

ఓం భూర్భువః స్వః తత్సవితుర్వరేణ్యం భర్గోదేవస్య ధీమహి ధియోయోనః ప్రచోదయాత్



యుగేశక్తి గాయత్రి



ఓం వందే భగవతీం దేవీం శ్రీరామంచ జగద్గురుం
పాదపద్మే తయోః శ్రీత్వా ప్రణమామి ముహుర్ముహుః

ప్రఖర ప్రజ్ఞ

సజల శ్రద్ధ

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

ఓం నమో
డాక్టర్ ప్రణవ్ పండ్యా
సంపాదక మండలి
డాక్టర్ మారెళ్ళ శ్రీరామకృష్ణ
ముక్కామల రత్నాకర్
డి.వి.ఆర్.మూర్తి
సాధన నరసింహాచార్య
శ్రీమతి లక్ష్మీరాజగోపాల్

సంపుటి 17 - సంచిక 11
ఏప్రిల్ 2013
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 వేదమత గాయత్రి ట్రస్టు"
గాయత్రి చేతనా కేంద్రము
హెచ్.పి. రోడ్, మూసాపేట,
అశ్వినీ హౌస్ దగ్గర,
హైదరాబాదు - 500 018.

జ్ఞానం-అజ్ఞానం

జ్ఞానం యొక్క అర్థం ఏమిటంటే వ్యక్తికి తన గురించి తనకు తెలియడం, తన ఆత్మ గురించి తెలియడం, తన చేతనత్వము గురించి తెలియడం. దీనికి వ్యతిరేకమైనది అజ్ఞానం. దీనిలో వ్యక్తి తన గురించి తాను తెలుసుకోలేని స్థితిలో ఉంటాడు. జ్ఞానం మరియు అజ్ఞానమునకు గల ఈ వివరణలు బహుశా ప్రజలకు తెలియకపోవచ్చు. సామాన్యంగా వ్యక్తి చదువుకుని ఉంటే జ్ఞాని అని, నిరక్షరాస్యులను అజ్ఞానులని అనుకుంటుంటారు. కానీ ఇది నిజం కాదు. ప్రాపంచిక వార్త-విశేషాల యొక్క ఎరుక వ్యక్తిని జ్ఞానిగా చేయదు.

జ్ఞానం కొరకు తన లోపల జ్యోతి వెలగాలి, ఆత్మ యొక్క వెలుగు కనిపించాలి. బాహ్య ప్రపంచం నుండి ఎన్ని విషయాలు గ్రహించినా, ఇంటర్నెట్లో ఎన్ని వెబ్సైట్స్ చూస్తున్నా అజ్ఞానం పోవట్లేదు. పుస్తకాలను చదవడం వలన పండితుడు కావచ్చు కానీ ప్రజ్ఞావంతుడు కాలేదు. ఇలాంటి జ్ఞానం వలన ఎన్నో విషయాలను తెలుసుకోవచ్చు, కానీ నిజమైన జ్ఞానం యొక్క అనుభవం కలుగదు. ప్రాపంచిక జ్ఞానముతో ఇతరులను మభ్యపెట్టవచ్చు, తనను తాను మోసగించుకోవచ్చు. కానీ ఈ జ్ఞానముతో పరమాత్మ యొక్క ప్రకాశం లభిస్తుంది. స్వప్నం చూడటానికి ఏమీ అక్కరలేదు, కేవలం నిద్రపోతే చాలు. నిద్రపోయిన తరువాత కల మొదలవుతుంది. అంతే స్వప్నంలో పెద్ద నాయకుడు కావచ్చు, నిర్దేశకుడు కావచ్చు, కథలు వ్రాసేవాడు కావచ్చు, గాయకుడు కావచ్చు. ఇవన్నీ తనకు తానే తయారు చేసుకుంటున్నాడు. కానీ మెలకువ వస్తే స్వప్నంలో జరిగే అన్ని రకాల ఆటలు ఆగిపోతాయి. అజ్ఞానమనే నిద్ర కూడా ఇలాంటిదే. నువ్వెవరో నీకు తెలియనంతవరకు ఈ ప్రపంచం అనే స్వప్నం నడుస్తూ ఉంటుంది. నీ చేతనత్వము గురించి నీకు తెలిసినట్లయితే ఈ ప్రపంచం ఇలా ఉండదు. అప్పుడు జీవితము యొక్క క్షణ క్షణములో, ప్రపంచం యొక్క కణ కణములో తన ఆత్మ చేతనత్వము యొక్క వ్యాపకతే పరమేశ్వరుని ప్రకాశంలా ప్రకాశించడం చూడగలుగుతారు.

- అనువాదం: వి. అమూల్య

పత్రిక అందనివారు మరియు పత్రికకు సూచనలు, సలహాలు ఇవ్వదలచినవారు ఈ క్రింది సంఖ్యలను సంప్రదించగలరు.
ఫోన్ : 040-23700722, 994911175, 94407 69798

సమస్యల వలయంలో చిక్కుకున్నప్పుడు మనిషి నిబ్బరంగా ఉండాలి

విషయ సూచిక

1. సంపాదకీయం : జ్ఞానం - అజ్ఞానం	1
2. విషయసూచిక-సద్గురు వచనామృతం : బ్రహ్మ సర్వవ్యాపి	2
3. వేదమంత్రం : జ్ఞానదానం	3
4. గాయత్రీ విద్య - 31 : స్వర యోగం-1	4
5. గాయత్రీ చిత్రావళి - 10 : సద్గుణముల వరదానము	7
6. పరమపూజ్య గురుదేవుల సుదీర్ఘయాత్ర - 10 : భాగవత భూమికి యాత్ర-3	8
7. యుగనిర్మాణ యోజన : మహాకాలుని గీత-సత్యంకల్పాలు - 4	12
8. స్వస్వరూప జ్ఞానం : నేను ఏమిటి?-3	14
9. మస్తిష్కమే కల్పవృక్షం - 6 : మనస్విత (मनस्वित) యొక్క చమత్కారం	17
10. వాస్తు విజ్ఞానం : వంట ఇల్లు	18
11. ఆదిశక్తి యొక్క లీలా కథలు - 34 : మార్గదర్శనం యొక్క సుయోగమును ప్రాప్తింపజేస్తుంది	22
12. మనం - మన ఆరోగ్యం : చిరునవ్వు చాలు	25
13. కరోపనిషత్తు-3 : ప్రథమ అధ్యాయం-ప్రథమ వల్లీ	26
14. బోధకథ : అపకారికి ఉపకారం	30
15. మీరు కూడా పదే పదే కనురెప్పలను కొడుతుంటారా?	32
16. ఉగాది ప్రత్యేకం : ఆత్మోన్నతికి, అభీష్టసిద్ధికి అద్భుత అవకాశం	34
17. పూజ్య గురుదేవుల అమృతవాణి : ఆధ్యాత్మికత యొక్క సరియైన రూపమును తిరిగి జాగృతం చేయాలి-1	36
18. నా వారితో నా మాట : వయం రాష్ట్రే జాగృయామః పురోహితాః	41
19. ఆరోగ్యమే మహాభాగ్యం-28 : హోమియో వైద్య సేవ	43
20. ధారావాహిక ప్రజ్ఞోపనిషద్ - ఆరవ అధ్యాయం (మొదటి ప్రకరణం): సత్సాహస-సంఘర్షణ ప్రకరణం	45
21. సుమతీ సూక్తం - 6	46
22. సమాజసేవలో నిమగ్నమైన మన శ్రీహంస రామ ఆశ్రమం	47
23. వార్తలు : రాష్ట్రంలో జరిగిన వివిధ కార్యక్రమాలు	48

సద్గురు వచనామృతం

బ్రహ్మ సర్వవ్యాపి



బ్రహ్మ పదార్థానికి ఆదీ లేదు, అంతము లేదు. అది అఖండమైనది. దానిని ముక్కలు చేయలేము. ఈ పృథ్విపై ఉన్న ప్రతి వస్తువు వెనుకా ఉన్న పథకం ఈ బ్రహ్మ పదార్థంతో నిండి ఉన్నది. అనంత బ్రహ్మాండం కూడా దీనివల్లనే ప్రకాశిస్తోంది. విశ్వంలోని సమస్త వస్తువులలో, ప్రతి పదార్థంలో ఇది వ్యాపించి ఉన్నప్పటికీ, దీని పూర్ణత్వానికి ఎలాంటి లోపం ఉండదు. ఎందుకంటే అది నిత్య పరిపూర్ణం; పూర్ణత్వం దాని స్వభావం, దాని నైజం.

బ్రహ్మ పూర్ణత్వం కన్నా పరిపూర్ణం. కనుక ఏ వస్తువులో ఈ పూర్ణ బ్రహ్మ ప్రవేశించి ఉంటుందో, ఆ వస్తువు కూడా పూర్ణంగానే ఉంటుంది. కేవలం చైతన్యం ఉన్న పదార్థాలలోనే కాక ఇది జడపదార్థాలలో కూడా నిండి ఉన్నది. కనుక జడచేతనములు రెండింటిలోనూ దాని పూర్ణత్వాన్ని సాక్షాత్కరించుకోవాలి. కాని, మన ఈ స్థూల నేత్రాలతో ఈ భూమండలం మూలమూలాల వెదకినా బ్రహ్మపదార్థ దర్శనం లభించదు. స్వర్గపు పవిత్ర తేజోవలయం నుండి మన స్థూలనేత్రాలు ప్రకాశాన్ని పొందిననాడు మాయ అనే అంధకారం నుండి అవి బయటపడతాయి. జ్ఞానసూర్యుని ప్రకాశంవల్ల మన మనసులోని శంకలు, భ్రమలు దూరమయిననాడు మనం ధన్యులమవుతాము, కృతార్థులం అవుతాము.

- అఖండజ్యోతి, అక్టోబరు 1949
అనువాదం: సత్యనారాయణ గుప్తా

పండుగలు

ఏప్రిల్ 2013

11-04-2013 ఉగాది

19-04-2013 శ్రీరామనవమి

24-04-2013 మహావీర్ జయంతి

మే 2013

15-05-2013 ఆది శంకరాచార్య జయంతి

25-05-2013 బుద్ధపూర్ణిమ

రోజులో ఒకసారి అయినా నవ్వుకపోతే ఆ రోజు వృధాయే

వేద మంత్రం
జ్ఞానదానం

న తా నశంతి న దభాతి తస్మరో
నాసామామిత్రో వ్యధిరా దధర్షతి ।
దేవాంశ్చ యాభిర్యజతే దదాతి చ
జ్యోగితాభిః సచతే గోపతిః సహ ॥

(ఋగ్వేద 6/28/3, అధర్వవేద 4/21/3)

భావార్థం : ప్రపంచంలో సర్వ శ్రేష్ఠమైన దానం జ్ఞానదానం. ఎందుకంటే దొంగలు దీనిని దోచుకోలేరు. ఎవరూ దీనిని నాశనం చేయలేరు. ఇది నిరంతరం పెరుగుతూ ఉంటుంది. లక్షలాది మందికి స్థిరమైన సుఖాన్ని ఇస్తుంది.

సందేశం : ప్రపంచంలో వివేకవంతులు ఎంతమంది ఉంటారో, అవివేకులు అంతకంటే ఎక్కువమంది ఉంటారు. పరమాత్మ మనుష్యునికి ఎంత గొప్ప ముస్తిష్కమిచ్చాడంటే అది చక్కగా ఆలోచించగలుగుతుంది. ఆలోచనల విమర్శ చేయగలుగుతుంది. నేటి కంప్యూటర్ను అదే రూపొందించింది. అనేకానేక అవిష్కారాల ద్వారా సుఖ సౌకర్యాలను ఇచ్చింది. అగటమనేది దానికి తెలియదు. కానీ జ్ఞాన సదుపయోగమనేది వివేకబుద్ధి కలిగిన ఏ కొద్దిమంది వల్లనే జరుగుతుంది. ఎక్కువమంది వివేకహీనులు, కొద్దిపాటి వివేకమున్నా శీలములేక, సోమరితనము, అజాగ్రత్త, దురాలోచనలు, మొండితనం వలన పూర్తిగా పతనమైపోతున్నారు.

విద్వాంసుల కర్తవ్యమేమంటే అజ్ఞానాంధకారంలో దారి తప్పి తిరిగే సమాజానికి జ్ఞానప్రకాశంతో సరియైన మార్గాన్ని చూపించాలి. ఎవరికైనా డబ్బు, బట్టలు, తినటానికి, త్రాగటానికి సహాయం చేయుట మంచిదే, కానీ దాని ప్రభావం తాత్కాలికం. జ్ఞానదానం సర్వశ్రేష్ఠమైన దానం. దీనివలన మనుష్యునకు సరియైన దారి దొరుకుతుంది, పురుషార్థముతో ఆత్మోన్నతికి ప్రేరణ లభిస్తుంది. ఇది ఎటువంటి స్థిరాస్థి అంటే దాని లాభమును మనుష్యుడు జీవిత పర్యంతం పొందుతాడు.

మొట్టమొదట జ్ఞానము తల్లి ఒడిలో లభిస్తుంది. తల్లి స్నేహం, మమకారం, సౌహార్దం ద్వారా ప్రాణశక్తి పొందిన బాలుడు ఆమె ఆదేశాన్ని ఎంతో తత్పరతతో తలదాలుస్తాడు. తల్లులు తమ బాధ్యతను సరిగ్గా నిర్వర్తిస్తే బాలల మనస్సులలో సదాలోచనలు మేల్కొల్పుటతోపాటు సామాజిక దురాచారాలపట్ల విముఖత ఏర్పరచగలరు. దేశానికి ఆరోగ్యవంతమైన అభిప్రాయాలు గల

విద్వాంసులైన పౌరులను ఇవ్వగలరు. మహర్షి అరవిందులు విద్య యొక్క పూర్ణత్వానికి ఐదు విషయాలను చెప్పారు. అవి భౌతిక, ప్రాణిక, మానసిక, అంతరాత్మ సంబంధమైనవి, ఆధ్యాత్మికమైనవి. విద్య యొక్క ఈ ఐదు అంశాలు పరస్పరం ఒకదానికొకటి పూరకము, జీవితాంతం మనుష్యుని వ్యక్తిత్వానికి పూర్ణత్వాన్ని చేకూరుస్తాయి. బాల్యం నుండి ఈ అయిదింటి పట్ల శ్రద్ధ వహించాలి. ఇందువల్ల మహామానవులయ్యేందుకు మార్గం సుగమం అవుతుంది.

జ్ఞానం వలననే మనుష్యుని వివేకం పెరుగుతుంది. వివేకం పెరిగితే లోపల నిజాయితీ పెరుగుతుంది. నిజాయితీ పెరిగితే మనుష్యునిలో బాధ్యత వస్తుంది. బాధ్యత వస్తే పరాక్రమం వస్తుంది. ఈ నాలుగు ఒకదానితో ఒకటి ప్రేరకాలు. అప్పుడు మనిషిలో శక్తి ఉత్పన్నమై అవినీతిని వ్యతిరేకించగలుగుతాడు. దుష్ప్రవృత్తుల దురాచారాల, దుష్ట సంస్కారాల, దురాలోచనలను సమూలంగా నాశనం చేసేందుకు ప్రాణాలోడ్డేందుకైనా సిద్ధపడతాడు. ఒక ఆరోగ్యవంతమైన సమున్నత సమాజ నిర్మాణంలో నాయకత్వ పాత్ర వహించగలుగుతాడు.

ఎవరు ఇతరులను విద్వాంసులుగా, శీలవంతులుగా, సదాచారులుగా అయ్యేందుకు జ్ఞానదానం చేస్తారో వారే బ్రాహ్మణులు.

★★★

జరాసంధుడు

జరాసంధుడు చక్రవర్తి పదవిని అధిరోహించి ఏలుతున్నప్పటికీ అతనికి అత్యంత సన్నిహితులైన వ్యక్తులు కూడా ఏనాడూ ఆనందంగా లేరు. అతని కుకర్మల పట్ల విసిగి ద్వేషిస్తూ, ఇతడి పాలన నుండి ఎంత త్వరగా ముక్తిపొందుదామా అని నిరీక్షించేవారు. ఈ కారణం చేతనే శ్రీకృష్ణుడు రాజ్యంలోని ప్రజలకు ఏ హానీ జరగకుండా జరాసంధుని ఒంటరిగానే యుద్ధానికి పిలచి, సంహరింపచేసే మార్గాన్ని ఎన్నుకున్నాడు. జరాసంధుని భయం తీరగానే సామంతులంతా సుఖంగా నిశ్చింతగా శ్వాస పీల్చుకొన్నారు.

- ప్రజ్ఞాపురాణం నుండి

ప్రపంచంలో ఏది శాశ్వతం కాదు, మన బాధలు కూడా



గాయత్రీ విద్య-31

స్వరయోగం-1

విజ్ఞానమయకోశం వాయుప్రధాన కోశం. వాయుతత్వంపై అధికారం ప్రాప్తించుకున్నట్లుంటే అనేక రకముల లాభములు పొందవచ్చు. స్వరయోగం భారతీయ అతి ప్రాచీన శిరోమణి విద్య. దీని ఆశ్చర్యజనకమైన ఫలం, సరళమైన సాధన వలన ఈ విద్య అనాటి జనుల హృదయాలలో చోటు చేసుకున్నది. కాని కాలక్రమంలో ఈ విద్య లుప్తమైంది. కాని అక్కడక్కడ చిన్న చిన్న ముక్కలు లభిస్తాయి. బద్ధకం, అజ్ఞానం వలన సాధన తగ్గిపోయింది. ఈ జ్ఞానం తెలిసిన వారు దీనిని దాచిపెట్టారు. అందువల్ల ఈనాడు ఈ విద్య అసంపూర్ణంగా దృష్టి గోచరమవుతుంది. అయినప్పటికీ లభించిన వాటిపై దృష్టిపెట్టితే ఈ యోగం యొక్క విశుద్ధ వైజ్ఞానిక, చమత్కారవంతమైన అంగంపై పరిశోధన ఎందుకు జరగటం లేదని ఆశ్చర్యం వేస్తుంది. జ్యోతిష్య ఫలాల శాస్త్రంలో, భవిష్య కథనంలో కొన్ని మార్పులు చోటుచేసుకున్నాయి. ఈనాటి జ్యోతిష్యం అక్కడదాకా కూడా వెళ్ళలేకపోయింది. తదనుసారం వారు చెప్పేవి ఎక్కువ నిజం కావడం లేదు. స్వరయోగం యొక్క బాహ్య రూపం కొంత జ్యోతిష్యంలో లభిస్తుంది. అందువల్ల ఈ విజ్ఞానాన్ని కూడా జ్యోతిష్యం వంటిదేనని భావించి విస్మరించారు.

జ్యోతిష్యం యొక్క ముహూర్త ప్రకరణం ఈ యుగంలో అపహాస్యం అయింది. సోమనాథ దేవాలయాన్ని లూటీ చేస్తున్నప్పుడు అప్పటి హిందూ రాజులు వారితో యుద్ధం చేయడానికి బయలు దేరారు. కాని అప్పటి జ్యోతిష్యులు ఆ సమయం యుద్ధానికి అనువు గాదని మంచి ముహూర్తం వచ్చే వరకు ఆగమని ఆదేశించారు. పాపం రాజు వారి మాట విన్నాడు. దీనివల్ల లూటీ చేస్తున్నవారు పూర్తి లాభం పొందారు, కోట్ల రూపాయల సంపత్తిని దోచుకెళ్ళారు. ఈనాడు కూడా ఏదైనా వస్తువులు కొనేందుకు, యాత్రలు చేసేందుకు ముహూర్తం చూస్తుంటారు. కాని ముహూర్తం యొక్క గొడ్డలి ఈ అవకాశాన్ని ముక్కలు ముక్కలు చేస్తుంది. రోగి మృత్యు శయ్యపై ఉన్నాడు. వైద్యునికి అతనిని చూచేందుకు ముహూర్తం కుదరదు, చివరకు వెళ్ళనే వెళ్ళదు. ఆ వ్యక్తి రోగంతో అసహాయుడై చనిపోతాడు. అనేకసార్లు అత్తవారింట్లో పతి మృత్యుశయ్యపై పడి ఉంటాడు, అతని భార్య పుట్టింట్లో పతి దర్శనం కొరకు ఆతుర పడుతుంటుంది. కాని ముహూర్త రాక్షసుడు ఎదురుగా ఉంటాడు,

వెళ్ళనీయదు. పతి చనిపోతాడు, అంతిమ దర్శనం కూడా దొరకక సతి జీవితమంతా రోదిస్తుంది. పతి కూడా లోలోపల బాధపడుతూ మరణించటం జరుగుతుంది. ఇటువంటి సంఘటనల వలన జన-సమాజ మనస్సుపై దెబ్బపడుతుంది, వారు ఈ విజ్ఞానాన్ని పట్టించు కోవడం మానేస్తారు. వారు “ఏది జరగాలో అది జరిగింది” అని అంటుంటారు. ఈ తత్వజ్ఞానం చాలా ఉన్నత స్థాయికి సంబంధించినది. ప్రాపంచిక వ్యవహారాలలో దీనిని ఒక్క క్షణం కూడా స్వీకరించకూడదు. మనిషికి కర్తవ్యాన్ని నిర్వహించే అధికారం ఉన్నది. ఈ అధికారంపై ఎటువంటి ప్రతిబంధం వేయటానికి వీలులేదు. మరి మనిషి తాను పరాధీనుడుగా లేక ఖైదీగా ఉండవలసి వస్తే అది చాలా దుఃఖదాయకం.

జ్యోతిష్య విజ్ఞానంలోని ముహూర్త ప్రకరణం గురించి ఇక్కడ చెప్పబోవటం లేదు. ఇక్కడ స్వర విజ్ఞానం యొక్క గొప్పతనం, సర్వసులభత గురించి మాత్రమే చెప్తాము.

ఈ విజ్ఞానం ఎవరి మీద ఎటువంటి ప్రతిబంధకం కాదు. ఎటువంటి పరిస్థితుల్లోనైనా, ఏ సభ్యతకు సంబంధించిన వారయినా, ఏ ధర్మానికి సంబంధించిన వారైనా దీనిని అనుసరించవచ్చు. దీనిని అనుసరించే వారి జీవన విధానంలో ఎటువంటి ఇబ్బంది రాదు.

ఉదాహరణ కొరకు శివ స్వరోదయ గ్రంథం నుంచి కొన్ని శ్లోకాలు ఇవ్వబడ్డాయి. స్వరయోగం మనుష్య కర్తవ్యంలో కొంచెం కూడా ఆలస్యం లేదా బాధ కలగడాన్ని స్వీకరించదు. శారీరక స్థితి మామూలుగా ఉంటే మంచిదే కాని ఏదైనా అనుకూలంగా లేనప్పుడు మనుష్యుని శారీరక స్థితిపై బాహ్య ప్రభావాన్ని తీసివేసి అనుకూల స్థితిలోనికి తీసుకురావచ్చు. ఏ స్వరములో ఉన్నా కాని నియమిత సంఖ్యలో కానిని నేలకు తట్టి లేదా చలిస్తున్న స్వరముల అంగాలకు ప్రాధాన్యత ఇచ్చి అన్ని పరిస్థితులలో కూడా కార్యములు నిర్వహించుకోవచ్చు.

అత్యంత అవశ్యకమైన పనులలో ఒక్క క్షణం కూడా వృధా కావటాన్ని ఈ విజ్ఞానం స్వీకరించదు. పాఠకులారా! క్రింద ఇచ్చిన శ్లోకాలను ధ్యాన పూర్వకంగా చదవండి.

కుయోగో నాస్తి హే దేవి! భవతా వా కదాచన |
ప్రాప్తే స్వర బలే శుద్ధే సర్వమేవ శుభం ఫలం ||

ప్రేమంటే ఇవ్వడమే, తీసుకోవడం కాదు

హే పార్వతి! ఈ స్వరోదయంలో కుయోగం (చెడు) జరుగదు. ఎందుకంటే స్వరబలాన్ని శుద్ధం చేయడం వలన అన్ని పనులు శుభమవుతాయి.

**వామం వా దక్షిణాం వాఽపి యత్ర సక్రియతే శివః ।
కృత్వా తత్పాదమాదౌ చ యాత్రా భవతి సిద్ధిదా ॥**

యాత్ర చేసేటప్పుడు కుడి ఎడమ స్వరములలో (కుడి, ఎడమ శ్వాసలలో) ఏది నడుస్తుంటే ఆ కాలు ముందుకు వేసి బయలు దేరాలి. అలా చేస్తే వెళ్ళేపని సిద్ధిస్తుంది.

**చంద్రః సమపదః కార్యో రవిస్తు విషమః సదా ।
పూర్ణ పాదం పురుస్కృత్య యాత్రా భవతి సిద్ధిదా ॥**

చంద్ర స్వరం (ఎడమ నాశిక) నడుస్తుంటే సమసంఖ్యతో (2,4,6) కాలిని నేలకు తట్టి (౧౯౯) లేదా సూర్యస్వరం (కుడి నాశిక) నడుస్తుంటే బేసి సంఖ్యతో (1,3,5 మొదలైన) కాలిని నేలకు తట్టాలి. ఇలా చేస్తే వెళ్ళేపని సిద్ధిస్తుంది.

కొందరు ఇలా కూడా చెప్తారు.

**చంద్ర బారే చతుష్పాదం పంచ పాదాస్తు భాస్కరే ।
ఏవం చ గమన శ్రేష్ఠం సాధయేదుభవనత్రయం ॥**

చంద్రనాడి (ఎడమ నాశిక) స్వరం నడుస్తుంటే ఎడమ కాలిని నాలుగుసార్లు నేలకు తట్టి, సూర్య స్వరం నడుస్తుంటే కుడి కాలిని ఐదుసార్లు నేలకు తట్టి వెళ్తారో వారు మూడు లోకాలలో సిద్ధి పొందుతారు.

**పర దత్తే తథా గృహ్యే గృహాన్నిర్గ మనేఽపిచ ।
తదంగే బహతే నాడీ ప్రాయం తేన కరాంఘ్రిణా ॥**

ఇతరులకు ఇచ్చేటప్పుడు, వారి నుండి తీసుకునేటప్పుడు, ఇంటి నుండి బయటకు వెళ్ళేటప్పుడు ఏ శ్వాస నడుస్తుందో ఆ కాలు, చెయ్యి ముందుకు వేసి పనులు చేసుకుంటే...

**న హానిః కలహో నైవ క్రణ్ణ కైర్నాపి భిద్యతే ।
నివర్తతే సుఖీ చైవ సర్వోపద్రవవర్జితః ॥**

హాని జరుగదు, కలహాలు ఉండవు, శత్రువుల నుండి పీడింప బడరు. అతను ఎప్పుడు సుఖంగా ఉంటాడు. ఉపద్రవాల నుండి రక్షింపబడతాడు.

ఈ శ్లోకములలో స్వర శాస్త్రం యొక్క అంతరాత్మ కనిపిస్తుంది. స్వరం ఒకరకంగా ఉంటే శుభమని, ఇంకొక రకంగా నడుస్తుంటే అశుభమనే మాటలు వస్తుంటాయి. వీటిలో కూడా అంధ విశ్వాసాలకు చోటులేదు. 'శుభం', 'అశుభం' శబ్దములు కేవలం

శారీరిక ధర్మములకు అనుకూలంగా ఉన్నాయా లేదా అని మాత్రమే తెలుపుతాయి. శరీరం యొక్క అంతరంగ దశ సవ్యంగా ఉండక పోతే స్వాభావికంగానే దాని పరిణామం రోగంగా, హానిగా, కలహంగా, కష్టంగా, అసఫలతగా చూడవలసి వస్తుంది. ఎందుకంటే శరీరం, మనస్సు ప్రసన్నంగా ఉంటే ప్రతిపనిలో సఫలత లభిస్తుంది. 'శుభం', 'అశుభం' ఒకరకంగా ఎరువు, ఆకుపచ్చ వెలుగుల ప్రతినిధులు (signals). ఏ దారిలో ముందుకు వెళ్ళవచ్చో, వెళ్ళకూడదో చెప్తాయి. అవి 'అశుభ' స్వరం నడుస్తుంటే తమ ఇబ్బందులపై ధ్యానం పెట్టమని అర్థం. ఉపచారముల ద్వారా దానిని సరిచేయవచ్చు.

ఈ శుభ, అశుభ శబ్దాలను కొందరు మరో అర్థంగా తీసుకుంటారనే అనుమానం శాస్త్రకారులకు కూడా కలిగింది. నా అదృష్టం ఇంతే, ఇది అనివార్యం అని అనుకుంటూ కింకర్తవ్య మూఢుడై ఏమి చేయలేమని భావిస్తూ నిరాశతో, సందేహంతో కూర్చోవచ్చు. కావలసినది ఏమంటే దీనిని జాగ్రత్తగా నేర్చుకోవాలి.

స్వరయోగం ఇంకా ఇలా చెప్తుంది.

**యత్రాంగే బహతే వాయుస్తదంగస్య కరస్తలమ్ ।
సుప్తోస్థితో ముఖం త్పుష్ట్యా లభతే వాంఛితమ్ ఫలమ్ ॥**

ఏ అంగం యొక్క స్వరం నడుస్తుందో ఆ అంగం యొక్క అరచేతితో పక్క నుండి లేచి ముఖాన్ని సుర్పిస్తే వాంఛిత ఫలం లభిస్తుంది.

మనోవిజ్ఞానశాస్త్ర ఆచార్యులు ఈ విషయమై ఆలోచించి ఇలా అన్నారు - 'మనుష్యుని దృఢమైన విశ్వాసం కలవానిగా, కర్తవ్య నిష్ఠునిగా తయారుచేసే ఈ ఉపాయం కన్నా గొప్ప విధానం ఈనాటి వరకు రాలేదు'. ఫలానా స్వరానికి ఫలానా కార్యములు చక్కగా జరుగుతాయి. ఈ రకమైన శ్వాసతో మనిషి ఆ స్వరంలో పని చేస్తే అతని నిష్ఠ పెంపొందుతుంది. నిష్ఠ అనుసారంగానే పరిణామములు జరుగుతుంటాయి. ఆత్మ విశ్వాసం దృఢతరం చేయడానికి పశ్చిమదేశాల మనోవైజ్ఞానికులు ఒక కుంటి ఉపాయాన్ని వెతకగలిగారు. వారు ఇలా చెప్పుకోమంటారు 'నేను బలవంతుడను, నా ఇచ్చాశక్తి దృఢంగా ఉన్నది. నేను ఈ పనిలో సఫలత ప్రాప్తించుకుంటాను' మొదలైనవి. కాని ఈ పదాలు పదేపదే చెప్పుకోవడం వలన కొద్దిగా మాత్రమే ప్రభావమే పడుతుంది. గుప్త మనస్సు పెద్ద మూర్ఖుడు. పిల్లవానికి గోలీల సహాయంతో లెక్కపెట్టడం నేర్పిస్తేనే నేర్చుకుంటాడు. గణిత సిద్ధాంతాన్ని

కరిగిపోతే తెలుస్తుంది క్రొవ్వొత్తి విలువ

చెప్పడానికి ప్రయత్నిస్తే చాలా తక్కువ మంది విద్యార్థులే దానిని అర్థం చేసుకోగలరు. కానీ క్రియాత్మకంగా ఉదాహరణలతో నేర్పిస్తే తొందరగా నేర్చుకోగలరు.

తంత్రం యొక్క ఉపయోగం మనోవిజ్ఞానవేత్తలు స్వీకరించ వలసి వచ్చింది. ఎందుకంటే శారీరక క్రియల సహాయంతో గుప్త మనస్సు ప్రభావితం చేయబడుతుంది. నీటిలో నుంచుని లేదా రాత్రి వికాంతంగా వనంలో కూర్చొని మంత్ర జపం చేయడంలో శరీరం యొక్క క్రియ కూడా ఉన్నది. తదనుసారం మనస్సు మీద ప్రభావం పడుతుంది. ఎంత బాగా శారీరక ప్రయత్నంతో పాటు, మానసిక విశ్వాసంతో మంత్ర జపం చేస్తే అది అంత మంచి ఫలితాన్ని ఇస్తుంది. కాని కేవలం ఆలోచన మాత్రమే చేస్తూ నాకు సఫలత లభిస్తుంది అని అడుగు వేస్తే దానికి పెద్దగా బలం ఉండదు. దానికి బదులుగా శుభ స్వరంపై పూర్ణ విశ్వాసంతో ముందుకు వెళ్ళే మంచి ఫలితాలు వస్తాయి. ఎందుకంటే దీనిలో మనస్సుతో పాటు శారీరక క్రియ కూడా సమన్వయమయి నందువల్ల ఉత్తమమైన సఫలత ప్రాప్తిస్తుంది. విశ్వాసం ఇంకా దృఢతరమవుతుంది, సఫలత మీద ఎక్కువ ఆశ పెంచుకుంటాడు. మానసిక శాస్త్రజ్ఞుల ప్రకారం ఆశ, ఇచ్చలే సఫలతకు జననీ జనకులు.

మనోవిజ్ఞానం, భౌతిక విజ్ఞానం, ఖగోళ విజ్ఞానం, శరీర శాస్త్రముల అందమైన సమన్వయమే స్వరయోగమని పాఠకులు తెలుసుకోగలరు. దీని సరళతను, మహత్తును చూసే శంకర భగవానుడు దీనికి సర్వోచ్చ స్థానమిచ్చారు. ఆయన ఇలా అన్నాడు.

సర్వ శాస్త్ర పురాణాది స్మృతి వేదాంగపూర్వకమ్ ।

స్వర జ్ఞానాత్పరం తత్త్వం నాస్తి కించిద్ధరాననే ॥

సంపూర్ణ శాస్త్రములు, పురాణాలు, స్మృతి, వేదాలన్నీ స్వరజ్ఞానం కన్నా శ్రేష్ఠమైనవి కావు. అంటే వీటి జ్ఞానం కూడా స్వరం యొక్క బలంతోనే కలుగుతుంది.

గుహ్యద్ గుహ్యతరం సారముపకార ప్రకాశకమ్ ।

ఇదం స్వరోదయం జ్ఞానం జ్ఞానానాం మస్తకే మణి ॥

ఈ స్వర జ్ఞానం గుప్తం కంటే గుప్త వస్తువు. దీనిలో రహస్యములు దాగి ఉన్నాయి. అన్ని జ్ఞానములకు శిరోమణి.

సూక్ష్మాత్మసూక్ష్మతరం జ్ఞానం సుబోధం సత్య పత్యయమ్ ।

ఆశ్చర్య నాస్తికే లోకే ఆధార స్తస్తికే జానే ॥

ఈ స్వరోదయ జ్ఞానం సూక్ష్మం కంటే సూక్ష్మము, నేర్చుకోవ

లసినది, సత్యాన్ని నిశ్చయింపచేసేది. నాస్తిక జనులకు ఆశ్చర్యం కలిగిస్తుంది. ఆస్తికులకు ఇదే ఆధారము.

స్వర విషయమై తప్పనిసరిగా తెలుసుకోవలసినవి

స్వరశాస్త్రమును అనుసరించి శ్వాసనిశ్వాస మార్గములను నాడులని అంటారు. శరీరంలో అటువంటి నాడుల సంఖ్య 7200. వీటిని నరములుగా (nerves) గా భావించరాదు. వీటిని ప్రాణ వాయువు యొక్క సంచార మార్గములని తెలుసుకోవాలి. నాభిలో ఒక కుండలం ఆకారంలో ఒక నాడి ఉన్నది. దాని నుండి 1) ఇడ 2) పింగళ 3) సుషుమ్న 4) గాంధారి 5) హస్త జిహ్వ 6) పూషా 7) యశస్విని 8) ఆలంబుషా 9) కుహు 10) శంఖిని అనే పేర్లుగల 10 నాడులు వెలువడుతాయి. ఇవి శరీరంలోని విభిన్న భాగముల వైపుకు వెళ్తాయి. వీటిలో మొదటి మూడు ముఖ్యమైనవి. ఇడను చంద్రనాడి అని కూడా అంటారు. ఇది ఎడమ నాశికలో ఉంటుంది. పింగళను సూర్యనాడి అని కూడా అంటారు. ఇది కుడి నాశికలో ఉంటుంది. సుషుమ్నను వాయువు అని కూడా అంటారు. ఇది రెండు నాశికల మధ్య ఉంటుంది. ప్రపంచంలో సూర్యచంద్రులు తమ పనిని ఎలా ఒక నియమిత రూపంలో చేస్తుంటారో అదే విధంగా ఇడ, పింగళ కూడా ఈ జీవితంలో తమ కార్యాన్ని నియమిత రూపంలో చేస్తుంటాయి. ఈ మూడు గాక మిగిలిన ఏడు నాడుల స్థానములు ఈ విధంగా ఉన్నాయి. గాంధారి ఎడమ కంటిలో, హస్త జిహ్వ కుడి కంటిలో, పూషా కుడి చెవిలో, యశస్విని ఎడమ చెవిలో, ఆలంబుషా నోటిలో, కుహు లింగదేశములో, శంఖిని గుదములో ఉన్నాయి.

(సశేషం)



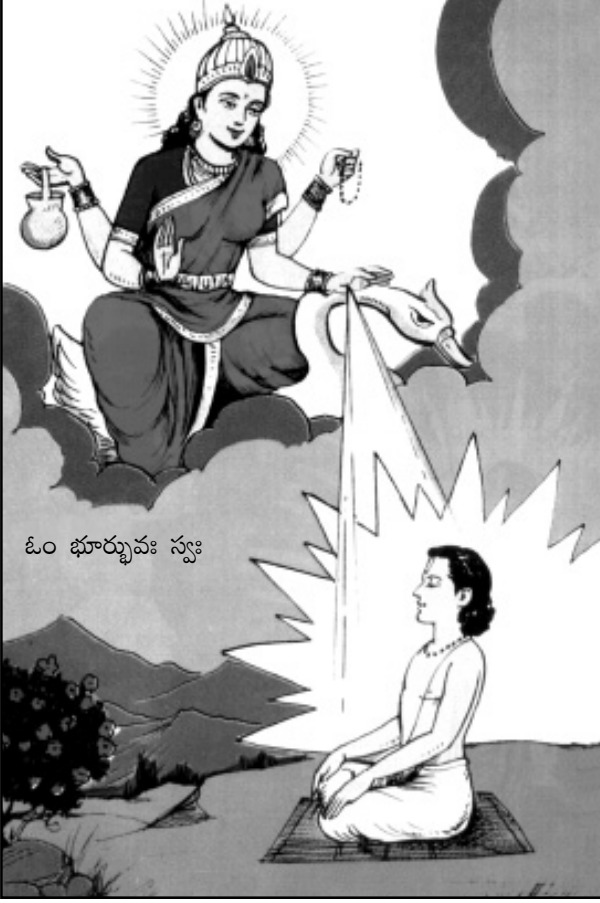
బ్రాహ్మణ వృత్తి

అత్యున్నతమైన ఈ జీవితం యొక్క విలువ తెలిసిన వ్యక్తికి లౌకికమైన మహత్వ కాంక్షలన్నీ చాలా క్రిందిస్థాయిలో ఉన్నట్లు అర్థమవుతుంది. అందుకే అతడు వాటి గురించి కనీసం ఆలోచించనైనా ఆలోచించడు. పరిమిత కుటుంబం-మిత వ్యయం; ఈ రెండు చక్రాల మీద తన జీవన రథాన్ని నడుపుతూ ఉంటాడు. బ్రాహ్మణ వృత్తి అంటే అసలైన అర్థం పేదరికం, యాచన కాదు. తన అవసరాలను పరిమితం చేసుకొని, తనకున్న సామర్థ్యం యావత్తు లోకకళ్యాణానికే వినియోగించటమే బ్రాహ్మణుని వృత్తి.

- ప్రజ్ఞాపురాణం నుండి

గడచిపోతే తెలుస్తుంది కాలం విలువ

సద్గుణముల వరదానము



ఓం భూర్భువః స్వః

గాయత్రీమాత మనుష్యుని శరీరంలో ప్రవేశించినప్పుడు అది సద్బుద్ధి రూపంలో ఉంటుంది. సాధకుని ఆలోచనలో, స్వభావములో సత్వగుణం పెరిగి, అతనిలో తదనుగుణమైన ప్రవృత్తులు వికసిస్తాయి. చెడు స్వభావం కలవారిలో చెడు క్రమంగా క్షీణిస్తుంది. అంతకు ముందు ఏ మాత్రము కనపడని మంచి క్రొత్తగా కనపడుట మొదలవుతుంది.

దయ, సేవ, సంయమము, స్ఫూర్తి, సత్యము, శౌర్యము, ప్రేమ అనే సత్గుణాలు రోజు రోజుకు పెరుగుతాయి. ఇవి వృక్షములై స్థిరపడి పూలు పండ్లతో నిండి, వాటి కారణంగా నలువైపులా పరిమళం వ్యాపిస్తుంది. సుందర మదభ్రమరాలు,

కోకిలల గుంపులు వాటి చుట్టూ తిరుగుతాయి. ఫలాకాంక్ష కలిగినవారి గుంపు వారి చుట్టూ చేరుతుంది. ఈ ఏడు లాభాలు పొందుట, ఏడు తీర్థాలలో స్నానము చేసిన దానితో సమానము. సూర్యరథానికి ఏడు గుఱ్ఱాలు పూన్చి ఉంటాయి. ఆత్మరథానికి పై ఏడు సద్గుణాలే ఆ అశ్వములు. అవి పూన్చుట వలన ఆత్మకల్యాణాన్ని అతిశీఘ్రంగా పొందగలం.

సద్గుణాలకు మించిన సంపత్తి లేదు. ఏ వ్యక్తి సత్యారాధుడై ఉంటాడో, అతడు తన పవిత్రత కారణంగా సదా నిర్భయుడై ఉంటాడు, ఏ చెడు ముందూ తల వంచడు. అతని హృదయములో ఇతరుల పట్ల నిజమైన ప్రేమ, ఆత్మభావం ఉంటాయి. ఇతరుల దుఃఖము చూసి అతని హృదయము దయతో ద్రవిస్తుంది. సేవ అతని జీవిత లక్ష్యము. మనస్సు, ఇంద్రియాలపై సంయమము సాధిస్తాడు. పరిశ్రమ కొరకు అతని నరాలు, నాడులు సదా ఉత్సాహపడుతూ ఉంటాయి. నిరాశ, సోమరితనం అతడిని తాకటానికి కూడా భయపడతాయి. అటువంటి మనుజుడు దేవతా సమానుడే.

దైవీ సంపదలు లౌకిక సంపదలు, ప్రాపంచిక సుఖాలకంటే అత్యధిక మహత్తు కలిగినవి, విలువైనవి. ప్రాపంచిక పదార్థాలతో ఎంత సుఖం లభిస్తుందో అంతకంటే ఈ ఆత్మిక గుణాల వలన అనేక రెట్లు ఆనందం లభిస్తుంది. గీతలో 26 దైవ సంపదలు లెక్కించబడ్డాయి. కానీ వానిలో పై ఏడే ప్రధానము. గాయత్రీమాత తన భక్తులకు ఈ ఏడు సంపదలు ఇస్తుంది. ఫలస్వరూపంగా అతని అంతఃకరణ దేవతుల్య మవుతుంది. ఏ సుఖం దేవతలు స్వర్గంలో పొందుతారో, ఆ సుఖాన్ని మనుష్య జీవితంలో తమ సద్గుణాల కారణంగా పొందుతారు. ఎవరి వద్ద దైవీ సంపదలు ఉంటాయో నిశ్చయంగా వారు ప్రపంచంలోని సమస్త సంపదల యజమాని కంటే కూడా అధిక ధనవంతులని చెప్పవచ్చు.

- అనువాదం : డా॥ తుమ్మారి

దూరం అయితే తెలుస్తుంది ప్రేమ విలువ

భాగవత భూమికి యాత్ర-3

(గతసంచిక తరువాయి...)

పాము ఒక్కసారి మాత్రమే కాటు వేస్తుందని ఎక్కడో విన్నాం- అని మిత్రులు అడ్డు ప్రశ్న వేశారు.

అందుకు శ్రీరామ్ ఇలా అన్నాడు.

కానీ, నాకు అప్పుడు అలాంటి అనుభవం కలిగింది. ధ్యానంలో కూర్చోని ఉన్నప్పుడే ఆ అనుభవం కలిగింది. పాము కాటు తర్వాత శరీరం ఒరిగిపోయింది. ఏమి చేయాలో అర్థం కాలేదు. ఇదంతా కనపడుతోంది. మరో వ్యక్తికి ఇదంతా జరుగుతున్నట్లు కనబడుతోంది. పాము విషం శరీరంలోకి ఎక్కుతోంది. నిద్ర ముంచుకు వస్తోంది. ప్రకృత కూర్చున్న వ్యక్తులు ముఖం మీద నీళ్ళు జల్లారు. వైద్యుడు వచ్చాడు. ఆయన కొన్ని ఓషధుల కోసం మనిషిని పంపాడు. ఈలోగా మంత్రవేత్త కూడా వచ్చాడు. అతడు మంత్రాలు పఠిస్తూ పశ్యం మీద లయాత్మకంగా గంటలు వాయించసాగాడు. ఆ లయలో మనస్సు మునుగుతూ తేలుతూ ఉన్నది. ఓషధులు వచ్చిన తర్వాత కషాయం తయారయింది. కషాయం త్రాగాను. బాధ తగ్గడానికి బదులు పెరిగింది. పాము మళ్ళీ మళ్ళీ కాటు వేస్తున్నట్లు అనిపించింది. పాము కోరలు నాటుకోవడం, మంట అనుభవమయ్యాయి. తర్వాత శరీరం మొద్దుబారుతోంది. ఆ వెంటనే మంట తీవ్రమవుతోంది.

ప్రాణం ఎప్పుడు పోయిందో తెలియలేదు. తెలివి వచ్చేసరికి జటాజూటం ధరించిన, సౌమ్యుడైన ఒక సన్యాసి నా శరీరాన్ని నది నుండి బయటకు లాగికొని వస్తూ ఉండడం కనిపించింది. చనిపోయినట్లు తెలుసుకుని కుటుంబంలోని వ్యక్తులు శరీరాన్ని నదిలో పడవేశారేమో. పాముకాటువల్ల చనిపోయిన వ్యక్తి శవాన్ని దహనం చేయరు. అందుకు భౌతిక కారణం ఏదైనా ఆధ్యాత్మికమైన నమ్మకం ఒకటి దానివెనుక ఉన్నది. పాము కాలానికి ప్రతీక. కాలమే స్వయంగా ఎంపిక చేసిన వ్యక్తి శరీరంలో, అస్తిత్వంలో విసర్జించదగినది ఏది మిగలదు.

అలా ఆ సన్యాసి శ్రీరామ్ శరీరాన్ని నది నుంచి బయటికి లాగి నేలమీద పడుకోబెట్టారు. చైతన్యంలేని శరీరం దగ్గర కూర్చోని

ఆ సన్యాసి కొంతసేపు ధ్యానం చేశారు. సౌమ్యుడైన ఆ సన్యాసి ప్రకృత కూర్చోని ఉండడాన్ని అనుభవం పొందడంతో చైతన్యం క్రమక్రమంగా తిరిగివస్తోంది. ఆయన స్నేహపూర్వకంగా వెన్ను తట్టి, 'లేచి ఇంటికి వెళ్ళు. తల్లిదండ్రులు గాబరాపడుతూ ఉంటారు' అన్నారు.

సన్యాసి ఇచ్చిన ఈ ఆదేశం విని లేవడానికి ప్రయత్నించాను. ఆయన మరో సందేశం ఇచ్చారు. మళ్ళీ ఇక్కడికి రావద్దు. ఇంటిలో కూర్చోనే ధ్యానం చెయ్యి.

స్వామీ! తమరు ఎవరు అని అడగాలని అనుకున్నాను. కానీ భయం వల్ల అడగలేకపోయాను. సన్యాసి నా మనసులో ఉన్న ఆలోచన గ్రహించారేమో. నేను అడగకుండానే జవాబిచ్చారు.

'నాయనా! చరాచరమైన ఈ జగత్తు నుండి ముక్తి పొందే మార్గాన్ని వెదుకుతున్న సాధకులం మేము. నేను సిద్ధుడనని, మహాత్ముడనని భావించకు. నేనొక మామూలు సన్యాసిని మాత్రమే'.

ఇక మాట్లాడే ధైర్యం వచ్చింది నాకు. నాలో ఒక కోరిక జనించింది. వెంటనే ఆయనకు ఇలా నివేదించాను.

“స్వామీ! మీరు మాకు మార్గదర్శనం చేయకూడదా?”

సన్యాసి ఇలా చెప్పారు

“చేయను. నేను స్వయంగా సాధకుణ్ణి. నీ మార్గదర్శక సత్తా నీ మీద దృష్టి ఉంచారు. సమయం వచ్చినప్పుడు వారు నీ వద్దకు వస్తారు. ఎప్పుడు వస్తారని అడగకు. నేను ఇంతవరకే చెప్పగలను. త్వరలోనే వస్తారు. ధైర్యంగా ఉండు. ఎవరినైనా గురువుగా చేసుకోవడానికి తొందరపడకు.”

సన్యాసి ఇంకా ఏదో చెప్పతున్నారు. ఆయన ఏమి చెప్పారో గుర్తులేదు. చివరలో నాకు ఈ మాటే వినిపించింది. లే ఇక వెళ్ళు.

కళ్ళు తెరుచుకున్నాయి. ఎదుట తండ్రిగారు విచిత్రమైన స్థితిలో ఏడుస్తూ ఉండడం చూచాను. లేచి ఆయనకు ప్రణామం చేశాను. ఆ తర్వాత ఏం జరిగిందో మీకందరికీ తెలుసు.

తాను భాగవతకథ వినిపించినందువల్ల ఈ సంఘటన

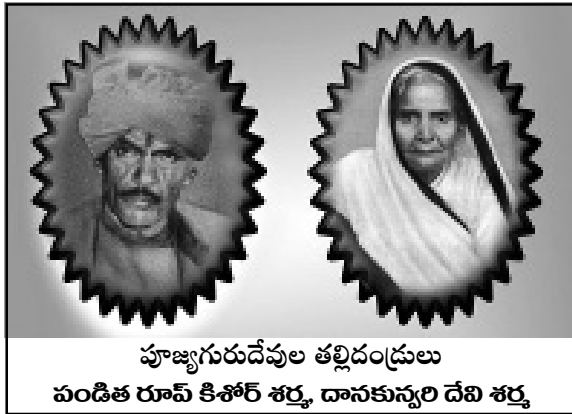
లేకపోతే తెలుస్తుంది మనిషి విలువ

జరిగిందని తండ్రిగారు భావించారు. పుత్ర వ్యామోహం వల్ల ఆయన మనస్సులో కొద్దిసేపు సంకల్ప వికల్పాలు కదలాడాయి. ఆ తర్వాత ఆయన ఇలా అనుకున్నారు. భగవంతుడు దేన్ని అనుమతిస్తే అదే జరుగుతుంది. పరమేశ్వరుడు శ్రీరామ్ కు ఒక నియతిని (భవిష్యత్తును) నిర్ణయిస్తే, మనం చేసేది ఏముంది? మనం సంతోషించాలి.

అలా అనుకుని ఆయన ధైర్యం తెచ్చుకుంటున్నారు.

ఆ తర్వాత మళ్ళీ పుత్ర వ్యామోహంలో మునిగిపోతున్నారు. తన కుమారుడు తల్లిదండ్రులను వదలి ఎక్కడకీ వెళ్ళడని ఆయనకు బాగా తెలుసు. అయినా వ్యామోహం ఎంతో విలక్షణమైన భావం. మనస్సును స్థిరంగా ఉండనివ్వదు. దాన్ని కట్టి వేస్తుంది. ఊగిసలాడిస్తుంది.

కుమారునికి భాగవతకథ వినిపించనని, సాధు సంతుల గురించి బైరాగుల గురించి చెప్పననీ, వారిని అతడి దగ్గరకు అసలు రానివ్వనని పండిట్ జీ ఆ క్షణంలోనే నిర్ణయం తీసుకున్నారు. ఆ తర్వాత భాగవతం పురాణం చెప్పడం మానివేయాలనికూడా ఆయన గట్టిగా నిర్ణయించుకున్నారు.



పురాణం చెప్పడం మానివేయాలని నిశ్చయించుకున్నప్పుడు పౌరాణికులు పూర్ణాహుతి ఏర్పాటు చేస్తారు. ఆ సంప్రదాయం ఇప్పుడు చాలావరకు లోపించిపోయింది. గురువు నుండి దీక్ష తీసుకుని పురాణం చెప్పిన వ్యక్తులకు ఈ సంప్రదాయం గురించి తెలుస్తుంది. శరీరం బలహీనం అయినప్పుడు, ముసలితనం పైబడినప్పుడు, వైరాగ్యం జనించినప్పుడు, పరివ్రాజకులుగా మారినప్పుడు, సన్యాసం పుచ్చుకున్నప్పుడు పౌరాణికులు పురాణం చెప్పడం మానుకుంటారు. శరీరం సహకరించకపోయినా, పురాణ నిర్వాహకులు తగు సాధన సంపత్తిని సమకూర్చకపోయినా పౌరాణికులు తమ కథా ప్రవచన వృత్తిని వదులుకుంటారు.

వంశంలో అకాల సన్యాసం అంకురించడం చూచి, పండిట్ జీ భాగవత ప్రవచన కార్యాన్ని ముగించాలని నిశ్చయించారు. అందుకోసం 21 మంది బ్రాహ్మణులను ఆహ్వానించారు. యజ్ఞం ఏర్పాటు చేశారు. పూర్ణాహుతిగా భాగవత శాస్త్రాన్ని వాసుదేవ ఆలయంలో స్థాపన చేశారు. అలా స్థాపన చేసి, ఇక శాస్త్ర ప్రవచనానికి స్వస్తి

చెప్పున్నానని భగవానునికి నివేదించారు. ఆ నివేదన జరిగిన వెంటనే పండిట్ జీ వాణి మూగబోయింది. పండిట్ జీకి వాణి భగవంతుని గుణాలను గానం చేయడానికే ఇవ్వబడిందని, పురాణం చెప్పడం అగిపోగానే ఆయన స్వరం కూడా మూగ పోయిందని జనం చెప్పుకున్నారు.

తండ్రిగారి మహాప్రయాణం

యజ్ఞం జరిగిన రోజు రాత్రి పండిట్ జీ పరిస్థితి క్షీణించింది. మాట్లాడడం అగిపోయిన తర్వాత ఆయన నడక కూడా అగిపోయింది. ఆయన మంచం పట్టారు. సైగలతో విషయాలు చెప్పున్నారు. ద్వాదశ అక్షర మంత్రం జపిస్తున్నట్లు పెదవులు కదులుతున్నాయి. మరునాడు ఆయన భోజనం వద్దన్నారు. కుటుంబ సభ్యులు భోజనం చేయమని ఒత్తిడి చేశారు. అంతిమ

ఘడియలు వచ్చాయని భోజనం చేసి శరీరాన్ని బలవంతాన నిలుపుకో కూడదని ఆయన సైగలతో తెలియ జేశారు.

పండిట్ జీ జబ్బుపడ్డారని శరీరాన్ని వదలాలని సంకల్పం తీసుకున్నారని ఒకటి రెండు రోజులలో బంధువులకు తెలిసింది. వారు పరామర్శకోసం రాసాగారు. బంధు మిత్రులతో గృహం

నిండిపోయింది. పండిట్ జీ అందరినీ చూస్తున్నారు. ఏమీ మాట్లాడ లేకపోతున్నారు. అయితే ముఖకవళికలో ఒక భావం ప్రతిబింబించింది తెలిసో తెలియకో ఇంతవరకు ఏవైనా పొరపాట్లు జరిగి ఉంటే, తనవల్ల ఎవరికయినా కష్టం కలిగి ఉంటే, అందుకు క్షమించమని కోరుతున్నాను. ఈ భావాన్ని వ్యక్తపరచిన తర్వాత వచ్చినవారు అందుకు సమాధానం చెపితే పండిట్ జీ ముఖం విప్పారేది. శుక్లపక్ష దశమి ప్రారంభం కాగానే, పండిట్ జీ తన పెద్ద కొడుకు, ముద్దుల కొడుకు అయిన శ్రీరామ్ ను పిలిపించారు. తనను లేపి కూర్చోపెట్టమని సైగతోనే ఆయనకు తెలిపారు. శ్రీరామ్ ఆయనను కూర్చోబెట్టారు. పండిట్ జీ తనకు తానుగా పద్యాసనంలో కూర్చున్నారు. చేతులు రెండూ ఒడిలో పెట్టుకున్నారు. కళ్ళు మూసుకున్నారు. కొద్ది క్షణాలు నిశ్చింతగా కూర్చుని ఉన్నారు. అయిదారు నిమిషాలపాటు ధ్యాన ముద్రలో కూర్చున్నారు. ఆ తర్వాత ఆయన నోటి నుండి 'ఓం నమో భగవతే వాసుదేవాయ' మంత్రం వెలువడింది.

స్నేహం చేస్తే తెలుస్తుంది స్నేహం విలువ

మూల భాగవతాన్ని పఠించమని ఆయన కుమారునితో అన్నాడు. శ్రీరామ్ భాగవతం శ్లోకాలను చదవడం ప్రారంభించారు.

పండిట్జీ అక్కడ ఉన్నవారికి దాని అర్థం ఇలా వివరించారు.

సృష్టి ప్రారంభంలో కేవలం నేను మాత్రమే ఉన్నాను. సత్య, అసత్య, స్థూల సూక్ష్మములు, కారణ ప్రకృతి లేవు. సృష్టి తర్వాత కూడా నేను మాత్రమే ఉన్నాను. కంటికి కనబడుతున్న ఈ విశ్వం కూడా నేనే. ప్రళయం తర్వాత మిగిలేది కూడా నేనే. ఇది బ్రహ్మ యొక్క స్వరూపమని చెప్పబడింది. కనబడే అసత్య, దౌర్బల్యం, దుఃఖం, సచ్చిదానందాదులు ఆత్మలో లేకపోవడం ఇవన్నీ నా మాయ అని తెలుసుకో అని భగవానుడు చెప్తున్నాడు.

మూల భౌతిక పదార్థాలలో నా ప్రవేశం ఉన్నది; లేదు కూడా. అన్వయం ద్వారా, వ్యతిరేకం ద్వారా అంతటా అన్నివేళలా ఉండేదే ఆత్మ. అన్వయం అంటే కార్యంలో కారణం యొక్క సంబంధం. వ్యతిరేకం అంటే ఆ సంబంధం లేకపోవడం.”

ఇలా అర్థం, భావం పూర్తికాగానే పండిట్జీ శరీరం నుండి వ్యతిరేకం అయినారు. అనగా సంబంధం త్రొక్కుకున్నారు. ఆయన ఆత్మచేతన విరాట్ చేతనలో లీనమయింది.

అప్పుడు పండిట్జీ వయస్సు 67 సంవత్సరాలు. ఆయన తనువు చాలించగానే ఇంటిలో రోదనలు మిన్ను ముట్టాయి. అయితే శ్రీరామ్ గంభీరంగా ఉన్నాడు, ఏదో ఆలోచిస్తున్నట్లు, ఏదో అర్థం చేసుకునే ప్రయత్నం చేస్తున్నట్లు.

శ్రీరామ్ శరీరానికి ఆత్మకు ఉన్న సంబంధం తెగిపోవడాన్ని చూచిన మొదటి సందర్భం అది. ఏడుపులు ప్రారంభం కాగానే శ్రీరామ్ తండ్రి దగ్గర పద్మాసనంలో కూర్చున్నాడు. సరిగ్గా పండిట్జీ కూర్చున్న పద్ధతిలో. తన కొడుకు ఈ విధంగా కూర్చోవడం చూచి, తాయీజీ బిగ్గరగా ఏడ్వసాగింది. కొడుకు కూడా తండ్రిని అనుసరిస్తున్నాడని, తనను విడిచి వెళ్ళిపోతున్నాడని ఎందువల్లనో ఆమెకు అనిపించింది. వైధవ్యానికి చిహ్నాలుగా ఆచరించే కర్మలు చేయడానికి బదులు, ఆమె కొడుకును కసురుకో సాగింది. అయినా శ్రీరామ్ నిశ్చలంగా కూర్చొని ఉన్నాడు. బంధువులు తాయీజీకి నచ్చజెప్పారు. మిగతా క్రియలు పూర్తి చేయమని చెప్పారు. శ్రీరామ్ తన సహజ ప్రవృత్తికి అనుగుణంగా ఈ మృత్యు సంఘటనను తన పద్ధతిలో అర్థం చేసుకుంటున్నాడని వారు భావించారు. శ్రీరామ్ అలా సుమారు 20 నిమిషాల నిశ్చల ధ్యాన ముద్రలో కూర్చొన్నాడు. ఆ తర్వాత లేచి, కుటుంబ సభ్యులతోపాటు తండ్రిగారి పార్థివ శరీరానికి వీడ్కోలు చెప్పడంలో నిమ్మగం అయ్యాడు.

అంత్యక్రియలు, మరణానంతర సంస్కారం జరిగిన తర్వాత తండ్రిగారి ఆస్తి గురించి కుటుంబ సభ్యులు చర్చించారు. తాను తండ్రిగారి భాగవత సంప్రదాయాన్ని మాత్రమే కొనసాగిస్తానని, పొలాలు ఆస్తుల విషయం తనకు సంబంధం లేదని శ్రీరామ్ వెంటనే స్పష్టం చేశారు. తనను భగవానుని కోసమే నిలుపు కుంటానని, ఆయననే తనవాడిని చేసుకుంటానని ఆయన వివరించారు. కుటుంబ సభ్యులు ఈ మాట విన్నారు. తన మరణానికి ముందు పండిట్జీ ఏడు రోజుల పాటు భాగవతకథ వినిపించారని, ఈ మాట దాని ప్రభావమని, బాధ్యత నెత్తిమీద పడితే అన్ని సర్దుకుంటాయని వారు అనుకున్నారు. కుటుంబంలోని ప్రస్తుత తరంలో పెద్దవాడు జ్యోతి ప్రసాద్ తలపాగా చుట్టుకున్నాడు. రివాజు ప్రకారం ఇతరులకు కూడా ఆస్తిలో వారి వారి వాటా అందింది. ఇల్లు, వాకిలి, పొలము ఆస్తి వీటిని చూచుకునేందుకు తాను లేనని, తాను తన ధర్మాన్ని కర్తవ్యాన్ని పాటించవలసి ఉన్నదని శ్రీరామ్ చివరి వరకు చెప్తూ వచ్చారు.

తండ్రిగారు లేకపోవడంతో శ్రీరామ్ ఒంటరితనాన్ని అనుభవించాడు. కుటుంబంలోని ఇతర సభ్యులు కూడా ఉన్నారు. పొలం, పనులు, వ్యాపారం, శిస్తు వసూళ్ళలోనే కాక కోర్టు వ్యవహారాలలో కూడా వారు పూర్తిగా నిమగ్నమై ఉన్నారు. జ్యోతిష్యం, ఆయుర్వేదం, ఉద్యోగాలు, సమాజసేవ రంగాలలో వారు నిష్ణాతులు. యోగం, ధ్యానం, ఆధ్యాత్మికత మున్నగువానిలో శ్రీరామ్కు మాత్రమే ప్రత్యేకమైన అభిరుచి ఉన్నది.

నేనసలు పాలు త్రాగను

శ్రీరామ్ బాల్యంలో, కిశోర దశలో అనేక సంఘటనలు జరిగాయి. శ్రీరామ్ పరమ సహృదయుడని, సహజంగా అందరిని నమ్మే గుణం ఆయనలో నిండుగా ఉన్నదని ఆ సంఘటనలు సూచిస్తాయి.

గ్రామంలో తల్లులు పిల్లలకు పాలు త్రాగిస్తారు. పిల్లల చేత వెన్న తినిపిస్తారు. ఈ విషయంలో వారు బాగా శ్రద్ధ చూపుతారు. ఒకరోజున శ్రీరామ్ ఆవు పాలు పితకడం చూచాడు. మొదట దూడను ఆవు దగ్గరకు తీసుకువెళతారు. ఆవు పాలు చేపుతుంది. దూడను తప్పించి దూరంగా తీసుకుపోతారు. ఆ తర్వాత పాలు పితుకుతారు. శ్రీరామ్ ఇదంతా చూస్తున్నాడు. దూడ ఆవువైపు చూస్తోంది. ఆవు దగ్గరకు తిరిగివెళ్ళడానికి ప్రయత్నిస్తోంది. అంబా అని ఆరుస్తోంది. ఆవు కూడా తన దూడవైపు చూస్తోంది. ఎంతో ప్రేమగా, మరెంతో బాధగా. ఇలా అవును దూడను వేరు చేయడం చూచి శ్రీరామ్ ఎంతో బాధపడ్డాడు. ఇవాళ నుంచి పాలు త్రాగను అని తాయీజీతో చెప్పాడు.

వచ్చేటప్పుడు వెంట తెచ్చుకునేది ఏమీ లేదు

తాయీజీ, ఇంటిలో ఉన్న మిగతా వ్యక్తులు శ్రీరామ్ కు నచ్చ జెప్పడానికి ప్రయత్నించారు. పాలు త్రాగితే బలం వస్తుంది. శరీరం దృఢంగా తయారవుతుంది, రోగాలతో పోరాడే సామర్థ్యం కలుగుతుందని చెప్పసాగారు. శ్రీరామ్ అందరికీ ఒకటే జవాబు చెప్పారు “దూడ నోటి దగ్గర పాలు లాక్కొని మనం మన ఒళ్ళు పెంచుకోకూడదని” ఇలా నచ్చజెప్పే ప్రయత్నం నెలల తరబడి సాగింది. చివరికి ఒక పరిష్కారం దొరికింది. దూడ పాలు త్రాగి తృప్తి చెందాలి. తనంతట తాను ఆవుకు దూరంగా వెళ్ళిపోవాలి. ఆ తర్వాతనే ఆవు పాలు పితకాలి. ఆ పాలే నేను త్రాగుతాను. ఈ షరతు ప్రకారం పితికే పాలు చాలా కొద్దిగా ఉంటాయి. అయితే, దూడల అవసరాన్ని దృష్టిలో ఉంచుకోవడం మరింత ముఖ్యం.

నమ్మి నష్టపోయినా...

మరో సంఘటన. బజారుకు వెళ్ళి తాళం కొనే సంఘటన. ఇంటి పనులు నౌకర్లు చేస్తారు. అయినా పిల్లవాడికి ఇంటి పనులు తెలియాలి. ప్రపంచ జ్ఞానం రావాలి, వ్యవహారాల అనుభవం కావాలి అని తల్లి అలా ఆలోచించింది. ఇంటిలో ఒక పెట్టె తాళం చెడిపోయింది. తల్లి డబ్బులు ఇచ్చి శ్రీరామ్ ను తాళం కొనుక్కురమ్మని బజారుకు పంపింది. తాళం ఖరీదు మూడు పైసలని దుకాణదారుడు చెప్పాడు. తల్లి చెప్పిన ధరకన్నా అది బాగా ఎక్కువ. “మీరు ఎక్కువ ధర చెప్పన్నారు” అని శ్రీరామ్ అన్నారు. దుకాణదారుడు అన్నాడు “అసలు ధర ఇదే. ఎక్కడైనా అడిగి చూడు. ఎవరైనా ఇంతకన్నా తక్కువ ధర చెపితే...” దుకాణదారు తన మాట పూర్తి చేయకముందే శ్రీరామ్ మూడు పైసలు ఇచ్చి తాళం తీసుకుంటూ అన్నారు “సరే ఇవ్వండి. అసలు ధర నాకు తెలుసు. అయినా మీరు చెప్పిన ధర ఇస్తున్నాను. మీ మీద నాకు నమ్మకం ఉన్నది”

ఇంటికి వెళ్ళిన తర్వాత తాయీజీ శ్రీరామ్ కు చిన్న ఉపదేశం ఇచ్చింది. తర్వాత ఆ సంగతి మరుగున పడింది.

ఈ సంఘటన జరిగిన తర్వాత శ్రీరామ్ ఆ దుకాణం ముందు నుంచి చాలాసార్లు వెళ్ళాడు. కాని ఎప్పుడూ దానివైపు దృష్టి సారించలేదు. ఆయన వెళ్ళా వస్తూ ఉండడం దుకాణదారుడు చూచాడు. శ్రీరామ్ తన దుకాణం వద్ద ఆగుతాడని వేచిచూచాడు. ఇలా పది పన్నెండు రోజులు గడిచాయి. ఒకరోజున దుకాణదారుడు శ్రీరామ్ ను కేకవేసి పిలిచి ఇలా అన్నాడు “నేను పశ్చాత్తాప పడుతున్నాను. నీ దగ్గర ఎక్కువ పైసలు తీసుకున్నాను. అప్పుడు నా మనసులో అంత అత్యాశ ఎందుకు కలిగిందో, అసలు ధర కన్నా ఎక్కువ ధర ఎందుకు తీసుకున్నానో నాకు అర్థం కావడం

లేదు. ఎక్కువ తీసుకున్న పైసలు వాపసు తీసుకో. నన్ను క్షమించు”.

శ్రీరామ్ ఈ మాటలన్నీ మౌనంగా వింటున్నాడు. దుకాణ దారుడు పైసలు తిరిగి ఇచ్చాడు. అయినా నొచ్చుకుంటున్నాడు. అప్పుడు శ్రీరామ్ అన్నారు “బాబాయ్! ఇందులో పశ్చాత్తాపడ వలసింది ఏముంది? నేను నీ మాట అప్పుడు నమ్మాను, ఇప్పుడు నేను ఫిర్యాదు చేయడం లేదు”.

కిశోరదశలో జరిగిన ఈ సంఘటన ఎవ్వరి పట్ల అవ నమ్మకంతో ఉండని శ్రీరామ్ ప్రవృత్తిని పట్టి చూపుతోంది. ఈ అలవాటు వల్ల ఆయన ఆ తర్వాత అనేక సందర్భాలలో నష్టపోయారు కూడా. అయినా ఆయన ఇలా చెప్పేవారు.

“విశ్వాసమే మార్పు తెస్తుంది. అవిశ్వాసం వల్ల, సందేహం వల్ల చెడు పెరుగుతుంది, మనుష్యుల మధ్య దూరం పెరుగుతుంది”.

(సశేషం)

- అనువాదం: ఎ. వేణుగోపాల రెడ్డి

సత్య దర్శనం

ఒక చెట్టుమీద గుడ్లగూబల దండు నివసించేది. తెల్లవారే సరికి వాటికి కన్నులు కనిపించకపోవటం వల్ల అవి గూటి లోనికి పోయి దాక్కొనేవి. ఒకనాడొక హంస ఉదయాన్నే ఆ చెట్టుమీద వాలి బాలభాసుని ప్రకాశంతో పులకిస్తున్న ప్రకృతిని చూచి తన్మయత్వంతో ‘సోదరులారా! ఇంతటి రమణీయమైన ప్రకృతిని, సూర్యభగవానుని ప్రకాశాన్ని చూడకుండా గూటిలో దాక్కొన్నారేమని’ ఆశ్చర్యంగా ప్రశ్నించింది. గుడ్లగూబలు పకపక నవ్వి ‘ప్రకృతిని అంతగా ప్రకాశించేయగల ప్రకాశం నిజంగా సూర్యునికే ఉండి ఉంటే మాకెందుకు కనిపించదు. అంతటి తేజస్వరూపుడు నిజంగానే ఉంటే మాకు తప్పక కనిపించి తీరాలి కదా! అనవసర పొగడ్డలు కట్టిపెట్టి నీ పనిని నీవు చూచుకో’ అని హంస మాటలను కొట్టిపడేసాయి. “పదుగురాడు మాట పాటియై ధర చెల్లు ఒక్కడాడుమాట ఎక్కడుండు” అన్న నీతిని ఆశ్రయించి హంస ఒంటరిగా నిస్సహాయంగా ఆ కొమ్మను వదలి దూరంగా ఎగిరిపోయింది.

ఈనాడు ఇటువంటి నరపాపరులే ఎక్కడ చూచినా అధిక సంఖ్యలో కనిస్తున్నారు. వారి వాదన, వారి తర్కం, వారి అహంకారముతో సత్యాన్ని గుర్తించలేక హేళన చేస్తూ విర్రవీగుతుంటారు.

- ప్రజ్ఞాపురాణం నుండి

వెళ్ళేటప్పుడు తీసుకువెళ్ళగలిగేది ఏమీ లేదు

మహాకాలుని గీత-సత్యంకల్పాలు - 4

ఇంద్రియ సంయమనం, అర్థ సంయమనం, సమయ సంయమనం మరియు ఆలోచన సంయమాలను నిరంతరం అభ్యసిస్తుంటాము

చాలాకాలంగా నాటుకుపోయిన కుసంస్కారాలను, అలవాట్లను రూపుమాపుకోవాలంటే ఒకటే మార్గం. మన దైనందిన కార్యకలాపాల్లో ఉత్సాహంగా, ధైర్యంగా సత్రయోజనాలను చేర్చుకోవాలి. మాటిమాటికి ఎగిసిపడే పశు ప్రవృత్తులను అణచడానికి మొండిగా ఉండడం చాలా అవసరం. ఈ రకంగా మనలను మనమే ఎదుర్కోవడాన్ని సంయమనం అంటారు. మనతో మనమే చేసే సంఘర్షణలో (మహాభారతంలో) ప్రతి కర్మ యోగి అర్జునుడి పాత్రని పోషించాలి.

జీవితం ఒక యుద్ధభూమి. ఉన్నట్టుండి పుట్టుకొచ్చే ప్రతికూలమైన కామపూరిత ఆలోచనలతో మొదలుకుని చాలా కాలంగా పేరుకుపోయిన ప్రవృత్తుల వరకు; సహజమైన ఋతు పరివర్తన మొదలుకుని అసాధారణమైన వాతావరణ మార్పుల వరకు మనిషి అన్నింటినీ ఎదుర్కోవాలి. మనస్సుకు పోరాడే ధైర్యాన్ని, శరీరానికి రోగాల నుండి ఎదుర్కొనే సామర్థ్యాన్ని జీవనీ శక్తి అందిస్తుంది. సంయమనం అనే వరానికి పరిణామం ఈ జీవనీ శక్తి. దీన్ని పాటించే వారికి రోగాలు, దుఃఖాలు రావు. జీవన సంగ్రామం అతనిని ఎప్పటికీ నిరాశపరచదు. విశృంఖలమైన, అస్వచ్ఛ ఆలోచనలు అతనిని ప్రభావితం చేయలేవు. సంయమనం, సంఘర్షణ ఇవి రెండు పర్యాయపదాలు. అసంయమనం దీన స్థితిగా, దారిద్ర్యంగా, రోగశోకాలుగా పరిణమిస్తుంది. జీవన శక్తిని అనవసరంగా వ్యర్థం చేయకుండా సృజనాత్మక ఆలోచనల్లో, కర్తవ్యాల్లో వినియోగిస్తేనే జీవన దేవతను ఉపాసించడం సాధ్యమవుతుంది. అసంయమనం వల్ల కలిగే దుష్పరిణామాలకు మనిషి దూరంగా ఉంటే భూమిపై స్వర్గం అవతరిస్తుంది, దుఃఖ దారిద్ర్యాలు పూర్తిగా సమసిపోతాయి.

జీవితానికి నాలుగు విధాలైన సంపదలు ఉంటాయి. ఇంద్రియ శక్తి, సమయ శక్తి, ఆలోచనా శక్తి, ధన (సమృద్ధి) శక్తి. మొదటి మూడు ఈశ్వరుడు అనుగ్రహించినవి. ఈ మూడింటి సంయుక్త ప్రయత్నంతో, భౌతికంగా పరిశ్రమ ద్వారా నాలుగవది

సంపాదిస్తారు. వీటిని దైవానుగ్రహంగా భావించి సద్వినియోగం చేసే వ్యక్తి ప్రపంచంలో ఎన్ని లోటుపాట్లు ఎదురైనా అవసరమైన సాధనములు సమకూర్చుకొనగలుగుతాడు. శారీరిక సామర్థ్యాన్ని, వాక్కును, సమయాన్ని సరిగ్గా వినియోగిస్తాడనే నమ్మకంతోనే ఈ విభూతులు భగవంతుని ద్వారా మనిషికి వారసత్వంగా సంక్రమించాయి.

పది ఇంద్రియాల్లో రెండు ముఖ్యమైవని. ఒకటి నాలుక, రెండవది జననేంద్రియం. వీటిని వశంలో ఉంచుకున్న మనిషికి శారీరిక, మానసిక ఆరోగ్యాలు లభించినట్లే. నాలుకను అదుపులో పెట్టుకుంటే శారీరిక ఆరోగ్యం, జననేంద్రియాన్ని అదుపులో పెట్టుకుంటే మనోబలం అక్షుణ్ణంగా (unlimited) ఉంటాయి. రుచికి బానిసైన నాలుక శరీరానికి అనవసరమైనవే కాక హాని కారకమైనవి కూడా తినిపిస్తుంది. రుచికరమైన భోజనం అయినా అతిగా తిన్నప్పుడు కడుపు పాడై అనేక రోగాలు వస్తాయి.

సమయ సంయమనాన్ని పాటించని వాడు ఖచ్చితంగా బద్ధకంగా, నిర్లక్ష్యంగా వ్యవహరిస్తాడు. నియమాన్ని పాటించకుండా చేసేది ఏదైనా అసంపూర్ణంగా ఉంటుంది. కష్టపడేవారే సమయాన్ని సద్వినియోగపరచగలరు. శారీరిక శ్రమను తప్పించుకోవడాన్ని బద్ధకం అంటారు. మానసిక జడత్వాన్ని నిర్లక్ష్యం అంటారు. శరీరంలో ఓపిక ఉన్నా వ్యక్తి కష్టపడడానికి వెనకాడితే దాన్ని నిర్లక్ష్యం అంటారు. ఈ బద్ధకం, నిర్లక్ష్యాలే మనిషికి అందరికన్నా దగ్గర శత్రువులు. కాలాన్ని వెక్కిరించేవారు జీవితాన్ని నిరర్థకంగా మార్చుకుంటారు. ఎంత ఆయుష్షు ఉన్నా సమయ సంయమనం లేని వారిని అల్పజీవులనే అంటారు. సమయం ఈశ్వరుడు అనుగ్రహించిన సంపద. మనస్ఫూర్తిగా శ్రమించి సమయాన్ని సద్వినియోగపరుచుకున్నవాడు అనేక సంపదలను, విభూతులను పొందగలడు. సమయాన్ని వృధా చేసుకున్న వాడు జీవితాన్ని వృధా చేసుకున్నట్లే.

సమయంలాగానే ఆలోచనా ప్రవాహాన్ని కూడా మంచి

ఎవరు చూడటం లేదని తప్పు చేయకు

ప్రయోజనాలకే అర్పించాలి. ఉన్నతమైన, ఉపయోగకర ఆలోచనలను ఒక పరిధిలో ఉంచడం వల్ల అవి సృజనాత్మక ప్రయోజనాలకు ఉపయోగపడి గొప్ప ప్రతిఫలాలను అందిస్తాయి. మనో నిగ్రహాన్ని అభ్యసించడం వల్ల జీవితంలోని అన్ని క్షేత్రాల్లో గొప్ప ఫలితాలు పొందుతారు. ఆలోచనల్లోని చపలత్వాన్ని, అస్తవ్యస్తతను తొలగించుకోవాలి. ఆలోచనలను లక్ష్యం వైపుకి మళ్ళించి లౌకిక, ఆత్మిక జగత్తుల్లో లాభాలను పొందాలి. మనిషి చేసే పనులన్నీ అతని ఆలోచనల పరిణామమే. “ఎవరు ఎలా ఆలోచిస్తారో వారు అలాగే చేస్తారు” ఈ మాటను ఎప్పుడూ గుర్తుంచుకోండి. ఆలోచనలు వీధి కుక్కలాగా ఇష్టారాజ్యంగా విహరించకుండా నిత్యం అభ్యసిస్తుండాలి. ప్రతిక్షణం వాటిని సరైన దిశలో పయనింపజేయాలి. అవసరమైన, నిరర్థకమైన, తగని ఆలోచనలతో పోరాడడానికి ముందు నుంచే సదాలోచనల సైన్యాన్ని సిద్ధంగా ఉంచుకోవాలి. తప్పుడు ఆలోచనలు రాగానే వాటిని ఎదుర్కొని తరిమేయాలి. జూలో జంతువులు, పక్షులు స్వేచ్ఛగా తిరగడానికి ఆవరణలు కడతారు. కాని వాటిని బైటికి మాత్రం రానివ్వరు. ఈ పద్ధతినే ఆలోచనలకు వర్తింపజేయాలి. ఇష్టం వచ్చినట్లు బయటకు తిరగనివ్వకూడదు.

శ్రమ, శ్రద్ధల ప్రత్యక్ష ఫలం ధనం. భౌతికంగా కాని, ఆత్మికంగా కాని దేనిని ఇష్టారాజ్యంగా ఖర్చు పెట్టే వెసులుబాటు మనిషికి లేదు. సొంత డబ్బెనా, పరాయివారిదైనా, కష్టపడి సంపాదించినదైనా, ఉదారంగా లభించినదైనా ఎట్టి పరిస్థితుల్లో వాటిని జీవనానికి, సమాజానికి ఉపయోగించడానికి మాత్రమే అని తెలుసుకోవాలి. శ్రమ, శ్రద్ధ, సమయం సత్ప్రయోజనానికే వెచ్చించాలి. ఇవి మూడు భగవంతుడు ప్రసాదించినవి. కాబట్టి ధనాన్ని కాలం, శ్రమ యొక్క సమ్మిళిత వరంగా భావించాలి. సమయం, ఆలోచనల విషయం ఎటువంటి దూరదృష్టిని కలిగి ఉంటామో ధనం విషయంలో కూడా అలాగే వ్యవహరించాలి. సంపాదించిన దానిలో కొంత ధనాన్ని పరమార్థకార్యాలకు వినియోగించడం సరైన పని. అలా కాకుండా సంపాదించిన ధనాన్ని అనవసరంగా పోగు చేయడం కాని, దుబారా చేయడం కాని తెలివితక్కువ పని. మంచి ఆశయాలకు డబ్బు ఖర్చుపెట్టని వారు తమ ఇళ్ళల్లో దుష్ప్రవృత్తులను ఆమంత్రిస్తారు. సంపదలను సద్వినియోగం చేసే వారి దగ్గరే లక్ష్మీదేవి తాండవిస్తుంది. ఆడంబరంగా పెళ్ళిళ్ళు చేయడం, ప్రదర్శించడం, ఫాషన్ పిచ్చిలో అనవసరంగా ఖర్చు పెట్టడం ఆదాయాన్ని వ్యర్థం చేయడమే. ఇలా చేయడం వల్లనే సామాజిక అపరాధాలకు చేయూత

లభిస్తుంది. కుటుంబ కలహాలు, కోర్టు వివాదాలు అన్నింటికీ ఇదే కారణం. సముద్రం కూడబెట్టుకోదు, మేఘాలుగా మారి వర్షిస్తుంది, అందుకు బదులుగా నదులు రెట్టింపు నీటితో మళ్ళీ సముద్రానికి చేరుతాయి. అలా కాకుండా పినాసిగా ఉంటుంటే, కూడబెట్టుకునుంటే, నదులు ఎండిపోయేవి, క్షామం నెలకొనేది. ఇదేమీ జరగకుండా, మరీ ఉదారంగా ఉండి కుంభవృష్టి కురిపిస్తే వరదలొస్తాయి. కాబట్టి సమత్వమే సరైన నీతి. అందుకే సంపాదించిన దాంట్లో కొంత మంచి ప్రయోజనాలకే వాడాలి. అవినీతితో సంపాదించకూడదు అలా అని సంపాదన నిర్లక్ష్యం చెయ్యకూడదు. ఖర్చు విషయంలో ఔదార్యంతోపాటు పరిణామాల విషయమై చక్కగా ఆలోచించాలి. ధనాన్ని లక్ష్మి అంటారు. సత్ప్రయోజనానికి వినియోగిస్తేనే అది లక్ష్మి, అపవ్యయం, అవినీతి సంపాదన మాయ అవుతుంది. మాయ ఎప్పటికైనా సశిస్తుంది.

సంయమనంలో స్థిరపడకపోవటానికి కారణం దాని స్వరూపం అర్థం చేసుకోకపోవడమే. చీకట్లో స్వరూపం, గొప్పతనం అర్థం చేసుకోవడం అంత కష్టం కాదు. కాని అందుకు మనిషి పూర్తి ప్రయత్నం, నిత్య అభ్యాసం చేస్తూనే ఉండాలి. స్వరూపం, గొప్పతనం అర్థం చేసుకునే ప్రయాస చేయలేకపోవడం కూడా అసంయమ ప్రవృత్తికి ప్రతికీయ అనే చెప్పాలి. కాబట్టి సంయమనం వల్ల కలిగే లాభాలను రుచి చూడాలనుకునే వారు తప్పుకుండా దాని స్వరూపాన్ని గొప్పతనాన్ని అర్థం చేసుకోవాలి. సంయమనానికి ఒక వైపు అనవసరపు దుబారా ఆపడమైతే, మరోవైపు దాన్ని సృజనాత్మక కార్యాలకు వినియోగించడం. అస్తవ్యస్తమైన, అనవసరమైన ఖర్చు చేయకుండా సృజనాత్మక ప్రయోజనాలకే వినియోగించినప్పుడు మనకున్న సామర్థ్యం శ్రేయస్కరమైన పరిణామాలనిస్తుంది.

- అనువాదం: శ్రీమతి జయలక్ష్మి

గాయత్రి

జగద్గురు శంకరాచార్యుల వారిని మాంధాత ప్రశ్నిస్తాడు -
 “గురుదేవా! ఇహపరాలు రెంటిని తరింపచేయగల ఉపాసన ఏది? సర్వోత్కృష్టమైన దైవం ఎవరు? దానికి శంకరాచార్యుల వారు ఇలా జవాబు ఇచ్చారు - “ఆత్మజ్ఞానాన్ని ప్రసాదించే దివ్య దృష్టి ఏ బుద్ధి ద్వారా ప్రాప్తిస్తుందో ఆ బుద్ధిని ప్రచోదన చేసేది గాయత్రి మాత్రమే. గాయత్రీ మహిమ వర్ణించడం అంత తేలిక కాదు. ఇహపరాలను రెండింటిని ఉద్ధరిస్తుంది గాయత్రి.
 - ప్రజ్ఞాపురాణం నుండి

అందరు చేస్తున్నారని అప్పు చేయకు (క్రెడిట్ కార్డు)

నేను ఏమిటి?-3

(గత సంచిక తరువాయి...)

ఈ భావన సత్యం కాదు. కల్పన కాదు. విశ్వంలోని ప్రతి జడ పదార్థము, చేతనత్వము, పరమాణువులు తిరుగుతూనే ఉంటాయి. సూర్యుని చుట్టూ వృద్ధి మొదలైన గ్రహాలు తిరుగుతుంటాయి. ఇది మొత్తం ఒక అద్భుత్య చేతనత్వం యొక్క పరిక్రమ చేస్తున్నది. హృదయగతమైన చేతనత్వం వలన రక్తం శరీరమంతటా పరిక్రమ చేస్తున్నది. శబ్దం, శక్తి, ఆలోచనలు, భౌతిక పరమాణువుల ధర్మం ఏమిటంటే అవి పరిక్రమ చేస్తూ ముందుకు పోతుంటాయి. మన చుట్టుప్రక్కల ఉన్న ప్రకృతి యొక్క స్వాభావిక ధర్మం తన పని తాను చేసుకుంటూ పోతున్నది. వీటిలో కూడా ఏ పరమాణువులు అవసరమవుతాయో అవి సహజంగా పరిక్రమ చేస్తాయి, ఎందుకంటే మనిషి చేతనత్వం యొక్క కేంద్రం. ఈ విషయాన్ని చక్కగా హృదయంగమం చేసుకుంటే మీలో ఒక విచిత్రమైన పరివర్తన తెలుస్తుంది. “నేను చేతనత్వం యొక్క కేంద్రమును, నా ప్రపంచం, నాకు సంబంధించిన భౌతిక పదార్థములు నా చుట్టు తిరుగుతున్నాయి” అనేది అనుభవంలోనికి వస్తుంది. ఇల్లు, బట్టలు, నగలు, ధనము, సంపదలు మొదలైన నాకు సంబంధించినవి కానీ నాలో వ్యాపించి లేవు. అవి వేరుగా ఉన్నాయి. తనను చేతనత్వం యొక్క కేంద్రంగా భావించే వ్యక్తి, తాను మాయలో ఉన్నట్లు భావించినా నీటిలో ఉన్న తామర ఆకులవలె కొంచెం పైకి లేస్తాడు, దానిలో మునిగిపోడు. ఎప్పుడైతే అతను తనను తుచ్చుడిగా, అశక్తుడిగా, బంధింపబడినట్లు కాక చేతనత్వ సత్తాగా, ప్రకాశకేంద్రంగా స్వీకరిస్తాడో తదనుసారంగా వస్త్రములు లభిస్తాయి. పిల్లవాడు ఎదుగుతుంటే వాడి బట్టలు సరిపోవు వాటిని తీసివేయవలసి వస్తుంది. ఎవరు తమను హీనులుగా, దీనులుగా, నీచులుగా, తుచ్చులుగా భావిస్తారో వారికి దానికి తగిన బట్టలు లభిస్తాయి. పేరాశ, భోగేచ్చ, కామేచ్చ, ముఖస్తుతి, స్వార్థం మొదలైన గుణములను ధరించవలసి వస్తుంది. కాని ఎప్పుడయితే తనను తాను మహోన్నతునిగా అనుభవంలోనికి తెచ్చుకుంటారో, వారికి ఈ బట్టలు పనికిరావు. చిన్నపిల్లవాడు బట్టలలో మల విసర్జన చేస్తే తప్పుగా అనిపించదు కాని పెద్దవారు అలా చేస్తే అసహ్యం వేస్తుంది. ఎప్పుడైనా రోగం వచ్చి అలా చేయవలసి వచ్చినా తనను తాను నిందించుకుంటాడు, సిగ్గు పడతాడు. నీచమైన ఆలోచనలు, హీనమైన భావనలు

పాశవికమైన కోరికలు, క్షుద్రమైన స్వార్థపరత్వమును చూచి ఆత్మచేతనత్వం వికసించిన మనుష్యులు అసహ్యించుకుంటారు. అతని శరీరానికి తగిన గుణములు వాటంతటవే లభిస్తాయి. ఉదారత, విశాల హృదయం, దయ, సానుభూతి మొదలైన గుణములే అతనికి తగిన వస్త్రములు. అలాగే దుర్గుణములు అతనిని వదలిపోతాయి. వయో వృద్ధయైన ఏనుగు దంతములవలె సద్గుణములు క్రమక్రమంగా పెరుగుతాయి.

తనను ప్రకాశకేంద్రముగా అనుభవంలోనికి తెచ్చుకునేందుకు తర్కం పనిచేయదు. ఎందుకంటే మన తర్కం కుంటిది, గుడ్డిది. ఎవరినయితే మనం నాన్న అని పిలుస్తున్నామో వారిని వాస్తవమైన తండ్రి అని ఏ తర్కం నిరూపించలేదు. అందువల్ల యోగాభ్యాసంలో ఈ కుంటి తర్కాన్ని వదలివేయవలసి వస్తుంది. ధారణ, ధ్యాన, సమాధులను అనుసరించవలసి వస్తుంది. ఆత్మ స్వరూపాన్ని అనుభవంలోనికి తెచ్చుకోవడంలో తర్క వితర్కములు పనిచేయదు. వీటిని వదలివేయడమే మేలు. ఈ పంక్తులలో మిమ్మల్ని భ్రమలో పడవేసే తప్పుడు, హానికారకమైన సాధనలు చెప్పడం లేదు. మేము నూటికి నూరుపాళ్ళు సరియైన విధానం చెప్తున్నామని శపథం చేస్తున్నాం. ఇదియే సరియైన మార్గం, మేము ఈ మార్గాన్ని చూచాము. రండి, మా వెనుక రండి, మిమ్ములను ఎక్కడా పడవేయడం లేదు. మిమ్మల్ని సరియైన స్థానమునకు చేరుస్తాము. సాధనలో మరల మరల ధ్యానావస్థలో మానస లోకములోనికి ప్రవేశించాలి. మిమ్మల్ని మీరు సూర్యసమానమైన ప్రకాశించే సత్తాగా చూడాలి, మీ ప్రపంచం మీ చుట్టూ తిరుగుతున్నట్లు అనుభవంలోనికి తెచ్చుకోవాలి. ఈ అభ్యాసం కొనసాగించాలి, మీ హృదయ ఫలకంపై ఇలా ముద్రించుకోవాలి - ‘నేను’ అని అంటున్నప్పుడు దానితోపాటు చిత్తంలో చేతనత్వం, ఆలోచనా శక్తి, ప్రతిభతో కూడిన కేంద్ర స్వరూపం కూడా మేల్కొనాలి. ప్రపంచంపై దృష్టి సారినై ఆత్మ సూర్యుని చుట్టూ ప్రదక్షణ చెయ్యడం కనుపిస్తుంది.

పైన చెప్పిన ఆత్మస్వరూప దర్శన సాధనలో వేగం కొరకు మీకు ఒక విధానాన్ని చెప్తాను. ధ్యానావస్థలో మీ పేరునే మరల మరల, నెమ్మదిగా, గంభీరంగా ఇచ్చాపూర్వకంగా జపించండి. ఈ అభ్యాసంతో మనస్సు ఆత్మ స్వరూపంపై కేంద్రీకృతం అవుతుంది. లార్డ్ టెన్నిసన్ తన ఆత్మశక్తిని ఈ ఉపాయంతో

ఎదుటివారు ఎంత సంతోషంగా ఉంటే అంత మంచిది, మన జోలికి రారు

మేల్కొలిపాడు. వారు ఇలా వ్రాశారు “ఈ ఉపాయంతో మేము కొంత ఆత్మ జ్ఞానాన్ని ప్రాప్తించుకున్నాము. మా గురించిన వాస్తవికత, మా చైతన్యం యొక్క మూలాలను అనుభవంలోనికి వచ్చాయి.”

కొంతమంది జిజ్ఞాసువులు ఆత్మస్వరూపాన్ని ధ్యానం చేసే సమయంలో “నేను” ను శరీరానికి ఆపాదించడం వల్ల సాధనలో గడబిడ జరుగుతుంది. ఈ అడ్డంకులను తొలగించుకోవలసిన అవసరం ఎంతైనా ఉన్నది. లేకపోతే ఈ పంచభూతాత్మకమైన శరీరమును ఆత్మగా భావించితే అత్యంత తక్కువ ఫలం ప్రాప్తిస్తుంది.

ఈ అడ్డంకులను దూరం చేయడానికి ధ్యానంలో కూర్చున్నప్పుడు నేను శరీరం కన్నా భిన్నం అని భావన చెయ్యండి. దీనిని ఒక వస్త్రంవలె, ఒక పనిముట్టువలె ఉపయోగిస్తాను అని అనుకోవాలి. కట్టుకునే వస్త్రము గురించి ఎలా ఆలోచిస్తారో శరీరం గురించి కూడా అలాగే ఆలోచించండి. శరీరాన్ని త్యాగం చేసినా కూడా “నేను” అనేది ఉంటుంది. శరీరాన్ని వదలివేసి పైనుంచి దానిని చూస్తున్నట్లు కల్పన చెయ్యాలి. శరీరాన్ని ఒక ఖాళీగా ఉన్న పక్షిగూడు రూపంలో చూడు, దానిలో నుండి బయటకు తేలికగా రాగలవు. “దీనిని నేనే ఆరోగ్యంగా, బలంగా, దృఢంగా తయారుచేశాను. దానిని శాసిస్తున్నాను. ఇష్టం వచ్చినట్లుగా పని చేయించుకుంటాను. నేను శరీరాన్ని కాదు. అది నా పనిముట్టు మాత్రమే. దానిలో ఒక ఇంట్లో ఉన్నట్టుగా విశ్రాంతి తీసుకుంటున్నాను. దేహం భౌతిక పరమాణువులతో తయారయింది, ఆ అణువులను నేనే నాకు కావలసిన వేషం కొరకు ఆకర్షించుకున్నాను”. ధ్యానంలో శరీరాన్ని పూర్తిగా మరచిపోవాలి. “నేను” పైనే సమస్త భావనలను ఏకత్రితం చేయాలి. అప్పుడు మీకు తెలుస్తుంది శరీరం ఆత్మకన్నా భిన్నమని. ఈ అనుభవం కలిగిన తరువాత మీరు “నా శరీరం” అంటే ఇంతకు ముందులాగా కాక ఒక క్రొత్త అర్థంలో చెప్తారు.

ఈ భావన యొక్క తాత్పర్యం మీరు శరీరాన్ని ఉపేక్షించమని కాదు. అలా చేస్తే అది అనర్థదాయకమవుతుంది. శరీరాన్ని ఆత్మ యొక్క పవిత్రమైన మందిరమని అర్థం చేసుకోవాలి. దానిని అన్ని రకాలుగా రక్షించడం, దానిని దృఢంగా ఉంచడం మీ పరమపాపన కర్తవ్యం.

శరీరం భిన్నం అనే భావన ఎంతవరకు ఉంటుందో అంత వరకు సాధకుని మనోరంజనమవుతుంది. ఆ భావన దృఢమయిన కొలది మృత్యువు సంభవించిన అనుభవం కలుగుతుంది. సాధనా స్థలంలో కూర్చుని కన్నులతో చూడలేని వస్తువులు కనిపించడం

మొదలవుతుంది. సూక్ష్మజగత్తులోని కొన్ని దృశ్యములు అస్పష్టంగా కనపడతాయి. దానితోపాటు కొన్ని దైవీ దృశ్యములు, పరోక్ష విషయములు కనుపించడం మొదలవుతాయి. ఈ స్థితిలో సాధకులు భయమునకు లోనుగావచ్చు.

కాని దీనిలో భయపడవలసినది ఏమిలేదని అర్థం చేసుకోవాలి. కేవలం సాధన కొంచెం వేగంగా అయింది. పూర్వ సంస్కారాల వలన ఈ చేతనత్వంలో కొంచెం కుదుపు కలగగానే అది ఉన్నట్టుండి మేల్కొన్నది. ఇక్కడి వరకు వెళ్ళడానికి నెమ్మది నెమ్మదిగా అభ్యాసం అయితే దీనిలో ఆశ్చర్యం ఏమీ ఉండదు. సాధనలో ఉచ్చ శ్రేణికి వెళ్ళిన తరువాత సాధకుడు యోగ్యత ప్రాప్తించు కుంటాడు. శరీరంలో ఉండగా చూడలేని వస్తువులను చూడగలగడం జరుగుతుంది. ఈ దశలో సాధకుడు శరీరంతో సంబంధాన్ని తెంచుకోడు. ఏ విధంగా అయితే ఒక వ్యక్తి కిటికీలో నుంచి మెడ బయటకు పెట్టి అక్కడ ఏమీ జరుగుతున్నదో చూచిన తరువాత తన ఇచ్చానుసారం మెడను తిరిగి లోపలికి తీసుకున్నట్లే ఈ దశలో జరుగుతుంది. అలాగే ఇక్కడ కూడా జరుగుతుంది. సమయానుసారం మేము పరోక్ష దర్శనం యొక్క శిక్షణ కూడా ఇస్తాము. ఇప్పుడు దీని గురించి ఎందుకు చెప్తున్నామంటే ఎవరికైనా అనుభవం దానంతట అదే వస్తే భయపడవద్దని చెప్తున్నాము.

జీవి అమరుడు అయ్యే సిద్ధాంతం అధికాంశ ప్రజలు విశ్వాసం ఆధారంగా స్వీకరిస్తున్నారు. ఇది కపోల కల్పితం కాదని తెలుసుకుని వారంతట వారే అనుభవంలోకి తెచ్చుకోవచ్చు. మీరు ధ్యానస్థితికి వెళ్ళి ‘నేను’ చనిపోయానని కల్పన చెయ్యాలి. చెప్పడానికి వినడానికి ఈ మాటలు సాధారణంగా కనిపిస్తాయి. ఎవరైతే ముందు పేజీలలో చెప్పబడిన చిన్న పెద్ద భావనలను అభ్యాసం చేస్తున్నారో వారికి ఈ చిన్న కల్పన కష్టమనిపించదు. కానీ మీరు ఇది చెయ్యటానికి కూర్చుంటే ఇలా చెయ్యడం కుదరదని చెప్తారు. అలాంటి కల్పన చేయడం అసంభవం. మీరు కనుక శరీరం చనిపోయినట్లు కల్పన చేయగలిగితే మీకు “నేను” చావలేదని తెలుస్తుంది. అది దూరంగా నిలబడి మృత శరీరాన్ని చూస్తున్నది. ఎటువంటి విధంగాను “నేను” చనిపోవడం కల్పన చేయలేరు. ఆలోచనా శక్తి ఆత్మ చనిపోలేదని చెప్తుంది. దానికి జీవి యొక్క అమరత్వంపై పూర్ణ విశ్వాసం ఉన్నది. ఎంత ప్రయత్నం చేసినా అది దాని అనుభవాన్ని మరువలేదు. బాగా దెబ్బలు తగిలి లేదా క్లోరోఫారం వలన స్పృహ తప్పిపడిపోయినా “నేను” ఉండనే ఉంటుంది. అలా కాకపోతే స్పృహ వచ్చినప్పుడు నేను ఇంతసేపు స్పృహ లేకుండా ఉండటం, నిద్రపోవడం కల్పన

ఎదుటివారికి కోపం వచ్చినప్పుడు మనం మౌనంగా ఉంటే సర్దుకుపోతుంది

చేయవచ్చు కాని “నేను” కు మృత్యువు అనే ప్రశ్న వచ్చినప్పుడు నలువైపులా వ్యతిరేకత మారుమోగుతుంది. తన అమరత్వం తన అఖండం యొక్క ప్రమాణం తనే తన లోపల దృఢంగా ధారణ చెయ్యడం ఎంతో సంతోషించదగ్గ విషయం.

తాను అమరుడని, అఖండమని, అవినాశి అని భౌతిక సంవేదనకన్నా పై స్థాయిలో ఉన్నానని దర్శించుకోవడం చాలా అవసరం. ఈ అనుభూతి లేకుండా నిజమైన ఆత్మవిశ్వాసం కలుగదు, జీవి చిరకాలంగా ఉన్న తుచ్చత్వంలోకి జారిపడతాడు. ఇది పేదపై పన్నీరు చల్లడంవంటిదవుతుంది. అందువల్ల ఏకాగ్రతతో మంచిగా “నేను అవినాశిని” అని అనుభవంలోకి తెచ్చుకోవాలి. ఈ భావన బాగా అనుభవంలోనికి వచ్చేదాకా ముందుకు వెళ్ళొద్దు. ముందుకు వెళ్ళినప్పటికీ పరీక్షించు. ఈ భావన ఆత్మ స్వరూప సాక్షాత్కారంలో చాలా సహాయం చేస్తుంది. భగవద్గీతలో (2/24) చెప్పినది అనుభవంలోనికి వస్తుంది.

అచ్చేద్యోయమ దాహ్యోయమక్షేద్యో శోష్య ఏవచ |
నిత్యః సర్వగతః స్థాణురచలోయం సనాతనః

తాత్పర్యం : ఈ ఆత్మ ఛేదించుటకును, దహించుటకును తడుపుటకును, శోషించుటకును సాధ్యంకానిది. ఇది నిత్యం, సర్వ వ్యాపి, చలంపనిది (అచలం) స్థాణువు (స్థిరమైనది) సనాతనము.

ధ్యాన స్థితిలో ఆత్మ స్వరూపమును దేహం నుండి వేరు చేసి అది వరుసగా ఆకాశం, గాలి, నీరు, పృథ్విలలో నుంచి వెళ్తున్నట్లు చూడాలి. అలా కల్పన చేయాలి. నా దేహం యొక్క బాధ తొలగి పోయింది. ఇప్పుడు నేను స్వతంత్రుడను. ఇప్పుడు ఆకాశంలో ఇచ్చాపూర్వకంగా క్రిందకి పైకి పక్షులవలె ఎక్కడికి కావాలంటే అక్కడికి పోతున్నాను. గాలి వేగంగా వీయడం వల్ల ఎటువంటి బాధలేదు. దానివల్ల జీవి కొంచెం కూడా ఎండిపోవడం లేదు. పెద్ద పెద్ద అగ్నిజ్వాలలు మండుతున్నాయి. దానిలోనించి హాయిగా, మజాగా వెళ్ళి బయటకు వస్తున్నావు అని కల్పన చెయ్యాలి. జీవిని అగ్ని ఎలా మండించగలదు? దాని వేడి భౌతిక శరీరం వరకు మాత్రమే ఉంటుంది. ఇదేవిధంగా జీవాత్మ నీటిలో, పృథ్విలో నుంచి వెళ్ళవచ్చు. ఆకాశంలోని ఏ వస్తువు యొక్క అస్థిత్వం అంటే ఏ తత్వమైనా జీవాత్మను తాకలేదు, మీ స్వతంత్రతకు కొంచెం కూడా బాధ కలుగదు.

ఈ భావనతో ఆత్మ యొక్క స్థానం శరీరం కంటే ఉన్నతమే కాక శరీరాన్ని ప్రభావితం చేసే పంచతత్వాల కన్నా ఉన్నతమైనదని తెలుస్తుంది. నేను దేహాన్ని మాత్రమే కాదు, దీనిని నిర్మించే పంచతత్వాల కన్నా కూడా పైనే ఉన్నాను అని చూడగలుగుతాడు. ఈ చేతనత్వంలో ప్రవేశించగానే “నాకు క్రొత్త జన్మ కలిగింది”

అని అనిపిస్తుంది. నూతన శక్తి సంచారం లోపల జరుగుతున్నట్లు అనిపిస్తుంది. భయం ఇక మచ్చుకైనా కనిపించదు. ఇప్పటిదాకా ఏ వస్తువుల వల్ల భయపడుతున్నావో అవి ఇంకా ఎటువంటి హాని కలిగించలేవనే విశ్వాసం కలుగుతుంది. శరీరం వరకే వాటి పరిధి. ఇచ్చాశక్తి ద్వారా శరీరం నుండి ఈ భయాలను తీసి వేయవచ్చు.

ఇది బాగా అర్థం చేసుకో. ప్రాథమిక శిక్షణ యొక్క బీజ మంత్రం “నేను”. ఇది పూర్తిగా అర్థం చేసుకున్న తరువాతే ఆధ్యాత్మిక ఉన్నతి పథములో అగ్రగామి కావచ్చు. నా సత్తా శరీరం కన్నా భిన్నం అని అనుభవంలోనికి తెచ్చుకోవాలి. తనను సూర్యునితో సమానమని మహా శక్తికేంద్రంగా చూడగలగాలి. దాని చుట్టూ తన ప్రపంచం తిరుగుతున్నది. దీనితో క్రొత్త శక్తి వస్తుంది, మీతో ఉండేవాళ్ళు దీనిని ప్రత్యక్షంగా చూడగలరు. “నేను దృఢంగా ఉన్నాను జీవితం యొక్క తుఫానులు నన్ను చలింపచేయలేవు” అని నీకే తెలుస్తుంది. కేవలం ఇంతే కాదు ఇంకా ముందుకు వెళ్ళాలి. మీ ఆత్మిక వికాసంతోపాటు జీవితంలోని తుఫానులను శాంతింపచేయగల సామర్థ్యం పొంద గలుగుతావు, వాటిని శాసించగలుగుతావు.

ఆత్మజ్ఞాని ప్రపంచంలో పెద్ద పెద్ద కష్టాలు ఎదురైనా నవ్వుతూ ఉంటాడు. భుజాలు ఎగురవేసి కష్టాలతో ఇలా అంటాడు. “వెళ్ళండి, వెళ్ళిపోండి, ఏ అంధకారంలోనించి ఉత్పన్నమయ్యారో తిరిగి ఆ అంధకారంలోనే కలసిపోండి”. “నేను” అనే బీజ మంత్రాన్ని ఎవరైతే సిద్ధింపచేసుకున్నారో వారు ధన్యులు.

జిజ్ఞాసువులారా! ప్రథమ శిక్షణను అభ్యాసం చేయడానికి తొందర పడవద్దు. ముందుకు వెళ్ళే ప్రయత్నంలో కాలుజారితే నిరాశ పడవద్దు. ముందుకు వెళ్ళిన తరువాత రెట్టింపు లాభం వస్తుంది. సిద్ధి, సఫలత మీ కోసమే. వాటిని పొందవలసినదే. శాంతంగా ప్రయత్నం చేయండి.

ఈ పాఠం యొక్క మంత్రములు:

- నేను ప్రతిభ, శక్తి యొక్క కేంద్రమును
- నేను ఆలోచనా శక్తి యొక్క కేంద్రమును
- నా ప్రపంచం నా నలువైపుల తిరుగుతున్నది
- నేను శరీరం కంటే భిన్నము
- నేను అవినాశిని, నా నాశనం జరుగదు
- నేను అఖండమును, నా క్షయము జరుగదు

(సశేషం)

ఇల్లాలికి భూదేవికి ఉన్నంత సహనం ఉండాలి



మనస్విత (मनसिक्ता) యొక్క చమత్కారం

(2013 ఫిబ్రవరి సంచిక తరువాయి...)

ఈ క్షేత్రమును మహాపురుషులు, సదాశయములు గలవారు ఉచ్చ లక్ష్యముల కొరకు పరితపించేవారి కొరకు వదలివెయ్యాలి, అప్పుడే ఈ విజ్ఞానం సదుపయోగం అవుతుంది, దురుపయోగం జరిగే అవకాశం కూడా ఉండదు. ప్రాచీనకాలంలోని మనీషులు, ఋషులు ఈ రకమైన ప్రయోగములలో సఫలమయ్యారు. ఆ ప్రయోగముల విజ్ఞానము, నిస్సందేహంగా ఈనాటి భౌతిక విజ్ఞానం కన్నా భిన్నమైనది. కాని ప్రాచీనకాలంలోని ఆధ్యాత్మికవేత్తలు ఈ దిశలో ప్రయోగాలు చేసి కృతకృత్యులయ్యారని ఈనాటి విజ్ఞాన వేత్తలు కూడా భావిస్తున్నారు. ప్రచండ మానసిక విద్యుత్తో సుసంపన్నమైన బుద్ధివాదుల ప్రచండ ఆలోచనా ధారలతో ఆ సమయంలోని దాదాపు రెండున్నర లక్షలమంది తమ విలాస వంతమైన జీవిత విధానమును వదలిపెట్టారు, ఆ కష్టతరమైన లక్ష్యం కొరకు అడుగులో అడుగు కలసివేశారు. శ్రీరాముడు సముద్రంపై వారధి నిర్మించేందుకు తగిన భావావేశం కలిగించాడు. శ్రీకృష్ణుడు మహాభారతం యొక్క భూమికను తయారుచేశాడు, దాని కొరకు తగిన మనోభూమిని ఉత్తేజితం చేశాడు. అర్జునుడికి యుద్ధం చేయాలని లేదు. కానీ విశిష్ట ప్రయోజనాన్ని గుర్తించుకుని, మానసిక క్షమత కలిగిన శ్రీకృష్ణుడు తగిన ఉత్తేజితమైన పరిస్థితులను ఉత్పన్నం చేశాడు. ఏనుక్రీస్తు, మహమ్మద్, జొరాస్టర్ మొదలైన మనస్వీలు (prophets / దేవదూతలు) ప్రజలను తమ అభీష్ట పథములో నడిచేందుకు వివశులను చేసేవారు.

ఆకర్షణీయమైన ప్రవచనాలు ఇచ్చేవారుంటారు. ఆ ప్రవచనాలను మెచ్చుకునే వారుంటారు. కానీ వారు ఆ ఉపదేశములను పాటించేందుకు ఇష్టపడరు. ఇది చెప్పేవారి దోషము కాదు, చెప్పే విషయం తప్పుకాదు. కాని చెప్పేవారి మనోబలం తక్కువవడం వలన వినేవారి మస్తిష్కములో మార్పు రాదు. నారదుడు ఎటువంటి మనస్వీ (దేవదూత) అంటే అతని కొద్ది పరామర్శతో ప్రజల జీవనశైలిని మార్చగలిగేవాడు. వాల్మీకి, ధృవుడు, ప్రహ్లాదుడు, సుకన్య మొదలైన ఎందరో మహానీయులు అతని ప్రేరణతోనే అంతవారయ్యారు.

సమర్థగురు రామదాసు, రామకృష్ణపరమహంస, వివేకా నందుడు, గురుగోవిందసింహ్, దయానంద సరస్వతి, కబీరు మొదలైన మహామానవులు అప్పటి ప్రజల ఉపయోగం కొరకు ప్రేరణ ఇచ్చారు, అభీష్ట పథంపై నడిచేందుకు సాహసం ఉత్పన్నం చేసేవారు, చేస్తున్నారు.

విద్యుత్తుతో సుసంపన్నమైన వ్యక్తి తన తేజస్సును అల్ప తేజస్సుగల వ్యక్తులలోనికి పంపించి వారిని చూస్తుండగానే

సమర్థవంతులుగా చేయగలడు. దీనినే శక్తిపాతం అంటారు. దీపంతో దీపం వెలిగించడం, పరశువేది స్పర్శతో ఇనుము బంగారంగా మార్చే ఉదాహరణలు ఇటువంటి సందర్భాలలో చెప్పబడతాయి.

వైజ్ఞానిక ఆధారంతో మస్తిష్క నియంత్రణ ప్రక్రియ మనిషి చేతులలోకి వస్తే మానవ ప్రజ్ఞ నిరంకుశుడైన వాడి అదుపు అజ్ఞలలోకి వెళ్ళే ప్రమాదమున్నది. అణుశక్తి అవాంఛనీయ మనుష్యుల చేతులలోకి వెళ్ళింది. అందువల్లనే అణుశక్తి అంత ఆందోళనకరంగా అయింది. అది సద్వినియోగం చేసే వారి చేతులలోనే ఉన్నట్లయితే దానివల్ల మంచే జరుగుతుంది.

మస్తిష్కమును నియంత్రణ చేసే విజ్ఞానం వికసించాలి, దాని నియంత్రణ సనాతన మహామానవులే చేయగలిగే వ్యవస్థ కావాలి. ఆత్మ విజ్ఞానం వికసించాలి. ఈ యుగంలో ఆ విద్య యొక్క మహా విజ్ఞాని ముందుగా ఈ మహాశక్తి యొక్క ఉత్పాదన, ఉపయోగంపై దృష్టి పెట్టాలి.

దూరదూరంగా ఉన్న వ్యక్తులు ఎటువంటి తీగలు, రేడియో, మొదలైనవి లేకుండా కేవలం మనస్సు, చేతల ఆధారంగా సంబంధం పెట్టుకోగలరా? వారి వారి ఆలోచనలను అంది పుచ్చుకోగలరా? వీటిని మానసిక శాస్త్రవేత్తలు పరిశోధన విషయంగా చేసుకున్నారు. ఉత్తర కెరోలినాలోని డ్యూక్ విశ్వ విద్యాలయం ద్వారా డా॥రాయిన్ నేతృత్వంలో ఈ విషయంలో లోతైన పరిశోధన జరిగింది. కేంబ్రిడ్జి విశ్వవిద్యాలయంలో పనిచేసే డా॥ స్టీడలే కైరిగటన్ ఈ అన్వేషణలో పాలుపంచుకున్నారు. ఈ చేతనత్వం అందరిలో కొంతవరకు ఉంటుందని, కానీ దీనిని వికసింపచేసుకున్నవారు అధికంగా సఫలం అవుతారని ఆయన అభిప్రాయం.

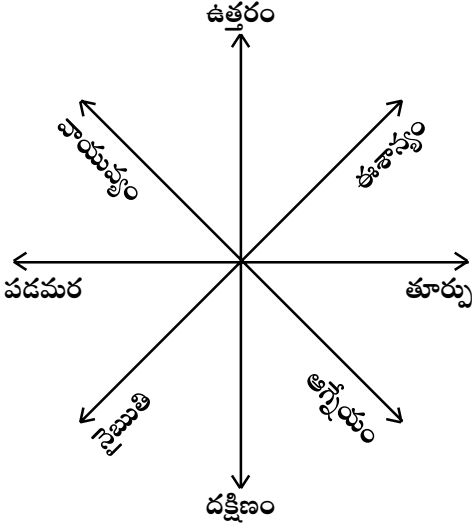
మస్తిష్కం యొక్క సామర్థ్యమును ఏ అభీష్ట దిశలో వికసింప చేసుకోవచ్చుననే దానిపై ఎటువంటి సందేహం లేదు. ఇంతేకాక కోరుకున్న సఫలతలు, సిద్ధులు ప్రాప్తించుకొనవచ్చు. విజ్ఞానం ఇవాళో రేపో ఈ సఫలతలను / ఫలితాన్ని సాక్షాత్కరింపచేసుకునే తీరుతుంది. ప్రస్తుతం మస్తిష్క రూపంలో నాల్గవ వంతు కూడా అర్థం కాలేదు. కేవలం 7% మాత్రమే తెలుసుకోగలిగారు. ఇంత మాత్రమే తెలుసుకుని వైజ్ఞానికులు ఆశ్చర్యంలో మునిగిపోయారు. మస్తిష్కమును విలక్షణమైనదిగా, అద్భుతమైనదిగా చెప్తున్నారు. మరి దాని స్వరూపం పూర్తిగా తెలుసుకున్నట్లయితే కలిగే ఆశ్చర్యం ఎలా ఉంటుందో ఎవరూ ఊహించలేరు.

- అనువాదం: శ్రీమతి అరుణ సీతారాం

సొంత లాభం కొంత మానుకో

వంట ఇల్లు

ఈ వ్యాసం యొక్క ముఖ్య ఉద్దేశ్యం పాఠక పరిజనులకు భారతీయ సంస్కృతి గృహనిర్మాణ విజ్ఞానపు విధి విధానాల గురించి వాస్తవ పరిస్థితులను పరిచయం చేసి, వారికి వాస్తు శాస్త్రం మీద ఉన్న భయ సందేహాలను దూరం చేయుట. చాలామంది తమ గృహాలలో వాస్తు మార్పుల కొరకు వాస్తు శాస్త్రజ్ఞుల వద్దకు పరుగులు తీస్తూ ఉంటారు. ఏ మాత్రం అధ్యయనం చేయకనే సమాజంలో ఎన్నో రకాల వైవిధ్యభరితమైన వాస్తు విధానాలు పుట్టుకొస్తున్నాయి. ఇంటి నిర్మాణం పూర్తి అయినప్పటికీ దానిలో చిన్న చిన్న మార్పులతో అంతర్గత ప్రభావంతో భూమ్యాకర్షణ శక్తి ద్వారా లాభాలు పొందవచ్చు. పురుష ప్రయత్నలోపంతో తమకు ఏదీ కలసిరాకపోవుటచే ఇంటి వాస్తు పైన దోషారోపణ చేయుట చాలా తప్పు. దిశలు ఎలాగుంటాయనే విషయం ఇక్కడ చిత్రం ద్వారా గ్రహించవచ్చు.



వాస్తు శాస్త్రంలో అత్యధిక ప్రాధాన్యత వంటశాల యొక్క నిర్మాణం గురించి ఇచ్చుట జరిగింది. పూరి గుడిసెలు, మట్టితో కట్టిన ఇళ్ళు చివరకు పక్కా భవనాల నిర్మాణం వరకు ఈ వంట గదికి ఎంతో ప్రాధాన్యత ఇచ్చుట జరిగింది. చైనాలో పాకశాలను గృహం యొక్క ఖజానాగా భావిస్తారు. అగ్నికి నిలయంగా వంటగదిని భావించాలి. పృథ్వీ, జలం, అగ్ని, వాయువు, ఆకాశం ఈ ఐదు మహా భూతాలలో అగ్నికి విశిష్ట స్థానమున్నది. పురాతన కాలంలో దీని ఉపయోగం ఉండేది కాదు. ఎందుకంటే మానవులు

కంద మూలాలు, ఫలాలు మొదలైన అపక్వ పదార్థాలను తిని తమ ఆకలిని తీర్చుకొనేవారు. తదుపరి నిప్పుని తయారుచేయుట తెలుసుకొన్న తర్వాత ఆహారం వండుకొని తినుటను ప్రారంభించారు. భౌతిక జగత్తులో అగ్ని వేడిని, వెలుగుని ప్రసాదిస్తే, ఆధ్యాత్మిక జగతిలో ఓజస్సు, తేజస్సును ఇస్తుంది.

వాస్తు శాస్త్రంలో అగ్ని స్థానం తూర్పుదక్షిణ దిశలు కలిసే చోట అనగా అగ్నేయ దిశలో ఉండాలని నిర్ణయించుట జరిగింది. దీనికి స్వామిత్యం అగ్నిదేవునిగా భావించుట జరిగింది. విద్యుత్తుకి సంబంధించిన అన్ని ఉపకరణాలు, పొయ్యి, బర్నర్ స్టవ్, హీటర్, భట్టీ మొదలైన వాటిని అగ్నేయ కోణంలోనే ఉంచుకొనుట అనుకూలంగా ఉంటుంది. ఈ దిశ మీద ఆధారపడి ఇంటి స్థిరత్వం దృఢత్వంతోపాటు నివాసముంటున్న వ్యక్తుల శారీరిక, మానసిక ఆరోగ్యాలు ఆధారపడి ఉంటాయి. అగ్ని నివాసం సూర్యునితో ఉన్న కారణంగా ఈ దిశలోనే హవనం యజ్ఞం లాంటి శుభకార్యాలు చేయుట శాస్త్రీయ విధానంగా ఉన్నది. దీనివల్ల యాజకునకు సుఖం, సమృద్ధి, ఐశ్వర్యం, కీర్తి ఇంకా దీర్ఘాయుష్షు లాంటి లాభాలు చేకూరగలవు. అగ్ని పురాణంలో ఈ కోణానికి 'అగ్నిని' స్వామిగా భావిస్తూ, ఎవరైతే ప్రతి నిత్యం అగ్నిహోత్రం, బలివైశ్యం మొదలైన వాటి ద్వారా అగ్నిని ఉపాసన ద్వారా సేవిస్తారో వారికి ఓజస్సు, తేజస్సు, వర్షస్సు మొదలైన లాభాలు చేకూరతాయి. అగ్నేయ కోణంలో నిత్యం దీపారాధన చేయుట వల్ల, వంట గదిలో నిత్యం అగ్నిని మండిస్తూ ఆరిపో కుండా చేయుటం ఎంతో శుభదాయకమని శాస్త్రాలలో పేర్కొనుట జరిగింది. భవన నిర్మాణంలో అగ్ని కోణాన్ని సముచిత సదుపయోగం చేయగలవారికి, జీవితంలో ప్రగతి, ఉన్నతితోపాటు వ్యక్తిత్వం కూడా ఆకర్షవంతంగా మారి ఓజస్వులుగా, తేజస్వులుగా ఉంటారు.

పంచ భౌతికతత్వాలతో కూడిన మన శరీరం మనం తినే ఆహారం ద్వారా పోషించబడుతుంది. ఈ ఆహార పదార్థాలు వంట శాలలోనే తయారవుతాయి. అక్కడ తయారుచేయబడిన ఉత్తమ వంట ద్వారా వండిన ఆహార పదార్థాలు కుటుంబంలోని వ్యక్తులందరి ఆరోగ్యం ఆధారపడి ఉంటుంది. విశ్వకర్మ వాస్తుశాస్త్రంలో ఇలా చెప్పారు.

అనుభవంతోనే విద్య రాణిస్తుంది

శ్లో॥ పృథీవ్యాధి మహాభూతౌ నిర్మితౌ మానుషీతనుః ।
 తస్మాత్పదుత్తసదు ద్రవ్యాస్త స్యః పోషణ మీరతమ్
 యధాకాలం పక్వాన్తం భక్ష్యం ఖాద్యంచ లంఖణమ్
 బద్ధీ యీన్మతి మానేహీ స్థానే సల్లక్షణాన్వితే
 తస్మా సుఖాది శ్రేయోర్థో భోజనాగారముత్తమమ్ ॥

వాస్తు శాస్త్రజ్ఞులు వంటశాల నిర్మాణం తూర్పుదక్షిణ మధ్య మూలలో అనగా ఆగ్నేయ దిశలో ఉండుట సర్వశ్రేష్ఠదాయకమని చెప్పారు. వరాహమిహిరుని గొప్ప గ్రంథం “బృహత్ సంహిత” 39వ అధ్యాయం వాస్తు విద్యాధ్యాయంలోని 118వ శ్లోకంలో ఈశాన్య కోణంలో పూజా గృహం, ఆగ్నేయ కోణంలో పాకశాల నైఋతిలో వస్తువుల గది, వాయువ్య దిశలో ధన-ధాన్యం ఉంచు కొనే విధంగా గదులను నిర్మించుకోవాలని వ్రాయుట జరిగింది. అదేవిధంగా అగ్ని పురాణంలో 106వ అధ్యాయంలో “నగరాధిక్ వాస్తు కథనం” లోని 18-19 శ్లోకాలలో వివరణ ప్రకారం తూర్పున స్ట్రాంగ్ రూమ్, కోశాగారం, ఆగ్నేయ కోణంలో వంటగది, దక్షిణంలో పడకగది, నైఋతి కోణంలో అస్త్ర శస్త్ర గది, పశ్చిమంలో భోజనశాల, వాయువ్య కోణంలో ధాన్యగది, ఉత్తరాన ద్రవ్య గది, ఈశాన్యంలో దేవాలయం లేక పూజాగది ఉండాలని వివరించారు. అన్ని శాస్త్రాలలో ఇదే విషయంగా గృహ నిర్మాణం జరిగిన ఎడల ఇంటి యజమానికి, మిగిలిన కుటుంబ సభ్యులందరికి అన్ని విధాల ఆనందదాయకమవుతుందని తెలిపాయి.

వాస్తు విశారదులు తెలిపిన విధానం ప్రకారం ఆగ్నేయ దిశలో ఉండుటకు ప్రాధాన్యతేమనగా ప్రాతఃకాలంలో తూర్పు దిశలో ఉదయస్తున్న సూర్యకిరణాలతోపాటు ప్రాణవంతమైన ప్రాణ వాయువు ఇంకా స్వచ్ఛమైన వాయువు వంటగదిలోనికి ధారాళంగా ప్రసరించుట వలన ఎన్నో లాభదాయక ఆరోగ్య పరిస్థితులు సిద్ధించుటేగాక వంట చేసే వ్యక్తులకు మంచి ఆరోగ్యంతోపాటు ప్రసన్న చిత్తంతో శాంతిపూర్వకంగా ఉండి వారు తయారుచేస్తున్న ఆహార పదార్థాలు ఎంతో రుచికంగా, శుభ్రంగా, పుష్టిని కలిగించే విధంగా తయారవుతాయి.

చైనా దేశంలోని ప్రజల అభిప్రాయం ప్రకారం వ్యక్తి ఆలోచనలు అతని ఆరోగ్యం, ఎన్నో విషయాల మీద ఆధారపడి ఉంటుందని, ఇంటిలో ఏ దిశలో వంట గది ఉందని? ఏ దిశలో ముఖం ఉంచుకొని వంట చేస్తున్నారని? వారి వాస్తు విజ్ఞానం “FENG SHUI”లో వ్రాసిన దానిని ఎంతో గౌరవం ఇచ్చి ఆ విధానాన్ని ఆచరిస్తున్నారు. ఆరోగ్యంతోపాటు, ధన సంపద మీద వంట గది ప్రభావం తప్పకుండా ఉంటుందని వారి విశ్వాసం. ఇలాంటి వంటశాలలో వండిన ఆహారం భుజించిన వారు బాహ్యజగత్తులోకి

వెళ్ళి వారి వారి కృషి క్షేత్రాలలో దక్షతాపూర్వకంగా చేయు పనిలో ఎన్నో లాభాలు పొందుట జరుగుతుందని వారి నమ్మకం, అక్కడ ఏ ఇంటికైనా ఇదే ప్రధాన విషయం.

భవన నిర్మాణంలో ముందుగా గమనించవలసినది భూమి స్థితి. ఆ స్థలం ఎలా ఉన్నది? చతురస్రంగానా, దీర్ఘాకారమా, గోళాకారమా లేక త్రికోణాకారంగా ఉన్నదా? అని దానికి వ్యతిరేక దిశలు ఎలా ఉన్నాయి? రహదారి ఏ దిశ గుండా వెళుతుంది? భవన ఆకారం ఎలా ఉండాలి? దాని నిర్మాణంలో ఎన్ని గదులుండాలి? మొదలైన విషయాలు తెలుసుకొని, వాస్తు నియమాలకనుగుణంగా ముఖ్యమైన గదులను నిర్మించుట చాలా తేలిక అవుతుంది. ఈ కాలంలో చాలామంది తమకు ఇష్టమైన విధంగా భవనాలు నిర్మిస్తూ ముఖద్వారానికి ఎదురుగా వంట గదిని నిర్మించుకొంటున్నారు. అదేమంటే మూర్ఖంగా మాట్లాడుతూ ‘ఇంటిలోనికి ఎవరు వస్తున్నారు పోతున్నారనే విషయం గమనించ వచ్చని కుతర్కాలు చేస్తున్నారు. కాని వాస్తు ప్రకారం ఈ విధంగా వంట గదిని నిర్మించుట అనర్థము, వినాశనానికి దారి తీస్తుంది. అలాంటి గృహంలో నివసించే పరివార సభ్యులు మధ్య తరచుగా తగాదలు, గొడవలు-పోట్లాటలు జరుగుతుంటాయి. మనస్పర్థలు, కలహ క్లేశాలు, మానసిక ఒత్తిడి మొదలైన దుఃఖాలు చుట్టుముడతాయి. అంతేగాక ధన నష్టంతోపాటు అనారోగ్యాలు పుట్టుకొస్తాయి. అందువల్ల వంటగది మాత్రం ఆగ్నేయ దిశలోనే ఉండాలి. అలా కుదరనప్పుడు వాయువ్యంలో ఉండేటట్లుగానైనా చూసుకోవాలి.

ఈ రోజుల్లో అన్ని ప్రాంతాలలో ముఖ్యంగా పల్లెల్లో చిన్నపెద్ద నగరాలలో వంటకు స్ట్రా లేక గ్యాస్ సిలిండర్ వాడుతున్నారు. కొన్ని కుగ్రామాలలో ఇప్పుడు కూడా వంటకు పిడకలు, కట్టెల పొయ్యిలను వాడుతున్నారు. గ్యాస్ పొయ్యిల కొరకు వంట గదిలో రెండు రకాల ఫ్లాట్ ఫారమ్స్ నిర్మాణంలో ఉన్నాయి. ఒకటి ‘ఎల్’ ఆకారంలో, రెండవది గోడకు సమానాంతరంగా... తూర్పు-దక్షిణ గోడకు కలిపి నిర్మించిన ఫ్లాట్ ఫారమ్ మీద గ్యాస్ పొయ్యి, దక్షిణ-పడమర గోడకు నిర్మించిన ఫ్లాట్ ఫారమ్ మీద వంట పాత్రలు వివిధ వస్తువులు ఉంచుటకు ఏర్పాట్లు చేసుకొంటున్నారు. వాస్తు ప్రకారం గ్యాస్ పొయ్యి ఆగ్నేయ కోణంలో తూర్పు గోడ ఆధారంగా నిర్మించుట ఎంతో ఉపయోగంగా ఉంటుంది. తూర్పు ఆగ్నేయ కోణం మీద ఉన్న గ్యాస్ పొయ్యిల ముఖాలు పడమర వైపునకు, వంట చేసే వ్యక్తుల ముఖాలు తూర్పు ముఖాలుగా ఉండు వాస్తు ప్రకారం చాలా మంచిది. ఫ్లాట్ ఫారమ్ వెడల్పు 1 1/2 లేక 2 అడుగులు ఉంచుకోవచ్చు. ఉత్తరం వైపు గోడకు ఈ

చదువు, సంపద క్రమక్రమంగా సాధించవలసినదే

ప్లాట్ ఫారమ్ అనుకోకుండా చూసుకోవాలి. లేక ఉత్తర గోడను 3 అంగుళాల దూరంగా దక్షిణ గోడకు ఆనుకొనేటట్లు ఉండాలి. గది చిన్నదా-పెద్దదా? స్వంత భవనమా లేక అద్దె గృహమా? ఎలా ఉన్నప్పటికీ ఈ వ్యవస్థనే పాటించాలి. వంటశాలను తప్పనిసరిగా ఆగ్నేయ కోణంలో లేక పడమర వాయువ్య మూలలో గాని ఉండేటట్లు చూసుకోవాలి.

ఈశాన్యదిశలో అనగా ఉత్తర-తూర్పు మధ్య కోణంలో వంటగదిని ఏ పరిస్థితులలోను నిర్మించకూడదు. అంతేగాక ఉత్తర మధ్యభాగంలోగాని, పడమర మధ్యభాగంలోగాని దక్షిణ మధ్యలో గాని, నైఋతి కోణంలో వంటగది నిర్మాణం చేయకూడదు. ఇదేవిధంగా పూజా గది, పడక గది, ల్యావేట్రీ మీద-క్రింద గాని వంట గది ఉండకూడదు. వాస్తు శాస్త్రప్రకారం వంట గది తప్పు జాగాలో నిర్మించినట్లైతే గృహంలోని వ్యక్తుల ఆరోగ్యం మీద చెడ్డ ప్రభావం పడుతుంది. అలాంటి గృహంలో నివసించేవారికి అజీర్ణ రోగం, ఆకలి లేకపోవుట, ఎసిడిటి, హృదయ సంబంధమైన రోగాలు చుట్టుముడతాయి. విదిశలో ఉన్న భూమి మీద, మూల కోణాలు గల భూమి మీద నిర్మించే భవనాలలో ఆ భూమి తూర్పు దిశలో వంటగదిని ముందుగానే తయారుచేసుకోవచ్చు. అలా కానట్లైతే దక్షిణ భాగంలోనైనా ముందుగానే నిర్మాణం చేపట్టి తరువాత భవనాన్ని నిర్మించుకోవాలి.

పాత సామెత “గృహ కలహాలు, ఆరంభం-అంతం కూడా వంట గదిలోనే జరుగుతాయి”

వాస్తవమేమనగా గృహంలో శాంతి ఉండాలంటే వంట గది నిర్మాణం వాస్తు ప్రకారం నిర్మించబడాలి. పరివారపు శారీరిక, మానసిక ఆరోగ్య పరిస్థితులు, సామరస్య పూర్వక నడవడికలన్నీ వారి వంటగది నిర్మాణం ద్వారా తెలిసిపోతుంది. ఆహారం ద్వారా మనస్సు మీద పడే ప్రభావం “ఎలాంటి అన్నమో అలాంటి మనస్సు” అనే సూక్తి ద్వారా తెలుస్తుంది. ఆహారపు మంచి చెడ్డలు దాన్ని తినేవారి మీద తప్పక ప్రభావం చూపుతుంది. ఇంటిలోని శాంతి, సుఖం, సమృద్ధి మొదలైనవన్నీ వంటగదితో జోడించబడి ఉన్నాయి. ఏ దిశలో ఆహారం వండబడిందో, ఏ దిశలో కూర్చొని ఆహారం భుజిస్తున్నారనే దానిమీద కూడా వారి ఆరోగ్యం ఆధారపడి ఉంటుంది. అందువల్ల వాస్తు శాస్త్ర ప్రకారం భవన నిర్మాణంలో వంటశాలకు అత్యంత ప్రాముఖ్యతను ఇచ్చుట జరిగింది.

భవనం మొత్తం వాస్తు ప్రకారం నిర్మించేటప్పుడు ఎంత చిన్న తప్పు నిర్మాణంలో జరిగినా మొత్తం ఆ గృహంలో నివాసముండే వారిమీద చెడ్డ ప్రభావం తప్పకుండా పడుతుంది. ఉదాహరణకు

సింక్, వాష్ బేసిన్, బట్టలు ఉతుకుట, పాత్రలు శుద్ధి చేసే స్థానం వంటగదికి ఆనుకొని ఆగ్నేయ దిశలో ఉన్నట్లైతే ప్రమాదాలు ఎదురవుతాయి. నిప్పు నీరు రెండింటిని ప్రక్క ప్రక్కన ఉంచుకో కూడదు. అదేవిధంగా వంటశాలలో పొయ్యిపైనగాని, క్రిందగాని లేక సమానాంతరంగాగాని, ఎదురుగాగాని నీటి కలశంగాని, బిందెగాని ఉంచితే నిశ్చయంగా కుటుంబ వాతావరణంలో కలహాలు రేగితే, ఈ స్థానాలలో ఉన్న పాత్రలలోని నీటిని త్రాగినట్లైతే వేడి స్వభావం పుట్టి గృహంలోనివారు పరస్పరం కొట్టుకొంటూ, పోట్లాడుకొంటూ ఉంటారు.

వంట గదిలో సామానులు భద్రపరచుకుంటుకు అవసరాన్ని బట్టి గోడల మీద అటకలు నిర్మించుకోవచ్చు. కాని వాటిని దక్షిణ-పశ్చిమ గోడలలో నిర్మించుకోవటం ఎంతో ఉపయోగంగా ఉంటుంది. తూర్పు మరియు ఉత్తరపు గోడల మీద నిర్మాణం చేయకూడదు. ఉత్తర-పశ్చిమ స్థానాలలో అల్మరాలు ఉంచుకోవచ్చు. పొయ్యిలున్న చోట, గ్యాస్ సిలిండర్ ఉన్న చోట పైభాగాన అల్మరాలు గాని, ర్యాక్స్ గాని నిర్మించితే తీసేటప్పుడు వస్తువులు జారిపడే ప్రమాదాలు జరుగుతాయి.

వంటగదిలో రిఫ్రిజిరేటర్ ని ఉంచాలనుకుంటే ఆగ్నేయ దిశ, ఉత్తర-పశ్చిమ దిశ లేక వాయువ్య దిశలో పెట్టుకోవచ్చు. ఈశాన్యం-నైఋతి దిశల్లో ఉంచితే వాటికి రిపేర్లు వస్తాయి. ఒకవేళ తప్పని స్థితిలో ఉంచాలనుకొంటే కోణాలలో (మూలాలలో) కాకుండా రెండు మూడు అడుగుల దూరంగా ఉండేలా చూసుకోవాలి.

మైక్రోఓవెన్, మిక్సి, గ్రైండర్ మొదలైన వాటిని దక్షిణ ఆగ్నేయ దిశలో ఉంచుకోవచ్చు. తేలికపాటి వస్తువులు తూర్పు లేక ఉత్తరంలోను, బరువు సామానులు పడమర లేక దక్షిణ దిశలలో ఉంచుకోవచ్చు. సన్నికల్లు, రోకళ్ళు, చీపుర్లు లాంటి రోజు వారీ ఉపయోగించే వస్తువులు నైఋతి కోణంలో ఉంచుకోవచ్చు. వీటిని పొరపాటున కూడా ఈశాన్య దిశలో ఉంచకూడదు. అలాగే రోలు, తిరగలి లాంటి బరువైన వాటిని దక్షిణ-నైఋతి కోణాలకు సంబంధించిన గదులలో పెట్టుకోవచ్చు. ఉత్తర-పడమర-నైఋతి కోణాల్లో చిన్న స్టోర్ గదిని నిర్మించుకొని దానిలో బియ్యం, పప్పులు, గోధుమలు పిండి మొదలైన ఖాద్య వస్తువులను అన్నం ఉంచుకొనే పెద్ద పాత్రలను ఉత్తర-పడమర-వాయువ్య కోణాలలో ఉంచుకొన్నందువల్ల ఆ ఇంటిలో ఎప్పుడూ అన్నానికి కొరత ఉండదు. వంటగది దిశలలో ఖాళీ డబ్బాలు ఉంచకూడదు. ఒకవేళ ఉంచదలిస్తే వాటిలో అడుగున నాలుగు-ఐదుగింజలు వేయాలి. అలా గింజలు వేసిన డబ్బాలుంటే ఆహారానికి లేమి ఉండదు.

చదువు అనేది విజ్ఞానం కొరకు, మార్కుల కొరకు కాదు

ఈశాన్యం-ఆగ్నేయం, మధ్య పడమర గోడకు ఆనుకొని ఖాద్య పదార్థాలు నిలువ చేయుటకు అనుకూలంగా ఉంటుంది.

పాలు, పెరుగు, నెయ్యి, నూనె, పెరుగు చిలికే కవ్వం మొదలైన వాటిని వెనుకటి కాలంలో వేరే గదులలో వంట గదికి సమీపంలోని తూర్పు-ఆగ్నేయ దిశలో జాగ్రత్త చేసుకొనేవారు కాని ప్రస్తుతం వాటిని వంట గదిలోనే ఉంచుకొంటున్నారు. అలాంటప్పుడు పాలు, పెరుగు ఉత్తర-తూర్పు దిశలో ఉంచుకోవాలి. వెన్న-మీగడలు తీయటానికి ఉపయోగించే కల్వము లేక కవ్వము లను వంటగదిలో చేయాలనుకొంటే తూర్పు గోడ తగలకుండా తూర్పు-లేక ఆగ్నేయ కోణంలో చిన్న మేకు కొట్టిగాని, గూటము బిగించిగాని, హుక్ని దించిగాని తగిలించవచ్చు. ఇలా చేయుట వల్ల పెరుగు చిలికే వారి ముఖం తూర్పు దిశకు తిరిగి ఉంటుటతో శుభకరమవుతుంది.

వంట గదిలో ఉత్తరం-తూర్పు దిశల్లో కిటికీలు తప్పక ఉండాలి. దానితో సూర్యకిరణాలు నేరుగా గదిలో ప్రసరిస్తాయి. దక్షిణంలో కిటికీ ఉండకూడదు. వంటగది ఎదురెదురుగా కిటికీలు ఉండుట మంచిది. చెడ్డ వాయువులు బయటకు మంచి గాలులు లోపలికి రావటానికి వీలుంటుంది. డ్రాయింగ్ రూమ్ లేక అతిథులు కూర్చోనే చోటు వంటగది కిటికీకి ఎదురుగా ఉండకుండా చూసుకోవాలి. పొగ పోవటానికి వంటగదిలో కిటికీ గాని లేక చిమ్మీ గాని లేక ఎగ్జాస్ట్ ఫ్యాన్ గాని అమర్చుకోవటం మంచిది. అందువల్ల గదిలోని ఘాటు వాసనలు బయటకు పోయి వంట చేయువారి ఆరోగ్యంపై చెడు ప్రభావం పడకుండా ఉంటుంది. ఈ ఫ్యాన్ని పొయ్యికి పైన కాకుండా కొంచెము దూరంగా ఒక ప్రక్కన నిర్మించుట అనుకూలంగా ఉంటుంది.

వంటగదిలో ఏదైనా ప్రమాదం ఎదురైనప్పుడు తక్షణ నివారణ కొరకు ఫస్ట్-ఎయిడ్ వ్యవస్థతో అనేక జాగ్రత్తలు తీసుకోవాల్సి ఉంటుంది. ప్రమాదాలు జరుగుటకు ముందు సూచనలు ఏమి ఉండవు కాబట్టి దానికి తగిన ఏర్పాట్లు ఉంచుకోవాలి. చేతులు తెగినా, కాలినా ఫస్ట్-ఎయిడ్ కొరకు బర్నల్, డెట్టాల్, బాండేజి, దూది మొదలైనవి ఉండేటట్లు చూసుకోవాలి. (కాంథారిస్-200 (Cantharis-200) అనే హోమియోపతి మందు కాలిన వుండ్రుకు అద్భుతంగా పనిచేస్తుంది. కాలిన వెంటనే ఇట్లా నోట్లో మందుచేస్తే అట్లా మంట తగ్గిపోతుంది). అగ్ని ప్రమాదం జరిగితే నిప్పు ఆర్పగలిగే చిన్న సిలిండర్లను వంట గదిలో ఒక ప్రక్క పెట్టుకోవడం తప్పనిసరి. పురుగుల మందులను పిల్లలకు అందకుండా వంట శాలలో కాకుండా వేరేచోట జాగ్రత్త చేసుకోవాలి.

వంటశాలకు వేసే రంగులు కూడా మనుషుల మీద ప్రభావం

చూపుతాయి. గది గోడలకు, పై భాగానికి తేలికపాటి నీలిరంగు గాని, బూడిద రంగుగాని వేసుకోవచ్చు. ఎరుపు రంగుగాని, పాలిపోయిన రంగులుగాని వేయకూడదు.

మన ప్రాచీన భారతీయ పరంపర అనుసారం కుటుంబ సభ్యులందరు వచ్చిన అతిథులతో పాటు భోజనశాలలో కూర్చోని ఆహారం తినాలి. వాస్తు ప్రకారం భోజనశాల పడమర దిశలోగాని - సంపదలుంచుకొనే వాయువ్య కోణంలోగాని ఏర్పాటు చేసుకోవాలి. కాని ఇప్పటికాలంలో భోజనం డ్రాయింగ్ రూమ్లో లేక డైనింగ్ హాలులో చేస్తున్నారు. వాస్తు శాస్త్రం దీనికి విరుద్ధం. తూర్పు లేక పశ్చిమ దిశలో డైనింగ్ హాల్ని ఏర్పాటు చేసుకొని, దక్షిణ దిశకు ముఖాలుంచుకొని భోజనం చేయుట మంచిది కాదు. అనారోగ్యానికి కారణమవుతుంది. తూర్పు, పడమర దిశల్లో ముఖాలు ఉంచుకొని భుజించుట చేత అధిక సుఖం, శాంతి, సంతోషాల తృప్తి దొరుకుతుంది. ఈ సంతృప్తి ఇతర దిక్కులలో దొరకదు.

భోజనం ఎప్పుడూ శాంతంగా, ప్రసన్న చిత్తంతో ఆరగించాలి. పూర్వం కాళ్ళు చేతులు శుద్ధి చేసుకొని, నోటిని పుక్కిలించిన తరువాత భోజనానికి కూర్చోనేవారు. ఆహారపు పాత్రను బల్లమీద ఉంచి ముందుగా అన్నదేవతకు నివేదించి, ఈశ్వరునకు అర్పించి ప్రసాదంగా తినేవారు. ఇలా చేస్తే శరీరం మనస్సు ఆరోగ్యంగాను, స్ఫూర్తివంతంగాను ఉంటుంది. భోజనం చేయు అలవాట్లు, వంటగది నిర్మాణం ప్రాచీన కాలం నుండి పరంపరగా మనకు వస్తుంది. మనం కూడా ఈ విధమైన వాస్తు నియమాలను యధావిధిగా ఆచరించి సుఖం, శాంతి, సమృద్ధి పొందుదము గాక!

- అఖండజ్యోతి, జనవరి 2000
అనువాదం : జి. చెన్నకేశవరావు

వినయం

తథాగతుడు బోధి వృక్షానికి నమస్కరిస్తూ ఉండగా ఒక శిష్యుడు వృక్షానికి ఇంత గౌరవాన్ని ఇవ్వటం ఏమిటి అని ప్రశ్నిస్తాడు. బుద్ధుడు చిరునవ్వుతో, “వినయంతో నమస్కరించే వాడు గొప్పవాడు కాగలుగుతాడు. ఈ పరంపరను అహంకారంతో మీరు విస్మరించకుండా ఉండటానికి నేనీవిధంగా నమస్కరించటం అవసరం. ఈశ్వరీయ మార్గంలో అడుగిడే మీరందరు వినయాన్ని ఆశ్రయించి అహంకారాన్ని విడనాడండి” అని శిష్యులను ఆదేశిస్తాడు.

- ప్రజ్ఞాపురాణం నుండి

ఇంట్లో అందరు కలసి భోంచేయాలి



మార్గదర్శనము యొక్క సుయోగమును ప్రాప్తింపజేస్తుంది

ఆదిశక్తి లీలాకథా శృంగుల ఒకదాని తరువాత ఒకటి చొప్పున అనేక ఆధ్యాత్మిక ఆయామములను అభివ్యక్తం చేస్తుంది. శ్రీదుర్గా సప్తశతి కామనలను పరిపూర్ణిచేసే, సంకటములను దూరం చేసే కల్పలత మరియు కల్పతరువు అని సాధారణ జనులు భావిస్తారు. ఈ అవగాహన కారణముగానే బహుశః జనబాహుళ్యం కర్మకాండ మరియు సకామసాధనా విధానాలలో చిక్కుకుని కొట్టుమిట్టాడు తుంటారు. 'శ్రీదుర్గాసప్తశతి యొక్క ప్రవేశద్వారము ఎటువంటి దంటే అక్కడికి ప్రవేశం లభించడముతోపాటు పరీక్షా విధానము కూడా ఉంటుంది' అన్న సత్యమును విస్మరిస్తున్నారు. ఈ విధానములో భక్తుల యొక్క భక్తి, జ్ఞానల యొక్క జిజ్ఞాస, అనుభవజ్ఞుల బోధనలు పరీక్షించబడతాయి, తమను తాము ఆధ్యాత్మిక సాధకులమని చెప్పుకునేవారి వివేక, వైరాగ్యములు ఎంత దృఢమైనవి, సంకల్పయుక్తమైనవి అని పరిశీలించబడతాయి.

పరీక్ష, ప్రామాణికతల గీటురాళ్ళపై తమ స్వచ్ఛతను నిరూపించుకున్నవారే తమతమ అనుభూతులలో ఆధ్యాత్మిక ఆయామములను స్పృశించగలరు. అటువంటివారి భావచేతన లోనే జీవనసాధనా గవాక్షం తెరుచుకుంటుంది. చిత్తము యొక్క దట్టమైన అరణ్యము అతి విషమయమని వారు అప్పుడు గ్రహించ గలుగుతారు. సామాన్య మానవులేకాదు, మీదుమిక్కిలి ఉచ్చకోటికి చెందిన తాపసులు, సాధకులు సైతము అందులో ఉన్న సంస్కారాలనే దుర్గమమైన మార్గాలలో దారితప్పి చిక్కుకుపోయి తమ ఉనికినే కోల్పోతారు, తమను తాము మర్చిపోతారు, భగవంతుడుని మర్చిపోతారు. ఆ అరణ్యమే అంత దుర్గమమైనది, భయావహమైనది. అందులోకి ప్రవేశించడము సులభమేకానీ మార్గమును పట్టుకొనుట కష్టము. ఆ అరణ్యములో వెలుగులు నిండిన కాలిబాటను ఏర్పరచుకొనుట కొరకు భగవతి భక్తులు తమ సంపూర్ణ ఆత్మబలమును పణంగా పెట్టవలసి ఉంటుంది. ఆత్మబలమనే సమర్థవంతమైన అశ్వమును అధిరోహించి ప్రయాణించినప్పుడు మాత్రమే ఈ విషమయమైన భీషణారణ్యములో ఒక మార్గమును ఏర్పరచుకొనగలరు.

ఆత్మబలమైనా, శుభసంస్కారాల ప్రభావమైనా, అన్నింటినీ మించి భగవతి జగదంబ కృపయైనా, అది సాధకుడిని నిశ్చయంగా అంతర్వివేకం, అంతర్ప్రజ్ఞ వరకు చేరుస్తుంది. అంతర్ప్రజ్ఞ అనేది చేతన యొక్క ప్రథమ ప్రకాశపూర్ణమైన స్థితి. ఇక్కడ ఊహ కాక,

అనుభూతి బలవత్తరంగా ఉంటుంది. అంతేకాదు అసమానత స్థానములో సమత్వం, విరోధ స్థానములో సమత, విద్వేషం స్థానములో ఆత్మీయత సహజంగానే ఉంటాయి. ఇక్కడికి చేరుకున్నప్పుడు ప్రగాఢమైన శాంతి ప్రప్రథమముగా అనుభవ మౌతుంది. మహారాజు సురధునికి కూడా మేధామహర్షి ఆశ్రమములోకి ప్రవేశించినప్పుడు ఈ అనుభవమే కలిగినది. అంతర్ప్రజ్ఞ యొక్క వెలుగు ఎక్కడ ఎంత ప్రగాఢంగా ఉంటుందో, అక్కడే ఈ అనుభవం కూడా అంత ప్రగాఢంగా ఉంటుంది. అక్కడ దోషం, దుర్భావనలు నిలువజాలవు. మహర్షి వాల్మీకి ఆశ్రమములో అనేకానేక పశుపక్ష్యాదులు కోలాహలం చేస్తున్నాయి. వాటిలో వాటికి ఏ రకమైన వైరం, భావం లేదు, అవన్నీ ప్రసన్న భావంతో విహరిస్తున్నాయి.

సుఖవంతమైన, శాంతిప్రదమైన, ద్వేషరహిత, దోషముక్త, దుర్భావనలు లేనటువంటి ఆ ఆశ్రమము సురధమహారాజు మనస్సును అమితముగా ఆకట్టుకున్నది. ఆదిశక్తి లీలాకథ గత భాగములో ఈ సత్యమే ఉల్లేఖించబడినది. మహారాజు సురధుడు మహర్షియైన మేధుని ఆశ్రమమును దర్శించి ముగ్ధుడై నిలిచి పోయాడు. అతను ఏ రాజ్యమునుండి అయితే ఆశ్రమమునకు వచ్చాడో అక్కడ ద్వేషం, దోషం, దుర్భావనల బాధాకరమైన అనుభవాలను అతను పలుమార్లు చవిచూశాడు. అతను ఆత్మీయులలోనే పరాయిత్వమును చూచాడు. విశ్వాసపాత్రులు అన బడేవారు అందించిన విశ్వాసఘాతుకం అనే విషమును అతను లెక్కలేనన్నిమార్లు పానం చేశాడు. ఆ అనుభూతి అతనికి ఎంత గాఢముగా కలిగినదంటే విశ్వాసం అనే శబ్దమే అతనికి విషప్రాయం అయింది. అతని గతానుభవములన్నీ బాధాకరమైనవి, దుఃఖమయ మైనవి!

అయితే మేధాఃమహర్షి ఆశ్రమములోకి అడుగుడుతూనే అతనికి ఒక కొంగ్రొత్త అనుభూతి ఎదురైంది. ఆ అనుభవమే అతని కాళ్ళను కట్టిపడవేసినది. ఈ సత్యమే ఈ పరమపావనమైన ఆదిశక్తి లీలాకథ యొక్క తరువాతి శ్లోకములో అభివ్యక్తీకరించ బడినది.

తస్మై కంచితృ కాలం చ మునినా తేన సత్కృతః |
ఇతశ్చేతశ్చ విచరంస్తస్మిన్మునివరాశ్రమే || (1/1/11)

కష్టాలు జీవితంలో ఎన్నో నేర్పుతాయి

అర్థము: ఆ సురభమహారాజు ఆ మేధాముని ద్వారా స్వాగత సత్కార గౌరవములను అందుకున్నవాడై మునిశ్రేష్ఠుని ఆ ఆశ్రమము లోనే కొంత తడవు ఇటూ అటూ తిరుగాడుతూ గడిపాడు.

ఆదిశక్తి లీలాకథ యొక్క ఈ శ్లోకమంత్రం రహస్యమయమైనదే కాక సౌందర్యపూర్ణమైనది. ఇందులో ఆధ్యాత్మిక సాధకుని ప్రప్రథమ ఆధ్యాత్మికానుభూతి యొక్క సారాంశమున్నది. జీవితములోని లెక్కలేనన్ని బాధలు, అమితమైన వేదనలు నిండిన అనుభవములు చవిచూసిన పిమ్మట ఇది మొట్టమొదటి ఆనందమును అందించే ప్రీతిపూర్ణమైన అనుభూతి. శ్రీమద్భగవద్గీత భాషలో 'జీవన విషాదం యోగరూపమును పొందుట' అని చెప్పబడిన పావన క్షణమిదే! పతంజలిమహర్షి వాక్కులలో చెప్పాలంటే యోగసాధన యొక్క సమస్త అనుశాసనములు 'అధ' అనే దాని అనుభవములను అన్నింటినీ అధిగమించి ఋతుంభరా ప్రజ్ఞగా రూపుదాల్చుట. గాఢాంధకారము తొలగిన పిమ్మట వెలుగు రేకులు దృగ్గోచరమయ్యే ఈ క్షణం పరమ సుఖప్రదమైనదే కాక, పరమ ఆశ్చర్యకరమైనది కూడా!

జీవితములోని సమస్త నకారాత్మక (negative) అనుభవాలను సకారాత్మకముగా (positive) మలచుకునే కళను తెలుసుకున్న వారికి ఈ అనుభూతి కలుగుతుంది. ఆ అనుభూతిచెందినవారిలా ప్రవచించారు. "బాధలోకూడా ఒక రసాత్మకత ఉన్నది. బాధలో కూడా లోతైన ఆధ్యాత్మిక రహస్యములున్నాయి. బాధలో కూడా అద్భుతమైన ఆధ్యాత్మిక మాధుర్యమున్నది." జీవితములోని వేదనలలో కూడా ఆధ్యాత్మిక అనుభూతులు జన్మతీసుకుంటాయి అని తెలుసుకున్నవారు వేదన లేకుండా తమ ఆధ్యాత్మిక ఆకారమును సాకారముగా మార్చుకొనలేరు. వేదన అనే పర్వతమును కూల్చివేసినప్పుడే ఆ దివ్యమైన క్షణం ప్రకటితమవుతుంది.

సద్గురువు లభించుటకూడా భగవతి ఆదిశక్తి కృపయొక్క ప్రథమ సాక్షాత్కారం వంటిదే. భగవతి నిజముగానే తన ప్రియమైన భక్తజనులపట్ల కృపను చూపించినచో ఆ తల్లి వారి అంతర్భావనలలో ఋతుంభరాప్రజ్ఞగా రూపుకట్టి సాక్షాత్కరిస్తుంది. 'దేవి' హృదయ రూపమనే వింధ్యాచలపర్వతములలో మహర్షిమేధారూపములో సంప్రాప్తమౌతుంది. ఏ సాధకునైనా మేధామహర్షిని కలుసుకోవటం అంత సులభం కాదు. జీవితాంతము అనుభవించిన బాధలు పుణ్యకర్మలుగా మారినప్పుడే ఇలా జరుగుతుంది, ఇది సంభవ మవుతుంది. జీవనపర్వతము సహించిన దెబ్బలు తమ చరమ పరిణతిరూపంగా ఆధ్యాత్మిక అవరోధాలను సమర్థవంతముగా దూరం చేయుటలో సఫలం అవుతాయి. కేవలము అప్పుడే అంతశ్చేతనలో జగన్మాత కృప సద్గురు వాక్కుగా రూపుదాల్చి

వినబడుతుంది. సాధకుడు దేవి దయ చేత సద్గురువు సాన్నిధ్యమును పొందుతాడు. కృపాపూర్ణమైన అనుభూతిని దర్శింపజేసే ఈ శ్లోక మంత్రమునకున్న తనదైన విశిష్ట సాధనావిధానము క్రిందన ఇవ్వబడుతున్నది.

సాధనా విధానము

వినియోగం : ఓం అస్యశ్రీ 'తస్మా కజ్జీత స కాలం' ఇతి సప్తశతీ ఏకాదశ మస్త్రస్య శ్రీనారదఋషిః, శ్రీమహాలక్ష్మీదేవతా, స్త్రీం బీజం, ధర్మచారిణీశక్తిః, కమలామహావిద్యా, సత్త్వగుణః, ప్రాణజ్ఞానేంద్రియం, సౌమ్యరసః, పాద కర్పేంద్రియం, శాస్త్రస్వరం, భూతత్వం, ప్రవృత్తికళా, శ్రీం ఉత్తీలనం, ధేనుముద్రా, మమ జ్ఞానభక్తివైరాగ్య క్షేమస్థైర్యాయురారోగ్యాభివృద్ధ్యర్థం శ్రీఆదిశక్తి మాతా గాయత్రీ రూపేణ యోగమాయా భగవతీ శ్రీమహాదుర్గా ప్రసాద సిద్ధ్యర్థం చ నమోయత ప్రణవ-వాగ్మీ-స్వబీజ-లోమ-విలోమ పుటితోక్త ఏకాదశ మస్త్రజపే వినియోగః ॥

న్యాసః

కరన్యాసః	షడంగ న్యాసః
ఓం ఏం స్త్రీం	అంగుష్ఠాభ్యాం నమః
నమో నమః	తర్జనీభ్యాం నమః
తస్మా కజ్జీత్స కాలం	చ మధ్యమాభ్యాం నమః
మునినాతేన సత్కృతః	అనామికాభ్యాం నమః
ఇతశ్చేతశ్చ విచరన్	కనిష్ఠికాభ్యాం నమః
తస్మిన్మునివరాశ్రమే	కర-తలకరపుష్పాభ్యాం నమః

ధ్యానమ్

ఓం అక్షస్తక్పరశుం గదేషుకులిశం పద్మం ధనుష్కణ్డికాం ।
 దణ్డం శక్తిమసిం చ చర్మ జలజం ఘణ్డాం సురాభాజనమ్ ।
 శూలం పాశనుదర్శనే చ దధతీం హస్తైః ప్రవాల-ప్రభామ్ ।
 సేవే సైరిభమర్దినీమిహ మహాలక్ష్మీం సరోజస్థితామ్ ॥

మంత్రం

ఓం ఏం స్త్రీం నమః
 తస్మా కంచిత్య కాలం చ మునినాతేన సత్కృతః ।
 ఇతశ్చేతశ్చ విచరం స్తస్మిన్మునివరాశ్రమే ॥
 నమో స్త్రీం ఏం ఓం ॥11॥

1000 జపాత్ సిద్ధిః - కుంకుమ - పాయసైః హోమః ।
 గాయత్రీమహామంత్ర జపం - 10,000, గాయత్రీ విధానేన దశాంశ హోమః ॥ గాయత్రీమహామంత్ర జపం 10,000 చేయాలి.
 గాయత్రీ విధివిధానముతో దశాంశ హోమము చేయాలి.

ఇరుగు పొరుగు వారితో స్నేహంగా ఉండాలి

10 మాలలు గాయత్రి చేసి ఒక మాల సప్తశతీమంత్రం చేయాలి. ఈవిధంగా పదిరోజులు చేయవలెను. ఆ తరువాత దశాంశ హవనము చేయాలి.

ఆధ్యాత్మిక ఫలశృతి : ప్రకాశపూర్ణమైన అంతర్ప్రజ్ఞ యొక్క సాన్నిధ్యప్రాప్తి.

లాకిక ఫలశృతి : మార్గదర్శకుని యొక్క స్నేహపూర్ణమైన సాన్నిధ్య సౌలభ్యము

గాయత్రీమంత్రముతో పాటు ఈ సప్తశతీమంత్ర సంపుటీ కరణం శీఘ్రఫలదాయనిగా నిలుస్తుంది. 'జీవితము బాధలు, కష్టములు మరియు కురీతులతో నిండిఉన్నది, బయటపడటానికి ఏ మార్గమూ దృగ్గోచరమగుటలేదు' అన్నది మనలో చాలామందికి

అనుభవపూర్వకమైన విషయమే. నిజము చెప్పాలంటే వ్యాకులతకు కారణం అజ్ఞానం, మార్గదర్శక లేమి. ఈ మంత్రమును భక్తి పూర్వకముగా సాధన చేసినచో మార్గదర్శకుని యొక్క మార్గదర్శనము లభించుట అనే సుయోగము సంప్రాప్తమవుతుంది. ప్రత్యక్ష పరోక్ష మార్గదర్శనం పొందే సుయోగం ఈ సాధన ద్వారా లభ్యమగుట సునిశ్చితం. ఈ సాధన చేసేవారి అంతఃప్రేరణ స్వయముగానే ప్రకాశమయ్యై ప్రస్ఫుటిస్తుంది. అలా జరిగినప్పుడు ఆపదలు, వేదనల యొక్క సమూహములు స్వయముగానే క్షీణించిపోతాయి. జీవితములో సంపూర్ణముగా నవకాంతులు ప్రసరించే సదవకాశం ఉద్భవిస్తుంది.

- అఖండజ్యోతి, నవంబరు 2009

అనువాదం: శ్రీమతి లక్ష్మీరాజగోపాలు

శాంతికుంజ్ విశిష్టతను గౌరవించండి - అనుశాసనాన్ని పాటించండి

శాంతికుంజ్ అనుశాసనాన్ని పాటించుటలో సహకరించండి - ముందస్తు అనుమతిని పొంది రండి.

పూజ్యగురుదేవులు, వ్యక్తిత్వాన్ని సంస్కరించే ఒక కార్యశాలగా శాంతికుంజ్ ను నిర్మించారు. అందువల్ల శాంతికుంజ్ వాతావరణాన్ని సాధనకు మరియు శిక్షణకు అనుకూలంగా ఉంచవలసిన అవసరం ఎంతైనా ఉంది. వేసవి సెలవులలో సహజంగా ఇచ్చటి శిక్షణా శిబిరంలో పాల్గొనే వారి సంఖ్య ఎక్కువగా ఉంటుంది. కావున పరిమిత సంఖ్యను మాత్రమే అనుమతించటం జరుగుతుంది. పై కారణాల దృష్ట్యా ముందస్తు అనుమతిని గైకొని రావలసిందిగా ప్రార్థన.

శాంతికుంజ్ వ్యక్తిత్వాన్ని వికసించేయుటకై ఏర్పాటు చేసిన ఆకాడమి: మిత్రులారా! మనుష్యుల వ్యక్తిత్వ వికాసానికి శాంతికుంజ్ నిర్మాణం జరిగింది. ఇది మీకు తెలిసినదే. ప్రభుత్వ పాఠశాలలో, కళాశాలలో భోజనానికి, నివాసానికి, గ్రంథాలయానికి మరియు బోధనకు విడివిడిగా రుసుము వసూలు చేస్తున్నారు. కాని ఇచ్చట శాంతికుంజ్ లో కనీసము ఒక సైనికా కూడా ఎవ్వరి నుండి వసూలు చేయుట లేదు. అన్నీ ఉచితం. దీనికి తోడు నలండా, తక్షశిల విశ్వవిద్యాలయాల మాదిరి వ్యవస్థను ఇచ్చట ఏర్పాటు చేయుట జరిగింది. మానసికంగా, శారీరకంగా వృద్ధులు కానివారిని, చదువుట, వ్రాయుట నేర్పినవారిని, ఓర్పు సహనశీలురను ఈ శిక్షణా శిబిరాలకు ఆహ్వానిస్తున్నాం. ఇట్టివారు మాత్రమే వస్తే బాగుంటుంది. అట్లాకాక పై వారితో పాటు వారి వారి తాతలను, అమ్మమ్మలను, అమ్మలను, ఇరుగు పొరుగు వారిని వెంట పెట్టుకొని వచ్చి, దీనిని పనికిరానివారితో నింపినట్లయితే ఇది ఒక విశ్వవిద్యాలయం అనిపించుకోదు. అప్పుడు ఇది ధర్మశాలగా మారి నరకాన్ని తలపిస్తుంది. దీనిని మీరు నరకకూపంగా మార్చకండి. అర్హులైన వారు ఇచ్చటికి వచ్చి శిక్షణ పొంది, మా నుండి ప్రాణశక్తిని, జీవనీశక్తిని పొంది లాభించెదరు గాక. మేము ఉన్నా, లేకపోయినా శిక్షణా కార్యక్రమాలు నిర్విఘ్నంగా కొనసాగుతుంటాయి.

మీరు ఏమి ఆలోచిస్తున్నారో మాకు తెలియదు. మీ సౌలభ్యం కొరకు ధర్మశాల నుండి పొందెడి లాభాన్ని ఆశిస్తున్నారా? ఇది కూడదు. ఇది ధర్మశాల కాదు. ఇది ఒక కళాశాల, విశ్వవిద్యాలయం, వ్యక్తిత్వ వికాసానికై నిర్మింపబడినది. సత్యయుగ ఆవిష్కరణ కొరకు మేము కనేకలల సాకార భవనమిది. మీలో ఏ ఒక్కరు మనీషులుగా తయారుకాదలచారో, అట్టివారందరికి ఈ విశ్వవిద్యాలయంలో సంజీవని విద్యను అభ్యసించుటకు అవకాశమున్నది. ఆలోచనాపరులు, భావనాశీలురైన వ్యక్తులు ఈ కార్యక్రమం నుండి లాభాన్ని పొందండి. మీరు ధన్యజీవులై, మమ్ములను ధన్యజీవులను గావించండి.

- పరమపూజ్య గురుదేవుల వాఙ్మయం 68 నుండి

హిందీ మూలం: ప్రజ్ఞా అభియాన్ 01.03.2013; అనువాదం: ఎ. వేణుగోపాలరెడ్డి

గురువులు శిష్యులకు బాధ్యతలు అప్పచెప్పరు, వారంతట వారే స్వీకరించాలి

మనం - మన ఆరోగ్యం
చిరునవ్వే చాలు

రుచికరమైన భోజనాన్ని గురించి ఊహించుకుంటేనే నోటిలో నీళ్ళూరతాయి. దుఃఖముతో నిండిన వార్త ఏదైనా వస్తే మనసంతా ఉదాసీనం అయిపోయి ముఖం వ్రేలాడిపోతుంది. అంతరంగం ఆనందంగా ఉంటే ముఖంలో ప్రఫుల్లత తాండవిస్తుంటుంది. ఈ ప్రకారంగా మనస్సునేది కనిపించక పోయినా దానివల్ల ఉత్పన్నమయ్యే మంచి, చెడుల ప్రభావం జీవితంలోని ప్రతి అడుగులోను కనిపిస్తుంది.

మనిషి తన మనస్సుకు ప్రతిబింబం వంటివాడు. ఆరోగ్యానికి, మానసిక స్థితికి చాలా దగ్గర సంబంధమున్నది. నూతన పరిశోధనల ఆధారంగా రోగమనేది ముందుగా మనస్సులోనే మొదలౌతుంది అని తేలింది. అందుకే **ఉత్తమమైన, సమగ్రమైన ఆరోగ్యము కొరకు మనస్సును ఆరోగ్యంగా ఉంచుకోవడం తప్పనిసరి.**

రాబర్ట్ స్టీవెన్సన్ ఆంగ్లభాషలో ఎన్నో సాహసోపేతమైన వ్యాసాలు వ్రాశారు. అవి చదివినవారు ఆ వ్రాసిన వ్యక్తి మంచి బలిష్ఠమైన యుద్ధవీరుడేమో అనుకుంటారు. కానీ వాస్తవమేమిటంటే ఆ వ్యాసాలన్నీ అతను రోగగ్రస్తస్థితిలో చాపమీద పడుకొని వ్రాశాడు. శంకరాచార్యులవారు తమ జీవితపు ఉత్తరార్థంలో భగందర వ్యాధితో చాలా బాధపడ్డారు. వైద్యులు ఆయన స్థితిని చూసి శారీరక శ్రమ చేయవద్దని, ఎక్కువ నడవడం కూడా మంచిది కాదని సూచించారు. అయినప్పటికీ ఆ జీర్ణావస్థలో ఉన్న శరీరముతోనే ఆయన నాలుగు ధామాలను స్థాపించడం, శాస్త్ర చర్చలలో దిగ్విజయాన్ని సాధించడం, ప్రస్థాన త్రయానికి భాష్యం వ్రాయడం వంటి బృహత్తర కార్యక్రమాలు ఎన్నింటినో సంపూర్ణం చేశారు.

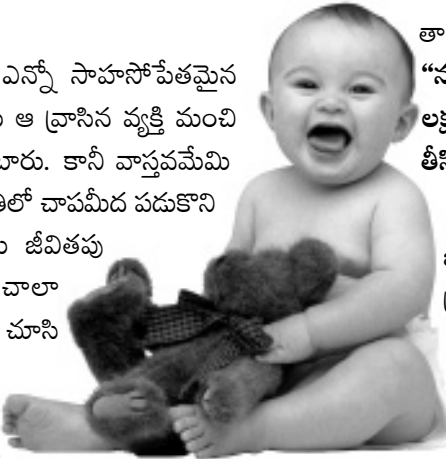
మనం ఇవన్నీ చెప్పుకునేది శరీర ఆరోగ్యమునకు సంబంధించిన నియమాలను అవహేళన చేయడమో లేక వాటిని లెక్కచేయకపోవడం గురించో కాదు. ఇక్కడ చెప్పదలచు కున్నది ఏమిటంటే శరీరమును ఆరోగ్యంగా ఉంచుకున్నప్పటికీ ఎటువంటి మానసిక స్థితి ఆధారంగా దానిని సదుపయోగం చేసుకోగలుగుతామో, దానిని వికసింప చేసుకోవడముపై ఎక్కువగా దృష్టి కేంద్రీకరించాలి. అందుకొరకు మానసిక స్థితిని చాలా తేలికగా,

హాయిగా ఉంచుకోవడం చేయాలి.

ప్రసన్నచిత్తంతో ఉండడం అనేది మానసిక ఆరోగ్యానికి చాలా ముఖ్యం. ఉదాసీనంగా ఉండేవారికన్నా హాయిగా, సంతోషంగా, నవ్వుతూ ఉండేవారు అత్యంత ఆరోగ్యంగా, ఉత్సాహంగా, స్ఫూర్తివంతంగా ఉంటారు. గీతాకారుడు ప్రసన్నతనేదాన్ని చాలా గొప్పదిగా చెప్తూ అది ఒక ఆధ్యాత్మిక సద్గుణమని అభివర్ణించారు. ప్రసన్న చిత్తంతో ఉండేవారు ఉద్విగ్నతను పొందరు, దుఃఖమనేది వారిని ఎన్నటికీ బాధించదు.

అకారణభయం, అనుమానం, క్రోధం, దురాలోచనల వంటివి మానసిక రోగాలుగా చెప్పబడతాయి. ఏ విధంగా శారీరక రోగాల యొక్క లక్షణాలు ముఖంపై మనకు కనిపిస్తాయో అదే విధంగా మానసిక రోగం యొక్క లక్షణాలు కూడా ముఖంపై తాండవిస్తాయి. మనోవైజ్ఞానికుడు డా. లిలీఎలన్

“నవ్వు అనేది ఒక ఔషధం, ఇది ఎన్నో రోగ లక్షణాలను అంతరంగములోని మూలాల నుండి తీసి పడేస్తుంది” అని చెప్పారు.



కొంతమంది బరువెక్కిన హృదయంతో చాలా బాధ పడుతుంటారు. ఇటువంటి వారు ప్రసన్నంగా ఉండడమనే కళను అలవాటు చేసుకోవాలి. ఇది అభ్యసించేందుకు ఈ రోజే, ఇప్పుడే, ఈ క్షణమే మొదలుపెట్టండి. నిత్యజీవితంలో ఎవరితో కలిసినా నవ్వుతూ కలిస్తే తిరిగి మీకు మరో చిరునవ్వు లభిస్తుంది. వారితో హాయిగా, తేలిగ్గా మాట్లాడేందుకు ఎటువంటి జంకు ఉండదు. ఇలా చేస్తే మనస్సులో ఉన్న భారం కూడా తేలిక పడినట్లుగా అనిపిస్తుంది.

ఎవరైనా 24 గంటలు మొహం ముడుచుకొని, భారంగా తిరుగుతుంటే వారి స్నేహితుల సంఖ్య రోజురోజుకీ తగ్గిపోతుంది. ప్రతి క్షణం ప్రశాంతతను పంచాలనే చిన్నవ్రాటి సంకల్పం తీసుకుని పాటించడం మొదలుపెడితే కొన్ని రోజులు ప్రయత్నించిన తరువాత ఆశించిన ఫలితాలు లభిస్తాయి.

- అఖండజ్యోతి, మార్చి 1984
 అనువాదం: శ్రీమతి వల్లీశ్రీనివాస్

తల్లితండ్రులు ఒక జన్మకే పరిమితం. గురువు జన్మజన్మకు మారడు

ప్రథమ అధ్యాయం-ప్రథమ వర్ణ

(గత సంచిక తరువాయి...)

యమములు

ఇక్కడ కొంచెము యమము గురించి తెలుసుకోవాలి. యమము అనేది పతంజలి మహర్షి చెప్పిన అష్టాంగయోగ సూత్రములలో మొదటిది. పతంజలిమహర్షి సాధనాపాదములో 30వ శ్లోకములో ఇలా చెప్పాడు.

“అహింసా సత్యాస్తేయ బ్రహ్మచర్యా పరిగ్రహో యమాః”

హింసాబుద్ధి లేకుండుట, సత్యప్రవర్తనము, దొంగబుద్ధి లేకుండుట, స్త్రీ పురుష కామముపై దృష్టిలేకుండుట, ఇంకొకరి సొమ్మును ఆశింపని బుద్ధిని అభ్యసించుటను యమమనబడును. క్లుప్తముగా యమములు అనగా సాధకుడు భౌతిక ప్రపంచములో ఎలా మనసుకోవాలి అని తెలిపే విధానాలు. ఇవి ఐదు

1. అహింస: అహింస అనగా ఏ ప్రాణికి మానసికముగా నైనా బాధ కలిగించని స్థితి. అంతేగాక ఏ ప్రాణికి కష్టము కలిగినా సహించలేని ప్రేమమయస్థితిలో జీవించగలగాలి. అహింస పాటించేవాని సన్నిధిలో వైరము త్యాగం చేయబడుతుంది.

2. సత్యము: సత్యము అనగా ఉన్నది ఉన్నట్లు చెప్తూ, ఋజువర్తనను కలిగి ఉండటము. మనము ఎవరికి ఏమి చేయగలం అనేది చూసుకొని దానికి సంబంధించిన పనిచేయడం, మాట్లాడటం, ఊహ చేయడం అనేది సత్యము. సత్యమును ఎల్లప్పుడు ఆచరించేవాడు క్రియాఫలములకు స్వామి అవుతాడు.

3. అస్తేయము: అస్తేయము అంటే దొంగబుద్ధి లేకుండుట. తనది కాని వస్తువును దొంగిలించకుండా ఉండటమే కాకుండా మానసికముగానైనా ఇతరుల వస్తువులను కోరుకోకుండా ఉండుట. అస్తేయము అభ్యసిస్తే అన్ని రకముల రత్నములు సాధకుడికి లభిస్తాయి.

4. బ్రహ్మచర్యం: బ్రహ్మచర్యం అనగా బ్రహ్మాయందు చరించుట. శారీరికముగా బ్రహ్మచర్యమును పాటినస్తా, మానసికముగా అన్ని ప్రాణులయందు పరబ్రహ్మ స్వరూపమును దర్శించే మార్గము. బ్రహ్మచర్యము పాటించినవానికి అనంతమైన శక్తిసామర్థ్యములు లభిస్తాయి.

5. అపరిగ్రహం: అపరిగ్రహం అనగా మీదికాని వస్తువులను

తీసుకోకపోవడం, ముట్టకపోవడం. ఇది పాటించిన వానికి జన్మ, పునర్జన్మల రహస్యం తేటతెల్లమవుతుంది.

యమములు సాధన చేస్తున్నప్పుడు మీ వ్యక్తిగత జీవితములో సాధన ఎలాంటి మలుపు తిరుగుతుందో గమనించండి.

శిష్యత్వస్థాయిలు

మంత్రము 5 :

బహూనామేమి ప్రథమో బహూనామేమి మధ్యమః ।

కిం స్విద్ యమస్య కర్తవ్యం యన్మయా ద్య కరిష్యతి ॥

భావము: నచికేతుడు తండ్రి మాట విని ఏకాంతమున ఇట్లు ఆలోచించెను. నేను నా తండ్రికి గల పుత్రులలో, శిష్యులలో, ప్రథముడనై ఉన్నాను. అనేక పుత్రులలో, శిష్యులలో మధ్యముడనై ఉన్నాను. అంతేకాని అధముడుగా మాత్రము లేను. అట్టి గుణవంతుడనైన నన్ను యమునకు ఇచ్చెదనని నా తండ్రి అనుట కోపవశముననే. యమునకు నావలన సిద్ధించు ప్రయోజనమేమి ఉన్నది?

నన్ను నా తండ్రి మృత్యువుకి ఎందుకిస్తానన్నాడు అని నచికేతుడు ఆలోచిస్తాడు. మృత్యువుకి మనము దేనిని ఇస్తాము? పనికిరానిది. మరి పనికిరాని వస్తువును దానమిస్తే తీసుకున్న ఆయనకి లాభం ఏమి ఉండదుగదా! మరి నన్ను యమునకు దానమిస్తే ఆయనకు నావల్ల ఏమి లాభం? అయినా నేను పనికిరాని వాడిని కాదుకదా? మరి నన్ను ఎందుకు యమునికి ఇస్తున్నాడు? అని ఆలోచిస్తాడు.

నచికేతునిలో రగిలిన జిజ్ఞాస

మంత్రము 6 :

అనుమస్య యథాపూర్వే ప్రతిపశ్య తథాఽపరే ।

సస్యమివ మర్త్యః పచ్యతే సస్యమివా జాయతే పునః ॥

భావము: ప్రాచీన పురుషులగు నీ పితామహ ప్రపితా మహాదులు ఏ విధముగా వ్యవహరించారో దానిని ఆలోచింపుము. నేటి సత్పురుషులు ఏ విధముగా ప్రవర్తించుచున్నారో గమనింపుము.

ఇక్కడ సృష్టి రహస్యము చాలా విచిత్రముగా చెప్పబడి ఉన్నది. అది తెలిస్తే మీరు కూడా సృష్టికర్తలు కావచ్చు. 100 సంవత్సరాల క్రితము టి.వి., కంప్యూటర్ గురించి చెబితే అశ్చర్యపోయేవారు.

సద్గురువు సర్వదేవతా స్వరూపుడు

కానీ ఈనాడు అవి మన జీవితాలలో కలగలసిపోయాయి. అలాగే సృష్టి రహస్యము కూడా. దానిలో ఉన్న అద్భుతములను అనుభూతి ద్వారా తెలుసుకోవలసినదే. ఆ అనుభూతి సంపాదించు కోవడానికి వేదములలో, పవిత్ర గ్రంథములలో చెప్పిన విషయములను పెద్దలు తమ జీవితములో ఎలా ఆచరించి తరించారు అనేది తెలుసుకోవాలి. గురుశిష్యుల సాంప్రదాయమును, పూర్వాచారములను, సత్సాంప్రదాయములను తెలుసుకొంటూ సాధకుడు ముందుకు సాగాలి. అలా ముందుకు సాగుతూ, జనన మరణములను పొందుతూ, ఆయా జన్మలలో జ్ఞానార్జన చేస్తున్న జీవుడు స్వయముగా 'పచ్యతే' పాకాన్ని పొందుతున్నాడు. అనేక జన్మలలో అనేక విషయములను తెలుసుకొంటూ, వాటిలో మంచినీ, చెడును రెండింటినీ ఆచరిస్తూ ముందుకు సాగుతున్న జీవుడు అందరిలాగానే వెళుతున్నాడు కాని క్రొత్తగా ఏమి నేర్చుకున్నాడు? అన్న ప్రశ్న రావాలి ఇక్కడ.

అందుకే మంత్రములో 'సస్యమివ' అనే పదమును ప్రయోగించాడు ఉపనిషత్కారుడు. ఒక విత్తనము నాటితే అది మొలకెత్తి పెరిగి చెట్టై దానిలోంచి అనేక విత్తనములు ఎలా వస్తున్నాయో, నరజన్మ కూడా అలాంటిదే. దీనిలో శాశ్వతత్వం ఉన్నది కనుక ఆ శాశ్వత తత్వమును తెలుసుకోమని అంటున్నాడు ఋషి. శరీరములోని జీవుడు అనేక జన్మలు ఎత్తుతూ, మరణిస్తూ, మరల పుడుతూ ఉంటే, చివరికి అసలు మృత్యువు అనేది ఏమిటి? నేను అనేది ఉన్నదా? ఉంటే దానిని తెలుసుకోవడం ఎలా? అన్న జిజ్ఞాస సాధకునిలో మొలకెత్తుతుంది. అదే నచికేతునిలో రగిలిన జిజ్ఞాస. శరీరములోని జీవుడు పుడుతూ, మరణిస్తూ ఉన్నా అందులోని పరమాత్మ శాశ్వతం కదా! ఆయన్ని ఎలా తెలుసుకోవాలి? బ్రహ్మవిద్యను ఎలా అభ్యసించాలి? అని ఆలోచిస్తాడు నచికేతుడు. ఆలోచిస్తూ ఆలోచిస్తూ నచికేతుడు మృత్యు ముఖము లోకి వెళ్ళాడు.

మనమెప్పుడైనా మృత్యుముఖములోకి వెళ్ళామా? వెళ్ళాము. ఎలా? నిద్రలోకి వెళ్ళినప్పుడు మృత్యుముఖములోకి వెళతాం. ఏ విధముగా అయితే మనము ఈ శరీరముతో నిద్రలోకి వెళ్ళి నిద్ర లేస్తున్నామో, మృత్యువు అనేదానిలో కూడా సువ్వు ఈ శరీరమును వదిలేసి, ఇంకొక శరీరములో నిద్ర లేస్తావు తప్ప అంతకు మించి ఇంకేమీ లేదు. ఇది మన పూర్వులు చెప్పినది. 5వ శ్లోకములో అమృతత్వము గురించి చెప్పబడిన రహస్యమిదే.

రమణ మహర్షి మొత్తము సాధన దీనిమీదే ఆధారపడి ఉన్నది. రమణాశ్రమములో ఒక బోర్డు మీద 'మృత్యువుతో ఆయన అనుభూతి' అని వ్రాసి ఉన్నది. ఆ ఒక్క సాధన ఆయనను రమణ మహర్షిగా మార్చేసింది.

ఒకరోజు ఆయన మధ్యాహ్నం ఇంటికి వచ్చాడు. అప్పుడు 'నేను చనిపోతాను అనే భయము నన్ను పట్టుకున్నది. నేను నిద్రపోయాను. అలా నిద్రపోతున్నప్పుడు చనిపోతున్న వ్యక్తి ఎలా ప్రవర్తిస్తాడో, అలా ప్రవర్తించాను' అని చెప్పాడు ఆయన. ఆ నిద్రలో ఆయన చనిపోయిన వ్యక్తి ఎలా ఉంటాడో అలాగ తన శరీరాన్ని మార్చేసుకున్నాడు. నిద్ర లేచిన తర్వాత ఆయన రమణ మహర్షిగా మారాడు.

వైశ్వానరాగ్ని

మంత్రము 7 :

వైశ్వానరః ప్రవిశత్యతిథిర్బ్రాహ్మణో గృహాన్ |

తస్మైతాం శాంతిం కుర్వన్తి హర వైవస్వతోదకమ్ ||

భావము: అగ్ని అతిథియగు బ్రాహ్మణ రూపమున గృహములను ప్రవేశించును. అర్హ పాద్యారులనిచ్చి అతిథిని శాంతింప చేయవలెను. ఓ ధర్మరాజా! ఈ అతిథిని సత్కరించుటకు జలము తెమ్ము.

అహం వైశ్వానరోభూత్వా ప్రాణినాం దేహమాశ్రితః |

ప్రాణాపానసమాయుక్తః పచామ్యన్నం చతుర్విధమ్ ||

(గీత అ||15, శ్లో||14)

భావము: నేనే అన్ని ప్రాణుల శరీరములయందు స్థితుడనై ప్రాణాపానసమాయుక్త వైశ్వానరాగ్నినై ఉండి ప్రాణులు భుజించు చతుర్విధాన్నములను పచనము చేయుచున్నాను.

మన శరీరములో ఐదు అగ్నులు ఉన్నాయి. వాటినే మనము పంచప్రాణాలని పిలుస్తుంటాము. ప్రాణం, అపానం, సమానం, ఉదానం, వ్యానం.

పంచప్రాణములలో ఉదానవాయువుని

ఉపయోగించుకోవడమే కరోపనిషత్తులో చెప్పబడినది.

దాన్నే వైశ్వానర అగ్ని అని అంటారు.

గీత 15వ అధ్యాయములో ఈ విషయమును గురించి జగద్గురువు చెప్పాడు. మనకున్న ఐదు ప్రాణాలలో ప్రాణము మన హృదయము సరిగ్గా పనిచేసేటట్లు చేస్తుంది. అది చాలా ముఖ్యము కనుక దాని పేరే ప్రాణవాయువు అని పెట్టారు ఋషులు. అపాన వాయువు మన అథోభాగములో పనిచేస్తుంది. సమానవాయువు మన అరుగుదల వ్యవస్థమీద పనిచేస్తుంది. ఉదానవాయువు పైకి వెళుతూ ఉంటే, వ్యానవాయువు శరీరమంతా వ్యాపించి ఉంటుంది.

మానవ శరీరములోని 5 ప్రాణవాయువుల గురించి,

వాటి నడకనుగురించి తెలుసుకోవడమే నచికేతుని

పంచాగ్నివిద్య.

ఈ ఐదు ప్రాణాల విద్యను అగ్నితో పోల్చాడు అక్కడ.

పరిస్థితులు నచ్చినా నచ్చకపోయినా అవి మనకు అవసరమైనవని గుర్తించాలి

**కరోపనిషత్తు చెప్పిన జ్యోతి సాధనే -
వివేకానందుని సాధన**

రమణమహర్షి కరోపనిషత్తుయొక్క సక్రియాత్మక సాధనను అందించారు. ఇక్కడ మీరుకూడా ఆ సాధన చెయ్యాలి. వాజ్రవ్రమణుడు, తన కుమారుడైన నచికేతుని యమునకు ఇచ్చినట్లు మీరుకూడా మీ శరీరాన్ని ప్రతిరోజు రాత్రి పూట మృత్యువుకు ఇవ్వాలి. అప్పుడు మీరు చనిపోయినవాడు ఎలా ప్రవర్తిస్తాడో అలా ప్రవర్తించాలి తప్ప ఇంకేమి చెయ్యకూడదు. ఎప్పుడు మీరు ఆలోచించకుండా ఉంటారో అప్పుడు ఒక విచిత్రమైన సంఘటన జరుగుతుంది.

ఆ విచిత్రమైన సంఘటన వివేకానందకు జరుగుతున్నదా? లేదా అన్నది తెలుసుకున్నాకే శ్రీరామకృష్ణపరమహంస, వివేకానందని తన దగ్గరకు రానిచ్చాడు.

వివేకానంద, శ్రీరామకృష్ణపరమహంస దగ్గరకు కనీసం తినడానికి తిండిలేని స్థితిలో వస్తాడు. వివేకానంద తండ్రి ధనవంతుడైనప్పటికీ కొన్ని కారణాల వలన బీదరికం వస్తుంది. వండిన అన్నము ఇంట్లో మిగిలినవారు తింటారని ఎవరికి వారు మేము ఫలానా వారింట్లో భోజనము చేశాము, కనుక మీరు భోజనము చెయ్యండి' అని అబద్ధం చెప్పేవారు. అలాంటి స్థితిలో వివేకానంద, శ్రీరామకృష్ణపరమహంస దగ్గరకు తినడానికి తిండి సంపాదించుకునేందుకు కావలసిన ఉద్యోగము అడగటానికి వస్తాడు. అప్పుడు శ్రీరామకృష్ణపరమహంస, వివేకానందతో ఏమి చెప్పాడు? సరే! లోపలికి వెళ్ళి అమ్మని అడుగు. ఆవిడ నీకు కావలసింది ఇస్తుంది అంటాడు. వివేకానంద లోపల అమ్మ దగ్గరికి వెళ్తాడు. వెళ్ళి ఉద్యోగం అడుగుకుండా జ్ఞానమును అడుగుతాడు. బయటికొచ్చాక శ్రీరామకృష్ణపరమహంస వివేకానందని 'అమ్మని ఏమి అడిగావు?' అంటే జ్ఞానం అడిగాను అంటాడు. మళ్ళీ లోపలికి పంపిస్తాడు శ్రీరామకృష్ణపరమహంస. మళ్ళీ జ్ఞానమునే అడుగుతాడు వివేకానంద. మూడవసారి జ్ఞానమే అడుగుతాడు. అప్పుడు శ్రీరామకృష్ణపరమహంసే 'నీవు, నీవారు తిండి లేకుండా ఉండే పరిస్థితి ఇంక రాదు' అనే ఆశ్వాసన ఇస్తాడు వివేకానందకు. ఇది శ్రీరామకృష్ణపరమహంస వివేకానందకు పెట్టిన మొదటి పరీక్ష.

ఒకసారి శ్రీరామకృష్ణపరమహంస, వివేకానందుణ్ణి 'నువ్వు ఎలా నిద్ర పోతావు?' అని అడిగాడు. అందరు నిద్రపోయినట్లే నేనూ నిద్రపోతాను అన్నాడు. అప్పుడు రామకృష్ణపరమహంస, 'నువ్వు నిద్ర పోతున్నప్పుడు నీకు భృకుటివద్ద జ్యోతి ఏమైనా కనిపిస్తుందా?' అని. కనిపిస్తుంది అన్నాడు వివేకానంద. అయితే

ఇది అందరికీ కనిపించదా? అనికూడా అడుగుతాడు. అప్పుడు శ్రీరామకృష్ణ పరమహంస వివేకానందను తన శిష్యుడిగా స్వీకరించి, చివరికి తన సర్వశక్తులను అతనికి ధారపోస్తాడు.

ఎవరికైనాసరే ఉదాసవాయువు ఆజ్ఞాచక్రము వద్దకు చేరితేనే నిద్ర పడుతుంది. లేకపోతే నిద్ర పట్టదు. వివేకానందకు ఆ క్రియ సహజముగానే జరిగిపోయేది. ఆయనకు జ్యోతి దర్శనమయ్యేది.

కనుక మీరు రాత్రి నిద్రపోయేటప్పుడు 'నేను ఇంక మృత్యు ముఖంలోనికి వెళుతున్నాను' అని అనుకున్నాక మీ దృష్టి భృకుటిలో ఉండాలి. అప్పుడు అక్కడ ఉన్న జ్యోతిని గమనించాలి. జ్యోతి అన్నా, అగ్ని అన్నా ఒకటే. ఆ అగ్నిని దర్శించాలి.

అందుకే మంత్రములో 'బ్రాహ్మణరూపములో అతిథిగా వచ్చిన అగ్నిని సత్కరించడానికి నీరు తీసుకునిరా' అని అంటాడు.

వైవస్వతోదకమ్ - సువర్ణవిద్య

పూర్వకాలములో అందుకే మంచము క్రింద రాగిపాత్రలో నీరు పెట్టుకుని పడుకుని ఉదయాన్నే త్రాగేవారు. ఈనాడు నీరు పెట్టుకోరు, త్రాగరు. పెట్టుకున్నా ఎందుకు పెట్టుకుంటున్నారో తెలియదు. మీరుకూడా అమరత్వమును సాధించాలంటే అలాగే నీరు పెట్టుకుని త్రాగండి.

వైవస్వతోదకమ్-నీరు మంచము క్రింద పెట్టుకుని, మంచము మీదకు ఎక్కాక ఇంక ఏమీ ఆలోచించకండి. ఇంక మీరు చనిపోయినట్లే. చనిపోయిన వ్యక్తి ఎలాగైతే అన్ని బంధములను వదిలేస్తాడో, ఏమి చెయ్యడో, ఏమి ఆలోచించడో, మీరు కూడా అలానే ప్రవర్తించాలి. వీలైతే రమణ మహర్షిలాగా మీరు ఆ భావ తీవ్రత తెచ్చుకోండి. ఈ తీవ్రత పెరిగినకొద్దీ మీలో అగ్ని ప్రవేశిస్తుంది. శ్రీరామకృష్ణ పరమహంస యొక్క ఆజ్ఞాచక్రములోకి ఈ అగ్ని ప్రవేశించినది కనుకే, ఆయనకు తరచు మండిపోతున్న బాధ వస్తుండేది.

అమృతబిందోపనిషత్తులో 101 నాడుల గురించి చెప్పూ, అందులో 100 నాడులు క్రిందికి వెళుతూ ఉంటే, ఒక నాడి పైకి వెళుతుంది అని వ్రాస్తాడు ఉపనిషత్వారుడు. పైకి వెళ్ళే ఆ ఒక్కనాడిలోనే అగ్ని ఉంటుంది. అది సాధకుడికి అమరత్వమును ప్రసాదిస్తుంది.

**సాధకునికి కరోపనిషత్తు బంగారము చేసే
విద్యని కూడా నేర్చుతుంది**

దీనికే శ్రీరామశర్మఆచార్య హిందీలో ఉన్న ఒక మంత్రాన్ని యథాతథముగా మీరు జపించేందుకు ఇచ్చేశారు. మంత్రమునకు వివరణ కొంచెమే ఇచ్చారు. అంతకంటే ఎక్కువ చెప్పను అనికూడా

దేవాలయానికి దేవతలుగా మారడానికి వెళ్ళండి

చెప్పారు. సువర్ణవిద్య అనేది అద్భుతమైన విద్య. రాగిపాత్రలోని నీటితో బంగారము తయారవుతుంది. రాగిపాత్ర బంగారముగా మారుతుంది. ఆ విధానం వస్తే అదే మారుతుంది. అయితే సాధన సరిగ్గా చెయ్యండి. దానిలో నిష్ణాతులుకండి. అప్పుడు ఖచ్చితముగా ఫలితము వస్తుంది. రమణమహర్షి సాధనలో ఆ తీవ్రత ఉండేది. తీవ్రతతో చేస్తే మీరైనా ఫలితములు పొందగలుగుతారు.

అయితే ఆ సాధనా సమయములో మీకు నచ్చిన గురువుని స్మరించండి. గురువు అని ఒకరిని నమ్మితే ఇంక ఆయన చనిపోవుంటే మీరు చనిపోవాలి.

ఆ స్థాయి భక్తి, ప్రేమ గురువుమీద ఉంటే తప్ప లాభం లేదు. ఆ స్థాయి ఉంటేనే “సమృత్యంతరతి, సమృత్యంతరతి, సమృత్యంతరతి” అని ఆ గురువు మిమ్మల్ని మృత్యుముఖము నుండి దాటించగలడు. గురువును లేదా ఒక ఇష్టదైవమును హృదయములో స్మరించండి. దేవతాశక్తుల లేదా గురువుయొక్క ముఖ్య లక్షణం ఏమిటంటే అంధకారమును తొలగిస్తారు. మీ హృదయములో గురువునికాని లేదా దేవతనికాని ఎప్పుడైతే స్మరిస్తారో అప్పుడు దానంతటదే మీ శరీరములో వేడి మొదలౌతుంది. అయితే మీరు మృత్యు ముఖములో ఉన్నారు. ఆ సాధన చేస్తూ ఉంటే మీరు మెలకువగా ఉన్న స్థితిలోనే మీ ఆజ్ఞా చక్రము వెలుగుతుంది. ఆ వెలుగుతో రాగిపాత్ర బంగారంగా మారుతుంది. అయితే అగ్ని ప్రవేశించిన స్థితిలో మీకు బంగారం అనవసరం అని అనిపిస్తుంది.

సాధన

పద్యాసనములో కూర్చుని మీ శ్వాసని గమనించండి. కుడి ఊపిరితిత్తిలో మూడు భాగములు, ఎడమ ఊపిరితిత్తిలో రెండు భాగములు ఉంటాయి. ఊపిరితిత్తుల మధ్యలో గుండె ఉంటుంది. మీ శ్వాస ఊపిరితిత్తులలోని ఐదు భాగములలో ఐదుగా విభజింపబడటం గమనించండి. అలా విభజింపబడటం వల్లనే అహంకారం వస్తుంది. బయట ఉన్నప్పుడు అది వాయువే. మీలోకి ప్రవేశించినప్పుడు ఆ శ్వాసే అహంకారముగా మారుతుంది. వాయువు అలా ఐదుగా విభజింపబడి, ఆ విభజింపబడిన ఐదు వ్రాణాలు ఏమి చేస్తాయో, శరీరములో ఎక్కడికి వెళతాయో, ఏయే ఫలితాలనిస్తాయో అని తెలుసుకోవడమే పంచాగ్నివిద్య. మెల్లిగా ఊపిరితిత్తుల నుండి మీ దృష్టిని హృదయములోకి తీసుకువెళ్ళండి. అప్పుడు నిద్రలోకి జారిపోండి. రాగిపాత్ర పెట్టుకున్నవారు మర్నాడు మొహం కూడా కడుక్కోకుండా ఆ నీరు త్రాగాలి. దానితో సాధన పూర్తి అయినట్లు.

బ్రహ్మవిద్యాప్రాప్తికి - అతిథిపూజ వేదోక్తమార్గము

నిత్యజీవితములో ఒక గృహస్తు ఎలా తన అతిథి ధర్మమును నిర్వర్తించాలో మన ఋషులు చెప్పినంత చక్కగా ఎవరూ చెప్పలేదు.

బ్రహ్మవిద్యను నేర్చుకునేందుకు అతిథిని ఆదరించడం మొదటి సూత్రం

అందుకే మన పూర్వులు ‘అతిథి దేవో భవ’ అన్నారు. అతిథిని భగవంతునిగా పూజించడం మన భారతీయ సాంప్రదాయంలోనే ఉన్నది. ప్రపంచములో ఇంకెక్కడా లేదు.

మన సాంప్రదాయములోని గొప్పతనమును వివరిస్తూ ఇ.కె. గారు “మనము పిలువకుండా వచ్చిన వారినికూడా భగవంతునిగా ఆరాధిస్తాము అని అన్నారు”.

నువ్వు అతిథిని ఆదరించకుండా దేవుడిని గురించి ఎంత తెలుసుకున్నా ఏమి లాభం లేదు. కాంతిని పట్టుకోకుండా, కాంతి గురించి వ్రాసిన పుస్తకమును చేతిలో పట్టుకుని తిరుగుతూ ఉంటే దాని గురించి తెలుస్తుందా? తెలియదు. ఇదీ అంతే. అతిథిని ఆదరించడం వేదోక్తమార్గము.

నచికేతుడు శరీరములో ప్రవేశించిన జీవునకు, అతిథిగా వచ్చినవాడు భగవంతునకు సంకేతము అనుకుంటే; జీవుడు అనేక జన్మలెత్తుతూ, మరణిస్తూ ఉంటాడు. పరమాత్మ ఈ జీవుని శరీరమనే గృహములోకి అతిథిగా వస్తాడు. నచికేతునకు యముడు గురువుగా వ్యవహరించాడు. యముడు అనగా యమమును ప్రసాదించే గురువు. యమమును పాటించాలంటే భౌతిక శరీరములో ఇంద్రియములచే బంధింపబడ్డ మనస్సు ఉండాలి. కఠోపనిషత్తులోని కథలో తండ్రిని శరీరధారిగాను, కుమారుని శరీరబద్ధునిగాను వర్ణించడమైనది. శరీరబద్ధమైన కుమారునికి కావలసిన క్రమశిక్షణ నేర్చుకునేందుకే యముడికి దానం చెయ్యబడ్డాడు. నచికేతుడు యమపురికి వెళితే అక్కడ యముడు లేనందున, మూడురాత్రులు ఆయనకోసం ఎదురుచూస్తాడు. ఆ మూడురాత్రులు ఉపవాసం కూడా చేస్తాడు. అంటే నచికేతుడు యముడికి అతిథిగా మూడురాత్రులు ఉన్నాడన్నమాట. మరి మన సాంప్రదాయము ప్రకారము అతిథిని ఆదరించాలి కదా! యముడు అక్కడ లేనందున తర్వాత అతను వచ్చిన విషయము తెలుసుకొని, మూడురాత్రులు తనకోసము ఉపవాసము చేసి ఎదురు చూశాడు గనుక ఆ కుర్రవానికి మూడువారాలు ఇవ్వాలనుకుంటాడు. నచికేతుడుకి యముడు గురుస్థానము వహించాడన్న మాట.

(సశేషం)

- డా॥ మారెళ్ళ శ్రీరామకృష్ణగారి ఉపన్యాసముల నుండి సేకరణ: శ్రీమతి లక్ష్మీరాజగోపాలు

ప్రకృతికి అనుగుణంగా జీవించాలి

అపకారికి ఉపకారం

ఆ రోజుల్లో జీవారామ్ కథియవాడ్‌లోని ఒక చిన్న ఊళ్ళో పోలీసు డిపార్టుమెంట్‌లో పని చేస్తుండేవాడు. చేరేటప్పటికి చిన్న ఉద్యోగమే అయినా ప్రమోషన్ పొందుతూ ఫౌజ్‌దార్ పదవి వరకు చేరుకున్నాడు. గ్రామం చిన్నది. అధికారులు కూడా కొద్దిమందే ఉన్నారు. జీవారామ్‌కు తన ఉద్యోగం చాలా హాయిగా ఉన్నది. గ్రామ ప్రజలంతా ఆయన్ను బాగా ఆదరించేవారు. ఆ రోజుల్లో 70, 75 రూపాయల జీతానికే వారి జీవితాలు ఆనందంగా గడిచిపోయేవి. ఆయనకి సంతృప్తిగా ఉండేది జీవితం.

ఆయన అభిప్రాయమే కాకుండా అంతా కూడా ఆయన సుఖపడుతున్నాడనే అనుకొంటూ ఉంటారు. ఇది ఒకడికి ఈర్ష్య కారణం అయింది. కరమ్‌చంద్ అనే ఒక వ్యక్తి ఉండేవాడు. అతను జీవారామ్ క్రింద పనిచేస్తుండేవాడు. ఫౌజ్‌దార్ జీతం రూ. 75/- అదే కనుక తనకు లభిస్తే దానితో పాటుగా అధికారుల దృష్టి కూడా పడితే ఇంక చెప్పేది ఏమున్నది, స్వర్గంలో ఉన్నట్లే.

కానీ ఇదంతా ఎలా జరుగుతుంది? కరమ్‌చంద్ ఎప్పుడూ ఇదే ఆలోచనలో నిమగ్నమయి ఉండేవాడు. జీవారామ్ ఈ ఉద్యోగం మానినప్పుడే ఇది సాధ్యం. కానీ ఆయన దీనిని ఎందుకు మానుతాడు? ఆయన వయసులో ఉన్న బలిష్ఠుడు. అధికారులు ప్రజలు అంతా ఆయనని ఇష్టపడతారు. దానికి తోడు ఆయన పని చాలా చాకచక్యంగా నిర్వహిస్తాడు. అటువంటప్పుడు ఉద్యోగం వదలమని ఆయనకి ఎవరు చెప్తారు? చెప్పినా ఎవరు మాత్రం వింటారు? ఎందుకు వింటారు? ఆయనని పదవీచ్ఛ్యుతుడిని చేయాలంటే ఒకే ఒక మార్గం ఉంది. అది ఏమిటంటే ఆయనని పై అధికారుల దృష్టిలో చెడ్డవాడుగా చూపాలి.

కరమ్‌చంద్ అనేక రకాల ఉపాయాలు ఆలోచించాడు. వివిధ రకాల ఎత్తులు వేసాడు. ఎన్నో కిటుకులు ప్రయోగించాడు. కానీ లాభం లేకపోయింది. ఈ విధంగా ఏడాది గడిచిపోయింది; కానీ పరిస్థితిలో ఏవిధమైన మార్పు లేదు. పైపెచ్చు తనకే చెడు ఎదురయింది. జీవారామ్ కుర్చీ కొంత అయినా కదలలేదు, పై పెచ్చు అతడి హోదా పెరిగింది.

కరమ్‌చంద్ అట్లా ఓటమిని అంగీకరించి కూర్చునే మనిషి కాదు. చివరకు అతనికి ఒక మార్గం దొరికింది.

గీగా ఆ ఊరిలోనే నివసించే ఒక గూండా. ప్రస్తుతం జైలు నుంచి విడుదల అవుతున్నాడు. అతనిని చూసి జనాలు అంతా భయపడుతూ, అణిగి మణిగి ఉండేవారు. ఆ రోజుల్లో ఏం చెప్పుకునే వాళ్ళంటే ఆయన చేత నిజం చెప్పించడానికి జైలులో రకరకాల శిక్షలకు గురి చేసేవారని. అతని మీద లారీ దెబ్బ వర్షం కురిపించిన వ్యక్తి జీవారామ్. కరమ్‌చంద్‌ని తన పనికి ఉపయోగపడే వ్యక్తిగా గీగా కనిపించాడు. కరమ్‌చంద్ వెంటనే గీగాని కలిసి నచ్చజెప్పి నయానా భయానా ప్రలోభపెట్టి అతని మనసులో జీవారామ్ పట్ల వైరభావం కలిగించాడు.

మొత్తానికి ఆయన తన ప్రయత్నంలో సఫలీకృతుడైనాడు. గీగా జీవారామ్ పై ప్రతీకారం తీర్చుకోవడానికి సిద్ధమైనాడు. దీనికి ప్రతిగా గీగాకు రూ. 50/- ఇస్తానని కరమ్‌చంద్ మాట ఇచ్చాడు. ఈ మొత్తం గీగాకు ఎక్కువే. ఒకవేళ ఈ పనిలో గీగాకు జరగరానిది జరిగినా, అతను జైలుకు వెళ్ళినా కుటుంబ భారం స్వీకరిస్తానని కరమ్‌చంద్ చెప్పాడు. రూ. 5/- అదాప్తన్న ఇచ్చి హాయిగా నిట్టూర్చాడు.

గీగా తన ఆయుధానికి పదును పెట్టడం ఆరంభించాడు. కరమ్‌చంద్ గీగాని ఉత్సాహపరచటం మొదలుపెట్టాడు. చివరకు అతని కోరిక తీరే సమయం ఆసన్నమయింది.

రాత్రి చిక్కపడుతున్నది. దారి నిశ్శబ్దంగా భయంకరంగా ఉన్నది. ఏదో నేర పరిశోధనపై వెళ్ళిన జీవారామ్ గుర్రం మీద వస్తున్నాడు. అలసిఉన్నాడేమో నిద్రలోకి ఒరిగాడు. గుర్రం అలవాటు చప్పున ఇంటివైపు వెళ్తున్నది. గ్రామం కాస్త దూరంగా ఉన్నది. ఇంతలో ఎవరో గుర్రాన్ని ఆపారు. అలసి సొలసి ఉన్న జీవారామ్ హఠాత్తుగా వచ్చిన ఈ అంతరాయంతో మెలకువ వచ్చింది. ఆ క్షణంలో జీవారామ్‌గాని, కరమ్‌చంద్‌గాని ఊహించని సంఘటన జరిగింది.

గీగా తను ఎత్తి పెట్టిన ఆయుధాన్ని జీవారామ్ చేతిలో పెట్టాడు. ఫౌజ్‌దారుగారూ! మీరు చేసిన మేలు మరిచితే నా అణవణువునా పుండ్లు పడతాయి. శరీరం నుంచి రక్తపిత్తాలు ప్రవహిస్తాయి. ఇటువంటి నీచపుపని నేను ఏ విధంగా చేయగలుగుతాను. నేనే కనుక ఒకవేళ కాదంటే ఈ పని కరమ్‌చంద్ వేరే వాళ్ళకి అప్పగిస్తాడు. అప్పుడు తప్పనిసరిగా

పోయిన సమయం తిరిగి రాదు

అనర్థం జరుగుతుంది. కనుకనే నేను ఈ నీచమైన పని చేయడానికి పూనుకొన్నాను. ఇక మీరే చూసుకోండి, నేను పారిపోతున్నాను! ఈ మాట చెప్పి గీగా ఆ నిశీధిలో మాయమైనాడు. జీవారామ్ ఒక్కడే భగవంతుని అంతులేని కృపకు ఆశ్చర్యానందాలు పొందుతూ అలా అవాక్కయి నిలుచున్నాడు.

ఒక చిన్న పనికి ప్రతిఫలాన్ని భగవంతుడు ఎలా ఇస్తాడో అని జీవారామ్ ఆశ్చర్యపోతున్నాడు. తను గీగాకు చేసిన సహాయం నిజానికి చాలా చిన్నదే. ఏమంత చెప్పుకోదగ్గది కాదు.

గీగా ప్రభుత్వ జైలులో బందీగా ఉన్నప్పుడు అతను నేరస్తుడు. నేరం ఒప్పుకోకపోతే లారీని ప్రయోగించమని పైనుంచి ప్రభుత్వ ఉత్తర్వులు వచ్చాయి. కానీ దర్యాప్తు చేసిన పిమ్మట జీవారామ్ కు గీగా దోషి కాడేమో అని అనిపించింది. అటువంటప్పుడు కొట్టడం వల్ల ఏం లాభం? ప్రభుత్వం ఉత్తర్వులు అయినందువల్ల కాదనడానికి కూడా వీలు లేదు. ఎందుకంటే గీగా ఈసారి ఏ తప్పు చేయక పోయినప్పటికీ పెద్ద గుండాయే. అతను చేయని నేరమే లేదు.

చాలా రకాలుగా ఆలోచించినప్పటికీ జీవారామ్ కి గీగాను తప్పించే మార్గం తోచలేదు. ఇంత చిన్న వయస్సులో ఉన్న అతడిని కఠినంగా శిక్షించటం ఎంతవరకు సమంజసం అని అనిపించింది. ఇంతలో హఠాత్తుగా అతనికి ఒక ఆలోచన తట్టింది. ఆయన గీగాతో ఏమన్నాడంటే “నువ్వు భవిష్యత్తులో ఏ తప్పు చేయనని మాట ఇచ్చినట్లయితే నేను నిన్ను రక్షించగలను”.

గీగాకు ఈ మాట నచ్చింది. అతను వెంటనే ఒప్పుకున్నాడు ఇంకేమున్నది? రాత్రి అవుతూనే గీగా గదిలో నుంచి లారీ రులిపించిన చప్పుళ్ళు, తిట్లవర్షం వినిపించినాయి. ఒక్క గీగా మినహాయించి ఊర్లో అంతా గీగా శరీరం పైన దెబ్బలు పడుతున్నాయనే అనుకొన్నారు. మనసులో నవ్వుకుంటున్న జీవారామ్ కి, బయటికి అరిచి కేకలు వేస్తున్న గీగాకు మాత్రమే నిజం తెలుసు అవి ఉత్పత్తి దెబ్బలని.

ఆ చిన్న సహాయమే జీవారామ్ ని ఇప్పుడు రక్షించింది. అతను గద్దడమైన కంఠంతో శ్రీకృష్ణభగవానుడు గీతలో చెప్పిన ప్రవచనాన్ని గుర్తించుకొన్నాడు.

నహి కళ్యాణ కృత్యశ్చిత్ దుర్గతిం తాత్ గచ్ఛతి - అంటే సత్కార్యం చేసేవారికి దుర్గతి పట్టదు.

కొద్దికాలం తర్వాత జీవారామ్ పదవీ విరమణ చేశాడు. ఆ సమయంలో తన ప్రాంతం అధికారులతో మాట్లాడుతూ కరమ్చంద్ ని పొగిడాడు. అతని యోగ్యత గురించి శ్రమ గురించి

చెప్పు వీలైతే అతడికి ఫౌజ్ దార్ గా ప్రమోషన్ ఇవ్వమని చెప్పాడు. ఆ తరువాత స్నేహితుల దగ్గర గ్రామ ప్రజల దగ్గర అతను సెలవు తీసుకొన్నాడు. కరమ్చంద్ దగ్గర నుండి ప్రేమతో సెలవు తీసుకొన్నాడు.

పదవీ విరమణ చేశాక జీవారామ్ రాజ్ కోట్ వచ్చి నివసించడం మొదలుపెట్టాడు. పెన్షన్ తప్ప వేరే ఆస్తిపాస్తులు లేవు కనుక ఆర్థిక బాధలు ఎప్పుడూ ఉంటూనే ఉండేవి. ఒకరోజు హఠాత్తుగా కరమ్చంద్ రాజ్ కోట్ వచ్చాడు. ఇప్పుడు ఆయన ఫౌజ్ దార్. కానీ జీవారామ్ ఒక మామూలు పేద గృహస్థు. జీవారామ్ చాలా ఆనందంగా కరమ్చంద్ కి స్వాగతం పలికాడు. భార్యకి హల్వా చేయమని చెప్పాడు.

భార్య నెమ్మదిగా అడిగింది “హల్వా చేయమని చెప్పన్నారు గానీ ఇంట్లో నెయ్యి కొంచెమైనా లేదు అని మీకు తెలియదా! అయినా ఆ వచ్చింది ఎవరు? మీరు ఇంత హైరానా పడుతున్నారు”

“మన కరమ్చంద్ వచ్చాడు”.

“అరే! అతనా” కోపంగా గట్టిగా భార్య అరిచింది. ఆవిడ మొహంలో తీవ్రమైన కసి కనిపించింది. కరమ్చంద్ చేసిన పని ఆవిడకు ఇంకా గుర్తు ఉన్నది. “తినాలని అనుకొంటే రొట్టె తింటాడులే. అయినా అంత గొప్ప పని ఆయన ఏం చేసాడని ఇదంతా...”

“నీకేమైనా పిచ్చా!” జీవారామ్ నవ్వాడు. “ఇన్నాళ్ళు నాతో కలిసి జీవించి చివరకు నువ్వు నేర్చుకున్నది ఇదా! మంచి చేసే వారికి సేవ అంతా చేస్తారు. కానీ చెడు చేసేవాళ్ళకి ఎవరూ ప్రేమని పంచి ఇవ్వలేరు. అట్లా ఇచ్చేవారే నిజమైన మనుష్యులు. భగవంతుని యొక్క నిజమైన భక్తులు. నెయ్యి లేకపోతే ఏం పర్వాలేదు. పక్కింట్లో అరువు అడుగు. కానీ ఈ రోజు హల్వా చేసి తీరవలసిందే” అన్నాడు. భార్య కూడా భర్త మాటను ఖండించలేదు.

నేతి హల్వాను, పకోడీలను జీవారామ్ కొసరి కొసరి మరీ కరమ్చంద్ కి తినిపించాడు. చక్కగా మాట్లాడి కరమ్చంద్ వెళ్ళిపోయిన వెంటనే జీవారామ్ భగవంతుని ప్రార్థించాడు “భగవంతుడా నన్ను నీ యొక్క నిజమైన భక్తునిగా స్వీకరించు, నా చేతులతో ఏ తప్పు జరగకుండా చూడు. ఇంతకు మించి నాకు ఏమీ వద్దు భగవంతుడా!”

నిజంగానే ఆయన భగవంతుని భక్తునిగా తయారయ్యాడు. మామూలు జీవితం గడుపుతూనే అహర్నిశలు ప్రజాసేవ చేయటమే అతని మూల మంత్రం అయింది.

★★★

ఇతరుల నమ్మకాన్ని పోగొట్టుకుంటే తిరిగి పొందలేము

మీరు కూడా పదే పదే కనురెప్పలను కొడుతుంటారా?

కనురెప్పలు కళ్ళను సంరక్షిస్తుంటాయి. సెకనులో 10వ వంతుకన్నా తక్కువ సమయములో ఇవి కొట్టుకుంటూ ఉంటాయి. అయితే ఇది సహజముగా, స్వాభావికముగా జరుగుతుందని ఖచ్చితముగా చెప్పలేము. కొన్నిసార్లు ఇవి వేగముగాను, మరికొన్ని సార్లు చాలా నెమ్మదిగాను కొట్టుకుంటుంటాయి. నిజానికి ఇది ఆ సమయములో వ్యక్తి యొక్క మనస్థితిని తెలియజేస్తుంటుంది. మరొక విధంగా చెప్పాలంటే ఎదురుగా ఉన్న వ్యక్తి యొక్క అప్పటి మనఃస్థితిని పరీక్షించటానికి ఇది ఒక అద్దం లాంటిది!

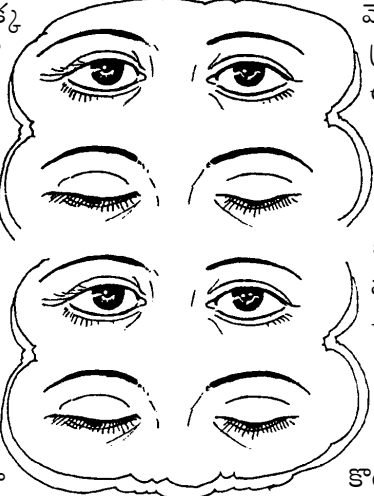
సాధారణంగా ప్రతి మనిషి యొక్క కనురెప్పలు ఒక నియమితమైన వ్యవధిలో తెరుచుకుంటూ, మూసుకుంటూ ఉంటాయి. ఇది ఒక సహజమైన ప్రక్రియ. ఈ ప్రక్రియ వల్ల కళ్ళకు 'రక్షణ, శుభ్రత' ఏర్పడటమనేది ముఖ్యమైన అంశము. కానీ అనేకసార్లు మనిషి అసాధారణమైన స్థితిలో ఉన్నప్పుడు అతడి కనురెప్పల వేగము ప్రభావితమౌతుంది. ఫలితముగా అవి వేగముగాను లేదా నెమ్మదిగాను కొట్టుకోవచ్చు. ఉదాహరణకు మనిషి అవసరమైనదానికన్నా ఎక్కువ సావధానముగా, అప్రమత్తతతో ఉన్నప్పుడు అతడి కనురెప్పల గతి (వేగం) చాలా నెమ్మదిగా ఉంటుంది. ఇష్టమైన విషయమును చదువుతున్నప్పుడు లేదా చూస్తున్నప్పుడు కూడా వీటి కదలిక చాలా నెమ్మదిగా ఉంటుంది. ఇలాంటి సందర్భములో వీటి వేగం నిముషానికి సుమారు 6 సార్లు ఉంటుంది. అలాగే అయిష్టమైన సంఘటనలు జరుగుతుంటే కనురెప్పల కదలిక తీవ్రముగా ఉంటుంది. ఇద్దరు వ్యక్తులు సంభాషించుకునేటప్పుడు 'ఎవరు రెండవవారి మాటలను కుతూహలముగా వింటున్నారు' అనే విషయమును వారి కనురెప్పలు కొట్టుకునే వేగమును బట్టి తెలుసుకొనవచ్చు. విసుగ్గా, బద్ధకముగా అనిపించే శ్రోత కనురెప్పలు వేగంగా కదులు తుండటమును బట్టి శ్రోతకు వక్ర యొక్క మాటలపట్ల ఏ మాత్రం అభిరుచి లేదని అర్థము చేసుకొనవచ్చు.

ఈ విషయమై బెర్లిన్ విశ్వవిద్యాలయమునకు చెందిన ఇద్దరు మనస్తత్వ శాస్త్రజ్ఞులు ఒక ప్రయోగము చేశారు. వారు కొంత మంది వ్యక్తులకు విసుగనిపించే కొన్ని సంగీత రాగాలను వినిపించారు. ఒక అరగంట ప్రయోగము చేసిన తరువాత తెలిసిన దేమిటంటే శ్రోతల కనురెప్పలు సామాన్యస్థితిలో కన్నా అధికమైన వేగముతో కొట్టుకుంటున్నాయి. ప్రయోగం మళ్ళీ చేయబడింది. అయితే ఈసారి మనోహారమైన, శ్రావ్యమైన రాగమును

వినిపించారు. ఫలితం మొదటిదానికి వ్యతిరేకంగా వచ్చింది. అనగా ఈ రాగమును వినేటప్పుడు శ్రోతల కనురెప్పల కదలిక మందగించిందన్నమాట. ఈ ప్రయోగము ద్వారా 'ఇష్టము-అయిష్టము లేదా కుతూహలము-వ్యతిరేకత' అనే అంశాల యొక్క ప్రభావము మానవ కనురెప్పల కదలికపై ఎలా ఉంటుంది అనే విషయము అర్థమైంది. దీని ఆధారముగా దగ్గరలో ఉన్న వ్యక్తి మనోభావాలను చాలా సులభంగా తెలుసుకొనవచ్చును.

పని చేసే సమయములో మన ఏకాగ్రత, తన్మయత్వము మొదలైన వానిని కన్నులు మూసి తెరిచే ప్రక్రియలో స్పష్టముగా అనుభూతి చెందగలము. ఉదాహరణకు చిత్రకారుని కనురెప్పలు బొమ్మ వేసే సమయములో చాలా తక్కువగా కొట్టుకుంటాయి. ఇది అతడి మనస్సు యొక్క ఏకాగ్రతను సూచిస్తుంది. అలాగే కవి తన కల్పనా ప్రపంచములో విహరిస్తున్నప్పుడు సాహిత్యకారుడు తన ఆలోచనాప్రవాహములో ఈదులాడేటప్పుడు, కర్మయోగి శ్రద్ధగా తన పనిలో నిమగ్నమై ఉన్నప్పుడు, సంగీతజ్ఞుడు ఒక క్రొత్త రాగమును తయారు చేసేటప్పుడు వారి కనురెప్పలు చాలా తక్కువగా కొట్టుకుంటాయి.

సరిగ్గా దీనికి వ్యతిరేకంగా ఏదో ఒక మానసిక ఆందోళనలో చిక్కుకున్న మనిషి కనురెప్పలు చాలా వేగంగా పడుతూ లేస్తూ ఉంటాయి. ఇంకా అతడు అశాంతిగా ఉన్నా, కింకర్తవ్యతా మూఢుడై ఉన్నా, డోలాయమానమైన మనస్సుతో ఉన్నప్పుడు కూడా అతడు అత్యంత వేగంగా కళ్ళు మూసి తెరుస్తుంటాడు. 'ఒక మనిషిలోని ఆత్మవిశ్వాసం ఏ స్థాయిలో ఉన్నది' అనే విషయమును కూడా కనురెప్పల కదలికలను బట్టి నిర్ణయించవచ్చు. ఆత్మవిశ్వాసం కలిగిన వ్యక్తి ఏదైనా చెప్పేటప్పుడు అతని కనురెప్పలు అవసరమైనదానికన్నా తక్కువ కొట్టుకుంటాయి. అలాగే అనిశ్చితమైన, దృఢత్వంలేని కథనాలను చెప్పే మనిషి కనురెప్పలు అత్యంత వేగంగా కొట్టుకుంటుంటాయి. ఇంటర్వ్యూ చేసేటప్పుడు ఈ విషయమును స్పష్టముగా గమనించవచ్చు. పరీక్షకు చక్కగా తయారై, మంచి ఆత్మవిశ్వాసము కలిగిన విద్యార్థి కనురెప్పలు పరీక్షకు ముందు మౌఖిక పరీక్ష సమయములో, జవాబు చెప్పేటప్పుడు చాలా తక్కువగా కొట్టుకుంటాయి. పరీక్షకు సరియైన రీతిలో తయారవకుండా తనపై తనకే నమ్మకము లేని విద్యార్థిలో కనురెప్పల కదలిక అత్యంత వేగవంతముగా ఉంటుంది.



పిల్లలలో ఆత్మవిశ్వాసం పెంచాలి

సంకోచము, సిగ్గు మొదలైన లక్షణాలతో కూడిన స్వభావము గల వ్యక్తి కనురెప్పలు చాలా వేగముగా కొట్టుకుంటాయి. పిరికి మనస్తత్వము గలవారు కళ్ళను అదేపనిగా నులుముతుంటారు. కనురెప్పల కదలికను బట్టి ఎదుటి వ్యక్తి చెప్పున్నది నిజమా? అబద్ధమా? అనే విషయము కూడా కొంత మేరకు తెలుసుకొనవచ్చు. నిజాన్ని దాస్తూ అబద్ధాలను మాట్లాడే వ్యక్తి కనురెప్పలు కొట్టుకునే వేగం కొంత తీవ్రముగానే ఉంటుంది. సరిగ్గా ఇందుకు వ్యతిరేకముగా న్యాయమును మాత్రమే మాట్లాడే వ్యక్తి విషయములో ఇది చాలా నెమ్మదిగా ఉంటుంది. అబద్ధాన్ని నిజముగా చిత్రీకరించే సమయము వచ్చినప్పుడు న్యాయాలయంలో నిలబడ్డ వ్యక్తి చూపులు క్రిందికి వాలి పోవడము మనం చూస్తూనే ఉంటాము. కొంచెము ధైర్యము చేసి కళ్ళు ఎత్తినప్పుడు అతని కనురెప్పల తీవ్రగతి, ఆ వ్యక్తి చెప్పున్న అబద్ధాన్ని చెప్పకుండానే తెలియజేస్తాయి. అలాంటి వ్యక్తిని, అతని నిజాయితీని ఎప్పుడు నమ్మరు. అతడి విశ్వాసనీయతను అడుగడుగునా సంశయించాల్సి వస్తుంది. అతడు నిజముగా సత్యమే వచించినా ప్రజలు దానిని హృదయపూర్వకముగా నమ్మలేక, అతడిపైన అపనమ్మకాన్ని పెంచుకుంటారు.

‘నేర్పడము-నేర్చుకొనడము’ అనే ప్రక్రియలో కూడా పైన చెప్పిన అంశము వర్తిస్తుంది. నేర్చుకునేవాడు ఎంతవరకు విషయమును అర్థము చేసుకొనగలిగాడు అనే విషయము, అతని కనురెప్పల గతనిబట్టి స్పష్టమౌతుంది. అధ్యయనము చేసే సమయములో నేర్చుకుంటున్న వ్యక్తికి విషయసంబంధమైన జ్ఞానము లోతుగా ఉండి, అతనికి నేర్చుకునే శక్తి బాగా ఉన్నట్లయితే అతని కనురెప్పలు చాలా తక్కువగా కొట్టుకుంటాయి. అలాగే ఉపాధ్యాయుడు-విద్యార్థి మధ్య అవగాహన తక్కువగా ఉన్నప్పుడు, విద్యార్థి కళ్ళు వెంటవెంటనే తెరుస్తూ మూస్తూ ఉంటాడు. అలా కాకుండా వారిద్దరి మధ్యన స్నేహం ప్రేమానుబంధాల సంబంధం ఉన్నప్పుడు, చదువు నేర్చుకునే విద్యార్థి యొక్క కనురెప్పలు నెమ్మదిగా కొట్టుకుంటాయి. ఇంతేకాకుండా ఆందోళన, భయము, ఉద్విగ్నత మొదలైనవి ఉన్న సందర్భములో కూడా కనురెప్పలు వేగంగా కొట్టుకుంటాయి. లివర్ పూల్ విశ్వ విద్యాలయానికి చెందిన కొందరు మనస్తత్వశాస్త్రజ్ఞులు ఒక ప్రయోగము చేస్తున్న సందర్భములో ముసలివారిని, యువకులని రెండు వేర్వేరు బృందాలుగా చేసి, వారికి ‘జాస్’ అనే ఒక అమెరికన్ చలన చిత్రములోని దృశ్యాలను చూపించారు. అది చాలా భీతిగాలిపే భయంకరమైన చిత్రము. దానిని చూసేటప్పుడు రెండు సమూహములవారిని పోల్చి చూడగా, యువకుల కనురెప్పల వేగం వృద్ధులకన్నా ఎక్కువగా ఉన్నది. భయాన్ని కలిగించే ఆ దృశ్యాలను చూసే సమయములో యువకులు చాలా ఆందోళనకు గురైనట్లు, వయస్సువల్ల వచ్చిన అనుభవముతో పరిపక్వమైన వృద్ధులు ఆ అప్రియమైన పరిస్థితినుండి కొంతవరకు తమనితాము రక్షించు

కొనగలిగినట్లు ఆ ప్రయోగము ద్వారా అర్థమైనది. వృద్ధులకు కూడా కనురెప్పలు కొంత వేగంగా కదిలినప్పటికీ, యువకులతో పోలిస్తే అది చాలా తక్కువే! ఈవిధంగా కనురెప్పల యొక్క కదలికల వేగము, వ్యక్తి యొక్క మనోబలమును కూడా తెలియ జేస్తూ ‘దగ్గరలో ఉన్న వ్యక్తి మనో బలసంపన్నుడా, కాదా! అనే విషయమును సూచిస్తూ ఉంటుంది.

పైన చెప్పిన విషయమును మనస్సులో ఉంచుకొనే, ఉపన్యాసాలు చెప్పటము అభ్యసించేవారిని ప్రారంభములో నిర్ణయమైన పొదిరిళ్ళలో నదీతీరాలలోని రాళ్ళూరపులు, చెట్లు మొక్కలు మొదలైనవానినే మనుష్యులుగా సజీవశ్రోతలుగా భావిస్తూ ఉపన్యసించడం అభ్యాసం చేయమని సలహా ఇవ్వబడుతూ ఉంటుంది. ఆరంభములో ఈవిధమైన అభ్యాసం చెయ్యటము వల్ల వారి మనస్సు పరిపక్వం చెందుతూ క్రమేణా వారికి తడబాటు మాయమై, కనురెప్పల కదలికల వేగం కూడా తగ్గిపోతుంది. శ్రోతలతో నేరుగా చూపులు కలపకుండా ఉండమని, వీలైనంతవరకు కలపకుండా ఉండటానికి ప్రయత్నించమని సలహా ఇవ్వబడుతుంది. సుమారు ఇలాంటివే సూచనలు టి.వి.లో వార్తలు చదివేవారికి కూడా నిర్దేశించబడుతూ ఉంటాయి. వార్తలు చదివేటప్పుడు ఉచ్చారణ సంబంధమైన తప్పులు దొర్లినా, పొరపాటు జరిగినా, ఆత్మ సంయమనమును పోగొట్టుకొనవద్దని, తమని తాము శాంతచిత్తులుగా ఉంచుకొంటూ సహజముగా ఉన్నట్లుగా ప్రదర్శించుకొనమని చెప్పబడుతుంటుంది. ఆవిధంగా చేయలేకపోతే పొరపాటు జరిగినప్పుడు కనురెప్పల వేగం ఎక్కువై, వారి తప్పును మరింత ఎక్కువగా చేసి చూపించే ప్రమాదముంటుంది.

జ్ఞాపకశక్తికి, కనురెప్పల కదలికకి కూడా సంబంధం ఉంటుంది. ఏదైనా ఒక పొడవైన పెద్దపెద్ద సమాసాలతో కూడిన శబ్ద శృంఖలను (డైలాగ్) గుర్తుపెట్టుకొనవలసివచ్చినప్పుడు ఆ పదజాలాన్ని సంపూర్ణముగా జ్ఞాపకము పెట్టుకున్న తరువాతనే రెప్ప వేయటము జరుగుతుంది. శబ్దశృంఖల తరువాత కూడా ఇంకా ఏమైనా అక్షరాలు గుర్తుపెట్టుకొనవలసివస్తే గనుక మధ్యలో రెప్ప వేయటానికి పట్టే సమయము ఇంకా ఎక్కువౌతుందని పరిశోధనల ద్వారా తేలినది.

ఈ ప్రకారముగా కనురెప్పలు మూయడం, తెరవడం అనే ప్రక్రియ మనిషి వ్యక్తిత్వమును తెలియజేస్తుందని చెప్పడమైనది. దీని సహాయముతో నిపుణులైనవారు ఎదుట ఉన్న వ్యక్తి గురించి కొంతవరకు అర్థము చేసుకొనగలుగుతారు. అందుచేత కనురెప్పలు మూసి తెరిచేటప్పుడు కొంత అప్రమత్తత అవసరము. దీనివల్ల మనయొక్క లోటుపాట్లు, బలహీనతలు ఎక్కడా ఇతరులముందు బహిర్గతం కాకుండా చూసుకొనవచ్చు.

- అఖండజ్యోతి, మే 2002
అనువాదం: శ్రీమతి కృష్ణకుమారి

ఇతరుల మీద ఆధారపడక ఎవరి పనులు వారే చేసుకోవాలి

ఆత్మోన్నతికి, అభీష్టసిద్ధికి అద్భుత అవకాశం

నూతన సంవత్సరపు అంతరంగంలో నూతన అవకాశాలు అనేకం ఉంటాయి. సంవత్సరంలోని మొదటి తొమ్మిది రోజులలో (చైత్ర శుద్ధ పాడ్యమి నుండి చైత్ర శుద్ధ నవమి వరకు) ఆ అవకాశాలను అందిపుచ్చుకునేందుకు ఆహ్వానం ఉన్నది. సంవత్సరంలోని సుఖదాయక అవకాశాలను సాకారం చేయాలని సంకల్పించుకున్న సాధకులకు అది ఒక పిలుపు. ఈ తొమ్మిది రోజులలో నాటబడే సమర్థ సాధన విత్తనాలు సంవత్సరం అంతటా సాధకుల ఆంతరిక జీవనంలో, బాహ్య జీవనంలో నవనవలాడే పంటలను అందిస్తాయి. ఈ తొమ్మిది రోజులను కోల్పోవడం అంటే నూతన సంవత్సరంలో అవకాశాలన్నింటినీ కోల్పోవడమే.

ఈ తొమ్మిది రోజుల తొమ్మిది రాత్రులు తమ సాధనలోని నిగూఢ రహస్యాలను ఇముడ్చుకున్నాయి. వీటి క్షణక్షణంలో ప్రేరణ నిండిన పిలుపు ఉన్నది. సాధకుడు ఈ పిలుపును అందుకోకుండా ఉండలేడు. యుద్ధరంగంలో రణభేరి మ్రోగుతూ ఉంటే, మహావీరులు ఒక మూల దాగికోని ఉండడం జరగనే జరగదు. నూతన సంవత్సరపు తొలి తొమ్మిది రోజులు సాధకులకు ఇలాంటి సవాలుతో నిండిన సాధన రణభేరిని మ్రోగిస్తున్నాయి. ఆ పిలుపు విన్న సాధకులు సాధన అనే మహా పురుషార్థాన్ని నిర్వహించకుండా ఉండలేరు.

తల్లి పిలుపును మనలో ఏ ఒక్కరు పెడచెవిని పెట్టకూడదు. తొమ్మిది రోజుల సాధన, అనుష్ఠానానికి సంకల్పం చేయనివారు మనలో ఏ ఒక్కరు ఉండకూడదు. 24 అక్షరాల గాయత్రీ మహా మంత్రపు 24 వేల అనుష్ఠానంలో మాత కృప వెలుగొందుతోంది. ఆమె కృప వల్ల అన్నీ సాధ్యపడతాయి. అసాధ్యాన్ని అతి శీఘ్రంగా సాధ్యం చేసే వరదాయిని అయిన గాయత్రీ మాత సంతానంలో ఏ ఒక్కరు ఈ తొమ్మిది రోజులను జారవిడుచుకోకూడదు. ఆరోగ్యం, సాఫల్యం, సమృద్ధి, సిద్ధి అన్నీ కొత్త సంవత్సరపు ఈ తొలి తొమ్మిది రోజులలో ఇమిడి ఉన్నాయి. వీటిని పొందడంలో మన సాధనాత్మక పురుషార్థం ముందు వెనుకలు చూడకూడదు.

సాధనకు ఒక విశిష్ట ముహూర్తం నవరాత్రి. ఇది రెండు ఋతువులకు సంధివేళ. ఈ సంధివేళకు లౌకిక, ఆధ్యాత్మికముల ప్రాముఖ్యత ఉన్నది.

చైత్ర నవరాత్రి సాధన వల్ల మల విక్షేపాల క్షాళన

నిత్య జీవితంలో ప్రాతఃసంధ్యకు, సాయంసంధ్యకు ప్రాధాన్యం

ఇవ్వడానికి కారణం ఇదే. విజ్ఞులు ఈ సమయాన్ని ఆహారం, నిద్ర, యాత్ర మున్నగు ప్రాపంచిక కార్యాలలో వృధా చేయరు. వారీ సమయాన్ని సంధ్యావందనం, దైవారాధన, ఆత్మ సాధన వంటి అధ్యాత్మిక కార్యాలకు వినియోగిస్తారు. ఎందుకంటే ఈ సమయం సూక్ష్మదృష్టిలో ఎన్నో అనుకూలతలు కలిగినది. ఈ సమయంలో జరిపే స్వల్ప సాధన ఆశ్చర్యకరమైన ఫలితాలను ఇస్తుంది.

ఆరోగ్యశాస్త్రం ప్రకారం ఈ సమయంలో శరీరంలోని జీవశక్తి అటుపోటులకు గురి అవుతుంది. వాటి ప్రభావం వల్ల - గత ఆరు మాసాలలో ఆహార విహారాలలో జరిగిన నియమోల్లంఘన వల్ల శరీరంలో పేరుకుపోయిన కాలుష్యాలను పారద్రోలడానికి ఈ శక్తి ప్రయత్నిస్తుంది. చలిజ్వరం, జలుబు, దగ్గు వంటి మామూలు శారీరక ప్రకోపాలు ఈ ప్రయత్నాలకు సహజ ఫలితాలు.

అలాగే, ఈ ఋతు సంధిలో సూక్ష్మ జగత్తులో కూడా తీవ్రమైన సంచలనం జరుగుతుంది. సూక్ష్మ ప్రకృతిలో దివ్య ప్రాణ ప్రవాహం ఉప్పొంగుతుంది. కనుక, నవరాత్రిలో జరిపే సాధన శరీరంలోని, మనస్సులోని మల విక్షేపాలను తొలగిస్తుంది. దివ్య ఫలితాలను ప్రసాదిస్తుంది. అభీష్టాలను సిద్ధింపజేస్తుంది.

గాయత్రీ సాధన లఘు అనుష్ఠానం

మనదేశంలో ఈ నవరాత్రి సాధన వివిధ రూపాలలో జరుగుతుంది. రామభక్తులు రామాయణ పారాయణ, కృష్ణభక్తులు గీత, భాగవతాల పారాయణ జరుపుతారు. దేవీ ఉపాసకులు దుర్గా స్తోత్రాలు పఠిస్తారు. ప్రజ్ఞా పరిజనులు 24 వేల మంత్రజపంతో కూడిన గాయత్రీ సాధన లఘు అనుష్ఠానం జరుపుతారు.

నవరాత్రి అనుష్ఠానంలోని విశిష్టతను తెలుసుకుందాం. వైదిక ఋషుల దృష్టి సూక్ష్మమైనది, ఆధ్యాత్మికమైనది. ఆ ఋషుల ప్రకారం నవరాత్రిలోని గూడార్థం మనిషి శరీరం అనే అయోధ్యలో ఉన్న నవద్వారాలు. అజ్ఞానం వల్ల వీటిని దుర్వినియోగం చేయటం జరిగింది. ఫలితంగా వీటిలో అంధకారం అలముకున్నది. కనుక అనుష్ఠానంలో ఒక్కొక్క రాత్రి ఒక్కొక్క ఇంద్రియాన్ని గురించి ఆలోచించాలి. దానిపై సంయమనాన్ని స్థాపించాలి. దానిలో అంతర్గతంగా ఉన్న సామర్థ్యాన్ని వెలికితీయాలి. ఇదే నవరాత్రి సాధనలోని రహస్యం. సంయమ సాధన లోపించడం వల్ల శక్తి అంతా ఈ రంధ్రాల నుండి బయటికి ప్రవహించి హరించుకు

హాయిగా, సంతోషంగా నవ్వుతూ ఉండేవారు ఆరోగ్యంగా ఉంటారు

పోతుంది. ఫలితంగా వ్యక్తి నీరసించిపోవడం, దీనుడు, హీనుడు కావడం సహజమే. సాధన ద్వారా శక్తి నీరుకారిపోవడాన్ని నిరోధించగలుగుతాము. అదనపు శక్తిని పొందగలుగుతాము.

ఆత్మోన్నతికి రాజమార్గం

సాధన అనుష్ఠానంలో సాధకుడు నియమాలు, సంయమనం, నిషేధాలు, తపశ్చర్యలతో కూడిన విశిష్ట ఉపాసనా పద్ధతిని అవలంబిస్తాడు. తద్వారా తన చేతనత్వమును సంస్కరించుకుంటాడు. ఆధ్యాత్మికంగా ఉన్నతి పొందుతాడు.

24 వేల లఘు గాయత్రీ అనుష్ఠానంలో భాగంగా సాధకులు ఉపాసనా క్రమంలో ప్రతిరోజూ 27 మాలల గాయత్రీ మహామంత్ర జపం చేస్తారు. ఈ జపానికి 3-4 గంటలు పడుతుంది. కొత్త సాధకులు మొత్తం గాయత్రీ మంత్రాన్ని పఠించలేకపోతే వారు పంచాక్షరి గాయత్రీ “ఓం భూర్భువః స్వః” తో ఈ జపసంఖ్యను పూర్తి చేయవచ్చు. ఇందుకు ప్రతిరోజూ ఒక గంట సమయం పడుతుంది. పూర్తి శ్రద్ధతో ఈ సాధన జరిపితే, ఆత్మోన్నతి మార్గంలో అద్భుత ఫలితాలు లభిస్తాయి. ఎందుకంటే గాయత్రీ పఠనం సత్సగుణ సంపన్నమైనది. శరీరంలో, ప్రాణంలో, అంతః కరణంలో దివ్య తత్వాలను, ఆధ్యాత్మిక విశేషతలను అభివృద్ధి చేసే మహాశక్తి, ఆత్మ కళ్యాణానికి రాజమార్గం ఇదే.

దైవానుగ్రహానికి పాత్ర

నవరాత్రి అనుష్ఠానంలో ఉపాసన ద్వారా మనస్సును ఉన్నత దిశకు ప్రవహించజేయడానికై జపంతోపాటు ధ్యాన ప్రక్రియను కూడా శక్తివంతం చేస్తారు. సాకార ఉపాసనలో సూర్యమధ్యస్థ గాయత్రిని కాని, గురుసత్తాను కాని, గాయత్రీ శక్తిని ధ్యానం చేస్తారు. అలాంటి భావ భూమిక ఏర్పడినప్పుడు ధ్యానం మాతృభావంలో వెంటనే లగ్నమవుతుంది. జపం దానికదిగా పెదిమలపై సాగుతూ ఉంటుంది. వ్రేళ్ళలో మాల పూసలు తిరుగుతుంటాయి. ధ్యానం మాతృసత్తా యొక్క అనంత స్నేహాన్ని శక్తిని పొందడంలో, అనంత శక్తిని ఇచ్చే పాలు త్రాగడంలో లగ్నమవుతుంది. ఈ సమయంలో ప్రత్యేకంగా ఆత్మచింతనలో ఇంతవరకు గడచిన జీవితాన్ని సమీక్షించుకోవాలి. పొరపాట్లను గుర్తించాలి. ప్రాయశ్చిత్తం ద్వారా వాటిని సరిదిద్దుకోవడానికి రూపురేఖలను ఏర్పరచు కోవాలి. వర్తమాన జీవనక్రమంలో ఉత్కృష్టతను, శ్రేష్టతను నింపుకోవాలని దృఢ సంకల్పం చేయాలి. జీవితంలో సాధన, స్వాధ్యాయం, సంయమనం, సేవ అనే సూత్రాలను సమగ్రంగా నింపుకునేందుకు ఒక కార్యక్రమాన్ని రూపొందించుకోవాలి. అందులో ఆత్మనిర్మాణంతోపాటు కుటుంబ, సామాజిక బాధ్యతలను సక్రమంగా నిర్వహించేందుకు సమగ్రమైన

రూపురేఖలను ఏర్పరచుకోవాలి. ఇలా భావి జీవితానికి స్పష్టమైన రూపురేఖలు ఏర్పడితే, వాటిని ఆచరణలో పెట్టే సాహసాన్ని మేలుకొల్పితే గాయత్రీమాత ప్రసాదం తక్షణం లభిస్తుంది. శ్రేష్టమైన కార్యకలాపాలను నిర్వహించినప్పుడే మనం శ్రేష్టమైన అవకాశాలను సాకారం చేయగలుగుతాం. దైవానుగ్రహానికి పాత్రులం అవుతాం.

సాధనా సూత్రాలు

నవరాత్రి సాధనను తీవ్రతరం చేయడానికి కొన్ని సాధనా సూత్రాలను ఖచ్చితంగా పాటించాలి. ఉపవాసం, బ్రహ్మచర్యం, నిద్రకు పరుపు వాడకపోవడం, ఎవరి సేవను స్వీకరించకపోవడం, దినచర్యను పూర్తిగా నియమబద్ధంగా, అనుశాసనబద్ధంగా ఉంచుకోవడం ఈ సూత్రాలలో ముఖ్యమైనవి.

దీనితోపాటు - మానసిక స్థాయిలో ఉపాసన క్షణాల భావ ప్రవాహాన్ని రోజంతా నిలిపి ఉంచుకునేందుకు ప్రయత్నించాలి. మన దైనిక కర్తవ్య నిర్వహణలో పాల్గొంటూనే మనం అత్యధికంగా మన ఇష్టదైవ చింతనలో నిమగ్నం కావాలి. అసూయ, ద్వేషం, నింద మున్నగు వాటిని దరిజేరనివ్వకూడదు. ప్రతికూల పరిస్థితులలో సైతం మన మానసిక సంతులనాన్ని నిలుపుకోవాలి. విపరీత పరిస్థితిని ఆదిశక్తి జగజ్జనని గాయత్రీ మాత కృపా ప్రసాదంగా, పఠనం కృపాశువు గురుదేవుల కృపా ప్రసాదంగా పరిగణించి, ప్రసన్నంగా ఉండడానికి ప్రయత్నించాలి.

అందరి పట్లా ఆత్మీయంగా వ్యవహరించాలి. సృష్టిలోని ప్రాణులన్నీ జగన్నాథ గాయత్రీ సంతానమే. అన్నింటిలోనూ మాత ఉన్నది. ఈ భావానుభూతితో జీవించడానికి ప్రయత్నించాలి. సంయమనం, స్వాధ్యాయం, సాధన, సేవల నమ్మార్గంలో మనం పయనించాలి. అలా పయనించడానికి ఇతరులకు ప్రేరణ ఇవ్వాలి. మన స్థాయిలో పాత్రులకు సహాయం అందించాలి.

అభిష్ట సిద్ధి తర్కం

ఈ భావభూమికలో పైన పేర్కొన్న సూత్రాలు ఆధారంగా జరిపిన నవరాత్రి సాధన సాధకునిపై గాయత్రీ మహాశక్తి యొక్క గురుసత్తా యొక్క వరాలను కురిపిస్తుంది. సాధకుని అభీష్టం సిద్ధిస్తుంది. పూర్ణాహుతి రోజున సాధకుడు హావనంలో తప్పక పాల్గొనాలి. ఈ భావనతో ఒక్కొక్క ఆహుతి వేయాలి.

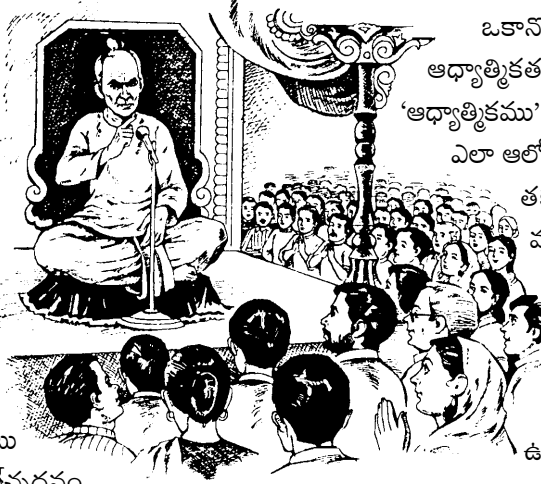
“దేవ పరివారం సభ్యుల సామూహిక సాధనాత్మక పురుషార్థం ద్వారా నలువైపులా వ్యాపించి ఉన్న విషమ పరిస్థితులు తొలగి పోతున్నాయి; ఉజ్వల భవిష్యత్తులోని సుఖమయ అవకాశాలు సాకారం అవుతున్నాయి”.

★★★

నవ్య అనే ఔషధం ఎన్నో రోగాలను అంతరంగం నుంచి తీసివడేస్తుంది

ఆధ్యాత్మికత యొక్క సరియైన రూపమును తిరిగి జాగృతం చేయాలి - 1

దేవతాస్వరూపులారా! మీకు ఎక్కడైనా వృక్షములు, లతలు మరియు పుష్పములు చక్కగా వికసించి కనిపిస్తే కనుక ఆ చమత్కారము, మాయ అంతా కూడా బీజముదే అన్న విషయమును గుర్తుంచుకోండి. నాటిన బీజముల పరిణామం మీకు పుష్పవాటికల రూపములో, ఫలముల రూపములో, ఉద్యాన వనముల రూపములో కనిపిస్తుంది. అయితే ఎక్కడైనా కనుక ఎండిపోయి, బీటలువారి, నిర్జనముగా ఉన్న నేల కనిపిస్తే ఆ భూమి విత్తనములు నాటటానికి అనువుగా లేదని అవగాహన చేసుకోండి. 'నేను నాటిన బీజముల ప్రక్రియ ఎంత వరకు సఫలమైనది?' అన్న విషయమును మన భరత భూమిలో ఉన్న ప్రతి వ్యక్తి ఆలోచించాలి. 'నాటి ప్రక్రియలో నేను సమర్థుడనయ్యానా? నేను సమాజము కోసము ఏమైనా నాటానా? నేను భగవంతుని కోసము ఏమైనా చేశానా?' అన్న ప్రశ్నలను ప్రతివ్యక్తి తనకు తాను వేయిమార్లు వేసుకోవాలి. 'అవును! నేను నాటాను' అన్న జవాబు వచ్చినట్లయితే వ్యక్తిగత జీవితంలో వచ్చదనం వెల్లివిరుస్తుంది, సామాజిక జీవితం పచ్చగా కళకళలాడుతూ ఉంటుంది.



అయితే ఎక్కడైనా, ఎవరైనా సరే మేము సమాజం కోసం ఏమీ నాటము, దానికోసం మా సద్భావనలను ప్రవహింప జేయము, పైపెచ్చు సమాజము నుండి మేము ఏదో ఒకటి తీసుకుంటాము, లబ్ధి పొందుతాము' అని అన్నప్పుడు ఒక ప్రశ్న తలెత్తుతుంది, ఆపద, కష్టము ఎదురౌతుంది. ఆ దేశము ఆ మూసలోనే అనగా ఆ రీతిలోనే సాగుతూ ఉంటుంది, పతన మవుతుంది, కుంటినడక నడుస్తూ ఉంటుంది. ఏ వ్యక్తి మనస్సులో సమాజము కోసము సేవ చేయాలి, ఏదో ఒకటి నాటాలి అనే ఆకాంక్ష లేదో అతను పతితుడవుతాడు, నష్టపోతూ ఉంటాడు. కేవలము సమాజము నుండి ఏదో పొందాలనుకునే మనుష్యులు చాలా స్వార్థపరులు. ఎవరికి భగవంతుని నుండి ఏదైనా పొందటం, గురువు నుండి, పై అధికారి నుండి, తండ్రినుండి కేవలం

పొందటం మాత్రమే తెలుసో, ఇవ్వటము తెలియదో అటువంటి వ్యక్తి చాలా దురదృష్టవంతుడు. అతను జీవితములో దుఃఖమును చవిచూస్తాడు. దుఃఖములనే పంచుతాడు. దుఃఖమును పంచడమనేది వీరి తలరాతలో ఉంటుంది. దుఃఖమును చవిచూడటమనేది వీరి నొసటిరాతలో మిగిలి ఉంటుంది. మేము కూడా మా హృదయములను రసమయముగా స్పందింపజేసుకుని సమాజం కోసం నాటాలి అన్న ఉత్సాహం వీరి మనస్సులో ఉత్పన్నం కాదు. 'నాటటం అనే దాని పేరే ఆధ్యాత్మికత!!'

ఒకానొకప్పుడు భరతభూమిలో ఇంటింటా ఆధ్యాత్మికత ఉండేది. ఈనాటి ఆధ్యాత్మికతను 'ఆధ్యాత్మికము' అని అనలేము. ఈనాటి మనుష్యులు ఎలా ఆలోచిస్తారంటే 'మేము తక్కువ డబ్బులతో, తక్కువ ఖర్చుతో పెద్ద పెద్ద ఖరీదైన వస్తువులను పొందాలి'. లాటరీ అంటే ఏమిటి? మనము మన జేబులోంచి ఒక్క రూపాయి మాత్రమే ఖర్చుపెట్టాలి, బదులుగా తిరిగి 3 లక్షల రూపాయిలు రావాలి అని ఉంటుంది మనకు. లాటరీ టికెట్టు కొన్నవారెందరో ఉన్నారు. మీరు వారి వద్దకు వెళ్ళి 'మీలో ఎంతమంది ఒక్క రూపాయి వెచ్చించి, దాని బదులుగా 3 లక్షల రూపాయిలు పొందారు?' అని ప్రశ్నించి వివరాలు సేకరించండి. మీకు వెయ్యిమందిలో 999 మంది, ఒక లక్షమందిలో 99,999 మంది 'మా లాటరీలో పెట్టుబడి పెట్టిన ఒక్క రూపాయి వృధా అయిపోయింది, చేజారిపోయింది' అనే జవాబు చెప్పటం వినిపిస్తుంది. తగిన మూల్యము చెల్లించకుండా గొప్ప గొప్ప పగటి కలలు కంటుంటారు. అటువంటివారికి ఒక్క రూపాయి వృధా అయిపోవల్సినదే, చేజారిపోవల్సినదే!

ఆధ్యాత్మికత లాటరీ కాదు

మనము ఆధ్యాత్మికతను వ్యాపారముగానో, లాటరీగానో వాడుకుంటున్నాము. మనము వీలయినంత తక్కువ విలువ గల వస్తువులను భగవంతునికి అర్పించటానికి ప్రయత్నిస్తాం. నాలుక చివరతో మనము రోజంతా ప్రేలాపన గావిస్తుంటాము, గప్పాలు

గొప్ప పనులు పట్టుదల వల్ల పూర్తి అవుతాయి

కొడుతుంటాము, నిరర్థకమైన మాటలను మాట్లాడుతుంటాము, గట్టిగా అరుస్తుంటాము, గర్వంతో బడాంబులుపోతూ, ఆడంబరమును, వాచాలత్వమును ప్రదర్శిస్తుంటాము. తిరిగి ఈ నోటితోనే మనము 5 లేక 10 నిమిషములు కొన్ని మంత్రములను ఉచ్చరించటానికి ప్రయత్నిస్తుంటాము. మేము మీతో మంత్రజపము గురించి మాట్లాడటం లేదు. మేము అనుభవము గురించి మాట్లాడుతున్నాము. మంత్రజప విషయము వేరు. మంత్రము నోటితో ఉచ్చరింప బడదు, హృదయము నుండి వెలువడుతుంది. హృదయము ఎప్పుడూ రామనామం వెలువడేవిధంగా ఉండాలి. ఇప్పుడు ప్రేలాపనలను పలికే ఈ నోటితో, కేవలము అబద్ధము ఆడటము, చెడు విషయాలు మొదలైనవి మాట్లాడటము తప్ప మరేమీ తెలియని నీచమైన నోటితో ఏవో కొన్ని మంత్రాక్షరములను ఉచ్చరించాము. ఆ నోటితో అప్పుడప్పుడు రామనామమును పలికాము, కొన్నిమార్లు హనుమంతుని పేరు స్మరించాము, మరికొన్నిమార్లు గాయత్రీ నామమును ఉచ్చరించినాము, అప్పుడప్పుడు ఏదో ఒక దైవస్మరణ చేశాము మరియు కలలు కన్నాము. ఎలాంటి కలలు కన్నాము? సమస్త సంపదలకు స్వామియైన భగవంతుని ప్రేమ యొక్క ఒకే ఒక్క కణము, కిరణము మా మీద ప్రసరించాలి, తద్వారా మేము ధన్యతను పొందాలి, మా జీవితము సార్థకమవ్వాలి' అనే కలగన్నాము.

దానిని పొందటానికి మనము ఎన్నెన్నో వస్తువులను సమర్పించటానికి సాహసించాం, ధైర్యమును చూపాం. ఎంత సాహసము చూపించామంటే నోటి చివరినుండి ఏవో కొన్ని శబ్దములను ఉచ్చరించాలి అని నిర్ణయించుకున్నాము. ఇది విశుద్ధ రూపములో లాటరీ తగిలే నియతి వంటిదే! 'మాకు ధనము ఒనగూడాలి, డబ్బులు సమకూరాలి, ఆరోగ్యము బాగుండాలి, వివాహము జరగాలి, పిల్లాపాపలు కలగాలి, మాకు ఉద్యోగములో పదోన్నతి కావాలి, ప్రపంచములోని 999 లాభాలు మాకు చేతికందాలి' ఏ వెలకు (cost) ఆ లాభములు అందాలి? నీచమైన నోటి చివరినుండి కొన్ని అక్షరములను ఉచ్చరించినంత మాత్రము ననే లాభము చేకూరాలి. మీకో విషయము అర్థమయ్యింది, కానీ మాకు అర్థము కాలేదు. అదేమిటంటే 5,000 రూపాయలకు లభించే వజ్రం కేవలము 500 రూపాయలకు ఇవ్వండి అని అడుగుతున్నారు. ఈ డబ్బుతో మీరు మరేదో వస్తువును కొనగలరు కానీ మీకు వజ్రం మాత్రము లభించదు. కాదండీ, మేము 500 రూపాయలకే వజ్రమును కొనుగోలుచేస్తాము. ఈ ఆలోచన తప్పు. అది అలా జరుగదు. 500 రూపాయలకు వజ్రం ఎన్నడూ లభించదు.

ఆధ్యాత్మికత అంటే కేవలము ఇంతే అని అనుకుంటుంటే మాకు ఆశ్చర్యము, విస్మయము కలుగుతుంది. ఏవో కొన్ని శబ్దముల ఉచ్చారణ భగవంతుని సాన్నిధ్యమును ప్రసాదిస్తుందా? మన జీవితములో సుఖశాంతులు వెల్లివిరుస్తాయా? మనకు ప్రగతి మార్గాన సాగే అవకాశము లభిస్తుందా? ఇది అసంభవము. పూజా, పారాయణలు చేసే భారతావని వంటి దేశం బహుశః ప్రపంచములో మీకు మరెక్కడా కానరాదు. క్రైస్తవులు ప్రతి ఆదివారము చర్చికు వెళ్ళి ఫాదర్ ముందు కాళ్ళమీద కూర్చుని తప్పులను చెప్పి, కష్టములను విన్నవించుకొని, తరువాత కొద్దిసేపు ప్రార్థన చేసి వెళ్ళిపోతారు. భరతభూమిలో రోజంతా చేతిలో మాల త్రిప్పే అనేకమంది వ్యక్తులు మీకు కనిపిస్తారు. ఇక్కడ ఎవరెవరు ఏమేమి చేస్తున్నారు? కొంతమంది రామాయణమును పఠిస్తున్నారు, మరికొంతమంది భగవద్గీతను, ఇంకొంత మంది భాగవతమును పారాయణ చేస్తున్నారు. అయితే వారందరి మస్తిష్కమును వికృత ప్రవృత్తులు, ఎన్నో మనోవికారములు, విషరోగాలు చుట్టుముట్టి ఉన్నాయి, వారందరు అసంఖ్యాకమైన కష్టములలో కూరుకుపోయి ఉన్నారు. రామనామ మహాత్మ్యమును భూమినుండి ఆకాశమున కెత్తి, మేము సత్యంగం చేస్తాం, కథలు ఆలకిస్తాం, భాగవతమును వింటాం, ఈ జపం చేస్తాము, ఆ జపం చేస్తాము, తద్వారా మాకు ముక్తి చేకూరాలి, జీవితము ధన్యమవ్వాలి అని కోరుకునే మనుష్యులు ఎటువంటివారు?

రామనామం కాదు, పని ముఖ్యము

రామనామం పలికిన పిమ్మట రామకార్యం చేయటానికి ధైర్యం చూపించినప్పుడు, రాముని వైపు అడుగులు వేసే సాహసం చూపించినప్పుడు ఆధ్యాత్మికత ఆరంభమౌతుంది. రాముని వైపు అడుగులు వేయటములో మనకు నాటుకోవటమనే ప్రక్రియ నేర్పించబడుతుంది. ప్రాచీనకాలములో మన ఋషులు జీవితము లోని ఒక పావుభాగమును 'నాటటం' అనేది నేర్చుకోవటానికే వెచ్చించేవారు. వారు ప్రతి మనిషితోను, మానవాళితోను ఇలా చెప్పారు. 'మీరు మీ జీవితములోని ఒక పావుభాగమును నాటుకోవటానికే వెచ్చించాలి. చక్కటి సమాజమును నిర్మించుట కొరకు, ఉన్నతిని చేకూర్చుట కొరకు వెచ్చించాలి. అయితే ఈనాడు ఆ పరంపర మాయమైపోయింది. ఇందువలన భరత భూమి సంతోషంగా ఉండలేకపోతున్నది. ఎలా ఉంటుంది? సమాజమును ఉన్నతికి చేర్చుటకు, మానవజాతి బాధను, పతనమును దూరం గావించుటకు మనిషి త్యాగం చేయటానికి విముఖుడైన దేశములో ఏ రీతిలో సంతోషము ఎగసిపడుతుంది?

మన ఆధ్యాత్మిక క్రమమే నీచంగా మారిపోయింది. పూర్వము

క్షమాగుణం కుటుంబ బంధాన్ని నిలబడుతుంది

ఆధ్యాత్మిక క్రమము సబ్బువలె శుభ్రపరచేదిగా ఉండేది. ఆ స్నానం చేసి ఎంతోమంది మనుష్యులు పవిత్రులయ్యారు. ప్రపంచమును ప్రక్షాళన గావించినారు. జగత్తులో శాంతి పొంగి పొరలేలా చేశారు. అయితే ఈనాడు అదే ఆధ్యాత్మిక క్షేత్రం యొక్క బాహ్య మరియు అంతరంగమనే రెండు జీవితాలు యాచకత్వముతో నిండిపోయాయి. మన ఆధ్యాత్మికత యొక్క బహిరంగ జీవితం యాచకులవలె లేదని మనమెలా అనగలం? సంతుల దగ్గరికి వెళ్ళి వారి బహిరంగ జీవితమెలా ఉన్నది? అని పరిశీలించండి. మీకు వారి జీవితము అడుక్కునేవారివలె తోస్తుంది. అదేవిధంగా పండితుల వద్దకు, జ్ఞానుల వద్దకు, పురోహితుల వద్దకు వెళ్ళండి. అందరి బహిరంగ జీవితము అడుక్కునేవారివలె ఉన్నది. వారి జీవితము శ్రేష్ఠముగా ఉన్నదని మనం ఎలా అనగలం? అడుక్కునే అంతరంగము కలిగిన వారి వద్ద ఆధ్యాత్మికత అనే గాలి వీస్తున్నదని, ఆధ్యాత్మికత అనే మత్తు వారిని ఆవరించిందని ఎలా అనగలం? అడుక్కునే వాడు ఎన్నడూ ఆధ్యాత్మికవాది కానేరడు. దాతయే ఆధ్యాత్మిక వాది కాగలడు. అలాగే ప్రేమించేవాడు! భక్తికి అర్థం ప్రేమించుట!

భారతదేశ ఆధ్యాత్మికత ఎక్కడున్నది?

అయితే మన అంతరంగ జీవనము అడుక్కునేవారివలె ఉన్నది. ఎక్కడికి వెళ్ళినా చేతులుచాచి యాచించడమే పని. లక్ష్మీదేవి, సంతోషిమాత, హనుమంతుడు ఇలా ఏ దేవీదేవతల దగ్గకు వెళ్ళినా చేయిచాచి యాచించటానికే వెళ్తున్నట్లు గోచరిస్తున్నది. మనము గడప గడపకు ఆకలితో, పేదరికంతో యాచించటానికై వెళ్ళాము. గడప గడపలో ఆకలితో యాచించేవారు ఆధ్యాత్మిక వాదులు అవుతారా? కాదు, యాచించేవాడు ఆధ్యాత్మికవాది అవుడు. అతను కర్ణుని తరహాలో దాతవలె జీవిస్తాడు, ఉదారుడు, ఉదాత్తుడుగా మెలగుతాడు. అయితే భరతభూమిలో ఎక్కడైనాసరే ఆధ్యాత్మికత బ్రతికి ఉన్నదా అని గనుక వెతికినట్లయితే మనకు పూజారుల సంఖ్య కుప్పలు తెప్పలుగా కనిపిస్తుంది. కానీ ఆధ్యాత్మికత మనకెక్కడా గోచరించదు. భరతభూమిలో ఆధ్యాత్మికత సరించి పోయింది అన్న విషయమును గమనించి, మా కళ్ళు తిరుగు తున్నాయి. ఇతర దేశాలలో ఆధ్యాత్మికత ఉన్నది. ఇంగ్లండు మరియు ఇతర దేశాలలో ఫాదర్స్ కనిపిస్తారు. అన్నపానాలు, గృహవసతులు, రహదారులు, రైలుమార్గములు, టెలిఫోన్స్, విద్యుత్తు మొదలగు సౌకర్యములను త్యజించి కష్టములు, ఆపదలు తప్ప మరేమీ కనిపించని ఆఫ్రికాలోని కాంగో అడవులలోకి, భరతభూమిలోని బస్తర్ జిల్లాలోకి, నాగాలాండ్ అడవులలోకి వెళ్ళిచూస్తే ఆ ప్రాంతాలలో ఫాదర్స్ కనిపిస్తారు, అక్కడ ఏ వస్తువులు అందుబాటులో ఉండవు. మరి వాళ్ళెందుకు అక్కడుంటున్నారు? వారు తమ జీవితాలలో ఆధ్యాత్మికతను, దాని

స్వరూపమును, మర్మమును, ధర్మమును అవగాహన చేసుకున్నారు.

మనం ఆధ్యాత్మికత యొక్క మర్మమును అర్థం చేసుకోలేదు. మనం రామాయణమును పఠించడాన్నే ధర్మమని అనుకుంటున్నాం. అలాగే మాల త్రిప్పటమునే ధర్మమని భావిస్తున్నాం. ఇది ఎటువంటి తప్పు భావన? ఈ వ్యాఖ్యలకు అర్థమేమీ లేదు. మన స్థాయి ఏదో అందుకు తగ్గ వ్యాఖ్యలనే మనము చేస్తున్నాం. అటువంటి భగవంతుడినే రూపొందించు కున్నాం.

మనం మరల ప్రపంచములో ఆధ్యాత్మికతను వికసించబెయ్యాలి. తత్కారణముగా మనందరితోపాటు ప్రతి వ్యక్తి మనస్సు లోపల మరియు మొహములో వెలుగు రావాలి, మెరుపు రావాలి, మనందరము విభూతివంతులమై జీవించాలి. మనము శ్రేష్ఠులుగా జీవించాలి. మన గాలి వ్యాపించినంత మేర, చందనమువలె పరిమళాలు వెదజల్లబడుతూ ఉండాలి. గులాబీపువ్వువలె మన సుగంధము నలువైపులా గుబాళించాలి. మనము ఆధ్యాత్మిక సందేశమును విస్తరింపజేసినంతమేర అక్కడ సంతోషం వెల్లివిరిస్తూ ఉండాలి. అందుచేత ఋషుల కాలములో వెల్లివిరిసిన ఆధ్యాత్మికతను తిరిగి బ్రతికిద్దాం. వారు లక్షలాది సంవత్సరముల పాటు ప్రపంచమునకు ఆధ్యాత్మికతను నేర్పించారు, భారత వాసులకు అలాగే ప్రపంచంలో ప్రతి వ్యక్తికి నేర్పించారు. అయితే ఇప్పుడు ఆ ఆధ్యాత్మికత ప్రపంచములో అడుగంటిపోయింది. భారతావనిలో అయితే అస్సలు లేదు. మనము తిరిగి ఋషులు అందించిన ఆ ఆధ్యాత్మికతను పునరుద్ధింపజేయాలి. తద్వారా మన పురాతన చరిత్రను నిరూపించవచ్చును.

మనకు పంఖా, విద్యుత్తు, టేవ్రికార్టర్, గడియారం మొదలగునవి ఇచ్చినందుకు ఆధునిక వైజ్ఞానికులకు ధన్యవాదములు. మరి ఆధ్యాత్మిక విజ్ఞానం మాటేమిటి? ఆధ్యాత్మిక విజ్ఞానమునకు లక్షలరెట్ల కృతజ్ఞతలు చెప్పాలి. అది ఎన్నెన్నో సాయములను చేసింది. మన బాహ్యజీవనమునకు కావల్సిన సౌకర్యాలను అందించినది, ఆధ్యాత్మిక జీవితములో మానవుని లోలోపల దాగి యున్న వజ్రవైధూర్యములు, రత్నరాశులు గల నిధిని త్రవ్వి సంపదను వెలికితీసి మనకు అందించింది. మానవుడనే ఈ చిన్న నగణ్యప్రాణిని ఆధ్యాత్మికత ఎక్కడినుండి ఎక్కడికో చేరుస్తుంది. ఆధ్యాత్మికత సాలెవాడిని కబీర్ని చేసింది, సామాన్య వ్యక్తిని సంత రైదాన్గా మార్చింది. సాధారణ మానవులను, విద్యా హీనులను మహాత్ములుగా మార్చివేస్తుంది. ఈ ఆధ్యాత్మికత చాలా శ్రేష్ఠమైనది, ఆనందప్రదమైనది!

భవ్యమైన ఆధ్యాత్మికత యొక్క పునర్జాగరణ!

ఈ భవ్యమైన, దివ్యమైన ఆధ్యాత్మికత యొక్క అర్థమేమిటి?

జాలి, క్షమ అలవరచుకోవాలి

దానికి మనమేమి చెయ్యాలి? మున్నుండుగా మనం ఆ వైభవోపేతమైన ఆధ్యాత్మికతను పునర్జీవింపజేయాలి. మనం మన ప్రాచీన ఋషులను తిరిగి ఎక్కడినుండి పట్టుకుని తీసుకు రావాలో పరిశోధించాలి. బ్రాహ్మణులను, పండితులను, జ్ఞానులను, అంతరంగములో అధ్యాత్మపు వెలుగులు విరజిమ్ముతున్న వారిని ఎక్కడినుండి తేవాలి? తమ జీవితములోని పెద్ద భాగమును ఆధ్యాత్మికతకు అర్పించగలిగేవారిని తేవడం మనకు బహు కష్టకార్యమే. బాధ్యతలులేని అప్రధానమైనస్థితిలో ఉన్నవారిని చూస్తే నిరాశే మిగులుతుంది. వారు అందరికంటే గొప్ప లోభులు. పిల్లలు పెరిగి పెద్దవారై, సంపాదనాపరులై ఉన్న ఇంటి పెద్దలు పరమ పిసినిగొట్టులు. లోభ మోహములు వీరిని నలుచెరగులా ఆవరించి ఒడిసిపట్టి కదలనీయకుండా చేశాయి. ఇలాంటి పరిస్థితులలో మరి వానప్రస్థ పరంపరకు వెన్నెముకలుగా నిలిచి ఆధ్యాత్మికతను బ్రతికించగలిగే ఆ మహాపురుషులను ఎక్కడినుండి వెతికితేవాలి?

ఈనాటి మానవుడు లోభమోహములలో ఎంతగా కూరుకు పోయాడంటే 'నేను భాగవతమును పారాయణ చేస్తున్నాను, రామాయణమును పఠిస్తున్నాను' అని తనలోని ఈ లోపాలను కప్పిపుచ్చుకోవటానికి అనేక సాకులు చూపిస్తున్నాడు. మీ రామాయణం ఎందుకు? భాగవతం ఎక్కడుంది? మీరు వీటిని అపఖ్యాతిపాలు చేస్తున్నారు. గాయత్రిని, సంతోషిమాతను అపఖ్యాతిపాలు చేస్తున్నారు. వ్యర్థప్రలాపాలతో ఆధ్యాత్మికత పేరును కళంకితము చేస్తున్నారు. మీరెంత నీచులో, ధూర్జులో, లోభులో, మోహపరులో భగవంతుడిని కూడా ఎందుకు అలానే తయారు చేస్తున్నారు? భగవంతుడు సర్వశ్రేష్ఠుడు, ఆయనను అలాగే ఉండనివ్వండి. దైవ నామోచ్చారణ చేయుట నిలిపి వేయండి. లోభమోహములలో కూరుకుపోయి రామనామమును జపించడము వల్ల వచ్చే లాభమేమిటి? రామనామం మరింత అప్రతిష్ఠ పాలౌతుంది. మేము ఫలానా గురువువారి శిష్యులం అని కొందరు అంటుంటారు. ఆ గురువు దగ్గర ఉంటూ మధ్యపానం చేస్తూ, జూదమాడుతూ పట్టుబడితే కనుక అందరు 'మీ గురువు గారు కూడా ఇలాంటివారేనా?' అని ఆయనను కూడా దుర్భాషలాడి నిందిస్తారు. మన కారణముగానే భగవంతుడు, గురువు కూడా కారాగారానికి వెళ్ళవలసివస్తుంది. కనుక మీరు దైవ నామస్మరణ చేయటము ఆపివేయండి.

శ్రేష్ఠులు, గౌరవమర్యాదలు కల అధ్యాత్మపరుల, రామనామ జపపరాయణుల ఆవశ్యకత మాకున్నది. శ్రేష్ఠమైన, మర్యాదా పూర్వకమైన జీవితమును ఎలా గడపాలి? అన్న విషయమును అవగాహన చేసుకున్న ఆధ్యాత్మికవాదుల ఆవశ్యకత మాకు

ఎంతైనా ఉన్నది. కానీ అటువంటి మనుష్యులను ఎక్కడినుండి తేవాలి అన్నదే అతి కష్టతరమైన విషయము. ఇది చూసి మా కన్నులలో నీళ్ళు తిరుగుతున్నాయి. అటువంటి మానవుల కొరత ఉన్నదా? లేదు, వీరికి కొడువ లేదు. పదవీవిరమణ గావించిన వారెందరో ఉన్నారు. 'ఈ మనిషి మరణిస్తే మంచిది. ఇంటినుండి వెళ్ళిపోతే బాగుంటుంది. అప్పుడు శుభం కలుగుతుంది. గృహములో వీరి అవసరం లేదు' అని తమ బంధుజనులు అనుకుంటున్న వందలాది ముసలివారు ఉన్నారు. పదవీ విరమణ చేసినవారు, అనుభవముండి బాధ్యతలేని ముసలివారు వీరంతా నేటి ఆధ్యాత్మికత యొక్క పరిస్థితిని గమనించినాడా ఇంటి నుండి బయటకు రాలేనంత మోహంలో కూరుకుపోయారు. సంపాదనా పరులైన సంతానమును కలిగి ఉన్నవారు, జీవితమును గడపటానికి అవసరమైన ధనమును కూడబెట్టిన కుటుంబ సభ్యులు గలవారు, ఇంటిని విడిచిపెట్టి సమాజం కోసం ఒక్క అడుగు కూడా ముందుకు వెయ్యటం లేదు. మీరు, మేము ఆ పని చేయగలము, కానీ వారు చెయ్యలేకపోతున్నారు.

సంతులనూతనతరం యొక్క నిర్మాణం జరగాలి

మేమిప్పుడు బ్రాహ్మణుల నవతరమును తయారుచేయాలి. అలాగే సంతులనూతన పరంపరను తయారుచేయాలి అని నిశ్చయించుకున్నాము. ఏ రీతిలో? ఒక్కొక్క బిందువును కుండలో సమీకరించి మేము ఒక సీతను తయారుచేస్తాం. ఋషులు తమ ఒక్కొక్క రక్తబిందువును ఒక కుండలో ఏకత్రితము గావించి, చివరకు ఆ కుండను భూమిలో స్థాపించినారు. అప్పుడు ఆ కుండలోంచి సీతాదేవి ఆవిర్భవించినది. మేము ఆధ్యాత్మికతను ఉత్పన్నము జేయటానికి 'మనస్సులో ఆవేదన, ఆతురత ఉన్నప్పటికీ, ఇంటిలోని పరిస్థితుల వలన, కుటుంబసభ్యుల వలన ఎదురైన సమస్యల చేత అడగుముందుకు వెయ్యలేకపోతున్నవారికి ప్రోత్సాహముతో కూడిన ప్రేరణను అందించటం ప్రారంభించాం. మేము వారికొరకు మార్గమును తయారుచేశాము.

మేమిప్పుడు భార్యాపిల్లల బాధ్యతలున్నా మీ కొంగుపట్టు కున్నాము. స్వీయ ఉదరపోషణ బాధ్యత గలవారికి తగు ప్రోత్సాహం ఇస్తున్నాము. అయితే నిరాశకు గురిచేసిన వారినుండి మా ముఖం త్రిప్పుకున్నాం. సంతులన నుండి దృష్టిమరలించినాము. సంతులననుండి మేము ఆశించేదేమీ లేదు. భారతదేశములో 56 లక్షలమంది సంతులున్నారు, 7 లక్షల గ్రామాలున్నాయి. ప్రతి గ్రామంలోను 8 మంది సంతులుంటారు. సన్యాసులలో సన్యాసత్వం మిగిలి ఉంటే కనుక ప్రతి గ్రామంలోను ధర్మభావనలు ఉత్పన్నం చేయటానికి, నిరాక్షరాస్యుల సమస్యలను దూరం

ఎదుటివారి స్థానంలో ఉండి సమస్యను అటు నుంచి అర్థం చేసుకునే ప్రయత్నం చేయాలి

చేయటానికి, సమాజములోని చెడు సంప్రదాయములను పెకలించి వేయటానికి, మత్తుపదార్థ సేవనమును తుదముట్టించటానికి, మాంసాహారమును త్యజించి వేయటానికి, దురాచారములను రూపుమాపటానికి మేము ఒక్కొక్క గ్రామమునకు ఎనిమిదిమంది మనుష్యులను నియమించగలిగే వారము. 8 మంది మనుష్యులు నియమింపబడితే భారతదేశమునకు కాయకల్పము జరిగేది. అప్పుడు భారతావని తిరిగి ఆనాటి సభ్యదేశంగా నిలిచేది. ప్రపంచములో అనేకరకాల మత్తులున్నాయి, భ్రమలున్నాయి. అందులో నేటి ఆధ్యాత్మికత కూడా ఒకటి. అది మనిషిని సంకీర్ణని గావిస్తుంది. పిరికివారిని చేస్తుంది. ధూర్తునిగా మార్చివేస్తుంది. ఈనాటి ఆధ్యాత్మికత మనుష్యులను పిరికివారిగా, ధూర్తులుగా మార్చివేసింది.

పెద్ద బొట్టుపెట్టుకున్న, పెద్దపెద్ద తులసిమాలలు ధరించిన వానినుండి మేము ఏమి ఆశించగలము? అతనెందుకు పనికొస్తాడు? ఎందుకూ పనికొరారు. అందుచేతనే అతనికొక నమస్కారం. మేము అలాంటివారి చుట్టూ చాలా తిరిగిము, చాలానే ప్రోత్సహించాం. వారినెంతో ప్రార్థించాం. చేతలు జోడించి ఇలా వేడుకున్నాము 'భారతదేశము చాలా పేదదేశం, చాలా దుఃఖములో ఉన్నది, చాలా వెనుకబడిన దేశము, మీరు ఈ దేశం కోసం మీ రక్తం చిందించటానికి సిద్ధముకండి, అప్పుడు ప్రతి మనిషిలోను శ్రద్ధను, విశ్వాసమును, ధర్మమును జాగృతపరచగలరు, శాంతిని తీసుకురాగలరు, ప్రేరణలను నింపగలరు, వారి మనస్సులలో భగవంతుడిని మేల్కొల్పగలరు'. కానీ మాకు వారిపట్ల ఏ విధమైన నమ్మకం మిగలలేదు. ఎందుకంటే మనిషి లాటరీ పద్ధతిని అవలంబించడం నేర్చుకున్నాడు, వ్యాపారం చెయ్యటం నేర్చుకున్నాడు. మరి అటువంటి మనిషి కఠినమైన శ్రమను, కూలీపనులను ఎందుకు చేస్తాడు? నౌకరుగా ఎందుకు శ్రమిస్తాడు? ఎవరి ఆచరణ పాపభూయిష్ట మయ్యిందో వారు 'మేము గంగానదిలో మునిగితే మా పాపప్రక్షాళన అయిపోతుంది' అని అనుకుంటున్నారు. రూపాయిపావలా చెల్లించి సత్యన్నారాయణస్వామి కథ విన్న తరువాత వైకుంఠం ప్రాప్తిస్తుంది అని భావిస్తున్నారు. ఇంత నీచమైన, దోషపూరితమైన ఆలోచనలు మనస్సును పట్టి పీడిస్తున్నప్పుడు వారు త్యాగమయ జీవితమును ఎలా గడుపగలరు? కష్టమయ జీవితమును ఎలా జీవించగలరు? త్యాగం చెయ్యటానికి ఎందుకు సిద్ధపడతారు? సంయమం, సదాచారవంతమైన జీవితమును గడపటానికి తమకు తాము దృఢసంకల్పాలు అప్పవలసి ఉంటుంది. దానికి వారెందుకు సిద్ధపడతారు? మీరు సమాజము కొరకు ఎటువంటి త్యాగం చెయ్యవలసిన అవసరము లేదు అని ఎవరో వారికి నూరిపోసి ఉంటారు. అంతేకాక

స్వీయసంయమనము పాటిస్తూ సదాచార పరులుగా, తాపసులుగా రూపుదాల్చవలసిన అవసరం లేదు. మీరు రూపాయిపావలాతో కథాశ్రవణము చెయ్యండి, మీకు వైకుంఠ ద్వారములు తెరచు కుంటాయి అనే నిరర్థక ప్రసంగాలు చేస్తుంటారు.

మనోమస్తిష్కాలలో అసత్యమైన, నిరాధారమైన ఆధ్యాత్మికత ఆవరించి ఉన్నవారికి 'మీరు త్యాగం, సేవ చెయ్యవలసి ఉన్నది, కష్టపడవలసి ఉన్నది అని ఎలా నచ్చచెప్పగలం? ఇంత చౌకబారు ఆలోచనలు, దోషములున్నవారికి ఇవన్నీ చేయుట అసాధ్యం. చెప్పినవి చేయటానికి వారు ఎన్నటికీ సిద్ధపడరు. వారికి మేమెలా నచ్చచెప్పగలం? మన ఆధ్యాత్మికత ఎంత నిందనీయమైనదిగా అయ్యింది. రామాయణ పారాయణ జరుగుతున్నప్పుడు, శతవండ్లీ యాగము, అఖండకీర్తన జరుగుతున్నప్పుడు చూస్తే బాధ పెల్లుబుకుతున్నది. రావణుని రీతిలో అధర్మం యొక్క శరీరం పెరిగిపోవటమును చూస్తే దానిలోనుండి ప్రాణము నిష్క్రమించినదని అర్థమౌతుంది. శ్వాస ఎగిరిపోయింది. వెలుగులు అంతరించి పోయాయి. చివరికి జీవితమే వైదొలగిపోయింది. అందుచేత ఈ ఆధ్యాత్మికత శవమైపడిఉన్నది.

ఎక్కడో అఖండకీర్తన, రామాయణ ప్రవచనము, మరోచోట మరోటి, ఇంకోచోట ఇంకోటి ఇలా ఎక్కడో ఒకచోట ఏదో ఒకటి జరుగుతున్నా ఉన్నాయి. ఈ సమస్త కర్మకాండలు చాలా బాగానే సాగుతున్నాయి. కానీ మనము అఖండ జపం, పారాయణ, అఖండ రామాయణ పారాయణ చేసేవారి జీవితాలలోకి తొంగి చూస్తే కనుక వారి అంతరంగములో ఒక ఆధ్యాత్మికవేత్తలో ఉండవలసిన మూలతత్త్వం ఉన్నదా? ఒక ఆధ్యాత్మికవాది జీవితములో ఉండవలసిన క్రియాకలాపములు ఉన్నాయా? సమస్తం తల్ల క్రిందులయ్యింది అని తెలిసినప్పుడు మాకు చాలా నిరాశ కలుగుతున్నది. ఆధ్యాత్మిక దృక్పథాలు ఉన్నతమైనవి, కానీ అవి ఇప్పుడు శీర్షాసనం వేశాయి. (సశేషము)

- అఖండజ్యోతి, జులై 2012
అనువాదం: శ్రీమతి లక్ష్మీరాజగోపాలు

యుగేశక్తి గాయత్రి

మాస పత్రిక చదవండి !

చదివించండి !!

కరుణ, ప్రేమలను పెంచి పోషిస్తే బంధాలు మెరుగువుతాయి

వయం రాష్ట్ర జాగ్రయామః పురోహితాః

విచార క్రాంతి అభియానానికి, యుగ నిర్మాణ యోజనకు నినాదం, 'వయం రాష్ట్ర జాగ్రయామః పురోహితాః'. ఈ పరమ పావన యజుర్వేద సూత్రాన్ని సాకారం చేయమని పరమపూజ్య గురుదేవులు ప్రాణ ప్రజ్ఞా పరిజనులమైన మనందరికీ చెప్పారు. ఈ బాధ్యతను మనమంతా ఎంతవరకు, ఏ విధంగా, ఏ మాత్రం నిర్వహిస్తున్నాం? ఈ విషయాన్ని మనందరం వ్యక్తిగతంగా కలిసి సమీక్షించుకోవాలి. ఏ 21వ శతాబ్దం గురించి, ఏ ఉజ్జ్వల భవిష్యత్తు గురించి మిషన్ పుట్టినప్పటి నుంచి మనం చర్చించుకుంటున్నామో, అది రానే వచ్చింది. అందులో కూడా 12 సంవత్సరాలు గడిచిపోయాయి, అయినా మనం మన లక్ష్యాన్ని చేరుకోలేదు. అంటే ఎక్కడో, ఏదో లోపం మనలోనే ఉన్నది. పార్లసారథి గీతను ఉపదేశించాడు, కాని ఇంకా మనం గాంధీవాన్ని స్థిరంగా పట్టుకోలేదు.

దీనిని ఏమనాలి? పిరికితనమా, దౌర్బల్యమా, లేక అసలు బాధ్యత అంటే ఏమిటో అర్థం కాకపోవడమా? గురుదేవులు మనకి పురోహితుని బాధ్యతను అప్పజెప్పారు. రాష్ట్రాన్ని జాగ్రతపరచేవాడు పురోహితుడు. 'పురోహితుడు' అనేది బాగా చెలామణిలో ఉన్న పదం. కాని గురుదేవులు చెప్పిన అర్థం మాత్రం అంతగా చెలామణి కాలేదు. ఇప్పుడు పురోహితులంటే తీర్థ పురోహితులు, కుల పురోహితుల గురించి మాట్లాడుకుంటారు. తీర్థ స్థలాల్లో అర్చనలు, అభిషేకాలు, సంస్కారాలు జరిపి దక్షిణ తీసుకుంటారు. ఇళ్ళల్లో పండగలకి, పబ్బాలకి వచ్చి పూజలు, పునస్కారాలు, పెళ్ళిళ్ళు, పేరంటాలు చేసి దక్షిణలు తీసుకెళ్తారు. వారిని పంతులుగారు అంటారు. ఒకప్పుడు వీరికి గురుతర బాధ్యతలు ఉండేవి. ఇప్పటి పరిస్థితి వేరు. ఒకప్పుడు తీర్థ పురోహితులు తీర్థస్థలాల్లో ఉండి అక్కడి ప్రఖరమైన ఆధ్యాత్మిక చైతన్యాన్ని ప్రేరణాత్మకంగా, జాగ్రతంగా ఉంచి సంరక్షించేవారు. అదే విధంగా పంతుళ్ళు ఆ కుల గౌరవాన్ని, అనుశాసనాన్ని, మర్యాదని తమ శక్తివంతమైన వ్యక్తిత్వంతో బలపరుస్తుండేవారు.

ఇప్పుడదేమీ లేదు. నేటి తీర్థ పురోహితులు, కుల పురోహితుల స్వరూపం, ఆకృతి, కార్యాచరణ చాలా వరకు క్షీణించిపోయాయి. ఇప్పుడొక ముసాయిదా మాత్రమే ఉంది. యజమానులు ఏ విధంగా కావాలంటే అలాగే మారిపోతున్నారు. ప్రాచీన మంత్ర ద్రష్ట ఋషులు ఏ విధంగా సూచించారో, అదే విధమైన

స్వరూపాన్ని, ఆకృతిని, కార్యాచరణ పద్ధతిని గురుదేవులు తమ అంగ అవయవాలని పిలవబడే ప్రజ్ఞాపరిజనులమైన మనకు అందించారు. ఈ పద్ధతిని మరింత వేగవంతం చేయవలసిన సమయం ఆసన్నమైంది. మన బాధ్యతను సమగ్రంగా అర్థం చేసుకోవడానికి ఇది ఎంతో అవసరం. 'వయం రాష్ట్ర జాగ్రయామః పురోహితాః' లో పురోహితుడు అంటే పురమునకు ఏది మంచిదో ముందే ఆలోచించి, దాన్ని క్రియాన్వితం చేసేవాడు. మనందరం రాష్ట్ర పురోహితులం. మనకు మనుషులు, కుటుంబాలు, కులాలు యజమానులు కాదు, మొత్తం రాష్ట్రమే (దేశమే) మనకు యజమాని.

దేశానికి ఏది హితమో ముందే ఆలోచించడమే కాక, దాన్ని మనం క్రియాన్వితం కూడా చేయాలి. దేశ జాగరణలోనే దాని హితం దాగి ఉన్నది. దేశ జాగరణ అంటే దేశీయ భావాల జాగరణ, భారతీయ సంస్కృతి జాగరణ, దేశం పట్ల తన బాధ్యత గురించి ప్రతి పౌరుడు తెలుసుకోవాలి. ఈ పని మనమే, మనందరం కలిసి మెలిసే చేయాలి. 'వయం' అంటే అర్థమదే. ఎలా అనే ప్రశ్న ఎదురవుతుంది? అందరికీ వారి వారి స్వార్థం ఉంటుంది, వారి వ్యక్తిగత వ్యవహారాలుంటాయి. సాధారణ పౌరుడు ఈ స్వార్థ పూరితమైన వ్యవహారాలలో మునిగిపోయి ఉంటాడు, దేశం గురించి ఆలోచించే తీరికే ఉండదు. దేశం రాజకీయ నాయకుల చేతిలో ఉన్నది, నిజానికి ఈ బాధ్యత ప్రతి ఒక్క పౌరుడికి సమానంగా ఉంటుంది.

కాకపోతే చైతన్యవంతులకే ఆ బాధ్యత గురించిన ఎరుక ఉంటుంది. తన జీవితాన్ని దేశం, సమాజంతో కూడుకుని ఉన్నట్లు భావించాలి. గురుదేవుల వ్యక్తిత్వం, వారి ఆలోచనలు ఈ అనుభూతులను రేకెత్తిస్తాయి. ఈ చమత్కారవంతమైన సృష్టే మనలను మిషన్తో జోడించింది, మనలను వారి సంతానంగా చేసింది. ఈ అనుభవాన్ని ఇతరులలో కూడా కలిగింపజేయవలసిన బాధ్యత ఇప్పుడు మనకి ఉన్నది. గురుదేవుల వ్యక్తిత్వము, ఆలోచనల ద్వారా తమ నిజ జీవితంలోని, రాష్ట్రీయ జీవితంలోని బాధ్యతలను బోధించాలి. ఒకటి ఒకటి కలిస్తేనే అనేకం అవుతాయి. ఒక్కొక్క బిందువు కలిసి సముద్రం అవుతుంది. ఇలా చేయడానికి పనికొచ్చే మహత్తర పద్ధతుల్లో మొదటిది ప్రచార వ్యవస్థ. రెండవది అఖండజ్యోతి (యుగశక్తి గాయత్రి) పాఠక సమ్మేళనం. మూడవది కథా శ్రవణం. నాలుగవది జన సంపర్కం.

ఆనందం అనేది నవ్యతూ నవ్విస్తూ ఉండే మానసిక ప్రవృత్తిలో ఉన్నది

ఐదవది ముఖ్య పరిజనుల ద్వారా జీవించే కళకు సూచనలు అందించడం. ఆరవది స్థానికంగా గురుదేవుల ఆలోచనలను పత్రికల్లో ప్రచురించడం. ఏడవది ఈ అభియానానికి మహిళలు నేతృత్వం వహించడం.

ఈ ఏడు విషయాల గురించి మరింత స్పష్టంగా తెలుసుకుందాం. పసుపు వస్త్రాలు ధరించిన ప్రజ్ఞా పరిజనులు మిషన్ సాహిత్యాన్ని భుజం మీద, సంచుల్లో వేసుకుని, పసుపు జెండాలతో తమ ప్రదేశాల్లో వరుసగా వెళ్తూ పాటలు పాడుతూ నినాదాలు చేస్తూంటే జన జాగృతి స్వాభావికంగానే జరిగిపోతుంది. ముందు ప్రజలు కుతూహలంతో చూస్తారు, తరువాత జాగరూకులవుతారు, ఆ తరువాత వారే కలిసి వస్తారు. ఇక అఖండజ్యోతి (యుగశక్తి గాయత్రి) పాఠక సమ్మేళనంలో అందులోని రచనల గురించిన చర్చ జరుగుతుంది. వీటిలోని ఆలోచనలు, గురువుగారి ప్రేరణాత్మక వ్యక్తిత్వం వాటంతటవే ప్రచారానికి, పరిష్కారానికి మాధ్యమం అవుతాయి. పాఠకులు పెరిగిన కొద్దీ కార్యకర్తల సహకారం కూడా పెరుగుతుంది, ఇది ఒప్పుకోక తప్పదు.

కథా శ్రవణం స్వతహాగా అభిరుచిని కలిగిస్తుంది. వీటితో పాటు కీర్తనలు కూడా పాడితే ఇక చెప్పనే అక్కర్లేదు. కథా శ్రవణానికి ప్రజ్ఞాపురాణం లేదా అందరి మనసుల్లో కొలువైన రామకథలను ఆధారంగా చేసుకోవచ్చు. 'రామ కథల ప్రగతిశీల ప్రేరణలు' అని గురుదేవులు వ్రాసిన పుస్తకం మహాత్మర భూమికను

నిర్వహిస్తుంది. జన సంపర్కం విషయానికొస్తే, ఇంటింటికీ వెళ్ళి ప్రజలను జాగృతపరచాలి. ఈ పని ఒక్కరైనా చేయవచ్చు, కలిసి మెలిసి అయినా చేయవచ్చు. ఇందుకు యుగ సాహిత్యం బాగా పనికొస్తుంది. ఐదవది, మన పాత అనుభవజ్ఞులైన పరిజనులు సలహాదారుల భూమికను నిర్వర్తించవచ్చు. శక్తిపీఠాలను, ప్రజ్ఞా పీఠాలను ఈ పని కోసం కేంద్రాలుగా ఉపయోగించవచ్చు. వీలైతే మీ ఇంట్లో ఒక గదిని వాడవచ్చు. గురుదేవుల ప్రకారం మనుషుల వ్యక్తిగత సమస్యలు, ఇల్లు కుటుంబం, స్కూలు పిల్లలు, యువకుల సమస్యలు తీర్చడం కూడా రాష్ట్రీయ జాగరణ అనే లక్ష్యానికి ప్రయోజనకరమే.

స్థానిక పత్రికల్లో, వార్తా పత్రికల్లో యుగ నిర్మాణ యోజన యొక్క ప్రసంగాలు ప్రచురించబడాలి, చివరగా, మన కుమార్తెలు, చెల్లెళ్ళు ఈ పనులకు నేతృత్వం వహిస్తే ఒక్క బాణంతో ఎన్నో లక్ష్యాలను చేదించినట్టే. మన పరిజనులు ఈ పనులన్నిటిని నిర్వహిస్తే మన ధ్యేయమైన 'వయం రాష్ట్రే జాగృత్యామః పురోహితాః' మిషన్‌ని, అభియానాన్ని, ప్రజ్ఞాపరివారాన్ని తప్పక ఉన్నత శిఖరాలకు తీసుకెళ్తుంది. అదే విధంగా దేశం కూడా పురోగమిస్తుంది.

- అఖండజ్యోతి, మార్చి 2013

అనువాదం: శ్రీ ఎం.వి ప్రసాద్, శ్రీమతి జయలక్ష్మి

ధర్మ నిష్ఠ

ఇరాన్ దేశపు నవాబు అబ్బాస్ వేటకై అడవిలో తిరుగుతూ ఉండగా ఒక యోగ్యుడైన పశువుల కాపరి అతని కంట పడతాడు. అతడి మాట, నడత, వ్యక్తిత్వం నవాబుని ఎంతగానో ప్రభావితుడిని చేసింది. తన వెంట తీసికొనివచ్చి అతనిని కోశాధికారిగా చేస్తాడు. ఈ పశువుల కాపరి పేద కుటుంబానికి చెందినవాడే అయినా ఒక్కసారిగా అతడు ధనాన్ని, సంపదను చూచి మనస్సుని కాస్త కూడా చెదర నీయలేదు. ఆ సంపదకు అంతటికీ కేవలం రక్షకుడుగా తన వృత్తిని సావధానంగా నిర్వర్తిస్తూ, ఎప్పటిలాగే తన సాదా జీవితాన్ని గడుపుతూ ఉండేవాడు. నవాబు తర్వాత సింహాసనాన్ని అధిరోహించిన నవాబు కుమారుడు చెప్పుడు మాటలు విని ఈ కోశాధికారి ధనాన్ని దాచుకొంటున్నాడని భావించి రహస్యంగా మారువేషంలో వచ్చి గదులన్నీ తనిఖీ చేస్తాడు. ఎక్కడా ఏమి ఆచూకీ లభించలేదు. కాని తాళం వేసి ఉన్న ఒకే ఒక గదిలో ఏమున్నదో అన్న అనుమానం కలిగింది. తాళం పగలగొట్టి చూడగా, రెండు కంబళ్ళు, నాలుగు సత్తుగిన్నెలు, ఒక కట్ట, రెండు జతల పాత బట్టలు కనిపించాయి. ఆశ్చర్యంతో ఇవి ఏమిటని కోశాధికారిని ప్రశ్నిస్తాడు. అతడు వినయంతో ప్రభూ! స్వర్గస్తులైన మీ తండ్రి నన్ను ఇక్కడకు తీసికొని వచ్చినప్పుడు నాకున్న సంపద అదే. నాదీ అని చెప్పుకోగలిగిన ఈ సంపదను భద్రంగా దాచుకొంటూ వీటితోనే నా జీవితాన్ని ఆనందంగా గడుపుతున్నాను. నా సాదాజీవితానికి అనుక్షణం ప్రేరణనిచ్చే ఈ సంపదను జాగ్రత్తగా రక్షించుకోవాలని తాళం వేసుకొన్నానని తెలియజేస్తాడు. అతని ధర్మనిష్ఠకు, ఆదర్శ జీవితానికి యువ నవాబు కళ్ళు ఆనందంతో చెమర్చాయి.

- ప్రజ్ఞాపురాణం నుండి

మంచి ఆరోగ్యం కొరకు మనస్సును ఆరోగ్యంగా ఉంచుకోవడం తప్పనిసరి



హోమియో వైద్య సేవ

కడుపు నొప్పి

అకస్మాత్తుగా వచ్చే కడుపు నొప్పికి హోమియోలో ఎలాంటి చికిత్సలు ఉన్నాయి? అపెండి సైటిస్ కి హోమియోలో చికిత్స ఉన్నదా? ఆపరేషన్ తప్పనిసరి అంటారు కదా?

కడుపు నొప్పి: ఉదరకోశంలో ఏ అవయవానికి సమస్య ఎదురైనా అది కడుపు నొప్పిగా ప్రదర్శితమవుతుంది. ఛాతి ఎముకలు, డయాఫ్రం క్రిందగాను, కటివలయానికి పైభాగంలోను ఉదర కోశం అమరి ఉంటుంది. ఉదరకోశంలో జీర్ణకోశం, చిన్న ప్రేవులు, పెద్దపేగు, కాలేయం, గాల్ బ్లాడర్, పాంక్రియాస్ తదితర అవయవాలు ఉంటాయి. ఈ అవయవాల నుంచి ఉత్పన్నమయ్యే నొప్పినే మనం కడుపు నొప్పి అని వ్యవహరిస్తుంటాము. కొన్నిసార్లు ఉదరకోశంలోని అవయవాల నుంచి కాకుండా, ఉదరకోశానికి సమీపంలో ఉండే ఇతర అవయవాల నుంచి వెలువడే నొప్పి కూడా కడుపునొప్పిగా ప్రదర్శితమవుతుంది. ఉదాహరణకు శ్వాస కోశాల కింది భాగం, మూత్రపిండాలు, గర్భాశయం, అండాశయం మొదలైన ఇతర అవయవాల నుంచి వెలువడే నొప్పి కడుపు నొప్పిగా అనిపించవచ్చు. అలాగే ఉదరకోశంలోని అవయవాలకు సంబంధించిన నొప్పి ఉదరకోశానికి వెలుపలి నొప్పిగా కనిపించవచ్చు. ఉదాహరణకు పాంక్రియాస్ కు సమస్య ఎదురైనప్పుడు అది నడుము నొప్పిగా భ్రమింపజేయవచ్చు.

అంటే ఈ నొప్పులు ఉత్పన్నమైన చోట కాకుండా, ఇతర ప్రదేశంలో బహిర్గతమవవచ్చు. ఈ రకమైన నొప్పులను వైద్య పరిభాషలో రిఫర్డ్ పెయిన్స్ అని అంటారు.

కారణాలు: ఇన్ ఫ్లమేషన్ (వాపులు) అపెండి సైటిస్, డైవర్టిక్యులైటిస్, కొలైటిస్ వంటి వ్యాధులు, ఉదరకోశం ఉబ్బుటానికి కారణమయ్యే అంశాలు (చిన్న ప్రేవుల్లో అడ్డంకులు, పిత్తాశయంలో రాళ్ళు ఏర్పడి పైత్యరస వాహిక (బైల్ డక్ట్)లో అడ్డంకి ఏర్పడటం, హైపటైటిస్ కారణంగా కాలేయం వాపు చెందడం మొదలైనవి)

ఉదరకోశంలోని ఏదేని అవయవానికి రక్త సరఫరా సక్రమంగా జరుగకపోవడం (ఇస్కిమిక్ కొలైటిస్ వ్యాధి). ఇవేకాక మరికొన్ని అంశాలు కూడా కడుపునొప్పికి కారణం అవుతాయి. ఇరిటబుల్ బోవెల్ సిండ్రోమ్ (కొన్నాళ్ళు) మలబద్ధకం, మరికొన్నాళ్ళు

విరేచనాలు కలుగడం) వంటి వ్యాధిలో కడుపు నొప్పి తీవ్రంగా ఉంటుంది.

అయితే ఈ వ్యాధిలో కడుపు నొప్పి ఎందుకు వస్తుందనే విషయం ఇదమితంగా తెలియదు. కాని చిన్న ప్రేవుల కండరాలు అసాధారణంగా వ్యాకోచ సంకోచాలకు గురి కావడం కాని, చిన్న ప్రేవుల్లో ఉండే సున్నితమైన నరాలు నొప్పికి సంబంధించిన సంకేతాలను విడుదల చేయడంవంటివి కారణమై ఉంటాయని భావిస్తున్నారు.

ఈ రకమైన కడుపు నొప్పులను వైద్య పరిభాషలో ఫంక్షనల్ పెయిన్స్ అని వ్యవహరిస్తారు. ఎందుకంటే వీటిలో కడుపు నొప్పికి స్పష్టమైన కారణమంటూ కనిపించదు కనుక.

కడుపు నొప్పిని నిర్ధారించడానికి ఈ క్రింది అంశాలు ఉపకరిస్తాయి.

- నొప్పి లక్షణాలు
- రోగిని భౌతికంగా పరీక్షించడం
- ఎక్స్రేలు, ఎండోస్కోపి తదితర పరీక్షలు

నొప్పి లక్షణాలు: రోగిని ప్రశ్నించడం, భౌతికంగా పరీక్షించడం ద్వారా కడుపు నొప్పికి కారణలేమిటో తెలుసుకుని వ్యాధిని నిర్ధారించడానికి అవకాశం ఉంటుంది. దీనికి ఈ క్రింది అంశాలు దోహదపడుతాయి.

నొప్పి ఎలా ప్రారంభమైంది? నొప్పి ఎలా ప్రారంభమైందనే అంశం అతి ముఖ్యమైనది. ఉదాహరణకు కడుపు నొప్పి హఠాత్తుగా ప్రారంభమైతే పెద్దపేగుకు రక్త సరఫరాకు అంతరాయం కలిగినట్లు కాని, పిత్తనాళంలో రాళ్ళ వల్ల అడ్డంకి ఏర్పడటం కాని కారణమై ఉండవచ్చునని ఊహించవచ్చు.

నొప్పి ఏ భాగంలో ఉన్నది: అపెండి సైటిస్ కారణంగా కలిగే కడుపు నొప్పి ఉదరకోశంలో కుడి క్రింది భాగంలో, అపెండిక్స్ ఉన్న ప్రాంతంలో ఏర్పడుతుంది.

సాధారణంగా అపెండి సైటిస్ నొప్పి బొడ్డు ప్రాంతంలో ఆరంభమై నెమ్మదిగా అపెండిక్స్ ఉన్న ఉదరకోశంలోని కుడివైపు

మంచి నోరు మంచిని పెంచుతుంది

క్రింది భాగానికి చేరుతుంది. డైవర్టిక్యులైటిస్ కారణంగా ఏర్పడే కడుపు నొప్పి ఉదరకోశంలో ఎడమవైపు క్రింది భాగంలో ఉంటుంది.

పిత్తాశయంలో సమస్య వల్ల కలిగే కడుపు నొప్పి ఉదరకోశం కుడివైపు పై భాగంలో పిత్తాశయం ఉన్న ప్రాంతంలో ఏర్పడుతుంది.

నొప్పి ఏ తీరుగా ఉంది? నొప్పి ఏ తీరుగా ఉందనే అంశం మరికొన్ని సమస్యలను తెలుసుకోవడానికి ఉపకరిస్తుంది. ఉదాహరణకు చిన్న ప్రేవుల్లో అడ్డంకి ఏర్పడటం వల్ల కలిగే కడుపు నొప్పి తెరలు తెరలుగా ప్రారంభమవుతుంది. బిగబట్టినట్లుండే నొప్పి చిన్నప్రేవులు తీవ్రంగా సంకోచించినట్లు సూచిస్తుంది.

పైత్యరసవాహికలో రాళ్ళ వల్ల అడ్డంకి ఏర్పడిన కారణంగా కలిగే నొప్పి ఉదరకోశం ఊర్ధ్వభాగంలో నిరంతరం కొనసాగే నొప్పిగా ఉంటుంది. ఈ నొప్పి కనీసం 30 నిమిషాల నుంచి కొన్ని గంటలపాటు కొనసాగుతుంది.

అక్యూట్ పాంక్రియాటైటిస్ కారణంగా కలిగే నొప్పి చాలా తీవ్రంగా, భరించలేని స్థాయిలో ఉదరకోశం ఊర్ధ్వ భాగంలోను, నడుము పైభాగంలోను వస్తుంది.

నొప్పి కొనసాగే కాలం: ఇరిటబుల్ బొవెల్ సిండ్రోమ్ కారణంగా కలిగే కడుపు నొప్పి తీవ్రస్థాయికి చేరి, నెమ్మదిగా ఉపశమిస్తుంది. ఇది కొన్ని నెలల నుంచి సంవత్సరాల వరకు కొనసాగవచ్చు. గాల్ బ్లాడ్ లో రాళ్ళు ఏర్పడటం వల్ల కలిగే నొప్పి కొన్ని గంటల పాటు ఉంటుంది.

కడుపులో అల్సర్లు, జీర్ణకోశం నుంచి ఆమ్లాలు పైకి ఆహార నాళంలో ఎగదన్నడం వంటి సమస్యల కారణంగా ఉత్పన్నమయ్యే నొప్పి కొన్ని వారాలు లేదా నెలలపాటు తీవ్రంగా ఉంటుంది. తరువాత కొన్ని వారాలు, నెలలు తక్కువగా ఉంటుంది.

నొప్పి తీవ్రం కావడానికి కారణాలు: అవయవం కందినట్లు అయి, వేడి, మంట, నొప్పి మొదలైన వాటితో కలిసి వాపు చెందడాన్ని ఇన్ ఫ్లమేషన్ అంటారు. ఇన్ ఫ్లమేషన్ కారణంగా కలిగే నొప్పి తుమ్మినప్పుడు, దగ్గినప్పుడు, కదలినప్పుడు తీవ్రమవుతుంది. అపెండిసైటిస్, డైవర్టిక్యులైటిస్, కొలిసిస్టయిటిస్, పాంక్రియాటైటిస్ వంటి వ్యాధులను దీనికి ఉదాహరణగా చెప్పుకోవచ్చు.

నొప్పిని ఉపశమింపజేసే అంశాలు: ఇరిటబుల్ బొవెల్ సిండ్రోమ్ కారణంగా కాని, మలబద్ధకం వల్ల కాని కలిగే నొప్పి మలవిసర్జన అలవాట్లలో మార్పులు చేసుకోవడం వల్ల ఉపశమిస్తుంది. జీర్ణాశయంలో లేదా చిన్నప్రేవుల్లో ఏదేని అడ్డంకి కారణంగా కలిగే నొప్పి వాంతి జరిగిన తరువాత కడుపు ఉబ్బరం తగ్గిపోవడంతో తాత్కాలికంగా ఉపశమిస్తుంది.

జీర్ణాశయంలో కాని, దుయోడినమ్ (జీర్ణాశయాన్ని చిన్న ప్రేవులను కలిపే భాగం)లో కాని ఏర్పడిన అల్సర్ల కారణంగా కలిగే నొప్పి ఆహారాన్ని తీసుకోవడం వల్ల లేదా యాంటాసిడ్ మందులను తీసుకోవడం వల్ల ఉపశమిస్తుంది.

హోమియో ప్రయోజనాలు: చాలావరకు వచ్చే కడుపు నొప్పులు ఇన్ఫెక్షన్ వలన వస్తాయి ఈ ఇన్ఫెక్షన్లు మొదటి స్టేజిలో కనుక్కొంటే హోమియో మందులతో ఆపరేషన్ అవసరం లేకుండా తగ్గించవచ్చు. హోమియోలో వ్యాధి కంటే వ్యాధిగ్రస్తుని లక్షణాలకు ఎక్కువ ప్రాముఖ్యత ఇస్తారు. లక్షణాలని బట్టి సరైన మందు వాడినచో చాలా వరకు ఆపరేషన్ అవసరం తగ్గుతుంది.

కడుపు నొప్పికి తరచుగా వాడే మందులు:

బెల్లడోనా (Belladonna): అకస్మాత్తుగా కడుపులో నొప్పి అపెండిక్స్ వాపు. తీవ్రమైన నొప్పి కుడి ఉదార భాగంలో ఉంటుంది. సున్నితమైన స్పర్శ కూడా రోగి భరించలేడు. ఈ మందు సరైన సమయంలో వాడితే చాలావరకు శస్త్ర చికిత్సలను నివారించవచ్చు.

మెర్కో కార్ (Merc Cor): జిగట విరోచనాలతో మరియు వాంతులతో కూడిన కడుపు నొప్పి మలములో రక్తము.

బ్రయోనియా (Bryonia): అపెండిసైటిస్, కడుపు నొప్పి రోగి కదలకుండా పడుకొంటాడు. మలబద్ధకం, అతిదాహం.

కోలోసింత్ (Colocynth): కడుపునొప్పితో, ముందుకు వంగి, పొట్ట పట్టుకొని చేతులతో నొక్కుకుంటూ ఉంటాడు. భరించరాని బాధతో మెలికలు తిరిగి పోతుంటాడు. వాంతులు, విరోచనాలు, అజీర్తి మొదలైనవి కూడా ఉంటాయి.

పల్సుటిల్లా (Pulstilla): నూనె, క్రొవ్వు పదార్థాలు బిరియాని లాంటివి తినడం వల్ల కడుపునొప్పి, అజీర్తి, వచ్చి దప్పిక లేకుంటే ఈ మందు దివ్యోపషధం.

సలహాల కొరకు సంప్రదించవల్సిన చిరునామా

డా॥ డి. నీలవేణి, బి. హెచ్. ఎమ్. ఎస్.

ఆర్.ఎన్.జి. అద్వాన్స్డ్ హోమియో క్లినిక్,

ఇ.నెం. 3-211, యశోద గార్డెన్స్ దగ్గర, శాంతినగర్,

కూకట్పల్లి, హైదరాబాద్ - 500 072.

ఇ-మెయిల్: drneelaveni@gmail.com

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

రోగం లేనివాడిదే భోగం

సత్సాహస - సంఘర్షణ ప్రకరణం

తథ్యానాం గరిమా శ్లాఘ్యో వ్యక్తపేక్షతయా మునే ।
సవీనత్వం పురాణత్వం శ్రేష్ఠతాయైవ వాంఛితమ్ ॥ 71

ఓ మునీ! వ్యక్తిత్వ వివేచన విషయంలో మిక్కిలి శ్రేష్ఠమైనది, కీర్తించతగినది అయిన విషయమును తెలుసుకొనవలెను. అది నవ్యమైనదిగా, అర్హధర్మప్రతీకలా ప్రాచీనతను సంతరించుకోవాలి. అటువంటి శ్రేష్ఠతమమైన విషయమును అందరు ఆశించని స్థాయిలో ఉండే అలోకికమైన స్థితిగా గుర్తించాలి.

పరంద్రష్టవ్యమేతద్యత్తద్యం సత్యంకిమస్తిచ ।
అభ్యస్తం విధిముత్సృష్టం మనోభవతి శంకితమ్ ॥ 72

ఇహము పరము అనే విషయములలో “పరతత్వము” చూడతగినది. అది మనస్సుతో మాత్రమే చూచుటకు సాధ్యమైనది. తద్యమైనది, సత్యము (అస్తిత్వము కలిగి ఉండునది) లను గురించి మనస్సు అన్వేషిస్తూ, దానిని ఉన్నతంగా సృష్టించే ప్రక్రియలో మనస్సు మిక్కిలి శంకతో కూడి ఉండును.

పరివర్తన సంక్షేపై యోద్ధుం నోత్సహతే జనః ।
సాహసఃభావతోఽనీతెరగ్ర ఆత్మార్పణం ధృవమ్ ॥ 73

ఈ జీవన మార్గంలో క్షేత్రములు (కష్టములు) పరిభ్రమిస్తూ ఉంటాయి. అవి మాటిమాటికి మనస్సు చుట్టూ పరిభ్రమిస్తూ ఉంటే, మనుష్యుడు వాటిని ఎదుర్కొనే ప్రయత్నం చేయడంలో ఎటువంటి ఉత్సాహాన్ని ప్రదర్శించుట లేదు. అటువంటి సాహస ప్రక్రియను చేపట్టాలన్న ఆలోచన లేకపోవడం వల్ల అవినీతికి, అరాచకానికి తలవంచడమే లేక ఆత్మార్పణ చేసుకోవడమో జరుగును. దానివల్ల అవినీతి, అరాచకములు అధిపత్యం చెలాయిస్తూ ఉంటాయి.

శూరాఅపిచ వీరాశ్చ విఖ్యాతాయే జనాస్తుతే ।
ధృశ్యంతే, దుర్బలాః ప్రాయః క్షేత్రే సైద్ధాంతికె సదా ॥ 74

శూరులుగా, వీరులుగా ప్రసిద్ధి చెంది, ఎంతో ధైర్యస్తులుగా జనులచే కీర్తించబడుతున్న వారు కూడా ఈ అరాచక శక్తుల ముందు దుర్బలులుగా నిస్సహాయులుగా మారుతున్నారు. వీరి సిద్ధాంతములు, ఆదర్శక్షేత్రము కూడా నిరుపయోగమై కనిపిస్తున్నాయి, అరిషడ్వర్గాలుగా మనిషి దేహంలో అధిపత్యం చెలాయించే స్థితిలో ఉన్నాయి.

ఆత్మ విశ్వాసినో యే తె సదాదర్శ సమర్థనే ।
ఏకాకినః స్థితాః సంతు సహాయాః సంతువానవా ॥ 75

ఆత్మవిశ్వాసము కలిగినవారు, ఎల్లవేళలా ఆదర్శములనే సమర్థించు ఆదర్శ పురుషులు ఏకాకులై, ఎవరి సహాయము, ప్రోత్సాహము లేక, ఏమి చేయలేమా? ఏదో ఒకటి చెయ్యాలి అన్న తపనతో, తమతో బాటుగా కలిసి నడిచే కార్యకర్తలకోసం ఆశగా ఎదురుచూస్తూ ఉంటారు.

నిందాయా వా ప్రశంసాయాశ్చింతా నైవాత్రయుజ్యతే ।
సంఘర్షో మల్లయుద్ధో న చాత్రా సిషు నిపాతనమ్ ॥ 76

నిందించబడుతున్నా లేక ప్రశంసలు పొందుతున్నా, వారు వాటి పట్ల ఎటువంటి స్పందన ప్రదర్శించరు. సంఘర్షణకు మల్ల యుద్ధము మొదలైన విద్యలు ఆవశ్యకమని భావిస్తారు. “దండం దశగుణం భవేత్” అన్న ఆర్యోక్తిని నమ్మి దండన ద్వారానైనా అన్యాయాన్ని, అక్రమాలను అదుపుచేసే యత్నం చేస్తూ ఉంటారు.

- అనువాదం: సాధన నరసింహాచార్య

లెనిన్

రష్యా ప్రజానాయకుడైన లెనిన్ మీద ఒకసారి శత్రువులు దారుణంగా దాడిచేస్తారు. గాయపడి మంచం పట్టి ఇంకా బాగా కోలుకోకుండానే ఒక పెద్ద రైల్వేలైను దెబ్బతిన్న వార్త అతని చెవిన పడింది. వెంటనే మరమ్మత్తు జరగాలని వ్యవధి తక్కువ, పని ఎక్కువ ఉన్నదని ఈయనకు వార్త కూడా అందినది. మొత్తానికి మరమ్మత్తు పూర్తిచేసి కూలీలందరు ఆనందంగా వేడుక చేసుకొంటూ ఉండగా వారి మధ్య సాధారణ కూలీగా లెనిన్ కూడా ఉండటం ప్రజలు గుర్తిస్తారు. ఆశ్చర్యంతో ఇంత గొప్ప ప్రజానాయకుడై ఉండి, ఆరోగ్యం బాగాలేని స్థితిలో ఇటువంటి పనిలో పాల్గొనటం ఏమీ బాగాలేదని తమ బాధను వ్యక్తం చేస్తారు. ఈ మాత్రం చేయలేని వ్యక్తిని ప్రజానాయకుడని పిలవటం సిగ్గుచేటు! అసలైన ప్రజానాయకుడు ప్రజల బాధను తన బాధగా భావించి, తనను తాను పూర్తిగా మరచి కార్యరంగంలోకి ఉరకగలగాలి” అని లెనిన్ చిరునవ్వుతో వారికి తెలియజేస్తాడు.

- ప్రజ్ఞాపురాణం నుండి

పొదుపు చేసేవారు సుఖంగా ఉంటారు



సుమతీ సూక్తం - 6

మనిషి ఎంతటి రూపవంతుడైనా, విద్యావంతుడైనా, శుచిశుభ్రతలు అవసరం. అవి ఉంటేనే మనిషికి సమాజంలో గౌరవం కలుగుతుంది.

లేకుంటే స్వంత బంధువులు కూడా, చివరికి భార్య కూడా అతనిని అసహ్యించుకునే ప్రమాదం ఉన్నది.

**తలమాసిన నాలుమాసిన
వలువలు మాసినను బ్రాణవల్ల భువనైన్
కులకాంతలైన రోతురు
తిలకింపగ భూమిలోనఁదిరముగ సుమతీ ||**

మనిషికి ముఖవర్చస్సుతో బాటు సహజ శుభ్రత అవసరం. జుట్టు పెరిగితే, దానివల్ల కేశ సంబంధమైన వ్యాధులు రావడం, మాటిమాటికి జుట్టు ముఖంపై పడుతుంటే ఆ వ్యక్తికే కాకుండా, అతనితో మాట్లాడే వారికి కూడా చికాకు కలిగిస్తుంది. అందువల్ల జుట్టును పెరిగిన వెంటనే తగ్గించుకుంటే ఇతరుల అభిమానాన్ని పొందగలడు. బట్టలు మాసినా, శరీరానికి దుమ్ము అంటుకున్నా వెంటనే బట్టలు మార్చుకోవడం, స్నానం చెయ్యాలి. లేకపోతే ఆ చెడువాసన వల్ల మన ప్రక్కన ఉండే సహచరులు దూరమయ్యే ప్రమాదం ఉంటుంది.

సంస్కృతంలో...

**వస్త్రేణ పపుషావాచా విద్యయా వినయేన చ |
వకారైః పంచభిర్భుక్తైః నరోవాయాతి గౌరవమ్ ||**

“వ” అనే అక్షరంతో మొదలయ్యే వస్త్రము, పపుః (శరీరము), వాక్కు, విద్య, వినయము అనే అయిదు అంశములు మనిషికి సంఘంలో గౌరవప్రపత్తులు పొందడానికి అర్హునిగా చేస్తాయి. ఇదే భావాన్ని బద్దైన పై విధంగా వివరించాడు.

సంపాదించిన ధనాన్ని దానము, భోగము అనే అంశాల ద్వారా ఖర్చు చెయ్యాలి. లేకుంటే ఆ ధనము ఇతరుల పాలగును. అంటూ దానము యొక్క భోగము యొక్క ప్రాధాన్యతను ఇలా వివరించారు కవి.

**తానను భవాపనర్థము
మానవపతిఁజేరుఁగొంతుమతీ భూగతమౌఁ
గానలనీఁగలు గూర్చిన
తేనియ యొరుఁజేరునట్లు తిరముగ సుమతీ ||**

సంపాదించిన ధనమును తనవాళ్ళతో అనుభవించాలి (పుట్టిన రోజులు, వివాహ వేడుకలు, ఉత్సవాలు, అన్న

సంతర్పణలతో ధనాన్ని ఖర్చు పెట్టాలి. లేకుంటే శిస్తుల రూపంలో (ఆస్తి పన్ను, వృత్తి పన్ను మొదలైనవి) రాజులు / ప్రభుత్వం స్వాధీనం చేసుకుంటారు. లేదంటే పాత పద్ధతి ప్రకారం భూమిలో లంకె బిందెలలో దాచిపెడితే, అది చాలా సంవత్సరాలపాటు భూమిలోనే ఉండిపోయి నిరుపయోగంగా ఉంటాయి. తేనేటిగలు ఎన్నో పువ్వులలోని తేనెను ఎంతో శ్రమతో సేకరించి తేనె పట్టులో దాచిన తేనె ఇతరుల పరమవుతుంది. అదేవిధంగా లోభి దాచిన సొమ్ము ఇతరుల పాలవుతుంది. అందువల్ల మనం కష్టపడి సంపాదించిన సొమ్మును మనమే అనుభవిస్తూ, దానధర్మాలతో సద్వినియోగం చేస్తే ఆత్మతృప్తి కలుగుతుంది. లేదంటే అది పరుల వశమవుతుంది.

పాలకులు తమదైన శైలిలో ప్రజల నుండి అభిప్రాయాలను సేకరించి, మంచి చెడులను విచారించి, నిష్పక్షపాతమైన రీతిలో పాలన సాగించాలి. అంతేకాని కేవలం, తన వద్దనే ఉంటూ అందరిపై చాడీలు చెప్పే వ్యక్తుల మాటలపై ఆధారపడరాదు. ఇతరుల గురించి నిత్యం చాడీలు చెప్పేవారి మాటలలో యదార్థం తక్కువ శాతం ఉంటుందన్న నిజాన్ని మరువరాదు.

**దగ్గఱ కొండెము చెప్పెడు
ప్రెగ్గడ పలుకులకు రాజు ప్రియుడై మఱితా
నెగ్గఱ ప్రజకాచరించుట
బొగ్గులకై కల్పతరువుఁబొడుచుట సుమతీ ||**

రాజుల మెప్పుకోసం కొందరు రాజుల చెంత చేరి, ఇతరులను గురించి, వారి పరోక్షములో లేనిపోనివి కల్పించి చెప్తుంటారు. తెలివైన రాజు వాటిని విని, విననట్లు నటించాలి. అంతేకాని వాటిని నమ్మడం వల్ల రాజులు కొన్ని కొన్ని అనుచిత నిర్ణయాలు తీసుకుని ప్రజల అగ్రహానికి గురికావచ్చును. తన గురువు, తన విజయాలకు ప్రధాన కారకుడైన మహామంత్రి తిమ్మరుసును శ్రీకృష్ణదేవరాయలు ఇతరులు చెప్పిన చాడీలను నమ్మి అంధునిగా (కళ్ళు పొడిపించి) చేసి శాశ్వత అపకీర్తిని పొందిన చారిత్రక సత్యం మనకు తెలిసిందే. ఇతరులు చెప్పే చాడీలను నమ్మి ప్రజలకు అపకారం చేసే రాజులు బొగ్గుల కోసం కల్పవృక్షాన్ని తగలబెట్టడం వంటి అనారోచితమైన చర్య అవుతుంది. అలాగే ప్రజలకు అపకారం చేస్తే కల్ప తరువులా రాజుకు అన్ని విధాలుగా సహకరించే ప్రజల అభిమానాన్ని కోల్పోయి ప్రజాగ్రహానికి గురి కాగలడు.

- సాధన నరసింహాచార్య

ముఖం ముడుచుకుని కూర్చునేవారికి స్నేహితుల సంఖ్య రోజురోజుకి తగ్గిపోతుంది

సమాజసేవలో నిమగ్నమైన మన శ్రీహంస రామ ఆశ్రమం

అందుకోండి మా హృదయపూర్వక అభినందలు

ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్రములో ప్రప్రథముగా చేజర్ల మండలం, నెల్లూరు జిల్లా, కాకివాయి గ్రామ చుట్టుప్రక్కల ఉన్న మూడు గ్రామాల ప్రజానీకానికి శాశ్వత త్రాగునీటి పథకాన్ని ఆచరణలోపెట్టి పూజ్య గురుదేవులు పండిత శ్రీరామశర్మగారు చూపెట్టిన సేవ మార్గంలో వడివడిగా అడుగులు వేయుచున్న గాయత్రీ పరివార్ శాఖయైన శ్రీహంస రామ ఆశ్రమం బ్రహ్మచారిని, తదితరులను యుగశక్తి గాయత్రీ మనఃపూర్వకంగా అభినందిస్తున్నది. ఈ ప్రేరణాత్మక విజయగాధను మీ కొరకు.

1997వ సంవత్సరంలో పరమపూజ్య గురుదేవులు పండిత శ్రీరామశర్మ ఆచార్య, పరమవందనీయ మాతా భగవతీదేవిశర్మల మానస పుత్రులైన డాక్టర్ మారెళ్ళ శ్రీరామకృష్ణ మాష్టారి ప్రేరణతో శ్రీహంస రామ ఆశ్రమ స్థాపనకు శ్రీకారం చుట్టడమైనది. ఇచ్చట అలనాడు దుర్వాస మహాముని తపస్సు చేయుటతోపాటు పూజ్యులు అపహృతలు వెంకయ్యస్వామి మరియు సారకాయ స్వాములు నడయాడిన పవిత్ర స్థలమిది. శ్రీహంస రామ ఆశ్రమం పూర్తిగా గ్రామీణ ప్రజల సహాయ సహకారములతో నిర్మితమై, సమర్పణ భావనతో, నిస్వార్థబుద్ధితో నిండిన బ్రహ్మ సభ్యులు మరియు మేనేజింగ్ ట్రస్టీ శ్రీ కె.టి. నాయుడు మరియు శ్రీమతి భవానీగార్ల సారధ్యంలో దినదిన ప్రవర్ధమానంగా ఎదుగుచున్న గాయత్రీ పరివార్ శాఖ.

పూజ్య గురుదేవులు మరియు వారి మానసపుత్రులైన రామకృష్ణ మాష్టారి ఆదేశాలకనుగుణ్యంగా, గుడి, బడి, వైద్యశాల ఏర్పాటుకు కృషి చేయుచున్నది ఆ ఆశ్రమం బ్రహ్మ. మనిషి ఆధ్యాత్మికంగా ఎదిగి తాను దేవతగా మారి తన చుట్టుప్రక్కల వారిని దేవతలుగా మార్చుటకై ఆశ్రమంలో గాయత్రీ మందిరం, 24 లక్షల మంత్రలేఖనంతో నిర్మించిన సకల కృపామృత రసాకర్ష గాయత్రీ స్థాపం, యాగశాల మరియు మహాకాలుని మందిరం, అపహృతలైన శ్రీ వెంకయ్యస్వామి, సారకాయస్వామి మరియు పిర్దిసాయినాథులతో కూడిన స్మృతగామి సిద్ధ క్షేత్రం (కోరినంతనే కోర్కెలని తీర్చేడి క్షేత్రం) ఏర్పాటు చేశారు. పచ్చని చెట్లతో నిండిన ఈ ఆశ్రమం, వసివాడి, ఆవేదనలతో నిండిన హృదయాలతో విచ్చేసిడి వారి హృదయ భారాన్ని తగ్గించి, చల్లబరచి, మోములలో చిరునవ్వుల చిగురింపజేసి, సేదదీర్చి, హృదయ పరివర్తన గావించి వీడ్కోలు పలుకుతుంది.

ఆశ్రమ చుట్టుప్రక్కల గ్రామాలలోని భూగర్భజలం ఫ్లోరిన్ రసాయనంతో కూడినందున ఈ నీటిని త్రాగిన ప్రజలకు కీళ్ళ నొప్పులు, ఎముకలలో పెళుసుదనం, మూత్రపిండాలలో రాళ్ళు ఏర్పడి దీర్ఘ కాలిక రోగాలబారిన పడుచున్నారు.

ఎందరో నాయకులు, ఎన్నో ప్రభుత్వాలు వచ్చిపోతున్నాయి. ప్రజల బాధను పంచుకొన్న వారు లేరు. సంస్కరణ ప్రప్రథమంగా తనతో ప్రారంభం కావాలి. అట్లే స్వావలంబనకు మించిన ఆలంబన లేదు. తనకు తాను సహాయం చేసుకొనే వానికి భగవంతుడు తోడ్పాటునందిస్తాడు. “నాటుకో, కోసుకో - తోటివారి సుఖాలను కాదు, వారి బాధలను పంచుకో, తోటివారి మేలులో నీ మేలును చూచుకో” అనే గాయత్రీ పరివార్ గీతా వాక్యాలతో ప్రేరణ పొంది, శ్రీహంస రామ ఆశ్రమం బ్రహ్మ తన వంతు విరాళంగా లక్ష రూపాయలు చేకూర్చి త్రాగు నీటి శుద్ధి పనికి 2012లో శ్రీకారం చుట్టింది. “వట్టిమాటలు కట్టి పెట్టి గట్టి మేలు తలపెట్టవోయి” అనే గురజాడగారి మాటలను గౌరవించి తదుపరి కాకివాయి గ్రామ ప్రజలకు ప్రేరణనిచ్చి వారి నుండి సుమారు 5 లక్షల రూపాయలు ప్రోగు చేసి త్రాగునీటి శుద్ధి చేసేడి కేంద్రాన్ని నిర్మించి, రోజుకు 4 వేల లీటర్ల నీటిని 3 గ్రామాలకు పుష్కలంగా అందిస్తున్నది. 20 లీటర్ల నీటికి పట్టణాలలో 20 నుండి 25 రూపాయలు వసూలు చేస్తున్న కేవలం రూ. 3/- లకు అక్షరాల కేవలం మూడు రూపాయలకు అందిస్తున్నారు. ఈ గాయత్రీ పరివార్ శాఖ సహకారం ద్వారా సమృద్ధి, సరసమైన ధర, స్వచ్ఛత, సహనశీలత, సౌహార్ద్రత, సౌభ్రాతృత్వం మున్నగు వానిని సాధింపగలమనే దానిని అక్షర సత్యం గావించి చూపింది. రానున్న కాలం సహకార సంస్థలదే అన్నదానికి నిలువెత్తు ఉదాహరణగా నిలచింది.

శ్రీహంస రామ ఆశ్రమం బ్రహ్మ తన రెండవ పథకంలో భాగంగా అత్యంత చౌకగా, నాణ్యతతో కూడిన, హామియో వైద్యాన్ని చుట్టు ప్రక్కల గ్రామాలలో అందించుటకు సన్నాహాలు ప్రారంభించింది.

అట్లే మూడవ పథకంలో భాగంగా, బాలబాలికలకు విద్యతో పాటు (చదువుకాదు సుమా!) వినయ విధేయతలని, ఆరోగ్యాన్ని, మనోధైర్యాన్ని పెంపొందించేడి దిశగా పథకాలను రూపొందిస్తున్నది. సంస్కారవంతులైన బాలపురోహితులను తయారు చేసి, నేటిబాలలే రేపటి పౌరులనెడి దానిని నిజం చేస్తూ వారిద్వారా సమాజ పరివర్తనకై తగిన ప్రణాళికలను చేపట్టే దిశగా అడుగులు వేస్తున్నది.

నిజంగా “శ్రీహంస రామ ఆశ్రమం, కాకివాయి” మనకే గాక మన సమాజానికే ఆదర్శం. వీరి అడుగు జాడలలో నడుద్దాం. వారికి జేజేలు పలుకుదాం. ఊకదంపుడు ఉపన్యాసాలు, పూజలకు స్పస్తి పలుకుదాం. మనోవాక్యాయ కర్మలను ఏకీకృతం చేద్దాం.

- ఎ. వేణుగోపాలరెడ్డి
గాయత్రీ చేతనా కేంద్రం

ప్రతి క్షణం ప్రశాంతతను పంచాలనే సంకల్పం తీసుకోవాలి

రాష్ట్రంలో జరిగిన వివిధ కార్యక్రమాలు

వరంగల్ జిల్లాలో

వన్యప్రాణి వారోత్సవాలను పురస్కరించుకొని గాయత్రీ పరివార్ యుగనిర్మాణ మిషన్, ఇల్లందు శాఖ, ఖమ్మం జిల్లావారు నిర్వహించిన పోటీలలో వరంగల్ జిల్లా విద్యార్థులు పాల్గొన్నారు. వ్యాసరచన పోటీలో రాష్ట్రస్థాయి ప్రథమ బహుమతి వరంగల్లు పట్టణంలో శారదా హైస్కూలు విద్యార్థిని యం. సాయిశేజకు కళాశాల స్థాయిలో వాగ్దేవి కళాశాల విద్యార్థిని జె. శృతికి లభించాయి. ఈ వ్యాసరచన పోటీకి ఆద్యులైన గాయత్రీ పరివార్ ప్రముఖులు శ్రీ సతీష్ ఖండేల్వాల, ఇల్లందు, ఖమ్మం జిల్లావారిని గాయత్రీ చేతనాకేంద్రం అభినందించుచున్నది. అట్లే విజేతలను, తదితర గాయత్రీ పరివార్ సభ్యులను అభినందించుచున్నది.

ఓంగోలులో

వేదమూర్తి, తపోనిష్ఠ, యుగద్రష్ట, పండిత శ్రీరామశర్మ ఆచార్య గురుదేవుల ఆధ్యాత్మిక జన్మదినమైన వసంతపంచమి పర్వ దినమున ఫిబ్రవరి 15వ తారీకు ఓంగోలులోని శ్రీసరస్వతీ శిశు మందిర్ ఉన్నత పాఠశాలయందు పూజ్యశ్రీ శ్రీరామకృష్ణ మాష్టారు గారి సలహా మరియు ప్రోత్సాహముతో ప్రతిష్ఠించబడిన శ్రీసరస్వతీ మాత విగ్రహ సన్నిధిలో 215మంది చిన్నారులకు అక్షరాభ్యాస సంస్కారము, పంచకుండీ గాయత్రీ యజ్ఞము గాయత్రీ పరివార్ సభ్యులైన శ్రీ బి. సత్యనారాయణరావుగారిచే నిర్వహించబడినదని పాఠశాల ప్రధానోపాధ్యాయని శ్రీమతి కె. రాజ్యలక్ష్మి గారు తెలియపరిచారు.

నెల్లూరు జిల్లాలో

నెల్లూరు జిల్లా బి.ఎస్.జి.పి. కన్వీనర్ శ్రీమతి టి.లక్ష్మీభవాని (భువన) గారి ఆధ్వర్యంలో 10.02.2013న నెల్లూరులోని ఎ.ఎల్.రావు కళ్యాణ మండపంనందు భారతీయ సంస్కృతి జ్ఞాన పరీక్షల బహుమతి ప్రధానోత్సవము ఎంతో వైభవంగా, కన్నుల పండుగగా నిర్వహించబడినది. ఈ కార్యక్రమమునకు ముఖ్య అతిథులుగా నెల్లూరు నగర శాసనసభ్యులు శ్రీ ముంగమూరు శ్రీధర కృష్ణారెడ్డిగారు, జిల్లా కలెక్టర్ శ్రీ బి.శ్రీధర్ ఐ.ఎ.ఎస్.గారు, దక్షిణ భారత గాయత్రీ పరివార్ కన్వీనర్ శ్రీ అశ్వినీ సుబ్బారావు గారు, గౌరవ అతిథులుగా శ్రీ డా॥ ఎ.వి. రమణమూర్తిగారు, శ్రీ తిరునారాయణగారు (జిల్లా కన్వీనర్), శ్రీ కె.టి. నాయుడుగారు (శ్రీ హంసరామ ఆశ్రమం, కాకివావి) పాల్గొన్నారు.

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 మాత్రమే 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 కోరుచున్నాము.

- గాయత్రీ చేతనా కేంద్రము

శాంతికుండ్లలో సంజీవనీ సాధనా శిక్షణా శిబిరము

01.05.2013 (బుధవారము) నుండి 05.05.2013 (ఆదివారము) వరకు శాంతికుండ్, హరిద్వార్లో సంజీవనీ సాధనా శిక్షణా శిబిరము తెలుగుభాషలో నిర్వహించ బడుతుంది. శారీరకంగా, మానసికంగా ఆరోగ్యవంతులై సామాజిక సేవపట్ల మక్కువ కలిగి స్వచ్ఛందంగా నిస్వార్థ సేవ చేసేవారు దీనికి అర్హులు. ఉపాధ్యాయులు, విశ్రాంత ఉపాధ్యాయులు, కళాకారులు, వ్యాసకర్తలు, విలేఖరులు, వృత్తి నిపుణులు మున్నగువారి స్వచ్ఛంద సేవలు కోరడమైనది. ఉత్సాహవంతులు, పై శిబిరములో పాల్గొని స్వచ్ఛంద సేవకులుగా వారి పేర్లను చేతనా కేంద్రము హైదరాబాద్ నందు నమోదు చేయించుకొన ప్రార్థన.

శిక్షణానంతరము వివరములకై గాయత్రీ చేతనా కేంద్రము హైదరాబాద్ వారిని సంప్రదించవలసినదిగా కోరడమైనది. అభిలాష కలిగిన వారు 2013 ఏప్రిల్ 30వ తేదీ నాటికి శాంతికుండ్, హరిద్వార్ చేరుకొనవలయును.

వివరాలకు సంప్రదించండి:

ఫోన్: 040-23700722, 994911175

వాక్కు సద్వినియోగపరచుకుంటే ప్రేమామృత కుసుమాలు పంచుతుంది