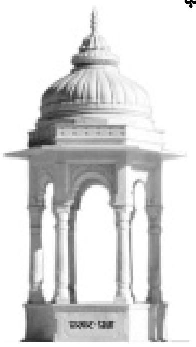
ఓం భూర్భువః స్వః తత్సవితుర్వరేణ్యం భర్గోదేవస్య ధీమహి ధియోయోనః ప్రచోదయాత్



యుగశక్తి గాయత్రి

ఓం వందే భగవతీం దేవీం శ్రీరామంచ జగద్గురుం
పాదపద్మే తయోః శ్రిత్వా ప్రణమామి ముహుర్ముహుః

ప్రఖర ప్రజ్ఞ

సజల శ్రద్ధ

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

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

సంపుటి 17 - సంచిక 10
మార్చి 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 వేదమాత గాయత్రీ ట్రస్టు"
గాయత్రీ చేతనా కేంద్రము
హెచ్.పి. రోడ్, మూసాపేట,
అశ్విని హౌస్ దగ్గర,
హైదరాబాదు - 500 018.

యుగధర్మం

మానవ భవిష్యత్తు అంధకారమయమగుటకే ప్రస్తుత విషమ పరిస్థితులు దాపురించి ఉన్నాయి. ఈ ప్రమాదాల, కాల సంబంధ స్థితిని గుర్తించవలసి ఉంటుంది. వరదలు, అగ్ని ప్రమాదాలు, భూకంపాలు, మహమ్మారి వ్యాధులు, యుద్ధాలు, ప్రమాదాలువంటి విషమ పరిస్థితులలో ప్రజలు ఏదో ఒక రకంగా సహాయ సహకారాలు అందించుటకు ప్రయత్నిస్తారు. గాఢ నిద్రపోయేవారి సంగతి వదిలేద్దాం.

ఎవరికి యుగపరివర్తన గురించి ఆలోచన ఉంటుందో, ఎవరిలో నరపరశువుల కంటే కొంచెము ఉచ్చస్తరీయ స్థానముంటుందో, అలాంటివారు తమ కొంత సమయాన్ని యుగపరివర్తన కొరకు, కర్తవ్య నిర్వహణ కొరకు కేటాయించి మహాప్రజ్ఞ ప్రచండ ప్రేరణలు విని, అర్థం చేసుకొని, తదనుసారం తనను తాను మలచుకొంటూ, తనను తాను మార్చుకొనుటకు ప్రయత్నం చేయవలసి ఉంటుంది. అంతరంగం అంధకారంలో పడి ఉన్నవారి గురించి మనం ఏం అనలేము గాని, ఈ యుగసంధి పరివర్తన సమయంలో, యుగధర్మాన్ని గుర్తించగలిగిన వారు మాత్రం ఏ విధంగాను మిన్నకుండలేరు, లోభ, మోహములను అర్థం చేసుకోవచ్చు. కాని యుగపరివర్తన కాలంలో చేతులు ముడుచుకుని కూర్చోవడం ఎవరికి శోభించదు. మహాభారత యుద్ధంలో అర్జునుడుకు ఎదురైన విషాద విషమ పరిస్థితులు ఇలాంటివే.

జరుగుబాటుతోపాటు, కుటుంబ సమస్యలను తీర్చుకొంటూ కూడా, ప్రతి భావనాశీల వ్యక్తి, యుగ చేతనలో ఏదో విధంగా, సహయోగిగా మారవచ్చు. ఒక చిన్న ఉడుతవలె సాయం, చిన్న అంశదానం వంటివి ఎలాంటి విషమ పరిస్థితుల్లో ఉన్నా సంభవమే. ఇది కళ్ళు మూసుకొని ఉండే సమయం కాదు. ఇటువంటి అద్భుతమైన కాలాన్ని గుర్తించినట్లైతే, ప్రతి నిముషం, ప్రతి సమయంలో కూడా లాభాలు పొందగల ఆలోచన చేయగలరు. ఈనాడు చేయవలసిన పనులను, కర్తవ్యాలను పట్టించుకోకపోతే ముందు ముందు రోజులలో వెక్కి వెక్కి ఏడవవలసి వస్తుంది.

పత్రిక అందనివారు మరియు పత్రికకు సూచనలు, సలహాలు ఇవ్వదలచినవారు ఈ క్రింది నంబర్లను సంప్రదించగలరు.
ఫోన్ : 040-23700722, 9949111175, 9440769798

ఇతరులకు హాని కలిగించే సత్యంకన్నా మేలు కలిగించే అసత్యం మిన్న

విషయ సూచిక

1. **సంపాదకీయం :** యుగధర్మం 1
2. **విషయసూచిక-సద్గురు వచనామృతం :** మానసిక ప్రసన్నత 2
3. **వేదమంత్రం :** సమాజాన్ని సుఖంగా ఉంచాలి 3
4. **గాయత్రీ విద్య - 30 :** విజ్ఞానమయకోశ సాధన-2 4
5. **గాయత్రీ చిత్రావళి - 9 :** అరిష్టముల నివారణ 7
6. **పరమపూజ్య గురుదేవుల సుదీర్ఘయాత్ర - 9 :** భాగవత భూమికి యాత్ర-2 8
7. **యుగనిర్మాణ యోజన :** మహాకాలుని గీత-సత్సంకల్పాలు - 3 12
8. **స్వస్వరూప జ్ఞానం :** నేను ఏమిటి?-2 14
9. **గుడ్ ఫ్రైడే ప్రత్యేకం :** ఏసుక్రీస్తుకు భారతదేశానికి గల అనన్య సంబంధం 17
10. **మనం - మన ఆరోగ్యం :** గుండె జబ్బులకు ముఖ్య కారణములు 19
11. **చేతనత్వ విజ్ఞానం :** అతి విలక్షణమైన అచేతనత్వ మాయ 22
12. **ఆదిశక్తి యొక్క లీలా కథలు - 33 :** ఉన్నత తలాలలోనికి ప్రవేశం 25
13. **బోధకథ :** అపరిగ్రహం 28
14. **ప్రగతిబాట :** ప్రగతి బాటలో ఉన్నామనే భ్రమతో కోరికలకు బానిసలు కాకూడదు 30
15. **కఠోపనిషత్తు-2 :** ప్రథమ అధ్యాయం-ప్రథమ వల్లీ 32
16. **వైజ్ఞానిక ఆధ్యాత్మికత :** జడ ప్రకృతిని ప్రభావితం చేయగల అదృశ్యశక్తి ఉన్నదా? 36
17. **పూజ్య గురుదేవుల అమృతవాణి :** ఆస్తికత యొక్క సిద్ధాంతాలు 38
18. **ఆరోగ్యమే మహాభాగ్యం-27 :** హోమియో వైద్య సేవ 43
19. **ధారావాహిక ప్రశ్నోపనిషద్ - ఆరవ అధ్యాయం (మొదటి ప్రకరణం):** సత్సాహస-సంఘర్షణ ప్రకరణం 44
20. **సుమతీ సూక్తం - 5** 45
21. **వార్తలు :** రాష్ట్రంలో జరిగిన వివిధ కార్యక్రమాలు 47

సద్గురు వచనామృతం

మానసిక ప్రసన్నత

జీవుల పట్ల అనన్య ప్రేమను హృదయంలో నింపుకున్న వ్యక్తికి శాంతి లభిస్తుంది. అతనే శోక సముద్రాన్ని దాటగలడు. అతనే బంధాలనుంచి విముక్తి పొందుతాడు. సమస్త దుఃఖాలను ఛేదిస్తాడు. ఫిర్యాదు చేసేవాడు, ఇతరుల పట్ల ఉద్విగ్నుడయేవాడు, తడబడేవాడు, సమస్త సుఖాలలో మునిగి తేలుతున్నప్పటికీ దుఃఖిస్తూ ఉంటాడు. ఇతరుల వల్ల కలిగే కీడును, అపరాధాలను, బాధలను శాంత చిత్తంతో సహించే వ్యక్తికి; ఇతరుల వల్ల హాని, ఇబ్బంది, వ్యాకులత కలిగినప్పటికీ మనసును మలినం కానివ్వని వ్యక్తికి అక్షయమైన శాంతి లభిస్తుంది. ఈ అక్షయ శాంతి దుర్లభమే కాని అది సాధన ద్వారా సులభమవుతుంది. స్వాభిమానం కరిగిపోయినప్పుడు, అహంకారాన్ని వదలుకోవడానికి సిద్ధపడినప్పుడు, శుద్ధ చైతన్య స్వరూపులమనే భావం హృదయంలో స్థిరపడినప్పుడు ఇది సాధ్యపడుతుంది. లౌకిక దృష్టితో ఆలోచించినా, చిత్తం సంతోషంగా ఉండటం వల్ల లాభమే లాభం. ప్రసన్న చిత్తం కల వ్యక్తి స్నేహితులతో సరళతాపూర్వకంగా వ్యవహరిస్తారు. ప్రతిమనిషి మనశ్శాంతిని కోరుతాడు. ఏడ్చేవాడు ఎప్పుడూ ఒంటరిగానే ఏడ్వవలసి వస్తుంది. నవ్వేవారికి చాలా మంది తోడవుతారు. ఏడ్చేవాడికి స్నేహితులు కొద్దిమందే ఉంటారు. ఆపదలను ధైర్యంగా ఎదుర్కోగలిగేవాడు సంపాదించ గలిగినంత మంది స్నేహితులను ఏడ్చేవాడు సంపాదించలేడు.

- అఖండజ్యోతి, నవంబర్, 1956

అనువాదం: సత్యనారాయణ గుప్తా

పండుగలు

మార్చి 2013

10-03-2013	**మహా శివరాత్రి**
26-03-2013	**హోలి**
29-03-2013	**గుడ్ ఫ్రైడే**

ఏప్రిల్ 2013

11-04-2013	**ఉగాది**
19-04-2013	**శ్రీరామనవమి**
24-04-2013	**మహావీర్ జయంతి**

నేటి పనిని రేపటికి వాయిదా వెయ్యకు

వేద మంత్రం

సమాజాన్ని సుఖంగా ఉంచాలి

వరాశం సః సుషాదతీయం యజ్ఞమదాభ్యః ।
కవిర్హి మధుహస్త్యః ।

భావార్థం : గోవు తన పాలతో తన పాలకుడిని ఎలాగైతే సుఖంగా ఉంచుతుందో అలాగే విద్వాంసులు తమ సత్యజ్ఞానముల సదుప దేశము ద్వారా సమాజాన్ని సుఖంగా ఉంచాలి.

సందేశం : మధ్యకాలంలోని అంధకార యుగంలో మన ధర్మం అధ్యాత్మం, దర్శనాలు, ఆత్మజ్ఞానము, బ్రహ్మవిద్య, సాధన, స్వాధ్యాయము మొదలైన వాటిని ఎంత తప్పుగా అర్థం చేసుకున్నా మంటే దానివలన సమాజానికి తిరోగమన దశ లభించింది. ప్రాచీన కాలంలో, వైదిక యుగంలో, రామరాజ్యంలో, మౌర్యుల గుప్తుల కాలంలో భారతదేశం జగద్గురువుగా కీర్తించబడేది. అప్పుడు కూడా ఈ శాస్త్రాలతోనే, వాటి ప్రేరణతోనే లౌకిక ఆధ్యాత్మిక ఉన్నతిని పొందాము. ఆ శాస్త్రాలకు విరుద్ధమైన అర్థం ఆపాదించుకుని నేడు ఒక హీనస్థితికి చేరుకున్నాము.

విజ్ఞానం కేవలం భౌతిక ప్రయోజనం నెరవేరుస్తుంది. జీవితం యొక్క వాస్తవిక లక్ష్యం ప్రాప్తించుకొనుటకు, సుఖశాంతియుత జీవనం జీవించుటకు మనిషి జ్ఞానవంతుడు, సదాచారవంతుడు, కర్తవ్య పరాయణుడై ఉండాలి. ఋషులు విద్యను, చదువును తమ చేతుల్లోనికి తీసుకొని సత్యజ్ఞానముల సదుపదేశముతో జీవన మార్గమును ప్రకాశవంతము చేశారు. ఈనాడు ఆ జ్ఞానము లోపించడం చేతనే సమాజములో దోషములు ఉత్పన్నమైనాయి. ఎలాగైతే శరీరము నుండి రక్తమంతా తీసివేస్తే ప్రాణము పోతుందో, అలాగే చేతన నుండి సత్యము, జ్ఞానము వెళ్ళిపోతే మనిషి నిష్ప్రాణం, మృత సమానం అవుతాడు.

సమాజము, సంస్కృతి యొక్క సంవేదన అర్థం చేసుకొన్న బ్రాహ్మణులు, ఋషులు, తమ సత్యము, జ్ఞానముల సదుపదేశముతో సమాజములోని వికృతులను తొలగించాలి. పరశురాముడు అటువంటి సందర్భంలోనే జపమాలను తీసివేసి గొడ్డలి చేత ధరించాడు. గురు గోవిందసింహ్ 'ఒకచేత మాల ఒకచేత భాలా' నినాదమిచ్చాడు. ఇదే ముక్తి మార్గమన్నాడు. ఆయన శిక్కులకు మాల శిరస్సున కట్టించి చెప్పాడు. "కత్తిని పట్టండి దేశ సంస్కృతిని రక్షించండి" అన్నాడు. ఆనాడు అదే సరియైన ఋషి ధర్మం.

చదువు మనుష్యుని వికాసానికి ఒక మహత్వపూర్ణ ప్రక్రియ, దాని లక్ష్యము మనుష్యుని వికాసము. ఇది అతని సంపూర్ణ వ్యక్తిత్వాన్ని వికసింపచేస్తుంది. స్వామి వివేకానందులు అన్నారు – "సాధారణ వ్యక్తిని జీవన సంగ్రామంలో సమర్థుడుగా శీలవంతుడుగా, పరహిత భావన కలిగినవాడుగా చెయ్యలేకపోతే, సింహంతో సమానమైన సాహసాన్ని పెంపొందించకపోతే ఆ చదువు ఇంక దేనికి? దేనివలన జీవితంలో తన కాళ్ళమీద నిలబడ గలుగుతాడో అదే నిజమైన చదువు". ఎటువంటి చదువు వలన శీలనిర్మాణం అవుతుందో, మనుష్యుని మానసిక శక్తి పెరుగుతుందో అటువంటి చదువు కావాలి. స్వాభిమానం కలిగి ఎవరి కాళ్ళమీద వారిని నిలబెట్టేటువంటి చదువు మనకు కావాలి.

మన విద్వాంసులు, బ్రాహ్మణులు భారత ప్రాచీన గౌరవము, మన సంస్కృతిని తిరిగి ఉద్ధరించుట కొరకు వ్యక్తిగతంగా, ప్రజల స్థాయిలో, ఎలా వీలయితే అలా గట్టి ప్రయత్నాలు చేయాలి. ఇదే 'అసతోమా సద్గమయ' యొక్క మూలభావన. ఇదే అధ్యాపకుని, ఉపదేశకుని నిజమైన ధర్మము.

విద్వాంసులు, బ్రాహ్మణులు ఈ మార్గంలో నడిచి సమాజాన్ని సుఖం ఉంచే కర్తవ్యం నిర్వర్తించాలి.

★★★

వినయ సంపద

మహేంద్రనాథ్ సర్కార్ కలకత్తాలోని పేరు ప్రతిష్ఠలు కలిగిన డాక్టరు, సంపన్నుడు. ఆయన రామకృష్ణ పరమహంస దర్శనానికి వెళ్ళాడు. అప్పుడు పరమహంస తోటలో పచారు చేస్తున్నాడు. ఆయనను చూచి తోటమాలి అనుకుని డాక్టరుగారు – "కాసిన పువ్వులు తీసుకురావయ్యా, పరమ హంసగారికి సమర్పించాలి" అన్నాడు. ఆయన మంచి పువ్వులు కోసి డాక్టరు గారికి ఇచ్చాడు. కొద్ది సేపటి తరువాత రామకృష్ణ పరమహంస సత్సంగానికి వచ్చారు. పరమహంస గారిని తాను తోటమాలి అనుకున్నందుకు నొచ్చుకున్నారు, పరమహంస గారి వినయానికి చకితులయ్యారు.

– ప్రజ్ఞాపురాణం నుండి

నిర్మల హృదయం భగవంతునితో సమానం

గాయత్రీ విద్య-30

విజ్ఞానమయకోశ సాధన-2

సోఽహం సాధన (అజపా జపం)

ఆత్మ యొక్క సూక్ష్మ అంతరాళాలలో తనకు సంబంధించిన పూర్ణ జ్ఞానం ఉన్నది. బుద్ధి భ్రమించకుండా, తన స్వరూపాన్ని మరచిపోకుండా ఉండేందుకు ఆత్మ తన స్థితిని ప్రతిక్షణం ఘోషిస్తూనే ఉంటుంది. కొంచెం ధ్యానం అటు త్రిప్పితే ఆత్మయొక్క ఘోషణ స్పష్టంగా వినిపిస్తుంది. ఆ ధ్వనిపై నిరంతరం ధ్యానం ఉంచినట్లయితే ఆ ఘోషణ చేసే అమృత భాండాగారమైన ఆత్మ వరకు చేరగలరు.

శ్వాసలోనికి తీసుకునేటప్పుడు దానితోపాటు ఒక సూక్ష్మధ్వని సో ఽో ఽో .... వంటిది సంభవిస్తుంది. ఎంతసేపు శ్వాస లోపల ఉంటుందో అంటే స్వాభావికంగా కుంభకం జరుగుతుందో అంతసేపు సగం "అ ఽ ఽ ఽ" అనే విరామ ధ్వని జరుగుతుంది. శ్వాసను బయటకు వెళ్ళేటప్పుడు "హం ..." వంటి ధ్వని బయటకు వస్తుంది. ఈ మూడు ధ్వనులపై ధ్యానం కేంద్రితం చేసినట్లయితే అజపా-జపం యొక్క "సోఽ హం" సాధన జరుగుతుంది.

ప్రాతఃకాల సూర్యోదయం ముందే నిత్యకర్మలు పూర్తిచేసుకుని తూర్పుదిశగా ప్రశాంతంగా ఉన్న స్థానంలో కూర్చోవాలి. వెన్నెముక నిటారుగా (నేరుగా) ఉండాలి. రెండు చేతులు కలిపి ఒడిలో పెట్టుకోవాలి, కళ్ళు మూసుకోవాలి. నాశిక ద్వారా వాయువు లోపలికి ప్రవేశిస్తున్నప్పుడు జాగ్రత్తగా సూక్ష్మ కర్మేంద్రియములతో వాయువుతోపాటు 'సో' అనే సూక్ష్మ ధ్వనిని, గమనించండి. ఇదే విధంగా శ్వాస లోపల ఉన్నప్పుడు 'అ' అనే ధ్వనిని, వాయువు బయటకు వెళ్తున్నప్పుడు "హం" అనే ధ్వనిపై ధ్యానం కేంద్రితం చేయండి. దీనితోపాటే హృదయస్థానంలో ఉన్న సూర్యచక్ర ప్రకాశ బిందువుపై ఆత్మ యొక్క తేజోమయ స్ఫులింగం (स्फुलिंग) ను ధారణ చేయండి. శ్వాస బయటకు వెళ్తున్నప్పుడు, 'హం' ధ్వని అవుతున్నప్పుడు ఇది తేజోబిందువు పరమాత్మ యొక్క ప్రకాశమని భావించాలి. 'స' అంటే పరమాత్మ "ఽహమ్" అంటే నేను. వాయువు బయటకు వెళ్తున్నప్పుడు "హం" ధ్వని అవుతున్నప్పుడు ఆ ప్రకాశ బిందువులో "ఇదే నేను" అనే భావన చెయ్యండి.

"అ" యొక్క విరామ భావన పరివర్తన అవకాశమునకు ప్రతీక. ప్రారంభంలో హృదయ చక్రములో ఉన్న బిందువును "సో" అనే ధ్వని సమయంలో బ్రహ్మగా భావించాలి. తరువాత దానినే "హం" ధారణ చేసే సమయంలో జీవ భావన (నేను) కలుగుతుంది. ఈ భావ పరివర్తనకు "అ" అనే సమయం అవకాశముగా చెప్పబడింది. ఇదేవిధంగా "హం" సమాప్తమై వాయువు బయటకు వెళ్ళిపోయి మరల క్రొత్త వాయువు లోపలికి ప్రవేశిస్తున్నప్పుడు ఆ సమయం కూడా జీవ భావాన్ని (నేను) తీసివేసి తేజోబిందువులో బ్రహ్మ భావనగా మార్చుకునే అవకాశం లభిస్తుంది. ఈ రెండు అవకాశాలు "అ ఽ ఽ ఽ" తో సమానం. కాని ఈ ధ్వని వినిపించదు. శబ్దం "సో" "ఽహం" మాత్రమే జరుగుతుంది.

"సో" బ్రహ్మ యొక్క ప్రతిబింబము "ఽ" ప్రకృతి యొక్క ప్రతినిధి. "హం" జీవుని ప్రతీక. బ్రహ్మ, ప్రకృతి, జీవుల సమ్మేళనం అజపాజపంలో జరుగుతుంది. సోఽహం సాధనలో మూడు మహా కారణాలు ఏకత్రితమవుతాయి. అందువల్ల ఆత్మజాగరణ యోగం లభిస్తుంది.

"సోఽహం" సాధన ఉన్నతం అవుతున్న కొద్దీ విజ్ఞానమయ కోశం పరిశుభ్రమవుతుంది. ఆత్మజ్ఞానం పెరుగుతుంది. నెమ్మది నెమ్మదిగా ఆత్మ సాక్షాత్కార స్థితి దగ్గరకు వస్తుంది. ముందు ముందు శ్వాసపై ధ్యానం పోయి, హృదయంలో ఉన్న సూర్యచక్రం లోని విశుద్ధ బ్రహ్మతేజం దర్శనమిస్తుంది. ఆ సమయంలో సమాధి స్థితి వంటి స్థితి లభిస్తుంది. హంసయోగం యొక్క పరిపక్వతతో సాధకుడు బ్రహ్మస్థితికి అధికారి కాగలడు.

స్వామి వివేకానంద విజ్ఞానమయకోశ సాధన కొరకు "ఆత్మానుభూతి" పద్ధతిని అందించారు. వారి అమెరికన్ శిష్యుడు రామచరకుడు ఈ పద్ధతిని "మెంటల్ డెవలప్‌మెంట్" అనే పుస్తకంలో విస్తారంగా వివరణ ఇచ్చారు.

ఆత్మానుభూతి యోగం

1. ఏదైనా శాంతిపూర్వకమైన, కోలాహలం లేనటువంటి స్థానం ఈ సాధనకు అవసరం. ఇటువంటి స్థానం ఇంట్లో మంచి గాలి లభించే గది కూడా కావచ్చు. నదీతటం, ఏదైనా పార్కు కూడా ఉపయోగించుకోవచ్చు. కాళ్ళు, చేతులు, ముఖం కడుక్కుని కూర్చోవాలి. ఒక పడక కుర్చీ (easy chair) లో కూర్చుని ఈ సాధన చేయవచ్చు. లేదా ఒక గోడనో, చెట్టునో ఆనుకుని కూర్చుని కూడా సాధన చేయవచ్చు. దిండుకూడా ఉపయోగించుకోవచ్చు.

సుఖంగా కూర్చుని మూడుసార్లు దీర్ఘశ్వాస తీసుకోవాలి. పొట్టలో ఉన్న గాలిని పూర్తిగా బయటకు పంపడం, ఊపిరితిత్తులలో

జీవితానికి మూల స్థంభాలు సాధన, స్వాధ్యాయం, సంయమనం, సేవ

పూర్తిగా గాలి నింపడమును ఒక శ్వాస అంటారు. మూడు సార్లు పూర్తి శ్వాస తీసుకోవడం వలన ఊపిరితిత్తులకు శుద్ధి జరుగుతుంది.

మూడు శ్వాసలు తీసుకున్న తరువాత శరీరాన్ని శిథిలం (relax) చేసుకొని, అంగములలో ఉన్న ప్రాణశక్తిని లాక్కుని హృదయంలో ఏకత్రితం జరుగుతున్నట్లుగా ధ్యానం చెయ్యాలి. కాళ్ళు చేతులు మొదలైన అన్ని అంగ ప్రత్యంగములు శిథిలమవు తున్నాయని, డీలా పడ్డాయని, నిర్జీవమైనాయని భావన చెయ్యాలి. "మస్తిష్కంలో అన్ని ఆలోచనా ధారలు, కల్పనలు శాంతస్థితి పొందాయి, శరీరం అంతటా ఒక శాంతిమయమైన నీలాకాశం వ్యాపించింది" అలాంటి శాంత స్థితి శిథిలస్థితిలో ప్రాప్తించేందుకు కొన్ని రోజులు అభ్యాసం చెయ్యవలసి ఉంటుంది. కొద్ది రోజుల అభ్యాసంలో అధిక శిథిలత, శాంతి అనుభవంలోనికి వస్తుంది.

శరీరం చక్కగా శిథిలం (relax) అయ్యాక హృదయస్థానంలో బొటనవ్రేలుతో సమానమైన శుభ్ర శ్వేత జ్యోతిస్వరూప ప్రాణశక్తిని ధ్యానం చెయ్యాలి. "అజరం, అమరం, శుద్ధ, బుద్ధ చేతనత్వం, ఈశ్వరీయ అంశ ఆత్మను నేను" ఇదే నా వాస్తవిక స్వరూపం. నేను సత్ చిత్ ఆనంద స్వరూపమైన ఆత్మను, ఆ జ్యోతిని కల్పనా నేత్రములతో దర్శనం చేస్తూ పైన చెప్పబడిన భావనలు మనస్సులో ఉంచుకోవాలి.

2. ముందు చెప్పబడిన శిథిలాసనంతోపాటు ఆత్మదర్శన సాధన ఈ యోగసాధనలో మొదటిది. ఈ అభ్యాసం బాగా చేసిన తరువాత పై మెట్టు మీద కాలు పెట్టాలి. అప్పుడు చేయవలసిన సాధన క్రింద ఇవ్వబడుతున్నది.

3. పైన ఇవ్వబడిన శిథిలావస్థలో అఖిల ఆకాశంలో నీల వర్ణపు ఆకాశాన్ని ధ్యానం చెయ్యాలి. ఆ ఆకాశంలో ఎంతో ఎత్తున సూర్యునితో సమానమైన జ్యోతి స్వరూపమైన ఆత్మను చూడండి. "నేనే ఆ ప్రకాశవంతమైన ఆత్మను" అనే సంకల్పం చేయాలి. భూమిపై స్పందనలు లేకుండా పడి ఉన్న మీ శరీరాన్ని చూడండి. దాని అంగ ప్రత్యంగములను పరిశీలించండి, పరీక్ష చేయండి. ఈ శరీరంలోని ప్రతి కణం నా పనిముట్టు, నా వస్త్రం. ఈ యంత్రం నా ఇచ్ఛానుసారం పనిచేసేందుకు లభించింది. ఈ మాటలను మనస్సులో పలుసార్లు చెప్పుకోండి. స్పందనలేని శరీరంలో మనస్సు, బుద్ధి అనే శక్తులను రెండు సేవక శక్తుల రూపంలో చూడండి. ఈ రెండు చేతులు కట్టుకుని మీ ఇచ్ఛానుసారం పని చేసేందుకు తలవంచుకుని నిలబడి ఉన్నాయి. ఈ శరీరాన్ని, మనస్సును, బుద్ధిని చూచి ఇవి నా ఇచ్ఛానుసారం పనిచేసేందుకు ప్రాప్తించాయని ఆనందించండి. నేను వీటిని నిజమైన ఆత్మస్వార్థం కొరకే ఉపయోగిస్తాను, ఈ భావనలు చక్కగా మీ మనస్సులో ధ్యానావస్థలో ప్రతిధ్వనిస్తూ ఉండాలి.

4. పైన చెప్పిన ధ్యానం చక్కగా జరుగుతుంటే ఇప్పుడు తృతీయ భూమికను ధ్యానం చేసుకోవచ్చు. మిమ్మల్ని మీరు ఆకాశంలో సూర్యుని పైన ఉన్నట్లు చూడండి. **"నేను సమస్త భూమండలంపై నా ప్రకాశ కిరణాలను పంపుతున్నాను" ప్రపంచంలో నా కర్మక్షేత్రం లీలాభూమి, భూతలంపై ఉన్న వస్తువులను, శక్తులను నాకు ఇష్టమైన ప్రయోజనముల కొరకు ఉపయోగిస్తాను. కాని అవి నాపై ఎటువంటి ప్రభావం చూపలేవు. పంచ భూతముల గతివిధుల (activities) వలన ప్రపంచంలో అనేక గందరగోళాలు జరుగుతుంటాయి. అవి నాకు ఒక వినోదం, మనోరంజక దృశ్యం మాత్రమే. నేను ఎటువంటి ప్రాపంచిక హాని-లాభాల వలన ప్రభావితం కాను. నేను శుద్ధ చైతన్యాన్ని, సత్య స్వరూపుడను, పవిత్రుడను, నిర్లేప అవినాశి ఆత్మను. నేను ఆత్మను, మహా ఆత్మను, పరమాత్మ యొక్క స్ఫులింగమును.** ఈ మంత్రమును మనస్సు లోలోపలే జపించాలి.

తృతీయ భూమిక యొక్క ధ్యానం అభ్యాసంతో పుష్టి చెందితే, ప్రతిక్షణం రోమరోమంలో ఆ భావన భాసిస్తే ఈ సాధన యొక్క సిద్ధ స్థితి ప్రాప్తించినదని తెలుసుకోవచ్చు. దీనినే జాగృత సమాధి అని లేదా జీవన్ముక్త స్థితి అని అంటారు.

ఆత్మ చింతన సాధన

రాత్రివేళ అన్ని పనులు పూర్తిచేసుకుని నిద్రపోయే సమయం అయింది. హాయిగా పడుకోవాలి. కాళ్ళు జాపి ఉంచాలి. చేతులు ముడుచుకుని పొట్టమీద పెట్టుకోవాలి. తల నేరుగా ఉండాలి. దీపం వెలుగుతుంటే దానిని ఆపివెయ్యాలి లేదా కాంతి తగ్గించాలి. నేత్రములు అర్ధ నిమీలితమై (సగం తెరచుకుని) ఉండాలి.

ఈ రోజు ఒక జీవితంగా అనుభవంలోకి తెచ్చుకోవాలి. రోజు పూర్తి అయిపోతుంటే ఒక జీవితానికి ముగింపు అవుతున్నది. నిద్ర ఒక మృత్యువు. ఇప్పుడు ఈ క్షణంలో దైనిక జీవితాన్ని సమాప్తం చేసుకుని మృత్యువు యొక్క ఒడిలోకి వెళ్తున్నాను.

ఈనాటి జీవితాన్ని ఆధ్యాత్మిక దృష్టితో ఆలోచించండి. ప్రాతః కాలం నుండి నిద్రపోయే సమయం వరకు జరిగిన సంఘటనలపై దృష్టిపెట్టండి. చేసిన పనులు ఆత్మపరంగా ఉచితమేనా? లేక అనుచితమైనవా? అది ఉచితమైతే ఎంత సావధానంగా, శక్తితో చేయవలసి ఉన్నదో అలా చేశామా లేదా? బహుమూల్య సమయమును ఎంత ఉచిత రీతిలో, ఎంత అనుచితంగాను, ఎంత నిరర్థకంగాను వెచ్చించాను? ఆరోజు జీవితం సఫలంగా ఉన్నదా లేక అసఫలంగా ఉన్నదా? ఆత్మిక పుంజమునకు లాభం అయిందా లేక నష్టం జరిగిందా? ఈ రకమైన ప్రశ్నలతో రోజంతా చేసిన పనులను సమీక్షించాలి.

నవ్వుతూ నవ్వించే జీవితంలోనే సార్థకత ఉన్నది

పనులు ఎంత అనుచితంగా జరిగితే దాని కొరకు ఆత్మదేవుని సమ్ముఖంలో పశ్చాత్తాపపడాలి. చక్కగా జరిగిన పనులకు పరమాత్మకు ధన్యవాదాలు చెప్పాలి. మరునాటి జీవనంలో ఇంకా బాగా చేయగలగాలని ప్రార్థించాలి. దీని తరువాత శుభ్ర వర్ణ ఆత్మజ్యోతిని ధ్యానం చేస్తూ నిద్రాదేవి ఒడిలోకి జారిపోవాలి.

రెండవ సాధన

ప్రాతఃకాలమున బాగా మెలకువ వచ్చిన తరువాత ఒళ్ళు విరుచుకోండి. మూడు సార్లు దీర్ఘశ్వాస తీసుకుని చైతన్యంలోకి రావాలి.

ఈరోజు క్రొత్త జీవితాన్ని ప్రారంభిస్తున్నాను. కొత్త జన్మ తీసుకుంటున్నాను. ఈ జన్మను ఆత్మపుంజ అభివృద్ధి కొరకు ఖర్చు చేస్తాను. ఇంతకు ముందు చేసిన తప్పులకు ఆత్మదేవుని ముందు చేసిన పశ్చాత్తాపములను గుర్తుంచుకుని ఈ రోజును ఇంకా మంచిగా ఉపయోగిస్తాను అనే సంకల్పం తీసుకోవాలి.

రోజంతా చేయబోయే పనులకు ప్రణాళిక (plan) తయారు చేసుకోవాలి. ఈ పనులలో ఉన్న ఇబ్బందులను గుర్తించి వాటి నివారణకు సిద్ధంగా ఉండాలి. ఏ కార్యముల వలన ఆత్మలాభం కలుగుతుందో వాటిని ఎక్కువగా చేయాలి. ఈ జన్మ, ఈ రోజు నిన్నటి కంటే సఫలం కావాలనే కోరిక ఆకాంక్షలతో సంకల్పం తీసుకోవాలి, సాధించాలి.

పరమాత్మను ధ్యానం చేయండి. ప్రసన్నంగా చైతన్యవంతంగా, తాజాగా, ఉత్సాహంతో, ఆశతో, ఆత్మ విశ్వాసంతో లేచి మంచం నుండి దిగండి. కాలు క్రింద పెట్టడమంటే నవ జీవనానికి ప్రారంభమేనని భావించండి.

ఈ ఆత్మచింతన సాధనతో దినదినం ఈ శరీరమనే భావన తగ్గుతుందన్నట్టు అనిపిస్తుంది. శరీరం కోసం చేసే ఆలోచనలు, పనులు తగ్గుతాయి. ఆలోచనా ప్రవంతి, కార్యప్రణాళిక సమున్నత మవుతాయి. దీని ద్వారా ఆత్మలాభం కొరకు పుణ్యకార్యక్రమాలు ద్విగుణీకృతమవుతాయి.

(సశేషం)

★★★

కర్తవ్యపాలన - పరోపకారం

ఒక జమిందారు తనకున్న వ్యవసాయ భూమి అంతటా వరి పంటను నాటాడు. ఈ పంటను పశుపక్ష్యాదుల నుండి రక్షించుటకై నలుదిక్కులా మంచెలను ఏర్పాటుచేసి కాపలాదారుల నియమించాడు. కాపలాదారులు రాత్రింబవళ్ళు కాపలా కాస్తున్నారు. అయినా పక్షులు వచ్చి పండిన పంటను తింటున్నాయి. ఈ విషయాన్ని కాపలాదార్లు జమిందారుకు తెలియజేయగా, వలను ఏర్పాటు చేయమని కాపలాదారులను ఆదేశించాడు. పంటను తినటానికి వచ్చిన పక్షులు వలలో చిక్కుకోసాగాయి. ఒకరోజు ఆవలలో ఒక సుందరమైన పక్షి చిక్కుకొన్నది. కాపలాదార్లు ఆ పక్షిని పట్టుకొని జమిందారు వద్దకు తీసికొనిపోయి, "ప్రభూ! ఈ పక్షి రోజూ మన పంట భూమిలో ప్రవేశించి పొట్టనిండా తింటున్నది. మరియు తిన్న తదుపరి కొంత ధాన్యాన్ని నోట కరచుకొని తన పిల్లల కొరకు తీసికొనిపోవుచున్నది" అన్నారు. జమిందారు నౌకర్లు చెప్పినదంతా విని "మంచిది! ఈ పక్షికి శిక్ష వేద్దాం!" అన్నాడు. అప్పుడు పక్షి జమిందారుతో ఇలా అన్నది. "అయ్యా! నాకు శిక్ష వేసే ముందు, మీరు నా మాటను కూడా కొంచెం ఆలకించండి" అనగానే జమిందారు "మంచిది! చెప్పు" అన్నాడు పక్షితో. అప్పుడు పక్షి తన వాదనను ఈ విధంగా వినిపించింది. "అయ్యా! ఇంత సువిశాల పంట భూమిలోని పంటతో నా చిన్న పొట్టను నింపుకున్నంత మాత్రాన, మీ పంట రాబడిలో చెప్పుకోతగినంత నష్టము జరుగదు. నేను తిన్న తరువాత కేవలం రాలిన గింజ కంకులను మాత్రమే తీసికొనిపోతున్నాను" అన్నది. అప్పుడు జమిందారు పక్షిని "ఎవరి కొరకు?" అని అడుగగా పక్షి ఇట్లు జవాబిచ్చింది – "నేను రెండు కంకులను వృద్ధులైన నా తల్లిదండ్రులకు తీసికొనిపోతున్నాను. వారికి కంటిచూపు కూడా లేదు. ఇట్టి నా తల్లిదండ్రులను పోషించవలసిన బాధ్యత నాపైనున్నది. వారిని ఆకలితో ఉంచజాలను. అట్లే రెండు కంకులను ముద్దులొలికెడి నా బిడ్డల పోషణకై తీసికొనిపోతున్నాను. ఇంకా రెండు కంకులను పరమార్థ రూపులుగా (దైవ స్వరూపులు) ఉన్న రోగపీడితులైన నా ఇరుగుపొరుగున ఉన్న పక్షులకై తీసికొనిపోతున్నాను" అని పక్షి తన జవాబును ముగించింది. పక్షి ఇచ్చిన జవాబును విన్న జమిందారు ఆలోచనలో పడ్డాడు. తదుపరి వివేకాన్ని తెచ్చుకొని మానవులు పక్షుల నుండి కూడా ప్రేరణను పొందవచ్చునని గ్రహించి, పక్షిని బంధ విముక్తురాలినిగా చేశాడు. – ప్రజ్ఞాపురాణం నుండి

సాఫల్యాలకు సూత్రాలు ధృఢ సంకల్పం, కఠోర పరిశ్రమ

గాయత్రీ చిత్రావళి - 9

అరిష్ఠముల నివారణ

ఎలాగైతే ముల్లు శరీరంలో ఏ భాగంలోనైనా గ్రుచ్చుకున్నప్పుడు లేదా విషము, ఏదైనా శరీర భాగంలోనికి ప్రవేశించినప్పుడు ఆ హానికారక తత్త్వములను నివారించే వరకు బాధ ఉంటూనే ఉంటుంది. మనుష్య జీవనంలో నానావిధాలైన వ్యాధులు, యాతనలు, కష్టాలు బాధలు ఏదో ఒక కారణంతో ఉంటాయి. ఆ కారణం దూరం అయ్యేవరకు ఆ క్లేశాలు, చింతలు, దుఃఖాల నుండి విముక్తి కలుగదు.

ఇంద్రియాల అసంయమనం, స్వార్థపరత్వం, కుటిలత్వం దురుసుగా మాట్లాడుట, అవిశ్వాసం, సోమరితనం, దుర్వ్యసనం చెడు సహవాసం, దుష్కర్మలపట్ల ఆసక్తి, నిర్లజ్జ, ఈశ్వరుని దండన పట్ల ఉపేక్ష, అనుచితలోభం, మోహం, అతి మమత, అహంకారం, గర్వం వంటి అనేక చెడు లక్షణాలు మనుష్యుని మనసులో చొరబడి మనోభూమిని కంటకములవలె గుచ్చుతూ ఉంటాయి. దాని ఫలితంగా నానావిధ క్లేశాలు, కలహం, దుఃఖము, దారిద్ర్యము, దండన రూపములో ఎదురౌతాయి. ఎక్కడ అగ్ని ఉంటుందో అక్కడ వేడి ఉంటుంది. అదేవిధంగా ఎక్కడ చెడు ఉంటుందో అక్కడ నానావిధములైన దుఃఖాలు తప్పక ఉంటాయి. ఈ దోషాలు, దుర్గుణాల మధ్య ఆ వ్యక్తి సుఖంగా జీవితం గడుపుట అసాధ్యం.

ఎలాగైతే బెల్లంతో నానావిధమైన మిఠాయిలు తయారవుతాయో, ఏ విధంగా ప్రత్తితో నానావిధాలైన వస్త్రాలు తయారవుతాయో అదేవిధంగా ఈ దోషాలు, దుర్గుణాల పరిపాకముతో నానావిధకష్టాలు సంక్రమిస్తాయి. చెడు ప్రారబ్ధం కూడా దుష్కర్మలుగా, చెడు సంస్కారంగానే పరిణమిస్తుంది. ఎవరికైనా సుఖశాంతులపట్ల అభిలాష ఉంటే, అట్టివారు తమ ఆలోచనలను, స్వభావమును, ఉద్దేశ్యమును కార్యక్రమములను సవరించుకున్నప్పుడే, అది నెరవేరుతుంది. గాయత్రీ సాధన వలన సతోగుణవృద్ధి జరిగి ఈ పరివర్తన దానంతట అదే జరిగిపోతుంది. దీనితో పాటు అనేక విధాలైన దూషణలు, బాధలు అనే కాకులు, గబ్బిలాలు మనోమందిరం నుండి పూర్తిగా వైదొలగిపోతాయి. ముల్లు తొలగించిన తర్వాత నొప్పి తగ్గిపోయిన రీతిగా అంతరాత్మలో దుర్గుణాలు తొలగి పోగానే శాంతి స్థాపించబడుతుంది.

- అనువాదం : డా॥ తుమ్మూరి

యుగశక్తి గాయత్రీ
మాస పత్రిక చదవండి !
చదివించండి !!

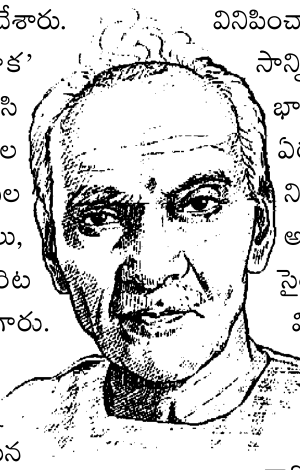
కలసి పంచుకుని తినడంలోనే ఆనందం, సామరస్యం ఉన్నాయి

పరమపూజ్య గురుదేవుల సుదీర్ఘయాత్ర-9

భాగవత భూమికి యాత్ర-2

పాఖండ ఖండినీ పతాక

గురువు నుండి శిక్షణ పొందిన తర్వాత స్వామి దయానంద దేశ పర్యటన చేస్తూ హరిద్వార్‌లో జరిగిన కుంభమేళాకు వెళ్ళారు. పర్యటనలో ఆయన వివిధ స్థలాలలోని ప్రజలతో వైదిక ధర్మంపై చర్చ జరిపేవారు. సంప్రదాయాలు, కట్టుబాట్ల వెనుక ఉన్న మూల సూత్రాలను తెలుసుకుని వాటిని అనుసరించాలని చెప్పేవారు. కుంభమేళాకు వేలాదిగా ప్రజలు వస్తారు కనుక ఆయన అందులో పాల్గొన్నారు. గ్రామాలకు వెళితే 50-100 మంది ప్రజలతో మాత్రమే సంపర్కం ఏర్పడుతుంది. కుంభమేళాలో వేలాది మంది వ్యక్తులను ఒకేసారి కలుసుకోవచ్చు. హరిద్వార్ చేరుకున్న స్వామి దయానంద అక్కడ ఒక చిన్న శిబిరం ఏర్పాటు చేశారు. దాని వెలుపల 'పాఖండ ఖండినీ పతాక' (దురాచారాలను ప్రతిఘటించే జెండా) అని వ్రాసి ఉన్న జెండాను ప్రతిష్ఠించారు. ఆ జెండా ప్రజల దృష్టిని ఆకర్షించింది. స్వామీజీ శిబిరం వెలుపల నిలబడి విగ్రహారాధన, శ్రాద్ధకర్మ, అవతారాలు, పురాణాలు, కర్మకాండ మున్నగువాని పేరిట జరుగుతున్న దురాచారాలను ఖండించసాగారు. కులభేదాలు, అంటరానితనం, బాల్యవివాహాలు, సతీ సహగమనం, వివాహాలలో జరుగుతున్న దురాచారాలు, గ్రుడ్డి నమ్మకాలను ఖండిస్తూ ఆయన ప్రసంగించసాగారు. వారి మాటలలో కొత్తదనం ఉన్నది. హేతుబద్ధత ఉన్నది. ప్రజలు వాటిని అర్థం చేసుకోసాగారు. ఆయనను కొందరు సమర్థించారు.



కుంభమేళాలో, తర్వాత చేసిన యాత్రలలో లభించిన సమర్థులైన వ్యక్తులతో స్వామీజీ ఆర్యసమాజం అనే సంస్థకు పునాది వేశారు. ఆయన జీవితాంతం పర్యటనలు జరిపారు. రాజులు, మహారాజుల నుండి పండితులు, విద్వాంసుల వరకు అన్ని వర్గాలవారిని ఆయన కలుసుకున్నారు.

తండ్రిగారు శ్రీరామ్‌కు ఈ విషయాలన్నీ వివరించారు. స్వామి దయానంద గురించి వారింకా ఇలా చెప్పారు. స్వామి దయానందపై ఎప్పుడూ కుట్రలు జరుగుతుండేవి. ఒక కుట్ర ఫలితంగానే ఆయన మరణించారు. జోధ్‌పూర్‌లోని కొందరు వ్యక్తులు ఆయన వద్ద పనిచేసే వంటవాణ్ణి తమవైపుకు త్రిప్పుకున్నారు. అతడి ద్వారా స్వామీజీకి విషం ఇప్పించారు. ఆ విషం త్రాగిన స్వామీజీ చాలా బాధపడ్డారు. ఆ విషం వల్లనే ఆయన చనిపోయారు. చనిపోతూ చనిపోతూ ఆయన ఆ వంటవాణ్ణి పారిపొమ్మన్నారు. ఈ విషయం ప్రజలకు తెలిస్తే, వారు అతడిని ప్రాణాలతో వదలరని ఆయన భయపడ్డారు. ఆయన అతడిని క్షమించారు. అతడు పారిపోయేందుకు ఏర్పాటు చేశారు. శ్రీరామ్ ఈ సంఘటనను ఎంతో శ్రద్ధగా వింటున్నాడు. కానీ వాటిపై తన అభిప్రాయాన్ని వ్యక్తపరచలేదు.

తండ్రిగారు మథురలోని ఇతర స్థలాల వివరాలను, గాథలను వినిపించారు. ఈ ననిహాల్, మథురల యాత్రలో తండ్రిగారి సాన్నిధ్యంలో శ్రీరామ్‌కు ఒక అవగాహన కలిగింది. భారతీయ ధర్మ సంస్కృతుల పట్ల ఒక దృక్పథం ఏర్పడింది. విధి అతనికి నిర్ణయించిన బాధ్యతను నిర్వహించడం కోసం బయట నుంచి ప్రత్యేక సహకారం అవసరం లేదు. అయితే శుకదేవుని వంటి ఆప్తకాముడు సైతం తన తండ్రి వేదవ్యాసుని నుండి భాగవత కథను వినవలసి వచ్చింది.

సూక్ష్మ జగత్తు సంకేతం

పండిట్‌జీ భవంతిలో ఆయన సోదరులు ముగ్గురు, వారి కుటుంబాలతో ఉండేవారు. 20-25 మంది గల ఉమ్మడి కుటుంబం అది. సోదరుల మామగార్లవైపు బంధువులు తరచు వచ్చిపోతూ ఉండేవారు. మేనత్తలు, సోదరుల కుమారులు, ఇతర బంధువులు వచ్చిపోతూ ఉండడంతో, భవంతి అంతా సందడిగా ఉండేది. నవ్వులతో, హాస్య వినోదాలతో గృహ వాతావరణం ఉండేది. పండిట్‌జీ ఊరిలో ఉన్నప్పుడు గ్రామం నుండి, పరిసర గ్రామాల నుండి వచ్చే వ్యక్తులతో ఆయన గది నిండి ఉండేది.

భాగవత సప్తాహం నుండి తిరిగి వచ్చిన తర్వాత పండిట్‌జీకి ఒకరోజున గుండెల్లో నొప్పి వచ్చింది. కూర్చొని మాట్లాడుతూ మాట్లాడుతూ ఆ నొప్పివల్ల ఒరిగి కూలబడిపోయారు. **'నమో భగవతే వాసుదేవాయ'** మంత్రం ఆయన నోటినుండి వెలువడింది. ఆ తర్వాత మాట పడిపోయింది. ఇంటిలో అలజడి చెలరేగింది.

ఉన్నతికి మూలాధారం - సాదా జీవనం, ఉన్నతమైన ఆలోచనలు

హాస్య వినోదాలు భయాందోళనలుగా మారిపోయాయి. చుట్టూ ఉన్న వ్యక్తులు పండిట్‌జీకి సపర్యలు చేశారు. ఈ సంఘటన పగటిపూట జరిగింది. వెనువెంటనే చికిత్సకు ఏర్పాట్లు జరిగాయి. కొద్దిసేపటికి ఆయనకు స్పృహ వచ్చింది. మూడు నాలుగు రోజుల తర్వాత ఆయన మామూలు మనిషి అయినట్లు కనిపించింది.

పండిట్‌జీకి ఆరోగ్యం తిరిగి చేకూరింది. అయితే తగిన జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలని వైద్యులు ఆయనకు సలహా ఇచ్చారు. గుండె జబ్బు వచ్చిందని, విశ్రాంతి అవసరమని వారు చెప్పారు. పర్యటనలు చేయకూడదు, పని ఒత్తిడి తగ్గించుకోవాలి, వ్యక్తులను కలుసుకోవడం సాధ్యమైనంత తగ్గించాలి అని సలహా ఇచ్చారు. పండిట్‌జీ అందరి సలహాలు విన్నారు. పని ఒత్తిడి, వ్యక్తులను కలుసుకోవడం ఏమీ తగ్గలేదు. పైగా భజన, పూజలలో మరింత సమయం గడపసాగారు. కాని పురాణం చెప్పడం కొంచెం తగ్గింది.

తండ్రిగారి జబ్బును, ఆ తర్వాత ఆయనలో వచ్చిన మార్పులను శ్రీరామ్ చాలా నిశితంగా పరిశీలిస్తున్నాడు. రోగగ్రస్తులైన ఇతరులను కూడా అతడు చూశాడు. వారు చికిత్స తర్వాత ఆరోగ్యవంతులు అవుతారు. పూర్వంవలె రోజువారీ కార్యక్రమాలలో పాల్గొంటారు. ఎప్పటిలా పనిపాటలు చేసుకు పోతూ ఉండడానికి వారికి హెచ్చు సమయం పట్టదు. ఆహార విహారాలు, అలవాట్లు, దినచర్య, రోజువారీ వ్యవహారాలు అన్నీ యథాప్రకారం సాగిపోతాయి. జబ్బువల్ల కలిగిన నీరసం యొక్క ప్రభావం దినచర్యలో కనపడుతుంది. అయితే స్వభావంలో, ప్రవృత్తులలో మాత్రం మార్పు రాదు.

తండ్రిగారి భాగవత బోధ

పండిట్‌జీ నూటికి నూరు పాళ్ళు సాత్విక స్వభావం కలిగిన వారు. అయినా ఆయనలో చిత్రమైన మార్పు వచ్చింది. ఆయన తమ వ్యవహారాలన్నింటినీ ముగించుకుంటున్నట్లు అనిపించింది. పొరుగు ఊరికి వెళ్ళేటప్పుడు మనిషి తన సామాను సర్దుకుంటాడు. సమయానికి పనులన్నీ పూర్తయ్యేందుకు హడావుడి పడతాడు. అలాంటి ఆతురత పండిట్‌జీలో కనిపించింది. పిల్లల పెళ్ళి పేరంటాలు, తమ్ముళ్ళ చెల్లెళ్ళ అవసరాలు, అభ్యాగతుల జిజ్ఞాసలు– వీటన్నింటినీ పరిష్కరించడంలో ఆయన ఎక్కువ సమయం గడుపుతున్నారు.

విక్రమ శకం 1961 (క్రీ.శ. 1923)లో ఆషాఢ మాసం వస్తోంది. ఒకరోజున తండ్రిగారు శ్రీరామ్‌ను పిలిపించి ఇలా చెప్పారు "కనీసం తొమ్మిది రోజులపాటు ప్రతిరోజూ రెండు గంటలు నా దగ్గర కూర్చో. నేను చెప్పేదాన్ని శ్రద్ధగా విను. తండ్రి గారి ఆజ్ఞ శిరోధార్యం కావలసిందే కదా! ముందు రోజున తండ్రిగారు శ్రీరామ్‌కు క్షురకర్మ చేయించారు. ఏడు రోజుల పాటు వ్రత నియమాలు పాటించాలని అతడికి చెప్పారు. రోజుకు ఒకసారి మాత్రమే భోజనం, ఒకసారి ఫలాహారం. అది ఏకాశన వ్రతం. తండ్రీ కొడుకులు ఇద్దరూ నేలమీద ప్రక్కవేసుకుని నిద్రపోయేవారు.

మరునాడు ఉదయం తండ్రిగారు భాగవత పురాణం ప్రారంభించారు. అది శ్రీరామ్‌కు మాత్రమే ఏర్పాటు చేసిన శిక్షణ తరగతి. అందులో పాల్గొనడానికి ఇతరులెవరినీ పిలువలేదు. భాగవతంలోని కథా భాగం, సిద్ధాంత భాగం కలిపి రెండు గంటలలో పూర్తయ్యేది. ఇలా భాగవతం వినిపించడం వెనుకగల ఉద్దేశ్యం ఆయనకు మాత్రమే తెలుసు. అది ఏమిటో ఆయన తన చిరంజీవికి సైతం చెప్పలేదు. భాగవతంలోని మూల సూత్రాలయిన జీవిత సత్యాలను, జగత్తు సత్యాలను పరిచయం చేయడమే ఆ ఉద్దేశ్యమేమో.

భాగవతంలోని మూల సూత్రం ఏమిటి? విషమ పరిస్థితులలో కూడా ధర్మాన్ని సాధన చేయడం. తన అభ్యుదయానికి, నిజమైన శ్రేయస్సుకు, ఇహపర సుఖాలకు నిష్ఠతో కృషి చేయడం. పరమేశ్వర సమర్పితమైన జీవితాన్ని గడపడం. పృథ్విపై కలియుగం ఆరంభం కావడంతో అనగా విషమ పరిస్థితులు, జటిలతలు, ఆత్మిక ఉన్నతికి ఆటంకాలు ఆధిపత్యం వహించడంతో భాగవత కథ ప్రారంభం అవుతుంది. ఈ పరిస్థితులను నాశనం చేయడానికై పరీక్షిత్తు బయలుదేరతాడు. అప్పుడు కలిపురుషుడు కూడా క్షమించమని అతడిని కోరుతాడు. భాగవతశాస్త్రం ప్రకారం కలియుగం అశుభాలకు, వైపరీత్యాలకు మరో పేరు. పరీక్షిత్తు కలిని దండించడం మొదలుపెడతాడు. పృథ్విని విడిచిపెట్టి వెళ్ళడానికి కలి అంగీకరిస్తాడు. అయితే, తనకు ఆశ్రయం ఇవ్వమని అడుగుతాడు. పరీక్షిత్తు కలికి మొదట నాలుగు స్థానములలో, ఆ తరువాత స్థానములలో కలి బ్రతిమాలిన మీదట అయిదవ స్థానం కూడా అతడికి ఇస్తాడు. ఈ అయిదు స్థానములు ఏమంటే అసత్యం, మదం, ఆసక్తి, నిర్దయ. రాజస గుణం. రాజస గుణం అంటే లోభం, ఆడంబరం, దర్పం, సంకుచితత్వం. ఈ వికృతులు ఉన్నచోట కలి యొక్క దుష్ప్రభావం ఉంటుంది. అనగా దుఃఖదైన్యాలు ఉంటాయి.

ఈ దుఃఖ దైన్యాలనుండి బయటపడడానికి మార్గం ఏది? ప్రభు సమర్పిత జీవితం. ఇతర మార్గాలన్నీ సమస్యలను మరింత జటిలం చేస్తాయి. ఆపదలను మరింత భయంకరం చేస్తాయి.

పరస్పర సహకారమే జీవకోటి మనుగడకు రహస్యం

ఇదే భాగవతం అందించే ఒకే ఒక సందేశం.

శృంగిముని శాపం వల్ల పరీక్షిత్తు వారం రోజులలో మరణించ వలసి ఉన్నది. అయినా ఆయన విచారించలేదు. ఎందుకంటే, ఆయన ప్రభు సమర్పిత జీవితం గడుపుతున్నాడు. కనుక తన చివరి వారం రోజులను అత్యంత ఉత్తమంగా గడపడానికి పథకం వేసుకున్నాడు. పరిస్థితులు, సంఘటనలు కలిసివచ్చి ఆయన ఆ ఏడు రోజులు ఆధ్యాత్మిక చర్చల్లో గడిపాడు. భాగవతకథ వింటూ గడిపాడు. కథ వినడం పూర్తయిన తర్వాత ఆయన మృత్యువును ఒక అతిథిలా స్వాగతించాడు. ఒక మహోత్సవం జరిపినట్లు ఆయన మృత్యువును ఆహ్వానించాడు.

ఇక్కడ వారం రోజుల సాన్నిధ్యంలో తండ్రీ కొడుకులు భాగవత కథలను ఆస్వాదించారు. ఆ కథల ద్వారా అధ్యాతికతపై, తత్వ జ్ఞానంపై చర్చ జరిపారు. జ్ఞాన, కర్మ, భక్తి మార్గాల సాగరంలో మునకలు వేశారు.

భాగవతంలోని ఏకాదశ స్కంధం విశుద్ధమైన తత్వజ్ఞానాన్ని ప్రతిపాదిస్తుంది. వేదవ్యాసుడు ఈ స్కందంలో ముక్తికి, శ్రేయస్సుల సాధనకు వివిధ మార్గాల వివేచన చేశారు. ఆ వివేచనలో లలితమైన, మృదుమధురమైన భాషను వాడారు. సాధారణంగా తత్వజ్ఞానంపై చర్చ నిగూఢంగా ఉంటుంది. లోతుగా ఉంటుంది. గంభీరంగా ఉంటుంది. అది పండితులకే అర్థమవుతుంది. వేదాంతం, యోగం, సాంఖ్యం, మీమాంస మున్నగు శాస్త్రాలు ఇలాంటివి. ఈ శాస్త్రాలలో దార్శనిక సిద్ధాంతాలు గణిత సూత్రాల తరహాలో ప్రతిపాదించబడ్డాయి. భాగవతంలోని ఏకాదశ స్కంధంలో దార్శనిక సిద్ధాంతాలను కావ్యభాషలో నిరూపించారు.

నీవు భగవానునికి చెందావు

భాగవత కథ వింటున్న రోజులలో కూడా శ్రీరామ్ ఏకాంతం లోకి వెళ్ళేవాడు. ధ్యానంలో లీనం అయ్యేవాడు. చివరి రోజు కథ వినిపించిన తర్వాత ఒక చిత్రమైన సంఘటన జరిగింది.

తండ్రిగారు కథ వినిపించే పద్ధతిలో, పాఠం చెప్పే తరహాలో భాగవతం చెప్తూ వచ్చారు. అనుష్ఠానంలోవలె విధి విధానాలు అవసరం అనిపించలేదు. కనుకనే, పూర్ణాహుతి రోజున యజ్ఞ యాగాలు మున్నగు కార్యక్రమాలు జరగలేదు.

కథ విన్న తర్వాత కుమారుడు తండ్రిగారిని ఇలా అడిగాడు "కథా శ్రవణం తర్వాత దక్షిణ ఇస్తారు కదా. కానుకగా నేను మీకు ఏమివ్వను?"

తండ్రిగారు తన అనుంగు తనయుని ముఖం చూస్తూ ఉండిపోయారు. శ్రీరామ్ అదే ప్రశ్న మళ్ళీ అడిగాడు. పండిట్‌జీ పిల్లవాడి చేయి పుచ్చుకుని అతడిని దగ్గరకు లాక్కున్నారు. గుండెలకు హత్తుకున్నారు. ఆ ప్రశ్నకు జవాబు మాత్రం ఇవ్వలేదు. శ్రీరామ్ మూడవసారి అదే ప్రశ్న అడిగాడు.

"నిన్ను నీవు కానుగా ఇవ్వు." అని తండ్రిగారు జవాబిచ్చారు.

"నేను మీవాడినే కదా. నన్ను నేను భగవానునికి కానుకగా సమర్పించుకోవాలన్నది మీ ఉద్దేశ్యం అయితే అందుకోసం సంకల్పం చేయించండి" అని శ్రీరామ్ కోరాడు.

తండ్రిగారు చేతిలో జలం తీసుకుని శ్రీరామ్‌చేత సంకల్పం చేయించారు.

తండ్రిగారి నుండి ఆశీస్సు పొందిన తర్వాత శ్రీరామ్ మామూలు ప్రకారం ఏకాంతంలోకి వెళ్ళిపోయాడు. గుహలోకి వెళ్ళిన సంఘటన నాటి నుండి అతడు అడవిలోకి వెళ్ళడం మానివేశాడు. అయితే, అతడు ఎక్కడికి వెళతాడో తల్లికి తప్ప మరెవరికీ తెలియదు. ఆ రోజున అతడు ఏకాంతంలోకి వెళ్ళిన తర్వాత గంటలు గడిచిపోయాయి. సాయంత్రం అవుతోంది. అయినా అతడు తిరిగిరాలేదు. తల్లి ఆందోళన పడింది. పిల్లవాడిని ఎక్కడికి పంపారు. ఇంతవరకు తిరిగిరాలేదు అని ఆమె పండిట్‌జీని అడిగింది. పండిట్‌జీ కూడా కలత చెందారు. అతడు హిమాలయాలకు వెళ్ళడానికి బయలుదేరిన సంఘటన ఆయనకు గుర్తుకు వచ్చింది. నొచ్చుకుంటూ ఆయన ఇలా అన్నారు – "ఎక్కడికైనా వెళ్ళిపోలేదు కదా?" తల్లికి కూడా ఆ అనుమానం కలిగింది. అయినా, తనను తాను సంబాళించుకుంటూ ఇలా అన్నది "గౌరీబాగ్ శివాలయంలో ఒకసారి వెదికించండి. భక్తి తన్మయత్వంలో అక్కడే ఉండిపోయాడేమో చూడండి".

గౌరీబాగ్ గ్రామానికి మైలు మైలున్నర దూరంలో ఉన్న ఒక చిన్న తోట. ఆ తోటలో మామిడిచెట్లు, జామచెట్లు, వేపచెట్లు ఉన్నాయి. ఏడాది పొడుగునా అక్కడ ప్రశాంతంగా ఉంటుంది. సోమవారం, పూర్ణిమ, శివరాత్రి రోజులలో జనం శివాలయానికి వస్తారు. మిగతా రోజులలో అక్కడ ప్రశాంతంగా ఉంటుంది. ఈ తోటలోనే శ్రీరామ్ తన ఏకాంతం, ధ్యానం సాగించేవాడు.

గహనమైన ధ్యాన సమాధిలో

తండ్రిగారు పరుగు పరుగున ఆ గౌరీబాగ్‌కు వెళ్ళారు. ఆయన వెంట ఇద్దరు ముగ్గురు వ్యక్తులు ఉన్నారు. అక్కడ శ్రీరామ్ ఒక చెట్టు క్రింద పద్మాసనంలో ధ్యానముద్రలో కూర్చొని ఉండడం చూచారు. పండిట్‌జీ అతడిని పిలిచారు. సమాధానం లేదు. శ్రీరామ్ నిశ్చలంగా కూర్చొని ఉన్నాడు. ఆయన రెండవసారి, మూడవసారి, నాలుగవసారి పిలిచారు. ప్రయోజనం లేకపోయింది.

అన్ని దానాలలోకి విద్యాదానం గొప్పది

అతడి చేతులు పుచ్చుకుని కదిపే ప్రయత్నం చేశారు. కొద్ది ఒత్తిడి తగలగానే శ్రీరామ్ ముందుకు పడిపోయాడు. ధ్యాన సమయంలో ఒడిలో పెట్టుకున్న చేతులు కదిలించిన కారణంగా ప్రణామ స్థితిలో కలుసుకున్నాయి. ప్రణమిల్లడానికి ముందుకు వంగి నుదురు నేలకు తాకించిన స్థితిలో అతడు ఉన్నాడు. వంగిన తర్వాత ఆ స్థితిలోనే ఉండిపోయాడు. పండిట్‌జీ ముఖంలో ఆందోళన కనిపించింది. బాబూ, బాబూ అన్నారు. పేరు పెట్టి పదిమార్లు పిలిచారు. అతడిని ఇటూ అటూ కదపడానికి, త్రిప్పడానికి ప్రయత్నించారు. గట్టిగా పట్టుకుని కూర్చోబెట్టాలని చూచారు. కాని శ్రీరామ్ శరీరం బిగుసుకుపోయి ఉన్నది. అశక్తమై ఉంది. అశుభాన్ని శంకించి, నాడి పరీక్షించారు, గుండె కొట్టుకుంటోందో లేదో పరిశీలించారు. ఆ విధంగా అతడిలో ప్రాణం ఉన్నదో లేదో కనుగొనే ప్రయత్నం వేశారు. అయినా ఒక నిర్ణయానికి రాలేక పోయారు. తండ్రిగారి నోటి నుండి తీవ్రమైన రోదన వెలికి వచ్చింది. ఆయన వెంట వచ్చిన వ్యక్తుల ముఖాలు పాలిపోయాయి.

ఆ రోదనకి శ్రీరామ్ ధ్యాన సమాధి నుండి వెలికివచ్చాడు. అతడు తనకు తానుగా లేచి కూర్చొన్నాడు. తనను తాను సంబాళించుకునే ముందు తండ్రిగారికి అభివాదం చేశాడు. కుమారుడు ప్రణామం చేయగానే, పండిట్‌జీ తన పిల్లవాడు తనకు దక్కాడనే నమ్మకం కలిగింది. “నీవు మరో లోకానికి వెళ్ళిపోయావు అని నేను భయపడ్డాను” అని ఆయన అన్నారు.

శ్రీరామ్ వెంటనే జవాబు చెప్పలేదు. ఇంటికి వెళ్ళిన తర్వాత తండ్రిగారు అదే మాట తిరిగి చెప్పారు. భగవానునికి ధన్యవాదాలు చెప్పసాగారు. అప్పుడు శ్రీరామ్ ఇలా అన్నాడు.

“మీరు దేవునికి ధన్యవాదాలు ఎందుకు చెప్తున్నారు? మీరు నన్ను దేవునికి అప్పగించారు కదా. నేను ఇక నుండి ఆయన పనే చేయాలని నాకు ఆశీస్సులు ఇవ్వండి”.

తాయిజీ అప్పుడు అక్కడే ఉంది. ఆమెకు ఈ మాట ఏ మాత్రం నచ్చలేదు. ఆమె భర్తతో ఇలా అన్నది. “మీరు శ్రీరామ్‌కు ఏమేమి నూరిపోశారో నాకు అర్థం కావడం లేదు. నాకు ఈ మాటల వల్ల విపరీతమైన భయం కలుగుతోంది.”

శ్రీరామ్ కొన్నిరోజుల తర్వాత ఆ అనుభవం గురించి తన మిత్రులతో చెప్పాడు. తనను తాను భగవానునికి సమర్పించుకున్న తర్వాత తన మనస్సులో అపూర్వమైన శాంతి స్థిరపడిన అనుభూతి కలిగింది. ధ్యానంలో కూర్చొనగానే ప్రపంచం అదృశ్యం అయిన అనుభూతి కలిగింది. తన చుట్టుపక్కల ఏమీలేని అనుభూతి. ధ్యానంలో అలా ఎంతసేపు కూర్చొనడం జరిగిందో ఏ మాత్రం తెలియలేదు. అయితే ఆ సమయంలో ఒక అద్భుత సంఘటన జరిగింది. అది ఒక ఆంతరిక అనుభూతి. అదొక కల, అదొక దివ్య దర్శనం. దాన్ని గురించి శ్రీరామ్ ఏమీ చెప్పలేదు. ప్రత్యక్షంగా జరుగుతున్నట్లు అనిపించిన సంఘటన యొక్క అనుభూతి అది. అది జరిగిన సమయంలో కూడా ధ్యానంలో ఉన్నట్లు తనకు అనిపించలేదు.

ధ్యానంలో కూర్చునే ముందు శ్రీరామ్ శివాలయానికి వెళ్ళాడు. శివుని దర్శనం చేసుకుని ఒక మామిడి చెట్టు నీడలో కూర్చున్నాడు. అప్పుడు ఈ అనుభూతి కలిగింది దేవుని దర్శనం చేసుకుని క్రిందకి దిగుతున్నాడు. తాను కూర్చునే చోటు 40-50 అడుగుల దూరంలో ఉన్నదనిపించింది. వాస్తవానికి శ్రీరామ్ పద్మాసనంలో కూర్చుని ఉన్నాడు. కాని ధ్యానంలో మహాఫలకంలో ఈ దృశ్యం కనిపించింది. శివాలయంలో మెట్లమీద నుంచి క్రిందకు దిగుతున్న సమయంలో కాలికి మెత్తగా ఏదో తగిలింది. చూస్తే అది ఒక పాము. కోపగించిన పాము క్షణంలో పడగవిప్పి కాలు మీద కాటు వేసింది. శ్రీరామ్ ఏమి జరిగిందో గుర్తించేలోపే పిక్క మీద, నడము క్రింద కాటు వేసింది.

(సశేషం)

- అనువాదం: ఎ. వేణుగోపాల రెడ్డి

మాలవ్యాగారి మానవత

మదన మోహన మాలవ్యా ఒక ఆంగ్లేయ అధికారిని కలుసుకోవడానికి వెళుతున్నప్పుడు. ఆ దారిలో పడి ఉన్న ఒక పేదరాలిని చూశాడు. ఆమె కాలికి పుండ్లు, ఆ పుండ్లపై ముసిరే ఈగల బాధను తట్టుకోలేకపోతున్నది.

మాలవ్యాజీ తన గుర్రపు బండి నుంచి దిగి ఆమెను బండిలో కూర్చోబెట్టుకుని ఆస్పత్రికి పయనమయ్యారు. ఒక యువకుడు ఈ దృశ్యాన్ని చూచాడు. “పండిట్ జీ! ఈమెను నేను ఆస్పత్రికి తీసుకువెళతాను. మీరు ఏదో ముఖ్యమైన పనిమీద వెళ్తున్నట్టున్నారు. మీ సమయం ఎంతో విలువైనది” అని ఆయనతో అన్నాడు.

మాలవ్యాజీ ఇలా అన్నారు “ఇది మరింత ముఖ్యమైన పని. దీని కోసమే నేను బ్రతికి ఉన్నాను” అని చెప్పి ఆయన ఆమెను స్వయంగా ఆస్పత్రికి తీసుకువెళ్ళారు.

- ప్రజ్ఞాపురాణం నుండి

ధైర్యంలేని వ్యక్తి పదునులేని కత్తిలాంటివాడు

యుగ నిర్మాణ యోజన

మహాకాలుని గీత-సత్సంకల్పాలు - 3

మనస్సును చెడు ఆలోచనల నుండి రక్షించుకోవడానికి స్వాధ్యాయ, సత్సంగాలను ఏర్పాటు చేసుకుంటాము

మనుష్యులు శరీరాన్ని అజాగ్రత్తగా చూసుకున్నట్టే మనస్సును కూడా నిర్లక్ష్యం చేస్తారు. శరీరాన్ని అందంగా తీర్చిదిద్దడానికి ఇచ్చిన విలువ దాన్ని ఆరోగ్యంగా, దృఢంగా ఉంచడానికి ఇవ్వరు. అదేవిధంగా మనస్సుకి విలువనిచ్చి దాని ఇష్టం వచ్చినట్టు చేస్తారే గాని మనోబలాన్ని పెంచుకోవడం పట్ల, మనస్సును సంస్కార వంతంగా, పరిశుభ్రంగా ఉంచడం పట్ల ఎవరూ ధ్యాస పెట్టరు. ఇలాంటి తప్పువలన జీవితంలో అడుగడుగునా కష్టాలను ఎదుర్కోవలసి వస్తుంది. ఆరోగ్యకరమైన శరీరంలో వికృతమైన మనస్సు ఉండడం వల్ల పొగరు, అహంకారం, పరపీడ, నికృష్ట చేష్టలు ఎక్కువవుతాయి. గూండాల దగ్గర నుండి రాక్షసులు వరకు చేసే పనులన్నీ రోగగ్రస్త మనస్సు యొక్క ఉపద్రవాలనే చెప్పాలి. మనస్సు సరైన దిశలో మళ్ళితే ఆత్మోద్ధరణ, ఆత్మ నిర్మాణం, ఆత్మ వికాసాలలో అభిరుచి చూపిస్తే, జీవితాన్నే ఒక చమత్కారంగా చూడవచ్చు.

చెడు ఆలోచనలు, భావాలు మనస్సును మలినం చేస్తాయి, పతనానికి దారి తీస్తాయి, దాని గొప్పతనాన్ని, వైశిష్ట్యతను కోల్పోయేలా చేస్తాయి. అలా జరగకుండా జాగ్రత్త పడడం మన పవిత్ర కర్తవ్యం. **శరీరానికి భోజనం ఎంత అవసరమో, మనస్సును ఆరోగ్యంగా ఉంచడానికి స్వాధ్యాయం అంతే అవసరం.** ఆత్మ నిర్మాణానికి దోహదపడేవి, జీవితంలోని సమస్యలకు సరైన పరిష్కారాన్ని అందించే, ఉత్కృష్ట ఆలోచనా సరళిని అందించే పుస్తకాలను శ్రద్ధగా, మనన, నిధి, ధ్యాసలతో చదువుతూ ఉండడమే స్వాధ్యాయం. చక్కటి ఆలోచనలతో, జీవన విద్యను నేర్చుకున్న సజ్జనులతో సత్సంగం కూడా చాలా ఉపయోగకరం.

మానవ జీవితం యొక్క గొప్పతనాన్ని మనం అర్థం చేసుకోవాలి. మనకి లభించిన ఈ సువర్ణ అవకాశాన్ని సద్వినియోగపరచుకోవాలి. దానికి మన బాధ్యత తెలుసుకుని, అది నెరవేర్చటానికి మన గుణ, కర్మ, స్వభావాలలో కావలసిన మార్పులు తెచ్చుకోవడానికి ఎప్పుడూ సిద్ధంగా ఉండాలి. ఆత్మ నిర్మాణానికి ప్రేరణనిచ్చే సాహిత్యం, సత్పురుషుల సత్సంగం, ఆత్మ నిరీక్షణ మరియు ఆత్మ చింతన చేయడం వలన ఎవరికైనా ఇటువంటి వరం సహజంగానే లభిస్తుంది.

మనస్సు చిన్న పిల్లల స్వభావం కలది, ఉత్తేజంతో ఏదో ఒకటి చేయాలి, మాట్లాడాలి అనుకుంటుంది. సరైన దారి చూపించి, దాని క్రియాశీలతకి అనుగుణమైన పని దొరికితే మనస్సు సంతోషిస్తుంది, ఇతరులను సంతోషపెడుతుంది. దాని యొక్క కల్పనా శక్తిని అనుసరించి సదాలోచనల, సద్భావనల క్షేత్రాన్ని తెరిస్తే అది తృప్తి చెంది, అందరికి హితాన్ని చేకూరుస్తుంది. స్నేహం, కృతజ్ఞత, సహకారం, సామరస్యంలాంటి ఆలోచనలను వల్లె వేయించాలి, అప్పుడు మనస్సులో చెడు ఆలోచనలకు, భావనలకు చోటు దొరకదు.

పరిస్థితుల ప్రభావం మనస్సుపై చాలా ఉంటుంది. అలాంటి సమయాల్లో చెడు ఆలోచనలకు వ్యతిరేకంగా, దృఢమైన మంచి ఆలోచనలతో వాటిని తీసివేయాలి. స్వార్థం, మోసం, బద్ధకంతో కూడిన ఆలోచనలు రాగానే శ్రమశీలత వల్ల గొప్పవాళ్ళు సాధించిన అద్భుత ప్రగతి గాథలను మననం చేసుకుని వాటిని తరిమేయాలి. ఒకరి ప్రవర్తన వల్ల మనకు కోపం కాని, ద్వేషం కాని వస్తే, అది వారి లోపంగా భావించి వారి పట్ల కరుణ, ఆత్మీయత పెంచుకోవాలి. ఇది విద్య, సాహిత్య పఠనంతో, సత్పురుషుల సాంగత్యంతో, నిజాయితీగా చేసే ఆత్మ చింతనతో మాత్రమే సాధ్యపడుతుంది.

ముల్లును ముల్లుతోనే తీస్తారు. విషానికి విషమే విరుగుడు. ఆయుధాన్ని ఆయుధంతోనే ఎదుర్కోవాలి. గ్లాసులోని గాలిని ఖాళీ చేయాలంటే అందులో నీళ్ళు నింపాలి. నీళ్ళు నిండుతూనే గాలి పోతుంది. పిల్లిని పెంచుకుంటే ఎలుకలు ఎక్కడుంటాయి? **చెడు ఆలోచనలను నెట్టేయడానికి ఒకే ఒక మార్గం వాటి స్థానంలో మంచి ఆలోచనలను స్థాపించడం. మనస్సులో మంచి ఆలోచనలు**

సహనం ఉంటే పనులు బాగా జరుగుతాయి

ఎక్కువ అయితే చెడువి వాటంతటవే వేరే మార్గం చూసుకుంటాయి. స్వాధ్యాయ, సత్సంగాలకు ఎంత ఎక్కువ సమయం కేటాయిస్తే అంత మంచిది. ఆహారం, నీరు శరీరానికి ఎంత అవసరమో, మనస్సు పౌష్టికతకు, ఆత్మిక స్థిరత్వానికి, ప్రగతికి మంచి ఆలోచనలకు అంత అవసరం. యుగనిర్మాణానికి, ఆత్మ నిర్మాణానికి స్వాధ్యాయ, సత్సంగాలు ప్రధాన పాత్రను పోషిస్తాయి. మానసిక పరిశుద్ధతకి ఇవి రామబాణాలుగా పని చేస్తాయి.

మనిషి యొక్క మనస్సులో, మెదడులో జన్మ జన్మల వికృతులు నిండి ఉంటాయి. ఎలాంటి చెడు ఆలోచనలు, చెడు ప్రవృత్తులు, మూఢ నమ్మకాలు మన మనస్సును కమ్ముకుని ఉన్నాయో మనకు తెలియనే తెలియదు. జ్ఞానం సంపాదించాలన్నా, వివేకం జాగృత మవ్వాలన్నా ముందు ఆలోచనలను, సంస్కారాలను చక్కదిద్దు కోవాలి. అలా కాని పక్షంలో జ్ఞానం కొరకు చేసిన సాధనంతా ప్రయోజనం లేకుండా పోతుంది. ఉన్నతికి, ప్రగతికి ఆధారాలు మనిషి ఆలోచనలే. ఆలోచనల ప్రకారమే అతని జీవితం తయారవుతుంది. ఆలోచనలు అచ్చు (print) లాంటివి. మానవ జీవితాన్ని వాటికి అనుగుణంగా మలుస్తాయి. వ్యక్తి ఆలోచనల ప్రతిబింబమే అతని స్వరూపం. ఆంతరిక, బాహ్య జీవితాలను తేజోవంతంగా, ప్రఖరంగా ఉండాలంటే ఆలోచనా శక్తిని వికసింప జేసుకోవాలి, మెరుగుపరుచుకోవాలి. అందుకు ఉన్నతమైన ఆలోచనలు అత్యంత అవసరం.

ఊర్ధ్వగామి ఆలోచనా సరళికి, ఆత్మ వికాసానికి, ఆత్మవిద్యకు స్వాధ్యాయ, సత్సంగాలు మాత్రమే దారి. నేటి పరిస్థితులలో స్వాధ్యాయమే సులువైన మార్గం. **స్వాధ్యాయం వల్ల మనకు ఎప్పుడు కావాలంటే అప్పుడు ఎంతసేపు కావాలంటే అంతసేపు గొప్ప, స్వర్గవాసులైన, దుర్లభ మహాపురుషుల సత్సంగం కూడా లభిస్తుంది.** గొప్ప ఆలోచనలు ఎక్కువగా పోగు చేసుకుంటే తప్ప అంతఃకరణ శుద్ధి, ఉన్నత మార్గంలో పయనించాలనే ప్రేరణ లభించదు. కాబట్టి స్వాధ్యాయాన్ని సాధనలో భాగంగా భావించి నిత్యకర్మల్లో దానికి స్థానాన్ని ఇవ్వాలి. మనస్సు-మస్తిష్కాలలోని అవాంఛనీయతలను తొలగించే పని స్వాధ్యాయ, సత్సంగాలతో జరుగుతూనే ఉండాలి.

విద్యావంతులు ఎలాగైనా స్వాధ్యాయం చేసుకోగలరు. నిరక్షరాస్యులు, స్వాధ్యాయంలో అభిరుచి లేనివారికి సత్సంగమే మార్గం. ఆలోచన దారిలో పడగానే జీవన దిశ మారిపోతుంది. స్వాధ్యాయ, సత్సంగాలు చక్కటి ఆలోచనలను స్థాపిస్తాయి. ఏ మహాత్ముల సత్సంగాన్ని కోరుకుంటున్నామో వారి ద్వారా రచించబడ్డ సాహిత్యాన్ని స్వాధ్యాయం చేయాలి. అది ఒక రకంగా సత్సంగమే అవుతుంది. అందుకు మనం సరైన పుస్తకాలను ఎన్నుకోవాలి. అవి జీవితంలోని సమస్యలకు ఆధ్యాత్మిక దృష్టితో తీర్చడానికి కావలసిన వ్యావహారిక మార్గదర్శనాన్ని ఇవ్వాలి. అలాగే సర్వతోముఖ ఉన్నతికి, ప్రగతికి సరైన ప్రేరణ ఇచ్చి ముందుకు తీసుకెళ్ళాలి.

మానసిక దౌర్బల్యాన్ని తొలగించి, ఆత్మబలాన్ని పెంచడానికి స్వాధ్యాయ, సత్సంగ, చింతన, మననలే ఆధారం. స్వాధ్యాయం చేయకపోతే మనస్సు యొక్క జడత్వం పోదు. సంకీర్ణత, మలినం, మూఢత్వం, విషయాసక్తుల నుండి విముక్తి లభించదు. స్వాధ్యాయానికి సమయాన్ని కేటాయించి తీరాలి. విద్యావంతులు వారి ఇళ్ళల్లోనే చిన్న ఆధ్యాత్మిక పుస్తకాలయాలను స్థాపించు కోవచ్చు. ఇతరుల నుండి కూడా పుస్తకాలు తెచ్చుకోవచ్చు. జ్ఞానాన్ని తీసుకోవడం, ఇవ్వడం రెండూ పుణ్యకార్యాలే అని అర్థం చేసుకోవాలి. కుటుంబంలో వారానికి ఒకసారి సత్సంగం ఏర్పాటు చేసుకోవచ్చు. అందుకోసం యుగశక్తి గాయత్రి, అఖండజ్యోతి, యుగనిర్మాణయోజన, ప్రజ్ఞాపురాణంలోని ప్రేరణాత్మక అంశాలను ఎన్నుకుని చదివి వినిపించవచ్చు. సాప్తాహిక గోష్ఠులు, సత్సంగాల వల్ల ఆలోచనా సరళి సరిదిద్దపడుతుందని అర్థం చేసుకోవాలి.

మంచి పుస్తకాలు జీవించి ఉన్న దేవతలు. వాటి స్వాధ్యాయం వాటి ఉపాసనతో సమానం. సాధన లేకుండా భోజనం చేయరాదని, స్వాధ్యాయం చేయకుండా నిద్రపోకూడదని నిర్ణయించుకోవాలి. సత్కర్మలకు ప్రేరణనిచ్చేవి రెండే-మంచి ఆలోచనలు, సద్భావనలు. మంచి ఆలోచనలు స్వాధ్యాయంతో, సద్భావాలు ఉపాసనతో వికసిస్తాయి. పరిపుష్టిని పొందుతాయి. ఈ ఆత్మిక ఆహార పానీయాలు ఆత్మకు నిత్యం, నియమ ప్రకారం అందుతూనే ఉండాలి. ఆత్మ-పరమాత్మల యొక్క జీవితాలు, ఆదర్శాల కలయిక, సమన్వయ పోషణకి కావలసిన సాధనగా దీన్ని చెప్పుకోవచ్చు. స్వాధ్యాయం లేకుండా ఆలోచనలు చక్కదిద్దపడవు. మంచి ఆలోచనలు లేకపోతే వివేకం లేదు, వివేకం లేకుండా జ్ఞానం రాదు. జ్ఞానం లేని చోట అంధకారమనేది సహజం. అజ్ఞాని ఈ జన్మలోనే కాదు, జన్మజన్మాంతరములవరకు జ్ఞానం లభించేంతవరకు, ఆ తపనను అనుభవిస్తూనే ఉంటాడు. ఆత్మవంతుడైన సాధకుడు స్వాధ్యాయమనే సరళమైన ఉపాయంతో భౌతిక జ్ఞానమనే జైలు నుండి విముక్తిని పొందుతాడు.

- అనువాదం: శ్రీమతి జయలక్ష్మి

పన్నులు నిజాయితీగా చెల్లించాలి

స్వస్వరూప జ్ఞానం

నేను ఏమిటి?-2

2వ అధ్యాయం

నాయనాత్మా ప్రవచనేన లభ్యో న మేధయా
న బహు శృతేన । (కఠో 9-2-23)

ప్రవచనాల వల్ల, బుద్ధి వల్ల, వినడం వలన ఆత్మ ప్రాప్తించదని శాస్త్రం చెప్తుంది.

ప్రథమ అధ్యాయం అర్థం చేసుకున్న తరువాత ఆత్మదర్శనం చేసుకోవాలని ఉంటుంది. దీనిని చూచిన తరువాత చూడవలసినది ఏదీ మిగిలి ఉండదు. ఈ కోరిక స్వాభావికము. శరీరం, ఆత్మల బంధనం ఎటువంటిదంటే దానిని అధిక ధ్యానంతో చూచినట్లయితే వాస్తవికత కొంచెం అర్థమవుతుంది. శరీరము భౌతిక, స్థూల పదార్థములతో తయారుచేయబడింది, కానీ ఆత్మ సూక్ష్మము. నీటిలో నూనె వేసినట్లయితే అది పైకి తేలుతుంది. కర్ర ముక్కను ఒక చెరువులో ఎంత లోతుగా పట్టి పెట్టినా అది పైకి వచ్చే ప్రయత్నం చేస్తుంది. ఎందుకంటే కర్ర యొక్క పరమాణువులు, నూనె పరమాణువులు నీటి పరమాణువులతో పోలిస్తే అధిక సూక్ష్మంగా ఉంటాయి. వేడి పైకి వెళ్తుంది, అగ్ని శిఖలు పైకే వెళ్తాయి. పృథ్వి యొక్క ఆకర్షణ శక్తి, వాయువు యొక్క ఒత్తిడి దానిని ఆపలేవు. ఆత్మ శరీరం కన్నా సూక్ష్మం. అందువల్ల అది దీనిలో బంధించబడ్డప్పటికి పైకిలేచే ప్రయత్నం చేస్తుంది. ఇంద్రియ భోగములు తమను అటువైపు లాగివేస్తున్నాయని కొందరు అంటుంటారు. కాని ఇది సత్యం కాదు. సత్యదర్శనం చేసుకునే అవకాశం, శిక్షణ లభించకపోవడం వలన తమ ఆంతరిక దాహం తీర్చుకునేందుకు మనుష్యులు విషయభోగముల బురద త్రాగుతారు. అతనికి ఒక్కసారైనా ఆత్మానందం యొక్క రుచిని చవిచూస్తే ఎందుకు అడుగడుగునా దెబ్బలు తింటూ తిరుగుతాడు? ఈ పంక్తులు చదివేటప్పుడు - ఎక్కడో దూరంగా ఉన్న పరదేశి తన ఇంటిని, కుటుంబ సమాచారం తెలుసుకునేందుకు ఎంత ఆతృత పడతాడో, ఎంత ప్రసన్నంగా ఉంటాడో మీకు కూడా అలాగే అనిపిస్తుందని మాకు తెలుసు. మనిషి యొక్క ఆంతరిక ఇచ్ఛ ఆత్మ స్వరూపాన్ని చూడటానికి తయారు చేయబడిందనే దానికి ఇది బలమైన ప్రమాణం. ఆత్మ శరీరంలో ఉంటున్నప్పటికి దానిలో కలసిపోలేదు. తను పోగొట్టుకున్న ఏదో వస్తువు వెతకడంలో నిమగ్నమవుతుంది. కాని దేనికొరకు వెతుకుతున్నాడో అది గుర్తుకు రాదు. ఏదో పోగొట్టుకున్నట్లుగా మాత్రం తెలుస్తుంది. పోగొట్టుకున్న వస్తువు లభ్యం కాకపోవడం వలన దుఃఖం కలుగుతుంది. కాని మాయాజాలం యొక్క పరదాలలో దాచి పెట్టబడిన వస్తువును తెలుసుకోలేదు. చిత్తం చాలా చంచలమైనది. కొంచెంసేపు కూడా ఒక చోట ఉండలేదు. దీనిపై అందరూ ఫిర్యాదు చేస్తారు. కాని మనస్సు అంత చంచలంగా ఎందుకు ఉంటుందనేది తెలుసుకోలేరు. అది తను పోగొట్టుకున్న వస్తువు కొరకు హాహాకారాలు పెడుతున్నది. కస్తూరి మృగం అద్భుతమైన సుగంధం కొరకు అహర్నిశలు నలువైపులా పరిగెత్తుతుంది. ఒక్క క్షణం కూడా విశ్రాంతి తీసుకోదు. మనస్సుకు కూడా ఇదే పరిస్థితి. కస్తూరి తన నాభిలోనే ఉన్నదని కస్తూరి మృగానికి అర్థం అయితే ఎంతో ఆనందం పొందగలుగుతుంది, తన చంచలత్వాన్ని మరచిపోతుంది.

ఆత్మదర్శనం అంటే తన సత్తా, శక్తి సాధనముల సరియైన స్వరూపం మనస్సులో ఎంత బాగా గుర్తుంచుకోవాలి. అసలు మరచిపోకూడదు. చిలక పలుకులు పలకడంలో మీరు ప్రావీణ్యులు కావచ్చు. ఈ పుస్తకంలో చెప్పిన దానికన్నా పది రెట్లు ఎక్కువ మీరు చెప్పగలగవచ్చు. సూక్ష్మంగా దీనిని గురించి తర్కించవచ్చు. కాని ఈ మాటలు ఆత్మమందిరం యొక్క సింహ ద్వారం వరకు వెళ్తాయి. దీనిని దాటి వెళ్ళలేవు. మాట్లాడే చిలుక పండితుడు కాజాలదు. ఈ ఆత్మ ఉపదేశం బుద్ధివల్లగాని, వినడం వల్లగాని ప్రాప్తించదు అని శాస్త్రాలు ఘోషిస్తున్నాయి. మేము మీతో చర్చించుటకు రాలేదు. మీకు ఈ విషయంపై రుచి ఉన్నట్లయితే, ఆత్మదర్శనం చేసుకోవాలనే కోరిక ఉన్నట్లయితే మాతో రండి.

ఆత్మదర్శనం యొక్క సోపానములు (మెట్లు) ఎక్కే ముందు సమతల భూమిపైకి వెళ్ళాలి. మీరు ఎక్కడెక్కడ తిరుగుతున్నా అక్కడ నుంచి తిరిగి వచ్చి ఆత్మదర్శనానికి ప్రవేశద్వారం అనే చోటికి చేరాలి. మీరు అన్ని రకాల జ్ఞానమంతా మరచారని భావించండి. ఒక క్రొత్త పాఠశాలలో చేరి క,ఖ,గ,ఘలు నేర్చుకుంటుంటే అది ఒక అవమానంగా భావించవచ్చు. మీరు నేర్చుకున్న జ్ఞానం తప్పుకాదు. మీరు ఉర్దూ చక్కగా చదవగలరు, తెలుగు బాగా చదవగలరు కాని హిందీ పుస్తకాలు చదవాలను కుంటే మొదట హిందీ వర్ణమాల (అక్షరములు) నేర్చుకోవలసి ఉంటుంది. మేము జిజ్ఞాసులను రెండు అడుగులు వెనుకకు వెయ్యమని కోరుతున్నాను. అలా చేయడం వలన మొదట మెట్టు మీద కాలు పెట్టగలుగుతారు, తేలికగా, వేగంగా పైకి వెళ్ళగలుగుతారు.

అలవాట్లు ఆరోగ్యకరంగా ఉండేటట్లు చూసుకోవాలి

మీరు "నేను" అని అన్నప్పుడు "నేను" అంటే ఏ అభిప్రాయంతో పలికారో ఆలోచించాలి. పశుపక్ష్యాదులతో ఇతర వికసించని ప్రాణులలో ఈ "నేను" అనే భావన ఉండదు. భౌతికమైన సుఖదుఃఖాలు అవి అనుభవిస్తాయి కాని తమ గురించి ఎక్కువగా ఆలోచించలేవు. గాడిదకు తన మీద ఇంత బరువు ఎందుకు వేస్తున్నారో తెలియదు. ఈ బరువు వేసే వారితో తన సంబంధం ఏమిటో తెలియదు. నేను ఎందుకు అన్యాయానికి గురౌతున్నాను? తెలియదు. అది బరువు మరీ ఎక్కువ వేస్తే కష్టపడుతుంది, పచ్చని గడ్డి లభిస్తే శాంతి పొందుతుంది. కాని మనలాగా ఆలోచించలేదు. ఈ జీవులలో శరీరమే ఆత్మస్వరూపం కానీ మనిషి క్రమక్రమంగా తనను వికసింపచేసుకుంటూ ముందుకు పోతున్నాడు. కాని ఆత్మస్వరూపం తెలిసిన మనుష్యులు ఎంతమంది ఉన్నారు? చిలక పలుకులు పలకడం వేరే విషయం, మనుష్యులు ఆత్మజ్ఞానం యొక్క చర్చ కొద్దిగా విని మస్తిష్కంలో రికార్డు (నమోదు) చేసుకుంటారు. అవకాశం లభించినప్పుడు దానిని వినిపిస్తుంటారు. అటువంటి వారికి కొదవలేదు. వీరి ప్రపంచం ఆహారం, నిద్రా, భయం, మైథునం, క్రోధం, లోభం మొదలైన వాటికే పరిమితం. ఈ సమస్యల గురించే ఆలోచించడం, అర్థం చేసుకోవడం నివారించుకోవడానికి సంబంధించిన యోగ్యతను ప్రాప్తించుకున్నారు. మూఢులు పనికిమాలిన భోగాలతో తృప్తిచెందుతారు. కాని బుద్ధిమంతులు అని చెప్పబడేవారు వీటిలో ఆనందాన్ని పొందే ప్రయత్నం చేస్తారు. శ్రామికుడు ఎడ్లబండిలో వెళ్ళడం సౌభాగ్యంగా భావిస్తే ధనవంతుడు కారులో ప్రయాణం సౌభాగ్యంగా భావిస్తాడు. రెండూ ఒకటే. వికసించిన బుద్ధి భోగ సామాగ్రి తయారులో నిమగ్నమై ఉన్నది. సమాజం యొక్క అధికాంశ పౌరులకు వాస్తవంగా శరీరమే ఆత్మస్వరూపం. మనస్సు యొక్క సంతోషం కొరకు ధార్మిక కార్యక్రమాలు చేస్తుంటారు. కాని వీరికి ఆత్మ జ్ఞానంతో ఎటువంటి సంబంధం లేదు. పిల్ల పెళ్ళి సమయంలో కట్నం ఇవ్వడం పుణ్యంగా భావిస్తారు కాని అటువంటి పుణ్య కర్మలతోనే ఎవరు లక్ష్యం వరకు చేరగలిగారు? యజ్ఞం తపస్సు, జ్ఞాన సముపార్జన ప్రాపంచిక ధర్మం కొరకు, లోక జీవనం కొరకు, సమాజం కొరకు చేయవలసినదే. కాని వీటివల్ల ఆత్మ ప్రాప్తించదు. ఆత్మ ఎంత సూక్ష్మమయినదంటే రూపాయలు, పైసలు, పూజా-పత్రి, దానం మొదలైన బాహ్య వస్తువులు దాని వరకు వెళ్ళలేవు. మరి వేటి ద్వారా ఆత్మ ప్రాప్తిస్తుంది?

ఆత్మ దగ్గరకు వెళ్ళడానికి మన దగ్గర ఉన్న వస్తువులు ఏమిటంటే చిత్తం, అంతఃకరణ, మనస్సు, బుద్ధి మొదలైనవి. ఆత్మదర్శనం యొక్క సాధన వీటి ద్వారానే సాధ్యపడుతుంది. శరీరంలో ఆత్మ సర్వత్రా వ్యాపించి ఉన్నది. ఏ ప్రత్యేకమైన స్థానంలో ఇది లేదు. ఆత్మయొక్క ఆరాధన మనస్సు, బుద్ధి మొదలైనవి మాత్రమే చెయ్యగలవు. అందువల్ల ఆత్మయొక్క స్వరూపం, స్థానం మానసిక లోకంలో ప్రవేశించిన తరువాతే తెలుసుకోగలరు. మానసిక లోకం కూడా స్థూలలోకం (భౌతిక ప్రపంచం) వంటిదే. దానిలో ఈ బయటి ప్రపంచపు అధికాంశ ఛాయ ఉన్నది. ఇప్పుడు కలకత్తా గురించి ఆలోచిస్తున్నాము. ఇప్పుడే హిమాలయాల పర్వతాలలో విహరిస్తున్నాము. ఇప్పుడు ఆలోచిస్తున్న కలకత్తా, హిమాలయములు స్థూలమైనవి కావు. కాని మానసిక లోకంలో ఉన్న వాటి ఆలోచనలే. ఆ ఛాయలు అసత్యములు కావు. పదార్థములు నిజమైన అస్తిత్వం లేకుండా వాటి గురించి కల్పనలు చేయలేము. ఈ మానసిక లోకమును భ్రమగా భావించకూడదు. ఈ సూక్ష్మ చేతనత్వం సహాయంతోనే ప్రపంచం యొక్క పనులన్నీ జరుగుతున్నాయి. ఒక వ్యాపారస్థుడు విదేశాలలో వస్తువులు కొనేందుకు వెళ్ళేటప్పుడు, మొదట అతడు ఆ యాత్రను మానసిక లోకంలో చేస్తాడు, మార్గములలో వచ్చే ఇబ్బందులు చూసుకుంటాడు. తదనుసారం వాటిని నివారించే ప్రణాళిక వేసుకుంటాడు. ఉచ్చస్థరీయ ఆధ్యాత్మిక చేతనత్వములు మానసిక లోకం నుండే వస్తాయి. ఎవరి మనస్సులో ఏ భావమున్నదో, ఎవరు మనకు విరోధంగా ఆలోచిస్తున్నారు? బంధువులు ఎలా ఉన్నారు? మొదలైన విషయములు మానసిక లోకంలో ప్రవేశించి 80% తెలుసుకోవచ్చు. ఇక్కడ సాధారణ మనుష్యుల చిన్న పెద్ద పనుల గురించి చెప్పుకుంటున్నాము. మనుష్యులు భవిష్యత్తును తెలుసుకోగలుగుతారు. భూతకాలంలో జరిగిన సంఘటనలు గురించి చెప్పారు. పరోక్ష జ్ఞానం లభిస్తుంది. ఇది చెప్పగలిగే ఈశ్వరీయ చేతనత్వములు మానసిక లోకం నుండే వస్తాయి. వాటిని గ్రహించి నోటి ద్వారా చెప్తారు. ఈ మానసిక ఇంద్రియములు లేకపోతే మనుష్యులు అమెరికా, యూరప్‌లో తయారవుతున్న, అటు ఇటు తిరిగే మర మనుష్యులులాగా (robot) ఉండేవారు. పదిశేర్ల మట్టి, 20 శేర్ల నీటితో తయారయిన ఈ బొమ్మను ఆత్మతో, సూక్ష్మ జగత్తుతో జోడించే చేతనత్వమే ఈ మానసిక లోకమని అర్థం చేసుకోవాలి.

ఇప్పుడు మన ప్రయత్నం మానసిక లోకములోనికి ప్రవేశించి బుద్ధి యొక్క దివ్య చక్షువుల ద్వారా ఆత్మను దర్శించాలి. ప్రపంచములోని సాధకులందరికి ఇది ఒక్కటే మార్గం. మానసిక లోకములోనికి ప్రవేశించి, బుద్ధి యొక్క సహాయముతోనే తత్వదర్శనం సాధ్యమవుతుంది. ఇదికాక ఈనాటి వరకు ఎవరు ఇంకొక మార్గం కనిపెట్టలేకపోయారు. ప్రత్యాహారం, ధారణ, ధ్యాన, సమాధి

ఎదుటివారిలోని లోపాలు ఎత్తిచూపడం మంచిదికాదు

యోగం యొక్క ఉన్నత సోపానములు. ఆధ్యాత్మిక సాధకులు యమ, నియమ, ఆసన, ప్రాణాయామంవంటి అనేక క్రియలు చేస్తుంటారు. హఠయోగ నేతి, ధౌతి, వస్తి, వజ్రేలి మొదలైనవి చేస్తారు. ఇతర మతాల వారి సాధనలు ఇంకొక విధంగా ఉంటాయి. ఇవన్నీ శారీరిక కష్టములను దూరం చేసేవి. శరీరం ఆరోగ్యంగా ఉంచడం చాలా అవసరం. లేకపోతే మానసిక అభ్యాసములలో గడబిడలు జరుగుతాయి. మేము మా సాధకులకు శరీరం ఆరోగ్యంగా ఉంచుకోవాలని ఉపదేశం ఇస్తాము. ఈనాటి పరిస్థితులలో ఆ ఉగ్ర శారీరిక వ్యాయాయముల చేయడం వల్ల ప్రత్యేకమైన లాభములు కనుపించడం లేదు. కాలుష్యంతో నిండిన వాయుమండలంలో ఉన్న వ్యక్తులను ఉగ్రమైన ప్రాణయామ సాధనల శిక్షణ ఇవ్వడం వారికి అన్యాయం చేయడమే. పాలు పండ్లు ఆహారంగా తీసుకుంటూ పర్వతాలలో నదుల అమృత జలాలను త్రాగే, ఇంద్రియ భోగములకు దూరంగా ఉండే ఆరోగ్యవంతులైన సాధకులు చేసే హఠయోగ కఠోర సాధనలను మామూలు మనుష్యులను చేయమనడం పాపం మూటగట్టు కోవడమే. ఆరోగ్యంగా ఉండటానికి పాటించవలసిన నియమములు అందరికి తెలిసినవే. వాటిని తప్పనిసరిగా పాటించాలి. ఏదైనా రోగం ఉంటే మంచి డాక్టర్ వద్ద చికిత్స చేయించుకోవాలి. ఈ సాధన చెయ్యడానికి ఎటువంటి ప్రత్యేకమైన శారీరిక యోగ్యత అవసరం లేదు. ఆరోగ్యంగా ఉండాలి. ప్రసన్నంగా ఉండాలి. ఈ మాత్రం చాలు.

మంచిది. ఇప్పుడు సాధనా దిశగా అడుగులు వేద్దాము. ఏదైనా ఏకాంత స్థానం, ఎటువంటి భయము కాని, ఆకర్షించే వస్తువులు గాని ఉండని స్థానం సాధనకు ఉత్తమం. ఇలాంటి స్థలం లభ్యం కాకపోతే ఎటువంటి కోలాహలం లేని స్థలం చూచుకోవాలి. ఒకే స్థానంలో రోజు సాధన చెయ్యడం మంచిది. వనము, పర్వతం, నదీతటం మొదలైనవి వీలుకాకపోతే ఒక చిన్న శుభ్రంగా ఉన్న గది సరిపోతుంది, కావలసినది మనస్సు నిలకడగా ఉంచుకోవడం. నాడుల మీద ఒత్తిడి పడకుండా కూర్చోవాలి. బిగుసుకుపోయి, ఛాతి విరుచుకుని, చేతులు ముడుచుకుని బాసుపీట వేసుకుని కూర్చోమని చెప్పడం లేదు. ఎందుకంటే ఇలా చెయ్యడం వలన శరీరానికి కష్టం కలుగుతుంది. దానివల్ల మనస్సు అటువైపు మాటిమాటికి వెళుతుంది. శరీరాన్ని పూర్తిగా శిథిలం (relax) చేసుకోవాలి. దీనివల్ల కండరాలు వదులవుతాయి, దేహంలోని ప్రతి కణం శిథిలత, శాంతి, విశ్రాంతి అనుభవిస్తాయి. ఇలా కూర్చోవడానికి ఈజీ ఛైర్ (పడక కుర్చి) వీలుగా ఉంటుంది. చాప మీద పడుకుని కూడా పని చేసుకోవచ్చు. కాకపోతే తలక్రింద ఎత్తుగా ఏదైనా పెట్టుకోవాలి. ఒక మెత్తని దిండుపై కూర్చుని లేదా గోడకు ఆనుకుని కూర్చుని కూడా పని కావించుకోవచ్చు. ఎలా కూర్చోవాలి అనేది ముఖ్యం కాదు. శరీరం దూది పింజలాగా వదలుగా ఉండాలి, సుఖంగా ఉండాలి. సమాధి చేతనత్వం వచ్చినట్లయితే శరీరం అటు ఇటు దొర్లిపడే భయం ఉండదు. ఈ ప్రకారం కూర్చుని శరీరానికి విశ్రాంతి, మనస్సుకు శాంతి అనుభవంలోనికి తెచ్చుకోవాలి. ప్రారంభంలో ఈ అభ్యాసం విశేష ప్రయత్నంతో చేయవలసి వస్తుంది. అభ్యాసం చేస్తున్న కొద్దీ సాధకుడు ఎప్పుడు కావాలంటే అప్పుడు ఎలాంటి పరిస్థితిలో ఉన్నా శాంతిని పొందగలుగుతాడు. స్వప్నములను చూడటానికి, కల్పనా జగత్తులో విహరించడానికి, ఏకాంత వనంలో ఇంద్రియ వికారాలు తీర్చుకోవడానికి ఈ స్థితిని పొందడం లేదని గుర్తుంచుకోవాలి. ఈ ధ్యానావస్థను కూడా నియంత్రించుకోవాలి, ఇచ్ఛానువర్తిగా చేసుకోవాలి. ఈ స్థితిని ఏదో ఒక నిశ్చితమైన కార్యములలో ఉపయోగించటానికి తయారుచేసుకున్నారు. ముందు ముందు చేతనత్వం యొక్క ఒక అంగమవుతుంది, తర్వాత ఎల్లప్పుడు తనంతటతానే తయారవుతుంది. అప్పుడు దీనిని ధ్యానం ద్వారా ఉత్పత్తి చేసుకోవాలసిన అవసరం ఉండదు. కాని భయం, దుఃఖం, క్లేశం, సందేహం, చింత మొదలైన సమయముల యందు ప్రయత్నమేమి లేకుండా ఆ శాంత స్థితి లభిస్తుంది, సాధకుడు అనాయాసంగా ఆ దుఃఖ క్లేశములను నుండి రక్షింప బడతాడు.

పైన చెప్పిన ధ్యానావస్థలో సంపూర్ణ ఆలోచనలను "నేను" పైన కేంద్రీకరించండి. బయట ఉన్న మనుష్యుల గురించి కాని వస్తువుల గురించి కానీ ఆలోచించకండి. నా ఆత్మ యదార్థముగా ఒక స్వతంత్రమైన పదార్థముగా అని భావించాలి అది అనంత బలశాలి, నాశనం లేనిది, అఖండమైనది. సూర్యుని చుట్టూ గ్రహ నక్షత్రాలు తిరుగుతున్నట్టుగా – ఆత్మ ఒక సూర్యుడు దాని చుట్టూ మన ప్రపంచం తిరుగుతుంది. సూర్యుని అంత ప్రకాశవంతుడిగా తనను ఒక కేంద్రంగా భావించాలి. మానసలోకంలోని ఆకాశంలో తమ ఆత్మను సూర్యునివలె భావించి, అది స్థిరముగా ఉన్నదని, దాని చుట్టూ అన్ని వస్తువులు నక్షత్రములవలె పరిభ్రమిస్తున్నట్లు చూడాలి. నేను వాటితో బంధింపబడి ఉండలేదు, అవి నాతో బంధించబడి ఉన్నాయి. నా శక్తితో నేను దాని సంచాలన చేస్తున్నాను. ఆ వస్తువులు నావే కాని నేను కాదు. పదే పదే ప్రయత్నం చేస్తుండడం వలన ఈ చేతనత్వం దృఢతరమవుతుంది.

(సశేషం)

★★★

సద్గురువు ఎప్పుడు శిష్యుడి హితాన్నే కోరుకుంటాడు

గుడ్‌ఫ్రైడే ప్రత్యేకం

ఏసుక్రీస్తుకు భారతదేశానికి గల అనన్య సంబంధం

ఏసు ప్రేమకు ప్రతిరూపం! ఈ రూపం మన మనస్సులలో స్థిరంగా ఉంటుంది. ఇది మన భావాలలో మరియు ఆలోచనలలో ఉప్పొంగుతుంది. ఏసు యొక్క భాష ప్రేమ భాష, ఇది హృదయంలోకి నేరుగా దిగుతుంది. ప్రేమంటే భరోసా, ప్రేమంటే శ్రద్ధ. ఎంత చెప్పినా, ఇంకా చెప్పవలసింది ఎంతో ఉంటుంది. అందువలన ఏసు ప్రేమను పరమాత్మగా చెప్తారు. ప్రేమంటే తెరచిన హృదయద్వారాలు. ఈ సువిశాల అనంత ఆకాశానికి సహచరిగా ప్రేమ చరించుచున్నది. ప్రేమతో దూరాలు తగ్గిపోతాయి, భ్రాంతులు కరిగిపోతాయి, భ్రమలు నశించిపోతాయి, ఈ రీతిగా ప్రేమలో పరమాత్మ యొక్క ప్రకాశమును దర్శించుట జరుగుతుంది. అందరికి ఈ దివ్య కాంతిని దర్శింపజేయాలనేదే ఏసు ఆకాంక్ష.

ఏసు యొక్క ప్రేమ సుందరమైన సువాసన భరిత గులాబీలతో సమానమైనది మరియు కష్టాల మధ్య చిరునవ్వును చిందింపచేస్తుంది. ఇది ఏసు ప్రేమ కఠోర తపస్సు యొక్క ఫలితం. ఏసు యొక్క జీవితంలో అత్యంత విలువైన కాలం, భూమిపై సుందర స్వర్గంగా భావించే హిమాలయాలలోని కాశ్మీరు పర్వత శ్రేణులలో గడిపిన కాలమని చరిత్రకారులు భావిస్తారు. ఇచ్చట ఆయన దీర్ఘకాలం తపస్సుచేసి, పొందిన జ్ఞానాన్ని జనుల హృదయాలలో వెలిగించాడు. ఏసుక్రీస్తు మరియు భారతదేశం మధ్య విడదీయరాని లోతైన సంబంధమున్నది. చరిత్రకారులు ఆయనను హిందూదేశం యొక్క సుపుత్రుడని అంటారు. ఏలనన ఆయన ఇక్కడకు వచ్చి తన జీవన లక్ష్యాన్ని ప్రాప్తించుకొని, ఆ జ్ఞానాన్ని ప్రపంచానికి వెల్లడించాడు.

ఏసు జీవితంలోని అజ్ఞాతకాలాన్ని గురించి తెలుసుకొనుటకై తన సంపూర్ణ జీవితాన్ని వెచ్చించి పరిశీలించి కనుగొనిన జర్మనీ దేశంలోని మ్యూనిచ్ నగరంలో పేరుగాంచిన ఆధ్యాత్మికవేత్త రాబర్ట్ క్లాయిట్ ఇలా చెప్పారు - బైబిలులోని న్యూ టెస్ట్‌మెంట్ (New Testment)లో ఏసుక్రీస్తు యొక్క 13-30 సంవత్సరముల మధ్యకాలం గురించిన వర్ణన లేదు. క్లయిట్ అనుసారం ఏసు ఈ 13 సంవత్సరాలు భారతదేశంలో పర్యటించాడు, 33 సంవత్సరముల వరకు ఇచ్చటనే ఉండి బ్రాహ్మణులు మరియు బౌద్ధుల నుండి ధార్మిక జ్ఞానాన్ని అందిపుచ్చుకొన్నాడు. ఏసు వేదాలు మరియు ఉపనిషత్‌ల యొక్క అద్భుత జ్ఞానంతో ఆశ్చర్యాంబుధిలో మునిగిపోయాడు. అటు తర్వాత నేపాల్ దేశానికి వెళ్ళి అచ్చట బౌద్ధ ధర్మాన్ని అధ్యయనం చేసి, తంత్ర సాధనలను నేర్చుకున్నాడు. తరువాత ఇజ్రాయిల్ దేశానికి తిరిగి వెళ్ళి, తాను పొందిన జ్ఞానాన్ని, అనుభవాలను అచ్చట ప్రచారం చేశారు. క్లాయిట్ దీనిని స్పష్టీకరిస్తూ, ఏసు తన అనుభవాలనన్నింటిని సంగ్రహపరచి, తన శిష్యులైన మ్యాథ్యు మార్క్, ల్యూక్ మరియు జాన్ మున్నగు వారి ద్వారా లిపిబద్ధం గావించి, కొత్త నిబంధనలలో (న్యూ టెస్ట్‌మెంట్) పొందు పరచుట జరిగింది.

ఏసుక్రీస్తు యొక్క అజ్ఞాతజీవనంలోని, సంఘటనలను గుదిగ్రుచ్చి ప్రఖ్యాత చరిత్రకారుడు చౌక్-అల్-సయీద్-ఆస్-సాధక్ కూడా పైన ఉదహరించిన వానితో ఏకీభవించాడు. సాదిక్ తన ఐతిహాసిక్ గ్రంథమైన "ఇక్‌మాల్- ఉద్-దీన్" లో ఈ రీతిగా వ్రాశాడు. ఏసుక్రీస్తు ఒక్కసారి కాదు, రెండుసార్లు భారతదేశాన్ని దర్శించాడు. మొదటిసారి 12-13 సంవత్సరముల ప్రాయంలో భారతదేశానికి వచ్చి సుమారు 16 సంవత్సరములు ఉన్నాడు. ఇచ్చట అభ్యసించిన తాంత్రిక విద్యలతో మిగుల ప్రభావితుడై శిలువఎక్కి కూడా పునర్జీవితుడైనాడు. అటుపిమ్మట ఏసు "యుజ-ఆసఫ్" పేరుతో దీర్ఘకాలం కాశ్మీరులోనే ఉండి, తదుపరి ఇచ్చటనే ఆయన తన దేహాన్ని విడచిపెట్టుట జరిగింది. ప్రపంచ ప్రఖ్యాతి గాంచిన మేక్సుముల్లర్ మహాశయుడు కూడా "ఇక్‌మాల్-ఉద్-దీన్" గ్రంథాన్ని జర్మన్ భాషలోనికి అనువదించుట జరిగింది.

కాశ్మీరులోని సుప్రసిద్ధ ఇతిహాసకారుడైన ప్రొఫెసర్ ఫిదా హుస్సేన్ కూడా ఈ విషయమై లోతైన పరిశీలన జరిపాడు. ఆయన తన గ్రంథమైన "ఫిఫ్త్ గాస్పెల్"లో తత్వపూర్వకంగా ఇట్లు ప్రతిపాదించాడు. "ఏసు, తన బాల్యంలో భారతదేశానికి వచ్చి హిందూ, బౌద్ధ ధర్మములను అధ్యయనం చేశాడు. అనేక తీర్థ స్థానాలను దర్శించాడు. లడక్ మరియు కాశ్మీరులోయలలో కఠోర

సద్గురువు శిష్యుని నుంచి ఎటువంటి ప్రతిఫలం ఆశించడు

సాధనలు చేశాడు". హుస్సేన్ ఇట్లు వ్రాశాడు "ఏసు శిలువనెక్కిన పిదప తిరిగి భారతదేశానికి రెండవసారి వచ్చి తన పేరును మార్చుకొని, మరణించు వరకు ఇచ్చటనే గడిపారు."

ఏసుక్రీస్తుకు సమకాలీకుడైన రోమన్ విద్యావేత్త కూడా పై దానిని సమర్థిస్తూ "ఏసు అజ్ఞాత జీవితం హిమాలయ గుహలలో తపస్సు చేస్తూ గడిపాడు" అని తెలిపాడు. ఈ సందర్భంగా రష్యాదేశపు ప్రసిద్ధ ఐతిహాసికుడు నికోలాయ్ అలెగ్జాండ్రోవిచ్ నోతోవిచ్ ఎడతెరిపి లేకుండా 40 సంవత్సరాల పాటు ఈ విషయంపై పరిశోధించి ఏసు తన అజ్ఞాతవాస కాలంలో ఎచ్చట ఉన్నాడు? అనే దానిని గురించి ఇట్లు తెలియజేశాడు. 1887లో తన భారతయాత్రా సమయంలో అతను లడక్, మరియు టిబెట్టు రాజధానియైన లాసాలో గడిపాడు. లాసాలోని అతిపెద్ద బౌద్ధ మఠమైన "హేమిస్"లో తాళపత్రాలపై పాలీభాషలో లిపిబద్ధం గావించబడిన దుర్లభమైన గ్రంథము చదువుటకు లభించింది. దీనిపై అతడు "ది అన్‌నోన్ లైఫ్ ఆప్ ది జీసస్ క్రైస్ట్" అనే గ్రంథములో ఈ రీతిగా వివరించుట జరిగింది – "ఏసు 13-14 సంవత్సరముల వయస్సులో కొందరు వ్యాపారులతో కలసి భారతదేశంలోని ఒక పవిత్ర క్షేత్రానికి చేరుకొని, పరిపూర్ణ జ్ఞానాన్ని పొందువరకు బౌద్ధుల వద్ద శిక్షణ పొందాడు. దీని తదుపరి ఏసు ఐదు నదులు ప్రవహించెడి పంజాబ్ ప్రాంతంలో సంచరించి, అచ్చట కొంతమంది జైన మునులతో గడిపాడు"

నోతోవిచ్ అను చరిత్రకారుడు ఇంతకు మునుపే స్పష్టంగా చెప్పాడు. "ఏసు పంజాబ్ నుండి వచ్చి పూరి జగన్నాథ్‌లో ఆరు సంవత్సరాలు గడిపాడు. ఇచ్చట ఏసు వేదాలు, ఉపనిషత్తులు, మొదలు మనుస్మృతిని కూడా అధ్యయనం చేశాడు. తదుపరి తనభాషలోనికి అనువదించాడు. ఇచ్చట వెనుకబడిన నిమ్నజాతుల వారిని ఉద్ధరించెడి దిశగా సత్కర్మలనాచరించుటకు ప్రేరణ లభించింది. దీని తరువాత "పూరీ" నుండి రాజగిరి, బనారస్, మున్నగు పవిత్ర తీర్థస్థలాలలో పర్యటించి హిమాలయాలకు వెళ్ళిపోయాడు. యాత్రలు చేస్తూ నేపాల్ కూడా వెళ్ళి అచ్చట కొన్ని సంవత్సరాలు గడిపి బౌద్ధ గ్రంథాలను అధ్యయనం చేశాడు. అచ్చట నుండి పర్షియా ద్వారా తిరిగి ఇజ్రాయేల్‌కి చేరుకొన్నాడు.

టిబెట్టు రాజధాని లాసాలోని బౌద్ధమఠమైన "హేమిస్" లో ఉండి, పాలీ లిపిని అధ్యయనం చేశాడు. రష్యా ఇతిహాస రచయిత నోతోవిచ్‌తోపాటు మరో విద్యావేత్త నికోలస్ రోలిక్ 1925లో టిబెట్టు వచ్చాడు. రోలిక్ తన గ్రంథమైన "ది హార్ట్ ఆఫ్ ఏషియా" అనే దానిలో ఇలా పేర్కొన్నారు. ఏసుక్రీస్తు అజ్ఞాతవాస కేంద్రం భారతదేశం. అమెరికా దేశపు విద్యావేత్త లేబీ కూడా తన గ్రంథమైన "ది ఎక్వేరియన్ గాస్పెల్ ఆఫ్ జీసస్ క్రైస్ట్" అను దానిలో ఏసు రెండుమార్లు భారతదేశయాత్ర గావించినట్లు పేర్కొన్నాడు. 1922లో రామకృష్ణ పరమహంస శిష్యుడు స్వామి అభేదానంద్ "హేమిస్ మఠ్"ను దర్శించి, పై సంఘటలను బెంగాలు భాషలోనికి అనువదించాడు, "కాశ్మీరి ఓ తిబ్బతి" అను పేరుతో గ్రంథముగా ప్రచురింపబడింది. డాక్టరు స్పెన్సర్ తన గ్రంథము "మిస్టికల్ లైఫ్ ఆఫ్ జీసస్" లో తగిన ప్రమాణాలతో ముద్రించుట జరిగింది. దీనిలో ఏసు భారతదేశ పర్యటన అతని జీవితంలో అత్యంత మహత్వపూర్ణ సంఘటనగా పేర్కొనుట జరిగింది.

స్పెన్సర్ ప్రకారము "భారతదేశములో ధర్మం ఉద్భవించింది, దీనితో ఆధ్యాత్మికత ప్రభవించింది. భారతదేశం ధర్మం మరియు ఆధ్యాత్మిక దివ్యభూమి. ఈ భూమితో సంపర్కం కలిగిన ఏసు యొక్క హృదయం భావపూరితమై తపస్సులో లీనమై పోయింది. ఈ భూమిలో బౌద్ధుల జ్ఞానం వెల్లివిరిసింది. అట్లే మహావీరుని నిర్వాణంతో లాభం పొందింది. ఇదే రీతిలో ఏసు కూడా ఈ భారతభూమిపై సంచరించి తన జీవితాన్ని సార్థకం చేసుకున్నాడు. హిమాలయాలలోని ఒక దివ్యాత్మ అయిన ఈయన ఈశ్వరుని సందేశాన్ని తీసికొని, ఈ లోకంలోని అన్యాయాన్ని, అత్యాచారాన్ని రూపుమాపుటకై భూమిపైకి వచ్చాడు. ఆయనకు భారతదేశపు దివ్యభూమి మరియు బుద్ధభగవానునితో లోతైన సంబంధం ఉన్నది. అందువలననే ఆయన భారతభూమి వైపు ఆకర్షితుడు అయినాడు."

ఇతిహాసకారుల ప్రకారం – భారతదేశం నుండి జ్ఞానప్రాప్తి పొందిన తరువాత ఆదివారంనాడు ఏసు జెరూసలేంలో ప్రవేశించాడు. ఈ దివ్యమైన రోజును "పామ్ సండే" అని పిలుస్తారు. శుక్రవారం నాడు ఆయనను శిలువ వేశారు. ఈ దినాన్ని "గుడ్ ఫ్రైడే" అని అంటారు. మూడు రోజుల తరువాత ఆదివారం రోజున మేరి మేగ్దలిన్ ఆయనను కబ్ర దగ్గర చూచింది. ఈ ఘటనను ఈస్టర్‌గా జరుపుకుంటారు.. దీనితర్వాత ఏసు యూదుల రాజ్యంలో ఎన్నడూ కనిపించలేదు. ఆయన తన యోగబలం ద్వారా భారతదేశానికి వచ్చి తపస్సు చేయసాగాడు. మానవజాతి కళ్యాణానికై ఏసు శిలువను (crucification) స్వీకరించాడు. ఆయన మానవత్వ జాగృతికై జీవించాడు మరియు మానవత్వం కొరకు తన దేహాన్ని త్యాగం చేశాడు. భారతదేశం దీనికి సాక్షి! ఏలనన ఆయన ఈ భూమిపైనే జ్ఞానాన్ని పొందాడు మరియు ఈ భూమిపైనే అంతిమ శ్వాసను వదిలాడు.

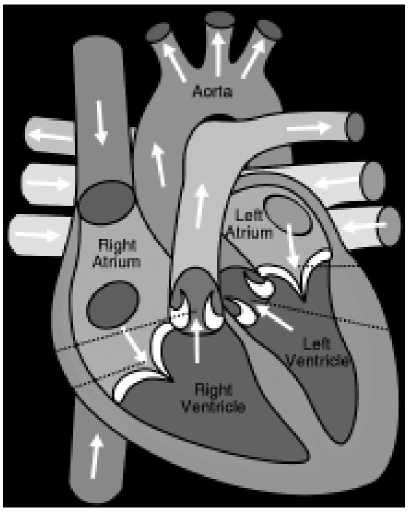
– అఖండజ్యోతి, డిసెంబర్ 2012

అనువాదం: ఆర్.కె. మురళి

జిజ్ఞాస కలిగిన వారే ఉత్తమ శిష్యులు

గుండె జబ్బులకు ముఖ్య కారణములు

మానవుని హృదయము పనిచేసే విధానమును గుప్పిట ముయ్యటము-తెరవటము లాంటి క్రియలతో పోల్చవచ్చు. అది నిముషమునకు సుమారు 72 సార్లు సంకోచ-వ్యాకోచములకు లోనౌతుంది. 24 గంటలలో 1,036,80 సార్లు, సంవత్సరానికి సుమారు 4 కోట్లసార్లు గుండె ఈ పనిని నిర్విరామముగా చెయ్యవలసివస్తుంది. రెండుసార్లు కొట్టుకునే మధ్యలో అది సుమారు అరసెకండు విశ్రాంతి కూడా తీసుకుంటుంది. 'ఒక మనిషి 10 పౌండ్ల బరువుని నేలమీదనుండి, నిముషానికి రెండుసార్లు 3 అడుగుల ఎత్తువరకూ పైకెత్తి-క్రిందకు దించటానికి ఎంత పరిశ్రమ చెయ్యవలసివస్తుందో' అంత పరిశ్రమను గుండె తన విధిని నిర్వర్తించడానికి చెయ్యవలసి ఉంటుంది. పరుగెత్తే మనిషి కాళ్ళ కండరాలకు కలిగే శ్రమకన్నా హృదయ కండరాలు అహర్నిశలు రెండు రెట్లు ఎక్కువ శ్రమపడ వలసి ఉంటుంది.



గుండె చేసినంత కఠోరమైన శ్రమ, శరీరములోని ఇంక ఏ ఇతర అవయవానికీ చెయ్యవలసిన అవసరము ఉండదు. అందుచేత దీనికి సమకూర్చవలసిన ఇంధనము కూడా ఎక్కువే! ఆహార రూపములో శరీరానికి లభించే ఇంధనములో, దరిదాపు సగభాగము హృదయమును క్రియాత్మకంగా ఉంచటానికే ఖర్చయిపోతుంది. అలాగే శరీరానికి లభించే ఆక్సిజన్‌లో కూడా 25% హృదయానికే ఖర్చవుతుంది. మానవుడు తయారుచేసిన అత్యంత మేలురకమైన ఆవిరి టర్బైన్లు (Steam Turbines) కేవలము 25% ఇంధనమును మాత్రమే శక్తిగా మార్చు చెందించగలవు, కానీ హృదయము 50% ఇంధనమును శక్తిరూపములోకి మార్చి ఉపయోగించుకొనగలుగుతుంది.

స్టెతస్కోప్‌తో వింటే గుండె కొట్టుకొనడం 'లబ్‌డబ్' అనే రెండు ధ్వనులుగా వినబడుతుంది. 'లబ్' కన్నా డబ్ ఎక్కువ వేగంగా, కానీ స్వల్పకాలికంగా ఉంటుంది. ఈ రెండింటికీ సుమారు పావు సెకండ్ విరామము కూడా ఉంటుంది. ఇదే హృదయము విశ్రాంతి తీసుకునే సమయము. గుండె పనితనాన్ని నాడిని పరీక్షించడము ద్వారాకూడా తెలుసుకొనవచ్చును. నాడీ సామాన్యంగా నిముషానికి 72 సార్లు ఉంటుంది. ఎక్కువ శ్రమ చేసేటప్పుడు అది 120 సార్లు కొట్టుకోవచ్చును. కానీ శరీరము తిరిగి మామూలు స్థితికి రాగానే హృదయగతి కూడా యథాస్థితికి వచ్చేస్తుంది.

ధమనులు, దాని శాఖలు, ప్రత్యుపశాఖల ద్వారా ప్రవహించే రక్తము శరీరము యొక్క అత్యంత సూక్ష్మతరమైన కణములలోకి కూడా ప్రవేశిస్తుంది. శరీరములో రక్తము ప్రవహించే అన్ని రక్త వాహినులను కొలిచినట్లయితే అది సుమారు 70 వేల మీటర్ల పొడవుకు సమానమౌతుంది. రక్తము నిరంతరం ఇంత దూరం ప్రయాణించవలసి ఉంటుంది.

'గుండె' అనే ఈ యంత్రము ఎంత కోమలముగా ఉంటుందో, అంత దృఢమైనది కూడా! దానిమీద అనవసరమైన ఒత్తిడి పడకుండా ఉంటే 200 సంవత్సరముల వరకూ నిరంతరము చక్కగా పనిచేయగలదు. దురదృష్టకరమైన విషయమేమిటంటే మానవ హృదయము నానాటికీ బలహీనమైపోతున్నది, తత్ఫలితముగా గుండె జబ్బులు వేగంగా వృద్ధిచెందుతున్నాయి. **ఆహారవిహారములకు సంబంధించిన దురలవాట్లు, ఆందోళన అనేవి గుండె జబ్బులకు ప్రధాన కారణములు.** శారీరక మానసికపరమైన అస్తవ్యస్తతలకు లోనై మన చేతులతో మనమే మన కాళ్ళను నరికివేసుకుంటున్నాము.

అమెరికా దేశములో ప్రతి సంవత్సరం గుండెపోటు కారణముగా సుమారు 60 లక్షలమంది చనిపోతున్నారు. 20 లక్షలమంది హృదయసంబంధిత వ్యాధులతో ఆసుపత్రులలో చేరుతున్నారు. ఇవికాక చిన్న చిన్న ఇబ్బందులతో ఇంటివద్దే వైద్యుల దగ్గర మందూమాకూ తీసుకుంటూ కాలం గడిపేవారి సంఖ్య ఇంతకన్నా ఎక్కువే!

సంపన్నదేశాలలో సంపద ద్వారా ఉత్పన్నమైతే, పేదదేశాలలో 'లేమి' వల్ల ఈ రోగాలు వృద్ధిచెందుతున్నాయి. ఐతే పేదదేశాలు, పేదప్రజలు వారి వెనుకబాటుతనము గుండెజబ్బులలో కూడా

పూర్వజన్మలో చేసుకున్న పాపకర్మలే ఈ జన్మలో అంగవైకల్యాలు, దీర్ఘవ్యాధులు

కొంచెం వెనుకబడే ఉన్నారన్న విషయం సంతోషించదగినదే.

మన దేశములో హృదయరోగుల సంఖ్య, ఆసుపత్రులలో ప్రస్తుతము లభించిన గణాంకాలనుబట్టి ఈ క్రిందివిధముగా విభజించవచ్చును. 20% కరోనరీ, 20% హైపర్‌టెన్షన్, 20%రుమాటిక్, 15% వెంట్రికల్, 5% వంశానుగతమైన, 20% ఇంకా ఏ ఇతర కారణాలవల్లనైనా వస్తుంటాయి.

ధనవంతులకు వచ్చే జబ్బులలో గుండెపోటు కూడా ఒకటి. అమెరికాలో కేన్సర్‌తో కన్నా రెట్టింపు జనం గుండెపోటుతో మరణిస్తున్నారు. గుండెజబ్బులతో బాధపడేవారి సంఖ్య, మిగిలిన అన్నిరకాలైన ఇతర రోగాలతో బాధపడేవారి సంఖ్యతో సమానంగానే ఉన్నది. రక్తనాళికల లోపల రక్తములోని దోషాలవల్ల ఒక పసుపుపచ్చని పదార్థము మేటవేస్తూ ఉంటుంది. దీనిని ఎథిరోస్క్లెరోసిస్ (atherosclerosis) అంటారు. ఇది చాలా పలుచగా ఉండటము వల్ల దీనిమీద రకరకాల పొరలు పడుతూ ఉంటాయి. ఈ పొరలు రక్తప్రవాహానికి అడ్డుపడతాయి. ఎక్కడ ఆటంకము ఏర్పడుతుందో, అక్కడ రక్తము ఆగిపోతుంది. ధమనుల (arteries) లోపల రక్తము గడ్డకడితే దానిని థ్రాంబోసిస్ (thrombosis) అంటారు. రక్తము ధమనిలో ఆగిపోవడమువల్ల మెదడుకు రక్త సరఫరా జరుగదు. ఈ స్థితిలో గుండెపోటు, పక్షవాతం వచ్చే అవకాశముంది,

మరి వేరే కారణాలున్నప్పటికీ కరోనరీ థ్రాంబోసిస్‌నే (caronary thrombosis) సాధారణముగా గుండెపోటుగా భావించడం జరుగుతుంది. ఈ స్థితిలో గుండెలో విపరీతమైన నొప్పి ఉంటుంది. ఎడమచెయ్యి లేదా పొట్టలో ఎడమవైపు కూడా బాగా ఇబ్బందిగా ఉంటుంది. ఊపిరితీసుకొనడం కష్టమయి చెమటపడుతుంది. **గుండెపోటు రావటానికి అన్నింటికన్నా ముఖ్యకారణము రక్తములో ఉండే క్రొవ్వుపదార్థము. నూనె ఎక్కువగా ఉన్న పదార్థములను తినడం వల్ల క్రొవ్వు అధికమై గుండెజబ్బుకు దారితీస్తుంది అంటారు.** అయితే ఒక్కొక్కసారి అసలు క్రొవ్వు ఏమాత్రమూ ఉండని భోజనము తిన్నాకూడా కాలేయము (liver) దానంతటదే క్రొవ్వును తయారు చేసుకుంటుంది, అయితే అది చాలా అరుదుగా జరిగే విషయము.

శరీరము ఉండవలసినదానికన్నా అధికంగా బరువుగా ఉండటం, ఎక్కువ ఆలోచనలు, మితిమీరిన, వేళతప్పిన భోజనం, తక్కువ శ్రమ... మొదలైన దోషాలు హృదయరోగాలకు దారితీస్తాయి. రక్తములో చక్కెర, క్రొవ్వు పరిమాణాలు అధికంగా ఉండటం కూడా ఈ దృష్ట్యా ప్రమాదమే. రక్తప్రవాహ వేగం అధికంగా ఉండటం కూడా గుండెజబ్బును తెచ్చిపెట్టే ప్రమాదముంది. గుండె కొట్టుకునే వేగము పెరగటాన్ని 'పాల్పిటేషన్' (palpitation) అంటారు. ఒక్కొక్కసారి ప్రజలు దీనినే గుండెపోటుగా భావిస్తుంటారు. నిజానికి ఇవి రెండూ పూర్తిగా విభిన్నమైన జబ్బులు. గుండె వేగము పెరగటము 'గుండెపోటు' ఏమాత్రం కాదు.

గుండెపోటు సాధారణముగా ఛాతీమధ్యలో మొదలయి ఒక చెయ్యి లేదా రెండు చేతులలోకి వ్యాపిస్తుంది. వీపు, మెడ, దవడలలో గ్రుచ్చుతున్నట్లుగా బాధ ఉంటుంది. హృదయం యొక్క ధమనులు, కరోనరీ ఆర్టరీస్‌లో (caronary artieries) అడ్డంకులు ఏర్పడే, పలు విధములైన హృదయరోగాలను ఉత్పన్నము చేస్తాయి. అందులో ఏంజైయినాపెక్టొరిస్ (angina pectonis) ముఖ్యమైనది. గుండెపోటు వచ్చినప్పుడు రోగి ప్రాణము పోతుందేమో అన్నంత వ్యాకులంగా ఉంటాడు.

'గుండెజబ్బులకు సరియైన చికిత్స ఇప్పటివరకూ కనుగొనబడలేదు' అనేది వాస్తవం. ఇప్పటివరకు ఇస్తున్న చికిత్స కేవలము ఆ సమయానికి సహాయపడేది, తాత్కాలికంగా ఉపయోగపడేది మాత్రమే. వైద్యులు 'ఎమిల్‌నైట్రైట్' మందును రోగికి నొప్పి ఎక్కువైతే వేసుకోమని చెప్తారు. మరీ తీవ్రమైన నొప్పి వస్తే నిద్రకు అవసరమయ్యే బిళ్ళగానీ, ఇంజెక్షన్‌గానీ ఇస్తారు, తద్వారా తాత్కాలికంగా ఆందోళన ఉపశమిస్తుంది. ఆ గుండెపోటు క్షణాలు దాటిపోతాయి. హృదయములోని అవయవాలు విపత్తినుండి తమనుతామే రక్షించుకుంటాయి. ప్రకృతినుండి ఎదురైన ఆ ఆపదను తిరిమికొట్టేస్తాయి. నిస్సహాయముగా ఉండిపోయే స్థితి రోగిని గాభరాపెడుతుంది. ఆ గాభరాను తొలగించటానికే వైద్యులు సహాయపడతారు.

చికిత్సరూపములో రోగి బరువు కొంచెము అధికమైతే భోజనములో మార్పుచేర్పులు తెచ్చుకొని ఆ బరువును తగ్గించుకొనటానికి తగిన సలహా ఇవ్వబడుతుంది. రక్తములో క్రొవ్వు పరిమాణము పెరగడము కూడా గుండెజబ్బులకు ఒక కారణముగా భావించబడుతున్నది. నెయ్యివంటి పదార్థములను ఆహారములో అధికముగా తీసుకొనడం వల్ల కూడా రోగులలో క్రొవ్వు పరిమాణం పెరుగుతుంది. అన్‌సాచ్యురేటెడ్ ఫాటీయాసిడ్స్‌ను (unsaturated fatty acides) తగ్గించే పదార్థములను ఆహారములో తీసుకొనవలసిందిగా వైద్యులు ఇలాంటి రోగులకు సూచనలు ఇస్తుంటారు.

స్త్రీలలో 50 సంవత్సరముల వయస్సు వచ్చేవరకు ఋతుక్రమం ఉంటుంది. అంతవరకు వారిలో రక్తము బయటకు పోవడం వల్ల క్రొవ్వు అధికమయ్యే ప్రమాదము ఉండదు కాబట్టి వారిలో గుండెపోటు వచ్చే అవకాశములు తక్కువ. నెయ్యి, మీగడ, వెన్న,

ఉన్నదానితో, లభించినదానితో సంతృప్తిగా ఉండాలి

మాంసము, గ్రుడ్లు మొదలైనవి క్రొవ్వును వృద్ధిచేస్తే, ఆవనూనె, కొబ్బరినూనె, ఆలివ్‌నూనె మొదలైనవి తగ్గిస్తాయి. మాంసము, గ్రుడ్లు, వెన్న తక్కువగా తినే ప్రజలు ఉన్న దేశములలో గుండెపోటు వచ్చే అవకాశాలు కూడా తక్కువగానే ఉంటాయి. జపాను, ఇటలీ దేశాలను దీనికి ప్రత్యక్ష ఉదాహరణగా చెప్పుకోవచ్చు.

శారీరకంగా తక్కువ శ్రమపడటము వల్ల రక్తములో సహజంగా ఉండవలసిన స్వచ్ఛతలో తేడా వస్తుంది. ప్రవాహములో అడ్డంకి ఏర్పడేవిధంగా చిక్కతనం పెరిగిపోతుంది. ఇంతేకాకుండా మానసికమైన ఉద్రేకాలు రక్తమును ఎండిపోయేటట్లు చేస్తాయి. ఫలితముగా రక్తములో విషతత్త్వములు పెరుగుతాయి. **ఆహారము వల్లనే సమస్య ఏర్పడుతున్నదని భావించి, నెయ్యి మానివేసి ఆహారములో నూనెను తీసుకొనడము వల్ల గుండెజబ్బులు తగ్గుతాయనుకోవడము పొరపాటు.** రక్తప్రవాహముతో సహా మిగిలిన శారీరక క్రియాకలాపాలు సక్రమముగా సంతులితమైన రీతిలో తమ పని తాము నిర్వర్తించేలాగా మొత్తము శారీరిక మానసిక క్రియాకలాపాలన్నింటిలోను అవసరమైన మార్పు చేర్పులు చేసుకోవాలి.

గుండెజబ్బులున్న రోగులు కఠోరమైన శారీరక శ్రమ, మానసిక ఒత్తిడి, అధిక బరువు పెరిగే ఆహారం మొదలైనవానినుండి వీలైనంతగా తమనుతాము రక్షించుకుంటూ ఉండాలి. తరచుగా పొట్టనిండా ఆహారము తీసుకొనడము వల్ల గుండె కొట్టుకునే వేగం పెరిగి గందరగోళము జరిగే అవకాశమున్నది. **భోజన పరిమాణమును తగ్గించి, భోజనము తరువాత స్వల్పంగా విశ్రాంతి తీసుకునే నియమమును అలవరచుకుంటే చాలావరకు గుండె జబ్బులను నివారించవచ్చును.** శారీరికశ్రమ కొంచెము తక్కువగా చెయ్యటమే మంచిది. తక్కువగా అంటే అవయవాలు తుప్పుపట్టేంత తక్కువగా కాదు. తీసుకున్న ఆహారము అరగనంత తక్కువగా కూడా మనము చేసే పని ఉండకూడదు. ఆలోచనలు, క్రోధం, ఆవేశం, భయం, అనుమానాలు మొదలైనవాటినుండి మనస్సును దూరంగా ఉంచుకోవాలి. తప్పనిసరిగా అలాంటి పరిస్థితులే ఎదుర్కొనవలసివస్తే భవిష్యత్తును భగవంతునికి అప్పగించి మీరు మీ సాధారణ కర్తవ్యాలను నెరవేర్చుతూ నిశ్చింతగా ఉండటం, 'జరిగేదేదో చూద్దాం' అనే పద్ధతిని అలవర్చుకుంటూ ఉండటం మంచిది.

పెరిగిపోతున్న గుండెజబ్బులతో ఇంకా మరికొన్ని లక్షణములు ఉత్పన్నమౌతున్నాయి. ఉచ్ఛ్వాస-నిశ్వాసాలు వేగవంతమౌతాయి. ప్రతిక్షణం విసుగ్గా అనిపిస్తుంది. వ్రేళ్ళు, ముక్కు, నాలుక, పెదవులపైన నీలిరంగు వ్యాపిస్తుంది. మాటిమాటికీ దగ్గురావటం, కఫంతోపాటు రక్తం పడటం, కనుబొమ్మలలో నొప్పి, పెరిగిపోతున్న రక్తపోటు, గుండె వేగంగా కొట్టుకోవటం, క్రమశిక్షణ లేకపోవటం ఇవన్నీ గుండెజబ్బులకు చిహ్నాలు.

గుండెజబ్బున్న రోగి యొక్క హృదయములోని నాలుగు నాళముల యొక్క ధ్వనిని విని లోపలి స్థితి ఎలా ఉన్నదనే విషయమును తెలుసుకునే ప్రయత్నము చేస్తారు. సాధారణముగా లబ్-డబ్‌ల ధ్వనిమాత్రమే వినబడుతుంది. కానీ హృదయ రోగులలో ఉండే అనియమితమైన మర్-మర్ ధ్వనికూడా గుండె జబ్బుతో బాధపడేవారి విషయములో వినవచ్చు. రక్తములో శ్వేత కణములు, ఎంజైములు పెరిగిపోవటం కూడా హృదయము యొక్క స్థితిని తెలియజేస్తాయి. ఎలక్ట్రోకార్డియోగ్రాం ద్వారా గుండె కొట్టుకొనడములో ఏమైనా తేడా ఉంటే తెలుసుకొనవచ్చు.

గుండెజబ్బులున్న రోగుల ఆహారం వీలైనంత తేలికగా ఉండటము మంచిది. ఫలరసాలు, ఆవుపాలు మొదలగు పానీయాలను తీసుకొని ఉండగలిగితే మరీ మంచిది. రక్తపోటు పెరుగుతూంటే ఉప్పును మానివెయ్యడము మంచిది లేదా అతి తక్కువ పరిమాణములో వాడటం మరీ మంచిది. ప్రకృతి ద్వారా లభించే శక్తివర్ధక ఆహార పదార్థములను పరిమితమైన పరిమాణము లో తీసుకొనడము చాలా మంచిది. ప్రత్యేకించి రోగికి వీలైనంత ఎక్కువ విశ్రాంతి నిచ్చే ఏర్పాటు చెయ్యటం చాలా అవసరము.

- అఖండజ్యోతి, నవంబరు 1980

అనువాదం: శ్రీమతి కృష్ణకుమారి

జ్ఞానాన్ని పంచాలి

బ్రహ్మజ్ఞాని రామానుజం ఆ రోజుల్లో ధర్మ ప్రచారానికై పాదచారిగా వెళ్తూ ఉండగా రాత్రి విశ్రాంతికై ఆగిన చోట ఒక వ్యక్తి ప్రేతభయంతో వణుకుతూ కనిపించాడు. అతడు ఉద్విగ్నతతో, ఉన్మాదకృత్యాలతో వ్యక్తులందరిని భయపెడుతూ ఉన్నాడు. రామానుజం అతడిలోని ప్రేతాన్ని సంబోధించి "అమ్మా! గతజన్మలో నీవు ఎవరు? ఎందుకిలా ఇతన్ని బాధిస్తూ నీవు బాధ పడుతున్నావని ప్రేమతో ప్రశ్నించగా ఆ ప్రేతం దుఃఖిస్తూ "తాను గత జన్మలో తనకున్న జ్ఞానాన్ని ఎవరికీ చెప్పలేదని, ఆ స్వార్థం వల్లనే ఈనాడు ఈ దుస్థితి కలిగిందనీ బదులు పలికింది." రామానుజం ఆ ప్రేతానికి మార్గదర్శనం చేస్తూ, విద్యాదానం చేసే ఒక కేంద్రాన్ని స్థాపించి, దాని ద్వారా ఈ ప్రేతానికి ముక్తి, ఈ వ్యక్తికి విముక్తి లభింపచేయమని గ్రామవాసులను ఆదేశించి ముందుకు సాగిపోతాడు.

- ప్రజ్ఞాపురాణం నుండి

మానసిక సంతోషానికి తృప్తి అనేదే ప్రధాన ఔషధం

చేతనత్వ విజ్ఞానం

అతి విలక్షణమైన అచేతనత్వ మాయ

విశ్వజగత్తులో లెక్కలేనన్ని వివిధ రకాలైన జంతుజాలాలు ఉన్నాయి, మనిషినే అబ్బురపరిచే సామర్థ్యములు ఆ జీవ జంతువుల్లో మనకి కనిపిస్తాయి. ఉదాహరణకు గబ్బిలాలనే తీసుకుంటే వాటిలో రాడార్‌లాంటి శక్తి సమన్వితమైన జ్ఞాన తంతువులు ఉన్నాయి. వాటి ఆధారంతో అవి వివిధ వస్తువుల ద్వారా వచ్చే విద్యుత్ తరంగాలని కూడా చాలా తేలికగా గుర్తించ గలుగుతాయి. అంతేకాకుండా, దట్టమైన అంధకారంలో కూడా తమ సమీపంలోని వస్తువుల యొక్క స్వరూపాన్ని, వాటి స్థానాన్ని తెలుసుకుని వాటిని ఢీకొట్టకుండానే ఎగురగలుగుతాయి.

డాల్ఫిన్ అనే పేరుగల ఓ సముద్రచేప నుండి వెలువడే ఓ ప్రత్యేక రేడియో తరంగాల సహాయంతో అవి సముద్రగర్భం వరకు చొచ్చుకుని పోగలడమే కాకుండా అక్కడ ఉన్న వాటిని చూసి తిరి యధాస్థానానికి రాగలవు. ఈ శక్తిని ఆధారం చేసుకుని ఆ ప్రాణులు ఏ ఏ ఆకృతి ప్రకృతులను కలిగి ఉన్నాయో, అవి ఎంత దూరంలో ఉన్నాయో కూడా గుర్తిస్తాయి. ఈ శక్తితోనే డాల్ఫిన్ ఇతర ప్రాణుల ఆక్రమణల నుంచి ఎదుర్కొని యోజనా బద్ధమైన ప్రణాళిక తయారు చేసుకుంటుంది.

శాస్త్రజ్ఞుల అభిప్రాయం ప్రకారం అనేక రకాల జీవుల్లో ఆవశ్యకతననుసరించి, పుట్టుకతో లేకున్నా, తమ శరీరాల్లో ఇలాంటి విభిన్నమైన, విశేషమైన ప్రక్రియలను ఉత్పన్నం చేస్తుంటాయి. కొన్ని మొక్కలు పశువులు తమను తినకుండా ఉండటానికి మొనదేలిన ముళ్ళను పెంచుకుంటాయి. చిన్న చిన్న గొంగళిపురుగులు మరియు పట్టు పురుగులులాంటివి తమ శరీరాల నుంచి ఓ ప్రత్యేక ద్రవాన్ని స్రవించి వాటిమీద ఆకులు అతికించు కుంటాయి దానితో అవి ఇతర జీవులకు కనపడకుండా తమకు ఆత్మరక్షణ కలిగించుకుంటాయి. మొసళ్ళకు స్వాధిష్టానమైన భోజనం తాబేళ్ళు. ఈ తాబేళ్ళు తమను మొసళ్ళకు ఆహారం కాకుండా ఉండడానికి అవసరమైనప్పుడు తమ చర్మాన్ని బాగా లావుగా పెంచి, బరువు అయ్యేట్టు చేసుకుంటాయి. తిమింగలాలు జలాంతర్గామి యొక్క అన్ని విశేషణలను తమలో ఇముద్చుకున్నాయి. వీటి యొక్క శరీర స్వరూపాన్ని చూసే బహుశా మనిషి జలాంతర్గాముల నిర్మాణం చేపట్టాడా అనిపిస్తుంది.

ఆడ ఉడుత శరీరానికి రెండు జేబుల లాంటివి ఉంటాయి. తనకు లభ్యమైన ఆహారాన్ని గబుక్కున వాటిలో జమ చేసుకుంటుంది. కోతి మెడకు కూడా ఇలాంటి సంచుల ఏర్పాటే! ఉన్నది. తన చంటి బిడ్డలను అందులో ఉంచుకుంటుంది. ఆహారం దొరికే సమయాన్ని బట్టి చీమల్లాంటి చిన్న చిన్న ప్రాణుల సమయం ఆసన్నమవగానే ఆహారాన్ని భవిష్యత్తు దృష్ట్యా దాచుకుంటాయి. వాటి యొక్క భవిష్యజ్ఞానం విషయంలో ఏ మాత్రం సందేహం అక్కరలేదు.

చెదలు, చీమల గుంపులు తమను తాము రక్షించుకోవడానికి చేసే ఆక్రమణ, యుద్ధం చూస్తే యోధులైన మనిషి కూడా నేర్చుకోవాల్సింది ఉందని తెలుస్తుంది. ఆఫ్రికాలోని ఓ జాతి కుందేలు తమను హింసించే జంతువు వల్ల ప్రమాదం ముంచు కొస్తుందని తెలిసిన వెంటనే తన ముందు కాళ్ళను ఓ ప్రత్యేక పద్ధతిలో భూమిమీద కొడుతుంది, వెంటనే దాని గుండా విద్యుత్ లాంటి ప్రవాహం ఉత్పన్నమవుతుంది. అది చాలా దూరం వరకు విస్తరిస్తుంది. దానిని మరో కుందేలు విని, తనను తాను రక్షించుకునే ఏర్పాట్లు చేసుకుంటుంది. కుందేలు మాత్రమే కాకుండా అనేక మిగతా జంతువులు కూడా ఈ సంకేతాన్ని అర్థం చేసుకుని దానివల్ల లబ్ధి పొందుతాయి, కాపాడుకునే ప్రయత్నం చేస్తాయి. ఉత్తర అమెరికా నదిలో కనిపించే ఈల్ అనే చేప ఓ అద్భుతమైన డైనమోకి ఉదాహరణ. ఇళ్ళల్లో వెలిగే బల్బులో 220 వోల్టుల విద్యుత్ ఉంటే దీని శరీరం 700కు పైగా వోల్టుల విద్యుత్ కాంతితో నిండి మనకు కనువిందు చేస్తుంది.

కొన్ని విశేషాలు మనకు సామాన్యంగానే కనిపిస్తుంటాయి. వర్షం రాగల సూచనను కనిపెట్టగలిగిన సాలీడు తన వస్తువులని ప్రోది చేసుకుని తనకు రక్షణ గల మరో ప్రదేశానికి వెళ్ళిపోతుంది. కూలిపోతున్న ఇంటి నుండి పిల్లి ముందుగానే తెలుసుకుని, కూలిపోకముందే తన పిల్లలతో సహా సురక్షిత ప్రాంతానికి తరలిపోతుంది. గుడ్లను పెట్టిన తాబేలు దూరం నుంచే తన మానసిక చేతనా శక్తితో వాటిని పొదుగుతుంది. అనుకూల ఋతువు వేటలో పక్షులు వేలకొద్ది మైళ్ళు ప్రయాణించి, సముద్రాలు, పర్వతాలు దాటి ఎక్కడికో దూరం చేరతాయి. వాతావరణం అనుకూలింగానే అన్ని మైళ్ళు తిరిగి ప్రయాణించి పూర్వ ప్రదేశానికి చేరుకుంటాయి.

తమకు నిర్దేశించిన కర్తవ్యాన్ని శ్రద్ధతో ఆచరించాలి

ఈ పశుపక్ష్యాదులలో మనిషికి ఉన్నటువంటి మస్తిష్కం లేదు, పైగా మనిషికున్నా ప్రఖర బుద్ధి ఉండదు. మరి వాటికి ఇన్ని విశేషాలు ఎలా వచ్చాయి? వాటికి ఆధారభూతమైనదేది? అని విశ్లేషకులు, పరిశోధకులు చెప్పేదేమంటే – ఈ స్వల్ప ప్రాణుల్లో ఇలాంటి క్రియాకలాపాలు చేసేది వాటిలోని అచేతనా మనస్సు. చేతనత్వంతో కూడిన మనస్సు యొక్క విశేషతలు అందరికీ తెలిసినదే, అవి ప్రతి మనిషి వద్ద ఉన్నాయి. దీనిని ఆధారం చేసుకునే విద్వాంసులు, లేఖకులు, కళాకారులు, వైజ్ఞానికులు, దార్శనికులు, రాజకీయ నాయకులులాంటి అనేక వర్గాల బౌద్ధిక చేతనా శక్తితో తమకు మరియు ఇతరులకు హితసాధన చేస్తారు. ఇది అందరికి తెలిసిన పరమ సత్యం, రహస్యమేమీ లేదు, అయితే ఇది చేతనా మస్తిష్కం యొక్క చమత్కారం.

అచేతనా మనస్సు చేతనా మనస్సు కంటే అతి గుహ్యమైనది విలక్షణ శక్తి సామర్థ్యాలు కలిగి ఉంటుందని మనో వైజ్ఞానికులు స్వీకరించడం మొదలు పెట్టారు. దీని యొక్క శక్తి సామర్థ్యాలలో కేవలం 7% మాత్రమే మనోవైజ్ఞానికులకు అవగతం అయింది. ఈ అర్థమయిన కొద్ది శాతంతోనే వారు ఇలా అంటున్నారు – శరీరం తన ధర్మాలను తను నిర్వర్తించుకోవడం, రక్త ప్రసరణ, హృదయ స్పందన, అన్నం జీర్ణం అవ్వడంలాంటి క్రియలన్నీ నియమిత రూపంలో చేసేది ఈ అచేతనా మనస్సే. అభిరుచి, ప్రకృతి, స్వభావం, అలవాట్ల వంటి వాటికి కూడా హేతువు ఈ అచేతనా మనస్సే. అచేతన మనస్సుకు సంబంధించి ఇంతవరకు మాత్రమే గుర్తించగలిగారు. పరా మనోవైజ్ఞానం మరియు అతీంద్రియ విద్యతో ముందుకు వెళ్ళి శోధిస్తే తెలిసినదేమంటే – అసలు మనస్సే అన్నింటికంటే రహస్యమైనది, విలక్షణమైనది, అద్భుతమైనది, కాని దీనికి వేల లక్షల రెట్లు రహస్యమైనది అచేతమైన మనస్సు (sub conscious mind), ఇది సృష్టిలోనే అన్నిటికంటే రహస్యమైనది, అద్భుతమైనది మరియు శక్తిశాలియైనది. దీనిలో దాగున్న అవకాశాలు పూర్తిగా అవగతమైతే మరియు వాటిని సాకార రూపములోనికి తెచ్చుకోగలిగితే, ప్రపంచం యొక్క రూపమే మారిపోగలదు. గత కొద్ది సంవత్సరాలలో సాధించిన ప్రగతికంటే కొన్ని వేల లక్షల రెట్ల ప్రగతి సాధ్యమవుతుంది. ఎన్నో సంవత్సరాలుగా ఆకాంక్షిస్తున్న క్రొత్త ప్రపంచం వికసిస్తుంది.

విజ్ఞాన క్షేత్రంలో ఇప్పటివరకు శోధించి తెలుసుకున్న పదార్థాలు అనేకం ఉన్నప్పటికీ, వీటికంటే ఇంకా లోతుగా శోధించ వలసినవి, తెలుసుకోవలసినవే ఎక్కువ ఉన్నది. మానవ శరీరమే తీసుకుంటే తెలుసుకున్నది స్వల్పమే. కేవలం స్థూల శరీరం గురించే తెలుసుకుంటున్నారు. ఈ స్థూల శరీరం గురించిన విషయాలే ఎంత విలక్షణమైనవంటే సహజంగానే ఎంతో ఆశ్చర్యాన్ని కలిగిస్తుంది. మస్తిష్క విద్య, న్యూరాలజీ, సైకాలజి ఇంతకన్నా లోతైనవి. దీని తర్వాత వచ్చేది అతీంద్రియ విద్య – ఇది అచేతనకు సంబంధించినది.

ఈ శక్తి కేంద్రాన్ని అర్థం చేసుకోగలిగితే దేవలోకానికి సంబంధించిన అద్భుత వర్ణనలు, చిత్రాలు మనకు గోచర మవుతాయి. అతీంద్రియ విద్య పరిశోధకుల అభిప్రాయంలో చేతనా మనస్సు ప్రభావం ఎక్కువయినప్పుడు, అచేతనా శక్తి యొక్క తరంగాలు అడ్డగింపబడతాయి. అందుచేతనే ఇవి (అచేతనా శక్తులు) వికసింపకుండా అలా పడిఉంటాయి. బుద్ధికి సంబంధించిన ఆలోచనలు క్రమక్రమంగా శిథిలావస్థకు చేరుకుంటే అదే అనుపాతములో అచేతనా కేంద్రం ఉద్దీపన (activate) చెందుతుంది. సహజంగా మన చేతనా మనస్సులో అనుక్షణం ఏదో ఒక ఆలోచన, ఏదో ఒక కల్పన కెరటంలా లేస్తూనే ఉంటాయి. ఒక్కక్షణం కూడా మనస్సులో ఏ ఆలోచనా లేకుండా, శాంతంగా ఉండడం లేదా శూన్యస్థితిలో ఉండడం కానీ సంభవం కాదు. అనుక్షణం తీరిక లేకుండా ఈ చేతనా మనస్సు ఏదో ఒక పనిలో నిమగ్నం అవ్వడమో, క్రియాకలాపాలు నిర్వహిస్తూ ఉండడమో చేస్తూనే ఉంటుంది. అది ఎంతగా అంటే నిద్రా సమయంలో కూడా స్వప్నం చూస్తూ ఉంటుంది. **ఈ చేతనా మనస్సును కొంతసేపు కట్టివేసి, శాంతంగా, శిథిలంగా, శూన్యంగా ఉంచగలిగితే, అచేతనా మనస్సు మేలుకొని తన కార్యక్రమాన్ని ఆరంభించే అవకాశం లభిస్తుంది, మరియు తనలో దాగున్న విలక్షణ విభూతులను లాభాన్వితంగా ఉపయోగించుకో గలుగుతుంది.**

మనో వైజ్ఞానికులు ఈ విషయంలో ఇప్పుడు అంగీకారానికి వచ్చారు కానీ యోగవిద్యకు సంబంధించిన ఆచార్యులు ఎప్పుడో ఇది సంభవం అని గుర్తించారు. ఇంతేకాదు ప్రత్యాహార, ధారణ, ధ్యాన, సమాధిలాంటి సాధనలాంటి ఉపకరణాలతో చేతన మనస్సును బంధించి, శిథిల స్థితికి తీసుకెళ్ళగలిగారు పైగా శూన్యస్థితికి ఆ మనస్సును తీసుకెళ్ళడంలో సఫలీకృతులయ్యారు. అనేక చమత్కారాలకు పుట్టినిల్లు అయిన దీనిని ఈనాడు సాధించవచ్చు. సాధారణంగా మనుష్యుల్లో లేని దూరదర్శనం, దూరశ్రవణం, టెలిపతి, భవిష్యత్ జ్ఞానం, అదృశ్యాన్ని ప్రత్యక్షంగా గాంచడం లాంటి అనేకానేక విశేషతలను ప్రాప్తించుకోవచ్చు.

చేతనయినంతలో ఇతరులకు సహాయం చెయ్యాలి

అచేతన మస్తిష్కమును వికసింపచేసుకోగలిగితే, కనీసం కొంత సమయం వరకైనా దానిని క్రియాశీలంగా ఉంచగలిగినా, వ్యక్తి యొక్క శరీరం, మనస్సు, స్వభావం, ప్రకృతి మొదలైన వాటిని కాయకల్పం చేసుకొనవచ్చు. యోగసాధన ద్వారా ప్రత్యక్షంగా సంభవం అని కూడా చెప్పబడుతుంది. యోగసాధన యొక్క ముఖ్యోద్దేశం కూడా చిత్తవృత్తులను నిరోధించడమే. అందుకే పతంజలి యోగ సూత్రాలలో **"యోగశ్చిత్త వృత్తి నిరోధః"** అని చెప్పబడింది. దీని తాత్పర్యమేమంటే – మనస్సు యొక్క అతిశయ, అనావశ్యక, క్రియాకలాపాలను నియంత్రించి, చేతనత్వ శక్తిని అపవ్యయం కాకుండా తప్పించి, దానియొక్క ప్రాణ ప్రవాహాన్ని అచేతన మనస్సు ఉద్దీపన జరిగేందుకు వినియోగించడం. దీనివల్ల వచ్చే లాభాలు అలౌకికమైనవి. సమాధిస్థితికి చేరుకున్న వ్యక్తి దీనిని ఆధారం చేసుకునే విశ్వంలోనున్న జడ చేతనా సత్తాను ప్రభావితం చేయడంలో గొప్ప సమర్థత కలిగి ఉంటాడు.

చేతన మనస్సును నిష్క్రియంగా, శిథిల స్థితికి తీసుకెళ్ళడం అంటే దాని అర్థం బుద్ధి ద్వారా ఏ విధమైన పని చేయించుకోక పోవడం కాదు, ఇలా అర్థం చేసుకుంటే అది తప్పిదమే అవుతుంది. యోగసాధన విద్యార్జన, జ్ఞానసముపార్జన, బుద్ధి వికాసం కోసం చేసే ప్రయత్నాల్లో ప్రతిబంధం కలిగించదు. మానసిక ఉత్కర్ష, విద్యాధ్యయనం, కళాకౌశలాల్లో వికాసము వృద్ధి చేసుకోవడంలో పూర్తి మినహాయింపు ఉన్నది. మనః క్షేత్రాన్ని ఉత్తేజపరచడం, మనః క్లేశాలు లేకుండా అశాంతికి గురికాకుండా చేయడంలో మాత్రమే ప్రతిబంధం. అనాసక్తత, స్థితప్రజ్ఞలాంటివి యోగ ప్రక్రియలో ప్రముఖంగా చర్చించబడ్డాయి. దీని అర్థమేమంటే– **అనుకూల ప్రతికూల పరిస్థితులు ఎల్లప్పుడూ వస్తూపోతూనే ఉంటాయి, వీటిలో మమేకం కాకుండా, సంతులితంగా మనస్సును నిలుపుకునే అభ్యాసం చేయగలిగితే, ఆ స్థితి అచేతన మనస్సు యొక్క దివ్య క్షమతను అడ్డుకోలేదు. ఇదే మానసిక సంతులతను పెంచే యోగం యొక్క ప్రథమ చరణం.**

ఇహ రెండవ దశలో చేతన మనస్సులోని అన్ని గతివిధులు (activities) ఆపి ఆ కేంద్రంలో పనిచేసే శక్తిని అచేతనా మనస్సును క్రియాశీలంగా చేయడంలో కేంద్రీకృతం అవ్వడం. ఈ సాధనా క్రమంలో ఏకాగ్రతను పెంచుకోవలసి ఉంటుంది, మనస్సులో చెలరేగే విభిన్న సంకల్పములు ఆపి ఒక కేంద్రంగా స్థిరంగా ఉంచే ప్రయత్నం చేయవలసి ఉంటుంది. ధ్యానం యోగసాధనలో ఉత్కృష్టమైన సాధనా ప్రక్రియగా చెప్పబడుతుంది. ఈ ధ్యానంతో యోగులు తమ ఏకాగ్రతను పెంచుకుంటూ, చిత్తాన్ని జాగ్రత్తావస్థలోనే సంకల్ప పూర్వకంగా లయం చేస్తారు. ఈ స్థితినే సమాధి అంటారు. ఈ స్థితిని ప్రాప్తించుకోవడానికి ప్రత్యాహార, ధారణ, ధ్యానం ఇత్యాది భూమికలు దాటవలసి ఉంటుంది. ఈ సాధనా క్రియల ద్వారా సచేతన మనఃకేంద్రంలోని చింతన మరియు సంకల్పశక్తి అచేతనతో జోడించినప్పుడు దానియొక్క అద్భుత మరియు అనుపమ దివ్యత్వములు జాగృతం అవ్వడం ఆరంభం అవుతుంది. ఈ దశలో సఫలమైన కొద్దీ, ఆ వ్యక్తి అత్యంత సమర్థుడుగాను, సిద్ధపురుషుడుగాను పిలవబడతాడు. ఈ ప్రయోగాలను వైజ్ఞానిక పద్ధతిలో చేయడం ప్రారంభిస్తే నిస్సందేహంగా మనిషి సాధారణ స్థితి నుంచి అసాధారణ స్థితికి చేరుకుంటాడు.

– అఖండజ్యోతి, జూన్ 1980

అనువాదం : ఎమ్.ఎన్.ఎస్.గుప్త

శ్రీ గాయత్రీ శతకం

91. ***'సవితృ' శబ్దము నుండియే సంభవించె***
దివ్య 'సావిత్రి' మంత్రము భవ్యముగను
హృదయ మలరగ స్మరియింప ముదముగూర్చు
విశ్వ జనయిత్రి గాయత్రి వేదమాత

తా:– ఈ మంత్రమునందు పరమాత్మకు 'సవితృ' శబ్దము ప్రయోగింపబడినది. అనగా ఆయనకు 'సవిత' అని పేరు. ఈ మంత్రమునందున్న 'సవితృ' శబ్దమును బట్టే దీనికి 'సావిత్రి' అను పేరు కూడా వచ్చింది. ఇటువంటి దివ్యమైన మంత్రమును హృదయపూర్వకంగా జపిస్తే సంతోషము కలిగిస్తుంది సావిత్రీమంత్రం.

92. ***'స్వః' యని పలుక ఆ యమ్మ సంతసించి***
తనకు తానుగా వ్యాపించు మనసు నిండ
అట్టి తరుణాన మంత్రము హాయిగూర్చు
విశ్వ జనయిత్రి గాయత్రి వేదమాత

తా:– మంత్రంలో మూడవ వ్యాహృతియైన 'స్వః' యని పలుకగానే ఆ తల్లి సంతసించి తానే స్వయంగా సాధకుని మనసునంతా వ్యాపిస్తుంది. ఆ సమయాన సాధకునికి హాయిని కలిగిస్తుంది ఆయమ్మ.

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

అన్నీ నాకే తెలుసు అనే అహంకారం కూడదు

ఆదిశక్తి యొక్క లీలాకథలు - 33

ఉన్నత తలాలలోనికి ప్రవేశం

ఆదిశక్తి లీలాకథ సూత్రాలలో ఆధ్యాత్మిక ప్రక్రియలు మరియు మంత్రవిధానములతోపాటు తత్త్వజ్ఞాన రహస్యములు కూడా ఇమిడి ఉన్నాయి. అయినప్పటికీ శ్రీదుర్గాసప్తశతిలో వర్ణించబడిన లీలాకథ యొక్క ప్రతి శ్లోకం ప్రత్యక్షముగా మాతభవాని లీలలను రసరమ్యముగా అభివ్యక్తీకరిస్తాయనేది సత్యము. ఆ లీలలను సృజించిన శక్తి-సంతానము, భవాని భక్తులలో భక్తియొక్క మధురానుభూతిని మేల్కొల్పుతాయి. దీని పారాయణ, శ్రవణం మరియు మననములలో మనస్సు రమించినంతగా ఇతరమైన వాటిలో రమించకపోవటమేకాదు, అసలు స్పందించదు కూడా! కథా ప్రవాహముతోపాటుగా జగన్మాత వివిధ రూపాల భిన్నభిన్న ప్రతిబింబాలు అంతశ్చేతనలో ప్రకటీకరింపబడతాయి. ఆ ప్రాకట్యము ఎంత గాఢంగా ఉంటుందంటే సామాన్యమైన పారాయణ-సాధన ఎప్పుడు ధ్యాన-సాధనగా పరివర్తనం అయ్యింది అన్న విషయమే తెలియదు. మహిమామయి జగన్మాత యొక్క ఈరకమైన అనుభూతి ఎంత సుఖంగా ఉన్నప్పటికీ సాధనా క్రమములో ఇది కేవలము ద్వారమువంటిది మాత్రమే! సాధనా సత్యం యొక్క అనేక రహస్య ఆయామములున్న గర్భములోనే దీని రహస్యములన్నీ కూడా ఉంటాయి. అవన్నీ స్వయముగా ఆధ్యాత్మిక తత్త్వజ్ఞానం యొక్క ఉన్నత మరియు ఉత్కృష్ట స్వరూపమును ప్రకటీకరిస్తాయి.

ఆదిశక్తి లీలాకథ గతభాగములో ఈ సత్యమే వివరించబడినది. ఈ భాగములో ప్రథమ చరిత్రలోని ప్రథమాధ్యాయములోని నవమమంత్ర అంతర్భావము సుస్పష్టం చెయ్యబడింది. ఈ మంత్రములో చెప్పబడినదేమిటంటే 'రాజ్యాధికారము లాగివేసుకొన బడిన మీదట మహారాజు సురథుడు వేట మిషమీద అశ్వమును అధిరోహించి ఒంటరిగా దట్టమైన అడవి దిశగా సాగిపోయాడు. మహారాజు సురథుని ఈ వనగమనము అతని అంతశ్చేతనలో వివేకము యొక్క ప్రథమాంకురం. ప్రపంచము మరియు దాని మాయామరీచికల గతి-నడక విచిత్రమైనది, విలక్షణమైనది. అనేకమైన కష్టములు, అణచివేతలకు గురిచేసినప్పటికీ ప్రపంచము మరియు లౌకిక బంధము త్రెగిపోదు, మనిషిని వదిలిపెట్టదు. దారుణమైన బాధను పొందిన తరువాత సంసారబంధనాలను త్రెంచుకునే సమయం ఆసన్నమైనప్పుడు అకస్మాత్తుగా ఒక కెరటము ఎగసిపడి, అది తిరిగి చేతనను గట్టిగా ఒడిసిపట్టుకుంటుంది అని అనుభవజ్ఞులు చెప్తారు. ఆ అలల చేత తడిసిముద్దయిన భావనలు, తిరిగి మనస్సు మరియు జీవితము ఆ విషయమనే బురదలో కూరుకుపోయే విధంగా సాగుతాయి.

ఇందుచేత మహారాజుసురథుడు రాజ్యమును, నగరమును మరియు రాజభవనమును వదిలివెళ్ళుటకు వేట అనే సాకును చూపించవలసి వచ్చినది. రాజాసురథుడు వేటాడవలసిన అవసరమున్నది అన్నది నిజమే అయినప్పటికీ ఎక్కడో, ఏవో జంతువులను అడవిలో వేటాడటం కాదు, తనలో దాగి ఉన్న దుర్బల ప్రవృత్తులను, స్వీయచిత్తములో వేళ్ళూనుకుని పాతుకు పోయిన దూషిత కర్మసంస్కారాలను వేటాడాలి. ఈ వేట సామాన్యమైనది కాదు, సామాన్యమైన వేటగాడైతే వేటాడటానికి ఈవిధంగా అడవుల్లో తిరుగుతూంటాడు మరియు నిరర్థకంగా వన్యప్రాణులను అన్వేషిస్తూంటాడు. అతనికి నిజమైన భీషణారణ్యము యొక్క చిరునామా తెలియనే తెలియదు. అడవిలో తిరుగాడుతున్నప్పటికీ వేటగాడు నిజానికి అసలైన వనమునుండి దూరంగా అన్వేషిస్తూ ఉంటాడు. ఎందుకంటే రాజాసురథునివలె ఆత్మశక్తియనే అశ్వమున్నవారే నిజానికి ఈ వనములోకి ప్రవేశించగలరు. ఈ ఆత్మశక్తియనే అశ్వమునధిరోహించి చిత్తమనే దట్టమైన అరణ్యములోకి ప్రవేశించవచ్చును.

అయితే భావచేతనలో వివేకం ఉదయించినప్పుడు, వైరాగ్యము ప్రకాశించినప్పుడే ఇదంతా సంభవమౌతుంది. మహారాజు సురథుని విగతపుణ్యం మరియు తపోప్రభావంచేత అతనిలో ఈ వివేక-వైరాగ్య అంకురములు మొలకెత్తాయి. తద్వారా వాటి బలం ఆధారంగా అతను చెల్లాచెదరైన తన ఆత్మశక్తిని ఏకత్రితము గావించుకొని, ఆ ఆత్మశక్తి అనే అశ్వమును అధిరోహించి గహన చిత్తసీమలోకి కాలుమోపాడు. చిత్తము యొక్క పలు స్థితులను మరియు దాని విస్తీర్ణము గురించి ఆధ్యాత్మిక మరియు తాత్త్విక రీతిలో ఆలోచించినచో నిజముగానే చిత్తము ఒక దట్టమైన మహారణ్యమని తెలుస్తుంది. ఇందులో చెడుసంస్కారాల హింసాత్మక పశువులున్నట్లే, శుభసంస్కారాల సుఖప్రదమైన శీతల ప్రతిబింబాలు కూడా ఉంటాయి. వీటి విభిన్న వృత్తులు సమయానుసారం అంతులేనన్ని రూపాలను ధారణచేస్తాయి. సమర్థ సాధకులకే వాటి నిజస్వరూపమును గుర్తించుట కష్టము. అయితే నిజస్వరూపమును గుర్తించుట ఆవశ్యకమైన అంశము. ప్రతి సాధకుడు తన సాధనా

తొందరపాటు తగదు

యాత్రలో సమస్త ప్రపంచము మరియు ప్రాపంచిక శక్తులనుండి విముఖుడై కేవలము ఆత్మశక్తి భరోసాతో చిత్తము యొక్క దట్టమైన వనసీమలలోకి ప్రవేశించవలసి ఉంటుంది. సాధకుడు దట్టమైన చిత్తారణ్యములో ఎక్కడో అక్కడ సాధనకు విఘ్నాలను కలిగించి ఎదురుదెబ్బ తీసేందుకు సిద్ధమై ఉన్న సాధనా విఘ్నాలను వేటాడ వలసి ఉంటుంది.

సాధకుడు తన ఈ వేట అనే ప్రయాణములో లక్ష్యమును చేరుకుని విజయుడైనప్పుడు అతనికి సాధనలో ఇకముందు రాబోయే స్థాయి యొక్క ద్వారాలు తెరుచుకుంటాయి. పావనమైన లీలాకథ రాబోయే శ్లోకములో ఈ సాధనలోని రహస్యములు సుస్పష్టము చెయ్యబడినవి.

స తత్రాశ్రమమద్రాక్షీద్ ద్విజవర్యస్య మేధసః ।
ప్రశాన్తశ్వాపదాకీర్ణం మునిశిష్యోపశోభితమ్ ॥ (1/1/10)

అర్థము: సురథుడు వనములో ద్విజశ్రేష్ఠుడైన మేధాఋషి ఆశ్రమమును గాంచినాడు. ఆ ఆశ్రమమున హింసాప్రవృత్తి కలిగిన పశువులు తమ స్వాభావిక గుణమును త్యజించి పరమ శాంతభావముతో మెలగుతున్నాయి. మునియొక్క శిష్యులెంతో మంది ఆ వనశోభను ద్విగుణీకృతముచేస్తున్నారు.

ఆదిశక్తి లీలాకథ యొక్క ఈ మనోహరమైన శ్లోకమంత్ర ఆధ్యాత్మిక రహస్యం కూడా ఉత్కృష్టమైనది, మనోహరమైనది. వాస్తవానికి ఇది ఆధ్యాత్మిక సాధకుని సాధనాయాత్ర యొక్క ప్రథమ మజిలి. తన ప్రాయశ్చిత్తభాగమును పూర్తిచేసుకున్న విశేష సాధకులకే ఈ అనుభూతి కలుగుతుంది. ఈ లీలాకథను చదువుతున్న పాఠకులలో నిష్ఠాపూర్వకంగా సాధన చేస్తున్న సాధకులకు, ముఖ్యంగా తమ సద్గురువు కృపను పొందినవారికి, 'సాధన ప్రారంభదశలో ఉన్న ప్రత్యేకమైన సాధకులకు తమ జన్మజన్మాంతర నకారాత్మకకర్మను (negative karma) తప్పనిసరిగా తమ గాఢతమ సాధనాతలములో అనుభవించాల్సి వస్తుంది' అనే విషయం అవగాహన అవుతుంది. సమర్థ సద్గురువు తమ విశేష సాధకులకు సాధన ప్రథమచరణములోనే ఈ సదవకాశమును కల్పిస్తారు. అలా చేయనిచో ఈ నకారాత్మకకర్మ సాధకులను ఏదో ఒక ఉన్నత ఆధ్యాత్మికస్థితినుండి పతనోన్ముఖము గావిస్తుంది. పౌరాణిక సాహిత్యంలో ఇలాంటి పలు ఉదాహరణలు తారసిల్లుతాయి. విశ్వామిత్రమహర్షి అప్సరస మేనక ద్వారా పతనమైన కథ ప్రతి ఆధ్యాత్మిక జిజ్ఞాసువుకు సుపరిచితమే!

ఇందువలన సమర్థసద్గురువు తమ ప్రియశిష్యుడిని సాధనా సమయ ఆరంభములోనే అనేక సంకటములలోకి నెట్టివేసి మున్ముందుగా అతని గతజన్మల కలుషిత ప్రారబ్ధమును అనుభవించేలా చేసి అది సమసిపోయేలా చేస్తారు. ఎందుకంటే భావికాలములో ఎప్పుడూకూడా ఏవిధమైన పతనము యొక్క సవ్వడి వినిపించకూడదనే యోచనతోనే సద్గురువు ఇలా చేస్తారు. తదుపరాంతము సాధకుని అంతర్యాత్ర ప్రారంభమౌతుంది. సాధకుడు తన ఆత్మశక్తిని అధిరోహించి సాధనను ఆరంభిస్తాడు. ఈక్రమములో సాధకుడు తన చిత్తములో ఇంతవరకు పేరుకుని ఉన్న సాధనావిఘ్నాలనన్నింటినీ వేటాడతాడు. ఈ సాధనా పథములో శుభసంస్కారాల రహదారి అతనిని అంతర్ప్రజ్ఞ వరకు చేరుస్తుంది. సాధకుని తన ఈ అంతర్ప్రజ్ఞయే 'మేధాఋషి'. స్వీయ- అంతశ్చేతనలో ప్రతిష్ఠితమై ఉన్న తన ప్రియమైన సద్గురువు యొక్క చిద్ఘన చైతన్యస్వరూపమే మేధాఋషి. మహారాజు సురథ రూపుడైన జీవాత్మకు మేధా ఋషితో కలయిక ఆధ్యాత్మిక సాధన యొక్క ఉన్నతాధ్యాయములోకి కాలుపెట్టే ప్రథమచరణం. ఈ ఆధ్యాత్మిక ప్రకాశలోకములోకి సాధకుడు వేసే ప్రథమచరణం.

ఈ స్థితికి చేరుకున్నప్పుడే నిజమైన సాధన ఆరంభమౌతుంది అన్నది సత్యసమ్మతము. దీనికి ముందు కేవలము గతజన్మల కర్మానుభవం నడుస్తూ ఉంటుంది. ఈ పరిస్థితికి అర్థము "ఇక ఇప్పుడు సాధకుని అంతశ్చేతన చక్కదిద్దబడినది" అని. అంతేకాదు, తన ప్రియమైన సద్గురువు అంతర్యామిగా తన అంతశ్చేతనలోనే విరాజమానుడయ్యాడు అని. ఈ స్థితిలో సాధకుని అంతర్ వివేకము ప్రఖరతతో ప్రదీప్తమౌతుంది, ఉజ్జ్వలమౌతుంది. ఈ స్థాయిలో సాధకునికి తన ప్రశ్నలకు, జిజ్ఞాసలన్నింటికి సమాధానం స్ఫురిస్తుంది. ఈ అద్భుతస్థితిలో అన్నిరకాలైన అంతర్ విరోధములు సమాప్తమైపోతాయి. శుభమైన మరియు ప్రకాశ పూర్ణమైన ప్రవృత్తులన్నీ ఈ దివ్యావస్థలో అనంతానంతమవుతాయి, ప్రకాశిస్తాయి. ఇవే మేధాఋషి శిష్య సముదాయం. ఇతర గ్రంథాలలో ఈ మేధా మహర్షిని గూర్చి చెయ్యబడిన వర్ణనయే దేవీగాథలోకూడా చెయ్యబడినది. దేవీభాగవతములో 'సుమేధుడు' అనే నామముతో వర్ణించబడినాడు. బ్రహ్మవైవర్తపురాణములో 'మేధస్' అనే పేరున ఉటంకించబడినాడు. అయితే ఆధ్యాత్మిక సాధకుల అనుభూతిలో ఈయన 'అంతర్ప్రజ్ఞ'గా భాసిస్తారు. ఆ అంతర్ప్రజ్ఞ మరింత వికసించి 'ఋతుంభరాప్రజ్ఞ'గా పరిణమిస్తుంది. ఈ ఋతుంభరాప్రజ్ఞ ఉదయించగానే సాధకుడు సందేహములు మరియు ప్రశ్నలన్నింటినుండి విముక్తుడౌతాడు అనగా అతనికి సమాధానములు స్ఫురిస్తాయి. ఈ మంత్ర శ్లోకములో దాగిన ఈ దార్శనిక-ఆధ్యాత్మిక సత్యముతోపాటు దీనికి స్వీయమంత్రసాధన, విధానము కూడా ఉన్నది. అది క్రిందన ఇవ్వబడుతున్నది.

అసహనం, అశ్రద్ధ లక్ష్యాన్ని దెబ్బతీసే ప్రధాన శత్రువులు

సాధనా విధానము

వినియోగః ఓం అస్య శ్రీ "స తత్రాశ్రమమద్రా-క్షీద్" ఇతి సప్తశతీ దశమ-మన్త్రస్య శ్రీబ్రహ్మాఋషిః, శ్రీమహాసరస్వతీదేవతా, హ్రేం బీజం, ధర్మధారిణీశక్తిః, శ్రీభైరవీమహావిద్యా, సత్త్వగుణం, నేత్ర జ్ఞానేన్ద్రియం, ఆశా రసం, వాక్ కర్మేన్ద్రియం, మధ్యమ స్వరం, వాయుః తత్త్వం, శాన్తికళా, ద్రాం ఉత్కీలనం, క్షోభిణీ ముద్రా, మమ జ్ఞాన భక్తి వైరాగ్య క్షేమస్థైర్యాయురారోగ్యాభివృద్ధ్యర్థం శ్రీఆదిశక్తి మాతా గాయత్రీ రూపేణ యోగమాయా భగవతీ శ్రీమహాదుర్గా ప్రసాదసిద్ధ్యర్థం చ నమోయుత ప్రణవ వాగ్బీజ-స్వబీజ-లోమ-విలోమ పుటితోక్త దశమ మన్త్రజపే వినియోగః॥

న్యాసః

	కరన్యాసః	షడంగన్యాసః
ఓం ఏం హ్రేం	అంగుష్ఠాభ్యాం నమః	హృదయాయ నమః
నమోనమః	తర్జనీభ్యాం నమః	శిరసేస్వాహా
స తత్రాశ్రమమద్రాక్షీద్	మధ్యమాభ్యాం నమః	శిఖాయై వషట్
ద్విజవరస్య మేధసః	అనామికాభ్యాం నమః	కవచాయహుమ్
ప్రశాన్తశ్వాపదాకీర్ణం	కనిష్ఠికాభ్యాం నమః	నేత్రత్రయాయ వౌషట్
మునిశిష్యోపశోభితమ్	కరతలకరపృష్ఠాభ్యాం నమః	అస్త్రాయఫట్

ధ్యానం

ఘణ్టాశూలహలాని శఙ్ఖముసలే చక్రం ధనుః సాయకమ్ ।
హస్తాబ్జైర్దధతీం ఘనాన్తవిలసచ్ఛీతాంశుతుల్య ప్రభామ్ ॥
గౌరీదేహసముద్భవాం త్రిజగతామాధారభూతాం మహా ।
పూర్వామత్ర సరస్వతీమనుభజే శుమ్భాదిదైత్యార్దినీమ్ ॥

మంత్రం

ఓం ఏం హ్రేం నమః
స తత్రాశ్రమమద్రాక్షీద్ ద్విజవర్యస్య మేధసః ।
ప్రశాన్తశ్వాపదాకీర్ణం మునిశిష్యోపశోభితమ్ ॥
నమో హ్రేం ఏం ఓం ॥ ॥ 10 ॥
1000 జపాత్ సిద్ధిః తిలఘృత హోమః ।

గాయత్రీమహామంత్రజప - 10,000, గాయత్రీ విధానేన దశాంశ హోమః । గాయత్రీమహామంత్రజపం 10,000 చెయ్యాలి. గాయత్రి విధానమును అనుసరించి నువ్వులు, నెయ్యిని కలిపి అందులో పదవవంతు హోమము. 10 మాలల గాయత్రి, 1 మాల సప్తశతీమంత్రము । ఈవిధంగా పదిదినములు అనుష్ఠించి, ఆ తరువాత ప్రతివొక్కదానికీ దశాంశముతో ప్రత్యేక హవనము చేయాలి.

ఆధ్యాత్మిక ఫలశృతి : అంతర్‌ప్రజ్ఞ జాగరణ

లౌకిక ఫలశృతి : కష్టకాలములు, సంకటములలో సరియైన, పరిష్కారమును సూచించే మార్గదర్శకుడు లభించుట.

గాయత్రీమంత్రముతోపాటు సమన్వితమైన ఈ సప్తశతీమంత్ర సాధన ప్రభావము, పరిణామము ఆశ్చర్యము గొలిపేది. ఈ సాధనలో అన్నింటికంటే మహత్వపూర్ణమైన విషయము ఏమిటంటే - దుఃఖములు, సంకటములు, కష్టములు ఆసన్నమైనప్పుడు తన వారు అనుకునే వారందరూ తనను విడిచిపెడతారు, అలాంటి సమయములో కూడా దయామయి అయిన మాత అంతః ప్రేరణగా నిలుస్తుంది లేదా ప్రత్యక్ష సమాధానమునందించే సమర్థ మహామానవుల రూపములో ప్రకటితమై ఎదుట నిలుస్తుంది. మాతను ఆర్తిభావనతో ఎలుగెత్తి పిలవటమే సాధకుని పని. గాయత్రీ మంత్రము మరియు సప్తశతీమంత్ర సమన్విత సాధనను నిరంతరము చేస్తూ ముందుకు సాగాలి. స్వయముగా మాతయే మిగిలిన విషయములను సంబాళిస్తుంది. 'తన సంతానము కొరకు భగవతి కోశాగారము ఎల్లవేళలా సమృద్ధిగా ఉంటుంది మరియు దయ నిరంతరము వర్షిస్తూ ఉంటుంది' అనే సత్యమును మాతయందు, ఆధ్యాత్మికతయందు విశ్వాసము, నమ్మకమున్న వారు తమ సాధనను చేస్తున్నప్పుడు అనుభూతి చెందుతూనే ఉంటారు. పలుమారులు ఈ సాధన యొక్క పరిణామం మనః స్థితి మరియు పరిస్థితి అను రెండింటిలోనూ దృగ్గోచరమౌతుంది.

- అఖండజ్యోతి, ఫిబ్రవరి 2013

అనువాదం: శ్రీమతి లక్ష్మీరాజగోపాలు

భక్తి ప్రభావం

దయానంద సరస్వతికి అమీచంద్ర అనే శిష్యుడు ఉండేవాడు. అతను చక్కగా పాటలు పాడుతాడు. తబలా వాయిస్తాడు. కాని అతనికి త్రాగుడు అలవాటు ఉన్నది. ఇతర శిష్యులు "ఇతడిని మీ వద్ద ఉండనీయకండి. ఇతని వల్ల మనందరి గౌరవం మంటగలుస్తుంది" అన్నారు. అందుకు స్వామి దయానంద - "ఇంతకు ముందు పొట్ట కొరకు, వినోదం కొరకు పాడేవాడు. ఇప్పుడు మనతో కలసిన తరువాత భగవంతుడి గురించి పాటలు పాడుతున్నాడు. ఇతను మారతాడు" అన్నారు. సరిగ్గా అలాగే జరిగింది. భక్తి గీతాలు పాడుతూ పాడుతూ అతను మారిపోయాడు. త్రాగుడు మానేశాడు.

- ప్రజ్ఞాపురాణం నుండి

కష్టాల కొలిమి నుండే మేలిమి బంగారం పుట్టుకొస్తుంది

బోధకథ

అపరిగ్రహం

"మీ ప్రశ్న ఏమిటి? దానిని వినిపించండి" అన్నారు.

ఆ దానపత్రాన్ని తీసుకుని విద్వాంసుల బృందం మహా పండితుడు ఆచార్య దేవరాతుని ఆశ్రమానికి వచ్చి, ఆయన పాదాల వద్ద దాన్ని ఉంచినప్పుడు అదొక వ్రాతమూలకమైన ప్రశ్న అని, విద్వాంసులు దానిని తనముందు ఉంచుతున్నారని ఆయన భావించారు. అందువల్ల ఆయన వారిని పై విధంగా ప్రశ్నించారు.

"ఇది ప్రశ్న కాదు. మీ కుటుంబ నిర్వహణ కోసం మహారాజు భూమిని దానం చేశారు. ఆ దాన పత్రం ఇది" అని విద్వాంసులంతా వినయంగా చెప్పారు.

"రాజ్యానికి ఆశ్రయం ఇచ్చే బ్రాహ్మణుడు రాజాశ్రయంలో ఉండడమా?"

అంటూ ఆచార్యులు ఒక్కసారిగా లేచి నిలబడ్డారు దానపత్రం క్రింద పడిపోయింది. ఆయన చాప చుట్టి చంకలో పెట్టుకుని కమండలం చేతిలోకి తీసుకున్నారు". ఇక్కడి పాలకునికి ధన గర్వం పెరిగిపోయింది. మనం ఇక్కడి నుంచి వెళ్ళిపోదాం" - అంటూ భార్యను పిలిచారు.

సహధర్మచారిణికి ఆ కుటీరం నుండి వెంట తీసుకువెళ్ళ వలసింది ఏముంది? ఆమె తాను కట్టుకున్న పాతచీత కొంగును తలకు కప్పుకున్నది. గుమ్మం నుండి బయటకు వచ్చి నిలబడింది.

"నన్ను క్షమించండి. ఈ అపరాధం నావల్ల జరగలేదు." అంటూ అవంతి మహారాజు భోజుడు చెట్లచాటు నుండి వెలికివచ్చి, తల వంచి ఆచార్యునికి ప్రణామం చేసి నిలబడ్డాడు. ప్రజలంతా ఆరాధించే ఆచార్యుడు వెళ్ళిపోతే ప్రజలు కోపగిస్తారని అతడికి తెలుసు. అతడికి ఆచార్యునిపట్ల ఎంతో గౌరవం ఉంది.

"ఈ అపరాధం మా వల్లనే జరిగింది. మేమే మహారాజును అర్థించాం" అని విద్వాంసులంతా చేతులు జోడించి విన్నవించారు.

"బ్రాహ్మణుడు ధనం అడగడమా?"

అంటున్న ఆచార్యుని ముఖంలో ఒక్క క్షణం క్రోధ రేఖ కనిపించింది. అయితే మరుక్షణంలోనే ఆయన నిగ్రహంతో నిండిన స్వరంతో "మీరంతా అతిథులు" అన్నారు. కుటీరం లోపలికి వెళ్ళవలసిందిగా భార్యకు సంజ్ఞ చేశారు. చాపను శిలపై పరుస్తూ ఆయన వారందరితో ఇలా అన్నారు.

"మీరంతా అపరిగ్రహాన్ని దారిద్ర్యంగా పరిగణించడం దురదృష్టకరం. నిజానికి ఈ అపరిగ్రహం మనిషి మనిషికి మధ్య ఉన్న విశ్వాసానికి శిఖరాగ్రం. బ్రాహ్మణుని జీవితం ఈ అపరిగ్రహానికి చరమ స్థితి. సంగ్రహం (కూడా బెట్టడం) అంటే తాత్పర్యం తనపై తనకు విశ్వాసం లేకపోవడం, సమాజంపై విశ్వాసం లేకపోవడం, భగవంతునిపై విశ్వాసం లేకపోవడం. దాని ఫలితాలు తనను తాను విభజించుకోవడం, సమాజంలో వేర్పాటు ధోరణులు. ఈ వేర్పాటు రేఖలు సమాజాన్ని నీరసింపజేస్తాయి. జీవితం ప్రమాదాలతో, తీవ్రవాదాలతో నిండిపోతుంది. మీరంతా బ్రాహ్మణులై ఉండి కూడా, కాశీకి చెందిన ప్రముఖ విద్వాంసులై కూడా వ్యక్తిగత సుఖం కోసం ధనాన్ని యాచించడం నాకు బాధ కలిగిస్తోంది. మీరు బ్రాహ్మణులై ఉండికూడా బ్రాహ్మణత్వంలోని కీలకాన్ని తెలుసుకోకపోవడం నాకెంతో వ్యధను కలిగిస్తోంది"

అంతా మౌనం వహించారు. ఆ నిశ్శబ్దాన్ని భంగపరుస్తూ ఆచార్యులు ఇలా అన్నారు. "బ్రాహ్మణుడు వ్యక్తి కాదు, ఒక సంస్థ. బ్రాహ్మణులు ఏదో ఒక వర్ణంలో జన్మించిన వ్యక్తులు కారు. బ్రాహ్మణత్వం మహత్తరమైన కర్మకు ఆదర్శం. సమాజం అనే శరీరంలో బ్రాహ్మణత్వం రక్తనాళ వ్యవస్థ. ఈ వ్యవస్థ దెబ్బతింటే మిగతా అవయవాలన్నీ సవ్యంగా కనిపించినా వికలం అయిపోతాయి. సాంస్కృతిక సంవేదన అనే ప్రాణశక్తిని అందించే రక్తనాళ వ్యవస్థ నాశనం అయితే, సమాజం మొత్తం దెబ్బతింటుంది.

అందరూ తలలు వంచి నిలబడ్డారు. ఈ మహాతపస్వి యొక్క అపరిగ్రహాన్ని దారిద్ర్యంగా తాము పరిగణించిన విషయంలో ఇంతటి మహా రహస్యం ఉన్నదని వారికి ఏమి తెలుసు? ఆచార్యుల వాణి ఇంకా ఇలా కొనసాగింది.

"బ్రాహ్మణులారా! మిమ్మల్ని మీరు తెలుసుకోండి. మీ ధనం పొలాలు, నాణెములు, పత్రాలు కాదు. మీ ధనం తపస్సు, విద్య" ఆచార్యులు ఇలా చెప్తూ ఆ దానపత్రాన్ని చించివేస్తున్నారు. దాని ముక్కలు గాలిలో ఎగురుతున్నాయి.

"నేను నా జీవితమంతా ఈ బ్రాహ్మణత్వాన్ని సాధన చేశాను. ఇదే నా తేజస్సుకు, నా శక్తికి మూలాధారం"

ఆచార్యులు చెప్పిన ఈ మాట కాశీ పండితులను ఆశ్చర్య

ఎవరేమి చెప్పినా గుడ్డిగా నమ్మేయకూడదు

చకితులను చేసింది. ఆచార్య దేవరతుని శక్తికి కీలకం ఏమిటో తెలుసుకోవాలనే ఉద్దేశ్యంతో వారు ఆశ్రమానికి వచ్చారు. ఇప్పుడు సిగ్గుపడసాగారు.

మరో ప్రక్క ఆచార్యులు ఇలా చెప్పుకుపోతున్నారు. "నా పని భూర్జ పత్రాలపై ఏవో కొన్ని అక్షరాలు వ్రాయడానికి పరిమితం కాలేదు. నేను ప్రజల మనస్సులను కలిపాను".

ఆ పండితులలోని ఒక వయోవృద్ధుడు ఏదో విధంగా మాట పెగలించుకుని ఇలా అన్నాడు.

"ఆచార్యవర్యా! క్షమించండి ఇక నుంచి మేము మీ ఆదర్శం ప్రకారం జీవించడానికి కృషి చేస్తాం. మీ కార్యానికి మూలం ఏమిటో, కీలకం ఏమిటో మాకిప్పుడు తెలిసింది".

ఆచార్యులు ఇలా అన్నారు. "ఇది నా ఆదర్శం కాదు. నా స్వంతపని కాదు. ఇది మహర్షుల సనాతన ఆదర్శం. ఆర్య భూమిలో వికసించిన మహత్తర సంప్రదాయం. బ్రాహ్మణుడుగా జీవించే, బ్రాహ్మణత్వాన్ని ఇతరులకు అందించే గౌరవమయ పరంపర. మీలో ప్రతి ఒక్కరూ సమాజం యొక్క రక్తనాళ వ్యవస్థలోని ఒక సజీవ రక్తనాళంగా రూపొందాలి. చీలిక మొదట మనసులో వస్తుంది. ఆ తర్వాత అది కుటుంబాన్ని విభజిస్తుంది. ఈ విభజన ఒక తల్లి రక్తం పంచుకుని పుట్టిన వ్యక్తుల మధ్య వేర్పాటును, విద్వేషాన్ని, శతృత్వాన్ని సృష్టిస్తుంది. దీన్ని అంతం చేసే సామర్థ్యం దేవసంస్కృతిలోని సిద్ధాంతాలలో ఉన్నది. ఈ సిద్ధాంతాలను ఆచరించి ఆచరింపజేసే బాధ్యత విద్య, తపస్సుల సంపద కలిగిన బ్రాహ్మణులపై ఉన్నది."

మహాకాలుని దూత అయిన ఆచార్య దేవరతుడు చేసిన ఈ ఉద్బోధ యుగసంధి సమయంలో సముచిత పాత్రను నిర్వహించాలని కోరుకునే వారికి ఒక పిలుపు. ఋషి సంస్కృతిని విస్తరించే వ్యక్తులకు ప్రాణం పోసే సంజీవని.

★★★

పట్టువదలని విక్రమార్కుడు

స్కాట్‌లాండ్ దేశపు రాజు బ్రూస్. ఆయన తన శత్రురాజుతో ఆరుసార్లు యుద్ధం చేసి ఓడిపోయాడు. ప్రతిసారి విజయం కొరకు ప్రయత్నించాడు కాని అపజయం తప్ప మరేమి సాధించలేకపోయాడు.

6వసారి యుద్ధంలో ఓడిన తరువాత ఎంతో నిరాశతో, దీనంగా తన ప్రాణరక్షణ కొరకు ఒక పాడుబడిన గుహలో దాగి ఉండిపోయాడు. నానారకాల ఆలోచనలతో అతని మస్తిష్కం వేడెక్కిపోయింది. నా భాగ్యంలో విజయం లభించేది వ్రాసిలేదని, ఆలోచనలతో ఉండిపోయాడు.

ఈ ఆలోచనలతో నిండి దిగులుగా ఉన్న సమయంలో, ఎందుకో మామూలుగా, గుహపైకి అతని దృష్టి మళ్ళింది. పైన ఒక సాలె పురుగు దారాలతో గూడును అల్లే పనిలో ప్రయత్నిస్తుంది. ఎన్నిసార్లు ప్రయత్నించినా ప్రతిసారి విఫలమవుతూనే ఉన్నది. అది నిర్మించే గూటిదారం ప్రతిసారి తెగిపోతూనే ఉంది. రాజు దాని ప్రయత్నాన్ని కుతూహలంతో గమనిస్తూ ఉన్నాడు. ఆరుసార్లు ఆ పురుగు ప్రయత్నాలు విఫలమయ్యాయి. కాని ఆ తరువాత 7వసారి దాని ప్రయత్నం ఫలించి గూటిని సంపూర్ణంగా నిర్మించుకోగలిగింది.

చూస్తున్న బ్రూస్‌గారి మదిలో ఒక క్రొత్త భావన తళుక్కున మెరిసింది. ఈ సాలె పురుగు 7వసారి తన ప్రయత్నంలో విజయం సాధించగాలేనిది, నేను కూడా మరొక్కసారి ప్రయత్నించి నా శత్రువుతో పోరాడి ఎందుకు విజయం పొందలేను అని దృఢమైన సంకల్పం హృదయంలో స్థాపించుకొన్నాడు. ఆయన ఈసారి గొప్ప సైన్యాన్ని సమీకరించుకొని ద్విగుణీకృత ఉత్సాహంతో శత్రువుమీద దాడిచేశాడు. ఈ 7వసారి యుద్ధంలో నిజంగానే ఆయనకు విజయం ప్రాప్తించి, తను పోగొట్టుకున్న రాజసింహాసనాన్ని తిరిగి చేజిక్కించుకోగలిగాడు.

మనలో కూడా ఎంతోమంది తాము చేయు పనులలో ఆటంకాలు ఎదురైనప్పుడు ఒకటి, రెండుసార్లు ప్రయత్నించి సఫలం లభించక నిరాశ చెంది తమ ప్రయత్నాలను విరమించుకొంటారు. ఎవరికైతే తమ ప్రయత్నంలో అనేకసార్లు నిరాశలు ఎదురైనా వాటిని అధిగమించి తమ ధ్యేయమార్గం మీద ముందుకు సాగుతారో, వారిని విజయం తప్పక వరిస్తుంది.

– అఖండజ్యోతి, నవంబర్ 1941

ఆత్మవిశ్వాసంతో అడుగు ముందుకు వెయ్యాలి

ప్రగతి బాటలో ఉన్నామనే భ్రమతో కోరికలకు బానిసలు కాకూడదు

ప్రగతిశీలత అనేది పరశువేది వంటిది

ప్రగతి సాధించాలనే ఆకాంక్ష, కోరికలను తీర్చుకోవాలనే తపన అనేవి సామాన్యంగా చూస్తే ఒకలాగే కనిపిస్తాయి. తరచి చూస్తే ఈ రెండింటిమధ్య భూమ్యాకాశాల మధ్య ఉన్నంత వ్యత్యాసం ఉంటుంది. ప్రగతి వల్ల వ్యక్తిత్వం తయారౌతుంది. ప్రతిభ పదునౌతుంది. యోగ్యత అనేది లభిస్తుంది. అంటే శరీరము, మనస్సు, కర్తృత్వము, స్వభావములు ఆరోగ్యకరంగా, పవిత్రంగా వికసిస్తాయి. ఇదే నిజమైన ప్రగతి. దీనివల్లనే మానవుడు ప్రపంచంలో కోరిన సంపదలు, ధనం సంపాదించగలిగే సామర్థ్యము, చేపట్టిన పనిలో విజయం సాధించడం, కుశాగ్రబుద్ధి, ఆకర్షణీయమైన వ్యక్తిత్వం, పదోన్నతి, సంబంధీకులందరితోను స్నేహసంబంధాల వంటి ఎన్నో సిద్ధులు పొందగలుగుతాడు.

తీక్షణమైన వ్యక్తిత్వమే సాహసోపేతమైన అడుగులు వేసేందుకు ధైర్యాన్నిస్తుంది. ఆశ్చర్యకరమైన ఫలితాలను అందిస్తుంది. ఎవరు ఈ ప్రగతి అనే పరశువేదిని అందిపుచ్చుకుంటారో వారే జీవితాన్ని సుఖంగా గడిపి విజయాలను, సంపదలను పొందగలుగుతారు.

వ్యక్తిత్వవికాసం కలిగితేనే బైటనుండి వచ్చే సంపదలు, విజయాల వల్ల లాభం కలుగుతుంది. వారసత్వంగా వచ్చిన సంపద అవినీతి మార్గంలో వచ్చినదైతే దానిని నిలుపుకోవడం చాలా కష్టం. ఒకవేళ నిలిచినా తద్వారా ఎదురయ్యే కష్టాలను ఎదుర్కోవడం కంటే అపజయాలను స్వీకరించి నిర్ధనునిగా (డబ్బు లేనివాడిగా) మిగిలిపోవడమే మేలు అని అనిపిస్తుంది.

తీక్షణమైన వ్యక్తిత్వము వల్లనే అనేక భౌతిక, ఆత్మిక సంపదలు కలగడం మరియు వాటిని ఉపయోగించడం అనేది సాధ్యమౌతుంది. ఆ స్థితిలోనే వైభవం వల్ల లాభం కలుగుతుంది. వ్యక్తిత్వహీనులైతే లభించిన వైభవాన్ని దుర్వినియోగపరచి తమకు, ఇతరులకు కూడా హానిని, దుఃఖాన్ని కలుగచేస్తారు. సంస్కరించబడిన శరీరము, మనస్సు ఆధారంగా వ్యక్తిత్వ నిర్మాణం చేయడంలో విజయం సాధించగలగడమే అసలైన ప్రగతికి నిర్వచనం.

ప్రగతి అనే భ్రమతో దారి తప్పడం

తీవ్రమైన కోరికల వల్ల మత్తుపదార్థాలకు బానిసైన వారికి ఉండేలాంటి మానసిక స్థితి ఏర్పడుతుంది. కోరికలు అనంతమైనవి. పరిస్థితులు, యోగ్యతలు, సాధనాలను దృష్టిలో ఉంచుకోకుండా ప్రజలు నేలనుండి నింగికి (ఆకాశానికి) నిచ్చెన వేయాలన్నంత హద్దులు లేని కోరికలను పెంచుకుంటారు. ఏదో ఒక మార్గంలో ఆ కోరికలను తీర్చేసుకోవాలని తహతహలాడుతుంటారు. అవి తీరకపోతే వారియందు భయంకరమైన ఉద్విగ్నత పెరిగిపోతుంది.

కోరికలను ఒక ప్రణాళిక ప్రకారం తీర్చుకోవాలి. మానసిక సంతులనమును కోల్పోకుండా, ధైర్యముతో మనకు కావలసిన అవకాశము, సాధనాలు వచ్చేంతవరకు శ్రమపడుతూ ఉండాలి. ఈ క్రమంలో కొంత ఆలస్యం జరగవచ్చు, ఆటంకాలు ఎదురు కావచ్చు, కొంత సమయం కూడా పట్టవచ్చు. కామనాగ్రస్తులు మాత్రం ఇలా ఎదురుచూసే ఓర్పులేక, ఆ తొందరలో కావలసిన దాన్ని ఏదో విధంగా సాధించుకోవాలనే ప్రయత్నంలో చేయకూడని పనులు చేసి సమస్యలను, ఆపదలను కొని తెచ్చుకుంటారు. సమయం కోసం ఎదురుచూడకుండా ముందుకు పోవాలనే ఆకాంక్షతో కూడిన ఇటువంటి స్థితినే కోరిక అంటారు. ఇది ప్రగతికి కాదు తిరోగమనానికి చిహ్నం.

ఏషణల ఉన్మాదము

ప్రగతిని సాధించాలనే తపన, కోరిక రెండూ చూడడానికి ఒకే మానసికస్థితివలెనే అనిపిస్తాయి. రెండింటికీ ప్రారంభంలో ఉత్సాహంగానే ఉంటుంది. కానీ నిజానికి వాటి రెండింటివి రెండు వేర్వేరు దిశలు, పరిణామాలు కూడా వేరువేరుగా ఉంటాయి. భౌతికమైన కోరికలు, సామర్థ్యాన్ని అభివృద్ధిపరచుకునేందుకు, మనోవాంఛలను అప్పటికప్పుడు పూర్తి చేసుకునేందుకు తహతహలాడుతుంటాయి. ఆధ్యాత్మిక పరిభాషలో వీటినే ఏషణలు అంటారు. వీటిలో 1) పుత్రేషణ 2) విత్తేషణ 3) లోకేషణ అనేవి ముఖ్యమైనవి. తేలికైన భాషలో వీటినే పుత్రులు కావాలనే కోరిక, ధనం, కీర్తికాంక్ష అని కూడా చెప్పవచ్చు. ఉచితమైన, న్యాయమైన మార్గములో అవసరమైన మేరకు వీటి ఆవశ్యకత ఉన్నది. కానీ ఇనుమడించిన కోరికల వల్ల మనిషికి ఏదోవిధంగా కావలసినవి పొందాలనే వ్యాకులత మొదలౌతుంది. సరైన మార్గంలో, సరైన సమయంలో సరిగ్గా శ్రమపడితే మన పాత్రతకనుగుణంగా ఒక నియమిత పద్ధతిలో అన్ని పనులు పూర్తవుతాయి. కానీ మనిషి త్వరపడి అవాస్తవ ప్రపంచంలో తిరుగాడుతూ ఉంటాడు. అతను పిల్లలవలె హాస్యాస్పదమైన ప్రణాళికలు వేస్తూ ఇంకా ఊబిలోకి కూరుకుపోతూ, ఎదురు దెబ్బలు తింటుంటాడు. అవినీతి, అనుచిత మార్గమును అనుసరించేందుకు కూడా అతను వెనకంజవేయడు. ఏషణల

ధైర్యవంతుడిని సంపదలు వరిస్తాయి

విషయంలో మనిషి పొందేది తక్కువ, పోగొట్టుకునేది ఎక్కువ. అందుచేతనే తత్త్వవేత్తలు వీటిని ప్రమాదకరమైనవని, అవాంఛ నీయమైనవని చెప్పారు.

త్వరితగతిని ధనవంతులు కావాలనే తాపత్రయంలో జూదం, దొంగతనం, నమ్మకద్రోహం, పీడించడం, మోసం చేయడంవంటి ఎన్నో అపరాధాలు చేయక తప్పదు. కామవాసనలనే బట్టీలో కాలిపోతున్న వాడికి చెల్లెలు, మేనకోడలు, కూతురు అనే వరసలు కనిపించవు. అతను ఆరోగ్యము, కీర్తి, నిజాయితి అన్నీ కోల్పోయి గ్రుడ్డిగొఱ్ఱెవలె జీవిస్తూ ఉంటాడు. ఇక అతను పోగొట్టుకోవడమే తప్ప పొందేది ఏమున్నది? కానీ ఆ విషయం కూడా అతనికి అర్థంకాదు. కొండంత పొందాలని తాపత్రయపడినా కూడా గోరంత కూడా పొందలేకపోగా అశాంతితో రగిలిపోతుంటాడు.

ఇదే విధంగా తేలిగ్గా కీర్తిని పొందాలనుకునే లోభి రకరకాల ఆలోచనలు చేస్తూ నాయకత్వం కోసం పరితపించిపోతాడు. వారు ఎప్పటికప్పుడు ప్రజల ముందుకు వెళ్ళాలని ప్రయత్నిస్తూ ఉంటారు. అలంకారాలు, ఫ్యాషన్‌లు, ఆడంబర ప్రదర్శనలతో తమ గొప్పను చాటుకుంటూ హడావిడి చేస్తారు. ఇలా మోస గించడంలోనే సమయం, ధనం రెండూ వృథా అయిపోతుంటాయి. ఇటువంటివారు పెద్దపెద్ద విందులలో, వివాహాలలో, వేడుకలలో డబ్బును నీళ్ళలాగా ఖర్చుచేస్తుంటారు.

ప్రజలు వారిని ధర్మాత్ములుగా అర్థం చేసుకోవాలని తీర్థయాత్రలు చేయడం, కోతులకు అరటిపండ్లు పంచడం, పావురాళ్ళకు ధాన్యం వేయడం లాంటివి చేస్తుంటారు. ఖ్యాతి పొందాలనే స్వార్థంతోనే దానం చేస్తారు. రాళ్ళు వేయించి వాటిపై తమ పేర్లు చెక్కించు కోవడంవంటి నిరర్థకమైన పనులకు చాలా డబ్బు ఖర్చు చేస్తారు. ఇలాంటి పనులు చేస్తే ప్రజలు వారి వైపు కన్నెత్తి కూడా చూడరు. ఎందుకంటే అందులో వారి దానశీలత కనిపించదు.

రాబోయే రోజుల్లో సినిమాలలో తమ రూపాలు చూసుకోవచ్చని, తమ గొంతును అందరికీ వినిపించవచ్చనే భ్రమలో విద్యావంతులైన అమ్మాయిలు, అబ్బాయిలు తమ శీలమును, భవిష్యత్తును నాశనం చేసుకుంటుంటారు. ఇదంతా లోకేషణ (కీర్తికాంక్ష) అనే పిశాచి యొక్క మాయాజాలమని అర్థం చేసుకోవాలి. అది ప్రతిభావంతులైన ఆదర్శవాదులను ఎదగనీయకుండా మృగతృష్ణల వెంట పరిగెత్తేలా చేస్తుంది. వారి బుద్ధిని పెడత్రోవ పట్టిస్తుంది.

ధనము, కోరికలు, కీర్తి పట్ల ఉండే తీవ్రమైన ఆకాంక్ష వారిని నిలువనివ్వకుండా వ్యాకులపాటుకు గురిచేస్తుంది. వీరు చూసేందుకు పురుషార్థ పరాయణతకు, ప్రగతిశీలతకు చిహ్నాలుగా కనిపిస్తారు. కానీ అది వాస్తవం కాదు. ఇది మాదకద్రవ్యాలవలె ఒక విధమైన మత్తును కలుగచేసి కోరికలను తీర్చుకోమని లాగుతుంటుంది. వ్యక్తి యొక్క భౌతిక ఆకాంక్షలు, అతని కోరికలు, అభిలాషలు ఎంతగా నియంత్రించలేకపోతే అంతగా అతను అధైర్యము, అవివేకము, అశాంతికి, అనైతికతకు గురై ఒక రకమైన ఉన్మత్తావస్థను పొందుతాడు.

నిజమైన ప్రగతిని సాధించండి

మనం కోరికలకు లోబడకుండా ప్రగతి పథంలో ముందుకు పోవాలి. ప్రతిభను పెంచుకునేందుకు ధైర్యము, శ్రమతో కూడిన సంతులిత మానసికస్థితిలో చేసే సాధన మన వ్యక్తిత్వమును తీర్చిదిద్దుతుంది. ఆ ఆంతరిక ఉన్నతి ఆధారంగా ఏదో ఒక దిశలో చిరస్థాయిగా నిలిచిపోయే ఉన్నతస్థితిని పొందేంత సామర్థ్యమును పొందగలగడం సులభమౌతుంది. ప్రపంచంలో ఉన్న సాఫల్యాలన్నీ పొందాలంటే అందుకు ఆధారమైన సద్గుణ సంపత్తిని తప్పనిసరిగా పెంపొందించుకోవాలి. ఆనందమనేది కోరికలలో లేదు. నవ్వుతూ నవ్విస్తూ ఉండే మానసిక ప్రవృత్తిలో ఉంది. అప్పుడు అడుగడుగునా ఉల్లాసము పొంగి పొరలుతుంటుంది. మానవుడు కీర్తి కోసం చేసే అత్యల్ప ప్రదర్శనలకు దిగజారక మహనీయులు నడిచిన దారిలో నడిచేందుకు అవసరమైన సాహసమును కూడదీసుకోవాలి. అప్పుడే వాస్తవమైన, చిరస్థాయిగా నిలబడి ఉండే శ్రద్ధ పొందేందుకు వీలౌతుంది. ఆ శ్రద్ధను స్వల్పమాత్రంగా నైనా ఎవరైనా అనుకరిస్తే వారు కీర్తివంతులౌతారు.

- ప్రజ్ఞా అభియాన్ 01.12.2012

అనువాదం : శ్రీమతి వల్లీశ్రీనివాస్

గాంధీజీ

1936వ సంవత్సరంలో అస్పృశ్యతా నివారణార్థం గాంధీజీ దేశమంతటా తిరుగుతూ ఒరిస్సాలోని ఒక గ్రామంలో బస చేశారు. ఒక పెద్ద పండితుల సమూహం వీరి వద్దకు వచ్చి శాస్త్రార్థాలను తెలుపమంటూ ప్రశ్నించింది. వారు శాస్త్రాలు అస్పృశ్యతను సమర్థిస్తున్నాయని వాదించారు. బాపూజీ పండితులను సగౌరవంగా కూర్చుండబెట్టి, అయ్యలారా! నేను శాస్త్రాలు చదవలేదు. కాబట్టి మీ ముందు ఓటమిని ఆనందంగా అంగీకరిస్తాను. కానీ, విశ్వంలోని సమస్త శాస్త్రాలు ఏకమైనా సరే మానవీయ ఐక్యతను కాదనలేవు, అబద్ధమని నిరూపించనూ లేవు. కాబట్టి ఇదే నా ధర్మం. ఈ నా ధర్మం పట్ల, ధార్మిక సిద్ధాంతాల పట్ల జీవితాంతం స్థిరంగా ఉంటాను అని పలికారు. వీరి అచంచల విశ్వాసానికి పండిత మండలి నిశ్చేష్టులై వెనుకకు తిరిగి వెళ్ళక తప్పలేదు.

- ప్రజ్ఞాపురాణం నుండి

పిల్లల అభిరుచులను ప్రోత్సహించాలి

కఠోపనిషత్తు-2

ప్రథమ అధ్యాయం-ప్రథమ వల్లీ

(2013 జనవరి సంచిక తరువాయి...)

మంత్రము 1 :

ఓం ఉశన్హవై వాజశ్రవసః సర్వవేదసం దదౌ ।
తస్య హ నచికేతా నామ పుత్ర ఆస ॥

భావము: వాజశ్రవసుడు అను ముని విశ్వజిత్ అను పేరుగల యాగమును చేసెను. యాగఫలమును పొందకోరి తన ధనము అంతటిని దానము చేసెను. ఆ మునికి నచికేతుడను పుత్రుడు కలడు.

కఠోపనిషత్తు ఎటువంటివారికి ఉపయోగపడుతుంది?

కఠోపనిషత్తు ఎటువంటి వారికి ఉపయోగపడుతుంది? అని చెప్పే మొదటి మంత్రము ఇది. ఈ ఉపనిషత్తు సంపూర్ణ ఆస్తిని దానము చేసిన వ్యక్తికి ఉపయోగపడుతుంది. 'నేను' అందరి యందు దర్శించుటకోసమై మనము 'నాది' అనబడేదాన్ని దేన్నయినా సరే ఇతరులకు సమర్పణ బుద్ధితో ఇవ్వవలసి ఉంటుంది. ఇది బ్రహ్మవిద్యోపాసన కనుక, మొదటి ఉపాసనగా, తనకున్నటువంటి సమస్తం ఈ వాజశ్రవసుడు అనే వ్యక్తి అందరికి ఇచ్చేస్తున్నాడు.

ఇక్కడ వాజశ్రవసుడు అనగా ఏమిటో తెలిసికొందాము. వాజి-అనగా గుఱ్ఱము, శ్రవ-అనగా చెవులు అని అర్థము. కనుక వాజశ్రవసుడు అనగా గుఱ్ఱపు చెవులు కలవాడు అని అర్థం. గుఱ్ఱము సామర్థ్యమునకు, శక్తికి ప్రతీక. అంతేగాక దాని శరీరం అంతటా అవి రెండూ సమానముగా పనిచేస్తూ ఉంటాయి. అంటే శరీరములో ప్రతి అంగమునందు ప్రజ్ఞ మేలుకొనియే ఉంటుంది. అంతేగాక వేదపరంగా శరీరములో గుఱ్ఱము ప్రాణమయ కోశమునకు సంకేతం.

తర్వాత దశావతారములలో కలియుగములోని కల్కి అవతారము గుఱ్ఱమును అధిరోహించి, చేతిలో కత్తిని ధరించి అధర్మపరులను, వేదమతమునకు వ్యతిరేకులైన వారిని నశింపజేసి ధర్మమును స్థాపింప జేయడానికి వస్తుంది అని ప్రాచీన పుస్తకములలో చెప్పబడి ఉన్నది.

వేదము శ్రుతివిద్య. చెవులు శబ్దమును గ్రహిస్తాయి. వేదవిద్య నేర్చుకునేందుకు అర్హత కలవాడు ఎవరంటే గుఱ్ఱపు చెవులున్నవాడు. అందుచేత వాజశ్రవసుడు అనగా వేదమును శబ్దముద్వారా గ్రహించే అర్హత కలవాడు అని. కేవలము విన్నా సరిపోదు, దానిలో చెప్పబడినదాన్ని ఆచరించాలి. అసలు ఆ వినడమెలా? దాన్ని ఎలా సాధన చేయాలి? అన్నదానికి భగవద్గీతలో శ్రీకృష్ణ పరమాత్మ

ఓమిత్యేకాక్షరం బ్రహ్మ వ్యాహరన్మామనుస్మరన్ ।
యః ప్రయాతి త్యజన్దేహం యాతి పరమాం గతిమ్ ॥
(గీత అ॥8, శ్లో॥ 13)

తాత్పర్యము: సర్వేంద్రియ ద్వారములను నిగ్రహించి, మనస్సును హృదయమునందే స్థిరముగావించి, వశమైన ఆ మనస్సు ద్వారా ప్రాణమును మస్తకమున స్థాపించి, పరమాత్మ ధ్యానము నందు నిమగ్నుడై ఎవరు 'ఓం' అనే ఈ ఏకాక్షర రూపమగు బ్రహ్మను ఉచ్చరించుచు దానికి అర్థరూపుడను నిర్గుణ బ్రహ్మనగు నన్ను చింతించుచు దేహము వదలి వెళ్ళునో అట్టి పురుషుడు పరమగతిని చేరుకొనుచున్నాడు.

పరమాత్మను ఓంకారము ద్వారా ఉచ్చరిస్తూ, వినడానికి ప్రయత్నిస్తే తప్ప ఆయన అనుగ్రహమును పొందలేరు.

ఆత్మవిద్యను నేర్చుకోవడానికి వాజశ్రవస తత్త్వం ఒక్కటే చాలదు. అతనికి నచికేతుడనే వ్యక్తిత్వమున్న పుత్రుడుండాలి.

వాజశ్రవసుడు ఒక ఋషి. ఈయన తన సంపూర్ణ ఆస్తిని దానము చేశాడు. అయితే అతనికి తన కుమారునివలన ఒక సమస్య వచ్చింది. ఏమిటా సమస్య? క్రింది శ్లోకములో చెప్తున్నాడు.

మంత్రము 2 :

తం హ కుమారం సన్తం దక్షినాసు ।
నీయమానాసు శ్రద్ధా-వివేశ సో-మన్యత ॥

భావము: వాజశ్రవసుడు ఇచ్చిన గో ధనమును బ్రాహ్మణులు తీసికొని వెళ్ళుచుండగా బాలుడగు నచికేతునందు ఆస్తిక్యబుద్ధి ప్రవేశించును. అతడిట్లు తలచెను. "నా తండ్రి యజ్ఞము పూర్తియైనది. ఋత్విక్కులు నా తండ్రి ఇచ్చిన గోరూపధనమును తీసికొని వెళ్ళుచున్నారు" అని నచికేతుడు ఆ గోవులను చూశాడు. అతనిని శ్రద్ధ ఆవహించింది. ఆ ఆస్తిక్యబుద్ధితో అతడు ఆలోచింపసాగెను.

పిల్లలు ఏ కళనైనా ఉత్సాహంతో నేర్చుకుంటామంటే వద్దనకూడదు

మంత్రము 3 :

పీతోదకా జగ్ధతృణా దుగ్ధ దోహా నిరిన్ద్రియాః ।
అనన్దా నామ తే లోకాః తాన్ స గచ్ఛతి తా దదత్ ॥

భావము : నా తండ్రి దానముగ ఇచ్చిన గోవులు నీరు త్రాగలేని స్థితిలో ఉన్నవి. వానికి గడ్డి తిను ఓపికయు లేదు. అవి పూర్వము పాలిచ్చినవేకాని ఇప్పుడు ఒట్టి పోయినవి. అవి ఉత్పాదనశక్తి లేని ముసలి ఆవులు. అటువంటి ముసలి గోవులను దానము చేసినవారు సుఖలేశమయినను లేని పాపలోకములను పొందుదురు.

ఇంద్రియములు పనిచెయ్యలేని స్థితిలో సాధన చేసి నువ్వు ఆనందము పొందగలిగే స్థాయికి వెళ్ళలేవు. భగవంతుని పొందదలచినప్పుడు నీకున్నదంతా సమర్పించాలి. అలా సమర్పణ చెయ్యదలచుకున్నప్పుడు ఈ ఇంద్రియాలు, మనస్సు, శరీరము ఏవేవో పనులు చేసి దుర్బలత్వమును పొంది, ఇంక అవి కదలలేని స్థితిలో ఉన్నప్పుడు, పరమాత్మకు చెయ్యెత్తి దణ్ణము కూడా పెట్టలేని స్థితిలో ఉన్నప్పుడు వాటిని భగవంతునికి దానం చెయ్యడము ఎందుకు? ఇంద్రియములతో నీవే ఆనందము పొందలేని స్థితిలో ఉండి, ఆనంద లోకాలను పొందటానికి వాటిని దానము చేస్తే, ఆ లోకాలను పొందగలమా? పొందలేము.

మంత్రము 4 :

స హోవాచ పితరం తత కస్మై మాం దాస్యసీతి ।
ద్వితీయం తృతీయం తగ్ం హోవాచ మృత్యవే త్వా దదామీతి ॥

భావము : ఆ నచికేతుడు ఆ విధముగా ఆలోచించి తండ్రితో ఇట్లు పలికెను. "తండ్రీ! నన్నెవరికి ఇచ్చెదవు?" ఈ విధముగా రెండు మూడు మారులు అడిగెను. అప్పుడు తండ్రి పుత్రునితో "నిన్ను యమునికి ఇచ్చెదను" అన్నాడు.

భారతీయ ఆలోచనా విధానము - 1

కర్మ సిద్ధాంతము : నచికేతుడు వృద్ధ గోవులను ఋత్విక్కులకును, సదస్యులకును దక్షిణగా ఇచ్చుటవలన తండ్రికి కలుగు అనిష్ట ఫలమును ఆలోచించి తన్ను దానమిచ్చిన దక్షిణావిధానము నెరవేరును. యాగఫలముతో తండ్రికి సద్గతి కలుగునని తలచి తండ్రిని "నన్ను ఎవరికి దానమిచ్చెదవు?" అని అడిగెను. తండ్రి వినిపించుకొనలేదు. మరల మరల అదేవిధమున అడుగగా తండ్రికి కోపము వచ్చి "నిన్ను యమునికి ఇచ్చెదను" అన్నాడు.

ఈనాడు ఈ దానవిధానము విచిత్రమైన పద్ధతిలో చేయబడు తోంది. కొందరు ఆదాయపు పన్ను నుండి తప్పించుకునేందుకు, కొందరు కోరికలు తీర్చుకునేందుకు, ఇంకొందరు మరో కారణము వల్లనో దానములు చేస్తున్నారు తప్ప నిజముగా దానమును దానము కొరకు ఎవ్వరూ చేయడం లేదు. దయచేసి అలాంటి దానములు చెయ్యకండి. అది తప్పు, దానివలన దానము చేసినవానికి, తీసికొన్నవానికి ఇద్దరికి లాభము లేదు. నువ్వు ఇచ్చేదేదో మంచిది ఇస్తే, నీకు మంచిది లభిస్తుంది. నీకు పనికి రానివి, సాధారణమైనవాటిని ఇచ్చేకన్నా, అన్నిటికన్నా విలువైన వాటిని దానము చేస్తే ఎంత బాగుంటుంది? **అన్నిటికన్నా విలువైనది 'నువ్వే'. కనుక నిన్ను నువ్వు భగవంతునికి సమర్పణ చేసుకో, నిన్ను నువ్వు దానం చేసుకో! నువ్వు ఏది నాటుకుంటావో, అదే కోసుకుంటావు అనేది ఆధ్యాత్మిక విద్యలో ప్రాథమిక సూత్రము.**

ఈ నాటు-కోసుకో అనే దానికి రామాయణములో వాల్మీకి గొప్ప ఉదాహరణలు అనేకచోట్ల ఇచ్చాడు. రామసేవ చేయకపోతే నాకసలు నిద్ర పట్టదు అన్న హనుమంతుడు రామసేవ ఎలా చెయ్యాలో చేసి చూపించాడు. రామసేవ ఎలా చెయ్యాలి? రాముడు చెప్పినట్లు చెయ్యడము కాదు. జాగ్రత్తగా గమనించండి. రాముడు కనిపించిన మరుక్షణము హనుమంతుడు రామునికి ఏమి చెప్పాడంటే "నువ్వు సుగ్రీవునికి సహాయము చెయ్యి" అన్నాడు. మొదటి మాట అదే చెప్పాడు. హనుమంతుడు, రామునికి దాసుడేగా! కాని ఆయన రాముడు చెప్పినది చేయడముతోపాటు, రాముడికి ఏమి చెయ్యాలో చెప్పాడు.

కఠోపనిషత్తులో కుమారుడు, తండ్రికి చెబుతున్నాడు. మన భారతీయ ఆధ్యాత్మిక విధానములో ఇది చాల చిత్రమైన పరిస్థితి.

రాముడు ఎలాంటి పరిస్థితులలో ఉన్నాడు? అవడానికి యువరాజే. చాలా శక్తిమంతుడే. కానీ ప్రస్తుతము అడవిలో నార బట్టలు కట్టుకుని, తినడానికి తిండికూడ సరైనది లేకుండా, నిజముగా బాధపడుతూ లక్ష్మణుడితోపాటు తిరుగుతున్నాడు. సీతను ఎవరో ఎత్తుకెళ్ళిపోయారు. ఆవిడ ఎక్కడుందో తెలియదు. ఆవిడను వెదుకుతూ తమ్ముడితోపాటు అడవిలో ఒంటరిగా తిరుగుతున్నాడు. అంటే భార్య లేకుండా తిరుగుతున్నాడు. అప్పుడు అడవిలో హనుమంతుడు కలిశాడు. ఆయన రాముడితో 'నీ భార్యని ఎవరో ఎత్తుకెళ్ళారు. ఆవిడ ఎక్కడుందో నీకు తెలియదు. అదే పరిస్థితులలో సుగ్రీవుడున్నాడు. కనుక నువ్వు అతనితో స్నేహము చెయ్యి' అంటాడు. ఇక్కడ నాటు-కోసుకో అనేది స్పష్టముగా చెప్పాడు వాల్మీకి.

మీరు మీ బాధలను పోగొట్టుకోవడానికి పెద్దపెద్ద పనులేమి చెయ్యక్కర్లేదు. అటువంటి బాధ పడుతున్నవారికి మీరు చెయ్యగలిగిన

పిల్లలను సరిగ్గా చదవటం లేదని కోప్పడేముందు వారికి ఎందులో ఆసక్తి ఉన్నదో గమనించాలి

సహాయము చెయ్యండి. **మీకేదైనా కావాలన్నా, మీ కోరిక తీరాలన్నా మీరు అదే పనిని ఇతరులకి చేసి పెట్టండి. మీకు ఆ కోరిక తీరుతుంది. మీకు కావలసినది మీకు లభిస్తుంది.** ఈ నాటు–కోసుకో అర్థమైతే భారతీయ ఆధ్యాత్మికత యొక్క మొదటి అడుగు అర్థమౌతుంది. అదే కర్మ సిద్ధాంతము.

అలాగే మీరు చెయ్యవలసిన పని లేక సహాయము మీ చుట్టు ప్రక్కలే ఉంటుంది. దాన్ని మీరు గమనించుకుంటే చాలు. రాముడు తన భార్యను వెతికే ప్రయత్నము చేస్తుంటేనే హనుమంతుడు కనిపించి 'నీలాంటి పరిస్థితే సుగ్రీవుడికి ఉన్నది. కనుక నువ్వు అతనికి సహాయము చెయ్యి. నీ పని వెంటనే అవుతుంది' అని చెప్పాడు. మీకు ఏ కోరికైతే ఉన్నదో అదే కోరిక ఇతరులకి తీర్చాలి. ఈనాడు కంప్యూటర్ ఉపయోగించుకుని మీరు నాటు–కోసుకో అనే దానిని బాగా ఉపయోగించుకోవచ్చు. కర్మ సిద్ధాంతము మన పురాణాలలో వాటిలో చాలా స్పష్టముగా చెప్పబడి ఉన్నది.

రామాయణములో ఇలాంటిదే ఇంకో ఉదాహరణ ఇస్తాడు వాల్మీకి.

రాముడు వాలిని చెట్లచాటు నుండి బాణము వేసి చంపేస్తాడు. కృష్ణావతారములో బోయవాని చేతిలో బాణము తగిలి మరణిస్తాడు కృష్ణుడు. నేను అవతారపురుషుడిని కనుక కర్మకి నేను అతీతముగా ఉంటాను అని అనలేదు కృష్ణుడు. అన్నా అది అసంభవమే! ప్రకృతిలో జరుగవలసినది జరుగనిచ్చాడు. అవతార పురుషులైనా కర్మనుండి తప్పించుకోలేరు. వారే తప్పించుకోలేకపోతే మీరెలా తప్పించుకోగలరు? మీరు ఎవరినైనా ఒక మాట చెడుగా అంటే; మిమ్మల్ని కూడా ఎవరో అలాగే అంటారు. నువ్వు నీ ఇంద్రియాల ద్వారా ఎవరికి, హింసను కలుగజెయ్యకపోతే నీకు హింస జరుగదు. ప్రహ్లాదుడు దానికి అద్భుతమైన ఉదాహరణ.

మూడు లోకాలను జయించినటువంటి పరమ క్రూర రాక్షసుడు హిరణ్యకశిపుడు. అతడు తన కుమారుడైన ఐదేళ్ళ బాలుడిని హరినామస్మరణ చేస్తున్నాడన్న కోపముతో అనేక విధములుగా చంపాలని ప్రయత్నించినా చంపలేకపోయాడు. నాటు–కోసుకో అనేది ఒక సూత్రము.

భారతీయ ఆలోచనావిధానము - 2

ఏది జరిగినా కారణము నువ్వే : తర్వాత ఇంకోటేమిటంటే భారతీయ ఆధ్యాత్మికతలో ఏది జరిగినా ఇతరుల వలన జరిగింది అనేది ఉండదు. భారతీయ ఆలోచనావిధానము ఇతరులవలన నీకిది జరిగినది అనేదాన్ని ఒప్పుకోదు.

ఒకడు ఒక ప్రమాదములో మరణించాడు అనుకుందాము. అతను అలాంటి చావుని కోరి తెచ్చుకున్నాడు. అంతేతప్ప కేవలము ఆ ప్రమాదము ఎవరివల్ల జరిగిందో వారు ఆ వ్యక్తి మరణానికి కారణము కాదు. అతను తన మరణమును అలా నాటుకున్నాడు. అందుకనే అలా జరిగింది.

భారతీయ ఆలోచనావిధానము - 3

తగిన మూల్యము చెల్లించాలి : భారతీయుల ఇంకో అతి ముఖ్యమైన సిద్ధాంతం ఏమిటంటే దేనికైనా తగిన మూల్యం చెల్లిస్తేనే ఫలితం పూర్తిగా లభిస్తుంది. తపస్సు చెయ్యకుండా రాముడికి, కృష్ణుడికి ఎవరికి సిద్ధులు రాలేదు. వారు తపస్సు చేశారు. గురువులను ఆశ్రయించారు. వారికి శుశ్రూష చేశారు. గురువు ఆదేశమును పాటించారు. గురుదక్షిణ సమర్పించారు. సత్ఫలితములను పొందారు. ఎప్పుడైనాసరే శిష్యులు అలా ప్రవర్తిస్తేనే గురువు అనుగ్రహానికి పాత్రులౌతారు.

ఉదాహరణకు శ్రీకృష్ణుడు తన గురువయిన సాందీప మహర్షికి గురుదక్షిణగా వారి చనిపోయిన కుమారుని బ్రతికించి తెచ్చి గురువుగారికి బహుకరిస్తాడు. గురువు అనుగ్రహం ఏమి చెయ్యగలదంటే సాధనా కాలమును కుదిస్తుంది. అనేక తపస్సులు, సాధనలు, వ్రతాలు చేసి సమయాన్ని క్షయం చేసుకోకుండా ఏమి చెయ్యాలో, ఎలా చెయ్యాలో మార్గదర్శనం చేస్తాడు. అందువల్ల శిష్యుడు తక్కువ సమయంలో ఎక్కువ లాభం పొందుతాడు. లక్ష్యమును త్వరగా సాధిస్తాడు. అనగా పరిణామక్రమంలో యోగ విద్యను సాధించటానికి లక్షల సంవత్సరాలు పడితే గురువు అనుగ్రహంతో కొన్ని జన్మలలోనే సాధిస్తాడు. అయితే సాధన చేస్తున్నప్పుడు దగ్గర దారి ఏమి లేదు, గురువు చెప్పిన సాధన 24 గంటలు చేస్తేనే త్వరితగతిన లక్ష్యమును చేరుకుంటారు.

మనకున్న వనరులని మనము మృత్యుముఖములో పడేస్తున్నాము.

అయితే మనమేమి చేస్తున్నాము? మనకున్న అనేక అతి గొప్ప వనరులని మనము మృత్యుముఖములో పడేస్తున్నాము. ఎలా? మన ఇంద్రియముల శక్తి, మనోశక్తి మొదలగువానినన్నింటిని విషయ వాసనలలో పడేసి వాటి శక్తిని క్షీణింపజేసుకుంటున్నాము. అంతేగాక గురువు చెప్పిన పని, లేక నిత్యజీవితములో నువ్వు ఆచరించవల్సిన పనులను తక్షణమే చెయ్యకుండా వాయిదా వేస్తే మాత్రము ఆధ్యాత్మిక జగత్తులో ఒక్క అడుగు కూడా ముందుకు వెళ్ళలేరు. ఎందుకంటే ముసలితనము ప్రవేశిస్తుంటే ఇంద్రియముల

అన్ని కాలాలలో నీళ్ళు ఎక్కువగా త్రాగాలి

శక్తి క్షీణిస్తుంది. క్షీణిస్తుంది అని తెలిసినా వాటిద్వారా పరమాత్మను చేరే మార్గము సాధించక, వాటి శక్తిని దుర్వినియోగము చేస్తే అవి చివరికి శక్తిహీనమై మృత్యుముఖములో పడతాయి. అప్పుడు ఎంత మొత్తుకున్నా ఏమి లాభము లేదు. వాజశ్రవసుడు అలానే చేసి ఉంటాడు. వాజశ్రవసుడు మాత్రమే గాదు. మనము చేసేదీ అదే. ఏ పనైనా రేపు చేస్తాను అని అంటే మీరు మృత్యుముఖములోకి వెళ్ళినట్లే. జపము చెయ్యాలి అంటే రేపు చేస్తాను అనకండి. తక్షణమే చెయ్యండి. అదే సినిమాకు వెళ్ళాలంటే తక్షణమే వెళ్ళిపోతున్నారు కదా! అంటే మీ రుచి దేనిలో ఉన్నదో మీరు చేసే పనినిబట్టే తెలుస్తున్నది.

అయితే అనుకున్న లక్ష్యమును సాధించటానికి కొన్ని పనులు చెయ్యాలి. అవి –

1. **మీ కోరిక తీరాలంటే దానికి తగిన ధనమును చెల్లించాలి.** మీరు అలా చేయటమే లేదు.
2. **మీ కోరిక తీరడానికి తగినంత కాలము చెల్లించాలి.** మీరు అదీ చేయటము లేదు.

వాజశ్రవసుడు ఆత్మదర్శనము కోరి విశ్వజిద్యాగము చేసి తన సర్వస్వాన్ని బ్రాహ్మణులకు దానము చేస్తున్నాడు. అయితే ఆ దానములో పైన చెప్పిన రెండు సూత్రాలను అతడు సరిగ్గా పాటించటము లేదు. ఒట్టిపోయిన గోవులను దానము చేస్తున్నాడు. అప్పుడు నచికేతుడు అలాంటి దానము ఎందుకు చేస్తావు? ఇచ్చేదేదో మంచిదే ఇయ్యి. యాగపరిసమాప్తిలో నీ సర్వస్వాన్ని దానము చెయ్యాలిగదా! నేను నీ పుత్రుడిని కదా! మరి నువ్వు నన్ను ఎవరికి దానమిస్తావు? అని తండ్రిని పదేపదే అడుగ సాగాడు. తండ్రి ఆ మాటలకు విసిగిపోయి మూడవసారి నిన్ను 'మృత్యువుకి దానం ఇచ్చేస్తున్నాను' అన్నాడు నచికేతునితో. నచికేతుడు వెంటనే యముని దగ్గరకు వెళ్ళిపోయాడు. *(సశేషం)*

– డా॥ మారెళ్ళ శ్రీరామకృష్ణగారి ప్రవచనముల నుండి
సేకరణ: లక్ష్మీరాజగోపాల్

ఏ పాపం చేయని వాడు మాత్రమే రాయి విసరండి

"ఈమె దురాచారిణి! ఈమెను రాళ్ళతో కొట్టి చంపమని!" మూసా మాకు అనుమతి ఇచ్చాడు అంటూ పండితులు, ధర్మ శాస్త్రజ్ఞులు ఆమెను ఏసుప్రభువు ఎదురుగా నిలబెట్టి, అంతా ఆయన సలహా కొరకు ఎదురు చూస్తున్నారు.

జైతూన్ పర్వతం వద్దగల మందిర ప్రాంగణంలో కూర్చొని క్రీస్తు ప్రజలకు ధర్మవిషయాల బోధ చేస్తున్నప్పుడు వారి ఎదుట ఈ ధర్మసమస్యని తీసుకొని రావటం జరిగింది. ఏసు ఒక్కక్షణం మౌనం వహించి చేతి వ్రేళ్ళతో నేల మీద గీతలు గీస్తూ కొద్దిసేపు ఆలోచనలో మునిగిపోయాడు.

"ప్రభూ! మీ ఆజ్ఞ ఏమిటని" వారంతా మరల అడిగారు. మేము ఈ దుష్టురాలిని చంపాలనుకొంటున్నాము అని అన్నారు.

ఏసు ప్రభువు శిరస్సు ఎత్తి ఇలా అన్నాడు. "ఈమెను చంపండి" అయితే మీలో ఎలాంటి పాపం చేయనివారు మాత్రమే ముందుగా ఆమె మీదకు రాయి విసరండి".

అక్కడకు చేరిన వారంతా ఆమెను చంపటంలో ఆనందం పొందాలని మూగారు. వారంతా ఏసు మాటలు వినిన తరువాత ఒకరి ముఖం ఒకరు చూసుకోవటం మొదలు పెట్టారు. జీవితంలో ఎలాంటి పాపం చేయకుండా ఎవరుంటారని వారిలో వారు మథనపడిపోవటంతో ఒక్కరు కూడా ముందుకు రాలేక చేతిలోరాళ్ళను జారవిడిచిపెట్టారు. రాయి విసురుటకు ఎవరి చేయిపైకి లేవలేకపోయింది. అందరూ ఒకరి తరువాత ఒకరుగా మెల్లిగా అక్కడ నుండి జారుకున్నారు.

ఇప్పుడా స్త్రీ ఒంటరిగా ఏసు ప్రభు ఎదురుగా నిలబడి ఉంది. ఆమెను చంపుటకు అక్కడ ఎవరూ లేరు. అంతా ఏదో ఒక పాపం చేసిన వారే! అప్పుడు ఏసు ఆమెతో ఎవరూ నిన్ను శిక్షంచటానికి ముందుకు రాలేదు కాబట్టి, నేను కూడా నిన్ను శిక్షించలేను. అందుచేత వెళ్ళిపో! ఇంకెప్పుడు పాప జీవితం గడపబోకు అని ప్రేమతో నిండిన వాక్కులతో ఆమెను సాగనంపాడు.

ఇజ్రాయిల్ దేశానికి సంబంధించిన ఈ గాథ చాలా పురాతనమైనది. కాని ఇది మనందరి జీవితాలలో ఎప్పుడో అప్పుడు జరుగుతూనే ఉంటుంది. మనం పాపరహితులం కానప్పుడు ఇతరుల మీద రాయి ఎలా వేయగలం? అలా రాయి వేయటానికి మనం ముందుకు రాకపోతే మన జీవితాలలో క్షమాగుణం వికసిస్తున్నట్లుగా భావించాలి.

– అఖండజ్యోతి, అక్టోబర్ 1940

చలికాలం కదా అని మంచినీళ్ళు త్రాగటం తగ్గించవద్దు

జడ ప్రకృతిని ప్రభావితం చేయగల అదృశ్యశక్తి ఉన్నదా?

ఎన్నో అర్థం కాని సంఘటనలు, అంతుచిక్కని తథ్యాలు మానవమేధస్సుకు సవాళ్ళుగానే మిగిలిపోతాయి. అవన్నీ అసాధ్యమైన విషయాలు అనుకుంటే మాత్రం ఆలోచనలు వికసించలేవు. ఆలోచనా ప్రవాహానికి అవరోధాలు కలిగితే సమాజ వికాసం కుంటుబడుతుంది. కాబట్టి తథ్యాలను అసంభవాలు అని భావించడం కన్నా వాటిని నూతన దృష్టికోణంతో విశ్లేషించడం మంచిది.

భౌతిక జగత్తులోని ప్రతి వస్తువుకు ఒక నిర్దిష్టమైన గుర్తింపు, స్థానం ఉంటాయని న్యూటన్ ప్రతిపాదించారు. ఒక వ్యక్తి, ఒక సమయంలో, ఒక్క చోట మాత్రమే ఉండగలడు. బట్టల రంగును ఫలానా అని ఖచ్చితంగా చెప్పగలం. కాని క్వాంటం ఫిజిక్స్ (Quantum Physics) ఈ దృష్టికోణాన్ని ప్రశ్నిస్తోంది. స్థూల నేత్రాలతో కనిపించే వాటికి మించిన సత్యాలుంటాయి, వాటిని నమ్మడం నేర్చుకోవాలి. మనిషి మెదడుకు ఇది ఒక కొత్త కోణం, కాబట్టి అలాంటివి నమ్మడం కొంచం కష్టం. 'కొన్ని విషయాల గురించి అసలు ఆలోచించడమే చాలా కష్టం. ఎందుకంటే మన మెదడుకి అది అలవాటు లేదు' అంటారు రిచర్డ్ పాస్కల్.

కాంతి తరంగమా, లేక కణమా అనే వివాదం కొన్ని సంవత్సరాలు కొనసాగింది. కాంతి తరంగాలు, కణాలు రెండిటితో తయారైనది అని క్వాంటం రియాలిటీ (Quantum Reality) రహస్యానికి తెరదించింది. కొన్ని ప్రయోగాల్లో కాంతి తరంగ (Wave) ధర్మాలను కనబరిస్తే, కొన్నిట్లో కణాల (Particles) ధర్మం కనబరిచింది. కాంతిని రెండు రూపాల్లోనూ ఒకే సారి చూడలేము. అలా అని ఆ రెండు రూపాల్లో ఏదో ఒకటి ప్రధానంగా ఉంటుందని కూడా అనలేం. రెండూ సమానంగా ఒకదానికొకటి పూరకాలు. క్వాంటం థియరీలోని అనిశ్చిత సిద్ధాంతాన్ని (Theory of uncertainity) అనుసరిస్తే, కాంతిని 'నీ నిజ స్వరూపం చూపించు' అని అడగలేం. కాని కనిపించనంత మాత్రాన వాటి అస్తిత్వాన్ని కొట్టిపారేయలేం. ఒకే వస్తువు, ఒకే సారి ఒకటి కన్నా ఎక్కువ రూపాల్లో ఉండడం అసాధ్యం కూడా కాదు.

యంత్రాలకు ఒక ఖచ్చితమైన స్వరూపం ఉంటుంది. చుట్టూ ఉన్న వాతావరణ ప్రభావం వాటిపై ఉండదు. కాని అణువులు, పరమాణువులు వాతావరణాన్ని బట్టి వాటి స్వరూపాన్ని మారుస్తూ ఉంటాయి. సందర్భాన్ని బట్టి ఒకే పదానికి రెండు అర్థాలు ఎలా ఉండగలవో, అదే విధంగా క్వాంటం రియాలిటీ బాహ్య వాతావరణాన్ని బట్టి తన స్వరూపాన్ని మార్చుకుంటుంది. దాన్నే Contextualism అంటారు. సమాజంలో ఏర్పడ్డ నియమాల పూర్వాపరాలను తెలుసుకోవాలంటే దేశ కాల పరిస్థితులన్నిటినీ పరిగణలోకి తీసుకుంటేనే సరైన సమాధానం లభిస్తుంది. పరిస్థితిని బట్టే సత్యానికి నిర్వచనం చెప్పవచ్చు అని ఫ్రాన్స్‌కు చెందిన దార్శనికుడు మోరిస్ మర్లో పోంటి అన్నారు. కాంతి ఒకేసారి తరంగాలుగా, కణాలుగా ఉండడం; అణువులు బాహ్య పరిస్థితులు, వాతావరణాన్ని బట్టి వాటి స్వరూపాన్ని మార్చుకోవడం గమనిస్తే, సర్వం మన కంటికి కనిపించదని తెలుస్తుంది. చాలా విషయాలు మన అనుభవంలోకి రావు, వచ్చినా వాటిని వ్యక్తపరచలేం, వ్యక్తపరచాలనుకున్నా ప్రదర్శించడం అసాధ్యం కావచ్చు. కాబట్టి దేనిని గురించైనా తెలుసుకోవాలంటే అవి ఎలా తయారయ్యాయి, ఎలా ప్రయాణిస్తాయి అని మాత్రమే చూడకుండా, వాటి చుట్టుపక్కల పరిస్థితులను కూడా పరిగణలోకి తీసుకోవడం చాలా అవసరం. ఇటువంటి విస్తృత దృష్టికోణం విప్లవాత్మకంగా ఉంటుంది.

ప్రపంచంలో మార్పు సహజం. నేటి బాలలు రేపటి సంపూర్ణ వికసించిన పౌరులుగా రూపుదిద్దుకుంటారు. వర్తమానంలో ఊహించలేని భవిష్యత్తు దాగి ఉంటుంది. నేటి ఆధారంగా రేపటిని నిర్ధారించడం సరి కాదు. మనుషుల వ్యవహారం, వారి వ్యక్తిత్వం కూడా స్థిరంగా ఉండవు. నేడు అసాధ్యం అనిపించింది రేపు సాధ్యమైతే ఆశ్చర్యపోకూడదు. క్వాంటం రియాలిటీ నిరూపించిన ఈ తథ్యం మనలను మళ్ళీ మన పాత దర్శనాలు, ఆధ్యాత్మికతను స్వీకరించడానికి ప్రేరేపిస్తుంది. క్వాంటం రియాలిటీలో అనిశ్చితత్వం (Law of uncertainity) ఒక భాగం.

'సామాన్య స్థితిలో పరమాణువులో ఉన్న శక్తిని బట్టి ఎలక్ట్రాన్ సునిశ్చిత పరిధిలో న్యూక్లియస్ చుట్టూ తిరుగుతూ ఉంటుంది. కాని పరమాణువు ఆంతరిక శక్తి వ్యవస్థలో అనిశ్చిత కారణాల వల్ల అస్థిరత నెలకొన్నప్పుడు, ఎలక్ట్రాన్ తను ఉన్న ఎనర్జీ లెవల్ నుండి పైకి కాని, కిందకి కాని, లేదా మరో ఎనర్జీ లెవల్ లోకి వెళ్ళిపోతుంది. నిజానికి ఒక ఎలక్ట్రాన్ ఏ దారి నుండి ఎటు వెళ్తుంది అని తెలుసుకోవడానికి ఏ ఉపాయమూ లేదు' అంటాడు నీల్స్ బోర్. ఇంతకన్నా ఆశ్చర్యకరమైన విషయాన్ని బెర్నాడ్ డి.ఎ. స్మాగ్నెట్, 'రియాలిటీ ఎండ్ ద ఫిజిసిస్ట్'లో వెలుబుచ్చారు. ఎలక్ట్రాన్ అన్ని మార్గాల్లోకి ఒకేసారి పయనిస్తుంది. ఆ స్థలమంతా

ఎవరూ పూర్తిగా చెడ్డవారు కాదు - సరిచేస్తే మంచివారవుతారు

వ్యాపించినట్టుగా ఒకేసారి అన్ని చోట్లలో ఉంటుంది. సమాజంలోని అనేక సందర్భాలకు కూడా ఈ విషయం వర్తిస్తుంది. ఎలక్ట్రాన్ కొత్త ఎనర్జీ లెవల్‌కు వెళ్ళాకనే అది పయనించిన మార్గం తెలుస్తుంది, అంతకు ముందు తెలియదు. అదే విధంగా అనేక సంఘటనలు సునిశ్చిత రూపాన్ని దాల్చేంత వరకు అస్పష్టంగానే ఉంటుంది. జన్యు మార్పులు తరువాతి తరాన్ని ఎలా ప్రభావితం చేస్తాయి అనేది ప్రాకృతిక అస్పష్టతకు ఒక ఉదాహరణ. అందుకే ఏ పని మొదలుపెట్టే ముందు అనుకూల పరిస్థితులను విశ్లేషించుకోవాలి, మధ్యలో ఏదైనా జరిగే అవకాశముందని గుర్తుపెట్టుకోవాలి.

రెండు క్వాంటం సిస్టమ్స్ కలిసినపుడు, వాటి కణాలలోని గుణాలు తమ అస్తిత్వాన్ని నిలుపుకుంటాయి. కాని తరంగాలు కలిస్తే మాత్రం వాటి గుణాలు కలగలిసిపోతాయి. కలయిక వల్ల ఏర్పడిన కొత్త క్వాంటం సిస్టమ్‌లోని కణాల యొక్క గుణాలు మౌలిక సిస్టమ్‌లో ఉన్నట్టే ఉంటాయి, కాని తరంగాలకు మాత్రం కొత్త గుణాలు సంతరించుకుంటాయి. అదే విధంగా ఇద్దరు వ్యక్తులు కలిసినప్పుడు వారు తమ వ్యక్తిత్వాలను అలాగే నిలుపుకోగలరు, లేదా వారి ఆంతరిక భావాలలో చోటు చేసుకున్న తారతమ్యంతో '1', '1' కలిసి '11' పదకొండుగా కూడా పరిణితి చెందవచ్చు. భారతదేశంలో పౌరులను ఒక సమూహంలో భాగంగా మారమని ప్రోత్సహిస్తూంటారు. దీనిని తరంగాల ప్రభావం అనవచ్చు. కాని పశ్చిమ దేశాల్లో కణాలలాగా ఏకాకి అస్తిత్వం నిలుపుకునే పరంపర ఉంది. ప్రపంచంలోని మనుషులందరి ఆంతరిక భావాలు తరంగాలుగా కలిగలిసిపోతే ప్రపంచం ఎంత సమర్ధవంతంగా, శక్తియుతంగా మారగలదో ఊహించగలం.

ఎటువంటి శక్తినీ ఉపయోగించకుండా, ఎలాంటి సంకేతం చేయకుండా ఒక వస్తువు మరో వస్తువుతో తక్షణం సంపర్కం ఏర్పర్చుకుంటే దాన్ని మనం భూతప్రేత కృత్యాలంటాం. కాంతి కన్నా వేగంగా ప్రయాణించేది ఏదీ లేదంటోంది సాపేక్ష సిద్ధాంతం, కాబట్టి తక్షణ ప్రభావం అనేది అసంభవం. ఈ తక్షణ ప్రభావాన్ని ఐన్‌స్టీన్ అర్థం లేని ఊహాగానమనే అన్నారు. దీన్ని నిరూపించ డానికి ఆయన ప్రసిద్ధమైన ఐన్‌స్టీన్-పొడోల్స్కి-రోజన్ పారడాక్స్‌ను ప్రస్తావించారు. ఒక ఉదాహరణను పరికిద్దాం. చిన్నప్పుడే తప్పిపోయిన ఇద్దరు కవలలు (అన్నాచెల్లెళ్ళు) చాలా దూరంగా పెరిగారు. ఒకరి గురించి ఒకరికి ఏమీ తెలియదు. కాని వారి జీవితాలలో మాత్రం ఆశ్చర్యకరమైన సామ్యాలున్నాయి. ఇద్దరూ మూడంతస్తుల భవంతుల్లో ఉంటున్నారు. వారిద్దరి వివాహం డాక్టర్లతోనే అయ్యింది, ఇద్దరికీ ఇష్టమైన రంగు ఎరుపు. వారిద్దరూ ఉపన్యాసకులు. ఐన్‌స్టీన్ తన 'థియరీ ఆఫ్ హిడన్ వేరియబుల్స్' ఆధారంగా ఏదో నిగూఢ తత్త్వం ఈ సమతుల్యానికి కారణం అన్నారు. ఈ తత్త్వం జన్యుగుణాలలోని సామ్యం అయి ఉండవచ్చు, కాని ఐరిష్ ఫిజిసిస్ట్ జాన్ బెల్, 'బెల్స్ థియరమ్' ద్వారా మరో విషయాన్ని ప్రస్తావించారు. ఇద్దరు పిల్లలు ఒకేసారి నాట్యం నేర్చుకోవడం మొదలుపెడతారు. ఒకరు చేయి పైకెత్తగానే తక్షణం మరొకరి చెయ్యి కూడా పైకెళ్ళింది. ఈ తక్షణ ప్రభావానికి జన్యు సామ్యం కారణం అయ్యే అవకాశం లేదు. కాంతికన్నా వేగమైన సంకేతమేదీ వారిద్దరి మధ్య ప్రసరించలేదు. కాని వారి వ్యవహారంలో సామ్యం గమనిస్తే వారిద్దరూ ఒకే గదిలో ఒకే రకంగా నాట్యం చేస్తున్నట్టుంటుంది. ఇలాంటి సంఘటనలను 'అర్థం లేని ఊహాగానాలు' అని కొట్టిపారేసినా, ఈ యదార్థ గాథలు మన జీవితాలలో ఒక భాగం. ప్రపంచంలో ఒకేసారి ఒకే విధమైన విప్లవాలు వేరు వేరు చోటల్లో పుట్టడం, రెండు వేరు వేరు చోట్లలో పరిచయం లేని వ్యక్తులకు ఒకే సారి ఒకే విధమైన ఆలోచనలు ప్రతిపాదించడం వంటివి ఎన్నో జరిగాయి. భారతదేశంలో స్వాతంత్ర్య ఉద్యమం మొదలుకాగానే అనేక ఇతర దేశాల్లో కూడా ఇటువంటి ఉద్యమాలు చెలరేగాయి. అదే విధంగా స్వాతంత్ర పోరాటం జరుగుతున్నప్పుడు ఎందరో పుణ్యమూర్తులు, సాహస వీరులు ఒకేసారి జన్మించారు.

చరిత్రకారులు, సామ్యవాదులు ఈ సంఘటనలను 'కాకతాళీయం' అనవచ్చు. కాని క్వాంటం ఫిజిక్స్ ప్రకారం ఇదొక సార్వభౌమిక శక్తి, 'క్వాంటం హోల్' యొక్క నిగూఢ తంత్రం ఈ సంఘటనలన్నీ నడిపిస్తుంది. వేరు వేరు సమయాల్లో ఒకేలాగా జరిగే సంఘటనలకు కూడా ఇదే కారణం.

ప్రపంచం మొత్తాన్నీ నడిపించే ఈ సార్వభౌమిక శక్తి అన్ని ప్రాణులలో, బ్రహ్మాండంలో జరిగే ప్రతీ సంఘటనను ఒక దానితో ఒకటి ముడివేస్తుంది. ప్రజల భావనలతో ప్రగాఢ అనుబంధం కలిగి ఉన్న సంవేదనాత్మక వ్యక్తులు పరిస్థితులను నియంత్రించ గలిగినట్టు ఏ రాజకీయ నాయకుడు, అధికారి నియంత్రించలేడు. ఒక ఫలానా పరిస్థితిలో ప్రజల ప్రతిక్రియ ఎలా ఉంటుందో అతనికి బాగా తెలుసు. రాజకీయ నాయకులకు, అధికారులకు ఎక్కువ పరపతి ఉంటుంది, కాబట్టి వారికే ఎక్కువ శక్తి ఉన్నట్టు కనిపిస్తుంది. అయినా ఒక భావనాత్మక మనిషి దగ్గర ఉన్న ఏదో అదృశ్యశక్తి అతన్ని సామర్ధ్యవంతుడిని చేస్తుంది. అందరి భావాలను నియంత్రించి, నడిపిస్తుంది ఆ సర్వసమర్ధవంతమైన అదృశ్య తంత్రం. అసంభవాన్ని సంభవం చేస్తుంది. ఈ విషయాన్ని అర్థం చేసుకున్నాక సామాజిక, కుటుంబ సంస్థల్లో పరిపాటి అయిన కఠోర వ్యవహార నియమావళిలో కాస్త ఔదార్యాన్ని అనుమతించ వచ్చు అనిపిస్తుంది. ఆలోచనా విధానంలో రాగల ఈ గొప్ప మార్పు భావి సమాజంలో విప్లవాన్ని తేగలదు.

– అఖండజ్యోతి, డిశంబర్ 2002

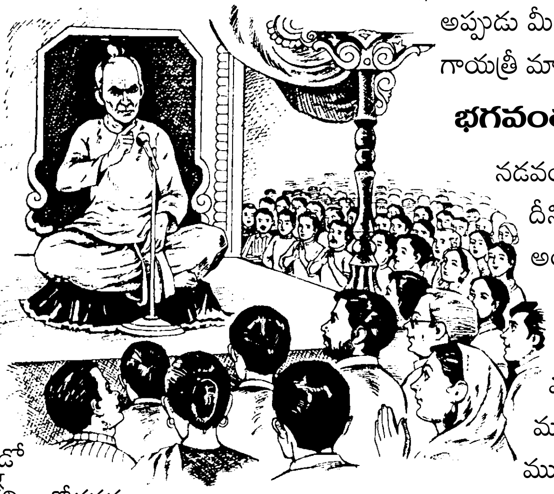
అనువాదం : మారెళ్ళ విశ్వనాథ్‌ప్రసాద్ & జయలక్ష్మి

మనం మాట్లాడే మాటల వలన ఇతరులకు ఎటువంటి బాధ కలుగకూడదు

పూజ్య గురుదేవుల అమృతవాణి

ఆస్తికత యొక్క సిద్ధాంతాలు

మిత్రులారా! భగవంతునికి కూడా కొన్ని నియమాలు ఉన్నాయి. వాటిని మీరు పాటించినట్లయితే ఆయన మీకు సహాయం చేస్తాడు. మీకు భగవంతుని కృప లభించగలదు. కాని భగవంతుని ఆజ్ఞలను ఉల్లంఘించినట్లయితే చాలా బాధలకు లోనవుతారు. భగవంతునికి గల ఒక పేరు దీన బంధువు. ఇంకొక పేరు రుద్రరూపుడు కూడా. భయంకర రూపాన్ని రుద్రరూపుడు అని అంటారు. హంటర్‌తో కొట్టి తోలు వలిచేవాడిని నిర్దయుడు అంటారు. భగవంతుడు అలా కూడా ఉంటాడు. భగవంతుడు దండన కూడా ఇవ్వగలడు. ఆయన వలె హంటర్ (కొరడా) ఎవ్వరు ఝళిపించలేరు. స్మశానానికి వెళ్ళండి. హాస్పిటల్‌కి వెళ్ళండి. పిచ్చాసుపత్రికి వెళ్ళండి, అక్కడ చూడండి. భగవంతుని కొరడా ఎలా ఉంటుందో!



మీరు కొన్ని విషయాలు ఎల్లప్పుడు గుర్తుంచుకోవాలి. భగవంతుడు ప్రతివాడిలో ఉన్నాడని అందువల్ల అందరితో మీరు మంచిగా ప్రవర్తించాలని. ఆయన ఎక్కడో ఉన్నాడులే, ఆయన ఎక్కడ చూడొచ్చాడని ఆలోచనను మనస్సులో నుండి తొలగించుకోండి. భగవంతుని న్యాయం మీద నమ్మకం ఉంచుకోండి. భగవంతుని ప్రసన్నం చేసుకొనుటకు ఈ ప్రపంచంలో ఒకే మార్గం ఉన్నది. అది ఆయన ఆజ్ఞలను, ఆయన నియమాలను జీవితంలో పాటించటమే. భగవంతుడు ఏ పనులను నిషేధించాడో వాటినుండి దూరంగా ఉండాలి. ఇదే ఆస్తికత యొక్క సిద్ధాంతం. దీనిలో కర్మఫలాలు ఒక పద్ధతిలో వస్తుంటాయి.

“ఓం భూర్భువః స్వః” ఈ శబ్దాలను అర్థం చేసుకోండి. అప్పుడు మీకు బ్రహ్మజ్ఞానం లభించగలదు. ఇదే బ్రహ్మవిద్య. భగవంతుడు సర్వవ్యాపి. మీరు ఎక్కడ దాక్కున్నా వారికి కనుపిస్తారు. మీరు ఏ వెధవ పని చేసినా తెలుస్తుంది. వారు మనందరిలో కలసి ఉన్నారు. అందుచేత మీరంతా అందరితో సౌమ్యంగా, మంచిగా వ్యవహరించవలసి ఉంటుంది. ఇది మీ మనస్సులలో బాగా నాటుకుపోవాలి. మనం ఆయన కొరడా దెబ్బలను తప్పించుకోలేము, వారి నియమాలను పాటించడం వలన వారి దయకు పాత్రులం కాగలం. వాటిని ఉల్లంఘిస్తే ఎట్టి పరిస్థితులలోను మనలను రక్షించుకోలేము. వందల మాలల జపం చేసినా ఆయన న్యాయ నిర్ణయం నుండి తప్పించుకొనజాలరు. మీరు గాయత్రీ మంత్రపు మొదటి పాఠాన్ని నేర్చుకున్నవారిని బ్రహ్మశీర్షులు అని అంటారు. మీరు నేర్చుకుంటే బ్రహ్మవిద్య గురించి తెలుసుకున్నారు. ఈశ్వరుడు సర్వవ్యాపి అని గుర్తుంచుకుని అందరితో చక్కగా వ్యవహరించండి. ఆయన ఆజ్ఞానుసారం నడవండి, వారి కృపను పొందండి. అప్పుడు మీరు బ్రహ్మవిద్యకు అధికారి కాగలరు, గాయత్రీ మాత యొక్క భక్తులుగా పిలవబడతారు.

భగవంతుని నాలుగు చరణాలు

నడవండి, దీనినుండి ముందుకు నడవండి. దీనిలోగల మొదటి చరణం “తత్” అంటారు. తత్ అనగా ‘ఇది’ – ‘అది’ అని రెండు శబ్దాలు ఉన్నాయి. ‘ఇది’ అనగా ప్రత్యక్ష మైనది, ‘అది’ అనగా పరోక్షమైనది. పరోక్షమనగా మరణోత్తర జీవితం, మృత్యు జీవితం, ముసలితనపు జీవితం, భావి జీవితం అనేవి వాటి పేరే ‘అది’. ఏదైతే కంటికి కనిపించదో అదే ‘తత్’, ‘తత్’ అనగా చాలా దూరంలో ఉన్న వస్తువు. ‘తత్’ శబ్దానికి అర్థం ఏమనగా మీరు ప్రత్యక్ష సమస్యను చూడవద్దు, దూరంలో ఉన్న సమస్యను చూడండి. పరోక్షాన్ని కూడా చూడండి. మానవులను అర్థం చేసుకోండి, జీవిత ఉద్దేశ్యాలను కూడా అర్థం చేసుకోండి. గాయత్రీ మంత్రం యొక్క ఈ శబ్దం సూచనయే ఈ తత్ అనేది. దానిని చూడండి, దానినే చూడండి. ఇది మొదటగా గ్రహించవలసిన భగవానుని మొదటి చరణం.

గాయత్రీ మంత్రపు తరువాత క్రమం పంచాక్షరీ (ఓం భూర్భువః స్వః) తరువాత ‘తత్’ శబ్దం మొదలవుతుంది. దీనిలో మరలా నాలుగు శబ్దాలు వస్తాయి. భగవానునకు నాలుగు చరణాలున్నాయి. వాటిలో నాలుగు వేదాలసారమంతా ఉన్నది. గాయత్రికి నలుగురు సంతానం (నలుగురు కుమారులు). వీటినే మేము నాలుగు వేదాలని అంటున్నాము. నాలుగు వేదాలలో, భగవంతుని నాలుగు శబ్దాలలో మొత్తం అంతా చెప్పబడి ఉన్నది,

పని విషయంలో తీరిక లేకుండా ఉండటం కూడా అదృష్టమే

భగవానుడనేది ఇంతేనని. భగవంతుని యొక్క ఈ నాలుగు నామాలలోనే అన్ని విషయాలు వచ్చేస్తాయి. ఏవేవి? 'సవిత' ఒకటి, 'వరేణ్యం' రెండు, 'భర్గో' మూడు, 'దేవస్య' నాలుగు. నాలుగు వేదాల, నాలుగు సారాలు. ఇవే వేదాల నలుగురు బిడ్డలు. 'సవిత' సూర్యుని గురించి చెప్తుంది. సూర్యునితో సంబంధము ఏమిటి? సూర్యునితో రెండు రకాల సంబంధాలు కలిగి ఉన్నది. ఏమిటనగా వెలుగు ఒకటి, వేడిమి రెండవది. భగవంతుని ఈ నామము ద్వారా, మనలను కాంతిగా మారేందుకు, వేడిగా మారేందుకు ప్రేరణలనిస్తుంది. సూర్యుడు వేడిగా ఉంటాడు. సూర్యుడు ప్రకాశిస్తాడు. ఈ రెండు గుణాలు వారిలో ఉన్నాయి. సవిత సూర్యునితో ఉంటుంది. మనలోపల కూడా ఈ రెండు విశేషతలు కలిగి ఉండమని చెప్తుంది. మనం వేడిగా ఉండవలసి ఉన్నది. వేడి అంటే 'సక్రియంగా', క్రియాశీలునిగా, కర్మలు చేయగలగాలి (కర్మనిష్ఠునిగా), వేడికి అర్థం ఇక్కడ క్రియాశీలత గానే అర్థంలో ఉపయోగించబడింది, సక్రియత అర్థంలోనే ఉపయోగింపబడింది. మనం ఎల్లప్పుడు క్రియాశీలురుగానే ఉండవలసి ఉన్నది. మనకు అలసత్వం పనికి రాదు. మనం ఎప్పుడూ వేడిగా ఉండవలసి ఉంటుంది.

మిత్రులారా! సవితకు మరొక అర్థం కూడా ఉంది. 'తేజస్వి' అనగా ప్రకాశిస్తున్నవాడని. మన బ్రతుకు వెలుగులతో నిండి ప్రకాశవంతంగా మారగలగాలి. మెరిసిపోతున్నట్లుగా అయిపో గలగాలి. జీవనం అంధకారమయం కాకూడదు. జ్యోతివలె ఉండాలి. అలాగే మనం కూడా ప్రకాశవంతులుగా ఉండాలి, ఇంకా మనం, ఎక్కడుంటే, ఆ మొత్తం ప్రాంతమంతా ప్రకాశ వంతంగా వెలిగించగలగాలి. రాత్రి సమయం అంధకారంలో ఉన్నప్పటికి, సూర్యునితో సమానంగా సూర్యునివలె కాకపోయినా, చంద్రునితో సమానంగా, చంద్రునివలె కాకపోయినా, కనీసం ఒక చిన్న వెలుగుచుక్క (నక్షత్రంలాగా) ఉండినా చాలు. అటువంటి నక్షత్రంలాగా ఉంటే దానితో మన జీవితం నుండి ఇతర వ్యక్తులు కూడా హితోపదేశం పొందే విధంగా అయిపో గలగాలి. ఇంకా మనం, మన జీవితం మొత్తం, మినుకు మినుకు మంటూ, చిన్న నక్షత్రంలాగా ప్రకాశమిస్తూ ఉండాలి. మన పాఠశాలల్లోని చిన్న పిల్లలను చూసిన వెంటనే మనం ఇలా అనగలగాలి.

Thank you! for your tiny spark!

"Twinkle Twinkle Little Star
How I wonder what you are
Up above the world so high
Like a diamond in the sky"

ఎప్పుడు చిట్టి-చిట్టి సితారలు అంబరంలో విస్తరించి ఉంటాయో, ఎప్పుడు చీకటిలో దారి కన్పించకుండా ఉంటుందో అప్పుడు మీరు చిన్న వెలుగురవ్వ వలె దారిని చూపించగలగాలి.

మిత్రులారా ఒక చిన్న దీపం మనకు దారి చూపించగలదు చీకటిలో. మనం చిన్నగా ఉంటే మాత్రం ఏమిటి? చిన్న నిప్పు రవ్వగా ఉంటే మాత్రం ఏమి? చిన్న సితారలాగా ఉంటే మాత్రం ఏమి? మన ఈ ప్రకాశం విశ్వానికి దారిచూపుటకు సరిపోతుంది. ప్రజలు మన వద్దకు వచ్చి 'మా తండ్రులు ఇలాగే జీవించారు, మేము కూడా అలాగే జీవించగలమని' అని అనగలరు. మా సోదరులు ఇలాగే జీవించినందున మేము కూడా ఇలాగే జీవించగలమని చెప్పగలరు. దీన్నేమంటారు? దీనినే సక్రియత, క్రియాశీలత, కర్మనిష్ఠత అంటారు. 80 సంవత్సరాల వయసు వస్తే మాత్రం ఏమిటట? మహాత్మాగాంధీజీ 80 సంవత్సరాల వారు, జవహర్‌లాల్ చనిపోయే సమయానికి 80 సంవత్సరాలు అయినప్పటికి, వారు సక్రియతతో పనిచేయగలిగారు. ముసలివానిగా పిలువబడటం మనిషికి సిగ్గుచేటు. సక్రియతతో ఉండి మరణించుట, మనిషికి గౌరవప్రదమైన విషయమే. ముసలి తనంతో సంబంధమేముంది? ముసలితనం అంటే చేతులు బలం లేక ముసలివైపోతాయి, శరీరం బలహీనమవుతుంది. ఇప్పుడు మేము ఏ పనైనా, రెండవ ఉపాయంతో చేస్తాము, ఒకవేళ శరీరం వయసుతో ఉంటే, మేము శరీరానుసారం పనులు చేయగలం. ముసలివారమైతే ఏమయ్యింది, మేము రెండవ పద్ధతిలో పనులు చేస్తాము, చేస్తూనే ఉంటాము.

శ్రేష్ఠమైన పనులు ఎన్నుకొందాం

మిత్రులారా! ఎవరు నిష్క్రియులుగా ఉంటారో, అలాంటివారు 'గాయత్రీమాత' రహస్యాన్ని గాని, 'సవిత' అనే మాటను అర్థం చేసుకోలేరు. 'సవితుః' అనేది మొదటి శబ్దం, ఇక రెండవది 'వరేణ్యం' వరేణ్యం అని దేనిని అంటారు? 'వరేణ్యం' 'ఎన్నుకున్న' దాన్ని అంటారు. రెండింటి నుండి ఒకదానిని ఎన్నుకోవటం జరుగుతుంది. ప్రపంచంలో అన్ని వస్తువులు కలిసి-మెలిసిపోయి ఉన్నాయి. సత్యం-అసత్యం కలిసి ఉన్నాయి. అబద్ధం-నిజం కలిసి ఉన్నాయి. నిజాయితి-మోసం కలిసి ఉన్నాయి. మీరెక్కడకు వెళ్ళినా, అన్నిచోట్లా గందరగోళం కనిపిస్తుంది. లోకంలో ఏ "వరేణ్యం" ఉందో శ్రేష్ఠమైందేదో దాన్ని ఎన్నుకోవలసి ఉంటుంది. 'వరేణ్యం' శబ్దానికి రెండు అర్థాలొస్తాయి. ఒకటి శ్రేష్ఠమనే అర్థంగాను, రెండవది 'ఎన్నుకొను' అనే అర్థాలుగా ఉన్నాయి. మీరు శ్రేష్ఠమైన దానిని ఎన్నుకోండి. ఎందువల్లనంటే ఈ సమాజంలో అన్నీ కలసిపోయే ఉన్నాయి. అతి చెడ్డవారు కలిసే

ఏ మనిషి పుట్టుకతో దుర్మార్గుడు కాడు

ఉన్నారు. అతి మంచి వ్యక్తులు కూడా కలిసే ఉన్నారు. మరి ఏంచేద్దాం? అందరితో స్నేహం చెయ్యాలా? కాదు... అందరితో స్నేహం చేయుట కుదరదు. వీరిలో శ్రేష్ఠులు ఎవరున్నారో, వారినే మనవారిగా మార్చుకొందాం. ఎవరైతే శ్రేష్ఠులు కారో వారిని మనం తొలగి పొమ్మందాం. తినే-త్రాగే వస్తువులు ఎదురుగా ఉన్నప్పుడు, పళ్ళెంలో శ్రేష్ఠమైన వాటిని స్వీకరించి, వరేణ్యం కాని వాటిని ప్రక్కకు తోసేద్దాం.

మిత్రులారా! జీవితంలో ప్రతి విషయాన్ని గీటురాయితో పరీక్షించిన తరువాత మాత్రమే మనం దాన్ని స్వీకరించాలి. ఏది స్వచ్ఛమైందో, గొప్పదో దానిని స్వీకరిస్తాము, ఏది దోషంతో పనికిరాదో దానిని వదలివేస్తాము.

ఈ విధంగానే గాయత్రీమాత గురించి, భగవానుని గురించి, ఋగ్వేదం రెండవ చరణమైన - 'వరేణ్యం', 'తత్సవితుర్వరేణ్యం' రహస్యం మనం అర్థం చేసుకోగలిగాము. ఇక తరువాత చరణం 'భర్గో' వస్తుంది. భర్గో అంటే ఏమిటి? సంస్కృత భాషపరంగా భర్గో శబ్దానికి అనేక అర్థాలున్నాయి. కాని మేము మీకు ఒక చిన్న అర్థాన్ని వివరిస్తాము. అది ఏమిటి? 'భర్గో' అంటే 'వేయించుట'. అందుకని 'భర్గో' మాటకు సంస్కృత అర్థం అడగబోకండి. ఇంతవవరకే అర్థం చేసుకోండి 'భర్గ' యొక్క అర్థం వేయించబడుట. ఇది ఏమయ్యింది? నాయన జీవితంలో ఇది కూడా ఒక 'అంచు' వంటిది. ఇదేమిటి? ఇది ఆ 'అంచు' మన జీవిత మొత్తంలో, ఎక్కడ సత్ కోరికలున్నాయో, అవి ఒక ప్రక్క, మరో ప్రక్క కోరరాని కోర్కెలు ఈ 'అంచు' కున్నాయి. మనమీద అవాంఛనీయతలు (కోరకూడని కోర్కెలు) కూడా ఆక్రమణ జరుగుతాయి. అలా దాడి జరిగినా కూడా సదాశయాలను మాత్రమే మనం అనుసరించి, ఆచరించవలసి ఉంటుంది. సంవర్థనం చేయవలసి ఉంటుంది, చెడు ఆచరణను పీకి పారవేయ వలసి ఉంటుంది. అందరిని మనం ప్రేమించలేము. ఒకవేళ అందరిని ప్రేమించుట జరిగితే, అది 'డాక్టర్' రోగులను ప్రేమించినట్లు మాత్రమే అవుతుంది.

సత్యాన్ని ప్రేమించు - అసత్యాన్ని నిరాకరించు

వైద్యుడు రోగులను ప్రేమిస్తాడు. ఆరోగ్యం కొరకు వైద్యం చేస్తాడు, ఆపరేషన్ చేస్తాడు. ఆపరేషన్ బాధకరమైనదే. పొట్టలో ఏదో కురుపు ఉన్నది. కోసి తీసివేయవలసినదే. వైద్యుని ప్రేమ అలా ఉంటుంది. ఏమి చెయ్యాలో అది చెయ్యాలి అది ప్రేమంటే.

భగవానుడు అవతారం దాల్చటానికి రెండు లక్ష్యాల కొరకు వస్తాడు. **"ధర్మ సంస్థాపనార్థాయ వినాశాయచ దుష్కృతామ్"** వారు మంచిని రక్షిస్తారు, చెడుని నాశనం చేస్తారు. దుర్మార్గులను నాశనం చేయక తప్పదు, వారితో యుద్ధం చేయక తప్పదు. దురాచారి, అనాచారికి ఎటువంటి దండన విధించాలి. నాయనలారా, మీకు ప్రేమించుట చేత కాదు. మీరు ప్రేమను పంచండి. మురిపెంతో లాలించుట చేయటమే కాదు, వారి మీద ఒక కన్నేసి ఉండాలి. వారి మీద అవసరం వచ్చినప్పుడు కఠినంగా ఉండుట నేర్చుకోవాలి. లేదు సాహెబ్ జీ! మేము కఠినంగా ఉండలేము, మేము సహాయం మాత్రమే చేస్తాము! అయితే నాయనా, నీవు చాలా ఇబ్బందులు పాలవుతావు. 'మా పిల్లలు' చెడిపోతున్నారని మాకెందుకు చెప్తున్నావు? నాయనలారా! ఇది రెండవ వేదం, దీనిని మేము అథర్వవేదమంటాము.

మిత్రులారా! ఇప్పుడు మేము ఋగ్వేదము, యజుర్వేదం, అథర్వణ వేదం చెప్పాము. నాలగవది సామవేదం, దానిపేరే దేవస్య, దేవస్య మిమ్ము దివ్యత్వంగా మలుస్తుంది. దేవత్వంతో సంపన్న పరుస్తుంది. దైవీ సంపదలతో సంపన్నపరుస్తుంది. భగవద్గీతలో దివ్యవిభూతులతోపాటు దైవీ సంపదల వర్ణన చేయబడింది. మీ భక్తిలో, దేవత్వ గుణాలలో అవన్నీ నిండి ఉంటే వాటిని మీరు ప్రతి ఒక్కరికి పంచగలరు. మీ వద్ద ధనం లేకపోయినా ఫర్వాలేదు, మేము మీకు ప్రేమనందిస్తాము, సలహాలందించగలము, ప్రోత్సాహించగలము. మా వద్ద ఎన్నోవేల వస్తువులున్నాయి. మా వద్ద దివ్య 'వాక్కు' ఉన్నది. ఈ దివ్యవాణి ఏమైనా చేయగలదు. ఈ మావాణి ధనం కంటే కూడా ఎంతో ఎక్కువ లాభదాయకమైనది. ఋషుల వద్ద దివ్యవాణి ఉంది. జ్ఞానం, తపం, సహయోగం కూడా చెంత ఉన్నది. ప్రోత్సాహం కూడా ఉంది. మార్గదర్శనం కూడా ఉంటుంది. ధనం మాత్రమే ముఖ్యం కాదు. ఈ ధనం దేవత్వం కొరకు అవసరం లేదు (పనికిరాదు) మీరు సంపన్న వ్యక్తులయి ఉండవచ్చు. సంపద లేకపోయినా కూడా మీ కష్టార్జితంతో ఫలించే చెమట బిందువులతో కూడా, సేవా కార్యక్రమాలకు వినియోగించవచ్చు. మీ శ్వేద బిందువులు కూడా మణి-మాణిక్యాలతో సరిసమానమైనటువంటివి అవుతాయి. ధనం లేకపోతే ఫరవాలేదు. దానం చేయటానికి ధనం లేకపోవచ్చు, బీదవాడు కూడా దాతగా అవవచ్చు.

కాబట్టి మిత్రులారా! మానవులకు 'దేవస్య', ఇవ్వగల వారిగా మారిపోవచ్చు. నాలుగు వేదాల శిక్షణలో మనం 'సామవేది' గా తయారయ్యాము నాలుగు వేదాలు భగవంతుని నామాలుగా ఉన్నాయి. వీటితో మనం నేర్చుకోగలము, గాయత్రీమాత మనకు ఏం చెప్పదలచుకుందో? గాయత్రీమాత శిక్షణ ఎటువంటిది? గాయత్రీమాత ఏం కోరుతుంది? గాయత్రీమాత యొక్క 'హంస'గా

ఏ పని లేకపోతే ఏదో ఒక పని కల్పించుకోవాలి

ఎలా మారాలి? ఈ నాలుగు సిద్ధాంతాలు కలిసిపోయి ఉన్నాయి. గాయత్రీమాతలో ఇంకా ఏమి మిగిలి ఉంది? నాయనలారా! ఇంకా కొన్ని శబ్దాలు ఉండిపోయాయి. 'తత్సవితుర్వరేణ్యం భర్గో దేవస్య ధీమహి' లో ఒక శబ్దం 'ధీమహి' అర్థం ధారణ చేయుట చెప్తుంది.

హృదయంలో బ్రహ్మను నిలుపుకొందాం

నాయనా, ఆధ్యాత్మికత నుండి లాభాలు పొందుట కొరకు మనలోపల, హృదయంలో ఆ భావన నిలుపుట అత్యంత అవసరం. హృదయంలో నిలుపుటలో అర్థమేమి? బ్రహ్మని ఆచరించాలి. ఎవరు బ్రహ్మను అనుసరిస్తారో, ఆచరిస్తారో, ఆ మనిషి పేరు 'బ్రహ్మచారి'. ఆవు ఉంటుంది, మేక ఉంటుంది, అవి గడ్డి తింటాయి గదా. ఆ విధంగానే బ్రహ్మని తినండి. నాయనా, బ్రహ్మను తినమనే నేను చెబుతున్నాను. తిని హరాయించుకో, జీర్ణింపచేసుకో, నెమరు వేసుకో, నెమరువేసుకొని, దాన్ని మీలో రక్తంగా మార్చుకొని పాలుగా మార్చుకో. మేక గడ్డి తింటుంది. దాని హరాయించు కొంటుంది. జీర్ణమైన తరువాత అది తన శరీరంలో రక్తంగా మార్చుకొని, తరువాత పాలను తయారు చేసుకోగలుగుతుంది. ఈ ప్రకారంగానే మీరు కూడా బ్రహ్మను తినవలసి ఉంటుంది. మీరు దానిని హృదయంలో 'ధారణ' చేయండి. రోజంతా 'రామాయణ పఠనం, గీతా పఠనం, భాగవత పఠనం, సత్సంగ పఠనం, ఈ పఠనం, ఆ పఠనం చేస్తాము. లేదు నాయనా, వీటన్నింటిని ఆపండి. ఏం చేయాలన్నా దానిని 'ధారణ' చేయండి, ధ్యానించండి, హృదయాంగమమం చేసుకోండి, వ్యవహారంలో దించుకోండి.

ధారణ చెయ్యి. ధారణ చేయటంలో అర్థం ఏమంటే... హృదయంలో నిలుపటం. క్రియాత్మకంలోనికి దింపుకోవటం. ఆధ్యాత్మలో ఎన్ని సిద్ధాంతాలు ఉన్నాయో, వాటిని జీవితంలో స్థాపించుకోగలగటమే నాయనా. వినటానికి, వినిపించటానికి కాదు, ప్రజలలో ఇలాంటి భ్రమ ఎలా చేరిందో తెలియదు. దీనిని చెప్పాలని, వినాలని ఎందుకు అనిపిస్తుందో తెలియదు. భాగవతాన్ని చెప్పవచ్చు. వినవచ్చు కాని ఈవిధంగా చెప్పడంలో, వినడంలో ఏం దొరుకుతుంది? నాయనా చెప్పడంతో-వినడంతో ఎవరూ వైకుంఠానికి వెళ్ళలేరు. దీనిని జీవితంలో దించుకోవాల్సి ఉంటుంది.

అయితే ఏమవుతుంది? నాయనలారా మేము మీతో ఈ నివేదన చేస్తున్నాము, గాయత్రీమంత్రం ఉద్దేశ్యం, గాయత్రీ మంత్ర శిక్షణ. ఇలా నాలుగు ధారలలో ఇప్పటివరకు మేము వీటిని నివేదించామో, వాటిని హృదయంలో ఉంచుకోవాలి. మన జీవితాలను గొప్ప అంగాలుగా మార్చుకోగలగాలి. ఇంకా వీటితో రెండు శబ్దాలు మిగిలి ఉన్నాయి అవి "ధియో యోనః ప్రచోదయాత్" ఇందులో 'నః' శబ్దానికి అర్థం మనమంతా. మీరు ఎలాంటి ఆలోచనలు చేసినా, మన అందరి కొరకు అని చేయండి. వ్యక్తికి మాత్రమే పరిమితం గాకుండా సమిష్టి కొరకు, సంఘం కొరకు, ఆలోచిద్దాం! నా కొరకే, నా ధనం, నా కొడుకు, నా సంపద, నా మట్టి, నా స్వర్గం, ఇలా నా కొరకు, నా కొరకు అని చెప్పట మానండి. మరేమనాలి? మన ధనమని, మన పరివారమని, మన గౌరవమని, మన వర్చస్సని, సామూహికవాదులుగా, సాముహకత్వంతో ముందుకు నడుద్దాం. కలసిమెలసి ఉందాం. అందరం కలిసి ఉందాం, కలసి పంచుకొని తిందాం, అందరి సుఖంలో మన సుఖం ఉందనే అనుభవం పొందగలగాలి అదే 'నః' అనే శబ్దానికి ప్రేరణ, శిక్షణ. మీకు ఏ మహత్వ కాంక్షలున్నాయో, ఏ కోరికలున్నాయో, మీ ప్రయత్నం, మీ చేష్టలు అన్నీ మనందరికొరకేనని అనుకోగలగాలి. గాయత్రీ శిక్షణ, సామూహిక వాదులకు శిక్షణ.

గాయత్రిమాతను సద్బుద్ధి కొరకు ప్రార్థన చేద్దాం

మిత్రులారా! గాయత్రీ మాతలో ఇంకా ఏమున్నాయి. "ధియో యోనః ప్రచోదయాత్" దీనిలో ఒకే ఒక ప్రార్థన చేయుట ఉన్నది. హే భగవాన్. తమరు మా బుద్ధిని సరిగ్గా నిలపండి. ఈ బుద్ధి అనేది పెద్ద 'గూండా' ఈ బుద్ధి ఎంతో నమ్మక ద్రోహం చేసింది. ఈ పాడు మనసు మమ్ము ఎంత బాధించిందో, గందరగోళ పరచిందో, ఇలాంటి బుద్ధికంటే పెద్ద శత్రువు మరోటేమి లేదు. మా తెలివి మాకు పైసలిచ్చింది. ఈ తెలివితోనే మేము ఏమేమో చేసాము. ఈ తెలివితోనే మేము ఏదో-ఏదో పనులు సాధించాము. ఈ తెలివిగల బుద్ధితోనే ఈ భౌతిక జీవితంలో ఎన్నో సుఖ సాధనలు పొందగలిగాము. అదే మా జీవితాన్ని అధః పాతాళానికి దారి కూడా తెరిచింది. ఏమి తెలివి? హే భగవాన్! ఇది మా వశానికి రావటం లేదు. మిగిలినవన్నీ మాకు వశం అయ్యాయి. ప్రక్కింటి వాళ్ళు వశవర్తులు కాగలరు, వీధులలోనివారు వశంలోకి రాగలరు, కానీ ఒకే ఒక్కటి మా వశంలోకి రావటం లేదు. అదే మా బుద్ధి. హే భగవాన్ తమరు ఒక పని చేయవలసి ఉంది. "ధియో యోనఃప్రచోదయాత్" మా బుద్ధి వినటం లేదు. ఒప్పుకోవటం లేదు. మిగిలినవన్నీ ఒప్పుకొంటాయి, కాని ఇది మాత్రం చెప్పింది వినటం లేదు. మా బుద్ధి ఎంత ఇరుకున పెడుతుందంటే, ఎంత మోసం చేస్తుందంటే, చివరకు మమ్ము పెద్ద కందకంలోకి పడత్రోయటానికి ప్రయత్నిస్తుంది.

మిత్రులారా! గాయత్రీ మంత్రంలో ఒకే ఒక ప్రార్థన ద్వారా

ఐకమత్యమే మహాబలం

భగవంతునికి నివేదించుకొంటున్నాము, 'తమరు మా బుద్ధిని సరిచేయండి' అలా చేస్తే మిగిలిన సమస్యలను మాకు, మేమే సరిచేసుకోగలము. మిగిలిన సమస్య పరిష్కారం కొరకు మిమ్ము విసిగించము! మిమ్ములను వేడుకోము! మీ ముందు మేము ఎటువంటి భేషజం ప్రదర్శించము. తమరు మాకు ఎంతో తెలివినిచ్చుట వల్ల, మేము, మా భౌతిక సమస్యలకు మాకు తెలిసిన పద్ధతిలో పూర్తిగా పరిష్కరించుకోగల సమర్థులమయ్యాం. కాని ఒకే ఒక పని మాత్రం చేయలేకపోతున్నాము. మా బుద్ధిని లొంగదీసుకోలేకపోతున్నాము. అది మమ్ము గొప్ప గందరగోళ పరుస్తున్నది. మా మీద దయచూపండి, మా బుద్ధిని బాగు చేయండి. ఇంతే మేము కోరేది, మిగిలింది మేము సరిచేసుకోగలం.

ఇదేమిటి? నాయనా, రవీంద్రనాథ్‌ఠాకూర్‌గారు దీన్నే "ధియోయోనః ప్రచోదయాత్" కొరకు బెంగాలీ భాషలో ఎంతో అందమైన కవిత వ్రాశారు. వారు మాకు ఎంతో ప్రియులు. దీనిలో సమస్త సారాంశమంతా ఇలా ఉంటుంది. 'హే భగవాన్! తమరు మాకు ఎప్పుడు సుఖాన్నివ్వవద్దు. ఎందుకని? ఎందుకనగా సుఖాలు లభించిన పిదప, మాలో ఉన్న సామర్థ్యాలు పనికిరాకుండా పోతాయి. మేము ఎందుకూ పనికిమాలినవారమవుతాము' అందుకని ఒకవేళ తమరు సుఖాలు ఇవ్వాలనుకుంటే, వాటిని మాకివ్వవద్దు. వేరేవరికైనా ఇవ్వండి. రవీంద్రనాథ్ ఠాగూర్ కవితలోని రెండవ భాగం ఇలా ఉంటుంది. హే భగవాన్ భవిష్యత్తులో తమరు ఇతరులను దుఃఖితులుగా కూడా చేయగలరు, ఈ మాట నిజమే అయితే, తమరు దయచేసి మాకు ఎదురయ్యే దుఃఖాల గురించి చూడవద్దు. ఎందుకంటే, మా సాహసం, మా శౌర్యం, మా పురుషార్థం, ఇంకా మా పరాక్రమం, దుఃఖాల శిఖరాల మీద అవి నలగగొట్టబడతాయి. ఈ లోకంలో ఎంతమంది మహామానవులున్నారో, మహాపురుషు లున్నారో, అటువంటి వారందరూ, మొదటి (ఉగ్రమైన) పరీక్ష ఇవ్వవలసి వచ్చింది. ఇంకా కఠినమైన పరిస్థితులతో కలసిపోరు సలుపవలసి వచ్చింది. ఇవి లేకుండా ఏ వ్యక్తి భౌతిక జీవితంలో గాని, ఆధ్యాత్మిక జీవితంలోగాని ఏ మాత్రం వికసించుట జరుగ లేదు. సుఖంతో సమృద్ధి ఏదీ లభించదు. సుఖాలుంటే ఎలాంటి పరాక్రమం చూపుట కుదరదు. పురుషార్థిగా కూడా మారలేదు. సాహస వంతుడు కాలేడు. అందుకని హే భగవాన్! మీరు ఈ దుఃఖాలనే మాకు లభించేటట్లు చేయండి.

ఇక వారి తరువాత పద్యం - సుఖాలను ఇవ్వబోకు, మీరు మాకు ఎదురయ్యే దుఃఖాలను తీర్చుటకు ప్రయత్నించవద్దు, రవీంద్రనాథ్ ఆఖరి పంక్తిలో చెబుతున్నారు. తమరు 'దానదాతలు', దయతోనిండినవారు, ఇవ్వకుండా మీరుండలేరు. నిజముగా మీరు ఇవ్వాలనుకుంటే, మాకు తమరు ఒక వస్తువునివ్వండి. మేము ఎప్పుడు పాపాలను చేయటానికి ప్రయత్నించినా, తమరు తమ యొక్క పొడవైన చేతితో బయటకు లాగండి. మేము ఎప్పుడు పాపపంకిలంలో పడతామో, అప్పుడు మా చేతిని అందుకొని, అవతల ఒడ్డుకు ఈడ్చి పారెయ్యండి. ఇదే మా ప్రార్థన. ఇదే "ధియోయోనః ప్రచోదయాత్" యొక్క అర్థం. తమరు మాకు ఎలాంటి రక్షణ చేయవద్దు. మా పురుషార్థంతోనే మమ్ము సంబాళించుకోనివ్వండి. మా జీవితంలో ఎదురుకాగల సమస్యలను మాకు మేమే పరిష్కరించుకొనే విషయంతో, తమరు ఏ మాత్రం కలిగించుకోవద్దు. ఇది మాకు, మాలోక పరిధికి సంబంధించిన విషయం. తమరు చేయవలసింది ఒక్కటే, మా బుద్ధిని మంచి మార్గంలో నడిచేటట్లు చేయండి.

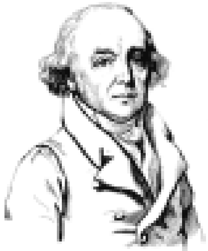
మిత్రులారా! ఇదే గాయత్రీ మంత్రం మనకందించే శిక్షణ, మనం దీన్ని సరిగ్గా అర్థం చేసుకోగలిగితే, మనం మన కోర్కెను తీర్చుకున్న వాళ్ళమవగలం. గాయత్రీ మంత్రంలోని ఈ శిక్షణ మన జీవితాలలో రాగలిగితే, గాయత్రీ భక్తులుగా మారగలిగినట్లే, మనం కూడా అలాగే మారిపోగలగాలి. మనం ఈ ప్రేరణ, ఈ శిక్షణ రెండింటిలో సమర్థులమవగలిగితే, మనం ఇతరులను ఉద్ధరించుటే గాక, సమాజాన్ని కూడా ఉద్ధరించుటలో రెండు ఉద్దేశ్యాలను పూర్తిచేయగలిగిన వారమవగలము. ఈ ప్రపంచం లోనికి సుఖాన్ని తేగలగుతాము, శాంతిని తేగలగుతాము. మానవులలో దైవత్వాన్ని ఉదయింపచేయగలం. ఇంకా ఈ భూమి మీదనే స్వర్గాన్ని దింపుటలో సమర్థులుగా అయిపోగలము.

ఈవిధంగా గాయత్రీ మహామంత్రం ఒక 'కామధేనువు' వంటిది. దీని మహిమ ఎటువంటిదనగా, వ్యక్తి, సమాజం యొక్క సమస్త భావనలు-సంభావనలతో కలిసిపోయింది. మీరు దీని స్వరూపాన్ని గ్రహించండి, దీని ఇచ్ఛలను గ్రహించండి. దీని ప్రేరణలను గ్రహించండి. దీని దిశాగమనాన్ని అర్థం చేసుకోండి. తెలుసుకొన్న తరువాత దానిని హృదయంలో స్థాపించుకొని, దానిని విస్తరించే విధంగా ప్రయత్నాలు సలుపండి. అలా చేయగలిగితే మా ఉద్దేశ్యం పూర్తి అవటమే గాక, 'ఈ గాయత్రీ సంస్థ స్థాపన', గాయత్రిని విస్తరించుటలో మా 'తపన' పూర్తికాగలదు. ఈ విచారణలను, ఈ భావనలను ఈ సమస్త ప్రపంచంలో విస్తరించుటలో, మీ హృదయంలో ధారణ చేసుకొనుటలో, మీరు సమర్థులు అయిననాడు, మా జీవితం ధన్యమైనట్లు భావిస్తాం.

- అఖండజ్యోతి, జూన్ 2012

అనువాదం: జి. చెన్నకేశవరావు

ఎన్ని కష్టాలున్నా నవ్వుతూ బ్రతకాలి



ఆరోగ్యమే మహాభాగ్యం - 27

హోమియో వైద్య సేవ

మైగ్రేన్ తలనొప్పి

మైగ్రేన్ తలనొప్పిని తలచుకుంటే చాలు వణికిపోతారు. ఆ స్థాయిలో ఉంటుంది బాధ. దీన్ని రక్తనాళాల నొప్పి అని కూడా అంటారు. అంటే రక్తనాళాలు విస్తరించడం (సైజు పెరగడం) వల్ల కొన్ని రకాల రసాయనాలు మెదడులో విడుదలవుతాయి. దానివల్ల ధమనులు ఉబ్బిపోయి మైగ్రేన్ నొప్పి వస్తుంది. ఇది తరచుగా వచ్చే ఉధృతమైన తలనొప్పి. ఎక్కువ శాతం వారసత్వంగా వచ్చే సమస్య ఇది. ముఖ్యంగా ఆడవారి వైపునుంచి సంతానానికి వస్తుంది. నొప్పి ఎక్కువ శాతం తలలో ఒకవైపున వస్తుంది. అందుకే దీన్ని పార్శ్వపు నొప్పి అని కూడా పిలుస్తారు. ఇది ఆకస్మికంగా వచ్చే నొప్పి.

వ్యాధి నిర్ధారణ: ఇది చిన్న వయసులో లేక యుక్త వయస్సులో ప్రారంభమవుతుంది. దీన్ని నిర్ధారించడానికి కుటుంబ ఆరోగ్య చరిత్ర ఉపయోగకరంగా ఉంటుంది. నొప్పి ఇంతకు ముందెన్నడూ రానంత అధిక స్థాయిలో వస్తే, తలంతా తిరుగుతున్నట్లు, వాంతి వస్తున్నట్లు, కాంతిని చూడలేకపోవడం, శబ్దాలను వినలేకపోవడం, ఘాటైన వాసనలు పీల్చలేకపోవడం వంటి లక్షణాల ఆధారంగా మైగ్రేన్ నొప్పిని నిర్ధారిస్తారు. ఒక్కోసారి సిటిస్కాన్, ఎమ్ఆర్ఐ పరీక్షలు కూడా చేయిస్తారు.

కారణాలు: ఒత్తిడి, మెదడుపై అధికభారం, ఆందోళనలు, ఎసిడిటీ, అజీర్ణం, మలబద్ధకం, అధికంగా పొగత్రాగడం, మద్యం సేవించడం, బ్లడ్ షుగర్, రక్తపోటు తక్కువగా ఉండడం, శారీరిక బలహీనత, మహిళల్లో రుతుచక్రం, పోషకాహార లోపం, తగినంత విశ్రాంతి లేకుండా, గంటలపాటు పనిలో మునిగిపోవడం మైగ్రేన్ నొప్పికి కారణమవుతాయి.

ఇంట్లో ఆచరించదగిన చికిత్సలు:

- 10 నుంచి 12 బాదం గింజలను తినడం వల్ల మంచి ఫలితం ఉంటుంది.
- ఒక కప్పు ద్రాక్షరసం తీసుకున్నా ప్రయోజనకరమే.
- ఒక చెంచా ఆవ పిండి, మూడు చెంచాల నీటిలో కలుపుకుని కొన్ని చుక్కలు ముక్కు రంధ్రాల్లో వేసుకోవాలి. దీనివల్ల నొప్పి నుంచి ఉపశమనం లభిస్తుంది.
- క్యాబేజీ ఆకులు కొన్ని తీసుకుని వాటిని నలిపి ఒక వస్త్రంలో వేసుకుని తలపై ఉంచుకోవాలి. తేమ ఆరిన వెంటనే మరికొన్ని తాజా ఆకులను తీసుకుని మరలా అదే విధంగా చేయాలి. ఈ విధంగా చేస్తే సత్వర ఉపశమనం లభిస్తుంది.
- నిమ్మ తొక్కలు కూడా చక్కగా ఉపయోగపడతాయి. పచ్చి నిమ్మకాయ తొక్కలను గుజ్జుగా చేసి దాన్ని తలపై రాసుకుంటే మైగ్రేన్ నొప్పి ఉపశమిస్తుంది.
- ఎక్కువగా విశ్రాంతి తీసుకోవాలి. అధిక వేడి, ఉప్పు, కారం పదార్థాలు, పుల్లగా ఉండే పండ్లను తినకుండా ఉండడం మంచిది.
- తల మర్దన చేసుకోవడం, ఎక్కువ కాంతికి గురి కాకుండా జాగ్రత్త పడాలి.

హోమియో ఔషధాలు:

శ్యాంగ్విూరియ (Sanguinaria): ఇది కుడి వైపు వచ్చే తలనొప్పికి బాగా పని చేస్తుంది. ఎండలో తిరగడం వలన రోగికి తలనొప్పి మొదలవుతుంది. కాంతిని శబ్దాన్ని భరించలేరు.

బెల్లడోన (Belladonna): తలనొప్పి అకస్మాత్తుగా మొదలవుతుంది. తలకు గుడ్డ కట్టుకుంటే హాయిగా ఉంటుంది.

ఐరిస్ వెర్ (Iris ver): తీవ్రమైన మానసిక శ్రమ తరువాత విశ్రాంతి తీసుకునే సమయములో వచ్చే తలనొప్పికి ఇది సరైన మందు. విద్యార్థులకి ఉపాధ్యాయులకి ఆదివారం వచ్చే తలనొప్పికి ఇది ముఖ్యమైన మందు.

సలహాల కొరకు సంప్రదించవల్సిన చిరునామా

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

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

పనికొచ్చేవి మాట్లాడితే బాగుంటుంది

సత్సాహస - సంఘర్షణ ప్రకరణం

లోక ప్రవాహకస్యాస్తే జలమార్గం తు పంకిలమ్ ।
ప్రాయోఽల్పాః సజ్జనాః సంతి బహవోఽసంస్కృతా జనాః ॥ 65

జనవాహినిలో నిర్మలమైన జలం తక్కువ నిష్పత్తిలో ఉండి, ఎక్కువశాతం దుమ్ము, ధూళి, ఆకులు, అలమలు, దుర్గంధం ఉంటుంది. అలాగే సమాజంలో మంచివారు, గుణవంతుల శాతం తక్కువ ఉండి, స్వార్థపరులు, మోసగాళ్ళు, దుష్టులు ఎక్కువగా ఉంటారు. అది నదీ/సమాజం తప్పు కాదు. గంగ ఎన్ని విధాలుగా కలుషితం చేయబడుతున్నప్పటికీ, ఆ నది పవిత్రత సాటిలేనిది. మిగిలిన నదులు జీవనదులే అయినా, వాటి నీరు నాలుగు, అయిదు రోజులు మూతపెట్టిన పాత్రలో ఉంచితే పాడయి పోతాయి. కానీ గంగాజలం (చిన్న చెంబులలో పట్టి ఉంచితే) ఎన్ని రోజులైనా చెడిపోదు. అది దివ్యమైన గంగాజల ప్రాశస్త్యం. అలాగే మన భారతదేశం, ఎందరో దుష్టులు, దుర్జనులైన విదేశీ దండయాత్రలకు గురి అయ్యి, క్లిష్ట పరిస్థితులు ఎదురైనప్పటికీ, ఆ ఔన్నత్యం సాటిలేనిది. అలాగే నది కలుషితమైనపుడు, ఆ తప్పు నదిది కాదు కదా! ఆ నదిని శుభ్రం చేయడం మన విధి. సమాజంలో దుర్నీతి ఎక్కువైనప్పుడు దానిని తొలగించవలసిన బాధ్యత. సంస్కారవంతులైన ప్రతిఒక్కరి బాధ్యత.

గతిః సాఽనుపయోగ్యాహి ప్రాయోరీతిషుద్ధావతి ।
యధావత్సానహి గ్రాహ్యే హంసక్షీర జలాత్ పిబేత్ ॥ 66

నదులు వివిధ గతులలో ప్రవహిస్తున్నప్పటికీ, కలుషిత జలం వల్ల ఎవ్వరూ నదీజలాలను (కలుషిత కారణంగా) ఉపయోగించే స్థితి లేనప్పటికీ, వాటిని శుభ్రం చేయవలసిన అవసరం ఉన్నది. హంసకు దైవదత్తమైన నీర, క్షీర న్యాయం వలే విజ్ఞులు, మంచి చెడులను గ్రహించి, చెడును విసర్జించే ప్రయత్నాన్ని చేపట్టాలి. దేశభక్తిని, సంస్కార సాంప్రదాయాలను తెలుసుకునే శక్తిని యువతకు అందజేసి విచక్షణ జ్ఞానాన్ని అందజేయాలి.

స ఇవాత్రాపి కర్తవ్యా నీరక్షీర వివేకితా ।
తతశ్చోచితమాస్తే యత్తత్ గ్రాహ్యం మానవైః సదా ॥ 67

హంస ఏ రీతిలో పాలు, నీళ్ళను వేరుచేసే నైపుణ్యంతో, నీటిని విడిచిపెట్టి, పాలను మాత్రమే స్వీకరిస్తుందో, సమాజం లోని, ఉచితమైన న్యాయాన్ని, ధర్మాన్ని, కర్తవ్యాన్ని వెదికి, మిగిలిన ఆకర్షణలను, వ్యామోహాలను విడిచి పెట్టినప్పుడు ప్రగతి సాధ్యపడుతుంది, దానినే క్రమం తప్పక ఆచరించగలిగే స్థితప్రజ్ఞులు నేటి సమాజానికి అవసరం. శంకరులు, స్వామి వివేకానందులు, శ్రీరామశర్మ ఆచార్య మొదలైన యుగ పురుషుల బాటను క్రమం తప్పక అనుసరించాలి.

ఆకర్షణాని సర్వస్వం కాలికాని సమాన్యతామ్ ।
పరిణామేషు కర్తవ్యో విచారో దూరగామిషు ॥ 68

తాత్కాలికమైన ఆకర్షణలు, అడ్డ త్రోవలో లభించే క్షణిక సౌఖ్యాలు శాశ్వత ఆనందాన్ని, లక్ష్య సాధనకు చేర్చలేవు. ఈ సత్యాన్ని తెలుసుకొన్నప్పుడే మన గమ్యం సులభతరం అవుతుంది. కుమార్తె పెళ్ళి కొరకు అధిక కట్నం, పెళ్ళికి స్థాయికి మించి ఖర్చు పెడితే, తాత్కాలిక ప్రశంసలు, అభినందనలు లభించినప్పటికీ, ఆ ఖర్చును ఎదుర్కొనేందుకు, వధువు తండ్రి తప్పకుండా అక్రమ మార్గాలు అవలంబించవలసి ఉంటుంది. లంచం తీసుకోవడం, దాని పర్యవసానంగా శిక్షను పొందే ప్రమాదం పొంచి ఉంటుంది. భార్యను తన స్థితికి మించి సుఖపెట్టాలనుకొనే భర్తకు కూడా ఇదే స్థితి కలుగుతుంది. కావున స్థాయిని మరచి, అనవసర ఆకర్షణలకు లోనుగావడం మంచిది కాదు.

దుఃఖదాః పరిణామాయే లాభా తాత్కాలికామతాః ।
త్యాజ్యాస్తే సాహసేనైవం భవిష్యన్మంగళం వ్రజేత్ ॥ 69

సులభ మార్గంలో సంపదలను సంపాదించాలనుకోవడం అత్యాశకు, దురాశలకు ప్రతీక. కష్టపడి, న్యాయమార్గంలో సంపాదించే సంపద వాంఛనీయం అన్న సత్యాన్ని పెద్దలు యువతకు బోధించాలి. లేకుంటే ప్రస్తుతం వ్యాపార సంస్థలు, వాణిజ్య సంస్థలు వ్యాపారాత్మక దృష్టితో ప్రజలను మభ్య పెడుతుంటే దానిని అడ్డుకోవలసిన అవసరం మేధావులపై ఉంది. అప్పుడే సమాజ శ్రేయస్సు, ధర్మరక్షణ సాధ్యమయ్యే అవకాశం సులభతరమవుతుంది. భవిష్యత్తు మంగళకరమై శుభప్రదం కాగలదు.

వివేకయుక్తో యా ఆస్తే పరామర్శః సమన్యతామ్ ।
బాలానాం వా పరేషాం వా నా యోగ్య ఆత్మానామపి ॥ 70

వివేకయుక్తమైన, మంచి, చెడుల మధ్యగల భేదాన్ని దృష్టిలో ఉంచుకుని, సత్ప్రవర్తనను బాలలకు (భావితరాలకు) అందజేయాలి. పరోపకారతత్త్వాన్ని, ఆత్మవిమర్శనా నైజాన్ని అందజేయగలగాలి. స్వార్థం, మోసం, కపటం వంటి దుర్గుణాలకు దూరంగా ఉంచ గలగాలి. అప్పుడే భవిష్యత్తు బంగారుమయం కాగలదు.

– *అనువాదం: సాధన నరసింహాచార్య*

ఎవరిని తప్పు పట్టకూడదు, తప్పులెన్నువారు తమ తప్పులెరుగరు

సుమతీ సూక్తం - 5

బద్దెనకవి తన అనుభవసారాన్ని రంగరించి, లోకజ్ఞత అనే మెరుగులు దిద్ది, పాఠకులకు ఎన్నో నీతులతో చక్కటి మార్గదర్శనం చేసిన మహాకవి. అందుకే వారిని 'స్రష్ట', 'ద్రష్ట' అనడం అతిశయోక్తి కాదు.

ఏఱకుమీ కసుగాయలు
దూఱకుమీ బంధుజనుల దోషముసుమ్మీ
పాఱకుమీ రణమందున
మీఱకుమీ గురువునాజ్ఞమేదిని సుమతీ ॥

చెట్టుమీద నుండి రాలిపడిన లేతపిందెలను తినడం మంచిది కాదు. ఎందువల్లనంటే అవి పూర్తిగా కాయలుగా మారకుండా నేలపై రాలిపడ్డాయంటే వాటికి ఏదో వ్యాధి సోకి, అందువల్ల రాలిపోయి ఉండవచ్చును. అవి తినడానికి పనికి రావు. పిల్లలు వాటి యందే ఇష్టంతో, ఏరుకుతినే ప్రయత్నం చేస్తారు. అందువల్ల అవి అనారోగ్యాన్ని కలిగిస్తాయి. బంధువులను అదేపనిగా నిందించడం కూడా తగదు. లోకంలో బంధు, మిత్ర సహకారం లేకుండా ఏ పని పూర్తి కాదు. ముఖ్యంగా పెళ్ళిళ్ళ వంటి శుభ కార్యాలు సజావుగా జరగాలంటే వారి సహకారం అవసరం. అందువల్ల "వసుధైక కుటుంబకం" అన్న భావనతో అందరితో స్నేహానుబంధాన్ని కొనసాగించాలి. అనవసరమైన వివాదాలకు తావీయవలదు. అదే రీతిలో యుద్ధంలో పాల్గొనవలసిన స్థితి ఏర్పడితే ఎట్టి పరిస్థితుల్లోనూ వెనుకంజ వేయరాదు. ఇది కేవలం యుద్ధానికి మాత్రమే వర్తించదు. ప్రతి ప్రయత్నానికి వర్తిస్తుంది. లక్ష్యసాధన కోసం ఏదైనా ప్రయత్నాన్ని మొదలుపెడితే, అది పూర్తి అయ్యేవరకు వెనుకంజ వేయడం కానీ, అర్ధాంతరంగా ప్రయత్నాన్ని ఆపివేయడం కానీ చేయరాదు. "కాబట్టి విజయమో, వీరస్వర్గమో" దేనికైనా సిద్ధమేనన్న రీతిలో ఉండాలి అని కవి హెచ్చరిస్తున్నాడు. పెద్దలు, అనుభవజ్ఞులైన గురువులు విధించిన ఆజ్ఞలకు, పరిమితులకు బద్ధుడై ఉండాలి. వారి అనుభవం, ఇతరులకు మార్గదర్శనం కాగలదు. కాబట్టి "పెద్దల మాటలు, చద్ది మూటలు" అన్న సత్యాన్ని నమ్మి, వారి ఆజ్ఞలను ధిక్కరించ రాదు. అందరి స్థితిగతులు, అన్నివేళలా ఒకేలా ఉండవు. అవి తారుమారు అవుతూ ఉంటాయి.

అపుడు మనం కాలానుగుణంగా నడుచుకోవాలి.

ఓడల బండ్లును వచ్చును
ఓడలు నా బండ్లమీద నౌప్పుగ వచ్చున్
ఓడలు బండ్లును వలెనే
వాడంబడు గలిమిలేమి వసుధను సుమతీ ॥

కలిమి లేములు, కష్టసుఖాలు ఒకేలా ఉండవు. కాల చక్రంతోపాటు అటు ఇటూ అవుతూ ఉంటాయి అన్న సత్యాన్ని బద్దెన ఇలా వివరించాడు. బండ్లు సాధారణ వాహనాలైతే, ఓడలు అత్యంత అసాధారణ / ఐశ్వర్యవంతుల వాహనాలుగా పేర్కొన బడతాయి. దేశాంతరాలకు వెళ్ళాలంటే ఓడలలోనే బళ్ళు వెళ్ళాలి. అంటే బండి వంటి సాధారణ వాహనానికి ఓడలాంటి అసాధారణమైన వాహనయోగం పట్టడం అదృష్టం. కానీ కాలం కలిసిరాక, ఓడ స్థితి మారి ఎందుకు పనికిరాని స్థితిలో ఆ ఓడను ముక్కలు చేసి బళ్ళలోనే తరలిస్తారు. అంటే ఓడకు దురదృష్టం సంక్రమించినప్పుడు, దానికి బండే గతి. ఈ రీతిలోనే కలిమి, లేమి మానవ జీవితంలో తారసపడతాయి. అప్పుడు మన వాటిని గురించి బాధపడరాదు అని కవి హెచ్చరిస్తాడు.

కప్పకు నొరగాలైనను
సర్పమునకు రోగమైన, సతి తులువైనన్
ముప్పున దరిద్రుడైనను
తప్పదు మరి దుఃఖమగుట తథ్యము సుమతీ ॥

జీవితంలో కొన్ని కొన్ని దుఃఖాలు మరింత దయనీయంగా మనిషిని కృంగదీస్తూ ఉంటాయి. అటువంటి దుఃఖాలు ఒక్కసారిగా దాడిచేస్తే, ఆ బాధను చెప్పనలవి కాదు. నాలుగు కాళ్ళతో గెంతుతూ, ఉల్లాసంగా ఉండే కప్ప కాలికి దెబ్బతగిలి కుంటిదైతే ఆ బాధ వర్ణనాతీతం. సర్పం కూడా వ్యాధితో బాధపడుతూ, మన్ను తిన్న పాములా పడి ఉంటే, దాని నిర్లిప్తతను, నిస్సత్తువను ఆధారంగా చేసుకుని జనులు రాళ్ళతో దాడిచేయడం మరింత శోచనీయం. భార్య భర్తకు అన్ని విషయాలలో సహకరిస్తే అంతకు మించిన సంతోషం ఏమి ఉంటుంది? అలా కాకుండా, తుంటరి ఆలోచనలతో, భర్త ఇష్టానికి వ్యతిరేకంగా, ప్రవర్తిస్తూ, అహంకారాన్ని ప్రదర్శిస్తే అంతకు మించిన దుఃఖం వేరే ఏమి ఉంటుంది? వృద్ధాప్యంలో ఆనందంగా హాయిగా ఉండవలసిన వ్యక్తికి సిరి సంపదలు పోయి, చాలా విచారంతో, దరిద్రం సంక్రమిస్తే అంతకన్నా మించిన దుఃఖం ఏముంటుంది? అందుకే అట్టి దుఃఖం రాకూడదని అందరూ ఆశిస్తారు.

ధైర్యంగా ఉండండి, మంచికాలం తప్పనిసరిగా వస్తుంది

అల్పునితో, నీచునితో, దుష్టునితో స్నేహం చేయరాదు. దానివలన మన ఉనికికే నష్టం కలుగుతుంది. ఈ సత్యాన్ని బద్దెన ఇలా వివరించాడు.

కొంచెపునరు సంగతిచే
నంచితముగ కీడు వచ్చునది యెట్లన్నన్
గించిత్తు నల్లికుట్టిన
మంచమునకుఁబెట్లువచ్చు మహిలో సుమతీ ॥

దుష్టునితో స్నేహం చేయడం వల్ల, అతని దుష్ప్రవర్తన వల్ల అతనితోబాటు మనకు కూడా హానికలిగే ప్రమాదముంది. అగ్నితో కూడిన ఇనుముకు సమ్మెట దెబ్బలు ఎలా తప్పవో, అలాగే దుష్టునితోబాటు అతని సహచరులకు కూడా ప్రమాదం తప్పదు. 'నల్లి' చిన్నదే అయినా అది కుట్టడం వల్ల నిద్రాభంగమైన వ్యక్తి, ఆ నల్లిని చంపాలన్న ఉద్దేశ్యంతో కర్రతో మంచాన్ని కొడతాడు. అందువల్ల మంచానికి దెబ్బలు తప్పడం లేదు. ఇది దుర్జనుల మైత్రి వలన కలిగే హాని. ఏది మానవునికి నిజమైన, శాశ్వతమైన అలంకారమో ఈ క్రింది పద్యంలో వివరించాడు బద్దెన.

చేతులకు దొడవు దానము
భూతల నాధులకు దొడవు బొంకమి ధరలో
నీతియ తొడవెవ్వారికి
నాతికి మానంబు తొడవు నయముగ సుమతీ ॥

నిస్వార్థంగా, ఎటువంటి ఫలాపేక్ష లేకుండా దానం చేయడమే చేతులకు నిజమైన ఆభరణం. రాజులకు ఇచ్చిన మాటను నిలబెట్టుకోవడం, అసత్యానికి తావు ఈయని రీతిలో ప్రవర్తించడం, ఆత్మాభిమాన ప్రవర్తన స్త్రీలకు, నైతికంగా జీవనాన్ని కొనసాగించడం ప్రతి ఒక్కరికి ఆభరణం. దానకర్ణుడు, సత్యహరిశ్చంద్రుడు, సాధ్విమణి సీత, నైతిక వర్తనకు ప్రతీకయైన రాముడు నాటి పౌరాణిక ఆదర్శపాత్రలైతే, నిన్నటి వివేకానందుడు, ఛత్రపతి శివాజీ, రాణాప్రతాప్‌సింగ్. నేటి అబ్దుల్ కలామ్, అన్నాహజారే వంటి వారిని మనం ఆదర్శంగా తీసుకోవాలి. అప్పుడే మన జన్మ ధన్యమైనట్లవుతుంది.

"పొరుగింటి పుల్లకూర రుచి" అన్న చందాన మన వారి గొప్పతనాన్ని మనం గుర్తించలేము. గుర్తించినా దానిని బహిరంగంగా ప్రశంసించడానికి వెనుకాడతాము, విదేశీయులు మనవారి గొప్పతనాన్ని ప్రశంసించాక, అప్పుడు మనం గొప్పగా ఆ గొప్ప వ్యక్తి మా భారతీయుడే లేదా మా తెలుగువాడే అని జబ్బలు చరుస్తూ చెప్పుకుంటాం. ముఖ్యంగా ఇది తెలుగువారిలో స్పష్టంగా కనిపిస్తుంది. తమిళులు, కన్నడిగులు, మళయాళులు తమవారికి, తమ సంస్కృతికి, పద్ధతులకు పెద్దపీటవేసాకనే మిగిలిన వారి గురించి ఆలోచిస్తారు. ఇటువంటి భావాన్నే బద్దెన ఇలా చెప్పారు.

తనయూరి తపసి తపమును
తన పుత్రుని విద్య పెంపు, తన సతి రూపున్
తన పెరటి చెట్టుమందును
మనసున వర్ణింపరెట్టి మనుజులు సుమతీ సుమతీ ॥

మన ఊరికి చెందిన మహాత్ములను, ఋషులను, మునులను మనం ముందుగా గుర్తించం, ప్రశంసించం. తన కుమారుని ప్రతిభను ఏ తండ్రి ప్రశంసించడు (ఆయుక్షీణమన్న భావనతో) తన భార్య సౌందర్యాన్ని, తన పెరటిలో లభించే మందు చెట్లులను ప్రశంసించకపోవడం సహజ లక్షణం. మనవాడేకదా, మన ఇల్లే కదా, అన్న చులకన భావన వల్ల కూడా ఇలా జరుగవచ్చు.

కావున ప్రతిభను ముందుగా గుర్తించి, వారిని ప్రోత్సహిస్తే మరెన్నో విజయాలను పొందే అవకాశం ఉంటుంది. కావున ఈ భావన ప్రతి ఒక్కరిలో ఉండాలన్న సత్యాన్ని మనం అవగాహన చేసుకోవాలి.

– సాధన నరసింహాచార్య

తుగ్లక్

ఢిల్లీ బాదుషా తుగ్లక్ విద్వాంసుడు, ఉదారుడు కూడా. ప్రజలకు ఉపయోగపడే అనేక కార్యక్రమాలను నిర్వహించాడు. కానీ రెండు దుర్గుణాలు అతణ్ణి అప్రతిష్ఠ పాలు చేసి సర్వనాశనం చేశాయి. ఒకటి అహంకారం. తన ఆలోచన ఏదో తనదేగాని ఇతరుల ఆలోచన ఎంత గొప్పదైనా స్వీకరించే వాడు కాదు. రెండవ దుర్గుణం తొందరపాటు. ఇది చాలా ముప్పు తెచ్చిపెట్టేది. ఈ రెండింటి వల్లనే క్రొత్తరాజధాని దౌలతాబాద్‌ను నిర్మించి ఇబ్బందులు ఎదురవ్వగానే రద్దుచేసి వేశాడు. అలాగే ఒకసారి ముద్రలేని రాగి నాణాలు చెలామణి చేసి ప్రజలు నకిలీ ముద్రణ ప్రారంభించగానే ఆర్థిక వ్యవస్థ దెబ్బ తినటంతో వాటిని ఖజానాలో జమచేసి వెండి నాణాలుగా మార్పిడి చేయిస్తాడు. దీనివల్ల ఖజానా అంతా ఖాళీ అవ్వగా పన్నును నాల్గురెట్లు పెంచటంతో ప్రజలు అతని రాజ్యాన్ని వదలి పారిపోయారు. అందువల్ల అహంకారం, తొందరపాటుతనం కూడదు.

– ప్రజ్ఞాపురాణం నుండి

డబ్బు వస్తుంటుంది, పోతుంటుంది కాని అనుబంధాలు పోగొట్టుకుంటే తిరిగిరావు

వార్తలు

రాష్ట్రంలో జరిగిన వివిధ కార్యక్రమాలు

హైదరాబాదులో

"గాయత్రీ ప్రజ్ఞామండలి" గాయత్రీ చేతనా కేంద్రము, మూసాపేట, హెచ్.పి.రోడ్ ప్రాంగణంలో 25 జనవరి 2013 పనిచేయుట ప్రారంభమైంది. ప్రతి శనివారము సాయంత్రము 3.30 గం॥ల నుండి 5 గం॥ల వరకు సభ్యులు సమావేశము జరిపి స్వాధ్యాయ, సత్సంగములు నిర్వహించుచున్నారు. యుగశక్తి గాయత్రి మాసపత్రికలోని వ్యాసములను చదివి, వానిపై సత్సంగమును నిర్వహించుట జరుగుచున్నది.

శ్రీమతి విజయావిశ్వనాథ్‌గారు అందించిన ప్రేరణతో ఈ ప్రజ్ఞామండలి పనిచేయుట ముదావహం. దీనిని స్ఫూర్తిగాగొని రాష్ట్రమంతటా ప్రజ్ఞామండళ్ళను / మహిళా మండళ్ళను ప్రారంభించి సక్రియం గావించవలసినదిగా కోరడమైనది.

కొత్తపాలెంలో

ప్రకాశం జిల్లా, పర్చూరు మండలం, చెరుకూరు శివారు, కొత్తపాలెం గ్రామం చుట్టుప్రక్కల గల 24 గ్రామములను గాయత్రీ శక్తిపీఠము ట్రస్టువారు దత్తత తీసికొని, గ్రామ గ్రామాన ప్రజ్ఞా మండలి / మహిళామండలి ఏర్పాటుకు సంకల్పం తీసుకొన్నారు. 2013 ఫిబ్రవరి 1వ తేదిన గాయత్రీ శక్తిపీఠము, కొత్తపాలెం, ప్రాంగణమందు, ఆయా గ్రామ ప్రతినిధుల సమావేశం ఏర్పాటు చేశారు. మందిర ట్రస్టు ఛైర్మన్ శ్రీ కళ్ళం సింగారెడ్డిగారిని 24 గ్రామాలతో కూడిన మందిర కార్యనిర్వాహక మండలి అధ్యక్షునిగా ఏకగ్రీవంగా ఎన్నుకొన్నారు.

తదుపరి గ్రామ ప్రతినిధుల సభ, 24 గ్రామాలలో మార్చినెల నుండి మే నెల మొదటివారంలోపు ఏక కుండి మొదలు 5 కుండీల గాయత్రీ యజ్ఞాలను నిర్వహించుటకు అంగీకరించింది. యజ్ఞానికి ముందు కనీసం 20 నుండి 30 రోజుల పాటు గాయత్రీ జపాలను కనీసము 30 గృహాలలో ప్రతి గ్రామంలో నిర్వహిస్తూ, నిత్య అంశదానం క్రింద గుప్పెడు బియ్యం, రూ. 5/-ల నగదు భద్రపరచి, యజ్ఞము నిర్వహించెడి రోజున దానిని తమ అంశదానంగా అందజేయుటకు నిర్ణయించారు. మార్చి 10వ తేది, 2013 మహాశివరాత్రి సందర్భంగా పెదనందిపాడు గ్రామములో 9 కుండీల గాయత్రీ యజ్ఞాన్ని శివాలయములో నిర్వహించుటకు నిశ్చయించారు. ఈ యజ్ఞ శృంఖల కార్యక్రమాల పూర్ణాహుతిగా, 54 కుండముల గాయత్రీ మహా యజ్ఞాన్ని గాయత్రీ శక్తిపీఠము, ద్వితీయ వార్షికోత్సవ వేళ 15 మే, 2013న కొత్తపాలెంలో నిర్వహించుటకు సామూహిక సంకల్పం గైకొన్నారు. అట్లే మందిర కార్యనిర్వాహక మండలి సారథ్యములో 24 గ్రామాలలో 24 ప్రజ్ఞామండళ్ళను / మహిళా మండళ్ళను 24 గాయత్రీ గ్రంథాలయాలను గాయత్రీ శక్తిపీఠం ద్వితీయ వార్షికోత్సవంలోపల ఏర్పాటు చేయుటకు సంకల్పించడమైనది. ఇది అన్ని శాఖల వారికి ప్రేరణనివ్వగలదని ఆశిస్తున్నాము.

వరంగల్ జిల్లాలో

గాయత్రీ పరివార్ తొర్రూర్ మరియు ధర్మసాగర్, వరంగల్ జిల్లా శాఖల వారి ఆధ్వర్యంలో 2013 జనవరి 27న సరిహద్దు పట్టణమైన సిరివెంచ, మహారాష్ట్రలో పంచకుండీ గాయత్రీ యజ్ఞము తెలుగులో అత్యంత వైభవంగా నిర్వహించారు. దాదాపు 300 మంది తెలుగువారు ఈ యజ్ఞములో పాల్గొని ఎంతో ఆనందించారు.

పొన్నూరులో

గాయత్రీ పరివార్ పొన్నూరు, గుంటూరు జిల్లా శాఖా వారి 12 వార్షికోత్సవ మహోత్సవం 2013 ఫిబ్రవరి 2 మరియు 3వ తేదీలలో 2400 దీపములతో గాయత్రీ దీపయజ్ఞము మరియు 24 కుండముల గాయత్రీ మహాయజ్ఞం, శ్రీ సాక్షి భావన్నారాయణ స్వామివారి దేవస్థాన ప్రాంగణమును వేదికగా చేసికొని అత్యంత వైభవంగా నిర్వహించారు.

పైనుదహరించిన యజ్ఞముల ద్వారా భౌతిక పదార్థముల హవనం ద్వారా సూక్ష్మరూపం జెందిన పదార్థ శక్తిని, గాయత్రీ యజ్ఞ మంత్రోచ్చారణ ద్వారా వెలువడిన శబ్ద తరంగశక్తులతో మేళవింపజేసి తద్వారా భౌతిక, మానసిక మరియు ఆధ్యాత్మిక లాభాలను సమాజ కళ్యాణానికి వినియోగించుట జరిగినది. ఈ రీతిగా దైవీగుణాల వికసింపజేస్తూ తద్వారా రాక్షస గుణాల నిర్మూలనకై పాటుపడుట జరుగుచున్నది.

పై కార్యక్రమాలను క్రమం తప్పకుండా గత దశాబ్ద కాలం నుండి నిర్వహించుచున్న గాయత్రీ పరివార్ పొన్నూరు శాఖను - చేతనా కేంద్రం మనసారా అభినందించుచున్నది.

జ్ఞానం పంచుతుంటే అది ఇంకా పెరుగుతుంది

పై స్ఫూర్తితో మరిన్ని సమాజ కళ్యాణ కార్యక్రమాలను చేపట్టి పూజ్యగురుదేవుల కృపకు పాత్రులయ్యేదరు గాక.

శ్రీ డి.వి.ఆర్.మూర్తిగారు, శ్రీ ప్రసాద్‌గారు మరియు శ్రీరామ్ లఖన్ సింగ్‌యాదవ్ (శాంతికుంజ్) యజ్ఞ క్రతువును అత్యంత ప్రభావవంతంగా నిర్వహించారు.

శ్రీ శ్రీనివాసరావుగారు మరియు శ్రీ దమ్మాల వెంకటేశ్వర్లు తదితర గాయత్రీ పరివార్ వారు కార్యక్రమ ఏర్పాట్లను పర్యవేక్షించి కార్యక్రమాన్ని జయప్రదంగా నిర్వహించారు. వీరందరిని చేతనా కేంద్రం, హైదరాబాద్ అభినందించుచున్నది.

చిత్తూరు జిల్లాలో

భారతీయ సంస్కృతి జ్ఞానపరీక్ష, చిత్తూరు జిల్లాస్థాయి విజేతల బహుమతి ప్రదానోత్సవం తిరుపతి పట్టణంలో 2013, ఫిబ్రవరి 15న గాయత్రీ పరివార్ చిత్తూరు శాఖ శ్రీమతి మునిలక్ష్మమ్మగారి ఆధ్వర్యంలో నిర్వహించారు.

సభకు ముఖ్య అతిథులుగా (1) డా॥ సముద్రాల లక్ష్మయ్య డైరెక్టర్, అన్నమయ్య ప్రాజెక్టు, తిరుపతి (2) శ్రీ సత్యన్నారాయణ రాజు, డైరెక్టర్, భారతీయ విద్యాభవన్, తిరుపతి (3) శ్రీ పరమా నంద ద్వివేది, గాయత్రీ పరివార్, శాంతికుంజ్-హరిద్వార్ విచ్చేసి విద్యార్థులను అభినందించి, ఆశీర్వదించారు.

15 పాఠశాలల నుండి 1000 మంది పరీక్ష వ్రాశారు. వీరిలో 61 మంది విజేతలుగా నిలిచారు. వీరందరికి బహుమతులను అందజేయుట జరిగింది. దీనికి తోడు 8 మందికి ప్రోత్సాహక బహుమతునందజేయుట జరిగింది.

ఖమ్మం జిల్లాలో

2013 జనవరి 27న ఖమ్మం పట్టణములో గాయత్రీ పరివార్ ఖమ్మం శాఖ వారి ఆధ్వర్యంలో 24 కుండముల గాయత్రీ మహా యజ్ఞం నిర్వహించారు.

పదివేల రూపాయల విలువగల పూజ్య గురుదేవులు పండిత శ్రీరామశర్మగారి సాహిత్యాన్ని గాయత్రీ పరివార్ ప్రముఖులు శ్రీ చౌదరి, విశ్రాంత వ్యవసాయశాఖాధికారి గారు సగము ధరకు జ్ఞానయజ్ఞ రూపంలో పాఠకులకు అందజేశారు. ఈ యజ్ఞంలో జిల్లా ప్రభుత్వ అధికారులు మరియు పట్టణ ప్రముఖులు పాల్గొన్నారు.

శ్రీయుతులు విక్రమ్, ఫూల్‌సింగ్, గాయత్రీ చేతనాకేంద్ర ద్వయం యజ్ఞ క్రతువును నిర్వహించారు.

శాంతికుంజ్‌లో సంజీవనీ సాధనా శిక్షణా శిబిరము

01.05.2013 (బుధవారము) నుండి 05.05.2013 (ఆదివారము) వరకు శాంతికుంజ్, హరిద్వార్‌లో సంజీవని సాధనా శిక్షణా శిబిరము తెలుగుభాషలో నిర్వహించ బడుతుంది. శారీరకంగా, మానసికంగా ఆరోగ్యవంతులై సామాజిక సేవపట్ల మక్కువ కలిగి స్వచ్ఛందంగా నిస్వార్థ సేవ చేసెడివారు 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 తేది నాటికి శాంతికుంజ్, హరిద్వార్ చేరుకొనవలయును.

వివరాలకు సంప్రదించండి:

ఫోన్: 040-23700722, 9949111175

చందాదారులకు విజ్ఞప్తి

యుగశక్తి గాయత్రి 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 బట్వాడా చెయ్యడం చాలా శ్రమతో కూడిన పని*** *అని పిన్‌కోడ్‌తో కూడిన అడ్రసులు మాత్రమే ఇవ్వమని కోరారు. అందువలన పిన్‌కోడ్ ఇవ్వని చందాదారులు తమ చందా కోడ్ నంబరు, పిన్‌కోడ్‌తో సహ పూర్తి అడ్రసు మరల ఒకసారి పోస్టల్ కార్డు ద్వారా తెలియచెయ్యవలసినదిగా కోరుతున్నాము.* ***కార్యకర్తలు క్రొత్త చందాదారులను చేరుస్తున్నపుడు పోస్టల్ పిన్‌కోడ్ కూడా విధిగా ఉండేటట్లు చూడవలసినదిగా కోరుచున్నాము.***

- గాయత్రీ చేతనా కేంద్రము

పిరికితనం చావుతో సమానం