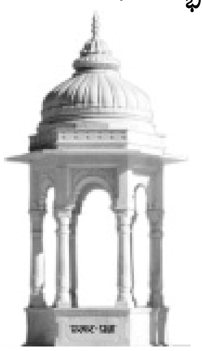
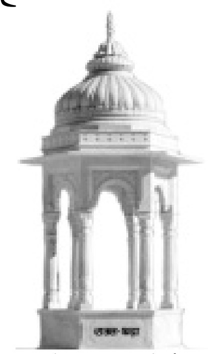
ఓం భూర్భువః స్వః తత్సవితుర్వరేణ్యం భర్గోదేవస్య ధీమహి ధియోయోనః ప్రచోదయాత్



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 17 - సంచిక 01
జూన్ 2012
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 గాయత్రి ట్రస్టు"
గాయత్రి చేతనా కేంద్రము
హెచ్.పి. రోడ్, మూసాపేట,
అశ్విని హౌస్ దగ్గర,
హైదరాబాదు - 500 018.

నీవు మనిషివేనా?

నీవు మనిషివేనా? చిత్రమైన ఈ ప్రశ్నను ఇలా అర్థం చేసుకోవచ్చు. నీలో ప్రేమ ఎంత లోతుగా ఉంటే నీవు అంత గొప్ప వ్యక్తివి. కాని నీలో సంపత్తి పట్ల ఎంత హెచ్చు వ్యామోహం ఉంటే మనిషిగా నీవు అంత దిగజారిన వ్యక్తివి. ప్రేమ, పరిగ్రహం (వస్తువులను కూడబెట్టే లక్షణం) జీవితానికి రెండు అంచులు. హృదయంలో ప్రేమ నిండి ఉంటే పరిగ్రహం తగ్గిపోతుంది. చిత్తం లోభగుణంతో, పరిగ్రహంతో నిండి ఉంటే అక్కడ ప్రేమకు స్థానం ఉండదు.

ఒక స్త్రీ తాను చనిపోయిన తరువాత తన సమాధి మీద దిగువ వాక్యాలు వ్రాయాలని ఆదేశించింది "ఈ సమాధి లోపల అపారమైన ధనరాశి ఉంది. కటిక దరిద్రుడు, పూర్తిగా నిస్సహాయుడు అయిన వ్యక్తి ఈ సమాధిని త్రవ్వి దానిని తీసుకోవచ్చు" దరిద్రులు, బిచ్చగాళ్ళు వేలాదిమంది ఆ సమాధి ప్రక్క నుండి వెళ్ళారు. చనిపోయిన వ్యక్తి సమాధిని డబ్బు కోసం బ్రద్దలు కొట్టేంత దరిద్రులు, నిస్సహాయులు వారిలో ఎవరు లేకపోయారు. ఆ సమాధి ప్రక్కన బాగా ముదుసలి అయిన ఒక బిచ్చగాడు సంవత్సరాల తరబడి నివసిస్తుండేవాడు.

చివరికి ఆ సమాధిని బ్రద్దలు చేసేటంత దారిద్ర్యం ఉన్న వ్యక్తి అక్కడికి రానే వచ్చాడు. అతడు ఒక సామ్రాట్టు. అతడు ఆ సమాధి ఉన్న దేశాన్ని అప్పుడే జయించాడు. అతడు తన విజయంతో పాటు ఈ సమాధిని తవ్వించాడు. అయితే అతడికి ఆ సమాధి లోపల ఒక రాయి తప్ప మరేమీ దొరకలేదు. ఆ రాతి మీద ఇలా వ్రాసి ఉంది "మిత్రుడా! నేను మనిషినేనా అని నిన్ను నీవు ప్రశ్నించుకో. ఎందుకంటే డబ్బు కోసం సమాధిని బ్రద్దలు కొట్టి అందులో నిద్రిస్తున్న మృతుడిని ఇబ్బంది పెట్టేవాడు మనిషి కానేకాదు."

ఆ సామ్రాట్టు నిరాశతో తిరిగి వెళ్ళిపోతున్నాడు. అప్పుడు ఆ సమాధి ప్రక్కన నివసిస్తున్న ముదుసలి బిచ్చగాడు పగలబడి నవ్వడం జనం చూచారు. అతడు అలా విరగబడి నవ్వుతూ ఇలా అన్నాడు "నేను సంవత్సరాల తరబడి ఎదురు చూస్తున్నాను. చివరికి ప్రపంచంలోకెల్లా కటిక దరిద్రుడు, పూర్తి నిస్సహాయుడు అయిన వ్యక్తి దర్శనం నాకు ఈ రోజునే జరిగింది."

వాస్తవానికి ప్రేమ విహీనుడైన వ్యక్తి కన్నా దరిద్రుడు, దీనుడు, దుఃఖితుడు ఎవ్వడు ఉండడు. ప్రేమను కాక మరో సంపదను వెదకడంలో మునిగిపోయిన వ్యక్తిని ఆ సంపదయే ప్రశ్నిస్తుంది "నీవు మనిషివేనా?".

పత్రిక అందనివారు ఈ క్రింది నంబరును సంప్రదించగలరు.
9949111175

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

మనం పెంచి పోషించుకున్న భయమే మానసిక ఒత్తిడి.

విషయ సూచిక

1. **సంపాదకీయం :** నీవు మనిషివేనా? 1
2. **విషయసూచిక-సద్గురు వచనామృతం :** మనోవ్యధకు మూలకారణం 2
3. **వేదమంత్రం :** ఈశ్వర విశ్వాసం - పరోపకారం 3
4. **గాయత్రీ విద్య-21 :** బంధములు - ముద్రలు - ప్రాణాయామం 4
5. **ధారావాహిక ప్రశ్నోపనిషద్ - ఆరవ అధ్యాయం (మొదటి ప్రకరణం) :** ఉపాసనా కర్మ విధానం 7
6. **బాలల భవితకు బంగారు బాట-27 :** పోషించే పాత్రకు జీవం పోయాలి 8
7. **సూర్య విజ్ఞానం - 21 :** సౌర కళంకములు - దైవీ ప్రకోపం - మహాక్రాంతి 9
8. **పూజ్య గురుదేవుల శతసూత్ర కార్యక్రమం : 69-76** సామాజిక పరివర్తనలో కళ 11
9. **శరీర విజ్ఞానం :** విశుద్ధి చక్రంలో ప్రతిష్ఠితమైన కుండలిని అక్షయ యవ్వనాన్ని ప్రసాదిస్తుంది 13
10. **మనం - మన ఆరోగ్యం :** ఆరోగ్యానికి తారక మంత్రం ప్రాకృతిక జీవనం 16
11. **ఆదిశక్తి లీలా కథలు-24 :** గాయత్రి యొక్క విస్తృత రూపమే ఆదిశక్తి లీలాకథ 19
12. **యువతకు ప్రత్యేకం :** ఐశ్వర్యం - 2 22
13. **ప్రతి క్షణం జీవించాలి** 25
14. **బోధ కథ :** సంభవామి యుగే యుగే 26
15. **బాహ్య జగత్తు-అంతర్ జగత్తు యొక్క ప్రతిబింబమే** 29
16. **గ్రామ వికాసం :** దేవదక్షిణ ఇచ్చిన ఫలితంగా ఏర్పడిన ఒక ఆదర్శ గ్రామం 30
17. **జన్మశతాబ్ది ప్రత్యేకం :** సత్యయుగము ఎలా వస్తుంది? 31
18. **పూజ్య గురుదేవుల అమృత వాణి :** సంజీవని విద్య ఎందుకు? ఎవరి కోసం? 35
19. **నా వారితో నా మాట :** మహాకాలుని పిలుపు వినండి - నిజమైన లోక సేవకులుగా మారండి 37
20. **ఆరోగ్యమే మహాభాగ్యం-19 :** హోమియో వైద్య సేవ 39
21. **సుభాషితాలలో సుధారస బిందువులు - 8** 40
22. **జ్యేష్ఠ మాస వైశిష్ట్యం** 42
23. **సర్వులు దర్శించదగిన విశిష్ట ఆదర్శ గాయత్రీ సేవాధామ్ - సేంధ్వా, మధ్యప్రదేశ్** 44

సద్గురు వచనామృతం

మనోవ్యధకు మూలకారణం

మనం కోరుకున్న విధంగా పరిస్థితులు ఉండాలనుకోవడం అనుచితం. సమస్యలకు ప్రత్యామ్నాయ పరిష్కారాన్ని ఆలోచించే దూరదృష్టి కలిగిన వ్యక్తులు దుఃఖించరు, నిరాశ చెందరు.

ప్రపంచంలోని పరిస్థితులన్నీ తమకు అనుగుణంగా మారాలని, తాము కోరుకున్నవి లభించాలని భావించేవారు దుఃఖం, నిరాశ, వైఫల్యం, అడుగడుగునా ఎదుర్కోనవలసి వస్తుంది. ఇతరులు చివరికి అదృష్టం, భగవంతుడు కూడా వారికి శత్రువులుగా కనబడతారు. భగవదేచ్ఛతో తమ ఇచ్ఛను కలుపుకుని ప్రపంచాన్ని నాట్యశాలగా భావిస్తూ ఉత్సాహంతో, అభినయించటంలో సంతోషం పొందేవారికి ఇక్కడ అంతా శాంతియుతంగా ఆనందదాయకంగా కనిపిస్తుంది. ప్రపంచంలో విస్తరించి ఉన్న ముళ్ళను మనం ఏరివేయలేము. కాళ్ళకు చెప్పులు వేసుకుని మనల్ని మనం ముళ్ళ నుంచి రక్షించుకోవచ్చు. మనలను మనం మార్చుకుంటే అంతా మారిపోతుంది. దుఃఖదైన్యాలకు బదులు కనురెప్పపాటులో సుఖ సంతోషాలు నెలకొంటాయి.

మానసిక క్షేత్రంలో ఉత్పన్నమయే ఎన్నెన్నో చింతలకు, వేదనలకు ఒకే ఒక పరిష్కారం మన దృష్టికోణాన్ని తగు విధంగా సంస్కరించుకోవటం. ఆత్మనిర్మాణానికి ఇది అత్యవసరం.

- అఖండజ్యోతి, మార్చి, 1963

అనువాదం: సత్యనారాయణ గుప్తా

పండుగలు

జూన్ 2012

04-06-2012	సంత్ కబీర్‌దాస్ జయంతి
16-06-2012	కూర్మ జయంతి
19-06-2012	వటసావిత్రి వ్రతం
21-06-2012	పూరిజగన్నాథస్వామి రథోత్సవం

జులై 2012

03-07-2012	గురు పూర్ణిమ
27-07-2012	వరలక్ష్మీ వ్రతం

ఈర్ష్య, ద్వేషం వంటి అనుభూతులు శరీరానికి హాని కలిగిస్తాయి.

వేద మంత్రం

ఈశ్వర విశ్వాసం - పరోపకారం

వస్యో భూయాయ వసుమాన యజ్ఞోవసు
వంశిషీయ వసుమాన్ । భూయాసం వసుమయి ధేహి ॥

భావార్థం : ఓ మనుష్యులారా ! ఈశ్వరునిపట్ల విశ్వాసముంచండి. పరోపకారం ద్వారా ప్రపంచంలో అత్యంత శ్రేష్ఠమైన పదవి పొందుటకు నిరంతరం ప్రయత్నం చేస్తూ ఉండండి.

సందేశం : ఈ మంత్రం ద్వారా మనుష్యులకు మూడు ఉపదేశాలు ఇవ్వబడ్డాయి. మొదటిది ఈశ్వరుని పట్ల విశ్వాసముంచు. రెండవది పరోపకార మార్గాన్ని అనుసరించు. మూడవది శ్రేష్ఠత్వాన్ని పొందు.

ఈశ్వరునిపై విశ్వాసం చాలా గొప్ప సంగతి. అమాయకుడైన పిల్లవాడు తల్లి ఒడిలో కూర్చొని కాని, తండ్రి వ్రేలు పట్టుకొని కాని పూర్తిగా నిశ్చింతగా ఉంటాడు. తల్లిదండ్రుల మీద విశ్వాసమే అతడిని భయం నుండి విముక్తుడిని చేస్తున్నది. మనం కూడా పరమేశ్వరుని పట్ల పూర్తి నిష్ఠ, శ్రద్ధ, విశ్వాసం కలిగి ఉండాలి. ఆ బాంధవ్యం వలన ఎంతో లాభం ఉంటుంది. ఒక సాధారణ పేద యువతి ఒక రాజుగారిని పతిగా చేసుకొని సమర్పణ చేస్తే ఆమె రాణి అవుతుంది, అతని సమస్త సంపదలకు యజమానురాలు అవుతుంది. ఇలాంటి బాంధవ్యమే భగవంతునితో పెట్టుకుంటే లాభమే లాభం.

రెండవది పరోపకారం. ప్రతి ఒక్క ప్రాణిలో పరమాత్మ యొక్క అంశ ఉన్నదని ఎల్లప్పుడు గుర్తుంచుకోవాలి. అందరి పట్ల ప్రేమ, సద్భావపూరిత వ్యవహారముతో అందరి ఉన్నతికి కృషి చెయ్యాలి. ఇతరులు మనపట్ల ఎలా వ్యవహరించకూడదని భావిస్తామో మనం కూడా ఇతరుల పట్ల అలా ప్రవర్తించకూడదు. సజ్జనులను సంఘటితపరచి ప్రపంచములో వ్యాపించిన అవినీతిని ఎదుర్కొనేందుకు ఎల్లవేళలా తత్పరులమై ఉండాలి. సృజనాత్మక కార్యకలాపాలను ప్రోత్సహించి అందరికి శుభం కలిగే పనులే చెయ్యాలి.

ఈశ్వరునిపై విశ్వాసము, పరోపకార మార్గములో పయనించుట చేతనే శ్రేష్ఠత్వం ప్రాప్తించుకుంటాము. నేడు జనులు భగవంతుడిని మరచి అంధులై అవినీతిలో మునిగిపోతున్నారు. నలువైపులా భ్రష్టాచారములు, అవినీతి, దోపిడి మోసములే కనిపిస్తున్నాయి. అవినీతితో జనులు లక్షలు కోట్లు సంపాదించినా వాస్తవానికి జీవించి ఉండగానే తమకోసం నరకం నిర్మించుకుంటున్నారు. గాయత్రీ మంత్రంలోని 'వరేణ్యం' అనే శబ్దాన్ని ఎల్లప్పుడు గుర్తుంచుకోవాలి. అది నీచత్వము, విలాసము, పైశాచికత, దురాచారాలు, స్వార్థపరత్వము యొక్క నికృష్టమార్గం నుండి రక్షించి ఆత్మగౌరవం, సదాచారాలు, పరమార్థం యొక్క శ్రేష్ఠ మార్గంలో నడిచేందుకు ప్రేరణనిస్తుంది.

ఈ శ్రేష్ఠమైన మార్గమే సర్వకళ్యాణకరం అవుతుంది. ఎవరైతే ఇతరులకు మేలు చేయుటయే తమ ధర్మంగా భావిస్తారో వారే నిజానికి శ్రేష్ఠులు. ఇతరుల కష్టం చూచి వారికెంతో వ్యధ కలుగుతుంది, ఇతరుల కష్టం తొలగించుటకు ప్రాణాలొడ్డి కృషి చేస్తారు. వీరిని దేవకోటిలో లెక్కవేస్తారు. రెండవ రకం తమ పని చక్కదిద్దుకుంటారు, ఇతరులకు కూడా తోడ్పడుతారు. వీరు మనుష్యకోటిలోకి వస్తారు. మూడవ రకం రాక్షసకోటి వ్యక్తులు. తమ పని నెరవేర్చుకుంటారు, ఇతరుల పని చెడగొడతారు. (కోటి =సమూహం)

ఇతరులకు ఉపకారం ఎంత ఎక్కువ చేయాలనుకుంటామో మనలో మానవత్వం అంత ఎక్కువ ఉన్నట్లు. ఇటువంటి వారే జీవితంలో యశస్సు పొందుతారు.

★★★

ధనికులలో మూడు శ్రేణులు

ఒక వ్యక్తి గురునానక్‌కు నమస్కరిస్తూ అయ్యా! ధనవంతులు అందరు ఒకే విధమైన వారు కారని అనడంలో అర్థం ఏమిటి? కొంచెం వివరంగా చెప్పమని కోరతాడు. సంపాదనను కేవలం సత్ప్రయోజనాలకే ఖర్చు చేసేవారు ఉత్తమ ధనవంతులు. కొందరు ధనాన్ని ఎలా సదుపయోగం చేయాలో తెలిసి కూడా కొందరు కూడబెడతారే తప్ప ఖర్చు చేయలేరు. వీరిని మధ్యములని అంటారు. ఇక అధమ శ్రేణికి చెందిన ధనవంతులు-వీరు ఆర్జించటం వదిలివేసి వారసత్వం గానో, అయాచితంగానో లభించిన సంపదను విచ్చలవిడిగా ఖర్చుచేస్తూ దర్పం ఒలకబోస్తుంటారు. వీరే సమాజ పతనానికి కారకులు అంటూ వివిధ శ్రేణులకి చెందిన ధనవంతుల గురించి నానక్ తెలియజేస్తాడు. - ప్రజ్ఞాపురాణం నుండి

ఒక సమస్యను సవాలుగా తీసుకుంటే ఉత్సాహం పెల్లుబికి వస్తుంది.

గాయత్రీ విద్య-21

బంధములు - ముద్రలు - ప్రాణాయామం

ప్రాణవిద్యనే హఠయోగమని కూడా అంటారు. హఠయోగ అంతర్గతంగా ప్రాణమును పరిపక్వం చేసుకొనుటకు బంధములు, ముద్రలు, ప్రాణాయామ సాధనలు చెప్పబడ్డాయి.

బంధములు

ఇక్కడ మూడు రకాల బంధముల వర్ణన ఇవ్వబడుతున్నది.

1) మూల బంధం : గుదా ద్వారం (మలద్వారం anus) ముడిచి పై వైపుకు నెమ్మదిగా లాగుటను మూలబంధం అంటారు. గుదమును సంకుచితపరచడం వల్ల అపానం స్థిరమవుతుంది. వీర్యం యొక్క అథ ప్రవాహం ఆగి స్థిరత్వం వస్తుంది. ప్రాణం యొక్క అధోగతిని ఆపి ఊర్ధ్వగామి అవుతుంది. మూలాధారంలో ఉన్న కుండలినిలో చైతన్యం ఉత్పన్నమవుతుంది. ప్రేవులకు బలం కలుగుతుంది. మలబద్ధకం కలుగదు. రక్త ప్రసరణ బాగా జరుగుతుంది. ఆపానం, కూర్మం రెండింటిపై మూలబంధ ప్రభావం పడి చెల్లాచెదురుగా ఉన్న ఈ ప్రాణములు ఒక కేంద్రంలో ఏకత్రితమవుతాయి.

జాలంధర బంధం : తలను ముందుకు వంచి గడ్డమును కంఠ కూపంలో ఉంచుటను జాలంధర బంధం అంటారు. జాలంధర బంధంతో శ్వాస ప్రశ్వాసలపై అధికారం కలుగుతుంది. దీని ప్రభావం 16 స్థానములలో ఉన్న నాడులపై పడుతుంది. 1) పాదాంగుష్టము 2) గుల్ఫము 3) మోకాలు 4) జంఘ 5) సీవని (सीवनी) 6) లింగము 7) నాభి 8) హృదయము 9) గ్రీవం 10) కంఠం 11) లంబిక 12) నాశిక 13) భ్రూ 14) కపాలం 15) మూర్ధా (मूर्धा) 16) బ్రహ్మరంధ్రం. విశుద్ధి జాగరణలో జాలంధర బంధం చాలా సహాయం చేస్తుంది.

ఉడ్డీయాన బంధం : పొత్తి కడుపును లోపలకు లాగి ఉంచడాన్ని ఉడ్డియాన బంధం అంటారు. పొట్టను వీలయినంతవరకు పైకి లాగి తరువాత దానిని వెనుకకు లాగి, వెన్నెముకకు ఆనేటట్లు చేసే ప్రయత్నం ఈ బంధంలో చేయబడుతుంది. దీనిని మృత్యువుపై విజయం ప్రాప్తించే విధానంగా చెప్పబడింది.

జీవనిశక్తి దీర్ఘాయువునకు, జీవనమును స్థిరంగా ఉంచే లాభం ఉడ్డియాన బంధం వలన కలుగుతుంది. ప్రేగులలోని నిష్క్రియత దూరం అవుతుంది. బుడ్డ, జలోదరం (जलोदर), పాండు రోగం, బహు మూత్రం, ఉదర మూత్రాశయ రోగులకు ఈ బంధం లాభదాయకం. నాభిలో ఉన్న సమాన, కృకల ప్రాణాలకు స్థిరత్వం లభించి వాత పిత్త కఫములను శుద్ధి చేస్తుంది. సుషుమ్న నాడి యొక్క ద్వారం తెరచుకుంటుంది. స్వాధిష్ఠాన చక్రంలో చైతన్యం రావడం వలన స్వల్ప శ్రమతోనే జాగృతం అయ్యే యోగ్యత కలుగుతుంది.

ముద్రలు

1) మహాముద్ర: ఎడమకాలి మడమను గుద (మలద్వారం anus) మూత్రేంద్రియాల మధ్య ఉంచాలి. కుడి కాలును బారజాపాలి. చాచి ఉంచిన కాలివేళ్ళను రెండు చేతులతో పట్టుకోవాలి. శిరస్సును మోకాలికి తాకించే ప్రయత్నం చేయాలి. ఎడమ నాశిక ద్వారా శ్వాస తీసుకుని, కొంచెం సేపు కుంభకం చేసి (శ్వాస ఆపి) కుడినాశిక ద్వారా గాలి వదలాలి. ప్రారంభమున ఎడమ ముద్రతో పది ప్రాణాయామములు చేయాలి. తరువాత కుడికాలు మడచి గుదా స్థానంలో ఉంచాలి. ఎడమకాలి చాచి, కాలివేళ్ళను రెండు చేతులతో పట్టుకోవాలి. ఇప్పుడు కుడి నాశిక నుంచి పూరకం చేసి (శ్వాస తీసుకుని) ఎడమ నాశిక నుంచి రేచకం చేయాలి (శ్వాస వదలాలి). ఎంతసేపు కుడికాలితో ఈ ముద్ర చేశామో అంతే సమయం కుడికాలితో కూడా చేయాలి.

ఈ మహా ముద్రతో కపిల ముని సిద్ధి పొందారు. దీనితో అహంకారం, అవిద్య, భయం, ద్వేషం మొదలైన వికారాలు శమిస్తాయి. భగందరం (भगन्दर), సంగ్రహిణి (संग्रहिणी), ప్రమేహం (प्रमेह) మొదలైన రోగములు దూరం అవుతాయి. శరీరం యొక్క తేజస్సు వృద్ధి చెందుతుంది. వృద్ధాప్యం దూరం అవుతుంది.

2. ఖేచరీ ముద్ర : నాలుకను వెనుకకు మడిచి తాలు ప్రదేశమునకు నాలుక కొసను తాకించడమే ఖేచరీ ముద్ర. తాలువులో బోలుగా ఉండే ప్రదేశంలో కొంచెం లోపలికి పోతే మాంసంతో చేయబడిన చిన్న తొండం వంటిది వ్రేలాడు తుంటుంది. దీనిని కపిల కుహరమని కూడా అంటారు. ఈ స్థానంలో జిహ్వా యొక్క అగ్రభాగం (చివర) తాకించవలసి ఉంటుంది. తాలు భాగంలోని గహ్వరం (గుహ) లో నాలుక కదలిస్తుంటే ఆ భాగానికి నెమ్మదిగా మాలిష్ జరుగుతుంది. దృష్టిని భ్రూ మధ్యభాగంలో ఉంచుకోవాలి.

ఖేచరీ ముద్ర వలన గహ్వర మందు ప్రాణశక్తి సంచారం జరుగుతుంది. సహస్రదళ కమలంలో ఉన్న అమృతం ఉప్పొంగి ప్రవహించడం మొదలువుతుంది. ఈ అమృతాన్ని ఆస్వాదించడం వల్ల దివ్యమైన ఆనందం లభిస్తుంది. ప్రాణం ఊర్ధ్వగామి అవడం వల్ల మృత్యు సమయంలో బ్రహ్మరంధ్రంలో ప్రయాణం చేస్తాడు. అందువల్ల ముక్తి లేక సద్గతి ప్రాప్తిస్తుంది. గుద (మల ద్వారం

వైఫల్యాలను విజయాలుగా మార్చగలిగే స్థోమత మనకు ఉన్నది.

anus) మొదలైన అధోభాగాల నుండి ఎవరి ప్రాణం పోతుందో వారు నరకానికి వెళ్తారు. ముక్కు, నోరు, చెవి నుంచి ప్రాణం వదిలేవారు మృత్యులోకంలో తిరుగుతుంటారు. ఎవరి జీవం బ్రహ్మరంధ్రం ద్వారా నిష్క్రమిస్తే వానికి తప్పనిసరిగా సద్గతి ప్రాప్తిస్తుంది. ఖేచరీ ముద్ర ద్వారా బ్రహ్మాండంలో ఉన్న శేషసాయి సహస్రదళ నివాసి పరమాత్మ సాక్షాత్కారం జరుగుతుంది. ఈ ముద్ర ఎంతో మహత్వపూర్ణమైనది.

3) విపరీతకరణి ముద్ర : తలను నేల మీద ఉంచి రెండు చేతులు సమీపంలో ఉంచుకుని కాళ్ళు పైకి పెట్టడాన్ని విపరీతకరణి ముద్ర అంటారు. దీనిని శీర్షాసనమని కూడా అంటారు. తలక్రిందకు, కాళ్ళు పైకి ఉండటం దీని ముఖ్య లక్షణం.

తాలువు మూలం నుండి చంద్రనాడి, నాభి యొక్క మూలం నుండి సూర్యనాడి బయలుదేరుతాయి. ఈ రెండింటికి విపరీతకరణి ముద్ర ద్వారా సంబంధం ఏర్పడుతుంది. మస్తిష్కానికి లాభం కలుగుతుంది.

4) యోని ముద్ర : దీనిని షణ్ముఖి అని కూడా అంటారు. పద్మాసనంలో కూర్చొని రెండు చేతుల బొటన వేళ్ళతో రెండు చెవులను, రెండు చేతుల తర్జనీలతో (చూపుడు వేలు) రెండు కళ్ళను, రెండు మధ్య వేళ్ళతో రెండు నాశికలను రెండు అనామికలతో (ఉంగరం వేలు) నోటిని మూసివేయాలి. పెదవులను కాకి ముక్కువలె బయటకు పెట్టి నెమ్మది నెమ్మదిగా గాలి పీలుస్తూ గుద (anus) వరకు తీసుకెళ్ళాలి. తరువాత శ్వాసను నెమ్మది నెమ్మదిగా వదలాలి. యోనిముద్ర సాధన వలన యోగసిద్ధి యందు చాలా సహాయం లభిస్తుంది.

5) శాంభవి ముద్ర : ఆసనం వేసుకుని రెండు కనుబొమల మధ్య భృకుటి యందు ధ్యానం చెయ్యడాన్ని శాంభవి ముద్ర అంటారు. కొన్ని చోట్ల అరమూసిన నేత్రములతో పైకి చూస్తున్న కంటి పాపలతో, శాంత చిత్తంతో ధ్యానం చెయ్యడాన్ని కూడా శాంభవి ముద్ర అంటారు. భగవాన్ శంభుని ద్వారా ఈ సాధన చేయబడినందున దీనిని శాంభవి ముద్ర అంటారు.

6) అగోచరి ముద్ర : మనస్సును నిరోధించి నాశిక యొక్క అగ్ర భాగమున మనస్సును ఏకాగ్రం (concentrate) చేయడం అగోచరి ముద్ర.

7) భూచరి ముద్ర : నాశిక నుండి నాలుగు అంగుళముల దూరంలో శూన్య స్థానంలో రెండు నేత్రముల దృష్టి ఒక బిందువుపై కేంద్రితం చేయడం.

ఇవేగాక నభో ముద్ర, మహా బంధం, శక్తిశాలిని ముద్ర, తాడగి, మాండవి అధోధారణ. అమ్భసి, వైశ్వానరి, వాయలి, నభోధారణ, అశ్విని, పాశని, కాకి, మాతంగి, భుజంగిని మొదలైన 25 ముద్రల గురించి ఘేరండ సంహితంలో సవిస్తార వర్ణన ఉన్నది. ఇవి అనేక రకాల ప్రయోజనాలకు మహత్వపూర్ణమైనవి. ప్రాణమయకోశ అనావరణ (వికసించుట) కొరకు ప్రముఖమైన ముద్రల వర్ణన పైన ఇవ్వబడినవి.

ఇక్కడ 96 రకాల ప్రాణాయామములలో 9 రకాల ప్రాణాయామములు ఇవ్వబడుతున్నాయి.

1) లోమ విలోమ ప్రాణాయామం : సిద్ధాసనమున కాని పద్మాసనమునగాని కూర్చోవాలి. వెన్నెముక నిఠారుగా ఉంచాలి. ఎడమనాశికతో గాలి పీల్చి ఒక సెకండు ఆపి కుడినాశిక ద్వారా నిదానంగా గాలి వదలాలి. తరువాత కుడినాశిక ద్వారా గాలి పీల్చి కొంచెం సేపు ఆపి ఎడమనాశిక నుండి గాలి వదలాలి. ఇది ఒక ప్రాణాయామం. మరల ఒక సెకండు బాహ్య కుంభకం చేసి ముందు చెప్పినట్లుగా తిరిగి చెయ్యాలి. ఈ విధంగా ముందు పది ప్రాణాయామములు చేయాలి. తరువాత రోజు ఒక్కొక్కటి పెంచుకుంటూ 40 ప్రాణాయామముల వరకు వెళ్ళాలి. కుడి నాశిక నుంచి రేచకం చేసినా, పూరకం చేసినా అంటే శ్వాస తీసుకుంటూ వదలుతున్నా కుడి చెయ్యి యొక్క అనామిక, కనిష్ఠ వేలితో ఎడమ నాశికను మూసివేయాలి. ఇదే విధంగా ఎడమ నాశిక నుండి శ్వాస తీసుకున్నప్పుడు కాని వదలుతున్నప్పుడు కాని కుడిచేతి బొటనవేలుతో కుడి నాశికను మూసివేయాలి.

2) సూర్యభేదన ప్రాణాయామం : కుడి నాశిక ద్వారా గాలి పీల్చి యధాశక్తి కుంభకం చేసి ఎడమ నాశిక ద్వారా గాలి వదలాలి. ఈ రకంగా తడవ తడవకు చేయడాన్ని సూర్యభేదన ప్రాణాయామం అంటారు. అనులోమ విలోమ ప్రాణాయామంలో రెండు నాశికల ద్వారా పూరకం, రేచకం జరుగుతాయి. ఈ ప్రాణాయామంలో ఒకే నాశిక ద్వారా జరుగుతుంది. (కుడి నాశిక నుంచి పూరకం, ఎడమ నాశిక నుంచి రేచకం)

3) ఉజ్జయిని ప్రాణాయామం : శిరస్సు కొంచెం వంచాలి. కంఠంలో గాలి పీల్చే శబ్దం చేస్తూ ఎడమ నాశిక నుంచి పూరకం చేయాలి (గాలి పీల్చాలి). 4–5 సెకండ్లు కుంభకం చేసి ఎడమ నాశిక నుంచే శ్వాస వదలాలి. ఈ ప్రాణాయామంలో పూరకం, రేచకం, కుంభకం కొద్ది కొద్దిగా జరుగుతాయి. నడుస్తూ కూర్చుని, పడుకుని కూడా ఉజ్జయిని ప్రాణాయామం తేలికగా చెయ్యవచ్చు. రోగులు మంచంపై పడుకుని కూడా చెయ్యవచ్చు. పొట్ట సమస్యలకు ఈ ప్రాణాయామం ఉపయోగకరం.

4) సీత్కారి ప్రాణాయామం : రెండు నాశికలు మూసివేసి జిహ్వా, పెదవులతో గాలి పీల్చాలి. యధాశక్తి ఆపి నెమ్మది నెమ్మదిగా నాశికల ద్వారా గాలి వదలాలి. నాలుకను పెదవుల వరకు చాచి పెదవుల ద్వారా సీత్కారం చేస్తూ శ్వాస పీల్చే క్రియ ప్రధానమైన కారణమున దీనిని సీత్కారి ప్రాణాయామం అంటారు. ఈ ప్రాణాయామమున నాలుక సహాయంతో గాలి లోపలికి ప్రవేశిస్తుంది. ఈ ప్రాణాయామం శీతలమైనందున ఉష్ణ ప్రకృతిగల

విజ్ఞతతో అహంకార, మమకారాలను అదుపు చెయ్యగలగాలి.

వారికి, ఎండాకాలమందును విశేషముగా ఉపయోగించవచ్చును. ఇది శరీరమును నిర్విషం (శరీరంలోని విషమును తీసివేయుట) చేయును. కాకభుశుండి ఈ ప్రాణయామం చేసి సిద్ధి పొందినట్లు చెప్పబడింది.

5) శీతలీ ప్రాణాయామం : రెండు నాశికలు మూసివేయాలి. పెదవులను, కాకి ముక్కువలె ఉంచి, నాలుకను కొంచెం బయటకు చాపాలి. తరువాత నోటి ద్వారా నెమ్మది నెమ్మదిగా గాలి పీల్చాలి. యధాశక్తి కుంభకం చేసి నాశికల ద్వారా గాలి వదలాలి. దానిని శీతలీ ప్రాణాయామం అంటారు. ఇది కూడా శీతల ప్రకృతి గలది. రూపలావణ్యములు వృద్ధి అవుతాయి.

6) భస్త్రికా ప్రాణాయామం : పద్మాసనం వేసుకొని ఎడమనాశికతో పదిసార్లు పూరకం, రేచకం గబగబ చేయాలి (గాలి పీల్చి వదలాలి). కుంభకం చేయవలసిన అవసరం లేదు. తరువాత 11వసారి ఎడమనాశిక నుండి దీర్ఘశ్వాస తీసుకుని యధాశక్తి కుంభకం చేసిన తరువాత కుడి నాశిక నుండి గాలి నెమ్మది నెమ్మదిగా వదలాలి. తరువాత ఇదే విధంగా కుడినాశికతో చేయాలి. ఇదే భస్త్రికా ప్రాణాయామము, ప్రారంభంలో ఐదుసార్లు కన్నా ఎక్కువ చెయ్యరాదు.

ఇది సమశీతోష్ణం కలది. బ్రహ్మ గ్రంథి, విష్ణు గ్రంథి, రుద్ర గ్రంథి భేదనం చేస్తుంది. ఈ ప్రాణాయామం ద్వారా సుషుమ్నలో ప్రాణతత్వం విహంగ గతితో పైకి వెళ్తుంది. దీనివల్ల అగ్నితత్వం ప్రదీప్తం కాగలదు. ప్రారంభదశలో ఎక్కువ సంఖ్యలో, అధిక వేగంగా చేయరాదు. ఇలా చేయడం వల్ల ఊపిరితిత్తులకు దెబ్బ తగలవచ్చు.

7) భ్రామరి ప్రాణాయామం : పద్మాసనం వేసుకుని కళ్ళు మూసుకుని కూర్చోవాలి. భృకుటి మధ్య భాగంలో ధ్యానం చేయాలి. తరువాత జాలంధర బంధం వేయాలి. తరువాత నాశికల ద్వారా భ్రమర నాదంతో సమానమైన ధ్వని వచ్చే విధంగా పూరకం చెయ్యాలి (గాలి పీల్చాలి). తరువాత మూడు సెకండ్లు కుంభకం చేసి నెమ్మదినెమ్మదిగా గుంజాన (गुञ्जन) శబ్దంతో రేచకం చెయ్యాలి (గాలి వదలిపెట్టాలి). ఇదే భ్రామరి ప్రాణాయామం.

కొందరు యోగులు రెండు నాశికల ద్వారా గాలి పీల్చి వదలాలి అంటారు. మరికొందరు లోమవిలోమ ప్రాణాయామంలో వలె ఎడమ కుడి నాశికలతో చేయడం మంచిదంటారు.

కుంభకంలో నిలిపి ఉంచబడిన గాలి మస్తిష్కంలో ఎడమ నుండి కుడి వైపు చాలా సార్లు తిరిగిన తరువాత రేచకం చెయ్యాలి. వాయు భ్రమణం వలన, భ్రమర నాదం వంటి ధ్వనితో చేయడం వలన ఈ ప్రాణాయామమునకు భ్రామరీ ప్రాణాయామం అనే పేరు ఇవ్వబడింది. ఇది మనస్సునకు ఏకాగ్రత, ప్రాణమునకు స్థిరత్వం ఇస్తుంది.

8) మూర్ఛా ప్రాణాయామం : రెండు చేతుల బొటన వేళ్ళు రెండు చెవులలోను, రెండు తర్జనీలను (చూపుడువేలు) కన్నులపైన, రెండు మధ్య వేళ్ళను నాశికలపై, రెండు అనామికలను (ఉంగరం వేలు) నోటిపై ఉంచాలి. మూలబంధం, జాలంధర బంధం మొదట నుంచి చివరి వరకు స్థిరంగా ఉంచుకోవాలి. ఎడమ నాశిక నుంచి పూరకం చేయాలి. యధాశక్తి కుంభకం చేసి ఎడమనాశిక నుండి గాలి వదలాలి. దీనినే మూర్ఛా ప్రాణాయామం అంటారు.

ఈ ప్రాణాయామంలో రేచకం చేసే సమయంలో కన్నులు మూసుకుని భ్రూమధ్య భాగంలో ధ్యానం చెయ్యడం వలన పంచ తత్వముల రంగులు కనిపిస్తాయి. పృథ్వి రంగు పసుపు, జలం-తెలుపు, అగ్ని-ఎరుపు, వాయువు-ఆకుపచ్చ, ఆకాశం-నీలం ఈ తత్వముల శోధన చేయడం వల్ల నాదానుసంధానములు సమాధి స్థితిలో వీలవుతుంది.

9) ప్లావనీ ప్రాణాయామం : పద్మాసనంలో కూర్చుని రెండు భుజములను పైకి లాగి తిన్నగా పెట్టుకోవాలి. రెండు నాశికలతో పూరకం చేసి పడుకోవాలి. పడుకునే సమయంలో రెండు చేతులను కలిపి దిండువలె తలక్రింద పెట్టుకోవాలి. కుంభకం చేయాలి. కుంభకం జరుగుతున్నంత సేపు దేహం ఒక దూది పింజవలె తేలికగా అయిందనే భావన చెయ్యాలి. తరువాత కూర్చుని పూర్వస్థితికి రావాలి. రెండు నాశికల ద్వారా గాలిని బయటకు పంపాలి. ఇదే ప్లావనీ ప్రాణాయామము. దీని వల్ల రిద్ధి సిద్ధుల మార్గం ప్రశస్తం అవుతుంది.

ఏ ప్రాణాయామం ఎంత చేయాలి. ఏ ప్రయోజనం కొరకు చేయాలి అనేది నిర్ణయించడం అంత తేలికైన పని కాదు. ఇది సాధకుని అంతరంగ పరిస్థితి. శరీర నిర్మాణం, ప్రాపంచిక పరిస్థితి, వయస్సు, మనోభూమి, సంస్కారములు మొదలైనవన్నీ తెలుసుకున్న తరువాత వర్తమాన పరిస్థితులలో ఏ రకమైన ప్రాణాయామ పద్ధతి ఉపయోగకరం, అవసరం అనేది నిర్ణయించుకోవాలి.

ప్రాణమయకోశమును సువ్యవస్థితం చేసేందుకు సాధారణంగా బంధములు, ముద్రలు, ప్రాణాయామ పద్ధతులు ఉపయోగించబడతాయి. వీటితో దశ ప్రాణముల ఉన్నతిని సాధించుకోవచ్చు. కాని అనేక సార్లు ఈ సాధనలు ఏమి అవసరం లేకుండానే ప్రాణవిద్యలో సఫలత పొందవచ్చును.

గాయత్రి యొక్క ద్వితీయ ముఖం ప్రాణమయకోశం. దీనిని అనుకూలంగా చేయడం వల్ల వేదమాత ప్రసన్నురాలై ఆమె రెండవ ముఖం నుండి ఆశీర్వాదం ప్రాప్తిస్తుంది. ప్రాణమయ సాధన గాయత్రీ మాత యొక్క ప్రాణమయ సాధనే. ఇది ఆత్మోన్నతి యొక్క ద్వితీయ భూమికగా చెప్పవచ్చును.

★★★

అవకాశాలను అందరికంటే ముందే గుర్తించగలిగినవారే విజయాలను సాధించగలరు.

ధారావాహిక ప్రజ్ఞోపనిషద్ - ఆరవ అధ్యాయం (మొదటి ప్రకరణం)

ఉపాసనా కర్మ విధానం

ఆరణ్యకస్య సత్రస్య పంచమే దివసే శుభే ।
జిజ్ఞాసః సహిదుర్వాస మహర్షిః ప్రముఖోஃ భవత్ ॥ 1

స్తితః సోஃగ్రిమపంక్తౌచ జిజ్ఞాసాం స్వాంచ వ్యాహరన్ ।
ఓజో గంభీరయా వాచా పిప్పలాద మథా బ్రవీత్ ॥ 2

తెల్సుకోవాలన్న తపన, సందేహ నివృత్తి చేసుకోవాలన్న జిజ్ఞాస, దుర్వాసుని స్వరంలో, ఓజోగుణ రూపంలో (వినయ విధేయతలను ప్రదర్శించే తీరు) స్పష్టంగా అగుపిస్తూ ఉండగా ఇలా పలికెను.

ఆరణ్యక మహర్షి ఆశ్రమంలో అయిదవ రోజున జరిగే గోష్టిలో ఎందరో ప్రముఖులు, పిప్పలాదుని సమక్షంలో కూర్చొన్నారు. ప్రథమ పంక్తిలో కూర్చొన్న దుర్వాస మహర్షి తనకు గల సందేహాన్ని, దాని సమాధానాన్ని తెల్సుకోవాలన్న ఆసక్తితో గంభీర స్వరంతో ఇలా పలికాడు.

బ్రహ్మవిద్యా ప్రవృత్తేః సంవర్ధనస్య ప్రసంగకే ।
దేవ యత్ భవతా ప్రోక్తం కృతార్థ వయమత్రతు ॥ 3

ఓ మహర్షీ! మీరు ఉపదేశించిన బ్రహ్మ విద్య, ఆత్మవిద్యలు మధ్య సమన్వయ సారాన్ని, యుగ సాధన, దర్శనముల పట్ల అవగాహన అవలోకన ప్రక్రియల ద్వారా వేము ధన్యులమయ్యాము.

తథాప్యేకంతు పశ్యామో హ్యసమంజస మత్రయత్ ।
సంసారే వ్యాప్త దుర్భావైః సంఘర్షః కిమ్ విధో భవేత్ ॥ 4

కానీ ఇంకనూ ఒక సంశయము మమ్ములను పీడించుచున్నది. ఈ ప్రపంచంలో దుష్ట ఆలోచనలు, దుర్మార్గపు పద్ధతులు, దుర్నీతి అనే అంశాలు అన్ని దిశలలో, అన్ని దశలలో అగుపిస్తున్నాయి. కీడు చేసేవి, నష్టాన్ని కల్గించేవి, చెడు మార్గాన్ని చూపుతున్న ఈ భావాలు ఎలా ఎందుకు పరివ్యాప్తం చెందుతున్నవో అవగతం కావడం లేదు.

ఆసురాక్రమణై రాత్మ రక్షాయై కే హ్యు పాయకాః ।
ఆశ్రిత వ్యా ఇదం చాపి కృపయాద్య నిగద్యతామ్ ॥ 5

అసుర ప్రవృత్తి (రాక్షస ప్రవృత్తి) కల్గిన అరిషడ్వర్గాల వంటి చెడు లక్షణాల నుండి మన ఆత్మను (మనస్సును) ఎలా రక్షించుకోవాలో తెలియక సతమతమవుతున్న మాకు ఆ ఉపాయాన్ని బోధించి, మమ్ములను తరింపచేయగలరు. నీటిలో జన్మించి, నీటిలోనే జీవిస్తున్న తామరాకు, తనపై నీటిబొట్టు పడితే, ఎలా తడిసిపోకుండా పొడిగా ఉండి, తన ప్రత్యేకతను నిలుపు కుంటుందో, అలాగే మనస్సు కూడా రాగ, ద్వేషాలకు అతీతంగా ఉండే విధానాన్ని బోధించ ప్రార్థన. అని దుర్వాసుడు పిప్పలాదుని ప్రశ్నించాడు.

స్రష్టుః పవిత్ర సృష్టౌతు కస్మాత్ హే తో రవస్థితమ్ ।
అధర్మోస్థిత్వమేతత్ యత్ జగత్ సర్వం దునోత్యలమ్ ॥ 6

"సృష్టికర్త అయిన బ్రహ్మ తన పవిత్ర సృష్టిలో ధర్మము, న్యాయము ప్రేమ వంటి అంశములనే సృష్టించక, ఈ రాక్షస ప్రవృత్తి, ఇతరులను పీడించుట, ఇతరులు బాధతో అలమటిస్తూ ఉంటే, దానిని చూసి ఆనందించే పైశాచిక ప్రవృత్తి అక్రమ పద్ధతులలో ధన సముపార్జన వంటి ప్రమాదకరమైన శక్తులను ఎందుకు సృష్టించెను? అంతేగాక మంచి కన్నా, చెడుకు సులువుగా, వేగవంతంగా వ్యాప్తి చెందే అవకాశాన్ని ఎందుకు కల్గించాడో వివరించగలరు? అని వేడుకున్నాడు.

దుర్వాససో మహర్షేస్తాం సహజాం ప్రకృతింతథా ।
ప్రవృత్తిం పిప్పలాదస్య కృతః ప్రశ్నోః భ్య రోచత్ ॥ 7

సమయానుకూలం తం ప్రశ్నం, శృత్వా చ సరాహ్యచ ।
సత్ర సంచాలకో ఽవాదీ త్పిప్పలాదో హసన్నివ ॥ 8

దుర్వాస మహర్షి అడిగిన ప్రశ్న పట్ల పిప్పలాదుడు ఎంతగానో సంతసించి, ప్రకృతి - ప్రవృత్తుల పట్ల సమన్వయాన్ని, ఆంతరంగిక పరమార్థాన్ని తెలుసుకోవాలన్న అతని జిజ్ఞాస పట్ల మిక్కిలి ఆనందించి, ఆ సందేహాన్ని తీర్చే అవకాశం కల్గినందుకు, అటువంటి పరమ సత్యాలను తెల్సుకోవాలన్న ఆసక్తి గల శ్రోతలు లభించడం కూడా మిక్కిలి ఆనందకరమైన అంశంగా భావించాడు. 'ప్రకృతి' అనగా సృష్టి. సృష్టిలో ప్రతి వస్తువు ఇతరులకు ఉపయోగపడే పరోపకారతత్త్వం కల్గినదే. చెట్లు, నదులు, గోవులు మొదలైనవి. ఇతరులకు తాము ఉపయోగ పడగలిగితే తమ జన్మ తరించినట్లేనని భావిస్తాయి. వాటి సేవలను పొందే మానవుడు తాము కూడా వాటి మార్గంలో పయనించాలన్న సత్యాన్ని ఆకళింపుచేసుకొన్నపుడే మనిషి జీవితం సార్థకమై, మానవత్వపు వెలుగులు విరాజిల్లుతాయన్న "ప్రవృత్తి" ధర్మాన్ని పిప్పలాదుడు ఇలా వివరించసాగెను.

– కథాకథన వ్యాఖ్యానం: సాధన నరసింహాచార్య

ధైర్యంతో చొరవను ప్రదర్శించి పురోగమించాలి.

బాలల భవితకు బంగారు బాట-27

పోషించే పాత్రకు జీవం పోయాలి

ఒక సన్యాసి రాజసభలోకి ప్రవేశించాడు. అనేకమైన నీతులు, సూక్తులు చెప్పాడు. అందరిని ఆశీర్వదించాడు. ఆ రాజు చాలా తెలివైనవాడు. సూక్ష్మగ్రాహి, సన్యాసి మాట్లాడుతూ ఉన్నంతసేపు ఆతని హావభావాలను జాగ్రత్తగా పరిశీలించాడు. ఆతడు నిజమైన సన్యాసికాదని అర్థం చేసుకున్నాడు. అయినా ఆతని పాత్ర పోషణకు ముగ్ధుడు అయ్యాడు. ఏమీ ఎరగనట్లు 100 బంగారు నాణాలను బహుమతిగా ఇవ్వబోయాడు. సన్యాసి వాటిని తీసుకోవడం కాదు కదా వాటివైపు కన్నెత్తి కూడా చూడలేదు. హుందాగా లేచి వెళ్ళిపోయాడు.

మరికొంత కాలానికి అదే రాజు వద్దకు ఒక వడ్డీ వ్యాపారి వచ్చాడు. తన వ్యాపారం విషయంలో జరిగే లావాదేవీల గురించి, వాటివల్ల కలిగే సాధక బాధకాల గురించి వివరించాడు. రాజు ఆతడు మాట్లాడే తీరు తెన్నులను గమనించాడు. పూర్వం వచ్చిన సన్యాసి, ఈ వ్యాపారి ఇద్దరు ఒక్కరే అని గ్రహించాడు. పాత్ర పోషణలో ఆతని చాకచక్యానికి మురిసిపోయాడు. ముసిముసిగా నవ్వుకుంటూ 100 బంగారు నాణాలు ఇప్పించాడు. ఆనందంగా స్వీకరించాడు వ్యాపారి. అంతటితో ఆగలేదు. "మహారాజా! నేను గతంలో సన్యాసిగా మీ వద్దకు వచ్చాను. మీరు ఇవ్వబోయిన బహుమానం తీసుకోకుండా ఇక్కడే వదిలిపోయాను. దయతో మీరు దానికి ఆ రోజు నుండి ఈ రోజు వరకు వచ్చే వడ్డీతో సహా లెక్కగట్టి ఇప్పించినట్లైతే సంతోషిస్తాను" అన్నాడు.

రాజు ఆశ్చర్యపోయాడు. "అదేంటి? అప్పుడు ఆ బహుమానం వైపు కన్నెత్తి కూడా చూడలేదు. ఇప్పుడు దానితోపాటు వడ్డీని కూడా కోరుకుంటున్నావు. ఇది నీకు న్యాయంగా ఉందా?" అని ప్రశ్నించాడు. వ్యాపారి నవ్వుతూ "రాజా! ఉదరపోషణార్థం బహు కృత వేషం' అన్న సూక్తి వినియే ఉంటారు. ఆనాడు నేను వేసిన వేషం సన్యాసి వేషం. నేను దొంగ సన్యాసిని అని తెలిసి కూడా మీరు నా పాత్ర పోషణకు మెచ్చి బహుమతిని ఇవ్వబోయారు. సన్యాసికి బంగారంతో పనిలేదు. నిజంగా నేను తీసుకుని ఉంటే ఆ పాత్రకు అన్యాయం చేసినట్లు అవుతుంది. అప్పుడు మీ ఉదారత కూడా దెబ్బతింటుంది. దానిని వడ్డీతో సహా రాబట్టుకోవడానికే ఈ వడ్డీ వ్యాపారి వేషం వేశాను. ఇప్పుడు దానిని గూర్చి అడగకపోతే ఈ పాత్రకు అన్యాయం చేసినట్లు అవుతుంది. అందుకే ఇప్పుడు అడగవలసి వచ్చింది. ఇప్పుడు కూడా మీరు నన్ను గుర్తించారు. అయినా నా పాత్ర పోషణకు మెచ్చి బహుమానం ఇచ్చారు. ధరించిన పాత్రకు న్యాయం చేయడం న్యాయమే కదా!" అన్నాడు. రాజుతోపాటు సభలోని వారంతా కరతాళ ధ్వనులు చేశారు. రాజు సంతోషంగా ఇవ్వదలిచిన దానికి రెట్టింపు ధనాన్ని ఇచ్చి పంపించాడు.

రంగస్థలం మీద మహారాజు వేషం వేసినా, కూలివాడి వేషం వేసినా ఆ పాత్ర నిర్వహణలో జనాన్ని మెప్పించగలిగినవాడే మహా నటుడిగా చలామణి అవుతాడు. ఈ జీవితమే ఒక రంగస్థలం. ఈ రంగస్థలం మీద వేషం జీవాత్మ. వేషధారి పరమాత్మ. నటుడు పాత్రపోషణ పూర్తికాగానే మామూలు స్థితికి వచ్చేస్తాడు. పరమాత్మ జీవాత్మగా అవతారం ఎత్తగానే అవతారాన్ని బట్టి లక్షణాలు మారిపోతాయి. మానవుడు, పశువు, పక్షి, చెట్టు ఏదైనా కావచ్చు. ఆ అవతారం పూర్తికాగానే మామూలు స్థితికి రాక తప్పదు. దీనిని బట్టే జీవాత్మ, పరమాత్మ వేరు కాదని, ఇద్దరు ఒకటేనని అద్వైత సిద్ధాంతం తెలియచేస్తోంది. కిరీటాన్ని తొలగించిన రాజు, కవచాన్ని తొలగించిన భటుడు మానవుడుగానే మిగిలిపోతారు. అప్పుడు ఇద్దరు వేరు కాదు.

విన్నారుగా బాలలూ! ఎవరం అయినా మనం పోషించే పాత్రకు జీవం పోయాలి. అంటే ఏ బాధ్యతలు చేపట్టినా మన కర్తవ్యాన్ని మనం నిర్వర్తించాలి.

కం॥ చేతికి చిక్కిన పనులను
నీతిగా చేయుచు జనులను సీమము తోడన్
రీతులు తెలుపుచు నడుపగ
జాతికి కలుగును సేమము సత్యము బాలా !

– మధుర కవయిత్రి,
పొన్నూరు హైమవతీ శాస్త్రి

భయం సృజనాత్మకతను ఆచరణలోనికి రానివ్వదు.

సూర్య విజ్ఞానం - 21

సౌర కళంకములు - దైవీ ప్రకోపం - మహాక్రాంతి

పృథ్వి యొక్క జీవనం సూర్యుని నుండి లభించింది. ఆయన యొక్క వెలుగు, వేడి వలన ధరాతలంపై అగణిత గతివిధులు (activities) నడుస్తున్నాయి, అనేక సంపదలను ఉత్పన్నం చేస్తున్నాయి. సౌరమండలంలోని ఇతర గ్రహాల కన్నా పృథ్వి యొక్క వాతావరణమును, వనస్పతి జగత్తును, ప్రాణ సముదాయమును సూర్యుడే ఎక్కువగా ప్రభావితం చేస్తున్నాడు. సూర్యభగవానుని ఉదయం అస్తమయం, ప్రభాతమధ్యాహ్న వేళల యొక్క ప్రభావం పృథ్విపై, పృథ్వివాసులపై ఎలా పడుతుందో రోజు వారి సంఘటనలు చూచి తెలుసుకోవచ్చు. ఋతువుల ప్రభావం, పరివర్తనలో సూర్యుడే ప్రముఖ పాత్ర వహిస్తున్నాడు. దీనిని సామాన్య పరిస్థితులలో ప్రత్యక్షంగా చూడవచ్చు. కాని ఎప్పుడైతే సూర్యుని స్వాభావిక వ్యవస్థలో తేడా వస్తుందో, అప్పుడు విపత్కర పరిస్థితులు ఏర్పడి సంతులనం కోల్పోతుంది. ఇది పృథ్విపై పరిస్థితులను ప్రభావితం చేయడమే గాక ప్రాణులు ముఖ్యంగా మనుష్యుల మానసిక స్థితిలో ఊహించలేని మార్పులు కలుగజేస్తుంది.

ఈ రోజులలో సూర్యునిలో కొన్ని ప్రక్రియలు జరుగుతున్నాయి. కాని మనం సూర్యునికి దూరంగా ఉండటం వల్ల వాటిని సామాన్యంగానే భావించడం జరుగుతున్నది. కాని వాటి పరోక్ష ప్రక్రియ జన సమూహాలను అసాధారణ రూపంలో ప్రభావితం చేస్తున్నది. వాటిలో సౌర కళంకములు (sun spots) ఎక్కువవడం వల్ల పృథ్విపై జీవనంలో ఎంతో ప్రభావం పడుతున్నది.

వైజ్ఞానికుల అనుసారం ఎప్పుడైతే సూర్యునిలో ఈ రకమైన సూర్య కళంకములు (sun spots) ఉత్పన్నమవుతాయో అక్కడ అసామాన్యమైన స్థితి ఏర్పడుతుంది. సూర్యుని అంతరాళాలలో భయంకరమైన పెనుగాలులతో కూడిన తుఫానులు ఏర్పడతాయి. లక్షల మైళ్ళ వరకు అగ్నిజ్వాలలు విస్తరిస్తాయి. విద్యుత్ అయస్కాంత తరంగాలు ఎంతో తీవ్రంగా ఉండి, సంపూర్ణ సౌరమండలాన్ని ప్రభావితం చేస్తాయి. భూమికి సూర్యునికి మధ్య ఆదాన ప్రదానముల (ఇచ్చి పుచ్చుకోవడాలు) విశిష్ఠ సంబంధం ఉన్నది. అందువల్ల భూమిపై వీటి ప్రభావం అధికంగా పడుతుంది. మేలు కన్నా కీడే ఎక్కువ జరుగుతుంది. ఋతువులలో చలి పెరుగుతుంది. భారీగా హిమపాతం జరుగుతుంది. సుడిగాలులు, వాయు గుండాలు, తుఫానులు సంభవిస్తాయి. ఓజోన్ పొరలోను, ఆక్సిజన్ పరిమాణంలోను తగ్గుదల కనిపిస్తుంది. భారతీయ జ్యోతిష్యశాస్త్రం ప్రకారం సూర్యకళంకములు ఉత్పన్నం కావడం పరివర్తన సమయాన్ని సూచిస్తుంది. ఈ మార్పులు శుభకరమైనవి కావచ్చు లేదా అశుభకరమైనవి కావచ్చు. ఈ విషయాన్ని ఈనాటి విజ్ఞానం కూడా ఒప్పుకుంటుంది.

సుప్రసిద్ధ వైజ్ఞానికుడు అలెగ్జాండర్ మార్‌శెక్ తన పుస్తకం "ఎర్త్ అండ్ హొరైజన్" లో ఇలా వ్రాశారు. పృథ్విపై జరిగే సంఘటనలు సూర్యుని అంతర్విగ్రహ (సూర్యుని లోపల జరిగే) తో ప్రత్యక్ష సంబంధం మనకు తెలియకపోవచ్చు. కాని పృథ్విపై వాటి ప్రభావం నిర్వివాదాంశం. ఎప్పుడైతే సౌర సక్రియత (solar activity) పెరుగుతుందో అప్పుడు వర్షాలు, తుఫానులు, వరదలు సంభవిస్తాయి. వనస్పతులలో వృద్ధి కనిపిస్తుంది. వేడి పెరగటంతోపాటు అక్కడక్కడ అకాల మృత్యువులు, రోడ్డు ప్రమాదాలు, విమాన ప్రమాదాలు, యుద్ధాలు, రక్తపాతం పెరుగుతాయి. ఈ కాలంలో భీషణమైన అయస్కాంత ఉత్పాతాలు అంటే భూకంపాలు, అగ్ని పర్వతాల విస్ఫోటనం, ధృవ ప్రాంతాలలో దివ్యమైన మెరుపులు సంభవిస్తాయి. ఇవి కూడా మానవ జీవితాన్ని ప్రభావితం చేసేవే.

అమెరికాకు చెందిన వాతావరణ శాస్త్రజ్ఞుడు డా॥ వెక్స్‌లర్ సూర్యకళంకముల ప్రభావం మానవుని అంతరంగ జీవనంపై బాగా పడుతుందని అన్నాడు. సూర్యునిలో జరిగే పరివర్తనల వల్ల పృథ్వివాసులపై ఎలాంటి ప్రభావం ఉంటుందో తెలుసుకునేందుకు రష్యాకు చెందిన ప్రఖ్యాత శాస్త్రజ్ఞుడు చిజోస్కి గత 100 సంవత్సరముల చరిత్ర, సూర్యుని గతివిధులు (activity) అధ్యయనం చేశాడు. రకరకాలైన అంటువ్యాధులు, విప్లవాత్మకమైన మార్పులు సౌరకళంకములతో సంబంధం ఉన్నదని ఆయన గ్రహించాడు. ప్రతి 11 సంవత్సరములకు ఈ సౌరకళంకములు పెరుగుతాయనేది వైజ్ఞానిక సత్యం. ఈ సౌరకళంకములు ఎక్కువ తక్కువ అవడం వలన భూమిపై ఆ అనుపాతంలోనే భారీ పరివర్తనలు లేదా చిన్న చిన్న మార్పులు జరుగుతాయి. ఇంతేగాక సూర్య కళంకముల వలన పృథ్వి యొక్క అయస్కాంత క్షేత్రంలో కూడా గడబిడలు వస్తాయి. రేడియో ప్రసారాలలో ఇబ్బంది

మానసిక కాలుష్యం చేసిన తప్పులనే మరల మరల చెయ్యమని ప్రోత్సహిస్తుంది.

వస్తుంది, వాతావరణం కూడా ప్రభావితం అవుతుంది. సౌర కళంకాల ప్రభావం మనుష్యుల మీదే గాక ఇతర జీవ జంతువుల మీద, వృక్ష వనస్పతుల మీద కూడా పడుతుంది. వృక్షములలో కనిపించే వార్షిక వలయములు (annual rings) సౌర కళంకములు ఎక్కువయిన సంవత్సరములలో కొంచెం వెడల్పుగా ఉంటాయి. బహుశా ఆ రోజులలో సూర్యకళంకముల నుండి ఉత్పన్నమయ్యే సూర్య కిరణముల నుండి రక్షించుకొనుటకు ఆ సంవత్సరం ఆ చెట్టు పై తోలును (outer skin) లావుగా తయారు చేసుకుంటుంది.

అమెరికా పరమాణు ఊర్జా సంస్థకు చెందిన సాండియా లేబరేటరీస్‌లో పనిచేసే వైజ్ఞానికులు సౌర మండల ప్రభావంపై లోతైన అధ్యయనం చేశారు. గడచిన 20 సంవత్సరాలలో జరిగిన అపరాధముల గణాంక వివరాలు సేకరించి వాటిని అధ్యయనం చేశారు. సౌరకళంకములు చరమస్థాయికి చేరుకున్నప్పుడు దుర్ఘటనలు, అపరాధములు ఆరు రెట్లు పెరిగాయని కనుగొన్నారు. సౌరకళంకములు తీవ్రస్థాయికి చేరుకున్నప్పుడు మానసిక రోగుల సంఖ్య అసాధారణంగా పెరిగిందని న్యూయార్కుకు చెందిన డా॥బేకర్ గమనించారు. ఈ సందర్భమున ప్రాచీన భారతీయ జ్యోతిర్విదులు సూర్య మండలంలో జరిగే సూర్యకళంకాల స్వరూపం ఏమిటనేది, చరాచరజగత్తులో వాటి ప్రభావం ఎలా ఉంటుందనేది అధ్యయనం చేశారు.

గర్గ మహర్షి, పరాశరుడు, కశ్యపుడు, దేవలుడు, నారదుడు, వశిష్ఠుడు మొదలైన వారు సౌరకళంకముల గురించి చేతనత్వ స్థాయిలో పరిశోధనలు జరిపారు.

అంతరిక్ష విజ్ఞానులు ఈ రోజులలో సౌరమండలం, దాని బ్రహ్మాండీయ క్షేత్ర పర్యవేక్షణలో నిమగ్నమై ఉన్నారు. వర్తమాన సౌర సక్రియత (solar activity) పృథ్వికి సంకట పరిస్థితులను కలుగజేస్తుందని వారి అభిప్రాయం. పృథ్వికి ఎంత శక్తి సంపదలు ఉన్నప్పటికి, దాని కన్నా ఎక్కువ అనుదానం స్వీకరించి మనుగడ సాగిస్తున్నది. పృథ్విపై గల సకల చరాచరములు సౌర ఊర్జాతోనే మనుగడ సాగిస్తున్నాయని ప్రాచీనకాలం నుండే తెలుసు. ఈజిప్టులో ప్రాచీన కాలం నుండి పంటలను నాటే సమయాన్ని ఒక పండుగా జరుపుకునేవారు. జులై నెలలో నైలు నదిలో ఉన్నట్టుండి వచ్చే వరదల సమయంలో ఈ పండుగ జరుపుకునే వారు. చాలాకాలం చేసిన అధ్యయనం తరువాత అర్థమయింది ఏమిటంటే ఏ రోజయితే సూర్యోదయ సమయంలో 'లుబ్ధక్' అనే తార కనిపిస్తుందో, ఆ రోజే వరదలు వస్తాయి. నైలు నది యొక్క ఈ పరివర్తన ఏదో విధంగా సౌరప్రక్రియతో ముడిపడి ఉన్నది.

విజ్ఞాన వేత్తలను అనుసరించి సూర్య కళంకములు సుమారు 11 సంవత్సరముల 1 నెలకు ఎక్కువవుతాయి. ఫల స్వరూపంగా పృథ్వి వాతావరణంలో గందరగోళ పరిస్థితులు ఏర్పడతాయి. సూర్య కళంకముల సమయంలో సూర్యుని వెలుగు ఉన్నట్టుండి ఎక్కువవుతుంది. దానిని సౌరజ్వాల (solar flair) అంటారు. దీనిలో ఉండే రకరకాల కణాలలో కొన్ని నెమ్మదిగా, కొన్ని వేగంగా పయనిస్తాయి. వీటిలో వేగంగా కదిలే కణములలో శక్తి అపరిమితంగా ఉంటుంది. ఈ కణములు ఓజోన్ పొరను దాటి పృథ్వితలం వరకు వస్తాయి, ప్రాణుల, మానవుల మస్తిష్కాన్ని ప్రభావితం చేస్తాయి. సూర్యకళంకాలు ఎక్కువయినపుడు వాటి కణాలు సౌరమండల జ్వాలతో ప్రజ్వరిల్లి, పృథ్విపై గల జీవధారుల మానసిక తలంపై అసాధారణ ప్రభావం చూపుతాయి. ఈ ప్రభావంతో రాజకీయ నాయకుల, ఇతర రంగాలలోని నాయకుల ఆలోచనలు ప్రభావితం అవుతాయి, ప్రపంచంలో విభిన్న రకాల సమస్యలు ఉత్పన్నమవుతాయి.

సౌర కళంకముల సంఖ్య ఎక్కువయినప్పుడు అవి కేవలం వ్యక్తిగతంగానే కాక సమిష్టిగత మానవ సమాజం యొక్క ప్రవృత్తులపై కూడా ప్రభావం పడుతుంది. 18వ శతాబ్దం నుండి ఇప్పటి వరకు ప్రపంచ చరిత్రను పరిశీలిస్తే మహత్వపూర్ణ ఐతిహాసిక క్రాంతులు, రక్తపాతం, హింస, ఉపద్రవాలు సౌర కళంకములు పెరిగిన సంవత్సరాలలోనే అధికంగా జరిగినట్లు తెలుస్తుంది.

ఆధ్యాత్మికవేత్తలు, దివ్యదృష్టిగల వారు చెప్పే దానిని బట్టి రాబోయే రోజులలో చాలా తీవ్రమైన పరివర్తనలు జరుగుతాయి. ఇందులో అతివృష్టి, అనావృష్టి, కరువు కాటకాలు, ప్రపంచ యుద్ధాలు, అంటువ్యాధుల ప్రకోపమేగాక మహాక్రాంతుల కొత్త ఒరవడి ప్రారంభమవుతుంది. మానవుని దుర్బుద్ధిపై అంకుశం ప్రయోగించబడుతుంది. సూర్యుడు కేవలం భౌతిక జగత్తుకు ప్రాణం కాదు. ప్రాణుల ప్రాణ చేతనకు కూడా అధిపతి. దానినే ఋషులు త్రయివిద్య అన్నారు. అంటే దీనిలో స్థూల తత్వంతో శరీరం తయారవుతుంది. ప్రాణంతో చేతనత్వం తయారవుతుంది. మూడవది మనస్సు. సూర్యుని వలన ఈ మూడు తత్వములు వెలుగొందుతాయి. మానవీయ చేతనాత్మక ఉత్కర్ష కొరకు, సమిష్టిగత పరివర్తన కొరకు గాయత్రీ మహామంత్రంతో సౌరశక్తి సందోహన (పిండుకోవడం) చేయబడుతున్నది. ఈ ప్రయోగం ముందు రోజులలో ఇంకా గతిశీలం (activate) చెయ్యాలి.

– అఖండజ్యోతి, జూన్ 1993

మనలో దైవీ గుణాలు, అసుర గుణాలు సహజీవనం చేస్తుంటాయి.

పూజ్య గురుదేవుల శతసూత్ర కార్యక్రమం: 69-76

సామాజిక పరివర్తనలో కళ

మనిషి అంతఃకరణను పులకింపజేసే సామర్థ్యం, దానిని పరవశింపజేసే సామర్థ్యం కళకు ఉన్నది. నేడు వాసనలను రెచ్చగొట్టడానికి, మనోవికారాలను ఉద్రేకపరచడానికి కళను ఉపయోగిస్తున్నారు. కాని దీనిని సమాజ నిర్మాణానికి వినియోగించ వలసి ఉన్నది. కళ శాశ్వతమైనది. దానిలో ఎలాంటి దోషము లేదు. పైగా మనిషి అంతఃకరణను సూటిగా స్పృశించే సామర్థ్యం కలిగి ఉన్నందున అది ఆవశ్యకము, అభినందనీయము కూడా. మనం వ్యతిరేకించవలసింది కళను దుర్వినియోగ పరచడాన్ని మాత్రమే, ఆ ధోరణిని నిరోధించాలి. జన మానసాన్ని శ్రేష్ఠత్వంవైపు మళ్ళించడానికి కళలోని సృజనాత్మక శక్తిని వినియోగించాలి. ఇందుకు ఎనిమిది సూచనలు ఇచ్చారు.

వక్తృత్వ కళ వికాసం : మాట్లాడటం ప్రపంచంలోని కళలన్నింటిలో గొప్పది. వ్యక్తిగత జీవితంలో ప్రజల సహకారాన్ని పొందడం ప్రధానంగా మాట్లాడే తీరుపై, సంభాషణ శైలిపై ఆధారపడి ఉంటుంది. తియ్యగా మాట్లాడటం వల్ల పరాయివాళ్ళు మనవాళ్ళు అవుతారు. జీవన ప్రగతికి మధురమైన, ఉదారమైన వాణిని మించిన దోహదకారి మరొకటి ఉండదు. అలాగే, సామాజిక జీవనంలో సాఫల్యం వక్తృత్వంపై కొంతవరకు ఆధారపడి ఉంటుంది. సంస్కారంతో కూడిన సంభాషణ శైలి కలిగి ఉన్న వ్యక్తి తన భావాలను సక్రమంగా, యుక్తితో, బలంగా ప్రతిపాదించగలుగుతాడు. యుగ నిర్మాణంలో మనము మొదట ఈ శాస్త్రాన్ని అమలు చేయవలసి ఉంటుంది. వ్యక్తిగత సంభాషణలో, బహిరంగ సభలలో ప్రసంగించే సమయంలో ఏయే విషయాలపై దృష్టి పెట్టడం అవసరమో, ఏయే విషయాలను అభ్యసించడం అవసరమో యుగనిర్మాణ పరివార సభ్యులకు క్రమ పద్ధతిలో శిక్షణ ఇవ్వవలసి ఉన్నది. లేని పక్షంలో ఈ భావ విప్లవ మహోద్యమం విస్తరణ కష్టతరమౌతుంది.

గాయకుల సమీకరణ : వక్తలకువలె గాయకులకు ప్రాధాన్యం ఉన్నది. రసవత్తరంగా పాడిన పాట మనిషి హృదయాన్ని పులకింప జేస్తుంది. భావాలను మార్చే శక్తి ఉపన్యాసంలో ఎంత ఉన్నదో, భావనలను ఉత్రూతలూగించే శక్తి పాటలకు కూడా అంత ఉన్నది. కనుక గాయకులను సమీకరించాలి. యుగ నిర్మాణ భావనలకు అనుగుణమైన పాటలను నేర్చుకుని పాడేందుకు వారికి ప్రేరణ ఇవ్వాలి.

ప్రతి ఊరిలో పెక్కు భజన మండళ్ళు ఉంటాయి. అవి విడివిడిగా పనిచేస్తూ ఉంటాయి. వాటిని ఒకత్రాటిపైకి తేవడం మంచిది. గాయకులకు తమ కళద్వారా సామాజిక ప్రయోజనాన్ని సాధించాలనే ప్రేరణ కలిగించాలి. వివిధ సమయాలలో బృంద గాన కార్యక్రమాలను ఏర్పాటు చేయాలి. ఆ బృందగానాలలో ఉత్కృష్ట భావనలకు ప్రాధాన్యం ఉండేలా ప్రయత్నించాలి.

సంగీత శిక్షణకు వ్యవస్థ : కొందరి గొంతులో మాధుర్యం ఉంటుంది. వారిలో జనాన్ని ప్రభావితం చేసే ప్రతిభ ఉంటుంది. అయితే పాడడంలో, వాద్య పరికరాలను వాయించడంలో క్రమబద్ధమైన శిక్షణ లేకపోవడం వల్ల వారిలోని ఆ కళ వికాసం పొందదు. మామూలు పాటలు పాడడంలో, మామూలు వాయిద్యాలు వాయించడంలో శిక్షణ ఇవ్వడం పెద్ద పనేమీ కాదు. సాధారణ పరిజ్ఞానం కలిగినవారెవరైనా ఆ పని చేయగలుగుతారు. డప్పి, కంజీరా, తాళం, మంజీరా, ఢోలక్, వంటి వాయిద్యాలను వ్యక్తులు ప్రత్యేకంగా నేర్చుకోకుండానే చూచి, విని, వాయించగలరు. క్రమబద్ధమైన శిక్షణ ఇస్తే, ఎందరో ఆ ప్రయోజనం పొందగలుగుతారు. పలువురు కొత్త గాయకులు, వాద్య కళాకారులు తయారవుతారు.

చిత్రకళ ప్రయోజనం : అలంకరణకు చిత్రాలను వాడే ధోరణి ఇప్పుడు బాగా పెరిగిపోయింది. గదులలో, పుస్తకాలలో, పత్రికలలో, దుకాణాలలో, క్యాలెండర్లలో, వాణిజ్య ప్రకటనలలో, అంతటా చిత్రాల వాడకం ఎక్కువగా ఉంది. అయితే వీటిలో నీచమైన అభిరుచులు, అశ్లీలాలు కనిపిస్తుంటాయి. ఇవి చాలా వరకు నిరర్థకాలుగా, ప్రేరణారహితమేగాక హాని కలిగించేవి. వీటికి బదులు మహాపురుషుల, త్యాగమూర్తుల, ప్రజాసేవకుల, ఆదర్శ వ్యక్తుల, ప్రేరణ ఇచ్చే చిత్రాలు విరివిగా రావాలి. వాటిని చూచినప్పుడు శ్రేష్ఠత్వాన్ని మేలుకొలిపి సంస్కారాలు రూపుదాల్చుతాయి. తమ కళద్వారా జన మానసంలో ఉదాత్త భావనలను వ్యాప్తి చేసే చిత్రకారుల సహకారాన్ని ఈ పరివర్తన కోసం సమీకరించాలి. భావ భరితమైన ఇలాంటి చిత్రాలు భారీయెత్తున తయారు కావాలి. సద్ వాక్యాలను, మహనీయుల మహితోక్తులను కళాత్మకంగా ప్రదర్శించాలి. అవినీతిని ఖండించే వ్యంగ్య చిత్రాలను చిత్రించాలి. జన మానసాన్ని మార్చివేయడంలో మహత్తర సహకారం అందించాలి.

పై విధమైన చిత్రాల ప్రచురణ పరిశ్రమను భారీయెత్తున ప్రారంభించి, వాటిని మరింత చౌకగా, మరింత అందంగా

మనలోని ప్రేమే, దైవీ గుణాలని బహిర్గతం చేస్తుంది.

తయారు చేయడం ద్వారా సమాజానికి గొప్ప సేవ చేయవచ్చు. చిత్రాల ప్రచురణ ఒక లాభసాటి పరిశ్రమ, ప్రభావం కలిగించే పరిశ్రమ కూడా. చిత్రకారుల ద్వారా బొమ్మలు గీయించడం, వాటిని ముద్రించడం, విక్రయదారులకు పంపడం, అమ్మడం మున్నగు పనులలో పలువురికి ఉపాధి కూడా లభిస్తుంది.

ప్రదర్శనాల ఏర్పాటు : వివిధ స్థలాలలో ప్రదర్శనలను ఏర్పాటు చేయాలి. ఈనాడు సామాజిక దురాచారాల కారణంగా, నైతిక దురాచారాల కారణంగా కలుగుతున్న దుష్పరిణామాలను పెద్ద పెద్ద చిత్రాలలో చూపి వాటిని కళాత్మక రీతిలో ప్రదర్శించాలి. ఆ చిత్రాల ఆధారంగా ప్రజలకు వాస్తవిక స్థితిగతులను వివరించాలి. ఆ ప్రక్రియ జనులను బాగా ప్రభావితం చేస్తుంది. దురాచారాలు పెరగడం వల్ల సమాజం ఏ విధంగా పతనం చెందుతున్నదో ప్రజలకు వివరించడం అత్యవసరం. ఇందుకోసమై వార్తా పత్రికలలో ప్రచురితమైన వార్తలను సేకరించి కళాత్మకంగా ప్రదర్శించవచ్చు.

ఇంతేగాక జరుగుతున్న మంచి పనులను తెలిపే చిత్రాలను, వాక్యాలను కూడా ప్రదర్శించాలి. సేవ, త్యాగం, ప్రేమ, ఔదార్యం వంటి భావనలను ప్రదర్శించడానికి, తద్వారా మంచి పనులు చేయడానికి ప్రజలకు ప్రేరణ కలుగుతుంది. ఉత్సవాలలో, తిరునాళ్ళలో ఈ ప్రదర్శనలను ఏర్పాటు చేయాలి. అందుకు తగిన పథకాలను రూపొందించాలి. భావనలు ఉదాత్తం కావడానికి ఇవన్నీ దోహదం చేస్తాయి.

నృత్య ప్రదర్శనలు : వివిధ స్థలాలలో రామకథపై, కృష్ణలీలలపై నృత్య ప్రదర్శనలు భారీ యెత్తున జరగుతూ ఉంటాయి. వీటిలో నిరర్థకమైన వాటిని, వినోదాత్మకమైన వాటిని తగ్గించి, ప్రబోధాత్మకమైన వాటిని, ప్రేరణ ఇచ్చే వాటిని పెంచడానికి నిర్వాహకులు ప్రయత్నించాలి.

వివిధ స్థలాలలో ఉత్సవాలు, తిరునాళ్ళు జరగుతూ ఉంటాయి. వీటి వెనుక ఏదో ఒక చరిత్ర, ఏదో ఒక సంప్రదాయం ఉంటుంది. నృత్యం, ఏకాంకిక, ప్రదర్శనం, గానం, సంగీతం, పోస్టర్ మున్నగు రూపాలలో దానిని ప్రదర్శించవచ్చు. అందువల్ల ఆయా తిరునాళ్ళలో పాల్గొనే ప్రజలకు వాటి వెనుక ఉన్న మూల కారణం తెలుస్తుంది. వారు ఆ తిరునాళ్ళ ద్వారా కొంత భావనాత్మక ప్రయోజనం పొందుతారు. ఇందువల్ల తిరునాళ్ళ ఆకర్షణ పెరుగుతుంది. ప్రచారం క్రమబద్ధంగా జరుగుతుంది.

నాటకాలు, ఏకాంకికలు : నాటక సమాజాలు కూడా సామాజిక పరివర్తన మహోద్యమంలో పాల్గొనవచ్చు. చిన్న చిన్న నాటక సమాజాలు కొద్దిపాటి సాధనాలతో రంగస్థలాన్ని నిర్మించుకుని మహాపురుషుల జీవిత ఘట్టాలు, చారిత్రక ఘట్టాలు, సామాజిక స్థితిని ప్రతిబింబించే సన్నివేశాలను, నాటకాలను ప్రదర్శించాలి. వాటిని సామాన్య ప్రజలకు వినోద సాధనాలుగా మలచవచ్చు. వృత్తి ప్రాతిపదికపై ఇలాంటి నాటక సమాజాలను ఏర్పరచవచ్చు. ఆ సమాజాలు నాటకాలను తక్కువ ఖర్చుతో ప్రజారంజకంగా ప్రదర్శించవచ్చు.

చిన్నచిన్న కార్యక్రమాలలో ఏకాంకిక బాగా సఫలమవుతుంది. వీటిని ఇతర ఉత్సవాల సందర్భంగా కూడా ప్రదర్శించవచ్చు. నైతిక విప్లవం, భావ విప్లవాల అంశాలను ఇతి వృత్తాలుగా, కథా వస్తువులుగా గల ఏకాంకికలను, నాటకాలను రచించి ప్రదర్శించవచ్చు.

అత్యాధునిక కళారూపాలు : శాస్త్ర విజ్ఞానం ఆధారంగా కొన్ని కళలు ఎంతగానో వికాసం పొందుతాయి. ప్రజలు వాటిని వినియోగిస్తున్నారు. అయితే వాటి నిర్మాణం ఉన్నత స్థాయిలోనే జరిగే అవకాశం ఉంది. ఆడియో వీడియో క్యాసెట్లు, సిడిలు, చలన చిత్రాలు జనమానసంపై విశేష ప్రభావం చూపుతాయి. దేశంలో వేలాదిగా సినిమా హాళ్ళు ఉన్నాయి. వీటిలో లక్షలాది సినిమాలను ప్రదర్శిస్తున్నారు. వీటిని కోట్లాది మంది చూస్తున్నారు. ఆ దృశ్యాలలో ఉన్న భావాలను, సందేశాలను ప్రజలు గ్రహిస్తున్నారు. మనిషి మెదడును ప్రభావితం చేసే అత్యాధునాతనమైన సాధనాలు ఇవి. అయితే విచారకరమైన విషయం ఏమిటంటే వీటి దురుపయోగమే జరుగుతోంది. వీటి సదుపయోగం జరిగేతే జన జాగరణలో వ్యక్తిత్వ నిర్మాణంలో ఎంతో ప్రగతి సాధ్యమవుతుంది.

★★★

ఇద్దరు దేవతలు

ఒక జిజ్ఞాసువు మహాత్మునితో స్వామీ! జీవితాన్ని సార్థకం చేసుకోవడానికి ఆరాధించవలసిన దేవతలు ఎవరు? ఏ దేవతల సహకారాన్ని ఆశిస్తే జీవితం రాణిస్తుందో తెలియ జేయమని ప్రార్థిస్తాడు. దానికి మహాత్ముడు, నాయనా! హృదయం, నాలుక అనే ఇద్దరు దేవతలు అతి ప్రధాన పాత్రలు పోషిస్తున్నారు. ఆ ఇద్దరే జీవితాన్ని పాడుచేయడానికి అసురులుగా కూడా పని చేస్తుంటారు. ఎలాగంటే హృదయ సహజత్వం మానవుడిని మహాత్ముడిని చేస్తే, ఆ హృదయమే కాఠిన్యంతో నిండితే మానవుడిని పతితుడను చేస్తుంది. మధురమైన వాక్కు ద్వారా మానవుడు శ్రేయస్సు, స్నేహం సౌభాగ్యాలను సమృద్ధిగా పొందగలడు. కాని నాలుక సంయమాన్ని కోల్పోతే శారీరకంగాను, మానసికంగాను రోగగ్రస్తుడై, క్షీణించి నశిస్తాడు. – ప్రజ్ఞాపురాణం నుండి

సమాజ పురోభివృద్ధికి ప్రేమ అవసరం.

శరీర విజ్ఞానం

విశుద్ధి చక్రములో ప్రతిష్ఠితమైన కుండలిని అక్షయ యవ్వనాన్ని ప్రసాదిస్తుంది

షట్చక్రాలలో ఆజ్ఞాచక్రం తర్వాత వచ్చేది విశుద్ధి. సరియైన విధానములో ముందుకు సాగితే ఆజ్ఞాచక్రం తరువాత స్థానము మూలాధారముదే అవుతుంది. కానీ అవరోహణక్రమంలో విశుద్ధిచక్రం రెండవ స్థానమును ఆక్రమిస్తుంది. పేరునుబట్టే తెలుస్తున్నది దీని పని సంతులనము, శుభ్రపరచటము అని, కాబట్టి దీనిని శుద్ధీకరణ కేంద్రము అనికూడ అంటారు. దీనికి అమృత మరియు విషకేంద్రము అని మరొక పేరు కూడ ఉన్నది. ఇక్కడ రెండు రకాలైన రసస్రావములు బిందు-విసర్గల నుండి ప్రవహిస్తూ ఉండటమే పైన చెప్పబడిన పేరుకు కారణము.

శరీరశాస్త్రము దృష్ట్యా పరికించి చూస్తే ఇది మెడవెనుక సర్వైకల్ ప్లెక్సస్ అనే ప్రదేశములో ఉంటుంది. మెడ చుట్టూ ఉండే ప్రదేశము దీని క్షేత్రము లేదా థైరాయిడ్‌గ్రంథిగా కూడ భావించవచ్చు. ఫేరిన్క్స్ (Pharynx) స్వరయంత్ర నరములతో దీనికి సంబంధము కలదు.

విశుద్ధిచక్రము జాగృతమైనప్పుడు జీవితానికి అనుభూతులను ప్రసాదించే సాధనంగా పనిచేస్తుంది. దీనివలన సాధకునిలో జ్ఞానము వృద్ధిచెందుతుంది. జీవితములో కష్టములు లేకుండా ఆనందపూర్ణమౌతుంది. సాధకుడు జీవితాన్ని సహజముగా స్వీకరిస్తూ జరిగే సంఘటనల పట్ల అనాసక్తుడుగా ఉంటాడు. ఈ యావత్ ప్రకృతిలో శుభము-అశుభము, విషం-అమృతం అనే రెండు తత్త్వములు మిళితమై ఉంటాయి. ఇవి విశుద్ధిచక్రంలో పీల్చుకోబడతాయి. జీవితంలోని ద్వంద్వాలు, అనుకూల ప్రతికూలతలను సమానరూపంలో స్వీకరించుట వలన జ్ఞానము, వివేకము ఉదయిస్తాయి.

ఉన్నతస్థాయి వివేకమును కలిగి ఉండటము విశుద్ధిచక్రం యొక్క ప్రత్యేకత. ఇక్కడ టెలిపతి సందేశాలను చాలా తేలికగా గమనించవచ్చు. ఇది ఒక ఉన్నతస్థాయి చేతనాకేంద్రం. అందుచేత ఇక్కడ కలిగే వాస్తవికమైన అనుభూతులకు, ఊహలకు, అచేతన మనస్సు ద్వారా ఏర్పడే అవాస్తవికమైన అనుభూతులకు ఉన్నటు వంటి మధ్య భేదమును స్పష్టముగా అర్థము చేసుకొనవచ్చు.

విశుద్ధిచక్రం ముదురు గోధుమ వర్ణ కమలచక్రం వలె ఉంటుందని కొన్ని తాంత్రికగ్రంథాలలో వర్ణించబడినది. కానీ సాధనాగ్రంథాలు ఇది వంకాయరంగులో ఉంటుందని చెప్తున్నాయి. దీనికి 16 రేకులుంటాయి. ఇవన్నీ ఇక్కడి నాడీ గుచ్ఛకములతో సంబంధం కలిగి ఉంటాయి. ఈ 16 రేకుల కమలములో చంద్రుని వలె తెల్లనైన ఒక వృత్తం ఉంటుంది. దీనిని ఆకాశ తత్త్వమునకు ప్రతీకగా, ప్రతినిధిగా భావిస్తారు. ఈ వృత్తము లోపల ఏడు తొండములు కలిగిన ఒక తెల్లని ఏనుగు ఉన్నది. విశుద్ధి చక్రమునకు వాహనముగా భావించబడే ఈ ఏనుగు కూడా ఆకాశ తత్త్వమును నిరూపిస్తున్నది.

వాహనం అంటే మరేమిటో కాదు. ఆయా చక్రాలలో ఉండే వాయువు గతిని (చలనం) సూచించేది. ప్రతి ఒక్క చక్రంలోను వాయువు యొక్క గతి (చలనం) ఒకే విధంగా ఉండదు. వాతము, పిత్తము, కఫములతో నిండిన నాడులు కపోతము, కప్ప, పాము, కోడి మొదలగువాని నడకను సూచిస్తూ కదులుతుంటాయి. ఆ కదలికలను గుర్తిస్తూ వానినిబట్టి వైద్యులు చికిత్స చేస్తుంటారు. అలాగే తత్త్వముల మిశ్రణ, జిగ్‌జాగ్‌గా ఉన్న మార్గము, సుడి గుండము, బీజము మొదలైనవాని సంయోగము వలన ప్రతి ఒక్క చక్రములో రక్తప్రవాహము, వాయువు అభిముఖముగా సాగటము ఈ రెంటి సమన్వయము వలన ఒక ప్రత్యేకమైన గతి (చలనం) ఇక్కడ కనపడుతూ ఉంటుంది. ఈ గతి ఒక చక్రంలో ఏనుగువలె మందగమనము, మరియొక చోట మొసలివలె మునిగి తేలుతున్నట్లు, మరికొన్నిచోట్ల లేడివలె చెంగుచెంగున గంతులు వేస్తున్నట్లు మరికొన్ని ప్రదేశములలో కప్పలాగా గెంతులువేస్తూ ఉంటుంది. అందుచేత వీటిని చక్రాలకు వాహనములుగా చెప్తారు.

ఈ చక్రమునకు తత్త్వ బీజం 'హం', ఆకాశతత్త్వము యొక్క స్పందన నుండి ఉత్పన్నమైనందున ఇది శ్వేతవర్ణములోనే ఉంటుంది. సదాశివుడు దీనికి దేవత. ఆయన ధవళవర్ణుడు. ఆయనకు త్రినేత్రములు, పంచముఖములు, దశభుజములు ఉంటాయి. పులిచర్మాంబరధారి. ఈ చక్రమునకు దేవి శాకిని. ఈమె పీతాంబరధారిణియై ఉంటుంది, నాలుగు చేతులు కలిగి ఉన్న ఈమె ఒక చేతిలో ధనుస్సు, ఒకదానిలో బాణము, మిగిలిన రెండు హస్తములలో ఒకదానిలో బల్లెము, మరియొక దానిలో అంకుశము ధరించి ఉంటుంది.

నిజానికి విశుద్ధిచక్రం చేతనత్వము యొక్క ఐదవ ఆయామము. ఐదవ లోకమైన జనఃతో ఇది సంబంధము కలిగి

మన బాధ్యతలను ఇతరులపై నెట్టకూడదు.

ఉంటుంది. ఇందులో వ్యాపించి ఉన్న ఉదానము అనబడే వాయువు ఊర్ధ్వముఖముగా కదులుతూ ఉంటుంది. శబ్దము దీని తన్మాత్ర కాగా, జ్ఞానేంద్రియము-చెవి, కర్మేంద్రియము-నాలుక.

కపాలము యొక్క వెనుక భాగములో ఉండే బిందువిసర్గ ప్రదేశములో ఉన్న చంద్రుడినుండి అమృతము ప్రవహిస్తూ ఉంటుందని తంత్రశాస్త్రములలో లిఖించబడి ఉన్నది. దీనిద్వారా ఆత్మశక్తి, పరమాత్మశక్తుల యొక్క కలయిక సహస్రారములో జరుగుతుంది. అందుచేత సాధనావిజ్ఞానము ఈ ద్రవమును చాలా ముఖ్యమైనదిగా భావిస్తుంది. అంతేకాక, చేతనత్వ శుద్ధీకరణ, ఊర్ధ్వీకరణ ప్రక్రియలలో ఈ ద్రవము చాలా ఉపయోగపడుతుంది.

ఈ దివ్యమైన ద్రవాన్ని ఏన్నో పేర్లతో పిలవవచ్చు. ఆంగ్లములో దీనిని ఎంబ్రోసియా-ది నెక్టార్ ఆఫ్ ది గాడ్ అని అంటారు. వేదములలో సోముడు అని, తంత్రములో మద్యం అని పిలవబడేది ఈ ద్రవమే! సూఫీసంప్రదాయములో దీనిని మీరీ షరాబ్ అంటారు. ఈ పేరు ఊరికే రాలేదు. ఈ రసం బిందువునుండి స్రవించటము ప్రారంభం కాగానే, సాధకునిలో దివ్యమైన మత్తు వ్యాపించి క్రమేణా ఉన్మత్త స్థాయికి చేరుస్తుంది. తేడా ఏమిటంటే దుకాణాలలో లభ్యం అయ్యే మద్యం సాధారణ ద్రవం, దానివలన వచ్చే మత్తు శరీరానికే పరిమితమౌతుంది. కానీ ఈ సోమరసం నుండి ఉత్పన్నమయ్యే మత్తు శరీరస్థాయిని దాటి, చేతనాస్థితిని ఆనందానుభూతితో నింపివేస్తుంది కాబట్టి దీనిని దివ్యరసం అన్నారు.

బిందువు, విశుద్ధిచక్రముల మధ్య ఒక చిన్న చేతనాకేంద్రం ఉన్నదని సాధనాశాస్త్రమునకు చెందిన మర్మజ్ఞుల అభిప్రాయము. సాధనావిజ్ఞానము దీనిని లలనాచక్రము అంటారు. విశుద్ధి చక్రమునకు దీనిని అత్యంత సన్నిహిత సంబంధమున్నది. అమృతము బిందు విసర్గలనుండి వెలువడటము ప్రారంభం కాగానే లలనాలో ఇది ఏకత్రితం కావటం జరుగుతుంది. ఈ అవయవము నేసో ఫేరిన్క్స్ (Naso Pharynx) వెనుక, నోటికి పైభాగమున లోపల దాగి ఉన్న ఒక గుంటలాంటి ప్రదేశములో ఒదిగి ఉంటుంది. నాసికారంధ్రము అక్కడే ప్రారంభమౌతుంది. ఈ కేంద్రమును ఉత్తేజితం చెయ్యటమే ఖేచరీముద్ర అసలైన ఉద్దేశ్యము.

ఈ రసం అమృతము అని చెప్పబడి, పిలవబడినప్పటికి కొన్ని దశలలో ఇది విషంవలె కూడ పనిచేస్తుంది. లలనాలో ఏకత్రితమై ఉన్నంతవరకు దీనిలో ఏవిధమైన మార్పును తేవటము సాధ్యం కాదు. విశుద్ధిచక్రం నిష్క్రియాత్మకమైనపుడు (inactive) ఈ ద్రవం నేరుగా మణిపూరకచక్రం వరకు చేరుకుంటుంది. అక్కడది పీల్చుకోబడుతుంది. ఇది సాధకునికి మేలైనది కాదు. ఎందుకంటే విశుద్ధిచక్రమునకు అధోముఖముగా ప్రవహించి నప్పుడు ఇది విషతుల్యమై, కణజాలములకు హాని కలిగిస్తుంది. అందుచేత ఇది అధోగమనం సాగించినప్పుడు విష సమానం అవుతుంది.

కొంతమంది సాధకులు ఈ అమృతాన్ని సాధన, ఉపచారముల ద్వారా లలనాచక్రం నుండి విశుద్ధిచక్రం వరకు తీసుకురాగలరు. ఈ స్థితిలో అది చిరయౌవనమును ప్రసాదించగల అమృతమువలె పనిచేస్తుంది. ఐతే విశుద్ధిచక్రం సంపూర్ణంగా జాగృతమైనప్పుడు మాత్రమే ఇది సాధ్యము. విశుద్ధిచక్రం నిద్రావస్థలో ఉన్నప్పుడు ఈ దివ్యరసం ఉపయోగపడదు. అందుచేత యోగమార్గములో పయనించేవారికి బిందు-విసర్గ అనగా అమృతము ప్రవహించే స్థానసాధన ప్రారంభించటానికి ముందే విశుద్ధిచక్రమును జాగృతము చేసుకొనటం అనివార్యమైన పని.

ఆర్షగ్రంథములలో చెప్పబడే సముద్రమంథన ఇక్కడ అమృతము విషములతో కూడిన విశుద్ధిచక్రం యొక్క వివరణతో సరిగ్గా సరిపోతుంది. నిజానికి మంధర పర్వతముతో సముద్ర జలాలను మథించటమనేది వాస్తవం కాదు. అది ఒక అలంకారిక వర్ణనమాత్రమే! యథార్థమేమిటంటే సాధన అనబడే కవ్వముతో ప్రాణరూపమైన సముద్రమును మథించటము వలన ఎన్నోరకాలైన వెలకట్టలేని ఐశ్వర్యములు ప్రకటితమౌతాయి. ఉపయోగించు కొనటములోని తేడానుబట్టి ఇవి అమృతతుల్యము గాను ఉండవచ్చు లేక ప్రాణఘాతకమైన విషమువలె పనిచేయవచ్చు. అది సాధకునిపైన ఆధారపడి ఉంటుంది. సముద్రమును మథించి నప్పుడు వెలువడిన హాలాహలమును శివుడు తన కంఠములో ధరించాడు. ఎందుకంటే దానిని ఎక్కడ విసిరేసినా వినాశమునకు దారితీస్తుంది.

ఇక్కడ అమృతమనేది శ్రేష్ఠతత్వమునకు, ఔన్నత్యమునకు, దివ్యత్వమునకు ప్రతీక. ఇటువంటి దేవోపమైన వ్యక్తిత్వమును కలిగిన వ్యక్తి, విషమును కూడ ఉపయోగకరమైన అమృతంగా మార్చగలడు. శివ అంటే కళ్యాణము కలిగించువాడు అని అర్థము. అటువంటి వ్యక్తిమాత్రమే గరళమును మ్రింగి కూడా తనకు ఇతరులకు మేలొనరించగలడు.

విశుద్ధిచక్రం జాగృతమైనపుడు విషమును కూడ తీసుకొనగలము అనే అంశమును పైన చెప్పబడిన తథ్యం ద్వారా

కోపంతో స్పందించేవారు మానవ సంబంధాలను చెడగొట్టుకుంటారు.

వెల్లడౌతున్నది. ఇంకా స్పష్టంగా తెలుసుకోవాలంటే ఉన్నతస్థాయి జాగ్రదావస్థలో విశుద్ధి మరియు దానికన్నా ఉచ్చచక్రాలలో ఏర్పడే నకారాత్మకస్థితులు (negative conditions) మన సంపూర్ణ అస్తిత్వమునకు ఉపయోగపడే విధముగా మారిపోతాయి. వాటి రూపాంతరణ ఆనందమయ స్థితిని కలుగజేస్తుంది. ఇది విశుద్ధిచక్రం యొక్క ప్రత్యేకత. ఇది కేవలము లోపలి విషయమునే కాదు, భౌతికంగా బయట నుండి విషమును తీసుకున్నప్పటికి దానిని నిష్క్రియంగా చేయగలదు. ఇది ఈ చక్ర సిద్ధి. ఈ చక్రమును జాగృతమొనర్చుకొన్న యోగులు ఇలాంటి అద్భుతాలను తరచుగా చేసి చూపిస్తూనే ఉన్నారు.

నాదయోగం యోగవిజ్ఞానములోని ఒక శాఖ. ఇది ధ్వనియొక్క స్పందనకు సంబంధించినది. చక్రసాధనలో విశుద్ధి, మూలాధారము ఇవి రెండు స్పందనలకు ఆధారభూతమైన కేంద్రములుగా భావించబడుతున్నవి. నాదయోగంలో చక్రాల ద్వారా సంగీతస్వరాలతో చేతనత్వమును ఊర్ధ్వీకరణము చేయవచ్చు. ప్రతి ఒక్క స్వరము, ఆ యా చక్రముల చేతనత్వము యొక్క స్పందన స్థాయిననుసరించి తాదాత్మ్యం చెందుతుంది. ఏదైనా మంత్రం, భజన, కీర్తనల ద్వారా ఏర్పడే స్వరాలు, విభిన్న చక్రములను జాగృతము చెయ్యగలిగినంత శక్తిని కలిగి ఉంటాయి.

మూలాధారము సరిగమల యొక్క ధ్వనితరంగముల తాలూకు ప్రథమ ఆయామము, అలాగే విశుద్ధి పంచమస్థాయికి చెందినది. మనం సామాన్యంగా చెవులతో వినలేని ధ్వనులే చక్రముల యొక్క సంగీతము. ఈ ధ్వనులు లేదా మంత్రాక్షరములు యంత్రం యొక్క విశుద్ధి చక్రం యొక్క 16 దళముల మీద నిక్షిప్తమై ఉంటాయి. అవే ఆధారభూతమైన ధ్వనులు. ఇవి విశుద్ధిచక్రం నుండి ఆరంభమవుతాయి, మెదడుతో నేరుగా సంబంధమును కలిగి ఉంటాయి.

విశుద్ధిచక్ర వ్యవస్థ ఎలా ఉంటుందంటే ఎదురుగా వచ్చే వ్యక్తి మనస్సులో తలెత్తే ఆలోచనాతరంగాలను గ్రహించి, ధారణచేసి, ఆ తరువాత వాటిని మెదడులోని ఇతర చక్రాలకు సంబంధించిన విభిన్న కేంద్రాలకు పంపిస్తుంది. వ్యక్తిగతమైన అప్రమత్తత, జాగరూకతల రూపములో అవి వ్యక్తం అవుతుంటాయి. ఎదుటనున్న మనిషి మనస్సులో ఎలాంటి ఊహాపోహలు చెలరేగుతున్నాయో అనే దానిని తెలుసుకొనటానికి ఇది ఒక సూక్ష్మ సంస్థానం. ఇతరుల ఆలోచనలను, భావాలను మణిపూరక చక్రం ద్వారా కూడ అనుభూతి చెందవచ్చు. కాని విశుద్ధిచక్రంలో ప్రత్యేకంగా ఈ అనుభూతిని కనుగొనే నిమిత్తమై విశుద్ధిచక్రంలో నేరుగా లోతైన సంబంధము కలిగిన మరియొక ఉపకేంద్రం కూడ ఉన్నది.

విశుద్ధితోనే సంబంధం కలిగిన మరియొక నాడి ఉన్నది, దానిని కూర్మనాడి అంటారు. చక్రముల జాగరణ క్రమంలో ఇది జాగృతమైనప్పుడు, సాధకుడు తన ఆకలిదప్పులు మీద విజయం సాధిస్తాడు. అంటే అతనికి ఆకలి వెయ్యదు, దాహం ఉండదు.

యోగులు ఆయుష్యుమీద అధికారమును సంపాదించి చిరాయువులుగా ఉండుటను చూస్తుంటాము. విశుద్ధిచక్రం మీద నియంత్రణ సాధించడమే దీనికి కారణము. కుండలిని విశుద్ధిలో స్థాపించబడినప్పుడు తిరుగులేని యవ్వనము ప్రాప్తిస్తుంది. నరములు, నాడులు, ఇతర అవయవములు మొదలైన శారీరక వ్యవస్థలలో విశుద్ధిచక్రం ద్వారా జరిగే కాయకల్పము, మానవునిలో సాధారణంగా జరిగే ప్రక్రియకు వ్యతిరేకమైనది.

విశుద్ధిచక్రం మీద ధ్యాస ఉంచుట ద్వారా మనస్సు ఆకాశం వలె నిర్మలమౌతుంది. ఇంతేకాకుండా మనశ్శాంతి, త్రికాల దర్శనము, దీర్ఘజీవనము, తేజస్సు, వ్యాధులు లేకుండుట, వాగ్ధాటి, అందరికి మేలు చేయాలనే అభిలాష, శాస్త్రజ్ఞానము వంటి మరెన్నో ప్రత్యేకతలు ప్రకటితమౌతుంటాయి, ప్రత్యక్షమౌతుంటాయి కూడా! సాధకుని శ్రవణశక్తి అత్యంత తీవ్రమౌతుంది. దీనికి కారణము మనస్సే. శ్రవణేంద్రియములలో ఎటువంటి పరివర్తనా ఉండదు.

విశుద్ధిచక్రమును జాగృతము చేసుకొనుటకు జాలంధర బంధము మరియు ధ్యానసాధన అను రెండు సరళమైన ఉపాయములు చెప్పబడ్డాయి. శాంతచిత్తముతో, అప్రమత్తతతో ఒక నెలపాటు ఈ చక్రసాధన అభ్యసించుట వలన అది ప్రస్ఫుటితము అవుతుంది అనగా జాగృతమౌతుంది. ధ్యానములో దాని లక్షణములు మరింత స్పష్టంగా గోచరిస్తూ ఉంటాయి. అంతేకాక చక్ర స్థానము మీద దానికి సంబంధించిన మాతృకలు, జ్ఞానేంద్రియములు, కర్మేంద్రియములలో అకస్మాత్తుగా కంపనము, రోమాంచనము, స్ఫురణ, ఉత్తేజనము, గతి (కదలికలు) వంటి అనుభవములు కలుగుతాయి. చక్రజాగరణ జరుగుతున్నది అనేందుకు ఇవి చిహ్నములు. ఒక నెల లేదా కాస్త అటూఇటుగా ఈవిధమైన లక్షణములు గోచరించినప్పుడు, ధ్యానములో చక్ర స్వరూపము స్పష్టముగా దృగ్గోచరమైనప్పుడు ఆ చక్రమును దాటి మరో చక్రములోకి అడుగుపెడుతూ సాధనలో ముందుకు సాగాలి.

– అఖండజ్యోతి, మార్చి 1999

అనువాదం: శ్రీమతి కృష్ణకుమారి

కోపం బి.పి.ని పెంచుతుంది.

మనం - మన ఆరోగ్యం

ఆరోగ్యానికి తారక మంత్రం ప్రాకృతిక జీవనం

ప్రకృతి వైపు మరలండి

మనిషి తప్ప మిగతా ప్రాణులన్నీ ఆరోగ్యంతో, రోగాలు లేకుండా జీవిస్తున్నాయి. సృష్టిలోని సమస్త జీవ జంతువుల శరీర స్థితిని పరిశీలిస్తే ఈ వాస్తవం వెలికి వస్తుంది. ఆకాశంలో విహరించే పక్షులు, గడ్డిలో దాగి ఉండే క్రిమికీటకాలు, అడవులలో తిరిగే శాకాహారులు మాంసాహారులు అయిన జంతువులు ఇలా అన్ని తరహాల ప్రాణులు ఆరోగ్యంతో బ్రతుకుతున్నాయి. వాటికి వైద్యులు అవసరం లేదు. మందు బిళ్ళల, లేహ్యాల అవసరం లేదు. లోషన్‌లు, సూదిమందుల, శస్త్రచికిత్సల అవసరం లేదు. ఈ ప్రాణులు అల్పబుద్ధి కలిగినవి. ఆయుర్వేదం గురించి, డాక్టర్ల గురించి వాటికి తెలియదు. కాని అవి మనిషికన్నా ఆరోగ్యంగా ఉంటాయి. సృష్టిలోని ప్రాణులన్నీ పరమేశ్వరుని ఆనందమయ సామ్రాజ్యంలో హాయిగా జీవిస్తున్నాయి. పుట్టినది మొదలు చనిపోయేవరకు తమ శరీరం తమను ఇబ్బంది పెడుతోందనే అనుభవం వీటికి ఎన్నడూ కలగదు. కష్టాల నివారణ కోసం శరీరమనే ఆయుధం లభించింది. ఆ ఆయుధమే కష్టం కలిగిస్తే, దానివల్ల జీవన యాత్రలో ఆనందం ఎలా కలుగుతుంది?

పరమేశ్వరుని ఆనందమయ సామ్రాజ్యంలో అన్ని ప్రాణులు రోగగ్రస్తులు కానప్పుడు మానవజాతి రోగాలకు నిలయంగా ఎలా తయారయింది? ఇది చాలా ముఖ్యమైన ప్రశ్న. దీన్ని గురించి తీవ్రంగా ఆలోచించాలి. మనుషులలో నూటికి 99 మంది ఏదో ఒక తీవ్రమైన రోగంతో, అజీర్ణవ్యాధితో సతమతం అవుతున్నారు. ఆసుపత్రులలో, మందుల దుకాణాలలో జనం వరుసలు కట్టి నిలవడం మీరు చూస్తారు. ఔషధాలు తయారుచేసే సంస్థలు, అమ్మే సంస్థలు మేడల మీద మేడలు కడుతున్నాయి. అంతేకాదు, సిగ్గు వల్ల, సంకోచం వల్ల, పేదరికం వల్ల, అజ్ఞానం వల్ల, సాధనాల కొరత వల్ల తమ రోగాలు దాచుకునే వ్యక్తులు మరెందరో కనిపిస్తారు. అజాగ్రత్తవల్ల, ఉపేక్ష వల్ల, అసౌకర్యం వల్ల పలువురు తమ రోగాలను లోలోపలే అణచి పెట్టుకుని ఉంటున్నారు. వందమందిలో 35 మంది రోగాలు బయటికి కనిపిస్తాయి. 65 మంది పైకి రోగం లేనివారుగా కనిపిస్తారు. కాని రోగాలు లోపల లోపల వారిని పీడిస్తూనే ఉంటాయి. అజీర్ణం, మందాగ్ని, మలబద్ధకం, స్వప్న దోషం, అవయవాలలో లోపాలు మున్నగు రోగాలతో చాలామంది బాధపడుతున్నారు.

ప్రకృతికి దూరమైతే జంతువులకు కూడా రోగాలు

ఇలా రోగాలు మనుషులను చుట్టుముట్టాయి. మనుషులే రోగాలను ఆహ్వానించారని చెప్పడం మరింత సముచితంగా ఉంటుంది. మనిషి సంపర్కంలోకి వచ్చిన జంతువులకు సైతం రోగాలు పట్టుకుంటున్నాయి. మనిషి కొన్ని జంతువులను పెంపుడు జంతువులుగా చేసుకున్నాడు. తనకు నచ్చిన విధంగా జీవించేటట్లు, పని చేసేటట్లు వాటిని అదుపు చేశాడు. అలాంటి పెంపుడు జంతువులకు రోగాలు వస్తున్నాయి. ఆ రోగాలతో కొద్ది సమయంలో అనేక పశువులు చనిపోతున్నాయి. ఆవులు, ఎద్దులు, గేదెలు, గొర్రెలు, మేకలవంటి పశువులలో ఒక్కోసారి మహమ్మారులు వ్యాపిస్తాయి. కుక్కలు, గుర్రాలు, ఒంటెలు, ఏనుగులు, చిలుకల వంటి వాటికి కూడా రోగాలు వస్తున్నాయి. వీటికోసం పశువైద్యశాలలు స్థాపించే అవసరం ఏర్పడుతోంది. ఇదంతా మనిషితో సంపర్కం ఏర్పడడం వల్ల కలిగిన ఫలితం. మనిషి తన రోగాలను ఈ పెంపుడు జంతువులకు బహూకరించాడు. మనుషులకు దూరంగా ఉంటూ, తమ ఆహార విహారాలలో, అలవాట్లలో స్వతంత్రంగా ఉన్న జంతువులకు ఈ బహుమతులు అందడం లేదు, అవి రోగాల బారిన పడడం లేదు.

చాలా ఆశ్చర్యకరమైన విషయం ఏమంటే బుద్ధి, సాధనాలు లేని పశువులు రోగాలు లేకుండా బ్రతుకుతున్నాయి. రోగాలతో యాతనలు అనుభవిస్తున్నది ఒక్క మనిషే. మనిషి తన సంపర్కంలోకి తెచ్చుకున్న జంతువులకు కూడా రోగాలను తెచ్చిపెట్టాడు.

మిథ్యా నాగరికత, రోగము

మనిషి బుద్ధి చాలా తీవ్రమైనది. అతడు తన బుద్ధిబలంతో ఆశ్చర్యకరమైన ఆవిష్కరణలు ఎన్నింటినో వెలికి తెచ్చాడు. పెద్ద పెద్ద యంత్రాలను నిర్మించాడు. జ్ఞాన విజ్ఞానాలలో ఎన్నెన్నో పరిశోధనలు జరిపాడు. మనిషి బుద్ధి చేసిన అద్భుతాలు ఎటు చూసినా కనిపిస్తాయి. మరి జీవితంలోని ఒక మౌలిక సమస్య అయిన ఆరోగ్యం విషయంలో మనిషి బుద్ధి ఏ గంగలో కలిసింది? భోగ విలాసాలకు, వినోద విహారాలకు అవసరమయ్యే అద్భుతమైన, అపూర్వమైన వస్తువులను ఒకదానిని మించి మరొక దానిని మనిషి తయారు చేశాడు. రోగ రాహిత్యానికి, దీర్ఘ జీవనానికి సంబంధించి చెప్పుకోదగిన ఫలితాలను అతడు సాధించలేదు. ఈ రంగంలో అతడు చేసిన ప్రయత్నాలు ప్రయోజనం కలిగించడానికి బదులు హానికరములుగా పరిణమించాయి.

మరి దీనికి మూల కారణం ఏమిటి? ప్రాణుల జీవితం ప్రకృతి నియమాలతో విడదీయరాని విధంగా జోడింపబడి ఉన్నది. జీవితాన్ని నిర్మించిన సత్తా అది సవ్యంగా సాగడం కోసం ఒక

తన కోపమే తన శత్రువు - తన శాంతమే తనకు రక్ష.

నియమావళిని కూడా రూపొందించింది. ఈ నియమ నిబంధనలు ఏ ప్రాణి ఏ మేరకు పాటిస్తే అది ఆ మేరకు రోగరహితంగా జీవిస్తుంది. ఏ మేరకు వాటిని ఉల్లంఘిస్తే ఆ మేరకు రోగాల వలలో చిక్కుకుంటుంది. మనిషి ఎత్తులు జిత్తులు, అతడు వేసే నాటకాలు, చేసే బూటకాలు ప్రకృతి మాత ముందు పనిచేయవు. ప్రకృతిమాత ఎంత దయాళువో అంత కఠినురాలు. ఆమె నియమాలను పాటించేవారు ఆనందమయ జీవితాన్ని బహుమతిగా పొందుతారు. వాటిని ఉల్లంఘించేవారు దండనను అనుభవిస్తారు. ప్రభుత్వ చట్టాలను ఉల్లంఘించే వ్యక్తి ఏవో ఉపాయాలతో ఒక్కోసారి శిక్షనుంచి తప్పించుకోవచ్చు. కాని, ప్రకృతిని వంచించడం మరింత కష్టమైన పని.

ప్రాకృతిక జీవితం సహజసిద్ధం

ప్రకృతి నియమాలు స్పష్టమైనవి. అందరికి తెలిసినవి, సహజమైనవి. కనుక వాటిని తెలుసుకోడానికి గ్రంథాలు చదవనవసరం లేదు. పరిశోధనాలయాలకు వెళ్ళనవసరం లేదు. పది ఇంద్రియాలు, పదకొండవది మనస్సు ఆ నియమాలకు గీటురాళ్ళు. శరీరాన్ని సవ్యంగా ఉంచడానికి ఏవి సరైనవో, ఏవి కావో అవి ఒక్క క్షణంలో చెప్పివేస్తాయి. అసలు సరుకును, నకిలి సరుకును వేరుచేసే పనికి వాటికి సమయం పట్టదు. ఏది ఉపయోగకరమో, ఏది పనికిరానిదో అవి వెంటనే తేల్చి చెపుతాయి. ఇంద్రియాల చైతన్య జ్ఞాన సూత్రాలను సహజంగా, స్వేచ్ఛగా, మోసగించకుండా పనిచేయనిస్తే అక్షయమైన ఆరోగ్యం పొందడానికి అవి మనకు చక్కగా దారి చూపుతాయి.

తమ ఇంద్రియాలకు ప్రకృతి ప్రసాదించిన జ్ఞానంపై సృష్టిలోని ఇతర ప్రాణులు పూర్తిగా ఆధారపడతాయి. ఆరోగ్య భాగ్యాన్ని పొందుతాయి. తమ ఇంద్రియాలు స్వీకరించిన ఆహారాన్నే తీసుకుంటాయి. ఇతర వస్తువులను అసలు తాకనే తాకవు. మేక జిల్లేడు ఆకులను తింటుంది. ఆ ఆకులను ఆవుకు పెడితే, అది ఆకలితో చనిపోవాలసి వచ్చినా వాటిని తినదు. గొర్రెలు మాంసం తింటాయి. గేదెకు మాంసం పెడితే, అది దానిని ముట్టనే ముట్టదు. చిలుక మిరపకాయ తింటుంది. పావురం దాన్ని ఎట్టి పరిస్థితి లోనూ తినదు.

ప్రకృతి నోటి గుమ్మం వద్ద నాలుక అనే కాపలాదారును కూర్చోబెట్టింది. దేన్ని లోపలకు వెళ్ళనివ్వాలో, దేన్ని వెళ్ళనివ్వ కూడదో అది పరీక్షిస్తూ ఉంటుంది. ఆ గీటురాయి ఎన్నడూ పొరపడని వైద్యుడు, శాస్త్రవేత్త నాలుక. కానీ, ఈ కాపలాదారును మోసగించడానికి, భ్రమలో ఉంచడానికి, నిద్రలో ఉంచడానికి, స్పృహతప్పి అసమర్థంగా ఉండేటట్లు చేయడానికి మనిషి తన ఎత్తులను, జిత్తులను ప్రయోగిస్తున్నాడు. నిరంతరం మోసాలను సహిస్తూ వస్తున్న ఇంద్రియాలు కూడా ఆ మూసలో ఇమిడి పోవడం మొదలుపెడతాయి. హాని కలిగించే ఆహారాన్ని వ్యతిరేకించవలసినంతగా వ్యతిరేకించవు. పసిపిల్లవాడికి రుచి పూర్తిగా తెలియదు. అతడి ముందు ఆహార పదార్థాలను ఉంచండి. వాటిలో తనకు తగిన పదార్థాలనే తీసుకుంటాడు. పాలు, పండ్లు, ఎండుపండ్లు (Dry Fruits) వంటివాటిని అతడు తృప్తిగా తింటాడు. మిరపకాయలు, మసాల, మాంసం, నూనెవంటి వాటిని తీసుకోడు. ప్రతిరోజు మోసాలతో చెడు అలవాట్లను చేసినప్పటికి నాలుక మిరపకాయ తినేటప్పుడు మండుతుంది.

మనిషి అనేక వస్తువులను వాటి సహజ స్థితిలో తినలేడు. కాని, మనిషి వాటిని రకరకాలుగా మార్చుతున్నాడు. వాటిలో మిర్చిమసాల, పంచదార కలుపుతున్నాడు. నాలుక వాటిని అసలు రూపం గుర్తుపెట్టకుండా చేస్తున్నాడు. మాంసాన్ని అలాగే నోటిలో పెడితే, దాన్ని ఎవ్వరు తినరు. దాన్ని రకరకాలుగా ఉడికించి, వేయించి, ఎండబెట్టి, నేయి మసాలాలు దానితో కలిపి, ఇంకా రకరకాలుగా మసిపూసి మారేడుకాయ చేసి, దాన్ని పూర్తిగా మార్చివేస్తారు. అప్పుడు అది ఎలాగో గొంతు దిగుతుంది. పొగాకు, నల్లమందు, మద్యం, మాంసం, గంజాయివంటి మత్తు పదార్థాలను తినేటప్పుడు నాలుకకు అవి రుచించవు. కానీ, మనిషి అలవాటు చేసుకుని వాటిని బలవంతాన కడుపులోకి పంపుతున్నాడు. ఇదంతా నాలుకపై జరుగుతున్న అత్యాచారం. ప్రకృతి నియమించిన కాపలాదారుపై అత్యాచారం చేసేవాడు శిక్ష నుండి తప్పించుకోలేడు. రోగం రూపంలో అతడికి ఆ శిక్ష పడుతుంది.

చెడువాసన వస్తూన్న స్థలం చేరగానే మన ముక్కు అది హానికరమని, అక్కడ నుండి దూరంగా పొమ్మని మనకు ఆదేశం ఇస్తుంది. ఉద్యానవనంలోని సుగంధం, స్వచ్ఛమైన గాలి ముక్కుకు సంతోషం కలిగిస్తాయి. ఆ గాలి ఉపయోగకరమైనదని ఆ విధంగా అది మనకు చెప్తోంది. అందవికారంగా, మురికిగా, వికృతంగా, అసహ్యంగా, బీభత్సంగా ఉన్న వస్తువులను కన్ను ద్వేషిస్తుంది. అందంగా, చైతన్యవంతంగా, సరసంగా, పద్ధతిగా, తేజోవంతంగా, ముచ్చటగా ఉన్న వస్తువుల పట్ల అనురాగం ప్రకటిస్తుంది. దానికి ఉన్న ఈ విచక్షణా జ్ఞానంతో మనకు లాభనష్టాలను స్పష్టంగా సూచిస్తుంది. హానికరం, భయంకరం, కర్కశం, కటువు అయిన శబ్దాలను విని చెవి అయిష్టాన్ని ప్రకటిస్తుంది. పరీక్ష చేసే ఈ శక్తి ప్రతి ఇంద్రియానికి ఉన్నది. అయితే, ప్రతిరోజు అభ్యాసం చేయించడం వల్ల ఇంద్రియాలు ఆ చెడుకు అలవాటుపడిపోతాయి. ఇలా ప్రతి ఇంద్రియాన్ని దుర్వినియోగపరుస్తున్నారు. తినకూడనివి తింటున్నారు. దుర్వాసన కలిగిన సిగరెట్ పొగ పీల్చుతున్నారు. మురికి వస్తువులను, వికారమైన వస్తువులను చూస్తున్నారు. కటువైన, కర్కశమైన, అశాంతి కలిగించేవి అయిన శబ్దాలను, ధ్వనులను వింటున్నారు. హద్దు మీరి, అతిగా లైంగిక క్రియలు జరుపుతున్నారు. ఇలా ఇంద్రియాలకు ఉన్న హద్దులను మీరు తున్నారు. ఇలాంటి జీవితం రోగరహితంగా ఎలా ఉంటుంది?

ప్రయత్నపూర్వకంగా కోపాన్ని తగ్గించుకోవాలి.

ప్రకృతిని దూరం చేసిన అలవాట్లు

పగటి నిద్ర, రాత్రిపూట మేలుకోవడం, తీక్షణమైన విద్యుద్దీపాల కాంతిలో చదవడం, దుమ్ము, వేడి, మురికి నిండిన వాతావరణంలో నివసించడం – ఇదంతా ప్రకృతి నియమాలను అతిక్రమించడమే. శరీరాన్ని వేడి నుండి, చలి నుండి కాపాడే శక్తి చర్మానికి సహజంగా ఉంది. చిన్న చిన్న ప్రాణులు, అత్యంత బలహీనమైన ప్రాణులు సైతం ఎలాంటి ఆచ్ఛాదన లేకుండా వేడిలో, చలిలో తిరుగుతూ ఉంటాయి, కాని వాటికి జలుబు చేయదు. నిమోనియా రాదు. ఫ్యాషన్‌ల మోజులో పడి మనం దుస్తులపై దుస్తులు ధరిస్తున్నాం. బనియన్, కమీజు, వెయిస్ట్‌కోటు, కోటు, ఓవర్‌కోటు ఒకదానిమీద ఒకటి తొడుక్కుంటున్నాం. ఒక్కొక్కదానికి రెండు మూడు మడతలు ఉంటున్నాయి. ఇలా శరీరాన్ని అతిగా కప్పివేయడం వల్ల చర్మంలోని చైతన్యం దెబ్బతింటుంది. చర్మం నుండి వెలువడే మాలిన్యాలు బట్టలలో నిలచిపోయి శరీరానికి అంటుకుని ఉండిపోతుంది. స్వచ్ఛమైన బయటి గాలి చర్మం వరకు వెళ్ళదు. మూసిన గదిలో మొక్క వెలుగులేక వాడిపోయి చచ్చిపోతుంది. బట్టల బరువువల్ల శరీరానికి అదే గతి పడుతుంది. నోరు, ముక్కు, చెవులు, మెడ వంటివాటికి ఎప్పుడు గాలి తగులుతూ ఉంటుంది. చలి, వేడి పెద్దగా తేడా చేయవు. ఇలా శరీరమంతా ఆచ్ఛాదన లేకుండా ఉన్నప్పటికి నష్టం లేదు. సాధువులు, సన్యాసులు, రైతులు, గిరిజనులు చాలా వరకు ఆచ్ఛాదన లేకుండానే ఉంటారు. వారికి చలి, వేడి ఇబ్బంది పెట్టవు.

ఫ్యాషన్ల మోజు, కృత్రిమత్వం, లేనిపోని సింగారింపులు, ప్రకృతి విరుద్ధమైన ఆహార విహారాలు మనిషి ఆరోగ్యాన్ని, దీర్ఘజీవనాన్ని దెబ్బతీశాయి. ఈ ధోరణి మారకపోతే, మనుషులు చిన్నవాళ్ళుగా, అల్పజీవులుగా తయారవుతారు. ప్రకృతి విరుద్ధమైన ఆచరణ ఆరోగ్యాన్ని నశింపజేస్తుంది. ప్రకృతి నియమాలను అతిక్రమించడంలో కాక, వాటిని అక్షరాలా పాటించడంలోనే మనిషి శ్రేయస్సు ఇమిడి ఉంది. డాక్టర్లు ఇచ్చే రంగురంగుల మందులు రోగరహిత జీవితాన్ని అందించలేవు. ప్రకృతి మాతను ఎదిరించడం ద్వారాకాక, దాని ఆదేశాన్ని పాటించడం ద్వారా మాత్రమే మనం దాని నుండి జీవనదానాన్ని పొందగలుగుతాం.

ప్రకృతిని శరణుపొందుదాం

ప్రాకృతికమైన ఆహార విహారాలను పూర్తిగా పాటించడం సాధ్యమయ్యే పరిస్థితిలో మానవజాతి నేడు లేదనే మాట నిజమే. అయితే ఫ్యాషన్ల మోజులో తెచ్చిపెట్టుకుంటున్న కృత్రిమత్వాన్ని చాలా వరకు తగ్గించుకోవడం మాత్రం పూర్తిగా సాధ్యమే. సాత్వికత, సహజత్వం అవసరం. వీటిని దృష్టిలో పెట్టుకుని జీవన పద్ధతిని మలచుకోవడం సాధ్యమే. అప్పుడు బాహ్య ఆడంబరాలన్ని నిరర్థకాలుగా, లేనిపోని బరువుగా కనిపిస్తాయి. వాటిని క్షణాల మీద వదులుకోవాలని అనిపిస్తుంది.

కాయకల్పాన్ని కోరే వ్యక్తులారా! ఆరోగ్యాన్ని కోరే వ్యక్తులారా! ప్రకృతి విరుద్ధమైన ఈ ఆహార విహారాలకు స్వస్తి చెప్పండి. పూజనీయులైన మన పూర్వీకుల మార్గాన్ని అనుసరించండి. సాదా అయిన, సరళమైన, దోషరహితమైన జీవితాన్ని గడపండి. ప్రకృతి మాత చరణాల మీద పడి మీ తప్పులకు ప్రాయశ్చిత్తం చేసుకోండి. ఆమె నుండి ఆరోగ్యం, జీవితం అనే క్షీరాన్ని అర్థించండి. దయాళువు అయిన మాత ఆ క్షీరాన్ని త్రాగిస్తుంది. జీవితాన్ని ఆరోగ్యంగా ఉంచుకోవడానికి ఆహార విహారాలను తీర్చిదిద్దుకోండి.

అంతా జీర్ణశక్తి మహిమ

రోగాల నుండి విముక్తి పొందడానికి మందులు మాకులు, పౌష్టికాహార సలహాలు ఆశ్రయించనవసరం లేదు. జీర్ణశక్తి దెబ్బతింటే ఖరీదైన మందులు, బలవర్ధకాలని చెప్పబడే టానిక్‌లు పనిచేయవు. అవి కడుపులోకి వెళ్ళి మలద్వారం నుండి వెలికి వస్తాయి. అవి జీర్ణం కాకపోతే, రసంగా రక్తంగా మారకపోతే వాటివల్ల పోషణ ఎలా జరుగుతుంది? జీర్ణశక్తి మామూలు భోజనానికి సైతం బలం ఇస్తుంది. గొర్రెపొట్టేలును చూడండి. అది గడ్డి తింటుంది. అయినా లావెక్కుతుంది. పంది వెన్న, మీగడ, పాలు, మిఠాయి తినదు. పౌష్టిక తత్వాలు బాగా తక్కువగా ఉన్నవాటిని తింటుంది, అయినా జీర్ణశక్తి ద్వారా తన శరీరాన్ని పుష్టిగా చేసుకుంటుంది. గేదెలు, ఎద్దులు, గుర్రాలు, ఏనుగులు వంటి జంతువులు మిఠాయిలు తినవు. ధాతుపుష్టి మాత్రలు వేసుకోవు, అయినా బలంగా ఉంటాయి.

కనుక జీర్ణశక్తి చక్కగా ఉండడం ముఖ్యం. జీర్ణశక్తి లోపిస్తే, ఆకలి లేకపోతే, మలం పేరుకుపోతే అదే బలహీనతలన్నిటికి మూలమని గుర్తించాలి. జీర్ణశక్తిని పెంచడం ఎలా అని ఆలోచించాలి. రైతు జొన్నరొట్టెలు, ఉల్లికారం తిని దృఢంగా ఉంటాడు. పన్నెండు గంటలు శ్రమిస్తాడు. రాత్రిపూట సుఖంగా నిద్రపోతాడు. పట్టణంలోని ఆఫీసు ఉద్యోగి నెయ్యి, మిఠాయి, నిలవ పచ్చళ్ళు, చిత్రవిచిత్రమైన వేపుడు కూరలు తింటాడు. రోజుకో కొత్త టానిక్ త్రాగుతాడు. అయినా ఈసురోమంటూ ఉంటాడు. ఆఫీసులో ఆరుగంటలు పనిచేసి అలసిపోతాడు. అతడికి రాత్రి సరిగ్గా నిద్రపట్టదు. ఇదంతా జీర్ణశక్తి జరిపే క్రీడ. నోరు, పొట్ట, లివరు, స్ప్లీన్, ప్రేగులు మున్నగు అవయవాల నుండి వెలువడే జీర్ణరసాలు భోజనంతో కలిసి శరీరానికి అవసరమైన పుష్టిని ఇస్తాయి. జీర్ణశక్తి సక్రమంగా ఉంటే, మనిషి మామూలు భోజనం నుండి బలవర్ధక తత్వాలను పొందగలుగుతాడు.

★★★

ఇతరుల కళ్ళతో సమస్యను చూడగలిగితే కోపం తగ్గుతుంది.

గాయత్రి యొక్క విస్తృత రూపమే ఆదిశక్తి లీలాకథ

భగవతి చండికకు నమస్కరించిన పిదప ఆదిశక్తి యొక్క లీలాకథ శుభప్రదంగా ప్రారంభమౌతుంది. జగన్మాత చండికయే అన్ని కథా ప్రసంగాలకు, సంఘటనాక్రమాలకు మూలం. అవన్నీ ఆమె గర్భములోనే పోషింపబడి, ఉత్పన్నమౌతాయి. కాలానికి కూడా ఆమెయే తల్లి. కాలము యొక్క కళలు ఆమె నుండే వ్యాపించి చివరకు ఆమెలోనే లీనమౌతాయి. సృష్టియొక్క రహస్యాలన్నీ ఆమె గర్భము నుండే జన్మించి వృద్ధిచెందుతాయి. అందుచేత ఆమెకు నమస్కరించిన తరువాతనే ఆమెయొక్క లీలా గాథను చదవటం, వినటం చేయాలి. ఈ గాథ మార్కండేయ పురాణము యొక్క 13 అధ్యాయములో చెప్పబడింది. స్వయంగా మార్కండేయ మహర్షియే ఈ గాథకు ముఖ్య సూత్రధారి. ఈ ప్రసంగమును ఉల్లేఖిస్తూ చిదంబర సంహితలో ఈ క్రిందివిధముగా చెప్పబడింది.

తదా సా చిన్మయీ శక్తిః కాళీ రూపా బభూవ హ ।
సైవ కాలాన్తరే లక్ష్మీస్తథైవ చ సరస్వతీ ॥
తాసాం కథానకం భద్రే త్రిదశాధ్యాయ రూపకమ్ ।
మార్కణ్డేయ పురాణోక్తం స్తవం సప్త-శతాభిధమ్ ॥

అనగా 'అప్పుడు ఆ చిన్మయిశక్తి కాళీరూపంలో ఆవిర్భవించినది. కాలక్రమేణా ఆమెయే లక్ష్మిగా, సరస్వతిగా రూపుదాల్చింది. ఆమె కథ మార్కండేయపురాణములో 13 అధ్యాయములలో చెప్పబడింది. ఆ కథ పేరు సప్తశతి.

మార్కండేయమహర్షి వాక్కుతోనే ఈ మంత్ర కథ ప్రారంభమౌతుంది.

ప్రథమచరిత్ర
ప్రథమో అధ్యాయః (మధు-కైటభుల వధ)
ఓం ఏం మార్కణ్డేయ ఉవాచ ॥ 1/1/1

శబ్దార్థము: ఓం – ఓంకారము ధ్యానబీజము. ఏం – సరస్వతి బీజము యొక్క వాగ్భవ బీజం. మార్కండేయ ఉవాచ – ఋషి మార్కండేయుడు పలికెను.

భావార్థము : పరమాత్మయొక్క పవిత్రనామమైన ఓంకారమును స్మరించి సరస్వతిదేవియొక్క శబ్దరూపమైన ఏం ను ఉచ్చరించి సరస్వతిమాతకు నమస్కరించి మార్కండేయ ఋషి కథను ప్రారంభించెను.

ఈ ప్రథమచరిత్రయొక్క మొదటి అధ్యాయములోని మొట్టమొదటి మంత్రము యొక్క రహస్యార్థములోనికి ప్రవేశించే ముందు ఈ కథ పూర్వపీఠిక గురించి తెలుసుకొనటము చాలా అవసరము. దీనిని గురించి మార్కండేయపురాణములో ఈ క్రింది విధముగా వర్ణించబడినది.

తపస్యన్తం మహాత్మానం మార్కణ్డేయం మహామునిమ్ ।
వ్యాస-శిష్యో మహాతేజా జైమినిః పర్యపృచ్ఛత ॥

జైమిని ఉవాచ ॥

మార్కణ్డేయ మహాప్రాజ్ఞ! సర్వశాస్త్ర విశారద ।
శ్రోతుమిచ్ఛామ్యశేషేణ దేవీ-మాహాత్మ్యముత్తమమ్ ॥

వ్యాసమహర్షి యొక్క శిష్యుడు, మహాతేజస్వియైన జైమిని, తాపసులలో మహాత్ముడైన మార్కండేయమహర్షితో, "సర్వశాస్త్ర విదుడవు, మహాజ్ఞానివైన ఓ మార్కండేయా! ఉత్తమమైన దేవీ మహాత్మ్యమును నేను సంపూర్ణముగా వినగోరుతున్నాను" అని అడిగెను.

శ్రీమార్కండేయ పురాణములో ఆదిశక్తి యొక్క లీలాకథ యొక్క శుభప్రదమైన ప్రారంభము జరిగిన పవిత్రమైన ప్రదేశమిదే. దేవీ మహాత్మ్యము(చండీ లేదా దుర్గాసప్తశతి) యొక్క యథార్థమైన రహస్యమును తెలుసుకొనటానికి ముందు సందేహములకు సమాధానములు చాలా అవసరము. వేదవ్యాసమహర్షి శిష్యుడైన జైమిని, మార్కండేయమహర్షిని కొన్ని సందేహాలను గురించి ప్రశ్నించగా వారు ఆ సమయములో కొన్ని లోతైన ఆధ్యాత్మిక ప్రయోగములలో లీనమై ఉన్నందున అన్ని అంశములను వివరంగా చెప్పుటకు అవకాశము లేకపోయెను. అందుచేత వారు జైమిని ఋషిని, సకలశాస్త్రములయందు నిష్ణాతుడైన ద్రోణుని యొక్క నలుగురు కుమారులైన పింగాక్షుడు, వివోధుడు (విరాధుడు), సుపుత్రుడు, సుముఖుడు అనువారి వద్దకు పంపెను.

ఈ నలుగురు ఆ సమయములో తమ తండ్రి ఇచ్చిన శాప కారణముగా వింధ్యపర్వతగుహలలో పక్షిరూపధారులై నివసిస్తున్నారు. శాపవశాన పక్షిరూపమును ధరించినప్పటికి పూర్వ జన్మకు సంబంధించిన సాధన, తపస్సుల కారణంగా వారు సకలశాస్త్రజ్ఞానవిజ్ఞానములను కలిగి ఉన్నారు. జైమినిఋషి ప్రశ్నించిన అన్ని సందేహములకు వారు సమాధానం ఇచ్చారు.

ఎటువంటి సమస్య అయినా సంప్రదింపుల ద్వారా పరిష్కరించుకోవచ్చు.

చివరగా జైమినిఋషి వారిని 14 మన్వంతరముల విషయమును గురించి ప్రశ్నించెను. ఈ విషయమై మార్కండేయమహర్షి మొట్టమొదట క్రౌష్టుకి (భాగురి)కి చెప్పి ఉండిరి. 1. స్వాయంభువు, 2. స్వారోచిష, 3 ఉత్తమ, 4. తామస, 5. రైవత, 6. చాక్షుష, 7. వైవస్వత అనే ఏడు మన్వంతరాలను వర్ణించిన పిదప మార్కండేయ మహర్షి క్రౌష్టుకికి, ఎనిమిదవదైన సావర్ణిక మన్వంతరమును గురించిన విషయములను చెప్పుట ప్రారంభించిరి.

మార్కండేయమహర్షి నుండి తాము విన్న ఈ కథను పక్షిరూపధారులైన మునిపుత్రులు జైమినికి వివరించిరి. ఈ విధంగా 1. మార్కండేయ మహర్షి, 2. క్రౌష్టుకి, 3. పింగాక్షుడు, 4. వివోధుడు, 5. సుపుత్రుడు, 6. సుముఖుడు, 7. జైమినిఋషి అనే ఏడుగురు వ్యక్తుల ద్వారా ఈ ఆదిశక్తి లీలాగాథ వెలుగులోకి వచ్చింది. అందుచేత సప్తశతిని సప్త సంవాద కథ అని కూడ అంటారు.

ఆదిశక్తి లీలాగాథను వర్ణించిన మహావక్త మార్కండేయమహర్షి యొక్క జీవితము బాల్యమునుండి భగవంతుడు, భగవతీల కృపాపూర్ణమైన లీలలకు ప్రత్యక్ష ప్రమాణముగా భాసిల్లెను. పద్మపురాణములోని ఉత్తరఖండములో ఇవ్వబడిన కథాప్రసంగాన్ని అనుసరించి వీరి తండ్రి భృకండుమహర్షి, ధర్మపరాయణురాలైన భార్యతో కలిసి భగవంతుడైన మహాశివుని ఆరాధించి వీరిని పుత్రునిగా పొందెను. కానీ సదాశివుడు వీరికి కేవలము 16 సంవత్సరముల ఆయుర్దాయమును మాత్రమే ప్రసాదించెను. తన ఆయువు తీరకముందే ఆయన సదాశివుని ఆరాధించుట ప్రారంభించెను. నిర్ణీతసమయమునకు కాలుడు రాగా, ఆయన వికలమైన మనస్సుతో దేవాధిదేవుడైన మహాదేవుని స్తుతించ సాగెను. ఆయన స్తోత్రముతో ప్రసన్నుడైన మహాదేవుడు ప్రత్యక్షమై అత్యంత వేగంతో కాలుని ఛాతిపై తన్నెను, మార్కండేయునికి అమరత్వమును ప్రసాదించెను.

శ్రీమద్భాగవతపురాణములోని కథాప్రసంగానన్ననుసరించి మార్కండేయఋషి బాల్యంనుండి నైష్ఠికబ్రహ్మచర్యవ్రతమును పాటిస్తూ హిమాలయక్షేత్రములో నరనారాయణులను సేవించటం ప్రారంభించినట్లు చెప్పబడింది. తపస్సు పూర్తైన పిదప భగవంతుడు ఆయనకు దర్శనమిచ్చి కృతార్థుని గావించెను. భగవంతుడు ఆయనను ఏదైనా వరం కోరుకోమనగా మార్కండేయమహర్షి మాయను చూడవలెననే కోర్కెను ప్రకటించాడు. తథాస్తు అని భగవానుడు ఆయన కోర్కెను తీర్చాడు. ఆ క్షణకాలములోనే ఆయన ప్రళయ సమయములోని భయానక దృశ్యాలను చూసి వ్యాకులుడై భగవంతుడిని పిలిచాడు. ఆ పిలుపును వింటూనే భగవంతుడాయనకు బాలముకుందుని రూపంలో దర్శనమిచ్చాడు. భగవంతునికి ప్రణమిల్లుతూ ఆయన

'కరారవిన్దేన పదారవిన్దం ముఖారవిన్దే వినివేశయన్తం ।
వటస్య పత్రస్య పుటే శయానం బాలం
ముకున్దం శిరసా నమామి ॥'

అని కీర్తించాడు. ప్రళయ సముద్ర మధ్యంలో స్థిరంగా నిలబడిన మహావటవృక్షపు ఈశాన్య కోణములోని కొమ్మమీద ఒక ఆకుదొన్నెలో భగవానుడు బాలముకుందుని రూపంలో శయనించి ఉన్నాడు. శిశురూపంలో ఉన్న ఆయన అందమైన తన చేతివ్రేళ్ళతో కుడికాలుని పట్టుకొని నోట్లో బొటనవ్రేలుని చప్పరిస్తూ ఉన్నాడు. మార్కండేయఋషి ఆ శిశువుయొక్క నాసికాఛిద్రం గుండా ఆయన పొట్టలోనికి ప్రవేశించినట్లు పురాణగాథ చెప్తున్నది. అక్కడ ఆయన అనంతకోటి బ్రహ్మాండాలను తిలకించాడు. తిరిగి అదే ముక్కురంధ్రం గుండా వెలుపలికి రాగా ఇంతకుముందు కనిపించి అదృశ్యమైన ఆ ప్రళయకాల దృశ్యమే తిరిగి ప్రత్యక్షమైనది. ఈ భగవత్ కృపను అనుభూతి పొందిన ఆయన హిమాలయములలో ఉన్న తన ఆశ్రమానికి వచ్చి తిరిగి ధ్యానంలో లీనమైనారు. అప్పుడు ఆకాశమార్గాన నంది వాహనముపై పయనిస్తూ పార్వతి సమేతుడై సదాశివుడు అక్కడకు విచ్చేసెను. జగన్మాతయైన పార్వతి సదాశివునితో

"నాథా! ధ్యానమగ్నుడై ఉన్న ఈయన ఎంత గొప్ప తపస్వియో కదా! తమరు ఆయనను అనుగ్రహించండి" అని అడుగగా 'దేవీ! ఈయన నాకు పరమభక్తుడు అయిన మార్కండేయ మహర్షి. ఈయనకు ఎటువంటి కోరికలు లేవు. ఐతే ఇటువంటి భగవద్భక్తులను కలవడం ఎల్లప్పుడు శ్రేయస్కరం కాబట్టి తప్పకుండా వీరిని కలుద్దాము' అని అంటూ భగవంతుడైన పరమశివుడు పార్వతీదేవితో కలిసి ఆయనకు దర్శనమిచ్చి 'పురాణాచార్యుడు' అనే వరాన్నికూడా ప్రసాదించాడు. పార్వతీదేవి కూడా తన దయామృతాన్ని ఆయనపై వర్షింపజేస్తూ ఆయనను పుత్రరూపంలో స్వీకరించినది. భగవంతుని వరాన్ని పొందిన మార్కండేయ ఋషి మార్కండేయపురాణానికి ఆచార్యుడై ఆ పురాణ భాగంలో ఆదిశక్తియొక్క లీలాగాథను వినిపించెను.

మంత్రమయమైన లీలాగాథలో ఇది మొదటి మంత్రము. శ్రీదుర్గాసప్తశతి యొక్క మంత్రరహస్యములను తెలుసుకొనగోరిన మహాసిద్ధులు, భగవతి భక్తులు ఈ విధానమును ఈప్రకారంగా వివరించారు.

ఇతరుల మాటలలో అనేకసార్లు సమస్యలకు పరిష్కారాలు కనిపిస్తాయి.

సాధనా విధానము

వినియోగము : ఓం అస్య శ్రీ 'మార్కణ్డేయ ఉవాచ' ఇతి సప్తశతీ ప్రథమ మన్త్రస్య శ్రీమహర్షి వేదవ్యాస ఋషిః, భగవాన్ శ్రీసదాశివః దేవతా శ్రీం బీజం, జగద్ధాత్రీ శక్తిః, భువనేశ్వరీ మహావిద్యా, రజోగుణః రసనా జ్ఞానేన్ద్రియం, వైరాగ్యో రసః, వాక్ కర్మేన్ద్రియం, మధ్యమ స్వరం, భూతత్త్వం, విద్యాకళా, బ్రూం ఉత్కీలనం, ప్రవాహినీ ముద్రా, మమ జ్ఞాన భక్తి వైరాగ్య క్షేమ స్థైర్యాయురారోగ్య మభివృద్ధ్యర్థం శ్రీఆదిశక్తి మాతా గాయత్రి రూపేణా భగవతీ మహాదుర్గాప్రసాద సిద్ధ్యర్థం చ నమోయుత ప్రణవ-వాగ్బీజ-స్వబీజ లోమ విలోమ పుటితోక్త ప్రథమ మన్త్ర జపే వినియోగః ॥

న్యాసః

కరన్యాసః	షడంగన్యాసః
ఓం నమో అంగుష్ఠాభ్యాం నమః	హృదయాయ నమః
ఏం నమో తర్జనీభ్యాం నమః	శిరసే స్వాహా
శ్రీం నమో మధ్యమాభ్యాం నమః	శిఖాయై వషట్
నమో నమః అనామికాభ్యాం నమః	కవచాయ హుమ్
ఓం ఏం శ్రీం నమః కనిష్ఠికాభ్యాం నమః	నేత్రత్రయాయ ఔషట్
మార్కణ్డేయ కరతలకర-ఉవాచ పృష్ఠాభ్యాం నమః	అస్త్రాయఫట్

ధ్యానం

ధ్యాయేన్నిత్యం మహేశం రజతగిరినిభం చారుచన్ద్రావతంసమ్ ।
రత్నాకల్పోజ్జ్వలాఙ్గం పరశుమృగవరాభీతిహస్తం ప్రసన్నమ్ ॥
పద్మాసీనం సమన్తాత్ స్తుతమమరగణైర్వ్యాఘ్రకృత్తిం వసానమ్ ।
విశ్వాద్యం విశ్వవన్ద్యం నిఖిలభయహరం పఞ్చవక్త్రం త్రినేత్రమ్॥

మంత్రం

ఓం ఏం శ్రీం నమః మార్కణ్డేయ ఉవాచ
నమో శ్రీం ఏం ఓం ॥ (1)
1000 జపాత్ సిద్ధిః గుడం-తిల-ఘృతేన దశాంశ హోమః ।

గాయత్రీ మహామంత్ర జపము – 10,000

గాయత్రి విధానేన దశాంశ హోమః ।

పది మాలలు గాయత్రి, ఒక మాల సప్తశతీమంత్రము ఈ విధంగా పది దినములు చెయ్యాలి. తరువాత ప్రతి ఒక్కదానికి దశాంశముతో హోమము చేయాలి.

ఫలశృతిః

ఆధ్యాత్మిక ఫలశృతి : వైరాగ్యం
లౌకిక ఫలశృతి : యశం

ఆదిశక్తి గాయత్రీమాత యొక్క లీలాగాథను చదువుతూ, శ్రవణము చేస్తూ ఉన్న శక్తిసాధకులకు పైన చెప్పబడిన పద్ధతి ఆశ్చర్యం గొలిపేదిగా ఉండవచ్చు, ఇక్కడ సంక్షిప్తంగా ఇవ్వబడిన, పైన చెప్పిన విధానము ఖచ్చితంగా మహాశక్తి సాధకుల మంత్ర విద్యామర్మజ్ఞుల యొక్క కృపాప్రసాదమే! సాధకుడు సప్తశతీ మంత్ర జపమునకు 10 రెట్లు గాయత్రీజపము, ఆపైన అందులో దశాంశము హవనము చేయవలెనని మంత్రవిద్యా ఆచార్యుల నిర్ణయం. **శ్రీదుర్గాసప్తశతిలోని 700 మంత్రములన్నీ కూడ ఆదిశక్తి గాయత్రీమాత యొక్క 700 శక్తులను వెల్లడిచేస్తున్నవనేది సత్యము.** గాయత్రీ విద్యకు ఆది ఆచార్యుడు ఆదిశక్తికి మొట్ట మొదటి సాధకుడు అయిన భగవంతుడైన సదాశివుని ధ్యానము ఈ మంత్రములో చెప్పబడినది. గాయత్రీమంత్రముతో ఈ మంత్రమును సమన్వయము కావించుట వలన సాధకునిలో వైరాగ్యము తేజోవంతమౌతుంది. తరువాత తరువాత ఈ మంత్రములో ఆదిశక్తి గాయత్రీమాత యొక్క ఆధ్యాత్మికరూపముతో వైరాగ్యము, లౌకికరూపముతో కీర్తి ప్రకటితము అవుతుందని చెప్పబడినది.

ఆదిశక్తి గాయత్రీమాత యొక్క గర్భమునుండే ఈ జగత్తు, జీవితము ఉద్భవించినవి అని సాధనలో మర్మజ్ఞులైనవారికి తెలుసు. కఠినమైన ఆపదలను నశింపజేయగలిగిన దుర్గ ఆమెయే! ఆమె యొక్క 24 మంత్రాక్షరముల నుండియే సకల మంత్రములు ప్రకటితమైనవి. సంకల్పము గలిగిన సాధకులు శ్రీసప్తశతీ మంత్రములలో దీని ప్రమాణాలను పొందగలరు. గాయత్రీ మహా మంత్రమే సప్తశతి యొక్క 700 మంత్రముల రూపంలో తనను తాను విస్తృతమొనరించుకున్నది' అని వారు అనుభూతి చెందగలరు.

– అఖండజ్యోతి, డిసెంబరు 2002
అనువాదం : శ్రీమతి లక్ష్మీరాజగోపాలు

కష్టించి జీవించు

గుజరాత్‌లో ఒక స్త్రీ తన 30 సంవత్సరాల వయస్సులోనే భర్తను కోల్పోయింది. భర్త సంపదగా ఎడ్లు, మూడు సెంట్ల భూమి మిగిలింది. వాటిని ఆమె భర్త సంపదగానే భావించి తనకు వాటిపై ఏ హక్కులేదని పరమార్థ ప్రయోజనాలకే వెచ్చించాలని, తాను కష్టించి జీవించాలని నిర్ణయించుకున్నది. ఆ గ్రామంలోని స్త్రీలు 1-2 మైళ్ళ దూరం వెళ్ళి త్రాగటానికి నీటిని తెచ్చుకుంటుండేవారు. పశువులకు నీరు పెట్టాలంటే చాలా ఇబ్బంది అయ్యేది. ఎడ్లు, 3 సెంట్ల భూమిని అమ్మేసి ఆ స్త్రీ ఒక చెరువు, పెద్ద బావి త్రవ్వించింది. ఇది వాస్తవంగా జరిగిన సంఘటన.

– ప్రజ్ఞాపురాణం నుండి

మన లోపాలే కోపాన్ని ప్రేరేపిస్తాయి.

యువతకు ప్రత్యేకం

ఐశ్వర్యం - 2

జీవితంలో ఎదగడానికి మొదట నేర్చుకోవలసినది వ్యవస్థ (ఆర్గనైజేషన్). ఇంట్లో మంచినీళ్ళు తాగి తీసిన చోటే గ్లాసును తిరిగిపెడితే వ్యవస్థలో ఉన్నట్లు, త్రాగిన చోటే గ్లాసును పెడితే డిసిప్లెన్ లేనట్లు. "మా అమ్మాయి ఇంజనీరింగు చదువుతున్నది, మా అబ్బాయి డాక్టర్ చదువుతున్నాడు, అబ్బో చాలా కష్టపడి పోతున్నారు వాళ్ళు" అని మీ అమ్మో నాన్నో తీశారనుకోండి, మీరు ఎదగలేరు. **తీసిన వస్తువులను ఎక్కడపడితే అక్కడ పెట్టేస్తే మీరు ఎదగలేరు.**

కొంతమంది మట్టి ముట్టుకుంటే బంగారం అయిపోతుంది. కొంతమంది బంగారం ముట్టుకున్నా మట్టి అయిపోతుంది. ఇలాంటి సంఘటనలు మనం చూస్తుంటాం. దానికి కారణం వారి మానసిక స్థితే. వాళ్ళ చేతుల్లో ఏమీ లేదు. ఆ మానసిక స్థితిలో ఉన్నది.

మీకు ఎంత టైం ఇచ్చారో, యూనివర్సిటీ ఫస్ట్ వచ్చేవారికి కూడా 24 గంటల టైమే ఉన్నది. ఫెయిల్ అయిన వాడికి 24 గంటల టైమే ఉన్నది. యూనివర్సిటీ ఫస్ట్ వచ్చిన వాడికి వీడికి తేడా ఏమిటి? వాడు కాలాన్ని వినియోగించుకున్నాడు. "వాడు తెలివైన వాడు మాష్టారు'' కాని సైకాలజిస్టులు దానిని ఒప్పుకోవడం లేదు. ఐన్‌స్టీన్ మెదడును ఎందుకయినా మంచిదని తీసిపెట్టారు. భూతద్దం పెట్టి చూచారు. ఇంకా చూస్తూనే ఉన్నారు. వారికి ఏమి రిజల్ట్స్ వచ్చాయి అంటే ఐన్‌స్టీన్ తన బ్రెయిన్‌లో 7% మాత్రమే ఉపయోగించుకున్నాడని, అంటే తన మెదడు పూర్తి సామర్థ్యాన్ని ఉపయోగించుకోలేదు. అంటే మనం మన మెదడుని ఎంత వినియోగించుకుంటున్నాము? అది నేర్చుకోవాలి. కోటీశ్వరుడు కావాలంటే కష్టపడాల్సిందే. షార్ట్‌కట్స్ (దగ్గరి త్రోవ) ఏమి లేవు.

గురువుల చరిత్రలు, సైంటిస్టుల జీవిత చరిత్రలు చదివినప్పుడు మొట్టమొదట నేర్చుకోవలసినది వ్యవస్థ. వెంకయ్య స్వామిని గురించి చదువుతాం. చిన్నప్పుడు భూమి దున్నేవాడట. ఆయన నాగలి పట్టి ఎకరాలు ఎకరాలు దున్నితే ఆ నాగలి గీత ఒకే లైన్లో ఉండేదట. మా గురుదేవులు శ్రీరామశర్మ ఆచార్య యోగవిద్య నేర్చుకునేందుకు సబర్మతి ఆశ్రమానికి వెళ్ళారు. అక్కడ ఆయనకు నేర్పినటువంటి యోగవిద్య ఏమిటంటే పళ్ళు తోముకోవడం ఎలా? లెట్రిన్‌లు కడగటం ఎలా? ఇది ఆయనకు నేర్పబడిన యోగ విద్య. ఆయన జీవిత చరిత్రను(ఆత్మకథ) చదవండి.

అందువల్ల మొదట మీ జీవితాన్ని ఆర్గనైజ్ (వ్యవస్థ) చేసుకోండి. మీ కాలాన్ని వ్యవస్థీకృతం చేసుకోండి. అంతకంటే ఏమి లేదు. మొత్తం మేజిక్‌లు ఎలా జరుగుతాయో చెప్పాను. మీరు ఎప్పుడు గుర్తుంచుకోవలసినది లక్ష్యసాధన. మనం అనుకున్నది జరగాలి తప్ప మనం అనుకున్నది ఏమిటి, అది ఎంత గొప్పది అనేది ముఖ్యం కాదు. నువ్వు ఏదో ఒకటి అనుకున్నావు, అది జరగాల్సిందే. అది పూర్తవ్వాల్సిందే. అది పూర్తి అవకుండా ఇంకొక పనిచెయ్యకు. చిన్న చిన్న విషయాలు, టి.విలో ప్రోగ్రాం వస్తున్నది. మంచి నీళ్ళు త్రాగుతున్నాం. మంచి నీళ్ళు త్రాగుతూ టి.వి. దగ్గరకు వెళ్ళిపోతాం. వద్దు మంచినీళ్ళు త్రాగి, గ్లాసు పెట్టి వెళ్ళండి. దీనివల్ల మీరు నేర్చుకున్నదేమిటి? మనస్సుకు నోరుముయ్యి అని చెప్తున్నారు. చేస్తున్న పని పూర్తి చేసి ఇంకొక పనికి వెళ్ళండి. అదొక మానసిక స్థితి. ఈ మానసిక స్థితి ఉన్నవారు ఆటోమేటిక్‌గా కోటీశ్వరులు అయిపోతారు.

మానసిక స్థితిలో కోటీశ్వరులు అవడం సంభవమేనా? భారతదేశ స్వాతంత్ర్యం వచ్చినప్పుడు దేశ విభజన జరిగింది. దేశ విభజన జరిగినప్పుడు అటువైపు, ఇటువైపు కూడా చాలా మంది కోటీశ్వరులు కట్టుబట్టలతో ఈ దేశంలో ఉన్నవారు ఆ దేశానికి అక్కడ ఉన్నవారు ఇటు వచ్చేశారు. మళ్ళీ వారు కోటీశ్వరులు అయిపోయారు. కాని గవర్నమెంట్ వారు పాపం బీదవాళ్ళకి స్థలాలు ఇస్తుంది. కాని స్థలాలు ఎవరికి పోతాయో? ఆ స్థలాలు పొందిన వారు ఏ లాభం పొందారు?

మీరు కోటీశ్వరులు కావాలంటే మీరు నేర్చుకోవలసిన మొదటి లక్షణం బాధ్యత. బాధ్యత తెలుసుకుంటే సరిపోదు, కావలసిన వ్యవస్థ కూడా తెలుసుకోవాలి. ఈ రెండు లక్షణాలు మామూలు వ్యక్తుల కంటే చాలా ఎక్కువగా ఉండాలి. లేవు ఫరవాలేదు, నేర్చుకోవచ్చు. మా ఫ్రెండ్ ఒకడున్నాడు. అతనిని ఏమైనా ఒకటి అడిగాం అనుకోండి. "అదుగో ఫలానా అల్మరాలో, రెండో అరలో ఎడమ ప్రక్కన చూడండి" అంటాడు. ఆ వస్తువు అక్కడ ఖచ్చితంగా ఉంటుంది. వ్యవస్థ అలా ఉండాలి. కాని మనం రోజు చేసే

కోపం నిస్సహాయతకు చిహ్నం.

పురుష సూక్తం కాని మంత్ర పుష్పం గాని వెతుక్కోవలసినదే. అందుచేత దేవాలయాలకు వెళ్ళినా ఫలితాలు ఇవ్వదు. ఎందుకంటే వ్యవస్థ లేదు కనుక. ఎంత అవ్యవస్థితంగా ఉన్న వ్యక్తి అయినా అది రోజు చేస్తున్నాడనుకో. ఖచ్చితంగా అది వ్యవస్థలో పడుతుంది. అందుకే రోజు చేయమనేది. వ్యవస్థీకృతం అయినటువంటి జీవితం ఉండాలి. మన సమయం, శ్రమ తప్ప వేరే పెట్టుబడి పెట్టక్కర్లేదు అది గుర్తుంచుకోండి. **బయట నుంచి నువ్వు డబ్బు తెచ్చుకున్నావు అంటేనే నువ్వు ఫినిష్.**

ఇంకొకటి ఏమంటే గ్రూప్ యాక్టివిటి కావాలి. మీరు చూస్తూనే ఉంటారు. బట్టల షాపులన్నీ ఒకచోటే ఉంటాయి. మందుల షాపులన్నీ ఒకచోటే ఉంటాయి. హాస్పిటల్స్ అన్నీ ఒక చోటే ఉంటాయి. ఇనుము యొక్క కణాలన్నీ ఒక చోటే ఉంటాయి. రాగి యొక్క కణాలన్నీ ప్రకృతిలో ఒకచోటే ఉంటాయి. ఇది ప్రకృతి యొక్క వ్యవస్థ. మీరు ఎక్కడున్నా ఆ స్థితిలో ఉండాలి. మన ఆలోచనలన్నీ రిచ్‌గా (ఐశ్వర్యం, ధనం, సమృద్ధి) ఉండాలి. మరి మీ మాటలు, చేతలు ఏ లెవల్‌లో ఉండాలి? రెండువందల రూపాయలు పెట్టి ఏదో చెయ్యాలి? అమ్మో రెండువందలా? ఇంక నువ్వేం రిచ్ అవుతావు. రెండు వందలేగా, ఎలాగో అలా వస్తాయి.

"నా జేబులో ఒక నయాపైసా లేదు. కాని నేను చేసే పనులన్నీ కూడా కోట్లతో ఉండేటువంటి ప్రణాళికలే. వేయడమే కాదు దాన్ని నేను సాధిస్తాను. ఎలాంటి ఆలోచన అది? ఒక కోటీశ్వరుడికి ఉండేటటువంటి ఆలోచన. ఇది నిజంగా ఒక వ్యక్తి (పూజ్య గురుదేవులు పండిత శ్రీరామశర్మ ఆచార్య) తన ఆత్మకథలో వ్రాసుకున్న వాక్యాలు. అలా కోట్ల కోట్ల రూపాయల ప్రణాళికలు ఆయన వేశారు. ఆయన వెళ్ళిపోయాక కూడా ఆ ప్రణాళికలు ఇప్పటికి జరుగుతున్నాయి. ఇది ఆయన ఆలోచనల రిచ్‌నెస్. ఆ రిచ్‌నెస్ వస్తుంది. తెచ్చుకోవచ్చు. తెచ్చుకోవాలి.

నాకు ఎవరైనా డబ్బు ఇస్తే బాగుండు అనుకొనే వాడు ధనవంతుడా? బీదవాడా? "ఎవరైనా ఇస్తే బాగుండు నాకు" అని అనుకుంటే వాడు అడుక్కునే వాడే. అందువల్ల రిచ్‌నెస్ (ఐశ్వర్యం) రావాలంటే మొదట ఇవ్వడం రావాలి. ఏం ఇస్తారు? మీది అనేది ఏమైనా ఉంటే ఇవ్వండి. శ్రమ, కాలం పెట్టుబడిగా పెట్టుకోండి. **శ్రమ, సమయం వీటిని నాటుకోండి.**

సంపాదనకు కొత్త విషయాలు నేర్చుకోవలసి ఉంటుంది. రాత్రి పగలు ఎందుకు నేర్చుకోలేను అనే మానసిక స్థితి రావాలి. అది వస్తే మిమ్మల్ని ధనవంతులుగా మారడాన్ని ప్రపంచంలో ఎవరు ఆపలేదు.

ఇంకొకటి నేనేం చేయలేను. ఎవరు నన్ను ఇష్టపడడం లేదు. నన్ను ఎవరు ప్రేమించడం లేదు. ఎందుకు అడుక్కోవటం ప్రేమను? చాలా మంది పిల్లలు అంటుంటారు "మా అమ్మ నాన్న నన్ను ప్రేమించడం లేదు" ప్రేమించకపోతే నువ్వు ఇంతవాడివి ఎలా అయ్యావు? అమెరికాలోలాగా రోడ్డు మీద పడేసుంటే? ఇంకా ఏవో ప్రేమలు కావాలట. ముందు ఆ నీచత్వం వదలుకోండి. తల్లిదండ్రులు మీకు చాలా ఇచ్చారు. ఆలోచనా విధానంలోనే తేడా అది. **కృతజ్ఞత చూపించడం అనేది రిచ్‌నెస్‌కు మొదటి మార్గం.** తల్లిదండ్రులు మనకి శరీరాన్ని ఇచ్చారు. మనలను వదలివేసినా ఫరవాలేదు. శరీరం అంటూ ఉన్నదిగా. ఈ శరీరమే లేకపోతే ఏం చేస్తారు? తర్వాత రోడ్డు మీద పడేశారు. అయినా వారికి కృతజ్ఞత చూపించాలి. "వెధవ శరీరం లేకుంటే బాగుండేది" ఇంతకంటే పరమ దారిద్ర్యకరమైన ఆలోచన ఇంకేమి ఉండదు. ఈ ఆలోచనల వలననే భారతజాతి నాశనం అయిపోతున్నది. "తల్లిదండ్రులు మమ్మల్ని ప్రేమించడం లేదు. మాకింకా డబ్బులు ఇవ్వటం లేదు" వాళ్ళు ఏ పరిస్థితులలో ఉన్నారో తెలిసికూడా అనుకుంటుంటారు. భారతదేశంలో తల్లిదండ్రులు వాళ్ళ దగ్గర ఉంటే పిల్లలకు ఇవ్వకుండా ఉండరు. ఆలోచనా స్థితిలో కుచ్ఛితత్వం, కృతజ్ఞతలేనితనం ఎంత భయంకరంగా భారతజాతిలో ఉన్నదో ఆలోచించుకోండి. ఇది మీరు పోగొట్టుకోవాలి.

తల్లిదండ్రులు మీకు ఏమి ఇచ్చారు అని కాదు. తల్లిదండ్రులకు ఇంక మేము ఏమి ఇవ్వగలము? మీరు కదలలేని స్థితిలో ఉన్నప్పుడు, చిన్న పిల్లలుగా ఉన్నప్పుడు ఆలనా పాలనా చూసారు. ఏం పోషించారు? మమ్మల్ని ఎందుకు కన్నారు? ఇవి మన ప్రశ్నలన్నీ ఈ ప్రశ్నించే రోగము ఎందుకు వస్తుందో తెలుసా? "పని చెయ్యకుండా, ఏమి చెయ్యకుండా, మేము తిని కూర్చుంటాము" అనే ఆలోచన వల్ల. అయినా వాళ్ళు మీ మీద ఎందుకు వెంపర్లాడుతుంటారంటే ప్రేమ ఉన్నది కనుక.

మనం ఎవరిని ప్రేమిస్తాము? ఎవడితో ఉపయోగము ఉంటుందో వాడిని ప్రేమిస్తాం. ఉపయోగం లేనివాడిని ఎవరు ప్రేమించరు. సంబంధ బాంధవ్యాలలో ఉన్నటువంటి ఇచ్చి పుచ్చుకోవడం అనేది స్పష్టంగా గుర్తుంచుకోవాలి. "నా స్నేహితుడు చాలా మంచివాడు" ఎందుకంటే నువ్వు ఏమి చెప్పినా తందాన అంటాడు. మనం చెప్పిన దానికి కాదన్నాడంటే ఇక వాడు స్నేహితుడే కాదు.

ఇప్పటి దాకా చెప్పినవి మూడు 1) బాధ్యత 2) వ్యవస్థ 3) మానసిక స్థితి. రిచ్‌నెస్ అనే మానసిక స్థితి మీలో రావాలి.

సమస్యలను ఇతరులు సృష్టిస్తున్నారనే అపోహలో కోపం వస్తుంది.

రిచ్‌గా ఉండేవాడు (ధనవంతుడు) ఏమి అడుక్కోడు. వాడు ఇస్తాడు అందుచేత ప్రేమ కావాలి అంటే నువ్వు ముందు ప్రేమించు. **నువ్వు ఏది ఇస్తావో ప్రకృతి అదే నీకు ఇస్తుంది.** అందుచేత ప్రేమ రాహిత్య స్థితిలో జీవిస్తున్నావంటే నీవు ఖచ్చితంగా ప్రేమించడం లేదు. ప్రేమ అనేది దానంతట అది రావాలి తప్ప నువ్వు అడిగితే వచ్చేది దయ అవుతుంది, జాలి అవుతుంది. ఎప్పుడు జాలిని భరించకండి. జాలి వద్దు మనకి.

తెలుగులో మగాడు అనే సినిమా వచ్చింది బాంబే లో బీచ్ ఒడ్డున చిన్న కుర్రాడు బూటు పాలిష్ చేస్తుంటాడు. ఓ ఇద్దరు వ్యక్తులు బూట్ పాలిష్ చేయించుకుని, వాడిని చూచి జాలిపడి ఎక్కువ డబ్బులు విసురుతారు. తను తీసుకునే డబ్బులు తప్ప మిగిలినవి వద్దంటాడు. ఆ ప్రక్కనున్నవాడు పెద్ద స్మగ్లర్. "వీడిని జాగ్రత్తగా గమనించు. వీడు ఖచ్చితంగా గొప్ప వాడవుతాడు" అంటాడు. ఆ క్యారెక్టర్ (శీలం) యూత్‌కి కావలసిన పాఠాలు ఇవి. మీకు చదువు వచ్చినా, రాకపోయినా ఫర్వాలేదు. ఇవి ఉండాలి.

"మాకు చాలా అభిమానం. అందుచేత మేము అడుక్కుతినం. అది చెయ్యం, ఇది చెయ్యం అందుచేత ఆకలితో చచ్చిపోతాం" అంతకంటే పరమ మూర్ఖులు ఎవరు ఉండరు. అవసరమైనప్పుడు అడుక్కోవడం కూడా తప్పు కాదు. నెపోలియన్ చిన్నప్పుడు డబ్బుకి ఇబ్బంది పడుతూ ఏదో అప్పు చేసి కాలం గడుపుతుండేవాడు. వారికి కొంత డబ్బు బాకీపడ్డాడు. తీర్చలేకపోయాడు. పెద్దయి పోయాక, రాజయిపోయాక ఎవరి దగ్గర డబ్బు తీసుకున్నాడో ఆవిడ దగ్గరకు వెళ్తాడు. "అప్పుడు నేను నీ దగ్గర అప్పు తీసుకున్నాను. ఇది తీసుకో". అది గుర్తుంచుకోవడం గొప్ప. తీర్చడం తరువాత సంగతి. అందుచేతనే నెపోలియన్ అంత గొప్పవాడయ్యాడు. ఎగ్గొట్టాలి అనుకోలేదు. అప్పుడు పాపం డబ్బు లేదు అతని దగ్గర నిజంగా లేదు. ఆవిడ దయ మీదే బ్రతికాడు. అది తప్పులేదు. బ్రతకాలి. బ్రతక్కపోతే ఎలా ఎదుగుతావు. అందుచేత "కృతజ్ఞత" చాలా ముఖ్యం. **మనకు కావలసినవి 1) వ్యవస్థ 2) బాధ్యత 3) మానసిక స్థితి (ఐశ్వర్యం, ధనం, సమృద్ధి) 4) కృతజ్ఞత.**

(సశేషం)

- డా॥ మారెళ్ళ శ్రీరామకృష్ణ మాస్టారు గారు యువతకు ఇచ్చిన ప్రవచనం నుండి

ఎవరిని ఎవరు కట్టివేశారు?

ఒక మనిషి ఆవును తాడుతో కట్టి తోలుకుపోతున్నాడు. ఇద్దరు ఫకీరులు ఆ దృశ్యాన్ని చూచారు. ఒకడు ఆవును మనిషి కట్టేసి తీసుకెళ్తున్నాడంటే రెండవ వాడు కాదు అదే మనిషిని కట్టేసిందని వాదిస్తాడు. వారిద్దరి సంభాషణలు విన్న ఆ వ్యక్తి ఏది సత్యమో తెలుసుకుందామని తన చేతిలోని తాడును వదలివేస్తాడు. ఆ ఆవు పారిపోసాగింది. ఆ వ్యక్తి దాని వెనుక పరిగెత్తుతున్నాడు. అది చూసిన రెండవ ఫకీరు "చూచావా? ఆవు మనిషిని కట్టేసింది. చూడు ఎవరి వెనుక ఎవరు పరిగెత్తుతున్నారో" అంటాడు. చూడటానికి మనిషి ఆవును కట్టేసి తీసుకెళ్తున్నట్లు కనిపించినా సూక్ష్మంగా దర్శించగలిగితే మనిషే ఆవు ద్వారా కట్టబడి ఉన్నాడని తాడు వదలగానే ఆవు స్వేచ్ఛగా అతనిని వదిలేసి పోగలిగింది. దానికి వ్యక్తి యందు మోహం, మమకారం లేవు. కాని ఆ వ్యక్తికి ఆవు మీద, ఆవు పాల మీద, ఆవు పెంపకం పట్ల మోహం ఉండటం వల్ల ఆవుతో కట్టివేయబడ్డాడు, దాని వెనుక పరిగెత్తాడు. ఎప్పుడైనా, ఎక్కడైనా ఎవరు దేని వెంట పడుతున్నారో వారే దానికి కట్టివేయబడి ఉన్నట్లు గుర్తించాలి.

- ప్రజ్ఞాపురాణం నుండి

దురాగ్రహంతో సర్వనాశనం

శ్రీరాముడు వానరసేనతో సముద్రాన్ని దాటి లంకలో ప్రవేశించాడు. ఆ సమయంలో రావణుడు సభను ఏర్పాటు చేసి సమస్యను ప్రజల ముందు ఉంచాడు. అహంకారంతో మదాంధులైన కొందరు రావణుని సమర్థిస్తూ, పొగడుతూ ఓ మహారాజా! మానవులు, కోతులు నీకు ఆహారం నీవు ఇంట్లో కూర్చొని ఉండగానే కొంతకాలం పాటు హాయిగా భోజనం లభిస్తుంది. దీనిలో ఆలోచించేందుకు, విచారించేందుకు ఏముంది? అంటూ అభిప్రాయాలను వ్యక్తం చేశారు. ప్రహస్తుడు, మాల్యవంతుడు మొదలైన వివేకవంతులు శత్రువును తక్కువగా అంచనా వేయొద్దని, సముద్రానికి వారధి కట్టి రావడమనేది సామాన్య విషయం కాదని, ఈ కోతులలోని ఒక కోతి వచ్చి లంకను తగలబెట్టినాడు ఎవరైనా ఏమైనా చేయగలిగారా? అన్నది గుర్తుంచుకోవాలని హెచ్చరించినా, దురాగ్రహపూరితులైన వ్యక్తులు ఆ మాటలు లక్ష్యపెట్టలేదు. సర్వనాశనం వైపే వారి అభిప్రాయాలు లాక్కునిపోయాయి.

- ప్రజ్ఞాపురాణం నుండి

మన అసమర్థత మన దృష్టికి వస్తే మన మీద మనకే కోపం వస్తుంది.

ప్రతి క్షణం జీవించాలి

క్షణమనేది అతి చిన్నది. కాని ఇందులో అంతులేని అవకాశములు ఇమిడి ఉన్నాయి. స్వయంగా భగవంతుడే తన పరమ ప్రియ, శ్రేష్ఠ సంతానమైన మనిషికి ఇచ్చిన ఒక అమూల్యమైన కానుక కాలము. తనకిచ్చిన ప్రతిక్షణము అమూల్యమైనది అన్న సత్యమును మనిషి గ్రహించాలి. ప్రతి క్షణములో ఒక చిత్రమైన, క్రొత్తదైన అవకాశము దాగి ఉంటుంది. అయితే ఆ క్షణమును అత్యంత ఉన్నతమైన స్థాయిలో ఉపయోగించుకున్నప్పుడే ఆ అవకాశం సాకారమౌతుంది. కానీ మనమందరము కాలాన్ని ఎలాగ, ఏ రీతిలో ఉపయోగించుకుంటున్నాము? ప్రతి ఒక్కరు తమకు తాము ఈ ప్రశ్నను వేసుకోవాలి. దానికి జవాబును తమ అంతరంగంలోనే అన్వేషించాలి.

దీనికి సరియైన సమాధానముతోనే ప్రతి క్షణమును సద్వినియోగపరచుకునే కళను నేర్చుకొనగలము. దేని ద్వారా జీవితం యొక్క పరమ లక్ష్యము మరియు విజయము యొక్క సర్వోచ్చ సోపానం యొక్క ద్వారమును తెరిచి లోపలికి అడుగు పెట్టగలమో అదే ఈ పరమ దుర్లభమైన 'క్షణము' అనే తాళంచెవి. సామాన్య జనులకు దీని మహత్వమును గురించి తెలియకపోలేదు. వారికి కాలము విలువ తెలుసు. అయినా కూడా కాలం గురించి మరింత గూఢమైనది, రహస్యమైనది మరియు అద్భుతమైనది తెలుసు కోవలసినది ఉన్నది. వాటిని బహుశా మనం చూడలేక పోతున్నాము కాలానికి అనేక ఆయామములు (dimensions) ఉన్నాయి. వీటిని మనం చూడలేము.

అయితే మనలో మానవత్వ స్థాయిని దాటి దేవమానవ శ్రేణికి చేరుకున్న కొంతమంది అరుదైన వ్యక్తులు ఈ సమస్యను పరిష్కరించగలిగే సామర్థ్యము కలిగి ఉంటారు. 'ఈ అంతుచిక్కని సమస్యను పరిష్కరించగలిగేవారు లేదా పరిష్కరించలేనివారు' అని మానవులను మనం ఒకవేళ రెండుగా విభజిస్తే, మొదటి వర్గంవారి శాతం నగణ్యంగా ఉంటుందని వెల్లడౌతుంది. దీనికి కారణమేమిటంటే చాలా ఎక్కువ సంఖ్యలో మనుష్యులు 'ఇది తమ సామర్థ్యము యొక్క పరిధిలోనే ఉన్నది' అని అవగాహన చేసుకోలేక, పరిష్కారానికై ప్రయత్నించటానికి కూడా ఇష్టపడరు. అయినప్పటికి గడిచిపోయిన ప్రతి క్షణము ఎందుకు వృథాగా గడిచిపోతుంది? తన యొక్క ఏదో ఒక అనుభూతిని మనకు మిగిల్చేపోతుంది అన్నది ఒక సుస్పష్ట సత్యము. ఆ అనుభూతిలో అనేక భావాల సమాహారం దాగి ఉంటుంది. బహుశా మనందరకు ఆ అనుభూతి కలిగే ఉంటుంది.

అన్ని క్షణాలు ఒకేలాగ ఉండవు అన్నది సత్యము. ప్రతి పరిస్థితిలోను ఒక క్షణము మరో క్షణమునకు భిన్నంగానే ఉంటుంది. ఒకవేళ ఈరోజు పెదవుల మీద చిరునవ్వుతో జీవిస్తే, మరునాడు కన్నులలో కన్నీటి బిందువులు రాలవచ్చు. అయితే ఇందులో కూడా ఒక అర్థము, ఒక దిశ ఉంటాయి. అది మనలను పూర్ణత్వం దిశగా తీసికెళుతుంది. సుఖపడే రోజు తక్కువ నిడివి కలిగి ఉంటుంది అని ఒక సామెత. ఈ సుఖపడే కాలంలో మనిషి కాలమును ఎంతగా చేజార్చుకుంటూ ఉంటాడంటే ఆ క్షణాలు తొందరగా దొర్లిపోయాయి అని అనిపిస్తుంది. మరోవైపు దుఃఖం సంఘర్షణతో నిండిన క్షణాలు మనిషికి భారంగా గడుస్తున్నట్లు అనిపిస్తాయి. సంతోషంగా ఉన్నప్పుడు కాలం పరిగెత్తుతున్నట్లు అనిపిస్తుంది. బాధలలో ఉన్నప్పుడు క్షణములు యుగాలుగా కనిపిస్తాయి.

బలహీన మనస్కులైనవారు బహుశ అటువంటి పరిస్థితులలో తమ సంతులనను పోగొట్టుకుంటారు. ఆ పరిస్థితిలో వారు గాభరాపడి భగవంతుని పట్ల తమకు గల నమ్మకమును, భక్తిని నొక్కి వక్కాణిస్తూ ఆయన శరణుజొచ్చుటానికి ప్రయత్నిస్తుంటారు. అయినప్పటికి అలాంటి స్థితిలో వారికి తమమీద తమకే కాక, భగవంతుని మీద కూడా నూటికి నూరు శాతం విశ్వాసం ఉండదు. ఒకవేళ వారు నిజంగా భగవంతుడిని నమ్మినవారే గనుక అయితే, వారు ఆ క్షణాలలో 'జీవితంలోని ఈ క్షణాలు కూడా తన పరమ ప్రియమైన ప్రభువు ద్వారా విభిన్న రంగులు మేళవించిన దొన్నెలో అనుగ్రహించబడిన కానుక అని భావిస్తారు. అవన్నీ జీవితానికి మరో కొంగ్రొత్త ఆకర్షణను, శోభను చేకూరుస్తాయి. అందుచేత ప్రతి క్షణానికి ఒక ప్రత్యేకమైన లక్ష్యము, అనుభూతి ఉంటాయి. అవి రాబోయేకాలంలో భగవంతుడు ఇచ్చిన కానుకగా ఉపయోగ పడతాయి' అన్న ఆలోచన చేయాలి.

ఇందువలన అలాంటి సమయంలో ఖిన్నుడై, అన్యమనస్కుడు కాకుండా ఆ కాలమునంతా ఆత్మపరిష్కారమునకై కఠోర తపోసాధన ఒనర్చుటకు అనుగ్రహించబడినదిగా భావిస్తూ సాహసంతోను, పెదవులపై చెరగని చిరునవ్వుతోను గడపాలి. అప్పుడు మన లోపల సంవత్సరాల తరబడి సుషుప్తావస్థలో నిష్క్రియంగా పడి ఉన్న ఆత్మ బలమును జాగృతము కావించి మనలను జీవవంతంగా చేస్తాయి. దానితోపాటు నిరాశ యొక్క అంధకారమనే క్షణాలను చీల్చుకుంటూ ఆశ అనే కాంతులను సంపూర్ణంగా నింపుకున్న అంతులేని కిరణాలను మనిషి ఎదుటకు ఒక పెద్ద వెల్లువగా తీసుకొస్తాయి. అయితే కాలము యొక్క అపేక్షకు అనుగుణంగా ఈ విపత్తులతో నిండిన పరిస్థితికి సాహసంతోను, ఉత్సాహంతోను ఎదురొడ్డి నిలిచేవారికే ఈ లాభం చేకూరుతుంది. క్షణము సుఖమయమైనదైనా లేక దుఃఖపూరిత మైనదైనా ఆ క్షణమును చక్కగా ఉపయోగించేందుకు ఒకే ఒక్క మూల మంత్రమున్నది. 'ఆత్మనో మోక్షార్థ జగద్హితాయ చ' అనగా ఆత్మకళ్యాణము మరియు లోకకళ్యాణము కొరకే ఆ క్షణాలను సదుపయోగపరచవలెను.

- అఖండజ్యోతి, జనవరి 2002

అనువాదం : శ్రీమతి లక్ష్మీరాజగోపాలు

కోపం మూలంగా మానవ సంబంధాలను విచ్ఛిన్నం చేసుకున్నవారు ఏకాకి అయిపోతారు.

బోధ కథ

సంభవామి యుగేయుగే

అతడు ఎవరు? ఎక్కడివాడు? ఈ దుర్గమ ప్రదేశానికి ఎలా వచ్చాడు? ఎందుకు వచ్చాడు?

ఎవరికి తెలియదు. ఇక్కడి టిబెట్ ప్రజలు యాక్‌లను, గొర్రెలను తోలుకుంటారు. అక్కడక్కడ గుడారాలు వేసుకుని 15-20 రోజులు ఉండి మరోచోటికి వెళుతూ ఉంటారు. వీరికి అతడి గురించి తెలుసుకునే అవకాశం లేదు. వీరికి అతడి భాష తెలియదు. అతడికి వీరి భాష తెలియదు.

నాలుగు రోజులకు ఒకసారి అతడు వారివద్దకు వస్తాడు. ఒక బంగారు నాణెం ఇస్తాడు. వెన్న, పాలు, పెరుగు, పేలాలు తీసుకుంటాడు. అవే అక్కడ సులువుగా దొరికే వస్తువులు. ఒకసారి వాళ్ళు మాంసం అతని ముందుంచారు. అది తనకు అక్కరలేదని అతడు సైగలతో సూచించాడు.

టిబెట్టులోని చలికి పాలు, పెరుగు నెలల తరబడి చెడిపోకుండా ఉంటాయి. అతడు వాటిని తీసుకుని దూరాన ఉన్న కొండలలోకి వెళతాడు. ఆ కొండలలోకి వెళ్ళడానికి ఈ కొండవాసులు సైతం జంకుతారు.

అక్కడికి చాలా దూరంలో మంచుతో కప్పబడి ఉన్న ఒక గుహలో ఒక భారతీయ లామా ఉన్నారని వారు విన్నారు. ఆయన గొప్ప యోగి. ఈ తెల్లవాడు ఆయన వద్దకే వెళతాడని వాళ్ళు అనుకున్నారు.

ఈ టిబెట్టు ప్రజలు దృఢకాయులు. శ్రద్ధ కలవారు. వీరికి ఆ తెల్లజాతి వ్యక్తి పట్ల గౌరవభావం కలిగింది. ఉన్ని పంట్లాము, ఓవర్‌కోటు, టోపీ. ఇది అతడి వేషం. అతడి గురించి వివరాలు తెలుసుకోవాలని వారికి ఉంది. కాని తెలుసుకునే మార్గం వారికి తోచడం లేదు.

ఇక్కడి మంచువల్ల, ఇక్కడి చలివల్ల అతడి ముఖం, అతడి చేతులు నల్లబడిపోయాయి. అది సహజమే, కానీ, అతడికి ఒక చెవి లేదు. ముక్కు సగం లేదు. ఒక కన్ను లేదు. చెంపలు రెండూ గాయపడి ఉన్నాయి. నోటిలోని ముందు పళ్ళు కూడా లేవు.

ఎలుగుబంటు వాటిని తినేసి ఉంటుందని వాళ్ళు అనుకున్నారు. ఇలా ఎలుగులు తినివేయడం అక్కడ మామూలు విషయమే. ఎలుగుబంటి అతడిపై దాడిచేసి అతడిని గాయపరచి ఉంటుందని, అతడు ఆ దాడిలో కొండనుంచి క్రిందకు పడిపోయి ఉంటాడని వారి అభిప్రాయం. ఏదో విధంగా అతడికి ప్రాణం దక్కిందని వారి అంచనా. అదే నిజమని వారి నమ్మకం. ఎలుగుబంటుతో ఇంత ధైర్యంగా పోరాడినందుకు అతడిపై వాళ్ళ గౌరవం ఇంకా పెరిగింది.

ఈ తెల్లవ్యక్తి ఒకే ఒక కోరికతో ఈ దుర్గమ ప్రదేశానికి వచ్చాడు. హిమాలయంలోని ఒక యోగి మాత్రమే తన కోరిక తీర్చగలడని అతడి ఆశ. అది అడియాస అని ఎవరూ చెప్పలేరు. ఆ యోగిని ఎలాగైనా కలుసుకోవాలి. అతడి అనుగ్రహం సంపాదించాలి. అతడి ద్వారా తన కోరిక తీరాలి ఇదే అతడి ఆరాటం. ఇదే అతడి తహతహ.

అతడు టిబెట్‌లోని ఈ పర్వతాలకు ఎలా చేరాడో, హిమ గుహలో ఉన్న ఆ యోగిని ఎలా దర్శించగలిగాడో అదంతా ఓ పెద్ద కథ. అదలా ఉంచండి. టిబెట్టులోని పశువుల కాపరులు చెప్పుకునే కబుర్లు భారతదేశంలోని కొండజాతుల వారికి చేరుతూనే ఉంటాయి. అక్కడే అతడు దుర్గమమైన పర్వత గుహలో ఉన్న లామా గురించి విన్నాడు. కష్టాలు అతడిని లొంగదీయలేక పోయాయి.

మృత్యు దేవత అతడిని భయపెట్టలేకపోయింది. అలాంటి వ్యక్తి తాను ఏర్పరుచుకున్న లక్ష్యాన్ని చేరుకోవడంలో ఆశ్చర్యం ఏముంది.

అతడు ఆ గుహ చేరాడు. మూడు నెలలుగా ఆ గుహలోనే మకాం వేసి ఉన్నాడు. తాను తీసుకువచ్చిన బంగారు నాణాలు తరిగిపోతున్నాయి. అవి ఖర్చయిపోతే, ఆ తర్వాత ఏమి చేయాలో అతడికి అర్థం కావడం లేదు.

గుహ లోపల యోగి ఉన్నాడు. శిలా విగ్రహంలా ఉన్నాడు. స్పందన లేకుండా, స్థిరంగా కూర్చొని ఉన్నాడు. ఆ యోగి శరీరం జీవించి ఉన్నదో, నిర్జీవమైనదో అతడు తేల్చుకోలేకపోయాడు. భారతీయ యోగులు గాలిని బంధించి ప్రాణంలేని వారిలా సంవత్సరాల తరబడి జీవించగలుగుతారని అతడు చదివి ఉన్నాడు. అయితే, శవం కూడా ఈ హిమప్రదేశంలో చెడిపోకుండా ఉండవచ్చు కదా.

సామాజిక కార్యకలాపాలలో ఓర్పు అవసరం.

అతడు ఆ గుహను శుభ్రపరచాడు. స్టౌ మీద నీళ్ళు వేడిచేశాడు. భయపడుతూ భయపడుతూ, శిలా విగ్రహం లాంటి ఆ శరీరాన్ని కడుగుతూ వచ్చాడు. ఇప్పుడు ఆ స్టౌలో చమురు అయిపోయింది. బండరాయిలా ఉన్న ఆ మహాపురుషునికి ఇంకా ఎలా సేవ చేయాలో అతడికి తోచడం లేదు.

అతడు చేయగలిగింది ఎదురుచూడడం, ఎదురుచూస్తూ ఉండడం. ఇపుడు ప్రపంచంలోకి తిరిగివెళ్ళి చేసేది మాత్రం ఏముంది? తన ప్రతీక్ష సఫలం కాకపోతే, రాతిపై కూర్చున్న ఆ యోగి చరణాల వద్ద ప్రాణంలేని తన శరీరం అలా శాశ్వతంగా పడి ఉంటుంది. తాను మాత్రం ఇక్కడ నుండి తిరిగివెళ్ళడు.

అలాంటిదేమీ జరగదు. ఈ సృష్టిని నడిపించేవాడు ఒకడు ఉన్నాడు. అతడు దయాసముద్రుడు. దృఢవ్రతం పూనిన వ్యక్తిని ఎన్నడూ అతడు నిరాశకు లోనుచేయలేదు.

ఆ రోజున ఆ గుహ వెలుగుతో నిండిపోయింది. రాతిమీద కూర్చొన్న ఆ యోగి శరీరం సూర్యునిలా కాంతిపుంజం అయింది. ఆయనవైపు చూడడం సాధ్యం కాలేదు. తెల్లవ్యక్తి తన చేతులతో కళ్ళు మూసుకున్నాడు. తల నేలకు తాకించి ప్రణామం చేశాడు ఆ కాంతి పుంజం ఎదుట.

సుదీర్ఘమైన ఓంకార నాదం అనంతరం – "బాబూ!" అనే మాట అమృతధారలా వెలికివచ్చింది. ఆ సర్వజ్ఞుడు ఒక్క క్షణం, ఒకే ఒక్క క్షణం ఆగాడు. అతడి భాషలోనే అతడిని సంబోధిస్తున్నాడు. తెల్లవ్యక్తి కంఠం కన్నీటితో తడిసిపోయింది. అతి కష్టం మీద మాట పెగిలివచ్చింది.

"నేను యూదు జాతికి చెందిన వ్యక్తిని. నా ఇంటి నుంచి, నా దేశం నుంచి తరిమివేయబడిన నిస్సహాయుణ్ణి. అత్యాచారాల వల్ల క్రుంగికృశించిపోయిన నిర్భాగ్యుణ్ణి. మీరే నాకు శరణం. ఆ పిశాచాలపై పగ తీర్చుకోవడానికి మీరు తప్ప నాకు మరెవ్వరూ లేరు."

యోగి నీరవంగా వింటూ ఉన్నాడు. అతడు ఇంకా ఇలా చెప్పుకుపోయాడు.

"నేను జర్మన్ యూదుడను. ఎన్నడూ నా జర్మనీ దేశానికి అపకారం చేసి ఎరుగను. అయితే హిట్లరు అధికారం నేడు ప్రపంచాన్ని అణచివేస్తోంది. కాలరాసివేస్తోంది, అతడు చేసే దారుణాలను, ఘోరాలను ఎదరించేవారు ఎవ్వరూ లేరు. నాజీ పిశాచాలు నా భార్యను, నా సంతానాన్ని చిత్రహింసలకు గురి చేశారు. అమానుషంగా చంపివేశారు. వారు వారిని హత్యచేసి ఉంటే నేను ఆ హంతకులను క్షమించేవాణ్ణే. కానీ, వారు రాక్షసంగా ఆ పని చేశారు. పైశాచికంగా ఆ పని చేశారు. నా ఈ శరీరం వారి చేతుల్లో ఇలా అయింది. ఆ బాధ తలచుకుంటేనే నా మనస్సు ముక్కలయిపోతోంది. నన్ను విషపురుగులతో కరిపించారు. కొరడాలతో కొట్టారు. నాపై జరిగిన చిత్రహింసలకు అంతు లేదు. వారి మీద పిడుగులు పడాలి. వారు కుక్క చావు చావాలి."

అతడి కళ్ళు నిప్పుకణాలు అయినాయి. అతడు క్రోధావేశంతో ఊగిపోతున్నాడు.

"నేనిక్కడికి చేరుకోలేకపోయేవాడినే. ఇల్లు వాకిలి లేని నాకు కొందరు ఉదారులు సాయపడ్డారు. నేను వారికి ప్రత్యుపకారం చేయలేకపోయాను. వారు నన్ను గౌరవించారు. నాకు సౌకర్యాలు అమర్చారు. శుశ్రూష చేశారు. తమ ఆశీస్సులతో వారికి శుభం జరగాలి."

అతడు కొంత శాంతించాడు. అయినా అతడి ముఖంలో ఉద్రిక్తత కానవస్తోంది.

మహాయోగి ప్రశాంతంగా, ప్రసన్నంగా ఇలా అన్నాడు –

"నాయనా! ఇపుడు నీకు కావలసింది ఏమిటి?"

"హిట్లరు సర్వనాశనం" అని అతడు కేకపెట్టాడు.

"హిట్లరు సర్వనాశనమా, హిట్లరు దుర్బుద్ధి సర్వనాశనమా?" అని మహాయోగి ప్రశ్నించాడు.

అతడు నిర్ఘాంతపోయాడు. మహాయోగిని అలా చూస్తూ ఉండిపోయాడు.

అతడి ముఖంలో వస్తున్న మార్పులను గమనించకుండా మహాయోగి ఇలా చెప్పుకుపోయాడు.

"హిట్లరు జరిపిన ఘాతుకాలకు జనని అతడి దుర్బుద్ధే కదా. ఒక్క హిట్లరు చనిపోయినంత మాత్రాన ఒరిగేదేముంది? ప్రపంచంలో వ్యాపించి ఉన్న దుర్బుద్ధి మరెందరు హిట్లరులను సృష్టిస్తుందో."

"అయితే హిట్లరు చావడా?"

– తెల్ల యూదుడు తన పట్టు వదలలేదు.

మహాయోగి అతడిని వాత్సల్యంగా చూస్తూ ఇలా చెప్పాడు–

"నీవు ఇక్కడికి రాగానే హిట్లరు చనిపోయాడు. అతడి దుర్బుద్ధి

విశాల హృదయంతో ఇతరుల తప్పులను క్షమించాలి.

అతడిచేత దారుణ మారణహోమాలు జరిపించింది. ఆ దుర్బుద్ధికి లక్షలాదిగా ప్రజలు బలి అయినారు. ఆ దుర్బుద్ధే అతడిని ఆత్మహత్యకు పురికొల్పింది. అయినా ఒక హిట్లరు చావడం వల్ల ప్రయోజనం ఏముంది? హిట్లర్ దుర్బుద్ధి ఇంకా దుర్మార్గాలు సాగిస్తూనే ఉంది."

"మరి ఇందుకు తరుణోపాయం ఏదీ లేదా? హియాలయం లోని ఋషులు సర్వసమర్థులని నేను విన్నాను."

అని యూదుడు అన్నాడు.

మహాయోగి ఇలా వివరించాడు.

"నీవు చెప్పింది నిజమే. తపోనిష్ఠులైన ఈ ఋషుల ప్రార్థనను భగవానుడు మన్నించాడు. ప్రజ్ఞావతారంగా భువికి దిగివచ్చాడు. ఆయన ఇప్పుడు తన పథకాలకు ప్రాతిపదికను ఏర్పరచుకోవడంలో నిమగ్నులై ఉన్నారు. గోప్యంగా ఉన్నారు. తరుణం వచ్చినప్పుడు ఆయన తనను తాను ప్రకటించుకుంటారు. ఈసారి ఆయన తన లీలా సహచరులతోపాటు దుర్బుద్ధి చేసే ఆగడాలను ప్రతిఘటిస్తారు."

ఇలా చెప్తూ చెప్తూ మహాయోగి శూన్యంలోకి పరకాయించి చూస్తున్నాడు. తన దివ్యదృష్టితో భవిష్యత్తును నిశితంగా గమనిస్తున్నట్లు.

"హిమాలయ సానువుల నుండి బయలుదేరే ఈ భావ విప్లవపు తుఫాను తాకిడికి విశ్వమంతటిలో ఉన్న దుర్బుద్ధి గడ్డిపరకలా ఎగిరిపోతుంది. మనిషి బుద్ధి సంస్కరించబడి ప్రజ్ఞగా రూపొందు తుంది. నిర్మాణాత్మక కార్యకలాపాలలో నిమగ్నం అవుతుంది."

ఓహో!

తెల్లవ్యక్తి నిద్రనుండి మేలుకొన్న అనుభూతి పొందాడు. కొద్ది క్షణాలు ఆగి, అతడు ఆ హిమాలయ గుహలోనే ఉండి తపస్సు చేయడానికి మహాయోగిని అనుమతి కోరాడు.

మహాయోగి ఇలా సమాధానం చెప్పాడు -

"వద్దు. గుహలో తపస్సు చేసే సమయం కాదిది. నీవు తిరిగి వెళ్ళు. మూర్ఛిల్లిన, నిద్రాణమైన మానవాళికి పరమాత్మ అవతరించిన సందేశాన్ని అందించు. మానవాళిలో నవ జీవాన్ని నింపు. ఇది సంకుచిత్వపు సంకెళ్ళలో బంధించబడి ఉండిపోయే సమయం కాదు. ఏడుస్తూ కూర్చునే సమయం కాదు. ఆర్తనాదాలు చేసే సమయం కాదు. పరమాత్మతో భాగస్వామ్యాన్ని నిర్వర్తించే తరుణం ఇది. మానవాళికి ఈ సందేశాన్ని వినిపించు."

మహాయోగి ఇచ్చిన ఈ సందేశాన్ని శిరసావహించి బుర్డెన్ బర్గ్ అనే ఆ జర్మన్ యూదుడు "మిస్టిక్ హిమాలయ" అనే గ్రంథం రచించాడు. ఆ గ్రంథంలో మానవాళికి ఉజ్వల భవిష్యత్తు ఉన్నదనే ఆశాభావాన్ని పొందుపరచాడు.

శ్రీ గాయత్రీ శతకం

73. **బుద్ధి, ఓజస్సు, శ్రేయస్సు, పుష్టి వంటి**
సిద్ధు లిరువది నాలుగు సిరుల గలిగి
పూజలొనరించు వారికి పుణ్యమిచ్చు
విశ్వ జనయిత్రి గాయత్రి వేదమాత

తా:- గాయత్రి యందలి 24 అక్షరములకు సంబంధించి 24 సిద్ధులు గలవు. అవి: ఆరోగ్యం, ఆయుష్యం, తుష్టి, పుష్టి, శాంతి, వైభవం, ఐశ్వర్యం, కీర్తి, అనుగ్రహం, శ్రేయస్సు, సౌభాగ్యం, ఓజస్సు, తేజస్సు, గృహలక్ష్మి, సుసంతతి, విజయం, విద్య, బుద్ధి, ప్రతిభ, రిద్ధి, సిద్ధి, సంగతి, స్వర్గం, ముక్తి. ఇట్టి మంత్రమును నిత్యం జపిస్తూ పూజలు చేస్తే సాధకులకు పుణ్యప్రాప్తిని కలిగిస్తుంది.

74. **వశ, విశాలేశ, విద్రుమ, భద్రవంటి**
శక్తులిరువది నాలుగు సంగమించి
మనన మొనరించు వారికి మహిత గూర్చు
విశ్వ జనయిత్రి గాయత్రి వేదమాత

తా:- గాయత్రి యందలి 24 అక్షరాలకు సంబంధించి 24 శక్తులున్నవి. అవి: వామదేవి, సత్య, ప్రియ, విశ్వ, భద్ర, విలాసిని, ప్రభావతి, శాంత, కాంత, దుర్గ, సరస్వతి, విద్రుమ, విశాలేశ, వ్యాపిని, విమల, తమోపహారిణి, సూక్ష్మ, విశ్వయోని, వశ, పద్మాలయ, పర, శోభ, భద్ర, త్రిపద. ఇట్టి మంత్రమును నిత్యం మననం చేస్తే సాధకులకు మహిమల నిస్తుంది వేదమాత.

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

యుగశక్తి గాయత్రి
మాస పత్రిక చదవండి !
చదివించండి !!

ఉదార స్వభావంతో వివాదాలను సునాయాసంగా పరిష్కరించుకోవచ్చు.

బాహ్య జగత్తు - అంతర్ జగత్తు యొక్క ప్రతిబింబమే

జలాన్ని ఏ పాత్రలో పోస్తే ఆ పాత్ర స్వరూపంలోనికి మారిపోతుంది. లోటాలోకి పోస్తే లోటాలాగా, బకెట్‌లో పోస్తే బకెట్‌లాగా మారిపోతుంది. అదే నదిలో కలిస్తే అలల రూపాన్ని సంతరించుకొంటుంది. వాస్తవంగా జలానికి రూపం అంటూ లేదు. విభిన్న రకాల పాత్రలు ఎలా ఉన్నాయో అలాగే దాని స్వరూపంగా మారిపోతుంది. చోటు పాత్రలకుంటుంది. కాని నీటికుండదు. పాత్రని మార్చితే నీటి స్వరూపం కూడా మారిపోతుంది. కనిపించే స్వరూపమే యదార్థమని నమ్మటం ఒక్కోసారి పొరపాటు అవుతుంది.

ఈ ప్రపంచంలో కూడా ఇదే సత్యాన్ని అన్వయించుకోవలసి ఉంటుంది. ఏవైతే మంచి చెడు లక్షణాలుగా కన్పిస్తూంటాయో అవి మనలోని ఊహల, గుణాల ప్రతిబింబాలు మాత్రమే. అద్దం స్వరూపాల్ని ప్రతిబింపచేస్తుంది. మన యొక్క స్వాభావిక గుణాలకనుగుణ్యంగానే ఈ లోకపు అద్దంలో ఆ గుణాలు ప్రతిబింబిస్తూ ఉంటాయి. **మన మనసు ఏ విధమైన కల్పనలు చేస్తుందో అవే మంచిచెడుల ఆకృతి దాల్చి మన సుఖ దుఃఖాలకు కారణాలుగా మారుతాయి.**

మనకు మనం శ్రేష్టులుగా మారితే ఆ శ్రేష్టత్వాల దిగ్ దర్శనాలు దర్శనమిస్తాయి. అంతరంగంలోని ఆనందం ఈ ప్రపంచంలో తొణికిసలాడుతున్నట్లుగా కనిపిస్తుంటుంది. దృష్టికోణం విశాలమైతే ముళ్ళలో ఉన్న పుష్ప సౌందర్యాన్ని ఆస్వాదించవచ్చు. అదేవిధంగా చెడు దృష్టి ఉంటే పూల సౌందర్యం, వాటి సువాసనలు ఒక మూలకు నెట్టబడి ముళ్ళు మాత్రమే కనిపిస్తాయి. ఒకే వస్తువు, ఒకే పరిస్థితి ఒకరికి సుఖం. మరొకరికి దుఃఖానికి కారణమవుతుంది.

నవ్వుతున్న వ్యక్తికి ఈ లోకమంతా నవ్వుతున్నట్లుగా, ఏడ్చే వ్యక్తికి ఎల్లెడలా ఏడుపులే కనిపిస్తూ ఉంటాయి. ఒక్కోసారి సామాన్యంగా కన్పించే సత్యాలు వ్యతిరేక రూపంలో అర్థమవుతూ ఉంటాయి. ఈ లోకంలోని సంతోషాలు దుఃఖాలు మన సంతోషాలకు దుఃఖాలకు కారణాలు అవుతున్నాయని గ్రహించ వలసి ఉంటుంది.

అలాగే ఈ ప్రపంచం అనే దర్పణంలో మన ఆంతరంగిక స్వరూపమే ప్రతిబింబిస్తూ ఉంటుంది. వేగంగా పోతున్న రైలు బండిలో ప్రయాణిస్తున్న వారికి బయట కన్పించే వస్తువులన్నీ వేగంగా వెళ్తున్నట్లు అనిపిస్తూ ఉంటుంది. బండిలో ప్రయాణిస్తున్న వ్యక్తులకు తాము పోతున్న వేగంతో బయట స్థిరంగా ఉన్న వస్తు సముదాయం వేగంగా వెనుకకు వెళ్తున్న అనుభూతి కలుగుతుంది తప్ప వాస్తవంగా అవి కదలవు. అలాగే మన గుణగణాలు, వ్యూహాలు, ఆలోచనలు ఎప్పటికప్పుడు మారుతూ ఉండుట చేత బయట స్వరూపాలు కూడా మారిపోతూ ఉంటాయి. సుఖం-దుఃఖం, మంచి-చెడుల మధ్య తేడాలు పరిస్థితుల వల్ల గాక, మన ఆలోచన విధానాల మీద ఆధారపడి ఉంటుంది.

ఈ కారణంగానే శాస్త్రజ్ఞులు మనస్సును ఆసక్తి రహితంగా ఎల్లప్పుడు ఉంచుకోవాలనే సలహా ఇస్తుంటారు. కన్పించే బాహ్య జగత్తు అంతర్జగత్తు యొక్క ప్రతిబింబం మాత్రమే. మన అంతః కరణంలోని రూపాలు ఈ లోకంలోని ఆకృతుల్లోనికి మార్చుకోవటం వలన వాటి ప్రతిరూపాలే సుఖాలుగా, దుఃఖాలుగా మారుతూ ఉంటాయి. మన మానసిక తలంలోని చేతనల విశేషాల వల్ల అంతులేని ఆనందప్రాప్తిని అనుభూతి పొందగలిగితే, బయట కూడా అదే ఆనందస్రవంతి ఎప్పుడూ ప్రవహిస్తున్నట్లుగా అనిపిస్తుంది. విషమ పరిస్థితులు కూడా మన జీవితాలలో ఒక ఆవశ్యక అంగంగా అనుకోగలిగితే వాటిలో కూడా ఆనంద రసానుభూతిని ఆస్వాదించవచ్చు. అన్ని పరిస్థితులను అన్ని సమయాలలో, ఆ మూలాగ్రంగా మార్చటమనేది సంభవం కాదు. అయితే మన దృష్టికోణం మరియు ఆలోచనాధారలో పరివర్తనం చేసుకోగలిగితే ప్రతికూలతలో కూడా మనం దివ్యదర్శనం పొందవచ్చు.

బాహ్య పరిస్థితులను, ప్రపంచమును, అవి తమకు సుఖము లేక దుఃఖం కలిగిస్తాయేమోననే భావనను పక్కనపెట్టి తమ ఆలోచనలను ఉన్నతంగా ఉంచుకోవాలి. ఈ ప్రపంచం మన ఆంతరిక ఆలోచనల ప్రతిబింబమని గుర్తుంచుకోవాలి. ఈ తథ్యమును అర్థం చేసుకుని అనుభవంలోనికి వచ్చినట్లయితే మనస్సును సంతులితంగా (balanced) అన్ని పరిస్థితులలో ప్రసన్నంగా ఉంచుకోవడానికి ప్రయత్నం చేస్తారు.

- అఖండజ్యోతి, జనవరి 1980

అనువాదం : జి. చెన్నకేశవరావు

చేసిన తప్పులను సరిదిద్దుకోవాలి.

గ్రామ వికాసం

దేవదక్షిణ ఇచ్చిన ఫలితంగా ఏర్పడిన ఒక ఆదర్శగ్రామం

'సాత్విక్ జీవన్ అమృతఫలప్రదమ్' అన్న సంస్కృత సుభాషితమును ప్రాచీన ఋషుల సుదీర్ఘమైన జీవనసాధనా సారాంశముగా చెప్పుకొనవచ్చు. దీనిని ఎప్పుడైనాసరే, ఎవరైనా సరే కావాలనుకుంటే తమ జీవితాలలో ప్రయోగాత్మకంగా అమలు పరచి, నిరూపించుకొనవచ్చు. సాత్విక జీవన విధానము ఎంత విస్తృతంగా ఉంటే దాని అమృతఫలాలు కూడా అదే నిష్పత్తిలో లభిస్తాయి. వ్యక్తిగతమైన, కుటుంబపరమైన లేదా సామాజిక జీవనంలో దీని ప్రయోగాల కనుగుణంగా లభించే సత్ఫలితాలతో వ్యక్తి, కుటుంబము లేదా సమాజము ధన్యతను పొందగలరు. ఉత్తరప్రదేశ్‌లోని శహారన్‌పూర్ పట్టణానికి దగ్గర దేవబంద్ అనే బస్తీ ఈశాన్యమూల గల మిగర్‌పూర్ గ్రామవాసులు గత 400 సంవత్సరాలనుండి ఈ సత్యమును అనుభూతి చెందుతూనే ఉన్నారు.

సుమారు 400 సంవత్సరాల క్రితము ఉచ్చకోటికి చెందిన ఒక సన్యాసి గురుదక్షిణరూపంలో ఈ గ్రామవాసులచేత మాంసం, మద్యం లేదా ఎటువంటి తామసిక పదార్థములను సేవించబోమని ప్రమాణము తీసుకున్నట్లు ఈ గ్రామపెద్దలు చెప్తారు. అప్పటినుండి ఈ గ్రామములోని పిల్లలు, పెద్దలు, యువకులు, స్త్రీలు మొదలుకొని ఇక్కడ నివసించే ఎవ్వరు కూడ మాంసం, మద్యం, గ్రుడ్డేకాదు, బీడీ, సిగిరెట్టు, పొగాకు, నల్లమందు, గంజాయి లాంటి మత్తుపదార్థములేకాదు, ఉల్లి, వెల్లుల్లిపాయలను కూడ వాడటము మానివేశారు. బయటి ఊళ్ళనుండి ఇక్కడకు వచ్చిన తమ స్నేహితులకు, బంధువులకు కూడ ఇక్కడివారు పై నియమాలన్నీ తెలియజేసి ధూమపానమును కూడ అనుమతించరు.

మిగర్‌పూర్ గ్రామ ప్రజలు సన్యాసికి ఇచ్చిన వాగ్దానం అనుసరించి ఒకతరం తరువాత మరియొక తరం ప్రజలు ఆ ప్రతిజ్ఞను పాలిస్తూ సాత్విక జీవనమును గడుపుతున్నారు. సన్యాసి యెడల ప్రజలకు అంతులేని నమ్మకము. ఆయన గ్రామానికి దేవుడు! వ్యక్తిగతమైనదైనా, సంఘపరమైనదైనా గ్రామంలో జరిగే ప్రతి ఒక శుభకార్యములోను సన్యాసి కృపను అచ్చటి ప్రజలు తప్పనిసరిగా అనుభూతి చెందుతుంటారు.

సాత్వికమైన ఆహారపానీయాలు, సాత్విక జీవనవిధానంతో కూడిన శరీరము, ఆరోగ్యం ఆచరణలమీద ఎలాంటి ప్రభావమును కలుగజేస్తుందో మిగర్‌పూర్‌వాసులను చూస్తే ఇట్టే తెలిసిపోతుంది. ఇక్కడి ప్రజల కలివిడితనము, ఉపకారస్వభావం, స్వాభిమానం గల వారి వ్యక్తిత్వం అన్నీ ఎంతో ప్రత్యేకమైనవే! నది ఒడ్డున ఎత్తైన శిఖరం మీద ఉన్న మిగర్‌పూర్ సాత్వికమైన ఆచారములు, ఆలోచనలు మొదలైన వాటన్నింటిలో తన ప్రత్యేకతను నిరూపించుకుంటూ ఉంటుంది. ఇక్కడి ప్రజలు గోధుమవన్నెలో పొడవుగా మంచి ఆరోగ్యవంతమైన శరీరమును కలిగి ఉంటారు. పరిశుభ్రమైన చక్కని వేషభాషలను కలిగి ఉండటమనే కారణము చేత కూడ మిగర్‌పూర్ వాసులు కొంత ప్రత్యేకంగా కనపడతారు. అన్నిరకాల జాతులవారు ఇచ్చట నివసిస్తూ ఉంటారు. అందరికి సాత్వికాహారం పట్ల విశ్వాసము మెండు.

తమకు తాము ప్రత్యేకంగా కనపడే ఇక్కడి ప్రజలపై గత 400 సంవత్సరాలుగా సన్యాసి కృప ప్రసరిస్తూనే ఉన్నది. గ్రామము వెలుపల సన్యాసి సమాధి ఉన్నది. దీనిని సిద్ధకుటి అంటారు. ప్రజలు ఇక్కడకు వచ్చి ప్రార్థించి, వేడుకొని మొక్కులు చెల్లించుకుంటూ ఉంటారు. శివరాత్రికి మూడురోజుల ముందుగా సిద్ధకుటి పరిసరప్రాంతాలలో తిరునాళ్ళు ప్రారంభమౌతుంది. మిగర్‌పూర్ ఎంత విశిష్టంగా ఉంటుందో ఈ సిద్ధకుటిలో జరిగే తిరునాళ్ళు కూడా అంతే ప్రత్యేకంగా ఉంటుంది. తిరునాళ్ళ సందర్భంగా ఇక్కడి వారందరు తమ తమ బంధుమిత్రులకు ఉత్తరాలు వ్రాసి తిరునాళ్ళకు తప్పక రమ్మని ఆహ్వానిస్తారు. అత్తవారిళ్ళకు వెళ్ళిన ఆడపడుచులను, పుట్టినిళ్ళకు వెళ్ళిన కోడళ్ళను ఈరోజు కోసము ప్రత్యేకంగా వెళ్ళి వాళ్ళను తీసుకు రావటము ఆనవాయితి. చుట్టుప్రక్కల ఉన్న పట్టణాలలోని ప్రజలు కూడ వచ్చి ఈ తిరునాళ్ళ తాలూకు ఆధ్యాత్మిక ఆనంద తరంగాలలో తేలియాడుతుంటారు.

ఆనాడు మిగర్‌పూర్‌లోని ప్రతి ఒక్క ఇంటిలో దేశవాళి నెయ్యితో కమ్మని హల్వా తయారుచేస్తారు. ఉదయము నుండి సాయంత్రము దాకా పెద్ద పెద్ద వాళ్ళందరికి, అలాగే బంధు మిత్రులకు విందు జరుగుతూంటుంది. సిద్ధకుటి దగ్గర మిఠాయిలు అమ్మే దుకాణాలు వెలుస్తాయి. మొత్తము గ్రామమంతా ఆధ్యాత్మిక రసానుభూతిలో మునకలువేస్తుంది. తమ యొక్క సాత్విక, ఆధ్యాత్మిక జీవనశైలి ద్వారా లభించిన శక్తితో ఈ గ్రామవాసులు పలుకోణాలలో అభివృద్ధిని సాధించారు. శాసన ప్రమాణాల పరంగా, అభివృద్ధి దృష్ట్యా చూస్తే ఇది ఆదర్శవంతమైన గ్రామము. సుఖసమృద్ధులు, సంరక్షణపరంగా కూడా ఇది చాలా శ్రేష్ఠమైన గ్రామంగా పేరు గాంచినది. సాత్విక జీవనాన్ని అవలంబించటం ద్వారా పొందగలిగే సమస్తమైన ఫలాలు ఈ గ్రామ ప్రజలకు సహజంగా, సులభంగానే లభిస్తాయి. ఇతర ప్రజలు కూడా సాత్విక, ఆధ్యాత్మిక జీవన విధివిధానాలను అనుసరించి ఈ అమృత ఫలాలను పొందగలరు.

- అఖండజ్యోతి, జులై 2002

అనువాదం : శ్రీమతి కృష్ణకుమారి

నిరాశావాదులకు కోపం ఎక్కువగా ఉంటుంది.

సత్యయుగము ఎలా వస్తుంది?

(ఈ లేఖను గురుదేవులు 1942వ సంవత్సరం జనవరి అఖండజ్యోతిలో (హిందీ పత్రిక) వ్రాసి ప్రచురించారు. 68 సంవత్సరాల క్రిందటే గురుదేవులు ఈ లేఖ ద్వారా భవిష్యత్ రూపురేఖలను గురించి తెలియచేశారు. 68 సంవత్సరాల క్రిందటి ఈ లేఖ మనకు గురుదేవుల యొక్క యుగద్రష్ట స్వరూపమును గురించి అభివ్యక్తీకరిస్తుంది.)

కలియుగము సమాప్తమైపోయి సత్యయుగం ప్రారంభం కాబోతున్నది అనే విషయం అనేక తర్క, తథ్య, ప్రమాణాలు, అనుభవాలు, భవిష్యవాణుల ద్వారా ప్రకటీకరించబడింది. పాపాలు నాశనమైపోయి ధర్మము ఆవిర్భవిస్తుంది. మరి ఈ సత్యయుగము ఎలా వస్తుందనే ప్రశ్న ప్రతి ఒక్కరిలోను ఉదయిస్తుంది. ఈ పని ఒక్క రోజులో పూర్తయ్యేది కాదు. ఇందుకు కనీసము వంద సంవత్సరాల సమయం పట్టవచ్చు. 20వ శతాబ్దము మొదలుకొని 21వ శతాబ్దము నాటికి ఈ పని పూర్తవుతుంది. ఈ శతాబ్ద కాలము కలియుగ అంతానికి, సత్యయుగ ప్రారంభానికి మధ్య ఉండే సంధికాలము. ఈ సమయంలో చెడు క్రమంగా తగ్గుతూ మంచి మెల్లమెల్లగా పెరుగుతూ వస్తుంది. ఈ మధ్యలో అప్పుడప్పుడూ పాపకార్యములు కొంచెం ఎక్కువగానే ఉంటాయి. ఎందుకంటే ఆరిపోయే దీపం వందరెట్ల ఎక్కువ వెలుగునిచ్చి తరువాత ఆరిపోతుంది. రోగి సుదీర్ఘమైన శ్వాస తీసుకొని ప్రాణాన్ని విడుస్తాడు. సూర్యోదయానికి ముందు ఉన్నంత చీకటి రాత్రి సమయంలో కూడా ఉండదు. వర్షం పడడానికి ముందు వేడిమి ఎక్కువగా ఉంటుంది.

గొంతు తెగబోయే ముందు మేక తన జీవితంలో ఎప్పుడూ కొట్టుకోని విధంగా కాళ్ళను కొట్టుకుంటూ పెద్దపెద్దగా అరుస్తుంది. ప్రస్తుతం కలియుగం యొక్క గొంతును సత్యయుగం కత్తిరించ బోతున్నది. కనుక ఈ చివరి రోజుల్లో అది బాగా అరుస్తూ గిలగిలా కొట్టుకుంటున్నది.

2000 సంవత్సరం అయిపోగానే సత్యయుగం క్రిందికి దూకదు. భూమి ఆకాశంగా మారిపోదు. అన్నీ ఎప్పటిలాగానే ఉంటాయి. మనుష్యులు ఇక్కడే ఉంటారు. ఇది యుగాంతమే కాని కల్పాంతం కాదు కనుక ఎవ్వరు భయపడడం గాని, గాభరాపడడం కాని చేయవద్దు. ఈ సమయంలో యుద్ధాలు, భయంకరవ్యాధులు, కరువుకాటకాలు విపరీతంగా ఉండడం వల్ల జనసంఖ్య బాగా తగ్గిపోతుంది కానీ ప్రళయం మాత్రం రాదు. గత మహాయుద్ధాలలో కన్నా ఈ యుద్ధంలో అంతకంటే ఎక్కువ మందే మరణిస్తారు. కానీ ఈ సంహారము రూపాయిలో రెండవ వంతు కూడా కాదు. జనసంఖ్య ఇంతగా తరిగిపోవడం వల్ల పెద్ద నష్టమేమీ జరగదు. ఈ లోటు రాబోయే శతాబ్దంలో భర్తీ చేయబడుతుంది.

సత్యయుగము ముందుగా స్వ లోకంలో వస్తుంది. తరువాత భువః లోకంలో, ఆ తరువాత భూః లోకంలో కనపడుతుంది. స్వ లోకము అంటే మనస్సు. భువః లోకము అంటే వాక్కు. భూః (భూ లోకము) అంటే కర్మ. ముమ్ముందుగా ప్రజలు శుభసంకల్పాల వైపు ఆకర్షితులౌతారు. చెడు పనులు చేసేవారు కూడా సత్యమును ఆచరిస్తారు. దొంగతనము చేసే అలవాటున్న వాళ్ళ మనస్సు కూడా ధర్మము యొక్క మహత్యాన్ని అర్థము చేసుకుంటుంది. దుష్కర్మలు చేసేవారు లోలోపల పశ్చాత్తాపపడడమే కాక ఏకాంతంలో దుఃఖపూరితులై హృదయపూర్వకంగా "హే ప్రభూ! మాకు సద్బుద్ధినివ్వు, దుష్కర్మ ఉచ్చుల నుండి మమ్ము రక్షించు" అని ప్రార్థిస్తారు. శుభకర్మలను చేసేవారిని చూసి మనస్సు ప్రశాంత పడుతుంది. జ్ఞానచర్చలు వినాలని మనస్సు తహతహలాడుతుంది. చిన్నపిల్లవాడు కూడా హరికథలు వినేందుకు, సంకీర్తనలు చేసేందుకు, సత్సంగంలో పాల్గొనేందుకు ఇష్టపడతాడు. ఇంటిలోని గదులన్నీ ఆదర్శవాక్యాలతో, ఆదర్శవంతమైన చిత్రాలతో అలంకరించబడతాయి. ఫ్యాషన్‌లు తగ్గిపోతాయి. ధనవంతులు కూడా మామూలు దుస్తులనే ధరిస్తారు. ఐశ్వర్యము, ఆడంబరాలతో తులతూగేవారికి భోగములంటే విరక్తి కలిగి, ధర్మమార్గము పట్ల అనురక్తి పెరుగుతుంది. ప్రజలందరు మనస్సులోనే సత్యనారాయణుని (సత్యమే నారాయణుడు) ఉపాసన చేస్తుంటారు. అబద్ధాలను, మూర్ఖత్వాలను చూసినప్పుడు మనస్సులోనే అసహ్యించుకుంటారు. అసత్యము వల్ల స్వలాభం కలుగుతుందేమో కానీ ప్రజల చేత తిరస్కరించబడతారు. సత్యమును ఆశ్రయించడం వల్ల తనకెలాంటి లాభం కలుగక పోయినా బాధగా అనిపించదు. ఎప్పుడైతే ఇలాంటి లక్షణాలు ప్రస్ఫుటంగా కనపడడం మొదలెడతాయో అప్పుడే స్వలోకంలోను,

నిరాశావాదులు ఆశావాదులుగా మారితే కోపాన్ని తగ్గించుకోవచ్చు.

బ్రహ్మలోకంలోను సత్యయుగం దిగిందని అర్థం చేసుకోవాలి. కానీ సంపూర్ణ సత్యయుగమనేది ఎన్నటికీ రాదు. ఎందుకంటే సృష్టి యొక్క నిర్మాణములోనే సత్వ, రజ, తమోగుణములు కలిసి ఉన్నాయి. ఇందులో ఏ గుణము లేకపోయినా సృష్టి నాశనమై పోతుంది. యుగాలలో ఈ తత్వముల యొక్క పరిమాణములో ఎక్కువ తక్కువలుంటాయి. సత్యయుగ ప్రారంభంలో సత్యము ఎక్కువగా ఉంటుంది. స్వలోకంలో మనస్సులలో, మస్తిష్కములలో సత్ యొక్క మెరుపులు మనకు లభిస్తాయి. అక్కడక్కడా మాటల ద్వారా, పనుల ద్వారా ఈ మెరుపు మనకు కనిపిస్తూ ఉంటుంది. కానీ అది చాలా తక్కువగా ఉంటుంది. మాటలు మరియు కర్మలు అలాగే ఉంటాయి. స్వ లోకంలో ఉన్నత ఆధ్యాత్మిక భూమికలలో ప్రకటీకృతమైన సత్యయుగము జాగృతులైన మనుష్యులకు మాత్రమే కనపడుతుంది. దానిని గుర్తించడమనేది సాధారణ వ్యక్తులకు చాలా కష్టసాధ్యమైన విషయం.

స్వలోకం నుండి క్రిందికి దిగిన సత్యయుగం భువః లోకంలోకి ప్రవేశిస్తుంది. అప్పుడు మనస్సుల్లోను, మాటల్లోను సత్యసంధత ప్రకటీకృతమౌతూ ఉంటుంది. సత్యము పట్ల ఉన్న గౌరవమును మనస్సుల్లోనే దాచుకోకుండా దాని గొప్పతనాన్ని మాటల ద్వారా కూడ ప్రశంసిస్తారు. ఈనాడు ధర్మము కొరకు కష్టములను సహించే తపోనిష్ఠులైన వారిని మూర్ఖులుగా పిలుస్తారు. అప్పుడు అలా పిలవరు. సత్కర్మలనాచరించేవారు అప్పుడు బహిరంగంగానే ప్రశంసించబడతారు. రచనల ద్వారా, ప్రవచనాల ద్వారా, ప్రెస్సు మరియు వేదికల ద్వారా సత్యము యొక్క ప్రచారము విస్తృతమవుతుంది. ఇలా ప్రచారం చేసేవారిని ప్రశంసించేవారు కూడా అధికంగానే ఉంటారు. అక్కడక్కడా కొంతమంది తమ ఆలోచనలను కార్యరూపంలో కూడా పెడతారు. ఉపదేశాలిచ్చేవారి సంఖ్య కూడా పెరుగుతుంది. ధార్మిక పత్రికలకు, పేపర్లకు కూడా ఆదరణ లభిస్తుంది. సాధారణ వ్యాపార సంబంధమైన పనులలో కూడా సత్యమునకు సముచిత స్థానం లభిస్తుంది. దుకాణదారుడు, వినియోగదారుడు కూడా 'ఒకేధర' అనే నీతిని ఇష్టపడతారు. అబద్ధాలు, మోసము, అధిక ప్రసంగాలు, గొప్పలు చెప్పుకోవడమనే గుణాలను ఎవ్వరు ఇష్టపడరు. చమత్కారంగా మాట్లాడేవారు తెలివైనవారుగా కాక మూర్ఖులుగా పరిగణించ బడతారు. సత్యము చెప్పేవారికి సమాజంలో గౌరవం లభిస్తుంది. ఆత్మజ్ఞానానికి సంబంధించిన పుస్తకాలు ఎక్కువగా ముద్రించ బడతాయి. క్రమంగా వాటిని చదివేవారి సంఖ్య కూడా పెరుగుతుంది. కఠినంగా, అప్రియంగా, అశ్లీలంగా, డాంబికంగా మాట్లాడేవారు తగ్గిపోతారు. వినయము, నమ్రత, మధురమైన మాటలకే ప్రచారం పెరుగుతుంది. అశ్లీలమైన మాటలకు వ్యతిరేకంగా ఆందోళన పెరిగి ఆ విధానమే సమాప్తమైపోతుంది.

భూ లోకంలో సత్యయుగము ఆవిర్భవించినప్పుడు సత్యయుగము ప్రారంభమైనప్పుడు అందరికి కనిపిస్తుంది. సత్యము, ప్రేమ, న్యాయములతో కూడిన ఆచరణకు ప్రముఖ స్థానం లభిస్తుంది. అబద్ధాలతో నిండిన ఈనాటి విధానాల వల్ల సమాజం భ్రష్టుపట్టిపోయింది. ఎప్పుడు సమాజము యొక్క ఆర్థిక, రాజనైతిక, ధార్మిక, శారీరిక మరియు మానసికదశలు సంస్కరించబడతాయో అప్పుడు అసత్యం చెప్పడం వల్ల ఎలాంటి ఉపయోగము ఉండబోదు. మానవుని యొక్క అవసరాలన్నీ తేలికగా తీరుతుంటే అసత్యమాడవలసినంతటి పాపం చేసేందుకు ఎవరు ఇష్టపడరు. ప్రజలందరు ఏకాభిప్రాయంతో అసత్యాన్ని వ్యతిరేకిస్తారు. అందరు బలవంతంగానైనా సరే సత్యతత్వాన్ని అవలంబిస్తారు. ప్రతి పనికి ముందు మనిషి తాను చేసే పనిలో ప్రేమ, న్యాయం అనేవి ఉన్నాయా? లేవా? అని ఆలోచిస్తాడు. కర్మ మరియు అకర్మ అను రెండూ ఎదుర్కొనవలసిన సవాల్ ఒకటే – అది చేస్తున్న పనిలో సంపూర్ణంగా న్యాయము, ప్రేమ అనేవి ఉన్నాయా? లేవా? **తన హితము కంటే పరహితానికే ఎక్కువ ప్రాధాన్యతనివ్వాలి అనే మానసిక ప్రవృత్తి ఎప్పుడు కలుగుతుందో అప్పుడే నిజమైన సత్యయుగం ప్రకటీకరించ బడుతుంది.** రాజ్యాధికారము అనే ప్రశ్న ఎదురైతే కనుక అది భరతుడు–రామునికి, రాముడు–భరతునికి ఇచ్చేందుకు ఇష్టపడిన విధంగానే ఉంటుంది. కైకేయిని తృప్తి పరిచేందుకు కౌసల్య తన కుమారుని సంతోషంగా వనవాసం చేయమని ఆజ్ఞాపిస్తుంది. సుమిత్ర తన కుమారుడైన లక్ష్మణుని రాముడు ఉన్నచోటే అతనికి నివాసమని ఆజ్ఞాపిస్తుంది. అందుచేత పెద్దన్నయ్యతో అడవులకు వెళ్ళమని చెప్తుంది. సీతాదేవి కష్టములనే ముళ్ళవల్ల కలిగే బాధనైనా భరించడానికి ఇష్టపడుతుంది కానీ పతిసేవ అనే లాభమును త్యాగం చేయడానికి ఇష్టపడదు. ఆ సత్యయుగంలో అటువంటి కుటుంబాలుంటాయి. సోదరుడు, తల్లి, తండ్రి, సవతి తల్లి, భార్య, ఈ విధమైన ప్రేమ సూత్రాలతో అందరూ అల్లబడి ఉంటారు. రాజు ప్రజలను తన బిడ్డలుగా చూసుకుంటాడు. తమ రాజుకు కళంకితురాలుగా భావింపబడుతున్న భార్య ఉండడం మాకు ఇష్టం లేదు అని ప్రజలు కోరుకుంటే అది తీర్చేందుకై రాములవారు గుండెరాయి చేసుకుంటూ, సీతాదేవి హృదయంలో శూలాలు దింపుతున్నంత బాధను సహిస్తూ, విరహవేదన అనే అగ్నిలో

ధర్మబద్ధంగా జీవించాలి.

కాలిపోతూ కూడా తమ చివరి రక్తపు బొట్టు వరకు కూడా ప్రజల కోరికను తీర్చేందుకే కట్టుబడి ఉన్నారు. భావనాత్మక దృష్టితో చూస్తే ప్రజల కొరకు రాముడు చేసిన ఇలాంటి సర్వోత్కృష్టమైన త్యాగంతో పోల్చేందుకు సరిసమానమైన త్యాగం మనకు చరిత్రలో లభించడం కష్టం. భూః లోకంలో ఎప్పుడు సత్యయుగం వస్తుందో అప్పుడు ఇలాంటి సంఘటనలు చాలా సులభంగా మనకు కనిపిస్తాయి. ఒకటి, రెండు చోట్ల మాత్రమే కాదు ప్రేమ, న్యాయంతో కూడిన, ఉన్నత ఆదర్శాలు కలబోసిన ఇటువంటి అనేక సంఘటనలు ప్రతిచోటా మనకు తారసపడుతూనే ఉంటాయి. అయినప్పటికి కొద్దో, గొప్పో దుష్కర్మలు చేసేవారు మనకు అక్కడక్కడా ఉంటూనే ఉంటారు, ఎందుకంటే ప్రకృతి త్రిగుణాత్మకమైనది.

లోకములను గురించిన వర్ణన వయస్సు పరంగా కూడా మనకు లభిస్తుంది. బాల్యావస్థ సత్వగుణ ప్రధానమైనది, యువావస్థ రాజసికమైనది, వృద్ధావస్థ తామసికమైనది. భూః లోకంలో ముందుగా సత్యయుగం 27 సంవత్సరాల కంటే తక్కువ వయస్సు వారిలో దిగుతుంది. 27 సంవత్సరాల కంటే తక్కువ వయస్సు ఉన్నవారి హృదయాలలో సత్యప్రేరణ అందరికంటే ఎక్కువగా ఉంటుంది. వారి హృదయమనే నిర్మల జలములో ప్రతి వస్తువు యొక్క ప్రతిబింబము స్పష్టంగా కనిపిస్తుంది. ఇటువంటి నవయువకుల హృదయాలలో శ్రద్ధ మరియు భక్తి స్వభావ సిద్ధంగానే ఉంటాయి. కలియుగంలో పెద్ద వయస్సున్న వారి కోపానికి వీరు గురవుతుండడమే కాక చీవాట్లు, తిరస్కారాలు కూడా ఎదురవుతుంటాయి. కానీ యుగము యొక్క ప్రభావము వీరిని దారి తప్పించలేదు. ప్రహ్లాదునివలె ఈ బాలురు దృఢంగా, నిర్భయంగా, సత్యనిష్ఠను ధృవుని వంటి తపోశక్తిని సాధించి, హకీకరాయ్ వలె ప్రాణాలను తుచ్ఛంగా భావిస్తారు తప్ప సత్యమార్గము నుండి వెనుదిరగరు. అసురుల ఇండ్ల నుండి ఇటువంటి దేవబాలకులు సేనలు సేనలుగా వెలువడి ప్రపంచాన్ని ఆశ్చర్యంలో ముంచెత్తుతారు. సత్యయుగము యొక్క మొదటి భాగంలో ఇటువంటి దృశ్యాలు కనిపిస్తాయి. 2000 సంవత్సరం మొదలు 2033 సంవత్సరం వరకు ఇటువంటి బాలకులతో కూడిన ఒక ప్రచండమైన సైన్యం తయారై ఒక విప్లవం తెస్తుంది. అయినప్పటికి కర్మలో చాలా కొద్దిపాటి పరివర్తన మాత్రమే సాధ్యమౌతుంది. కొంతమంది మూర్ఖులు దీనిని బాల్యక్రీడగా భావించి అపహాస్యం చేస్తారు. బాలురలో వచ్చిన ఈ హృదయ పరివర్తనకు విలువివ్వరు. కానీ సత్వరమే వారికి తాము చేసిన తప్పు అర్థమవ్వడం మొదలవుతుంది.

సత్యయుగము ఎప్పుడు భువః లోకంలో దిగుతుందో అప్పుడు సత్యము యొక్క ప్రకాశము పెరుగుతుంది. అప్పుడు మధ్య వయస్కులైనవారు అంటే 27 నుండి 70 సంవత్సరాల మధ్య వయస్సున్నవారు ఇందులో పాలుపంచుకుంటారు. వారు సత్యము, ప్రేమ, న్యాయములను వ్యతిరేకించే సాహసం చేయరు. బాలకులు, మధ్య వయస్కులు కలిసి ఈ ఆందోళనకు నేతృత్వం వహిస్తారు. మనస్సునందు, వాక్కునందు సత్యము ప్రతిధ్వనిస్తుంటుంది. అయినప్పటికి కర్మలో సగభాగం మిగిలిపోతుంది. మరణావస్థకు చేరుకున్న కలియుగం మరల మరల పునర్జీవితమౌతూ ఉంటుంది. అందువల్ల మానవులకు చింతతో పాటు దుఃఖము కూడా నిప్పురవ్వవలె రాజుకుంటూ ఉంటుంది. ఒక్కొక్కసారి సత్యయుగ ఆగమనముపై నమ్మకం కోల్పోయే పరిస్థితి ఏర్పడుతుంది. కానీ భవిష్యత్‌లో వారి భ్రమలు నివారింపబడతాయి. సత్యానికి ఎల్లప్పుడూ జయమే కలుగుతుంది.

వృద్ధులైనవారు తమ పాతకాలపు మురికి ఆలోచనలలోనే తమను తాము బంధించుకొని బయటకు రాలేక సతమతమవుతూ ఉంటారు. ప్రారంభంలో పిల్లల్లో వచ్చిన ఈ హృదయపరివర్తనను చూసి వీరు ఎగతాళి చేస్తారు. ఎప్పుడైతే మధ్యవయస్కులు కూడా వారికి తోడవుతారో అప్పుడు వృద్ధులైనవారు తమ సహజస్వభావం వల్ల అందరినీ విరోధిస్తారు. కానీ చివరకు యుగప్రభావం వీరిపై కూడా పడుతుంది. ఎప్పుడు మృత్యులోకంలో కూడా సత్యయుగము వస్తుందో అప్పుడు వారు తమ ఆలోచనలను మార్చుకొని అసత్యానికి తిలోదకాలిచ్చి సత్యమునకు శరణాగతి పొందక తప్పని పరిస్థితి ఏర్పడుతుంది. కలియుగము సంపూర్ణంగా బలహీనమైపోయినప్పుడు మాత్రమే వృద్ధుల యొక్క మానసిక స్థితిలో మార్పు వస్తుంది. తరువాత వారికి వయస్సు పెరిగినా కూడా కలత పడకుండా రోగములు, దుఃఖముల బారిన పడకుండా దూరంగా ఉండగలుగుతారు. అప్పుడు అన్ని చోట్లా వారికి అవమానాల స్థానంలో గౌరవం లభిస్తుంది. ఈనాడు వృద్ధులను 'రిటైర్డ్' అని చెప్తూ ఒక మూలకు తోసేస్తున్నారు. సత్యయుగంలో అలా జరగదు. ఆనాడు వయోవృద్ధులు తమ యొక్క సద్జ్ఞానము కారణంగా చాలా ఉన్నతస్థితిలో ఉంటారు. సత్యయుగము కారణంగా చాలా ఉన్నతస్థితిలో ఉంటారు. సమయము యొక్క రహస్యాన్ని అర్థము చేసుకుంటారు. తమ పుత్రులకు, పౌత్రులకు సత్యమార్గమును అనుసరించాలనే ఉపదేశాన్నిస్తుంటారు. 21వ శతాబ్దం (2043వ సంవత్సరం)

మితిమీరిన కోరికలు ధర్మబద్ధంగా జీవించనివ్వవు.

నాటికి ఇది పూర్తి అవుతుంది. అప్పటికి భూలోకంలో సత్యయుగము ప్రకటీకృతమైనది అని అర్థము చేసుకోవచ్చు.

స్త్రీలలో భావనయే ప్రధానంగా ఉంటుంది. అందుచేత వారు సత్యయుగము యొక్క ఆగమనము అనే చర్చను ఆశ్చర్యంతో వింటుంటారు. పాతసంస్కారాల కారణంగా వారు ఈ విషయము వినేందుకు కాని, స్వీకరించేందుకు కానీ ఇష్టపడరు. కాని వారి హృదయాంతరాళాలలో ఇది సత్యము అనే ప్రేరణ లభిస్తూనే ఉంటుంది. స్త్రీల యందు సతీత్వము, పాతివ్రత్య భావనలు జాగృతమౌతాయి. వారి హృదయం దయ, క్షమ, కరుణ, ప్రేరణలతో నిండిపోతుంది. భర్త, పుత్రుల కొరకు ఎన్ని ఆత్మత్యాగాలకైనా వారు సిద్ధపడతారు. దీనులను, దుఃఖితులను చూచినప్పుడు వారి హృదయం దయార్ద్రమవుతుంది. ఇటువంటి స్త్రీలు, పురుషులు కఠినంగా ఉన్నప్పటికి దానధర్మాల యందు మిక్కిలి శ్రద్ధ కనపరచడం మనకు కనపడుతుంది. సత్యము, ప్రేమ, న్యాయం అనేవి స్త్రీల యందు సులభంగా ప్రతిష్ఠితమవుతాయి. అందుచేత పురుషులతో పోలిస్తే వారు చాలా త్వరితంగా సత్యయుగవ్యక్తులుగా మారిపోతారు.

పైన చెప్పిన ఉదాహరణలు అందరికి వర్తిస్తాయనే నియమమేమీలేదు. ఇవి సాధారణస్థాయికి చెందిన అచేతన జీవుల గురించి చెప్పిన విషయాలు. ఈ ప్రయోజనముల పూర్తి చేసేందుకై భగవానునిచే పంపబడిన నైష్ఠిక, జాగృత, ఉన్నత వ్యక్తులెవరో, ఎవరి నుదుటిన సత్యయుగ అవతారముగా తయారు కావాలని లిఖించబడిందో వారు చాలా ముందుగా అనగా సత్యయుగ ప్రారంభంలోనే అంటే 2000 శతాబ్దం దగ్గరగా ఉన్నప్పుడే సర్వస్వాన్ని త్యజించి సావధానులై స్వర్గమును పృథ్విపైకి తీసుకువచ్చేందుకై సర్వస్వమును త్యజించి సూర్యుని యొక్క సప్త అశ్వములతో సమానమైన వేగముతో పనిచేస్తారు. సత్యయుగము వచ్చేస్తుంది. అది ఎవరు ఏ విధంగా ఆపినా ఆగేది కాదు. కానీ స్వర్గతుల్యమైన ఈ అవకాశము యొక్క లాభమును, కీర్తిని పొంది అమరులుగా కీర్తించబడే సౌభాగ్యము ఈశ్వరుని కృపకు పాత్రులైన గొప్ప అదృష్టవంతులకే లభిస్తుంది. మిగిలినవారు గతంలోచేసిన తప్పిదాలకు కుక్కచావు చావు చస్తారు. తర్వాత కుమిలి కుమిలి పశ్చాత్తాపడతారు. – పండిత శ్రీరామశర్మ ఆచార్య

– అఖండజ్యోతి, జూన్ 2012

అనువాదం : శ్రీమతి వల్లీ శ్రీనివాస్

సమ్మేళనం

2012 జులై 8వ తేది గురుపూర్ణిమ పర్వదినాన్ని పురస్కరించుకొని, శ్రీకాకుళం, విజయనగరం, విశాఖపట్నం, తూర్పు గోదావరి మరియు పశ్చిమ గోదావరి జిల్లాలలోని గాయత్రి పరివార్ సభ్యుల మరియు కార్యకర్తల సమ్మేళనము జరుపనిశ్చయించడమైనది.

సమ్మేళన స్థలం: రాజస్థాన్ సాంస్కృతిక మండలి హాలు, కనకదుర్గా నర్సింగ్ హోమ్ దగ్గర, జిల్లా పరిషత్ జంక్షన్, విశాఖపట్నం.

సమ్మేళనం: 07.07.2012న ఉ॥ 10.00 గం॥ల నుండి సా॥3.30 గం॥ల వరకు

08.07.2012న ఉ॥ 9.00 గం॥లకు 51 కుండముల గాయత్రీ మహాయజ్ఞము

సమావేశ అజెండా :

1) విశ్వ గాయత్రీ పరివార్ లక్ష్యానికి అనుగుణంగా పటిష్టమైన కార్యాచరణ ప్రణాళికను 5 జిల్లాలకు తయారు చేసుకొనుట – తద్వారా గ్రామాలకు సైతం విస్తరించుట.
2) గాయత్రీ పరివార్ సభ్యులు మరియు కార్యకర్తల మధ్య పటిష్టమైన సహాయ సహకారముల పెంపొందించు కొనుట.
3) పుస్తక ప్రదర్శన విక్రయశాలలను విస్తృతంగా ఏర్పాటు చేయుట. తద్వారా గురుదేవుల సాహిత్యాన్ని ఇంటింటికి చేర్చుట.
4) యుగశక్తి గాయత్రి మాసపత్రిక చందాదారుల సంఖ్యను 2013 మార్చి నాటికి 1,25,000కు చేర్చుట.
5) కార్యకర్తల అనుభవాలను, సూచనలను పంచుకొనుట.

కావున పై జిల్లాలలోని యావన్మంది కార్యకర్తలు వారి రాకను తెలియజేయుచూ ఈ క్రింది ఫోన్ నంబర్లను సంప్రదించ ప్రార్థన. దూర ప్రాంత సభ్యులు 06.07.2012 సాయంత్రానికి సమావేశస్థలికి చేరుకొన ప్రార్థన.

ఫోన్: 9490132923 / 8985183698

ఇట్లు

సమావేశ అనుసంధాన కమిటి

వైజాగ్ సెంటర్, గాయత్రీ పరివార్ ట్రస్ట్

అవసరాలను తగ్గించుకుంటే కొద్దిపాటి వనరులతోనే సంతృప్తి చెందవచ్చు.

పూజ్య గురుదేవుల అమృతవాణి

సంజీవని విద్య ఎందుకు? ఎవరి కోసం?

మిత్రులారా! జంతువులకు ఎప్పుడు తిండి సంపాదించటం ఎలాగా అనే చింత ఉంటుంది. అది తీరితే సంతానాన్ని వృద్ధి చేయటమే అవి చేసే రెండవ పని. అంతకు మించి అవి ఇంకేమీ చేయలేవు. అయితే మానవుడు జంతువుల పోలికలతో ఉన్నప్పటికి (కోతి, చింపాంజీ) అతనిలో భావనలు కనిపిస్తాయి. అదే జంతువులకు, మానవునికి ఉన్న భేదము. ఒక ప్రాంతంలో కరువు వేస్తే, ధాన్యం నిల్వ ఉంచుకున్న వ్యక్తి గోడౌన్ ఖాళీ చేసి అందరికి పంచుతాడు. ఒక ఇంటికి నిప్పంటుకుంటే ఆ నిప్పు ఆర్పటానికి అంతా నీళ్ళ బిందెలతో బయలుదేరుతారు. వాటినే భావనలు అంటాము. ఇతరుల సహాయం కోసం ముందుకు ఉరకటమే మానవత్వానికి గీటురాయి. ఈ పరీక్షలో ఓడిపోతే అతడు మానవుడు కానేకాడు, జంతువే.

మీరంతా నా మాటలు వింటున్న ఈ సమయం మీకు సామాన్యంగా అనిపించవచ్చు. మామూలు కార్యక్రమాలు ముగించుకుని వచ్చి కూర్చుని నా మాటలు వింటున్నారు. అయితే ఈ సమయం నిజానికి చాలా భయంకరమైనది. ఇప్పటికప్పుడు మీ నెత్తిన పిడుగులు పడకపోవచ్చు. తుఫాను రాకపోవచ్చు. కాని మీరు కొంచెం దూరదృష్టితో ఆలోచిస్తే, మీరు పీల్చే గాలి విషపూరితమని గ్రహిస్తారు. వాతావరణంలో వ్యాపించి ఉన్న విషం ఊపిరి ద్వారా మీలో చేరి, రోజురోజుకు మీ జీవన కాలాన్ని తగ్గిస్తున్నది. ఈ భయంకర సమయంలో ప్రతి వ్యక్తిపై ఆపద పొంచి ఉన్నది. నీరు కలుషితమైపోయింది. రేడియేషన్ పెరుగుతున్నది. దానివల్ల పిల్లలు అంగవికలురుగా పుడుతున్నారు. జనసంఖ్య విపరీతంగా పెరుగుతుండటం వల్ల బియ్యం, గోధుమల రేట్లు ఇది వరకు ఎవరు ఎరగనంత పెరిగిపోయాయి. ఇంకా పెరుగుతాయి. తగ్గే సూచనలు నాకు కనిపించటం లేదు. ఈ ఆపదలు మానవునిపై ఇంకా ఎక్కువ కానున్నాయి.

ప్రస్తుత సమయంలో మీ ప్రక్కనున్న మనిషి పై మీకు నమ్మకం ఉండదు. రోడ్డు మీద నడుస్తూ ఉంటే, ప్రక్కన నడిచే వ్యక్తి ఏ క్షణంలో చాకుతో పొడిచి మీ వస్తువులు లాక్కుంటాడో మీకు తెలియదు. మానవుల ఆలోచనలు, నడత, ప్రవృత్తి అంతగా కలుషితమైపోయినవి. ఇలాగే జరిగితే సోదరులను నమ్మలేరు. స్త్రీ పురుషుని, పురుషుడు స్త్రీని నమ్మలేరు. అటువంటి భయంకరమైన సమయమిది.

ప్రకృతి ప్రస్తుతం నిలకడగా లేదు. ప్రకృతికి మన అందరిపైన కోపంగా ఉన్నది. తనకిష్టం ఉంటే బాగా వర్షాలు కురిపిస్తుంది, లేకుంటే కరువే. భూకంపాలు, వరదలు ఎప్పుడొస్తాయో ఎవ్వరూ చెప్పలేరు. ప్రకృతి పూర్తిగా పనిచేయటం మానివేసింది. కోపగించుకున్నది. ఇటువంటి సమయంలో మీరు ఏమి చేయనక్కరలేదా? మీపై బాధ్యత లేదా? మీ కర్తవ్యమేమిటి? మీ హృదయం రాతితో సమానమా? మీకు భావనలు లేవా? ఈనాడు చాలామంది యువకులు వృద్ధులతో సమానమైపోయారు. వారి దృష్టి క్షీణించి, నడుము వంగిపోయి ఆకాశం వైపు చూడలేక పోతున్నారు. కాని అందరు అలాంటివారు కాదు. ఉన్నతమైన దృష్టితో చూస్తారని మీపై నాకు నమ్మకం. మీరు తలుచుకుంటే ఎంతో భయంకరమైన ఈ సమయంలో కొంతైనా తీరిక చేసుకుని కృషి చేయగలరు. 8 గం॥ పనికి, 7 గం॥ విశ్రాంతికి, 5 గం॥ ఇంటి పనులకు ఖర్చు చేసినా ఇంకా 4 గంటలు సమాజ సేవకు, ప్రగతి కార్యక్రమాలకు, మానవుని ఉన్నతుడిని చేయటానికి వాడవచ్చు. ఇలాగే చేసి తీరాలి. దీనివల్ల ఏమి నష్టం ఉండదని నేను హామీ ఇస్తున్నాను. సమాజ సేవకులైన గాంధీ, నెహ్రూ, వినోబా, వివేకానంద ఎవ్వరూ నష్టపోలేదు. వారు ఉన్నతులై, ఇతరులను పైకి తెచ్చారు. వారికి కలిగిన నష్టమేమిటి? గాంధీజీ ప్రాక్టీస్ చేసి ఉంటే ఏ మాత్రం సంపాదించి ఉండేవారు? ఇప్పుడు మాత్రం ఆయనకు వచ్చిన నష్టమేమిటి? చదువును ఆయన వాడుకోలేదు. నిజమైన బ్రాహ్మణుడు తనకోసం ఏమి వాడుకోడు. ఆయన బ్రాహ్మణుడు, తన సమయాన్ని తిండికి, సంతాన వృద్ధికి ఖర్చు చేయకుండా మానవసేవకు ఖర్చు చేస్తాడు.

అందుకే నేను ఎన్నోసార్లు చెప్పాను. సమయదానం చేయండి. మీ సమయాన్ని కొంత పొదుపు చేయండి. ఏ పనికోసం? మీ ఆలోచనను, మెదడును సరిచేసుకోవటానికి, ఆలోచనా జ్ఞానాన్ని పెంపొందించటం కోసం అలా చేస్తే మీరు ఎంతో ఉన్నతులు కావచ్చు. అబ్రహం లింకన్‌లాగా, జార్జి వాషింగ్టన్‌లాగా, గారిఫీల్డ్‌లాగా మానవుడు దేవతగా మారితే భూమి స్వర్గం అవుతుంది. అయితే ఆ ఆలోచన ఏది? ఆ తెలివి ఏది? పూర్వం బ్రాహ్మణులు, సాధువులు మానవులలో తెలివితేటలను వృద్ధి చేయటానికి కృషి చేసేవారు. అలా మీరు మీ సమయాన్ని ఖర్చుచేయండి. దీనికెంతో ధనము కావాలనే ఆలోచన చాలా తప్పు. ధన సంపాదన అవసరం లేదు. ధనం సంపాదించి, కూడబెట్టి మీరేమీ సాధించలేరు. సామాన్య మానవుని స్థాయిలో జీవించండి. అప్పుడు మీకు ఎంత సమయం, బుద్ధి, జ్ఞానం,

కోరికలను అవసరాలని అనుకోవడం వల్ల వనరులు సరిపోవడం లేదు.

శ్రమ మిగిలిపోతాయో చూడండి. అవన్నీ సమాజ సేవకు వాడవచ్చు. ఇంట్లో ఉండే సేవ చేయవచ్చు. దీనికోసం మీరు చిన్న ట్రైనింగ్ తీసుకోవలసి ఉంటుంది. ట్రైనింగ్ చాలా అవసరం. విశ్వామిత్రుడు రామలక్ష్మణులను తనతో తీసుకువెళ్ళి ట్రైనింగ్ ఇచ్చాడు. ఏమి ట్రైనింగ్ ఇచ్చాడు? శివధనుస్సు అంతటిదాన్ని విరగగొట్టటం, లంకలో ఉన్న రాక్షసులను వధించటం, రామరాజ్య స్థాపన ఎలా చేయటం అనే విషయాలపై ట్రైనింగ్ ఇచ్చాడు. దాదాపు అలాంటి ట్రైనింగ్ ఏర్పాట్లు శాంతికుంజ్‌లో ఉన్నాయి. సమాజంలో ఉన్న రాక్షసత్వాన్ని నిర్మూలించే విధానం నేర్పుతాము. శాంతికుంజ్‌ను ఒక నలందా విశ్వవిద్యాలయంగా, ఒక తక్షశిలలాగా తయారు చేయాలనే స్వప్నం ఉండేది. నలంద నుంచి వేలమంది ధర్మప్రచారకులు, తక్షశిల నుండి వేలమంది సంస్కృతి ప్రచారకులు తయారయ్యారు. అలాగే ఇప్పుడు ధర్మం నేర్పేవారు కాదు కావలసినది సమాజ సేవ చేసేవారు తయారు కావాలి. **సమాజ సేవ చేయనంతవరకు మీరు ఉన్నతులు కాలేరు.** మీ అంతరంగానికి శాంతి, సంతోషం లభించవు. ఆనందంగా ఆత్మానందంతోపాటు సమాజ సేవకు ఏమి చేయాలో భగవంతుని అనుగ్రహం ఎలా లభిస్తుందో, ఆనందంగా ఎలా జీవించాలో ఇక్కడ ట్రైనింగ్ ఇస్తాము. ఇది ఎప్పటినుంచో నడుస్తున్నది. 5 రోజులు లేక 9 రోజులు లేక నెల రోజులు తీసుకోవచ్చు. ఇది కూడా ఒక విశ్వవిద్యాలయంగా మార్చబడింది. అయితే గవర్నమెంటుతో దీనికి సంబంధం లేదు. నలందకు, తక్షశిలకు కూడా అప్పటి గవర్నమెంటుతో సంబంధం లేదు కదా! ఇదీ అటువంటిదే.

ఈనాటి మానవునికి జీవించటం తెలియదు. మామూలుగా అందరూ జీవించేది జీవితం కాదు. జీవించటమనేది గొప్ప సంజీవని విద్య. జీవించటమే ఒక కళ. ఒక నావలో మిమ్మల్ని కూర్చోబెట్టి, మీ చేతికి చుక్కాని ఇచ్చి, మీతోపాటు కొన్ని వందల మందిని నది దాటించమని ఒడ్డున వదిలేస్తే, కేవలం నావ నడపటమే కాదు, మధ్యలో వచ్చే సుడిగుండాలను దాటటం, ఇబ్బందులు తప్పించుకోవటం కూడా నేర్పవలసి వస్తుంది. నేను నా అంతిమకాలంలో శాంతికుంజ్‌ను విశ్వవిద్యాలయంగా తయారు చేయాలని సంకల్పించాను. ఒక్క నెలలో 500 మందికి శిక్షణ ఇచ్చే ప్లాన్ తయారు చేశాము. ఒక్క నెల సరిపోతుందా, అంటే నాకున్న కొద్ది సమయంలో కొన్ని లక్షల మందికి ట్రైనింగ్ ఇవ్వాలంటే సరిపెట్టక తప్పదు. నెలకు 600 మందికి జీవించటమనే కళను, సమాజసేవా కార్యక్రమాలను, ఈనాటి సమస్యలను తెలుసుకొని వాటికి సమాధానాలు వెతకటం నేర్పాలి. దానిని ఏర్పాట్లు చేశాము. ఈనాటి వరకు మేము గర్వంగా చెప్పుకోగలిగినది ఏమిటంటే, ఈ ఆశ్రమంలో నేను స్థాపించిన నాటి నుండి నీటికిగాని, నివాసానికి గాని, కరెంట్‌కు గాని ఎవరి వద్ద నుండి ఏమీ తీసుకోలేదు. ఇప్పుడు భోజనం కూడా ఉచితమే. బీదలకు, గొప్పవారికి తేడా లేని భోజనం. బ్రాహ్మణ భోజనం ఉచితంగా, దానంగా తినరాదని ఎవరికైనా అనిపిస్తే తోచినంత ఇవ్వండి. రశీదు తీసుకోండి. ఇప్పుడు శిక్షణకు వచ్చేవారు మరింత తేలికగా రావచ్చు. గవర్నమెంటు స్కూల్స్‌లో బోర్డింగ్, మెస్, పుస్తకాలు వీటికి ఫీజు వేరే ఉంటుంది. కాని నేను ఒక్క పైసా కూడా ఫీజు ఎవరిపైనా వెయ్యను. ఈ ప్రత్యేకత నలంద తక్షశిలలలో ఉండేది. అయితే ఇక్కడికి వచ్చేవారు సమర్థులై ఉండాలి, శారీరకంగా, మానసికంగా కూడా వృద్ధులు కాకుండా, చదువుకోగల సామర్థ్యం ఉన్నవారు కావాలి. అంతేగాని, బామ్మలను, తాతయ్యలను తెచ్చి గందరగోళం చేస్తే ఇది విశ్వవిద్యాలయం కాదు, నరకమైపోతుంది అందుకే అర్హత ఉన్నవారు రండి. నా ప్రాణం నుంచి, నా జీవితం నుంచి లాభం పొందండి. నేను ఉన్నాసరే లేకపోయినా సరే మీరు రావచ్చు. ప్రతిభావంతులకు ఇది ఆహ్వానం. ముసలివారికి, అశిక్షితులకు, బద్ధకస్తులకు కాదు. అలాంటివారు వస్తే రెండో రోజే తిప్పి పంపుతాము. ఇది ధర్మశాల కాదు. మా ఏర్పాట్లు ఉద్దేశ్యాలు, కలలు పాడుచేయవద్దు. ఇది కాలేజీ. ఒక విశ్వవిద్యాలయం. కాయకల్పానికి ఏర్పాటైన ఒక అకాదమి. నా సత్యయుగ స్వప్నాల మహలు. మీలో ఎవరికి మనుషులుగా తయారు కావాలని ఉందో, తయారు చేయాలని ఉందో, సంజీవని విద్య నేర్చుకోవాలని ఉన్నదో వారందరికి ఇదే ఆహ్వానం. జీవితాన్ని ఉన్నతం చేసుకోవటం, సమస్యలను చక్కదిద్దటం నేర్పబడుతుంది. ఆలోచనా పరులు, భావనాశీలురు, ఈ కార్యక్రమంతో లాభం పొందండి. మిమ్మల్ని మీరు ధన్యులను చేసుకొని నన్ను ధన్యుడిని చేయండి.

(పరమ పూజ్య గురుదేవులు 1984 ఏప్రిల్ 22న ఇచ్చిన దివ్య సందేశం)

ఏకాగ్రత

సాయంత్ర సమయం. గురుదేవుల శాంతికుంజ్‌లోని తమ గదిలో కూర్చుని ఏవో ఏర్పాట్లను గురించి ప్రసంగిస్తున్నారు. ఇంతలో కరెంట్ పోయింది. బాగా మబ్బుపట్టి ఉండటం చేత చీకటిగా ఉన్నది. అప్పుడు శిష్యుడు లేచి లాంప్ తీసుకు రావటానికి బయలుదేరాడు. గురుదేవులు అతన్ని వారిస్తూ – "నీకు ఏ వస్తువు ఎక్కడుందో ఏమి తెలుసు? నేను ఏ వస్తువును ఎక్కడుంచాలో అక్కడ ఉంచుతాను" అంటూ లాంప్ వెలిగించారు. ప్రసంగం తిరిగి ప్రారంభమైంది. ఎక్కడి చైతన్యపు ఉన్నత ప్రదేశాలలో నివాసం? ఎక్కడి చిన్న వస్తువుల పట్ల కూడా ఏకాగ్రత? ఈ రెండింటి అరుదైన సంగమం గురుదేవులు.

అవసరాలకు వనరులకు మధ్య సమతుల్యం సాధించాలి.

మహాకాలుని పిలుపును వినండి - నిజమైన లోకసేవకులుగా మారండి

మన మిషన్, దేశం, ప్రపంచం ఇప్పుడు కొత్త ఆయామం లోకి ప్రవేశిస్తోంది. చాలా మటుకు పాతవన్నీ అకస్మాత్తుగా దూరమైపోతున్నాయి. దాంతో పాటే కొత్తవి పుట్టుకొస్తున్నాయి. మహాకాలుడి క్రమశిక్షణ, దేవుని సంకల్పం ఇలాగే ఉంటుంది, పాతవాటిని గౌరవిస్తూనే కొత్తవాటికి స్వాగతం పలుకుతూ ముందుకు సాగాలి. అలా చేయలేని వాడిని కాలం స్వీకరించదు, సృష్టి, సృష్టికర్తల ద్వారా ఉపేక్షించబడతాడు. ఈ ఉపేక్ష, నిర్లక్ష్యం ఎంతగా పీడిస్తుందో అనుభవించిన వారికే తెలుస్తుంది. కొన్నేళ్ళ క్రితం రాజులు, మహారాజులు, జమీందార్ల పరిస్థితి ఏమైందో అందరికి తెలిసిందే. అసలు వాళ్ళంతా ఇప్పుడు ఎక్కడ, ఎలా ఉన్నారో తెలుసుకునే అవసరం, తీరిక ఎవ్వరికి లేదు.

ఇప్పుడు కాలుని ప్రకోపం ఎవరి మీదుంది? అందరిని వేధిస్తున్న ఈ ప్రశ్నని గురించి యుగఋషి పండిత శ్రీరామశర్మ ఆచార్య అప్పట్లోనే తీవ్రంగా ఆలోచించారు. ధర్మం, ఆచారాల పేరిట జరిగే మోసాలు, మూఢాచారాలు, అనవసరమైన ఆడంబరాలు ఎక్కువ కాలం సాగవు అని తేల్చారు. అందుకే ధర్మతంత్రం ద్వారా లోకశిక్షణ అనే శక్తివంతమైన పద్ధతిని ప్రవేశ పెట్టారు. వారి ప్రణాళిక యొక్క సత్పరిణామాలు అందరు చూసారు. కాని వారి ప్రణాళిక పూర్తిగా క్రియాన్వితం కాలేదు. ఇప్పటి వరకు చాలా కొంత వరకే అమలు జరిగింది. మిగిలిన పెద్ద భాగాన్ని ఇప్పుడు అమలు చేయవలసి ఉన్నది.

గురువుగారి ప్రకారం ఇప్పటివరకు జరిగింది, చేయగలిగింది ప్రచారాత్మక పని మాత్రమే. దీనివల్ల ప్రజలు భారతీయ సంస్కృతిని తెలుసుకున్నారు. గాయత్రీమంత్రం, యజ్ఞం అంటే ఏంటో తెలుసుకున్నారు. సదాలోచనలు, సత్సంగాల వల్ల లాభం పొందారు. కాని ఈ పరిచయాత్మక, ప్రచారాత్మక కార్యక్రమాలు నేటి అవసరాలకు సరిపోవు. అందుకే గురుదేవులు భవిష్యత్తులో పరిజనులు అసలైన ప్రజాసేవా క్షేత్రంలో అడుగు పెట్టాలన్నారు. ప్రచారం చేయడంతో ఆగిపోయిన వాళ్ళని ప్రచారకులు అంటారే కాని ప్రజాసేవకులు అనరు అని అర్థం చేసుకోవాలి. లోకంలోని అవసరాలకి, ప్రజల ఉద్ధరణకి, కళ్యాణానికి, లోకసేవ ప్రచారానికి దృఢ సంకల్పంతో ప్రతిజ్ఞారథులైన వారిని ప్రజాసేవకులు అంటారు. అందుకు ఎంతటి కష్టాలనైనా అనుభవిస్తారు.

గురువుగారి దగ్గర మనం నేర్చుకున్నది ఏమిటి అని గనక పాఠకులు ఆలోచిస్తే, ఒకే జవాబు మనసుకు తడుతుంది ప్రజాసేవ. నేర్చుకున్నదాన్ని ఇప్పుడు ఆచరణలో పెట్టాలి. నేటి అవసరం, రేపటి అవసరం కూడా ఇదే. ధర్మం పేరిట ఉత్తుత్తి ప్రసంగాలు ఇచ్చేవారు, పొగడ్తల కోసం పాటుపడేవారి కాలం చెల్లిపోయింది, మిగిలిన కొద్దిమంది కాలం కూడా సమసి పోతోంది. ఇక మనం నిజమైన ప్రజాసేవకులని నిరూపించు కోవాలి. మన కాలని, మన ఊరు, మన తాలూకా, మన నగరం, మన జిల్లాకున్న అవసరాలేమిటో తెలుసుకోవాలి. ఆ అవసరాలు తీర్చడానికి స్నేహితులతో, బంధువులతో కలిసి ఎల్లప్పుడు సిద్ధంగా ఉండాలి.

మనం ఆరాధ్యునిగా కొలిచే మన మార్గదర్శకుడు, గురుదేవులు స్వయంగా తమ జీవితాన్నే ఉదాహరణగా మనకు, సమాజానికి, దేశానికి చూపించారు. ఆయన తమ మహాపురశ్చరణకు స్థానికంగా, సమయోచితంగా ఎన్నో వ్యతిరేకతలను ఎదుర్కొని కూడా దేశసేవను మానలేదు. స్వాతంత్ర్య సంగ్రామానికి తమ ప్రాణాన్నే పణంగా పెట్టారు. జైలుకెళ్ళారు, ఎన్నో కష్టాలను, బాధలను తట్టుకున్నారు, భారతమాత సంకెళ్ళను విడిపించడానికి ఎంతో ఉత్సాహంగా శ్రమించారు. ఇప్పుడు ఆ భారతమాత పిలుపుని మనము కూడా వినాలి. పట్టించుకోకుండా ఊరుకోకూడదు. కాలుమీద కాలేసుకుని ఇంట్లో కూర్చోవడానికి లేదు. ఇంటి నుంచి బయటకొచ్చి చాలా సాధించాలి.

మన దేశం గ్రామాల్లో జీవిస్తుందని ఎందరో మహానుభావులు ముక్తకంఠంతో ఎన్నో సార్లు చెప్పారు. గ్రామాల గురించి ఆలోచించి, గ్రామాల సేవ చేయడానికి తత్పరులైన వారు, త్యాగం చేసేవారు మాత్రమే నిజానికి భారతమాత సేవ చేయడానికి పూనుకున్నవారు. నగరాల్లో, పట్టణాల్లో సమస్యలు లేవని కాదు. కాని వాటితో పోలిస్తే గ్రామాలకున్న సమస్యలు చాలా పెద్దవి. అక్కడి ప్రజలు మౌలిక సదుపాయాలకు కూడా నోచుకోలేదు. దేశంలోని చాలా గ్రామాల పరిస్థితి బాగానే ఉన్నా, దీనమైన స్థితిలో ఉన్న గ్రామాలు మరెన్నో ఉన్నాయి. మనందరం ఈ విషయమై ఆలోచించాలి.

గ్రామాలలోని ప్రజలకున్న ప్రాథమిక సమస్యలు విద్య, ఆరోగ్యం. ఈ విషయం అందరికి తెలుసు, అందరు చెప్తారు, నమ్ముతారు. ఈ నేపథ్యంలో మరెన్నో సమస్యలున్నాయి. త్రాగు నీరు, పంట భూములసారం అభివృద్ధి వంటివి కూడా ఉన్నాయి. పిల్లలు, మహిళలకి సంబంధించిన మరెన్నో సమస్యలు ఆ అమాయక ప్రజలను పట్టి పీడిస్తున్నాయి. వాటిని పరిష్కరించు కోవడానికి, మార్గదర్శనం చేయడానికి, సహకరించడానికి వారికంటూ ఎవరూ లేరు. సరైన మార్గదర్శనం, సహకారం లభిస్తే సమర్థవంతమైన పరిష్కారాలను వెతకవచ్చు. మన పరిజనులు దీనికి శ్రమించాలి, అడుగు ముందుకు వేయాలి.

కోరికలను నిగ్గుదేల్చి అవసరమా కాదా అని పరిశీలించాలి.

ఒకసారి గురువుదేవులు బుద్ధ భగవానుని గురించి ఒక విషయం చెప్పారు. గౌతమబుద్ధుడు ఒకసారి తన శిష్యులను చుట్టుపక్కల గ్రామాలలో ధర్మచక్ర పరివర్తన కోసం పంపించారు. గురువు ఆజ్ఞను అనుసరించి వాళ్ళు వెళ్ళారే కాని పెద్దగా సాఫల్యం పొందలేదు. పైగా చాలా చోట్ల నిర్లక్ష్యానికి, అవమానాలకి గురి కావలసివచ్చింది. అందుకు వారు చాలా నిరాశపడ్డారు, బాధపడ్డారు, కోపం తెచ్చుకున్నారు. అందరు వెళ్ళి బుద్ధ భగవానుని దగ్గర మొరపెట్టుకున్నారు. వారి మాటలు సావధానంగా విని ప్రశాంతంగా చిరునవ్వుతో వారి వంక చూసారు. ఆ తరువాత తన ముఖ్య శిష్యులందరిని సమావేశపరిచి, ఈ సమస్యకు పరిష్కారం వారి దగ్గరుందా అని అడిగారు.

మహాకాశ్యపుడు నిలబడి, "దేవా! మీకు మంచిదనిపిస్తే ఈ సత్కార్యానికి నాకు అనుజ్ఞనివ్వండి." అన్నాడు. బుద్ధభగవానుడు ప్రసన్నవదనంతో సమ్మతించారు. ఈ నిర్ణయాన్ని విని మిగిలిన శిష్యులు అతన్ని నిందించారు, ఇతని వల్ల ఏమవుతుందో చూద్దాం అని హేళన చేసారు. వీటన్నిటిని అతను పట్టించుకోలేదు, కొద్ది మంది నమ్మకస్తులైన స్నేహితులతో ఇదివరకు హేళన చేసిన గ్రామానికి బయలుదేరాడు. మిగిలిన వాళ్ళంతా ఈ పనిని సమర్ధించలేదు కాని ఏం జరుగుతుందో అని కుతూహలంతో ఎదురుచూసారు.

కొన్ని నెలలు గడిచిపోయాయి. మహాకాశ్యపుని వార్తలేవి తెలియలేదు. నిజానికి అసలు ఏమైంది అని ఎవరు పట్టించుకునే ప్రయత్నం చేయలేదు. ఆ ఊరివాళ్ళు చేసిన అవమానాలను తట్టుకోలేక, మళ్ళీ మొహం చూపించుకోలేక అతను తిరిగి రాలేదు అనుకున్నారు. చాలా కాలం గడిచిపోయింది. ఒక రోజు బుద్ధుడు జేతవనంలో కూర్చుని ఉండగా, పక్క ఊరి నుండి చాలామంది జనం ఆయనను కలవడానికి వచ్చారు. వారందరితో పాటు మహాకాశ్యపుడు కూడా ఉన్నాడు. ఊరి వాళ్ళు అతనికి పూలదండ వేసి భుజాల మీద ఎత్తుకుని వస్తున్నారు. మహాకాశ్యపునికి ఇంతటి వైభవ స్వాగతం జరుగుతుందని ఎవరూ నమ్మలేకపోయారు.

ఈ అద్భుతం అసలు ఎలా జరిగింది? అందరిది ఇదే ప్రశ్న. కాని దానికి జవాబు మహాకాశ్యపుడు ఇవ్వలేదు, ఊళ్ళో వాళ్ళే చెప్పారు. వారంతా బుద్ధునితో ఏకకంఠంగా అన్నారు, "దేవా! మీరు ఉపదేశించిన ధర్మం ఎంత శ్రేష్ఠమైనదో, గొప్పదో మాకు మహాకాశ్యపుని ద్వారా తెలిసింది." అతను మీ అందరికి ఏ విధంగా ఉపదేశించాడు అని బుద్ధుడు అడిగాడు. ఆ ఊరిపెద్ద జవాబిచ్చాడు, "దేవా! మహాకాశ్యపుడు మా ఊళ్ళోకొచ్చిన కొత్తలో మేమందరము అతన్ని చీదరించుకున్నాము, అవమానించాం, కటువుగా మాట్లాడాం. కాని ఆయన నిశ్చలంగా ఉండిపోయారు. వారి స్నేహితులతో కలిసి ఊరి బయటున్న గుళ్ళో తమ మకాం ఏర్పాటు చేసుకున్నారు. రెండవరోజు వారు ఊళ్ళోని పరిస్థితులను, సమస్యలను గమనించారు. మా అందరికి ధర్మం నేర్పించడానికి బదులు ఊరిని శుభ్రం చేయడం మొదలుపెట్టారు.

ఇంటింటికి వెళ్ళి అనారోగ్యంగా ఉన్నవారి పరిస్థితిని అడిగి తెలుసుకున్నారు. వాళ్ళకి మందులిప్పించారు. పిల్లల పరిస్థితి, వారి చదువుల పరిస్థితి క్షుణ్ణంగా తెలుసుకున్నారు. మర్నాటి నుండి వాళ్ళ ప్రవచనాలు, ఉపదేశాలు మానేసి మా సేవలో నిమగ్నమై పోయారు. మా నిర్లక్ష్యం వీరి మీద ఎటువంటి ప్రభావం చూపలేదు. రోజంతా ఊరికి, ఊళ్ళోని జనాలకి సేవ చేసి, రాత్రి పూట వారి సాధన చేసుకునేవారు. మునుపెన్నడూ ఇటువంటి సాధువులను చూడలేదు. వారిపై మా అందరికి నమ్మకం కుదిరింది. కొన్నాళ్ళల్లోనే నమ్మకం దృఢవిశ్వాసంగా మారింది. ఆ తరువాత సహకారంగా మారింది.

సహకారం తనంతటదే శ్రద్ధగా మారింది. అప్పుడు వారు మాకు ఉపదేశించారు, మీ శ్రద్ధకు సరైన కేంద్రం బుద్ధ భగవానుడే, మేమంతా ఆయన శిష్యులం మాత్రమే. మా గురువు గారిపట్ల మాకున్న నిశ్చల భక్తి మమ్మల్నిలా ప్రభావితం చేసింది. అప్పటి నుంచి ఏదో అద్భుతంలాగా మా ఇళ్ళు, పంటలు, కుటుంబాలు అన్నీ మారిపోవడం మొదలుపెట్టాయి. మా అందరి కోరికను మన్నించి వీరు ధర్మోపదేశం మొదలుపెట్టారు. వారున్న గుడి ఊరికి సత్సంగ కేంద్రంగా మారింది. అక్కడే మేమంతా అసలైన ధర్మ స్వరూపాన్ని తెలుసుకున్నాము. జీవితానికి ధర్మం ఎంత అవసరమో తెలుసుకున్నాము.

గ్రామ ప్రజల మాటలు విన్నాక బుద్ధ భగవానుడు తమ శిష్యులతో అన్నారు, "భిక్షువులారా! ఇదే సరైన ధర్మోపదేశ మార్గం. ధర్మంతో సేవను తప్పకుండా జోడించాలి. సేవలో అనుభవించిన కష్టాలు, అవమానకర బాధలు జీవితాన్ని సవరిస్తాయి. దీని వల్ల అహంకారం నశించి, జీవితంలో ధర్మం గురించిన అవగాహన లభిస్తుంది. అప్పటి వరకు మౌనంగా ఉన్న మహాకాశ్యపుడు, బుద్ధుని వైపు చూసి, "దేవా! మీరు అనుజ్ఞనిస్తే నేనొక మాట చెప్తాను." అన్నాడు. తప్పక మాట్లాడమని బుద్ధుడు అనుమతిచ్చాడు. "దేవా! సేవ వల్ల సంభాషణకు అవకాశం దొరుకుతుంది, సంవేదన వికసిస్తుంది." నీవు సరిగ్గా చెప్పావు నాయన అని బుద్ధ భగవానుడన్నాడు.

ఈ కథ చెప్పి, భవిష్యత్తులో మన పరిజనులందరు కూడా ఈ మార్గాన్నే అవలంభించాలని గురుదేవులు చెప్పారు. **ఉత్తుత్తి ప్రవచనాలు పనికి రావు. ఎందుకంటే భవిష్యత్తులో నిజమైన ప్రజాసేవకే గౌరవం దక్కుతుంది.** నేడు ధార్మిక ఆడంబరాల్లో నిమగ్నమైనవారు రేపు తిరస్కరించబడతారు. మారుతున్న సమయంలో మన ముందున్న, మారిన, మారబోయే పరిస్థితుల్లో గురువుగారు చూపించిన దారి మాత్రమే పనికొస్తుంది. **కాబట్టి మన పరిజనులందరు నేటినుండే, ఇప్పటినుండే వారి వారి చుట్టుపక్కల స్థలాల్లో సేవాకార్యక్రమాలు మొదలుపెట్టాలి. నేటి డిమాండ్, కాలుని ఆహ్వానం ఇదే. ఈ మార్పు దేశ, ప్రపంచ పటాలు, తలరాతలు మార్చేదిగా నిరూపించబడుతుంది.**

– అఖండజ్యోతి, మే 2012
అనువాదం: శ్రీమతి జయలక్ష్మి

కోరికలను యధేచ్ఛగా విహరించనిస్తే ధర్మాన్ని అతిక్రమించవలసి వస్తుంది.

ఆరోగ్యమే మహాభాగ్యం - 19

హోమియో వైద్య సేవ

జుట్టు రాలటాన్ని నిరోధించేదెలా?

బట్టతల వంశపారపర్యంగా సంక్రమించేదే అయినా జుట్టు రాలడానికి పోషకాహారలోపం, మానసిక ఆందోళన, నిద్రలేమి, కాలుష్యం, హార్మోన్ల సమస్య వంటివి కారణమవుతున్నాయి. చర్మం కింది పొరను ఎపిడెర్మిస్ అంటారు. ఎపిడెర్మిస్‌లో రక్తనాళాలు ఉండవు.

స్వేదగ్రంథుల నాళాలు, రోమాలు ఎపిడెర్మిస్ పొరను చీల్చుకుని చర్మం పైకి వస్తాయి. రోమాల మూలంలో ఒక గ్రంథి ఉంటుంది. దీన్ని కేశమూలము లేదా హెయిర్ ఫాలికల్ అంటారు. కేశము ఒక సన్నని ప్లాస్టిక్ నాళం వంటి నిర్మాణము. దీని నాళికలో ఉండే రంగు పదార్థాన్ని మెలనిన్ అంటారు. దీని కారణంగానే జుట్టుకు రంగు వస్తుంది.

కారణాలు

వయసు్స : వయసు్స పైబడుతున్న కొద్దీ కేశమూలాలు కుంచించుకుపోతాయి. కొత్త వెంట్రుకలు ఉత్పత్తి ఆగిపోతుంది. ఇది వంశపారంపర్యంగా ఒక్కో కుటుంబంలో ఒక్కో రకంగా ఉంటుంది.

ఆహారం : వెంట్రుకలు రాలిపోవడానికి పోషకాహార లోపం ప్రధాన కారణమని చెప్పవచ్చు. ఎక్కువ శాతం మందిలో శిరోజాలు రాలడానికి పోషకాహార లోపమే కారణం.

హార్మోన్ సమస్యలు : థైరాయిడ్ గ్రంథి విడుదల చేసే హార్మోన్లు అధికంగా లేక తక్కువగా విడుదల కావడం వల్ల జుట్టు రాలిపోయే అవకాశం ఉంది.

స్త్రీలలో : గర్భిణీలు డెలివరీ అయ్యాక మూడు నెలలకు జుట్టు రాలే సమస్య కనిపిస్తుంది. గర్భం దాల్చినపుడు అధికంగా విడుదలయిన హార్మోన్ల మూలంగా ఈ సమస్య వస్తుంది.

మందుల ప్రభావం : గౌట్, అధిక రక్తపోటు, గుండె, నాడీ సమస్యలకు వాడే మందుల ప్రభావం జుట్టుపై ఎక్కువగా ఉంటుంది. అధిక మొత్తంలో ఎ-విటమిన్ తీసుకోవడం వల్ల, గర్భనిరోధక మాత్రలు, యాంటీడిప్రెషన్ మందుల కారణంగా కూడా జుట్టు రాలవచ్చు.

ఇన్‌ఫెక్షన్లు : తలలో ఫంగల్ ఇన్‌ఫెక్షన్ల కారణంగా శిరోజాలు రాలిపోయే అవకాశం ఉంది.

మానసిక ఒత్తిడి : శారీరిక, మానసిక ఒత్తిడి, ఐరన్ లోపం వంటి అంశాలు కూడా జుట్టు ఊడిపోవడానికి కారణమవుతాయి.

కాలుష్యం : వాహన కాలుష్యం వల్ల శిరోజాలు బలహీనపడి రాలిపోవడం జరుగుతుంది.

దీర్ఘకాలిక వ్యాధులు : క్యాన్సర్ లాంటి దీర్ఘకాలిక వ్యాధులతో బాధపడుతూ, కీమోథెరపీ చికిత్స తీసుకుంటున్న వారిలో జుట్టు రాలిపోయే అవకాశం ఉంది.

డయాబెటిస్‌ను నిర్ధారించేందుకు చేసే పరీక్షలు : సి.బి.పి. (కంప్లీట్ బ్లడ్ పిక్చర్), థైరాయిడ్ హార్మోన్ల శాతాన్ని నిర్ధారించే పరీక్షలు, లిపిడ్ ప్రొఫైల్ వంటి టెస్టులు జుట్టు రాలిపోవడానికి గల కారణాలు తెలుసుకునేందుకు ఉపయోగపడతాయి.

హోమియో చికిత్స

ముందుగా వ్యక్తి శారీరక, మానసిక లక్షణాలను పరిశీలించి, తద్వారా శరీరతత్వానికి సరిపోయే మందులను ఇస్తారు. జన్యులోపాలను, హార్మోన్ల సమస్యలను తగ్గించడంలో హోమియో మందులు చక్కగా ఉపకరిస్తాయి. ఈ సమస్యను నివారించడానికి చక్కని మార్గాలున్నాయి.

హెయిర్‌డైలను, కృత్రిమ రంగులను జుట్టుకు ఉపయోగించ కూడదు. కృత్రిమ రంగులు వాటడం వల్ల అందులో ఉండే రసాయనాలు శిరోజాలను బలహీనపరుస్తాయి. వారంలో ఒకటి, రెండుసార్లు తలస్నానం చేయాలి. తరువాత తడి లేకుండా శుభ్రంగా తుడుచుకోవాలి. షాంపూలు తరుచుగా మార్చడం మంచిది కాదు. ఎప్పుడూ ఒకే బ్రాండ్ షాంపూ ఉపయోగించాలి.

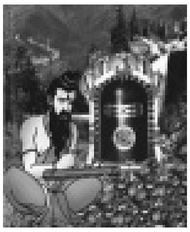
పోషకాహారం తీసుకోవాలి. రోజువారీ మెనూలో ఆకుకూరలు, పండ్లు ఉండేలా చూసుకోవాలి. జుత్తు బలంగా ఉండాలంటే కాల్షియం, ఐరన్ ప్రొటీన్లు సమంగా అందాలి. తగినంత నిద్ర ఉండేలా చూసుకోవడమూ అవసరమే. మానసిక ఒత్తిడి, ఆందోళన లేకుండా చూసుకోవాలి. తలలో ఇన్‌ఫెక్షన్లు ఉన్నట్లయితే వెంటనే చికిత్స తీసుకోవాలి. శారీరకంగా, మానసికంగా ఆరోగ్యం ఉంటేనే శిరోజాలు బాగుంటాయనే విషయం గుర్తుపెట్టుకోవాలి.

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.

అనారోగ్యానికి మితిమీరిన కోరికలే మూలకారణం.



సుభాషితాలలో సుధారస బిందువులు - 8

ధైర్య పద్ధతి

ధీరగుణం ఉన్నవారే ధైర్యం కలవారు. 'ధీరత్వం' అంతే పట్టుదల, తాము నమ్మిన సిద్ధాంతాన్ని, చేరాలనుకున్న లక్ష్యాన్ని చేరేవరకు తమ ప్రయత్నాన్ని ఆపకుండా కొనసాగిస్తారో వారే ధీరులు. అంతేకాని చీకట్లో భయం లేకుండా నడవడం, పెద్దంతరం, చిన్నంతరం చూడకుండా మూర్ఖంగా మాట్లాడడం ధైర్యమన్పించుకోదు. ఈ గుణాన్నే భర్తృహరి ఇలా వివరించారు.

రత్నైర్మహాబ్ధే స్తుతుతుషుర్నదేవా,
న భేజిరే భీమ విషేణ భీతిమ్ ।
సుధాం వినా న ప్రయయుర్విరామం
న నిశ్చితార్థాద్విరమన్తి ధీరాః ॥

పూర్వం దేవతలు, రాక్షసులు కలిసి ఆరంభించగా సాగర మథనంలో, పాల సముద్రాన్ని చిలకడం ద్వారా అమృతాన్ని సాధించాలన్న లక్ష్యంతో నిర్విరామంగా కృషిచేసిన దేవతలు ధీరులకు ప్రతీకగా నిలిచారు.

సముద్రాన్ని చిలికే యత్నంలో మొదటగా దేవతలకు ఎన్నో మణి, రత్న, వజ్ర వైఢూర్యాలు, బంగారం లభించాయి. అవి పొందిన తర్వాత దేవతలు సామాన్యుల వలే ఆలోచించలేదు. ఎందుకంటే సంపదలు సుఖ సంతోషాలకు మూలం అనే ఆలోచన లేకుండా, తమకు శాశ్వతతృప్తిని ఇచ్చే అమృతాన్ని పొందాలన్నదే వారి ధ్యేయం. అందువల్ల ఆ బంగారం ఆభరణాల పట్ల ఆకర్షితులు కాలేదు. అదే యత్నాన్ని తీవ్రతరం చేసి, సముద్రాన్ని మథిస్తూ ఉంటే, తీవ్రమైన విషము 'గరళము' ఉద్భవించింది. ఆ విషం పట్ల భయంతో వారు, ఆ ప్రయత్నాన్ని విశ్రమించనూలేదు. అమృతాన్ని పొందేవరకు విశ్రమించలేదు. అదే ధీరుల గుణం. తాము తలపెట్టిన లక్ష్యసాధన చేరేవరకు ఆపకపోవడమే ధీరగుణమని భర్తృహరి వివరించారు. తెలుగులో ఏనుగు లక్ష్మణ కవి ఇలా వివరించారు.

తనిసిరే వేల్పులు దధిరత్నముల చేత?
వెఱచిరే ఘోరకాకల విషము చేత?
విడిచిరే యత్నమమృతంబు వొడముదనుక?
నిశ్చితార్థంబు వదలరు నిపుణమతులు

ఇదే భావాన్ని ఉత్తమ, మధ్యమ, అధమ పురుషులనెడి విభజనతో భర్తృహరి ఇలా వివరించారు.

ప్రారభ్యతేనఖలు విఘ్నభయేన నీచైః
ప్రారభ్య విఘ్న నిహతా విరమన్తి మధ్యాః
విఘ్నైర్ముహుర్ముహురపి ప్రతిహన్యమానాః
ప్రారబ్ధముత్తమ గుణా న పరిత్యజన్తి

అధములు ఏ పనిని చేయకుండా, పోసుగోలు కబుర్లతో ఎవరికి ఉపయోగపడకుండా కాలాన్ని వృథా చేస్తూ ఉంటారు. పైగా ఏదైనా పని మొదలు పెట్టాక ఆటంకాలు ఎదురు అవుతాయేమోనన్న పిరికితనంతో, ఎవ్వరికి ఉపయోగపడకుండా, ఏ పని చేయకుండా ఉంటారు. మధ్యములు పనిని మొదలుపెట్టి, ఆ ప్రయత్నంలో ఏమైనా ఆటంకాలు, ఎదురు దెబ్బలు తగిలితే, వాటిని మధ్యలోనే అసంపూర్తిగా వదిలివేస్తారు. ఇటువంటివారు మనకు అధిక సంఖ్యలో అగుపిస్తారు. కానీ ఎంతటి కష్టతరమైనా, ఎన్ని విఘ్నాలు ఎదురైనా, ప్రతికూల పరిస్థితులు కల్గినా ఉత్తములు మాత్రం తమ పట్టుదలను చెక్కు చెదరనీయక విజయాన్ని పొందేవరకు కొనసాగిస్తూ ఉంటారు. ఇలాంటి వ్యక్తులు అతి తక్కువగా అగుపిస్తారు.

భగీరథుడు, రాముడు, సత్య హరిశ్చంద్రుడు ఉత్తముల కోవకు చెందిన విశిష్ట వ్యక్తులు. ఇదే భావాన్ని భర్తృహరి ఇలా వివరించారు.

ఆరంభింపరు నీచ మానవులు, విఘ్నాయాస సంత్రస్తులై
యారంభించి, పరిత్యజింతురు, విఘ్నాయాత్తులై మధ్యముల్,
ధీరుల్ విఘ్న నిహన్యమానులగుచున్ ధృత్యున్నతోత్సాతులై
ప్రారబ్ధార్థములుజ్జగింపరు సుమీ ప్రజ్ఞానిధుల్ గావునన్ ॥

లక్ష్యసాధన కొరకు ధీరుడు సుఖాలను విడిచిపెడతాడు. ఎటువంటి కష్టానికైనా భయపడకుండా, ఎదుర్కొని విజయం సాధించాలన్న లక్ష్యంతో ముందుకు పయనిస్తాడు. సుఖదుఃఖాలు, మానాభిమానాలు, దూషణ, భూషణ తిరస్కారాలు కేవలం శరీరానికే కానీ, మనస్సుకు కాదు అన్న భావన వారిని లక్ష్య సిద్ధికి చేరువ చేస్తుంది.

క్వచిత్ పృథ్వీశయ్యః, క్వచిదపి పర్యంకశయనః
క్వచిచ్ఛాకహారః, క్వచిదపిచశాల్యోదనరుచిః
క్వచిత్కన్థాధారీ, క్వచిదపిచ దివ్యామ్బరధరో
మనస్వీకార్యార్థీ న గణయతి దుఃఖం న చ సుఖమ్ ॥

లక్ష్య సాధన కొరకు సుఖ దుఃఖాలలో ఏది ఎదురైనప్పటికీ, వాటిని సమ హృదయంతో స్వీకరించి ఎటువంటి ఆటుపోటుల

కోరికలు అవసరాలు కావు.

కైనా సిద్ధపడే సముద్రునిలా ఓర్పుతో ఉంటాడు. కొన్ని సందర్భాలలో నేలపైన పడుకునే పరిస్థితి ఉన్నప్పటికీ, లేదా పరుపులపై పవళించే సంపదలు కల్గినప్పటికీ, లేదా కేవలం కందమూల ఫలాలను తినే గడ్డుకాలం సమీపించినప్పటికీ, లేదా పంచభక్ష్య పరమాన్నాలు తినే భోగభాగ్యాలు కల్గినప్పటికీ పట్టు పీతాంబరాలు ధరించే ఉన్నత స్థితి ఉన్నప్పటికీ, చింకి బట్టలు ధరించవలసిన క్లిష్ట పరిస్థితి ఏర్పడినప్పటికీ ధీరుడు తన లక్ష్య సాధన కొరకు వాటిని స్థిరచిత్తంతో స్వీకరించి, తీవ్రంగా ప్రయత్నిస్తాడు. తన జీవనగమనంలో ఎటువంటి ఆటంకాలకు బెదరని, చెదరని స్థిరచిత్తుడు ధీరుడు. లోకంలో ఏ ప్రయత్నం చేయవలెనన్నా దానికి లోకుల నిందలు, ప్రశంసలు వచ్చే అవకాశం ఉంటుంది. అయితే తన లక్ష్యం గురించి, లోకులు ఏమన్నా, దానిని లెక్కించక, ముందుకు సాగిపోయేవాడే ధీరుడు. సంపదలు కల్గినపుడు అతివిశ్వాసంతో, సంపదలు లేనపుడు నిరాశతో నిస్పృహతో కుమిలిపోవడం సామాన్యుని లక్ష్యం. అయితే వీటికి విరుద్ధంగా, విలక్షణంగా ప్రవర్తించేవాడే యదార్థ ధీరుడు. కాలం పరిక్షిస్తున్నప్పటికీ, అంటే మరణం వెంటనే లభించబోతోందన్న వార్త తెల్సినప్పటికీ, బెదరని స్థిరచిత్తుడు, దీర్ఘాయువుతో చిరకాలం జీవించవలసి వచ్చే అదృష్టం కల్గినప్పటికీ పొంగిపోకుండా తమ తమ న్యాయమార్గం నుండి వైదొలగరు. ఇది ధీరుని స్వభావం.

నిందంతు నీతి నిపుణాః యదివాస్తువంతు,
లక్ష్మీః సమావిశతు, గచ్ఛతు వాయథేష్టమ్ ।
అద్యైవవా మరణమస్తు, యుగాంతర రేవా
న్యాయ్యాత్ పథః ప్రవిచలంతి పదం న ధీరాః ॥

ఈ శ్లోకాన్ని ఏనుగు లక్ష్మణ కవి ఇలా అనువదించారు.

నీతి ప్రౌఢ విహారులైన నిపుణుల్ నిందింపనీ, మెచ్చనీ
ఖ్యాతిం జెందిన సంపదల్ నిలువనీ గాఢంబుగా సాగనీ
ఘాతంబప్పుడ పొందనీ నియతిమై గానీ యుగాంతంబునన్
నీతి శ్లాఘ్యపదంబుదప్పరు గదా నిత్యంబు ధీరోత్తముల్ ॥

ఈ విధంగా పట్టుదలే జీవితంగా, లక్ష్యసాధనే ఊపిరిగా భావించే ధీరుల లక్షణాలను భర్తృహరి మరికొన్ని శ్లోకాలలో వివరించిన తీరును వచ్చే వ్యాసంలో తెల్సుకుందాం.

– సాధన నరసింహాచార్య

వీర వ్రతం

జీవితం ఒక సంగ్రామం. ఆ సంగ్రామంలోని ప్రతి రంగంలోను ఎంతో మెలకువగా యుద్ధం చేయవలసి ఉంటుంది. తక్కువ సాధన సంపత్తి కలిగిన సేనాపతి పెద్ద శత్రుసైన్యంతో పోరాడుతున్నప్పుడు ఎంతో జాగరూకతతో ఉంటాడు. ఆత్మరక్షణ కోసం కార్యశూరత చూపుతాడు. జీవితంలో కూడా ఆ జాగరూకత, ఆ మెలకువ చూపవలసి ఉంటుంది.

భగవద్గీతను ఈ ఆధ్యాత్మికత పరిస్థితికి భూమికగా పరిగణించవచ్చు. పాండవులు అయిదుగురే. అయితే వారి ఆదర్శాలు మహోన్నతమైనవి. కౌరవులు వందమంది. కానీ, వారి మనస్తత్వం నికృష్టమైనది. కౌరవ పాండవులు ఒకే ఇంటిలో పెరిగారు, పెద్దవారు అయ్యారు. కనుక, వారి మధ్య సన్నిహిత సంబంధాలు ఉండేవి. యుద్ధం నుండి తప్పుకోవాలని అర్జునుడు అనుకున్నాడు. అవినీతిని సహించాలని అనుకున్నాడు. కృష్ణ భగవానుడు ఆయనకు ఇలా బోధ చేశారు. యుద్ధం తప్ప మరో మార్గం లేదు. అసురత్వాన్ని జయించనిదే దేవత్వం బ్రతికి బట్టకట్టలేదు. అసురత్వం జయిస్తే, ప్రపంచం సర్వనాశనం అవుతుంది. కనుక, మనకొరకే కాక, ప్రపంచ ప్రయోజనం కోసం కూడా అసురత్వంతో యుద్ధం చేయాలి. భగవానుని ఆదేశాన్ని శిరసావహించి, అర్జునుడు యుద్ధం చేశాడు. విజయం సాధించాడు. భగవద్గీతకు నేపథ్యం ఇదే.

గీతాకాలపు మహాభారతం నేటికీ సమాప్తం కాలేదు. మనలోపల చెడు ఆలోచనలు అనే కౌరవులు నేటికీ తమ దుష్టత్వాన్ని చూపిస్తూనే ఉన్నారు. దుర్యోధన, దుశ్శాసనుల దుర్మార్గాలు రోజూ సాగుతూనే ఉన్నాయి. మానవత్వపు గౌరవ గరిమ అనే ద్రౌపదికి వస్త్రాపహరణం జరుగుతూనే ఉన్నది. ఆమె సిగ్గుతో ఆక్రోశిస్తూనే ఉన్నది. ఇలాంటి పరిస్థితులలో సైతం యుద్ధానికి సిద్ధం కాని అర్జునుణ్ణి ఏమని పిలవాలి? ఇలాంటి మనస్తత్వం కలిగిన వారిని నపుంసకులనీ, పిరికిపందలనీ, ఆడంబరులనీ కటువైన మాటలతో నిందించారు. తమ బాహ్య, ఆంతరిక శత్రువులతో పోరాడడానికి వెనుకాడే మనలోని అందరూ ఇలా నిందించదగినవారే.

తమ జీవితాన్ని శాంతిగా, విశ్రాంతిగా గడపాలని కోరుకునే వ్యక్తులు వాస్తవానికి చాలా అమాయకులు. యుద్ధంలో విజయం పొందిన తర్వాతనే శాంతి లభించడం సాధ్యపడుతుంది. జీవన-నిర్మాణం అనే ధర్మక్షేత్రం ఒక కురుక్షేత్రం. ఈ రణరంగంలో సేనలు రెండూ ఎదురెదురుగా నిలిచి ఉన్నాయి. దేవాసుర సంగ్రామపు శంఖారావం ఇక్కడే ప్రతిధ్వనిస్తోంది. ఇలాంటి పరిస్థితిలో వీరవ్రతధారికి యుద్ధం చేయడం తప్ప మరో మార్గం లభించదు. మెలకువ కలిగిన సేనాపతివలె మనం కూడా మన అంతర, బాహ్య క్షేత్రాలలో పటిష్టమైన వ్యూహరచన చేయాలి. గాండీవాన్ని సంధించడం, పాంచజన్యాన్ని పూరించడం తప్ప మనకు వేరే మార్గం లేదు.

ఒక కోరిక అనేక కోరికలను పుట్టిస్తుంది.

జ్యేష్ట మాస వైశిష్ట్యం

సంవత్సర చక్రంలో మూడవ మాసం జ్యేష్ట మాసం. ఈ నెలలో మొదటి రోజైన పాడ్యమి తిథి నాడు కరవీర వ్రతమును, భద్ర చతుష్టయ వ్రతములను ఆచరిస్తే మంచిదని శాస్త్రాలు తెలుపుతున్నాయి.

రంభావ్రతము - విశిష్టత

జ్యేష్ట శుద్ధ తదియనాడు రంభావ్రతమును ఆచరించే సంప్రదాయం ఉన్నట్లు స్మృతి కౌస్తుభము, తిథి తత్త్వము, పురుషార్థ చింతామణి, చతుర్వర్గ చింతామణి మొదలైన గ్రంథాల ద్వారా తెలుస్తోంది. ఈ వ్రతానికి అధిష్టాన దేవత సావిత్రీదేవి.

పూర్వము పార్వతీదేవి శివుని భర్తగా పొందగోరి, తీవ్ర తపమును ఆచరించిగా, శివుని అనుగ్రహమును పొందుటకు ముందు మన్మథుడు శివుని నేత్రమును విప్పారింపచేసి, అతని దృష్టిని పార్వతీదేవి వైపు మరల్చబోయెడి ప్రయత్నం చేయబోగా, శివుని ఆగ్రహానికి గురి అయ్యి, ఆతని కోపాగ్నికి ఆహుతి అయ్యాడు. ఖిన్నురాలైన పార్వతీదేవి, దుఃఖించుచుండగా, సప్త ఋషులలో ఒకరైన భృగు మహర్షి, పార్వతీదేవిని అనునయిస్తూ, రంభావ్రత వైశిష్ట్యాన్ని వివరించారు.

ఒకనాడు బ్రహ్మదేవుని ఆగ్రహానికి గురి అయిన సావిత్రీదేవి భూలోకంలో బీజం (విత్తనం) లేని చెట్టుగా పుట్టింది. అనంతరం సావిత్రీదేవి తీవ్ర తపస్సును ఆచరించి, శివుని అనుగ్రహాన్ని పొంది, అరటిచెట్టుగా మారి జ్యేష్ట శుద్ధ త్రయోదశినాడు భక్తుల పూజలందుకునే దేవతగా మారింది. శివునితోబాటు కైలాసానికి (సత్య లోకానికి) చేరిన శుభప్రదమైన రోజే జ్యేష్ట శుద్ధ తదియ.

ఈ రోజున అరటి చెట్టు నీడన మంటపం ఏర్పాటు చేసి, స్త్రీలు అరటిచెట్టు నీడన కూర్చుని సావిత్రీ జపమును చెయ్యాలి. రాత్రి జాగరణ చేసి, మరునాటి ఉదయం నుండి పగలు సావిత్రీ జపాన్ని ఆచరిస్తూ, నెలరోజుల పాటు సావిత్రీ జపాన్ని ఆచరించి, అనంతరం పుణ్య దంపతులకు ఈ అరటి మంటపాన్ని దానం చెయ్యాలి. అనంతరం ఈ వ్రతఫలంగా తగిన భర్త లభిస్తాడని భృగు మహర్షి పార్వతీదేవికి వివరించాడు. లోపాముద్ర ఈ వ్రతాన్ని ఆచరించి, అగస్త్య మహర్షిని భర్తగా పొందింది. పార్వతీదేవి కూడా ఈ వ్రతాన్ని ఆచరించి శివుని భర్తగా పొంది జగన్మాతగా వెలిసింది.

నెలరోజుల పాటు అరటి చెట్ల నీడలో ఉండడం వల్ల ముఖ్యంగా వేసవిలో ఈ వ్రతం చేయడం వల్ల శారీరక రుగ్మతలు తొలగిపోయి చక్కటి ఆరోగ్యం కలుగుతుందని వైద్యశాస్త్రం తెలియజేస్తోంది.

గ్రీకు భాషలో అరటికి "సాపియంటమ్" "జ్ఞాన ప్రదాయిని" అనే పేరు ఉంది. ఆ కారణంగానే అరటిపండు, అరటి ఆకులో భోజనం, అరటిదూట కూర చేయడం అనేవి ఆరోగ్యప్రదమైనవిగా పేర్కొంటారు.

రంభావ్రతం చేయడం వల్ల స్త్రీలు సౌభాగ్యవంతులుగా, ఆరోగ్యవంతులుగా ఉంటారు.

జ్యేష్ట శుద్ధ చవితిని ఉమా చతుర్థిగా పరిగణించి ఉమాదేవిని పూజిస్తారు.

ఈ మాసంలో మరో ముఖ్యమైన పర్వదినం 'దశాపహర దశమి'. దశమి రోజున చేసే వ్రతాన్ని ఆశ్వీయుజ దశమి అంటే 'విజయదశమి' తో సమానంగా పరిగణించే ఆచారం ఉన్నది.

మన పంచాంగంలో ఇలా పేర్కొంటారు.

"దశహరాద శాశ్వమేధేస్నానమ్
ఇత ఆరభ్యదశమీపర్యంతమ్" అని తెలుపబడింది.

ఈ రోజున ఏదైనా నదీ స్నానం చేయడం శ్రేష్టం. ముఖ్యంగా 'గంగానదీ' స్నానం మిక్కిలి శ్రేష్టతరం. ఇందువల్ల మనం అన్ని దశలలో చేసే పాపాలన్నీ మటుమాయం అవుతాయి. లేదంటే దశ దిశల్లో జనుల పాపాలన్నీ హరించిపోతాయి. అన్న విశ్వాసం కలుగుతుంది. "గంగావతరణం" ఈ రోజునే జరిగిందన్న కథనం కూడా ఉంది. గంగాదేవి అనుగ్రహం కొరకు చేసే వ్రతం కావున "గంగోత్సవం" అంటారు. స్కంధ పురాణంలో తెలుపబడిన ఈ ఉత్సవం రోజున దానం, స్నానము ముఖ్యమన్న భావన ఉంది.

గంగా స్తోత్రం :

నమోభగవత్యై, దశపాపహరాయై
గంగాయై, నారాయాణ్యై
దేవత్యై దక్షాయ శివాయై
అమృతాయై విశ్వరూపిణ్యై
నందిన్యై తే నమో నమః
ఓం నమ శ్శివాయై, నారాయణ్యై
దశహరాయై గంగాయై నమో నమః

కోరికలు సృష్టించిన ఘర్షణలు మానవ సంబంధాలను విచ్ఛిన్నం చేస్తాయి.

ఈ స్తోత్రాన్ని ఐదు వేల సార్లు జపించి వ్రతం పూర్తి చేయాలి. వారణాశిలోని దశాశ్వమేధ ఘట్టంలో శివలింగాన్ని దర్శించుకుంటే గత పదిజన్మలలో చేసిన పాపాలన్నీ నిస్సందేహంగా తొలగి పోతాయి.

జ్యేష్ఠ శుద్ధ ఏకాదశిని "నిర్జలైకాదశి" అంటారు. భీముడు వ్యాసులవారి ఆదేశానుసారం ఈ జ్యేష్ఠ శుద్ధ ఏకాదశి రోజున ఉపవాసం ఆచరించి, ఏడాదిలో సంక్రమించే అన్నీ ఏకాదశుల వ్రతఫలాన్ని పొందినట్లు 'స్మృతి కౌస్తుభము' అనే గ్రంథం తెలుపుతోంది.

ద్వాదశిని కూర్మజయంతిగా ఆదచరిస్తారు. శంకరాచార్యుల వారు సిద్ధి పొందిన రోజు ఇదే. 'త్రయోదశి' రోజున విద్యారణ్య స్వామి శంకర మఠ పీఠాధిపత్యాన్ని చేపట్టిన రోజు. హరిహర రాయలు, బుక్కరాయలు వీరి ఆశీస్సులతో విజయనగర సామ్రాజ్య స్థాపన చేసిన ఘట్టం ఈ రోజునే స్మరించబడును.

ఈ పౌర్ణమి (జ్యేష్ఠ పూర్ణిమ)ను వృషభ పూజ హలప్రవాహః అనే ఆచారం ద్వారా, రైతులకు దేవతలైన ఎద్దులను, నాగలిని అర్చించే ప్రక్రియ చేపట్టబడుతుంది. 'ఏరువాక' ఉత్సవంగా పేర్కొంటారు.

'ఏరువాక' అంటే దుక్కి యొక్క సామర్థ్యం అని అర్థం. ఎద్దులను కట్టి దున్నుటకు సిద్ధపరచబడిన నాగలి " అని అర్థం ఉన్నది.

ఈ రోజునే ఎద్దులను కడిగి, కొమ్ములకు పసుపు రాసి, గజ్జెలు, గంటలు కుచ్చులు మెడకు కట్టి (అలంకరించి), పొంగలిని ప్రసాదంగా చేసి పంచుతారు. ఇదే ఏరువాక ఉత్సవం. "వట సావిత్రీ వ్రతం", వటపూర్ణిమ వ్రతంగా పౌర్ణమిని కొన్ని ప్రాంతాలలో జరుపుతారు.

జగత్పూజ్యే జగన్మాతః సావిత్రి పతిదైవతే ।
పత్యాసహ వియోగం మే వటస్థే కురుతే నమః ॥

అన్న మంత్రాన్ని జపిస్తూ, మర్రి చెట్టు క్రింద ఉన్న సావిత్రీ దేవిని అర్చించాలి. మర్రి చెట్టుకు నీళ్ళను పోసి, దారం చుడుతూ ప్రదక్షిణ చెయ్యాలి. మరునాడు సువాసినీ స్త్రీలకు భోజనం పెట్టాలి. ఈ వ్రతం చేసిన ఫలంగా స్త్రీ సర్వదా సౌభాగ్యవతి అయి ఉంటుంది.

ఈ విధంగా స్త్రీలకు, రైతులకు సర్వ శుభాలను చేకూర్చే శుభ మాసమే జ్యేష్ఠమాసం.

– సాధన నరసింహాచార్య

జీవన దర్శనం

కళ్లు మూసుకుంటే దారి తప్పడం సహజం. కళ్లు మూసుకుని నడిచే వ్యక్తి ఏ గోతిలో అయినా పడితే అందులో ఆశ్చర్యం లేదు. కళ్ళు మూసుకోవడాన్ని మించిన పాపం, నేరం వేరే ఏది లేదని వీరికి తెలియచెప్పాలి. కళ్ళు తెరచిన వ్యక్తి జీవితంలో చీకటికి తావు ఉండదు.

ఆనందభద్రుని జీవితంలోని ఒక సంఘటన. గుండెలోతులను తాకే సంఘటన. అతడు ధర్మ ప్రచారం కోసం తూర్పు దేశాలకు వెళ్ళాడు. కొందరు అజ్ఞానులు అతడిని పట్టుకున్నారు. నానాహింసలూ పెట్టారు. అయితే ఇన్ని యాతనల మధ్య అతడు ప్రశాంతంగా ఉన్నాడు. తిట్లకు తీయటి జవాబులు ఇచ్చేవాడు. మీలో ఇంతటి అలౌకికమైన శక్తి ఎలా వచ్చింది అని ఒక వ్యక్తి అతడిని అడిగాడు. నేను కళ్ళను ఉపయోగించడం నేర్చుకున్నాను అని అతడు చిరునవ్వుతో అన్నాడు.

కళ్ళకు, శాంతి సాధుత్వాలకు సంబంధం ఏముంది? అని ఆ వ్యక్తి ఆశ్చర్యంగా మరో ప్రశ్న వేశాడు. ఆనంద భద్రుని సహనశీలతలోని రహస్యం అతడికి తెలియదేమో. అతడికి ఆనందభద్రుడు ఇలా వివరించాడు. "నేను ఆకాశంవైపు చూచినపుడు ఈ ప్రాపంచిక జీవితం క్షణ భంగురమనీ, కల వంటిదని నాకు గోచరిస్తుంది. కలలో ఎవరో చేసిన పని నన్ను ఎలా ప్రభావితం చేస్తుంది? నేను దృష్టిని నా లోపలికి సారించినపుడు – నాశరహితమైన దానిని ఎవరూ ఏ మాత్రం చెడగొట్టలేరని నాకు గోచరిస్తుంది."

నేను నా చుట్టుప్రక్కల చూచినపుడు – తమ హృదయాలలో నా పట్ల అపరిమితమైన కరుణ నింపుకున్న భావనాశీలురు నాకు గోచరిస్తారు. ఈ అనుభూతే నన్ను కృతజ్ఞతా భావంతో నింపివేస్తుంది. నా వెనుకకు చూచినపుడు – నా కన్నా బాధ అనుభవిస్తున్న ప్రాణులు అనేకం నాకు కనిపిస్తాయి. వాటిని చూచినపుడు నా హృదయం కరుణతో, ప్రేమతో నిండిపోతుంది.

కనుకనే నేను ప్రశాంతంగా ఉన్నాను. ఆనందంగా ఉన్నాను. ప్రేమతో నిండి ఉన్నాను. ఎందుకంటే – నేను నా కళ్ళను ఉపయోగించడం నేర్చుకున్నాను. వాస్తవానికి కళ్ళు తెరిస్తే జీవన దర్శనం లభిస్తుంది.

కోరికలను అవసరాలను విడదీయగలగాలి.

సర్వులు దర్శించదగిన విశిష్ట ఆదర్శ గాయత్రీ సేవాధామ్ - సేంధ్వా, మధ్యప్రదేశ్

పరమపూజ్య వేదమూర్తి పండిత శ్రీరామశర్మ ఆచార్య గురుదేవులు పరమ వందనీయ మాతా భగవతీ దేవిశర్మల ఋషియుగ్మం శిష్యులను (గాయత్రీ పరివార్ సభ్యులను) ఈ రీతిగా అభ్యర్థించారు.

"హిమాలయ గురుసత్తా కోరికననుసరించి, యుగపరివర్తన ద్వారా సత్యయుగ పునరాగమనానికై, 21వ శతాబ్ది ఉజ్వల భవిష్యత్తుగా తీర్చిదిద్దుటకై సమయదానమిచ్చెడివారిని ఆహ్వానించిరి. ఋషియుగ్మం పిలుపును అందిపుచ్చుకొని బావాలాల్ పాటిదార్ 15 సంగల వయస్సులో శాంతికుంజ్ చేరుకొనినారు.

1970 సంగలో పూజ్య గురుదేవులు పండిత మేవాలాల్ జన్మ స్థలమైన గెగ్ గ్రామములో 4 రోజులు విడిది చేసి అనేక మందిని ప్రభావితం చేశారు. దాదాపు 5 కుటుంబాలు శాంతికుంజ్‌లో జీవన పర్యంతం సేవ చేయుటకై వెళ్ళాయి. అదే సమయంలో పండిత మేవాలాల్ పాటిదార్ ఉరఫ్ సంతోష్ పాటిదార్‌ను 5 సంగ వయసులో గురుదేవులు తన ఒడిలో కూర్చుండబెట్టుకొని "మేరా మేవా" (నా ఆధ్యాత్మిక వారసులలో ఒకడు) అని అన్నారట. నాటి నుండి సంతోష్ పేరు "మేవాలాల్" గా మారిపోయినది. తన 15వ యేట శాంతికుంజ్‌లో నెలరోజుల శిబిరము "పరివ్రాజక శిక్షణ" పూర్తిచేసి నర్మదానది ఒడ్డున ఉన్న "కలఘాట్" గ్రామములోని శక్తిపీఠానికి సమయదానిగా వచ్చారు. నిత్యము గాయత్రి శక్తిపీఠంలో పూజాదికాలను, ధూపదీపనైవేద్యాల సమర్పిస్తూ కాలము వెళ్ళబుచ్చుచుండేవారు. క్రమక్రమంగా తనలో గురుదేవులందజేసిన కార్యక్రమము "లోక సేవనం" జ్ఞప్తికి రాసాగినది. "తన సమయమంతా గాయత్రీమాత "మూర్తి" పూజలోనే గడచిపోవుచున్నది. కర్తవ్య విమూఢునైనానని బాధపడసాగినాడు మేవాలాల్. హృదయావేదనను నిలువరింపలేక శాంతికుంజ్ వెళ్ళి గురుదేవులను మార్గదర్శనం చేయవలసినదిగా కోరినాడు. గురుదేవులిట్లు సెలవిచ్చిరి. "నీవు సేంధ్వా గ్రామానికి వెళ్ళి శక్తిపీఠములో నివాసముండు. తదుపరి ఆ గ్రామములోనున్న అత్యంత ధనవంతుని మరియు చాలాకాలము నుండి అఖండ జ్యోతిని పఠించే వ్యక్తిని కలసి నీ లోకసేవా ప్రణాళికను వివరించు" అని చెప్పారు.

తదాజ్ఞానుసారం సేంధ్వా శక్తిపీఠానికి మేవాలాల్ చేరుకొనినారు. ఆ రోజులలో కార్యకర్తలు నిద్రించుటకు వసతి లేదు. శక్తిపీఠంలో అందువలన రాత్రులు అరటికాయలమ్మెడి బండిపై నిద్రించెడివాడు. గురుదేవుల ఆజ్ఞానుసారము గ్రామంలో పదుగురిని సంప్రదించి అత్యంత ధనవంతుని చిరునామా మరియు చాలాకాలము నుండి అఖండజ్యోతిని క్రమం తప్పక పఠించెడి వ్యక్తి చిరునామా సేకరించాడు మేవాలాల్. ఒకరోజు ఆ ధనవంతుని ఇంటికి వెళ్ళి తనను తాను గాయత్రి పరివార్ సభ్యునిగా పరిచయం గావించుకొని, గ్రామ పరిధిలో గోశాల, బాలల పాఠశాల మరియు వ్యసన విముక్తి సేవలను ప్రారంభించ దలచాను. దీనికి ధనము మరియు భూమి నిచ్చెడి దాతలను వెతుకుచున్నాను" అని తన మనస్సునందలి లోకసేవా ప్రణాళికను ఏకరువు పెట్టినాడు. ఆ ధనవంతుడు తీవ్ర స్వరముతో "వెర్రివాడా! నీవు చెప్పిన ప్రణాళికకు కోట్ల రూపాయలు కావాలి. ఇక్కడ ఎవ్వరూ ఒక్క పైసా దానమివ్వరు. నీ పిచ్చి మాటలు కట్టిపెట్టి వేరెవ్వరి వద్ద ఈ ప్రస్తావన తీసుకురాకు వెళ్ళు వెళ్ళు" అని కసురుకొన్నాడు. దీనితో బావలాల్ తీవ్ర నిరాశకు గురియై గురుదేవులకు తన బాధను వ్యక్తం చేయగా ఆయన బిగ్గరగా నవ్వి, "ఇప్పుడు గ్రామానికి తిరిగి వెళ్ళి రెండవ వ్యక్తియైన అఖండజ్యోతి పాఠకుని కలసి నీ ప్రణాళికను వివరించు" అని చెప్పి పంపించాడు. బావాలాల్ ధైర్యాన్ని చిక్క బట్టుకొని, అఖండజ్యోతి పాఠకుడైన కాలేజి ప్రిన్సిపాల్‌ను కలసి తన లోక సేవా కార్యక్రమ ప్రణాళికను వివరించి చెప్పారు. "బావలాల్ జీ! మీరు నాకు వివరించిన ప్రణాళిక హిమాలయ గురు సత్తా ప్రణాళికలా నాకు కన్పిస్తున్నది. ఇది చాలా గొప్ప కార్యము. నా శక్త్యానుసారం నీకు సాయమందించుతాను. గ్రామములోని ధనవంతుని విషయం మరచిపో. నీవు ముందడుగు వేయి - నీకు సహాయము కావలసినప్పుడు నన్ను కలవు" అని ప్రోత్సహించి పంపాడు.

బావాలాల్ భూ సేకరణకై వెదకుట ప్రారంభించగా రెండెకరముల భూమిని రూ. 20,000/- ధరకు విక్రయించుటకై ఒక ఆదివాసి రైతు ముందుకు రాగా ఆ విషయాన్ని ప్రిన్సిపాల్‌గారికి బావాలాల్ నివేదించాడు - "నీవు తలపెట్టిన ప్రణాళికకు ఈ భూమి చాలదు. పై పెచ్చు ఆదివాసి భూమి నీవు తలపెట్టిన ట్రస్టు పేర రిజిస్టరు చేయించుటకు చట్టం అంగీకరించదు. నాకు తెలిసిన ఒక పెద్ద భూకామందు 400

కోపం అకాల మృత్యువును తెచ్చిపెడుతుంది.

ఎకరాల ఆసామి ఈ గ్రామములో ఉన్నాడు. ఆయన పిల్లలు నా వద్ద విద్యనభ్యసించారు. నా శిష్యుల ద్వారా ఆసామిపై ఒత్తిడి తీసికొనివద్దాం. అంత తేలికగా అంగీకరించడు. అయినా ప్రయత్నించుదాము" అని ప్రిన్సిపాలుగారు బావాలాల్‌ను వెంటపెట్టుకొని ఆ భూకామందు ఇంటికి వెళ్ళాడు. భూకామందు అంతా విని, "పండిత్‌జీ! మీరు తలపెట్టినది చాలా గొప్ప కార్యక్రమము. ఇది ఈశ్వర సంకల్పమని నాకు తోచుచున్నది. ఆదివాసి అమ్మ జూపిన భూమి మీకు రిజిస్టరు కాదు. ఒకవేళ అయినా అది మీకు ఏ విధంగా సరిపోదు. కావున నా భూమిలో మీకు నచ్చిన చోట మీకు అవసరమైనంత భూమిని మీకు కానుకగా ఇస్తాను. రిజిస్టరు చేయించుకునే బాధ్యత మీదే" అని నవ్వుతూ చెప్పారు. బావాలాల్‌కు నోటమాట రాలేదు. తాను ఆ ఆనందం నుండి తేరుకొనేలోగా తన నౌకరును వెంట పంపుతూ తన భూమినంతా చూపించమని చెప్పారు భూకామందు. నౌకరు బావాలాల్‌కు 400 ఎకరాలు చూపించుతూ, చిట్టచివరగా ప్రస్తుతం ఆశ్రమాన్ని ఏర్పాటు చేసిన భూమిని చూపుతూ "మా కామందు పిసినారి ఎవరికీ సాయం చేయడు. అటువంటి వాడు మీకు కావలసినంత భూమిని ఉచితంగా ఇస్తానన్నాడంటే నాకు నమ్మకం కలుగుట లేదు. ఇప్పుడు నేను చూపించెడి భూమి, కామందుకున్న భూమి అంతటిలో ఎందుకు పనికిరానిది. మొక్క బ్రతకదు. కనీసం ఇదన్నా ఇస్తాడేమోనని దీనిని మీకు చిట్టచివరిగా చూపించాను" అని చెప్పాడు. భూమిని బాగా పరిశీలించాడు బావాలాల్. ఈ మూడు కారణాలు బావాలల్‌ను ఆ భూమిని తీసుకొనేలా చేశాయి. 1) అచ్చట కొండల మధ్య తటాకాన్ని ఏర్పాటు చేయుటకు అవకాశం ఉండటాన్ని గమనించాడు. 2) అట్లే ఒక చెట్టుకు తీగ (ఆయుర్వేదనామం "పలాస్") ఎడమ నుండి కుడికి క్లాక్‌వైజ్ దిశలో అల్లుకొని ఉండుట గమనించాడు. ఇట్టి చెట్టు ఉన్నచోట భూగర్భజలాలు లభ్యమవుతాయనెడి ఆయుర్వేద శాస్త్ర వచనం మనస్సులో మెదలింది. 3) జాతీయ రహదారికి ఆనుకొని ఉన్నది. భూమిని 6 రోజులలో వచ్చి రిజిస్టర్ చేయించుకొనెదనని భూకామందుకు చెప్పి, గాయత్రీ శక్తిపీఠానికి తిరిగి వెళ్ళాడు. బావాలాల్ పీఠానికి చేరెడి వేళకు, ఒక వ్యక్తి తన కొరకు ఎదురుచూస్తూ ఉన్నాడు. "నా భార్యకు తీవ్రంగా జబ్బు చేసింది. మీ వద్ద ఆయుర్వేద మందు లభిస్తుంది అని చెప్పారు. ఇంగ్లీషు వైద్యం పనిచేయలేదు. మీరే మాకు వైద్యం చేయాలన్నాడు. నేను ఈ జిల్లా భూమి రిజిస్ట్రారును" అన్నాడు. ఆ మాట వినగానే బావాలాల్‌కు చెమటలు పట్టాయి – "పూజ్య గురుదేవులు, నేను ఒక అడుగు వేస్తే ఆయన పది అడుగులు నా వైపు వేశారు. నా లోకసేవా కార్యక్రమాన్ని మరింత వేగిరపరచుట నా గగుర్పాటుకు ఆశ్చర్యానికి కారణమైంది" అనుకున్నాడు బావాలాల్. అతని గగుర్పాటును, చెమటను రిజిస్ట్రారు గమనించి "ఏమి స్వామీ? మీరేమైన తప్పుగా అర్థం చేసుకున్నారా?" అని అడిగాడు. "లేదండి! నాకు మీతో పని ఉన్నది. నేను చేపట్టిన దైవీ కార్యక్రమానికి మీ సహాయం కావాలి. ఈ ఊరిలో ఫలానా భూకామందు భూమిని మా ట్రస్టుకు కానుకగా ఇచ్చారు. దానిని 6 రోజులలో రిజిస్టరు చేయించుకొంటానని మాట ఇచ్చాను. దీనికి మీ సహాయం కావాలి" అన్నాడు బావాలాల్.

"రేపే మా పట్వారిని, తదితరులను మీ వద్దకు పంపుతాను వారు భూమిని సర్వేచేసి, కావలసిన ఫైలు సిద్ధం చేసి మీకు 3 దినాలలో ఇస్తారు. మీరు నిశ్చింతగా ఉండండి స్వామి" అని చెప్పిమందు తీసికొని వెళ్ళారు. అన్నట్లుగానే, పట్వారి తన స్వంత డబ్బుతో రిజిస్ట్రేషను కాగితాలు (నాన్‌జుడీషియల్ స్టాంపు పేపర్లు) భూమి విలువకు తగినంత కొని వ్రాతకోతలు పూర్తి చేసి బావాలాల్ వద్దకు తీసికొని వచ్చాడు. వీనిని భూకామందుకు అందజేసి వారి సంతకము చేయించి భూమిని అనుకున్నతేదికి రిజిస్టరు చేయించుకొనగా, ఈసారి ఆశ్చర్యపోవుట భూకామందు వంతు అయినది. అన్నింటికి మించిన ఆశ్చర్యం రిజిస్ట్రేషన్ ఛార్జీలను రిజిస్ట్రారు స్వయంగా తన స్వంత ధనాన్ని వెచ్చించి చేయించుట. ఈ విధంగా "గాయత్రీధాం – సేంధ్వా" కు స్వంత భూమి 22 ఎకరాలు చేకూరుట దైవీ సత్తా పని ప్రారంభించినదనటానికి తిరుగులేని నిదర్శనం.

గోశాల నిర్మాణం ఎలా ప్రారంభించాలి? గోవులను ఎలా సంపాదించాలి? డబ్బెవ్వరిస్తారు? ఈ ప్రశ్నలు మొదలైనాయి బావాలాల్ మనస్సులో. 50 గోవులున్న భూకామందునే ఒక గోవును దానమిమ్మని అడుగుదామని బయలుదేరి భూకామందు ఇంటికి చేరాడు. పండిత్‌జీని చూసి "పండిత్‌జీ! మీ కొరకు మనిషిని పంపుదామనుకుంటున్నాను. మీరే వచ్చారు. ఏమిటి కారణం?" అన్నాడు భూకామందు.

"అయ్యా! నాకు ఒక గోవును దానమిమ్మని మిమ్ములను అడుగుదామని వచ్చాను" అన్నాడు బావాలాల్.

"అరే! నేను కూడా ఒక గోవును మీకు ఇవ్వాలనుకున్నాను. నా దగ్గర ఒక ఆవుకు పుట్టగానే దూడ చనిపోయినది. అట్టి ఆవు పాలను, ఆ గోవు యజమాని త్రాగరాదని మా ఇంటిలోనివారు

కోపం అనేక తప్పులను చేయిస్తుంది.

అడ్డు చెప్పుచున్నారు. ఆవు పొదుగు నిండా పాలు ఉన్నాయి. కావున దానిని మీరు తీసికొని వెళ్ళండి" అన్నారు భూకామందు. ఆలమందలోనున్న ఆ గోవును చూపించారు. ఒంటరిగా ఒక చెట్టు నీడన నిలబడి ఉన్నది. విచారము దాని మోములో కన్పిస్తున్నట్లు తోచింది. బావాలాల్‌కు.

"గోమా (గోమాతా) అన్న బావాలాల్ పిలుపు విని తలత్రిప్పి బావాలాల్ వంక చూసింది. "గోమా! మై తేరా బేటా హూ! మేరా పాలన్ ఆప్ కీ జీయే! మై తుమ్హారీ సేవా కరూంగా! ఆప్ ఇదర్ ఆయి యే! (నేను నీ బిడ్డను నన్ను పోషించు. నేను నీకు సేవా చేస్తాను. ఇచ్చటికిరా!). బావాలాల్ రెండడుగులు గోమాత వైపు వేయగానే, ఆ గోమాత బావాలాల్ వద్దకు చేరింది. "హమ్ దో నోం జాయేంగే హమారా ఘర్‌కో! ఛలో మా!" (మన ఇరువురం మన ఇంటికి వెళ్దాం! పద అమ్మా!) అని దాని వీపుపై బావాలాల్ తన ప్రేమ హస్తాన్ని వేయగానే గోమాత బయలుదేరింది. గోమాత ముందు దానిని అనుసరించి బావాలాల్; దారి చూపకుండానే గాయత్రీధామ్‌కు బావాలాల్‌ను తీసికొని వచ్చి ప్రస్తుతం గోశాల ఉన్నచోట నిలుచున్నది. ఈ విధంగా తన సంతానాన్ని కోల్పోయిన గోమాత బావాలాల్‌పై తన ప్రేమను కురిపిస్తూ, నిత్యము పాలిస్తూ, ప్రతిఫలంగా బావాలాల్ తన భోజనంలో సగ భాగాన్ని అందిస్తుంటే దానిని స్వీకరిస్తూ, తల్లీ బిడ్డలిరువురు (గోమాత - బావాలాల్) లోకసేవన కార్యక్రమానికి శ్రీకారం చుట్టారు. ఇరువురు ఒకరిని విడచి ఒకరు ఉండలేరు. కలసి ప్రక్కప్రక్కనే నిద్రిస్తారు. గోమాతకు నామకరణం చేయాలని ప్రాచీన గ్రంథాలు చదువుతూ ఉంటే సముద్ర మథనంలో తొలుత వచ్చిన గోమాత సురభి జ్ఞప్తికి రాగా అదే నామాన్ని తన గోమాతకు పెట్టి "సురభి మా" (అమ్మా! సురభి) అని పిలవనారంభించాడు బావాలాల్. ఇంకా పరిశీలించి చూడగా శ్రీకృష్ణుని ఆలమందలో కృష్ణునికి పాలు ఇచ్చెడి. ఆవు పేరు కూడా "సురభి" అని తేలినది. శ్రీ కృష్ణుడు గో సేవ చేసి జగద్గురువుగా, యుగ పురుషునిగా కీర్తి గడించాడు. పండిత శ్రీరామశర్మ ఆచార్య గోవును సేవిస్తూ గో సంస్కారిత ఆహారాన్ని స్వీకరిస్తూ తన గురువు ఆదేశానుసారం 24 సంవత్సరాలు గాయత్రీ జపమాచరించి వేదమూర్తి, తపోనిష్ట, యుగద్రష్ట, యుగ ఋషిగా వినుతికెక్కి యుగ నిర్మాణానికి మార్గనిర్దేశనం గావించారు. వశిష్ఠ మహర్షి కామధేనువును సేవించి బ్రహ్మర్షి పదవిని అలంకరించారు. ఈ విధంగా బావాలాల్, గోమాత సురభి నీడలో, మార్గదర్శనంలో 24 నెలల గాయత్రీ అనుష్ఠానాన్ని ప్రారంభించుట కాకతాళీయం కాదు. ఆవు పాలను మాత్రమే ఆహారంగా స్వీకరిస్తూ తనకు వచ్చిన ఆహారాన్ని గోమాతకందిస్తూ 24 నెలలు గాయత్రీ అనుష్ఠానాన్ని పూర్తిగావించాడు. గోమాత సురభి ఆదేశానుసారం ఎవ్వరిని తానుగా ఇది దానమిమ్మని యాచించి ఎరుగడు. అట్లే తన వద్దకు వైద్యం నిమిత్తం వచ్చిన వారిని మూడు చిటికెల ఆశ్రమ మట్టిని, అచ్చటనున్న కలశంలో సమర్పించమనేవాడు. 24 నెలలలో కలశం, ఆశ్రమమట్టితో పొంగిపొరలింది. అను నిత్యము బావాలాల్, తన సురభి మాతతో సమయానుసారం నాలుగు వాణులలో మాట్లాడేవాడు.

మొదటిది - వైఖరివాణి - బావాలాల్ నోరు విప్పి మాట్లాడేవాడు సురభితో. జవాబుగా సురభి తన శిరస్సును ఆడిస్తూ సంజ్ఞలు ఇచ్చెడిది.

రెండవది - మధ్యమవాణి - బావాలాల్ తన శరీర అవయవాలతో ఉచిత రీతిన తన సందేహాలను అడిగితే సురభి తన కళ్ళతో సమాధానమిచ్చి మార్గదర్శనం చేసెడిది.

మూడవది - పరావాణి - బావాలాల్ మనస్సులోని మాటను మనోభావాల ద్వారా వ్యక్తీకరిస్తే, సురభి తన జవాబును బావాలాల్ మస్తిష్కంలోనికి చొప్పించెడిది.

నాల్గవది - పశ్యంతివాణి - రెండు ఆత్మలు సంభాషించు కొనెడివి.

ఈ విధంగా బావాలాల్‌లోని వివేకాన్ని జాగృతం చేసి, ఆధ్యాత్మికతకు ప్రాణం వివేకమని తెలియజెప్పి, ఆజ్ఞాచక్రాన్ని జాగృతం గావించి, అడుగడుగునా ఆశ్రమ నిర్మాణంలోను, నాడీ విజ్ఞాన శాస్త్రంలోని మెళకువలను మస్తిష్కం గ్రహించి, రోగ నిర్ధారణ గావించి తగిన మందులను రోగపీడితులకందించి రోగనివారణ గావించగల పరిణతిని అందించింది గోమాత సురభి. ఒక విధంగా చెప్పాలంటే బావాలాల్‌ను అపరధన్వంతరిని గావించింది గోమాత సురభి. దీనికి ఉదాహరణలు ఈ వ్యాసకర్త గాయత్రీధాం సేంధ్వాలో ఉన్న రెండు దినాలలో ఐదుగురిని పరిశీలించుట జరిగింది.

మొదటిది : సుమారు 19 సంవత్సరాలు వయస్సు ఉన్న బాలికను బంధువులు మద్రాసు నుండి తీసికొని వచ్చి చేతులలో మోసికొనివచ్చి ప్రకృతి చికిత్సాలయంలో చేర్చారు. అల్లోపతి వైద్యులు ఆమె నడువలేదు. నడుము నుండి క్రింది భాగమంతా చచ్చుపడిపోయినది. శేష జీవితమంతా మంచముపై ఉండవలసిందే అని ప్రకటించారు. అట్లే చేతులలో కూడా పట్టులేదు. ఈ పాప 5 రోజుల నుండి మెల్లమెల్లగా నడచుట ప్రారంభించింది.

ఒంటరితనం భరించరాని బాధ.

రెండవది : 35 నుండి 40 సంవత్సరాల వయస్సు – ఇతనికి కుడికాలు, కుడిచేయి పట్టు పట్టవు. నడవజాలడు. ఇట్టి వ్యక్తి ప్రకృతి చికిత్సతో నడక ప్రారంభించాడు 6వ రోజు నుండి.

మూడవది : గత 5 నెలల నుండి నిద్రలేమితో, మానసిక స్థిమితము లేక బాధపడుచున్నాడు. అట్టివాడు క్రమక్రమంగా కోలుకొనుచున్నాడు. వారం దినాలలో. 7 చక్రాలపై వెన్నెముక ద్వారా చలనం కల్గించి, నరాల బలహీనతకు చికిత్స ప్రారంభించారు. ఆహార విహారాలలో మార్పు తెచ్చి రోగికి ఆత్మ విశ్వాసాన్ని కల్గించారు.

ఇలా అనేక మందికి ప్రకృతి చికిత్స జరుగుచున్నది. శారీరిక, మానసిక, చర్మ రోగాలకు, వ్యసన విముక్తికి చికిత్సలు అత్యంత ప్రతిభావంతంగా నిర్వహించబడుచున్నాయి.

నేటి రోజులలో పది దినాలకు చికిత్స, నివాసము, భోజనానికి కలిపి రూ. 4000/– లు మాత్రమే వసూలు చేయుట, సేవా ధర్మానికి తిరుగులేని ఉదాహరణ.

ఈ విధంగా గురు ఆకాంక్షలలో, యుగపరివర్తన కార్యక్రమంలో భాగంగా ప్రకృతి చికిత్సా విభాగాన్ని పునర్జీవింపచేయుట ముదావహం.

గోశాల నిర్వహణ - గో సంరక్షణ :

సురభితో ప్రారంభమైన గోశాలలో. సురభి 20 బిడ్డలకు జన్మనిచ్చింది. నేడు అనేకమంది దానమిచ్చుటచే దాదాపు సంఖ్య 100 గోవులకు చేరుకున్నది. అన్నీ దేశవాళి గోవులే. మంచి పాలసార ఉన్న గోవులను ఎంచుకొని, పాల ఉత్పత్తిని పెంచుతూ సగటు పాల ఉత్పత్తిని పూటకు 3 నుండి 4 లీటర్లకు చేర్చారు. గోమయాన్ని గోబర్ గ్యాసు ప్లాంటు ద్వారా ఆశ్రమ వంటశాలకు వినియోగించుచున్నారు. నేడు రోజుకు వెయ్యి కిలోల గ్యాసు ఉత్పత్తి జరుగుచున్నది. తద్వారా ఆశ్రమానికి రోజు రూ. 800/– ఆదా జరుగుచున్నది.

ఆవు నేతిని కిలో రూ. 1200/–లకు విక్రయించుచున్నారు. పాలను లీటరు రూ. 40/–లకు అమ్ముచున్నారు. గోమూత్రంతో అరకును తయారు చేసి, తద్వారా దానిని వాడుచున్న వారిలో రోగ నిరోధక శక్తిని పెంచుచున్నారు. అట్లే దాదాపు 60 పై చిలుకు వ్యాధులకు ప్రకృతి సిద్ధముగా వ్యాధి నివారణ జరుగుచున్నది.

గోబర్ గ్యాస్ ప్లాంట్లు నుండి వెలికి వచ్చిన పేడతో వర్మి కంపోస్టును తయారుచేసి, పూల తోటలకు, పండ్ల తోటలకు, గృహములలోని పూల చెట్లకు, పెరటి పూల మొక్కలకు, కూరగాయల మొక్కలకు ఎరువుగా విక్రయించి, రసాయనిక ఎరువుల వినియోగాన్ని తగ్గించి వాతావరణ కాలుష్య నివారణకు, భూసారాన్ని పెంచుటకు తోడ్పడుచున్నారు.

పై రీతిలో ఊహకందని విధంగా నలుబది లక్షల రూపాయల సాలుసరి ఆదాయాన్ని గోశాల నుండి పొందుట యదార్థం. నేటి రైతులకు కనువిప్పు కల్గించెడి కఠోర సత్యం గోవు పశువు కాదు. కుటుంబానికి, గో పోషకుల పాలిట కన్న తల్లి అనెడి మనజాతి యుగయుగాల విశ్వాసాన్ని నిజం చేసింది. గాయత్రీ సేవాధాం సేంధ్వా! సాలుసరి ఖర్చు ఇరువది లక్షల రూపాయలు.

చనిపోయిన గోవును, ఉప్పు, సున్నంలతో కలిపి భూమిలో పాతిపెట్టి, కొంత కాలానికది జీవాణువులను ఉత్పత్తి చేసి భూసారాన్ని పెంచుటకు తోడ్పడుతుంది.

పై రీతిలో వాతావరణ సంరక్షణకు గోమాత సహకరించుచున్నది.

మూడవది గురుకుల పాఠశాలల ఏర్పాటు :

రమారమి మూడు వందల మంది బాలబాలికలను చిన్న వయస్సులో చేర్చుకొని 8వ తరగతి వరకు, గురుకుల పద్ధతిలో విద్య నేర్పుట విశేషము. వీరికి ఆర్ష సంస్కృతి, జీవన విధానాన్ని చిన్న నాటి నుండే నేర్పుచున్నారు.

పాఠ్యాంశాలు :

1) శ్రమను గౌరవించుట.
2) స్వావలంబన జీవన లాభాలు, మెళకువలు, ఆర్థిక సంయమనం, సమయ సంయమనం, వాక్ సంయమనముల గురించి బోధించుట వాని ఆచరణ.
3) బాల పురోహితుల తయారుచేసి మనిషిలో బ్రాహ్మణత్వాన్ని మేల్కొలిపి జాగృతం గావించుట.
4) త్యాగనిరతికి అర్థము చెప్పి, తదనుగుణ జీవన విధానాన్ని తెలియజెప్పుట ఆచరింపజేయుట
5) నిత్య జీవనంలో యమ నియమాల ప్రాధాన్యతల తెలిపి, వానిని ఆచరణలో ప్రవేశింపజేయుట.

ప్రతి సంవత్సరము 90 మంది బాల పురోహితులకు శిక్షణ నిచ్చి వారిని ప్రచారకులుగా తీర్చి దిద్ది ఒక్కొక్క గ్రామానికి 30 మందిని ఒకటోలిగా పంపి వారిచే ఇంటింటా దేవస్థాపనలు, యజ్ఞ క్రతువుల నిర్వహించుచున్నారు. తద్వారా యజ్ఞీయ జీవనాన్ని గ్రామాలలో పునర్జీవింపజేసి మరుగునపడిన భారతీయ సంస్కృతికి

పరస్పర అవగాహనతో మానవ సంబంధాలను వృద్ధి చేసుకోవచ్చు.

ప్రాణము పోయుచున్నారు. ఈ 30 మంది బాలపురోహితుల టోలి 3 పూటల 3 గ్రామాలను సందర్శించెదరు. కార్యక్రమానంతరం వాడు ఒక్కొక్కరు ఒక్కొక్క గ్రామస్తుని ఇంటిలో ఆతిథ్యం స్వీకరించాలి. దీనిని అతిక్రమించరాదు. ఈ విధంగా బాలలు గురుదేవులను ఇంటింటికి చేర్చెడి కార్యక్రమాన్ని చక్కగా నిర్వహించుచున్నారు. అట్లే వీరిననుసరించి ఒక పురుషుడు బ్రహ్మవిదుడు గ్రామ పారిశుద్ధతను వివరించి వారిలో సమాజం పట్ల వారి బాధ్యతల తెలియజెప్పుట వివరించుట జరుగుచున్నది. అట్లే ఒక స్త్రీ బ్రహ్మవాదిని, మహిళామండలిని ఏర్పాటు చేసి స్త్రీలకు, కుటుంబ నిర్మాణం, ఆరోగ్యం, కుటుంబపాలన, పోషణ, ఇంటి పరిశుభ్రతలపై తగిన శిక్షణతోపాటు బలివైశ్వ ప్రాధాన్యత, వాని ఆచరణల వివరించి తెలుపుచున్నారు. ఈ రీతిలో గ్రామస్థులలో వివేకాన్ని జాగృతం గావించుచున్నారు.

ఈ గురుకుల పాఠశాల ద్వారా, విద్యార్థుల తల్లిదండ్రులతో పాటు వారి బంధుమిత్రులకు కూడా గాయత్రీ పరివార్‌తో సంబంధ బాంధవ్యాలు ఏర్పడుచున్నవి. ఈ రీతిగా పరివార్ వ్యాప్తి చెందుచున్నది. ఆయా ప్రాంతాలలో – బాలల తల్లిదండ్రులే వారి వారి గ్రామాలలో గాయత్రీ యజ్ఞాలను, సంస్కారాలను ప్రోత్సహిస్తూ చేయూతనందించుట అత్యంత శ్లాఘనీయం.

పై విధంగా అతి చిన్న వయస్సులోనే బాలలకు సంస్కారయుత జీవన విధానాన్ని నేర్పించి వారిని భావి భారత సంస్కారయుత నేతలుగా తీర్చిదిద్దుచున్నారు. తద్వారా దేశానికి ఉత్తమ పౌరులను అందించుచున్నారు.

ఈ ఆశ్రమంలోని మందిరం చాలా చిన్నది. గోమాత సురభి అందించిన ప్రేరణననుసరించి అత్యంత చిన్నదైన గాయత్రీ మాత మందిరాన్ని నిర్మించారు. మూర్తిపూజల కన్నా సంస్కారములతో కూడిన వివేక జ్ఞాన సముపార్జనకు పెద్ద పీట వేయుట జరిగింది. యజ్ఞశాలలో ఒకే యజ్ఞకుండమున్నది. దీపయజ్ఞాలకు, జ్ఞాన యజ్ఞాలకు, ప్రాధాన్యత హెచ్చు. అట్లే మానవులలో దైవత్వ జాగృతికి ప్రాధాన్యత మెండు.

పరమపూజ్య పండిత శ్రీరామశర్మ ఆచార్య గురుదేవుల మరియు పరమ వందనీయ మాతా భగవతీ దేవిశర్మల ప్రేరిత సప్తసూత్ర ఆందోళన వ్యాప్తికై సఫలతకై తద్వారా యుగ పరివర్తనకై గాయత్రీధామ్ సేంధ్వాలో ఏర్పాటు చేయబడింది. గోసేవతో కూడిన గాయత్రీ మంత్ర సాధనల బలం తోడుగా చేసికొని, విజ్ఞానం ఆధారంగా గోవిజ్ఞానశాల, గురుకుల పాఠశాల ప్రకృతి చికిత్సాలయం మరియు ఆదర్శ గ్రామ అనుసంధాన కేంద్రములు ఇచ్చట ఏర్పాటు చేసిరి. పూజ్య గురుదేవులు తమ 14వ నంబరు వాఙ్మయంలో అందించిన జ్ఞానం ఆధారంగా ప్రకృతి చికిత్సాలయం ఇచ్చట దిగ్విజయంగా పనిచేయుచున్నది.

ఈ ఆశ్రమ లక్ష్యాలు :

1. స్వాస్థ శరీరం, ఉచ్చ మనస్సులతో కూడిన సభ్య సమాజ స్థాపన.
2. శరీరాన్ని దైవ మందిరంగా భావించి ఆత్మ సంయమనాన్ని పాటిస్తూ ఆరోగ్యాన్ని సంరక్షించుకొనుట.
3. ప్రకృతి చికిత్సా విధానాన్ని సామాన్య జన బాహుళ్యం వద్దకు చేర్చుట.
4. స్వావలంబన పద్ధతుల ప్రచారం.

ప్రతి నెల నిర్వహించెడి 10 దినముల చికిత్సా శిబిరంలో అందించెడి సేవలు.

1) ప్రాకృతిక చికిత్స 2) యోగ చికిత్స 3) ఆయుర్వేద చికిత్స 4) ఆక్యుప్రెషర్ చికిత్స 5) పంచగవ్య చికిత్స 6) అగ్నిహోత్ర 7) ఆహార చికిత్స 8) దర్పణ చికిత్స

ఆశ్రమభూమిలో రావి, మర్రి మరియు వేప మొక్కలను ఒకేపాదులో పెట్టి త్రివేణి వనాన్ని డ్రిప్ ఇరిగేషన్ పద్ధతిలో పెంచుచున్నారు.

– ఎ. వేణుగోపాలరెడ్డి

ఆహ్వానము

108 కుండముల గాయత్రీ మహాయజ్ఞం

స్థలం : గుంటూరు జిల్లా, శావల్యాపురం మండలం, ఘంటవారిపాలెం గ్రామం.

02.06.2012 న సాయంత్రం 4.00 గం॥లకు కలశయాత్ర, దీపయజ్ఞం

03.06.2012 న ఉదయం 9 గం॥లకు 108 కుండముల గాయత్రీ మహాయజ్ఞం

జాతి, మత, కుల భేదములు లేకుండా అందరూ ఆహ్వానితులే !

వివరములకు సంప్రదించండి :

పేరిశాస్త్రి & గాయత్రీ పరివార్ సభ్యులు

సెల్ : 9440668576

అసహనం ఒక వ్యక్తిత్వ లోపం.