ఓం భూర్భువః స్వః తత్సవితుర్వరేణ్యం భర్గోదేవస్య ధీమహి ధియోయోనః ప్రచోదయాత్

యుగశక్తి గాయత్రి

ఓం వందే భగవతీం దేవీం శ్రీరామంచ జగద్గురుం
పాదపద్మే తయోః శ్రిత్వా ప్రణమామి ముహుర్ముహుః

ప్రఖర ప్రజ్ఞ   సజల శ్రద్ధ

సంకల్పం - సంరక్షణ
వేదమూర్తి, తపోనిష్ఠ, పండిత
శ్రీరామ శర్మ ఆచార్య
శక్తి స్వరూపిణి
మాతా భగవతీ దేవి శర్మ

ప్రధాన సంపాదకులు
డాక్టర్ ప్రణవ్ పండ్యా
సంపాదక మండలి
డాక్టర్ మారెళ్ళ శ్రీరామకృష్ణ
పొన్నూరు హైమవతీశాస్త్రి
ముక్కామల రత్నాకర్
డి.వి.ఆర్.మూర్తి
సాధన నరసింహాచార్య

సంపుటి 16 - సంచిక 4
సెప్టెంబర్ 2011
విడిప్రతి రూ॥ 12.00
సం॥ చందా రూ॥ 120
3 సం॥ చందా రూ॥ 350
10 సం॥ చందా రూ॥ 1116

పత్రిక చందా మనీ ఆర్డర్ ద్వారా కాని డ్రాఫ్టు ద్వారా కాని పంపవలసిన చిరునామా
"శ్రీ వేదమాత గాయత్రీ ట్రస్టు"
గాయత్రీ చేతనా కేంద్రము
హెచ్.పి. రోడ్, మూసాపేట,
అశ్విని హౌస్ దగ్గర,
హైదరాబాదు - 500 018.

పరకాయ ప్రవేశం

జగద్గురు ఆదిశంకరాచార్యులకు, భారతి అనే పేరు గల ఒక విదుషీమణికి మధ్య శాస్త్రచర్చ జరిగింది. ధర్మ దర్శనములో గొప్ప పండితులైన ఆచార్యులవారు తత్సంబంధిత విషయాలన్నింటి చర్చలలో విజయమును సాధించారు. ఐతే ఒక విషయంలో శంకరాచార్యుల వారు అనుభవం లేని కారణంగా శాస్త్రచర్చ ప్రక్రియ మధ్యలోనే ఆగిపోవల్సివచ్చినది. ఆక్షణంలో దానికి తయారుగా లేనందున, ఆదిశంకరాచార్యులు చర్చ జరగటానికి కొంత గడువును కోరారు. ఆ విషయము కామశాస్త్రము. ఆదిశంకరాచార్యులకు ఈ శాస్త్రములో విషయ పరిజ్ఞానం లేదని విదుషీమణికి తెలిసినప్పటికి ఆమె ఈ విషయంలో కూడా సంపూర్ణ మర్యాదలను అనుసరించి తరువాత అయినా శాస్త్రచర్చ జరగాలని పట్టుపట్టింది.

శంకరాచార్యులవారు ఈ అవధిలో పరకాయప్రవేశ సిద్ధిని ఉపయోగించి మరణించిన ఆ దేశ రాజుగారి భౌతిక శరీరంలోకి ప్రవేశించి, పునరుజ్జీవితులై గృహస్థజీవన సంబంధిత యౌవన విజ్ఞాన విషయంలో అనుభవమును సముపార్జించారు. ఆదిశంకరాచార్యులవారు తిరిగి తమ స్థూలశరీరంలోకి ప్రవేశించటానికి వీలుగా, ఆయన రాజుగారి భౌతికశరీరంలో ఉన్నంత కాలము వారి స్థూల శరీరమును శిష్యులు సంరక్షించారు. విధించిన గడువు తీరిపోగానే ఆదిశంకరాచార్యులవారు రాజుగారి యొక్క భౌతిక శరీరము నుండి తమ సూక్ష్మ శరీరమును బహిర్గతం చేసి తిరిగి స్థూలశరీరంలోకి ప్రవేశించారు. ఆ తరువాత శాస్త్ర చర్చ సాగింది. సంపాదించిన అనుభవం చేత తమ తర్కసమ్మత ప్రతిపాదనల కారణంగా ఆదిశంకరాచార్యులవారు చర్చలో విజయమును వరించినారని ప్రకటించ బడినది. ఇది సూక్ష్మీకరణ సాధనా సిద్ధి యొక్క ఒక అంగము. యోగవిద్యలో నిష్ణాతుడైన వ్యక్తి తన చేతనాశక్తిని-స్థూల శరీరం నుండి ఎప్పుడైనా విడదీయగలడు అవసరమయినపుడు తిరిగి సంబంధమును ఏర్పరచుకొనగలడు. ఇందులో ఆశ్చర్యపోవాల్సిన విషయమేమీ లేదు.

పత్రిక అందనివారు ఈ క్రింది నంబరును సంప్రదించగలరు. **9949111175**

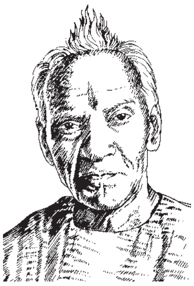
పత్రికకు సూచనలు, సలహాలు ఇవ్వదలచినవారు క్రింది నంబర్‌ను సంప్రదించగలరు. **9989659905**

పట్టుదల, అంకితభావం, క్రమశిక్షణ విజయాలను అందిస్తాయి.

విషయ సూచిక

1. **సంపాదకీయం :** పరకాయ ప్రవేశం 1
2. **విషయసూచిక-సద్గురు వచనామృతం :** ఇతరుల పట్ల దయచూపు 2
3. **వేదమంత్రం :** కర్తవ్య పరాయణత 3
4. **గాయత్రీ విద్య-12 :** గాయత్రి, సావిత్రిల దేవత సవిత 4
5. **బాలల భవితకు బంగారు బాట-21 :** నిన్ను నీవు ప్రశ్నించుకో 7
6. **యుగ గీత-13 : మూడవ అధ్యాయం కర్మయోగం :** మన కర్మలన్నీ యజ్ఞార్థమే అగుగాక 8
7. **సూర్య విజ్ఞానం - 12 :** నిద్రాణమై ఉన్న సామర్థ్యాన్ని మేలుకొలిపే సూర్య ధ్యానం-ధారణ 11
8. **జన్మశతాబ్ది ప్రత్యేకం :** సమస్యలు అనేకం - సమాధానం ఒక్కటే 13
9. **సునిశ్చితమైన భవిష్యత్తును కూడా మార్చుకోవచ్చు** 15
10. **ఆదిశక్తి లీలా కథలు-15 :** చమత్కారవంతమైన మంత్రమాల - దేవీసూక్తం 17
11. **బ్రహ్మవర్చస్ : పరిశోధనా సారాంశం-4** ప్రాణాయామం - ఒక విశ్రాంతినిచ్చే టెక్నిక్ 19
12. **తత్వజ్ఞానం :** మనిషికి బాధలు ఎందుకు వస్తాయి? 21
13. **కాలజ్ఞానం :** కాల ప్రవాహంలో విహరించి భూతకాల జ్ఞానం పొందవచ్చు 24
14. **రంగుల విజ్ఞానం :** రంగులలో దాగి ఉన్న గొప్ప గుణాలు 27
15. **యువశక్తిని నిర్వీర్యం కానీయకండి** 30
16. **పూజ్య గురుదేవుల అమృత వాణి :** దేవతలు అంటే ఏమిటి? 33
17. **మనం - మన ఆరోగ్యం :** నిద్ర యొక్క జ్ఞాన విజ్ఞానములు 36
18. **నా వారితో నా మాట: 2011-2012 జన్మశతాబ్ది సంవత్సర వేడుకల విశేషాలు :** జన్మశతాబ్ది మహాకుంభము - ఏంచేయాలి? ఎలాచేయాలి? 38
19. **ఆరోగ్యమే మహాభాగ్యం-10 :** హోమియో వైద్య సేవ 41
20. **వేమన వేదం - నవజీవన నాదం - 11** 43
21. **వార్తలు :** రాష్ట్రంలో జరిగిన వివిధ కార్యక్రమాలు 45
22. **అక్షరాల ఆట :** పదగాయత్రి-11 48

సద్గురు వచనామృతం



ఇతరుల పట్ల దయచూపు

మహాపురుషుల వద్ద డబ్బు ఉండదు, దానిపై కోరికా ఉండదు. ఎందుకంటే-దయతో పొంగిపొరలే హృదయం వారికి ఉంటుంది - కుబేరుని ఖజానాలా. పేదవాడికి ఈ ప్రపంచంలో ఏ ఆధారమూ ఉండదని అంటారు. కాని ఎవరి మనసులో దయ అనేది ఉండదో, **వారికి పరలోకంలో ఏ ఆధారమూ లభించదనేది నిశ్చయం.** దరిద్రుడు ఒకనాడు సంపన్నుడు కావచ్చు. కాని, హృదయంలో దయలేనివాడు ఒకనాడు అడుక్కుంటూ తిరస్కారం పొందుతూ ఉంటాడు. ఈ సత్యాన్ని ఎవరు తెలుసుకొనగలరు? భగవంతుని దర్శనం ఎవరికి కలుగుతుంది? హృదయంలో దయ ఉన్నవానికే కలుగుతుంది. నిర్దయుడైన మనిషి వికలాంగుడు. అతను తన ప్రక్కనే ఉన్న ఉత్తమోత్తమ పదార్థాలను సైతం తీసుకొనలేడు. ఇతరులను పీడించేముందు - నువ్వు పీడించబడినపుడు నీ పరిస్థితి ఏమవుతుందో ఆలోచించు. దయను వదలి, క్రూరమార్గంలో నడిచిన ఫలితాన్ని జన్మజన్మాంతరాల వరకు కుళ్లి కుళ్లి అనుభవించవలసి వస్తుందని తెలుసుకో. నరకవేదన పాపుల కోసం మాత్రమే, దయాళువుల కోసం కాదు.

హృదయంలో దయ కలవారు అంధకారంలో కొట్టు మిట్టాడరు. కనుక-కళ్లున్న వాళ్ళంతా చూడండి. **మీ మనసులో దయకు స్థానమివ్వండి. ఇతరులపట్ల దయతో వ్యవహరించండి.**

- అఖండజ్యోతి, ఫిబ్రవరి 1942

పండుగలు

సెప్టెంబరు 2011

01-09-2011	వినాయక చవితి
16-09-2011	మాతా భగవతీదేవిశర్మ జయంతి
27-09-2011	మహాలయ అమావాస్య

అక్టోబర్ 2011

02-10-2011	మహాత్మాగాంధీ జయంతి
04-10-2011	దుర్గాష్టమి
06-10-2011	విజయదశమి
26-10-2011	దీపావళి

ప్రతి మనిషి జీవితం పుస్తకం లాంటిది.

వేద మంత్రం

కర్తవ్య పరాయణత

మధు నక్తముతోషసో మధుమత్పార్థివం రజః ।
మధు దౌరస్తు నః పితా ॥ (ఋగ్వేదం 1/90/7)

భావార్థం : అందరికి సుఖం, శాంతి, ప్రసన్నత లభించే పనులే ప్రపంచంలో చేయాలి.

సందేశము : కర్తవ్య పరాయణతయే మనుష్య జీవనంలో స్థిరత్వానికి, ప్రగతికి పునాదిరాయి. మనం మన బాధ్యతల పట్ల ఉదాసీనంగా ఉంటే, కర్తవ్యాలను ఉపేక్షిస్తే ప్రగతి, అభ్యుదయం అలా ఉంచి మనుష్యుని వలె జీవితం గడుపుటయే సంభవం కాదు. నాలుగు వైపులా కలహాలు, కష్టాలే కన్పిస్తాయి.

జీవితంలోని ప్రతి మహిమ, కర్తవ్య పరాయణత మీదే ఆధారపడి ఉన్నది. ప్రతి సాఫల్యం, కర్తవ్య నిష్ఠమీదే ఆధారపడి ఉంటుంది. మనకు లభించిన ఈ విలువైన శరీరాన్ని రోగరహితంగా, బలంగా, దీర్ఘజీవిగా ఉంచే బాధ్యత మనదే. దీనితో మనం ప్రపంచంలో అధికాధిక ప్రజాహిత కార్యాలు చేయగలుగుతాము. సర్వత్రా ప్రసన్నత, సుఖం, శాంతిపూరిత వాతావరణం ఏర్పాటవుతాయి.

మనస్సును సమర్థవంతంగా, సునిశితంగా చేసేందుకు దానిని చింత, శోకం, నిరాశ, భయం, క్రోధం, ఆవేశం మొదలైన వాటి నుండి రక్షించుకొనే పని కూడా మనదే. దానితో అంతఃకరణలో ఉల్లాసం, ఉత్సాహం, ధైర్యం, సాహసం, సంతోషం, సంతులనం, స్థిరత్వం, ఏకాగ్రత, విశ్వాసం మొదలైన సద్గుణాలను స్థాపించుకోవచ్చు. మనస్సును స్వేచ్ఛగా అడవిలోని గడ్డి గాదం వలె పెరగనిస్తే అది స్వయంగా మనకు శత్రువులా తయారవుతుంది. **సాధన ద్వారా తమ మనస్సును, వ్యక్తిత్వాన్ని సంస్కరించుకొనే కర్తవ్యం ప్రతి వ్యక్తికి ఉన్నది.**

కుటుంబ జీవితం వలన లాభాలు వర్ణించలేనివి. కుటుంబంలోని ప్రతి సభ్యుడు తన కర్తవ్యాన్ని తగిన విధంగా నిర్వర్తించినప్పుడే ఇది సాధ్యం. అందరి ఆరోగ్యం, సౌకర్యం, సంతోషం వికాసాలకు అవసరమైన పనులను, పూర్తి తత్పరత, జాగ్రత్త, నిజాయితీలతో నిర్వర్తించాలి. **పిల్లలలో క్రమశిక్షణ, సంస్కారము కలిగించేందుకు వారికి ప్రేమ, సమయం, సహాయం ఇచ్చే బాధ్యత మనదే.** కుటుంబం ద్వారా ఆనందాన్ని, కర్తవ్య పరాయణులు మాత్రమే పొందగలరు.

సమాజంలోని ప్రతి వ్యక్తి మానవీయ కర్తవ్యాల బాధ్యతతో ఉన్నాడు. సభ్య సమాజంలోని ప్రతి పౌరుడు తన నైతిక, సామాజిక దేశీయ కర్తవ్యాల పట్ల జాగరూకుడై ఉండాలి, దేశప్రతిష్ఠను పెంచాలి. సమాజంలో ఆలోచనల, పర్యావరణముల శుద్ధతను కాపాడుట ప్రతి ఒక్కరి కర్తవ్యము. **సామూహిక ఉన్నతిలో ఎవరు ఎంత ఆసక్తి చూపిస్తారో, లోకహితం కొరకు ఎవరు ఎంత త్యాగం చేస్తారో వారు అంతగా మహా మానవులుగా లెక్కించబడతారు.**

సమాజంలో భద్రత, సుఖశాంతి వాతావరణం ఉండాలంటే అందరూ ప్రగతి పథంలో సౌకర్యంగా నడవాలంటే, మనమంతా మన కర్తవ్యాలను నిర్వర్తించడం అత్యంత ఆవశ్యకం. ఆత్మ పిలుపు వింటూ, పరమాత్మద్వారా నిర్ధారిత కర్తవ్యాలను ఆచరిస్తూ, మానవ జీవితాన్ని సార్థకం చేసుకొనే ప్రయత్నం చేయాలి.

★★★

కొలంబస్ సాహసం

ఇండియాను వెతుక్కుంటూ బయలుదేరిన కొలంబస్ అన్వేషణ ఆనాడు అమెరికా వరకు చేరుకోనున్నది. కాని ఒంటరిగా ఏమిచేయగలడు? ఇతరుల సహకారం కావాలి. పోర్చుగీసు వారు మంచి మాటలు చెప్పి అతని దగ్గర ఉన్న మ్యాపును అపహరించారు. ఇలాంటి విపత్తులను తెలివి తేటలతో పరిష్కరించుకుంటూ అక్కడకు ఏదోవిధంగా చేరాలని గట్టిగా సంకల్పించుకున్నాడు. అడుగడుగునా విపత్తులు ఎదురైనా అతని మహా సంకల్పం ఆగలేదు. అక్కడకు వెళ్ళడానికి, తిరిగి రావడానికి మార్గాన్ని వెదకి పట్టుకున్నాడు. ఎలాగయితేనేమి కొలంబస్ అమెరికాను కనుగొన్నాడు. ఈ విధంగా మొట్టమొదటి అన్వేషకుడిగా కొలంబస్ శాశ్వతంగా నిలిచిపోయాడు. సాహసవంతులు, బుద్ధి కుశలురు అయిన వ్యక్తుల అన్వేషణ సర్వదా కొనియాడబడేది గానే ఉంటుంది.

– ప్రజ్ఞా పురాణం నుండి

మన జీవన పుస్తకం కవరుపేజీ చిరునవ్వు కావాలి.

గాయత్రీ విద్య-12

గాయత్రి, సావిత్రిల దేవత సవిత

గాయత్రి నాలుగు వేదములకు మాత కనుక ఆమె వేదమాత అని చెప్పబడినది. వేదాలలో అనేక మంత్రములున్నాయి. అయితే వాటిలో సర్వోన్నతమైన స్థానం గాయత్రీమంత్రందే! వేదంలోని ప్రతి మంత్రమునకు ఒక ఛందస్సు, ఒక ఋషి, ఒక దేవత ఉంటాయి. వినియోగ సమయంలో వాటిని స్మరిస్తాము. **గాయత్రీమంత్ర ఛందస్సు-గాయత్రి, ఋషి-విశ్వామిత్రుడు, దేవత-సవిత. సవితను వాడుకభాషలో సూర్యుడు అని అంటాము.** సవితాదేవత అధిష్ఠాత్రి అయిన కారణముగా గాయత్రికి సవిత అనే మరో పేరుకూడా ఉన్నది. అందుచేత సవితను పరబ్రహ్మ-పరమాత్మ అని కూడా అంటారు. ప్రేరణ నిచ్చే, సమస్త విశ్వమును నడిపించే చేతనాశక్తిని గాయత్రి అని అంటారు. ఇదంతా జ్ఞానపరమైన వివరణ. విజ్ఞానపరంగా సవిత తేజో పుంజము - బ్రహ్మ అని చెప్పబడినది. సవిత యొక్క తేజస్సు ప్రభావం మరియు ప్రకాశంలోనే ఈ సమస్త దృశ్య ప్రపంచము చైతన్యవంతంగా ఉంటుంది. ఆ సవిత యొక్క సమగ్రమైన శక్తి మరియు ప్రాణ ప్రక్రియకే గాయత్రి అనే పేరు ఇవ్వబడినది.

విస్తృతార్థంలో సూర్యుడు ప్రాతఃకాలం ఉదయించే, సాయంకాలం అస్తమించే వెలుగు వేడిని ప్రసాదించే అగ్నిపిండం. సూర్యుడే సవిత. దీనికి కూడా తనవైన శక్తి, సామర్థ్యము ఉన్నాయి. ఈ విశ్వం యొక్క సమస్త కార్యకలాపములు సవిత ప్రభావం చేతనే జరుగుతున్నాయి. **అందువలన స్థూలజగత్తులో విభిన్న రకములైన స్పందనలు ఉత్పన్నం చేసే సూర్య శక్తిని సావిత్రి అని చెబుతారు.** వైజ్ఞానికులు సృష్టియొక్క ఆది నుండి నేటి వరకు ఉన్న ఈ అదృశ్య-అవిజ్ఞాత మహాశక్తి సావిత్రి యొక్క వివిధ పక్షముల పరిశోధనలు ఆవిష్కరించుటలో ప్రయత్నశీలురై ఉన్నారు. వారు చాలా ఫలితములను కూడా సాధించారు.

ఈనాడు విద్యుత్తు, ఆవిరి, ఈథర్, అణువు మొదలైన క్షేత్రములలో పనిచేసే శక్తులను గూర్చి తెలుసుకున్నారు, వాటి ఆధారంగా వేలాది వైజ్ఞానిక పరిశోధనలు వేగంగా ముందడుగు వేస్తున్నాయి. ఇతర గ్రహ, నక్షత్రముల మీద కాలుమోపటానికి ప్రణాళికలు సిద్ధమౌతున్నాయి. భూమిమీద ఒకదాన్నిమించిన మరొక అద్భుత విషయాలు కనుగొనటానికి ప్రయత్నాలు జరిగాయి. మానవ శరీర కాయకల్పం చేసి దానిని చిరంజీవిగా ఉంచే ప్రణాళికలు, ఏర్పాట్లు జరుగుతున్నాయి. అవన్నీ సావిత్రి శక్తిలోని కొన్ని భాగములు తెలుసుకోవటం వలన వచ్చిన ఫలితాలు. సావిత్రి (ప్రకృతి చేతన) గురించి ఇప్పటివరకు తెలుసుకున్న దానికంటే కూడా ఇంకా తెలుసుకోవల్సినది లెక్కలేనంతగా మిగిలి ఉన్నది. పరిమితమైన బుద్ధి గల మానవుడు అనంతకాలం వరకు అనేకానేక లాభాలను, ఫలితాలను పొందుతూ ఉన్నప్పటికి ప్రకృతి యొక్క అనంతమైన శక్తులను గూర్చి పూర్తి వివరాలు తెలుసుకొనుట అసంభవం. సావిత్రి భాండాగారం అపరిమితమైనది. ఆ అపరిమిత శక్తులను గూర్చి మనం కల్పన కూడా చెయ్యలేం.

సవితకు 'సూర్యుడు' అనే మరో అర్థం కూడా ఉంది. సూర్యుడిని కళ్ళతో చూడగలం. ఇతర ఇంద్రియముల సహాయంతో తెలుసుకొనగలం, అనుభూతి చెందగలం. **పాంచభౌతిక జగత్తులో ఉదయించే సూర్యుడే సవిత. సవిత యొక్క ప్రభావంతో ఉత్పన్నమయ్యే లెక్కలేనన్ని శక్తుల పుంజమును సావిత్రి అని అంటారు.** శ్రుతులలో సూర్యుడు ఈ జగత్తుకు ఆత్మ అని చెప్పబడ్డాడు. సూర్యుని నుండే ప్రాణులన్నీ ఆవిర్భవిస్తాయి. సూర్యుని కారణంగానే ప్రాణులు శరీరమును ధరించుట, వనస్పతులు అంకురించుట మరియు పంచతత్త్వములు సక్రియంగా ఉండుట సంభవం. ఒకవేళ సూర్యుడు చల్లగా అయిపోతే చూస్తూ చూస్తూ ఉండగానే ఈ పృథ్వి హిమాలయ పర్వతంవలె మంచుముద్దగా అయిపోతుంది. పృథ్వీమీద ఉన్న జీవమంతా నిర్జీవమైపోతుంది. జీవించి ఉండే లక్షణం కించిత్తైనా కూడా భూమిమీద కనపడదు. ఇందువలన ఈ అగ్నిపిండం అయిన సవితకు కూడా మన భౌతిక జీవితంలో అసాధారణమైన స్థానం ఉంది.

మనం సూర్యమండలం మధ్యలో వెలుగుతు ఉన్న మహాశక్తి రూపంలో గాయత్రీమాత ధ్యానం చేస్తాం. 'సూర్యమండల మధ్యస్థా' అన్న విశేష నామంతోనే గాయత్రి తెలుసుకోబడుతుంది, తెలియజేయబడుతుంది. **సాకార ఉపాసన చేసేవారు పుస్తకం, పుష్పం, కమండలం, మాలను ధరించిన మాతృశక్తిని సూర్య మండలం మధ్యలో వెలుగుతు ఉన్నట్లు భావిస్తూ ధ్యానిస్తారు.**

"ఇవ్వడం" తెలుసుకుంటే మనిషి ఆసాంతం ఆనందంగా ఉండగలడు.

నిరాకార ఉపాసన చేసేవారు చిదాకాశం మరియు మహదాకాశంలో ప్రతిష్ఠితమైన తేజోమండల రూపంలో గాయత్రిని ధ్యానిస్తారు. **ఉపాసనాక్రమం నిరాకారమైనా లేక సాకారమైనా రెండింటిలోనూ సూర్యమండలంలో విరాజమానమైన తేజోవలయమును భావన చెయ్యకుండా గాయత్రీమహాశక్తిని ధ్యానించుట అసంభవం.** ఇందువల్ల శాస్త్రములలో ఇలా చెప్పబడినది.

గాయత్రీ భావయేద్దేవీ సూర్యాసారకృతాశ్రయామ్ ।
ప్రాతర్మధ్యాహ్నే ధ్యానం కృత్వా జపేత్సుధీ ॥
(శాకానందతరంగిణీ 3/4/1)

బుద్ధిమంతుడైన మనుష్యుడు సూర్యుని రూపంలో ఉన్న గాయత్రీదేవిని ప్రాతఃకాలం, మధ్యాహ్నం, సాయంకాలం అనగా మూడు సంధ్యలలోనూ ధ్యానిస్తూ జపం చేయాలి.

సవితా సర్వభూతానాం సర్వభావాశ్చ సూర్యతే ।
సవనాత్ప్రేరణాచ్చైవ సవితా తేన చోచ్యతే ॥

ప్రాణులన్నింటిలో అన్నిరకములైన భావాలను సవితయే ఉత్పత్తి చేస్తుంది. సృజన-ప్రేరణలను కలిగించు చేతనత్వమే సూర్యుడు సవిత అని పిలుబడతాడు.

వరేణ్య వరణీయఇ్చ సంసార భయ భీరుభిః ।
ఆదిత్యాన్తర్గతం యచ్చ భగర్ఖ్యి వా ముముక్షు భి ॥

సంసారసాగరం వలన భయభీతులైనవారు మరియు మోక్షమును కోరుకునేవారు సూర్యమండలం మధ్యలో వెలుగొందుతు ఉన్న శ్రేష్ఠమైన తేజస్సుకు నమస్కరించాలి.

దేవస్య సవితుర్యచ్చ భర్గమన్తర్గత విభుమ్ ।
బ్రహ్మవాదిన ఎవాహుర్వరేణ్యమ్ తచ్చ ధీమహి ॥

సవితాదేవతలో ఉన్న తేజస్సును బ్రహ్మజ్ఞాని 'వరేణ్యం అంటే శ్రేష్ఠం' అని అంటాడు. ఆ సవితనే మనం ధ్యానిస్తున్నాం.

సంధ్యాయోగంలో దీనిగురించిన మరిన్ని వివరాలు తెలియ జేయబడ్డాయి. ఏ సూర్యుడిని మనం భావనతో ధ్యానం చేస్తున్నామో ఆ సూర్యుడు మనస్సును ఏకాగ్రపరచేందుకు కేవలం ప్రకాశవంతమైన గోళం మాత్రమే కాదు, సూర్యుడు పరమ తేజస్వియైన పరమాత్మయే. ఆ పరమాత్మయే మన బుద్ధి, అంతః చేతన, భావన మరియు శ్రద్ధలను సన్మార్గం వైపు ప్రేరేపిస్తాడు.

చిన్తాయామో వయం భర్గో ధియో యోనః ప్రచోదయాత్
ధర్మార్థ కామ మోక్షేషు బుద్ధిం వృత్తీ పునః పునః ॥

మన బుద్ధిలో ధర్మార్థకామమోక్షములను తిరిగి తిరిగి ప్రేరేపించే ఆ తేజస్సునే మనం ధ్యానం చేస్తాం.

బుద్ధ ర్బోధయితా యస్తు చిదాత్మా పురుషే విరాట్ ।
సవితుస్తద్వరేణ్యస్తు సత్యధర్మాణమీశ్వరమ్ ॥

బుద్ధిని సన్మార్గం వైపు నడిపించే విరాట్ చిదాత్మపురుషుడే సత్య-ధర్మస్వరూపుడైన ఈశ్వరుడు. ఆయనయే నమస్కరించతగిన సవితాస్వరూపుడు!

మనం ధ్యానిస్తున్న సూర్యుడు-నిత్యం ఉదయించే సూర్యుని కన్నా ఉన్నతుడు, అసంఖ్యాక సూర్యులతో సమానుడు, పరమశక్తికి మూలం, ఈ సృష్టికి విధాత, నియామకుడు చక్కని పుష్టిని చేకూర్చే విధాతయైన ప్రజాపతి. ఆయనతో సంబంధమును ఏర్పరచుకొని ఒకవేళ సాన్నిధ్య లాభమును పొందినట్లయితే కనిపించే సూర్యునికి బదులు ఆ ఆధ్యాత్మిక సవితాదేవత మనకు వేలరెట్ల సుఖ సాధనములను ప్రసాదిస్తాడు. పరమాత్మ యొక్క పరమశక్తి గాయత్రీ ఉపాసన చేసి ఏ వ్యక్తియైనా మానవ శరీరం ధరించటం వలన పొందగలిగే సంపూర్ణ లాభమును పొందగలడు.

గాయత్రిలో ఏ వరేణ్యం, భర్గ, దేవ, సవితలను మనం స్మరిస్తామో, భావన చేస్తామో అది పరమ తేజస్వంతుడు, సర్వశక్తి మంతుడు, సర్వేశ్వరుడైన సవిత-ప్రసవిత అయిన పరమాత్మయే. ఆ పరమాత్ముని సర్వతోముఖమైన, అన్నింటినీ మించిన శక్తియే గాయత్రి లేక సావిత్రి అని పిలుబడుతుంది. గాయత్రి-సావిత్రిలు రెండు వేర్వేరు శక్తులు కాదు. వాస్తవానికి అగ్ని ఒక్కటే. కానీ మరణించిన శరీరమును దహించే సమయంలో ఆ అగ్ని లోహితా అని పిలువబడుతుంది. భోజనం తయారుచేసే సమయంలో ఉపయోగించే అగ్నిని రోహితా అంటారు. ఉపయోగించబడే విధానాన్ని అనుసరించి ఈ రెండు పేర్లు చెప్పబడ్డాయి. వాస్తవానికి అగ్ని ఒక్కటే. అదేవిధంగా **గాయత్రి-సావిత్రి శక్తులు కూడా అభిన్నము. భౌతిక ప్రయోజనాల కొరకు ఉపయోగించే శక్తిని సావిత్రి అంటారు. ఆధ్యాత్మిక ప్రయోజనాల కొరకు ఉపయోగపడే శక్తి గాయత్రి అని చెప్పబడుతుంది.** శాస్త్రములలో గాయత్రి మరియు సావిత్రిల ఏకత పలుచోట్ల ప్రస్తావించబడినది. వాటినుండి కొన్ని ఉదాహరణలు క్రిందన ఇవ్వబడినవి.

యశ్చైవం విద్వానేవ వేదానాం మాతో
సావిత్రీ సంపదభుషనిషదం ముపాస్తే ఇతి ॥
(గోపథ బ్రాహ్మణం)

పెద్దవారు చెప్పింది శ్రద్ధతో, ఆసక్తితో ఆలకించాలి.

ఈ ప్రకారంగా విద్వాంసులు వేదమాతను సావిత్రి అనే పేరుతో పిలుస్తారు.

ఓంకార పూర్వికా స్త్రిస్రౌ మహావ్యాహృతయో వ్యయా ।
త్రిపదా చైవ సావిత్రీ విజేయ బ్రాహ్మణోముఖమ్ ॥

ఓంకారంతో కూడిన మూడు వ్యాహృతులు మరియు త్రిపదా సావిత్రి మంత్రం వేదముఖంగా చెప్పబడుతున్నది.

నమో నమస్తే గాయత్రి సావిత్రి త్వాం నమామ్యహమ్।
సరస్వతి నమస్తుభ్యం తురీయే, బ్రహ్మరూపిణీ ॥

'హే గాయత్రి! హే సావిత్రి! నేను నీకు నమస్కరిస్తున్నాను. నీ చరణములకు పలుమార్లు వందనం చేస్తున్నాను. హే సర్వస్వతి! హే దేవీ! నా నమస్కారమును నీకు అర్పిస్తున్నాను. హే తురీయ! నీవు బ్రహ్మ స్వరూపానివి.

నమస్తే దేవి గాయత్రీ సావిత్రి త్రిపదేక్షరే ।
అజరే అమరే మాతస్ త్రాహి మాం భవసాగరాత్ ॥

'హే త్రిపదా గాయత్రి, సావిత్రి దేవీ! మేము నీకు నమస్కరిస్తున్నాం. హే అజర-అమరమాతా! నన్ను భవసాగరం నుండి రక్షించు.'

సచ్చిత్యపి పరే దేవి గాయత్రి బ్రహ్మరూపిణి ।
ఆజ్ఞామయ త్వం సావిత్రిపరివారార్చనాయ మే ॥

'హే సత్యస్వరూపిణి! హే పరదేవతా! హే బ్రహ్మస్వరూప గాయత్రి దేవి! హే సావిత్రి! ఇప్పుడు తమరు సేవకుడనైన నాకు కుటుంబసమేతంగా అర్చన చేసుకునేందుకు ఆజ్ఞనివ్వండి.'

సమస్త దేవతాచక్ర ముని పితృ గణాస్తే ।
ఆరాత్రికం గృహాణేదం సావిత్రి మమ సిద్ధయే ॥

'సమస్త దేవతా సమూహములు, మునిగణములు మరియు పితృగణములతో ఆవరించబడిన ఓ దేవీ! ఓ సావిత్రీమాత! ఇప్పుడు నాకు సిద్ధి చేకూరేందుకు ఈ ఆరతిని స్వీకరించుము.'

పైన చెప్పిన ఉదాహరణలన్నింటిలో గాయత్రి-సావిత్రిలు ఒక్కటే అని అంగీకరించబడినది. వీటిలో కొద్దిపాటి భేదం ఉన్నప్పటికి ఆ తేడాను ఈవిధంగా స్వీకరించాలి. **భౌతిక ప్రయోజనములలో ఉపయోగించబడిన బ్రహ్మశక్తిని సావిత్రి అని, ఆధ్యాత్మిక ప్రయోజనాలకు ఉపయోగిస్తే ఆ శక్తినే గాయత్రి** అని అంటాం. సావిత్రి వల్ల కలిగే లాభం స్వర్గం. అనగా సుఖసౌకర్యాల అభివృద్ధి జరుగుతుంది అని చెప్పబడినది. గాయత్రీ ఉపాసనతో మోక్షమనే లాభం చేకూరుతుంది. అనగా వాసన-తృష్ణల బంధనాల నుండి ముక్తి లభిస్తుంది. ఈ విషయం సుప్రసిద్ధం.

సావిత్రీ జప్యనిరతః స్వర్గమాప్నోతి మానవః ।
గాయత్రీ జప్యనిరతో మోక్షోపాయం చ వన్దతి ॥

సావిత్రిని జపించే సాధకునకు స్వర్గం, గాయత్రిని జపించే సాధకునకు మోక్షం లభిస్తుంది అని చెప్పబడినది.

- అఖండజ్యోతి, నవంబర్ 1984
అనువాదం : శ్రీమతి లక్ష్మీరాజగోపాల్

కదిలించే కళ్లు

55 సీ॥ *తిరిగి తిరిగి మేము తెల్లబోతిమి గాని*
సరియైన యిల్లేది దొరకలేదు
పదునైదు గదులతో పాత ఇల్లొక్కటి
అద్దెకున్నదనగ నాత్రపడుచు
భార్యబిడ్డల గూడి పరమ సంతసమున
చిక్కుతీరె ననుచు చేరినాను
చుట్టు ప్రక్కలవారు చూచినవ్వు కొనుచు
దెయ్యాలకొంపగా తేల్చినారు

తే॥ ఇంతయిల్లు చూడదొరకదింకయనుచు
గుండె దిటవు చూపి మసలు గోడునంత
మానవాళికి దెలుపుట మరువకనుచు
కవిని కదిలించె గురుదేవు కంటిచూపు

56 సీ॥ *రాత్రివేళను చూడరణగొణ ధ్వనులెన్నో*
వింతగా వినిపింప విసుగు పడక
ఒక్కరోజున నేను నోర్పుతో దరిజేరి
చీకటాత్మల తోడ చెప్పినాను
మీరున్న ఇంటిలో చేరినారము మేము
ఇకనుండి మనమంత ఒకటి వినుడు
పై యేడు గదులలో పరవశించుచు మీరు
గడుపుకొందురుగాక ఘనముగాను

తే॥ క్రింది గదులలో మేమంత పొందుగాను
గడుపు కొందుమని తెలుపు గాథనంత
మానవాళికి దెలుపుట మరువకనుచు
కవిని కదిలించె గురుదేవు కంటిచూపు

రచన-మధుర కవయిత్రి
పొన్నూరు హైమవతీ శాస్త్రి

ప్రక్కనున్న వాళ్ళకు పెట్టకుండా తినకూడదు.

బాలల భవితకు బంగారు బాట-21

నిన్ను నీవు ప్రశ్నించుకో

వివేక వర్ధనుడు అనే రాజు దగ్గర మహా పండితులు ఉండేవారు. రాజు అప్పుడప్పుడు వారిలో వారికి పాండిత్య చర్చలు నిర్వహిస్తూ ఉండేవాడు. వాటివల్ల వారి మేధస్సుకు పదును పెట్టినట్లు అయ్యేది. అలాంటివారి జ్ఞాన బోధల వల్ల ప్రజలు అజ్ఞానం నుండి బయట పడుతూ ఉండేవారు.

ఒకరోజు సభలో నారాయణభట్టుకు, శిరోమణిభట్టుకు శాస్త్ర పరీక్ష నిర్వహించబడింది. ఇద్దరూ మహా పండితులే, హేమాహేమీలే. చర్చ మహారసపట్టుగా సాగుతోంది. హఠాత్తుగా నారాయణ భట్టులో అహం చోటు చేసుకుంది. అంతే, మాట తడబడ్డాడు. వాదన దారితప్పింది. శిరోమణిభట్టే విజయాన్ని సాధించాడు. రాజుగారి సన్మానం, పల్లకి ఊరేగింపు శిరోమణి భట్టుకే దక్కాయి.

అహంకారంతో వివేకం కోల్పోయిన నారాయణభట్టు అవమాన భారంతో కుతకుత ఉడికిపోయాడు. తన వాదనే సరి అయినది అన్నాడు. రుసరుసలాడుతూ ఆస్థానాన్ని విడిచిపోయాడు. ఇంటికి వెళ్ళి ప్రశాంతంగా ఉందామని చాలా ప్రయత్నించాడు. కాని ప్రశాంతత లభించడం లేదు. నిద్ర రావడం లేదు. "నిద్రించేముందు ఈనాటి దినచర్యను ఒక్కసారి గుర్తు చేసుకో" అని ఒక సాధువు చెప్పిన వాక్యాన్ని తన శయ్యకు ఎదురుగా గోడపై వ్రాసి పెట్టుకున్నాడు. నిద్రపట్టక లేచి కూర్చోగానే ఆ వాక్యం కనిపించింది. ఉదయం సభలో జరిగిందంతా కన్నుల ముందు కదలసాగింది. అనుకోకుండా అంతర్మథనం జరిగింది. తాను చేసిన తప్పు తెలిసి వచ్చింది. తప్పును సరిదిద్దుకోవాలి అనుకున్నాడు. హాయిగా నిద్రపోయి లేచాడు.

గబగబా అనుష్ఠానాలు పూర్తి చేసుకుని రాజు గారి ఆస్థానానికి చేరుకున్నాడు. అప్పుడే శిరోమణిభట్టును ఊరేగించడానికి పల్లకిని సిద్ధం చేస్తున్నారు. చిరునవ్వుతో వచ్చిన శిరోమణిభట్టును సమీపించి పాదాలకు నమస్కరించాడు. మహాత్మా నా అజ్ఞానాన్ని మన్నించండి అంటూ పల్లకి మోసే బోయీని పక్కకు జరిపి తన భుజం ఆనించాడు. శిరోమణిభట్టు వినయంగా పల్లకి దిగి వచ్చి నారాయణభట్టును కౌగిలించుకున్నాడు. "మహానుభావా! మీతో శాస్త్రచర్చకు నిలబడడమే గొప్ప బహుమానంగా భావించుకున్నాను. నా జన్మధన్యమయింది. నా గెలుపు మీరు పెట్టిన భిక్షయే. ఆతనిని కూడా తన ప్రక్కన కూర్చోపెట్టుకున్నాడు. అందరు ఆనందంతో హర్షధ్వానాలు చేశారు.

అన్ని సంస్కరణలలోకి అంతరంగ సంస్కరణయే మిన్న. మన తెలివితేటలతో, ఓర్పుతో, నేర్పుతో సమాజాన్ని సంస్కరించవచ్చు. ఎదుటి వ్యక్తిలో మార్పును తీసికొనిరావచ్చు. మాటచాతుర్యంతో వేలాదిమందిని మెప్పించవచ్చు. కానీ తనను తాను సంస్కరించుకోవడం అనేది చాలా కష్టంతో కూడినపని. గురివిందగింజ తనవెనుక ఉన్న మచ్చను తెలుసుకోలేదని అందరికి తెలిసిన విషయమే. అదే విధంగా తనలోని తప్పును తానుగా తెలుసుకుని, సరిదిద్దుకొన్నవాడే మానవుడు. అతడే నిజమైన సంస్కర్త. ఇదే మాట అనేకమంది పెద్దలు అనాదిగా చెపుతూనే ఉన్నారు. ఆచరించిన వారెందరో చెప్పడం మాత్రం చాలా కష్టం.

విన్నారు కదా! బాలలూ! ఆత్మను తనను తాను సంస్కరించుకోదలచిన వాళ్లు నిద్రకు ఉపక్రమించే ముందు ఆనాటి దినచర్యను గుర్తు చేసుకోవాలి. మీలోని పొరపాట్లను సరిదిద్దుకోవాలంటే మిమ్మల్ని మీరు ప్రశ్నించుకోవాలి. అప్పుడే వివేకవంతమైన సమాధానం దొరుకుతుంది. దానిని ఆచరణలో పెడితే అంతరంగం పరిశుభ్రపడుతుంది.

కం॥ మనమున జరిగెడి మథనము
మన తప్పును తెలియజేయు మర్మము లేకన్
మనయాత్మను కోరియడుగ
మన కొక మార్గము దొరకును మహిలో బలా!

– మధుర కవయిత్రి, పొన్నూరు హైమవతీ శాస్త్రి

తల్లిదండ్రులు తమ పిల్లలను ఇతరులతో పోల్చకూడదు.

యుగ గీత-13 : మూడవ అధ్యాయం కర్మయోగం

మన కర్మలన్నీ యజ్ఞార్థమే అగు గాక

యజ్ఞార్థాత్ కర్మణో ఽ న్యత్ర లోకోఽయం కర్మబంధనః
తదర్థం కర్మ కౌంతేయ ముక్తసంగః సమాచర ॥ 3.9 ॥

ఓ అర్జున! యజ్ఞార్థము చేయబడు కర్మలలోగాక ఇతర కర్మలయందు నిమగ్నులగుట వలన మనుష్యులు కర్మబంధము లలో చిక్కుకుందురు. కనుక నీవు ఆసక్తిరహితుడవై యజ్ఞార్థమే కర్తవ్యకర్మలను చక్కగా ఆచరింపుము.

కర్మయోగ మర్మం ఈ శ్లోకంలో దాగి ఉంది. కర్మయోగాన్ని ఆచరించకుండా నైష్కర్మ్య సిద్ధి సాధ్యం కాదు. యజ్ఞీయ భావం లేకుండా ఏదైనా కర్మచేయడమంటే అహంకారాన్ని మరింత గాఢంగా పెనవేసుకున్నట్టే. **యజ్ఞీయభావంతో కర్మలను ఆచరించడమంటే భగవత్ సమర్పిత జీవితాన్ని జీవిస్తూ అహంకార బంధనాన్ని క్రమేపి విడదీసుకుంటూ చివరికి ముక్తిని పొందాలి.**

యజ్ఞకర్మ అంటే సమిష్టి కోసం, పరహితం కోసం చేయవలసిన కర్మ. పురాణాల్లో మనం చూస్తూ వస్తున్న యజ్ఞానికి దీనికి చాలా తేడా ఉంటుంది. స్వాహా స్వాహా అంటూ చేసే యజ్ఞాల యొక్క మర్మం కూడా మనం సమిష్టి కళ్యాణ నిమిత్తమై కర్మలను ఆచరించాలి అనే పరమార్థానికై చేయబడ్డ అతిశ్రేష్ఠ కర్మని యజ్ఞం అన్నారు గురువుగారు. 'యజ్ఞో వై శ్రేష్టతమ కర్మం' అంటే కూడా ఇదే. దీని ప్రకారం చూస్తే త్యాగాలు, బలిదానాలు చేసిన వాళ్ళంతా యజ్ఞం చేసినట్టే, వీరస్వర్గం పొందినవారు యజ్ఞం చేసినట్టే, కబీరు, గురునానక్, దయానంద సరస్వతి, స్వామి వివేకానంద అందరూ యజ్ఞం చేసారు. **మన కోసం చేసింది, స్వార్థం కోసం చేసింది యజ్ఞం అవ్వదు.** అలా చేసుకుంటూ పోయే కర్మల వల్ల మనం ఇంకా బంధనాల్లో చిక్కుకుంటాం. ఆసక్తి లేకుండా చేసే పనులు ముక్తికి కారణాలవుతాయి. అర్జునుడిని మోహనిద్ర నుండి మేల్కొల్పడానికి కృష్ణుడు పలురకాలుగా బంధానికి కారణాలను చెప్తుకొస్తున్నాడు.

స్వార్థంతో ప్రేరేపించబడ్డ కర్మల వల్ల జీవితంలో ఎక్కువగా అసంతృప్తి, అశాంతి కలిగించే వాసనలు జన్మిస్తాయి. కాని అహంకారాన్ని, అహం కేంద్రిత కోరికల్ని త్యజించి చేయబడ్డ అవే కర్మలు వాసనా క్షయానికి సహకరిస్తాయి. అందుకే యజ్ఞీయ భావంతో, 'ఇదం న మమ' అనే భావంతో కర్మలను చేయడం తప్పనిసరి అని చెప్పబడింది. సహకార భావంతో చేయబడ్డ కర్మలేవీ కొత్త వాసనలను సృష్టించవు కాబట్టి వాటిని యజ్ఞీయ కర్మలనే అంటారు, అంతేకాక అవి చెడు వాసనలు క్షయమవ్వడానికి కారణం కూడా అవుతాయి.

భగవంతుడు విరాట్-వ్యాపక భావంతో యజ్ఞం అనే పదాన్ని ప్రతిపాదించాడు. ఇది మానవమాత్రుని జీవన యజ్ఞంతో మొదలై పూర్తి ఇకో సిస్టమ్ (ప్రకృతి) అంతటా వ్యాపించి ఉన్నది. బ్రహ్మాండం మొత్తంలో కొనసాగే యజ్ఞ ప్రక్రియలో మనము, మన కర్మలు కూడా అంశాలే. ఒకరిని బాధించడానికి కానీ, భోగానికి కాక ఇతరుల కళ్యాణం కోసమే కర్మలు చేయాలి. నేడు ఎక్కడ చూసినా పరుగులాటే కనిపిస్తుంది, సమాజంలో కర్మయోగులు ఎక్కువైపోయారనిపిస్తుంది. అమెరికా, జపాన్ వాసులు కూడా కర్మయోగంలో మునిగిపోయినట్టు కనిపిస్తారు. కాని అది సరైన కర్మయోగం కాదు. గురువుగారు దీన్ని కర్మలిప్స అన్నారు. ఈ కర్మలు భోగానికోసం చేసేవే తప్ప లోకకళ్యాణం కోసం కాదు. మన స్వార్థం కోసం మన మిత్రులను, తల్లిదండ్రులను, సమాజాన్ని, రాష్ట్రాన్ని ఆసరాగా తీసుకుని కర్మలు చేస్తే అవి 'లోకోయం' సమర్పిత కర్మలంటున్నారు. గీతాచార్యుడు, అంటే అవి బంధనానికి కారణాలు. యజ్ఞార్థం అంటే పరస్పర సద్భావంతో నిండిన కర్మలు. **మనం చేసే కర్మల లక్ష్యం సమాజ ప్రగతి, రాష్ట్ర ఉన్నతి అయితే అప్పుడు మన జీవితం యజ్ఞమయమైనది. నిజానికి కర్మ ఒక ప్రవాహం, అందులోనే ప్రాణశక్తులన్నీ ప్రవహిస్తూ ఉంటాయి.** రాష్ట్రమనే శరీరానికి మన కర్మలు రక్తనాళాలవంటివి. సమాజ యజ్ఞం, రాష్ట్ర యజ్ఞం అంటే సమాజంలోని అట్టడుగు వర్గం నుండి శిఖరం వరకు జ్ఞానం, విభూతి, విద్య, ధనం అనేవి సమానంగా ఎటువంటి అవరోధాలు లేకుండా పరస్పర అవగాహనతో వికసించాలి. బౌద్ధిక సంపద నగరాలకే పరిమితం కాకుండా ఊరూరా వ్యాపించాలి. ప్రతి మనిషికి అందాలి. ఋషుల కాలం నాటి జీవన వ్యవస్థ పునరావృతం కావాలి. ఈ ప్రవాహానికి ఒక వ్యవస్థ నెలకొల్ప బడాలి. దీని పేరే యజ్ఞం.

పిల్లలు చేసిన తప్పు తల్లిదండ్రులకి తెలియకుండా దాచడం పెద్ద తప్పు.

భారతీయ సంస్కృతి ఒక ఆధ్యాత్మిక సంస్కృతి, దేవ సంస్కృతి, యజ్ఞీయ సంస్కృతి. ఎక్కడి నుంచి మొదలుపెట్టినా సంస్కృతి కేంద్రాన్నీ, ఈశ్వరుడ్ని సూటిగా చేరగలుగుతాం. మన సాంస్కృతిక విద్వాంసులు ఇలా వక్కాణించారు.

పరహిత సరిస ధర్మ నహి భాయి ।
పరపీడా సమ నాహి అధమాయి ॥

మన యజ్ఞీయ సంస్కృతికి ఇదే ప్రాణం. ఆసక్తి లేకుండా యజ్ఞార్థమై మాత్రమే కర్మలు చేయడమంటే మన కోసం కాక ఇతరుల కోసం మాత్రమే కర్మలు చేయమని శ్రీకృష్ణుని భావం. వీరుడు, సఖుడు, శిష్యుడు అయిన అర్జునుడిని కర్మలన్నిటినీ యజ్ఞీయ భావంతోనే చేయమని చెప్పడంలో శ్రీకృష్ణుని అంతరార్థం కర్మలన్నిటినీ కౌశలంతో, దక్షతతో చేయమని, ఆసక్తి రహితంగా చేయమని. నేటి యువకులలో రాష్ట్రీయ భావం కనుమరుగైంది. రాష్ట్రం కోసం సమర్పణా భావంతో కర్మలు చేయాలన్న ప్రేరణ వారిలో లేదు. వారి స్వ ప్రయోజనాల కోసం కర్మలు చేస్తూ రాష్ట్ర ప్రయోజనాలకై ప్రతిభను ఉపయోగించటం లేదు. అందువల్ల క్షయమయ్యే రాష్ట్రశక్తికి వారే కారణం. సమాజంలో ఎటు చూసినా సిగ్గులేని అహంభావం, నీచమైన కోరికలకు ప్రాకులాట, వాటి ప్రతిక్రియలు కనిపిస్తున్నాయి. నేటి సమాజంలోని సమస్యలన్నిటికి సమాధానం తొమ్మిదవ శ్లోకంలో ఇవ్వబడింది.

సమాజ సేవ కోసం చేసేదైనా, స్వప్రయోజనాలను పూరించుకోవడానికి చేసే పనైనా సరే యజ్ఞీయభావంతోనే కాక కౌశలంతో కూడా చేయాలని గురువుగారు చెప్పేవారు. కౌశలంతో పాటు అనాసక్తి కర్మలలో సౌందర్యాన్ని పెంపొందిస్తుంది. మన సామర్థ్యాన్ని పెంచి, వ్యక్తిత్వాన్ని వికసింపజేస్తుంది. మనం జ్ఞానయజ్ఞాలు నిర్వహిస్తున్నా, ఇంటింటికి గురువుగారి భావాలను విస్తరింపజేస్తున్నా, వేరేదైనా రచనాత్మక కార్యాలలో పాల్గొంటున్నా సరే కీర్తి గడించాలని ఆశించకూడదు. **కర్మఫలానికై వ్యాకులత చెందకూడదు.** పని పూర్తి చెయ్యాలి, అంతే! ఇదే నిజమైన కర్మయజ్ఞం.

సహయజ్ఞాః ప్రజాః సృష్ట్వా పురోవాచ ప్రజాపతిః ।
అనేన ప్రసవిష్యధ్వమ్ ఏష వో స్త్విష్టకామధుక్ ॥ 3.10

దేవాన్ భావయతానేన తే దేవా భావయంతు వః
పరస్పరం భావయంతః శ్రేయః పరమవాప్స్యథ 3.11

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

కల్పాదియందు బ్రహ్మదేవుడు యజ్ఞ సహితముగ ప్రజలను సృష్టించి, 'మీరు ఈ యజ్ఞముల ద్వారా వృద్ధి చెందండి. ఈ యజ్ఞములు మీకు కామధేనువు వలె కోరిన కోర్కెలనెల్ల తీర్చును' అని పల్కెను. 'ఈ యజ్ఞముల ద్వారా మీరు దేవతలను తృప్తి పరచండి. మరియు ఆ దేవతలు మిమ్ములను అనుగ్రహింతురు. నిస్వార్థభావముతో మీరు పరస్పరము సంతృప్తిపరుచుకొనుచు పరమ శ్రేయస్సును పొందగలరు' అని పలికెను. యజ్ఞముల ద్వారా సంతృప్తిని పొందిన దేవతలు మీకు (మానవులకు) అయాచితము గానే ఇష్టములైన భోగములను ప్రసాదించెదరు. ఈ విధముగ దేవతలచే అనుగ్రహించబడిన ఈ భోగములను ఆ దేవతలకు నివేదన చేయక తానే అనుభవించువాడు నిజముగా దొంగయే.

యజ్ఞం గురించి చెప్పగానే ముందు మనం అదొక కర్మకాండయుక్తమైన, సాంప్రదాయబద్ధమైన, అనుష్ఠానపూర్వక హవనమనే అనుకుంటాం. ఈ యజ్ఞం వైదికమైనది మాత్రమే కాదు. దీని గురించి నాలుగవ అధ్యాయంలో కూడా అందంగా వర్ణించారు. యజ్ఞాలు కర్మల నుండి ఉద్భవించాయని, కర్మలు బ్రహ్మ నుండి, బ్రహ్మ అక్షరం నుండి ఉద్భవించాయని శ్రీకృష్ణుడు చెప్పాడు. ఈ విధంగా చూస్తే సర్వత్రా వ్యాపించి ఉన్న బ్రహ్మ యజ్ఞాలలో ప్రతిష్ఠితుడై ఉన్నాడు. మరింత విపులంగా అర్థం చేసుకునే ప్రయత్నం చేద్దాం.

యజ్ఞమనేది ప్రకృతి యొక్క నియమము కాబట్టి దాన్ని స్వీకరించి తీరాలని అర్జునుడికి బోధించడం జరుగుతోంది. **ఇకాలజీ చక్రాన్ని గమనిస్తే అది ఒక రకంగా సమష్టిగత యజ్ఞ ప్రక్రియ అనే అనాలి. గ్రహ నక్షత్రాల నుండి నదులు, సముద్రాల వరకు ప్రకృతి సర్వత్రా యజ్ఞీయ భావంతోనే ప్రపంచం యొక్క సేవలో నిమగ్నమై ఉంది.** సూర్యుడు వెలుగును, వేడిని ఇస్తూనే ఉన్నా ఎటువంటి ప్రశంస ఆశించడు. సముద్రపు నీరు ఆవిరై మబ్బులౌతాయి. అవి వర్షిస్తాయి. ఆ నీరు నదులై పారి చివరికి మళ్ళీ సముద్రంలో కలుస్తాయి. ఈవిధంగా ఒక దానితో ఒకటి ముడిపడుతూ ప్రకృతి సువ్యవస్థిత చక్రగమనాన్ని పాటిస్తుంది. ఈ చక్రంలో ఎక్కడ అవరోధం ఏర్పడినా ఇక్కట్లు తప్పవు. యజ్ఞమయ సృష్టి యొక్క అభివ్యక్తీకరణలోనే ప్రకృతిలోని సౌందర్యం దాగి ఉంది.

పిల్లలు బాగుపడాలన్న, చెడిపోవాలన్న తల్లిదండ్రులే ముఖ్య కారణం.

ప్రజాపతి బ్రహ్మ ప్రాణులను సృష్టించడంతోపాటు వారి **మనస్సుల్లో యజ్ఞీయ భావాన్ని కూడా ప్రతిష్టించాడు. తద్వారా సమస్త సృష్టి యొక్క అభ్యుదయాన్ని ప్రపంచంలోనే సర్వశ్రేష్టం, అత్యుత్తమ సృష్టి అయిన మానవుడికి అప్పగించాడు.** సామూహికంగా, నిస్వార్థంగా, యజ్ఞభావంతో గనుక మానవజాతి పర్యావరణాన్ని సంరక్షించుకోవడానికి కృషి చేస్తే తప్పక అభీష్టసిద్ధి కలుగుతుంది. కోరుకున్న వనరులన్నీ లభ్యమవుతాయి. కలిసిమెలిసి పనిచేయడం లోని ఆనందమే వేరు, అహంకారాన్ని, వ్యక్తిగత కోరికల్నీ త్యజించాలి. 'టీమ్' అనే భావనతోనే జీవిత యజ్ఞం సఫల మవుతుందని గురువుగారు చెప్పారు. టీమ్‌లోని వారు తమ స్వంత ప్రయోజనాలు సిద్ధించాలని తాపత్రయపడితే పనిలో సామరస్యత ఉండదు, కలిసిమెలిసి పని చేయడం కుదరదు. ఈ సిద్ధాంతం రాష్ట్రనిర్మాణానికి, కుటుంబ నిర్మాణానికి, వ్యక్తిగత నిర్మాణానికి కూడా వర్తిస్తుంది.

ఒకవేళ మానవులంతా పరస్పర సహకారంతో కృషి చేసినా కూడా ప్రతికూలతలు అడ్డం వస్తాయి అనే అర్థం శ్లోకంలో గోచరిస్తుంది. ప్రాకృతిక శక్తులను మనం నియంత్రించలేం కాబట్టి మనకి సాఫల్యం ఎలా లభిస్తుంది! దానికి జవాబు పదకొండో శ్లోకంలో బ్రహ్మవాక్కుగా శ్రీకృష్ణుడు చెప్పిందేంటంటే మనిషి యజ్ఞభావనతో పని చేస్తే బహిరంగ జగత్తులో అద్భుతమైన మార్పులు వస్తాయి. సామూహికంగా, ప్రయత్న పూర్వకంగా బాహ్య ప్రాకృతిక శక్తులను ప్రసన్నం చేసుకుంటే అందుకు ప్రతిగా అవి మనల్ని ఉద్ధరిస్తాయి. అయితే ఒకటే షరతు, ఈ ఉపచారాలు, ధర్మానుష్ఠానాలు, కర్తవ్య కర్మలు అన్నీ నిస్వార్థ భావంతో చేయాలి. దాంతోపాటు ఒకరికొకరు సహకరించుకోవడానికి కృషి చేయాలే కాని స్వ ప్రయోజనాలు, స్వజన ప్రయోజనాలే లక్ష్యం కాకూడదు. కీర్తి గడించడమనేది ఒక దైవీ విధానం. స్థూల, సూక్ష్మ వాతావరణాల యొక్క పరిశోధన, పరిష్కారం, అభివృద్ధికి తోడ్పడే కర్మలు యజ్ఞీయ భావంతో సామూహికంగా చేస్తేనే కీర్తి లభిస్తుంది.

నేడు స్థూలజగత్తులో నలువైపులా కాలుష్యం వ్యాపించింది, దాంతోపాటు ఆలోచనలు, శ్రద్ధ కూడా విషపూరితమయ్యాయి. అందుకు ఫలితంగా మనం దుర్భిక్షం, మహమ్మారి, అకాల మృత్యువుల వరదల్ని ఎదుర్కుంటున్నాం. వీటికి సమాధానం ఒక్కటే, యజ్ఞీయ జీవనం. ఇది మూడు అర్థాలతో జీవించే కళను నేర్పించి ప్రగతిపథంలో పయనింపచేస్తుంది. 'యజ్' ధాతువు నుండి యజ్ఞం అనే పదం ఏర్పడింది, ఇది మనకు మూడు అర్థాలు చెబుతుంది – దేవపూజనం, సంగతీకరణం, దానం. ఈ సృష్టిలో మన ప్రయోజనం ఏంటి, దాన్ని ఎలా పూరించుకోవాలి అనేది ఈ మూడు మనకు చెప్తాయి. జీవితానికి ఒక సమగ్ర పరిభాషను మన వైదిక సంస్కృతి మనకు అందించింది. **దైవపూజనం అంటే వ్యక్తిత్వానికి శోభనిచ్చే దైవీప్రవృత్తులను అలవరచుకోవడం. సత్కార్యాలను చేస్తూ యజ్ఞీయ జీవనాన్ని గడపాలి. సంగతీకరణ అంటే సామూహికంగా, పరస్పర సహకారంతో కర్మలు చేయడం. దానం అంటే పరమార్థ పరాయణత, ఉదారత, సదాశయాలు పంచుకోవాలనే భావం. పరమపూజ్య గురుదేవులు మనకు అందించిన ఈ ఆలోచనా విధానం మన మనస్సులో, బుద్ధిలో సదా నిలిచి ఉంటే, మన కర్మలన్నీ దివ్యంగా, గొప్పగా ఉంటాయి. బంధాలకు కారణమైన అహంకారం, తృష్ణ, మోహం అనే వాసనలు దాన భావంతో తుడిచివేయబడతాయి.** యజ్ఞీయ జీవనం గురించి వచ్చే సంచికలో మరింత తెలుసుకుందాం.

– అఖండజ్యోతి, జూన్ 2000

అనువాదం: శ్రీమతి జయలక్ష్మి

ధీరత్వం

ఆ రోజులలో నౌకాయానం చేస్తుండేవారు. కాని సముద్రయానం ఇంకా మొదలుకాలేదు. దీనిని గురించిన ప్రణాళికలు, కల్పనలు, ఊహలు ఫుల్టన్ నెపోలియన్‌కు వినిపింపసాగారు. ఆయన మండిపడి ఇటువంటి వ్యర్థ సంభాషణలు వింటూ కూర్చోవడానికి, వృథా సమయం ఏ మాత్రం లేదని పొమ్మంటాడు.

డబ్లిన్‌కు చెందిన రాయల్ సొసైటీ ఇంజనీరు లారెస్కర్ పేరుగాంచిన ఇంజనీరు. అయితే సముద్రయానం గురించి ఆయన ఇదే అభిప్రాయాన్ని వ్యక్తం చేశాడు. నౌకాయానం మనోరంజనాన్ని కలిగించినప్పటికి, దీనితో అట్లాంటిక్ సముద్రాన్ని దాటటం అనేది అసాధ్యం అన్నాడు. ఇంతమంది ఇంతగా సాధ్యం కాదన్నప్పటికి సముద్రయానం గావించడం, సముద్రాలను దాటడం అనేది మనకందరకు తెలిసినదే.

పెద్ద పెద్ద ఆవిష్కరణలు, సత్కార్యాలు తలపెట్టినపుడు అనుకూల పరిస్థితుల కంటే ప్రతికూల పరిస్థితులే ఎక్కువ ఉంటాయి. కార్యరతులు ధీరత్వంతో ముందుకు సాగాలి.

– ప్రజ్ఞా పురాణం నుండి

పిల్లలను దండించడం వల్ల బాగుపడరు, మరింత మొండిగా తయారవుతారు.

సూర్య విజ్ఞానం - 12

నిద్రాణమై ఉన్న సామర్థ్యాన్ని మేలుకొలిపే సూర్య ధ్యానం-ధారణ

సూర్యకిరణముల వలెనే మనస్సు యొక్క శక్తులు కూడా చెల్లాచెదురై ఉంటాయి. అందువల్ల వీటి ప్రభావం అంతగా తెలియదు. వీటిని కేంద్రీకృతం చెయ్యడం వల్ల వీటి మూలశక్తి అసాధారణంగా శక్తివంతం అవుతుంది. చెల్లా చెదరయిన వాటిని కేంద్రీకృతం చెయ్యడం వల్ల ఆ శక్తి యొక్క చమత్కారం చూడగలుగుతాము. భూతద్దంలో (magnifying glass) తో సూర్య కిరణములను ఏకత్రితం చేస్తే దాని కేంద్ర బిందువులో అగ్ని మండటం మొదలుపెడుతుంది. నీటి ఆవిరిని సన్నని గొట్టంలో నుంచి పంపినపుడు వచ్చే శక్తితో రైలుఇంజను పరుగులు పెడుతుంది. తుపాకిలోని బులెట్‌ను సన్నని గొట్టంలో నుంచి పేలిస్తే భయంకర శబ్దంతో, శక్తితో బయటకు వస్తుంది. ఆనకట్టలోని నీరు సన్నని గొట్టముల ద్వారా పైనుంచి క్రిందకు వేగంగా పంపడం వల్ల జనరేటర్ పనిచేసి విద్యుత్తు ఉత్పాదన జరుగుతుంది. విచ్చలవిడిగా పోతున్న ఆలోచనలను ఒకటిగా చేస్తే మానసిక క్షమత ఎంతగా పెరుగుతుందో అందరికి తెలిసినదే.

ఆలోచనలలో ఏకాగ్రత సాధించేందుకు అతి సరళమైన ఉపాయం ధ్యానం. ధ్యానంలో ఆలోచనలను కేంద్రీకరించడానికి ఒక ప్రకాశంతో కూడిన వస్తువు అవసరం అవుతుంది. ఆ వస్తువు ఆకర్షణీయంగా ఉండాలి. మంచి గుణములు కలిగి ఉండాలి. ఈ దృష్టితో ప్రభాత సమయంలో బంగారు కాంతితో ఉదయించే సవిత (సూర్యుని) ఎన్నుకోవడం అత్యుత్తమం, నిర్వివాదం. సూర్యుడు ఎల్లప్పుడు దోషం లేనివాడే. అతని గుణములే గుణములు. దీనితోపాటు ఆయనను ఒక శక్తి భాండారంగా, ఆకర్షణీయమైన అందంతో నిండిన వాడిగా అర్థం చేసుకోవచ్చు.

ఈ దృశ్య జగత్తులో కనిపించేదంతా సూర్యుని మహిమేనని చెప్పాలి. వేడి, వెలుతురు, ధ్వని అనే మూడు రకముల తరంగములే ప్రకృతి యొక్క అంతరాళములలో వ్యాపించి ఉన్నాయి. వీటివల్లనే పంచతత్వములు ఆవిర్భవించాయి. అణువులు పరమాణువులు నిర్మించబడ్డాయి. ఈ మూడు శక్తి ధారలతో సూర్యునికి నేరుగా సంబంధమున్నది. అవి సూర్యుని నుంచే ఆవిర్భవించాయి. ప్రాణుల, వనస్పతుల అస్థిత్వం సూర్యుని రసాయనిక సంప్రేణ (chemical reaction) తో మాత్రమే సంభవం. ఋతువులు వీటిలో జరిగే మార్పుల యొక్క పరిణామము. ఈ మహా పురుషుని నుండి పరాగపానం (sweet nector) చేయడానికి పృథ్వి తేనెటీగవలె ఆయన చుట్టూ తిరుగుతుంది. సూర్యుడు లేకపోతే ఎలా ఉంటుందో అనే కల్పన చేస్తే మనస్సు భయానికి లోనవుతుంది. నిశ్శబ్దంతో కూడిన అంధకారం తప్ప మరేమి ఉండదు.

సృష్టిలోని అల్లకల్లోలములు, వైభవముల అభివృద్ధి పాటు ఆత్మిక విభూతుల ఉద్గమ స్థానం (source) సూర్యుడే. **ధ్యానం ద్వారా సూర్యుని సూక్ష్మచేతనత్వంతో సంపర్కం పెట్టుకోగలిగితే శ్రద్ధ, మేధ, ప్రజ్ఞ వంటి ఆత్మిక విభూతులు లభిస్తాయి.** రిద్ధి-సిద్ధులు వాటంతటవే ఉప్పొంగుతాయి. బయట ప్రకాశించే విశ్వాత్మ సూర్యుడు సాధకుని ఆత్మలో అలౌకిక విభూతుల సామర్థ్యం, శక్తుల ప్రకాశం వెదజల్లుతుంది. నిద్రాస్థితిలో పడి ఉన్న అనేకానేక సంభావనల (possibilities) బీజం ఈ ధ్యాన ప్రక్రియతో అంకురించి, పుష్పించి పల్లవించడం కనిపిస్తుంది.

సవితా ఉపాసనలో ధ్యానధారణ క్రమం సాధారణంగా ఇలా ఉంటుంది. ఉషాకాలంలో ఉదయిస్తున్న సూర్యుని అర్ధ నిమీలిత నేత్రాలతో చూచి కనురెప్పలను మూసివేయాలి. ఆ దివ్యసత్తా కిరణములు సంపూర్ణ శరీరంలో వ్యాపించినట్లు భావన చెయ్యాలి. మొదట్లో ఏదైనా జలాశయం సమీపంలో ఉండటం అధిక లాభదాయకం. ఈ కారణం వల్లనే అనేకమంది జలాశయాలలో సూర్యాభిముఖంగా నిలబడి జపం, ధ్యానం చేస్తుంటారు. చాలా మంది తడిబట్టలతో జపం, ధ్యానం చేస్తారు. సూర్యునికి అర్ఘ్యదానమిస్తూ మానసిక జప సాధన పూర్తి చేస్తుంటారు. బ్రహ్మ ముహూర్తంలో సాధన చేసేటప్పుడు, మబ్బులు పట్టి సూర్యుడు కనుపించనపుడు సూర్యుని దిశ వైపు కూర్చుని కూడా ధ్యానం చెయ్యవచ్చు. ఈ రకంగా ఎన్నో రకాలుగా సూర్యధ్యానం చేసుకొనవచ్చు.

సర్వసులభమైన ధ్యాన పద్ధతి ఇలా ఉంటుంది. బహిరంగ ప్రదేశంలో స్నానం చేసి కూర్చోవాలి. ప్రాతః కాలంలో జలపాత్ర కుడి ప్రక్కన ఉంచుకుని, అగరబత్తి వెలిగించి పెట్టుకుని, పరిశుభ్రమైన ప్రదేశంలో పరిశుభ్రమైన బట్టలు కట్టుకుని ధ్యాన ముద్రతో కూర్చోవాలి. ధ్యాన ముద్రకు ఐదు సూత్రాలున్నాయి.

పంచుకుంటే తరిగేది బాధ.

1) శాంత చిత్తం 2) శరీరం స్థిరంగా ఉండాలి 3) వెన్నెముక తిన్నగా ఉండాలి 4) చేతులు ఒడిలో ఉంచుకోవాలి 5) కన్నులు మూసుకోవాలి. ఇదే ధ్యాన ముద్ర. ఈ ముద్రను అన్ని రకముల ధ్యానములకు ఆవశ్యకమని, ఉపయోగకరమని భావిస్తారు. ఈ స్థితి రావడానికి మొదట్లో ఐదు నిమిషాలు పట్టవచ్చు. తరువాత ధ్యానంలో తన్మయత్వం, భావన ఈ విధంగా ఉండాలి.

- ప్రాతఃకాలం – తూర్పుదిశ, అరుణమైన ఆకాశం
- స్వర్ణిమ సూర్యోదయం (బంగారు కాంతితో సూర్యోదయం)
- స్వర్ణిమ సూర్యుడు – సవిత. సవిత తేజస్వి పరబ్రహ్మ
- సవిత బ్రహ్మ – ప్రకాశ జ్ఞానం – ప్రజ్ఞా సవిత వర్చస్సు అగ్ని ఊర్జ – ప్రఖరత
- సవిత – బ్రహ్మవర్చస్సు. ఉపాస్యదేవత – ఆరాధ్య దేవత ఇష్టదేవత – లక్ష్యం
- సాధకునిపై సవితా శక్తి – అనంతమైన అంతరిక్షం నుంచి శక్తి వర్షం – అమృత వర్షం
- అమృత వర్షంతో ఆత్మసత్తా వికసించింది, పులకించింది ఉల్లాసవంతమయింది
- ఆత్మసత్తాలో సమర్థత్వం, సజ్జనత, సరసత
- సాధకుడు సవితకు సమర్పణ, విసర్జన, లయం, సమన్వయం, శరణాగతి
- సవితా శక్తి ఆత్మసత్తాలో ప్రవేశం, భావ చేతనల ప్రఖరత యొక్క అనుభూతి
- స్థూల శరీరంలో ఓజస్సు, సూక్ష్మ శరీరంలో తేజస్సు, కారణ శరీరంలో వర్చస్సు
- నిష్ఠ, ప్రజ్ఞ, శ్రద్ధల ప్రచండ ఆవిర్భావం
- పవిత్రత, ప్రసన్నత, విశిష్ఠతల దివ్య అనుభూతి ప్రకాశ పుంజం వైపు అనవతర ఆగమనం ఉల్లాసముల అనుభవం

సంకల్పపూర్వకంగా అభ్యాసం చేస్తుండడం వల్ల ఈ కల్పనా చిత్రం సూక్ష్మ నేత్రముల నుండి క్రమక్రమంగా ఇంకా స్పష్టత సంతరించుకుంటుంది. ఈ స్పష్టత వల్ల సాధనలో ఉత్సాహం పుంజుకుంటుంది. కాని స్పష్టత ఉండటం లేదా లేకపోవడం అనేది మస్తిష్కంపై ఆధారపడి ఉంటుంది. చాలామందికి నిద్రలోను, మెలకువగా ఉన్నప్పుడు కూడా ఈ చిత్రం సహజంగా కనిపిస్తుంది. చాలామందికి మస్తిష్కంలో ఇలాంటి దృశ్యం చూచే సామర్థ్యం ఉండదు. అందువలన కనిపించడం–కనిపించకపోవడం అనేది ధ్యానం యొక్క సఫలత – అసఫలతలపై ఆధారపడి ఉండదు. భావానుభూతియే మూలతత్వము. సవితా దేవత ఎడల ఆత్మీయానుభూతి పెరుగుతున్న కొద్దీ, శ్రద్ధ పరిపక్వమవుతున్న కొద్దీ, ధ్యాన ధారణలలో అభీష్ట ప్రగతి జరుగుతున్నదని అర్థం చేసుకోవాలి.

ఈ ప్రగతి యొక్క పరిణామము సవితాదేవత యొక్క దయవలన సాధకుని స్థూల సూక్ష్మ కారణ శరీరములలో కుప్పలు తెప్పలుగా పడివున్న విభూతులు మేల్కొంటాయి. శరీర శాస్త్రజ్ఞులు స్థూల శరీరంలోని అనేక గుచ్ఛకముల, గ్రంథుల సముదాయం గురించి చెప్తారు. సూక్ష్మశరీరంను చూడగలిగేవారు అందులోని షట్చక్రములు, పంచకోశములు, నాడీప్రవాహమును, ఉపత్యికలను కూడా చూడగలరు. ఇంతేగాక సూక్ష్మశరీరములో మహత్వపూర్ణమైన కేంద్రములు ఇంకా ఉన్నాయి. వీటిని హృదయ చక్రమని, నాభి చక్రమని కూడా అంటారు. నాభి చక్రం స్థూల శరీర కార్యక్రమాలకు అధిష్ఠానం. హృదయచక్రాన్ని సూక్ష్మ శరీరమునకు, స్వర్గలోకమునకు కేంద్రముగా భావిస్తారు. మస్తిష్కం మధ్యలోనున్న సహస్రారం బ్రహ్మలోకం, కారణ శరీరానికి అధిష్ఠానం.

సామాన్యంగా ఈ మూడు చక్రములు అజ్ఞాతంగా, అవికసిత స్థితిలోనే పడి ఉంటాయి. కాని ధ్యాన ప్రక్రియతో సవితా దేవత దివ్య ప్రకాశం యొక్క సంచారం జరిగినపుడు ఈ మూడు చక్రములు నెమ్మది నెమ్మదిగా వికసిస్తాయి. అంతఃక్షేత్రంలో సవిత అవతరణ, ప్రభావం, చమత్కారం చూపించడం మొదలయ్యిందని సాధకునికి తెలుస్తుంది. మూడు శరీరములలో వాటికి సన్నిహితంగా ఉన్న ఇతర అంగములలో సూర్యశక్తి సంచారం విచిత్రంగా జరుగుతుంది. సౌరచేతన సాధకుని సర్వతోముఖ అభ్యుదయానికి మార్గం సుగమం చేస్తుంది.

– అఖండజ్యోతి, జూన్ 1993

యుగశక్తి గాయత్రి

మాస పత్రిక చదవండి !

చదివించండి !!

పంచుకుంటే పెరిగేది మమత.

జన్మశతాబ్ది ప్రత్యేకం

సమస్యలు అనేకం - సమాధానం ఒక్కటే

రాబోయే శతాబ్దంలో ఉజ్జ్వల భవిష్య సంరచనకు కొన్ని క్రొత్తవి సేకరించవలసివస్తుంది. దానితోపాటు ఆపదలకు మూలకారణాలు ఏమిటి? అవి తొలగించబడ్డాయా లేదా? అనేది కూడా ఆలోచించాలి. ఈ మాత్రం చేయగలిగితే అత్యధిక సమస్యలు సునాయాసంగానే పరిష్కరించబడతాయి.

ఉదాహరణకు దేశంలో సగం జనాభా ఎటువంటి ఉత్పాదనా లేకుండా కాలం వెళ్ళబుచ్చుతున్నారు. రోజులు గడవడానికి ఇంటి పనులు, వ్యాపార వ్యవహారాలలోనే బహుశ జీవితం అంతా గడిచి పోతున్నది. పురుషులలో అంత ఆర్థిక ఉత్పాదన కనిపించడంలేదు, బుద్ధి నైపుణ్యము లేదు. ఈనాటి రెండవ పెద్ద సమస్య అనవసర సంతానాన్ని నిరోధించడం. ఇప్పటికి రెండు వేల సంవత్సరాల క్రితం ప్రపంచ జనాభా రమారమి 30 కోట్లు ఉండేది. ఇప్పుడది 600 కోట్లు దాటింది. అంటే ఇరవై రెట్లు పెరిగింది. ఒక వ్యక్తి పని చేసుకునే భూమిని మరికొద్ది రోజులలోనే 20 మంది పంచుకోవాలసిన పరిస్థితి ఎదురవుతుంది.

ప్రస్తుత కాలంలో దుబారా ఖర్చు మితిమీరిపోయింది. దుర్వ్యసనాలు, శృంగార అలంకరణలు, నగల అలంకరణలతో డాబుని, దర్పాన్ని ప్రదర్శించడానికి చేసే ఖరీదైన వివాహాలతో ఎంత డబ్బు, సమయం వృథా అవుతుందో అందరికి తెలిసిందే. శృంగార అలంకరణల వల్ల కేవలం డబ్బు వృథా కావడమే కాదు, అవి కాముకతను కూడా ఉత్తేజపరుస్తాయి. వ్యభిచారానికి మార్గాలు తెరుచుకుంటాయి.

సమస్యలలో వెంటనే పరిష్కారం కావలసినవి కొన్ని ఉంటాయి. చదువుకు కావలసిన కొద్దిపాటి అవసరాలు పాఠశాలలు, కళాశాలల ద్వారా తీరగలవు. ఒక్కమాటలో చెప్పాలంటే చదవడం - వ్రాయడంతో జమా ఖర్చులలాంటి పనులు చేసుకోవచ్చు. విద్యకు ఒక సర్వాంగపూర్ణ రూపురేఖను ఇవ్వాలి. దానిని ప్రజల మనసులలో ప్రవేశపెట్టడానికి ఒక విస్తృతమైన భారీ ప్రణాళికను రూపొందించాలి. అది పాఠశాల చదువుల యొక్క లోటును తీర్చగలగాలి.

అనేక సమస్యలు చూడటానికి అత్యంత భయానకంగా కనిపిస్తాయి. వాటి పరిష్కారం కూడా సులభంగా కనబడదు. ప్రపంచం అంతా ఈ కారణంగానే చింతిస్తూ ఉంది. మహనీయులంతా ఎంత తలల బద్దలు కొట్టుకున్నా ఏ పరిష్కారం దొరకడం లేదు.

ఈ సమస్యలలో మొట్టమొదటిది- వాతావరణంలో నిరంతరం కలుస్తున్న విషం. పారిశ్రామిక కార్ఖానాలు వాతావరణాన్ని విషపూరితం చేస్తున్నాయి. శుద్ధవాయువు లోటుతో శ్వాస ఆడక జీవులు ప్రాణాలు వదలవలసి రావచ్చు. **కాలుష్య నివారణ వృక్షాలు-వనస్పతుల ద్వారా జరుగుతుంది. వాటిని ఇష్టం వచ్చినట్లు నరికివేస్తున్నారు.** పచ్చని చెట్లను నరికేసి నివాసాలు, పరిశ్రమలు, కార్యాలయాల కోసం వినియోగించడం జరుగుతోంది. దీనివలన భూమి ఎడారిగా మారడం, భూసారం సముద్రంలోకి పోవడం, భయంకర తుఫానులు రావడం, వర్షపాతం తగ్గడం లాంటి ఎన్నో ప్రకృతి వైపరీత్యాలు ఉత్పన్నమయ్యే భయంకర పరిస్థితులు నిరంతరం పెరుగుతున్నాయి.

బొగ్గు, ఖనిజ చమురు ఎంత ఎక్కువగా పృథ్వినుండి తవ్వి పరిశ్రమలలో వాడుతున్నారంటే ఆ చిరకాల భూ-సంపద అంతరించిపోయే కాలం అతి దగ్గరలో ఉంది. ఇంధనం లేకపోతే పరిశ్రమలు, వేగంగా నడిచే వాహనాలు భవిష్యత్తులో ఎలా నడుస్తాయి అన్నది ఒక పెద్ద ప్రశ్న.

ఇరవయ్యవ శతాబ్దంలో రెండు ప్రపంచ యుద్ధాలు, 200 ప్రాంతీయ యుద్ధాలు జరిగాయి. వాటిలో ఎంత యువశక్తి మరణించింది, ఎన్ని కుటుంబాలు అనాథలయ్యాయి అనే మాట అటుంచితే యుద్ధ సామాగ్రిని తయారుచేయడంలో లగ్నమైన ధనశక్తి, జనశక్తి, బుద్ధిశక్తులను మంచికి ఉపయోగించగలిగితే ఈ పృథ్విని ఎంతో గొప్పగా తయారుచేయగలిగేవారం.

ఆర్థిక సమతుల్యత దెబ్బతిని పేదవారు ఇంకా పేదవారుగా, ధనవంతులు ఇంకా ధనవంతులుగా తయారవుతూ ఉన్నారు. ధనాశతో మార్కెట్లను చేజిక్కించుకోవాలనే ధనవంతుల కోరిక వలసవాదాన్ని, సామ్రాజ్యవాదాన్ని, పెట్టుబడిదారి వాదాన్ని సృష్టిస్తున్నది. దాని ఫలితంగా సామాన్య ప్రజల కష్టాలు పెరుగుతున్నాయి.

వీటన్నింటి కారణంగా సామాన్య ప్రజల శారీరక, మానసిక

తెలుసుకోవాలనే కుతూహలం మనిషికి ఎంతో సాయపడుతుంది.

ఆరోగ్యం అన్నివిధాలా దెబ్బతింటోంది. ఈ రెండు క్షేత్రాలలో అవి ఎంత ఎక్కువగా వృద్ధి చెందుతున్నాయంటే వాటిని నివారించే వైద్యులు, పరిశోధనలు, చికిత్సాలయాలు అన్నింటికి లోటు రానున్నది. రాబోయే రోజులలో ఆరోగ్యంగా జీవించడం అత్యంత కష్టంగా కనిపిస్తోంది.

ప్రత్యక్షవాదం ఆదర్శాల పట్ల శ్రద్ధను ఒక్క కుదుపు కుదిపివేసింది. ఎలాగైనాసరే స్వార్థమే ప్రముఖ దృష్టికోణంగా మిగిలిపోయింది. మానవీయ గౌరవంతో ముడిపడి ఉన్న మంచి విషయాల చర్చ కేవలం వినడానికి, చెప్పడానికే పరిమితమైంది. వాటిని ఆచరించడం అతి కష్టం మీద ఎక్కడో కొన్నిచోట్ల మాత్రమే కనిపిస్తోంది. ఈ పరిస్థితులలో ఉజ్జ్వల భవిష్యత్తు ఏవిధంగా, ఏ ఆధారంతో తయారవుతుంది అని ఆలోచనాపరులెవరికైనా సరే సందేహం కలుగుతుంది.

సగటు నాగరికుని జీవితాన్ని స్వీకరిస్తే వీరు విస్తృతమైన పొలాలలో, గ్రామాలలో నివసించవచ్చు. వాతావరణాన్ని వికసింపజేస్తూ, సంతృప్తికరంగా తయారుచేయడంలో సహకరించవచ్చు. ప్రాచీనకాలంలో సంస్కారవంతమైన తరం ఇలాగే ఉండేది. కేవలం శారీరిక శ్రమతోనే జీవితానికి కావలసిన అన్ని సాధనాలను అతి సులభంగా సంపాదించుకునేవారు. కాలుష్యం అన్నమాటే వినిపించేది కాదు. గ్రామీణ ప్రతిభ నగరాలకు వలసపోయే ఆపద ఉండేది కాదు. గ్రామాలు దారిద్ర్యంతో వెనుకబాటుతనంతో నిర్జీవమై ఉండేవి కావు. కిక్కిరిసి, మురికికూపాలుగా మారిన నగరాలు అసాంఘిక వాతావరణ కేంద్రాలుగా తయారయ్యేవి కావు. ఇప్పుడు కూడా పురాతన పద్ధతిని అవలంబించగలిగితే ఏ సమస్యల కారణంగా సర్వత్రా హాహాకారాలు వినిపిస్తున్నాయో ఆ సమస్యలే ఉత్పన్నం కావు. **'సాదా జీవనం-ఉన్నత ఆలోచనల' సిద్ధాంతాన్ని ఆచరించడంతోనే ప్రస్తుత సమస్యలన్నీ మటుమాయమవుతాయి. ప్రతివ్యక్తి నిజాయితీ, తెలివి, పరాక్రమాలతో కష్టపడి సంస్కారవంతమైన నాగరిక జీవనాన్ని జీవించడం ప్రారంభిస్తే ఆవరించిఉన్న సమస్యల అంధకారం తొలగిపోవడం ప్రారంభమవుతుంది.**

అన్నింటికి సమాధానము ఒక్కటే - ఆలోచనా పరివర్తన, కరుణతో నిండిన భావ-సంవేదనలు, వ్యక్తులలో సంయమనం, కార్యక్రమాలలో ఆదర్శవాదం. ఈ మాత్రపు మార్పులతో ప్రపంచం చక్కగా నడుస్తుంది. తద్వారా సురస, సింహిక, తాటకి మరియు శూర్పణఖ లాంటి వికృత రూపాలను ధరించిన ఈనాటి సమస్యలన్నీ తమ అస్తిత్వాన్ని కోల్పోతాయి. ఇక సృజనము, అభ్యుదయము, నిర్మాణాత్మకత కేవలము సత్యయుగమును తీసుకు రావటమే కాకుండా, భూమి మీద స్వర్గం అవతరింపజేస్తాయి. మన ఈ కాలంలో అదృశ్యంగా పక్వానికొస్తున్న కలగాపులగాన్ని మహావిప్లవం అనుకున్నా, యుగపరివర్తన అని చెప్పినా 21వ శతాబ్దపు ఉజ్జ్వల భవిష్యత్తు సంరచనలాంటి ఏ పేరు పెట్టినా ఎటువంటి ఆక్షేపణ ఉండదు. ప్రస్తుత యుగపరివర్తన ఏ ఒక్క వ్యక్తి ప్రణాళిక కాదు. దీనివెనుక మహాకాలుని సంకల్పమే పనిచేస్తున్నది.

- అఖండజ్యోతి, ఫిబ్రవరి 2011

అనువాదం: శ్రీమతి లక్ష్మీరాజగోపాల్

శ్రీ గాయత్రీ శతకం

57. *పంచముఖి, త్రినేత్రి కరముల్ పదిని కల్గి*
కమల పీఠిపై కూర్చున్న విమల గాత్రి
హంసవలె నిల్చు భక్తుని కభయమిచ్చు
విశ్వ జనయిత్రి గాయత్రి వేదమాత

తా:- నగవులు చిందెడు అయిదు ముఖములు గల్గి, త్రినేత్రములతో ప్రకాశిస్తూ, శంఖు, చక్రము, గద, పరశు, పుస్తకము, అక్షయపాత్ర, అభయముద్ర, కరవాలము, రెండు కమల పుష్పాలు - పవిత్రమైన ఈ పదింటిని పది హస్తములందు కల్గి కమల పుష్పాసనముపై ఆసీనురాలై యుండు విమల గాత్రి గాయత్రీమాత. తన చెంతనున్న రాజహంసవలె తన ఎదుట నిల్చిన భక్తునికి అభయమిస్తుంది ఆ మహామాత గాయత్రి.

58. *కామధేనువు కల్పవృక్షమ్ము లెటుల*
తేట భక్తాళికోర్కెలు తీర్చగలవొ
అటులె తీర్చును ఆ యమ్మ నాశ్రయింప
విశ్వ జనయిత్రి గాయత్రి వేదమాత

తా:- కామధేనువు కోరినవన్నింటినీ తీరుస్తుంది. కల్పవృక్షము కూడా అలాగే తీరుస్తుంది. అదేవిధముగా పరిపూర్ణ భక్త హృదయంతో ఆ తల్లిని ఆశ్రయించిన భక్తుల కోర్కెలను ఇట్టే తీరుస్తుంది.

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

గుండెజబ్బు కంటే ప్రమాదకరమైనది గుండెలో దయలేకపోవడం.

సునిశ్చితమైన భవిష్యత్తును కూడా మార్చుకోవచ్చు

మానవుని "భాగ్యము-భవిష్యత్తు" ముందుగానే నిర్ణయించబడి ఉంటాయనేది పెద్దల నానుడి. ఇదే "ప్రయత్నము - పురుషార్థము ద్వారా వాటిని మార్చటం సాధ్యమే" నని అప్పుడప్పుడు వచ్చే కలలు ఋజువు చేస్తుంటాయి. ఈ ప్రపంచంలో రాతి మీద గీతల వలె నిశ్చలంగా ఉండేవి కొన్ని మాత్రమే! నిరంతరం కార్యరతులై ఉంటూ భవిష్యత్తును కూడా మార్చుకొనగలగటం మానవులకు సాధ్యమే. కలల ద్వారా లభించే సంకేతాలు అప్పుడప్పుడు ఈ విషయానికి బలం చేకూర్చుతుంటాయి.

జె.బీ. ప్రీస్టలే తాను రాసిన "మైన్ ఎండ్ టైమ్" అనే పుస్తకంలో డాక్టరు లూయీపారైన్ ద్వారా ఒక స్వప్న వృత్తాంతాన్ని వెల్లడింపజేశారు. వారు ఆ స్వప్న వృత్తాంతాన్ని ఈ క్రింది విధంగా వర్ణించారు.

"ఒక తల్లి నిద్రలో కలగన్నది. ఆమె ఒక చిన్న ఇరుకైన కాలువ ఒడ్డున తన మిత్రులతో సహా నిలబడి ఉంది. ఇంతలో బట్టలు ఉతికే ఉద్దేశ్యంతో ఆమె కాలువ వైపు మరికొంత క్రిందకు వెళ్ళింది. ఆమె వెంట ఆమె కొడుకును కూడా తీసుకు వెళ్ళింది. సబ్బును గుడారంలోనే వదలి వచ్చానని అప్పుడే ఆమెకు గుర్తుకు వచ్చింది. అందుచేత కొడుకుని అక్కడే వదలి వెనక్కు వెళ్ళింది. పిల్లవాడు నీళ్ళలో రాళ్ళను వేస్తూ నిలబడ్డాడు. సబ్బును తీసుకొని ఆమె మళ్ళీ వచ్చేసరికి పిల్లవాడు సగం వరకూ నీళ్ళల్లో మునిగి ఉన్నాడు. వెంటనే ఆమె వాడిని బయటకు తీసింది, అప్పటికే అతడు మరణించినట్లు గ్రహించింది.

ఇది జరిగిన కొన్ని నెలల తర్వాత, వేసవి కాలంలో ఆమె కొందరు మిత్రులతో కలసి వ్యాహాళికి బయలుదేరింది. ఒక చిన్న కాలువ ఒడ్డును చూసి ఆ స్థలం అందరూ కూర్చోవటానికి అనువుగా ఉంటుందని భావించి అక్కడే ఒక గుడారం వేశారు. ఆమె కొన్ని గుడ్డలు ఉతకవలసి ఉంది. సరే, పిల్లవాడిని వెంట తీసుకొని కాలువ ఒడ్డుకు వచ్చింది. ఐతే సబ్బును మరచిపోయి వచ్చినట్లు గుర్తుకు వచ్చి పిల్లవాడిని అక్కడే వదలి సబ్బు తేవటానికి వెనుదిరిగింది. పిల్లవాడు నీళ్ళలో రాళ్ళు విసరసాగాడు. తక్షణమే ఆమెకు తాను కన్న కల స్ఫురణకు వచ్చింది. ఆనాడు వచ్చిన కలలో కూడా సరిగ్గా ఇవే పరిస్థితులు, పిల్లవాడి ఒంటి మీద అవే బట్టలు. ఇలాగే రాళ్ళు విసరటం... ఇవన్నీ కలసి ఆమెను భయభ్రాంతురాలిని చేశాయి. అంతే, వీటన్నింటిని ఒకసారి పునరాలోచించి, స్వప్నంలో జరిగినవి నిజం కారాదని నిశ్చయించుకుంది. వెంటనే పిల్లవాడిని అక్కడ వదలకుండా తనతో తీసుకు వెళ్ళింది. ఈ విధంగా అప్రమత్తతో ఆమె స్వప్నం సాకారం కాకుండా తనను తాను రక్షించుకొనగల్గింది.

ఇలాంటివే మరి రెండు స్వప్న వృత్తాంతాలను గురించి "ఆర్థర్ డబ్ల్యూ ఆస్బోర్న్" అనే రచయిత తాను వ్రాసిన "ద ఫ్యూచర్ ఈజ్ నౌ" అనే పుస్తకంలో చర్చించారు. అందులో మొదటి సంఘటన ఒక యువకుడికి సంబంధించినది. తస్మానియాలో తన కుటుంబంతో కలసి సెలవులు గడపటానికి వెళ్ళాడు. అతడు తిరిగి కింగ్‌స్టన్‌కు బయలు దేరేటప్పుడు అతడి తల్లి తనకు ఒక కల వచ్చిందనీ, ఆ కలననుసరించి అతడు తిరిగి వెళ్ళేటప్పుడు ఏదైనా ప్రమాదం (యాక్సిడెంట్) లాంటిది జరగవచ్చని, అందుచేతనే జాగ్రత్తగా కారు నడపవలసిందని అతడికి చెప్పింది. సగం దూరం ప్రయాణించిన తర్వాత అతడికి తన తల్లి చేసిన హెచ్చరిక గుర్తుకువచ్చి, బండి వేగాన్ని తగ్గించి గంటకు 15 మైళ్ళ వేగంతోనే ప్రయాణం సాగించాడు. కొంచెం సేపటి తర్వాత కారు రోడ్డు మీద మేట వేసి ఉన్న మంచుపైన సర్రున జారిపోయింది. రోడ్డు అంచున ఉన్న పిట్టగోడను కోసివేస్తూ ఒక పెద్ద గుంటలోనికి దిగిపోయింది. కారు బాగా దెబ్బతిన్నది కానీ ఆ యువకుడు మాత్రం సురక్షితంగా ఉన్నాడు. ఒకవేళ అతడు ప్రయాణం ఆరంభంలో ఉన్నట్లు ఎక్కువ వేగంతో గనుక కారును నడిపినట్లైతే తప్పక మరణించి ఉండేవాడు, లేదా తీవ్రంగా గాయపడి ఉండేవాడు. అప్రమత్తత ఒక తీవ్రప్రమాదాన్నుండి అతనని తప్పించింది. దీనిని అదృష్టమని చెప్పుకోవచ్చు లేదా భవిష్యత్తును మార్చివేయడమని చెప్పుకోవచ్చు.

రెండవ సంఘటన ఆస్బోర్న్ యొక్క స్నేహితునకు సంబంధించినది. అతడు ఒక పాఠశాలలో సంగీత ఉపాధ్యాయుడు ఒక రోజు పాఠశాలలో సంగీతం పరీక్ష జరుగుతూ ఉన్నది. అతడు ఒక విద్యార్థి వెనుక నిలబడి, ఆ విద్యార్థి పియానో వాయించటం వింటున్నాడు. అకస్మాత్తుగా కంటి ముందర దృశ్యం మాయమైంది. ఇప్పుడు అక్కడ అతడు లేడు, విద్యార్థి లేడు, పియానో కూడా లేదు. దానికి బదులుగా అక్కడ ఒక రోడ్డు దృశ్యం కనపడసాగింది. మధ్యాహ్నం పరీక్ష పూర్తయిన తర్వాత ఆ రోడ్డు మీదగుండానే అతడు ఇంటికి వెళ్ళవలసి ఉన్నది. అకస్మాత్తుగా ఒక వాహనం దగ్గరే ఉన్న మలుపు నుంచీ ఎంతో వేగంగా రోడ్డు మీదకు తప్పు దిశలో వచ్చింది. దాని తరువాత దృశ్యం మసకబారుతూ, మసక బారుతూ... చివరకు పూర్తిగా ఆగిపోయింది, ఇప్పుడు మళ్ళీ మామూలుగా ఇదివరకటి వలెనే విద్యార్థి, పియానో కన్పించసాగాయి. ఆ దృశ్యాన్నీ చూసిన తరువాత అతనికి ఏదైనా ప్రమాదం జరుగబోతున్నదేమో అనే అనుమానం వచ్చింది. రాబోయే ప్రమాదం యొక్క సూచన ముందుగా ఈ విధంగా కనపడిందేమో అని కూడా అతడు భావించాడు. మధ్యాహ్నం తరువాత అతడు అదే రోడ్డు మీద నుండి వెళుతూ ఉండగా సరిగ్గా ఆ మలుపు దగ్గరకు వచ్చేసరికి అతనికి ఆ దృశ్యం జ్ఞప్తికి వచ్చింది. మలుపు దగ్గర రోడ్డుకు తప్పు దిశలో ఒక పెద్ద వాహనం ఎంతో వేగంగా, సరిగ్గా కలలో కన్పించినట్లుగా రావటం జరిగింది. ఇంకొక్క క్షణం కూడా ఆలోచించకుండా అతడు తన బండిని

ఏ విత్తనం నాటితే ఆ పంటే వస్తుంది.

రోడ్డుకు రెండవ వైపుకు తీసుకువెళ్ళాడు. జరుగబోయే ప్రమాదం ఈ విధంగా తప్పిపోయింది. అతడు కారును రెండవ వైపుకు తీసుకుపోనట్లైతే బహుశా సురక్షితంగా బయటిపడి ఉండేవాడు కాదేమో!

ఇలాంటిదే మరొక సంఘటన క్రీ.శ. 1946 కాలం నాటిది. అప్పుడు ఎయిర్ మార్షల్ గోడార్ట్, షాంఘైలో తన గౌరవార్థం ఏర్పాటు చేసిన ఒక పార్టీలో ఉన్నారు. వారు తమ మిత్రులైన కొంత మంది వ్యక్తులతో మాట్లాడుతూ ఉన్నారు. సరిగ్గా అప్పుడే అతని చెవులలో వెనుకనుండి ఎవరో "మార్షల్ గోడార్ట్ మరణించారు" అన్న మాటలు చెప్పినట్లు వినపడింది. అతడు వెనుకకు తిరిగిచూడగా, బ్రిటీష్ నావికాదళ కమాండరు కెప్టెన్ జెరాల్డ్ గ్లైడ్ స్టోన్ నిలబడి ఉన్నాడు. గ్లైడ్ స్టోన్ వెంటనే గోడార్ట్‌ను గుర్తుపట్టాడు. ఆశ్చర్యంతో, క్షమాపణ వేడుకున్నాడు. గోడార్ట్ "ఏ ఆధారంతో నేను మరణించానని చెప్తున్నారు?" అని అడగగా, "స్వప్నంలో నేను మిమ్మల్ని ఆ విధంగా చూడటం జరిగింది" అని గ్లైడ్ స్టోన్ జవాబు చెప్పాడు" ఆ తర్వాత ఆయన తనకు వచ్చిన స్వప్న వృత్తాంతాన్ని ఈ క్రింది విధంగా వివరించాడు.

"మంచి నిద్రలో ఉండగా నాకు ఒక కల వచ్చింది. ఆ కలలో ఒక టూరిస్టు విమానం, బహుశా అది డకోటా విమానం అయి ఉండవచ్చు. ఒక పెద్ద రాతిగుట్ట అంచుకు తగిలి ప్రమాదానికి గురి అయింది. బహుశా మంచు తుఫాను ఇందుకు కారణం కావచ్చు. అందులో రాయల్ ఎయిర్ ఫోర్స్‌కు చెందిన ముగ్గురు సభ్యులు కాక, ఇంకా ముగ్గురు వ్యక్తులున్నారు. వారిలో ఇద్దరు పురుషులు కాగా మరియొకరు మహిళ. వారందరు విమానం నుండి బయటకు వచ్చారు. కానీ గోడార్ట్ మాత్రం రాలేకపోయినాడు. నిద్ర మేల్కొన్న తర్వాత, నాకు గోడార్ట్ ఆ ప్రమాదంలో ఖచ్చితంగా మరణించి ఉంటాడన్న నమ్మకం కలిగింది"

గోడార్ట్ ఇది విన్న తర్వాత ఏమీ బాధపడలేదు. అతడు ఒక డకోటా విమానంలో ఎక్కి టోక్యో వెళ్ళవలసి ఉన్నది. కానీ విమానంలో సైన్యానికి చెందిన మరియొక యాత్రికుడెవ్వరూ లేరు. అతడు గ్లైడ్‌స్టోన్‌తో మాట్లాడుతూ దరిదాపు అరగంటసేపు కాలక్షేపం చేశాడు. అప్పటికి రాత్రి భోజనం చేసే వేళ అయినది. ఇక ఇప్పుడు పరిస్థితులు ఆశ్చర్యం కల్గించే రీతిలో మారిపోయింది. "డైలీ టెలిగ్రాఫ్" కు చెందిన ఒక జర్నలిస్టు జపాను దాకా ప్రయాణించడానికి అనుమతి కోరాడు. తరువాత కౌన్సిల్ జనరల్ కూడా వారితో ప్రయాణించడానికి అనుమతి కోరాడు. ఆయన గోడార్ట్‌తో అర్జంటుగా తాము టోక్యో చేరుకొనవలెననే సమాచారం తనకు అందిందని చెప్పాడు. వెంట ఆయన మహిళా సెక్రెటరీ కూడా ఉన్నది. ఆమెకు కూడా సీటు దొరుకుతుందా అని అడిగాడు. చాలా సందిగ్ధావస్థలో పడ్డ గోడార్ట్ చివరకు అంగీకరించాడు. విమానం షాంఘై నుండి బయలుదేరినప్పుడు, ప్రమాదానికి గురి అవుతుందని ఆయనకు కొంచెం కూడా అనుమానం కలగలేదు.

కొండలపై నుండి ఎగురుతూ పయనం ప్రారంభించిన డకోటా చీకటి మేఘాల మధ్య చిక్కుకుని భయంకరమైన మంచు తుఫానుతో ఇరుక్కుపోయింది. చివరకు పైలట్‌కు విమానాన్ని జపాను దేశపు ఒక పెద్దరాతి మైదానం పైన తప్పనిసరిగా దించవలసిన పరిస్థితి ఏర్పడింది. విమానం ప్రమాదానికి గురి అయినది. కానీ అందులో ఉన్న యాత్రికులందరూ సురక్షితంగా బయటపడ్డారు. ఈ విధంగా గ్లైడ్ స్టోన్ యొక్క స్వప్నములో సగభాగం "సత్యంగా" ధృవీకరించబడింది.

కర్మ సిద్ధాంతాన్ని సంపూర్ణంగా నమ్మే మన ఆచార్యులు "రోజువారీ కార్యక్రమంలో మనం చేసే శుభ అశుభ కర్మలపైన ఆధారపడి మన భాగ్యము - భవిష్యత్తు ఏర్పడుతూ, పాడైపోతూ ఉంటుంది" అని అంటారు. అందుచేత ఏ ఒక్క వ్యక్తి యొక్క, సమాజం యొక్క లేదా దేశం యొక్క భవిష్యత్‌ను, ఖచ్చితంగా నూటికి నూరుపాళ్ళు చెప్పటం అత్యంత కఠినమైన పని. ఏ వ్యక్తియైన గత కాలంలో అత్యంత దురాగతాలు చేసి ఉన్నా, ఎంతోమందిని దారుణంగా హింసించి బాధించి వేధించడం లాంటి పనులు చేసి ఉన్నా, అతడు చేసిన హింసాత్మక పనుల తాలుకూ ఫలితం ఖచ్చితంగా కఠినంగా బాధకరంగానే ఉంటుంది. ఐతే కొంతకాలం తర్వాత అతడికి ఏ విధంగానైనా సద్బుద్ధి కలిగినట్లైతే, ఇంతవరకూ తాను చేసిన పనులన్నీ 'ఏవిధంగానూ సమర్థించుకొనలేనని, తద్వారా ఈ లోకంలోనేకాక, పైలోకంలో కూడా తన జీవితం హీనమవుతుందని, అంతేకాక దాని తాలుకు బాధలను వచ్చే జన్మలో కూడా అనుభవించి తీరవలసి వస్తుందని అతడు గ్రహిస్తాడు. తత్ఫలితంగా అతడు తన దృష్టి కోణాన్నీ, క్రియా కలాపాలన్నింటినీ మార్చుకుంటాడు. విస్తృతమైన ఈ మార్పువల్ల అతడి అదృష్టము కూడా కొంతవరకు మారుతుంది. తద్వారా కఠోరంగా ఉండవలసిన అతడి ప్రారబ్ధంలో చిన్న చిన్న మార్పులు చోటు చేసుకుంటాయి. భవిష్యత్తు అత్యంత క్లేశపూరితంగా ఉండకుండా కొంతలో కొంత నెమ్మది లభించే అవకాశం ఉంటుంది. ఇలాంటప్పుడు భవిష్యత్తును సూచించే స్వప్నాలు నూటికి నూరుపాళ్ళు నిజం కాకపోవచ్చు. నియతి (విధి) యే సంపూర్ణంగా నిర్ధారించబడనప్పుడు, దాని గురించిన సంకేతాలు ఎట్లా సంభవం కాగలవు? ఈనాటి వరకూ మనకున్న అదృష్టం ఏదైతే ఉన్నదో, దానినే చేతనత్వము వ్యక్తీకరిస్తుంది. రేపు దానిలో ఏదైనా మార్పు రావచ్చు, అదికూడా, కొంతవరకే నిజం కాగలదు. అందుచేత భవిష్యత్తును సూచిస్తూ వచ్చే స్వప్నాలు సంపూర్ణంగా సత్యమౌతాయని కూడా ఖచ్చితంగా చెప్పలేరు.

స్వప్నాల ద్వారా భవిష్యత్తులోకి స్వల్పంగా తొంగి చూడగలమేమో! స్వప్నాలు సాకార రూపాలు! వీనిలో మార్పును తెచ్చుకుంటే మన భాగ్యాన్ని పునర్మించుకోవచ్చు. స్వప్న శాస్త్రజ్ఞుల నిర్ణయం కూడా ఇదే!

- అఖండజ్యోతి, ఆగస్టు 2000
అనువాదం: శ్రీమతి కృష్ణకుమారి

ఒక మంచి ఆలోచనను విత్తనంగా వేస్తే దాని ఫలితం చాల సానుకూలంగా ఉంటుంది.

చమత్కారవంతమైన మంత్రమాల - దేవీసూక్తం

ఆదిశక్తి లీలాకథ సాధకుల అంతఃకరణములో శక్తిని వ్యాపింప జేస్తుంది. వారిలో సామర్థ్యము మరి ప్రసన్నతల నవ స్రోతమును వెల్లడిచేస్తుంది. సామర్థ్యవంతులు బహు తరచుగా తమ ప్రసన్నతను పోగొట్టుకుంటుంటారు, భవిష్యత్తును చేజార్చుకునే అంచున ఉంటారు. కానీ శక్తిసాధకుల రీతి విచిత్రమైనది. వారి శక్తి సాధన ఎల్లప్పుడు వారికి సంతోషము, సామర్థ్యము అను వరదానములను ఇస్తూ ఉంటుంది. ఈ అద్భుత సాధనతో వారి అంతరంగ జీవనము పవిత్రమౌతుంది. బాహ్య జీవితము ఉజ్జ్వలంగా ఉంటుంది. ఆదిశక్తి లీలాకథలు ప్రవచించేవారు, శ్రవణము చేసేవారు ఇద్దరు కూడా ఈ సత్యమును తమ నిత్య జీవితంలో అనుభూతి చెందుతూ ఉంటారు. ఆదిమాత భవాని భావభరితమైన ఈ కథ అటువంటి సాధకులకు లౌకికసుఖము మరియు ఆధ్యాత్మిక మోక్షము వంటి వరదానములను ప్రసాదించే కల్పతరువు.

ఈ మహిమాన్వితమైన కథలో మేధాఋషి ఆదేశానుసారం జ్ఞానవంతులైన రాజా సురథుడు మరియు సమాధి వైశ్యుడు నదీతీరమున కఠిన సాధనామగ్నులై తమ మనో వాంఛితములను ప్రాప్తింపజేసుకుంటారు. ఈ అతి ప్రభావవంతమైన సాధన దేవీసూక్తంలోని మహామంత్రాలది. ఈ దేవీసూక్తము శ్రీదేవ్యథర్వశీర్షము వలెనే శ్రీదుర్గాసప్తశతి పారాయణ రీతిలో అనివార్య అంగము. ఈ సాధనాక్రమంలో అంగమైనప్పటికి కూడా దీనికి గల తనదైన విశేష మహత్వము సాటిలేనిది. కారణాంతరాల వలన శ్రీదుర్గాసప్తశతి సంపూర్ణ పారాయణ సాధన చేయుటకు సమర్థత లేనివారు, ఈ రహస్యమయ సాధనను అనుష్ఠించి తమ సమస్త మనోకామనలను సఫలము కావించుకొనగలరు.

ఈ రహస్యమయ మరియు చమత్కారవంతమైన సాధనా చర్చ శ్రీదుర్గాసప్తశతిలోని 13 వ అధ్యాయములో 9 నుండి 13 శ్లోకాలలో వర్ణన చెయ్యబడినది. అందులో ఇలా ఉంది.

జగామ సద్యస్తపసే స చ వైశ్యో మహామునే ।
సందర్శనార్థమమ్బాయా నదీపులినసంస్థితః ॥

స చ వైశ్యస్తపస్తేపే దేవీసూక్తం పరం జపన్ ।
తౌ తస్మిన్ పులినే దేవ్యాః కృత్వా మూర్తిం మహీమయీమ్ ॥

అర్హణాం చక్రతుస్తస్యాః పుష్పధూపాగ్నితర్పణైః ।
నిరాహారౌ యతాహారౌ తన్మనస్కౌ సమాహితౌ ॥

దదతుస్తౌ బలిం చైవ నిజగాత్రాసృగుక్షితమ్ ।
ఏవం సమారాధయతోస్త్రిభిర్వర్షైర్యతాత్మనోః ॥

పరితుష్టా జగద్ధాత్రీ ప్రత్యక్షం ప్రాహ చణ్డికా ॥

హే మహాముని! ఇందువల్లనే రాజు సురథుడు మరియు వైశ్యుడు విరక్తులై తక్షణమే తపస్సుకు ఉపక్రమించారు. జగదంబ దర్శనమును ఆకాంక్షిస్తూ నది ఒడ్డున నివసిస్తూ తపస్సులో లీనమైనారు. ఆ వైశ్యుడు ఉత్తమమైన దేవీసూక్తమును పఠిస్తూ తపస్సులో లీనమైపోయాడు. వారిద్దరూ నదీతీరమున స్వచ్ఛమైన మట్టితో దేవీ ప్రతిమను నిర్మించి పుష్పములు, ధూపము హవనాదులను భగవతి ఆరాధన చేస్తూ ఉన్నారు. వారు మొదటగా ఆహారమును నెమ్మదినెమ్మదిగా తగ్గించారు. అటుపిదప పూర్తి నిరాహారులుగా ఉంటూ దేవిమీద మనస్సును లగ్నం చేసి ఏకాగ్రతా పూర్వకంగా ఆమెన ధ్యానించుట ఆరంభించారు. వారిద్దరు తమ శరీరంలోని రక్తముతో ప్రోక్షితమైన బలినే సమర్పిస్తూ మూడు సంవత్సరముల పాటు నిరంతరము సంయమ పూర్వకంగా దేవీ ఆరాధనలో గడిపారు. జగత్తును ధారణ చేసే చండికాదేవి ఈ సాధనతో ప్రసన్నురాలై వారికి ప్రత్యక్ష దర్శనమిచ్చి వరమును ప్రసాదించినది.

స్వయంగా రాజా సురథుడు మరియు సమాధి వైశ్యుడు మూడు సంవత్సరములపాటు కఠిన తపస్సుతో ఏ దేవీసూక్తమును అనుష్ఠించారో అదే అద్భుతమైన మంత్రమాల అన్న సత్యమును ఈ కథా ద్వారా శక్తిసాధకులందరు అనుభూతిచెందగలరు. ఈ 3 సంవత్సరములలో వారి తపస్సు నిరంతరము కఠినము మరియు ఉగ్రమౌతూ వచ్చింది. దానితోపాటుగా దేవీసూక్తానికి చెందిన మంత్రమాల సైతము వారి మనస్సు లోతుల్లో ప్రతిష్ఠితమైనది. తత్ఫలితంగా 3 సంవత్సరములలోనే భవానీదేవి వారి మనోకామనను తీర్చుటకు తత్పరత చూపించింది.

శ్రీదుర్గాసప్తశతి పారాయణ సాధనాక్రమంలో రెండురకాల దేవీసూక్తాలు లభిస్తాయి. 1. వేదోక్త దేవీసూక్తం, 2. తంత్రోక్త దేవీసూక్తం. ఈ వేదోక్త దేవీసూక్తం నిజానికి ఋగ్వేద దశమ మండలములోని దశమ అధ్యాయము యొక్క 125వ వేదసూక్తం లోని 8 ఋక్కులు. వినియోగమును అనుసరించి ఈ 8 ఋక్కులున్న దేవీసూక్తమునకు ఋషి వాగామ్భృణి. దీని దేవత స్వయంగా పరమాత్ముడు. ఈ సూక్తము జగతి, శిష్ఠ మరియు త్రిష్టుప్ ఛందస్సులలో గానం చెయ్యబడినది. ఈ సూక్తానికి ఋషిక-మహర్షి అమ్భృణుడి కుమార్తె. ఈమె పేరు-వాక్. వీరు తమ కఠిన సాధనతో ఆదిశక్తితో సంపూర్ణమైన తాదాప్యం

వారసత్వం అంటే ఆస్తులు పంచుకోవడం కాదు.

చెందారు. ఈ స్తూకంలోని 8 మహామంత్రములలో వారు జగన్మాత విస్తారమైన స్వరూపమును అనుభూతిని పొంది వర్ణించారు.

ఈ క్రమంలో రెండవది తంత్రోక్త దేవీసూక్తం. ఇది శ్రీదుర్గాసప్తశతిలోని ఐదవ అధ్యాయమునకు చెందిన విశిష్ట మంత్రాల సంకలనము. ఇవి ఇంద్రాది దేవతాగణముల శ్రీముఖము నుండి దేవిని స్తుతిస్తూ ఉచ్చరించబడిన మంత్రములు. 5 వ అధ్యాయంలో ఈ మంత్రములు వరుసగా 9 నుండి 87 వరకు ఉన్నాయి. ఈ స్తూకమును తంత్రోక్తదేవీసూక్తం అని ఎందుకు అంటారంటే – ఈ ప్రత్యేకమైన సూక్తంలోని మంత్రాలతో పాటు అనేక అద్భుతమైన తాంత్రిక ప్రక్రియలు కూడా జోడింపబడి ఉన్నాయి. ఈ సూక్తమంత్రాలకు సమర్పించు హవన ద్రవ్యము, క్రియాకృత్యముల పద్ధతి కూడా విశేషమైనదే. ఈ విశేష సాధన లోతుల్లోకి తొంగిచూసిన ఉచ్చస్తరీయ సాధకులకు వదిలి పెట్టినప్పటికిని ఈ మంత్రమాల దార్శనిక మరియు మాంత్రిక మహిమ సాటిలేనిది.

వేదోక్త దేవీసూక్తంలో భగవతి వ్యాపకమైన విరాట్ మరియు బ్రహ్మాండీయ స్వరూప వర్ణన ఉంది. ఇందులో అవి స్వయంగా వాగ్దేవి శ్రీముఖమునుండి తన మహిమను గానం చేస్తూ 'నేనే మిత్రుడను మరియు వరుణుడను, ఇంద్రాగ్నులను మరియు అశ్వనీ కుమార ద్వయమును ధారణ చేసియున్నాను' అని వెలువరించినది. దేవి ఇంకా ఇలా అన్నది. 'నేను దృశ్యమాన ప్రపంచ రూపంలో పలు భావాలలో ఉన్నాను. సమస్త ప్రాణులలో నేను ఆవరించి ఉన్నాను. అనేక స్థానములలో వసించే దేవీ–దేవతలు ఎక్కడున్నప్పటికి, ఏమి చేస్తున్నప్పటికి వారందరు నా ఆజ్ఞలనే పాటిస్తున్నారు. దేవి ఇంకా ఇలా సెలవిచ్చినది. 'నేను ఏయే మనుష్యులను రక్షించాలని వాంఛిస్తానో వారందరకు మిగిలిన అందరికంటే మిన్నగా అధిక శక్తిని అనుగ్రహిస్తాను. నేను భూమ్యాకాశముల రెంటికి ఆవల, వాటికి అతీతంగా ఉన్నాను. ఇదంతా నా మహిమవల్లనే సంభవయ్యింది'.

తంత్రోక్త దేవీస్తూకంలో జగదంబ యొక్క సూక్ష్మ శక్తిధారల వర్ణన లభిస్తుంది. ఇవి పిండంలో స్థితమై ఉన్నవి. బ్రహ్మాండంలో వ్యాపించినదే, శరీరము, ప్రాణము, మనస్సు మరియు ఆత్మల విభిన్న శక్తుల రూపంలో పిండంలోను స్థితమై ఉన్నది. ఆ జగదంబే విష్ణుమాయ. ఆమెయే చేతన, బుద్ధి, నిద్ర, క్షుధ, ఛాయ, శక్తి, తృష్ణ, క్షాంతి, జాతి, లజ్జ, శాంతి, శ్రద్ధ, కాంతి, లక్ష్మి, వృత్తి, స్మృతి, దయ, తుష్టి, మాతృత్వము, భ్రాంతి, ఇంద్రియములకు అధిష్ఠాత్రీశక్తి మరియు సమస్త జీవులలో నెలవై ఉన్నది మరియు వాటిని ఆవరించి ఉన్న చేతన కూడా ఆ దేవియే. పిండంలోని కణకణంలో, దేహంలో, ప్రాణంలో, మనస్సులో ఆ దేవియే వివిధ రూపాలలో సంచరిస్తున్నది. తన అస్తిత్వంలో ఆ దేవి యొక్క ఈ వివిధ రూపాలను తెలుసుకున్న సాధకుడు ఆ తల్లిని బ్రహ్మాండమంతటా వ్యాపించి ఉన్న, బ్రహ్మాండ అధిష్ఠాత్రి, అధీశ్వరి రూపంలో కూడా దర్శిస్తాడు.

ఈ దేవీసూక్త ద్వయం కేవలం స్వరూపము మరియు మంత్ర–సంరచనలలో పరస్పర సంబంధాన్ని కలిగివుండటమేకాక వాటి సాధనా క్రమం కూడా అన్యోన్యంగా జోడింపబడి ఉన్నవి. ఈ రెంటి సమన్విత సాధన అధిక ఫలదాయిని మరియు ప్రభావవంతమైనది. హవనద్రవ్యముల, హోమప్రక్రియల సరియైన జ్ఞానం లేనట్లయితే భగవతి చిత్రపటము లేదా మూర్తి వద్ద దీపమును వెలిగించి పారాయణ చేసినా అదే ఫలితమును పొందవచ్చు. ఈ పారాయణతోపాటుగా భగవతి బ్రహ్మాండ వ్యాప్త మరియు పిండంలోని సూక్ష్మశక్తుల సరైన ధ్యానము చేసిన సాధకుడు విశేష ఆధ్యాత్మిక లాభాలను మరియు విభూతులను పొందుతాడు. దీని ప్రభావము అతి సూక్ష్మము, వ్యాపకము, విస్తారము, విశదము. ఆ ప్రభావము ఎంత అధికము అంటే దానిని అక్షరాలలో వర్ణించలేము. ఈ అనుభూతిని చెందటానికి తీక్షణమైన సాధనాత్మక పురుషార్థమును చెయ్యవలసి ఉంటుంది.

– అఖండజ్యోతి, మార్చి 2008

అనువాదం: శ్రీమతి లక్ష్మీరాజగోపాల్

హెలెన్ కెల్లర్ ప్రతిభ

హెలెన్ కెల్లర్ గ్రుడ్డి, కుంటి. అయినా తెలివితేటలు, సంకల్పబలం రెండింటిని ఆసరాగా చేసుకుని విద్యాధ్యయనం చేసేది. బుద్ధి కుశలత వల్ల ఆమె చేసిన ప్రతి ప్రయత్నం సత్ఫలితాలనిచ్చేది. లాటిన్, ఫ్రెంచి, జర్మని భాషలలో ప్రవీణురాలై ఇంగ్లీషు ఎమ్.ఏ పట్టాను పొందింది. వంట చేసుకొనడం, బట్టలు ఉతుక్కొనడం వంటి పనులన్నీ తనే స్వయంగా చక్కగా చేసుకొనేది. ఆమె తన కౌశల్యాన్ని వ్యక్తిగతంగానేగాక, అంగ విహీనుల శిక్షణకు, వారి స్వావలంబనకు వినియోగించేది. ఈమె ప్రతిభకు అనేక విశ్వ విద్యాలయాలు గౌరవ డాక్టరేట్లతో సత్కరించాయి.

సన్యాసులు, మహాత్ములు ఇటువంటి గుణాలనుండే పుట్టుకొస్తారు. ఇంద్రియాలను అంతర్ముఖం చేసి ప్రజ్ఞద్వారా అనేక ఘనకార్యములను సాధించే మహాపురుషులు ఈ కోవకు చెందినవారే. ప్రేమ సంవేదన, సౌజన్యం వంటి దివ్య గుణాలతో ఇతరులను ఆదర్శవంతులుగా, ప్రవీణులుగా తీర్చిదిద్దడం సాధ్యమే.

– ప్రజ్ఞా పురాణం నుండి

దయాగుణాన్ని, నైతిక విలువలను క్రిందితరం వారికి అందించడమే వారసత్వం.

బ్రహ్మవర్చస్ : పరిశోధనా సారాంశం-4

ప్రాణాయామం - ఒక విశ్రాంతినిచ్చే టెక్నిక్

మానవుడు అసంఖ్యాకమైన సమస్యలతో 21వ శతాబ్దములోకి అడుగుపెట్టాడు. టెలికమ్యూనికేషన్ రంగాలలో వచ్చిన విప్లవంవల్ల అనేక సుఖసాధనాలతో పరిపూర్ణమైన మానవజీవితం యాంత్రికమైపోయి జీవితంలో అనేక ఆరోగ్య సమస్యలను కూడా తీసుకు వచ్చింది. జీవితం చాలా అలసటతో, నిరాసక్తంగా మారి విషాద భరితంగా తయారైంది. ప్రపంచ ఆరోగ్య సంస్థ (2003) రిపోర్టుల ప్రకారము అలసట అనేది ప్రపంచ దేశాల్లో మూల మూలలకు మహమ్మారివలె వ్యాపించింది.

ప్రస్తుతం అత్యంత వేగవంతమౌతున్న పాశ్చాత్య జీవనశైలి కారణంగా అనేక శారీరిక, మానసికవికారాలు మానవునిలో ఊపిరిపోసుకుంటున్నాయి. వీటిలో మధుమేహము, హృద్రోగము, అధిక బరువు, లావు, రక్తపోటు, అల్సర్, ఎసిడిటి, అలసట, కాన్సర్ ముఖ్యమైనవి. వైద్యులు వీటిని 'లైఫ్‌స్టైల్ డిజార్డర్స్' అంటారు. ఎందుకంటే ఆహార వ్యవహారాలలో నిర్లక్ష్యం కారణంగా ఇవి మొదలౌతాయి. 20 సంవత్సరాల క్రితం ఈ రోగాల గురించిన చర్చ అంతగా లేదు. ఈనాడు జీవితంలో ఇవి ఒక భాగమై పోయాయి.నిజానికి మానవుడే వీటిని స్వయంగా ఆహ్వానిస్తున్నాడు.

ప్రస్తుతం ఉన్న చికిత్సలు చాలా ఖరీదైనవి. సైడ్‌ఎఫెక్ట్ ఇచ్చేవిగా ఉన్నాయి. అల్లోపతి యొక్క పెద్ద లోపం ఏమిటంటే అది అన్నింటిని శరీరమే అని భావిస్తుంది. చేతనత్వము వంటి మానవీయ అస్తిత్వమునకు మూలమైన కారణాలను గుర్తించదు. కానీ **విశేషజ్ఞులు స్థూలరోగములకు కారణం సూక్ష్మజగత్తులో ఉంటుందని చెప్తారు. ఈ సమస్యలకు ప్రాణాకర్షణ ప్రాణాయామము యోగపరమైన సమాధానం. ఇందులో క్రియ కంటే భావమునకే అధిక ప్రాధాన్యతనివ్వాలి.**

ప్రస్తుత పరిశోధనల యొక్క ముఖ్య ఉద్దేశ్యము శ్రీరామశర్మ ఆచార్య గారి ద్వారా అన్వేషించబడిన ప్రాణాకర్షణ ప్రాణాయామము వల్ల శరీరక్రియల మీద పడే ప్రభావమును అధ్యయనము చేయుట. ఇందుకు వయస్సు మరియు లింగము ఆధారంగా 15 విషయాలను తయారుచేయడము జరిగింది.

పరిశోధనా విధానం

ప్రస్తుత అధ్యయనములో శాంతికుంజ్‌లో జరిగే నెలరోజుల పాటు సాధనాశిబిరమునకు (యుగశిల్పి) హాజరైనవారిలో 20నుండి 40 వయస్సులోపు వున్న 40 మందిని శిక్షణ, యోగ్యత మరియు వయస్సు ఆధారంగా ఎంపిక చేయడం జరిగింది. వీరిని స్త్రీ, పురుష సమూహములుగా విభజించడం జరిగింది.

ఉపయోగించిన పరికరములు : 1. స్టాప్‌వాచ్ మరియు నాడీగతిని తెలుసుకునేందుకు మానోమీటర్. 2. స్పైరోమీటర్ మరియు మెడ్‌స్పైరోమీటర్ మెషిన్, 3. హీమోమీటర్ యంత్రము-హిమోగ్లోబిన్‌స్థాయిని కొలిచేందుకు, 4. బయోకెమికల్ కొలమానం-రక్తములోని కొలెస్ట్రాల్‌ని కొలిచేందుకు, 5. ఆల్ఫా ఇ.ఇ.జి బయోఫీడ్‌బ్యాక్ - ఆల్ఫా ఇ.ఇ.జిని కొలిచేందుకు.

ప్రయోగ విధానము : ప్రస్తుత పరిశోధనలో ఎంపిక చేయబడ్డ అభ్యర్థుల నాడీచలనము, ఊపరితిత్తులలో గాలిధారణా సామర్థ్యము, హిమోగ్లోబిన్ స్థాయి, రక్తములో కొలెస్ట్రాల్‌ని, ఆల్ఫా ఇ.ఇ.జి. కొలిచేందుకు పైన చెప్పిన ఉపకరణముల ద్వారా ప్రారంభపరీక్షలు చేసి ఒక నెలరోజుల పాటు ప్రాతఃకాలములో ఉదయం ఒక అరగంటసేపు పైనచెప్పిన నిర్దేశాలకనుగుణంగా అభ్యసింపచేశారు. ఒక నెలరోజుల తరువాత అభ్యర్థులందరికి చివరి పరీక్షలు చేసి లభించిన ఫలితాలను సంఖ్యాపరంగా టి-టెస్ట్ ద్వారా చేయడం జరిగింది.

ఫలితాలు మరియు విశ్లేషణ

1. ప్రాణాకర్షణ ప్రాణాయామము అభ్యాసము చేసే స్త్రీ, పురుషులిరువురికి పల్స్‌రేటు పరీక్షించిన తరువాత సంఖ్యాపరమైన విశ్లేషణ తరువాత లభించిన పరిణామాలు ఇలా ఉన్నాయి. 1. ప్రాణాకర్షణ ప్రాణాయామం అభ్యసించిన అభ్యర్థుల పల్స్‌రేటు దాదాపుగా 73.38 నుండి 72.97కు తగ్గింది, టి-వాల్యూ విలువ 0.34, స్వతంత్ర అంశము 19లో, 0.05 స్థాయిలో స్థిరంగా ఉంది. సరాసరి ద్వారా మహిళ, పురుష అభ్యర్థులిరువురికి వారి పరీక్షలలో వచ్చిన విలువలలోని తేడాలన్నీ ప్రాణాకర్షణ ప్రాణాయామం ద్వారా సమానమైపోయాయి. **ప్రాణాకర్షణ ప్రాణాయామం చేయుట వల్ల అభ్యర్థుల పల్స్‌రేటు సామాన్యస్థితికి చేరింది.**

ఇందుకు కారణం ప్రాణాయామం యొక్క అభ్యాసము ద్వారా హైపోథలామస్ ద్వారా నియంత్రించబడే అనుకంప నాడీవ్యవస్థ (Autonomic nervous system) పనితగ్గి పరానుకంప నాడీ వ్యవస్థ (Para sympathertic nervous system) సక్రియమౌతుంది. ఇదే శరీరము తనంతతానుగా చేసుకునే

పెద్దవాళ్ళ మంచి గుణాలను పుణికి పుచ్చుకోవడమే వారసత్వము.

క్రియలను (Autonamic) సమానస్థితిలోకి తీసుకువస్తుంది. దీని ద్వారా పెరిగిన **హృదయస్పందన, నాడీస్పందన, రక్తప్రసరణ, శ్వాసగతి సామాన్యమైపోతుంది.**

2. ప్రాణాకర్షణ ప్రాణాయామము అభ్యసించిన పురుష, మహిళా అభ్యర్థులిరువురికి ఊపిరితిత్తులలో గాలిధారణా సామర్థ్యమును (lung capacity) పరీక్షించి సంఖ్యాపరంగా విశ్లేషిస్తే లభించిన వివరాలు:

ప్రాణాకర్షణ ప్రాణాయామమును అభ్యసించిన అభ్యర్థుల ఎఫ్.ఇ.వి-1 సరాసరిస్థితి 72.80 నుండి 104.08కి పెరిగింది. టి-విలువ 15.35, స్వతంత్రఅంశము 39లో, 0.01లో స్థిరంగా ఉంది. మహిళా మరియు పురుష అభ్యర్థులిరువురిలోను ఎఫ్.ఇ.వి-1 విలువలు వృద్ధి చెందాయి. దీని వల్ల తెలిసేదేమంటే ప్రాణాకర్షణ ప్రాణాయామము చేయడంవల్ల ఎఫ్.ఇ.వి-1 (Forced Experatory Volume) లో పెరుగుదల ఉంది.

ఇందుకు కారణమేమిటంటే ప్రాణాయామంలో శ్వాస ప్రశ్వాసలు అంతరాళములోకి లయబద్ధంగా గ్రహింబడతాయి. శ్వాసను దీర్ఘంగా లోనికి తీసుకున్నపుడు ఊపిరితిత్తులోని ప్రతిభాగము, వాయుకోశికలు సంపూర్ణ సామర్థ్యాన్ని పొందుతాయి. శ్వాసను కుంభించినపుడు ఈ స్థితి అలానే నిలిచి ఉంటుంది. ఇదే విధమైన క్రియను పలుమార్లు చేయడంవల్ల ఊపిరితిత్తుల సామర్థ్యం పెరుగుతుంది. ఇందువల్ల జీవాణువులవంటి రోగ కారకాలు ఊపిరితిత్తులలోకి ప్రవేశించలేవు.

3. ప్రాణాకర్షణ ప్రాణాయామము అభ్యసించే పురుషులు, మహిళలిరువురిలోను హిమోగ్లోబిన్ స్థాయిని పరీక్షించి విశ్లేషించగా వచ్చిన ఫలితాలు ఇలా ఉన్నాయి. వీరిలో హిమోగ్లోబిన్ సరాసరి విలువలు 10.74 నుండి 11.83కు పెరిగాయి. లభించిన టి-వాల్యూ 6.27గాను, 39లో స్వతంత్రఅంశము, 0.01విలువ స్థిరంగా ఉన్నాయి. అనగా వీరిలో హిమోగ్లోబిన్‌స్థాయి పెరిగింది. ఇందుకు కారణమేమంటే ప్రాణాయామక్రియ చేయడంవల్ల కోశికలు శుభ్రపడి వాటియొక్క పనిచేసే సామర్థ్యము పెరుగుతుంది. ఎముకలలోని మజ్జలో వుండే కోశికల ద్వారా ఎర్రరక్తకణాలు తయారౌతాయి. అందువల్లనే **ప్రాణాయామం వల్ల హిమోగ్లోబిన్ పెరుగుతుంది.**

4. ఈ ప్రాణాయామం అభ్యసించే స్త్రీ, పురుషులిరువురి రక్తంలో వుండే కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిని పరీక్షించగా వచ్చిన ఫలితాలు విశ్లేషిస్తే ఇలా ఉన్నాయి. ఈ ప్రాణాయామం చేసిన అభ్యర్థులలో బ్లడ్ కొలెస్ట్రాల్ 155.5 నుండి 150.18కి తగ్గింది. టి-వాల్యూ 2.86, స్వతంత్రఅంశము 39లో 0.01 వద్ద స్థిరంగా ఉంది. పురుషులలో టి-వాల్యూ 1.63, స్వతంత్రఅంశము 19లో 0.05 వద్ద స్థిరంగావుంది. స్త్రీలలో టి-వాల్యూ 2.39, స్వతంత్రఅంశము 19లో 0.05వద్ద స్థిరంగా ఉంది. **అనగా మహిళలు, పురుషులు ఇరువురిలో బ్లడ్‌కొలెస్ట్రాల్ స్థాయి తగ్గింది.**

దీనికి కారణమేమంటే ప్రాణాయామం వల్ల శరీరంలో జరిగే జీవరసాయనిక క్రియలలో మార్పు వస్తుంది. శరీరంలో సంచరించే ఎసిటైల్ కోలిన్ స్థాయి బాగా తగ్గుతుంది. అంతేకాక సూక్ష్మ పరిమాణంలో కెటెలోలామిన్, కార్టిసోల్ స్థాయిలో పెరుగుదల ఉంటుంది. దానితోపాటే **సీరమ్ కొలెస్ట్రాల్‌లోను, చక్కెర శాతంలోను తగ్గుదల కనిపిస్తుంది.**

5. ప్రాణాకర్షణ ప్రాణాయామం చేసిన అభ్యర్థులలో ఇ.ఇ.జి విలువలను పరిశీలిద్దాం. ఈ అభ్యర్థుల ఇ.ఇ.జి సరాసరి విలువలు 5.98 నుండి 8.05కు పెరిగాయి. సరాసరి టి-విలువలు 3.74, స్వతంత్ర అంశము 39లో 0.01 వద్ద స్థిరంగా ఉన్నాయి. పురుషుల్లో టి-వాల్యూ 2.75, స్త్రీలల్లో టి-విలువ 2.55, స్వతంత్ర అంశము 19లో 0.01 వద్ద స్థిరంగా ఉంది. ఈ విలువల ప్రకారము ఇరువురి ఇ.ఇ.జి విలువల్లో పెరుగుదలవుంది. ప్రాణాయామం వల్లనే ఈ విలువల్లో పెరుగుదల వచ్చింది.

ఆల్ఫా తరంగాలు వెలువడుతున్నాయి అంటే అది అలసట, ఒత్తిడి లేని స్థితిని సూచిస్తుంది. ప్రాణాయామం అనేది ఒక విశ్రాంతినిచ్చే ప్రక్రియ. ఇందులో పరానుకంప నాడీవ్యవస్థ (Para sympathertic nervous system) సక్రియమై శరీరానికి విశ్రాంతినిస్తుంది.

నిర్ణయము: ప్రాణాకర్షణ ప్రాణాయామంలో క్రియకంటే భావము మరియు సంకల్పానికి అధిక ప్రాధాన్యత ఇవ్వబడుతుంది. దీని ప్రభావము వల్ల శారీరిక, మానసిక ధృఢత్వము, ఆరోగ్యము వృద్ధి చెందుతాయి. **ఈ ప్రాణాయామం సూర్యోదయానికి అరగంట ముందు మొదలుపెట్టి, సూర్యోదయం వరకు చేస్తే చాలా లాభదాయకంగా ఉంటుంది. ఎందుకంటే ఆ సమయంలో బ్రహ్మాండీయ ఊర్జ అన్నింటికంటే ఎక్కువ ఘనీభూతస్థితిలో ఉంటుంది. వాతావరణం అలజడిలేకుండా, శాంతస్థితిలో, ప్రాణఊర్జతో నిండి ఉంటుంది.**

ఈ ప్రాణాయామమును ప్రతిరోజు 15 నిమిషాలతో మొదలు పెట్టి సమయాన్ని నిదానంగా పెంచుతూ అరగంట వరకు అభ్యసించాలి. కానీ ప్రాణాయామ అభ్యాసముతో పాటు ఉపయుక్తమైన యోగపరమైన జీవిత విధానమును కూడా అలవర్చుకోవడం తప్పదు. లేకపోతే లభించిన ఫలితాలను అదే స్థాయిలో నిలబెట్టుకోవడం కష్టమౌతుంది.

- అఖండజ్యోతి, మే 2009

అనువాదం : శ్రీమతి వల్లీశ్రీనివాస్

(సాధనా విధానమునకు గాయత్రీ మహా విజ్ఞాన్ 3వ భాగం చూడండి)

అందరికి పెట్టిన తరువాతే తినాలి.

మనిషికి బాధలు ఎందుకు వస్తాయి?

మనిషి పుడతాడు, కష్టాల పాలవుతాడు, చనిపోతాడు. ఈ ఐదు పదాలలో ఒక మహాత్ముడు మానవుని చరిత్ర గురించి చెప్పాడు.

మనిషి పడుతున్న బాధల గురించిన ఇంకొక పురాతన అత్యంత ప్రాముఖ్యత గల కథ ఉన్నది. సిద్ధార్థుడనే రాకుమారుని కథ. ఇతడే తరువాత గౌతమ బుద్ధునిగా పేరుగాంచాడు. ఈ కథ మనకందరికి తెలిసినదయినా ఇది గుర్తుకు తెచ్చుకోవలసిన సమయం. సిద్ధార్థుని తండ్రి బింబిసారుడు తన కుమారుడు ప్రపంచంలోని కష్టాలకు లోనుకాకుడదని బయట ప్రపంచం తెలియకుండా పెంచాడు. సిద్ధార్థుడు రాజ ప్రాసాదంలో ఆహ్లాదకరమైన వాతావరణంలో పెరిగి యుక్త వయస్సు వచ్చినపుడు ఒక అందమైన రాకుమారితో వివాహం జరిగింది. ఈ కాలంలో ఒక్కసారి కూడా రాకుమారుడు బయట ప్రపంచంలో అడుగు పెట్టలేదు. సుఖంగా జీవిస్తున్న అతనికి ఒక కుమారుడు కలిగాడు. కాని సిద్ధార్థునికి కోట బయట ఉన్న ప్రపంచం ఎలా ఉంటుందో అనే జిజ్ఞాస మాత్రం ఉండేది. ఒక రోజు రాజమహల్ కాపాలాదారులను తప్పించుకొని బయటి ప్రపంచంలోనికి ఒక సేవకునితో అడుగుపెట్టాడు సిద్ధార్థుడు.

విధివశాన జరిగిన ఆ యాత్రలో మూడు దృశ్యములు అతనిని బాగా ప్రభావితం చేశాయి. ఒక ముసలివాడిని చూచాడు. రోగాలతో బాధపడుతున్న వ్యక్తిని చూచాడు. ఒక చనిపోయిన మనిషిని చూచాడు. తీవ్రమైన ఒత్తిడికి లోనైన సున్నిత హృదయం గల సిద్ధార్థుడు తనతో వచ్చిన వానిని ఈ బాధలకు అర్థం ఏమిటని ప్రశ్నిస్తాడు. ఈ బాధాకరమైన దృశ్యములు మానవులందరికి మామూలేనని, మనుష్యులందరికి రోగాలు వస్తాయని, ముసలివారు అవుతారని చివరకు చనిపోతారని జవాబిచ్చాడు. ఈ మాటలతో ప్రభావితం అయిన సిద్ధార్థుడు సుఖసౌఖ్యాల నిలయమైన రాజమహల్‌కి వెళ్ళలేకపోయాడు. ప్రాపంచిక విషయములను విడనాడి, ప్రాపంచిక బాధలకు కారణము తెలుసుకోవడానికి, సత్యాన్వేషణకు అడవులకు వెళ్తాడు. తరువాత చాలా సంవత్సరాల అన్వేషణ తరువాత అతనికి జ్ఞానోదయం అయి అతను ఏమి తెలుసుకోవాలనుకున్నాడో అది తెలుసుకుంటాడు. తరువాత అతను నేర్చుకున్నది ఇతరులకు నేర్పాడు.

మనమందరం బుద్ధుని వలె ప్రేమను, రాజ్యాన్ని, ధనాన్ని, సుఖసౌఖ్యాలను, కుటుంబంలో లభించే సంబంధాలను మాధుర్యాలను త్యాగం చేసి జీవితం యొక్క అర్థమును తెలుసుకోలేము. కాని మనమందరం కూడా ఇప్పుడు కాకపోతే మున్ముందు ఈ సమస్యలను గురించి పట్టించుకొనక తప్పదు. మనుష్యులకు బాధలు ఎందుకు వస్తాయి? ఈ బాధల నుంచి తప్పించుకొనుట ఎలా?

ముసలితనం, రోగాల బారి నుండి ముక్తి పొందాలని మనిషి కోరుకోవడం కద్దుకాని అవి అనివార్యమై వాటి నుంచి తప్పించుకొనడం సాధ్యం కావడం లేదు. ఇంకా బాధల గురించి చెప్పేదేముంది? మానవాళికి అందుబాటులో ఉన్న వనరులతో మనుష్యులకు రక్షణ, ఆరోగ్యం, శాంతి. అందం, యవ్వనం ఇవ్వగలమా? ఈనాడు మనుష్యులు వేలాది భయాలను ఎదుర్కొంటున్నారు, వేలాది ప్రమాదాలను చవిచూస్తున్నారు, అంతరంగ శాంతిని సంతోషాన్ని హరించే వేలాది రకాల పరిస్థితులున్నాయి. అగ్ని ప్రమాదాలు, వరదలు, అంటురోగాలు, భూకంపాలు, రోగాలు, యుద్ధాలు మొదలైనవి మనిషి బాహ్య ప్రపంచంలో ఎదుర్కొంటున్న ప్రమాదాలు. మనిషి అంతరంగంలో నీరసం, నిస్త్రాణ, స్వార్థం, తెలివితక్కువ తనం, శత్రుత్వం, కోపం, ద్వేషం, దురాశ మొదలైనవి అతనికి, అతని చుట్టుప్రక్కల వారికి బాధ కలిగిస్తున్నాయి.

ఒక్కొక్కసారి మధురమైన సంగీతం ఆస్వాదిస్తున్నపుడో అందమైన సూర్యోదయాన్ని వీక్షిస్తున్నప్పుడో ఈ ప్రపంచపు హృదయాంతరాళాలలో ఆనందమే ఆనందమున్నదనే భావన కలుగుతుంది. కాని జీవితం యొక్క నిజస్వరూపాన్ని, దానిలోని దుష్టత్వాన్ని, కష్టాలను చూచినపుడు, మనలో కనుక ఏమైనా స్పందనలున్నట్లయితే, మనలో జాలి ఉన్నట్లయితే అసలు ఏమి జరుగుతుందనేటటువంటి లోతైన ప్రశ్నలు రాకమానవు. జీవితం యొక్క అర్థం ఏమిటి? దేని కొరకు ఈ జీవితం. ఈ ప్రపంచంలో బ్రతికి బట్టకట్టడం కన్నా ఇంకేమైనా ఉన్నదా? నేను ఎవరిని? నేను ఇక్కడ ఎందుకు ఉన్నాను? నేను ఎక్కడకు వెళ్ళాలి? నేను ఎందుకు బాధలకు గురి అవుతున్నాను? నాకు ఇతర మానవులకి ఉన్న సంబంధం ఏమిటి? వాళ్ళకి నాతో ఎలాంటి సంబంధం ఉన్నది?

ప్రతిదాన్ని డబ్బుతో కొలవలేము.

ఈ ప్రశ్నలు అతి పురాతనమైనవి, అతి ప్రాథమికమైనవి. ఈ ప్రశ్నలకు సమాధానాలు లేకపోతే బాధ నివృత్తి కొరకు చేపట్టే పనులు భౌతికమైనవైనా, మానసికమైనవి అయినా అర్థం ఉండదు. అసలు బాధ ఎందుకు కలుగుతుందో తెలుసుకోకపోతే ఏమి తెలియనట్లే. ఏ అత్యంత అల్ప జీవరాశికైనా కలిగే బాధకు కారణం తెలియాలి లేకపోతే తెలిసినది అసంపూర్ణమే. మనకు జీవితం పై పట్టు లేనట్లే.

పురాతన కాలంలోని మనుష్యులు కూడా ఈ ప్రశ్నలే అడిగారు. ఆకాశంలో కనిపించే గ్రహాలకు, నక్షత్రాలకు మనిషి పడే పాట్లకు సంబంధం వెతికారు. అర్థం చేసుకున్నారు. మనిషిలో ఆత్మ ఉన్నదని, మనిషి ఈ పృథ్విపైన కొంతకాలం కష్టం అనుభవించి మరణం తరువాత ఒక ఆనందకరమైన స్వర్గం అనే ప్రదేశానికి వెళ్తారనే నమ్మకం కలిగింది. మనిషిలోని మంచి, చెడు లక్షణాలు గుర్తించి వారు చేసిన మంచి కార్యాలకు, చెడు కార్యాలకు తగిన బహుమతులో, బాధలో మరో లోకంలో లభిస్తాయని విశ్వసించేవారు.

ఇలాంటివి అనేక నమ్మకాలు, వివరణలు ఉన్నాయి. ప్రొఫెట్ మహమ్మద్‌ను అనుసరించేవారు ఒక రకమైన నమ్మకంతో కాలం వెళ్ళబుచ్చుతారు. జీసస్‌నో, గురునానక్‌నో, కృష్ణుడినో, బుద్ధుడినో అనుసరించేవారు వారి వారి నమ్మకాలతో జీవిస్తుంటారు. ఇంకా మరికొందరుంటారు వీరు ఎందుకు ఇలా జరుగుతున్నదో ఆలోచించరు. బ్రతికితే చాలనుకుంటారు, లభించిన ఆనందాన్ని అనుభవించటంలో మునిగిపోతారు.

హిందువుల విశ్వాసంలో మానవులందరిలో ఆత్మ అనేది ఉంటుందని, అది ఏదో అనుభవం కొరకు మానవ శరీరం ధరిస్తుందని, మరణించిన తరువాత తిరిగి పుడుతుందని, మానవ జన్మలో కలిగే కష్టసుఖాలు చేసుకున్న పాప పుణ్యాల ఫలితాలని నమ్ముతారు. ఈ సిద్ధాంతం సత్యం అయి ఉండవచ్చు కాని ఋజువులు ఏమీ లేవు. ఇది ఒక మూఢ విశ్వాసం అని చెప్పే నాస్తికులున్నారు.

క్రిష్టియన్ విశ్వాసంలో, క్రిష్టియన్ పద్ధతులతో జీవించేవారికి వివరణ ఇలా ఉంటుంది. మనిషికి ఆత్మ ఉంటుంది. ఈ ఆత్మకు చావులేదు. బాధ అనేది భగవంతుడు మనిషికి పెట్టే పరీక్ష. జీవితంలో లభించిన బాధాకరమైన పరీక్షలకు ఎలా స్పందించారో, ఏ విధంగా ప్రవర్తించారో అనే దాని మీద స్వర్గం, నరకం అనేవి బహుమతిగానో దండనగానో లభిస్తాయి. ఈ వివరణకు ఎలాంటి ఋజువు దొరకదు. తల్లిదండ్రులు, మత గురువులు ఈ విధంగా చెప్పడం వల్ల ఈ రకమైన వివరణ నమ్ముతుంటారు, ముందు తరాలకు అందజేస్తుంటారు.

క్రైస్తవులకు ఆధారం బైబిల్ అనే గ్రంథము. క్రైస్తవ మతానికి ఆధారమైన జీసస్ ఒక మనిషో, దేవుని పుత్రుడో కాని, ఒక అద్భుత వ్యక్తి. కాని చాలా కాలం నుండి పశ్చిమ దేశాలలోని వ్యక్తులకు తరతరాల నుండి వస్తున్న విశ్వాసాల మీద నమ్మకం తగ్గుతూ వస్తున్నది. ఒక పుస్తకం ద్వారా వచ్చినదయినా కావచ్చు, తరతరాల నుండి పెద్దలు చెప్తున్నది అయినా, అది ఒక ప్రయోగ శాలలో నిరూపించలేకపోతే ఒప్పుకోవడానికి ఇష్టపడడం లేదు.

టాలమి (Ptolemy) చెప్పాడు, అది చర్చి కూడా ఒప్పుకున్నది. అదేమిటంటే సూర్యుడు భూమి చుట్టూ తిరుగుతాడని. అయినప్పటికి కోపర్నికస్ తాను నిర్మించిన పరికరముల ద్వారా భూమి సూర్యుని చుట్టూ తిరుగుతుందని నిరూపించాడు. అరిస్టాటిల్ – ఈయన చెప్పినటువంటి సైన్స్‌ను చర్చి ఒప్పుకున్నది. వేరు వేరు బరువున్న రెండు వస్తువులు క్రింద పడవేసినపుడు ఎక్కువ బరువున్నది ముందు నేల తాకుతుందని అరిస్టాటిల్ చెప్పారు. కాని గెలిలీయో అది తప్పని నిరూపించాడు. అది ఎలాగంటే పీసా టవర్ నుంచి ఒక పరిమాణం ఉన్న వేరు వేరు బరువుగల వస్తువులు క్రింద పడవేసినపుడు, అవి రెండూ భూమి మీదకు ఒకేసారి చేరతాయని నిరూపించాడు. బైబిల్‌లోని అనేక వాక్యములు భూమి బల్లపరుపుగా ఉన్నాయని చెప్తాయి. కంటికి అలాగే కనిపిస్తుంది. కాని దీనిని కొలంబస్, ఇతరులు తప్పని నిరూపించారు. ఎలాగంటే పశ్చిమ దిశగా బయలుదేరి తూర్పు వైపుగా సాగి మరల అక్కడికే వచ్చి చేరారు.

దీనివల్ల ఇలాంటి ఇతర నిరూపణల వల్ల తమ పూర్వీకులు చెప్పినది తప్పు కావచ్చునే భావన క్రమక్రమంగా పెంపొందింది. శాస్త్రీయ దృక్పథం మొదలయ్యింది. శాస్త్రజ్ఞులు కనిపెట్టిన విషయాలు పురాతన నమ్మకాలపై దెబ్బతీశాయి. మనస్సు, మనస్సును చూచిందెవరు? ఆత్మ – ఆత్మ ప్రొటోప్లాసంలో దాక్కున్నదా? అక్కడ కనిపించడం లేదు. డిస్కరిటస్ పీనియల్ గ్రంథిలో ఉండి తీరాలని చెప్పాడట. అక్కడ కనిపించలేదు. మృత్యురహిత జీవితం (immortality) అది సాధించినవారు ఎవరు లేరు. స్వర్గం – మన టెలిస్కోపుకు ఎక్కడ కనిపించడం లేదు. దేవుడు మనిషి కల్పితమేనా? ప్రపంచం పెద్ద మిషన్. మనిషి చిన్న మిషన్. ఈ మానవ యంత్రం కొన్ని యాదృచ్ఛికంగా జరిగిన అణువుల కలయికే, అది కూడా పరిణామక్రమంలో భాగంగా జరిగిన సంఘటన. మనిషి యొక్క మనుగడలో జీవితం యొక్క

ఎంత ఇచ్చాడు అన్నది కాదు ప్రశ్న. అది ఎంత సహాయం చేసింది అనేదే ముఖ్యం.

ఎదురీతలో బాధలు తప్పనిసరి అయినాయి. బాధలకు కారణం వేరే ఏమీ లేదు. ఈ జీవానికి ఒక కారణం ఏమీ లేదు. చనిపోయినపుడు శరీరంలోని కణాలు విడివిడిగా పోతాయి అంతకంటే ఏమీ లేదు.

మనిషి తనకున్న జ్ఞానేంద్రియాలతో రకరకాల జ్ఞానాన్ని పొందుతాడు. సైన్సు మన జ్ఞానేంద్రియాల పరిధిని మైక్రోస్కోపు ద్వారా, టెలిస్కోప్ ద్వారా, ఎక్స్‌రేస్, రాడార్ ద్వారా పెంచింది. సైన్సు ఏమి చెప్పినా అది జ్ఞానేంద్రియాల ద్వారా పొందినదే. సైన్సు అంతా కన్ను, చెవి, ముక్కు, నాలుక, స్పర్శ అనే పునాదిపైనే ఉన్నది. మానవుడు సృష్టించిన సైన్సు పరికరాలు మానవుని జ్ఞానేంద్రియాల లోటును ఎత్తిచూపుతాయి. రేడియో తరంగాలు, టివి తరంగాలు మన చుట్టూ ఉన్నాయి. కంటికి కనిపించని తరంగాలలో, ఊహకు అందని వాటి మధ్య ఉన్నామని తెలుసుకోవచ్చు.

మనం ముఖ్యంగా కన్ను, చెవులను ఎక్కువగా ఉపయోగిస్తాము. మన కన్ను ఉన్నదంతా చూడలేదు. స్పెక్ట్రంలోని కాంతి తరంగాలను మాత్రమే పట్టుకోగలదు. ఇన్‌ఫ్రారెడ్ కిరణములు, అల్ట్రా వయోలెట్ కిరణాలు, మరి ఇంకెన్నో కన్ను చూడలేదు. కన్ను పరిధిలోకి అవి రావు. వయోలెట్ కలర్ నుంచి ఎరుపు రంగు వరకు మాత్రమే కన్ను పరిధిలోకి వస్తాయి, కన్ను చూడగలదు. కన్ను చూడలేనిదంతా చీకటిగా అనిపిస్తుంది. మన చెవి కూడా అన్ని శబ్ద తరంగాలను వినలేదు. డాగ్ విజల్ ఊదితే ఆ శబ్దం విని కుక్క వస్తుంది. కాని మనిషి ఆ శబ్దాన్ని వినలేదు. అనేక జంతువుల గ్రహణశక్తి మనిషి గ్రహణ శక్తి కన్నా ఎక్కువ. కుక్క వాసన ద్వారా దొంగలను, ధూర్తులను గుర్తించగలదు, చీమల వాసన ద్వారా ఆహార పదార్థాలను పసిగట్టడం మనకందరికి తెలిసినదే. ఈ జంతువుల క్రిమికీటకాల ప్రపంచాన్ని మనం చూడలేము. మనిషి కన్నా ఎక్కువ సామర్థ్యం గల ఇంద్రియములు జంతువులకు క్రిమి కీటకాలకు ఉండటం చాల ఆశ్చర్యంగా ఉందని ఆలోచనా పరులు భావిస్తారు.

మనం ఏదోవిధంగా మన కన్ను సామర్థ్యాన్ని పెంచుకోగలిగితే ఇంతకు పూర్వం కనిపించని వస్తువులు కనుపిస్తాయి. చెవి సామర్థ్యాన్ని పెంచుకోగలిగితే ఎక్కడో దూరంగా అవుతున్న శబ్దాలను వినగలుగుతాడు. ఇలా జరిగిన సంఘటనలు అనేకం ఉన్నాయి. అతీంద్రియ జ్ఞానంపై అమెరికాకు చెందిన జె.బి.రైన్ విస్తృత పరిశోధనలు చేశారు. మనిషి తన కంటిని ఉపయోగించు కోకుండా ఎక్కడో దూరంగా జరుగుతున్న సంఘటనలు తెలుసుకోవచ్చని నిరూపించారు. ఇలాంటి పనిముట్టు చేతిలో ఉంటే మనిషి తన గురించి, తను ఉంటున్న ప్రపంచం గురించి విస్తృతంగా తెలుసుకోగలుగుతాడు.

మనిషి చాలా సాధించాడు. అంతరిక్షాన్ని శోధిస్తున్నాడు. అణువు లోపలి లోపలికి వెళ్ళి శోధిస్తున్నాడు. కాని తన జననం గురించి, మరణం గురించి, మధ్యలో వచ్చే బాధల గురించి తెలుసు కోలేకపోతున్నాడు.

– 'ఎడ్గర్‌కేసి' మెని మాన్షన్స్ పుస్తకం నుంచి

(సశేషం)

ధర్మదేవత దయ

18వ శతాబ్దంలో గుజరాత్‌లో భయంకరమైన క్షామం ఏర్పడింది. నాలుగు దిక్కులా హాహాకారాలు వ్యాపించాయి. మనుష్యులు, పశుపక్ష్యాదులు ఆకలితో అలమటించి మరణించడం గుజరాత్ ప్రభువు చూడలేకపోయాడు. ఈ విపత్తు నుండి కాపాడమని సాధు సత్పురుషులను ఆహ్వానించి యజ్ఞానుష్ఠానం చేయమని ప్రార్థించాడు. ఆయన కూడా స్వయంగా అనేక యజ్ఞాలు చేశాడు. ఒక్క బొట్టు వర్షం పడలేదు. ప్రజల బాధలను చూడలేక రాజు వ్యాకులుడై కన్నీళ్ళతో దైవాన్ని ప్రార్థించసాగాడు.

ఒకరోజు హఠాత్తుగా ఒక సన్యాసి ప్రత్యక్షమై రాజా! నీ రాజ్యంలో చాలా మంది వ్యాపారస్థులున్నారు. వారు తలచుకుంటే వర్షం కురుస్తుందని పలికాడు. రాజు తక్షణం వ్యాపారస్తులను కలుసుకుని వర్షం కురిసే కార్యములు చేయమని ప్రార్థించాడు. రాజు వినయానికి, వేదనకు ద్రవించి ప్రయత్నిస్తామని మాట ఇచ్చారు. వారు త్రాసు, తక్కెడలను చేత ధరించి ఆకాశం వంక చూస్తూ "ఓ ఇంద్ర దేవా! మేము ఏనాడు వీటితో ఎక్కువ తక్కువలు తూచి ప్రజలను మోసగించలేదు. నిజాయితీగా మా వైశ్య ధర్మాన్ని నిర్వర్తించామని నివేదిస్తున్నాము. కాబట్టి మా ధర్మాచరణకు ప్రసన్నుడవై వర్షాన్ని ప్రసాదించు" అని ప్రార్థించారు. మరుక్షణం ఆకాశం మేఘావృతం అయింది. బ్రహ్మాండమైన వర్షం కురిసింది. ఎక్కడ చూచిన నీరు. ప్రజలు ఆనందంతో హర్షధ్వానాలు చేశారు. వైశ్యులచే పూజింపబడే ధర్మదేవత అనుగ్రహం ఈ విధంగా కాలపు అవసరాన్ని తీరుస్తుంటుంది.

– ప్రజ్ఞా పురాణం నుండి

తీసుకోవడం కన్నా ఇవ్వడం గొప్ప.

కాల ప్రవాహంలో విహరించి భూతకాల జ్ఞానం పొందవచ్చు

బంతిలో గాలి నింపివున్నప్పుడు, అది విస్తృతం అయి, విశాల వాయుమండలంలో కలిసేందుకు అవకాశం లేదు. కాని దాని ముడిని విప్పినప్పుడు అది బయట ఉన్న వాయువుతో కలసి అధిక వ్యాపకమై, విరాట్ రూపం ధరిస్తుంది. మనుష్యుని విషయంలో కూడా ఇదే జరుగుతుంది. అతను ఎముకలు, మాంసంతో కూడిన ఆకారంతో స్థూలంగా జీవిస్తుంటే అతని శరీరం కాలక్రమంలో నెమ్మది నెమ్మదిగా నీరసించిపోతుంది. ఇదే సమయంలో అతని సూక్ష్మత పెరుగుతూంటుంది. చివరికి ఒక సమయంలో అతని సూక్ష్మసత్తా సూక్ష్మజగత్తులో ప్రవేశించి కొత్త కొత్త విషయాలు నేర్చుకుంటుంది. ఇలాంటి స్థితిలో వర్తమానం నుంచి వెనుకకి వెళ్ళి పూర్వపు జ్ఞానాన్ని ప్రాప్తించుకోవడం సాధ్యమవుతుంది.

అయితే కాలము 3 స్థితులలో భూత, భవిష్యత్, వర్తమానములుగా విభజించబడి ఉంటుంది. మానవుడు సామాన్యంగా వర్తమాన స్థితిలోనే ఉంటూ భూత, భవిష్యత్తులు విషయంలో తెలియని స్థితిలో ఉన్నందున అతనికి ఆ రెండు కాలాలు రహస్యంగానే ఉండిపోయాయి. సత్యమేమిటంటే అతను ఈ మూడు కాలాల్లో జీవిస్తూనే ఉన్నాడు. వాస్తవంగా వర్తమానంలోనే మిగిలిన రెండు కాలాలు కలిసి ఉన్నవి. జరిగిపోయిన, జరుగబోవుచున్న కాలం సూక్ష్మంగా ఉండటం వలన మానవుడు, వాటిని వర్తమాన కాలంలాగా గుర్తించ లేకపోతున్నాడు. ఉన్న సత్యం ఎప్పటికి మారటానికి అవకాశం లేదు కదా. శబ్దము ఉచ్చరించిన తరువాత అది లుప్తం అయినట్లుగా అనుకుంటాము. కాని వైజ్ఞానికులు మాత్రం అది నశించదని, అవ్యక్తస్థితిలో ఉన్నదని అంటారు. శరీరము నశిస్తుంది కాని ఆత్మ మాత్రము ఎల్లప్పుడు ఉంటుందని ఆత్మవేత్తల ద్వారా తెలుసుకొంటున్నాము కదా. అలాగే అగ్ని జ్వలిస్తుంది. తరువాత ఆరినట్లు అనిపించినా దాని ఊర్జాశక్తి అక్షయంగా ఉంటుంది. అలాగే వ్యక్తమైన అనేక సంఘటనలు అదృశ్యమైనట్లు అనిపించినప్పటికి కేవలము వ్యక్త రూపంలో నుండి అవ్యక్తంగా మారి పోతుంది.

కంటికి కనిపించే సంఘటనను వర్తమానంలో చూస్తున్నట్లు గడచిన సంఘటనను భూతకాలమని, జరుగబోయే సంఘటన భవిష్యత్ కాలమని అంటారు. ఇలా ఉన్నట్లు అనిపించినప్పటికి ఈ మూడు కాలాలు అవిభాజ్యం. ఎప్పుడూ ఈ మూడు కలిసే ఉంటాయి. కాలగమనం మధ్య భాగాన్ని మాత్రమే మనుష్యులు వర్తమానంగా గుర్తిస్తారు గాని జరిగిపోయిన లేదా జరుగబోవు దానిని గ్రహించలేరని విజ్ఞానవేత్తలు తెలిపారు. వీటిని సిద్ధాంత పరంగా తెలుసుకోవచ్చని, దాని కొరకు అనేక రకాలయిన ఉపాయాలను పట్టుకునే ప్రయత్నంలో ఉన్నారు.

"ఇన్ ది డెడ్ పాస్ట్" అనే గ్రంథములో ఫ్రాంసిసి అనే విజ్ఞానవేత్త రాబోయే సమయంలో కాలము యొక్క గతించిన – రాబోయే కాలపు భాగాలకు వైజ్ఞానిక పద్ధతుల ద్వారా మనుష్యులు వెళ్ళి – తిరిగి రాగలరని వ్రాయటం జరిగింది. గడచిన కాలము స్థిరముగా ఉంటుంది. కాని మనము తిరుగుతున్నాము. అందు వలన భూతకాలంలోకి ప్రవేశించేందుకు జరిగిపోయిన కాలములో పృథ్వి ఎక్కడ ఏ బిందువు వద్ద ఉన్నది ముందుగా తెలుసుకోవాలని అంటాడు ఆయన. అంతరిక్షంలో భూగ్రహం సూర్యుని చుట్టూ అండాకార పథంలో పరిభ్రమణం చేస్తూ ఒక బిందువు నుండి బయలుదేరి తిరిగి అదే బిందువును చేరుకుంటుంది. సంపూర్ణ సౌర మండలం కృత్తికా నక్షత్రం చుట్టూ పరిక్రమణ చేస్తుంది. అయితే గడచిన కాలములో మన గ్రహం యొక్క ఒక రోజు యొక్క వాస్తవిక స్థితిని తెలుసుకోవటం చాలా కష్టమైనది. ఇది అసంభవమైనది, అది ఊహాజనితమైనది, సిద్ధాంతపరమైనది.

ఈ విధమైన పరిభ్రమిస్తున్న బ్రహ్మాండంలో ఐన్‌స్టీన్ యొక్క సాపేక్ష సిద్ధాంతం కూడా భూతకాలంలోకి వెళ్ళటానికి అవకాశం ఉందని తెలుపుతుంది. దీని ఆధారంగా ఆస్ట్రియన్ విజ్ఞానవేత్త కుర్ట్ గోడెల్ తెలిపేది ఏమనగా ఇది సంభవమైతే ఈ యాత్ర తరువాత తిరిగి యువకుడుగా మారవచ్చని తెలిపాడు.

జాన్ హేలర్ అనే భౌతిక శాస్త్రవేత్త తన వర్మహోల్ సిద్ధాంతం కూడా రెండు బ్రహ్మాండాలను కలిపే ఈ సొరంగం ద్వారా పోగలిగితే సుదూర భూతకాలంలో నుండి బయటకు వస్తామని ఊహాత్మకరమైన ఆలోచన ద్వారా దర్శించాడు.

అయితే ఈ ఉపాయాలన్ని కూడా ఊహాజనితాలే. కాని ఎప్పటికయినా సాకార రూపం దాల్చగలవా అని వైజ్ఞానికులు నిరాశతో ఎదురుచూస్తున్నప్పుడు ఒక అనుకోని సంఘటన

అన్నింటికన్నా గొప్పది ఇతరులచే ప్రేమించబడటం.

ఎదురైంది. 17 ఆగస్టు 1958లో మియామి హెరాల్డ్ అనే వార్తా పత్రికలో "యునైటెడ్ స్టేట్స్ ఎయిర్ ఫోర్స్ వారి ప్రయోగం ఒకటి ప్రచురణ జరిగింది. దానిలో ఇన్‌ఫ్రారెడ్ కెమెరా ద్వారా విమానం నుండి సర్వే చేస్తూ ఫోటోలను తీస్తూ మోటారు వాహనాలు నిలిపే ఒక ఖాళీ స్థలాన్ని ఫోటో తీయటం జరిగింది. అప్పుడు ఆ ప్రదేశంలో ఎలాంటి వాహనాలు లేకుండా ఖాళీగా ఉంది. అంతకు కొన్ని గంటల ముందు చాలా కార్లు పార్క్ చేసి ఉన్నాయి. ఆ తరువాత అవి అన్ని వెళ్ళిపోయాయి. ఫోటో తయారైన తరువాత చూస్తే అందరు ఆశ్చర్యానికి లోనయ్యారు. ఆ ఫోటోలో అసంఖ్యాకంగా మోటార్ కార్లు పార్క్ చేసి ఉన్నది. అందువల్ల తేలినదేమనగా కొన్ని గంటల ముందు పార్క్ చేసిన కార్లను ఈ కెమెరా తనలో నిక్షిప్తం చేసుకొని ఉండుట వల్ల గడచిపోయిన కాలం యొక్క స్థితిని ఆ కెమెరా చూపుట వల్ల పైన పేర్కొన్న సూత్రం సత్యమైందేనని భూతకాలంలోకి యాత్ర అనే దానికి ఆధారాలు వైజ్ఞానికులు ఈ సంఘటన ద్వారా తెలుసుకోగలిగారు.

ఎన్‌డ్రూ థామస్ తన "బియాండ్ ది టైమ్ బారియర్" అనే గ్రంథంలో భూతకాలం యొక్క పై వర్ణనను చాలా విస్తారంగా పేర్కొనటము జరిగింది. అయితే వైజ్ఞానికులు గడచిపోయిన కాలంలోకి ప్రవేశించుట అనేది మానసిక తలంలో అవుతుందేమో కాని శారీరకంగా అంటే భౌతిక శరీరంతో మాత్రం సంభవం కాదని భావించడం జరిగింది. సామాన్య కెమెరా ద్వారా ఇలాంటి ఫోటో తీయటం జరగదని. ధారణ ప్రకాశ కిరణాలు భూత-వర్తమాన కాలాల మధ్యలోనున్న అడ్డంకులను అధిగమించి భూతకాల గర్భంలోకి ప్రవేశించజాలదని, కేవలం సూక్ష్మమైన ఇన్‌ఫ్రారెడ్ కిరణాలను వెదజల్లగలిగే కెమెరాతో మాత్రమే సాధ్యమని కొన్ని గంటల క్రితం జరిగిన సంఘటనలను యథాతథంగా తీయగలిగే సామర్థ్యం ఇన్‌ఫ్రారెడ్ కెమెరాకు మాత్రమే సాధ్యమని అన్నారు. దీని ఫలితంగా శాస్త్రజ్ఞులు ఆలోచనలు ముందుకు కదిలి ఈ విధానం ద్వారా సుదూర భూత కాలపు దృశ్యాలు, సంఘటనలు యథాతథంగా తెలుసుకోగలమా? అని ఎన్నో ప్రయత్నాలు చేయటం జరిగింది. దీని నిమిత్తంగా విభిన్న స్థానాలలో రకరకాల చిత్రాలు తీయటం జరిగింది. చాలా కాలం క్రితం కాల గర్భంలో కలిసిన సభ్య సమాజం యొక్క నాగరికతకు చెందిన అనేక ప్రదేశాలు నేడు బీళ్ళుగా అడవులుగా, ఇసుక దిబ్బలుగా మారిన ప్రాంతాలను ఎన్నిక చేసి ఫోటో తీయగా, పనికిరాని దట్టమైన ముళ్ళ పొదలు తప్ప ఏ విధమయిన క్రొత్త వివరాలు లభించలేదు. దానితో పరిశోధనలు ఖచ్చితమైన నిర్ణయానికి వచ్చి, సమయంతోపాటే సంఘటనలు దృశ్య మాలికలను దర్శించటానికి ఎంతో సూక్ష్మాతి సూక్ష్మమైన పద్ధతులను అన్వేషించవలసి ఉంటుందని, విశిష్టమైన ఇన్‌ఫ్రారెడ్ కెమెరాల ద్వారా కూడా అది సంభవం కాదని నిర్ధారణకు వచ్చారు. ఎంతో శక్తివంతమైన కిరణాలు వెదజల్లగల అనేక కెమెరాల ద్వారా ప్రయత్నించి కూడా విఫలమై, చివరకు భూతకాలానికి సంబంధించిన అనేక విషయాలను తెలుసుకోగలగడం కేవలం మానసిక చేతనత్వం ద్వారా మాత్రమే సాధ్యమవుతుందని అనుకొన్నారు.

"టైమ్ - ది అల్టిమేట్ ఎనర్జి" గ్రంథ రచయిత మేరీ హాప్ అనే శాస్త్రవేత్త చేతనత్వం అనేది విశ్వం యొక్క ఎంతో శక్తివంతమైన సూక్ష్మ తత్వమని, అది సమయంలోని అడ్డంకులను తొలగించు కొంటూ ఏ కాలంలోనికైనా ప్రవేశించే సామర్థ్యం కలదని చెప్పటం జరిగింది. సుషుప్త అవస్థలో ప్రతి ఒక్కరికి ఇది అనుభవంలోకి వచ్చే విషయం. ఆ సమయంలో చేతనత్వం శరీరం మధ్య ఉన్న సంబంధం సడలినప్పుడు అది భూత - భవిష్యత్ కాలాలలోని ఏ భాగానికైనా వెళ్ళే స్వప్నాల ద్వారా సూచనలు ఇస్తూ ఉంటుంది. ఇది ప్రతి వ్యక్తికి అనుభవం లోనికి వచ్చే విషయమే. ఒక్కోసారి ఇలా పొందిన జ్ఞాపకాలు చాలా స్పష్టంగా అనేక సార్లు అనుభవంలోకి రావటంతో ఆ వ్యక్తి ఎంతో భయపడిపోయి ఇలా జరగటం ఏదో అపశకునంగా భావిస్తూ, ఏదో ప్రమాదాలు ఎదురౌతాయేమోనని ప్రతి నిత్యం శంకిస్తూ విచారిస్తూ ఉంటాడు. మేరీ హాస్ ఇలా గతించిన కాలం యొక్క జ్ఞానం గురించి అనేక స్వప్న వివరాలు తెలుపుతూ ఇవి వచ్చిన వ్యక్తులకు ఏ విధమైన జ్ఞాపకం ఉండదని అయితే స్వప్నం యొక్క సంకేత స్థానానికి వెళ్ళగానే ఆ కలలు ప్రతిసారి రావటంలోని రహస్యం అర్థం అవుతుందని తెలిపింది.

ఇంత స్పష్టమైన ఆధారాలు తెలుసుకొన్నప్పటికి అన్వేషకులు సుషుప్తావస్థలో జరిగిపోయిన కాలగతిలో సంఘటన వివరాలు అందినప్పటికి వారికి జాగ్రదావస్థలో కూడా ఇది లభ్యమయ్యే అవకాశాలను నమ్మలేకపోతున్నారు. అందుకు వారు చెప్పే కారణం ఏమంటే "చేతన" శరీరములో దృఢంగా విడదీయలేనటువంటి విధంగా పెనవేసుకొని ఉన్నందువలన, జాగ్రదావస్థలలో భూతకాలానికి వెళ్ళుట అసంభవమని నిర్ధారించుకొన్నారు. కాని అనుకొని మరొక సంఘటన జరిగి వారు తిరిగి ఈ విషయంలో పునర్విచారణలో పడవలసి వచ్చింది.

ఈ సంఘటన జరిగింది స్వీడెన్ దేశంలో. మ్యురెదా అనే పరివార సభ్యులకు పెద్ద జాగీరు ఉంది. ఆ జాగీరుని పెద్దవాడైన

మనం చేసే పనిని ఇష్టంతో చేయాలి.

పెడిగో మ్యురెరా ఆధీనంలో ఉంచుకొని దాని బాగోగులు చూస్తూ ఉండేవాడు. ఆ పనిలో అతని కుమారులు కూడా అప్పుడప్పుడు సహాయం చేస్తూ ఉండేవారు. ఆ యజమానికి ప్రతి ఉదయం నడక అంటే ఎంతో ఇష్టమైనందున రోజూ ఆ జాగీరునంతా చూసుకొంటూ కొంత దూరం వరకు వెళ్ళి వస్తుండేవాడు. ఒక రోజు ఆయన యథా ప్రకారం నడకకు బయలుదేరాడు. ఆ రోజు వాతావరణం మనసుకు ఉల్లాసం కలిగించేవిధంగా పిల్ల తిమ్మిరులు శరీరానికి తగిలి పులకింతలు కలిగే విధంగా ఎంతో ఉత్సాహం నింపి మరో అందాల లోకంలో విహరిస్తున్న భావన కలిగించింది. అతని చేతనత్వం ధరిత్రిని వదలి బ్రహ్మ సాక్షాత్కారం పొందే ధ్యానివలె ఆనందంలో పరిసరాలు గమనించకుండా తన జాగీరు దాటి కొంత దూరం ఒక విధమైన మత్తు లాంటి మైమరపుతో ప్రయాణించాడు. అకస్మాత్తుగా ఆ భ్రాంతి వీడి పరిసరాలు గమనిస్తూ తన జాగీరు దాటి కొద్ది దూరములోనే ఇంకో స్థలంలో ఉన్నట్లు తెలుసుకున్నాడు. అక్కడ ఆయన పాతకాలపు స్వీడిస్ బస్తిని చూడటం జరిగింది. ఇంతకుముందు ఆ స్థలంను అతను చూడలేదు. ఆ పరిసరాలన్ని ఇంతకుముందు నుండి బాగా తెలిసినప్పటికి అలాంటి బస్తి అక్కడున్నట్లుగా ఏనాడు చూడనందున ఆలోచనలో పడ్డాడు. అతని ఆలోచనలు జాగృతమై ఈ రోజు నా మనసు వింత అనుభూతికి లోనైనందున ఎప్పుడో చూసిన బస్తి ఇప్పుడున్నట్లుగా భ్రాంతికిలోనైనానని అనుకొంటూ దాని మీద పెద్దగా ధ్యాసపెట్టకుండా కొంచెము ముందుకు కదలి ఒక సరోవరం దానిలో బాతులు, నీటి పక్షులు, హంసలు ఆటలాడుకోవటం విస్మయంతో చూస్తూ, ఆనందిస్తూ ఇంకొంచెం ముందుకు నడిచాడు. కొన్ని గుడిసెలు ముందు కొంత మంది ఉదయపు ఎండలో కూర్చుని వారిలో వారు మాట్లాడు కుంటున్నారు. ఆయన ఒకరిద్దరితో మాట్లాడటానికి ప్రయత్నించగా వాళ్ళు ఈయనను గమనించనట్లుగా ఉండటంతో తన మాటలను వినిపించుకోలేదని అనుకొన్నాడు. వారు ధరించిన వస్త్రాలు కూడా అతి పురాతన కాలంలో ఉపయోగించేవిగా ఉన్నట్లు గమనించి కొద్ది సేపు ఆ పేట అంతా తిరిగిన తరువాత పెడింగో వెనుకకు మరలి తన ఇంటికి చేరుకొని తను చూసిన బస్తీ గురించి చాలా మందితో చెప్పినప్పుడు అందరు అక్కడ అలాంటి బస్తీ ఏదీ లేదని చెప్పారు. అప్పుడు కొంత మందిని తనతో తీసుకొని అక్కడకు చేరి చూస్తే బస్తీకి సంబంధించిన ఎలాంటి ఆనవాళ్ళు, కనీసం ఒక్క గుడిసె కూడా వారికి కనిపించలేదు. ఆయన అమితాశ్చర్యానికి లోనై తన కళ్ళతో చూసిన దానిని అబద్ధం అని నమ్మటానికి ఎట్టి పరిస్థితిలోనూ ఒప్పుకోలేకపోయాడు. ఎందుకంటే యదార్థంగా తను దర్శించి తిరిగి చూసిన బస్తీ కొద్ది గంటలలో మాయమవటం అనేది ఆయనకు అంతు బట్టని విషయమైంది.

ఈ సంఘటన వల్ల శాస్త్రవేత్తలు జాగ్రదావస్థలో కూడా శరీరపు బంధనం ఏదో విధంగా పట్టుదప్పినప్పుడు చేతన శరీరపు పరిధిని దాటి బయటకి వచ్చి అనంతకాలములోని భూత కాలానికి ఎలా ప్రవేశించగలిగిందని తమకు తామే ప్రశ్నించుకున్నారు. వారు ఇప్పుడు జరిగిన దానిని ఆమోదిస్తూనే ఇలా జరిగే పరిస్థితిని తాము నిశ్చయంగా బయటకు వివరించలేకపోతున్నామని ఒప్పు కొన్నారు. నవీన విజ్ఞాన పరిధిలో శాస్త్రవేత్తలు వివరించలేనప్పటికి ఆధ్యాత్మిక పరిధిలో దీనిని తెలుసుకొనే ఉపాయం ఉంది. ఎవరి జీవితం నిష్ఠాపూర్వకంగా నడుస్తుందో వారు ఈ దారి వెంట ప్రయాణించి భూత-భవిష్యత్ కాలాల, తెలియని లోతులలోనికి ప్రయాణించగలరని అందుకు ఎవరి జీవితం ఉదాత్త చరిత్ర, ఉత్కృష్ట చింతన, మర్యాద పూర్వక ప్రవర్తన ఉంటుందో వారు "కాలగతి" లోని అవరోధాలని దాటుకొని అనంతకాలములోనికి యధేచ్ఛగా విహరించగలరని ఆధ్యాత్మిక తత్వవేత్తల సునిశ్చిత అభిప్రాయము.

- అఖండజ్యోతి, ఏప్రిల్ 2001

అనువాదం: సి.వి.వి. రామారావు

పురుషార్థం

స్వామి అయ్యర్ చాలా చిన్నవాడు. అతని తండ్రి గుడ్డివాడు. తల్లి పిండి విసరడం, దంచటం లాంటి పనులు చేసి నాలుగు పైసలు సంపాదించేది. ఆ విధంగా వారి రోజులు గడిచేవి. అయ్యర్ కాస్త పెరిగి పెద్దవాడై నెలకొక రూపాయి జీతంతో ఉద్యోగం సంపాదించాడు. చదువు కూడా కొనసాగించాడు. 12 సంవత్సరాలు ఈ విధంగా గడిచాయి. విద్యలో బాగా రాణించడం వలన 500 రూపాయల బహుమతి లభించింది. దీనితో అతని కష్టాలు చాలా వరకు తీరాయి. తరువాత 100 రూపాయల వేతనంతో క్లర్కు పోస్టు లభించింది. అయినా విద్యాధ్యయనం మానలేదు. తరువాత హైకోర్టు జడ్జిగా జీవితాన్ని సాగించాడు.

పురుషార్థం యొక్క ప్రతిరూపమే అయ్యర్ జీవితం. ఒకటి కాదు, రెండు కాదు ఇలాంటి ఉదాహరణలు కోకొల్లలుగా లభిస్తాయి.

- ప్రజ్ఞాపురాణం నుండి

వృత్తిని, ప్రకృతిని ప్రేమిస్తే నిరంతర ఆనందం లభిస్తుంది.

రంగుల విజ్ఞానం

రంగులలో దాగి ఉన్న గొప్పగొప్ప గుణాలు

ఋగ్వేదములో సూర్యుడు ఈ జగత్తుకు ఆత్మ అని చెప్పబడింది. నిజానికి ఈ ప్రపంచంలో మనకు గోచరించే వికాస క్రమానికి, గందరగోళాలకు మూలకారణము సూర్యుడు-సవితయే. ఆయన ఉనికి లేకపోతే మన పృధ్వి అంధకారంలో పడి స్తబ్ధుగా, చల్లగా, నిర్జీవమైన ఒక పిండమువలె ఉండిపోయేది. కనిపించే మఖమల్ వంటి పచ్చదనమునకు, జీవజగత్తు స్పందనలకు ఆ సూర్యుడే కారణము.

సూర్యుడు ప్రపంచంలోని అనేకానేక అవసరాలను పూర్తి చేయుటయేకాక మానవునికి ఆరోగ్యమును కూడా ప్రసాదిస్తున్నాడు. శాస్త్రములలో 'ఆరోగ్యం భాస్కరాదిత్యేత్' అనగా ఆరోగ్యము కొరకు సూర్యుని యాచించాలి అని చెప్పబడింది. సూర్యుని సంపర్కములో ఉంటే ఆరోగ్యము సురక్షితంగా ఉంటుంది, రోగముల వంటి ఉపద్రవములను సూర్యకిరణముల యొక్క మహాశక్తితో దూరము చేయవచ్చు.

సూర్యుని కిరణములలో మూడు రంగులు ప్రముఖంగా చెప్పబడతాయి. 1. పసుపు, 2. ఎరుపు, 3. నీలము. పసుపు రంగు వాయు ప్రధానంగా, ఎరుపురంగు పిత్త ప్రధానంగా, నీలిరంగు కఫ ప్రధానంగా ఉంటాయి. ఆయుర్వేదములో చికిత్సకు శరీరములో ఉండే ఈ కఫము, పిత్తము, వాతము అనేవే ప్రధానమైన ఆధారాలు. ఈ మూడు దోషాలు ప్రకోపించడం వల్లనే శరీరములో విభిన్న రోగాలు వస్తాయి. ఇవి కాక ఇంకా మిశ్రమ రంగులు మరియు వాటి ప్రభావములు వేరువేరుగా ఉంటాయి. వాతము, పిత్తము కలిస్తే నారింజరంగు, వాతము, కఫము కలిస్తే ఆకుపచ్చరంగు, పిత్తము, కఫము కలిస్తే వంకాయ రంగు ఉత్పన్నమౌతాయి. మూడు దోషములు కలిస్తే సన్నిపాతము ఉత్పన్నమౌతుంది. ఇందులో దాదాపు అన్నిరంగుల ప్రకంపనల లోపము కనిపిస్తుంది. దానివల్ల శరీరము తెల్లగా పాలిపోతుంది. ఈ విధంగా ఈ మూడు దోషములను వాటి రంగుల మిశ్రమ స్వరూపమును తెలుసుకొని విశేషజ్ఞులు రంగుల కిరణములను ఉపయోగించి చికిత్స చేస్తారు. సూర్యకిరణములను నిత్యము ప్రయోగించుట వల్ల మానవుడు వాత, పిత్త, కఫముల వల్ల ఏర్పడే సమస్తరోగములనుండి విముక్తులై, చిరకాలము జీవించవచ్చునని వేదములలో చెప్పబడింది. మానవజీవన క్రియాకలాపాలపై విభిన్నరంగులు ప్రభావము చూపిస్తాయి అనేది నిశ్చయము. సూర్యకిరణములలోని ఏడురంగుల గురించి మాత్రమే మనకు తెలుసు. ఆ రంగులను రకరకాలుగా కలిపితే దాదాపు 10 లక్షల రంగులు తయారౌతాయి. విభిన్న జీవ జంతువులు తమ కళ్ళయొక్క సామర్థ్యమును బట్టి వీటిలో కొన్ని రంగులను మాత్రమే చూడగలుగుతాయి. మనిషి కూడా అంతే. అతని కంటి సామర్థ్యమునకు ఒక అవధి ఉన్నది.

రంగులతో చికిత్స చేసే వైద్యుల అభిప్రాయము ప్రకారము రంగుల వల్ల ఒక విశేషమైన వాతారణం ఏర్పడుతుంది. బట్టలు, గదులకు ఉండే తలుపులు, ఇంట్లోని ఫర్నిచర్‌ల రంగులను మనం ఉపయోగించుకోగలిగితే అవి ప్రభావమును చూపిస్తాయి. ఎరుపురంగు వేడిని, ఉత్తేజమును, సంఘర్షణను సూచిస్తుంది. దీని వల్ల నరాలకు సంబంధించిన వికారములు కలుగుతాయి. ఇందుకు భిన్నంగా నీలిరంగు శీతలత్వాన్ని, శాంతిని ఉత్పన్నం చేస్తుంది. వాతావరణం వేడిగా ఉన్నప్పుడు నీలిరంగును ఉపయోగిస్తే కళ్ళ ద్వారా శరీరానికి విశ్రాంతి లభిస్తుంది. ఇందుకు ప్రత్యక్ష ప్రమాణం నీలిరంగు కళ్ళజోడు. ఎరుపు అద్దాలున్న కళ్ళజోడు వలన అన్ని వైపులా నిప్పులు కురుస్తున్నట్లు, మెదడు వేడెక్కిపోతున్నట్లు ఉంటుంది. అదే నీలిరంగు కళ్ళజోడు ధరించడంవల్ల ఎండ ఉన్నా కూడా వాతావరణమంతా చల్లగా అనిపించి మనస్సు తేలిగ్గా ఉంటుంది.

శరీరనిర్మాణంలో పాలుపంచుకునే తత్వాలు మరియు శరీరం యొక్క పనితనం పైన కూడా రంగుల ప్రభావము ఉంటుంది. చలిని, వేడిని పెంచుట, తగ్గించుటలో రంగులు సహాయపడతాయి. అంతేకాక అవి మనస్సు మీదకూడా ప్రభావమును చూపిస్తాయి. ప్రతిరంగులోను కొన్ని విశేషభావనలు, ఉత్తేజమును, శాంతిని కలిగించే గుణాలు ఉన్నాయి. ఎవరిలో ఏ ప్రవృత్తి అధికంగా ఉంటుందో అందుకు సంబంధించిన రంగులనే ఇష్టపడతారు. ఎవరికి ఏ రకమైన ప్రేరణలు, భావనలు కావాలనుకుంటారో వారు ఆ రకమైన ఆవరణను, ఆచ్ఛాదనను ఏర్పాటు చేసుకుంటారు. పూలతోటల్లో తిరగడం, ఇంటిముందు

మనిషి యొక్క అదృష్ట దురదృష్టాలు అతని చేతుల్లోనే ఉన్నాయి.

పూలమొక్కలు పెంచుకోవడం, ఇంట్లో పూలగుత్తులు అలంకరించుకోవడం వల్ల మనస్సు, మస్తిష్కము ప్రభావితమౌతాయి.

రంగులపై పరిశోధన చేసే విశేషజ్ఞులు రంగులతో స్నేహము, సౌజన్యము, శాంతి, పవిత్రతవంటి ప్రవృత్తులు వికసిస్తాయని చెప్తారు. ఎరుపురంగు ఉగ్రస్వభావానికి, ఉత్తేజమునకు, సంఘర్షణకు ప్రతీక. తెలుపురంగులో సాత్వికత, సరళతల యొక్క సామర్థ్యము ఉంటుంది. చాక్లెట్‌రంగులో ఏకత్వము, నిజాయితీ, మంచితనమునకు సంబంధించిన గుణాలు ఉంటాయి. పసుపురంగులో సంయమనము, ఆదర్శము, పుణ్యము, పరోపకారమువంటి గుణములు పుష్కలంగా ఉంటాయి. ఆకుపచ్చ రంగులో తాజాదనము, ఉత్సాహము, స్ఫూర్తి మరియు చల్లదనం వంటి గుణాలు ఉన్నాయి. నలుపురంగులో తమో గుణము, శోకము, నిరాశ, దు:ఖము మరియు బాధాకరమైన మానసికస్థితి ఇమిడి ఉంటాయి. నారింజరంగులో ఆత్మవిశ్వాసము, సాహసము అనే గుణాలు ఉంటాయి. గులాబి రంగులో ఆశ, కోరికలు, సృజనాత్మకతకు సంబంధించిన మానసికప్రవృత్తి ఎక్కువగా ఉంటుంది.

రంగులలో సుప్రసిద్ధ విశేషజ్ఞుడు ఆంథోని ఎల్డర్‌ను అనుసరించి బాహ్యజీవితంలో ఎరుపురంగు ప్రధానంగా ఉంటుంది. అంతర్ముఖ జీవితంలో నీలాకాశమువంటి ఉదాత్తమైన మానసిక స్థితి ఉంటుంది. పసుపురంగును కర్మనిష్ఠ, తత్పరత మరియు బాధ్యతలను నిర్వహించుటవంటి గుణాలకు ప్రతీకగా భావించాలి. ఆకుపచ్చరంగు స్థిరత్వము, తెలివితేటలకు ప్రాతినిధ్యం వహిస్తుంది. స్వభావసిద్ధమైన విశేషతలను పెంచుట, తగ్గించుట కొరకు ఏ రంగులో మనకు కావలసిన గుణాలు ఉన్నాయో తెలుసుకొని ఏ రంగులను ఉపయోగించుకోవాలో, ఏ రంగులు ఉపయోగించుకోకూడదో అనేది నిర్ణయించుకోవాలి.

ప్రఖ్యాత మానసిక వైద్యుడు డా.గోల్డ్‌స్టెయిన్ రకరకాల రోగాలు, కష్టాలలోవున్న వ్యక్తులమీద రంగులను ప్రయోగించి మంచి ఫలితాలను చూపించారు. విభిన్నరంగులను ప్రయోగించుట గురించిన వివరాలను ఆయన పుస్తకరూపంలో ప్రచురించారు. రంగులు కేవలం ఆకర్షణీయంగా ఉండడం కోసమేకాక ఇతరత్రా ప్రభావములను ఎలా చూపిస్తాయో ఆయన అందులో వివరించారు. ఆయన తన అనుభవాల ద్వారా తెలుసుకున్న అనేక సంఘటనల వివరాలను క్రింద ఇచ్చారు.

ఒక సంఘటనలో ప్లైన్ అనే అమెరికన్ విమానసర్వీసులో ఒక సమస్య వచ్చింది. అందులో ప్రయాణించే యాత్రికులలో 'మితలీ' అనే వ్యాధి ప్రబలింది. అది విమానాలలో మాత్రమే వస్తుంది. అందుకు కారణాలను అన్వేషించగా రంగులే ప్రముఖ కారణంగా ఉన్నాయని కనుగొన్నారు. విమానము లోపల చాక్లెట్ రంగు వేసివుంది. అది తీసివేసి ఆకుపచ్చరంగు వేయగా ఆ సమస్య దూరమైపోయింది.

ఇదేవిధంగా ఒక పరిశ్రమలో పనిచేసే శ్రామికులకు దాహం విపరీతంగా ఉండేది. అందుచేత వారు మధ్యమధ్యలో పని వదిలిపెట్టి వెళ్తూ ఉండేవారు. తత్ఫలితంగా ఉత్పాదన తగ్గిపోయింది. ఈ కొత్తసమస్యకు కారణం కనుక్కునేందుకు విశేషజ్ఞులను పిలిపించారు. వారు గమనిస్తే గదులన్నీ నల్లరంగు వేసి ఉన్నాయి. ఆ రంగు తీసివేసి పసుపురంగు వేసిన తరువాత ఆ సమస్య తీరిపోయింది. మరొక పరిశ్రమలో కూలీలు ఇనుప వస్తువులను మోసేవారు. అవి బరువు ఎక్కువగా ఉంటున్నాయని వారు ఫిర్యాదు చేయడం మొదలుపెట్టారు. వాటి రంగును మార్చి ఆకుపచ్చరంగు వేశాక ఆ ఫిర్యాదులు ఆగిపోయాయి. ఆ బరువులు కూడా తేలిగ్గా అనిపించడం మొదలైంది.

లండన్‌లోని థేమ్స్‌నది వంతెన మీద దూకి ఆత్మహత్యలు చేసుకునే వారి సంఖ్య అసాధారణంగా పెరిగిన రోజుల్లో కొంతమంది శాస్త్రజ్ఞులు ఆ నదిమీద వున్న వంతెనకు వేసిన నలుపు రంగును మార్చమని సలహా ఇచ్చారు. అలా చేసిన తరువాత ఆత్మహత్యల సంఖ్య పూర్తిగా తగ్గిపోయింది.

రంగులతో చికిత్స చేసే వైజ్ఞానికులు రకరకాల ప్రయోగాల తరువాత మానవుని ఆరోగ్యము, స్వభావము మీద రంగులు అసాధారణ ప్రభావం చూపిస్తాయని తేల్చారు. ఈ విషయమై అనేక హాస్పిటల్‌లోని గదులకు వేసే రంగులను అధ్యయనము చేసి వాటి ప్రభావం చూసిన తరువాత ఎరుపురంగు వేడిని పెంచితే నీలం రంగు చల్లదనాన్నిస్తుందని నిర్ధారించారు.

రంగుల ద్వారా రోగులకు ఆరోగ్యమునిచ్చి వారి మానసిక స్థితిని మార్చు ప్రయోగంలో అడ్రియన్‌హిల్ అనే ప్రసిద్ధ చిత్రకారుడు అసాధారణ విజయం సాధించాడు. ఆయన తన "ఆర్ట్ వర్సెస్ డిసీజ్" అనే పుస్తకంలో రంగు రంగుల చిత్రకళ, ఆరోగ్యమును పెంచి రోగనివారణకు చాలా బాగా ఉపయోగపడుతుందని చెప్పారు. పుస్తకములో ఆయన తను దీర్ఘకాలం హాస్పిటల్‌లో గడిపిన సమయాన్ని, అక్కడ తన అనుభూతులను గురించి వర్ణించారు. 'ఆ సమయంలో నాకు

సిన్సియర్‌గా పనిచేద్దామనుకునేవారికి పని ఎప్పుడైనా ఎక్కడైనా దొరుకుతుంది.

శరీరంలో నొప్పి, అసమర్థత, నిరాశ, విసుగు తప్ప వేరే తోడు లేదు. అక్కడి డాక్టర్లు, నర్సులు వారిపని చూసుకొని వెళ్లేవారే కానీ తోడు ఉండేందుకు ఎవరు సిద్ధపడలేదు. ఆ స్థితిలో నేను అక్కడ ఒక బల్లమీద రకరకాల పువ్వులతో అలంకరించబడ్డ రంగు రంగుల పూలగుత్తిని ఆసక్తిగా గమనించడం మొదలుపెట్టాను. ఎంతో కోమలమైన ఆ పువ్వులు పసిపాపల బోసినవ్వువలె వికసించి మనస్సును తేలికపరిచి ఉత్సాహాన్ని నింపుతుండేవి. అలా నేనూ ఆ పువ్వుల్లో భాగమైపోయాను. ఈ కొత్త సాహచర్యం వల్ల నాకు ఒక కొత్త జీవితం లభించింది. మానసికంగా నాలో మార్పు వచ్చింది. నా ఆరోగ్యము మెరుగుపడింది. డాక్టర్లు ఇచ్చిన మందులు నాకు ఏ విధంగానూ సహాయపడలేదు. హాస్పిటల్‌నుండి ఇంటికి వచ్చిన తరువాత కూడా పువ్వులను గమనించడమనే నా అలవాటును, నా చిత్రకళతో సమ్మిళితంచేసి జీవనాధారంగా మార్చుకోవాలని నిర్ణయించుకున్నాను. ఆ తరువాత నేను చేసిన అభ్యాసం వల్ల ప్రకృతిచిత్రాలు తయారవడమేకాక రకరకాల కళాకృతులు తయారుచేయడంలో నేను సామర్థ్యం సంపాదించుకున్నాను.'

అతను తన చిత్ర చికిత్సతో ఆర్ట్‌థెరపీని నడిపాడు. ఈ థెరపీలో రంగులను దృశ్యరూపంలో చూపిస్తూ రోగుల మానసిక స్థితిలో పరివర్తన తీసుకువస్తారు. దీన్ని అర్థము చేసుకొని, అర్థమయ్యేలా వివరించడానికి ఆయనకు ఎక్కువ సమయం పట్టలేదు. మానసిక పరివర్తనకు, ఆరోగ్యానికి సంబంధం ఉంది అని అర్థము చేసుకోవడంవల్ల రోగాలు త్వరగా నయమవ్వడం మొదలైంది. అతను మిగిలిన హాస్పిటల్స్‌కు కూడా తన సేవలందించడం మొదలుపెట్టాడు. ఈ సేవల్లో విశేషించి వికృత మానసిక ప్రవృత్తులు గల రోగులకు రంగులతో చికిత్సచేసి సఫలీకృతుడైనాడు. 1942లో అడ్రియల్‌హిల్ తయారుచేసిన ఆర్ట్‌థెరపీ ఖ్యాతి విశ్వవిఖ్యాతమైంది. అతని చికిత్స కొరకు వచ్చేవారి సంఖ్య ఎక్కువైపోయింది. అందువల్ల అతను రేడియోలో తన ఉపన్యాసాల ద్వారా చికిత్సావిధానాలు చెప్పి రోగాలు నయం చేయడం మొదలుపెట్టాడు, ప్రజలు ఎంతో ఆసక్తితో వాటిని విని వ్రాసుకొని లాభం పొందేవారు.

ఒక గొప్ప చిత్రకారుడు కూడా సరిగ్గా ఇదేరకంగా వివరించాడు. అతని పేరు హిమన్‌సినాల్. అతను ప్రప్రథమంగా మనోరంజనం కొరకు రకరకాల చిత్రాలు వేసేవాడు. అందులో మొక్కలు, వృక్షాలు, ఫలాలు, పశుపక్షుల ఆకృతులు వేసి వాటికి రకరకాల రంగులు వేసేవాడు. ఆ ఆకృతులన్నీ పిల్లలకు చాలా ఆకర్షణీయంగా తయారైనాయి. దానితో అతను పెద్దవారికి కూడా ఉపయోగపడేవిధంగా చిత్రాలు మలచాలని నిర్ణయించుకున్నాడు. ఫలితంగా వేలరంగుల చిత్రాలు తయారైనాయి. అవి కళను ప్రతిబింబించే విధంగా కాకుండా మానవుల విభిన్న మానసిక స్థితులను మెరుగుపరించేందుకు దోహదం చేసేవిగా ఉన్నాయి. రంగులను చక్కగా అమర్చడమే అందులోని ప్రముఖ విశేషము. అతని యొక్క ఈ అభినవప్రయోగం మనోదశను మెరుగు పరిచేందుకు చాలా ఉపయోగపడింది.

సూర్యునితో సంబంధము వల్ల మానవుని ఆరోగ్యము మెరుగు పడుతుంది అనేది చాలా ఖచ్చితమైన విషయం. ఎందుకంటే ప్రకృతిలోని అన్ని రంగులు (వర్ణాలు) ఆ సూర్యకిరణాలలోనే ఇమిడి ఉన్నాయి. సూర్యకిరణాలను శరీరానికి అవసరమైన రంగుల అద్దాల ద్వారా రోగగ్రస్థ అవయవం మీద ప్రసరింపచేసి నయం చేయవచ్చు.

సూర్యుని యొక్క సవితాధ్యానము ఆధ్యాతిక ప్రగతికి ద్వారాలు తెరుస్తుంది. దానితో పాటే జీవనీశక్తిని కూడా పెంచుతుంది. ప్రాకృతికంగా వుండే విశేషతలకనుగుణంగా ఈ ధ్యానమును చేయడం వల్ల మానవునిలో నిద్రాణంగా ఉన్న కేంద్రాలు జాగృతమౌతాయి. ఈ చికిత్సను శారీరిక, మానసిక, ఆధ్యాత్మిక క్షేత్రాలు మూడింటిలోను ప్రగతిని సాధించేందుకై ఉపయోగించవచ్చు.

– అఖండజ్యోతి, జనవరి 1989

అనువాదం : శ్రీమతి వల్లీశ్రీనివాస్

పట్టుదలకు ప్రతిరూపం

ఒక నాలుగు సంవత్సరాల పాపకు పోలియో వ్యాధి వచ్చి ఇతరుల సహాయంతో అతికష్టంగా నడవగలిగేది. కాని అంతరంగంలోని సాహసం ఆమెను అడుగడుగునా నడవమని, పరుగెత్తమని ప్రోత్సహిస్తూ ఆమెచేత అభ్యాసం చేయించింది. చివరకు ఆ పాప ఒలింపిక్ గేమ్స్‌లో పరుగు పందాలలో మూడవ స్థానాన్ని గెలుచుకున్నది. అంతరంగంలో నిండివున్న సాహసం శక్తిహీనమైన అవయవాన్ని కూడా ఆరోగ్యవంతంగా, శక్తివంతంగా చేయగలదని ఋజువు చేసిన ఈ పాప పేరు గోల్డెన్ రులాఫ్. దీక్షకు, పట్టుదలకు ప్రతి రూపమైన రులాఫ్ అమెరికాలోని టెన్నీసీ ప్రాంతంలో ఉండేది.

– ప్రజ్ఞాపురాణం నుండి

ఎక్కడ సంకల్పం గట్టిగా ఉంటుందో అక్కడ విజయం వెన్నంటి ఉంటుంది.

యువశక్తిని నిర్వీర్యం కానీయకండి

ఏ దేశంలోనైనా 'యువత' ఉజ్జ్వలమైన ఆశకు ప్రతీక. దేశము, సమాజం యొక్క భవిష్యత్తు ఈ 'తరం' చేతులలోనే ఉంటుంది. ఇది ఒక శాశ్వతమైన సత్యం. ఈనాడు ప్రతిఒక్క నాయకుడు, ఉపన్యాసకుడు నోరుతెరిస్తే చెప్పే మాట ఇదే. ఐతే ప్రస్తుతకాలంలో దేశ భవిష్యత్తును నిర్ణయించడంలో యువత ఎటువంటి ముఖ్య పాత్రనూ నిర్వహించటంలేదు. యువతరం 'మిరుమట్లుగొలిపే ఆధునికత' యొక్క వ్యామోహంలో దిగ్భ్రాంతమై ఉన్నది. వారికి ఉన్నతమైన ఆశయాలు, ఆదర్శముల వంటివేమీ లేవు. ఇటువంటి స్థితిలో సంస్కృతి యొక్క ఈనాటి భోగవాదం యొక్క ప్రభావం వారిని అలజడికి గురిచేసి పతన మార్గం వైపు నెట్టివేస్తున్నది. ఫలితంగా చెదరిన స్వప్నాలు, చెల్లాచెదరైన ఆశలు, ఫలించని ఆకాంక్షలతో దెబ్బతిన్న యువతరం యొక్క జీవన పుష్పం వికసించకుండానే వాడిపోవలసివస్తున్నది. కాలచక్రం యొక్క ప్రవాహంలో యువత శక్తిని నిర్మాణాత్మకమైన దిశలోనికి మళ్ళించడానికి, వారిని తమ జీవితాలలోనేకాక, సమాజం యొక్క నవ నిర్మాణంలో ప్రేరణనిచ్చి వినియోగించుకొనవలసిన అవసరము ఎంతైనా ఉన్నది.

స్వాతంత్ర్యం వచ్చిన తరువాత తప్పులతో కూడిన విధానముల వల్లనే ప్రస్తుతకాలంలో యువత దుర్దశను ఎదుర్కొంటున్నది. స్వాతంత్ర్యం లభించిన పిదప అభివృద్ధి చెందిన మిగతా దేశాలతోపాటు గుడ్డిగా పరిగెత్తుతూ మనం యువత యొక్క వ్యక్తిత్వ నిర్మాణమును గురించి ఏమాత్రమూ పట్టించుకోలేదు. ఏదో విధంగా ఎదగాలి అనే ఆలోచనతో, ప్రయత్నాలు ఫలించక వైఫల్యాలు ఎదురయ్యి, నిరాశకు యువత గురి అవుతున్నది. ఈ నిరాశయే యువకులను హింస, బలాత్కారం, అతివాదం, అపహరణల రూపంలో, అప్పుడప్పుడు భ్రష్టాచారములు, పొరపాట్ల రూపంలో మనముందు తాండవమాడుతున్నది.

నేటి యువతరం తాత్కాలికంగా లభించే సుఖజీవనమును అనుభవించటంలోనే నమ్మకాన్ని ఉంచుకుంటున్నది. కానీ భవిష్యత్తుపట్ల లేదా రేపటిపట్ల ఏమాత్రమూ శ్రద్ధవహించటం లేదు. యువతరానికి ఎదురుచూడటమనేది అస్సలు ఇష్టం లేదు. ఏమైనాసరే ఈక్షణమే అన్నీ జరిగిపోవాలి, అన్నీ లభించాలి అన్నదే వారి అభిమతం. ఇన్‌స్టెంట్‌కాఫీ, ఇన్‌స్టెంట్ టీల వలెనే సుఖసమృద్ధులు, ధనవైభవాలు, ప్రేమాభిమానములు అన్నీకూడా ఇన్‌స్టెంట్‌గానే లభించాలి. ఫలితంగా పతనమనే గోతిలో పడేవారి సంఖ్య నానాటికి పెరిగిపోతున్నది. మహానగరాలలో ఉండే యువకులలో ఎంతో వేగంగా హింస, స్వార్థము, మోసం పెరిగిపోతున్నవి. తత్ఫలితంగా వారి జీవనశైలి మరింత ఛిన్నాభిన్నమై వికృతరూపమును దాల్చుతూ ఉన్నది.

భగత్‌సింగ్ ఒకసారి 'యువత – ఎంత ప్రేమాస్పదులుగా ఉంటారంటే వారు చెట్లుచేమలు, నదులు, పర్వతాలు, సెలయేళ్ళు, అడవులు..... ఏ ప్రదేశములోనైనా ప్రేమ అనేది లభిస్తే అందులో మునిగిపోగలరు' అన్నారు. కానీ ఈనాటి వాస్తవం వేరొకరకంగా ఉంది. ప్రేమకు పైన చెప్పబడిన ఉన్నతమైన నిర్వచనం ఈనాడు యువత దృష్టిలో లేదు, దైహికసుఖమూ, కోరికల పరిధిలో చిక్కుకుపోయి కలుషితమైపోయింది. వారికి వర్చువల్ రియాలిటీ పైనే విశ్వాసం ఎక్కువ. అన్నింటినీ వాస్తవంగా పొందాలనుకుంటారు. నవీన విజ్ఞాన నిపుణులు వారి అభిప్రాయమునకు పుష్టిని చేకూర్చటంలో ఎటువంటి వెనుకంజ వేయటంలేదు. తూర్పుదేశాలలో ఫ్రాయిడ్ యొక్క అసంపూర్ణ సిద్ధాంతం యౌవన ఉన్మత్తతకు పుష్టిని చేకూర్చింది. అమెరికా రసాయన శాస్త్రజ్ఞులు, మనస్తత్వ శాస్త్రజ్ఞులు కొద్ది సంవత్సరాలకు పూర్వమే తాము వ్రాసిన 'ద కెమిస్ట్రీ ఆఫ్ లవ్' లో తమ అసందిగ్ధ నిర్ణయాలతో ప్రేమ యొక్క ఉదాత్త భావముల తాలుకు మూలములపైననే గట్టిదెబ్బవేశారు. శతాబ్దాల కాలం నుండి కవులు, దార్శనికులు నిర్వచించినవిధంగా ప్రేమ అనేది ఏదో అనుభూతి చెందవలసిన అంశమేమీ కాదని వాళ్ళ అభిప్రాయము. శరీరంలో ఉండే ఎస్ట్రోజన్ మరియు ఎండ్రోజన్‌ల యొక్క ఒక నిశ్చితమైన రసాయనిక క్రియల ఫలితమే ప్రేమ అని లెబోనిట్జ్ అంటారు. సహజంగా ఇటువంటి ఆలోచనా విధానంలో పుట్టి పెరుగుతున్న యువతరానికి ప్రేమ వంటి పవిత్ర భావం ఒక దైహిక అవసరంగా, యౌవన ఉన్మత్తతగా, స్వేచ్ఛకు పర్యాయంగా తయారైనది.

ఈ ప్రలోభాలు యువతను ఆదర్శములు, ఉన్నత ఉద్దేశ్యాల పట్ల అంగవికలురను కావించాయి. ఈ మోహపాశము వారిని ఎంతగా బంధించివేసిందంటే ఇప్పుడు వారికి ధనం, తద్వారా లభించే భోగవిలాసాలు తప్ప మరేమీ గుర్తుకురావటం లేదు. సంయమనం, సదాచారములు, త్యాగం, సేవ, నీతినియమాలు

కోరిక లేని మనిషికి విజయం లేదు.

మొదలైన అంశములను గురించి ఎవ్వరు పట్టించుకోవటం లేదు. పైన చెప్పబడిన నాగరికత, లోలోపల ఒక అరాచకమైన తరం చాలా వేగంగా అభివృద్ధి చెందుతున్నది. కోట్ల రూపాయల కుంభ కోణములో హర్షద్ మెహతాను జైలులో పెట్టినప్పుడు భారతదేశంలోని 4 మహానగరాలలో ఉన్న యువకులను 'వారికి ఇష్టమైన నాయకుడెవరు? వారు స్వయంగా ఏమి కోరుకుంటున్నారు? అని ప్రశ్నించి ఒక నివేదిక తయారుచేయటం జరిగింది. ఈ నివేదిక ఫలితాలు భావుకులైన సాంఘిక వ్యక్తులను కలవరపరచటం జరిగింది. 60% కన్నా ఎక్కువమంది యువకులు తాము హర్షద్ మెహతావలె కావాలని అనుకుంటున్నట్లు వెల్లడించారు. వారికి బాగా నచ్చిన నాయకుడు హర్షద్‌మెహతాయే! ఈ నివేదిక ఫలితాలు 'డబ్బును పొందటానికి, విజయాన్ని సాధించటానికి ఏమి చేసినా పరవాలేదు, ఎటువంటి నేరానికైనా పాల్పడవచ్చు' అన్న భావం ప్రజలలో ఉన్నదనే విషయమును స్పష్టంగా వెల్లడించాయి.

ఒకానొకప్పుడు ఉన్నతవిద్యా పాఠశాలలోనే, కళాశాలలోనే ప్రవేశించే యువకులు తాము కూడా గోఖలే, తిలక్, స్వామీ వివేకానంద, గాంధీ, జవహర్‌లాల్‌నెహ్రూ, సర్దార్‌పటేల్, భగత్‌సింగ్, చంద్రశేఖర్ ఆజాద్ వంటి మహనీయులవలె తయారు కావలెనని ఆకాంక్షించేవారు. అలాగే యువతులు సోదరి నివేదిత, సరోజినీనాయుడు, కమలాదేవీ చటోపాధ్యాయ, అరుణా అసఫలీ వంటి మహోన్నత వ్యక్తిత్వాలను తాము కూడా పొందవలెనని అనుకునేవారు. ఈనాడు ఆ ఆదర్శములు, కలలు మసకబారి పోయాయి. ఈనాటి యువతకు చలనచిత్ర కథానాయకుడుగానో, టి.వి.లో కళాకారుడుగానో కావాలనే కోరిక ఒక్కటే ఉంది. చలన చిత్రములు, టి.వి. తాలూకు మాయా ప్రపంచం వారి కళ్ళముందు ఉత్పన్నం చేసిన మిథ్యాస్వర్గంలో కొట్టుకు పోవటమే ఆ కోరిక. ఈ మిథ్యాస్వర్గంలో అన్ని సమస్యలకు తక్షణ సమాధానాలు సిద్ధంగా ఉంటాయి. మాట్లాడుతూ ఉండగానే సమస్యలన్నీ వాటంతట అవే తేలికపడిపోతాయి. చలనచిత్రములో కథానాయకుడు మాఫియాముఠాను ఒంటిచేత్తోనే మట్టుపెట్ట గలడు. కాళ్ళు అరిగిపోయేలా తిరిగే యువకుడు ఏదో ఒక ఉద్యోగం దొరికితే చాలు ఏదో గారడీ జరిగినట్లుగా ఉన్నట్టుండి కోటీశ్వరుడౌతాడు. ఒక చలనచిత్రములో మంచి నిజాయితీ పరుడైన నాయకుడు భ్రష్టుపట్టిన వ్యవస్థను సమూలంగా మార్చివేస్తాడు. వాస్తవానికి దూరంగా ఉండే ఈ చలనచిత్రములు మనకు తాత్కాలికమైన తృప్తినిస్తాయేమోగానీ, యువత ఇందులో కొట్టుకుపోతూ భవిష్యత్తును గురించి ఏమాత్రమూ శ్రద్ధ లేకుండా కళ్ళుమూసుకుని కూర్చుంటున్నారు. 'కౌన్ బనేగా కరోడ్‌పతి' వంటి ధారావాహిక ప్రదర్శనలు ఈనాటి యువతను అత్యధికంగా ఆకర్షిస్తున్నాయి.

తీవ్రమైన కోరిక, ప్రకృతి, ఆత్మ యొక్క స్వభావానికి విరుద్ధంగా ఉన్న ఈ వ్యవహారము యువత యొక్క దిశాధారపైన సూటి ప్రశ్నను సంధించినది. మానవ జీవితానికి లక్షణములైన కోర్కె, సంకల్పము, జ్ఞానం మొదలగునవి నేటి యువతలోనే కాదు, మధ్యవయస్కులు, ముసలివారిలో కూడా మచ్చుకి కూడా కన్పించనంతగా మాయమైపోతున్నాయి. అయితే మధ్య వయస్కులు, వృద్ధులలో వీటిని వదిలించుకోవడం పెద్ద కష్టం కాదు. యువత ముందు ఎంతో భవిష్యత్తు ఉన్నది. అటువంటి భవిష్యత్తు పట్ల ఉదాసీనంగా వ్యవహరించడం మరింత దౌర్భాగ్యం. నవ్వుతూ, తుళ్ళుతూ, గెంతుతూ, ఆడుతూ ఉన్న బిడ్డను అకస్మాత్తుగా కాళ్ళు చేతులు విరిచి గొంతును నులిమేసినట్లుగా ఉంటుంది. తమ స్వభావరీత్యా, స్వాతంత్ర్య పరంగా సాటిలేని సంకల్పము, అనంతమైన జ్ఞానజిజ్ఞాస కలిగిన నవయువకులు తమ భవిష్యత్తుకు సంబంధించి పూర్తిగా సంవేదనా శూన్యులు కావటం, తమ ఇచ్ఛాశక్తినీ, సంకల్పశక్తినీ ఇతరుల పాదాలచెంత తాకట్టుపెట్టడం, రాబోయే సంఘటనలను పట్టించు కోకుండా తమపై వచ్చిపడుతున్నవాటిని అడ్డుకొనకుండా ఉంటే నిజంగా ఈ యువతకు ఏమి చెప్పాలి.

ప్రతియుగంలోనూ వ్యవస్థకు పట్టిన జడత్వాన్ని వదిలించటానికి గొంతెత్తి పిలిచిన ఆ తీవ్రమైన శక్తి యొక్క పేరే 'యువత'. చరిత్ర ప్రతి మలుపులోనూ ఈ వర్గం మార్పు యొక్క ప్రతి కూడలిలోనూ ప్రాణాలొడ్డి దుర్వ్యవస్థను ఎదిరించింది. క్రీ.శ. 1889 లో వచ్చిన ఫ్రాన్స్ దేశపు విప్లవాన్ని 'బూర్జువాక్రాంతి' అనే పేరుతో పిలుస్తారు. కానీ నిజానికి దాని అసలు నాయకులు అక్కడి యువత. రష్యాలోని బోల్షివిక్ విప్లవాన్ని నడిపినవారిలో 80% వ్యక్తులు 28 నుండి 35 సంవత్సరములలోపు ఉన్న వయస్కులే! ఆంగ్లేయుల సామ్రాజ్యవాదం యొక్క ఘోరమైన చీకట్లకు విరుద్ధంగా స్వాతంత్ర్య సంగ్రామం యొక్క విప్లవానికి, నాంది పలికినది యువాశక్తి. 1905 నుండి 1942 లో జరిగిన 'భారతదేశాన్ని వదలివెళ్ళండి' (Quit India Movement) అనే పోరాటం నుండి 1947 లోని స్వాతంత్ర్యసంగ్రామం వరకు అన్ని ముఖ్య సందర్భాలలోనూ యువశక్తి ముందుండి నడిపించింది. తిలక్ కాలం నుండి గాంధీగారి సమయం వరకు ఈ వ్యక్తుల

"నాకు ఇలా బాగానే ఉన్నది" అనుకునేవాడికి విజయం లభించదు.

సమూహమే త్యాగం చెయ్యటంలో, విప్లవం నడిపించటంలో అగ్రభాగాన ఉండి ముఖ్య భూమికను నిర్వహించినది. భగత్‌సింగ్, చంద్రశేఖర్ ఆజాద్, సుఖదేవ్, రాజగురు వంటి ఆనాటి ప్రముఖ వ్యక్తులందరూ యువకులే! చరిత్రపరమైన సాంఘిక దృష్టితో చూస్తే 20వ శతాబ్దపు ప్రారంభం నుండి 50 సంవత్సరాలలో విద్యార్థి ఆందోళనలలో భారతీయ జనుల హృదయాలలోని ఆలోచన, సాంఘిక, రాజనైతిక, దేశ చేతనత్వం యొక్క నిర్మాణంలో ప్రముఖపాత్ర వహించింది. 1947 లో దేశానికి స్వాతంత్ర్యం వచ్చిన పిదప యువశక్తి చెల్లాచెదురైనది. దేశీయస్థాయిలో దాని యొక్క నిర్మాణాత్మకమైన పాత్ర మసక బారింది. 80వ దశకపు ఆరంభసమయంలో లోకనాయకుడు శ్రీ జయప్రకాశ్ నాయకత్వంలో దీని యొక్క ఒక ఆశాకిరణం పొడసూపింది. కానీ అది సఫలం కాలేదు. ఈనాడు రాజనీతి యువశక్తిని తన ముడిసరుకుగా వాడుకుంటున్నది. రకరకాల విద్యార్థి సంఘాలు, రాజనైతిక దళాల విస్తృతమైన విభాగాలుగా ఏర్పడినాయి. రాజనీతి చక్రవ్యూహంలో చిక్కుకున్న విద్యార్థిశక్తి నిర్మాణాత్మకమైన పనులను నిర్వహించగలదన్న ఆశ ఏమాత్రమూ లేదు.

సాంస్కృతిక పునర్జాగరణ ఆధారంగా సమాజ నిర్మాణము, దేశ ఉత్థానము అనే పవిత్ర కార్యంలో శాంతికుంజ్ హరిద్వార్ వారి యుగనిర్మాణ ప్రణాళిక క్రియాన్వితమైనది. తన కార్యక్రమాల కోసం ప్రభావవంతమైన యువత యొక్క శక్తిని సార్థకమైన రీతిలో నియోగించుకొనటానికి ఇది కంకణం కట్టుకున్నది. ఇక్కడ సంజీవనీ సాధనా తరగతుల ద్వారా యువశక్తి యొక్క వ్యక్తిత్వ నిర్మాణమునకు చెందిన పృష్ఠభూమి తయారుచేయబడుతున్నది. అలాగే 'యుగశిల్పి' అనే తరగతుల ద్వారా లోకసేవా కార్యక్రమాలలో తమ ప్రతిభను, శక్తిని నియోగించుకునే రీతిలో శిక్షణ ఇవ్వబడుతున్నది. ఈ యుగానికి చెంది, ఇంతకుముందు ఎన్నడూ లేనివిధంగా జరుగుతున్న నిర్మాణాత్మకమైన పోరాటంలో బుద్ధుని యువభిక్షువులు, రామకృష్ణపరమహంస యొక్క యువసన్యాస పరివ్రాజకులు, గాంధీగారి యువసత్యాగ్రహులు, సుభాస్-భగత్‌సింగ్ సాంప్రదాయపు త్యాగము-బలిదానం వంటి ఉన్నతస్థాయి ఆదర్శములను ప్రబోధిస్తున్నారు. జాతి, వర్ణము, మతము, సంప్రదాయము, భాషా ప్రాంతాల కతీతంగా, భేదభావం లేకుండా ఈ పోరాటం సుసంస్కృతమైన మానవజాతి కొరకు సభ్యసమాజపు నవనిర్మాణం కొరకు సంకల్పించబడింది. దీని యొక్క నిర్మాణాత్మకమైన గతివిధులలో భాగంగా ఏడువిధాలైన విప్లవములకు నగారా మ్రోగించబడింది. వానిలో భాగంగా పర్యావరణ పరిరక్షణ, మాదకద్రవ్య నివారణ-నిర్మూలన, మూఢ సంప్రదాయముల నిర్మూలనం, నారీ జాగరణ వంటి పనులు చేపట్టబడినవి. భోగవాదపు సంస్కృతి అనే నాగపాశంలో బంధింపబడిన యువశక్తి, రాజనీతి అనే చక్రవ్యూహంలో చిక్కుకున్న విద్యార్థిశక్తి ఈ ప్రణాళికలో తమ సర్వశక్తులను వినియోగించి సమాజ నిర్మాణము మరియు పునరుత్థానము అనే కార్యక్రమాలలో తమవంతుగా చారిత్రాత్మకమైన పాత్రను నిర్వహించగలదు!!

– *అఖండజ్యోతి, ఫిబ్రవరి 2001*

అనువాదం: శ్రీమతి కృష్ణకుమారి

ఏకాత్మతా సాక్షాత్కారం

భక్తుడైన ఏకనాథుడు ఆరోజున తండ్రి తద్దినం పెట్టవలసి ఉంది. వంట సిద్ధమైంది. పిలిచిన బ్రాహ్మణులు ఇంకా రాలేదు. వాకిట్లో నిల్చుని ఏకనాథుడు ఎదురు చూస్తున్నారు. అటునుండి ఐదుగురు మహర్‌లు (నిమ్న కులస్థులు) వస్తూ కనిపించారు. వంట ఇంట్లో నుండి సువాసనలు వస్తున్నాయి. వారు పరస్పరం అనుకుంటున్నారు, 'అబ్బ, ఏమి సువాసన! ఆకలి లేకపోయినా ఆకలి పుడుతున్నది. అయినా ఇట్టి భోజనానికి మనం నోచుకోలేదు కదా.'

ఏకనాథుడు వారి మాటలు విన్నాడు. వారిని పిలిచి శ్రాద్ధాన్నాన్ని పెట్టాడు. కొంత అన్నం మిగిలింది. దాన్ని ఏకనాథుని భార్య గిరిజాబాయి ఈ మహరుల భార్యలకు పిలిచి పెట్టింది. బ్రాహ్మణుల నిమిత్తం అప్పుడు మళ్లీ వంట చేసింది. ఆహ్వానితులైన బ్రాహ్మణులకు కథ అంతా తెలిసింది. వారికి కోపం వచ్చింది. ఏకనాథుడు ధర్మభ్రష్టుడైనాడని వారు చెడామడా తిట్టారు. 'నీవంటి పతితుడి ఇంట మేము భోజనమే చెయ్యము.' అని బెదిరించారు.

ఏకనాథుడు శాంతంగా విన్నాడు. యధావిధిగా శ్రాద్ధ సంకల్పం చేశాడు. పితృదేవతలను ధ్యానించాడు. ఆవాహనం చేశాడు. పితృదేవతలు ప్రత్యక్షం అయినారు. స్వయంగా శ్రాద్ధభోజనాన్ని స్వీకరించారు. తృప్తిపడి ఆశీర్వదించి, అంతర్ధానమైపోయారు. అందుకే చెప్పారు, ***ఆత్మవత్ సర్వభూతేషు, యఃపశ్యతి స పశ్యతి.*** *ఈవిధంగా ఏకనాథుడికి జీవులందరిలోను ఏకాత్మతా సాక్షాత్కారం కలిగింది.*

– ప్రజ్ఞాపురాణం నుండి

బాధ్యత భుజాల మీద వేసుకుంటే శక్తి అదే వస్తుంది.

పూజ్య గురుదేవుల అమృతవాణి

దేవతలు అంటే ఏమిటి?

దేవతలారా మరియు సోదరులారా! దేవతల అనుగ్రహ విషయము మీరంతా వినే ఉంటారు. వారు ఇస్తూ ఉంటారు కాబట్టే వారిని దేవతలని అంటారు. కోరికలతో ఎంతో మంది వారి పూజ చేస్తూ ఉంటారు, ఉపాసన, భజన చేస్తుంటారు తద్వారా దేవతలు తమకేదైనా ఇస్తారని. ఈ విషయం సరియైనదా లేక తప్పా అనే దానిని గురించి ఆలోచిద్దాం.

దేవతలు ఇచ్చేస్తారు. దీనిలో ఏ సందేహము లేదు. దేవత యొక్క అర్థమే ఇచ్చేవారని. ఇచ్చేవారిని ఏదైనా అడిగినట్లైతే దానిలో తప్పేమీ లేదు. కానీ ఆలోచించవలసిందేమిటంటే **దేవతలు అసలు ఇచ్చే వస్తువేమిటి? దేవతలు తమ దగ్గర ఏమున్నదో అదే ఇస్తారు. ఎవరిదగ్గర ఏమున్నదో అదే కదా వారివ్వగలిగేది.**

ప్రపంచములో సఫలత ఒక వస్తువుకు బదులుగా దొరుకుతుంది. దాని పేరు మనుష్యుని ఉత్కృష్ట వ్యక్తిత్వము. దీనికంటె తక్కువలో ఏ వస్తువు లభించదు. శరీరంలో జీర్ణించుకొనే శక్తిలేకపోతే మీరు తిన్న రుచికర పదార్థాలన్నీ మిమ్మల్ని హైరానా పెడతాయి, ఇబ్బంది పెడతాయి. సద్గుణాలు లేకపోతే సంపద పెరుగుతున్న కొద్దీ మీలోపల దోషాలు వ్యసనాలు పెరుగుతూ పోతాయి. అహంకారం పెరుగుతుంది. మీ జీవితాన్ని సర్వనాశనం చేస్తుంది.

దేవతలు ఏమి యిస్తారు? ఏ వస్తువులనైతే మీరు అడుగుతారో, సుఖం కలిగిస్తాయని భావిస్తారో వాటిని పొందే శక్తినే దేవతలు ఇస్తారు. దేవత్వము ఎప్పుడైతే మీకు ప్రాప్తిస్తుందో మీరు ప్రపంచములోని ప్రతి వస్తువు నుండి, చిన్నదాని నుండి పెద్దవాని వరకు లాభం పొందగలుగుతారు.

మనుష్యుని శరీరంలో సామర్థ్యం ఉండాలి, తెలివి ఉండాలి. వానిపై వివేకం యొక్క నియంత్రణ ఉండాలి. వివేకము లేకపోతే అగ్నిలో ఆజ్యం వేసినట్లు ప్రపంచంలో కష్టాలను మాత్రం కొని తెచ్చుకుంటారు. దేవతలు ఎవరికి సంపత్తి ఇచ్చే తప్పుమాత్రం చెయ్యరు. ఒకవేళ ఇస్తున్నారు అంటే దాని అర్థం నాశనం చేస్తున్నట్లే. మానవునికి భగవంతుడు ఒకవేళ మానవత్వం ఇచ్చినట్లైతే అది విశేషత, నవోత్సాహము ఇవ్వడమే. మానవత్వమనేది ఒక గొప్ప విషయం.

మనోకామనలు పూర్తిచేసుకొనుట చెడ్డపనేమీ కాదు, కానీ ఒక షరతు – ఏ పని కొరకు, ఏ వస్తువు కొరకు అడిగాము అనేది. ఒక వేళ ప్రాపంచికత కొరకు అడిగివుంటే, ఆ సంపత్తి ఎలా జీర్ణము చేసుకోగలమో మొదట తెలుసుకోవలసి ఉంటుంది. మనుష్యులు పొరపాటు చేయవచ్చు, కానీ దేవతలు పొరపాటు చేయరు. దేవతలు మీకు వస్తువులు ఇవ్వలేరు – నా అభిప్రాయంలో దేవతల సంపర్కములో వచ్చిన వారికి భౌతిక వస్తువులు లభించలేదు. ఏమి దొరికింది? దేవత్వం లభించింది. సద్గుణాల ఆధారంగా మానవుడు వికాసం చెందటానికి అవకాశం లభించింది. గుణాలు వికసించటం వలన, సామాన్య మానవులు ఉన్నత శిఖరాన్నధిరోహించగలుగుతారు. అది ప్రాపంచికమైనా లేకా అధ్యాత్మికమైనా గుణాలను ఉపయోగించుకొనే పద్ధతి మాత్రము ఒకటే. గుణాలు తమంత తాము శక్తి పుంజాలు. అలాగే కర్మ, స్వభావం కూడా శక్తి పుంజాలే. వీటినెక్కడ ఉపయోగించాలి; ఇది మీ ఇచ్ఛకు సంబంధించిన విషయం.

సాహసం వలన సఫలత లభిస్తుంది. ఇది ఒక ఆధ్యాత్మిక గుణం. దీని ఆధారంగానే యోగికి, తాంత్రికునికి, మహా పురుషునికి కూడా సాఫల్యం లభిస్తుంది. ప్రతి ఒక్కరికి ఈ సాహసం ఆధారంగానే సఫలత లభించింది. ఒకవేళ బందిపోటైనా సరే, మీరు యోగులు, నాయకులు, మహాపురుషులైనా సరే దీని ఆధారంగానే సాఫల్యం పొందగలరు. ఇది ఒక దైవీగుణం. దీన్ని మీ కోరికననుసరించి ఉపయోగించుకోవచ్చు. దేవతలు మనిషికి ఒకవేళ ఇస్తే గుణాల విశేషత, గుణ సంపద ఇస్తారు. **గాయత్రీ మాత ఒకవేళ ఎవరికైనా ఇచ్చినట్లైతే గుణాల విశేషతను ఇస్తుంది. గుణాల వలన ఏమవుతుంది? గుణాల వలననే అంతా అవుతుంది. భౌతికమైనా, ఆధ్యాత్మికమైనా వ్యక్తి ఉన్నతి పొందాడంటే కేవలం గుణాల వలననే. శ్రేష్ఠగుణాలు లేకపోతే భౌతిక ఉన్నతి దొరకదు, ఆధ్యాత్మిక ఉన్నతి దొరకదు.**

మనుష్యుడు ఎంత తెలివి గలవాడో, అంతకంటే తెలివిహీనుడు కూడా. **దేవతలు మనోకామనలు పూర్తిచేస్తారు. డబ్బు ఇస్తారు, సంతానం ఇస్తారు, సంపద ఇస్తారు, ఉద్యోగం ఇస్తారు అనే భ్రాంతి ఆధ్యాత్మిక క్షేత్రంలో ఎలా చొరవడిందో తెలియటం లేదు.** ఆధ్యాత్మిక క్షేత్రంలో ఎంత పెద్ద లాభం, ఎంత

గెలిచేవాడు లక్ష్యానికి అనుగుణంగా తన కోరికలను పెట్టుకుంటాడు.

పెద్ద ఉపయోగము ఎంత సుఖము సంభవమో వాటినన్నింటిని ఈ ఒక్క భ్రాంతి పాడుజేసింది. దేవతలు మనుష్యునికి ఒకే వస్తువు ఇస్తారు. ప్రతి ఒక్కరికి ఆ ఒక్కటే ఇచ్చారు. అదేమిటంటే దేవత్వ గుణం. దేవత్వం లభించినట్లైతే అప్పుడు ఎన్ని సాఫల్యాలు కోరుకుంటే దానికి వేల, లక్షల రెట్లు సాఫల్యాలు లభిస్తాయి.

మీరు ఏమి కోరుకుంటారు? మీకు దేవత్వానికి బదులు మూడు, నాలుగు వందల రూపాయలు నౌకరి ఇప్పించాలా? మంత్రము లేదా ఆశీర్వాదము అనేది వస్తువు కాబోదు. కానీ ఒకవేళ దేవతలు దేవత్వాన్ని ప్రదానం చేసినట్లైతే, అప్పుడు అది ఎంత విలువైన నౌకరి మీకు ఇప్పించగలదంటే, మీరు మీ అదృష్టానికి పొంగి పోవాల్సిందే. వివేకానందుడు, శ్రీరామకృష్ణ పరమహంస వద్దకు నౌకరి అడగటానికి వెళతాడు. కానీ దొరికిందేమిటి? మనుష్యులపై ఎప్పుడైనా సాధువులు దయ చూపిస్తారు. సాధువులెవరికైనా ఇచ్చారంటే ఒకటే ఇస్తారు, అది ఉల్లాసము. ఎటువంటి ఉల్లాసమంటే, మనుష్యుని అది సిద్ధాంతాలవైపు లాక్కొని వెళ్తుంది. ఎప్పుడైతే మనుష్యునికి సిద్ధాంతాల మత్తు వ్యాపిస్తుందో, అప్పుడు అతని అయస్కాంత తత్వము, ఆకర్షణ, అతని వాణి, అతని ప్రామాణికత ఎంత ఎత్తుకెదుగుతాయంటే ప్రతి మనిషి దగ్గరికి లాగబడతాడు. ప్రతి ఒక్కరు సహాయం చేస్తారు. వివేకానందునికి గౌరవము, సహయోగము రెండూ లభించాయి. ఇది ఎవరు ఇచ్చారు – కాళికాదేవి. కాళీ ఎవరికైనా ఏదైనా ఇచ్చినట్లైతే, అది ఇదే. ఒకవేళ ప్రపంచంలో మళ్ళీ రామకృష్ణుడు జన్మిస్తే, జీవిస్తే, ఈ విధమైన ఆశీర్వాదమే ఇస్తాడు. దానివలన మానవుని వ్యక్తిత్వం వికసిస్తూ పోతుంది. ఎప్పుడైతే వ్యక్తిత్వం వికసిస్తుందో మీరు కోరుకునే సహయోగం వర్షిస్తుంది. సహయోగము అడగబడేది కాదు, వర్షిస్తుంది. మనుష్యుడు ఇస్తూ ఉంటాడు. సహయోగం వస్తూ ఉంటుంది. దేవత్వము ఎప్పుడైతే వస్తుందో అప్పుడు సహయోగం వర్షిస్తుంది. బాబా సాహేబ్ ఆమ్టే ఉదాహరణ మీ ముందు ఉన్నది. ఎవరైతే కుష్ఠురోగుల కొరకు, వికలాంగుల కొరకు తన సర్వస్వాన్ని అర్పించారో, ఇది ఏమిటి? సిద్ధాంతము, ఆదర్శము, వరదానము. ఇంతకంటే తక్కువలో ఎవరికైనా వరదానం లభించిందా? ఇంతకంటే తక్కువలో ఎవరికి లభించదు. అడుక్కోవటం వలన ఎవరికి లభించలేదు, భవిష్యత్తులో లభించదు.

దేవతలు ఒక పనిచేస్తూ ఉంటారు. పూలు కురిపిస్తారు. రామాయణంలో కనీసం 50 సార్లైనా ఈ ప్రస్తావన వస్తుంది. దేవతలు పూలు కురిపించటం గురించి, పూలు కురిపిస్తారేంటి? సహయోగం కురిపిస్తారు. పూలు అని సహయోగాన్నంటారు. దేవత్వం ఏదైతే ప్రపంచంలో జీవించి ఉన్నదో జీవించే ఉంటుంది. దేవత్వం మరణించేది కాదు.

ఇచ్చట నేను దేవతల ప్రశంస చేస్తూ ఉన్నాను. దేవతలు మనిషి లోపల ఒక విధమైన ఆకాంక్ష, ఒక విధమైన ఉత్సాహం, ఒక విధమైన ఆవేదన కలిగిస్తారు. అన్ని రకాల వలలనూ, సాలెగూటి దారాలను త్రెంచుకొని సిద్ధాంతాలవైపు అగ్రగామి అయ్యేటట్లు మనిషిని బలపరుస్తారు. దేవతలంటే అలా ఉంటారు. దేవతల వరదానమని దీనిని అంటాము. మనుష్యుని లోపల ఎప్పుడైతే గుణ, కర్మ, స్వభావం యొక్క విశేషతలు ఉద్భవిస్తాయో అప్పుడు అతని ఉన్నతికి ద్వారాలు తెరుచుకున్నాయనేది విశ్వసించండి. ప్రపంచ చరిత్రలో ఏ క్షేత్రంలోనైనా సఫలత పొందారో ఎవరు గౌరవించబడ్డారో వారందరు గుణాల ఆధారంగానే అభివృద్ధి చెందారు. దేవతల వరదానం గుణముల, చింతన ఉత్కృష్టతయే.

ప్రపంచములోని మహాపురుషుల ఇతిహాసము ఈ విధంగానే ఉన్నది. అందరు మామూలు కుటుంబాలలోనే జన్మించారు. మామూలు పరిస్థితులతోనే జన్మించారు. కానీ ఉన్నతి యొక్క ఎత్తైన శిఖరాలను, అత్యున్నత స్థానాలను అధిగమిస్తూ ముందుకెళ్ళారు. ఎవరు చేరుకోగలిగారు? లాల్‌బహదూర్ శాస్త్రిని తీసుకోండి. వారి మీద దేవతానుగ్రహం ఉన్నది. **దేవతల అనుగ్రహాన్ని ఎలా పరీక్షించాలి? అనుగ్రహం చూపారా? లేదా? అనుగ్రహించారనటానికి ఒక గుర్తు ఉన్నది. అది మనము బాధ్యతాయుతంగా ప్రవర్తించగలుగటయే.**

పూజ యొక్క అర్థమేమిటంటే – మానవీయ గుణాల వికాసము. మానవీయ కర్మల వికాసము, మానవీయ స్వభావ వికాసము. పూజవలన ఇది దొరుకుతుంది, అది దొరుకుతుంది అని మీరు ఏదైతే భావిస్తూ వచ్చారో. అదంతా తప్పుగా అర్థం చేసుకోవటం వలన జరిగింది. పూజ వలన దయ, మర్యాద, నిజాయితీ లభిస్తాయి. మనుష్యునికి ఉన్నతమైన దృష్టికోణం లభిస్తుంది. ఒకవేళ పూజ తక్కువగా చేసి ఉంటే దారి తప్పి తిరుగుతూ ఉంటారు. పూజ వలన లాభము ఇంతవరకు చరిత్రలో మనుష్యులకు ఎలా లభిస్తూ వచ్చిందో – మనకు కూడా ఆ విధంగా లభించాలనే, మన గుణ, కర్మ, స్వభావ వికాసం, భావనా వికాసం జరగాలి. దీని పేరే దేవత్వం. దేవత్వం ఒకవేళ మీ వద్దకు వస్తే మీ వద్దకు సాఫల్యాలు వస్తాయి. హిందూదేశ ఇతిహాసము వైపు దృష్టి సారించండి. మహామహులు మాలవ్యాజీ

ఎంత గొప్ప ఆలోచన అయినా ప్రజలకు ఉపయోగపడకపోతే అది ఫలవంతం కాదు.

ఉదాహరణ విన్నారా – వారు ఎటువంటి మహోన్నత వ్యక్తి. వారి మీద దేవతలు అనుగ్రహం కురిపించారు, సామాన్య వ్యక్తి మహావ్యక్తి అయ్యారు.

మిత్రులారా! భగవానుడు ప్రసన్నుడైనప్పుడు, మీరు అడిగేటటువంటి వస్తువులు ఇవ్వడు. మరి ఏమి ఇస్తాడు? దేనివలన మనుష్యుడు స్వశక్తిచేత నిలబడగలడో, నలువైపులా సఫలతలే లభిస్తూ పోతాయో – అటువంటి దానినిస్తాడు. మహా పురుషులందరినీ చూడండి. దైవీ సహాయోగం లభించనటువంటి వ్యక్తి ఎవరు ప్రపంచపు తెరమీద కనపడలేదు. భగవంతుని సహకారం, ప్రజల సహకారం పొందినవారిలో ఏదైతే మనం సిద్ధాంతవాదం అంటున్నామో, ఆదర్శవాదం అంటున్నామో, వారికి శ్రేయస్సు లభించింది, ధనం కూడా లభించింది. ఎక్కడ మనుష్యునికి శ్రేయస్సు లభిస్తుందో అక్కడ వైభవం లభించకుండా ఉండజాలదు. సంత్‌లు పేదవారు కాదు. వారు ఉదారులు. ఏది లభిస్తుందో అది తినరు. దానిని ఇతరులకు తినిపిస్తారు. దీనినే దేవత్వమంటారు.

మనుష్యుని అంతరంగంలో యోగ్యత ఎప్పుడు వికసిస్తుందో బాహ్య సంపదలు అతనికి దగ్గరౌతూ వస్తాయి. ఉదాహరణ ఏమి చెప్పమంటారు – ప్రతి ఒక్క మహాపురుషుని జీవితము ఒక ఉదాహరణే. వారిని నేను దేవభక్తులంటాను. వారిని దేవోపాసకులని అంటాను. తమ గుణాల ఆధారంగా దేవతలను తమ వైపు ఆకర్షించుకొనేవారి సామర్థ్యాన్ని – సార్థకమైన దైవభక్తిగా అంగీకరిస్తాను. మీ భాషలో చెప్పాలంటే దేవతలు ఎప్పుడు ప్రసన్నులౌతారో అప్పుడు దేవత్వ గుణాన్నిస్తారు, దేవత్వపు కర్మలనిస్తారు, దేవత్వపు స్వభావాన్నిస్తారు, దేవత్వపు చింతననిస్తారు. ఇది మీ భాషలో చెప్పాను. మా పరిభాష దీనికంటె భిన్నమైనది. మనుష్యుడు తన దేవత్వ గుణాల ఆధారంగా దేవతలను వత్తిడి చేయగల్గుతాడు అని నేను చెప్పగలను, తమకు సహాయం చేసేందుకు దేవతలను వివశులను చేస్తారు. తమకు సహాయం చేయవలసిందే అని అంటారు. అలాగే వారు సహాయం చేయవలసి వస్తుంది. భక్తుడు ఎంత శక్తివంతుడంటే, భగవంతునిపై వత్తిడి చేయగలుగుతాడు. మీరు మాకు ఇవ్వవలసి ఉన్నది అని చెబుతాడు. మాకు సహాయం ఎందుకు చేయరు? మాకు సహాయం చేయవలసిందే అని భగవంతునితో పోట్లాడటానికి సిద్ధమౌతాడు.

కామనలు కోరేవారెప్పుడూ భక్తులు కాలేరు. భక్త శబ్దంతో పాటు, భగవంతుని ఇచ్ఛలు నెరవేర్చే విషయం జోడించబడింది. "కామనల పూర్తి మీదికాదు, భగవంతునిది". భక్తుని రక్షిస్తానని భగవంతుడు వ్రతం స్వీకరించారు. "యోగక్షేమం వహామ్యహమ్", యోగక్షేమములు వహిస్తానని భగవంతుడు వ్రతం చేసుకున్న విషయం నిజమే. మీ యోగక్షేమాలంటే అర్థం మీ శారీరక, మానసిక ఆవశ్యకతలను పూర్తిచేసే బాధ్యత స్వీకరించటం. భగవంతుని ఠీవిలోనూ ఒక అహంభావమున్నది. భగవంతునికి, భక్తునికి మధ్య సంబంధం ఇలాగే ఉంటూ ఉంటుంది. భక్తులు అడగరు ఇస్తారు. **భగవంతుడు మనిషి కాదు. మనం తయారు చేశాము. భగవంతుడు వాస్తవానికి సిద్ధాంతాల యొక్క పేరు, ఆదర్శాల యొక్క పేరు, శ్రేష్ఠతల సముచ్ఛయం యొక్క పేరు సిద్ధాంతాల కొరకు, ఆదర్శాల కొరకు మనుష్యుని త్యాగము బలిదానము ఏదైతే ఉన్నదో అదే భగవానుని పట్ల భక్తి దీని పేరే దేవత్వం.**

ప్రామాణికత మనుష్యునికి ఎంత గొప్ప సంపద అంటే దాని వలన అతనికి ప్రజల సహయోగం లభిస్తుంది స్నేహం కురుస్తుంది, సమర్థన వర్షిస్తుంది. ఎక్కడైతే స్నేహము, సమర్థన సహయోగం వర్షిస్తాయో అక్కడ ఏ వస్తువు కొరత ఉండదు. బుద్ధుని ప్రామాణికత వలన, సద్భావన వలన ఉదారత వలన ప్రజలు ధనరాశులు పోశారు. గాంధీజీ సద్భావన, ఉదారత, లోకహితం వ్యక్తిగత జీవనంలో శ్రేష్ఠత, ప్రామాణికతతో ముందుకు వెళ్ళడం వలన భక్తుల శ్రేణిలో చేరిపోయారు. సమాజమంతా సహయోగ మందించారు, దానమిచ్చారు. ఆయన ఆజ్ఞను పాలించారు. లక్షలాది మంది ఆయన మాటపై జైళ్ళకు వెళ్ళారు. లక్షలాది మంది గుండు దెబ్బలు తిన్నారు. ఇది సాధ్యమేనా? అవును. షరతు ఒక్కటే. మీరు ప్రకాశంవైపు వెళ్తూ ఉంటే నీడ మీ వెంబడే వస్తుంది. మీరు నీడ వెంబడి వెళుతుంటే నీడ మీకంటే ముందే వెళ్తూ ఉంటుంది. దీని అర్థం మాయ. మీరు ప్రకాశం వైపు నడవండి. భగవంతునివైపు నడవండి, ఆదర్శాల, సిద్ధాంతాల వైపు నడవండి.

తృష్ణల నుండి తప్పుకోండి. ఉపాసన యొక్క ఉన్నత స్థానాన్ని అందుకోవటానికి కృషి చేయండి. దాని వలన మీలోపల వ్యక్తిత్వంలో శ్రేష్ఠత వికసిస్తుంది. భక్తంటే ఇదే. మీకు ప్రజల వరదానం లభిస్తుంది, ఆత్మ యొక్క వరదానం లభిస్తుంది, భగవంతుని వరదానం లభిస్తుంది.

– 1979 జనవరి 31నాడు
శాంతికుంజ్‌లో ఇచ్చిన సందేశం

అభివృద్ధి అంటే నిన్నటికంటే ఈ రోజు మరింత బాగుండటం.

మనం - మన ఆరోగ్యం

నిద్ర యొక్క జ్ఞాన విజ్ఞానములు

మనిషి జీవించడానికి ఆహారం ఎంత అవసరమో నిద్ర కూడా అంతే అవసరం. జీవన చర్య సక్రమంగా జరగాలంటే మనిషికి కంటి నిండా నిద్ర ఉండాలి. దాహం వేసినట్లు, ఆకలివేసినట్లు నిర్ణీత సమయానికి నిద్ర కూడా అలాగే వస్తుంది. నిద్రవలన శరీరానికి చురుకుదనం, మనకుసు నూతనత్వం వస్తుంది. శరీరానికి, మనస్సుకు ఈ రెండూ సరిపడేలా అందేదాక నిద్ర అవసరం. నిద్రవల్ల ఇవి తీరకపోయినా, నిద్ర రాకపోయినా, ఏదో లోటు ఉందని తెలుసుకోవాలి, అడ్డు ఉందని తెలుసుకోవాలి. నిద్ర కూడా ఒక కళే! నిద్రకి ఒక పద్ధతి ఉంది. ఈ కళ తెలిసిన వారు నిద్రా సమయాన్ని పూర్తిగా ఉపయోగపరుచుకొంటారు.

ఆయుర్వేదం నిద్ర విషయంలో లోతుగా ఆలోచనలు చేసింది. నిద్ర గురించి సూక్ష్మాతిసూక్ష్మంగా వివరణ చేశారు. నిద్ర ఎన్ని రకాలో ఆయుర్వేదం చెప్పింది.

శ్రమ వల్ల వచ్చే నిద్ర; మానసికమైన ఒత్తిడి కారణంగా వచ్చే నిద్ర; శారీరక రుగ్మత వల్ల వచ్చే నిద్ర; దెబ్బలు, గాయాలు తగిలినప్పుడు వచ్చే నిద్ర; శ్లేష్మ వల్ల కఫం పెరిగినప్పుడు వచ్చే నిద్ర; తమోగుణ ప్రభావం వల్ల వచ్చే నిద్ర; తమోగుణం వల్ల వచ్చే నిద్ర శరీరానికి చురుకుతనం తెచ్చే కంటే బద్ధకంతో నింపుతుంది.

మరణాన్ని చిరనిద్ర అని "మహా తమోగుణ" నిద్ర అని అంటారు. యోగుల యొక్క మరణాన్ని "దివ్య నిద్ర" అంటారు.

ఆధునిక మానసిక శాస్త్రజ్ఞులు ఆలోచనల ప్రకారం నిద్రని మూడు భాగాలు చేశారు : 1) మంద నిద్రా సమయం 2) గాఢ నిద్రా సమయం 3) స్వప్న నిద్రా సమయం

కళ్ళు మూసుకుని నిద్ర పోవడానికి ప్రారంభించిన నిముషం నుండి గాఢ నిద్ర పట్టేదాక సమయాన్ని మంద నిద్రావస్థ అంటారు. ఇది పూర్తి కాగానే వెంటనే వ్యక్తి గాఢ నిద్రా సామ్రాజ్యంలోకి ప్రవేశిస్తాడు. అప్పుడతనికి ఏమీ తెలియదు. చుట్టుపక్కల ఏమి జరుగుతున్నా అతనికి ఏమి పట్టదు, అతని నిద్రకి భంగము కలుగదు. ఈ సమయంలో వ్యక్తికి మానసిక అలసట దూరమయి - ఊర్జాశక్తిని శరీరంలో ప్రవేశపెడుతుంది. ఈ నిద్ర చాలా అవసరం, అది తక్కువయితే మనిషికి శారీరక - మానసిక రోగాలు సంప్రాప్తమవుతాయి. దీని తరువాత వ్యక్తి కలలలో ఇంద్ర ధనుస్సు రంగుల ప్రపంచంలో విహరిస్తాడు. దీనికి కలల సమయం అంటారు.

కలల నిద్ర సమయంలో మనిషి యొక్క చేతన మనస్సుకు పట్టు తక్కువగా ఉండి, అచేతన మనసు మేల్కొంటుంది. ఈ అచేతన మనస్సే కలలు కంటుంది. చేతన మనస్సు కళ్ళ ఎదుట వర్తమానంలో జరిగే వాటిని, జ్ఞాపకాలలోనికి తొంగిచూస్తుంది. చేతన మనస్సుకు నిద్ర వస్తుంది. నిద్రలో జాగృత మనస్సు నిద్రిస్తుంది, అచేతన మనస్సు కలల ద్వారా మేల్కొంటుంది.

మెలకువగా ఉండే సమయంలో అచేతన మనస్సు మందకొడిగా ఉంటుంది. స్వప్నాల పీటముళ్ళను విప్పి వ్యాఖ్యానించేందుకు మానసిక శాస్త్రవేత్తలు అసమర్థత ప్రకటిస్తున్నారు. యోగిక్ టెక్నిక్స్‌తో యోగులు అచేతన మనసు యొక్క భావాల పరిష్కారం కనుగొంటారు, సంస్కరిస్తారు, దాని అస్థిత్వాన్ని పక్కన పెట్టగల సామర్థ్యం యోగులకు ఉంది. వాళ్ళు తమ కలలని నియంత్రిస్తారు. వాళ్ళు కలలు కనరు. కలల సమయంలో దివ్యదృష్టిని తీక్ష్ణం చేసి దీపావళి దీపాల కాంతుల వంటి కాంతులతో ఆ సమయాన్ని నింపుకొంటారు. యోగి నిద్ర రూపాన్నే మార్చి ఆ కాలాన్ని ఒక కళాత్మకంగా మలిచి సదుపయోగం చేసుకొంటారు.

సామాన్య మానవుని అచేతన అనంత సాగరంలా విస్తరించి ఉంటుంది. సామాన్య మానవుడికి గాఢ నిద్ర అవసరం. కాని నిద్ర ఎంత కావాలి? ఎంత అంటే రకరకాలుగా ఉంటుందని మానసిక శాస్త్రవేత్తలు అంటున్నారు. నిద్రా సమయం, సందర్భం, వ్యక్తిని పట్టి ఉంటుంది. శారీరకంగా మానసికంగా, సామాజికంగా ఆ వ్యక్తి జీవన విధానం, మనస్సు వీటిని పట్టి నిద్ర సమయం మారుతూ ఉంటుంది. పసితనంలో 15 గంటలు నిద్రపోయే పసిపాప, పెరిగి వయస్సు వచ్చాక 5 లేక 6 గంటలు మాత్రమే నిద్రపోగలదు. చిన్నతనంలో రోజుకి 10 గంటలు నిద్రపోవడం అనేది సామాన్య విషయం. 3 గంటలు మాత్రమే నిద్రపోయే వ్యక్తులున్నారు. 10 లేక 12 గంటలు నిద్రపోయే వ్యక్తులున్నారు. నెపోలియన్ రోజుకు 3 గంటలు మాత్రమే నిద్రపోయేవాడట. ఆల్బర్ట్ ఐన్‌స్టీన్ 10 గంటలు నిద్రపోయేవాడట. సాధారణ మనుషులు 5 నుంచి 7 గంటలదాకా నిద్రపోతారు.

జీవులన్నింటికి నిద్ర అవసరం అంటారు చిత్రమేమిటంటే కొన్ని జంతువులు నిద్రే పోవు - అయినా సరే చురుకుగా, ఆరోగ్యంగా ఉంటాయి. చీమలు నిద్రపోవు, నల్ల జింక నిద్రపోదు. గుఱ్ఱాలు నుంచునే కునికిపాట్లు పడతాయి. ఈశ్వరుని సృష్టిలో

నిజమైన చదువు కాలేజి నుండి బయటకు వచ్చిన తరువాత మొదలవుతుంది.

ఆశ్చర్యజనకంగా నిద్ర అనేది ఎరుగకుండా రాత్రి పగలు మెలకువతో ఉండి జీవన చక్రం నడిపే జీవులున్నాయి. కొందరు మానవులు జీవితమంతా నిద్రపోకుండా ఉన్నవారు ఉన్నారట. న్యాయవాద వృత్తిలో ఉన్న ఒక వకీలు నిద్రపోలేదట. కుంభకర్ణుడిని చూడండి పగలు - రాత్రి ఏకధాటిగా ఆరుమాసాలు నిద్రపోయేవాడు. ఎందుకు ఇన్ని రకాలు అంటే సమాధానం అందదు. వారి నిద్రలేమికి కారణాలు స్పష్టంగా తెలిస్తే తప్ప చెప్పలేము. యోగుల సమాధి ఉన్నత శిఖరాలనందుకొన్నప్పుడు నిద్ర తనంత తానే రూపం మార్చుకొంటుందిట.

నిద్రకి ప్రారంభ బిందువు ఏది? ఎక్కడ నుంచి ఇది ప్రారంభం చేద్దాము? నిద్రని కలవరపరచేతత్వమేమిటి? దానికి సహాయం ఎవరు చేస్తారు? ఈ విషయాలపై ఆధునిక మానసిక శాస్త్రవేత్తలు లోతుగా పరిశోధనలు జరిపారు, కుతూహలం పుట్టించే సమాధానాలు లభించాయి. విచారం ఎక్కువయితే నిద్రరాదు. ప్రతిదానికి సకారాత్మకమైన భావాలు తల ఎత్తితే నిద్రరాదు. నిద్ర లేమి అనేది ఆరోగ్యానికి గొడ్డలి పెట్టు. నిద్ర మస్తిష్కానికి విశ్రాంతినిచ్చి నూతనత్వం కలిగిస్తుంది. నిద్రలేమి మస్తిష్కాన్ని బలహీనపరచి నరాలు దెబ్బతీసి నరాల రోగాలను కల్పిస్తుంది. రక్తంలో ఉండవలసిన దానికంటే ఎక్కువ ఆల్కహాల్ ఉంటే ఎలాంటి ప్రభావం శరీరంపై ఉంటుందో అలాంటి ప్రభావం ఒక్కరోజు నిద్ర పోకుండా ఉంటే సంప్రాప్తమవుతుంది. నిద్ర రాకపోతే మనిషి జీవనచక్రం గతి తప్పుతుంది. శరీరంలో శక్తి క్షీణిస్తుంది. ఒకరాత్రి నిద్ర తగ్గితే ఆలోచన శక్తి 60 శాతం దిగిపోతుంది. సరియైన నిర్ణయాలు తీసుకోలేక పోవడం, చిరాకు, చిటపటలు, కోపం, హద్దు-పద్దు లేకపోవడం, ఉద్విగ్నత, మర్చిపోవడం మొదలైన దుర్లక్షణాలు వస్తాయి.

హృదయరోగం, అధిక రక్తపోటు, మధుమేహం మొదలైన వ్యాధులకి శ్రీకారం చుడుతుంది. నిద్రలేమితనం, నిద్రలేమి వల్ల గుండె చప్పుడు ఆగిపోయే ప్రమాదం ఉంది. హర్మోన్స్ సరిగా లేకపోవడం, పాచన శక్తి హెచ్చుతగ్గులుగా ఉండడం నిద్రలేక పోవడానికి కారణాలు, దీనివలన ఊబకాయం వస్తుంది. నిద్రలేక పోవడంతో శరీరంలో రోగనిరోధక శక్తి తగ్గిపోతుంది. అంటురోగాలు శరీరాన్ని సునాయాసంగా ఆక్రమించుకొంటాయి. రోగాలు తయారవుతాయి. నడుము కింది భాగంలో నెప్పి, తలనెప్పి, నిద్రలేకపోవడం వల్లనే వస్తాయి అని వైద్యులు అంటారు. నిద్ర తక్కువగా ఉన్న వాళ్ళు కాస్త కునికి పాట్లు పడదామన్నా అవీ రావు. అనిద్ర వీరి చుట్టమై కూర్చుంటుంది. అనిద్రతో బాధపడే వ్యక్తులకు అజీర్ణం, ఎసిడిటి మొదలైన పాచన శక్తికి సంబంధించిన సమస్యలు వచ్చి నెమ్మదిగా అల్సర్స్ అవి వస్తాయి.

నిద్రలేకపోతే మనసులో వికార పుటాలోచనలు వస్తాయి. హతాశులవడం, నిరాశలో మునిగిపోవడం, విచారము తయారవుతాయి. మనిషిని మార్చివేస్తాయి. నిద్రలేకపోతే నరాలు ఉత్తేజమవుతాయి, ఇలా మాటిమాటికి జరుగుతూ ఉంటే నరాలకి సంబంధించిన రోగాలు వస్తాయి. న్యూరోట్రాన్స్ మీటర్స్ సరిగా పనిచేయవు. దీనివలన మానసిక రుగ్మతలు వచ్చి విషాదకర పరిణామాలకు దారి తీస్తాయి. నిద్రలేమి తనమే కాదు అధిక నిద్రవల్ల కూడా శారీరక, మానసిక రోగాలు వస్తాయి. స్త్రీలు అధికంగా నిద్రపోవడం వలన, హృదయరోగాలకి ఆహ్వానం పలికినట్లవుతుంది. నిద్రా సమయంలో గుండెలోని నరాలు ముడుచుకొంటాయి. గుండె నెప్పికి అదే కారణమవుతుంది. అయిదు గంటల కంటే తక్కువ, ఎనిమిది గంటల కంటే ఎక్కువ నిద్రపోతే గుండె నెప్పికి కారణాలవుతాయి.

రాత్రి నిద్రపోవడానికి, ఉదయం లేవడానికి మస్తిష్కంలో ఉండే హార్మోన్లు కారణమని ఆధునిక శాస్త్రవేత్తలు పరిశోధనలో తేల్చారు. శరీరంలోని రసాయనిక శృంఖలాలలోని ఒక లింకు నిద్రాచక్రాన్ని నిర్ధారణ చేసి ఆదేశాలిస్తుందని "హార్వర్డ్ మెడికల్ స్కూల్" వాళ్ళు కనుగొన్నారు. మస్తిష్కంలోని రెండు భాగాలలో ఉండే టి.జి.ఎఫ్. అల్ఫా అనే రసాయనం నిద్రాచక్రం ప్రక్రియలో కలసి ఉంటుంది. హైపోథెలమస్‌తో కూడా సంబంధం ఉంటుంది. శరీరం కునికిపాట్లు పడుతూంటే అదుపు చేస్తుంది. "చక్‌వీట్స్" అనే ప్రొఫెసర్ అంటారు. హైపోథెలమస్‌లో ఉన్న సంకేత వాహకాలకి ఈ రసాయనం రాబోయే సంగతి తెలియబడుతుంది, కళ్ళలోని రెటీనాతో కూడా ఈ సంకేతాలు వస్తాయి. పరిశోధనల వల్ల తేలింది ఏమిటంటే రెటీనాలో కూడా టి.జి.ఎఫ్. అల్ఫా అనే రసాయనం తయారవుతుంది. అంటే రెటీనాలోని కాంతి ఎంత, అది ఎంత లోతువుంది? అనేది తెలుస్తుంది. దీని ప్రభావం జీవన చక్రం మీద పడుతుంది. ఋతువులు మారుతూంటే దాని ప్రకారం మేలుకొనే అలవాటు మారుతూ ఉంటుంది.

జీవితమంటే అవగాహన, సువ్యవస్థితమైన జీవన పద్ధతికి - నిద్ర పట్టకపోవటానికి అనుబంధం చాలా ఉంది. నకారాత్మకమైన ఆలోచనలు (negative thoughts), అడ్డదిడ్డమైన జీవన శైలి ఈ నిద్ర సమస్యని పెంచుతాయి. **జీవితంలో మనం చేసే కార్యకలాపాలు సరిగా ఉంటే, ఆహార-విహారాలు సక్రమంగా ఉంటే, ఆలోచనలు కూడా సకారాత్మకంగా (positive thoughts) ఉంటే నిద్రకేమి తక్కువ? గుర్రుపెట్టి నిద్రపోవచ్చు.** యోగాలోని రకరకాల టెక్నిక్‌లను నిద్ర కొరకు ఉపయోగించ వచ్చు. ఈ అణు యుగంలో మన దృష్టికోణాన్ని, జీవన శైలిని పటిష్ఠం చేసుకొని జీవన యానం సుఖంగా, సునాయాసంగా గడపడానికి ప్రయత్నం చేయాలి.

- అఖండజ్యోతి, నవంబర్ 2005
అనువాదం: టి. జ్ఞానప్రసూన

ముందు చిన్నకొండ గమ్యంగా పెట్టుకుంటే తరువాత పెద్ద పర్వతాలను అధిరోహించవచ్చు.

జన్మశతాబ్ది మహాకుంభము - ఏంచేయాలి? ఎలాచేయాలి?

శతాబ్ది కార్యక్రమాలు శరవేగంగా జరుగుతున్నాయి. పరిజనులు ఎంతో చురుకుగా పనిచేస్తున్నారు. వారి ఉత్సాహమునకు హద్దు లేకుండా ఉంది. గాయత్రీ జయంతిని ధ్యానసాధనగా, గురు పూర్ణిమను శ్రద్ధాసమర్పణ పర్వముగా జరుపుకున్న పరిజనుల సందేహాలకు ఇప్పుడు మేము సమాధానమిస్తాము.

ప్రశ్న: జన్మశతాబ్ది సంవత్సర మహాకుంభములో మేము పాల్గొంటాము కానీ ఇంకా మేము ఏమేం కార్యక్రమాలు చేయగలము?

సమాధానం: ఇది మీ ఆరాధ్యులైన గురుదేవుల జన్మశతాబ్ది. 100 సంవత్సరాల తరువాతే ఇది మరల వస్తుంది. అందరి మనస్సుల్లోని సంకల్పాలు ఫలించే సమయమిది. పరమపూజ్య గురుదేవుల శతసూత్రీయ యుగనిర్మాణ యోజన కార్యక్రమంలో ఎన్నో ప్రణాళికలు దాగి ఉన్నాయి. అసంభవమనిపించే పెద్ద పెద్ద పనులు కూడా సామూహిక ప్రయత్నం వల్ల సంభవమౌతాయి. చిన్న చిన్న క్రాంతుల (విప్లవాలు) యొక్క మహత్తరమైన కలయిక వల్లనే పరివర్తన వస్తుంది. జాగృతమైన సమాజములోని ప్రజలు చేపట్టబోయే ఎన్నో ప్రయత్నాలలో మీరేకాక మీతోపాటు మరెందరికో భాగస్వామ్యం ఇప్పించవచ్చు. గాయత్రీపరివార్ చేపట్టిన నిర్మాణాత్మక కార్యక్రమాలు - భారతీయ సంస్కృతి జ్ఞానపరీక్ష, ఆరోగ్యము కొరకు యోగశిబిరాలు, వృక్షారోపణ (వృక్షగంగా-తరుపుత్రులు, తరుమిత్రులు), ఆలయాల దత్తత, సాక్షరతా విస్తరణ, దేవసంస్కృతి విశ్వవిద్యాలయ కార్యక్రమాలను నగరాల నుండి పల్లెల వరకు విస్తరింపచేయుట, పరిశుభ్రత-శ్రమదానముతోపాటు ప్రజ్ఞామండలి, మహిళా మండళ్ళ పరస్పర సహకారంతో ఆర్థిక స్వావలంబన ఎలా సాధించవచ్చో ప్రయోగాత్మంగా నిరూపించవచ్చు. గురుదేవుల స్మృతి ఉద్యానవనాలలో వనమూలికలను పెంచడం, ఆయుర్వేద వైద్య శిబిరాల నిర్వహణ, భ్రష్టాచార నిర్మూలన, ప్రజలారా లేవండి! ప్రజాస్వామ్యమును కాపాడండి! కార్యక్రమం, ఆడంబర వివాహాలను ప్రోత్సహించకుండుట, నగరీకరణ-పారిశ్రామికీకరణ వల్ల జరిగే హాని గురించి తెలియపరచుట వంటి కార్యక్రమాలు ఎన్నో ఉన్నాయి. చాలా చోట్ల ప్రభుత్వోద్యోగులు ఈ కార్యక్రమాలు తామే నిర్వహిస్తూ మన సహాయం కోరుతున్నారు. ఈవిధంగా మిషన్ భావజాలంతో కలిసి నడిచేవారి పనులలో అందరు సహాయపడాలి.

ఇలా ఎన్నో రకాల కార్యక్రమాల ద్వారా పరిజనులు గురుదేవులకు శ్రద్ధాంజలి సమర్పించుకోవచ్చు. ఇదే అసలైన గాయత్రి మరియు యజ్ఞము. ఇదే అసలైన పూజ కూడా. సమాజ నిర్మాణము కొరకు మనము ఏదైనా చేసి గురుదేవులకు సంతోషం కల్గించవచ్చు. యువశక్తి జాగరణ, దియా వ్యాప్తి, స్త్రీ శక్తిని పటిష్ఠము చేయాలి. దానితోపాటే గురుదేవుల ఆలోచనలను సామాన్యులు మొదలుకొని అధికారులు, ప్రజాప్రతినిధుల వరకు అన్ని వర్గాల వారికి తెలియపరచాలి. మీరు అందరు శ్రద్ధా సమర్పణా భావంతో ఈ సంకల్పాలను తీసుకొని పనిచేయవచ్చు.

ప్రశ్న: మహాకుంభ కార్యక్రమం చాలా విస్తృతస్థాయిలో జరగబోతోంది కదా! మరి మేము ఎటువంటి ఏర్పాట్లు చేసుకొని రావాలి?

సమాధానం: ముందుగా మీరు ఎప్పుడు రావాలనుకుంటున్నారో నిర్ణయించుకోండి. మీరు సెప్టెంబరు 15వ తారీఖు నుండి నవంబరు 15వ తారీఖు వరకు అంటే దాదాపు రెండు నెలలు లేదా నవంబరు 1వ తారీఖు నుండి 10వ తారీఖు వరకు అంటే ముఖ్య కార్యక్రమానికి (నవంబరు 6 నుండి 10 వరకు) కొంచెం ముందుగా వచ్చి స్వయంసేవకులుగా పనిచేయవచ్చు. మీరు ముందుగా చెప్పిన విధంగా రెండు నెలలు స్వయం సేవకులుగా ఉండాలనుకుంటే జన్మశతాబ్ది కార్యాలయం - శాంతికుంజ్ వ్యవస్థాపకుల నుండి ముందుగా అనుమతి తీసుకోండి. వారు తెలిసిన వారైనా సరే ముందుగా తెలియపరచాలి. అప్పుడు ఇక్కడ స్వయంసేవక నగరంలో మీకు ఉండేందుకు ఏర్పాట్లు చేయడం సులువౌతుంది. ఎన్నో పనులకు స్వయంసేవకులు కావాలి. భోజనాలయ నిర్మాణం, నగర నిర్మాణం, ప్రదర్శనలను, వేదికలను అలంకరించడం, పుస్తకాలయ ప్రదర్శన ఏర్పాట్లు, యజ్ఞశాల నిర్మాణం, రక్షణ వ్యవస్థ, విద్యుత్, రవాణా, నీటిసరఫరా వంటి బాధ్యతలు కొందరు తీసుకోవాలి. కొంతమంది స్వయంసేవకులు అతిథులను ఆహ్వానించి వారు కూర్చునే ఏర్పాట్లు చూడాలి. మీరు ఏ పనులు చేయగలరో ఆలోచించుకొని రండి. దాని ప్రకారం

మనిషి మనస్సులోకి వెళ్ళడానికి దగ్గర దారి అతని "కడుపు" (ఆహారం) అంటారు పెద్దలు.

ఏర్పాట్లు చేసుకోండి. ముందుగా తెలియపరచండి. వర్షాలు ఆగిపోగానే నగర నిర్మాణం మొదలౌతుంది. జూన్‌లో ఒక శిక్షణ శిబిరం నిర్వహించాము. ఆగస్టులో కూడా ఇంకో శిక్షణా శిబిరం జరిగింది. నిర్మాణం పనులు మొదలౌతాయి కనుక చుట్టుపక్కల తిరగాలనుకునేవారికి ఏర్పాట్లు ఉండవు. ఇక్కడ శ్రమదానం చేయాలనుకున్నవారు మాత్రమే తమ పేర్లు నమోదు చేసుకోండి. ఇక మూడవది, ముఖ్యమైనది అయిన కార్యక్రమం, మన ఆహ్వానం అందుకొని వచ్చే అతిథులకు చేసే ఏర్పాట్లు. గుర్తించుకోవలసినది ఏమంటే మీరు చాలా దూరం నడవవలసి ఉంటుంది. మీరు ఉండే నగరంలో ఏ త్రోవ దగ్గరగా ఉంటుందనే వివరాలు జోనల్ కేంద్రంలో ముందుగానే తెలుసుకోవాలి. అప్పుడే మీరు రద్దీలో ఇరుక్కోకుండా సరైన సమయంలో మీరు బసచేసిన ప్రదేశానికి చేరుకోగలుగుతారు. 6వ తారీఖు జరిగే కలశయాత్ర కంటే ఒకరోజు ముందుగా వచ్చేందుకు ప్రయత్నించండి. అక్టోబర్‌లో 25, 26 దీపావళి పండుగ నుండి చలి మొదలవుతుంది. అందువల్ల బెడ్డింగులు, స్వెట్టర్లు వంటివి తెచ్చుకుంటే మంచిది. మంచు విపరీతంగా కురవకపోయినా మన నగరాలు గంగ ఒడ్డున ఉంటాయి కనుక రాత్రిపూట చలి ఎక్కువగా ఉంటుంది. ఇంకో ముఖ్య విషయం ఏమిటంటే మీరు తిరిగి వెళ్ళిన తరువాత మీ ప్రాంతాల్లో ఏ కార్యక్రమాలు చేపడతారు అనే సంకల్ప పత్రాలు తీసుకురావాలి. ఇందుకొరకు అవసరమైన నిర్దేశాలు ముందే ఇవ్వడం జరిగింది.

ప్రశ్న: మహాకుంభ నగరాలు ఏ విధంగా తయారౌతున్నాయో తెలియచేయండి ?

సమాధానం: 2000 సంవత్సరంలో జరిగిన మహా పూర్ణాహుతి సందర్భంలో నిర్మించిన నగరం కంటే ఇది చాలా పెద్దది. పెద్ద కార్యక్రమాలు చూడనివారు ఏదో శాంతికుంజ్ చుట్టుపక్కల మాత్రమే ఇది జరుగుతుందని అనుకోవచ్చు. గంగ యొక్క రెండు తీరాలలోను ఈ కార్యక్రమం జరుగుతుంది. శాంతికుంజ్, హరిద్వార్‌కు సరిగ్గా ఉత్తర దిశలో ఋషికేశ్ సమీపంలో ఉంది. అక్కడ నుండి దక్షిణం వైపుగా 'హరికీపైడి' కి అతి దగ్గరలో ఈ కార్యక్రమంలో జరుగుతుంది. ఇక్కడ 1551 కుండములతో తయారైన యజ్ఞశాల, ప్రవచన ప్రాంగణం, కార్యాలయం ఉంటాయి. ముఖ్య సాహిత్య కేంద్రము, ప్రదర్శన, చర్చావేదిక, కళావేదిక అన్నీ హైవేకి రెండు వైపులా ఉంటాయి. ఇక్కడే మీడియా వారికి ఒక నగరం ఏర్పాటైంది. ఇక్కడ నుండి స్టేషన్, బస్టాండ్ మూడు లేక నాలుగు కిలోమీటర్లు ఉంటుంది. శాంతికుంజ్ నుండి మాత్రం 7 కిలోమీటర్లు ఉంటుంది. లాలాజీవాలాలో రకరకాల కార్యాలయాలు, విశిష్ట వ్యక్తుల కొరకు టెంట్లు వేయబడతాయి. గంగపైన ఊయల వంతెనలు ఏర్పాటు చేస్తాము. అందువల్ల ఒక ఒడ్డు నుండి మరొక ఒడ్డుకు నడిచేందుకు వీలుగా ఉంటుంది. మీరు మీతో తెచ్చుకునే కార్లు, ఇతర వాహనాలపై ఎటైనా తిరగగలమనే భ్రమలో ఉండవద్దు. మీకు ఆ అవకాశం అక్టోబరు 30 వరకే. హరిద్వార్‌లో కేవలం మన కార్యక్రమమే కాదు, గుజరాత్, బెంగాల్ నుండి వచ్చే పర్యాటకుల రద్దీ విపరీతంగా ఉంటుంది. హరికీపైడీ పర్యాటకులతో నిండిపోతుంది. శని, ఆదివారాలు ఇక్కడ దాదాపు 50,000 మంది పర్యాటకులు ఉంటారు. విశేషించి అవి పర్వదినాలు, అందరూ పుణ్యస్నానాలు చేయాలనే ఉత్సాహంతో వస్తారు. అందువల్ల రద్దీ ఇంకా పెరుగుతుంది. అందుచేత మీ యాత్ర చాలా సౌకర్యంగా ఉంటుందనే ఆశ పెట్టుకోవద్దు. ఈ నగరము 15 కిలోమీటర్ల పొడవు, 5 కిలోమీటర్ల వెడల్పు కలిగి ఉంటుంది. ఇందులో ఉపనగరాలు చాలా ఉంటాయి. బస్సులు, కార్లకు పార్కింగ్ చాలా దూరంలో ఉంటుంది. అక్కడ నుండి నడిచికాని, ఆటోరిక్షాలోకాని, టెంపోల్లోకాని రావాలి. మన స్వయంసేవకులు అడుగడుగునా ఉంటారు. స్కౌట్‌గైడ్‌లు, డి.ఎస్.వి.వి. విశ్వవిద్యాలయ విద్యార్థులు, 'దియా'కు చెందిన స్వయంసేవకులు మీకు అడుగడుగునా కనిపిస్తారు.

ప్రశ్న: కార్యక్రమంలోని ముఖ్య ఆకర్షణ ఏమిటి?

సమాధానం: అక్టోబరు 31వ తారీఖు నుండి నవంబరు 4వ తారీఖు వరకు ప్రతిరోజు మధ్యాహ్నం మహాకుంభ ప్రారంభమునకు సూచనగా శోభాయాత్రలు జరుగుతాయి. ఆయా ప్రాంతాలకు చెందినవారు చేసే సాంస్కృతిక కార్యక్రమాలు ఉంటాయి. ఆ సమయంలో అక్కడ ఉన్న పరిజనులు తమకు అప్పజెప్పిన పనులను తాత్కాలికంగా ఆపి అందులో పాల్గొనవచ్చు. నవంబరు 6వ తారీఖున బ్రహ్మాండమైన కలశయాత్ర ఉంటుంది. ఇలా చాలా పెద్దది. ఎందుచేతనంటే ఇందులో జన్మశతాబ్ది పురుషుని వ్యక్తిత్వము, కర్తవ్యములు, తద్వారా లభించిన అద్భుత పరిణామాల గురించి అన్ని భాషల్లో ముద్రితమైన సాహిత్యమంతా ప్రదర్శించబడుతుంది. నవంబరు 7 ఉదయం మొదలు మధ్యాహ్నం వరకు కర్మకాండలు, సంస్కారములు జరుపబడతాయి. ఉదయం నుండి సాయంత్రం వరకు చర్చాగోష్ఠి కార్యక్రమాలు జరగుతుంటాయి. అక్కడ విశిష్ట అతిథులు తమ తమ అభిప్రాయాలను వెల్లడిస్తారు. 7,8,9వ తేదీల్లో సాయంత్రం పూట

మన విధి మనం నిర్వర్తిస్తే ఫలితాలు అవే వస్తాయి.

ముఖ్యమైన జ్ఞానవేదికపై పూజ్య గురుదేవుల యొక్క విశిష్ట ఉద్బోదన ఉంటుంది. నవంబరు 9వ తారీఖున బ్రహ్మాండమైన దీపయజ్ఞం ఉంటుంది. ఈ కార్యక్రమంలో, ఏర్పాటైన నగరాల్లో ఉన్న స్వయం సేవకులు, వేదికలపై ఉన్నవారు, హరిద్వార్, ఋషికేశ్‌లలో ఉన్న దుకాణ దారులు, ఆశ్రమవాసులు, ఇళ్ళలోని వారు అందరు దీపాలు వెలిగించాలని మేము ఈ సందర్భంగా కోరుకుంటున్నాము. నవంబరు 10వ తారీఖు ఉదయం కార్తీక పూర్ణిమ మరియు గురునానక్ జయంతి సందర్భంగా అందరు పూర్ణాహుతి కార్యక్రమం ముగించుకొని తమ తమ ప్రాంతాలకు బయలు దేరతారు.

ప్రశ్న: అక్కడ ఉండేందుకు చేసిన ఏర్పాట్లు ఎలా ఉంటాయి?

సమాధానం: టెంట్లతో తయారైన నగరాలు ఏర్పాటు అవుతున్నాయి. సామూహికంగా ఉండేందుకు కూడా ఏర్పాట్లు ఉన్నాయి. వివిధ ప్రాంతాలకు వేర్వేరు నగరాలు ఉంటాయి. టెంట్లలో సౌకర్యంగా ఉంటుంది. ఎందుకంటే అక్కడి నుండి అన్నిచోట్లకు వెళ్ళేందుకు అనుకూలంగా ఉంటుంది. ఆశ్రమాలు, ధర్మశాలలు, హోటల్స్ ఎవరికివారు తమ స్తోమతనుసరించి ముందుగానే బుక్ చేసుకోవచ్చు. ప్రవాస భారతీయులకు కూడా ఏర్పాట్లు చేస్తున్నాము. అందరికి ఇటువంటి ఏర్పాట్లు శాంతికుంజ్ నుండి చేయలేము.

ప్రశ్న: ఈ మహాకుంభము తరువాత కార్యక్రమాల ప్రణాళిక ఏమిటి?

సమాధానం: ఈ మహాకుంభము పూర్తయిన వెంటనే డిసెంబరు నుండి దేశమంతటా అనుయాజ కార్యక్రమాలు జరుగుతాయి. 7 రూట్లలో రథయాత్రలు ఇప్పుడు జరుగుతున్నట్లుగానే జరుగుతాయి. కానీ రథయాత్ర ఇప్పుడు వెళ్ళని ప్రాంతాలన్నింటికి అప్పుడు వెళుతుంది. 2012 జనవరి 28 శనివారం నాడు వసంత పంచమి. ఆ రోజు దేశమంతటా ఒకేసారి కాగడాల ప్రదర్శన జరుగుతుంది. 'ఇంక్విలాబ్ జిందాబాద్' తరహాలో 'మేము మారతాం - యుగం మారుతుంది' అనే నినాదాలతో యుగ సైనికులు నగరమంతా తిరుగుతారు. 2012 సంవత్సరమంతా 'సౌర సాధన సంవత్సరం' గా ప్రకటించాము. ఇందుకు సంబంధించిన వివరాలు మొత్తం తరువాత ఇస్తాము. ఇంతటితో ఈ ప్రశ్నోత్తర క్రమము ముగిసింది.

- అఖండజ్యోతి, సెప్టెంబర్ 2011

అనువాదం : శ్రీమతి వల్లీశ్రీనివాస్

వయస్సును మించిన ప్రతిభ

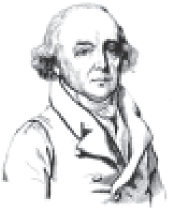
స్కాట్లాండ్‌లోని జేమ్స్ ఈస్టన్ అనే బాలుడు 12 సంవత్సరాల వయస్సులోనే అరబ్, గ్రీకు, హిబ్రు మొదలైన 12 భాషలను చాలా బాగా నేర్చుకున్నాడు. ఫ్రాన్స్‌లో జన్మించిన లూమాన్ అనే బాలుడు 12 సంవత్సరాల వయస్సులోనే ఇంగ్లీషు, జర్మన్, ఫ్రెంచి ఇతర యూరోపియన్ భాషలన్నీ అనర్గళంగా మాట్లాడేవాడు. అతి ఆశ్చర్యకరమైన విషయమేమంటే 6 నెలల వయస్సులో ఈ బాలుడు బైబిల్ చదివాడు. 2 సంవత్సరాల వయస్సు వచ్చేసరికి ఈ బాలునితో పెద్ద పెద్ద ప్రొఫెసర్లు లెక్కలు, సైన్సు మొదలైన వాటి గురించి మాట్లాడటానికి సాహసించలేకపోయేవారు. బ్లేయిస్ తన పన్నెండవ యేట ధ్వని శాస్త్రం మీద వ్యాసం వ్రాసి మొత్తం ఫ్రాన్స్ దేశాన్ని ఆశ్చర్యంలో ముంచి వేశాడు. జీన్ ఫిలిప్ బెరోటియర్‌కు 14 సంవత్సరాల వయస్సులోనే ఫిలాసఫిలో డాక్టరేట్ లభించింది. ఆయన ధారణశక్తి ఎంత గొప్పదంటే వ్యక్తిగత, జాతీయ, అంతర్జాతీయ సంఘటనలు మొత్తం టేపు చేసి పెట్టినంత యధాతథంగా చెప్పగలిగేవాడు.

డాంటే 9 సంవత్సరాల వయస్సులో అద్భుతమైన కవిత్వాన్ని వ్రాసేవాడు. కాంట్ 10 సంవత్సరాలకే వేదాంతపరమైన ప్రతిపాదనలతో పండితులను ఆశ్చర్య చకితులను చేశాడు. గెటే 10వయేట కథ వ్రాయగా అది 7 భాషలలోకి అనువదించబడి ఖ్యాతిగాంచింది. భారతేందు హరిశ్చంద్ర 9 ఏళ్ళ ప్రాయంలో సమస్యా పూరణం చేయడంలో ప్రతిభను చూపించాడు. మహాకవి తులసీదాస్ రామ రామ అంటూ పుట్టాడు.

ప్రతిభ, సాఫల్యములకు వయస్సు ఏనాడు ఆటంకం కాజాలదు. శ్రద్ధ, పట్టుదలతో అతి చిన్న వయస్సులోనే సంచిత సంస్కారములను జాగృతం చేసుకుని ఆశ్చర్యకరమైన లాభాలను హస్తగతం చేసుకొనవచ్చు.

- ప్రజ్ఞా పురాణం నుండి

ప్రతి మనిషి నిరంతరం ఒక విద్యార్థే.



ఆరోగ్యమే మహాభాగ్యం - 10

హోమియో వైద్య సేవ

మా బాబుకు 6 సం॥లు. తరచుగా జలుబు, జ్వరం వస్తుంటాయి. టాన్సిల్స్, అడినాయిడ్స్ ఉన్నాయి. బాబు చాలా మొండిగా ఉంటాడు. సన్నగా ఉంటాడు. అసలు ఏవీ సరిగ్గా తినడు. చాలా కోపం ఎక్కువ. నిద్రలో పళ్ళు కొరుకుతూ ఉంటాడు. మా ఫ్రెండు ఒకావిడ పిల్లలకు హోమియో మందులు వాడితే వారి ప్రవర్తనలో కూడా మార్పు వస్తుంది. ఈ మొండితనం పోతుంది అని చెప్పింది. ఇది ఎంతవరకు నిజం. ప్రవర్తనంలో నిజంగా మందులతో మార్పు సాధ్యమా? తగిన సలహా ఇవ్వగలరు? **- *లలిత, విజయవాడ***

మీరు విన్నది నిజమే. ఏ వైద్య విధానంలోను లేని ఈ ప్రక్రియ కేవలం హోమియో వైద్య విధానంలో ఉంది. సాధారణంగా మనుష్యుల ప్రవర్తనకు కారణాలు అనేకం.

ఉదా: 1) *జన్యుపరమైన కారణాలు:* తల్లిదండ్రుల ప్రవర్తనలు, తాత ముత్తాతలు ప్రవర్తనలు పిల్లలకు వంశపార్యంగా వస్తుంటాయి.

2) *పెంపకం:* పిల్లలు ఎదిగేటప్పుడు వాళ్ళ చుట్టు పక్కల ఉండే మనుష్యుల ప్రవర్తన పిల్లల ప్రవర్తన మీద ప్రభావం చూపుతుంది.

3) కొన్ని రకాల ఆరోగ్య సమస్యలు కూడా వారి ప్రవర్తనపై ప్రభావం చూపుతాయి.

ఒక మనిషి వ్యక్తిత్వం జన్యుసంబంధమైనదిగా ఉంటుంది. ఇది మనం పిల్లల్లో గమనించవచ్చు. కొంతమంది పిల్లలు చిన్నతనం నుండే చాలా సుకుమారంగా, సున్నితంగా, సూక్ష్మ బుద్ధితో ఉంటారు. ఇంకొంతమంది చాలా మొండిగా, చిరాకుగా, కోపంగా ఉంటారు.

జన్యుపరంగా అలవడిన లక్షణాలను ఎవరు పూర్తిగా తొలగించలేరు. పిల్లల్లో ఉండే మొండితనం, కోపం, చిరాకు, అసహనత, క్రమశిక్షణ లేకపోవడం మొ॥గు లక్షణాలను, పెంపకంలో మార్పుల ద్వారా కొంతవరకు నియంత్రించవచ్చు. తల్లిదండ్రులకు కొన్ని సలహాలను ఇచ్చి వాటిని అమలు పరిచేలా చూసినచో కొన్ని సమస్యలను పరిష్కరించవచ్చు. కాని చాలాసార్లు తల్లిదండ్రులు ఎంత సహనంతో ఉన్నా పిల్లలను ఈ లక్షణాల నుండి బయటపడేయలేరు. అలాంటప్పుడు మీ హోమియో వైద్యులు మీకు చాలా మేలు చేయగలరు. చాలాసార్లు పిల్లలను జ్వరంతోనో, దగ్గుతోనో లేదా ఆంటిబయాటిక్స్ వాడలేకనో హోమియో మాత్రలు తియ్యగా ఉంటాయనో హోమియో వైద్యుల వద్దకు తీసుకొస్తారు. అప్పుడు ఆ వైద్యుడు అన్ని లక్షణాలు అడుగుతూ పిల్లవాడికి సంబంధించి మానసిక సమస్యలు ఉదా: అతిగా కోపం, మొండితనం, భయం, చిరాకు, బెరకు మొ॥గు వాటి గురించి అడిగి వాటిని కూడా ఆధారంగా చేసుకొని మందులు ఇస్తారు. పిల్లవాడికి ఆ జ్వరంతోపాటుగా నెమ్మదిగా ఆ మొండితనం, కోపం మొదలగు లక్షణాలు కూడా తగ్గుముఖం పట్టి సాధారణ స్థాయి చేరుకొంటారు. హోమియోలో ఇలాంటి వాటికి కూడా చికిత్స ఉంటుందని చాలామందికి తెలియదు. కాని **ఇటువంటి సమస్యలకు హోమియోలో మాత్రమే చికిత్స కలదు.**

పిల్లలను Child Psychologist దగ్గరకు తీసుకొని వెళ్ళినా పెద్దగా ప్రయోజనం ఉండదు. కొద్దిగా ఎదిగిన పిల్లలలో వాళ్ళకి ఏది మంచో ఏది చెడో బాగా తెలుసు కానీ వారు వారి ప్రవర్తనని మార్చుకోలేరు. సరైన లక్షణాలను హోమియో వైద్యులకు చెప్పినచో ఆ లక్షణాలను బట్టి కాన్స్టిట్యూషనల్ ట్రీట్మెంట్ ఇస్తారు. దానివలన పిల్లలు సాధారణ స్థాయికి వచ్చేస్తారు.

సాధారణంగా పిల్లల మానసిక లక్షణాలకు వాడే మందులు **(ఇవి మీ అవగాహణకు మాత్రమే).**

కెమోమిల్లా: కెమోమిల్లా బిడ్డ చిరచిరలాడుతుంటాడు, మూలుగుతుంటాడు. ఊరికే ఏడుస్తుంటాడు. అది కావాలని, ఇది కావాలని పేచి పెడుతుంటాడు. అడిగిన వస్తువు ఇచ్చినపుడు తీసుకొని విసిరి అవతల పారేస్తాడు. తనకు ఏం కావాలో శిశువుకు తెలియదు. ఆ బిడ్డను ఎత్తుకు తిప్పితే ఊరుకుంటాడు. కెమోమిల్లా పిల్లలు క్రమశిక్షణకు లొంగకుండా పెరుగుతారు. కోపం ఎక్కువ, గుక్కపెట్టి ఏడుస్తారు. కోపంతో తలను గోడకేసి బాదుకుంటారు. ఈ పిల్లలతో చాలా నేర్పుగా వ్యవహరించాలి. ఆ సమయంలో వీరికి ఫిట్స్ కూడా రావచ్చు.

ట్యూబర్క్యులినం: ప్రతి చిన్న విషయానికి మొండికేస్తారు. మూర్ఖపు పట్టుదల. కాదంటే విపరీతమైన కోపం వస్తుంది. అడిగిన వస్తువు ఇస్తేగాని వదలరు. ఎంతో గారాబంగా పెరిగి ఇలా ప్రవర్తిస్తారు. చెప్పింది కాదన్నా, అడిగింది ఇవ్వకపోయినా

ఎవరికి ఇతరులను అవమానించే హక్కు లేదు.

నేలమీదపడి కాళ్ళు చేతులు తన్నుకుంటూ, ఏడుస్తూ, తల్లి చీర పట్టి లాగుతూ దొర్లి గింతలు పెట్టి ఏడుస్తారు. వాళ్ళని సమాధాన పరిచేసరికి తలప్రాణం తోకకి వస్తుంది. ఆకలి చాలా ఎక్కువ. రోజూ కనీసం 4-5సార్లు అయినా టిఫిన్ తింటారు. భోజనం సరేసరి.

పిల్లలు కోపం వచ్చి ఇంట్లో చెప్పకుండా పారిపోతారు. ఇంట్లో డబ్బు దొంగతనం చేసి పారిపోయి, అది పూర్తిగా ఖర్చు పెట్టుకొని తర్వాత కొన్నాళ్ళకు తిరిగి వస్తారు.

సినా: కొంతమంది పిల్లలకి కోపం, మొండితనం ఉంటుంది. మాట్లాడినా, పలకరించినా సహించలేరు. పలకరిస్తే పెద్దగా ఏడుస్తారు. చేతుల్లో ఉన్నవి విసిరేస్తారు. కాళ్ళు, చేతులు కొట్టుకోవడం, క్రిందపడి పొర్లుతూ ఏడుస్తారు. ఏమి ఇచ్చినా ఊరుకోరు. ఒక్కొక్కసారి కడుపులో నొప్పి వలన పసిపిల్లలు చిరాకుగా ఉండవచ్చు. మిగిలిన పిల్లలతో కలిసి ఆడుకోలేరు. విరేచనంలో క్రిములు (worms) ఉండే పిల్లలకు ఇది చాలా మంచి ఔషధము.

సలహాల కొరకు సంప్రదించవల్సిన చిరునామా

డా॥ టి. నీలవేణి, బి.హెచ్.ఎమ్.ఎస్.

ఆర్.ఎన్..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.

మనను మనమే ఉద్ధరించుకోవాలి

మనకు ఎపుడు ఏ కష్టం వచ్చినా, దాని నుండి బయట పడడానికై సాధారణంగా ఇతరులవైపు చూస్తాము. మిత్రులూ సహచరులూ మనకు సాయపడాలని కోరుకుంటాము. గతంలో మనం ఇతరులకు సాయపడ్డాము కనుక వారు మనకు సాయపడతారు - అనే భావం లౌకిక జీవితంలో సరైనదే. అయితే - ఆంతరిక జీవనంలో ఇలా జరగదు. మన ఆంతరిక వ్యవస్థలో మనం తప్ప, మన ఆత్మబలం తప్ప మరే శక్తీ మనకు సాయపడజాలదు. ఆత్మ వికాసం కోసం ప్రతి వ్యక్తీ స్వతంత్రంగా, తన కార్యశూరత ద్వారా కృషి చేయవలసిందే.

సాఫల్య శిఖరాగ్రాన్ని చేరుకున్న వ్యక్తులందరూ తమ ఆత్మశక్తి ఆసరాతో అక్కడికి చేరుకున్నవారే. మనిషి తనను తాను ఉద్ధరించుకోవలసిందే. మనము ఉదాత్త ఆశయాలపట్ల అభిరుచి కలిగి ఉంటే - మనకు మనమే మిత్రులం, భోగ భాగ్యాల ప్రవాహంలో కొట్టుకుపోతూ ఉంటే, దారి తప్పితే, విశృంఖలమైన ఆలోచనలలో కొట్టుకుపోతూ ఉంటే - మనం మనకే శత్రువులం. మనకు బంధువులమూ మనమే, శత్రువులమూ మనమే. మనని మనము ఉద్ధరించుకొని ఆధ్యాత్మిక రంగంలోనూ, లౌకిక రంగంలోనూ కూడా సాఫల్యాలను సాధిస్తూ ముందుకుపోగలము.

సౌందర్యానికి, శక్తికి కేంద్రం

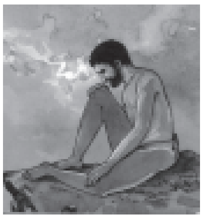
సౌందర్య, శక్తుల భాండాగారం మనిషిలోపలే ఉన్నది. బాహ్య సాధనాల ద్వారా వాటి క్రమబద్ధీకరణ, అలంకరణ మాత్రమే సాధ్యపడతాయి. జీవితాన్ని ఎవరూ బయటి నుండి ఇవ్వలేరు. అది ఆంతరిక సామర్థ్యంపైననే ఆధారపడి ఉంటుంది.

అధ్యాపకుడు చదివించగలుగుతాడు. కానీ, అతడు మానసిక స్థాయిని ఇవ్వలేడు. అందాన్ని పెంచే అలంకార సాధనాలు ఎన్నెన్నో బజారులో దొరుకుతాయి. అయితే - సౌందర్యపు మౌలిక శక్తి మనిషి లోపలే ఉంది. శరీరపు అందవికారాన్నీ అవయువాల వైకల్యాన్నీ ఇతరుల సహాయంతో ఒక పరిమితి వరకు మాత్రమే తగ్గించగలుగుతాము.

సౌందర్యం, శక్తి సంపదల అక్షయ భాండాగారం మన లోపలే ఉంది. దాన్ని గుర్తించగలిగితే, వెదకగలిగితే, సమీకరించగలిగితే - ఏ వ్యక్తి అయినా తన దారిద్ర్యాన్నీ, అందవికారాన్నీ తొలగించుకోగలుగుతాడు. బయటి సాధనాల, వ్యక్తుల సహాయ సహకారముల కొరకు జరిపే ప్రయత్నముల కన్నా, తక్కువ కృషితో మనిషి తన అంతరంగాన్ని వెదకినపుడు, దాన్ని సంస్కరించడంలో నిమగ్నమయినపుడు అపరిమితమైన శక్తులకు అధిపతి కాగలుగుతాడు.

తనకు తెలియనిది ఏమి లేదని అజ్ఞాని అనుకుంటాడు.

వేమన వేదం - నవజీవన నాదం - 11



ఈ లోకంలో ఏదీ శాశ్వతం కాదు. జననానికి, మరణానికి మధ్య మజిలీయే ఈ జీవితం అన్న పరతత్త్వ సత్యాన్ని వేమన చక్కటి ఉదాహరణలతో ఇలా వివరించాడు ఈ పద్యంలో.

భూమినాదియనిన భూమి ఫక్కున నవ్వు
దానహీనుఁజూచి ధనమునవ్వు
కదనభీతుఁజూచి కాలుడు నవ్వును
విశ్వదాభిరామ వినురవేమ !

రెప్పపాటు లాంటి జీవితం కోసం వచ్చిన మనిషి, ఈ భూమి తనదంటూ, అహంకారంతో, ఆభిజాత్యంతో ఇతరుల భూములను కూడా ఆక్రమించుకుంటూ మహా పాపాత్ముడు అవుతున్నాడు. చెడ్డ బుద్ధితో, స్వార్థంతో భూ ఆక్రమణలను చేసే వానిని, విధి వెక్కిరించినట్లుగా, భూమి కూడా నవ్వుతోంది. ఎందుకంటే "ఎటువంటి మనిషికైనా చనిపోయాక కావలసినది కేవలం ఆరడుగుల నేలమాత్రమే" ఈ సత్యాన్ని విస్మరించి, విర్రవీగేవాడికి వేమన చేస్తున్న హెచ్చరిక పై పద్యంలో అగుపిస్తుంది. ధనం సంపాదించడంలోనే అధికంగా శ్రమించే లోభికి, "ధనం నాది" ఈ ధనానికి నేనే యజమానిని" అన్న మోహం వల్ల పిసినారిగా మారి, దానం చేయకుండా ఉండేవాడిని కూడా చూసి ధనం నవ్వుతుందట. ఎందుకంటే జీవితాంతం పడ్డ శ్రమంతా, అతడు మరణించాక ఆ ధనం అతని వంశీయులు / దాయాదుల వశమవుతుందే తప్ప అతనితో వెళ్ళదు. కావున ఉన్న నాలుగు రోజులైనా దానం చేసి, తనవంతుగా సహకారమందించడం ధనవంతుల బాధ్యత.

పిరికితనంతో యుద్ధానికి వెళ్ళని భీరుని చూసి మృత్యువు కూడా పరిహసిస్తుంది. ఎందుకంటే మృత్యు ఘడియ సమీపించినపుడు, ఆ మనిషి ఎక్కడ ఉన్న మృత్యువు కబళించకమానదు. అందువల్ల ధైర్యంతో యుద్ధంలో పోరాడి మరణించినప్పటికీ, అతని కీర్తి ప్రతిష్టలతోబాటు స్వర్గప్రాప్తి కలుగుతుంది. కాబట్టి ఈ అశాశ్వతమైన జీవితంలో ఆధ్యాత్మిక ధోరణి, పారమాత్మిక తత్త్వ చింతనను ప్రతి ఒక్కరూ అలవర్చుకోవాలని ఉద్బోధించారు వేమన.

దురాశ దుఃఖానికి చేటు, 'ఆశ' అనేది వ్యక్తిలోని ఔన్నత్యాన్ని దిగజార్చే ప్రమాదముంది. ఆశ అనే జాడ్యానికి లొంగినపుడు దేవుడైనా సరే, దైవత్వాన్ని మర్చిపోతాడు అని హెచ్చరిస్తాడు వేమన. పాల సముద్రంలో శయనించి విష్ణువు, కృష్ణావతారంలో బాల కృష్ణునిగా గోపెమ్మల ఇళ్ళలో పాలు దొంగతనం చేయడం ఎంతో వింతగా ఉన్నప్పటికీ, ఆశ అనేది ఇతరుల సొమ్మును హరించాలన్న దుష్కర్మను ప్రోత్సహించి, ఇతరుల విమర్శలకు అవకాశమిస్తారు అని ప్రబోధిస్తారు. ఇలా...

పాలకడలి మీద బవ్వళించిన హరి
గొల్లపల్లెపాలు కోరనేల?
ఎదుటివారి సొమ్ము లెల్లవారికి దీపి
విశ్వదాభిరామ వినురవేమ !

'అల్పాక్షరాలలో అనల్పార్థం' ఉండాలి. 'రాశికన్నా వాసి ముఖ్యం' కుప్పలుగా పోసిన రాళ్ళకంటే పెట్టెలోనున్న రత్నం మేలు. అన్న నిజాన్ని చెప్పే మాటలలో సంఖ్య కన్నా, సారం ముఖ్యం. అనే యదార్థాన్ని ఇలా వివరించారు ఈ క్రింది పద్యంలో ఇలా...

ఫక్కి తెలిసి పలుకనొక్క వాక్యమె చాలు
పెక్కులేల? వట్టి ప్రేల్పులేల?
దిక్కు గల్గి మ్రొక్క నొక్కటి చాలదా!
విశ్వదాభిరామ వినురవేమ !

సారముండి, ఇతరులను స్పందింపచేసే ఆణిముత్యాలాంటి ఒక్క మాట చాలు. అనవసరంగా ఎన్ని మాటలు పలికినా, అది వృథా ప్రయాసగానే మిగిలిపోతుంది. నమ్మకంతో, ఒక్క దేవుణ్ణి పూజించాలే తప్ప, అందరి దేవుళ్ళనీ యాంత్రికంగా, స్వార్థంతో పూజించరాదు. భక్తి, తరించడానికే తప్ప కోర్కెలు తీర్చుకోడానికి మాత్రమే పరిమితం కారాదు. మొక్కులు మొక్కడం బలుల పేరుతో జీవహింస చేయరాదని తెల్పిన మహాయోగి వేమన.

తన, మన ధనములర్పించి భక్తితో అంకితమైనపుడే అది నిజమైన భక్తి అవుతుంది. ఆర్భటాలు, ఆడంబరాలు, అనవసరమైన హడావిడి భక్తికి పొసగని లక్షణాలు.

'కాషాయం' త్యాగానికి ప్రతీక. సర్వసంగ పరిత్యాగులు, అన్ని కోరికలను త్యజించి, మోక్షార్థమై భగవంతుని శోధించాలే తప్ప, లౌకిక సుఖాలతో కూడిన ఆశ్రమాలను, ఆడంబరాలను త్యజించాలి. కాకుంటే ఆ ఆలోచనలు మనిషిని అధిగమించి, భక్తిని అణిచివేస్తాయి.

వేషభాష లెరిగి కాషాయ వస్త్రముల్
గట్టగానె ముక్తి కలుగబోదు
తలలు బోడులైన తలపులు బోడులా
విశ్వదాభిరామ వినురవేమ !

కాషాయ వస్త్రాలు ధరించి, నాలుగైదు ఆధ్యాత్మిక మాటలు

తనకు తెలియనిది అంతా పాఠమని జ్ఞాని అనుకుంటాడు.

పలికినంత మాత్రాన ముక్తి కలుగదు. ఆత్మ నిగ్రహశక్తి, త్యాగ నిరతి, ముక్తి పట్ల ఆసక్తి, లౌకిక విషయాల పట్ల అనాసక్తత వంటివి యోగులకు, మునులకు ముఖ్య లక్షణాలని తెల్పుతూ, మనో నిగ్రహం లేని వేదాంతం వృథా అని వేమన తెల్పుతూ నేటి కపట స్వాముల, బాబాల కుటిలతల పట్ల జాగ్రత్తగా ఉండాలని కేవలం వేషభాషలకు ఆకర్షితులై అసలు భగవంతుని వదిలి కొసరు స్వాములను, బాబాలను సేవించడం తగదని హెచ్చరించారు.

దేవుడు ఎక్కడో లేడు. మన హృదయాలలోనే ఉన్న పరమాత్మను వదలి, రాతి విగ్రహాలను కొలిచి ఆలయాల చుట్టూ వెంపర్లాడుతూ తిరగడం నిజంగా మూర్ఖత్వమని అంటారు వేమన ఇలా ఈ క్రింది పద్యంలో...

శిలలప్రతిమదెచ్చి చీకటింటంబెట్టి
మొక్కవద్దు వెఱ్ఱి మూఢులారా!
హృదయమందు దేవుడుండుట తెలియుడీ
విశ్వదాభిరామ వినురవేమ !

ప్రతిమల ఆరాధన భక్తిలో ఏకాగ్రతను కల్గించే తొలిమెట్టు, కానీ చాలా మంది అదే చివరి పరిస్థితి అనుకుని ప్రతిమలను ఆరాధిస్తూ, అసలైన దైవాన్ని, హృదయంతారస్థితుడైన పరమాత్మను తెలుసుకోలేని మూర్ఖులుగా జీవనాన్ని గడుపుతున్నారు. కావున గర్భగుడిలో చీకటి గుహలలో ఉంచిన ప్రతిమనే కాదు, నీ హృదయంలో నిల్చిన పరమాత్మను తెల్సుకో. అదే అసలైన జిజ్ఞాస. అలాగే ఇతరుల హృదయాలలో ఉన్న పరమాత్మను తెల్సుకుని, వారికి సేవ చేస్తే "మానవసేవయే మాధవసేవ" అన్న ఆర్యోక్తి అర్థవంతమవుతుంది.

"ధనమూల మిదం జగత్", "డబ్బుకు లోకం దాసోఽహం" ధనం అందరికీ ఇంధనంలా ఉంటూ లోకాన్ని శాసిస్తుంది. ధనవంతుని ఇంట చిన్న శుభకార్యం జరిగినా, అది లోకోత్తరమైన విషయంగా పరిగణించడం పరిపాటి. బీదవాడు ఎంతటి ఘనకార్యాన్ని సాధించినా, అతనికి ధనం లేనికారణంగా లోకం విలువను ఇవ్వదు. ఇది లోకం తీరు. దీనినే వేమన ఇలా వివరించారు ఈ పద్యంలో...

విత్తముగలవాని వీపు పుండైనను
వసుధలోన చాలా వార్తకెక్కు
బేదవాని యింట బెండ్లయిన నెరుగరు
విశ్వదాభిరామ వినురవేమ !

ధనవంతునికి స్వల్ప అస్వస్థత కలిగినా, అది పెద్ద వార్తగా మారి, అందరూ అతనిని పరామర్శించి, హడావిడి చేస్తారు. అయితే పేదవాడి ఇంట పెద్ద శుభకార్యం జరిగినా, దానిని ఎవ్వరూ పట్టించుకోకపోగా, హేళనగా పరిగణిస్తారు. ఇది లోకం తీరు.

పిసినారి అయిన లోభిని ఎన్ని విధాలుగా నిందించినా, విమర్శించినా అతడు మారడు. తన వైఖరిని మార్చుకోడు. అలాంటి లోభికి గుణపాఠం చెప్పాలంటే అతనిని 'ధనం' అడగడమే తగిన మందు. లోభి ప్రాణం పోతున్నదన్పించినప్పటికీ, తనకు రావలసిన ధనాన్ని వదులుకోడు. తాను ఇవ్వవలసిన ధనాన్ని ఇవ్వడు. ఇదే తత్త్వాన్ని వేమన ఇలా వివరించాడు ఈ పద్యంలో.

లోభివాని జంప లోకంబు లోపల
మందు వలదు వేరు మతము వలదు
పైకమడుగ వాడు ఒగ్గున చచ్చును
విశ్వదాభిరామ వినురవేమ !

లోభిని చంపవలెనని ఎవరైనా అనుకుంటే ప్రత్యేకించి ఆయుధంతో కానీ, మాటలతో కానీ పని లేదు. వాని వద్దకు వెళ్ళి డబ్బు ప్రసక్తి తెచ్చి ఇమ్మంటే అదే వాడికి మృత్యు సమానం అవుతుంది. అంటే డబ్బు కోసం ఎటువంటి పనికైనా సిద్ధపడేవాడు లోభి అని పిసినారి స్వభావాన్ని వివరించాడు వేమన.

ఇలా ఎన్నెన్నో లోక సత్యాలను వివరించిన వేమన యదార్థంగా చరితార్థుడే.

– సాధన నరసింహాచార్య

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

పరాక్రమం

జర్మన్ ఆక్రమణదారులను ఎదుర్కొనేందుకు, మాతృ భూమిని రక్షించుకునేందుకు జెక్ దేశ (జెకోస్లోవేకియా) ప్రజలు శక్తివంచన లేకుండా పోరాడసాగారు. కానీ జర్మనీ సేన, వారి సాధనా సామగ్రులు అధికంగా ఉండడం వల్ల వీరిలో నిరుత్సాహం చోటు చేసుకుంది. వీరి కమాండర్ యుద్ధంలో బాగా గాయపడ్డాడు. ఇంకా కొన్ని క్షణాలలో మరణిస్తాడనగా, ఆయన తోటివారిని ఉద్దేశించి "సోదరులారా! నేను మరణించిన తక్షణం నా చర్మాన్ని తీసి డోలుగా చేసి, దానిని వాయిస్తూ అంతిమ విజయం మనదేనని, ధైర్యం కోల్పోవద్దని మన ప్రజలకు గట్టిగా చెప్పండి" అని చెప్పి కన్నుమూశాడు. ఆయన చర్మాన్ని డోలుగా చేశారు. తమ కమాండర్ యొక్క చర్మంతో చేసిన డోలు వాద్య ధ్వని సైనికులలో అనేక రెట్లు సాహసాన్ని, వీరావేశాన్ని కలిగించింది. వారు పౌరుషంతో చేసిన పోరాటానికి జర్మనీ సైనికులు గడగడలాడి పలాయనం చిత్తగించారు.

చమత్కారములుగా తోచే అనేక సాఫల్యాలు వాస్తవానికి పరాక్రమం యొక్క ఫలితాలే.

అనవసర వాదనల వల్ల శక్తి, సమయం వృథా అవుతాయి.

వార్తలు

రాష్ట్రంలో జరిగిన వివిధ కార్యక్రమాలు

ఆంధ్రప్రదేశ్‌లో కలశ రథయాత్ర

పూజ్యగురుదేవులు, యుగద్రష్ట, వేదమూర్తి, తపోనిష్ఠ, పండిత శ్రీరామశర్మ ఆచార్య జన్మశతాబ్ది సంవత్సరాన్ని (2011) సంకల్పముల పూర్ణాహుతి సంవత్సరంగా జరుపుకొను చున్నాము. ఏడు రథముల ద్వారా విభిన్న మార్గాలలో రాష్ట్ర జాగరణ కొరకు జన్మశతాబ్ది రథయాత్ర ప్రారంభమైనది. దీనిలో భాగంగా మన రాష్ట్రంలో రథయాత్ర పవిత్ర తిరుమల వెంకటేశ్వరుని పాదసన్నిధి వద్ద ఆగస్టు 1వ తేదిన ప్రారంభించి తిరుపతి పురవీధులలో రాష్ట్ర జాగరణ కార్యక్రమం జయప్రదంగా నిర్వహించారు. సాయంత్రం 6.30 గం॥లకు 108 దీపములతో దీపయజ్ఞం చేశారు. తిరుమల తిరుపతి దేవస్థానం మాజీ ఉద్యోగి శ్రీ సముద్రాల లక్ష్మయ్య గారు, గాయత్రీ మంత్ర ప్రాశస్త్యమును, గురుదేవుల విశిష్టతలను సభికులకు తెలియజేశారు. దీనిలో శ్రీమతి మునిలక్ష్మమ్మ, శ్రీ కమల్‌సింగ్ మున్నగువారు 100 మందికి పైగా పాల్గొన్నారు.

02.08.2011 న ఉదయాన్నే రథము నెల్లూరు జిల్లాలోని శ్రీ హంసరామ ఆశ్రమం కాకివాయికి బయలుదేరి, మధ్యాహ్నం 2 గం॥లకు చేరినది. దారిలో చింతల ఆత్మకూరు, కాకివాయి మున్నగు గ్రామ ప్రజలు స్వాగతించి, హారతులిచ్చారు. పూజ్య గురుదేవుల జన్మశతాబ్ది వేడుకల ప్రాశస్త్యమును వివరించి వారిని నవంబరు 2011 కార్యక్రమానికి ఆహ్వానించుట జరిగినది. మధ్యాహ్నము 2.30 గం॥లకు ఆశ్రమంలో వేచియున్న 200 మంది కలశాన్ని దర్శించుకొన్నారు. తదుపరి నెల్లూరుకు సాయంత్రం 6.30 గం॥లకు చేరుకొని స్టోన్‌హౌస్‌పేట నుండి యజ్ఞ స్థలివరకు కలశయాత్ర 200 మందితో నిర్వహించారు.

03.08.2011న ఉదయం 54 కుండముల గాయత్రీ మహాయజ్ఞాన్ని 600 మందితో నిర్వహించుట జరిగినది. మధ్యాహ్నం 3 గం॥లకు బయలుదేరి సాయంత్రం రాజుపాలెం మీదుగా ప్రకాశం జిల్లాలోని కరేడు గ్రామం చేరారు. అచ్చట రామాలయంలో వేచియున్న 100 మంది కార్యకర్తలు కలశ దర్శనం చేసికొని పులకితులైరి. నవంబరు కార్యక్రమంలో పాల్గొనుటకై ఉత్సాహం కనబరచిరి.

రాత్రి 7.30 గం॥లకు ఒంగోలులో గోశాలవద్ద తదుపరి లాయరుపేటలోని శిరిడీ సాయి సన్నిధివద్ద వేచియున్న గాయత్రీ పరివార్ కలశ సందర్శన గావించుకొన్నారు. సాయినాథుని దేవాలయంలో శ్రీమతి రాజ్యలక్ష్మి, శ్రీమతి సీతామహాలక్ష్మి, శ్రీ కిశోర్, బసవయ్య, కోటిలింగం వెంకటేశ్వర్లు శ్రీమతి వల్లీ, శ్రీమతి లక్ష్మి మున్నగువారంతా పాల్గొనగా లక్ష ఒత్తులతో దీపయజ్ఞాన్ని అత్యంత భక్తిశ్రద్ధలతో నిర్వహించారు. రాత్రికి గాయత్రీ అనుగ్రహపీఠంలో శక్తి కలశాన్ని ఉంచి మరుసటి రోజు హారతి ఇచ్చి వీడ్కోలు పలికారు.

04.08.2011న ఉదయాన్నే బయలుదేరి వేటపాలెం ఊరి వెలుపలి నుండి ఊరేగింపుతో కలశాన్ని ఆహ్వానించారు. శ్రీమతి మోరపాక లక్ష్మి మరియు శివగార్లు తదితరుల ఆధ్వర్యంలో 1008 దీపాలతో దీపయజ్ఞం నిర్వహించి సత్సంగం చేశారు. పిన్నలు మొదలు పెద్దల వరకు అనేకులు దీనిలో పాల్గొన్నారు, అత్యంత భక్తి శ్రద్ధలతో కార్యక్రమం జరిగినది. సాయంత్రం 4 గం॥లకు సాల్‌మన్ సెంటర్ వద్ద చీరాల గాయత్రీ పరివార్ ఎదురువచ్చి కలశాన్ని స్వాగతించి, మేళతాళాలతో చీరాల పట్టణ పురవీధులలో ఊరేగించారు. తదుపరి వేదిక వద్ద 108 దీపాలతో దీపయజ్ఞాన్ని నిర్వహించి సత్సంగము గావించారు. దాదాపు 500 మంది పాల్గొన్నారు. శ్రీ డి.వి.ఆర్.మూర్తి, చలపతిరావు, బాపయ్య, జనార్ధనరావు, సవాయ్‌సింగ్, శ్రీమన్నారాయణమూర్తి మున్నగు వారంతా పాల్గొని భక్తి శ్రద్ధలతో కార్యక్రమాన్ని జయప్రదం చేశారు.

05.08.2011 న ఉదయం బయలుదేరి స్వర్ణ మరియు కొత్తపాలెం గ్రామాలను సందర్శించి అచ్చటి గాయత్రీ పరివార్ సభ్యులకు కలశ దర్శన ప్రాప్తిని కల్పించటం జరిగినది. అధిక సంఖ్యలో గ్రామస్థులు హారతులిచ్చారు. శ్రీ పుల్లయ్య, శ్రీ డి.వి.ఆర్.మూర్తి, శ్రీ చలపతిరావుగార్లు కార్యక్రమ విజయానికి తోడ్పాటునందించారు.

తదుపరి కొత్తపాలెం గ్రామానికి చేరుకొని శక్తిపీఠములో సత్సంగము నిర్వహించుట జరిగినది. గ్రామస్థులు శ్రీ కళ్ళం సింగారెడ్డి, శ్రీమతి నాగరాజకుమారి, తదితర గ్రామపెద్దలు పాల్గొనగా, బాపట్ల నుండి, శ్రీ సుకుమార్, రామసుబ్బయ్యగార్లు, గుంటూరు నుండి శ్రీ శ్రీరామ్, శ్రీ ప్రకాశరెడ్డి మున్నగువారు కూడా పాల్గొన్నారు.

అటుపిమ్మట మధ్యాహ్నం 2.30 గం॥లకు బాపట్లకు చేరుకొని శ్రీ సుకుమార్, శ్రీరామ సుబ్బారావు మున్నగువారి ఆధ్వర్యంలో

వాదనల వల్ల ఎవరు మారరు, మార్చలేము.

బాపట్ల పురవీధులలో కలశయాత్ర నిర్వహించారు. సాయంత్రం 4.30 గం॥లకు తెనాలికి బయలుదేరినది. మార్గమధ్యంలో కలశ రథం ప్రమాదానికి లోనుకాగా, మరొక వాహనంపై కలశాన్ని స్థాపించి తెనాలి పట్టణంలో రాత్రి 8.30 గం॥లకు 1000 మందితో భారీ ఎత్తున కలశపూజను నిర్వహించుట జరిగినది. దైవీ ప్రణాళికను ఎటువంటి అసురీ శక్తులు నివారింపజాలవు అనెడి దానికి నిలువెత్తు ఉదాహరణగా కలశయాత్ర నిరాటంకముగా, ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్రంలో అత్యంత ఉత్సాహభరిత వాతావరణములో నిర్వహించబడుచున్నది.

06.08.2011 ఉదయము మంగళగిరి పట్టణములో గాయత్రీ పరివార్ పరిజనులందరూ దీపయజ్ఞాన్ని నిర్వహించారు. తదుపరి ఉదయం 10.30 గం॥లకు కలశము పొన్నూరు పట్టణానికి విచ్చేసి పురవీధులలో యాత్ర కొనసాగించినది. శ్రీ దమ్మాల వెంకటేశ్వర్లు గారి ఇంటిలో శ్రీ శ్రీనివాసరావు మున్నగువారి సారథ్యంలో సత్సంగము చేయుట జరిగినది.

మధ్యాహ్నం గుంటూరు నగర వీధులలో కలశ ఊరేగింపు పూర్తి చేసికొని రాత్రి 8 గం॥లకు 1008 దీపాలతో బృందావన్ గార్డెన్స్‌లోని శ్రీ వేంకటేశ్వరస్వామి కోవెల సమీపంలోని అన్నమయ్య ప్రాంగణంలో దీపయజ్ఞాన్ని చేశారు. శ్రీమతి మారెళ్ళ విజయా విశ్వనాథ్‌గారు, డా॥ శ్రీరామ్, శ్రీ రంగనాయకులు, శ్రీ లక్ష్మీపతి, శ్రీ సాంబశివరావు, శ్రీ సవితా ప్రసాద్, శ్రీ టెలికాం ప్రసాద్ మున్నగువారు సారథ్యం వహించారు. పట్టణ ప్రముఖులు మరియు దేవాలయ ధర్మకర్తలైన శ్రీ బొల్లేపల్లి సత్యన్నారాయణ, శ్రీమతి రామతులసమ్మ, శ్రీ మస్తాన్‌రావు మున్నగు పెద్దలు కూడా దీపయజ్ఞంలో పాలుపంచుకొన్నారు.

07.08.2011 గుంటూరు నగరంలోని జూట్‌మిల్, సప్తఋషి ఆశ్రమం, కొత్తపేట 1వ టౌను మున్నగు ప్రాంతాలలో రథయాత్ర సల్పి సాయంత్రం గోరంట్ల గ్రామములో దీపయజ్ఞము చేసి రాత్రి 8.30 గం॥లకు 75 మంది కార్యకర్తలతో తూళ్ళూరు వెళ్ళి అచ్చట దీపయజ్ఞం చేశారు. శ్రీ టి.ఎస్.అంకారావుగారు తదితరులు ఈ కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించారు.

08.08.2011 ఉదయాన్నే సత్తెనపల్లిలో కలశయాత్ర నిర్వహించుకొని ఉదయం 10 గం॥లకు జి.ముప్పాళ్ళ గ్రామం మీదుగా, గోళ్ళపాడు వరకు మేళతాళాలతో దాదాపు 1000 మంది కార్యకర్తలతో భారీ ఊరేగింపు 3 కిలోమీటర్ల పొడవున జరిగింది. దీనికి శ్రీ పేరిశాస్త్రి నాయకత్వం వహించారు. శ్రీ యోగిరెడ్డి, శ్రీ శివారెడ్డి, శ్రీ శ్రీనివాసరెడ్డి, శ్రీ యల్లమంద, శ్రీ శివయ్య, శ్రీ మస్తాన్, శ్రీ చిన్న మున్నగు వారు అనేకమంది కార్యకర్తలు అత్యంత భక్తి శ్రద్ధలతో కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించారు.

సాయంత్రం నవోదయనగర్‌లోని గాయత్రీ ప్రజ్ఞాపీఠాన్ని సందర్శించి, రాత్రికి లక్ష్మీపురంలోని గాయత్రీ శక్తిపీఠంలో దీపయజ్ఞాన్ని నిర్వహించారు. అటుపిమ్మట చిలకలూరిపేటలో సాయినాథుని సన్నిధిలో దీపయజ్ఞాన్ని నిర్వహించారు.

శ్రీయుతులు గిరి శ్రీనివాసరావు, శ్రీమతి అనిత, శ్రీమతి వరలక్ష్మి మున్నగువారు మరియు పేరిశాస్త్రి గార్లు కలసి పై కార్యక్రమాలను నిర్వహించారు.

09.08.2011 ఉదయాన్నే బయలుదేరి పిడుగురాళ్ళ గ్రామ వీధులలో ఊరేగి, పూజలందుకొని మధ్యాహ్నానికి కొండ మల్లేపల్లికి చేరుకొనినది. అచ్చట పరివార్ పూజలందుకొని ఇబ్రహీంపట్నం బయలుదేరినది. శ్రీ చంద్రమౌళిగారి నాయకత్వంలో మల్లేపల్లిలో కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించారు.

సాయంత్రం 6 గం॥లకు ఇబ్రహీంపట్నం చేరినది. అచ్చట శ్రీ అశ్విని సుబ్బారావుగారి నాయకత్వంలో కలశయాత్ర, దీపయజ్ఞం అత్యంత భక్తిశ్రద్ధలతో నిర్వహించారు. సత్సంగము జరిపారు. రాత్రికి హైదరాబాద్ చేరుకొనినది కలశ రథం.

10.08.2011 ఉదయం గాయత్రీ చేతనా కేంద్రంలో దక్షిణ భారత గాయత్రీ పరివార్ ప్రధాన సంచాలకులైన శ్రీ అశ్విని సుబ్బారావు మరియు వారి ధర్మపత్నిగార్ల ఆధ్వర్యంలో కలశానికి పూజలు నిర్వహించారు. తరువాత కలశయాత్ర సంజీవరెడ్డి నగర్‌లో, మధ్యాహ్నం బోరబండలో, రాత్రికి మియాపూర్‌లలో జరిగినది. శ్రీ హనుమంత రెడ్డి, శ్రీ లక్ష్మణరావు, శ్రీ విఠల్, శ్రీ వెంకటేశ్, శ్రీ శ్రీనివాస్ మరియు శ్రీ మాలప్ప, శ్రీమతి సుబ్బులు, శ్రీ నారాయణ, శ్రీమతి తేజశ్రీ, శ్రీమతి భానుమతి, శ్రీమతి విమలమ్మ, శ్రీ విక్రమ్ మున్నగువారు పాల్గొన్నారు.

11.08.11 మహబూబ్‌నగర్‌లోని పామాపూర్‌లో శ్రీ హనుమంతరెడ్డి మరియు వారి సోదరులు, సహచరుల ఆధ్వర్యంలో భారీ ఎత్తున కలశయాత్ర నిర్వహించారు. నిర్మాణంలో నున్న గాయత్రీ మందిర ప్రాంతములో కూడా కలశయాత్ర చేపట్టారు. రాత్రికి హైదరాబాద్ గోషామహల్‌లో భారీ ఎత్తున కలశయాత్ర అత్యంత భక్తిశ్రద్ధలతో జరిగినది.

12.08.2011 ఉదయం దిల్‌సుఖ్‌నగర్, వనస్థలిపురం, ఎల్.బి.నగర్, మలక్‌పేట మున్నగు ప్రాంతములలోనున్న ప్రజ్ఞా మండలులను సందర్శించుతూ కలశయాత్ర సాగినది. దీనిలో శ్రీమతి విజయా విశ్వనాథ్ దంపతులు, శ్రీ వేంకటేశ్వరరావు దంపతులు, డాక్టర్ బేబి దంపతులు, శ్రీ అమ్మాజీ దంపతులు,

అనుభవం కన్నా గొప్ప జ్ఞానం లేదు.

శ్రీ సురేష్ దంపతులు, శ్రీ సీతారామ్ దంపతులు పాల్గొన్నారు. సాయంత్రం 6.30 గం॥లకు సోమాజిగూడలోని హోటల్ క్షత్రియ (ఫైవ్‌స్టార్) ప్రాంగణములో దీపయజ్ఞము శోభాయమానంగా నిర్వహించబడింది. సుమారు 500 మంది ఈ యజ్ఞంలో పాలుపంచుకొన్నారు. హోటల్ అధిపతి అయిన శ్రీ డి.శివరామరాజు దంపతులు మరియు వారి కుటుంబ సభ్యులు ఈ కార్యక్రమంలో అత్యంత భక్తి శ్రద్ధలతో పాల్గొని విజయవంతం చేశారు. (సశేషం)

కూకట్‌పల్లిలో

యుగ ఋషి, వేదమూర్తి, పూజ్య గురుదేవులు పండిత శ్రీరామశర్మ ఆచార్య జన్మశతాబ్దిని పురస్కరించుకొని సమాజసేవ దిశగా పరివారాన్ని ప్రేరేపించెడి దానిలో భాగంగా, సేవా దృక్పథాన్ని పెంపొందించుటకై ఉచిత రక్తదాన శిబిరాన్ని బుధవారం 17, ఆగస్టు 2011న భారత్ వికాస్ పరిషత్, కూకట్‌పల్లిలో నిర్వహించడమైనది. దీనిని గాయత్రీ పరివార్, హైదరాబాద్ శాఖ మరియు భారత్ వికాస్ పరిషత్, కూకట్‌పల్లి శాఖ వారి సంయుక్త సహకారముతో గాంధీ హాస్పిటల్, హైదరాబాద్ బ్లడ్ బ్యాంక్ శాఖ 15 మందితో వైద్యులతో వచ్చిన బృందము ఉదయము 9.30 గం॥ల నుండి మధ్యాహ్నం 2 గం॥ల వరకు 53 మంది రక్తాన్ని సేకరించిరి. రక్తదానములో గాయత్రీ పరివార్ సభ్యులు, అశ్విని గ్రూప్ ఉద్యోగస్తులు పెరల్ సంస్థ ప్రతినిధులు, కళాశాల విద్యార్థులు అత్యంత ఉత్సాహముగా పాల్గొన్నారు.

పై కార్యక్రమ విజయానికి శ్రీ అశ్విని సుబ్బారావు గారు, గాయత్రీ పరివార్ దక్షిణ భారత సంచాలకులు, శ్రీ హనుమంతరావు గారు మరియు రాజేశ్వరరావు గారు భారత్ వికాస్ పరిషత్, కూకట్‌పల్లి, శ్రీ సురేష్ గారు గాయత్రీ పరివార్, పెరల్ సంస్థ తరపున అత్యంత శ్రద్ధతో దిశా నిర్దేశనం గావించారు.

దిల్‌సుఖ్‌నగర్‌లో

దిల్‌సుఖ్‌నగర్‌లోని శ్రీరామకీర్తన ప్రజ్ఞాపీఠము నందు జులై 15న గురుపౌర్ణమి మహోత్సవాలు అత్యంత వైభవంగా జరిగాయి. గురువుగారి జన్మశతాబ్దిని పురస్కరించుకుని స్థాపించబడ్డ ఈ ప్రజ్ఞాపీఠంలో ప్రతిరోజు క్రమం తప్పక ఉదయం 7 గంటలకు జరిగే గాయత్రి హవనం ఈనాడు మూడు కుండాలతో శ్రీ మారెళ్ళ కామరాజు గారి ఆధ్వర్యంలో అద్భుతంగా జరిగింది. నగరంలోని పలు ప్రాంతాల నుండే కాక బెంగుళూరు, భీమవరం వంటి నగరాల నుండి కూడా పరిజనులు అరవై మందికి పైగా వచ్చి ఆహుతులను సమర్పించారు.

అనంతరం శ్రీ మారెళ్ళ విశ్వనాథ్ ప్రసాద్‌గారు, మిగిలిన వరిష్ఠ కార్యకర్తలు నిర్వహించిన గురుపాదుకల పూజకు వంద మందికిపైగా పాల్గొన్నారు. శ్రీమతి మాణిక్యమ్మ గారు తెలుగులోకి అనువదించిన 'సోలార్ సిస్టమ్' పుస్తకం మాస్టారు శ్రీ మారెళ్ళ శ్రీరామకృష్ణ గారి చేతుల మీదుగా ఘనంగా ఆవిష్కరింపబడింది. శ్రీమతి అమ్మాజీ భోజన ప్రసాదాన్ని అందించారు.

ఇతర కార్యక్రమాలు: ప్రజ్ఞాపీఠంలో వారానికి ఐదు రోజులు సాయంత్రం 4–5 గంటల వరకు శ్రీ ధనేష్ చంద్‌గారి ఆధ్వర్యంలో యోగాభ్యాసం జరుగుతుంది. పరిజనులు నిత్యం వచ్చి ఆసన, ప్రాణాయామాలు నేర్చుకుంటున్నారు. ప్రతి పౌర్ణమికి సత్యనారాయణ వ్రతం జరపాలని నిశ్చయించబడింది. జులై, ఆగస్టు నెలలో మూడు జన్మదిన సంస్కారాలు జరిగాయి.

వెలుగు బాట

మనిషిని మానవునిగా, దైవీ గుణ సంపన్నునిగా తీర్చిదిద్దెడిది సద్జ్ఞానం. దీనిని రెండు మార్గాల ద్వారా పొందగలం. 1) సత్సంగము 2) స్వాధ్యాయం. రెండవది అయిన స్వాధ్యాయముతో సత్సంగము చేయగల సామర్థ్యాన్ని పొందగలం. కావున ప్రతి వారు స్త్రీ–పురుష వయోభేదం లేకుండా మంచి పుస్తకాలను చదువవలసియున్నది. ఆనాడే ఈవిధంగా పొందిన జ్ఞానముతో సమాజంలో గుట్టలు గుట్టలుగా పడిఉన్న అనేక సమస్యలకు పరిష్కారం లభిస్తుంది. మీ ఆలోచనాసరళి, మీ దృష్టికోణం సవరించబడి సరియైన మార్గంలో పయనిస్తారు. మీ చుట్టుప్రక్కల నున్నవారికి మీరు మార్గదర్శకులుగా మారెదరు. మీ విలువైన కాలాన్ని, ధనాన్ని, సంపదలను సరియైన విచక్షణతో వినియోగిస్తూ పలువురికి మార్గదర్శకులయ్యెదరు. మీ ఇంటిలో, మీ సమీపంలోనున్న గుడిలో, బడిలో గురుదేవులు రచించిన చక్కని పుస్తకాలతో మంచి గ్రంథాలయాన్ని స్థాపించి వెలుగు మార్గాన్ని పదుగురికి చూపండి. మీరు ధన్యులుగా మారి ఇతరులను మార్చండి.

వివరాలకు సంప్రదించండి
గాయత్రీ చేతనా కేంద్రము
హెచ్.పి. రోడ్, మూసాపేట, అశ్విని హౌస్ దగ్గర,
హైదరాబాదు – 500 018.
ఫోన్: 040–23700722, 9949111175

వాస్తవం నుండి దూరంగా పారిపోవడం సమస్యకు పరిష్కారం కాదు.

అక్షరాల ఆట

పదగాయత్రి-11

నిర్వహణ : సాధన నరసింహాచార్య

1	2		3	4		☒	5
6		☒	7		☒	8	9
	10	☒		☒	11		
☒	12				☒	13	
14		☒	☒	☒			15
	☒	16		☒	17		
18			☒	19		☒	☒
20	21	22			23		

పదగాయత్రి-10 సమాధానాలు

1 ఆ	నం	దో	2 బ్ర	3 హ్మ	☒	4 రం	5 భా
షా	☒	☒	6 లో	నా	7 ర	సి	☒
8 ధ	మ	రు	క	☒	క్తి	☒	9 వి
మా	☒	☒	☒	10 గ	☒	11 వా	☒
12 సం	13 భ	14 వా	మి	యు	గే	యు	15 గే
☒	16 ద్ర	వి	డ	☒	☒	17 దే	యం
18 యో	గి	☒	19 పు	సి	☒	వు	☒
20 గి	రి	జ	☒	21 దే	వు	డు	☒

పేరు : ....

చిరునామా : ....

....

.... పిన్ కోడ్ : ....

ఫోన్ నెం : ....

ఆధారాలు

అడ్డం

1. జంధ్యాల పండుగను ఈ రోజున జరుపుకుంటారు. (6)
6. వ్యంజనలో 1,3 అక్షరాలు (సున్న లోపించింది) (2)
7. తిరగబడ్డ స్వప్నం (2)
9. అటునుంచి శబ్దం (2)
10. అటునుండి దేశములో 1,3 అక్షరాలు (2)
11. సంధ్యవేళను ఇలా కూడా అంటారు (4)
12. విరాట కొలువులోని భీముడు (చెదిరిపోయాడు) ( )
13. మాలక్ష్మిలో అక్షరం లోపించింది (2)
14. క్రొత్తక ..... పాతొకరోత (2)
15. నోములాంటిదే (తిరగబడింది) (3)
16. మౌర్యుల మాత (2)
17. మొదటి అక్షరం లోపించిన అహరంతం
18. 'ధర్మ' పదానికి వికృతి (అటునుండి) (3)
19. సంస్కృతంలో చిన్న పిల్లలను ఇలా సంబోధిస్తారు (2)
20. రాఖీ ఉత్సవం (8)

నిలువు

1. వీనులవిందైనది (3)
2. అరణ్యంలో ఉండే దేవత (5)
3. రావణుడు (4)
4. క్రింద నుండి దుర్యోధన మిత్రుడు (2)
5. వరాలను ఇచ్చే లక్ష్మీవ్రతం (5)
8. అమ్మా! నీకు నమస్కారం (సంస్కృతంలో) (5)
14. విసనకర్ర (మూడవ అక్షరానికి సున్న చేరింది) (5)
16. అనుబంధములోని చివరి మూడు అక్షరాలు (క్రింద నుండి) (3)
19. రెండు నిలువులోని మొదటి రెండక్షరాలు (2)
21. క్రింద నుండి ఉప్పు (సున్న లోపించింది) (2)
23. ఆనందంగా కన్పించడమే 'జోష్' అంటారు (4)

నిబంధనలు :

1. *సమాధానాలు "కీ"తో సరిపోవాలి.*
2. *కూపన్లు చేరవలసిన చివరి తేది 18-09-2011*
3. *పత్రికలో పైన ఇచ్చిన కూపన్‌నే పంపవలెను.*
4. *దిద్దుబాట్లు / కొట్టివేతలు / తుడుపులు ఉండరాదు.*
5. *తెల్లకాగితాలు / జిరాక్స్ కాపీలు అనుమతించబడవు.*
6. *అన్ని కరెక్టు అయిన ఎంట్రీలు ఎక్కువ సంఖ్యలో ఉన్నచో లాటరీ ద్వారా ఎంపికచేసి **ప్రథమ బహుమతి రూ.100/-లు, ద్వితీయ బహుమతి రూ.50/-లు** ఇవ్వబడును.*
7. *తపాలశాఖవారి అలస్యానికి పత్రిక బాధ్యత వహించదు.*
8. *బహుమతుల విషయంలో తుది నిర్ణయం సంపాదకులదే. ఎలాంటి వివాదాలకు తావులేదు.*
9. *పేరు, చిరునామాలు స్పష్టంగా, పిన్‌కోడ్‌తో ఫోన్‌నెంబరుతో సహా వ్రాయాలి.*

పదగాయత్రి-10 విజేతలు

మొదటి బహుమతి : **పి.ఎస్.ఆర్. మూర్తి**, ఆర్.కె.పురం, హైదరాబాద్

ద్వితీయ బహుమతి : **లంక సూర్యలక్ష్మి**, సంజీవరెడ్డినగర్, హైదరాబాద్

ఎంట్రీలు పంపవలసిన చిరునామా

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