

ఓం భూర్భువః స్వః తత్సవితుర్వరేణ్యం భర్గోదేవస్య ధీమహి ధియోయోనః ప్రచోదయాత్



ప్రఖర ప్రజ్ఞ

# యోగేశ్వరీ గాయత్రి



సజల శ్రద్ధ

ఓం వందే భగవతీం దేవీం శ్రీరామంచ జగద్గురుం  
పాదపద్మే తయోః శ్రీత్వా ప్రణమామి ముహూర్ముహూః

<p>సంకల్పం - సంరక్షణ వేదమూర్తి, తపోనిష్ఠ, పండిత <b>శ్రీరామ శర్మ ఆచార్య</b> శక్తి స్వరూపిణి <b>మాతా భగవతీ దేవి శర్మ</b></p>	<h2>సార్థకమైన తపస్సు</h2>
<p>ప్రధాన సంపాదకులు <b>డాక్టర్ ప్రణవ్ పండ్యా</b> సంపాదక మండలి <b>డాక్టర్ మారెళ్ళ శ్రీరామకృష్ణ</b> పోన్నూరు హైమవతిశాస్త్రి ముక్కామల రత్నాకర్ డి.వి.ఆర్.మూర్తి సాధన నరసింహాచార్య</p>	<p>అవి చాలా కష్టములతో కూడుకున్న రోజులు. గృహకలహములలో చిక్కుకున్న భగీరథుని పరివారము శపించబడి బాధలతో పీడించబడుతున్నది. చాలా సంవత్సరముల నుండి దుర్భిక్షము తాండవిస్తున్నది. జనులు నీటికోసం తపిస్తున్నారు. గంగానది కోపించి స్వర్గానికి మరలిపోయినది. కోశాగారము ఖాళీ అయిపోయింది. భగీరథుడు నింద, చింతల వలన వాక్యలతో ఉన్నాడు. ప్రజలందరూ ఆ ప్రాంతమును వీడి మరో చోట నివసించటానికి వెళుతున్నారు. వాతావరణము భయము మరియు ఉపద్రవాలతో నిండి ఉన్నది.</p>
<p>సంపుటి 16 - సంచిక 5 <b>అక్టోబర్ 2011</b> విడిప్రతి రూ॥ 12.00 సం॥ చందారూ॥ 120 3 సం॥ చందారూ॥ 350 10 సం॥ చందారూ॥ 1116</p>	<p>భరద్వాజమహర్షి సలహాను గైకొని భగీరథుడు ఏకాంతంగా తపస్సు చేయుటకు హిమాలయములకు హుటాహుటిన వెళ్ళిపోయాడు. గంగోత్రి సమీపంలో సుమేరు శిఖరము క్రింద శిలమీద (భగీరథ శిల) కూర్చుని ఆయన కరోరమైన తపస్సును ఆరంభించాడు. లక్ష్యము ఒక్కటే. అగ్రహించి స్వర్గమునకు తిరిగి వెళ్ళిన గంగామాతను తన తపస్సుతో మెప్పించి మరల భూమిమీదకు తెచ్చుట. ఆయన హిమాలయాలలో భగవానుడు శంకరుని కలుసుకున్నాడు. శంకరుడు భగీరథుని తపస్సు సార్థకమగుటకు సహాయమందించాడు. అతి కష్టము మీద గంగామాత తిరిగి భూమిమీదకు ప్రవహించినది. కాలం మారింది, సంకటము తొలగిపోయింది. దుర్భిక్షముతో పీడింపబడుతున్న జనులు సంతోషముతో ఊపిరి పీల్చుకున్నారు.</p>
<p>పత్రిక చందా మనీ అర్డర్ ద్వారా కాని డ్రాఫ్టు ద్వారా కాని పంపవలసిన చిరునామా <b>"శ్రీ వేదమాత గాయత్రి ట్రస్టు"</b> గాయత్రి చేతనా కేంద్రము హెచ్.పి. రోడ్, మూసాపేట, అశ్విని హౌస్ దగ్గర, హైదరాబాదు - 500 018.</p>	<p>భగీరథుని వెనుక గంగామాత నడిచింది. తపస్సులో కొంత అరకొరగా మిగిలిన ఉన్న భాగమును పూర్తిచేయుటకు సప్తర్షులు కలిసి ఒకేసారి సప్తసరోవరంలో తపస్సు చేయసాగారు.</p> <p>సుఖశాంతుల కాలం వెల్లివిరిసినది. సప్త ఋషుల తపస్సు ఫలించినది. భగీరథుని తపశ్చర్య వాతావరణమంతటినీ మార్చివేసింది. అందరూ తపో మహిమను, ఒంటరి పురుషార్థమునకు గల గౌరవమును తెలుసుకున్నారు. శాంతిని నెలకొల్పుటకు ఇదొక్కటే చక్కని మార్గం.</p>

పత్రిక అందనివారు ఈ క్రింది నంబరును సంప్రదించగలరు. **994911175**

పత్రికకు సూచనలు, సలహాలు ఇవ్వడలచినవారు క్రింది నంబర్ను సంప్రదించగలరు. **9989659905**

**అనుభవం కన్నా గొప్ప జ్ఞానం లేదు.**

## విషయ సూచిక

1. సంపాదకీయం : సార్థకమైన తపస్సు	1
2. విషయసూచిక-సద్గురు వచనామృతం : ఆత్మ పరీక్ష అత్యావశ్యకం	2
3. వేదమంత్రం : పరోపకారం	3
4. గాయత్రీ విద్య-13 : గాయత్రీ భూలోక కామధేనువు	4
5. గాయత్రీ విద్య-14 : గాయత్రీ ఉపాసనా పద్ధతి	7
6. బాలల భవితకు బంగారు బాట-22 : చెడు స్నేహాలు వదిలేయ	9
7. ధారావాహిక ప్రజ్ఞోపనిషద్ : ప్రథమ మండలం పంచమోధ్యాయః : ఉత్తమ భక్తుల చరితములు - ఉదారభక్తి భావన	10
8. యుగ గీత-14 : మూడవ అధ్యాయం కర్మయోగం : యజ్ఞకర్మ ద్వారా జీవితమర్మాన్ని నేర్చుకుందాం	11
9. సూర్య విజ్ఞానం - 13 : గాయత్రీ మంత్రం అక్షయమైన శక్తితో జోడిస్తుంది	13
10. సమాజ నిర్మాణం : కులభేదం ఒక భయంకర శాపం	15
11. వృక్ష నిర్మాణం : ఓ మానవుడా ధైర్యం కోల్పోవద్దు	17
12. మనం - మన ఆరోగ్యం : తేనె - జీవనీ శక్తిని పెంచే ఒక ఔషధం	19
13. దీపావళి పండుగ ప్రత్యేకం : అత్యుత్తమ ప్రకాశమును కలుగజేసే మహాపర్వము దీపావళి పండుగ	21
14. ఆదిశక్తి లీలా కథలు-16 : దుర్లభమైన శక్తులకు ద్వారం ఈ స్తోత్ర పఠనం	23
15. వైజ్ఞానిక అధ్యాత్మికత : విజ్ఞాన అధ్యాత్మికతల సమన్వయంతో శ్రద్ధాహితుం సమసిపోతుంది	29
16. బ్రహ్మవర్చస్ : పరిశోధనా సారాంశం-5 మహా మృత్యుంజయ మంత్రసాధన వల్ల వచ్చే అశ్రవ్యకరమైన ఫలితాలు	31
17. ప్రాణాకర్షణ ప్రాణాయామ పద్ధతులు	34
18. జాగృతమైన యువచైతన్యమే సమగ్రక్రాంతిని తీసుకురాగలదు	36
19. అభిమన్యుడిది కల్పిత పురాణగాథ కాదు, సత్యం	38
20. పూజ్య గురుదేవుల అమృత వాణి : సంస్కృతీ సీతను తిరిగి తీసుకురావడానికి ఇదే సరైన సమయం	40
21. నా వారితో నా మాట: 2011-2012 జన్మశతాబ్ది సంవత్సర వేడుకల విశేషాలు : జన్మశతాబ్ది మహోత్సవ సమయం వచ్చేసింది	43
22. పండుగలు - పరమార్థం	46
23. ఆరోగ్యమే మహాభాగ్యం-11 : హోమియో వైద్య సేవ	48
24. వేమన వేదం - నవజీవన నాదం - 12	49
25. జన్మశతాబ్ది ప్రజ్ఞా రిజిస్ట్రేషన్	51
26. అక్షరాల ఆట : పదగాయత్రీ-12	52

## సద్గురు వచనామృతం



### ఆత్మ పరీక్ష అత్యావశ్యకం

తన ప్రస్తుత వాస్తవిక స్థితిని అవగాహన చేసుకోవటమే నిజమైన ఆత్మ పరీక్ష. ఆత్మపరీక్ష జరుపకుండా మనం మనల్ని నిర్దోషులుగా చేసుకొనలేము. మనిషికి దోషాలను కనుగొనే దృష్టి స్వతహాగానే ఉంది. కాని పొరపాటున మనిషి దానిని తనపై కాక, ఇతరులపై ప్రయోగిస్తాడు. ఫలితంగా భయంకరమైన, దుఃఖదాయకమైన పరిస్థితి ఏర్పడుతుంది. ఇతరుల తప్పులను ఎన్నడూ వల్ల ప్రాణి తన తప్పులను తాను చూడలేడు.

తమ దోషాలను దర్శించడంలో, ఇతరుల దోషాలను దర్శించడంలో పెద్ద తేడా ఉంది. ఇతరుల దోషాలను చూసేటప్పుడు మనకు ఆ దోషాలతో సంబంధం ఏర్పడుతుంది. కాలక్రమంలో మనమే దోషులమై పోతాము. కాని మన దోషాలను చూచిన వెంటనే మనం వాటిని వదిలించు కుంటాము. అందరూ మెచ్చుకునే పరిస్థితి దానివల్ల సహజంగా వచ్చేస్తుంది. కనుక నిర్వివాదమైన విషయమేమిటంటే - దోషాలను చూసే దృష్టిని కేవలం తన జీవితంపైనే ప్రయోగించాలి. ఇతరులపై ప్రయోగించకూడదు.

మనల్ని పరీక్షించుకోవటమే నిజమైన సత్సంగం, స్వాధ్యాయం. ఆత్మ పరీక్ష ద్వారానే మనం వాస్తవిక సత్యాన్నీ తత్వజ్ఞానాన్నీ పొందగలుగుతాము.

- అఖండజ్యోతి, అక్టోబరు 1956

<b>పండుగలు</b>	
<b>అక్టోబర్ 2011</b>	
<b>02-10-2011</b>	మహాత్మాగాంధీ జయంతి
<b>04-10-2011</b>	దుర్గాష్టమి
<b>06-10-2011</b>	విజయదశమి
<b>26-10-2011</b>	దీపావళి
<b>నవంబర్ 2011</b>	
<b>05-11-2011</b>	యాజ్ఞవల్క్య జయంతి
<b>10-11-2011</b>	కార్తీక పౌర్ణమి

ఒక మాట మాట్లాడే ముందు వందసార్లు ఆలోచించుకోవాలి.

## వేద మంత్రం పరోపకారం

**యే పాయవో మామతేయం తే అగ్నే  
పశ్యంతో అంధం దురితాదరక్షన్  
రరక్షా తాస్తుకృతో విశ్వవేదా**

**దిప్పన్న ఇద్రి పవో నాహ దేభుః(ఋగ్వేదం 1/147/3)**

**భావార్థం :** పరోపకార, పరమార్థ కార్యములలో నింద, హేళనలు, భయములకు తావివ్వరాదు. అటువంటి కార్యములను నిర్వహించేవారిని పరమాత్మయే స్వయంగా రక్షిస్తాడు. అందువలన నిశ్చింతగా లోకకళ్యాణ కార్యాలలో నిమగ్నం కావాలి.

**సందేశం :** ఇతరులకు మేలు చేయుటయే పరోపకారం. ఇతరులకు మేలు చేయుటయే మనుష్య ధర్మం. ఇతరులకు ఉపయోగపడుట లోనే మానవ జీవన సార్థకత ఉన్నది. చేయగలిగిన సహాయం చేయకపోతే అతడు పశువుతో సమానం. ఎవరి కోసం వారు జీవిస్తారు కానీ ఇతరుల కోసం ఎవరు ఎంతగా జీవిస్తారో దానిని బట్టి వారి జీవితపు ఉత్కృష్టత తెలుస్తుంది. మన ఉనికిని కాపాడుకోవటానికి ఎంతైనా శ్రమిస్తాము. కానీ ఇతరుల కోసం ఎంత శ్రమించావో అన్న దానిని బట్టి దివ్యత్వం ప్రకటితమవుతుంది.

ప్రతి మనుష్యునికి మరొకరి సహకారం అవసరం అవుతుంది. సమర్థులలోకెల్లా సమర్థుడైన వ్యక్తికి కూడా ఇతరుల సహకారం అవసరమవుతుంది. పారమార్థిక కార్యాల వలన మనుష్య జీవితం శోభిస్తుంది. మహిమ పెరుగుతుంది. నిజమైన పరోపకారి ఎప్పుడూ ప్రసన్నచిత్తంతో ఉంటాడు. ఆంతరంగిక ఆనందాన్ని అనుభవిస్తాడు. దివ్య ప్రకాశాన్ని దర్శిస్తాడు. వ్యక్తి ఎంత పరోపకారి అయితే అంతగా ఈశ్వరుని సామీప్యాన్ని పొందుతాడు. ఏ స్వార్థం లేకుండా ఇతరులకు మేలు చేసేవారే సత్పురుషులు. పరోపకారం కోసం సంకుచిత ఆలోచనలు వదలిపెట్టవలసిన అవసరం ఉన్నది.

పరోపకారం అంటే ఏమిటి? జాగ్రత్తగా పరిశీలిస్తే, దీనికి మూడు స్థితులు ఉన్నాయి. సలహా ఇవ్వడం, పనులలో సహకారం, సహాయం. ప్రజలకు సన్మార్గంలో నడిచేందుకు ఉత్సాహం ఇవ్వాలి. కొన్ని సమయాలలో లభించిన ప్రేరణ, సలహా జీవితంలో దీపస్థంభంవలె పనిచేస్తుంది. ఇదే విధంగా వీలైనప్పుడల్లా ఇతరులకు అన్ని విధాలుగా సహాయ సహకారాలు అందించుటలో వెనుకడుగు పనికిరాదు.

పారమార్థిక కార్యము చేయుట అంత తేలికేమీ కాదు. ఈ మార్గంలో అనేకానేక బాధలు ఎదురవుతాయి. ఏ వుణ్యకర్మల ప్రభావం చేతనో మన మనస్సులో పరోపకార భావన జాగృతం అవుతుంది. కాని కొంతమంది సహచరులు మనను వెనుకకు లాగుతుంటారు. రకరకాల మాటలతో ఉత్సాహాన్ని నీరు కారుస్తారు. ఈ రోజుల్లో కొంతమంది పరోపకారాన్ని కూడా వ్యాపారం చేస్తున్నారు. పరమార్థం ముసుగులో జేబులు నింపుకుంటున్నారు. ఈ స్థితిలో నిజమైన పరోపకారికి తన వ్యక్తిత్వాన్ని కాపాడుకోవటం కష్టమే అవుతుంది. అన్ని విధాలైన వ్యతిరేకతలను అతడు సహించవలసి వస్తుంది. కాని అతడు గుర్తుంచుకోవలసింది ఏమంటే అతని అంతఃకరణలో పవిత్ర సంస్కారాలు ప్రోగుపడతాయి. అవి అతనికి మంచుదారి నేర్పుస్తాయి. శుభకార్యాలు చేసేవారికి వినాశం, దుర్లభి ఉండవు. పరమేశ్వరుడు అన్ని సమయాలలో అన్ని విధాలుగా వారిని రక్షిస్తాడు.

ఎవరో ఏదో అంటారని అనుకోకుండా కర్తవ్యపాలన చేయాలి.

★★★

**ఇంకా మా పత్రికలు**

**AKHAND JYOTHI (HINDI) - MONTHLY**

**Akhand Jyothi Sansthan**  
Ghiamandi, Mathura - 281 003  
*Annual Subscription Rs. 108/- (for 12 issues)*  
*Life Membership Rs. 2000/-*

**AKHAND JYOTHI (ENGLISH)**  
**BI-MONTHLY**

**Akhand Jyothi Sansthan**  
Ghiamandi, Mathura - 281 003  
*Annual Subscription Rs. 78/- (for 6 issues)*

ఈ పత్రికలు కావలసిన వారు చందాను పైన ఇచ్చిన మధుర అడ్రసుకు మనీ ఆర్డర్ ద్వారా పంపగలరు.

**పని పట్ల నిర్లక్ష్యం కూడదు.**



## గాయత్రీ భూలోక కామధేనువు

దేవీభాగవత పురాణంలో గాయత్రీ మహాశక్తి యొక్క గొప్పతనము విపులంగా వర్ణించబడినది. గాయత్రీ సమస్త దేవతల యొక్క ఉపాస్యదేవత మరియు సమస్త మంత్రములకు శిరోమణి అని చెప్పబడింది. అనాది కాలం నుండి గాయత్రీ మహిమయే గానం సర్వత్రా చెయ్యబడుతున్నది. గాయత్రీ ఉపాసనకే ప్రాధాన్యమియ్యబడినది. శాస్త్రములు, పురాణములలో అటువంటి వివరణే మనకు లభిస్తుంది. దేవతలు, అవతార పురుషులైన దేవదూతలు తమ ఉపాసన యొక్క రహస్యమును తేటతెల్లం చేస్తూ గాయత్రీ మహాశక్తినే తమ ఇష్టదేవతగా ప్రతిపాదించారు. వాస్తవానికి శక్తుల కేంద్రము గాయత్రీ మహామంత్రమే. దీని గొప్పతనమును ప్రతిపాదిస్తూ శాస్త్రములు ఇలా ఉల్లేఖించాయి.

**న గాయత్ర్యాః పరో ధర్మో న గాయత్ర్యాః పరస్తపః ।  
న గాయత్ర్యాః సమో దేవో న గాయత్ర్యాః పాతే మనుః ॥  
గాతరం త్రాయతే యస్మాద్ గాయత్రీ తేన సోచ్ఛతే ॥**

అర్థమేమిటంటే గాయత్రిని మించినదేదీ లేదు, గాయత్రి కంటే మిన్న అయిన తపశ్చర్య మరేదీ లేదు, గాయత్రితో సమమైన దేవత మరేదీ లేదు, గాయత్రీ మంత్రమే అన్ని మంత్రముల కన్నా శ్రేష్ఠమైనది, ఎవరైతే గాయత్రిని గానం చేస్తారో అనగా జపిస్తారో వారి ప్రాణములను గాయత్రి రక్షిస్తుంది. ఈ గాయత్రీ ఉపాసనతో మనుష్యుల మొదలు త్రిమూర్తులు మరియు అన్య దేవతల వరకు అందరికీ కళ్యాణము చేకూరుట తథ్యం. ప్రజ్ఞాతత్త్వమునకు అధిష్ఠాత్రి దేవత గాయత్రియే.

ఆధ్యాత్మిక సాధనల ద్వారా ఆత్మిక ప్రగతిని సాధించేందుకు తప్పక ఉపయోగపడే శక్తి 'ప్రజ్ఞాతత్త్వము'. తగినంత ప్రజ్ఞ సాధకుడు పొందగలిగినప్పుడు అతను ఆధ్యాత్మికరంగంలో ప్రగతిని సాధించేందుకు ఎటువంటి అవరోధాలు ఎదురవవు. అటువంటి వాతావరణము మరియు పరిస్థితులు చాలా తేలికగా సమకూరుతాయి. వాటి ఆధారంగా మనిషి నరుని నుండి నారాయణునిగా, పురుషుడు నుండి పురుషోత్తముడుగా, ఆత్మ నుండి పరమాత్మగా అవుతాడు. దీనికిగాను ఏ విశేషమైన శ్రమ లేక మనోయోగమును లగ్నం చేయవలసిన అవసరం లేదు. భౌతిక అవసరాలు తీర్చుకొనుటకు ఎంత శ్రమ మరియు మనోయోగము

వెచ్చిస్తామో ఆత్మిక ప్రగతి క్షేత్రంలో కూడా అదే స్థాయిలో వెచ్చిస్తే చాలు. అంతకన్నా ఎక్కువ అవసరం లేదు. లోభ, మోహాలు తీర్చుకొనుటకు ఎంత ప్రయత్నము చేస్తామో, ఆత్మప్రగతి అంతకంటే తక్కువలోనే చేకూరుతుంది. సగటు మనుష్యులు సాధారణ జీవితంలో నిత్యమూ ఎదుర్కొనే కష్టములకంటే తక్కువ కష్టములనే మహామానవులు ఆత్మిక ఉన్నతి క్షేత్రంలో ఎదుర్కొంటారు అన్నది సత్యము. ఋషులు-మునులు-ఆధ్యాత్మిక వేత్తలు ఒక్క కష్టమును గురించే ప్రస్తావించారు. అదేమిటంటే ప్రఖరప్రజ్ఞ. ప్రజ్ఞను ప్రఖరము కావించుకుంటే, జీవితమును నిజమైన అర్థంలో సార్థకం గావించే బుద్ధి-సిద్ధుల పొందగలిగే అవకాశాలు హస్తగతమవుతాయి.

వాస్తవానికి ఈ ప్రజ్ఞాతత్త్వమునకు గల మరొక పేరే గాయత్రి. గాయత్రీ మహాశక్తిని ఆశ్రయించి ఏ వ్యక్తి అయినా సహజంగానే ఆత్మిక ప్రగతి యొక్క ఉన్నత తలములలోకి చేరుకుంటాడు కనుకనే గాయత్రికి ఇంత ఉన్నతమైన స్థానము, గొప్పతనము ఇవ్వబడినది. తత్త్వజ్ఞులు ఇందువల్లనే గాయత్రిని అన్నింటికంటే మిన్నయైన దివ్య శక్తిసామర్థ్యములనుగలదిగా పేర్కొన్నారు. అంతేకాక గాయత్రిని దూరదృష్టిలో నిండిన వివేకశీలత మరియు ఆత్మోన్నతికి తగిన సాహసమును బలమును ప్రసాదించేది అని కూడా చెప్పవచ్చును. గాయత్రీ ఉపాసన ద్వారా ఈ వివేకశీలత మరియు ఆత్మోన్నతికి కావలసిన సాహసము తగినంతగా ఉత్పన్నమౌతుంది. ఇందువల్ల మనీషులు ఆత్మిక ప్రగతి కొరకు చేసే సమస్త సాధనల-ఉపాసనలలో గాయత్రి సర్వశ్రేష్ఠమైనది అని భావిస్తారు.

గాయత్రీ మహాశక్తి ఉపాసనకు ప్రతిఫలంగా ప్రజ్ఞారూపంలో దూరదృష్టితో కూడిన వివేకశీలతతోపాటు ఆత్మబలం లభిస్తుంది. తత్పరిణామంగా అతని జీవనస్థాయి శిఖరాగ్రాలకు చేరుకుంటుంది. ఆ వ్యక్తి సామాన్య స్థాయినుండి దేవాత్మ, మహాత్మ మరియు పరమాత్మ స్థాయికి చేరుకుంటాడు. దీనిని గురించి ప్రస్తావిస్తూ మనుస్మృతి 2/86 లో ఇలా చెప్పబడినది. 'గాయత్రీ ఉపాసన సమస్త సిద్ధులకు ఆధారభూతమైనది. గాయత్రీ ఉపాసకుడు ఇతరమైన అనుష్ఠానములు లేక సాధనలు చేయకపోయినప్పటికీ అందరితోను స్నేహశీలిగా మెలగుతూ

**రాత్రింబవళ్ళు కష్టపడడం ద్వారా భవిష్యత్తును మార్చుకోవచ్చు.**

బ్రహ్మమును పొందుతాడు. ఎందుకంటే ఈ మహామంత్ర జపంతో అతని చిత్తము బ్రహ్మచేతనవలె శుద్ధము మరియు పవిత్రము అవుతుంది.' అంతేకాక అక్కడ ఆత్మిక సంపన్నతతోపాటు భౌతిక సంపన్నత కూడా సమకూరుతుంది అని చెప్పక తప్పదు. ఆత్మిక దృష్టితో సుసంపన్నుడు, సువికసితుడు అయిన వ్యక్తి ఈ భౌతిక విభూతులను దురుపయోగం చేయడు, వాటిని శ్రేష్ఠమైన సత్కార్యములలోనే వెచ్చిస్తాడు. ఇందువల్ల ప్రాపంచిక దృష్టిలో అతను సాధారణ స్థాయి వ్యక్తి వలెనే గోచరిస్తాడు. చాలామంది అతని ఈ నిరాడంబరతను చూసి అతనిని బీదవాడు అని భ్రమిస్తారు. ఇతరులు తనను గురించి ఏమని అనుకుంటున్నారు అన్న విషయమును పట్టించుకోకుండా ఆత్మిక వెలుగుతో సంపన్నుడైన అతను తనలో తాను సంతృప్తుడై జీవిస్తాడు.

దూరదృష్టి నిండిన వివేకశీలత, నిర్మలమైన ప్రఖరబుద్ధి చేకూరేందుకు, ఆత్మబలరూపంలో తెలియజేయబడే ప్రజ్ఞను అనుభూతి పొందుటకు సర్వసులభ ఉపాయము 'గాయత్రీమహాశక్తి ఉపాసన'. ఈ తత్త్వమును ఆకర్షించుకొని సాధకుడు పరబ్రహ్మ యొక్క విశిష్ట కృపను, దూరదర్శి వివేకమును, సన్మార్గమును ప్రాప్తింపజేసుకొనగలడు. ఈ వరదానమును పొంది అతను స్వయంగా ధన్యజీవి అవటమేకాక, తన చుట్టుప్రక్కల వాతావరణ మంతటిలో కూడా అటువంటి విశేషతలనే ఉత్పన్నం చేస్తాడు. అతని శక్తిసంపన్నమైన వ్యక్తిత్వంతో చుట్టుప్రక్కల వాతావరణ మంతా ప్రభావితమౌతూ ఉంటుంది. సుఖశాంతులతో నిండిన క్రమము నడుస్తుంది.

గాయత్రీ మహాశక్తి సాధకుడు ఏ రీతిగా కాయకల్పం చేయబడతాడు? ఈ విషయమును గూర్చి శాస్త్రకారులు ఇలా అన్నారు. ఈ శక్తి మానవులలో సత్తు-అసత్తుల నిరూపణ చేసే, నీర-క్షీర వివేక భావనను జాగృతపరిచే బుద్ధిని వికసింప జేస్తుంది. ఇది సిద్ధించిన మీదట లభించే ప్రథమ చమత్కారము ఏమిటంటే సాధకుడు వాసన, తృప్తలనే పశుప్రవృత్తులనుండి బయటపడి మానవోచిత కర్మ, ధర్మములను గురించి అర్థం చేసుకొని తదనుసారంగా ఆచరించుట కొరకు ప్రేరణను పొందుతాడు. అంతేకాక ఆదర్శవంతమైన జీవితమును గడిపే దిశలో ముందడుగు వేస్తాడు. అటువంటి వ్యక్తి స్వాభావికంగా దుష్కర్మలనుండేకాక, దుర్భావనల నుండి కూడా దూరంగా మసలుతాడు. అతని క్రియాకలాపాలనుండి, అంతరంగం నుండి అవాంఛనీయతలు పూర్తిస్థాయిలో వైతొలగి, నశించిపోతాయి. శాస్త్రకారులు ఈ పరివర్తనను ధర్మ-స్థాపన మరియు అధర్మ

నాశనం రూపంలో ప్రతిపాదిస్తూ ఇలా ప్రార్థన చేశారు.

**ధర్మోన్నతియధర్మస్య నాశనం జనహృదయచ్ఛుచిమ్ ।  
మాంగల్యే జగతో మాతా గాయత్రీ కుసనాత్నదా ॥**

దీని అర్థం 'గాయత్రీమాత అధర్మాన్ని నాశనం చేసి, ధర్మోన్నతి గావించి భక్తుల హృదయమును పవిత్రము కావించుటయేకాక విశ్వ కళ్యాణమును ప్రసాదించుగాక!!'

మహాభారత భీష్మపర్వంలో 1/4/16 లో కూడా ఇలా వర్ణించబడినది.

**య ఎతాం వేదగాయత్రీ పుణ్యాం సర్వగుణాన్వితామ్ ।  
తత్త్వేన భస్త శ్రేష్ఠ సలోకే న ప్రణశ్యతి ॥**

'హే రాజన్! ఈ సర్వగుణసంపన్నమైన పరమపునీతమైన గాయత్రీ తత్త్వజ్ఞానమును ఉపాసించిన సాధకునకు ప్రపంచంలో ఎన్నడూ పతనం కలుగదు.'

సాధకుని అంతఃచేతనలోని కణకణములో ఓతప్రోతమై (కలసి) ఉన్నదని చెప్పబడిన ప్రజ్ఞనే శాస్త్రకారులు ఋతుంభరాప్రజ్ఞ -భూమా మొదలైన పేర్లతో ప్రస్తావించారు. ఈ శబ్దం సామాన్య వ్యవహారంలో చెప్పబడే బుద్ధిని గురించి ప్రస్తావించబడినది కాదు. సర్వసాధారణమైన వ్యవహారంలో పనికివచ్చే ఆ బుద్ధిని సామాన్య ఉపాయాలతోనే వికసింపజేసుకొనవచ్చును. పారశాల విద్య ద్వారా కూడా చాతుర్యం, కుశలత, విషయజ్ఞానము పెంచుకునే విధానం బోధించబడుతుంది. ప్రజ్ఞ దీనికి పూర్తిగా భిన్నమైనది. ఏ విద్య ద్వారా సాధకునకు ఆత్మబోధ కలుగుతుందో, దానితో అతను జీవిత మహత్త్వము, స్వరూపము తెలుసుకుని లక్ష్యమును చేర్చే జ్ఞానమును పొందుతాడు. తద్వారా సత్తు-అసత్తుల, ఉచితానుచితముల, క్షీర-నీర వివేచన చేస్తాడు. ఈ వివేచన చేయగలిగే అంతః ప్రవృత్తి పేరే ప్రజ్ఞ. అదే గాయత్రీగా పిలువబడినది.

గాయత్రీ ఉపాసన ద్వారా సాధకునిలో ప్రజ్ఞాశక్తి అభ్యున్నతి చెందటంతోపాటు అతనిలో విశిష్ట శక్తిసామర్థ్యములు, సిద్ధులు కూడా సమకూరుతాయి. గాయత్రీ ఉపాసకునిలో ఆత్మిక ప్రకాశం నిరంతరం పెరుగుతూనే ఉంటుంది. అతను ధైర్య-సాహసాలతో ముందుకు సాగి సాధనాపథంలో ప్రగతిని సాధిస్తాడు. ఒకనాటికి అతను తప్పక నరుని నుండి నారాయణుని స్థాయికి ఎదిగి సిద్ధపురుషుల స్థితిని అందుకొంటాడు.

బ్రహ్మవైవర్తర పురాణంలో ఈ తథ్యమును ఉద్ఘాటిస్తూ ఇలా

**నాడా దొరికిందని గుర్రాన్ని కొనకు అనేది పాత సూక్తి.**

వర్ణించారు. 'హే ఆదిశక్తి! నీవు యోగనిద్రారూపిణివి, యోగ స్వరూపిణివి. యోగధాత్రి! యోగులకు యోగమును ప్రసాదిస్తూ ఉంటావు. ఓ మాత! నీవు సిద్ధులకు సిద్ధిని ప్రసాదించే శక్తివి, సిద్ధులకు యోగినివి! దేవీ! నీవు పండితులలో విద్య మరియు బుద్ధిమంతులైన సత్పురుషులలో ఉన్న బుద్ధి, ప్రతిభావంతుడైన పురుషునిలో ఉన్న మేధస్సు, సృష్టి మరియు ప్రతిభా స్వరూపం నీవే దేవి! బ్రహ్మాది దేవతలందరు నిన్నే పూజిస్తూ ఉంటారు. బ్రాహ్మణులలోని బ్రాహ్మణత్వం మరియు తాపసులలోని తపస్సు నీవే దేవి!'

బృహదారణ్యకోపనిషత్తులో గాయత్రీవిద్యను బ్రహ్మవిద్యగా, వేదవిద్యగా, పరబ్రహ్మశక్తి స్వరూపంగా అభివర్ణించారు. అంతేకాక ఇంకా ఇలా అన్నారు, ఈ మహాశక్తిని ఆశ్రయించిన సాధకుడు బ్రహ్మతేజస్సుకు అధికారి అవుతాడు. ఈ ప్రపంచంలో పొంద తగినవన్నీ పొందుతాడు.

తోజోసి శుక్రమస్యమృతమసి ధామనామసి ।  
 ప్రియం దేవానామనాదృష్టం దేవయజనమసి ॥  
 గాయత్రాస్యేకపదీ ద్విపదీ త్రిపదీ  
 చతుష్పద్యపదసి నహి పద్యసే ।  
 నమస్తే తురీయాయ దర్శతాయ పదాయ  
 పరోరజసేసావదో మా ప్రాపత్ ॥

- బృహదారణ్యకోపనిషత్తు 5/14/7

అనగా 'హే గాయత్రీ! నీవు తేజోరూపానివి. నిర్మలప్రకాశ స్వరూపానివి. అమృతం మరియు మోక్ష రూపానివి. చిత్తవృత్తులను నిరోధించే శక్తివి, దేవతలకు ప్రియమైన ఆరాధ్యురాలివి. దేవపూజనం యొక్క సర్వోత్తమ సాధనవు. ఓ గాయత్రీ! నీవు ఈ విశ్వ బ్రహ్మాండమునకు స్వామివి కనుక ఏకపదివి, వేదవిద్యకు ఆధారశిలవైన కారణంగా ద్విపదివి, సమస్త ప్రాణశక్తిని సంచరింప జేయు త్రిపదివి మరియు సూర్యమండలంలో విరాజిల్లుతున్న నీవు పరమతేజో స్వరూప పురుషుల ఆత్మవైన కారణంగా చతుష్పదివి. రజోగుణాతీతవైన ఓ భగవతి! శ్రద్ధాకువులైన పురుషులు ఎల్లప్పుడూ నీ ఉపాసనే చేస్తారు.'

గాయత్రీమంజరిలో ఇలా చెప్పబడి ఉంది.

భూలోకస్యాస్య గాయత్రీ కామధేనుర్మతాబుధైః ।  
 లోక ఆశ్రాయణే నాముం సర్వమేధాధిగచ్ఛతి ॥

అనగా 'విద్వాంసులు గాయత్రిని భూలోక కామధేనువు అని భావిస్తారు. ఆమెను ఆశ్రయించి మనం సమస్తము పొందగలము.'

గాయత్ర్యా సర్వ సంసిద్ధిర్ద్విజానాం శ్రుతిసమ్మతా ॥

దీని అర్థము వేదంలో వర్ణించబడిన సమస్త సిద్ధులు గాయత్రీ ఉపాసనతో ప్రాప్తిస్తాయి.

గరుడ పురాణ వర్ణనలో 'వేటి-వేటిని చేయి స్పృశిస్తుందో, కన్నులతో వేటి-వేటిని దర్శిస్తావో అవన్నీ గాయత్రీలో అంతర్దీనంగా ఉన్నాయి. గాయత్రిని మించినదేదీ లేదు. ఈ గాయత్రి సర్వోపరి అయిన శిరోమణి మంత్రం.'

సంధ్యాభాష్యంలో గాయత్రి వర్ణన ఇలా చేశారు. 'సర్వాత్మ ప్రతిపాదకోఽయ గాయత్రీమంత్ర' అనగా గాయత్రి అన్నిచోట్లా ఆత్మను ప్రఖరం కావించే మంత్రంగా ప్రతిపాదించబడినది. ఆధ్యాత్మిక ప్రగతి కొరకు ఆత్మబలమును తీక్షణం కావించు కునేందుకు గాయత్రీ మహాశక్తి ఏవిధంగా ఉపయోగపడుతుంది అనేది ప్రజ్ఞాతత్త్వ మహత్వముతో అవగాహన చేసుకొనవచ్చును. సాధకుని మార్గమును నిరంతరం ప్రకాశింపజేస్తూ, అతని బలమును అహర్నిశలు అభ్యున్నతి గావించే వెలుగునే సంక్షిప్తంగా ప్రజ్ఞాశక్తి అని చెప్పారు. ఈ శక్తిని పొందడానికి గాయత్రీ మహా మంత్రంతో సమమైనది, ఉపాసించతగినది మరేదీ లేదు. ఇందు వలన గాయత్రీ ఉపాసనను శ్రేష్ఠమైనదిగా అభివర్ణిస్తారు. ఈ మంత్రం సాక్షాత్తు సర్వదేవతాస్వరూపం, సర్వశక్తివంతమైనది, అందరికీ వెలుగును ప్రసరింపజేసేది మరియు పరమాత్మ యొక్క సర్వాత్మ స్వరూప జ్ఞానమును అందజేయునది. ఆత్మోత్కర్షకు మనం గాయత్రిని తప్పక ఆశ్రయించవల్సినదే.

- అఖండజ్యోతి, నవంబరు 1997  
 అనువాదం: శ్రీమతి కృష్ణకుమారి

**నేనెంత?**

అద్దంలో మన ముఖం కనపడితే శరీర శోభను చూసి మానవులు సంతోషాన్ని పట్టలేరు. కాని వారి ఆచరణను చూసినప్పుడు వారే సిగ్గుతో తల దించుకుంటారు. శరీరం ఇంత అందమైనది కాని మనస్సు ఇంత కురూపియైనదా అని. విశ్వమనే అద్దంలో మన ముఖం చూస్తే అహంకారం తొలగిపోతుంది. ఈ ప్రపంచం యొక్క విశాలత్వంలో లెక్కకురాని ఇసుక రేణువులాంటి నేనెంత?

తాను ఈశ్వరుని పవిత్రతకు ప్రతీకనని తెలుసుకుంటే ధన్యులౌతారు. అప్పుడు శరీర అహంకారం కానీ, మనస్సుకు జుగుప్స కానీ ఉండవు. - ప్రజ్ఞాపురాణం నుండి

**దొరికిన నాడాతో గుర్రాన్ని కొనడానికి ఉత్సాహాన్ని పొందు అనేది నేటి సూక్తి.**



# గాయత్రీ ఉపాసనా పద్ధతి

గత కొద్ది నెలలుగా గాయత్రీ విద్య మీద వ్యాసాలు ప్రచురిస్తున్నాము. గాయత్రీ జప (ఉపాసన) పద్ధతిని కూడా ఇవ్వమని కోరారు. అందుకే గాయత్రీ ఉపాసన పద్ధతి ఇవ్వబడినది. ఈ సంచికలో గాయత్రీ ఫోటో (దేవస్థాపన ఫోటో) ఇవ్వబడింది. దీనిని లామినేట్ చేసుకొని మీ పూజ మందిరంలో పెట్టుకొనవచ్చు.

## పవిత్రీకరణం

ఎడమ చేతిలో తీసికొని, కుడిచేతితో మూసి మంత్రోచ్ఛారణ చేసి ఆ జలమును కుడిచేతితో శిరస్సున చల్లుకోవాలి.

ఓం అపవిత్రః పవిత్రో వా సర్వావస్థాం గతోపి వాయః స్మరేత్పుండరీకాక్షం స బాహ్యోభ్యంతరశ్చుచిః  
ఓం పునాతు పండరీకాక్షః పునాతు పుండరీకాక్షః పునాతు

## ఆచమనం

వాక్కు, మనస్సు, అంతఃకరణ - ఈ మూడూ శుద్ధి కావటానికి మూడుసార్లు మంత్రపూత జలంతో ఆచమనం చేయాలి.

ఓం అమృతోపస్తరణమసి స్వాహా  
ఓం అమృతాపిధానమసి స్వాహా  
ఓం సత్యం యశః శ్రీర్ముని శ్రీః శ్రయతాం స్వాహా.

## శిఖాబంధనం

శిఖ అనే సాంస్కృతిక ధ్వజంద్వారా సునిశిత మేధాశక్తి తేజస్సు ప్రవేశిస్తున్నట్లు మంత్రం చదువుతూ, భావనచేస్తూ శిఖపై కుడిచేతి వ్రేళ్లను తడిచేసికొని స్పృశించాలి.

ఓం చిద్రూపిణి మహామాయే దివ్యతేజస్సమన్వితే  
తిష్ఠ దేవి శిఖామధ్యే తేజోవృద్ధిం కురుష్య మే ॥

## ప్రాణాయామం

ఓం భూః ఓం భువః ఓం మహాః ఓం జనః ఓం తపః  
ఓం సత్యం ఓం తత్పవితుర్వ రేణ్యం  
భరోదేవస్య ధీమహి, ధియో యోనః ప్రచోదయాత్ ॥  
ఓం ఆపోజ్యోతిరసోఽమృతం బ్రహ్మభూర్భువః స్వః ఓం॥

ఈ మంత్రం చదివిన తరువాత నిదానంగా 3 సార్లు గాలి వీల్చి విడువవలెను. లోనికి తీసుకొనునపుడు సూర్యుని ధ్యానించుచూ వ్రాణశక్తిని సవితా తేజస్సును తీసికొనినట్లు,

విడచునపుడు మనలోని మాలిన్యములను వదలివేయుచున్నట్లు భావించవలెను.

## న్యాసం

ఎడమచేతిలో నీరు తీసికొని, కుడిచేతి అయిదు వ్రేళ్లతో ఆ నీటిని స్పృశించి మంత్రోచ్ఛారణతోపాటు నిర్దేశించిన శరీరాంగాలను స్పృశించాలి. ముందు ఎడమవైపు, తరువాత కుడివైపు అవయవాలను స్పృశించాలి. ఇది న్యాసకర్మ. దీనివలన శరీరమందలి అతి మహత్తర అంగముల యందు పవిత్రత నిండునట్లు, దైవీచేతన వానిని జాగృతం చేస్తున్నట్లు, శక్తినిందిన అవయవములు సంయమనం కలిగి ఉండేటట్లుగా భావించాలి. వానిని సత్కార్యములకు వినియోగించాలి.

ఓం వాణ్మే ఆస్యేస్తు (రెండు పెదవులు)  
ఓం నసోర్యే ప్రాణోఽస్తు (రెండు నాసికా రంధ్రములు)  
ఓం అక్షోర్మే చక్షురస్తు (రెండు నేత్రములు)  
ఓం కర్ణయోర్మే శ్రోత్రమస్తు (రెండు చెవులు)  
ఓం బాహ్వోర్మే బలమస్తు (రెండు భుజములు)  
ఓం ఊరోర్మే ఓజోస్తు (రెండు తొడలు)

ఓం అరిష్టాని మేఅంగాని తనుస్తన్వా మే సహ సంతు (సమస్త శరీరము)

## వృణ్మీ పూజనం

మనకు అన్నం, జలం, వస్త్రం, జ్ఞానం, ఇతర జీవితావసర వస్తువులు మాతృభూమి నుండి లభిస్తున్నాయి. మాతృభూమిని తల్లివలె ప్రగాఢ శ్రద్ధతో ప్రేమించి, పూజించాలి. తల్లి ఋణం తీర్చుకోవడానికి ప్రయత్నించాలి. ఆ తల్లికి తనయులైనందున, ఆ తల్లి ఉత్కృష్ట గుణములు మనయందు నిండి ఉన్నట్లు భావించుచూ పూజించాలి.

ఓం పృథ్వి త్వయా ధృతా లోకా దేవి త్వం విష్ణునాధృతా ।  
త్వంచ ధారయ మాం దేవి పవిత్రం కురుచాసనమ్ ॥

## చందన ధారణ

ఈ మంత్రంతో చందనం, కుంకుమ కుడి అనామికతో ధరించవలెను.

ఓం చందనస్య మహాత్పుణ్యం, పవిత్రం పాపనాశనం ।  
ఆపదాం హరతే నిత్యం లక్ష్మీ స్తిష్ఠతి సర్వదా ॥

**బంధం బలంగా లేనప్పుడు చిన్న కారణం చాలు తెగిపోవడానికి.**

**గురు పూజనం**

ఓం గురుర్బ్రహ్మ గురుర్విష్ణుః గురుర్దేవో మహేశ్వరః ।  
గురుర్దేవ పరబ్రహ్మ తస్మై శ్రీగురవే నమః ॥

అఖండ మండలాకారం, వ్యాప్తం యేన చరాచరమ్ ।  
తత్పదం దర్శితం యేన, తస్మై శ్రీగురవే నమః ॥

ఓం శ్రీ గురవేనమః, ఆవాహయామి, స్థాపయామి,  
ధ్యాయామి

**గాయత్రీ పూజనం**

వేదమాత, దేవమాత, విశ్వమాత, సద్జ్ఞానం, సద్భావములకు  
అధిష్ఠాత్రి, సృష్టికి అధికారిణి గాయత్రీమాత.

ఆయాతు వరదా దేవి, అక్షరే బ్రహ్మవాదిని ।  
గాయత్రీ ఛందసాం మాతా, బ్రహ్మయోనిర్ నమోస్తుతే ॥

ఓం శ్రీ గాయత్రై నమః, ఆవాహయామి, స్థాపయామి,  
ధ్యాయామి. తతో నమస్కారం కరోమి.

ఓం స్తుతా మయా వరదా, వేదమాతా, ప్రచోదయంతాం,  
పావమానీ ద్విజానాం ఆయుః ప్రాణం, ప్రజాం, పశుం, కీర్తిం,  
ద్రవిణం, బ్రహ్మవర్చసం మహ్యం దత్వా వ్రజత బ్రహ్మ లోకమ్.

తరువాత గాయత్రీ మంత్రం 108 లేక 3x108 సార్లు జపం  
చేయాలి. తులసి లేక చందనమాల దేనినైనా ఉపయోగించవచ్చు.

ఓం భూర్భువః స్వః తత్సవితుర్వరేణ్యం  
భర్గో దేవస్య ధీమహి ధియో యోనః ప్రచోదయాత్ ॥

తరువాత

ఉత్తమే శిఖరే దేవి! భూమ్యాం పర్వతమూర్ధని  
బ్రాహ్మణేభ్యో భ్యనుజ్ఞాతా గచ్ఛదేవీ యథా సుఖం॥

**సూర్యార్చనం**

మంత్రజపం పూర్తి చేసిన తరువాత ఈ క్రింది మంత్రం  
చదువుతూ పంచపాత్రలోని నీటితో సూర్యునికి అర్ఘ్యమివ్వవలెను.  
సాధకుడు తన వ్యక్తిత్వాన్ని సంపూర్ణ విశ్వకుటుంబానికి సమర్పణ  
చేస్తున్నట్లు భావించవలెను.

ఓం సూర్యదేవ సహస్రాంశో తేజోరాశే జగత్పతే ।

అనుకంపయ మాం భక్త్యా గృహాణార్ఘ్యం దివాకర!

ఓం సూర్యాయ నమః ఆదిత్యాయ నమః భాస్కరాయ  
నమః

**మనస్సునే అద్దాన్ని రోజూ తుడుచుకో**

మనస్సు అద్దం వంటిది. ఉదయం నుండి సాయంత్రం వరకు ఆ అద్దంపైన ధూళి పేరుకుపోతూ ఉంటుంది. ఇలా ధూళిని మనస్సుపై పేరుకుపోనిస్తే - అది అద్దంలా పనిచేయదు. ఈ అద్దం పరిస్థితిని బట్టి జ్ఞానం అందులో ప్రతిబింబితం అవుతుంది. ఎవరి మనస్సు ఏ మేరకు అద్దంలా ఉంటుందో, ఆ మేరకు దానిలో సత్యం ప్రతిబింబితం (reflect) అవుతుంది.

ఆలోచనల ప్రవాహం తనను చాలా ఇబ్బంది పెడుతోందని ఒక సాధకుడు సూఫీ సంత బాయజీద్తో చెప్పాడు. ఆ రోగ నిదానం కోసం, చికిత్స కోసం బాయజీద్ అతడిని తన మిత్రుడు ఫకీర్ సదమ్ వద్దకు పంపాడు. “వెళ్ళు, ఆయన దినచర్య మొత్తాన్ని నిశితంగా పరిశీలించు. దానివల్ల నీకు దారి దొరుకుతుంది.” - అని అతడికి చెప్పాడు.

ఆ సాధకుడు ఫకీర్ సదమ్ వద్దకు వెళ్లాడు. అతడు ఆశ్చర్యపోయాడు. ఎందుకంటే - ఫకీర్ సదమ్ ఒక సత్రంలో కాపలాదారుగా పనిచేస్తున్నాడు. అతడి దినచర్యలో ఎలాంటి ప్రత్యేకతా లేదు. అతడు మామూలు వ్యక్తిగా కనబడ్డాడు. అతనిలో జ్ఞాన లక్షణం ఎక్కడా కానరాలేదు. అతడు చాలా సాదాసీదాగా ఉన్నాడు. పసిపాపలా, కల్లా కపటం లేకుండా జీవిస్తున్నాడు.

అతడి దినచర్య మొత్తంలో ఒకే ఒక ప్రత్యేకత కనిపించింది. నిద్రపోయే ముందు అతడు సత్రంలోని పాత్రలన్నీ తోమేవాడు. అంతేకాదు, ఉదయం నిద్ర లేవగానే ఆ పాత్రలను మళ్ళీ కడిగేవాడు. అలా ఎందుకు చేస్తున్నావని గుచ్చి గుచ్చి అడగగా అతడు ఇలా చెప్పాడు - పాత్రల మురికిపోవడం కోసం నిద్రపోయేముందు వాటిని తోముతాను. రాత్రంతా వాటికి ఎంతో కొంత దుమ్ము వట్టి ఉంటుంది కదా. కనుక, ఉదయం వాటిని మళ్ళీ కడగడం అవసరం అవుతుంది.”

సాధకునికి అందులో విశేషమేదీ కనిపించలేదు. అతడు నిరాశగా బాయజీద్ వద్దకు తిరిగి వచ్చాడు. ఆయన అడిగిన మీదట అతడు నిరాశగా జరిగినదంతా చెప్పాడు. అంతా విని బాయజీద్ చిరునవ్వు నవ్వి ఇలా అన్నాడు - నీవు అంతా విన్నావు. అంతా చూచావు. కాని అద్దం చేసుకోలేదు. తెలివైన పని ఇదే - ఫకీర్ సదమ్ వలె నీవు కూడా నీ మనస్సును రాత్రి నిద్రపోయే ముందు శుభ్రంగా తోము; ఉదయం దాన్ని మళ్ళీ కడుగు. మనస్సునే అద్దాన్ని కడగడం నేర్చుకున్న వ్యక్తి జీవిత రహస్యాన్ని తెలుసుకున్నాడని గుర్తించు.”

**ఆలోచనలకు, మాటలకు, చేతలకు పొంతన ఉండాలి.**





## చెడు స్నేహాలు వదిలేయి

అక్టోబర్ నెల అనగానే అందరికీ గుర్తు వచ్చేది జాతిపతి మహాత్మాగాంధీ. మహాత్మాగాంధీ జన్మదినం అక్టోబర్ 2 అని అందరికీ తెలుసు. కానీ మన మాజీ ప్రధాని లాల్ బహదూర్ శాస్త్రి జన్మదినం అన్న సంగతి తొందరగా గుర్తురాదు ఎవ్వరికీ. ఆయన గొప్పదనాన్ని ఎత్తి చూపే సంఘటనలు ఎన్నో ఉన్నాయి. ఆయన అందరికీ ఆదర్శప్రాయుడు.

ఆయన జీవితంలోని ఒక బాల్య సంఘటనను గూర్చి తెలుసుకుందాం. లాల్ బహదూర్ శాస్త్రి నిరుపేద. ఆతని తండ్రి చిన్నతనంలోనే మరణించాడు. తల్లి కష్టపడి పెంచి పోషిస్తోంది. లాల్ కు ఒక స్నేహితుల బృందం ఉండేది. వారిలో కొంతమంది కొంటెవాళ్లు అల్లరిచిల్లరి పనులు చేస్తూ ఉండేవాళ్ళు. లాల్ బహదూర్ వారితో కలసి తిరిగేవాడు. ఎవరైనా చిన్నతనంలో స్నేహితులు లేకుండా, ఆటలు ఆడుకోకుండా ఉండలేరు కదా!

వారంతా కలసి ఒకరోజు బాల్య చాపల్యంతో జామకాయలు తినాలి అనుకున్నారు. అనుకున్నదే తడవుగా ఊరి బయట ఉన్న జామతోటకు చేరుకున్నారు. చెట్ల నిండా జామకాయలు విరగ కాశాయి. వాళ్ళకు నోరు ఊరింది. ఆగలేకపోయారు. తోటంతా పరికించి చూశారు. తోటమాలి ఒక చెట్టు కింద పడుకుని కునుకు తీస్తున్నాడు. ఇదే సమయం అనుకున్నారు. వానరసైన్యంలా చెట్టుకు ఎగబాకారు. కాయలు కోసుకుని తిన్ను తిన్నారు, జేబుల్లో నింపుకున్నారు. వాళ్ళ ఆనందమే ఆనందం. లాల్ బహదూర్ శాస్త్రి కూడా వారితోపాటే ఉన్నాడు. అతనికి ఇష్టం లేకపోయినా వారు బలవంతం చేస్తే తోటలో ప్రవేశించాడు. ప్రవేశించనైతే ప్రవేశించాడు కానీ కాయలు కొయ్యడానికి మనస్సు ఒప్పలేదు. అందుకే ఒక మూలన ఉన్న పూలమొక్క దగ్గరకు వెళ్ళి అందమైన పువ్వును తెంపుకున్నాడు. దాన్ని వాసన చూస్తూ ఒక ప్రక్కన నిలబడ్డాడు.

ఇంతలో పిల్లల్లోంచి ఒకడు “తోటమాలి తోటమాలి” అని కేకలు పెట్టాడు. అందరూ వేగంగా చెట్ల మీది నుండి దూకి పరుగులు తీశారు. క్షణంలో తోట ఖాళీ అయ్యింది. ఒక్క లాల్ మాత్రం భయంతో బిక్కు బిక్కు మంటూ అక్కడే నిలబడ్డాడు. కర్ర పట్టుకుని పరుగెత్తుకుంటూ వచ్చిన తోటమాలి లాల్ బహదూర్ ను పట్టుకున్నాడు. మిగతా వారంతా పారిపోయినందుకు

అతనికి బాగా కోపం వచ్చింది. ఆ కోపం అంతా పాపం అమాయకంగా దొరికిన లాల్ పైన చూపించాడు. ఇష్టం వచ్చినట్లు కర్రతో బాదడం మొదలు పెట్టాడు. కొట్టి కొట్టి అలసిపోయాడు. చివరకు “మీ అమ్మ కాని, నాన్న కానీ వచ్చి జామకాయల పైసలు ఇచ్చేదాకా నిన్ను వదిలేది లేదు. పారిపోయిన పిల్లల పేర్లు చెప్పు” అంటూ చెట్టుకు కట్టేశాడు.

అప్పుడు లాల్ బహదూర్ శాస్త్రి వెక్కి వెక్కి ఏడుస్తూ “అయ్యా! మేము పేదవాళ్ళం. మా ఇల్లు చాలా దూరం. మా అమ్మ ఇంత దూరం రాలేదు. మా నాన్న నేను పసిపిల్లవాడుగా ఉన్నప్పుడే చనిపోయాడట. వాళ్ళంతా తిన్న పండ్లకు మేము డబ్బు కట్టలేం. నేను ఒక్క పండు కూడా తినలేదు. ఇదిగో ఈ పువ్వు మాత్రమే కోసుకున్నాను. మీరే తీసుకోండి” అని అతని చేతిలో పెట్టేశాడు.

తోటమాలికి జాలివేసింది. కట్లు విప్పి పిల్లవానిని దగ్గరకు తీసుకున్నాడు. కళ్ళు తుడిచాడు. “నాయనా! నీవు చిన్నవాడవు. తండ్రి లేదు అంటున్నావు. మరి ఇలాంటి వారితో తిరగవచ్చా? అనుమతి లేకుండా ఇతరుల తోటలో పువ్వు కోసినా దొంగతనం కిందకే వస్తుంది. మిగతా వాళ్ళ కన్నా తండ్రిలేని నువ్వు ఇంకా జాగ్రత్తగా ఉండాలి. వెళ్ళు, వెళ్ళి చెడు స్నేహాలు వదిలేసెయి. అనవసరంగా అమ్మ మనస్సును బాధపెట్టకు. ‘దొంగ’ అనిపించు కోకుండా గొప్పగా బ్రతుకు’ అని బుద్ధులు చెప్పి వదిలివేశాడు.

ఈ సంఘటనతో ఆ పిల్లవాని మనస్సు ఆలోచనలలో పడింది. ఆ ఆలోచనలే అతని భవిష్యత్తును తీర్చిదిద్దాయి. స్వతంత్ర భారతదేశానికి ప్రధాన మంత్రిని చేశాయి.

బాలలూ! విన్నూరుగా కొంటె చేష్టలు వినడానికి, చూడడానికి సరదాగానే ఉంటాయి. కానీ అవే ముదిరితే బంగారు జీవితానికి ముళ్ళ బాటలు వేస్తాయి. అందుకే జాగ్రత్తగా ఉండాలి.

క|| చెప్పేడి పెద్దలు లేరని

తప్పుడుతోవన నడువగ తగదుర యంచున్

చెప్పేడి మాటలనెప్పుడు

తప్పక పాటించవలయు తదయక బాలా!

- మధుర కవయిత్రి, పొన్నూరు హైమవతీ శాస్త్రి

(లాల్ బహదూర్ శాస్త్రి జన్మదిన సందర్భంగా)

చెట్లు లేకపోతే ఆక్సిజన్ లేదు, చెట్లను కాపాడుకోవాలి.

## ఉత్తమ భక్తుల చరితములు - ఉదారభక్తి భావన

ప్రేమాదర్శాన్ ప్రతీత్థం తానున్నేతుం చాప్యన్నతాన్ ।  
వర్ణమానజనాంశ్చాపి ప్రోత్సాహయితుర్మంజసా ॥ 39

ఆదర్శములపట్ల ప్రేమను కల్గి ఉండాలి. ఆ ఆదర్శాలు అత్యంత ఉన్నతంగా ఉన్నప్పుడే వాటిని ఆచరించేవారికి ఉన్నతస్థితి కలుగుతుంది. ఇటువంటి ఉన్నత ఆశయాలను భక్తి శ్రద్ధలతో ఆచరిస్తూ, వర్ణమాన మార్గంలో పయనించే వారిని ప్రోత్సహించి, భక్తి మార్గంలో ముందుకు సాగేటట్లు చేయాలి.

### ధృవుని కథ

పూర్వం ఉత్తానపాదుడు అనే రాజుకు సునీతి, సురుచి అనే పేర్లు కలిగిన ఇరువురు భార్యలు కలరు. వారిలో రాజుకు “సురుచి” పట్ల అభిమానం, ప్రేమ ఎక్కువగా ఉండేవి. “సునీతి” పట్ల నామమాత్రపు ప్రేమ ఉండేది. ఆకారణంగానే “సురుచి” కుమారుడైన “ఉత్తముడు” రాజు ప్రేమను పొంది, తన బాల్యాన్ని అతని ఒడిలో గడిపేవాడు.

అయితే “సునీతి” కుమారుడైన “ధృవుడు” (తన తల్లికి ఎటువంటి గౌరవము, రాజాదరణ లేనికారణంగా) తండ్రి ప్రేమకు దూరమై దుఃఖిస్తూ ఉండేవాడు. ఒకనాడు “ఉత్తముడు” తన తండ్రి ఒడిలో కూర్చుని తండ్రి లాలనలో ఆనందిస్తూ ఉండగా, ధృవుడు కూడా తండ్రి ప్రేమను ఆశించి, ఒడిలో కూర్చోవాలన్న కోరికతో రాజును సమీపిస్తూ ఉండగా, అతని సవతి తల్లి “సురుచి” మిక్కిలి అహంకారంతో, అతనిని, అతని తల్లిని దూషించి, తండ్రియైన ఉత్తానపాదుని ఒడిలో కూర్చోవాలంటే, మరోజన్మ ఎత్తాలని, అందుకోసం తపస్సు చేయమని హేళనగా మాట్లాడి అవమానిస్తుంది.

ఆమె మాటలకు కలత చెందిన ధృవుడు తన తల్లిని అవమానించి మాట్లాడటం, తండ్రి ప్రేమను పొందే అర్హత లేదన్న ఆమె మాటలకు, తపస్సు ద్వారా బదులు తీర్చుకోవాలన్న ఉత్తమ ఆశయాన్ని (పై శ్లోకములో వివరించినట్లు) నారదులవారికి తెలుపగా నారద మహర్షి “ఓం నమో భగవతే వాసుదేవాయ” అన్న మంత్రాన్ని బోధించి, నారాయణమూర్తి అనుగ్రహాన్ని పొందే మార్గాన్ని సూచించాడు, తల్లి కూడా మనస్ఫూర్తిగా దీవించి బాలుడైన ధృవుని ప్రోత్సహించింది. సత్సంకల్పాన్ని అందరూ సమర్థిస్తారు కదా!

తనువును, మనస్సును, ధనమును నారాయణునికే అర్పించి, వయసుకు మించిన తపమును ఆచరించిన అతని భక్తికి మెచ్చి, నారాయణుడు అతనికి తండ్రి ప్రేమ, ఆదరములు పొందే వరాన్ని,

అతని తల్లి పూజనీయురాలు అవుతుందన్న వరంతోపాటుగా ధృవుని పేరు చిరస్థాయిగా ఉండేవిధంగా ఒక నక్షత్రానికి “ధృవ నక్షత్రం” గా నామకరణం చేసారు. ఆ విధంగా ధృవుడు “ధృవతార” గా నిల్చిపోయెను.

ఉత్తమ సంకల్పం, ప్రయత్నం ఉంటే, పెద్దల సహకారం, మునులదీవెన, భగవంతుని ఆశీస్సులు ఉంటాయన్న నీతి మనకు “ధృవుని” కథలో అగుపిస్తుంది.

సహజాయా సముత్కంఠా తత్ర భక్తేర్మనోరమా ।

సుషమా దృశ్యంతే దివ్యా, విశాలాచ మహామునే ॥ 40

భక్తి సహజమైనది. ఆ భక్తి సముత్సాహంతో కూడి ఉన్నట్లైతే, అది దివ్యమైనది అవుతుంది. విశాల హృదయంతో కూడి ఉన్నట్లైతే, దాని ఫలితంగా, సేవాకాంతులు వెలువడి ఎందరి జీవితాలలోనో వెలుగులు పంచుతాయి.

### కుచేలుడు

కుచేలుడు, శబరి వంటి మహాభక్తులు, సహజమైన భక్తితో భగవంతుని సేవించుకుని, ఎటువంటి కోరికలు కోరక, భగవంతుని సేవించడమే పరమార్థంగా తలచి తరించారు. తొమ్మిది విధముల భక్తిలో సఖ్యతాభక్తికి ప్రతీకగా కుచేలుడు శ్రీకృష్ణుని వద్దకు వెళ్ళి, తన్మయత్వంతో తన కష్టాల చిట్టాను ఆ దేవుని ముందు, ఉంచకపోయెను. తాను తెచ్చిన అటుకులను కూడా సమర్పించడానికి తటాపటాయింపగా, సర్వజ్ఞుని అయిన కృష్ణ పరమాత్మ తనివి తీరగా ఆరగిస్తూ ఉంటే, తన జన్మ తరించినట్లుగా భావించాడు. అటువంటి భక్తునికి అదగకుండానే సకల సంపదలు ఒసగి, అతని జీవితంలో వెన్నెల వసంతాన్ని కురిపించాడు.

### శబరి

ఎన్నో సంవత్సరాలు ఎదురుచూసిన శబరి సమర్పించిన పండ్లు స్వీకరించిన రాముడు, తన ఒడిలోనే ఆమెకు మోక్షాన్ని ఇచ్చాడు. అంతేకాక, ఆమెను నదిగా మార్చి, ఎందరికో దాహార్తిని తీర్చే అపకాశాన్ని, ఎన్నో క్షేత్రాలను సస్యశ్యామలం చేసే విధంగా “శబరి” నదిగా రూపొందింపచేశాడు.

ఈవిధంగా స్వార్థగుణం లేకుండా, కేవలం భగవన్నామ స్మరణకే అంకితమై, నలుగురికి ఉపయోగపడేవిధంగా, ఈ జీవితం భగవత్ప్రసాదమని, ఆ భగవంతుడు ఇచ్చిన ఈ జన్మను మానవ సేవకే అంకితం చేయగల్గేదే నిజమైన సహజ భక్తి.

- కథాకథన వ్యాఖ్యానం : సాధన నరసింహాచార్య

మనిషి ప్రకృతికి చెయ్యగలిగే సాయం దాన్ని పాడుచేయకుండా ఉండటమే.



## యజ్ఞకర్మ ద్వారా జీవితమర్మాన్ని నేర్చుకుందాం

భాష్య ప్రాకృతిక శక్తులే దైవీ శక్తులుగా మన చుట్టూ నెలకొని ఉంటాయి. అవి ప్రసన్నంగా ఉంటే మనకి మంచిని చేస్తాయి. సమూహంగా కృషి చేసే సమాజానికి ఆ శక్తులు సహకరిస్తాయి, సంరక్షిస్తాయి. ఇది దైవీ విధానం, పరమసత్యమే కాక వైజ్ఞానిక తథ్యం కూడా. నిజానికి భగవంతుడే యజ్ఞములకు, తపస్సులకు, సమస్త కర్మలకు భోక్త. సమస్త భూతాలలో నెలకొని ఉన్న ఈ భగవత్ తత్వాన్ని తెలుసుకోవడమే నిజమైన వైదిక జ్ఞానం. అది తెలియజేయడానికే శ్రీకృష్ణుడు అర్జునుడికి యజ్ఞం గురించి చెప్పాడు. ఈ దైవీశక్తుల, మనుషుల మధ్య జరిగే పరస్పర వ్యవహార రూపమే భగవంతుడు అని భావించవచ్చు, అదే పదకొండవ శ్లోకంలో చెప్పబడింది. కర్మవిధానం తెలుసుకుని, జీవితానికి మరియు కర్మలకి సారమైన యజ్ఞతత్వాన్ని తెలుసుకుంటేనే మనిషి సంతుష్టుడవుతాడు, ఈ పద్ధతికి విరుద్ధంగా స్వార్థంతో భోగాలను అనుభవించడం వ్యర్థమే అవుతుంది.

యజ్ఞమనేది ముల్లోకాలలోని దేవతల ద్వారా పరమాత్మను ప్రసన్నం చేస్తుందని భగవంతుడు చెప్పాడు. భూః-పుణ్య లోకం, భువః-అంతరిక్షం, స్వః-స్వర్గలోకం. అదే విధంగా మానవుడిలో చూసుకుంటే కనక భూః-శరీరం, భువః-ప్రాణము, స్వః-మనస్సు. ఈ విధంగా మన చుట్టుపక్కల వాతావరణాన్ని సామరస్యంగా, అనుకూలంగా మార్చుకోగలం. అంతే కాక మన వ్యక్తిత్వాన్ని అద్దదోవలు తొక్కకుండా రక్షించుకోగలం. మంచి కర్మలు యజ్ఞీయ భావంతో చేస్తూపోతే వ్యక్తిత్వం క్రమేపి మార్పుచెంది, ఒత్తిడి లేకుండా ఆనందదాయకంగా మారుతుంది. యుద్ధం చెయ్యి, అది కూడా యజ్ఞీయ కర్మే అని శ్రీకృష్ణుడు అర్జునుడికి మళ్ళీ మళ్ళీ బోధిస్తున్నాడు. గురువుగారు కూడా మనకు విచార క్రాంతి (ఆలోచనలలో క్రాంతి) అభియానాన్ని అప్పజెప్పారు. ఇదే నేటి యుగధర్మం, మీరంతా యజ్ఞీయభావంతో తప్పక చేయవలసిన కర్మ. భాష్యంగా చేసే కర్మకాండల యజ్ఞంకన్నా యజ్ఞమయ జీవితం జీవించడం చాలా ముఖ్యమని గురువుగారు మరీ మరీ చెప్పారు. 'ఇదం న మమ' భావంతో కర్మలను ఆచరించుకుంటూ పోవాలి. అందుకే యుగనిర్మాణ యోజనతో సంబంధించిన ప్రతి పనికి గురుదేవులు 'యుగయజ్ఞం-జ్ఞానయజ్ఞం' అనే పేర్లు ఇచ్చేవారు.

ఇష్టాన్ భోగాన్ హి వో దేవా దాస్యంతే యజ్ఞభావితాః  
తైర్దత్తానప్రదాయైభ్యో యో భుంక్తే స్తేన ఏవ సః 3.12

యజ్ఞశిష్టాశినః సంతో ముచ్యంతే సర్వకీర్తిభ్యైః  
భుంజతే తే త్వఘం పాపా యే పచంత్యాత్మకారణాత్ 3.13

యజ్ఞముల ద్వారా సంతృప్తి పొందిన దేవతలు మీకు అయాచితంగానే ఇష్టములైన భోగాలను ప్రసాదిస్తారు. ఈ విధముగా దేవతలచే అనుగ్రహించబడిన ఈ భోగములను ఆ దేవతలకు నివేదన చేయక తానే అనుభవించువాడు నిజముగా దొంగయే. యజ్ఞశిష్టాన్నమును తినే శ్రేష్ఠ పురుషులు అన్ని పాపముల నుండి ముక్తులయ్యెదరు. తమ శరీర పోషణ కొరకే ఆహారాన్ని వండుకునే పాపులు పాపాన్నే భుజిస్తారు.

ఎంతో మంది సామూహికంగా చేసిన కృషికి ప్రతిఫలంగా లభించింది ఎవరో ఒక్కరే చేజిక్కించుకునే ప్రయత్నం చేస్తే అటువంటి వారిని దొంగలనే పిలవాలంటాడు శ్రీకృష్ణుడు. పరస్పర సహకారంతో లభించిన ధనం కానీ వస్తు సామాగ్రి కానీ అందరికీ సమానంగా పంచబడాలి, ఇదే శ్రీకృష్ణుని ఆధ్యాత్మిక సామ్యవాదం.

నేటి వినిమయదారి (కన్యామరిజం) యుగంలో శ్రీకృష్ణుని ఆదర్శాలు, గురుదేవుల సత్యయుగ అవతరణ ఎంత సమయానుకూలమైనవో అర్థం చేసుకోవచ్చు. యోగేశ్వరుడి ఆదేశాలను పాటించకపోవడం వల్లే నేడు ప్రకృతి ప్రకోపాలు విజృంభిస్తున్నాయి. సభ్యత పేరుతో ప్రగతి కోసం గుడ్డిగా పరుగులు పెట్టడం వల్ల కష్టాలు ఎదుర్కోవలసివస్తోంది. నేటి రాష్ట్రీయ, అంతర్జాతీయ ఒత్తిళ్లకు కారణం మనిషి ప్రకృతి యజ్ఞంలో పాల్గొన్నా దైవీశక్తులకు వాటి అంశను సమర్పించటంలేదు. సర్వతో ముఖంగా జీవించకుండా, అంటే బాధ్యతలు నెరవేర్చకుండా, హక్కులను అనుభవిస్తున్నాడు. భూమి మీద చెలరేగిన అరాచకాల వల్ల పాశ్చాత్య దేశాల్లో పుట్టిన ఉపభోక్తావాదం (కన్యామరిజం), వైశ్వీకరణం (గ్లోబలైజేషన్) మనిషి యొక్క అంతరాళాల్లోకి కూరుకుపోయింది. యోగ్యులకు, అర్హులకు అందకుండా తాను మాత్రం అనుభవిస్తున్నాడు. అందుకే సంవేదనలు లేని, నిష్కారమైన సమాజం ఏర్పడుతోంది. దాని రూపం నలుదిక్కులా స్పష్టంగా కనిపిస్తోంది.

పదమూడవ శ్లోకంలో చెప్పిన, “ దొంగతనంగా దాచుకుని తింటాడు, అతిథి దేవోభవ పాటించడు” అన్న మాటల్లో ఎంతో

నిర్ణయాలు హృదయంతో కాకుండా మెదడుతో తీసుకోవాలి.

నిగూఢమైన రహస్యం ఉంది. యజ్ఞంలో మిగిలిన అవశిష్టాన్ని అందరికీ సమానంగా పంచుతారు. ఒక రకంగా చూస్తే అన్ని సమానంగా పంచడం కోసమే యజ్ఞంలో ఆహుతులు వేస్తారు. హవన సామాగ్రి భాష్యంగా మారి వాతావరణంలో కలిసిపోతుంది. మిగిలిన భస్మంలో 'అల్పలాయిడ్స్', ఖనిజాలు ఉంటాయి. అవి కూడా చాలా ఉపయోగకరమైనవి. యజ్ఞంలో వాడిన నెయ్యి యొక్క అవశిష్టాన్ని కూడా శరీరమంతటా రాసుకోవడానికి అందరికీ పంచుతారు. భస్మాన్ని నుదుటి వద్ద, కంఠానికి, కుడి భుజానికి, హృదయానికి పెట్టుకుంటారు. ప్రసాదంగా పెట్టిన పరమానాన్ని, లేదా వేరేదైనా తీసి పదార్థాన్ని సూర్యార్ఘ్యం అయ్యాక అందరికీ పంచుతారు. కర్మకాండలతో కూడిన యజ్ఞం ఇదేనా! ఏ కర్మకాండ యొక్క ఉద్దేశ్యం 'సర్వతోభావ సమర్పణ' అది బాహ్య క్రియ వరకే పరిమితమవ్వాలా? కాదంటాడు కృష్ణుడు. అది మన శ్వాసలో ఇమిడిపోవాలి. ఈ రహస్యం తెలుసుకోకుండా 'ముచ్యంతే సర్వకీల్బిషై:' అనేది అర్థం చేసుకోలేం. పాపాలన్నింటి నుండి యాజకుడు ఎలా విముక్తిని పొందాలి అనేది ఇక్కడ చెప్పారు.

భూమి మనకు తల్లి, మనం పృథ్వీ పుత్రులం అని భారతీయ ఆధ్యాత్మికత మనకు చెబుతోంది (మాతా భూమిః పుత్రోహం పృథివ్యా). స్వార్థులు పాపాన్నే భుజిస్తారు. సంకీర్ణమైన స్వార్థ పరాయాణతతో జీవించే వారు ధన్నాన్ని కూడబెట్టి తమ వద్దనే ఉంచుకుంటారు. ఎలాగైనా, ఎక్కడున్నవైనా, ఎవరిదైనా ధనం తమ వద్దకు చేరడం కోసం రాత్రింబవళ్ళు కష్టపడతారు. ఎదుటి వారి అవసరాలు కాని, సమాజంలోని కష్టాలు కాని వారికి పట్టవు. కాబట్టి ఎల్లప్పుడు పాపాలను మూటగట్టుకుంటారు. చివరికి అశాంతి, ఉద్విగ్నత, విషాదం, సంక్షోభాన్ని పొందుతారు. వీరినే గురుదేవులు నరకీటకులు, నరపశువులు, నర పిశాచాలు అన్నారు. నరమానవుల నుండి దేవ మానవులుగా మారే వారి కోవలోకి చేరమని మనందరినీ గురువుగారు ఆదేశించారు. ఎలా? ఒకటే సూత్రం - సమాజనిర్మాణంలో, సేవాకార్యాలలో మీ సామర్థ్యాలను ఉపయోగించాలి, వాసనలన్నిటినీ (కోరికలు) తుడిచేసుకుని, ఒక కళాకారుడిలాగా జీవించడం నేర్చుకోవాలి.

**అన్నాద్యవంతి భూతాని పర్ణన్యాదన్నసంభవః  
యజ్ఞాద్యవతి పర్ణన్యో యజ్ఞః కర్మసముద్భవః 3.14**

**కర్మ బ్రహ్మాద్యవం విద్ధి బ్రహ్మాక్షరసముద్భవమ్  
తస్మాత్ సర్వగతం బ్రహ్మ నిత్యం యజ్ఞే ప్రతిష్ఠితమ్ 3.15**

ప్రాణులన్నీ అన్నం (ఆహారం) నుండి జన్మిస్తాయి. అన్నోత్పత్తి వర్షం వల్ల ఏర్పడుతుంది. యజ్ఞముల వల్ల వర్షములు కురుస్తాయి. విహితకర్మలు యజ్ఞములకు మూలము. వేదములు విహిత కర్మలకు మూలం. వేదములు నిత్యుడైన పరమాత్మ నుండి

ఉద్భవించినవని తెలుసుకొనుము. అందువలన సర్వవ్యాపియు, అవ్యయుడు అయిన పరమాత్మ సర్వదా యజ్ఞములయందే ప్రతిష్ఠితుడై ఉన్నాడు.

ప్రాణులన్నిటి ఉత్పత్తికి కారణమైన అన్నం అంటే భగవంతుడి ఉద్దేశ్యం - ఇంద్రియాల ద్వారా గ్రహించబడ్డ, ఉపయోగించబడ్డ సమస్త విషయ పదార్థాలు. ఏ సమాజమైన జీవశక్తిని పొందాలంటే ఈ పదార్థాలు అవసరమవుతాయి. ఈ పదార్థాలన్నీ వర్షం వల్లే ఉత్పన్నమవుతాయి. వర్షమంటే నీళ్ళ వాన కాదు, ప్రాణ పర్ణస్యం. ఏ భౌతిక పదార్థాన్ని తీసుకున్నా పర్ణస్యం అనేది దాని కారణ తత్వాన్ని సమకూరుస్తుంది. సూక్ష్మ జగత్తులో అనుకూలమైన వాతావరణం ఏర్పడినప్పుడు ఈ వర్షం స్వతహాగా కురుస్తుంది. కంటికి కనిపించకపోయినా 'ప్లాస్మా'రూప సూక్ష్మ సోమ తత్త్వం కురుస్తుంది. మానసిక తలంలో సరైన వాతావరణమే 'పర్ణస్యం' కురువడానికి అనుకూలమైన పరిస్థితి. ఈ పర్ణస్యం ఎప్పుడు కురుస్తుంది? యజ్ఞం చేసినప్పుడు. 'స్వాహా' అంటే యజ్ఞం కాదు. స్వార్థం లేకుండా, సమర్పిత భావంతో, పరస్పర సహకారంతో, సామూహికంగా చేసే కృషియే యజ్ఞకర్మ. ఎక్కడైనా మానసిక అనుకూల వాతావరణం ఏర్పడాలంటే, వర్షం కురవాలంటే, యజ్ఞం వంటి నిస్వార్థ పరమార్థ ప్రయోజనం కోసం సర్వశ్రేష్ఠ కర్మలను చేస్తేనే సాధ్యమవుతుంది.

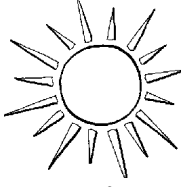
'పర్ణస్యం' కురువడానికి నిష్కామ కర్మ ఎంత అవసరమో అర్థం చేసుకోవడం చాలా అవసరం. అప్పుడు గానీ 'యజ్ఞాద్యవతి పర్ణస్యః' అనడంలో శ్రీకృష్ణుడి ఉద్దేశ్యం మనకర్థం కాదు. సమిష్టి స్థాయిలో చేసిన కార్యాల వల్ల లభించిన అన్నంలో ప్రాణం ఉంటుంది. ఆ అన్నాన్ని గ్రహించే జీవుల్లో కూడా తగు పరిమాణంలో ప్రాణశక్తి నిండి ఉంటుంది. యజ్ఞః కర్మ సముద్భవః - నిస్వార్థంగా సమాజ ఉద్ధరణ కోసం సామూహికంగా చేయబడ్డ కర్మ ద్వారా యజ్ఞీయ వాతావరణం సృష్టించబడుతుంది. ఇది సమగ్ర సృష్టి యొక్క ఒక చక్రం (Cyclic Process).

యజ్ఞాన్ని ఒక కర్మకాండ మాత్రమే అనుకుంటే, దాని వెనక దాగి ఉన్న భావనలను, సృష్టిక్రమంలోని ఇకొలోజికల్ సైకిల్ని అర్థం చేసుకోలేం. యజ్ఞమంటే నిష్కామ కర్మ. ప్రతి ఒక్కరూ దీన్ని ఆచరించి తీరాల్సిందే.

భారతీయ ధర్మము, ఆధ్యాత్మికతకు మూలము అయిన యజ్ఞీయ సంస్కృతిని గురించి భగవంతుడు వివరిస్తున్నాడు. మనిషి శరీర పరిధిలో జీవించకూడదంటున్నాడు. కర్మకాండ అనేది భావనలకు వాహనం మాత్రమే. యజ్ఞం కర్మకాండ మాత్రమే కాదు, నిరంతరం గతిశీలమైన నిస్వార్థ కర్మచక్రం.

- అఖండజ్యోతి, జులై 2000  
అనువాదం: శ్రీమతి జయలక్ష్మి

**అద్దం బలంగా లేనప్పుడు చిన్న దెబ్బ చాలు పగిలిపోవడానికి.**



# గాయత్రీ మంత్రం అక్షయమైన శక్తితో జోడిస్తుంది

శక్తి కేంద్రం గురించి తెలుసుకుంటే సరిపోదు. దానితో సంబంధం స్థాపించుకునే పద్ధతి అన్వేషించకపోతే దానివల్ల ఏమి ఉపయోగం ఉండదు. విద్యుత్ పవర్ హౌస్ కు ఫ్యాన్, హీటర్, కూలర్ మొదలైన విద్యుత్ పరికరాల మధ్య వైజ్ఞానిక పద్ధతుల ద్వారా అనుసంధానం ఉంటుంది. ఇది లేకపోతే ఎంత విద్యుత్ ఉన్నా కూడా విద్యుత్ పరికరాలు పనిచేయలేవు. నిరుపయోగంగా పడి ఉంటాయి. అక్షయ శక్తి కేంద్రం సవిత గురించి ఇలానే చెప్పుకోవాలి. క్రియాత్మకంగా ఆలోచనాత్మకంగా, భావనాత్మక శక్తులతో నిండిన అంతులేని ప్రవాహం ఉండి కూడా మానవ పరికరంలో (శరీరంలో) నిష్క్రియత, మూఢత్వం ఉంటే ఆ శక్తితో సంబంధం సమకూరలేదని తెలుస్తుంది.

ఈ సంబంధం స్థాపించుకోవడానికి పురాతన వైజ్ఞానిక ఋషులు చాలా లోతుగా అన్వేషించారు. ఈ అన్వేషణ ఫలితమే గాయత్రీ మంత్రం. వైదిక వాఙ్మయంలో దీనిని మంత్రాలలో శిరోమణిగా సర్వశ్రేష్ఠ మంత్రంగా ఘోషించడానికి కారణం ఇదే. ఈ మంత్రములోని శబ్దములు ఒక వైజ్ఞానిక పద్ధతిలో కూర్చబడ్డాయి. ఈ మంత్ర జపం వల్ల అంతఃచేతనలో సుషుప్త స్థితిలో ఉన్నటువంటి సూక్ష్మ సంస్థానముపై (కేంద్రములపై) దెబ్బలు పడతాయి. నిద్రిస్తున్న కేంద్రములు మేల్కొంటాయి. సౌర చేతనత్వం యొక్క అవిరళ (continuous) ప్రవాహం సాధకుని అస్థిత్వంలోనికి ప్రవహించడం మొదలవుతుంది. శక్తి భాండాగారం తెరచుకుంటుంది. సూర్యదేవుని సంపర్కం వలన అంతర్జాగరణ ఎంత అద్భుతంగా జరుగుతుందంటే అది అసాధారణ చమత్కారమని చెప్పవచ్చు.

ఈ వైజ్ఞానిక క్రియాత్మక పక్షములే గాక దీని ఆలోచనాత్మక పక్షం కూడా ఎంతో సమర్థవంతమైనది. దీనిలో జీవితానికి సంబంధించిన చిన్న పెద్ద సమస్యలకు పరిష్కారం లభిస్తుంది. మంత్రతత్వ దర్శనంలో సృష్టియందలి ఈశ్వరుని, జీవుని, ప్రకృతి స్వరూపమును గురించిన రహస్యములు తెలియజేయబడ్డాయి. గాయత్రీ మంత్రములోని 24 అక్షరములలో నిండి ఉన్న తత్వజ్ఞానం యొక్క చింతన, మనన చేయుట ద్వారా శాస్త్రకారులు వర్ణించినటువంటి ఆత్మజ్ఞానం, బ్రహ్మజ్ఞానం వరకు వెళ్ళగలుగుతారు.

వైజ్ఞానిక, ఆలోచనాత్మక పక్షంతో పోలిస్తే గాయత్రీ మంత్రం యొక్క భావమయ పక్షం అధిక ప్రేరణదాయకము, సమర్థవంతమైనది, ప్రభావశాలి. కేవలం 24 అక్షరములలో బ్రహ్మ విద్య యొక్క సాధనా విజ్ఞానం యొక్క సమగ్ర దర్శనం విశ్వంలోని ఏ సంస్కృతిలోను లభ్యం కాదు. భావ సంవేదనల పరాకాష్ఠ యొక్క దర్శనం చెయ్యాలనుకుంటే అది గాయత్రీ మంత్రములోనే చెయ్యవచ్చు. ఈ సాధనా విధానంలో సాధకుడు సూర్యుని భావనాత్మక ఆదాన ప్రదానములు (ఇచ్చి పుచ్చుకోవడాలు) చెయ్యడమే గాక విశ్వమందలి భావప్రవాహములను ప్రభావితం చేయగల సామర్థ్యాన్ని ఇస్తుంది.

గాయత్రీ మంత్రం సవితా దేవతతో తనను తాను ఏకాత్మకంగా (ఒకటిగా) చేసుకునే రహస్య విధి విధానము. సవితా శబ్దం “షడ్ ప్రాణి గర్భ విమోచనేయాషు ప్రేరణో” అంటే ఆరు ధాతువులతో తయారయింది. తరువాత “యః సుతే చరాచర జగత్ ఉత్పాదయత్ స సవితా” అంటే చరాచర జగత్తును ఉత్పన్నం చేసేది. “యః సువతి ప్రేయతి సర్వాన్ స సవితా” అంటే అందరికి సన్మార్గం వైపు ప్రేరణ ఇచ్చేది సవితా. ఈ అర్థములన్నింటిని అనుసరించి జడచేతనములను ఉత్పన్నం చేసే, అందరిని పవిత్రం చేసే, శ్రేష్ఠమైన మార్గముపై నడిచేందుకు ప్రేరణ ఇచ్చే భగవంతుడు సవితే. సూర్యుని ఇంకొక పేరు సవిత. సూర్యుడు స్వయం ప్రకాశవంతుడు, ఇతరులకు ప్రకాశాన్ని ఇస్తాడు. ఈ విధంగా సవితా దేవత కూడా స్వయంగా ప్రకాశపుంజమే, అందరికి కాంతిని వెలుగును ఇచ్చేవాడు కూడాను. గాయత్రీ మంత్ర ఆధారంతో సవితా సాధన చేసే వ్యక్తికూడా ఈ ఉదాత్త భావనలతో నిండిపోతాడు.

మంత్రానికి మూడు చరణాలు ఉన్నాయి. ఈ మూడు చరణాలలో దివ్య ప్రేరణలు ఉన్నాయి. వీటి ఆహ్వానం, అవగాహన సాధకుడు చేసుకోవాలి. తద్వారా తన ధారణశక్తి వికసించ చేసుకోవాలి. ప్రథమ చరణం “తత్స వితుర్వరేణ్యం” పృథ్విలో, అంతరిక్షంలో, సులోకంలో, అగ్నిలో, విద్యుత్లో సూర్యునిలో సవితా దేవత తేజస్సు సర్వత్రా వ్యాపించి ఉన్నది. తన భావ నేత్రములలో ఇష్టదేవత యొక్క పరమాత్మ యొక్క ఉనికిని సవితా ప్రకాశ రూపంలో ఉపసాన చేసే సాధకుడు భావ విహ్వలుడై

జీవితంలో ఎప్పుడయినా ఒంటరి ప్రయాణమే.

నిలుస్తాడు. సవిత యొక్క ఉజ్జ్వల పవిత్ర జ్యోతి ఒక అనిర్వచనీయమైన ఆనందంలో మునకలు వేయిస్తుంది. దీనిని గురించిన వివరణ ఉపనిషత్తులలో కూడా లభిస్తుంది.

**స తత్ర సూర్యోయాతి స చంద్రతారకః  
నేమా విద్యుతో భాంత్తి కుతోయమగ్నిః ।  
తమేవ భాన్త యను భాంతి సర్వే  
తస్య యాసా సర్వమిదం విభాతి ॥**

(కఠ, ముండక, శ్వేతాశ్వతర)

**అర్థం:** దాని దివ్యజ్యోతి ఎలాంటిదంటే దాని సమక్షంలో సూర్యుడు, చంద్రుడు, తారలు వెలవెలబోతాయి. విద్యుత్ యొక్క మెరుపు దానిముందు కొరగాదంటే ఇక అగ్ని గురించి చెప్పేదేముంది. ఆ మహాజ్యోతి పుంజం నుండియే అన్ని వెలుగొందుతున్నాయి. ఆ దివ్యజ్యోతి అవగాహన, ఆరాధన సవితా సాధకుడు చేస్తాడు. దివ్యమైన ఆ జ్యోతిని అధికాధికంగా పొందాలని కోరుకుంటాడు.

ప్రథమ చరణంలో పరమాత్మ సత్తా యొక్క దివ్య గణముల వర్ణన సవితా రూపంలో ఉన్నది. దాన్ని స్తుతించి సాధకుడు పొంగిపోడు. స్తుతి తర్వాత ప్రార్థనా క్రమం ఉన్నది. సవితా ప్రకాశం యొక్క స్తుతి అనంతరం సాధకుడు “భర్గో దేవస్య ధీమహి” అంటాడు అంటే ఏ దివ్యగణములను ధ్యానం చేస్తున్నామో అవి మాలో అవతరించాలి. మేము మీ దివ్య గుణములను మాలో నింపుకుంటాము. మీరు మా లోపల ఉండండి. దీనివల్ల మా అంతఃకరణ అలౌకికతతో వెలిగిపోతుంది” ఇదే ఆధ్యాత్మికత యొక్క మూలమర్మం.

మంత్రం యొక్క తృతీయ చరణంలో దైవీయ గుణములను, శక్తులను ఎందుకు ధారణ చేయాలో స్పష్టంగా చెప్పబడింది. “ధియో యోనః ప్రచోదయాత్” అంటే అది మా బుద్ధులను సన్మార్గం వైపు ప్రేరేపించాలి. బుద్ధి ఘోర అంధకారంలో పడి ఉన్నది. దానికి మన లక్ష్యం, కర్తవ్యం గురించి తెలియదు. ప్రాపంచిక ఆకర్షణలలో దారితప్పి తిరుగుతూ తన స్థాయిని మరచిపోయింది. మంత్రం యొక్క తృతీయ భాగంలో ఈ ప్రార్థన ఉన్నది. ‘హే! సవితా దేవత, తమ దివ్య గుణములతో అంతః కరణంలో అవతరించి మా బుద్ధిని అంధకారం నుండి ప్రకాశం వైపు మరల్చాలి.

ప్రాతఃకాల సూర్యుని ప్రకాశం యొక్క తేజోవంతమైన బంగారు కిరణాలు నిద్రిస్తున్న ప్రాణులను మేల్కొల్పుతుంది. కర్మలు చేసేందుకు ఉత్సాహం ఇస్తుంది. అదేవిధంగా సవితా దేవత

ప్రకాశం గాయత్రీ సాధకుని అంతఃకరణలో నిద్రిస్తున్న బుద్ధిని మేల్కొల్పుతుంది. బుద్ధిని ప్రకాశింపచేస్తుంది. బుద్ధిలో ప్రజ్ఞ యొక్క అవతరణ జరుగుతుంది. అసత్యం యొక్క, జడత్వం యొక్క ప్రభావం తగ్గుతుంది. సత్ వైతన్య ప్రాదుర్భావం జరుగుతుంది. ప్రజ్ఞ వైపు మళ్ళిన బుద్ధి జడత్వ బంధనాలైన లోభమోహముల ఆకర్షణలో చిక్కుకోదు. అతని “స్వ” పరిధి సంకుచితంగా ఉండదు.

అతని “స్వ” “వసుధైవ కుటుంబకం” రూపంలో విస్తారమవుతుంది. సవిత యొక్క దివ్య ప్రేరణలను గాయత్రీ మంత్రం ద్వారా పొంది సాధకుడు ఈ దిశలో ఈ లక్ష్యం వైపు మరలుతాడు.

సవితా దేవతతో భావనాత్మక ఏకత్వం స్థాపించుకునే ఈ టెక్నిక్ యొక్క లక్ష్యం స్పష్టంగా ఉండటం వల్లనే దీనికి ఇంతటి గౌరవం ఇవ్వబడింది. దీనిలో ఏ వస్తువు యొక్క కోరిక లేదు. బుద్ధిని నిర్మలంగా, పవిత్రంగా చేసి సన్మార్గం వైపు ప్రేరణ కోరబడుతున్నది, తన కొరకు కాక అందరి కొరకు ప్రార్థన చేయబడుతున్నది. “యోనః” అంటే మా అందరి బుద్ధి శ్రేష్టమైన మార్గం వైపు ఉండాలి. సవితా దేవత యొక్క ద్రష్ట బుషి ఈ సత్యాన్ని చెబుతూ సమిష్టి కళ్యాణంలోనే వ్యక్తి యొక్క హితం కూడా ఉన్నదని అంటాడు.

సవితా దేవత యొక్క క్రియాత్మక, ఆలోచనాత్మక, భావనాత్మక శక్తులను గ్రహించే ఈ టెక్నిక్ ఎంత గొప్పదంటే, ఎంత కళ్యాణకరమైనదంటే దాని చింతన, మనన వల్ల అంతఃకరణలో దైవీ భావములు స్వతహాగా ఉప్పొంగుతాయి. అవి సాధకుని వ్యక్తిత్వమును కాయకల్పం చేయకుండా ఉండవు. గాయత్రీ మంత్రమును ఆధారం చేసుకొని చేసే సవితా ఆరాధన ఆత్మోత్కర్ష చరమ శిఖరం పైకి మనందరను తీసుకెళ్ళగలదు.

- అఖండజ్యోతి, జూన్ 1993

**యోగేశక్తి గాయత్రి  
మాస పత్రిక చదవండి!  
చదివించండి !!**

**జీవితంలో గెలుస్తూంటే చాలా మంది వెంట ఉంటారు.**

## కులభేదం ఒక భయంకర శాపం

భారతదేశం పరాధీనమగుటకు గల అనేక కారణాలలో ఒకటి మనలో ఉన్న కుల భేదం. ఒకే దేశవాసులైనప్పటికీ ఈ కులభేదాల వలన ఇక్కడ నివసించే ప్రజలలో జాతీయతాభావం కానరావడం లేదు.

విదేశీయుల ఆక్రమణ కాలంలో ఈ దేశం చిన్న చిన్న రాజ్యాలుగా విభజన పొంది ఉండడం పరాధీనతకు ఒక కారణమైతే, ప్రజలు కులాల వారీగా విభజించబడి ఎవరికి వారు గిరిగీసుకుని కూర్చోవడం మరొక బలమైన కారణం. విదేశీయులు మనదేశంపై దండెత్తి ఒక రాజుతో యుద్ధం చేస్తున్నప్పుడు పొరుగు రాజులెవరూ అతనికి సహాయపడవారుకారు. దీనివల్ల అతి సులభంగా విదేశీ దురాక్రమణదారులు ఒక్కొక్క రాజ్యం చొప్పున భారతదేశంలోని రాజులందరిని ఓడించి వారి రాజ్యాన్ని తమ సామ్రాజ్యంలో కలుపుకొనడమో, వారిని తమ ఆధీనంలో ఉంచుకోవడమో చేసేవారు.

భారతదేశపు రాజుల మధ్య ఉండే విభేదాలు, కలహాలు, అనైక్యత మొదలైనవి కేవలం రాజకీయపరమైనవి కావు. వాటిలో వంశగతమైన, కులగతమైన భేద భావాలు, ఉచ్చ-నీచ కులములనే భావనలు ఎక్కువగా ఉండేవి. రాజపుత్ర క్షత్రియ రాజులలో రాజవంశపు గొప్పతనం గురించిన భేదభావాలుండేవి. రాజపుత్ర రాజులలో ఉన్న ఈ వంశభేద భావాన్ని అడ్డం పెట్టుకుని విదేశీ ఆక్రమణకారులు బాగా లాభం పొందారు. వారి శౌర్య పరాక్రమాలను నీరు కార్చి బ్రిటిష్ సామ్రాజ్యపు వేళ్లను భారతదేశంలో లోతుగా పాతుకునేలా చేయగలిగారు.

ఈ కులగర్వం రాజులను పరాధీనతకు, రాజ్యాలను కోల్పోవడానికి సైతం పాల్పడేలా చేసిందంటే సామాన్య సమాజంలో ఇది చేయలేని పనంటూ ఏముంటుంది! ఈ రాజులు ప్రజల క్షేమం పట్ల, రాజ్యం పట్ల తమకుండవలసిన బాధ్యతను మరిచిపోయి, జాత్యహంకారానికి వశీభూతులై పొరుగు రాజులపై ఉండే కక్షలు, కార్యణ్యాలు తీర్చుకోవడానికి విదేశీయులతో చేతులు కలిపారు. వారికి సహాయ సహకారాలందించేవారు. “యథా రాజా తథా ప్రజా” అన్నట్లు సామాన్య ప్రజలు దురాక్రమణదారుల అత్యాచారాలు చూసి సంతోషపడుతుండేవారు. అగ్రకులాల వారు నిమ్మజాతి వారిని నాశనం చేయడానికి ఆక్రమణకారులకు మద్దతునిచ్చేవారు. ఇటు నిమ్మకులస్థులు కులం పేరుతో, వంశం పేరుతో అగ్రజాతి వారి బాధలు భరించలేక, వారి తిరస్కారాలను సహించలేక విదేశీయుల పంచకు చేరేవారు. వారి మతాన్ని

స్వీకరించి వారితో కలిసిపోయేవారు. భారతదేశంలో నేటికీ మేవ, మలకాన్, ఘోసియా మొదలైన రూపాలతో ముసల్మానులుగా మారిన హిందూ కులాలు కనబడతాయి. సరహద్, ఆప్టనిస్టాన్ల లోని పరామలు నిక్మమైన రాజపుత్ర వీరులు. (అప్పటి భారతదేశపు ప్రవేశ ద్వారం “అవాగమన్స్టాన్” కాలక్రమంలో మార్పు చెంది ఆప్టనిస్టాన్ అయింది) దురాక్రమణదారులను నిలువరించేందుకు సరిహద్దులో కాపలాగా అక్కడే ఉండేవారు. భారతీయుల దురహంకారం, కులగర్వం వారిని రాజపుత్రులుగా చూడడం మాట అటంచి హిందువులుగా అయినా అంగీకరించలేదు. దేశవాసులవల్ల బహిష్కృతులైన ఆ వీరులు గత్యంతరం లేని పరిస్థితిలో విదేశీయుల మతంలో కలవక తప్పలేదు.

రాజపుత్ర రాజులు, సైనికవర్గాల మధ్య అహంకారంతో కూడిన కులభేదభావం, అగ్ర - నీచ వర్గములనే వైమనస్యం లేకున్నట్లుంటే, అందరిలోనూ సమానభావము సోదరభావము ఉండి ఉంటే మనదేశం మీదికి ఇన్ని వైపుల నుండి ఇంతమంది దురాక్రమణదారులు రాగలిగేవారే కాదు, అటునుంచి అట్ పలాయనం చిత్తగించవలసి వచ్చేది. మనుషుల మధ్య ఆత్మీయత, జాతీయభావాలు ఉన్నంతకాలం భారతదేశపు శౌర్య పరాక్రమాలు తేజోవంతంగా ఉన్నాయి. సంకుచిత భావాలు పెరిగిన కొద్దీ అవి మసకబారిపోయాయి, తిరిగి అవి పూర్వపు వైభవాన్ని ఎప్పుడు పొందుతాయో?

ఇప్పుడు భారతదేశంలో కనపడుతున్న హిందూయేతర సమాజాలలో 80శాతం పైగా జనం ఒకప్పటి హిందువులే. అగ్రవర్గాలలో పాతుకుపోయి ఉన్న కుల దురహంకారం, తిరస్కారాలతో భయకంపితులై అన్యమతాలలో కలిసిపోయినవారే వీరంతా.

ఈ కులభేదమనేది హిందువులకు మతపరమైన విషయము కాదు, వైజ్ఞానిక పరమైన వ్యవస్థా కాదు. ఇది ఒక విధమైన సాంఘిక దురాచారం, మరొకరకంగా సాంఘిక దుర్గంధం కూడా, శతాబ్దాల నుండి జరుగుతున్న రాజకీయ మార్పులు చేర్పుల నుండి, మారే మత ధోరణుల నుండి ఆవిర్భవించిన రాచపుండు ఇది.

బ్రాహ్మణులు పేదరికంలో ఉన్నా అధ్యాపనకు ప్రతిరూపాలుగా పొందే గౌరవ మర్యాదలతో సంతృప్తి పొందారు. క్షత్రియులు రాజదండాన్ని చేజిక్కుంచుకుని అందులో నిమగ్నులైపోయారు. వైశ్యులు వర్తక వ్యాపారాలు, సమాజంలోని సంపూర్ణ అర్థవ్యవస్థ మీద ఏకఛత్రాధికారం లభించడంతో సంతోషంగా ఉండేవారు.

ఎవరిని వారే సంస్కరించుకోవాలి.

ఈ మూడు వర్ణాలవారు ధనము, దర్పము, అధికార బలం ప్రయోగించి శూద్రులను తమ సేవలకు వినియోగించుకునేవారు. ఈ విధంగా ఈ నాలుగు వర్ణాలు ముఖ్యమైన నాలుగు విభిన్న కులాలుగా రూపొందాయి. ఎవరి వృత్తి ధర్మాలను వారు నిరాటంకంగా పాటించుకున్నారు.

అయితే, సమాజ వికాసం జరిగి జనాభా అవసరాలు పెరగడంతో ఒక వృత్తివారు మరోవృత్తిలోకి జొరబడక, ఆయా పనులు చేపట్టక తప్పలేదు. వృత్తితో సంబంధం లేకుండా వివిధ వర్ణాల మధ్య పెళ్ళి పేరంటాలు కూడా జరిగాయి. ఇలా కుల సంకరం నుండి పుట్టినవారు ఒక కులంగా రూపాంతరం చెందితే, వ్యాపారము - వృత్తులు, బ్రతుకు తెరువుకు సాధనాలైన దేశాంతరయానం, ఆహార - విహారాలు, ఆచార - వ్యవహారాల ఆధారంగా మరికొన్ని కులాలు పుట్టుకువచ్చాయి. ఆవిధంగా కులాల నుండి ఉపకులాలు, వాటినుండి మరికొన్ని కులాలు, ఈ విధంగా పెరిగిపోయాయి.

హిందువులు మతానికి ఎక్కువ ప్రాధాన్యతనిస్తారు. మత గురువులపై అపారమైన భక్తి శ్రద్ధలు కలిగి ఉంటారు. వారి నోటివెంట వచ్చే ప్రతి మాటలను వేదవాక్కుగా శిరసావహిస్తారు. మతపరంగా లాభం పొందజూచే గురువులు, మరాధిపతులు దీనిని సొమ్ము చేసుకోవడం మొదలుపెట్టారు. తమను ఎవరు ఎక్కువగా గౌరవించి కానుకలతో సత్కరిస్తారో వారిని గొప్పగా చూచేవారు. తమను లెక్కచేయని వారిని తక్కువగా చూడడమే కాక వీలు దొరికినప్పుడల్లా వారిపై కక్ష సాధించ చూసేవారు. చిన్న చిన్న తప్పిదాలకే సామాజిక బహిష్కార శిక్ష వేసేవారు. కొద్దిపాటి పొరపాట్లకే కులం నుండి వెలివేసేవారు. ఆరోజుల్లో పీఠాధిపతులు నిర్దయంగా, నిరంకుశంగా ఉండేవారు.

### కుల భేదాల పుట్టుక

అతి జటిలమైన, మహాదుర్భేద్యమైన ఈ ఉచ్చ - నీచ కులాలకు మూలం ఏమిటి? అని పరిశోధిస్తే అతి ప్రాచీన సాహిత్యంలో కేవలం నాలుగు వర్ణాల గురించిన ప్రస్తావనయే కనపడుతుంది. నేటి విద్వాంసులు ఋగ్వేదంలోని ఈ మంత్రాన్ని ముఖ్యమైన ప్రమాణంగా తీసుకుంటారు.

బ్రాహ్మణోస్య ముఖమా సీ ద్భాహు రాజన్యః కృతః ।  
ఊరూ తదస్య యద్వైస్యాః పదభ్యాం శూద్రో అజాయత ॥

ఈ మంత్రంలోని అసలైన అర్థం ఇది. “సమాజ రూప శరీరమునకు జ్ఞానవంతులైన బ్రాహ్మణులు ముఖము (శిరస్సు) వంటివారు. క్షత్రియులు భుజముల వంటివారు. వైశ్యులు మధ్యభాగమైన ఉదరము వంటివారు. శ్రామికులు (శూద్రులు) కాళ్ళ వంటివారు. అయితే ఒకటికి పది అర్థాలు చెప్పడమే విద్వత్తు లక్షణమని నమ్మే పండితులు ఈ శ్లోకానికి తమదైన బాణిలో

అర్థం ఇలా చెప్పారు - బ్రాహ్మణులు భగవంతుని ముఖం నుండి జన్మించారని వ్యాఖ్యానించసాగారు. అమాయక ప్రజలు అదే నిజమని నమ్మారు. మానవదేహంలో ముఖమున్న భాగం అన్నిటికన్నా విలువైనదిగా భావించబడుతుంది. పాదాలు మంచి చెడు అన్న వివక్షలేకుండా అన్ని స్థానాలను స్పృశిస్తూ తిరగవలసి వస్తుంది కనుక బ్రాహ్మణులు అందరికన్నా శ్రేష్టులు, శూద్రులు నికృష్ట స్థానం నుండి పుట్టినందున హీనులని వారి ఉద్దేశ్యం. కానీ ఈ అర్థాలు బుద్ధి హీనతను, అపరిపక్వతను తెలియజేస్తాయి. భగవంతుడు గారడీవానిలా తన ముఖం నుండి, చేతుల నుండి, కాళ్ళ నుండి మనుషుల్ని పుట్టిస్తూ ఉండడు. తత్వశాస్త్రం మనుషులకు పరమాత్మతో ఏవిధమైన ప్రత్యక్ష సంబంధాన్ని అంగీకరించదు. ఈ విశ్వంలోని సమస్తం ప్రకృతి నుండే ఉత్పన్నమవుతుందని చెబుతుంది. అత్మను మాత్రం పరమాత్మ అంశగా తప్పక అంగీకరిస్తుంది. అందరికీ, అన్నిటికీ స్థూల సూక్ష్మ శరీరాలను ప్రకృతే ప్రదానం చేస్తుందని చెబుతుంది దర్శన శాస్త్రం.

అందువలన పైన పేర్కొన్న వేదమంత్రము కర్తవ్య విభజనను మాత్రమే పరిచయం చేస్తున్నదని తెలుసుకోవాలి. దానిని వేరు కులాలుగా ఎక్కువ - తక్కువలుగా నమ్మడం అజ్ఞానానికి చిహ్నం.

### సామాజిక ఏకతకు చెదవురుగులు కుల భేదాలు

భారతదేశంలో ఉన్నన్ని తెగలు, వర్ణ భేదాలు ప్రపంచంలోని ఏ ఇతర సమాజంలోనూ ఉండవు. ధనవంతుడు - పేదవాడు, చదువుకున్నవాడు - చదువుకోనివాడు, పట్టవాని - పల్లెవాని మొదలైన వర్గాలు క్రొత్తగా ఇటీవల పుట్టిన వర్ణభేదాలు ఇంకా వేళ్లు పాతుకుపోలేదు. అంతేకాక ఇందులో ఉన్న మరొక సౌలభ్యం ఏమిటంటే - ఒక వర్ణంలోని వ్యక్తి మరో వర్ణంలోకి అతి తేలికగా ప్రవేశించగలడు. పేదవాడు కాస్త కష్టపడి డబ్బు సంపాదించాడంటే ధనవంతుల జాబితాలో చేరిపోతాడు. చదువుకోని వారికి చదువుకునేందుకు ఎన్నో సదుపాయాలు అందుబాటులో ఉన్నాయి. ఇదే విధంగా నగరవాసానికి పల్లె వాసానికి వర్ణ మార్పిడి, హద్దులు శతాబ్దాల నుండి ఎన్ని ప్రయత్నాలు చేసినా మార్పు చెందకుండా భారత సమాజానికి చెరువు చేస్తూనే ఉన్నది. తన విష గుణాన్ని ప్రతిచోటా ప్రదర్శిస్తూనే ఉన్నది.

ఈ విధంగా లోతుగా పరిశీలించగలిగితే హిందువులలోని కులాల విభజనలో కుట్రలే దర్శనమిస్తాయి తప్ప వివిధమైన మత, సామాజిక ఆధారాలు కానరావు. కాబట్టి ఇప్పటికైనా ప్రజలు కళ్లు తెరిచి తమ పొరపాటు చక్కదిద్దుకునేందుకు నడుం కట్టాలి. ఒకే జాతి, ఒకే దేశం అన్న ఆలోచనయే మన పూర్వపు గౌరవాన్ని కాపాడగలదు. మనలోని శక్తిని, ఐకమత్యాన్ని సజీవంగా ఉంచగలదు.

★★★

**తన పని అని అనుకుంటే తప్ప అంకిత భావం రాదు.**



## ఓ మానవుడా ధైర్యం కోల్పోవద్దు

జీవనంలో ప్రయాస, పురుషార్థం చేస్తుంటాము. అనేకసార్లు పనులు సక్రమంగా జరుగుతుంటాయి. కొన్నిసార్లు అవరోధాలు వస్తుంటాయి, పనులు పాడయిపోతుంటాయి. ఈ విధంగా మనిషి జీవనయాత్ర నడుస్తుంటుంది. ఒక్కొక్కసారి ప్రగతి, ఉన్నతిని సాధించవచ్చు. కొన్నిసార్లు క్రింద పడవచ్చు, పతనం జరుగవచ్చు.

మనిషి ఒకవేళ చిన్న చిన్న అసఫలతలు-అవరోధాలకే ధైర్యాన్ని కోల్పోతే జీవితంలో నకారాత్మకమైన (negative) భావనలకు చోటిస్తే జీవనయానంలోని ప్రతి అడుగు కఠినం మరియు కష్టమవుతుంది. జీవితం ఒక దుఃఖపూరిత ఘటనగా, దౌర్భాగ్యపూరితమైన అవహేళనగా అనిపిస్తుంది. జీవనశక్తి నకారాత్మక (negative) భావనలో చిక్కుకుని వృథా అవుతుంది. అస్తిత్వం హతాశ-నిరాశ, నిస్పృహల మధ్య నశించిపోతుంది. నలువైపులా దట్టమైన అంధకారము గోచరిస్తూ ఉంటుంది. తనవారే పరాయివారుగా అనిపిస్తారు. ఎక్కువ శాతంమంది ప్రజలు అటువంటి స్థితిలో తమ దుఃఖం, బాధ, దౌర్భాగ్యములకు విధిని నిందిస్తుంటారు. లేదా ఇతరులను దోషులుగా ఎంచుతారు. అదీకాకపోతే భగవంతుడిని నిందిస్తారు.

అయితే జీవితంపట్ల గల దృష్టికోణం మారుతూనే పరిస్థితి మారుతుంది. అంతర్మనస్సులో సంపూర్ణ నకారాత్మక భావము (positive) జాగ్రత్తమైనప్పుడు జీవన రేఖాంశముపై ఆశా కిరణములు ప్రసరిస్తాయి. నిరాశ-విషాదముల దట్టమైన అంధకారము ఎక్కడికి పారిపోతుందో తెలియదు. జీవితంలో సాహసం, ఉత్సాహములు వెల్లువెత్తుతాయి. ఉల్లాసోత్సాహముల ప్రవాహం జాలువారుతుంది.

వాస్తవానికి ఆశాపూరిత ఆలోచనే జీవితంలో అన్నింటికన్నా గొప్పదైన శక్తి. అలెగ్జాండర్ మాటలలో చెప్పాలంటే ఆశ మనిషికి అన్నింటికన్నా మిన్నయైన శక్తి. మనిషి ఆశని కోల్పోయినట్లయితే జీవన నౌక మునిగిపోతుంది. ఎందుకంటే ఆశలేకపోతే జీవితంలో అంధకారం, అభావం, అశక్తత తప్ప మరేమీ గోచరించవు. ఆశ ధృగ్గోచరమయ్యే అడ్డంకులను సైతం పరదానములుగా మార్చే

చమత్కారమును చూపిస్తుంది. నిరాశావాదికి నకారాత్మక (negative) దృష్టికోణం ఉండుట వలన అనుకూల పరిస్థితులలో కూడా ప్రతికూలతను దర్శిస్తాడు. అయితే ఆశావాది విషమ పరిస్థితులలో కూడా అనుకూల పరిస్థితిని అనుభూతి చెందుతాడు.

ప్రఖ్యాత వైజ్ఞానికుడైన ఎడిసన్ యొక్క ప్రయోగశాల ఒక భయంకర అగ్నిప్రమాదంలో పూర్తిగా కాలిపోయింది. జీవితాంతం పరిశోధనలు చేసిన అతి విలువైన పరిశోధనా సామగ్రి, ఉపకరణములు అన్నీ కాలి బూడిదైపోయాయి. ఇంతేకాకుండా ఆర్థికపరిస్థితి దిగజారిపోయింది అన్న విషయమును వేరుగా చెప్పనక్కర్లేదు. సామాన్య మనిషి అయితే ఈ దుర్ఘటన నుండి కోలుకుని జీవితాంతము వరకు పైకి లేచేవాడు కాదు. కానీ ఆశావాహ దృష్టికోణం కల ఎడిసన్ మనోస్థితి మరోరకంగా ఉంది. అది ప్రతి మనిషికి ఒక అమూల్య సందేశమును అందిస్తుంది. 'ఇటువంటి దుర్ఘటనలకు చాలా గొప్పతనముంటుంది. ఇందులో మన తప్పులన్నీ కాలి బూడిదైపోతాయి. 'ఇప్పుడు మనం ఒక క్రొత్త కోణంలో జీవితమును ఆరంభించవచ్చును కనుక మనం దీనికొరకు భగవంతునికి కృతజ్ఞత చూపించాలి'.

సంఘటనలు మనకు అనుకూలంగా జరుగనప్పుడు అవి మనకు వైఫల్యం మరియు నిరాశలను కలుగజేస్తే అప్పుడు కూడా ధైర్యం కోల్పోయి, హతాశులవ్వవల్లిన అవసరం లేదు. మనం జారిపడిపోయినా, దెబ్బలు తిన్నా నిరాశ చెందకూడదు. లక్ష్యం పట్ల అకుంతితమైన ధృఢభావన మనస్సులో వెల్లివిరిస్తూ ఉన్నప్పుడు పడిపోయినా తిరిగి పైకి లేచి నిలబడి రెట్టించిన ఉత్సాహంతో ముందుకు సాగటానికి ప్రతి వైఫల్యమూ ప్రేరణనిస్తుంది.

ఇందులో ఉన్న మహత్వపూర్ణమైన సత్యమేమిటంటే మనం జీవనయానం యొక్క సమస్త అవకాశాలను ఉపయోగించు కోగలగాలి. మన సామర్థ్యానుసారం పనిచేయాలి. లేకుంటే చేయలేని పనిని చేసే ప్రయత్నంలో విఫలమయి అసలు పని చేయాలనే ఉత్సాహమునే కోల్పోయే పరిస్థితి వస్తుంది. అందువలన

దేశం నాకేమిచ్చిందని కాదు, నేను దేశానికి ఏమి ఇచ్చాననేది ఆలోచించాలి.

మన యోగ్యత-సామర్థ్యములకు తగినట్లుగానే లక్ష్యముల నిర్ధారణ కూడా చేయాలి. మనం అభీష్ట లక్ష్యం వైపు ఒక అడుగు తర్వాత మరొక అడుగు వేస్తూ ఉత్సాహం-ఉల్లాసాలతో ముందుకు సాగాలి. ఎందుకంటే తిరిగి తిరిగి చేసిన ప్రయత్నాలు విఫలమైతే అవి మనిషిని హతాశుడిని చేస్తాయి. మనిషి అలసి, ఓడిపోయి నిరాశాపూరిత స్థితిలోకి జారిపోతాడు. శక్తి క్షీణించిన కారణంగా ప్రయత్నాన్నే వదిలివేస్తాడు. లేకపోతే అనేక రకాల నిరాశా-నిస్పృహలలో చిక్కుకుని మనోవికారాలకు లోనవుతాడు. జీవితం యొక్క సార్థకతకు ఏవిధమైన అంతూపొంతూ కనిపించక, సహాయమూ కానరాక, ఘోరమైన నిరాశాస్థితిలో కొంతమంది తమ అమూల్య జీవనయాత్రను చాలించుకునే భయంకరమైన నిర్ణయం తీసుకుంటారు. జీవితం పట్ల నమ్మకం కోల్పోయినప్పుడే మనిషి ఈ స్థితికి చేరుకుంటాడు.

ఆశావాదులు వ్యావహారిక పక్షమును అనుసరిస్తూ తమ జీవితములో చిన్న చిన్న సఫలతలను సాధించి క్రమంగా పురోగమిస్తూ ఉంటారు. తమ కార్యకుశలతను, ఇచ్చాశక్తిని నెమ్మదిగా ఒక పద్ధతిలో వికసంపజేసుకుంటు ఉంటారు. నిరాశావాది ఒకచోట ఒక అవరోధము చూసినంతనే తన ప్రయత్నమునే వదిలిపెడతాడు. ఆశావాది అక్కడే తెరచి ఉన్న మరో మార్గం వైపు దృష్టిసారిస్తాడు. నిరాశావాది నిరంతరం ఎక్కడ ఓడిపోతు ఉంటాడో, ఆశావాది అక్కడే కాలం అందించే వైఫల్యాలను చవిచూసి కూడా ఒక విజేతగా నిలబడతాడు.

నిజానికి మనం సుఖాన్వేషణ కొరకు బాహ్య వస్తువులు, మనుష్యులు, పరిస్థితుల మీద ఆధారపడినంతవరకూ నిరాశావాద పరిస్థితులు జీవితంలో తయారవుతూనే ఉంటాయి. లోపలున్న మూలం వైపుకు మన దృష్టి మరలితే నిరాశ యొక్క విషపు నవ్వు మాయమౌతుంది. ఆత్మనిరీక్షణ, ఆత్మోన్మతి, ఆత్మనిర్భరతల బలం ఆధారంగానే మనం ఆశయొక్క దిశగా ముందుకు సాగుతాము. అది మనలను బాహ్యజీవితంలో కూడా అంతరంగ సంబంధమైన గొప్ప లాభాలను అందిస్తుంది. అంతేకాక ప్రగతి పథాన నిరంతరం ముందుకు పయనించటానికి ప్రేరేపిస్తూ ప్రోత్సహిస్తుంది.

ఇక్కడే మనం పరమాత్మ కృప-వరదానముల భావభరిత అనుభూతి చెందుతాము. అది కర్తవ్యపరాయణుడైన ప్రతి వ్యక్తికి సురక్షితమైనది. తన నిజాయితీతో కూడిన ప్రయత్నంతోపాటు

భగవంతుని ప్రేమ, ఆయన నిష్పక్షపాత విధానం పట్ల నమ్మక ముంచి మనం అనాయాసంగానే ఆస్తికత మరియు ధార్మిక మార్గంలో ముందుకు ప్రయాణిస్తాము. అదే మనలను జీవన సాఫల్యం, సార్థకతల దిశగా తీసికెళుతుంది.

- అఖండజ్యోతి, ఏప్రిల్ 2001

అనువాదం: శ్రీమతి లక్ష్మీరాజగోపాల్

### కదిలించే కళ్లు

57 సీ|| మధురలోనను నేను మాన్యుని మాటపై  
ప్రజల సేవ కొరకు పట్టుబట్టి  
ఈయఖండజ్యోతినేర్పాటు సేయుచు  
జాబులకు ప్రతి జాబులంపి  
ఏడాదిలోపుననెదురేమి లేకుండ  
రెండువేలకుపైన నిండుగాను  
పత్రికను నడిపించు ప్రమదంబుతోడను  
చర్చలు జరిపించి చక్కగాను

తే|| ఆర్ష సాహిత్యమంతయు ననువదించి  
వరుసగా ప్రచురించిన వైనమంత  
మానవాళికి దెలుపుట మరువకనుచు  
కవిని కదిలించె గురుదేవు కంటిచూపు

58 సీ|| క్రమముగా సమయంబు వ్రాతకై వాడుచు  
చేతి విషనుపైన చేవతోడ  
చక్కగా ముద్రించి జనులకు నందింప  
పత్రిక పయనంబు పరిధవిలై  
లోకశిక్షణకంచు లోతైన విషయాలు  
పుస్తకాలందింప పూనుకొంటి  
భావి పనుల కొరకు ప్రత్యేక యంత్రాన్ని  
నిర్మింపవలె నంచు నిష్ఠతోడ

తే|| యోగ్యతకు తోడుగా మంచి యుక్తి నెరపి  
ముందు ముందుకు సాగిన మురిపెమంత  
మానవాళికి దెలుపుట మరువకనుచు  
కవిని కదిలించె గురుదేవు కంటిచూపు

రచన-మధుర కవయిత్రి  
పొన్నూరు హైమవలీ శాస్త్రి

పనిలో ప్రోత్సాహం ఇస్తుంటే ఉత్పాదకత పెరుగుతుంది.

## తేనె - జీవనీ శక్తిని పెంచే ఒక ఔషధం

తేనె ఒక మహత్తరమైన ఔషధం. దీని ఉపయోగము ఆయుర్విజ్ఞానమును కనుగొన్న ఋషుల మొదలు ప్రపంచంలోని అనేక దేశాల క్రీడాకారులు మరియు ఇతర పాశ్చాత్య మరియు భారతీయ విద్వాంసులు అందరు దీనిని జీవనీ శక్తిని వృద్ధి చేసుకోవటానికి ఉపయోగిస్తూవచ్చారు. తేనె యవ్వనానికి ఆధారముగా మరియు వార్ధక్యాన్ని (ముసలితనాన్ని) దూరము చేసేదిగా భావించటం జరుగుతోంది. అయితే ఇది ఏ మాత్రము అతిశయోక్తి కాదు. సరైన ఆహారము సరైన క్రమములో గనుక తీసుకుంటే అది ఆయువు పెంచుతుంది, రోగాలను దూరముగా ఉంచుతుంది అనేది సునిశ్చితమైన తథ్యము. తేనె యొక్క ఈ గుణమును బహు పురాతన కాలములోనే తెలుసుకున్న ఆహార వైజ్ఞానికులు (డైటీషియన్లు) క్రీడాకారులకు వారి శరీరాన్ని ప్రాణవంతంగా ఉంచుకోవటానికి, పరిశోధన, అధ్యయనం చేసేవారికి మానసిక శాంతి మరియు ఉల్లాసం కోసం దీనిని ఎలా ఉపయోగించాలో తెలుపుతూ వచ్చారు.

త్వరగా నీరసించిపోవటం, అలసిపోవటం వార్ధక్యానికి (ముసలితనానికి) గుర్తులు. ఇవి మన దరిచేరకుండా చూసుకుంటే నిరంతర యవ్వనం యొక్క ఆనందాన్ని పొందవచ్చు. బహుశా తేనెకు ఉన్న ప్రాణశక్తిని ఇచ్చే గుణము కారణంగానే యునానీ వైద్యులు ప్రపంచమంతటికీ దీని ప్రాముఖ్యతను తెలియజేశారు. పాలు మరియు తేనె మిశ్రమ రూపములో ముందుగా ప్రపంచమంతటా వాడుకలోకి తీసుకువచ్చింది యునానీ వైద్యులే!

ప్రఖ్యాత రష్యన్ వైజ్ఞానికులు నికోలాయి గారు ఆహారములో తేనె యొక్క ఉపయోగముపై సుదీర్ఘ (లోతైన) పరిశోధనలు చేశారు. వారు తమ పరిశోధనల సారాంశములో ఏ వ్యక్తులు ప్రాకృతిక జీవితము జీవిస్తూ ఉంటారో వారిలో జీవనీ శక్తి (ప్రాణ శక్తి) అధికముగా ఉంటుందని తెలిపారు. ఇంకా ఆయన రష్యాలో నివసించే ఒక ప్రాంతంవారి (కాకేసి) సరాసరి వయసు సుమారు నూరు సంవత్సరాలుగా ఉన్నది అని తెలిపారు. దీనికి కారణము ఆ జాతి వారి జీవనాధారమైన “తేనెటీగల పెంపకము” మరియు వారు సేవించే మకరందము మరియు తేనెల మిశ్రమమే అని తెలిపారు. ఇదే విధముగా పాకిస్తాన్ దేశములో నివసించే హుంజన్ తెగ వారు, ఈక్వెడార్లో విల్చుబంబా అనే లోయ, మరియు దాని పొరుగు దేశాలైన కొలంబియా, పెరూలోని కొన్ని ప్రాంతాలలో నివసించే మనుష్యుల సగటు ఆయుర్దాయం నూరు సంవత్సరాల కంటే ఎక్కువ. ఎక్కడైతే స్వచ్ఛమైన గాలి మరియు నీరు లభిస్తుందో అక్కడి మనుష్యుల ఆహారములో తేనె కూడా

ఉంటుందని ఖచ్చితంగా చెప్పవచ్చు. వైజ్ఞానికులు తేనెను ప్రకృతిలో లభించే అమృతముగా తెలిపారు. దీనిని తీసుకోక పోవటం వల్ల నేడు మనుష్యుల సగటు ఆయుర్దాయం 55-60 సంవత్సరాలకు మాత్రమే పరిమితం అవుతోంది. ఆయుర్వేద గ్రంథాలలో తేనె యొక్క విశేషతలను వర్ణిస్తూ ఇది కళ్ళకు చాలా మంచిదని, దాహము, కఫము, రక్తహీనత, పిత్తాశయ వికారము, కుష్టురోగము, గనేరియా, మెలి పురుగులు (worms), వాంతులు, శ్వాసకు సంబంధించిన వ్యాధులు, దగ్గు మరియు అతిసార రోగములను తగ్గిస్తుందని తెలిపారు. కురుపులను, గాయాలను శుభ్రం చేసి, వాటిని నయం చేసి, క్రొత్త చర్మము ఏర్పడేలా కూడా చేస్తుంది. స్వచ్ఛమైన తేనె యొక్క రుచి చిరుచేడుగా ఉంటుంది. తేనె ఒక ఉన్నత శ్రేణికి చెందిన ఉత్పాదన, ఎందుకంటే ఇది విభిన్న రకాల పూల మకరందము నుంచి ఏర్పడుతుంది. ఋషులు-మునులు అమృతాన్ని ఒక రసముగా భావించి, దానిని సేవించటం ద్వారా యవ్వనంవంటి ఆనందాన్ని పొందగలిగేవారు. అటువంటి అమృతాన్ని పురాతన కాలములో దేవ-దానవులు సముద్ర మథనం ద్వారా సంపాదించారు. ఈ విధమైన దివ్య ఔషధాలను సేవించటం ద్వారా వయోవృద్ధుడైన చ్యవనుడు అనే ఋషి యవ్వనావస్థను తిరిగి పొందగలిగారు. ఇటువంటి అమృతాన్నే రావణుడు తన నాభిస్థానములో ఉంచుకున్నాడు.

నేటి ఆధునిక వైజ్ఞానికులు ఇటువంటి అమృతం కోసమే వెదుకుచున్నారు. వీరిలో ఇంగ్లాండుకు చెందిన ఆహార శాస్త్రవేత్త డా॥ నీల్ ల్యాల్ (Dr. Neil Lyall) ద్వారా ఆవిష్కృతమైన “పోలెన్ బీ” అనే గుళికను సేవించటం ద్వారా శక్తిని పొందవచ్చు. ఇదేవిధముగా డా॥ ఆనా అస్లాన్ కూడా జి. హెచ్. 3 (జెరోవిరాజ్ హెచ్ 3) అనే గుళికను ఆవిష్కరించటం జరిగింది. దీని ద్వారా యవ్వనంలాంటి శక్తిని పొందవచ్చు. అయినా కూడా తక్షణ శక్తి మరియు ఆరోగ్యం కోసం తేనెను మాత్రమే అమృత తుల్యమని చెప్పటం జరిగింది.

డా॥ జి.డబ్ల్యూ. ఎన్. థామస్ అనే ప్రఖ్యాత వైద్యనిపుణుడు హృద్రోగులను ఆరోగ్యవంతులుగా చేయటానికి, గుండె యొక్క మాంస కండరాలను శక్తివంతం చేయటానికి, గుండె కొట్టుకోవటం వేగవంతం చేయటానికి మరియు అనేక ఇతర రోగాలలో తేనె లాభదాయకముగా, బలవర్ధకముగా పనిచేస్తుందని తెలిపారు. వారు న్యూమోనియా వంటి వ్యాధులను నయం చేయటానికి తేనెను ఉపయోగించటం జరిగింది. దానిని సేవించి రోగులు సంపూర్ణముగా రోగ విముక్తులవటం జరిగింది. అమెరికన్

లక్ష్మీ సాధనలో మానవ విలువలు మరువకూడదు.

వైజ్ఞానికుడు డా॥ ఎం.వీ.స్టూవర్ట్ వెంట్ తేనెకు గల స్వస్థత (ఆరోగ్యం) చేకూర్చే గుణాలను సంకలనం చేసి, తేనె ద్వారా శ్వాసకోశ రోగాలు, అతిసారము మరియు టైఫాయిడ్ రోగాలను కలిగించే సూక్ష్మ క్రిములను నాశనము చేయవచ్చని తెలిపారు. వారి ప్రకారము తేనెను నీటితో కలిపి తీసుకోవటం ద్వారా అనేక రకాల చర్మ రోగాల నుంచి ఉపశమనం పొందవచ్చు. కాలిన గాయాలపై తేనెను పూయటం ద్వారా మంటను, నొప్పిని తగ్గించవచ్చు. మలబద్ధకాన్ని తగ్గించటానికి తేనెను సేవించటం ఎంతో లాభదాయకమైనదిగా చెప్పబడింది. తేనెతో కలిపిన నీటిని త్రాగటం ద్వారా మలబద్ధకం నుంచి విముక్తి పొందవచ్చు.

పిల్లలో ఎవరికైనా పక్కాడకపోతే, వారు నిద్రలో మూత్ర విసర్జన చేస్తుంటే, కడుపులో నొప్పి లేక ఇతర ఇబ్బందులు ఉంటే, శరీర బరువు తగ్గిపోతూ ఉంటే వారికి స్వచ్ఛమైన తేనె ఇవ్వటం ద్వారా ఈ రోగాల నుంచి విముక్తులని చేయవచ్చు.

గొంతు మరియు నోటికి సంబంధించిన రోగాలతో బాధ పడుతున్నప్పుడు తేనెను నీటితో కలిపి పుక్కిలింపితే ఉపశమనం లభిస్తుంది.

అహార వైజ్ఞానికుల ప్రకారము తేనె జీర్ణక్రియకు సంబంధించిన అనేక రోగాలను దూరము చేసి, జీర్ణకోశాన్ని శక్తివంతముగా చేస్తుంది. తేనె ఒక ఔషధముగా మాత్రమే కాక ఒక ఉత్తమమైన టానిక్‌లాగా పనిచేస్తుంది.

### తీయనైన, పుష్టికరమైన మరియు రోగవినాశిని తేనె

తేనెటీగలు ప్రకృతిసిద్ధమైన హల్వాయి (తీపి పదార్థాలు తయారీదార్లు). వాటి ద్వారా తయారు చేయబడిన ఈ తేనె అనే తీపి పదార్థము అంగళ్ళలో దొరికే మిఠాయిలవలే త్వరగా పాడవటం జరగదు, అది కడుపులో వికారము వంటివి కలుగజేసి రోగాలను కలుగజేయదు. ఇది ఎక్కువ సమయము నిలువ ఉండటం వల్ల అధిక ప్రయోజనాలను కలిగి ఉంటుంది.

తేనెటీగల శ్రమతో ఒకచోట చేర్చిన అనేక వేల వనస్పతుల మకరందము మనకు ఒకే ప్రదేశములో తేనె రూపములో లభిస్తుంది. దీనిలో లభించే స్వాభావిక, శక్తివర్ధన మరియు రోగనిరోధక తత్వాలు, నేడు సీసాలలో పోసి అమ్ముతున్న ఏ ఔషధం లేక టానిక్‌లోనూ లభించవు.

తేనె యొక్క రసాయనిక విశ్లేషణ ద్వారా అది అల్బుమిన్, చక్కెర, క్రొవ్వు, పుప్పొడి, కుంకుమపువ్వు, విటమిన్ సి మరియు అధిక శాతములో అనేక ఖణిజాల సమగ్ర మిశ్రమముగా తేలింది. ఈ తేనె అనేక రోగాలకు ఔషధముగా పనిచేస్తుంది. రోగిగ్రస్తులకు మరియు బలహీనమైన వ్యక్తులకు ఇది ఒక నూతన జీవన ప్రదాయని అని చెప్పవచ్చు.

తేనె సరసమైన ధరకు దొరికే పౌష్టిక ఆహారము. ఇది రక్తముతో కలిసి శరీర ఉష్ణోగ్రతను సరిగ్గా ఉంచుతుంది. మరియు దానికి తగిన బలాన్ని ఇస్తుంది. తేనె శరీరములోని విష పదార్థములను తీసివేస్తుంది.

స్వచ్ఛమైన తేనె ఎన్ని సంవత్సరాలు నిలవ ఉంచినప్పటికీ చెడిపోదు. కాని అందులో ఏ ఇతర పదార్థములను కలిపినా అది త్వరగా పాడవటమో లేక దాని నుంచి విడిపడిపోవటమో లేక తినడానికి యోగ్యము కాకుండా అవటమో జరుగుతుంది.

తేనె నుంచి లభించే తత్వాల గురించి తెలుసుకుని వాటితో తేనెను తయారుచేయటానికి వైజ్ఞానికులు ఎంత ప్రయత్నించినప్పటికీ అవి ఏ మాత్రం సఫలం కాలేదు. అయితే పాలవంటి పదార్థాలను ఈ విధముగా తయారుచేయడంలో వారు సఫలీకృతులయ్యారనే చెప్పాలి.

ప్రతిరోజూ తేనీరు (టీ) కు బదులుగా ఒక గ్లాసు నీటిలో రెండు స్పూన్ల తేనె వేసుకుని సేవించినట్లైతే శరీర బడలికను దూరం చేసుకోవచ్చు. రోగనిరోధక శక్తి పెరుగుతుంది. జీర్ణ ప్రక్రియ సక్రమంగా జరుగుతుంది. బలము మరియు ఆరోగ్య వృద్ధి కొరకు ఉపయోగపడే వస్తువులలో తేనె యొక్క స్థానము అన్నింటికంటే ముందు ఉంటుంది. అందువలన జీర్ణాశయముకు ఎటువంటి శ్రమ కలగదు. మిఠాయిలు మరియు టానిక్‌ల మాయాజలము నుంచి బయటపడి, ప్రకృతి ఇచ్చిన ఈ వరమును సరిగ్గా ఉపయోగించుకున్నట్లైతే, హానికరమైన పానీయాలకు బదులుగా తేనె యొక్క వాడకం మొదలుపెడితే, వాటి చెడు ప్రభావాల నుండి సహజముగానే మనలను మనం కాపాడుకో గలుగుతాము.

ఏ మాత్రము దుష్ఫలితాలు లేని ఈ అమూల్యమైన వరము నుంచి నేడు భారతీయులు దూరమైనారు. తేనె ఎంత ఖరీదైనదిగా అయిపోయిందంటే సాధారణ స్థాయి వ్యక్తులకు అది అందుబాటులో లేక దాని లాభాలను పొందలేకపోతున్నారు. ఇతర దేశాలలో అయితే సహకార కుటీర పరిశ్రమల రూపములో నిరంతరం ఈ పరిశ్రమ అభివృద్ధి జరుగుతోంది. భారత దేశవాసుల వద్ద తగినంత సమయము ఉన్నప్పటికీ ఎటువంటి ఖర్చులేని ఈ పరిశ్రమను ఆదరించటం లేదు. రైతులు మరియు కాయాకష్టం చేసుకుని జీవించేటటువంటి అన్ని ఇతర వర్గాల వారి ద్వారా దీనిని సులభంగా నడిపించవచ్చు. దీని ద్వారా కుటుంబ అవసరాలు తీరటమే కాకుండా ఇతర వ్యక్తులకు కూడా ఇది సరసమైన ధరలకు లభించేటట్లు చేయవచ్చు.

- గురుదేవుల వాఙ్మయం నుంచి  
అనువాదం: బి. సీతారాం  
(సశేషం)

మనం చేపట్టే కార్యాలు మానవ విలువలకు విరుద్ధంగా ఉంటే అంతర్గత ఘర్షణలు ఏర్పడతాయి.

# ఆత్మిక ప్రకాశమును కలుగజేసే మహాపర్వము దీపావళి పండుగ

పండుగలు జరుపుకోవడం భారతీయ సంస్కృతియొక్క సనాతన సంస్కారం. జీవితపు ఆనందాన్ని సామూహికంగా పంచుకోవడమే పండుగల ముఖ్యోద్దేశ్యము. ఈవిధంగా ఆలోచిస్తే దీపావళి ఆర్య సంస్కృతి యొక్క మహా ఔన్నత్యాన్ని దీపకాంతులతో ప్రకాశవంతం గావించే అత్యంత శ్రేష్ఠమైన పండుగ. యుగయుగాల నుండి తనయొక్క జ్ఞానప్రవాహముతో నాగరికతను దీప్తివంతం చేస్తూ ఉన్నది ఈ దీపావళి మహాపర్వదినం. ఆలోకపర్వము, దీపపర్వము, ప్రకాశపర్వము, దీపోత్సవము, దీపమాలిక, దీపావళి, సుఖరాత్రి లేదా యక్షరాత్రి ఇలా వివిధ నామాలతో విఖ్యాతమైన ఈ పండుగ ఆత్మోద్ధరణకు చిహ్నంగా నిలబడటమే కాక, జీవితపు ఔన్నత్యాన్ని కూడా తనలో ఇముడ్చుకొని ఉంటుంది.

దీపావళి పండుగ ఇది ఎంత పురాతనమైనదో, ప్రాచీనమైనదో, అంతగా స్వయంసంస్కృతి కలిగినది. మన సంప్రదాయంలో సుఖము, దుఃఖము ఈ రెండింటిలో ఏది సంభవించినా దీపం వెలిగించే సంప్రదాయము ఉన్నది. వేద కాలంలో ఇది అగ్నిరూపంగా ఉండేది. కాలక్రమేణా దేవాలయంలో ఆరతిదీపంగా ప్రతిష్ఠించబడినది. ఈవిధంగా వేదకాలం నుండి నేటివరకు దీపముల వెలుగుతో కూడిన ఈ పండుగ ఇతిహాసపరంగా, సాంస్కృతికంగానేకాదు, ఆధ్యాత్మికంగా ప్రాముఖ్యతను కలుగజేస్తూ దీపావళి పండుగగా జరుప బడుతున్నది. చెడుపైన మంచి యొక్క గెలుపుగా, సోదరీ సోదరుల పండుగగా జరుపబడే ఈ దీపావళి వెలుగు ఆశకు చిహ్నంగా భావిస్తూ, దీపాల వరుసతో చీకటిని దూరం చేసే పండుగగా కూడా భాసిల్లుతున్నది. అంతేకాదు దీపావళి ఆత్మ ప్రకాశమునకు సంకేతము కూడా!

అమావాస్య తిథిన జరుపబడే ఈ దీపావళి పండుగనాడు మహాలక్ష్మిని ఆహ్వానించటముతోపాటు, మానవులలోని అజ్ఞానమునే అంధకారమును తరిమికొట్టటానికి ప్రాముఖ్యత ఇవ్వబడినది. ఈరోజు దీపాలను వెలిగించి 'దీపప్రజ్వలన' అనే మన ప్రాచీన సంప్రదాయమును కూడా కొనసాగించటం జరుగుతున్నది. అంతేకాదు దీప్తివంతమైన ప్రకాశంలో సత్త్వగుణ

స్వరూపమైన ఆత్మను సాక్షాత్కరింప జేసుకొనగలము. యావత్ప్రపంచంలో దీపదానము చేసే ఆచారము అతి ప్రాచీనకాలం నుండి అమలులో ఉన్నది. మొదట్లో వృక్షాలను పూజించటం ప్రారంభమైనది. తదుపరి జ్యోతిర్మయమైన లింగమును పూజించేవారు. 'దీపోజ్యోతిః జనార్దనః' అనేది శాస్త్రవాక్యము. మన నమ్మకాలకు అన్నింటికన్నా ప్రాచీనమైన ప్రమాణము 'దీపం' మహాకవియైన అశ్వఘోషుడు 'సౌదరానేకం' అనే గ్రంథములో మోక్షాన్ని దీపనిర్వాణస్థితితో పోల్చిచూపించాడు. కాలానికి అతీతుడైన మహాకవి కాళిదాసు వెలిగించబడిన దీపముల వరుసను తిలకించి 'ప్రవర్తినో దీప ఇవ ప్రదీపాత్' అని అన్నారు.

దీపావళిని ధార్మిక పర్వంగా మొట్టమొదట భవిష్యపురాణంలో చక్కని వివేచనతో కూడిన వివరణ మనకు లభిస్తుంది. లౌకికమైన అభిప్రాయములు, వైభవము, ప్రదర్శనల ద్వారా ఈ పండుగకు గౌరవం ఆపాదించి పద్మపురాణము దీనిని ప్రాముఖ్యతను జ్యోతిర్మయము గావించినది. ఇతర సాహిత్యములలో కూడా దీపావళి వెల్లడించబడింది. చాంద్రమానగణితము ప్రకారము క్రొత్త సంవత్సరము ఆరంభమైన సందర్భంగా దీపావళి పండుగనాడు ఇళ్ళు, పరిసరాలు పరిశుభ్రం చేయటం జరుగుతుంది.

దీపావళి పండుగకు సంబంధించి అనేక కథలు, గాథలు విభిన్న సంస్కృతి సంప్రదాయములను తెలియజేస్తాయి. ఈ పండుగలో ఇతర పండుగలు కలిసి ఉంటాయి. మొదటిది త్రయోదశినాడు జరుపబడే ధనత్రయోదశి పండుగ. పురాణగాథను అనుసరించి దేవదానవులు సాగరమథనం జరిపినప్పుడు అమృత కలశం ఉత్పన్నమైనది, దానిని విష్ణుభగవానుని అంశయైన ధన్వంతరి తీసుకున్నాడని చెప్పబడింది. ఆ గాథను గుర్తు చేసుకుంటూ ధనత్రయోదశి వ్రతము, పూజ జరుగుతుంది. త్రయోదశినాటి సంధ్యాసమయంలో 'యమదీప' దానం ఇవ్వటం ఆచారం.

దీని తరువాతి రోజు నరకచతుర్దశి. పితృదేవతలకు అర్ఘ్యము సమర్పించే పర్వదినము. ఈనాడే శ్రీకృష్ణుడు నరకాసురుడిని వధించినట్లు చెప్పబడుతున్నది. అమావాస్యనాటి రాత్రి దీపోత్సవం



ఇతరులను ఆకట్టుకొనే విధంగా మాట్లాడటం నేర్చుకోవాలి.

జరుపుతాము. ఈనాడు మానవులు తమ పితృదేవతలు పరమ పదాన్ని పొందేటట్లుగా చూడమని భగవంతుడిని ప్రార్థించాలని “ధర్మసింధువు” చెప్తున్నది.

జనసాంప్రదాయంలో దీపావళినాటి రాత్రి ముఖ్యంగా లక్ష్మీగణేశుల పూజ సంయుక్తంగా నిర్వహించే ఆనవాయితీ ఉంది. నిజానికి ఇది సమృద్ధి, సద్బుద్ధి ఈ రెంటినీ ఆరాధించటముతో పాటు ఉన్నతమైన విలువలనూ ఆదర్శాలను నెలకొనేందుకు చక్కని మార్గము. లక్ష్మీదేవి సంపదలు, సమృద్ధి, వైభవానికి అధిష్ఠానదేవత. అలాగే వినాయకుడు సద్బుద్ధిని, మంచి జ్ఞానమును ప్రసాదించటములో సర్వసమర్థుడు. సమృద్ధి అంటే విలాసవంతంగా ఉండగలగటం కాదు, ఉన్న సంపదను సత్కర్మలలో నియోగించటము. సద్బుద్ధి ఉన్నప్పుడే సమృద్ధిని సరియైన రీతిలో వినియోగించటము సాధ్యమౌతుంది. అందుచేత సద్బుద్ధి లేనప్పుడు, సమృద్ధి మనకు మేలు చేకూర్చదు. అదేవిధంగా ఎంతో ఉదారస్వభావం ఉన్నప్పటికీ తగినంత ధనం లేనప్పుడు ఆ సద్బుద్ధి ఏవిధంగానూ ఉపయోగపడదు.

వైదిక పురుషసూక్తము మొదలుకొని పురాణాల వరకు లక్ష్మిని సంపదకి, పరమేశ్వరుని ఐశ్వర్య శక్తికి ప్రతీకలుగా స్వీకరించారు. ఇందులో ముఖ్యంగా తెలుసుకొనవలసిన సత్యమేమిటంటే లక్ష్మి అనేది ఏదో బయటినుండి వచ్చే వస్తువు కాదు. ఆమె ‘బీజ రూపములో సకల ప్రాణులలోనూ అంతర్లీనంగా ఉండే ఆత్మ విభూతి’ ఆత్మజ్యోతిని ప్రకాశింప జేసుకొన గలిగేవారే దీనివలన యథార్థముగా లాభాన్నితులొందారు. మార్కండేయమహర్షి కూడా లక్ష్మిని బాహ్యవస్తువుగా గాక అంతరంగ తత్త్వముగా పేర్కొన్నారు. మానవుని లోపల వెలుగొందే శక్తియే భౌతికమైన బాహ్యసంపత్తిని ఆర్జించడం, విసర్జించటం చేస్తూ ఉంటుంది. లక్ష్మి కమలం మీద ఆసీనురాలౌతుంది. కమలము లేక తామరపువ్వు వివేకమునకు ప్రతీక. బురదనుండి పుట్టినప్పటికీ బురద అంటకుండా స్వచ్ఛంగా, పవిత్రంగా, సుగంధపూరితంగా ఉంటుంది. పవిత్రత కలిగి ఉన్నప్పుడే సంపద శ్రేష్ఠమైనది అవుతుంది.

దీపావళి అనగా వెలుగుతున్న దీపాల వరుసలు, ప్రకాశ పుంజములను వెదజల్లే ఆ దీపముల వరుసలను చూస్తుంటే ‘ఈ చిన్ని చిన్ని దీపకలికలు ప్రపంచము నుండి చీకటిని తరిమి కొట్టేందుకు ప్రయత్నము చెయ్యటంలో నిమగ్నమై ఉన్నవి’ అనిపిస్తుంది. జీవితములో ఇతరులపట్ల స్నేహము లేక ప్రేమ కలిగి ఉంటే ప్రకాశమునకు కొద్దువ ఉండదు అని కూడా ప్రకాశవంతమైన ఈ దీపమాలికలు స్పష్టం చేస్తుంటాయి. భావనాత్మకత అనేది లేకపోవటం వల్ల జీవితంలో చీకటి

వ్యాపిస్తుంది. మన జీవితం సాధన యొక్క పరమజ్యోతితో కాంతివంతమై ఉండి, మన యొక్క ప్రతి ఆచరణా ఆదర్శములతో నిండి ఉంటే జీవితం ప్రకాశవంతమగుటయే కాక, మనం లక్ష్మీదేవి యొక్క కృపకు పాత్రులమై నిరసంపదలతో తులతూగలము, లాభాన్నితులవ్వగలము.

మన హృదయము లోపల జ్ఞానము, ప్రేమ అనే జ్యోతులు వెలిగినప్పుడే దీపావళి పండుగను జరుపుకోవడం వల్ల ఉపయోగముంటుంది. ఈ జ్యోతి యొక్క వెలుగు మాత్రమే బాహ్య జీవితాన్ని సంపదలు, వైభవంతో నింపగలదు. ఈ పావన పర్వదిన శుభసమయంలో దీపాల వరుసలు యావత్ప్రపంచములోనూ సద్బుద్ధి యొక్క కాంతులను, వరుసల వెలుగులను ప్రసరింప జేయాలి. సద్బుద్ధి యొక్క ఈ కాంతి మాత్రమే సమృద్ధికి ఆధారపీఠం కాగలదు. మంచి జ్ఞానము, సద్బుద్ధితోపాటు సమృద్ధిని కూడా సమన్వయము చేసుకొనగలగటమే దీపావళి పండుగ ప్రత్యేకత. మన జీవితాలలో ఈ విధంగా పొందగలిగినప్పుడే దీపావళి పండుగను జరుపుకొనటం వల్ల సార్థకత చేకూరుతుంది!!

- అఖండజ్యోతి, నవంబరు 2001  
అనువాదం : శ్రీమతి కృష్ణకుమారి

**రాజేంద్రప్రసాద్ నిరాడంబరత్వం**

రాజేంద్రప్రసాద్ అలహాబాదులోని లీడర్ వత్రిక సంపాదకుడైన శ్రీ చింతామణిని కలవడానికి వెళ్ళి విజిటింగ్ కార్డు లోనికి పంపించాడు. ఆయన వేషధారణ చెప్పుల వంక నఖశిఖ పర్యంతం చూచిన నౌకరు నిర్లక్ష్యంగా “కూర్చో! అయ్యగారు బిజీగా ఉన్నారు” అంటాడు. రాజేంద్రప్రసాద్ కాస్తదూరంలో పనివాళ్ళు కాచుకుంటున్న చలి మంట వద్దకు వెళ్ళి తడిసిన బట్టలను ఆరబెట్టుకోసాగాడు. ఇంతలో చింతామణిగారి దృష్టి విజిటింగ్ కార్డు మీద పడటం వల్ల ఆయన ఆత్రంగా బయటకు పరుగెత్తుకు వచ్చాడు. చుట్టూ కలయచూస్తున్న సంపాదకునికి నౌకరు చలిమంటవైపు చూపిస్తాడు. జాతిరత్నం రాజేంద్రప్రసాద్ను ఆ స్థితిలో చూచి సంపాదకుడు రెండు చేతులు పట్టుకుని ఆలస్యానికి క్షమాపణ కోరతారు. అందరూ నిశ్చేష్టులై చూడసాగారు. రాజేంద్రప్రసాద్ మాత్రం చిరుదరహాసంతో మీ ఆలస్యం వల్ల నా తడి బట్టలు ఆరిపోయాయి. నాకు లాభమే జరిగింది. బాధపడకండి అంటాడు. మహానుభావులు ఎక్కడున్నా, ఏ స్థితిలో ఉన్నా వందనీయులే.

- ప్రజ్ఞాపురాణం నుండి

**గెలుపు వల్ల శక్తి వస్తుంది. దానితో మరోసారి గెలవాలన్న ఆసక్తి కలుగుతుంది.**

## దుర్లభమైన శక్తులకు ద్వారం ఈ స్తోత్ర పఠనం

ఆదిశక్తి లీలాకథలలోని మంత్రములయందు నిగూఢముగా ఇమిడి యున్న రహస్యములకు తాళంచెవి వంటిది 'శ్రీసిద్ధకుంజికా స్తోత్రము'. తాళంచెవిని ఉపయోగించితే తాళమును తేలికగా తీయగలము. అదేవిధంగా శ్రీదుర్గాసప్తశతి యొక్క అనుష్ఠాన, పారాయణతోపాటు ఈ సిద్ధస్తోత్రమును కూడా పఠించినట్లయితే సప్తశతిలోని మంత్రముల శక్తికి వేయబడిన తాళమును చాలా సులభంగా తీయగలము. దేవీసప్తశతిలోని మంత్రముల యొక్క శక్తులు అసంతమైనవి, సాటిలేనివి అన్న మహాసత్యము, శక్తి సాధకులందరికి విదితమే. వీటిని ప్రయోగించడంద్వారా జీవితంలోనే కాదు, యావత్ స్వప్నిలో కూడా ఎటువంటి మార్పులు చేర్పులనైనా తేవటం సంభవమే. సప్తశతీ సాధకునకు అసంభవమైనది ఎక్కడా, ఏదీ ఉండదు. ఐతే వీని ప్రయోగించే విధివిధానాలు చాలా జటిలమైనవి, ఊహకందనివి. వీటిని సరియైన రీతిలో అర్థం చేసుకొనటం ఎవరికైనా అంత తేలిక కాదు.

శ్రీదుర్గాసప్తశతిలోని వివిధ మంత్రముల యొక్క ప్రయోగములను సమర్థులైన ఋషులు, మునులు, దేవతలు కీలకం చేశారు అనగా తాళం వేశారు. ఎంతో ప్రత్యేకమైన విధి విధానంతో, మంత్రములతో, మంత్రపూతమైన స్తోత్రములతో తప్ప ఆయా తాళములను తీయలేము. ఋషులు, దేవతలు ఏర్పరచిన ఈ రకమైన విధివిధానము ఎల్లప్పుడూ అవసరమే. అలాకాక పోయినట్లయితే శ్రీదుర్గాసప్తశతి యొక్క అద్భుతమైన శక్తిని పొంది అహంకారపూరితులైన జనులు తమకు తాము హాని చేసుకొనటమే కాక, ఇతరులకు కూడా అరిష్టములను తెచ్చిపెట్టగలరు. అయితే తాళం వేయబడుటవలన కుటిల మాంత్రికులకు దీనిని అనుష్ఠించుట సంభవం కాదు. సాధారణ ప్రజలు శ్రీదుర్గాసప్తశతి యొక్క పారాయణ గ్రంథమును తీసుకొని వివిధంగానైనాసరే ఎన్ని ప్రయత్నాలు చేసినప్పటికీ దుర్లభమైన ఈ శక్తుల, సిద్ధుల హద్దును కూడా స్పృశించలేరు. సాధనలో అతి విశిష్టమైన కక్ష్యలోనికి ప్రవేశించనంతవరకూ వారికి ఇది రహస్యంగానే ఉండిపోతుంది. అంతేకాదు 'సాత్త్వికత, ప్రామాణికత అనే రెండు పరీక్షలలో వారు ఉత్తీర్ణులు కానంతవరకూ కూడా ఈ రహస్యం వారికి అనుభవం లోకి రాదు.

సాధకుడు తన 'సాత్త్వికత, ప్రామాణికత' అనే పరీక్షలో ఉత్తీర్ణుడౌతూ ఉన్నప్పుడు, అతడి అంతరంగ చేతనత్వములో ఈ రహస్యములు వెల్లడి అవుతూ ఉంటాయి కనీసం ఈ రహస్యములు అతడి పాత్రతకు తగినట్లుగా అతడి జీవితంలో కొన్ని ప్రత్యేకమైన సంఘటనల రూపంలో ప్రకటికృతమవుతాయి. ఈవిధంగా రహస్యములు ప్రకటికృతమవుతున్నప్పుడు, సాధకుడు ఇంకా ఉన్నతస్థాయి ప్రయోగములను చేసేందుకు ఉద్యమిస్తాడు. ఇక అతని ఉనికిలో సూక్ష్మశక్తులు వాటంతట అవే ప్రవహిస్తాయి. ఈ వాక్యాలు కేవలం ఊహతోనో, కల్పనతోనో వ్రాస్తున్న విషయములు కావనీ, నూటికి నూరుపాళ్ళు అనుభవం ద్వారా నిగ్గుదేల్చబడి వ్రాయబడుతున్నవని పాఠకులు గమనించాలి.

సాధన-సాధకుడు-సిద్ధి - ఈమూడింటికి సంబంధించిన సత్యం ఒకటున్నది. ఆదిశక్తి అయిన జగన్మాత యొక్క మూల ప్రకృతి అపాత్రునికి ఏమీ అందించదు, అదేవిధంగా సత్యాత్రులైన వారు మమతామూర్తియైన ఆ తల్లి దయకు ఎన్నడూ దూరం కారు అన్నదే ఆ సత్యం. మహాశక్తి ఎప్పుడైనా ఒక అపాత్రునికి ఏదైనా సమకూర్చింది అంటే అది అతనిని దండించటానికి మాత్రమే. అలాగే అపాత్రునికి ఏదైనా లభించిందంటే అది అతడిని శిక్షించటానికి మహాకాలుడు తన యమదండాన్ని ఎత్తిపట్టు కున్నాడని అర్థం చేసుకోవాలి. కానీ భవానీమాత తన భక్తులపట్ల ఎల్లప్పుడూ భావపూరిత హృదయురాలై ఉంటుంది కాబట్టి, అలాంటి అమాయకులైన భావుకులైన భక్తుల కొరకు సిద్ధకుంజికా స్తోత్రము' నిర్దేశించబడినది. సప్తశతి పారాయణతోపాటు దీనిని కూడా పఠించడం వల్ల సాధకగణం తమ చేతనత్వంలో సాధారణమైన మంత్రశక్తిని అనుభూతి చెందగలరు. దీనియొక్క అతి విశిష్టమైన శక్తి కేవలం ఎంతో విశిష్టమైన వ్యక్తులు, విశిష్టమైన లక్ష్యములకు సంబంధించినది.

ఇచ్చట చర్చించబడుతున్న సిద్ధకుంజికా స్తోత్రము రుద్రయామల తంత్రమునకు సంబంధించినది. రుద్రయామల తంత్రములో ఈ విశిష్ట స్తోత్రము ఎంతో మహిమాన్వితమైనదిగా చెప్పబడింది. 'శ్రీదుర్గాసప్తశతి' యొక్క అన్ని పారాయణ గ్రంథములలోనూ ఈ స్తోత్రము పఠించే విధానముతో సహా ముద్రించబడినది. గీతాప్రెస్, గోరఖ్ పూర్ వారు తమ ముద్రణలో

**నూతన నైపుణ్యాన్ని సంతరించుకోవాలి.**

దీనిని చివరి పుటలలో (230) ముద్రించారు. ఈ స్తోత్రము తల్లియైన పార్వతీదేవికి భగవంతుడైన సదాశివునికి మధ్య జరిగిన సంభాషణారూపంలో ప్రకటించబడినది. ఇందులోని మొదటి నాలుగు శ్లోకములలో ఈ స్తోత్రముయొక్క పూర్వపీఠిక ఇవ్వబడినది. ఆ తరువాత ఒక ప్రత్యేకమైన మంత్రము వర్ణించబడినది. ఇది నవార్ణ మంత్రము యొక్క విశిష్టరూపమే. దీని తరువాత మూల స్తోత్రము యొక్క 8వ మంత్రము ఉన్నది. ఆ తరువాతి రెండు మంత్రములలోనూ ఈ స్తోత్రము యొక్క ఫలశృతి ఈ క్రింది విధంగా చెప్పబడినది.

**ఇదం తు కుంజికాస్తోత్రం మంత్రజాగర్తిహేతవే ।  
అభక్తే నైన దాతవ్యం గోపితం రక్ష పార్వతి ॥  
యస్తు కుంజికయా దేవి హీనాం సప్తశతీం పఠేత్ ।  
స తస్య జాయతే సిద్ధిరరణ్యే రోదనం యథా ॥**

అనగా ఈ కుంజికాస్తోత్రము మంత్రమును జాగ్రతం చేయుటకై ఉద్దేశించబడినది. భక్తిహీనులైన పురుషులకు దీనిని చెప్పరాదు. ఓ పార్వతీ! దీనిని గోప్యముగా ఉంచుము. హే దేవి! కుంజికా స్తోత్రమును పఠించకుండా కేవలం శ్రీదుర్గాసప్తశతీని పారాయణ చేయటం వల్ల ఎటువంటి సిద్ధి లభించదు, అది అరణ్య రోదనవలె నిరర్థకంగా మిగిలిపోతుంది అని అర్థము.

చూడటానికి అతి చిన్నదిగా ఉండే ఈ స్తోత్రము ఇచ్చే ఫలితాలు విస్మయాన్ని గొల్పుతాయి. శ్రీదుర్గాసప్తశతీని ప్రచురించిన అనేక సంస్థలు దీనిని చివరిపుటలలో ఇచ్చినప్పటికీ, సమర్థులైన సాధకులు దీనిని నవార్ణమంత్రజపమునకు ముందు చెయ్యటం మంచిదని భావిస్తారు. ఈవిధంగా దీనిని దేవ్యధర్మశీర్షము తర్వాత పఠించవలెను. ఇలా చెయ్యటం వలన నవార్ణసహిత సప్తశతీ యొక్క వివిధ మంత్రముల జాగరణ కూడా జరుగుతూ ఉంటుంది. సప్తశతీ పారాయణతోపాటు జోడించబడిన కుంజికాస్తోత్రమును పఠించే అన్య విధానములు మరికొన్ని ఉన్నవి. కాని వానిని సర్వసాధారణమైన జనుల ముందు వెల్లడించటం మంచిదికాదు. అలా చేయటమనేది నియమములకు విరుద్ధము.

ఈరకమైన ఉన్నతస్థాయి ప్రయోగములను వదలివేస్తే దీనికి సంబంధించి సామాన్య ప్రయోగములు కూడా ఉన్నాయి. శ్రీసిద్ధకుంజికా స్తోత్రమును పఠించే విధానము వానిలో చెప్పబడినది. అందులో సాధకుడు భగవతి యొక్క విగ్రహాన్ని కానీ, పటమును కానీ ఉంచి, పంచోపచార పూజను జరిపి, ఆవునేతితో దీపాన్ని వెలిగించి ఈ స్తోత్రమును పఠించవలెనని చెప్పబడినది. ఈ పఠానాక్రమంలో పూర్వపీఠిక తరువాత, స్తోత్రమునకు ముందు ఇవ్వబడిన మంత్రజపము అత్యంత

లాభకారిగా ఉంటుంది. వచ్చిన ఇబ్బంది లేక కష్టము ఏదైనా, విశేషమైనదయినా లేదా లక్ష్యం ప్రత్యేకమైనదైనా ఈ మంత్రమును ఒక మాల జపించే ముందుగానైనా లేదా తర్వాతనైనా గాయత్రీ మహామంత్ర జపంతోపాటు చేయబడ్డ ఈ సాధన శక్తివంతమైనది, తక్షణమే ఫలితాలనిచ్చేదిగా ఉంటుంది. ఇంతేకాకుండా మరి కొన్ని కారణములు కూడా ఉన్నాయి. వాటిని ఈ స్తోత్రమును పఠించే, పారాయణ చేసే క్రమంలో ఎవరికి వారు అనుభూతి చెందగలరు.

ఈ సిద్ధకుంజికాస్తోత్రమును ఒకటికన్నా ఎక్కువ అంటే 3, 5, 7, 9, 11 ఇంకా 21 సార్లు కనుక పఠించినట్లయితే మంత్ర జపం ఒక్కసారి మాత్రమే చేస్తే సరిపోతుంది. పదే పదే జపం చేయవలసిన అవసరం లేదు. ఈ పారాయణ శివుని వాక్కుతో ప్రారంభించి, 'ఇతి శ్రీరుద్రయామలే గౌరీతంత్రే, శివపార్వతి సంవాదే కుంజికాస్తోత్రం సంపూర్ణమ్' అనునంతవరకూ చేయవలెను. దీనిని నియమిత పారాయణ, విశిష్ట అనుష్ఠానంతో పాటు ప్రతిదినము ప్రాతఃకాలంలో పఠించటం విశేషమైన లాభాన్ని చేకూరుస్తుంది. చిన్నపిల్లలకు దీనిని పఠించడం నేర్పితే కనుక వారి బాలారిష్ట దోషములు సులభంగా తొలగిపోతాయి. అంతేకాక దీనిని పఠించడం, సాధన చెయ్యటం వల్ల నిత్యము మానవులు ఎదుర్కొనే సమస్యమైన బాధలూ, విఘ్నములూ, ప్రమాదములు మొదలైన చెడు సంఘటనలు వాటంతట అవే దూరమౌతాయి. **చిన్న చిన్న బాలబాలికలు ఒక మాల గాయత్రీ మంత్రజపంతోపాటు కుంజికాస్తోత్రమును నియమంగా పారాయణ చేసినట్లయితే వారిని ఎటువంటి దౌర్భాగ్యము స్పృశించటానికి సాహసించలేదు.**

- అఖండజ్యోతి, ఏప్రిల్ 2008  
అనువాదం: శ్రీమతి కృష్ణకుమారి

**స్వయం కృషి**

జయప్రకాష్ నారాయణ్ చదువుకోవడానికి అమెరికా వెళ్ళినపుడు ఆయన వద్ద డబ్బు లేదు. అందువల్ల చదువుకుంటూ ఖాళీ సమయాలలో హోటళ్ళలో, పండ్ల దుకాణాలలో పనిచేసేవాడు. చాలామంది సంపన్నులైన మిత్రులు జయప్రకాష్ కు సహాయం చేయాలని అనేక విధాల ప్రయత్నించినా ఆయన స్వీకరించలేదు. స్వయం కృషితోనే విద్యాధ్యయనం చేయాలని ఆయన పట్టుదల. ఇటువంటి ఉత్కృష్టమైన గుణాల వల్లనే ఆయన "లోక్ నాయక్" గా కీర్తించబడ్డాడు.

- ప్రజ్ఞాపురాణం నుండి

**పరస్పర సంప్రదింపుల ద్వారా సమస్యలను పరిష్కరించుకోవాలి.**











## విజ్ఞానము మరియు ఆధ్యాత్మికతల సమన్వయంతో శ్రద్ధారాహిత్యం సమసిపోతుంది

పదార్థ విజ్ఞానము సుదీర్ఘమైన సంఘర్షణ తరువాతనే ప్రస్తుతమున్న స్థితికి చేరగలిగింది. పాశ్చాత్యదేశాలలో ఆవిర్భవించిన ఈ విజ్ఞానము ఇప్పుడు తానున్న గౌరవప్రదమైన స్థితికి చేరుకొనటానికి ధార్మికరంగంలోని అంధవిశ్వాసాలకు, మూఢ సంప్రదాయాలకు విరుద్ధంగా ఘోరమైన సంఘర్షణను ఎదుర్కొనవలసి వచ్చింది. తన సర్వస్వాన్నీ పణంగా పెట్టుకుంటూ ఈ విజ్ఞానము భూమిపైన అడుగడుగునా విస్తరించింది. కోపర్నికస్, గెలీలియో వంటి సత్యాన్వేషకులైన ధర్మాత్ములు ఇందు కొరకై తమ ప్రాణాలను కూడా ఆహుతి చేయవలసివచ్చింది.

సత్యాన్వేషణ పద్ధతిని అమలుపరుస్తూ విజ్ఞానశాస్త్రము మానవజాతికి ఎంతో సేవ చేసింది. ధార్మికరంగంలో పాతుకు పోయిన మూఢసంప్రదాయములు, అంధవిశ్వాసాలను కూకటి వేళ్లతో సహా పెకలించివేయటమనే మహత్కార్యాన్ని సాధించినందుకుగాను విజ్ఞానము నిజంగా ప్రశంసించదగ్గదే! ఈవిధంగా భౌతిక, దార్మిక స్థాయిలలో విజ్ఞానశాస్త్రము సాధించిన ఉపయోగాలకు మానవజాతి కృతజ్ఞత వ్యక్తం చేసితీరాలి.

ఐతే విషయం ఇంతటితో అయిపోలేదు. దీనికి రెండవ వైపు కూడా ఆలోచించవలసి ఉన్నది. విజ్ఞానశాస్త్రము వేదాంతపరమైన సేవ చేసినప్పటికీ అది తన హద్దులను అతిక్రమించినది. దీని ఫలితంగా ఉదయించిన ప్రత్యక్షవాదము ప్రారంభంలోనే 'ఏదైతే కంటికి కనపడుతున్నదో అదియే సత్యం. ప్రత్యక్షంగా కనపడని దానికి అసలు ఉనికియే లేదు' అని చెప్పటం ప్రారంభించినది. 'చేతనత్వము లేక ఆత్మకు ప్రత్యక్ష ప్రమాణము, ప్రయోగశాలలో లభించలేదు కాబట్టి అసలు దానికి ఉనికియే లేదు' అని తీర్మానించినది. ఈవిధంగా మానవుడు నడిచే ఒక చెట్టుగానో, మొక్కగానో మాత్రమే మిగిలిపోయాడు. ఇది కాలక్రమేణా భోగవాదముగా, స్వార్థప్రవృత్తిగా మిగిలిపోయాయి. అలాగే, మానవీయ గౌరవాన్ని నిలబెట్టే ధార్మిక భావాలు ప్రేమ, త్యాగం, సేవ, సంయమనం, పరోపకారం, నీతి, మర్యాద వంటివెన్నో క్రమంగా కనుమరుగయ్యాయి.

ఇంతేకాక ఈ విజ్ఞానం నుండి జనించిన భోగవాదం మానవులకు లభ్యమైన ఉపకరణములను సదుపయోగం చేసుకొనుటకు బదులుగా దురుపయోగం చేయటమే నేర్పించింది. ఈనాడు ప్రాకృతిక సతులనం పూర్తిగా తారుమారు కావటానికి

కారణమిదే. అత్యంత స్వార్థపూరితమైన ఈ పరుగులో ప్రకృతి కూడ తన ప్రతాపాన్ని భూకంపాలు, వరదలు, దుర్భిక్షము, కరువు మొదలైనవాటి రూపంలో చూపించినది. వాయుమండలంలో కార్బన్-డై-ఆక్సైడ్ పరిమాణం పెరగటం, ఉష్ణోగ్రతలు పెరగటం వల్ల మంచుశిలలు కరగటం, ప్రదూషణ, అమ్లవర్షాలు, పరమాణు వికిరణము వంటి సర్వనాశకమైన సంకటము, మానవుని ఉనికి ముందు ప్రశ్నార్థకములుగా నిలిచాయి.

ఈవిధంగా సైన్స్ ఒకవైపు మానవునికి కావల్సిన ఎన్నో సాధనములను, ఉపకరణములను సమకూర్చిపెట్టింది, మరొకవైపు దీనివల్లనే ఉత్పన్నమైన భోగవాదం వల్ల వ్యాపించిన స్వార్థ ప్రవృత్తి, అతడికి ఉచితానుచితములను విశ్లేషించగలిగే శక్తి లేకుండా చేసింది. భోగములను అనుభవించాలనే ఆనందంలో అతడు ఆ క్షణికమైన సుఖాలకోసం బహుమూల్యమైన ప్రాణసంపదను పోగొట్టుకుంటున్నాడు. అతడి అంతరంగం శూన్యమైపోగా, భౌతికమైన వెదుకులాటలో తనను తాను మరచిపోయే స్థితికి వస్తున్నాడు. తన ఉనికిలో కేంద్రీకృతమై ఉన్న శక్తి, జ్ఞానం, ఆనందం అనే దైవీసంపదలను అభివృద్ధిపరచగలిగే ఆధ్యాత్మిక ధర్మములను పూర్తిగా మరచిపోయినాడు. సైన్స్ వలన ఏర్పడుతున్న ఈనాటి అనేక సమస్యలకు మూల కారణం 'భగవంతునివట్ల నమ్మకం లేకపోవటమే'. భౌతికమైన అభివృద్ధికి సైన్స్ ఎంత అవసరమో, అంతరంగాన్ని వ్యవస్థీకరించుకొనటానికి, సంస్కరించుకొనటానికి ధర్మం కూడా అంతే అవసరం. ఎందుకంటే పదార్థములను నియంత్రించటానికి, చక్కగా పర్యవేక్షించటానికి అంతరంగంలో ఉన్న చేతనత్వమే కేంద్రం.

కానీ ఈనాటి ఆధ్యాత్మికరంగంలో నాలుగుచెరగులా నీలినీడలు ఎంతగా వ్యాపించి ఉన్నాయంటే దీని అసలు స్వరూపం తెలియటంలేదు. ప్రస్తుతకాలంలో మతం కూడా ఒక జంజాటంగా మారింది. ఆలోచనాపరుడైన వ్యక్తికి ఏమాత్రము దిక్కుతోచనట్లుగా ప్రస్తుత పరిస్థితులలో మతం అంధవిశ్వాసాలు, మూఢ సంప్రదాయాలతో జోడింపబడి ఉన్నాయి. ఇంకా రిద్ది-సిద్దులు, చమత్కారాల ప్రతిపాదనతో మానవుడిని దిగ్రాంతి కావిస్తున్నాయి. ఇంకా సామాన్య మానవునికి అనంతమైన జీవనము, పరలోకము, స్వర్గం అనే మంచి మంచి స్వప్నాలను చూపించి అతడిని పలాయనవాదిని కావించటం జరుగుతున్నది. మతానికి జీవితం

ఇతరులు చెప్పే విషయాలను ఓర్పుతో వినాలి.

యొక్క వాస్తవికతతో ఎటువంటి సంబంధం లేనప్పుడు, మతం యొక్క ఉపయోగం అర్థం కానప్పుడు, దానికి తగిన ఋజువును చూపించలేనప్పుడు వివేకవంతుడైన వ్యక్తి దానిని ఎలా స్వీకరించగలడు? బహుశా ధర్మం యొక్క స్వరూపమే అంత అనుకోవాలి. ఇదంతా చూసిన తరువాత ఆలోచనాశీలురైన వ్యక్తులు తమను తాము నాస్తికులుగా చెప్పుకొనటమే మంచిదిగా భావించి ఉంటారు. మతాన్ని మత్తుమందుగా లెనిన్ అభివర్ణించాడంటే అందులో ఆశ్చర్యం లేదు.

మతం యొక్క బాహ్యరూపం ఎటువంటి లోటుపాట్లను కలిగియున్నప్పటికీ దీనిని సంస్కరించవలసిన అవసరం ఎంతైనా ఉంది. ఈ సందర్భంగా వైజ్ఞానిక ప్రపంచపు తలమానికమైన సర్ ఐన్ స్టీన్ 'విజ్ఞానశాస్త్రం మనిషిని పదార్థపరమైన జ్ఞానమునకు సంబంధించి పరాకాష్ఠ స్థితివరకు తీసుకువెళ్ళి దాని హద్దులను తెలియజేస్తుంది, తరువాత చేతనాత్మకమైన జ్ఞానానికి సంబంధించిన సంకేతాలను కూడ అందిస్తుంది. కానీ ఆ తరువాతి ఘట్టమైన చేతనత్వములోకి ప్రవేశించడమనేది కేవలం ఆధ్యాత్మికత ద్వారా మాత్రమే సాధ్యమౌతుంది. మతం, సైన్సు ఈ రెంటి పరస్పర సహయోగ సమన్వయముల ద్వారా మాత్రమే మానవజాతి ముందుకు సాగగలదు. ధర్మం లేకుండా సైన్స్ కుంటిదైతే సైన్సు లేకుండా మతం గ్రుడ్డిది' అని సెలవిచ్చారు.

వైజ్ఞానిక ప్రగతి వల్ల తలెత్తిన ఈ ఆధ్యాత్మిక సంకటమును నివారించవలసిన విషమపరిస్థితిలో మతం తన ఉపయోగాన్ని ప్రామాణికతను ఋజువుచేసుకొనవలసిన అవసరం ఎంతైనా ఉంది. విజ్ఞానశాస్త్రం విజయం సాధించటంలో ఈ రెండు తత్వాలే మూల కారణంగా నిలబడుతున్నాయి. సైన్స్ తన ఉపయోగాన్ని ప్రామాణికతను సాధారణ జనుల ముందు నిరూపించుకొన గలిగింది. సైన్స్ కార్యరంగం భౌతికక్షేత్రం. భౌతికజగత్తుకు సంబంధించి సైన్స్ చేసిన ప్రతిపాదనలు ప్రపంచంలో ఏ మూలకు వెళ్ళినా అవి సత్యమేనని ధృవీకరించబడుతున్నాయి. సైన్స్ సాధించిన ఉపలబ్ధులు, సుఖసాధనముల ఉపకరణముల రూపంలో మనముందు నిత్యం ప్రత్యక్షంగా నిరూపించ బడుతున్నాయి.

ధార్మిక, ఆధ్యాత్మిక రంగం ఇప్పటివరకు శాస్త్రప్రమాణములు మహాపురుషుల వాక్కుల రూపంలో కేవలం శ్రద్ధగా మాత్రమే నిర్వచించబడుతున్నది. ఇందులో విజ్ఞానశాస్త్రం యొక్క అన్వేషణ విధానములు కూడా ఋజువుకాబడుతున్నవా? ఆధ్యాత్మిక సిద్ధాంతములను తర్క, తథ్య, ప్రమాణముల ఆధారంగా నిర్వచించగలమా? ఈ విషయమై స్వామి వివేకానంద సుమారు

100 సంవత్సరముల క్రితమే 'నా అభిప్రాయం మేరకు సైన్స్ యొక్క విధివిధానములు ఆధ్యాత్మికత పట్లకూడా ఋజువు చేయబడాలి. ఇది ఎంత త్వరగా జరిగితే అంత మంచిది. ఈ ప్రక్రియ వలన ధర్మానికి కొంత మేరకు నష్టం వాటిల్లినా పర్వాలేదు. ఎందుకంటే పోయినది దీనియొక్క పనికిరాని అంశం గానూ, మిగిలి ఉన్నది ధర్మం యొక్క ఉజ్జ్వల స్వరూపంగాను భావించగలం' అన్నారు.

21వ శతాబ్దపు ప్రపంచంలో ఆధ్యాత్మికత తన వేదాంతమును, విజ్ఞానశాస్త్రపు ఆధునిక శాఖల ప్రకాశంలో ఉపయోగకరమైన ప్రతిపాదనలు చేయవలసిన అవసరం ఎంతైనా ఉన్నది. ఇంతమాత్రం చేతనే పని పూర్తయినట్లు కాదు. ఒంటరి దైన విజ్ఞానశాస్త్రపు చిన్న చిన్న శాఖల సహాయంతో, మతం తన శ్రేష్ఠత్వాన్ని నిరూపించుకొనజాలదు. సైన్స్ ని తననుతాను స్వయంగా నిరూపించుకున్నది. అదే విధంగా ఆధ్యాత్మికత కూడా తనను తాను స్వయంగా నిరూపించుకొనవలసి ఉంటుంది.

ఆధ్యాత్మికతను గురించి సందేహాలున్న ఈనాటి పరిస్థితులలో ఆధ్యాత్మిక సిద్ధాంతాలను సైన్స్ ద్వారా నిరూపించినంత మాత్రాన సఫలత సిద్ధించదు. లేదా వీటి వేదాంతపరమైన వ్యాఖ్యానము చేయటం కూడా చాలదు. ఆసన, ప్రాణాయామ, ధ్యాన, ధారణ వంటి సాధనోపచారముల ద్వారా కూడా దీని ఉపయోగం అంతంత మాత్రమే.

ఆధ్యాత్మిక రంగానికి చెందిన సిద్ధాంతాల ఉపయోగము, వాటి వైజ్ఞానికత దాని కార్యరంగంలో అంటే అంతర్జగత్తు నుండి వాటిని ఋజువుచేసుకొనగలిగినపుడే నిరూపించబడతాయి. అనగా మతం యొక్క సిద్ధాంతాలను మన జీవనరూపమైన ప్రయోగశాలలో ప్రయోగించబడాలి. ఆత్మచేతన యొక్క అస్తిత్వము జీవితం యొక్క ప్రతి అంగంలోనూ కనిపించాలి. వ్యక్తిత్వంలో ఉత్కృష్టమైన ఆలోచనలు, ఉదాత్తభావనలు, ఆదర్శపూరితమైన శీలము మొదలగు లక్షణములు ప్రస్ఫుటం కావాలి. ఈవిధంగా ఆధ్యాత్మిక లక్షణము వ్యక్తిత్వంలో ఎంత ఎక్కువగా ఉంటే, వ్యక్తిలో దైవత్వము అంతగా అభివృద్ధి చెందుతుంది. ఇలాంటి బ్రహ్మ వర్షస్సుతో విరాజిల్లే మహానుభావులు భోగవాద సిద్ధాంతము నుండి పుట్టిన భ్రాంతులను సమర్థవంతంగా త్రిప్పికొట్టగలరు. అప్పుడే సర్వోత్తమమని చెప్పగలిగిన పరిస్థితులు సమాజంలో ఉత్పన్నం కాగలవు.

- అఖండజ్యోతి, జూన్ 2001  
అనువాదం: శ్రీమతి కృష్ణకుమారి

**చర్చల ద్వారా, సంప్రదింపుల ద్వారా అవగాహన లోపాలను సరిదిద్దుకోవాలి.**

## మహామృత్యుంజయ మంత్రసాధన వల్ల వచ్చే ఆశ్చర్యకరమైన ఫలితాలు

### మహామృత్యుంజయ మంత్రం

ఓం త్రయంబకం యజమహే సుగన్ధిం పుష్టివర్ధనం ।

ఊర్వారుకమిక బంధనాన్ మృత్యోర్ముక్షీయ మామృతాత్ ॥

(దేవసంస్కృతి విశ్వవిద్యాలయములో మనస్తాపము అనే స్థితిపై మహామృత్యుంజయ మంత్ర సాధన యొక్క ప్రభావము అధ్యయనం చేయబడింది. ఈ విషయమై 2004 జనవరి - జూన్ శిబిరాలలో మానవీయ చేతన మరియు యోగవిజ్ఞాన విభాగము యొక్క పరిశోధకులు కుమారి ఇందుశర్మగారు, ప్రణవ్ పండ్యాగారి సంరక్షణలో, హేమాద్రిసాల్ గారి మార్గదర్శనంలో పరిశోధనలు చేశారు. ఇందుకొరకై 18 నుండి 40 సంవత్సరముల వయస్సులోపు ఉన్న 40 మందిని శివానందనగర్ మహా విద్యాలయం నుండి, ఋషీకేశ్ లోని పంజాబ్-సింథ్ ధర్మశాల, టహార్ గఢ్ వాలా నుండి ఎంపికచేశారు. వీరందరి చేత 40 రోజుల పాటు రోజు 3 మాలల మహామృత్యుంజయ జపము చేయించారు. జపము ప్రారంభించేముందు, తరువాత ప్రశ్నలు వేయటం ద్వారా వారి స్థితిని పరీక్షించారు. పరీక్షల ద్వారా లభించిన టీ-టెస్ట్ విశ్లేషించారు. ఈ మంత్ర ప్రభావము వల్ల మనస్తాపము యొక్క రకరకాల పొరలైన ఆత్మహీనత, విషాదము, దుష్టచింతన, మనోగ్రస్తత, పరాధీనత, ఆరోగ్యమును గురించిన ఆందోళన, దోషభావముల స్థాయి తగ్గుదల కనిపించింది.)

మానవుని మస్తిష్కము యొక్క క్రియాకలాపాలను మూడు భాగాలుగా విభజించవచ్చు - 1. స్మృతి 2. చింతన 3. భావనలు. ఈ మూడు క్రియలు ప్రభావవంతమైనవి, కష్టమైనవి, జటిలమైనవి. స్మృతి, ఆలోచనలను శక్తి యొక్క దృష్టితో చూస్తే వ్యక్తులలో బలంగా ఉండవచ్చు, లేదా బలహీనంగా ఉండవచ్చు కాని భావనలలో మాత్రం ఎక్కువ తక్కువలు ఉండవు. నిజానికి మానవుని జీవితమంతా భావనలతోనే నడిపించబడుతున్నది. ఈ భావనలు మానవుని జీవితముపై, శారీరిక ఆరోగ్యముపై, మానసిక స్థితిపై రెండు రకాల ప్రభావాలను చూపిస్తాయి. ఒక రకమైన భావనల (క్రోధము, చింత, భయము, శోకము, ఈర్ష్య, ద్వేషము మొదలైనవి) వల్ల కారణ శరీరము యొక్క విభిన్న భాగాలు ఉత్తేజితమై రకరకాల వికారాలను ఉత్పన్నము చేస్తాయి. రెండవ రకమైన భావనలు (ఆశ, ఉత్సాహము, విశ్వాసము, ప్రేమ,

సాహసము, ప్రపుల్లత) మనస్సు మీద, శరీరము మీద మంచి ప్రభావాన్ని కల్గిస్తాయి.

వ్యక్తి ఎన్నో రకాల ఆలోచనలు, బాధలు, సమస్యలు, అనుమానాల మధ్య భయంతో జీవిస్తుంటాడు. ఈ కారణంగా ఉత్పన్నమయ్యే భావనల వల్ల చెడు సంస్కారములతో నిండిన మనస్సు, వికృతమైన భావనలు ఊపిరిపోసుకుంటాయి. దానితో అతడు ఏ సంఘటనలను కానీ, వస్తువులను కానీ సరైన దృష్టికోణంతో గమనించలేక, తనకు నచ్చని చిన్న సంఘటనను కూడా పెద్దగా భావించి కంగారు పడుతుండటం వల్ల ఎన్నో వికారాలు మొలకెత్తుతాయి.

ప్రపంచ ఆరోగ్యసంస్థ యొక్క రిపోర్టుల ప్రకారము ప్రపంచంలో 40 కోట్ల మంది ప్రజలు మానసిక రోగాలతో బాధపడుతున్నారు. ఇండియన్ అకాడమీ ఆఫ్ క్లినికల్ సైక్రియాటిక్ యొక్క నూతన అధ్యయనము ప్రకారము 5 శాతం అనగా దాదాపు 5 కోట్లమంది భారతీయులు ఈ వికృత మానసికస్థితితో కొట్టుమిట్టాడుతున్నారు. వైద్యం కొరకు వచ్చేవారి సంఖ్యలో 6 నుండి 40 శాతం మానసికరోగులు ఉంటారు.

ఈ పరిస్థితి చూస్తే ప్రపంచం ఎన్నో మానసిక రోగాలతో భయంకరమైన వాతావరణంలో ఉన్నది. వ్యక్తి ఇటువంటి వాతావరణంలో ఇమడలేక మనస్తాపం అనే వ్యాధితో పీడింపబడుతున్నాడు.

ప్రప్రథమంగా 'విలియమ్ కూలేన్' అనే ఇంగ్లండుకు చెందిన వైద్యుడు మనస్తాపము అనే శబ్దాన్ని 1769లో వాడాడు. ప్రతిరోజు మనకు ఎదురయ్యే సమస్యల వల్ల ఉత్పన్నమయ్యే చింత మరియు భయముల యొక్క అనుభూతుల ప్రభావము వల్ల మనస్తాపము అనే వ్యాధి వస్తుంది. ఇందువల్ల మన సామర్థ్యానుసారము పనులు చేయడంలో విఫలమవుతారు.

మానసిక వికృతులకు చాలా చిన్న రూపం మనస్తాపము. నిజానికి అది సాధారణమైన మానసిక వికారము. కానీ దీనివల్ల ఆరోగ్యమునకు సంబంధించిన ఎన్నో సమస్యలు వస్తాయి. మనస్తాపము వల్ల వ్యక్తిగత, సామాజిక జీవితము కష్టమైపోవడమే కాక అంతర్లంధ్యము మరియు కుంఠలు (complex) మనల్ని చుట్టు ముడతాయి. వీటితో పీడింపబడే వ్యక్తి మానసిక

మన లోపాలను గుర్తించి వాటిని సరిచేసుకోవాలి.

చికిత్సాలయంలో చేరడం మంచిదే. కానీ అంతకన్నా మంచి మానసిక వైద్యుడి అవసరం ఎంతో ఉంది.

ఈ సమస్యను నివారించేందుకు ప్రస్తుతం అనేక పద్ధతులున్నాయి. అల్లోపతి, సైకోథెరపీ, ఆయుర్వేదం - వీటినిన్నింటిలో చికిత్సలున్నాయి. కానీ అల్లోపతి వల్ల సైడ్ ఎఫెక్ట్స్, ఆయుర్వేదంలో తగ్గుతుండా, లేదా అనే అనుమానం, సైకోథెరపీలో తగ్గినా మళ్ళీ తిరగబెట్టదు అనే సమస్యకం లేకపోవడం వంటి సమస్యలున్నాయి.

అందుచేత ప్రస్తుత పరిశోధనలలో యోగిక పద్ధతుల ద్వారా, మంత్ర జపసాధనా విధానముల ద్వారా ఈ సమస్యకు పరిష్కారం కనుక్కోనే ప్రయత్నం చేయబడుతున్నది. ఇందులో సైడ్ ఎఫెక్ట్స్ ఉండవు. ఇది ఎంతో తేలికైన, ప్రభావవంతమైన యోగ ప్రక్రియ. ప్రాచీన భారతీయ ఆర్ష గ్రంథములలో, వేదములలో, పురాణములలో, వాఙ్మయములలో, ఉపనిషత్తులలో రకరకాల రోగాలకు తంత్ర, మంత్ర, యంత్ర, అభిషేక, భస్మ, ఔషధి, జపతపాది విధానాలు ఇవ్వబడ్డాయి. ఇందులో వారు తెలిపిన సత్యమేమిటంటే పాంచభౌతిక శరీరానికి అనేక రకాల వ్యాధులు వస్తుంటాయి. వీటిని ఆహార విచారములలో మార్పు, సంతులిత, నియమిత దినచర్య మొదలైన విధానాల ద్వారా తగ్గించే ప్రయత్నం చేస్తాము. అయినప్పటికీ తగ్గకుండా పెరుగుతున్న మనో రోగములను నివారించేందుకు మహామృత్యుంజయ మంత్ర జపమును నిర్ధారించారు. ఈ మంత్రములో రోగనివారణ చేయగలిగే అపరిమితమైన శక్తి ఉంది.

ప్రస్తుత పరిశోధన యొక్క ముఖ్య ఉద్దేశ్యము మృత్యుంజయ మంత్రజపసాధన ద్వారా మనస్తాపముపై పడే ప్రభావాన్ని పరిశీలించడం. ఇందుకొరకు 7 పద్ధతులు తయారుచేయబడ్డాయి.

### పరిశోధనా విధానము

**ఎంపిక :** ప్రస్తుత అధ్యయనము కొరకు శివానందనగర్ మహా విద్యాలయం నుండి, పంజాబ్, సింధు ప్రాంతాలలోని ధర్మశాల నుండి, ఋషీకేష్ నుండి, 18 నుండి 40 సంవత్సరాల మధ్య వయస్సు ఉన్న అభ్యర్థులను ఎంపిక చేశారు.

**ఉపకరణాలు :** ప్రస్తుత అధ్యయనములో అభ్యర్థులలోని మనస్తాపమును కొలిచేందుకు కింద చెప్పిన ఉపకరణాలు ఉపయోగించారు.

1. ఎడ్జ్స్టేమ్ ఎంట్ న్యూరోటిజిమ్ డైమన్షన్, ఇన్వెటరీ (ANDI) - ఇది రామనారాయణ్ సింహ్ మరియు మహేశ్ భార్గవ్ ద్వారా 1983లో తయారుచేయబడింది.

**విధానము :** ప్రస్తుత అభ్యర్థులకు ప్రారంభిక పరీక్షలు ఇన్వెంటరీ ద్వారా చేశాము. 40 రోజుల పాటు రోజుకి 3 మాలల చొప్పున మహామృత్యుంజయ మంత్రజపము చేశాక మరల ప్రారంభములో చేసిన పరీక్షలను తిరిగి చేశాము.

### ఫలితాలు మరియు విశ్లేషణ :

1. మహామృత్యుంజయ జపము చేసే అభ్యర్థుల ఆత్మహీనత స్థాయి పరీక్షించిన తరువాత లభించిన ఫలితాలను విశ్లేషిస్తే అవి ఇలా ఉన్నాయి. మహామృత్యుంజయ జపము చేసిన 40 మంది అభ్యర్థులకు 40 రోజుల జపానికి ముందు ఆత్మహీనత స్థాయి 7.15 ఉండగా, 40 రోజుల సాధన తరువాత అది 5.90 కు తగ్గింది. అంటే తేడా 2.29. ఒకే సమూహములోని వారికి ముందు, తరువాత చేసిన పరీక్షల మధ్య ఒక విశేషమైన సంబంధముంది. అది (0) 0.67 గా వచ్చింది. సంఖ్యాపరమైన విశ్లేషణ లభించిన తరువాత టి-వాల్యూ పరీక్ష 0.05 మరియు 0.01 గా వచ్చింది. టి-వాల్యూ స్వతంత్ర అంశము విలువ (0) 0.01 లేదా 0.05 గా వచ్చింది. లభించిన విలువల కంటే ఇది ఎక్కువగా ఉంది. ప్రారంభ, అంతిమ పరీక్షల ద్వారా లభించిన విలువల మధ్య తేడా ఉంది. పై పరీక్షల ద్వారా లభించిన టి-విలువ 4.59, స్వతంత్ర అంశము 39లో 0.01గా స్థిరపడింది. 0.01 అంటే 100 మంది అభ్యర్థులలో 99 మందిపై ప్రభావము చక్కగా ఉంది అని అర్థము. ఈ ప్రభావము 0.05 అంటే 100 లో 95 మంది అభ్యర్థులపై సరైన ప్రభావము కనిపించింది. 5 గురిపై ప్రభావము లేదు అని అర్థము. ఈ విలువలను బట్టి మహామృత్యుంజయ మంత్ర జపము వల్ల అభ్యర్థులలోని ఆత్మహీనత స్థాయి బాగా తగ్గింది అని తెలుస్తున్నది.
2. మహామృత్యుంజయ మంత్రజపము వల్ల అభ్యర్థులలోని విషాదభరిత మనోభావాలపై ఎటువంటి ప్రభావముందో ఇప్పుడు చూద్దాము. ఈ స్థితి 7.68 నుండి 6.50 కు తగ్గింది. టి-వాల్యూ 5.27, 39లో స్వతంత్ర అంశము 0.01 దగ్గర నిలకడగా ఉంది. ఈ విలువలను బట్టి చూస్తే మహా మృత్యుంజయ మంత్ర జపము వల్ల విషాద భరిత భావాలు తగ్గుతాయని తెలిసింది.
3. చెడు ఆలోచనలు మంత్రజపము వల్ల ఎలా తగ్గాయో చూద్దాము. ఈ విలువలు 8.05 నుండి 6.67కు తగ్గి టి-వాల్యూ 7.84గాను, 39లోని స్వతంత్ర అంశము 0.01 దగ్గర నిలకడగా ఉంది.

**నిర్దిష్ట కార్యప్రణాళికను తయారుచేసుకొని అంకిత భావంతో అమలు చేయాలి.**



4. మానసిక వ్యాకులస్థితి మహామృత్యుంజయ మంత్రజపం వల్ల 7.70 నుండి 6.53 కు తగ్గింది. టీ-వాల్యూ 5.42గాను, 39లోని స్వతంత్ర అంశము 0.01 దగ్గర నిలకడగా ఉంది.
5. పరాధీన మానసిక స్థితి 7.10 నుండి 6.10 కు మంత్ర జపము వల్ల తగ్గింది. స్వతంత్ర అంశము 39 లో 0.01 దగ్గర నిలకడగా ఉంది.
6. ఆరోగ్యమును గురించిన ఆందోళన మహామృత్యుంజయ మంత్రజపము వల్ల ఎంత తగ్గిందో చూద్దాము. **మంత్ర జపము తరువాత ఆరోగ్యము పట్ల ఉండే ఆందోళనల విలువ 7.60 నుండి 6.50 కు తగ్గింది.** టీ-వాల్యూ & 9.78 గాను, 39లోని స్వతంత్ర అంశము 0.01 వద్ద నిలకడగా ఉంది.
7. దోషపూరిత భావాలు మహామృత్యుంజయ మంత్రజపము వల్ల ఎలా తగ్గాయో చూద్దాము. **జపము చేసిన తరువాత దోషభావాల విలువలు 8.00 నుండి 6.78కి తగ్గాయి.** టీ-వాల్యూ 5.53 గాను, స్వతంత్ర అంశము 39లో 0.01 వద్ద నిలకడగా ఉంది.

పైన చెప్పిన మానసిక స్థితులన్నింటి విలువలు మహామృత్యుంజయ మంత్రజపము వల్ల తగ్గాయి. మంత్రజపము వల్ల ప్రతి అక్షరము నుండి ఉత్పన్నమయ్యే స్పందనలు మానసిక పరమైన ఒడిదుడుకులను సరిచేస్తాయి. ఈ స్పందనలు పెరిగేకొద్దీ మనసుతో పాటు అదే నిష్పత్తిలో చేతస్వము కూడా ప్రభావితమౌతుంది. దీని వల్ల భావనలు, చింతనల మీద సకారాత్మక (positive) ప్రభావము పడుతుంది. ఈ ప్రభావం వల్ల మన అంతస్రావీయ గ్రంథులు మరియు వాటి నుండి వెలువడే హార్మోన్లు సంతృప్తికరముగా (balanced) ఉంటాయి. ఇవే శారీరక, మానసిక ఆరోగ్యమును సంతృప్తికరము చేస్తాయి.

మహామృత్యుంజయ మంత్రము విభిన్న శక్తి బీజాలతో నిండి ఉంటుంది. ఈ మంత్ర జపమునకు నాలుకతో పాటు కంఠము, తాలువ, దవడలు, దంతమూలములు, ఇంకా నోటియందలి ఇతర భాగములు కూడా సహాయపడతాయి. ఈ మంత్రజపం చేసే సమయంలో నోటిలోని ఏ భాగం నుండి ధ్వని వెలువడుతుంటుందో ఆయా భాగాల నుండి నాడులు శరీరములోని విభిన్న భాగాలకు వ్యాపిస్తాయి. ఇలా వ్యాపించిన భాగముల యందు ఎన్నో గ్రంథులు ఉంటాయి. వాటి మీద ఉచ్చారణ యొక్క ప్రభావము ఉంటుంది. దీని వల్ల నాడీమండలమంతా సంతృప్తికరముతో ఉంటుంది.

**నిర్ణయము :** సరైన ప్రణాళిక, క్రమశిక్షణ మానవజీవితమునకు ప్రాణము. అది లేకపోతే జీవితములో ఆనందము పోయి వికారాలు

చోటుచేసుకుంటాయి. ఇందుకొరకు వ్యక్తి బాహ్యముగాను, అత్యంతంగాను, ప్రయత్నం చేయాలి. ఆత్మిక ప్రయత్నములో మంత్ర జపము ఒక ప్రముఖ సాధనము. మంత్రములలో మహామృత్యుంజయ మంత్రజపము వల్ల వ్యక్తియొక్క మానసిక స్థితి దృఢపడుతుంది. కానీ మంత్రసాధన చేసే సమయంలో శబ్ద శక్తి, మానసిక ఏకాగ్రత, వ్యక్తిత్వము నందలి గొప్పతనము, లక్ష్యము పట్ల ఉండే అచంచల విశ్వాసము అనే ఈ నాలుగు ఆధారాల మీదనే ఫలితాలు ఆధారపడిఉంటాయి. మంత్ర జపంతోపాటు చక్కని జీవిత విధానము, ఆచార-వ్యవహారాలు, సంయమనము కూడా తప్పనిసరిగా ఉండాలి. ఎందుకంటే మంత్ర సాధన వల్ల మంచి గుణములు వికసిస్తాయి. అహంకారము వంటి దుర్గుణము కూడా వృద్ధి చెందుతుంది. ఈ కారణంగానే వ్యక్తిత్వ వికాసములో విశేషంగా ప్రగతి అనేది ఉండదు. నిష్కామ సేవ, సద్బావలను అలవరచుకుంటేనే జపసాధన అనేది ఉపయోగ పడుతుంది.

- అఖండజ్యోతి, జూన్ 2009  
అనువాదం : శ్రీమతి వల్లీశ్రీనివాస్

### శ్రీ గాయత్రీ శతకం

59. దేవతలకు దివ్యత్వ మందించు దేవి  
అఖిల జగతిని పాలించు ఆదిమాత  
నీకు సద్బుద్ధి కలిగించు నియతి గొలువ  
విశ్వ జనయిత్రీ గాయత్రీ వేదమాత

తా:- సకల దేవతలకు దివ్యత్వాన్ని ప్రసాదించు దేవి,  
సర్వజగతిని మంగళకరముగా పాలించు ఆద్యమాతను నియమ  
నిష్ఠలతో నీవు ఆరాధింతువేని మంచి బుద్ధిని నీకు కలిగిస్తుంది.

60. త్రిపద మంత్రమ్ము నెందరు దినదినంబు  
కూడి యొకచోట నింపుగా పాడగలరొ  
వారి సంసార బాధలన్ పారగొట్టు  
విశ్వ జనయిత్రీ గాయత్రీ వేదమాత

తా:- మూడు పాదములను కలిగిన మహామంత్రమును  
ఎంతమంది ఒక చోట చేరి గాత్రములు కలగలుపుకొని  
ప్రతినీత్యం మధురాతి మధురముగా పాడుకొనుచుండురో  
వారందరి సంసారాలలో ఉన్న ఈతి బాధలను తొలగించి  
ఆనందమును చేకూరుస్తుంది విశ్వమాత.

రచన : సహజ కవి, సాహిత్య రత్న,  
శతక చతురానన, పద్మ్య కవితాసుధానిధి  
శ్రీ అయినాల మల్లేశ్వర రావు

**మానసిక స్థిరత్వాన్ని వృద్ధి చేసుకోవాలి.**

# ప్రాణాకర్షణ ప్రాణాయామ పద్ధతులు

ప్రాతఃకాలమున కాలకృత్యములు తీర్చుకొని, సాధన కొరకు ఒక శాంతిదాయకమైన ప్రదేశమునందు ఆసనముపరచి కూర్చొని, రెండు చేతులను మోకాళ్ళపై ఉంచి, వెన్నెముక నిటారుగా ఉంచి కళ్ళు మూసుకోవాలి.

ఊపిరితిత్తులలోని గాలినంతటిని పూర్తిగా బయటకు వదలి నిదానంగా ముక్కుద్వారా గాలిపీల్చటం ప్రారంభించాలి. వీలయినంత వరకు ఊపిరితిత్తుల నిండా గాలి పీల్చాలి. పీల్చిన గాలిని కొంతసేపు లోపలనే అట్టిపెట్టాలి, తర్వాత గాలిని ముక్కు రంధ్రముల ద్వారా నిదానంగా బయటకు వదలాలి. ఊపిరితిత్తులు పూర్తిగా ఖాళీ అయిన తర్వాత శ్వాసను బంధించి, కొంచెము సేవయిన తర్వాత మరల నిదానంగా గాలి పీల్చడం ప్రారంభించాలి. ఇది ఒక ప్రాణాయామము.

శ్వాసలోనికి పీల్చడాన్ని పూరకమనీ, వదలడాన్ని రేచకమనీ, బంధించడాన్ని (ఆవడాన్ని) కుంభకమనీ అంటారు. కుంభకంలో రెండు రకాలు. గాలి లోపల ఉంచి బంధిస్తే అంతః కుంభకమని, బయటవుంచి బంధిస్తే బాహ్య కుంభకమని పిలుస్తారు. రేచక పూరకములకు ఒకే సమయం పట్టాలి. కుంభకమునకు అందులో సగం చాలు.

పూరకం చేసేటప్పుడు తాను జనశూన్య లోకమందు ఒంటరిగా కూర్చున్నట్లు నాలుగు వైపులా విద్యుత్వంటి చైతన్య జీవనశక్తి యొక్క సముద్ర తరంగాలు ఉన్నట్లు భావించాలి. శ్వాస ద్వారా వాయువుతో పాటు ప్రాణశక్తిని కూడా లోనికి పీలుస్తున్నట్లు భావించాలి.

అంతఃకుంభకం చేసే సమయంలో చైతన్య ప్రాణశక్తి తన లోపల అంతట నిండి ఉన్నట్లు సమస్త నాడుల యందు అంగ ప్రత్యంగముల యందు ఆ శక్తి స్థిరముగానున్నట్లు, దానిని పీల్చుకొని దేహమునందలి కణకణము, రోమరోమము చైతన్యవంతము, వికసితము, తేజోవంతము, పరిపుష్టము అయినట్లు భావించాలి.

రేచకం చేసే సమయంలో శరీరమందు ఉన్న మలినములు, రక్తమందు కలసిన విషములు, మనసునందు నిండి ఉన్న వికారములు శ్వాసతోపాటు బయటకు వదులుతున్నట్లు భావన చేయాలి.

బాహ్యకుంభకం చేసే సమయంలో, లోనున్న దోషము లన్నియు బయటకు నెట్టబడి ద్వారములు బంధింపబడి మరల అవి లోనికి రాకుండా నిరోధింపబడినట్లు భావించాలి.

ఈ భావనతోపాటు ప్రాణాకర్షణ ప్రాణాయామము చేయాలి. మొదట 5 సార్లతో మొదలుపెట్టి నెమ్మది నెమ్మదిగా వీలును బట్టి పెంచుకుంటూ పోవాలి.

**ఇంకొక పద్ధతి :** ఒక ప్రశాంత వాతావరణంలో సమతల ప్రదేశంలో మెత్తటి ఆసనాన్ని పరచి, వీపు మీద (వెల్లకిలా) పడుకోవాలి. కాళ్ళు, నడుము, ఛాతి, తల సరళరేఖలా ఉండాలి. రెండు చేతులు సూర్యచక్రంపైన (పక్కటెముకలు (Ribs), పొట్టకలిసే చోటు) ఉంచాలి. నోటిని మూసి ఉంచాలి. శరీరమును పూర్తిగా తేలికగా ఉంచాలి. అది ఒక నిర్జీవమైన వస్తువైనట్లు

**గత సంచికలలో ప్రాణాకర్షణ ప్రాణాయామంతో టెన్షన్ పోగొట్టుకోవచ్చునది (బ్రహ్మపర్చస్ పరిశోధనా సారాంశములో ప్రచురించాము. ఈ ప్రాణాయామ పద్ధతి కూడా పత్రికలో ఇవ్వవలసినదిగా కోరడం వల్ల ఈ వ్యాసం ప్రచురిస్తున్నాము. సాధకులు ఈ పద్ధతిని అభ్యసించి వారి అనుభవములను తెలుపవలసినదిగా కోరుతున్నాము.**

దానితో మనకు ఏమీ సంబంధము లేనట్లు భావించగనే శరీరం దానంతట అదే తేలికగా అయిపోతుంది. ఇప్పుడు మెల్లమెల్లగా ముక్కుద్వారా శ్వాస పీల్చుట ప్రారంభించాలి. దానితోపాటు దృఢమైన శక్తితో ఈ విధంగా భావన చేయాలి “విశ్వవ్యాప్తమైన అతిపెద్ద ప్రాణ భాండాగారము నుండి నేను స్వచ్ఛమైన ప్రాణమును

ఊపిరితోపాటు పీల్చుచున్నాను. ఆ ప్రాణము నా యొక్క రక్తప్రవాహములోనూ, నాడుల యందు ప్రవహించి సూర్య చక్రముతో కలిసిపోతున్నది అని భావించాలి. ఆ భావన ఎంత దృఢంగా ఉండాలంటే ప్రాణశక్తికి సంబంధించిన మెరుపువంటి కిరణాలు నాసికద్వారా దేహంలో తిరుగుతున్నట్లు భావించాలి (చూడాలి). శరీరంలో ప్రాణ ప్రవాహము ప్రవహిస్తున్నట్లు భావన చేయాలి, దర్శించాలి. భావన ఎంత బాగా ఉంటే అంత బాగా ప్రాణశక్తిని పీల్చుకోగలరు.

ఊపిరితిత్తులలో గాలిని పూర్తిగా నింపి 5 నుంచి 10 సెకండ్ల వరకు గాలిని ఆపాలి. మొదట 5 సెకండ్లు చాలు అభ్యాసము చేసిన తర్వాత 10 సెకండ్ల వరకు ఆపి ఉంచవచ్చు. ఊపిరి ఆగిఉన్నంత సేపు లోపల కావలసినంత ప్రాణవాయువు నిండినట్లుగా భావించాలి. తరువాత గాలిని మెల్లమెల్లగా నోటిద్వారా బయటికి వదలాలి. బయటకువచ్చే గాలితో పాటుగా శరీరంలోని సర్వ దోషములు, రోగములు, విషములు బయటకు పోతున్నట్లుగా భావించాలి. 10 సెకండ్ల వరకు గాలి లోనికి పీల్చుకుండా ఉండి

**సాంఘిక జీవనములో ఇతరులను అర్థం చేసుకుంటూ గడపాలి.**

తదుపరి పైన చెప్పిన ప్రాణాకర్షణ ప్రాణాయామము చేయటం ఆరంభించాలి. ప్రాణాకర్షణకు ఆధారము ఊపిరిపీల్చి వదలటము కాదని ప్రాణము శరీరములోనికి ప్రవహిస్తున్నట్లు స్పష్టంగా చూడటము అని బాగా గుర్తు పెట్టుకోవాలి.

ఈ రకమైన ప్రాణాయామ క్రియను పది నిమిషాలతో ప్రారంభించి మెల్లమెల్లగా అర్థగంట వరకు పొడిగించాలి. శ్వాస ద్వారా పీల్చిన ప్రాణాయామము సూర్యచక్రములో నిండిపోతూ ఉండాలి. అంతేకాని నోటిద్వారా వదిలే సమయంలో గాలితోపాటు ప్రాణము కూడా బయటికి పోతున్నట్లు భావించితే చేసిన పనంతా వ్యర్థమై పోతుంది. దానివలన ఏ విధమైన లాభము ఉండదు.

సరైన పద్ధతిలో ప్రాణాకర్షణ ప్రాణాయామం చేసినప్పుడు సూర్య చక్రము జాగృతమవుతుంది. పక్కటెముకలు (Ribs) అన్నాశయం (పొట్ట) కలసిన చోట ఉన్న గుంటలో సూర్యునితో సమానమయిన చిన్న ప్రకాశదీపం మానవ నేత్రములతో చూడబడగలదని ప్రతీతి. ఇది ప్రారంభమందు తక్కువ వెలుగుతో మనకగా కన్పించినా అభ్యాసం చేసిన కొలది పెరుగుతూ

శుభ్రంగా, స్వచ్ఛంగా, మిక్కిలి ప్రకాశవంతంగా కన్పిస్తుంది. అభ్యాసం బాగా చేసిన వారికి కనులు మూస్తూనే తన సూర్యచక్రం సాక్షాత్ సూర్యునివలె తేజో పూర్వకంగా కనిపించడం మొదలవుతుంది. ఈ ప్రకాశతత్వము ప్రాణశక్తియేగాని, వేరుగాదు. దీని ప్రభావము చేత కఠిన కార్యములయందు అద్భుత సాఫల్యము కలుగుతుంది.

అభ్యాసం పూర్తి చేసి లేచి కూర్చోవాలి. రక్త ప్రసరణము త్వరితగతితోనున్నట్లు శరీరమంతటా ఒకరకమైన విద్యుత్తు ప్రసరిస్తున్నట్లు అనుభవం కలుగుతుంది. అభ్యాసం పూర్తి అయిన పిమ్మట ఒక్కచోట కొద్దిసేపు ప్రశాంతంగా కూర్చోవాలి. వెంటనే ఏ పని చేయకూడదు. స్నాన, భోజన, మైధునములు అసలు పనికిరావు.

పైన సర్వసాధారణంగా ఉపయోగించే శ్వాస-ప్రశ్వాస ప్రక్రియలు వర్ణింపబడినవి. దీనిని అభ్యసించడంతో గాయత్రీ సాధకులకు దౌర్బల్యము దూరమవుతుంది. ప్రాణవంతులు అగు లక్షణములు కనిపిస్తాయి.

### యుగశక్తి గాయత్రి మాస పత్రిక పాఠక మహాశయులకు, చందాదారులకు విజ్ఞప్తి

యుగశక్తి మాసపత్రిక చందాదారులకు సకాలములో, సక్రమముగా అందుట లేదు అనెడి ఫిర్యాదులు మా కార్యాలయమునకు అందుచున్నవి. ముఖ్యముగా సెప్టెంబరు 2011 మాసపత్రిక చందాదారులకు చేరుటలో విపరీత జాప్యము జరిగినది. అన్నింటికన్నా బాధాకరమైన విషయము జంట నగరాలలోనున్న అనేకులకు అందలేదనెడి ఫిర్యాదు వచ్చినది.

మిత్రులారా! మేము ప్రతినెల 28 లేక 29 తేదీలలో, పోస్టల్ డిపార్టుమెంట్ వారి ఆర్డరు ప్రకారము ఆ నెలలో పోస్టు చేయవలసిన పత్రికలను హుమయూన్ నగర్ పోస్టు ఆఫీసులో నిర్దేశిత ఫీజు చెల్లించి జమచేయుచున్నాము.

రెండవది చందాదారులకు ఒక్కొక్కరికి కోడ్ నెంబరు ఇచ్చివారి చిరునామాలను కంప్యూటర్ ప్రింట్ ద్వారా, పత్రిక కవరుపై అంటించి పంపుట జరుగుచున్నది. కావున మా కార్యాలయముల నుండి పత్రిక పోస్టుచేయబడుచున్నది. దీనిలో ఎటువంటి సందేహము లేదు.

మూడవది మీ పత్రికపై అంటించిన చిరునామాలోని క్రింది లైనులో మీ పత్రిక చందా ప్రారంభనెల, ముగింపు నెల, సంవత్సరము ముద్రింపబడి ఉంటాయి. పత్రిక చందాకాలము పూర్తి అయినప్పటి నుండి చందాదారుని చిరునామాను ముద్రించుట, కంప్యూటర్ సత్వరము నిలిపివేస్తుంది.

నాల్గవది పోస్టల్ డిపార్టుమెంట్ నిర్వహణ మా పరిధిలో లేనందున, పత్రిక హైదరాబాద్ నుండి వివిధ (పోస్టాఫీసులు) స్టాల్లింగ్ ఆఫీసులు దాటి మీకు చేరుటలో జరిగెడి జాప్యాన్ని మేము నియంత్రించజాలనుకున్నాం. పత్రిక వరుసగా రానివారు వ్రాత పూర్వకముగా మీకు సంబంధించిన పోస్టుమాస్టరుకు ఫిర్యాదు చేస్తూ మాకు దాని నకలు పంపిన మేము సంబంధిత పోస్టల్ అధికారుల వద్దకు దీనిని చేర్చి, ఆలస్య నివారణకు కృషిచేయగలవారము. పత్రిక ఆ నెల 15 లేక 20 రోజులలో అందనివారు తెలియజేసినచో మరియొక దానిని తప్పక పంపించగలము.

పై యదార్థముల గ్రహించి, మాతో సహకరించవలసినదిగా చందాదారులను అర్థించుచున్నాము. పత్రికను సకాలములో పాఠక మహాశయులకు, చందాదారులకు అందించవలయునని మా శక్తి వంచన లేకుండా కృషిచేయుచున్నాము. ఈ పనిని ఇంకా వృద్ధి చేయుటకు మీ నుండి తగు సూచనలు, సలహాలను ఆహ్వానించుచున్నాము. మీలో ఎవ్వరైనా వచ్చి మాతో కలసి ఒక నెల రోజుల పాటు పనిచేసి, మాలోని లోటుపాట్లను సవరించుకొనుటకు తగు సూచనలను ఇవ్వగోరుతున్నాము. వచ్చిన వారికి భోజన, వసతి సౌకర్యములు సంస్థ కల్పించుతుంది అని మనవి చేసికొనుచున్నాం.

ఇట్లు

ఎ. వేణుగోపాల రెడ్డి

సెల్: 9949111175

గాయత్రీ చేతనా కేంద్రం, హైదరాబాద్

విశాల హృదయంతో ఇతరులకు సహాయం అందించాలి.

# జాగ్రతమైన యువచైతన్యమే సమగ్రక్రాంతిని తీసుకురాగలదు

సమాజము, దేశము ఈ రెండింటి నవనిర్మాణంలో యువతదే ప్రముఖపాత్ర. ప్రాచీనకాలంనుండి నేటివరకు యువకులు చేసిన కృషి వల్లనే సమాజంలో అప్పుడప్పుడు సకారాత్మకమైన (positive) మార్పులు రావటమేకాదు, దేశానికి కూడ క్రొత్త దిశ లభిస్తూ ఉన్నది. కుటుంబము, సంఘం, యావత్ దేశం కూడా ఆందోళనాపూరితమైన ప్రస్తుత సమయంలో, సంపూర్ణవ్యవస్థలోనే మార్పు తీసుకురావలసిన అవసరము ఉన్నది. ఈ విషయమై యువత పట్టించుకోకపోవడం నిజంగా విచారించదగ్గ విషయం.

దేశ భవిష్యత్తును చక్కచేయవలసిన ముఖ్య బాధ్యత యువతరం పైననే ఉన్నది. యువతరమే తమ శక్తిని నిర్మాణాత్మకమైన కార్య కలాపాలలో గాక, వినాశపూరితమైన పనులకోసమై వెచ్చిస్తున్నది. కొద్దికాలం క్రిందట వరకు ఈ దేశపు యువత శక్తివంతులు, ఆలోచనాపరులు, కల్పనాశీలురు, బాధ్యతాయుతులుగా గుర్తించ బడేవారు. వారిలోని ఈ గుణాల ఆధారంగానే వారు తెలివైన నిర్ణయాన్ని తీసుకొనగలరనీ, శక్తివంతమైన పోటినివ్వగలవారనీ, సకారాత్మకమైన (positive) ఆలోచనా విధానాన్ని కలిగినవారనీ అంచనా వేయబడుతుండేది. కానీ ఆ అంచనాలకు వ్యతిరేకంగా ఈనాటి

యువత నిరాశా, నిస్పృహలలో చిక్కుకుని భవిష్యత్తుపట్ల సందేహం, అనిశ్చితతో బాధపడుతున్నవారుగా కనపడుతున్నారు. యువత ముఖంపై కదలాడే ఈ భావాలను ఎవరైనా తేలికగానే పసిగట్టగలరు.

ఒకప్పుడు గాంధీ, లెనిన్, సుభాష్ చంద్రబోస్, వివేకానంద, దయానంద వంటి ఉన్నత వ్యక్తిత్వంతో పరిపూర్ణలైన మహనీయులు యువతకు ఆదర్శంగా ఉండేవారు. సమాజాన్ని సరియైన రీతిలో నడపటానికి ప్రతి యువకుడు తహతహ లాడేవాడు. కానీ ఈనాడు యువత సమాజాన్ని మార్చటానికి బదులుగా తాము ఎదగటంలోనే అధికమైన ఆనందాన్ని పొందుతున్నాడు. ఉన్నతమైన ఆదర్శాలు, నైతికవిలువలు కేవలం కాగితానికి మాత్రమే పరిమితమవుతున్నాయి.

భౌతికమైన విలువల ముందు జీవిత విలువలను పూర్తిగా

మర్చిపోయారు. ప్రతి యువకుడు ప్రకృవాడికన్నా ముందుకు దూసుకుపోయే ప్రయత్నంలో తన నైతిక బాధ్యతలనుండి విముఖుడవుతున్నాడు. గత 50 సంవత్సరాలనుండి అనైతిక పరిపాలన, భ్రష్టాచారము, సమాజపరమైన చెడు విధానముల పట్ల పోరాటం సాగించే యువశక్తి హుంకారాలకు అసలు ఉనికియే లేకుండాపోయింది. ఈనాటి యువత మనస్సులలోను, హృదయాలలోను దేశాన్ని గురించిన ఆలోచన అనేదే లేదు. ఒకవేళ ఉన్నా అది అరకొరగానే ఉంటున్నది. వాళ్ళకున్న స్వప్నమల్లా ఒక్కటే మంచి చదువు చదివి విదేశాలకు వెళ్ళి డబ్బు సంపాదించుకోవటం.

ఇందుకు కారణములు కూడా స్పష్టంగానే ఉన్నాయి. అవిద్య, నిరుద్యోగము, పేదరికము మొదలైన సమస్యలతో కొట్టుమిట్టాడు తున్న యువతరం యొక్క అంతరంగం విసిగివేసారిపోయి ఉన్నది. వీటన్నింటినీ ఎదుర్కొనేకన్నా ఈ సమస్యల నుండి దూరంగా ఉండటమే మంచిదనుకుంటున్నారు. క్రొత్త ఆర్థిక విధానములు, పారిశ్రామికీకరణ, వినియోగవాద సంస్కృతి మొదలైనవన్నీ యువకుల మధ్య స్వార్థపూరితమైన 'స్వ' కేంద్రితమైన ఆలోచనా విధానమును

పెంచి పోషించాయి. యువతలో మరియొక వర్గం పాశ్చాత్య సంస్కృతి బారినపడి ఉన్నారు. పాశ్చాత్య సంస్కృతి వలన భారతదేశంలో డబ్బుకు విలువ పెరిగి మనిషికి విలువ తగ్గింది. విశృంఖలమైన యౌవన అనుభవాలు, నేరప్రవృత్తి, గ్లామర్ అనే ఎండమావి మొదలైనవానిలో పీకలవరకు మునిగిపోయిన యువతకు అసలైన మూల సమస్యల గురించిన జ్ఞానం ఎంత మాత్రము లేదు. భోగవిలాసములే ముఖ్యభూమికగా ఏర్పడిన ఈ సంస్కృతి, యువకులను కుటుంబం, సమాజం, దేశముల పట్ల పూర్తిగా బాధ్యతారహితులను కావిస్తున్నది.

ఈ మధ్యకాలంలో చేయబడ్డ అనేక సర్వేలు యువతరం యొక్క సమస్యలనేకాదు, వారిలో విపరీతంగా పెరిగిపోయిన నేరప్రవృత్తిని, సకారాత్మక (negative) భావాలను తెలియజేస్తున్నాయి. భారతదేశంలో 16 నుండి 25 సంవత్సరముల వయస్సుగల

యౌవనం మానవ జీవితంలో వసంతకాలం వంటిది. భగవంతుడు మానవునికి ప్రసాదించిన సర్వశక్తులు సహస్ర ధారలుగా వెల్లుబికే సమయమైన ఈ యౌవనంలో ప్రతి హృదయమూ ఉల్లాసమూ, ఉత్సాహములతో నిండి ఉంటుంది. ఏదో ఒకటి చేసేచూపించాలనే తపన ఉంటుంది. సమగ్ర క్రాంతితో కూడిన క్రొత్త ఇతిహాస రచన గురించిన గానం ప్రస్తుటంగా వినబడే ఈ వేళలో మన జాతి యువతకు ఆహ్వానం అందిస్తున్నది.

**జీవితం సవాలుగా ఉండాలంటే లక్ష్యాలు, గమ్యాలు స్పష్టంగా ఉండాలి.**

యువతీ యువకుల సంఖ్య 21.5 కోట్లు. నేషనల్ ఇన్స్టిట్యూట్ ఆఫ్ ఎడ్యుస్టెడ్ స్టడీస్ అనే సంస్థ ఈ తరగతికి చెందిన యువకుల గురించి విస్తృతమైన అధ్యయనాలను చేపట్టింది. దేశమంతటా యువత నిరాశ, ఆక్రోశము, అపరాధ ప్రవృత్తులలో చిక్కుకుని ఉన్నట్లు ఆ అధ్యయనం వెల్లడించినది. గత 5 సంవత్సరాలతో పోలిస్తే యువతలో మానసికమైన ఆందోళన, చింత ఎంతో వేగంగా పెరిగిపోతున్నాయి. మానసిక చికిత్సా నిపుణుల వద్దకు వచ్చేవారిలో 70% కన్నా ఎక్కువమంది యువతీ-యువకులే ఉన్నారు.

నేషనల్ క్రిమినల్ బ్యూరో యొక్క సరికొత్త నివేదిక కూడా యువతలో పెరిగిపోతూ ఉన్న నేర ప్రవృత్తికి బలాన్ని చేకూరుస్తున్నది. మానసిక అశాంతి, ఉద్యోగరాహిత్యంతో విసుగు చెందిన యువత మత్తులో మునిగి జీవితం యొక్క వాస్తవికతను మరచిపోవాలని కోరుకుంటున్నది. మొదట్లో మాదక ద్రవ్యాలు మనిషికి కొంత ఊరట నిస్తాయి. కానీ నెమ్మది నెమ్మదిగా దీని ఫలితాలు తీవ్రరూపాన్ని దాలుస్తాయి. మాదకద్రవ్యాలతోపాటు ఇతర చెడుప్రవృత్తులు దొంగతనం, హింస మొదలైనవికూడా వారిలో వేళ్ళూనుకుంటాయి, ఫలితంగా యువత సమాజం యొక్క ముఖ్య ప్రవాహం నుండి విడిపోతు వేరుగా సాగిపోతున్నది.

యువత యొక్క ఈ పతనానికి దేశంలోని రాజనైతిక వ్యవస్థ కూడా కొంతవరకు బాధ్యతవహించి తీరాలి. మతం, కులం, భాష, ప్రాంతముల పేరిట యువతను దారిమళ్ళించి, వారిని చెడు మార్గం మీదకు నడిపించడం ఈనాటి రాజకీయనీతిలో ఒక అభిన్న అంగంగా మారింది. యువత సహాయంతో పదవులను పొందిన ఆ రాజకీయపార్టీలే తరువాత విభిన్న వేదికల నుండి యువతను 'రాజకీయాలకు దూరంగా ఉండండి' అని ఉపన్యాసాలిస్తారు. ఈవిధమైన రెండు నాల్గుల కత్తికి ఎర అయిన విద్యార్థిలోకం యువకులు నిరాశా హతాశలకు లోనై మాదక ద్రవ్యాల నాశ్రయించి మత్తులో పడిఉండటానికి సిద్ధమవుతున్నారు. లేదా ఆక్రోశంతో విప్లవమార్గంలోకి దూకి విధ్వంసానికి నడుం కడుతున్నారు.

ఒకప్పుడు భారతదేశంలో విద్య ద్వారా విద్యార్థులకు వ్యక్తిత్వ నిర్మాణం కావించబడుతుండేది. తమను తాము అర్థం చేసుకొన గలిగే జ్ఞానం లభిస్తుండేది కానీ ఈనాటి విద్యావిధానం ఏదో విధంగా పట్టాని చేజిక్కించుకొనగలిగితే చాలు అన్నట్లు తయారైనది. వర్తమానంలో ఉన్న విద్యావిధానాన్ని ఆమూలాగ్రంగా మార్చవలసిన అవసరం ఎంతైనా ఉన్నది. కానీ విద్యకు సంబంధించి తయారు చేయబడుతున్న కార్యక్రమములు ఈ విధానాన్నే మరింత పటిష్ఠం కావించేవిగా ఉన్నాయి.

స్వాతంత్ర్యానికి ముందు అనేకమంది దేశనాయకులు విద్యను సంస్కారానికి ఆధారంగా భావించి విద్యార్థులలో ఆత్మవిశ్వాసాన్ని జాగృతం చేయటానికి ఎంతో శ్రమతీసుకునేవారు. నేడు అటువంటి ప్రయాస లేనే లేదు. ఈనాటి విద్యా సంస్థలలో నైతికత గురించిన బోధనా పాఠ్యక్రమం ఎంతైనా అవసరమున్నది.

ఈనాడు యువతరం తమ పాఠ్యక్రమంలో ఎన్నో క్రొత్తక్రొత్త అంశాలను చదువుతున్నారు. వైజ్ఞానిక, సాంకేతికపరమైన జ్ఞానాన్ని కొంగ్రొత్త రీతులలో తెలుసుకుంటున్నారు. విభిన్నమైన క్రొత్త సంస్కృతులు, సమాజపు తీరుతెన్నులు వారిమీద ఎంతో వేగంగా తమ ప్రభావాన్ని చూపిస్తున్నాయి. అవి వారికి ఎంతో ఆకర్షణీయంగా కూడా ఉంటున్నాయి. మహాపురుషుల ప్రేరణాత్మకమైన ప్రసంగాలను పాఠ్యపుస్తకాలనుండి తొలగించటం ద్వారాను కర్తవ్యం, ధైర్యం, నిజాయితీ, త్యాగంవంటి ఉన్నత దర్శములు లేని పాఠ్యక్రమాన్ని విద్యార్థులకు అందించటం వల్ల ఇలాంటి పరిస్థితులలో యువత భ్రమకు లోనుకావటం సహజం.

ఒక ఆదర్శం కోసం బ్రతుకుదామని అందరికీ ఉంటుంది. కాని వారి తల్లిదండ్రులు, పరిచితులు చెప్పేదానికి చేసేదానికి మధ్య కనపడే వ్యత్యాసాన్ని గమనించిన యువ హృదయాలు గాయపడటం జరుగుతుంది. ఈనాటి యువకులు యోధులు కారని చెప్పటం లేదు. పరిస్థితులతో పోరాడగలిగే శక్తి ధైర్యము వారికి లేవని కూడా భావించటం లేదు. వాస్తవానికి వారు ఇంతకు ముందు తరం యువకులకన్నా కూడా ఎక్కువ ప్రతిభావంతమైన రీతిలో తమ పనులను నిర్వహించగలుగుతున్నారు. కావలసినదల్లా వారి ముందు నిజమైన సరియైన ఆదర్శాలను ఉంచగలగటం.

ఈ సమయంలో పరిపాలనా స్థాయిలో కూడా యువతకు సంబంధించి ఒక జాతీయ చట్టమును ఏర్పరచటమే కాదు దానిని అమలు చేయవలసిన అవసరం ఎంతైనా ఉన్నది. తద్వారా లక్ష్యహీనులై ఉన్న యువతరాన్ని తిరిగి వారి యొక్క అసలైన లక్ష్యం వైపు మరలించే ప్రయత్నం జరుగుతుంది. అంతేకాదు, యువశక్తి సకారాత్మకమైన (positive) నిర్మాణాత్మకమైన పనులలో వినియోగించే విధంగా ప్రేరేపించాలి. భావసంవేదనలతో నిండి ఉండే యువ హృదయాలకు స్వల్పమైన ఊరట చేకూర్చుతూ వారి సమస్యల గురించి కూడా ఆలోచించవలసిన అవసరం ఎంతైనా ఉంది.

- అఖండజ్యోతి, జనవరి 2001  
అనువాదం : శ్రీమతి కృష్ణకుమారి

**స్ఫూర్తి బయట నుంచి లభించదు.**

# అభిమన్యుడిది ఒక కల్పిత పురాణగాథ కాదు, సత్యం

శిశువు తను జన్మించిన తరువాతే కాక జన్మించక మునుపే తల్లి గర్భం నుండి నేర్చుకుంటుంది. ఈ కారణంగానే సంతానమును సుయోగ్యము, సుసంస్కారవంతం కావించుటకు శిశువు జన్మదాతలైన మాతా-పితరులు కూడా సంస్కారవంతులై ఉండాలి అన్నది ఒక అభిప్రాయము. గర్భం నుండే శిశువు శారీరక, బౌద్ధిక, భావనాత్మక వికాస ప్రక్రియ ప్రారంభమౌతుంది. గర్భవతియైన తల్లి, ఆమెకు నలువైపులా ఉన్న వాతావరణం ద్వారా ఈ వికాసం ప్రభావితమౌతుంది. గర్భవతియైన మాత అన్నపానాదులు, ఆలోచనలు, భావనలు ఉత్పృష్టము మరియు సాత్త్వికంగాను, వాతావరణం అనుకూలంగాను, దివ్యంగాను ఉన్నట్లయితే శ్రేష్ఠమైన శిశువు జన్మిస్తుంది.

మహాభారతంలో అభిమన్యుని కథ వస్తుంది. అభిమన్యుడు తన తల్లి సుభద్ర కడుపులో ఉండగానే చక్రవ్యూహాన్ని ఛేదించే విద్యను అభ్యసించాడు. వ్యాస పుత్రుడైన శుకదేవుడు సైతం తన తల్లి గర్భంలోనే సమస్త జ్ఞానమును అందిపుచ్చుకున్నాడు. ఇటువంటి అనేక పౌరాణిక వృత్తాంతముల వర్ణనలున్నాయి. గర్భస్థ శిశువు అత్యంత సంవేదనాశీలతను కలిగి ఉంటుందనే విషయం పై వృత్తాంతముల ద్వారా స్పష్టమౌతున్నది. ఈ తథ్యమును వర్తమాన వైజ్ఞానికులు కూడా అంగీకరిస్తున్నారు. గర్భస్థ శిశువు వినగలడు, అనుభూతి కూడా చెందగలడు అని వారు చెప్తున్నారు. వారికి మనందరివలెనే స్వప్న దర్శనం చేయగల సామర్థ్యముంటుంది. శిశువు తన తల్లి ద్వారా గ్రహించబడిన ఆహారపదార్థముల రుచిని సైతం ఆస్వాదించగలడు.



శిశువు యొక్క వాస్తవిక క్రియావిధులు జన్మించటానికి కొన్ని వారాల ముందే ఆరంభమౌతాయి. జాన్ హాప్కిన్స్ సంస్థకు చెందిన మనోవైజ్ఞానికుడు జెనెట్ డియెట్లో ఈ విషయమును గూర్చి ఇలా అన్నాడు. ఒక నవజాత శిశువు మరియు 13 వారాల గర్భస్థ శిశువులో ఏ వ్యత్యాసము ఉండదు. చాలాసార్లు ఇద్దరూ ఒకేలాగ ప్రవర్తిస్తారు. తొమ్మిది వారాల శిశువులో సందేహం ఉత్పన్నం కావచ్చు. మన చుట్టుప్రక్కలున్న వాతావరణం పట్ల సంవేదనాశీలతను వ్యక్తపరుస్తూ ఉంటాడు. శిశువుకు లభించిన అవకాశాలను అనుసరించే వారు వికసిస్తారు. కనుక ఈరోజులలో ఆస్తికతా వాతావరణమును నిర్మిస్తూ ఉండాలి. గర్భవతియైన మాత

నియమిత రూపంలో ఉపాసన, సాధనా క్రమమును ఏర్పరచుకొని దాన్ని పాటించాలి. వీటితో అంతరంగ శుద్ధి జరిగి పవిత్రత చేకూరుతుంది. నిశ్చయంగా దీని ప్రభావం గర్భస్థశిశువు మీద కూడా పడుతుంది.

శ్రేష్ఠమైన, శుభ్రమైన వాతావరణంలో గర్భస్థ శిశువు యొక్క సముచిత వికాసం జరుగుతుంది. ఈ తథ్యమును స్పష్టీకరిస్తూ శాస్త్రవేత్తలు 'వాతావరణానికి అనురూపంగానే శిశువు సంవేదనలు జాగృతమౌతాయి అని చెప్తున్నారు. ఈ ఆధారంగానే శిశువు తనదైన ఒక చిన్నారి కలల ప్రపంచమును తయారు చేసుకుంటుంది. అనగా శిశువుకు ఎటువంటి వాతావరణము అందించబడుతుందో ఆ విధమైన కలలనే చూస్తుంది. కొంతమంది వైజ్ఞానికుల అభిప్రాయమును అనుసరించి గర్భస్థ శిశువు కలలను చూస్తున్నప్పుడు వారి కన్నులు పెద్దవారి కన్నుల వలెనే నిద్రలో 'రెపీడ్ ఐ మూవ్మెంట్' తో చలిస్తాయి.

**అయితే గర్భవతియైన తల్లి ఆ సమయంలో ధైర్య సాహసాలు,**

**ఆశ, ఉత్సాహం వంటి భావాలను కలిగి ఉండాలి అన్నదానితో అందరూ ఏకాభిప్రాయమును వ్యక్త పరుస్తున్నారు. ఆమె ఎల్లప్పుడు ప్రసన్న చిత్తముతో ఉండాలి. ఈ ప్రసన్నతా ప్రభావం ఆమె గర్భంలో పోషింపబడుతున్న చిన్నారి బిడ్డ మీద కూడా పడుతుంది. ఈ అంశాన్ని బలపరుస్తూ మెడికల్ స్కూల్లోకి చెందిన డెవలప్మెంట్ సైకాలజిస్ట్ వివరణలను వెలువరించాడు. వారి అభిప్రాయం ప్రకారం తల్లి ప్రసన్నంగా, సంతోషంగా ఉన్నప్పుడు ఆమె గర్భస్థ శిశువు కదలికలు, పనులు అద్భుతంగానూ,**

**విచిత్రంగానూ ఉంటాయి. ఈ సమయంలో శిశువు ఒకసారి ఒక చేత్తో తన ముఖమండలమును తాకితే, మరోసారి ఒక చేత్తో మరో చేతిని స్పృశిస్తుంది. ఈవిధంగా శిశువు చాలా సంతోషంగా ఉంటుంది. అయితే మాత ఉదాసీనంగా, వికలమనస్కురాలై ఉన్నట్లయితే శిశువు చాలా భయంతో, సంకోచంతో కదులుతూ ఉంటుంది. వికసిస్తున్న శిశువు తన తల్లి పట్ల అత్యంత సంవేదనాశీలతను కలిగి ఉంటుంది. అల్ట్రాసౌండ్ స్కానింగ్ ద్వారా శిశువు యొక్క ఈ క్రియాకలాపములను మరింత స్పష్టంగా చూడగలము. ఈ నివేదికను అనుసరించి తల్లి నవ్విసమీదట శిశువు గర్భంలో పైకి, క్రిందికి తిరుగుతు ఉంటుంది. శిరస్సును**

**ఎవరికి వారే తమ లక్ష్యాల నేపథ్యంలో స్ఫూర్తిని ప్రేరేపించుకోవాలి.**

ఊపుతూ ఉంటుంది. ఏ తల్లియైనా స్క్రిన్ మీద బిడ్డ యొక్క ఈ చేష్టలను చూసి గట్టిగా నవ్వుతుంటేలోని శిశువు కూడా వేగంగా పైకి, క్రిందకి కదులుతూ ఉంటుంది.

దీనికి విరుద్ధంగా తల్లి మనోభూమి ఈర్ష్యా-ద్వేషాలు, నిరాశ, చింత, క్రోధాది మనోవికారాలతో పీడింపబడుతున్నప్పుడు తదనురూపమైన ప్రభావం ఆమె శిశువు మీద కూడా పడుతుంది. గర్భవతి యైన ఏ మాత ఎటువంటి మనఃస్థితిలో ఉంటుందో, ఆమె గర్భంలో ఉన్న బిడ్డ కూడా ఆవిధంగానే ఉద్విగ్నరాలై ఉంటుంది. తత్పరిణామంగా జన్మించిన పిమ్మట బిడ్డ స్వభావంలో చిరాకుతనం కానవస్తుంది. అయితే శాంతంగా ప్రసన్నంగా ఉండే తల్లుల సంతానం గర్భంలో ఉన్నప్పుడే శాంతం, సహజస్వభావంతో రూపుదాలుస్తాడు. జన్మించిన మీదట కూడా ఈ గుణాలతోనే అలరాలుతాడు.

తల్లి ఆహారం, ప్రవర్తనల ప్రభావం బిడ్డ మనస్సు, శరీరంపై చూడగలము. ప్రసిద్ధ శిశువైద్యులైన జెనెట్ గారి భావనను అనుసరించి 15 వారాల గర్భస్థశిశువు ఒక పరిపక్వం చెందిన పెద్దవాని వలెనే రుచిని ఆస్వాదిస్తుంది. మిర్చిమసాలాలు, అతి చల్లని ఉత్తేజనం కలిగించే భోజనములో ఘాటైన వాసన వెలువడుతుంది. శిశువు ఈ వాసనకు తల్లి గర్భంలోనే ఆకర్షింపబడతాడు. పెద్దవాడైన తరువాత అతనికి ఈ తరహా ఆహారపు అలవాట్లు అలవడతాయి. ఎందుకంటే అతను ప్రారంభం నుండే అటువంటి ఉత్తేజం కలిగించే భోజనం పట్ల ఆకర్షితుడైనాడు. తత్పరిణామంగా అటువంటి బాలుడు క్రోధం, మొండి స్వభావంతో పెరిగి పెద్దాతాడు. దీనిని బలపరుస్తూ బెలీ మెనెలా ఇలా అంటాడు. 'శిశువు తల్లి తీసుకున్న ఆహారం యొక్క రసాస్వాదన చేస్తాడు. కనుక శిశువు తన తల్లి ఆహారం ఆధారంగా పరిపక్వం చెందుతూ, పోషింపబడతాడు. చివరికి ఇటువంటి అలవాట్లే అతనికి ముందు ముందుకూడా కొనసాగుతాయి. అందువలన గర్భవతియైన మాత సాత్త్వికమైన, తేలికగా అరిగే యోగ్యమైన భోజనమునే స్వీకరించాలి. ఆమె అధిక మసాలాలతో కూడిన, తేలికగా జీర్ణంకాని ఆహారాన్ని తీసుకోకూడదు.

గర్భస్థ శిశువు ధ్వని పట్ల చాలా సంవేదనాశీలతనే (response) కలిగి ఉంటుంది. ఈ నేపథ్యంలో హీడెలాయిజ్ అనేక పరిశోధనలు చేశాడు. అతని ప్రయోగ సారాంశం అత్యంత రోమాంచకమైనది. ఈ ప్రయోగాత్మక ఫలితాల మీద ఆయన చెప్పినది ఏమిటంటే 'గర్భస్థ శిశువు బాగా కదులుతుంటాడు. కాళ్ళతో తంతాడు లేదా కుదుపుతుంటాడు'. మనోవైజ్ఞానికుల అభిప్రాయం ప్రకారం తల్లి గట్టిగా, వేగంగా మాట్లాడినప్పుడు

లేదా ఏడ్చినప్పుడు ఈ స్థితి ఏర్పడుతుంది. తల్లి పాట పాడుతున్నప్పుడు కూనిరాగాలు తీస్తున్నప్పుడు, మెల్లగా మాట్లాడినప్పుడు శిశువు హృదయగతి నెమ్మదిస్తుంది. గర్భస్థ శిశువు పెద్ద పెద్ద ధ్వనులను, పెద్దగా మాట్లాడటం ఇష్టపడదు.

ఈ విషయానికి సంబంధించి 80వ దశకంలో అమెరికా మనోవైజ్ఞానిక ప్రొఫెసర్ ఆంథోనీ అనేక ప్రయోగాలు చేశాడు. తన ప్రయోగాల ఫలితాల సారమును ఆయనిలా చెప్పాడు. గర్భస్థ శిశువు ఎవరైనా అపరిచితుల మాటలతో పోలిస్తే తన తల్లి మాటలనే వినేందుకే ఎక్కువ ఇష్టపడుతుంది. జన్మించటానికి కొద్ది సమయం ముందే శిశువు తన తల్లి గొంతును స్మరణలో ఉంచుకొని, గుర్తించటాన్ని కూడా ఆరంభిస్తుంది. డాక్టర్ కైస్పర్ మరియు అతని సహచరులు ఇలా అంటారు. తల్లి ఎప్పుడూ మాట్లాడే మాత్రు భాషను వినటానికే శిశువు ఇష్టపడుతుంది.'

ప్యారిస్ కు చెందిన పియరే ఈ విషయానికి సంబంధించి మరిన్ని అద్భుత తథ్యములను ప్రస్తావిస్తూ ఇలా చెప్పాడు. 'గర్భస్థ శిశువు తన తల్లి గొంతుతో చాలా పరిచయాన్ని కలిగి ఉంటుంది. శిశువు అనేక స్వరముల మధ్య కూడా తన తల్లి స్వరమును గుర్తుపడుతుంది, శిశువుకు ఈ గుణం పుట్టుకతోనే వస్తుంది. తల్లి గర్భం వద్ద శిశువుకు ఏదైనా పాట లేక కథను వినిపిస్తే శిశువు హృదయవేగం తగ్గుతుంది. కాని ఎవరైనా అపరిచితుల ధ్వనితో ఈ హృదయవేగంలో మార్పు ఉండదు. అందువలన శిశువు తన తల్లి జోలపాటకు ఎక్కువ ఏకాగ్రతను కనపరుస్తుంది. తత్కారణంగానే తల్లి కొట్టే చిచ్చుతో బిడ్డ శాంతించి, నిద్రలోకి జారుకొనుట సంభవమౌతుంది.

గర్భంలో పోషింపబడే శిశువు పాట యొక్క వాస్తవిక అర్థమును బాగా గ్రహించలేకపోవచ్చును. కానీ ఆమె స్వరమును విని భావమును అర్థం చేసుకొనగలడు. దానిమీద తన స్పందనను వ్యక్తపరచగలడు. ఇందువలన తల్లి తన మనోభూమిని ఉచ్చస్థరీయంగా ఉంచుకునేందుకు నిరంతరం స్వాధ్యాయం చేస్తూ ఉండాలి. ప్రేరణ ఇచ్చే సాహిత్యం మొదలైనవి చదువుట వలన ఉన్నత ఆలోచనల ప్రవాహమును ఏర్పరచుకొన గలదు. ఈ ప్రవాహమే బిడ్డల మనోభూమిని నిర్మిస్తుంది. తల్లి ఎటువంటి ఆలోచనలు చేస్తుందో బిడ్డ స్వభావం ఆ రీతిలోనే నిర్మితమౌతుంది. అందువలన గర్భవతి యైన స్త్రీ ఎల్లవేళలా ప్రసన్నత, సంతృప్తం, శాంతమైన ఆధ్యాత్మిక మనఃస్థితిలో జీవించాలి. తద్వారా ఆమె గర్భం నుండి శ్రేష్ఠమైన ఆత్మ అవతరిస్తుంది.

- అఖండజ్యోతి, జనవరి 2003  
అనువాదం : శ్రీమతి లక్ష్మీరాజగోపాలు

క్రమశిక్షణతో జీవితాన్ని గడుపుతూ మానవ సంబంధాలను వృద్ధి చేసుకోవాలి.



# సంస్కృతి సీతను తిరిగి తీసుకురావటానికి ఇదే సరైన సమయం

## సంస్కృతి సీత అపహరించబడినది

త్రేతాయుగంలో సీతను రావణుడు అపహరించుకుని వెళ్ళాడు. అప్పుడు శ్రీరాముడు రాక్షసులతో యుద్ధం చేసి రావణుడిని హతమార్చి సీతను తిరిగి తెచ్చాడు. చరిత్ర పునరావృత్తం కాబోతున్నది. ఈ మధ్యకాలంలో మన సంస్కృతి అనే సీత వనవాసానికి వెళ్ళింది. ఆ కాలంలో అనేక సంప్రదాయములు మితిమీరటంతో పాటు తమ మతమును బలపరచటం కోసం బాబాల ప్రచారాలు పెచ్చరిల్లాయి. ఇన్ని మతాలు ఏర్పడటం మూలంగా ఈ హిందూ సమాజం రకరకాలుగా మారిపోయింది. దీనికి తోడు అనాచారం కూడా ప్రబలింది. ముఖ్యంగా మద్యమాంసముల సేవన మన సంస్కృతిలో కలిసిపోయింది.

## నాస్తికతతో నిండిన ఈనాటి యుగం

పర్వమానకాలంలో ధర్మం మత్తుమందుగా చెప్పబడుతోంది. విద్యను అభ్యసించినవారిని 'ధర్మం అంటే ఏమిటి' అని అడిగితే 'ధర్మం ఒక మత్తుమందు వంటిది, దాన్ని సేవించిన వ్యక్తి మత్తులో పడిపోయి, తన కర్మవ్యాలను కూడా మర్చిపోతాడు' అని అంటారు. తెలివిగలవారు, మేధావులు కూడా సంస్కృతి గురించి మాట్లాడుతూ నల్లమందు అనే పదమును ఉపయోగిస్తున్నారు.

## మానవ జీవితం నాశనమైపోతుంది

“పర్వమానకాలంలో మన సంస్కృతి కూడా రక్కసుల చేతికి చిక్కింది. ఆవిడను తిరిగి తీసుకురాకపోతే ప్రపంచం నశించి పోతుంది. పరలోకం కూడా పాడైపోతుంది. స్వర్గం, ముక్తి లభించవు.” వీటి గురించి నేను మాట్లాడను. నేను మానవ జీవితం గురించే మాట్లాడతాను. భారతీయ ధర్మం, సంస్కృతి, ఆస్తికత అని మనం చెప్పుకునేవి సజీవంగా ఉండకపోతే ప్రపంచమే సర్వనాశనమైపోతుంది. మన గృహస్థ జీవితం కూడా తుడిచిపెట్టుకుపోతుంది. వైవాహికజీవనం అస్తవ్యస్తమైపోయి దాంపత్యజీవితం కళంకితమై పోతుంది. నేడు యూరప్ వంటి దేశాలలో ఇటువంటి పరిస్థితే నెలకొని ఉంది.

## కుటుంబజీవనంలోని నిస్వారత

ఈనాడు గృహస్థజీవన పరిస్థితి ఎలా ఉంది? తల్లిదండ్రులంటే ఎవరు? యౌవనంలోకి అడుగుపెట్టేవరకు పోషించినవారే, వారికి

మాతాపితలే. మరి పిల్లలు పెద్దవారైన తరువాత? తల్లిదండ్రులకు సంతానముతో ఎటువంటి అనుబంధమూ ఉండదు. జంతువుల జీవనశైలి ఇలానే ఉంటుంది. జంతువులు తమ సంతానము చిన్నవిగా ఉన్నప్పుడు పోషిస్తాయి. అవి పెద్దవైన తరువాత గెంటివేస్తాయి. అంటే తరువాత దేని దోవ దానిదే. చిన్నప్పుడు పిల్లల పాలన-పోషణ వహించడం అనేది ఒక ప్రాకృతిక నియమము. పశుపక్ష్యాదుల నుండి స్త్రీపురుషులందరు కూడా ప్రకృతి చేసే ఒత్తిడికి లోనౌతారు. పిల్లలు పెద్దవాళ్ళవగానే ప్రేమ నశించిపోయి ఎవరికి వారు పారిపోతారు. అదే ఈనాటి స్థితి. సంస్కృతి నశించిపోతున్నది. తత్కారణంగా కుటుంబవ్యవస్థ నాశనమైపోతుంది.

## సంస్కృతిని తిరస్కరించటం వలన దుష్ఫలిణామములు

భవిష్యత్తులో ఏమి జరుగబోతున్నది? బుద్ధివాదం - అర్థశాస్త్రముగా ఆచరణలోకి వస్తుంది. అర్థశాస్త్రము ఏమి చెబుతుంది? ముసలివారిని కసాయి దుకాణానికి పంపమని. ముసలివారు శుద్ధదండుగ. ముసలివారు ఇంట్లో ఉంటే వారికి తిండిపెట్టాలి. ఒక గది కేటాయించాలి. వారి మాటలను, చేష్టలను భరించాలి. అది ఇంట్లోవారికి తలనొప్పి, చిరాకు. అందువల్ల ముసలివారినందరినీ వృద్ధాశ్రమాలకు పంపుతున్నాము. చైనాలో అయితే కొంతమంది వృద్ధాశ్రమాలకు తీసుకుపోతున్నామని చెప్పి నాలుగు రోజులు అటు ఇటు తిప్పి చివరికి ఇంజెక్షన్ చేసి చంపేస్తున్నారు.

మీరిప్పుడు యౌవనంలో ఉన్నా ముసలివారైన తరువాత మీ పిల్లలు మిమ్మల్ని కూడా వృద్ధాశ్రమాలకు పంపుతారు. సంస్కృతిని రావణుడు అపహరిస్తే ఇలానే జరుగుతుంది. మనకు అర్థశాస్త్రము నేర్పిందదే. పనికిమాలిన వస్తువులను నాశనం చేయాలని చెబుతుంది ఎకనామిక్స్. ముసలివారు మనకెందుకు పనికిరారు కనుక వారందరినీ వృద్ధాశ్రమాలకు పంపాలిందే.

తెలివిగలవారు, మేధావులు ఎక్కువయితే అర్థశాస్త్రము వ్యాప్తి చెందుతుంది. దాన్ని అనుసరిస్తే ముసలివారిని వృద్ధాశ్రమాలకు పంపవల్సిందే. ఈవిధమైన ఆలోచనాసరళి అటు గృహస్థ జీవితమును, ఇటు దాంపత్యజీవితమును కూడా సర్వనాశనం చేస్తుంది. తల్లిదండ్రులతో పిల్లలకు సంబంధం ఉండదు. వారి

లక్ష్మ సాధనకు వ్యాహ్ని గట్టి పునాదులపై నిర్మించుకోవాలి.



పట్ల, వారి ఆరోగ్యంపట్ల శ్రద్ధవహించారు. తల్లో లేక తండ్రో ఆసుపత్రిలో చికిత్స పొందుతూ ఉంటే కొడుకు వారికి ఒక కార్డు ఈవిధంగా వ్రాస్తాడు. 'ప్రియమైన నాన్నగారికి, మీకు జబ్బు చేసిందని తెలిసి చాలా దుఃఖం కలిగింది. దేవుని దయవల్ల మీరు త్వరగా కోలుకోవాలి. ఇట్లు మీ కుమారుడు.' సంతానము తమ తల్లిదండ్రుల పట్ల తాము అనుభవిస్తున్న బాధను ఈవిధంగా వ్యక్తపరుస్తారు. తమ పిల్లలు తమ పట్ల చూపించిన ఈమాత్రం ప్రేమకే తల్లిదండ్రులు మురిసిపోయే పరిస్థితిలో ఉన్నారు.

### ప్రపంచములో ఏకాంతవాస భయం పెరిగింది

ఈనాడు సంస్కృతి అనే సీత వెళ్ళిపోయింది. తత్ఫలితంగా వచ్చిన పరిణామాలు ఇలానే ఉంటాయి. మనిషి డబ్బుకే ప్రాధాన్య మిస్తున్నాడు. అమెరికావాసులతో మిమ్మల్ని పోలుస్తాను. అమెరికా పౌరులు ఎంతో సంపన్నులు. అయితే వారిలో 80% మంది ఒంటరితనంతో బాధపడుతున్నారు. మనిషి ఎప్పుడైతే నేను ఏకాకిని, నాకు నా అనేవారు ఎవరూ లేరని భావిస్తాడో అప్పుడు మనిషి ఒంటరితనం అనుభూతి చెందుతాడు. తత్కారణంగా బాధ, భయం ఆవహిస్తాయి. అంతేకాక మనసు ఒత్తిడికిలోనై జీవితము నరకకూపంగా మారి భయంకర పరిస్థితులు ఎదురౌతాయి. సగటు మనిషి ఏకాకిగా, ఒంటరిగా, స్వార్థపరుడిగా ఉంటే జీవితం దుర్భరంగా ఉంటుంది.

అమెరికన్లు ఇలాంటి పరిస్థితినే ఎదుర్కొంటున్నారు. ఈ మానసికస్థితి ఉన్నప్పుడు నిద్రలేమి ఏర్పడుతుంది. దానిని దూరం చేసుకునేందుకు నిద్రమాత్రలకు అలవాటుపడి, నిద్రలోకి జారుకుని తమ ఒత్తిడిని అధిగమిస్తారు. సర్వత్రా శృశాన నిశ్చబ్దం ఆవరిస్తుంది. అక్కడి వాతావరణం ఎలా ఉంటుంది? ఎటుచూసినా చితిమంటలే. ఈ మంటలు భరించలేక వాటిని దూరం చేసుకోవటానికి మత్తుపదార్థ సేవనం, మద్యపానం వంటివాటికే కాక, తర్వాత నెమ్మదిగా క్షబ్బులకు, క్యాబరే నృత్యములకు అలవాటుపడతారు. వాటికి బానిసలై అవి లేకుండా మనుగడసాగించలేని స్థితి ఏర్పడుతుంది.

### భూతప్రేతాల దానవీయ ప్రకృతి ఆవరిస్తున్నది

ఈ మనుష్యులంతా ఎవరు? భూతాలు, ప్రేతాలు, బందిపోట్లు, హంతకులు. వీరిలో ప్రేమాసురాగాలు, సహాయం చేసే నైజం, సుగుణములు ఉండవు. మనిషి యంత్రంవలె పనిచేస్తూ పరుగులు తీస్తున్నాడు. అమెరికాలో ప్రస్తుతం ఇలానే జరుగుతున్నది. ఆధునిక సంస్కృతికి చిరునామాగా ఉన్న అమెరికాలో ఈనాడు ఇదే పరిస్థితి రాజ్యమేలుతోంది. మనది 'దేవసంస్కృతి'. ఆ దివ్యమైన సంస్కృతిని వీడి అమెరికా వంటి

దేశాలలో ప్రబలిన దానవీయ సంస్కృతికి అర్రులు చాస్తున్నాము. ఆ సంస్కృతి మీకు ధనమును ఇస్తుంది. సుఖసౌకర్యాలకు లోటు ఉండదు. విజ్ఞానం ఎంత వేగంగా పెరిగిపోతున్నదో ఆర్థిక సమున్నతికి ఎన్ని సాధనలున్నాయో చూడండి. వాటితో ఏమి జరుగుతుంది? మీ మనస్సును అశాంతి ఆవరిస్తుంది, హైరానా కలుగుతుంది.

### పరస్పరం కొట్టుకుని చావవద్దు

ఇలా ఉంటే ఏమౌతుందంటే యాదవుల కాలంనాటి పరిస్థితులు పునరావృత్తమౌతాయి. యాదవులు యాదవులనే హతమార్చారు. వాళ్ళని ఇతరులెవ్వరు చంపలేదు. గృహయుద్ధం రావటం వలన అన్ని వంశములవారు తమలో తామే కొట్టుకుని చనిపోయారు. ఈనాడు కూడా తిరిగి అదేవిధంగా జరగబోతున్నది. మానవులు తమలో తామే కొట్టుకుని చావాలా? ఒకరినొకరు పీక్కుతింటారా? ఇలా జరుగుతుందా? జరుగుతుంది. అయితే తేడా ఏమిటంటే దెబ్బలు, గాయాలలాంటివి కనిపించ కుండా తమ తెలివితేటలతో ఇతరులను హతమార్చకుండానే జలగ వలె రక్తం పీలుస్తున్నాడు, పరులను మృతప్రాయులను చేస్తున్నాడు. నింద రాకుండా, చెడ్డపేరు రాకుండా ఇలాంటి వికృత చేష్టలు చేస్తూనే మేము చాలా సౌమ్యులని భావిస్తారు. సంస్కృతి నశించినప్పుడు ఇలానే సంభవిస్తుంది. తత్కారణంగా మానవులు ఇటువంటి ప్రవర్తననే కలిగి ఉంటారు. కానీ అక్కడక్కడా మంచివారూ ఉన్నారు. మనిషిని మనిషిగా నిలిపింది, నిలువబోయేది సంస్కృతే. ముక్తి, పరలోకం, స్వర్గం వీటిగురించి నేను చెప్పటం లేదు. నేను వర్తమాన జన్మగురించే మాట్లాడుతున్నాను. భగవంతుడు ఉన్నాడో లేడో మనకు అనవసరము. మీకు నేను దైహిక, దైవిక సంబంధ విషయములను చెప్తున్నాను. మతము లేక ధర్మము గురించి చెప్పటం లేదు. నిత్యజీవితమును గురించే వివరిస్తున్నాను.

### ప్రేమ, వాత్సల్యములను తీసుకొద్దాము

సంస్కృతి మన నిత్యజీవితంలో ప్రేమను, వాత్సల్యమును, సహకారమును నింపుతుంది. అడవులలో, పూరిళ్ళలో, గుడిసెలలో జీవించేవారు కూడా ఎంతో సంతోషంగా, హాయిగా జీవిస్తున్నారు. స్వర్గానందమును కొల్లగొట్టి అనుభవిస్తున్నారు. కానీ ఆ సంస్కృతి మృత్యుముఖంలోకి పోతున్నట్లు కనిపిస్తున్నది. మనం తిరిగి అటువంటి ఆనందమును అనుభవించే ప్రయత్నం చెయ్యాలి. ఆ సంస్కృతిని మళ్ళీ తీసుకురావాలి. కానీ ఎక్కడినుండి? లంకా రాజ్యంలో రాక్షసుల చేతిలో చిక్కుకున్న ఆ సంస్కృతి అనే సీతను వారితో యుద్ధం చేసి తిరిగి తెచ్చుకోవాలి. అది మనందరి సమిష్టికృషితో సాధ్యమౌతుంది. నడుం బిగించి ప్రాణాలను పణంగా

**అత్యాశను, దురాశను, నిరాశను గుర్తించి వాటిని దరిచేరనివ్వకూడదు.**

పెట్టి మంచి పనికి సహకరించేవారు కదిలినప్పుడు భగవంతుడు పరుగులుపెడుతూ సహకారము అందించటానికి వస్తాడు. ఆయన సహకారం లభించింది కూడా. ఉద్దేశ్యాలు ఉన్నతంగా ఉన్నప్పుడు ఇలా తప్పక జరుగుతుంది. లక్ష్యము నీచమైనదిగా ఉంటే అలా జరుగదు. ఏ రంగంలోనైనా ఇలాంటి పురుషార్థమును చేపట్టిన మహాపురుషులకు భగవంతుడు తప్పక సహకరించటమే కాక, ఆదర్శములు వారి వెన్నంటి ఉన్నాయి. చరిత్రలో ఇలాంటి ఉదాహరణలు కోకోలలు.

### ఉన్నత లక్ష్యాల కోసము

సీతామాతకు ఏవిధమైన సహాయం అందినది? సముద్రంలో రాళ్ళు నీటిపై తేలి వంతెనగా రూపుదాల్చింది. నీటిలో తేలియాడే రాళ్ళు ఎక్కడైనా ఉంటాయా? రాళ్ళను నీటిలో వేస్తే మునిగి పోతాయి. కానీ రాళ్ళ ద్వారా భగవంతుడు అక్కడ సహకారమందించాడు. ఎందుకంటే లక్ష్యం ఉన్నతమైనది కనుక భగవంతుడు సహకరించాడు. వంతెన నిర్మాణం కోసం ఎటువంటి ప్రణాళికా వేయలేదు. ఉన్నతమైన లక్ష్యము కోసం నిజాయితీతో పనిచేస్తూ ప్రాణాలను పణంగా పెట్టినప్పుడు ఇలాంటి ఆశ్చర్యకర సంఘటన చోటుచేసుకుంటుంది. వానరులు ఇటువంటి ప్రయత్నం చేశారు. భగవత్పాఠ్యంలో శ్రద్ధతో పాల్గొన్న వానరులు వేసిన రాళ్ళు నీటిపై తేలకుండా ఎలా ఉంటాయి? సాధనాలు తక్కువైనా, సామర్థ్యం తక్కువైనా లక్ష్యం గొప్పగా ఉంటే సాఫల్యం తప్పక ఒనగూడుతుంది అన్నదే ఈ కథలోని అంతరార్థము.

తర్వాత ఏమి జరిగింది? సముద్రాన్ని లంఘించారు. సాధారణ మానవుని దూకే శక్తి 10 అడుగులే ఉంటుంది. కోతులు, కొండ ముచ్చులు 25 అడుగుల దూరం లంఘించగలవు. సగటు మనిషి ఎంత బరువును పైకెత్తగలడు? 20 మొదలుకొని మహాఅయితే 100 కిలోలు ఎత్తగలడు. కానీ హనుమంతుడు మహాబలుడు కనుక సంజీవనీ పర్వతమునెత్తాడు. ఉన్నత లక్ష్యము కోసము నడుం బిగించి ముందడుగు వేస్తే అలాంటివి జరుగుతాయి.

### పునరావృతం జరుగుతుంది

చరిత్ర పునరావృతం కావటం సంభవమేనా? సంభవమే. దాన్ని మనం చేసి చూపిద్దాము. సంస్కృతి అనే సీత విషయంలో మనకు తెల్సిన విషయము ఇదే. సీత రావణునిచే అపహరించబడి లంకలో బందీ చేయబడింది. శ్రీరాముడు అల్ప సామర్థ్యం కల వానరుల సహకారంతో రావణ సంహారం చేసి యుద్ధంలో విజయం సాధించి ఆమెను మరల అయోధ్యకు తీసుకొచ్చాడు. కనుక మనం కూడా సంస్కృతి అనే సీతను మరల తెచ్చుకుందాము. తీసుకురాగలము కూడా. ఎందుకంటే సీతను

తిరిగి తీసుకువస్తే మొత్తం మానవజాతి భవితవ్యత, భాగ్యం, ప్రపంచశాంతి, రాబోవుతరాల భవిష్యత్తు దానితో ముడిపడి ఉన్నాయి కనుక మనం ఆ కార్యం చేసేసీరాలి. చేయగలముకూడా. ఈ అందమైన ప్రపంచమును భగవంతుడు ఎంతో ఉన్నతంగా రచించాడు. మానవ జీవితమును సార్థకము చేసుకునేందుకుగాను ఈ అద్భుత వసుంధర మీద కొన్ని పనులను నిర్వహించమని భగవంతుడు మానవులకు కొన్ని బాధ్యతల నిచ్చాడు. భగవంతుడు మనకిచ్చిన కర్తవ్యములను సక్రమంగా నిర్వహించి వాటిని సార్థకం చేసి చూపించాలి. దానినే మనం చేస్తున్నాము. ఈ విషయములను దృష్టిలో పెట్టుకుని మన సంస్కృతి అనే సీతను మరల తెచ్చుకోవాలి అన్నదే మన కార్యము, లక్ష్యము. ఆ పనిలో భాగస్వాములను చేసేందుకే అందరినీ పిలిచాను. నా ఏకైక కోరిక, లక్ష్యము సంస్కృతి అనే సీతను మరల రక్షించి తీసుకొని వచ్చుట. రండి మనందరం కలిసి లక్ష్యమును సాధిద్దాము.

- అఖండజ్యోతి, జూన్ 2009  
అనువాదం: శ్రీమతి లక్ష్మీరాజగోపాల

### కొలంబస్ సూక్ష్మ బుద్ధి

కొలంబస్ సాహసవంతమైన నౌకాయాత్ర చేసి అమెరికాను కనుగొన్నాడు. ఆయన కీర్తి దశదిశల వ్యాపించింది. తిరిగి రాగానే ఆయనకు గౌరవ సూచకంగా అనేక సన్మానాలు సత్కారాలు చేశారు. ఒకరోజు ఒక విందులో “ఇదేమంత ఘనకార్యం? ఈ మాత్రానికే ఇంత ఘనమైన సన్మానాలు చేయాలా” అన్నారు.

భోజన కార్యక్రమం అయ్యాక కొలంబస్ ఒక ఉడికించిన గుడ్డును బల్లమీద పెట్టి సమావేశంలోని ఎవరైనా సరే గుడ్డును తిన్నగా నిలబెట్టగలరా అని అంటాడు. అందరూ ప్రయత్నించారు. కాని ఆ పని చేయలేకపోయారు. తరువాత కొలంబస్ గుడ్డుపై భాగాన్ని కొద్దిగా వేలుతో తొలగించి సమతలంగా చేసి క్షణంలో బల్లమీద నిరారుగా నిలబెట్టాడు. అందరూ అది చూచి ఇదేమంత కష్టమైన పని? మేము చేస్తాం అని గట్టిగా కేకలు వేస్తారు. ఆ మాటలకు కొలంబస్ చిరునవ్వు నవ్వుతూ “చేయగలరు, కాని నేను చేసేంతవరకు చేయలేకపోయారు. నూక్ష్మ దృష్టి, సమయస్ఫూర్తి లోపించడం వల్ల తేలికైన పనులు కూడా అసంభవమనిపిస్తాయి. గొప్పదనాన్ని ఆపాదించవలసినది శ్రమకు కాదు, సూక్ష్మ బుద్ధికి” అని అంటాడు.

- ప్రజ్ఞాపురాణం నుండి

ఇతరుల కళ్ళతో మనను మనము చూసుకోవాలి.

## జన్మశతాబ్ది మహోత్సవ సమయం వచ్చేసింది

### అందరికీ ఇదే మా ఆహ్వానం

ఈ నెల పత్రిక మీకు అందే సమయానికి శతాబ్ది మహోత్సవమునకు అవసరమైన ఏర్పాట్లన్నీ పూర్తి అయిపోతూ ఉంటాయి. ఇక మీ అందరిరాక కోసం ఎదురు చూస్తూ ఉంటాము. వీరిలో అతిథులు ఎవరు? ఆహ్వానించేవారు ఎవరు అనే ప్రశ్నలతో సతమతమవ్వకుండా అందరు గురుదేవుల సేవకులుగా, శిష్యులుగా వచ్చి ఆయనకు శ్రద్ధాంజలిని సమర్పించే కార్యక్రమంలో పాలుపంచుకోండి. పూజ్యగురుదేవులకు 100 సంవత్సరములు పూర్తయిన సందర్భంలో జరుగుతున్న ఈ వేడుకలలో అందరు పాలుపంచుకోవాలి. ఇది చాలా అరుదుగా లభించే సౌభాగ్యం. ఇందులో మనందరి పేర్లు ఉండాలి. ఇందుకు సంబంధించిన కొన్ని ముఖ్యమైన అంశాలను ఈ సంచికలో ప్రచురిస్తున్నాము.

1. మీరు ఇంటినుండి బయలుదేరినది మొదలు తిరిగి ఇంటికి చేరేంతవరకు గురుదేవులు మనకందించిన ఆలోచనా స్రవంతిని అందరికీ అందిస్తూ సాగిపోవాలి. అందుకు కావాల్సిన కరవత్రాలు, చిన్నపుస్తకాలు, క్రాంతిధర్మీ సాహిత్యమును పంచండి. అన్నిచోట్లా స్టిక్కర్లు అంటించండి. ఇది శతాబ్ది పురుషుని ఆలోచనలను విస్తరింపచేసే ప్రక్రియ. అందుచేతనే ఈ ఆలోచనలను ప్రపంచమంతటా త్వరత్వరగా వ్యాపింపచేయాలి. మీరు కూడా ఇందులో భాగస్వామ్యం తీసుకోవచ్చు కదా!
2. వచ్చేటప్పుడు మనస్సులో కొన్ని సంకల్పాలు తీసుకొనిరండి. ఇక్కడి కార్యక్రమం అయిన వెంటనే యుగశక్తి గాయత్రి పత్రిక పాఠకుల సంఖ్య పెంచాలి. గురుదేవుల యొక్క విచార క్రాంతి (ఆలోచనలో క్రాంతి) ఆలోచనలను అన్ని వర్గాల వారి దగ్గరికి మనమే చేర్చాలి. వృక్షారోపణ చేస్తూ స్మృతి ఉద్యానవనాలు తయారు చేయాలి. యువశక్తి అయిన దియా గ్రూపు, దేవ సంస్కృతి విశ్వవిద్యాలయం కలిసి అవినీతి, భ్రష్టాచారములను నిర్మూలించే ఉద్యమాలు ప్రారంభించాలి. సప్త సూత్రీయ ప్రణాళికను, సప్త ఉద్యమాలను అందరికీ తెలియచేసి ఎవరికి నచ్చింది వారు ప్రారంభించేలా

ప్రోత్సహించాలి. ఒక్కసారే ఎక్కువ ప్రణాళికలు పెట్టుకోకుండా, కొన్ని మాత్రమే పెట్టుకొని వాటిని పద్ధతిగా అమలుపరచాలి. వీటిలో నారీజాగరణ, వ్యసనవిముక్తి, మూఢాచారముల నిర్మూలన వంటి ప్రాజెక్టులను ఈనాడు చేపట్టవలసిన అవసరం ఉంది. భోగలాలన ప్రధానంగా ఉన్న ప్రస్తుత సభ్యత పట్ల ప్రజలందరిలో చైతన్యము కలిగించి జీవితశైలిని మార్చవలసిన అవసరం పట్ల అవగాహన కలిగించాలి.

3. ఇక్కడ జరిగే విభిన్న కార్యక్రమాల్లో ఆనందంగా పాలు పంచుకోండి. ఈ సంచికలో మేళా జరిగే నగరాల మ్యాప్ ఇవ్వబడింది. మీరిక్కడికి వచ్చినపుడు అది ఒక గైడ్లాగా మీకు ఉపయోగపడుతుంది. ఇందులో ముందుగా శాంతికుంజను వెతకండి. తరువాత హరికీపైడి రైల్వేస్టేషన్ను చూడండి. అక్కడి నుండి మీరు, ఉండవల్సిన నగరాన్ని వెతుక్కోవడం సులభమౌతుంది. నవంబర్ 1వ తారీఖున పుస్తకముల మేళా, సాహిత్యకేంద్రము, ప్రదర్శన మరియు కళావేదిక ప్రారంభించబడతాయి. ఇది 1వ తారీఖు నుండి 5వ తారీఖు వరకు ఉదయం 8.00 గం||ల నుండి రాత్రి 9.30 గం||ల వరకు తెరిచే ఉంటుంది. కళావేదిక మాత్రం సాయంత్రం 6.00 గం||ల నుండి రాత్రి 9.30 గం||ల వరకు ఉంటుంది. నవంబరు 6వ తారీఖు నుండి 10వ తారీఖు వరకు పుస్తకమేళా ప్రదర్శన ఉదయం 8.00 గం||ల నుండి రాత్రి 9.30 గం||ల వరకు నడుస్తుంది. కలశయాత్ర నవంబరు 6వ తారీఖు ఉదయం 10 గం||లకు హరికీపైడి నుండి ప్రారంభమై ముఖ్యమైన మార్గాల ద్వారా మధ్యాహ్నం 2 గంటలకు 1551 కుండీయ యజ్ఞశాలకు చేరుతుంది. ఆ రోజు సాయంత్రం విశిష్ట ఉద్యోధన ఉంటుంది. నవంబరు 7 నుండి 9వ తారీఖు వరకు యజ్ఞవేదికలో యజ్ఞం ఉదయం 5.30 గం||ల నుండి మధ్యాహ్నం 2.00 గం||ల వరకు నడుస్తుంది. దీనితోపాటే బ్రహ్మవాదినులైన సోదరిమణులు సంస్కారములు నిర్వహిస్తారు. ప్రతిరోజు సాయంత్రం 5.00

సామాన్యంగా జీవితంలో ఓడిపోతుంటే ఎవరూ వెంట ఉండరు.

గం||ల నుండి రాత్రి 7.30 గం||ల వరకు జ్ఞానవేదిక నిర్వహించబడుతుంది. ఇందులో అనేకమంది విశిష్ట వ్యక్తుల ప్రవచనాలు ఉంటాయి. నవంబర్ 8వ తారీఖు సామూహిక దీక్ష, యజ్ఞోపవీత సంస్కారము, ఆదర్శ వివాహ సంస్కారములు నిర్వహించబడును. నవంబర్ 9వ తారీఖు చతుర్దశి రోజు సాయంత్రం జన్మశతాబ్ది దీపయజ్ఞముతో పాటు విశిష్ట ప్రవచనాలు ఉంటాయి. నవంబర్ 10వ తారీఖు కార్తీక పూర్ణిమ. దేవశక్తులను వీడ్కోలు ఇస్తూ పూర్ణాహుతి జరుపబడుతుంది. ఆలోచనావేదికపై ప్రశ్నోత్తరావళి ఉంటుంది. ఈ క్రమము ప్రతిరోజు ఉదయం 9 గం||ల నుండి 11.30 గం||ల వరకు, మరల మధ్యాహ్నం 2 గం||ల నుండి 4.30 గం||ల వరకు ఉంటుంది.

4. కళావేదిక ఆయా ప్రాంతాలకు చెందిన ప్రతిభావంతులు యుగనిర్మాణము కొరకు తమ ప్రాంతాల్లో చేయవల్సిన కార్యక్రమాలను ఎలా చేస్తున్నారు? యుగ ఋషి ప్రణాళికను ఎలా అమలుపరుస్తున్నారనేది అందరికి వివరిస్తారు. ఇది ఒక ప్రదర్శనగా చూపించబడుతున్నది. విశాలమైన మిషన్ కార్యక్రమాలని చూపిస్తూ తూర్పు-పశ్చిమాలకు, ఉత్తర దక్షిణాలకు యుగనిర్మాణయోజన గురించి తెలియచేయాలి. ఒక్కో ప్రాంతానికి చెందిన కళాకారుల బృందం ఆయా ప్రాంతాల్లోని ప్రతిభావంతులు యుగనిర్మాణము కొరకు తమ ప్రాంతాల్లో కార్యక్రమాలు ఎలా చేస్తున్నారు? యుగ ఋషి ప్రణాళికను ఎలా అమలుపరుస్తున్నారో ప్రదర్శనల ద్వారా చూపించేందుకు వస్తున్నారు. కళావేదికపై నాటికలు, నాటకాలు, నృత్యప్రదర్శనలు ఇవ్వబడతాయి. మీరేమైనా ప్రదర్శనలు తయారుచేస్తే మాకు తెలియచేయండి.
5. ఈ పత్రిక మీకు చేరే సమయానికి శరన్నవరాత్రులు ప్రారంభమై ఉంటాయి. ఈసారి నవరాత్రులు చాలా విశిష్టమైనవి. మీమీ ప్రాంతాలలోని శక్తిపీఠాల్లో నవరాత్రులు, సమావేశాలు జరుపుకొని ఇక్కడకు రండి. నవరాత్రులు ఇంకా ప్రారంభించకపోతే ఇప్పుడు ప్రారంభించండి. శరదృతువు చాలా పవిత్రమైనది. మీరు ప్రతిరోజుని ఉపయోగించుకోవచ్చు. మీకు ఎక్కువ సమయం లేకపోతే 108 మాలలతో గాయత్రీ అనుష్ఠానము లేదా ఒక చాలీసా అనుష్ఠానము చేయవచ్చు. దానితోపాటే మంత్రలేఖనాలు కూడా పూర్తి చేయండి. రోజుకి 10 మంత్రలేఖనాలైనా సరే పూర్తిచేయండి.

రాసిన మంత్రలేఖనాలన్నీ కూడా తీసుకుని రండి.

6. గంగఓడిలో యజ్ఞము చేయగలిగే అదృష్టము చాలా విలువైనది. ఇంకా విలువైనదేమంటే గంగఓడిలో బ్రహ్మవాదినుల ద్వారా జరుపబడే సంస్కారములలో పాలు పంచుకోవడం. మీకు పరిచయమున్నవారికి సంస్కారములు చేయించడం కన్నా గొప్ప విషయమే ముంటుంది? మీ పిల్లల వివాహాల సమయంలో పెద్ద హోటల్స్లో పార్టీలు ఇచ్చి ఘనంగా చేస్తారు. అలాకాకుండా శతాబ్ది సమారోహంలో వివాహం చేయిస్తే రెండు ఆత్మల కలయిక బలంగా ఉండడమే కాక మీకు ఖర్చు కూడా మిగిలుతుంది. సమారోహ సమయంలో ఎన్నో ఆత్మలు కొలువు తీరి ఉంటాయి. వారంతా నూతన దంపతులని ఆశీర్వదిస్తారు. ఇందుకు సంబంధించి ముందే ప్రణాళిక వేసుకోండి. ఇదేవిధంగా యజ్ఞోపవీత సంస్కారము మొదలు అన్ని సంస్కారాలు పూర్తిచేసుకోవచ్చు.
7. ఈసారి పరిజనులకు శాంతికుంజ్ ప్రవేశ ద్వారములు ఢిల్లీ, ఘజియాబాద్, మురాదాబాద్, డెహ్రాడూన్, నరేంద్రనగర్ల వైపు వస్తుంది. నలువైపుల నుండి వచ్చే మన కార్యకర్తలు-పరిజనులు మిషన్ను, సద్వాక్యాలను ఋషి యుగమును ముందుగా దర్శించాలి. పెద్ద పెద్ద చిత్రాలున్న బ్యానర్లు, పోస్టర్లతోపాటు పరిజనులు తయారుచేసిన ద్వారాలు మీకు స్వాగతం పలుకుతాయి. ఈ మార్గంలో వృక్షాలను పెంచాలని ఆలోచిస్తున్నాము. అన్నీ మన ఇష్ట ప్రకారం జరగవు కదా! ప్రభుత్వం వారి ఆమోదం పొందాలి. ఇప్పుడు కుదరకపోతే 15 సంవత్సరాల తరువాత గురునాథ్ సాధనావిధి ప్రారంభము చేసిన శతాబ్ది సంవత్సరాలకి (2026) ఇది జరుగుతుంది.
8. ఇక్కడ ఆలోచనలను పరస్పరం ఇచ్చిపుచ్చుకునే వేదిక ఉంటుంది. అనేక రంగాలలో నిష్ణాతులైనవారు చెప్పే విశేషాలు వినవచ్చు. ప్రసారవ్యవస్థ కూడా చక్కగా ఏర్పాటు చేయబడుతున్నది. మీరు ఎక్కడినుండైనా సరే అన్ని కార్యక్రమాలను చూడవచ్చు. విభిన్న రంగాలలో వస్తున్న మార్పులను గురించిన అన్ని కార్యక్రమాలను గురించి తెలుసుకోవచ్చు.
9. ఈనాడు దేశమంతటా అన్నాహజారే ఆందోళన నల్లధనము-అవినీతికి సంబంధించి ఒక విలక్షణమైన జాగృతి వచ్చింది.

**ఉచితంగా ఇచ్చిన దానికి విలువ ఉండదు.**

గాయత్రీపరివార్ వారు ఈ కార్యక్రమంలో విశేషంగా పాల్గొన్నారు. ఈ జన్మశతాబ్ది సమారోహంలో కూడా ఇలా నిరంతరంగా అవినీతిపై వ్యతిరేకపోరాటం గురించి ప్రణాళిక వేసుకోవాలి. మనపద్ద అనంతమైన సామర్థ్యం ఉంది. సదాచారముపై నిలబడ్డ ఈ జనసముదాయమే విప్లవాన్ని తీసుకురాగలదు. నైతిక క్రాంతి లేకుండా బౌద్ధిక క్రాంతి విజయం సాధించలేదు. ప్రతిచోటా మీరు ఇటువంటి బ్యానర్లు చూస్తారు. కళావేదికపై కూడా ఈ ప్రభావాన్ని చూస్తారు. అన్ని చోట్లా ఇందుకు సంబంధించి చిన్న చిన్న నాటికలు కూడా ప్రదర్శించబడతాయి. మీ భాగస్వామ్యాన్ని సునిశ్చితం చేసుకోండి. భ్రష్టాచారములను నిర్మూలించేందుకై చేపట్టే నివారణ ప్రక్రియలు మీరే ప్రారంభించండి.

10. మీడియాకు ప్రత్యేకంగా ఒక నగరం చేయబడింది. దానిద్వారా దేశవిదేశాలకు ఇక్కడ జరిగే కార్యక్రమాలు వివరాలు ఎప్పటికప్పుడు తెలియచేయబడతాయి. మన కార్యకర్తలలో ఎవరికైనా జర్నలిజంతో సంబంధముంటే వారు ఇందులో తమ సేవలు అందించవచ్చు. అటువంటివారు వచ్చేముందే మీ ప్రాంతాల్లోని పత్రికావారికి, ఏజన్సీలకు, టి.వి. మీడియాకు ఇందుకు సంబంధించిన సమాచారమును అందించి వారికి ఇక్కడి వార్తలు, విశేషాలను న్యూస్ క్లిప్పింగ్ ద్వారా తెలియపరచండి. ఇందుకు సంబంధించిన వ్యవస్థ అంతా మీడియా నగరమునందే చేయబడుతుంది. మొత్తం శతాబ్ది నగరమంతటా కూడా ఇక్కడ జరుగుతున్న రకరకాల ప్రదర్శనలు చూపించబడతాయి. మీడియానగర్ కు చెందిన కార్యకర్తలు ఈ పనులన్నీ చూసుకుంటారు.

జరుగబోయేది చాలా అద్భుతంగా విలక్షణంగా ఉంటుంది. వీటన్నింటికీ మూలమైన శతాబ్ది సమారోహ ప్రయోజనమును ఎవరూ మరచిపోవద్దు. మన గురుదేవులు మహాకాలుని సజీవస్వరూపంగా మారిపోయారు. అగణితమైన జాగృతాత్మలను ఆయన స్నేహధారలలో ఓలలాడిస్తున్నారు. మరి మనం ఆయన ఆత్మతో కలవాలని అనుకోవద్దా? మన ధ్యేయము పవిత్రమైనదైతే ఉత్సాహమును పెంచుకుంటూ ఈ రెండింటినీ కాపాడుకుంటూ ఉంటే మన గురుదేవులకు నిజమైన శ్రద్ధాంజలి సమర్పించిన వారవుతాము. అప్పుడు జన్మశతాబ్దిని జరుపు కోవడంలో ఒక సార్థకత లభిస్తుంది. ఇందులో భాగస్వాములైన వారు తమ గురుదేవుల పట్ల తమ శిష్యత్వమును నిరూపించు కోవాలి.

అందుకు కావాల్సిన షరతులు పైన చెప్పబడ్డాయి. మున్ముందు చేసే కార్యక్రమం ఇంకా పెద్దది. పాత్రత పెంచుకునేందుకై ఈ సమారోహములో పాల్గొనండి. మీ గుణములను ఉన్నతంగా ఉంచుకోవడమనేది చాలా ముఖ్యమైనదని గుర్తుంచుకోండి. మనం ఈ విధంగా పాల్గొంటే మన భాగస్వామ్యం చరిత్రలో మిగిలిపోతుంది.

- అఖండజ్యోతి, అక్టోబరు 2011  
అనువాదం: శ్రీమతి వల్లీశ్రీనివాస్

## నాకు స్వర్గం వద్దు

విదర్భలో అపరిగ్రహ ప్రతాన్ని పాటించే శ్రుతకీర్తి అనే పరివ్రాజకుడు ఉండేవాడు. ఆయన భజన, పూజాది నిత్యకర్మలు సాధ్యమయినంతగా చేస్తూ ఎక్కడైనా పతితులు, పీడితులు ఉంటే వారి దగ్గరకు వెళ్లి వీలయినంతగా సేవ చేస్తుండేవాడు, జ్ఞాన బోధ చేస్తుండేవాడు. బాల్యం నుండి వృద్ధాప్యం వరకు ఈ విధంగానే జీవనచర్య నడుస్తుండేది.

ఒకనాడు మరణ సమయం ఆసన్నమయిందని, బయలుదేరమని స్వర్గం నుంచి దేవతలు విమానాన్ని తీసుకువచ్చారు. శ్రుతకీర్తి స్వర్గాన్ని చేరుకున్నాడు. కాని అక్కడి వైభవ విలాసాలను చూచేసరికి చాలా దుఃఖం కలిగింది. తక్షణం తనను నరకానికి తీసుకెళ్ళమని అక్కడ ఉన్న దుఃఖితులకు సేవ చేసే అవకాశాన్ని ఇవ్వపని దేవతలను వేడుకుంటాడు.

నరే దేవతలు ఆయన కోరినట్లుగా నరకానికి పంపించారు. నరకంలో ఒకనాడు ఆయన తన తల్లి దండ్రులను కలుసుకోవడం తటస్థించింది. వారు ఆశ్చర్యంతో స్వర్గంలో ఉండే నీవు నరకానికి ఎలా వచ్చావు అని ప్రశ్నించారు. దానికి శ్రుత కీర్తి - నేను స్వర్గానికి పుణ్య ఫలం అనుభవించడానికి కాక పాప ఫలాన్ని అనుభవించడానికి వెళ్ళాను. ఏదో కొంత పాపం చేసి ఉండబట్టే స్వర్గంలో విలాసాల మధ్య కొంత కాలాన్ని వృథా చేయవలసి వచ్చింది. లేకుంటే మొదటి రోజే స్వర్గాన్ని తిరస్కరించి నరకానికి వచ్చి ఉండే వాడినని పలుకుతాడు. ఇందువల్లనే శ్రుతకీర్తి దేవతలలో శ్రేష్ఠుడుగా లెక్కించబడ్డాడు.

- ప్రజ్ఞాపురాణం నుండి

మన ఆనందాన్ని ఇతరులకు పంచాలి.

## పండుగలు - పరమార్థం

నక్షత్ర గమనాన్ని బట్టి, ఋతువుల ధర్మాలను సరించి, ఋషులు పండుగలను జరపాలన్న సంప్రదాయాన్ని సృష్టించారు. కొన్ని పండుగలు దైవశక్తి రాక్షసులను సంహరించి, జీవకోటిని వారి పీడ నుండి కాపాడిన సందర్భంగాను, కొన్ని పండుగలు శీతోష్ణస్థితులను బట్టి పాడి పంటలు సమృద్ధిగా పొందిన సందర్భంగా, సామాజిక స్థితిగతులను బట్టి ఆయా సందర్భాలను పండుగలుగా ఆచరిస్తున్నారు.

మన సంస్కృతిలో ప్రధాన అంశం ప్రకృతిని ఆరాధించుట, అందులో భాగంగానే పాడి పంటలు సమృద్ధిగా పండి ధాన్యం ఇంటికొచ్చే శుభ సందర్భాన్ని సంక్రాంతిగాను, అంతకుముందు రోజును 'భోగి' గాను (ఈ రోజునే ధనుర్మాస వ్రతాన్ని ముగించిన గోదాదేవి కళ్యాణం నిర్వహిస్తారు శ్రీ వైష్ణవ భక్తులు) కనుమ పండుగను మూడవ పండుగ చేస్తూ, గోమాతలను, గంగిరెద్దులను, హరిదాసులను భక్తి శ్రద్ధలతో పూజచేయడం పరిపాటి.

అదే రీతిలో ఉగాది, శివరాత్రి, శ్రీరామనవమి, దసరా, దీపావళి మొ॥న పండుగలతోపాటు శ్రావణమాస నోములు, వ్రతాలు, కార్తీక ఉపవాసాలు, పూజలు జరపడం ఆనవాయితీగా వస్తోంది.

మన గురుదేవుల సందేశానుసారంగా వ్యక్తి శ్రేయస్సు ప్రధానం. తర్వాత పరివార సంక్షేమం, అనంతరం సమాజ వికాసం కొరకు ప్రతి ఒక్కరూ కృషి చెయ్యాలి. సమాజ వికాసానికి, కర్తవ్యనిష్ఠ, నాగరికత, లోక కళ్యాణం, దేశభక్తి అనే సద్గుణాలు ప్రధాన కారణాలు కాబట్టి వీటిని సామాజిక సంస్కార సాధనాలుగా భావించి, పండుగలు, వ్రతాలు, నోములు, హోమాల పేరిట అందరినీ వీలైనన్ని పర్యాయాలు అన్ని వర్గాల ప్రజలను కలపడమే పండుగల పరమార్థం. సామాజిక చైతన్యం ద్వారా సమసమాజ నిర్మాణ సాధనయే వీటి పరమార్థమని భావన. ఆ కారణంగానే సంవత్సరమంతటా, దాదాపు నెలకొక పండుగ వచ్చేటట్లుగా ఆర్యులైన ఋషులు ఏర్పర్చి ధర్మ భావనతోబాటు, మానవ ప్రేమను చాటి చెప్పేటట్లు, పద్ధతులను ఏర్పరచారు.

### దసరా

వర్ష ఋతువు పూర్తి అయ్యి, 'శరదృతువు' శోభలతో అవని పులకించే సందర్భంలోనే "దేవీ నవరాత్రులు" వస్తాయి. ఆశ్వీయుజ శుద్ధ పాడ్యమి మొదలు నవమి వరకు నవదుర్గల రూపంలో ఉన్న ఆదిశక్తిని పూజించి, విజయాన్ని కోరుతూ అందరూ విజయోత్సవంతో పరిక్రమించాలన్న లక్ష్యంతో ఆయుధ పూజను

చేసి "విజయదశమి" ని జరుపుకొనే దశరాత్రుల (పాడ్యమి నుండి దశమి వరకు) వేడుకలనే "దశరా" / దసరా ఉత్సవాలుగా వ్యవహరించేవారు.

ఉత్తరదేశంతోబాటు దక్షిణ దేశంలో కూడా కొన్ని ప్రాంతాలలో దశకంతుడైన రావణాసురుని వధించిన విజయోత్సవ వేడుకలను "దశ హరా" (దశకంతుని హరించిన వేళ) అన్న అర్థంలో "దసరా" గా "రామ్ లీలా" పేరిట రావణవధ ఘట్టాన్ని నేటికీ అనేక ముఖ్య పట్టణాల్లో జరుపడం ఆనవాయితీ. ఢిల్లీలో ఈ వేడుకలు జరిగే ప్రదేశానికి "రామ్ లీలా" మైదానం అనే పేరు వాడుకలో ఉంది.

'ఆదిశక్తి' మహాకాళిగా, మహిషాసురమర్ధినిగా, నీలాంబరిగా, నందినిగా, రక్తదంతిగా, శాకంబరిగా, మహాదుర్గగా, మాతంగిగా, భామరిగా తొమ్మిది అవతార మూర్తులుగా మధుకైటబులు, మహిషాసురున్ని, రక్తబీజుని, శుంభ-శుంభులను, దుర్గుడు మొ॥న రాక్షసులను సంహరించిన శుభవేళను, భూమిపై తీవ్ర అనావృష్టి కలిగినపుడు శాకములను తన దివ్యశక్తితో ప్రసాదించిన శాకాంబరిగా, మాతంగ తనయంగా సర్వవిద్యలను ప్రసాదించే మాతంగిగా (సరస్వతీదేవి జన్మనక్షత్ర పర్వదినం) లోక కల్యాణానికి ప్రేరేపించిన శుభ ఘడియలను తలపింపచేస్తూ ఈ పదిరోజుల ఉత్సవాలను జరుపుతారు.

"విజయదశమి" రాముడు విజయకేతనం ఎగురవేసి రావణవధను గావించిన విజయోత్సవవేళగా కొందరు తెలుతూ ఉంటే మహాభారతంలో ఉత్తరగోగ్రహణం సందర్భంగా పాండవులు తమ అజ్ఞాతవాసం ముగించుకొని విరాట రాజ్యంలోని గోరక్షణ కొరకు ఆయుధపూజను కావించి, కొరవులపై తొలి విజయం సాధించిన విజయ జ్ఞాపికగా "విజయదశమి" ని పర్వదినంగా జరుపుకున్నారని పురాణాలు తెలుపుతున్నాయి. అలాగే అన్ని రంగాలవారు తమ పరికరాలను పూజిస్తే తప్పక కార్యరంగంలో విజయులౌతారని ఆరోక్తి. దీనినే "శ్రమయేవజయతే" (ఇంగ్లీషు) అని భావిస్తారు.

**జమ్మిచెట్టు :** జమ్మిచెట్టు పూజను విశేషంగా ఆచరించడం అనే ప్రక్రియ చెల్ల పట్ల మానవులకు ఆరాధన భావం ఉండాలన్న సత్యాన్ని బోధిస్తుంది.

**శమీ శమయితే పాపం, శమీశత్రు వినాశినీ ।  
అర్జునస్య ధనుర్ధారీ రామస్య ప్రియదర్శినీ ॥**  
అన్న శ్లోకాన్ని పఠిస్తూ, పూజిస్తారు.

**జీవితంలో విజయం సాధించడానికి విశ్వాసం అవసరం.**

“వృక్షో రక్షతి రక్షితః” అన్న ఆర్యోక్తికి కూడా ఈ ఆచారం అర్థం పడుతోంది.

జమ్మి ఆకులను స్పృశించడం ద్వారా శారీరక రుగ్మతలు, తొలగిపోతాయన్న వైద్యశాస్త్ర నియమం కూడా మన ఋషులు గ్రహించి, ఆరోగ్య రక్షణ కొరకు ఈ ఆచారాన్ని ప్రవేశపెట్టారు.

**దసరా పద్యాలు - విల్లంబుల ధారణ :** విద్యార్థులు విల్లంబులు చేతబట్టి నాటి రాముడు, అర్జునుడు వంటి వీరుల స్ఫూర్తితో రామాయణ గాథలను అవగాహన చేసుకుంటూ, ఇంటింటికి తిరుగుతూ, “అయ్యవారికి చాలు ఐదు వరహాలు - పిల్లవాళ్ళకు చాలు పప్పు బెల్లాలు” అంటూ గురువులను పోషించవలసిన బాధ్యత సమాజానిదే, కావున విరాళాల రూపంలో, గురువులను ఆదుకోవాలన్న సామాజిక సత్యం స్పష్టమౌతోంది. అప్పుడే విద్య సంఘశ్రేయస్సు కొరకు ఉపయోగపడుతుంది.

**దసరా సంబరాలు :** దసరా ఉత్సవాల సందర్భంగా కొందరు దసరా వేషాల పేరిట సంబరాలు జరుపుతారు. మరికొందరు కర్రసాము, విలువిద్య, కత్తిసాము వంటి విద్య ప్రదర్శన గావిస్తారు. స్త్రీలు ‘బొమ్మలకొలుపు’ ల పేరిట చారిత్రక, పురాణ, గ్రామీణ నేపథ్యంతో కూడిన బొమ్మలతో కుటుంబాలలో తొలి గురువులైన

మాతృమూర్తులకు, మహిళా మూర్తులకు తెల్పుతూ, రాబోయే తరాలకు మన సంస్కృతిని పంచే ప్రయత్నం చేస్తారు.

ఈ నవరాత్రి ఉత్సవ సందర్భంగా సాంస్కృతిక కార్యక్రమాలు, సాహిత్య గోష్టుల వల్ల కవులు, పండితులు, కళాకారులు ఉత్సాహంతోబాటు ఉపాధి కూడా పొందుతారు. సాహిత్యాన్ని కళలను ఆశ్రయించిన వారిని నాడు రోజులు పోషించేవారు. నేడు ఆ బాధ్యత ప్రజలదేనని ఈ ఉత్సవం చెబుతోంది.

నవదుర్గలుగా “శైలపుత్రి, బ్రహ్మచారిణి, చంద్రఘండ్ర, కూష్మాండ, స్కంధమాత, కాత్యాయని, కాళరాత్రి, మహాగౌరీ, సిద్ధిధాత్రి” గా ఆదిపరాశక్తిని అర్చించి, ఆమె దీవెనలతో శక్తివంతులుగా మారి సర్వసిద్ధులను ప్రసాదంగా పొందడమే “దసరా” పూజల విశేషం.

పండుగల పేరిట సామూహిక పూజలు, అన్ని సంతర్పణలు, సాంస్కృతిక కార్యక్రమాలను నిర్వహించుకోవడం వల్ల సమాజంలో వర్గ వైషమ్యాలు తొలగి, శాంతి సౌరభాలు విలసిల్లుతాయన్నది అక్షర సత్యం. ఆ పండుగలకు సంబంధించిన పౌరాణిక కథలను, చారిత్రక సత్యాలను క్రమక్రమంగా తెలుసుకుందాం.

- సాధన నరసింహాచార్య

**పేదల పాలిటి పెన్నిధి**

సాధనములు తక్కువగా ఉన్నా, పరిస్థితులు ప్రతికూలంగా ఉన్నప్పటికీ కొంతమంది తమ పరాక్రమ పురుషార్థాలతో అసంభవాన్ని సంభవం చేయగలరు.

అమెరికా దేశములో థాంసన్ అతిపేద కుటుంబంలో జన్మించాడు, తినడానికి తిండి కూడా ఉండేది కాదు. కాని ఇతని ఆలోచనలు తిండి దొరికితే చాలు అనే దానికే పరిమితం గాక ప్రపంచంలో దారిద్ర్య నిర్మూలన ఎలా చెయ్యాలా అని తపిస్తుండేవి. నాలుగు డబ్బులు చేతిలో పడేసరికి స్వార్థపరులు, వ్యవసపరులు అవసరాలు గడుపుకొని విచ్చలవిడిగా తగలేస్తారు. కాని వివేకవంతులు ఉన్నత మార్గంలో ముందుకు సాగటానికి బాటలు వేస్తుంటారు. ఇదే విధంగా థాంసన్ ఔన్నత్యం వైపు పయనాన్ని సాగిస్తూ వ్యవసాయ రంగంలో అసాధారణమైన కృషి చేశాడు. దాని ద్వారా పేదరికంలో మగ్గుతున్న సాటివారి కన్నీళ్ళు తుడిచి, చేయూతనిచ్చి అనేక మందిని దారిద్ర్యం నుంచి విముక్తులను చేశాడు. థాంసన్ పేదల పాలిటి భగవంతుడై ఆడుకున్నాడు.

- ప్రజ్ఞాపురాణం నుండి

**రుస్తుం టిక్**

పార్సీ సమాజంలో జన్మించిన రుస్తుం అంగవైకల్యంతో జీవితం సాగించాడు. కాస్త పెరిగేసరికి కళ్ళు కనిపించడం మానివేశాయి. మరికాస్త వయస్సు వచ్చేసరికి శరీరంలో సగభాగం చచ్చుబడిపోయింది. అయినా అతను దైన్యాన్ని దరిచేరనీయలేదు. ధైర్యాన్ని విడనాడలేదు. అంధుల కొరకు తయారుచేసిన బ్రెయిల్ లిపి ఆ రోజుల్లో ప్రారంభదశలో ఉండి లోపభూయిష్టంగా ఉండేది. దానిని సరిచేయడానికి ప్రయత్నం చేస్తుండేవాడు. ఈయన ప్రయత్నాన్ని అందరు హేళన చేసేవారు. అయినా ఈయన లెక్కచేయలేదు. భారతదేశంలోని అంధులను సంఘటితపరచే ప్రణాళిక ఈయన తయారుచేసినదే. రాష్ట్ర సంఘ సహకారంతో బ్రెయిల్ లిపిని సంస్కరించాడు. భారత ప్రభుత్వం ద్వారా అంధులు క్రియాశీలురు కావడానికి ఈయన చేసిన ప్రతి ప్రయత్నం సత్ఫలితాలను ఇచ్చింది.

రుస్తుం యొక్క సాహసం, సేవలను గుర్తించి ఈయనను భారత ప్రభుత్వం పద్మశ్రీ బిరుదుతో సత్కరించింది.

- ప్రజ్ఞాపురాణం నుండి

**మనకు మనమే మిత్రులం, మనకి మనమే శత్రువులం.**



**ఆరోగ్యమే మహాభాగ్యం - 11**

**హోమియో వైద్య సేవ**

ఆస్మా అన్ని వయసుల వారిని ఇబ్బందిపెట్టే జబ్బు. కొన్ని జాతులవారు ఈ జబ్బుకు ఎక్కువగా గురవుతారు. కాని ప్రపంచ వ్యాప్తంగా ఈ జబ్బు బాగా విస్తరించింది. ప్రతియేటా ఈ రోగుల సంఖ్య గణనీయంగా పెరగడం ఆందోళనకరమైన విశేషం.

పెరుగుతున్న కాలుష్యం, కృత్రిమ ఆహార పదార్థాలు, నిలువ ఉంటే ఆహారాలు, ఎన్నోరకాల రసాయన మిశ్రమాలు మన శరీర వ్యాధినిరోధక వ్యవస్థను దెబ్బతీస్తున్నాయి. దీనివలన స్వాసకోశ సంబంధిత ఎలర్జీలు, చర్మ సంబంధిత ఎలర్జీలు చాలా ఎక్కువ అవుతున్నాయి. కొంతమందిలో ఇది ఆస్మాకు కాని తామరకు కాని దారితీయవచ్చు.

చాలా వరకు ఆస్మా రోగులు బ్రాంకోడైలేటర్లు (Broncho dilators), స్టెరాయిడ్లను వాడి ఉపశమనం పొందుతుంటారు. ఇది ఆస్మాకు తాత్కాలికంగా ఉపశమనం చాలా బాగా ఇస్తుంది. కాని ఈ చికిత్సలో ఎప్పటికప్పుడు ఉపశమనమే కాని శాశ్వతమైన పరిష్కారం మాత్రం ఉండదు. వారి వ్యాధి నిరోధక శక్తి బలోపేత మవడానికి సహకరించే చికిత్స ఇది కాదు అని వ్యాధి బారిన పడ్డవారు త్వరలోనే గ్రహిస్తారు.

ఈ తాత్కాలిక ఉపశమనం ఇచ్చే చికిత్సల కంటే శాశ్వత ఉపశమనం ఇచ్చే చికిత్సల గురించి అవగాహన ఉండటం ముఖ్యం. ఇటువంటి చికిత్సలలో హోమియో కూడా ఒకటి. ఇందులో రోగాన్ని మూలం నుండి చికిత్స చేయబడుతుంది. కావున శాశ్వత పరిష్కారం లేదా దీర్ఘకాలిక ఉపశమనం తప్పక లభిస్తుంది.

హోమియో చికిత్స మొదలుపెట్టిన తర్వాత వ్యాధి తీవ్రత మరియు వ్యాధి తరచుగా రావడం అనేది తగ్గుముఖం పడుతుంది.

**అసలు ఆస్మా అంటే ఏమిటి?**

మన రోగనిరోధక వ్యవస్థ రోగి కారకములైన క్రిములు, రసాయనములు మొ॥నవి. శరీరములోనికి ప్రవేశించినప్పుడు వాటిని నియంత్రించుటకు ప్రతిస్పందించి వ్యాధి నిరోధక కణాలలో ఉద్రేకాన్ని కలిగించి ఆ క్రిములను నియంత్రిస్తుంది. కాని ఈ ఎలర్జీ వచ్చినప్పుడు వ్యాధికారకములు కాకపోయినను సాధారణమైన వాటిని కూడా వ్యాధికారకములుగా భావించి ఎక్కువగా ప్రతిస్పందిస్తుంది. దీని కారణముగా ఎలర్జీ సంబంధిత లక్షణాలు కలుగుతాయి. దీనికి ఇదమిద్దమైన కారణము ఏమీ

లేదు కాని కాలుష్యం, మారుతున్న జీవనశైలి, ఆహారపు అలవాట్లు మొ॥నవి ఎన్నో ఈనాడు ఈ ఎలర్జీలు ఎక్కువ కావడానికి దోహద పడుతున్నాయి.

ఎలర్జీని (Atopy) ఎటోపిగా వ్యవహరిస్తారు. అది మూడు విధాలుగా బహిర్గతమవుతుంది. 1) ఎటోపిక్ ఎగ్జిమా (తామర) (Atopic Eczema) 2) ఎలర్జిక్ రైనైటిస్ (Allergic Rhinitis) 3) బ్రాంకియల్ ఆస్మా (Bronchial Asthma)

పైన పేర్కొన్న మూడు ఎలర్జీలకు సంబంధించినవే. రోగనిరోధక వ్యవస్థ ఎంతవరకు ఎలర్జీ ప్రభావానికి లోనైనదో దాని తీవ్రతను బట్టి పైన పేర్కొన్న వ్యాధులు బయటపడతాయి. మన రోగనిరోధక వ్యవస్థ ముందు ముఖ్యమైన అవయవాలను కాపాడతాయి. కావున ముందు చర్మ సంబంధిత ఎలర్జీ వస్తుంది. దానిని కనుక సరియైన మూలచికిత్స చేయకుండా పై పై పూతలతో తగ్గిస్తే తరువాత ముక్కుకి సంబంధిత ఎలర్జీ అదీ ముదిరితే ఆస్మా వస్తాయి. ఈ మూడు కొంతమందిలో కలిసి కూడా ఉండవచ్చు.

ఆస్మా వచ్చినప్పుడు చిన్న స్వాసకోశనాళాలు సంకోచించి కఫం ఎక్కువగా ఉత్పత్తి అయి స్వాస సరిగా అడక ఉబ్బసం, ఆయాసం, కఫంతో కూడిన దగ్గు వస్తాయి. ఇలా ఉన్నప్పుడు బ్రాంకోడైలేటర్లు (Inhalers) వాడితే సంకోచించి ఉన్న స్వాసనాళాలు వ్యాకోచించి సత్వర ఉపశమనం కలుగుతుంది. కాని ఇది తాత్కాలికంగా ఉంటుంది.

హోమియో వైద్యవిధానంలో సత్వర ఉపశమనానికే కాక దీర్ఘకాలిక ఉపశమనానికి కూడా మందులు ఉన్నాయి. సాధారణంగా ఆస్మా రోగులు వాడే మందులు ఆర్సెనిక్ ఆల్బం, ఇపికాక్, ఆంటింటార్ట్, బాసిలిసం, తుజా, కాలికార్బ్.

**సలహాల కొరకు సంప్రదించవచ్చిన చిరునామా**

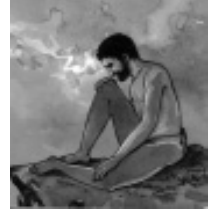
**డా॥ డి. నీలవేణి, బి. హెచ్.ఎమ్.ఎస్.**  
 ఆర్.ఎస్..జి. అడ్వాన్స్డ్ హోమియో క్లినిక్  
 ఇ.నెం. 3-211, యశోద గార్డెన్స్ దగ్గర,  
 శాంతినగర్, కూకట్‌పల్లి, హైదరాబాద్ - 500 072.  
 ఇ-మెయిల్: drneelaveni@gmail.com

ఈ శీర్షిక హోమియో వైద్య విధానం మీద అవగాహన పెంచుకోవడానికే. దయచేసి స్వంత వైద్యం ప్రయత్నించవద్దని మనవి.

**గెలుపంటే కొత్త ఆలోచనలను సాకారం చేసుకోవడమే.**



# వేమన వేదం - నవజీవన నాదం - 12



తాత్త్వికతను, లౌకికతను సమపాళ్ళలో జెపాసనబట్టిన పరమసత్యాన్వేషి వేమన. తాను గ్రహించిన సత్యాన్ని, అందరికి పంచి, ఇతరులకు జ్ఞాన బోధకావించిన వేమన పద్యాలు నిత్యస్మరణీయాలు, సత్య తూణీరాలు.

“ఏకం సత్ విప్రాః బహుధావదంతి” సత్యం ఒక్కటే. కానీ పండితులు దానిని పలు విధాలుగా, పలు రూపాలుగా వివరిస్తారు. మూలతత్వాన్ని తెలుసుకొని, పరమార్థ జ్ఞానాన్ని తెలుసుకొనే యత్నం చెయ్యాలి. “బ్రహ్మమొక్కటే పరబ్రహ్మమొక్కటే” అన్న అన్నమయ్య తత్వజ్ఞానాన్ని వేమన ఇలా వివరించారు.

**పాలు, పెరుగు, వెన్న, పాయసంబు నేయి  
జున్నులెన్నియైన ంజూడపాలె  
పాలవంటి కులము బ్రహ్మాంబుగానరో  
విశ్వదాభిరామ వినురవేమ !**

బ్రహ్మస్వరూపాలే ఈ లౌకిక వృత్తులు, ప్రవృత్తులు. వీటిని తెలుసుకుని, వీటి బంధనాల నుండి విముక్తి పొంది, పునర్జన్మకు తావులేని ఆ పరమాత్మ చరణాలను సేవించడమే బ్రహ్మజ్ఞానం. ఈ జ్ఞానాన్ని తెలుసుకోవడానికి ఈ లౌకిక విషయాల కోసం వెంపర్లాడవలదని వేమన, పాలు నుండి పెరుగు, వెన్న, నెయ్యి, జున్ను, పాయసాలు ఎలా ఉద్భవించాయో అలాగే అన్ని వృత్తి ప్రవృత్తులను మూలం పరబ్రహ్మమే. ఆ పరబ్రహ్మ జ్ఞానాన్ని తెలుసుకోమన్న వేమన. సులభ పదాలతో నిత్యసత్యాలతో సామాన్యునికి సైతం అధ్యాత్మబోధ కావించారు.

రైతు ప్రాధాన్యతను, రైతుపట్ల సమాజం చూపవలసిన గౌరవాన్ని వేమన ఇలా వివరించారు.

**పైరు నిడినవాని ఫలమదే సఫలంబు  
పైరు నిడనివాడు ఫలముగమనే?  
పైరు నిడినవాడు బహుభాగ్యవంతుడౌ  
విశ్వదాభిరామ వినురవేమ !**

“కృషితో నాస్తి దుర్భిక్షమ్” అన్న ఆర్యోక్తి ప్రకారం “కృషి ఉంటే మనుష్యులు ఋషులౌతారు” అన్న సూక్తి ప్రకారం, కష్టపడి వ్యవసాయం చేసే రైతుకు పంటరూపంలో సత్ఫలితం కలుగుతుంది. వ్యవసాయం సక్రమంగా చేయకపోతే ఆ రైతుకు కన్నీరే మిగులుతుంది. కాబట్టి అన్నదాతయైన రైతు నిజంగా భాగ్యవంతుడే. కన్నతల్లిని, ఉన్న నేతలను నిత్యం పూజించే రైతే నిజమైన పరిపూర్ణుడు. అతనికి సుఖం, ఆనందం, ఆహ్లాదం

ఆత్మీయత అనేవి సిరి సంపదలు.

కానీ ప్రస్తుత నేతలు రైతు ప్రాధాన్యతను, వ్యవసాయాన్ని నిర్లక్ష్యం చేయడం వల్ల, ఎందరో రైతులు కష్టాలను ఎదుర్కొంటున్నారు. ఇటు ప్రభుత్వం నిర్లక్ష్యం, అటు ప్రకృతి అనిశ్చిత పరిస్థితుల (సకాలంలో వర్షాలు పడకుండా, అతివృష్టి, అనావృష్టులతో) కారణంగా రైతు కుటుంబాలు అష్టకష్టాలు పడుతున్నారు. ఇప్పటికైనా ప్రభుత్వం మేల్కొని రైతులను ఆదుకోవాలి. అప్పుడే రైతే రాజు అవుతాడు.

**బ్రాహ్మణునకు సకల భాగ్యంబులీవచ్చు  
గౌరవింపవచ్చు గలియవచ్చు  
జ్ఞానమొసగి జనుల గడతేర్చినట్లయిన  
విశ్వదాభిరామ వినురవేమ !**

బ్రహ్మజ్ఞానం కల్గిన ప్రతి ఒక్కడు బ్రాహ్మణుడే అన్న సత్యాన్ని నమ్మిన వేమన, యదార్థ తత్వాన్ని, మంచిని బోధించే బ్రహ్మజ్ఞానిని గౌరవించి అతనితో కలిసి సమాజశ్రేయస్సు సంబంధించిన పనులలో సహకరించవచ్చును. ఆ కార్యక్రమాలకు హాస్తిక, ఆర్థిక సహకారాన్ని అందిస్తూ, మంచిని ప్రోత్సహించాలి. అంతేకాని వారినే దైవాలుగా ప్రచారం చేస్తూ, వారిసేవకే పరిమితమై, అసలు దైవాన్ని విడువరాదు. అని హితవు పలికిన నిజమైన హేతువాది.

**బ్రహ్మమనగ నెచటో పరదేశమున లేదు  
బ్రహ్మమనగ దానె బట్టబయలు  
తన్ను దానెరిగిన ందానెపోబ్రహ్మాంబు  
విశ్వదాభిరామ వినురవేమ !**

బ్రహ్మజ్ఞానమంటే ఎక్కడో వేరేలోకంలో లేదు. ప్రతిమనిషి అంతరాత్మ చెప్పినట్లుగా నడుచుకుంటాడు. ఆ అంతరాత్మలోని తత్వాన్ని తెలుసుకోవడమే బ్రహ్మజ్ఞానం. “జీవాత్మ” ను ఆత్మశోధన ద్వారా సాధించినపుడు, అది జీవి మరణించిన పిదప పరమాత్మను చేరుతుంది. ఈ సాధన శాస్త్రములను చదివితే రాదు. కేవలం గురువు ద్వారా మాత్రమే సాధ్యము. పురుగు తుమ్మెదను తదేక దృష్టితో ధ్యానించి, పరికించుట వల్ల తన రూపాన్ని తుమ్మెదగా మార్చుకుంటుందో, జీవాత్మ పరమాత్మగా మారే ప్రక్రియను బోధించేదే బ్రహ్మజ్ఞానము అంటారు. కాబట్టి “నిన్ను నీవు తెలుసుకో” అన్న జీవిత సత్యాన్ని గ్రహించగలగాలి.

**చేస్తున్న పని పట్ల ఇష్టం పెంచుకోవాలి.**

మగనికాలమందు మగువకష్టించిన  
 సుతులకాలమందు సుఖమునందు  
 కలిమి లేమి రెండు గలవెంత వారికి  
 విశ్వదాభిరామ వినురవేమ !

ప్రతి స్త్రీ వివాహమైన పిదప, గృహిణిగా భర్త ఆలన, పాలనలతోపాటు, ఇంటి వ్యవహారాలను, పిల్లల చదువులు, బాగోగులు విషయంలో బాగా శ్రమించాలి. ఆ శ్రమకు తగ్గ ఫలితాన్ని, తరువాత కాలములో (పిల్లలు ఎదిగి ఉద్యోగాలలో స్థిరపడినపుడు) ఇంటికి పెద్ద ముత్తయిదువగా పిల్లల ప్రేమానురాగాలను అందుకుంటుంది. ఈనాడు కష్టపడితే, రేపు సుఖపడవచ్చునన్న సత్యం గృహిణుల విషయంలో అర్థవంత మగుచున్నది.

మత్సరంబు, మదము, మమకారమనియెడి  
 వ్యసనములను దగిలి మసలబోక  
 పరులకుపకరించి పరముండవగుపొమ్ము  
 విశ్వదాభిరామ వినురవేమ !

అరిష్టద్వర్గాలైన “కామ, క్రోధ, లోభ, మోహ, మద, మాత్సర్యము” అనెడి ఆరు దుర్గుణాలను మనిషి విడిచిపెట్టాలి. అప్పుడే పరిపూర్ణత కలుగుతుంది. వేమన ఇదే సత్యాన్ని మత్సరము, మదము, మమకారము అనేవి వ్యసనముల వంటివి. వ్యసనములు ఏవిధంగా మనిషి నాశనానికి దోహదపడతాయో పైన తెలుపబడిన మత్సరము (అసూయ) మదము (గర్వము) మమకారము (అతిప్రేమ) అనేవి నిజాన్ని తెలుసుకోనీయక, చెడుమార్గంలోకి నెట్టివేస్తాయి. అందువల్ల వాటికి దూరంగా ఉంటూ, పరమార్థ చింతన కలవాడే బ్రహ్మస్వరూపుడు, పురుషోత్తముడు అని తెలుపబడతాడు.

మాటలాడగల్గు మర్మములెఱిగిన  
 పిన్నపెద్దతనము లెన్నవలదు  
 పిన్నచేతి దివ్వెపెద్దగా వెలుగదా  
 విశ్వదాభిరామ వినురవేమ !

చెప్పే విషయంలో స్పష్టత, ధర్మనిరతి, ధర్మసారము ఉన్నపుడు అది పెద్దలు చెప్పినా, పిన్నలు చెప్పినా వినవలసినదే, వినతగినదే. మాటతీరుతో మహాద్భుత సత్యాలను చెపుతున్నపుడు, వారి వయస్సును, అనుభవాన్ని లెక్కించరాదు. “దీపం” చిన్నవాని చేతిలో ఉన్నప్పటికీ పెద్దగానే వెలుగుతుంది. అలాగే “ధర్మం” చిన్నవారి నుండి వెలువడినప్పటికీ తప్పక విరాజిల్లుతుంది. అందువల్ల ధర్మ పన్నాలు కేవలం వ్యక్తులను బట్టి మాత్రమే స్వీకరించాలి. వయస్సును బట్టి కాదు.

సాటివారు నిన్ను సాధింపగా లేరు  
 దైవమెప్పుడు నీకు దప్పకున్న  
 భారతంబులోని పరమార్థ మిదె గదా  
 విశ్వదాభిరామ వినురవేమ !

దైవ సహకారం ఉన్నపుడు, మానవమాత్రులైన ఎటువంటి శక్తి మనలను ఏమీ చేయలేదు. ఆపదలు, ఆటంకాలు, తొలగించాలంటే కేవలం దైవశక్తికి మాత్రమే సాధ్యం. కాబట్టి దైవాన్ని నమ్ముకున్నవాడు ఎన్నటికి చెడిపోడు అనే ఉక్తిని భారతకథతో పోల్చి, పాండవులు శ్రీకృష్ణ పరమాత్మ సహకారంతో ధర్మవిజయం పొందినట్లు, దైవాన్ని నమ్మి ప్రతికార్యంలో విజయాన్ని పొందుము. స్థిరచిత్తము, సద్బుద్ధి, పరోపకర చింతన మొ॥నవి దైవ సహకారం పొందుటకు ప్రథమ సోపానములని వేమన ఎందరికో మార్గదర్శనం చేసి అందరినీ తరింపచేసిన ధన్యజీవి.

- సాధన సరసింహోచార్య

(శ్రీ పావనిసేవా సమితి ప్రచురించిన ‘వేమన శతకం’ ప్రతి నుండి పద్యములు గ్రహించబడినవి)

గమనిక: వచ్చే సంచిక నుండి భర్తృహరి నీతి శతకంలోని పద్యాలను తెలుసుకుందాం. వేమన శతకంలోని అర్థ పరమార్థాలను మన జీవన మార్గంలోనికి మలుచుకున్నప్పుడే వాటికి సార్థకత. మానవునిగా మనకు పరమార్థత లభిస్తాయి.

### ఇవ్వడమే తెలుసు

కార్యే మహర్షి లభిస్తున్న కొద్దిపాటి వేతనంతో కాలం గడుపుతుండేవాడు. కార్యే భోజనం చేసే హోటల్ యజమాని నాగబాబు ఆరోగ్యం సవ్యంగా లేక, హోటల్ నడపలేక హోటల్ మూసివేసి వెళ్ళిపోయాడు. కార్యే లభించే కొద్దిపాటి వేతనంలోనే పైసా పైసా ఆదా చేయడం మొదలుపెట్టాడు. ఎంతకీ హోటల్ యజమాని రాకపోయేసరికి ఆదా చేసిన మూడు రూపాయలు తీసుకుని అతని ఇంటికి వెళ్ళాడు. హోటల్ యజమాని వద్ద కార్యే డబ్బు, ఐదు రూపాయలు ఉండటం వల్ల అవి అడగడానికి వచ్చి ఉంటాడని భావించి అతను తన అశక్తతను వ్యక్తం చేశాడు. కార్యే తాను ఆదా చేసిన మూడు రూపాయలు నాగబాబుకి ఇవ్వడానికి వచ్చానని, తీసుకోవడానికి రాలేదని తెలియజేస్తాడు.

భూమి మీద దేవతలు అంటే వీరే. ఎలాంటి స్థితిలో ఉన్నా వీరి ప్రయత్నాలు, ఆలోచనలు సదా ఇవ్వడాన్ని ప్రోత్సహిస్తూ ఉంటాయి. - ప్రజ్ఞాపురాణం నుండి

శక్తిని పొందటానికి ఆశ, విశ్వాసం తోడ్పడతాయి.

## జన్మశతాబ్ది ప్రజ్ఞా లిజిస్ట్రేషన్

2011 నవంబర్ 6 నుండి 10 వరకు హరిద్వార్ లో జరుగనున్న జన్మశతాబ్ది మహోత్సవమునకు హృదయపూర్వక ఆహ్వానం. అందరికీ వీలుగా ఈ కార్యక్రమంలో పాలుపంచుకునేందుకు రిజిస్ట్రేషన్ చేసుకోవలసి ఉంటుంది. రిజిస్ట్రేషన్ చేసుకున్నవారికి మీ బస గురించి, ప్రయాణం గురించిన మార్గదర్శనం ఇవ్వడానికి వీలవుతుంది. మీకు అవసరమయితే ఎవరిని సంప్రదించాలో వారి మొబైలు నంబరు మీకు SMS చేయబడుతుంది.

### రిజిస్ట్రేషన్ ఎలా చేసుకోవాలి?

రిజిస్ట్రేషన్ చేసుకునేందుకు మీరు **09212145225** నంబరుకు మీ మొబైల్ నుంచి కాని, కార్యక్రమానికి వస్తున్న స్నేహితుని మొబైల్ నుండి కాని SMS చేయాలి. దీని కొరకు ఎక్స్ట్రా ఛార్జీలు ఏమీ ఉండవు.

### ఎస్.ఎమ్.ఎస్. (SMS) లో ఏమి వ్రాయాలి?

ఈ **09212145225** నంబర్ కి ఎస్.ఎమ్.ఎస్. (SMS) చేస్తూ A/B/C లో ఏదో ఒకటి టైపు చేసి పంపించాలి.

- A - మీకు మాత్రమే రిజిస్ట్రేషన్ చేయదలచుకుంటే (వ్యక్తిగతంగా)
- B - మీరు మీ కుటుంబంతో రాదలచుకుంటే (ఫ్యామిలీ)
- C - మీరు ఒక గ్రూపుగా రాదలచుకుంటే (గ్రూపు)

కొద్ది రోజుల తర్వాత శాంతికుంజ్ వాలంటీరులలో ఒకరు మీరు రిజిస్ట్రేషన్ చేసుకున్న మొబైల్ నంబరుతో పిలిచి మాట్లాడుతారు. మాట్లాడిన తరువాత మీకు ఒక ప్రత్యేకమైన నంబరు ఇస్తారు. ఈ నంబరును మీరు గుర్తుంచుకోవాలి, జాగ్రత్త పరచుకోవాలి. భవిష్యత్తులో ఈ నంబరు ద్వారానే సంప్రదింపులు (మీ వసతి, వగైరా) జరుగుతాయి.

శాంతికుంజ్ నుండి ఫోన్ వచ్చినప్పుడు ఇవ్వవలసిన వివరాలు. ఈ వివరాలన్నీ మీరు రెడీగా పెట్టుకుంటే కొద్ది సమయంలోనే ఇవ్వటానికి వీలవుతుంది.

### A - వ్యక్తిగతంగా రిజిస్ట్రేషన్ చేసుకోవడానికి

1) పేరు 2) పుట్టినతేది 3) హరిద్వార్ వచ్చే తేది 4) హరిద్వార్ నుంచి వెళ్ళే తేది 5) సంక్షిప్త అడ్రసు అంటే ఊరు, మండలం, జిల్లా, రాష్ట్రం 6) ఉద్యోగం, విద్యార్హతలు 7) మీరు ఏ విధంగా గాయత్రీ పరివార్ తో జోడింపబడి ఉన్నారు - శక్తిపీఠం, ప్రజ్ఞాపీఠం, ప్రజ్ఞామండల్, మహిళా మండల్, యువ మండల్ (ఈ సమాచారం తప్పనిసరిగా ఇవ్వాలి).

### B & C - మీరు కుటుంబంగా గాని, ఒక గ్రూపుగా గాని రిజిస్ట్రేషన్ చేసుకోవడానికి

1) గ్రూపు లీడరు పేరు 2) వచ్చే తేది 3) తిరిగి వెళ్ళే తేది 4) సంక్షిప్తంగా అడ్రసు - ఊరు, మండలం, జిల్లా, రాష్ట్రం 5) ఉద్యోగం, విద్యార్హతలు 6) మీరు గాయత్రీ పరివార్ తో ఏ విధంగా జోడింపబడి ఉన్నారు - శక్తిపీఠం, ప్రజ్ఞాపీఠం, ప్రజ్ఞామండల్, మహిళా మండల్, యువ మండల్ (ఈ సమాచారం తప్పనిసరిగా ఇవ్వాలి) 7) ఎంతమంది కార్యక్రమంలో పాల్గొనబోతున్నారో వారి పేర్లు, మొబైల్ నంబర్.

వచ్చేటప్పుడు మీ ఫోటో ఉన్నటువంటి గుర్తింపు కార్డు తప్పనిసరిగా తీసుకురావాలి. (డ్రైవింగ్ లైసెన్స్ / ఓటరు ఐ.డి. కార్డు / పాస్ కార్డు / రేషన్ కార్డు మొదలైనవి)

**జీవితానికి నిర్దిష్ట లక్ష్యం ఉంటే తాత్కాలిక అడ్డంకులను తేలికగా అధిగమించవచ్చు.**

**అక్షరాల ఆట**  
**పదగాయత్రి-12**

నిర్వహణ : సాధన నరసింహాచార్య

1	2	3	4	5		
6						
7						8
9				10		
		11			12	13
14						
				15	16	
17						18

**పదగాయత్రి-11 సమాధానాలు**

1	2	3	4	5	6	7	8	9
త్రా	బ	ణ	పౌ	క	మి			
6			7			8	9	
వ్య	క		ల	క		వం	ర	
ము	10		స్వ		11	దా	ల	
	12		దు	లు		13		
14					ము	త	15	
విం	త						త్ర	
జా		16			17	రం	తం	
		ము	ర		హా			
18				19				
మం	ర	ధ		వ	తా			
20	21	22		23				
ర	క్ష	బం	ధ	క	ఉ	త్వ	పం	

పేరు : .....

చిరునామా : .....

..... పిన్ కోడ్ : .....

ఫోన్ నెం : .....

**ఆధారాలు**

- అడ్డం**
- దసరా ఉత్సవాలలో పదవరోజు (6)
  - చెల్లాచెడురైన తోట (4)
  - మరువంతో కూడినది (4)
  - అటునుండి స్నేహం (4)
  - బాట (2)
  - చెదిరిన సిగ్గు (4)
  - అలస్యము (2)
  - తెనాలి రామకృష్ణుడు (5)
  - మాటిమాటికి (4)
  - యంత్రాలకు
  - మౌర్యుల మాత (2)
  - యంత్రాలకు సంబంధం లేనిది రాజకీయాలకు జోడిస్తారు (3)
  - కిటికిలోని మొదటి రెండక్షరాలు (2)

**నిలువు**

- విద్య వినయాన్ని ఇస్తుందన్న సంస్కృత ఆర్యోక్తి (8)
- మొదటి ఇంగ్లీషు నెల (4)
- త్రివేణి సంగమంలోని ఒక నది (3)
- చెదిరిన ప్రభాతము (4)
- సగం సగం జ్ఞానం (4)
- పుట్టలోని ..... పుట్టవా? గిట్టవా? (3) (క్రిందనుండి)
- పుప్పు ..... (కరుణాశ్రీగారి కావ్యం) చెదిరిపోయింది (4)
- చంద్రుడు (క్రిందనుండి) (3)
- గురుదేవుల సంబోధన (4)
- కక్షలాంటిదే (2)

**గమనిక:** "పదగాయత్రి" ని ఈ సంచికతో ముగిస్తున్నాం. సహకరించిన పాఠకులందరికీ ధన్యవాదములు. వచ్చేసంచిక నుండి "చిరిన ముత్యాలు" పేరిట క్రొత్త శీర్షిక మొదలవుతుంది. ఈ ప్రయత్నాన్ని కూడా మనస్ఫూర్తిగా ఆదరించ ప్రార్థన. క్రొత్త శీర్షికకు కూడా బహుమతులు యదాతథంగా ఉంటాయి.

**నిబంధనలు :**

- సమాధానాలు "కీ"తో సరిపోవాలి.
- కూపస్థు చేరవలసిన చివరి తేది 18-10-2011
- పత్రికలో పైన ఇచ్చిన కూపననే పంపవలెను.
- దిద్దుబాట్లు / కొట్టివేతలు / తుడుపులు ఉండరాదు.
- తెల్లకాగితాలు / జిరాక్స్ కాపీలు అనుమతించబడవు.
- అన్ని కరెక్టు అయిన ఎంట్రీలు ఎక్కువ సంఖ్యలో ఉన్నచో లాటరీ ద్వారా ఎంపికచేసి ప్రథమ బహుమతి రూ. 100/-లు, ద్వితీయ బహుమతి రూ. 50/-లు ఇవ్వబడును.
- తపాలశాఖవారి ఆలస్యానికి పత్రిక బాధ్యత వహించదు.
- బహుమతుల విషయంలో తుది నిర్ణయం సంపాదకులదే. ఎలాంటి వివాదాలకు తావులేదు.
- పేరు, చిరునామాలు స్పష్టంగా, పిన్కోడ్తో ఫోన్ నెంబరుతో సహా వ్రాయాలి.

**పదగాయత్రి-11 విజేతలు**

మొదటి బహుమతి : టి. వెంకాయమ్మ, ఒంగోలు  
 ద్వితీయ బహుమతి : వై. వెంకటరెడ్డి, మేదారం పోస్ట్, పి.ఎ.పల్లి మం||

**ఎంట్రీలు పంపవలసిన చిరునామా**

**పదగాయత్రి c/o. యుగశక్తి గాయత్రి, అశ్విని హౌస్ ప్రక్కన, గాయత్రి చేతనా కేంద్రం, మూసాపేట, హైదరాబాద్-18.**