బ్రహ్మర్షి పత్రీజీ ఆశీస్సులతో...

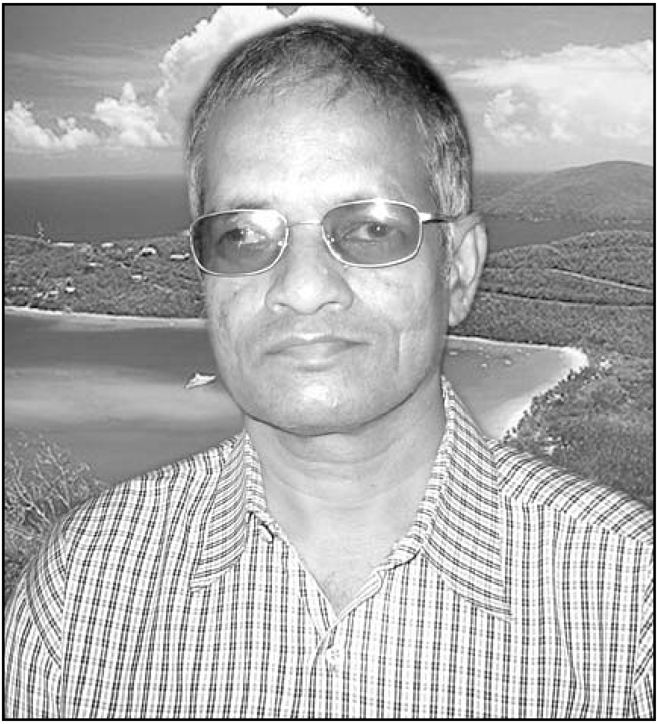
దుఃఖ నివారణా మార్గం

తటవర్తి వీరరాఘవరావు

అనుబంధం : బ్రహ్మర్షి పత్రీజీ
సందేశాలు, సదానందయోగి

బ్రహ్మర్షి పత్రీజీ ఆశీస్సులతో....

దుఃఖ నివారణా మార్గం



రచన & ప్రచురణ : తటవర్తి వీరరాఘవరావు

2021 సం॥రం : మూడు ముద్రణలు
కాపీలు : 5,000
వెల : రూ. 60/-

పుస్తకముల కొరకు
తటవర్తి వీర రాఘవరావు
తటవర్తివారి వీధి, భీమవరం - 534 201. ప॥గో॥జిల్లా.
సెల్ : 9440309812, 9490171853
email : balajipyramid.bvrm@gmail.com

మానవులకు కలిగే దుఃఖాలు

దుఃఖ నివారణా మార్గం

దుఃఖం చాలా బాధాకరమైనది భరించలేరు కూడా. అందుచేత దుఃఖం కలిగినవారు దుఃఖం నుంచి బయటపడాలని చూస్తారు. ఎంతటి వారైనా సరే అంటే ఎంతటి ధనవంతులైనా, చదువుకున్నవారైనా, పదవులలో వున్నవారైనా, ఏ రంగంలో ఎంత ఎదిగిన వారైనా సరే దుఃఖం కలిగితే! అందులోనూ భరించలేని దుఃఖం కలిగితే విలవిలలాడిపోతారు. భోరుమని ఏడ్చేస్తారు.

వారికి కష్టం వచ్చినా, నష్టం వచ్చినా, దగ్గర వారు దూరమైనా, అధికారం, పదవులు కోల్పోయినా విపరీతమైన దుఃఖానికి లోనవుతారు. ఏమీ చేయలేక దేవుణ్ణి, గురువులను వేడుకుంటారు, ప్రార్థిస్తారు. రక్షించమని, కాపాడమని, ఆదుకోమని ఎన్నో రకాలుగా వేడుకుంటారు, ఆ సమయంలో తమ స్థితిని కూడా మర్చిపోతారు. కారణం దుఃఖాన్ని తట్టుకోలేక.

అందుచేత ఎవరైనా సరే దుఃఖం కలిగినపుడు దుఃఖం నుంచి బయటపడటానికి ప్రయత్నిస్తారు. కానీ దుఃఖం నుంచి బయటపడాలంటే ప్రార్థనలు, ఆరాధనలు మార్గం కాదు. దుఃఖం నుంచి బయటపడాలంటే ముందు దుఃఖానికి కారణం తెలుసుకోవాలి. ఎందుచేతనంటే ఎంత కాలమైతే మానవులు దుఃఖానికి కారణం తెలుసుకోరో! అంత కాలం దుఃఖంలోనే వుంటారు. ఒకవేళ ఏదైనా ఒక సమస్య నుంచి బయటపడినట్టు కనిపించినా... మరల మరొక సమస్యలో చిక్కుకుంటారు, దుఃఖానికి లోనవుతారు.

కానీ ఎప్పుడయితే దుఃఖానికి కారణం తెలుసుకుంటారో! దానిని సరి చేసుకుంటారో! వారు మరల దుఃఖానికి లోనుకారు. దుఃఖానికి కారణం తెలియకుండా పరిష్కారం లభించదు కాక లభించదు. అందుచేత ముందు దుఃఖానికి కారణం తెలుసుకుందాం.

దుఃఖానికి కారణం

మానవుని దుఃఖానికి కారణం 'అజ్ఞానం'. అజ్ఞానంతో చేసే పనులే, కర్మలే మానవునకు దుఃఖం కలిగిస్తున్నాయి. కారణం మానవుడు తాను చేసిన కర్మల ఫలితాలే అనుభవిస్తున్నాడు, అనుభవించాలి కూడ.

మానవుడు అజ్ఞాన కారణంగా ఏది కోరాలో, ఏది కోరకూడదో తెలియక కోరికలకు బానిసై, కోరికలను అదుపు చేసుకోలేక, కోరికలు నెరవేర్చుకోవటానికి చేయకూడని పనులు చేస్తున్నాడు, అప్పులు చేస్తున్నాడు, తప్పులు చేస్తున్నాడు, పాపాలు చేస్తున్నాడు. వాటి పలితం దుఃఖం రూపంలో అనుభవిస్తున్నాడు. అంతేకాదు కోరికలు తీరకపోయినా దుఃఖపడుతున్నాడు. ఒక రకంగా చూస్తే మానవుని కోరికలకు అంతమే ఉండదు. ఒక కోరిక తీరితే, వెంటనే కొత్త కోరిక పుడుతుంది.

అంతేకాదు కోరికలను కోరేది మనస్సే, కోరికల కోసం తప్పులు చేయించేది మనస్సే. అటువంటి మనస్సును జయించలేకపోవడం కూడా దుఃఖానికి మరొక కారణం.

మానవుడు 'అజ్ఞాన' కారణంగా సృష్టి విరుద్ధమైన పనులు చేస్తున్నాడు. అంటే అవినీతికి పాల్పడుతున్నాడు, స్వార్థంతో వ్యవహరిస్తున్నాడు. అక్రమాలు చేస్తున్నాడు. అన్యాయంగా, అధర్మంగా ప్రవర్తిస్తున్నాడు. అసత్యంలో జీవిస్తున్నాడు. ఒక రకంగా చూస్తే తెలిసి కూడా తప్పులు చేస్తున్నాడు. పాపాలు చేస్తున్నాడు.

అలా మానవుడు హింసాత్మకమైన పనులు చేయడం వల్ల, హింసకు కారణమైన దుష్టాన్నాన్ని అంటే మాంసాహారం భుజించడం వల్ల వ్యాధుల బారిన పడుతున్నాడు, ప్రమాదాలకు లోనవుతున్నాడు, అకాల మరణాలకు లోనవుతున్నాడు. వీటి వల్ల అవయవాలను, ఆప్తులను కోల్పోతున్నాడు, తద్వారా అంతులేని దుఃఖానికి లోనవుతున్నాడు.

దుష్టుల సాంగత్యంతో చెడు పనులు, చేయకూడని పనులు చేయడం

వల్ల నష్టపోవడమే కాకుండా. కష్టాల పాలయి, అంతులేని దుఃఖానికి గురవుతున్నాడు.

అక్రమంగా అన్యాయంగా సంపాదించడం వల్ల... సంపాదించినవి కూడపెట్టడం వల్ల, వాటిని కాపాడుకోవడానికి నానా తిప్పలు పడుతున్నాడు. ప్రకృతి వైపరీత్యాలు జరిగినా, ప్రభుత్వంలో మార్పులు వచ్చినా, ఎక్కడైనా రైడింగులు, దోపిడీలు జరిగినా తాను కూడపెట్టినవి పోతాయేమోనని భయపడుతున్నాడు, ఇంకా అనేక రకాల భయాలతో దుఃఖపడుతున్నాడు.

అధర్మమైన పనులు చేయడం వల్ల జీవితంలో కష్టాలు, సమస్యలు ఎదురవడం వల్ల కూడా దుఃఖపడుతున్నాడు.

అసత్యంలో జీవించడం, అసత్యాన్ని ఆశ్రయించడం వల్ల పోతాయనుకున్న కష్టాలు పోవడం లేదు, అనుకున్నవి జరగడం లేదు, అనుకున్నట్టుగా జీవితం ఉండటం లేదు. వీటన్నిటి కారణంగా నిరాశ చెందుతున్నాడు, దుఃఖపడుతున్నాడు.

వీటన్నిటికి కారణం అజ్ఞానమే. మానవుడు అజ్ఞానంతో చేసే తప్పుల వల్ల, పాపాల వల్ల కష్టాల పాలవుతున్నాడు, సమస్యలు ఎదుర్కొంటున్నాడు, బాధలుపడుతూ దుఃఖానికి లోనవుతున్నాడు. అందుచేత ముందు ఈ అజ్ఞానమంటే ఏమిటి? మానవులు ఈ అజ్ఞానం నుంచి బయటపడాలంటే ఏమి చేయాలి? అన్న విషయాలు తెలుసుకుందాం.

అజ్ఞానమంటే ?

తెలిసి కూడా తప్పులు చేయడమే 'అజ్ఞానం' అంటారు. ఒక రకంగా చేయకూడదని తెలిసి చేసేస్తూ వుండటం, అలా ప్రవర్తించకూడదని తెలిసి కూడా అలాగే ప్రవర్తించడం అజ్ఞానమంటారు. అంతేకాదు అలా మాట్లాడకూడదని తెలిసి కూడా మాట్లాడేస్తుండటం, అంటే అబద్ధమాడకూడదనని తెలిసి అబద్ధ మాడటం, విమర్శించకూడదని తెలిసి విమర్శించడం లాంటివన్నీ అజ్ఞానపు పనులే.

అంతేకాదు తనవి కానివన్నీ తనవనుకోవడం, శాశ్వతం కాని వాటిని శాశ్వతమనుకోవడం, వాటిపై మమకారం పెంచుకోవడం కూడా అజ్ఞానం అంటారు. అందుకే అజ్ఞానాన్ని చీకటితో పోలుస్తారు. అజ్ఞానమంటే చీకటి అంటారు. కారణం అన్నీ వుంటాయి. లేనట్టుగా తడుముకుంటాడు. లేకపోయినా వున్నాయనుకుంటాడు.

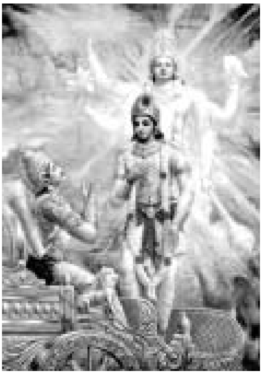
"అజ్ఞానంలో వున్న వారి ప్రవర్తన"

అజ్ఞానంలో వున్నవారు తాము 'ఆత్మ'ను అని తెలుసుకోలేక దేహమని భావించడమే కాదు, దేహం ద్వారా లభించినవన్నీ నావే అని అనుకుంటారు.

అంతేకాదు కంటికి కనిపించేవన్నీ శాశ్వతమని భావిస్తారు, భావించడమే కాదు, వాటి కోసం కష్టపడుతూ శ్రమపడుతూంటారు. అలా ఉండని వాటిని ఎన్నిటినో సంపాదించడమే కాదు. వాటి కోసం తప్పులు, పాపాలు చేస్తారు.

అజ్ఞాన కారణంగా మానవుడు వివేకం కోల్పోతున్నాడు. అంటే మంచి-చెడు, న్యాయం-అన్యాయం, ధర్మం-అధర్మం, సత్యం-అసత్యం అన్న తేడా తెలియక, ఏమి చేయకూడదో ఆ పనులే చేస్తూంటారు.

అజ్ఞానంలో వున్న వారి ప్రవర్తన ఎలా వుంటుందో భగవద్గీతలో కూడా చెప్పబడింది.



భగవద్గీత

Δ అజ్ఞానములో వున్న వారు పెక్కు ఆశాపాశాలతో (ఆశలు, బంధములు) బంధింప బడినవారై, కామ (కోరికలు), క్రోధము (కోపం)లతో వుంటారు. కోరికలు అనుభవిం చటానికి అక్రమ మార్గముల ద్వారా ధనాన్ని కోరుతూ వుంటారు.

(భ.గీ. 16-12)

Δ నేను గొప్ప వంశమున జన్మించిన వాడను. నాతో సమానమైన వాడు మరియొకడు ఎవరు కలరు? నేను యజ్ఞాలు చేస్తాను. దానములనిస్తాను. ఆనందాన్ని అనుభవిస్తాను అని గర్విస్తుంటారు.

(భ.గీ. 16-15)

Δ వీరు తమకు తాము గొప్పగా తలుస్తారు. మర్యాద వుండదు. ధనం వుందని మదంతో వుంటారు. అహంకారము, బలము, గర్వము, కామము, క్రోధము బాగా వుంటుంది. వీరు తమ శరీరంలో, ఇతరుల శరీరంలో వున్న నన్ను (ఆత్మను) తెలియక అందరినీ ద్వేషిస్తారు. అసూయాపరులై వుంటారు. గొప్ప కోసం శాస్త్రవిరుద్ధంగా నామమాత్రపు యజ్ఞయాగాలు చేస్తారు. (భ.గీ. 16-17)

Δ అలా అజ్ఞానమునుచే మోహమును పొందిన వారై (భార్య, పుత్రులందు అభిమానము) కామము (కోరికలు) అనుభవించుట యందు ఆసక్తి గల వారై నరకములో పడతారు అంటే దుఃఖాన్ని పొందుతారు.

(భ.గీ. 16-16)

అజ్ఞానంలో వున్న వారి ప్రవర్తన సృష్టి విరుద్ధంగా వుండటం వల్ల వారు చేసిన పనుల ఫలితమే వారికి దుఃఖాన్ని కలిగిస్తుందని భగవద్గీతను బట్టి మనం తెలుసుకోవచ్చు.

అందుచేత దుఃఖం ఉండకూడదనుకునేవారు అంటే దుఃఖాన్ని నివారించుకోవాలనుకునేవారు తప్పనిసరిగా అజ్ఞానాన్ని తొలగించుకునే ప్రయత్నం చెయ్యాలి అంటే 'జ్ఞానం' పొందటానికి ప్రయత్నించాలి.

కారణం ఎవరి ప్రవర్తన అయినా వారికున్న 'జ్ఞానాన్ని' బట్టే వుంటుంది. ఎందుచేతనంటే **"అజ్ఞానంలో వున్నవారు తెలిసి కూడా తప్పులు చేస్తారు. తప్పులు చెయ్యకూడదనుకున్నా చేస్తూనే వుంటారు. కానీ జ్ఞానవంతులు తప్పులు చెయ్యమన్నా చెయ్యరు".** కారణం తప్పులు చేస్తే ఏమవుతుందో! భవిష్యత్తులో ఎంత దుఃఖ పడవలసి వస్తుందో! అన్న జ్ఞానం వారికి వుంది కనుక.

చిన్న ఉదాహరణ చూద్దాం. సామాన్యులను ఎవరినైనా అబద్ధం ఆడవచ్చా? ఆడకూడదా? అని అడగండి.. వెంటనే ఆడకూడదు, అబద్ధమాడటం తప్పు అని సమాధానం చెపుతారు. అలా సమాధానం చెప్పారంటే అబద్ధమాడకూడదని వారికి తెలుసున్నట్టే కదా? కానీ చూస్తే నిత్యం ఎన్నో అబద్ధాలు ఆడేస్తుంటారు.

మరల దానికి ఎన్నో కారణాలు చెపుతూ వుంటారు. తప్పనిసరి పరిస్థితులలో అలా చెప్పాను అంటారు. తప్పించుకోవాలంటే అబద్ధమాడక తప్పలేదంటారు. అస్తమాను అబద్ధాలు చెప్పను, అవసరమైనపుడు మాత్రమే అలా చెప్తాను అంటారు. ఇంకా కొందరు అబద్ధం చెప్పకపోతే ఎలా కుదురుతుంది? అంటారు. ఉన్నది చెబితే గొడవలు అయిపోవా? అంటారు. ఇంకా కొంతమంది నిజం చెపితే సంపాదించగలమా? అంటారు. ఇలా ఎవరికి వారు రకరకాల కారణాలు చెపుతూ తమని తాము సమర్థించుకుంటారు.

కానీ ఎన్ని కారణాలు చెప్పినా, ఎంత సమర్థించుకున్నా అబద్ధమాడడమన్నది సృష్టి లెఖ్ఖలో తప్పే అవుతుంది, పాపం క్రింద లెక్కించబడుతుంది. తప్పనిసరిగా దానికి తగ్గ శిక్ష విధించబడుతుంది. ఆ శిక్ష అనుభవించేటపుడే ఎవరికైనా దుఃఖం కలుగుతుంది. ఇది ఒక చిన్న ఉదాహరణ మాత్రమే. కానీ అలా మనం చేసే ఎన్నో తప్పులే మన దుఃఖానికి కారణమవుతున్నాయి. అలా జీవితంలో ప్రతిరోజు ఎన్ని తప్పులు చేస్తున్నామో? ఆలోచించండి? అన్ని తప్పులు చేస్తే ఈ సృష్టిలో శిక్షలు పడవా? అంటే కష్టాలు రావా? అంటే దుఃఖం కలగదా?

అందుచేత మన తప్పులే... మన పాపాలే మన దుఃఖానికి కారణమని తెలుసుకోవాలి. మరి అలాంటి తప్పులు, పాపాలు చేయటానికి కారణం 'అజ్ఞానమే'.

చూడండి ఆత్మజ్ఞాని అయిన రమణ మహర్షి అబద్ధమాడతాడా? అంటే ఆయన చావడానికైనా సిద్ధపడతాడు కానీ, అబద్ధం మాత్రం

ఎటువంటి పరిస్థితులలో కూడా ఆడడు. కారణం ఆయన 'జ్ఞాని'. మరి ఆయనకు దుఃఖం ఎలా కలుగుతుంది? కలగమన్నా కలగదు. అందుకే ఆయనకు ఏమీ లేకపోయినా అంటే ఆస్తి పాస్తులు లాంటివి ఏమీ లేకపోయినా ఆయన ఎప్పుడూ ఆనందంగా వుంటారు. కానీ సామాన్యులకు అన్నీ వున్నా వుండవలసిన దాని కంటే ఎక్కువ ఆస్తిపాస్తులు వున్నా... ఎప్పుడూ దుఃఖపడుతూ వుంటారు, అశాంతితో జీవిస్తారు. కారణం 'అజ్ఞానం'.

అందుచేత తెలుసుకోండి దుఃఖం లేకుండా ఆనందంగా జీవించాలంటే ఎవరైనా సరే ఒక రమణ మహర్షిలా, ఒక వివేకానందుడిలా అజ్ఞానం తొలగించుకోవాలి. మరి అజ్ఞానం ఎలా పోతుంది? జ్ఞానం పొందితే అజ్ఞానం దానంతట అదే పోతుంది. అందుచేత 'జ్ఞానం' పొంది తీరాలి. అంతకు తప్ప వేరే మార్గం లేదు.

మరి 'జ్ఞానం' ఎలా పొందుతాం? ఏం చేస్తే 'జ్ఞానం' పొందగలం? అన్నది గొప్పవారి నుంచి, మహాత్ముల నుంచి, 'జ్ఞానం' పొదిన యోగుల నుంచి తెలుసుకోవాలి. అలాంటి వారిలో గొప్పవాడైన, బ్రహ్మజ్ఞాని అయిన యోగీశ్వరుడైన వశిష్ఠుల వారు దుఃఖ నివారణకు మార్గం 'యోగవాశిష్టం' ద్వారా బోధించడం జరిగింది.

శ్రీ వశిష్టుల వారు యోగవాశిష్టం ద్వారా బోధించిన ఆత్మజ్ఞానాన్ని, ఆత్మతత్వంలోని ముఖ్యమైన సారాన్ని మనకు అర్థమయ్యే రీతిలో బ్రహ్మర్షి పత్రీజీ "వశిష్ఠామృతం" అనే పుస్తకం ద్వారా మనకు అందించారు. ఆ వశిష్ఠామృతంలోని సారాన్ని ఇంకా సూక్ష్మీకరించి యీ క్రింద ఇవ్వడం జరిగింది. దానిని అధ్యయనం చేసి, ఆచరణలో పెట్టి జ్ఞానవంతులై దుఃఖాన్ని నివారించుకుందాం, ఆనందంగా జీవిద్దాం, శాశ్వతమైన మోక్షాన్ని పొందుదాం.

వశిష్ఠ బోధ

శ్రీ వశిష్ఠుల వారు మానవుల దుఃఖానికి కారణాలు వివరించడమే కాకుండా... కర్మ సిద్ధాంతం గురించి చాలా చక్కగా వివరించారు. ఆయన ఇంకా 'ఆత్మ' యొక్క గొప్పతనం గురించి వివ రిస్తూ మానవులు 'అజ్ఞానం' వల్ల అంటే 'ఆత్మజ్ఞానం' లేక పోవడం వల్లే ఇన్నిబాధలు అనుభవిస్తున్నారని, అందుచేత ప్రతి ఒక్కరూ 'ఆత్మజ్ఞానం' పొందాలని చెపుతూ 'ఆత్మజ్ఞానం' యొక్క గొప్పతనాన్ని వివరించడమే కాకుండా అజ్ఞానాన్ని తొలగించుకుని 'ఆత్మజ్ఞానం' ఎలా పొందవచ్చో చక్కగా వివరించారు.

దానికి (1) "ధ్యాన సాధన, (2) స్వాధ్యాయం, (3) జ్ఞానుల సాంగత్యం" తప్పనిసరిగా అవసరమని వివరిస్తూ ఈ మూడు ఆచరించిన వారు పొందిన 'ఆత్మానుభూతి' ఎలా వుంటుందో! అటువంటి వారు అంటే 'ఆత్మజ్ఞానం' పొందిన వారి ప్రవర్తన ఎలా వుంటుందో చాలా చక్కగా, వివరంగా తెలియజేయడం జరిగింది.

అలా ఎవరైతే బ్రహ్మర్షి వశిష్ఠుల వారు బోధించిన దుఃఖమనే వ్యాధిని నివారించగలిగే ఔషధాలైన (1) సాధన (ధ్యానం), (2)స్వాధ్యాయం (జ్ఞానవంతమైన పుస్తకాల అధ్యయనం), (3)సాంగత్యం (జ్ఞానులతో సంభాషించడం, జ్ఞానుల బోధలు వినడం) చేసినప్పుడు వారిలో వచ్చే మార్పులు, వారి ప్రవర్తనలోని మార్పులు ఎలా వుంటాయో చెప్పారు.

అందుచేత మనం కూడా వశిష్ఠుల వారు బోధించిన ఔషధాలను సేవిద్దాం. అంటే ఆధ్యాత్మిక త్రిరత్నాలను ఆచరిద్దాం. అలా తీవ్ర సాధన చేసినప్పుడు మనలో కలిగే మార్పులు ద్వారా మనం ఏ స్థితిలో వున్నాం? మన సాధన ఎలా సాగుతుంది? మనం సాధనలో పురోగతి వుందా? లేదా? ఆధ్యాత్మికంగా ఎదుగుతున్నామా? లేదా? అసలు మన ఆచరణ ఎంత వరకు వుంది? అన్న విషయాలు వశిష్టుల వారి బోధ ద్వారా మనం చక్కగా అర్థం చేసుకుందాం.

మానవుడు ఆలోచించవలసింది?

Δ మానవుల దుఃఖానికి కారణం :-

1. అజ్ఞానం
2. అనేకానేక కోరికలు
3. చిత్తాన్ని (మనస్సుని) జయించలేకపోవటం
4. దుష్టాన్ని అంటే మృతాహారాన్ని (మాంసాహారం) భుజించడం.
5. దుష్ట క్రియలు (పాపకర్మలు)
6. దుర్జన సాంగత్యం
7. భయం
8. వ్యాధులు
9. ప్రమాదాలు
10. సమస్యలు

(వశిష్ఠామృతం-113)

Δ ఈ ప్రపంచంలో దుఃఖాలు అనంతాలు, సుఖాలు గడ్డి పోచంత. కనుక దుఃఖాలతో కూడుకుని వున్న సంసారిక సుఖాలలో దృష్టి వుంచరాదు. (వశిష్ఠామృతం-23)

Δ నరకం (కష్టాలు, సమస్యలు, బాధలు, రోగాలు) అనే వ్యాధికి ఈ లోకంలోనే ఎవడు చికిత్స చేసుకోడో! అలాంటి రోగి ఔషధాలు (సాధన, స్వాధ్యాయం, సజ్జన సాంగత్యం) లేని ఇతర లోకాలకు వెళ్ళి మాత్రం ఏం చేయగలడు? (వశిష్ఠామృతం-201)

Δ తత్వజ్ఞానం (ఆత్మజ్ఞానం), ఇంద్రియ నిగ్రహం లేనందువల్ల, చిత్తంలో శాంతి కోల్పోయి నిరంతరం రాగ ద్వేషాలు కలిగి వుండటం వల్ల “ఇది లభించింది, అది లభించలేదు” అనే మానసిక వ్యాధులు, వర్షాకాలంలో నీటి తుంపర్ల లాగ ఆవిర్భవిస్తున్నాయి. (వశిష్ఠామృతం -112)

Δ అనేక లోక వ్యవహారాలలో మీ రోజులు తెలియకుండానే గడిచిపోతున్నాయి. అందుచేత మృత్యువును గుర్తుంచుకుని కాలాన్ని సద్వినియోగం చేసుకోండి. (వశిష్ఠామృతం-195)

Δ ప్రతిదినం ఈ శరీరం నశించిపోయేదే అనే విషయాన్ని గుర్తు చేసుకుంటూ వుండాలి. పశువుల్లాగ విషయ భోగాలలో ఆసక్తి కలిగి

వుండకూడదు. సత్పురుషోచితాలైన సాధన, స్వాధ్యాయం, సాంగత్యాలను ఆశ్రయించాలి. (వశిష్ఠామృతం–10)

Δ "నేను మరణిస్తాను, మరణిస్తాను, మరణిస్తాను" అని ఎందుకు చెప్పుకుంటావు? మరణం తరువాత కూడా "నేను వుంటాను, వుంటాను, వుంటాను" అనే సత్యాన్ని ఎందుకు తెలియకుండా వున్నావు?

(వశిష్ఠామృతం–183)

Δ పాత దేహాన్ని వదలి కొత్త దేహాన్ని ధరించడం నూతన మహోత్సవమే అవుతుంది. అలాంటి కొత్త దేహాన్ని లభింప చేసే మరణం సంభవిస్తే సంతోషించటానికి బదులు ఎందుకు దుఃఖిస్తున్నావు?

(వశిష్ఠామృతం–182)

Δ దేహం పుట్టడం వల్ల నువ్వు పుట్టటం లేదు. దేహం నశించడం వల్ల నువ్వు నశించడం లేదు. దేహంతో నీకు ఏ సంబంధం లేదు.

(వశిష్ఠామృతం–77)

Δ స్వప్నంలో ఏ దేహంతో సంచరిస్తావో ఆ దేహం ఇప్పుడు ఎక్కడ వుంది? అలాంటిదే ఈ దేహం కూడా. (వశిష్ఠామృతం–99)

Δ అందుచేత అజ్ఞాన నిద్ర నుండి మేలుకుని ఈ దేహం నేను కాదని తెలుసుకోవాలి. (వశిష్ఠామృతం–100)

Δ 'ఈ దేహాదులు నేను' అనే భావన మహావినాశకరమైన బంధాన్ని కలిగిస్తుంది. 'ఈ దేహాదులు నేను కాదు' అనే భావన నిర్మలమైన 'మోక్షాన్ని' కలిగిస్తుంది. (వశిష్ఠామృతం–116)

Δ ముక్తిని కోరేవాడు ఆత్మదర్శనానికి తప్పనిసరిగా ప్రయత్నించాలి. ఆత్మదర్శనంతో నీ సమస్త పాపాలు, దుఃఖాలు నశిస్తాయి. (వశిష్ఠామృతం–79)

Δ వార్ధక్య, శోక, భయాలను పోగొట్టే ఈ ఆత్మను సందర్శిస్తే, ఆత్మానుభవంపొందితే వేయించిన విత్తనంలాగ జీవుడు మళ్ళీ, మళ్ళీ ఎప్పటికీ సంసారంలో జన్మించరు. (వశిష్ఠామృతం–103)

Δ దేని ద్వారానైతే జీవుడు మళ్ళీ సంసారంలో జన్మించడో, మరణించడో అలాంటి పరమ సుఖమే 'నిర్వాణం'. అది కేవలం 'ఆత్మజ్ఞానం' చేతనే లభిస్తుంది. (వశిష్ఠామృతం-20)

Δ దాటటానికి కష్ట సాధ్యమైనట్టి ఈ సంసార సముద్రాన్ని వివేకవంతులైన జనులు కేవలం 'జ్ఞానయుక్తి' అనే నౌక ద్వారా ఒక్క నిమిషంలో దాటి వేస్తారు. (వశిష్ఠామృతం-21)

Δ తెలివి గల మనుష్యుడు పురుషార్థ సిద్ధి కోసం అనంతమైన, దుఃఖ రహితమైన ఆత్మపదాన్ని ప్రయత్నం ద్వారా సాధిస్తాడు.

(వశిష్ఠామృతం-24)

Δ పుట్టిన ప్రతీ మానవుడు బాల్యం నుండి 'ఆత్మవిద్య' కోసం ఆత్మతత్వం తెలిసిన గురువులను ఆశ్రయించాలి. (వశిష్ఠామృతం-44)

Δ బాల్యం, వార్ధక్యం జ్ఞాన సంపాదనకు ఉపయోగపడవు కాబట్టి మృత్యువుతోనూ, మరణంతోనూ సమానమని తెలుసుకోవాలి. ఒక్క యవ్వనమే, అది కూడా వివేకయుక్తమైతేనే జీవితమై వుంది.

(వశిష్ఠామృతం-211)

Δ పుట్టినవాడు బాల్యావస్థలోనే జగత్తు యొక్క యదార్థస్థితి అంటే లేనిది వున్నట్టుగా వుండే స్థితిని (నిత్యా... అనిత్యవివేకం) తెలుసుకుని దుఃఖరహితుడై వుండాలి. (వశిష్ఠామృతం-226)

Δ ఆత్మలో విశ్రాంతి పొందిన మనస్సు గల వారిని, మహాత్ములైన సాధు జనులను దరిద్రుడు మణులను వెదికినట్లు వెదకి పట్టుకోవాలి.

(వశిష్ఠామృతం-28)

Δ సుగుణాలన్నీ ఒకే పురుషునిలో లేనప్పుడు ఏ ఏ పురుషుడు? ఏ ఏ గుణాలలో నిష్ణాతుడై వున్నాడో ఆయా పురుషుని నుంచి నేర్చుకునేవాడు తన బుద్ధిని బాగా వృద్ధి పరచుకుంటాడు. (వశిష్ఠామృతం-30)

Δ సంసారాన్ని దాటాలంటే వనవాసము (సన్యాసం) అంటే ఎక్కడికో వెళ్ళిపోవటం కాదు. స్వదేశ నివాసము అంటే వున్నచోట వుండటము కాదు.

కష్టమైన తపశ్చర్యాదులు అంటే శరీరాన్ని కష్టపెట్టడం కాదు, కర్మలు మానడం కాదు, కర్మలు చెయ్యడం కాదు. పుణ్యకర్మల వల్ల వచ్చే ఖ్యాతి కాదు. లాభ, ఐశ్వర్య, వర, శాప, సామర్థ్యాల విచిత్ర ఫల సమూహము కాదు. 'ఆత్మస్థితి'లో వుండటమే సంసారం నుండి బయటపడే మార్గం. అలాంటి 'ఆత్మస్థితి' మనస్సు ప్రాపంచిక విషయాలలో తగుల్కొనకుండా వున్నప్పుడే అంటే 'ధ్యానం'తోనే వస్తుంది. (వశిష్ఠామృతం-228)

Δ తనకు తానే బంధువు, తనను తానే వుద్ధరించుకోవాలి. దేహాభిమానంతో 'ఆత్మ'ను జన్మలనే బురద సముద్రంలోకి త్రోయకూడదు. (వశిష్ఠామృతం-74)

Δ 'అభ్యాసము', 'వైరాగ్యము' అనే ప్రయత్నాలతోనూ, స్వవిచారణ తోనూ కలిగే తత్వజ్ఞానం అనే గొప్ప ఓడతో సంసార సాగరాన్ని దాటాలి. (వశిష్ఠామృతం-75)

Δ బ్రహ్మం గురించి చింతన చెయ్యడం, దానినే ఇతరులకు చెప్పడం, పరస్పరం దానిని గూర్చే ప్రబోధించుకోవడం దానిలోనే నిష్ఠ కలిగి వుండటం దీనినే విజ్ఞులు అభ్యాసమని పేర్కొన్నారు. (వశిష్ఠామృతం-35)

Δ 'వివేకం' లేకపోవడం వల్లే కోట్లాది జనులు ముక్తి పొందలేక సంసార భ్రమలో మునిగియున్నారు. (వశిష్ఠామృతం-78)

Δ స్వప్నాన్ని పోలిన ఈ సూక్ష్మ శరీరమే మోక్షం లభించేంత వరకు స్థావర జంగమాది యోనులలో పరిభ్రమిస్తూనే వుంటుంది. (వశిష్ఠామృతం-109)

Δ సంతుష్టియే పరమ లాభం – విచారణే పరమ జ్ఞానం
సత్సాంగత్యమే పరమగతి – శమమే పరమసుఖం

(వశిష్ఠామృతం-29)

ఈ విధంగా మానవులు ఎన్నో విషయాలు గురించి తెలుసు కోవాలి, ఆలోచించాలి. అంతేకాదు సృష్టిలోని ఒక గొప్ప సిద్ధాంతమైన 'కర్మ సిద్ధాంతం' గురించి కూడా తెలుసుకోవాలి. బ్రహ్మర్షి వశిష్ఠుల వారు "కర్మ సిద్ధాంతం" గురించి ఏమి చెప్పారో చూద్దాం.

కర్మ సిద్ధాంతం

Δ సమస్త పదార్ధాలు ఈ ప్రపంచంలో ఉత్తమ పురుష ప్రయత్నం (కృషి) చేతనే లభిస్తాయి. (వశిష్ఠామృతం-1)

Δ "ఎవడెలా చేసుకుంటాడో అతడు దాని ఫలితాన్ని అలాగే అనుభవిస్తాడు". అందుచేత, చేసుకున్న కర్మ కంటే వేరుగా దైవం కానీ, ప్రారబ్దం కానీ ఏదీ లేదు. (వశిష్ఠామృతం-3)

Δ చేసే కర్మలు శాస్త్ర విరుద్ధమని, శాస్త్ర అనుకూలమని రెండు రకాలుగా వున్నాయి. అందులో శాస్త్ర విరుద్ధాలైన కర్మలు అనర్ధదాయకంగా అంటే 'దుఃఖం' కలిగించేవిగా వుంటాయి. శాస్త్ర అనుకూలమైన కర్మలు పరమార్ధదాయకంగా అంటే 'ముక్తి' కలిగించేవిగా వుంటాయి.

(వశిష్ఠామృతం-4)

Δ పూర్వ జన్మలో చేసుకున్నవి, ఈ జన్మలో చేసుకునేవి అని పురుష ప్రయత్నాలు రెండు రకాలుగా వుంటాయి. అందులో పూర్వజన్మలో చేసుకున్నవి, ఈ జన్మలో చేసుకునే పురుష ప్రయత్నం చేత శీఘ్రంగా జయించబడుతుంది.

(వశిష్ఠామృతం-2)

Δ పూర్వ జన్మలోని పురుష ప్రయత్నాలు (పాపాలు) మరియు ఈ జన్మలో చేసే పురుష ప్రయత్నాలు (ధ్యానసాధన) ... రెండు పొట్టేళ్ళలాగ పరస్పరం యుద్ధం చేసుకుంటాయి. అందులో బలహీనమైనది ఓడిపోతుంది.

(వశిష్ఠామృతం-5)

Δ అందుచేత మానవులు శాస్త్రానుగుణమైన కర్మల ద్వారా (సాధన, స్వాధ్యాయ, సాంగత్యాల) పూర్వజన్మపు పురుష ప్రయత్నం (పాపాలు) జయింపబడేలాగ ప్రయత్నించాలి. (వశిష్ఠామృతం-6)

Δ పూర్వపు అశుభ కర్మలు (పాపాలు) శమించి పోనంత వరకు

ఉత్తమ పురుష ప్రయత్నం (ధ్యానం) ద్వారా ప్రయత్నిస్తూనే వుండాలి.

(వశిష్ఠామృతం-7)

Δ గత దినపు అజీర్ణాది రోగాలు ఈ దినపు ఔషధుల చేత శమించినట్లు తప్పనిసరిగా గత జన్మపు పురుష ప్రయత్నాలు (పాప కర్మలు), ఈ జన్మ పురుష ప్రయత్నమైన 'ధ్యాన' సాధనతో నిస్సందేహంగా నశించిపోతాయి.

(వశిష్ఠామృతం-8)

Δ గాడిద సమానులులా, ప్రయత్న రహితులులా ఎప్పటికీ వుండకూడదు. ఇహలోక సిద్ధి, పరలోక సిద్ధి కోసం ప్రయత్నం చేస్తూనే వుండాలి. (వశిష్ఠామృతం-9)

Δ పురుష ప్రయత్నం చేతనే లక్ష్యాన్ని సాధించిన గొప్పవారి యొక్క దృష్టిని తెలుసుకోలేనివాడు, దైవం నన్ను ప్రేరేపిస్తుందని తలచే వారి ముఖాలను చూచి లక్ష్మి (భోగం) పారిపోతుంది.

(వశిష్ఠామృతం-11)

Δ వాసన (కర్మలు) వాసనా రాహిత్యాలే (కర్మ రాహిత్యాలే) బంధ మోక్షాలకు కారణాలై వున్నాయి.

(వశిష్ఠామృతం-204)

ఈ విధంగా దుఃఖానికి కారణం కర్మలని ఆ కర్మలు మన ప్రయత్నం చేతనే రహితం చేసుకోవాలని, కర్మ రహితమే దుఃఖాల నుంచి బయటపడే మార్గమని అంటే మోక్షాన్ని పొందే మార్గమని చెప్పడం జరిగింది. కర్మ రహితానికి అంటే కర్మలు దగ్ధం కావాలంటే 'ఆత్మజ్ఞానం' పొందటమే ఏకైక మార్గం కనుక. బ్రహ్మర్షి వశిష్ఠుల వారు 'ఆత్మ' గురించి, 'ఆత్మ' యొక్క గొప్పతనం గురించి కూడా వివరించారు. కారణం 'ఆత్మ' యొక్క గొప్పతనాన్ని తెలుసుకుంటేనే 'ఆత్మజ్ఞానం' పొందాలనే కాంక్ష పెరుగుతుంది. ఆయన ఆత్మ గురించి ఏమి చెప్పారంటే!

ఆత్మ యొక్క గొప్పతనం

Δ ఈ 'ఆత్మ' దూరాన లేదు. సమీపాన లేదు, అది అలభ్యం కూడా కాదు. దొరకని ప్రదేశంలోనూ లేదు. ప్రకాశమైన ఈ 'ఆత్మ' మానవునకు తన శరీరము నుంచే లభిస్తుంది. ఈ 'ఆత్మ' తపస్సు, స్నానాదికర్మల ద్వారా లభించదు. 'ధ్యానం'చేతనే లభిస్తుంది. (వశిష్ఠామృతం-31)

Δ లక్షల మీద దేహాలు మరణిస్తూనే వున్నాయి. వాటిని అనుభవించే 'చైతన్యం' (ఆత్మ) అక్షయమై నశింపక ఎప్పటికి అలానే వుంటుంది. (వశిష్ఠామృతం-37)

Δ దేహం నశించినా, గాయం పొందినా, క్షీణించినా 'ఆత్మ'కు ఏ విధమైన హాని లేదు. తోలుతిత్తి కాలిపోయినా అందులోని గాలి నశించదు కదా? (వశిష్ఠామృతం-39)

Δ ఈ 'ఆత్మ'ను దర్శిస్తే సమస్త జగత్తునంతా దర్శించినట్లే. ఈ 'ఆత్మ' గురించి వింటే సమస్తమూ విన్నట్లే ఈ 'ఆత్మ'ను స్పృశిస్తే సమస్త జగత్తునూ స్పృశించినట్లే. ఈ 'ఆత్మ' వుంటే సమస్త జగత్తు వున్నట్లే అవుతుంది. (వశిష్ఠామృతం-66)

Δ ఆహా ఏమి చిత్రం. మానవులు సత్యమైన 'ఆత్మను' అంటే 'బ్రహ్మాన్ని' మరచిపోయారు. అసత్యమైన దేహాన్ని, విగ్రహాన్ని బాగా జ్ఞాపకం వుంచుకుంటున్నారు. (వశిష్ఠామృతం-43)

Δ 'ఆత్మతత్వం' గురించి ఎంత వివరంగా చెప్పినా, చదివినా, ఏం ప్రయోజనం? ఎన్నిసార్లు చెప్పినా, విన్నా "అజ్ఞాన బుద్ధి" కలవాడు. ఆత్మతత్వం యొక్క గొప్పతనాన్ని గ్రహించలేదు. (వశిష్ఠామృతం-217)

Δ 'ఆత్మ' అన్నది ఎవ్వరికి కనిపించదు. చిత్తం నశించిన (మనస్సు శూన్యమైన) వారికే కనిపిస్తుంది. చిత్తం (మనస్సు) 'ధ్యానం' చేతనే నశిస్తుంది. (వశిష్ఠామృతం-65)

Δ సుఖ, దుఃఖ, జననమరణాది భ్రాంతులన్నింటిని నాశనం చేసేది ఒక్క 'ఆత్మ జ్ఞానం' మాత్రమే. (వశిష్ఠామృతం-52)

Δ ఎవరి అంతరంగం 'ఆత్మ'తో ప్రతి కలిసి వుంటుందో అతడు కర్మలు చేసినా హర్షశోకాలకు వసుడు కాడు. (వశిష్ఠామృతం-70)

Δ ఎంతోమంది జీవులు అన్ని దిక్కులు నిండి వున్నారు, కానీ 'ఆత్మజ్ఞానం' కలిగిన వారు చాలా అరుదు. సామాన్య వృక్షాలు సర్వత్రా నిండి వున్నాయి. కానీ కల్పవృక్షం మాత్రం చాలా అరుదు కదా?

(వశిష్ఠామృతం-176)

Δ "ఆత్మజ్ఞానం" అనే పాండిత్యం (దేని ద్వారానైతే మనష్యుడు సంసార చక్రంలో పడిపోడో అదే పాండిత్యం) యొక్క ఫలం ఏమిటంటే 'ఆనందం'. దానికి మించిన సుఖం, ఐశ్వర్యం భూలోకంలో గానీ, స్వర్గలోకంలో గానీ ఎక్కడాలేదు. (వశిష్ఠామృతం-206)

వశిష్ఠుల వారు అలా 'ఆత్మ' యొక్క గొప్పతనం వివరించడమే కాకుండా! అటువంటి 'ఆత్మ'కు సంబంధించిన 'జ్ఞానాన్ని' అనుభవ పూర్వకంగా పొందాలంటే ఏమి చెయ్యాలో కూడా చెప్పడం జరిగింది.

ఆత్మజ్ఞానం పొందాలంటే ?

Δ 'ఆత్మతత్వ' విచారణ ఒక్క క్షణమైనా విడవకూడదు. (వశిష్ఠామృతం-25)

Δ సూర్యుడు ప్రకాశించే తన కార్యాన్ని ఎలా విరమించడో! అలాగే జ్ఞాని ఆత్మ విచారణ నుంచి విరమించడు. (వశిష్ఠామృతం-73)

Δ నేను ఎవడిని? ఈ జగత్తు ఏమిటి? ఇది ఎలా వచ్చింది? ఈ జనన మరణాలు ఎలా కలుగుతున్నాయి? ఈ విధంగా అంతరంగంలో బాగా విచారిస్తూ వుంటే 'ఆత్మ సాక్షాత్కారం' పొందగలుగుతావు. (వశిష్ఠామృతం-71)

Δ "నేను వీరికి చెంది వున్నాను", వీడు మావాడు, "ఈ శరీరమే నేను" లాంటి అజ్ఞానాన్ని ఎవడు జ్ఞానంతో వదిలివేస్తాడో! వాడు ఇంకా ఇంకా ఉత్తమస్థితికి వెళతాడు. (వశిష్ఠామృతం-125)

Δ 'నేను ఆత్మను' అనే భావం ఎల్లప్పుడూ వుంటే నువ్వు పూర్తిగా ఆత్మే అవుతావు. (వశిష్ఠామృతం-102)

Δ గుణవంతులను తిరస్కరించడమే మృత్యువు. వారిని ఆశ్రయించడమే జీవితం. వారి సాంగత్యంలో వున్న జీవితానికి స్మృతి, మోక్ష ఫలాలు చేకూరుతున్నాయి. (వశిష్ఠామృతం-38)

Δ అవిద్య (అజ్ఞానం) యొక్క సగభాగం తత్వవేత్తలయిన మహనీయులతో చేసే పరస్పర సంభాషణల (సాంగత్యం) ద్వారా నశిస్తుంది. పాతికభాగం శాస్త్ర విచారణ (స్వాధ్యాయం)తో నశిస్తుంది. మిగిలిన పాతిక భాగం సాధన ద్వారా ఆత్మానుభవంతో పోతుంది. (వశిష్ఠామృతం-141)

Δ ఎంత బలవంతులైనా కదలకుండా వుంటే మరొక ప్రదేశానికి చేరలేనట్లుగా ప్రయత్నం చేయకపోతే 'విషయ విరక్తిని' ఎవ్వరూ పొందలేరు. (వశిష్ఠామృతం-64)

Δ గొప్ప పురుష ప్రయత్నాన్ని ఆశ్రయించి, పరమాత్మ ఉద్యమం చేపట్టి, శాస్త్రానుసారంగా, నిర్భయంగా, నిశ్చింతగా సాధనలు చేస్తే ఎవడు మోక్షసిద్ధిని పొందకుండా వుంటాడు? (వశిష్ఠామృతం-49)

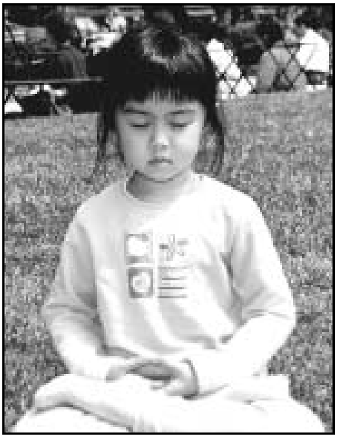
Δ ఉత్తమ సాధనలు, ప్రయత్నాలు అన్నీ సర్వత్రా ఎప్పుడూ ఉత్తమ ఫలాల్నే కలిగిస్తాయి. అందుచేత శుభప్రయత్నం వదలకూడదు. (వశిష్ఠామృతం-50)

Δ గురుబోధ కేవలం శాస్త్ర మర్యాద కోసమే. జ్ఞానప్రాప్తికి అసలు కారణం శిష్యుని శుద్ధ ప్రజ్ఞే. (వశిష్ఠామృతం-114)

Δ సమస్త భూతాలలో తన ఆత్మను, తన ఆత్మలో సమస్త భూతాలను అభేదంగా (ఒకటిగా) ఎప్పుడు చూస్తాడో అప్పుడే జీవుడు ముక్తిని పొందుతాడు. (వశిష్ఠామృతం-136)

అని చెబుతూ బ్రహ్మర్షి వశిష్ఠుల వారు అటువంటి స్థితిని తేలికగా పొందగలిగే మార్గం 'ధ్యానమని' చెప్పడమే కాకుండా 'ధ్యానం' ఎంత గొప్పదో, 'ధ్యానం' చేసే వారు ఎంత గొప్ప కార్యం చేస్తున్నారో! వారు ఎంత గొప్ప ఫలాన్ని పొందగలరో కూడా వివరించడం జరిగింది.

ధ్యానం గొప్పతనం



Δ 'ధ్యానమే' 'ఆత్మ' దేవునికి కానుక. 'ధ్యానమే' ఆ దేవునికి ఇష్టం. 'ధ్యానమే' అతని యొక్క అర్ఘ్యపాద్యాలు, ధ్యానాభి వ్యక్తమయ్యే చైతన్యమే పుష్పం. ఈ రకంగా పూజ అంతా ధ్యానం అని చెప్పబడింది.

(వశిష్ఠామృతం−105)

Δ 'ఆత్మ'ను పూజిస్తే అంటే 'ధ్యానం' చేస్తే 'స్వాత్మ' అనేది తక్షణమే 'బ్రహ్మానందం' అనే గొప్ప వరాన్ని ప్రసాదిస్తుంది. ఈ 'ఆత్మపూజతో' పోలిస్తే రుద్రుడు, శివుడు, ఇంద్రుడు మొదలైన వారి యొక్క పూజ శిథిల తృణం లాగే వ్యర్థమైనదిగా గోచరిస్తుంది. (వశిష్ఠామృతం−145)

Δ అంతరంగంలోని 'ఆత్మదేవుని' ధ్యానించడమే పూజ, ఇది తప్ప వేరొక పూజ లేదు. అందుచేత ముల్లోకాలకు ఆధార భూతుడైన ఆ పరమ 'ఆత్మ'ను 'ధ్యానం' ద్వారా నిత్యం పూజించాలి. (వశిష్ఠామృతం−104)

Δ దేవతలను ధ్యానించే వారు దేవతలనే పొందుతారు. యక్షులను ధ్యానించే వారు యక్షులనే పొందుతారు. బ్రహ్మాన్ని ధ్యానించేవారు బ్రహ్మాన్నే పొందుతారు. అందుచేత ఏది మహా త్తరమైనదో దాన్ని పొంద ప్రయత్నించాలి. (వశిష్ఠామృతం−46)

Δ చిత్త నాశనానికి 'యోగం' 'జ్ఞానం' అనే రెండు మార్గాలు వున్నాయి. (1) యోగం :− వృత్తుల్ని నిరోధించడం, (2) జ్ఞానం:−యదార్ధ దర్శనం. (వశిష్ఠామృతం−81)

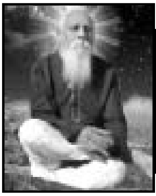
Δ రోగికి ఎలాంటి మందు అవసరమో అలాంటి మందే వెయ్యాలి, అలాగే ఇంద్రియాలను జయించాలి అంటే ధ్యానం తప్ప మరో మార్గం లేదు.

Δ బాహ్యాకారత్వం (బాహ్య సాధనల) వల్ల మానవుడు ఇంద్రియాలను ఎప్పటికీ జయించలేడు. కానీ బ్రహ్మాకారత్వం (అంతర్‌సాధన) వల్ల మానవుడు ఇంద్రియాలను జయించగలడు. (వశిష్ఠామృతం−212)

Δ ఇంద్రియాలను జయించిన వారు, ధైర్యవంతుడు మాత్రమే మనుష్యులనబడతారు. మిగిలిన వారు మాంస నిర్మితాలైన చంచల యంత్రాలు. (వశిష్ఠామృతం–140)

Δ అభ్యాసం ద్వారా అంటే ధ్యాన సాధన ద్వారా అజ్ఞాని కూడా క్రమక్రమంగా 'జ్ఞాని'గా మారుతున్నాడు. పర్వతం కూడా చూర్ణం అవుతుంది. బాణం కూడా అతి సూక్ష్మమైన లక్ష్యాన్ని పొందుతుంది.(వశిష్ఠామృతం–165)

అలా వశిష్టుల వారు 'ధ్యానసాధన' ద్వారా అజ్ఞానాన్ని తొలగించుకుని జ్ఞానాన్ని పొందవచ్చని చెప్పడం జరిగింది. అంతేకాదు **"సాధన, స్వాధ్యాయ సాంగత్యాలే".** జ్ఞాన సముపార్జనకు, మోక్షప్రాప్తికి అంటే దుఃఖ నివారణకు మార్గాలని కూడా చెప్పడం జరిగింది.



ధ్యానం చేసే పద్ధతి శ్వాసమీద ధ్యాస

ఎవరికి తగిన సుఖాసనంలో వారు హాయిగా కూర్చుని... చేతులు రెండూ కలిపి... కళ్ళు రెండూ మూసుకుని... ప్రకృతి సహజంగా జరుగుతున్న ఉచ్ఛ్వాస, నిశ్వాసలను గమనిస్తూ వుండాలి!

మధ్యమధ్యలో అనేకానేక ఆలోచనలు వస్తున్నా వాటిని ఎప్పటికప్పుడు 'కట్' చేస్తూ... మళ్ళీ, మళ్ళీ శ్వాస మీదకే... ధ్యాస మరల్చుతూ వుంటే.. క్రమ క్రమంగా... ఆలోచనా రహిత స్థితి కలుగుతుంది.... చిత్తవృత్తులు నిరోధించబడతాయి... మనస్సు నిర్విషయం, శూన్యం అయిపోతుంది. మనస్సు శాంతిస్తుంది. ఇదే ధ్యాన స్థితి.

ఈ ఆలోచనా రహిత స్థితిలో కలిగే అనేకానేక శారీరక, నాడీ మండల, ఆత్మానుభవాలను గమనిస్తూ వుండాలి. ఆ స్థితిలో విశ్వమయ ప్రాణశక్తి. అపారంగా శరీరంలోకి ప్రవేశించి నాడీ మండలాన్ని శుద్ధి చేస్తుంది. ఆ శక్తి వల్ల రోగాలన్నీ తగ్గుతాయి. నాడీమండల శుద్ధి వల్ల కర్మలు పోతాయి.

ప్రతిరోజూ ఎవరి వయస్సు ఎంతుంటుందో... కనీసం అన్ని నిమిషాలు... తప్పనిసరిగా... రోజుకి రెండు సార్లుగా... ధ్యానం చెయ్యాలి.

సాధన, స్వాధాయ, సాంగత్యాల ప్రాముఖ్యం

వశిష్ఠ మహర్షి

శ్లో॥ ఉపాయ ఏకః శాస్త్రార్థో
ద్వితీయోసమాగమః
ధ్యానం తృతీయం
నిర్వాణేశ్రేష్ఠ స్తత్రోత్తరోర్తరః

(యోగవాశిష్ఠం)

తా:- మోక్ష ప్రాప్తికి అంటే దుఃఖ నివారణకు మూడు ఉపాయాలు వున్నాయి. అవి (1) శాస్త్రార్థ గ్రహణం (స్వాధ్యాయం), (2) జ్ఞానులతో సాంగత్యం, (3) ధ్యానం. వీటిలో ఒక దాని కంటే ఒకటి శ్రేష్ఠమైన ఉపాయాలైవున్నాయి.

దుఃఖ నివారణకు ముఖ్యంగా కావలసినవి మూడే మూడు (1)సాధన, (2) స్వాధ్యాయం, (3) సాంగత్యం. కారణం ఈ ఆధ్యాత్మిక త్రిరత్నాలే మానవులను దుఃఖం నుంచి బయటపడవేసే సోపానాలని వశిష్ఠుల వారే కాదు, ఏ బ్రహ్మజ్ఞాని చెప్పినా ఇదే చెబుతున్నారు. అందుచేత వీటి ప్రాముఖ్యం గురించి శ్రీ ఆదిశంకరాచార్యుల వారు భజగోవిందంలో ఏమి చెప్పారో తెలుసుకుందాం.

శ్రీ ఆదిశంకరాచార్యుల వారు

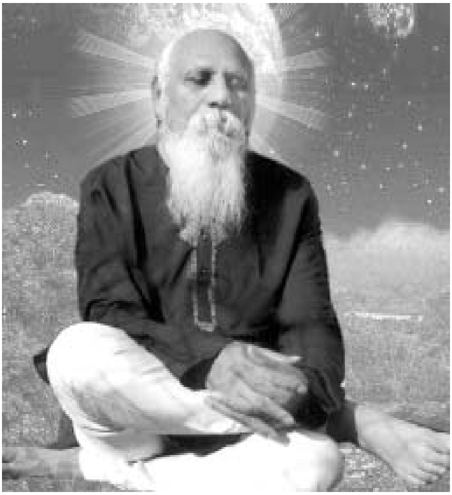
**శ్లో॥ భగవద్గీతా కించి దధీతా
గంగాజల లవ కణికా పీతా।
సకృదపి యేన మురారి సమర్చా
క్రియతా తస్య యమేన న చర్చా॥**

తా:- "ఎవరైతే భగవద్గీతను కొంచెమైనా అధ్యయనం చేస్తారో, ఎవరైతే 'గంగాజలాన్ని'

కనీసం ఒక్క బొట్టైనా పానం చేస్తారో, ఎవరైతే ఆత్మజ్ఞానులతో కనీసం ఒక్క పర్యాయమైనా చర్చిస్తారో అలాంటి వారిని గురించి యముడు ఇక పట్టించుకోడు".

శ్రీ ఆదిశంకరాచార్యులు వారు భోధించిన సందేశానికి చక్కటి వివరణ బ్రహ్మర్షి పత్రీజీ ఇవ్వడం జరిగింది.

బ్రహ్మర్షి పత్రీజీ వివరణ



"ఆత్మజ్ఞానంతో కూడిన, ఆత్మానుభవంతో వ్రాయబడిన, ఆధ్యాత్మిక గ్రంథాల్ని కొంచెమైనా చదవాలి.

"ధ్యాన స్థితిలో, సమాధిలో వున్నప్పుడు ఖేచరీముద్ర ద్వారా లాలాజలం విశ్వశక్తితో ఏకమై అమృత బిందువులుగా మారినప్పుడు, ఆ గంగాజలాన్ని ఒక్క బొట్టు అయినా త్రాగాలి", అంటే 'అనునిత్య ధ్యానం' కొంతైనా చేయాలి.

"అలాగే ఎవరైతే కొంతైనా సజ్జన సాంగత్యం చేస్తారో! అలాంటి వారు మరణించిన తరువాత వారు 'ఈ భూమండలం నుంచి నిష్క్రమించి ఊర్ధ్వలోకాలకు చేరినప్పుడు, వారిని నిలబెట్టి 'గద్దించేవారు' ఎవ్వరూ వుండరు. అంటే 'చర్చ చేసేవారు' ఎవ్వరూ వుండరు.

ఆధ్యాత్మిక శాస్త్ర త్రిరత్నాలైన ధ్యాన, స్వాధ్యాయ, సజ్జన సాంగత్యాలనే మూడింటిని చక్కటి పదాలలో అద్భుతంగా వివరించారు శ్రీ శంకరాచార్యుల వారు అని పత్రీజీ చెప్పడం జరిగింది.

అలా ఏ మహాత్ములు, బ్రహ్మజ్ఞానులు చెప్పినా ఒక్కటే చెపుతున్నారు.

దుఃఖ నివారణకు అవసరమైన 'ఆత్మజ్ఞానం' పొందాలంటే (1)స్వాధ్యాయం, (2) సాంగత్యం, (3) సాధన ఈ మూడు తప్పనిసరి అని చెబుతున్నారు.

కారణం జ్ఞానవంతమైన పుస్తకాలు అధ్యయనం ద్వారా జ్ఞానం గురించి తెలుసుకోగలుగుతాం. అలాగే ఆత్మజ్ఞానులతో సాంగత్యం ద్వారా తెలుసుకున్న దాన్ని బాగా అర్థం చేసుకోగలుగుతాం. వాటితో పాటు ధ్యానసాధన విశేషంగా చెయ్యడం ద్వారా తెలుసుకున్న దానిని అనుభవంలోకి తెచ్చుకోగలుగుతాం. ఆ రకంగా 'ఆత్మజ్ఞానాన్ని' అనుభవపూర్వకంగా పొంది దుఃఖం నుంచి పూర్తిగా బయటపడి శాశ్వతంగా ఆనందాన్ని పొందగలుగుతాం.

అందుకే వశిష్ఠుల వారు ఈ విధంగా చెప్పడం జరిగింది.

శ్లో॥ యథా మయోపదిష్టోసి యథా పశ్యసి శాస్త్రతః
యథానుభవసి శ్రేష్ఠమేకవాక్యం తథా కురు.

తా:– ఓ రామచంద్రా! నేను నీకు ఏదైతే ఉపదేశించానో! శాస్త్రాల ద్వారా నువ్వు ఏదైతే తెలుసుకున్నావో! స్వానుభవంతో నువ్వు దేన్నైతే చూస్తున్నావో! ఈ మూడింటినీ ఒకే వాక్యంగా చేయాలి. (గురువాక్యం, శాస్త్రబోధ, స్వానుభవం అనే ఈ మూడూ ఏకార్థం కలిగి వుండటమే యదార్థ తత్త్వానుభవం యొక్క చిహ్నం)

అంటే జ్ఞానుల సాంగత్యం ద్వారా ఏదయితే తెలుసుకున్నామో! జ్ఞానం గురించి పుస్తకాల ద్వారా ఏదయితే అధ్యయనం చేసామో! దానినే ధ్యాన సాధన ద్వారా అనుభవంలోకి తెచ్చుకోగలగడమే ఆత్మానుభవం పొందడమంటే.

అలా ధ్యాన సాధన, స్వాధ్యాయం, సాంగత్యం విశేషంగా చెయ్యడం ద్వారా, ఎవరైనా, ఎటువంటి వారైనా 'ఆత్మజ్ఞానం' పొందవచ్చని చెప్పడం జరిగింది.

బుద్ధభగవానుడు

పై వాటితో పాటు ఆత్మజ్ఞానం సంపాదించాలనుకునే వారి ప్రవర్తన ఎలా వుండాలో బుద్ధ భగవానుడు "బ్రహ్మవిహారాలు" ద్వారా తెలియజేయడం జరిగింది. అవి నాలుగు (1) మైత్రి, (2)కరుణ, (3)ముదితం, (4)ఉపేక్ష.

సహజంగా సమాజంలో రెండు రకాలుగా జీవించే వారు వున్నారు. (1) ప్రాపంచికంగా జీవించేవారు అంటే దేహం నేను అని భావిస్తూ జీవించేవారు, (2) ఆధ్యాత్మికంగా జీవించే వారు అంటే నేను ఆత్మను అన్న భావంతో జీవించేవాడు.

అందుచేత ఆత్మజ్ఞానం పొందాలనుకునేవారు

1) మైత్రి :- అంటే ప్రాపంచికంగా అంటే ధనం విషయంలో కానీ, మరే ఇతర విషయాలలోకానీ తమకన్నా ఉన్నతంగా ఉండేవారిపై అసూయ పడకూడదు, వారితో స్నేహపూర్వకంగా మెలగాలి.

2) కరుణ :- అంటే ప్రాపంచికంగా తనకన్నా తక్కువ స్థితిలో ఉన్నవారి పట్ల చులకనభావం వుండకూడదు. అవమానించకూడదు. కరుణ చూపించాలి, దయ కలిగి వుండాలి.

3) ముదితం :- అలాగే ఆధ్యాత్మికంగా తనకన్నా ఉన్నతంగా ఉండేవారిని చూసి సంతోషించాలి. అంతే కానీ ద్వేషించకూడదు.

4) ఉపేక్ష :- అలాగే ఆధ్యాత్మికంగా తనకన్నా తక్కువగా వున్నవారి పట్ల సాక్షీభూతంగా వ్యవహరించాలి. వారి మానాన వారిని వదిలివేయాలి. అంతేకానీ వారిని విమర్శించకూడదు. వారిలోపాలను ఎత్తి చూపకూడదు.

అలా ఎవరైతే బుద్ధ భగవానుడు బోధించిన బ్రహ్మ విహారాలు పాటిస్తూ త్రికరణ శుద్ధితో (1) ధ్యానసాధన చేస్తూ, (2) జ్ఞానవంతమైన పుస్తకాలు చదువుతూ, (3) ఆత్మజ్ఞానానికి సంబంధించిన సందేశాలు, బోధలు వింటూ వుంటారో! వారు అనతి కాలంలోనే ఆధ్యాత్మికంగా ఎదుగుతూ వుంటారు. అంటే వారిలో 'ఆత్మజ్ఞానం' పెరుగుతూ వుంటుంది.

అలా జ్ఞానం పెరిగే కొద్దీ వారికి కొన్ని అతీంద్రియ అనుభవాలు,

శక్తులు, సిద్ధులు కూడా కలగవచ్చు. కొంతమందికి కలగకపోవచ్చు కూడా. కొంతమందికి కొన్ని మాత్రమే కలగవచ్చు.

1) అనుభవాలు :- దివ్యనేత్రం తెరచుకోవడం, సూక్ష్మశరీరయానం చేయగలగడం, మాష్టర్ల సందేశాలు వినగలగడం, గత జన్మలు చూసుకోగలగడం, దివ్యశ్రవణం లాంటివి.

2) శక్తులు :- హిప్నటిజం, మెస్మరిజం, వాంటరిజమ్, మెటల్లోథెరపీ, బ్లాక్ మ్యాజిక్, యానిమల్ మ్యాజిక్, మాగ్నటిజం లాంటివి.

3) సిద్ధులు :- అణిమ, మహిమ, లఘిమ, గరిమ, ప్రాప్తి, ప్రాకామ్యం, ఈశత్వం, వశత్వం.

అలా వారు చేసే సాధనా తీవ్రతను బట్టి, వారి ఆధ్మాతిక ఎదుగుదలకు అంటే జ్ఞాన సముపార్జనకు కావలసిన కొన్ని శక్తులు, సిద్ధులు సహజంగానే ఈ సృష్టిలో ఇవ్వబడుతూ వుంటాయి. ఆ శక్తులు తన జ్ఞాన విస్తరణ కోసమే కానీ, స్వార్థ ప్రయోజనాల కోసం మాత్రం కాదు. అంటే అవి ప్రదర్శించి, చెప్పుకుని తాను గొప్పవాడినని నిరూపించుకోవడానికి మాత్రం కాదని తెలుసుకోవాలి.

కానీ ఎవరైతే అటువంటి అనుభవాలు, శక్తులు ఆధ్యాత్మిక ఎదుగుదలకు కాకుండా ప్రాపంచిక లాభాల కోసం వినియోగిస్తారో! గొప్పతనం కోసం ప్రదర్శిస్తూ వుంటారో, గొప్పలు చెప్పుకుంటూ వుంటారో! వారు ఆ శక్తులు కోల్పోయే ప్రమాదం కూడా వుంది.

కానీ అలా సంక్రమించిన శక్తులను ఎవరైతే జ్ఞాన వృద్ధికి ఉ పయోగించుకుంటారో వారు ఆధ్యాత్మికంగా అంటే ఆత్మపరంగా ఇంకా ఎదుగుతూ వుంటారు.

అలా ఆధ్యాత్మికంగా ఎదుగుతున్న వారికి శక్తి కూడా పెరుగుతూ వుంటుంది. అలా ఎదిగే కొద్దీ... వారి శరీరంలోని చక్రాలు ఒక్కొక్కటిగా ఉత్తేజితమవుతూ వుంటాయి. అంటే వారు ఎదిగే కొద్దీ వారి శక్తులు పెరిగే కొద్దీ వారి పనులు, ప్రవర్తన మారుతూ వుంటుంది. అలా వారి ప్రవర్తన మారే కొద్దీ, వారు చేస్తూన్న పనులను బట్టి వారు ఈ చక్ర స్థితిలో వున్నారు. వారిలో ఈ చక్రం చైతన్యవంతమయ్యింది అని పెద్దలు చెపుతూంటారు.

అలా ఆధ్యాత్మికంగా ఎదుగుతూ వున్నప్పుడు అంటే జ్ఞానం

పెరుగుతున్నప్పుడు ఒకవేళ వారి భౌతిక శరీరం వదలవలసి వస్తే... వారు ఉన్నత లోకాలకు చేరుకుంటారు. అలా వారి వారి జ్ఞాన పరిధిని బట్టి రకరకాల ఉన్నత లోకాలకు చేరుకుంటారు. భూమి మీద వారి సాధనలను బట్టి, వారి ఎదుగుదలను బట్టి, వారి యొక్క జ్ఞాన స్థితిని బట్టి, వారి మనోమయ కోశం, కారణమయ కోశం మహాకారణమయ, నిర్వాణమయ కోశాలలో సహజంగా వుండే రెండు పోగుల డి.ఎన్.ఎ. నుండి పన్నెండు పోగుల డి.ఎన్.ఎ. వరకు ఉన్నతీకరించబడుతుంది.

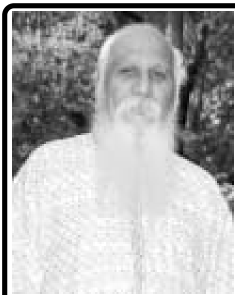
ఆ తరువాత వారు భూమి మీద భౌతిక శరీరం తీసుకున్నప్పుడు వారి భౌతిక శరీరంలోని కణజాలంలోని డి.ఎన్.ఎ. (డి.ఎన్.ఎ. అంటే శరీరంలో, మెదడులో వున్న కణాలలోని క్రోమోజోములపై ఉండే పోగులు) కూడా సూక్ష్మలోకాలలో ఉన్నతీకరించబడిన స్థాయికి అంటే అక్కడ ఎన్ని పోగులు స్థాయికి ఉన్నతీకరించబడిందో అదే స్థాయికి ఇక్కడ అంటే భూలోకంలో కూడా ఉన్నతీకరించబడుతుంది.

అంటే భూలోకంలో సాధన, స్వాధ్యాయం, సాంగత్యాల ద్వారా ఆత్మజ్ఞానం పెంచుకున్న వారికి తద్వారా శరీరాన్ని శక్తివంతం చేసుకున్న వారికి మాత్రమే ఉన్నత లోకాలలో సూక్ష్మ శరీరాలలోని డి.ఎన్.ఎ.లో మార్పు జరిగి తదనుగుణంగా భూమి మీద భౌతిక శరీరంలో కూడా డి.ఎన్.ఎ.లో మార్పులు జరుగుతాయి. అంటే ఆత్మజ్ఞానం పెరిగే కొద్దీ మాంసమయ శరీరం మంత్రమయ శరీరంగా మారుతూ వుంటుంది. ఆత్మజ్ఞానం పొందే కొద్దీ మానవునిలో చక్రాలు, డి.ఎన్.ఎ. కాకుండా ఇంకా అనేక రకాల మార్పులు జరుగుతూ వుంటాయి. గుణం మారుతుంది, శక్తులు పెరుగుతాయి, దానికి తగ్గట్టుగా పనులు వుంటాయి. అందుకే సదానంద యోగి, పత్రీజీని "మాంస పిండాన్ని మంత్ర పిండంగా చేసుకోవాలి" అన్నారు.

అంటే జ్ఞానం పెరిగే కొద్దీ వారు స్వార్థం వదిలి నిస్వార్థంగా జీవిస్తుంటారు. వారిలో లోభగుణం పోయి దానగుణం కలుగుతుంది. వారిలో అసూయ, ద్వేషం పోయి ప్రేమ పెరుగుతూ వుంటుంది. వారిలో కాఠిన్యం పోయి కరుణ పెరుగుతూ వుంటుంది. వారిలో హింస తగ్గి దయ పెరుగుతూ వుంటుంది. వారిలో అధర్మం పోయి ధర్మం, అన్యాయం పోయి

న్యాయం, అసత్యంలోంచి సత్యంలోకి, ఇలా వారి ప్రవర్తన, పనులు మారిపోతూ వుంటాయి.

వారికి తమకంటూ కోరికలు వుండవు. ఆశలు వుండవు. తమకున్న సమస్యలు గురించి, కష్టాలు గురించి పట్టించుకోరు. ఎటువంటి పరిస్థితులు జీవితంలో ఏర్పడినా చలించరు. అన్నిటిని అంటే మానావమానాలను, జయాపజయాలను నిందాస్తుతులను సమానంగా స్వీకరిస్తూ వుంటారు. త్రికరణ శుద్ధి కలిగి వుంటారు. దేహ విషయములకు, దేహ లాభాలకు ప్రాముఖ్యం ఇవ్వరు. ఆత్మవిషయాలకు ఆత్మ లాభాలకు ప్రాముఖ్యం ఇస్తూ వుంటారు. సంసారానికి, సంపాదనకు ప్రాముఖ్యం ఇవ్వరు. సమస్యల గురించి ఆందోళన చెందరు. సాధనకే ప్రాముఖ్యం ఇస్తూంటారు.



ప్రశ్న : ధ్యాన శక్తితో మన దేహంలోని రెండు పోగుల డి.ఎన్.ఎ. పన్నెండు పోగుల డి.ఎన్.ఎ.గా అభివృద్ధి చెందడం సాధ్యమేనా?

పత్రీజీ : సాధ్యం! అయితే అది మనం చేసే ధ్యాన, స్వాధ్యాయ, సజ్జన సాంగత్యాలను బట్టి వుంటుంది. ఆత్మ పరిణామ క్రమంలోని అతి సాధా రణ మానవ స్థాయి అయిన రెండు పోగుల పరిమిత డి.ఎన్.ఎ. నుంచి రకరకాల జీవిత అనుభవాలు సారంతో ఉచ్ఛ స్థితికి చేరిన 12 పోగుల డి.ఎన్.ఎ. తో కూడిన అధి మానవ (హైయర్ యూనివర్శల్ మాన్) స్థాయికి ఎదగడమే మానవ జీవిత లక్ష్యం.

ఆ లక్ష్య సాధన దిశగానే మనం చేసే వివిధ సాధనలను బట్టి ముందు సూక్ష్మలోకాల్లో మన మనోమయ, కారణమయ, మహాకారణమయ మరి నిర్వాణమయ కోశాలు అన్నీ కూడా 12 పోగుల డి.ఎన్.ఎ.స్థాయికి ఉన్నతీకరించబడుతాయి. ఆ తరువాతే భూలోకంలో వున్న మన భౌతిక దేహ కణజాలాల్లోని క్రోమోజోములపై ఉన్న డి.ఎన్.ఎ. కూడా రెండు పోగుల నుంచి 12 పోగులకు ఉన్నతీకరించబడి మనం బహుముఖ ప్రజ్ఞాశాలులుగా విరాజిల్లడం ప్రారంభమవుతుంది.

ఇలా జ్ఞానం పెరిగే కొద్దీ వారి ప్రవర్తనలో విపరీతమైన మార్పులు వస్తాయి. వారు తమ తమ కుటుంబ లాభాలు కంటే సమాజం, సమాజంలోని ఇతరుల లాభాల కోసమే ఎక్కువ ప్రాముఖ్యం ఇస్తూంటారు. తమ ధనం, సమయం, వాక్కు, ఆఖరికి జీవితం కూడా లోకుల కోసం, లోక కళ్యాణం కోసం వినియోగిస్తూ వుంటారు. తాము జ్ఞానవంతులు కావడమే కాదు. తమతో పాటు అందరూ జ్ఞానవంతులు కావాలని తపన పడుతూ వుంటారు. అందరినీ జ్ఞానవంతులను చేయటానికి కృషి చేస్తూ వుంటారు. తమ ఆనందం కంటే ఇతరుల ఆనందం కోసం ఎక్కువ ప్రాముఖ్యం ఇస్తూంటారు.

ఇటువంటి ప్రవర్తన ఎవరిలో వుంటుందో వారిలో జ్ఞానం పెరుగుతుందని మనం తెలుసుకోవచ్చు. వారి ప్రవర్తన ఎంత ఎక్కువ ఈ రకంగా వుంటే వారిలో అంత ఎక్కువ జ్ఞానం వుందని మనం భావించవచ్చు.

అలా వారు లోక కళ్యాణకరమైన పనులు చేస్తున్నప్పుడు, కార్యక్రమాలు నిర్వహిస్తున్నప్పుడు, బోధలు చేస్తున్నప్పుడు, పై లోక వాసులు అంటే నక్షత్ర లోక వాసులు వారికి మిత్రులవుతారు. అడగకుండానే భూమి మీద వీరు చేసే మంచి పనులకు, నిర్వహించే కార్యక్రమాలకు పైలోక వాసులు సహకారం అందిస్తూ వుంటారు. అన్ని రకాలుగా సహకారం చేస్తూంటారు.

అలా వారు తమ జ్ఞానాన్ని, ఇంకా ఇంకా పెంచుకునేందుకు సహకరిస్తూ వుంటారు. అలా నక్షత్ర లోక వాసుల అంటే పై లోక వాసుల సహకారంతో తమకు సంక్రమించిన శక్తులతో వారు తమ జ్ఞానాన్ని ఇంకా, ఇంకా పెంచుకోగలుగుతారు. ఇంకా ఇంకా గొప్ప స్థితికి ఎదిగి పరిపూర్ణ జ్ఞానులు కాగలుగుతారు. నరుడుగా వున్నవారు నారాయణుడు కాగలుగుతారు. దుఃఖాన్ని పూర్తిగా అధిగమించగలుగుతారు. దుఃఖం వున్నా ఆనందంగా జీవించగలుగుతారు. భూమి మీద వున్నప్పుడే ముక్తిని పొందగలుగుతారు. అటువంటి వారినే జీవన్ముక్తులు అంటారు. అంటే జీవించి వుండగానే ముక్తిని పొందిన వారని అర్థం. అంటే దుఃఖాన్ని

నివారించుకున్నారని అర్థం.

ముఖ్యంగా ఇక్కడ మనం గమనించవలసినది ఆ రకంగా జ్ఞానం సంపాదించుకున్నప్పుడే... మన ప్రవర్తన మారినపుడే మన పనులు, మాటలు ఆ రకంగా వున్నప్పుడే... మన చక్రాలు ఓపెన్ అయినట్టు, మన డి.ఎన్.ఎ.లో మార్పులు వచ్చినట్టు, మనకు శక్తులు వచ్చినట్టు. ఈ మార్పులు ఆధ్యాత్మిక ఎదుగుదలకు ఆత్మజ్ఞానాభివృద్ధికి నిదర్శనాలని తెలుసుకోవాలి. అంతేకానీ ఏదో కొద్ది రోజులు ధ్యానం చేసినంత మాత్రాన, మనకు అవి సంక్రమిస్తాయని భావిస్తే మనకన్నా అవివేకులు ఎవరూ వుండరు.

అలా ఆత్మజ్ఞానం పొందిన వారి స్థితి ఎలా వుంటుందో! వారి ప్రవర్తన ఎలా వుంటుందో! వారి జీవన విధానం ఎలా వుంటుందో! చాలా మంది మహాత్ములు, యోగీశ్వరులు చెప్పడం జరిగింది. అటువంటి వారిలో కొంతమంది బోధించిన విషయాలు మనం తెలుసుకుందాం.

బ్రహ్మర్షి పత్రీ గారి రచనలు (పాకెట్ బుక్స్)

1) ఆనాపానసతి	- రూ.8/-	9) సత్యసాయిబాబా	- రూ.8/-
2) ధ్యానం వలన లాభాలు	- రూ.8/-	10) యోగివేమన	- రూ.8/-
3) ధ్యానానుభవాలు	- రూ.8/-	11) గౌతమబుద్ధుడు	- రూ.8/-
4) ఆత్మ విజ్ఞానం	- రూ.8/-	12) శ్రీ కృష్ణ సందేశం	- రూ.10/-
5) సంకల్పశక్తి	- రూ.8/-	13) భజగోవిందం	- రూ.10/-
6) వాక్‌క్షేత్రం	- రూ.8/-	14) వీరబ్రహ్మేంద్రస్వామి	- రూ.10/-
7) లేదు మరణం	- రూ.8/-	15) పిరమిడ్ అద్భుతశక్తి	- రూ.10/-
8) పతంజలి ధ్యానశాస్త్రం	- రూ.8/-	16) జీసస్ క్రైస్ట్	- రూ.10/-

పుస్తకముల కొరకు : **తటవర్తి వీర రాఘవరావు,**
తటవర్తివారి వీధి, భీమవరం-1. ప॥గో॥జిల్లా.
సెల్ : 9490171853, 9440309812

ఆత్మ జ్ఞానం పొందిన వారి స్థితి

వశిష్ఠ మహర్షి

Δ జీవన్ముక్తులకు (ఆత్మజ్ఞానం పొందిన వారికి) కూడా సామాన్యులలాగే దేహం, దేహ ధర్మంతో కూడే వుంటుంది. కానీ, ఆ దేహంలోని చిత్తం మాత్రం వారికి సదా నిశ్చలంగా, నిర్వికారంగా వుంటుంది. (వశిష్ఠామృతం-203)

Δ "నాది, నీది, ఇతరులది" ఇలాంటి భావాలు ఎవరికి నశిస్తాయో అతడే నిజంగా సత్యాన్ని చూసినవాడు, జ్ఞాన నేత్రం కలిగినవాడు.

(వశిష్ఠామృతం-145)

Δ ఆత్మజ్ఞానికి భార్య, పుత్రులు, ధనం లాంటి వాటి మీద మమకారం లేనివాడై ఆత్మయందే సంతుష్టుడై వుంటాడు. (వశిష్ఠామృతం-85)

Δ జీవన్ముక్తులైన వారు కోరికలు లేనివారై, ప్రాప్తించిన వాటితో తృప్తి చెంది, విజ్ఞతతో మనస్సును స్వాధీనంలో వుంచుకుని ఈ దేహంతో విహరిస్తూ వుంటారు. (వశిష్ఠామృతం-54)

Δ అందుకే ఎవరి యొక్క సమస్త కార్యాలు, కామ సంకల్ప వర్జితాలై (కోరికలు లేకుండా, ఫలితం ఆశించకుండా) వుంటాయో! ఎవడు యధా ప్రాప్తాలైన వాటి యందే విహరిస్తూ వుంటాడో! అతడే విశ్రాంతి పొందిన వాడని చెప్పబడుతుంది. (వశిష్ఠామృతం-218)

Δ ఎవరి వలన లోకానికి భయం లేదో! లోకం వలన ఎవరికి

భయం లేదో! ఎవరు హర్ష, క్రోధ, భయరహితులో! వారు జీవన్ముక్తులని పేర్కొనబడతారు. అంతే కాదు ఆత్మజ్ఞానం పొందిన వారు (1) మహాకర్తగా, (2) మహాభోక్తగా, (3) మహాత్యాగిగా, (4) మహాసమత్వం కలిగి వుంటాడు. (వశిష్ఠామృతం–34)

Δ **మహాకర్త :** ఎవరు సర్వత్రా ఆసక్తిరహితుడై సాక్షి స్థితి పొంది వుంటాడో! కార్యాలలో ఇష్టం లేని వాడిలా ప్రవర్తిస్తాడో అతడే "మహాకర్త". (వశిష్ఠామృతం–119)

Δ **మహాభోక్త :** ఎవరైతే ఇంద్రియాలతో విషయాలను గ్రహిస్తున్నా ఏమీ గ్రహించనట్లు వుంటాడో! ఎలాంటి క్రియలను ఆచరిస్తూ పనులు చేస్తున్నా ఏమీ చేయనట్లు వుంటాడో! ఏమి భుజించినా, ఏమీ భుజించనట్లు వుంటాడో అతడే "మహాభోక్త". (వశిష్ఠామృతం–120)

Δ **మహాత్యాగి :** ఎవరు సమస్త కోరికలనూ, సమస్త సంశయాలను, సమస్త చేష్టలను, సమస్త నిశ్చియాలతో బుద్ధి ద్వారా పూర్తిగా వదలి వేస్తాడో అతడే "మహాత్యాగి". (వశిష్ఠామృతం–121)

Δ **మహా సమత్వం :** మనస్సును బాహ్య పదార్థాల నుంచి మరలించి ఆత్మలోలయింప చేస్తూ, దృశ్యాన్ని కొంచెం అయినా భావించ కుండా వుంటే అదే "మహా సమత్వం". అతడే ముక్తిని పొందినవాడు. (వశిష్ఠామృతం–124)

Δ ఆత్మజ్ఞాని ఆత్మ విరుద్ధాలైన కర్మలలో 'శవం లాగ నిర్లింప్తంగా వుంటాడు'. ఆత్మకర్మలు, ఆత్మ విచారణ యందు ఆదిశేషుడు లాగ, బృహస్పతిలాగా వుంటాడు. (వశిష్ఠామృతం–219)

Δ ఆత్మజ్ఞాని సహజ స్వభావంతో నిరంతరం పరోపకార విషయాలలో ప్రవర్తిస్తాడో! అతడే 'సాధువు' అని చెప్పబడుతుంది. అలాంటి వారి ఆచరణ సర్వ జనులకు ప్రమాణమవుతుంది. (వశిష్ఠామృతం–223)

Δ ఆత్మజ్ఞానికి శిలలు కూడా మిత్రులే. వనవృక్షాలు కూడా

బంధువులే. వనం మధ్యలో వున్నప్పుడు మృగాలు కూడా స్వంత వారిలా కనిపిస్తాయి. (వశిష్ఠామృతం–185)

Δ ఆత్మజ్ఞానికి అసమాధి స్థితే సమాధి! దుఃఖమే మహా సుఖం! వ్యవహారమే ఉత్తమ మౌనం! కర్మలే మహా అకర్మత్వం. (వశిష్ఠామృతం–186)

Δ కర్మలో అకర్మత్వాన్ని, అకర్మలో కర్మత్వాన్ని చూస్తూ, యదార్థ చిద్రూప స్థితిని కలిగి శాంతంగా, సుఖపూర్వకంగా వుంటారు. (వశిష్ఠామృతం–138)

Δ ఏది సమస్త ప్రాణులకు రాత్రిగా వుంటుందో (ఆధ్యాత్మిక వ్యవహారాలు) అది యోగులకు పగలు. ఏదైతే సమస్త జీవులకు పగలో (ప్రాపంచిక వ్యవహారాలు) అది యోగులకు రాత్రి.(వశిష్ఠామృతం–146)

Δ దారిలో అకస్మాత్తుగా తటస్థపడిన ఏదేని గ్రామము యొక్క వ్యవహారాలను బాటసారులు ఏ విధంగా రాగరహితులై చూస్తారో ఆ విధంగానే జ్ఞానులు లోక వ్యవహారాలైన పనులను రాగరహితులై చూస్తారు. (వశిష్ఠామృతం–48)

Δ ఇది అంతా బ్రహ్మము కాదు అనే భావనే అజ్ఞానం. ఇది అంతా బ్రహ్మము అనే భావనే జ్ఞానం. (వశిష్ఠామృతం–86)

Δ అందుకే ఆత్మతత్వం తెలిసినవాడు అంతా నేనే అనే భావం కలిగి వుంటాడు. అందుచేత ఈ ప్రపంచంలో వేరు వేరుగా కనిపిస్తున్న వాటన్నిటి గురించి, నశించిపోయే దేహాదులు గురించి విరుద్ధభావాలు, అహంభావాలు లేనివాడై ఆనందాన్ని పొందుతుంటాడు. (వశిష్ఠామృతం–67)

Δ ఆత్మోదయం పొందిన మహాత్ముడు బాహ్యంలో నెమలి ఈక కొనలాగ చెంచలంగానూ, అంతరంలో మేరు పర్వతంలా వుంటాడు. (వశిష్ఠామృతం–78)

Δ అంతేకాదు కర్మలలో ద్వైతాన్ని ఆశ్రయించి కేవలం భావంలోనే అద్వైతాన్ని ఆశ్రయిస్తాడు. (వశిష్ఠామృతం–61)

Δ లోకంలో తండ్రికి పిల్లలు ఏ విధంగా జాలి పొందదగిన వారవుతారో! అలాగే ఆత్మతత్వం పొందిన మహాత్మునికి మహా, మహా శ్రీమంతులు కూడా జాలి పొందదగినవారే అవుతారు. (ఏమి తెలియని పిల్లల మీద ఎలా జాలి పడతామో అలాగే జ్ఞానులు ధనాన్ని చూసి, సంపదలను చూసి మురిసిపోయే వారి మీద జాలిపడతారు) (వశిష్ఠామృతం–72)

Δ జ్ఞాని తన పూర్వకాలంలోని సంసార స్థితిగతులను తలచుకుని, ప్రశాంతంగా నవ్వుకుంటూ వుంటాడు? అలాగే అజ్ఞానుల్ని, భ్రమకు లోనైన వారిని చూసి లోపల చిరునవ్వుతో వర్తిస్తాడు. (వశిష్ఠామృతం–191)

Δ చెప్పులు తొడుగుకున్న వాడికి లోకమంతా తోలుతో కప్పబడినట్లే, మనస్సు ఆత్మతో పరిపూర్ణమవుతే జగత్తు అంతా ఆనందామృతరసంతో పరిపూర్ణమవుతుంది. (వశిష్ఠామృతం–63)

ధ్యాన సాధన చేసే వారి ప్రవర్తన పూర్తిగా పై విధంగా వున్నట్లయితే వారు 'ఆత్మజ్ఞానం' అనుభవపూర్వకంగా పొందినట్టే.

అలా ఎవరి ప్రవర్తనలోనైనా కొద్దిపాటి మార్పు వచ్చినా వారు సాధనలో పురోగతి సాధిస్తూన్నట్టే. వారి సాధన సరైన క్రమంలో సాగుతున్నట్టే లెక్క. అటువంటి వారు సాధనను తీవ్రతరం చేసి, ఆహార నియమాలు పాటిస్తూ సాధన స్వాధ్యాయ, సాంగత్యాలు క్రమం తప్పక చేస్తుంటే! తప్పనిసరిగా ఈ జన్మలో 'పూర్ణజ్ఞానం' పొందే అవకాశం వుంది. అందుచేత వశిష్టుల వారు బోధించిన విధంగా కృషి చేద్దాం. ఆత్మజ్ఞానులు అవుదాం, దుఃఖం నుండి శాశ్వతంగా బయటపడదాం.

శ్రీకృష్ణ భగవానుడు

శ్రీ కృష్ణభగవానుడు కూడా ఆత్మజ్ఞాని లక్షణాలు, ప్రవర్తన గురించి చెప్పడం జరిగింది. ఆయన ఏమి చెప్పారంటే!

శ్లో॥ అమానిత్వమదమ్భిత్వమహింసా క్షాన్తిరార్జవమ్
ఆచార్యోపాసనం శౌచం స్థైర్యమాత్మవినిగ్రహః (భ.గీ.13-8)

తా:- తన్ను తాను పొగడుకొనకుండుట (మనసులో కాని, మాటలతో కాని) డంబము లేకుండుట. పరప్రాణులను బాధింపకుండుట (జీవహింస, మాంస భక్షణ చేయకుండుట) ఓర్పు కలిగి వుండుట, ఋజుత్వము కలిగి వుండుట అంటే కుటిల స్వభావము లేకుండుట, బాహ్య, అంతర శుద్ధి (మంచి గుణాలు) కలిగి వుండుట, మనస్సును (ధ్యానం ద్వారా) బాగుగా నిగ్రహించుట.

శ్లో॥ ఇన్ద్రియార్థేషు వైరాగ్యమనహంకార ఏవ చ
జన్మ మృత్యుజరావ్యాధిదుఃఖదోషానుదర్శనమ్ (భ.గీ.13-9)

తా:- ఇంద్రియ విషయము అంటే శబ్దము (చెవులు), స్పర్శ (చర్మము), రూపము (కళ్ళు), రసము (నాలుక), గంధము (ముక్కు) మొదలగు ఇంద్రియ సుఖములందు విరక్తి కలిగి వుండుట, అహంకారం లేకుండుట, పుట్టుక, చావు, ముసలితనము, రోగము అను వాటి వలన కలుగు దుఃఖమును, దోషమును మాటి మాటికీ తలచుకొనకుండుట.

శ్లో॥ ఆసక్తి రనభిష్వఙ్గః పుత్రదారగృహాదిషు
నిత్యం చ సమచిత్తత్వమిష్టానిష్టోపపత్తిషు (భ.గీ.13-10)

తా:- పుత్రులు (సంతానము) భార్య, ఇల్లు, మున్నగు వాని యందు ఆసక్తి లేకుండుట, మరియు వారికి కలుగు సుఖదుఃఖములు తనకే కలిగినట్లు భావింపకుండుట. ఇష్టమైనవి, అయిష్టమైనవి సంప్రాప్తించినపుడు సమ బుద్ధి కలిగి వుండుట.

శ్లో॥ మయి చానన్యయోగేన భక్తి రవ్యభిచారిణీ
వివిక్త దేశ సేవిత్వమరతిర్జనసంసది. (భ.గీ.13-11)

తా:- నా యందు (ఆత్మ యందు) అనన్యమైన భక్తి కలిగియుండుట. ఏకాంత వాసమును ఆశ్రయించుట. జన సమూహము నందు ప్రీతి

లేకుండుట.

శ్లో॥ అధ్యాత్మ జ్ఞాననిత్యత్వం తత్త్వజ్ఞానార్థదర్శనమ్
ఏతజ్జ్ఞానమితి ప్రోక్తమజ్ఞానం యదతోన్యథా (భ.గీ.13-12)

ఆధ్యాత్మిక జ్ఞానము (ఆత్మకు సంబంధించిన జ్ఞానము) నిరంతరము కలిగి వుండుట. తత్వ జ్ఞానము (ఆత్మ తత్వం అంటే భగవంతుని తత్వం) యొక్క గొప్ప ప్రయోజనము తెలిసికొనుట. అనునవన్నియు జ్ఞానమని చెప్పబడును.

శ్లో॥ యా నిశా సర్వభూతానాం తస్యాం జాగర్తి సంయమీ
యస్యాం జాగ్రతి భూతాని సా నిశా పశ్యతో మునేః (భ.గీ.2-69)

తా:- సామాన్య జనులకు (భోగికి) ఏది రాత్రో, యోగికి (ఆత్మ జ్ఞానికి) అది పగలు, సామాన్యులకు ఏది పగలో యోగికి అది రాత్రి.

సామాన్యులు ఏ ఆధ్యాత్మిక, ఆత్మ విషయాల పట్ల రాత్రి లాగ అనాసక్తి కనబరుస్తారో అటువంటి విషయాల పట్ల ఆత్మజ్ఞాని పగలులా ఆసక్తి కనబరుస్తాడని అలాగే సామాన్యులు ప్రాపంచిక విషయాల పట్ల పగలులా ఆసక్తి కలిగి వుంటారో అటువంటి విషయాల పట్ల ఆత్మజ్ఞాని రాత్రిలా అనాసక్తిని కలిగి వుంటాడని శ్రీ కృష్ణుల వారి సందేశం.

పై శ్లోకాల ద్వారా భగవానుడు జ్ఞానం గురించి తెలియ చేయడం జరిగింది. అలా ఎవరైతే ప్రవర్తిస్తారో వారే 'జ్ఞానులు'. వారికే 'జ్ఞానమున్నట్టు'. అలాంటి వారు ఎప్పుడూ ఆనందంలో వుంటారు. వారు చివరకు ముక్తిని కూడా పొందుతారు. ఆలోచించుకోండి మీ ప్రవర్తన అలా వుందా? లేదా? అలా వుంటే మీరు 'ఆత్మజ్ఞానులు'. లేకపోతే మీరు ఎన్ని అనుకున్నా మీరు 'అజ్ఞానులే'. మీరు ఖచ్చితంగా దుఃఖంలోనే వుంటారు. మీకు ఎన్ని సిరి, సంపదలు వున్నా, భోగభాగ్యాలు వున్నా, పేరు ప్రఖ్యాతులు వున్నా, పదవులు వున్నా మీకు శాంతి వుండదు. 'దుఃఖమే' వుంటుంది.

బ్రహ్మర్షి పత్రీజీ

బ్రహ్మర్షి పత్రి గారు కూడా ఆత్మజ్ఞాని అంటే ఎన్‌లైటెండ్ మాష్టరు ఎలా జీవిస్తాడు? ఎలా ప్రవర్తిస్తాడు? ఎలా వుంటాడు? అన్న దాని గురించి ఎన్నో విషయాలు చెప్పడం జరిగింది. ఈ విషయాలు ఆత్మజ్ఞానం పొందాలనుకునే వారికి, ధ్యాన సాధకులకి, ఆధ్యాత్మికంగా ఎదగాలనుకునే వారికి ఎంతో ఉపకరిస్తాయి. అవి ఏమిటో చూద్దాం.

(1) ముఖ్యంగా ఆత్మజ్ఞానం పొందిన వారు "నేను ఏ విధంగా జీవించాలి? ఏ రకమైన జీవన విధానం సరి అయినది? అని ఆలోచిస్తాడు. తెలుసుకుంటాడు. ఆ విధంగా జీవించడానికి ప్రయత్నిస్తాడు. జీవిస్తాడు.

(2) ఆత్మజ్ఞాని నాకే అన్నీ తెలుసు అని కాకుండా, ప్రక్క వారికి కూడా తెలిసి వుండవచ్చు, అన్న అవగాహనతో వుంటాడు. అంతేకాదు తెలుసుకోవడానికి అంతం అంటూ లేదు, ఎంత తెలుసుకున్నా ఈ సృష్టిలో తెలుసుకోవలసింది, నేర్చుకోవలసింది ఇంకా వుంటూనే వుంటుంది అన్న అవగాహనతో వుంటాడు.

అందుచేత ప్రతి ఒక్కరి నుంచి నేర్చుకోవడానికి ప్రయత్నిస్తాడు. అందరినీ వింటాడు, అందరి పుస్తకాలు చదువుతాడు. అంతేకానీ నాకు తెలిసిందే కరెక్టు, అది అంతే! అని వాదించడు, వాదనలకు దిగడు.

(3) అలాగే ఆత్మజ్ఞాని తప్పులు చేసే వారి నుంచి, ఒప్పులు చేసే వారి నుంచి కూడా నేర్చుకుంటూ వుంటాడు. తప్పులు చేసే వారి నుంచి ఆ తప్పులు తెలుసుకుని అటువంటి తప్పులు తాను చేయకుండా వుంటాడు. అలాగే ఒప్పులు చేసే వారి నుంచి తెలుసుకుని అటువంటి ఒప్పులు తాను చేయటానికి ప్రయత్నిస్తాడు. అలా పాపాలు చేసే వారి నుంచి పుణ్యాలు చేసే వారి నుంచి అందరి దగ్గర నుంచి పాఠాలు నేర్చుకోవడానికి ప్రయత్నిస్తాడు.

(4) ఆత్మజ్ఞాని ఎంత తెలుసో అంతే మాట్లాడతాడు, తెలియంది మాట్లాడడు, తెలియకపోయినా తెలిసినట్లు మాట్లాడడు.

(5) నేను శరీరం కాదు 'ఆత్మ' అని తెలుసుకుంటాడు. అంతేకాదు "నేనే అంతా, ఈ సృష్టి అంతా నేనే" అని తెలుసుకుంటాడు. అందుచేత ప్రతి మానవుని పట్ల, ప్రతి ప్రాణి పట్ల మైత్రి భావం కలిగి వుంటాడు. ఎవరి పట్లా ద్వేషం వుండదు. అసూయ వుండదు.

(6) అంతేకాదు ఈ సృష్టిలో ప్రతి ఒక్కరూ సర్వస్వతంత్రులు, ఎవరి ఇష్టాలు వారివి అన్నది తెలుసుకుంటాడు. అందుచేత వాడు ఆ విధంగా వుండాలి. వీడు ఈ విధంగా వుండాలి. వాడు అలా

మాట్లాడుతున్నాడు, వీడు ఇలా మాట్లాడుతున్నాడు. వాడు అలా అనకూడదు, వీడు ఇలా అనకూడదు అని విమర్శలు చేయడు. ఇతరులు అనే వాటిని పట్టించుకోడు.

(6) ఆత్మజ్ఞానికి ఇతరులు ఏ కులం వారైనా, ఏ మతం వారైనా, ఏ ప్రాంతం వారైనా, ఏ దేశం వారైనా వాడికి ఒకటే. అందుచేత వారు గొప్పవారు, వీరు నీచమైన వారు అన్న భావం వుండదు. అందుచేత అందరిపట్ల కరుణ ప్రదర్శిస్తాడు. సహృదయ భావంతో వుంటాడు.

(7) తన దగ్గర వున్నదానిని తన కన్నా తక్కువ స్థాయిలో వున్న వారికి ఇస్తూంటాడు.

(8) ఆత్మజ్ఞాని తన తప్పులు తెలుసుకుంటూ వుంటాడు. సరి చేసుకుంటాడు. అలాగే ఇతరులు తప్పు చేస్తే అవి తప్పటడుగులుగా భావిస్తాడు కానీ క్షమించరాని నేరాలుగా భావించడు, వాటిని మర్చిపోతాడు.

(9) ఆత్మజ్ఞాని ఎక్కువగా మౌనం పాటిస్తాడు. తద్వారా తన నోటి నుంచి అపస్వరాలు ఎక్కువ రాకుండా చూసుకుంటాడు. ముఖ్యంగా తన కన్నా ఎదిగిన వారి దగ్గర మాట్లాడటం కన్నా వినటానికి, వారిని గమనించటానికి ప్రాముఖ్యం ఇస్తాడు. అంతేకానీ ఎవరి దగ్గర పడితే వారి దగ్గర ఎలా పడితే అలా మాట్లాడడు.

(10) ఆత్మజ్ఞాని త్రికరణ శుద్ధి కలిగి వుంటాడు. అంటే మనస్సులో ఒకటి పెట్టుకుని వేరే విధంగా మాట్లాడడు. ఏది ఆలోచిస్తాడో అదే చెప్తాడు. ఏది చెప్తాడో అదే చేస్తాడు. ఏది చేస్తాడో అదే చెప్తాడు.

(11) ఆత్మజ్ఞాని ప్రస్తుత తన జీవితానికి తానే కారణం. తన జీవితాన్ని సృష్టించుకున్నది తానే అని తెలుసుకున్నవాడు. అంతేకాదు తన జీవితాన్ని తానే ఎన్నుకుని వచ్చానని తన సమస్యలకు కష్టాలకు తానే కారణమని తెలుసుకున్నవాడు. అందుచేత తన కష్టాలకు ఎవరో కారణమని ఎవరి మీద నిందలు వేయడు. ఏమి చేసానో అదే పొందుతున్నానని భావిస్తాడు. అందుచేత హాని కలిగితే వేరొకరిని నిందించడం. లాభం కలిగితే వేరొకరిని పొగడడం లాంటివి చెయ్యడు. "తాను అనుభవించే ఫలితాలు

తన కర్మ ఫలితాలు” అన్న ఒక్కగానొక్క అవగాహన కలిగి వుంటాడు.

(12) ఆత్మజ్ఞాని అందరిలో వున్నా, అందరితో వున్నా ఏదీ అంటించు కోడు, ఎవరితోనూ విడదీయలేని విధంగా వుండడు. ఒకరకంగా తామరాకు మీద నీటి బొట్టులాగ వ్యవహరిస్తాడు. ఎంతటి ఆత్మీ యులైనా అనుబంధం కలిగివుంటాడు కానీ ముడిపడి వుండడు.

(13) ఆత్మజ్ఞాని మానవుని శక్తి అపారం, మానవునకు అసాధ్యమైనది ఏదీ లేదు అన్న సత్యాన్ని గ్రహించినవాడు. అందుచేత దేనికి వెనుకాడడు. తన శక్తిని తక్కువగా భావించడు.

(14) ఆత్మజ్ఞాని ఏ పని చేయటానికైనా సందేహించడు, వెనుకాడడు, భయపడడు, ఏమవుతుందో ఏమోనని ఆందోళన చెందడు. ఫలితాలపై దృష్టి వుంచడు. పని చేయటానికి మాత్రమే ప్రాముఖ్యం ఇస్తాడు.

(15) ఆత్మజ్ఞాని “తన భావోద్రేకాలను అణచుకోడు, స్వేచ్ఛగా, నిర్భయం గా వ్యక్తపరుస్తాడు”. అందుచేత వారు ఏమనుకుంటారో, వీరు ఏమనుకుంటారోనని చూడరు. ఎవరికీ భయపడరు. తలవంచరు.

(16) ఆత్మజ్ఞాని ఇతరులను హేళన చెయ్యడు, వారి మీద జోకులు వెయ్యడు. తన మీద తాను జోకులు వేసుకుంటూ అందరినీ నవ్విస్తూంటాడు.

(17) ఈ ఆత్మజ్ఞానం ఎవరికి వారు తమ కృషి ద్వారా, ప్రయత్నం ద్వారా పొందవలసిందే తప్ప ఎవరూ ఇంకొకరికి ఇవ్వలేనని తెలుసుకున్న వాడు.

(18) సంసారం, సంసార సుఖాలు ఆత్మజ్ఞానానికి అడ్డుకావు అని తెలుసుకున్నవాడు. అందుచేత వాటిని వదిలిపెట్టమని, దూరంగా వుండమని చెప్పడు.

(19) ఆత్మజ్ఞాని సమయ వాసన లేనివాడు. అందుచేత తన వయస్సు గురించి పట్టించుకోడు. అస్తమాను తన వయస్సును లెక్కించుకోడు. తన శాశ్వత స్థితి సదా ఎరిగి వున్నవాడు, సమయ రాహిత్య, ఆలోచనా పరిధిలోనే ఎప్పుడూ వుంటాడు.

(20) ఆత్మజ్ఞాని ఎవరి గురించి, ఏ విధమైన నిర్ణయాలు చెయ్యడు.

ఏ రకంగానూ నిర్ణయించడు. కారణం ఎవరికి వారే తమ గురించి తాము అవగాహనకు రావడమే అత్యంత కష్టం. అందుచేత ఇతరుల గురించి ఏ విధంగా అవగాహన చేయగలడు. ఇది తెలుసుకున్నవాడు కాబట్టే "వారు చెడ్డవారు, వీరు మంచివారు" అని ఎవరి విషయంలో తీర్మానించడు, తీర్పు చెప్పడు.

(21) ఆత్మజ్ఞాని రేపటి గురించి ఆలోచించడు. ప్రస్తుతం తాను చేస్తున్న పనిలోనే నిమగ్నమవుతాడు. అంతేకానీ రేపటి గురించి ఆలోచిస్తూ ప్రస్తుతాన్ని కోల్పోడు, పోగొట్టుకోడు. ప్రస్తుతాన్ని పూర్తిగా వినియోగించు కుంటాడు.

(22) ఆత్మజ్ఞాని తన చుట్టూ ఏమి జరిగినా దానిక ఏదో ఒక కారణం వుంటుందని తెలుసుకున్నవాడు. ఆ కారణం ఏమై వుంటుందని తెలుసుకోవడానికి ప్రయత్నిస్తాడు, అంతేకానీ ఆశ్చర్యపోడు. కారణం ఏదీ కాకతాళీయం కాదు అని తెలుసుకున్నవాడు కాబట్టి.

(23) ఆత్మజ్ఞాని ఏ పని చేయటానికి తొందరపడడు. అంతేకాదు సమయాన్ని వృధా చెయ్యడు. పనికి రాని కబుర్లుతో కాలాన్ని వృధా చెయ్యడు. ప్రతి క్షణం పరిశ్రమిస్తాడు. ఏదో ఒకటి నేర్చుకోవటానికి ప్రయత్నిస్తాడు.

(24) ఆత్మజ్ఞాని ధ్యానం యొక్క గొప్పతనాన్ని తెలుసుకుంటాడు. నిరంతర ధ్యాన సాధన చేస్తుంటాడు. అవకాశం వచ్చినప్పుడు ఇతర జ్ఞానుల నుంచి తెలుసుకోవటానికి ప్రయత్నిస్తాడు. తన జ్ఞాన పరిధిని ఇంకా, ఇంకా పెంచుకోవటానికి ప్రయత్నిస్తాడు.

అందుచేత మనం కూడా ఆత్మజ్ఞానాన్ని పొందటానికి ప్రయత్నిం చాలి. ఎప్పుడూ ఆనందంగా జీవించాలి అన్నదే మన ధ్యేయం కావాలి అని బ్రహ్మర్షి పత్రీజీ బోధిస్తూ వుంటారు. అందుచేత ధ్యానం చేద్దాం. వివేకానందుడు, రమణ మహర్షిలా తయారవుదాం. బుద్ధుళ్ళమవుదాం.

మేడమ్ బ్లవట్‌స్కీ

అకల్టిస్ట్ (ఆత్మజ్ఞాని) లక్షణాలు

మేడమ్ బ్లవట్‌స్కీ అద్భుతమైన ఆధ్యాత్మిక శాస్త్రవేత్త. ఆత్మజ్ఞాన సంపన్నురాలు. అతీంద్రియ శక్తులు కలిగిన ప్రజ్ఞాశాలి. ఆత్మవిద్యలో ఆరితేరిన దిట్ట. ఆత్మజ్ఞానంలో విశేష అనుభవం పొందినవారు.

ఆమె ఆత్మజ్ఞానానికి సంబంధించిన ఎన్నో పుస్తకాలు వ్రాశారు. వాటిలో అతీంద్రియ రహస్యాలు (సీక్రెట్ డాక్ట్రిన్) చాలా ప్రముఖమైనవి. ఆమె వ్రాసిన ఈ పుస్తకాలు ఎంతో జ్ఞానవంతులు సైతం అర్థం చేసుకోలేక పోతున్నారంటే ఆమె ప్రజ్ఞ ఎంత గొప్పదో తెలుసుకోవచ్చు.

అటువంటి ఆమె అకల్టిజమ్ అంటే ఆత్మవిద్య అన్ని విద్యల కంటే గొప్పదని అలాగే అకర్టిస్ట్ అంటే ఆత్మజ్ఞాని అందరి కంటే గొప్పవాడని చెపుతూ అటువంటి వారు ఎలా వుంటారో! ఎలా ప్రవర్తిస్తారో! చెప్పడం జరిగింది. ఆమె చెప్పిన ముఖ్యమైన వాటిలో కొన్ని ఈ క్రింద ఇవ్వడం జరిగింది. వాటిని బట్టి మనం ఏ స్థితిలో వున్నామో తెలుసుకోవచ్చు.

Δ తర, తమ బేధాలు వుండవు. ప్రతి మనిషి సమానమే. ప్రతి ప్రాణీ ముఖ్యమే అని భావిస్తాడు, ప్రవర్తిస్తాడు.

Δ తనదైనా, పరులదైనా బాధ ఒక్కటే అని తెలుసుకుంటాడు. వాడికి ప్రపంచ బాధే తన బాధ అవుతుంది.

Δ తన కోసం కాక, తాను నివసిస్తున్న ప్రపంచం కోసం జీవిస్తుంటాడు.

Δ సామాన్య ప్రాపంచిక జీవితం తృప్తినీయదు.

Δ సుఖాలు వున్నా లేకపోయినా, శాంతి, విశ్రాంతి ఉన్నా లేకపోయినా లెక్కచెయ్యడు.

Δ ప్రాపంచికమైన కోరికలు, అధికారాలు, ప్రేమలు, బాధ్యతలు పట్ల ఆసక్తి వుండదు. ఎక్కడా స్వార్థం ప్రదర్శించదు.

Δ పిల్లలు, భార్యలాంటి ఆత్మీయులపై వుండే లోలోతుల్లోని ప్రేమలో కూడా ఏమాత్రం స్వార్థం కనిపించదు.

Δ స్వపర బేధాలు, అసూయా–ద్వేషాలు సంపూర్ణంగా వుండవు.

Δ నేను అనే అహంకారం, నా వారు అనే మమకారం ఏ మాత్రం వుండరు.

Δ బాహ్య ప్రభావాలకు లోనుకాడు. పరిసరాలను బట్టి ప్రవర్తించదు. అంతరాన్ని బట్టే ప్రవర్తిస్తూంటాడు.

Δ బాహ్య వర్తనం కంటే అంతర్వర్తనం శక్తివంతంగా వుంటుంది.

Δ దేహానికి, పరిసరాలకు ప్రాధాన్యం వుండదు.

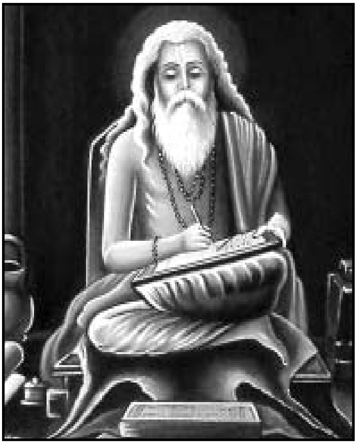
Δ జంతు లక్షణాలను కలిగించే మాంసాహారం ముట్టడు. చెడు అయస్కాంత తరంగాలను కలుగ చేసే మద్యం సేవించడు.

Δ నైతికబాధ్యత వహిస్తూ, సత్కార్యాలు ఆచరిస్తూ సరళ స్వభావంతో మంచి మనస్సు కలిగి వుంటాడు.

Δ తన వ్యక్తిత్వంతో తన తోటి వారిని ప్రభావితం చేయగలుగుతాడు.

Δ హిప్నటిజం, మెస్మరిజం, మాగ్నటిజం, వాంటరిజం, చార్కోటజమ్, బ్లాక్‌మాజిక్, యానిమల్ మ్యాజిక్, మెటలోథెరపీ లాంటి మంత్ర, తంత్ర విద్యల పట్ల ఆసక్తి కనబరచడు, వున్నా ప్రదర్శించడు.

Δ ఈ జీవితమే ఒక నాటక రంగం అనుకుంటాడు. అందులో తనది ఒక పాత్ర మాత్రమే అని భావిస్తాడు.



వ్యాస భగవానుడు

" ఆత్మజ్ఞానం సమారంభ
స్తితిక్షా ధర్మ నిత్యతా
యమర్థా నాపకర్షన్తి స వై
పండిత ఉచ్యతే "

(వ్యాస మహాభారతం)

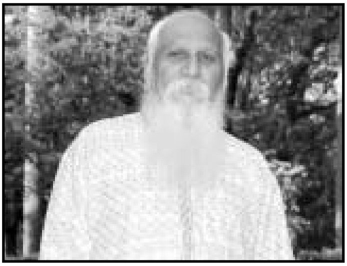
"ఆత్మజ్ఞానం కలవాడు
నిష్కర్మత, ఆలస్యం లేకుండా పనులను ప్రారంభిస్తాడు,
సుఖదుఃఖాలు, హానిలాభాలు,
మానావమానాలు, నిందాస్తుతులు వీటన్నింటినీ పొంది కూడా
హర్ష శోకాలకు లోనుకాడు
ధర్మంలోనే నిత్యం నిశ్చయంగా ఉంటాడు,
ఉత్తమోత్తమ పదార్థాల, విషయ వస్తువుల ఆకర్షణకు
లొంగడు. వాడే ' పండితుడు ' "

(దయానంద – గోపదేవ్ ఆధారంగా)

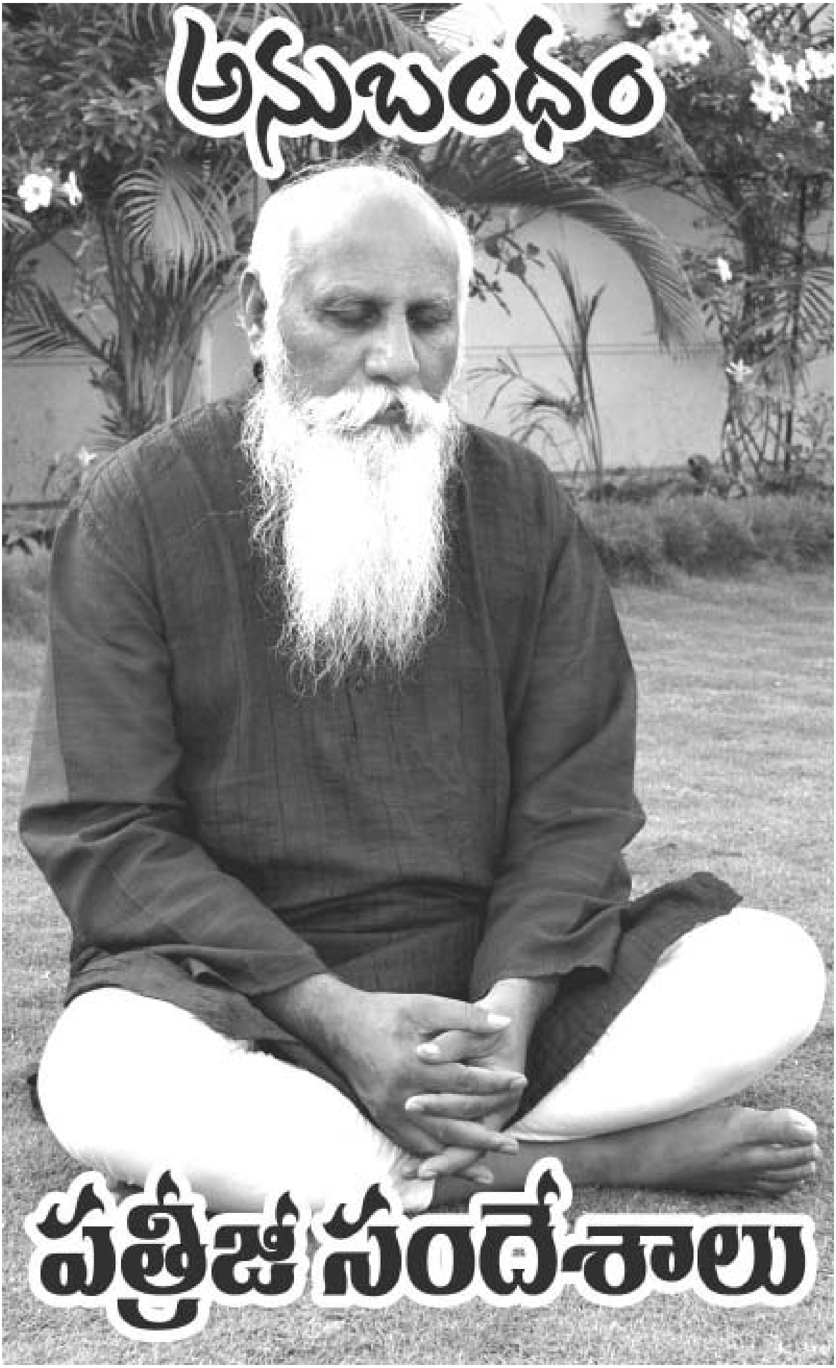
- ▲ **" పండితుడు " అంటే వ్యాసుని దృష్టిలో కేవలం శాస్త్రపఠనం చేసి శ్లోకాలు వల్లెవేయగలిగినవాడు కాదు**

- ▲ **" పండితుడు " అయినవాడు ఆత్మజ్ఞాని, యోగి, సకల గుణరాశి**

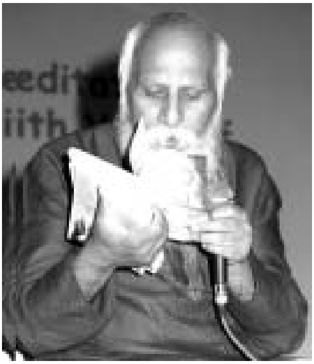
“త్రి రత్నాలు”



సత్యం అన్నది మూడు రత్నాలుగా భాసిస్తోంది!
ఇవే పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీస్ వారి త్రి రత్నాలు!
(1) ధ్యానం (2) స్వాధ్యాయం (3) సజ్జన సాంగత్యం
ఈ మూడు రత్నాలే ఆత్మను శోభాయమానంగా అలంకరింప జేసేవి!
ఈ మూడు రత్నాలే మానవుడిని శాశ్వతంగా అలంకరింప జేసేవి!
ధ్యానం అంటే శ్వాస మీద ధ్యాస ... ఫలం – ఆత్మానుభవం !
స్వాధ్యాయం అంటే మహామహుల జీవిత చరిత్రల్లోకి వెళ్ళటం ...
ఫలం – విశేషమైన జ్ఞానలాభం !
సజ్జన సాంగత్యం అంటే యోగుల
అనుభవాలను వారి ముఖతః వినడం ...
... ఫలం – అపారమైన మిత్రలాభం !
పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ మాస్టర్ల యొక్క భూషణలే ఈ ‘త్రి రత్నాలు’!
ప్రపంచంలో జనులందరూ ఇదే విధంగా ‘త్రిరత్న’ శోభితులవ్వాలి!
శుద్ధమైన ఆత్మానుభవంతో, అపారమైన ఆత్మవిజ్ఞానంతో, మరి
మిత్రకోటి లాభంతో సర్వజనులూ మహా ఆనందంగా జీవించాలి!
ధ్యానం శరణం గచ్ఛామి!
స్వాధ్యాయం శరణం గచ్ఛామి !!
సజ్జన సాంగత్యం శరణం గచ్ఛామి !!!


అనుబంధం
పత్రీజీ సందేశాలు

రోజూ తప్పనిసరిగా ఏం చేయాలి?



ప్రతి వ్యక్తీ, ప్రతి రోజూ,

తప్పనిసరిగా కనీసం...

ఒక గంట ... ధ్యానం

ఒక గంట ... స్వాధ్యాయం

ఒక గంట ... సజ్జన సాంగత్యం చేసి తీరాలి

స్వాధ్యాయం

"ధ్యానం" అన్నది ఎంత ముఖ్యమో

"స్వాధ్యాయం" అన్నది కూడా అంతే ముఖ్యం.

అంతకన్నా ముఖ్యం.

ధ్యానుల అనుభవాలు పుస్తక రూపం పొందినప్పుడు....

అవి అన్నింటి కన్నా ఉత్కృష్టమైన గ్రంథాలు అవుతాయి

ఆ గ్రంథాలను చదవడం అన్నది చాలా, చాలా ముఖ్యం

▲ **స్వాధ్యాయం మనిషి యొక్క**
నాలుగవ శరీరాన్ని అంటే విజ్ఞానమయకోశాన్ని
శుద్ధి చేస్తుంది ... అభివృద్ధి చేస్తుంది.

▲ **ప్రపంచంలో ఎక్కడెక్కడ ధ్యాన యోగులు వున్నారో**
అందరి అనుభవాలూ అధ్యయనం చేయాలి

“నిప్పు మీద నీళ్ళు చల్లాలి”

హింస ... హింస ... హింస
ఎక్కడ చూసినా యుద్ధాలే / బాంబుదాడులే
ఏ వైపు తిరిగినా... జంతువధలే/ రక్తపాతాలే
ఎటు చూసినా .. అన్యాయాలే/అధర్మాలే
ఏ వైపు చూసినా ... అక్రమాలే/అరాచకాలే
ఏ మూల చూసినా .. అవినీతి చిట్టాలే/కుంభకోణాలే

ఎక్కడి నుంచి పుట్టాయి ... ఇన్ని అన్యాయాలు/అధర్మాలు?
ఎక్కడి నుంచి పుట్టాయి ... ఈ అక్రమాలు/అరాచకాలు ?
మరి లెక్కలేనన్ని అవినీతి కుంభకోణాలు ?
వీటన్నింటికి అసలు “స్తోత్ర స్థానం” ఏది ??
ఏ విధంగా పుట్టింది అసలు ఈ సర్వవ్యాప్త “హింసాతత్వం”?

ఇవన్నీ కూడా “అజ్ఞానం” లోంచి పుట్టినవే
ఆధ్యాత్మికత అన్నది లోపించడమే “అజ్ఞానం” అంటే
సోదరభావం అన్నది లోపించడమే “అజ్ఞానం” అంటే
ఇంకా అదనంగా ..
“నేను దేహం” అనుకోవడమే “అజ్ఞానం”
“నేను ఆత్మను” అని తెలుసుకోకపోవడమే .. “అజ్ఞానం”
సృష్టి – రచనను తెలుసుకోకపోవడమే “అజ్ఞానం”
“హింస”కు మూలకారణం “అజ్ఞానం”
అజ్ఞానానికి మూలకారణం .. “అ–ధ్యానం”
“ధ్యానం” అంటే .. “తనతో తాను కూడి ఉండటం”
తనతో తాను కూడి ఉంటేనే..
సృష్టి–రచనను తెలుసుకోవడం ప్రారంభించేది
అజ్ఞానానికి “అ–ధ్యానం” కారణభూతం అయినప్పుడు
సుజ్ఞానానికి .. “సు–ధ్యానం” కారణభూతం అవుతుంది.

ఆహార - ఆరోగ్య శాస్త్రం

యుక్తాహారం అంటే శాకాహారం
యుక్తాహారం అంటే సాత్వికాహారం
శ్రేష్టతరమైన యుక్తాహారం అంటే ఫలాహారం
ఆకలి వున్నప్పుడే తినాలి
ఆకలి లేనప్పుడు ససేమిరా తినరాదు

ఆకలి ఎంతుందో అంతకన్నా రెండు ముద్దలు తక్కువే తినాలి
ఎప్పుడూ నాభి దాకానే తినాలి ... పీకల దాకా కాదు
ఎంత తినాలో అంతకన్నా ఎక్కువ తింటే ఏ దేవుడూ రక్షించలేడు
ఎంత తినాలో అంతకన్నా తక్కువ తింటే ఏ దేవుడూ అక్కరలేదు
వారానికి ఒక రోజు నిరాహారిగా వుండాలి
అంటే ఉపవాసం వుండాలి –
"లంఖణం పరమౌషధం" అన్నారు కదా.

ఆహారం కడుపు యొక్క ఆకలి కోసమే కాదు
ఆహారం ఆత్మయొక్క ఆనందం కోసం కూడా
రుచికరమైన భోజనం వుంటేనే ఆత్మకు ఆనందం
జీవితం అన్నది వివిధ రకాల రుచుల ఆస్వాదం కోసమే వున్నది
"వైరాగ్యం" అన్నది జీవితం యొక్క లక్ష్యం కానే కాదు
"వైభోగం" అన్నదే జీవితం యొక్క లక్ష్యం
అందరూ పాకశాస్త్ర ప్రవీణులు కావాలి
జీవితం ఒక నిరంతర సంబరం
జీవితం ఒక అంతులేని దైనందిన సంబరం

యోగీభవ

"జ్ఞానాన్ ముక్తిః"
"జ్ఞానం ద్వారానే ముక్తి లభిస్తుంది"
"ఆత్మజ్ఞానమే జ్ఞానం" అని చెప్పే ఆత్మ విద్యయే .. ప్రధాన విద్య
ఆత్మజ్ఞాన గ్రంథాలు అధ్యయనం చేయడమే ... స్వాధ్యాయ యోగం
ఆత్మవిద్య అభ్యాసంతో ఉన్నత స్థితిని పొందినవాడే ... జ్ఞానయోగి
జ్ఞానయోగీభవ ... జ్ఞానయోగివి కా ...

"స్వస్వరూపానుసంధానం భక్తిరిత్యభిధీయతే"
"తనతో తాను అనుసంధానం చెందటమే భక్తి"
తనలోనే సర్వాన్ని గ్రహించిన వాడు .. భక్తి యోగి
సర్వంలో తనను చూసుకున్నవాడు .. భక్తి యోగి
తనతో తాను తాదాత్మ్యంలో వుండడమే భక్తియోగం
భక్తియోగీ భవ ... భక్తియోగివి కా...

"యోగః కర్మసు కౌశలం"
కర్మలలో కౌశలాన్ని కాంక్షించేవాడే .. కర్మయోగి
అదే విధంగా కర్మఫలాలను కాంక్షించని వాడు ... కర్మయోగి
కర్మలను చేస్తూ కర్మఫలత్యాగం చేయడమే కర్మయోగం
కర్మయోగీ భవ ... కర్మయోగివి కా...

"యోగఃశ్చిత్త వృత్తి నిరోధః"
వ్యర్థ, అనర్థ చిత్త వృత్తులను నిరోధించినవాడు... ధ్యానయోగి
వ్యర్థ చిత్తవృత్తులు మన ప్రాణశక్తిని విశేషంగా క్షీణింపజేస్తాయి
చిత్తవృత్తులను నిరోధించిన వాడు సదా "సవీర్యుడు"
ఎప్పటికప్పుడు మనస్సును శూన్యం చేసుకోగలగడమే ధ్యానయోగం
ధ్యానయోగీ భవ .. ధ్యానయోగివి కా

కర్మయోగీభవ ... ధ్యానయోగీ భవ ... జ్ఞానయోగీ భవ... భక్తియోగీ భవ

సప్త జ్ఞాన భూమికలు!

మానవాళిలో రెండు రకాల వారున్నారు.

1. జ్ఞానులు 2. అజ్ఞానులు

జ్ఞానంలో ఏడు స్థితులున్నాయి. వీటినే సప్త జ్ఞాన భూమికలు అంటాం.

1. శుభేచ్ఛ
2. విచారణ
3. తనుమానసం
4. సత్త్వాపత్తి
5. అసంసక్తి
6. పదార్థభావన
7. తురీయం

1. శుభేచ్ఛ: నాకు బ్రహ్మజ్ఞానం కావాలి అన్న ఇచ్ఛ నేను శాశ్వత దుఃఖరాహిత్య పదవి పొందాలి అన్న తీవ్ర ఆకాంక్ష.

2. విచారణ: బ్రహ్మజ్ఞాన ప్రాప్తి ఏ విధంగా పొందాలి? అన్న మీమాంస బ్రహ్మజ్ఞాన ప్రాప్తి విధానమే – "ధ్యానం, స్వాధ్యాయం, సజ్జన సాంగత్యం" అని తెలుసుకోవడం.

3. తనుమానసం: ఇంక విచారణ ద్వారా సాధనా మార్గం తెలుసుకున్నాం గనుక, తత్ సాధనలో నిమగ్నులై ఉండడమే తనుమానసం. అంటే ధ్యాన, స్వాధ్యాయ, సజ్జన సాంగత్యాలు ఏ రోజూ విఘ్నం లేకుండా ఆచరించడం. అదే తనుమానసం.

4. సత్త్వాపత్తి : శుద్ధసాత్త్వికం సాధించడమే సత్త్వాపత్తి! అంటే తమోగుణం, రజోగుణం అన్నవి పూర్తిగా శూన్యమైన స్థితి. ఇక మిగిలింది శుద్ధ సాత్త్వికమే.

తమోగుణం అంటే సోమరితనం, రజోగుణం అంటే నాకు తెలుసు అనే గర్వం అధికార దర్పం. ఈ నాల్గవ జ్ఞాన భూమిక "ధ్యాన, స్వాధ్యాయ, సజ్జన సాంగత్యాల" సాధన తీవ్ర స్థాయి నందుకునే స్థితి. ఆ తీవ్రత ద్వారా నాడీమండలం పూర్తిగా శుద్ధమైన స్థితి. మనస్సు పూర్తిగా కంట్రోలు అయిన స్థితి, అదే యోగి అయిన స్థితి.

అహం బ్రహ్మాస్మి అని చక్కగా సిద్ధాంతపరంగా తెలుసుకున్న స్థితి.

బ్రహ్మవిదుడు అయిన స్థితి.

5. అసంసక్తి: దివ్యచక్షువు ఉత్తేజితమవుతున్న స్థితి. తనువు, మరి సంసారం, రెండూ తాత్కాలికమైనవే అని సంపూర్ణంగా తెలుసుకున్న స్థితి. కనుక, ఈ రెంటి మీద పూర్తిగా అనాసక్తి పొందిన స్థితి, అదే అసంసక్తి. దీన్నే "పద్మపత్రమివాంభసా" (తామరాకు మీద నీటి బొట్టులా) అన్నాడు కృష్ణుడు గీతలో. అయితే అతనికి సంసారంలో అనాసక్తి వున్నా, ధర్మ నిష్టుడు, మరి కర్మ నిష్ఠుడు. తనువు పట్లా మరి సంసారం పట్లా తటస్థ దృష్టి కలిగి వున్నవాడు. దివ్యచక్షువు ఉత్తేజితమైంది కనుక, సత్యద్రష్ట కాబోతున్నాడు కనుక, పూర్తిగా దానిమీదే ఆసక్తినీ, ఏకాగ్రతనూ నిలిపినవాడు. ఇదే అసంసక్తి. ఇదే బ్రహ్మవిద్వరుడు అంటాం.

6. పదార్ధ భావన : అంటే దివ్య చక్షువును క్షుణ్ణంగా ఉపయోగించు కుంటున్నవాడు, ప్రతి పదం యొక్క అర్ధంలో, ప్రతి వస్తువు యొక్క భావంలో ప్రత్యక్షంగా నివసిస్తున్నవాడు. అంటే బ్రహ్మవిద్వరీయుడు అయిన స్థితి. ఇదే సిద్ధస్థితి. ఇదే సవికల్ప సమాధిస్థితి కూడా. అంటే ఎన్నో సమాధానాలు దొరికినా ఇంకా కొద్దిగా, సంశయాలు వున్న స్థితి.

7. తురీయం: ఇది మానవుని యొక్క పూర్ణవికాసస్థితి! సిద్ధుడు బుద్ధుడు అయిన స్థితి! అందరినీయోగులుగా, సిద్ధులుగా, బుద్ధులుగా మలచడానికి కంకణం కట్టుకుని, తత్ పరిశ్రమలో పూర్తిగా నిమగ్నమై వున్నవాళ్ళనే బుద్ధుడు అంటాం. ఇదే 'సహస్రదళకమలం' ఇదే 'వేయిపడగలపాము'.

ఒక్కొక్క మనిషినీ యోగిగా మలచినప్పుడల్లా సహస్రదళకమలంలో ఒక్కొక్క రేకు విచ్చుకుంటుంది. ఇతనినే 'బ్రహ్మవిద్వరిష్టుడు' అంటాం.

తురీయం అంటే సర్వసామాన్యమైన జాగృత, స్వప్న, సుషుప్త స్థితులను దాటినవాడు. తురీయం అంటే మూడింటినీ దాటిన అని అర్ధం అంటే నిర్వికల్పసమాధి స్థితికి చేరుకున్న స్థితి. సమాధి అంటే సమాధానాలు తెలుసుకున్న స్థితి. నిర్వికల్ప సమాధి అంటే ఏ సందేహాలు, ఏ సంశయాలు లేని స్థితి.

సత్యము సదా వ్యాప్తినే ఎరుగు

నీరు పల్లమెరుగు... సత్యము వ్యాప్తి నెరుగు

నీరు అన్నది ఒకానొక భౌతిక పదార్థం ...

ఆత్మపదార్థం అన్నది సత్యం

నీరు ఎగువకు పోదు ..

సత్యం కుంచించుకుపోదు

దిగువకు పోవడం భౌతిక ప్రకృతి యొక్క లక్షణం

వ్యాప్తి కావడం అన్నది ఆత్మ ప్రకృతి యొక్క లక్షణం

అహింసాధ్యానాదులు ఆత్మపరమైన సత్యాలు

తోటి ప్రాణికి శారీరక హాని, ప్రాణ హాని కల్గించడమే హింస

హింస ఏదో ఒక నాటికి **"అ-హింస"**లా విధిగా మారాల్సిందే

హింస అనేది అపశృతి .. **"అ-హింస"** అన్నదే సుస్వరం

ఇకపోతే...

సొంత ప్రాణానికి ప్రశాంతతను ప్రసాదించకపోవడమే **"అ-ధ్యానం"**

"అ-ధ్యానం" అన్నదే అపలయ .. **"ధ్యానం"** అన్నదే ఆత్మపరమైన లయబద్ధత

"అ-ధ్యానం" అన్నదే అపలయ ... **"ధ్యానం"** అన్నదే ఆత్మపరమైన లయబద్ధత

"అ-ధ్యానం" ఏదో ఒక నాటికి **"ధ్యానం"**లా విధిలా మారాల్సిందే

అనంతమైన **ఆత్మయానం**లో

హింస కొంతకాలానికి మాత్రమే పరిమితమయ్యేది

"అ-ధ్యానం" కొంతకాలానికి మాత్రమే పరిమితం అయినది.

అహింస అనంతకాలానికి చెందింది

"సు-ధ్యానం" అనంతకాలానికి చెందింది

అహింస జిందాబాద్ ... "సు-ధ్యానం" జిందాబాద్

నీరు పల్ల మెరుగు .. సత్యము వ్యాప్తి నెరుగు

"శ్రీ సదానంద యోగి"
-బ్రహ్మర్షి పత్రీజీ

“శ్రీ సదానంద యోగి”

కర్నూలు నుంచి 70 కిలోమీటర్లు. కర్నూలు నుంచి, పాణ్యం నుంచి బనగానపల్లి పోయే రోడ్డులో బనగానపల్లికి ఎనిమిది కిలోమీటర్ల దూరంలో **నందవరం** గ్రామం వుంది. గురుపౌర్ణమి ధ్యానం చేయడం కోసం వేల మంది, ఈ రోజు అక్కడ ఏకమవుతున్నాం. గురుపౌర్ణమి రాత్రి .. అందులోనూ నందవరంలో ...

నందవరంలో ఏముంది? నా యొక్క గురువు గారి సమాధి స్థానముంది.

శ్రీ సదానందయోగి వారిని, నేను 1981 జనవరి 1వ తేదీ కర్నూలులో కలుసుకున్నాను.

ఆ రోజు ప్రొద్దున్నే ఏడున్నరకు ఆయన దగ్గరకు వెళ్ళాం. కర్నూలు పాత బస్‌స్టాండ్ వెనకాల **రాఘవేంద్ర లాడ్జి** అని ఒకటి ఉండేది. ఇప్పుడు అక్కడ అది లేదు. ఒక చిన్న రూములో ఒక మంచం ... పట్టెమంచం. నలుగురైదుగురు కూర్చోవచ్చు ... అంతే! అక్కడికి ప్రొద్దున్నే 7.30 గంటలకు ముగ్గురు వెళ్ళాం. నేను, ‘రామచెన్నారెడ్డి’, ‘వెంకటరత్నం’ ... మేము ముగ్గురం వెళ్ళాం.

1981 జనవరి ఫస్టు ... మేము ముగ్గురం. ఈ ‘బ్రహ్మర్షి పత్రీజీ’ అనే ఆయన. ‘రామచెన్నారెడ్డి’ అనే కొల్లీగ్. ‘వెంకటరత్నం’ అనే మరో కొల్లీగ్. ఆ ఇద్దరూ ప్యారీ కంపెనీలో నా కొలీగ్స్. నేను అప్పుడు కోరమాండల్ ఫెర్టిలైజర్స్‌లో పని చేస్తూ వుండేవాడిని ... సేల్స్ ప్రమోషన్ ఆఫీసర్‌గా.

మేము ముగ్గురం ప్రొద్దున్నే స్వామి వారి యొక్క అడ్రస్ తీసుకుని వెళ్ళాం. ఆయన అక్కడ పడుకుని ఉన్నారు. ప్రక్కనే కొంచెం స్థలం వుంది ... అక్కడ కూర్చున్నాం. ఆయన ఇలా చూసారు. “ఏం కావాలి?” అడిగారు గంభీరంగా. ఇంకా మేము జవాబు ఇచ్చే లోపలే “ఇక్కడ బ్రహ్మజ్ఞానం తప్ప మరొకటి దొరదు” అన్నారు. “మాక్కావలసింది అదే స్వామి ... ఇక దేని కోసమూ మేము రాలేదు” వినయంతో పలికాం.

ఎందుకంటే ఈ స్వామీజీల దగ్గరకు పనికి రాని మనుష్యులందరూ వచ్చి “నా కొడుకు ఉద్యోగం అండి .. నా కూతురు పెళ్ళండి ... మా ఆయన

నన్ను సరిగ్గా చూసుకోవటం లేదండి" .. ఇదీ తంతు.

పాపం! ఈ స్వామీజీలు బక్కచచ్చిపోయి, బిక్కచచ్చిపోయి ... విసిగిపోయి, విసిగిపోయి ... చితికిపోయి, చితికిపోయి వుంటారు. కనుక "మాకు బ్రహ్మజ్ఞానం తప్ప ఇంకేమీ అక్కర్లేదు స్వామీజీ" అని చెప్పాం.

ఆయన ఎంతో సంతోషించి వుంటారు ఆయన హృదయం ఉప్పొంగి పోయి వుంటుంది.

"ఆ" అన్నారు. అని ఒక అయిదు, పది నిమిషాల తర్వాత అనర్గళంగా శ్లోకం తర్వాత శ్లోకం అరబిక్ భాషలో, తెలుగులో, అప్పుడప్పుడూ ఇంగ్లీషు ముక్కలతో అర్ధగంటసేపు "నయాగరా జలపాతం"లా తన బ్రహ్మజ్ఞానాన్ని వర్షించారు.

అంతకు ముందే నేను బ్రహ్మజ్ఞానిని. సర్వం తెలుసుకున్నవాడిని. కానీ ఒక గురువుగా భావించగల మూర్తి నాకు కనిపించలేదు అంతకు ముందు. ఈ రోజు ఆయన యొక్క మృద మధుర ప్రవాహం, ఆయన యొక్క పోకడ, ఆ జ్ఞానం, అలా అనర్గళంగా మాట్లాడటం – మొట్టమొదటిసారిగా నా జీవితంలో నేను 'పర' వశుడనయ్యాను.

మైడియర్ ఫ్రెండ్స్ .. ఆయన పేరు "సదానంద యోగి", **"శ్రీ సదానంద యోగి".**

ఆయన అంతకు ముందు ఆరు సంవత్సరాల నుంచి కర్నూలులోనే వున్నారు. మనకేం తెలుసు? శిష్యుడు ఎదురుగానే వుండచ్చు, గురువు ప్రక్కనే వుండొచ్చు ... కానీ గురు శిష్యుల యొక్క కలయిక జరగడం ... శిష్యుడు రెడీగా వున్న తర్వాతే గురువు కలుస్తాడు. ఆ రోజు నేను రెడీగా వున్నాను. అంచేత ఆయన దర్శనం లభించింది.

అక్కడే వున్నాను నేను కర్నూలులో. ఆయనా కర్నూలులోనే వున్నారు. 1975లో నేను కర్నూలు వచ్చాను. సరిగ్గా ఆ సంవత్సరంలోనే, 1975లోనే ఆయన కూడా కర్నూలుకు వచ్చారు. మరి 1981లోనే ఆయనను కలుసుకోవడం జరిగింది. ఆయన ఎవరంటే **"సదానంద యోగి"** .. ఒకానొక జన్మలో ఆయన, **శ్రీ జీసస్ క్రైస్ట్** యొక్క గురువు **"జాన్ ది బాప్టిస్ట్"** అని తరువాత తెలుసుకున్నాను.

ఆ మహాస్వామి నాకు తెలిసిన మరుక్షణం లోనే ... ఆయనను నేను

చూసిన మరుక్షణం లోనే .. ఆయన గంభీరమైన వదనం తిలకించిన వెంటనే ... నేను ఆ మహాస్వామికి సమర్పణ అయిపోయాను.

వెంటనే ... స్వామి "రేపు రండి" అన్నారు. "రేపు ఉదయం 4.30 గంటలకు రండి, ధ్యానం నేర్పిస్తా" అన్నారు. మర్నాడు అంటే జూన్ 2వ తారీకు 1981న ప్రొద్దున్నే 4.30 గంటలకు మళ్ళీ మేము ముగ్గురం వెళ్ళాం త్రిమూర్తుల్లాగా ... నేను, నా మిత్రుడు రామచెన్నారెడ్డి, నా మిత్రుడు వెంకటరత్నం ... ముగ్గురం వెళ్ళాం.

నాకు శ్రీ **సదానంద యోగి** పరిచయం ఈ శ్రీ **రామచెన్నారెడ్డి** ద్వారానే లభించింది. నంధ్యాల దగ్గరలోని ఆత్మకూరు దగ్గరలో గల **"రేగడిగూడూరు"** దగ్గర ఒక పల్లెకు ఈ రామచెన్నారెడ్డి ఉద్యోగ రీత్యా వెళ్ళినప్పుడు అక్కడ ఒక ఆయన, ఈ సదానంద యోగి శిష్యుడు, ఆయనకే 90 ఏళ్ళు. ఆయన ద్వారా వినగా కర్నూలు అడ్రసు అంతా తీసుకుని రామచెన్నారెడ్డి నా దగ్గరికి వచ్చి, "కర్నూలులో ఒక పెద్దాయన వున్నాడు, ఆయన్ని కలుసుకోవాలి" అన్నప్పుడు, అందరం కలిసి వెళ్ళామన్నమాట! అదీ చరిత్ర.

సరే! మర్నాడు జూన్ 2వ తారీకు 1981. ఆయన దగ్గరకు వెళ్ళాం. మమ్మల్ని ఆయన "కూర్చోండి" అని చెప్పేసి, "చేతుల్లో చేతులు పెట్టండి", "కళ్ళు రెండూ మూసుకోండి. శ్వాస మీద ధ్యాస పెట్టండి" అన్నారు. ఇదీ ఆయన చెప్పింది. ఏ మంత్రమూ లేదు. ఏ తంత్రమూ లేదు, ఏ యంత్రమూ లేదు. కేవలం "కూర్చో, శ్వాస మీద ధ్యాస వుంచు. అంతే!" అన్నారు. అది 1981 సంవత్సరం జనవరి 2వ తేదీ. అప్పటికే నేను బ్రహ్మజ్ఞానిని. కానీ ఈ ధ్యాన విధానం ఫస్ట్ టైమ్ మరొకరి నోటి నుంచి విన్నాను. కనుక పిరమిడ్ సొసైటీస్ మాస్టర్స్ అందరూ, పిరమిడ్ ధ్యానులందరూ **శ్రీ సదానంద యోగి** గారి ఈ యొక్క 'శ్వాస మీద ధ్యాస'కు అంకితం.

సరే! అర్థగంటసేపు కూర్చున్నాం. కానీ నాకేం అనుభవలు రాలేదు. ఆల్ రెడీ పాలు పెరుగు అయిపోయింది కదా! ఇంకేం అనుభవాలు వస్తాయి? గత జన్మలలోనే పాలు "పెరుగు" అయిపోయింది. ఈ జన్మలో ప్రత్యేకంగా పాలు 'పెరుగు'గా అవలేదు, మై డియర్ ఫ్రెండ్స్...

అప్పటి నుంచి, అంటే జనవరి 1వ తేదీ నుంచి నా ఆధ్యాత్మిక శిష్యరికం మొదలయ్యింది .. శ్రీ సదానంద యోగి గారి దగ్గర ... 1981 నుంచి ...

మామూలుగా ఉద్యోగ రీత్యా ఆరు జిల్లాలలో నా ఉద్యోగం. మహబూబ్‌నగర్ జిల్లా, కర్నూలు జిల్లా, అనంతపురం జిల్లా, కడప జిల్లా, చిత్తూరు జిల్లా, నెల్లూరు జిల్లా .. మొత్తం ఆరు జిల్లాలు. నెలకు 25 రోజులు టూర్‌లోనే వుంటాను. ఒక 5, 6 రోజులు మాత్రం కర్నూలులో వుంటాను.

కర్నూలులో వున్నన్ని రోజులు అంతకు ముందంతా మరి క్లబ్‌కు వెళ్ళి పేకాడేవాడిని. "అగ్రి ఫ్రెండ్సు క్లబ్" అని వుండేది : దానికి నేను ప్రెసిడెంట్‌ను.

అక్కడ షటిల్స్, కారమ్స్, పేకాట ... అలా రాత్రి అంతా గడిపేవాళ్ళం. అయితే, ఈ "సదానంద యోగి" కనపడిన తర్వాత ఈ క్లబ్ బంద్. పేకాట బంద్. ఆయన దగ్గరకు వెళ్ళి కూర్చునే వాళ్ళం.

ఆయన సిగరెట్ మీద సిగరెట్ త్రాగేవారు. ఆయనకు రోజూ రెండు సిగరెట్ ప్యాకెట్స్ మేము తీసుకుని వెళ్ళి ఇచ్చేవాళ్ళం. 'చామ్స్' సిగరెట్టు త్రాగుతూ వుండేవారు. 'చాయ్' త్రాగుతూ సిగరెట్ త్రాగుతూ, అనర్గళంగా అన్నీ చెప్తూనే ఉండేవారు.

ఒకరోజు ఆయన చెప్పిన కథ ... ఇక్కడ కర్నూలు దగ్గర 'ఆత్మకూరు' అని వుంది. అక్కడ నుంచి శ్రీశైలం అడవులు మొదలవుతాయి. అక్కడకు ఒకానొక పౌర్ణమి నాడు ఈయన ధ్యానులందరినీ తీసుకెళ్ళారట. అక్కడ, అడవిలో అందరూ కూర్చున్నారు, అందరూ మాట్లాడుకుంటున్నారకు, భోజనం చేస్తున్నారు. ఇంతలో రెండు పులులు పరిగెత్తుకొచ్చాయి. పులులు వచ్చినప్పుడు అందరూ భయంతో అటు ఇటు పరిగెత్తుకుపోయారు. ఆ రెండు పులులూ ఆయన దగ్గరకు వచ్చాయి, ఈయన కొంత సేపు మాట్లాడి పంపి వేసారు. తర్వాత వాళ్ళందర్నీ పిలిచి, "మీరెందుకు పరుగెత్తుకుపోయారు? నా దగ్గరకు అవి వచ్చినప్పుడు మీరు కూడా నా దగ్గర వుంటే ఎంత చక్కగా వుండేది" అన్నారు ... ఇలాంటి కథలు ఎన్నో చెప్పేవారు.

ఆయనది అచల సిద్ధాంతం. శివరామ దీక్షితులంటే ఎంతో మక్కువ. ఎప్పుడూ ఆయన పద్యాలను విశేషంగా చెప్పేవారు.

ఆయనకు అరబిక్ భాష అనర్గళంగా వచ్చు. ఆ భాష ఆయన నోటి

ద్వారా, ఎంత వినసొంపో! మై డియర్ ఫ్రెండ్స్ ... ఆయన నోటి నుంచి వచ్చే "సుభాష్" అన్న పిలుపు ఎంత మధురంగా వుండేదో చెప్పనలవి కాదు.

నలుగురయిదుగురు శిష్యులుండేవారు. మిగతా వారేమో భక్తులు. ఆత్మజ్ఞానికీ, ధ్యానానికీ వచ్చే శిష్యులు – కేవలం ఒక నలుగురైదుగురు.

నేను, ఈ రామచెన్నారెడ్డి, వెంకటరత్నం, జనార్ధనరావు, సూర్యమోహన్.

ఇలా జరుగుతూ వుండగా మా హెడ్ ఆఫీసు వాళ్ళు చెప్పారు ... "నువ్వు సీనియర్ మోస్టువి, నువ్వు హెడ్ ఆఫీసుకు రావాలి. నిన్ను ట్రాన్స్‌ఫర్ చేస్తున్నాం" అని. 1982వ సంవత్సరంలో నాకు చెప్పారు. "నేను రాను" అని ఖచ్చితంగా చెప్పాను.

నా గురువు గారు ఇక్కడ వుంటే నాకేం పని హైదరాబాదులో ? హైదరాబాదులో మా తల్లి గారు వున్నారు, తండ్రి గారు వున్నారు, సొంత ఇల్లు వుంది ... నిజానికి అక్కడికి పోతే నాకు ఎంతో సుఖంగా వుంటుంది. నెలకు రెండు వేల రూపాయలు మిగులుతాయి కానీ చెప్పాను ... "నేను కర్నూలు వదలను, నా గురువు గారు ఇక్కడ వున్నారు".

"నాకు మీ ప్రమోషనూ వద్దు, ఏమీ వద్దు. నేను కర్నూలులోనే వుంటాను"...

"సరే" అన్నారు మా ఆఫీసు వాళ్ళు. 1982లో. మళ్ళీ 1983 వచ్చింది. "ఈసారయినా రావయ్యా, హైదరాబాదుకు. హెడ్ ఆఫీసులో నీ అవసరముంది" అన్నారు. "నేను రాను" అని చెప్పాను. మళ్ళీ.

పాపం మా ఆఫీసు వాళ్ళు చాలా చాలా మంచివారు. కోరమాండల్ ఫర్టిలైజర్స్ ఈజ్ ఎ వెరీ వెరీ గ్రేట్ కంపెనీ. నేను చెప్పినట్టు వినేవాళ్ళు. వారు చెప్పేది నేను వింటున్నాను కనుక నేను చెప్పేది వాళ్ళు వినేవారు.

1983లో ఏప్రిల్ 16వ తేదీన స్వామీజీ నన్ను పిలిచి, "సుభాష్! నేను శరీరం వదలి పెడుతున్నాను. నాకు సమాధి తయారు చెయ్యి" అన్నారు. "సరే స్వామి" అన్నాను. స్థలం కోసం కర్నూలు చుట్టూ తిరిగాం. ఎక్కడా మంచి ప్లాట్ దొరకలేదు.

చివరకు ఆయన భక్తుడు ... ఆయన పేరు కూడా **"చెన్నారెడ్డి"**. ఆయన స్వంత స్థలం ఈ **బనగానపల్లి** దగ్గర, **నందవరం**లో, అక్కడ వుంటే మేమిద్దరం

కలిసి వెళ్ళాం. అక్కడ నాకు బాగా అనిపించింది. అక్కడ ఒక ఫ్లాట్ తీసుకుని అంతా త్రవ్వి అంతా 'రెడీ' చేసాం. "ఈయన చెప్పిన సమయంలో శరీరం వదిలి పెట్టేస్తారు కదా, పోలీసులు వచ్చి ఏ యిబ్బంది వస్తుందో" అని చెప్పి, నా సంగీత గురువైన డా॥ **శ్రీపాద పినాకపాణి** గారు... ఆయన గొప్ప ఫిజీషియన్... ఆయన్ని తీసుకు వెళ్ళి "ఆయన శరీరం వదిలి పెట్టేస్తున్నారు; ఆయన ఆఖరి శ్వాస చూసి "ఇక శ్వాస లేదు" అని రికార్డు చేయండి" అన్నాను. అంతా సజావుగా జరిగిపోయింది. తర్వాత ఆ శరీరాన్ని నందవరం తీసుకు వెళ్ళి సమాధిలో పెట్టి పై నుంచి ఒక రాయి కప్పాం. మే 22వ తారీకు 1983న ఆయన తన తనువు చాలించారు.

ప్రతి సంవత్సరం **"మే 22"**నాడు **శ్రీ జనార్థనరావు**గారు వెళ్ళి ఆ రోజంతా అక్కడ వుండి అవన్నీ శుభ్రం చేస్తూంటారు. **"గురుపౌర్ణమి"** నాడు నేను వెళ్తూ వుండేవాడిని. మేమిద్దరం అలా డ్యూటీలను పంచుకున్నాం. మే 22వ తేదీన జనార్థనరావు గారు వెళ్తారు. గురు పౌర్ణమికి నేను వెళ్తాను.

అప్పటి నుంచి యిప్పటి వరకు కూడానూ ... ఎప్పుడో ఒకసారి మానస సరోవరం వెళ్ళినప్పుడు మొన్న ఒకసారి 'మిస్' అయ్యాను తప్పితే .. ఎప్పుడూ కూడానూ గురు పౌర్ణమి నాడు నందవరంలో మనమందరం కలుసుకుంటాం.

మై డియర్ ఫ్రెండ్స్ ... ఈ **సదానంద యోగి** ... ఆయన జీవిత చరిత్ర చెప్పాలంటే; ఆయన అరేబియాలో పుట్టారు. అరేబియాలో ఒక చిన్న గ్రామంలో ఆరు ఏళ్ళ కుర్రాడిగా వున్నప్పుడు ఆయన దగ్గరికి ఒక యోగి వచ్చి "నాతో పాటు వస్తావా?" అన్నారు. ఈయన అంగీకారం తెలిపారు. వెంటనే ఆయన కాళ్ళకు ఒక పాదలేపనం వ్రాసారు, అంతే! ఇద్దరూ కలిసి భూటాన్ అడవుల్లో వున్నారట.

ఆ యోగి ఎప్పుడూ మెడిటేషన్‌లో వుండేవారు. పది సంవత్సరాలు ఈయన ఆ యోగికి సేవలు చేసారు, మాట్లాడలేదు, ఆ గురువు గారు. ఆరు ఏళ్ళ వయస్సు నుంచి పదహారేళ్ళ వయస్సు వచ్చే వరకు ఆయన మాట్లాడలేదు. ఆ యోగి ఎప్పుడూ ధ్యానం చేస్తూండేవారు. ఈయన, ఈ కుర్రవాడు, ఆయనకు సపర్యలు చేస్తూ వున్నాడు. పదహారవయేట కుర్రాడిని తన ఒళ్ళో కూర్చో పెట్టుకుని ... పదహారాళ్ళ కుర్రాడిని గురువు ఒళ్ళో కూర్చో పెట్టుకుని ... అన్నీ చెప్పి

“నేను శరీరం వదలి పెడుతున్నాను” అన్నారు. “ఇదేమిటయ్యా బాబూ! ఇన్ని రోజులు సేవ చేస్తే ఒక్క మాట చెప్పలేదు. మాట విప్పిన ఈ రోజే ‘నేను వెళ్ళిపోతాను అంటున్నాడు” అని భోరున ఏడ్చి, వలవల యేడ్చి “ఏం చేస్తాను’ అని ఆ గురువు గారి సమాధి దగ్గరే కూర్చుని వుండిపోయారు. కొన్ని రోజుల తర్వాత ఆ గురువు గారి గొంతు వినపడి ... “ఇక ఉత్తరం వైపు వెళ్ళిపో, హిమాలయాలవైపు వెళ్ళిపో” అని ఆజ్ఞ. “నేను వెళ్ళను గాక వెళ్ళను” అంటే, “నువ్వు వెళ్ళాలి గాక వెళ్ళాలి” అని చెప్పేసి ఆజ్ఞ విన వచ్చింది.

ఆ సమాధి వదిలి పెట్టేసి పైకెళ్ళి హిమాలయాల్లోకి వెళ్తే అక్కడ చక్కటి గుహలు, చక్కటి వనాలు, చక్కటి ఫల వృక్షాలు, అక్కడ ఎంతో మంది వున్నారు. అందులో కొంతమంది ఈయనను దగ్గరకు పిలిచి “ఆ గుహలో ఉండు” అన్నారు. ఆ గుహలో ఆయన ఎనభై సంవత్సరాలు ధ్యానం చేసారు.

ఆ ఎనభై సంవత్సరాలైన తరువాత వారు చెప్పారట “నీ పని ఇక్కడ అయిపోయింది. నువ్వు టీచింగ్ చెయ్యి, భారతదేశం పోయి” అంటే “నేను పోను, నాకిక్కడ హాయిగా వుంది” అన్నారు. “లేదు, నువ్వు పోవాలి”.

మళ్ళీ వాళ్ళను వదలి పెట్టేసి, మరి ఎంతో మంది మహారాజుల ఇళ్ళకు వెళ్ళి రాజస్థాన్, కాశ్మీర్ తిరుగుతూ తిరుగుతూ పాపికొండల ద్వారా, మరి నెల్లూరు ద్వారా, ఈ కర్నూలు రేగడిగూడూరు ద్వారా, కర్నూలు వచ్చి ... మన కోసం ... వెయిట్ చేస్తున్నట్టున్నారు కర్నూల్లో.. ఆరు సంవత్సరాలుగా.

పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీస్‌కు ఆదిదేవుడు శ్రీ సదానంద యోగి. సుమారు రెండున్నర సంవత్సరాలు ఆయన సేవా భాగ్యం చేసుకున్నాను నేను.

శ్రీ సదానంద యోగి తర్వాత అంతటి మహాపురుషుడు **శ్రీ కాశిరెడ్డి నాయన.** ఒకే సమయంలో అయిదు చోట్ల వుండగలవారు. ఆయన కర్నూలు ధ్యాన కేంద్రానికి ఎన్నోసార్లు వచ్చారు. పిరమిడ్‌లో వున్నారు.

నా జీవితంలో తారసపడ్డ ఇద్దరు గ్రేటెస్ట్ మాస్టర్లు ... ఒకరు **శ్రీ సదానంద యోగి,** మరొకరు **శ్రీ కాశిరెడ్డి నాయన**.

ఈ ఇద్దరికీ ఈ గురు పౌర్ణమి నాడు నా యొక్క నమస్కారాలు.

బ్రహ్మర్షి పత్రీజీ ఆశీస్సులతో...
తటవర్తి వీరరాఘవరావు, శ్రీమతి రాజ్యలక్ష్మి దంపతులచే

ఆత్మజ్ఞాన శిక్షణా శిబిరం

భీమవరంలో ప్రతీ నెలా 1, 2, 3 తేదీలలో పూర్తి రెసిడెన్షియల్ పద్ధతిన ఆత్మజ్ఞాన శిక్షణా శిబిరం నిర్వహించబడుతుంది. ఎన్ని రోజులు ధ్యానం చేసినా ధ్యానంలో పురోగతి సాధించలేనివారు, ఆలోచనలతో ఇబ్బంది పడేవారు ఈ శిబిరంలో పాల్గొంటే ఒకే సిట్టింగులో మూడు లేక నాలుగు గంటలు ధ్యానం చేయగల స్థితికి చేరుకుంటారు. పరిమిత సభ్యులకు మాత్రమే అవకాశం ఉన్నందున ముందుగా మీ పేర్లు నమోదు చేసుకోండి.

ప్రవేశం : *భోజనం, అన్ని వసతులతో కలిపి మూడు రోజులకు రూ. 300/-లు మాత్రమే.*

వేదిక : *శ్రీ వెంకటేశ్వరస్వామి వారి ఆలయం, నరసింహపురం, ఉండి రోడ్, భీమవరం.*

వివరాలకు : ***తటవర్తి వీరరాఘవరావు,***
*తటవర్తి వారి వీధి, భీమవరం - **534 201.***
సెల్ : 94403 09812, 94901 71853

తటవర్తి వీరరాఘవరావు గారి రచనలు

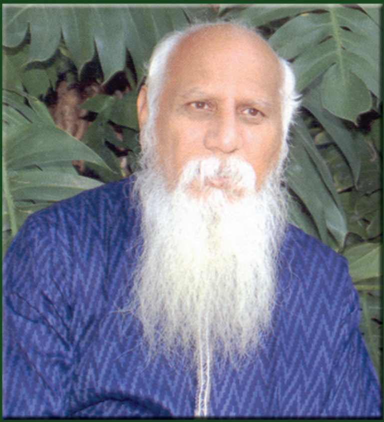
1) జీవితశాస్త్రం (మొదటి భాగం)- రూ.100/-
2) జీవితశాస్త్రం (రెండవ భాగం)- రూ.100/-
3) జీవిత సత్యాలు - రూ.100/-
4) భగవంతుడంటే - రూ.100/-
5) సత్యమార్గం - రూ.100/-
6) ఆత్మ శాస్త్రం - రూ.100/-
7) ధ్యాన శాస్త్రం - రూ.100/-
8) జ్ఞానరసగుళికలు (పత్రీజీ) - రూ.100/-
9) పరమగురువుల ప్రబోధాలు (పత్రీజీ) - రూ.100/-
10) భగవద్గీతా సారం - శ్రీ కృష్ణ సందేశం - రూ.100/-
11) ధ్యాన శక్తి - రూ.100/-
12) తెలుసుకోండి - రూ.120/-
13) జీవిత సూక్ష్మాలు - రూ.120/-
14) గీతాసందేశం - రూ.100/-
15) కర్మ సిద్ధాంతం - రూ.60/-
16) బ్రహ్మాజ్ఞానం - రూ.60/-
17) ఆత్మజ్ఞానం ఎందుకు? - రూ.70/-
18) ధ్యానమంటే ? - రూ.50/-
19) జ్ఞాన జ్యోతి - రూ.70/-
20) జ్ఞాన కుసుమాలు - రూ.50/-
21) దుఃఖ నివారణామార్గం- రూ.60/-
22) త్రివిధాలు - రూ.60/-
23) ధ్యానం (పత్రీజీ) - రూ.50/-
24) ధ్యానం వల్లనే జ్ఞానం - రూ.60/-
25) అతీంద్రియ శక్తులు - రూ.50/-
26) శాస్త్రాల అర్థం- అంతరార్థం - రూ.50/-
27) ఆశ్చర్యం... ఆశ్చర్యం - రూ.50/-
28) విద్యార్థుల వికాసానికి ధ్యాన విద్య - రూ.50/-
29) మౌన ధ్యానం - రూ.40/-
30) ఈ జీవితం ఎందుకు? - రూ.50/-
31) నిర్వాణ మార్గం - రూ.50/-
32)షిరిడీసాయిసందేశాలు - రూ.40/-
33) భాగవత సన్నివేశాల అంతరార్థం - రూ.40/-
34) భూతదయే దైవత్వం - రూ.40/-
35) ఆలోచించండి - రూ.40/-
36) సంకల్పమంటే? - రూ.50/-
37) మరోజన్మ (తటవర్తి రాజ్యలక్ష్మి) - రూ.30/-
38)మనం ఇహలోకవాసులమా? పరలోకవాసులమా? - రూ.20/-
39) శాకాహారమే మానవాహారం - రూ.15/-
40) అహింస మరియు శాఖాహారం - రూ.15/-

పుస్తకముల కొరకు :

తటవర్తి వీర రాఘవరావు,

తటవర్తివారి వీధి, భీమవరం-1. ప॥గో॥జిల్లా.

సెల్ : 9440309812, 9490171853



శ్రీరామచంద్రుడు తన రాజ్య పర్యటన సందర్భంగా శోకగ్రస్తులైన వారిని కొంతమందిని చూసి తానూ దుఃఖితుడయ్యాడు. దుఃఖ కారణంగా రాచ కార్యాలను విరమించి వున్న శ్రీరామచంద్రునికి తండ్రి దశరథుని అభ్యర్థన మేరకు గురుదేవులు బ్రహ్మర్షి వశిష్టుల వారు **"యోగ వాశిష్ఠం"** ద్వారా **'ఆత్మజ్ఞానం'**, **'ఆత్మతత్వం'** గురించి బోధించి శ్రీరాముని దుఃఖాన్ని నివారించారు.

మానవుల దుఃఖాన్ని నివారించగలిగే శ్రీ వశిష్ఠుల వారి బోధనలోని కొన్ని ముఖ్య శ్లోకాలను **బ్రహ్మర్షి పత్రీజీ 'వశిష్ఠామృతం'** అనే పుస్తకం ద్వారా మనకు అందివ్వడం జరిగింది.

అందులోని కొన్ని ముఖ్యాంశాలను ఈ **"దుఃఖ నివారణా మార్గం"** పుస్తకంలో ఇవ్వడం జరిగింది. వాటిని జాగ్రత్తగా అధ్యయనం చేసి, అర్థం చేసుకొని, ఆచరించి దుఃఖం నుంచి శాశ్వతంగా బయటపడగలరని ఆశిస్తున్నాను.

- తటవర్తి వీరరాఘవరావు

రూ.60/-