

ఓం భూర్భువః స్వః తత్సవితుర్వరేణ్యం భర్గోదేవస్య ధీమహి ధియోయోనః ప్రచోదయాత్



యుగేశక్తి గాయత్రి



ఓం వందే భగవతీం దేవీం శ్రీరామంచ జగద్గురుం
పాదపద్మే తయోః శ్రిత్యా ప్రణమామి ముహుర్ముహుః

ప్రఖర ప్రజ్ఞ

సజల శ్రద్ధ

సంకల్పం - సంరక్షణ
వేదమూర్తి, తపోనిష్ఠ, పండిత
శ్రీరామ శర్మ ఆచార్య

శక్తి స్వరూపిణి
మాతా భగవతి దేవి శర్మ

ఓం నమః శ్రీరామకృష్ణ
డాక్టర్ ప్రణవ్ పండ్యా
సంపాదక యంత్ర
డాక్టర్ మారెళ్ళ శ్రీరామకృష్ణ
పొన్నూరు హైమవతీశాస్త్రి
ముక్కామల రత్నాకర్
డి.వి.ఆర్.మూర్తి
సాధన నరసింహాచార్య

సంపుటి 17 - సంచిక 04
సెప్టెంబర్ 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 వేదమూత గాయత్రి ట్రస్టు"
గాయత్రి చేతనా కేంద్రము
హెచ్.పి. రోడ్, మూసాపేట,
అశ్వినీ హౌస్ దగ్గర,
హైదరాబాదు - 500 018.

నైతికత - ఒక క్రమశిక్షణ

మనిషి బుద్ధిమంతుడు, బలవంతుడు, సంపన్నుడు కావడానికి ఆధారం పరస్పర సహకారం. మానవ ప్రగతికి మూలం సహకారం. అసలు సహకారం అంటే ఏమిటి అనేది ఆలోచించదగ్గ విషయం. కొంచం విశ్లేషిస్తే, స్వార్థానికి పరమార్థానికి మధ్య సమన్వయమే సహకారమని స్పష్టంగా తెలుస్తుంది. ఈ ప్రక్రియని అనుసరిస్తే సమృద్ధి, ప్రగతి చేకూరగల వాతావరణం ఏర్పడుతుంది. సమాజానికి ఉన్నతి, సంస్కృతికి మేరుదండం ఈ సహకారమే అనడంలో ఎటువంటి అతిశయోక్తి లేదు. ఈ సత్యవృత్తిని అవలంబించు కోవడానికి మొదటి షరతు మనిషిలో ఔదార్యం, సగటు స్థాయి సౌకర్యాలతో సంతృప్తి చెందడం నేర్చుకోవాలి, ఇతరులకు హితం చేయడంలో పీనాసితనం చూపించకూడదు. పక్కవారికి హాని తలపెట్టాల్సిన అవసరం రానంత వరకు తన పురోగతిని కోరుకోవచ్చు. నైతిక క్రమశిక్షణ అంటే ఇదే. మనిషి ఈ పరిధిలో జీవించడానికి, స్వేచ్ఛ అంగీకారాలు నెలకొల్పడానికే విశాలమైన ధర్మశాస్త్రం రూపొందించబడింది.

కొన్ని అలవాట్లు, సాంప్రదాయాలు, ఆచారాలు, పూజా విధానాలు మొదలైనవి ధర్మం అని భావిస్తారు. ధర్మమంటే అవి కావు. నీతిమంతుడే ధర్మాత్ముడు. ఆచారాలను, పూజా విధానాలను పాటించే వారిని పూజారులు అని మాత్రమే అనవచ్చు. ధర్మము, సహకారాల కలయికలోనే సమాజం యొక్క ప్రగతి ఆధారపడి ఉంది. నీతి, మర్యాదలను పాటించడమే ధార్మికత. వీటిని ఉపేక్షించిన చోట విచ్ఛలవిడితనం కొనసాగుతుంది. అరాచకత పెరుగుతుంది, సమాజ సంరచన చెల్లాచెదురువుతుంది. నీతి నియమాలలో కట్టుబడి ఉండాలని ఆధ్యాత్మిక క్రమశిక్షణ గట్టిగా నొక్కి వక్కాణిస్తుంది.

పత్రిక అందనివారు మరియు పత్రికకు సూచనలు, సలహాలు ఇవ్వదలచినవారు ఈ క్రింది సంబర్లను సంప్రదించగలరు.
ఫోన్ : 040-23700722, 94407 69798

మంచి పుస్తకం స్నేహితుడి లాంటిది

యుగేశక్తి గాయత్రి - సెప్టెంబర్ 2012

విషయ సూచిక

1. సంపాదకీయం : నైతికత - ఒక క్రమశిక్షణ	1
2. విషయసూచిక-సద్గురు వచనామృతం : నిరాశ తగదు	2
3. వేదమంత్రం : బ్రాహ్మణుల బాధ్యత	3
4. గాయత్రీ విద్య-24 : త్రాటకం	4
5. గాయత్రీ చిత్రావళి - 3 : పంచముఖములు, దశభుజములు కలిగిన మహాశక్తి	6
6. బాలల భవితకు బంగారుబాట-29 : మూలికా వైద్యం ముందుకు రావాలి	7
7. ధారావాహిక ప్రజ్ఞోపనిషద్ - ఆరవ అధ్యాయం (మొదటి ప్రకరణం) : సత్సాహస - సంఘర్షణ ప్రకరణం	8
8. పూజ్య గురుదేవుల శతసూత్ర కార్యక్రమం : 95-100 యుగ నిర్మాణానికి అధ్యాత్మిక ప్రాతిపదిక	9
9. పరమపూజ్య గురుదేవుల సుదీర్ఘయాత్ర-3 : భారత భాగ్య విధాత-2	10
10. వృద్ధాప్యం నియంత్రించడం సాధ్యమే	13
11. సూర్యసాధనా సంవత్సర ప్రత్యేకం : సూర్య స్నానం	15
12. బోధ కథ : గురుభక్తిని మించిన సాధన లేదు	16
13. ప్రగతిశీల స్వావలంబనం-2 : గ్రామ అభివృద్ధికి ఒక గొప్ప మార్గం	19
14. జీవించే కళ : కళాత్మక జీవన విధానం	22
15. కాలం అనేది ఒక నమ్మకం - ఒక భ్రమ	24
16. యువతకు ప్రత్యేకం : ఐశ్వర్యం - 5	25
17. ఆదిశక్తి యొక్క లీలా కథలు-27 : ఈ సాధనా అధ్యాత్మిక మనోవాంఛను సిద్ధింపజేస్తుంది	28
18. దృశ్యలోకంవలె అదృశ్యలోకం ఉన్నది	31
19. యజ్ఞ విజ్ఞానం : ఆ విధంగా యజ్ఞం చెయ్యి	34
20. భావసంవేదనల రసాయనశాస్త్రము	36
21. పూజ్య గురుదేవుల అమృతవాణి : విషమ పరిస్థితులలో నవయుగ నిర్మాణం	38
22. నా వారితో నా మాట : నవ సృజనకై పరివ్రాజకులకు ఆహ్వానం	42
23. ఆరోగ్యమే మహాభాగ్యం-22 : హోమియో వైద్య సేవ	44
24. సుభాషితాలలో సుధారస బిందువులు - 11	45
25. భద్రపథం - భాద్రపదం	47
26. నిత్యస్మరణీయులు - 9 : సమైక్యతా స్వాప్నికుడు సర్దార్ పటేల్-2	48

సద్గురు వచనామృతం

నిరాశ తగదు



భయం సందేహాలు నీ అంతఃకరణంపై అధిపత్యాన్ని నెరపుతున్నాయి. కనుకనే నీవు నిరాశతో ఉన్నావు. నీకు నీ యోగ్యతపై అవిశ్వాసం ఏర్పడింది. వైఫల్యం, దురదృష్టం అనే మానసిక ప్రవృత్తులు నిన్ను క్రుంగదీస్తున్నాయి మరియు ఆత్మ న్యూనతా భావం నీ మానసిక జగత్తులో తుఫానును రేపుతోంది, నిన్ను అస్తవ్యస్తం చేస్తున్నది. నకారాత్మక (negative) నిరుత్సాహ కరమైన ఆలోచనలలో నీవు మునిగి ఉన్నావు. గుర్తుంచుకో! ఏదో ఒక పనిని చేపట్టనంత వరకు నీవు నీ శక్తిని అంచనా వేయలేవు. తనలో పనిచేసే సామర్థ్యం ఉన్నదని తెలుసుకునేంత వరకు మనిషి తడబడుతూనే ఉంటాడు. నీకు బాగా నచ్చిన పనిని, నీ అంతరాత్మ చేయమని చెప్పే పనిని దృఢ సంకల్పంతో ప్రారంభించు, భయపడ వద్దు. సందేహాన్ని, అవిశ్వాసాన్ని దరిజేరనివ్వకుండా ప్రారంభించు, ప్రతి మనిషి ఏదో ఒక పని తప్పక చేయగలుగుతాడు. ధైర్యం కోల్పోకుండా ఉంటే విజయం తప్పనిసరిగా లభిస్తుంది.

జీవితం ఒక దీపం. ఆశా, విశ్వాసాల నూనెతో దీపాన్ని నింపితే దీపశిఖకు జీవం వస్తుంది. దీపకిరణాలు ప్రకాశిస్తాయి. నమ్మకం అనే నూనె ఆవిరైపోగానే దైన్యాలు సముద్రంలో మునిగి పోతావు లేదా మృత్యువు యొక్క శీతల కౌగిలిలో శాశ్వతంగా ఒదిగిపోతావు.

- అఖండజ్యోతి, నవంబరు, 1950

అనువాదం: సత్యనారాయణ గుప్తా

పండుగలు

సెప్టెంబర్ 2012

19-09-2012 వినాయక చవితి

అక్టోబర్ 2012

02-10-2012 మహాత్మాగాంధీ జయంతి

04-10-2012 మాతా భగవతీదేవిశర్మ జయంతి

13-10-2012 పండిత శ్రీరామశర్మ ఆచార్య జయంతి

24-10-2012 విజయదశమి

ప్రపంచమంతా నిన్ను వదిలిపెట్టినా నీతో ఉండేవాడే స్నేహితుడు

బ్రాహ్మణుల బాధ్యత

తీక్ష్ణియాంసః పరశోరగ్నేస్తీక్ష్ణతరా ఉత ।

ఇంద్రస్య వజ్రాత్ తీక్ష్ణియాంసో యేషామస్మి పురోహితః ॥

(అధర్వవేద 3/19/4)

భావార్థం : మేము పురోహితులము, మనుష్యులను క్రియా శీలురుగా, తేజస్వులుగా, పరోపకారులుగా, శక్తివంతులుగా తయారు చేస్తాము. ఎప్పుడు కూడా వారిని పతనం కానివ్వము.

సందేశం : బ్రాహ్మణుడు సమాజము, దేశములోని అన్ని శక్తులకు ప్రేరణ కేంద్రంగా భావించబడ్డాడు. సమాజంలోని క్షత్రియులు, వైశ్యులు, శూద్రులు, ఎవరైనా వారి శారీరిక, మానసిక, శీల సంబంధమైన ఉన్నతి యొక్క బాధ్యత అతనిదే. ప్రతి వ్యక్తి కర్మయోగియై, కర్తవ్య భావనతో సత్కర్మలలోనే మునిగిఉండాలి. ఆశలు, తృప్తులు, లాలసల, కోరికలలో చిక్కుకొని సంయమం లేని, నియంత్రణలేని జీవనశైలిని అనుసరించకూడదు. అతడు ఎల్లప్పుడు పురోగమించుటకు, ఉత్తమస్థితి పొందుటకు, ఉన్నతుడగుటకు, వికసించుటకు పురుషార్థములో నిమగ్నుడగుటకు సిద్ధం కావాలి. ఈ ప్రక్రియలో ఒకరికొకరు సహాయోగము సహకారములను అందించుకుంటూ ఉన్నతి పొందాలి. ఈ భావనను అభివృద్ధి చేసే బాధ్యత బ్రాహ్మణులపై ఉన్నది.

సమాజములో జ్ఞానము, కర్మ, భక్తిల నిరంతరధార ప్రవహించే టట్లు బ్రాహ్మణుడు సునిశ్చితం చేసుకోవాలి. చదువు జ్ఞానము అందరికీ సమానరూపంలో లభించాలి. ప్రజలు దురాలోచనలు, దుర్భావనల నుండి విముక్తి పొందుటకు స్వాధ్యాయము, సత్సంగము యొక్క ఏర్పాటు ఉండాలి. సత్యము-అసత్యముల, నీతి-అవినీతుల మధ్య తేడా తెలుసుకొనే వివేకబుద్ధి ప్రతిఒక్క వ్యక్తిలో ఉండాలి, వారు ఎల్లప్పుడు నలువైపులా మాధుర్యము, స్వచ్ఛత, నిరాడంబరత సజ్జనత్వ వాతావరణం రూపొందించాలి.

బ్రాహ్మణుల మరొక కర్తవ్యమేమిటంటే సమాజములోని ప్రతి ఒక్క వ్యక్తిలో భక్తి భావనను అణువణువునా నింపాలి. భక్తి తాత్పర్యము కేవలము పూజలు చేయడం, అష్టోత్తర శతనామాలు చదవడమే కాక ప్రపంచములోని కణకణములో రోమరోమములో ఈశ్వరుని శక్తి ఉన్నదనే దృఢ విశ్వాసము జాగ్రతమగుట. ఈ మహత్వపూర్ణ తత్వజ్ఞానమును తెలుసుకొని, అర్థం చేసుకొని ఆచరించినప్పుడే సమాజము, దేశము ఉన్నతి పొందుతాయి.

ఒకప్పుడు భరతవర్షములో స్వర్ణయుగం ఉండేది, బ్రాహ్మణులు తమ కర్తవ్యాన్ని పూర్తి శ్రద్ధ నిష్ఠలతో నిర్వర్తిస్తూ ఉండేవారు. ఆ కాలంలో ఈ దేశం జగద్గురువుగా కీర్తించబడేది, సమస్త విశ్వాన్ని తన జ్ఞాన ప్రకాశముతో కాంతివంతము చేసింది. నేడు తమను తాము బ్రాహ్మణులుగా చెప్పుకొనే వారు కొంచెము తమ లోపలికి తొంగిచూడండి, మీలో బ్రాహ్మణత్వపు అంశ ఎంత ఉన్నదో? ఈ మహాదేశం యొక్క ప్రస్తుత దుర్దశకు మూలకారణం బ్రాహ్మణత్వపు పతనమే. వీరిలో ఎక్కువమంది బ్రాహ్మణత్వాన్ని తమ వృత్తికి ఆధారం చేసుకున్నారు. వారి వృత్తిని కొనసాగించుకొనే ఉద్దేశ్యంతో మూడు నాలుగు మంత్రాలు బట్టి పట్టి వారి పనులు చూచుకుంటున్నారు. జనసామాన్యం కూడా తమ కష్టాలను తొలగించుకోవటానికి ఇవి పనికివస్తాయేమోనని విశ్వసిస్తారు. సమాజంలో జరిగిన ఈ పతనాన్ని ఆపాలి. సభ్య సమాజం నిర్మించాలి.

నిజమైన బ్రాహ్మణులే బ్రాహ్మణత్వపు ఈ పతనాన్ని ఆపగలుగుతారు, సభ్య సమాజాన్ని నిర్మించగలుగుతారు.



మహా మానవుడు దామియన్

ఒక ద్వీప సమూహంలోని చిన్న చిన్న ద్వీపాలలో ఆది వాసి జనసముదాయాలు నివసించేవి. ఆరోగ్య నియమాలు తెలియకపోవటం వలన ఆ ద్వీపాలలో కుష్టు రోగం బాగా ప్రబలింది. వీరి దుస్థితిని చూచి ఫాదర్ దామియన్ మానవ సేవకే తన జీవితాన్ని అంకితం చేయాలని నిర్ణయించు కున్నాడు. అక్కడ ఒక చిన్న కుటీరం, చర్చి, వైద్యాలయం నిర్మించుకున్నాడు. కేవలం చికిత్స మాత్రమే చేయక ఆ రోగులకు కావలసిన సాధనా సామాగ్రిని సమీకరించాడు. అచంచలమైన వీరి శ్రద్ధను సేవాభావాలను చూచి అనేకమంది కొత్త ఫాదర్లు కూడా తమ దృష్టికోణాన్ని మార్చుకుని వీరికి సహాయం చేయడానికి ముందుకు రాసాగారు. దామియన్ లాంటి మహామానవులు తాము ధన్యులయి ఇతరులను కూడా తరింపజేస్తుంటారు.

- ప్రజ్ఞాపురాణం నుండి

కష్టాలలో ఆదుకునేవాడే స్నేహితుడు



గాయత్రీ విద్య-24
త్రాటకం

త్రాటకం కూడా ధ్యానంలో ఒక అంగము. లేకపోతే త్రాటకంలోని ఒక భాగం ధ్యానమని చెప్పవచ్చు. అంతర త్రాటకం బాహ్య త్రాటకముల ఉపయోగం ఒక్కటే. మనస్సును ఏకాగ్రం చేయుటయే. కన్నులు మూసుకుని ఏదైనా వస్తువుని భావన చేసి దానిని ఆంతరిక నేత్రముల ద్వారా చూచే క్రియను అంతర త్రాటకమని అంటారు. గతంలో చెప్పిన 10 రకముల ధ్యానములు అన్ని అంతః త్రాటకములే. మెస్మరిజం తరహాలో అంతః త్రాటకం చేసే వారు కేవలం ప్రకాశబిందువుపై ధ్యానం చేస్తారు. దానికి ఏకాగ్ర (కొంచం) లాభమే కలుగుతుంది. ప్రకాశ బిందువుపై ధ్యానం చేయడం వల్ల మనస్సు ఏకాగ్రమవుతుంది. కాని ఉపాసన యొక్క ఆత్మ లాభం కలుగదు. అందువల్ల భారతీయ యోగులు ఎప్పుడు అంతః త్రాటకమును ఇష్ట ధ్యానరూపంలోనే ప్రయోగిస్తారు.

బాహ్య త్రాటకం యొక్క లక్ష్యం బాహ్య సాధన ఆధారంగా మనస్సును వశపరచుకుని చిత్త ప్రవృత్తులను ఏకీకరణ చేయుట. మనస్సు యొక్క శక్తి ప్రధానంగా నేత్రముల ద్వారా బయటకు వస్తుంది. దృష్టిని ఏదైనా విశేషమైన వస్తువుపై కేంద్రీకరించి అందు మనస్సును తన్మయతా పూర్వకంగా ప్రవేశింప చేయుట ద్వారా నేత్రముల ద్వారా వికీర్ణమగుచున్న (అటు ఇటు పోవుచున్న) మనోశేజం, విద్యుత్ ప్రవాహం ఒక స్థానంపై కేంద్రీభూతం కాగలవు. ఈ విధంగా పెరిగిన ఆకర్షణ శక్తి కలిగిన దృష్టిని “వేధక దృష్టి” అని అంటారు.

వేధక దృష్టితో ఏ వ్యక్తినైనా ప్రభావితం చేయవచ్చు. మెస్మరిజం చేసేవారు తమ నేత్రములలో త్రాటకం ద్వారా ఎంత విద్యుత్ ప్రవాహ ఉత్పన్నం చేస్తారంటే, అది ఎవరి శరీరంలో ప్రవేశిస్తే అతను వెంటనే స్పృహ కోల్పోయి, వశమవుతాడు. అలాంటి స్పృహలేని స్థితిలో లేదా అర్థ నిద్రావస్థలో అతడి మెదడు మేధక దృష్టి గలవాని వశంలోకి వస్తుంది. అతనిచే కావలసిన పనులు చేయించుకోవచ్చు. మెస్మరిజం చేసేవారు వ్యక్తులను తమ త్రాటకశక్తితో నిద్రపుచ్చి లేక అర్థ నిద్రావస్థలో నానారకాలుగా నాట్యం చేయిస్తారు. మెస్మరిజం ద్వారా సత్సంకల్పములు, దానం, రోగనివారణ, మానసిక రోగముల పరిమార్చిన మొదలైన లాభములు కూడా పొందవచ్చు. ఇంకా ఉన్నత స్థితికి వెళ్ళి అజ్ఞాత వస్తువులను తెలుసుకొనుట, ఇంకా ప్రకటింపబడని వార్తలను

తెలుసుకోవడం మొదలైన కార్యములు కూడా చేయవచ్చు. దుష్ట ప్రకృతిగల వేధకులు తమ దృష్టితేజంతో ఎవరైనా స్త్రీ లేదా పురుషుల మస్తిష్కంపై అధికారం సాధించి వారిని భ్రమింప చేయవచ్చు, ధన మానములను దోచుకోవచ్చు. కొందరు ఈ వేధక దృష్టితో గారడి చేసి ధనం సంపాదిస్తారు. ఇది ఈ మహాత్వపూర్ణ శక్తి యొక్క దురుపయోగమే.

వేధక దృష్టి ద్వారా ఇతరుల అంతఃకరణ లోపలి వరకు ప్రవేశించవచ్చు, వారి మనఃస్థితిని మనోగత భావాలను తెలుసుకోవచ్చు. వేధక దృష్టితో ఇతరులను ప్రభావితం చేయవచ్చు. నేత్రములలో అటువంటి అయస్మాత శక్తి త్రాటకం ద్వారా ఉత్పత్తి అవుతుంది. త్రాటకం చేసేటప్పుడు మనస్సు యొక్క ఏకాగ్రత తప్పనిసరి, దీనివల్ల మనస్సు చాలా వరకు వశంలోకి రావచ్చు.

1. ఒక మూర పొడవు ఒక మూర వెడల్పుగల కాగితాన్ని తీసుకుని దాని మధ్య సిరాతో ఒక రూపాయి అంత నల్లటి గుర్తు గుండ్రముగా చిత్రించాలి. సిరా ఎక్కువ తక్కువ లేకుండా సమానంగా ఉండాలి. దీని మధ్యలో ఆవగింజంత ఖాళీ ఉంచి దానిలో పసుపు రంగును నింపాలి. ఈ కాగితమును నాలుగు అడుగుల దూరంలో ఉంచి (గోడకు పెట్టుకోవచ్చు) నల్లని గుండ్రని సిరాగుర్తు మీ కంటికి ఎదురుగా ఉండేటట్లు చూసుకోవాలి.

సాధన చేసే గదిలో ఎక్కువ వెలుగు ఉండకూడదు. మరీ చీకటిగా ఉండకూడదు. ఆ గది మరీ వేడిగా ఉండకూడదు, మరీ చల్లగా ఉండకూడదు. ఒక ఆసనంపై, వెన్నెముక నిరారుగా ఉంచుకుని కూర్చోవాలి. నల్లని గోళం మధ్యలో ఉన్న పసుపు రంగు గుర్తుపై దృష్టిపెట్టాలి. చిత్తం యొక్క భావములన్నీ ఏకత్రితం చేసి ఆ బిందువును ఎలా చూడాలంటే మీ శక్తి అంతటిని నేత్రముల ద్వారా దానిలో ప్రవేశింప చేయాలనుకోవాలి. ఎలా ఆలోచించాలంటే నా తీక్షణ దృష్టితో ఈ బిందువును ఛేదించుచున్నాను. ఇలా కొంచెం సేపు చూడటం వల్ల కంటిలో నొప్పి వుట్టి, కంటి వెంబడి నీరు కారటం మొదలయినప్పుడు అభ్యాసం ఆపివేయాలి.

అభ్యాసం కొరకు ప్రాతఃకాలం మంచిది. మొదటిరోజు ఎంత సమయంలో కన్నులు అలసి నీరు కారటం మొదలయిందో చూచుకోవాలి. మరుసటి రోజు నుండి అర నిమిషమో, ఒక నిమిషమో పెంచుకుంటూపోవాలి.

స్నేహితులు లేని మనిషిని విశ్వసించకు

దృష్టి స్థిరమయినప్పుడు దానిలో రకరకాల ఆకృతులు కనిపిస్తాయి. అది ఒకసారి తెల్లగా, ఒకసారి బంగారం రంగుగా కనిపిస్తుంది. ఒకసారి చిన్నదిగా కనిపిస్తుంది. ఒక్కోసారి నిప్పు రవ్వలు ఎగురుతున్నట్లు కనిపించవచ్చు. ఒకసారి మేఘాలవలె కనిపిస్తుంది. ఈ రకంగా ఆకృతులు మారిపోతుంటాయి. కాని క్రమంగా దానిలో కనిపించే విభిన్న ఆకృతులు కనిపించడం ఆగిపోతాయి. చాలాసేపు చూచినప్పటికీ ఉన్నది ఉన్నట్లుగానే కనిపిస్తుంది.

2. ఒక అడుగు పొడవు, ఒక అడుగు వెడల్పుగల అద్దాన్ని తీసుకోవాలి. నలుపు రంగు కాగితమును గుండ్రముగా పావలా సైజు (25 పైసలు) లో కత్తిరించి అద్దం మధ్యలో అతికించాలి. ఈ నల్లని కాగితం మధ్యలో ఆవగింజంత పసుపురంగు పెట్టాలి. ఈ బిందువుపై దృష్టి పెట్టాలి. ముందు చెప్పిన అభ్యాసాన్ని రోజు ఒక్కొక్క నిమిషం పెంచుకుంటూ చెయ్యాలి. ఈ రకమైన దృష్టి స్థిరమయినప్పుడు అప్పుడు ఇంకా ముందు అభ్యాసములు మొదలవుతాయి. అద్దంపై అతికించిన కాగితాన్ని తీసివేసి అద్దంలో మీ ముఖం చూచుకుంటూ మీ ఎడమ కన్ను కంటిపాపపై దృష్టి నుంచి ఆ కంటి పాపలోని మీ ప్రతిబింబాన్ని ధ్యానపూర్వకంగా చూడాలి.

3. ఆవు నేతి దీపాన్ని వెలిగించి నేత్రముల ఎదుట సూటిగా నాలుగు అడుగుల దూరంలో ఉంచాలి. దీపకళిక అరంగుళం కన్నా తగ్గితే పెద్ద ఒత్తి వేసి దీపం వెలిగించాలి. తగినంత నేయి వేయాలి. రెపు వాల్చుకుండా ఈ అగ్నిశిఖపై దృష్టిపాతం చెయ్యాలి. తన నేత్రములలో ఉన్న జ్యోతి ఆ దీపశిఖలో కలిసిపోతున్నట్లు భావన చెయ్యాలి.

4. ప్రాతఃకాలంలో ఉదయించే బంగారు వర్ణం గల సూర్యుని గాని రాత్రిపూట చంద్రుని మీద కాని త్రాటకం చెయ్యవచ్చు. సూర్యుడు గాని చంద్రుడుగాని నడినెత్తున ఉన్నప్పుడు చేయకూడదు. ఎందుకంటే ఆ సమయంలో తల ఎత్తవలసి వస్తుంది లేకపోతే పడుకుని పైకి చూడవలసి వస్తుంది. ఈ రెండు స్థితులు హానికారకములు. అందువల్ల ఉదయించే సూర్యునిపై కాని, చంద్రునిపైగాని చెయ్యాలి.

5. త్రాటకం అభ్యాసం చేయటానికి స్వాస్థ్య (ఆరోగ్యకరమైన) కన్నులు అవసరం. నేత్రములు బలహీనముగా ఉన్నా నేత్ర రోగములు ఏవైనా ఉంటే అంతః త్రాటకం బదులు బాహ్య త్రాటకం చేసుకోవాలి. పాశ్చాత్య యోగులు బాహ్య త్రాటకం ఈ విధంగా చేస్తారు. అగ్ని శిఖను గాని, సూర్యుని, చంద్రుని మొదలైన ఏదైనా మెరుస్తున్న ప్రకాశమును 15 సెకండ్లు చూచి, కన్నులు మూసుకోవాలి, ప్రకాశవంతమైన ఆ వస్తువు నా ముందే ఉన్నదనే

ధ్యానం చేయాలి. తదేక దృష్టితో చూస్తూ ఇచ్చాకక్షిని కూడగట్టుకుని దానిలో దూరి దానిలో తిరుగుతున్నాను అని భావన చెయ్యాలి.

మీ వీలునుబట్టి, స్థితిని బట్టి, అభిరుచిని బట్టి ఈ త్రాటక పద్ధతులలో ఒకటి ఎన్నుకుని, దానిని నియమపూర్వకంగా, నియమిత సమయంలో చేసుకోవాలి. దీనివల్ల మనస్సు ఏకాగ్రం చెందుతుంది. దృష్టిలో వేధకత (penetration) పారదర్శకత, ప్రభావోత్పాదకతలు అభివృద్ధి చెందుతాయి.

త్రాటకం చేసిన తరువాత కళ్ళను పన్నీటితో (rose water) తో కడుక్కోవాలి. పన్నీరు లేకపోయినట్లయితే స్వచ్ఛమైన వడకట్టిన మంచినీటిని ఉపయోగించవచ్చు. కంటిని కడుక్కోవడానికి చిన్న గాజు కప్పులు ఇంగ్లీషు మందుల షాపులలో లభ్యమవుతాయి. అవి లభ్యం కాకపోతే ఒక చిన్న గిన్నెలో నీరు నింపి దానిలో కన్నును ముంచి కనురెప్పలు కదల్చడం వలన కన్నులను శుభ్రం చేయవచ్చు. త్రాటకం వల్ల కన్నులలో ఉత్పన్నం అయ్యే వేడిని ఇలా శాంతింపచేయవచ్చు. త్రాటకమును అభ్యసించడం వలన కలిగే మానసిక వేడిని తగ్గించుకునేందుకు పాలు, పెరుగు, లస్సీ, వెన్న, ఫలములు, షర్బత్, పటిక బెల్లం మొదలైన వాటిలో ఏదైనా పౌష్టిక వస్తువును ఋతువులను అనుసరించి తీసుకోవాలి. చలికాలంలో బాదం హల్వా, చ్యవనప్రాశ్, లేహ్యము మొదలైన వస్తువులను కూడా ఉపయోగించవచ్చు.

★★★

మెక్ డొనాల్డ్

మొదట్లో కెనడా తరచు ప్రతిదానికి పోట్లాడుకునే చిన్న చిన్న రాష్ట్రాల సమూహంగా ఉండేది. ఈ తగాదాల వల్ల తరచు అందరికీ హాని కలుగుతుండేది. ఇటువంటి పరిస్థితులలో ఆ దేశాన్ని ఏకసూత్రంతో కలిపి, క్రమశిక్షణ తోను, నియమపాలనతోను నడిపించడానికి మెక్ డొనాల్డ్ అనే ఆయన తీవ్రమైన కృషి చేశాడు. ఆయన ఉన్నత కుటుంబంలో జన్మించనూ లేదు, ఉన్నత విద్య అభ్యసించనూ లేదు. ప్రతిభను చూస్తే అది కూడా పెద్దగా లేదనే చెప్పాలి. కాని సరళమైన మృదు వచనాలు, మంచితనం ఉన్న ఈయనను అందరూ గౌరవిస్తారు. ఆ దేశం యొక్క నిరంతరం ఔన్నత్యం వైపు నిరంతరం కృషి చేసిన ఈయన వ్యక్తిత్వం ఎంత గొప్పదంటే పరమ విరోధి కూడా పాదాక్రాంతుడయ్యేవాడు. గొప్ప సంపదలు సాధించలేని చమత్కారాలు మంచి వ్యక్తిత్వంతో, మధుర భాషణతో చేయవచ్చునని నిరూపించిన మహానీయుడే మెక్ డొనాల్డ్.

- ప్రజ్ఞాపురాణం నుండి

మానవ సంబంధాలలో లౌక్యం ప్రధాన పాత్ర వహిస్తుంది

పంచముఖములు, దశభుజములు కలిగిన మహాశక్తి



గాయత్రీ యొక్క శక్తి గతి, క్రియ-ప్రతిక్రియ చూసి సూక్ష్మ దర్శనమైన ఋషులు ఆమెకు పంచముఖి, దశభుజరూపమును ఇచ్చారు. పంచతత్త్వములతో తయారైన శరీరము, పంచ ప్రాణములు, పంచ ఉపప్రాణములు, పంచ తన్మాత్రలు, పంచ యజ్ఞములు, పంచాగ్నులు, పంచ క్లేశములు ఆదిగా గల అనేక పంచకముల రహస్యము, మర్మము, తత్త్వ జ్ఞానము గాయత్రీ ముఖము నుండి వెలువడుతుంది. విశ్వవ్యాప్తమైన సమస్యల పరిష్కారమునకై గాయత్రీ యొక్క పంచాంగములలో సమస్త జ్ఞాన విజ్ఞానములుండుట చూసి ఋషులు ఆమెను పంచముఖిగా చిత్రించారు.

పంచముఖముల రహస్యము తెలిసిన సాధకుడు తన ప్రాపంచిక జీవితంలో ఆరోగ్యము, ధనము, విద్య, చాతుర్యము, సహకారము పొందుతాడు, ఆత్మిక క్షేత్రములో ఆత్మజ్ఞానము, ఆత్మ దర్శనము, ఆత్మానుభవము, ఆత్మలాభము, ఆత్మ కళ్యాణములకు అధికారము పొందుతాడు. ఐదు ప్రాపంచిక లాభాలు గాయత్రీ యొక్క ఎడమ చేతులుగా, ఐదు ఆత్మిక లాభాలు ఆమె కుడి చేతులుగా భావించాలి. దశభుజ గాయత్రీ చిత్రణ దీని ఆధారంగానే జరిగింది. ఎలాగైతే తూర్పు పడమరలు మొదలైన దిశలు ఉంటాయో, అలాగే జీవన వికాసానికి కూడా పది దిశలు ఉంటాయి. మాత యొక్క పది చేతులు ఆ పది దిశలలో సమున్నతిని కలుగజేస్తాయి.

పంచముఖి, దశభుజ గాయత్రీ యొక్క వర్ణన ఒక భావనా చిత్రము. గాయత్రీ యొక్క శక్తి మహిమ, ప్రతిక్రియ మానవ జీవితంలో ఏ విధంగా ప్రకటిత మవుతున్నాయో దానిలో ఎన్ని విధాలైన రహస్యములు దాగి ఉన్నవో తెలియజేసే ఒక అలంకారిక రూపమని తెలుసుకోవాలి. వాస్తవానికి మాత శక్తి స్వరూపిణి, ఆమెకు ఏ రూపము లేదు. ఆమె శబ్దము, రూపము, పంచభౌతిక తత్త్వములకు అతీతము. ధ్యానము ద్వారా ఆమెను మనము మనవైపు ఆకర్షించుకొనుటకై ఏదైనా రూపము, ప్రతిమను ధారణ చేయవచ్చు.

గాయత్రీకి పంచముఖములు, దశభుజములు మాత్రమే కాదు, ఆమెకు సహస్ర నేత్రములు, సహస్ర కర్ణములు, సహస్ర పాదములు, సహస్ర కరములున్నవి. ఆమెను సర్వవ్యాపిని, అంతర్యామిని, సర్వశక్తిశాలి, మహామహిమామయిగా తెలుసుకోవాలి. దీనికి సంబంధించిన జ్ఞానవిజ్ఞానములు సముద్రమంత అగాధము. సామాన్య మనుష్యుని బుద్ధికి గాయత్రీ లోతుల తెలుసుకొనుట అసాధ్యం. ఎవరు మాత యొక్క కృపాపాత్రులో అతనికే అన్ని రహస్యములు ప్రకటితమవుతాయి.

- అనువాదం : డా॥ తుమ్మారెడ్డి

ప్రతి జీవికి జీవితంలో పరిణితి రావాలి



మూలికా వైద్యం ముందుకు రావాలి

దాయమ్మి పేదరాలు. దురదృష్టవంతురాలు. కొడుకు పుట్టిన మూడు నెలలకే భర్త మరణించాడు. నాలుగు ఇళ్ళల్లో పాచిపని చేస్తూ కొడుకును పెంచుకుంటోంది. అష్టకష్టాలు పడి కొడుకును బడికి పంపించింది. గారాబంగా పెరిగిన కిరణ్ తల్లి మాటను లెక్క చేయకుండా చెడు స్నేహాలు చేశాడు. వారి వల్ల మత్తు పదార్థాలకు అలవాటుపడ్డాడు. తల్లిరెక్కలు ముక్కలు చేసుకుని సంపాదించిన ధనాన్ని బెదిరించి లాక్కుపోయేవాడు. దాయమ్మి కిరణ్ కు ఏమి చెప్పలేక, చూస్తూ ఊరుకోలేక కుమిలిపోసాగింది. ఆమె బాధను ఆర్చేవారు, తీర్చేవారు లేరు.

కిరణ్ కు చదువు అబ్బలేదు సరి కదా రోజు రోజుకు దురుసుగా తయారవుతున్నాడు. తాగడానికి డబ్బులు ఇవ్వడం లేదని తల్లిని కొట్టడం కూడా మొదలుపెట్టాడు. మత్తు పదార్థాల వల్ల శరీరం కృశించిపోయింది. పూర్తిగా బలహీనపడిపోయాడు. ఏమీ చేయలేని స్థితిలో తల్లి తల్లడిల్లిపోతోంది. 20 సంవత్సరాల వయస్సు వచ్చేసరికే 60 ఏళ్ళ వృద్ధుడుగా తయారైన కొడుకును చూచి కంటికి కడివెడుగా దుఃఖించడం తప్ప పాపం దాయమ్మి ఏం చేయగలదు!

ఒకనాడు కొడుకు స్నేహితులతో కలసి బయటికి పోయాడు. దాయమ్మి బయట కూర్చుని వెక్కివెక్కి ఏడుస్తోంది. అదే సమయంలో ఒక కోయదొర వచ్చాడు. దాహం దాహం అన్నాడు. గ్లాసెడు మజ్జిగ ఇచ్చి త్రాగించింది దాయమ్మి. దాయమ్మిని చూసి ఆమె బాధకు కారణం అడిగి తెలుసుకున్నాడు. తన కొడుకు సంగతి అంతా చెప్పి దాయమ్మి భోరున ఏడ్చింది. కోయదొరకు జాలివేసింది. దాయమ్మికు ధైర్యం చెప్పాడు. “రేపు నీ కొడుకును తీసుకుని మా గూడేనికి రా! అతనిని మార్చివేసి బాగుచేసే బాధ్యత నాది” అని గట్టిగా చెప్పి వెళ్ళాడు.

మరునాడు దాయమ్మి కొడుకుతో “నాయనా! ఇంట్లో వంట చేయడానికి ఏమీలేవు. ప్రక్క ఊరిలో మన బంధువుల ఇంట్లో పెళ్ళి ఉంది. ఇద్దరం అక్కడికి పోయామంటే ఈ రోజుకు కడుపు నిండా తిండి తినవచ్చు. వీలైతే అక్కడకు వచ్చిన బంధువుల్లో మంచి అమ్మాయిని చూసి నీకు కూడా త్వరలో పెళ్ళి చేస్తాను

పోదాం పద” అని నచ్చచెప్పింది. అమ్మతో కలసి ఆనందంగా బయలు దేరాడు.

ఇద్దరు కలసి కోయగూడెం చేరుకున్నారు. కోయదొరను చూస్తూనే కిరణ్ భయపడిపోయాడు. పెళ్ళికి అని చెప్పి ఇక్కడకు తీసుకుని వచ్చావేంటి? అని అమ్మపై విరుచుకుపడ్డాడు. కోయ దొర మెల్లగా అతన్ని బుజ్జగిస్తూ దగ్గరకు పిలుచుకున్నాడు. ఆ మాటా ఈ మాటా చెప్పి నీకు మంచి మత్తును కలిగించే మందును ఇస్తానంటూ ఏదో మూలికల పసరును తాగించాడు. అది తాగుతూనే కిరణ్ గాఢమైన నిద్రలోకి జారుకున్నాడు. నిద్రలో రకరకాల కలలు రాసాగాయి. ఏదో కొత్త లోకంలో విహరిస్తూ ఉన్నట్లు అనుభూతిని పొందాడు. మెలకువ రాగానే ఆలోచనల్లో మెల్లమెల్లగా మార్పు రాసాగింది. భయం వల్లనో, భక్తి వల్లనో చెప్పలేం కాని కిరణ్ కోయదొర చెప్పినట్లు చేస్తున్నాడు. రకరకాల ఆకు పసరులు తాగించాడు. ఏవో గింజలను అరగదీసి కళ్ళల్లో కాటుకపెట్టాడు. ఈ విధంగా 10 రోజులు గడిచేసరికి కిరణ్ ఆరోగ్య పరిస్థితి బాగు పడింది. ప్రతి చిన్న విషయాన్ని సక్రమ మార్గంలో ఆలోచించడం మొదలుపెట్టాడు. కోయదొర దాయమ్మికి నచ్చచెప్పి ఇంటికి పంపించి వేశాడు. మూడు నెలలపాటు కిరణ్ ను తన దగ్గరే ఉంచుకున్నాడు. మంచి మాటలు చెప్తూ మూలికా వైద్యాన్ని నేర్పించాడు. మూలికల మహత్తును వివరించాడు.

చూస్తూ ఉండగానే కిరణ్ మూలికల రహస్యాలను తెలుసు కున్నాడు. శారీరకంగాను, మానసికంగాను బాగుపడ్డాడు. తీర్చిదిద్దబడిన వ్యక్తిగా, మూలికా వైద్యునిగా తయారు చేశాడు కోయదొర. ఒకనాడు కిరణ్ ను వెంటబెట్టుకొని దాయమ్మి దగ్గరకు వచ్చాడు. యోగ్యుడుగా తయారైన కొడుకును చూచిన దాయమ్మి కళ్ళ వెంట ఆనంద భాషాలు జలజలరాలిపడ్డాయి. మనం చేసే చిన్న సహాయం భవిష్యత్తులో పెద్ద రూపంలో తిరిగివస్తుంది.

కం|| మూలికలందున దాగిన మౌలిక విషయాలనన్ని మర్మములేకన్ మూలముతోడుతదెలిపిన కాలము కన్పించుచుండె కాంచుము బాలా!

- మధుర కవయిత్రి, పొన్నూరు హైమవతీ శాస్త్రి

ఒక లక్ష్యం సాధించటానికి చాలా కష్టపడాలి

సత్సాహస - సంఘర్షణ ప్రకరణం

అజ్ఞానం చాప్యభావశ్చ శ్రేణ్యామస్యాం నిరూపితే ।
దేవాస్త్రయోజ్ఞాన కర్మోదార్యానాం ఏవతే ॥ 22

అవినీతి యొక్క శ్రేణులలో అజ్ఞానం, అభావము కూడా చెందుతాయని నిరూపించబడినది. జ్ఞానము, కర్మ, ఔదార్యము అనేవి దేవతాశక్తులైతే, అజ్ఞానము, అభావము, అన్యాయము అనేవి రాక్షసశక్తులు. వీటి మధ్య నిరంతరం పోరాటం జరుగుతుందని వేదశాస్త్రాలు తెలుపుతున్నాయి.

అజ్ఞాన మధ సోభావోన్యాయశ్చేత్రమోఽసురాః ।
విద్యంతేనాదికాలాచ్చ యుద్ధ్యంతేతు త్రయస్త్రిభిః ॥ 23

అనాదిగా దేవాసుర సంగ్రామం జరుగుతున్నట్లే అజ్ఞానానికి జ్ఞానానికి, భావము (సత్తు) అభావముల (అసత్తు) మధ్య, న్యాయము, అన్యాయముల మధ్య నిత్యం యుద్ధం జరుగుతుంది. మంచికి, చెడుకు మధ్య, దైవశక్తికి, దానవశక్తికి నిరంతరం పోరాటం జరుగుతూనే ఉంది. రాక్షసశక్తి ఎంత బలీయమైనప్పటికీ, చివరకు జయం న్యాయానిదే, దైవానిదే.

దైవాసురస్తు సంగ్రమ ఏష ఏవాస్య హే మునే ।
ధర్మక్షేత్రే కురుక్షేత్రే, మహాభారతస్యతు ॥ 24

ఓ మహామునీ! మానవ జీవితానికి ప్రతీక మహాభారత ఇతిహాసం. పంచేంద్రియాలకు ప్రతీక పాండవులు. 'మనస్సు' కు ప్రతిరూపమే ద్రౌపది. ఆ ఇంద్రియాలు, మనస్సులు పవిత్రంగా కర్తవ్య దీక్షను చేపట్టినప్పుడు కష్టకాలంలో దైవశక్తి రూపంలో శ్రీకృష్ణ పరమాత్ముని సహాయం లభిస్తుంది. మనస్సు దృఢతరాస్థ్రుడు, గాంధారివలే అన్యాయం జరుగుతున్నా కళ్ళు మూసుకుంటే, భీష్మ ద్రోణాదుల వలే ఇతర ఇంద్రియాలు పనిచేయకుండా మౌనం వహిస్తే, వంద మంది కౌరవుల వంటి అవయవాలకు, శకుని వంటి దుర్బుద్ధి తోడుగా నిలచి ఉంటే, తప్పుకుండా అది వంశ నాశనానికే దారితీస్తుంది. అదే సత్యాన్ని మహాభారతం బోధిస్తోంది. 'భగవద్గీత' (భగవంతుని ఆదేశం) మొదలయ్యేది ఇదే శ్లోకంతో ధర్మక్షేత్రే కురుక్షేత్రే...

సాధనా సమరస్యేతే సంతి యోద్ధార ఏవయే ।
యోధవ్యం తైః సదైవాత్ర యుద్ధాత్ ఏ విరమంతి చ ॥ 25

నిత్యం బుద్ధికి ఇంద్రియాలకు మధ్య జరిగే పోరాటమే ఒక మహాయుద్ధం లాంటిది. మనస్సు ధృఢంగా ఉంటే ఇంద్రియాలు

అదుపులో ఉంటాయి. మనస్సు, చంచలమైన ఇంద్రియాల ఆకర్షణకు ఏమాత్రం గతి తప్పినా, ఇంద్రియాలు మనస్సుపై ఆధిపత్యం చేసే ప్రమాదముంటుంది. అర్జునుని మనస్సు "బాంధవ్యం" (తాతలు, తండ్రి సమానులు, గురువులు, సోదరులు అనే బంధుత్వ భావన) అనే బంధానికి లోనయ్యి, "నేను యుద్ధం చేయలేను" అని చతికిలబడినప్పుడు, శ్రీకృష్ణ పరమాత్మ చేసిన కర్తవ్యబోధనే భగవద్గీత.

భత్సర్యానాం తేలభంతేచ మోహగ్రస్తో యధార్జున ।
వాంఛన్నపిన వైకశ్చిత్ సంఘర్షాత్ద్వార మావ్రజేత్ ॥ 26

మోహంతో కూడిన అర్జునునకు కర్తవ్యతా బోధను చేసి, అర్జునుడు కేవలం సాధనం మాత్రమే, చేయించేవాడు శ్రీకృష్ణ భగవానుడు చేసేది "విధి లీల". బాణం ఏ విధంగా ధనస్సు నుండి దూసుకుపోతూ, నిశ్చలంగా లక్ష్యంవైపే వెళుతుందో, అట్లే మనస్సు కూడా అతీంద్రియశక్తిగా మారినప్పుడే పాపాలను, రాక్షస శక్తిని, అధర్మాన్ని జయించే వీలుంటుంది. లేకుంటే వాటికి లోబడే అవకాశం ఉంటుంది.

మక్షికా, మసకా యూకా మత్కుణా మూషకాదయః ।
వృశ్చికాదయ ఏతేఽస్మాన్ వివశాన్ కుర్వతే భృశమ్ ॥ 27

ఈగలు, దోమలు, ఎలుకలు, తేళ్ళు, పాములు వంటి జీవులు మనిషి అప్రమత్తంగా లేనప్పుడు కుట్టి హానికలిగించే పనిచేస్తాయో అలాగే 'అరిషడ్వర్గాలు' (కామ, క్రోధ, లోభ, మోహ, మద మాత్సర్యాలు) ఇంద్రియాలను లోబర్చుకునే లక్ష్యంతో అవకాశం కొరకు ఎదురుచూస్తాయి. బుద్ధి లేదా మనస్సు చలించకుండా ఉన్నప్పుడు అవి ఏమీ చేయవు.

ఆత్మరక్షా ప్రకర్తంతాన్ దూరీకర్తుం మహామునే ।
ఆక్రంత్రాన్ సాహసం గ్రాహమిత్యం సర్వత దృశ్యతే ॥ 28

ఓ మహామునీ! ఆ ఆకర్షణలకు దూరంగా ఉంటూ, ఆత్మరక్షణ చేసుకోవాలి. ఇంద్రియాల దురాక్రమణ సర్వత్రా, సర్వ కాలావస్థల యందు జరిగే అవకాశం ఉంది. కాబట్టి మనస్సును నిగ్రహించుకునే సాహస స్థైర్యంతో కూడిన బుద్ధిని అలవర్చుకునే ప్రయత్నం చెయ్యాలి.

- సాధన నరసింహాచార్య

ఎటువంటి పరిస్థితులున్నా విజయం సాధించాలి

యుగనిర్మాణానికి ఆధ్యాత్మిక ప్రాతిపదిక

యుగనిర్మాణానికి ప్రాతిపదిక రాజకీయం కాదు. సామాజికం కాదు అది ఆధ్యాత్మికం. యుగ నిర్మాణం ఒక మహత్తరమైన కార్యం. దానిని ఆధ్యాత్మిక స్థాయిలోనే చేపట్టవలసి ఉంటుంది. ఆధ్యాత్మికస్థాయిలో చేసే ప్రయత్నాలలో ఉండే శ్రద్ధ, భావన, తత్పరత, గాంభీర్యం రాజకీయ, సామాజిక స్థాయిలలో చేసే సంస్కరణ ప్రయత్నాలలో ఉండడం సాధ్యపడదు. కనుక మనం ఈ స్థాయి నుండే పని ప్రారంభించాలి.

కనుక మనమంతా ఉపాసన, తపశ్చర్య, ఆధ్యాత్మిక భావనలతో ఉప్పొంగిపోవాలి. యుగనిర్మాణ యోజనతో సంపర్కం లోనికి వచ్చే ఇతరులను కూడా ఈ భావనలతో ప్రభావితం చేయాలి. మన సంస్కరణ ఉద్యమం ఆధ్యాత్మిక లక్ష్య సాధనకు ఒక సాధనం మాత్రమే. కనుకనే, సాధనతోపాటు లక్ష్యాన్ని కూడా దృష్టిలో పెట్టుకోవడం తప్పనిసరి. మన ఆరు ఆధ్యాత్మిక కార్యక్రమాలు ఇవి.

గాయత్రీ ఉపాసన

గాయత్రీ మహామంత్రం నుండియే సంస్కృతి ఉద్భవించింది. ఆ మహామంత్రంలో జీవనంలో ఉత్కృష్టతకు, ఉన్నతికి అవసరమైన విద్యలన్నీ బీజరూపంలో ఉన్నాయి. భావనలను, ప్రవృత్తులను సన్మార్గంవైపు మళ్ళించడమే మన ప్రధాన లక్ష్యం. ఇందుకు ఆధారం గాయత్రీలో ఉంది. అంతఃకరణను ఆ దిశకు త్రిప్పే శక్తి గాయత్రీ ఉపాసనలో ఉంది. కనుక, గాయత్రీ సర్వతోముఖం, విశ్వవ్యాప్తం, మానవీయం అయిన ఉపాసన. ఆ గాయత్రీ ఉపాసన కోసం మనం ప్రతిరోజు నియమబద్ధంగా కొంత సమయాన్ని కేటాయించాలి. అది అయిదు నిమిషాలు అయినాసరే. 108 మార్లు గాయత్రీ మంత్రాన్ని జపించడానికి సుమారుగా అంతే సమయం పడుతుంది. మన ఇంటిలో, మన కుటుంబంలో, మన బంధువర్గంలో, మన సమాజంలో, మన పరిచయంలోనికి వచ్చిన వ్యక్తులలో గాయత్రీ ఉపాసనపట్ల శ్రద్ధ కలిగించడానికి మనం ప్రయత్నించాలి. ఏ ఉపాసన చేసే వ్యక్తులయినా, దానితోపాటు గాయత్రీ జపం చేయవచ్చు.

యజ్ఞం అత్యవసరం

గాయత్రీ సత్వీంతనకు, సద్భావనకు ప్రతీక. అలాగే, యజ్ఞం సత్కర్మలకు ప్రతినిధి. మనకు ఇష్టమైన పనులను లోకహితం కోసం నిరంతరం సమర్పిస్తూ ఉండాలనే ప్రేరణయే యజ్ఞీయ ప్రేరణ. మన జీవితమే ఒక యజ్ఞంగా మారాలి. ఈ భావనను సజీవంగా, చైతన్యవంతంగా నిలిపి ఉంచడం కోసం యజ్ఞ ప్రక్రియకు దైనిక జీవనంలో ఉపాసనాత్మకమైన స్థానం ఇవ్వబడుతోంది. మనం ప్రతినిత్యం యజ్ఞం చేయాలి. విధి విధానం ప్రకారం యజ్ఞం చేయడం కుదరకపోతే అయిదు అన్నం మెతుకులు గాయత్రీ మంత్రం చెప్తూ అగ్నిహోత్రంతో హోమం చేయవచ్చు. నేతి దీపం, అగరుపత్తులు వెలిగించడం కూడా యజ్ఞవిధికి ఒక రూపం. పైన చెప్పిన పద్ధతులలో దేనినైనా అనుసరించి యజ్ఞ క్రమాన్ని కొనసాగించాలి. ఈ యజ్ఞ ప్రక్రియను మాత్రం మన పరివార్లోని ప్రతి గృహంలోను తప్పనిసరిగా చేయాలి.

సమయదానం

ఇతరులను ఆలోచనాపరులుగా చేయడానికి, యుగనిర్మాణ భావనలను తనవరకే పరిమితం చేసుకోకుండా ఇతరులకు అందించడానికి మనం నియమబద్ధంగా సమయదానం ఇవ్వాలి. జనసంపర్కంకోసం సమయాన్ని కేటాయించాలి. మిత్రులతో, బంధువులతో, పరిచయస్థులతో, అపరిచితులతో సంపర్కాన్ని నిలిపి ఉంచుకోవడానికై అప్పుడప్పుడు వారి ఇళ్ళకు వెళ్ళాలి. యుగ సాహిత్యాన్ని వారికి అందించాలి. మన మిషన్ గురించి వారితో చర్చించాలి. ఈ విధంగా మన సంపర్క క్షేత్రంలో వెలుగులు వెదజల్లడానికై మన సమయంలో కొంత భాగాన్ని విధిగా కేటాయించాలి.

ఆత్మచింతన, సత్సంకల్పం

ప్రతిరోజు నిద్రలేచే సమయంలోకాని, నిద్రపోయే సమయంలోకాని యుగనిర్మాణ సత్సంకల్పాలను చెప్పుకోవాలి. ఆ సత్సంకల్పాలకు అనుగుణంగా మన జీవితాలను మలచుకోవాలి. ఆ రోజు జరిగిన పొరపాట్లు మరునాడు జరగకుండా చూచుకోవాలి. రోజు రోజుకూ జీవితాన్ని మరింతగా నిర్మలం చేసుకుంటూ ఉండాలి.

ఎవిచ్చిన్న దాన పరంపర

ప్రతిరోజు కొంత సమయాన్ని, కొంత ధనాన్ని పారమార్థిక కార్యాలకు వెచ్చించే కార్యక్రమాన్ని ఏర్పరచుకోవాలి. దానం మన జీవితంలోని ఆధ్యాత్మిక పరంపరలో అంతర్భాగం కావాలి. మన సంపాదనలో కొంత భాగం నియమితంగా పారమార్థిక కార్యాల కోసం వినియోగపడాలి. యుగ నిర్మాణానికి ఆధారం అదే.

సత్యాగ్రహాల, స్వచ్ఛంద సేవకుల సేన

సాంఘిక దురాచారాలను, నైతిక దురాచారాలను నిర్మూలించడానికై రాగద్వేషాలు లేనివారు, సంయమనం కలిగిన వారు, మధుర వ్యవహారం నేర్చినవారు, సౌశీల్యసంపదతో నిండిన వారు అయిన సత్యాగ్రహాల సేనను నిర్మాణం చేయాలి. ఇతరులకు కష్టం కలిగించకుండా, తమ త్యాగంతో, తమ తపస్సుతో దురాచారాలను నిర్మూలించడంలో కష్టాలను సహించడానికి వారు సిద్ధపడాలి. సత్యాగ్రహం ఎక్కడ ఏవిధంగా జరపాలి అనేది ఎంతో దూరదృష్టితో చేయవలసిన నిర్ణయం. ఆ దూరదృష్టి లోపిస్తే సంస్కరణకు బదులు ద్వేషం వ్యాప్తి చెందవచ్చు. ఈ విషయాలు అన్నింటినీ దృష్టిలో ఉంచుకుని సత్యాగ్రహాలైన స్వచ్ఛందసేవకుల సేన నిర్మాణానికి, దాని ద్వారా దురాచారాల నిర్మూలనకు ఏర్పాట్లు చేయాలి. ఇందుకోసమై అర్జులైన వ్యక్తులు తమ పేర్లను స్వచ్ఛంద సేవకుల జాబితాలో చేర్పించుకోవాలి. మన శక్తిని అంచనా వేసుకుని, అందుకు తగిన విధంగా కార్యక్రమాన్ని రూపొందించుకోవాలి, ఆ వ్యక్తులకు తగు శిక్షణ ఇవ్వాలి.



వ్యక్తిగత గెలుపు ముఖ్యం



పరమపూజ్య గురుదేవుల సుదీర్ఘయాత్ర-3

భారతభాగ్యవిధాత-2

(గత సంచిక తరువాయి...)

దేశ చరిత్రను మలుపు త్రిప్పిన ప్రధాన సంఘటన :

ధీల్లీ దర్బారు వెలువరించిన మరొక ప్రకటన దేశ రాజధానిని కలకత్తా నుండి ఢిల్లీకి తరలించుట. పై రెండు ప్రకటనలు ఒకదానికొకటి పూరకములైనవి. దేశ రాజధానిని మార్చుట వలన, తిరుగుబాటుదారులు కొంత శాంతించారు. దీనితో ప్రభుత్వానికి ప్రజల కోపాగ్నితో ఢీకొనవలసిన అగత్యం తప్పింది. కాని పై నిర్ణయానికి ప్రధాన సూత్రధారుడైన లార్డ్ హోర్డింగ్ మాత్రం ఇటు ఇండియాలోని బ్రిటీషు అధికారుల నుండి, అటు ఇంగ్లాండ్ ప్రజల విమర్శలను చవిచూడవలసి వచ్చింది. కాని కాలం, లార్డ్ హోర్డింగ్ నిర్ణయాలు సరియైనవని ఋజువు చేసింది. మూడు సంవత్సరాల తదుపరి మొదటి ప్రపంచ యుద్ధం ప్రారంభమైంది. భారతదేశ రాజులు మరియు ప్రముఖులు బ్రిటీషు ప్రభుత్వానికి మద్దతుగా నిలిచారు కాని యుద్ధం ముగిసిన పిదప, బ్రిటీషు ప్రభుత్వం తాను ఇచ్చిన వాగ్దానాలను నెరవేర్చుటకు నిరాకరించింది. అయినప్పటికీ దేశ ప్రజలలోని ఆత్మ విశ్వాసం మరియు చైతన్యం క్రమక్రమంగా బలపడసాగాయి.

1911లో తీసికొన్న రాజకీయ నిర్ణయాలు దేశ భవిష్యత్ మార్గానికి కీలకమయ్యాయి. దీనితో ఇదే సంవత్సరంలో సాంస్కృతిక ఆధ్యాత్మిక రంగాలకు సమాజంలో స్థానం లభించింది. దేశంలో నూతన చైతన్యం వెల్లివిరియ ఆరంభించింది. గొప్ప ఆలోచనాపరులు మరియు ప్రజా నాయకులైన రాజారామ మోహన్ రాయ్, కేశవ చంద్రసేన్, మహర్షి దేవేంద్రనాథ్ ఠాకూర్, మహదేవ గోవింద రానడె, గోపాలకృష్ణ గోఖలే, లోకమాన్య తిలక్ మున్నగువారు ప్రజలలో చైతన్యాన్ని నింపి, భారతదేశ పూర్వపు ఔన్నత్యాన్ని జ్ఞప్తికి తెచ్చుకొనేలా చేశారు. పాశ్చాత్య మేధావులైన మేడమ్ బ్లావట్స్కీ, కల్నల్ ఆల్కాట్ మరియు అనిబిసెంట్ భారతీయ ఆధ్యాత్మికతను ప్రస్తుతించారు.

భారతీయ ఆధ్యాత్మిక మరియు సాంస్కృతిక గొప్పతనాన్ని స్వామి వివేకానంద విశ్వవ్యాప్తం గావించగా, దీనిని మహనీయులు వారి వారి ఆలోచనల ద్వారా, చర్యల ద్వారా మరింత ప్రచారం గావించి దశదిశలా ప్రతిధ్వనింపజేశారు.

పాశ్చాత్య పండితులు కూడా ఏకోన్ముఖంగా ముక్త కంఠంతో హిందూ మతాన్ని మరియు ఆధ్యాత్మికతను ప్రస్తుతించారు. దీనితోపాటు హిందూ మత సూత్రాలతో, ఆధ్యాత్మికతలతో కూడిన ఒక నూతన ప్రపంచాన్ని సృష్టించాలని కలలు కన్నారు. కాని భారతీయ సనాతన ధర్మానికున్న అనేక పార్వాలు వారికి తెలియదు. అట్లే భారతీయులలో కొందరు పై రీతిలో ఆలోచించి ముందుకు సాగారు. రామ్ దార్ సింగ్ దినకర్ ఈ పరిస్థితిని విశ్లేషిస్తూ, ఈ విధంగా వ్రాశారు “వీరు సంస్కరింపబడిన (ప్రగతి శీలంగా చెప్పబడిన) హిందూ మతాన్ని మాత్రమే బలపరుస్తూ, దీనిలో ఉన్న ఉత్తమమైన మరియు లోతైన భావాన్ని విస్మరించారు. ఇట్టి మేధావంతులైన సంస్కర్తలు, తమ ప్రసంగాలతో లోతైన భావాలతో ప్రజలలోనికి వెళ్ళినా, ప్రజలు తమ పూర్వపు సంస్కృతియైన విగ్రహారాధనను, పురాతన పూజా విధానాలను విడిచిపెట్టలేదు. తత్ఫలితంగా సంస్కరింపబడిన (ప్రగతిశీలంగా చెప్పబడిన) అలనాటి హిందూ మతం సంస్కరింపబడిన భారతీయ క్రైస్తవ మతంగా రూపు దాల్చింది”.

విదేశీ శరీరంలో భారతీయ ఆత్మ :

ఆనాటి హిందూ మతాన్ని అసంపూర్ణమైనదిగా అనిబిసెంట్ వర్ణించింది. ఎప్పుడైనా, ఎక్కడైనా సరియైన సందర్భము కలిగినప్పుడు ఆమె సత్య సనాతన ధర్మాన్ని సంపూర్ణంగా విడమరచి వర్ణిస్తూ, సందర్భోచితంగా వేదాలు, ఉపనిషత్తులు, భగవద్గీతల నుండే కాక, స్మృతులు, పురాణాలు, ధర్మశాస్త్రాలు మరియు మహాకావ్యాల నుండి సంఘటనలను, ఘట్టాలను వివరించేది. సంస్కర్తల ప్రవచనాలను నమ్మని ప్రజలు, ఇంగ్లాండులో పుట్టి పెరిగి ఇంగ్లీషు విద్యనభ్యసించిన అనిబిసెంట్ నోటివెంట పునర్జన్మ, అవతారములు, దేవుడు, యోగం, జపం, తపం, అనుష్ఠానం, సిద్ధులు మరియు 84 లక్షల యోనులు మున్నగు వానిని వింటూనే నిశ్చేష్టులై తన్మయత్వం చెందేవారు. తన భావనలో పెనవేసుకుపోయిన భారతీయ సంస్కృతి యొక్క విలక్షణతత్వాన్ని అనిబిసెంట్ మెచ్చుకొంటూ ఉంటే, సిగ్గుతో తలదించుకొనేవారు. 1911లో ఆమె తన ఉపన్యాసంలో ఒకసారి ఇట్లు ప్రకటించింది, “భారతదేశం మరియు భారతీయులు మాత్రమే సనాతన ధర్మాన్ని పరిరక్షించగలరు. నలభై సంవత్సరాల పాటు తీవ్రంగా అన్వేషించి చదివి ఆకళింపు చేసికొన్నాను.

తనను తాను గెలిచిన వాడే ఇతరులకు ఏమైనా ఇవ్వగలడు

ప్రపంచంలోని అన్ని ధర్మాల కన్నా సనాతన ధర్మం ఒక్కటే అత్యంత శాస్త్రీయమైనది, లోతైనది మరియు ఆధ్యాత్మికతతో కూడినది అనే తిరుగులేని నిర్ణయానికి వచ్చాను. ఇచ్చటి ప్రజలు మాత్రమే దీనిని పరిరక్షించగలరు. విదేశీయులైన మేము మిమ్ములనెంతగా పొగడినను, మీ మోక్షం, మిమ్ములను ఉద్ధరించుకొనే విధానం మీ చేతులలోనే ఉన్నది. భారతదేశ భవిష్యత్తు భారతదేశ సనాతన ధర్మ ఆచరణపైనే ఆధారపడి ఉన్నది”.

అనిబిసెంట్ పాశ్చాత్యులకేకాక తన భారతీయ అనుచరులకు కూడా వేదాలు, ఉపనిషత్తులు, దర్శనాలు, స్మృతులు, రామాయణ, మహాభారతం, పురాణాలు మున్నగువానిలోని సనాతన ధర్మం యొక్క వివరణలు అందించినది. ఆమె విధానంలో దేవీదేవతలు, సిద్ధ ఆత్మలు, అవతారాలు మరియు అన్ని విధానాలైన పూజలు దైవత్వమాపాదింపబడిన వారికి, లేని వారికి సమంగా దర్శనమిస్తాయి. వాని ప్రభావాలను, తీర్థాలలో, ఆశ్రమాలలో, దేవాలయాలలో ప్రత్యేకంగా అనుభవంలోనికి తెచ్చుకొనవచ్చును. దైవత్వమనేది సామాన్యులలోను, అతి సామాన్యులలోను వారికి దానిపై ఉండే నమ్మకం, విశ్వాసాలపై ఆధారపడి ఉంటుంది. గొప్ప సమర్పణ భావం కలిగిన బ్రిటీష్ వనిత అనిబిసెంట్, 1920 నుండి భారతీయ స్వాతంత్ర్య ఉద్యమాన్ని ప్రభావితం చేసింది. సంస్కృతిపరంగా ఆమె చాలా గొప్ప కృషి చేసింది.

బెనారస్ లోని సెంట్రల్ హిందూ కాలేజీలో అనిబిసెంట్, భారతీయతత్వశాస్త్రంలో విభాగమైన మీమాంస అనే దానిపై ప్రసంగిస్తూ “సనాతన ధర్మాన్ని పునర్జీవింపజేస్తూ, చైతన్యవంతం గావిస్తూ, బలోపేతం చేయుట ప్రథమ బాధ్యతగా ప్రతి చైతన్యవంతుడైన భారతీయుడు స్వీకరించాలి అని ఉద్ఘోషించింది. ఆత్మగౌరవాన్ని పెంపొందించుకుంటూ, గతాన్ని విస్మరించక దానిని గౌరవిస్తూ, భవిష్యత్ పై నమ్మకముంచి, సనాతన భారతదేశ నిర్మాణం పట్ల బాధ్యత వహిస్తూ, సనాతన ప్రపంచ పోకడలకు అనుగుణంగా అడుగులు వేస్తూ, సనాతన ధర్మాన్ని పునఃస్థాపన దిశగా అడుగులు వేయించవలసి ఉన్నది”. అనిబిసెంట్ ఈ కాలేజీ వ్యవస్థాపకురాలని గుర్తుంచుకోండి. ఆమె తన పూర్వీకుల నుండి సంక్రమించిన ఆస్తిని దీని కొరకై వెచ్చించింది. తరువాతి కాలంలో ఈ కాలేజీ కాశీ హిందూ విశ్వ విద్యాలయంగా రూపుదాల్చింది. పండిత మదన మోహన మాలవ్య (పూజ్య గురుదేవులకు బాల్యంలో గాయత్రీ మంత్ర దీక్ష అందించిన మహామనీషి) అనేక విధాల కృషి చేసి ఈ విశ్వవిద్యాలయ స్థాపన గావించారు.

కాశీ పండితులు అనిబిసెంట్ ను “సర్వ శుక్ల సరస్వతి” అని

ప్రస్తుతించారు. ఈ సందర్భముగా ఆమెచే ప్రకటింపబడిన ఒక రహస్య ప్రకటనను తెలిసికొనుట అవసరం. నిజంగా చెప్పాలంటే ఈ ప్రకటనను మొట్టమొదట చేసింది థియోసాఫికల్ సొసైటీ వ్యవస్థాపకురాలైన మేడమ్ బ్లావెట్ స్కీ. థియోసాఫికల్ సొసైటీ సభ్యులనేకులు, అనేక మంది భౌతిక శరీరధారులు, సూక్ష్మ శరీరధారులైన హిమాలయ ఋషులతో బ్లావెట్ స్కీ సంపర్కము కలిగి ఉన్నదని నమ్ముతారు. అట్టి ఋషుల నుండి అందుకున్న సమాచారాన్ని ఆధారంగా చేసుకుని బ్లావెట్ స్కీ అనేక ప్రకటనలు చేశారు. హిమాలయ ఋషులు స్థిరచైతంతో, భారతదేశాన్ని చైతన్యపరచి, మానవాళికి తాత్విక గురువుగా భారతదేశాన్ని నిలపాలని గట్టి నిర్ణయం తీసుకొన్నారని తెలిపారు. వారి ప్రణాళిక ప్రకారం, శక్తిశాలియైన, సామర్థ్యం కలిగిన ఒక దివ్యాత్మ భౌతిక శరీరాన్ని ధరించి, ఆధ్యాత్మిక రంగాన్ని సంస్కరించి ఆయన జీవిత కాలంలో భూమిపై వ్యాప్తి గావిస్తూ తదుపరి సూక్ష్మ, కారణ శరీరాల ద్వారా ముందుకు నడిపిస్తాడు. అనేది దీని సారాంశం”.

మేడమ్ బ్లావెట్ స్కీ అనుచరుడైన కల్నల్ ఆల్కాట్ దీనిని నొక్కి వక్కాణించారు. “భోధిసత్వుడు తిరిగి అవతరించనున్నాడని (బుద్ధుని అవతారం) ఒకవేళ బోధిసత్వుడు తిరిగి జన్మ తీసికొనుటకు అనుకూల పరిస్థితులు ఏర్పడనిచో, మరో భౌతిక శరీరాన్ని ఎంచుకొని దాని ద్వారా బోధిసత్వుడు పనిని కొనసాగించ గలరు” అని అన్నారు. కాని అనిబిసెంట్ అనుభవం దీనికి భిన్నం. బాహ్య ప్రజా జీవితంలో ప్రజలలో రాజకీయ చైతన్యం కొరకు కృషి చేసేవారు, వారి రహస్య అనుభవాలను ఇతరులకు తెలియ చెప్పరు. కాని అనిబిసెంట్ తాత్విక చైతన్యము కలిగిన వ్యక్తి అగుటచే పైదానికి భిన్నంగా తన అనుభవాలను, ఎంచుకొనిన కొందరికి మాత్రమే తెలియజెప్పారు. ఆస్ట్రేలియాలో సాధకులకు మెడిటేషన్ పద్ధతిని గురించి వివరిస్తూ ఆమె తన అనుభవాలను వెల్లడించింది. ఈ మెడిటేషన్ విధానంలో వారు సూక్ష్మశరీర ధారులతో సంపర్కాన్ని ఏర్పరచుకుంటారని వెల్లడించింది. ఈ ప్రయోగాన్ని అనిబిసెంట్ చేస్తూ ఉండగా ఆమె ఒక దృశ్యాన్ని చూసింది. దానిలో ఒక బాలుడు 1911లో జన్మిస్తాడు. అతని రాక కొరకు సూక్ష్మ లోకాల్లో ఎంతోకాలం నుండి ఎదురు చూస్తున్నారు. ఆ బాలుడు మామూలుగానే అందరిలాగే ఎదుగుతాడు. క్రమంగా అతనిలో తాత్వికచింతన దృఢతరమై, పరిపూర్ణుడు కాగనే, సనాతన ధర్మాన్ని కప్పిన కారుమేఘాలు విడిపోతాయి. అప్పుడు సనాతన ధర్మం పూర్తి వెలుగును సంతరించుకొని ధృవతారలా కీర్తి ప్రతిష్ఠలతో ప్రకాశిస్తుంది.”

ఈ పై సమావేశమందు కల్నల్ ఆల్కాట్ శిష్యులతోపాటు

మంచి పుస్తకం దుఃఖంలో ఉన్నప్పుడు సేద తీరుస్తుంది

మరికొంతమంది థియోసాఫిక్ల సొసైటీ విద్యార్థికులు కూడా ఉన్నారు. వారిలో ఒకరు ఈ ప్రశ్నను అడిగారు. “కొన్ని ముందస్తుగా నిర్ణయించిన లక్షణాలతో బోధిస్తున్న భూమిపై అవతారం తీసికొంటారు, ఆ లక్షణాలను బట్టి అతడు బుద్ధుని అవతారంగా గుర్తించవచ్చునని కొంతమంది తెలియజేశారు. కాని మీ అనుభవము వేరుగా ఉన్నదేమిటి?” దీనికి సమాధానంగా అనిబిసెంట్ “నా మెడిటేషన్ సమయంలో నేను దర్శించిన అనుభవాన్ని చెప్పానే కాని ఎవరి మాటలను ఖండించుట నా అభిమతం కాదు” అన్నారు. పై రెండింటిలో తేడాలున్నప్పటికి సత్యమొక్కటే. సాధకుని బాహ్యస్థితిని బట్టి, మానసిక స్థితిని బట్టి వేరుగా కన్పించి ఉండవచ్చును.

ప్రజ్ఞావతారుని ఆగమనానికి గుర్తులు (చిహ్నాలు) :

అనిబిసెంట్ తాను దర్శించిన వానిని ఇతరులతో కొన్ని సందర్భాలలో పంచుకొన్నది. ఆమె ఆశ్చర్యాన్ని గొలిపే సంఘటనల గురించి కాని లేక రాముని, కృష్ణుని లీలలు తిరిగి జరుగ నున్నాయని చెప్పలేదు. ఆమె చెప్పిన దేమనగా “ఒక బాలుడు ఈ సంవత్సరంలో జన్మిస్తాడు (1911). అతడు లోతైన ప్రకాశ వంతమైన మంచి అవగాహన కలిగి ఉంటాడు. అన్ని విషయాలలో కోటానుకోట్ల ప్రజలను ఆధ్యాత్మికమార్గంలో పయనింపజేస్తూ వారికి తగిన మార్గదర్శనాన్ని అందించి, వారి ఆధ్యాత్మిక దప్పికను తీర్చుతూ, మానవ జన్మ లక్ష్య సాధనవైపు నడిపిస్తాడు”

“ఆ బాలుడెచ్చట జన్మిస్తాడు. కుటుంబ చరిత్ర ఏమిటి? జన్మ తేది, తిథి, నక్షత్రముల వివరాలు ఏమి?” మున్నగువానికి ఆమె సమాధానం చెప్పలేదు. ఆమె అందించిన సూచనలు యాదృచ్ఛికంగా వెలువడ్డాయి.

1911లో కాశీ నగరంలోని తరగతి గదిలో అనిబిసెంట్ కొన్ని వివరణలనందించిరి. ఫిబ్రవరి 4వ తేది, చాంద్రమాన ప్రకారం (5వ తేది కావచ్చు) వసంత పంచమి సాధకుల సమూహంలో మాట్లాడుతూ, ఆమె “సనాతన ధర్మంలో చాలినంత శక్తి నిక్షిప్తమై ఉన్నది. ఇది గ్రహ నక్షత్రాల ప్రభావం వలన సంక్రమించింది కాదు. ఈ శక్తి కేవలం సనాతన ధర్మములోనే దాగి ఉన్నది. ఎట్లైన బాగా కప్పబడిన మంచు వెలుగును మూసివేసిన విధంగా, సత్యము మరుగున పడిపోయిననాడు సత్యము తనంతట తాను ఆ మాయను తొలగించుకొని బయటకు వచ్చి ప్రకాశమాన మవుతుంది. కావున సనాతన ధర్మము భారతదేశ భవిష్య మనుగడకు ఏకైక మూలాధారమేకాక, యావత్

ప్రపంచానికి కూడా ఆధారము. అట్టి సనాతన ధర్మాన్ని నేడు కప్పి వేసిన దుమ్ము ధూళిని తొలగించుట సాధారణ ఆత్మ వల్ల కానేరదు. దీనిని ఒక ప్రత్యేక విశిష్ట దైవీశక్తితో కూడిన ఆత్మ, సనాతన ధర్మశక్తితో సిద్ధపురుషులైన వారి సహకారంతో మాత్రమే చేయగలదు. ఆ సమయమిప్పుడు ఆసన్నమైంది”. మన కథానాయకుడు, వ్యవస్థాపకుడు, రక్షకుడు, సంస్కర్త, విశ్వగాయత్రీ పరివార్ చోదకుడు ఈ సంవత్సరంలో (1911) 20 సెప్టెంబర్, ఆవల్ఖేదా అనే గ్రామములో పండిత రూప్ కిశోర్ మరియు దానకున్వరీదేవి దంపతులకు జన్మించారు.

- అనువాదం : ఎ. వేణుగోపాలరెడ్డి

శ్రీ గాయత్రీ శతకం

79. కణ్య, కౌశిక, కశ్యప, కపిల వంటి ఋషులు యిరువది నల్లరి యిరవుగాగ మంత్ర రాజమున్ జపియింప మహితబెంచు విశ్వ జనయిత్రి గాయత్రి వేదమాత

తా:- గాయత్రిలోని 24 అక్షరాల ద్రష్టలు 24 మంది ఋషులు. వారు వామదేవ, అత్రి, వశిష్ఠ, కణ్య, పరాశర, విశ్వామిత్ర, కపిల, శౌనక, యాజ్ఞవల్క్య, భరద్వాజ, జమదగ్ని, గౌతమ, ముద్గల, వేదవ్యాస, లోమశ, అగస్త్య, కౌశిక, వత్స, పులస్త్య, మాండుక, దూర్వాస, నారద, కశ్యప. ఇట్టి మంత్ర రాజమును నిత్యం జపిస్తే మనలో మహిమలను పెంచుతుంది వేదమాత.

80. స్వావలంబన, స్వచ్ఛత, శ్రద్ధవంటి సుగుణముల్ యిరువది నాల్గు శోభగలిగి పూజలోనరించు వారికి ముదముగూర్చు విశ్వ జనయిత్రి గాయత్రి వేదమాత

తా:- గాయత్రిలోగల 24 మంది ఋషులు 24 సత్ ప్రవృత్తులకు ప్రతీకలు. అవి ప్రజ్ఞ, సృజనం, వ్యవస్థ, నియంత్రణ, సత్జ్ఞానం, ఔదార్యం, ఆత్మీయత, ఆస్తికత, శ్రద్ధ, శౌచము, సంతోషం, సహృదయత, సత్యం, పరాక్రమం, సరసత, స్వావలంబన, సాహసం, ఐక్యత, సంయమం, సహకారం, శ్రమశీలత, స్వచ్ఛత, శీలము, సమన్వయం. ఇట్టి మహామంత్ర మాతను నిత్యం పూజిస్తే సంతోషాన్నిస్తుంది.

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

అన్ని పోయినా కూడా జీవితాన్ని మరల మొదలుపెట్టవచ్చు

వృద్ధాప్యాన్ని నియంత్రించడం సాధ్యమే

పుట్టుక, పెరుగుట, చనిపోవుట మరియు తిరిగి జన్మించుట అనే నాలుగు ప్రవృత్తులు జీవన వ్యవస్థలో భాగమే. జీవము ఉన్న ప్రాణికిగాని జీవము లేని పదార్థముకైన ఇది సమానమే. జన్మించిన తరువాత పెరిగే దశ వస్తుంది. ఇది అలా పరిపక్వ దశ వచ్చేవరకు కొనసాగుతుంది. చివరికి శుష్కించి, క్షీణదశకు చేరుకుంటుంది.

మనిషి ఎల్లప్పుడు ఆరోగ్యంగా ఉండాలని యవ్వనం కలకాలం ఉండాలని కోరుకుంటాడు కానీ శరీర వ్యవస్థ అతని యొక్క ఇచ్చానుసారం జరగదు. యవ్వనం ఎక్కువ కాలం ఉండదు మరియు వద్దనుకున్నా వృద్ధాప్యం తన కళ్ళ ముందు ప్రత్యక్షమవుతుంది. ఈ ప్రక్రియలోనే శరీరం వికారం చెందటం సమర్థత కోల్పోవడం కూడా జరుగుతుంది. చివరకు ఏమవుతుందో అందరికీ ఎరుకే. వృద్ధుడికి మృత్యుముఖం ఎదురుగా నిలబడటం తప్పించి మరో దారి ఏదీ లేదు.

కానీ, కోరిక ఒకటి ప్రగాఢంగా ఉంటుంది. ఏమంటే అవసాన దశ అలస్యంగా వచ్చి ఎక్కువకాలం బ్రతికే అవకాశం లభ్యం కావాలని. ముసలితనంతో పాటు కురూపిత, అసమర్థత కలుగుతుంటాయి. ఇప్పటివరకు ముసలితనాన్ని రాకుండా ఆపేందుకు, మరణమును దరికి రానివ్వకుండా చేసుకునే అనేకానేక ప్రయత్నాలు జరుగుతున్నాయి. అయితే దీనిలో సఫలీకృతం సందేహం అయినా, ఆశ లాగుతూనే ఉంటుంది. ప్రయత్నం కొనసాగుతూనే ఉంది. ఎంత చెట్టుకు అంత గాలి అన్న దృష్టిలో విరామం లేకుండా ఆ ప్రయత్నం ఇప్పటికీ కొనసాగుతూనే ఉంది వృద్ధాప్యాన్ని రానివ్వకుండా దీర్ఘ జీవనాన్ని గడపటంలో పరిశోధన మరియు సాధ్యసాధ్యాలు కొనసాగుతూనే ఉన్నాయి.

పరిశోధకుల అభిప్రాయం ప్రకారం నాలుగు సత్యాలు వెలువడ్డాయి. 1) శరీరం యొక్క ఉష్ణోగ్రతని తగ్గించుకొనుట 2) శీతల వాతావరణంలో నివసించుట 3) పునరుత్పత్తి విషయంలో నియంత్రణగా ఉండుట 4) మానసిక ఉద్విగ్నతల నుంచి కాపాడుకొనుట. ఈ చెప్పబడిన నాలుగు సాధనాల ద్వారా ప్రకృతి నియమాలను అనుసరిస్తూ మనిషి తన యొక్క యోగ్యతను ఎక్కువ కాలం వరకు ఉపయోగించుకోగలడు. భారతీయ ఋషులు ఈ నాలుగింటిని తమ యొక్క జీవనచర్యలో సమర్థవంతంగా ఉపయోగించుకోగలిగారు. దీని ఫలస్వరూపమే సామాన్య మానవుల కంటే వారు ఎక్కువ కాలం ఆరోగ్యంగా ఉండగలిగారు.

హిమాలయాలలోని చల్లటి క్షేత్రాలని తమ యొక్క కార్యసాధనకు వినియోగించారు. మితాహారం, ఉపవాసాన్ని పాటించారు. పొట్టపై ఎక్కువ భారాన్ని పడనీయకుండా, శరీరం యొక్క ఉష్ణోగ్రతను తగ్గించుకోవడం లాంటివి చేశారు. బ్రహ్మచర్యం అవశ్యకమైన సాధనంగా పాటిస్తూ, స్థితప్రజ్ఞులుగా ఉంటూ నవ్వుతూ నవ్విస్తూ సంతృప్తి జీవనం గడిపే అభ్యాసం చేశారు. ప్రకృతి యొక్క మూలాలను అర్థం చేసుకుంటూ దూరదృష్టితో జీవితంలో లాభాన్ని పొందగలిగారు. దానిలో భాగమే వృద్ధాప్యాన్ని ఎక్కువ రోజుల పాటు రానివ్వకుండా ఆపగలగటం. ఆధునిక విజ్ఞానం వృద్ధాప్యాన్ని జయించటానికి కావలసిన ప్రక్రియల మీద జీవనచర్యల మీద, దృష్టి సారించటం ఆరంభమైంది. శరీరము యొక్క వేడిని, ఉష్ణోగ్రతను క్రమబద్ధీకరించడం ద్వారా మరణకాలాన్ని ముందుకు నెట్టవచ్చును అన్న పూర్వ సిద్ధాంతాన్ని నేటి ఆధునిక విజ్ఞానవేత్తలు కూడా నమ్ముతున్నారు. ఉష్ణోగ్రతను క్రమబద్ధీ కరించడం అన్న విషయాలు రెండు సంగతులు తెలుసుకోవాలి. అవి 1) వాతావరణం చల్లగా ఉండడం 2) శరీరంలో ఉన్న స్వాభావికమైన ఉష్ణోగ్రత సామాన్య స్థితి కంటే తక్కువ స్థాయిలో ఉండేట్లు చేయగలగడం. ఈ రెండింటిని చేయగలిగితే అది సుగంధ సంయోగమని చెప్పవచ్చు.

కాలిఫోర్నియా విశ్వవిద్యాలయంలో చేపట్టిన ప్రయోగాల ఫలితంగా తేలిందేమంటే శరీరంలోని ఉష్ణోగ్రతను 3^o వరకు తగ్గిస్తే, ఆయుష్షు 30 సం॥ల వరకూ పెంచుకోవచ్చు అని.

జీవకణముల నిర్మాణము, ప్రక్రియలలోని ప్రకృతి వ్యవస్థ యొక్క ఉద్దేశం కంటికి కనిపించదు. వంశవృద్ధిని పెంపొందించుకునే సామర్థ్యం, సమర్థత ఉన్నంత వరకు ప్రతి ప్రాణిని ప్రకృతి ఉండనిస్తుంది. అది తన క్షేత్రాన్ని సస్యశ్యామలంగా ఉంచాలని కోరుకుంటుంది. అందువల్లనే పునరుత్పత్తి ప్రక్రియ కొనసాగుతూనే ఉండాలనేది దాని అభీష్టం. దీనికొరకు బలిష్ట శుక్ర కణాలు, డింబాణువులు సమర్థవంతంగా ఉండాలి. తద్వారా పునరుత్పత్తి క్రియలు పరిపక్వత స్థితిని పొందుతాయి. ఎప్పుడు జీవకణాలు రాపిడికి గురయ్యి, క్రమంగా దుర్బలత్వాన్ని పొందుతాయో ఈ పనికిరాని శరీరాన్ని ఇక్కడ నుండి తరలించి మరొక్క పరిపుష్ట శరీరంలోనికి ప్రవేశపెట్టాలని, ప్రకృతి నిర్ణయించుకుంటుంది. శుష్కించిపోవడం అంటే కేవలం అన్న వస్త్రాలకు లోపం కాదు, జీర్ణవ్యవస్థ తన ప్రక్రియను సమర్థ

జీవితమంటే కాస్త దయ, చిరునవ్వు

వంతంగా చేసుకోలేకపోవడం కూడా పోషణలో లోపమే. అయితే ప్రకృతి ఎప్పుడూ అవరోధం కలిగించాలని చూడదు. అంతం చేసే సిద్ధాంతం దానికి లేదు. చెట్లు తనంత తాను మరణించేంత వరకు సహిస్తూనే ఉంటుంది. ఉపయోగించేదానిని తీసివేద్దామని ప్రకృతి భావించదు. సంగ్రహంగా చూస్తే ఇదే వృద్ధాప్య స్థితి. ఈ స్థితి ఎలాంటిది అంటే శరీర యాత్ర క్రమంగా మందగించడం లాంటి లక్షణాలు కనుపిస్తాయి. ఉఫ్మని ఊదితే పడిపోయే వాడు ఎంత కాలం ఉంటాడు.

పునరుత్పత్తి శక్తి చక్కగా ఎక్కువకాలం కొనసాగాలి అని కోరుకుంటే పునరుత్పత్తి ప్రక్రియలో వ్యర్థం జరగకుండా చూడాలి. అతిగా లేకుండా ఉండాలి, ఎక్కువ పిల్లలు కలగకుండా నియంత్రించుకోవాలి. రతి విషయంలో సంయమనము పాటించాలి. దీర్ఘకాలం బ్రతక గలగడం, అల్ప ఆయుష్యులుగా ఉండడం మధ్య వ్యత్యాసం దీని వల్లనే సాధ్యం. దీర్ఘకాలం జీవించాలి అనుకునేవారు పునరుత్పత్తి విషయంలో జాగ్రత్తగా ఉంటారు. కొందరు ఆ పనిలో అతిగా నిమగ్నమయ్యి, సిద్ధాంతాలు అతిక్రమించు కుంటూ, శక్తిమొత్తాన్ని నిర్వీర్యం చేసుకుంటారు. చివరికి జీవితం సమాప్తం చేసుకుంటారు.

అమెరికాలో జీవజంతువుల మీద డా॥ బైరోజ్ ఓ ప్రయోగం చేశారు. తన ప్రయోగానికి స్వల్పకాలం బ్రతికే ఓ సముద్ర జీవిని ఎన్నుకున్నాడు. అది సుమారు ఓ 100 రోజులు మాత్రమే బ్రతుకుతుంది. ఆ జీవి నివసించే జలాశయంలోని ఉష్ణోగ్రతను 90^o F డిగ్రీలకు తగ్గించాడు. పరీక్షలో తేలిందేమంటే ఆ సముద్ర జీవి జీవితకాలం రెట్టింపు పెరిగింది. ఇంతేకాకుండా మరో ప్రయోగం కూడా చేసి చూపాడు. ఒక ప్రాణికి కావాల్సినంత కంటే ఎక్కువ ఆహారాన్ని అందించి, మరో జీవికి సగం పొట్ట నిండడానికి ఎంత అవసరమో అంతే అందించడం. దీని ఫల స్వరూపం బాహ్య ఉష్ణోగ్రతను బాగా తగ్గించి, జీర్ణ వ్యవస్థ / జీర్ణక్రియ తగ్గింపు చేయడం వల్ల ఆ జీవి జీవనకాలం మూడింతలు అయ్యింది. ఇందువల్ల తేటతెల్లమైన విషయం ఏమంటే అధికంగా తినడం వల్ల శరీర ఉష్ణోగ్రత పెరుగుతుంది. స్వల్పమైన, మితమైన ఆహారం తింటే జీర్ణవ్యవస్థ సక్రమంగా జరుగుతుంది. అనవసరమైన భారం పొట్టమీద, శరీరం మీద పడకుండా, జీవన శక్తి అనవసరంగా ఖర్చు కాకుండా ఉంటుంది. కాబట్టి శరీర ఉష్ణోగ్రతను క్రమబద్ధీకరించడానికి తేలికైన మార్గము మితాహారంతో శరీరాన్ని నడపడమే. మితాహారం వల్ల ఆహారం త్వరగా జీర్ణమై ఎక్కువశక్తిని విడుదల చేస్తుంది. అదే అతిగా భోజనము చేసేవారి శరీరంలో మల్లయుద్ధమే జరుగుతుంది.

సి. క్లైవ్ మైకీ అనే ఆయన యొక్క ప్రయోగములో కూడా ఇదే రుజువు కాబడింది. తన ప్రయోగ నిమిత్తం ఎలుకలను వేర్వేరు స్థానాల్లో ఉంచాడు. ఒక వర్గం ఎలుకలకు కావాల్సినంత భోజనం పెట్టాడు. రెండో వర్గానికి సగం పొట్ట నిండేటట్లు భోజనం అందించాడు. అధికంగా తిన్న ఎలుకల శరీరమైతే పుష్టిగా మారింది కానీ, జీవిత కాలం పెరగలేదు. దీనికి విరుద్ధంగా వేటికైతే తక్కువ ఆహారం అందించబడిందో వాటి శరీరం మీద అనవసరమైన అధిక భారం పడలేదు, కాబట్టి చురుకుదనం తగ్గలేదు, పైగా అనుకున్న దానికన్నా ఎక్కువ కాలం జీవించగలిగాయి.

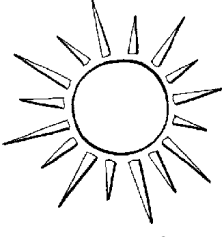
అనవసరమైన దానికంటే ఎక్కువ తినాలని ఆపేక్ష ఉంటుంది మనిషికి. అలానే తింటాడు కూడా. ఈ తినడం కూడా రుచిని ఆధారం చేసుకుని తింటాడు, ఎంతవరకు తింటాడంటే తిన్న ఆహారం లోపల జీర్ణము అవడం కష్టం అవుతుంది, పోషణ ఇచ్చే దాని బదులు ప్రాణశక్తి కోల్పోతాడు మరియు ప్రతికూలమైన శ్వాసను సృష్టిస్తుంది. ఉత్తేజితమైన ఆహారం తింటే జీర్ణక్రియ అనావశ్యకమైన ఉష్ణోగ్రతను వృద్ధి చేస్తుంది మరియు దీర్ఘకాలంగా బ్రతికే వ్యవస్థ మీద దెబ్బతీస్తుంది. విశేషజ్ఞులు ఏమంటారంటే మనం ఎంత తిన్నా అందులో సగ భాగమే చాలు.

సమాధి అభ్యాసము మరియు ప్రాణాయామం వంటి సాధనల ద్వారా మరణాన్ని ఆపవచ్చు. అయితే వాటిని విశేషజ్ఞులు మాత్రమే ఆచరించగలరు. వీటిలో సమాధి అనేది మరింత కఠినమైనది. దీనిలో హృదయస్పందన ఆగుతుంది, శరీర ఉష్ణోగ్రత తగ్గుతుంది. ఈ దశలో జీవకణాలు రాత్రి సమయాల్లో పొందే నిద్ర వంటి విశ్రాంతిని పొందుతాయి. ఈ విశ్రాంతి ద్వారా స్ఫూర్తిని పొంది బాగా పనిచేయగలుగుతాయి. ప్రతి సమాధి స్థితి ఒక కాయకల్పంగా భావిస్తారు. ఔషధుల సహాయంతో చేసే చిన్న చిన్న కాయకల్పములు ఉన్నప్పటికీ, సమాధి స్థితి యొక్క స్థాయి చాలా ఉన్నతమైనది. సమాధిస్థితి ఉష్ణోగ్రతను క్రమబద్ధీకరించడంలో సహాయపడుతుంది. ఇవన్నీ ప్రాణాయామ ప్రక్రియలో భాగాలే.

వృద్ధాప్య ప్రభావం తక్కువగా ఉన్నవారిని, మరణించేంత వరకు చక్కని దినచర్యను పాటించిన వారిని గమనించినప్పుడు వారిలో జీవనశక్తిని భాండాగారమును నాశనం చేసే టెన్షన్ వారిలోలేదు. ఆహార విహార విషయాల్లో సమయాన్ని పాటించ గలిగితే అజరుడు అమరుడు కాలేకున్నా, అనారోగ్యం లేకుండా, మనిషి ఎక్కువ కాలం జీవించగలుగుతాడు. అలాగే వృద్ధాప్యపు విచారాలు, వికారాలు, అభిశాపాలు లేకుండా జీవనాన్ని కొనసాగించుకుంటాడు.

- అఖండజ్యోతి, ఫిబ్రవరి 1984
అనువాదం: ఎమ్.ఎస్.ఎస్. గుప్త

ఎవరైతే నిరంతరం ఉల్లాసంగా ఉంటారో వారే విజేత కాగలరు



సూర్యసాధనా సంవత్సర ప్రత్యేకం

సూర్య స్నానం

సంపూర్ణ శరీరంపై సూర్య కిరణాలను ప్రసరింపజేయడమే సూర్యస్నానం. వీలైతే ప్రతి రోజు, లేదా కనీసం వారానికి ఒకటి రెండు సార్లు అరగంట నుండి గంటసేపు వరకు శరీరం మీద ఎండ పడేడట్లు చూసుకోవడం ఆరోగ్యానికి చాలా మంచిది.

పూర్వకాలం ఈ జ్ఞానం తెలిసిన వారు సూర్యకిరణాల ద్వారానే చాలా రోగాలు నయం చేసేవారు. సూర్యుడిని దైవ స్వరూపంగా భావించి రకరకాల పూజలు అర్చనల పేరుతో సూర్యకిరణాలు శరీరంపై పడి ప్రభావం చూపే విధానాలు, సాధనలను ఆవిష్కరించారు. నిత్య సంధ్యా వందనం రోజుకి రెండు నుండి మూడు సార్లు సూర్యుని సాక్షిగా చేయాలని వైదిక కాలం నుండే శిక్షణ ఇవ్వబడింది. అంటే సూర్యుడున్నప్పుడే సంధ్య వేళల్లో సూర్యరశ్మి యొక్క లాభాలను అందుకునే విధంగా సంధ్యావందన విధానం రూపొందించబడింది. ఇదే విధంగా అనేక కార్యాలు ఆరుబయట, సూర్యకిరణాలు ఏ అడ్డంకి లేకుండా పడే విధంగా, లేదా చెట్ల నీడలో, అంటే ఆకుల మధ్య నుండి సూర్యకిరణాలు పడే విధంగానే జరిగేవి. పెద్ద పెద్ద పాఠశాలలు, విద్యాలయాలు, ఋషుల ఆశ్రమాలు కూడా స్వచ్ఛమైన సూర్య ప్రకాశం అందే విధంగానే ఏర్పరచబడేవి. విద్యాభ్యాసం చేస్తున్న సమయంలో పాఠకులు, విద్యార్థులు అందరూ పగలు రాత్రి వీలైనన్ని తక్కువ వస్త్రాలు ధరించే వారు, చాలా వరకు కౌపీనమే ధరించే వారు. అందుకే వారి బలం, బుద్ధి, తెలివి అన్నీ విలక్షణంగా, సంపూర్ణ వికాసం పొంది ఈ కాలం వారిని అబ్బురపరుస్తాయి.

నేటి డాక్టర్లు కూడా సూర్య స్నానం యొక్క మహత్వం తెలుసుకున్నారు. సంవత్సరంలో కొన్ని నెలలు సంపూర్ణంగా నగ్నంగా ఉండి రోజుకొక అరగంట సూర్యస్నానం చేయడం చాలా అవసరమని తేల్చారు. పత్రికల్లో కూడా దాని ప్రాధాన్యతను వివరిస్తూ బాగా ప్రచారం చేస్తున్నారు. ఈ మాటలు మనకు ఆశ్చర్యాన్ని కలిగించవచ్చు, ఎబ్బెట్టుగా ఉండవచ్చు. కాని వీరి ఉద్దేశ్యం ఒకటే, వీలైనన్ని తక్కువ బట్టలు ధరించైనా సరే వీలైనంత సేపు సంపూర్ణ సూర్యరశ్మి శరీరంపై ప్రసరించడం వల్ల ఆరోగ్యంగా, బలంగా తయారవడంతో పాటు శరీరం చాలా కాలం పని చేయడానికి వీలుగా తయారవుతుంది, అంటే దీర్ఘాయువు లభిస్తుంది.

ప్రపంచ యుద్ధం జరుగుతున్న రోజుల్లో డా.సారెల్ గాయపడ్డ సిపాయిలకు సూర్యరశ్మితో వైద్యం చేయడానికి ప్రయత్నించాడు. మొదట గాయాల మీద మాత్రమే సూర్యకిరణాలు ప్రసరింపజేస్తే

పెద్దగా ఫలితం కనిపించలేదు. తరువాత శరీరం మొత్తానికి సూర్యస్నానం చేయిస్తే అనుకున్న దానికన్నా ఎక్కువ ఫలితం కనిపించింది, సైనికులు పూర్తిగా నయమయ్యారు.

గత యాభై ఏళ్ళల్లో చాలా కాలంగా సూర్యకిరణ చికిత్స చేయించుకున్న వారికి మంచి ఫలితాలు కనిపించాయి. ఆరు, ఏడు వేరు వేరు రంగుల సీసాల్లో మంచి నీరు నింపి వాటిని ఏడు, ఎనిమిది గంటలు ఎండలో పెట్టి వాటిని రకరకాల రోగాలకు మందుగా వాడుతున్నారు. శరీరంలో ఏ రంగు కిరణాలు లోపించడం వల్ల ఏ రోగం వస్తుందో తెలుసుకుని, రోగికి ఆ రంగు సీసాల్లో నీళ్ళను తాగిస్తున్నారు. దాంతో వారికి ఉపసమనం కలుగుతోంది. ఇదే విధంగా తయారు చేసిన నూనెలతో చర్మ రోగాలపై మర్దన చేయడం వల్ల కూడా చాలా మంచి ఫలితాలు కనిపిస్తున్నాయి. సూర్య కిరణాలు తాకిన నీటికే ఇటువంటి రోగనాశక శక్తి ఉంటే, శరీరం మీద నేరుగా సూర్యకిరణాలు ప్రసరిస్తే ఆరోగ్యం ఎందుకు దక్కదు? ఆరోగ్యంగా ఉండడమే కాక, ఎప్పటికీ రోగాల బారిన పడకుండా ఉండడం కూడా సాధ్యమే.

జర్మనీకి చెందిన ప్రసిద్ధ డా.లూయి కుమ్మీ అన్ని రోగాలపై సూర్యకిరణాలను ప్రయోగించేవారు. ఒక రకంగా పరిశీలిస్తే, భూమిమీద జీవించే ప్రాణులన్నిటిలో మనిషి మాత్రమే తన శరీరాన్ని దాచుకోవడానికి వస్త్రాలను ఉపయోగిస్తాడు. తత్ఫలితంగా మిగిలిన ప్రాణులతో పోలిస్తే అనేకానేక భయం కరమైన రోగాల బారిన పడుతున్నాడు. జీవించినంతకాలం సుఖంగా, సమయాన్ని సద్వినియోగపరుచుకోలేకపోతున్నాడు.

మన శరీరం విద్యుత్ తరంగాలను గ్రహించి, పరిగ్రహించే ఒక ముఖ్య ఉపకరణం. దాన్ని మందంగా, బిగువైన దుస్తులతో కప్పేయడం వల్ల కొన్ని అవయవాల నుండి ఈ క్రియ ఆగిపోయి చాలా హాని చేసే అవకాశం ఉంది. పైన చెప్పుకున్న పూర్వకాలపు విషయాలు, కొత్త విషయాలతో కలుపుకుని మన ఆరోగ్యాన్ని రక్షించుకోవడం కోసం ప్రతి రోజు కొంతసేపు ఆరు బైట గాలి, వెలుతురు ఉన్న చోట ఉండాలి. పిల్లలకు కూడా ఈ అలవాటు చేయడం వల్ల మన భావితరం కూడా ఆరోగ్యంగా, పుష్టిగా ఉండి తెలివితేటలతో, ధైర్యసాహసాలతో ఆదర్శంగా నిలిచి, మన పూర్వీకులవలె మహాబలవంతులై స్వతంత్రంగా సంచరించ గలుగుతారు.

- అఖండజ్యోతి, సెప్టెంబర్ 1940
అనువాదం: శ్రీమతి జయలక్ష్మి

జీవితం అంటేనే పరిస్థితులతో పోరాటం

గురుభక్తిని మించిన సాధన లేదు

“ఉగ్రశ్రవా, నీ తపశ్చర్య మిక్కిలి కఠోరమయినది మరియు నీ యొక్క సాధన అత్యంత ఉత్సృష్టమయినది. కాని ఇప్పటివరకు నీవు ఆధ్యాత్మజ్ఞానము యొక్క రహస్యము తెలుసుకొనలేదు. ఆధ్యాత్మజ్ఞానము యొక్క రహస్యము గురుభక్తుడైన అనిమేషుని వద్ద ఉన్నది. గురుభక్తి యొక్క ప్రభావము అతనిని అన్నివేళల యందును అహంకార రహితునిగా తీర్చిదిద్దింది. తీక్షణమైన ఆధ్యాత్మవేత్త అయినప్పటికీ, అతనిలో కించిత్తుకూడా గర్వము లేదు. కాని ఆధ్యాత్మిక జ్ఞానశూన్యడవైనప్పటికీ నీవు ఎల్లప్పుడు నీ తపస్సు గురించి గర్వంగా చెప్పు కుంటుంటావు.

ఉగ్రశ్రవుడు తన దేహమును శుష్కింపజేసి ఎటువంటి కష్టనష్టములకైనను తట్టుకొనునట్లుగా చేయవలెనని, అఖండ తపస్సును మొదలుపెట్టాడు. వర్షములో నానిన అతని కేశములు జడలు కట్టి చెట్టు ఊడలవలె తయారయినవి. కొన్ని సంవత్సరముల పర్యంతము అతడు తన ఆసనము నుండి ఇనుమంతయు కదలలేదు. ఇందువలన అతని వంటి మీద

ధూళి మందమైన పొరలు పొరలుగ పేరుకుపోయినది. అన్న పానాదులు లేక తపమాచరించుటచే నీరసించి, శుష్కించిన అతని శరీరము ఎండుకట్టవలె తయారయినది, కాని తపస్సు యొక్క తేజస్సు అతని చిత్తమును సుస్థిరముగను ఆందోళన రహితునిగాను చేసింది.

శిథిలమైన కట్టెవలె మరియు ఎండిపోయిన చెట్టువోలె కనిపించుచున్న అతని శిరస్సు జటలపై ఒక పిచ్చుక గూడు కట్టుకొన్నది. అచ్చటనే పిచ్చుక గుడ్లుపెట్టింది. గుడ్ల నుండి పిల్లలు కూడా వచ్చాయి. ఈ విధముగా పిచ్చుకలు కాపురముండ సాగినవి. తపస్సులో ఉన్న ఉగ్రశ్రవుడు ఇదంతా గమనించాడు. అతని హృదయము ద్రవించినది. ఆయన తన ఆసనము నుండి లేశమైనను కదలక పక్షులకు సహకరించుచూ తన సాధన

సఫలీకృతము కావించుకొనుచున్నాడు. కొంతకాలమునకు పిచ్చుక తన పిల్లలలో సహా ఎక్కడికో ఎగిరిపోయి తిరిగి రాలేదు.

ఉగ్రశ్రవునకు ఇది ఆనందము మరియు గర్వకారణము అయినది. పక్షులు చాలా కాలము తన జటములపై ఉన్నను ఉగ్రశ్రవుడు ఎంత మాత్రము చలించలేదు. ఈ విధముగా తలపోసి ఉగ్రశ్రవుడు అమితానందము పొందసాగాడు. ఆయన సాధన ఒకదాని యందే శ్రద్ధగలదగుటచే దృఢముగను, స్థిరముగా ఉన్నది. ఈ విధముగా భావించుచూ గర్వముతో స్వాత్మర్ష (సొంత డబ్బా)

చేసుకొనుచూ ఈ విధముగా తలపోసెను. “ఈ భూమిపై ఆధ్యాత్మజ్ఞానము సంపాదించు కొంటిని. సూర్యుని యొక్క తేజస్సు కన్నను, నా తపస్సు యొక్క తేజస్సు అధికము”. నా తపస్సాధన ప్రపంచమంతటికీ తెలియ జేయవలెను. నేను కఠినాతి కఠినమైన పరీక్షలు ఎదుర్కొని విపత్కర పరిస్థితుల్లో ఉగ్రతపము ఆచరించి విజేయుడ నయ్యాను.

నా యొక్క తపోసాధనకు సరితూగగల వాడెవ్వడు ఈ త్రిభువనము లలో లేడు. నేనిప్పుడు ఇక్కడ నుండి మనుష్య సమాజంత లోనికి వెళ్తాను. వారందరికి ఈ ఆధ్యాత్మ రహస్యము తెలిపి నా తపోతేజము యొక్క పరిచయము చేసెదను మరియు వారందరికి ఇటువంటి మహాసాధన చేయువారు వేరెవ్వరూ లేరని తెలుపుతాను”. స్వాత్మర్ష మరియు అహంకారముచే అతని మనస్సు, ప్రాణము కలుషితమయినాయి. అప్పుడు ఆకాశవాణి ఈ విధముగా పలికెను.

“ఉగ్రశ్రవా నీకింకనూ ఆధ్యాత్మజ్ఞానము అలవడలేదు. పొమ్ము, శివుని ఆవాసమయిన కాశీకి వెళ్ళి ‘గురుభక్తుడైన అనిమేషుని కలుసుకొని ఆయన నుండి నిజమైన ఆధ్యాత్మ జ్ఞానమును పొందుము”.

ఉగ్రశ్రవుడు ఉద్విగ్నడయ్యాడు. ఈర్ష్యాక్రోధములచే ఆయన ముఖభంగిములు వికృతములు అయినాయి. ఆయన ఈ విధముగా

సమస్యలు లేనివారు ఎవరు ఉండరు

తలపోశాడు. “నేను రేయింబవళ్ళు ఎండనక, వాననక, భయంకరమైన చలిలో వేరే విషయము ఆలోచించక, నిశ్చలమైన మనస్సుతో నిర్జన, భయానకమైన అడవిలో ఆహారము విసర్జించి కఠోర తపమాచరించాను. కాశీలోని ఒకానొక సాధారణ మానవుడైన అనిమేషుని ఎదుట నా ఈ తపస్సంతా నిష్ఫలమైనది” అంతర్యుద్ధం చేత అతని మనస్సు హాహాకారము చేయసాగింది. నీటి బుడగ పగిలి నీటిలో విలీనమయినట్లుగా అతని తపోనిశ్చలత క్షణంలోనే మాయమయ్యెను. ఏది ఏమయినా సరే త్వరలో వారణాసి చేరుకొని అనిమేషుని కలిసి తీరవలెను. ఆకాశములోని దేవతలు కూడా అతని యశస్సును గానము చేయుచున్నారు. అతని గొప్పదనం ఏమిటి? కీకారణ్యం నుంచి ఉగ్రశ్రవుడు వారణాసికి అభిముఖముగా ప్రయాణించాడు. దారిలోని ఆటంకములు ఏవి అతనిని నిలుపలేకపోయినవి. ఎత్తైన వింధ్య పర్వత శ్రేణులు కూడా అతనికి సుగమము అయినవి. అలసటకు ఆకలిదప్పులకు వెరువక, వారణాసి చేరువరకు ఎక్కడ నిలువకూడదని దృఢముగా నిశ్చయించుకొన్నాడు.

వారణాసిలో అందరు అనిమేషుని ఎరుగుదరు. గురువాజ్ఞ (ఆదేశించిన) ప్రకారము అనిమేషుడు జీవనము సాగిస్తున్నాడు. సేవ మరియు సాధనను లిఖిత పూర్వకముగాను, భాషణ పూర్వకముగాను గురువాజ్ఞను ప్రకాశింపజేయుటయే అతని జీవన మంత్రము, అతనితో సంపర్కము పెట్టుకున్న వారందరితోను తాను సద్గురువు యొక్క యంత్రమునని చెప్పుకొనుచుండెడివాడు. “నా పనులు, ఆలోచనలు మరియు నా జీవంలో ఉన్న ప్రకాశము, సద్గుణములన్నియు నా గురుదేవుల కృపయై ఉన్నది. ఏవైనా దోషములున్న యెడల అవి నావి” అని అనేవాడు. దైనిక సామాన్య జీవన క్రమములో అనిమేషుని గురుభక్తి అతని కళ్ళలో తొణికిస లాడుచుండును. కాని, ద్వంద్వ భావములతో బంధింపబడిన ఉగ్రశ్రవునకు అనిమేషుని సాధారణ జీవితము ఎంత మాత్రము బోధపడలేదు. అతడు మారుమాట లేకుండగా అచటనే నిలబడి అనిమేషునితో సంభాషించుటకు ఎదురుచూస్తున్నాడు. ఆ సమయంలో అనిమేషుడు ఆ దగ్గరలోనే నిలబడి ఎవరో ఒక వ్యక్తి యొక్క సమస్యకు పరిష్కారం చెప్తున్నాడు.

“దేవా! తమకు దుర్గమ మార్గమున నా దగ్గరకు వచ్చారని త్రోవలో ఆకలిదప్పులు మిమ్ములననేక కష్టములు పెట్టినవని నాకు తెలుసు. నాకింకను తెలిసినదేమనగా తమరొక్కరే మర్మజ్ఞుడని (మర్మము తెలిసినవాడు) అనుకొని ఉన్నారు. ఆకాశవాణి నా గురించి చెప్పగా మర్మము తెలుసుకొనగోరి నా వద్దకు వచ్చారు. ఈ విధముగా చెప్తూ అనిమేషుడు ఆదర భావముతో ఉగ్రశ్రవుని వద్దకు వచ్చాడు. “మీరు మావద్ద కొంత విశ్రాంతి తీసుకోండి.

తర్వాత నేను మీ సందేహము తీర్చెదను”.

అనిమేషుని వినమ్రతా పూర్వకమైన శాంత సంభాషణ విని ఉగ్రశ్రవుడు ఆశ్చర్యము చెందాడు. అనిమేషుడు మరల తన పనిలో నిమగ్నుడై అటు నుండి నిష్క్రమించాడు.

సాయంకాలం అయింది. దైనందిన సంధ్య గాయత్రి ముగించుకొని ఉగ్రశ్రవుని సందేహములను నివృత్తి చేయుటకు అనిమేషుడు వచ్చి ఆననము అలంకరించి నిశ్చింతగా కూర్చున్నాడు.

శాంతము మరియు నిగ్రహమైన గొంతు (వాణి) తో అనిమేషుడు పరమ తపస్వితో ఈ విధముగా విన్నవించుకొనెను. “దేవా! తమరు నిరంతర కఠోర తపస్సు చేత మహత్వం సిద్ధించు కొన్నారని నాకు బాగా తెలుసు అంతేగాక మీ తలపైన పక్షులు గూడుకట్టుకొన్నవి. అయినను తమరు లేశమైనా చలించలేదు. కాని తమరే గొప్ప ఆధ్యాత్మికవేత్త అని మాయలో పడి గర్వించారు. అదియే తమకు అమంగళమైనవి.

“సుదీర్ఘ సాధనానంతరము కూడా సాధనా ఫలమైన కల్ప తరువును ముక్కలు ముక్కలుగా నరికే అహంకార రూపియైన గండ్ర గొడ్డలి మీలో ఉన్నది. అదియే తమకు ఘోర శత్రువైనది. ఆ కారణముననే ఆకాశవాణి తమకు విన్నించినది. ఇప్పుడు తమకు శుభము జరుగుట కొరకు ఏమి చెయ్యమన్నారు?

అనిమేషుని ఈ భాషణము వలన ఉగ్రశ్రవుడి కన్నులు తెరచుకొన్నవి. అతడు స్తబ్ధుడాయెను. నిర్జనారణ్యములో తనకు జరిగినదంతా ఇంత దూరములో ఉన్న అనిమేషునికెటుల తెలిసింది? విస్మయమునొంది అతడు అనిమేషునితోను ఈ విధముగా అన్నాడు.

“ఓయి అనిమేషుడా! నీవు మహాత్ముడవు, సద్గురువు యొక్క ఆజ్ఞను నిరంతరము పాలించుచున్నావు. కాని నేను వినినంత వరకు నీవు ఏ కఠోర తపమాచరించి ఉండలేదు. మరి నీకిటువంటి అలౌకిక సిద్ధి ఎటుల సంప్రాప్తించినది? నిరంతరము గురు కార్యములు మాత్రమే చేయుచు, గురువు యొక్క సందేశములను అందరికి అందజేస్తున్నావు. మరి ఈ ఆధ్యాత్మిక రహస్యములు ఏవిధముగా తెలిసినవి? దయచేసి ఈ ఆధ్యాత్మిక రహస్యమును కృపతో తెలియచేయండి.

ఉగ్రశ్రవుడికి గర్వభంగం అయింది. మాటలలో వినమ్రత ఉట్టిపడుతున్నది. అనిమేషుడు ముందటివలెనే మధుర వాక్కులలో ఆధ్యాత్మిక రహస్యమును ఉగ్రశ్రవునకు చెప్పుసాగాడు. “ఎవరయితే సమస్త ప్రాణుల గురించి ఆలోచించునో, అతడే నిజమైన

విజయాలు సాధించిన వారికే మరిన్ని సమస్యలు ఉంటాయి

అధ్యాత్మికవేత్త. ఏ ప్రాణియందు ద్రోహచింతన లేకుండగా జీవించుటయే శ్రేష్టమైన ధర్మము. గురువు యొక్క కృపచేత ఈ సత్యమును తెలుసుకొని అర్థము చేసుకొన్నాను. ఓ మునివర్యా! నా గురుదేవులు శరీరము వదలక ముందు నాకు నిర్దేశించినదేమనగా “ఈ జ్ఞాన ప్రకాశమును తారతమ్యములెంచక సమస్త మానవకోటికి పంచుము. మానావమానములను, తిరస్కారములను మరియు అవహేళలను ప్రీతితో స్వీకరించి నీ కర్తవ్యమును నిరంతరం పాటించు” గురుభక్తి, గురుప్రేమయే నా సర్వస్వము. అదియే నా అభేద్య కవచము. ఈ కవచమును ధీకొని నాకొచ్చిన విపత్తులన్నియు పటాపంచలయ్యాయి. గురుభక్తియే నా తపస్సు, దీనితోనే ధర్మజీవన రహస్యమును తెలుసుకొన్నాను” ఉగ్రశ్రవుడు సంతోష విస్మయ భావములతో అనిమేషుని ఉపదేశామృతములో మునిగిపోయాడు. అనిమేషుని భాషణ సిద్ధయోగి మోము నుండి వెడలిన సందేశమువలె మరియు అడ్డుకట్టలేని నదివలె ప్రవహించుచున్నది.

“గురుశ్రద్ధ, గురునిష్ఠ, గురుకార్యము మరియు గురుభక్తియే నా తపోసాధన. ఈ సాధన యొక్క సత్ఫలిత స్వరూపమే నా గురుకృప యొక్క ప్రసాదము, దేవా! నేను గురువు అడుగుజాడలలో నడుచువాడను. సద్గురువు కృపవలన నాకు అనుభవములోకి వచ్చిన సత్యమేమనగా శరీరము మాత్రము నాది, దానిలోపల నా ఆరాధ్య గురుదేవులు ప్రాణరూపములో ప్రతిష్ఠితులై ఉన్నారు. ఓ దేవా! కేవలము ఈ మనస్సు మాత్రము నాది, కాని దీని ద్వారా పొంగి పొరలు ఆలోచనలు మాత్రము గురుదేవులవి. ఈ హృదయము నాది, కాని దానిలో ఉప్పొంగుచున్న భావములు గురుదేవులవి. నేను యంత్రమును, గురుదేవులు ఈ యంత్రములను నడుపువారు. ఆయన పరమ సమర్థులు. యంత్రము యొక్క అసమర్థతవలన గురుదేవుల పరమ సమర్థత ప్రకటింపబడలేక పోవుచున్నది.

“గురుకార్యము నిర్వర్తించిన ప్రభావము వలన కలిగిన గురుకృప కారణముగా నా యొక్క అహం గురుతత్త్వములో విలీనమయినది. అప్పటి నుండి నేను అనే తత్త్వము కాలి బూడిదయినది. ఈ సమస్త జగము బ్రహ్మమయము. ఈ చరాచర జగత్తులో నేను అనురక్తుడను కావలసినదేది లేదు, మరియు విరక్తి చెంది దూరముగా పారిపోవలసినదేది లేదు. పరుల నింద, ప్రశంసల ఆవల ఉన్న నా మనస్సు ఇంద్రియ లోలత్వమునకు ఖచ్చితముగా గురికాదు. ఎల్లప్పుడు నా యొక్క పూర్తి అంతశ్చేతన గురుతత్త్వములో లీనమై ఉంటుంది. గురుతత్త్వం, ఆత్మతత్త్వం మరియు ఈశ్వరతత్త్వం ఒక్కటేయని గురుకృపతో బోధపడింది.

అధ్యాత్మతత్త్వం యొక్క నిగూఢ వ్యాఖ్యలతో ఉగ్రశ్రవుని అహంకారము పటాపంచలయింది. అతని జిజ్ఞాస మరింతగా పెరిగి మరల ఈ విధముగా అడిగాడు. “అజ్ఞానుడైన వ్యక్తి ఏ సాధన వలన అధ్యాత్మికజ్ఞానము పొందగలుగుతాడు?

“నిజమైన సాధన మరియు యదార్థమైన తపస్సు యొక్క ఉద్దేశ్యం అహంకారమును సమూలముగా నాశనము చేసి పెరికి వేయుటయే. కాని ఇది తెలియని ప్రజలు, ప్రపంచము తమను తపస్సులుగా గుర్తించవలెనని జపములు, తపములు, వ్రతములు మున్నగునవి ఆచరిస్తారు. వారు చేయు తపస్సునకు ఫలితముగా సిద్ధి పొంది ప్రపంచవిఖ్యాతి కావలెనని కోరతారు. ఈ విధముగా వారి ప్రయాస అంతయు వ్యతిరేకదిశలో నడచుచుండును. సాధన ద్వారా అహంకారమును నిర్మూలించుకొనుటకు బదులుగా, దానిని పోషించి వృద్ధి చేసుకుంటారు.

“తపోధనుడైన ఉగ్రశ్రవా! నిజమైన సాధన ఆలోచనలలో, భావనలలో నిక్షిప్తమై ఉన్నది, కర్మలలోకాదు. ఆలోచనల మరియు భావనల యొక్క దిశను మార్చినచో, సామాన్యమైన కర్మ కూడా అధ్యాత్మ ప్రదాయిని కాగలదు. జీవనము యొక్క శీర్షాసనమే అధ్యాత్మికత అని నా గురువులు సెలవిచ్చారు. దీనినే వారి పరిభాషలో తలక్రిందులైన వానిని సరిచేసి సక్రమముగా నిలబెట్టుటయేయని అంటుండేవారు. వారి ఆదేశానుసారము నేను కూడా అటులనే చేశాను. నా యొక్క పూర్తి శక్తిని, ఆలోచనలను, భావనలను శుద్ధి చేయుటకు వినియోగించాను అంతేగాక ఏ ప్రత్యేక కార్యము చేయుటకు వినియోగించలేదు. నేను ఏ విశేష తపస్సు చేయలేదు మరియు యే బీజాక్షరములకు ప్రత్యేకమైన రీతిలో జపించుట లేదు.

‘నా పరిశుద్ధాత్మలో గురుభక్తిని నింపి ఉంచుటయే నా యొక్క సాధన. ఇదియే నా సిద్ధి, నా అధ్యాత్మ తత్త్వము. ఈ రహస్యము తెలుసుకొనుట కొరకే ఆకాశవాణి మిమ్ములను నిర్దేశించినది.

గురుభక్తుడైన అనిమేషుని వచనములలో అతని గురువు యొక్క చేతన ప్రవహించుచున్నది. ఈ పుణ్య ప్రవాహము ఉగ్రశ్రవుని అస్థిత్యమును తాకి ఆయనను ముంచువేసినది. ఉగ్రశ్రవుని గర్వభంగమయింది. ఆయన అహంకారము ఆ పుణ్య ధారలలో కరిగిపోయింది. అహంకారము కరిగిపోగానే ఆయనకు ఆత్మజ్ఞానము ప్రాప్తించినది. ఆయనకు సాధన, నిజమైన సిద్ధి యొక్క రహస్యం అవగతమయింది.

- అఖండజ్యోతి, ఏప్రిల్ 2002
అనువాదం: యోగి రవి

సమస్యను సాధించడంలోనే ఆనందం ఉన్నది

గ్రామ అభివృద్ధికి ఒక గొప్ప మార్గము

మానవునికి కట్టుకోవడానికి బట్టలు, ఉండటానికి ఇల్లు మొదలైనవి ఉన్నప్పటికీ ముఖ్యంగా కావలసినది రోజువారి ఆహారము. ఆహారము లేకుండా ఒక్క రోజు కూడా గడవదు. రెండు పూటలా కడుపు నిండా లంటే ప్రతిరోజు చేతినిండా పని ఉండాలి. పని దొరికితేనే ఆహారం దొరుకుతుంది. కష్టపడకుండా తేరగా ఆహారం దొరికినప్పటికీ అరగదు.

దేశం యొక్క ప్రగతికి గుర్తు ప్రతివ్యక్తికి చేతినిండా పని దొరకటం. ఈ విషయంలో మనకి నిరాశ నిస్పృహలు ఎదురవు తున్నాయి. అతికొద్ది మంది సుఖవంతమైన జీవితం గడుపుతూ సంపదతో సుఖంగా జీవిస్తున్నారు. గ్రామ ప్రజల జీవితాలను వారితో పోలిస్తే అంతరం ఎంతో బాధాకరమైన విషయంగా కనిపిస్తుంది.

గ్రామములోని ఎక్కువ మంది వ్యవసాయం మీద ఆధారపడి బ్రతుకుతున్నారు. ఇక మోతుబరి రైతులు వ్యవసాయం చేస్తూ కొంత వరకు ఆనందంగా జీవిస్తున్నారు. కాని ఎక్కువ మంది చిన్న రైతులుగానే ఉన్నారు. చిన్న కమతాలతో బాధా పూర్వక జీవితం గడుపుతూ కడుపు నిండా తిండి దొరకక నిస్పృహతో జీవిస్తున్నారు. వ్యవసాయంతోపాటు పశుపాలన కూడా ఉంటుంది. గడ్డి గాదంతో పశువులను మేపి వాటి నుండి పాలు, పేద, పిడకలు పొందుతారు. పేద పొలానికి ఎరువుగా ఉపయోగ పడుతుంది. పశువులలో సర్పశ్రేష్టమైనవి ఆవులు, ఎద్దులు. ఈ రెండింటితో రైతు వ్యవసాయం చేస్తాడు. గేదెలు, మేకలు, గొట్టెలు కూడా పాలు ఇస్తాయి కాని వ్యవసాయ పనులకు పనికి రావు. గో సంరక్షణ తక్కువ అయితే వ్యవసాయ పనులు వెనుక పడతాయి. రాబడి బాగా తగ్గిపోతుంది. అందువలన చిన్న రైతులు కష్టంగా జీవితాన్ని గడుపుతారు. అయితే వ్యవసాయ పనులు ఎప్పుడూ ఉండవు. కొన్నివెలల పాటు ఖాళీగా ఉండటం జరుగుతుంది. పనులు లేక పోవుటవలన అనేకమైన దుర్వ్యసనాలకి లోనవుతారు. వ్యవసాయం అనేది ప్రకృతి మీద ఆధారపడిన ఒక వ్యవస్థ. ప్రకృతి



అనుకూలంగా ఉంటే రైతు లాభపడతాడు. వ్యవసాయం ఎల్లవేళలా ఒకేవిధంగా ఉండకపోవుట వలన రైతులలో నిరుత్సాహం కలుగుతుంది. పనిలేని సమయాలలో వారు దుర్వ్యసనాలకు లోనవటం, సమాజంలో అనేక రకాలైన చెడ్డ పనులకు కారకులుగా మారిపోవడం జరుగుతుంది. అందువలన వారి ఖాళీ సమయాన్ని ఏదో విధంగా ఉపయోగించుకోవటం వలన వారి జీవనశైలి మారి కుటుంబ పోషణలో, వ్యవసాయ పశుపోషణలో ఎంతో ప్రగతి సాధించటానికి అవకాశం ఉంటుంది. చేనేత, హస్తకళలు, కుట్టుపనులు మొదలైన చేతి పనుల ద్వారా కొంత ఆర్థిక వెసులు బాటు కలిగేవిధంగా ప్రభుత్వం చర్యలు తీసుకోవటం ఎంతో ముఖ్యమైన విషయం. సమయాన్ని సదుపయోగం చేసిన వారి జీవితాలు ఎన్నటికీ నిరుపయోగం కావు. శ్రమైక జీవితంతో సంపద

చేకూరుతుంది. నిస్పృహ జీవితం గడిపే వ్యక్తి దారిద్ర్యంలో కొట్టుమిట్టాడుతూ జీవితం గడుపుతూ ఉంటాడు. బయటపడవేసిన లోహపు ముక్క తుప్పు పట్టినట్లుగా పనిపాట లేనివారి జీవితాలు కూడా ఎందుకూ పనికిరాకుండా పోతాయి.

అభివృద్ధి పొందుటకు ఎలాంటి దగ్గర మార్గాలు లేవు. “కృషితో నాస్తి దుర్భిక్షం” అనే ఉపనిషత్ వాక్యానుసారం శ్రద్ధ, నిష్ఠ కలిగిన గ్రామ రైతులకు ప్రభుత్వం వారి నుండి అనేక రకాలైన వ్యవసాయ పరికరాలు తక్కువ మూల్యానికి అందినట్లైతే వ్యవసాయములో పురోభివృద్ధి కాకుండా పశుపోషణ చేపట్టవచ్చు. శాస్త్రజ్ఞుల సహకారంతో పాల ఉత్పత్తి పెంచితే ఆర్థికంగా రైతులు ఎదగటానికి దోహదపడుతుంది. ఈ విధమైన కార్యకలాపాలు రైతుల జీవితాలలో కొనసాగినట్లయితే నిర్జన భూములు కూడా వ్యవసాయ భూములుగా మారి అధిక ఉత్పాదన సాధించి పేదవారి జీవితాలు ఆనందంగా జీవించటానికి మార్గం ఏర్పడుతుంది. పశువుల స్థానంలో యంత్రాలను ప్రవేశపెట్టినట్లైతే ఎంతో లాభాలతో పాటు వ్యవసాయక పురోగతి ఏర్పడి గ్రామ రైతుల జీవితాలు ఆనంద మయమవుతాయి. కాని యంత్రాలు చాలా ఖరీదయిన వ్యవహారం. అయితే చిన్న కమతాల వారికి యంత్రాల కంటే పశువుల ద్వారా

సమస్యలు లేకపోతే ఆనందమే లేదు

చేసే వ్యవసాయం లాభదాయకమవుతుంది. పశుపోషణ ద్వారా లభించే పాలు, పేడ ద్వారా ఎరువు, వాటి మూత్రం చీడపీడలను తొలగించే మందుగా ఉపయోగించు కోవచ్చు. అందువలన వ్యవసాయ భూమికి బలంతోపాటు పశుసంపద పెంచుకోవచ్చు. పశువుల స్థానంలో యంత్రాలను ఉపయోగిస్తే తాత్కాలిక లాభం ఉండవచ్చుగాని, భూమి, రైతులు పశుసంపదతో కూడిన గ్రామీణ వాతావరణం కోల్పోయే అవకాశం ఉన్నది.

ఇతర రకాల పశువుల ద్వారా ఇతర రకాలైన ప్రయోజనాలు పొందుటకు అవకాశమున్నప్పటికీ, వ్యవసాయానికి మాత్రం ఆవు సంతతి ముఖ్యమైనదని మరువకూడదు. ఎందుకంటే ఆవుపాలు, తల్లిపాలతో సమానమైన బలవర్ధకమయినది. భారత గ్రామీణ వ్యవసాయానికి ఎద్దుల సహాయంతోనే జరుగుతుందనేది అందరికీ తెలుసు. వాటి పేడ భూమికి సారవంతమైన ఎరువుగా ఉపయోగ పడుతుంది. ఆవుల మూత్రం కీటకనాశినిగా రసాయనాల బదులుగా ఉపయోగించవచ్చు. అవి చనిపోతే వాటి చర్మాలను ఉపయోగించి దృఢముగాను, కోమలంగాను ఉండే అనేక రకాల వస్త్రులుగా ఉపయోగించుకోవచ్చు. మిగిలిన అన్ని పంజరాలను భూమిలో పూడ్చటం ద్వారా బలమైన సారవంతమైన ఎరువుగా మట్టిలో కలిసిపోయి పంటలకు బలాన్నిస్తుంది. ఇంత గొప్ప లాభాలు మరే పశువు నుండి లభించవు. **గ్రామ రైతులకు వారి కుటుంబ పోషణను గో సంతతి ద్వారానే తప్ప మరే విధమయిన లాభదాయకమైన దారిలేదు.** ఇతర పశువుల పోషణ ఏదో ఒకటి మాత్రమే లభిస్తుంది. మేకలు, గొట్టెలు మొదలైన జంతువులు కేవలం మాంస విక్రయానికి తోళ్ళ పరిశ్రమకు మాత్రమే ఉపయోగపడగలవు. అందువలన భారతదేశ గ్రామాలలోని రైతులకు వ్యవసాయానికి సంబంధించినంత వరకు పశుపోషణ ఆధారభూతమవుతుంది. వీటి కొరకు కొంత భూమిని మేత కొరకు విడిగా ఉంచి సంరక్షణ చేయవలసి ఉంటుంది.

మామూలుగా వర్షాధారమయిన గోధుమ పంటగాని లేక వరిగాని సాలుకు ఒక పంట వేసే బదులు వాటి స్థానంలో తక్కువ కాలంలో చేతికి వచ్చే పంట వేస్తే రైతులు లాభంతో పాటు పశువుల మేతకు ఎలాంటి కొరతరాదు. తక్కువ సమయంలో ఎక్కువ లాభార్జనకు సరిపోయే పంటలు తక్కువ భూమిలో కూడా పొందవచ్చు. ఉదాహరణకు బంగాళాదుంప, పెండలము, కంద, చిలగడదుంప, ముల్లంగి, కేరట్, బీట్‌రూట్, చేమ మొదలైనవి పంటల వలన రైతు లాభపడటమేగాక పశువుల మేతకు కరువుండదు. పంట మార్పిడి వల్ల భూమి సారవంతం ఏ మాత్రం తగ్గకుండా నిలుస్తుంది.

పై పంటలు బియ్యానికి బదులు పేదవారి కడుపు నింపు కోవటానికి మంచి ఆహారంగా ఉపయోగించుకోవచ్చు. ఈ విధముగా తెలివిగా వ్యవసాయం చేయగలిగితే గ్రామ బీదరైతులు ఆర్థికంగా ఎదుగుటేగాక పశుపోషణ కూడా చేసుకోగలుగుటవలన గ్రామ వికాసం త్వరగా జరిగి తీరుతుంది. **గ్రామాభివృద్ధికి ఈ రెండు అనగా వ్యవసాయం, పశుపాలన వలన మాత్రమే లాభిస్తుంది.** ఈ రెండింటి విషయంగా నవీన పద్ధతులు అవలంబించుట ద్వారా మాత్రమే పేద రైతు జీవితాలను పేదరికం నుండి బయటపడవేయవచ్చును. రసాయనిక ఎరువులు, మందులు ప్రయోగించుట వలన భూమిలో శక్తి సన్నగిల్లిపోవుటే కాక పండిన పంటలు కూడా విషమయంగా తయారవుతాయి. అందువల్ల సాధారణ భారతీయ వ్యవసాయ పద్ధతులు ద్వారా మాత్రమే ఆర్థిక అవలంబనతోపాటు అభివృద్ధి సాధించవచ్చు.

గ్రామ అభివృద్ధిలో మరొక కోణం కుటీర పరిశ్రమ. వ్యవసాయం, పశుపోషణ ద్వారా ఆహార కొరత తీరనప్పటికీ, మిగిలిన అవసరాలు కుటీర పరిశ్రమల ద్వారా గ్రామాలకు తీరతాయి. ఉదాహరణకు ఖాదీ వస్త్ర పరిశ్రమ, ప్రతి ఒక్కరికీ కట్టుకొనుటకు గుడ్డ, తినటానికి తిండి, ఉండటానికి ఇల్లు ముఖ్యమైన అవసరాలు. అందువల్ల ఖాదీ పరిశ్రమ ద్వారా చాలా మంది ఉపాధి పొంది లభి పొందటానికి అవకాశం ఉన్నది. ఈ పరిశ్రమలో ముడి సరుకుగా దూది; దాని ద్వారా దారం తీయుట, వస్త్రాలు నేయుట, రంగులు అద్దుట, కుట్టు పనిచేయుటం మొదలైన ఎన్నో పనుల ద్వారా గ్రామీణులకు పని దొరుకుతుంది. దీని ద్వారా గ్రామ ప్రజల ఆర్థిక బాధలు కూడా తీరగలవు. చేనేత వస్త్రాలు కొనుగోలుదార్లను పెద్దగా ఆకర్షించవు, కంటికి ఆనవు. అందువలన ప్రజలు చేనేత పరిశ్రమను అంతగా ఆదరించనందున గిరాకీ బాగా తగ్గిపోయింది. మిల్లు వస్త్రాలు పెద్ద పెద్ద కార్ఖానాలలో తక్కువ మందితో అందమయిన వస్త్రాలు తయారయి, తక్కువ ధరకు లభిస్తుంటే కొనేవాళ్ళు వాటికి ఎగబడి చేనేతను చిన్న చూపు చూడటం జరుగుతున్నది. చేనేత పరిశ్రమ మీద కాస్తంత అయినా అభిమానం ఉండి అది మనతోటి గ్రామస్థులు తయారు చేసిన వస్త్రమని, దానిని కొనుట ద్వారా ఎంతో మంది పేద కార్మికులను ఆదుకొనుట అనే సదుద్దేశము కలిగిన ప్రజలు పల్లెవాసులుగాని, పట్టణవాసులు గాని వాటిని కొనుగోలు చేస్తే ఈ చేనేత పరిశ్రమ మరల తిరిగి పుంజుకొంటుంది. నాగరిక వాసులు చేనేత వస్త్రాలను ధరించుట తమ ప్రతిష్ఠకు భంగం అనుకోకవారి ఆదర్శవంతమయిన ఆలోచనలు ద్వారా వారికి, గ్రామ వికాసంతో పాటు దేశానికి మర్యాద అందించుటే కాక

ఒకప్పటి పెద్ద సమస్య తరువాత అనుభవంగా మిగులుతుంది

అనేక నిరుద్యోగ గ్రామీణ కుటీర పరిశ్రమల వారికి అన్నం పెట్టిన వారవుతారు.

స్వాతంత్ర్యానికి ముందు గాంధీగారు ఈ చేనేత పరిశ్రమ గ్రామంలో ఉన్న పేదల పాలిట వరమని ఎంతో ప్రాధాన్యత ఇచ్చారు. ప్రతి కాంగ్రెసువాది చేనేత వస్త్రాలను ధరించుటేగాక, వారి కుటుంబంలో, వారి బంధుమిత్రులను కూడా ప్రోత్సహించి ఈ వస్త్రాలను ధరించుటకు బాగా శ్రద్ధ తీసుకోవాలని ఎంతో నొక్కి చెబుతూ ఉండేవారు. ఆ రోజులలో ఖాదీ పరిశ్రమ దేశ ప్రగతికి ప్రధానమయినదని భావించుటవలన చేనేత పరిశ్రమకు అందరు సహకరించేవారు. దేశ భక్తితోపాటు ఆదర్శవంతమయిన రీతిలో ఖాదీ పరిశ్రమ మీద గౌరవ ఆదరణ పెరిగి స్వాతంత్ర్య సమరంలో ముఖ్యమయిన పరిశ్రమగా నిలచింది.

ఈ ఖాదీ ఆందోళన ఇంగ్లీషు వారి వ్యవస్థను కూకటి వ్రేళ్ళలో పెరికిపారవేసే చర్యగా చాలా మంది అనుకునేవారు. మాంచెస్టర్లో మిల్లులు మూతపడి, ఇంగ్లీషువారి వస్త్ర వ్యాపారాన్ని దెబ్బతీయుట వలన త్వరగా స్వాతంత్ర్యం పొందేందుకు కారణం అయి తీరుతుందని అనుకునేవారు. వారికి ఈ వస్త్ర వ్యాపారంలో నష్టం వస్తే ఇంకా ఎన్నో లాభదాయకమయిన వ్యాపారాలు ద్వారా లాభాలు పొందగలరు. కాని గాంధీగారి ఉద్దేశ్యం ఇంగ్లీషు వారికి నష్టం కలిగించి స్వాతంత్ర్యం తొందరగా పొందాలని వత్తిడి చేయటం కాదు, లక్ష్యం ఏమిటనగా భారతదేశపు సమగ్ర స్వరూపం గ్రామాలలోనే ఉందని, గ్రామంలోని పేదరికం నిర్మూలించుట, వెనుకబాటు తనాన్ని రూపుమాపుట అని దృఢంగా నమ్మి ఆ విధానాన్ని అనుసరించేవారు. స్వాతంత్ర్యం దేశానికి లభించటానికి కొంత ఆలస్యమయినప్పటికీ ఫర్వాలేదు కాని ముందుగా గ్రామాలలోని పేదల ఆకలి బాధ తీరాలనేదే ఆయన ఆవేదన. పరిశ్రమలు లేకుండా దేశానికి ఆర్థిక పుష్టి లభించదు. అయితే వాటిని స్థాపించి నడపటానికి ఎంతో ధనం కావాలి. కాని చేనేతకు కావలసిన పనిముట్లు గ్రామాలలోని వడ్రంగులు, కమ్మరి పనివారి ద్వారా తయారు చేయటం ద్వారా పెద్దగా పెట్టుబడి లేకుండా చేనేత పరిశ్రమను వృద్ధి చేయుట, తేలికే గాక పనివారికి కూడా కొరత ఉండదు. కావలసిన ముడి సరుకు కూడా రైతులు ద్వారా దొరుకుతుంది. తయారయిన వస్త్రాన్ని అమ్ముటానికి కూడా పెద్దగా కష్టపడవలసింది లేదు. ఆహారం తరువాత అవసరం వస్త్రమే. అమ్ముకాలు స్థానికుల ద్వారానే జరుపవచ్చు. ఈ పరిశ్రమకు ధనవంతుల వ్యాపార లావాదేవీలుగాని, పెట్టుబడిగాని, కమీషన్ ఏజంట్లు గాని అవసరం లేకుండానే పరిసర గ్రామవాసుల ద్వారా విక్రయం తేలిగ్గా జరుగుతుంది.

అప్పటి భారతదేశంలో పేదరికం ఎక్కువగా ఉంటుండేది. ముఖ్యముగా గృహిణులు, స్త్రీలు రోజువారి వంటవారు అయిన తరువాత ఖాళీగా కబుర్లతో కాలక్షేపం చేస్తుంటారు. వ్యవసాయపు పనులు లేనప్పుడు పురుషులు కూడా ఖాళీగా రోజులు గడుపుతారు. ఇక కూలీల సంగతి సరేసరి. రైతులే పనిలేకుండా ఉంటే ఇతర కూలీలకు పని ఇచ్చేది ఎవరు? ఇలాంటి విషయ సమస్యకు పరిష్కారం చేనేత పరిశ్రమ ద్వారా లభిస్తుంది. ఈ పరిశ్రమ ద్వారా ఎంతో మందికి పని దొరికి ఆర్థికంగా నిలదొక్కుకోవటానికి అవకాశం లభిస్తుంది.

పసందైన కృత్రిమ మెరుపులకు అధిక ప్రాధాన్యత ఇవ్వాలా? లేక మన ఇరుగు పొరుగున ఉన్న గ్రామీణ పేద ప్రజల కడుపు నింపటానికి ప్రాధాన్యత ఇవ్వాలా? అనే విషయం గురించి ప్రతి ఒక్కరు ఆలోచించవలసిన విషయం. ఈ ప్రశ్నలను సహృదయంతో ఆలోచిస్తే ముందుగా అన్నార్తుల ఆకలి బాధని తీర్చటం ప్రథమ కర్తవ్యమని జవాబు లభిస్తుంది. వారి ఆకలి తీరే వివిధ మార్గాలు అనేకం ఉన్నవి. అయితే వాటికంటే ముందుగా చేయవలసింది వారిలో సోమరితనాన్ని దూరం చేసి, సత్ ప్రవృత్తి, సదాలోచనా ప్రవాహాల ద్వారా వారిని ఉజ్వల భవిష్యత్తు వైపుకు నడవటం ఎంతో ముఖ్యమైన కార్యం. విలాసాల జీవితాల నుండి విచ్ఛలవిడి తనం నుండి బయటపడి ఎవరికివారు సాదాజీవితం - ఉన్నత ఆలోచనా" అనే భావనలో ఉన్నవారు దేశం యొక్క దుర్గతిని మార్చి ప్రగతి మార్గాన నడిపించగలరు. గొప్పతనానికి నిదర్శనం సాధు జీవనమే. ఎవరయితే అవసరమయిన ఖర్చులు తగ్గించుకొని, దురలవాట్లకు దూరంగా ఉంటారో అలాంటివారు చేనేత వస్త్రధారణతోపాటు దేశభక్తిని పెంపొందించుకొని సమాజం ఎడల నిష్ఠాపూర్వక మార్గనిర్దేశకులు కాగలరు. ఇలాంటి సద్గుణాలన్నీ కూడా దైవీ వరాలుగా మారిపోగలవు.

- అనువాదం : జి. చెన్నకేశవరావు

యొగ్గేశక్తి గాయత్రి
మాస పత్రిక చదవండి !
చదివించండి !!

సమస్య యొక్క తీవ్రత మనం బాధపడినంత కాలం మాత్రమే ఉంటుంది

కళాత్మక జీవన విధానం

'ఆర్ట్ ఆఫ్ లివింగ్ లేదా జీవించేకళ' ఈ అంశము ప్రస్తుత కాలములో బహుళ ప్రచారములో ఉన్న విషయం. దీనిని నిర్వచించటానికి ప్రపంచమంతటా ప్రతినీత్యము, ఎంతోమంది పుంఖానుపుంఖాలుగా రచిస్తున్నారు. విశ్వవ్యాప్తంగా రచయితలు దీనిగురించి నెలా నెలా పెద్ద సంఖ్యలో పుస్తకాలను వ్రాస్తుంటే ప్రచురణకర్తలు వానిని ముద్రిస్తున్నారు. సామాన్య ప్రజలలో కూడా ఈ విషయమును వినటానికి, చదవటానికి కుతూహలము పెరిగింది. ఇవన్నీ జీవితము పట్ల మానవునికి పెరుగుతున్న జిజ్ఞాస, అవగాహనలకు శుభసంకేతాలు. ఆర్ట్ ఆఫ్ లివింగ్ అనే అంశం తెలిపేదేమిటంటే జీవితమును సంస్కార హీనంగాను, వ్యర్థంగాను గడపకుండా, కళాత్మకమైన, స్ఫూర్తిదాయకమైన రీతిలో జీవించడము చాలా అవసరము అని.

ఈ అఖిల విశ్వబ్రహ్మాండమునంతటినీ సృజించే సాటిలేని మేటికళాకారుడైన భగవంతుని యొక్క సర్వశ్రేష్ఠమైన సృష్టి మానవుడు. ఈ మానవ దేహమును పరమేశ్వరుడు తన కళలోని ప్రతి ఒక్క సూక్ష్మతను, సౌందర్యమునంతటినీ కలబోసి సృజించాడు. అందుచేతనే ప్రపంచములోని విద్వాంసులందరు ముక్తకంఠంతో 'సర్వశ్రేష్ఠమైనది, సుందరమైనది, ప్రత్యేకమైన అవకాశాలతో కూడుకున్న మానవజీవితము కన్నా గొప్పది మరొకటి లేదని ప్రపంచములోని వివిధదేశాలలో వివిధ భాషలలో గానం చేస్తున్నారు. ఇంతేకాదు ప్రపంచములోని మారుమూలల్లో కూడా జీవితము యొక్క ఔన్నత్యం, సౌందర్యం, అపూర్వమైన అవకాశాలను వ్యక్తము చేయటానికి పరిశోధనలు జరుప బడుతున్నవి.

ప్రపంచంలో ధర్మము, సంస్కృతుల పురోభివృద్ధి ఈ పరిశోధనల, అన్వేషణల యొక్క సారాంశమే. జీవితాన్ని కళాత్మకంగా జీవించటానికి ఇవి ప్రమాణాలు. హిమాలయ అంతరాళాలలో నుండి వినిపించే వేదమంత్రములు, ఖురానులోని పదభాగాలు, బైబిలు వాక్యాలు ఇవన్నీ కూడా 'జీవితము యొక్క ఔన్నత్యము, సుందరమైన తత్త్వములతో పాటు అపురూపమైన అవకాశాలను గురించి మానవులకు వెల్లడిచేస్తున్నాయి' ప్రతి ఒక్క మతం, దానికి చెందిన సంస్కృతి యొక్క లక్ష్యమేమిటంటే, పరిస్థితులకనుగుణంగా జీవితమును జీవించే శిక్షణ ఇవ్వడము.

ప్రతి ఒక్క మతప్రవక్త మరియు దాని సంస్కృతిని మెరుగుపరచిన మహాపురుషులు తమ జీవితాలను ఈ మహాత్వపూర్ణమైన లక్ష్యమును నెరవేర్చటం కోసము సమర్పించారు. నేర్పటానికి ప్రతి మతములోను ఆయా పరిస్థితులు, వాతావరణముల కనుగుణంగా కళాత్మకంగా జీవించే విధానమును పలురకాలైన ప్రయోగాలను, సాంకేతిక విధానాలను వృద్ధి చేయటం జరిగింది. కానీ కాలక్రమేణా ఈ పద్ధతి రూపుమాసిపోయింది. శాస్త్రీయమైన దృక్పథము లేకపోవడముచేత ధర్మం అనేది కేవలము సాంప్రదాయములను, ఆచారాలను పోషించేదిగా మాత్రమే మిగిలిపోయింది. ఇదేవిధంగా 'సంస్కృతి' అనేది మంచి సంస్కారములను సంపూర్ణమైన రీతిలో మెరుగుపరచి అమలు చేయటానికి బదులుగా ఏవో కొన్ని లలితకళలకు మాత్రమే పరిమితమైపోయింది.

ఇలాంటి పరిస్థితులలో ప్రాచీన విధానానికి క్రొత్తదనమును ఆపాదించవలసిన అవసరమయింది. జీవించేకళ (Art of living) అనేది ఈ అవసరమును పూర్తిచేయగలదు. దీనిని 'ధర్మముయొక్క సనాతన తత్త్వమునకు క్రొత్త జన్మ' అని కూడా చెప్పవచ్చు. విశ్వవ్యాప్తంగా దీనికి అనేక విధాలైన నిర్వచనములున్నాయి. ఎఫ్.బీ. బేకార్ 'జీవితంలో లభించే అవకాశముల జాగరణ అని అన్నాడు. ఎమ్.ఆర్. బారోనీ జీవనంలోని అంతరంగ శక్తులను వికసింప చేయగలదని అన్నాడు. 'ఇది మానసిక పరిస్థితిమీద విజయమును సాధించగలదు' అని ఎన్. కోబాన్ అని అన్నాడు. సాఫల్యమునకు రాజమార్గముగా దీనిని సీ. మారకుస్ కూపర్ నిర్వచించాడు. ప్రపంచ ప్రఖ్యాతిగాంచిన 'ద సెవెన్ హేబిట్స్ ఆఫ్ హైలీ ఎఫెక్టివ్ పీపుల్స్' అనే గ్రంథ రచయిత స్టీఫెన్ ఆర్. కోవీ 'జీవితమును మార్చివేయగల శక్తివంతమైన విద్య'గా దీనిని నిరూపించాడు.

ఇలా వైవిధ్యభరితమైన పలురకాల ప్రతిపాదనలెన్ని ఉన్నప్పటికీ వానిలో దాగి ఉన్న సత్యము ఒక్కటే అదే జీవితము యొక్క ఔన్నత్యం, సౌందర్యం, జీవనగమనంలో మనకు లభించగలిగే ఉన్నతస్థాయి అవకాశములను ఉపయోగించ గలగడం. వేదమంత్రాలు, ఉపనిషత్తులలోని శ్రుతులు, షడ్ధర్మాలకు చెందిన అనేక సూత్రాలు, పైన చెప్పబడిన మూడు

ప్రతి సమస్య వల్ల ఏదో లాభం కలుగుతుంది

అంశాలను పొందగలగటానికి పలు ఉపాయాలను సూచిస్తున్నది. ఆ ఉపాయాలన్నింటినీ కొన్ని బిందువులుగా క్రోడీకరించగలిగితే 'జీవితము యొక్క వర్తమాన స్థితి' అందులో సాక్షాత్కరిస్తుంది. సాధారణంగా జనులు 'ఆత్మతత్వము యొక్క సాక్షాత్కారాన్ని' గురించి మాట్లాడేటప్పుడు, వినేటప్పుడు భ్రాంతిపూర్వకమైన ఊహలలో కొట్టుకుపోతుంటారు. ఇలాంటివారిలో బహు సంఖ్యాకులు తమ జీవితములోని ప్రస్తుతస్థితిని గురించిన సత్యం పట్టించుకోకపోవటమో లేదా తెలియనట్లుగా ఉండటమో చేస్తుంటారు.

'మీ జీవితములోని వర్తమాన స్థితియొక్క సాక్షాత్కారము' జీవించేకళ యొక్క ప్రారంభ బిందువు అనగా 'మనము ఎవరమో, ఎలా ఉన్నామో, దానిని అదే రూపంలో స్వీకరించి అనుభూతి చెందటము' అని అర్థము చేసుకోండి. మీలోని లోటుపాట్లను తెలుసుకొనటంతోపాటు ఉన్న అర్హతలను, అవకాశములను కూడా గుర్తించండి. ఇది చూడటానికి తేలికగా ఉన్నా అంత తేలికైన పనికాదు. దీనికి నిత్యం నియమితరూపంలో అభ్యాసము కావాలి. సాధారణంగా మనలో అందరం ఒక దృఢమైన ఆత్మవంచనలో బ్రతకటానికి అలవాటుపడి ఉంటాము. ఇతరుల దృష్టిలో మనను గురించిన అభిప్రాయమునకే మనము ప్రాముఖ్యతనిస్తూ ఉంటాము. కానీ అది సరియైనది కాదు. నిన్ను సువ్యూగా తెలుసు కొనడము చాలా అవసరమైన పని. దాని తరువాతే 'జీవన సాధన' గురించి ఏదైనా వాస్తవికమైన దిశలో అడుగు వేయటం మంచిది.

ఈ క్రమములో రెండవ ముఖ్యమైన అంశము సంకల్ప పూర్వకమైన జీవనయానం. సంకల్పవంతుల జీవితమును గురించి ప్రజలలో ఒక అపోహ ఉన్నది. సాధారణ ప్రజలు సంకల్పమును పట్టుదల లేదా మొండితనంగా భావిస్తుంటారు. 'నిజానికి సంకల్పమనేది వివేకపూర్ణమైన నిర్ణయమును అమలు చేయగలిగే దృఢవ్యక్తిత్వమునకు సంబంధించినది' అని జెడీ ఫిషర్ అభిప్రాయము. మనలోని తప్పులను తొలగించుకొనటానికి, సద్గుణములను అభివృద్ధిపరచుకొనటానికి సంకల్పమును ఉపయోగించుకోవాలని ఫిషర్ అభిప్రాయము. జీవించేకళను సాధన చేసేవారు సుదీర్ఘ ప్రయత్నాల తరువాత తనను తాను తెలుసుకొని, తనలోని లోటుపాట్లను, బలహీనతలను, అలాగే తనలోని అర్హతలను, శక్తి సామర్థ్యములను గుర్తించి వాటిని రెండు ప్రత్యేక పట్టీలుగా తయారుచేసుకోవాలి. ఈ పట్టీని అనుసరించి ప్రతి వారం ఒక బలహీనత లేదా దోషమును వదలి ఒక మంచి గుణమును లేదా అవకాశమును జాగృతపరచుకొనేవిధంగా సంకల్పాన్ని తీసుకోవాలి.

సంకల్పపూర్ణమైన జీవితానికి క్రమశిక్షణ చాలా ముఖ్యమైన అంశంగా ఫిషర్ భావిస్తున్నారు. సత్యమనే నాణెమునకు సంకల్పం, క్రమశిక్షణ 'బొమ్మా బొరుసు' వంటివని ఫిషర్ అభిప్రాయము. క్రమశిక్షణాపరుడు కానిదే, సంకల్పవంతుడు కాలేదు. అదేవిధంగా సంకల్పమనేదే లేనప్పుడు క్రమశిక్షణను ఖచ్చితంగా పాటించడము కూడా సాధ్యము కాదు. సంకల్పం, క్రమశిక్షణ ఈ రెండింటినీ ఖచ్చితమైన, సరియైన రీతిలో అమలుపరచడము వలన జీవితములో అంతర్లీనంగా దాగి ఉన్న శక్తులు జాగృతం కావడము ప్రారంభమౌతుంది. తత్ఫలితముగా ఎన్నో ఉన్నతస్థాయి అవకాశాలు అంకురించి, పల్లవించడము జరుగుతుంది.

ఈ స్థితిలో 'జీవనకళ' యొక్క తరువాతి చరణం ఆరంభమౌతుంది. తనలోని శక్తులను స్వార్థరహితంగా ఉన్నతమైన ప్రయోజనాలకు ఉపయోగించడమనేదే ఆ చరణము. దీనిని కూడ సరిగ్గా అమలుచేస్తూ ఉంటే జీవితము రూపాంతరణ చెందుతుంది. తనలోనే 'విరాట్విశ్వము' యొక్క అనుభూతి కలుగుతుంది. శ్రేష్ఠమైన సకలజనహితమైన పనుల కోసం తన శక్తులను ఉపయోగించేకొద్దీ శాంతి, సంతోషములు ఇనుమడిస్తాయి. కళాత్మకమైన ఈ జీవనశైలిలో జీవితము యొక్క శ్రేష్ఠత్వం, సౌందర్యం వెల్లడౌతాయి. అంతర్లీనంగా ఉన్న శక్తులు, అవకాశాలు తమ సంపూర్ణ సౌందర్యముతో ప్రకటీకృతమౌతాయి. పరమేశ్వరుని యొక్క అత్యంత శ్రేష్ఠమైన సృష్టియొక్క ఈ మానవ జీవితములో సర్వోత్తమమైన 'కళాత్మకత' వెల్లడౌతుంది.

- అఖండజ్యోతి, నవంబరు 2002
అనువాదం : శ్రీమతి కృష్ణకుమారి

కస్తూర్బా గాంధీ

కస్తూర్బా మరణించిన తరువాత గాంధీజీ తన స్నేహితురాలు వెళ్ళిపోయిందని అన్నారు. దక్షిణ ఆఫ్రికాలోని ఫినిక్స్ ఆశ్రమం, అహ్మదాబాద్ లోని సబర్మతి ఆశ్రమం ఎంత చక్కగా నడిపారో చూస్తే ఆమె గాంధీ గారికి ఎంతగా సహకరించిందో తెలుస్తుంది. ఆమె తన శరీరం, మనస్సు స్వభావం పూర్తిగా గాంధీగారి ఆదర్శాలకు తగినట్లుగా మలచుకున్నది. వ్యక్తిగా చూస్తే ఆమెలో పెద్దగా ప్రతిభ కనిపించదు. కాని భారతీయ స్త్రీ యొక్క సమర్పణ ఆదర్శాన్ని ఆమె పూర్తిగా నిర్వహించింది. గాంధీగారికి తోడుగా నీడగా ఉన్నది.

- ప్రజ్ఞాపురాణం నుండి

ప్రతి అనుభవం కష్టాల వలనే వస్తుంది



కాలం అనేది ఒక నమ్మకం - ఒక భ్రమ

సాపేక్ష సిద్ధాంతం విజ్ఞానపరంగా ఆధ్యాత్మికతను చాలా దగ్గరకు తీసుకొని వచ్చింది. కాలం అనేది మరేమీ కాదు ఒక నమ్మకం మాత్రమే! మనం ఏ తిథులను, తారీఖులను, వారాలను ఇంకా అనేక సందర్భాలను అర్థం చేసుకొంటామో అవన్నీ మన నమ్మకం మీద ఆధారపడి ఉంటాయి. వ్యక్తి తనకు ఎదురయ్యే అనుభవాలు మారుతుంటే అతని నమ్మకాలు కూడా మారిపోతాయి. ఉదాహరణకు సగటు మనిషి జీవితకాలం 70 సంవత్సరాలుగా నిర్ధారించబడింది.

ఆహార విహారాదులను నియమానుసారం గడిపే వ్యక్తి నూరు సంవత్సరాల వరకు జీవించవచ్చు. లేనట్లైతే అరవై సంవత్సరాల దరిదాపుల్లో పూర్తి అవుతుంది. సగటున పూర్ణాయువు వ్యవధి 70 సంవత్సరాలు మాత్రమే. ఈ అవధిలో మానవుని బాల్యం, కిశోరావస్థ, యువ, ప్రౌఢ ఇంకా ముసలితనం లాంటి స్థితులు జరిగిపోతాయి. 24 గంటలలో తన జీవిత కాలాన్ని పూర్తి చేసుకొంటున్న దోమ కూడా పైన తెలిపిన అన్ని స్థితులను అనుభవిస్తుంది. తేలిందేమనగా మానవుని 70 సంవత్సరముల జీవితకాలం దోమ 24 గంటలలో గడిపే నాలుగు స్థితుల కాల పరిమితికి సమానమవుతుంది.

విశ్వాసం మీద ఆధారపడిన కాలం ఉనికికి మరొక ఉదాహరణ సుఖదుఃఖాల అనుభూతి. మనిషికి నచ్చిన, ఆనందమయమైన పరిస్థితులలో కాలానికి రెక్కలు వచ్చినట్లు అనుభూతి కలిగి క్షణాలు, రోజులు, వారాలు, నెలలు చూస్తూ ఉండగానే గడచిపోయినట్లనిపిస్తుంది. దీనికి వ్యతిరేకంగా దుఃఖ పరిస్థితులు ఎదురైనప్పుడు కాలం స్తంభించినట్లు ముందుకు జరగనే జరగదు. క్షణములు యుగములవుతాయి. ఈ సమయాన్ని ప్రజలు మరణ కాలంగా భావించి భారంగా గడుపుతారు. ఏ గృహంలోనైనా సాయంకాల సమయంలో ఎవరైనా చనిపోతే, ఇక ఆ రాత్రి అంతా వారందరికీ కాలం ఆగిపోయినట్లు, ఎంతకు రాత్రి సమయం గడవనట్లు భారంగా అనిపిస్తుంది.

వాడుక భాషలో వైజ్ఞానికులు సమయాన్ని సాపేక్ష సిద్ధాంత పరంగా ఈ విధంగా అర్థం చెప్పారు. వేడి పెనం మీద క్షణకాలం చేయి ఉంచినప్పుడు సుఖంగా గడిపిన వెయ్యి క్షణాల కాలం కంటే ఎక్కువనిపిస్తుంది. చేయికాలిన ఆ క్షణ కాలమే ప్రియమైన వారితో గడిపే గంటల కాలం కంటే ఎంతో ఎక్కువ సేపు ఉన్నట్లనిపిస్తుంది. కాలాన్ని ఏ పరిభాషలో కట్టివేయలేము, దానిపై వ్యాఖ్యానించుట కూడా కుదరని పరిస్థితి.

రెప్పపాటు కాలం, సెకండు, నిమిషం, గంట కాలగణన ఒక రోజును విభజించుట కొరకు ఏర్పాటు చేసుకొన్న సులువైన విధానంగా ఏర్పడింది. వాస్తవంగా కాలం అంటే ఇది కాదు. ఏదైనా జరిగిన సంఘటన స్మృతి పథంలో ముద్రించుటకు ఇదొక విధమైన వ్యవస్థ మాత్రమే. ఈ కాలంలో మనం సెకండ్, నిమిషం, గంటలలో కాలాన్ని అర్థం చేసుకొంటున్నాము, కాని పూర్వ కాలంలో పల్ విపల్ అనగా రెప్పపాటు అరరెప్పపాటు సమయాన్ని కూడా జ్యోతిష్యపరంగా లెక్కించేవారు. ఈ విధానం ఏ కొలబద్ధకు అందని అతి సూక్ష్మ విధానం. జ్యోతిష్య అధ్యయనంలో గణనం చేసేటప్పుడు క్షణం, ఘడియ, నక్షత్రం, గ్రహం, రాశి మొదలైన వాటిని ఉపయోగించేవారు. దినాలు, నెలలు, సంవత్సరాలు లెక్కించేటప్పుడు విభిన్న పద్ధతులు ఉపయోగించేవారు. మన భారతీయ పరంపరలో ఈ గణనం ఎన్నో రకాలుగా ఉండేది. మానవ సంవత్సరాలు కంటే దేవతల సంవత్సరాలు ఎన్నో రెట్లు ఎక్కువ. దేవ సంవత్సరాల కంటే వంద రెట్లు బ్రహ్మ సంవత్సరాలుగా నిర్ధారించుట జరిగింది. బ్రహ్మ దేవుని ఒకరోజు మానవుని వెయ్యి సంవత్సరాల కాలంతో సమానమని మన శాస్త్రాలలో చెప్పబడింది. రాత్రి కాలం కూడా అంతే పొడవుగా ఉండేది. బ్రహ్మ యొక్క ఒక పగలు ఒక రాత్రి సమయంలో ఈ సృష్టి పుట్టుక లయము జరిగిపోతాయి. ఈ అవధిని ఒక కల్పమని చెప్పుట జరిగింది. బ్రహ్మ యొక్క ఒక కల్పం పూర్తికాగానే సృష్టిలో మహా ప్రళయం సంభవిస్తుంది. సృష్టి ఆది అంతముల అవధిని వేల కోట్ల సంవత్సరాలుగా లెక్కించుట జరిగింది.

మానవ సంవత్సరాలు, దేవ సంవత్సరాలు, బ్రహ్మదేవుని అహోరాత్రుళ్ళు, ఆయన ఆయువు, కల్పాలు మొదలైనవాటిని, లెక్కించుట సాధ్యం కాని పని. సామాన్య పరిభాషలో ఏదైనా లెక్కించుటకు సాధ్యం కాని సంఖ్యను కోట్లుగా చెప్పుకొంటాము. అంతం లేనివని, అసంఖ్యాకమని ఆకాశంలోని నక్షత్రాలలో పోల్చి చెప్పుకొంటూ ఉంటాము. కాలాన్ని ఏదో ఒక అవధిలో బంధించటం సాధ్యం కాదని తేలిపోయింది. ఎల్లలులేని, అనంతమైన ఈ కాలగణనను వేదాంత శాస్త్రం కూడా దాని విస్తారం ఇంత అని చెప్పుట కుదరక అదొక భ్రాంతి అని భ్రమ అని చెప్పారు. దిశ లేక స్థానం వంటి కొన్నింటికి హద్దులు చూపుట సాధ్యం కాని పని. అలాగే కాలం ఉనికిని వేదాంతులు మాయ అని వివరించుట జరిగింది.

- అఖండజ్యోతి, మే 2000
అనువాదం : జి. చెన్నకేశవరావు

అనుభవాల వల్ల మనిషి రాటుదేలుతాడు



యువతకు ప్రత్యేకం
బిశ్వర్యం - 5

మనం ఏదైనా ఒక ఫలితాన్ని పొందలేక పోవటానికి కారణం

ఏమిటంటే స్పష్టమైన లక్ష్యం లేకపోవడమే. “మంచి జరగాలి, అందరు సుఖంగా ఉండాలి” ఈ మాటలకు అర్థం లేదు. ఒకడికి ఫ్రీజ్ నీరు త్రాగితే హాయిగా ఉంటుంది. కొందరికి ఆ నీరు అసలు నచ్చదు. ఒకడిని ఈ క్లాసులో కూర్చోపెట్టాం అనుకోండి వాడికి ఎంత విసుగేస్తుందో ఇంకొకళ్ళకి ఈ క్లాసు జరగకపోతే విసుగేస్తుంది.

మీరు ఒక లక్ష్యం పెట్టుకున్నారు. అది జరిగి తీరాలనే దృఢత్వం మీలో ఉండాలి. ప్రక్కవాళ్ళ మాటలు మిమ్మల్ని ప్రభావితం చేస్తే మీరు మీ లక్ష్యాన్ని సాధించలేరు. అమ్మా నాన్నే కావచ్చు, భార్య కావచ్చు, భర్త కావచ్చు. వారి కోసం మనం చేయడం లేదు. అలా అనిచెప్పి వారిని పట్టించుకోకుండా ఉండకూడదు. వారికి చేయవలసినవి చేయవలసినదే.

లక్ష్యం అనేది నీకు చాలా ఇష్టమైనది అయిందాలి. ఆ లక్ష్య సాధన కొరకు ప్రపంచం అంతా ఎదురొచ్చినా మన ప్రయత్నాలు ఆపకూడదు. ఆ దృఢత్వం ఉంటేనే ముందుకు పోగలుగుతావు.

లక్ష్యాన్ని సాధించడానికి మీ సమయాన్ని వ్యవస్థీకృతం చేసుకోవాలి. మీరు ఏదో పరీక్షకు చదువుకుంటూ ఉంటే వాడు వచ్చి కబుర్లు మొదలుపెట్టాడు. వాడితో మాట్లాడకపోతే వాడు ఏమనుకుంటాడో అని పుస్తకం ప్రక్కన పెట్టి వాడితో మాట్లాడు తుంటారు. అలా చేయకండి. వాడు ఏదో అనుకుంటాడని మీ సమయాన్ని వ్యర్థం చేసుకోకండి. మీ సమయాన్ని వ్యర్థం చేసేవాడు, మీ పనులలో అడ్డుపడేవాడు అసలు స్నేహితుడేనా? ఆలోచించుకోండి.

ఇంతకీ మీ సమయం వృధా కాకూడదు. అలాగే మీరు ఇతరుల సమయాన్ని వృధా చేయకూడదు. సమయాన్ని సదుపయోగం చేయుట అనేది అభ్యాసంతో వస్తుంది. అభ్యాసం చేయకుండా, ఆ పనులు చెయ్యకుండా నిష్ణాణత (expertise) రాదు. సమయం తరువాత కావలసినది వనరులు. వనరులను ఉపయోగించు కోవటంలో మొట్టమొదట ఉపయోగించు కోవలసినది రీజినల్ లైబ్రరీ. అన్ని పుస్తకాలు మనం కొనలేము. లైబ్రరీలో మంచి జ్ఞానం (expert knowledge) దొరుకుతుంది.

తరువాత శ్రమ (industry). మీరు బాగా కష్టపడాలి. మీరు కష్టపడితే రోజుకి 125 గంటల కాలం ఉన్నంత ఫలితాలు

పొందవచ్చు. అలా పొందిన వాళ్ళు ఉన్నారు. వారికేమి ఎక్కువ టైం లేదు. ఉన్న టైమ్ ను వ్యవస్థీకృతం చేసుకోగలిగారు. అలా చేయగలిగిన వారే ఎంతో ఎత్తుకు ఎదుగుతారు.

తరువాత బిశ్వర్యం కావలసినవారికి ఉండవలసినది కృతజ్ఞత. ప్రస్తుతం ఉన్న విద్యా విధానంలో కృతజ్ఞత కనిపించదు. మొట్టమొదట తల్లి మీద కృతజ్ఞత ఉండాలి. అది ఉండదు. మీకు ఎప్పుడైనా జ్వరం వస్తే ఏం చేసింది? చిన్నతనంలో పాలు ఇచ్చి పెంచి పెద్దచేసిన వాళ్ళు అసలు గుర్తు కూడా ఉండరు. తల్లి ఏమి చేసినా సరే, ఎలా ఉన్నా సరే ఆ కృతజ్ఞత మీరు చూపించాల్సిందే. చిన్నతనంలో నీ అంతట నీవు నడవలేని స్థితిలో, నీ అంతట నీవు ఏమి చేసుకోలేని స్థితిలో రాత్రింబవళ్ళు సేవ చేసి ఉంటుంది. అందుచేత తల్లికి మొదటి కృతజ్ఞత. అంత చేసిన వాళ్ళతో ప్రేమగా ఒక మాట మాట్లాడలేము. ప్రేమగా ఒకచోటికి తీసుకెళ్ళలేము. కృతజ్ఞత ఉంటే తప్పనిసరిగా తీసుకెళ్తాం అది నేర్చుకోవాలి.

తరువాత తండ్రి. నువ్వు వేసుకున్న బట్టలు, నువ్వు తింటున్న తిండి, నువ్వు చదివిన చదువు వారు ఇచ్చిందే కదా! వారికి మనం ఏం చేస్తున్నాము? వారిని నువ్వేం చేశావని అనకుండా కనీసం ప్రేమగా మాట్లాడవచ్చు కదా! వారికి మీరు ఏమి బదులు ఇచ్చుకుంటారు. మీరేమి ఇవ్వలేరు వాళ్ళకి. అందుకనే వారిని దేవతలంటారు. ఎవడో ఒక గ్లాసు మంచినీళ్ళిస్తే థ్యాంక్స్ అంటావు. నిన్ను ఇంతకాలం పోషించిన వాడిని తిడుతున్నావు.

కృతజ్ఞత ఎప్పుడయితే నీ మనస్సులో ఉంటుందో, అందరు ఒకరి మీద ఒకరు కృతజ్ఞత చూపించుకుంటారో అప్పుడు అసలు గట్టిగా మాట్లాడలేవు. పరుషంగా మాట్లాడలేవు. మాట్లాడవలసిన అవసరం కూడా లేదు.

గురువులు మీకు అక్షర జ్ఞానం ఇచ్చారు. చిన్నప్పుడు ఎ,బి,సి,డి లు; అ,ఆ,ఇ,ఈ లు నేర్చి ఎలా కూడగలుపుకుని చదవాలో ఎలిమెంటరీ స్కూలులో నేర్పారు. ఆ అక్షర జ్ఞానం వల్లనే కదా ఇదంతా చదువుతున్నారు. వాళ్ళకేమి ఇవ్వగలవు? వాళ్ళు ఆ అక్షరజ్ఞానం ఇచ్చి ఉండకపోతే మీ జీవితాలు ఎలా ఉండేవి? మరి వాళ్ళకి ఏమి కృతజ్ఞత చూపిస్తున్నాము? కృతజ్ఞత అనేది చాలా ముఖ్యం.

కృతజ్ఞత అనేది మీకు ఏ క్షణంలో వస్తుందో అప్పుడసలు వాతావరణాలు కలుష్యం ఉండదు. పృథ్వి మనకు ఎంత ఇచ్చింది? మరి నువ్వు భూమిని తవ్వేస్తాను, భూమిలో ఉన్న ఖనిజాలు తీసుకుంటాను అని అంటున్నావు. అంటే నువ్వు చేస్తున్నది నీ

అనుభవాలను జీవితానికి అన్వయించుకోవాలి

తల్లి హృదయాన్ని చీల్చటమేగా. కృతజ్ఞత ఉంటే అలా చెయ్యవు. అందుకే ఋషులకు అంత శక్తి ఉన్నా భవంతులేవి కట్టలేదు. పృథ్వి మీద మనకు కృతజ్ఞత లేదు. గాలి మీద మనకు కృతజ్ఞత లేదు. గాలి మీద కృతజ్ఞత ఉంటే సిగరెట్ పొగతో, ఫ్యాక్టరీల పొగతో గాలిని పాడుచేస్తామా? ఆ కృతజ్ఞత అనేది అసలు ఉంటే అది ఎంత దూరం తీసుకెళ్తుందో చూడండి. ప్రకృతి మీకు ఇన్ని వనరులను ఇచ్చింది. అంతా నీదే అనుకుని దానిని సర్వనాశనం చేస్తున్నావు. నీ ఒక్కడిదేనా ప్రకృతి? ఎన్ని జీవరాశులున్నాయో వాటిన్నంటిని నాశనం చేస్తున్నావు. ఇప్పుడు నదులలో చెత్తా చెదారం పడేస్తున్నారు. గంగానదిని గంగామాత అని అంటారు. తల్లిని అలా చేస్తామా? గంగానదిని, ఇతర నదులకు తల్లిగా చెప్పటంలో ఉద్దేశ్యం ఏమిటంటే అదే మనకు తిండి పెడుతున్నది. అటువంటి నదిని ఎంత పవిత్రంగా చూచుకోవాలి? కాశీలో ఎవరూ గంగానదిలో గబుక్కున దిగరు. ముందు దణ్ణం పెట్టుకుని, తల మీద నీళ్ళు చల్లుకుని తల్లి అనుకుంటూ నదిలో దిగుతారు. అది మూర్ఖత్వమా? కృతజ్ఞత ఉన్నవాడికి అది మూర్ఖత్వం కాదు. కృతజ్ఞత లేనివాడు గంగానదిని అమ్మ అంటాడేమిటి అని నవ్వుతాడు. అమ్మ అంటే పోషించేది. అలాంటి కృతజ్ఞత ఉంటే నీకు సహాయపడవడానికి నువ్వు ఖచ్చితంగా సహాయపడాలి. తల్లిదండ్రులకు ఏమి సహాయం చేస్తున్నాము? చివరకు ఓల్డు ఏజ్ హామ్స్లో పడేస్తున్నాము.

కృతజ్ఞత చూపించడం నేర్చుకోండి. ఎదుటివాళ్ళు చేసిన చాలా సహాయాలకు మీరు తిరిగి సహాయపడలేరు. విపరీతమైన నొప్పితో బాధపడుతుంటే డాక్టరు దగ్గరకు వెళ్ళావు. అతనికి ఉన్న జ్ఞానంతో నీకు మందు వేశాడు, బాధ తగ్గించాడు. కాని వాళ్ళను ఎంత విమర్శిస్తున్నాం? “వాళ్ళు అది చేస్తారు, ఇది చేస్తారు. ఇష్టం వచ్చినట్లు టెస్టులు వ్రాస్తారు” అని తిడుతున్నావు కదా! మరి వాళ్ళు టెస్టులు వ్రాసి ఇస్తే నువ్వు చేయించుకోబోకు. కాని భయపడి చేయించుకుంటావు. వాళ్ళ జ్ఞానం కావాలి, కాని కృతజ్ఞత లేదు. ఆ కృతజ్ఞత ఎప్పుడు లేదో అప్పుడు ఆ వైద్యులు అలాగే తయారవుతారు.

నీ తల్లిదండ్రులను నువ్వు ఎలా చూస్తున్నావో, రేపు నీ పిల్లలు నీకు అదే చేస్తారు. అందువల్ల కృతజ్ఞతలో కూడా స్వార్థమున్నది, రేపు మనకు అలా జరగకుండా, కృతజ్ఞత లేనిదే ఏమి పనిచేయదు. మందు కూడా పనిచేయదు. మందులు పనిచేయకపోవడానికి కారణం అదే. కృతజ్ఞతారాహిత్యమే మన కొంపలు ముంచుతుంది.

మునిసిపాలిటీ వాళ్ళను తిడతారు. కరెంటు వాళ్ళను తిడతారు. రెండు మూడు గంటలే కరెంటు లేదు. పుట్టిన దగ్గర నుంచి వేల వేల గంటలు మీరు కరెంటును ఉపయోగించు కుంటున్నారు. దానికి ఏమి కృతజ్ఞత చూపించారు. ఆ మానసిక స్థితిని అర్థం చేసుకోండి. మీరు వెళ్ళి వాళ్ళ కాళ్ళమీద పడకర్తేదు. నాకు కృతజ్ఞత అలవాటు అవ్వాలి అలా మనస్సులో

అనుకుంటుండండి. అది అలవాటు అయిపోతుంది. దానిని మూడుగా విభజన చేశారు.

1. పితృ ఋణము - తల్లిదండ్రులకు
 2. దేవ ఋణము - ప్రాకృతిక శక్తులకు
 3. ఋషి ఋణము - సైంటిస్టులకు, సంఘ సంస్కర్తలకు
- వీళ్ళందరికీ ఋణపడి ఉన్నావు. వారి వలనే సొసైటీ ఇంతగా అభివృద్ధి చెందింది.

మీరు ఒక పెద్ద లక్ష్యం పెట్టుకోండి. ఆ లక్ష్యాన్ని చేరడానికి ఈ రోజు మీరు ఏమి చేయబోతున్నారో వ్రాసుకోవాలి. అది టైం టేబుల్ అంటే కొందరు టైం టేబుల్ వేస్తారు. 5 గంటలకు నిద్ర లేస్తాను, 6 గంటలకు టీ త్రాగుతాను. ఇదంతా వేస్తు. కాలేజీలో ఎలా టైం టేబుల్ వేస్తారో అలా వేసుకోవాలి. అలా చేయాలి. లక్ష్యం లేకపోతే టైం టేబుల్ వేసుకోలేవు. అందుచేత మనస్సులో మీకు ఏమి కావాలో స్పష్టంగా ఉండాలి.

న్యూటన్ ఏమన్నాడు “నేను చాలా గొప్ప సైంటిస్టుని ఎలా అయ్యానంటే ఎందరో మహామహుల (giants) భుజ స్కంధాలపై కూర్చున్నాను కనుక. నా కన్నా ముందు వచ్చిన మహానీయుల జ్ఞానాన్ని ఉపయోగించుకుని దాని తరువాత ఒక అడుగు ముందుకు వేశానంతే. నా గొప్పతనం అంతకంటే ఏమిలేదు” అని అన్నాడు. ఏరోప్లేన్ రైట్ బ్రదర్స్ మాత్రమే కనిపెట్టారా? దాని వెనుక కూడా ఒక పరంపర ఉన్నది. ప్రతి ఆవిష్కరణకు ఒక పరంపర ఉంటుంది. ఆవిష్కరించిన వారికి గుర్తింపు వస్తుంది. అది వేరే విషయం.

భౌతిక విజ్ఞానమే ఇంత సౌకర్యాలు అందజేసినప్పుడు గాయత్రీ మంత్రం ఇంకా ఎక్కువ సుఖ సౌకర్యాలు ఇస్తుంది. గాయత్రీ మంత్రాన్ని కల్పవృక్షం, కామధేనువు అని అంటారు. మరి ఎందుకు ఉపయోగించుకోలేకపోతున్నారో? కృతజ్ఞత లేకపోవడం వలన.

వాళ్ళు ఇంకొకళ్ళ దగ్గర నుంచి నేర్చుకున్నటువంటి జ్ఞానాన్ని ఉపయోగించుకుని కొత్తవి కనుక్కుంటారు. దానిని పెటెంట్ అంటారు, పెద్ద వాడే కనిపెట్టినట్లు. ఫేరడే, క్యూరి లాంటి పేర్లు ఇప్పుడు వినిపించటం లేదు. ఎందుకంటే “పేటెంట్. నేను ఇతరులకు ఇవ్వను” ఈ జ్ఞానం నాదే. ఆ జ్ఞానం కుళ్ళిపోతుంది. ఉపయోగించని జ్ఞానం ఏమి లాభం? మనం ఈ వ్యవస్థకు ఎదురు తిరగాలి. మనకు ఉన్నటువంటి జ్ఞానాన్ని చాలా ఉచితంగా ఇతరులకు పంచిపెట్టాలి. ఇంకొకళ్ళకు చెప్పే ఎదుటివాడు విన్నా వినకపోయినా మీ జ్ఞానం వృద్ధి చెందుతుంది. ఎదుటివాడు ఎదిగిపోతే మీరు బాధపడవలసిన పని లేదు. కావాల్సినంత జాగా ఉన్నది. అందుకే మమ్మల్ని వ్యాపారంలోకి దిగమనేది.

మీరు అసలు ఇంకొకళ్ళ దగ్గర ఎందుకు పనిచేయాలి? వాడు నాకంటే తెలివైన వాడా? నీకంటే వాడికి జ్ఞానం ఎక్కువ ఉన్నదా?

మనిషి ఇతరుల అనుభవాల నుండి కూడా నేర్చుకోవచ్చు

వాడికి నీ దగ్గర కంటే ఎక్కువ ఏమున్నది? నువ్వు ఎందుకు ఇంకొకళ్ళని ఉద్యోగం ఇమ్మని అడుక్కోవాలి?

1964-65 గుంటూరులో రవి ట్యూటోరియల్ కాలేజి అని ఒకటి ఉండేది. సైకాలజిలో ఎం.ఎ. చేశాడాయన. అనేక ఉద్యోగ ప్రయత్నాలు చేశాడు దొరకలేదు. రవి ట్యూటోరియల్ కాలేజి పెట్టాడు. ఈనాటి రెసిడెన్షియల్ కాలేజీలకు మూల పురుషుడు ఆయన. ఉద్యోగం చేసుకోకుండా పిచ్చివాడు ట్యూటోరియల్ కాలేజి పెట్టాడు. వెక్కిరించారు ఆయనను.

ఉద్యోగం చేయొద్దని చెప్పటం లేదు. ఉద్యోగం కోసం వెంపర్లాడకండి. మీ ప్రతిభను ఉపయోగించుకోండి.

కలెక్టర్ అయిపోదామనుకున్నాడు. అయిపోయాక ఎందుకు అయ్యమురా దేముడా అని ఏడ్చేవాళ్ళు ఉన్నారు, కొంతమంది రాజీనామా చేసే మూడేలో ఉన్నారు. కష్టాలు వచ్చేసరికి పారిపోతామంటారు. ఓటమి ఒప్పుకోవద్దు. ఎట్టి పరిస్థితులలో ఓటమి ఒప్పుకోవద్దు. ఎట్టి పరిస్థితులలో ఓటమి ఒప్పుకోవద్దు.

బాధ్యతలు స్వీకరించగలగాలి. బ్యాంక్లో ఆఫీసర్ పోస్టు వద్దు. ఎందుకంటే బాధ్యత. క్లర్కు పోస్టు చాలు అనుకునేవారు అనేక మంది.

బాధ్యతలు తీసుకోవడం అలవాటు చేసుకోవాలి. మీ ఇంట్లో, మీ కుటుంబాలలో బాధ్యతలు స్వీకరించడం మొదలుపెట్టండి. రోగాలతో బాధపడుతున్న వారుంటారు. వారికి మందు సమయానికి ఇవ్వండి. “నేను ఎందుకు వెయ్యాలి?” ఆ పరిస్థితులలో నువ్వు ఉంటే తెలుస్తుంది మందు ఎందుకు వేయాలి. ఇప్పుడు ఆరోగ్యంగా ఉన్నావు కదా, నీకు తెలియదు. కొందరు ఇంటిని వదిలేసి దేశసేవ చేస్తామంటారు. బాధ్యత తీసుకోవడం ఇంటినుంచి మొదలుపెట్టండి. కాని లక్ష్యసాధన మరువకూడదు. మీ ఇంటి బాధ్యతలు మీ లక్ష్యసాధనకు ఎప్పుడు అడ్డం రావు. బాధ్యతను స్వీకరించకుండా ధనవంతులు కాలేరు.

భారతదేశం ఇలా ఉండటానికి కారణం ఇక్కడి యువత. అందరు బాధ్యతలు వద్దనేవారే. గవర్నమెంట్ జాబ్ కావాలి. ప్రైవేట్ కంపెనీలో వద్దు. ప్రైవేట్ కంపెనీలు లాభాల్లో ఉంటాయి. దేశకాల పరిస్థితులను అర్థం చేసుకుంటే మీ కాళ్ళ మీద మీరు నిలబడటం తప్ప వేరే గత్యంతరం లేదు.

ప్రతివాడికి ఏవో అవసరాలు ఉంటాయి. వాళ్ళ అవసరాలు పట్టుకోండి. ఆ అవసరాలు తీర్చే బాధ్యత తీసుకోండి. మీరు లేకపోతే వాళ్ళ పని జరగదు. మీరు అలా తయారవ్వాలి. ఎప్పుడైనా మీరు ఇంట్లోంచి బయటకు వెళ్తే “అబ్బ! వీడు లేకపోతే ఎలా” అని వెంపర్లాడాలి. “మేము ఎందుకు ఎంత కష్టపడడం మాష్టారు?” నీవు ధనవంతుడవి కాలేవు. ఎన్ని కోణాలలో బాధ్యత తీసుకోవచ్చో అర్థం చేసుకోవాలి. ఇంట్లో మీరు ఏ బాధ్యత

తీసుకుంటున్నారు? “ఇదిగో మా అబ్బాయి ఉన్నాడు, మా అమ్మాయి ఉన్నది. వారు చూసుకుంటారులే. దీని గురించి ఆలోచించక్కర్లేదు” అనే పరిస్థితి ఇంట్లో తెచ్చుకోగలగాలి.

బాధ్యత తీసుకున్నప్పుడు కొన్ని కష్టాలు రావచ్చు. ఓర్పుకోవాలి. **బాధ్యతలను స్వీకరించండి. ఫలితాలను పొందండి.** పోస్టు పెరుగుతున్న కొద్ది బాధ్యతే. అంతకంటే ఏమీ లేదు. వాచ్మన్ ఉంటాడు. ఎవడు పట్టించుకోడు. క్లర్కు ఉన్నాడు ఎవరు ఏమీ పట్టించుకోరు. సూపర్వైజర్ అయితే క్లర్కు మీద పెత్తనం (authority) ప్రిన్సిపల్ అయితే? కాలేజి కరస్పాండెంట్ అయితే? బాధ్యతలలో తేడాలే, స్వీకరించండి. “నేను చూస్తాను. ఏమీ ఫరవాలేదు” కొంచెం తప్పులు జరగచ్చు. నాలుగు తిట్లు తినవచ్చు. దానికేముంది? **అక్షింతలు పడతాయని బాధ్యతలు వదిలివేస్తే ఎలా?**

పిల్లలు ఉండవచ్చు. తమ్ముళ్ళు ఉండవచ్చు. వాళ్ళకి మీ టైం ఇవ్వండి. అమ్మకు వంటలో సాయం చెయ్యవచ్చు. నాన్నకి ఆఫీసు పనులలో సాయం చెయ్యవచ్చు. “నాకు విసుగు”, **బాధ్యత తీసుకుంటే విసుగు ఉండదు.** బాధ్యత లేనప్పుడే విసుగు వస్తుంది. పిల్లవాడికి ఫీజు కట్టాలి. తండ్రి ఓవర్ టైం చేస్తానంటాడు. విసుగు అనదు. ఇంకా దొరకలేదని ఏడుస్తాడు. ఇంకా కష్టపడతాను అంటాడు. ఎందుకంటే బాధ్యత తీసుకున్నాడు కనుక. అందుచేత మీరు బాధ్యత తీసుకుంటే ఇక ఖాళీ టైం ఉండదు. **ఖాళీ టైం ఉన్నదంటే మీకు బాధ్యత లేదు.**

ఆధ్యాత్మిక జీవితం ఇప్పుడే కాదు. దాని గురించిన అవగాహన మీకు లేదు. భౌతికమైన జీవితాన్ని పరిపూర్ణంగా జీవించేస్తున్న వ్యక్తికి ఆధ్యాత్మికత కావాలి. ఒక రాజకుమారుడికి ఆధ్యాత్మికత కావాలి. మన అవతార పురుషులందరు రాజులే. అడుక్కునే వాడెవడు అవతార పురుషుడు అవలేదు. **భౌతిక జీవితంలో విజయం సాధించలేనివాడు ఆధ్యాత్మిక జీవితంలో ఏ మాత్రం విజయం సాధించలేడు.**

విపరీతమైన సంకల్పశక్తి కావాలి అక్కడ. ఏకాగ్రత కావాలి. ఇలా చేయడం వల్ల ఆ ఏకాగ్రత వస్తుంది. ఆధ్యాత్మికత అనేది చాలా లోతైన విషయం. అసలు ఈ ప్రయత్నం అంతా దాని కొరకే. మిమ్మల్ని కోటీశ్వరులుగా చేయాలని నా కోరిక కాదు. జీవితంలో అవగాహన పెంచుకొని పురిపూర్ణమైనటువంటి వ్యక్తులుగా జీవించగలిగితేనే ఆధ్యాత్మికత, లేకపోతే ఆ ఆధ్యాత్మికత నవ్వుల పాలవుతుంది.

- డా॥ మారెళ్ళ శ్రీరామకృష్ణ మాష్టారు
యువతకు ఇచ్చిన ఉపన్యాసముల నుండి
(మాష్టారు గారి ఉపన్యాసములు సి.డి.లు కావలసిన వారు సంప్రదించండి ఫోన్: 9441901275)

మనిషి అన్నాక కష్టం సుఖం రెండూ ఉంటాయి



ఈ సాధన ఆధ్యాత్మిక మనోవాంఛను సిద్ధింపజేస్తుంది

ఆదిశక్తి లీలాకథ యొక్క పారాయణ, శ్రవణము, మననములు జీవితంలో శక్తిని ప్రవహింపజేస్తాయి. శక్తిలేని జీవితం యొక్క అస్తిత్వపు కల్పన చేయుట అసాధ్యము. క్రియ, జ్ఞానము మరియు ఇచ్చ ఇవన్నీ శక్తి యొక్క వ్యక్తీకరణే. శక్తి ప్రవాహం పవిత్రం మరియు శుభకరంగా ఉన్నచోట ప్రసన్నత, పులకింత మరియు పల్లవింపును చూడగలము. దీనికి విరుద్ధంగా అపవిత్రత మరియు అశుభ శక్తి ప్రవహించిన చోట బాధ, నాశనము మరియు మరణ దృశ్యములు ప్రత్యక్షమౌతాయి. ఎక్కడైనాసరే ఏదైనా సంఘటన చోటుచేసుకుంటే అక్కడ ప్రత్యక్ష అప్రత్యక్ష రూపాలలో శక్తి స్పందనే కనిపిస్తుంది. విభూతులు, సిద్ధులు, లాభాలు సమస్తము కూడా శక్తియొక్క వరదానములే. శక్తి సాన్నిధ్యములో నిరాకారం సాకారమౌతుంది. సహజంగానే అసంభవము సంభవంగా రూపొందుతుంది. అయితే శక్తి లేనప్పుడు సాకారము తన ఆకృతిని పోగొట్టుకుంటుంది. సహజంగా సంభవమయ్యేది శాశ్వతంగా అసంభవమైపోతుంది. ఇందువలన జీవించాలని గాఢంగా ఆభిలషించే మానవులు ప్రత్యక్ష లేక పరోక్షరూపంలో శక్తిని తప్పనిసరిగా ఉపాసించవలసి ఉంటుంది.

శ్రీదుర్గాసప్తశతీలోని 700 శ్లోకములలో శక్తితత్త్వమే బోధించ బడినది. శక్తి యొక్క ఉపాసన, జాగరణ, గ్రహణము మరియు సంప్రేషణ (ఉపయోగం) యొక్క విధానమే వీటిలో ఉన్నది. శ్రీదుర్గాసప్తశతీలోని 700 శ్లోకముల పారాయణ, శ్రవణం మరియు మననములు సాధకునకు సమస్తమును ప్రసాదిస్తాయి. దీనిని గతంలో లక్షలాదిమంది సాధకులు అనుభూతిచెందారు, ప్రసన్నతము సాధకులు అనుభూతి చెందుతున్నారు మరియు భావికాలంలో దీనిని అనుభూతి చెందుతూనే ఉంటారన్నది ఒక శాశ్వత సత్యం. ఈ అనుభవజ్ఞుల జాబితాలో మీరు, మేము కూడా చేరవచ్చును. దీనికొరకు మనము చెయ్యవలసినది ఏమిటంటే కేవలము ఆదిశక్తి లీలాకథను పారాయణ చేసి, దానిని అర్థము చేసుకోవాల్సి ఉంటుంది. అంతేకాదు లీలాకథలోని సత్యము మరియు తత్త్వములో పూర్తిగా లీనమైపోవలసి ఉంటుంది. దీనిలో సంపూర్ణంగా మునకలేయవలసి ఉంటుంది. అప్పుడు అన్ని మార్గములు స్వయంగా, సులభంగా తెరచుకుంటాయి. ఆధ్యాత్మిక జీవన విభూతులైనా లేక భౌతిక ఉపలబ్ధులైనా సమస్తం దీనిద్వారా

సహజసిద్ధంగా, సులభంగా లభిస్తాయి. గత భాగాల కథాక్రమంలో అనుభవం ఆధారంగానే ఈ విషయమును చెప్పున్నాము తప్ప ఈ మాటలు కల్పిత కథలు కావు.

ఈ కథాక్రమంలో వ్రాయబడుతున్న మొత్తము విషయములో కొన్ని వివరణలు సాంకేతికములు. మిగతాదంతా సుస్పష్టంగా వివరించబడుతున్నది. కొన్ని సందర్భాలలో ఎక్కడక్కడతే సాంకేతిక చర్చసాగిందో అక్కడక్కడ కేవలము ఆధ్యాత్మిక తత్త్వములు, సత్యములు మరియు సూత్రముల మర్యాదను అనుసరించి గోప్యతను కాపాడాలి తప్ప దానికి భంగం కలిగించరాదనే శాస్త్ర ఆదేశము కారణంగా అలా చర్చించటము జరిగినది. జగన్మాత ఆదిశక్తి పట్ల శ్రద్ధ, నిష్ఠ మరియు విశ్వాసం గల సాధకులైనవారు స్వయంగానే తమ అంతఃప్రజ్ఞ యొక్క వెలుగులో ఈ సాంకేతిక రహస్యములను అవగాహన చేసుకొనగలరు. ఇప్పుడిప్పుడే సాధనా సోపానాల మీద ప్రథమపాదము మోపిన సామాన్యజనులకు మేమిస్తున్న ఈ సుస్పష్ట వివరణ చాలు. దీనిని నిరంతరము చింతనమననాదులు గావిస్తున్న సాధకులు ఈ సాంకేతిక రహస్యాలను శీఘ్రముగానే అర్థము చేసుకొనగలిగే, తెలుసుకొన గలిగే సామర్థ్యమును పొందుతారు. సంతానము పట్ల పరిపూర్ణ మమత, వాత్సల్యములు కలిగిన మాత ఆదిశక్తి సహజంగానే వారిని ఆధ్యాత్మిక పథములో అగ్రసరులయ్యేవిధంగా అవశ్యము ప్రేరణ, వెలుగును ప్రసాదిస్తూ ఉంటుంది.

మహామాయ యొక్క ఈ లీలాకథ గత సంచికలలో ప్రథమ చరిత్ర, ప్రథమాధ్యాయములోని మూడవ మంత్రభావనలో వివరించి చెప్పటం జరిగినది. ఈ మంత్రములో మార్కండేయ ఋషి ఇలా చెప్పారు. 'మహాభాగ', 'సావర్ణి' మొదలైనవారు మహామాయ అనుగ్రహముతో ఏవిధంగా మన్వంతాధిపతులయ్యారో ఆ విషయమునే నేనిక్కడ వినిపిస్తున్నాను, వివరిస్తున్నాను. ఈ ప్రసంగమే ఆ కథాసూత్రము. అందులోనే కథ యొక్క అన్ని అధ్యాయములు ఇమిడి ఉన్నాయి. దీనిలోనే జగన్మాత యొక్క రెండు రూపములు గుదిగ్రుచ్చబడి ఉన్నాయి. ప్రథమాధ్యాయములో మహామాయ రూపును ధరించి త్రిలోకములను, సంపూర్ణ చరాచర విశ్వమును సమ్మోహితము గావించుచున్నది. ఆమె అతులిత ప్రభావముచేత క్రిమి-కీటకాదులు, పశు-పక్ష్యాదులేకాక,

ఎవరి సమస్య వారికి పెద్దది

స్వయంగా త్రిమూర్తులకూడా సమోహితులయ్యారు. దయాల్ప హృదయముతో తత్త్వమయి రూపు ధరించినప్పుడు జీవుల మాయాపాశములను త్రొవ్వేసే కరుణామయి మాత ఆమెయే! మాత కృపచేతనే వారికి తత్త్వదృష్టి అలవడుతుంది. మాత తన కృప చేత వారికి వివేక, వైరాగ్య, జ్ఞానములను ప్రసాదిస్తుంది. ఒక్కమారు ఆదిశక్తి జగన్మాతను 'అమ్మా!' అని ఆర్ద్రంగా పిలిస్తే చాలు మాత వారికి సమస్తమును ప్రసాదిస్తుంది అనే సత్యమును జీవులు తెలుసుకొనగలుగుతారు. అప్పుడు ఆ సమయములో దుస్సాధ్యమైన కాలం కూడా మాత కృప ముందు అవనతశిరస్సుడై, ముకుళితహస్తుడై, వివశుడై నిలబడతాడు. అటువంటి ఆ మహామాయ ఆదిశక్తి కృప సురభ మహారాజుకు ప్రాప్తించింది.

ఆదిశక్తి లీలాకథ యొక్క రెండవమంత్రములో ఈ రాజు గూర్చిన చర్చారంభమే చెయ్యబడినది.

**స్వారోచిషేనై వైత్రవంశసముద్భవః ।
సురభో నామ రాజాభూత్సమస్తే క్షితిమణ్డలే ॥ (1/1/4)**

అర్థము: పూర్వకాలము 'స్వారోచిష' మనువు కాలంలో సురభుడనే రాజు ఉండేవాడు. ఆయన చైత్రవంశములో జన్మించాడు. ఆయనకు సమస్త భూమండలము మీద ఆధిపత్యము ఉండేది.

ఆదిశక్తి లీలాకథ యొక్క ఈ కథామంత్రములో పురాణేతి హాసములలో చెప్పిన సత్యముతోపాటు ఆధ్యాత్మిక అనుభవాల రహస్యములు, వాటి లోతులు కూడా ఇమిడి ఉన్నాయి. పురాణ కథల ప్రకారము స్వారోచిష మనువు రెండవ మన్వంతరాధిపతి. ఆయన జ్యేష్ఠకుమారుని పేరు చైత్రుడు. ఆ చైత్రవంశములో సురభ మహారాజు జన్మించాడు. శుభలక్షణములుగల ఈ మహారాజు సురభుని రాజ్యము సంపూర్ణ భూమండలమంతా వ్యాపించి ఉన్నది. ఈ పౌరాణికసత్యము లోతుల లోలోపల ఆధ్యాత్మిక రహస్యములు ఇవ్వబడ్డాయి. ఈ కథా ప్రసంగమునకు తనదైన సాంకేతికార్థము కూడా ఉన్నది. దానిని అర్థము చేసుకుంటే సాధనా పథము కాంతులీనుతుంది.

ఈ కథాప్రసంగములో సురభమహారాజు చైత్రవంశోద్భవుడు అని చెప్పబడినది. చైత్రమాస శుక్లపక్షము శుభకరమైనది. ఇది శ్రీరాముని జన్మించిన పుణ్యమాసము కూడా. భగవద్గీతలో యోగేశ్వరుడైన శ్రీకృష్ణుడు కూడా ఇలా అన్నాడు 'ఏ యోగ సాధకుల సాధన అసంపూర్ణంగా నిలిచిపోతుందో వారు పుణ్యకర్మల నాచరించే శ్రీమంతుల ఇండ్లలో, వారి వంశము లోనే జన్మిస్తారు.'

మహారాజు సురభుని జన్మ ప్రసంగములో కూడా సురభుడు తన అసంపూర్ణ సాధనను పూర్తిగావించేకునే నిమిత్తము చైత్ర వంశములో జన్మించాడు. సాధారణంగా సురభుడు జన్మతః సాధనారతుడైన జీవాత్మకు ప్రతీక. తన ఆధ్యాత్మిక సాధనను పరిపూర్ణం గావించుకునే నిమిత్తము జన్మించిన జీవాత్మ రాజా సురభుడు. అటువంటి జీవాత్మలు సాత్త్విక సంస్కారములు మరియు శుభకర్మలతో సాధనను సంపూర్ణం చేసుకుంటారు. అయినప్పటికీ అతనిలో కొంతలోకొంత రజో తమో గుణములు మిగిలే ఉంటాయి. ఈ అంశములే అతని జీవితంలో పరీక్ష యొక్క కఠినమైన క్షణములుగా విజృంభిస్తాయి, ఎదురు నిలుస్తాయి. ఈ సమయములోనే సాధకుని తపోబలము, ఆత్మబలములకు పరీక్ష జరుగుతుంది. **సాధకుని జీవితంలోని విపత్కాలంలో అతను సర్వేశ్వరి జగన్మాత ఆదిశక్తి పట్ల ఎంత అనన్యభావముతో సమర్పణ చేసుకున్నాడు, ఎంతగా ఆమెను ఆశ్రయించాడు అన్న విషయము పరీక్షించ బడుతుంది.**

రాజా సురభుని ఈ కథాప్రసంగములో అతని రాజ్యము భూమండలమంతా వ్యాపించి ఉన్నది అన్న విషయము ప్రస్తావించ బడినది. ఈ పృథ్వీమండలము సాధకుని జీవితమునకు, అతని దేహమునకు ప్రతీక. ఎందుకంటే మనమందరము భూమండల వాసులము కనుక మన జీవితాలు పృథ్వీతత్త్వ ప్రధానమైనవి. మనము ఎవరిమైనా, ఎక్కడ జీవిస్తున్నాకూడా ఈ మట్టినుండే జన్మిస్తాము మరియు తిరిగి ఈ మట్టిలోనే కలిసిపోతాము. మట్టి యొక్క జడత్వములో జీవాత్మ కారణముగానే చైతన్య ప్రకాశము గోచరిస్తుంది. అతని చేతనాశక్తి వలన దేహము మరియు జీవితము చైతన్యమయముగా కనపడుతుంది. చింతన, చరిత్ర, నడవడిక, భావము, ఆలోచన మరియు కర్మలుగా జీవాత్మ యొక్క చేతనయే వివిధరూపాలలో కానవస్తుంది. దాని వివిధ అంశలే జీవాత్మ రూపమైన రాజా సురభుని మంత్రీగా, సేనాపతిగా రూపుదాలుస్తాయి. ఈ మంత్రే జీవాత్మ యొక్క తనదైన మనస్సు మరియు సేనాపతి ప్రాణము. వృత్తులే రాణులు మరియు ఇంద్రియములు పరిచారకులు. జీవాత్మ సంస్కార సముదాయమే కుటుంబములోని స్వజనులు. జీవాత్మ కర్మలే కుటుంబీకులు. వీరి సానుకూల్యతతోనే జీవాత్మ సుఖములను పొందుతుంది. వీరి ప్రతికూలతే జీవాత్మకు దుఃఖమును చేకూరుస్తుంది.

ఈ కథ ఆధ్యాత్మిక ప్రతీకలతోపాటు దాని మంత్రపరమైన సత్యము మరియు సాధనా విధానము కూడా ఉన్నది. అది ఈ క్రిందన ఇవ్వబడుతున్నది.

నీవు బలహీనుడవయితే నీ కష్టార్జితాన్ని దోచుకునే వారుంటారు

సాధనా విధానము

వినియోగః ఓం అస్య శ్రీ 'స్వారోచిషే_స్తరే' ఇతి సప్తశతీ చతుర్థ మస్త్రస్య శ్రీబ్రహ్మీముషిః, శ్రీమహాకాళీదేవతా, శ్రీం బీజం, పద్మావతీ శక్తిః, దక్షిణాకాళీమహావిద్యా, తమోగుణః, త్వక్ జ్ఞానేంద్రియం, శాస్తరసః, వాక్ కర్మేంద్రియం, మధ్యమ స్వరం, ఆకాశతత్త్వం, శాన్తికళా, క్షీం ఉత్పీలనం, ద్రావిణీముద్రా, మమ జ్ఞాన భక్తి వైరాగ్య క్షేమస్థైర్యాయురారోగ్యభివృద్ధ్యర్థం శ్రీఆదిశక్తి మాతా గాయత్రీ రూపేణ యోగమాయ భగవతీ శ్రీమహాదుర్గా ప్రసాద సిద్ధ్యర్థం చ నమోయుత ప్రణవ వాగ్భజ స్వబీజ లోమ విలోమ పుటితోక్త చతుర్థ మస్త్రజపే వినియోగః ॥

న్యాసః

- | | |
|------------------------|------------------|
| కరన్యాసః | షడంగన్యాసః |
| ఓం ఐం శ్రీం | హృదయాయనమః |
| అంగుష్ఠాభ్యాం నమః | |
| ఓం నమో నమః శిరసేస్వాహా | తర్జనీభ్యాం నమః |
| స్వారోచిషే_స్తరేపూర్వం | శిఖాయైవషట్ |
| మధ్యమాభ్యాంనమః | |
| చైత్రవంశ సముద్భవః | కవచాయహూమ్ |
| అనామికాభ్యాంనమః | |
| సురథోనామ రాజా_భూత | నేత్రత్రయాయవౌషట్ |
| కనిష్ఠికాభ్యాంనమః | |
| సమస్తే క్షితిమణ్డలే | అస్త్రాయఫట్ |
| కరతలకర పృష్ఠాభ్యాంనమః | |

ధ్యానం

ఖడ్గంచక్ర గదేషు చాప పరిఘాన్ శూలం భుశుణ్డీం శిరః ।
 శఙ్ఖం సందధతీం కరైస్త్రినయనాం సర్వాఙ్గం భూషావృతామ్ ।
 నీలాశ్వు ద్యుతిమాస్య పాద దశకాం సేవే మహాకాలికామ్ ।
 యామస్తాత్ స్వపితే హరౌ కమలజో హస్తం మధుంకైటభమ్ ॥

మంత్రం

ఓం ఐం శ్రీం నమః
 స్వారోచిషే_స్తరే పూర్వం, చైత్రవంశసముద్భవః ।
 సురథోనామ రాజా భూత, సమస్తే క్షితిమణ్డలే ॥
 నమో శ్రీం ఐం ఓం ॥ 4 ॥
 1000 జపాత్ సిద్ధిః పాయస దశాంశ హోమః ।

గాయత్రీమహామస్త్ర జప 10,000,
 గాయత్రీ విధానేన దశాంశ హోమః ॥

గాయత్రీమహామంత్ర జపము 10,000 చేయాలి. గాయత్రీ విధివిధానముతో దశాంశ హోమము చేయాలి.

10 మాలలు గాయత్రీ చేసి ఒక మాల సప్తశతీమంత్రం చేయాలి. ఈవిధంగా పదిరోజులు చేయవలెను. ఆ తరువాత దశాంశహోమము, హవనము చేయాలి.

ఆధ్యాత్మిక ఫలశృతి: ఆధ్యాత్మిక అభీష్టము నెరవేరుతుంది.
లౌకిక ఫలితము: ఉన్నత పదవి లభిస్తుంది

గాయత్రీ సాధనా విధానముతో కలిసిన ఈ సప్తశతీమంత్రము అతిశయించిన ప్రభావశాలిగా నిలుస్తుంది. నిష్కామ భావనతో ఈ సాధనను ఆచరించినట్లయితే సాధకునిలో ఆధ్యాత్మిక ఇచ్చు ఏనాడు మందగించదు, అయితే ఒకవేళ దీనికి లౌకిక కామన జోడయినట్లయితే దాని ప్రభావము తప్పక కనిపిస్తుంది. దీని ప్రభావము వలన మధ్యలో నిలిచిపోయిన ఉన్నతస్థితి సహజంగానే ప్రాప్తిస్తుంది మరియు సాధన చేసేవారికి ఉన్నత పదవి లభిస్తుంది. అయినప్పటికి మా దేవపరివారసభ్యులను మేము కోరుకునేది ఒక్కటే వారు నిరంతరము నిష్కామసాధనలోనే తత్పరులైయుండు గాక! ఎందుకంటే ఆత్మవైభవము నిరంతరము విస్తరిస్తుంది, మహామాయ కృప సహజముగా ప్రాప్తిస్తుంది.

- అఖండజ్యోతి, మార్చి 2009
 అనువాదం: శ్రీమతి లక్ష్మీరాజగోపాలు

చందాదారులకు విజ్ఞప్తి

యుగశక్తి గాయత్రీ మాసపత్రికను చందాదారులకు పోస్టల్ సర్వీస్ ద్వారా పంపించిన సమయంలో పోస్టల్ అధికారులు కొన్ని జిల్లాలకు సంబంధించిన పత్రికలను పరిశీలించి చాలా పత్రికల మీద అంటించిన చిరునామాలలో పోస్టల్ పిన్కోడ్ లేకపోవడాన్ని గమనించారు. వారు పోస్టల్ పిన్కోడ్ లేని పత్రికలను బట్టాడా చెయ్యడం చాలా శ్రమతో కూడిన పని అని పిన్కోడ్తో కూడిన అడ్రసులు ఇవ్వమని కోరారు. అందువలన పిన్కోడ్ ఇవ్వని చందాదారులు తమ చందా కోడ్ నంబరు, పిన్కోడ్తో సహా పూర్తి అడ్రసు మరల ఒకసారి పోస్టల్ కార్డు ద్వారా తెలియచెయ్యవలసినదిగా కోరుతున్నాము. కార్యకర్తలు క్రొత్త చందాదారులను చేరుస్తున్నప్పుడు పోస్టల్ పిన్కోడ్ కూడా విధిగా ఉండేటట్లు చూడవలసినదిగా తెలియజేస్తున్నాము.

- గాయత్రీ చేతనా కేంద్రము

మనలను రక్షించుకోవాల్సిన బాధ్యత మనదే

దృశ్యలోకంవలె అదృశ్యలోకం ఉన్నది

మనం ప్రపంచంలోని వస్తువుల రూపం వాటి గుణ స్వభావాలను చూసి అర్థం చేసుకొనుట సర్వవిధితమైన విషయం. ఈ లోకంలోనే మనం ఉండి దాని పరిధిలోనే మన వ్యవహారాలను చక్కబెట్టుకొంటాము. ఈ దృశ్యలోకం ఉన్నట్లుగానే మరొక అదృశ్యలోకం కూడా ఉన్నది. కాని దాన్ని ప్రత్యక్షంగా చూడలేము, అనుభవం పొందలేము. అలాంటి లోకం ఒకటుందని కొన్ని సమయాలలో అనేక ప్రమాణాలు ద్వారా (నిదర్శనాలు) మనకు తెలుస్తూనే ఉంటుంది.

ఈ ప్రకృతిలో పదార్థాలన్నీ ఘనద్రవ రూపాలలో ఉండుట చూస్తున్నాము. పదార్థపు మూడవ రూపం వాయువు. వాయు రూపంలో ఉన్న పదార్థాలు మన దృష్టికి కనిపించవు. పొగలాగా, ఆవిరి రూపంలో ఉండి తిరిగి మరల ఘన, ద్రవ రూపాలుగా మారినప్పుడు మనం వాటిని చూడగలం. శుద్ధమైన గాలి రూపాన్ని మనం ప్రత్యక్షంగా చూడలేము కాని దాని కదలికలను స్పర్శ ద్వారా అనుభూతి పొందుతాము.

ఆకాశం ఖాళీ ప్రదేశంలాగా కనిపిస్తుంది కాని అది శూన్యం కాదు. దానిలో తేలికైనవి, బరువైన అనేక రకాల పదార్థాలు వాయు రూపంలో నిండి ఉన్నాయి. అవి ఘన, ద్రవ రూపాలుగా మారినప్పుడు మాత్రమే మనకు కనిపిస్తాయి. దృశ్య జగత్తు కంటే అదృశ్యమైనది జగత్ ఎంతో విస్తారమైనది, ఎంతో పెద్దది.

మరణించిన తరువాత ఆత్మలు అదృశ్య జగతికి చేరిపోతాయి. శరీరధారిగా నివసించిన ఈ దృశ్యలోకంలాగానే అదృశ్యలోకంలో కూడా విచిత్రమైన అతిపెద్ద ప్రపంచం ఉన్నది. ఈ రెంటి లోకాల మధ్య పరస్పరం ఇచ్చిపుచ్చుకొనే విధానమున్నది. పదార్థాలేకాక ప్రాణుల రాకపోకలు అదృశ్యలోకం నుండి దృశ్య జగతి మధ్య నడుస్తూ ఉంటాయి. వాటిని ప్రయత్న పూర్వకంగా ఒక లోకం నుండి మరొక లోకానికి పంపవచ్చు.

జ్ఞానేంద్రియాలు ద్వారా మనకు జ్ఞానం లభిస్తుంది. వీటి సహాయంతోనే మనం ప్రత్యక్ష పదార్థాల (కనిపించే పదార్థాల) వివరాలు గ్రహించి వాటిని మన మస్తిష్క ఖజానాలో నిక్షిప్తం చేసుకొంటున్నాము. యంత్రాల సహాయంతో ఇంద్రియశక్తి మరికొంత పెరుగుతుంది. మామూలు కంటితో చూడలేని వాటిని మైక్రోస్కోప్, టెలిస్కోప్ మొదలైన ఉపకరణాల సహాయంతో

చూడగలము. వీటిన్నిటికి ఆధారం మన ఇంద్రియాలే. ఇంద్రియ శక్తి ప్రత్యక్ష దర్శనం వరకే పరిమితమైంది. అందుకనే మామూలుగా మానవునికి కనిపించే వాటిని మాత్రమే తెలుసుకోగల జ్ఞానానికి పరిమితమై ఉంటుంది. మన మస్తిష్కంలో దృశ్యలోక విషయాలు మాత్రమే ఆలోచనల రూపంలో ఉంటాయి. దాని పరిధి అంతవరకేనని మనం అనుకొంటాము. అంత మాత్రం చేత అదృశ్యంగా ఉన్న కొన్ని వస్తువులు కనుపించకపోవడం వలన వాటికి అస్తిత్వం లేదని అనుకోకూడదు. ఉదాహరణకు ఆత్మను చూడలేము. దానిని ఇతర ఇంద్రియాల సహాయంతో పట్టుకోజాలము. అంతమాత్రం చేత అది లేదని అనలేము. దాని అస్తిత్వాన్ని వ్యతిరేకించలేము. సూక్ష్మ శరీరంతో సంబంధమున్న అన్ని మాధ్యమాలు (mediums) ఈ స్థాయివే. మనసు, బుద్ధి, చిత్తం, అహంకారంతో కూడిన అంతఃకరణాన్ని ఏవిధంగా ప్రత్యక్షంగా దర్శించగలము? భావాలను, ఆలోచనలను ఏ ప్రకారం చూడగలము?

ఇంద్రియాల సహాయంతో మరణించిన తరువాత జీవనమును చూచుట సాధ్యపడదు అయినా కూడా చావు పుట్టుకల మధ్యగల స్థితిలో జీవాత్మ ఉనికి లేదని చెప్పుట కుదరదు. ఆ పరిస్థితిలో కొద్దిగానైనా దాని పనిని మనం గ్రహించలేము. కాని అదృశ్యానికి కూడా ఉనికి ఉన్నది. అదృశ్యలోకపు మాన్యతలను ఏదో ఒక రూపంలో స్వీకరించవలసి ఉంటుంది. అతీంద్రియశక్తి ద్వారా ఏ పనులు జరుగుతాయో, వాటి గతివిధుల కార్యక్షేత్రం అదృశ్య జగత్తే అని గుర్తించాలి. శాపాలు, వరదానాలు వాటి ప్రక్రియలు ఏవిధంగా నెరవేరుతాయో వాటిని తెలుసుకోవటం అదృశ్య జగతి సహాయం లేకుండా జరగదు. స్వప్నాలు కలగడం కూడా అదృశ్య జగతి మీదనే ఆధారపడి ఉంది. ఆలోచనల కదలికలకు, ప్రాణ వినిమయానికి అదృశ్య జగత్తే కార్యక్షేత్రం. ప్రకృతి స్థూలరూపం బుద్ధికి తెలియగలదు. కాని ప్రకృతి యొక్క సూక్ష్మశక్తులను తెలుసుకొనుట కష్టం.

అట్లాంటిక్ మహా సాగరంలోని 'బెర్ముడా' జలసంధి వద్ద గల 'బ్లాక్ హోల్' ని ఈ బ్రహ్మాండ క్షేత్రంలో మహా సాగరాలలో ఒకటిగా గుర్తించారు. ఇప్పుడు దాని రహస్యాలను తెలుసుకొనే ప్రయత్నాలు జరుగుచున్నాయి. 'యాంటి యూనివర్స్' (anti

పట్టు విడుపు అలవరచుకోవాలి

universe), యాంటి మేటర్ (anti matter), యాంటి ఆటమ్ (anti atom), యాంటి పార్టికల్ (anti particle) మొదలైన వాటి వివరాలు కాల्పనిక క్షేత్రం నుండి బయటపడి, యదార్థాలుగా మారాయి. వాటిని పరిశోధించే పని జరుగుతుంది. ఇది అదృశ్య విషయాలను తెలుసుకొనే ప్రయత్నమే.

ఈ సందర్భంగా కొన్ని అదృశ్యమైపోయిన విషయాల గురించి ముచ్చటించుకొందాం. ఈ రహస్య విషయాలలో ఎంతోమంది వ్యక్తులు చూస్తూ చూస్తూ ఉండగానే అదృశ్యమైపోయిన ఉదంతం ఒకటి. ఎంత వెదికినా వారి జాడ ఏ మాత్రం లభించలేదు. వీరందరిని ఏవో అదృశ్య రూపాలు అంతర్గ్రహాల శక్తి ద్వారా అపహరించబడినట్లు అనుకోవటం జరిగింది. ఇలాంటి రహస్య అదృశ్యాలు అసమంజసమనిపించినా జరిగింది మాత్రం నూరు పాళ్ళు నిజం. దీనిలో అపోహలు, సందేహాలు ఉన్నప్పటికీ నిజంగానే జరిగినట్లు ఋజువులు ఉన్నాయి.

అదృశ్యలోకం నుండి భూమి మీదకు రాగల జీవాత్మల గురించి వివరాలు తెలుసుకోవాలనుకునేవారు 'జె. హెచ్. బ్రెనాన్' రచన 'ద అల్టిమేట్ ఎల్స్వేర్' పుస్తకాన్ని చదువుకోవాలి. ఈ పుస్తకంలోని వర్ణన యోగవాశిష్టంలో 'లీలా ప్రసంగ వర్ణన' కంటే తక్కువేమీ కాదు. దీనిలో కొన్నివేల ప్రమాణాలు వ్రాయబడినా. వాటితో తేలిందేమనగా అదృశ్యలోకవాసులు సమయా సమయాలలో భూమి మీదకు వచ్చి తమ చిత్ర విచిత్ర పనుల నైపుణ్యాన్ని ప్రదర్శిస్తూ ఉంటారని, వారి రాకపోకల క్యార్యక్రమ వివరాలను ఈ పుస్తకంలో సహజంగా వర్ణించుట జరిగింది.

హిట్లర్ విశ్వవిజేత అవ్వాలని కలలు కంటూ ఉండేవాడు. కుట్రలు పన్నుటయేగాక, తన అభీష్ట సిద్ధికి అదృశ్య సహాయాన్ని పొందాలని, కొన్ని తాంత్రిక విధి విధానాలను చేయుట ప్రారంభించినట్లు, అతని సంబంధముగా వ్రాయబడిన 'ది అకల్ట్ రైట్స్' అనే పుస్తకం ద్వారా మనం తెలుసుకోవచ్చు.

గుప్తవిజ్ఞాని శ్రీ 'బెనాన్' వ్రాసిన గ్రంథాలలో పోలీస్ రికార్డులలో పొందుపరచిన ఎన్నో విషయాలు, ప్రపంచంలో జరిగిన రహస్యమయ సంఘటనల గురించి వ్రాయుట జరిగింది. ఆ పుస్తకంలో ఎంతోమంది వ్యక్తులు అకస్మాత్తుగా అదృశ్యమైన వివరణలున్నాయి. అలా అదృశ్యమైనవారు ఎక్కడకి, ఎందుకొరకు వెళ్ళారనే విషయం మాత్రం ఆయన వ్రాయలేదు. ఏవో అదృశ్య శక్తులు వారిని అపహరించి ఉండవచ్చనే అనుమానాలు మాత్రం సర్వత్రా అనుకోవటం జరుగుతుంది.

1885 సంవత్సరంలో వియత్నాం దేశం ఫ్రెంచ్ ఇండో చైనాగా పిలువబడేది. ఆ సంవత్సరం 600 మంది ఫ్రెంచి సైనికులను, కేంద్ర స్థావరమైన సైగాన్ పంపబడ్డారు. చేరవలసిన స్థానం 15 మైళ్ళ దూరంలో ఉన్నది. అకస్మాత్ గా ఆ సైనికులందరు అదృశ్యమైపోయారు. చాలాకాలం వరకు వారి గురించి ఎంతవెదికినప్పటికీ ఏ మాత్రం ఆచూకీ లభించలేదు. వారంతా శత్రువుల చేతికి చిక్కారనిగాని, లేక చనిపోయారనిగాని, దారిలో పారిపోయారనిగాని ఎలాంటి వివరాలు లభించలేదు. వారి ఆయుధాలుగాని, యూనిఫారంలుగాని, కనీసం వారి కాలి గుర్తులు లభించినా వాటి సహాయంతో జరిగిన సంఘటన గురించి ఏదైనా ఒక నిర్ణయం తీసుకోగలిగేవారే, కాని వారందరు అదృశ్యంగా అపరహరణకు గురి అయ్యారనే ప్రజలు ఇప్పటికీ అనుకొంటూనే ఉంటారు.

రెండవ సంఘటన. రెండవ ప్రపంచయుద్ధం ప్రారంభవు నాటి మాట. దక్షిణ చైనా 'నాన్కింగ్' ప్రాంతంలో 1939 డిశంబరు 10న ఒక ఆశ్చర్యకర సంఘటన జరిగింది. 3000 సైనికులు 3వసారి గస్తీ కొరకు తమ స్థావరంలో వేచి ఉన్నారు. ఒక గంట తరువాత వారందరిని డ్యూటీ కొరకు విజిల్ వేశారు. వారిలో ఒక్కరు కూడా సిద్ధంగా లేనట్లు గమనించారు. వారి ఆయుధాలు, యూనిఫాంస్, బూట్లు ఎక్కడున్నవి అక్కడే ఉన్నాయి కాని వారు మాత్రం ఎవరూ కనుపించలేదు. వారి శరీరాలు గురించి ఏ మాత్రం వివరాలు దొరకలేదు. ఆ సైనికుల కుటుంబసభ్యులు, బంధుమిత్రులు అందరు ఎన్నోచోట్ల ఎంతో వెదికారు. మొత్తం చైనాలోని మూలమూలాలు గాలించినప్పటికీ 3000 మందిలో కనీసం ఒక్కరిని కూడా ప్రాణాలతో గాని, శవరూపంగా గాని కనుగొనలేక పోయారు. ఇన్ని సంవత్సరాలు గడచినా కూడా ఇంతవరకు ఆ రహస్యం అలాగే ఉండిపోయింది. జపానీయ సైనికులు అపహరించారనే అనుమానం కూడా తీరిపోయింది. యుద్ధం ముగిసాక జపాన్ రేడియో వార్తల ద్వారా ఆ ప్రాంతానికి ఆక్రమణ దారులు చేరినట్లు గాని, లేక ఆ సైనిక గుంపుని ఖైదీలుగా తీసుకొనిపోవటం గాని జరగలేదని రూఢిపర్చబడింది.

3వ సంఘటన 'కెనడా' దేశపు ఉత్తర దిశలలో చర్చిల్ పోలీసు స్టేషన్ కి 50 మైళ్ళ దూరంలో ఎస్కిమో ప్రజల 'అంజికుని' పేరు గల గ్రామంలో జరిగింది. 1930 సంవత్సరంలో ప్రచురించిన ఆ దేశ మాప్ లో ఈ గ్రామ ప్రజల సంఖ్య, గ్రామ పొడవు, వెడల్పు వివరాలు ముద్రించుట జరిగింది. 1930 ఆగస్టులో గ్రామం

మన బలహీనతలే మన శత్రువులు

మొత్తం ప్రజలు, అక్కడి జంతువులతో సహా మాయమైపోయారు. జంతువులు వేసిన పేడ కూడా మాయమైపోయింది. అసలు అక్కడ ఒక గ్రామముందనే గుర్తులు కూడా లేకుండాపోయాయి. ఇంతకంటే ఆశ్చర్యకరమైన విషయం సృశానంలో పూడ్చిన శవాల అవశేషాలు కూడా కనిపించకకుండా పోయాయి. సమాధులను పెకలించి తీసుకొని పోయినట్లు కనిపించింది. ఆ ప్రదేశాన్ని తలచి క్షణంగా వెదికినా కూడా ఎలాంటి గుర్తు లభించలేదు. ఈ రహస్యం ఇప్పటికీ వీడలేదు.

అదృశ్య లోకానికి చేరిన తరువాత ఎవరైనా తిరిగి రాగలరా? దీనికి ఒకే ఒక్క ప్రమాణం బ్రెనన్ వ్రాసిన పుస్తకంలో దొరుకుతుంది. జర్మనీలోని 'న్యూ రోమ్ అనే నగరంలో తిరుగుతున్న ఎరుపు రంగు శరీరంతో కనిపించే మనిషిలాగా ఉన్నప్పటికీ ప్రవర్తన మాత్రం విచిత్రంగా ఉండేది. ఏదో తెలియని విచిత్ర భాషలో పది మాటలను వల్లిస్తూ ఉండేవాడు. అతని నేత్రాలు వెలుతురుని ఏ మాత్రం భరించగలిగేవి కాదు. మండుతున్న నిప్పుని మొదటి సారిగా చూస్తున్నట్లు ఆశ్చర్యంగా చూసేవాడు. అతడిని అందరు కుతూహలంగా గమనించారే తప్ప, పెద్దగా పట్టించుకోలేదు. కొన్ని రోజులు కలత చెందినవానిగా, బాధతో దుఃఖిస్తూ తిరుగుతూ ఉండేవాడు. ఒకరోజు ఒక పార్కులో తిరుగుతున్నప్పుడు ఎవరో అతడిని హత్యచేసారు. అపరిచిత వ్యక్తిగా ఉన్న అతనికి శత్రువులెవరుంటారు? లేక ధనం కొరకు చంపారేమో అనుకొన టానికి వీలు లేదు. అతడొక బికారి. అతని దగ్గర ధనమెక్కడిది? మరెందుకు అతనిని చంపవలసి వచ్చిందనేది మిస్టరీగా ఉండిపోయింది. అతడు అపహరణకు గురైన వ్యక్తిగా, అదృశ్య లోకం నుండి తిరిగి వచ్చినట్లుగా అర్థం అవుతుంది. ఏ కారణంగా భూమి మీదకు వచ్చాడో తెలియదు కాని, అతని నుండి ఏవో రహస్యాలు బయటపడగలవనే భయంతో కావచ్చు, ఆ లోకపు వాసులు ఈ హత్యచేసారేమోనని అనుమానించవలసి వచ్చింది. ఆ లోకం నుండి అపహరణకు గురైన వ్యక్తిగా ఈ లోకానికి వచ్చినందున, మరణం పొందినట్లుగా అనిపిస్తుంది.

అదృశ్యం అయిన అన్ని సంఘటనలను గమనించినప్పుడు ఈ లోకపు సరిహద్దు వరకు మాత్రమే మనకు అవగతమవుతుందని అంతకన్నా ఎక్కువ గ్రహించుట మానవ మేధకు అందదని తేలింది. మన మానసిక ఏకాగ్రతకు కూడా కొంతహద్దు వరకు మాత్రమే ఉంటుంది. ఒకవేళ అదృశ్యలోకం గురించి తెలుసుకోగలిగిన రోజున, ఆ లోకంతో ప్రత్యక్ష సంబంధాన్ని కలుపుకోగలిగితే, మన దృష్టికోణం విశాలమై ఎంతో వైభవంతో,

దివ్య వ్యక్తిత్వంతో, మహా పరాక్రమంతో అదృశ్యలోకాల రహస్యాలను తెలుసుకోగల సామర్థ్యం లభిస్తుంది. అందుకు కావలసిన మన గుణాలను వికసించుకోని, సమున్నతంగా నిలచినాడు, విశ్వ రహస్య శోధనలో పై స్థాయికి చేరుట నిశ్చయంగా జరుగతుంది.

- అఖండజ్యోతి, ఫిబ్రవరి 1984
అనువాదం: జి. చెన్నకేశవరావు

నమ్రత

వ్రతాలన్నిటిలో ముఖ్యమైన స్థానం దీనికి దక్కలేదు, దక్కదు కూడా. అహింసకి మరో అర్థం నమ్రత. ఇంకా చెప్పాలంటే అహింసలో అంతర్భాగం. నమ్రత సాధన చేసి దక్కించుకునే వస్తువు కాదు, అది స్వభావమైపోవాలి. ఆశ్రమ నియమావళి మొదటిసారి రూపొందించినప్పుడు దాన్ని మిత్రులకు పంపించడం జరిగింది. సర్ గురుదాస్ బెనర్జీ గారు నమ్రతను కూడా వ్రతాల్లో జోడించాలని సూచించారు. కాని ఇప్పుడు చెప్తున్న కారణాన్నే అప్పుడు కూడా చెప్పారు. వ్రతాల్లో స్థానం కల్పించకపోయినా ఇది కూడా వాటంతటి అవసరమైనది, నిజానికి వాటన్నిటికన్నా ఎక్కువ అవసరమైనది. కాని సాధన చేసి, అభ్యాసంతో నమ్రంగా మారిన వారిని గురించి ఇప్పటి వరకు వినలేదు. సత్యం, దయలను అభ్యసించవచ్చు, కాని నమ్రతను అభ్యసిస్తే, అది దంభం నేర్చుకున్నట్టే. పెద్దవాళ్ళు ఒకరిపట్ల ఒకరు గౌరవాదరాలు ఇచ్చుపుచ్చుకోవడం నేర్చుకుంటారు, అది కాదు మనం మాట్లాడుకునే నమ్రత. ప్రపంచాన్ని పరమాత్మ దృష్టితో చూసిన వ్యక్తికి అన్నీ తనవైపోతాయి, లేదా తనదంటూ ఏదీ మిగలదు. ఏదైనా ఒకటే, రెండు రకాలుగా చెప్పుకుంటున్నామంటే. పరమాత్మ దృష్టిని వరించిన వ్యక్తి తన లోపల బయట అంతటా ఆ పరమాత్మనే దర్శిస్తాడు. ఆ భక్తుడు మానవుడే మాధవుడని గుర్తిస్తాడు. దరిద్ర నారాయణుడిని పూజించడంలో అమితమైన ఆనందాన్ని అనుభవిస్తాడు. వీడితల సేవ చేయడమే అతని జీవన ప్రతం. పాపాలు చేయలేదు. పాపకులు ఇటువంటి పరమాత్మ దృష్టిని ధారణ చేయగలిగితే నిజమైన ఈశ్వర భక్తి వారికి సాధ్యమవుతుంది.

- మహాత్మాగాంధీ
అఖండజ్యోతి, సెప్టెంబరు 1940

అజ్ఞానం, భయం, అహం, మొహమాటం అనే బలహీనతలను లొంగదీయాలి

ఆ విధంగా యజ్ఞం చెయ్యి

మహాభారత యుద్ధం సమాప్తమైన పిదప పాండవులు గొప్పయజ్ఞం చేసారు. ఆ రోజులలో అంత గొప్పయజ్ఞం ఎవ్వరు, ఎన్నడూ ఇంతవరకు చేసిన వారు లేరని గొప్పగా ప్రజలంతా చెప్పుకొనేవారు. పేదవారికి భారీగా దానాలు లభించి వారి గృహాలన్నీ బంగారంతో నిండిపోయాయి. ఆ యజ్ఞంలో ప్రజలందరికీ అన్ని దానాలు లభించుట చూచి అందరు ముక్కు మీద వ్రేలు వేసుకొని ఆశ్చర్యపోయారు.

ఈ యాగ విషయం దేశదేశాలకు విస్తరించి అందరూ దీన్ని గురించే చర్చించుకొనేవారు. అంతేగాక పశుపక్షులు కూడా ఈ యాగం గురించి తెలుసుకొన్నాయి. ఒక ముంగిస ఈ యాగం గురించి విని ఎంతో ఆనందించింది. ఎందుకనగా ఒకసారి చిన్న యజ్ఞంలో నేలపై రానిన ఎంగిలి మెతుకులు దాని శరీరానికి అంటినంతనే దాని శరీరంలోని ఒక భాగం బంగారంగా మారిపోయింది. ఇంత చిన్న యజ్ఞం ద్వారా లభించిన అతికొద్ది ఎంగిలి పదార్థంతో ఒక ప్రక్క బంగారంగా మారడంతో పాండవులు చేసిన అంత గొప్ప యజ్ఞం ద్వారా తన శరీరములోని రెండవ భాగాన్ని బంగారంగా ఎందుకు మారిపోదని అనుకొన్నది. అంతకు క్రితం ఈ ముంగిస ఎన్నో యాగాలను చూసింది. ఎక్కడ యజ్ఞం జరిగిందని తెలిసినా అక్కడకు పరుగులు తీసి తన శరీరం బంగారంగా మార్చుకొనుటకు ఎంతో ప్రయత్నించి సఫలం పొందలేకపోయింది. యాగంలోని పదార్థాలు నేలపైన పడిన వాటిమీద పొర్లిగింతలు పెట్టేది. ఎంతచేసిన తన శరీరంలోని రెండవ భాగం మాత్రం బంగారంగా మారలేకపోయింది. ఈసారి ఇంత పెద్ద యజ్ఞం జరిగిన వార్త వినగానే ఎంతో ఆనందించి; ఇక ఏ మాత్రం ఆలస్యం చేయకుండా తన కోర్కె తీర్చుకొనుటకు ఆ ముంగిస సంతోషంతో యజ్ఞం జరిగిన ప్రదేశానికి బయలు దేరింది.

చాలా రోజులు కఠినమైన యాత్రచేసి చివరకు యజ్ఞశాలకు చేరి అక్కడ నేల మీద ఉన్న ఎంగిలి పడినచోట దొర్లుట ప్రారంభించింది. యజ్ఞవాటిక మొత్తం అన్నిచోట్ల ఎంతో వ్యాకులంతో దొర్లుకుంటూ ఎన్నోసార్లు తిరిగి తన శరీరాన్ని కళ్ళు విప్పార్చుకొని బంగారంగా మారింది లేనిది చూసుకొంది గాని ఏ మాత్రం ఫలితం లభించక, ఒకచోట కూర్చుని తలబాదు కొంటూ దుఃఖించుట మొదలుపెట్టింది.

ముంగిస చేస్తున్న పనులను గమనించిన ప్రజలు దాని చుట్టు మూగి అది అలా చేయుటకు కారణమేమని అడిగారు. అది ఎంతో దుఃఖంతో జవాబు ఇస్తూ ఈ యజ్ఞం గురించి విని నేను చాలా దూరదేశం నుండి ఎన్నో కష్టాలు పడి ఇక్కడకు చేరాను. కాని అసలు ఇక్కడ యజ్ఞమనేది ఏదీ జరగలేదని ఇప్పుడు నాకు తెలిసింది. ఒకవేళ నిజంగా యజ్ఞం జరిగి ఉంటే నా శరీరంలో మిగిలిన భాగం బంగారంగా ఎందుకు మారలేదు? ముంగిస మాటలు వినిన ప్రజలలో ఉత్సుకత పెరిగి, ఆ ముంగిసతో నీ శరీరం బంగారమగుటకు, ఈ యజ్ఞం వల్ల దానికి సంబంధ రహస్యమేమని, దయచేసి వాస్తవాన్ని మాకు వివరించమన్నారు.

అప్పుడా ముంగిస ఇలా చెప్పింది. మీరంతా వినండి. మా దేశంలో ఒక చిన్న గ్రామముంది. ఒక పేద బ్రాహ్మణుడు తన పాత కుటీరంలో కుటుంబంతో నివసిస్తున్నాడు. అతని కుటుంబ సభ్యులు మొత్తం నలుగురు, ఆయన, ఆయన భార్య ఇంకా కుమారుడు, కోడలు, ఆ బ్రాహ్మణుడు గ్రామంలోని పిల్లలకు విద్యను బోధించేవాడు. దానితో ఏదోకొద్ది మొత్తమో ధనం లభిస్తే తన కుటుంబాన్ని పోషించుకొంటూ ఉండేవాడు. ఒకసారి మూడు సంవత్సరాల వరకు వర్షాలు కురువనందున పెద్ద కరువు వచ్చింది. ఆకలితో చాలా మంది చనిపోతున్నారు. అప్పుడు బ్రాహ్మణ కుటుంబం కూడా చాలా కష్టం సహించవలసి వచ్చింది. ఎన్నో రోజులు సగం ఆకలితో ఎంతో కష్టంతో జీవిస్తూ ఉన్నారు. వారి శరీరాలన్నీ ఎముకల గూడుల్లాగా ఎండి పోయాయి. ఇలా ఎన్నో రోజులు ఉపవాసంతో గడిపిన పిదప ఏదో విధంగా ఆ బ్రాహ్మణుడు కొంత బార్లీ పిండిని సంపాదించ గలిగాడు. దానితో నాలుగు రొట్టెలు చేసారు. నలుగురూ ఒక్కో రొట్టెని పంచుకొని తమ పళ్ళాలలో ఉంచుకొని తినటానికి కూర్చున్నారు. ఇంతలో గుమ్మం ముందు ఒక అతిథి వచ్చి నిలిచాడు.

వచ్చిన అతిథిని ఆదరించుట గృహస్థ ధర్మం కాబట్టి బ్రాహ్మణుడు అతిథిలోనికి దయచేయవలసినదిగా ప్రార్థించాడు. భోజనం చేయమని తన పళ్ళెమును అతిథిముందు ఉంచాడు. ఆ రొట్టెను అతిథి రెండు మూడు ముద్దలతో తిని బ్రాహ్మణునితో నేను 10 రోజుల నుండి ఆహారం తినక చాలా ఆకలిగా ఉన్నాను. ఈ ఒక్క రొట్టెతో నా ఆకలి తీరకపోగా ఇంకా ఎక్కువైంది అనగానే బ్రాహ్మణుని భార్య తన వంతు ఆహారాన్ని అతిథి ముందు ఉంచి

కష్టాల్లో ఉన్నవారికి కావలసినది దృఢ నిశ్చయం

భోజనం చేయమని కోరింది. ఆ అతిథి దాన్ని కూడా తిని ఆకలి తీరలేదనగా అతని కుమారుడు తన రొట్టెను అతిథికి సమర్పించి నప్పటికి అతిథి తృప్తిపడనందున కోడలు కూడా తన వంతు రొట్టెను సమర్పించింది. నాలుగు రొట్టెలు తిన్న తరువాత, అతిథి ఆకలి తీరిన పిదప ఎంతో ఆనందంగా వెళ్ళిపోయాడు.

ఆ రాత్రి ఆకలిబాధతో ఆ కుటుంబంలోని నలుగురు మరణించారు. నేను వారి కుటీరం ప్రక్కనే ఒక బొరియలో నివసిస్తూ ఉండేదానిని. నేను నా కలుగు నుండి బయటకు వచ్చి అతిథి రొట్టెలు తిన్నచోట నేల మీద కొన్ని ఎంగిలి కణాలు రాలి ఉండుట చూసాను. ఎంతో ఆకలిగా ఉన్న నేను ఆ కణాలను తిందామని వాటి మీదకు దూకాను. ఆ దూకటంలో కొన్ని కణాలు నా శరీరానికి అంటుకున్నాయి. అవి నా శరీరానికి ఎంత భాగంలో అంటుకున్నాయో అంత భాగం బంగారంగా మారిపోయింది. నా తల్లి నాతో అనేవి. “యజ్ఞం జరిగినచోట రాలిన మెతుకులు

శరీరానికి అంటుకుంటే బంగారంగా మారుతుందని” చెప్పేది. ఈ ఆశతోనే నేను ఇక్కడకు వచ్చాను. పాండవులు జరిపిన ఈ యజ్ఞం అప్పుడు బ్రాహ్మణుడు యజ్ఞంతో సమానంగా ఉండి ఉంటుందని నమ్మాను కాని, నా నమ్మకం వమ్ము అయింది. నా శ్రమ అంతా వృధా అయ్యిందని అందుకు వాపోతున్నానని ముంగిస చెప్పింది.

పెద్దలు చెబుతూ ఉంటారు, దానం, ధర్మం, యజ్ఞం మహాత్మ్యం దాని పరిమాణం మీద కాదు, దాన్ని జరిపినవారి భావనల మీద ఆధారపడి ఉంటుంది. ధనవంతుడు గర్వంతో చేయు దాన ధర్మాలు పేదవాడు ఇచ్చే త్యాగపూరితమైన గుప్పెడు అన్నంతో సరిపో జాలదు. పరమాత్మ సన్నిధిలో వెండి బంగారాలకు విలువ లేదు, కాని పవిత్ర భావనల విలువ ఎంతో ఎక్కువ.

- అఖండజ్యోతి, జులై 1941
అనువాదం: జి. చెన్నకేశవరావు

సహకారంలో సాఫల్యం

వనంలో ఎత్తుగా ఎదిగిన ఒక్క వృక్షంతోపాటు ఒక లత కూడా నెమ్మది నెమ్మదిగా ప్రాకి చెట్టంత ఎత్తుకు ఎదిగింది. దానిని ఆశ్రయించుకొని అది పుష్పించుట ఆరంభించింది. లత పుష్పించుట చూచి వృక్షానికి అహంకారం కలిగింది. నేను లేకపోతే ఈ లత ఎప్పుడో నశించిపోయేది అనుకొని అది లతను బెదిరిస్తూ అన్నది “ఓసీ లతా! నేను ఏది చెప్పినా దానిని చెయ్యాలి, లేకపోతే నీ తోలు ఒలిచేస్తాను” అదే సమయంలో ఇద్దరు యాత్రికులు అటువైపు వెళ్తున్నారు. ఒకరు అన్నారు “మిత్రమా, చూడు ఈ వృక్షమెంత శీతలము, సుందరమో, దీనిపై ఎంత మంచి లత పుష్పిస్తున్నదో. రా ఇక్కడ కొంతసేపు కూర్చొని విశ్రాంతి తీసుకుందాము”. తన గొప్పతనమంతా లతపై ఆధారపడినదని తెలుసుకొని వృక్షంలోని అహంకారం నశించింది. ఆరోజు నుండి వృక్షం లతను బెదిరించటం ఆపివేసింది.

కథ మర్మాన్ని బోధిస్తూ నంత్ ఇలా అన్నారు “భక్తులారా! పురుషునితో కలిసి ఉండుటలోనే స్త్రీ గొప్పతనము ఉన్నది. ఇద్దరూ ఒకరికొకరు సహచరులు, సహకారులు. అందువలన ఒకరు తక్కువని, ఒకరు ఎక్కువని భావించకూడదు.”

- ప్రజ్ఞాపురాణం నుండి

అబ్రహం లింకన్

ఆ రోజుల్లో అమెరికా సంయుక్త రాష్ట్రాలు (యుఎస్ఎ) భాగస్వామ్యం పక్షాల మధ్య యుద్ధం నడుస్తుండేది. ఆ యుద్ధంలో అనేక మంది బందీలయ్యారు. అబ్రహం లింకన్ చేతిలో అధికారమున్నది. గెలుపు ఆయన పక్షముననే ఉన్నది. విరోధి పక్షానికి చెందిన ఒక వనిత బంధింపబడిన తన సోదరుని కలుసుకోవడానికి ప్రయత్నిస్తున్నది. అధికారులు అందుకు అనుమతి ఇవ్వడంలేదు. చివరకు ఆమె ప్రెసిడెంట్ అబ్రహం లింకన్ దగ్గరకు వెళ్ళి తన బాధ చెప్పుకున్నది.

లింకన్ ఇలా అన్నాడు “నీవు దేశ భక్తురాలవని నా విశ్వాసం”. యువతి నిర్భయంగా సమాధానమిచ్చింది. నాకు నా దేశమైన వర్జీనియా పట్ల భక్తి ఉన్నది” వర్జీనియా విరోధి పక్షం. విరోధులకు సౌకర్యాలు కల్పిస్తే దానివల్ల ఇబ్బందులు రావచ్చు అనేది ఉన్నప్పటికీ లింకన్ కొంచం సేపు ఆలోచించి ఒక చీటి ఇచ్చి జైలుకు వెళ్ళి సోదరుడిని కలుసుకోమని చెప్పాడు.

అధికారులు ఈ ఉదారతకు కారణమేమిటని అడిగారు. దానికి ఆయన ఇలా చెప్పాడు. “నిజాయితీపరుడైన శత్రువు వలన నష్టమునకు అవకాశముండదు. ఈ యువతిలో సాహసం, సౌజన్యం ఉన్నాయి. అందువల్ల ఆమె అభినందనీయురాలే. ఆమెను దండించే బదులు గౌరవించాలి. అవి ఆమె నుండి నేర్చుకోవాలి.

- ప్రజ్ఞాపురాణం నుండి

చిన్న చిన్న విషయాలకు కూడా ప్రాధాన్యత ఇవ్వాలి

భావసంవేదనల రసాయనశాస్త్రము

కర్మ యొక్క మూలకారణాలు భావనలు. ఈ ఆకాంక్ష యొక్క పలురూపాలను అనుసరించే అనుభూతి యొక్క భిన్న-భిన్నమైన సమ్మేళనములు వ్యవస్థీకరించబడతాయి. వీటిలోనే భావనల ఇంద్రధనుస్సు యొక్క రూపం కాంతులీనుతూ ఉంటుంది. భావనల ఈ విభిన్న స్వరూపముల మీద పాశ్చాత్య మనో వైజ్ఞానికులు లోతైన పరిశోధనలు, పరీక్షలు చేశారు. వారి అభిప్రాయానుసారము ఇవి మస్టిష్కంలో రూపుదాలుస్తాయి. మనస్సుతో వీటికి నేరుగా సంబంధముంటుంది.

భావనల క్షేత్రము బహువిస్తృతమైనది, విశాలమైనది. హాఫ్స్ట్రా విశ్వవిద్యాలయమునకు చెందిన మనోవైజ్ఞానికుడు రాబర్ట్ వీటిని ముఖ్యంగా 8 రకాలుగా ఉంటాయని భావిస్తాడు. అవి ఏమిటంటే దుఃఖము, ఉదాసీనత, క్రోధము, అపేక్షించుట, హర్షము, గ్రహణశీలత, భయము, విశ్వాసము. మిగిలిన భావనలన్నీ వీటి సమ్మిశ్రణము చేతనే రూపుదాలుస్తాయి. ప్లూటీక్స్ అనుసరించి భయము, విస్మయముల కలయికచేత జాగరూకత (మెలకువ) భావన అంకురిస్తుంది. విదేశీ మనోవిజ్ఞానవేత్తల భావానుసారము భావోద్వేగాల ఉద్గమస్థానము మస్టిష్కము. ఆధునిక శాస్త్రవేత్తలు ఉద్వేగాల వాస్తవిక ఉద్గమకేంద్రము లింబిక్ మస్టిష్కంగా భావిస్తున్నారు. ఎమిగ్డాలా (Amigdala) హిప్పోకేంపస్ (Hippocampus) మరియు లింబిక్ కార్టెక్స్ లు (Limbic Cortex) దీని ముఖ్య కేంద్ర భాగములు. క్రీ.శ. 1920లో వాయిడర్ లింబిక్ కార్టెక్స్ కు పై భాగంలో నెలకొని ఉన్న ఎమిగ్డాలా నుండి ఉప్పొంగే భావోద్వేగ తరంగాల ప్రకాశమును వీక్షించాడు. అక్కడ విద్యుత్తరంగాలను ప్రసరింప జేసిన మీదట ఉదాసీనత, క్రోధము, హర్షము, స్మృతి వంటి వివిధ భావనలు ఉదయించాయి.

ఈనాటి కాలంలో పాల్ మైథెలీన్ ఈ అన్వేషణలకు నూతన స్వరూపము నిచ్చాడు. అతను భావనలను లింబిక్ సిస్టమ్ తో కలిసి ఉండుటను చూశాడు. ఇప్పుడిక లింబిక్ సిస్టమ్ నే (Limbic System) దీనికి కేంద్రంగా అంగీకరిస్తున్నారు. ఇంతకుమునుపు వైజ్ఞానికులకు భావోద్వేగాలు పెద్ద కఠినసమస్యగా ఉండేవి. మునుపు వైజ్ఞానికులు శరీరములోని కొన్ని విశిష్ట స్థానములను భావోద్వేగ కేంద్రాలుగా భావించేవారు. ఈ పరికల్పన వెనుక గుండె కొట్టుకోవడం, కండరాల సంకోచనము, శరీరము ఎండి పోవటము లేక ముడతలు పడటము వంటి ప్రతిక్రియలు దాగి ఉన్నాయి.

వాల్యన్ అభిప్రాయమును అనుసరించి హైపోథాలమస్ యే భావనలకు కేంద్రము. శరీరము మరియు హైపోథాలమస్ ల (Hypothalamus) మధ్య ఒక తంత్రసంబంధము ఉన్నది. డా॥ జెస్సె యొక్క 'విసరల్ ఇమోషనల్ సిద్ధాంతము' కూడా దాదాపుగా ఈ తథ్యమునే బలపరుస్తుంది. విఖ్యాత చికిత్సావిజ్ఞాని డా॥ ఎల్మర్ అభిప్రాయమిలా ఉంది. 'ప్రతి శారీరిక మరియు మానసిక పరివర్తన చేతనత్వం మరియు అచేతనత్వం యొక్క రూపములలో ఒకదానిని మరియొకటి ప్రభావితము చేస్తూ ఉంటాయి. మస్టిష్క కేంద్రంలో ఎగసిపడిన భావము శరీరములో తప్పకుండా వ్యాపిస్తుంది. శరీరమునకు ప్రాప్తించిన సుఖము లేక దుఃఖము మనస్సును కూడా తప్పకుండా ప్రభావితము చేస్తుంది.

నేటికి 30 సంవత్సరములకు మునుపు భావనాత్మక అన్వేషణ రంగంలో న్యూరోట్రాన్స్ మిటర్స్ ఆవిష్కరించబడినప్పటి నుంచి భావనలు న్యూరోట్రాన్స్ మిటర్ తో అనుసంధానించి చూడబడుతున్నాయి. ఆర్పీడ్ కార్లసన్ మరియు స్టీడెఫ్ అనే ఇద్దరు విజ్ఞాన వేత్తల సమ్మిశ్రిత ప్రయత్నాలతో నార్ఎపీనెఫ్రీన్ కనుగొనబడినది. మస్టిష్కము వెనుక భాగంలో ఉన్న ఒక అతి చిన్నభాగాన్ని లోకస్ కోరెలియస్ (Locus Caeruleus) అంటారు. దీనినుండి నార్ఎపీనెఫ్రీన్ (Norepinephrine) ప్రవిస్తుంది. మనోవైజ్ఞానికులు లైరీస్టీన్ మరియు వీఫ్ లేబేలు ఈ భాగమును ఆనందము, హర్షములకు కేంద్రంగా భావించారు. వారి అభిప్రాయానుసారము ఇక్కడినుండి ఆనందతరంగాలు ఎగసిపడుతుంటాయి. మైకెల్ అను విజ్ఞానవేత్త అభిప్రాయము దీనికి కొంత భిన్నమైనది. న్యూరాల్ థాట్ పెప్టాయిడ్ వ్యాప్తి 2% మాత్రమే ఉంటుంది. అయితే పెప్టాయిడ్ శరీరమంతటా దొరుకుతుంది. విజ్ఞానవేత్తల అభిప్రాయానుసారము భావోత్పత్తి మరియు వాటి వ్యాప్తికి ఈ న్యూరోపెప్టాయిడ్లు చాలావరకు కారణభూతమౌతాయి. శరీరంలో భావవ్యాప్తి న్యూరోట్రాన్స్ మిటర్, పెప్టాయిడ్, హోర్మోనులు మరియు ప్రోటీనులు మొదలైనవాటి వల్ల జరుగుతుంది. డాక్టర్ స్మిత్ అభిప్రాయానుసారము ఈ కణములు శరీరము యొక్క భావోద్వేగక్షేత్రంలోకి భావనలను చేరవేస్తాయి. అతను ఈ తంత్రమునంతా 'పేరాసి నాప్సిస్ తంత్రం' (Parasynapsis) అన్నాడు.

మస్టిష్కము శరీరమును నియంత్రించి, సంచాలితము చేస్తుందనేది సత్యము. మస్టిష్కము ఈ కార్యమును కొన్ని విశిష్టమైన

మన తప్పులను, ఒప్పులను గమనించుకుంటూ ఉండాలి

రసాయనముల ద్వారా నిర్వహిస్తూ ఉంటుంది. వీటిని వైజ్ఞానిక భాషలో 'పెప్టైడ్స్' (Peptides) అని పిలుస్తారు. ఇవి మస్తిష్కము మరియు శరీరము తమ మధ్య భావములను ఇచ్చిపుచ్చుకునేలా చేస్తాయి. ఈ క్షేత్రంలో పరిశోధనలు సాగిస్తున్న ఒక మహిళా శాస్త్రవేత్త రీటా ఒక అద్భుత కార్యమును చేసింది. పెన్సిల్వేనియా విశ్వవిద్యాలయములో పనిచేస్తున్న రీటా పెప్టైడ్లను 'మాలిక్యుల్ ఆఫ్ ఇమోషన్' అని సూచించారు. ఆమె చేసిన ఈ పరిశోధన కారణముగా పరిశోధనారంగంలో ఆమెకు విస్తృతమైన ప్రశంసలు లభించాయి.

విజ్ఞానవేత్తల అభిప్రాయానుసారము ఏ భాగము మీదనైతే భావోద్వేగాల అనుభూతులు కలుగుతాయో ఆ భాగమును వారు 'సొమాటో సెంసరీ' (Somato Sensory System) అని పిలుస్తారు. ప్రాచీన వైదిక మహర్షుల పంచజ్ఞానేంద్రియముల పరికల్పన సరియైనదే అని నేటి విఖ్యాత శాస్త్రవేత్తలు అంగీకరిస్తున్నారు. ఇవే పంచజ్ఞానేంద్రియముల శబ్ద, స్పర్శ, రూప, రస మరియు గంధములను అనుభూతిలోకి తెచ్చే కేంద్రములు. వైజ్ఞానికుల వాదనను అనుసరించి ఈ కేంద్రాలలో న్యూరో పెప్టైడ్లు అధిక మోతాదులో ఉంటాయి. వారు వీటిని 'నోడల్ పాయింట్స్' అనికూడా పిలుస్తారు. ఎక్సాన్ (Axon) మరియు డెండ్రైట్స్ (Dendrites) తంతువులు ఈ కేంద్రముల నుండి భావనలను వ్యాపింపజేస్తాయి. ఇవి అతి సంవేదనాశీలతను కలిగి ఉన్న ప్రాంతములు, పంచేంద్రియముల నుండి భావనల యొక్క వేర్వేరు స్వరూపములను అనుభూతి చెందవచ్చును.

భావనలకు శరీర సంవేదలతో లోతైన, గాఢమైన సంబంధమున్నది. ఈ క్రియాకలాపమంతా అచేతనలో జరుగుతూ ఉంటుంది. కొన్ని ప్రత్యేక పరిస్థితులలో దాని బదులుగా సచేతన మనస్సు కూడా పాల్గొంటుంది. భావనల యొక్క ఈ నోడల్ పాయింట్స్ యొక్క ప్రభావమును కూడా మరింతగా పెంచవచ్చును. వైజ్ఞానికులు తమ పరిశోధనలలో బాగా అధ్యయనము చేసి 'న్యూరోపెప్టాయిడ్ భావనలు మరియు వ్యవహారమునకు ముఖ్య కారకము' అని తీర్మానించారు. శరీరములో భావవ్యాప్తి దీని ద్వారానే సంభవము! స్మృతి అనేది చర్మం లోపలి పొరలలో సురక్షితముగా ఉంటుంది. దీనిని గాంగ్లియా అని పిలుస్తారు. శరీరంలో భావముల సంచారం వీటి ద్వారానే సంభవం. గాంగ్లియా యొక్క గ్రహణశీలతను అధికం చేసి స్మృతి మరియు అంతర్ సంవేదనను బాగా పెంచవచ్చును.

'మాలిక్యుల్స్ ఆఫ్ ఇమోషన్' పుస్తకంలో రచయిత్రి కైండన్ పర్ట్ ఇలా వ్రాశారు. 'శాంత మరియు ప్రసన్నత గల పరిస్థితులలో భావన సంవేదనలను స్పష్టంగా అనుభూతిచెందగలము.

శాంతస్థితిలో న్యూరోపెప్టాయిడ్స్ సంచారము వ్యవస్థితముగాను మరియు నియంత్రితముగాను ఉంటుంది. అందువలన అటువంటి స్థితిలో భావములు మరియు ఉద్వేగముల సంచారభావమును సహజము గానే అనుభూతి చెందగలము. మస్తిష్కము యొక్క హిప్పోకేంపస్ (Hippocampus) అనేది న్యూరోపెప్టైడ్ (Neuropeptides) యొక్క 'నోడల్ పాయింట్'. ఇది మనస్సుతో ప్రభావితమౌతుంది. అంతేకాక ముఖంపై దీని ప్రభావము పడుతుంది. భావము మరియు సంవేదనల యొక్క సూక్ష్మ తరంగములను ముఖము చాలా చక్కగా ప్రదర్శిస్తుంది.

యోగసాధన ద్వారా న్యూరోపెప్టాయిడ్లను కొద్ది మోతాదులో పెంచవచ్చును అని పర్ట్ అంగీకరిస్తున్నది. కొన్ని ప్రత్యేక పరిస్థితులలో న్యూరోపెప్టాయిడ్లు అధికమోతాయి అని శాస్త్రవేత్తల అభిప్రాయము. అందువలన యోగ మాధ్యమముగా వీటిని పెంచటము సంభవమే. దీనివలన వ్యక్తి యొక్క భావసంవేదనలు ప్రభావితమగుట తథ్యము. మనస్సును శాంతముగా, ప్రసన్నముగా ఉంచుకొని జీవితమును సాగిస్తూ ఉంటే భావసంవేదనలు జాగృతి చెందుట సాధ్యమే. స్వయముగా ప్రసన్నంగా ఉంటూ ఇతరులను ప్రసన్నంగా ఉంచే ఆకాంక్షయే దీనికి సర్వశ్రేష్ట ఉదాహరణ!

- అఖండజ్యోతి, జులై 2000
అనువాదం: శ్రీమతి లక్ష్మీరాజగోపాలు

వైకారిక

ఒక సాలెవాని మగ్గం విరిగిపోగా కలప కోసం అడవికి వెళ్తాడు. కనిపించిన ఎండిపోయిన చెట్టును కొట్టబోగా ఆ చెట్టుపై నివసించే యక్షుడు సాలెవానిని వారిస్తూ "ఇది నా నివాసం, దీనిని కొట్టవద్దు, నీకేదైనా వరాన్ని ప్రసాదిస్తాను కోరుకోమంటాడు. సాలెవాడు తెగ ఆలోచించి - ఒక శిరస్సుకి బదులు రెండు శిరస్సులు, రెండు చేతులకు బదులు నాలుగు చేతులు కావాలని కోరినట్లయితే నాలుగు చేతులతో ఎక్కువ నూలు నేసి రెండు తలల మీద దానిని మోసుకెళ్ళి, లాభసాటిగా వ్యాపారం చేసుకోవచ్చునని భావించి నాలుగు చేతులు రెండు తలలు కావాలంటాడు. దానికి యక్షుడు తథాస్తు అంటాడు. కానీ గ్రామంలో అడుగు పెట్టగానే ఇతని వింత రూపాన్ని చూచి ప్రజలు భూతమని భావించి కర్రలతో, రాళ్ళతోకొట్టి చంపివేస్తారు. సాధారణ స్థాయికి చెందిన జీవితాలే సర్వవిధాల శ్రేయస్కరం గానీ, అసాధారణ కోరికలు దుఃఖానికి, పతనానికి హేతువవుతాయి.

- ప్రజ్ఞాపురాణం నుండి

తప్పులు చేస్తే ఆత్మ విమర్శ చేసుకోవాలి



విషమ పరిస్థితులలో నవయుగ నిర్మాణం

గాయత్రీ మంత్రం మాతో

ఓం భూర్భువః స్వః తత్సవితుర్వరేణ్యం భర్గో
దేవస్య ధీమహి ధియో యోనః ప్రచోదయాత్

సోదర సోదరిమణులారా! ఏనుగు మొసలి కథ మీరు వినే ఉంటారు. ఏనుగు మొసలి నోటికి చిక్కి పరాధీనమయింది. తప్పించుకోవటానికి వేరే మార్గం లేక భగవంతుని పిలిచింది. ఎందుకంటే భగవంతుడు తప్ప తనకు సహాయం చేసేవారు వేరెవ్వరు లేరు. అయితే భగవంతుని ఎలా పిలిచింది? భగవంతుని పిలవటానికి ఎన్నో పద్ధతులున్నాయి. కీర్తన పాడవచ్చు, యజ్ఞం చేయవచ్చు. అనుష్ఠానం చేయవచ్చు. జపం చేయవచ్చు. కానీ అవి ఏమి చేయలేని స్థితిలో గజేంద్రుడు ఉన్నాడు. అప్పుడు అతడు ఆ నీటి నుండి ఒక వుప్పును తన తొండంతో ఎత్తి పట్టుకొని భగవంతుని పిలిచింది. భగవంతుడు అతని భావమును అర్థం చేసుకొన్నాడు. హృదయాన్ని అర్థం చేసుకొన్నాడు. అతని కష్టాన్ని అర్థం చేసుకొన్నాడు. అతని అంతరాత్మను అవగతం చేసుకొని పరిగెత్తుకుని వచ్చి తన సుదర్శన చక్రమును మొసలిపై ప్రయోగించి ఏనుగును రక్షించాడు. మీకు ఈ కథ తెలుసా? తెలియదా? సరిగ్గా ఈ కథే ఇప్పుడు మానవజాతి ఎదుట ఉంది. మానవజాతి ఇప్పుడు ఏనుగువలె ఎన్నో కష్టాల మధ్య ఉన్నది. వాతావరణం కాలుష్యం అయిపోతున్నది. వాయుమండలం పాడయిపోతున్నది. జనాభా పెరిగిపోతున్నది. యుద్ధ సామగ్రి పెరిగిపోతున్నది. అన్నిటికంటే ఎక్కువగా మనసులు కలుషితమై పోయాయి. వీనివలన ప్రతి వ్యక్తి ఎన్నో కష్టాలను ఎదుర్కొనవలసి వస్తుంది. కానీ ఈ సంవత్సరం కొన్ని ప్రత్యేకమైన కష్టాలు మీ ఎదుట ఉన్నవి. ఈ కష్టాల పట్ల మీరు శ్రద్ధ వహించాలి. మీరు వీనిని అనుభవించాలి. ఈ సంవత్సరం ధరలు ఎలా ఉన్నాయో మీకు తెలుసా? అధిక ధరల వలన నూటికి 99 మంది బాధపడుతున్నారు. ఇది నేటి ముఖ్యమైన సమస్య.

రెండవ సమస్య ఏమిటి? ప్రకృతి మనపై కోపించింది. ఆ కోపంతో వర్షం తన ప్రభావాన్ని చూపిస్తుంది. సరియైన సమయానికి వర్షాలు కురవకపోతే ఎటువంటి కష్టాలు వస్తాయో మీకు తెలుసా? పొలాలు ఎండిపోతాయి. చెరువులలో నీరు ఇంకిపోతుంది. నదులు, ఆనకట్టలలో నీరు తగ్గిపోతాయి.

నీటికొరత వలన విద్యుత్ తగ్గిపోతుంది. విద్యుత్ కొరత వలన లైట్లు, ఫ్యాన్లు, పరిశ్రమలు ఏమీ పనిచేయవు. గ్రామాలలో విద్యుత్ లేకుండా వీధి లైట్లు వెలగవు. కాలువలు, చెరువులు ఎండిపోతే వేరే ఏర్పాట్లు ఏమీ అందుబాటులో ఉండవు. ఎక్కువ విద్యుత్ నీటివలన తయారవుతుంది. నీరు లేకుంటే విద్యుత్ ఉండదు. త్రాగటానికి నీరు ఉండదు, స్నానానికి నీరు ఉండదు. పొలాలకు నీరు ఉండదు. మనదైనందిన అవసరాలకు నీరు ఉండదు. నీటి కొరత వలన కలిగే భారీ నష్టం ఇది.

కరువు మొదటిది, రెండవది నీరు. ఇవి కాకుండా మూడవ కష్టం మరియొకటి మీ ఎదుటనే ఉంది. అది ఏమిటి? పురాతన కాలంలో కరువు ఏర్పడినప్పుడు, తినటానికి, త్రాగటానికి ఏమీ దొరకనప్పుడు ప్రజలు భిక్షమెత్తుకునేవారు. కొంతమంది పనులు చేసుకొనేవారు. కానీ ఇప్పుడు దొంగతనాలు, జేబు దొంగతనాలు, దోపిడీలు తప్పించి మరి ఏమీ చెయ్యటం లేదు. హత్యలు కూడా చేస్తున్నారు. అవాంఛనీయమైన స్థితి ఇంకా పెరుగుతుంది. ఇది మూడవ కష్టం.

ముంచుకు వస్తున్న ప్రమాదాన్ని మీరు చూస్తున్నారా? లేదా? బాంబులు పేలుతున్నాయి. కొన్ని ప్రదేశాలలో తుపాకులు పేలుతున్నాయి. ఈ కష్టాలన్నీ మనపై ఆవరించి ఉన్నాయి. మనమంతా ఇప్పుడేం చేయాలి? ఏ అపాయం అయితే ఉందో దానికి అందరం బలవుతాం. దాని గురించి నేనేమీ చెప్పదలచు కోలేదు. దీనికి గవర్నమెంట్ మార్గదర్శకత్వం చేయాలి. ఈ నష్టాలను అధిగమించటం కోసం నీటిని తక్కువ వాడాలి, విద్యుత్ను పొదుపు చేయాలి, చెరువులు, సరస్సులు త్రవ్వించాలి అని సామాజిక నేతలు చెప్తూ ఉంటారు. ఇలా అందరు వేర్వేరు సలహాలు ఇస్తూ ఉంటారు. ఇవన్నీ భౌతికమైన పద్ధతులు, కానీ ఇంతకంటే గొప్ప ఉపాయం ఉంది. అది ఆధ్యాత్మికమైనది. దీనినే గజేంద్రుడు ఉపయోగించాడు. అది ఏమిటి? గజేంద్రుడు భగవంతుని పిలిచాడు.

దేవతలను రాక్షసులకు ఒకసారి యుద్ధం జరిగింది. దేవతలు కష్టాలలో మునిగిపోయారు. అప్పుడు దేవతలంతా భగవంతుని వద్దకు వెళ్ళి తమ కష్టాలను దూరం చెయ్యండి అని వేడుకున్నారు. అప్పుడు భగవంతుడు దధీచి అస్థికలతో ఆయుధాన్ని తయారు

చేసిన తప్పులను సరిదిద్దుకోవడమే ఆత్మ విమర్శ

చేయండి, స్వర్గం నుండి గంగను భూలోకానికి తీసుకొని రండి. కానీ ఏది చేసినా త్వరితగతిన చేయండి అని చెప్పాడు.

ఇటువంటి గొప్ప పనులు చేయటం మానవుల వలన సాధ్యం కాదు. కేవలం భగవంతునివలన మాత్రమే సాధ్యమవుతుంది. భగవంతుని పిలవటం కొరకు నేను ఒక మంచి ఉపాయం చెబుతాను. ఇది ఉత్సాహాన్ని పెంపొందించే ఉపాయం. దీనికి మీరు హావనం చేయవలసిన అవసరం లేదు. ఎందుకంటే ఇప్పుడు యజ్ఞం చేయటానికి వేల రూపాయలు ఖర్చు అవుతుంది అంటే ధనం ఇచ్చే స్థితిలో ప్రజలు లేరు. ఒకవేళ ఇచ్చినప్పటికీ ప్రతి ఒక్కరు యజ్ఞం ద్వారా నీటిని పొందాలన్న ఉద్దేశ్యంతో ఉంటారు. యజ్ఞం వలన నీటిని పొందగలం అన్న హామీని నేనివ్వలేను. అయితే ఈ విషయం గురించి మిమ్మల్ని ఏమీ భయపెట్టదలచుకోలేదు. హైరానా పెట్టదలచుకోలేదు. యజ్ఞం వలన సంపన్నులు అయినప్పటికీ వర్షాలు లేకుంటే ప్రజలు మిమ్మల్ని అవహేళన చేస్తారు. యజ్ఞాన్ని అవహేళన చేస్తారు. మమ్మల్ని అవమానిస్తారు. అందుకే యజ్ఞాలను వెనుకటి కాలంలో ఎలా చేశారో అలాగే చేయాలి. బీదవారు కూడా సులభంగా చేయగలిగేటట్లు చేయాలి.

అవి ఎటువంటి యజ్ఞాలు? అవి దీప యజ్ఞాలు. దీపయజ్ఞం అనే ఒక పశ్చిమంలో ఐదు దీపాలు ఉంచాలి. పశ్చిమమును ముగ్గు వేసిన స్థలంపై నుంచి ఒక రూపాయి వస్తువులు అందులో వేయాలి. యజ్ఞం పూర్తి అయిపోతుంది. మామూలు యజ్ఞం ఎలా చేస్తారో దీపయజ్ఞం కూడా అలానే చేస్తారు. ఘృతావప్రూణం, భస్మధారణం మొదలైనవి ఉండవు. మిగతావన్నీ మామూలు యజ్ఞానికి చేసినట్లే. కేవలం వస్తువులు మాత్రమే తక్కువ అవుతాయి. యజ్ఞంలో వస్తువులు తక్కువ వినియోగించడం నేరమా? నేరం కాదు. ఇక్కడ యాజ్ఞవల్క్యునికి, జనకునికి జరిగిన వాదన గురించి చెప్తాను. జనకుడు యజ్ఞవల్క్యునితో యజ్ఞం చేయడం ఎలా? అన్నాడు. యాజ్ఞవల్క్యుడు ఇలా అన్నాడు. “యజ్ఞం చేయటం అవసరమే, తప్పకుండా చేయాలి కూడా. మన భారతీయ సంస్కృతికి గాయత్రి, యజ్ఞం తల్లిదండ్రులు వంటివి. వాయు మండలం కొరకు వాయు సంశోధనం కొరకు వీనిని మనం చేయాలి. వాతావరణాన్ని పరిశుభ్రపరిచే బాధ్యత మనం చేతుల్లోనికి తీసుకోవాలి. అప్పుడు తక్కువ వస్తువులతో చేయగలుగుతాం” అని. అప్పుడు జనకుడు “ఏమిటి? తక్కువ వస్తువులతో అయినా హావనం చేయగలుగుతామా అని ప్రశ్నించాడు. యజ్ఞ సమయంలో శ్లోకాలు చదవటం వలన, యజ్ఞ కుండీలు నిర్మించి, వేల రూపాయలు ప్రోగుచేసి యజ్ఞం చెయ్యడం

వలన ఎంత పుణ్యం వస్తుందో దీపయజ్ఞం చేయడం వలన కూడా అంతే పుణ్యం వస్తుంది.

ఇది ఒక యజ్ఞ పద్ధతి. ఉదయాన్నే సూర్యోదయ సమయంలో దీపయజ్ఞం ప్రారంభించాలి. మీరు ఇంటి పనిలో ఉన్నా, దుకాణాలలో పనిలో ఉన్నా మరచిపోకండి. సాయంత్రం మరియొక కార్యక్రమం ఉంటుంది. సాయంత్రం కార్యక్రమం ఏమిటి? సాయంత్రం కార్యక్రమం కీర్తనలు పాడటం. పురాతన కీర్తనలకు, మా కీర్తనలకు తేడా ఉంది. పాత కీర్తనలలో కేవలం రామభజన మాత్రమే ఉంటుంది. రామ భజనతో హరేరామ, హరేకృష్ణ అంతే. కేవలం రామనామమే ఉంటుంది. మా కీర్తనలలో ఆలోచనలు కూడా ఉంటాయి. భగవంతుని నామం ఉంటుంది. దీనితోపాటు ఆలోచనలు వ్యాఖ్యలు ఉంటాయి. మీరు కూడా వంద కుండీల యజ్ఞం చేయగలరు. దానికి కావలసిన పెట్టుబడి వంద రూపాయలు.

యజ్ఞం తరువాత వ్యాఖ్యానం తరువాత దేవదక్షిణ అవసరం. దేవదక్షిణలో మీరు మీ చెడ్డగుణాలను త్యాగం చేసి, మంచి గుణాలను పెంపొందించుకోవాలి. ఇది వాతావరణాన్ని సంశోధించుకోవటంలో ముఖ్య కార్యక్రమం. మీరు తప్పకుండా దీనిని పాటించాలి. యజ్ఞంలో దేవతలను మనం పిలుస్తాం. వారికి పూజ చేస్తాం. దక్షిణ కోసం వచ్చినవారు పూజారులు కాదు. డబ్బుకోసం పనిచేసేవారు దేవతలు కాలేరు, బ్రాహ్మణులు కాలేరు. వారికి డబ్బు అవసరం లేదు. కానీ దేవతలకు దక్షిణ ఇవ్వాలి. దక్షిణ రూపంలో మీరు ఏదైనా చెడ్డగుణాన్ని వదులు కోవాలి. మంచి గుణాన్ని అలవరచు కోవాలి.

వంద కుండీల యజ్ఞాన్ని చైత్రపూర్ణిమనాడు ప్రారంభించండి. శరత్ పూర్ణిమనాడు సమాప్తం చేయండి. మొత్తం ఆరు నెలలు అవుతుంది. మధ్యకాలంలో మీ గ్రామంలో, మీ నగరంలో ఉన్న ప్రతి ఇంటిలోను ఈ ఆరు నెలల్లో ఒక యజ్ఞం చేయాలి. అవసరం అయితే ఆరు నెలల కంటే ఎక్కువ కాలం కూడా యజ్ఞాలు చేయవచ్చును.

ఒక కుండీ యజ్ఞం అంటే మీకు ఆర్థం అయ్యిందా? లేదా? ఒక పశ్చింలో ఐదు అగరుబత్తీలు, ఐదు దీపాలు ఉంచుతారు. అక్షింతలు, పువ్వులు ఇతర పూజా సామగ్రి ఉంచుకోండి. ఇవి సాధారణంగా అందరి ఇంట్లలోను ఉండేవే. ఒక గంట సమయంలో ఐదు అగరుబత్తులు ఖర్చు అవటం ఎక్కువని మీకు అనిపిస్తే ఐదు దీపాలకు అయ్యే ఖర్చు ఎక్కువ అనిపిస్తే మీరు

చేసిన తప్పుల వల్ల ఎవరికైనా కష్టం కలిగితే క్షమాపణ చెప్పాలి

పొదుపు చేయాలనుకుంటే చేయగలరు కూడా. ముందు ఒకటి వెలిగించి, అది ఆరిపోయిన తరువాత రెండవది, రెండవది ఆరిపోయిన తరువాత మూడవది, మూడవది ఆరిపోయిన తరువాత నాలుగవది, నాలుగవది ఆరిపోయిన తరువాత ఐదవది వెలిగించండి. ఇలా ఒక్కొక్కదీపంతో పని జరిగిపోతుంది. ఐదు దీపాలను వెలిగించాలి. ఎందుకంటే ఇవి దేవతలను ఆహ్వానిస్తాయి. ఇందులో పంచ ప్రాణాలను ఆహ్వానించే తత్వం ఉంది. అందుకే ఐదు దీపాలను వెలిగించాలి. అగరుబత్తిలు విషయం కూడా ఇంతే. మీరు బాగా పొదుపు చేయాలి. ఎందుకంటే పేదరికం చాలా ఎక్కువగా ఉంది, కాబట్టి డబ్బు తక్కువ ఖర్చు చేయాలి. ఐదు అగరుబత్తిలలో ఒకటి తరువాత ఒకటి వెలిగించండి. ఇలా అయితే మీ పని అవుతుంది, పొదుపు పాటించటము అవుతుంది. పొదుపు చేయమని నేను ఎందుకు చెబుతున్నానంటే మిగతా రోజులలో మీ దగ్గర డబ్బు లేకుండా పోతే మీరు కష్టపడవలసి వస్తుంది. ఎక్కువ ఖర్చు పెట్టిన వ్యక్తి ఎక్కువ లాభాన్ని ఆశిస్తాడు. తక్కువ ఖర్చు పెట్టే వ్యక్తి తక్కువతోనే సరిపెట్టుకుంటారు. అందుకే యజ్ఞాలను ప్రజలు ఇష్టపడరు. యజ్ఞం తక్కువ ఖర్చుతో చేయించాలి. ఇలా ప్రతి ఇంటికి వెళ్ళి యజ్ఞం చేయించండి.

ఇంటింటికి వెళ్ళి యజ్ఞం చేయించుటతోపాటు, మీరు మరికొన్ని విషయాలు కూడా జోడించాలి. వాస్తవానికి ఇది పారివారిక యజ్ఞం వంటిది. సామాజిక నిర్మాణానికి సంబంధించినది అయినా, యజ్ఞ నిర్మాణానికి సంబంధించినది. పారివారిక నిర్మాణం యజ్ఞం వలన మాత్రమే సాధ్యమవుతుంది. ఇందులో ఉదయం యజ్ఞం, సాయంత్రం కీర్తనలు ఉంటాయి. వీనిని మహిళలంతా కలసి చేయండి. దీనితోపాటు దేవతలకు దక్షిణ కూడా ఇవ్వాలి. ఇంకా ఏమి చేయాలి? కొన్ని ముఖ్యమైనవి తప్పకుండా చేయాలి. మొదట ప్రాతఃకాలాన్నే అంటే సూర్యోదయ సమయంలో దేవుని స్మరించాలి. ఈ సమయంలో ఇది చాలా అవసరం. సూర్యోదయ కాలానికి చాలా విశిష్టత ఉన్నది. ప్రార్థన ఉదయమైనా చేయవచ్చు. మధ్యాహ్నం అయినా చేయవచ్చు. సాయంత్రం అయినా చేయవచ్చునని అంటారా? లేదు. స్నానం చేసి అయినా, చేయకుండా అయినా ఉదయాన్నే తప్పకుండా చేయాలి. సూర్యోదయ సమయంలో ఎప్పుడు ఒకే సమయంలో, ఒకే విధంగా చేస్తే దాని ప్రభావం వందరెట్లు ఎక్కువ అవుతుంది. అందుకే ప్రాతఃకాలంలో పది నిమిషాల జపం చేయండి, చేయమని అందరికీ చెప్పండి.

ఇదే కాకుండా ఇంకో విషయం కూడా ఉన్నది. భారత దేశంలో కరువు ఎంతగానో ఉంది. దీనికి కొన్ని కారణాలున్నాయి. వాని నుండి తప్పించడానికి మీరు ప్రయత్నం చేయాలి. విద్య లేకపోవటం వలన మనిషి పశువువలె భయంకరంగా మారుతున్నాడు. మానవుని జ్ఞాన నేత్రాలు తెరుచుకోవటం లేదు. అతనికి కొత్త విషయాలు తెలియటం లేదు. సమాజంలో ఏం జరుగుతుంది, ప్రజలు ఏ విధంగా ముందుకు వెళ్తున్నారు, ఇవేమీ తెలియటం లేదు. ఒక రకంగా నూతిలో కప్పవలె జీవిస్తున్నాడు. అందుకే యజ్ఞంతోపాటు వయోజన విద్యను కూడా జోడించ మంటున్నాను. మీలో చదవటం వ్రాయటం తెలిసిన వారు ఇలా ప్రతిజ్ఞ చేయండి. “మేము ఐదుగురికి తక్కువ కాకుండా చదవటం, వ్రాయటం నేర్చిస్తాము” అని మీరైనా వారింటికి వెళ్ళండి. వాళ్ళనైనా మీ ఇంటికి పిలవండి. ఒక నెల చదువు చెప్పండి. ఆరు నెలలైనా చదువు చెప్పండి. లేకపోతే రెండు సంవత్సరాలు అయినా చెప్పండి. ఇలా సంకల్పించుకుని ఐదుగురికి అయినా విద్యను నేర్పించండి. పారివారిక యజ్ఞంలో ఇది ముఖ్యమైన విషయం. ఇంటిలో ఉన్న వృద్ధులకు, యువకులకు, స్త్రీలకు మీరు విద్యను నేర్పించండి. యజ్ఞానికి తోడుగా మేము ఈ ఉద్యమాన్ని కూడా జోడించాము.

ఇంకొక ఉద్యమం ఇంతకంటే గొప్పది. అది ఏమిటి? మన కష్టాల్ని వృధా చేస్తున్నాం. చిల్లి ఉన్న కుండలో నీరు ఎంత పోసినా ఉండదు, కారిపోతుంది. మన సమాజంలో వివాహాలకు అయ్యే ఖర్చు చాలా ఎక్కువ. ఆడంబరంగా వివాహాలు చేయటం వలన దరిద్రులు అయిపోతున్నారు. మీకు ఇప్పటికీ చాలాసార్లు చెప్పి ఉంటాను. ఇప్పటికీ చెబుతూనే ఉన్నాను. మనదేశంలో ఉన్న బీదవారు వివాహాలకు అనవసరంగా ఖర్చు చేసి ఎంత ధనవంతులు కావాలనుకున్నా కాలేరు. దీనికేం చేయాలి? దీనికి మీరంతా ఇలా ప్రతిజ్ఞ చేయాలి. “మేం మా పిల్లలకు ఆడంబరంగా వివాహము చేయము” అని, ఇది ఒకటవది. రెండవది వైభవంగా చేయము అని. మూడవది కట్నం తీసుకోము అని. నాలుగవది ఆభరణాలు ఇవ్వము అని.

వివాహాలలో ఆభరణాలకు, వరకట్నానికి చాలా సంబంధము ఉంది. అబ్బాయి తండ్రి వరకట్నం అడుగుతాడు. అమ్మాయి తండ్రి నగలు అడుగుతాడు. ఈ రెండూ మరణిస్తే ఒకేసారి మరణిస్తాయి. జీవిస్తే రెండూ జీవిస్తాయి. ఒక్క వరకట్నాన్ని మాత్రమే నిషేధిస్తే, అమ్మాయి తండ్రి నగలు పెట్టమని అడుగుతాడు. అప్పుడు అబ్బాయి తండ్రి నగల కొరకు బంగారాన్ని ఎక్కడ నుండి తీసుకుని

నింద మనిషిని మానసికంగా కృంగతీస్తుంది

వస్తాడు? బంగారం విలువ ఎంత ఎక్కువగా ఉంది ఈ రోజులలో? పది గ్రాముల బంగారం రూ. 4,000/- ఉన్నది. (ఇప్పుడు రూ. 30,000/- ఉన్నది). ఎక్కడ నుండి వస్తుంది? అయితే నగల కోసం వరకట్నం అడగటం మంచిది కాదు. వరకట్నాన్ని నిషేధించాలి అంటే ఆభరణాలు అడగటం కూడా నిషేధించాలి. అందుకే వివాహాలలో వరకట్నాన్ని ఆభరణాలను రెండింటిని నిషేధించాలి. భాజా భజంత్రీలను నిషేధించాలి. మన ఇళ్ళలో జరిగే పండుగలను ఎలా చేస్తామో కొద్దిమందిని పిలిచి వివాహం జరిపించాలి. ఒకవేళ వివాహానికి వరకట్నం ఇవ్వవలసి వస్తే అమ్మాయి పేరిట ఇందిరా వికాసపత్రాలు కొంటే ఐదేళ్ళకు రెట్టింపు అవుతుంది.

వరకట్నం హిందూ సమాజానికి కుష్టు వంటిది. ఇది హిందూ సమాజానికే కళంకం. నిరక్షరాస్యత మన దేశానికే మచ్చ. వివాహాలకు ఎక్కువ ఖర్చు పెట్టడం, వరకట్నం ఇవ్వటం మంచిది కాదు.

యజ్ఞానికి తోడుగా ఈ రెండు కార్యక్రమాలను కూడా జోడించాలి.

వివాహాలలో మరియొక పద్ధతి కూడా ఉన్నది. ప్రక్కంటివారు, స్నేహితులు మొదలైనవారు “ఫలానా వారు అంత గొప్పగా చేశారు. మీరు ఎందుకు చేయకూడదు? అంటారు. మీ కష్టాలను పారద్రోలటానికి వారు ఎటువంటి ఉపాయం చెప్పరు. అది నేను మీకు చెబుతున్నాను. మీరు అమ్మాయిని అబ్బాయిని తీసుకుని రండి. రెండువైపులా నుండి ఐదుగురు చొప్పున పదిమంది రండి, శాంతికుంజ్లో ఎటువంటి ఖర్చు లేకుండా సంతోషంగా వివాహం జరిపించవచ్చు. ఇక్కడ ఎటువంటి ఖర్చులు పెట్టవలసిన అవసరం ఉండదు. ఎటువంటి ఆడంబరాలు చూపించవలసిన అవసరం ఉండదు. ఎలాంటి ఫర్నిచర్ ఇవ్వవలసిన అవసరం ఉండదు. వరకట్నం అడిగే సాహసం ఎవరూ చేయరు. నగలు చేయించాలి అన్న నియమం ఉండదు. ఇక్కడే భోజనాలు చేయండి. ఇక్కడ ఒక పంక్తిలో వెయ్యిమంది భోజనాలు చేస్తారు. వరుని తరపు వారికి ఇక్కడే భోజనాలు పెట్టేయవచ్చు. మీ ఊర్లో అది అంత సులభంగా జరగదు. శాంతికుంజ్లో జరిగే వివాహాలన్నీ ఇదే పద్ధతిలో జరుగుతాయి. ఇది పుణ్యక్షేత్రం కూడా. ఇక్కడ దేవతలు నివసిస్తారు. ఇక్కడ నిరంతరం యజ్ఞాలు జరుగుతూ ఉంటాయి. ఇటువంటి స్థానాలలో వివాహ సంస్కారాలు జరిపిస్తే మంచిది. మంచి ముహూర్తాల గురించి మీరు ఎలా అయితే ఆలోచిస్తారో,

అలాగే మంచి ప్రదేశాల గురించి ఆలోచించండి. ఇలా అయితే ముహూర్తాల అవసరం ఉండదు.

ఇది కాకుండా ఇంకా రెండు విషయాలున్నాయి. మొదటిది మద్యపానం. దీనివలన ఎన్నో నష్టాలున్నాయి. మీకు తెలుసో, తెలియదో కానీ మద్యపానం వలన శరీరం, బుద్ధి రెండూ దెబ్బ తింటాయి. కుటుంబం నాశనం అయిపోతుంది. పిల్లల భవిష్యత్తు దెబ్బ తింటుంది. కాబట్టి మద్యపానానికి వ్యతిరేకంగా మీరు చేయగలిగినవి అన్నీ చేయండి.

మద్యపానమే కాకుండా మరియొకటి కూడా ఉంది. ఆకు కూరలు పండించమని మేము చెప్తున్నాము. వర్షాలు లేకపోతే మీరు ఎలా పండించగలరు? ధాన్యం మనిషికి ఎంత అవసరమో, ఆకుకూరలు కూడా అంతే అవసరము. ఆకుకూరలు పండించటానికి మీరు ఇంటిలోనే ఏర్పాట్లు చేయండి. మీరు నీరు త్రాగుతారు సరే. కానీ పుక్కిలించినప్పుడు, స్నానం చేసేటప్పుడు చాలా నీరు వృధా అవుతాయి. ఆ నీటిని తీసి మీరు జాగ్రత్తచేసి మీ ఇంటిలో పూలతోట్లు, చిన్న కుండీలలో దేనిలో ఆకు కూరలు పెంచాలి అని అనుకుంటారో దానిలో ఆ నీటిని పోయండి. మీరు స్నానం చేసి మిగిల్చిన నీటిని, చేతులు శుభ్రపరచి మిగిల్చిన నీటిని అందులో పోస్తే అవి మొలకెత్తుతాయి. ఇలా ఆకుకూరల్ని పెంచటం వలన అవి మీ ఖర్చు మొత్తాన్ని తగ్గించలేకపోవచ్చు. కానీ ఎంతో కొంత మిగులుతుంది. రొట్టెలు వీటితో తినవచ్చు. మీరు కొత్తిమీర, పుదీనా, పాలకూర, అల్లం, మిర్చి టమోటా ఇవన్నీ ఇలా సులభంగా పండించవచ్చు.

ఆకుకూరలు పండించటం ఒకటి. మద్యపానాన్ని వ్యతిరేకించటం రెండు. వివాహాలకు అనవసరపు ఖర్చులు చేయక పోవటం మూడు. వయోజన విద్య గురించి బహుశ ప్రచారం చేయటం నాలుగు. మనదేశంలో మూడవ వంతు మంది నిరక్ష రాస్యులు ఉన్నారు. వారిని విద్యావంతులుగా తయారు చేయటానికి సంకల్పించండి. ఈ విషయాలన్నింటి పట్ల శ్రద్ధ వహించి, వీనితో పాటుగా దేశాన్ని అభివృద్ధి చేయటానికి, ముందుకు తీసుకుని వెళ్ళటానికి ప్రయత్నించండి. యజ్ఞమును చేయండి. కీర్తనలు పాడండి. అంతేకాకుండా మీలో ఉన్న చెడు ప్రవృత్తిని విడిచి పెట్టండి. మంచిని అభివృద్ధి చేసుకోండి. వీటినిన్నీ చేస్తే మీకు మంచి ఫలితం వస్తుంది. మీరు వీటినిన్నీ బాగా విన్నారని వీటిని ఆచరణలో పెడతారని ఆశిస్తున్నాము.

★★★

ఇతరులను నిందించకండి

నవసృజనకై పరివ్రాజకులకు ఆహ్వానం

ధర్మం కోసం, సంస్కృతి కోసం, జ్ఞానాన్ని పంచడం కోసం నిరంతరం క్రియాశీలులై ఉండడం మనదేశ పరంపర. ఆర్యావర్తం నుండి సంపూర్ణ భారతదేశమంతటా ఈ పుణ్య పరంపర వల్లనే సాంస్కృతిక సమృద్ధి విస్తరించింది. ఈ మహత్తరమైన పరంపరని శాస్త్రకారులు, మనీషులు, మనస్సులు పరివ్రాజకత్వం అన్నారు. దీన్ని పాటించేవారిని పరివ్రాజకులు అంటారు. ఈ పరివ్రాజకుల కార్యక్రమాల ఆధారంగానే సాంస్కృతిక వికాసం వేగాన్ని పుంజుకుంది, వారు నెమ్మదించినప్పుడు సాంస్కృతిక వికాసం కూడా కుంటుపడింది. ధర్మం, సంస్కృతులు అపనమ్మకాన్ని ఎదుర్కొన్నప్పుడు ఒక విషయం స్పష్టమయింది, పరివ్రాజ్యం విస్మరించబడింది, పరివ్రాజకుల గమనం మందగించింది.

ఇవి చదువుతున్న వారిలో చాలామంది పరమపూజ్య గురుదేవుల పాఠశాలలో ధర్మం, సంస్కృతుల అక్షరాలను, వ్యాకరణాన్ని నేర్చుకున్నవారే. వారిలో ప్రతి ఒక్కరికి గురువుదేవుల భావాల గురించి, ఆలోచనల గురించి తెలుసు. అటువంటి వారు మౌనంగా ఉండడం విచారకరం, వారు ఊరికే కూర్చుని నిరుత్సాహకరమైన మాటలు మాట్లాడుతూ, చుట్టు పక్కల వారిని నిరాశ పరుస్తూంటే బాధగా ఉంటుంది. నిరుత్సాహకరమైన మాటలు మనస్సుకి విషం వంటివి, అవి వ్యాపించి వ్యక్తిత్వాన్నే పూర్తిగా విషపూరితం చేస్తాయి. మన కుటుంబసభ్యులలో ఒక్కరికైనా ఇటువంటి వ్యక్తిత్వం ఉంటే అది చుట్టుపక్కల వాతావరణాన్ని కూడా విషపూరితం చేయగలదని అనిపిస్తుంది. ఇటువంటి పరిస్థితిని ఎదుర్కొని, ఇతరులను గట్టెక్కించగల సామర్థ్యం పరివ్రాజమనే పుణ్య పరంపరకే ఉంది. పరివ్రాజమంటే అర్థము ఒక్కటే జ్ఞానాన్ని సంపాదించడం, జ్ఞానాన్ని పంచడం. సద్ జ్ఞానమనే అమృతమున్న చోట అజ్ఞానం, అహంకారం, నిరుత్సాహం అనే విషం నిలవలేదు.

నేటి సంక్షోభ పరిస్థితిలో అగ్రదూతల బాధ్యత పెరుగుతుంది. నవయుగ సందేశాన్ని అందరికీ అందించి, సరియైన దృష్టికోణాన్ని అవలంబించు కోవాలని నొక్కి చెప్పే సమయం ఇదే. పరమపూజ్య గురుదేవుల మహత్తరమైన జన్మశతాబ్ది సంవత్సరంలో పరివ్రాజక అభియానాన్ని పునర్జాగరణ చేయడం ఒక పెద్ద కర్తవ్యం.

నిద్రపోయే వాని భాగ్యం కూడా నిద్ర పోతుందని శాస్త్రకారులు అంటారు. కూర్చున్నవారి భాగ్యం కూర్చునుంటుంది. నడక ప్రారంభించిన వారికి సర్వతోముఖ ప్రగతి మార్గం సిద్ధమైతే. 'ముందుకు సాగండి' అని ప్రాచీన ఋషులు చెప్పినదానికి అర్థం

పర్యాటకులలాగా, దేశదిమ్మరుల్లాగా తిరగడం కాదు, పరివ్రాజకులుగా ముందుకు సాగమని. ఈ సూత్రం శారీరిక, మానసిక ప్రగతితో పాటు అమూల్యమైన సామాజిక ప్రగతికి కూడా దోహదపడుతుంది. వ్యక్తి, సమాజం, సంస్కృతి, సభ్యతల ఉజ్జ్వల భవిష్యత్తు పూర్తిగా ఈ ధర్మప్రయాణంలోనే ఇమిడి ఉన్నది. పరిపక్వ వ్యక్తిత్వం కల ప్రజాసేవకులు ఈ పరివ్రాజక పరంపర నుండే వెలికివస్తారు. ఈ సంపద, సమృద్ధి వల్లనే పూర్వం చాలా కాలం వరకు భారతదేశం దేవోపమ స్థానంలో నిలిచింది. ఈ పరివ్రాజకులే భారతదేశాన్ని స్వర్ణభూమిగా, స్వర్ణభూమిగా మార్చారు. తమ సుస్థిర వరాలతో ప్రపంచాన్నంతటినీ కృతకృత్యులను చేసారు.

నేటి పరిస్థితులకు కూడా ఈ పరివ్రాజక పరంపరే ఆధారంగా నిలవవలసి ఉన్నది. వెలుగుతున్న దీపమే మరో దీపాన్ని వెలిగిస్తుంది. వ్యక్తిత్వం ఉన్నవారేగా చక్కని వ్యక్తిత్వాలను తయారు చేయగలిగేది. పరివ్రాజకత్వ పుణ్య పరంపర ప్రవహిస్తూ ఉంటేనే పూర్వపు వైభవం మళ్ళీ సంతరించుకుంటుంది. యుగ నిర్మాణ యోజన ద్వారా మన పరిజనులు కన్న కలలు సాకారమవుతాయి.

శ్రద్ధాకువులు, నిష్ఠావంతులు, ప్రాణవంతులైన పరిజను లందరికీ ఇదే మా ఆహ్వానం. ఈ ఆహ్వానం నిరర్థకం కాదని ఆశిస్తున్నాం. త్వరలో నిర్వహించబోయే పరివ్రాజక ప్రశిక్షణ కార్యక్రమాన్ని విజయవంతం చేయడానికి వేల లక్షల సంఖ్యలో యుగశిల్పిలు పాల్గొంటారని అంచన. చాలా పెద్ద సంఖ్యలో జాగృత, సక్రియ, తేజోవంతుల, ప్రతిభావంతుల, శ్రద్ధాకువుల భక్తిశ్రద్ధలు యుగదైవానికి అందబోతున్నాయి. ఇక్కడ అందరికీ ఒకే పని అప్పజెప్పబడుతుంది, నూతన సృష్టికి కావలసిన జ్ఞానాన్ని అర్జించడానికి, దాన్ని పంచడానికి ప్రజలను కలవాలి. అందు కోసం విస్తారంగా పర్యటించాలి. మన దేశంలోనే కాదు, విదేశాల్లో కూడా ఇది అవసరం. అప్పుడే యుగపరివర్తన అనే గొప్ప ఉద్దేశం నెరవేరడానికి యుగ చైతన్యాన్ని జాగృతపరచవచ్చు.

1) ఆత్మ సాధన, 2) జ్ఞాన సంచయం, 3) సేవ శిక్షణ. ఈ మూడింటినీ సమన్వయపరచి ఒక పాఠ్యక్రమం రూపొంది స్తున్నారు. దీన్ని దేవ సంస్కృతి విశ్వవిద్యాలయంలో కూడా పూర్తి చేయవచ్చు. దీని కోసమే ప్రత్యేకంగా అక్కడ విజ్ఞాన విభాగాన్ని స్థాపించారు. ఈ పాఠ్యక్రమంలో ప్రశిక్షితులయ్యే (trained) పరివ్రాజకులను అవసరాన్ని బట్టి అవసరమైనచోట యుగ చైతన్యం జాగృత పరచడానికి పంపిస్తూ ఉండడం జరుగుతుంది.

నిరాశావాదులు, అసూయపరులు పుకార్లను సృష్టిస్తారు

ఇప్పటి వరకు మనకున్న శక్తిపీఠాల్లో అంతా బాగా జరుగుతున్నప్పటికీ ఒక్క విషయంలో లోటు కనిపిస్తుంది. అక్కడ వాతావరణాన్ని కుదిపేయగల, జాగృతపరచగల ప్రాణవంతులైన పరివ్రాజకులు లేరు. అక్కడే ఉండి, నిష్ఠతో, సేవాభావనతో ఆ క్షేత్రాన్ని తీర్థస్థాయికి తీసుకురాగల పరివ్రాజకులు చాలా తక్కువ మంది ఉన్నారు. ఈ పరివ్రాజక ప్రశిక్షణ నిర్విఘ్నంగా పూర్తయ్యాక కేంద్ర మరియు స్థానిక పరిజనుల ద్వారా ప్రతి గాయత్రీ తీర్థంలో ఐదుగురు పరివ్రాజకులను నియమించడం వీలవుతుంది. వారే ఆ క్షేత్రానికి సంబంధించిన స్థలాలన్నిటికీ వెళ్ళి జ్ఞానాన్ని పంచగలరు. పరివ్రాజక అభియానం, గాయత్రీ తీర్థం రెండూ ఒక దానికొకటి పూరకాలు. పంచ తత్త్వాలతో నిర్మించబడ్డ శరీరం, అందులోని కార్యకలాపాలకు సాగే జీవన సంచారంవలె ఈ ఐదుగురు పరివ్రాజకులు గాయత్రీ శక్తిపీఠానికి పంచప్రాణాలుగా రూపొందగలరు.

ఎంతో ఉత్సాహంతో పరమపూజ్య గురుదేవులు స్థాపించిన గాయత్రీ శక్తి పీఠాలకు ఆధారం ఈ పరివ్రాజకులు, వారిచే నడిచే పరివ్రాజకత్వం. ఈ దేవమానవులు తమ దైవ ప్రయాసలతో ఈ దేవ సంస్థానాలను నడిపిస్తారని మా విశ్వాసం. దేవాలయాల మీద తగ్గుతున్న శ్రద్ధకు అనకట్ట వేసి, దేవాలయాల ఉపయోగాన్ని మరచిన వారిని సింహావలోకనం చేసుకోవడానికి వివశులను చేయగల అసాధారణ సామర్థ్యం గాయత్రీ శక్తిపీఠాలకు ఉన్నది. ఇవన్నీ వాటంతటవే జరగవు. ఈ పనులు శక్తిపీఠ భవంతులు చేయవు. ప్రాణవంతులైన పరివ్రాజకులు మాత్రమే ఈ పని చేయగలరు.

శక్తిపీఠాలు నిర్మించడానికి కావలసిన ధనము, అవసరమైయ్యే ఉదార శ్రమదానం వాటి భూమికను సక్రమంగా నిర్వహించాయి. ఇప్పుడు ఈ ధర్మ సంస్థానాలలో జీవం ఉట్టిపడేడట్టు చేసి, వాటి పట్ల సాధారణ ప్రజానీకం యొక్క శ్రద్ధను జాగృతపరచి, వీటి ప్రయోజనాన్ని మేధావి (intellectuals) వర్గం ద్వారా స్వీకరింప జేయడానికి అవసరమైన ఉత్కృష్ట కార్యకలాపాల బాధ్యత పరివ్రాజకులే తీసుకోగలరు. పూర్వం గురుకులాలు, ఆరణ్యకాల ద్వారా జరిగిన జ్ఞాన సంచయం, జ్ఞాన వితరణ నేడు మన పరివ్రాజకులు చేయాలి. పరివ్రాజకత్వం పర్యటన కాదు. ప్రజల్లో ధర్మ చైతన్యాన్ని కలిగించడానికి, జీవించేకళను నేర్పించడానికి, జీవితంలోని ముఖ్య శక్తులను నిర్వహించుకుని, సద్వినియోగ పరుచుకునే విధంగా శిక్షణ ప్రణాళికను రూపొందించడం జరిగింది. ఈ యుగ సాధనలో వారు తపస్వీ భావంతో నిష్ఠతో ఉంటారని ఆశిస్తున్నాం. ఈ పనుల్లోనే చిత్తాన్ని లగ్నం చేసిన పరివ్రాజకులు వారి చక్కటి వ్యక్తిత్వంతో, నమ్రతతో, సౌమ్య వ్యవహారంతో అసంఖ్యాకులను తమ స్నేహ బంధాల్లో

చేర్చుకుంటారని, వారి చేత మానవీయ గౌరవాన్ని పెంపొందించే దృష్టికోణాన్ని అవలంబింపజేస్తారని విశ్వసిస్తున్నాం.

ఇది చదువుతున్న పరిజనులు పరివ్రాజక ధర్మం ఒక కఠిన తపస్సు అని తెలుసుకోవాలి. తీర్థాల సేవను స్వచ్ఛమైన తపస్సు అంటారు. ఆత్మ కళ్యాణం, లోక కళ్యాణంతో పరిపూర్ణమైనది ఈ తపో సాధన. ఇందులో ఆత్మ సంతోషము, ఈశ్వరీయ అనుగ్రహం, ఈ రెండూ సమానంగా ఉంటాయి. ఈ యుగంలోని సర్వోత్తమ, సర్వోత్కృష్ట సాధనగా దీన్ని పేర్కొనవచ్చు. ఇంటి పనుల నుండి తీరిక దొరికినవారికి, లోభ మోహాల బంధాలు వదుల్చుకున్న వారికి ఈ పరమార్థ ద్వారం తెరిచి ఉన్నది. బౌద్ధ కాలంలోని పరివ్రాజకత్వం కూడా ఇలాగే ఉండేది.

భారతీయ సంస్కృతిని ఎలుగెత్తిచాటిన స్వామి వివేకానందుడు కూడా పరివ్రాజకునిగానే తమ ధర్మ జీవితాన్ని ప్రారంభించాడు. భారతదేశంలో అడుగడుగునా సంచరించారు. భారతదేశం, భారతీయత యొక్క సర్వతోముఖ ప్రగతికి ఆధారం పరివ్రాజకత్వమే అని చెప్పారు. ఎందుకంటే వీరే జీవితం యొక్క తత్త్వదర్శనాన్ని సరిగ్గా అర్థం చేసుకోగలరు, ఇతరులకు తెలుపగలరు.

మహాత్మాగాంధీగారు రాజకీయాల్లో ప్రవేశించే ముందు ఆయనకు గోపాల్ కృష్ణ గోఖలే గారు ఒక సందేశాన్నిచ్చారు. నీవు నిజంగా భరతమాత సేవ చేయాలనుకుంటే పరివ్రాజకునివలె దేశమంతటా పర్యటించు. ఆయన అలాగే చేసారు. దీనివల్ల వారు పొందిన జ్ఞానం, ప్రేరణ, అనుభవం ఆయన్ని మహాత్ముడిని, జాతిపితను చేసింది. అందుకే పరమపూజ్య గురుదేవులు కూడా మిషన్ ను స్థాపిస్తూనే తమ పరివ్రాజక క్రమాన్ని మొదలుపెట్టారు. దేశంలోని ప్రతి చోటికీ వెళ్ళారు. అక్కడ వారి కష్ట సుఖాలు పంచుకున్నారు. గొప్ప పేద తేడా లేకుండా అందరినీ ఆదరించారు. మిషన్ యొక్క సంరచన, స్వరూపాల వికాసం వారి పరివ్రాజకత్వం ద్వారానే సాధ్యపడింది.

ఇప్పుడు మన వంతు వచ్చింది. నేడు మిషన్, దేశం, దేశ సంస్కృతి తమ ఉద్ధరణ కోసం పరివ్రాజకుల కొరకు చూస్తున్నాయి. ఇలాంటప్పుడు మనం అడుగు ముందుకు వేసి తీరాలి. పరివ్రాజ ప్రశిక్షణను విజయవంతం చేసి ఈ పరంపర ద్వారా ధర్మం, సంస్కృతి పునరుద్ధరింపబడడం ఖాయం. ఈ అవకాశాన్ని, సమయాన్ని చేజూర్చుకోకుండా ఈ పుణ్యప్రదమైన, గౌరవప్రదమైన బాధ్యతను నెరవేర్చడానికి అడుగు ముందుకు వేయండి. మనం వేసే ఈ అడుగే మనిషిని ఉజ్జ్వల భవిష్యత్తుకు మరింత దగ్గరగా చేరుస్తుంది.

- అఖండజ్యోతి, ఆగస్టు 2012
అనువాదం: శ్రీమతి జయలక్ష్మి

మన గురించి మనం గమనించినంతగా అవతల వారు గమనించరు



హోమియో వైద్య సేవ

జుట్టు రాలడాన్ని నిరోధించేదెలా? - హోమియో చికిత్స

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

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

కారణాలు

వయస్సు : వయసుపైబడుతున్న కొద్దీ కేశమూలాలు కుంచించుకు పోతాయి. కొత్త వెంట్రుకల ఉత్పత్తి ఆగిపోతుంది. ఇది వంశ పారంపర్యంగా ఒక్కో కుటుంబంలో ఒక్కో రకంగా ఉంటుంది.

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

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

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

మందుల ప్రభావం : గౌట్, అధిక రక్తపోటు, గుండె, నాడి సమస్యలకు వాడే మందుల ప్రభావం జుట్టుపై ఎక్కువగా ఉంటుంది. అధిక మొత్తంలో ఎ-విటమిన్ తీసుకోవడం వల్ల, గర్భ నిరోధక మాత్రలు, యాంటీ డిప్రెషన్ మందుల కారణంగా కూడా జుట్టు రాలవచ్చు.

ఇన్ ఫెక్షన్లు : తలలో ఫంగల్ ఇన్ ఫెక్షన్ల కారణంగా శిరోజాలు రాలిపోయే అవకాశం ఉంది.

మానసిక ఒత్తిడి : శారీరక, 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.

డయాబెటిస్ ను 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. జన్మలోపాలను, హార్మోన్ల సమస్యలను తగ్గించడంలో హోమియో మందులు చక్కగా ఉపకరిస్తాయి. ఈ సమస్యను నివారించడానికి చక్కని మార్గాలున్నాయి.

- హెయిర్ డైలను, కృత్రిమ రంగులను జుట్టుకు ఉపయోగించ కూడదు. కృత్రిమ రంగులు వాడటం వల్ల అందులో ఉండే రసాయనాలు శిరోజాలను బలహీనపరుస్తాయి.
- వారంలో ఒకటి, రెండుసార్లు షాంపూతో తలస్నానం చేయాలి. తరువాత తడిలేకుండా శుభ్రంగా తుడుచుకోవాలి. షాంపూలు తరుచుగా మార్చడం మంచిది కాదు. ఎప్పుడూ ఒకే బ్రాండ్ షాంపూ ఉపయోగించాలి.
- పోషకాహారం తీసుకోవాలి. రోజువారీ ఆహారంలో ఆకు కూరలు, పండ్లు ఉండేలా చూసుకోవాలి. జుత్తు బలంగా ఉండాలంటే కాల్షియం, ఐరన్ ప్రొటీన్లు సమంగా అందాలి.
- తగినంత నిద్ర ఉండేలా చూసుకోవడమూ అవసరమే. మానసిక ఒత్తిడి, ఆందోళన లేకుండా చూసుకోవాలి.
- తలలో ఇన్ ఫెక్షన్లు ఉన్నట్లయితే వెంటనే చికిత్స తీసుకోవాలి.
- శారీరకంగా, మానసికంగా ఆరోగ్యం ఉంటేనే శిరోజాలు బాగుంటాయనే విషయం గుర్తుపెట్టుకోవాలి.

సలహాల కొరకు సంప్రదించవచ్చిన చిరునామా

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

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

మన లోపాల మీద కాక సామర్థ్యం మీద దృష్టి కేంద్రీకరించాలి



సుభాషితాలలో సుధారస బిందువులు - 11

కుండలు తయారుచేసే కుమ్మరి, మట్టిని ముద్దగా చేసి సారె (చక్రం) పై త్రిప్పుతూ, కర్రతో కొడుతూ ఉంటాడు. ఇది కేవలం కుండలు తయారు చేయడం కొరకు మాత్రమే. అలాగే బ్రహ్మదేవుడు కూడా మనస్సునే ముద్దను కాలచక్రంపై త్రిప్పుతూ ('చింత' అశ అనే ఆలోచనా పరిధికి పరిమితం చేసి) మనుష్యుల జీవితాలను త్రిప్పుతూ ఉంటాడు. కానీ దీనివల్ల ఏం ప్రయోజనం? ఎవరికి ఏ లాభమొస్తుందో అర్థం కాదు. ఇదే దైవలీల. ఇది మానవ మేధస్సుకు అంతు పట్టని అందని వింత ప్రశ్న. దీనినే భర్తృహరి ఇలా వివరించారు.

**ప్రియసఖ విపద్దణ్ణాఘాత ప్రపాత పరమ్పరా
పరిచయ బలే చింతా చక్రే నిధాయ విధిః ఖలః ।
మృదమివ బలాత్పిణ్డీకృత్య ప్రగల్భ కులాలవ
ద్రుమయతి మనో, నో జానీమః కిమత్ర విధాస్యతి ॥**

ఎన్ని ఆపదలు నృష్టించి, ఎటువంటి ఆటంకాలు కలిగించినా, మహనీయుల స్థిరచిత్తం ఎటువంటి ఆటుపోట్లకు వెరవదు. ప్రకృతి ఎన్ని పరీక్షలు పెట్టినా మహనీయులకు దైవబలం తోడు ఉంటుంది. ఆ బలం ముందు విధి కూడా తలవంచక తప్పదు. అందుకే దైవబలం కొరకు సమాజహిత కార్యక్రమాలు నిర్వహించాలన్న హితవును భర్తృహరి ఇలా వివరించారు.

**విరమ విరమాయాపాద స్మాద్ధుర ధ్యవసాయతో
విపది మహతాం ధైర్య ధ్వంసం యదీక్షిత మీహసే ।
అయి జడవిధే, కల్పాపాయేఽప్యపేతనిజక్రమాః
కులశిఖరిణః క్షుద్రావైతే నవాజలరాశయః ॥**

ఆపదలు, పరీక్షలు ఎంత చెలరేగినా, మహనీయుల స్థిర సంకల్పం ముందు తలవంచవలసిందే. సముద్రాలు, ఎంత ఎగిసి పడినా తమ పరిధిని దాటిరాలేనట్లే, గొప్పవారి దైవబలం ముందు, ఈ ఆటంకాలు తాత్కాలికమే. ఎవరు ఎంత తీవ్ర ప్రయత్నం చేసినా, వారి లలాటం (నుదురు) పై ఎంత వ్రాసి ఉంటే, అంతే సాధ్యమవుతుంది. దైవబలం ఎలా ఉంటే వారికి అటువంటి ఫలితమే కలుగుతుంది. ఎంత పెద్ద వర్షం కురిసినా, చాతకపక్షి నోటిలో రెండు, మూడు బిందువుల కంటే ఎక్కువ పడవు. అది ఆ పక్షికి దేవుడు నిర్ణయించిన ఫలం. అది ఎన్నిసార్లు, ఎన్ని

రకాలుగా ప్రయత్నించినా, అంతకు మించి ఫలము లభించదు.

**దైవేన ప్రభుణా స్వయం జగతి యద్యస్య ప్రమాణీకృతం
తత్తస్యోపనమేన్మవాగపి మహాన్మైవాశ్రయః కారణమ్ ।
సర్వాశాపరి పూరకే జలధరే వర్షత్యపి ప్రత్యహం
సూక్ష్మా ఏవ పతన్తి చాతక ముఖేద్విత్తాః పయోబిన్దవః ॥**

కేవలం దైవబలం పైనే ఆధారపడక మానవశక్తి (కర్మఫలం) పై ఆధారపడడమే కర్మయోగుల నైజం. ఇటువంటి కర్మయోగుల నిలయమైన మన భారతదేశం 'కర్మభూమి' గా ప్రసిద్ధి చెందినది. 'కర్మణ్యేవాధికారస్తే' అన్న భగవద్గీత శ్లోకం మన కర్మ సిద్ధాంతానికి అద్దం పడుతోంది.

**బ్రహ్మయేన కులాల వన్నియమితో బ్రహ్మాండ భాండోదరే
విష్ణుర్యేన దశావతార గహనే క్షిప్తో మహా సంకటే ।
రుద్రో యేన కపాల పాణిపుటకే భిక్షాటనం సేవతే
సూర్యో బ్రాహ్మణి నిత్యమేవగగనే తస్మై నమః కర్మణే ॥**

త్రిమూర్తులు ఎంతటి మహనీయులైనా, కర్మ సిద్ధాంతం ప్రకారం బ్రహ్మదేవుడు సృష్టి కర్తగా కుండలు చేసే కుమ్మరివలే మనుష్యుల జీవితాలను, వారి అదృష్టాలను నిర్వహించే కర్మయోగిగా మారాడు. లోకరక్షణ బాధ్యతను స్వీకరించిన విష్ణువు దశావతారాలను ధరించి రాక్షస సంహారానికి ప్రతిన పూనాడు. కర్మయోగిగా శివుడు ముక్తి భిక్షను కోరే కపాలధారి అయ్యాడు. ఇదే కర్మ సిద్ధాంతం. ఎంతటి మహనీయులైన, 'కర్మ' కు అందరూ బాధ్యులే. ప్రతి కర్మను నిష్కామ కర్మగా, బాధ్యతగా ఆచరించినప్పుడే దానికి తగిన పరిపూర్ణత కలుగుతుంది. అట్టి కర్మఫలం శత్రువులను మిత్రులుగా, మూర్ఖులను విద్వాంసులుగా, విషం కూడా అమృతంగా మారుస్తుంది. పరమ శివుని నిష్కామకర్మఫలమే గరళాన్ని అవలీలగా కంఠంలో దాచుకునే శక్తిని, రాక్షసులలో కూడా భక్తిని పరికించి వరాలను ఇచ్చే విశాల హృదయాన్ని, తన, పర అన్న భేదం (దేవతలు- రాక్షసులు అన్న వివక్ష లేకుండా) లేకుండా అందరికి వరాలు ఇచ్చే అమృతవరదాతగా మార్చింది. ఇదే భావాన్ని భర్తృహరి ఇలా వివరించారు.

**యాసాధూంశ్చఖలాన్ కరోతి,
బిదుషోమూర్ఖాన్, హితాన్ ద్వేషిణః**

సామర్థ్యం ఉంటే సరిపోదు కృషి కూడా తోడవ్వాలి

ప్రత్యక్షం కురుతే పరోక్ష మమృతం
హోలాహలం తత్ క్షణాత్ ।

తామారాధయ సత్కియాం భగవతీం
భోక్తుం ఫలం వాంఛితం
హేసాధో, వ్యసనైర్గుణేషు విపులే
ష్వాస్థాం వృధా మాకృధాః ॥

కర్మభూమి వంటి భారతదేశంలో జన్మించిన మనం కర్మ ను (ఫలితాన్ని ఆశించక, పనిని బాధ్యతగా భావించి చేసే కర్మవ్యం) సక్రమంగా ఆచరించి, మానవజన్మకు సార్థకతను, మాతృదేశభక్తికి పరిపూర్ణతను సాధించగలగాలి. అప్పుడే మనది కర్మభూమి, పుణ్య భూమిగా సార్థక్యం చెందుతుంది. తపోనిష్ఠ లేని కర్మ అర్థరహితం గాను, పరమార్థ రహితంగా ఉంటుంది. అంటే వృధాగా, కాలాయాపన కొరకు చేసే యత్నంలా జిల్లెడు దూదికోసం, పొలాలను బంగారు నాగళ్ళతో దున్నిన పొలంలో జిల్లెడు విత్తనాలు నాటడం, తెలగపిండి కోసం రత్నాలతో పొదిగిన కుండలో, చందన చెక్కలతో కూడిన పొయ్యిపై వండించడం వంటి అర్థరహిత ప్రయత్నాలవలే ఉంటుంది. కావున ధర్మరక్షణ కొరకు నిష్కామ కర్మను చేపట్టి, విశ్వశాంతి కొరకు ప్రతి భారతీయుడు కృషి చేయవలెనన్న బోధను భర్తృహరి ఇలా వివరించారు.

స్థాన్యాం వైదుర్యమయ్యాం పచతి
తీలఖలం చాన్తనైరిన్ధ నౌఘైః
సౌవర్యైః గాంగజలగ్రై ర్వివిఖతి
వసుధా మర్మతూల స్యహేతోః ।
భిత్వా కర్పూరఖండాన్ వృతి
మహికురుతే కో ద్రవాణాం సమంతాత్
ప్రాప్యేమాం కర్మభూమిం న భజతి
మనుజయస్త పో మన్థ భాగ్యః ॥

ఇటువంటి కర్మయోగ ఫలాన్ని అందించే ఎన్నో అమృత తుల్య శ్లోకాలను అందించిన భర్తృహరి నిత్యస్మరణీయుడు. ఈ శ్లోకాల అర్థాలను సరియైన అవగాహనతో ఆచరించినప్పుడే సార్థకత లభిస్తుంది.

వచ్చే సంచిక నుండి బద్దెన కవి రచించిన “సుమతి సూక్తం” శీర్షిక ద్వారా మరెన్నో మంచి విషయాలను తెలుసుకుందాం.

- సాధన నరసింహాచార్య

భద్రపదం - భాద్రపదం

(48వ పేజీ తరువాయి...)

దాడిమీ పత్రం అంటే దానిమ్మ ఆకు. జీర్ణకోశ వ్యాధులను, నోటిపూతను, రక్తగ్రహణి వంటి సమస్యలను తగ్గిస్తుంది.

దేవదారు పత్రం కళ్లకు చలువ చేస్తుంది. మధుమేహ శాంతిని కల్గిస్తుంది.

మరువకపత్రం మెదడుకు చలువ చేస్తుంది. అందుకే దీని తైలాన్ని వాడడం కానీ, స్త్రీలు పుష్పలతోబాటు ధరించడం శ్రేష్టం.

సింధూర పత్రం (వావిలాకు) జూజి ఆకు, గండకీపత్రం, శమీ పత్రం (జమ్మి ఆకు) అశ్వత్థ పత్రం (రావి ఆకు) అర్జున పత్రం (మద్ది ఆకు) అర్కపత్రం (జిల్లెడు ఆకు) వంటి ఆకులతో అర్పించి, 11 రోజుల తర్వాత గ్రామాలలోని నదులలో, బావులలో, చెరువులలో కలవడం వల్ల అన్ని కాలాలలో ఔషధాలుగా ఉపయోగ పడతాయి.

కాబట్టి ఆరోగ్యకరమైన ఈ ఆకులతో పూజించడం అటు ముక్తికి, ఇటు శక్తికి కారణమవుతుంది.

ఋషి పంచమి, ఉండ్రాళ్ళ తదియ, అనంతపద్మనాభ చతుర్దశి వంటి పర్వదినాలలో స్త్రీలు, పురుషులు తమ తమ ఆరోగ్యాలను, సామాజిక సౌభాగ్యాన్ని కాపాడుకునే ప్రతాలు మనకు నిర్దేశించ బడ్డాయి.

గణేశ ఉత్సవాలు జరపడం ద్వారా బాలాగంగాధర తిలక్ జాతీయ ఉద్యమానికి నాందిగా చేసి వర్ణ, వర్ణ విభేదాలకు అతీతంగా ఉత్సవాలను నిర్వహించి స్ఫూర్తిదాయకమయ్యాడు.

వినాయకుని మట్టి విగ్రహాలను నదులలో, చెరువులలో నిమజ్జనం చేయడం ద్వారా నదులలో మట్టి చేరడం వల్ల నీరు ప్రపహించడం వేగం తగ్గి, సముద్రాలలో కలవకపోవడం వల్ల నీటి సమస్య ఉత్పన్నం కాదు. నదులలో పూడిక తీసిన పిమ్మట, తిరిగి మట్టి చేరడం కూడా పుష్టిని కలిగిస్తుంది.

ఇన్ని విధాలుగా ఆరోగ్య భద్రతను కలిగించే భద్రతా మాసమే మన భాద్రపదమాసం.

- సాధన నరసింహాచార్య

గాయత్రి పరివార్ కార్యాలయం, తిరుపతి

ఇ.నెం. 7-53-52, వాసవినగర్, యం.ఆర్.పల్లి

జ్యోతి బేకరిపైన (మొదటి అంతస్తు)

తిరుపతి - 517 502.

ఫోన్: శ్రీ హీరోసింగ్ రాజపురోహిత్ - 93925 06888

శ్రీమతి ముని లక్ష్మమ్మ - 984850 5632

ఏ పనిని నిరాశ దృక్పథంతో మొదలు పెట్టకూడదు

భద్రపథం - భాద్రపథం

భాద్రపథ మాసం అనగానే అందరు శూన్యమాసమని భ్రమిస్తారు. కానీ సమస్త జీవులకు భద్రతను కలిగించే మార్గాన్ని సూచించే మార్గదర్శి. ఈ నెలలో పెళ్ళిళ్ళు, గృహ ప్రవేశాలు వంటి ముహూర్తాలు లేకపోయినా, అన్ని విఘ్నాలను రూపుమాపే వినాయకుని అర్చించే గణేశ చతుర్థి, ఋషి పంచమి, ఉండ్రాళ్ళ తద్ది, అనంతపద్మనాభ జయంతి మహాలయ అమావాస్య వంటి కర్మయోగ ఫలాన్ని అందించే పండుగలు వచ్చేది ఈ నెలలోనే.

ఏ వ్రతానికైనా, పూజకైనా ముందుగా ఆచరించవలసింది గణేశుని పూజ. శ్రీ వైష్ణవులు సైతం విష్ణుకృతుని పూజగా పసుపు వినాయకుణ్ణి చేసి, నిర్విఘ్నంగా వ్రతి పని జరగాలన్న కోరికలతో గణపతి పూజను చేయడం పరిపాటి.

వినాయకుని వ్రతకథలో మనం ఆచరించవలసిన ఎన్నో విషయాలు అగుపిస్తాయి. గజాసురునికి వరాలు ఇచ్చినా శివుడు ఎంతటి కష్టాన్ని ఎదుర్కొన్నాడో (ఆ రాక్షసుని ఉదరంలో బంధించ బడి ఉండడం) తెలుసుకుని, దుష్టులకు అటువంటి వరాలు లేదా ఉపకారాలు చేయరాదన్న లోకహితపు కనపడుతుంది.

పార్వతీదేవి నలుగురిపిండితో వినాయకుణ్ణి చేసి, ప్రాణప్రతిష్ఠ చేయడం, ఆ బాలుడు కర్తవ్యనిష్ఠతో శివుణ్ణి అటాకయించడం అనేవి, క్రమశిక్షణకు, కడు దక్షతలకు ఉదాహరణ. అయితే శివుడు ఆగ్రహించి, శిరచ్ఛేదనం చేసినప్పటికీ, అమ్మ దయ ఉంటే తిరిగి జన్మించడం ఎలా సాధ్యమో తెలుపుతుంది. అంటే క్రమవర్తనం చేసేవారికి దైవానుగ్రహం ఎలా సిద్ధిస్తుందో తెలిపేదే గణేశ జననం.

అలాగే తల్లిదండ్రులనే నమ్మి, తండ్రి ఉపదేశించిన అష్టాక్షరి మంత్రాన్ని అత్యంత విశ్వాసంతో జపిస్తే గణాధిపత్యం సిద్ధిస్తుంది. ఆ కారణంగానే కుమారస్వామి ఎంత వేగంగా వెళ్ళినప్పటికీ, తల్లిదండ్రుల ఆశీస్సులు, నారాయణ మంత్ర మహిమవల్ల సర్వదేవ గణాలకు అధిపతిగా గణేశుడు నిత్యపూజలందుకుంటున్నాడు.

గణేశుని ఆకృతి కూడా మార్గదర్శకంగా ఉంటుంది. “పెద్ద చెవులు” ఉండడానికి కారణం “వినదగునెవ్వరు చెప్పిన” అనే రీతిలో శ్రద్ధగా ఆలకించాలి. ‘చిన్న కళ్ళు’ లోని అంతర్యం నిశిత దృష్టికి నిదర్శనం. ‘పెద్ద ఉదరం’ ఎన్ని క్షిప్త పరిస్థితులనైనా కడుపులో దాచుకుని భక్తులందరినీ ఆదుకునే అర్హత్రణ మూర్తిత్వం. వామన రూపమైనా, త్రివిక్రముని వలే సర్వదేవతలకు అధిపతిగా త్రైలోక పూజలందుకునే ఘనత ఆ పార్వతీ తనయునిదే.

ఇంతటి ఔచిత్యవంతమైన మూర్తిత్వమే గణనాథుని స్ఫూర్తి చరితం.

గణేశ వ్రతంలోని ఏకవింశతి (ఇరవై ఒక్క) పత్ర పూజలోని విశేషాలు తెలుసుకోవాలి.

మాచీ పత్రం కళ్ళకు చలువ చేయడం, దద్దుర్లు, వాతాన్ని తగ్గించడం, తలనొప్పి, వాతాలను తగ్గించే శక్తి ఈ ఆకులో ఉంది. ఈ కషాయం సేవిస్తే (మోతాదు ప్రకారం) కుష్టువ్యాధి సైతం నయమవుతుందని వైద్యశాస్త్రం తెలుపుతోంది.

బృహతీపత్రం వల్ల ఉబ్బసం, దగ్గు, క్షయ వంటి శ్వాసకోశ వ్యాధులు నయమవుతాయి.

బిల్వపత్రం అనగా మారెడు ఆకువల్ల జీర్ణశక్తిని క్రమబద్ధం చేస్తుంది. శివునికి అత్యంత ప్రీతికరమైన ఆకు ఇది.

గరిక ఇది గడ్డిపోచగా అగుపిస్తున్న, ఇది గాయాలను నివారించే ఓషధిగా పనిచేస్తుంది. పసుపు, ఉప్పు, గరికపోచలను కలిపి గాయానికి పూస్తే ఇది రోగనిరోధక (యాంటి సెప్టిక్) శక్తిగా ఉపయోగపడుతుంది.

దుత్తూర పత్రం అనగా ఉమ్మెత్త ఆకు. దీనిపై ఆముదం రాసి దీపపు సెగను కూర్చి వుండుపై వ్రాస్తే వుండు తగ్గిపోవడం ఖాయం.

బదరీ పత్రం అంటే రేగి ఆకు. ఇది జీర్ణకోశ వ్యాధులను నివారిస్తుంది. అరికాళ్ళ మంటలు, తిమ్మిరిని అరికట్టడంలో సహకరించే ఓషధి.

అపామార్గ పత్రం అంటే ఉత్తరేణి ఆకు. దంత సమస్యలను తొలగించేది. ఈ ఆకుతో దంతధావనం చేయడం దంతపుష్టికి తోడ్పడుతుంది.

తులసీ పత్రం ఇది కఫము, క్షేష్ణాలను తొలగించడమే కాక, అన్నివేళల్లో ప్రాణవాయువును ఉత్పత్తిచేసే సంజీవని. మిగిలిన మొక్కలు పగటి సమయంలో మాత్రమే ప్రాణవాయువును ఉత్పత్తి చేస్తూ, రాత్రివేళల్లో కార్బన్ డయాక్సైడ్ ను ఉత్పత్తి చేస్తాయి. అందువల్లనే అన్ని ఇళ్ళలో తులసి మొక్కలు పెంచడం ఆవశ్యం.

మాతపత్రం అంటే మామిడాకు. మంగళప్రదమైన ఆకు. విష వాయువును సైతం తొలగించే శక్తి ఉన్నందునే దీనిని తోరణంగా కట్టడం మన ఆచారంగా మారింది.

కరవీరపత్రం అంటే గన్నేరు ఆకు. కేశాలను ఆరోగ్యంగా ఉంచుతుంది. కంతులను, గడ్డలను పోగొడుతుంది. జంతు విషాన్ని తొలగిస్తుంది.

విష్ణుకాంతపత్రం యొక్క కషాయం పైత్యానికి, వాపులను తగ్గించే మందుగా వాడతారు.

(...మిగిలినది 47వ పేజీలో చూడండి)

టెన్ న్ అనేది మనస్సులో వుట్టిన పురుగులాంటిది



సమైక్యతా స్వాప్నికుడు సర్దార్ పటేల్-2

(గత సంచిక తరువాయి...)

అన్నగారిని లండన్ పంపించి, వదినగారిని తమ ఇంట్లో ఉంచుకుని, తన ప్రయాణాన్ని వాయిదా వేసుకున్న త్యాగశీలి.

అన్నగారు ఇంగ్లండ్ నుండి తిరిగి వచ్చాక, పటేల్ లండన్ వెళ్ళి సతీలతతో, ఎటువంటి తళకుకు బెళుకులకు లొంగిన వ్యక్తిత్వంతో బారిష్టర్ పరీక్ష ఉత్తీర్ణుడయ్యాక, ఇండియాకు తిరిగి వచ్చి, అహ్మదాబాద్ లో లాయర్ గా ప్రాక్టీస్ మొదలు పెట్టాడు.

కర్మనిష్ఠ : వల్లభాయ్ పటేల్ ఒకనాడు ముఖ్యమైన కేసు వాదిస్తున్నారు. అంతలో ఒక టెలిగ్రామ్ అందుకున్నాడు వల్లభాయ్. అందులో సమాచారాన్ని చదివి, దానిని జేబులో పెట్టుకుని, తన వాదనను కొనసాగించి, ఆ కేసును గెలిచి తన కర్తవ్యనిష్ఠను నిరూపించుకున్నాడు. ఇంతకు అది, వల్లభాయ్ భార్య మరణ వార్తను తెలిసిన టెలిగ్రామ్. అయినా చెక్కు చెదరని గుండె నిబ్బరంతో నిజమైన ఉక్కుమనిషిగా చరిత్రలో నిలిచిపోయాడు. అప్పటికి వల్లభాయ్ కు ముప్పైమూడు సంవత్సరాలు. తిరిగి మళ్ళీ వివాహం చేసుకోకుండా, కష్టాలకు కృంగిపోని ధైర్యశాలి పటేల్.

గోద్రాలో జరిగిన రాజకీయ సభకు విచ్చేసిన గాంధీజీతో పరిచయం పటేల్ జీవితంలో మార్పుకు నాంది పలికింది. ఆనాటి నుండి ఆయన వస్త్రధారణ, వేషభాషలలో జాతీయత తొంగి చూసింది.

కుమార్తె మణిబెన్, కుమారుడు దయాబాయ్ లు ఎంత చనువుగా ఉందామనుకున్న పటేల్ గాంధీర్ష్యం ముందు వారిని క్రమశిక్షణకు బద్ధులుగా చేసింది. తండ్రికి సహాయపడుతు, వ్యక్తిగత కార్యదర్శిగా మారిన ఆయన కుమార్తె, ఆయన వృత్తి, ప్రవృత్తులకు ఎటువంటి భంగం వాటిల్లకుండా తోడ్పడింది. గాంధీజీ పటేల్ కుటుంబానికి ఎంతగానో ఆత్మీయులుగా మారారు.

1918లో గుజరాత్, భారీ వర్షాల వల్ల రైతాంగం ఎన్నో చిక్కులలో ఇరుక్కున్నారు. అప్పుడు రైతు పోరాట నాయకత్వ బాధ్యతను స్వీకరించాడు పటేల్. గ్రామ గ్రామానికి తిరిగి రైతుల ఐక్యత కోసం శ్రమించాడు పటేల్. చివరకు బ్రిటీష్ ప్రభుత్వం దిగివచ్చి, రైతులు కట్టవలసిన శిస్తులను రద్దు చేసింది. పటేల్ రైతులపట్ల చూపిన ప్రేమాభిమానులు గాంధీజీని ఎంతగానో ఆకట్టుకునేటట్లు చేసాయి.

1920లో సహాయనిరాకరణ ఉద్యమంలో భాగంగా పటేల్ తనకు ఎంతగానో ఆదాయాన్ని తెచ్చే బారిష్టర్ వృత్తిని త్యజించిన త్యాగశీలి. పిల్లలకు దేశభక్తిని నేర్పే ఉద్దేశ్యంతో గుజరాత్ విద్యాపీఠాన్ని స్థాపించి, వారిలో జాతీయతను నెలకొల్పే యత్నం చేసారు.

1923లో త్రివర్ణ పతాకాన్ని ఎగురవేయరాదన్న బ్రిటీష్ వారి ఆదేశాలను ధైర్యంతో ఎదుర్కొన్న జాతీయవాది మన పటేల్. మూడు సంవత్సరాలు సాగిన ఈ ఉద్యమం చివరకు విజయం సాధించి, పటేల్ పట్ల గౌరవాభిమానాలను మరింత పెంపొందింప చేసింది.

బందిపోట్లను ఎదుర్కొనడానికి ఏర్పర్చిన పోలీస్ వారి ఖర్చును కూడా ప్రజలే భరించాలన్న ఆదేశాన్ని కూడా ధైర్యంగా ఎదుర్కొన్న ప్రజానేత మన పటేల్.

ఈ విధంగా ఎన్నో ప్రజా ఉద్యమాల నేపథ్యంతో ప్రజలకు చేరువైన నిజమైన ప్రజల మనిషి మన పటేల్.

- సాధన నరసింహాచార్య

భగత్ సింగ్

అసెంబ్లీలో బాంబును విసిరిన భగత్ సింగ్ ను అరెస్టు చేశారు. జైలులో భగత్ సింగ్, అతని అనుచరులు కష్టసాధ్యమైన జీవితాన్ని గడుపవలసి వచ్చింది. దానికి వ్యతిరేకంగా నినాదాలిస్తూ ప్రభుత్వం విప్లవవీరుల పట్ల సముచితంగా వ్యవహరించనంతవరకు సమ్మె జరుపుతామని ఆయన ప్రభుత్వానికి తెలియచేశాడు. భగత్ సింగ్ బయట ఉంటే దుష్ట శక్తులతో పోరాడగల యోధుడని, అంతరంగంలోని శక్తులతో పోరాడలేడని ప్రజలు అనుకునేవారు. కాని బయట ఎలా ఉంటే లోపల అలాగే ఉంటుంది. లోపల స్థితికి అనురూపమే బయట స్థితి. రెండు మూడు రోజులు సమ్మె విరమించబడు తుందంటూనే 119 రోజులు గడిచాయి. ప్రజలు ఆందోళన చెందసాగారు. బ్రిటీష్ ప్రభుత్వం అతని ముందు తలవంచక తప్పలేదు. అతని కోర్కెలు నెరవేర్చడానికి ప్రభుత్వం కాళ్ళ బేరానికి వచ్చింది.

- ప్రజ్ఞాపురాణం నుండి

మనం కష్టంలో ఉన్నామనే భావనే మనని ఎక్కువ కష్టపెడుతుంది