బ్రహ్మర్షి పత్రీజీ ఆశీస్సులతో...

ధ్యానశక్తి

తటవర్తి వీరరాఘవరావు

అనుబంధము : బ్రహ్మర్షి పత్రీగారి **సందేశాలు** (తులసీదళం-2)

బ్రహ్మర్షి పత్రీజీ ఆశీస్సులతో...

ధ్యానశక్తి

రచన మరియు ప్రచురణ :

తటవర్తి వీర రాఘవరావు,

తటవర్తి వారి వీధి, భీమవరం-534 201. (ప॥గో॥జిల్లా.)

ఫోన్ : 08816-234353, సెల్ : 9440309812

ధ్యాన శక్తి

రచన : **తటవర్తి వీరరాఘవరావు**

మొదటి ముద్రణ : **మే, 2011** రెండవ ముద్రణ : **అక్టోబర్, 2011**
ప్రతులు : **3,000** ప్రతులు : **3,000**

మూడవ ముద్రణ: **ఆగస్టు, 2012** నాల్గవ ముద్రణ : **నవంబరు, 2012**
ప్రతులు : **2,000** ప్రతులు : **3,000**

వెల :
రూ. 70/-లు

ప్రింటింగ్ : చైతన్య గ్రాఫిక్స్,
తటవర్తి వారి వీధి, ఆంధ్రాబ్యాంక్ ప్రక్కన,
భీమవరం - 534 201.
సెల్ : 9848393179, 9849393179

కాపీల కొరకు :

తటవర్తి వీర రాఘవరావు

తటవర్తివారి వీధి, భీమవరం - 534 201. ప॥గో॥జిల్లా.
ఫోన్ : 08816 - 234353, సెల్ : 9440309812

పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీస్ మూవ్‌మెంట్ - ఇండియా

for T.V.Raghavarao Sir E-Books visit :
http://www.facebook.com/groups/304862109608787
ధ్యానం గురించి మరింత సమాచారం కొరకు ఈ క్రింది వెబ్‌సైట్‌లను దర్శించండి.
1) www.pssmovement.org, 2) www.meditationeverywhere.org,
3) www.pyramidvalley.org, 4) www.pyramidseverywhere.org,
5)www.thepyramidradio.com

తెలుగులో సమాచారం కొరకు http://pssmovement.org/telugu/

INDEX

1.	ధ్యానశక్తి పెరగాలంటే ?	5
2.	మనశ్శాంతి	7
3.	బద్ధకం	9
4.	మాష్టరుగా ఎదగాలంటే!	12
4.	జీవితం బాగుండాలంటే!	15
5.	పరతంత్రులు కాకూడదు! - స్వతంత్రులు కావాలి!	17
6.	గుడ్డిగా అనుకరించకూడదు! - ఆలోచించాలి!	19
7.	మూర్ఖత్వం - మూఢత్వం - వివేకత్వం	33
8.	చేయకూడనివి! - చేయవలసినవి!	40
9.	ఆత్మహత్య నివారణా మార్గం!	42
10.	మానవుని సమస్యలకు కారణం?	47
12.	యంత్రశక్తి - మంత్రశక్తి - ఆత్మశక్తి	48
13.	ఎవరు చేసుకున్నది వారికే!	57
14.	వాగ్ధానం!	59
15.	త్రిమూర్తితత్వం!	60
16.	తెర!	61
17.	మూడవ కన్ను!	62
18.	లక్ష్మీదేవి అనుగ్రహం!	63
19.	గురువు ఒక్కడే సరిపోడు!	65
20.	భగవానుని ఇష్టమే మన ఇష్టం చేసుకోవాలి!	68
21.	భగవంతుడు! - దేవుళ్ళు!	72
22.	ఆత్వ స్వరూపులారా!	75
23.	మనో తృప్తి! - ఆత్మతృప్తి!	78
24.	క్షణ కాల దర్శన ప్రయత్నం!	80
25.	ఆత్మజ్ఞానం వల్ల!	83
26.	శరణాగతి!	84
27.	భగవంతుడు తెలియాలంటే!	85
28.	అసత్యం! - అబద్ధం!	87
29.	జగన్నాటకం!	91
30.	ప్రహ్లాదుని భక్తి!	93
31.	ఆహారంలో ప్రకృతి విరుద్ధం - ప్రకృతి సహజ సిద్ధం	97
32.	సృష్టి సిద్ధాంతం ఇస్తే వస్తుంది - ఇవ్వకపోతే రాదు!	100
33.	" పూజించడం కాదు! గౌరవించాలి!"	103

అనుబంధం

1. బ్రహ్మర్షి పత్రీజీ సందేశాలు (తులసీదళం - 2) 105

ధ్యానం అంటే శ్వాస మీద ధ్యాస
ప్రపంచ మాస్టర్లలారా! ఏకం కండి!

పిరమిడ్ ధ్యానుల 18 ఆదర్శ సూత్రాలు

1. సరైన ధ్యానం... అంటే ఆనాపానసతి ధ్యానం... క్రమం తప్పకుండా చేయాలి; ఆనాపానసతి ధ్యానాన్ని అందరిచేతా చేయించాలి.
2. ఆత్మవిజ్ఞాన పుస్తకాలను విస్తారంగా చదవాలి... ఉదాహరణకు : స్వామీ రామా, యోగానంద పరమహంస, ఓషో, లోబ్‌సాంగ్ రాంపా, కాస్టానెడా, జేన్ రాబర్ట్స్, రిఛార్డ్ బాక్, అనీబిసెంట్, లిండా గుడ్‌మాన్, దీపక్ చోప్రా, బ్రయాన్ వైస్, సిల్వియా బ్రౌన్, బార్బరా మార్సిన్యాక్.... మొదలైన మాస్టర్ల యొక్క అద్భుత గ్రంథాలు.
3. ధ్యానంలో కలిగే అనుభవాలను తోటి ధ్యానులతో విధిగా పంచుకోవాలి.
4. వీలయినంత వరకు మౌనాన్ని పాటించాలి.
5. పౌర్ణమి రాత్రులలో ధ్యానం తప్పనిసరి... వీలయినంత సామూహికంగా!
6. అవకాశం ఉన్న చోటల్లా పిరమిడ్ శక్తిని ఇతోధికంగా వినియోగించుకోవాలి!
7. మందులనూ, డాక్టర్లనూ మర్చిపోండి! స్వీయ ధ్యాన శక్తితోనే, ఎవరిని వారే స్వస్థత పరచుకోవాలి!
8. మాంసాహారం ముట్టకండి! కోడిగ్రుడ్లు సైతం నిషిద్ధం! శాఖాహారంలోనూ పరిమితాహారమే యుక్తం.
9. ప్రకృతితో సహజీవనం నెరపుతూ వుండాలి; అడవుల్లో, వనసీమల్లో విహార యాత్రలు, ట్రెక్కింగ్‌లు అధికంగా చేస్తూండాలి.
10. ఆధ్యాత్మికతలో ప్రత్యేక వేషధారణ, నామధారణలు లేవు! నామాలు, బొట్లు తదితరాలు ససేమిరా వుండకూడదు!
11. చిన్ననాటి నుంచే పిల్లలకు ధ్యాన శిక్షణ విధిగా గరపాలి.
12. ఎవ్వరూ శిష్యులుగా వుండకూడదు.... అందరూ మాస్టర్లుగానే విరాజిల్లాలి.
13. ధ్యాన శిక్షణా కార్యక్రమాల్లో డబ్బు లావాదేవీలు పెట్టుకోకూడదు.
14. విగ్రహారాధన కాదు! ఆత్మ ఆరాధనే ముక్తికి మార్గం! జీవించి వున్న మాస్టర్లనూ పూజించకూడదు.
15. స్వంత ఆత్మశక్తితోనే... సర్వ వ్యక్తిగత సమస్యలను, ఎప్పటికప్పుడు పరిష్కరించు కుంటూ వుండాలి.
16. సాధారణ గృహస్థ జీవితాన్ని ఆనందంగా గడపాలి.
17. అన్ని గ్రామాలలోనూ, అన్ని పట్టణాలలోనూ పిరమిడ్ ధ్యాన కేంద్రాలను విధిగా నెలకొల్పాలి.
18. ధ్యానానుభవాలనూ, ఆధ్యాత్మిక ప్రగతి విశేషాలనూ లిఖితపరచి విధిగా ప్రచురించాలి.

ధ్యాన శక్తి పెరగాలంటే?

ధ్యానశక్తి పెరగాలంటే ఎవరైనా సరే ధ్యానంలో క్వాలిటీ పెంచుకోవాలి. కారణం ధ్యానంలో రెండు రకాలు వున్నాయి. (1) క్వాలిటీ ధ్యానం, (2) క్వాంటిటీ ధ్యానం.

'క్వాలిటీ ధ్యానం' అంటే తక్కువ సమయం కూర్చుని ఎక్కువ ధ్యాన స్థితి పొందడం, అంటే 15 నిమిషాలు కూర్చుంటే 5 నిమిషాలు ఆలోచనలు, 10 నిమిషాలు ఆలోచనలు లేని ధ్యాన స్థితి పొందగలగడం. వీరు తక్కువసేపు కూర్చుంటారు. ఎక్కువ ధ్యాన స్థితి పొందుతారు. తద్వారా ఎక్కువ 'ధ్యానశక్తి' సంపాదించుకుంటారు. దీనినే తక్కువ శ్రమతో ఎక్కువ ఫలితం పొందడం అంటారు. 'సూక్ష్మంలో మోక్షం' అని కూడా అంటారు.

'క్వాంటిటీ ధ్యానం' అంటే ఎక్కువ సమయం కూర్చుని తక్కువ ధ్యాన స్థితి పొందడం. అంటే మూడు గంటలు కూర్చున్నా 3 నిమిషాలే ఆలోచనలు లేని ధ్యాన స్థితి పొందగలగడం. వీరు ఎక్కువ సమయం కూర్చుంటారు. తక్కువ ధ్యాన స్థితి పొందుతారు. తక్కువ ధ్యానశక్తి సంపాదించుకుంటారు. దీనినే "శ్రమ ఎక్కువ, ఫలితం తక్కువ" అనవచ్చు.

కానీ తెలివైన వారు ఎవరంటే 'క్వాలిటీ ధ్యానం' చేసే వారే. కారణం వారే ఎక్కువ లాభాలు ధ్యానం ద్వారా పొందగలుగుతారు. అందుచేత ఎవరైనా ధ్యానంలో క్వాలిటీ పెంచుకోవాలి.

మరి క్వాలిటీ పెరగాలంటే ఎవరైనా ప్రారంభంలో ఎక్కువ గంటలు కూర్చోవాలి. తరువాత కొన్ని నియమాలను పాటించాలి. దానితో పాటు ధ్యాన సాధనలో (1) శ్రద్ధ, (2) సహనం చూపించాలి. అలా చేస్తే ఎవరికైనా ధ్యానంలో క్వాలిటీ పెరుగుతుంది. తద్వారా ధ్యాన శక్తి పెరుగుతుంది. ఎన్నో లాభాలు పొందగలుగుతారు.

మరి సాధనలో శ్రద్ధ అంటే ప్రతీ రోజూ క్రమం తప్పకుండా కూర్చోవడంతో పాటు సాధనలో శ్రద్ధ చూపాలి.

సాధనలో కూర్చున్నపుడు అంటే కళ్ళు మూసుకుని శ్వాసను గమనిస్తున్నపుడు సహజంగానే ఆలోచనల్లోకి వెళ్తూ వుంటారు. అలా ఆలోచనలలోకి వెళ్ళిన వెంటనే! కాస్త గమనించి, ఆలోచనలు 'కట్' చేసి మరల శ్వాస మీద దృష్టి వుంచాలి. అంతేకానీ అలా ఆలోచిస్తూ కూర్చోకూడదు. అలా శ్రద్ధగా ప్రయత్నిస్తే నెమ్మది, నెమ్మదిగా ఆలోచనలు తగ్గుతూ వుంటాయి. కొద్దిరోజులకు, ఆలోచనలు బాగా తగ్గిపోతాయి. చివరకు ఆలోచనలన్నీ తగ్గి, ఆలోచనా రహిత స్థితి ఎక్కువగా కలుగుతుంది. అంటే ధ్యాన స్థితి ఎక్కువ కలుగుతంది. అంటే కూర్చున్న సమయంలో ధ్యాన స్థితి పెరుగుతుంది. అలాంటి వారికి ధ్యానంలో అపారంగా శక్తి లభిస్తుంది. ఆ విధంగా 'ధ్యాన శక్తి' రోజు రోజుకి పెంచుకుంటారు.

అలా ధ్యానంలో కూర్చునేటప్పుడు కొన్ని శారీరక ఇబ్బందులు వుంటాయి. అంటే నడుము నొప్పి, కాళ్ళ నొప్పులు, మెడ నొప్పి లాంటివి వుండవచ్చు. అలాగే శరీరంలో కొన్ని మార్పులు వస్తాయి, 'ధ్యానశక్తి' వల్ల శరీరంలో నాడీ శుద్ధి జరుగుతుంది. అలా జరుగుతున్నపుడు శరీర భాగాల్లో కొన్ని నొప్పులు రావచ్చు. అలాంటపుడు వాటిని సహనంతో సహిస్తూ కూర్చోవాలి. లేచిపోకూడదు. దీనినే 'సహనం' అంటారు. దీనినే శంకరాచార్యుల వారు 'తితీక్ష' అన్నారు. దీనినే షిరిడీ బాబా 'సబూరి' అన్నారు. అలా సహనంతో కూర్చోగా, కూర్చోగా ఎక్కువ ధ్యాన స్థితి పొందడమే కాదు. ఎక్కువ శక్తి కూడా సంపాదించుకుంటారు. 'ధ్యానశక్తి' బాగా పెరుగుతుంది. తద్వారా అనేక లాభాలు జీవితంలో పొందగలుగుతారు.

అందుచేత 'శ్రద్ధ' అంటే సాధన పట్ల శ్రద్ధ. 'సబూరి' అంటే సాధనలో 'సహనం' అని తెలుసుకోవాలి. ధ్యానశక్తిని పెంచుకోవాలంటే ఈ 'శ్రద్ధ, సబూరి' అన్నవి చాలా ముఖ్యం కాబట్టి! షిరిడీ బాబా వీటినే ప్రముఖంగా ప్రస్తావించారు. అలా సాధన చేస్తూ సాత్వికమైన శాకాహారం తీసుకోవాలి. అలా చేస్తే ఎవరికైనా 'ధ్యానశక్తి' అపారంగా పెరుగుతుంది. జీవితంలో వూహించని ఫలితాలు, లాభాలు పొందగలుగుతారు.

మనశ్శాంతి!

ప్రస్తుతం అందరికీ అన్నీ వున్నాయి కానీ, ఎవరికీ మనశ్శాంతి లేదు. మనశ్శాంతిని కోరుకోని వారంటూ ఎవరూ వుండరు. కారణం శాంతి లేని జీవితం జీవితమే కాదు. అందుచేత ఎవరైనా ముందు శాంతి కోసం ప్రయత్నించాలి. మరి శాంతి ఎలా లభిస్తుంది? శాంతి లేకపోవడానికి కారణమేమిటి? ఒక్కసారి చూద్దాం. భగవద్గీతలో ఈ విధంగా చెప్పబడింది.

శ్లో॥ దుఃఖేష్వనుద్విగ్నమనాః సుఖేషువిగతస్పృహః
వీతరాగభయక్రోధః స్థితధీర్మునిరుచ్యతే (భ.గీ.2-56)

తా:- దుఃఖాలు కలిగినపుడు కుంగనివాడు, సుఖాలు కలిగినపుడు పొంగనివాడు, అనురాగము, భయము, కోపము తొలగినవాడు స్థితప్రజ్ఞుడని చెపుతారు. వారు మనశ్శాంతిని పొందుతారని శ్రీ కృష్ణుల వారు చెప్పడం జరిగింది.

అంతేకాదు మనశ్శాంతి కావాలనుకునే వారు ఈ క్రింది విషయాలు జాగ్రత్తగా పరిశీలించి ఆచరణలో పెట్టాలి. ముఖ్యంగా "ఇతరులలోని దోషాలు చూడకూడదు. తనలోని దోషాలు సరి చేసుకోవాలి".

బుద్ధుని అష్టాంగ మార్గం మనశ్శాంతికి, ముక్తికి మంచిమార్గం.

ఇతరులు ఏమనుకుంటారోనని బ్రతికే వాడికి మనశ్శాంతి వుండదు. స్వతంత్రంగా జీవించే వాడికే మనశ్శాంతి ఉంటుంది.

మితిమీరిన వ్యామోహం, మమకారం మనశ్శాంతిని హరించివేస్తాయి. ఉదా:- ఎలక మరణిస్తే దుఃఖించం, చిలక మరణిస్తే దుఃఖిస్తాం. కారణం చిలక మీద మమకారమే.

ఫలాపేక్షతో కూడిన కర్మలు కూడా శాంతిని హరించి వేస్తాయి. అందుచేత ఫలాపేక్ష రహితంగా కర్మలు చేస్తే శాంతి లభిస్తుంది. విద్యార్థులు విద్యనభ్యసించే దృష్టితో చదవాలి. అంతేకానీ, ర్యాంకుల దృష్టితో చదువుతే

శాంతిగా వుండలేరు.

నదిలో నీరు సక్రమంగా ప్రవహిస్తే పరవాలేదు. అక్రమంగా ప్రవహిస్తేనే ప్రమాదం. అలాగే మనస్సులో ఆలోచనలు సక్రమంగా వుంటే ఫర్వాలేదు, అక్రమంగా వుంటేనే ప్రమాదం. సక్రమంగా ఆలోచించేవారు శాంతిగా వుంటారు.

భర్తృహరి చెప్పిందేమిటంటే "ఒక పని చేసేటపుడు ముందే విచారించాలి. తొందరపడితే అశాంతి తప్పదని చెప్పారు".

మరి ఇలాంటివన్నీ ఆచరించాలన్నా మనశ్శాంతి పొందాలన్నా మనస్సును సాత్విక గుణంలో వుంచుకోవాలి. దానికి రెండే మార్గాలు. (1)సాత్వికమైన శాకాహారం తీసుకోవాలి. (2) శ్వాస మీద ధ్యాస వుంచి ధ్యాన సాధన చెయ్యాలి. ఈ రెండు పాటించిన వారికి తప్పక మనశ్శాంతి లభిస్తుంది. ధ్యానం చేసేటపుడు మనస్సును గృహంలోనూ, దేహాన్ని ధ్యానంలోనూ వుంచకూడదు. అలా వుంచితే మనశ్శాంతి పొందలేరు. అందుచేత దేహాన్ని, మనస్సును ధ్యానంలోనే వుంచాలి. అలా వుంచాలంటే "శ్వాస మీద ధ్యాస" ఒక్కటే మార్గం.

'శ్వాస మీద ధ్యాస' కూడా ఏదో వుంచామన్నట్టుగా వుంచితే ప్రయోజనం లేదు. కారణం పుస్తకాలు వ్రాసేవారు ఎంత జాగ్రత్తగా చూసినా ఇంకా దోషాలు వుంటూనే వుంటాయి. అలాగే ఎంత ధ్యాన సాధన చేసినా మనస్సులో ఇంకా దోషాలు వుంటూనే వుంటాయి. అందుచేత అనుభవజ్ఞుల సాంగత్యం కూడా అవసరమని తెలుసుకోవాలి.

అలా విశేషమైన ధ్యాన సాధన చేస్తూ ఆహార నియమాలు కూడా పాటించాలి. అలా ధ్యానం చేస్తే మెల్లి, మెల్లిగా పైన చెప్పినవన్నీ ఆచరించగలుగుతారు. మనస్సు పూర్ణ శాంతిని పొందుతుంది. ఆనందంగా జీవిస్తారు.

ఇంటికి వున్న ద్వారాలు తెరిచి వుంటే దీపం నిశ్చలంగా వుండదు.
అలాగే ఇంద్రియ ద్వారాలు తెరచి వుంటే మనస్సు నిశ్చలంగా వుండదు.

బద్ధకం!

బద్ధకమన్నది మానవుని శత్రువనే చెప్పవచ్చు. బద్ధకం వల్ల మానవుడు విలువైన తన సమయాన్ని ఎంతో నష్టపోతున్నాడు. చేయగలిగిన పనులు చేయలేకపోతున్నాడు. సాధించవలసినవి సాధించలేకపోతున్నాడు. బాగా బద్ధకస్తుడు తన జీవితాన్నే నష్టపోతున్నాడని చెప్పవచ్చు.

అసలు బద్ధకమంటే ఏమిటి? సరిపడా విశ్రాంతి పొందిన తరువాత చేయగలిగి కూడా చేయకపోవడం బద్ధకమంటారు.

అలాగే సరిపడా నిద్రపోయిన తరువాత నిద్రనుంచి లేవగలిగినా లేవాలనిపించకపోవడం, లేవకపోవడం బద్ధకమంటారు.

బద్ధకమున్నవాడు చెయ్యాలనుకున్నా చెయ్యలేడు. చెయ్యడు. లేవాలనుకున్నా లేవడు. వెళ్ళాలనుకున్నా వెళ్ళడు. చూడండి ఉదయం 5 గంలకు లేవాలనుకుంటాడు. లేస్తాడు. కానీ బద్ధకంతో దొర్లుతూ వుంటాడు. మెల్లిగా 7 గంటలకు లేస్తాడు. అలా చెయ్యడం వల్ల టైము సరిపోదు. అక్కడ నుంచి కంగారు, ఉరుకులు, పరుగులు, ఆఫీసుకు కానీ, స్కూలుకు కానీ, పని దగ్గరకు కానీ వెళ్ళగలనో లేదో! చేరుకోగలనో లేదో! అని ఆందోళన వెళ్ళలేకపోతే ఆఫీసరు అనుమతిస్తాడా? లేకపోతే తిడతాడా లేకపోతే బస్సు మిస్సవుతుందేమో? అంతా టెన్షన్! టెన్షన్! అసలు ఎందుకు ఇదంతా? కేవలం బద్ధకం. అదే లేకపోతే ఈ టెన్షనే వుండదు కదా? సాఫీగా, మెల్లిగా, హాయిగా అన్నీ పూర్తి చేసుకుంటాడు కదా? అనర్థాలు జరగవు కదా? ముందుగా వెళ్ళడం వలన పైవారి ప్రశంసలు అందుకుంటారు.

బద్ధకమున్నవాడు చేయగలిగిన పని కూడా చేయలేడు. చేయడు. అందరి విమర్శలు, చివాట్లు ఎదుర్కోవలసివస్తుంది. అందుచేత బద్ధకం అంతా నష్టమని తెలుసుకోవాలి. మానవుడు బద్ధకంతో జీవితంలో పాతికభాగం నష్టపోతున్నాడని తెలుసుకోవాలి. కారణం బద్ధకమున్న వాడే పనులు వాయిదా

వేస్తూ వుంటాడు. తరువాత, రేపూ అంటూ వాయిదాలు వేస్తాడు. చివరకు ఏదీ చేయలేడు! ఏమీ చేయలేడు. చింతకు లోనవుతాడు. ఒక్కొక్కసారి అలా వాయిదా వేయడం వల్ల జీవితంలో పెద్ద మూల్యాన్నే చెల్లించుకోవలసి వస్తుంది. అందుకే పెద్దలు, మహానుభావులు చెప్తూ వుంటారు.

"రేపు అనుకున్నది యీ రోజు చెయ్యి, ఈ రోజు అనుకున్నది ఇప్పుడే చెయ్యి. కారణం తరువాత ఏం జరుగుతుందో ఎవరికి తెలుసు".

ఇదంతా అనుభవంతో చెప్పినటువంటి మాటలు కానీ బద్ధకం వున్నవాడు రేపటిది ఇవాళ చేయడం కాదు. ఈ రోజు చేయవలసింది ఎన్ని రోజులు, నెలలు గడిచినా కూడా చెయ్యడు.

ఒక మంచి పని చెయ్యాలనుకుంటాడు. కానీ చెయ్యడు. పైగా కారణాలు చెపుతూ వుంటాడు. భగవంతుడు ఇంకా నాకు ఆ అవకాశం ఇవ్వలేదని, ఇంకా ఆయన అనుమతి రాలేదని, ఆయన నాతో ఇంకా చేయించట్లేదని చెప్తూ వేదాంతం కూడా చెప్తాడు. ఆయన ఎప్పుడు చేయించుకుంటాడో, నా చేతుల్లో ఏమీ లేదు అంటాడు.

అలా అంటూ మిగతా పనికిమాలిన పనులు చేస్తూ వుంటాడు. గంటలు, గంటలు టి.వి. చూస్తూ వుంటాడు. అందరితో కబుర్లు చెబుతూ వుంటాడు. విమర్శలు చేస్తూ వుంటాడు. మూడు పూటలా కాదు, ఐదు పూటలు కూడా తింటాడు. గంటలు, గంటలు నిద్రపోతూ వుంటాడు. మరి ఇవన్నీ భగవంతుడు చేయిస్తున్నాడా? అన్నీ భగవంతుడు చేయిస్తుంటే భగవంతుడు ఇలాంటివి చేయిస్తాడా? అన్నీ ఆలోచన లేని మూర్ఖపు మాటలు. అంతా బద్ధకమే! కారణం మంచి చెయ్యకపోవడానికి తానే కారణం. పనికి మాలిన పనులు చెయ్యడానికి తానే కారణం.

అసలు వీడు పడుకుని దొర్లుతూ లేవకపోవడానికి భగవంతునికి సంబంధం ఏమిటి? అందుచేత అలాంటి పనులకు బద్ధకమే కారణమని తెలుసుకోండి. ఈ నష్టానికంతా కారణం బద్ధకమే అని తెలుసుకోండి.

మరి బద్ధకానికి కారణమేమిటి? బద్ధకం ఎలా పోతుంది?

బద్ధకానికి కారణం.

1) అధిక ఆహారం తీసుకోవడం.

2) తమోగుణ ప్రధానమైన ఆహారం తీసుకోవడం.

3) ధ్యానం చెయ్యకపోవడం.

మరి బద్ధకం నుంచి బయటపడాలంటే ఏం చెయ్యాలి?

1) మితాహారం తీసుకోవాలి.

2) తమో గుణ ప్రధానమైన తమోగుణాన్ని కలిగించే మాంసాహారం, గుడ్లు, శాకాహారంలో నిల్వ వుంచిన ఆహారాలు, వండి నిల్వ వుంచిన ఆహారాలు, పాసిపోయిన, పులిసిపోయిన ఆహారాలు మానాలి.

3) రోజూ క్రమం తప్పక ధ్యానం చెయ్యాలి.

అలా చేస్తే మెల్లిగా బద్ధకం పోయి అన్ని పనులు సక్రమంగా చేసుకుంటాడు. ఎంతో సమయాన్ని ఆదా చేసుకుంటాడు. సరైన పనులు, సరైన సమయంలో చేస్తాడు. అంతా లాభమే పొందుతాడు. అందుచేత బద్ధకం పోవాలంటే ఆహార నియమాలు పాటిస్తూ ధ్యానం చెయ్యండి.

తిన్న తర్వాత తేలికగా
పనిచేయగలిగినదే మితాహారం

మాష్టర్గా ఎదగాలంటే?

భోధ చేసే వారిని మాష్టరు అంటాం. గురువు అని కూడా అంటాం. ప్రస్తుతం దేశ వ్యాప్తంగా ధ్యాన, జ్ఞాన బోధ విశేషంగా జరుగుతుంది. ఎంతోమంది మాష్టర్సుగా ఎదుగుతున్నారు. తయారవుతున్నారు. అలా ఆశించకుండా ధ్యానాన్ని, జ్ఞానాన్ని బోధించడమన్నది! అంటే పంచడమన్నది, తనకు లోకానికి ఎంతో లాభం చేకూర్చే విషయం. అలా చేసే వారు ఇహ, పరాలలో ఎన్నో లాభాలు పొందుతారు. బ్రహ్మర్షి పత్రీజీ ప్రతి ఒక్కరూ మాష్టర్సుగా ఎదగాలని చెపుతూ వుంటారు. అలా మంచి మాష్టర్సుగా ఎదగాలంటే! కొన్ని విషయాలు గుర్తుంచుకోవాలి! కొన్ని నియమాలు పాటించాలి! అవి ఏమిటో కొన్ని చూద్దాం.

మాష్టరుగా ఎదగాలనుకున్నప్పుడు మనం ఎంతసేపూ నేనే తెలివైన వాడినని, అన్నీ తెలిసిన వాడినని భావించకూడదు. వినేవారు కూడా తెలివైన వారే, ఎంతోకొంత తెలుసుకున్నవారే, మనకు తెలియని విషయాలు వారికి కూడా కొన్ని తెలుసుంటాయని తెలుసుకోవాలి. వారిలో కూడా తెలివైన వారు వుంటారని తెలుసుకోవాలి.

ఎంతసేపూ నేను చెప్పింది వారంతా గుడ్డిగా వింటున్నారని భావించకూడదు. వారు మనం చెప్పింది వింటూంటారు. వినడమే కాదు మనం చెప్పే దాంట్లో తప్పులు కూడా గమనిస్తూ వుంటారు. అంతే కాదు. మన ప్రవర్తనలోని లోపాలు కూడా గమనిస్తూ వుంటారని తెలుసుకోవాలి. అందుచేత మనం మాట్లాడే విషయాల మీద, మన ప్రవర్తన మీద చాలా ఎరుక కలిగి వుండాలి. మాటలకు, ప్రవర్తనకు తేడా లేకుండా చూసుకోవాలి. అంతే కాకుండా ఈ క్రింది విషయాలు కూడా తెలుసుకోవాలి.

1) వినేవారిలో ఎక్కువ మంది ఎంతసేపూ మనం చెప్పే మంచి కంటే మనలో దోషాలు, చెడు ఎక్కువ చూస్తూ వుంటారని ప్రతీ మాష్టరు గుర్తుంచుకోవాలి.

2) విజ్ఞానం ఒక సముద్రం లాంటిది. దాని నుండి మీరు ఒక బకెట్ నిండుగా నీరు తీసుకుని సంపూర్ణ సముద్రాన్ని తెచ్చుకున్నట్లుగా భావిస్తే అది మీ అజ్ఞానాన్ని తెలుపుతుంది.

3) ప్రతీ మాష్టరు అంతిమ సత్యాన్ని తెలుసుకోనంత వరకు ఏ విషయం గురించైనా ఒక నిర్ణయాన్ని తీసుకోకుండా జాగ్రత్త పడాలి.

4) మీకు తెలిసినంత వరకే ఎవరికైనా సలహాలు ఇవ్వవచ్చు. ఎవరైనా అడిగిన ప్రశ్నకు జవాబు తెలియనట్లయితే ఏదో జవాబు చెప్పకుండా! ఆ ప్రశ్నకు సమాధానం తెలియదని ఒప్పుకుని, తెలుసుకుని చెబుతానని చెప్పాలి.

5) మీరు నమ్మిన సత్యం గురించి, తెలుసుకున్న విషయాల గురించి వివరంగా చెప్పవచ్చు. అంతేగాని వారు కూడా మీ మార్గాన్నే అనుసరించాలని బలవంతం చెయ్యకూడదు. అలా శాసించడానికి మీకు హక్కు లేదు.

అందువలన ఎవరినీ ఒప్పించటానికి ఒత్తిడి చేయకూడదు. మీరు అనుసరిస్తున్న మార్గం యొక్క లాభాల గురించి, గొప్పతనాన్ని గురించి మాత్రం చెప్పండి.

6) ఇతరులు చెప్పిన భోధలు గాని, సత్యాలు గాని, స్వయంగా అనుభవించి పరిశీలించాలి. అప్పటి వరకు వాటిని పూర్తి పరిగణనలోనికి తీసుకోనూ వద్దు. త్యజించనూ వద్దు.

7) ఎప్పుడైతే మీ అభిప్రాయాలే సత్యాలని, మీరు తెలుసుకున్న విషయాలే ఖచ్చితమైనవని గట్టిగా వ్యక్తపరుస్తారో! వీటికంటే వేరే మార్గం లేదని నొక్కి వక్కాణిస్తారో! మేమే అందరికన్నా గొప్పవారని భావిస్తారో! అప్పుడు అహంకారం మీలో ప్రవేశించినట్టే. ఆ అహంకారమే మీ పతనానికి కారణం అవుతుంది.

8) ఎంతమంది ప్రజలలో తప్పుడు అవగాహనలను విత్తన రూపంలో నాటుతారో! వారందరి సంఖ్య కంటే ఎన్నో రెట్లు ఎక్కువ సంఖ్య కలిగిన ప్రజలకు ఉన్న సత్యాన్ని చెప్పనంత వరకు మిమ్మల్ని ఈ కర్మచక్రం వదలదు.

అందువల్ల ఎప్పుడూ సత్యాన్నే చెప్పాలి! ఏదో కొంతమందికి దగ్గరవ్వటం కోసం, సత్యానికి కొంతరంగు చేర్చటం వలన మీరు ఎటువంటి

ప్రగతి సాధించలేరు. సత్యానికి మీ వూహలను జత చేయటం వలన మీరు ఇతరులను తప్పుదోవ పట్టించినవారే కాక, మిమ్మల్ని మీరే మోసగించు కున్నవారవుతారని తెలుసుకోవాలి.

9) మీరు ఏమి తెలుసుకున్నా ఇతరులకు చెప్పటానికి ప్రయత్నించండి. కానీ వాదనలకు మాత్రం దిగవద్దు. ప్రతీ ఒక్కరి అనుభవం భిన్నంగా వుంటుందని గ్రహించాలి.

10) ఎటువంటి పరిస్థితుల్లోనూ మీ విజ్ఞానాన్ని చూసి గర్వపడకూడదు. “ఆధ్యాత్మిక మార్గంలో నేను కూడబెట్టిన విజ్ఞానం అవసరమున్న వారికి ఉపయోగపడగల్గితే నాకు సంతోషం” అన్న ఉద్దేశ్యమే ఎల్లప్పుడూ వుండాలి.

11) ఎవరు గొప్ప? అనే చర్చలోకి దిగకూడదు.

12) ఎదిగే కొద్దీ ఒదిగి వుండాలని తెలుసుకోవాలి.

13) ద్వంద్వాలలోను, అన్ని పరిస్థితుల్లోనూ సమ స్థితి పాటించాలి.

14) మధ్యే మార్గం అవలంభించాలి. ధ్యానం మాత్రం మానకూడదు.

15) ఎప్పుడూ వర్తమానంలో వుండాలి.

16) ఎవరినీ విమర్శించకూడదు. విమర్శలను పట్టించుకోకూడదు.

17) ఆచరించే దానినే చెప్పాలి. చెప్పే దానిని ఆచరించాలి.

18) ముఖ్యంగా వేషధారణలో ప్రత్యేకతలు చూపించకూడదు. సాత్వికమైన శాకాహారం తీసుకోవాలి.

ఇలాంటి విషయాలలో జాగ్రత్త తీసుకుని ఆచరిస్తే ఎవరైనా మంచి మాష్టరుగా ఎదగగలుగుతారు. అంటే గురువులవుతారు. లోకానికి మార్గదర్శకు లవుతారు. చివరకు ముక్తిని పొందుతారు. ఇతరులకు కూడా ముక్తిని కలిగించగలుగుతారు.

సృష్టిధర్మం ఏమిటంటే లేనిది చెప్పకుంటే
ఉన్నది వూడిపోతుంది. వచ్చేది కూడా రాదు

జీవితం బాగుండాలంటే!

మానవ జీవితం బాగుండాలంటే!

బ్రతకడమే కాదు భవిష్యత్తు కూడా చూసుకోవాలి.

భవిష్యత్తు రెండు రకాలు :-

(1) ఈ జన్మలో భవిష్యత్ జీవితము. ఇది తాత్కాలికము.

(2) కనబడని మరణానంతర జీవితం. ఇది శాశ్వతము.

ఈ రెండు రకాల భవిష్యత్తు బాగుండాలంటే! ఆడంబరాలకు, ఆర్భాటాలకు పోకూడదు. అవసరాలకు పరిమితమవ్వాలి.

అంతేకాదు తాత్కాలిక భవిష్యత్ జీవితం బాగుండాలంటే! ధనాన్ని పొదుపుగా వాడుకోవాలి. వీలైనంత ఆదా చేసుకోవాలి.

అలాగే శాశ్వత భవిష్యత్ జీవితం బాగుండాలంటే! జీవితాన్ని పొదుపుగా వాడుకోవాలి. వీలైనంత జ్ఞానాన్ని సంపాదించుకోవాలి.

ధనాన్ని ఎక్కువ ఖర్చు చేసినా, అప్పు చేసి ఆడంబరాలకు పోయినా ప్రస్తుతం బాగానే ఉంటుంది. కానీ భవిష్యత్ నరక ప్రాయమవుతుంది. జీవితం దుఃఖదాయకమవుతుంది. అందుచేత అవసరాలకు పరిమితమై, మితంగా ఖర్చు చేయాలి. పొదుపు చేసుకుంటూ! సంపాదన మీద దృష్టి వుంచాలి. అప్పుడు ఈ జన్మలోని భవిష్యత్ జీవితమంతా లోటు లేకుండా బాగా గడిచి పోతుంది.

అలాగే జీవితాన్ని జల్సాలతో ఎక్కువ వృధాగా గడిపినా, జీవహింస చేస్తూ కర్మలనే అప్పు చేసినా, మరణానంతర జీవితం నష్టపోతారు. అంతేకాదు భవిష్యత్ జన్మలు నరక ప్రాయమవుతాయి. అందుచేత అవసరాలకు మాత్రమే సంపాదించుకుంటూ, మిత ఆహారం, మిత నిద్రతో మరణానంతర జీవితాన్ని లాభదాయకం చేసే ధ్యాన సాధనకు, జ్ఞాన సముపార్జనకు వినియోగించాలి.

“ఆడంబరాలు, ఆర్భాటాలు అనర్థదాయకాలే కానీ, ఆనంద మార్గాలు కాదు. అవి తాత్కాలిక మెరుపులు మాత్రమే” అని తెలుసుకోవాలి! అవి మిణుక్కుమని మెరిసి ఆగిపోతాయి. మరలా అంధకారమే. అందుచేత వాటికి దూరంగా వుండాలి. వాటికి ఎవరు ఎంత దూరంగా వుంటే! వారి భవిష్యత్ అంత వైభవంగా వుంటుంది.

మానవుడు కోరుకోవలసింది ‘తాత్కాలిక వైభవం కాదు. శాశ్వత వైభవం’. ఇంకా ఆలోచించగలిగితే తాత్కాలిక జీవితంలో వైభవం కాదు. శాశ్వత జీవితంలో వైభవం. శాశ్వత వైభవం.

శాశ్వత వైభవాన్ని కలగ చేసేదే ‘ధ్యానం’, ‘జ్ఞానం’. అదే యోగులు అనుసరించిన మార్గం. అందరికీ ఆచరణీయం కూడా. ఆదర్శనీయం కూడా. తెలుసుకోండి శాశ్వత మరణానంతర జీవితం బాగుండాలంటే ధ్యానం, జ్ఞానం ముఖ్యం. ధ్యానం చెయ్యండి. జ్ఞానాన్ని సంపాదించుకోండి.

గోడకు వేసిన సున్నం - శవానికి కప్పిన చీరలు ఎలా వృధాయో!
అలాగే ప్రాపంచిక జీవితానికి వెచ్చించిన ధనము,
శక్తియుక్తులు, సమయము అలా వృధా అవుతాయి.

అనేక శాస్త్రాలు చదివి, ధ్యానం చేయని వానికంటే,
ఏమీ చదవకపోయినా ధ్యానం చేసేవాడే గొప్పవాడు.

జీవితం నిరాడంబరంగాను,
ఆశయాలు ఉన్నతంగానూ వుండాలి.

ప్రపంచంలోని మహాపురుషులంతా అంతులేని శ్రమతో
తమ జీవితాన్ని సమాజోన్నతికి అంకితం చేశారు.

పరతంత్రులు కాకూడదు! స్వతంత్రులు కావాలి!

లోకంలో అంతా, అందరిని అనుకరిస్తున్నారు. అంతేకానీ ఆలోచించి చేయడం లేదు. ఎందుచేతనంటే ఎవరు ఏమి చేసినా మూడే కారణాలు కనిపిస్తాయి.

(1) పూర్వం నుంచి తరతరాల నుంచి ఆచారంగా వస్తుందని చేస్తున్నారు.

(2) అందరూ చేస్తున్నారని చేస్తున్నారు.

(3) ఎవరో చెప్పారని చేస్తున్నారు.

అలా గమనిస్తే పై మూడు కారణాలు ఇతరులను అనుకరించడమే అవుతుంది. ఏ రకంగా చూసినా ఇతరులు చేసినట్టే చేస్తున్నారు. అంతేకాని స్వయంగా, స్వతంత్రంగా ఆలోచించటం లేదు. స్వంత నిర్ణయం ప్రకారం ప్రవర్తించడం లేదు. అంటే స్వతంత్రంగా వ్యవహరించడం లేదు.

ఎంతసేపూ పరాధీనులుగా అంటే పరుల ఆధీనంలోనే వుంటున్నారు. స్వాధీనంలో అంటే తన అధీనంలో వుండటం లేదు. అంటే పరతంత్రులుగా జీవిస్తున్నారు కానీ స్వతంత్రులుగా జీవించడం లేదు. కానీ ఎంతసేపూ 'పర' అన్నది నష్టదాయకం. 'స్వ' అన్నదే లాభదాయకం. కానీ లోకంలో ఎక్కువ మంది 'పరదృష్టే' కానీ 'స్వదృష్టి' లేదు. అంటే 'పరధ్యాసే' కానీ 'స్వధ్యాస' లేదు. ఇదే మానవుల దుఃఖానికి కారణం.

కొన్ని విషయాలు చూద్దాం. ఎంతసేపూ ఇతరులను విమర్శిస్తున్నారు కానీ తనను తాను విమర్శించుకోవడం లేదు. ఇతరులలోని దోషాలు, లోపాలు చూస్తున్నారు కానీ తన దోషాలు, లోపాలు చూసుకోవడం లేదు. అలాగే పరులను నమ్ముతున్నారు కానీ తనను తాను నమ్మడం లేదు. పరుల జీవితం గురించి ఆలోచిస్తున్నారు కానీ తన జీవితం గురించి ఆలోచించడం లేదు.

తెలుసుకోండి పరులకు వశం కాకూడదు! నీకు నీవే వశం కావాలి. పరభక్తి కాదు! స్వభక్తి వుండాలి. పరులకు శరణాగతి కాకూడదు! నీకు నీవే

శరణాగతి కావాలి. పరులను సరిచెయ్యటం కాదు! నిన్ను నీవు సరిచేసుకోవాలి. అందుకే గీతలో శ్రీ కృష్ణుల వారు **"పరధర్మం కాదు. స్వధర్మమే శ్రేష్టమైనదని"** అన్నారు.

కారణం లోపం సృష్టిలో లేదు. నీ దృష్టిలోనే వుంది. అంటే ఇతరులలో లేదు. నీలోనే వుంది. అందుచేత ఇతరులను ఉద్ధరించడం కాదు. ముందు నిన్ను నువ్వు ఉద్ధరించుకునే ప్రయత్నం చెయ్యి. ఇదే గీతలో **శ్రీ కృష్ణ భగవానుడి సందేశం "ఉద్ధరేదాత్మనాత్మానం".**

అందుచేత పరతంత్రులుగా జీవించకండి. స్వతంత్రులుగా జీవించండి. అలా జీవించాంటే నీ దృష్టి ఇతరుల మీద కాదు నీ మీద వుంచాలి.

కళ్ళు తెరిస్తే దృష్టి ఇతరుల మీద వుంటుంది. కానీ కళ్ళు మూసి 'ధ్యానం' చేస్తే దృష్టి నీ మీదే వుంటుంది. అలా ఎక్కువ గంటలు వుంచితే మెల్లిగా నువ్వు స్వతంత్రుడవు కాగలుగుతావు. పరాధీనంలో నుంచి నీ అధీనంలోకి వస్తావు. అపుడు అన్నీ సాధిస్తావు. ఎన్నో సత్యాలు తెలుసుకుంటావు. అందుచేత కళ్ళు మూసి ధ్యానం చెయ్యాలి.

అలా ధ్యానం ద్వారా నువ్వు జ్ఞానివైతే ఇతర జ్ఞానులను అర్థం చేసుకోగలవు.

నువ్వు యోగివైతే ఇతర యోగులను గుర్తించగలవు. నువ్వు ఏది అవుతే ఇతరులను అంతవరకే అర్థం చేసుకోగలవు. నీవు గొప్పవాడవైతేనే ఇతరుల గొప్పతనాన్ని గుర్తించగలవు.

నువ్వు సంగీత విద్వాంసుడవవుతేనే ఇతర విద్వాంసుల గొప్పతనాన్ని అర్థం చేసుకోగలవు. నువ్వు పిహెచ్‌డి అవుతేనే ఇతర పిహెచ్‌డిలను అర్థం చేసుకోగలవు. నువ్వు ఏ రంగంలో నైపుణ్యం సాధించినా ఆ రంగంలోని ఎవరి నైపుణ్యాన్నైనా అర్థం చేసుకోగలవు.

అందుచేత ముందు నిన్ను నువ్వు ఉద్ధరించుకో. నీ గురించి ఆలోచించు. నీ మీద దృష్టి వుంచు. నిన్ను బట్టే అంతా. అందుచేత "పరతంత్రులు కాకండి – స్వతంత్రులు అవ్వండి".

గుడ్డిగా అనుకరించకూడదు! ఆలోచించాలి!

లోకంలో మానవులను గమనిస్తే ఇంచుమించూ ఎవరు ఏ పని చేసినా మూడే కారణాలు కనిపిస్తాయి. (1) పూర్వం నుంచి , తరతరాల నుంచి ఆచారంగా వస్తుందని చేస్తున్నారు. (2) అందరూ చేస్తున్నారని చేస్తున్నారు. (3) ఎవరో చెప్పారని చేస్తున్నారు. అంతే కాని ఎవరూ ఆలోచించి చెయ్యటం లేదు. ఇది ఎవరికి వారు గమనిస్తే తెలుస్తుంది.

అసలు మానవుని జీవితంలో దుఃఖానికి కారణం ఇదే. ఎందుచేతనంటే ఏ రకంగా చూసినా మానవులు ఇతరులను అనుకరిస్తున్నారు. అంటే ఇతరులు ఏది చేస్తే అదే చేస్తున్నారు. ఎవరూ తాము చేస్తున్న పని గురించి ఆలోచించడం లేదు. ఆ పని తాను ఎందుకు చేస్తున్నాను? అది సరైనదా? కాదా? ఆ పని సృష్టి ధర్మానికి అనుగుణంగా వుందా? లేదా? ఆ పని చేస్తే తాను ఆశించిన ఫలితం వస్తుందా? లేదా? ఒక వేళ వస్తుందని భావిస్తే! ఆ ఫలితం ఎలా వస్తుంది? ఎంత వస్తుంది? లాంటివి ఆ పని చేసేటపుడైనా, ఆలోచించాల్సి వుంది. అలా ఆలోచించినపుడే ఎవరైనా చేసిన పనిలో మంచి ఫలితాలు పొందగలుగుతారు. జీవితంలో లాభాలు పొందుతారు. ఆనందాన్ని పొందుతారు. కానీ అలా ఆలోచించకుండా చేసేవారు, ఇతరులను గుడ్డిగా అనుకరించేవారు ఎక్కువగా నష్టపోవాల్సి వస్తుంది.

ఎవరైనా జీవితంలో లాభం పొందాలంటే అనుకరించకూడదు! ఆలోచించాలి! మరి మానవులు ఎందుకు ఆలోచించి చెయ్యడం లేదు? ఎంతసేపూ ఎందుకు అనుకరిస్తున్నారు? దీనికి ముఖ్య కారణం. మానవునిలో ఆలోచించగలిగే శక్తి లేకపోవడం. అంటే బుద్ధి సరిగా పనిచేయకపోవడం. దీనికి ముఖ్య కారణం మానవులు (1) ఆహార, వ్యవహారాలలో నియమాలు పాటించకపోవడం. (2) ధ్యానం చెయ్యకపోవడం.

ఈ రెండూ ఎవరయితే పాటించరో వారి బుద్ధిమందగిస్తుంది. ఆలోచనా శక్తి తగ్గిపోతుంది. అప్పుడు వేరే దారిలేక అందరినీ అనుకరిస్తారు.

ఇతరులు చెప్పింది చేస్తారు. అలా అనుకరించే వారు, ఎదుట వారి స్వార్థంతో తాము నష్టపోవలసి వస్తుంది. కానీ తనను తాను, అంటే ఎవరిని వారే అనుసరించినపుడు ఎప్పుడూ నష్టపోరు. లాభమే పొందుతారు. అందుచేత ఎప్పుడూ అనుకరించకండి. ఆలోచించండి. ఆలోచించే శక్తి పెంచుకోండి. బుద్ధిని వికసింప చేసుకోండి. బుద్ధి బలం పెంచుకోండి. దానికి నిత్య 'ధ్యాన' సాధన చెయ్యాలి. 'సాత్వికమైన శాకాహారం' తీసుకోవాలి. ఇంతకు తప్ప వేరే మార్గం లేదు.

అసలు చేయవలసినవన్నీ శ్రీ కృష్ణ భగవానుడు గీతలోనే బోధించారు. అవి తెలుసుకుని, అర్థం చేసుకుని ఆచరిస్తే చాలు. 'ధ్యానశక్తి' వున్న వారే ఇవన్నీ ఆలోచించగలుగుతారు. 'ధ్యానశక్తి' వున్నవారే ఇవన్నీ అర్థం చేసుకోగలుగుతారు. 'ధ్యానశక్తి' వున్న వారే ఇవన్నీ ఆచరించగలుగుతారు. 'ధ్యానశక్తి' వున్న వారికే ఈ లాభాలన్నీ కలుగుతాయి. అందుచేత ధ్యానం చేసి 'ధ్యానశక్తి' పెంచుకోండి. 'ధ్యానశక్తి' యొక్క గొప్పతనం తెలుసుకోండి. 'ధ్యానం' చెయ్యండి.

ధ్యానం ద్వారా ఆలోచించగలిగే శక్తి ఎలా పెరుగుతుంది?

మానవుడంటే శరీరం ఒక్కటే కాదు. శరీరాన్ని నడిపించే మనస్సు, ఆలోచించగలిగే బుద్ధి, వీటన్నిటికి మూలమైన 'ఆత్మ' వున్నాయి. ప్రస్తుతం లోకంలో ఎక్కువ శాతం మంది శారీరక స్థితి, మనో స్థితులలో వున్నారు. అంటే శరీరానికి, మనస్సుకు ప్రాముఖ్యం ఇస్తున్నారు అంటే తమో గుణం, రజోగుణంలోనే వున్నారు. అంటే కుంభకర్ణ, రావణాసుర స్థితులలోనే వున్నారు. తక్కువ మంది మాత్రమే బుద్ధి స్థితిలో అంటే సాత్విక గుణంలో వున్నారు. అంటే విభీషణునిలా ప్రవర్తిస్తున్నారు. 'మంచి, చెడు', 'న్యాయం-అన్యాయం', 'ధర్మం-అధర్మం' అన్నవి ఆలోచించగలుగుతున్నారు.

అలా ప్రతీ ఒక్కరూ విభీషణునిలా ఆలోచించగలగాలంటే! అంటే బుద్ధి స్థితికి రావాలంటే! శారీరక, మనో స్థితులు దాటాలి. అంటే తమోగుణం, రజో గుణం పోవాలి.

అందుకే 'సత్య సాయిబాబా' వారు **"గుడ్డలు మార్చుకుంటే ప్రయోజనం**

లేదు, గుణం మార్చుకోవాలి” అంటారు.

ఆయనే కాదు మహాత్ములందరూ గుణం మారాలనే చెప్పారు. వీరబ్రహ్మేంద్రస్వామి వారు కూడా!

“స్నానమందు లేదు, పానమందు లేదు
మంత్రతంత్రములను మహిమ లేదు!
గుణము కుదిరెనేని ఘన యోగి తానౌను
కాళికాంబ! హంస! కాళికాంబ!”

మరి తమోగుణం, రజోగుణం పోయి సాత్విక గుణంలోకి రావాలంటే! అంటే బుద్ధి స్థితికి రావాలంటే! అంటే బుద్ధి వికసించాలంటే! అంటే ఆలోచించగలగాలంటే! అంటే వివేకం ప్రదర్శించగలగాలంటే అంటే స్వతంత్రులుగా జీవించగలగాలంటే ! ముఖ్యంగా “సాత్వికమైన శాకాహారం” తీసుకోవాలి. రెండు “ఆనాపానసతి ధ్యానం” చెయ్యాలి.

ముఖ్యంగా ధ్యానం ద్వారా ఎలా సాధ్యమంటే? ధ్యానంలో కళ్ళు మూసుకుంటాం. అంటే దేహ స్థితిని దాటుతాం. ఎందుకంటే కళ్ళు తెరచి వుంటే దేహ స్పృహలో వుండి దేహ స్థితిలోనే వుంటాం. దీన్ని అధిగమించ టానికే ధ్యానంలో కళ్ళు మూసుకుంటాం. కళ్ళు మూసుకోగానే ఆలోచనలు వస్తాయి. అంటే మనో స్థితిలోకి వెళ్ళినట్టు. ఆలోచించేది మనస్సే కదా! అలాగే వుంటే మనో స్థితిలో వున్నట్టే. ఈ స్థితిని కూడా దాటాలి. అంటే ఆలోచనలు ఆగిపోవాలి. అప్పుడు బుద్ధిస్థితికి వెళతాం.

అలా ఆలోచనలు ఆగాలన్నా, బుద్ధిస్థితికి వెళ్ళాలన్నా, పత్రీజీ చెప్పినట్టు “శ్వాస మీద ధ్యాస” వుంచాలి. ఇంతకు తప్ప వేరే మార్గం లేదు. అలా వుంచగా, వుంచగా ఆలోచనలు శమించి.. శమించి... ఒక స్థితిలో, ఒక స్థాయిలో ఆలోచనలన్నీ ఆగిపోతాయి. మనసు పని చేయదు. విశ్రాంతిగా వుంటుంది. అప్పుడు బుద్ధి స్థితికి చేరుకుంటాం. బుద్ధి వికసిస్తూ వుంటుంది. బుద్ధి బాగా పనిచేస్తూ వుంటుంది. ఆలోచించే శక్తి పెరుగుతుంది. ఆలోచించగలుగుతాం.

అలా ఎంతసేపు ధ్యానంలో కూర్చోగలిగితే వారి బుద్ధి అంత బాగా

పనిచేస్తుంది. వారికి బుద్ధి బలం పెరుగుతుంది. తెలివిగా ప్రవర్తిస్తారు. ఆలోచిస్తారు. మూర్ఖంగా, మూఢంగా ప్రవర్తించరు. చేయవలసినవి చేస్తారు. చేయకూడనివి చెయ్యరు.

అలా ధ్యానం చేసే కొద్దీ! బుద్ధుళ్ళు అవుతారు. బుద్ధిమంతులు అవుతారు. ఎవరయితే విశేషంగా ధ్యానం చేస్తారో! వారు అంత ఎక్కువ ఆలోచించగలుగుతారు. అంటే ధ్యాన శక్తి వల్ల ఆలోచించే శక్తి పెరుగుతుందని తెలుసుకోవాలి.

ఆహార నియమాలూ అవసరమే!

ఆలోచించే శక్తి పెరగాలంటే ఆహార నియమాలు కూడా అవసరమే! కారణం సాత్వికగుణంలో వున్నపుడే ఆలోచించడం అన్నది సాధ్యమవుతుంది. ఎవరైనా సరే సాత్విక గుణంలోకి మారాలంటే! సాత్వికమైన శాకాహారం తీసుకోవాలి.

ముఖ్యంగా మాంసాహారం, గ్రుడ్లు పూర్తిగా మానాలి. దీనితో పాటు శాకాహారంలో తమోగుణాన్ని, రజోగుణాన్ని పెంచే ఆహారాలు కూడా వదిలెయ్యాలి. ముఖ్యంగా వెల్లుల్లి తినకూడదు. అందుకే ఋషులు, సాధకులు వెల్లుల్లి తినరు. వెల్లుల్లితో పాటు మషాలాలు, కారాలు తగ్గించాలి. నిల్వ వున్న పదార్థాలు తినకూడదు. చల్లారిపోయిన, పాసిపోయి నిల్వ వున్న పదార్థాలు తినకూడదు. ఇవన్నీ తమో గుణాన్ని పెంచుతాయి. వండి ఫ్రిజ్‌లో వుంచినవి, రాత్రి మిగిలినవి పొద్దున్న తినడం, ఉదయం వండిన కూరలు రాత్రి తినడం లాంటి వన్నీ పనికిరావు. అలాగే కుళ్ళిపోయిన, డాగుపడిన, పాడైపోయిన పళ్ళు, కూరలు వాడకూడదు. వండకూడదు. ఇవన్నీ తమోగుణాన్ని పెంచేవే.

భగవద్గీతలో కూడా భగవానుడు తమోగుణాన్ని, రజోగుణాన్ని కలిగించే ఆహారాల గురించి వివరించడం జరిగింది. వాటిని ఆచరిస్తూ ధ్యాన సాధన చేస్తే ఎవరికైనా ఆలోచించే శక్తి పెరుగుతుంది. మంచి నిర్ణయాలు తీసుకుంటారు. మంచిగా ప్రవర్తిస్తారు. స్వతంత్రంగా వ్యవహరించగలుగుతారు.

వేటి గురించి ఆలోచించాలి!

మానవుడు ఆలోచించకుండా అనుకరిస్తున్న విషయాలు ఎన్నో

వున్నాయి. అలా ఆలోచించకుండా జీవిస్తున్నందు వల్ల జీవితంలో ఎంతో నష్టపోతున్నాడు. ఆనందాన్ని పొందలేకపోతున్నాడు. దుఃఖంతో జీవిస్తున్నాడు.

ముఖ్యంగా మానవులు మూడు విషయాల గురించి ఆలోచించాలి.

(1) తాను వున్నాడు కాబట్టి తన గురించి, తన జీవితం గురించి ఆలోచించాలి.

(2) తాను యీ సృష్టిలో జీవిస్తున్నాడు కాబట్టి యీ సృష్టి గురించి, సృష్టి నియమాల గురించి ఆలోచించాలి.

(3) యీ సృష్టిని సృష్టి చేసిన సృష్టి కర్త వున్నాడు కాబట్టి ఆయన గురించి ఆయన శక్తి గురించి ఆలోచించాలి.

యీ మూడు విషయాలు ఆలోచించకుండా ఎవరయితే జీవిస్తారో వారు సమస్యలలో చిక్కుకుంటారు. కష్టాల పాలవుతారు. చివరకు దుఃఖాన్ని పొందుతారు.

ముఖ్యంగా తన గురించి అంటే తాను ఎవరు? తాను అంటే దేహం ఒక్కటే కాదు, దేహంతో పాటు మనస్సు, ఆత్మ కూడా వున్నాయి! అందుచేత దేహం గురించి, మనస్సు గురించి ఆలోచించాలి! ఆత్మ గురించి కూడా ఆలోచించాలి!

దేహము, మనస్సు, ఆత్మ మూడు కలిపి మానవుడయినపుడు వీటిలో దేహం పాత్ర ఎంత? మనస్సు పాత్ర ఏమిటి? ఆత్మ పాత్ర ఏమిటి? అన్నవి ఆలోచించాలి. వీటిలో ఏది గొప్పది? దేనికి ఎంత ప్రాముఖ్యం ఇవ్వాలి? ఏది తాత్కాలికం? ఏది శాశ్వతం అన్నది ఆలోచించాలి.

దేన్ని బట్టి ఏది పని చేస్తుంది? అసలు వీటిలో ఏది మూలం? దేనికి ప్రాముఖ్యం ఇవ్వాలి? అన్న విషయాలు ఆలోచించాలి. కారణం ఎక్కువ ప్రాముఖ్యం ఇవ్వవలసిన దానికి ఎక్కువ ప్రాముఖ్యం ఇవ్వాలి. తక్కువ ప్రాముఖ్యం ఇవ్వవలసిన దానికి తక్కువ ప్రాముఖ్యం ఇవ్వాలి. అలా ఇచ్చినపుడు జీవితం ఆనందంగా వుంటుంది. ఇదంతా ఆలోచించినపుడే ఎవరైనా ఆనందంగా జీవించగలరు. ఇదంతా ఆలోచించకుండా అనుకరిస్తూ జీవించేవారు. దుఃఖానికి లోను కావలసిందే.

అంతేకాదు మానవ జీవితం గురించి కూడా ఆలోచించవలసిన విషయాలు ఎన్నో వున్నాయి. ముఖ్యంగా

(1) తాను తీసుకునే ఆహారం గురించి, ముఖ్యంగా మాంసాహారం గురించి ఆలోచించాలి.

(2) తాను చేసే కర్మలు గురించి ఆ కర్మల ఫలితాల గురించి, ముఖ్యంగా తన చేతలు, మాటల గురించి ఆలోచించాలి.

(3) తాను చేసే ఆరాధనలు గురించి తాను ఆరాధించే భగవంతుని గురించి ఆయన శక్తి గురించి ఆలోచించాలి.

(4) తన జీవితంలో వచ్చే సమస్యలు కష్టాలు గురించి, వాటి కారణాలు గురించి ఆలోచించాలి.

(5) వినోదం కోసం తాను చేసే ఫంక్షన్సు, పార్టీల గురించి వాటి పర్యవసనాల గురించి ఆలోచించాలి.

(6) తాను మూఢంగా నమ్ముతున్న ఆచారాల గురించి వాటి వల్ల వచ్చే నష్టాల గురించి ఆలోచించాలి.

(7) చావు గురించి, చావు తరువాత చేస్తున్న కర్మ కాండలు గురించి ఆలోచించాలి.

(8) ఇంకా మరణం తర్వాత జీవితం గురించి, దాని కోసం తాను చేయవలసిన దాని గురించి, అంటే పునర్జన్మల గురించి ఆలోచించాలి.

(9) తన చుట్టూ వున్న వారి గురించి, వారితో తనకున్న సంబంధం గురించి, వారి పట్ల తన బాధ్యత గురించి ఆలోచించాలి.

(10) తన చుట్టూ వుండే ప్రాణుల, జంతువుల గురించి, వాటి పట్ల తాను నిర్వర్తించవలసిన ధర్మం గురించి ఆలోచించాలి.

(11) అలాగే గొప్పవారు, మహాత్ములు, యోగులు బోధించే విషయాలైన పరుల సేవ గురించి, అందరినీ, అన్నిటినీ ప్రేమించడం గురించి, లోకానికి ఇవ్వడం గురించి ఆలోచించాలి.

(12) ఆఖరుకు అన్ని సమస్యలకు పరిష్కారమైనదే కాకుండా, అన్ని సాధనల కంటే గొప్పదైన ధ్యాన సాధన గురించి ఆలోచించాలి.

అలా తన గురించి, తన జీవితం గురించి మానవుడు ఆలోచించ వలసినవి ఎన్నో వున్నాయి. ఆలోచించవలసినవి ఎన్నో వుండగా ఏమీ ఆలోచించకుండా మానవులు జీవిస్తున్నారు. ఆలోచించలేక అందరినీ అనుకరిస్తున్నారు. అంటే ఆచారంగా వస్తుందని చేస్తున్నారు. అందరూ చేస్తున్నారని చేస్తున్నారు. లేకపోతే ఎవరో చెప్పారని చేస్తున్నారు.

ఎందుచేతనంటే ఎవరికైనా వారు చేసే దానికి భిన్నమైన విషయాన్ని చెపితే వెంటనే వారు ఈ మూడు విషయాలనే ప్రస్తావిస్తూ ప్రశ్నిస్తారు తప్ప, వాటి గురించి ఆలోచించరు. వాటి విషయమై వివరణ ఇమ్మని అడగరు.

చిన్న ఉదాహరణ చూద్దాం. ఎవరికైనా మాంసం తినవద్దు, అది మానవుల ఆహారం కాదు. మానవుల ఆహారం శాకాహారం మానవ శరీరం శాకాహారానికి అణుగుణంగానే నిర్మించబడింది. అందుచేత శాకాహారం తీసుకోండి. పైగా మాంసం కావాలంటే ఒక ప్రాణిని, ఒక జంతువును, క్రూరంగా హింసించి చంపాలి. హింస చేస్తే కాని మాంసం రాదు. అది పాపం, సృష్టి ధర్మానికి విరుద్ధం. ఆ పని చేయవద్దు అని చెబితే వెంటనే చాలా మంది ఇలా ప్రశ్నిస్తారు తప్ప ఆలోచించరు.

మరి మా పెద్దలు తిన్నారు. మా పూర్వీకులు తిన్నారు. మేము తింటే తప్పేమిటి? అంటే ఆచారంగా వస్తున్నది చేస్తున్నాను అని చెబుతారు. ఇంకా కొంతమంది ఏమని ప్రశ్నిస్తారంటే మరి అందరూ ఎందుకు తింటున్నారు? లోకంలో ఎక్కువ మంది మాంసమేగా తినేది? అంటూ అందరూ చేస్తున్నారు కాబట్టి చేస్తున్నాను అని అలా తినడం తప్పు కానట్టు చెబుతారు. ఇంకా కొంతమంది మరి డాక్టర్లే తినమని చెప్పుతున్నారు కదా? అంటూ ఎవరో చెప్పినదాన్ని చెపుతూ తాను చేసే పనికి కారణం చెపుతున్నారు.

ఇక్కడ మనం గమనిస్తే ఈ మూడు కారణాలు కూడా ఇతరులను అనుకరించడమే అవుతుంది తప్ప, తాను ఆలోచించింది కాదు. ఈ విషయం గురించి తాను ఎప్పుడూ ఆలోచించలేదు. ఆలోచిస్తే తెలుస్తుంది. మాంసాహారం తినాలా? తినకూడదా? తింటే వచ్చే నష్టం. తినకపోతే వచ్చే లాభాలు అన్నవి అర్థం అవుతాయి.

అలాగే ఆరాధన గురించి ముఖ్యంగా విగ్రహారాధన గురించి చెప్పినపుడు అంటే విగ్రహం దేవుడు కాదు కదా? విగ్రహాన్ని మనమే తయారు చేసాము. అసలు మనం దేవుణ్ణి తయారు చేయగలమా? మట్టితో కానీ, కొయ్యతో కానీ, రాయితో కానీ, లోహంతో కానీ మనమే తయారు చేసాము. మనము చేయగలిగిన వాడు దేవుడు ఎలా అవుతాడు? అసలు దేవునికి రూపం వుందా? ఆయన సర్వాంతర్యామి కదా? అందుచేత ఆయన ఎలా వుంటాడో తెలుసుకో? ఎక్కడ వుంటాడో తెలుసుకో? ఎలా ఆరాధించాలో తెలుసుకో? తెలుసుకుని ఆరాధించు అని ఎవరైనా ఎవరికైనా చెపితే వెంటనే వారు ఇలా ప్రశ్నిస్తారు. మరి పూర్వకాలం నుంచి మా పెద్దలు అందరూ ఆ రకంగానే ఆరాధించారు. తరతరాల నుంచి ఆ ఆచారం ఎందుకు వచ్చింది? వారు చేశారు కాబట్టి మేము చేస్తున్నాం. మరి వారంతా ఎందుకు చేశారు? అని ప్రశ్నిస్తారు.

ఇంకా కొంతమంది ఏమంటారంటే ఎవరిని చూసినా విగ్రహారాధనే కదా చేసేది. అంతా అదే కదా చేస్తున్నారు మరి అంతమంది ఎందుకు చేస్తున్నారని? ప్రశ్నిస్తారు. ఇంకా కొంతమంది పెద్దలు, గురువు అదే కదా చేస్తున్నారు. చేయిస్తున్నారు. చెపుతున్నారు. మరి వారంతా ఎందుకు చెపుతున్నారు? అని ప్రశ్నిస్తారు.

అలా ఆచారంగా వస్తుందని చేస్తున్నామనే వారు కొందరు, అందరూ చేస్తున్నారని చేస్తున్నామనే వారు కొందరు, ఎవరో చెప్పారని, చేస్తున్నామనే వారు కొందరు. కానీ ఎవరూ ఆలోచించి చెయ్యడం లేదు. ఇలా మనం గమనిస్తే మానవులు చేసే పనులు ఏవైనా ఎక్కువగా అనుకరించేవే కనిపిస్తాయి తప్ప ఆలోచించి చేసే పనులు బహు తక్కువ కనిపిస్తాయి. అంతే కాదు తాము అలా అనుకరించి చేసేదే సరైనదని వాదిస్తారు కానీ, ఆలోచించడానికి ప్రయత్నించరు. వివరణ చెప్పమని అడగరు.

లోకంలో గమనిస్తే ఆలోచించని మానవులు ఈ మూడు విషయాలకే ఎక్కువ ప్రాముఖ్యం ఇస్తారు.

1) ఖానా అంటే తినటం

2) పీనా అంటే త్రాగటం

3) సోనా అంటే నిద్రించడం

ఈ మూడు విషయాలు మీదే ఎక్కువ దృష్టి పెడుతున్నారు. అంతే కాదు మరో రెండింటికి కూడా ఎక్కువ ప్రాముఖ్యం ఇస్తున్నారు. అవి

(1) సంపాదించడం (ఎర్నింగ్)

(2) అనుభవించడం (ఎంజాయ్‌మెంట్)

ఇదే జీవితమనుకుంటున్నారు. అలాగే జీవిస్తున్నారు. వీటన్నిటికీ ధనం ముఖ్యం కాబట్టి ధన సంపాదనకు ఎక్కువ ప్రాముఖ్యం ఇస్తున్నారు. అందుకే సంపాదించానా? లేదా? అని చూస్తున్నారు కానీ ఎలా సంపాదించాను? ధర్మ యుక్తంగానా? అధర్మయుక్తంగానా? అన్నది ఆలోచించడం లేదు. పూర్వం నుంచి పెద్దలు అదే చేసారని చేస్తున్నారు. అందరూ అదే చేస్తున్నారని చేస్తున్నారు. తల్లిదండ్రులు పెద్దలు అదే చెపుతున్నారని చేస్తున్నారు. అలా అనుకరిస్తున్నారు కానీ ఆలోచించటం లేదు.

మరి మానవ జీవితం తినటం, త్రాగటం, నిద్రించడం కోసమేనా? ఇంకేమి ఆలోచించవలసింది లేదా? అంటే చాలా వుంది. అంతేకాదు ఎంతసేపూ సంపాదించడం, సంపాదించిన దానితో అనుభవించడానికే ప్రాముఖ్యం ఇస్తున్నారు. అంతవరకే ఆలోచిస్తున్నారు. అంతకన్నా ఆలోచించడం లేదు. కానీ ఆలోచించవలసినవి చాలా వున్నాయి. కారణం మానవుడు వీటికి ఎంత ప్రాముఖ్యం ఇచ్చినా ఆనందంగా జీవించగలుగుతున్నాడా? అంటే కచ్చితంగా లేదనే చెప్పాలి.

దీనికి ముఖ్య కారణం మానవునకు జీవితంలో వచ్చే సమస్యలు, కష్టాలు, బాధలు, రోగాలు, ఇబ్బందులు. అలాగే సంసారంలో, సమాజంలో వచ్చే గొడవలు. వీటన్నిటితో మానవుడు నలిగిపోతున్నాడు, దుఃఖితుడవుతున్నాడు, జీవిత మాధుర్యాన్ని అనుభవించలేకపోతున్నాడు. అందుచేత జీవితం గురించి ఆలోచించాలి. జీవిత సమస్యల గురించి ఆలోచించాలి. అంతేకాదు పైన పేర్కొన్న విషయాలన్నిటి గురించి ఆలోచించాలి.

ఒక రకంగా చూస్తే ఈ విషయాలన్నిటి గురించి భగవద్గీతలో

చెప్పబడింది. భగవద్గీతను సరిగ్గా అధ్యయనం చేస్తే, మానవ జీవితానికి సంబంధించిన ఎన్నో విషయాలు బోధించబడ్డాయి. మానవులు ఆచరించవలసిన, జీవితంలో తెలుసుకోవలసిన ఎన్నో విషయాలు తెలియచేయబడ్డాయి. ఒక రకంగా చూస్తే భగవద్గీతలో లేనిదంటూ లేదు. కానీ మానవులు ఎంతసేపూ భగవద్గీతను పారాయణ చేయటానికి ప్రాముఖ్యం ఇస్తున్నారు కానీ, అర్థం చేసుకుని ఆచరించటానికి ప్రాముఖ్యం ఇవ్వటం లేదు.

కానీ మానవ జీవితం అర్థం కావాలన్నా, మానవ జీవిత లక్ష్యం తెలియాలన్నా ప్రతీ ఒక్కరూ భగవద్గీతను అర్థం చేసుకోవాలి. ఆచరించాలి. భగవానుడు గొప్పవాడంటే సరిపోదు. భగవానుని ఆరాధిస్తే సరిపోదు. భగవానుడు చెప్పింది ఆచరించాలి. భగవానుడు చెప్పిన విషయాల గురించి ఆలోచించాలి.

కానీ తరతరాల నుంచి భగవద్గీతను పారాయణ చెయ్యడం, భగవానుని ఆరాధించడం చేస్తున్నారు. అలాగే ప్రస్తుతం కూడా అందరూ అదే చేస్తున్నారు. చెప్పేవారు కూడా అదే చెపుతున్నారు. ప్రోత్సహిస్తున్నారు. అంతకన్నా ఎవరూ ఆలోచించడం లేదు. భగవానుడు భోధించింది ఆచరించడం లేదు.

చాలా మందికి అనిపించవచ్చు. అంతకన్నా ఆలోచించవలసింది ఏముంది? చేయవలసింది ఏముంది? అని. కానీ 'ఆర్య సమాజ స్థాపకుడైన "స్వామి దయానంద సరస్వతి" విగ్రహారాధన గురించి చాలా ఆలోచించారు. ఎన్నో శాస్త్రాలు అధ్యయనం చేసారు. వేదాలను కూడా అధ్యయనం చేసారు. అన్నీ అధ్యయనం చేసి ఎన్నో విషయాలు ఆలోచించి చివరకు ఆయన చెప్పింది ఏమిటంటే **"పూజ మెట్టు కాదు అగడ్త"** అని చెప్పారు. అంటే **"పూజ వల్ల లాభం కాదు నష్టం"** అని చెప్పారు. ఇదంతా ఆయన ఆలోచించడం వల్ల, అధ్యయనం చేయడం వల్ల మాత్రమే చెప్పగలిగారు. ఆలోచించకపోతే ఆయన కూడా చెప్పలేరు కదా?

తాను ఆలోచించి తెలుసుకున్న ఎన్నో సత్యాలను ఆయన **"సత్యార్థ ప్రకాశము"** అన్న గ్రంథంలో పేర్కొనడం జరిగింది. ఒక విధంగా పూజ గురించి, విగ్రహారాధన గురించి రీసెర్చి చేసారనే చెప్పవచ్చు. అసలు అంతలా

ఆలోచించగలిగే శక్తి మనకు వుందా? వుంటేనే కదా అన్నీ తెలిసేది. ఆలోచించకుండా అనుకరిస్తే ఏమి తెలుస్తాయి? ఏమీ తెలియవు కదా?

అలా "స్వామి దయానంద సరస్వతి" విగ్రహారాధన గురించి అధ్యయనం చేసిన విషయాలలో కొన్నిటి గురించి తెలుసుకుందాం. ఆలోచించగలిగే వారికి ఎన్ని సత్యాలు బోధపడతాయో తెలుసుకుందాం.

స్వామి దయానంద సరస్వతి ఒక బ్రాహ్మణ కుటుంబంలో జన్మించారు. వారి కుటుంబమంతా శివ భక్తులు. శివారాధనలు చేసేవారు. ఈయన కూడా చిన్ననాటి నుండి శివారాధనలు చేసేవారు. ఆయన చిన్న వయస్సులో వుండగా ఒక శివరాత్రి నాడు వారి ఆచారం ప్రకారం రాత్రి జాగారం చేసారు. జాగారమంటే వారు పూజాదికాలు అన్నీ పూర్తి అయిన తరువాత రాత్రి అంతా కళ్ళు మూయకుండా శివలింగాన్నే చూస్తూ కూర్చునేవారు. అలా రాత్రంతా జాగారం చెయ్యడం వారి ఆచారం.

అలా అందరూ శివలింగాన్ని చూస్తూ, జాగారాన్ని ప్రారంభించారు. ఒక రాత్రి సమయానికి ఇంచుమించు అందరూ మెల్లిగా నిద్రలోకి జారుకున్నారు. కానీ దయానంద సరస్వతి చిన్న పిల్లవాడు. పట్టుదల గల వాడు అనుకున్నది సాధించే మనస్తత్వం. అందుచేత ఈయన మటుకు నిద్ర పోకుండా, కళ్ళు మూయకుండా అలా లింగాన్నే చూస్తూ కూర్చున్నాడు. అర్థరాత్రి దాటాక ఒక ఎలుక శివలింగం మీదకు ఎక్కి అటూ ఇటూ తిరుగుతూ పూజా వస్తువులను పూలను అన్నిటిని చిందర వందర చేస్తూ వుంది.

అది చూసిన దయానంద సరస్వతిలో ఆలోచన మొదలైంది. ఏమిటి ఈ క్షుద్ర జంతువు. ఇంతలా భీభత్సం చేస్తుంటే దేవుడు ఏమీ చెయ్యటం లేదు? అలా కదలకుండా వున్నాడేమిటి? అంటే ఆ లింగం దేవుడు కాడా? అన్న ఆలోచన మొట్టమొదటిసారిగా ఆయనలో మొదలయ్యింది. అలా ఆలోచన మొదలు కాగానే అదే కోణంలో ఆయన ఆలోచించడం మొదలుపెట్టారు. ఆయన ఏ రకంగా, ఏ కోణంలోంచి చూసినా అది దేవుడు కాదు, రాతి విగ్రహమే అన్నది ఆయనకు అర్థమయ్యింది.

అంతేకాదు ఆయన అక్కడితో వదిలెయ్యలేదు. మరి అది దేవుడు

కానపుడు, రాతి విగ్రహమే అయినపుడు అందరూ ఎందుకు పూజిస్తున్నారు? దేవుడిని కాకుండా విగ్రహాన్ని ఎందుకు ఆరాధిస్తున్నారు? అసలు దేవుడు ఎవరు? అన్న ఆలోచన ఆయనలో మొదలయ్యింది. పట్టుదల గల ఆయన ఆ విషయాన్ని అక్కడితో వదలకుండా ఆ విషయమై అందరినీ అడగడం, పుస్తకాలు చదవడం ప్రారంభించారు. ఆయన ఎంతసేపూ విగ్రహం దేవుడు కానపుడు ఎందుకు ఆరాధిస్తున్నారు? ఇంతమంది ఎందుకు ఆరాధిస్తున్నారు? అసలు ఎప్పటి నుంచి ఈ ఆరాధనలు చేస్తున్నారు? అన్న విషయాలు తెలుసుకోవాలనే ఆసక్తి ఆయనకు కలిగింది. ఈ విషయం తెలుసుకోవడానికి ఆయన పురాణాలు, శాస్త్రాలు అధ్యయనం చేయడం మొదలు పెట్టారు. ఎంతోమంది గురువులను కలిసారు. అలా చేస్తూంటే, చేస్తూంటే వీటన్నిటికి మూలం వేదాలన్న విషయం ఆయనకు అర్థమయ్యింది. అంటే వేదాల నుంచే అన్నీ వచ్చాయి, వేదాలే అన్నిటికి ఆధారం అన్నది ఆయన అర్థం చేసుకున్నారు.

అపుడు ఆయన అన్నిటికీ వేదాలు మూలమైనపుడు, వేదాలలో విగ్రహారాధన వుందా? విగ్రహారాధన గురించి చెప్పబడిందా? అన్నది చూశారు. కానీ ఆయనకు వేదాలలో ఎక్కడా విగ్రహారాధన గురించి కనబడలేదు. అపుడు మరల ఆలోచించారు. వేదాలలో విగ్రహారాధన లేనపుడు అందరూ విగ్రహారాధన ఎందుకు చేస్తున్నారు? అందరికీ వేదాలే ప్రామాణికం కదా? అసలు ఇంతకీ వేదాలలో లేని, వేదకాలంలో లేని విగ్రహారాధన ఏ కాలంలో మొదలయ్యింది? ఎవరు దీనిని ప్రారంభించారు? ఎందుకు ప్రారంభించారు? అన్న ప్రశ్నలు ఆయనలో మొదలయ్యాయి.

వెంటనే ఆయన వేదకాలం నుంచి వున్న గ్రంథాలు చూసుకుంటూ వచ్చారు. అలా అధ్యయనం చేస్తుంటే ఈ విగ్రహారాధన అన్నది జైనుల కాలంలో ప్రారంభించబబడినట్టుగా తెలుసుకున్నారు. ఆ కాలంలో సామాన్య జనులు, పామర జనులు, జైనుల విగ్రహారాధనకు ఆకర్షితులై అందరూ జైన మతంలోకి మారిపోతున్నారు. అపుడు హిందూ బ్రాహ్మణ పండితులు ఇది చూసి ఇలాగే చూస్తూ వూరుకుంటే చివరకు హిందువు అనేవాడు వుండడు. చివరకు హిందూ మతమే అదృశ్యమైపోతుంది అని భావించి హిందువుల వలసలు అరికట్టడానికి

తాము కూడా విగ్రహారాధనను ప్రారంభించారు.

మరి ఆరాధన చెయ్యాలంటే ఏదో ఒక రూపం కావాలి కాబట్టి. దేవుళ్ళ శక్తులను బట్టి కొన్ని వ్యూహా రూపాలు తయారు చేసారు. మరి ఆరాధించాలంటే దానికి ఒక పద్ధతి కావాలి కాబట్టి పూజా విధానం, దానికి కావలసిన మంత్రాలు అర్ధవంతంగా, అప్పటి బ్రాహ్మణ పండితులు తయారు చేసారు. అలాగే ఆరాధన చేసే వారు కొన్ని ఫలితాలు ఆశిస్తారు కాబట్టి. దేవతలు, దేవుళ్ళ పేరుతో కొన్ని పురాణ కథలు, మహత్యాలను బోధించే కథలు వ్రాయడం మొదలు పెట్టారు. అలా విగ్రహారాధన ప్రారంభమైందని స్వామి దయానందుల వారు తెలియచేసారు.

కాలం మారే కొద్దీ ఈ పండితులలో స్వార్ధం పెరిగి తమ స్వలాభం కోసం ఈ ఆరాధనలను ఉపయోగించుకున్నారు. తమ అభిప్రాయాలకు అనుగుణంగా వ్రాయడం మొదలు పెట్టారు. కాల క్రమేణా వాటినే శాస్త్రాలని పిలవడం జరిగింది.

స్వామి దయానందుల వారు ఈ విషయాన్నే తెలుపుతూ భోజరాజు రాజ్యాన్ని పాలించే కాలంలో ఎవరో శివపురాణము, మార్కండేయ పురాణము వ్రాసి వ్యాసుని పేరుతో ప్రచారం చేసారు. భోజరాజునకు ఈ విషయం తెలిసినపుడు ఆ పురాణాలు వ్రాసిన పండితులకు చేతులు నరికించి వారితో "మీరు ఏదైనా కావ్యం వ్రాస్తే అది మీ పేరుతోనే వ్రాయండి, అంతే కానీ ఋషులు, మునుల పేర్లు పెట్టవద్దు" అని హెచ్చరించడం జరిగింది.

ఈ పామర జనాన్ని నమ్మించడం కోసం కొన్నిటికి వ్యాసుడు లాంటి మహర్షుల పేర్లు కూడా పెట్టడం జరిగింది. ఈ పామర జనం ఎంత సేపూ తమ కష్టాల గురించే ఆలోచన గానీ, ఈ శాస్త్రాల మంచి చెడ్డల గురించి ఆలోచించే శక్తి, సమయము లేకుండా పోయింది. అందుచేత ఆ పండితులనే సలహా అడిగి వారు చెప్పినట్టు చేసుకుంటూ పోయేవారు. అలా తరతరాలు ఈ విగ్రహారాధన జరుగుతూ చివరకు ప్రస్తుతం వున్న పరిస్థితికి చేరుకుంది.

స్వామి దయానందుల వారు ఈ పురాణాలు, శాస్త్రాలు అధ్యయనం చేసి వాటిలో వున్న లోపాలను, దోషాలను, పొరపాట్లను ఎత్తి చూపారు.

ఆయన అవన్నీ క్రోడీకరించి "సత్యార్థ ప్రకాశము" అన్న గ్రంథాన్ని వ్రాయడం జరిగింది. అలా అధ్యయనం చేసి విగ్రహారాధన గురించి ఆయన చెప్పిందేమిటంటే **"పూజ మెట్టు కాదు అగడ్త"** అంటే పూజ వల్ల లాభం కాదు అంతా నష్టమే అని పేర్కొంటూ మూర్తి పూజ చెయ్యడం వల్ల వచ్చే నష్టాలను ఎన్నింటినో ఆయన చెప్పడం జరిగింది.

ఇదంతా చెప్పడం దేనికంటే! మనం ఏ పని చేసినా ఆలోచించాలి. అంతేకాని గుడ్డిగా అనుకరించకూడదు. మరి ఆలోచించగలగాలన్నా, ఆలోచించే శక్తి రావాలన్నా, ముఖ్యంగా సాత్వికమైన శాకాహారం తీసుకోవాలి. ధ్యానం చెయ్యాలి. ఈ రెండు చేసిన వారికి ఆలోచించే శక్తి పెరుగుతుంది. ఏ విషయమైనా స్వయంగా ఆలోచించగలుగుతారు. సరైన నిర్ణయం తీసుకోగలుగుతారు. జీవితంలో ఎన్నో లాభాలు పొందగలుగుతారు.

ఎవరికైనా ఒక ధనవంతుడిని కానీ, మంచి ఉద్యోగంలో వున్న వాడిని కానీ, పదవిలో వున్న వాడిని కానీ చూస్తే తాను కూడా అలా అయితే బాగుండును అని అనిపిస్తుంది. కానీ విచిత్రం ఒక గొప్ప యోగిని చూస్తే మాత్రం అలా అవ్వాలనిపించదు. వారిని కోరాలనిపిస్తుంది.

మూర్ఖత్వం - మూఢత్వం - వివేకత్వం

లోకంలో రకరకాలుగా ప్రవర్తించే వారు వున్నారు. వారిలో కొంతమంది మూర్ఖంగా ప్రవర్తిస్తారు. కొంతమంది మూఢంగా ప్రవర్తిస్తారు. మరి కొంతమంది వివేకంగా ప్రవర్తిస్తారు.

మూర్ఖత్వాన్ని ప్రదర్శిస్తే మూర్ఖులు అంటారు. "తనకు తోచిందే సరైనదని వాదించడం, అలాగే ప్రవర్తించడం మూర్ఖత్వం" అంటారు. వీరు ఎవరు ఏమి చెప్పినా వినరు. ఎంత చెప్పినా వినిపించుకోరు. వీరు "తాను పట్టిన కుందేలుకు మూడే కాళ్ళు" అనే రకం. ఇటువంటి వారితో ఎవరూ వాదించలేరు. వీరిని ఎవరూ ఒప్పించలేరు. కారణం ఎదుట వారి మాటలు వినరు. అర్థం చేసుకోవడానికి ప్రయత్నించరు, సరికదా వితండ వాదానికి దిగుతారు.

చిన్న ఉదాహరణ చూద్దాం. ఇలాంటి వారిని ఎవరినైనా మాంసం తినవద్దు అది మృతాహారం, శవాహారం, అది మానవుల ఆహారం కాదు, మానవుల శరీరం శాకాహార నిర్మితమే కానీ మాంసాహార నిర్మితం కాదు, మాంసానికి అనుకూలమైనది కాదు, ఎవరైనా పెట్రోలు కారులో కిరసనాయిలు పోస్తారా? అలా చేస్తే ఆ కారు పరిస్థితి ఏమవుతుంది? అలాగే శాకాహారం వేయవలసిన శరీరంలో మాంసం వేస్తే ఏమవుతుందో ఆలోచించు. అంతేకాదు మాంసం ఒక జంతువును హింసించి చంపితేనే వస్తుంది. దాన్ని చంపేటపుడు అలాంటి పరిస్థితుల్లో మానవుడు ఎంత బాధపడతాడో అది కూడ అంత భాధపడుతుంది. ఒక ప్రాణిని హింసించి మనం ఆనందించడం ధర్మం కాదు. అది పాపం. పైగా అది రక్తపు కూడు. రక్తపు కూడు మానవులు ఆశించకూడదు అని చెప్పినా!

హింసించడం మానవ ధర్మం కాదు, ప్రేమించడమే మానవ ధర్మం. భక్షించడం మానవ ధర్మం కాదు, రక్షించడమే మానవ ధర్మం. క్రూరంగా ప్రవర్తించడం మానవ ధర్మం కాదు, దయ చూపించడమే మానవ ధర్మం.

అందుచేత నీ క్రింది జీవులైన ఆ అమాయకపు మూగజీవుల మీద దయ చూపించు, వాటిని ప్రేమించు మానవత్వాన్ని ప్రదర్శించు, అది నీ ధర్మం అని చెప్పినా! అవి కూడా భగవంతుని రూపాలే, అన్నిట్లోను భగవంతుడున్నాడు, వాటిని హింసిస్తే భగవంతుని హింసించినట్టే అవుతుంది. భగవంతుని హింసించడం కాదు, ఆనందపరచాలి, అది మనకు క్షేమకరం. అని ఎన్ని రకాలుగా చెప్పినా! వీరు అవేమీ వినిపించుకోరు అర్థం చేసుకోరు, ఆలోచించరు వెంటనే ఏమంటారంటే! అసలు భగవంతుడు నా కోసమే వాటిని సృష్టించాడు, అసలు అవి ఎందుకు వున్నాయంటే! నా కోసమే ఉన్నాయి. అసలు జీవితం దేనికి? అనుభవించడానికే కదా! అనుభవించకపోతే ఇక జీవితం ఎందుకు? ఎవరైనా ఫలావు తింటారు కానీ పచ్చగడ్డి తింటారా? ఆకులు, గడ్డి జంతువులు తింటాయి. అసలు నేను వాటిని తినకపోతే అవి పెరిగిపోవా? అవి బాగా పెరిగిపోతే తిరిగి అవే మనల్ని తినేస్తాయి. భూమంతా వాటితో నిండిపోదా? అని ఎదురు ప్రశ్నలు వేస్తారు, వాదిస్తారు.

వారు ఇంకా ఏమంటారంటే! మాంసాహారం పాపమంటారు, కష్టాలు, రోగాలు వస్తాయంటారు, శాకాహారం తినేవారికి రోగాలు లేవా? వారు రోగాలతో బాధపడటం లేదా? మరి శాకాహారులకు రోగాలు ఎందుకు వస్తున్నాయి? అని ప్రశ్నిస్తారు. వారు ఇంకా ఎప్పుడో ఏదో జరుగుతుందని, కష్టాలు వస్తాయని ఆలోచించే వారే మూర్ఖులు. ప్రస్తుతం వున్నది అనుభవించాలి. వయస్సులో ఉన్నపుడు తినకపోతే ముసలి వాడయ్యాక, పళ్ళు వూడిపోయాక తినగలరా? అన్నీ వున్నపుడే అనుభవించాలి. అసలు సంపాదించేది దేనికి? అనుభవించటానికే కదా! అనుభవించకపోతే సంపాదించడం దేనికి? మూటకట్టుకుని వెళ్ళటానికా? అలా మూట తీసుకెళ్ళగలవా? అనుభవించని జీవితం జీవితమే కాదు అని కూడా అంటారు.

వారు ఇంకా తరువాత జన్మలో కష్టాలు వస్తాయి అంటారు కదా! అసలు చనిపోయాక జన్మ వుంటుందా? నువ్వు చూపించగలవా? చూపించు. ఎప్పుడో ఏదో అవుతుందని అనుభవించడం మానేస్తామా? ఇన్ని రకాల రుచులు వుంటే, నేను నోరు చప్పిడి చేసుకుని తినాలా? నువ్వు నాకేమీ చెప్పక్కర్లేదు అని వాదించడమే కాదు. వారు ఏమని వాదిస్తారంటే? జంతువులను చంపితే

పాపం అంటున్నావు మరి మొక్కలలో ప్రాణం లేదా? తోటకూర ఎందుకు కోస్తున్నావు? కూరగాయలు ఎందుకు తింటున్నావు? అది కూడా పాపమే కదా? నువ్వు కూడా పాపం చేస్తున్నావు కదా? నేను చేస్తున్నదే పాపం అంటావేమిటి? ప్రాణం తియ్యడం పాపమవుతే అందరూ పాపం చేస్తున్నట్టే కదా? అందరూ పాపాత్ములే కదా? దీనికి సమాధానం చెప్పు! అని తిరిగి ఎదురు ప్రశ్న వేస్తారు.

అంతేకానీ చెప్పింది అర్థం చేసుకోరు. అర్థం చేసుకునే ప్రయత్నం చెయ్యరు. తనకు తెలిసిందే కరెక్టు. తాను చేసేదే కరెక్టు అంటారు. అలా వాదించే వారిని మూర్ఖుడు అనక ఏమనాలి? ఎందుచేతనంటే వారు అడిగిన ప్రశ్నలన్నిటికీ తనకు తాను సావధానంగా ఆలోచిస్తే సమాధానం దొరుకుతుంది. లేకపోతే సమాధానం వినటానికి ఆసక్తి కనబరిస్తే చెప్పవచ్చు. అలా కాకుండా నాకు తెలిసిందే కరెక్టు. నేను చెప్పేదే కరెక్టు అని వాదిస్తే ఎవరూ ఏమీ చెప్పలేరు.

చూడండి శాకాహారులకు కూడా కష్టాలు, రోగాలు వస్తున్నాయి అంటే శాకాహారులు పాపాలు చెయ్యటం లేదా? మోసాలు చెయ్యటం లేదా? తప్పులు చెయ్యటం లేదా? అవి పాపాలు కాదా? మాంసం తినకపోవచ్చు కానీ చిన్న చిన్న జీవులను, కీటకాలను చంపడం లేదా? అది పాపం కాదా? వారు ఈ జన్మలో మాంసం తినకపోవచ్చు. గత జన్మలలో తిని వుండవచ్చు కదా! ఆ పాపం రోగాల రూపంలో ఇప్పుడు అనుభవించవచ్చు కదా!

ఇంకా ఆలోచిస్తే జంతువులు నా కోసమే సృష్టింపబడ్డాయని అంటారు. కానీ భగవంతుడు అందరి కోసం అన్నిటిని సృష్టించాడు. అన్నిటి అవసరం అందరికీ వుంది. సృష్టిలో పరస్పర సహకారం చేసుకుంటూ స్నేహంగా జీవించాలి. అంతే కానీ ఒకరి ఆనందం కోసం ఇంకొకరిని హింసించకూడదని అర్థం చేసుకోవాలి. అది సృష్టి ధర్మానికి విరుద్ధం. అంతే కాదు అసలు "ఈ జీవితం అన్నది జీవితం లేకుండా చేసుకోవటానికే కానీ హింసించి ఆనందించడానికి కాదు, ఆనందింప చేసి ఆనందించాలి".

అంతేకాదు నేను తినకపోతే పెరిగిపోవా అంటారు. కానీ ఆలోచించండి. పెంచి తింటున్నారా? పెరిగినవి తింటున్నారా? అంటే

కచ్చితంగా పెంచినవే తింటున్నారు. అలా కోళ్ళఫారాలు పెట్టి కోళ్ళను పెంచుతున్నారు. చేపలు, రొయ్యల చెరువులలో చేపలు, రొయ్యలు పెంచుతున్నారు. మేకలు, గొర్రెలు మందలుగా పెంచుతున్నారు. వీరంతా తినేవి ఇలా పెంచిన వాటినేగా? పైగా ఆలోచిస్తే పెంచనివి పెరగటం లేదు. పెంచినవే పెరుగుతున్నాయి. అలా అయితే పులి, సింహం, చిరుత లాంటివి మనం పెంచడం లేదు మరి అవి పెరుగుతున్నాయా? అంటే పెరగటం లేదు కదా? అంటే మనం పెంచినవే పెరుగుతున్నాయని అర్థం అవుతుంది కదా? మానవులు పెంచని, తినని పులులు, సింహాలు పెరిగిపోతున్నాయా? ఊళ్ళ మీదకు వచ్చి మానవులను తింటున్నాయా? మరి తినకపోతే పెరిగి పోతాయనడం అర్థ రహితం కాదా?

మొక్కలలో ప్రాణం లేదా? అంటారు. మొక్కలలో కూడా ప్రాణం వుంది. చైతన్యం వుంది. కానీ తేడా వుంది. జంతువులకి మానవులకి బాధ, నొప్పి వుంటుంది. అందుకే అవి రోదిస్తాయి, ప్రతిఘటిస్తాయి. కానీ వృక్షాలు రోదించవు. ప్రతిఘటించవు. జంతువుల మానవుల అవయవాలు ఖండిస్తే అవి తిరిగి ఏర్పడవు. ఎక్కువగా ఖండిస్తే చనిపోతాయి కూడా. కానీ మొక్కల కొమ్మలు, రెమ్మలు నరికినా ప్రక్కనుంచి కొత్తవి పుట్టుకొస్తాయి. కాయలు, పళ్ళు కోసినా మొక్క చావదు. సస్యాలు మనం కోయకపోయినా అవి రాలిపోతాయి. అంటే మొక్కలకు జంతువులకు చాలా తేడా వుందని తెలుస్తుంది కదా?

అంతేకాదు సృష్టిలోని ఏ జీవి అయినా ఆహారం తింటేనే తమ జీవిత కాలం జీవించగలవు. ఏ జీవి జీవించాలన్నా ఆహారం తీసుకోవడం తప్పనిసరి. ఇది సృష్టిలో సృష్టి కర్త అయిన భగవంతుడు చేసిన ఏర్పాటు. ఎవరు ఏ ఆహారం తీసుకోవాలో ఆయనే నిర్ణయించాడు. దానికి తగ్గట్టుగానే వాటి శరీరాన్ని నిర్మింపచేసాడు. ఇది మనం ఆలోచిస్తే అర్థమవుతుంది. అలా భగవంతుని నిర్ణయం ప్రకారం జీవించేవారు శాకాహారం తీసుకున్నా పాపం కాదు. కారణం మానవుని శరీరం శాకాహార నిర్మితం. అలాగే పులి, సింహం మాంసం తిన్నా వాటికి పాపం కాదు. కారణం వాటి శరీరం మాంసాహార నిర్మితం. కానీ భగవంతుని నిర్ణయానికి విరుద్ధంగా ఎవరు ప్రవర్తించినా అది

పాపమే అవుతుంది. అందుచేత మానవుడు శాకాహారం తీసుకోవచ్చు కానీ మాంసాహారం తీసుకోకూడదు.

ఎప్పుడో ఏదో జరుగుతుందని ఆలోచించడం ఎందుకు అంటారు. ఎందుచేతనంటే కష్టాలు వచ్చిన వారిని గమనిస్తే! వారి బాధను గమనిస్తే అప్పుడు తెలుస్తుంది. వారు ఈ బాధ తట్టుకోలేను, ఈ బాధ భరించలేను అని రోదిస్తూ వుంటారు. ఈ కష్టం పగవాడికి కూడా వద్దు బాబూ అంటారు. కొంతమంది ఇంకా నేను ఎప్పుడు ఏ పాపం చేశానో! ఇప్పుడు ఇన్ని బాధలు అనుభవిస్తున్నాను. ఏ జన్మలో చేసిన పాపమో! అంటారు. ఈ బాధతో జీవించే కంటే చనిపోవడం మంచిది అని అనుకునే వారూ వున్నారు.

అలా కర్మ అనుభవించేటపుడు జీవితం చాలా దుర్భరంగా వుంటుంది కానీ కర్మ చేసేటపుడు మటుకు చాలా సుఖంగా, ఆనందంగా వుంటుంది. అందుచేత "కష్టాన్ని తెచ్చే సుఖం ఎప్పుడూ కోరుకోకూడదు" ఇదంతా వివేకంతో ఆలోచిస్తేనే తెలుస్తుంది. ఆలోచించకపోతే తెలియదు. దానికి వివేకత్వం ప్రదర్శించాలి. మూర్ఖత్వం కాదు.

అలాగే ఇంకా కొంతమందిని విగ్రహం దేవుడా? అది రాయితోనో, చెక్కతోనో, లోహంతోనో మనము చేసిందే కదా? మనము సృష్టించిందే కదా? మనం దేవుళ్ళను తయారు చేయగలమా? సృష్టించగలమా? దేవుడు ఎవరో తెలుసుకో! ఎలా వుంటాడో తెలుసుకో! ఎక్కడ వుంటాడో! ఏమి చేస్తుంటాడో తెలుసుకో! ఆయన శక్తిని తెలుసుకో! ఆయన ఇష్టమేమిటో తెలుసుకో! ఎవరు ఆయనకు భక్తులో తెలుసుకో! కోరికలు కోరడానికి సమయం కేటాయించడం కాదు, దేవుని గురించి తెలుసుకోవడానికి సమయం కేటాయించాలి. నీకు నచ్చినవి చెయ్యడం కాదు. దేవునికి ఇష్టమైనవి చెయ్యి. విగ్రహం దేవుడంటూ విగ్రహాన్ని ఆరాధించడం కాదు. దేవుడెవరో తెలుసుకుని ఆరాధించు అసలు ఆరాధన అంటే ఏమిటో తెలుసుకో! అని అంటే, వీళ్ళేమంటారంటే చాలు చాల్లే మా కంటే నీకు ఎక్కువ ఏం తెలుసు. విగ్రహమే దేవుడు. మా అమ్మ పూజ చేసింది, మా అమ్మమ్మ పూజ చేసింది. ఆయన్ను నమ్ముకున్న మాకు ఎన్నో కోరికలు తీరాయి. మాకు ఎన్నో నిదర్శనాలు వున్నాయి. పూజ చేస్తేనే మాకు తృప్తిగా వుంటుంది. మాకు అదొక నమ్మకం

అంటారు. అంతేకానీ వినిపించుకోరు. ఆలోచించటాదనికి ప్రయత్నించరు.

ఆఖరుకు వేమన యోగి చెప్పింది కూడా అర్థం చేసుకోవడానికి ప్రయత్నించరు.

శిలలను చూసి నరులు శివుడని భావింత్రు
శిలలు శిలలే కానీ శివుడు కాదు
తనదులోని శివుడు తానేల తెలియడో
విశ్వదాభిరామ వినురవేమ!

అని వేమన చెప్పింది చెపుతూ దేవుడు నీలోనే వున్నాడు. నీలో వున్న ఆత్మే దేవుడు. ఆత్మను ఆరాధించు. ధ్యానం చెయ్యి అని చెప్పినా వినిపించుకోరు.

అలా చెప్పింది వినిపించుకోకుండా, ఆలోచించకుండా ప్రవర్తించే వారిని మూర్ఖులు అంటారు. వివేకంతో ఆలోచిస్తే వీటికి కూడా సమాధానాలు దొరుకుతాయి.

అలాగే మూఢత్వాన్ని ప్రదర్శిస్తే మూఢులు అంటారు. వీరు "అందరూ చేసేది కరెక్టు" అంటారు. అలా పూర్వకాలం నుంచి అందరూ చేసే వాటిని ఆలోచించకుండా తరతరాలుగా ఆచరిస్తూ వస్తూన్న దాన్నే మూఢాచారం అంటారు. వీరు అందరూ చేసేది కరెక్టు అని అనడమే కాదు ఆచరిస్తూ వుంటారు కూడా.

వీరికి మాంసాహారం గురించి చెబితే వెంటనే ఏమంటారంటే? మరి అందరూ ఎందుకు తింటున్నారు? మా కుటుంబంలో ఎప్పటి నుంచో ఆ ఆచారం వుంది, మా పెద్దలంతా తిన్నారు. అది తప్పయితే అంతమంది ఎందుకు తింటారు? అందరూ బాగానే వున్నారుగా అంటారు. అంటే వీరు అందరూ చేస్తున్నారు కాబట్టి చేస్తున్నాము, అదే కరెక్టు అంటారు. అంతే కానీ ఆలోచించరు. దీనినే మూఢత్వం అంటారు.

అలాగే విగ్రహం దేవుడా? అని అంటే వెంటనే మరి అందరూ ఎందుకు పూజలు చేస్తున్నారు? గుళ్ళకు ఎందుకు వెళ్తున్నారు? అసలు అందరూ గుళ్ళు ఎందుకు కట్టారు? పెద్దలంతా పూజించమనేగా చెప్పారు, వారు కూడా పూజలు చేస్తున్నారుగా! వారంతా చెయ్యగా లేనిది నేను చేస్తే ఏమిటి? ఏమీ లేకపోతే వారంతా ఎందుకు చేస్తారు? అని ప్రశ్నిస్తారు. వీరు నాకు తెలుసు

అనరు. నేను చెప్పింది కరెక్టు అనరు. అందరూ ఎందుకు చేస్తున్నారు? అని ప్రశ్నిస్తారు. అంతే కానీ ఆలోచించరు. వినటానికి ఇష్టపడరు. వింటే తన నమ్మకాన్ని మార్చుకోవలసి వస్తుందని భయపడతారు. ఇదే మూఢత్వం.

వివేకాన్ని ప్రదర్శిస్తే వివేకత్వం అంటారు. అంటే విన్నదాన్ని ఎదురు ప్రశ్న వేయకుండా తన బుద్ధిని ఉపయోగించి ఆలోచించేవారు. అలా ఆలోచించేవారిని వివేకవంతులు, బుద్ధిమంతులు అంటారు. వీరిని మాంసాహారం గురించి, విగ్రహం గురించి చెప్పినపుడు, సరే నువ్వు చెప్పింది ఎందుకు కాదనాలి? నాకు అంతమటుకే తెలుసు. అసలు అలా ఎందుకు తినకూడదు? ఎందుకు చెయ్యకూడదు? నాకు వివరించి నా సందేహాన్ని నివృత్తి చెయ్యి అని వినటానికి ఇష్టపడతారు. సిద్ధపడతారు, వింటారు. ఓపికగా వింటారు. అవసరమైతే వ్రాసుకుంటారు. తరువాత విన్నదాన్ని విశ్లేషించుకుంటారు. సత్యాన్ని అవగతం చేసుకుంటారు. మెల్లిగా ఆచరణలో పెడతారు. దీనినే వివేకత్వం అంటారు.

అలాంటి వివేకం వుంటే ఎవరికైనా ఎన్ని ప్రశ్నలకైనా సరే సమాధానం లభిస్తుంది. అర్థం తెలుస్తుంది. మూర్ఖులు, మూఢులు వేసిన ప్రశ్నలకు కూడా వీరికి సమాధానం దొరుకుతుంది. కానీ ఆలోచించాలి. ఆలోచిస్తేనే సత్యం తెలుస్తుంది. సృష్టి ధర్మాలు అవగతం అవుతాయి. ఆలోచించగల శక్తి మానవులకు వుంది. కానీ దానిని వృద్ధి చేసుకోవాలి.

అందుచేత వివేకవంతులు కండి. వివేకత్వాన్ని ప్రదర్శించండి. అంటే సద్బుద్ధిని పెంచుకోండి. అంటే బుద్ధిని వికసింపచేసుకోండి. అప్పుడే చేయవలసినవి చేస్తారు. చేయకూడనివి మానేస్తారు. అపుడు కష్టాలు రావు. ఉన్న కష్టాలు కూడా పోతాయి. జీవితం ఆనందమయమవుతుంది. మరి బుద్ధి వికసించాలన్నా! ఆలోచించగల శక్తి రావాలన్నా! వివేకం ప్రవర్తించగలగాలన్నా! "శ్వాస మీద ధ్యాస" వుంచి ధ్యానం చెయ్యాలి. ధ్యానశక్తి వల్లే ఆలోచించగలిగే శక్తి వస్తుంది.

చేయకూడనివి! చేయవలసినవి!

లోకంలో మానవులు చేయకూడని పనులు అంటే చేయకూడని కర్మలు వున్నాయి. అలాగే చేయవలసిన పనులు అంటే చేయవలసిన కర్మలు వున్నాయి. ముఖ్యంగా మానవుడు ముందు చేయకూడని పనులు చేయకుండా వుండాలి. తరువాత చేయవలసిన పనులు చెయ్యాలి. ముఖ్యంగా చేయకూడని పనులు గురించే ఆలోచించాలి.

దీనికి ముఖ్య కారణం చేయకూడని పనులు చేస్తే వచ్చే ఫలితం కష్టాలు, నష్టాలు. కానీ చేయవలసిన పనులు చేస్తే వచ్చే ఫలితం ఆనందం, లాభాలు. ఎవరైనా ముందు నష్టాలు, కష్టాలు రాకుండా చేసుకోవాలి. లాభాలు కలిగినా కష్టాలు వస్తే వాటి ప్రయోజనం వుండదు. అనుభవించలేరు. పొంద వలసిన ఆనందాన్ని కోల్పోతారు. అందుకే ఎవరికైనా "లాభాలు లేకపోయినా ఫరవాలేదు. నష్టం రాకుండా వుంటే చాలు" అంటారు. లాభాలు రాకపోయినా బాధ వుండదు కానీ నష్టం వస్తే మటుకు భరించలేని బాధ అనుభవిస్తారు. అందుచేత అలాంటి బాధ రాకూడదన్నా అనుభవించకూడదన్నా ఎవరైనా సరే చేయకూడని పనులు చేయకూడదు. ముందు వాటి మీద దృష్టి పెట్టాలి.

భోధించే వారు ఎవరైనా ముందు ఈ విషయం బోధించాలి. అంటే చేయకూడని పనులు చెప్పాలి. తరువాత చేయవలసిన పనులు చెప్పాలి. చేయకూడని పనులు చెప్పకుండా, చేయవలసిన విషయాలు బోధిస్తే వినేవారు చెయ్యకూడని పనులు చేస్తూనే వుంటారు. వాటి ఫలితం కష్టాల రూపంలో అనుభవిస్తుంటారు. ఒకవేళ చేయవలసిన పనుల వల్ల కొద్దిపాటి లాభాలు పొందినా, ఈ కష్టాల వల్ల వాటిని అనుభవించలేక పోతారు. లాభాలు వచ్చినా ప్రయోజనం వుండదు.

చిన్న ఉదాహరణ చూద్దాం. ఒకడు చేయవలసిన మంచిపనులు చేసాడు, దాని ఫలితం వల్ల వాడు డబ్బు బాగా సంపాదించాడు అనుకుందాం. కానీ వాడు చేయకూడని జీవహింస, మాంసభక్షణ చేశాడనుకుందాం. దాని ఫలితంగా వాడికి వ్యాధి వచ్చిందనుకుందాం. ఇపుడు వాడికి ధన లాభం కలిగినా ప్రయోజనమేముంటుంది? వాడికున్న ధనంతో అన్నీ తయారు చేసుకోగలడు. కానీ తినగలడా? లేదు కదా? మరి లాభమొచ్చినా

ప్రయోజనముందా? లేదు కదా? మరి ప్రయోజనం లేని లాభం ఎందుకు? చేయవలసిన పని చేసినా వృధాయేగా!

ఇంకొక ఉదాహరణ చూద్దాం. ఒకరు పుణ్యకార్యం చెయ్యడం వల్ల కారులో తిరగగలిగే లాభం వచ్చిందనుకుందాం. అలాంటి వారు ఆలోచించ కుండా జీవహింస చేసారనుకుందాం. ఆ పాప ఫలితం యాక్సిడెంట్‌లో కాలు పోయిందనుకుందాం. ఇపుడు వీరికి కారు వుంది కానీ కాలు లేదు. ఆలోచించండి. కాలు లేని వారికి కారు వున్నా ప్రయోజనమేముంది? కాలు గొప్పదా? కారు గొప్పదా? కాళ్ళు వున్నవాడు అదృష్టవంతుడా? కారు వున్నవాడు అదృష్టవంతుడా? అంటే కాళ్ళు వున్నవాడే అంటారు. నీకు కాళ్ళు కావాలా? కారు కావాలా? అని అడిగితే కాళ్ళే కావాలని ఎవరైనా చెపుతారు. అందుచేత లాభం కంటే నష్టం లేకుండా వుండటం ముఖ్యం. సుఖం కంటే కష్టం లేకుండా వుండటమే ముఖ్యం.

అందుచేత చేయవలసిన పనులు కంటే చేయకూడని పనులు తెలుసుకోవడమే ముందు ముఖ్యం. అందుచేత ఏ బోధకులైనా, ఏ గురువులైనా ముందు చేయకూడని పనులు బోధించాలి. తరువాత చేయవలసిన పనులు బోధించాలి. బ్రహ్మర్షి పత్రీ గారు కూడా అలాగే బోధిస్తున్నారు. ఆయన చేయకూడని పనులు అంటే మాంసభక్షణ చేయవద్దని, సమయము, మాటలు వ్యర్థం చేయవద్దని శాశ్వతం కాని వాటి కోసం ఆరాటపడవద్దని, అసత్యాన్ని ఆరాధించవద్దని, అధర్మాన్ని పాటించవద్దని, వ్యర్థమైన కర్మకాండలు, వ్యక్తి ఆరాధనలు చెయ్యవద్దని, కాషాయాలు ధరించడం, పేర్లు మార్చుకోవడాలు లాంటి చర్యలు చేయవద్దని. ఆధ్యాత్మిక బోధలు చేసేటపుడు డబ్బు ఆశించవద్దని, అలా ముందు చేయకూడని పనులు చెపుతున్నారు. తరువాతే చేయవలసిన పనులు. అంటే ధ్యానం చేయడం, చేయించడం, యోగుల పుస్తకాలు చదవడం, చదివించడం మౌనాన్ని పాటించడం, పౌర్ణమి ధ్యానం చేయడం, పిరమిడ్ ఎనర్జీని ఉపయోగించుకోవడం. ప్రకృతితో సహజీవనం చెయ్యడం లాంటివి చెయ్యమని చెపుతున్నారు.

ఆయన ముఖ్యంగా చేయకూడనిది హింస. చేయవలసినది ధ్యానం అని చెప్తూ ధ్యానం చెయ్యకపోయినా ఫర్వాలేదు. హింస మాత్రం చెయ్యకండి. మాంస భక్షణ చెయ్యకండి అని చెపుతున్నారు. ప్రతి ఒక్కరికి అంటే బోధకులకైనా, సాధకులకైనా ఇది ముఖ్యం అని చెబుతున్నారు. ప్రతిఒక్కరూ దీనిని అర్థం చేసుకుని ఆచరించండి.

ఆత్మహత్య నివారణా మార్గం!

ప్రస్తుతం లోకంలో ఆత్మహత్యలు పెరిగిపోతున్నాయి. ఒక్కరే కాదు కుటుంబ సమేతంగా ఆత్మహత్యలకు పాల్పడుతున్నారు. కొన్ని సందర్భాలలో ప్రేమికులు, కొన్ని సందర్భాలలో భార్యా భర్తలు, కొన్ని సందర్భాలలో పిల్లలతో సహా ఇలా ఆత్మహత్యలు చేసుకోవడం తరచూ చూస్తున్నాం.

ఈ ఆత్మహత్యల వల్ల రకరకాల ఇబ్బందులు ఏర్పడుతున్నాయి. కుటుంబ యజమాని ఆత్మహత్య చేసుకుంటే ఆ కుటుంబమంతా దుఃఖానికి లోనవుతుంది. అసలే సమస్యలతో వున్న ఆ కుటుంబం ఇంకా సమస్యలలో మునిగిపోతుంది. వాడు ఎందుకు చేసుకున్నాడో తెలియదు. కానీ వాడి చావు వల్ల, వాడి ఎడబాటు వల్ల, ఉన్న వాళ్ళకు ఇంకా దుర్భర స్థితి కలుగుతుంది. కొత్త సమస్యలు వస్తాయి. ఎదిగిన పిల్లలు ఆత్మహత్య చేసుకుంటే వారి తల్లితండ్రులకు చెప్పలేని విషాదం కలుగుతుంది. భార్య ఆత్మహత్య చసుకుంటే భర్తకు, ఆమె పిల్లలకు కొత్త రకం సమస్యలు ఏర్పడతాయి. ఇలా ఆత్మహత్యల వల్ల సంసారంలో చెప్పలేని పరిస్థితులు ఏర్పడుతాయి. సమస్యలు సృష్టింప బడతాయి.

కొంతమంది చిన్న సమస్య వచ్చినా తట్టుకోలేక ఆత్మహత్యకు పాల్పడతారు. ఆఖరుకు పరీక్షలలో తప్పినా కూడా! అంటే సంఘటన చిన్నదైనా తట్టుకోలేరు, ఆత్మహత్యకు పాల్పడతారు. వాళ్ళు అనుకుంటారు. నేను ఇప్పుడు నా ముఖం నా తల్లిదండ్రులకు ఎలా చూపించను? నా స్నేహితులతో ఎలా వుండగలను? ఈ అవమానం ఎలా భరించను? ఇలా బ్రతికే కంటే చావడం మేలు అనుకుంటారు. ఆత్మహత్యకు పాల్పడతారు.

ఇంకా కొంతమంది తండ్రి తిట్టాడనో, స్కూలులో టీచరు అవమానించాడనో, కాలేజీలో ర్యాగింగు చేసారనో లాంటి చిన్న విషయాలకు కూడా ఆత్మహత్యకు పూనుకుంటారు.

కొంతమంది కొన్ని సమస్యలను తట్టుకుంటారు. కాని ఇంకా కొన్ని పెద్ద సమస్యలు వచ్చే సరికి, తట్టుకోలేక ఆత్మహత్యలు చేసుకుంటారు. అలా

అప్పులు చేసి తీర్చలేక, అప్పుల వాళ్ళ ఒత్తిడి భరించలేక, వారికి దడిచి ఆత్మహత్యలు చేసుకుంటారు. కొంతమంది వ్యాపారంలో నష్టపోయి, కొంతమంది వ్యవసాయంలో దెబ్బతిని, చేసే వృత్తిలో నష్టపోయి ఇంకా కొంతమంది ఆకలి బాధలు తాళలేక ఆత్మహత్యలు చేసుకుంటారు. ఇంకా కొంతమంది భర్త, అత్తమామల పోరు భరించలేక, వారు పెట్టే శారీరక మానసిక హింసలు తట్టుకోలేక ఆత్మహత్యలు చేసుకుంటారు. కొంతమంది తమ ప్రేమ విఫలమైందని, కొంతమంది తమ ప్రేమను పెద్దలు అంగీకరించలేదని, కొంతమంది రోగాల బాధను తట్టుకోలేక, కొంతమంది చేసే ఉద్యోగంలో చేసిన తప్పులు బయటపడతాయని, సమాధానం చెప్పవలసి వస్తుందని భయపడి ఆత్మహత్యలు చేసుకుంటారు. ఇలా రకరకాలుగా ఆత్మహత్యలు చేసుకునే వారు వున్నారు.

మరి ఆత్మహత్యలు ఎందుకు చేసుకుంటున్నారు? దానికి కారణం ఏమిటి? పరిష్కారం లేదా? ఆత్మహత్యలు నివారించగలమా? అంటే కచ్చితంగా నివారించవచ్చు. ఎలా అంటే ముందు ఆత్మహత్యలు చేసుకోవడానికి కారణం తెలుసుకోవాలి. అప్పుడే ఖచ్చితంగా నివారణోపాయం తెలుస్తుంది.

ఏది ఏమైనా ఆత్మహత్య చేసుకోవడానికి ముఖ్యకారణం మానసిక బలహీనతే. అంటే మానసికంగా బలహీనుడై పోవడం. ఏమి చెయ్యాలో తెలియని, ఏమీ చేయలేని స్థితి వల్ల.

అలా మానసికంగా బలహీనమైనవాడు జీవితంలో కుంగిపోతాడు. జీవించలేను అంటాడు. దీనినే మెంటల్ డిప్రెషన్ అంటాం. అలాంటి వాడు జీవించడం వ్యర్థం అంటాడు. ఆత్మహత్య చేసుకుంటాడు.

చిన్న ఉదాహరణ తీసుకుందాం. శరీరం మీద భారం లేని వాడు వడివడిగా నడుస్తాడు. కానీ వాడి మీద 25 కేజీలు భారం వేస్తే నడక మందగిస్తుంది. 50 కేజీలు భారం వేస్తే ఇంకా మందగిస్తుంది. 75 కేజీల భారం వేస్తే చాలా కష్టం మీద మెల్లిగా అడుగులు వేస్తూ నడుస్తాడు. కానీ 100 కేజీల భారం వేస్తే మోయలేక, నడవలేక అక్కడే కూలబడిపోతాడు. కుంగిపోతాడు. ఇది శరీరం మీద బరువు భారం పడితే పరిస్థితి.

అలాగే మానవునికి జీవితంలో మనస్సు మీద పడే సమస్యల భారం కూడా వుంది. ఏ సమస్యలేని వాడుచాలా హుషారుగా సంతోషంగా వుంటాడు.

చలాకీగా వుంటాడు. ఉత్సాహంగా వుంటాడు. కానీ అలా జీవించేవాడికి ఏదైనా చిన్న సమస్య వస్తే ఉత్సాహం తగ్గిపోతుంది. ఆ చలాకీతనం తగ్గిపోతుంది. అలాంటి వాడికి ఇంకొక కష్టం వస్తే ఇంకా నిరుత్సాహ పడతాడు. అంతకు ముందు వున్న ఉత్సాహం కూడా వుండదు. డల్‌గా జీవిస్తాడు. అలాంటి వాడికి ఏదైనా తట్టుకోలేని, దుఃఖం కలిగించే, ఇంకో సంఘటన జరిగినా! సమస్య వచ్చినా! అంటే ఆ సమస్య భారం మనస్సు మీద పడితే! మానసికంగా కుంగిపోతాడు. ఇంక జీవించలేను అంటాడు. ఇక నా జీవిత ప్రయాణం సాగించలేను అంటాడు. ఆత్మహత్యకు పాల్పడతాడు.

దీనిని బట్టి శరీరం మీద భారం పడితే శరీరం ప్రయాణించలేదు. అంటే నడవలేడు. అలాగే మనస్సు మీద సమస్యల భారం పడితే జీవిత ప్రయాణం సాగించలేడు. అంటే జీవించలేడు. ఆత్మహత్య చేసుకుంటాడు. అంటే ఆత్మహత్యకు కారణం మానసికమైనదని తెలుస్తుంది.

మరి దీనికి పరిష్కారం డాక్టర్సు దగ్గర వుండదు. కారణం డాక్టర్లు శరీరానికి సంబంధించిన రోగాలకు మందులివ్వగలరు కానీ మనోరోగానికి మందులివ్వలేరు. అందుకే “మనో వ్యాధికి మందు లేదు” అని అంటారు. కారణం వైద్యులు కనపడే శరీరానికి వైద్యం చేయగలరు కానీ, కనపడని మనస్సుకు వైద్యం చెయ్యలేరు. మరి ఇటువంటి మనోవ్యాధికి పరిష్కారం వుందా? అంటే కచ్చితంగా వుంది. అదే “శ్వాస మీద ధ్యాస ధ్యానం”. ధ్యానం ద్వారా ఈ సమస్యను తేలికగా పరిష్కరించు కోవచ్చు. కారణం ధ్యానం అన్నది మనస్సుకు సంబంధించిన సాధన. అందుచేత మానసికమైన ఏ సమస్య అయినా తప్పక పరిష్కరించుకోవచ్చు.

చూడండి శరీరం మీద పడిన భారాన్ని కొద్ది కొద్దిగా తీసేస్తే మరల వాడు ఎలా ప్రయాణించగలడో! పూర్తిగా తీసేస్తే మరల ఎలా వడిగా ప్రయాణించగలడో! అలాగే మనసు మీద పడిన అంటే మనస్సులో వున్న సమస్యల భారాన్ని తీసి వేస్తే మరల జీవిత ప్రయాణం సాగించగలడు. అంటే జీవించగలడు. పూర్తిగా తీసివేస్తే యథాప్రకారం ఉత్సాహంగా, ఉల్లాసంగా జీవిస్తాడు.

అలాంటి వారికి మనస్సులో అస్తమాను తలచుకునే ఆ సమస్యలను మరచిపోయేటట్టు చేయగలిగితే అంటే అవి గుర్తుకు రాకుండా చేయగలిగితే

వారికి ఆ బాధ వుండదు కదా? అవి గుర్తుకు వస్తేనే కదా బాధ, లేకపోతే ఏ బాధా వుండదు. అంటే అవి మనస్సులో లేకుండా చేయాలి. అంటే మనస్సును ఖాళీ చెయ్యాలి. ఇది చాలా కష్టం. ఇది మందులతో సాధ్యం కాదు. అలాగే దేహ సాధనలు అంటే వాకింగులు, యోగాసనాలు, ప్రాణాయామ ప్రక్రియలు, ప్రకృతి ఆహార నియమాలు, ఏరోబిక్ ఎక్సర్‌సైజులు, ఆటలు లాంటి వాటి వల్ల సాధ్యం కాదు. కారణం ఇవన్నీ శరీరానికి సంబంధించిన సాధనలు. అందుచేత ఇది ధ్యానం వల్ల మాత్రమే సాధ్యమవుతుంది. ధ్యానం వల్ల ఎలా సాధ్యమవుతుందో కొంచెం వివరంగా తెలుసుకుందాం.

కారణం ధ్యానంలో కళ్ళు మూసుకుంటాం. నోరు కట్టేస్తాం. చేతులు, కాళ్ళు కట్టేస్తాం. అపుడు మనస్సు పనిచేస్తూంటుంది. అంటే ఏదో ఒక సమస్య గురించి ఆలోచిస్తుంది. అలా ఆలోచించే మనస్సును శ్వాస మీదకు మళ్ళించాలి. అంటే శ్వాసను మనస్సుతో గమనించాలి. అంటే శ్వాస యొక్క గమనాన్ని గమనించాలి. అంటే గాలి బయటకు వచ్చే విషయాన్ని, లోపలకు వెళ్ళే విషయాన్ని గమనించగలగాలి. అలా గమనిస్తూ వుంటే మరల ఆలోచనల్లోకి వెడుతూ వుంటాం. అలా ఆలోచనలలోకి వెళ్ళిన వెంటనే ఆలోచనను కట్ చేసి మరల శ్వాస మీద దృష్టి వుంచాలి. అలా చేసినపుడు ఆ ఆలోచన యొక్క శక్తి తగ్గుతుంది. అంటే ఆలోచన యొక్క తీవ్రత తగ్గుతుంది. అలా తగ్గి, తగ్గి కొద్ది రోజులకు ఆ ఆలోచన మనస్సు నుండి పూర్తిగా తొలగిపోతుంది. అంటే ఆ విషయం మరల గుర్తుకు రాదు. అంటే ఆ సమస్య యొక్క భారం మనస్సు నుండి తీసి వేయబడిందన్న మాట. ఇలా ధ్యానం రోజూ చేస్తూ వుంటే, నిత్యం భాధించే ఒక్కొక్క సమస్య మనస్సు నుండి తొలగిపోతుంది. మనస్సు పూర్తిగా ఖాళీ అవుతుంది. అంటే వారికి ఏ సమస్యా గుర్తుకు రాదు. ఇదే మనస్సును ఖాళీ చేయడమంటే. మనస్సులోని బరువు తీసివేయడమంటే.

ఎందుచేతనంటే సమస్య బయటలేదు. అది ఇంకా జరుగుతూనూ లేదు. అది జరిగి ఎంతో కాలం అయ్యింది. మరి అది ఎక్కడ వుంది? మనస్సులో వుంది. ప్రస్తుతం బయట లేని దానిని జరిగిపోయిన దానిని మనస్సులో వుంచుకున్నాం. ఇంకా కొంతమంది జరగకపోయినా భవిష్యత్తులో జరుగుతుందేమోని ఆలోచిస్తూ బాధపడతారు. అంటే జరిగిందానిని, జరగబోయే దానిని మనస్సులో వుంచుకుంటారు. ఆలోచిస్తే అది ప్రస్తుతం

లేదు? కానీ వున్నట్టుగా బాధపడతారు. కుంగిపోతారు.

అలాంటి ఆలోచనల్ని, అంటే మనస్సులో వున్న భారాన్ని ధ్యానం ద్వారా తగ్గించుకుంటే సమస్యలను మరచిపోతారు. మరల ఉల్లాసంగా ఉత్సాహంగా జీవిస్తారు. చావాలనుకోరు. ఆత్మహత్యలు చేసుకోరు. మరల కృషి చేస్తారు. ఆనందంగా జీవించగలుగుతారు.

తెలుసుకోండి, ఆత్మహత్య సమస్యలకు పరిష్కారం కాదు. పైగా అది 'మహాపాపం' కూడా. కారణం గతంలో చేసిన పాపాలకు కష్టాలు అనుభవించవలసిందే! ఈ సృష్టిలో పాపాల నుంచి తప్పించుకోవడం ఎవరికీ సాధ్యం కాదు. **బ్రతికి వున్నవాడు చేసిన అప్పు ఎలా తీర్చాలో. సృష్టిలో వున్నవాడు చేసిన పాపం అంటే అప్పు తీర్చవలసిందే!** అంటే అనుభవించ వలసిందే. ఈ జన్మలోనైనా లేక మరుజన్మలోనైనా సరే! తప్పించుకునే ప్రయత్నం చేస్తే అంటే అనుభవించకుండా ఆత్మహత్య చేసుకుంటే ఆ పాపం పోదు సరికదా, తప్పించుకోవడానికి ప్రయత్నించినందుకు కొత్త పాపం చుట్టుకుంటుంది. అంటే పాపం పెరుగుతుంది. జీవితం ఇంకా దుర్భరం అవుతుంది. మరు జన్మలో ఇక్కడ మిగిలింది అంటే అనుభవించకుండా ఆత్మహత్యతో తప్పించుకుందా మనుకున్నది, ఆత్మహత్య చేసుకున్నందుకు పడిన పెనాల్టీ. వాటితో పాటు కొత్త జన్మలో అనుభవించవలసినవి వెరసి అన్నీ కలిసి తడిసి మోపెడవుతాయి. జీవితం ఇంకా దుర్భరమవుతుంది. మరీ నరకప్రాయమవుతుంది. జీవితమంతా కష్టాలే. అలా జీవించే వారు చాలా మంది వున్నారు. అందుచేత ఆత్మహత్యలు చేసుకోకండి. ధ్యానం చెయ్యండి. సమస్యలు తట్టుకునే శక్తి వస్తుంది. చేసిన కర్మలు పోతాయి. కష్టం తగ్గుతుంది. మరల జీవిస్తారు. కష్టాలకు కారణమైన పాపాలు చెయ్యకండి.

అంటే ఎవరిని హింసించకండి. అంటే జీవ హింస చెయ్యకండి. అంటే మాంస భక్షణ మానండి. అందరికీ మంచి చెయ్యండి. జంతువులను, మూగ ప్రాణులను రక్షించండి. భగవంతుని సృష్టిలోని భగవంతుని బిడ్డలైన ఆ ప్రాణులను ప్రేమించండి. అప్పుడు మోడు వారిన మీ జీవితం మరల చిగురిస్తుంది. మెల్లిగా పూలు పూసి పరిమళిస్తుంది.

తెలుసుకోండి ఆత్మహత్య సమస్యలకు పరిష్కారం కాదు. ధ్యానమే పరిష్కారమని తెలుసుకోండి.

మానవుని సమస్యలకు కారణం ?

కలియుగంలో యంత్రశక్తి మీద ఆధారపడిన మానవుడు. శారీరకంగా, మానసికంగా మరియు ఆత్మపరంగా శక్తి హీనుడైపోయాడు.

యంత్రాలు వుపయోగిస్తే తప్ప శరీరంతో ఏమీ చేయలేని స్థితిలో వున్నాడు. ప్రతీ చిన్న పనికి యంత్రాలను ఉపయోగిస్తున్నాడు. ఇలాంటి స్థితికి చేరుకోవడానికి ముఖ్య కారణం మానవుడు మృతాహారం భుజించడం! అంటే మాంస భక్షణ చెయ్యడం. యీ స్థితి నుంచి మానవుడు బయటపడాలంటే మానవులు మాంసభక్షణ మానాలి.

మానసికంగా చూస్తే ఏ చిన్న విషయమైనా, అది నా వల్ల కాదు! నేను చెయ్యలేను! చేస్తే ఏమవుతుందో? వాడు ఇలా అయ్యాడు! వీడు అలా అయ్యాడు! వాడేమనుకుంటాడో? అంటూ అసలు పని మొదలుపెట్టకుండానే! ప్రారంభించకుండానే అనుకుంటున్నాడు. అంతేకాదు ఏ చిన్న సమస్య వచ్చినా వెంటనే చేతులు జోడిస్తున్నాడు. రక్షించు, కాపాడు, ఆదుకో, నువ్వే దిక్కు అంటూ ఫోటోలను, విగ్రహాలను, రాళ్ళను, చెట్లను, జంతువులను, ఇతర మానవులను ఆశ్రయిస్తున్నాడు. ఏమీ చేయలేని వాడిలా తయారయ్యాడు. ఈ స్థితి నుంచి మానవుడు బయటపడాలంటే రాళ్ళు, విగ్రహాలు, చెట్లు, పుట్టలు గొప్పవి కాదు, వాటన్నిటి కంటే నేనే గొప్పవాడినని తెలుసుకుని, తనలో వున్న శక్తిని అంటే 'ఆత్మశక్తి'ని ఆశ్రయించాలి. ఉపయోగించుకోవాలి. అసలు సమస్యలన్నిటికి కారణం ఆత్మశక్తిని నిర్లక్ష్యం చెయ్యడమే. మానవునిలో ఆత్మశక్తి క్షీణించడం వల్లేనని తెలుసుకోవాలి.

స్వామి వివేకానంద ఏమన్నారంటే! "నువ్వు ఆశించే, కోరుకునే శక్తి నీలోనే వుంది. దానిని వెలికి తీసుకో" అన్నారు.

మరి అంతర్గతంగా వున్న ఆత్మ శక్తి పెరగాలంటే ధ్యానం చెయ్యాలి. శాకాహారం తీసుకోవాలి. అపుడే అన్ని సమస్యలకు పూర్తి పరిష్కారం లభిస్తుంది.

యంత్ర శక్తి! - మంత్ర శక్తి! - ఆత్మ శక్తి!

లోకంలో మూడు రకాల శక్తులు వున్నాయి. మానవులు ఈ మూడు రకాల శక్తుల మీద ఆధారపడి జీవిస్తున్నారు. అవి (1) యంత్రశక్తి, (2)మంత్రశక్తి, (3) ఆత్మశక్తి.

గమనిస్తే ఈ కలియుగంలో మానవులు పూర్తిగా యంత్రశక్తి మీదే ఆధారపడి జీవిస్తున్నారు. అలాగే ద్వాపరయుగం, త్రేతాయుగాలలో మంత్రశక్తి కలిగి వుండేవారని ఆ శక్తిని వుపయోగించుకునే వారని మనకి పురాణాలు చెపుతున్నాయి. అలాగే కృతయుగం లేక సత్యయుగంలో పూర్తిగా ఆత్మశక్తితో జీవించేవారని చెపుతారు.

ప్రస్తుత కలియుగంలో చూస్తే మానవులు యంత్రశక్తి లేకపోతే జీవించలేని పరిస్థితులు వున్నాయి. ఏ పనైనా యంత్రం వుంటే చేయగలుగు తున్నారు. యంత్రమే లేకపోతే ఏమీ చేయలేని పరిస్థితి. అలా చూస్తే ఉదయం లేచినప్పటి నుంచి రాత్రి నిద్రించే వరకు అన్నిటికి యంత్రాలు కావలసి వస్తున్నాయి.

ఉదయం లేవగానే నీరు వేడి చేసుకోవటానికి హీటర్లు, పిండి రుబ్బటానికి గ్రైండర్లు, పచ్చడి చేసుకోవటానికి మిక్సర్లు, బట్టలు ఉతకటానికి వాషింగ్ మిషన్లు, వంట చేసుకోవడానికి గ్యాస్ పొయ్యిలు, కుక్కర్లు, ఆఖరుకు పొయ్యి వెలిగించడానికి లైటర్లు కూడా వుండాల్సి వస్తుంది. గాలి, చల్లదనం కావాలంటే ఫ్యానులు, ఎ/సి లు వున్నాయి.

అలాగే ప్రయాణించాలంటే బైకులు, కార్లు, రైళ్ళు, విమానాలు, మెట్లు ఎక్కాలంటే లిఫ్టులు కావలసి వస్తుంది. అలాగే రోడ్లు వెయ్యటానికి రోలర్సు, మిషన్‌లు, బుల్‌డోజర్‌లు, కాలువలు తవ్వటానికి ప్రొక్లెయినర్స్ లాంటివి లేకపోతే ప్రస్తుతం పనిచేయలేని స్థితిలో మానవులు వున్నారు.

అలాగే పంటలు పండించాలంటే దున్నటానికి, నూర్చటానికి, పంట చేరవేయటానికి ట్రాక్టర్లు, కోయటానికి కోత మిషన్లు, సరుకులు చేరవేయటానికి లారీలు వచ్చాయి. అలాగే వైద్య రంగంలో వైద్యం చేయటానికి ఎన్నో రకాల మిషన్లు వచ్చాయి. చదువుకునే వాళ్ళకు కూడా క్యాలిక్యులేటర్లు, కంప్యూటర్లు

లాంటివి వచ్చాయి.

ఆఖరుకు గుండు సూది నుంచి విమానాల దాకా ఏది తయారు కావాలన్నా యంత్రాలు వుండవలసిందే. మానవుడు ప్రతీదానికీ యంత్రమే ఆధారంగా జీవిస్తున్నాడు.

ఎంజాయ్‌మెంట్‌కి, వినోదానికి కూడా ఎన్నో రకాల యంత్రాలు వచ్చాయి. ఆఖరుకు శత్రువులతో యుద్ధం చేయాలన్నా, దేశాన్ని కాపాడుకోవాలన్నా, ఎన్నో రకాల ఆయుధాలు, టాంకులు, రాకెట్లు, ఫిరంగులు యంత్రాలు వచ్చాయి. ఇలా చెప్పుకుంటూ పోతే అన్నీ యంత్రాలే కనిపిస్తాయి.

ప్రస్తుతం యంత్రం లేకపోతే ఏ పనీ జరగదు. మానవుడు జీవించగలిగే పరిస్థితి లేదు. కలియుగం అంటే ఒకరకంగా యంత్రయుగమని చెప్పుకోవచ్చు. కానీ ప్రస్తుతం యీ యుగంలో మానవుడు యంత్రాల ద్వారా సుఖాన్ని పొందగలుగుతున్నాడు. కానీ దానితో పాటు దుఃఖాన్ని కూడా అనుభవిస్తున్నాడు.

సైన్స్, టెక్నాలజీ ఎంత అభివృద్ధి చెందినా, రోదసీలో ప్రయాణించ గలుగుతున్నా, ఆశ్చర్యం గొలిపేటటువంటి వాటిని కనిపెడుతున్నా దుఃఖం మాత్రం లేకుండా చేసుకోలేకపోతున్నాడు. రోగాలు రాకుండా చేసుకోలేక పోతున్నాడు. శాంతిగా జీవించలేకపోతున్నాడు. ఆనందంగా జీవించలేక పోతున్నాడు. చూస్తే సౌకర్యాలు వున్నాయి. కానీ శాంతి మాత్రం లేదు. అందుచేత ఇన్ని వున్నా శాంతి లేకపోబట్టి ఆ జీవితం వ్యర్థమనిపిస్తుంది. రోగాలు వుండడం వల్ల సౌకర్యాలు వున్నా అనుభవించలేకపోతున్నాడు. ఇది ప్రస్తుత యంత్రయుగంలో మానవుని పరిస్థితి.

ఎక్కడ చూసినా హింస, ద్వేషం, అసూయ పెరిగిపోయింది. గొడవలు, కొట్లాటలు, మానభంగాలు, మోసాలు విచ్చలవిడిగా జరుగుతున్నాయి. కుటుంబాల దగ్గర నుండి దేశాల దాకా ఎవరి స్వార్థం వారిదే. ఎక్కడా, ఎవరి మీద ప్రేమానురాగాలు లేవు. అంతా వేరు వేరు అన్న భావనే. ఎవరి స్వార్థం వారిదే. ఎంతసేపూ తాను బాగుండాలి. తన కుటుంబం బాగుండాలి, తన కులం, తన మతం బాగుండాలి. తన ప్రాంతం బాగుండాలి. తనదేశం బాగుండాలి. ఇంతకన్నా ఇంకొక ఆలోచన లేదు. ఇది యంత్రయుగమైన కలియుగ పరిస్థితి.

యంత్రశక్తితో తప్ప, స్వశక్తి మీద జీవించలేని పరిస్థితిలో మానవుడు వున్నాడు. కాస్త గమనిస్తే యంత్రశక్తి యొక్క గొప్పదనం ఏ పాటిదో! యంత్రశక్తి

మీద ఆధారపడి జీవిస్తున్న మానవుని పరిస్థితి చూస్తే తెలుస్తుంది.

"మంత్రశక్తి!"

కానీ సృష్టిలో యంత్రశక్తే కాకుండా, మంత్రశక్తి కూడా వుంది. మంత్రశక్తి, యంత్రశక్తి కంటే గొప్పది. ప్రస్తుతం మంత్రాలు వున్నాయి కానీ వాటికి శక్తి లేదు. అంటే మంత్రాలు ఉచ్ఛరిస్తారు. కానీ ఫలితాలు శూన్యం అని గమనిస్తే తెలుస్తుంది.

చూడండి మంత్రించి బాణం వేస్తే త్రేతాయుగం, ద్వాపర యుగాలలో లాగ ప్రస్తుతం శత్రునాశనం జరుగుతుందా? విధ్వంసం జరుగుతుందా? అంటే లేదు కదా? అంటే మంత్రాలకు శక్తి లేనట్లే కదా?

పూర్వ యుగాలలో మంత్రించి నీళ్ళు జల్లి శపిస్తే! శపించినట్టుగా జరిగేవి. ఇప్పుడు అలా జరుగుతుందా? అలా ఎవరైనా చేయగలరా? ఒక స్త్రీని రాయిగా మార్చగలరా? ఒక రాజును పిశాచిగా మార్చగలరా? లేదు కదా? కానీ మంత్రాలు చదువగలరు. అంతే తప్ప శక్తి ప్రదర్శించలేరు.

అలాగే పూర్వం మంత్రశక్తితో పుష్పక విమానం నడపగలిగారు. మంత్రించి మందులిచ్చి రోగాలు నయం చేసేవారు. మంత్రాలతో మహత్యాలు చేయగలిగేవారు. అలాగే మంత్రం వేసి తేలు, పాము కాటుకు విరుగుడు చేసేవారు. కానీ ప్రస్తుతం మంత్రాలు చదువుతున్నారు కానీ ఫలితం కనిపించడం లేదు.

అలాగే మంత్రాలతో పూజలు చేస్తున్నారు, నోములు, వ్రతాలు చేస్తున్నారు. కానీ అనుకున్న ప్రయోజనాలు చేకూరటం లేదు. అలాగే యజ్ఞ యాగాలు చేస్తున్నారు. కానీ ఆశించిన ప్రయోజనం చేకూరటం లేదు. అలాగే మంచి ముహూర్తం పెట్టి మంత్రాలతో వివాహాలు చేస్తున్నారు. ఎంతమంది సంసారాలు బాగున్నాయి? గర్భాదానం చేస్తున్నారు. ఎంతమంది పిల్లలు సంతృప్తికరంగా ప్రవర్తిస్తున్నారు?

అలా చెప్పుకుంటూ పోతే ఎన్నో చెప్పుకోవచ్చు. అంటే కలియుగంలో మంత్రాలకు శక్తి లేకుండా పోయిందని అర్థం చేసుకోవచ్చు. కానీ ద్వాపరయుగంలో, త్రేతాయుగంలో మంత్రాలకు శక్తి వుందని మనకు పురాణాల ద్వారా తెలుస్తుంది. అలా మంత్రాలకు శక్తి వున్న యుగాలలో మానవ జీవితం ప్రస్తుతమంత దుర్భరంగా లేదు. మానవులు ధర్మయుక్తంగా జీవించేవారు,

ధర్మం గురించి, అధర్మం గురించి ఆలోచించేవారు. యజ్ఞయాగాలు చేసేవారు ఫలితాలు పొందేవారు.

అలా మంత్రశక్తి ఉపయోగించుకునే ద్వాపరయుగంలో ధర్మం రెండు పాదాలు వుందని చెపుతారు. అలాగే త్రేతాయుగంలో ధర్మం మూడు పాదాలు వుందని చెపుతారు. అంటే యంత్రశక్తి కంటే మంత్రశక్తి గొప్పదని అర్థమవుతుంది. మరి ప్రస్తుత కలియుగంలో మంత్రాలకు శక్తి ఎందుకు పోయింది? చూస్తే మంత్రాలు వున్నాయి కానీ శక్తి లేదు. కారణం తెలుసుకుందాం.

మంత్రాలకు శక్తి ఎందుకు పోయింది?

మంత్రాలు నోటితో ఉచ్చరిస్తారు. అలా ఉచ్చరించే వారికి త్రికరణ శుద్ధి వుండాలి. అంటే (1) పనిచేసే శరీరం శుద్ధంగా వుండాలి, (2)మాట్లాడే వాక్కు శుద్ధంగా వుండాలి, (3) మనస్సు శుద్ధంగా వుండాలి. అలా వుంటేనే ఉచ్చరించే మంత్రాలకు శక్తి ఉంటుంది. ఫలితం వస్తుంది. అలా కాకుండా చెప్పే వాటికి మంత్రాలు వుంటాయి కానీ శక్తి వుండదు.

శారీరక శుద్ధి రెండు రకాలు (1) బాహ్య శుద్ధి, (2) అంతర శుద్ధి. బాహ్యం శుద్ధంగా వుండాలంటే స్నానాదికాలు చేసి మంచి బట్టలు వేసుకోవాలి. అంతరం శుద్ధంగా వుండాలంటే ఆహారం విషయంలో జాగ్రత్త తీసుకోవాలి. ముఖ్యంగా సాత్వికమైన శాకాహారం తీసుకోవాలి. మృతాహారమైన మాంసాహారం తీసుకోకూడదు. మృతాహారం శరీరాన్ని మలినం చేస్తుంది. వాక్కులో స్పష్టత వుండదు. మనస్సు కూడా మలినం అవుతుంది.

అందుకే మాంసం తినేవారి శరీరం దుర్వాసన వస్తుంది. వారి చెమట, శరీరం రెండూ దుర్వాసనతో కూడి వుంటాయి. ఎన్నిసార్లు స్నానం చేసినా బట్టలు మార్చినా వారి పరిస్థితి అంతే. అందుకే సెంట్లు, అత్తర్లు వాడుతూ వుంటారు. వాసన వచ్చే పూలు పెట్టుకుంటారు. అవి లేకపోతే దగ్గరకు కూడా రాలేరు. దూరం నుంచి చూడటానికి అందంగా ఆకర్షణగా వుంటారు. కానీ దగ్గరకు వస్తే భరించలేరు. దీనికి కారణం శరీరమంతా మలినమైన, మృతమైన ఆహారం నిండి వుండడమే.

మానవులకు మూడింటిలో ఒక్కటి లేకపోయినా వారు ఉచ్చరించే మంత్రాలకు శక్తి ఉండదు. ఫలితం ఉండదు. మంత్రాలు వుంటాయి.

చదువుతారు. కానీ ఫలితం ఉండదు. తృప్తి మాత్రమే వుంటుంది. అంటే దుః ఖం పోదు. దుఃఖం పోతుందనే తృప్తితో జీవిస్తూ వుంటారు.

అలాగే త్రికరణంలో రెండవదైన ఉచ్చరించే వాక్కు కూడా శుద్ధంగా వుండాలి. లేకపోతే అన్నీ అపస్వరాలే. ఒక్క మంత్రం కూడా సుస్వరంగా వుండదు. సరిగా వుండదు. మంత్రం మంత్రంగా ఉచ్చరిస్తే ఫలితం ఉంటుంది కానీ, మంత్ర స్వరం మార్చేస్తే ఫలితం ఎలా వుంటుంది? దుష్ఫలితమే వుంటుంది! ఉపకారం కాదు; అపకారం జరుగుతుంది. లాభం కాదు నష్టం వస్తుంది. అలా అపస్వరాలతో మంత్రాలను చదివి మంత్రాలను కించపరిచేవారు. చదివే కంటే చదవకుండా వుంటేనే మంచిది. లాభం కలగకపోయినా, నష్టం మటుకు రాదు. ఫలితం రాకపోయినా దుష్ఫలితం రాదు.

లోకంలో ఇవన్నీ ఆలోచించకుండా ధనాశతో ఇతరులను తృప్తి పరచడం కోసం అలా మంత్రాలు చదువుతూనే వున్నారు. అపస్వరాలు దొర్లుతాయని తెలిసి కూడా బాజా భజంత్రీలు వాయించి అపస్వరాలు వినపడకుండా చేస్తున్నారు. కానీ అపస్వరాలు ఇతరులు వినలేరు కానీ, ఎవరు వినాలో వారికి అపస్వరం కచ్చితంగా వినబడుతుంది. ఒకవేళ వీరిలాగే వారికి కూడా వినబడకపోతే అసలు మంత్రం చదివి ప్రయోజనమేముంది? అందుచేత మంత్రంలో సుస్వరం ముఖ్యం. ప్రత్యామ్నాయ ఏర్పాట్లు వల్ల ప్రయోజనం లేదు. అవి తృప్తినిస్తాయే కానీ ఫలితం ఇవ్వవు. అవి వినేవారికి తృప్తి, అనే వారికి భుక్తినిస్తాయి తప్ప ఇద్దరికీ ముక్తినివ్వవు. అంటే ఫలితం ఇవ్వవు.

మరి వాక్కు స్పష్టంగా వుండాలన్నా, స్పష్టంగా ఉచ్చరించాలన్నా, వాక్కు శుద్ధంగా వుండాలి. అంటే అలాంటి వారు అబద్ధాలు మాట్లాడకూడదు. అసత్యాలు చెప్పకూడదు. విమర్శలు చెయ్యకూడదు. దూషణలు చెయ్యకూడదు. రెండు రకాలుగా మాట్లాడకూడదు. ఇవన్నీ చేస్తున్నారంటే వాక్కులో శుద్ధత లేకపోవడమే. వాక్శుద్ధి లేకపోవడమే. అలా లేకపోతే త్రికరణంలో రెండవ శుద్ధి కూడా లేనట్టే! మరి వాక్కు శుద్ధంగా వుండాలంటే ఏం చెయ్యాలి?

వాక్కు మనస్సును బట్టే వుంటుంది. మనస్సు నుంచే వస్తుంది. అంటే మనస్సు శుద్ధంగా వుంటే వాక్కులు కూడా శుద్ధంగా వుంటాయి. మనస్సు శుద్ధంగా లేకపోతే వాక్కు కూడా శుద్ధంగా వుండదు. మంత్రాలు స్వరం తప్పుతాయి. ఫలితం రాదు. మంత్రానికున్న శక్తి నశించిపోతుంది. మంత్రం

వుంటుంది కానీ శక్తి వుండదు. పూర్వపు మహర్షులు పుస్తకాలలో మంత్రాలు వుంచగలిగారు కానీ పుస్తకంలో శక్తిని వుంచలేదు. మంత్రాలకు శక్తి ఉచ్ఛరిస్తేనే వుంటుంది. అంటే చదువుతేనే వుంటుంది. పుస్తకంలో శక్తి వుంటే అందరికీ పుస్తకం చూడగానే శక్తి వచ్చేసి వుండేది. చదవవలసిన పనే లేదు కదా! మంత్రం అంటేనే ఉచ్ఛరించేది. పుస్తకంలో చూసేది కాదు. మరి అలా వస్తుందా? అంటే రావట్లేదు కదా? ఎలా వస్తుంది?

మనస్సును అశుద్ధంగా, మలినంగా ఉందనటానికి గుర్తు వారి ఆలోచనలు. ఎవరి ఆలోచనలయితే స్వార్థపూరితంగా వుంటాయో, అసూయా పూరితంగా వుంటాయో, మోసపూరితంగా వుంటాయో, ద్వేషపూరితంగా వుంటాయో! కక్ష, కాఠిన్యం, క్రోధపూరితంగా వుంటాయో! హింసాపూరితంగా వుంటాయో ధర్మ విరుద్ధంగా వుంటాయో! వారి మనస్సు అశుద్ధంగా వున్నట్టే. అలాంటి మనస్సున్న వారి వాక్కులో స్పష్టత వుండదు. మంత్రాల ఉచ్ఛారణ సరిగా వుండదు. ఫలితం రాదు.

మరి మనస్సు శుద్ధమవ్వాలంటే సాత్వికమైన శాకాహారం తీసుకోవాలి. విశేషమైన ధ్యానసాధన చెయ్యాలి. అప్పుడే మనశ్శుద్ధి లభిస్తుంది. తద్వారా వాక్‌శుద్ధి కలుగుతుంది. దేహశుద్ధి కూడా వుంటుంది. అలా త్రికరణ శుద్ధితో ఉచ్ఛరించే మంత్రాలకే శక్తి వుంటుంది. ఫలితం ఉంటుంది. అంతే కానీ ఎలా పడితే అలా! ఎవరు పడితే వారు! మంత్రాలు చదివితే ప్రయోజనం ఉండదు. పైగా నష్టం కూడా.

అందుకే గీతలో భగవానుడు శిరం, గ్రీయం, కాయం సమానంగా వుంచమన్నారు.

అంటే శిరస్సు, మెడ (గొంతుక), శరీరం నిఠారుగా వుంచమని కాదు. శిరస్సు అంటే ఆలోచనలు, గొంతుక అంటే గొంతు నుండి వచ్చే వాక్కులు, శరీరం అంటే శరీరంతో చేసే పనులు. అన్నీ ఒకేరకంగా వుండాలని భగవానుని ఉద్దేశ్యం. దానినే త్రికరణ శుద్ధి అన్నారు. అంటే శరీరం, వాక్కు, ఆలోచనలు శుద్ధంగా వుంటే శరీరంతో చేసే పనులు శక్తివంతంగా వుంటాయి. మాటలు శక్తివంతంగా వుంటాయి. ఆలోచనలు శక్తివంతంగా వుంటాయి. ఒక రకంగా చూస్తే **"త్రికరణ శుద్ధి వున్న వారు మంత్రమే చెప్పనవసరం లేదు. వారి మాటే మంత్ర మవుతుంది. మంత్రంలా పని చేస్తుంది".**

అందుకే 'త్రికరణ శుద్ధి' వున్న పత్రీజీ చేష్టలు, ఆయన మాటలు

కొన్ని వేల మందిని ప్రభావితం చేస్తాయి. ఆయన ఆలోచనలతో తీసుకున్న నిర్ణయాలు కొన్ని లక్షల మందిని ప్రభావితం చేయగలుగుతున్నాయి. కారణం ఆయనకు త్రికరణ శుద్ధి వుండడమే.

అంతేకాదు ఆయన సంజ్ఞ చేస్తే చాలు అందరూ అనుసరిస్తారు. ఆయన చెపితే చాలు అందరూ ఆచరిస్తారు. ఆయన ఆలోచించి చెపితే చాలు అందరూ ఆచరణలో పెడతారు.

"త్రికరణ శుద్ధితో చేసే పనులు లోకము మెచ్చు, దేవుడు మెచ్చు" అని అన్నమాచార్యులు అన్నారు.

త్రికరణ శుద్ధి వున్నవాడు ఏది ఆలోచిస్తాడో అదే మాట్లాడతాడు. ఏది చెబుతాడో అదే చేస్తాడు. ఏది చేస్తాడో అదే చెబుతాడు.

త్రికరణ శుద్ధి వున్న వాడు ఏదైనా చెయ్యగలుగుతాడు. సాధిస్తాడు. లోకుల, దైవం యొక్క మెప్పు సంపాదిస్తాడు.

"ఆత్మశక్తి!"

కానీ మంత్ర శక్తి కంటే ఆత్మశక్తి ఇంకా, ఇంకా గొప్పది. వర్ణించలేనంత గొప్పది. కారణం ఆత్మశక్తికి మించింది లేదు. ప్రస్తుతం మానవులకు ఆత్మ గురించీ తెలియదు. ఆత్మశక్తి గురించీ తెలియదు. ఆత్మశక్తి ఎలా వుపయోగించుకోవాలో కూడా తెలియదు.

కానీ కృతయుగంలో మానవులంతా ఆత్మశక్తిని పూర్తిగా ఉపయోగించుకున్నారు. ఆత్మశక్తితోటే జీవించేవారు. కారణం వారు పూర్తిగా శాకాహారులు. అందరూ ధ్యానం చేసేవారు. అందుకే వారు పూర్ణాయుష్షుతో జీవించేవారు. వారికి అసలు దుఃఖమంటే ఎలా వుంటుందో తెలియదు. పూర్ణశాంతితో జీవించేవారు. అంతా ఒక్కటే అన్న భావంతో ఆఖరుకు జంతువులు కూడా ఒక్కటే అనే భావంతో జీవించేవారు. జంతువులతో స్నేహం చేసేవారు. వాటిని ప్రేమించేవారు. పూర్తిగా ధర్మయుక్తంగా జీవించేవారు. సృష్టిధర్మాలను గౌరవించేవారు. అందుకే ఆ యుగంలో ధర్మం నాలుగు పాదాల నడిచిందనేవారు. ఎక్కడా అనారోగ్యాలు, నేరాలు, మోసాలు వుండేవి కావు. అందరూ ఇచ్చేవారే, పుచ్చుకునేవారు వుండేవారు కాదు. భయమన్నది తెలియదు. కులాలు, మతాలు, ప్రాంతాలు లాంటి బేధాలు వుండేవి కావు.

యంత్రశక్తి కంటే మంత్రశక్తి గొప్పది. మంత్రశక్తి కంటే ఆత్మ శక్తి

గొప్పది. కారణం ఆత్మశక్తికి మించింది లేదు. ఎందుకంటే **ఆత్మశక్తి వున్నపుడే ఏ మంత్రమైనా ఉచ్చరించగలిగేది. ఏ యంత్రాన్నైనా పని చేయించగలిగేది,** ఆత్మశక్తి లేకపోతే ఎవరైనా, ఎలాంటి వారైనా ఎలాంటి యంత్రాలను తయారు చేయలేరు. ఉపయోగించ లేరు. పనిచేయించలేరు.

అలాగే ఆత్మశక్తి లేకపోతే ఎంత గొప్ప పండితులైనా, గురువులైనా, ఋషులైనా, మహర్షులైనా, దేవతలైనా ఏమీ చేయలేరు. ఏ మంత్రాన్నీ కనీసం ఉచ్చరించలేరు. మంత్రాన్ని ఉచ్చరిస్తేనే కదా మంత్రశక్తి ఉద్భవించేది. మంత్రాన్నే ఉచ్చరించలేనపుడు అక్కడ మంత్రశక్తి ఎలా వుంటుంది. మంత్రాన్ని ఉచ్చరించాలంటే ఆత్మశక్తి కావలసిందే. అంటే మంత్రాల కంటే ఆత్మే గొప్పదని తెలుసుకోవాలి. మరి ఆత్మకు అంత శక్తి ఎలా వచ్చింది? కారణం ఆత్మే భగవంతుడు కాబట్టి. భగవంతుడు అనంత శక్తి స్వరూపుడు కాబట్టి. అసలు భగవంతుని శక్తి లేకపోతే సృష్టే లేదు. సృష్టిలోనివి వుండవు.

అంటే ఆత్మశక్తి లేకపోతే యంత్రాలు వుండవు. మంత్రాలు వుండవు. అంటే అవే లేనపుడు ఇంక వాటి శక్తి ఎక్కడ వుంటుంది? అంటే యంత్రాలు, మంత్రాలు ఆత్మ వల్ల ఉద్భవించిన అల్పశక్తులు. ఆత్మశక్తే అనంతమైన శక్తి. అనంతమైన శక్తిలోని అల్పమైన శక్తులే యంత్రశక్తి, మంత్రశక్తి. అందుచేత యంత్రశక్తిని, మంత్రశక్తిని ఆశ్రయించడం కాదు. ఆత్మ శక్తిని ఆశ్రయించాలి. ఆత్మశక్తి యొక్క గొప్పతనాన్ని తెలుసుకోవాలి. అంటే భగవంతుని యొక్క అనంతమైన శక్తిని అర్థం చేసుకోవాలి. లేకపోతే సామాన్యులు, పండితులే కాదు. గొప్ప గొప్ప వారనుకునే దేవతలు కూడా భంగపడవలసిందే.

ఇదే విషయం కేనోపనిషత్తులో పార్వతీదేవి ఇంద్రాది దేవతలకు బోధించడం జరిగింది. ఆ విషయం తెలుసుకుందాం.

ఒకసారి దేవతలు రాక్షసులతో జరిగిన యుద్ధంలో విజయం సాధించగా విజయగర్వంతో దేవతలంతా విర్రవీగడం మొదలు పెట్టారు. వారికి బుద్ధి చెప్పటానికి ఆ పరమాత్మ అంటే, పరబ్రహ్మ అంటే ఆ భగవంతుడు యక్షుని రూపంలో దేవతలకు కనిపించగా ఆశ్చర్య చకితులైన దేవతలు ఆయన ఎవరో తెలుసుకోవడానికి ముందుగా అగ్ని దేవుణ్ణి, తరువాత వరుణుని, ఆ తరువాత వాయుదేవుణ్ణి పంపారు. అపుడు ఆ యక్షుడు వారి ముందు ఒక గడ్డి పోచను ఉంచి దాన్ని దహించమని అగ్నిని, తడపమని వరునునిని, ఎగిరించమని వాయువుని కోరగా అంతటి శక్తివంతులైన వారు ఆ చిన్న పని

అంటే గడ్డిపోచను ఏమీ చేయలేక తోకముడిచారు. ఆశ్చర్యపోయిన ఇంద్రుడు స్వయంగా తానే ఆయనెవరో తెలుసుకోవడానికి వెళ్ళే ప్రయత్నంలో ఉండగా ఆ యక్షుడు అదృశ్యమైనాడు.

ఇంద్రుడు ఆశ్చర్యచకితుడై వుండగా పార్వతీదేవి ప్రత్యక్షమై ఇంద్రా! ఆయనెవరో కాదు, ఈ సృష్టిని సృష్టి చేసిన వాడు. ఈ సృష్టికి ఆధారమైన, మూలమైన 'పరబ్రహ్మ'. ఆయన వల్లే ఈ సృష్టిలోని సమస్తమూ పని చేయగలుగుతున్నాయి. ఆయన శక్తే లేకపోతే దేవతలే కాదు. ఎవరూ ఏమీ చేయలేరు. చూశారుగా ఇంత గొప్పవారు అనుకుని విర్రవీగుతున్న మీలో ఎవరూ ఆఖరుకు చిన్న గడ్డిపోచను కూడా ఏమీ చేయలేకపోయారు. ఎంతో గొప్పవారమనుకునే మీ శక్తులు ఏమీ పనిచేయలేదు. ఈ విషయం చెప్పి మీ అహంకారాన్ని తొలగించి, మీ కళ్ళు తెరిపిద్దామనే ఆయన యక్షుని రూపంలో మీకు ప్రత్యక్షమయ్యారు. అందుచేత గర్వంతో, అహంకారంతో, విర్రవీగకండి. భగవంతుని శక్తి తెలుసుకోండి. **మీరు ఏది చేసినా, ఏది సాధిస్తున్నా, ఆయన శక్తి వల్లే! ఆయన శక్తే అందరిలో వున్న 'ఆత్మ' అని పార్వతీ దేవి ఇంద్రుడికి చెప్పడం జరిగింది.**

దీనిని బట్టి ఆ భగవంతుని శక్తి వుంటేనే ఎవరి ఆయుధాలైనా, మంత్రశక్తులైనా పనిచేస్తాయి. ఆ ఆత్మశక్తి లేకపోతే ఎవరి ఆయుధాలు పని చెయ్యవు. ఏ మంత్రాలు పని చెయ్యవు అని చెప్పటానికే ఆ పరబ్రహ్మ దేవతల ముందుకు యక్షుని రూపంలో వచ్చాడని అర్థం చేసుకోవచ్చు.

ఎవరైనా సరే ఆత్మశక్తి లేకపోతే 'శవాలుగా' మారవలసిందే అందుచేత ఆత్మశక్తి ఎంతగొప్పదో తెలుసుకోండి. యంత్రాలను, మంత్రాలను కాదు 'ఆత్మ'ను ఆశ్రయించాలని తెలుసుకోవాలి. అంతగొప్పదైన ఆత్మను ఆశ్రయించే మార్గమే 'ధ్యానం'. అందుచేత అందరూ ధ్యానం చెయ్యండి.

మనం ఆత్మకు ద్రోహం చేస్తే
జగత్తు మనకు ద్రోహం చేస్తుంది.

ఎవరు చేసుకున్నది వారికే!

లోకంలో సాధారణంగా ఒకరి కోసం ఇంకొకరు కర్మలు చేస్తుంటారు. అలా ఇంకొకరి కోసం పాపకర్మలు చేసే వారు వున్నారు. పుణ్యకర్మలు చేసేవారు వున్నారు.

కొంతమంది తమ సంసారాన్ని పోషించడానికి, వారిని సంతోష పరచడానికి సంపాదిస్తూ వుంటారు. అలా వారిని పోషించడం తన బాధ్యత అని అనుకుంటారు. అలా అనుకుంటూ సంపాదించడానికి ప్రాముఖ్యం ఇస్తారు. కానీ ఎలా సంపాదిస్తున్నాను? అన్నది ఆలోచించరు. సంపాదించాలనే తాపత్రయంతో ఎన్నో తప్పులు చేస్తారు, పాపాలు చేస్తారు. అధర్మ మార్గాలు అనుసరిస్తారు. అలాంటి పనులు చేస్తూ తమ సంసారానికి న్యాయం చేశామనుకుంటారు. తృప్తి పడుతూవుంటారు.

అలాగే మరి కొంతమంది తమ వారి కోసం అంటే తమ కుటుంబీకులు దూరమైనపుడు తల్లిదండ్రులు కానీ, భార్యాభర్తలు కానీ, పిల్లలు కానీ, చనిపోయినపుడు వారికి మేలు జరగాలని, లాభం కలగాలని వారి పేరుతో దానాలు చేస్తారు. మంచి కార్యక్రమాలు చేస్తారు. సేవా కార్యక్రమాలు చేస్తారు. ఇలా చేస్తూ వారి పట్ల తమ ఇష్టాన్ని ప్రదర్శించుకుంటారు. వారికి కొంతైనా మేలు చేసామని తృప్తి పడుతూ వుంటారు.

కానీ సృష్టి ధర్మం ప్రకారం ఎవరు ఏమి చేసినా అది వారికే చెందుతుంది. ఇంకొకరి కోసం చేసినా అది వారికి చెందదు. చెడైనా, మంచైనా, అలా ఒకరి కోసం ఇంకొకరిని కొట్టినా, హత్య చేసినా, దొంగిలించినా అది చేసిన వారికే చెందుతుంది.

అలాగే బాధ్యత అంటూ సంపాదించడం కోసం తప్పులు, పాపాలు చేస్తే సంపాదించిన దానితో తన వారు భోగాలు అనుభవిస్తారు. కానీ సంపాదించడం కోసం చేసే పాపాలు మాత్రం తనకే చెందుతాయి. అందుచేత ఎవరు చేసుకున్న కర్మ ఫలితం వారికే అని తెలుసుకుని కర్మల విషయంలో ఆలోచించి చెయ్యాలి.

అందుకే "చనిపోయిన తరువాత సంపదలు పెట్టెలోను, భార్య గడప వరకు, బంధువులు, స్నేహితులు శ్మశానం వరకూ వస్తారు. వాడు చేసుకున్న

కర్మలు మాత్రమే వాడి కూడా వస్తాయి" అంటారు.

ఎవరైనా లాభం పొందాలనుకుంటే జీవించి వున్నపుడు తనకు తానే మంచి కర్మలు చేసుకోవాలి. అంతేకానీ చనిపోయిన తరువాత వారి పేరుతో ఎవరు ఏమి చేసినా ప్రయోజనం వుండదు. అందుచేత ఇంకొకరి గురించి ఆలోచించడం కాదు. ఎవరి గురించి వాళ్ళు ఆలోచించుకోవాలి. ఇంకొకరి గురించి చెయ్యడం కాదు. ఏదైనా మీ గురించి మీరే చేసుకోవాలి.

చాలా మంది పిల్లల కోసం, వారి సుఖం కోసం సంపాదిస్తున్నాను అంటూ పాపాలు చేస్తూ కూడబెడతారు. ఆ ధనాన్ని ఏ మంచి కార్యాలకు వినియోగించరు. తరువాత ఆ ధనాన్ని వారి పిల్లలు మంచి కార్యాలకు ఖర్చుపెడతారు. ఇక్కడ సంపాదించిన తండ్రి పాపమే తీసుకు వెళతాడు. అదే ధనంతో మంచి కార్యాలు చేసిన కొడుకు పుణ్యం సంపాదించుకుంటాడు.

అలాగే ఫంక్షన్లు, పార్టీలు చేసేటపుడు బంధువులను, స్నేహితులను ఆనందపరచడం కోసం, తృప్తిపరచడం కోసం, గొప్ప కోసం జంతువులను చంపి ఆ మాంసంతో రకరకాల వంటకాలు చేసిపెడతారు. కానీ తిన్నవారు ఆస్వాదిస్తారు. కానీ ఆ ఫంక్షను చేసిన వారు ఆ పాపాన్నంతా మూట కట్టుకుంటారు.

ఈ విషయం పురాణాల్లో కూడా మనకు కనిపిస్తుంది. వాల్మీకి మహర్షి ఒకప్పుడు కిరాతకుడు. ఎన్నిటినో చంపేవారు, పాపాలు చేసేవారు, ఒకసారి నారద మహర్షి వాల్మీకిని ఎందుకు పాపాలు చేస్తున్నావు? వాటిని ఎందుకు చంపుతున్నావు? అని అడిగితే నా భార్య కోసం, నా భార్యను సుఖ పెట్టడం కోసం అన్నారు. అపుడు నారదుడు నువ్వు చేసిన పాపంలో నీ భార్య వాటా తీసుకుంటుందేమో అడుగు అన్నాడు.

అపుడు వాల్మీకి ఇంటికి వెళ్ళి భార్యను నీ కోసం నేను చేసే పాపాల్లో వాటా తీసుకుంటావా? అని అడుగుతే! నాకు సంబంధం లేదు అని భార్య చెప్పింది. నువ్వు తెస్తే అనుభవిస్తున్నాను. అంతేకానీ నీ పాపాలతో నాకు సంబంధం ఏమిటి? అంది. దానితో వాల్మీకిలో పరివర్తన కలిగి మహర్షిగా మారిపోయాడు. దీనిని బట్టి ఎవరు చేసుకున్నది వారికే అని తెలుసుకోండి. ఇది తెలుసుకుని ఎవరి కోసం వారే చేసుకోండి. ఉన్నపుడే జాగ్రత్తపడండి. పోయిన తరువాత ఎవరూ ఏమీ చేయలేరని తెలుసుకోండి. ఇదంతా ధ్యానం చేస్తే బాగా తెలుస్తుంది.

వాగ్దానం !

లోకంలో చాలామంది "వాగ్దానాలు" చేస్తూ వుంటారు. అంటే మాట ఇస్తూ వుంటారు. కానీ వేటిని నిలబెట్టుకోరు. అది సహజంగా తీసుకుంటారు. కానీ వాగ్దానమంటే ఏమిటి? వాగ్దానాన్ని ఎందుకు నిలబెట్టుకోవాలి? నిలబెట్టు కోకపోతే వాటి పరిణామాలేమిటి? అన్నది ఆలోచించరు. అందుచేత "వాగ్దానం" గురించి కొంచెం తెలుసుకుందాం.

వాక్ అంటే మాట

దానం అంటే ఆశించకుండా ఇవ్వటం.

వాగ్దానం అంటే మాటను ఇవ్వటం. అంటే దానం చెయ్యటం.

ఏదైనా దానం చేస్తే అంటే ఇస్తే అది తిరిగి తీసుకోరు. కారణం దానం చేసిన వెంటనే అది గ్రహీతకు చెందుతుంది. గ్రహీతదై పోతుంది. అంటే అది ఇక తనది కాదు. తనది కాని దాన్ని తీసుకుంటే అది ఏదైనా అపహరించినట్టే. అలా ఇతరులది అపహరించడం సృష్టి ధర్మానికి విరుద్ధం. అందుచేత ఎవరిదీ అపహరించకూడదు.

సృష్టి ధర్మం ప్రకారం ఇతరులది ఆశించకూడదు, కోరకూడదు. తీసుకోకూడదు. అపహరించకూడదు. అది 'అధర్మం'. అధర్మంగా ప్రవర్తించడం పాపం. పాపం చేసిన వారు 'సృష్టి ధర్మం' ప్రకారం శిక్షార్హులు. శిక్ష అనుభవించ వలసివస్తుంది. శిక్ష అన్నది బాధాకరం.

అందుచేత దానం చేసింది గ్రహీతదైపోతుంది. అందుచేత దానం చేసింది తిరిగి తీసుకోవడం కానీ, ఇవ్వకుండా వుంచుకోవడం కానీ అధర్మమే అవుతుంది. అలా చేస్తే రెండు పాపాలు చేసినట్టవుతుంది. అంటే 'వాగ్దానం' చేసి నెరవేర్చకపోతే రెండు నేరాలు చేసినవారవుతారు.

ఒకటి ఇస్తానని ఇవ్వకపోవడం ఒక నేరమవుతే, రెండవది ఇతరులది వారి అంగీకారం లేకుండా తిరిగి తీసుకున్నట్టు అవుతుంది. కాబట్టి అది రెండవ నేరం. కారణం ఇస్తానన్న వెంటనే అది ఇచ్చినా, ఇవ్వకపోయినా అది నీది కాదు. అది గ్రహీతదైపోతుంది. అందుచేత వాగ్దాన భంగం చేయకండి. మాట ఇచ్చి తప్పకండి.

వాగ్ధానం నిలబెట్టుకునే శక్తి రావాలంటే ధ్యానం చెయ్యవలసిందే. అందుకే యోగులు మాట ఇవ్వరు. ఒక వేళ ఇచ్చినా అది ఎంత కష్టమైనా నిలబెట్టుకుంటారు.

త్రిమూర్తితత్వం!

సృష్టిలో బ్రహ్మ, విష్ణు, మహేశ్వరులు వున్నారని చెప్పుకుంటాం. వారిని త్రిమూర్తులు అని కూడా అంటాం.

బ్రహ్మ భార్య సరస్వతి. విష్ణువు భార్య లక్ష్మి. శివుని భార్య పార్వతి అని చెప్పుకుంటాం.

భార్య అంటే సన్నిహితంగా వుండేది, అన్ని విషయాలలో భర్తతో సహజీవనం చేస్తూ అన్నీ సమానంగా పంచుకుంటూ వుంటుంది. ఒక రకంగా భర్తలో సగభాగం అని కూడా చెప్పుకుంటాం. అందుకే శివుడిని అర్థనారీశ్వరుడు అని కూడా అంటారు.

బ్రహ్మభార్య సరస్వతి. సరస్వతి జ్ఞానానికి ప్రతీక. బ్రహ్మ దగ్గర సరస్వతి వుంటుంది. అందుకే బ్రహ్మ దగ్గర జ్ఞానం వుంది.

విష్ణువు భార్య లక్ష్మి. లక్ష్మి భోగానికి ప్రతీక. అందుకే విష్ణువు దగ్గర భోగం వుంది.

శివుని భార్య పార్వతి, పార్వతి శక్తికి ప్రతీక. శివుని దగ్గర పార్వతి వుంటుంది. అందుకే శివుని దగ్గర శక్తి వుంది.

జ్ఞానం, భోగం, శక్తి. ఇదే బ్రహ్మ, విష్ణు, మహేశ్వర తత్వం. దీనినే త్రిమూర్తితత్వం అంటారు. 'ధ్యానం' చేస్తే ఎవరైనా ఈ మూడూ సంపాదించు కుంటారు. ధ్యానం ద్వారా జ్ఞానం సంపాదించు కుంటారు. ఆత్మ అనుభవాన్ని, ఆనందాన్ని అంటే భోగాన్ని పొందుతారు. తద్వారా శక్తిమంతులవుతారు. త్రిమూర్తులులా తయారవుతారు.

తెలుసుకోండి ధ్యానం చేసే వారి దగ్గర సరస్వతి వుంటుంది. లక్ష్మి వుంటుంది. పార్వతి వుంటుంది. అంటే జ్ఞానం వుంటుంది. భోగం వుంటుంది. శక్తి వుంటుంది. అంటే వుండవలసినవన్నీ వుంటాయి. అందుచేత ధ్యానం చెయ్యండి. ధ్యానశక్తిని అర్థం చేసుకోండి. త్రిమూర్తులవ్వండి.

తెర!

దేహానికి, ఆత్మకు (భగవంతునికి) మధ్య మనస్సనే తెర వుంది. కాబట్టి మానవుడు ఇన్ని పాపాలు చేస్తున్నాడు. ఆ తెరే తొలగిపోతే పాపాలు చెయ్యడు. చెయ్యలేడు.

తెర యొక్క దళసరిని బట్టి అంటే మనస్సులో వున్న మాలిన్యాన్ని బట్టి చేసే పాపాలు వుంటాయి. అందుచేత పాపాలు చేయకూడదంటే తెర తొలగాలి. తెర అంటే మనస్సు కాబట్టి, మనస్సులోని మాలిన్యం శుద్ధమవ్వాలి. అంటే ధ్యానం చెయ్యాలి.

ఎక్కడైనా తెర అడ్డు వుంటే ఎన్ని తప్పులైనా చేస్తారు. కామకలాపాలు సాగిస్తారు. తప్పుడు మాటలు మాట్లాడతారు. చేయకూడని పనులు చేస్తారు కానీ తెరలేకపోతే ఈ పనులు చెయ్యలేరు కదా! అందుచేత అన్నిటికి తెరే కారణం.

గుళ్ళో కూడా విగ్రహం ఎదురుగా కనిపిస్తూ వుంటే పవిత్రంగా వుంటారు. కొంచెం పక్కకు వెళ్ళినా, తెర వేసినా, తలుపు వేసినా వారి పనులు అలా వుండవు. మారిపోతాయి. అంటే అన్నిటికీ తెరే కారణం.

అలాగే ఆత్మకు, దేహానికి మధ్య వున్న మనస్సనే తెర వల్ల మాధవుడైనప్పటికీ మానవుడిలా ప్రవర్తిస్తున్నాడు. తప్పులు, పాపాలు చేస్తున్నాడు. కానీ తెర తొలగిస్తే ఆ మానవుడే దేవుడిలా ప్రవర్తిస్తాడు. దేవుడవుతాడు. అందుకే త్యాగరాజుల వారు "తెర తీయగా రావా..." అని పాడారు.

ఈ విషయాన్నే భగవద్గీతలో ఈ క్రింది శ్లోకం ద్వారా చెప్పబడింది.

శ్లో॥ ధూమేనావ్రియతే వహ్నిర్యథాదర్శో మలేన చ
యథోల్బేనావృతో గర్భస్తథా తేనేదమావృతమ్ (భ.గీ.3-38)

తా:- పొగచేత అగ్ని, మురికి చేత అద్దము, మావి చేత శిశువు కప్పబడినట్టు మనస్సు (కామము) చేత ఆత్మ కప్పబడియున్నది.

మరి మనస్సనే తెర తొలగాలంటే ధ్యానం చెయ్యాలి. ధ్యానం ద్వారా మనస్సు శుద్ధమవుతుంది. నిర్మలమవుతుంది. చివరకు శూన్యమవుతుంది. అలా అవ్వగానే ఎవరైనా, ఎలాంటి మానవుడైనా దేవుడవుతాడు. అందుచేత ధ్యానం చెయ్యండి. తెర తొలగించుకోండి. దైవ స్వరూపులుగా మారండి.

మూడవ కన్ను!

శివుడుకి మూడవ కన్ను వుందని చెప్పుకుంటాం. అందుకే శివుడ్ని ముక్కంటి అని పిలుస్తాం. శివుడికే కాదు ముక్తి పొందిన వారందరికీ మూడవ కన్ను వుంటుంది. ఒక రకంగా మూడవ కన్ను సంపాదించుకుంటేనే ముక్తి లభిస్తుంది. అంతే కానీ పూజలు, భజనలు, ప్రార్థనలు చేస్తే ఎప్పటికీ ముక్తి రాదు. మూడవ కన్ను అన్నది ముక్తి రాబోతుందనటానికి సూచిక. అందుచేత ప్రతీ ఒక్కరూ ముందు మూడవ కన్ను సంపాదించుకునే ప్రయత్నం చెయ్యాలి.

మూడవ కన్ను అన్నది ధ్యానం చేస్తేనే వస్తుంది. ధ్యానం చెయ్యకపోతే ఎప్పటికీ మూడవ కన్ను రాదు. ముక్తి రాదు. దుఃఖంలోనే జీవిస్తూ వుంటారు.

మనం లోకంలో గమనిస్తే ఎవరూ కూడా **"మూడవ కాలు వచ్చినా ముక్కంటి కాలేకపోతున్నారు"** అంటే ముసలివారై కర్ర పట్టుకుని నడిచే స్థితి వచ్చినా, మూడవ కన్ను సంపాదించుకుని ముక్కంటి కాలేకపోతున్నారు. కారణం ధ్యానం చెయ్యకపోవడమే.

అంతా మూడవ కాలు సంపాదించుకోగలుగుతున్నారు కానీ, మూడవ కన్ను మాత్రం సంపాదించుకోలేకపోతున్నారు. **అందరూ భూమి మీదకి వచ్చింది "ముక్కంటి" కావటానికి. కానీ సంపాదించుకునేది మూడవ కాలు మాత్రమే.** ఇదీ ప్రస్తుత ప్రపంచ స్థితి. కారణం ఎవ్వరూ ధ్యానం చేయకపోవడమే.

అందుచేత ఆలోచించండి. ప్రతీ ఒక్కరూ ధ్యానం చెయ్యండి. మూడవ కన్ను సంపాదించుకోండి. ముక్కంటి అవ్వండి. ముక్తిని పొందండి.

లక్ష్మీదేవి అనుగ్రహం!

చాలా మంది లక్ష్మీదేవి అనుగ్రహముంటే చాలు అనుకుంటారు. ఆవిడ అనుగ్రహముంటే అన్నీ వున్నట్టు భావిస్తారు. అందుకే లక్ష్మీదేవి ఫోటోలు పెట్టి, ప్రతిమలు పెట్టి, విగ్రహాలు పెట్టి ఆరాధిస్తూ వుంటారు. నోములు వ్రతాలు చేస్తారు. అలా చేస్తే ఆవిడ అనుగ్రహం కలుగుతుందని వారి నమ్మకం. అలా నమ్ముతూ లక్ష్మీదేవిని ఆరాధిస్తున్నారు కానీ అంతకన్నా ఆలోచించడం లేదు.

ముందు లక్ష్మీదేవి గురించి ఈ రెండు విషయాలు తెలుసుకోవాలి. (1) అసలు లక్ష్మీదేవి అంటే ఎవరు? (2) ఆవిడ అనుగ్రహం ఎవరికి కలుగుతుంది? ఎలా కలుగుతుంది?

లక్ష్మి అంటే అంతా ధనము (డబ్బు) అని భావిస్తారు. కానీ లక్ష్మి అంటే భోగము అని తెలుసుకోవాలి. భోగము అంటే సుఖము. ఈ భోగము ధనం వుంటే లభిస్తుందనుకుని లక్ష్మీదేవిని అంతా ధనమని భావిస్తారు. కానీ ధనమంటే లక్ష్మీదేవి అనుగ్రహం వున్నట్టు కాదు. భోగముంటేనే లక్ష్మీదేవి అనుగ్రహం వున్నట్టు.

మరి లక్ష్మీదేవి అనుగ్రహం ఎవరికి కలుగుతుంది? మనం కొంచెం గమనిస్తే లక్ష్మీదేవి శ్రీ మహావిష్ణువు పాదాల దగ్గర కూర్చుని ఆయన పాదాలు వత్తుతూ సేవలు చేస్తూ వుంటుంది. అలా సేవ పొందడం భోగమే కదా! అదంతా సుఖమే కదా? అంటే మహావిష్ణువు పాదాల దగ్గర లక్ష్మీదేవి వుందంటే అక్కడ ధనం లేదు, భోగం వుంది అంటే సుఖం వుంది. అంటే విష్ణుమూర్తికి భోగం వుందని అర్థం.

ఆలోచిస్తే ధనం వున్న వారందరికీ సుఖం వుందా? అంటే భోగం వుందా? అంటే లేదనే చెప్పాలి. భోగం లేని వారికి ధనం వున్నా లేనట్టే లెఖ్క. అటువంటి వారికి లక్ష్మీదేవి అనుగ్రహం లేనట్టే కదా!

అందుచేత ఎవరి యింట్లో ధనం వుంటే వారి యింట్లో లక్ష్మి వున్నట్లు

కాదు. ఎవరి ఇంట్లో సుఖం వుంటే వారి యింట్లో లక్ష్మీదేవి వున్నట్టు. మరి లక్ష్మీదేవి అనుగ్రహం అంటే భోగం అంటే సుఖం ఎవరికి కలుగుతుంది?

లక్ష్మీదేవి ఫోటో పెట్టి పూజించిన వారికి భోగం రాదు. లక్ష్మీదేవి ఎప్పుడూ నారాయణుని దగ్గరే వుంటుంది. అంటే మనం నారాయణులమవుతేనే లక్ష్మి మన దగ్గర వుంటుంది. అంటే ముందు మనం నారాయణులమవ్వాలి. అప్పుడే లక్ష్మీదేవి అనుగ్రహానికి పాత్రులవుతాం. భోగాన్ని పొందుతాం. అంటే దుఃఖాన్ని దూరం చేసుకుంటాం. సుఖంగా వుంటాం.

మరి నారాయణుడెవరు? మనం నారాయణులమెలా అవుతాం? నారాయణుడంటే 'ఆత్మ'. అందరిలో వున్న 'ఆత్మ'. అంటే అందరి అంతరాల్లో వున్న 'ఆత్మే' నారాయణుడు. అంటే 'శ్రీహరి'.

ఈ విషయాన్నే అన్నమాచార్యుల వారు ''బ్రహ్మమొక్కటే... పరబ్రహ్మమొక్కటే... అని పాడుతూ "హీనాధికములెందూలేవూ..? అందరికీ శ్రీహరే అంతరాత్మ" అన్నారు.

అంటే అంతరాత్మను పట్టుకున్నవారు శ్రీహరిని పట్టుకున్నట్టే. శ్రీహరిని పట్టుకున్న వారు చివరకు శ్రీహరినే పొందుతారు. అంటే ఆత్మను పొందుతారు. అలా ఆత్మను అంటే శ్రీహరిని పొందిన వారు లక్ష్మీదేవిని పొందినట్టే. అంటే భోగం పొందినట్టే. ఎందుకంటే శ్రీహరి ఎక్కడ వుంటే లక్ష్మి అక్కడ వుంటుంది కాబట్టి. అలా ఆత్మను పొందిన వారికి భోగం లభిస్తుంది. రోగాలు పోతాయి. దుఃఖం పోతుంది. సుఖంగా వుంటారు. అందుచేత బాగా అర్థం చేసుకోండి. కోట్లు వున్న వాడికి లక్ష్మీదేవి అనుగ్రహం వున్నట్టు కాదు. కోట్లు లేకపోయినా సుఖంగా వుండేవాడే లక్ష్మీదేవి అనుగ్రహం పొందినట్టు.

మరి నారాయణుని అంటే అంతరంలో వున్న ఆత్మను పట్టుకోవాలంటే ఎవరైనా అంతర్ముఖులవ్వాలి. అంటే 'ధ్యానం' చెయ్యాలి. అంటే ధ్యానం చేసిన వారికే భోగం లభిస్తుంది. అంటే లక్ష్మీదేవి అనుగ్రహం లభిస్తుంది. లేకపోతే రోగాలే. అందుచేత ధ్యానం చెయ్యండి.

యోగిగా వుండడం ఉత్తమం, ధనికుడిగా ఉండటం అధమం.
ఇదే శ్రీ కృష్ణ ఉపదేశం.

గురువు ఒక్కడే సరిపోడు!

చాలా మంది మోక్షం పొందాలంటే! అది గురువు వల్లే సాధ్యం, గురువు లేకుండా భగవంతుని చేరడం, మోక్షాన్ని పొందడం అసాధ్యమని భావిస్తారు. గురువు లేకుండా ఏమీ చేయలేము. ఏమీ సాధించలేము అనే భావం సమాజంలో వుంది. అందుచేత అన్నిటి కంటే ముందు గురువు కోసం అన్వేషిస్తూ వుంటారు. అలాంటి అన్వేషణలో ఎవరైనా వేషం వేసుకున్న వారు కనిపించినా! వారి చుట్టూ జనం వున్నా! వారే గురువనుకుని వారి పాదాలను ఆశ్రయించి, జీవితాంతం వారికే సేవలు చేస్తూ వుండిపోతారు.

కారణం ఆ గురువే తనను భగవంతుని దగ్గరకు చేర్చగలడని, చూపించగలడని నమ్ముతూ వుంటారు. అంతేకానీ అసలు గురువంటే ఎవరు? ఎలాంటి వాడు గురువు? గురువు లక్షణాలు ఏమిటి? గురువు ఏమి చెయ్యగలడు? తాను ఆశించేది ఆ గురువు దగ్గర వుందా? ఆ శక్తి ఆ గురువుకు వుందా? అసలు భగవంతుని చేరడానికి, అలాంటి జ్ఞానం పొందడానికి గురువు ఒక్కడే సరిపోతాడా? ఇంకేమైనా కావాలా? ఇంకా ఏమైనా చెయ్యాలా? లాంటి విషయాలు ఆలోచించరు. ఎంతసేపూ గురువనుకుంటూ ఎవరో ఒకరు కనబడితే ఉపదేశమో, మంత్రమో తీసుకుని ఆయనతోనే జీవితాంతం గడిపేస్తూ వుంటారు. అంతకన్నా ఆలోచించరు. కానీ గురువులలో చాలా రకాలు వున్నారు.

సహజంగా "ఎలాంటి వారికి అలాంటి గురువే లభిస్తాడని" అంటారు. స్వార్థ పరుడికి స్వార్థం వున్న గురువే లభిస్తాడు. ఆశించే వాడికి ఆశించే గురువే లభిస్తాడు. మోసగాడికి మోసం చేసే గురువే లభిస్తాడు. జ్ఞానాన్ని ఆశించేవాడికి జ్ఞానవంతమైన గురువే లభిస్తాడు.

ఇది లోక సహజం. కానీ భగవంతుని పొందాలన్నా, భగవంతుని జ్ఞానం పొందాలన్నా, గురువు ఒక్కడే సరిపోడు. గురువుతో పాటు, గురుబోధతో

పాటు, గురు వాక్యాలతో పాటు (1) సశ్శాస్త్ర పఠనం అంటే జ్ఞానుల, ఆత్మ జ్ఞానుల పుస్తకాలు చదవాలి, (2) సజ్జనుల సాంగత్యం అంటే సత్యం బోధించ గలిగిన వారి సాంగత్యం. (3) స్వప్రయత్నం అంటే స్వయం ధ్యాన సాధన ద్వారా స్వానుభవం కూడా ముఖ్యం.

అలా ఈ మూడింటి ద్వారా మాత్రమే అనుకున్నది ఎవరైనా సాధించగలరు. ఈ విషయాన్నే బ్రహ్మర్షి వశిష్ఠుల వారు శ్రీరామచంద్రునికి "యోగవాసిష్ఠం" అనే గ్రంథం ద్వారా బోధించడం జరిగింది. దానిలోని ఈ క్రింది శ్లోకం చూద్దాం.

శ్లో॥ యధామయోపదిష్టోసి యధా పశ్యసి శాస్త్రతః
యధానుభవసి శ్రేష్ఠమిక వాక్యం తదా కురు

తా:- ఓ రామచంద్రా! నేను నీకు ఏదైతే ఉపదేశించానో! శాస్త్రాల ద్వారా నువ్వు ఏదైతే తెలుసుకున్నావో! స్వానుభవంతో నువ్వు ఏదైతే చూస్తున్నావో! ఈ మూడింటిని ఒకే వాక్యంగా చెయ్యాలి.

అంటే గురువు చెప్పింది, శాస్త్రాలు బోధించింది, సాధనతో అనుభవ పూర్వకంగా స్వయంగా తెలుసుకున్నది మూడు ఒకటై వుండాలి. అంతేకానీ గురువు చెప్పింది ఒక్కటే సరిపోదు అని వశిష్ఠ మహర్షి సందేశం. అంటే **గురువాక్యం, శాస్త్రబోధ, స్వానుభవం అనే ఈ మూడు ఏకార్థం కలిగి వుండటమే యదార్థ తత్వానుభవం యొక్క చిహ్నం** అని తెలుసుకోవాలి.

అందుచేత భగవంతుని జ్ఞానం పొందాలన్నా భగవదనుభూతి పొందాలన్నా గురువు చెప్పింది ఒక్కటే సరిపోదు. అది గురువు ఒక్కడి వల్లే సాధ్యం కాదని తెలుసుకోవాలి. కారణం భగవంతుని ఏ గురువు చూడలేరు. చూపించలేరు. ధ్యాన సాధన ద్వారా స్వానుభవంతో అనుభూతి మాత్రమే చెందగలరు.

చిన్న ఉదాహరణ చూద్దాం. మామిడిపండు రుచి ఏ గురువైనా మీకు చూపించగలరా? ఏ పుస్తకంలోనైనా వ్రాయగలరా? అది సాధ్యం కాదు కదా? అలాగే గులాబీ వాసనను చూపించలేరు. కానీ మీరు స్వయంగా మామిడిపండు తిని దాని మాధుర్యం అనుభవించగలరు. అలాగే గులాబీ

పరిమళం వాసన చూస్తే అనుభవించగలరు. అది స్వీయ అనుభవం ద్వారా మాత్రమే మనం పొందగలం.

అలాగే భగవంతుని ఏ గురువూ చూపించలేరు. ఏ పుస్తకం ద్వారా చూపించలేరు. ఆనందాన్ని మనకు కలిగించలేరు. కానీ స్వయం ధ్యాన సాధనతో మనకు మనమే భగవంతుని అంటే ఆత్మను సాక్షాత్కరించుకోవచ్చు. అంటే అనుభూతి చెందవచ్చు. అంతులేని ఆనందానుభూతిని అనుభవించవచ్చు. అది ఇతరులు ఎవరూ వర్ణించలేరు. చెప్పలేరు. చూపించలేరు. ఇవ్వలేరు.

ఈ విషయాన్నే వశిష్ఠుల వారు ఈ క్రింది శ్లోకంలో చెప్పారు.

శ్లో॥ స్వసంవేదన సంవేద్యసారా విదిత వేద్యతా
నైషాదర్శయితుం శక్త్వదృశ్యతే వచతద్విదా

తా:- స్వానుభవం ద్వారానే తెలియబడే ఆత్మవస్తువు (భగవంతుడు) ఏదైతే వుందో, దానిని మరొకరికి చూపటానికి సాధ్యం కాదు. ఎందుకంటే అది దానిని తెలుసుకున్న వారి కంటికి కూడా కన్పించదు. స్వప్రకాశ రూపంతో కేవలం అనుభూతమవుతుంది.

అందుచేత అంతరంలో వున్న భగవంతుని దర్శించాలంటే, పొందాలంటే, అనుభూతి చెందాలంటే గురువు చెప్పే వాక్యాల వల్ల మాత్రమే సాధ్యం కాదు. స్వయం ధ్యాన సాధన ద్వారా స్వానుభవం కూడా అవసరం. దీనితో పాటు అలాంటి అనుభవం పొందిన అనేక మంది యోగులు, ఋషులు, జ్ఞానులు వ్రాసిన పుస్తకాలు కూడా చదవాలి. అప్పుడే భగవంతుని అంటే ఆత్మను దర్శించగలరు. అంటే అనుభూతి పొందగలరు. దీనినే వసిష్ఠుల వారు పురుష ప్రయత్నం అన్నారు.

అందుచేత గురువు వాక్యాలతో పాటు, పుస్తక పఠనం, ధ్యాన సాధన కూడా అవసరమని తెలుసుకోండి.

నూతిలో నీరు వుంటుంది. కానీ బక్కెట్, తాడు, ప్రయత్నం వుంటేనే నీరు లభిస్తుంది. అలాగే మనలో భగవంతుడు వున్నాడు. సద్గురువు బోధ, సత్‌శాస్త్ర పఠనం, స్వయం సాధన వల్లే భగవంతుడు లభిస్తాడు.

భగవానుని ఇష్టమే మన ఇష్టం చేసుకోవాలి!

చాలా మంది భగవానుడంటే ఇష్టపడతారు. కానీ భగవానుని ఇష్టమేదో తెలుసుకోరు. మనం లాభపడాలన్నా, ఆనందం పొందాలన్నా, భగవానుని అనుగ్రహం కావాలన్నా, ఆయన ఇష్ట ప్రకారం మనం ప్రవర్తించాలి. అంటే ఆయనకు నచ్చేవే మనకు నచ్చాలి. ఆయన మెచ్చేవే మనం మెచ్చాలి. ఆయనకు ఏది ఇష్టమో మనకు అదే ఇష్టమవ్వాలి.

చాలా సందర్భాలలో మన అభిప్రాయం వ్యక్తం చేస్తూ వుంటాం. నాకు వాడంటే ఇష్టం, వీడంటే ఇష్టం. వాడు చేసే పనులు నచ్చుతాయి. వీడు చేసే పనులు నచ్చుతాయి. వాడు చెప్పింది బాగుంది. వీడు పాడింది చాలా బాగుంది. వీడు చెప్పింది ఏమీ బాగా లేదు అని అంటూ వుంటాం. అలా మనం రకరకాల అభిప్రాయాలు వ్యక్తం చేస్తూ వుంటాం.

అలా ఏదైనా ఒక ఫంక్షన్‌లో కానీ, పార్టీలో కానీ, ఆధ్యాత్మిక కార్యక్రమాలలో కానీ, ఉపన్యాసాల విషయంలో కానీ, ఎవరికి వారు వారి అభిప్రాయాలు వ్యక్తం చేస్తుంటారు. సాధారణంగా ఎక్కువ మంది యొక్క అభిప్రాయాన్ని ఎవరైనా పరిగణనలోనికి తీసుకుంటారు. అదే కరెక్టు అనుకుంటారు. అదే సరైనది అనుకుంటారు. అలాంటి కార్యక్రమాలకే ప్రోత్సాహం ఇస్తూ వుంటారు. అంతకన్నా ఆలోచించరు. కానీ అలా ఎంతమంది మెచ్చినా! ఎంతమంది ఇష్టపడినా! వాటి వల్ల ప్రయోజనం లేదు. అవన్నీ వూరికే తాత్కాలిక కాలక్షేపం కోసం, వినోదం కోసం మాత్రమే పనిచేస్తాయి. తప్ప భగవానుడు మెప్పు పొందలేవు అన్నది వారికి అర్థం కాదు. కారణం, భగవానుడు మెప్పు పొందలేనిది ఏదైనా వ్యర్థమే. ఏ కార్యక్రమమైనా విజయవంతం కానట్టే. అందుచేత ఏదైనా సరే భగవానుడు మెచ్చాలి. ఆయనకు ఇష్టమవ్వాలి. ఇది ముఖ్యం.

లోకంలో ఎంతోమంది ఎన్నో రకాల కార్యక్రమాలు నిర్వహిస్తూ వుంటారు. అన్నీ ఒకే రకమైనవి కావు. అందులో దేహ సంబంధమైన

కార్యక్రమాలు కొన్ని వుంటాయి. అంటే దేహానికి లాభించేవి, ఆనందం కలిగించేవి. అలాగే మనస్సుకు సంబంధించిన కార్యక్రమాలు కొన్ని వుంటాయి. అంటే మనస్సుకు ఉల్లాసం కలిగించే, ఉత్తేజం కలిగించే, సంతోషం కలిగించే ఉపన్యాసాలు, కార్యక్రమాలు.

అలాగే బుద్ధికి సంబంధించిన కార్యక్రమాలు, అంటే బుద్ధికి నచ్చే, బుద్ధిని వికసింప చేసే కార్యక్రమాలు కొన్ని వుంటాయి. అలాగే ఇవన్నీ కాకుండా, వీటికి భిన్నమైన కార్యక్రమాలు కూడా వున్నాయి. అవి ఏమిటంటే ఆత్మ సంబంధమైన కార్యక్రమాలు. ఆత్మకు నచ్చే, ఆత్మ మెచ్చే, ఆత్మకు ఇష్టమయ్యే, ఆత్మకు లాభం కలిగించే కార్యక్రమాలు కొన్ని వుంటాయి. ఇవే మానవులు వినవలసిన, పాల్గొనవలసిన, ఇష్టపడవలసిన కార్యక్రమాలు.

కారణం ఆత్మ అంటే ఎవరో కాదు సాక్షాత్తూ భగవంతుడే. అందుచేత భగవంతునికి నచ్చే, భగవంతుడు మెచ్చే, భగవంతుడు ఇష్టపడే కార్యక్రమాలకు ప్రాముఖ్యం ఇచ్చిన వారి జీవితం ధన్యమైనట్టే. అదే ప్రతీ ఒక్కరూ కోరుకోవలసింది. ఇష్టపడవలసింది. బాగుంది అని అనవలసింది. అలాంటి కార్యక్రమం తప్ప ఏది బాగుంది అన్నా వారు భగవానునికి ఇష్టమైన పని చేసినట్టు కాదు. దాని వల్ల వారికి తాత్కాలిక ప్రయోజనమే తప్ప, శాశ్వత లాభం కలగదని తెలుసుకోవాలి.

మరి భగవానుడు ఇష్టపడే కార్యక్రమాలు ఏవి? ఇదెలా తెలుస్తుంది? లోకంలో భగవానుని ఆరాధించే భక్తులు నాలుగు రకాల వారు వున్నారని ఈ క్రింది శ్లోకాల ద్వారా శ్రీ కృష్ణ భగవానుడు చెప్పడం జరిగింది.

శ్లో॥ చతుర్విధా భజన్తే మాం జనాస్సుకృతినోర్జున
ఆర్తో జిజ్ఞాసురర్థార్థీ జ్ఞానీ చ భరతర్షభ. (భ.గీ 7-16)

శ్లో॥ తేషాం జ్ఞానీ నిత్యయుక్త ఏకభక్తిర్విశిష్యతే
ప్రియో హి జ్ఞానినోత్యర్థమహం స చ మమ ప్రియః (భ.గీ 7-17)

తా:- ఓ అర్జునా! ఆపదలలో ఆర్తనాదాలు చేసేవాడు, ధనాన్ని ఆశించేవాడు. నన్ను తెలుసుకోవాలనే ఆసక్తి కలవారు. ఆత్మ జ్ఞానము కలవారు అనే నాలుగు

విధాలైన వారు నన్ను ఆరాధిస్తున్నారు. వారిలో ఆత్మ జ్ఞాని శ్రేష్ఠుడు. అట్టి జ్ఞానికి నేనూ ఇష్టుడనే. అతడు కూడా నాకు ఇష్టుడే అని చెపుతూ భగవానుడు అందరి భక్తులలో 'ఆత్మజ్ఞానే' తనకు ఇష్టుడని చెప్పడం జరిగింది. మరి ఆత్మ జ్ఞాని భగవానునికి ఇష్టమవ్వడానికి కారణం. ఆత్మ తాను కాబట్టి! ఆత్మ అన్నది తన సత్యమైన స్థితి కాబట్టి.

అంటే ఎవరైతే ఆత్మకు సంబంధించిన జ్ఞానం కలిగి వుంటారో! అంటే ఆత్మే భగవంతుడు అన్న జ్ఞానం కలిగి వుంటారో! అలాగే ధ్యాన సాధన ద్వారా ఆత్మను అంటే భగవానుని గురించి, భగవానుని శక్తి గురించి, ఆయన సర్వ వ్యాపకత గురించి తెలుసుకుని దానికి తగ్గట్టు ప్రవర్తిస్తారో! వారే తనకు ఇష్టులని చెప్పడం జరిగింది.

అంటే ఆత్మకు సంబంధించిన విషయాల మీద ఆసక్తి కనపరుస్తూ అలాంటి కార్యక్రమాలలో పాల్గొంటూ వాటి మీదే ఇష్టం చూపిస్తూ అలాంటి ఉపన్యాసాలు, సందేశాలు వింటూ, వాటినే ఇష్టపడుతూ అలాంటి వాటి పట్ల ఇష్టమైన తన అభిప్రాయాన్ని వ్యక్తం పరుస్తూ ఎవరైతే వుంటారో! వారే భగవానునికి ఇష్టమైనవారు. వారి జన్మే ధన్యం. ఆ స్థితిలో వున్నవారు, అలాంటివి ఇష్టపడే వారే అదృష్టవంతులు.

లోకంలో కొందరు దేహ సంబంధమైన కార్యక్రమాలు అంటే భోజనాలు, విందులు, ఆరోగ్య సంబంధమైన, ఆహార సంబంధమైన కార్యక్రమాలు. అలాంటి ఉపన్యాసాలు మీద ఇష్టం చూపిస్తారు.

అలాగే మరికొందరు మనస్సుకు సంబంధించిన కార్యక్రమాలు అంటే భజనలు, సంగీతం, పాటలు, డాన్సులులాంటి వాటి మీద ఇష్టం చూపిస్తారు.

అలాగే ఇంకొందరు బుద్ధి సంబంధమైన కార్యక్రమాలు, ఛలోక్తులు, హాస్యం కలిగించే ఉపన్యాసాలు భగవంతుని పేరుతో చెప్పే ఉపన్యాస కార్యక్రమాలు లాంటి వాటి మీద ఇష్టం చూపిస్తారు.

కానీ భగవానుని సత్యరూపమైన ఆత్మ సంబంధమైన, జ్ఞాన సంబంధమైన కార్యక్రమాలు, అలాంటి సందేశాలు, అంటే ధ్యాన సాధన లాంటి వాటి మీద ఇష్టం చూపించాలి. అలాంటి వాటిలో పాల్గొనాలి. అలాంటి

ఉపన్యాసాలు చెప్పే వారి కార్యక్రమాలలో పాల్గొనాలి. అవంటేనే ఇష్టపడాలి. ఏ కార్యక్రమానికి వెళ్ళినా అది ఆత్మ సంబంధమా? కాదా? ఆత్మజ్ఞానం బోధించబడుతుందా? లేదా? అన్నది ఆలోచించాలి. అలాంటి వాటినే ఇష్టపడాలి. అలాంటివి ఎవరైతే ఇష్టపడతారో అలాంటి వారు భగవానునికి ఇష్టులవుతారు.

అందుచేత భగవానుని ఇష్టమే మన ఇష్టమవ్వాలి. తెలుసుకోండి. భగవానుని సత్యరూపమే 'ఆత్మ'. ఆయనను పొందే సత్యమార్గమే 'ధ్యాన మార్గం'. ఆ సాధనే 'ధ్యాన సాధన'. ఇదే యోగుల మార్గం. భగవానుడు బోధించిన మార్గం.

అందుచేత ధ్యానం చెయ్యండి. ధ్యాన కార్యక్రమాలలో పాల్గొనండి. ధ్యానానికి, జ్ఞానానికి సంబంధించిన విషయాలపై ఇష్టం చూపించండి. అలాంటి కార్యక్రమాలంటే ఇష్టపడండి. భగవానునికి ఇష్టులవ్వండి.

దీని అర్థం మిగిలిన కార్యక్రమాలలో పాల్గొనవద్దని కాదు. వాటి ద్వారా వినోదించవద్దని కాదు. పాల్గొనండి. వినోదించండి. కానీ వాటిని వినోదంగానే భావించండి. అంత వరకే వాటికి ప్రాముఖ్యం ఇవ్వండి. కానీ అధిక ప్రాధాన్యం భగవంతునికి ఇవ్వండి. భగవంతుని కార్యక్రమాలకు ఇవ్వండి అలాంటి సాధనలకు ఇవ్వండి జ్ఞానాన్ని పొందండి. భగవానునికి ఇష్టులవ్వండి.

ఎందుచేతనంటే **మనం పాల్గొనే కార్యక్రమాలలో మనకు ఇష్టమైనవి కొన్ని వుంటాయి. భగవానునికి ఇష్టమైనవి కొన్ని వుంటాయి. మన ఇష్టం కంటే భగవానుని ఇష్టమే మనకు ముఖ్యం.** అందుచేత మన ఇష్టాలకు అల్ప ప్రాముఖ్యం ఇచ్చి, మనకు ఇష్టమైన భగవంతుని ఇష్టాలకు అధిక ప్రాముఖ్యం ఇద్దాం. ధ్యానం చేద్దాం. శాకాహారమే తీసుకుందాం.

'ఆత్మ' అజ్ఞానులకు దూరంలో వుంది.
ప్రజ్ఞావంతులకు చాలా దగ్గరలో వుంది.

భగవంతుడు! - దేవుళ్ళు!

లోకంలో చాలా మంది వారికి నచ్చిన దేవుళ్ళే గొప్పవారని భావిస్తారు. అలా లోకంలో ఎవరికి నచ్చిన దేవుళ్ళను వారు భక్తి ప్రపత్తులతో ఆరాధిస్తారు. ఆ దేవుడే సమస్తమూ, ఆయనే గొప్పవాడు అంటూ మిగతా వారు దేవుళ్ళు కానట్టు, గొప్పవారు కానట్టు ప్రవర్తిస్తారు. వారికి బోధించే గురువులు కూడా అలాగే బోధిస్తూ వుంటారు.

కానీ ఈ దేవుళ్ళంతా భగవంతుని అవతారాలన్న అవగాహన కానీ, భగవంతునిలోని అంశలన్న అవగాహన కానీ వారికి లేదు. వారంతా భగవంతునిలో భాగాలని కానీ భగవంతుని నుంచి ఏర్పడిన వారని కానీ, వారికి తెలియదు. అందుచేత వేరు వేరు అన్న భావంతో ఒకరినొకరు ద్వేషించుకుంటున్నారు, కలహించుకుంటున్నారు. కానీ అసలు సత్యాన్ని అర్థం చేసుకోరు. ఇదే విషయం ఆ దేవుళ్ళు చెప్పినా అర్థం చేసుకోరు.

గమనిస్తే నదులన్నీ వేరు వేరుగా అనిపిస్తాయి, కనిపిస్తాయి. వాటి పేర్లు కూడా వేరు వేరుగా వుంటాయి. నదులు వేరువేరు ప్రాంతాల్లో పుడతాయి. రకరకాల ప్రదేశాలలో ప్రవహిస్తాయి. కొన్ని పొడవుగా వుంటాయి. కొన్ని వెడల్పుగా వుంటాయి. కొన్ని ఎప్పుడూ ప్రవహిస్తూ వుంటాయి. కొన్ని కొంత కాలమే ప్రవహిస్తాయి. గమనిస్తే అలా రకరకాలుగా వున్న నదులన్నీ ప్రయాణించి, ప్రయాణించి చివరకు ఒకే సముద్రంలో కలుస్తాయి. అలా వాటి ఉనికినే కోల్పోతాయి. చూస్తే చివరకు ఉండేది కనపడేది, అన్నిచోట్ల ఒకే విధంగా వుండే మహాసముద్రం మాత్రమే అని తెలుస్తుంది. ఈ సత్యం కొంచెం ఆలోచిస్తేనే తెలుస్తుంది.

ఇంకా కనుక ఆలోచించగలిగితే ఈ నదులన్నీ ఏర్పడింది, ఉద్భవించింది, పుట్టింది సముద్రం వల్లనేనని, సముద్రం నుంచేనని తెలుస్తుంది. చూడండి సముద్రంలోని నీరు ఆవిరియై, మేఘాలుగా మారి వర్షించి నదులుగా

ఏర్పడుతున్నాయని అర్థమవుతుంది. ఇంకా గమనిస్తే ఎన్ని నదులు ఏర్పడినా సముద్రం తరగదు. ఎన్ని నదులు వచ్చి సముద్రంలో కలసినా సముద్రం పెరగదు. ఇదే సముద్రం యొక్క గొప్పతనం. ఇంకా గమనిస్తే ఎప్పుడూ వుండేది సముద్రం. కానీ నదులు ఉద్భవిస్తూ వుంటాయి, మార్పు చెందుతూ వుంటాయి, చివరకు అదృశ్యమై పోతాయి.

సముద్రానికి ఈ నదులన్నీ ఎలాగో! భగవంతునికి దేవుళ్ళంతా అలాంటి వారే. కారణం భగవంతుని నుంచి ఉద్భవించిన వారే దేవుళ్ళు. భగవంతునిలోని అంశలే దేవుళ్ళందరూ ఆయనలో భాగాలే. దేవుళ్ళ రూపాలు వేరైనా, పేర్లు వేరైనా, వేరు వేరు ప్రాంతాలలో పుట్టినా, ప్రతీ ఒక్కరికి వేరు వేరు ప్రత్యేకతలు వున్నా, వారి జీవితకాలం ఎక్కువైనా, తక్కువైనా, వారికి వేరు వేరు శక్తులు వున్నా అందరూ భగవంతుని నుంచి ఉద్భవించిన వారే! చివరకు భగవంతుని చేరేవారే. ఎంతమంది దేవుళ్ళు ఉద్భవించినా భగవంతుడు తరగడు. ఎంతమంది దేవుళ్ళు ఆయనను చేరినా ఆయన పెరగడు. ఆయన సముద్రంలా నిశ్చలంగా వుంటాడు.

అటువంటి గొప్ప భగవంతుణ్ణి దేవుళ్ళే రకరకాలుగా పిలుస్తూ వుంటారు. మహ్మద్ ప్రవక్త 'అల్లా' అని పిలిస్తే, జీసస్ 'నా తండ్రి' అన్నాడు. శ్రీ కృష్ణుడు, 'నా విశ్వరూపం' అన్నాడు. అన్నమాచార్యులు, 'పరబ్రహ్మం' అన్నాడు. షిరిడీ బాబా 'మాలిక్' అన్నాడు. అలా అందరూ వున్నది ఒక్కడే అని చెప్పారు. కారణం 'సముద్రం' ఒక్కటే! అందులోంచే అన్ని నదులు ఉద్భవించాయి. అలాగే 'భగవంతుడు' ఒక్కడే ఆయన నుంచే అందరూ దేవుళ్ళు ఉద్భవించారు.

ఆయనను ఇంకా బ్రహ్మ అని, పరబ్రహ్మ అని, పురుషుడు అని, ఆది శక్తి అని, పరాశక్తి అని పరమేశ్వరుడు అని, సృష్టికర్త అని రకరకాలుగా పిలుస్తారు.

ఇది తెలియని పామరులు, అజ్ఞానులు, దేవుళ్ళు వేరు వేరు అనుకుంటూ వారి వివిధ రూపాలు చూస్తూ, వివిధ నామాలతో పిలుస్తూ, వారికి ఇష్టమైన వారే గొప్పవారు అనుకుంటూ! కలహించుకుంటూ,

ద్వేషించుకుంటున్నారు. కానీ అంతా ఒక్కటే, అంతా ఆ భగవంతుని రూపాలే అని అర్థం చేసుకోలేకపోతున్నారు.

దేవుళ్ళ రూపాలు వేరుగా కనబడడం వల్ల, పేర్లు వేరు వేరుగా పెట్టుకుని, రకరకాల ఆరాధనలు చేస్తున్నారు. ఆయా ప్రాంతాలను బట్టి రకరకాల ఆచారాలు పాటిస్తున్నారు. ఎవరికి వారు తమదే సరైన మార్గమని భావిస్తున్నారు. తమ ఆచారమే గొప్పదని నమ్ముతున్నారు.

కానీ వీరందరూ అలా చేసి చేసి, కొన్ని జన్మల తరువాత అసలు సత్యాన్ని అంటే అంతా ఒక్కడే అయిన భగవంతుడే అని తెలుసుకుంటారు. ఎలా అయితే చివరకు నదులన్నీ సముద్రం వైపు ప్రయాణిస్తాయో అలా వీరి ఆరాధనలన్నీ చివరకు భగవంతుని వైపు మళ్ళుతాయి. మార్పు చెందుతాయి.

అలా పూజలు, నోములు, ప్రార్థనలు, నమాజులు, భజనలు, తీర్థ యాత్రలు, స్తోత్రాలు, జపాలు, యజ్ఞాలు, యాగాలు అన్ని చేసి చేసి చివరకు భగవంతుని ధ్యానం వైపుకు మరలుతారు. ధ్యానంలో స్థితమవుతారు.

నదులన్నీ ఎలా హడావుడిగా పరుగెడుతూ చివరకు సముద్రంలో లీనమయ్యాక హడావిడి లేకుండా ఎలా వుండిపోతాయో! అలాగే దేవుళ్ళను ఆశ్రయించిన వారు ఇది అంటూ, అది అంటూ పూజలంటూ, భజనలంటూ, హారతులంటూ చేసే హడావుడి భగవంతుని ధ్యానంలోకి వచ్చేసరికి ఒక్కసారి ఆగిపోతాయి. ప్రశాంతంగా, నిశ్చలంగా ధ్యాన స్థితిలో లీనమైపోతారు. చివరకు భగవంతుని పొందుతారు. పరమశాంతిని పొందుతారు. పరమానందాన్ని పొందుతాయి. మోక్షాన్ని పొందుతారు.

తెలుసుకోండి. ఎవరైనా, ఎన్ని జన్మలెత్తినా చివరకు ధ్యానం దగ్గరకు రావలసిందే. ధ్యానం చెయ్యవలసిందే. అది ముందే తెలుసుకుని ఈ జన్మలోనే ధ్యానం చేస్తే ఇక జన్మే వుండదు. దానినే నిర్వాణమంటారు. ముక్తి అంటారు. మోక్షం అంటారు. అందుచేత 'శ్వాస మీద ధ్యాస' వుంచి ధ్యానం చెయ్యండి.

సూర్యప్రకాశం మేఘాల వల్ల మందగించినట్లు,
హృదయంలో వున్న ఆత్మ ప్రకాశం మలినమైన మనస్సు వల్ల
అంటే అజ్ఞానం వల్ల మందగిస్తుంది.

ఆత్మ స్వరూపులారా!

లోకంలో మనం గమనిస్తే సత్యసాయిబాబా వారు కానీ, అలాంటి ఆత్మ జ్ఞానులు కానీ, పెద్ద పెద్ద గురువులు కానీ ఏదైనా ఒక సభలో ప్రసంగించవలసి వచ్చినపుడు, కొంతమందిని కానీ, వేల మందిని కానీ ఉద్దేశించి మాట్లాడేటపుడు "ఆత్మస్వరూపులారా!", "దివ్యాత్మ స్వరూపులారా!" అని సంబోధించడం జరుగుతుంది. అలా అందరినీ సంభోధించి తమ సందేశం అందరికీ అందిస్తారు.

కానీ ఏ రాజకీయ నాయకులైనా, సామాన్యులైనా కొంచెం పెద్దవారైనా, ఎవరైనా సరే ఏ సభలోనైనా, ఏ గుంపునైనా, ఎక్కడైనా కొంతమంది చేరినపుడు వాళ్ళనుద్దేశించి ప్రసంగించవలసి వచ్చినపుడు సహజంగా "మై డియర్ లేడీస్ & జెంటిల్‌మేన్" అని సంభోధిస్తారు. ఇంకా కొంతమంది "నా ప్రియమైన సోదరులారా! సోదరీమణులారా!" ఇంకా కొంతమంది "అమ్మలారా! అయ్యలారా!" అని ఇంకా కొంతమంది "నా ప్రియమైన తమ్ములారా! చెల్లెళ్ళలారా!" అని రకరకాలుగా సంభోదిస్తారు.

ఇంకా కొంతమంది ప్రాంతాన్ని, రాష్ట్రాన్ని దేశాన్ని ఉద్దేశించి సంభోధిస్తారు. అంటే ఆంధ్రులారా! భారతీయులారా! అని సంబోధిస్తారు. ఇంకా కొంతమంది 'మతాన్ని ఉద్దేశించి కూడా సంబోధిస్తారు. అంటే నా ప్రియమైన హిందువులారా! నా ప్రియమైన క్రైస్తవులారా!" అని సంబోధిస్తారు. అంతేకాని "ఆత్మ స్వరూపులారా!" అని సంబోధించరు.

దీనికి ముఖ్య కారణం. సామాన్యుల దృష్టిలో మానవులంతా వేరు వేరు అనే. వారి ఉద్దేశ్యం మానవుల్లో స్త్రీ, పురుషులు వున్నారు. ధనికులు, పేదవారు ఉన్నారు. రకరకాల కులాల వాళ్ళు ఉన్నారు. ప్రాంతాల వారు వున్నారు. మతాల వారు ఉన్నారు. దేశాల వారు ఉన్నారు. వివిధ తెగల, జాతుల వాళ్ళు వున్నారని వారందరి భావం. వారంతా వేరు వేరు అనే వారి భావం. అందుకే అలా సంభోధించడానికి కారణం. వారు ఎంత పెద్దవారైనా ఎంత పెద్ద నాయకుడైనా, ఉద్యోగస్తుడైనా, వారికి అంతమటుకే తెలుసు. అందుకే వారి సంభోధన అలా ఉంటుంది.

కానీ ఆత్మ జ్ఞానులకు అసలు సత్యం తెలుసు. పైకి మానవులు వేరు వేరుగా కనిపిస్తున్నా, ఆకారాలు వేరైనా, ప్రాంతాలు, మతాలు వేరైనా, రంగు రూపు వేరైనా అంతా ఒక్కటే. అంతా ఆత్మలే అన్న సంగతి వారికి తెలుసు. ఇక్కడ వేరు వేరు అన్నది లేదు. పైకి దేహాలు అంటే రూపాలు వేరుగా కనబడుతున్నా అందరిలో వున్న ఆత్మ ఒక్కటే. అందరూ ఆత్మలే అన్న సృష్టి సత్యం వారు అవగాహన చేసుకున్నారు. అందుకే వారు "ఆత్మ స్వరూపులారా!" అని సంబోధిస్తారు.

కొంచెం గమనించండి. బంగారపు వస్తువులు చూడటానికి రకరకాల ఆకారాలతో వుంటాయి. వాటికి రకరకాల పేర్లు కూడా వుంటాయి. గాజులని, గొలుసులని, ఉంగరాలని ఇలా రకరకాల పేర్లు వుంటాయి. కానీ అన్నిట్లో వున్నది ఒక్కటే బంగారం. అన్నీ ఒక్కటే బంగారంతో తయారు చేసినవే. అందుకే మనం వేటిని చూసినా ఎక్కడ చూసినా "బంగారం వస్తువులనే" అంటాం.

అలాగే ఇంకా గమనిస్తే మట్టితో తయారైన కుండలు, పాత్రలు చూడండి ఎన్నో ఆకారాలు వుంటాయి, ఎన్నో పేర్లు వుంటాయి. కానీ అన్నీ మట్టివే. అన్నీ ఒకే మట్టితో తయారైనవే అన్నిటిలో వున్నది ఒక్కటే మట్టి. అందుకే వేటిని చూసినా "మట్టి పాత్రలు" అంటాం. కానీ మానవుల దగ్గరకు వచ్చేసరికి అందరూ ఆత్మలే అయినా ఆత్మ స్వరూపులారా అనరు. ఎందుచేతనంటే "మమాత్మా సర్వభూతాత్మ" అన్న వేదవాక్యం యొక్క సత్యం సామాన్యులకు అర్థం కాక.

ఇంకా కొంచెం గమనించండి. "బంగారం వస్తువులు" అంటాం. "మట్టి కుండలు" అంటాం. "ఇత్తడి సామాన్లు" అంటాం. "రాగి పాత్రలు" అంటాం. "ఇనపశాల్తీలు" అంటాం. కానీ మానవుల దగ్గరకు వచ్చేసరికి ఆత్మ స్వరూపులు అనం. ఎంతసేపూ స్త్రీలు, పురుషులు, హిందువులు, ముస్లింలు, వైశ్యులు, బ్రాహ్మణులు, కాపులు, ఆ మతస్తులు, ఈ దేశస్తులు అంటూ రకరకాలుగా సంభోధిస్తూ వుంటాం.

బంగారం విషయంలో, మట్టి విషయంలో ఉన్న సత్యాన్ని గ్రహిస్తున్నాం. మానవుల దగ్గరకు వచ్చేసరికి గ్రహించలేకపోతున్నాం. బంగారం ఎక్కడ వున్నా బంగారమే. దానికి ఈ దేశ బంగారం, ఆ ప్రాంత బంగారం అంటూ వుండరు.

ఆ దేశం నుండి ఈ దేశానికి తీసుకు వచ్చినా బంగారమనే అంటాం. కానీ ఆ దేశం నుండి ఇంకో దేశానికి వచ్చిన వారు ఎన్ని శతాబ్దాలు మారినా వారు, ఎన్ని తరాలు మారినా ఫలానా దేశస్తులనే అంటాం. దీనికంతటికీ కారణం అంతా ఒక్కటే! అన్న అవగాహన లేకపోవడం. బంగారం వస్తువులు అని సంబోధించినట్టు ఆత్మ స్వరూపులారా అని పిలవకపోవడానికి సంబోధించక పోవడానికి అజ్ఞానమే కారణం.

ఇలా అర్థం చేసుకోకపోవడం వల్ల ప్రపంచంలో ఎన్నో అనర్థాలు జరుగుతున్నాయి. దేశాల మధ్య యుద్ధాలు, టెర్రరిస్టులదాడులు, మత కలహాలు, కుల ఘర్షణలు, కుటుంబ తగాదాలు, ప్రాంతీయ విద్వేషాలు, ఇలాంటి వాటితో మానవులు శాంతి లేకుండా జీవిస్తున్నారు. ఎప్పుడూ ఏమి జరుగుతుందో తెలియని స్థితి. ఒకరంటే ఒకరికి ద్వేషం. ఒకరిని చూస్తే ఇంకొకరికి అసూయ. ఒకరి మీద ఇంకొకరికి పగ, కక్ష. ఒకరి కంటే ఇంకొకరు గొప్పవారు కావాలి. అందరి కంటే తాను అధికుడుగా వుండాలి. సుఖంగా వుండాలి. అందరూ నా క్రిందే బ్రతకాలి. ఇలాంటి భేధభావాలతో ఒకరినొకరు చంపుకుంటూ, కలహించుకుంటూ, మోసగించుకుంటూ సమాజంలో నరకాన్ని సృష్టించు కుంటున్నారు.

కానీ ఆకారం వేరైనా, పేరు ఏదైనా అన్నీ బంగారం వస్తువులని ఎలా పిలుస్తామో, ఎలా అర్థం చేసుకున్నామో అలాగే రూపాలు వేరైనా, ఆ రూపాలకు పేర్లు వేరైనా అంతా ఆత్మ స్వరూపులే అంతా ఒక్కటే! అన్న అవగాహన చేసుకుని, అలా సంబోధించుకుంటే ప్రపంచంలో ఇంత గందరగోళం వుండదు. ప్రతీ ఒక్కరూ స్నేహంగా మెలుగుతారు. ఒకరినొకరు ప్రేమించుకుంటారు. మోసగించుకోరు, హింసించుకోరు. ఘర్షణలు పడరు. యుద్ధాలు వుండవు. అంతా సుఖ శాంతులతో, అన్యోన్యంగా ఆనందంగా జీవిస్తారు. ఒకరికొకరు సహకరించుకుంటారు.

ఈ సత్యాన్ని అర్థం చేసుకుని కనీసం ఇప్పటి నుంచైనా ప్రతీ ఒక్కరినీ 'ఆత్మ స్వరూపులారా' అని సంబోధించండి. అంతా ఒక్కటే అని అందరికీ బోధించండి. దీనికి ముఖ్యంగా ప్రతీ ఒక్కరూ ధ్యానం చెయ్యాలి. ధ్యానం చేస్తే "దేహం నేను కాదు, ఆత్మే నేను" అన్న సృష్టి సత్యం. ప్రతీ ఒక్కరికి అర్థమవుతుంది. అందుచేత ప్రతీ ఒక్కరూ ధ్యానం చెయ్యండి.

మనోతృప్తి! - ఆత్మతృప్తి!

మానవుడు అంటే దేహము, మనస్సు ఆత్మ. ఈ మూడింటిని కలిపి మానవుడు అంటారు. మనస్సు అన్నది దేహంతో పాటు వస్తుంది. ఆత్మ అన్నది పైలోకాల నుండి వస్తుంది. ఆత్మ అంటే భగవంతుడని ఎన్నో సార్లు చెప్పుకున్నాం. అలాగే మనస్సు అంటే మానవుడని చెప్పుకోవచ్చు.

ఇక్కడ మనుస్సు, ఆత్మ రెండూ వున్నాయి కాబట్టి, మానవుల ప్రవర్తన రెండింటిని బట్టి వుంటుంది. సామాన్యుల ప్రవర్తన మనస్సును బట్టి వుంటుంది. కానీ ధ్యానం చేసే యోగల ప్రవర్తన ఆత్మను బట్టి వుంటుంది. అందుకే సామాన్యులు ప్రాపంచిక విషయాలకు, శరీరానికి ప్రాముఖ్యం ఇస్తారు. కానీ యోగులు ఆధ్యాత్మిక విషయాలకు, ఆత్మకు ప్రాముఖ్యం ఇస్తారు.

ఒకరకంగా మనస్సు ఉండనిది అంటే తాత్కాలికమైనది. కారణం దేహంతో పాటు వచ్చింది మరల దేహంతో పాటు పోతుంది. కానీ ఆత్మ శాశ్వతమైనది ఎప్పుడూ వుండేది. అందుకే మనస్సును "ఉండని నేను" అంటారు. ఆత్మను "ఉండే నేను" అంటారు.

అలాగే మానవులు చేసే పనులు కూడా రెండు రకాలుగా వుంటాయి. ధ్యానం చెయ్యని సామాన్యులు 'మనస్సు'కు తృప్తి కలిగించే పనులు చేస్తూ వుంటారు. కానీ ధ్యానం చేసే యోగులు 'ఆత్మ'కు తృప్తి కలిగించే పనులు చేస్తూ వుంటారు.

మరి ఏఏ పనులు మనస్సుకు తృప్తి కలిగిస్తాయి? ఏ ఏ పనులు ఆత్మకు తృప్తి కలిగిస్తాయో చూద్దాం. ఆత్మకు తృప్తి కలిగించే పనులు చేసిన వారు ఎవరైనా లాభం పొందగలరు. కారణం ఆత్మే భగవంతుడు కాబట్టి.

(1) తింటే మనస్సుకు తృప్తి, పెడితే ఆత్మకు తృప్తి.

(2) సంపాదిస్తే మనస్సుకు తృప్తి. పంచితే ఆత్మకు తృప్తి.

(3) పుచ్చుకుంటే మనస్సుకు తృప్తి ఇస్తే ఆత్మకు తృప్తి.

(4) ధనం పెరుగుతుంటే మనస్సుకు తృప్తి, జ్ఞానము పెరుగుతుంటే ఆత్మకు తృప్తి.

(5) నేను బాగుంటే మనస్సుకు తృప్తి, అందరూ బాగుంటే ఆత్మకు తృప్తి.

(6) తన లాభం మనస్సుకు తృప్తి. అందరి లాభం ఆత్మకు తృప్తి.

లోకంలో అంతా మనస్సును తృప్తిపరచడం కోసం ప్రయత్నిస్తున్నారు. తాపత్రయపడుతున్నారు. కానీ ఆత్మను తృప్తి పరచాలన్న విషయం అర్థం కావటం లేదు.

'మనస్సు' ఇహానికి సంబంధించింది. ఇహలోక భోగాలు కోరుకుంటుంది, ఆరాటపడుతుంది. అవే సంపాదించమంటుంది. వాటిని చూసి తృప్తి పడుతుంది. కానీ చివరకు అవన్నీ పోయేవే. మాయమై పోయేవే.

కానీ 'ఆత్మ' పరానికి సంబంధించింది. శాశ్వతంగా వుండేది. యుగాలు మారినా, ఆత్మ వుంటుంది. ఆత్మకు పుట్టుకా లేదు. చావూ లేదు. అలాంటి ఆత్మ ఉండే వాటి కోసం చూస్తుంది. అవే సంపాదించమంటుంది. అవి సంపాదిస్తేనే ఆత్మకు తృప్తి. ఆత్మకు తృప్తి కలిగించేవన్నీ శాశ్వతమైనవి . కారణం శాశ్వతమైన 'ఆత్మ' శాశ్వతమైనవే కోరుతుంది.

మరి శాశ్వతమైనవి ఎలా వస్తాయి? తాత్కాలికమైనవి ఇస్తే, పంచితే శాశ్వతమైనవి వస్తాయి, పెంచబడతాయి. అలా పెరుగుతుంటే ఆత్మకు తృప్తి.

ఆలోచిస్తే తాత్కాలికమైన వాటికంటే శాశ్వతమైనవే గొప్పవి. అందుచేత ఆత్మకు తృప్తి కలిగించే పనులు చెయ్యాలి. యోగులంతా అదే చేశారు. వారు ఎంతసేపూ పుచ్చుకోవడానికి ఆసక్తి చూపలేదు. ఇవ్వడానికే ఆసక్తి చూపారు. వారు ఎంతసేపూ సంపాదించరు. పంచడానికే ఇష్టపడతారు. వారికి తింటే ఆనందం కాదు. పెడితేనే ఆనందం. వారు తమ గురించి ఆలోచించరు. అందరి గురించి ఆలోచిస్తారు. అందరి లాభమే వారి లాభమనుకుంటారు.

ఇవన్నీ మనో స్థితిలో వున్నవారికి అర్థం కావు. ఆత్మ స్థితిలో వున్నవారికే అర్థం అవుతాయి. మరి మనో స్థితి దాటి ఆత్మ స్థితికి చేరాలంటే ధ్యానం చెయ్యాలి. అలా ధ్యానం చేసిన యోగులే ఆత్మకు తృప్తి కలిగించే పనులు చేస్తారు. అంటే 'ధ్యానం' బాగా చేసిన వారే ఆ పనులు చెయ్యగలరు.

ఆలోచిస్తే ఎవరైనా కొన్నాళ్ళకు ఇహాన్ని వదలి పరానికి వెళ్ళవలసిందే. ఇహంలో సంపాదించినవన్నీ కోల్పోవలసిందే. అందుచేత మనస్సుకు తృప్తి కలిగించే పనులు కంటే ఆత్మకు తృప్తి కలిగించే పనులు చెయ్యాలి. అలా చెయ్యాలంటే మనస్సు ప్రాముఖ్యం తగ్గించాలి. మనస్సు ప్రాముఖ్యం తగ్గించాలంటే (1) సాత్వికమైన శాకాహారం తీసుకోవాలి. (2) ధ్యానం చెయ్యాలి. అపుడే మానవుడు లాభం పొందగలడు.

క్షణకాల దర్శన ప్రయత్నం!

భగవంతుడు గుళ్లో వున్నాడని, విగ్రహమే భగవంతుడని భావిస్తూ అందరూ విగ్రహాన్ని దర్శించడం కోసం గుళ్ళకు వెళుతున్నారు. అక్కడ వున్న విగ్రహాన్ని ఒక్కసారి దర్శించుకుంటే తమ సమస్యలు, కష్టాలు తొలగిపోతాయని, కోరికలు నెరవేరుతాయని, తమ పాపాలు తొలగిపోతాయని భావిస్తున్నారు.

అసలు దర్శనానికి వెళ్ళి ఏం చేస్తున్నారు? విగ్రహం కనబడగానే కళ్ళు మూసుకుంటున్నారు. మరి ఎదురుగా భగవంతుడు వున్నప్పుడు కళ్ళు ఎందుకు మూసుకుంటున్నారు? అంటే ఎదురుగా వున్నది భగవంతుడు కాదనేగా! సత్యమైన, అసలైన భగవంతుడు మీలోనే వున్నాడనేగా కళ్ళు మూసుకుంటున్నారు. లేకపోతే ఎందుకు మూసుకుంటారు? విగ్రహమే భగవంతుడయితే మీరు కళ్ళు ఆర్పకుండా ఆ విగ్రహాన్నే అలా చూస్తూ వుండిపోయేవారు కదా? అలా చేయటం లేదంటే అసలైన భగవంతుడు మీలోనే వున్నాడని మీ భావన. అందుకే కళ్ళు మూసుకుంటున్నారు. అలా కొన్ని క్షణాలు మీకు తెలియకుండా కళ్ళు మూసి అసలైన భగవంతుని దర్శించడానికి ప్రయత్నిస్తున్నారు. అలాంటి కొద్దిపాటి ప్రయత్నానికే మీరు ఎన్నో లాభాలు, ఫలితాలు వస్తాయని నమ్ముతున్నారు. వచ్చాయంటున్నారు.

అంటే ఫలితాలన్నీ విగ్రహాన్ని చూడటం వల్ల రాలేదు. విగ్రహం పేరుతో గుడికి వెళ్ళి విగ్రహం కనపడగానే కొన్ని క్షణాలు మీకు తెలియకుండానే మీలో వున్న అసలైన భగవంతుని మీద దృష్టి వుంచే ప్రయత్నం చేయడం వల్ల అని తెలుసుకోవాలి. మిగతా పనులన్నీ ఆ కొద్ది క్షణాల కోసం వేచి వుండే పనులే తప్ప మరేమీ కాదు. అంటే ఆలయానికి వెళ్ళటం, కొండ ఎక్కడం, క్యూలో గంటలు, గంటలు వేచి వుండటం. చివరకు విగ్రహం దగ్గరకు వెళ్ళడం అన్నీ దర్శనం కోసం వెళ్ళేవే.

అసలు ఆ విగ్రహమే లేకపోతే మీరు గుడికి వెళతారా? విగ్రహం దగ్గరకు వెళతారా? కళ్ళు మూస్తారా? భగవంతుని భావం పొందుతారా?

లేదు కదా? అందుకే పెద్దలు విగ్రహాలు తయారు చేయించారు. గుళ్ళు నిర్మింప చేసారు. కనీసం కొన్ని క్షణాలైనా భగవంతుని దృష్టిలో వుంటారని, కళ్ళు మూసి అన్నిటినీ మరచిపోతారని, ఆ విగ్రహమే లేకపోతే ఆ పని చెయ్యరు కదా? అందుకే విగ్రహాలు, అంతే కానీ విగ్రహం దేవుడని కాదు. విగ్రహమే దేవుడైతే మీరు కళ్ళు మూయరు. విగ్రహాన్నే చూస్తూ వుండిపోతారు.

మొత్తం రోజులో ఎంతో సమయం వుంటే ఆ సమయం సంపాదన మీద, సంసారం మీద, సంపదల మీద, సమస్యల మీద, విందులు, వినోదాల మీద, ఆడంబరాల మీద వుంచుతున్నారు. ఆఖరుకు కళ్ళు మూసుకుని నిద్రపోయేది కూడా విశ్రాంతి పొందటానికే కానీ భగవంతుని భావంతో కాదు. కానీ భగవంతుని భావంతో వుండేది. కళ్ళు మూసేది విగ్రహం చూసిన వెంటనే కళ్ళు మూసే కొద్ది క్షణాలే. గమనిస్తే ఆ కొద్ది క్షణాలు కూడా భగవంతుని దర్శించడం లేదు. అది కూడా ప్రయత్నం మాత్రమే. అంటే భగవంతుని మీద దృష్టి వుంచే ప్రయత్నం.

మరి అలాంటి కొద్ది క్షణాల ప్రయత్నానికే వూహించిన ఫలితాలు వస్తాయనుకుంటున్నప్పుడు, ఆ ప్రయత్నం ఎక్కువ చేస్తే? అంటే ఎక్కువసేపు భగవంతుని భావంతో కళ్ళు మూసుకుని వుంటే! మరి వూహించని ఫలితాలే వస్తాయి కదా!

ఇదంతా దర్శన ప్రయత్నం గురించి చెప్పుకుంటున్నాం. కానీ భగవంతుని నిజదర్శనమే చేసుకోగలిగితే మన జీవితమే ధన్యం కదా! మరి అది సాధ్యమా అంటే సాధ్యమే! ఎలా?

అంటే అలాంటి ప్రయత్నం ఎక్కువగా చేస్తూ వుంటే అనుకోకుండా ఎప్పుడో ఒకప్పుడు ఆ లాభం కూడా మనకు కలుగుతుంది. అంటే భగవద్దర్శనం లభిస్తుంది. భగవత్ సాక్షాత్కారం లభిస్తుంది. దానినే ఆత్మ సాక్షాత్కారం అంటారు.

ఈ భాగ్యం గంటలు గంటలు కళ్ళు మూసుకుని ప్రయత్నం చేసిన యోగులకు లభించింది. అలా గంటలు గంటలు చేసే ఆ ప్రయత్నాన్నే "ధ్యానం" అంటారు. 'ధ్యానం' అంటే అర్థం 'ధ్యాస వుంచడం'. ఎవరి మీద 'ధ్యాస'?

ఎవరి ధ్యాసలో వుండడం? అంటే భగవంతుని ధ్యాసలో వుండడం. భగవంతుని మీద ధ్యాస వుంచడం. అలాంటి వారికే భగవత్ సాక్షాత్కారం లభిస్తుంది.

అందుకే 'భగవంతుని' దర్శనం పొందిన అంటే 'ఆత్మ సాక్షాత్కారం' పొందిన యోగులు ఆ ఆనందానుభూతిని వదలలేక అలాగే వుండిపోతారు. కొన్ని నెలలే కాదు సంవత్సరాలు కూడా వుండిపోతారు. దానినే సమాధి స్థితి అంటారు.

గమనిస్తే విగ్రహాన్ని చూసే వారు ఎక్కువ సేపు వుండలేక మరల బయటకు వచ్చేస్తారు. కారణం విగ్రహం భగవంతుడు కాదు కాబట్టి. అందుచేత విగ్రహాన్ని చూడటం కాదు అక్కడే వీలైనంత ఎక్కువ సేపు కళ్ళు మూసుకుని భగవంతుని భావనలో వుండాలి. వేటి మీద దృష్టి లేకుండా భగవంతుని దృష్టిలో వుండాలి. అంటే ఏ ఆలోచనలు లేకుండా కూర్చోవాలి. అంటే గుళ్ళో కూర్చుని ఎక్కువ సేపు కళ్ళు మూసుకుని ధ్యానం చెయ్యాలి. అసలు దీనికోసమే దేవాలయాలు. అందుచేత ఆలయాలను ధ్యానాలయాలుగా ఉపయోగించాలి. అక్కడే కూర్చుని ధ్యానం చెయ్యాలి.

చూడండి విగ్రహ దర్శనమయ్యాక అందరూ ఒకసారి కూర్చుని లేస్తారు. ఎందుకు? అంటే మంచిది అంటారు. పూర్వం నుంచి అలా చేసేవారు అంటారు. ఆచారం అంటారు. కానీ పూర్వం ఆఖరులో కాసేపు కూర్చుని ధ్యానం చేసి వెళ్ళేవారు. రాను రాను అది ఆచారం అయిపోయింది. వూరికే కూర్చుని లేస్తున్నారు. ఎందుకు అలా చేస్తున్నారో! ఆ ఆచారం ఎందుకు వచ్చిందో! ఎవరూ అర్థం చేసుకోవడం లేదు. కానీ ఆచారంగా కొన సాగిస్తున్నారు. అలా కూర్చోవడం అన్నది పూర్వం ధ్యానం చేసి వెళ్ళే ఆచారం మాత్రమే. ఇది అర్థం చేసుకుని అందరూ ధ్యానం చేయండి. భగవంతుని దృష్టిలో వుండండి. **"క్షణకాల ప్రయత్నం కాదు. దర్శించే ప్రయత్నం చేయండి".** జీవితాన్ని ధన్యం చేసుకోండి.

పవిత్రమైన ప్రదేశంలో కోరుకున్నామా లేదా అని కాదు భగవంతుడు చూసేది ప్రతీ ప్రదేశంలో పవిత్రంగా వుంటున్నామా లేదా! అని చూస్తాడు.

ఆత్మజ్ఞానం వల్ల!

సహజంగా అందరికీ కోరికలు వుంటాయి. కోరికలు వుండడం కూడా సహజం. కానీ ఈ కోరికలు ప్రాంచికమైనవే వుంటాయి. అలాంటి ప్రాపంచికమైన కోరికల వల్లే మానవుడు దుఃఖాన్ని పొందుతున్నాడు. కారణం ఇవి ఎన్ని తీరినా ఇంకా పుడుతూనే వుంటాయి. అలా జీవితంలో ప్రతీ ఒక్కరికి కొన్ని తీరని కోరికలు ఖచ్చితంగా వుంటూనే వుంటాయి. ఎవరికి అన్నీ తీరవు. అలా కోరికలు తీరకపోతే మానవునకు అంతులేని దుఃఖం కలుగుతుంది. అందుచేత మానవుడు ఎప్పుడూ దుఃఖంలోనే వుంటున్నాడు.

కోరికలకు కారణం మనస్సు. మనస్సును అధిగమించి ఆత్మ స్థితికి చేరుకున్నపుడు, ఆత్మ జ్ఞానం పొందినపుడు, ఆత్మే నేనని అర్థం చేసుకున్నపుడు, అశాశ్వతమైన ఈ ప్రాపంచిక విషయాల మీద, కోరికల మీద ఆసక్తి పోతుంది. ఎప్పుడవుతే ఈ కోరికలు వుండవో! అపుడు దుఃఖమే వుండదు. కోరికలే దుఃఖానికి కారణం కదా! కోరికలే లేనపుడు తీరాయా? లేదా? అన్న ప్రశ్నే ఉదయించదు కదా!

'ఆత్మ జ్ఞానం' కలిగిన వారికి కోరికల వల్ల ఉత్పన్నమయ్యే దుఃఖం తొలగిపోతుంది. ప్రాపంచికమైన కోరికలు లేనపుడు అతని ప్రవర్తన మారిపోతుంది. అవసరాలకు పరిమితమవుతాడు. శరీరం యొక్క అవసరాన్ని గుర్తిస్తాడు. అంతకే పరిమితమవుతాడు. ఆ శరీరాన్ని వుపయోగించి ధ్యాన సాధన చేస్తూ ఆత్మజ్ఞానాన్ని పెంచుకుంటూ వుంటాడు. ఆనందంగా జీవిస్తాడు.

**స్త్రీలతో కలవాలనుకునే శారీరక వాంఛ వున్న పురుషునికి,
పురుషులతో కలవాలనుకునే శారీరక వాంఛ వున్న స్త్రీకి, ఎన్ని సుఖాలు వున్నా
అంటే మధురమైన ఫల రసాలు కానీ, మధురాతి మధురమైన ఆహార పదార్థాలు కానీ,
హంస తూలికా తల్పాలు కానీ, సుందర దృశ్యాలు కానీ తృప్తినీ, ఆనందాన్ని ఇవ్వవు.
అలాగే భగవంతుని చేరాలనే కాంక్ష వున్న వారికి ఈ దృశ్య ప్రపంచంలో
ఏదీ తృప్తి నివ్వజాలదు.**

శరణాగతి!

శరణాగతి అంటే ప్రార్థించడం కాదు. విగ్రహం పాదాల మీద పడటం కాదు సమర్పించుకోవడం.

సంపూర్ణ శరణాగతి అంటే నిత్యం ప్రార్థించడం, అస్తమానూ పాదాల మీద పడటం కాదు. నిన్ను నీవు పూర్తిగా సమర్పించుకోవడం.

అంటే కతృత్వాన్ని పూర్తిగా వదిలివేయడం. అంటే ఏ పని చేసినా 'నేను' అన్నది పూర్తిగా లేకుండా చేయడం. ఇదే భగవంతుడు ఇష్టపడతాడు. అటువంటి వారికి కర్మలు అంటవు. కర్మలు చేసినా చేయనట్టే లెఖ్ఖ. "కర్మలు అన్నవి నేను వుంటేనే వుంటాయి. నేనే లేనపుడు ఇక కర్మలు ఎక్కడ వుంటాయి?".

ప్రార్థిస్తున్నావు అంటే ఎవరు ప్రార్థిస్తున్నారు? నువ్వేగా! అంటే నువ్వు వున్నట్టేగా? నువ్వు వున్నావు అనుకుంటున్నావంటే నిన్ను సమర్పించుకోనట్టేగా? నిన్ను సమర్పించుకున్నపుడు ఇక నువ్వు ఎక్కడవున్నట్టు?

అన్నీ వదిలేశానంటావు. నాకు ఏదీ అక్కరలేదంటావు. నాకు ఏ కోరికలు లేవంటావు. మరి ఎందుకు ప్రార్థిస్తున్నావు? ప్రార్థిస్తున్నావంటే నిన్ను నీవు ఇంకా సమర్పించుకోనట్టే. అది శరణాగతి కాదు. అందుచేత నేను అన్న భావం వదిలివెయ్యాలి. కతృత్వాన్ని వదిలివెయ్యాలి. అదే శరణాగతి.

అలాంటి స్థితి రావాలంటే ధ్యానం చెయ్యాలి. నేను అనేదే మనస్సు. మనస్సు వున్నంతసేపూ నేను వుంటుంది. అందుచేత ధ్యానంలో మనస్సును శూన్యం చెయ్యాలి. అలా మనస్సు శుద్ధమైనప్పుడు, శూన్యమైనపుడు నేను వుండదు, నాది వుండదు. అప్పుడు ఏ పని చేసినా కతృత్వం లేకుండా చేస్తాం. అదే "సంపూర్ణ శరణాగతి!".

పోయేవి వుండమన్నా వుండవు,
వుండేవి పొమ్మన్నా పోవు.

భగవంతుడు తెలియాలంటే!

భగవంతుడు సూక్ష్మాతి, సూక్ష్మమైన వాడు. ఎవరికైనా భగవంతుడు తెలియాలన్నా, భగవంతుని గూర్చి తెలుసుకోవాలన్నా, భగవంతుడు అర్థం కావాలన్నా, వారు కూడా సూక్ష్మస్థితికి వెళ్ళవలసిందే. ఆయన ఇంద్రియాలకు అతీతమైన వాడు. ఇంద్రియాలకు అందని వాడు. అందుచేత ఇంద్రియాలకు అతీతమైన స్థితికి వెళ్ళవలసిందే.

ఇంద్రియాలతో భగవంతుని తెలుసుకోలేము కాబట్టి, ఆయనను తెలుసుకోవాలంటే ఇంద్రియాలను ఉపయోగించకూడదు. ఇంద్రియాలను ఉపయోగిస్తే ఆయన ఎప్పటికీ అర్థం కాడు. గోచరం కాడు. అందుచేత ఇంద్రియాలను ఉపయోగించి చేసే ఆరాధనలు, పనులు, సాధనలు అన్నీ వ్యర్థం.

ఇంద్రియ జ్ఞానం భగవంతుని తెలుసుకోటానికి, అర్థంచేసుకోవటానికి సరిపోదు. అతీంద్రియ జ్ఞానం సంపాదించుకోవాలి. ఇంద్రియాలు పనిచేస్తూ వుంటే అతీంద్రియ జ్ఞానం రాదు.

అందుచేత ముందు బాహ్యేంద్రియాలను అదుపు చేయాలి. తరువాత అంతర ఇంద్రియమైన మనస్సును కూడా అదుపు చెయ్యాలి. ఏ రకమైన భావాలు, ఆలోచనలు వుండకూడదు. భావాతీత స్థితికి చేరుకోవాలి. ధ్యానం బాగా చేస్తే ఆ స్థితికి చేరుకోవచ్చు.

స్థూల జ్ఞానం - సూక్ష్మ జ్ఞానం

అలాగే అనంత సృష్టిలో అనంత జ్ఞానం అనంత సూక్ష్మంలో వుంది. ఎంత పెద్ద పాత్ర తెచ్చుకుంటే సముద్రం నుంచి అంత ఎక్కువ నీరు తెచ్చుకున్నట్టు. ఎంత శూన్యంలోకి చేరుకుంటే అంత జ్ఞానం తెలుస్తుంది.

స్థూల జ్ఞానం సృష్టికి సంబంధించినది. సూక్ష్మ జ్ఞానం భగవంతునికి సంబంధించింది. స్థూలము, స్థూల జ్ఞానము మారిపోయేది. నశించి పోయేది.

సూక్ష్మజ్ఞానం మారదు, నశించదు. స్థూల జ్ఞానం నిజమనిపిస్తుంది. కానీ సూక్ష్మజ్ఞానం సత్యమైనది. స్థూల ప్రపంచం మారుతున్నప్పుడు స్థూల జ్ఞానం మారదా? మారే జ్ఞానం గొప్పది ఎలా అవుతుంది? మారనిదే గొప్పది!

స్థూలంలో ఎప్పుడూ కొత్తవి వస్తూనే వుంటాయి. కొత్తవి రాగానే పాతవి కనుమరుగవుతాయి. అదృశ్యమైపోతాయి. కొత్తవి రాగానే అదే గొప్పవనుకుంటారు. కొన్నాళ్ళకు దాని గొప్పతనం కూడా పోతుంది. అందుకే పోయేది గొప్పది ఎలా అవుతుంది? పోనిదే గొప్పది!

ఎంత గొప్పదైనా పోయే దాన్ని గురించి పొంగిపోకూడదు. మురిసిపోకూడదు. ఉండే వాటిని తెలుసుకోవాలి. పొందాలి. పొందే ప్రయత్నం చెయ్యాలి.

అందుచేత స్థూలమైన సృష్టి జ్ఞానం కంటే సూక్ష్మమైన సత్య జ్ఞానం గొప్పది. "స్థూల జ్ఞానాధ్యయనం కాదు. సత్యజ్ఞానాధ్యయనం చెయ్యాలి". దానికి మేధస్సును ఉపయోగించాలి. ధ్యానం చెయ్యాలి.

తాత్కాలిక స్థూల సృష్టిని అధ్యయనం చెయ్యడం కాదు. శాశ్వత, సూక్ష్మ సత్యాన్ని అధ్యయనం చెయ్యాలి. రీసెర్చిలు చెయ్యాలి. కారణం భగవంతుడు సూక్ష్మాతి సూక్ష్మమైన వాడు కాబట్టి.

దీనికి స్థూల స్థితిని పెంచే స్థూల ఆహారం తీసుకోకూడదు. సూక్ష్మ స్థితిని కలగచేసే సూక్ష్మ ఆహారం తీసుకోవాలి. రజోగుణ, తమోగుణ ఆహారం పనికిరాదు. సాత్విక, శుద్ధ సాత్విక ఆహారం, ప్రకృతి సహజ సిద్ధమైన ఆహారం తీసుకోవాలి. అన్నిటి కంటే శ్వాసాహారమే శ్రేష్టం. అదే దేవతల ఆహారం.

లోకంలో రాక్షసులు, మానవులు, మహాత్ములు, దేవతలు వున్నారు. అంతా మానవ జాతే. తేడా ఎక్కడా అంటే తీసుకునే ఆహారం, చేసే సాధన. అంతేకానీ ఆరాధనలు కాదు. ఈ రెండూ మారితే ప్రవర్తన మారిపోతుంది. ప్రవర్తనను బట్టే పిలవడం వుంటుంది.

భగవంతుని అడ్రస్సు తెలియాలంటే,
ముందు మన అడ్రస్సు పోగొట్టుకోవాలి.

అసత్యం! - అబద్ధం!

భగవంతునికి సంబంధించినది అసత్యం.

ప్రాపంచిక వ్యవహారానికి సంబంధించినది అబద్ధం.

మరో రకంగా చెప్పాలంటే సత్యం కానిది అసత్యం. మరి సత్యం అంటే ఏమిటి? నిత్యమైనది. మరి ఏది నిత్యమైనది? శాశ్వతమైనది? ఏది శాశ్వతం? కాలం మారినా, యుగాలు మారినా మార్పు చెందనిది? సృష్టిలో అలా మార్పు చెందనిది 'ఆత్మ' ఒక్కటే. అదే 'భగవంతుడు' అంటే భగవంతుడే 'సత్యం'.

అంటే భగవంతునికి విరుద్ధంగా చెప్పేవన్నీ అసత్యాలే.

అలాగే బద్ధం కాని దానిని అబద్ధం అంటారు. ఒక పని చేసి, ఒక మాట మాట్లాడి, ఒక వ్యవహారం నడిపి దానికి బద్ధుడై వుండకపోతే అబద్ధం అంటారు. చేసి చెయ్యలేదంటే అబద్ధమాడాడు అంటారు.

సృష్టి ధర్మం ప్రకారం ఎవరైనా సరే చేసిన దానికి, చెప్పిన దానికి బద్ధుడై వుండాలి. అలా వుండకపోతే వాడు అబద్ధమాడాడు అంటారు. అలా అబద్ధమాడిన వాడు తాత్కాలికంగా లాభం పొందవచ్చు. కానీ సృష్టి ధర్మం ప్రకారం వాడు నేరం చేసినట్టే, శిక్షార్హుడే. అందుకే అబద్ధం చెప్పడం పాపం అంటారు. అలా అబద్ధం చెప్పినవాడు తరువాత నష్టపోతాడు.

వ్యవహారానికి సంబంధించి అబద్ధం చెప్పడం పాపమవుతే భగవంతునికి సంబంధించి 'అసత్యం చెబితే మహాపాపం కాక ఏమవుతుంది? ఎందుచేతనంటే **"సత్యాన్ని సత్యంలా చెప్పాలి. అసత్యాన్ని సత్యంగా చెప్పకూడదు".** తెలియక చెప్పినా తప్పే, కానీ తెలిసి చెబితే అది మహాతప్పు, అది క్షమార్హం కాదు శిక్షార్హం.

సృష్టిలో సత్యమే గొప్పది. అంటే భగవంతుడే గొప్పవాడు. కారణం భగవంతుడు ఒక్కడే సత్యమైనవాడు. భగవంతుడు తప్ప మిగిలినవన్నీ అసత్యాలే. అసత్యాన్ని సత్యమని చెప్పడం అనర్థానికి హేతువు. దుఃఖానికి దారి. కష్టాలకు కారణం.

అసత్యాన్ని సత్యమని చెప్పేవారు ఎంత గొప్పవారైనా సరే, పండితులైనా, గురువులైనా నష్టపోవలసిందే. అందుకే "సత్యమేవ జయతే!" అని ఉపనిషత్తులు చెప్పాయి. అంటే సత్యమే జయిస్తుంది. అంటే సత్యం చెప్పేవారు జీవితంలో అన్ని విషయాలలో జయం పొందుతారు అని ఉపనిషత్తుల వాక్యార్థం. దీనిని బట్టి అసత్యం చెప్పే వారు అన్ని విషయాలలో నష్టపోతారు. అంటే కష్టాల పాలవుతారు. జీవితంలో ఓటమి పొందుతారు. అందుచేత భగవంతుని విషయంలో సత్యమే చెప్పండి.

అబద్ధం – అసత్యం కొన్ని ఉదాహరణలు చూద్దాం.

ఆలయానికి వెళ్ళి వెళ్ళలేదు అన్నా! బజారుకు వెళ్ళాననా! అబద్ధం చెప్పినట్టు. దేవాలయానికి వెళ్ళాను అని చెపితే అసత్యం చెప్పినట్టు. కారణం నువ్వు వెళ్ళింది విగ్రహాలయానికి. కానీ దేవాలయానికి కాదు. మరి దేవాలయం ఏది? దేవుడు వుండే దానినే దేవాలయం అంటారు. దేవుడు ఎవరు? 'ఆత్మ'. 'ఆత్మ' ఎక్కడ వుంది? ఆత్మ వుండేది దేహంలో. అంటే దేహమే దేవాలయం ఇది సత్యం. అందుకే శంకరాచార్యుల వారు "దేహో దేవాలయో ప్రోక్తః జీవోదేవోసనాతనః" అన్నారు. అంటే దేహమే దేవాలయం. లోపల వున్న జీవుడే దేవుడు అని అర్థం. అందుచేత ఆలయానికి వెళ్ళాను అంటే అసత్యం కాదు. దేవాలయానికి వెళ్ళాను అంటేనే అసత్యం.

అలాగే అక్కడ ధ్యానం చేసావు. అప్పుడు చెప్పవచ్చు. దేవాలయానికి వెళ్ళానని. కారణం ధ్యానమంటే దేహంలోని దేవుడు దగ్గరకు అంటే ఆత్మ దగ్గరకు వెళ్ళినట్టు. అది సత్యం.

అలాగే అభిషేకం చేయించావు. చేయించలేదంటే 'అబద్ధం'. దేవుడికి అభిషేకం చేయించాను అంటే 'అసత్యం'. కారణం అక్కడ అభిషేకం చేయించింది విగ్రహానికి. దేవుడికి కాదు. దేవుడు కనిపించడు కదా? ఎలా చేయిస్తావు?

అలాగే ప్రసాదం తిన్నావు. తినలేదంటే అబద్ధం. దేవుడి ప్రసాదం తిన్నాను అన్నా, దేవుడి ప్రసాదం తీసుకో అన్నా, అసత్యం. కారణం అసలు ప్రసాదం అంటే ఏమిటో తెలుసుకోవాలి.

భగవంతునికి నివేదించేదే ప్రసాదం అంటారు. భగవంతునికి నివేదించనిది ప్రసాదం అవ్వదు. అది లౌకిక భోగం. మరి ఏది భగవంతునికి

నివేదించినట్టు?

"తాను చేసే పనులు ఈశ్వరునివే అని భావిస్తే అవన్నీ పరమేశ్వరునికి నివేదించినట్టే. ఆ పనులన్నీ ప్రసాదాలే".

అలాగే జీవితంలో చేసే పనులన్నీ ఈశ్వరునివే అని భావిస్తూ వుంటే అటువంటి జీవితం ఈశ్వరునికి నివేదించినట్టే. అదే అన్నిటికంటే గొప్ప ప్రసాదం.

ఇలా మనం ఎన్నైనా చెప్పుకోవచ్చు. ముఖ్యంగా 'ఆత్మ' సత్యం అని తెలుసుకున్నప్పుడు. ఏది సత్యమో ఏది అసత్యమో అన్నది బాగా అర్థమవుతుంది.

"సత్యాన్ని ఆశ్రయించాలి"

ఒకరకంగా సృష్టిలో సృష్టించబడినవన్నీ అసత్యాలే. కారణం ఏవయితే సృష్టి చేయబడ్డాయో అవన్నీ కొన్నాళ్ళకు అదృశ్యమయ్యేవే, ఉండనివే, తాత్కాలికమైనవే. కానీ శాశ్వతమైనదే సత్యం.

అసత్యాన్ని ఆశ్రయించిన వారు కొన్నాళ్ళకు భంగపడవలసిందే. కారణం వారికి తాత్కాలిక ఫలితం, భోగం తప్ప అంతకు మించి ఏమీ వుండదు. మరి ఏవి అసత్యాలు, ఖనిజాలు, వృక్షాలు, జంతువులు. మానవులు వీటిలో వేటిని ఆశ్రయించినా అసత్యాన్ని ఆశ్రయించినట్టే.

అలాగే విగ్రహం అసత్యం. ఫోటోలు, ప్రతిమలు అసత్యం. నామాలు, మంత్రాలు అసత్యం. ఇవన్నీ మారేవే, మార్పు చెందేవే. కాలగర్భంలో కలిసిపోయేవే. ఇవన్నీ అనేకం. కానీ 'సత్యం' ఒక్కటే. అదే 'ఆత్మ'. గమనిస్తే "అనేకాలన్నీ అసత్యాలే".

"అంతమయ్యేది 'అసత్యం'. అంతం కానిది 'సత్యం' ".

గుర్తుంచుకోండి విద్యలో కూడా 'సత్య విద్య', 'అసత్య విద్య' అని రెండు వున్నాయి. వాటినే 'అక్షర విద్య' – 'క్షర విద్య' అంటారు. అక్షర విద్యను ప్రారంభిస్తే అక్షరాభ్యాసం అంటారు. క్షర విద్యను ప్రారంభిస్తే క్షరాభ్యాసమంటారు. లోకం అంతా క్షర విద్యను ప్రారంభించి 'అక్షరాభాస్యం' చేసామనుకుంటారు. అది అజ్ఞానం. అక్షర విద్యను ప్రారంభించడమే నిజమైన 'అక్షరాభ్యాసం'. అంటే భగవంతునికి సంబంధించిన విద్యను ప్రారంభించడమే నిజమైన అక్షరాభ్యాసం. అదే 'ధ్యాన విద్య'. అదే 'ఆధ్యాత్మిక విద్య'. 'శాశ్వత విద్య'.

చిన్ననాటి నుండి సత్య విద్యను అభ్యసించిన శంకరాచార్యులు, వివేకానందలాంటి వారు గొప్పవాళ్ళయ్యారు. కానీ అసత్య విద్య అభ్యసించిన వారు ఎంత గొప్పగా ధనం సంపాదించినా, పదవులు సంపాదించినా చివరకు అదృశ్యమయ్యారు. వారి పేరు కొన్నాళ్ళు కూడా లోకం గుర్తుంచుకోలేదు. అందుచేత భగవంతుని విషయంలో అసత్యం చెప్పకూడదు. అంటే విగ్రహం భగవంతుడని, ఫోటో దేవుడని చెప్పకూడదు. విగ్రహం అనాలి. ఫోటో అనాలి.

'ఆత్మే' భగవంతుడని, సత్యమని తెలుసుకోవాలి. 'ధ్యానం' ద్వారా 'ఆత్మ'ను అంటే 'సత్యాన్ని' ఆశ్రయించాలి. 'ధ్యానమే' సత్యమార్గం. మిగిలినవన్నీ అసత్యమార్గాలే అని తెలుసుకోవాలి.

అలాగే ప్రాపంచిక వ్యవహారాల్లో అబద్ధాలు చెప్పకూడదు. అన్నిటికీ ముఖ్యమైనది వాక్కు. అందుచేత వాక్కు విషయంలో చాలా జాగ్రత్తగా వుండాలి. అందుకే పత్రిగారు "నీ నోటి మాటే నీ నుదుటి రాత" అంటారు.

మానవునికి ఉన్నతి కలిగించినా, అధోగతి పాలు చేసినా 'వాక్కే'. అందుచేత వాక్కు విషయంలో చాలా జాగ్రత్త తీసుకోవాలి.

"సత్యమే చెప్పాలి, నిజం మాట్లాడాలి. అసత్యం చెప్పకూడదు. అబద్ధం మాట్లాడకూడదు".

అన్నీ భగవంతునికి సంబంధించినవే! కానీ వేటిని ఎక్కడ వుంచాలో అక్కడే వుంచాలి! కార్లను రోడ్లమీదే వెళ్ళనివ్వాలి! మురుగునీరు కాలువలో సాగనివ్వాలి! అలాగే విగ్రహాన్ని విగ్రహంగా చూడాలి! ఆత్మరూపంలో వున్న భగవంతుని భగవంతునిగా చూడాలి!

నిజానికి గురువు మనకు ఉపదేశించడు
మనమేమిటో మనకు గుర్తు చేస్తాడు.

జగన్నాటకం!

ప్రస్తుతం లోకంలో జరుగుతున్నది, కనిపిస్తున్నది, చూస్తున్నది అంతా నాటకమే. అంతా వున్నట్టుగా వుంది కానీ అంతా మారిపోయేదే. మానవులు ఒక స్టేజీ మీద వేయించే, ప్రదర్శించే నాటకం లాంటిదే ఈ కనిపించే జగత్తు అంతా.

మానవులు చిన్న నాటకాన్ని ప్రదర్శిస్తే, భగవంతుడు బ్రహ్మాండమైన ఈ జగత్తు అనే నాటకాన్ని ప్రదర్శిస్తున్నాడు. అందుకే భగవంతుణ్ణి “జగన్నాటక సూత్రధారుడు” అంటారు. మామూలు నాటకానికి మానవులు సూత్రధారులు అయితే, ఈ జగన్నాటకానికి భగవంతుడే సూత్రధారుడు. మానవులు పాత్రధారులు. మానవుడు తన తెలివి, శక్తిని వుపయోగించి చిన్న నాటకాన్ని ప్రదర్శిస్తుంటే! భగవంతుడు తన అనంత శక్తితో, జ్ఞానంతో, బ్రహ్మాండమైన అతి పెద్ద నాటకాన్ని ప్రదర్శిస్తున్నాడు.

ఒకే సెట్టింగులో రకరకాల నాటకాలు, సినిమాలు తీయరు కదా? సెట్టింగులు మారుస్తూ వుంటారు. ఒకవేళ అలా తీస్తే ఆ నాటకం, ఆ సినిమా ఎవరూ చూడలేరు సరి కదా! తీసే వారే చూడలేరు.

అలాగే ఈ జగత్తనే నాటకంలో భగవానుడు కూడా సెట్టింగులు మారుస్తూ వుంటాడు. అంటే భూమి మీద మార్పులు జరుగుతూ వుంటాయి. చరిత్ర తిరగేస్తే యీ విషయం అర్థం అవుతుంది. అలాగే 2012 అంతానికల్లా భూమి మీద సెట్టింగులన్నీ మారిపోబోతున్నాయి. ఖండాలు, దేశాలు, ప్రదేశాలు కూడా మారిపోబోతున్నాయని చెబుతున్నారు కదా!

సినిమాలో యాక్టర్లు మారిపోతున్నట్టుగానే భూమి మీద మానవులు కూడా మారిపోతున్నారు. చూడండి పూర్వం వున్న వారంతా ఇప్పుడు వున్నారా? లేరు కదా. అలాగే నాటకంలో హీరో, విలన్ పాత్రలే కాకుండా రకరకాల పాత్రలు ఎలా వుంటాయో! అలాగే భూమి మీద కూడా మంచి వారు, చెడ్డవారు, దుర్మార్గులే కాకుండా రకరకాల వారు వున్నారు.

సినిమాలలో ప్రతీ విషయంలో నూతనత్వం కనిపిస్తుంది. మార్పులు కనిపిస్తాయి. అంతే కాదు హాస్యంలో, ఫైట్స్‌లో, డాన్స్‌లో కొత్త, కొత్త రకాలు ఎలా కనిపెడుతూ వుంటారో అలాగే భగవానుని జగత్తులో కూడా అన్ని విషయాలలో కొత్త కొత్త మార్పులు, చేర్పులు వుంటాయి. ఎప్పుడూ నూతనత్వమే వుంటుంది. పాతవి అన్నీ మారిపోతూ వుంటాయి. చూడండి వేటి విషయంలో చూసినా పూర్వం

వున్నవి ఇపుడు లేవు కదా? అన్నీ లేటెస్టే! లేటెస్ట్ ఫ్యాషన్! లేటెస్ట్ మోడల్స్, లేటెస్ట్ ఎక్విప్‌మెంట్స్ వస్తున్నాయి. సెల్‌ఫోన్‌ల దగ్గర నుండి కారులు దాకా!

నాటకంలో ఏడ్చేవారు కొందరు, నవ్వే వారు కొందరు, వినోదించే వారు కొందరు, పేదవారు కొందరు, ధనవంతులు కొందరు సేవ చేసేవారు కొందరు. చేయించుకొనే వారు కొందరు ఎలా వుంటారో! ఈ జగన్నాటకంలో కూడా అన్ని రకాల వాళ్ళు కనిపిస్తూ వుంటారు.

నాటకంలోని పాత్రలు మెల్లిగా ముసలివాళ్ళై ఎలా నిష్క్రమిస్తున్నారో! అలాగే ఈ జగన్నాటకంలో కూడా పాత్రలు పోషించేవారు ముసలి వాళ్లై నిష్క్రమిస్తున్నారు. మానవులు ఒక స్టేజిని నాటకరంగంగా తీసుకుంటే భగవానుడు ఏకంగా ఈ భూమినే ఒక నాటక రంగంగా తీసుకున్నాడు.

ఒక నాటకంలో ఒక రకం పాత్ర పోషించిన వారు ఇంకొక నాటకంలో వారే ఇంకొక రకం పాత్ర వేస్తున్నారు. అంటే ఒక్కరే. నాటకం మారుతూంటే వారి పాత్రలు కూడా మారుతూ వుంటాయి. అంటే ఎవరి పాత్ర శాశ్వతం కాదు. ధనవంతుడైనా, పేదవాడైనా! స్త్రీ అయినా, పురుషుడైనా అగ్రకులమైనా, తక్కువ కులమైనా! అలాగే ఈ జగన్నాటకంలో వేసే ఎవరి పాత్ర కూడా శాశ్వతం కాదు. ఈ జన్మలో ధనవంతుడి పాత్ర వేస్తే, మరుజన్మలో పేదవాడి పాత్ర పోషించవలసి వస్తుంది. ఈ జన్మలో తండ్రే మరు జన్మలో కొడుకు. ఈ జన్మలో భర్తే మరు జన్మలో కొడుకుగా పోషించవలసిరావచ్చు. ఈ జన్మలో హిందువు మరు జన్మలో ముస్లిం పాత్ర పోషించవలసి వస్తుంది. ఈ జన్మలో పురుషుడు మరుజన్మలో స్త్రీ పాత్ర పోషించవలసి వుంటుంది. అలాగే ప్రతీ జన్మలో పిల్లలు, బంధువులు, స్నేహితులు మారిపోతూ వుంటారు. ఎవ్వరూ శాశ్వతంగా వుండరు. కారణం ఇదంతా నాటకం కాబట్టి. ఇదంతా భగవంతుడు ఆడించే నాటకం.

అంతా ఇది అర్థం చేసుకోవాలి. తాము ఒకనాటకంలో పాత్ర పోషిస్తున్నామని తెలుసుకోవాలి. తమ వారు కానీ, తమకున్నది కానీ ఏదీ శాశ్వతం కాదని తెలుసుకోవాలి. ఉన్నవి చూసుకుని మురిసిపోకూడదు. లేవని దుః ఖించకూడదు. తమవారి కోసం ఆరాటం పనికిరాదు. అనవసరంగా ఇదంతా శాశ్వతమనుకుని తప్పులు, పాపాలు చేయకూడదు. నా వాళ్ళు దూరమయ్యారని, నా వాళ్ళకు ఏదో అయ్యిందని బాధపడకూడదు. ఇదంతా నాటకంలా భావిస్తూ జీవించాలి. అపుడు దుఃఖం వుండదు. ఎప్పుడూ ఆనందంగా వుంటారు. నాటకంలో నటించేవారు ఇది నాటకం వరకే పరిమితమని ఎలా నటిస్తూ వుంటారో! అలాగే నిజజీవితంలో కూడా అలాగే నటించాలి. ఏదీ శాశ్వతమనుకోకూడదు. అపుడే ఏం జరిగినా ఆనందంగా వుంటారు. ఇదంతా ధ్యానం చేస్తేనే తెలుస్తుంది.

ప్రహ్లాదుని భక్తి!

చాలా మందిని ధ్యానం చెయ్యమంటే! ధ్యానం వల్ల ప్రయోజన మేమిటి? మేము భక్తి మార్గంలో వున్నాము. భక్తి మార్గంలో ఎంతో మంది ముక్తి పొందారు. ప్రహ్లాదుడు ముక్తి పొందలేదా? అని ప్రహ్లాదునితో వీరిని పోల్చుకుంటారు. కానీ వీరు అనుసరించే భక్తి మార్గం ఏమిటో? ప్రహ్లాదుని భక్తి మార్గం ఎలాంటిదో? తెలుసుకోరు.

వీరు భక్తులమని చెప్పుకుంటారు. మాది భక్తి మార్గమంటారు. మేము భగవంతుని ఆరాధిస్తున్నామంటారు. కానీ ప్రాపంచికమైన విషయాల పట్ల ఆసక్తి కనబరుస్తూ వుంటారు. అంటే సంసారం, భర్త, పిల్లలు, బంధువులు పట్ల ప్రేమానురాగాలు ప్రదర్శిస్తూ వుంటారు. ధనం భోగాలు పట్ల ఆసక్తి కనబరుస్తూ వుంటారు. అంటే వాటి విషయంలో తమకు తమ సంసారానికి లోటు ఏర్పడకూడదనుకుంటారు. తమ జీవితంలో, తమ సంసారంలో ఏ విషయాలలో లోటు ఏర్పడకూడదనుకుంటారు. వున్న వాటితో, వున్న వారితో బాగా జీవించాలనుకుంటారు. అలా ఈ ప్రపంచంలోని వాటిపై మాటల్లో చెప్పకపోయినా! చేతల్లో, భావంలో ప్రదర్శిస్తూనే వుంటారు.

అలా చేస్తూ కూడా ప్రహ్లాదునితో పోల్చుకుంటూ వుంటారు. పైగా ప్రహ్లాదునిది భక్తిమార్గం కాదా? ప్రహ్లాదుడు ముక్తి పొందలేదా? అంటారు. అంటే ప్రహ్లాదుని భక్తి, వీరి భక్తి ఒకటైనట్టు భావిస్తూ వుంటారు. కానీ చూస్తే అసలు వీరి భక్తికి, ప్రహ్లాదుని భక్తికి అసలు పోలికే వుండదు.

ప్రహ్లాదుడు చాలా చిన్న వయస్సులోనే ఈ ప్రాపంచికమైన విషయాల పట్ల ఆసక్తి వదలి భగవంతునిపై అమితమైన ఆసక్తి కలిగివున్నాడు. కానీ మేము ప్రహ్లాదుని లాంటి భక్తులం అని చెప్పుకునేవారు, చిన్న వయస్సులోనే కాదు యవ్వనంలో కూడా. ఈ ప్రాపంచికమైన సుఖాలు, భోగాలు ఎన్నో అనుభవించి, భగవంతుని గురించి ఏ మాత్రం ఆలోచించక, ఒక వేళ ఏమైనా ఆలోచించినా అది తన సుఖాలు, కోరికల గురించి తప్ప ఇంకొకటి వుండదు.

అలా యవ్వనంలో అనుభవించేవి చాలవన్నట్టు వివాహం చేసుకుంటారు. శారీరక సుఖాలు, భోగాలు అనుభవిస్తారు. పిల్లలను కంటారు. వారితో సరదాలు, వినోదాలు చేసుకుంటారు. ఫంక్షన్లు, పార్టీలు చేసుకుంటారు. వారి ప్రాపంచిక చదువులపై ఆసక్తి చూపుతారు. వారికి ప్రాపంచిక విద్యనే నేర్పుతూ వుంటారు. ప్రోత్సహిస్తూ వుంటారు. ఆధ్యాత్మిక విద్య గురించి కానీ, ఆత్మ విద్య గురించి కానీ, భగవంతుని గురించి కానీ బోధించరు. ప్రోత్సహించరు. పైగా ధన సంపాదన గురించే ప్రోత్సహిస్తారు. అలాంటి పనులు చేస్తూ, సుఖాలు అనుభవిస్తూ, సంసారం మీద ఆసక్తి చూపిస్తూ, అన్నీ అనుభవిస్తూ, అన్నిటికీ ఆశపడుతూ, వాటికోసమే ఆరాధిస్తూ, ప్రహ్లాదునితో, ప్రహ్లాదుని భక్తితో పోల్చుకుంటారు. ప్రహ్లాదుడు, వీరు ఒక్కటైనట్టు. వీరి భక్తి కూడా గొప్పదైనట్టు మురిసిపోతూ వుంటారు.

మరి చూస్తే ప్రహ్లాదుడు చిన్నపుడే అన్నిటి మీద ఆసక్తి వదిలేశాడు. పైగా తండ్రి హిరణ్యకశ్యపుడు ముల్లోకాలను జయించినవాడు. మూడు లోకాలకు చక్రవర్తి. సమస్త సంపదలతో తులతూగుతున్నవాడు. ఏ విషయంలో లోటులేని వాడు. అలాంటి చక్రవర్తి కుమారుడు ప్రహ్లాదుడు. అన్ని రకాల భోగాలు వున్నా వేటి మీద ప్రహ్లాదుడు ఆసక్తి చూపించలేదు. అసలు వాటి దృష్టే అతనికి లేదు. ఎప్పుడూ అవి గొప్పవని భావించ లేదు. ఎంతసేపూ భగవానుని ధ్యాస తప్ప ఇంకొక ధ్యాస లేదు. అనుక్షణం భగవానుని దృష్టే. ఆయన దృష్టిలో ఈ ప్రాపంచికమైన సంపదలు, భోగాలు, విలాసాల కంటే భగవానుడే గొప్పవాడిని, వాటి నుంచి లభించే ఆనందం కంటే భగవానుని పొందితే లభించే ఆనందం గొప్పదని భావించేవాడు. అలా భగవానుని దృష్టిలో వుండి ఎంతో ఆనందం పొందేవాడు. భగవానుని ఆలోచన తప్ప ఇంకొక ఆలోచన వుండేది కాదు. భగవానుడే ఆయన ప్రపంచం. ఇంకొక ప్రపంచం ఆయన వూహించలేదు. అది ప్రహ్లాదుని స్థితి. మరి అలాంటి ప్రహ్లాదుని భక్తితో పోల్చుకునే వారు అలాంటి స్థితిలో వున్నారా? అన్నది ఒక్కసారి ఆలోచించు కోవాలి.

అంతేకాదు ప్రహ్లాదుని తండ్రి ప్రాపంచికమైన భోగాలు అనుభవించమని ఆశ చూపించినా ప్రహ్లాదుడు వాటిని గడ్డిపరకలా తృణీకరించాడు.

వాటి పట్ల ఏ మాత్రం ఆకర్షితుడు కాలేదు. తండ్రి మూడు లోకాలు జయించాను, వాటిని ఏలుకో, అనుభవించు అని చెప్పినా... అసలు అవేమి గొప్పవి కావు. భగవంతుని ముందు అవి ఏపాటివి. భగవంతుని ముందు అవన్నీ దిగదుడుపే అని చెప్పాడు. వాటన్నిటిని గడ్డిపరకలా భావించాడు, తృణీకరించాడు.

అప్పుడు తండ్రి నేను చెప్పినట్లు వినకపోతే! నా మార్గంలోకి రాకపోతే! నిన్ను కారాగారంలో వేయిస్తాను, చంపుతాను అని బెదిరించాడు. కానీ అంత చిన్న వయస్సులోనే ప్రహ్లాదుడు సత్యాన్ని తెలుసుకున్నాడు. బెదరలేదు సరికదా! తండ్రికి కూడా ఆ భోధే చేసాడు.

తండ్రీ తెలుసుకో! చంపేదెవరు? చచ్చేదెవరు? అంతా ఆ భగవానుడే. అంతా ఆయనే! నువ్వు భ్రమిస్తున్నావు. నేను చంపుతాను. నిన్ను చంపుతాను అని అంటున్నావు. ఇక్కడ నువ్వు లేవు, నేను లేను. ఉన్నది ఒక్కడే. ఆ భగవానుడే అని చెప్పాడు. అయినా అజ్ఞాని అయిన తండ్రికి ఇది అర్థం కాక, అర్థం చేసుకోక ప్రహ్లాదుని చంపటానికి రకరకాలుగా ప్రయత్నించాడు. అగ్నిలోకి తోసాడు, పాములచే కరిపించాడు, ఏనుగుల చేత తొక్కించాడు, కొండపై నుండి క్రిందకు పడవేయించాడు, సముద్రంలో వేయించాడు, కానీ ప్రహ్లాదునికి ఏమీ కాలేదు. ప్రహ్లాదుని ఏమీ చేయలేకపోయాడు. కారణం ప్రహ్లాదుడు అప్పటికే ఆత్మ స్థితిలో వున్నాడు. ఆత్మను ఎవరూ ఏమీ చేయలేరు కదా! అదీ ప్రహ్లాదుని భక్తి.

మరి మేము ప్రహ్లాదుని లాంటి భక్తులమని చెప్పుకునే వారు చావుకు ఎంత భయపడతారు? ఛస్తావు అంటే ఎంత బెంగ పెట్టుకుంటారు? ఏదైనా కొంచెం రోగం వస్తే ఎంతకంగారు పడతారు? డాక్టర్ల దగ్గరకు, హాస్పటల్స్‌కు పరుగులు తీస్తారు. ఎన్ని మందులు వాడతారు? వీరు ప్రహ్లాదునితో పోల్చుకోగలరా? వీరిది ప్రహ్లాదుని లాంటి భక్తా? ఆఖరికి వారికి రోగం లేకపోయినా వారి భర్తకో! భార్యకో! పిల్లలకో! రోగం వస్తే, కష్టం వస్తే, ఏక్సిడెంటు అవుతే ఎంత కంగారు పడతారు? ఆ మాట వినగానే ఎంత భయపడతారు? వారికి తగ్గేదాకా ఎంత బెంగ పెట్టుకుంటారు? వీరు

ప్రహ్లాదుడు లాంటి వారా? ప్రహ్లాదుడు ఇవేమైనా పట్టించుకున్నాడా? అసలు తండ్రి గురించి ఆలోచించాడా? తండ్రి మాట విన్నాడా? మరి భక్తులమని చెప్పుకునేవారు భర్త కోసం, భార్య కోసం, పిల్లల కోసం ఎన్ని చేస్తారు? వారికి ఎంత భయపడతారు? వారి కోసం ఎంత తపిస్తారు? ఇలా చెప్పుకుంటూ పోతే ప్రహ్లాదునికి వీరికి ఎన్నో తేడాలు కనిపిస్తాయి. ప్రహ్లాదునితో ఏ రకంగా కూడా వీరిని పోల్చలేం. అసలు వీరు పోల్చుకోడానికి కూడా సరిపోరు.

అందుచేత అలాంటి కబుర్లు మాని ఆలోచించండి. మూర్ఖంగా ప్రవర్తించడం కాదు. అందరూ చేసినట్లు చెయ్యడం కాదు. భక్తి అంటే ఏమిటో తెలుసుకోవాలి. భగవంతుడెవరో తెలుసుకోవాలి! ఆయన ఎలా వుంటాడో? ఎక్కడ వుంటాడో! తెలుసుకోవాలి. ముందు అలాంటి ప్రయత్నం చెయ్యాలి. ఆయనను ఎలా చేరుకోవాలో? తెలుసుకోవాలి. అప్పుడే ఆయనను చేరుకుంటారు. మోక్షాన్ని పొంది ధన్యులవుతారు.

భక్తి అంటే సత్యమైన భగవంతుని మీద దృష్టి వుంచడం. భగవంతుడు నిరాకార, నిర్గుణ రూపమైన ఆత్మ. ఆయన అందరిలో అంతర్యామిగా వున్నాడు. ఆయన మీద దృష్టి వుంచాలంటే అంతర్ముఖులు అవ్వాలి. అంటే ధ్యానం చెయ్యాలి. అటువంటి ధ్యానం నిష్కామంగా వుండాలి. అంటే ప్రతిఫలం ఆశించకుండా చెయ్యాలి. అంటే కోరికలు లేకుండా చెయ్యాలి. అందుచేత ఎవరయితే కోరికలు లేకుండా, అంతరంలో వున్న ఆత్మ మీద దృష్టి వుంచుతారో అదే నిజమైన ముక్తిని ఇచ్చే భక్తి. అలా ధ్యానం చేస్తే భగవంతుని పొంది మోక్షాన్ని పొందుతారు. అంతే తప్ప భగవంతుడు బయటలేడు. మరి ఏ మార్గాల వల్లా భగవంతుని చేరలేరు. **"మిగతా మార్గాలన్నీ కోరే మార్గాలు. కానీ చేరే మార్గాలు కాదు. చేరే మార్గం 'ధ్యానం' మాత్రమే".** అందుచేత 'ధ్యానం' చెయ్యండి. అసలైన భక్తులు కండి.

కష్టాలలో ముందుకు వెళ్ళగలిగిన
వారిని విజయాలు వరిస్తాయి.

ఆహారంలో ప్రకృతి విరుద్ధము! - ప్రకృతి సహజ సిద్ధం!

మనమంతా ప్రకృతిలో భాగమై వున్నాము. కారణం ప్రకృతి అంటే పంచ భూతాలతో ఏర్పడింది. పంచ భూతాలు అంటే (1)భూమి, (2) నీరు, (3) అగ్ని, (4) వాయువు, (5) ఆకాశము. వీటితో ఏర్పడినదే మానవ దేహము.

చనిపోయినపుడు మానవ దేహం పంచభూతాలలో లీనమై అదృశ్యమై పోతుంది. అందుకే ఎందులోంచి వచ్చిందో అందులోనే లీనమైపోతుంది అంటారు.

ప్రకృతిలో భాగమైన మానవుడు ప్రకృతికి అనుగుణంగా జీవించాలి. అంటే ప్రకృతికి అణుగుణమైన ఆహారం తీసుకోవాలి. ప్రకృతికి అణుగుణంగా వ్యవహరించాలి. అంటే అలాంటి పనులు చెయ్యాలి. అపుడే మానవ జీవితం ఆరోగ్యంగా, ఆనందంగా వుంటుంది. ముఖ్యంగా ఆహారం విషయంలో జాగ్రత్త వహించాలి. కారణం ఆహారాన్ని బట్టే వ్యవహారం వుంటుంది.

ప్రకృతి సహజ సిద్ధమైన ఆహారాన్ని 'అమృతాహారం' అంటారు. విరుద్ధమైన ఆహారాన్ని మృతాహారం అంటారు. 'అమృతాహారం' అంటే శాకాహారం అంటే ప్రకృతి సహజ సిద్ధమైన ఆహారం. వృక్షాల ద్వారా పంచభూతాలలోని భూమి, నీరు, సూర్యరశ్మి, వాయువులతో తయారు చేయబడింది. జీవశక్తి వుంటుంది. అందుకే కాయగూరలు, ఫలాలు ఎక్కువ రోజులు నిల్వ వుంటాయి. తాజాగా వుంటాయి. ఫలాలు మంచి వాసన కూడా కలిగివుంటాయి.

మృతాహారం అంటే మాంసాహారం. ఇది ప్రకృతి విరుద్ధమైన ఆహారం. దీనిలో జీవశక్తి ఉండదు. అందుకే కొద్ది గంటలలోనే కుళ్ళిపోతుంది. వాసన వస్తుంది. పురుగులు పడుతుంది. ఉంచే కొద్దీ భరించలేని కంపు కొడుతుంది. అందుకే శవాహారం అని కూడా అంటారు.

మానవదేహం పంచభూతాలతో చేయబడడం వల్ల ప్రకృతి సహజ సిద్ధమైన శాకాహారమే మానవునకు సహజమైన ఆహారం. అది మానవునకు శక్తిని ఇవ్వడమే కాకుండా జ్ఞానాన్ని పెంచుతుంది. అటువంటి మానవ శరీరానికి ప్రకృతి విరుద్ధమైన మాంసాహారం ఇస్తే మానవుని శక్తి క్షీణిస్తుంది. జ్ఞానం నశిస్తుంది.

అంతేకాదు శాకాహారంలో కూడా వండి బాగా నిల్వ వుంచితే అది కూడా మృతాహారం క్రింద లెఖ్కే. దానినే పాచిపోయింది అంటాం. అలాగే కుళ్ళిపోయిన కూరగాయలు, పళ్ళు కూడా మృతాహారం క్రిందకే వస్తాయి. అవి కూడా మానవ శరీరానికి నష్టాన్నే కలిగిస్తాయి. కానీ లాభం చేకూర్చవు. అందుకే తాజా కూరగాయలు, పళ్ళు తీసుకోమంటారు. అలాగే ఎప్పటికప్పుడు వండుకుని వేడిగా తినమంటారు.

అలాగే ప్రకృతికి అనుగుణమైన దానిని 'ఆర్గానిక్' అంటారు. విరుద్ధమైన దానిని 'ఇనార్గానిక్' అంటారు. మానవ దేహం ప్రకృతిచే నిర్మింపబడి, ప్రకృతి దేవతలతో (కణజాలంతో) నడపబడుతుంది. అలాంటి మానవ దేహానికి ప్రకృతి సహజ సిద్ధమైనవి ఇస్తే హుషారునిస్తాయి, ఉత్సాహాన్ని కలగచేస్తాయి. వెంటనే శక్తిని పెంచుతుంది, ఆరోగ్యాన్ని రక్షిస్తుంది, వృద్ధి చేస్తుంది.

అందుకే చూడండి. ఎవరైనా అలసిపోయినపుడు పంచ భూతాలలో ఒకటైన మంచినీరు ఇస్తే ఎలాంటి వాడైనా వెంటనే లేస్తాడు, పనిచేస్తాడు. శక్తితో వుంటాడు. అలాంటి వాడికి సారా ఇస్తే ప్రవర్తన దానికి విరుద్ధంగా వుంటుంది. అందుకే ఆహారం కంటే ముందు ఎవరైనా నీరే అడుగుతారు.

అలాగే శారీరకంగా, మానసికంగా అలసిపోయిన వారు, పట్టణ వాతావరణానికి దూరంగా ప్రశాంతమైన కొండ ప్రదేశంలో స్వచ్ఛమైన గాలి పీలుస్తే ఎవరైనా శక్తిని పొందుతారు. ప్రశాంతతను పొందుతారు. అదే పరిశ్రమల మధ్యలో, కాలుష్యంలో తిరుగుతే ఉన్న శక్తి కూడా కోల్పోతారు. నీరసించిపోతారు. దీనిని బట్టి ప్రకృతితో చేయబడిన మానవదేహానికి ప్రకృతికి అనుగుణమైనవే ఇవ్వాలి కాని, విరుద్ధమైనవి ఇవ్వకూడదని తెలుస్తుంది.

గమనించండి ప్రకృతి సహజ సిద్ధమైన నీరు తీసుకున్న వారికి విరుద్ధమైన సారా తీసుకున్న వారికి తేడా చూడండి.

నీరు	సారా
1) నీరు తీసుకున్నవాడు హుషారుగా వుంటాడు.	1) సారా తీసుకున్న వాడు మందకొడిగా వుంటాడు.
2) నీరు తీసుకున్నవాడు సరిగ్గా నుంచుంటాడు, నడుస్తాడు.	2) సారా తీసుకున్నవాడు సరిగ్గా నుంచోలేడు, కూర్చోలేడు, నడవలేడు.

3) నీరు తీసుకున్నవాడు స్పష్టంగా మాట్లాడతాడు.	3) సారా తీసుకున్నవాడు స్పష్టంగా మాట్లాడలేడు.
4) నీరు త్రాగినవాడికి అన్నీ జ్ఞాపకముంటాయి.	4) సారా త్రాగిన వాడికి ఏదీ సరిగ్గా జ్ఞాపకముండదు.
5) నీరు త్రాగినవాడు సైకిలు, బైక్, కారు బాగా నడపగలుగుతాడు.	5) సారా త్రాగినవాడు ఏదీ సరిగ్గా నడపలేడు. ఏక్సిడెంట్లు కూడా అవుతాయి.
6) నీరు త్రాగిన వాడు స్పృహలో వుంటాడు.	6) సారా త్రాగినవాడు సరైన స్పృహలో వుండలేడు.

ఇలా మనం గమనించుకుంటూ పోతే ప్రకృతితో చేయబడిన మానవ శరీరానికి ప్రకృతి సహజ సిద్ధమైనవే ఇవ్వాలి. కానీ విరుద్ధమైనవి ఇస్తే అన్నీ విరుద్ధ ఫలితాలే వుంటాయి. అవన్నీ మానవునికి నష్టాన్నే కలిగిస్తాయి అన్నది అర్థమవుతుంది.

ఆఖరుకు పంటలు పండించే భూమికి సైతం ఆర్గానిక్ ఎరువులు, అంటే సేంద్రియ ఎరువులు, అంటే పేడ, పచ్చిరొట్ట, చెత్త వేస్తే పంట బాగుంటుంది. పురుగులు ఆశ్రయించవు. భూమిలో ఎక్కువ సంవత్సరాలు సారం వుంటుంది. ఎరువులు, పురుగుమందులు తక్కువ ఉపయోగించవచ్చు. దిగుబడి ఎక్కువ వుంటుంది. తక్కువ ఖర్చుతో ఎక్కువ ఫలసాయం పొందవచ్చు.

అదే నేలలో ఇనార్గానిక్ అంటే రసాయనిక ఎరువులు వాడితే భూమిసారం తగ్గిపోతుంది. పంట దిగుబడి అంతగా వుండదు. పురుగులు ఆశ్రయిస్తాయి. ఎరువులు, పురుగుమందులు ఎక్కువ వాడాలి. ఖర్చు అధికంగా అవుతుంది. ఆశించిన ఫలితాలు వుండవు.

ఇదంతా ప్రకృతి అనుగుణంగా జీవించిన వారికి, విరుద్ధంగా జీవించిన వారికి వున్న తేడా. అందుచేత ప్రకృతిలో భాగమైన మానవ దేహానికి ప్రకృతి సహజ సిద్ధమైన శాకాహారం ఇవ్వండి. జీవితంలో మంచి ఫలితాలు పొందండి.

అలాగే ధ్యానం చేస్తే ప్రకృతిలోని ప్రాణశక్తిని కూడా అధికంగా పొందవచ్చు. జీవితాన్ని ఇంకా ఆనందమయం చేసుకోవచ్చు.

సృష్టి సిద్ధాంతం : ఇస్తే వస్తుంది! - ఇవ్వకపోతే రాదు!

లోకంలో చాలా మంది ఎన్నో కోరుకుంటారు. ఎన్నో వద్దనుకుంటారు.

అలా సుఖం కోసం ధనం, భోగభాగ్యాలు, సంపదలు కోరుకుంటారు. భర్త నుంచి భార్య, భార్య నుంచి భర్త ప్రేమానురాగాలు కోరుకుంటారు. పొరుగు వారి నుంచి, సమాజం నుంచి గౌరవం, మర్యాదలు కోరుకుంటారు. భగవంతుని నుంచి క్షమ, దయ, కరుణ లాంటివి కోరుకుంటారు.

అలాగే నష్టం, కష్టం, బాధ, సమస్యలు వద్దనుకుంటారు. ఇంకా హింస పడకూడదని, ఎవరి చేతా అవమానించబడకూడదని, దుఃఖం లాంటివి వద్దనుకుంటారు.

కానీ చూస్తే కావాలనుకున్నవి రావు. అలాగే వద్దనుకునేవే వస్తుంటాయి. దీనికి ముఖ్య కారణం, మానవులు సృష్టి సిద్ధాంతాలు, సృష్టి ధర్మాలు, తెలుసుకోకపోవడం, ఆ రకంగా ప్రవర్తించకపోవడం, పైగా విరుద్ధంగా ప్రవర్తించడం.

సృష్టిలోని ఒక సిద్ధాంతం ఏమిటంటే "ఇస్తే వస్తుంది, ఇవ్వకపోతే రాదు".

ఈ సిద్ధాంతం మీద మానవులకు అవగాహన లేకపోవడం వల్ల, ఇవ్వడానికి ఇష్టపడరు, ప్రయత్నించరు. పైగా ఇవ్వకుండా రావాలనుకుంటారు, కోరుకుంటారు. కానీ ఇది సృష్టి సిద్ధాంతానికి విరుద్ధం కాబట్టి కోరినా రాదు. ఆరాధనలు చేసినా రాదు.

చాలామంది ధనం కోరుకుంటారు కానీ ఇవ్వరు. అందుకే వారికి ధనం రాదు. అలాగే భర్త నుంచి భార్య, భార్య నుంచి భర్త, ప్రేమ, ఆప్యాయత కోరుకుంటారు. కానీ తాము మాత్రం ఇవ్వరు. అందుకే ఎదుటి వారి నుంచి అవి రావు. అలాగే అందరి చేతా గౌరవింపబడాలని, అవమానింపబడకూడదని కోరుకుంటారు. కానీ తాము అలా ప్రవర్తించకపోవడం వల్లఅవి కూడా రావు.

దీనికి ముఖ్య కారణం వారు కోరుకునేవి ఏవీ ఇవ్వరు. పైగా వాటికి విరుద్ధమైనవే ఇస్తూంటారు. అందుకే వారు కోరుకున్నవి రావు, వాటికి విరుద్ధమైనవే వస్తాయి. అంటే వారు ఏది ఇస్తే అదే పొందుతూంటారు.

ధనం విషయం చూద్దాం. వారు ఎవరికి ధనం ఇవ్వరు సరికదా. అవకాశాన్ని బట్టి మోసగించి తీసుకుంటారు. అందుకే ధనం రాదు సరికదా ఏదో రకంగా నష్టపోతారు. ఎవరో ఒకరి చేతిలో, ఎక్కడో అక్కడ మోసగింప బడతారు.

అలాగే అంతా అందరి నుంచి ప్రేమను ఆశిస్తారు. హింసింపబడ కూడదనుకుంటారు. కానీ వారు ఎవరినీ ప్రేమించరు. ఎవరికీ ప్రేమను పంచరు. పైగా జీవులను, జంతువులను హింసిస్తారు. వాటి హింసకు కారకులవుతారు. మాంసం, గుడ్లు తింటారు. వారి జీవితంలో సంసారంలో హింసను అనుభవిస్తారు. బాధపడుతుంటారు. ఇక్కడ విచిత్రమేమిటంటే వారు తమ వారిని హింసించకపోయినా, వారి చేతే హింసించబడతారు. ఇది వారికి అర్థం కాదు.

దీనికి ముఖ్య కారణం వీరు సృష్టి సిద్ధాంతాన్ని అర్థం చేసుకోక పోవడమే. కారణం సృష్టిలో అంతా ఒక్కటే. అంతా భగవంతునిలో భాగాలే. అందుచేత ఏ భాగానికి హింస కలిగించినా సృష్టిలోని మరొక భాగంచే హింసింపబడవలసి వస్తుంది.

కోడి, మేక, చేప అన్నీ భగవంతునిలో భాగాలే. వాటిని తినడం వల్ల, హింసించడం వల్ల సృష్టిలో మరొక భాగమైన తమ వారితో కానీ వేరొకరితో కానీ హింసింపబడతారు. ఇది సృష్టి గురించి అవగాహన లేని వారికి అర్థం కాదు. ఆత్మజ్ఞానం లేని వారికి అర్థం కాదు.

చిన్న ఉదాహరణ చూద్దాం. మీ శరీరాన్నే తీసుకోండి. చూస్తే శరీరమంతా మీదే. శరీరంలోని వివిధ భాగాలూ మీవే. మీ కాలును దోమకుడితే బాధ కాలుకు కలుగుతుంది. కానీ సంబంధం లేని మీ చెయ్యి ఆ దోమను చంపుతుంది. శిక్షిస్తుంది. బాధింపబడిన కాలు ఏమీ చెయ్యదు, ప్రతీకారం తీర్చుకోదు. కారణం అన్నీ మీరే కనుక.

అలాగే అన్నీ భగవంతుని రూపాలే! భాగాలే! కాబట్టి కోడిని మీరు హింసిస్తే దానికి ప్రతిగా సంబంధం లేని వారితో మీరు హింసింపబడతారు. కారణం సృష్టికి హింస ఇచ్చారు. సృష్టి నుంచి హింసనే తీసుకున్నారు. అంటే సృష్టి సిద్ధాంతం ప్రకారం "ఇచ్చిందే వస్తుంది. ఇవ్వకపోతే రాదు". అందుచేత వేటినీ హింసించవద్దు. అన్నిటిని ప్రేమించండి. అప్పుడు ఎవరూ మిమ్మల్ని హింసించరు. పైగా అంతా మిమ్మల్ని ప్రేమిస్తారు కూడా.

ఇదే సృష్టిలోని రహస్యం, గొప్పతనం కూడా. అంతే కాదు సృష్టి గురించి అవగహన చేసుకుంటే ఇంకా ఎన్నో లాభాలు పొందవచ్చు. ఎలాగంటే జంతువుల మీద హింస జరగకుండా మీరు ఆపితే! అంటే ఎవరి చేతనైనా మాంసభక్షణ మాన్పించగలిగితే ఒకరకంగా జంతువుల మీద జరిగే హింసను ఆపినట్టేగా! అపుడు మీ మీద హింసజరగకుండా ఎవరో ఒకరు ఆపుతారు. ఇదే సృష్టిలోని గొప్పతనం.

అలాగే హింస జరుగుతున్నప్పుడు చూస్తూ వూరుకుంటే మీ మీద కూడా హింస జరుగుతూ వున్నా అందరూ ప్రేక్షకుల్లా చూస్తూ వూరుకుంటారు. అందుచేత జీవితంలో హింస వద్దనుకుంటే హింస చేయకూడదు. హింసను ఆపే ప్రయత్నం కూడా చెయ్యాలి.

ఇదే సిద్ధాంతం ఆర్థికంగా కూడా అంటే ధనం విషయంలో కూడా వర్తిస్తుంది. మీరు ఆర్థికంగా నష్టపోకూడదనుకున్నా మిమ్మల్ని ఆర్థికంగా ఎవరైనా ఆదుకోవాలన్నా! మీరు ఇతరుల ధనం అపహరించ కూడదు. అంతే కాకుండా ఉన్నంతలో వీలైనంత సాయం చేస్తూ వుండాలి.

అలా ఇవ్వగలగాలన్నా, ఇచ్చే శక్తి రావాలన్నా ముఖ్యంగా సాత్వికమైన శాకాహారం తీసుకుంటూ ధ్యానం చెయ్యాలి. అలా ధ్యానశక్తి పెరిగే కొద్దీ ఇచ్చే గుణం వస్తుంది. మెల్లిగా భగవంతుని సృష్టిని అర్థం చేసుకుంటారు. సృష్టిలో సిద్ధాంతాలు, ధర్మాలు పాటిస్తారు. జీవితంలో నష్టపోరు. పైగా లాభం కూడా పొందగలుగుతారు.

ఇవ్వు, ఇవ్వు అని ప్రార్థించడానికి, పూజించడానికి, కోరడానికి మన సమయాన్ని, జీవితాన్ని ఉపయోగిస్తున్నాము. కానీ ఇవ్వడానికి ఉపయోగించడం లేదు.

"పూజించడం కాదు! గౌరవించాలి!"

మానవులు, రాళ్ళను, నీటిని, చెట్లను, జంతువులను, ఇతర మానవులను పూజిస్తున్నారు. దాని వల్ల లాభం కలుగుతుందని భావిస్తున్నారు. కానీ పూజించే బదులు గౌరవిస్తే తప్పనిసరిగా ఎంతో ప్రయోజనం చేకూరుతుంది.

గౌరవించడమంటే సముచితమైన స్థానం కల్పించడం. ఆనంద పరచడం, కించపరచకపోవడం, అవమానించకపోవడం, సేవ చేసి ఆనంద పరచడం.

ఆలోచించండి. ఒక మొక్కను గానీ, జంతువుని కానీ, మానవుని కానీ గౌరవించి సేవ చెయ్యండి! తప్పనిసరిగా వాటి వల్ల మంచి లాభం పొందుతారు. కానీ పూజిస్తే ఫలితం శూన్యం. ఒక్క తృప్తి మినహా.

అలాగే తీసుకునే ఆహారం కూడా! ''అన్నం పరబ్రహ్మ స్వరూపమంటారు''. అలా అంటే సరిపోదు. ఆ రకంగా చూడాలి, గౌరవించాలి

అందుకే అన్నాన్ని తినేటపుడు అయిష్టంతో తినకూడదు. ఈ కూర మంచిది కాదు. అది ఇష్టం లేదు. ఇది బాగో లేదు. నేను తినను. నాకు వద్దు. ఎవరు తింటారు? అని అనకూడదు. ఇష్టంగా తినాలి. కష్టంగా తినకూడదు. అపుడే ఆ ఆహారం ఎంతో మేలు చేస్తుంది. అందుచేత ప్రేమతో ఇష్టపూర్వకంగా ఆరగించండి. మితంగా తీసుకోండి.

చాలా మంది త్రాగేనీటి విషయంలో కూడా నిర్లక్ష్యం వహిస్తారు. చులకనగా చూస్తారు. ఎంతసేపూ తాము పైన కూర్చుని, నీళ్ళ గ్లాసు కాళ్ళ దగ్గర వుంచుతారు.

కానీ నీటిని అగౌరవ పరిచినా, అవమానకరంగా చూసినా, తక్కువ చేసినా, అది మినరల్ వాటర్ కావచ్చు కానీ అది ఆరోగ్యానికి హానికరమవుతుంది. కానీ గౌరవభావంతో చూస్తే అది ఎంతో ఆరోగ్యకరం. లాభకరం కూడా.

ఈ మధ్య జరిపిన ప్రయోగాలలో కొద్దిపాటి నీటి చుక్కలను శక్తివంతమైన మైక్రోస్కోపులో చూస్తే యీ విషయం అర్థమయ్యింది. నీటిలో కూడా కణసముదాయం వుంటుంది. వాళ్ళ ప్రయోగాలలో "ఐ హేట్ యు'" నువ్వు బాగోలేదు. ఈ నీరు బాగోలేదు అన్నప్పుడు అసహ్యకరమైన ఆకారంతో, వికారమైన రంగులతో కణజాలం మారడం జరిగింది. కానీ "ఐ లవ్ యు" నీవంటే ఇష్టం, నువ్వు చాలా బాగున్నావు అంటే ఆ కణజాలం అందంగా, అందమైన ఆహ్లాదకరమైన రంగులుగా మారడం జరిగింది. అంటే మనం గౌరవిస్తే నీరు ఒకరకంగా స్పందించింది. అగౌరవ పరిస్తే అదే నీరు మరొక రకంగా స్పందించింది.

అందుచేత నీటి పట్ల కూడా మన ప్రవర్తన ముఖ్యం. అంటే నదులలో పువ్వులు వేసి, హారతులు ఇచ్చి పూజించడం కాదు. నీటిని మన మాటలు, పనులతో గౌరవించాలి. గౌరవ భావంతో చూడాలి. అది మనకు ఆరోగ్యమే కాదు, ఆనంద దాయకం కూడా. అందుకే కబీర్‌దాస్ "సుగుణోంకో కరో సేవా!" అన్నారు. అంటే సగుణానికి పూజ కాదు సేవ చెయ్యాలని. అందుచేత తెలుసుకోండి భగవత్ స్వరూపమని పూజిస్తే సరిపోదు. వేటినైనా గౌరవించడం, సేవ చెయ్యడం ముఖ్యమని తెలుసుకోవాలి.

ఒకే స్త్రీ; అయినా ఒకరు అమ్మా అని పిలుస్తారు.
ఇంకొకరు అక్కా అని, మరొకరు చెల్లి అని, ఒకరు భార్య అని,
ఇంకొకరు అత్తా అని, మరొకరు బామ్మా అని పిలుస్తారు.
ఎవరు ఎలా పిలిచినా ఒకే స్త్రీని పిలుస్తున్నారు.
అలాగే ఎవరు ఎలా పిలిచినా భగవంతుడు ఒక్కడే.

శివుడు, ఆంజనేయ స్వామి నిరంతరం ధ్యానంలో వుంటారు.

అంతటి గొప్పవారు ధ్యానం చేస్తున్నారంటే! ధ్యానం ఎంతో శక్తివంతమైనదని మనం అర్థం చేసుకోవచ్చు.

అలాంటి ధ్యానం గురించి, ధ్యాన శక్తి గురించి తెలుసుకుంటే ఎవరైనా ధ్యానానికే ప్రాముఖ్యం ఇస్తారు. ధ్యానమే చేస్తారు.

మరి అటువంటి ధ్యానం గురించి, ధ్యానశక్తి గురించి తెలియచేయటానికి చేసిన ప్రయత్నమే ఈ "**ధ్యానశక్తి**". పాఠకులు చదివి ధ్యానశక్తి గురించి తెలుసుకుని ఆచరించి, జీవితాన్ని ధన్యం చేసుకుంటారని ఆశిస్తూ...

మీ

తటవర్తి వీరరాఘవరావు