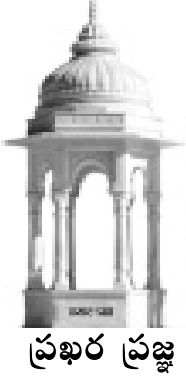
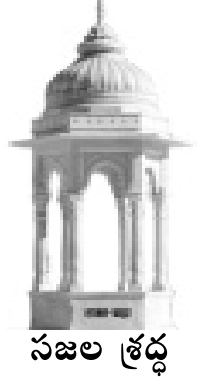


ఓం భూర్భువః స్వః తత్సవితుర్వరేణ్యం భర్గోదేవస్య ధీమహి ధియోయోనః ప్రచోదయాత్



యుగేశ్వరీ గాయత్రి



ఓం వందే భగవతీం దేవీం శ్రీరామంచ జగద్గురుం
పాదపద్మే తయోః శ్రిత్యా ప్రణమామి ముహూర్ముహూః

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 18 - సంచిక 05
అక్టోబర్ 2013

పత్రిక అందనివారు మరియు
పత్రికకు సూచనలు, సలహాలు
ఇవ్వదలచినవారు ఈ క్రింది
ఫోన్ నంబర్లలో సంప్రదించగలరు
040-23700722
99491 11175
94407 69798

శక్తిపూజా రహస్యం

శక్తిపూజకు శక్తి సమీకరణ అవశ్యకం. ఆ సమీకరణ లేనిదే శక్తిపూజ సాధ్యం కాదు. జీవితంలో దాని ఫలితము అందదు. శక్తి సమీకరణ జరిగిన చోట సుఖం, సత్కారాలు, శాంతి అనే పుష్పాలు వర్షిస్తాయి. శక్తి సమీకరణ చేసిన వ్యక్తియే సమర్థవంతుడు, బుద్ధికుశలుడు, అదృష్టవంతుడు అవుతాడు.

శక్తిపూజ చేయగోరేవారు శక్తి సమీకరణకై నడుం బిగించాలి. మహాశక్తి పూజ కోసమై ఈ క్షణం నుండే నన్నాహాలు చేయాలి. శారీరక శక్తి, మానసిక శక్తి, భావనాత్మక శక్తి, ఆర్థిక శక్తి, ఆధ్యాత్మిక శక్తి ఈ అయిదు శక్తులను సమీకరించడం ద్వారా వ్యక్తిలోని ప్రసన్నత వందరెట్లు పెరుగుతుంది. అది సత్కర్మలకు సద్వినియోగం అవుతుంది. ఫలితంగా వ్యక్తి సాఫల్యపు శిఖరాగ్రాన్ని చేరుకుంటాడు.

శరన్నవరాత్రిలోని తొమ్మిది రోజులు శక్తిపూజలోని ఈ రహస్యాన్ని తెలుసుకునే రోజులు. ఈ తొమ్మిది రోజులు సమీకరించిన శక్తితో మనం మాత భగవతిని పూజిస్తాము. ఈ తొమ్మిది రోజులలో ఎన్నెన్నో రహస్యాలు ఇమిడి ఉన్నాయి. ప్రధాన రహస్యాల సంఖ్య తొమ్మిది. ఇవి తత్, సవితూః, వరేణ్యం, భర్గో, దేవస్య, ధీమహి, ధియో, యోనః, ప్రచోదయాత్ అనే గాయత్రీ మంత్రంలోని తొమ్మిది శబ్దాలలో ఇమిడి ఉన్నాయి. ఈ తొమ్మిది శబ్దాల మహిమవల్ల భూః, భువః, స్వః రూపంలో స్థూల, సూక్ష్మ, కారణ శరీరాలలోని శక్తులన్నీ మేలుకొంటాయి. ఫలితంగా ఓంకార పరమపదం ప్రాప్తిస్తుంది.

తన జీవితంలోని క్షణక్షణం శక్తిలోని కణకణాన్ని సమీకరించి, దానిని సత్కర్మల కోసం సద్వినియోగం చేసి, తద్వారా విశ్వవ్యాపి అయిన వేదమాత, దేవమాత, విశ్వమాత గాయత్రిని అర్చన, ఆరాధన చేసే వ్యక్తి జీవితం ఆ పరమపదాన్ని పొందుతుంది.

★★★

చిత్తశుద్ధి, ఓర్పు, పట్టుదల కార్యసిద్ధికి అవశ్యకాలు

విషయ సూచిక

1. సంపాదకీయం : శక్తి పూజా రహస్యం	1
2. విషయసూచిక-సద్గురు వాణి : మోసం చేస్తే అధోగతి తప్పదు	2
3. వేదమంత్రం : దేశ రక్షణ	3
4. గాయత్రీ విద్య - 37 : స్వర యోగం-7	4
5. గాయత్రీ చిత్రావళి - 16 : సద్గుడ్డిదాయని సరస్వతి	7
6. బాలల భవితకు బంగారుబాట - 36 : సాధన - సాధనములు - సాధ్యము	8
7. పరమపూజ్య గురుదేవుల సుదీర్ఘయాత్ర - 16 : మార్గదర్శక సత్తా ఆదేశం	9
8. మహాత్మాగాంధీ జన్మదిన ప్రత్యేకం : సాఫల్యం కొరకు రహస్య సూత్రాలు	14
9. లాల్ బహదూర్ శాస్త్రి జన్మదిన ప్రత్యేకం : మానవత్వం - లాల్ బహదూర్ శాస్త్రి	16
10. యుగనిర్మాణ యోజన : మహాకాలుని గీత-సత్యంకల్పాలు - 9	19
11. కుండలినీ మహావిజ్ఞానం-2 : గాయత్రీ - సావిత్రి - కుండలినీ	22
12. దేవి సవరాక్షుల ప్రత్యేకం : శక్తి సాధన ఎలా ఫలిస్తుంది?	26
13. సమయదానం-వానప్రస్థం - 3 : వానప్రస్థం ద్వారా సమాజ నిర్మాణం	28
14. వ్యక్తి నిర్మాణం : కష్టాలు వస్తే భయపడకు - ఎదిరించు	31
15. సమాజ నిర్మాణం : జన జాగరణ కేంద్రాలుగా దేవాలయాలు	33
16. మనం - మన ఆరోగ్యం : ఆరోగ్యంగా ఉండటానికి ముఖ్యమైన సిద్ధాంతములు	36
17. పూజ్య గురుదేవుల అమృతవాణి : గాయత్రీయే కామధేనువు-4	39
18. నా వారితో నా మాట : సామూహిక సాధనతోనే చీకట్లు తొలుగుతాయి	42
19. ఆరోగ్యమే మహాభాగ్యం - 31: హోమియో వైద్య సేవ	44
20. ధారావాహిక ప్రజ్ఞోపనిషద్ - ఆరవ అధ్యాయం (మొదటి ప్రకరణం) : సత్సాహస - సంఘర్షణ ప్రకరణం	45
21. నరసింహ శతకం-నవనీత సూక్తం - 2	46
22. వార్తలు : రాష్ట్రంలో జరిగిన వివిధ కార్యక్రమాలు	48

సద్గురు వాణి



మోసం చేస్తే అధోగతి తప్పదు

నిజాయితీ లేనివాడు స్థిరంగా ఉండే లాభాలను పొందడమనేది సందేహమే. నిజాయితీ లేనివాడు కూడా నిజాయితీ అనే ముసుగు కప్పుకునే లాభం కూడా పొందవచ్చు. పాలలో నీళ్ళు కలిపి అమ్మేవారు, నెయ్యిని కల్తి చేసి అమ్మేవారు వారిపై విశ్వాసం ఉన్నంతవరకే ఆ పని చేయగలరు. ఇది ప్రామాణికత, విశ్వాసముల ఫలితం. విశ్వాసం పోగొట్టుకుంటే వారి పని ఇక ముందుకు సాగదు. ఎవరు వారిని నమ్మరు. హెచ్.ఎమ్.టి., ఫేవర్లూబా, సీకో కంపెనీల గడయారాలు, ఫోర్డు కంపెనీ కార్లు, బాటా కంపెనీ చెప్పులు మొదలైనవి ఖరీదు అయినప్పటికీ ప్రజలు కొనుగోలు చేస్తారు. ఎందుకంటే ప్రజలకు వాటిపై విశ్వాసమే కారణము. ఇక నకిలీ వస్తువులు తయారు చేసే కంపెనీలు ఎక్కువ కాలం నిలువవు. కొందరిని కొన్ని రోజులు మోసం చేయవచ్చు. తరువాత పట్టుబడక తప్పదు, దెబ్బలు తినక తప్పదు.

యుగేశక్తి గాయత్రి

చందా రుసుమును ఆన్లైన్ ద్వారా పంపించండి.
 బ్యాంకు పేరు: ఎస్.బి.ఐ., ఎర్రగడ్డ శాఖ
 ఖాతాపేరు : శ్రీ వేదమాత గాయత్రీ ట్రస్టు
 ఖాతానెం. : 32506416087
 IFSC Code : SBIN-0013272

అట్లే మని ఆర్డరు ద్వారా కాని, బ్యాంకు డ్రాఫ్టు ద్వారా కాని చందా రుసుమును పంపవచ్చు. ఆన్లైన్ ద్వారా పంపునప్పుడు బ్యాంక్ కమీషన్ క్రింద రూ. 20/- చందాకు అదనంగా పంప ప్రార్థన. ఆన్లైన్లో పంపినప్పుడు బ్యాంకు చలాన జిరాక్సు కాపీని మీ చిరునామాను (పిన్కోడ్తో సహా) తెలుపుతూ మాకు తప్పక పంపించండి.

“శ్రీ వేదమాత గాయత్రీ ట్రస్టు”
 గాయత్రీ చేతనాకేంద్రము, హెచ్.పి. రోడ్, మూసాపేట
 అశ్వినీ హౌస్ దగ్గర, హైదరాబాదు - 500 018.
 ఫోన్: 040-23700722, సెల్: 9949111175

విడి ప్రతి రూ॥ 12/- 3 సం॥ చందా రూ॥ 350/-
 సం॥ చందా రూ॥ 120/- 10 సం॥ చందా రూ॥ 1116/-

జీవితం, కాలం ఎంతో విలువైనవి

వేద మంత్రం
దేశ రక్షణ

ఉగ్రో రాజా మన్యరానో బ్రాహ్మణం యో జిఘత్సతి ।
పరా తత్ సిచ్చతే రాష్ట్ర బ్రాహ్మణో యత్ర జీయతే ।

(అధర్వవేద 5/19/6)

భావార్థం : ఏ దేశంలో బ్రాహ్మణులు, వేదవేత్తలు బాధించబడుతారో ఆ దేశం జ్ఞానహీనమై నశించిపోతుంది.

సందేశం : బ్రాహ్మణుల, విద్వాంసుల ఋషుల దృష్టి చాలా నిశితంగా, ప్రకాశంతో ఉంటుంది. వారి కన్నులు దూర దూరాలను చూడగలుగుతాయి. వారు దూరదర్శులై, సమయం యొక్క అవసరం తెలుసుకోగలుగుతారు. సమాజాన్ని దోష-దుర్గుణాల నుండి విముక్తి చేయుటకు ప్రయత్నం చేస్తారు. దేశంలోని పౌరులందరిని శీలవంతులు, సంస్కారవంతులు, జ్ఞానవంతులుగా చేయుటకు నిరంతరం కృషి చేస్తారు. సూర్యుడు అంధకారాన్నంతటినీ అంతం చేస్తాడు. అదేవిధంగా బ్రాహ్మణుని ద్వారా వ్యాపింపచేసే జ్ఞానము సమాజములో వ్యాపించిన అజ్ఞానము, దురాచారాలు, దురాలోచనలను నశింపచేస్తుంది. దురాచారం కంటే సదాచారము యొక్క ప్రభావం అనేక రెట్లు ఎక్కువ. ఆలోచించకూడని దానిని ఆలోచించుట, భ్రష్టాచారణ, ఇవే నేటి సమస్యలు. నిజమైన బ్రాహ్మణ విద్వాంసుడే వీటిని మార్పుటలో సమర్థుడు.

సమాజంలో అటువంటి యోగ్యులను గౌరవించాలి. వారికి ఋణపడి ఉన్నామని భావించాలి. నారదుడు ఆ ఋషి పరంపరకు ప్రతినిధి. వారు నిరంతరం, ఎంత కష్టమైనా భరించి సమాజంలో వ్యాపించిన సమస్యలను, చెడు సంప్రదాయాలను తొలగించుటలో నిమగ్నమయ్యేవారు. ఆయనను అందరు గౌరవించేవారు. భగవంతుడి దర్బారులోనికేకాక, ఏ విధమైన ఆటంకం లేకుండా ఆయన అంతఃపురములోనికి కూడా వెళ్తుండేవారు. రామరాజ్యం దీనివలననే సంభవమైనది.

దోషదుర్గుణాల గురించి తార్కికంగా నచ్చచెప్పి, సన్మార్గంలో నడిపించే యోగ్యులు, విద్వాంసులైన వ్యక్తులను ఎల్లప్పుడూ గౌరవనీయులుగా భావించేవారు.

నేడు ధర్మం, జాతీయత, జ్ఞానము, సదాచారాల గురించి

పట్టించుకోవడం లేదు. దీని ఫలితంగా నలువైపులా అజ్ఞాన అంధకారం వ్యాపిస్తున్నది. ప్రజలలో సత్యము అసత్యముల తేడా తెలుసుకొనే వివేకబుద్ధి నశించిపోతున్నది, దేశం తిరిగి బానిసమార్గంలో ముందుకుపోయి శిథిలస్థితికి చేరుకుంటున్నది.

నిజాయితీపరులు, సత్యనిష్ఠులైన వ్యక్తులు, ఎంత వెదికినా దొరకుట లేదు. ఉన్న కొద్దిమంది ఉపేక్ష వెక్కిరింత, కష్టాలను భరిస్తున్నారు. పరిణామ స్వరూపంగా స్వాభిమానం నష్టమై స్వార్థపూర్తికి ఎంతకైనా దిగజారటానికి సిద్ధపడుతున్నారు. 'యథా రాజ తథా ప్రజ' సామెత చరితార్థమవుతున్నది. భ్రష్టాచారాలు, కుట్రల చర్చ అంతటా జరుగుతున్నది. ప్రతి వ్యక్తి భ్రష్టాచరణయే సఫలతకు సరియైన దారియని విశ్వసిస్తున్నాడు. దేశంలో నలువైపులా అజ్ఞానం అరాచకత్వం వ్యాపించిన ఫలితంగా విదేశీశక్తులు మన దుష్ప్రవృత్తుల నుండి లాభం పొంది, ఈ బంగారు చిలుకను తమ వలలో చిక్కించుకునే ఎత్తులు వేస్తున్నారు.

ఇప్పటికీ సమయం మించిపోలేదు. మనం మేల్కొనాలి. దేశంలోని నిజమైన విద్వాంసులు, వేదవేత్తలు చూపిన మార్గాన్ని అనుసరించి, దేశాన్ని రక్షించుకోవాలి. దేశాన్ని నాశనం కాకుండా చూడాలి.

దేశహితమే బ్రాహ్మణుల కర్తవ్యం.

★ ★ ★

పండుగలు	
అక్టోబర్ 2013	
02-10-2013	గాంధీ జయంతి
12-10-2013	దుర్గాష్టమి
13-10-2013	మహర్నవమి
14-10-2013	విజయదశమి
నవంబర్ 2013	
03-11-2013	దీపావళి

శాంతంగా ఆలోచిస్తే ప్రతి సమస్యకు పరిష్కారం దొరుకుతుంది



గాయత్రీ విద్య-37
స్వరయోగం-7

(గత సంచిక తరువాయి...)

ఆది శంకరాచార్యుల వారు పరోక్ష విజ్ఞానమునకు ఒక మార్గాన్ని, తత్వజ్ఞానాన్ని ఉపదేశించారు. అది ఇక్కడ సంక్షిప్త రూపంలో ఇస్తున్నాము. పరోక్షజ్ఞానం కొరకు స్వరశాస్త్రంలో ఒక అతిగుప్త సాధన ఉన్నది. అది ఎంత మహత్వపూర్ణమైనదో, ఆలోచించదగినదంటే దానికి తగిన పేరు తత్వజ్ఞానమని పెట్టవలసి వస్తుంది. తత్వం అంటే సారం, మూలభూత వస్తువు. ఆధ్యాత్మిక విజ్ఞానములో తత్వజ్ఞానమనే శబ్దం ఆత్మ, ఈశ్వర సంబంధ చర్చలో ఉపయోగించబడుతుంది. భౌతిక శాస్త్రవేత్తలు ప్రకృతి యొక్క మూలభూత కారణములను తత్వములని అంటారు. స్వరయోగంలో కూడా అటువంటి అంతరంగ సాధనలు ఉన్నాయి.

షట్కర్మ భేదనలోవలె స్వరవిజ్ఞానంలో తత్వముల ఉపాసన చెయ్యవలసి ఉంటుంది, ప్రస్తుతం శరీరములో ఏ తత్వం నడుస్తున్నదో తెలుసుకోవాలి. వాటి వివరాలు ఇలా ఉన్నాయి.

పృథ్వితత్వం

ఈ తత్వం యొక్క స్థానం మూలాధార చక్రం అనగా గుదం నుండి రెండు అంగుళములు అండకోశముల వైపు ఉన్నది. సుషుమ్న యొక్క ప్రారంభం ఇక్కడి నుండి మొదలవుతుంది. ప్రతి చక్రం యొక్క ఆకారం కమల పుష్పం (తామర) వలె ఉంటుంది. ఇది భూలోక ప్రతినిధి. పృథ్వితత్వం యొక్క ధ్యానం మూలాధార చక్రంలో చెయ్యాలి.

పృథ్వితత్వం యొక్క ఆకృతి చతుష్కోణం, రంగు పసుపు, గుణము గంధం. అందువలన దీనిని తెలుసుకోగలిగే జ్ఞానేంద్రియం నాశిక, కర్మేంద్రియం గుదం (anus). పసికరలు (jaundice), బోదకాలు మొదలైన రోగములు పృథ్వితత్వం యొక్క వికృతి వలన ఉత్పత్తి అవుతాయి. భయం మొదలైన మానసిక వికారములలో దీని ప్రాధాన్యత ఉన్నది. మూలాధార

చక్రంలో ధ్యానం చేస్తే ఈ వికారాలు శాంతిస్తాయి.

సాధనా విధానం : ఉదయం ఇంకా చీకటి ఉండగానే ప్రశాంత స్థానంలో, పవిత్రమైన ఆసనంపై రెండు కాళ్ళు వెనకకు మడచి కూర్చోవాలి (వజ్రాసనం). రెండు చేతులు బోర్లించి, మోకాళ్ళ మీద పెట్టుకోవాలి. చేతి వేళ్ళు లోపలికి మడచి పొట్టవైపు ఉండేటట్లు ఉంచుకోవాలి. తరువాత నాశిక అగ్రభాగం మీద దృష్టి ఉంచి మూలాధార చక్రంలో 'లం' బీజంతో కూడిన చతుష్కోణ పసుపురంగుగల పృథ్విని ధ్యానం చెయ్యాలి. ఇలా చేయడం వలన నాశిక సుగంధభరితమవుతుంది. శరీరం బంగారు పసిమి అవుతుంది. ధ్యానం చేసే సమయంలో పృథ్వితత్వ సమస్త గుణములను ధ్యానంలో తెచ్చుకోవాలి. 'లం' బీజ మంత్రమును మనస్సులోనే (శబ్దరూపంలో కాక ధ్వని రూపంలో) జపం చేయాలి.

జలతత్వం

పొట్ట క్రింద, జననేంద్రియముల పైభాగంలో స్వాధిష్ఠాన చక్రం - జలతత్వ స్థానం ఉన్నది. ఈ చక్రం "భువః" లోక ప్రతినిధి. రంగు తెలుపు, ఆకృతి అర్థ చంద్రాకారం, గుణము రసము. చేదు, పులుపు, వగరు మొదలైన రుచులు ఈ జలతత్వ కారణంగా వస్తాయి. దీని జ్ఞానేంద్రియం జిహ్వ (నాలుక) కర్మేంద్రియం లింగము. మోహోది వికారములు ఈ తత్వ వికృతి వలన వస్తాయి.

సాధనా విధానం : పృథ్వితత్వ సాధనా విధానంలో చెప్పినట్లుగా కూర్చుని 'వం' బీజ మంత్రాన్ని, అర్థ చంద్రాకార తెల్లని చంద్రునివంటి జలతత్వమును స్వాధిష్ఠాన చక్రంలో ధ్యానం చెయ్యాలి. ఇలా చెయ్యడం వలన ఆకలి దప్పికలు ఉండవు. సహన శక్తి ఉత్పన్నమవుతుంది.

అగ్నితత్వం

నాభిస్థానంలోని మణిపూరక చక్రంలో అగ్నితత్వ నివాసం. ఇది "స్వః" లోక ప్రతినిధి. ఈ తత్వం యొక్క ఆకృతి త్రికోణం, రంగు ఎరుపు, గుణము రూపము. జ్ఞానేంద్రియములు నేత్రము,

డైటింగ్ అంటే తక్కువ తినటం కాదు

కర్మేంద్రియం పాదము. క్రోదాధి మానసిక వికారములు, వాపులు మొదలైన శారీరిక వికారములు ఈ తత్వం యొక్క గడబిడ వలన వస్తాయి. దానిని సరిచేసుకోవడం వలన ఆకలి లేకపోవడం అజీర్ణం మొదలైనవి దూరం అవుతాయి. కుండలినీ శక్తి జాగ్రతం కావడానికి సహాయం లభిస్తుంది.

సాధనా విధానం : పృథ్వీతత్వంలో చెప్పిన విధంగా ఆసనంలో కూర్చుని 'రం' బీజమంత్రంతో కూడిన త్రికోణాకృతి గల, అగ్నితో సమానమైన ఎరుపుగల అగ్నితత్వమును మణిపూరక చక్రంలో ధ్యానం చెయ్యాలి. ఈ తత్వం సిద్ధించడం వలన అత్యంత ఆహారమును స్వీకరించగలిగే శక్తి, అత్యంతంగా త్రాగగలిగే శక్తి; అగ్నిని సహించగలిగే శక్తి లభిస్తుంది.

వాయుతత్వం

ఈ తత్వము హృదయస్థానంలో ఉన్నటువంటి అనాహత చక్రంలో ఉంటుంది. ఇది 'మహాః' లోక ప్రతినిధి. రంగు ఆకుపచ్చ, ఆకృతి షట్కోణం మరియు గోళాకారంగా ఉంటుంది. గుణము స్పర్శ, జ్ఞానేంద్రియం చర్మం, కర్మేంద్రియము చెయ్యి. ఉబ్బసం మొదలైన రోగములు ఈ తత్వం వికృతి వలన సంభవిస్తాయి.

సాధనా విధానం: పృథ్వీతత్వంలో చెప్పిన విధంగా కూర్చుని 'యం' బీజంతో కూడిన గోళాకారపు ఆకుపచ్చని కాంతిగల వాయుతత్వమును అనాహత చక్రంలో ధ్యానించాలి. ఈ తత్వం సిద్ధించినప్పుడు పక్షులవలె ఎగిరి ఆకాశగమనం చేయగలుగుతారు.

ఆకాశతత్వం

శరీరంలో దీని నివాసం విశుద్ధిచక్రం. ఈ చక్రం కంఠ స్థానంలో ఉన్నది. ఇది 'జనః' లోక ప్రతినిధి. దీని రంగు నీలం, ఆకృతి అండాకారం (కోడిగ్రుడ్డు), గుణం శబ్దం, జ్ఞానేంద్రియం చెవులు, కర్మేంద్రియం వాణి (నాలుక).

సాధనా విధానం : పృథ్వీతత్వంలో చెప్పిన విధంగా ఆసనంలో కూర్చుని 'హం' బీజ మంత్రమును జపం చేస్తూ చిత్ర విచిత్ర రంగులు గల ఆకాశ తత్వమును విశుద్ధి చక్రంలో ధ్యానం చెయ్యాలి. దీనివలన త్రికాల జ్ఞానం, ఐశ్వర్యం అణిమాది సిద్ధులు ప్రాప్తిస్తాయి.

ప్రతినిత్యం పంచతత్వములను ఆరు మాసములు అభ్యసించి తత్వసిద్ధి కలుగుతుంది. తత్వములను గుర్తించటం సరళమవుతుంది.

తత్వములను గుర్తించటానికి ఏ విధంగా అభ్యాసం చెయ్యాలి చెప్పబడింది. ఇక్కడ తత్వములను గుర్తించటానికి స్థూల ఉపాయములు చెప్పబడుతున్నవి. స్వరములతో పాటు తత్వముల ఉదయం కూడా జరుగుతుంది. ఒక స్వరం నడుస్తున్నప్పుడు పంచ తత్వములు ఒకటి తర్వాత ఒకటి ఉదయించి తమ సమయం పూర్తి అయిన తర్వాత అస్తమిస్తాయి. తత్వముల పరీక్ష ఆరు రకాలుగా చెయ్యవచ్చు.

1) శ్వాస ద్వారా: తత్వముల ఉదయించటంతో పాటు నాశికల ద్వారా నడిచే శ్వాస పద్ధతి మారుతుంది. నాశికల మధ్యలో వాయువు నడుస్తుంటే పృథ్వీతత్వము, క్రింద వైపుకి నడుస్తుంటే జలతత్వం, వంకరటింకరగా నడుస్తుంటే వాయుతత్వం, పై వైపుగా నడుస్తుంటే అగ్నితత్వం, నలువైపుల నడుస్తుంటే ఆకాశతత్వం ఉదయంగా తెలుసుకోవాలి.

2) ఆకృతి ద్వారా: ఏదైనా శుభ్రమైన అద్దంపై నాశికల ద్వారా గాలిని జోరుగా వదలండి. అప్పుడు అద్దంపై శ్వాసయొక్క ఆవిరి వలన ఒక ఆకృతి ఏర్పడుతుంది. దీనితో తత్వపరీక్ష చేయవచ్చు. చతుర్భుజంగా ఉంటే పృథ్వి, అర్థ చంద్రాకారం ఉంటే జలం, త్రికోణం ఉంటే అగ్ని, సాగదీసిన గుండ్రంగా ఉంటే వాయువు, చిన్న చిన్న బిందువులుగా ఉంటే ఆకాశ తత్వమని తెలుసుకోవాలి.

3) మూలస్థానం ద్వారా : శరీరం యొక్క ఏ స్థానం ఏ తత్వమునకు సంబంధించినదో ముందే చెప్పబడింది. ధ్యానం చేస్తున్నప్పుడు ఏ స్థానంలో విశేష చైతన్యం ఉంటే, ఆ తత్వం యొక్క నిర్ధారించబడిన రంగు కనబడుతుంటే, ఆ తత్వం స్వరంలో ఉదయిస్తున్నదని తెలుసుకోవాలి.

4) పాదపు ద్వారా: బాగా ఏకిన దూదిని కాని, మెత్తని ధూళిగాని అరచేతిలోకి తీసుకుని శ్వాస నడుస్తున్న నాశిక దగ్గరకు తీసుకెళ్ళాలి. ఎంత దూరంలో దూది లేక ధూళి కదులుతున్నదో అక్కడ ఆపి, నాశిక నుంచి ఆ స్థానం ఎంత దూరంగా ఉన్నదో కొలవాలి. అది 12 అంగుళములయితే పృథ్వి, 16 అంగుళములయితే జలం, 4 అంగుళములయితే అగ్ని, 8

డైటింగ్ అంటే సరియైన ఆహారాన్ని తీసుకోవడం

అంగుళములు అయితే వాయువు, 20 అంగుళములు అయితే ఆకాశతత్వం ఉదయిస్తున్నదని తెలుసుకోవాలి.

5) రుచి ద్వారా : ధ్యానపూర్వకంగా పరీక్షిస్తే ఏమి తిననప్పుడు కూడా నాలుకపై వివిధ సమయాలలో రకరకాల రుచులు వస్తుంటాయి. సూక్ష్మదృష్టితో పరీక్ష చేసినప్పుడు నోటిలో తియ్యదనం ఉంటే వృద్ధి, వగరుగా ఉంటే జలతత్వం, చేదుగా ఉంటే అగ్ని, పుల్లగా ఉంటే వాయువు, కారంగా ఉంటే ఆకాశ తత్వమని తెలుసుకోవాలి.

6) సమయం ద్వారా : సాధారణంగా ఒక స్వరం ఒక గంట నడుస్తుంది. దీనిలో వృద్ధీతత్వం 20 నిమిషాలు, జలతత్వం 16 నిమిషాలు, అగ్నితత్వం 12 నిమిషాలు, వాయుతత్వం 8 నిమిషాలు, ఆకాశతత్వం 4 నిమిషాలు ఉంటుంది.

ధ్యానపూర్వకంగా తత్వపరీక్ష చేస్తున్నప్పుడు షణ్ణుఖీ ముద్ర

ద్వారా ధ్యానం చెయ్యాలి. రెండు చెవులలో రెండు చేతుల బొటన వేళ్ళు, రెండు కళ్ళమీద రెండు చేతుల చూపుడు వేళ్ళు, మధ్య వేళ్ళు, రెండు నాశికలపై రెండు చేతుల అనామికలు (ఉంగరం వేలు) రెండు పెదముల మధ్య (నోటి పై) చిటికిన వేళ్ళు ఉంచి ధ్యానం చెయ్యాలి. స్వర సంబంధమైన ధ్యానం కొరకు ఈ ముద్ర ఉపయోగకరమని చెప్పబడింది.

స్వరశాస్త్రం యొక్క మహాత్వపూర్ణ విజ్ఞానమును ఈ విధంగా ప్రశంసించారు.

**స్వర జ్ఞానం నరే యత్ర లక్ష్మీః పాద తలే భవేత్ |
సర్వత్ర చ శరీరేపి సుఖం తస్య సదా భవేత్ ||**

ఎవరికి స్వరజ్ఞానం ఉన్నదో లక్ష్మి అతని పాదాల వద్ద ఉంటుంది. అతని శరీరం ఎల్లప్పుడు సుఖంగా ఉంటుంది.

★★★

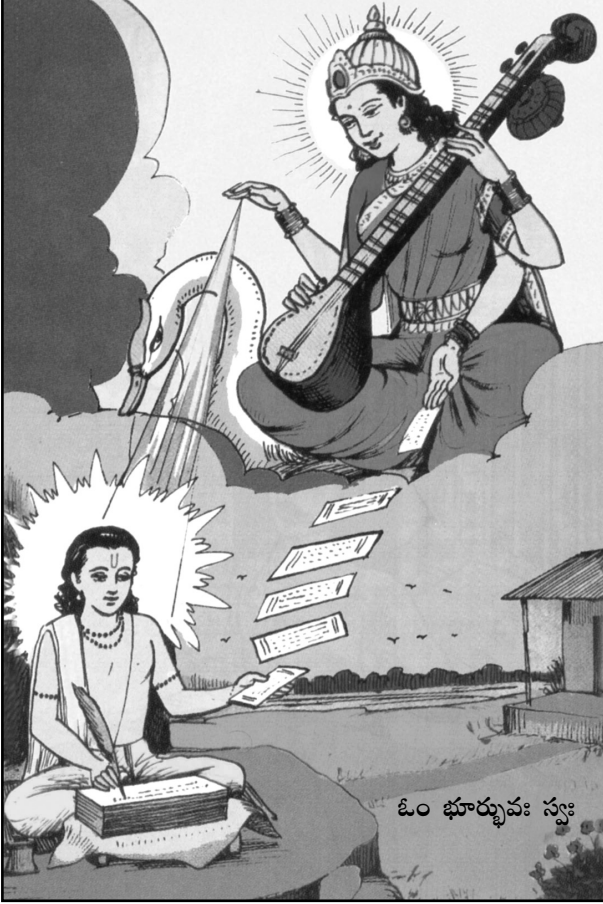
మదన మోహన మాలవ్య

మదన మోహన మాలవ్య పేద కుటుంబములో జన్మించి కష్టపడి బి.ఎ. పరీక్షలో ఉత్తీర్ణుడై 50 రూపాయల నెల జీతంతో ఉపాధ్యాయ వృత్తిని చేపట్టారు. ఈ స్వల్ప వేతనం నుండియే కొంత డబ్బును ఆదాచేసి పేద విద్యార్థులకు ఖర్చు చేసేవారు. విధి నిర్వహణానంతరం ఆదా చేయగలిగిన సమయాన్ని కూడా లోకసేవకై వినియోగించేవారు. ఇంతేగాక రాష్ట్ర కాంగ్రెస్ కార్యక్రమాలలో వారు చూపే ప్రతిభ, చెప్పే ఉపన్యాసాలు అద్భుతంగా ఉండేవి. అద్వితీయమైన ఈ పాత్రను చూసి ముగ్ధుడై రాజా కాలాకర్ అత్యంత ప్రభావితుడై, హిందుస్థాన్ వారపత్రికకు సంపాదకుడిగా చేసాడు. 50 రూపాయల నెల వేతనం రూ. 200 కు పెరిగింది. కానీ పెరిగిన నాలుగురెట్ల జీతం మాలవ్యాని అక్కడ ఎక్కువ కాలం ఉండనీయలేదు. రాజా కాలాకర్ కి త్రాగే అలవాటున్నది. అందుకే పదవిని, పెద్ద వేతనాన్ని వదలి వేసి మాలవ్యా బెనారస్ వెళ్ళి వకీలు పరీక్షకు చదవసాగారు. ఆయన దీక్ష అనతికాలంలోనే ఆయనను గొప్ప వకీలును చేసింది, కాని కాలం యొక్క పిలుపు విని ఈయన నిశ్చింతగా ఉండలేకపోయాడు. వీలైనంత ఎక్కువ కాలాన్ని రాష్ట్రీయ కార్యక్రమాలకు వినియోగించసాగారు. జనుల హృదయాలపై ఆయన ప్రభావం చాలా ఎక్కువగా పడసాగింది. ఫలితంగా కేంద్ర వ్యవస్థాపనకు సదస్యునిగా ఎన్నుకోబడ్డారు. పూర్తి సమయం ఆ కార్యక్రమాలకై వినియోగించబడింది. 'అభ్యుదయం' అనే వారపత్రిక, 'మర్యాద' అనే మాసపత్రిక ప్రచురణను ప్రారంభించారు. బెనారస్ హిందూ విశ్వ విద్యాలయానికి పునాది వేసింది కూడా వీరే. ఇంతటి ప్రతిభావంతుని వినమత్ర చూస్తే చాలా ఆశ్చర్యం కలిగిస్తుంది. కలకత్తా విశ్వ విద్యాలయం వీరికి గౌరవ డాక్టరేటు పదవిని ప్రదానం చేయాలని, ప్రభుత్వం "సర్"గా సన్మానించాలని పండిత సభ "పండిత రాజా" అనే బీరుడు ఇవ్వాలని ఆకాంక్షను వ్యక్తం చేసినప్పుడు వీరు నిరాకరిస్తూ ప్రస్తుతం ఉన్న "పండిత" బీరుడు ఒక్కడాన్ని సద్వినియోగం చేయగలిగితే చాలునని అభిమానులకు చేతులెత్తి నమస్కరించారు. నిరాడంబరుడుగా, కర్మయోగిగా, మితవ్యయంతో, ఔదార్యంతో వీరియొక్క వ్యక్తిగత జీవితం నిండి ఉండటం వల్ల సాధారణమైన ఈయన అసామన్యుడుగా అసంఖ్యాకులకు ప్రేరణనిచ్చి చరిత్రలో చిరస్థాయిగా నిలచిపోయారు.

- ప్రజ్ఞాపురాణం నుండి
అనువాదం: శ్రీమతి నేమాని గౌరీ సావిత్రి

ఎప్పటికప్పుడు ఇంటిని సర్దేసుకుంటే ఎవరు ఎప్పుడు వచ్చినా ఇబ్బంది ఉండదు

సద్బుద్ధిదాయని సరస్వతి



ఆద్యశక్తి మహామహిమామయి గాయత్రికి మూడు రూపాలున్నాయి. అవి ప్రీం, శ్రీం, క్షీం. సరస్వతిని ప్రీం అని, లక్ష్మిని శ్రీం అని, కాళిని క్షీం అని అంటారు. అన్నింటికంటే మొదటిది, ముఖ్యమైనది ప్రీం. సరస్వతి రూపంలో సాధకుని మనస్సులో సద్బుద్ధి రూపియైన వీణాపాణి భగవతి ప్రవేశిస్తుంది. హంసవలె నీరక్షీర వివేకము కలిగించే దూరదర్శిత్వం అంతఃకరణలో సదాశయములను మేల్కొల్పే ఝంకారము. ఈ రెండు కానుకలు సాధకునికి ప్రారంభిక ప్రసాదంగా లభిస్తాయి.

బుద్ధి నిర్మలమగుట, సద్బుద్ధి లభించుట అనే ఈ రెండు బహుమతులను మాత తన భక్తులకు ఇస్తుంది. బుద్ధిలో

మాలిన్యం, చంచలత్వం, అనారోగ్యం నిండి ఉన్నప్పుడు మస్తిష్కము బలహీనమై, స్మరణశక్తి తగ్గి, చురుకుదనము కోల్పోయి, మందబుద్ధితో ఆలస్యంగా అర్థమగుట, చాలాసేపటి వరకు విషయము తోచకపోవుట, బౌద్ధిక విషయాల చర్చలలో మస్తిష్కం అలసిపోవుట మొ॥ వికారాలు ఉత్పన్నమవుతాయి. ఈ దోషాల కారణంగా విద్యార్థులు వెనుకబడుతారు. పరీక్షలలో తప్పుతారు. వకీళ్ళు, డాక్టర్లు, వక్తలు, రచయితలు ఎకౌంటెంట్లు, చేతివృత్తుల వారు తమ తమ పనులలో అనేక తప్పులు చేస్తారు. దీనివలన కీర్తిలో, జీవనోపాధిలో రెండింటిలో లోటు వస్తుంది. ప్రగతి ఆగిపోతుంది.

గాయత్రీ బుద్ధి యొక్క మంత్రము. దానిలో 'ప్రీం' తత్వ ఉపాసన ప్రధానము. ఈ మహామంత్రముతో బుద్ధి మాలిన్యము తొలగిపోతుంది. మస్తిష్కముతో పనిచేసే వారికి విజయం లభిస్తుంది. విద్యార్థులు పరీక్షలలో ఉత్తీర్ణులవుతారు. ఇతర బుద్ధిజీవులు కూడా కార్యసాఫల్యం వలన పురోగమిస్తారు. మస్తిష్కబలం పెరిగి అనేక మానసికరోగములు నియంత్రించ బడతాయి. గాయత్రీ ఉపాసన ద్వారా తల నొప్పి, పార్శ్వనొప్పి, పిచ్చి, భూతోన్మాదము, చెడుస్వప్నములు, భయపడుట, మూర్ఛలు, మానసిక వికలాంగత మొదలైనవి తొలగుతాయి.

సద్బుద్ధి యొక్క సంబంధము సద్గుణములతో ఉంటుంది. పద్ధతి ప్రకారము పనులు, స్పష్టమైన అభిప్రాయాలు, స్థిరబుద్ధి, దూరదర్శిత్వం, ప్రతిష్ఠ, వ్యవహారం, శాంతచిత్తం, వివేకం, సులువుగా గ్రహించుట ఇవన్నీ సద్బుద్ధితోనే లభిస్తాయి. సద్బుద్ధికి, శుద్ధబుద్ధికి ప్రతీకలైన సద్బంధముల సాంగత్యమును నిత్యము జరుపుకోవాలి. గాయత్రీ ఉపాసన ఫలితంగా మాత యొక్క ఈ బహుమతి తన ప్రియమైన భక్తులకు తప్పక లభిస్తుంది.

- అనువాదం : డా॥ తుమ్మారెడ్డి

ఏదైనా పని మొదలుపెడితే అది పూర్తిచేయాల్సిందే



సాధన-సాధనములు-సాధ్యము

రామాలయంలో సచ్చిదానంద స్వామి వారి ప్రసంగం సాగిపోతోంది. వారు “సాధన-సాధనములు-సాధ్యము” గురించి వివరిస్తున్నారు. ప్రసంగం అంతా ఆధ్యాత్మికపరంగా కొనసాగుతోంది. భక్తుడు భక్తి అన్న సాధనం ద్వారా ముక్తిని సాధిస్తాడు అని దాని సారాంశం. ఇదంతా ప్రక్కనే ఉన్న డాబాపై పడుకున్న సతీష్ వింటున్నాడు. విని విని “10వ తరగతిలో అధికంగా మార్కులు సాధించుకోవాలంటే ఎలాంటి సాధన చెయ్యాలి? దానిని తగిన సాధనం ఏమిటి? పిల్లలకు ఎలాంటి సాధ్యాలు ఉండవా? అని ఆలోచించసాగాడు. ఏమైనా సరే ఒక ఆదివారం స్వామి దగ్గరకు వెళ్ళి తన అనుమానాలు తీర్చుకుని తీరాలి” అనుకుంటూ నిద్రలోకి జారిపోయాడు.

అనుకున్నట్లు ఆదివారం రానే వచ్చింది. మధ్యాహ్న సమయంలో స్వామి దగ్గరకు వెళ్ళాడు. పాదాలకు నమస్కరించాడు. స్వామి చిరునవ్వుతో దీవించి ప్రక్కన కూర్చోపెట్టుకున్నాడు. విషయం ఏమిటని మృదువుగా ప్రశ్నించాడు. “ఏలేదు స్వామీజీ! మీరు ఊరిజనాలందరికీ “సాధన-సాధనము-సాధ్యము” అంటూ అనేక విషయాలు చెప్తున్నారు కదా! మరి మా విద్యార్థులకు సంబంధించిన సాధన ఎలా ఉండాలి చెప్పరూ!” అంటూ గోముగా అడిగాడు. ప్రక్క ఇంటిలోనే ఉండటం వల్ల సతీష్ కు ఉన్న చనువు అలాంటిది మరి. చక్కగా ఆలోచించావు. చాలా సంతోషం. చెప్తా విను - ఈ లోకంలో అప్పుడే కన్ను తెరిచిన పాప కూడా “ఏడుపు” అనే సాధనంతో ఉంగా ఉంగా అంటూ సాధన చేసి, ఆకలి తీర్చుకోవడం అనే సాధ్యాన్ని చేరుకుంటుంది. అలాగే ప్రతిజీవికి తనదైన సాధ్యాన్ని చేరుకోవడం కోసం తగిన సాధనంతో సాధన చేయక తప్పదు. ఇక విద్యార్థుల గురించి అడిగావు కదా చెప్తా విను.

ప్రతి విద్యార్థి ఉపాధ్యాయులు చెప్పే పాఠ్యాంశాలే సాధనాలుగా ఉపయోగించుకోవాలి. ప్రతిక్షణం వాటిని మననం చేసుకుంటూ, జీవితానికి అన్వయం చేసుకుంటూ, భవిష్యత్తుకు ముడిపెట్టుకుంటూ శ్రద్ధగా చదువుకోవడమే సాధన. ఆ విధంగా సంపాదించిన జ్ఞానంతో తల్లిదండ్రుల ఆశలను పండిస్తూ, దేశ భవిష్యత్తును తీర్చిదిద్దుతూ, తోటివారిలో ఆదర్శమూర్తులుగా జీవించగలిగితే

మీ సాధ్యాన్ని చేరుకున్నట్లే అని అర్థం చేసుకోవాలి. అయితే మనం చేసే సాధన స్వార్థం లేనిదిగా చూసుకోవాలి.

స్వామిజీ ఇంకా ఇలా చెప్తున్నారు - “నీళ్ళు మోసే వ్యక్తికి ఒకడు నూరు బిందెల నీళ్ళతో శివునికి అభిషేకం చేస్తే రాజ యోగం పడుతుంది” అని ఎవరో చెబితే విన్నాడట. చేతిలో పనే కదా! అని ఉత్సాహంతో అభిషేక కార్యక్రమం ప్రారంభించాడట. బిందె బిందెకు ఒకసారి తలను, చేతులను తడిమి చూసుకునే వాడట. ఎందుకో తెలుసా? తలపై కిరీటం, చేతులకు, భుజకీర్తులు వచ్చాయేమోనని. 99 బిందెలు పోసేవరకు ఓపిక పట్టాడట. ఇక విసుగుపట్టి నూరవ బిందెను శివుని నెత్తిమీద కొట్టి వెళ్ళి పోయాడట. సాధన అనేది ఈ విధంగా ఉండరాదు.

పాము కుబుసాన్ని విడిచినట్లు తనలోని దుర్గుణాలను వదిలి వేయాలి. అంటే చెడు స్నేహాలు, చిల్లర అల్లర్లు, అసూయ, ద్వేషాలు, అహంకారం మొదలయినవన్నింటినీ పూర్తిగా వదిలి వేయాలి. చెట్లు కూడా సాధన చేస్తూ ఉంటాయి. ఎలాగో తెలుసా? ఆకులు రాల్చి కొత్త చిగుళ్ళను వేస్తాయి. మెల్లమెల్లగా ఆకాశం వైపుకు చూస్తూ ఎదుగుతాయి. విద్యార్థుల సాధన కూడా ఆ విధంగా కొనసాగాలి. ప్రతిక్షణం ఎదుగుదలను దృష్టిలో పెట్టుకునే కృషి చేయాలి. సాధకుడి ఆదర్శం అంటే అలానే ఉండాలి మరి. అర్థం అయిందా?” అంటూ ప్రేమతో తల నిమిరారు స్వామీజీ.

సతీష్ ఆనందానికి అవధుల్లేవంటే నమ్మండి. మరొక్కసారి మనస్ఫూర్తిగా పాదాలకు నమస్కరించి లేచి నిలబడ్డాడు. “ఎప్పుడు ఏ సందేహం వచ్చినా తప్పకుండా మీ దగ్గరికే వస్తాను స్వామీజీ!” అంటూ ఇంటి ముఖం పట్టాడు సతీష్.

విన్నారు కదా! పిల్లలూ! మనకు అంటూ ఏ చిన్న ఆలోచన వచ్చినా దానిని అంతరంగంలోనే అణచివేయకూడదు. తెలిసిన వారి దగ్గర చర్చించి దానిని అనుభవంలోనికి తెచ్చుకుని తీరాలి.

కం॥ సాధన సేయగదలచిన

సాధన సామగ్రినంత సమముగా నీవున్

సాధించి యుంచుకొనుచును

సాధ్యంబును చేరుకొనగ సాగుము బాలా!

- మధుర కవయిత్రి,

పొన్నూరు హైమవతీ శాస్త్రి

విద్యార్థి దశలో కష్టపడితే జీవితంలో ఒడిదుడుకులు ఉండవు

మార్గదర్శక సత్తా ఆదేశం

(గత సంచిక తరువాయి...)

ఎవరు కబీరో, ఎవరు రామదాసో, ఎవరు రామకృష్ణో అది నువ్వే. ఈ అంతర్దర్శనం తమాషా కొరకు కాదు. వెలుగు లాగా, కనిపిస్తున్న ఆ మార్గదర్శక సత్తా పెదవులు కదులుతున్నాయి. ఆ పెదవులనుండి ఏ నిర్దేశాలు వస్తున్నాయో అవి శబ్దరూపంలో లేవు. దానిని పరావాణి అని కూడా చెప్పలేము, ఎందుకంటే దానికొరకు పెదిమలను కదిలించ వలసిన అవసరం లేదు. నాభి నుంచి, హృదయం నుంచి ఉదయించే పశ్యంతిస్థాయి వాణి ఎవరి కోసం నిర్దేశించ బడినదో వారికి మాత్రమే తెలుస్తుంది. గురుదేవులు చెప్తున్నారు - “నీ కొరకు ఒకే ప్రేరణ ఉన్నది, దీనిని నిర్దేశంగా కూడా భావించవచ్చు. అదేమిటంటే సాధన”

శ్రీరాం మనస్సులో జిజ్ఞాస కలిగింది. దానిని కుతూహలం అని కూడా అనవచ్చు. మార్గదర్శక సత్తా ప్రథమ దర్శనంలోనే ప్రగాఢ విశ్వాసం ఏర్పడి చొప్పుదంటు ప్రశ్నలు వేయడానికి కూడా సంకోచం లేదు. శ్రీరాం మార్గదర్శకసత్తాను ఇలా అడిగాడు” మిమ్మల్ని వెదకకుండా మీరు మాకు లభ్యమయ్యారు. మీరు ఉన్నట్టుండి ప్రత్యక్షమై సాధన చెయ్యమని ఆదేశిస్తున్నారా? అది ఎటువంటి సాధన? ఇలా అడుగుతుంటే శ్రీరాం పెదవులపై ఒక చిరునవ్వు వెలసింది.

మార్గదర్శక సత్తా కూడా నవ్వింది. దట్టంగా, పొడవుగా ఉన్న మీసముల వెనుక ఉన్న పెదవులపై ఆ చిరునవ్వు చక్కగా కనిపిస్తున్నది. ఆయన ఇలా అన్నారు - “గురువు శిష్యుడిని వెతుక్కుంటాడు. శిష్యుడు గురువుని వెతుక్కోడు. నువ్వు గత జన్మల యాత్రలలో నాతోనే ఉన్నావు. నా వేలు పట్టుకు నడిచావు. ఇప్పుడు తిరిగి సాధన చెయ్యగలిగిన స్థితికి వచ్చావు. అందుకే నీ దగ్గరకు వచ్చాము.”

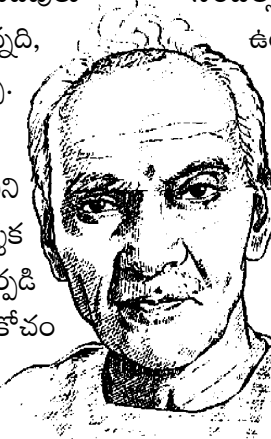
“నీ జన్మ దివ్యమైనది. ఈ జన్మలో కూడా మేము నీకు మార్గదర్శనం చేస్తాము, సహాయం చేస్తాము. ఇప్పుడు

యుగధర్మ స్థాపనకు ఆవశ్యమైన సాధనను నీ చేత చేయిస్తాము.” శ్రీరాం ముందు జన్మలో జీవన క్రమాన్ని నిర్ధారించినట్లు ఈ జన్మలో కూడా నిర్ధారించబడింది. ఈశ్వరుడు ఎవరితో పనులు చేయించుకుంటారో దానికి అవసరమైన బలమును, సాధనములను ముందరే తయారుచేసి ఉంచుతాడు. కానీ అవి అనాయాసముగా దొరకవు. వాటి కొరకు సాధనా పురుషార్థం చెయ్యవలసినదే.

“ఈ రోజు నుండే, ఇప్పటి నుండే, విశిష్టమైన సాధనకు సంసిద్ధం కావాలి. సాధన యొక్క ఒక చరణము 24 సంవత్సరముల మహాపురశ్చరణ శృంఖల రూపంలో ఉంటుంది. ఒక సంవత్సరములో 24 లక్షల గాయత్రీ మహామంత్ర జప మహాపురశ్చరణ చేయవలసి ఉంటుంది. ఆహార విహారములలో సంయమం పాటించవలసినదే, తపశ్చర్యల అనుశాసనములు కూడా పాటించవలసి ఉంటుంది. బార్లీతో చేసిన రొట్టెలు, ఆవుపాలతో తయారయిన మజ్జిగ నీ ఆహారం. శరీరం నడపటానికి కావలసినంత ఆహారం మాత్రమే తీసుకోవాలి. రుచి, వాసన, ఆహారం యొక్క పౌష్టికత గురించి పట్టించుకోవద్దు. అప్పగించిన పనులకు కావలసిన ఆరోగ్యం, శక్తి గురించి దివ్య శక్తులు చూచుకుంటాయి.”

నిర్ధారించిన ఉపాసనాక్రమమునకు కనీసం ఆరు గంటలు కావలసి వస్తుంది. మార్గదర్శక సత్తా శ్రీరాంకు సాధనా విధానం అప్పగించిన ఆ రోజు వసంత పంచమి. ఆ రోజే నిర్ధారించిన ఉపాసన క్రమం మొదలయింది. ఒక సంవత్సరంలో 24 లక్షల గాయత్రీ మంత్రజప అనుష్ఠానం కొరకు ప్రతిరోజు 66 మాలల జపం (సుమారు 7000 సార్లు గాయత్రీ మంత్ర ఉచ్చారణ) అవసరం అవుతుంది.

జపం ఎప్పుడు పూర్తి అయిందో కూడా తెలియటం లేదు. జపం, సవితా దేవత ధ్యాన సమయంలో సాధనా సంబంధమైన రకరకాల ప్రశ్నలు ఉత్పన్నమయ్యేవి. ప్రశ్నలు అడగకుండానే



కర్రలతో, కత్తులతో సాధించలేనిది ప్రేమతో సాధించవచ్చు

ఆ దివ్యాత్మ సాన్నిధ్యంలో ఆ ప్రశ్నలకు సమాధానాలు వాటంతటవే స్ఫురించేవి. ఇవి ఎక్కడి నుండి వస్తున్నాయి అనే ప్రశ్నకు హిమాలయాల హృదయం నుండి అని సమాధానం వచ్చింది. అక్కడికి మామూలు శరీరాలతో వెళ్ళడం సంభవం కాదు. స్థూల శరీరానికి ఒక పరిధి ఉన్నది. అది సామాన్య దుర్గమ ప్రదేశాలకు కూడా వెళ్ళజాలదు. హిమాలయాల హృదయం అని చెప్పబడే ప్రదేశానికి వెళ్ళడం అసంభవం. సామాన్య సూక్ష్మ శరీరాలతో వెళ్ళడం కూడా కష్టమే. అక్కడ ఉన్న తేజస్సు, వర్చస్సుల ప్రభావం సాధారణ స్థితిలో ఉన్న అస్తిత్వాలను దూరంగానే ఉంచుతుంది. ఎందుకంటే ఆ క్షేత్రంలో ఆత్మ చేతనత్వ ప్రయోగ పరీక్షలు జరుగుతుంటాయి.

స్థూలం యొక్క పరిధి - దాని ఆవశ్యకత

గురుదేవులు చెప్పినట్లు స్థూలశరీరం ఒక పరిధి వరకు మాత్రమే పనిచేయగలదు. వారు ఎంత మహాత్ములైనా, గొప్ప వారైనా వారిచే దివ్యమైన ప్రయోజనములు చేకూరవు. శరీరమును సూక్ష్మ స్థాయికి చేర్చుటకు కఠోర తపశ్చర్యలు అవసరం అవుతాయి.

స్థూల శరీరం యొక్క ఉపయోగం పెద్దగా లేకపోతే దానిని ఎందుకు రక్షించుకోవాలని, ఎందుకు సూక్ష్మ శరీరంలో లయం చేసుకోకూడదు అనే ప్రశ్న ఉదయించింది. దానికి సమాధానం హృదయ ప్రదేశం నుండే వచ్చింది. అదేమిటంటే స్థూల శరీరానికి దాని మహాత్వం దానికి ఉన్నది. స్థూలశరీరం యొక్క శక్తి చాలావరకు శరీరానికి కావలసిన అవసరాలు తీర్చుకునేందుకే నిమగ్నమవుతుంది. రోగాలు, జబ్బులు, దుర్బలతలు, కొంతకాలం తరువాత వచ్చే ముసలితనం శరీరాన్ని ఎక్కువ పనిచేయనివ్వవు. శరీరం యొక్క శక్తి చాలా వరకు జీవనయానానికే సరిపోతుంది. అయినప్పటికీ దీని ఉపయోగం దీనికి ఉన్నది. కంటికి కనిపించే పనులు ఈ స్థూల శరీరంతోనే జరుగుతాయి. మనుష్యులను కలుసుకోవడం, కావలసిన మార్పులు చేయడం, ఈ ప్రపంచంలో ఇచ్చిపుచ్చు కోవడం స్థూలశరీరంతోనే సాధ్యమవుతుంది. ఆయన తమ లీలల ఆనందాన్ని పొందాలనుకుంటే తన్మాత్రలతో శరీరాన్ని తయారు చేసుకుంటాడు. ఈ తన్మాత్రలు ఏమిటి? ఏ పంచతత్వాలతో మన శరీరాలు తయారయ్యాయో వాటి సారభూత అంశం.

అందువలన స్థూల శరీరం అవసరం మరియు ఉపయోగం కూడా.

ఏ క్షేత్రంలో గురుదేవుల మార్గదర్శక సత్తా నివాసం ఉంటుంది? అక్కడకు మనం వెళ్ళగలమా? మనస్సులో ఈ ప్రశ్న రాగానే జవాబు తక్షణమే వచ్చింది. తక్షణం అనడం కూడా తప్పే కావచ్చు, ప్రశ్నతోనే సమాధానం కూడా వచ్చింది. చేతనత్వంలో సమయం, సీమ (time and space) ఉండవు. అందువలన ప్రశ్న జవాబులలో బహుశ జవాబు ముందు వచ్చిందని కూడా చెప్పవచ్చు. రాబోయే రోజులలో దేవాత్మ హిమాలయములతో పరిచేయం చేయబడుతుందని మనస్సుకు తట్టింది. నువ్వు వస్తుతః ఆ క్షేత్రం యొక్క నివాసివని గుర్తుకు రావాలి. ఈ శరీరం, ఈ రూపం వలన అది గుర్తుకురావడం లేదు. ఒక విశిష్టమైన పని కొరకు ఇక్కడకు పంపబడ్డావు. లౌకిక కార్యము చేయవలసి ఉన్నది. అందువలన శరీరంపై కొంచెం మూత (cover) వేయబడ్డది.

హిమాలయముల యొక్క హృదయ ప్రదేశం కైలాసం వద్ద ఉన్నది. ఇది చిత్రపటాలలో, మాప్ (map) లలో చూపించే కైలాసం కాదు. సిద్ధిజనుల కైలాసం సర్వదా భిన్నం, వేరుగా ఉంటుంది. సంతులు, మహాపురుషులు గోముఖానికి దగ్గరలో నివసిస్తారు. కేదార క్షేత్రంలో కూడా వారికి ఉపయుక్త స్థానం ఉన్నది. అక్కడ ఉండి సూక్ష్మలోకాలకు వెళ్ళడానికి తయారవుతారు. అందరూ వెళ్ళలేరు. నూటికో కోటికో ఒకరు వెళ్ళగలుగుతారు. గీతలో చెప్పినట్లుగా వేలాది మనుష్యులలో ఒకరు దానిని ప్రాప్తించుకునేందుకు ప్రయత్నం చేస్తారు. అలా ప్రయత్నం చేసిన వారిలో కూడా ఎవరో ఒకరే దానిని పొందుతారు.

హిమాలయాల యొక్క హృదయంవలె, ఆధ్యాత్మిక క్షేత్రం యొక్క ధృవకేంద్రం గురించి కూడా ఇలాగే అర్థం చేసుకోవాలి. ఇవ్వబడిన సాధనా క్రమం సవ్యంగా చేసిన తర్వాత అక్కడికి నిన్ను పిలుస్తారు. నాలుగు నాలుగు రోజులు అక్కడ ఉండవలసి వస్తుంది. మేము “మార్గదర్శక సత్తా” రూపంలో నీతో కూడా ఉంటాము. సూక్ష్మశరీరాన్ని ధారణ చేసి, దానితో ఎక్కడికైనా వెళ్ళవచ్చు, ప్రవేశించవచ్చు. దానికి ఎటువంటి ఇబ్బంది ఉండదు. అక్కడ కావలసిన ఏర్పాట్లు చేయబడతాయి. అక్కడికి ఒక్కసారి వెళ్ళివస్తే సూక్ష్మరూపం ఎంత సమర్థవంతంగా

ప్రేమతో, ఓపికతో వ్యవహరిస్తే ఎటువంటి సమస్య అయినా సమసిపోతుంది

ఉంటుందో నీకు అనుభవంలోకి వస్తుంది. రెండు శరీరాలు, రెండు సత్తాలు అనుభవంలోనికి వస్తే అన్నీ తేలికగా ఉంటాయి. ఋషి గణాలు తమ సంకల్పాలను ఎలా పూర్తి చేస్తారో అర్థం చేసుకోగలుగుతావు. ఇవ్వబడిన మహాత్వకార్యాలను పూర్తి చేసేందుకు కావలసిన క్షమత కూడా ఆ ఋషి పుంగవుల సాన్నిధ్యంలో జాగ్రతం అవుతాయి.

పురశ్చరణ సాధనతో పాటు ఇంకా రెండు పనులు ఇవ్వబడ్డాయి. ఇవి మహా అనుష్ఠానంలోనివే కానీ లౌకికమైనవి. ప్రకాశపుంజం నుంచి ప్రేరణ లభిస్తూనే ఉన్నది. గ్రామంలో, సమాజంలో ఏవైనా తప్పులు జరుగుతున్నట్లు కనిపిస్తే వాటిని ఎదుర్కోవాలి. అవి జరగకుండా చూడాలి, ముందు ముందు అలా జరుగకుండా చూడాలి.

భగవంతుడు భారతదేశాన్ని విదేశీయుల దాస్యం నుండి విముక్తి చేయాలనుకుంటున్నాడు. విశ్వంలో భారతదేశం నూతన భూమిక నిర్వహించవలసి ఉన్నది. రాబోయే శతాబ్దాలలో భారతదేశం యొక్క గౌరవం ఇనుమడిస్తుంది. అందుకొరకు భారతదేశం స్వతంత్రం కావడం అత్యంత ఆవశ్యకం. ఆయన ప్రేరణతోనే జనమానసంలో స్వతంత్రత ఉబికి వస్తున్నది. ఈ కార్యక్రమంలో నీ సహకారం కావాలి.

ఎక్కడ అవసరమయితే అక్కడ ప్రత్యక్షంగా విరోధించాలి. ప్రజలను తయారు చెయ్యడానికి వాణిని, లేఖినిని (వాక్కు కలం) ఉపయోగించాలి. భగవంతుని సందేశమును అందించడానికి ఇంకా ఉపాయాలు ఉన్నాయి. అవి అన్నింటినీ ఉపయోగించాలి. ఇలాంటి ప్రేరణలతో పాటు అనేక రకాల ఆలోచనలు కూడా వస్తుంటాయి. దేశంలో 30-32 కోట్ల మంది ప్రజలు ఉన్నారు. వారందరికి అర్థం అయ్యేటట్లు చెప్పటానికి, నేర్పడానికి ఎంత సమయం పడుతుంది? దీనికి నీ ఒక్కడి బలం సరిపోతుందా? ఒంటరిగా ఏమి చేయగలవు? ఎంతోమంది సమర్థవంతులు, శక్తిశాలురు ఉండవచ్చు. కానీ కోట్ల మంది మనుష్యులను లేపేడం నువ్వు ఒక్కడివే చేయాలి. ఇది భగవంతుని కోరిక అయితే ప్రజల మనస్సులో అటువంటి ప్రేరణ దానంతట అదే ఎందుకు ఉబకదు?

ఆలోచనా ప్రవాహమును ఆ దివ్య ప్రేరణ ఆపివేసింది. భగవంతుడు మానవునికి శ్వాస తీసుకుని వదిలిపెట్టడం ఇచ్చినట్లే బంధనం ముక్తి యొక్క ప్రేరణ కూడా ఇవ్వగలడు.

కాని అతని ప్రణాళిక మనుష్యులను పురుషార్థిగా చేయడం. రాబోయే రోజులలో ధర్మయుద్ధం చేయవలసి వస్తుంది. దానిలో అందరిని భాగస్వాములుగా చేయాలి. అందరు మహాయోధులు కావలసిన అవసరం లేదు. భల్లూకములు, వానరులు, ఉడుతల వంటి అల్పప్రాణులను కూడా లెక్కలోకి తీసుకోవాలి. పెద్ద- చిన్న, మంచి-చెడు, పక్ష-విషక్ష భూమికలు అన్ని నిశ్చయించబడినాయి. నీవు మనుష్యులకు సందేశాన్ని పంపాలి. నువ్వు ఒంటరిగా ఏమి చేయగలుగుతానని ఆలోచించవద్దు. ఒక పెద్ద స్నేహితుల సముదాయం నీ కోసం ఎదురు చూస్తున్నదని నీకు కనుపిస్తుంది. వారికి నీవు మార్గదర్శనం చేయాలి.

స్వాతంత్ర్య సమరంలో పాలు పంచుకోవడం, లోక శిక్షణ ప్రణాళికవంటి బాధ్యతలు చివరిగా ఇవ్వబడ్డాయి. ఆలోచనలు, సంకల్ప వికల్పములతో పాటు ధ్యానం సమాధుల ప్రవాహం ప్రవహిస్తూనే ఉన్నాయి. చిత్తం సవితా దేవత ధ్యానంలో మునిగితే, ఒక్కోసారి ఆ తేజస్సులో తనను తాను కోల్పోతున్నట్లు అనిపిస్తున్నది, అన్ని మండిపోయి భస్మం అయిపోయాయి, కొన్ని క్షణముల తర్వాత తన స్వతంత్ర చేతన తిరిగి వచ్చింది. కానీ అది బాగా పరిపక్వమయినట్లు, సమర్థ వంతమయినట్లు గోచరిస్తున్నది. ఇంతకు ముందుకన్నా బలంగా ఉన్నట్లు అనిపిస్తున్నది. చేతనత్వం యొక్క రసాయనాలు మారుతున్నాయి. ఏదేదో జరుగుతున్నది. ఈ ప్రక్రియలో మార్గదర్శక సత్తా కూడా ఎదురుగానే ఉపస్థితులైనట్లు అనుభవం లోనికి వస్తున్నది. వున్నకంలో పేజీలు త్రిప్పుతున్నటువంటి అనుభవం కలుగుతున్నది.

ఈ మధ్యలో అమ్మ పూజాగదిలోకి అనేకసార్లు తొంగి చూచింది. సూర్యుని సింధూరపు వర్ణం మారుతూనే శ్రీరాం సంధ్య పూర్తి అవుతుంది. కానీ ఇవాళ ఏమయింది? సంధ్య ఎందుకు పూర్తి కాలేదు? శ్రీరాం సమాధి స్థితిలోకి వెళ్ళలేదు కదా! ఆ రోజులలో శ్రీరాం తండ్రిగారు జీవించే ఉన్నారు. ఆయనకు అన్ని విధి విధానాలు తెలుసు. సమాధి స్థితి నుండి వెనుకకు తీసుకువస్తుండేవారు. మరి ఇప్పుడు సమాధి స్థితి నుండి ఎవరు వెనుకకు తీసుకురాగలరు? అమ్మకు రకరకాల అనుమానాలు. ఇప్పుడు క్రొత్త సాధన ప్రారంభించగానే శ్రీరాంకు తన మార్గదర్శకుడు ఎదురుగా ఉన్నట్లే అనిపిస్తున్నది. ఆయన ఉపస్థితి మనస్సులో, ప్రాణంలో, చేతనత్వంలో రమిస్తున్నది.

ప్రతిరోజు కొద్ది సేపయినా ధ్యానం చెయ్యాలి

అమ్మ ఫిర్యాదు

“ఇవాళ అంతా పూజా మందిరంలో కూర్చుంటావా? జగన్మాతకు కొంచెం విశ్రాంతి ఇవ్వ శ్రీరాం.” గురుసత్తా సాన్నిధ్య అధ్యాయం పూర్తి అయిన తర్వాత ఈ జగత్తులో మొదటి అనుభవం అమ్మ పిలుపు. పూజా మందిరంలోకి అనేక సార్లు తొంగి చూసి ఇక ఉండలేక పోయింది. ఆమె ఆమెకు తెలిసినట్లుగా శ్రీరాంని లేపడానికి ప్రయత్నించింది, ఇంతలో శ్రీరాం లేవనే లేచాడు. అమ్మ తన ముద్దుల కొడుకు లేవడం చూచి తిరిగి వెళ్ళింది. వేదికపైన దీపంలో శ్రీరాం ఇంకొంచెం నెయ్యి వేశాడు. ఇప్పటివరకు పూజ అయ్యేంత వరకు దీపం వెలుగుతూనే ఉండేది, నెయ్యి అయిపోయిన తరువాత వత్తి కూడా కాలిపోయేది. దీపం ఆరిపోయేది. ఇంకా కొంచెం నెయ్యి వెయ్యడం అంటే అర్థం దీపం వెలుగుతూనే ఉండటం. గురుదేవులు చెప్పిన విధానం వెంటనే అమలులోనికి వచ్చింది. మహా పురశ్చరణ సాధనతో పాటు అఖండజ్యోతి అవతరణ కూడా ఆ రోజునే ప్రారంభమయింది. అప్పటి నుండి అఖండ జ్యోతి ప్రజ్వలిస్తునే ఉన్నది. తరువాత ఆగ్రా, మధుర 75 సంవత్సరముల యాత్ర పూర్తి అయింది. 1971లో అఖండజ్యోతి శాంతికుంజ్ (హరిద్వార్)లో స్థాపించారు.

శ్రీరాం ఎదురుగా విరాజమైన జగన్మాతకు ప్రణామం చేశాడు, ఆ రోజు వినర్షన చేయలేదు. సంధ్యావందనంలో జపంలో ఆ వాహనం చేసి చివరిగా వినర్షన చేయబడుతుంది. మహాపురశ్చరణలో వినర్షన చేయబడదు. ఎందుకంటే అది నిరంతరం జరిగే అనుష్ఠానం. నిత్య ఉపాసన ఒక రోజులోనే పూర్తి అయ్యే అధ్యాయం వంటిది కానీ మహా పురశ్చరణ ఒక పెద్ద గ్రంథం యొక్క అఖండ పారాయణ వంటిది. దీనిలో ఎన్నో అధ్యాయాలు ఉంటాయి. ఇవన్నీ అవగాహన చేసుకోవడానికి చాలా సమయం పడుతుంది. అవి పూర్తయ్యేంత వరకు దేవశక్తుల అర్చన, అభ్యర్థన నడుస్తూనే ఉంటుంది. మన ఆచరణ, ఆలోచన, ఆ దేవశక్తులకు అనురూపంగా ఉంచుకోవాలి. అఖండజ్యోతి స్థాపన ఆ దేవతాశక్తుల నిరంతర ఉపస్థితికి స్థూల ప్రమాణం.

పూజాగృహం నుండి బయట వచ్చినప్పుడు అమ్మ మళ్ళీ అదే ఫిర్యాదు, అదే ప్రశ్న. “గాయత్రీమాతతో ఇంత సేపు ఏమి చెప్తున్నావు? ఆమెకు విశ్రాంతి ఇస్తావా? ఇవ్వవా? ఈ

మాటలు అంటున్నప్పుడు తాయీజీ ముఖంలో ఒక్కొక్క గర్వంతో కూడిన అనురాగం తొంగిచూసింది. ఆమెలో ఎక్కడో గర్వం, సంతోషం. తన పుత్రుడు తన తండ్రి తాతల మార్గంలో నడవడానికి తయారవుతున్నాడు అని భావిస్తున్నది. ఆమె లెక్కలో పూజా పునస్కారాలు తర్వాత పౌరోహిత్యం, పురాణ కథలు వినిపించడమే. శ్రీరాం జవాబు ఏమి ఇవ్వలేదు. మాట్లాడ కుండా ఆలోచిస్తున్నాడు. అమ్మ మళ్ళీ అడిగింది - “గాయత్రీ మాత ఏమంటున్నది?” నీవు ఇంతసేపు పూజ చేసి ఏమి అడిగావు?”

శ్రీరాం అన్నాడు - “ఏమి అడగలేదు” సంధ్యావందనం చేస్తున్నప్పుడు మా గురుదేవులు ప్రత్యక్షమయ్యారు. ఆయన ముందుకు వెళ్ళే మార్గం ఏమిటో చెప్పారు. ఆయన చెప్పిన మార్గంలో నడవాలి.

“ఏమి చెప్పాడు ఆయన?” నువ్వు నాకు ఇచ్చిన మాటను ఏమి చేస్తావు? మీ గురుదేవులు నిన్ను సన్యాసి అవమని చెప్పారా? తాయీజీ భయపడి లేచి నుంచున్నది. శ్రీరాం ఆమెను ఓదారుస్తూ “లేదు అమ్మా లేదు గురుదేవులు నీ దగ్గర ఉండే సాధన చెయ్యమని చెప్పారు” ప్రతిరోజు 5-6 గంటలు జప ధ్యానాలు చేస్తాను. 24 సంవత్సరాలు ఈ సాధన చెయ్యాలని గురుదేవులు చెప్పారు. ఆవుపాల మజ్జిగ, బార్లీ రొట్టెలు ఆహారంగా తీసుకోవాలి. పూజాగృహంలో ఉన్న దీపాన్ని అఖండంగా ఉంచాలి. దీపంలో నెయ్యి ఎల్లప్పుడూ ఉండాలి.

“24 సంవత్సరాలు ఏమిటి, జీవనమంతా సాధన చేసుకుంటూ ఉండు. నాకేమి ఇబ్బంది లేదు. నేను కోరుకుంటున్నది నువ్వు నా దగ్గరే ఉండాలి. నువ్వు నన్ను వదిలి ఎప్పుడు వెళ్ళకూడదు.” అని తాయీజీ కొంచెం సర్దుకుని అన్నది. మరల ఆలోచిస్తున్నది. లోపల ఏమి స్ఫురణ లభించిందో శ్రీరాంని పిలిచించి, ఇలా అన్నది - “దీపాన్ని అఖండంగా ఉంచాలి అంటే అవసరమయినప్పుడు నెయ్యి వేస్తూ ఉండు. ఇది చెయ్యడానికి చాలా మెలకువగా ఉండాలి. నేను ఈ పని చెయ్యలేను. ఈ అఖండజ్యోతి పర్యవేక్షణ నేను చెయ్యలేను.”

శ్రీరాం తాయీజీ మాటలు జాగ్రత్తగా వింటున్నాడు. ముఖం మీద అలముకున్న గగుర్పాటు కూడా చెదిరిపోయింది. తాయీజీ కొన్ని క్షణాలు ఆగింది. నీకు పెళ్ళి చేసుకోవలసిన

సమాజంలో ప్రతివారికి వారు నిర్వహించవలసిన బాధ్యత ఉంటుంది

వయస్సు వచ్చింది. పెళ్ళి చేసుకో. ఇంట్లోకి కోడలు వస్తే అఖండ దీపం యొక్క బాధ్యత తీసుకోగలడు. నాకు కూడా సహాయం దొరుకుతుంది.

శ్రీరాం ఏమి మాట్లాడలేదు. అతని మౌనాన్ని అమ్మ అతని స్వీకృతిగా భావించింది. శ్రీరాం ఏదైనా అంటే ఎలా చెప్పాలో మనస్సులోనే సిద్ధంగా ఉంచుకున్నది. కానీ అవసరం రాలేదు. ఆ రోజునే తన బంధువులతో మంచి కన్యను చూడమని చెప్పడం మొదలయింది. తాయిజీ చేస్తున్న పనులు అసంతృప్తిగా ఉన్నా శ్రీరాం చేయవలసిన పనులు గురించి ఆలోచిస్తున్నాడు. అమ్మతో మాట్లాడిన తరువాత గోశాలకు వెళ్ళి ఒక కపిల ఆవును సేవ కొరకు ఎంచుకున్నాడు. ఆ కపిల ఆవు పాల నుంచి తయారయ్యే నెయ్యి, మజ్జిగను మాత్రమే ఉపయోగించుకునేందుకు నిశ్చయించుకున్నాడు.

కపిల ఆవు పేడతో పూజా మందిరాన్ని అలికాడు. అమ్మ చూసింది కానీ ఏమి అనలేదు. ఒకప్పుడు అయితే శ్రీరాం చేత అటువంటి పనులు చేయనిచ్చేది కాదు. అతని పనులతో

తను తలదూర్చుటానికి ఇష్టపడడం లేదు. తాను పూజాగృహం బాధ్యత తీసుకుంటానంటే శ్రీరాం ఒప్పుకోడని తెలుసు. ఏదైనా అవసరం ఉంటే సహాయం చేద్దామని అక్కడే ఉన్నది. కానీ శ్రీరాం పూజాగృహం పనులు ఎంత తన్మయత్వంగా చేస్తున్నాడంటే అది సమాధి వంటి స్థితి. ఎవరు వస్తున్నారు? ఎవరు వెళ్తున్నారు? అతనికి ఏమి తెలియటం లేదు.

దీపాన్ని అఖండజ్యోతిగా ఉంచే సంకల్పం తీసుకున్న తరువాత వత్తిని ఒక పెద్ద ప్రమిదలోకి మార్చాడు. ఆ రోజు పూర్తి సమయాన్ని, ధ్యానాన్ని అఖండజ్యోతిపైనే ఉంచాడు. అభ్యాసంతో దానిని గురించి పెద్దగా ఆలోచించవలసిన అవసరం లేకపోయింది. ఆ వసంత పంచమి సాయం సంధ్యలో దాదాపు రెండు గంటలు కూర్చున్నాడు. ఆ ఉదయం, సాయంత్రం అతని జీవనంలోనే కాక జగత్తు యొక్క ఇతిహాసంలో కూడా ఒక క్రొత్త పేజీ వ్రాయబడింది.

(సశేషం)

స్వాభావిక సుగంధం

చంద్రుడికి ఇద్దరు సంతానము, ఒక కుమారుడు, ఒక కుమార్తె. కుమారుడి పేరు పవన్, కుమార్తె పేరు ఆంధీ (తుఫాను). నా తండ్రి కూడా సాధారణమైన అందరి తండ్రులవలనే “కుమార్తెయని కుమారుడని” భేద భావాన్ని చూపిస్తున్నాడు అని ఆంధీ వ్యధ చెందింది. ఇదంతా గ్రహిస్తున్న చంద్రుడు తన పుత్రిక యొక్క ఆత్మోన్నతి (వికాసం) కొరకు తన అవసరం ఉన్నదని నిశ్చయించుకున్నాడు.

చంద్రుడు తన సంతానమైన ఆంధీ, పవన్ ఇద్దరిని తన వద్దకు పిలచి ఇలా అన్నాడు. “పిల్లలు మీరు ఎప్పుడైనా స్వర్ణలోకంలోగల ఇంద్రుని యొక్క ఉద్యానవనంలో ఉన్న పారిజాతము అనే పేరుగల దేవవృక్షాన్ని చూసారా? అని ప్రశ్నించాడు.

దానికి వారిరువురు అవును! చూసాము. అని ఏక స్వరంతో జవాబిచ్చారు. ‘అయితే మీరువురు వెళ్ళి ఆ పారిజాత దేవ వృక్షానికి ఏడుమార్లు ప్రదక్షిణ చేసి రండి’ అని చంద్రుడు అన్నాడు.

తన తండ్రి ఆజ్ఞను తమ శిరోధార్యముగా భావించి, ఇద్దరు ఆ పారిజాత దేవ వృక్షము వద్దకు వెళ్ళారు. ఆంధీ తుఫానువలె పరిగెత్తింది. ఆమె ధూళితో నిండిన ఆకులతో చెత్తాచెదారంతో వేగంగా పరిగెత్తి, ప్రదక్షిణలు పూర్తిచేసి తన తండ్రివద్దకు వచ్చి నిలబడి, ఇంత త్వరగా పని పూర్తిచేసి వచ్చినందుకు నా తండ్రి నన్ను ప్రేమతో వెన్ను చరిచి మెచ్చుకుంటాడు అని అనుకున్నది.

కొంత సమయానికి కుమారుడైన పవన్ కూడా తండ్రివద్దకు వచ్చాడు. కాని అతని రాకతో ఆ భవనమంతా సుగంధ పరిమళం నిండిపోయింది. చంద్రుడు కుమార్తెతో ఇలా అన్నాడు “పుత్రీ! అత్యాధికమైన వేగంతో పరిగెత్తావు కానీ ఖాళీగా ఉన్న జోలెతో తిరిగి వచ్చావు. ఎవరి స్థితి స్వభావికంగా ఉంటుందో, వారి యొక్క మనస్సు సుగంధంతో నిండి ఉంటుంది, వాతావరణమంతా కూడా సుగంధంతో వెదజల్లబడుతూ ఉంటుంది.”

- అఖండజ్యోతి, జనవరి 1985
అనువాదం: శ్రీమతి కె. సరోజినీదేవి

మంచి నడవడికతో సమాజంలో మార్పు తీసుకురాగలరు

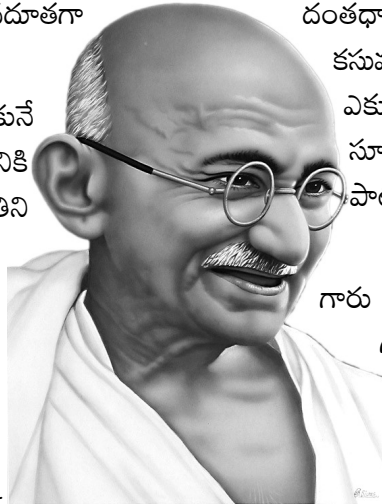
సాఫల్యం కొరకు రహస్య సూత్రాలు

(పరమ పూజ్య గురుదేవుల ఆత్మకథ నుండి)

అవి స్వాతంత్ర్య సంగ్రామపు తొలి రోజులు. అప్పటికింకా గురుదేవుల దర్శనభాగ్యం కలుగలేదు. గ్రామంలో ఒక కాంగ్రెస్ కార్యకర్తగా ఉంటూ ఉండేవాడిని. గ్రామంలోని వారందరూ గాంధీజీని అలౌకిక శక్తులు గలవానిగా పూజిస్తూ ఉండేవారు. ఆంగ్లేయులు గాంధీజీని జైలులో పెట్టినప్పుడు ఆయన తన స్వశక్తితో జైలు నుండి బయటకు వచ్చేవారు అని అందరూ చెప్పుకునేవారు. మేమందరం ఆయనను భారత దేశమునకు స్వాతంత్ర్య సాధన కొరకు అవతరించిన దేవదూతగా భావించేవారం.

గాంధీగారి వద్ద యోగాభ్యాసం నేర్చుకునే కోరిక నాకు కలిగింది. సబర్మతీ ఆశ్రమానికి ఉత్తరం వ్రాసి కొన్ని నెలలు ఉండే అనుమతిని పొందాను. వెంటనే అక్కడకు చేరుకున్నాను. రెండవ రోజు నుండే నాకు పని అప్పగించారు. అది పాయిఖానాలను (Latrines) కడగడం, ఆశ్రమపు ముంగిలిని శుభ్రంగా ఉంచడం. ఆశ్రమవాసులకు మొదట చెప్పే నియమం చెత్తా చెదారం తీసివేసి తాను ఉన్న స్థలాన్ని స్వచ్ఛంగా ఉంచుకోవడం. లెట్రీన్స్ ను నేను చాలా జాగ్రత్తగా కడిగాను. కానీ నిరీక్షకునకు నా పని నచ్చలేదు. తప్పులను చూపించి నా చేత మరల మరల కడిగించారు. శరీరాన్ని ఎంత శుభ్రంగా ఉంచుకుంటామో అంత శుభ్రంగా పాకీడ్వాడిని కూడా ఉంచాలి అన్నారు. అప్పటి నుండి నిరీక్షకుని తృప్తి మేరకు నేను పని చేశాను. దీనితోపాటు ప్రత్తి వడకడం కూడా నా దినచర్యలో ఒక భాగంగా ఉండేది.

ఒక రోజు కట్టెలు కొట్టే పని ఇవ్వబడింది. చేశాను. నిరీక్షకుడు వచ్చి కట్టెలు బాగానే కొట్టావు కానీ అక్కడ పడి ఉన్న చిన్న చిన్న చితుకులు ఎవరికైనా గుచ్చుకోవచ్చును. వాటిని జాగ్రత్తగా ఏరి వంట ఇంట్లోకి తీసుకొని వెళ్ళు. ఇంధనానికి పనిని వస్తాయి అన్నారు. అలానే చేశాను. ఇదే పనిని చాలా రోజులు నా చేత చేయించారు.



ఒక రోజు వేపచెట్టు నుండి పళ్ళు తోముకోవడానికి వేప పుల్ల తుంచి దంతధావనం చేసుకుంటూ ఉంటే ఆరోజు పరీక్షకురాలైన మీరాబహన్ చూచి “అనవసరంగా అంత పెద్ద పుల్లను ఎందుకు విరిచావు? ఒకవేళ విరిస్తే ఒక ముక్క ఇతరులకు ఇవ్వవచ్చును కదా!” అన్నది. అంతేకాక “ఉమ్మిని ఎక్కడ పడితే అక్కడ కాక, కాలువలోనే ఉమ్మాలి” అన్నది. “పుల్లనుండి తుంచిన ఆకులను చెత్తకుండీలో వేయడం, దంతధావనం అనంతరం పుల్లను కూడా జాగ్రత్తగా కనువు డబ్బాలో వేయడం మరువకూడదు, నీళ్ళను ఎక్కువ ఉపయోగించకూడదు” అని అన్నది. పై సూచనలన్నింటినీ నేను తు.చ. తప్పకుండా పాటించాను.

ప్రతిరోజు డైరీ వ్రాసేవాడిని, అది గాంధీ గారు చూసేవారు. ఈ విధంగా మూడు నెలలు గడిచాయి. ఇచ్చటకు యోగం ద్వారా చమత్కారాలు నేర్చుకోవడానికి వచ్చాను. వేరొక గాంధీ అవాలనిపిస్తే దానికి అవసరమయ్యే సాధన నేర్చుకునే వీలు దొరకలేదు. తిరిగి వెళ్ళిపోయే రోజు దగ్గర పడుతున్న కొద్దీ నా ఆతురత పెరిగింది. ఒకరోజు ధైర్యం చేసి గాంధీజీ సెక్రటరీ అయిన మహదేవ్ భాయి దేశాయ్ ఆఫీసుకు వెళ్ళి నేను ఆశ్రమానికి వచ్చిన కారణాన్ని వివరించాను. ఆయన విని నవ్వి ఇలా అన్నారు. “నేను యోగ సిద్ధుడిని కాను గాంధీగారు కావచ్చును, నీవు రేపు ఉదయం ఆయన ప్రాతః భ్రమణానికి వెళ్ళే సమయంలో ఆయనతో కలిసి వెళ్ళి యోగి అయ్యే మార్గాన్ని తెలుసుకో!” అని అన్నారు. నేను సరే అన్నాను.

గాంధీగారితో పాటు ప్రాతఃభ్రమణానికి వెళ్ళే వారి సందేహాలు తీరేవి, గాంధీగారి నడక పూర్తి అయ్యేది. ప్రొద్దున 5 గంటలకు నేను ఆయన తలుపు వద్ద నిలుచున్నాను. గాంధీగారు ఇవతలకు రాగానే ఆయనను అనుసరించాను.

నమ్మకాలు మనుష్యులను కలుపుతాయి

మహాదేవభాయి గాంధీగారికి నా గురించి చెప్పారు కాబోలు. “నీవు గాంధీ అయ్యే యోగవిద్య నేర్చుకోవడానికి వచ్చావా?” అని అడిగారు. నేను నా మూడు నెలల కార్యక్రమ వివరణను ఆయనకు వివరించి చెప్పాను. “ఇదే గాంధీలాగా కావటానికి కావలసిన యోగసాధన” అని అన్నారు ఆయన.

నాకు అర్థం కాలేదు. అందువల్ల ఆయన ఒక సంఘటన తెలిపారు. అది అత్యంత ప్రతిభా సంపన్నుడు, శాస్త్రవేత్త అయిన “థామస్ డేవీ” జీవితములో జరిగింది. చిన్నతనంలో ఆయన చాలా బీదవారు. ఆయనకు శాస్త్రవేత్త అవ్వాలనే కోరిక ప్రబలంగా ఉండేది. కానీ విశ్వవిద్యాలయంలో చేరి చదువు కోవడానికి తగిన ఆర్థిక స్తోమత లేదు. అప్పుడు డేవీ తన తల్లితో తనని ఒక శాస్త్రజ్ఞుని వద్దకు తీసుకొని వెళ్ళి వదిలేస్తే వారి ఇంటిపని చేసిపెట్టి వారి వద్ద శాస్త్రాభ్యాసము చేస్తానని, అన్నాడు. అతని తల్లి అనేకుల వద్దకు తీసుకొని వెళ్ళింది. అందరూ మాకొద్దు అంటే మాకొద్దు అని అన్నారు. ఒక శాస్త్రజ్ఞుడు “మీ అబ్బాయిని రేపు తీసుకొనిరా పనికివస్తే నేను తప్పనిసరిగా శాస్త్రజ్ఞుడిగా చేస్తాను అన్నాడు.” డేవీని తీసుకొని రెండవ రోజు ఆయన వద్దకు వెళ్ళింది. ఆ శాస్త్రజ్ఞుడు డేవీకి చీపురుకట్ట ఇచ్చి శుభ్రుడమ అని అన్నాడు. డేవీ ఎంత శుభ్రంగా తుడిచాడంటే ఎక్కడా, ఏ మూలా, ఏ వస్తువు మీద ఒక్క ధూళికణం కూడా లేదు. ఇల్లు అంతా అద్దంవలె తళతళలాడు తోంది. శాస్త్రజ్ఞుడు డేవీకి తుడిచే పనిలో శ్రద్ధ, తన్మయత్వం, వస్తువులను ఒక వ్యవస్థలో ఉంచే గుణం ఉన్నదని అర్థం చేసుకున్నాడు. అందువల్ల ఇతనికి నేర్పిన విద్య పూర్తిగా నేర్చుకొనగలడని నిర్ధారించుకున్నాడు. డేవీ ఇంటిపని చేస్తూ అతని వద్ద చదువుకున్నాడు. చివరకు ప్రఖ్యాత శాస్త్రవేత్తగా పేరుగాంచాడు.

గాంధీగారు పై సంఘటనలను తెలుపుతూ ఇలా అన్నారు. “ఇచ్చట నీచే చేయించబడిన ప్రతి పని నీలో ఇష్టతను, బాధ్యతను పెంపొందించాయి. నాలో ఉన్న యోగ శక్తి ఇదే! అదే, నిన్ను ఇక్కడకు తీసుకొని వచ్చింది. నా కార్య సాఫల్యం యొక్క రహస్యం ఇదే! నీవు చేసే ప్రతి పని ఎంత చిన్నది అయినా దానిని పూర్తి బాధ్యత, అభిరుచితో చేస్తే ప్రతిపనిలోను విజయం సాధిస్తావు. అది ధార్మిక క్షేత్రమైనా, రాజనీతి క్షేత్రమైనా, కుటుంబ సమస్యలైనా విజయం సాధించడానికి ఇదే రాజమార్గం.”

నిజమైన యోగసాధనకు, విజయసాధనకు మార్గం ఈ విధంగా నాకు లభ్యమైంది. మనిషి ఎల్లప్పుడూ ఆదర్శాన్ని లక్ష్యంగా పెట్టుకొని నిష్ఠతో పని చేసుకొంటూ పోవాలి. ప్రతి పనిని బాధ్యతతో, ఇష్టంతో చెయ్యాలి. మూడు నెలల సబర్మతి ఆశ్రమంలో ఉండి ప్రతి చిన్న పనిని బాధ్యతతో, క్రమం తప్పకుండా చక్కగా ఇష్టంతో చేయడం నేర్చుకున్నాను. నిరీక్షకులు తప్పులు సరిదిద్దేవారు.

నేను చమత్కారాలు చూపించే యోగినవ్వాలనే బాల్య చాపల్యాన్ని వదిలేశాను. మూడు నెలల సమయం అయిన తరువాత అందరివద్ద వీడ్కోలు తీసుకొని ఇంటికి తిరిగి వచ్చాను. గాంధీజీ చెప్పిన విషయాలను నా హృదయంలో పదిలంగా ఉంచుకున్నాను. ఇదే నా అన్ని విజయములకు మూలకారణము.

★★★

శ్రీ గాయత్రీ శతకం

101. 'యో' యని అనంగ ఆ దేవి హాసనమలర
పతిత హృదయాన కొలువుండి భద్రమొసగు
అట్టి తరుణాన మంత్రమ్ము హోయిగూర్చు
విశ్వ జనయిత్రి గాయత్రి వేదమాత

తా:- 'యో' అనే మంత్రభాగాన్ని ఉచ్చరించగానే ఆ దేవదేవి అలరారే నవ్వుతో సాధకుని హృదయంలో కొలువై ఉండి భద్రతను ఇస్తుంది. ఆ సమయాన సాధకునికి ఎంతో హాయిని ఇస్తుంది ఆ తల్లి.

102. 'సః' యని అనంగ ఆ యమ్మ నగవు చిలికి
శుద్ధభక్తుని హృదయాన సుధలునింపు
అట్టి తరుణాన మంత్రమ్ము హోయిగూర్చు
విశ్వ జనయిత్రి గాయత్రి వేదమాత

తా:- మంత్రమందలి 'సః' అనే అక్షరాన్ని పలుకుటతోడనే ఆ యమ్మ నవ్వులు చిలికిస్తూ నిష్కల్మషమైన భక్తుని హృదయంలో జ్ఞానసుధలు నింపుతుంది. ఆ సమయాన సాధకునికి పరమానందాన్ని చేకూరుస్తుంది గాయత్రీమాత.

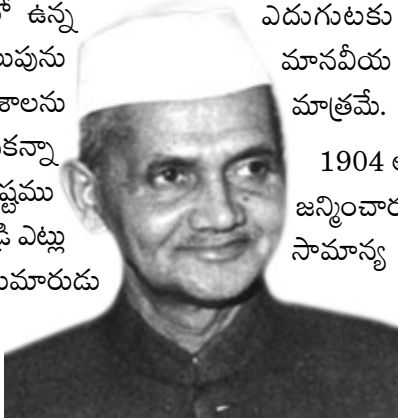
రచన: సహజ కవి, సాహిత్య రత్న,
శతక చతురానన, పద్య కవితాసుధానిధి
శ్రీ అయినాల మల్లేశ్వర రావు

అనుమానాలు మనుష్యులను వేరు చేస్తాయి

మానవ రత్నం - లాల్ బహదూర్ శాస్త్రి

1921వ సంవత్సరం సహాయ నిరాకరణ ఆందోళన ఊపందుకున్న రోజులు. ఈ పిలుపునందుకున్న జైన్సాహికులైన ప్రజలంతా లక్షలాదిగా దేశవ్యాప్తంగా ఈ ఉద్యమంలో దుమికారు. విద్యార్థులు విద్యాలయాలను విడచిపెట్టగా, కార్మికులు కర్మాగారాలను విడువగా, న్యాయవాదులు కోర్టు బహిష్కరించగా, వ్యవసాయదారులు భూమి శిస్తు చెల్లించుట నిలిపివేయగా, రైలు, పోస్టల్, టెలిఫోన్ సర్వీసుల వినియోగించుట మానివేశారు. విదేశీ వస్తువుల వినియోగాన్ని బహిష్కరించారు.

16 సంవత్సరాల యుక్త వయస్సులో ఉన్న సింహసదృశ ఆత్మోన్నతుడు, యుగ పిలుపును అందుకుని ఉద్యమంలో నిలబడ్డాడు. పాఠశాలను బహిష్కరించి వచ్చినచో వచ్చే నష్టము తనకన్నా విధవరాళైన తన తల్లి భవితకు ఎక్కువ నష్టము కలిగించునని గమనంలోనికి వచ్చింది. తండ్రి ఎట్లు విధి తలవంచి వెళ్ళిపోయాడో, ఇప్పుడు కుమారుడు కూడా స్వాతంత్ర్య ఉద్యమం ఆందోళనలోకి వెళ్ళుట చూస్తే తల్లి ఎంత దుఃఖిస్తుందో అనే చింతన అతనిని బాధించసాగింది.



బంధువులు ముందుగానే ఈ యువకుని దేశభక్తి కుటుంబానికి బాధలను తెస్తుందని చెప్పసాగారు. ఇన్ని ఆలోచనలతో వివశుడై, ముందుకు వెళ్ళే మార్గం కానక చివరకు తన అంతః కరణ బోధన ప్రకారం తన తరగతి అధ్యాపకుని ఎదుట నిలబడి ఇలా ప్రార్థించాడు. “గురుదేవా! నాకు ఇప్పుడు అనుజ్ఞ ఇవ్వండి” అన్నాడు. అధ్యాపకునికి బాలుని కుటుంబ పరిస్థితి తెలుసు మరియు అతనికి గల ప్రగాఢ దేశభక్తి కూడా తెలుసు. రెండింటిని మదిలో నుంచుకొని “కుమారా! కొద్ది నెలల కాలములోనే హైస్కూల్ పరీక్షలు జరుగనున్నాయి. శ్రమించి నీవు పరీక్షలు వ్రాసిన ఉత్తమ శ్రేణిలో ఉత్తీర్ణుడయినచో మీ అమ్మకు తోడుగా నిలవెదవు” అని బాలుని సమాధానపరచ ప్రయత్నించాడు. ఉపాధ్యాయుని మాటలతో సంతృప్తిపడని యువకుడు, దేశం యొక్క హితంలోనే తన తల్లి క్షేమం దాగి ఉన్నదని తలచి, సహాయ నిరాకరణ ఉద్యమంలో చేరిపోయాడు. అలనాటి ఈ యువకుడే, తదుపరి భారతదేశ ప్రధానిగా

ఎన్నుకొనబడ్డాడు. ఇట్టి భారత ప్రధాని పదవిని అలంకరించిన లాల్ బహదూర్ శాస్త్రి నామధేయం గలిగిన వ్యక్తికి స్వంత ఇల్లు లేదు. దీనికి తోడు వాయిదాలపై చెల్లించేలా కారును ఖరీదు చేసినాడని తెలిసికొన్న ఇతర రాష్ట్ర నాయకులు ఆశ్చర్య పోయారు. మహామంత్రి చాణక్యునికి సాటిలేని ఉదాహరణగా మనముందున్నాడు ఈయన.

లాల్ బహదూర్ శాస్త్రి ఒక గొప్పింటి బిడ్డకాదు, లేక గొప్ప వ్యక్తితో మెలిగినవాడు కాదు! ఇంతటి గొప్ప ఉన్నత స్థానానికి ఎదుగుటకు సహకరించింది కేవలం ఆయనలోని మానవీయ సద్గుణాలు మరియు సదాచార సత్కర్మలు మాత్రమే.

1904 అక్టోబరు 2వ తేది మొగల్ సరాయిలో శాస్త్రీజీ జన్మించారు. ఆయన తండ్రి శ్రీ శారదాప్రసాద్ ఒక సామాన్య ఉపాధ్యాయుడు. శాస్త్రిగారి బాల్యంలోనే తండ్రి మరణించారు. బాల్యంలోనే శాస్త్రిగారి జీవన పోరాటం ప్రారంభమైంది. కుటుంబ ఆర్థికస్థితి భీతికొల్పేలా ఉండేది. తల్లి రామ్ దులారి ఏమాత్రం కుటుంబానికి సహాయాన్ని అందించజాలని స్థితిలో ఉండేది. తండ్రిలేని ఆ బాలుడు తనంతట తానుగా ఒక సహాయకారిగా నిలచింది. పుణ్య పావనగంగ ఆ బాలునికి సహాయకారిగా నిలచింది. ఈత నేర్పింది. ఒడిదుడుకుల జీవితంలో, సాహసునిగా నిలబడుటకు కావలసిన పాఠాలను నేర్పింది, అట్లే తనలా (గంగలా) నిర్మలం, నిష్కల్మషమైన జీవనాన్ని జీవించుటకు తగిన సామర్థ్యాన్ని అందించింది.

12 సంవత్సరాల వయస్సులో తన స్నేహితులతో కలసి, గంగ ఆవలి తీరం వెంట జరుగుతున్న తిరునాళ్ళను చూడటానికి వెళ్ళాడు. తిరునాళ్ళ నుండి ఇంటికి తిరిగి వచ్చుటకై గంగను దాటుటకు నావవానికి చెల్లించవలసిన పైసలు తన వద్ద లేవు. మంచి బలమైన పహిల్వాను సైతం ఈదలేని అరమైలు గంగను ఈదుకుంటూ దాటాడు. పరిస్థితులకు అనుగుణంగా జీవించుట బాల్యం నుండే నేర్చుకున్నాడు. సాధనల లేమి ప్రగతికి నిరోధకం

ప్రకృతికి అనుగుణంగా జీవితాన్ని మలచుకోవాలి

కాదని, బాధలకు కారణం కాదని, మీదు మిక్కిలి ప్రేరణకు మూలమని బాల్యంలోనే గ్రహించిన ధీమంతుడు.

విద్యార్జన నిమిత్తమై బంధువుల ఇళ్ళలో ఆశ్రయాన్ని పొందాడు, దీనిని అవమానంగా తలంచలేదు. తన స్థితిని అర్థం చేసికొని దానిని మనఃపూర్వకంగా స్వీకరించాడు. శాస్త్రిగారు తన జీవితంలోని వాస్తవ స్థితిని అంగీకరించుట వలన సదాచారశీలునిగా, పరిశ్రమశీలునిగా, బాధ్యతాయుతునిగా వినమునిగా తనను తాను తీర్చిదిద్దుకున్నాడు.

శాస్త్రీజీ తీక్షణ బుద్ధిగల (తెలివైన) వాడు, తన తరగతిలో సర్వసాధారణంగా ప్రథమునిగా వచ్చేవాడు. దీని వెనుక అతని కఠోర పరిశ్రమ ఉండేది. అతడు మనస్సు పెట్టి, శ్రమించి చదివేవాడు. దీనికి ప్రతిఫలంగా, హిందీ విద్యాపీఠం నుండి “శాస్త్రి” పరీక్షలో ప్రథమశ్రేణిలో ఉత్తీర్ణుడైనాడు.

తన కుటుంబ స్థితి సాధారణమైనదైనప్పటికీ, శాస్త్రి తన లక్ష్యాన్ని సాధారణమైనదానినిగా నిశ్చయించుకొనలేదు. మరో సాధారణ యువకుడు అయితే తన కుటుంబ స్థితికి తలవంచి, హైస్కూల్ విద్య పూర్తికాగానే ఉద్యోగాన్ని వెతుక్కొని, ఒక గుమాస్తాగానో, అధ్యాపకునిగానో స్థిరపడిపోయేవాడు. శాస్త్రీజీ ఒక పవిత్ర దేశభక్తి తత్పరుడైనందున, తన కుటుంబ స్థితిని ఎన్నడూ భారంగా, ఆటంకంగా భావించలేదు.

కుటుంబ ఆహార సమస్య తన ముందు ఒక సవాలుగా ఉండేది. కాని లక్ష్య సాధనను పూర్తి చేసికొనుటకై చిన్ననాటి నుండి తన కృషిని కొనసాగిస్తూనే ఉన్నాడు. ఇందులకై శాస్త్రీజీ తన జీవిత అవసరాలను అతి స్వల్పంగా చేసుకొన్నాడు. తన పనులన్నీ తనే చేసుకొనేవాడు. ఆయన లోకసేవా సంఘములో చేరి, తన మిత్రుడైన అలుగురాయ్చౌదరితో కలిసి ప్రజా సేవాకార్యక్రమాల ప్రారంభించాడు. శాస్త్రిగారిలోని శ్రమించే గుణం, నిష్ఠ, తత్పరతల గురించి లాలా లజపతిరాయ్ ముగ్ధుడై, శాస్త్రిగారిని సంఘ యావజ్జీవ సభ్యునిగా చేశాడు. ఆయనకు నెలకు 7 రూపాయిల బత్తా లభించేది, తదుపరి ఇది రూ. 100/- కాగా, దీనిని తన కుటుంబానికి అందించేవాడు.

1927లో శాస్త్రిగారి వివాహం లలితాదేవిగారితో జరిగింది. తన జీవిత లక్ష్యాన్ని భార్యతో చెప్పగా, దానినే తన జీవన లక్ష్యంగా చేసికొని శాస్త్రిగారి అడుగు జాడలలో నడిచింది ఆ సాధ్యమణి.

శాస్త్రిగారికి ఏ పని అప్పగించినా, అత్యంత శ్రద్ధాసక్తులతో, ఈశ్వరుని ఉపాసనా రీతిగా చేసేవాడు. దీని పరిణామం శాస్త్రిగారిలోని గొప్పతనాన్ని అందరూ గుర్తించసాగారు. ఆనాటి గొప్ప గొప్ప నాయకుల దృష్టిలో శాస్త్రీజీ ఒక మంచి విశ్వాస పాత్రునిలా, కార్యసాధకునిలా, వినమునిలా గుర్తింపు పొందారు. దీనితో కాంగ్రెసు ఉత్తమ నాయకులలో ఒకనిగా శాస్త్రీజీ లెక్కింపబడ్డాడు. శాస్త్రీజీ క్రమానుగత ఎదుగుదలకు, ఆయనలోని కష్టపడి పనిచేసే గుణము, పనిపట్ల నిష్ఠ మరియు ఏకాగ్రతలు ప్రముఖంగా తోడ్పడ్డాయి.

ఆదర్శాల పట్ల శాస్త్రీజీకిగల మక్కువ, పట్టుదల ఆచరణ దినదిన ప్రవర్ధమానమై ధృఢతరమైంది. నైనిటాల్ జైలులో ఉన్నప్పుడు శాస్త్రీజీ కుమార్తె జబ్బు పడింది. కుమార్తెను సందర్శించు నిమిత్తము పేరోల్ పై విడుదల కావలసి ఉన్నచో, వ్రాతపూర్వకముగా అనుమతిని కోరుచూ, పెరోల్ కాలమందు ఎటువంటి ఆందోళనలను చేపట్టనని హామీ ఇవ్వవలసి ఉండగా, శాస్త్రీజీ దీనిని అనుచితంగా భావించాడు. అప్పుడు జైలరే ఏ అభ్యర్థన లేకుండానే తానే అతనిని సెలవు ఇచ్చి పంపాడు. శాస్త్రీజీ దృఢసంకల్పానికి, లక్ష్యం పట్ల ఆయనకు గల నిబద్ధతను ఇది తెలియజేస్తున్నాయి.

శాస్త్రీజీ తన వ్యక్తిగత అవసరాల పట్ల ఎన్నడూ, శ్రద్ధ చూపి ఎరుగడు. జైలు జీవితకాలమందు, సహచర ఖైదీలు చిన్న చిన్న వస్తువులకై జైలు అధికారులను ప్రాధేయపడుతూ ఉంటే, తాను మాత్రం తన దగ్గర ఉన్నవానిని ఇతరులకు పంచుతూ, వారిని కూడా ఈ వస్తువులను వాడుకొనుటకై అనుమతిస్తూ తద్వారా తాను ఎంతో ఆనందాన్ని పొందేవాడు. తాను పొందవలసినదానిని తన సహచరునికి ఇచ్చేవాడు, ఆయన టాల్స్టాయ్ విరచిత గ్రంథమైన “అన్నా కేరేనినా” చదువుతూ ఉండేవాడు. జైలు జీవితాన్ని ఒక తపస్సుగా భావించి ఆ రీతిలోనే జీవించాడు. ఈ విధంగా జైలు జీవితాన్ని కూడా ఒక క్రమపద్ధతిలో నియమబద్ధంగా జీవించుట చూసిన జైలు అధికారులు కూడా శాస్త్రిగారిని చూసి ఆశ్చర్యపోయేవారు. ఈ రీతిగా శాస్త్రిగారు జైలులో ఎన్నో గ్రంథాలు చదువుతూ, “మేడమ్ క్యూరీ” జీవితాన్ని గురించి ఒక వుస్తకాన్ని రచించారు.

కొన్ని సంవత్సరాల పాటు జైలు జీవితాన్ని గడిపాడు. రాత్రింబవళ్ళు శ్రమించి పనిచేస్తూ ఆజాద్ ఆందోళన కార్యక్రమంలో ప్రముఖ పాత్రను పోషించారు. ఆయన హస్తం

ప్రపంచంలో ఏదీ నీ స్వంతం కాదు

ఎక్కడ ఉన్నదో అచ్చట ప్రజలు ప్రేరేపించబడి సంఘటితులై, ఉద్యమానికి అడుగుడుగునా వారి ప్రోత్సాహాన్నందించే వారు ఈ విధంగా శాస్త్రీజీ తన ముద్రను వేసేవారు. కానీ ఎక్కడా తన పేరు ప్రతిష్టలకై ప్రాకులాడుట కన్పించేది కాదు.

సన్నగా, దృఢంగా, అత్యంత సాదాసీదాగా కనిపించే ఈ వజ్ర సమానమైన వ్యక్తిత్వాన్ని మరియు అతని శ్రమించే తత్వాన్ని, పనిపట్ల ఆయనకు గల నిష్ఠాసక్తులను, శ్రద్ధను, విశ్వాసాల వలన ఆయనకు ఉత్తరప్రదేశ్ రాష్ట్రమంత్రి మండలిలో గృహ మంత్రిగా స్థానం లభించింది. తదుపరి ముఖ్యమంత్రిగా నియమింపబడ్డాడు. ఈయనలోని ప్రత్యేకత పెనుసవాళ్ళను ఎదుర్కొని సఫలత పొందుటలో ఆయనకు ఆయనే సాటి.

కేంద్రమంత్రి మండలిలో రైల్వే మంత్రిగా నియమింపబడి చక్కని ప్రతిభను కనబరచారు. తన పదవీకాలమందు జరిగిన రెండు రైలు దుర్ఘటనలకు తాను నైతిక బాధ్యత వహించి తన పదవికి స్వచ్ఛందంగా రాజీనామాను సమర్పించి ఒక నూతన ఆదర్శ జీవనవిధానానికి దారిచూపిన మహా మానవతావాది, త్యాగశీలుడు శాస్త్రీజీ. అటుపిమ్మట వేల సంఖ్యలో, విరోధులు సైతం ఆయనను, తన రాజీనామాను ఉపసంహరించుకొని, తిరిగి పదవీ బాధ్యతల చేపట్టమని అర్థించినా, తన దృఢ సంకల్పాన్ని ఇసుమంతైనా సడలనీయలేదు. ఈ విధంగా ప్రజాస్వామ్య పాలనలో, జవాబుదారీతనానికి నిలువెత్తు ఉదాహరణగా నిలచి, పాలకులకు ఒక చక్కని నియమావళికి శ్రీకారం చుట్టిన ఆదర్శమూర్తి.

ఒక సాధారణ నాగరికుడు, నమ్మకమైన వ్యక్తిత్వం కలిగి ఉన్నవానికి లభించే ప్రతిఫలం, భారతదేశానికి ఒక నమ్మకస్తుడైన ప్రజానాయకుడు, ఒక నమ్మకస్తుడైన ప్రధాన మంత్రి రూపంలో లభించింది. అతడే లాల్ బహదూర్ శాస్త్రి. ఈయనలోని ప్రత్యేకతలు 1) ప్రజాధానాన్ని తన స్వంతానికి వినియోగింపకుండుట. 2) ఎల్లవేళలా తనను ఒక సాధారణ వ్యక్తిగానే భావిస్తూ, తాను ఒక ప్రజాసేవకునిగానే తలంచి, తదనుగుణంగా జీవించుట 3) కామరాజ్ నాడార్ పథకానికి తొట్టతొలుత తన మంత్రి పదవికి రాజీనామాను సమర్పించి, కాంగ్రెస్ పార్టీ పట్ల తన విధేయతను, నమ్మకాన్ని చాటుట.

భారతదేశపు తొలి ప్రధాని నెహ్రూ మరణానంతరం శాస్త్రీజీ ఆ పదవిని చేపట్టుట జరిగింది. భారతీయులతోపాటు విదేశీయులు కూడా శాస్త్రీజీని నెహ్రూజీతో పోల్చుకుంటూ

ప్రధాని పదవికి తగిన వ్యక్తి కాదంటూ పెదవి విరిచారు. కాని శాస్త్రీజీ తనకు జన్మతః అభిన సద్గుణాలతో పాటు శ్రమించే తత్వాన్ని ఆలంబనగా చేసికొని, 18 నెలల పదవీ కాలంలో తనకు తానే సాటి అని తన సామర్థ్యాన్ని నిరూపించుకొని, నెహ్రూను మించినవానిగా నిరూపించుకున్న కార్యదక్షుడు.

భారత పాకిస్థాన్ దేశాల మధ్య యుద్ధం జరిగిన సమయంలో, భారతదేశ స్వరూపాన్ని ప్రపంచం కళ్ళారా చూసింది, దీనితోపాటు శాస్త్రీజీ ఈ యుద్ధాన్ని ఒక సవాలుగా స్వీకరించి, తనకు గల చిన్నపాటి శరీరంలో ఎంతటి శక్తివంతమైన ఆత్మ నివాసమై ఉన్నదో ప్రపంచానికి చాటి చెప్పాడు.

ఆయన జీవితం మిక్కిలి కర్మమయమైనది, కొన్ని సమయాలలో పనిలో నిమగ్నమై, ఆయన భోజనాన్ని కూడా మరచి పోయేవాడు. మరియు పనిలో ఆయన అలసిపోవుట ఎన్నడూ జరుగలేదు. అసంభవమనిపించే పనులు ఆయన చేతిలో పడగానే ఆయన చేసే పరిశ్రమతో అది సహజంగా జరిగిపోయేవి.

శాస్త్రీజీ తన బాల్యము నుండి అభ్యసించిన ప్రేమతత్వము వలన లోకసేవా బాధ్యతలు చేపట్టి ప్రధానమంత్రి పదవిని నిర్వహించే సమయమందు, ఆయన విరోధులు సైతం ఆయన అభిమానులుగా మారారు. రాజనీతి అనే సరోవరంలో ఒక పద్మంలా వికసిస్తూ, రాజకీయ సరస్సులోని కపట, మోసాలను బురదను తనకు అంటుకొననీయలేదు.

1965లో రష్యా దేశంలోని తాష్కెంట్లో భారత పాకిస్థాన్ దేశాల యుద్ధ సమాప్తి సమావేశవేళ ప్రపంచ స్థాయి రాజకీయ మేధావులలో ఒకనిగా గుర్తింపు పొందిన శాస్త్రీజీ అసువుల బాయిట చాలా విచారకరం.

భారత ప్రధాని శాస్త్రీజీ మరణానంతరం తన వారసులు నిలచుటకు నీడనిచ్చే ఇంటిని కానీ, భూసంపద కానీ, ధన సంపదలను కానీ విడచిపెట్టలేదు. తనను, తన పరివారానికి అంకితం గావించుకొనక, యావత్ దేశానికి అంకితమై తన వారికి ఆదర్శంగా నిలచి, ఒక వజ్రంలా, మణిపూసలా జీవించాడు.

- పూజ్యగురుదేవుల వాఙ్మయం 51 (4.55) నుండి
అనువాదం: ఎ. వేణుగోపాలరెడ్డి

నువ్వు తినే ప్రతి మెతుకు ఈ సమాజం అందించినదే

మహాకాలుని గీత-సత్యంకల్పాలు - 9

అవినీతితో పొందిన సాఫల్యం కంటే నీతిమార్గాన పొందిన పరాజయాన్నే శిరసా వహిస్తాము

ఎందులోనైనా సాఫల్యం సాధించిన వారికి ప్రజలంతా నీరాజనం పడతారు. విజయం సాధించిన వారు అందరిచేత అభినందించబడతారు. కానీ ఆ విజయం నీతిమార్గంలో సంపాదించారా లేక అవినీతి మార్గంలో సంపాదించారా అనేది చాలామంది పట్టించుకోరు. మోసమో, కుట్రో ఏదో ఒకటి చేసి కావలసిన పదవిని, గౌరవాన్ని పొందుతారు. ప్రజలు ఆ సంపాదనను, వైభవాన్ని చూసి వారిని పొగడ్డలతో ముంచెత్తి సమర్థిస్తుంటారు. ఈ పద్ధతి సరైనదా? కాదా? అని ఆలోచించరెందుకు? సాఫల్యం కంటే నీతి చాలా ఉన్నతమైనది. నీతిమార్గంలో నడుస్తూ పరిస్థితుల ప్రాబల్యం వల్ల అపజయం కలిగినా అది కూడా గౌరవించదగినదిగానే ఉంటుంది. నీతికి ఒక స్థిరమైన గొప్పతనం ఉంది. కానీ సాఫల్యానికి స్థిరత్వం లేదు. విజయం లభించకపోతే భౌతిక జీవితంలో కొద్దిపాటి అసౌకర్యం ఉంటుంది, అదే నీతిని విడిచిపెడితే ఇహలోక, పరలోకాల్లో ఆత్మసంతోషము, వ్యక్తిత్వము, ధర్మం, కర్తవ్యం మొదలైనవన్నీ నాశనమైపోతాయి. శివాజీ, రాణాప్రతాప్, గురుగోవిందసింహ్, లక్ష్మీబాయి, సుభాష్ చంద్రబోస్ మొదలైన వారంతా ఎన్నోసార్లు ఓటమిని ఎదుర్కొన్నారు. కానీ వారికి ఆ పరాజయం విజయంకంటే చాలా విలువైనది. ధర్మము, సదాచారాలపై దృఢంగా నిలబడాలనుకునేవారు విజయము నందుకాక కర్తవ్యపాలనయందు శాంతిని అనుభూతి చెందుతారు. అవినీతి, పరాజయం ఈ రెండింటిలో ఏదో ఒకదాన్నే ఎంచుకోవలసి వస్తే అవినీతిని కాకుండా అపజయాలనే కోరుకోవాలి. త్వరత్వరగా లాభం పొందాలనే ప్రలోభంలో పడి అవినీతి మార్గంలో నడవాలనుకోవడం చాలా పెద్ద తప్పు. తప్పు చేస్తే మాత్రం ఎప్పటికైనా ప్రాయశ్చిత్తం చేసుకోవలసిందే.

నిజానికి నీతిమార్గాన్ని వదిలివేసి మానవోచితమైన

కార్యక్రమాలు చేయలేము. మానవత్వాన్ని వదిలివేసి పొందే విజయం వల్ల కనీసం మనిషిగా పిలువబడే గౌరవాన్ని కూడా దక్కించుకోలేము. ఏ వ్యక్తి అయినా మేడపై నుండి త్వరగా క్రిందికి వెళ్ళాలనే తొందరలో పై నుండి దూకి కాళ్ళు, చేతులు విరక్కొట్టుకుంటే ఏమనాలి? కొద్దిగా ఆలస్యంగా చేరినా పరవాలేదు కదా!

మొక్క వేళ్ళకు నీళ్ళు అందితే అది బాగా పెరుగుతుంది. అదే విధంగా అవినీతిని పోషిస్తూ ఉంటే అది విపరీతంగా పెరుగుతుంది. పీడితులైనవారు మౌనంగా సహిస్తూ ఉంటే అది అదునుగా తీసుకొని అత్యాచారుల సాహసం ద్విగుణీకృత మవుతుంది. వాడు తన మార్గానికి అడ్డులేకుండా పోయిందను కొని రెట్టించిన ఉత్సాహంతో అనాచారాలకు పాల్పడతాడు. అన్యాయాన్ని సహించడమంటే తనవంటి ఎంతోమందికి ఆ బాధను భరించే స్థితిని కల్పించడమే. అవినీతిని సహించడమంటే ఆకతాయిలను ప్రోత్సహించడమే.

అవినీతితో పీడింపబడేవారిని చూసి పక్కవారు 'ఏం చేస్తాం చేసుకున్నాడు, అనుభవిస్తున్నాడు, మనకెందుకు ఈ అనవసరపు సమస్య' అని ప్రక్కకు తప్పుకుంటుంటారు. ఒకడు బాధింప బడుతూ ఉంటే మిగిలిన వారు చోద్యం చూస్తారు. 'ఇంకా నయం వాడు మమ్మల్ని కూడా పీడించలేదు' అని కళ్ళు మూసుకుంటారు. ఇది గమనించిన ఆ దుండగులకు ఇంకా పొగరెక్కి ఏ రకమైన అడ్డు లేకుండా వీరవిహారం చేస్తారు. నలుగురు గుండాలు 100 మందిలోకి చొరబడి ఒకరిద్దరిని కత్తితో పొడుస్తారు. వెంటనే అందరూ గుమిగూడి చోద్యం చూస్తారు, కళ్ళు మూసుకుంటారు లేదా అక్కడి నుండి పారిపోతారు. మనకు కూడా దెబ్బలు తగులుతాయేమోననే భయంతో ఆ దుండగులను ఎవ్వరూ ఆపే సాహసం చేయరు.

సమాజ రుణం తీర్చుకోవాలి

ఇటువంటి బలహీనతలను పసిగట్టినవారు రాబోయే రోజుల్లో ఇంకా తప్పులు, హత్యలు, దొంగతనాలు, లూటీలు, ఖాసీలు, బలాత్కారాలు చేసేందుకు ఏమాత్రం వెనకాడరు. ఇవన్నీ కళ్ళతో చూసినవారు సాక్ష్యమిచ్చేందుకు ముందుకురారు. ఆ దుండగులు న్యాయస్థానం నుండి కూడా తప్పించుకుంటారు. ఇంకా రెట్టించిన ఉత్సాహంతో ప్రజలపై ఆక్రమణలు చేస్తారు. ఒక్కొక్కరుగా ఈ విశాల జనసమూహమును పీడిస్తుంటారు. ఇంతటి ప్రజాశక్తి కూడా వారినెదిరించలేక నిస్సహాయంగా నిలబడిపోతుంది. ఇది దేశముపై, సమాజముపై చెరగని మచ్చ. దీనివల్ల బాధలను సహించే ఆయా వర్గాలవారు పిరికి వారుగా, నపుంసకులుగా, భీరువులుగా, నిర్ణీవులుగా నిరూపించబడతారు. ఇటువంటి వారిని పురుషులని పిలవకూడదు. పురుషార్థం చేసేవారు, సాహసము, శౌర్యము చూపించేవారే పురుషులుగా పిలువబడతారు. ఇది చాలా సిగ్గు పడవలసిన విషయం.

సామూహికంగా అందరూ కలిసి వారిని ఎదిరించలేక పోవడం వల్ల ఒక్కొక్కరుగా పీడింపబడుతున్నారు. ఆ సామూహిక శక్తిని ఇక తట్టిలేపాలి. ఈరోజు ఎవరికో జరిగింది, రేపు మనకు జరగవచ్చు కదా! ఇతరులపై అత్యాచారం జరుగుతున్నప్పుడు నువ్వు సహాయం చెయ్యకపోతే, రేపు మనపై అత్యాచారం జరుగుతున్నప్పుడు మనకు ఎవరు సహాయం పడతారు? ఇదంతా ఆలోచిస్తే ఆ గొడవల్లోకి వెళితే వ్యక్తిగత రక్షణనేది ఉండదు, ఆర్థిక నష్టం కలుగవచ్చు, శారీరక కష్టమైనా కలుగవచ్చు. అందుకు ముందే సిద్ధపడాలి. దానిని మానవత్వము యొక్క బాధ్యతగా భావించి పూర్తి చేయాలి, ఓర్పుకునే తీరాలి. దెబ్బలు తిన్న శౌర్యవంతులకే ప్రభుత్వ పురస్కారం పొందేందుకు అర్హత లభిస్తుంది. అప్పుడే వారిపట్ల అందరికీ శ్రద్ధ కలుగుతుంది.

మహామానవులు మూడు రకాలుగా ఉంటారు. 1) సాధువులు, 2) సంస్కర్తలు, 3) వీరులు. కొందరు తమ ఆచరణలలో, ఆలోచనలలో, భావనలలో గొప్పతనమును పెంపొందించుకొని ఉంటారు. వారే సాధువులు. కొందరు విపత్కర పరిస్థితులను మార్చి సువ్యవస్థను తయారు చేయుటలో లీనమైపోతారు. వీరు అనుచితమైన వాటిని నిర్మూలించి ఆ స్థానంలో ఔచిత్యమును స్థాపించేందుకు సిద్ధమవుతుంటారు,

వారే సంస్కర్తలు. అన్యాయాన్ని ఎదిరించేందుకు ఎన్నో దెబ్బలను ఓర్చుకొని, ఎంత నష్టం జరిగినా నవ్వుతూ శిరోధార్యమని స్వీకరించేవారు వీరులు. ఇటువంటి మహామానవులకు మానవజాతి మొత్తం ఎల్లప్పుడూ కృతజ్ఞత కలిగి ఉండాలి. చరిత్ర వారిని ఎప్పటికీ అభినందిస్తూనే ఉంటుంది. ఎంతటి ఆపదనైనా ఓర్చుకోగలిగేవారే ఇలా గౌరవానికి అర్హులు. వారు నిజంగా ధన్యులు. అవినీతిని సామూహికంగా ఎదిరించే ప్రవృత్తి ప్రజలలో తీసుకురావాలి. ఈ మార్గంలో ఎదురయ్యే కష్టాలను ఎదిరించి పోరాడగలిగినవారికి అన్ని వైపుల నుండి అభినందలందుతాయి. ఇటువంటి ప్రశంసల వల్ల ప్రజలందరికీ అవినీతితో పోరాడాలనే కోరిక కలుగుతుంది.

ఒక్కోసారి ఇటువంటి మాటలు చెప్పేందుకు, ఇటువంటి పనులు చేసేందుకు మనస్సు అడ్డు చెప్పింది. అది చేయకూడదని పని అని తెలిసినా కూడా బలవంతం మీద చేసేందుకు కొందరు ఒప్పుకుంటారు. ఇటువంటి ఒత్తిడి ఎదిరినప్పుడు కొంత సందిగ్ధత ఏర్పడుతుంది. ఏం చేయాలో, ఏం చేయకూడదో తోచదు. బలహీనులైనవారు చేయలేమని చెప్పలేరు కూడా. మనం ఏది మంచిది కాదు అనుకుంటామో దాన్ని ఒప్పుకోకుండా ఉండడమే సత్యాగ్రహం. మనకు ఇష్టమైనవారితో, బంధువులతో, పెద్దలతో కూడా మనం ఇలానే ప్రవర్తిస్తాము. ఇందులో మనం చేసేది అధర్మమా, అనుచితమా అనే ప్రశ్నకే లేదు. చరిత్రలో ఇటువంటి ఉదాహరణలు కోకొల్లలు. ప్రహ్లాదుడు, భరతుడు, విభీషణుడు, బలి మొదలైనవారు తమకు నచ్చనిది చేసేందుకు ఒప్పుకోలేదు. అర్జునునికి తన గురుజనులతో పోరాడాలని తెలుసు. అయినా సంకోచించాడు. మోహపూరితులైన తల్లిదండ్రులు లేదా సంరక్షకులు తమ పిల్లలచేత అనేక చెడు పనులు చేయిస్తుంటారు. అవినీతి మార్గంలో వ్యాపారం చేసే పెద్దలు తమ పిల్లల చేత కూడా ఆ పనే చేయిస్తారు. తమ మూర్ఖత్వాలనే అనుసరించాలని ఒత్తిడి చేస్తారు. ఒప్పుకోకపోతే అలుగుతారు. ఆరోపణలు చేస్తారు. ఆ సమయంలో పిల్లలు ఏం చేయాలో అర్థం కాని స్థితిలో ఉండనవసరం లేదు. ఏది ఉచితమనిపిస్తే ఆ వైపుకు వెళితే సరిపోతుంది. అక్కడ మనకేదీ సరిగ్గా లేదనిపిస్తే ఎంత బలవంతపెట్టినా ఈనాటి సమాజంలో ఒప్పుకోకూడదు. ఈనాడు అనేక మూఢాచారాలను గ్రుడ్డిగా అనుసరించేవారు చాలామంది ఉన్నారు. వీరిలో కొందరు

కుటుంబంలో ఒకరికి ఒకరు మద్దతు ఇచ్చుకోవాలి

పిల్లలకు త్వరగా వివాహం చేసి వారి ఆరోగ్యాన్ని, విద్యను నాశనం చేసి పారేస్తుంటారు. ఇలా ఏవైనా తమకు నచ్చని విషయాలుంటే పిల్లలు మొండిగా ప్రవర్తించకుండా పెద్దలకు మెల్లగా నచ్చచెప్పవచ్చు. మాకు ఖర్చులతో కూడుకున్న ఈ వివాహమంటే ఇష్టం లేదని చెప్పవచ్చు లేదా మరీ తప్పకపోతే కట్నం తీసుకోకుండా, బంగారం తీసుకోకుండా, పెళ్ళిని మాత్రం ఘనంగా చేసుకుంటాను అని సర్దిచెప్పాలి. ఇలా చేయడం వల్ల అందరికీ మేలు జరుగుతుంది. అందరికీ ఇది తప్పగా అనిపించినా, ఈ నిజం చేదుగా ఉన్నా దీన్ని తిరస్కరించడమే శ్రేయస్కరం. లేకపోతే అది అధర్మమని చెప్పబడుతుంది.

ఈనాడు స్నేహమనే పేరుతో సిగరెట్లు, మద్యము, పేకాట, జూదం ఇలా ఎన్నో అలవాట్లు అవుతుంటాయి. ఇవన్నీ మనిషిని చెడుమార్గంలోకి త్రోసేస్తాయి. ఇటువంటప్పుడు ఇవన్నీ నాకు ఇష్టం లేదు అని నిర్మోహమాటంగా చెప్పేయాలి. మంచి స్నేహమంటే చెడుమార్గం నుండి మంచి మార్గంలోకి తీసుకు వెళ్ళడం. అంతేకానీ మంచిగా ఉన్నవారిని పెడత్రోవ పట్టించడం కాదు. ఇంకా ఇదే విధంగా అప్పులు చేసేవారు, అడుక్కు

తినేవారు తయారవుతున్నారు. వారు చాలా తెలివిగా అవినీతిని ఎదిరించవద్దని తమ ప్రతిభనంతటినీ వినియోగించి చెప్తుంటారు. కొంతమంది ఇష్టమున్నా, లేకపోయినా వారి మాటలకు లొంగిపోతారు. ఇటువంటప్పుడు మనం సాహసించి స్పష్టంగా, నెమ్మదిగా వ్యతిరేకించాలి. ఎదిరించడం, సహాయ నిరాకరణ, వ్యతిరేకించడం, పోరాడడంవంటి నాలుగు ఆయుధాలతో మనం అవినీతిని, అవివేకాన్ని ఎదుర్కోవాలి. సత్యము, న్యాయము కొరకు ఈ ఆయుధాలను వీరులవలె ప్రయోగించాలి.

అక్బర్ రాణాప్రతాప్ కు ఒక సందేశం పంపించాడు. 'మీరు మాతో శత్రుత్వం వదిలేసి స్నేహం చేస్తే అడవులు పట్టి తిరగవలసిన అవసరముండదు. మీ రాజ్యం మీకిచ్చేస్తాను' అని దాని తాత్పర్యం. ఈ ప్రలోభానికి రాణాప్రతాప్ లొంగలేదు. 'మా ధర్మాన్ని రక్షించుకునే విషయంలో ప్రాణం ఇవ్వవలసి వచ్చినా మేం వెనుకాడం' అని చెప్పి అతని ప్రలోభానికి లొంగలేదు.

- అనువాదం: వల్లీ శ్రీనివాస్

బ్రహ్మదేవుని సంచులు

సమస్త చరాచర ప్రపంచాన్ని సృష్టించిన బ్రహ్మదేవుడు ఓసారి మానవుడిని తన వద్దకు పిలిచి "నీకేమి కావాలి?" అని అడిగాడు. మానవుడు ఇలా బదులిచ్చాడు - "నేను బాగా పైకి రావాలి. సుఖశాంతులతో తులతూగాలి. లోకులంతా నన్ను పొగడాలి."

బ్రహ్మదేవుడు మానవుని ముందు రెండు సంచులు ఉంచాడు. ఇలా అన్నాడు - "ఈ రెండు సంచులను తీసుకో, ఒక సంచులో నీ పొరుగువాని తప్పులున్నాయి. దాన్ని వీపుమీద వేసుకో. దాన్ని ఎప్పుడూ విప్పకు, నీవు చూడకూడదు. ఇతరులకు చూపించకూడదు. రెండో సంచులో నీ తప్పులున్నాయి. దాన్ని నీ ఎదుట వేలాడదీసుకొని ఉంచు. దాన్ని పదే పదే విప్పి చూస్తూ ఉండు."

మనుష్యుడు రెండు సంచులను తీసుకొన్నాడు. కాని అతను చెప్పినదానికి వ్యతిరేకంగా చేశాడు. తన తప్పులున్న సంచుని వీపు మీదికి ఎత్తుకొచ్చాడు. దాని మూతిని గట్టిగా బిగించి ఉంచాడు. పొరుగు మనిషి తప్పులున్న సంచుని ఎదురుగుండా వేలాడదీశాడు. అప్పుడప్పుడు దాని మూత విప్పి చూస్తూ, ఇతరులకు కూడా చూపిస్తూ ఉండేవాడు. దీనివల్ల జరిగింది ఏమిటంటే బ్రహ్మదేవుడు ఇచ్చిన వరం తలక్రిందులయింది. అతను చితికిపోసాగడు. అతనికి సుఖశాంతులు లభించకపోగా దుఃఖం, అశాంతి ఎక్కువ కాసాగాయి. లోకులు అతన్ని దూషించసాగారు.

ప్రతి మనిషి తనతప్పులు దిద్దుకోవాలి. అప్పుడే అతను పైకి వస్తాడు. అతనికి సుఖశాంతులు లభిస్తాయి. ప్రజలు అతన్ని మనసారా ప్రశంసిస్తారు.

- అనువాదం: జి. చెన్నకేశవరావు

కుటుంబ సభ్యులతో సహనగుణంతో వ్యవహరించాలి

గాయత్రీ - సావిత్రి - కుండలినీ మహాశక్తి

కుండలినీ గురించిన మీమాంస గాయత్రీ మహాప్రజ్ఞ యొక్క తత్వదర్శన గురించిన చర్చతో ప్రారంభమవుతుంది. గాయత్రీ ఉపాసన అసలు ధర్మధారణ, భావసంవేదనల ప్రయోగం. ఇందులో ఆత్మశోధనకు ప్రాధాన్యత ఇవ్వబడింది. ధ్యాన ధారణతో భక్తి సంచారం కావిస్తూ బ్రహ్మీచేతనను సమీపానికి పిలవడం లేదా దానితో కలసిపోవడం జరుగుతుంది. ఎండిన కట్టెలను మండించడం లేదా మండే మంటలలో ఇంధనం వెయ్యడం ఒకే రకమైన పనులు, తేడా ఏమిటంటే ఆత్మ సమర్పణతో అద్వైతస్థితికి రావడంతో ఆశ్చర్యకరమైన పరిణితి కలుగుతుంది. సమర్పణభావం లేకపోతే స్వార్థ ప్రయోజనాలు నెరవేరవచ్చుగాక, కానీ ఇతరులకు మంచిని పంచగలిగే సామర్థ్యం హస్తగతం కాదు. ఈతగాడు తను ఒక్కడే ఈదగలడు. కానీ నావికుడు వందలాది మందిని నదిని దాటించగలడు.

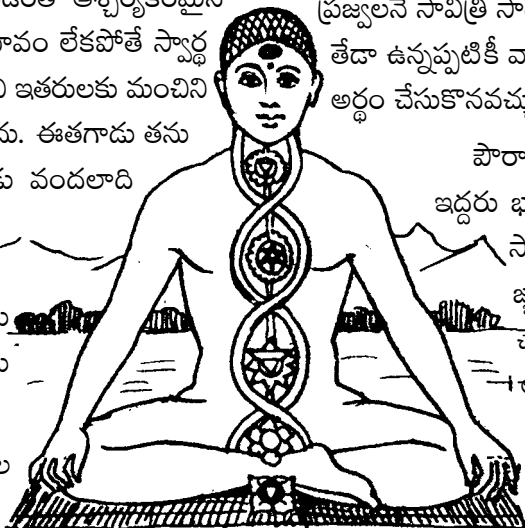
గాయత్రీ యొక్క సకామ, నిష్కామ సాధనలలో ఇదే తేడా. తమ తమ స్థాయిని బట్టి సాధకులకు రెండు విధాలుగా సాఫల్యం లభిస్తుంది.

గాయత్రీ తత్వదర్శనపు లోతుల లోకి వెళ్లే మస్తిష్కంలోని 'జ్ఞానబీజం' తోనే మన సమస్త చేతనత్వం ప్రభావితం అవుతుందని తెలుస్తుంది.

శరీర నిర్వహణ, లోక వ్యవహారములలో దాని భూమిక ప్రధానంగా ఉంటుంది. ఉచ్చస్థరీయ భూమికలో ఈ కేంద్రమే అతీంద్రియ సామర్థ్యముల ఉద్గమ కేంద్రమవుతుంది. చివరలో బ్రహ్మ జీవుల కలయికగా జీవన లక్ష్యాన్ని పూర్తిచేస్తుంది. పరమానంద ప్రక్రియ పూర్తిఅవుతుంది. బ్రహ్మరంధ్రం అంటే బ్రహ్మ సంస్థానము, బ్రహ్మలోకమునే గాయత్రీ యొక్క బ్రాహ్మీశక్తిగా చెప్పబడింది. దాని ప్రభావ క్షేత్రము జ్ఞాన చేతనస్వము. గాయత్రిని బ్రాహ్మణి, బ్రహ్మపత్ని అనే వర్ణన ఆలంకారిక దృష్టికోణంతో చేయబడింది. దాని సామర్థ్యం భౌతికజగత్తులో దుఃఖదారిద్ర్యములను వినాశనం చేసే,

దుష్టులను ఓడించే బ్రహ్మాండ రూపంలో చూడవచ్చు. ఆధ్యాత్మిక క్షేత్రంలో ఆమె స్వరూపం బ్రహ్మ వర్చస్ గా దర్శనమిస్తుంది.

గాయత్రీ తరువాత సావిత్రి సాధన గురించి వస్తుంది. సావిత్రి ఉపాసన గాయత్రీ యొక్క భౌతిక పక్షమే. భౌతిక ప్రయోజనాలకు శక్తి కావాలి. శరీరములో ఉన్న పంచ తత్వములు, పంచ ప్రాణములు ఇంధనమునుకుంటే వాటి ద్వారా లోపల ఉన్న అగ్నిని రగిలించవేయవచ్చు. ఈ అగ్ని ప్రజ్వలనే సావిత్రి సాధన. సావిత్రి, కుండలినీ సాధనలలో తేడా ఉన్నప్పటికీ వాటిని ఒకదానికొకటి సమతుల్యంగా అర్థం చేసుకొనవచ్చు.



పౌరాణిక కథ అనుసరించి బ్రహ్మదేవునికి ఇద్దరు భార్యలు. ఒకటి గాయత్రీ, రెండవది సావిత్రి. ఇది అలంకారిక వర్ణన, ఒకటి జ్ఞానచేతన రెండవది పదార్థ సంపదగా చెప్పుకొనవచ్చు. ఒకటి పరాప్రకృతి అయితే ఇంకొకటి అపరా ప్రకృతి. పరా ప్రకృతి అంతర్గతంగా మనస్సు, బుద్ధి, చిత్తం, అహంకారం, ముతుంభరా ప్రజ్ఞ మొదలైనవి జ్ఞానక్షేత్రంలో వస్తాయి. రెండవ

భార్య సావిత్రి, దానిని అపరా ప్రకృతి, పదార్థ చేతన, జడ ప్రకృతిగా చెప్తారు. పదార్థముల యొక్క సమస్త గుణగణాలు దీనిపైనే ఆధారపడి ఉంటాయి. పరమాణువుల భ్రమణం, రసాయనముల ప్రభావము, విద్యుత్తు, వేడి, ప్రకాశము, ఆకర్షణ, ఈధర్ దీనిలో భాగమే. పదార్థ విజ్ఞానవేత్తలు ఈ సాధనములను ఉపయోగించుకుని అగణిత ఆవిష్కారములు చేశారు. అనేక సౌకర్యాలను తయారు చేశారు, ఈ అపరా ప్రకృతినే సావిత్రి అని అంటారు. సావిత్రి యొక్క అపరా ప్రకృతితోనే ప్రాణులు శరీరాలు నిర్వహించబడుతాయి. ప్రపంచం యొక్క ప్రగతి చక్రం నడుస్తుంది. సత్, రజస్సు, తమస్సు, పంచతత్వములు, పంచ తన్మాత్రలు మొదలైన వాటి

ఇతరులు చేసిన మంచి పనులు గుర్తించాలి

సూత్రసంచాలన ఈ శక్తి నిర్వహిస్తుంది. సిద్ధులు, వరదానములు ఈ శక్తి అనుగ్రహంతోనే లభిస్తాయి. మనిషి శరీరంలో ఆరోగ్యం, దీర్ఘజీవనం, బలం, స్ఫూర్తి, సాహసం, సౌందర్యం మొదలైన లెక్కలేనన్ని విశేషతలు దీనిపైనే ఆధారపడి ఉంటాయి. ఇది సర్వతా వ్యాపించి ఉన్నప్పటికీ పృథ్వియొక్క ధృవకేంద్రములలో ప్రత్యేకంగా ఉంటుంది. శరీరంలోని మూలాధార చక్రం దీనికి విశేషమైన కేంద్రం. సాధనా ప్రయోజనముల కొరకు దీనినే కుండలినీ శక్తి అంటారు. కుండలినీ శక్తి జాగరణతో అన్ని ప్రయోజనాలు పూర్తి అవుతాయి, శక్తి సామర్థ్యములు హస్తగత మవుతాయి. శాస్త్రోక్త ప్రతిపాదనలో దృష్టిసారిస్తే కొన్నిచోట్ల సావిత్రి - కుండలినీ ఒక్కటేనని చెప్పబడితే అక్కడక్కడ వేరువేరుని చెప్పబడ్డాయి. సాధన పద్ధతులు కూడా వేరువేరుగా చెప్పబడ్డాయి. కానీ శరీరం యొక్క సూక్ష్మ సంరచన దాని తంత్రమును జాగృతం చేసే విధివిధానాలు శాశ్వతంగా ఉంటాయి. భేదం అనేది ఆ శక్తిని వినియోగించే ప్రయోజనాల లోనే ఉన్నది.

కుండలినీ యోగంలో క్రియాయోగం ప్రధానంగా ఉంటుంది. నాడీశోధన, త్రినాడి పరమార్జన, పట్కర్మలు, చక్రబేధన మొదలైనవి అన్నీ ప్రయోగములలో ధ్యాన ధారణలతో పాటు శారీరక క్రియాకలాపాలకు ప్రాధాన్యత ఇవ్వబడింది. ప్రాణయామం యొక్క ప్రాణ ప్రయోగముల విచిత్ర క్రమం అనుసరించవలసి ఉంటుంది. బంధములు, ముద్రలు, ఆసనములు మొదలైనవి కుండలినీ జాగరణ ప్రక్రియలో విశేషంగా ఉపయోగించబడతాయి. విశుద్ధమైన సావిత్రి సాధన మస్తిష్కయ క్షేత్ర పరిధిలో ఉంటుంది. సహస్రార కమలం, బ్రహ్మారంధ్రం, పుష్టిలో ఉన్న ద్రవ్యం తన పద్ధతిలో ఉన్నట్టుండి జాగృతమవుతుంది. లోపలి పక్షమును బ్రహ్మారంధ్రం చూసుకుంటుంది, బయట విషయములను ఆజ్ఞాచక్రం - తృతీయ నేత్రం చూసుకుంటుంది. కానీ సావిత్రి, కుండలినీ సమ్మిళిత సాధన చేస్తే రెండు విధానాల ఒక సమ్మిళిత స్వరూపం అవుతుంది. ఫలితం కూడా తదనుసారం మారుతుంది. ప్రస్తుత సాధన రూపం కొంచెం అటువంటిదే. అందువల్లనే క్రమ క్రమ సోపానాలలో గాయత్రి, సావిత్రి, కుండలినీల సిద్ధాంతం, ప్రయోగ పక్షం చర్చ జరుగుతున్నది.

శాస్త్రములలో బ్రహ్మపత్ని రూపంలో ఈ సాధన విధానాలు

వచ్చినప్పుడు, ఆ శబ్దం ఆలంకారిక అర్థంలో ఉపయోగించ బడిందని భావించాలి. చేతనసత్తా యొక్క కుటుంబ పరివారం మనుష్యులవలె కొంచెమే ఉంటుందా? కావాలనుకుంటే, అగ్ని తత్వం యొక్క వేడి, వెలుతురును అగ్ని యొక్క భార్యలుగా చెప్పుకోవచ్చు. ఈ విధంగా చెప్పుకోవడం నచ్చకపోతే పుత్రికలుగా చెప్పుకోవచ్చు. ఈ విధంగా శాస్త్రాలలో కూడా వర్ణించబడినవి. కొన్నిచోట్ల సరస్వతిని బ్రహ్మపత్నిగా, కొన్నిచోట్ల పుత్రికగా వర్ణించారు. వీటిని స్థూలమైన లోకాచార భాషలో కాక ఆలంకారిక వర్ణనగా అర్థం చేసుకోవాలి, ఉపమానంగా భావించాలి. ఆత్మశక్తి గాయత్రి, వస్తుశక్తి సావిత్రి. ఆత్మచేతన యొక్క ఊర్ధ్వగమనం, వ్యక్తిత్వ వికాసం, శ్రేష్ఠమైన పనులలో నిమగ్నం కావడం, ఉన్నతమైన ఆలోచనలు, జీవన్ముక్తి, గాయత్రీ సాధన ఫలశృతులు. కుండలినీ జాగరణ శరీరగత ప్రాణ ఊర్ధ్వ ప్రసూప్తి-వివృత్తిల నివారణల క్రమం సావిత్రి సాధనలో అంతర్గతంగా వస్తుంది. విద్యుత్తుకు ఋణ, ధన ధారలు ఉంటాయి. రెండూ కలిసినప్పుడే శక్తి ప్రవాహం ఏర్పడుతుంది. గాయత్రి, సావిత్రిల సమన్వయంతోనే సాధన యొక్క సమగ్రమైన ఆవశ్యకత పూర్తవుతుంది. ఆధ్యాత్మిక లాభం పొందటానికి ఎల్లప్పుడు గాయత్రీ సాధన యొక్క అవలంబనాన్ని (ఆధారం) తీసుకుని మొదలుపెట్టాలి. ఇదే కుండలినీ సాధన యొక్క ప్రారంభిక స్వరూపం. ఇది స్పష్టంగా లేకపోతే ఈ దిశలో చేసే ప్రయాసలు నిరర్థకం అవుతాయి.

ఆధ్యాత్మిక క్షేత్రంలో జ్ఞానభాగాన్ని దక్షిణ మార్గం అని అంటారు. దానిని నిగమ-రాజయోగం, వేదమార్గమని కూడా చెప్పబడింది. రెండవ క్రియాభాగం వామ మార్గం, ఆగమ తంత్రం, హఠయోగం మొదలైన రూపములలో వివరించారు. రెండింటి భిన్నత, ప్రతికూలత హానికారకమవుతాయి. దీనివల్ల కలహము, వినాశనం జరుగుతాయి. దేవాసుర సంగ్రామముల కథలు చదివినప్పుడు ఎవరికి ఆనందం కలుగదు. ఆ వర్ణనలు చదువుతుంటే దుఃఖం ఉప్పొంగుతుంది. దేవతలు, రాక్షసులు కలసి సముద్ర మంధనం చేసినప్పుడు ఆ క్షేత్రంలో పడి ఉన్న గొప్ప సంపద లభించింది. సముద్ర మంధన ఫలస్వరూపంగా లభించిన 14 బహుమూల్య రత్నాల కథ సర్వ విదితమే. గాయత్రి సావిత్రిల సమన్వయం దేవాసుర సహయోగ స్థాయిగా చెప్పవచ్చు.

మంచి పనులు చేసిన వారిని అభినందించాలి

శివపార్వతుల వివాహంతో ఇద్దరి ఒంటరితనం దూరం అయింది. వారి సంయోగంతో ఇద్దరు పుత్రులు జన్మించారు. ఒకరు సిద్ధి దాయకుడైన గణేష్, రెండవవాడు అసురనికందనుడు కార్తికేయుడు. ఒకరి వలన ధర్మస్థాపన జరిగితే ఇంకొకరి వలన అధర్మ వినాశనం జరిగింది. గణేషుని వరదానం 'ప్రజ్ఞ', కార్తికేయుని వరదానం 'శక్తి'. కార్తికేయునికి ఆరు ముఖములు ఉన్నాయి. వీటినే షట్పక్రాలు అని అంటారు. ఈ స్కంధుని అవతరణని కుండలినీ మహాశక్తితో సంబంధం ఉన్న షట్పక్ర సమూహం, వాటి ప్రభావముల వర్ణనగా అర్థం చేసుకోవాలి.

జననేంద్రియ మూలంలో ఉన్న ఆధారఅగ్ని పేరే కుండలినీ. శివరూపమైన సహస్రారం జాగృతం-ప్రపుల్లితం కావడం వలన జారిపడ్డ పరాగ మకరందాన్ని శివుని రేతస్సుగా చెప్పాలి. కుండలినీ ఆధారఅగ్ని దానిని గ్రహించింది. ఆరు కృత్తికలు దానిని పరిపక్వం చేశాయి. ఈ ఆరు కృత్తికలు ఆరు చక్రములే. ఆరు కృత్తికలచే పరిపోషించబడ్డ ఆరు ముఖముల కార్తికేయుడు అలంకారిక రూపంలో షట్పక్ర ప్రభావమేనని తెలుసుకోవాలి.

షట్పక్రాలు ఏమిటి? ఎక్కడ ఉన్నాయి? ఎందుకు ఉన్నాయి? ఏ స్థితిలో ఉన్నాయి? వాటి ప్రయోజనం ఏమిటి? ఈ విషయాల గురించి ఇక్కడ పెద్దగా చర్చించబడటం లేదు. వీటి ప్రయోగములు-ఉపయోగములు స్వరూపం, విజ్ఞాన సమ్మత వివేచన తరువాత ఇవ్వవలసి ఉన్నది. భౌతిక మాధ్యమం ద్వారా ఆత్మ యొక్క ప్రయోజనముల కొరకు ఉచ్చస్తరీయమైన లాభముల కొరకు, ఎవరైతే శక్తి యొక్క పూజ చేస్తారో, ఎవరైతే శక్తి యొక్క మహత్వం అధికమని ఆలోచిస్తారో వారి కోసమే ఈ కుండలినీ గురించిన చర్చ జరుగుతున్నది. దేవాసుర సంగ్రామంలో అనురులు సంపాదించుకున్న శక్తిని నికృష్ట ప్రయోజనములలో పోగొట్టు కున్నారు. విష్ణు భగవానుని ఉచ్చస్తరీయ ఆత్మశక్తి ప్రయోగం వారిని అణచివేసింది. దేవత్వంతోపాటు శక్తిసాధన జోడించి నప్పుడు అప్పుడే అది ఫలిస్తుంది. అలాంటి ఫలితం శాశ్వతంగా ఉంటుంది, సాధారణ జనులకు అది ఎప్పుడు హితకారియే.

శుక్రాచార్యుడు కుండలినీ విద్యలో నిష్ణాతుడు. అతను తన శిష్యులను, అసురులకు దీని మార్గదర్శనం, ప్రశిక్షణ ఇచ్చాడు. బృహస్పతి దేవతల గురువు. ఆయన యోగులకు, తపస్సులకు, బ్రహ్మవేత్త శ్రేయార్థులకు గాయత్రీ మంత్ర

ప్రారంభించిన సోపానంపై నడిపించి సుసంపన్నులను చేశారు. దేవోపమనంగా చేశారు. ఆయన కూడా కుండలినీ సాధనల ప్రయోగముల శిక్షణ ఇచ్చారు. అది శ్రేష్ఠతల సంపర్ధనం కొరకే, పరహితార్థం కొరకే ఉపయోగపడ్డది. ఏ ఆత్మవేత్తల ముందు భౌతిక సమస్యలు ఉన్నాయో వారికి ప్రారంభిక శిక్షణ తరువాత సావిత్రి సాధనను అవలంబన తీసుకోవాలని చెప్పారు. దధీచి, భగీరథుడు, లోమశఋషి, శృంగి, విశ్వామిత్రుడు మొదలైన వారు సావిత్రి సాధనతోనే భౌతిక పురుషార్థములు సాధించారు. వారు చేసిన సాధనలు పరమార్థ ప్రయోజనం కొరకే. కానీ సాధన మార్గం, ఉపక్రమం, విధి విధానం తదను సారంగా మార్పు చేయబడినాయి. అర్జునుడు, హనుమంతుడు వంటివారు ప్రాపంచిక గడబిడలను శమింప చేయవలసి వచ్చింది. వారు కూడా ఆధ్యాత్మిక విజ్ఞానానికి అంతర్గతంగా భౌతిక శాస్త్రమైన సావిత్రి, కుండలినీ సాధనను చేయవలసి వచ్చింది. మా సాధన కూడా ఈ ఉద్దేశ్యముల కొరకే ఉపయోగించాము, సరియైన మార్గంలో వెళ్ళడం వలన ప్రతిఫలం కూడా అలాగే లభించింది.

సావిత్రి సాధన, కుండలినీ జాగరణల సమన్వయ ప్రయోగం జరిగినప్పుడు చమత్కార పరిణామములు లభిస్తాయి. విద్యుచ్ఛక్తి కొన్ని సెకండ్లలో తన పని చేసి చూపిస్తుంది. విద్యుత్తు శవదహన గృహములలో (electric crematorium) ఈ పని తేలికగా జరిగిపోతుంది. మామూలు అగ్నిపై అన్నం, పప్పు వండాలంటే కూడా ఆలస్యం అవుతుంది. ఆధ్యాత్మిక దివ్యత్వము ఆలస్యం కాకుండా సుపాత్ర సాధకులు తమ లక్ష్యాన్ని త్వరగా సాధించుకుంటారు. వారికి ఈ విధానం శ్రేయస్కరము. విశుద్ధ కుండలినీ సాధన తంత్ర మార్గం - వామ మార్గం అంతర్గతంగా వస్తుంది. కానీ గాయత్రి, సావిత్రి, కుండలినీ సమన్వయం అయినప్పుడు యోగమార్గం దక్షిణమార్గ ప్రధానంగా అవుతుంది.

వసుధ సంకటాలలో పడినప్పుడు భగవంతుడు వరాహ, నృసింహ, పరశురామ మొదలైన రూపాలను ధరించవలసి వచ్చింది. శివునికి భోలాశంకరుడని చెప్పారు కాని ఆయన కూడా దక్ష ప్రజాపతిపై కోపం వచ్చినప్పుడు వీరభద్రుని ఉత్పన్నం చేసి దక్షుని అహంకారాన్ని సర్వనాశనం చేశాడు. ఆపత్సమయంలో అవసరాన్ని బట్టి శమనం, మర్దనాల ప్రయోగం జరుగుతుంది.

మన ప్రవర్తనే ఆనందానికి నిలయం

అవతార శక్తులు, ఉచ్చస్థరీయ ఆత్మలు పరిస్థితులను చూసి ఇతరుల చేత ఈ కార్యం చేయిస్తారు. ఎందుకంటే తమ శక్తి క్షీణించకూడదనే ఉద్దేశ్యంతోనే. విశ్వామిత్రుడు తన యజ్ఞాన్ని తనే స్వయంగా రక్షించుకోగలడు. కాని క్రోధం వలన వర్చస్సు కోల్పోతాడు. అందువలన తాటకి, సుభాహు, మరీచుడు వంటి వారిని వధించడానికి రామలక్ష్మణులవంటి క్షత్రియ బాలకులనే ముందు పంక్తిలో ఉంచాడు. బల-అతిబల విద్యలను నేర్పి వారి చేత రక్షణ పని చేయించాడు. సమర్థ రామదాసు శివాజీ చేత, చాణుక్యుడు చంద్రగుప్తుని చేత చేయించిన కార్యములు వారు స్వయముగా చేసుకోగలిగినవే. బ్రహ్మతేజం చాలా విలువైనది. కాబట్టి గొప్ప గొప్ప ప్రయోజనముల కొరకు సురక్షితంగా ఉంచుకోవాలి. ఇతరులకు చంపడానికి బ్రహ్మ తేజస్సును అపవ్యయం చేయరాదు. ఈ విధంగా సావిత్రి, కుండలినీ సమన్వయ సాధన తమ యొక్క ఇతరుల యొక్క సామాన్యస్థాయి సంకటములను నివారించ వచ్చు, వైభవ సామర్థ్యాలను పెంపొందించుకోవచ్చు.

ఒక వ్యక్తి తన సాధనతో ఆర్జించుకున్న సామర్థ్యంతో అనేకులకు సహాయం చెయ్యవచ్చు, వాతావరణమును మార్చవచ్చు. పరివారాన్నంటిని మంథనం చేసి సమగ్రంగా పరివర్తన చేయవచ్చు. ఇది సత్యము, అన్యదానములవలె శక్తిదానం కూడా చేయవచ్చు. ఆత్మశక్తిపరులు ఎవరైనా సమర్థుల నుంచి శక్తి అనుదానమును అడిగి, దానిని ఉచిత కార్యములలో ఖర్చు చేయవచ్చు. బ్యాంకులలో అప్పు తీసుకున్నట్లు శక్తిని పొందవచ్చు. ఎలాగైతే ధనికులు తమ సంపదలో ఒక అంశాన్ని దానం చేస్తారో, అలాగే యోగులు సామూహిక కష్టములు సంభవించినప్పుడు, విశ్వసనుధ కొరకు తాము సంపాదించు కున్న శక్తిని సత్పాత్రులకు దానం ఇస్తారు. కుటుంబంలో సంపాదించేవారు ఒకరు ఉండవచ్చు. ఇంట్లో వారందరు వారి వారి అవసరాలను బట్టి సంపాదించవలసిన అవసరం లేదు, ఉన్న దానిని అందరూ ఉపయోగించుకుంటారు.

కుండలినీ జాగరణ అతి కఠినమైన విద్య. ఇది విద్యుచ్ఛక్తితో ఆటలాడటం వంటిది. ప్రమాదంతో కూడినది. కుండలినీ జాగరణ ప్రయోగంలో మార్గదర్శకుల లేమి వలన, పాత్రత లేమి వలన అనేక వ్యక్తులు పిచ్చివారు అవడం చూసాము. కొందరికి పక్షపాతం వచ్చిన వారున్నారు. కారు డ్రైవింగ్ గురించిన పుస్తకం చదివి కారు నడిపితే దాని పరిణామం

ప్రమాదకరం అవుతుంది. కారు నడపటం నేర్చుకున్నవాడు కారును చక్కగా నడపగలుగుతాడు, యాత్రికులను అభీష్ట స్థానం వరకు చేరుస్తాడు. కుండలినీ జాగరణ మహాత్యం, రిద్దిసిద్దుల ప్రాప్తి మొదలైనవి తెలుసుకోవచ్చు, విని అర్థం చేసుకోవచ్చు. కానీ మార్గదర్శకుని సహాయం లేకుండా తమంతట తామే ఏదో సాధనలు చేయకూడదు. ఇలాంటి వాటిలో ముందుకి దూకి, ముందు వరసలో నిలబడగలగడం సాహసం కూడిన పని, కానీ ప్రమాదం కూడా తక్కువేమి కాదు.

కుండలినీ విద్యపై ఆకర్షణ తక్కువేమి కాదు. అందువలన గాయత్రి, సావిత్రి, కుండలినీ సమన్వయం గురించిన చర్చ చాలా జాగ్రత్తగా చేయాలి. రహస్యమయ విజ్ఞానం కావడం వలన దానిపై పరదా వేయడం జరిగింది. కుండలినీ విజ్ఞానం యొక్క సిద్ధాంతము, స్వరూపం, వ్యవహారం తెలుసుకోవడం ఉచితమైనదే, అవసరమైనదే. ఇది లేకపోతే సూత్ర సంకేతములు ఎక్కడయినా లభ్యమయితే వ్యక్తి దానిని తనకు తాను అర్థం చేసుకోవడానికి ప్రయత్నించవచ్చు. ఏమి తెలియకపోయినా ఇలాంటి అన్వేషణ కష్టసాధ్యం, సమయసాధ్యం. విజ్ఞానం యొక్క మహాత్వపూర్ణ ధారలను తెలుసుకోవడానికి హద్దులు ఏమి లేవు. ప్రయోగం చేయడానికి మాత్రం హద్దులు ఉన్నాయి. శబ్దబేధి బాణమును సవ్యంగా ప్రయోగించకపోతే అది ప్రయోగించిన వానిపైకే వస్తుంది, ఆత్మఘాతకమవుతుంది.

కుండలినీ విద్యను సాధారణ పూజగా, ఒక ఆటగా భావించరాదు. ఈ విద్యను నేర్చుకొనుటకు పాత్రత అనివార్యము. తగిన పృష్ఠభూమిని తయారు చేసుకోవాలి. ప్రయోగము ప్రారంభించే ముందు నిష్ఠాతుల చేతులలోనే ఉండాలి.

- అఖండజ్యోతి, జనవరి 1987

భగవంతుడు సర్వవ్యాపి

ఎక్కడ చూసిన భగవంతుడు కనిపిస్తాడు. ముందు కనిపిస్తాడు, వెనుక కనిపిస్తాడు. బాడీగార్డులాగా, పైలట్ లాగా నిన్ను వెన్నంటే ఉంటాడు. ఆయన నీ ప్రక్కన ఉన్నప్పుడు నిర్భయానికి, నిశ్చింతతకు లోబేముంటుంది?

- అఖండజ్యోతి, జూన్ 1993
అనువాదం: అరుణా సీతారాం

ఇంటికి వచ్చిన అతిథులతో మర్యాద పూర్వకంగా వ్యవహరించాలి

శక్తి సాధన ఎలా ఫలిస్తుంది?

ఆశ్వయుజ నవరాత్రుల్లో ఎన్నో నిగూఢమైన రహస్యాలు దాగి ఉన్నాయి. సంఘటిత శక్తికి ప్రతీక అయిన మహాశక్తి దుర్గ, గాయత్రీ ఉపాసనలు చేసి సాధకుడు ఈ రహస్యాలకు తెరతీస్తుంటాడు. సాధకునిపై తల్లి యొక్క అనంత కృప వర్షించినప్పుడు ఈ రహస్యాలన్నీ బహిర్గతమవుతాయి. అప్పటి వరకు మునుపటిలాగానే అంతా కొనసాగుతుంది. ఆ మాత్రు శక్తికి సంపూర్ణంగా సమర్పించుకున్న సాధకునిపైన మాత్రమే తల్లి కృప వర్షిస్తుంది. సముద్రంలో నీటి బిందువులవలే ఆ తల్లితో తాదాత్మ్యం చెందాలి, అంతా కలిసి ఒకటైపోయాక అద్వైతం తగ్గిపోతుంది, తరువాత అసలు అద్వైతమే మిగలదు, అన్నీ శక్తిమయమవుతాయి.

ఆశ్వయుజ నవరాత్రులు శక్తి సాధనకు తగ్గ గొప్ప పర్వదినాలు. ఈసారి అక్టోబరు 5 (పాడ్యమి) మొదలుకుని 13 (నవమి) వరకు నవరాత్రులు జరుపుకుంటాం. ప్రతి సంవత్సరంలాగానే ఈ నవరాత్రుల కాలంలో కూడా అనుష్ఠానం కొనసాగాలి. కాని గుర్తుంచుకోండి, ప్రతిసారిలాగా ఈ నవరాత్రులు కూడా సావకాశంగా వచ్చి, సాధారణంగా వెళ్ళిపోకూడదు, మన మనస్సును తాకకుండా ఊరికే గడిచిపోకూడదు. ఆశ్వయుజ మాస ప్రాముఖ్యత గురించి పురాణాల్లో చాలాచోట్ల చెప్పారు. ఈ నవరాత్రుల వల్ల దాని ప్రాధాన్యత అనేకరెట్లు పెరుగుతుంది. మన జీవితాల్లో ఈ ప్రాముఖ్యత అవతరించి, సాధన సరైన పద్ధతిలో ఆచరిస్తేనే, జీవితంలో సాధన యొక్క సాఫల్యం ప్రతిబింబిస్తుంది.

అందరు చేసే విధంగానే మేము చేయాలా? లేక వేరే

ప్రత్యేకమైన పద్ధతిని అవలంబించాలా? ఈ తథ్యానికి రహస్య కరమైన, విస్తృతమైన వివరణను ఆశిస్తుంటాం. సాధకుని వర్తమాన జీవితాన్ని, అతని సంస్కారాలను దృష్టిలో పెట్టుకుని గురువు ఒక సాధనా మార్గాన్ని సూచిస్తాడు, అతను ఆ మార్గంలో ప్రయాణించడానికి సంపూర్ణంగా కృషి చేస్తాడు. అతని శక్తినంతటినీ ఒడ్డి ముందుకు సాగుతాడు; ఎందుకంటే అతనికి గురువు పట్ల అపారమైన శ్రద్ధ, అంతులేని భక్తి ఉంటాయి. వాటి ఆధారంగా అన్ని రకాల కష్టాలను, రాబోయే విపత్తులను ధైర్యంగా ఎదుర్కొని ముందుకు సాగుతాడు. నవయుగ నిర్మాణ యోజనకు నూత్రాలను అందించిన పరమమాజ్య గురుదేవుల పట్ల కూడా ఇటువంటి నమ్మకం, నిష్ఠ, శ్రద్ధ ఎంతో అవసరం. గాయత్రీ పరివారంలోని నిష్ఠావంతులైన సాధకులందరిలో ఈ భావన మళ్ళీ ప్రాణం పోసుకుంటే ఈ ఆశ్వయుజ నవరాత్రులు అద్భుతమైన, ఆశ్చర్యకర పరిణామాన్ని, ప్రభావాన్ని చూపుతాయి; ఎందుకంటే ప్రస్తుతం మహాసంక్రమణ కాలం కొనసాగుతోంది. ఇలాంటి సమయంలో సాధకులందరు ఇటువంటి సాధన చేయడం చాలా అవసరం.

కాలాన్ని బట్టి సాధన మార్పు చెందుతుంది, ఋషులు నిరంతరం ప్రయోగాలు చేస్తూ ఈ మార్పును కనుగొంటారు. సాధకులు ఈ మార్పులతో కూడిన సాధనను అభ్యసిస్తుంటారు. కానీ కొన్ని సాధనలు కాలానికి అతీతమైనవి. అన్ని కాలాలోను ఒకే విధంగా, లేదా కొద్దిపాటి మార్పులతో అవి అభ్యసించ బడతాయి. వాటిలో ప్రముఖమైనవి గాయత్రీ మంత్రం, మహామృత్యుంజయ మంత్రం, నవార్ణ మంత్రం మొదలైనవి.

ఇతరులకు మర్యాద ఇస్తే పోయేదేది ఉండదు

యుగముషి పండిత శ్రీరామశర్మ ఆచార్య గురుదేవులు కీలితమైన గాయత్రీ మంత్రాన్ని అందరికీ అందుబాటులోకి తెచ్చారు. గాయత్రీ సాధనను సర్వసులభంగా, సర్వజనీనం చేసారు. ఈ యుగానికే గొప్ప వైజ్ఞానికుడైన ఐన్‌స్టీన్ $E=mc^2$ అనే సూత్రాన్ని కనిపెట్టడం ఎంత గొప్ప సంఘటనో, ఇదీ అంత గొప్ప సంఘటన. అయినా దీని ప్రాముఖ్యత మహాత్ములైన ఋషులు మాత్రమే అర్థం చేసుకోగలరు. గాయత్రీ సాధనతో మనిషి జన్మ జన్మాంతరాల సంస్కారాల నుండి విముక్తి పొందగలడు, ఇది తిరుగులేని తథ్యం. ఇక నవరాత్రుల్లో గాయత్రీ అనుష్ఠానం మరింత ప్రాధాన్యత సంతరించుకుంటుంది.

సాధకుని జీవితంలోని ప్రగాఢ అంధకారాన్ని గాయత్రీమాత తొలగించి, బంగారు వెలుగు కిరణాలతో నింపుతుంది. సామూహిక గాయత్రీ సాధనతో వాతావరణంలో మార్పు సంభవమవుతుంది. సాధకుడు ఉన్నాడు, సాధనా మార్గం తెలుసు, సాధన పట్ల అంతులేని ఆసక్తి కూడా ఉంది. అయినప్పటికీ సాధన వల్ల జీవితంలో కోరుకున్న మార్పులు కనపడకపోతే అది బాధాకరమైన విషయమే. వ్యక్తిత్వంలో మార్పు అసలు ఎందుకు కనబడటం లేదు? రామనామాన్ని తిరగేసి జపిస్తే రత్నాకరుడు వాల్మీకి మహర్షిగా మారగలిగి నప్పుడు, మహిమాన్వితమైన గాయత్రీ సాధన చేస్తే ఆ మాత్రం వ్యక్తిత్వంలో మార్పు రాదా! సాధన చేసాక కూడా మనిషి వ్యక్తిత్వం ఇదివరకటిలాగా మోటుగా, అపరిపక్వంగానే ఉన్నది అంటే ఆలోచించదగ్గ విషయమే. ఎక్కడో ఏదో చిల్లుపడి, నింపినదంతా కారిపోయేటట్లు చేస్తోంది. బహుశా ఈ బలహీనత సాధకుని సంయమనంలోని లోటు కావచ్చు.

నవరాత్రులు శక్తి సాధనకు సంబంధించిన పర్వదినాలు. అప్పుడు చేసిన అనుష్ఠానంతో శక్తి ఉప్పొంగి పొర్లుతూ సాధకుని మనస్సులోకి వర్షిస్తుంది. సాధకుడు నిస్సందేహంగా ఈ శక్తిని సేకరిస్తాడు. కాని సంయమనం లోపించడం వల్ల వరదల్లో లాగా ఈ శక్తి కొట్టుకుపోతుంది. వేగంగా ప్రవహించే వరద దారిలోని వాటన్నిటినీ తనతో పాటు కొట్టుకుపోతుంది. శక్తి లభిస్తుంది. కాని సాధకునిలోని లెక్కలేనన్ని కోరికలు, వాసనలు, ఆశలు, ఆశయాలు అన్నీ కలిసి శక్తిని ఎండగడతాయి. అదేమి దుర్భాగ్యమో! సంతరించుకున్న పుణ్యాన్నంతటినీ ఇలా పనికిరాకుండా ఖర్చు పెట్టడం సరదాగా అనిపిస్తుంది. సాధన

వల్ల కాస్త పుణ్యం సంతరించుకుందో లేదో, కోరికల వలయం చుట్టుముడుతుంది. నవరాత్రుల అనుష్ఠానం అవుతూనే వచ్చే లాభాలను చూసి ఆశ్చర్యపోతూంటాం, వచ్చే నవరాత్రుల్లో అంతకంటే గొప్పదేదో లభిస్తుందని ఆశిస్తుంటాం. శక్తి లభిస్తే దానివలన లాభాలు ఉంటాయి, కాని ఆ లాభాలన్నీ చిచ్చుబుద్ధుల లాగా రెండు క్షణాలు వెలుగులు విరజల్లి చల్లారిపోతాయి. దానివలన వ్యక్తిత్వంలో ఎలాంటి మార్పు రాదు. ఇదివరకు ఎలా ఉన్నామో, అలాగే ఉండిపోతాం. తరువాత మనం అనుష్ఠానాన్ని, మంత్రాలను, వాటికి సంబంధించిన వాటినీ తిట్టుకుంటుంటాం.

అసలు ఈ అనుష్ఠానం ఎందుకు చేస్తున్నాం అనే విషయాన్ని గుర్తుపెట్టుకోవాలి. ఏ ఉద్దేశంతో సాధన చేస్తున్నాం? మన లక్ష్యం, ఆశయం ఇప్పుడు చెప్పుకున్న విధానంలో ఉంటే మాత్రం, సాధన చేసి వస్తువులను సమకూర్చుకోగలం కాని వ్యక్తిత్వంలో మార్పును మాత్రం ఆశించలేం. సాధనతో జీవితంలో మార్పు తెచ్చుకోవడమే మన ఉద్దేశమైతే నవరాత్రుల వంటి అనేక అనుష్ఠానాలు విధి విధానాలతో పూర్తి చేస్తూనే ఉండాలి, వాటికి బదులుగా దేన్నీ కోరుకోకూడదు. కోరికలు, వాసనలు సంతరించుకున్న శక్తినింతటినీ హరిస్తాయి. సంయమనం శక్తి భాండాగారాన్ని వృద్ధి చేస్తుంది. కాబట్టి ఈ ఆశ్చర్యమైన నవరాత్రులలో మనం ఇటువంటి సాధన చేయాలి. అనుష్ఠానం యొక్క విధానాన్ని గాయత్రీ మహావిజ్ఞానం చదివి తెలుసుకోవచ్చు.

‘మేము మారుతాం, యుగం మారుతుంది’ అనే సూత్రాన్ని జీవితాల్లో అవలంబించుకుంటామనే సంకల్పంతో అనుష్ఠానం చేయండి. మన వ్యక్తిత్వంలో రావలసిన మార్పుకు తగినంతే కాక, వాతావరణంలోని ఆసురీశక్తులు కూడా బలహీన పడేంతటి శక్తిని అనుష్ఠానం నుండి సంతరించుకోవాలి. మనం సమాజంలో ఒక భాగం. కాబట్టి మన సాధన, మనతో పాటు సమాజం యొక్క అభివృద్ధి, ఉద్ధరణలకు కూడా ఉపయోగ పడాలి. ఈ మహాసంక్రమణ కాలం నుండి విమోచనం కలగాలంటే శ్రద్ధా-నిష్ఠలతో నవరాత్రుల అనుష్ఠానం కొనసాగించాలి.

- అఖండజ్యోతి, సెప్టెంబరు 2009
అనువాదం: శ్రీ ఎం.వి. ప్రసాద్, జయలక్ష్మి

ఆహారమే మనస్సుగా మారుతుంది

వానప్రస్థం ద్వారా సమాజ నిర్మాణం

తరిగిపోతున్న ఆయువు, మనిషిని వానప్రస్థపరంపర ద్వారా జీవిత చరమాంకమును సర్వశ్రేష్ఠ రీతిలో సదుపయోగపరచు కోమని నొక్కివక్కాణిస్తుంది. వ్యక్తిగతముగా హితకరమైన సాధనా దృష్టితో చూసినప్పుడు ఇది అత్యంత తెలివైన పని అని నిరూపితమవుతుంది. మస్తిష్కము, శరీరములు అలసిపోయినప్పుడు ఆ ఆయువు (జీవితము) అటు భౌతిక ఆకర్షణలలో లగ్నమయ్యేందుకు యోగ్యమైనదిగా ఉండదు, ఇటుప్రక్క గొప్ప గొప్ప మహత్వాకాంక్షలను సాధించేందుకు తగిన పురుషార్థము, పరాక్రమాలను ప్రదర్శించలేదు. అటువంటి దశలో కూడా యౌవనావస్థలో ఎగసిపడే ఆకాంక్ష (కోరిక) లను మనస్సులో పెంచుకుంటే మృత్యువుని దగ్గరికి ఆహ్వానించినట్లే అవుతుంది.

జీవనప్రమాణము తరుగుతున్న వేళలో కాముకతతో ఆటలాడేవారు నిశ్చయముగా నిరర్థకముగానే మరణిస్తారు. రోగములు, అశక్తత అనే లోయలలో బొక్కబోర్లా జారిపడి పోతారు. ముసలితనములో ముడతలు పడిన చర్మం మనిషిని అనాకర్షణీయముగా చేస్తుంది. అలాగే తిండి మీద యావ కొద్దో-గొప్పో ఉన్న జీర్ణక్రియను మరింత మందగింపజేస్తుంది. గృహములో తరువాతి తరమువారు హక్కులను కైవశము చేసుకోవాలనుకుంటారు. వారికి హక్కులు వశము కానప్పుడు ఇంట్లో వేర్పాటుధోరణి పెచ్చరిల్లుతుంది. సలహాలు, సంప్రదింపులు, మార్గదర్శనము, సహయోగము, నియంత్రణల బాధ్యతలను నిభాయిస్తూ కార్యనిర్వహణ భారమును పిల్లలమీద పెట్టినట్లయితే వారికి శిక్షణ లభిస్తుంది, వ్యక్తిగతముగా తన బరువు కూడా కొంత తగ్గుతుంది. అధిక ఆదాయానికి చెందిన లావాదేవీలతో సతమతమవుతుంటే మనస్సు ఒత్తిడికి లోనై రక్తపోటు, అనిద్రవంటి రోగములు చుట్టుముడతాయి.

వయస్సు పైబడుతున్నప్పుడు నవనవోన్మేషమైన ఆనందమును పెంచుకోవటము మంచిదే. తత్ఫలితముగా మనిషి ఆధ్యాత్మిక-పారలౌకిక పద్ధతులను అనుసరిస్తూ జీవితపు ఉత్తరార్థమును నూతనజన్మ ఎత్తినంత మృదుమధురముగా మలచుకొన

వచ్చును. ఏ ప్రయోజనము కొరకు ఈ మానవ జీవితము లభించినదో ఆ పరమలక్ష్యం పూర్వార్థములో కొద్దిగా నెరవేరితే, సింహభాగమంతా ఉత్తరార్థములో ఒనగూడుతుంది. ఉత్తరార్థములో మనస్సు మీద ఒత్తిడి, కుటుంబభారము తగ్గుటచేత మనస్సు ప్రశాంత పడుతుంది. చిత్తచాంచల్యము, అస్థిర-వికల మానసికస్థితి తిరోగమిస్తాయి. మరణసమయం చేరువవుతున్న వేళలో పారమార్థికమైన పుణ్యరాశిని పెంచు కోవాలని, భావిజన్మలో ఉచ్చస్థితిని అందుకోవాలనే ఉత్కంఠ ఎగసిపడుతుంది. లక్ష్యసిద్ధికై కష్టము, అరుచికరము అని అనిపించినప్పటికీ మరింత లోతుగా దివ్యమైనటువంటి జీవన విధానమును అనుసరించాలి.

బ్రహ్మవిద్యకు చెందిన తత్వదర్శనపు జ్ఞానసాధన, యోగాభ్యాసమునకు చెందిన తపోసాధన, లోకమంగళకరమైన సేవాసాధన అనే అమృతమయ దైవీధారలు కలసి త్రివేణీ సంగమ ప్రయోజనమును అందిస్తాయి. తద్వారా ఈ చరమాంకస్థితిలో బాల-కౌమార-యౌవనావస్థలలో పొందే ఆనందముకంటే ఎక్కువ అద్భుత ఆనందము కలుగుతుంది. ఎన్నో విభూతులు ఉపలభింపవుతాయి. సంపదలచేత విభూతుల స్థాయి పెరుగుతుంది, పూర్వార్థములో ఉపార్జించిన దానితో పోలిస్తే ఉత్తరార్థములో పొందినదే ఎక్కువని తేటతెల్లమౌతుంది. కౌమార-యౌవనావస్థల దుడుకుతనము సమసిపోవుటచేత పరమార్థపరాయణతలో ప్రవేశము కలిగించిన ఉత్తరార్థమే గొప్పదన్న అనుభూతి కలుగుతుంది. యౌవనములో పొందలేని ఎన్నో అనుదాన-వరదానములను మోసుకొస్తుంది. వ్యక్తిగతముగా హితమును చేకూర్చే దృష్టితో చూసినప్పుడు వానప్రస్థాశ్రమం అతి మహత్వపూర్ణమైనది.

సామాజిక దృష్టితో పరికించినచో దేశపు, సామాజిక ఉన్నతికి చెందిన సమస్త ఆశలు, అవకాశాలు ఈ బిందువు వద్దనే కేంద్రీకృతమై ఉంటాయని స్పష్టమౌతున్నది. వీటికి చెందిన ప్రణాళికలు లెక్కకు మించి ఉన్నాయి. కానీ ఎందరో ఆలోచనా పరులు రూపొందించిన, రూపొందిస్తున్న ఉత్తమ ప్రణాళికలను

మనస్సులో అలజడులే అనారోగ్యానికి కారణం

అచరణసాధ్యం చేయగలిగే యోగ్యులైన వ్యక్తులు సమకూరుట అన్నదే కష్టమైన పని, అమలుకు నోచుకోని ఆ మంచి ప్రణాళికలన్నీ మెదడులో కదలాడుతూ కాగితాలకే పరిమితమైపోతాయి.

లోకకళ్యాణకార్యం సాధారణజనులకు అప్పగించేంత తేలికైన పనికాదు. దానిని నెరవేర్చుటకు అనుభవజ్ఞుడు, సుయోగ్యుడు, నిజాయితీపరుడు, సమర్థుడు, లక్ష్యసిద్ధిగలవాడు, ప్రతిభావంతుడైన కార్యకర్త అవసరము. అయితే సంస్థలోను, ప్రభుత్వ వ్యవస్థలలోను కూడా పేరు ప్రఖ్యాతలకు కావాలనుకునే వారు తప్ప, యోగ్యులు కనుపించడం లేదు. జనసహయోగము లేకుండా ప్రణాళిక విజయవంతమవ్వదు. జనులు ఎవరిపట్ల శ్రద్ధను కనబరుస్తారో, వారే ఈ కార్యమును సాధించగలరు. అనుభవము లేని పాతికేళ్ళ యువకుడు ఈ మహాకార్య భారమును నిభాయించుట కఠినతరము. అంతేకాక గర్వము-పొగరు-మిడిసిపాటు-ఆడంబరము-సంబంధ బాంధవ్యముల జంజాటములున్నప్పుడు భారతదేశములోని వెనుకబడిన ప్రాంత జనులను ప్రభావితము చేసి ఏకత్రాటి పైకి తెచ్చుట అసాధ్యము. యోగ్యులు లేనప్పుడు జనసంపర్కము జరుగదు, సహయోగము లభించదు. ఇట్టి స్థితిలో ప్రభుత్వము ఎన్ని గొప్ప ప్రణాళికలు రూపొందించినా వాటితో ఏ మహా ప్రయోజనము నెరవేరకపోగా ప్రగతిచక్రము ఆగిపోతుంది.

లోకకళ్యాణ నిమిత్తము నిర్మించబడ్డ సంస్థల స్థితి మరింత దయనీయముగా ఉంది. కీర్తిని గడించుటకు కొద్దిపాటి ప్రచారమునైనా చేయుట అన్నది ఒక పద్ధతిగా మారింది. రకరకాల ఆడంబరాలతో కూడిన సభలు, సమావేశాలు మొదలైనవి ఈరోజులలో మంచి ఆదరణ పొందుతున్నాయి. స్వార్థ ప్రయోజనాల కోసము పదవులకై పాకులాడుతూ, చాటుగా కుతంత్రాలు పన్నే మనుష్యులు, సార్వజనికమైన సంస్థలు నిత్యము పుడుతూగిడుతూనే ఉన్నాయి. వాటి లక్ష్యములు కాగితముతో చేసిన రావణుని కాయమువలె విశాలముగా ఉన్నప్పటికీ, లోలోపల అవన్నీ డొల్లలే! ఆడంబరములు పర్వతమును చుంబిస్తున్నా, కార్యాచరణ శూన్యంగా కనపడుతున్నది. వాస్తవాన్ని ఆడంబరము కాలరాచి వేస్తున్న కారణముగా విభిన్న ప్రగతి-ప్రయోజనములు చేపట్టి నిర్మించబడిన, నిర్మించబడుతున్న లెక్కలేనన్ని సంస్థలు, నేతలు, లోకసేవకులు ఉన్నప్పటికీ ఉన్నతి వైపుగా ఒక్క అడుగుకూడా

వేయడము లేదు. సద్భావనాసంపన్నులు, సుయోగ్యులు, కర్మనిష్ఠులైన కార్యకర్తల లోబే ఈ దౌర్భాగ్యపూర్ణమైన స్థితికి కారణము. ఇట్టి స్థితిలో జనశక్తి ప్రచోదన, లోకమంగళ ప్రయోజనము చేకూరుట అన్నది అసంభవము.

మానవుల మనోస్థితికూడా విచిత్రముగా తయారయింది. వక్తల, నేతల యొక్క మాటల, చేతలలో భూమ్యాకాశముల వ్యత్యాసము గోచరించుట చూస్తే విజ్ఞప్తులు, ఉపన్యాసముల ప్రభావము నశించిపోయిందనిపిస్తుంది. కేవలము మనో రంజనము కోసము జనులు ఉపన్యాసములకు వెళ్తున్నారు తప్ప, త్యాగము-సంస్కరణలవంటి కష్టసాధ్యమైన విషయములను చేపట్టటం అన్నమాట అటుంచి వినటానికి సైతము ఎవ్వరూ సిద్ధముగా లేరు. జనుల అశ్రద్ధయేకాక, లోకసేవకుల మనస్సులలో చోటుచేసుకున్న చెడువలన ఆదర్శములనుండి కూడా అందరూ వంచితలవుతున్నారు.

ఉజ్జ్వలమైన నడవడిక, సుసంస్కృతమైన వ్యవహారధోరణితో నిస్వార్థముగా లోకసేవలో రాత్రింబవళ్ళు నిమగ్నులైన వ్యక్తులు ముందువరుసలో నిలబడి నేడు ఉన్న లోటుపాట్లను పూరించ గలరు. నేతృత్వము వహించగల అటువంటి నేతలను వానప్రస్థా శ్రమమే ఉత్పన్నము చేసింది, ఇకముందుకూడా చేస్తుంది. వానప్రస్థపరంపర కొనసాగినచో మంగళమయ లోకవేదికల మీద నిలబడి ఒకరిని మించిన మరొక సుయోగ్యమైన, భావనా శీలురైన లోకసేవకులు విభిన్నమైన సత్రవృత్తులను వ్యాపింప జేయుటలో సంలగ్నమై కనబడుతారు. అవాంఛనీయతను తృణీకరిస్తూ సాహసవంతులైన శూరవీరుల భూమికను నిభాయించే స్వయంసేవకులు లెక్కమిక్కిలిగా లభ్యమవుతారు. రచనాత్మకమైన సత్రవృత్తుల వృద్ధి వీరివల్లనే సాధ్యపడుతుంది. లోకహితార్థము సుశిక్షితులైన స్వయంసేవకులు చేపట్టిన కార్యక్రమము జనులకు అంతులేని అనుదానాలను విజయ వంతముగా అందిస్తుంది. ఇట్టి ప్రజ్ఞావంతులు నవ నిర్మాణమును పురోగమింపజేస్తూ దేశమును ఉన్నతికి చేరుస్తారు.

విద్య సంస్కృతి వంటి ఉన్నతస్థాయికి చెందిన రంగములు జనుల సహయోగముతోనే వృద్ధిచెందుతాయి. కేవలము జనశక్తి మాత్రమే బౌద్ధిక, నైతిక, సామాజిక రంగాలలో ఆకాశము నంటిన వికృతులకు విరుద్ధముగా తలపడి, వాటిని నిర్మూలించి విజయమును సాధించగలదు. వెయ్యి సంవత్సరాల

జగత్తులో చైతన్యాన్ని నింపే ప్రత్యక్షదైవం సూర్యభగవానుడు

బానిసత్వ కారణముగా ఆర్థిక, రాజనైతిక సమస్యలెన్నో మన ముందున్నాయి. సామాజిక దురాచారములే సమస్త సంకటములకు మూలకారణము. అవన్నీ దేశ ఆర్థికవ్యవస్థ వెన్నెముకను విరిచేస్తున్నాయి.

నేడు దేశమంతటా అధికశాతములో ఉన్న అశిక్షితులను, వెనుకబడినవారిని ఎలా ఉన్నతికి చేర్చాలి? ఎవరు చేరుస్తారు? వానప్రస్థపరంపర పునర్జాగరణయే ఈ ప్రశ్నలన్నింటికి సమాధానమును అందిస్తుందితప్ప, ప్రైవేట్, ప్రభుత్వసంస్థలలో వేతనాలిచ్చి కార్యకర్తలను, సిబ్బందిలను ఏర్పాటుచేసి పై లక్ష్యములను నెరవేర్చుట అన్నది ఇసుక నుండి తైలము తీయుట వంటిదే. అలాగే వెనుకబడిన ప్రాంతములలో ఉచిత వైద్యసేవ అందించటానికి వెద్యులెవ్వరు సామాన్యంగా కనిపించరు.

సుయోగ్యులు, భావనాశీలురైన నిస్వార్థ లోకసేవా పరాయణులతోపాటు, దేశనిర్మాణములో పాలుపంచుకునే కర్మ నిష్ఠులైన కార్యకర్తలు రూపొందుట అన్న ఒక్క అంశమే ఈనాడు నెలకొన్న అగణితమైన సమస్యలన్నింటికీ పరిష్కారమార్గము. అయితే వీరి లోటు సర్వత్రా ఉన్నది. వానప్రస్థపరంపర పునర్జాగరణ అన్న అంశమే ఇలాంటి కర్మవీరులను అందించ గలదు. ఇట్టి దశలో ఒక మహా ఉద్యమము ఎగసిపడితే

ధర్మమే ప్రాణముగా గల ఈ దేశములో ప్రాచీన సంస్కృతి సంరక్షణా భావముల ద్వారా ప్రేరేపింపబడి ముందడుగు వేసిన జనసముదాయము చేత నవనిర్మాణమనే అద్భుత కార్యము నెరవేరగలదు.

నేడు కూడా ధర్మము, అధ్యాత్మము, సంస్కృతి పట్ల శ్రద్ధా-విశ్వాసములున్నాయి. భౌతికవాదుల వలన కొంతమేర నాస్తికత ప్రబలి ధర్మము పట్ల ఉపేక్ష, అజ్ఞానము పెచ్చరిల్లింది. కానీ పరిస్థితి చేయిదాటిపోలేదు. పలు ఆశ్రమాలలో ఉంటూ జపతపాదులు చేస్తున్న లక్షలాదిమందికి సరైన మార్గదర్శనము లభించినచో ఆత్మకళ్యాణముతోపాటు, లోకకళ్యాణ ప్రయోజనము, దానితోపాటు దేశ నవనిర్మాణ ప్రయోజనము విజయవంతముగా నెరవేరగలదు. పరమార్థము పట్ల శ్రద్ధ ఉన్నది. భావశూన్యత కొరవడలేదు. వానప్రస్థపరంపర యొక్క రాజమార్గము తెరచే ఉన్నది కనుక దానిని పునరుజ్జీవింపజేయ గలిగితే పుణ్యపై స్వర్గావతరణ, మనిషిలో దైవత్వ అవతరణ అనే స్వప్నము సాకారమై తీరుతుంది.

- అఖండజ్యోతి, జులై 1973
అనువాదం: శ్రీమతి లక్ష్మీరాజగోపాలు

మీరా

మీరా రాజస్థాన్ లో ఒక రాజ కుటుంబంలో జన్మించింది. చిత్తోడ్ రాజకుమారుని వివాహమాడింది. కానీ మానసికంగా మాత్రం ఆమె తనను తాను భగవంతునికి సమర్పించుకొన్నది. ఆమె సౌందర్యరాశి, భక్తురాలే కాక అతి సాహసవంతురాలు కూడా. అత్తింటి బంధువులు మూఢ విశ్వాసాలతో ఆమెను ఇల్లుదాటి బయటకు పోరాదని శాసించేవారు. కానీ పంజరంలో పక్షిలా మ్రగ్గి మరణించటం ఆమెకు ఏ మాత్రం ఇష్టంలేదు. అందుకే వైధవ్యం ప్రాప్తించిన వెంటనే ఈమె తన జీవిత సర్వస్వం పరమార్థ ప్రయోజనాలకే అంకితం చేయాలని సంకల్పం తీసికొని సత్యంగాలలోను, పరమార్థ చర్చలలోను పాల్గొంటూ ధర్మప్రచారం కోసం పరివ్రాజకురాలిగా తిరగ నారంభించింది. అత్తవారి శాసనాలుగానీ, అనేకమైన అడ్డంకులు గానీ, హింసలుగానీ ఆమె సాహసం ముందు నిలబడలేకపోయాయి. పారవశ్యంతో సాధువులు, సత్పురుషుల మధ్య కూర్చొని పరమార్థ చర్చ జరపటం వల్ల సహజసిద్ధమైన ఘోషాలు, కట్టుబాట్లు ఆమెను వదలి పారిపోయాయి. అనేక బాధలను సహిస్తూ, మరణాన్ని కూడా లక్ష్యపెట్టక రైదాస్ ను గురువుగా చేసికొన్నది. రాజపుత్ర పరంపరను అనుసరించి ఈ పని చాలా దోషభూయిష్టమైనదని బంధువులు నిందించారు. అయినా ఆమె తన ఆత్మయొక్క పిలుపు, అంతర్వాణి యొక్క ఆదేశం వీటికి తప్ప వేటికీ విలువ ఇచ్చేది కాదు.

- ప్రజ్ఞాపురాణం నుండి
అనువాదం: శ్రీమతి నేమాని గౌరీసావిత్రి

సూర్యోపాసన ద్వారా మానవులు రోగ విముక్తులు కాగలరు

కష్టాలు వస్తే భయపడకు - ఎదిరించు

ప్రకృతికి కొన్ని నియమాలు ఉన్నాయి. వాటి ప్రకారమే ఈ లోకం నడుస్తుంది. జడజగత్తు మాత్రమే కాక, చేతనగల ప్రాణుల నియమ నియంత్రణ కూడా ప్రకృతి నియమాలను సారమే అమలవుతుంది. ప్రకృతిలో మార్పులు, నియమాను సారం వస్తూ ఉండటమనేది ఒక స్వాభావిక క్రమమే. మానవుల విషయంలో పరివర్తనం జరుగుట కూడా ప్రకృతి నియమాల క్రిందకే వస్తుంది. జీవితంలో వచ్చే అనేక ఒడిదుడుకులు కూడా ప్రకృతి విధానానుసారం స్వాభావికమే. అయితే ఈ ఒడిదుడుకులు దుర్బల మనస్సులు స్వీకరించక, కేవలం సుఖాలను మాత్రమే కోరుకుంటూ, ప్రతికూల పరిస్థితులు ఎదురైనప్పుడు దుఃఖితులుగా, పీడితులుగా వేదన చెందుతుంటారు.

ఇటువంటి దుర్బలత కారణంగానే మనిషి తనకు దాపురించిన కష్టాలను, ఆపదలుగా, ఇబ్బందులుగా భావిస్తూ ఎలాగైనా వీటి నుండి బయట పడాలనే ఆలోచనలలో మునిగిపోతుంటాడు. ఇటువంటి ఇబ్బందులన్నీ జీవన క్రమంలో ఎదురవుతూ, కొంత సమయం ఉండి తరువాత తొలగిపోతూ ఉంటాయి. ఈ సత్యాన్ని గ్రహించగలిగితే ఇబ్బందులు కూడా మనకు ఉపయోగ పడగలవని, వాటి సహాయంతో, జీవితపు వ్యక్తిత్వంలో వికాసానికి



సహాయ కారేనని తెలుసుకోగలుగుతాం. అయితే ఈ సత్యాన్ని గ్రహించనివారు, ఈ ఇబ్బందులు వికృతరూపంలో తమను భయపెడుతున్నట్లుగా, తమను ఒత్తిడికి లోనుచేస్తున్నట్లుగా, వివసలుగా చేస్తున్నట్లు భావించుట జరుగుతుంది. వాస్తవంలో ఈ కష్టాలు ఇంత భయంకరంగా, వారు అనుకుంటున్నట్లు ఉండవు. ఇటువంటి ప్రతికూల పరిస్థితి ఎదురైనప్పుడు, చాలామంది ఏడుస్తూ, విలపిస్తూ ఉంటే, మరికొందరు ఆ ప్రతికూలతలనే, తమకు అనుకూలంగా మార్చుకొని, కొత్త-కొత్త ప్రేరణలు పొంది, ఎన్నో లాభాలను పొందుతూ ఉంటారు.

కష్టాలు-ఇబ్బందులు అనేవి మనుషుల మానసిక స్థితి మీద ఆధారపడి ఉంటాయనుటలో తప్పులేదు. ఎందుకనగా

ఒక బలహీన దుర్బల మనోభూమి గల వ్యక్తికి, ప్రతికూల పరిస్థితులు అభిశాపంగా మారితే, మరొక సబల-సశక్తి మనోభూమిగల వ్యక్తి, ఆ ఇబ్బందులను తనకు వరదానాలుగా లభించినట్లు భావించి, వాటిని ఉపయోగించుకొంటూ సఫలతలను పొందగలుగుతున్నాడు. కాబట్టి ఇబ్బందులనే వాటిలో ఎటువంటి విశేష మహత్యం ఉండదు. ఇవన్నీ వారి-వారి మనోస్థితి మీద నుండే ఏర్పడతాయని అనుకోవాలి. నిర్బల మనోభూమి గల వ్యక్తి, తన కల్పనలలో ఇబ్బందుల గురించి విచారిస్తూ, అశాంతితో విలపిస్తూ ఉంటే; మనోబల సంపన్న వ్యక్తి, అవే కష్టాలను తన సహజ భావంతో స్వీకరిస్తూ ముందుకు పోతుంటాడు. మనోనిబ్బరం గల వ్యక్తులు తమ జీవన యాత్రను ఇదే విధమైన సహజగతిలో గడుపుతూ, మునుముందుకు పోతుంటారు.

ఇబ్బందులు, ప్రతికూల పరిస్థితుల్లో ఏర్పడినప్పుడు, మానసిక సంతృప్తిని ఏ ప్రకారంగా ఉంచుకోవాలి? దీనికి జవాబు మన మానసిక స్థితిని మార్చుకుని సంతృప్తిని సాధించుకోవాలనే చెప్పవలసి వస్తుంది. ఏ వస్తువైనా సరైన పరీక్షకు గురి చేస్తే గాని, దాని విలువ తెలియదనే విషయం గుర్తించుకోవాలి. బంగారాన్ని 'పుటం' పెడితేనే గాని శుభ్రపడి స్వచ్ఛంగా మారదు. అగ్నిలో కాల్చినప్పుడే

లోహాలన్నీ కరిగి, పోతపోయబడి నూతన రూపాలను సంతరించుకొంటాయి. ఇదేవిధంగా మానవులు కూడా కష్టాల కొలిమిలో కాలి-కరిగితేనే, ఉత్కృష్టంగా, ప్రభావశీలిగా, గొప్పవారుగా తయారు కాగలరు. కష్టాలు మానవులను వికాసక్రమంలో పై స్థాయికి చేర్చగలవు. వాటితో ఆడుకొంటే ఇచ్చాశక్తి ప్రఖరమై, వ్యక్తిత్వం ప్రకాశిస్తుంది.

ఏ వ్యక్తి కష్టాలను లేక ప్రతికూలతలను చూసి భయపడి, కులబడతాడో, అతడు అపజయం పొందుతాడు. అలాగే ఏ వ్యక్తి వాటితో అనుకూల ఒప్పందం చేసుకుంటాడో, అతడు సఫలతల పొంది పై స్థాయికి చేరగలుగుతాయి. ఈ ప్రకారంగా ఓడిపోయి కూర్చోనుట, అసఫలత పొందుట, లేక విజయాన్ని

ఇంట్లో సూర్యకాంతి పడేటట్లు చూసుకోవాలి

పొందటం అనేది మనిషికి మాత్రమే సంబంధించిన విషయం. సఫలతనుగాని లేక అసఫలతను గాని అతని చేతిలోనే ఉంటుంది. ఒకవేళ అతను కోరుకుంటే ఎదురయ్యే ఇబ్బందులను వరదానాలుగా మార్చుకోవచ్చు. లేక అభిశాపాలు అని కూడా అనుకోవచ్చు. ఇబ్బందులు, కష్టాలు, వరదానాలుగా అయినా లేక అభిశాపంగా అయినా, మనిషి యొక్క ఆలోచనా సరళిమీద ఆధారపడి ఉంటాయి. అతను స్వాగతించినా, లేక భయపడి పారిపోయినా, అంతా అతనిదే బాధ్యత.

ఈ ప్రపంచంలో ఎంతమంది మహాపురుషులుగా మారారో, ఇంకా ఎంతమంది తమతమ క్షేత్రాలలో చెప్పుకోదగ్గ గౌరవప్రదమైన స్థితికి చేరుకోగలిగారో, వారందరి జీవనశైలిని మనం గమనించినప్పుడు, వారంతా కష్టాల కొలిమిలో పడకుండా, ఏ ఒక్కరూ తమ లక్ష్యాన్ని చేరలేదనే విషయం మనకు స్పష్టంగా తెలుస్తుంది. ఇబ్బందులనేవి మానవునికి చిత్రికపట్టు యంత్రం వంటివి. అవి మనిషి వ్యక్తిత్వాన్ని మెరుగుపట్టి మెరిసేలాగా చేస్తాయి.

చూడబోతే అసలు శ్రమ అనగా ఏమిటి? శ్రమ కూడా ఒక విధంగా కష్టమే. అంతేగాదు కష్టానికి అర్థం ప్రతికూలతే. రొట్టె తినాలంటే పిండి కలిపే దగ్గర నుండి, పెనం మీద కాల్చి, నిప్పుల మీద పొంగించేవరకు, ఇంకా ఏమేమి చేయవలసి ఉంటుందో తెలియదు. దీనిని కూడా కష్టమేనని ఎవరైనా అనుకోవచ్చా? అలా అనుకొనే వారు కోరేది, ఆ రొట్టె తిన్నగా వచ్చి వారి కంచంలో పడాలని. శ్రమ పడకుండా ఏదీ మన వద్దకు రాదు. సంపాదన కొరకు శ్రమ, ఆరోగ్యం కొరకు శ్రమ, విద్య కొరకు శ్రమ, గొప్ప పనిచేయటానికి లేక ఉపలబ్ధి పొందుట కొరకు శ్రమపడవలసి ఉంటుంది. ఇవేమీ లేకుండా తిన్నగా ఏ ప్రయత్నం లేకుండా ఏదీ లభించదు. అయితే శ్రమను కూడా ఇబ్బందేనని కూడా అనుకోవచ్చు. కాని శ్రమ, ఇబ్బంది అనే వాటి మధ్య తేడా ఏమంటే శ్రమలో సహజంగా ఫలితం స్వీకరించే భావముంటుంది. ఇక కష్టంలో (ఇబ్బందిలో) అసహిష్టత (ఇష్టంలేని) భావముంటుంది. ఇబ్బందిలో మరికొంత అధికశ్రమ చేయవలసి వస్తుంది, ఈ రెండింటిలో ఇంత మాత్రమే తేడా, వాటి గుణంలో లేక స్వరూపంలో విశేష అంతరం లేదు.

కష్టాలు లేక ప్రతికూలతలు చరిత్ర నిర్మాణం కొరకు ఉపయోగపడతాయి. వారసత్వపరంగా ఎవరికి సంపద ప్రాప్తిస్తుందో, వారిలో ఎక్కువమంది చెడు వ్యసనాలకు, విలాసాలకు అలవాటు పడటం మనకు కనిపిస్తుంది. అయితే ఎవరు కష్టాలతో నిరంతరం పోరాడుతూ ఉంటారో అటువంటి

వారికి ఈ లోకంలో అనవసర పనులకు అవకాశమెక్కడ ఉంటుంది? కష్టాలు-ఇబ్బందులు మనుష్యులలో అహంకారాన్ని నిర్మూలించి, వారిలో వినమ్రత శ్రద్ధ, భక్తి నింపుతాయి. ఇంతేకాదు వారిని ఆరోగ్యవంతులుగా, దృఢమైన వ్యక్తులుగా కూడా తీర్చిదిద్దుతాయి. ఇందుచేత ఇబ్బందులను వరదానాలు గానే భావించవలసి ఉంటుంది. పరిశ్రమ చేసేవాడు, పురుషార్థం చేసేవాడు, సాహసవంతుడైన వ్యక్తి, కఠిన పరిస్థితుల్లో కూడా అనేక విభూతులను ఆర్జన చేయగలుగుతాడు. అయితే పిరికివారు, నపుంసకులు, ఆత్మబలం లేనివారు ప్రతికూలతలను చూడగానే భయపడి 'అయ్యో-అయ్యో అంటూ ఏడుస్తూ జీవితాలను ఏదో విధంగా నెట్టుకుపోతుంటారు.

చాంద్యోగపనిషద్లో ఇలా చెప్పారు - ఎప్పటి వరకు ఈ శరీరముంటుందో, అప్పటివరకు సుఖదుఃఖాల నివారణ జరగదని. కష్టాలనేవి జీవితంలో ఒక అంగంలాగా, ఏ విధంగా పగలు గడచి రాత్రి వస్తుందో, ఋతువులు ఎలా మారుతూ ఉంటాయో, ఆ విధంగా వస్తూనే ఉంటాయి. కనుక తెలుసుకో వలసిందేమనగా కష్టాల, ప్రతికూలతలు ఎదురైనప్పుడు, ధైర్యంతో, వాటి మధ్య దారి చేసుకొని ముందుకు సాగవలసి ఉంటుంది.

ఇబ్బందులనేవి మనజోలికి రాకుండా ఉండాలంటే నిరంతరం పనిలో లీనమై పోవాలి. మనిషి పనిలో లీనమైతే కష్టాల గురించి వచ్చే శోకం, చింత, ఉద్విగ్నత మొదలైన వాటి గురించి ఆలోచించే సమయం దొరకదు. స్వామి వివేకానంద, ఒక చోట ఇలా వ్రాసారు 'ఎవరు పనిలో తీరిక లేకుండా ఉంటారో, అటువంటి వారికి కన్నీరు కార్చటానికి కూడా సమయం దొరకదు. ఇది సత్యం! ఎవరు పనిలో తీరిక లేకుండా ఉంటారో, వారు ఇబ్బందుల గురించి ఆలోచిస్తూ దుఃఖించుటకు అవకాశం ఎక్కడ ఉంటుంది? దీనికి భిన్నంగా వారి జీవితాలలో ఒక సహజ క్రమమైన నమ్మకం ఏర్పడి, నిశ్చింతగా ఉంటారు. ఆపదలు చుట్టుముట్టినా చలించని పురుషార్థులుగా నిలచి ప్రసన్నంగా ఉంటారు.

విపత్తులు, ప్రతికూలత ఇబ్బందులు, జీవితంలో సహజ స్వాభావిక విధానాలు. వాటి నుండి ప్రభావితులు అవ్వాలను కొంటే, ఈ విధంగా అనుకోగలగాలి - అవన్నీ మానవులకు జ్ఞానమందించేటందుకు, నేర్పటానికి వస్తూపోతూ ఉంటాయని, కాబట్టి వాటిని చూసి భయపడి పారిపోక నిబ్బరంగా జీవనం సాగించుకోవాలని.

- పరమ పూజ్యగురుదేవుల వాఙ్మయం 57 (4.1) నుండి
అనువాదం : జి. చెన్నకేశవరావు

వీలయినంత వరకు కిటికీలు, తలుపులు తెరచి ఉంచాలి

జన జాగరణ కేంద్రాలుగా దేవాలయాలు

భారీ దేవాలయాల నిర్మాణాన్ని భారతీయ మహాపురుషులు మహాత్తర ప్రయోజనం కోసం చేపట్టేవారు. సాధారణ మానవులలో ఆస్తికత్వాన్ని బలోపేతం చేయడమే మన దేవాలయాల ముఖ్య ప్రయోజనం. ఆస్తికత అంటే భగవంతుని ఆదేశాలు పాటించడం. నైతికంగా జీవించడం. దుష్కర్మలకు దూరంగా ఉండడం. విశ్వాత్మ, పరమాత్మలను మనోహరంగా ఉంచడం కోసం కృషి చేయడం.

ఆస్తికత ప్రథమ చరణం జపం, ధ్యానం, పూజ మొదలైనవి కావచ్చు. కాని భగవంతుని ఆదేశాలను జీవితంలో సమ్మిళితం చేసుకోవడమే నిజమైన ఆస్తికత. ఐకమత్యం, మంచి నడవడిక కలిగిన పరమార్థ పరాయణ జీవనమే ఆస్తికతకు ప్రమాణం. ఈ ఆస్తికత మీదే వ్యక్తి ప్రగతి, సమాజ ప్రగతి, సుఖశాంతులు ఆధారపడి ఉంటాయి.

భగవంతుడు మనకు అతి సమీపంలోని అంతఃకరణంలో ఉన్నాడు. ఆయన నిందకు, స్తుతికి అతీతుడు. మనిషి తన ఆదేశాలను ఎంతగా పాటిస్తే అంత ప్రసన్నంగా ఉంటాడు. కృపను కురిపిస్తాడు. ఈ సత్యాన్ని తెలుసుకున్నవారు సజ్జనోచిత సదాచార జీవనాన్నే గడుపుతారు. సమాజం పట్ల తమ కర్తవ్యాన్ని గుర్తించి లోకకళ్యాణం కోసం పాటుపడతారు.

ఆస్తికత వ్యక్తులలోను, సమాజంలోను ఉన్నత భావాలను పెంచుతుంది. అందువలన దీనిని మానవ జీవితానికి అవసరంగా గుర్తించారు. అన్ని పూజలు, ఉపాసనలు ఈ ప్రయోజనం కోసమే సృష్టించబడ్డాయి. ప్రజల మనస్సులలో ఆస్తికత్వ ఆదర్శాల ప్రభావం విస్తృతంగా పడాలనేదే దేవాలయాల స్థాపనలో మహనీయుల ముఖ్య ఉద్దేశ్యం.

భావనల సంస్కరణకు ఆలయం

ఒకసారి కబీర్ దాసు తన శిష్యునితో - “నేనీప్పుడు ఒక

దేవాలయం నుండి వస్తున్నాను” అన్నాడు. అతడు ఆశ్చర్యపడి - “మహాత్మా! మీరు విగ్రహ పూజను వ్యతిరేకించేవారు కదా! మరి దేవాలయానికి వెళ్ళడమేమిటి? ఎవరింటికో వెళ్ళివస్తున్నారనుకుంటాను” అన్నాడు. “అవునవును. ఎక్కడ ఈశ్వర భజన జరుగుతుందో, ఏ ఇంట్లో వ్యక్తులు స్వాధ్యాయం, సత్సంగం చేస్తారో, పిల్లలను మంచివారుగా తీర్చిదిద్దే శిక్షణ ఇస్తారో ఆ ఇల్లే దేవాలయం” అని కబీర్ నవ్వుతూ సమాధానమిచ్చాడు.

దేవాలయాల నిర్మాణంలో ఎంతో ధనాన్ని వెచ్చించడంలోని ఒకే ఒక ప్రయోజనం - ఈ ధార్మిక కేంద్రాల ద్వారా ఆస్తికతను సర్వత్రా వ్యాపింపజేయడమే. పూజ, హారతులు అక్కడ జరగడం మంచిదే. ప్రజలు దర్శనానికి వచ్చి, “భగవంతుని శక్తి లోకమంతా విస్తరించి ఉన్నది కనుక ఆయన దండనకు

దూరంగా ఉండి, అనుగ్రహాన్ని పొందడానికి నజ్జనులుగా జీవించాలి” - అని

స్మరించుకోవాలి. మనిషి ఆస్తికత్వ భావనలను మరచిపోయినప్పుడే ఏదయినా చెడ్డపని చేయగలడు. పరమాత్మ న్యాయవ్యవస్థ మనకు గుర్తుంటే అవినీతి దిశగా మనం ఒక్క అడుగు కూడా ముందుకు

వేయలేము. ఆస్తికత మన భావనలను అద్భుతంగా సంస్కరిస్తుంది. వ్యక్తిగత, సామాజిక ప్రగతి దీని మీదే ఆధారపడి ఉన్నది. భగవంతుని విగ్రహాన్ని దర్శించడం, పూజ కోసం పలువురిని ఆహ్వానించడం, వచ్చినవారు ఆస్తికత యొక్క మూలవిశ్వాసాలను హృదయంగమం చేసుకునే ప్రేరణను ఇవ్వడంలాంటి కార్యాలను చేపట్టడం మొదలైనవి ఆలయాల ద్వారా ఒనగూడే ప్రయోజనాలు.

శిక్షణకు కేంద్రం ఆలయం

ఆలయం వాస్తవానికి ఒక ధార్మిక కేంద్రం. మనిషిలో ఆదర్శవంతమైన భావనల వృద్ధికి కావలసిన సత్ప్రవృత్తులు అందులో నిండి ఉంటాయి. అందుకోసమే అక్కడ ప్రతినీత్యం



ఉదయం కొద్దిసేపయినా ఎండలో నిలబడటం మంచిది

కథా ప్రవచనాలు జరుగుతూ ఉంటాయి. నమాజు తరువాత మసీదులో ముసల్మానుల మత పెద్ద భావపూర్వకమైన, దిశా నిర్దేశం చేసే ప్రవచనాలు చేస్తాడు. చర్చి ఫాదర్ కూడా ఆదివారం ప్రార్థన తరువాత హాజరైనవారి సుద్దేశించి వ్యక్తిగత, సామాజిక కర్తవ్యాల గురించి ప్రసంగిస్తాడు. హిందూ ధర్మం అన్నింటికంటే ఉచ్చస్థితిలో ఉన్నప్పుడు కథా ప్రవచనాల ద్వారా ప్రతినిత్యం సమగ్ర స్థిరత్వానికి, ప్రగతికి అవసరమైన విషయాలను నేర్పేవారు. అంతేగాక భావనాత్మక వికాసానికి సహాయపడే పాఠశాలలు, గ్రంథాలయాలు, వ్యాయమశాలలు, సంగీత శిక్షణా కేంద్రాలు, కళాకౌశలాలకు చెందిన అన్ని కార్యక్రమాలు దేవాలయాలలో నిర్వహించబడేవి. ఆస్తికత్వ భావనలను ఏ విధంగా క్రియారూపంలో పెట్టవచ్చు? దాని నిర్మాణాత్మక, వ్యావహారిక స్వరూపం ఎలా ఉంటుంది? మొదలయిన వాటి గురించి ప్రత్యక్షంగా శిక్షణ పొందడానికి ప్రతి వ్యక్తి దేవాలయానికి వచ్చేవాడు. నిర్మాణాత్మక కార్యకలాపాలతో అసంఖ్యాక ప్రజల సమగ్ర ప్రగతికి దోహద పడడంలో ముందుండడం వలన దేవాలయాల నిర్మాణాన్ని పుణ్యకర్మగా భావించి దానికొరకు అధిక మొత్తంలో ధనాన్ని దానం చేసేవారు.

ధార్మికులందరు తమ సంపదను ఆలయాల నిర్మాణానికి, వాటిని నడపడానికి సమర్పించి తాము ధన్యులమని భావించేవారు. ఇంతకంటే డబ్బుతో చేయగలిగే మంచి కార్యాలు వేరే ఏవీ లేకపోవడమే ఇందుకు కారణం. ప్రజలు కూడా దేవతా విగ్రహం ముందు ఎంతో కొంత సొమ్ము శ్రద్ధాంజలిగా అర్పిస్తూ ఉండేవారు. ఆ డబ్బుతో సృజనాత్మక కార్యక్రమాలు నిర్వహించబడేవి. పూజారులు పూజ, అర్చనల కోసం ఉదయం, సాయంత్రం కొంత ధనాన్ని వెచ్చించేవారు. మిగిలిన ధనాన్ని ఆలయసంస్థ ద్వారా నిర్వహించబడే సత్కార్యాలలో వినియోగించేవారు. వారికి సామాజిక అవసరాల పరిష్కారం ఉండేది. తదనుగుణంగా వారు తమ వ్యక్తిత్వాన్ని, పలుకుబడిని, శ్రమను జనుల మానసిక స్థితిని సక్రమంగా ఉంచడానికి ఉపయోగించేవారు. సమర్థగురు రామదాసు మహారాష్ట్రలో వందలాది ఆంజనేయస్వామి దేవాలయాలు స్థాపించి వాటి ద్వారా శివాజీ చేస్తున్న స్వాతంత్ర్య సంగ్రామానికి కావలసిన ధన, జనశక్తిని ప్రోదిచేసేవాడు. శిక్కు మతానికి చెందిన గురుద్వారాలన్నీ ఉపయోగంలేని శాసనాలను తొలగించడంలో

కేంద్ర బిందువులుగా పనిచేసి తమ స్థాపనలోని గొప్పదనాన్ని నిరూపించేవి. బౌద్ధ విహారాలు విశ్వవ్యాప్త ధర్మ ప్రచార ప్రణాళికకు కేంద్ర బిందువులుగా ఉండేవి. ఆలయాలు చిరస్మరణీయమైన భూమికను పోషిస్తూ ఉండేవి.

పరిస్థితి తారుమారు

ప్రముఖ దానశీలుడు జుగల్ కిశోర్ బిర్లా మృత్యు ముఖంలో ఉన్నాడు. ఆయన కళ్ళలో నీళ్ళు తిరుగుతున్నాయి. ప్రక్కనే నిలబడి ఉన్న విశ్వాసపాత్రుడైన ఒక వ్యక్తి - “సేవీజీ! మీరు జీవితం అంతా ధర్మాన్ని ఆచరించారు. వేలాది దేవాలయాలు నిర్మించారు. ప్రసన్నంగా ఉండవలసిందిపోయి దుఃఖిస్తున్నారు ఎందుకు?” అని అడిగాడు. బిర్లాజీ కళ్ళనీళ్ళతోనే ఇలా చెప్పాడు - “నేను ఆలయాలు నిర్మించాను. కాని వాటిలో జన జాగరణ కార్యకలాపాలు జరిపించలేకపోయాను. అందుకే దుఃఖిస్తున్నాను.”

ప్రస్తుతం అంతా తారుమారుగా ఉంది. ఆలయాలు గంట కొట్టి, హారతులివ్వడానికి పరిమితమయ్యాయి. పూజారులు ఉదయం, సాయంత్రం గంటకొట్టి తమ కర్తవ్యాన్ని ముగిస్తున్నారు. ఆ విశాల భవనాల వలన ఎటువంటి ప్రయోజనము లేదు. అందుకోసం వెచ్చిస్తున్న ధనం మరాఠీశుల సంపదగా మారిపోవడం చూస్తున్నాము. ప్రేరణాప్రద కార్యక్రమాల మాట కూడా అక్కడ వినబడడం లేదు. ఇలాంటి దశలో అవి ప్రాణరహితమైన నిర్జీవ కళేబరాలుగా పడి ఉండడం చూడవచ్చు. ఉపయోగం లేకపోవడంతో ఆకర్షణ తగ్గడం కూడా సహజమే. ఏవో ఉత్సవాలు వచ్చినప్పుడు చూడడానికి కొంత గుంపు కనిపిస్తుందే తప్ప నియమం ప్రకారం వచ్చేవారి సంఖ్య చాలా తక్కువగా ఉంటోంది. అలా వెళ్ళేవారికి కూడా కాలక్షేపం తప్పితే ఒరుగుతున్నదేమీ లేదు. నిరుపయోగమైన వస్తువులు చెడిపోతాయి. ఈ ధార్మిక స్థానాలలో నెమ్మది నెమ్మదిగా అనాచారం ప్రవేశించి, దుఃఖాన్ని, దోషాన్ని మిగులుస్తున్నాయి.

భారతదేశంలోని ఈ ధార్మిక కేంద్రాలలో వేలాదికోట్ల రూపాయలు వెచ్చించబడి ఉన్నాయి. వాటి ప్రతిదిన ఆదాయం కోట్ల రూపాయలలో ఉంటోంది. ఈనాడు క్రైస్తవ మిషనరీలలో ప్రపంచవ్యాప్తంగా జరుగుతున్న వాటికంటే అనేక రెట్లు ఎక్కువగా నిర్మాణాత్మక కార్యక్రమాలు నిర్వహించగలిగే విశాల భవనాలు కూడా ఉన్నాయి. కనీసం ఒక లక్షమంది వ్యక్తులు

సూర్య నమస్కారముల అభ్యాసం ఆరోగ్యదాయకం

ఆ దేవాలయాలలోని కార్యకుశలతను నిర్మాణాత్మక కార్యాలలో వినియోగించుకుంటే సమాజానికి కాయ కల్పచికిత్స జరుగుతుంది. ఏ శ్రద్ధతో ప్రజలు ఈ ధనాన్ని వెచ్చిస్తున్నారో దానిని అనుగుణంగా ధర్మ సంస్థాపనకు కావలసిన వివిధ కార్యకలాపాలు కూడా నిర్వహించగలిగితే మన సమాజాన్ని ఆదర్శవంతంగా తీర్చిదిద్దుకోవచ్చు. సాధన సంపత్తిలేక కార్యక్రమం ఆగిపోయిందంటే అర్థం చేసుకోవచ్చు. కానీ కావలసినంత సాధనాలు, సంపద ఉన్నప్పటికీ దానిని సవ్యంగా ఉపయోగించుకోకపోతే అది సిగ్గుతో బాధపడవలసిన విషయం.

నిర్మాణాత్మక కార్యక్రమాలు జరగాలి

ఈ ధార్మిక కేంద్రాలను సరియైన రీతిలో వినియోగించుకునే విషయాన్ని ఆలోచించి ధైర్యంగా అడుగు ముందుకు వేయవలసిన సమయం ఆసన్నమైంది. దేవాలయాల నిర్వాహకులు వాటిలో ఉన్న సంపద సక్రమంగా వినియోగింప బడుతున్నదా అనే విషయాన్ని ఆలోచించాలి. భగవంతుని పూజించడం మంచిదే. అది అవసరం కూడా. అయితే ఇంత ధన సంపదను, జనశక్తిని అంతవరకే పరిమితం చేయకూడదు. భగవంతుని పట్ల భక్తి పూజ, హారతుల వరకే పరిమితం

కాకూడదు. వ్యక్తులలోను, సమాజాలలోను భావనాత్మక అభ్యున్నతి కూడా భక్తిలో ఒక భాగమే. దేశం, ధర్మం, సమాజం, సంస్కృతుల అభ్యున్నతికి నిర్మాణాత్మక కార్యక్రమాలు చేపట్టవచ్చు. భగవంతుని పట్ల భక్తికి ఇవి ఏ మాత్రం తీసిపోవని గమనించాలి. ఆస్తికత అభివృద్ధికి, పోషణకు కావలసిన మంచి కార్యక్రమాలు నిర్వహించినప్పుడే దేవాలయాల ప్రయోజనం పరిపూర్ణమవుతుంది.

లోకానికి శిక్షణనిచ్చే ఇలాంటి ఎన్నో కార్యక్రమాలను ఎన్నుకోవచ్చు. గ్రంథాలయాలూ, గోష్ఠులూ, సత్సంగ చర్చలూ, ప్రగతిశీల పురాణ సప్తాహాలూ, ప్రేరణా పద్ధతులలో పండుగలు చేయడం, సంస్కారాల వ్యవస్థ, దీపయజ్ఞాల క్రమం - ఇలాంటి వన్నీ దేవాలయాలకు వచ్చేవారికి నిర్మాణాత్మక శిక్షణను ఇస్తాయి. వాటి గౌరవం కూడా ఇనుమడిస్తుంది.. ప్రజ్ఞామండళ్ళు కార్యక్రమాలలో దీనినే దర్శించవచ్చు.

ప్రజలంతా ఆస్తికతా భావాలను మేలుకొల్పి వారి ధర్మనిష్ఠను పెంచే జనజాగృతి కేంద్రాలుగా రూపుదిద్దుకోవడం లోనే ఆలయాల సార్థకత, ఉపయోగం ఇమిడి ఉన్నాయి.

- అనువాదం: డి.వి.ఆర్. మూర్తి

అయోధ్య

కైక మంథర యొక్క దుర్బోధకు లొంగి, భరతునికి పట్టాభిషేకం, రామునికి వనవాసం కావాలని కోరింది. రాముని వనవాసం దశరథుని శరీరత్యాగానికి హేతువయ్యింది, భరతుని వైరాగ్యానికి కారణమయ్యింది. కౌసల్యపై దుఃఖసముద్రం విరిగిపడింది. కానీ ఇలాంటి పరిస్థితిలో కూడా ఎవరూ ఎవరి ఆత్మాభిమానానికి దెబ్బ తగలనీయలేదు. రాముడిని వదలి క్షణం ఉండలేని కౌసల్య మిగిలిన తల్లుల అభిప్రాయాలకు కూడా విలువనీయడం ధర్మంగా భావించి రాముడిని ఆనందంగా వనవాసానికి పంపింది. జానకీ రాముని వెంట వెళ్ళిన సంగతి జనకుడు విన్నాడు. ఆయన మాటల ద్వారా పరిస్థితిని పూర్తిగా గ్రహించి, దానికి అనుగుణంగా భరతుడిని సమర్థించటానికి మాత్రమే చిత్రకూట పర్వతం మీదకి పంపడం జరిగింది. భరతుని కారణంగా సీతారాములు వనవాసానికి వెళ్ళినప్పటికీ, పొరపాటున కూడా భరతుడిని అవమానించే ప్రయత్నాలు జరుగకుండా జనకుడు జాగ్రత్త వహించాడు. ఈ పరస్పర గౌరవ భావనల కారణంగానే విపత్కర పరిస్థితులలో కూడా అయోధ్య యొక్క సంతులనం తప్పలేదు, యదాతథంగానే ఉన్నది. తప్పు కేవలం తప్పుగానే మిగిలిపోయింది తప్ప, ఆ తప్పు వల్ల ఎవ్వరి మధ్య స్నేహ సహకారాలలోగాని, గౌరవ మర్యాదలలోగాని, ఏ మాత్రం తేడా రాలేదు. రాముడు ఉన్నా, లేకున్నా కూడా కుటుంబ సభ్యుల మధ్య, దేశవాసుల మధ్య సద్భావనలతో కూడిన సుఖమయ స్వర్గీయ వాతావరణమే నెలకొని ఉన్నది. పైన పేర్కొనబడిన శుభ లక్షణాలు వెల్లివిరిసేటప్పుడు అయోధ్య కాదు ఏ దేశమైనా, ఏ ప్రాంతమైనా ఎందుకు సంతులనం తప్పుతుంది?

- ప్రజ్ఞాపురాణం నుండి
అనువాదం: శ్రీమతి నేమాని గౌరీసావిత్రి

ఎదుటివారికి కష్టం వస్తే సాయపడటం మనిషి ధర్మం

ఆరోగ్యంగా ఉండటానికి ముఖ్యమైన సిద్ధాంతములు

మనకు ఈ శరీరం ఎప్పుడు సేవ చేస్తూనే ఉన్నది, సహాయం చేస్తూనే ఉన్నది. అది ఎలాంటి స్థితిలో ఉన్నా తన సామర్థ్యానుసారం మన ఆజ్ఞలను పాటించేందుకు సిద్ధంగానే ఉంటుంది. మనకు కావలసిన వస్తువులను సంపాదించటానికి దాని పురుషార్థం ఉంటుంది. ఇంతేకాదు దీని పంచ జ్ఞానేంద్రియాలు జ్ఞానవృద్ధికి బాధ్యత వహించటమేగాక అప్పుడప్పుడు తమ తమ పద్ధతిలో రసాస్వాదన కూడా చేస్తాయి. నేత్రములు, చెవులు, ముక్కు, నాలుక, జననేంద్రియములు జ్ఞాన తంతువులు తమ తమ పద్ధతిలో రసాస్వాదన చేస్తాయి. ఈ ప్రత్యేకతల వలన ఆత్మ ఈ శరీరం యొక్క సేవా సాధనకు ముగ్ధమవుతుంది. సుఖదుఃఖములు మానావమానములు తనవే అన్న భావనలో కలిసిపోతుంది. ఇది ఎంత ఘనిష్టంగా ఉంటుందంటే వ్యక్తి ఆత్మనత్తా యొక్క ఆవశ్యకతను మరచిపోతాడు. శరీరమే అంతా అని భావిస్తుంటాడు. ఇది అంతం అయినప్పుడు జీవనమే పోయిందని భావించడం కద్దు.

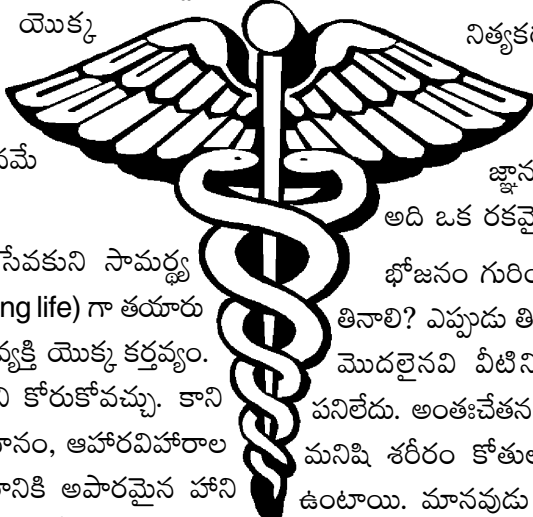
ఇలాంటి విశ్వాసపాత్రుడైన సేవకుని సామర్థ్య వంతునిగా, ఆరోగ్యంగా, దీర్ఘజీవి (long life) గా తయారు చేయడం ప్రతి ఆలోచనాపరుడైన వ్యక్తి యొక్క కర్తవ్యం. ప్రతివారు ఒక పద్ధతిగా ఉండాలని కోరుకోవచ్చు. కాని వారి లోపభూయిష్టమైన జీవన విధానం, ఆహారవిహారాల వల్ల తమ ప్రియ మిత్రుడైన శరీరానికి అపారమైన హాని కలుగజేస్తుంది, రోగాలతో, దుర్బలతతో నీరసానికి గురి అవుతుంది.

ఇదంతా అజ్ఞానం వలననే జరుగుతున్నది. ఆరోగ్యంగా ఉండటమనేది కఠినమైన పని కాదు. ప్రకృతి సంకేతాలను అనుసరించటం వల్ల ఆరోగ్యం చేకూరుతుంది. ప్రకృతిలోని జీవధారులన్నీ ఇలా చేస్తాయి. ఏదో ఒక అనుకోని ఆకస్మికమైన దుర్ఘటనలను వదలివేస్తే సాధారణంగా రోగరహితంగానే ఉంటాయి. సమయం వచ్చినప్పుడు చనిపోతుంటాయి. ప్రకృతి సందేశాలను, సంకేతాలను తక్కువ బుద్ధితో ఉన్న జీవరాశులు

అర్థం చేసుకోగలిగినప్పుడు, మనిషివంటి బుద్ధి జీవి ఎందుకు పాటించలేడు? ప్రకృతి లోని స్వాస్థ్యం (ఆరోగ్యం) రక్షించే నియమములు పద్ధతులు అతి సరళము. ఇవి సహజంగానే అర్థం అవుతాయి. చక్కగా పాటించగలుగుతారు. ఏది ఉచితం, ఏది అనుచితం నిర్ణయించగల యంత్రములు ఈ శరీరంలోనే ఉన్నాయి. అది వెంటనే చెప్తాయి ఏమి చెయ్యాలో, ఏమి చెయ్యకూడదో. మర్యాదలను పాటించడం వల్ల, చేయకూడని పనులు చెయ్యకుండా ఉండటం వలన మన లక్ష్యం నెరవేరుతుంది.

ఆహార విహారములపై ధ్యానం ఉంచితే అనారోగ్య సమస్యను నివారించుకోవచ్చు. ఆహారం చాలా ప్రముఖమైనది. దీని తరువాత విహారం వస్తుంది. విహారం అంటే నిత్యకర్మలు, శౌచం, స్నానం, శయనం, పరిశ్రమ, సంతోషం మొదలైనవి. వీటిని గురించిన సముచితమైన జ్ఞానం ప్రాప్తించుకుని, దానిని పాటిస్తే అది ఒక రకమైన బీమా (insurance) వంటిది.

భోజనం గురించిన కొన్ని ప్రశ్నలు వస్తాయి. ఏమి తినాలి? ఎప్పుడు తినాలి? ఎంత తినాలి? ఎలా తినాలి? మొదలైనవి వీటిని గురించి ఎవరిని అడగవలసిన పనిలేదు. అంతఃచేతన స్వయంగా వీటిని గురించి చెప్తుంది. మనిషి శరీరం కోతుల శరీరం కొంచెం దగ్గర దగ్గరగా ఉంటాయి. మానవుడు కోతి నుండి పుట్టాడు అని కొందరి అభిప్రాయం. ఏది ఏమైనా మనిషి పొట్ట, ఆహారం జీర్ణం అయ్యే పద్ధతి కోతి శరీరంలో జరిగే దానికి దగ్గరగా ఉంటుంది. కోతి పూర్తిగా శాఖాహారి. మాంసాన్ని జీర్ణించుకోలేదు. మనుష్యుల ప్రేగుల పొడవు, దంతముల, గోళ్ళ నిర్మాణం, జీర్ణ ప్రవాలు (digestive juices) శాఖాహారిగా ఉండవలసిన అవసరాన్ని సూచిస్తాయి. మాంసాహారం మనిషికి మంచిది కాదు. ఏ పశుపక్షులను ఆహారంగా తీసుకుంటారో, వాటి శరీరంలో ఉండే మాలిన్యాలు తేలికగా తినేవారి శరీరంపై ప్రభావం చూపిస్తాయి. ఇంకా ప్రాణివధలో ఉండేటటువంటి



అందరి మంచి కొరకు జీవించడమే నిజమైన జీవితం

నిర్ణయత, తినేవారి స్వభావంలో జమ అవుతుంది. వారు ఇతర మనుష్యులతో, తన సృజనులతో, కుటుంబాలతో అలాంటి క్రూర వ్యవహారములు కనపరుస్తుంటారు. మాంసం ఖరీదైనది. కానీ దాని రుచి ఎలా ఉంటుందంటే సింహంవలె పచ్చి మాంసాన్ని తినలేరు. దానిని వండటానికి ప్రత్యేకమైన విధానాలు కావలసి వస్తాయి, మసాలాలు వాడవలసి వస్తుంది. ఇలాంటి ఆహారాన్ని తీసుకునే వారి బుద్ధి కూడా మందగిస్తుంది, స్వభావం క్రూరంగా మారుతుంది.

మనిషి యొక్క స్వాభావిక ఆహారం శాఖములు, ఫలములు. వీటిని పూర్తిగా ఆ విధంగా తినలేకపోతే సజీవ ఆహారం (raw food), ఫలములు తినే ఆహారంలో సగం భాగం కంటే ఎక్కువగా ఉండాలి. ఖరీదైన పళ్ళు బీదవారు కొనడం కష్టమవుతుంది. మామిడి, జామ, అరటివంటి పళ్ళు ఆ ఆ ఋతువులలో తీసుకొనవచ్చు. అనేక కూరగాయలు పచ్చివి సాలాడ్ రూపంలో తినవచ్చు. కీర, టమాటో, లేత బెండ కాయలు, కారట్, ముల్లంగి, బీట్‌రూట్, కాబేజి పచ్చివే తినవచ్చు. ఉడికించవలసి వస్తే ఉడికినవి తినవచ్చు. సొరకాయ, బంగాళాదుంప, కాలీఫ్లవర్ వంటి కూరలను ఉడికించవలసిన అవసరం వస్తుంది. కాని వీటిని వేయించ కూడదు. దాని వలన వాటిలోని ప్రాకృతిక జీవనతత్వం నాశనం అవుతుంది. తిండి గింజలను యథాతథంగా తినడం సర్వోత్తమం. లేకపోతే తేలికగా మరపట్టుకోవాలి. లేకపోతే వాటిపై ఉండే పోషక పదార్థాలు పోతాయి. శనగలు, బఠాని, సజ్జలు, జొన్నలు పచ్చివి తినవచ్చు, వేయించి తినవచ్చు, గుర్తుంచుకోవలసినది ఏమంటే పై పొట్టులో, పోషక పదార్థాలు ఎక్కువగా ఉంటాయి. పప్పు పదార్థములలో దీనిని విశేషంగా గుర్తుంచుకోవాలి. వాటిని మొత్తం మొత్తంగానే వండుకోవాలి. వాటిపై పొట్టు, రెండు పప్పులను కలిపి ఉండే భాగం పోకుండా చూచుకోవాలి. గింజలను అంకురింప చేయడం చాలా తేలిక. రెండు రాత్రులు తడి గుడ్డలో కట్టి గాలిలో ఉంచితే అంకురాలు అవుతాయి, అప్పుడు వాటి అనేక గుణములు వృద్ధి చెందుతాయి. అంకురించిన గోధుమలు, శనగలు, పెసలు, వేరుశనగలు మొదలైన వాటిలో బాదంలో ఉన్నటువంటి పోషక పదార్థాలు లభిస్తాయి.

మూతలేని గిన్నెలలో ఉడికించటం వల్ల పదార్థములలోని పోషములలో అధికాంశము ఆవిరితో ఎగిరిపోతాయి. అందువల్ల

మూత పెట్టి వండటం ఉత్తమమైన పని. ఈ దృష్టిలో ప్రెషర్ కుక్కర్ వాడటం మంచిది. పాలు, పెరుగు మంచివి దొరికితే మంచిదే లేనిచో లోటును సరిదిద్దుకోవడానికి నువ్వులు, వేరుశనగ, సోయాబీన్, కొబ్బరి ఎక్కువగా పొడి చేసుకుని ఉపయోగించుకోవాలి. ఆకుకూరలు కూడా ఎక్కువగా ఉపయోగించుకోవాలి.

ఆహారంలో మసాలాలు వీలయినంత తక్కువగా ఉపయోగించాలి. ఇవి పొట్టలో వేడిని పుట్టిస్తాయి, స్వాదేంద్రియం (నాలుక) స్వభావాన్ని పాడుచేస్తాయి. దీనివల్ల కావలసిన దానికన్నా ఎక్కువగా తినే అలవాటు వస్తుంది. రుచికొరకు ఉప్పు, జీలకర్ర, ధనియాలు, పుదీనా, నిమ్మకాయ, అల్లం, ఉసిరి మొదలైనవి తగు మాత్రంలో ఉపయోగించు కోవచ్చు. ఎండుకారం, ఇంగువ, లవంగం వంటి తీక్షణమైన వస్తువులను దూరంగా ఉంచాలి. తెల్లని పంచదార బదులు బెల్లం, తేనె, ఖర్జూరం, ఎండుద్రాక్ష ఉపయోగించాలి. తెల్లని పంచదార విషంవలె హాని చేస్తుంది.

ఇప్పుడు చూద్దాం ఎలా తినాలో, ఎలా త్రాగాలో “అన్నాన్ని త్రాగాలి, నీటిని తినాలి” అనే పురాతన వాక్యాన్ని గుర్తుంచు కోవాలి. ఇది వినటానికి విచిత్రంగా ఉంటుంది. కాని ఇది నూటికి నూరుపాళ్ళు సత్యం. నోట్లోని ముద్దను 32సార్లు నమలాలి. ఎందుకంటే తీసుకున్న ఆహారం నోటిలో ఎంత బాగా నమిలితే అంత బాగా జీర్ణమవుతుంది. జీర్ణాశయంలో వలె నోటిలో కూడా జీర్ణరసాలు ఉన్నాయి. అవి సవ్యంగా పూర్తిగా తింటున్న ఆహారంలో కలిస్తే అన్నం తేలికగా జీర్ణమవుతుంది.

అన్నం నోటిలో సవ్యంగా నమలకపోతే, నోటిలో జరిగే పని సవ్యంగా జరగదు. అప్పుడు అది చేసే పని కూడా పొట్ట చేయవలసి వస్తుంది. అన్నం గబగబ తినటం అనేది ఒక చెడ్డ అలవాటు దాని వల్ల సమయం మిగలవచ్చునేమో కాని ఇది ఆరోగ్యంపై చెడు ప్రభావం చూపుతుంది. నీటిని తినాలి అని ఎందుకంటారంటే చమ్చాతో కొంచెం కొంచెం త్రాగుతున్నట్లయితే నోటిలోని లాలాజలం సముచితంగా సమిశ్రణం అవుతుంది. ఆహారంతో ఎంత నీరు త్రాగాలంటే తినే ఆహారం పలుచగా అవడానికి అవసరమైనంత వరకు. ఎక్కువగా నీరు త్రాగటం అనే పద్ధతి ఆహారం తిన్న ఒక గంట తరువాత జరుపుకోవచ్చు. నీరు కూడా ఆహారమే. దానితో

అవకాశాన్ని జారవిడుచుకోవడమే అసలైన విషాదం

కూడా పోషణ జరుగుతుంది, నీరు శరీరాన్ని శుభ్రం చేసే పనిలో సహాయం చేస్తుంది. మామూలు రోజులలో 8 గ్లాసుల నీరు, వేడి ఎక్కువగా ఉన్న రోజులలో 10-12 గ్లాసుల నీరు త్రాగితే మంచిది. నీరు పరిశుద్ధంగా, వడగట్టిన నీరై ఉండాలి. ఎక్కడయితే నీరు పరిశుద్ధంగా లేదని అనుమానముంటే నీటిని మరగించి, చల్లార్చి త్రాగాలి. నీటి బిందెలు కూడా శుభ్రంగా, స్వచ్ఛంగా ఉంచుకోవాలి.

ఎంత తినాలి? దీనికి సమాధానం ఉన్న ఆకలి కన్నా తక్కువ తినాలి. పొట్టలో సగం ఆహారంతో నిండాలి, 4వ వంతు నీటిలో, 4వ వంతు గాలి కొరకు ఖాళీగా ఉండాలి. పొట్ట ఉబ్బరించేటట్లు తింటే బద్ధకం కలుగుతుంది. నిద్ర పోవాలనిపిస్తుంది. ఆహారంతో స్పూర్తి రావాలి, కాని దాని బదులు బద్ధకం కలిగితే పొట్ట బరువుగా అనిపిస్తూ అవసరమైన దానికన్నా ఎక్కువ తిన్నట్లు లెక్క.

ఎంత ఎక్కువ తింటే అంత ఎక్కువ బలమొస్తుంది. అనుకుంటే పొరపాటే. అన్నం జీర్ణం అయిన తర్వాతే అది బలం ఇస్తుంది. ఎక్కువ తింటే ఆహారం పొట్టలో పడి ఉండి పొట్టమీద ఒత్తిడి కలిగిస్తుంది. శక్తి పొందటానికి బదులుగా నీరసం కలుగుతుంది. ఎప్పుడు ఏమి తినాలి? ఇంతకు ముందు తిన్న ఆహారం చక్కగా జీర్ణం అయి, పొట్ట ఖాళీ అయి మంచి ఆకలి వేసినప్పుడు తిరిగి ఆహారం తీసుకోవాలి. ఒకసారి భోజనం చేసి మరల ఆకలి వేసేదాకా ఆగాలి. జీర్ణ వ్యవస్థను సక్రమంగా ఉంచాలంటే భోజనం భోజనం మధ్య ఎక్కువ సమయం ఉండాలి. అప్పుడప్పుడు ఉపవాసం లేక సగం ఉపవాసం, జీర్ణక్రియను వృద్ధి చేసే ఔషధులను తీసుకోవడం చాలా మంచిది.

మనుష్యులు పని ఏమి లేకుండా ఖాళీగా కూర్చుంటే శరీరం సోమరి అవుతుంది, బద్ధకం పెరగటమేగాక మనస్సు వెర్రి మొర్రి ఆలోచనలు చేస్తుంది. ఇంగ్లీషులో ఒక సామెత ఉన్నది "empty mind is devils workshop" అంటే ఖాళీ మనస్సు దెయ్యాల దుకాణం అవుతుంది. ఇది అక్షరాల సత్యం. ఇలా పని ఏమి లేకుండా కూర్చునే వారిలో పేకాట మొదలైన వ్యసనాలు చేరతాయి.

ఉద్యోగం చేస్తున్న రోజులు, వ్యవసాయం చేస్తున్న కాలం లేదా వ్యాపారం చేస్తున్న కాలంలో ఆరోగ్యంగానే ఉంటారు.

కాని రిటైర్ అవగానే అనారోగ్యం మొదలవుతుంది. నిజంగా పనిలోనే ఆనందం, విశ్రాంతి లభిస్తాయి. ఏదైనా పనిలో ఆనందం పొందుతుంటే అది ఇంక పని కాదు, ఆట అవుతుంది.

ఎలాగయితే భోజనానికి, నిద్రకు, కాలకృత్యములకు సెలవు ఉండదో పనికి కూడా సెలవు ఉండకూడదు. పనిచేసే ప్రవృత్తి ఉంటే అలసట, విసుగు దూరం చేయగలము. క్రొత్త పనిలో కొత్త ఆనందం ఉంటుంది. అందువలన దినచర్యలోని పనులలో కొంచెం కొత్తదనం ఉండేటట్లు చూచుకోవాలి. లేచినప్పటి నుండి పడుకునే వరకు జీవితం వ్యవస్థీకృతంగా ఉంటే ఆనందం లభిస్తునే ఉంటుంది. విసుగు వచ్చే అవకాశమే కాదు, నీరసం రాదు. పెద్ద పనుల తర్వాత చిన్న పనులు, చిన్న పనులు తర్వాత పెద్ద పనులు ప్రణాళికబద్ధంగా వేసుకొంటే విసుగురాదు, అలసట రాదు. కొందరు వ్యవస్థీకృతంగా పనులు చేసుకుంటే తొందరగా అలసిపోతారని భావిస్తారు. కానీ ఇది తప్పు. ఉపయోగించకుంటే మిషన్లు కొంతకాలం తర్వాత త్రుప్పు పడతాయి, అసలు పనిచేయవు. ఉపయోగిస్తున్న మిషన్లు అలా నడుస్తూనే ఉంటాయి. మానవ శరీరానికి కూడా ఇలాగే అన్వయించుకోవాలి.

భావనలను ప్రతి పనిలో కలుపుకోవాలి. భోజనం చేసే సమయంలో దానిని భగవంతుని ప్రసాదంగా ప్రసన్నతా పూర్వకంగా స్వీకరించాలి. మీకు ఏదైనా ఇష్టం లేని పదార్థం వడ్డిస్తే దానిని ముందే తీసివేయమని చెప్పవచ్చు. భోజనానికి రుచి తక్కువగా ఉందని తింటున్న సమయంలో మూతి ముడుచుకోవడం తప్పు. కోపంతో కూడిన వాతావరణంలో భోజనం చేయడం హానికారకం. నవ్వుతూ ఆనందంగా చేసే భోజనం అతి సాధారణమైనదైనా ఆరోగ్యాన్ని పెంపొందిస్తుంది. ఒంటరిగా తినేదాని కన్నా పంక్తిలో కూర్చోని తినడం చాలా మంచిది.

బలవంతం చేస్తున్నారని ఎక్కువ తినకూడదు. ప్రేమతో కొందరు ఎక్కువగా తినిపించాలని చూస్తుంటారు. ఆ పదార్థం చాలా రుచిగా ఉండి ఉండవచ్చు. అలాంటి సమయంలో సమ్రుతతో వద్దని చెప్పాలి. అలా చేయకపోతే ఎక్కువగా తినడం వల్ల కలిగే దుష్ప్రణామాన్ని భరించవలసి వస్తుంది.

(సశేషం)

- పరమపూజ్య గురుదేవుల వాఙ్మయం 39 (1.1) నుండి

అనువాదం: అరుణా సీతారాం

'రేపు' అనే పేజి మన బ్రతుకు పుస్తకంలో ఉందన్న గ్యారంటీ ఏమి లేదు

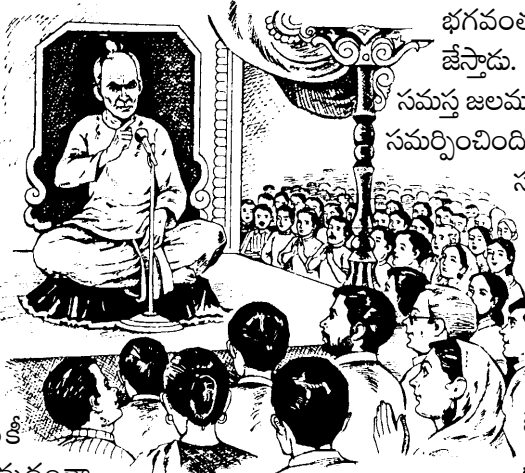
గాయత్రీయే కామధేనువు - 4

(గత సంచిక తరువాయి)

పూజ్యగురుదేవులు తమ విశిష్టమైన ప్రబోధముల ద్వారా 'భగవంతుని అనుగ్రహమును కేవలము ఆత్మను సంస్కరించుకొనుట ద్వారా మాత్రమే పొందగలము, మరే ఇతర ఉపాయముల వలన సాధ్యము కాదు' అని స్పష్టముగా చెప్పిన విషయమును మనము గత సంచికలో చదువుకున్నాము. మనిషి ఎల్లవేళలా, నిరంతరము తనను తాను సవరించుకుంటూ, మార్పుచేసుకుంటూ ఉండటమే ఆధ్యాత్మికత అని, పైపై ప్రదర్శనలు, చేయబడే పూజలు, పారాయణల ద్వారా భగవంతుడిని మోసగించలేమని గురుదేవులు తెలియజేస్తున్నారు. ఆధ్యాత్మిక జీవనపథములో పయనించటానికి నిర్ణయించుకున్న వ్యక్తుల జీవితములలో భగవంతుని కృప తప్పకుండా వర్షిస్తుంది. ఇందుకు తమ జీవితమునే ఉదాహరణగా చూపిస్తూ, 'మాయొక్క వ్యక్తిగత జీవితమును చాకలి బట్టను ఉతికినట్లు ఉతికాము. దూదేకులవాడు దూదిని ఏకినట్లు ఏకివేశాము. ఆ తరువాతనే మా జీవితములోకి ప్రకాశము అవతరించినది' అని పూజ్యగురుదేవులు తెలియజేశారు. 'శృంగి' మహర్షిని ఉదహరిస్తూ యుగములు పూజ్యగురుదేవులు 'సంస్కరించబడిన హృదయము కలిగిన వ్యక్తి వాక్కులో శక్తి-సామర్థ్యములు నిండుగా ఉంటాయి' అని కూడా తెలియజేశారు. ఎవరి జీవితములలోకి గాయత్రీమాత కామధేనువై విచ్చేస్తుందో చదువుదాము రండి!

మా జీవన మూలమంత్రము ఉదారత్వము

శ్రద్ధ, నిష్ఠలతో పాటు ఉదారత్వమును కూడా కలిగి ఉండాలని మా గురుదేవులు మాకు ప్రబోధించారు. ఉదార లేక దయా పూరిత జీవనము మాకు మూలమంత్రముగా నిలబడింది. మా స్వంత తెలివితేటలతో ఏదైతే మేము పొందగలిగామో, వ్రాయగలిగామో, వాటన్నింటి మీద ప్రజలందరికీ అధికారం ఉన్నది. మా వద్ద ఉన్నదంతా ప్రజలకు ఉపయోగపడే విధముగా తీర్చిదిద్దటానికి మేము శ్రమించాము. మాది అనబడే వస్తువేదీ మా వద్ద లేదు. ప్రజలు బుద్ధభగవానుని వద్దకు వెళ్ళి 'స్వామీ! మరణించిన పిదప మీరు ముక్తిని పొంది వైకుంఠమునకు చేరుకుంటారు కదా?' అని ప్రశ్నించగా, ఆయన 'నేను వైకుంఠమునకు వెళ్ళను కాక వెళ్ళను, మోక్షమనేదే నాకు అక్కరలేదు. మేము మరల జన్మిస్తాము, ప్రతీసారీ మరణమును స్వీకరిస్తాము. ఈ భూమండలములో ఏ ఒక్క వ్యక్తి అయినా కర్మ బంధనములలో చిక్కుకుని ఉన్నంతవరకు మేము మోక్షమును స్వీకరించము. అందరినీ రక్షించి, అందరికీ ముక్తిని ప్రసాదించి, అందరికన్నా ఆఖరుగా మేము ముక్తిని పొందుతాము' అని జవాబిచ్చారు. ఔదార్యము, ఉదారత్వము అంటే ఇదే! ఔదార్యము ఉన్న చోటనే



భగవంతుడు కూడా తన దయను వర్షింపజేస్తాడు. గంగానది తన వ్యక్తిత్వమును, తనలోని సమస్త జలములను ఈ యావత్ ప్రపంచము కొరకు సమర్పించింది. ఇక హిమాలయములు తమలో ఉన్న సకల ఓషధీ ప్రవాహములను గంగానదికి సమర్పించి, వీటిని కలుపుకొని ముందుకు సాగిపోవమని ప్రార్థించాయి. అలాగే మమ్మల్ని మేము వ్యాప్తి చెందించుకున్నాము. భగవంతుడు మా యందు తనని వ్యాపింపజేసుకున్నాడు. ఇదీ మా జీవనగాథ!

గాయత్రీ మహామంత్రములో ఏడు లక్షణములున్నాయి

'స్తుతామయా వరదా వేదమాతా ప్రచోదయంతాం, పావమానీ ద్విజానామ్, ఆయుః ప్రాణం ప్రజాం పశుమ్ కీర్తిమ్ ద్రవిణం బ్రహ్మవర్చసమ్ మహ్యమ్ దత్వా వ్రజత బ్రహ్మలోకమ్॥' అని సాక్షిపరముగా చెప్పబడుతున్నది. ఇక్కడ చెప్పబడిన ఏడు అంశములను, ఏడు ఫలములుగా గాయత్రీమంత్రము మాకు ప్రసాదించినది. అధర్వ వేదములో కూడా గాయత్రీమంత్రము ప్రసాదించగలిగిన ఈ ఏడు అంశములు ప్రస్తావించబడినవి. మా విషయములో కూడా ఈ ఏడు విషయములు నిజమని నిరూపించబడినాయి. ఇందులో మొదటిది 1) ఆయువు. అనగా దీర్ఘజీవితమును అందిస్తుంది. అవును నాయనా! మా జీవితము చాలా దీర్ఘమైనది.

సమర్పించుకున్న మాత్రాన తప్పు ఒప్పుయిపోదు

చెప్పటానికైతే 70 సంవత్సరములే గానీ, నిజానికి మా లోపల ఐదుగురు వ్యక్తులు పనిచేస్తున్నారు. ఆ ఐదుగురిని కలిపితే, బాహ్యంగా భౌతికముగా మేము ఒక్కరిగా కనబడుతున్నాము. మా అందరి వయస్సు కలిపితే 350 సంవత్సరములు. ఒక మనిషి 350 సంవత్సరములు బ్రతికితే ఎంత పని చెయ్యగలడో, అంత పనిని మేము ఈ ఒక్క జీవిత కాలములోనే చేశాము. మా లోపల ఒక వ్యక్తి నిరంతరము వ్రాస్తూనే ఉంటాడు. మేము వ్రాసినది ఎంతో ఉన్నది. వ్యాసభగవానులు 18 పురాణములు వ్రాశారు. ఆయన వేదాలు వ్రాయలేదు, పురాణములే వ్రాశారు. మేము 4 వేదములతోపాటు, 18 పురాణములను కూడా అనువాదము చేశాము.

మా లోపల ఉన్న ఐదు శరీరములు

మా లోపల ఒక వ్యక్తి సదా వ్రాస్తూనే ఉంటాడు. వ్రాతపని తప్ప మరేమీ ఉండదు. మా లోపలున్న మరియొకరు సంఘటితము చేస్తుంటాడు. సంఘటన అంటే జనమును కూడగట్టడము. ఎంత పెద్ద సంఘటన అంటే హిందూ దేశములో బహుశ దీనినే అతి పెద్ద సంఘముగా భావించ వచ్చు. మేము ఏర్పరచిన ఈ సంఘము భారతదేశము నుండి యావత్ ప్రపంచము వరకు వ్యాపించగలిగినది. సంఘమును ఏర్పరచడము ఎంత కష్టమైన పనో మీకు తెలియదు. మా లోపలున్న ఇంకొక వ్యక్తి సంఘమును ఏర్పరచి, దాన్ని స్థిరపరచినాడు. మంచి మంచి వ్యక్తులను ఎంపిక చేసుకొని, వారిని సంస్కరించి, ఒక హారముగా వారందరినీ సమకూర్చాడు. ఇది ఒక మనిషి చెయ్యటానికి జీవితకాలమంతా సరిపోతుంది. మేము ఈ పనిని 50 సంవత్సరములలో ముగించగలిగాము.

మా లోపల మరియొక శరీరము, ఇంత పెద్ద కుటుంబము యొక్క బాగోగులను పర్యవేక్షిస్తుంటుంది. మేము ఇంత పెద్ద కుటుంబమును ఏర్పరచినాము. ఈ కుటుంబములోని పిల్లలందరి బాగోగులు, వారిని తీర్చిదిద్దటము మొదలైన పనులన్ని ఉంటాయి. వారికి మిరాయిలు, చాకొలెట్స్, ఆట బొమ్మలు, రంగురంగుల బుడగలు తెచ్చి ఆహ్లాదపరచాలి. వీళ్ళకు కష్టము ఎదురైనప్పుడు కన్నీటితో మావైపు చూస్తారు. మా తండ్రిగారు ఎంతో సమర్థులు, మాకు తప్పకుండా సహాయము చేసి, ఈ కష్టమునుండి గట్టెక్కిస్తారు అని ఆశగా నిరీక్షిస్తారు. వారిని నిర్లక్ష్యము చేసి వదిలివేయకూడదు కదా!

సహాయము చెయ్యకుండా ఉండటమనేది మాకు అలవాటు లేదు. ఇంతవరకు ఎప్పుడూ అలా చెయ్యలేదుకూడా! మా సామర్థ్యమును అనుసరించి అందరికీ వారి వారి కోరికలను నెరవేర్చటము జరిగినది. ఏ ఒక్కరినీ కూడా మేము రిక్త హస్తములతో పంపించలేదు. ఈ నిజాయితీయే మా

భగవంతుడు. వచ్చినది ఎవరైనా, ఎలాంటి కోరికలతో వచ్చినా, వారు చెప్పినా, చెప్పకపోయినా మేము అందరికీ సహాయము చేశాము.

రాశిపోసిన తపశ్శక్తితో ఆశీర్వాదములు లభిస్తాయి

సహాయము చెయ్యటానికిగాను మేము, తపశ్శక్తిని కూడబెట్టుకొనవలసివస్తుంది. కూడబెట్టుకొనకపోతే మేము ఎలాంటి సహాయము చెయ్యలేము. కేవలము నోటిమాటతో ఆశీర్వాదములు ఫలించవు. అందుకోసము పుణ్యమును ధార పోయవలసి ఉంటుంది. రామకృష్ణపరమహంస తమ తపశ్శక్తిని యావత్తూ భక్తులకోసమే వినియోగించారు. తమకంటూ వారు ఖాతాలో కొంచెమైనా పుణ్యమును దాచుకోలేదు. ఫలితముగా ఆయన గొంతు క్యాన్సర్ తో బాధపడవలసి వచ్చింది.

మా వద్ద జమకూడిన తపశ్శక్తి లేకుండా మీకు ఆశీర్వాదములు, వరదానములు ఇస్తే అవి జరుగవు లేదా మేము వాటికి వెల చెల్లించవలసి ఉంటుంది. అందుచేత వెల చెల్లించటానికిగానూ మా లోపల ఒక వ్యక్తి ఎల్లప్పుడూ తపస్సులో నిమగ్నమై ఉంటాడు. నిరంతరము తపస్సు చేస్తూనే ఉంటాడు. రోజుకు 8 గంటలు తపస్సు చేస్తాము. తపస్సు ద్వారా సంపాదించిన పుణ్యములో మాకోసము కించిత్తైనా దాచుకోవాలని భావించకుండా మొత్తము మీకోసమే వెచ్చిస్తుంటాము. మీరు బాగుంటే, సంతోషముగా ఉంటే, మేము బాగుంటాము, మేము సంతోషముగా ఉంటాము. మీ అభివృద్ధియే మా అభివృద్ధి! మా లోపల ఒక వ్యక్తి హిమాల యములలో దేవతాత్ములుండే ప్రదేశములను అన్వేషిస్తుంటాడు. వారితోపాటే అక్కడే ఉంటూ, వారి సంరక్షణలో తపస్సు చేస్తూ ఉంటాడు. శక్తిని కూడగట్టుకుంటుంటాడు. ఇప్పుడు (ప్రస్తుతము) మేము (ఒక్కరుగా) మీ చెంత కూర్చుని ఉన్నాము. కానీ లోపల (అంతరంగములో) ఐదుగురు వ్యక్తులుగా విడిపోయి, వేరు వేరు క్షేత్రములలో పనిచేస్తుంటారు. విక్రమాదిత్యుని వద్ద ఐదుగురు 'వీరులు' ఉండేవారు. అల్లావుద్దీన్ చెంత 'జిన్న' ఉండేవాడు. సుకరాతు వద్ద 'డెవిల్స్' అనగా రాక్షసులు ఉండేవారు. మావద్ద కూడా ఐదుగురున్నారు. ఆ ఐదుగురు వ్యక్తుల శ్రమను వ్యక్తిత్వములో కలుపుకొని మేము ఈ జీవితమును జీవిస్తున్నాము. ఇప్పటికి 350 సంవత్సరముల కాలము జీవించాము. ఎటువంటి జీవితమును జీవించాము? అంటే దీర్ఘజీవితమును అనే చెప్పుకోవాలి. గాయత్రీ మంత్రము గాయత్రీ సాధకులు దీర్ఘజీవులవుతారని చెప్తున్నది. మేము దీర్ఘజీవులమే! డెబ్బది సంవత్సరముల వయస్సే అయినప్పటికీ 350 సంవత్సరముల జీవితమును జీవించగలిగాము.

ఎదుటివారిలో తప్పులు వెదకకండి

ప్రాణము అంటే ధైర్యము

ఆయువు తరువాత వచ్చేది ప్రాణము. ధైర్యమును ప్రాణము అనవచ్చు. మా హృదయములో అంతులేని ధైర్యమున్నది. 'ఓడలను తిరగబడేటట్లు చేసేది తుఫాను. అయితే ఆ తుఫానును కూడా ఎదుర్కొనగలిగినవాడు 'మనిషి' అని చెప్పినట్లు, మేము తుఫానులను కూడా ఎదుర్కొనగలిగాము. అవాంఛనీయతలకు, అనైతికతకు, మూఢ మాన్యతలకు వ్యతిరేకముగా మేము ఎదురొడ్డి నిలబడ్డాము. నలువైపుల నుండి వేగవంతమైన వ్యతిరేక ప్రవాహములు ఎంతగా మమ్మల్ని ముంచెత్తినా, ధైర్యముగా నిలబడగలిగాము. ఒక చిన్న పిట్టకు ఎంతటి ధైర్యముందంటే అది సముద్రమును కూడా ఎండగడతానని ధైర్యముగా పంతము పట్టింది. దాని చిన్న శరీరముతో సముద్రమును ఎండింప జేయటము సాధ్యమా! కానీ అగస్త్య మహర్షి సహాయముతో సముద్రమును ఇంకేటట్లు చేసి తన లక్ష్మ్యమును నెరవేర్చగలిగినది. ఆ చిన్న పిట్టకున్నటువంటి ధైర్యము, తెగువ, మనోబలము అందరికీ ఉండటము చాలా అవసరము.

గాయత్రీమంత్రము ద్వారా మాకు ప్రాణము (ధైర్యము) లభించినది. జీవితకాలమంతా మేము అన్యాయము, అవాంఛనీయత, చెడు సంప్రదాయములతో పోరాటం సాగించాము. జీవించి ఉన్నంతవరకు పోరాడుతూనే ఉంటాము. పరశురామునివలె గొడ్డలి తలపై ధరించి, ద్రోణాచార్యునివలె ఒక చేతిలో వేదములను, మరొక చేతిలో ధనుర్బాణములను ధరించి, ఎంతో ధైర్యముతో ముందుకు సాగిపోతున్నాము. ఇదే గాయత్రీమంత్రము మనకు అందించే ప్రాణము.

గాయత్రీ మంత్రములోని ఆయుః, ప్రాణము తరువాత వచ్చే వరదానము - ప్రజాం. ప్రజాం అంటే సంతానము. మీరందరూ మా సంతానమే! ఎంతోమంది లెక్క తెలియదు. ఒకసారి 5 లక్షలమంది అనిపిస్తుంది. మరొకసారి 50 లక్షల మంది నా స్వజనులు అనిపిస్తుంది. ఇంతమంది సంతానమును గాయత్రీమంత్రము మాకు ప్రసాదించినది. ఆయుః, ప్రాణమ్, ప్రజామ్, పశుమ్, కీర్తిమ్-అనగా తరువాత వచ్చేది కీర్తి. నాయనా! మా కీర్తి భారతదేశములోకి, యావత్ప్రాప్రపంచము లోకి ప్రవేశించినది. ప్రపంచములోని ఏ విశ్వవిద్యాలయమునకు వెళ్ళినా 'అనితరసాధ్యమైన రెండు పనులను నిర్వహించిన ఒకే ఒక వ్యక్తి గురించి అందరికీ తెలుసు.' ప్రాచీన ఋషుల సాహిత్యమును అనువాదము చేయటము ఒక పని అయితే, ఆధ్యాత్మికతను విజ్ఞానముతో అనుసంధానం కావించగలిగి ఆశ్చర్యమును సంభవము చేయగలగటము రెండవ పని!

విజ్ఞానము-ఆధ్యాత్మికతల సమన్వయము

విజ్ఞానము అనగా సైన్స్, ఆధ్యాత్మికత ఇవి రెండూ ఒకదాని కొకటి విరుద్ధముగా ఉంటుంటాయి. మేము ఈ రెండింటినీ మిళితము చేస్తున్నాము. ప్రపంచమును దిగ్భ్రమకు గురిచేసే ఒక క్రొత్త ధార ప్రవహించినది. సామ్యవాదమును తయారు చేసిన కార్లమార్బ్, ప్రజాస్వామ్యమనే పదమునకు జన్మనిచ్చిన రూసో మొదలైనవారి కీర్తి ఇప్పటికీ జీవంతమై ఉన్నట్లే, ఆధ్యాత్మికతను విజ్ఞానముతో మిళితము చేసి ప్రపంచమునకు ఒక క్రొత్త దిశాధారను అందించిన మా యొక్క యశస్సు (కీర్తి) కూడా తప్పకుండా జీవంతమై ఉంటుంది. రాబోయే క్రొత్తయుగమునకు ఎలాంటి ఆలోచనలు అవసరమో వాటిని మేము క్రొత్త విధానముతో అందిస్తాము. మేము, మాతోపాటు మా యశస్సు కూడా రాబోయే యుగాలలో జీవించియే ఉంటుంది.

కీర్తి తరువాత వచ్చేది 'ద్రవిణమ్'- అనగా ధనము. గాయత్రీమాత మాకు పుష్కలముగా ధనమును ప్రసాదించింది. ఆ ధనముతోనే గాయత్రీ తపోభూమి, శాంతికుంజ్, బ్రహ్మ వర్చస్... మొదలైన భవనముల నిర్మాణములన్నీ జరిగినాయి. ఇంకా కొంత ధనము ఇతర కార్యక్రమములకై కేటాయించి ఉంచాము. అయితే డబ్బుకోసము మేము ఇంతవరకు ఎవ్వరినీ అడగలేదు. మనకు అవసరమైన ధనము ఆ గాయత్రీమాతయే సమకూర్చుతుందని మా విశ్వాసము. మళ్ళీ మనము గాయత్రీమాత ప్రసాదించే వరదానముల వద్దకు వడ్డాము. 'ఆయుః ప్రాణమ్ ప్రజామ్ పశుమ్ కీర్తిమ్ ద్రవిణమ్ బ్రహ్మ వర్చస్' - ఏడవ వరదానము 'బ్రహ్మవర్చస్సు'! అనేదానిని ఒక్క గాయత్రీమాత మాత్రమే ప్రసాదించగలదు. ఈ ఏడవ వరదానమును మేము జీవితపు ఆఖరిదినములలో పొందగలిగాము. మేము పొందిన ఈ వరమును ఇతరులకు అందించాలనీ, వ్యాప్తి చెందించాలనీ కోరుకుంటున్నాము. అందుచేతనే ఉద్ధాటనాశిబిరమునకు మిమ్మల్ని రమ్మని ఆహ్వానించాము. గాయత్రీమంత్రము మూడుకాళ్ళపై నిలుస్తుంది. 'శ్రద్ధ, ప్రజ్ఞ, నిష్ఠ' - వ్యక్తిత్వము, భావన, ఆలోచనలు. సత్కర్మలు, సద్భావనలు, సద్విజ్ఞానము. మీరుగనుక ఈ మూడింటినీ సమన్వయము చెయ్యగలిగితే, మీకు మా ఆశీర్వాదము, వరదానము ఉంటుంది. ఈ ప్రకారముగా గాయత్రీ మంత్రము ద్వారా మాకు లభించినవన్నీ మీరు కూడా పొందగలరని చెప్తూ, ఈ ప్రసంగమును ముగిస్తున్నాము.

- అఖండజ్యోతి, జనవరి 2013
అనువాదం: శ్రీమతి కృష్ణకుమారి

చేసిన తప్పును ఒప్పుకోవాలి

సామూహిక సాధనతోనే చీకట్లు తొలుగుతాయి

ప్రతి ఒక్కరు విపత్తు నిర్వహణ (డిసాస్టర్ మానేజ్మెంట్) కోసం నడుం కట్టినప్పుడు, ఆధ్యాత్మిక శక్తులు మాత్రం నిష్క్రియంగా ఎందుకుండాలి? ఆధ్యాత్మిక తత్వజ్ఞానం గురించిన బోధ కలిగిన వారికి విపత్తులు అకస్మాత్తుగా రావని తెలుసు. అంతరిక్షంలో ఎక్కడో, ఎప్పుడో వాటి బీజారోపణ ముందే జరిగి ఉంటుంది. దృశ్య జగత్తులో ఈ మహావిపత్తుల ఉగ్రరూపం బహిర్గతమయ్యే ముందే అవి అదృశ్య జగత్తులో తమ అస్తిత్వాన్ని స్థాపించు కుంటాయి. మేఘాలు దట్టమైన మబ్బులుగా మారి వర్షించడానికి ముందే సుదూర ఆకాశంలో వాటి ఆకారాలను రూపుదిద్దు కుంటాయి. వినాశకరమైన విపత్తులు ఎక్కడైనా, ఏ రూపంలో కనిపించినా, స్థూలంగా బహిర్గతమయ్యే ముందే సూక్ష్మంలో తమ ఆకారాలను అల్లుకుంటాయి. ఇవే కాదు, నిజానికి అన్ని సంఘటనలు సూక్ష్మంలో ముందే తమ ఆకృతులను రూపుదాల్చుకుంటాయని ఆధ్యాత్మికవేత్తలు, దివ్యదృష్టి కలిగినవారు అందరూ ముక్తకంఠంతో అంగీకరిస్తారు. సూక్ష్మంలోనే వాటిని రూపుమాపకపోతే, అవి స్థూలంలో, భౌతిక ప్రాపంచిక జీవితంలో వెల్లడవడం తథ్యం.

వ్యక్తిగత జీవనమైనా, సామూహికమైనా, అన్నిచోట్లా సూక్ష్మమైన అదృశ్య ఘటనాక్రమమే స్థూలంలో, దృశ్య జీవితాలలో ప్రకటితమవుతుంది. ప్రతిచోట, ప్రతిఒక్కరి జీవితంలో, భూ ప్రపంచంలోని మూలమూలాలూ ఈ ఆధ్యాత్మిక సిద్ధాంతం రూపుదాలుస్తుంది. అందుకనే ఆధ్యాత్మిక విద్యలోని మర్మజ్ఞులు, ఆత్మదర్శులైన ఋషులు వ్యక్తిగతంగా మరియు సామూహిక స్థాయిల్లో సూక్ష్మజగత్తును మెరుగు పరుచుకోవడం, వికసింపచేసుకోవడానికి ప్రాముఖ్యతనిచ్చారు. ఆధ్యాత్మిక జీవనం కోసం చెప్పబడ్డ ఉపాసనలు, ప్రార్థనలు, ధార్మిక కర్మకాండలు మొదలైన వాటి ఔచిత్యం, ఉద్దేశం కూడా ఇదే. వ్యక్తిగత జీవితంలో అయితే, వ్యక్తిగత స్థాయిలో చేసిన తపో సాధన, ఉపాసన ఖచ్చితమైన పరిణామాలను దర్శింపచేస్తాయి. వాటి ఆధారంగా వ్యక్తిగత జీవితాలను సవరించుకోవచ్చు.

అశుభాన్ని రూపుమాపి, శుభాన్ని మరింత చక్కగా మలచుకోవచ్చు. కానీ సమాహం విషయంలో మాత్రం ప్రయాస కూడా సామూహికంగానే ఉండాలి.

మన గాయత్రీ పరివారం వ్యక్తిగత స్థాయిలో మరియు సామూహిక స్థాయిలో చేయవలసిన సాధనల రెండు కోణాలను చాలాకాలం నుండి అభ్యసిస్తోంది. ఎప్పుడు దేశం మీదకు ఎలాంటి విపత్తులు వచ్చిపడ్డా, మన పరిజనులు మార్గదర్శకుని ఆహ్వానం మీద వ్యక్తిగత లాభాల లోభం వదులుకుని, సామూహిక అవసరానికే ప్రాధాన్యతనిచ్చారు. 1962 లో వచ్చిన అష్టగ్రహకూటమే కాని, చైనా ఆక్రమణే కానీ. 1965, 1971లో పాకిస్తాన్ అపవిత్ర ఉద్దేశాలే కాని. వాటన్నిటినీ నిస్తేజపరచడంలో, రూపుమాపడంలో గాయత్రీ పరివార సభ్యుల సామూహిక ఆధ్యాత్మిక సాధన ఎల్లప్పుడు అగ్రస్థానంలో నిలిచింది. 1988 నుండి 2000 వరకటి దీర్ఘకాలంలో కొనసాగిన ప్రజ్ఞా పురశ్చరణ దీనికి అత్యున్నత ప్రమాణం. ఎందరో భవిష్యవేత్తలు, దివ్యదృష్టి కలిగినవారు ఈ కాలం ఎంతో ప్రమాదకరమైనదని, అస్తవ్యస్తతతో కూడుకున్నది అన్నారు. కాని ఈ ప్రజ్ఞా పురశ్చరణ ప్రభావంతో లెక్కలేనన్ని ఆపదల భీభత్సం అంతరిక్షంలోనే మటుమాయమయ్యాయి.

మొన్నమొన్ననే హిమాలయాలలోని కేదార్ నాథ్ లో చవిచూసిన ఆపద మనందరినీ మళ్ళీ కళ్ళు తెరుచుకొమ్మని హెచ్చరిస్తోంది. అంతరిక్షంలో మళ్ళీ చీకట్లు గాఢంగా అలుము కున్నాయని సూచించింది. సూక్ష్మ జగత్తులో ఆసురీ శక్తులు మళ్ళీ సవాలు విసురుతున్నాయి. వాతావరణాన్ని విపహారితం చేసే కాలుష్యం నేడు ప్రమాదపు అంచులన్నిటినీ (డేంజర్ జోన్) దాటేసింది. ఈ విపత్తును నేలమట్టం చేసి, రూపుమాపడానికి మళ్ళీ సామూహిక అమృతవర్షిణీ తపోసాధన చాలా అవసరం. మహాకాలుడు తన లీలా సహచరులను మళ్ళీ ఆహ్వానిస్తున్నాడు. మర్యాదా పురుషోత్తముడైన రామునికి మళ్ళీ వానరుల సహాయం

మంచివాడు ఇతరులను పొగుడుతూ వారిలోని మంచితనాన్ని ఇనుమడింప చేస్తాడు

కావాలి. గోవర్ధనగిరిధారి గోపాల బాలలను మరల పిలుస్తున్నాడు. లోక కళ్యాణానికి భారీ తపస్సు అవసరమైంది, అది ఏ ఒక్కరి వల్లనో సాధ్యం కాదు. దీనికి మన పరిజనులందరి సామూహిక సహకారం, పరిశ్రమ కావాలి.

మనందరి సాధనకు ఆధారం ఎప్పుడైనా గాయత్రీ మంత్రమే. దీని తీవ్రత, తేజస్సు, ఆశ్చర్యకర పరిణామాలను మనలో ప్రతి ఒక్కరి అనుభవంలోనికి వచ్చింది. ఈసారి కూడా మన సామూహిక సాధనకు ఆధారం ఇదే. మంత్రం యొక్క శబ్దశక్తి గురించి మొట్టమొదటి ఆఖండజ్యోతి నుండే ప్రచురించబడుతోంది. వైజ్ఞానికులు కూడా శబ్దతరంగాలు, ధ్వని రూపాలు, వాటి శక్తి యొక్క ప్రభావాన్ని వివిధ ప్రయోగాల ద్వారా నిరూపించారు. మంత్ర సాధన విషయానికొస్తే, గాయత్రీ మంత్ర సాధనలోనైతే శబ్దాలు, ధ్వని అధిక శక్తి కలిగి ఉన్నవే. ఉచ్చారణ చేస్తున్న శబ్దాలదైతేనేమి, ధ్వనిదైతేనేమి, వాటి యొక్క ప్రభావపూరిత శక్తికి భౌతిక స్వరూపమే ఉంటుంది. కాని దీనికి సాధకుల భావనలు, ఆలోచనలు, అంతరాత్మ యొక్క సంకల్పశక్తితో పాటు సంచిత పుణ్యం కూడా తోడైతే ఇక అద్భుతాలన్నీ వాటంతటవే జరిగిపోతుంటాయి. అసంభవం అనిపించినవన్నీ సంభవమైపోతూ ఉంటాయి.

ఈసారి సామూహిక పరిశ్రమతో సూక్ష్మజగత్తును శుద్ధీకరించడం, వికసింపజేయడాన్ని సంభవం చేయాలి. ఇప్పుడు ఈ పని ఎంత క్లిష్టమైనదిగా, కఠినంగా కనిపించినా, మహాకాలుని సహచరులమైన మనందరము కలిసి పూర్తి చేయగలం. పని ఆయనది, సంకల్పము ఆయనదే, మనము నిమిత్తమాత్రులుగా నిలవాలి, అంతే. మన పరిజనులందరికీ ఒక నిజం చెప్పాలి, మనం ఇక్కడ ఈ మాటలు రాసుకుని, చదువుకునేలోపే మహాకాలుడు స్వయంగా చాలావరకు పని పూర్తి చేసేసాడు. ఇప్పటికే ఎన్నో భయానక, వినాశకర ఆపదలు దారి మళ్ళించబడ్డాయి. ఆ భయంకరమైన, వినాశకరమైన పరిణామాలను చిన్న చిన్న ముక్కలుగా విరిచేసి నిష్ప్రభావం చేయబడ్డాయి. 2013, 2014 ప్రాకృతిక విపత్తుల సంవత్సరం అనేది నిజం. అయితే ఈ విపత్తుల వినాశనం ఏదో ఒక దేశమే అనుభవించక్కర్లేదు. ఇంత చేసాక కూడా, చేయవలసినది చాలానే మిగులున్నది. దీనికోసం మనందరం జట్టుకట్టాలి.

మనందరిలోకి అనుభవజ్ఞులైన పరిజనులు మొదటి పంక్తిలో నిలబడాలి. చిన్న చిన్న సాధకుల సమూహాలను

ఎప్పరిచి ఐదేసి రోజుల సాధనా శిబిరాలను ఏర్పాటు చేయాలి. ఈ కార్యక్రమాల్లో పాల్గొన్న వారందరూ, గాయత్రీ మంత్ర సాధనతో పాటు తమ ప్రాణశక్తిని, ఆలోచనాశక్తిని, భావనాశక్తిని కలగలిపి సూర్యశక్తిని భారీగా వినియోగించాలి. వారు సాధించిన సూర్యుని ప్రచండశక్తి అనంతమైన అంతరిక్షాన్ని సంస్కరిస్తోంది అనే భావాలను బలపరచాలి. సూర్యశక్తి ప్రభావం వల్ల వినాశకర అంధకారమంతా పటాపంచలవుతోంది. ఆసురీ శక్తులు నాశనమవుతున్నాయి, పారిపోతున్నాయి. అంత రిక్షంలో మళ్ళీ ప్రకాశం, ప్రేరణల ప్రవాహం వృద్ధిచెందుతోంది.

మన శక్తి పీఠాలు, ప్రజ్ఞా పీఠాలలోనే కాక వ్యక్తిగత స్థాయిల్లో కూడా ఈ కార్యక్రమాలు ఏర్పాటు చేసుకోవచ్చు. ఇప్పుడు ఈ కార్యక్రమాలు ఐదేసి రోజులగా ఉండడం సబబు. ఈ ఐదు రోజుల్లో పాల్గొనే సాధకులు అందరూ స్వార్థం, లోభం, అహంకారం, మోహ భావాలను, ఆలోచనలు తమ చుట్టుపక్కలకు రానివ్వకూడదు. అందరి మనస్సులలో సమస్త ప్రపంచ సంక్షేమం గురించిన ఆహ్లాదకరమైన అంతర్ధారలే ప్రవహించాలి. అందరూ కలిసి గాయత్రీ మంత్ర శక్తి ద్వారా సూర్యశక్తిని వినియోగించి అంతరిక్షాన్ని ప్రకాశవంతం చేస్తున్నామనే భావం నిరంతరం ఉండాలి. అందరి సమిష్టి సంకల్పం మహాకాలుని మహాత్ సంకల్పంతో ముడిపడి ఖచ్చితంగా ఆశ్చర్యకర పరిణామాలను చూపిస్తుంది. దీని ప్రభావంతో ఖచ్చితంగా వినాశకర విపత్తులపై అడ్డుకట్ట పడుతుంది. ఆసురీ తీవ్రవాదపు ఇష్టారాజ్యం కొనసాగదు. నిజానికి ఈ ప్రణాళిక పార్థసారధునిది. పార్థుడు, 'కరిష్యే వచనం తవ' అన్న ప్రతిజ్ఞ చేసి ఈ సాధనా సమరంలో కీర్తిని, యశస్సును చేజిక్కించుకోవాలి.

- అఖండజ్యోతి, సెప్టెంబరు 2013
అనువాదం: శ్రీ ఎం.వి.ప్రసాద్, జయలక్ష్మి

యోగోశక్తి గాయత్రీ
మాస పత్రిక చదవండి !
చదివించండి !!

స్వేచ్ఛ అంటే ఇష్టం వచ్చినట్లు ప్రవర్తించడం కాదు



ఆరోగ్యమే మహాభాగ్యం - 31

హోమియో వైద్య సేవ

— గర్భాశయ కంతులు-హోమియో చికిత్స —

గర్భాశయ కంతులు (క్యాన్సర్ లక్షణాలు లేకుండా) వివిధ పరిమాణాల్లో నెమ్మదిగా పెరుగుతుంటాయి. ఇవి సాధారణంగా గర్భాశయం గోడలలో లేదా గర్భాశయ కుహరం (కావిటీ) లోపల లేదా గర్భాశయ ద్వారం (సర్విక్స్) గర్భాశయ కింది భాగంలో లేదా కొన్ని సందర్భాలలో గర్భాశయం వెలుపల కూడా పెరుగుతుంటాయి. వీటిని ఫైట్రోమియోమా, మియో ఫైట్రోమా, పైజోలియా మియోమా అని కూడా అంటారు.

40 సంవత్సరాల వయస్సుగల మహిళల్లో 20% నుండి 25% మందికి రావడం ఈ రోజులలో సహజం అయింది. ఈ సమస్య సాధారణంగా 50% మంది మహిళలకు వస్తున్నది. పెద్ద శస్త్రచికిత్స జరగడానికి దారి తీస్తోంది. 30 నుండి 50 సంవత్సరాల మధ్య వయసుగల మహిళలలో ఈ సమస్య కనిపిస్తున్నది.

కంతులు లేదా నిరసాయ కంతులుగల రోగులకు ఎటువంటి లక్షణాలు కనిపించవు. డాక్టర్లు అల్ట్రా సోనోగ్రఫీ పరీక్షచేయుట ద్వారా గర్భాశయ కంతులను గుర్తిస్తారు. అధికమైన, తీవ్రమైన, ప్రమాదరహితమైన లేదా దీర్ఘకాల రక్తస్రావం, గర్భాశయం బరువుగా అనిపించడం. సాధారణంగా పొత్తి కడుపులో నొప్పి, రతి సమయంలో నొప్పి, ఉబ్బడం, వంధ్యత్వం, తరచుగా మూత్రం రావడం, తరచుగా మల విసర్జనకు వెళ్ళాలనిపించడంతోపాటు పేగులలో నొప్పి.

అధిక రక్తస్రావం కారణంగా రక్తహీనత, గర్భధారణ సమయంలో గర్భస్థ పిండం ఎదుగుదల సవ్యంగా జరగక పోవచ్చు, ప్రసవ సమయంలో సమస్యకు దారి తీయవచ్చు. గర్భాశయ కంతులకు సాధారణంగా అల్లోపతి అందించే పరిష్కారం శస్త్రచికిత్స. ఇది సాధారణంగా గర్భాశయ తొలగింపు అనగా శస్త్రచికిత్స ద్వారా పూర్తి గర్భాశయాన్ని తొలగించడంగా ఉంటుంది. కొన్ని సందర్భాలలో మియోమెక్టమీ అనగా

కంతులను మాత్రమే తొలగించడం జరుగుతుంది. మియోమెక్టమీ చేసిన 5 సంవత్సరాల తరువాత సుమారు 50% కేసుల్లో కంతులు తిరిగిరావడం సాధారణం. శస్త్రచికిత్స ద్వారా గర్భాశయ తొలగింపు మెనోపాజ్ దశకు చేర్చినట్లవుతుంది.

దీని ద్వారా హాట్ ఫ్లాషెస్, తలనొప్పి, ఉద్యేగాలలో మార్పు, నిద్రలేమి, నిద్రాభంగం, చెమటలు పట్టడం, భావోద్వేగాలకు లోనుకావడం, వాంఛ లేదా కామాసక్తి తగ్గడం, యోని ఎండిపోవడం, తెల్లబట్ట, శారీరిక అస్వస్థత, మొటిమలు, అవాంఛిత రోమాల పెరుగుదల, డీపర్ వాయిస్ మరియు ఆస్టియోపోరోసిస్ (Osteoporosis-ఎముకలు మెత్తబడుట) వంటి సమస్యలు ఉత్పన్న మవుతాయి. రోగి శస్త్ర చికిత్స ద్వారా గర్భాశయ తొలగింపు నిరాకరిస్తే, అల్లోపతి హోమోస్ మందులు, ఎస్ఎస్ఐలు, గర్భ నిరోధక మాత్రలను సూచిస్తుంది. ఇవిపైన తెలిపిన దుష్ప్రభావాలతోపాటు మెనోపాజ్ దశకు చేరుకునేలా చేస్తాయి. కంతులు అధిక స్థాయిలో పెరగడానికి ముందే హోమియోపతి చికిత్సా విధానం కంతుల పెరుగుదలను నియంత్రించడంతో పాటు ప్రస్తుతం ఉన్న వాటి పరిమాణాన్ని నెమ్మదిగా, క్రమంగా తగ్గిస్తుంది. హోమియోపతి మందులు అధిక రక్తస్రావం కారణంగా వచ్చే రక్తహీనత, మూత్ర సంబంధ సమస్యలు నిరోధిస్తుంది.

సలహాల కొరకు సంప్రదించవచ్చిన చిరునామా

డా॥ డి. 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 పెంచు కోవడానికే. దయచేసి స్వంత వైద్యం ప్రయత్నించవద్దని మనవి.

అచంచలమైన ఆత్మ విశ్వాసం అన్నింటికన్నా మిన్న

సత్సాహస - సంఘర్షణ ప్రకరణం

బ్రహ్మవిద్య మహత్వాన్ని, బ్రహ్మజ్ఞానం యొక్క అనుగ్రహాన్ని తెలుపుతూ దుర్వాసుల వారు, పిప్పలాదుడు మొదలైన శిష్యులు అడిగిన ప్రశ్నకు సమాధాన రూపంలో తెలిపిన “పంచ దినముల ఆరణ్యకం” ద్వారా ఆధ్యాత్మికత, ఆది దైవికము, ఆది భౌతికము మొదలైన అంశములు, ప్రతి మానవుడిని ఆలోచింపజేస్తుంది. ఆ అపూర్వ జ్ఞానాన్ని తెలుసుకున్న ముముక్షువులు (మోక్షమును గోరేవారు) తప్పక జ్ఞాన సంపన్నులు కాగలిగారు.

**ప్రతిపాదితం తయాయాచ్చ తదాధ్యత్మిక వైభవమ్ ।
గరిమా పంచశీలస్య సావధానై రబుద్ధయత్ ॥ 91**

మహర్షుల వారు ప్రతిపాదించిన పంచ సూత్రముల ద్వారా బ్రహ్మజ్ఞాన విశిష్టత, ఆధ్యాత్మిక వైభవము శ్రోతలకు అద్భుతమైన రీతిలో అర్థమై, తాత్విక ఆనందాన్ని పంచింది. ఆ స్ఫూర్తితో యోగులు, జ్ఞానులు, మునులు తమ తాత్విక చింతనా మార్గంలో వివిధ ప్రక్రియల ద్వారా ముక్తిని పొందే ప్రయత్నం చేయగలరు. పురాణముల ద్వారా, ఇతిహాసముల ద్వారా, కావ్యాల ద్వారా, నాటకం (రూపకము) ద్వారా, గానం ద్వారా, యోగం ద్వారా, ధ్యానం ద్వారా ఎలాంటి ప్రక్రియ ద్వారా నైనా, ముక్తి మార్గమును ఎంచుకోవడమే ఈ ఆధ్యాత్మికత యొక్క పరమార్థం.

**ఆధ్యాత్మికత్వమాస్తిక్యం, ధార్మికత్వముదారహ్యత్ ।
భక్తి భావస్తుయ తస్యానౌచిత్యాస్యాపి సంముఖే ॥ 92**

ఆధ్యాత్మికత, ఆస్తికత, ధార్మికత్వము, భక్తి భావన, అనౌచిత్యము అనే పంచశీల సూత్రాలు దుర్వాసుల వారి ద్వారా వివరించబడ్డాయి. తొలిదశలో ఆత్మతత్వాన్ని గురించి కలిగే భావన, దాని గురించి యోగులు చేసే శోధన, పరమాత్ముని (భగవంతుని) అస్తిత్వము (ఉన్నాడా? లేదా?) అనే వాదానికి తావు లేనిది), ధర్మ పరాయణత, ఉదారభక్తి భావన, వీటి ద్వారా వర్తమాన సమాజంలో ఎదురయ్యే అనౌచిత్య, ప్రతికూల పరిస్థితులు సవివరంగా తెలియజేయబడ్డాయి.

**సంఘర్షణీలతాం ప్రాప్తం ప్రతినస్తేభవన్ సమే ।
సంస్కృతేర్దేవ తానాంతు నిర్ధారణ గణస్యతు ॥ 93**

సంఘర్షణ, శీలత్వ రక్షణ అనే విషయాలపై అవగాహన పెంచుకునే దిశలో ప్రతాన్ని చేసే నిష్ఠతోకూడిన వారై ముందుకు పయనించాలి. ప్రతికూల, అనుకూల స్థితిగతుల సంఘర్షణ, అనేక ఆకర్షణల నుండి, లౌకిక భవబంధాల నుండి శీలరక్షణ, సంస్కృతి, దైవత్వ చింతన అనే సాధనా మార్గాలను ఎంపిక చేసుకున్నప్పుడే, బాహ్య ప్రపంచంలోను, ఆంతరంగిక ప్రపంచం లోను స్థిర చిత్త భావన కలుగుతుంది.

**ఆలోకం ప్రతివేశ్మాధ గత్వా లోకస్య మానసే ।
సంస్థాపితం ప్రవజ్ఞాయాయాం చర్చాయాంతేచలన్ముదా ॥ 94**

ప్రతి వ్యక్తి మనస్సులో, దేహమనే ఇంటింటా ఈ భక్తి భావన సుస్థిరంగా నాటుకోవాలి. ఆధ్యాత్మిక బీజాలను నాటడం ద్వారా, సంస్కృతి, సంప్రదాయాలు అనే ఫలాలను, సదాచారము, సంస్కారమువంటి పుష్పాలను పంచే వృక్షాలతో జ్ఞానవనంగా ఈ లోకాన్ని మార్చగలగాలి.

**ఇత్థం పంచదినస్యేదం సత్రమారణ్యకం బృహత్ ।
సోత్సాహం చ సముల్లాసం సాఫల్యం సముపేయివాన్ ॥ 95**

ఈ విధంగా అయిదు రోజుల ఆరణ్యకం అనే మహత్తర విషయంపై చర్చ. అత్యంత ఉత్సాహవంతంగా, ఉల్లాసమైన రీతిలో కొనసాగి, అందరికీ (ఇటు బోధించేవారికి, అటు వినేవారికి) సాఫల్యాన్ని చేకూర్చింది. వీటిని అవగాహనతో ఆచరిస్తే మన జన్మ పరిపూర్ణత చెందుతుంది.

ః ఆరవ అధ్యాయం సంపూర్ణం :

- పూజ్యగురుదేవుల వాఙ్మయం “ప్రజ్ఞోపనిషద్” నుండి
అనువాదం: సాధన సరసింహాచార్య

శ్రేష్ఠత్వం

శ్రేష్ఠత్వములే ధారణ చెయ్యడానికి యోగ్యమైనవి. దీనివలన లౌకిక జీవితంలో సమృద్ధి, సామూహిక వికాసం లభిస్తాయి. ఆత్మ కళ్యాణ మార్గం ప్రశస్తమవుతుంది.

- అఖండజ్యోతి, జూన్ 1993

మంచిని హత్తుకోవాలి, చెడును వదిలించుకోవాలి

నరసింహ శతకం-నవనీత సూక్తం - 3

భక్తులు సాధారణంగా కష్టాలు తీర్చమంటూ, లేదా సంపదలు ఒసగమంటూ, ఆరోగ్యాన్ని ఇమ్మంటూ, ఈతి బాధలు లేకుండా చేయమంటూ నోములు, వ్రతాలు, పూజలు చేస్తూ ఉంటారు. రాక్షసులు మృత్యువు లేకుండా చేయమని తపస్సు చేయడం పరిపాటి. అయితే జర, మృత్యు, పునర్జన్మలకు అతీతమైన మోక్షాన్ని కోరడమే నిజమైన భక్తి. నారదుడు, ప్రహ్లాదుడు, ధృవుడు, మార్కండేయుడు, హనుమంతుడు ఈ కోవకు చెందిన చిరంజీవులే. ఇదే భావాన్ని ఈ పద్యంలో ఇలా వివరించాడు శేషప్ప కవి.

సీ॥ ఐశ్వర్యములకు నిన్ననుసరింపకగ లేదు
 ద్రవ్యమిమ్మని వెంటడదగుల లేదు
 కనకమిమ్మని చాలాగగ్గపెట్టగలేదు
 పల్లకిమ్మని నోట పలుకలేదు
 సొమ్ములిమ్మని నిన్ను నమ్మి కొల్వగలేదు
 భూములిమ్మని పేరు పొగడలేదు
 బలములిమ్మని నిన్ను బ్రతిమాలగా లేదు
 పనుల నిమ్మని పట్టుబట్టలేదు

తే॥ నేను కోరినదొక్కటేనీలవర్ణ
 చయ్యనను మోక్షమిచ్చిన చాలు నాకు
 భూషణ వికాస! శ్రీధర్మపుర నివాస
 దుష్ట సంహార! నరసింహ! దురితదూర ॥

ఓ నృసింహదేవా! సిరిసంపదలు, ధనము, బంగారము, పల్లకి సేవలు (అధికారము), ఆభరణాలు, యవ్వనము (బలము) కోరను. ఎందుకంటే అవి తాత్కాలికం. నేను కోరేది కేవలం నిన్ను సేవించే కైవల్యభాగ్యము. అష్టసిద్ధులైన అణిమ, మహిమ, గరిమ, లఘిమ, ప్రాప్తి, ప్రాకామ్యం, ఈశత్వం, వశిష్టం అనే గుణాలు కలిగిన నీ సేవలో తరించే భాగ్యాన్ని ప్రసాదించు స్వామీ! అని భక్తి పరమార్థాన్ని యదార్థ తత్వాన్ని వివరించాడు కవి. “లౌక్యం లేని నన్ను చూసి ఎవరు, ఎలా నిందించినా, హేళన చేసినా వాటి లెక్కపెట్టను. ఎందుకంటే దైవమే బలము, దైవత్వమే జీవము అని నమ్మినవాడను స్వామీ! నీ కరుణ ఉంటే చాలు నాకు మిగిలిన వ్యామోహాలు ఏమి

లేవు” అంటూ సమర్పణ భావాన్ని ఈ క్రింది పద్యంలో ఇలా వివరించాడు కవి.

సీ॥ మందుడనని నన్ను నిందజేసిన నేమి?
 నా దీనతను చూసి నవ్వనేమి?
 దూరభావము లేక - తూలనాడిన నేమి?
 ప్రీతినేయక వంకబెట్టనేమి?
 కక్కసంబులు పల్కి వెక్కిరించిన నేమి?
 తీవ్రకోపము చేతదిట్టనేమి?
 హెచ్చుమాటల చేత నెమ్మెలాడిన నేమి?
 చేరిదాపటగేలి - సేయనేమి?

తే॥ కల్పవృక్షము వోలె నీవు గల్గ నింక!
 ప్రజల లక్ష్యంబు నాకేల పద్మనాభ!
 భూషణ వికాస! శ్రీధర్మపుర నివాస
 దుష్ట సంహార! నరసింహ! దురితదూర ॥

నా భక్తిని చూసి, లౌక్యం తెలియనివాడని, అందరిలాగా సంపదలు సాధించే ప్రయత్నం చేయకుండా, కేవలం నీ భక్తి పేరుతో కాలయాపన చేస్తున్నానని నిందించినప్పటికీ హేళన చేస్తున్నప్పటికీ, బంగారం, డబ్బు, విలాసవంతమైన భవనాలు లేని నిరుపేదను అని అనరాని మాటలు అంటున్నా, వాటిని లక్ష్యపెట్టను. ఎందుకంటే అందరిని అన్నివిధాల ఆదుకునే కల్పవృక్షమువంటి నీవు ఉండగా, మిగిలిన చెట్లతో పని ఏమి? తాత్కాలిక ప్రయోజనాలకన్నా శాశ్వత పరమార్థం మిన్న, అనే సత్యాన్ని నమ్మిన నీ భక్తుణ్ణి నేను. కావున అంతా నీపైనే భారం వేసి నిశ్చింతగా కాలాన్ని వెళ్ళబుచ్చుతున్న సామాన్య సేవకుణ్ణి నేను, అంటూ తన నిశ్చల తత్వాన్ని తెలిపాడు శేషప్ప కవి!

లోకంలోని సత్యాసత్యములు అంటే ఏవి సత్యములు (యదార్థములు) ఏవి అసత్యములు? (తాత్కాలికములు) అన్న విషయాన్ని కవి ఇలా వివరించారు ఈ పద్యంలో...

సీ॥ చిత్తశుద్ధిగ నీకు సేవ చేసెదంగాని
 పుడమిలో జనుల మెప్పుగాదు

ఇతరులు ఏది చేస్తే తప్పని భావిస్తామో అది మనం చేయకుండా చూసుకోవాలి

జన్మపావనతకై స్మరణ జేసెద గాని
 సరివారిలోఁబ్రతిష్ఠలకు గాదు
 ముక్తికోసము నేను మ్రొక్కివేడెద గాని
 దండి భాగ్యము నిమిత్తంబుగాదు
 నిన్నుబొగడు విద్య - నేర్పితినే కాని
 కుక్షినింపెడి కూటికొఱకు గాదు

తే॥ పారమార్థికమునకు నేఁబాటుపడితి
 కీర్తికినపేక్షపడలేదు కృష్ణవర్ణ!
 భూషణ వికాస! శ్రీధర్మపుర నివాస
 దుష్ట సంహార! నరసింహ! దురితదూర !!

చిత్తశుద్ధి ఉంటేనే సంకల్ప సిద్ధి కలగుతుంది. ఇతరుల మెప్పుకోసమో, 'మెహర్బానీ' (ఎదుటివారి నుండి ఏదో ఫలాన్ని ఆశిస్తూ, వారిని అనేక విధాలుగా అర్హత లేకపోయినప్పటికీ పొగుడుతూ ఉండడం, వారికి ప్రత్యేక సేవలు చేయడం మొదలైనవి) కోసమో సేవ చేయను. కేవలం నీ పాదసేవయే పరమార్థమని నమ్మి నిన్ను సేవిస్తూ ఉంటాను.

నేడు మనం చూస్తూనే ఉంటాం. గణేశ్ ఉత్సవాల తీరుతెన్నులు. వాటిలో భక్తి ఉంటే ఆర్భాటం, ఆడంబరం, అవసరమైన ఇతర ఖర్చులు పెరిగిపోవడం, పూజలు, సేవలకంటే విగ్రహాల సైజ్ (పరిమాణాల) లడ్డూలు (ప్రసాదం) వేలంపాటు, ఊరేగింపులో ఎటువంటి పాటలు (భక్తికి సంబంధం లేనివి) పాడాలో ఆలోచించే భక్త సమాజాలు ఎక్కువగా కనిపించడం విచారకరం. గణేశుడిని వివిధ ప్రతిమలలో పూజించడం సబబే. అయితే ఆ ఆలోచన వికృతి రూపం ధరించి, రోబో గణపతి, బాక్సింగ్ గణపతి, సాయుధ (మెషిన్ గన్) గణపతివంటి ప్రతిమలతో వేడుక చేయడం మరింత శోచనీయం. పురాణ కథలను మార్చి వేస్తూ గోపాల గణపతి, శేషశయన గణపతివంటి విపరీత వ్యాఖ్యానాలతో కూడిన విగ్రహాలను చేయడం తగదని కవి ఆనాడే సూచనా ప్రాయంగా తెలిపాడు.

అన్ని జన్మలలోకెల్లా ఉత్తమ జన్మ మానవ జన్మ. ఆ జన్మను పవిత్రం చెయ్యాలంటే దేవుని పూజ ఒక్కటే శరణ్యం. అదే భావనతో పూజచెయ్యాలేగాని, బంధుమిత్ర గణానికి తన వైభవాన్ని చూపే ప్రయత్నం చేయరాదు. ఆత్మ శుద్ధి ముఖ్యం గాని ఆడంబరాలు, అనవసర ఆచారాలు వ్యర్థం.

సర్వధర్మాన్ పరిత్యజ్య మామేకం శరణం వ్రజ
 అహంత్యా సర్వపాపేభ్యో మోక్షయిష్యామి మాశుచః॥
 (భగవద్గీత)

అన్న భగవానుని సూక్తి ప్రకారం, పొగడ్డల కోసం, కీర్తి కోసం, డబ్బు కోసం పూజలు చేయరాదు.

'త్యాగేనైకే అమృతత్వ మానశుః', అన్ని ఉపనిషత్తుల బోధ ప్రకారం, అన్నింటిని త్యాగం చేసినవారికి మాత్రమే మోక్ష సిద్ధి కలుగుతుంది. ఇహలోక సౌఖ్యాల కంటే, పరలోక పరమార్థమే ప్రశస్తి అంటూ కవి పూజలు, వ్రతాల గురించి చక్కటి మార్గదర్శనం చేసాడు పై పద్యంలో. మరికొన్ని అమృత తుల్యమైన విషయాలను మరో పద్యంలో తెలుసుకుందాం.

- సాధన నరసింహాచార్య

గాయత్రియే
అమృతం-పరశువేది-కల్పవృక్షం

ఒక వ్యక్తి మరణానంతరం స్వర్గానికి చేరుకున్నాడు. అతడు అమృతం, పరశువేది మరియు కల్పవృక్షం గురించి చాలా విన్నాడు, దీనితో స్వర్గంలో వాటిని దర్శించాలనే కోరిక కలిగింది. చిత్రగుప్తునికి తన కోరికను వెల్లడించగా వాటిని దర్శింపజేయుటకు తగిన ఏర్పాట్లు చేశాడు. అతను అమృతంలోను, పరశువేదిలోను, కల్పవృక్షంలోను గాయత్రీ మాతను దర్శించసాగాడు. దీనిలో దాగి ఉన్న మర్మాన్ని తెలిసికోవలసిన ఉత్సుకత అతనిలో కలిగింది. అడుగగానే అతనికి జవాబు లభించింది. **అమృతం, పరశువేది, కల్పవృక్షం అనేవి సద్భావనలకు, సద్బుద్ధికి మరియు సత్కర్మలకు ప్రతీకలు.** వీని సంపర్కంలోనికి ఎవరైతే వస్తారో వారి జీవితం పవిత్రం, స్వచ్ఛం మరియు పుణ్యప్రదం అవుతుంది. గాయత్రి సత్జ్ఞానం మరియు సత్కర్మలను వరించే దేవత. అందువలన కేవలం ఆమె అనుగ్రహానికి పాత్రుడైన మనుష్యుని జీవితంలోనికి అమృతం, పరశువేది మరియు కల్పవృక్షమనేవి మూడు ప్రవేశిస్తాయి.

- అఖండజ్యోతి మార్చి, 2013
 అనువాదం: ఎ. వేణుగోపాలరెడ్డి

మాటకు మాట అనడం వలన ఎదుటివారి కోపం ఎక్కువవుతుంది

రాష్ట్రంలో జరిగిన వివిధ కార్యక్రమాలు

చిత్తూరులో

01.09.2013 చిత్తూరు జిల్లా, మదనపల్లి భరతమాత స్ఫూర్తి కేంద్రం సరస్వతీ మాత ఆలయంలో స్థానిక గాయత్రీ పరివార్ ప్రముఖులు శ్రీ చంద్రశేఖర్ గారి ఆధ్వర్యంలో హైదరాబాద్ గాయత్రీ చేతనా కేంద్ర ప్రతినిధి శ్రీ కృష్ణారావు గారు ద్వీకుండి గాయత్రీ యజ్ఞాన్ని నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమంలో పిరమిడ్ ధ్యానకేంద్ర సభ్యులు అధికంగా పాల్గొన్నారు. కార్యక్రమానికి ప్రభావితమైన పరిజనులలో 40 మంది యుగశక్తి గాయత్రీ మాసపత్రికకు చందాదారులుగా చేరారు. ఇంతేగాక 3000 రూపాయల గురుదేవుల సాహిత్యం విక్రయం జరిగింది. అంశదాన రూపంలో రూ.2116/-లు అందజేశారు.

అన్నింటికి మించి అక్టోబరు నెలలో పంచకుండి గాయత్రీ మహాయజ్ఞంతోపాటు 5 యజ్ఞాలు ఇంటింటా నిర్వహించుటకు మదనపల్లి పౌరుల నుంచి అభ్యర్థనలు అందాయి. అనేకమంది గాయత్రీ పరివార్ కార్యకర్తలకు ఇది ఉత్సాహమును ఇచ్చే అంశం.

విశాఖపట్నంలో ఒక కోటి సామూహిక గాయత్రీ మంత్ర జపం, పూర్ణాహుతి

పరమపూజ్య గురుదేవుల, వందనీయ మాతాజీల ప్రేరణ, సూక్ష్మ సంరక్షణలో ఒక కోటి సామూహిక గాయత్రీ మంత్ర అనుష్ఠానం 05.12.2013 నుండి 14.12.2013 వరకు; పూర్ణాహుతిగా 9 కుండముల గాయత్రీ మహాయజ్ఞం 15.12.2013న నిర్వహించబడుచున్నది. ఈ మహత్తరమైన కార్యక్రమానికి జాతి, మత, కుల, లింగ, వయో భేదం లేకుండా అందరికీ మా ఆహ్వానం. ఈ కార్యక్రమంలో పాల్గొనేవారికి ఉచిత భోజన, వసతి సదుపాయం కలదు.
స్థలం: శ్రీ హరిహర క్షేత్ర మందిరం, గొల్లపాలెం, కోర మండల్ గేట్ ఎదురుగా, శ్రీహరిపురం, విశాఖపట్నం.

వివరములకు సంప్రదించండి:
శ్రీ జగదీష్ కుమార్ అసోషా - 9394803836
శ్రీ ఐ. అవతారం రాజు - 9490132923

కార్యకర్తల శిక్షణా శిబిరం

గాయత్రీ తీర్థ్, శాంతికుంజ్, హరిద్వార్ వారి సారధ్యంలో గాయత్రీ చేతనా కేంద్రము, హైదరాబాద్ వారి మాధ్యమంగా 07.10.2013 నుండి 11.10.2013 వరకు ఐదురోజుల ఉచిత శిక్షణా శిబిరం నారాకోడూరు గాయత్రీ శక్తిపీఠంనందు నిర్వహించబడుతున్నది. 108 మందికి మాత్రమే ప్రవేశం. జాతి, మత, కుల, లింగ భేదం లేకుండా అందరికీ ఆహ్వానం.

సమయదానం నెలకు కనీసం 10 రోజులు అంతకు మించి ఇవ్వగలిగే వారికి ప్రాధాన్యత ఇవ్వబడుతుంది. వారి వారి నివాస స్థానాలకు దగ్గరలో ఉన్న కేంద్రాలకు వారు సమయాన్ని ఇవ్వవచ్చు.

శిక్షణాంశములు :

- 1) సమయదానం - దాని ప్రాధాన్యత
- 2) పూజ్య గురుదేవుల సాహిత్య ప్రచారం - విధి విధానాలు
- 3) ప్రజ్ఞామండలులు ప్రారంభించుట - వాని నిర్వహణ - విధి విధానాలు
- 4) షోడశ సంస్కారాలు - వాని ఆవశ్యకత - వీనిపై గురుదేవులు అందించిన జ్ఞానము
- 5) గ్రామ వికాసము - స్వావలంబనం దిశగా చేపట్టవలసిన కార్యక్రమాల వివరణ - ఆచరణ

ఈ కార్యక్రమంలో పాల్గొనదలచిన వారు మీ పూర్తి వివరములతో గాయత్రీ చేతనా కేంద్రం, హైదరాబాద్ కు తెలియజేస్తూ 2013 సెప్టెంబరు 25వ తేదీలోగా మీ మీ పేర్లును నమోదు చేయించుకొనవలసినదిగా కోరడమైనది.

ఇట్లు
ప్రధాన సంచాలకులు
గాయత్రీ చేతనా కేంద్రము, హైదరాబాద్
వివరములకు సంప్రదించండి: 9949111175

విజయానికి కారణాలు - ఆత్మవిశ్వాసం, కష్టపడేతత్వం, క్రమశిక్షణ