# విపశ్యన మాసపత్రిక

VOLUME : 3 NO - 5 1 AUG, 2008

*(సాధకుల ప్రేరణ కొరకు ఉద్దేశించబడిన తెలుగుమాస పత్రిక)*

విపశ్యన అంతర్జాతీయ ధ్యాన కేంద్రం, ధమ్మఖేత్, వనస్థలిపురం, హైదరాబాదు - 70


**"ధర్మవాణి"**

*శీలమేవ ఇధ అగ్గం,*
*పఞ్ఞవా పన ఉత్తమో।*
*మనుస్సేసు చ దేవేసు,*
*సీల పఞ్ఞాణతో జయం॥*
*.... థేరగాథా 70*

ఇక్కడ (ధర్మక్షేత్రంలో) శీలమే అగ్రము (ప్రధానము), ప్రజ్ఞావంతుడే ఉత్తముడు. మనుష్యుల్లోనూ దేవతల్లోనూ శీలప్రజ్ఞల వల్లే జయం కలుగుతుంది.

## దుఃఖానికి మూలం, దుష్కర్మ

**డా॥ ఓంప్రకాష్‌జీ**

ఈ లోకం అంతా సుఖమయంగా ఉండే సుందర కలల ప్రపంచం కాదు. జీవితం అపరిపూర్ణము, అసంపూర్ణము మరియు సంతోషరహితమైనది అన్న వాస్తవాన్ని మనం కాదనలేము. ఇందులో వ్యాకులత ఉంది; అశాంతి ఉంది. దీన్నే మనం దుఃఖం అని అంటాము.

సంత్ గురునానక్ గారు నిజమే పలికారు --

**'నానక్ దుఖియా సబ్ సంసార్'**

బుద్ధభగవానుడు కూడా అదే అన్నాడు -

**'సబ్బో పజ్జలితో లోకో'**

- లోకంలో కేవలం దుఃఖమే దుఃఖముంది.

దుఃఖానికి ఎవరూ అతీతులు కారు. ధనికుడు - పేదవాడు, ఆరోగ్యవంతుడు - రోగగ్రస్తుడు, తెల్లవాడు-నల్లవాడు, భార్య-భర్త, పిల్లలు-వయోవృద్ధులు, వికలాంగులు-అంగవైకల్యం లేనివారు ----- ఇలా అందరికీ వారి వారి సమస్యలున్నాయి. అందరూ వ్యాకులతతో ఉన్నారు. అందరూ దుఃఖంతో ఉన్నారు.

అసలు ఈ దుఃఖం ఏమిటి? ఈ బాధ ఏమిటి? దీనికి కారణం ఏమిటి? దీని నివారణ ఎలా సాధ్యం? దీని మూలకారణాన్ని తొలగించగలమా?

ఉదాహరణకు నేపాలు, బీహారులో వచ్చిన భూకంపంలాగా, ఒకవేళ దుఃఖకారకమైన ఘటనలు మరియు పరిస్థితులు అకస్మాత్తుగా కలిగినట్లైతే, వాటిని ఆపే ప్రయత్నం చేయడం వృథాశ్రమే అవుతుంది. ఎందుకంటే ఇది మన శక్తికి మించిన పని.

అలాగే ఒకవేళ ఈ దుఃఖానికి కారణం తన ఇష్టానుసారం ఎలా తలుచుకుంటే అలా చేయగల ఏ అదృశ్యశక్తో అయినట్లైతే, అప్పుడు కూడా మనం చేయగలిగిందేమీ లేదు కాబట్టి మనం అశక్తులమే. ఇటువంటప్పుడు మనం కూడా కొందరిలా "తప్పదు, ఇలా జరగాల్సి ఉంది కాబట్టి జరిగింది. మన చేతుల్లో ఏమీ లేదు. అంతా దైవ సంకల్పం" అనుకుని స్వీకరించాలి. లేక మరికొందరు చేస్తున్నట్లుగా "ఈ దుఃఖం నుండి, బాధ నుండి కాపాడమని ఆ మహాశక్తిని ప్రార్థించాలి. ప్రసన్నం చేసుకోడానికి నామజపమూ, భజనకీర్తనలూ, పూజలూ, పారాయణాలు మొదలైనవి చేయాలి". కాని ఇవన్నీ చేసినప్పటికీ దుఃఖనివారణ కాలేదన్నది మనం చూస్తున్నాం.

కాస్త గంభీరంగా ఆలోచించి చూసినప్పుడు, మనకు తెలియ వచ్చేదేమంటే - మన శాస్త్రాలు, ఋషులు, ధర్మగ్రంథాలు, వేదోపనిషత్తులు, భగవద్గీత, బుద్ధభగవానుడు ఇత్యాది వారు అనుభవించి చూశారు.

"ఈ దుఃఖం ఏదో ఆకస్మిక ఘటన కాదు; ఇది ఏ అదృశ్యశక్తి యొక్క లీల కూడా కాదు". ఆ అదృశ్యపరమశక్తిని మనం భగవంతుడు, ఈశ్వరుడు, పరమశివుడు, మహాదేవుడు, అల్లా, ఏసుక్రీస్తుల వంటి పేర్లతో పిలుస్తుంటాం. అది అత్యంత న్యాయకారిణి అని, పరమ దయాళువు అని భావించబడింది. మరలాంటప్పుడు ఆ శక్తి ఎవరికైనా అకారణంగా దుఃఖాన్నెందుకిస్తుంది?

సత్పురుషులు అన్నారు -

"ఈ బాధ మరియు దుఃఖం అంతా కూడా మన దుష్కర్మల ఫలమే. ఎలా నాటుతావో, అలా పొందుతావు."

**"బోయే వృక్ష్ బబూల్‌కా, ఆమ్ కహాఁ తే హోయ్?'**

- నాటింది వేప చెట్టైతే మామిడి పండ్లెలా కాస్తాయి?

బుద్ధభగవానుడు చెప్పిందేమంటే - "ప్రాణులు స్వయంగా తమ కర్మలకు తామే యజమానులు. తమ కర్మల నుండే వారు వారసత్వాన్ని పొందుతారు. తమ కర్మలనుండే ఉత్పన్నమౌతారు. తమ కర్మల బంధంలో బంధీలౌతారు. వారి కర్మలే

వారికి శరణదాతలు". కర్మ ఎలా శుభమూ, అశుభమై ఉంటే, పరిణామం కూడా అలాగే శుభమూ, అశుభమై ఉంటుంది. కర్మను బట్టే పరిణామం. దానిని బట్టే ఫలితం అనుభవిస్తారు. ఏదేది మనం అనుభవించాల్సి వస్తుందో, అదంతా కూడా మనం చేసిన దాని యొక్క ఫలమే. చేసింది ఇప్పటిదైనా లేక పాతదైనా దాని ఫలం మాత్రం **'అవశ్యమేవ భోక్తవ్యం!'** సారాంశమేమిటంటే, కర్మ చేయడం మన చేతిలో ఉంది. భాగ్యం మన స్వాధీనంలో ఉంది. మనం ఎలా తలుచుకుంటే అలా మన భవిష్యత్తును తయారు చేసుకోగలం.

కర్మను బాగా పరిశీలించి చూసినప్పుడు తెలియవచ్చేదేమంటే - దాని వెలివడుటకు కూడా మూడు స్థితులున్నాయి - మనసు, వాక్కు మరియు కర్మ. **"మనసా, వాచా, కర్మణా",** మానసిక కర్మ, వాచిక కర్మ మరియు కాయిక (శారీరిక) కర్మ.

**కాయిక కర్మ :** మామూలుగా శరీరంతో చేసే కర్మ (కాయికకర్మ)కే ప్రాధాన్యత ఇవ్వడం జరుగుతుంది. ఎందుకంటే అదే కనిపిస్తుంది గనుక. ఉదా॥ ఎవరినైనా కొట్టడం లేదా శారీరిక యాతనకు గురిచేయడం లాంటివి.

**వాచిక కర్మ :-** ఎవరినైనా తిట్టడం, అపశబ్దాలు పలకడం, నిందించడం మొదలైనవి. దీన్ని కూడా కొంచెం గంభీరంగానే (తీవ్రంగానే) తీసుకుంటాం.

**మానసిక కర్మ :-** ఎవరి పట్లనైనా మనసులో చెడు తలంపు తెచ్చుకోవడం లాంటివి. దీనిని సాధారణంగా చాలా మామూలు విషయంగా అనుకోవడం జరుగుతుంది. కాని నిజానికి ఈ మూల్యాంకనం తప్పు. వాస్తవం ఇందుకు విరుద్ధంగా ఉంది. మానసిక కర్మ (మనోచింతన - ఆలోచన) అన్నింటికన్నా మహత్వపూర్ణమైనది. ఎందుచేతనంటే మిగిలిన రెండు కర్మల (వాచిక మరియు కాయిక) యొక్క అసలు పుట్టుక మనసు నుండే జరుగుతుంది. ఏదేది పలుకబడుతుందో, లేదా చేయబడుతుందో, దాని ఆలోచన మొదట మనసులోనే ఉదయిస్తుంది. అందుకని ఏ కర్మను మూల్యాంకనం చేయాలన్నా మొదట ఆ సమయంలో మనసులో ఎలాంటి చింతన (ఆలోచన) ఉందో దాన్ని చూడడం తప్పనిసరి.

దీనికొరకు మనం ఒక డాక్టరు మరియు హంతకుణ్ణి ఉదాహరణగా తీసుకుందాం. ఇద్దరూ శస్త్రాలను (కత్తులను) ఉపయోగిస్తారు. ఇద్దరి శారీరిక కర్మలతోనూ ఒక నిర్దోషియైన వ్యక్తికి నొప్పి, బాధ కలుగుతుంది. ఆ వ్యక్తి చనిపోనూవచ్చు. కాని డాక్టరును ఎవరూ తప్పుపట్టరు. హంతకునికి శిక్ష వేయబడుతుంది. ఎందుకని? కత్తిని ఉపయోగించేటప్పుడు డాక్టరు మరియు హంతకుని మనోభావాలలో వ్యత్యాసముంది. ఒకరి మనోభావన ఉపకారం చేసేదైతే, మరొకరిది అపకారం చేసేది.

ఇలాగే వాక్కును గురించిన విషయం. ఇద్దరు వ్యక్తుల్లో, ఒకరు అవతలివాణ్ణి "మూర్ఖుడా, తెలివితక్కువ వెధవా!" అని అన్నాడనుకోండి. వెంటనే ఇద్దరిమధ్య గొడవ జరుగుతుంది. ఇద్దరూ పోట్లాడుకుంటారు. అదేగనుక ఒక తండ్రి తన కొడుకును "మూర్ఖుడా, తెలివి తక్కువ వెధవా!" అని అన్నప్పుడు ఎలాంటి గొడవా జరుగదు. ఎవరూ తప్పుగా భావించరు. అందుకని మనసే ప్రధానమని అన్నారు.

**"చెడ్డ మనసుతో నీవు మాట్లాడినప్పుడు, ఏదైనా చేసినప్పుడు బండికి కట్టబడిన ఎద్దు వెనక ఆ బండి చక్రం ఎలా నడుస్తూ ఉంటుందో, దుఃఖం నీవెంట అలా నడుస్తుంది"**

అలాగే -----

**"మంచి మనసుతో నీవు మాట్లాడినప్పుడు, ఏదైనా చేసినప్పుడు సుఖశాంతులు నీడలా నిన్ను వెన్నంటి ఉంటాయి".** (బుద్ధవాణి)

కర్మ రాగద్వేషాలను ఉత్పన్నం చేస్తుంది. మన మనసుకు అయిష్టమైనది జరిగినప్పుడు ద్వేషం, ఇష్టమైనది జరిగినప్పుడు రాగం ఉత్పన్నమౌతాయి. ఈ రాగద్వేషాల ప్రభావం మనపై పడుతుంది. ఆ ప్రభావం క్షణమాత్రమే కావచ్చు లేక దీర్ఘకాలం పాటు కావచ్చు కాని తప్పక పడే తీరుతుంది. పదే పదే పడిన కారణంగా ఇది సంచితమౌతుంది (క్యుములేటివ్). ఈ ప్రకారంగా వాటిపట్ల తృష్ణ జనించడం జరుగుతుంది. ఈ తృష్ణ సంస్కారాన్ని వేస్తుంది. ఒక ఉదాహరణతో తెలుసుకోవడానికి వీటిని నీటిపై, ఇసుకపై లేక రాతిపై గీసిన గీతల యొక్క ఉపమానాన్ని ఇవ్వవచ్చు. ఏ సంస్కారం ఎంత తీవ్రంగా ఉంటే అది అంత లోతైన ప్రభావాన్ని వేస్తుంది.

మరొక విధంగా ఆలోచించి చూద్దాం - నిన్నటి రోజంతా మీరు ఏమేం చేశారో గుర్తుకు తెచ్చుకునే ప్రయత్నం చేయండి. అలాగే ఒక వారం ముందు ఏం చేశారు? ఒక నెల ముందు లేదా ఒక సంవత్సరం ముందు ఏమేం జరిగింది? ఇలా చేసినప్పుడు గడచిన సంవత్సరం లోని వేలాది సంఘటనల్లో మీ మదిపై లోతుగా ముద్రపడిన ఒకటో రెండో సంఘటనలు మీ జ్ఞాపకానికొస్తాయన్న వాస్తవం మీరు గ్రహిస్తారు. ఇలాంటి గాఢమైన గీతలే లోతైన సంస్కారాలను తయారు చేస్తాయి. ఈ లోతైన సంస్కారాలు మన వెన్నంటి నడుస్తాయి. ఒక జన్మ నుండి మరొక జన్మవరకూ తోడుగా మనతో పాటు వస్తాయి.

భగవద్గీత ప్రకారం ఈ కర్మలు తమ సంస్కారాలను బట్టి మూడు రకాలుగా ఉంటాయి. 'కర్మ', 'వికర్మ' మరియు 'అకర్మ'.

**కర్మ :** రోజూ అప్రయత్నంగా మనం చేసే ప్రతిదీ కర్మ అనబడుతుంది. ఉదా॥ తినడం, త్రాగడం, రోజువారీ పనులు వగైరా. ఉదాహరణకు మీరు ఎక్కడికో వెళుతున్నారు; దారిలో ఒక మిత్రుడు కనిపిస్తాడు; మీరతనికి నమస్కారం చెబుతారు; ముందు సాగుతారు. ఇది ఒక యధాలాపంగా చేసిన యాంత్రిక (మెకానికల్) కార్యం (చర్య) అయింది.

**వికర్మ :** రెండవ స్థితి ఎలాంటిదంటే - ఇప్పుడు అదే వ్యక్తికి నమస్కారం పలుకుతున్నప్పుడు మీ మనసులో అతని పట్ల మంగళభావం, ఆప్యాయత, గౌరవం మరియు ప్రేమ కూడా ఉంది. అప్పుడు ఈ కర్మ వికర్మగా మారిపోయింది. కర్మ కేవలం నోటితో లేదా శరీరంతో చేసిన పైపై చర్య అయితే ఇప్పుడు వికర్మకు తోడుగా మనసు కూడా జతకలిసి ఉంది.

మరొక ఉదాహరణను తీసుకుందాం : ఒక డాక్టరు రోగిని పరీక్షించి, రోగానికి తగిన మందులు ఇచ్చి అందుకు ఫీజు తీసుకున్నాడు. రోగి ఆరోగ్యమూ బాగుపడింది. ఇలాంటప్పుడు ఆయన చేసింది కర్తవ్యనిర్వహణ మాత్రమే అవుతుంది. ఇది కర్మమాత్రమే అవుతుంది. కాని అదే గనుక డాక్టరు ఆ రోగిని పరీక్షిస్తూ, మందులు ఇస్తూ అతనిపట్ల మనసులో ఆత్మీయతాభావం, సేవా తత్పరత, దయ మరియు ప్రేమభావాలను కలిగివుంటే అప్పుడు అది 'వికర్మ' అయిపోతుంది. దీనివల్ల రోగి మరియు డాక్టరు ఇద్దరిపైనా ఒక ప్రత్యేక ప్రభావం పడుతుంది.

సంత్ వినోబాభావే గారు మాతాశిశువులకు సంబంధించిన ఒక మంచి ఉదాహరణ ఇచ్చారు :–

పసిబిడ్డ బాగా ఏడుస్తోంది. తల్లి ఆ బిడ్డను ఎత్తుకొని వీపుపై తన వాత్సల్యం నిండిన చేత్తో నిమురుతుంది. ఏడుపు ఆగిపోతుంది. బిడ్డ నిద్రకూడా పోతుంది.

మీరు లేని ప్రేమతో మీచేతిని అంతే భారంతో ఆ పసిబిడ్డ వీపును నిమిరి చూడండి! ఆ పాప ఏడుపు ఆగిపోతుందా? ఏ మాత్రం ఆగదు. ఇదే 'కర్మ' మరియు 'వికర్మ'లలో గల బేధం.

మహాకవి తులసీదాసు రామరావణ యుద్ధానికి సంబంధించిన ఒక సంఘటనను ఇలా వర్ణించారు –

"యుద్ధం ముగిసింది. శ్రీరాముడి సేనలోని అనేకమంది వానరులు క్షతగాత్రులై గాయాలతో బాధపడుతూ శిబిరాలలో ఉన్నారు. శ్రీరాముడు వారిని చూసేందుకు వెళతాడు. శ్రీరాముడి రాక మరియు క్షతగాత్రుల మధ్య ఆయన కూర్చోవడం మాత్రంతోనే వానరుల బాధ తగ్గిపోయింది."

**'రామ్ కృపా కర్ చితవా జబ్ హీ, భయే విగతశ్రమ వానర్ తబహీ'**

యుద్ధంలో గాయపడిన సైనికులను చూసేందుకు నెహ్రూ, లాల్‌బహదూర్‌శాస్త్రి మరియు రాష్ట్రపతి వంటి నాయకులు సరిహద్దు ప్రాంతాలకు వెళ్ళడం మనకు తెలిసిందే. ఇదే వికర్మ. వికర్మ కర్మతో జతకూడినప్పుడు అది ప్రత్యేక రీతిలో జోడింపబడినట్లేమీ అనిపించదు. సునాయాసంగానే జరుగుతుంది. మనసులో సేవాతత్పరత, ప్రేమా కరుణలు ఉన్నప్పుడు చేసేవాడికి కర్మ (పని) భారంగా అనిపించదు.

ఉదా॥ ఒక తల్లి తన పిల్లవాణ్ణి కొడుతుంది. మీరూ ఆ పిల్లవాణ్ణి కొడతారు. పిల్లవాడు మీ దెబ్బలు సహించడు. కాని తల్లి దెబ్బలు తిని కూడా ఆమె ఒడిలో తలదాచుకుని ఏడుస్తాడు. ఇలా ఎందుకు జరిగింది? ఆ తల్లి దెబ్బలు నిష్కామమైనవి, ఆమె మనసులో ప్రేమా పవిత్రతా ఉంది. కాని మీ మనసులో కోపముంది.

**అకర్మ :** ఇది వికర్మ కన్నా ఉన్నతమైన స్థితి. పవిత్రత యొక్క నిచ్చెనపై బాగా పైకి ఎక్కినప్పుడు కర్మ మరియు వికర్మలు – 'అకర్మ'లై పోతాయి. కర్మవికర్మలు స్వభావం యొక్క అభిన్న అంగాలైపోతే, పూర్తిగా సహజ స్వాభావికమై, స్వయం ప్రవర్తకమైపోతే వాటి కొరకై ప్రయత్నించవలసిన అవసరం ఉండదు. కర్తపై వాటి ప్రభావమేమీ ఉండదు. చేసే ప్రతి కర్మనూ అతడు నిర్లిప్తుడై సాక్షీభావంతో చేస్తాడు. అనాసక్తుడై చేస్తాడు.

ఈ విధంగా మీరు మీ రోజువారీ దైనందిన కర్మలను చేస్తూ అకర్మ స్థితిని చేరుకునే ప్రయత్నం చేస్తూ ఉండండి. అప్పుడిక ఏ సంస్కారమూ తయారు కాదు; కాబట్టి దుఃఖం కూడా ఉండదు. బంధవిముక్తులై నిర్వాణాన్ని పొందగలుగుతారు.

**తృష్ణా జడ్ సే ఖోద్‌కర్, అనాసక్త్ బన్ జాయ్।**
**దుఃఖ్‌బంధన్ సే ఛుటన్ కా, యహ హీ ఏక్ ఉపాయ్॥** (గోయెంకా)

– తృష్ణను వేర్లతో సహా పెకిలించి అనాసక్తుడువి కా; దుఃఖ బంధము నుండి విడుదలకు ఇదొక్కటే ఉపాయం.

**భవతు సబ్బమఙ్గలం.**

(విపశ్యన హిందీ మాసపత్రిక 23 డిసెంబర్, 1987 నుండి)

## ప్రశ్నలకు పూజ్య గురూజీ సమాధానాలు

**ప్రశ్న: శిబిరం చేసి ఇంటికి వెళ్ళిన తరువాత కొద్దికాలం సాధన బాగా చేయగలుగుతున్నాను. తరువాత మనస్సును శరీరంగుండా నడపడం చాలా కష్టమౌతోంది. ఇలాంటప్పుడు నేనేం చేయాలి?**

జవాబు : సాధన చేస్తూ ఉండండి. అంతర్యుద్ధంలో పోరాడుతూనే ఉండండి. ఇలాంటి ధర్మవాతావరణం గల కేంద్రానికి వచ్చినప్పుడు, ఇక్కడి వాతావరణమంతా రాగద్వేషమోహాలకు ప్రతికూలమైన ధర్మతరంగాలతో నిండి ఉంటుంది. ఈ వాతావరణంలో మీరు చక్కగా ధ్యానం చేయగలుగుతారు. మీ సాధనాబలాన్ని పెంచుకుంటారు. ఆ బలంతో బయటి ప్రపంచాన్ని ఎదుర్కోవాలి. ఎందుకంటే మీరు జీవించాల్సింది అక్కడే. ధ్యానకేంద్రంలో ఎల్లకాలం జీవితం గడుపరు. మనం హాస్పిటల్‌కు వెళ్ళేది ఆరోగ్యాన్ని బాగుచేసుకోవడానికే గాని అక్కడే ఉండిపోవడానికి కాదు కదా! కాబట్టి ఇక్కడ బలము, శక్తి సంపాదించుకుని బయటి ప్రపంచంలో జీవించండి. కొద్దికాలం తరువాత మళ్ళీ ధ్యానం నీరసపడిందని మీకు అనిపించవచ్చు. దీనికి కారణమేమంటే, బయటి వాతావరణం పూర్తిగా రాగద్వేషాల తరంగాలతో నిండిపోయి ఉంది. మీరు చేస్తున్న సాధన రాగద్వేష తరంగాలకు ప్రతికూలమైనది. మెల్లమెల్లగా బయటి వాతావరణం మిమ్మల్ని అధిగమిస్తుంది. మీ సాధన బలహీనపడుతుంది. మీరు పోరాటం చేస్తూ ఉండాలి. సంవేదనలను గమనించలేని స్థితి వచ్చినప్పుడు ఆనాపాన చేయండి. శ్వాసను గమనించండి. సహజమైన శ్వాసను గమనించడం కష్టమైతే, ప్రయత్నపూర్వకంగా శ్వాసను కొంచెం తీవ్రతరం చేసుకోండి. దానిని కూడా గమనించలేకపోతే ఇంకొంచెం తీవ్రతరం చేసి చూడండి. శ్వాసను ప్రయత్నపూర్వకంగా తీవ్రతరం చేయగలం. ఇది వీలయ్యే పని. మనసు ప్రశాంతంగా అయ్యేంతవరకు శ్వాసతో పనిచేయండి. ఆపై సంవేదనలు గమనించేపని సులభమౌతుంది.

**ప్రశ్న: ఆలోచనలు, భావావేశాలు పైకి పెల్లుబికి వచ్చినప్పుడు వాటిని సమతాభావంతో ఎలా గమనించాలి?**

జవాబు : ఆలోచనలను, భావావేశాలను గమనించనవసరము లేదు. ఇలాంటప్పుడు మనసులో ఏదో సంచలనం కలిగిందని అంగీకరించండి. "ఇప్పుడు నా మనసులో అలజడి ఉంది. మనసు తనలో తాను మాట్లాడుకుంటోంది" ఈ వాస్తవానికి స్వీకరించండి. అది చాలు. శరీరంలో సంవేదన లేకుండా ఎలాంటి ఆలోచనలుగాని, అలజడులుగాని పుట్టవు. మీరు సంవేదనలతో పనిచేస్తుంటే మనసు యొక్క మూలంతో పనిచేస్తున్నట్లే. మూలస్థాయిలో మీరు మీ మనసును నిర్మలపరచుకుంటున్నారు. కాబట్టి మీరు సంవేదనలను గమనిస్తూ ఉండండి. దాంతోపాటు "ఇప్పుడు నా మనసులో అలజడి, ఆలోచనలు ఉన్నాయి" అనే వాస్తవాన్ని స్వీకరించండి. అంతే. వాటి వివరాల జోలికి వెళ్లకండి.

**ప్రశ్న: కారణం లేకుండా అసలు ఏదీ జరుగదా?**

జవాబు : కారణం లేకుండా ఏదీ జరుగదు. ఇది అసాధ్యం. పరిమితమైన మన ఇంద్రియాలు, బుద్ధి ఒక్కొక్కప్పుడు స్పష్టంగా కారణాన్ని తెలుసుకోలేకపోవచ్చు. దానర్థం కారణం లేదని కాదు.

**ప్రశ్న: జీవితంలో ప్రతిదీ ముందే నిర్ణయించబడి ఉంటుందా?**

జవాబు : అవును. మనం గతంలో చేసిన కర్మలు తప్పక ఫలాన్ని ఇస్తాయి. అది మంచి కావచ్చు లేక చెడు కావచ్చు. ఈనాటి మన జీవనవిధానాన్ని, మనం ఉన్న పరిస్థితులను అవే నిర్ణయిస్తాయి. అలాగని మనకు ఏం జరిగినా అది ముందే నిర్ణయించబడి ఉందనో లేక పూర్వ కర్మల ఫలితమనో అనుకుని "ఇలా తప్ప ఇంకేరకంగానూ జరిగే అవకాశం లేదు; నేను అశక్తుణ్ణి" అని అనుకోవాల్సిన పనిలేదు. గతంలో చేసిన కర్మలు మన జీవనప్రవంతిని ప్రభావితం చేస్తూనే ఉంటాయి. అవి ఆనందకరమైన లేక బాధాకరమైన అనుభవాలకు దారితీస్తాయి. అయితే వర్తమానంలో మనం చేసే కర్మలు కూడా అంతే ముఖ్యమైనవి. వర్తమానంలో మనం చేసే కర్మలపై యాజమాన్యాన్ని పొందగల శక్తిని ప్రకృతి మనకు ప్రసాదించింది. ఈ శక్తితో మనం భవిష్యత్తును మార్చుకోగలం.

**భవతు సబ్బ మఙ్గలం**

*(A Store-house of Answers by S.N. Goenkaji నుండి)*

**ధమ్మఖేత్‌లో దీర్ఘకాలిక ధర్మసేవకై సదవకాశం**

ధమ్మఖేత్ హైద్రాబాద్ కేంద్రంలో కేంద్ర నిర్వహణ (Manager) బాధ్యతలు నిర్వహించుటకు తగిన వ్యక్తి కావలెను. అభ్యర్థి విపస్సనా సాధకుడై ఉండాలి. నిత్యనియమిత సాధన చేస్తూ కనీసం సతిపట్ఠాన శిబిరం చేసినవారికి ప్రాధాన్యత ఇవ్వబడుతుంది. భార్యాభర్తలు కూడా దరఖాస్తు చేసుకోవచ్చు. అర్హులైనవారికి తగిన గౌరవ వేతనం మరియు భోజన వసతి సౌకర్యం ఇవ్వబడుతుంది.

దరఖాస్తుతోపాటు పాస్‌పోర్టు సైజ్ ఫోటో కూడా జతపరచి **Dhammakhet, Vipassana International Meditation centre,** 12/3KM, Nagarjuna Sagar Road, Sahebnagar, Vanasthalipuram, HYDERABAD - 500 070. కు పంపగలరు.

(కనీస విద్యార్హతలు : ఏదైనా డిగ్రీ మరియు కంప్యూటర్ పరిజ్ఞానం కలిగి వుండాలి).

ఇట్లు
ధమ్మఖేత్ మ్యానేజ్‌మెంట్


**సంవత్సర చందా రూ. 50/-, 5 సంవత్సరముల చందా రూ. 200/- ఈ క్రింది చిరునామాకు పంపి పత్రికను పొందగలరు.**

**విపశ్యన తెలుగు మాసపత్రిక,**

**విపశ్యన అంతర్జాతీయ ధ్యాన కేంద్రం, నాగార్జున సాగర్ రోడ్, వనస్థలిపురం, హైదరాబాదు – 500 070. ఫోన్ : 24240290 (ఆశ్రమం).**

***(ఆఫీసు పనిచేయు వేళలు : ఉదయం 9 గం॥ల నుండి సాయంత్రం 5 గం॥ల వరకు)***

Postal Reg. HSE 864/2007-2009 RNI Reg. No. APTEL/2006/17745


**PRINTED MATTER**

TO

If Undelivered please return to:
**VIPASSANA INTERNATIONAL MEDITATION CENTRE,**
12/3KM, Nagarjuna Sagar Road, Sahebnagar, Vanasthalipuram,
HYDERABAD - 500 070.
Website : www.vri.dhamma.org
E-mail : info@khetta.dhamma.org


Published for Vipassana International Meditation Centre, 12/3 KM, Nagarjuna Sagar Road, Sahebnagar, Vanasthalipuram, Hyd. (A.P) -70. Ph : 040-24240290. Published by Smt. Sabrina Katakam. Editor : Sri O. Premanand. Printed at Sai Likhita Printers, #6-2-959, Dakshin Bharat Hindi Prachar Sabha Complex, Khairatabad, Hyd. Ph : 23325979.