಸ್ಥಾಪಿತಗೊಳ್ಳುವುದಾಗಿರಬೇಕು. ಈ ಸಮಯದಲ್ಲಿ, ಆಚಾರ್ಯರುಗಳು ಮತ್ತು ಕೇಂದ್ರದ ನಿರ್ವಾಹಕರ ಜೊತೆ ಸಮಾಲೋಚಿಸಿ ತೀರ್ಮಾನಿಸಿದಂತೆ ಅವರಿಗೆ ಕೆಲವು ಶಿಬಿರಗಳಲ್ಲಿ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಲು ಮತ್ತೆ ಕೆಲವು ಶಿಬಿರಗಳಲ್ಲಿ ಸೇವೆ ಮಾಡಲು ಅವಕಾಶವಿದೆ.

ದಾನ : ಧ್ಯಾನ ಕೇಂದ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಧ್ಯಾನ ಶಿಬಿರಗಳಲ್ಲಿ ಧ್ಯಾನ ಸಾಧಕರಿಗೆ ನೀಡುವ ಬೋಧನೆ, ಊಟ, ವಸತಿ ಅಥವಾ ಇತರೆ ಸೌಲಭ್ಯಗಳಿಗೆ ಯಾವುದೇ ಶುಲ್ಕವಿಲ್ಲ ಎಂದು ಧ್ಯಾನಾರ್ಥಿಗಳ ಶಿಸ್ತು ಸಂಹಿತೆ ಹೇಳುತ್ತದೆ. ಇದು ಧಮ್ಮ ಸೇವಕರಿಗೂ ಅನ್ವಯಿಸುತ್ತದೆ.

ಪರಿಶುದ್ಧ ಧರ್ಮದ ಬೋಧನೆಯನ್ನು ಯಾವಾಗಲೂ ಉಚಿತವಾಗಿ ನೀಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ಹಿಂದಿನ ಧ್ಯಾನ ಸಾಧಕರ ದಾನದಿಂದ ಊಟ, ವಸತಿ ಮತ್ತಿತರ ಸೌಲಭ್ಯಗಳನ್ನು ಒದಗಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಧರ್ಮ ಸೇವಕರು ಇದನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಸೌಲಭ್ಯಗಳನ್ನು ಸದುಪಯೋಗ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಸೇವೆ ಮಾಡಬೇಕು. ಹೀಗೆ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ದಾನಿಗಳು ತಮ್ಮ ದಾನದಿಂದ ಗರಿಷ್ಠ ಪ್ರಮಾಣದ ಪ್ರಯೋಜನ ಪಡೆಯಬಹುದು. ಸೇವಕರು ಸಹ ತಮ್ಮ ಶಕ್ತ್ಯಾನುಸಾರ ಇತರ

ಅನುಕೂಲಕ್ಕಾಗಿ ದಾನ ನೀಡಿ ತಮ್ಮ 'ದಾನ ಪಾರಮಿ'ಗಳನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಕೃತಜ್ಞತಾ ಭಾವ ಹೊಂದಿರುವ ಧ್ಯಾನ ಸಾಧಕರ ದಾನದಿಂದ ಮಾತ್ರ ಧ್ಯಾನ ಕೇಂದ್ರಗಳು ಮತ್ತು ಧ್ಯಾನ ಶಿಬಿರಗಳು ನಡೆಯುತ್ತವೆ.

ತನಗಾಗಿ ಅಥವಾ ತನ್ನ ಖರ್ಚು ವೆಚ್ಚಕ್ಕಾಗಿ ಯಾರೂ ಹಣ ಅಥವಾ ಇತರೆ ಸವಲತ್ತುಗಳನ್ನು ಕೊಡುವುದಿಲ್ಲ. ಪ್ರತಿಯೊಂದು ದಾನವೂ ಇತರರ ಉಪಯೋಗಕ್ಕಾಗಿ. ಧರ್ಮ ಸೇವೆಯು ಊಟ,ವಸತಿಗೆ ಪ್ರತಿಯಾಗಿ ಮಾಡಿದ ಪಾವತಿಯಿಲ್ಲ. ಬದಲಾಗಿ, ಸೇವೆಯು ಸ್ವತಃ ಸೇವಕರಿಗೇ ಪ್ರಯೋಜನಕಾರಿ. ಏಕೆಂದರೆ ಅದು ಅವರಿಗೆ ಮೌಲ್ಯಯುತವಾದ ಹೆಚ್ಚಿನ ಧರ್ಮ ತರಬೇತಿಯನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ. ಧ್ಯಾನ ಕೇಂದ್ರ ಅಥವಾ ಧ್ಯಾನ ಶಿಬಿರವು ಧ್ಯಾನದ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುವುದಕ್ಕೆ ಅವಕಾಶ ಮಾಡಿಕೊಡುತ್ತದೆ. ಜೊತೆಗೆ, ಸೇವೆ ಮಾಡುವುದನ್ನು ಮತ್ತು ಇತರರೊಡನೆ ಕರುಣೆ ಮತ್ತು ನಮ್ಮತೆಯಿಂದ ವ್ಯವಹರಿಸುವುದನ್ನು ಕಲಿಯುವುದರಿಂದ ಧರ್ಮವನ್ನು ನಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ.

ಸಮಾಪ್ತಿ : ಸಹಾಯಕ ಆಚಾರ್ಯರುಗಳ ಮತ್ತು ಕೇಂದ್ರ ನಿರ್ವಾಹಕರ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನದಲ್ಲಿ ಧರ್ಮ ಸೇವಕರು ಸೇವೆ ಮಾಡಬೇಕು. ಧ್ಯಾನಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಯಾವುದೇ ತೊಂದರೆಯಾಗದಂತೆ ತಮ್ಮಿಂದ ಏನಿಲ್ಲಾ ಸಾಧ್ಯವೋ ಅದನ್ನು ಮಾಡಿ ಧ್ಯಾನಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಬೇಕು. ಧರ್ಮ ಸೇವಕರ ನಡವಳಿಕೆಯು ಧರ್ಮದ ಬಗ್ಗೆ ಶಂಕೆ ಇರುವವರಲ್ಲಿ ನಂಬಿಕೆ ಬೆಳೆಯಲು ಮತ್ತು ಈಗಾಗಲೇ ನಂಬಿಕೆ ಇರುವವರಲ್ಲಿ ಅದು ಇನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚಾಗಲು ಪ್ರೇರಣೆ ನೀಡಬೇಕು. ಅವರ ಸೇವೆಯ ಉದ್ದೇಶವು ಇತರರಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವುದು ಮತ್ತು ಆ ರೀತಿ ಮಾಡುತ್ತಾ ತಮ್ಮ ತಾವೇ ಸಹಾಯ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಎಂಬುದನ್ನು ಧರ್ಮ ಸೇವಕರು ಸದಾ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಈ ನಿಯಮಗಳು ನಿಮಗೆ ತೊಂದರೆ ಉಂಟುಮಾಡುವಂತಿದ್ದರೆ, ದಯವಿಟ್ಟು ತಕ್ಷಣ ಸಹಾಯಕ ಆಚಾರ್ಯರಿಂದ ಅಥವಾ ಕೇಂದ್ರದ ನಿರ್ವಾಹಕರಿಂದ ಸ್ಪಷ್ಟನೆ ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳಿ.

ನಿಮ್ಮ ಸೇವೆಯು ನೀವು ಧರ್ಮ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ, ಮುಕ್ತಿಯ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ, ಎಲ್ಲಾ ದುಃಖಗಳಿಂದ ಮುಕ್ತಿ ಹೊಂದುವ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ, ನಿಜವಾದ ಸಂತೋಷದ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ಪ್ರಗತಿ ಹೊಂದಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡಲಿ.

“ಇತರರ ಅಸಮತೋಲಿತ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಸಮತೋಲನಗೊಳಿಸಲು ಒಂದು ಸಮತೋಲನ ಮನಸ್ಸಿನ ಅವಶ್ಯಕತೆಯಿದೆ” (ಸಯಾಜಿ ಉ.ಬಾ.29), ಮಂಗಳವಾಗಲಿ.

ಧಮ್ಮ ಪಠ್ಯಪುಸ್ತಕ, ಬೆಂಗಳೂರು

10 ದಿನದ ಶಿಬಿರಗಳು : 2023 :ಫೆಬ್ರವರಿ 24-7 ಮಾರ್ಚ್ 10-21, 29-9 ಏಪ್ರಿಲ್ 12-23, 26-7 ಮೇ 24-4 ಜೂನ್ 7-18,21-2 ಜುಲೈ 5-16, 26-6, ಆಗಸ್ಟ್ 9-20, 23-3 ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್, 6-1, 6-17, 21-29 ಅಕ್ಟೋಬರ್, 2-13, 25-5 ನವೆಂಬರ್, 8-19, 22-3, ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ 6-17, 20-31.

ವಿಳಾಸ : ಧಮ್ಮ ಪಠ್ಯಪುಸ್ತಕ, ಆಲೂರು, ದಾಸನಪುರ ಹೋಬಳಿ, ಬೆಂಗಳೂರು. ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಹೆದ್ದಾರಿ-4ರಲ್ಲಿ, ಹಿಮಾಲಯ ಡ್ರಗ್ ಕಂಪನಿಯ ಎದುರಿನ ಮಾರ್ಕೆಟ್ ಕ್ರಾಸ್ ಗೆ ಬಂದರೆ ಆಟೋರಿಕ್ವಾ ಸಿಗುತ್ತವೆ. ಬೆಂಗಳೂರು ಸಿಟಿ ಬಸ್ ನಿಲ್ದಾಣದಿಂದ (ಮೆಜೆಸ್ಟಿಕ್)ನಗರ ಸಾರಿಗೆ ಬಸ್ ಸಂಖ್ಯೆ :256,258,258ಸಿ. ಸಂಪರ್ಕ ಸಂಖ್ಯೆಗಳು: 99725 88377, 63615 70725, 99725 88377, 99009 55930. ಇ-ಮೇಲ್ : info@paphulla.dhamma.

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 ಕುವಾರ, 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, _____