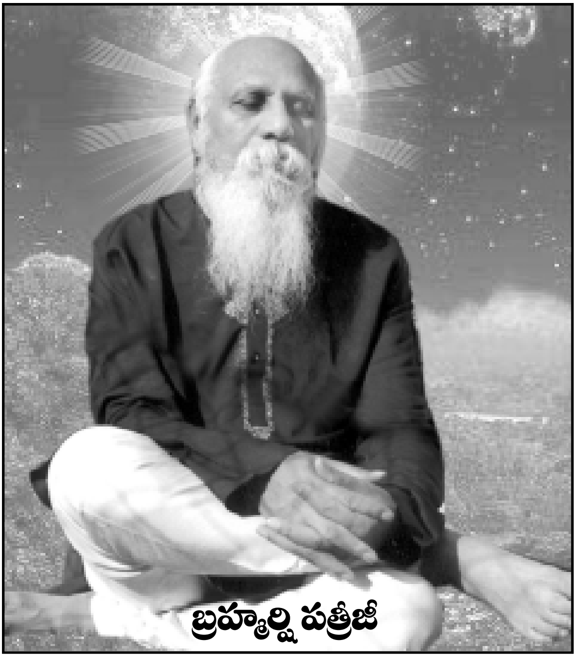
బ్రహ్మర్షి పత్రీజీ ఆశీస్సులతో..

శాస్త్రాల అర్థం - అంతరార్థం

తటవర్తి వీరరాఘవరావు

బ్రహ్మర్షి పత్రీజీ ఆశీస్సులతో...

శాస్త్రాల అర్థం - అంతరార్థం



రచన & ప్రచురణ : **తటవర్తి వీరరాఘవరావు**

ప్రథమ ముద్రణ : జూన్, 2012
ప్రతులు : 6,000

ద్వితీయ ముద్రణ : ఫిబ్రవరి, 2021
ప్రతులు : 1,000

వెల : **రూ. 60/-లు**

పుస్తకముల కొరకు

తటవర్తి వీర రాఘవరావు

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

విషయ సూచిక

శాస్త్రాల అర్థం - అంతరార్థం	3
- పుణ్యం అంటే	6
- ఉపవాసం	8
- మౌనం	12
- జాగారం	13
- పూజ	16
- స్తోత్రం	19
- జపం	22
- భగవంతుడు ఎవరు?	23
- భగవంతుడు ఎక్కడ వుంటాడు?	25
- భగవంతుని ఎలా చేరాలి?	30
- ఆలయాలు ఎందుకు ?	35
- స్నానాలు	43
- ప్రదక్షణలు	44
- సాష్టాంగ నమస్కారం - శఠగోపం	45
- ప్రసాదం	50
- హుండీలో కానుకలు	53
- తలనీలాలు	54
- అఖండ దీపం - గుడిలో గంట	55
మంత్రపుష్పము - అర్థము	57

పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీస్ మూవ్‌మెంట్ - ఇండియా

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/

శాస్త్రాల అర్థం - అంతరార్థం

లోకంలో చాలా శాస్త్రాలు వున్నాయి. ఇంచుమించు అందరూ శాస్త్రాలను ప్రామాణికంగా తీసుకుంటారు. ఏదైనా శాస్త్రం ప్రకారం చేస్తూంటారు.

ఎవరైనా ఏ పనైనా చేసేటపుడు పెద్దలు శాస్త్రోక్తంగా చేస్తున్నారా? శాస్త్రోక్తంగా చెయ్యండని కూడా అంటూంటారు. అంటే శాస్త్రాలలో ఎలా వుంటే అలా చెయ్యండని చెపుతూ వుంటారు. కొంతమంది, వారికి ఏదైనా సందేహం వచ్చినపుడు, ఏ పనైనా చెయ్యాలనుకున్నప్పుడు బ్రాహ్మణులను, పండితులను శాస్త్రాలలో ఏమని వుంది? అని అడుగుతూ వుంటారు. అపుడు వారు పుస్తకాలు చూసి ఏది చెపితే అది చేస్తారు.

అలాగే ఆలయాలు నిర్మించేటపుడు, గోపురాలు కట్టేటపుడు, విగ్రహ ప్రతిష్టలు చేసేటపుడు, అలా ఆలయ సంబంధమైనవి ఏదైనా సరే "ఆగమ శాస్త్రం" ప్రకారం నిర్మిస్తుంటారు. మార్పులు, చేర్పులు కూడా చేస్తూంటారు.

ఇలా చెప్పుకుంటూ పోతే శాస్త్రాల యొక్క ప్రాముఖ్యం ఎంతైనా కనబడుతుంది. అంతా అలా శాస్త్రాలను, పురాణాలను అనుసరిస్తున్నారు. కానీ వాటి గురించి ఆలోచించేవారు, అధ్యయనం చేసేవారు చాలా తక్కువ. కానీ వాటిని అనుసరించే వారు ఎవరైనా సరే తప్పనిసరిగా ఆలోచించాలి. ఎందుచేతనంటే అసలు ఎన్ని శాస్త్రాలు వున్నాయి? ఈ శాస్త్రాలను ఎవరు వ్రాసారు? వ్రాసిన వారు ఏ స్థాయిలోని వారు? ఆ శాస్త్రం ఎందుకు వ్రాశారు? ఏమి ఆశించి వ్రాశారు? ఆ శాస్త్రం ద్వారా ప్రజలకు, భవిష్యత్ తరాలకు ఏం చెప్పదలచుకున్నారు? ఆ శాస్త్రాన్ని అనుసరిస్తే ఎలాంటి ఫలితాలు వస్తాయి? సంవత్సరాల తరబడి వాటిని అనుసరిస్తున్న వారికి వారు ఆశించిన ఫలితాలు వస్తున్నాయా? లేదా? ఆశించిన ఫలితాలు రాకపోతే ఎందుకు రావడం లేదు? దానికి కారణం ఏమిటి? ఇలా ఎన్నో ఆలోచించాలి.

అలాగే కాలానుగుణంగా ఈ శాస్త్రాలలో ఏమైనా మార్పులు జరిగాయా? ఈ శాస్త్రాలు వ్రాసినపుడు అప్పటి పరిస్థితులు ఏమిటి? అప్పుడు సమాజం ఎలా వుండేది? అప్పటి మానవుల జీవన విధానం ఎలా వుండేది? అప్పటి పరిస్థితులు, ఇప్పటి పరిస్థితులు ఒకే రకంగా వున్నాయా? లేక ఏమైనా మార్పులు వచ్చాయా?

ఆ పరిస్థితుల్లో వ్రాసిన శాస్త్రం ఇప్పటి పరిస్థితులకు సరిపోతుందా? ఇప్పటి మానవుల జీవన విధానానికి అనుగుణంగా వుందా? అన్నీ మారుతున్నప్పుడు శాస్త్రాలలో కూడా మార్పులు అవసరమా? లాంటి విషయాలను అధ్యయనం చెయ్యవలసిన అవసరం, ఆలోచించవలసిన అవసరం ఎంతైనా వుంది.

ఎందుచేతనంటే ఈ శాస్త్రాలను వ్రాసేవారు రకరకాల స్థాయిలలో వుంటారు. ఎవరి స్థాయిని బట్టి వారు వ్రాస్తూ వుంటారు. అలాగే తపస్సంపన్నులైన ఋషులు, యోగులు వ్రాసే శాస్త్రాలు చాలా అత్యున్నతంగా వుంటాయి. వాటిని సామాన్య స్థితిలో వుండే వారు, పండితులు అర్థం చేసుకోగలరా? అంటే ఖచ్చితంగా అర్థం చేసుకోలేరనే చెప్పవచ్చు. అందుచేత శాస్త్రాల గురించి చెప్పేవారు, బోధించే వారు కూడా వారి స్థాయిని బట్టి, వారు అర్థం చేసుకున్నంత వరకే వివరించ గలుగుతారు, బోధించగలుగుతారు. ఎందుచేతనంటే అంతటి యోగులు ఏ అర్థంతో చెప్పారో! ఏ ఉద్దేశ్యంతో చెప్పారో! వీరికి తెలియదు కదా? వీరు ఎంతసేపూ వీరికి అర్థమయినంత వరకే చెప్పగలరు. వారు చెప్పింది ఇదే అని చెప్పడానికి వీరు సరిపోరు. కారణం వీరికి అంత మాత్రమే అర్థమయ్యిందని మనం అర్థం చేసుకోవాలి.

చూడండి శ్రీ కృష్ణ భగవానుణ్ణే తీసుకుందాం. ఆయన గొప్ప యోగీశ్వరుడు. ఆయన బోధించిన గీతనే తీసుకుందాం. భగవద్గీతకు ఎవరికి వారు ఎన్నో రకాలుగా వ్యాఖ్యానాలు చేశారు. గమనిస్తే ఒకరు చేసిన వ్యాఖ్యానానికి ఇంకొకరు చేసిన వ్యాఖ్యానానికి కచ్చితంగా తేడా వుంటుంది. కొంతమంది చేసే వ్యాఖ్యానాలకు అసలు సంబంధమే వుండదు. ఆలోచించండి, అందరూ ఒకే రకమైన అర్థం చెపితే, వివరణ ఇస్తే, వ్యాఖ్యానం చేస్తే, ఇన్ని రకాల భగవద్గీతల అవసరం వుందా? ఎవరో ఒకరు వ్రాసిందే అంతా అనుసరించే వారు కదా? మరల వేరొకరు ప్రత్యేకించి వ్రాయవలసిన అవసరం ఏముంది?

కొంచెం ఆలోచించండి. ఈ మధ్యనే రష్యాలో కొంతమంది భగవద్గీతను చదివి శ్రీ కృష్ణ భగవానుని టెర్రరిస్టుగా పేర్కొన్నారు. ఆయన హింసను ప్రోత్సహించాడు. అందుచేత భగవద్గీతను బహిష్కరించాలి అని కోర్టుకు వెళ్ళడం కూడా జరిగింది. దాని మీద ఎవరికి వారు రకరకాల వ్యాఖ్యానాలు కూడా చెయ్యడం జరిగింది. మరి నిజంగా భగవానుడు హింసను ప్రోత్సహించాడా? ధర్మాన్ని రక్షించే ప్రయత్నం చేసాడా? అంటే ఎవరికి వారు వారి స్థాయిని బట్టి అర్థం చేసుకున్నారని చెప్పవచ్చు. ఎవరికి వారు తమదే కరెక్టు అని కూడా అంటారు. అసలు ఇంతకీ ఎవరు కరెక్టు? అంటే ఎవరికి ఎంత అర్థమవుతే అదే కరెక్టు అని అనడం లోకంలో పరిపాటయిపోయింది. ఎవరికి వారు తాను చెప్పేదే కరెక్టు, తనకు తెలిసిందే కరెక్టు, తాను చేసేదే కరెక్టు అంటూ వుంటారు.

ఆలోచించండి తాను చెప్పేది, తాను చేసేది కరెక్టు అయితే అది ఇతరులు ఎందుకు అంగీకరించడం లేదు? అసలు ఇంతకీ ఏది కరెక్టు? అంటే ఎవరి స్థాయిని బట్టి వారికి అదే కరెక్టు. కానీ వారి స్థాయి మారితే మరల వారి అభిప్రాయం మారిపోతుంది.

ఎందుచేతనంటే లోకంలో వున్న మానవులంతా ఒకే స్థాయిలో వుండరు. ఒక్కొక్కరు ఒక్కొక్కస్థాయిలో వుంటారు. ఎందుచేతనంటే మానవులలో దేహస్థితిలో వుండేవారు వున్నారు. మనో స్థితిలో వుండేవారు వున్నారు. బుద్ధి స్థితిలో వుండే వారు వున్నారు. ఆత్మస్థితిలో వుండే వారు కూడా వున్నారు. అందుచేత దేహస్థితిలో వున్నవారి పనులు ఆత్మస్థితిలో వున్నవారి పనులు ఒకేలా వుండవు. అలాగే బుద్ధిస్థితిలో వున్నవారి పనులు, మనో స్థితిలో వున్నవారి పనులు, అవగాహన ఒకే రకంగా వుండవు.

ఎందుచేతనంటే మానవులు పైకి శరీర పరంగా చూస్తే ఒకే రకంగా వుంటారు. కానీ మనోస్థితిలో చాలా తేడాలు వుంటాయి. మానవుని ప్రవర్తన అవగాహన మనస్సును బట్టే వుంటుంది. ఈ విషయాన్నే భగవద్గీతలో శ్రీకృష్ణ భగవానుడు చెప్పడం కూడా జరిగింది. ఆయన ఏమన్నారంటే లోకంలోని మానవులు నాలుగు రకాలు గుణాలతో వుంటారు. అవి (1) తమోగుణం, (2) రజో గుణం, (3) సాత్విక గుణం, (4) నిర్గుణం.

అందుచేత ఎవరైనా సరే వారి గుణాన్ని బట్టి, అవగాహన చేసుకుంటారు? వారి అవగాహనను బట్టి వారి ప్రవర్తన వుంటుంది. అందుచేత వాడు అలా ఎందుకు ప్రవర్తిస్తున్నాడు? అని ఇంకొకరు ప్రశ్నించడానికి, అనుకోవడానికి సరిపోరు. కారణం ఎవరి గుణాన్ని బట్టి, ఎవరి స్థాయిని బట్టి వారు ప్రవర్తిస్తూ వుంటారు. అందుకే బ్రహ్మర్షి పత్రీజీ ఎవరినీ విమర్శించవద్దు. ఎవరి గురించి నిర్ణయించవద్దు అంటారు.

మనకు రామాయణంలో కూడా ఈ నాలుగు రకాల గుణాలు కలిగిన వారు కనిపిస్తారు. గమనిస్తే తమోగుణంలో కుంభకర్ణుడు, రజోగుణంలో రావణాసురుడు, సాత్వికగుణంలో విభీషణుడు, నిర్గుణ స్థితిలో శ్రీరామచంద్రుడు మనకు కనిపిస్తారు. అలా ఒకరి ప్రవర్తనకు ఇంకొకరి ప్రవర్తనకు సంబంధం వుండదు. దానికి కారణం వారి గుణాలే. కుంభ కర్ణుడు రాముడిలా ఎందుకు లేడు? అంటే ఎవరేం చెప్పగలరు? విభీషణుడిలా రావణాసురుడు ఎందుకు ఆలోచించడు అంటే ఎవరేం చెప్పగలరు?

ఎందుచేతనంటే ప్రతీ విషయాన్ని దేహానికి అన్వయించుకోవచ్చు. ఆత్మకు అన్వయించుకోవచ్చు. దేహానికి అన్వయించుకుంటే ఒక రకమైన అర్థం వస్తుంది. ఆత్మకు అన్వయించుకుంటే ఇంకొక అర్థం వస్తుంది.

ఉదాహరణకు శ్రీ కృష్ణ భగవానుడు నన్ను ఆశ్రయించు అన్న మాటకు ఆయనను దేహంగా అర్థం చేసుకున్నవారు. విగ్రహాన్ని ఆశ్రయిస్తారు, పూజలు చేస్తారు. అదే ఆయనను 'ఆత్మ'గా అర్థం చేసుకున్నవారు 'ఆత్మ'ను ఆశ్రయిస్తారు, ధ్యానం చేస్తారు. శ్రీ కృష్ణ భగవానుడు చెప్పిన ఒకే మాటకు అలా రకరకాల అర్థాలు తీసుకోవచ్చు. తీసుకుంటున్నారు కూడా! కానీ శ్రీ కృష్ణ భగవానుడు ఉన్నది ఆత్మ స్థితిలోనే, చెప్పింది ఆత్మస్థితిలోనే.

అలాగే ఈ శాస్త్రాలను కూడా వారి వారి స్థాయిని బట్టి రకరకాల అర్థాలు చెప్పేవారున్నారు. అందుచేత ఈ శాస్త్రాల అర్థం – అంతరార్థం విశ్లేషించుకుందాం.

పుణ్యం అంటే?

శాస్త్రాలలో 'పుణ్యం' అనే పదం ఎక్కువగా కనిపిస్తుంది. పెద్దలు, పండితులు, గురువులు లోకానికి ఎన్నో విషయాలు బోధించి, ఆ పనులు చెయ్యండి మీకు 'పుణ్యం' వస్తుంది, లేకపోతే ఈ పనులు చెయ్యండి 'పుణ్యం' వస్తుంది అంటారు. శాస్త్రాలను చదివి బోధించేవారు కూడా అలాగే చెపుతూ వుంటారు. మంచి చెయ్యండి, పుణ్య కార్యాలు చెయ్యండి, ఆరాధనలు చెయ్యండి. సేవలు చెయ్యండి మీకు పుణ్యం వస్తుందని చెపుతూ వుంటారు.

ఎవరికైనా 'పుణ్యం' అనగానే వెంటనే ఆ పని చెయ్యాలనిపిస్తుంది. 'పుణ్యం' వస్తుందంటే ఆ పని చెయ్యడానికి ఎవరైనా ఎక్కువ ప్రాముఖ్యం ఇస్తారు. అలాగే 'పుణ్యం' వస్తుందని చేసే పనులు కూడా చాలా వున్నాయి. అలా అంతా పుణ్యం అనగానే చేసేస్తున్నారు కానీ అంతకన్నా ఆలోచించడం లేదు. కానీ ఆలోచించవలసిన అవసరం వుంది.

అసలు 'పుణ్యం' అంటే ఏమిటి? 'పుణ్యం' చేస్తే ఏమి వస్తుంది? ఎప్పుడు వస్తుంది? ఎంత వస్తుంది? అని ఎవరూ ఆలోచించరు. కానీ అందరికీ వున్న నమ్మకమేమిటంటే 'పుణ్యం' చేస్తే ఏం జరుగుతుందో తెలియదు కానీ ఏదో ఒక మంచి జరుగుతుందని నమ్ముతారు. అంతేకాదు అలాంటి పనులు చేసే కొద్దీ "పుణ్యం" పెరుగుతూ వుంటుందని, దాని వల్ల జీవితంలో ధనవంతులు కావచ్చని, గొప్పవారు కావచ్చని, కోరికలు తీరుతాయని, కష్టాలన్నీ పోతాయని భావిస్తారు. పాపాలు కూడా పోతాయని భావించేవారు వున్నారు. అలా ఎవరికి కావలసిన లాభం వారు వూహించుకుని 'పుణ్యం' అనగానే ఆ పని చేసేస్తున్నారు. అలా చేస్తేస్తున్నారు కానీ అంతకన్నా ఆలోచించడం లేదు.

ఎందుచేతనంటే 'పుణ్యం' అంటే ఏమిటో తెలుసుకోకుండా... ఆ పని చేస్తే ఏమి వస్తుందో తెలుసుకోకుండా... ఆ పనిని జీవితాంతం చేస్తే ఒక రకంగా జీవితంలో నిరాశే మిగులుతుంది. కారణం వీరు ఆశించేది, కోరుకునేది ఒకటి,

వీరు చేసిందాని వల్ల వచ్చే ఫలితం ఇంకొకటి కావచ్చు. అప్పుడు వీరు కోరుకున్నది రాదు కదా? ఆశించినది జరగదు కదా? చివరకు నిరాశేగా మిగిలేది. అందుచేత ఏ పనైనా అవగాహనతో చెయ్యాలి. గుడ్డిగా చెయ్యకూడదు. అందుచేత 'పుణ్యం' అని చేసే పనులు గురించి ఆలోచిద్దాం. 'పుణ్యం' గురించి కూడా కొంచెం తెలుసుకుందాం.

గుర్తుంచుకోండి 'పుణ్యం' అంటే ఏదో ఒక మూట పైన ఎక్కడో పెరగడం కాదు. 'పుణ్యం' అంటే మనకు జరిగే మంచి, మనకు కలిగే లాభం. అంటే మన జీవితంలో మనకు జరిగే మంచిని, మనకు కలిగే లాభాన్ని 'పుణ్యం' అంటారు. అంటే ఏ పని చెయ్యడం వల్ల మన జీవితంలో మంచి జరుగుతుందో! లాభం కలుగుతుందో! ఆ పనిని పుణ్య కార్యం అంటారు. వాటినే మంచి పనులు అంటారు, సత్కర్మలు అంటారు. ఒక రకంగా సేవా కార్యాలన్నీ కూడా పుణ్య కార్యాలే.

కానీ ఇక్కడే ఆలోచించాలి 'పుణ్యం' చేస్తే మంచి ఫలితమే వస్తుంది, లాభమే కలుగుతుంది. కానీ అన్ని రకాల పుణ్యకార్యాలకు ఒకే రకమైన మంచి జరగదు, ఫలితం రాదు, లాభం రాదు. ఎలాంటి కార్యం చేస్తామో అలాంటి ఫలితమే పొందుతాం. అంటే చేసే పనిని బట్టి వచ్చే లాభం ఆధారపడి వుంది. ఇదే మనం బాగా అర్థం చేసుకోవాలి. అంతేకానీ 'పుణ్యం' అనగానే ఏదేదో చేసేసి, ఏదేదో ఆశిస్తే, ఆశించిన ఫలితం రాక చివరకు నిరాశే మిగులుతుంది. చేసింది వ్యర్థమవుతుంది. మరొక్కసారి గుర్తుంచుకోండి ఎలాంటి పుణ్యం చేస్తే అలాంటి లాభమే కలుగుతుంది.

పుణ్యం గురించి ఇంకా చాలా మందికి వున్న నమ్మకం ఏమిటంటే ఈ పుణ్యం అన్నది ఎప్పుడో చనిపోయిన తరువాత మన ఖాతాలో పడుతుంది, తరువాత జన్మలలో అనుభవిస్తాం అనుకుంటారు. కానీ పుణ్యమైనా, పాపమైనా (పాపమంటే మనకు జరిగే చెడు, మనకు కలిగే నష్టం) ఎక్కువ శాతం ఈ జన్మలోనే ఇక్కడే అనుభవిస్తాం. కొద్ది శాతం మాత్రమే తరువాత జన్మలకు వర్తిస్తుంది. కొద్దిగా గమనిస్తే మనం చేసిన వాటి ఫలితం ఇక్కడే! ఒక్కొక్కసారి వెంటనే కూడా అనుభవిస్తామని తెలుస్తుంది. అందుచేత ముందు మనకు కావలసిన ఫలితం ఏమిటి? ఆ ఫలితం పొందాలంటే ఎలాంటి పుణ్యకార్యం అంటే ఏ పని చెయ్యాలో తెలుసుకోవాలి. ఆ పనే చెయ్యాలి. లేకపోతే చేసింది వృధా అవుతుంది. కారణం కావలసింది ఒకటి, చేసింది ఇంకొకటి కాబట్టి. అందుచేత ఎటువంటి 'పుణ్యం' చేస్తే జీవితంలో ఎలాంటి లాభాలు కలుగుతాయో ఒక్కసారి చూద్దాం.

దేనికైనా అర్థం తెలుసుకుని ఆచరిస్తే ఆనందం పొందుతారు.
అర్థం తెలుసుకోకుండా ఆచరిస్తే భంగపడతారు.

ఉపవాసం

కొంతమంది పెద్దలు, పండితులు ఉపవాసం వుంటే 'పుణ్యం' అని చెపుతారు. శివరాత్రి లాంటి పర్వదినాలలో ఉపవాసం ఉండమని చెపుతారు. అలా ఆ రోజు ఉపవాసం వుంటే దేవుని దృష్టిని ఆకర్షించ వచ్చని కూడా చెపుతారు.

ఉపవాసం పట్ల ఇంకా ఆసక్తి వుండేవారు ప్రతీ ఏకాదశికి ఉపవాసం వుంటారు. ఇంకా వుండగలిగిన వారు ప్రతీ శనివారం ఉపవాసం వుంటారు. అలా వుంటే ఇంకా ఎక్కువ పుణ్యం వస్తుందని భావిస్తారు. అలా ఎవరి శక్తి మేరకు వారు ఉపవాసం ఉంటున్నారు. కానీ అంతకన్నా ఆలోచించడం లేదు. కానీ ఉపవాసముంటే వచ్చే పుణ్యమేమిటి? అంటే లాభమేమిటి? అన్నది తెలుసుకోవాలి.

ముందు అసలు ఉపవాసమంటే ఏమిటో చూద్దాం. ఉపవాసమంటే కడుపుకు అంటే జీర్ణ కోశానికి పూర్తిగా విశ్రాంతి నివ్వడం. అంటే ఆ రోజు కడుపులో ఏమీ వెయ్యకపోవడం, అంటే ఏమీ తినకపోవడం. దీనినే ఉపవాసమంటారు. కానీ కాలక్రమేణా ఉపవాసానికి ఎవరికి వారు తమకు నచ్చిన రీతిలో మార్పులు చేసుకుంటున్నారు.

ఎందుచేతనంటే కొంతమంది ఉపవాసమని పచ్చి మంచినీళ్ళు కూడా త్రాగకుండా కఠినంగా ఆచరిస్తారు. కొంతమంది మంచినీరు తప్ప ఏమీ తీసుకోరు. ఇంకా కొంతమంది ఉపవాసమని ద్రవాహారం మాత్రమే అంటే పాలు, మజ్జిగ, పళ్ళరసం లాంటివి తీసుకుంటారు. కొంతమంది ఫలాలు మాత్రమే తీసుకుంటారు. ఇంకా కొంతమంది ఉపవాసమని భోజనం మానేసి ఏదో ఒక అల్పాహారం అంటే టిఫిన్ తీసుకుంటారు. ఇలా ఎవరికి నచ్చిన రీతిలో, ఎవరి ఇష్టం వచ్చినట్టు వారు ఉపవాసం చేస్తూంటారు. కానీ ఎవరు ఎలా చేసినా అంతా చాలా పుణ్యం వచ్చే వుంటుందని భావిస్తారు. కానీ ఆ పుణ్యం ఎలాంటిదో? ఎంత వచ్చిందో? ఆ ఫలితం అంటే ఆ లాభం ఎప్పుడు అనుభవిస్తారో! అన్నది వారికి తెలియదు. ఇది అర్థంకాకపోవడం వల్లే, ఆలోచించకపోవడం వల్లే, ఉపవాసానికి ఇన్ని మార్పులు వచ్చాయి.

కానీ గుర్తుంచుకోండి **"ఉపవాసమంటే కడుపుకు పూర్తిగా విశ్రాంతి ఇవ్వడం"** పూర్తి విశ్రాంతి అంటే కడుపులో మంచినీళ్ళు కూడా వెయ్యకపోవడం.

మరి అలా చేస్తే వచ్చే పుణ్యం ఏమిటి? అంటే లాభం ఏమిటి? అన్నది ఆలోచిద్దాం. చూడండి మనం తీసుకున్న ఆహారాన్ని కడుపులో వున్న 'జీర్ణ వ్యవస్థ' జీర్ణం చేసి శక్తిగా మార్చి శరీరం పని చెయ్యడానికి కావలసిన శక్తిని శరీరానికి

అందిస్తుంది. ఈ జీర్ణ వ్యవస్థ కూడా ఒక పనిముట్టు లాంటిదే. అతిగా వుపయోగిస్తే అంటే వాడితే తొందరగా చెడిపోతుంది. కారు చూడండి ఆపకుండా తిప్పినా, ఎక్కువ బరువు వేసినా, వేరొక ఇంధనాన్ని వేసినా తొందరగా బోరుకు వస్తుంది. అంటే ఇంజను చెడిపోతుంది. కానీ మధ్యమధ్యలో కొన్ని గంటలు ఆపుతూ వుంటే ఎంతో కాలం పనిచేస్తుంది.

అలాగే మన కడుపు కూడా. చాలామంది భోజనానికి, భోజనానికి మధ్య కడుపుకు విశ్రాంతి ఇవ్వకుండా ఏదో ఒక ఆహారం వేస్తూంటారు. అంటే ఆ సమయంలో కూడా కడుపుని విశ్రాంతి తీసుకోనివ్వరు. అలా పని చేయిస్తూనే వుంటారు. వారికి తినడం తెలుసు కానీ, తిన్న తరువాత లోపల వున్న జీర్ణ వ్యవస్థ ఎంత శ్రమ పడవలసి వస్తుందో అన్నది వారికి అర్థం కాదు. వారు ఎంతసేపూ రుచికి, పదార్థానికి ప్రాముఖ్యం ఇస్తారు కానీ, కడుపు గురించి ఆలోచించరు. కొంతమంది రుచిగా వుంటే ఇంకా ఎక్కువ తినేస్తుంటారు. అలా తినేస్తున్నారు కానీ తరువాత అది కడుపుకు ఎంత భారమో ఆలోచించరు.

ఇంకా కొంతమంది శాకాహార నిర్మితమైన మానవ శరీరంలో మాంసాహారం వేస్తారు. అలా చేస్తే జీర్ణవ్యవస్థ దెబ్బతినదా? ఆరోగ్యం పాడవదా? ఒక కారునే తీసుకుందాం. ఒక్కొక్క కారు, ఒక్కొక్క ఇంధనానికి అనుగుణంగా వాటి ఇంజను తయారు చేస్తారు. అంటే కొన్ని కార్ల ఇంజన్లు పెట్రోలుకు అనుగుణంగా తయారు చేస్తారు. ఇంకా కొన్ని కార్ల ఇంజన్‌లు డీజిల్‌కు అనుగుణంగా తయారు చేస్తారు. ఎలాంటి కారులో అలాంటి ఇంధనాన్ని వేస్తే ఆ ఇంజను సక్రమంగా, ఎక్కువ కాలం పనిచేస్తుంది. కానీ పెట్రోలు కారులో డీజిల్ పోసినా, కిరసనాయిలు పోసినా తొందరగా ఆ ఇంజను చెడిపోతుంది? బోరుకు వస్తుంది.

అలాగే మానవ జీర్ణాశయం శాకాహారానికి అనుగుణంగా తయారు చెయ్యబడింది కానీ, మాంసాహారానికి అనుగుణంగా తయారు కాబడలేదు. అందుకే ప్రకృతి వైద్య నిపుణులు మంతెన సత్యనారాయణరాజుగారు స్పష్టంగా చెపుతారు. మానవుడు ప్రకృతి సహజమైన ఆహారమే తీసుకోవాలి. ప్రకృతి విరుద్ధమైన మృతాహారమైన మాంసాహారం తీసుకోకూడదు అంటారు. ఆయన అందరికీ శాకాహారం తీసుకుంటే రెండు గంటలలో జీర్ణమవుతుంది. అదే మాంసాహారం తీసుకుంటే ఆరు నుండి ఏడు గంటలు పడుతుందని చెపుతారు.

గమనించండి మానవుడు పులి, సింహంలా ఉత్తి పచ్చి మాంసం మాత్రమే తిని ఎన్ని రోజులు జీవించగలడు? కానీ శాకాహారం మాత్రమే తీసుకుంటూ తన జీవితకాలం జీవించగలడు. అందుచేత పెట్రోలు కారులో కిరసనాయిలు పోస్తే ఆ

ఇంజను తొందరగా ఎలా చెడిపోతుందో అలాగే శాకాహారం వెయ్యవలసిన మానవ శరీరంలో మాంసాహారం వేస్తే మానవ జీర్ణ కోశం కూడా తొందరగా పాడైపోతుంది, చెడిపోతుంది. అంటే అజీర్తి, కడుపునొప్పి, మలబద్ధకం, అల్సర్లు, గ్యాస్ట్రిక్ నొప్పి లాంటి ఇబ్బందులు వస్తూ వుంటాయి.

యవ్వనంలో వున్నవారు మేము మాంసం తింటున్నాం. కానీ మాకు అలాంటి ఇబ్బందులు లేవండీ... అని అంటూంటారు. కానీ గుర్తుంచుకోండి కొత్త పెట్రోలు కారులో కిరసనాయిలు పోసినా వెంటనే బోరుకు రాదు, రిపేరుకు రాదు. అలాగే మానవ శరీరంలో మాంసాహారం వేస్తే మానవ శరీరం కూడా వెంటనే పాడైపోదు. కానీ పాడైపోయిందా అన్నీ ఇబ్బందులే. అందుచేత ఆహారం తీసుకునేవారు ఈ విషయాలన్నీ ఆలోచించాలి. అంతేకానీ గుడ్డిగా తినకూడదు.

మానవుల ప్రవర్తన ఇలా వుంటూండబట్టే పూర్వకాలం మహర్షులు, మహానుభావులు ఆలోచించి ఈ మూర్ఖ మానవులకు ఏమి చెప్పాలో! ఎలా చెప్పాలో! తెలియక. వీరికున్న ఒకే ఒక్క బలహీనత, బలమైన నమ్మకం 'పుణ్యం' అనే పదాన్ని ఉపయోగించి, ఉపవాసం వుండండి. 'పుణ్యం' వస్తుంది అని చెప్పారు. జీవించినంత కాలం తిన్నది అరిగేటట్టు చేసారు. జీవితమంతా ఆరోగ్యంగా వుండేటట్టు చేశారు. 'పుణ్యం' అని చెపితే తప్ప వీరు వినరని వారికి తెలుసు. అందుచేత తెలుసుకోండి. మధ్యమధ్యలో ఉపవాసం వుంటే వచ్చే 'పుణ్యం', అంటే లాభం. జీర్ణకోశం కండీషన్‌లో వుంటుంది. అంటే బాగా పని చేస్తుంది. అంటే తిన్నది అరిగించుకుని ఆరోగ్యంగా జీవించగలుగుతారు. అదే ఉపవాసంలో వచ్చే 'పుణ్యం'.

తెలుసుకోండి "ఉపవాస పుణ్యమంటే ఆరోగ్యలాభం". అంతకన్నా వేరే ఏమీ లేదు. అందుచేత ఇంకొకసారి తెలుసుకోండి. మనం చేసే పనులు యొక్క ప్రతిఫలం అది లాభమైనా కావచ్చు. నష్టమైనా కావచ్చు. అది మనమే అనుభవిస్తాం. అది చేసిన దాన్ని బట్టి వుంటుంది. అందుచేత పుణ్యమనేది మనం చేసే పనులు బట్టే వుంటుంది.

అందుకే 'పత్రీజీ' చెపుతూ వుంటారు. ఈ సృష్టిలో మానవుడు పాటించవలసిన అనేక ధర్మాలు వున్నాయి. అందులో 'శరీర ధర్మం' ఒకటి. అంటే శరీరానికి ఎలాంటి ఆహారం ఇవ్వాలి? ఎంత ఇవ్వాలి? ఎన్ని సార్లు ఇవ్వాలి? ఆ ఆహారం ఎలాంటిదై వుండాలి? లాంటివెన్నో చెపుతారు.

పత్రీజీ ముఖ్యంగా మాంసాహారం వద్దు. సాత్వికమైన శాకాహారమే తీసుకోమంటారు. అది కూడా మితంగా తీసుకోమంటారు. మంచినీరు ఎక్కువ త్రాగమంటారు. అంతేకాదు మనం తీసుకునే ఆహారం న్యాయార్జితమై

వుండాలంటారు. అంతేకాదు తీసుకునే ఆహారం తమోగుణం, రజోగుణం పెంచేదిగా వుండకూడదు. సాత్విక గుణాన్ని పెంచేదిగా వుండాలని చెబుతారు. దానికి శాకాహారంలో ముఖ్యంగా వెల్లుల్లి వాడకూడదంటారు. అంతేకాదు చల్లారి పోయిన, పాసిపోయిన, పులిసిపోయిన, చెడిపోయిన, వాసనవచ్చే, నిల్వ వున్న, వండి ఫ్రిజ్‌లో నిల్వ వుంచిన ఆహారాలు తీసుకోకూడదంటారు.

అలాగే కొద్దిగా డాగు పడిన, కుళ్ళిన, మచ్చపడిన కూరగాయలు, పళ్ళు వాడకూడదు. ఇలా మనం తీసుకునే ఆహారంలో కొన్ని నియమాలు పాటిస్తూ మధ్య మధ్యలో ఉపవాసరం ఉంటుంటే ఎవరైనా ఎంతో ఆరోగ్యంగా వుంటారు. సాత్వికగుణంతో వుంటారు. అన్నీ ఆలోచించగలుగుతారు. మంచి చెడు నిర్ణయించు కోగలుగుతారు. మంచే ఆలోచిస్తారు. మంచి పనులే చేస్తారు. జీవితంలో మంచి ఫలితాలు పొందుతారు.

పత్రీజీ ఇంకా ఏమంటారంటే ఈ సృష్టిలో అన్నీ దైవ స్వరూపాలే కాబట్టి మనం త్రాగేనీరు, తినే ఆహారం కూడా దైవ స్వరూపంగా భావించమంటారు. ఆ భావంతోనే ఆహారం పట్ల మన ప్రవర్తన వుండాలంటారు. అందుకే పెద్దలు 'అన్నం పరబ్రహ్మ స్వరూపం' అని అన్నారు. అంటే మనం తీసుకునే ఆహారం కూడా దైవ స్వరూపమే. అందుచేత ఊరికే దైవ స్వరూపం అంటే సరిపోదు, మన ప్రవర్తన కూడా దానికి తగ్గట్టు వుండాలి. తీసుకునే ఆహారాన్ని గౌరవించాలి. అందుకే పత్రీజీ కుర్చీలో కూర్చున్నప్పుడు త్రాగేనీటిని నేలమీద, కాళ్ళదగ్గర పెట్టనివ్వరు.

ఆయన ఆహారం తినేటపుడు కొద్దిగానే వడ్డించుకుంటారు. తినే ఆహారాన్ని ఇష్టంగా తినమంటారు. అయిష్టంగా, కష్టంగా తినకూడదంటారు. అలాగే ఆహారాన్ని వృధా చేయకూడదంటారు. అందుకే కొద్దిగా వడ్డించు కోమంటారు. అలాగే ఎవరినీ బలవంతం చెయ్యవద్దంటారు. అలా చేసి బలవంతంగా తినిపించి వారికి కష్టాన్ని కలగచెయ్యవద్దంటారు. అందుచేత ఆహారం విషయంలో ఎన్నో జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి.

అంతేకానీ నీరు దేవుడని నదులకు హారతులిస్తే సరిపోదు. అన్నం పరబ్రహ్మ స్వరూపమని తినేముందు ప్రార్థనలు చేస్తే సరిపోదు. ఆహారం పట్ల మన ప్రవర్తన ఆ విధంగా వుండాలి. అప్పుడే మనకు 'లాభం' అంటే "పుణ్యం".

మౌనం

అలాగే మౌనంగా వున్నా పుణ్యమే అంటారు. అందుచేత కొంతమంది మధ్య మధ్యలో అంటే వారానికో, నెలకో ఒకరోజు, ఇంకా కొంతమంది ఒక వారం, ఇంకా కొంతమంది ఒక నెల, ఇంకా కొంతమంది కొన్ని నెలలు, ఇంకా గొప్పవారు తమ జీవిత కాలం మౌనంలోనే వుంటారు. అందుచేత మౌనం వల్ల వచ్చే పుణ్యమేమిటో చూద్దాం అంటే లాభమేమిటో చూద్దాం.

మౌనం అంటే **"నోటికి విశ్రాంతినివ్వడం అంటే ఏమీ మాట్లాడకుండా వుండడం".** తెలుసుకోండి (1) కడుపుకు విశ్రాంతినిస్తే "ఉపవాసం" అంటారు. (2) నోటికి విశ్రాంతినిస్తే "మౌనం" అంటారు.

ముఖ్యంగా మనం ఏం చేసినా అంటే కళ్ళతో చూసినా, చెవులతో విన్నా, చేతులతో కాళ్ళతో పనిచేసినా, ఆఖరుకు నోటితో మాట్లాడినా మనలోని శక్తి కొంత ఖర్చు అవుతుంది. అందుచేత 'మౌనం'గా వుంటే మనం ఎంతో శక్తిని ఆదా చేసుకున్నవారమవుతాం. అలా శక్తిని ఆదా చేసుకోవడమంటే ఒక రకంగా శక్తిని పెంచుకోవడమే.

ప్రస్తుతం లోకంలో మానవులు ఇంత దీన స్థితిలో వుండటానికి ముఖ్య కారణం శక్తి హీనులవ్వడమే. శక్తిని పూర్తిగా కోల్పోవడమే. అందుకే ఏ చిన్న కష్టం వచ్చినా వెంటనే రక్షించు, కాపాడు అంటూ చేతులెత్తి మొక్కుతున్నారు. అందుచేత మౌనం ద్వారా ఎంతో శక్తిని ఆదా చేసుకోవచ్చు. మౌనంలో ఇదొక లాభం.

అలాగే మనం చేసే కర్మలను బట్టే మన జీవితం ఆధారపడి వుంది, మన భవిష్యత్తు ఆధారపడి వుంది. ముఖ్యంగా కర్మలు అంటే చేతలే కాదు నోటితో మాట్లాడే మాటలు కూడా కర్మల కిందకు వస్తాయి. అందుచేత నోరు వుంది కదా అని ఎలా పడితే అలా, ఇష్టం వచ్చినట్లు మాట్లాడితే జీవితంలో వాటి ఫలితం అనుభవించవలసి వస్తుంది. అందుకే పత్రీజీ **"మన నోటి మాటే మన నుదుటి రాత"** అంటారు.

మౌనం వల్ల మాట మీద అదుపు వుంటుంది. మాట మీద ఎరుక వుంటుంది. చాలా మందికి మాట మీద ఎరుక లేకపోవడం వల్ల అసత్యాలు చెబుతూ వుంటారు. అబద్ధాలు మాట్లాడుతూ వుంటారు. గొప్పల కోసం కూడా తప్పులు మాట్లాడుతూంటారు. మాట ఇస్తారు, ఆ మాటకు కట్టుబడి వుండరు. ఇంకా కొంతమందికి మాట మీద అదుపు లేకపోవడం వల్ల ఎదుటి వారిని దూషిస్తూ వుంటారు, తిడతారు, మాటలతో అవమానిస్తారు, కించపరుస్తారు, చులకనగా మాట్లాడుతూంటారు. ఇంకా మాట్లాడే మాటలన్నీ నష్టం కలిగించే విధంగా వుంటాయి. అలాంటి మాటలు ఇతరులకు కష్టం కలిగించడమే కాదు. తనకు తెలియకుండా తాను ఎంతో నష్టపోతాడు. మౌనం పాటించడం వల్ల వీటన్నిటినీ అధిగమించవచ్చు. అలాంటి తప్పులు చేయకుండా వుండవచ్చు. ఇవన్నీ మౌనంలో వచ్చే లాభాలే.

అలా కలిగే లాభాలన్నీ మౌనం వల్ల, మనకు కలిగే 'పుణ్యమే'. అంతే తప్ప మౌనం ద్వారా వచ్చే పుణ్యం వల్ల ధనరాసులు పెరిగిపోవు. సిరి సంపదలు పెరిగిపోవు.

జాగారం

అలాగే జాగారం చేసినా 'పుణ్యం' అంటారు. 'పుణ్యం' అంటే మనకు కలిగే లాభం అనుకున్నాం కాబట్టి, జాగారం వల్ల వచ్చే లాభమేమిటో చూద్దాం.

జాగారమంటే చాలా మంది అభిప్రాయం రాత్రి అంతా నిద్రపోకుండా మేలుకుని వుండటం అని అనుకుంటారు. అలా మేలుకొని వుంటే జాగారం చేసినట్టుగా భావిస్తారు. అందుచేత కొంతమంది సినిమాలు చూస్తూ, కొంతమంది టి.వి.లు చూస్తూ, ఇంకా కొంతమంది పురాణ కాలక్షేపం చేస్తూ రాత్రి అంతా మేలుకుని వుంటారు. అంటే జాగారం చేసామనుకుంటారు. అలా చేసి ఎంతో పుణ్యం వచ్చిందనుకుంటారు. కానీ అలా రాత్రి అంతా మేలుకొని వుంటే వచ్చే లాభమేమిటో మనం వూహించుకోవచ్చు. రాత్రి అంతా మేలుకుని వుంటే వున్న శక్తి ఇంకా కోల్పోయి మరునాడు ఏమీ చేయలేక నిద్ర పోవలసివస్తుంది. ఒక వేళ పగలు మేలుకుని వున్నా ఏ పనీ సరిగా చేయలేరు.

అలాగే కొన్ని ప్రాంతాలలో రాత్రి అంతా నిద్రపోకుండా దేవుని మీద దృష్టి వుంచి జాగారం చేస్తే పుణ్యం అని నమ్ముతారు. అందుచేత శివరాత్రి నాడు పూజాదికాలు ముగించుకుని రాత్రి అంతా నిద్రపోకుండా కన్ను ఆర్పకుండా శివలాంగాన్నే చూస్తూ గడుపుతారు. వారి దృష్టిలో శివలింగమే శివుడు. అందుచేత లింగాన్ని చూస్తూ జాగారం చేస్తారు.

కానీ ఏది ఏమైనా **"రాత్రి అంతా నిద్రపోకుండా భగవంతుని మీద దృష్టి వుంచడమే నిజమైన జాగారం".**

కానీ ఇక్కడ మనం తెలుసుకోవలసింది అసలు భగవంతుడు ఎవరు? ఆయన ఎలా వుంటాడు? ఎక్కడ వుంటాడు? ఇవి తెలుసుకోకుండా భగవంతుని మీద దృష్టి ఎలా వుంచగలం? ఎక్కువ శాతం మంది శివలింగమో! విగ్రహమో భగవంతుడని భావిస్తారు. కానీ వేమనయోగి భగవంతుడు ఎవరో? ఎక్కడ వుంటాడో? చాలా స్పష్టంగా చెప్పడం జరిగింది. ఆయన ఏమన్నారంటే!

శిలలను చూసి నరులు శివుడని భావింత్రు
శిలలు శిలలె కాని శివుడుకాడు
తనదులోని శివుని తానేల తెలియడో
విశ్వదాభిరామ వినురవేమ

అంటే శిలా విగ్రహాలు, శిలా ప్రతిమలు శివుడని మానవులు భావిస్తూ వుంటారు. కానీ అవి శిలలే కానీ శివుడు కాదు. అసలైన శివుడు తనలోనే వున్నాడన్న సంగతి మానవులు గ్రహించలేకపోతున్నారు అని వేమన యోగి చెప్పడం జరిగింది.

మరి నిజమైన శివుడు తనలోనే 'ఆత్మ' రూపంలో వున్నాడని ప్రతీ ఒక్కరూ తెలుసుకోవాలి. అందుచేత ఎవరైతే రాత్రి అంతా నిద్రపోకుండా తనలో వున్న, జ్యోతి స్వరూపమైన 'ఆత్మ' మీద దృష్టి వుంచుతారో వారే నిజంగా జాగారం చేసినట్టు. అదే అసలైన 'జాగారం'.

మరి మనలో వున్న శివుని మీద దృష్టి వుంచాలంటే ఏం చెయ్యాలి? అంతరంలో వున్న శివుని మీద దృష్టి వుంచాలంటే అంతర్ముఖులు కావాలి. అంటే 'శ్వాస మీద ధ్యాస వుంచి ధ్యానం' చెయ్యాలి. అలా శివరాత్రి నాడు ఎవరయితే నిద్రపోకుండా రాత్రి అంతా ధ్యానం చేస్తారో... వారే నిజమైన 'జాగారం' చేసినట్టు. అలా 'జాగారం' చేసిన వారికి ఎంతో 'పుణ్యం' లభిస్తుంది. అంటే ఎన్నో రకాల లాభాలు కలుగుతాయి.

కొన్ని లాభాలు చెప్పుకుందాం. అలా రాత్రంతా శరీరానికి, ఇంద్రియాలకు, మనస్సుకు పూర్తి విశ్రాంతి ఇవ్వడం వల్ల ఎంతో శక్తి ఆదా అవుతుంది. శక్తిని ఆదా చేసుకోవడమంటే ఒక రకంగా శరీరంలో శక్తిని పెంచుకోవడమే. అంతే కాదు ధ్యానంలో మనస్సు శూన్యమైనపుడు విశ్వం నుంచి అదనపు శక్తి మనకు లభిస్తుంది. ఇలా మనలో వున్న శక్తిని పెంచుకోవడం వల్ల ఎన్నో రోగాలు తగ్గుతాయి. శరీరంలోని ఎన్నో క్రియలు సక్రమంగా పనిచేస్తాయి. తద్వారా ఆరోగ్యంగా జీవించగలుగుతాం.

అలాగే ధ్యానంలో చంచలంగా వున్న మనస్సు నిశ్చలమవుతుంది. ఆ రకంగా మనస్సు శాంతి పొందుతుంది. అంటే మనశ్శాంతి పొందుతాం. ఎప్పుడయితే మనస్సు చంచలస్థితి పోయిందో మనస్సుకు ఏకాగ్రత కలుగుతుంది. అందువల్ల మనం చేసే ప్రతి పని మీద మనస్సును కేంద్రీకరించగలుగుతాం. దాని వల్ల ఏ పనినైనా నైపుణ్యంగా చేయగలుగుతాం. ఏ రంగంలోనైనా రాణించగలుగుతాం. ఉన్నత శిఖరాలు చేరుకోగలుగుతాం. అందరి ప్రశంసలు పొందగలుగుతాం.

అంతేకాదు మనస్సు నిశ్చలమైనపుడు వర్తమానంలో జీవించగలుగుతాం. అనవసరంగా జీవితాన్ని వ్యర్థం చేసుకోం. ఎప్పుడూ ఆనందంగా జీవిస్తాం. గతంలోనికి వెళ్ళి జరిగిపోయిన వాటి గురించి విచారించం. భాధపడం. భవిష్యత్తు గురించి ఆందోళన పడం. అలా మనస్సు నిశ్చలంగా వుంచుకున్నప్పుడు మెల్లిగా మనస్సు నిర్మలమవుతుంది. తద్వారా మరికొన్ని లాభాలు కలుగుతాయి. మనసు నిర్మలమయినపుడు అంటే శుద్ధమైనపుడు అంటే మంచిగా మారినపుడు మంచి పనులు చేస్తాం. అంటే లోకోపకారమైన పనులు చేస్తాం. ఎవరికి కష్టం, నష్టం కలిగించం. అలా మంచి పనులు చేసినపుడు జీవితంలో మంచే పొందుతాం.

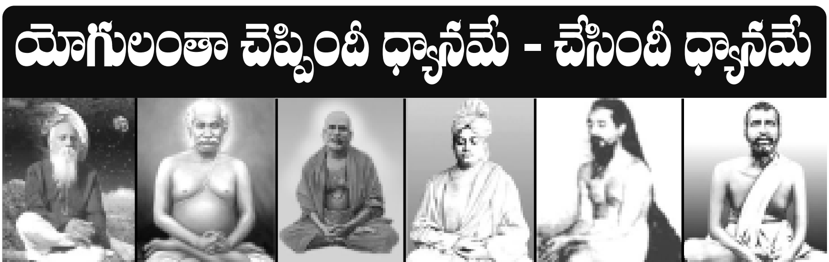
మనస్సు నిర్మలమయినపుడు మన గుణాలు మారిపోతాయి. పనికి రాని

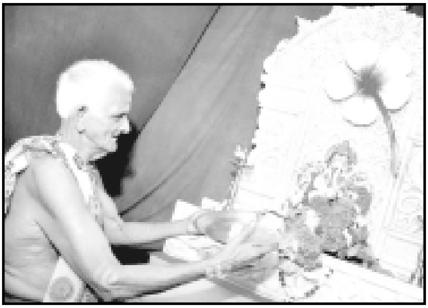
చెడు అలవాట్లు దానంతట అవే పోతాయి. అలా చేసే పనులన్నీ మంచిగా వుండటం వల్ల, మంచి కర్మలు చెయ్యడం వల్ల భవిష్యత్తులో వాటి ఫలితాలన్నీ ఆనందదాయకంగా వుంటాయి. జీవితం ఆనందమయమవుతుంది.

మనస్సు శుద్ధమవ్వడం వల్ల సాత్విక గుణం కలుగుతుంది. ఆలోచించగలుగుతాం. వివేకం పెరుగుతుంది. విచక్షణా జ్ఞానం కలుగుతుంది. మంచి–చెడు, న్యాయం–అన్యాయం, ధర్మం–అధర్మం అన్న తేడాలు తెలుసుకుంటాం. సృష్టికి, సృష్టి ధర్మాలకు అనుగుణంగా ప్రవర్తిస్తాం. నిత్య–అనిత్య వివేకం కలుగుతుంది. ప్రాపంచిక ఆలోచనలు పోయి, భగవంతుని గురించి ఆలోచించడం ప్రారంభిస్తాం. మెల్లిగా ఆయన గురించి తెలుసుకుంటాం.

ఇలా చెప్పుకుంటూ పోతే ఎన్నో లాభాలు వున్నాయి. జాగారం చేస్తే అంటే సత్యమైన భగవంతునీ మీద దృష్టి వుంచితే అంటే 'ఆత్మ' మీద దృష్టి వుంచితే అన్నీ లాభాలే అంతా 'పుణ్యమే'.

అంతేకాదు అలా వుంచగా వుంచగా అంటే జాగారాలు చెయ్యగా.. చెయ్యగా.. నెమ్మదిగా మనస్సు శూన్యమవుతుంది. అపుడు దివ్యత్వం లభిస్తుంది. దివ్య శక్తులు లభిస్తాయి. అతీంద్రియ జ్ఞానం లభిస్తుంది. అతీంద్రియ శక్తులు లభిస్తాయి. ఈ ఇంద్రియాలతో చెయ్యలేని పనులు చేస్తాం. తెలుసుకోలేని విషయాలు తెలుసుకుంటాం. తెలుసుకోలేని జ్ఞానం లభిస్తుంది. అన్నీ అనుభవ పూర్వకంగా తెలుస్తాయి. మెల్లిగా ఆత్మ సాక్షాత్కారం కలుగుతుంది. మనకే దైవత్వం లభిస్తుంది. మన జీవితమే మారిపోతుంది. మానవుడు మాధవుడుగా పరివర్తన చెందుతాడు. మరి అలా వివరంగా చెప్పుకోవాలంటే ఎన్నో చెప్పుకోవచ్చు. అందుచేత ధ్యానం వల్ల అంటే సత్యమైన భగవంతుని మీద దృష్టి వుంచడం వల్ల అంటే అసలైన జాగారం వల్ల అంతా 'పుణ్యమే', అన్నీ 'లాభాలే'.





పూజ

అలాగే పూజ చేస్తే పుణ్యం అంటారు. మరి పూజ చేస్తే మనకు వచ్చే లాభాలేమిటో చూద్దాం. లోకంలో గమనిస్తే ఇంచుమించు అంతా అనుక రించేవారే కనిపిస్తారు. కానీ ఆలోచించే వారు తక్కువ. ఎందుచేతనంటే ఎవరు ఏ పని చేసినా మూడే కారణాలు కనిపిస్తాయి.

1) పూర్వం నుంచి తరతరాల నుంచి ఆచారంగా వస్తుందని చేస్తున్నారు.

2) అందరూ చేస్తున్నారని చేస్తున్నారు. 3) ఎవరో చెప్పారని చేస్తున్నారు.

అలా ఏ రకంగా చూసినా ఎవరో ఒకరిని అనుకరిస్తున్నారు. కానీ ఎవరూ ఆలోచించి చెయ్యడం లేదు. అలాగే పూజ కూడా పై కారణాలతోనే చేస్తున్నారు. అంతకన్నా ఆలోచించడం లేదు. అందుచేత పూజ వల్ల వచ్చే 'పుణ్యం' అంటే లాభమేమిటో చూద్దాం.

పూజ వల్ల ఎన్నో లాభాలు వున్నాయని, పూజ ద్వారా భగవంతుణ్ణి ఆనంద పరచవచ్చని, తద్వారా ఆయన అనుగ్రహం పొందవచ్చని, కష్టాలు తొలగించుకోవచ్చని, కోరికలు నెరవేర్చుకోవచ్చని భావిస్తారు. భగవంతుణ్ణి ప్రసన్నం చేసుకోవడానికి ఏకైక మార్గం, తేలికైన మార్గం పూజ అని చాలా మంది చెపుతూ వుంటారు. చాలా మంది నమ్ముతూ వుంటారు. ఒక రకంగా పూజ ద్వారా భగవంతునికి దగ్గర కావచ్చని కూడా చాలా మంది నమ్ముతూ వుంటారు. మొత్తం మీద పూజ వల్ల చాలా పుణ్యం వస్తుందని భావించడం వల్లే ఎంతో మంది నిత్య పూజలు చేస్తున్నారు.

మరి పూజ వల్ల వచ్చే 'పుణ్యం' అంటే లాభం ఏమిటో చూద్దాం? గమనిస్తే పూజ ఒక బొమ్మకు కానీ, లేదా ఒక విగ్రహానికి కానీ, లేదా ఒక ఫోటోకి కానీ చేస్తారు. అలా ఆరాధిస్తూ భగవంతుని ఆరాధించినట్లుగా భావిస్తారు. అలా చేస్తే భగవంతుడు ఆనందపడతాడు, కరుణిస్తాడు అని భావిస్తారు. అలా బొమ్మకు పూజ చేస్తూ భగవంతునికి చేసినట్టుగా భావిస్తారు. ఆ బొమ్మే భగవంతుడని భావించేవారు కూడా వున్నారు.

కానీ గుర్తుంచుకోండి పూజ కంటే భగవంతుడు సేవకే ఆనందపడతాడు ప్రాముఖ్యం ఇస్తాడు. ఆయనకు సేవ చేస్తేనే ఆనందం. అందుకే సత్యసాయిబాబా వారు అందరికి, అన్నిటికీ సేవ చేయమంటారు. కారణం "సకల జీవుల సేవే భగవంతుని సేవ". ఎందుచేతనంటే సకల జీవులు భగవంతుని స్వరూపాలే కాబట్టి.

మీ తల్లిదండ్రులనే తీసుకోండి, వారికి మీరు సేవ చేస్తే ఆనందమా? పూజ చేసి వూరుకుంటే ఆనందమా? ఇది మీకు తెలియాలంటే ఒకసారి మీ వృద్ధ తల్లిదండ్రులకు పూజ చెయ్యండి. అలాగే సేవ కూడా చెయ్యండి. అలా చేసి వారికి ఏది ఆనందం కలిగించిందో అడగండి కచ్చితంగా సేవే నాకు ఆనందం కలిగించిందని చెపుతారు. మీరైనా సరే బాగా వృద్ధులైనపుడు మీ పిల్లల నుంచి సేవనే కోరుకుంటారు. పూజ వల్ల

మీకు ఏ ప్రయోజనం వుండదు. పైగా మీ పిల్లలు చేసే సేవ మీకు ఎంతో ఆనందం కలిగిస్తుంది. అందుచేత మనకే కాదు, భగవంతునికి కూడా పూజ కంటే సేవే ఆనందం కలిగిస్తుంది. మరి భగవంతునికి సేవ ఎలా చేస్తాం? సమస్త జీవులు భగవంతుని రూపాలే కాబట్టి. సకల జీవులకు చేసే సేవే. భగవంతునికి చేసే సేవ.

ఈ విషయమే భగవద్గీతలో చెప్పబడింది.

శ్లో॥ **అహంఆత్మా గుడాకేశ, సర్వభూతాశయ స్థితః** (భ.గీ. 10-20)

అర్జునా! నేను ఆత్మను సమస్త జీవులలోను వున్నాను అని భగవానుడు చెప్పడం జరిగింది.

షిరిడీ బాబా కూడా **"ఎవరయితే సకల జీవ కోటిలో నన్ను చూడగలుగు తారో వారే నా ప్రియభక్తులు. కావున నేను వేరు, తక్కిన జీవరాసి వేరు అన్న ద్వంద్వ భావాన్ని వదిలి నన్ను సేవింపుము".** (సాయి సచ్చరిత్ర 9వ అధ్యాయం - 81వ పేజీ)

మరి సేవకే కనుక భగవంతుడు ఆనందపడితే అందరూ పూజ దేనికి చేస్తున్నట్టు? పూజ వల్ల వచ్చే లాభమేమిటి? మరి పూర్వకాలం పెద్దలు ఎందుకు పూజను లోకానికి అందించారు? అన్న సందేహం ఎవరికైనా వస్తుంది. అందుచేత కొంచెం తెలుసుకుందాం.

ఆత్మ రూపుడైన భగవంతుడు నిరాకారుడు, కంటికి కనిపించడు. అటువంటపుడు భగవంతుడనే వాడు వున్నాడనే సంగతి, సామాన్య జనానికి ఎలా తెలుస్తుంది? తెలియదు కదా? అందుకే ఒక బొమ్మ కానీ, విగ్రహం కానీ, ఫోటో కానీ పెట్టి పూజించడం వల్ల యీ సామాన్య జనానికి, భగవంతుడనేవాడు ఒకడు వున్నాడన్న సంగతి తెలుస్తుందని పండితులు ఈ పూజా విధానం ప్రవేశపెట్టారు. ఆలోచించండి. ఈ విగ్రహాలు, ఫోటోలు లేకపోతే భగవంతుడు వున్నాడన్న సంగతి సామాన్యులకు ఎలా తెలుస్తుంది? తెలియదు కదా? అందుకే దేవుని బొమ్మలు, ఫోటోలు.

మరి ఆ బొమ్మను, ఫోటోను ఏదో ఒక్కసారి చూస్తే సరిపోతుందా? మరల మర్చిపోతారు కదా? అందుచేత నిత్య పూజలు చెయ్యమన్నారు. అంటే ప్రతీరోజు పూజించడం వల్ల ప్రతీ రోజు భగవంతుణ్ణి గుర్తుంచుకోగలుగుతారని. కొంచెం ఆలోచించండి. అలా పూజ చేసిన తరువాత మరుసటి రోజు వరకు ఎంతమంది దేవుని గుర్తుంచు కుంటున్నారు? ఎంతమంది దేవుని దృష్టిలో వుంటున్నారు? ఆలోచిస్తే అసలు చాలా మందికి దేవుని దృష్టే వుండదు. దేవుడు గుర్తుకు రాడు కూడా. పూజ పూర్తయిన వెంటనే సంసారం, సంపాదన, సమస్యలు, వినోదాలు లాంటి వాటిలో మునిగిపోతున్నారు. ఆలోచించండి! ఆ పూజే లేకపోతే ఎంతమందికి భగవంతుడు గుర్తుంటాడు? అసలు భగవంతుడనేవాడు వున్నాడని తెలుస్తుందా? అందుకే పూజలు.

చూడండి మీరు ఎక్కడికైనా కారులో ప్రయాణిస్తున్నారనుకోండి. అలా ఏవేవో కబుర్లు చెప్పుకుంటూ ఎన్నో కిలోమీటర్లు ప్రయాణం చేసేస్తూ వుంటారు. కానీ దారిలో ఒక గుడి కానీ, విగ్రహం కానీ కనబడితే వెంటనే చేతులు జోడిస్తారు, రెండు చేతులు దగ్గరకు వచ్చేస్తాయి. అలా చేతులతో ఏదో ఒకటి చేస్తారు. మరి అప్పటి దాకా చేయని ఆ పని అప్పుడే ఎందుకు చేసారు? అంటే ఆ గుడి చూసినప్పుడే దేవుని ధ్యాస కలిగింది.

అంటే దేవుడు గుర్తుకు వచ్చాడు. ఆలోచించండి. ఆ గుడే లేకపోతే ఎన్ని వందల కిలోమీటర్లు ప్రయాణించినా దేవుని ధ్యాస వుంటుందా? అంటే వుండదు కదా? ఆలోచించండి. ఈ విగ్రహాలు, గుడులు లేకపోతే మానవులకు దేవుడనే వాడు వున్నాడన్న సంగతి తెలుస్తుందా? దేవుడు గుర్తుంటాడా? అంటే ఖచ్చితంగా వుండదు. అంటే భగవంతుడనేవాడు వున్నాడన్న సంగతి తెలుసుకోవడానికే 'పూజ', అదే పూజ వల్ల వచ్చే లాభం, అంటే 'పుణ్యం'.

ఆలోచించండి మీ ఇంట్లో గోడకు గాంధీ గారి ఫోటో కానీ, టేబుల్‌పై బొమ్మ కానీ వుందనుకోండి. మీ ఇంట్లో గాంధీ గారు గోడకు వేలాడుతూ వున్నట్టా? టేబులు మీద ఆయన కూర్చుని మిమ్మల్ని రోజుల తరబడి కదలకుండా అలా చూస్తూ వున్నట్టా? అంటే కాదని మీరే చెపుతారు. మరి ఎందుకు ఫోటో పెట్టారు అంటే? గాంధీగారిని గుర్తు చేసుకోవడానికి అని చెబుతారు. ఆయనంటే నాకు ఇష్టం. ఆయనను మరచి పోకూడదనే ఆయన ఫోటో పెట్టుకున్నాను అంటారు. అంటే ఫోటోలు, బొమ్మలు వారిని గుర్తు చేసుకోవడానికే అని స్పష్టంగా అర్థమవుతుంది.

తెలుసుకోండి. "బొమ్మలు, ఫోటోలు అన్నీ కూడా ఆదర్శ మూర్తులే కానీ, ఆరాధనా మూర్తులు కాదు". అవి వారిని గుర్తు చేసుకోవడానికి, వారి జీవితాన్ని ఆదర్శంగా తీసుకోవడానికి. అంతేకాదు వారి సందేశాలు, భోధలు గుర్తు చేసుకుని వాటిని ఆచరణలో పెట్టడానికి.

అందుకే సత్యసాయిబాబా వారు "నా పాదాలు కాదు, నా పదాలు పట్టుకోండి" అని అన్నారు. ఆయన ఇంకా "నా జీవితమే మీకు ఒక పుస్తకం" అని కూడా అన్నారు. అందుచేత ఈ పూజలు, విగ్రహాలు, ఫోటోలు భగవంతుడు వున్నాడన్న సంగతిని తెలియచేస్తాయని స్పష్టంగా తెలుసుకోవచ్చు. అదే మనకు కలిగే లాభం. అందుకే పెద్దలు వాటిని ప్రవేశపెట్టారు.

అంతేకాదు పూజల వల్ల మరొక లాభం కూడా వుంది. అదేమిటంటే 'పూజ చేసే వారికి తృప్తి వస్తుంది. చేయించేవారికి భుక్తి' లభిస్తుంది. ఆ లాభం తప్ప ఎవరికీ ముక్తి రావట్లేదన్నది గమనిస్తే తెలుస్తుంది. అందుకే ఎన్ని పూజలు చేసినా చేసే వారికి, చేయించే వారికి కూడా సమస్యలు, కష్టాలు, రోగాలు వస్తూనే వున్నాయి. ప్రతీ ఒక్కరూ ఏదో సమస్యతో సతమతమవుతున్నారు. చూస్తే సమస్యలు లేని వారే కనిపించడం లేదు. ఆలోచించండి. పూజల వల్ల కష్టాలే పోతే, సమస్యలే తీరిపోతే లోకంలో కష్టాలు వుంటాయా? సమస్యలు వుంటాయా? రోగాలు వుంటాయా? వుండవు కదా? అందుచేత పూజ అన్నది భగవంతుడు వున్నాడని తెలుసుకోవడానికే.

దీనినే షిరిడీ బాబా నవ విధ భక్తులలో మొదటిదైన "శ్రవణం" అన్నారు. అంటే దేవుని గురించి వినడం అంటే తెలుసుకోవడం. అలా పూజ చేసే కొద్దీ భగవంతుడున్నాడన్న సంగతి బాగా తెలుసు కోగలుగుతారు. బాగా నమ్ముతారు. అదే పూజ వల్ల కలిగే 'పుణ్యం'. అంటే వచ్చే లాభం.

స్తోత్రం

అలాగే స్తోత్రాలు చదివినా అంటే స్తోత్రం చేసినా పుణ్యమంటారు. అందుచేత స్తోత్రాల వల్ల వచ్చే లాభం ఏమిటి? పెద్దలు, పండితులు స్తోత్రాలు ఎందుకు వ్రాసారు? ఎందుకు చదవ మన్నారు? అన్న విషయాలు తెలుసుకోవాలి.

ముందు స్తోత్రం అంటే ఏమిటో తెలుసుకుందాం. స్తోత్రం అంటే స్తుతించడం అంటే కీర్తించడం అంటే పొగడడం అంటే గొప్పతనాన్ని చెప్పుకోవడం. భగవంతుణ్ణి స్తోత్రించడం అంటే భగవంతుని గొప్పతనాన్ని చెప్పుకోవడం. అంటే భగవంతుడు గొప్పవాడని తెలుసుకోవడం. అలా నిత్యం స్తోత్రం చెయ్యడం వల్ల భగవంతుడు వున్నాడని తెలుసుకున్న వారికి భగవంతుడు చాలా చాలా గొప్పవాడన్న సంగతి కూడా తెలుస్తుంది.

ఎందుచేతనంటే భగవంతుడు వున్నాడని తెలుసుకున్నంత మాత్రాన ప్రయోజనం వుండదు. ఆయన గొప్పవాడని తెలుసుకుంటేనే ఎవరికైనా ఆయన మీద ఆసక్తి పెరుగుతుంది. ఆయన గురించి ఇంకా ఇంకా తెలుసుకోవాలని జిజ్ఞాస కలుగుతుంది. ఆయనంటే ఇష్టం ఏర్పడుతుంది. అందుచేత పండితులు స్తోత్రాల ద్వారా భగవంతుని గొప్పతనాన్ని వర్ణించడం జరిగింది. దీనినే షిరిడీ బాబా నవ విధ భక్తులలో రెండవదైన "కీర్తనం" అన్నారు.

అలా విష్ణు సహస్ర నామ స్తోత్రం, లలితా సహస్ర నామ స్తోత్రం లాంటి వాటి ద్వారా భగవంతుని గొప్పతనాన్ని వెయ్యి రకాలుగా వెయ్యి నామాలతో వర్ణించి, లోకానికి తెలియచేయడం జరిగింది. ఆ నామాలను మరల మరల చదవడం వల్ల భగవంతుని గొప్పతనాన్ని బాగా తెలుసుకోగలుగుతారు. అందుకే మరల మరల చదవమన్నారు.

అలా స్తోత్రం చేసే కొద్దీ భగవంతుని గొప్పతనం తెలుసుకున్న కొద్దీ, భగవంతుని పట్ల ఆసక్తి, ప్రాపంచిక విషయాల పట్ల విరక్తి కలిగించాలనే వారి వుద్దేశ్యం. కానీ అంతా స్తోత్రాలు చదువుతున్నారు కానీ అర్థాలు తెలుసుకోకపోవడం వల్ల వారి ప్రవర్తనలో మార్పు రావడం లేదు. కానీ ఎన్నిసార్లు స్తోత్రాలు చేసినా భగవంతుని గొప్పతనాన్ని తెలుసుకోకపోతే కనీసం ఆ చదివిన 'పుణ్యం' కూడా రాదు. అంటే ఏ లాభం లేదని అర్థం. అంటే చేసింది వ్యర్థమని అర్థం. కారణం చదువుతున్నారు. అర్థం తెలుసుకోవట్లేదు. కానీ అర్థం చేసుకుంటే వచ్చే లాభం చూద్దాం.

ఎందుచేతనంటే ఈ సృష్టిలో వున్నవి రెండే రెండు. (1) భగవంతుడు (2)ఆయనచే చేయబడిన సృష్టి. గమనిస్తే భగవంతుడు కనపడడు. ఆయన సృష్టి కనబడుతుంది. గమనిస్తే సృష్టే కాదు, సృష్టిలోనివి కూడా శాశ్వతం కాదు. కానీ భగవంతుడు శాశ్వతం. ఇంకా గమనిస్తే సృష్టిలోనివన్నీ మారుతూ, మార్పు చెందుతూ వుంటాయి. కానీ భగవంతుడు మారడు, మార్పు చెందడు. చూస్తే సృష్టిలోనివన్నీ వున్నట్టుగానే వున్నాయి, కానీ ఏదీ వుండదు. అంతేకాదు సృష్టిలోని వాటిలో ఆనందం వుంది. కానీ అది తాత్కాలికం. అలాగే భగవంతుని దగ్గర కూడా ఆనందం వుంది కానీ అది శాశ్వతం. పండితులు స్తోత్రాల ద్వారా తెలియచేసిన అనేక విషయాలలోని అర్థం ఇదే.

కానీ మానవులు ఇది గ్రహించక, భగవంతుని గొప్పతనం తెలుసుకోక ఎంతసేపూ ఆయనచే చేయబడిన సృష్టిలోని అల్పమైన వాటినే కోరుతున్నారు, ఆశిస్తున్నారు. వాటినే పొందాలని చూస్తున్నారు. అలా ఈ సృష్టిలోని ధనం, బంగారం, సంపదలు, మేడలు, కార్లు, పదవులు, ఉద్యోగాలు, సంతానం, సంసారం ఇవన్నీ గొప్పవనుకుంటున్నారు. వాటిలోనే ఆనందం వుందనుకుంటున్నారు. అవే ప్రసాదించమని ఆ భగవంతుని కోరుకుంటున్నారు. వాటి కోసం తప్పులు, పాపాలు చేస్తున్నారు. చివరకు కష్టాల పాలవుతున్నారు.

అంతేకానీ అంతకన్నా ఆలోచించడం లేదు. తాము కోరుకునే, ఆశించేవన్నీ అల్పమైనవి. అశాశ్వతమైనవి. వాటి వల్ల పొందే ఆనందం కంటే అవి పొందలేదనే దుఃఖమే ఎక్కువ వుంటుంది. ఒకవేళ పొందినా ఆ ఆనందం తాత్కాలికమే కానీ శాశ్వతం కాదని తెలుసుకోలేకపోతున్నారు. కానీ వీటన్నిటి కంటే భగవంతుడు గొప్పవాడు. కారణం వీటన్నిటిని సృష్టి చేసిన వాడు ఆయనే కనుక. అంతేకాదు ఎప్పుడూ కూడా సృష్టింపబడిన వాటి కంటే సృష్టి చేసిన వాడు అంటే సృష్టి కర్త చాలా చాలా గొప్పవాడు. కారణం ఆయన సృష్టి చేసినవే అంత ఆకర్షణ కలిగి వుంటే ఆయన ఎంత ఆకర్షణ కలిగి వుంటాడు? ఆయన ఎంత గొప్పవాడై వుంటాడు.

అందుచేత ఆయన సృష్టిలోని అల్పమైనవి, అశాశ్వతమైనవి ఆశించడం కాదు. శాశ్వతమైన గొప్పవాడైన భగవంతునే ఆశించాలి. ఆయననే కోరుకోవాలి. ఈ అల్పమైనవి పొందటానికి ప్రయత్నించడం కాదు. గొప్పవాడైన, అనంతశక్తి స్వరూపుడైన భగవంతుని పొందటానికి ప్రయత్నించాలి. ఎందుచేతనంటే అనంతమైన ఈ సృష్టిలోని వాటిలో మీరు ఏది పొందినా మీరు అది ఒక్కటే పొందినట్టు. కానీ భగవంతుడినే కనుక మీరు పొందితే సృష్టిలోనివన్నీ మీరు పొందినట్టే. కానీ మానవుడు తన జీవితమంతా కష్టపడి కోట్లాది లోకాలలోని ఒక లోకమైన ఈ భూమండలంలోని అల్పాతి అల్పమైనవి కొన్నిటిని పొందటానికి ప్రయత్నిస్తున్నాడు. కానీ భగవంతుని

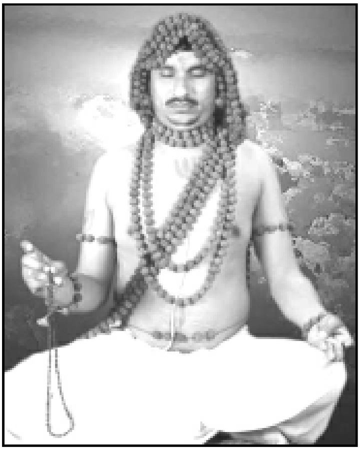
పొందటానికి కొద్దిపాటి ప్రయత్నం కూడా చెయ్యడం లేదు.

అసలు ఈ స్తోత్రాలు ఎన్ని సార్లు చదివినా భగవంతుని గొప్పతనం అర్థం కావటం లేదు. భగవంతుని పొందాలన్న అభిప్రాయమే కలగట్లేదు. ప్రస్తుతం ఈ స్తోత్రాలు అర్థాలు వివరించే పండితులు కూడా భగవంతుడు గొప్పవాడు అని చెపుతూ ఆయనను ఆశ్రయించండి, ఆయనను ఆరాధించండి, ఆయనను పూజించండి. మీ కోరికలన్నీ నెరవేరుతాయని చెపుతున్నారు కానీ ఇవి కావు, ఇవన్నీ అల్పమైనవి, అశాశ్వతమైనవి, ఇవి దుఃఖాల్ని తొలగించలేవు. మీరు కోరుకోవలసింది వాటిని కాదు. ఏకంగా భగవంతుడినే కోరుకోండి. ఆయనను పొందటానికి ప్రయత్నించండి. ఆయన్ను పొందితే సమస్తమూ పొందినట్టే అని చెప్పడం లేదు. అంతేకాదు భగవంతుని పొందితే ఈ సృష్టిలో ఇక పొందవలసింది అంటూ ఏదీ వుండదు అని చెప్పకపోవడం వల్ల సామాన్యులకు భగవంతుని పొందాలనే అభిప్రాయమే కలగడం లేదు. ఆలోచిస్తే అందరూ అలా జీవితమంతా కోరుకుంటున్నా. ఇంకా కోరుతూనే వున్నారు. కోరికలు మిగిలిపోతున్నాయి. అంటే మానవుడు ఎన్ని పొందినా ఇంకా పొందవలసింది వుంటూనే వుందని తెలుస్తుంది కదా?

కానీ భగవంతుని పొందితే అన్నీ పొందినట్టే. కారణం భగవంతుని పొందిన వారికి ఈ సృష్టిలోని జ్ఞానమంతా లభిస్తుంది. శాశ్వతమైన అనిర్వచనీయమైన, వర్ణించలేని బ్రహ్మానందం లభిస్తుంది, శాంతి లభిస్తుంది, తృప్తి లభిస్తుంది, భయం పోతుంది, కోరికలు నశిస్తాయి, అహంకారం నశిస్తుంది, లోభం పోతుంది, ధర్మం గోచరిస్తుంది, ఎన్నో శక్తులు లభిస్తాయి. ఒక రకంగా విశ్వామిత్రునిలా సృష్టికి ప్రతి సృష్టి చేయగలుగుతారు. ఇవన్నీ భగవంతుని పొందితే లభించేవే.

అందుచేత జీవితమంతా భగవంతుని నుంచి కోరడం కాదు. భగవంతుడినే కోరండి. భగవంతుని నుంచి పొందటానికి ప్రయత్నించడం కాదు. భగవంతుడినే పొందటానికి ప్రయత్నించండి. మీ జీవితమే ధన్యమవుతుంది. స్తోత్రాలు చదివి మీరు తెలుసుకోవలసింది ఇదే. అదే ఋషులు మనకు అందించిన సందేశం అంటే భగవంతుడు గొప్పవాడు. ఆయనను పొందాలని తెలుసుకోవడమే స్తోత్రాల వల్ల వచ్చే లాభం. అదే స్తోత్రాల వల్ల మనకు కలిగే పుణ్యం. ఇదే స్తోత్రాలలోని అంతరార్థం. అంటే స్తోత్రాల అర్థం భగవంతుని గొప్పతనం తెలుసుకోవడం. అంతరార్థం భగవంతుని పొందాలని తెలుసుకోవడం.

బ్రహ్మానుభవం పొందేవరకు అంటే భగవంతుని పొందేవరకు నీవు కోటి జన్మలు ఎత్తినా అశాంతి, దుఃఖం విడిచిపెట్టవు.



జపం

మరి భగవంతుడు వున్నాడని తెలుసుకున్నంత మాత్రాన, ఆయన గొప్పవాడని తెలుసుకున్నంత మాత్రాన మన కష్టాలు తీరిపోతాయా? భగవంతుని చేరడానికి సరిపోతుందా? అంటే సరిపోదు. అందుకే పెద్దలు, పండితులు 'జపాలు' కూడా ప్రవేశపెట్టారు.

ఎందుచేతనంటే సామాన్య జనానికి వారికి వున్న సమస్యల వల్ల, బాధ్యతల వల్ల నిత్య జీవితంలో అనేక పనుల ఒత్తిడి వల్ల భగవంతుడు ఎంతటి గొప్పవాడైనా మరచిపోయే అవకాశం వుంది. అలా భగవంతుని మరచిపోతే ప్రయోజనమేమిటి? ఏమీ వుండదు కదా? అందుకే జపాలు.

అంటే భగవంతుని పేర్లతో, నామాలతో, మంత్ర రూపకంగా మరల, మరల తలచుకోవడానికి, గుర్తుంచుకోవడానికి పెద్దలు, పండితులు జపాలను ప్రవేశపెట్టారు. అలా కాళీ దొరికినప్పుడల్లా భగవంతుని మనస్సులోనే తలచుకోవడం వల్ల, జపించడం వల్ల ఆయనను మరచిపోకుండా వుండగలుగుతారు.

అందుకే చాలా మంది పైకి, ఇంకా చాలా మంది మనస్సులో "కృష్ణా.. కృష్ణా.. అని రామా.. రామా.. అని, శివ.. శివా అని, సాయిరామ్.. సాయిరామ్.. అని" అనుకుంటూంటారు. తలచుకుంటారు. మనస్సులో జపిస్తారు. అలా జపించడం వల్ల భగవంతుని మర్చిపోకుండా వుండగలుగుతారు. అంటే జపం వల్ల వచ్చే 'పుణ్యం' అంటే లాభం భగవంతుని మర్చిపోకుండా వుండటమే. దీనినే షిరిడీ బాబా నవ విధ భక్తులలో 3వది అయిన 'స్మరణం' అన్నారు.

ఆలోచించండి అలా భగవంతుడు వున్నాడని తెలుసుకున్నంత మాత్రాన, ఆయన గొప్పవాడని తెలుసుకున్నంత మాత్రాన, ఆయన్ను మరచిపోకుండా వున్నంత మాత్రాన సరిపోతుందా? మన కష్టాలు తీరతాయా? సమస్యలు పోతాయా? అంటే ఖచ్చితంగా తీరవు. పూజలు, స్తోత్రాలు, జపాల వల్ల వచ్చే పుణ్యం సరిపోతుందా? అంటే సరిపోదు.

మరి మన సమస్యలు, పోవాలన్నా, కష్టాలు తొలగాలన్నా, అసలు వీటన్నిటి నుండి శాశ్వతంగా బయట పడాలన్నా, అంటే ముక్తి రావాలన్నా, ఇవన్నీ చేసినా లాభం లేదు, ప్రయోజనం లేదు. ఎందుచేతనంటే ఎన్ని చేసినా భగవంతుని ఆశ్రయించనిదే, అంటే చేరనిదే, అంటే పొందనిదే ఎవరి కష్టాలు పోవు. సమస్యలు తీరవు. మరి భగవంతుని ఆశ్రయించాలంటే ఏం చెయ్యాలో తెలుసుకుందాం.

భగవంతుడు ఎవరు?

భగవంతుని ఆశ్రయించాలంటే ముఖ్యంగా మూడు విషయాలు మనం తెలుసుకోవాలి.

(1) భగవంతుడు ఎవరు? (2) ఎక్కడ వుంటాడు?

(3) ఎలా ఆశ్రయించాలి?

అసలు ఈ విషయాలు తెలియకుండా భగవంతుని ఎలా ఆశ్రయిస్తారు? ఆయన్ను ఆశ్రయించకుండా మన కష్టాలు ఎలా పోతాయి? అందుచేత ముఖ్యంగా ఈ మూడు విషయాలు తెలుసుకుందాం.

ఎందుచేతనంటే అంతా పూజించడం, స్తోత్రాలు చదవడం, జపాలు చేయడంలో పడిపోయి ఈ మూడు విషయాలు మర్చిపోయారు. అసలు భగవంతుని గురించి తెలుసుకోవాలన్నా ఆలోచనే లేదు. తాము చేసేవన్నీ సరిపోతాయనుకుంటున్నారు. అందుచేత పూజలు, స్తోత్రాలు, జపాలతో సరిపెడుతున్నారు. కానీ కష్టాలు పోవాలంటే, సమస్యలు తొలగాలంటే కచ్చితంగా భగవంతుని ఆశ్రయించవలసిందే.

చిన్న ఉదాహరణ చూద్దాం. మీకు ఫోన్ ద్వారా పరిచయమైన స్నేహితుడు ఢిల్లీలో వున్నాడనుకుందాం? అతను ఎలా వుంటాడో? ఎక్కడ వుంటాడో? అతని దగ్గరకు ఎలా చేరుకోవాలో? మీకు తెలియదు. మీకు ఢిల్లీలో పని పడింది. అప్పుడు అతను నా దగ్గరకు వస్తే నీ పని చేసిపెడతాను అన్నాడు ఫోన్‌లో.

మీరు ఢిల్లీ వెళ్లారు. మీ స్నేహితునికి ఫోన్ చేద్దామనుకున్నారు. కానీ పొరపాటున మీ ఫోన్ క్రింద పడి ఫోన్‌లో రికార్డైనవన్నీ పోయాయి. ఇప్పుడు మీరు మీ స్నేహితునికి ఫోన్ చెయ్యడానికి అవకాశం లేదు. అతని గురించి తెలుసుకోవాలంటే ఫోన్ తప్ప ఇంక ఏ ఆధారమూ లేదు. పైగా మీ అంతట మీరు అతని దగ్గరకు వెళదామంటే అతను ఎలా వుంటాడో? తెలియదు. ఎక్కడ వుంటాడో? తెలియదు. అతని దగ్గరకు ఎలా చేరుకోవాలో తెలియదు. చెప్పండి మీరు అతని దగ్గరకు వెళ్ళగలరా? అతన్ని ఆశ్రయించగలరా? మీ పని అవుతుందా? ఏదీ జరగదు కదా?

అలాగే భగవంతుడు ఎవరో తెలుసుకోకుండా... ఎక్కడ వుంటాడో తెలుసుకోకుండా... అంటే ఆయన్ను ఎలా చేరుకోవాలో తెలుసుకోకుండా... ఆయన్ను ఎలా ఆశ్రయించగలరు అంటే ఎలా చేరుకోగలరు? చెప్పండి. మీకు పూజ వల్ల భగవంతుని గురించి తెలిసింది. స్తోత్రాల వల్ల ఆయన గొప్పవాడని తెలిసింది. జపాల వల్ల ఆయన్ను మరచి పోకుండా వుంటున్నారు. కానీ ఇవన్నీ ఆయన్ను చేర్చగలవా? చెప్పండి. ఇవన్నీ మనకు తృప్తినిచ్చేవే కానీ భగవంతుని చేర్చి ముక్తిని

ఇవ్వలేవు కదా? అంటే కష్టాలు తొలగించలేవు కదా?

మీకు మీ స్నేహితుని పేరు తెలుసు 'ఆనంద్'. అతను గొప్ప పలుకుబడి కలవాడని తెలుసు. కానీ ఇది అతని దగ్గరకు చేర్చగలదా? చేర్చలేవు కదా? అతన్ని ఆశ్రయించడానికి సరిపోవు కదా? మీరు "ఆనంద్... ఆనంద్.. అని గట్టిగా అరుస్తున్నారు. అక్కడే మైకు తీసుకుని మైకుతో గట్టిగా అరుస్తున్నారు అనుకోండి, అప్పుడు మీ స్నేహితుని చేరగలరా? అలా ఢిల్లీ వీధులన్నీ తిరిగినా చేరగలరా? చెప్పండి.

అలాగే భగవంతుడు ఎవరో? ఎక్కడ వుంటాడో? ఎలా చేరుకోవాలో? తెలుసుకోకుండా వూరికే అరిచినా మైకులు పెట్టి గట్టిగా భజనలు చేసినా.. ఆ పుణ్య క్షేత్రమని, ఈ పుణ్య క్షేత్రమని, అక్కడకు, ఇక్కడకు తిరిగినా... ప్రయోజనం వుంటుందా? అందుచేత ముఖ్యంగా పై మూడు విషయాలు తెలుసుకోవాలి. తెలుసుకుందాం.

ఈ మూడు ప్రశ్నలకు సమాధానం ఎవరూ చెప్పనవసరం లేదు. ఈ మూడు ప్రశ్నలు (1) భగవంతుడు ఎవరు? (2) ఎక్కడ వుంటాడు? (3) ఎలా ఆశ్రయించాలి? అన్న వాటికి సాక్షాత్తూ శ్రీ కృష్ణ భగవానుడే భగవద్గీత ద్వారా మనందరకు తెలియచేసారు.

మొదటి రెండు ప్రశ్నలు 10 అధ్యాయంలో 20వ శ్లోకం ద్వారా అలాగే 3వ ప్రశ్న 12 అధ్యాయంలో 3, 4 శ్లోకాల ద్వారా శ్రీ కృష్ణ భగవానుడు తెలియచెయ్యడం జరిగింది. అవి కొంచెం తెలుసుకుందాం.

శ్లో॥ అహ మాత్మా గుడాకేశా సర్వభూతాశయ స్థితః ।
అహమాదిశ్చ మధ్యం చ భూతానా మన్త ఏవ చ (భ.గీ.10-20)

తా :- అర్జునా నేను ఆత్మను. సమస్త జీవులలో స్థితమై వున్నాను. ఈ జీవుల యొక్క ఆది, మధ్య, అంతములు నేనే అయి వున్నాను.

దీని అర్థం నేను ఆత్మను. అన్ని జీవులలోను వున్నా వున్నాను. ఈ జీవులు సృష్టింపబడక ముందు అంటే సృష్టి ఏర్పడక ముందు అంటే ఆదిలోనూ వున్నాను. అవి వున్నప్పుడు అంటే ఈ సృష్టి వున్నప్పుడు వున్నాను. అలాగే ఈ జీవులు అంతమైపోయినా అంటే ఈ సృష్టి అంతమైపోయినపుడు కూడా అంటే అంతంలో కూడా నేను వుంటాను అని భగవానుడు చెప్పడం జరిగింది.

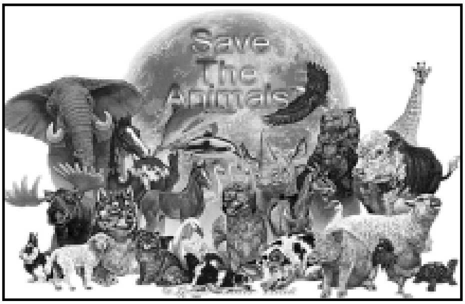
పై శ్లోకాన్ని బట్టి 'ఆత్మే' భగవంతుడు అని తెలుసుకోవచ్చు. గీతలో భగవానుడు ఎక్కడా నేను విగ్రహాన్ని, ఫోటోని అని చెప్పలేదు. అందుచేత మొదటి ప్రశ్న భగవంతుడు ఎవరు? అంటే 'ఆత్మ' అని స్పష్టంగా తెలుసుకోవచ్చు. మరొక్కసారి తెలుసుకోండి 'ఆత్మే' భగవంతుడు.

"భగవంతుడు ఎక్కడ వుంటాడు?"

మరి రెండవ ప్రశ్న ఆయన ఎక్కడ వుంటాడు? దీనికి కూడా ఆ శ్లోకంలోనే ఆయన చెప్పడం జరిగింది.

శ్లో॥ "అహం ఆత్మా గుడాకేశ, సర్వభూతాశయ స్థితః"

అర్జునా! నేను ఆత్మను సమస్త భూతాలలో స్థితమై వున్నాను. అంటే అన్ని జీవులలోనూ వున్నాను, అంటే అన్ని ప్రాణులలోను వున్నాను అని భగవానుడు చెప్పడం జరిగింది.



అన్ని ప్రాణులు అంటే ప్రాణమున్న ప్రతీ జీవిలోను భగవంతుడు వున్నాడు, ఆత్మ రూపంలో వున్నాడు అని తెలుసుకోవాలి. అంటే మానవులందరిలో నూ వున్నది ఒకే భగవంతుడు అలాగే జంతువులన్నింటిలో వున్నది ఆ భగవంతుడే అంటే కోడిలో, మేకలో, చేపలో, పందిలో, తాబేలులో, అలా ఏ జంతువును తీసుకున్నా ఆ జంతువులో వున్నది భగవంతుడే అని స్పష్టంగా తెలుసుకోవచ్చు. అంటే అన్ని జంతువులు భగవత్ స్వరూపాలేనని ప్రతి ఒక్కరూ తెలుసుకోవాలి.

అందుచేత కోడిని హింసించినా భగవంతుని హింసించినట్టే, మేకను హింసించినా భగవంతుని హింసించినట్టే, చేపను హింసించినా భగవంతుని హింసించినట్టేనని తెలుసుకోవాలి. ఆలోచించండి ఒక బొమ్మను పెట్టి షోడసోపచార పూజలు చేసి భగవంతుని ఆనంద పరుస్తున్నామనుకునే వారు, భగవంతుడంటే ఇష్టం అనేవారు అలా సాక్షాత్తూ భగవత్ స్వరూపాలైన ఆ జీవులను, ప్రాణులను హింసించవచ్చా? చంపవచ్చా? వాటి మాంసం తినవచ్చా? అలా తింటూ వాటి హింసకు కారకులు కావచ్చా? ఆలోచించండి. ఒక ప్రక్క భగవంతుడంటే ఇష్టమంటారు. ఆయన్ను పూజలు ద్వారా ఆనంద పరుస్తున్నామంటారు. స్తోత్రాలు చదివి ఆయన చాలా చాలా గొప్పవాడని కీర్తిస్తారు. జపాలు చేసి నేను ఆయన్ను ఎప్పుడూ మరచిపోకుండా తలచుకుంటూ వుంటాను అంటారు. మరి ఆయన

రూపాలను ఎందుకు హింసిస్తున్నారు? అలా చేస్తే భగవంతుడు ఆనంద పడతాడా? ఆయన అనుగ్రహం పొందగలరా? అలా భగవంతుని హింసిస్తే ఆయన అనుగ్రహం మాట అటుంచి ఆగ్రహానికి గురి కావలసి వస్తుంది కదా? అందుచేత జీవులను అంటే జంతువులను హింసించకూడదు. చంపకూడదు. వాటి మాంసాన్ని తినకూడదు. అన్నిటి కంటే ముందు భగవంతుడెవరో తెలుసుకోవాలి.

మరొకసారి గుర్తుంచుకోండి. ఈ సృష్టిలో అన్నీ భగవంతుని స్వరూపాలే. అన్నీ ఒక్కటే! అదే శ్రీ కృష్ణ భగవానుని సందేశం. అందుచేత కోడి అంటే కోడి కాదు. కోడి రూపంలో వున్న భగవంతుడు, మేక అంటే మేక రూపంలో వున్న భగవంతుడు. చేప అంటే చేప రూపంలో వున్న భగవంతుడు. అందుకే భగవంతుని దశావతారాలుగా వర్ణిస్తారు.

మత్స్యావతారం అంటే జలచరాలన్నీ భగవంతుడే అని సందేశం ఇచ్చే అవతారం. అలాగే కూర్మావతారం అంటే జంతువులలో ఉభయచరాలన్నీ భగవంతుడే అని సందేశం ఇచ్చే అవతారం. అలాగే వరహావతారం అంటే జంతువులలో భూచరాలన్నీ భగవంతుడే అని సందేశం ఇచ్చే అవతారం. అందుచేత తెలుసుకోండి. రూపాలు వేరైనా వాటి పేర్లు వేరైనా భగవంతుడు ఒక్కడే! అన్నీ ఆయనే. అంతా ఆయనే!

ఆభరణాలు వేరైనా, వాటి ఆకారాలు వేరు వేరుగా వున్నా! వాటి పేర్లు వేరు వేరుగా వున్నా అన్నీ బంగారమే. ఒకే బంగారం నుంచి వచ్చినవే. అలాగే కరిగిస్తే అన్నీ ఒకే బంగారంగా మారిపోతాయి. అలాగే ఈ సృష్టిలోని జీవులు జీవరాసులు కూడా చూడటానికి వేరువేరు ఆకారాలతో వేరు వేరు జాతులుగా కనిపిస్తాయి. అలా వేరు వేరు ఆకారాలతో వున్నప్పుడు గుర్తింపు కోసం వేరు వేరు పేర్లు పెట్టి పిలుచుకుంటాం. అంతమాత్రం చేత అన్నీ వేరు వేరు ఎలా అవుతాయి? అన్నీ ఒకే భగవంతుని నుంచి ఉద్భవించినవే. అందుచేత అన్నీ ఒక్కటే. అన్నిటిలో వున్నది ఒక్కటే అదే శ్రీ కృష్ణ భగవానుని సందేశం.

చూడండి చూడటానికి కుండల ఆకారాలు వేరువేరుగా కనిపిస్తాయి. వాటి పేర్లు వేరుగా వుంటాయి. వాటి ప్రయోజనాలు, కూడా వేరుగానే వుంటాయి కానీ అన్నీ ఒకే మట్టి నుంచి వచ్చినవే. కుండలు పగిలిపోతే అన్నీ మరల మట్టి క్రింద మారిపోతాయి. అందుచేత తెలుసుకోండి ఈ సృష్టిలో వున్నది భగవంతుడు ఒక్కడే. అందుకే తాళ్ళపాక అన్నమాచార్యుల వారు అంటారు ''బ్రహ్మమొక్కటే! పరబ్రహ్మమొక్కటే!" అని అంటూ "కందువగు హీనాధికములెందులేవూ అందరికీ శ్రీహరే! అంతరాత్మ" అంటే భగవంతుడు ఒక్కడే! కనిపించకుండా వున్న భగవంతుడు ఒక్కడే. అందుచేత చూద్దామంటే ఈ సృష్టిలో హీనమైనది. అధికమైనది అంటూ

ఏదీ లేదు కారణం అందరిలోనూ శ్రీహరే అంతరాత్మగా వున్నాడు అన్నారు అన్నమాచార్యుల వారు.

అందుచేత ఈ సృష్టిలో రాజు గొప్పవాడు కాదు. పేదవాడు తక్కువవాడు కాదు. కారణం ఇద్దరిలో వున్నది శ్రీహరే. మరి ఇద్దరిలో వున్నది ఒక్కడే శ్రీహరి అయినపుడు ఎవరు గొప్ప? ఎవరు తక్కువ? ఇద్దరూ సమానమేగా? అలాగే బ్రాహ్మణుడు అధిక కులస్తుడు కాదు, శూద్రుడు తక్కువ కులస్తుడు కాదు. కారణం ఇద్దరిలో వున్నది ఎవరు? ఒక్కడేగా? శ్రీహరేగా? భగవంతుడేగా? అందుచేత బోధించే పండితుడు, వినే పామరుడు కూడా సమానులే. ఈ సృష్టిలో తారతమ్యాలు లేవు. కారణం ఈ సృష్టిలో భగవంతుడు కానిది... లేనిది.. ఏదీ లేదు కాబట్టి. అందుకే "సర్వం ఖల్విదం బ్రహ్మ" అన్నారు.

ఇదే హైందవధర్మం బోధించే సత్యం. ఈ సత్యాన్ని అర్థం చేసుకున్నవారే నిజమైన హిందువులు. అంతేకానీ రకరకాల వేషాలు వేసుకున్నవారు, ప్రత్యేకతలు అంటే నామాలు, విభూతులు, తాళ్ళు అలంకరించుకుంటే హిందువులు కారు. అన్నీ ఒక్కటే, అంతా ఒక్కటే అని భావించి, ఆ విధంగా ప్రవర్తించగలిగిన వారే హిందువులు. వారే హిందూ ధర్మాన్ని అర్థం చేసుకున్నవారు. భగవానుని సందేశం అర్థం చేసుకున్నవారు.

ఈ సత్యం తెలుసుకుంటే నేను ధనవంతుణ్ణి గొప్పవాడిని అని గర్వించరు. వాడు పేదవాడు తక్కువవాడు అని తక్కువగా చూడరు. ఎందుచేతనంటే అందరిలో వున్నది ఆ 'శ్రీహరే' కదా! అంటే ధనవంతునిలో వున్నది. పేదవాడిలో వున్నది ఒక్కడే శ్రీహరి అయినపుడు ఎవరు ఎక్కువ? ఎవరు తక్కువ? ఆలోచించండి.

అందుకే ఎంతో జ్ఞానం వున్న ఆది శంకరాచార్యుల వారు కూడా ఈ చిన్న సత్యాన్ని అర్థం చేసుకోనపుడు నేనే అందరికంటే గొప్పవాడిని అనే భావంలో వున్నపుడు ఆయనకు పరమశివుడు చిన్న సంఘటన ద్వారా కనువిప్పు కలిగించడం జరిగింది.

కాశీ క్షేత్రంలో ఒకసారి శంకరాచార్యులు వారు గంగానదిలో స్నానం చేసి శిష్యులతో తిరిగి వస్తుంటే! ఆయనకు దారిలో ఒక చండాలుడు ఎదురయ్యాడు. వెంటనే శిష్యులు ఆ ఛండాలుని ప్రక్కకు తప్పుకోమన్నారు. వాడు తప్పుకోలేదు. అపుడు శంకరాచార్యులు కూడా తప్పుకో తప్పుకో అన్నారు. అపుడు ఛండాలుడు నేనెందుకు తప్పుకోవాలి? అన్నాడు. అపుడు శంకరాచార్యుల వారు నువ్వు ఛండాలుడివి అన్నారు.

వెంటనే ఆ ఛండాలుడు నీకంటే నేను ఎందులో తక్కువ, నీ దేహం, నా దేహం ఒకే పంచ భూతాలతో తయారయ్యింది. అలాగే నీ శరీరంలో నా శరీరంలో వున్నది ఒకే ఆత్మ మరి ఎందులో నీవు గొప్పవాడివి అనగానే శంకరాచార్యుల

వారు అర్థం చేసుకుని ఈయన ఛండాలుడు కాదు నా కళ్ళు తెరిపించడానికి వచ్చిన మహానుభావుడని గ్రహించి ఆయన పాదాల మీద పడ్డాడు. వెంటనే ఆ ఛండాలుని స్థానంలో పరమ శివుడు ప్రత్యక్షమయ్యాడు. ఆయన శంకరాచార్యులతో ఈ సృష్టిలో ఏదైనా తక్కువగా కనిపించినా, తక్కువగా భావించకు" అని వివరించి శంకరాచార్యుల వారికి జ్ఞానోదయం కలిగించారు. వారిలోని అహంకారాన్ని తొలగించాడు పరమశివుడు.

అందుకే బ్రహ్మర్షి సుభాష్ పత్రిగారు ఎవరిచేత పాద నమస్కారాలు తీసుకోరు. కారణం "తాను ఎక్కువ కాదు, మిగిలిన వారు తక్కువ కాదు" అని భావించడం వల్లే. అందరూ సమానమన్న భావంతోనే ఆయన అందరి దగ్గర "షేక్‌హ్యాండ్" మాత్రమే తీసుకుని సమభావం ప్రదర్శిస్తారు.

అందుచేత తెలుసుకోండి. మానవులంతా ఒక్కటే జాతి అంతే కాదు జంతువులు, పక్షులు, జలచరాలు అన్నీ ఒక్కటే. అన్నీ భగవంతుని రూపాలే అని తెలుసుకోవాలి. వేటినీ హింసించకూడదు. వేటిని హింసించినా భగవంతుని హింసించినట్టేనని తెలుసుకోవాలి. వేటినీ చంపకూడదు. వాటి మాంసం తినకూడదు. మాంసం తిని వాటి హింసకు కారకులు కాకూడదు.

నేను 'ఆత్మ'ను, నేను అన్ని జీవులలోను వున్నాను అన్న సంగతి శ్రీ కృష్ణుని లాగే షిరిడీ సాయిబాబా కూడా చెప్పడం జరిగింది. సాయి సచ్ఛరిత్రలో 44వ అధ్యాయంలో 323వ పేజీలో "నేనగా ఎవరు?" అనే పీఠికలో బాబా స్వయంగా ఇలా చెప్పారు.

"నన్ను వెదకుటకు నీవు దూరము గానీ, మరెచ్చటికి గాని పోనక్కరలేదు. నీలోనే కాక, అన్ని జీవులలోను, చైతన్యము లేదా అంతరాత్మ అని ఒకటి వుంటుంది. "అదే నేను", దీనిని నీవు గ్రహించి నీలోనే గాక అన్నిటిలోను నన్ను చూడుము".

బాబా చెప్పిన పై సందేశాన్ని బట్టి ఆయన స్పష్టంగా నేను ఆత్మను. నేను నీలోనే కాదు అన్ని జీవులలో కూడా వున్నానని చెప్పారు.

అలాగే 22వ అధ్యాయంలో 170వ పేజీలో ఆయన **"భగవంతుడు సకల జీవులందు నివసించుచున్నాడు అవి సర్పములు కానీ, తేళ్ళు గానీ కానిండు. కాబట్టి మనము కనికరించి అన్ని జీవులను ప్రేమించవలెను. అనవసరమైన కలహములందు, చంపుట యందు పాల్గొనక ఓపికతో నుండవలెను. అందరినీ రక్షించువాడు దైవమే".**

పై సందేశంలో బాబా ఏ జీవిని చంపకూడదని, కారణం అన్నిటిలో భగవంతుడు నివసించుచున్నాడని చెప్పారు. బాబా తాను ఆత్మను అని చెప్పడమే కాదు. తనను ఆశ్రయించిన వారికి అంటే ఆత్మ మీద దృష్టి వుంచిన వారికి ఏ హానీ

జరుగదని, ఏ బాధలు కలగవని చెప్పడం జరిగింది.

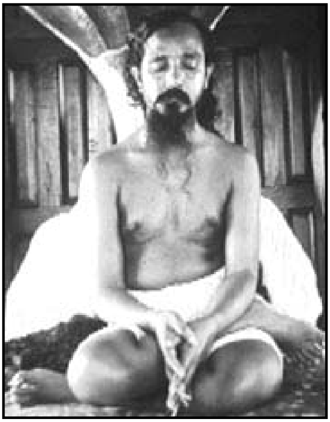
3వ అధ్యాయంలో 27వ పేజీలో బాబా చెప్పిన విషయం **"మీరు ఎక్కడ వున్నను, ఏమి చేయుచున్ననూ, నాకు తెలియునని బాగా జ్ఞాపకముంచుకోండి. నేను అందరి హృదయములు పాలించువాడను. అందరి హృదయములలో నివసించువాడను. నేను ప్రపంచంలో గల చరాచర జీవకోటిని ఆవరించి వున్నాను. ఎవరైతే తమ దృష్టిని నా వైపు త్రిప్పెదరో వారికి హాని గానీ, బాధ గానీ కలుగదు. నన్ను మరచిన వానిని మాయ శిక్షించును. పురుగులు, చీమలు తదితర దృశ్య మాన చరాచర జీవకోటియంతయు నా శరీరమే, నా రూపమే".**

బాబా చెప్పిన సందేశాన్ని బట్టి కూడా మనం మొదటి రెండు ప్రశ్నలకు సమాధానం తెలుసుకున్నాం. అంటే భగవంతుడు 'ఆత్మ' అని తెలుసుకున్నాం. ఆయన అన్ని జీవులలో వుంటాడు అని తెలుసుకున్నాం. అంటే మనలో కూడా వున్నాడు అని స్పష్టంగా అర్థం చేసుకున్నాం. మరి మూడవ ప్రశ్న అంటే మనలో వున్న భగవంతుని ఎలా ఆశ్రయించాలి? అంటే ఎలా చేరాలి? అన్నది తెలుసుకోవాలి. ఇది చాలా చాలా ముఖ్యం. కారణం భగవంతుని చేరే ప్రయత్నం చెయ్యకుండా ఏ సమస్యల నుంచి, కష్టాల నుంచి బయటపడలేం. భగవంతుని చేరకుండా సమస్యల నుండి శాశ్వతంగా ఎప్పటికీ బయటపడలేం అంటే ముక్తి పొందలేము. అందుచేత భగవంతుని చేరే మార్గం తెలుసుకోవాలి.

గమనిస్తే చాలా మంది గురువులు మొదటి రెండు విషయాలు అంటే భగవంతుడు 'ఆత్మ'. ఆయన అందరిలో వుంటాడు అన్నది చెబుతారు. కానీ లో వున్న వాడిని ఎలా చేరాలో మాత్రం చాలా మంది చెప్పలేరు. ఎంతసేపూ పూజలు చేసుకో, స్తోత్రాలు చదువుకో, జపాలు చేసుకో అని మాత్రం చెపుతారు. గుర్తుంచుకోండి భగవంతుడు బయట లేడు. అందరిలో వున్నాడు అంటే మనలోనే వున్నాడు. అందుచేత బాహ్య ఆరాధనలు ఎన్ని చేసినా భగవంతుని చేరలేము. అవన్నీ కోరడానికే ఉపయోగపడతాయి. కానీ "కోరేవాడి కంటే చేరే వాడే గొప్పవాడు". కారణం వాడు సమస్త దుఃఖాల నుంచి శాశ్వతంగా బయటపడతాడు.

అందుకే లలితా సహస్రనామంలో "అంతర్ముఖ సమారాధ్యా... బహిర్ముఖ సుదుర్లభా" అని చెప్పబడింది. అంటే అంతరంలోనే లభిస్తాను కానీ బయట లభించను అనే దాని అర్థం.

కాకి నోట్లో ఎన్ని పళ్ళు వున్నాయో లెక్క పెట్టాలనుకునే మాదిరిగా చాలా మంది బయట ప్రపంచంలో దైవాన్ని చూడాలని ప్రయత్నిస్తుంటారు.



భగవంతుని ఎలా చేరాలి?

మరి అంతరంలో వున్న భగవంతుని ఆశ్రయించాలంటే అంటే చేరాలంటే ఏమి చెయ్యాలి? ఈ విషయం మనకు భగవద్గీతలోనే శ్రీ కృష్ణభగవానుడు స్పష్టంగా చెప్పడం జరిగింది. ఈ క్రింది శ్లోకాలు చూద్దాం.

శ్లో॥ యే త్వక్షరమనిర్దేశ్యమవ్యక్తం పర్యుపాసతే
సర్వత్రగమచిన్త్యం చ కూటస్థమచలం ధ్రువమ్ (భ.గీ.12-3)

శ్లో॥ సంనియమ్యేన్ద్రియగ్రామం సర్వత్ర సమబుద్ధయః
తే ప్రాప్నువన్తి మామేవ సర్వభూతహితే రతాః (భ.గీ.12-4)

తా:- ఎవరు ఇంద్రియములన్నిటిని స్వాధీన పరచుకొని ఎల్లెడల సమభావము కలవారై, సమస్త ప్రాణులకు హితమొనర్చుట యందాసక్తి కలవారై, ఇట్టిదని నిర్దేసింప శక్యము కానిది, ఇంద్రియములకు గోచరము కానిది, ఇట్టిదని ఊహింపనలవికానిది, నిర్వికారమైనది, చలించనిది, నిత్యమైనది అంతటను వ్యాపించియున్నదియునగు 'అక్షర పర బ్రహ్మము'ను (ఆత్మను) ధ్యానించుచున్నారో, వారు నన్ను పొందుచున్నారు.

పై రెండు శ్లోకాల ద్వారా భగవంతుని ఎలా చేరాలో! (పొందాలో) ఎవరు చేరగలరో! ఏమి చేస్తే చేరగలరో! స్పష్టంగా చెప్పడం జరిగింది. కొంచెం వివరంగా తెలుసుకుందాం. ఆయన ముఖ్యంగా "ఎవరు ఇంద్రియములను స్వాధీనం చేసుకుని" అని అన్నారు.

దీనిని బట్టి భగవంతుని చేరాలంటే ముందు ఇంద్రియాలను స్వాధీనం చేసుకోవాలి. దానికి ఇంద్రియాలంటే ఏమిటో తెలుసుకోవాలి. ముఖ్యంగా మానవునకు రెండు రకాల ఇంద్రియాలు వున్నాయి. అవి (1) బాహ్యేంద్రియాలు, (2) అంతరేంద్రియం.

బాహ్యేంద్రియాలు 2 రకాలు. (1) ఐదు జ్ఞానేంద్రియాలు, (2) ఐదు కర్మేంద్రియాలు. అలాగే అంతరేంద్రియం అంటే మనస్సు. శ్రీ కృష్ణ భగవానుడు చెప్పినట్టు ఇంద్రియాలను స్వాధీనం చేసుకోవాలంటే ముందు కళ్ళు

మూసేయాలి, నోరు మూసేయాలి, చేతులు కట్టేయాలి అలాగే కాళ్ళు కూడా కట్టేయాలి. అలా చేస్తే బాహ్యేంద్రియలను మన స్వాధీనంలో ఉంచుకున్నవార మవుతాం. ఇలా చెయ్యడం తేలికే ఇది ఎవరికైనా సాధ్యమే. కానీ అంతరేంద్రియమైన మనస్సును స్వాధీనం చేసుకోవడమే. చాలా కష్టం. కారణం అలా కళ్ళు ముయ్యగానే ఎవరికైనా! ఎటువంటి వారికైనా! రకరకాల ఆలోచనలు వస్తాయి. మనస్సు ఎటో పోతూ వుంటుంది. మనం చెప్పినట్టు వినదు. మన స్వాధీనంలో వుండదు. మనం ఒకటి చెప్తే అది ఇంకొకటి చేస్తుంది. పలు రకాలు ఆలోచనలతో పరిపరి విధాల పరుగులు తీస్తూ వుంటుంది. ఎటువంటి పరిస్థితులలో మనస్సు లొంగదు. కానీ శ్రీ కృష్ణ భగవానుడు ముఖ్యంగా ఇంద్రియాలన్నిటినీ స్వాధీనం చేసుకోవాలన్నారు. అంటే మనస్సును కూడా తప్పని సరిగా స్వాధీనం చేసుకోవాలి. భగవంతుని చేరడానికి ముందు ఇది చాలా ముఖ్యం. మనస్సు స్వాధీనమవుతే తప్ప భగవంతుని చేరడం అసాధ్యం. మరి మనస్సును స్వాధీనం చేసుకోవాలంటే ఏం చెయ్యాలి?

మనస్సు స్వాధీనం చేసుకోవడమంటే మనస్సు ఏమీ చెయ్యకూడదు. అంటే ఏ ఆలోచనలు వుండకూడు. ఎలా అవుతే కళ్ళతో చూడకుండా కళ్ళను స్వాధీనం చేసుకున్నామో మాట్లాడకుండా నోటిని స్వాధీనం చేసుకున్నామో అలాగే ఆలోచనలు లేకుండా మనస్సును స్వాధీనం చేసుకోవాలి. అంటే మనస్సుతో ఏమీ చెయ్యకూడదు. అంటే ఆలోచించకూడదు. ఒకరకంగా మనసు శూన్యమైపోవాలి. కనీసం నామాన్ని, మంత్రాన్ని ఉచ్ఛరించినా మనస్సు పని చేస్తున్నట్టే. మన స్వాధీనంలో లేనట్టే. అందుచేత మనస్సును శూన్యం చెయ్యాలి. మనస్సుకు పూర్తిగా విశ్రాంతినివ్వాలి. అదే మనస్సును స్వాధీనం చేసుకున్న స్థితి. ఆ స్థితే కృష్ణ భగవానుడు బోధించిన స్థితి. ఇంద్రియాలను స్వాధీనం చేసుకున్న స్థితి.

ఇక్కడ గమనిస్తే మానవుడు ఏ పనైనా చెయ్యగలడు కానీ, మనస్సును అదుపు చెయ్యడమే చాలా చాలా కష్టం. ఎందుచేతనంటే ఎవరికైనా కళ్ళు మూయగానే విపరీతమైన ఆలోచనలు వస్తూంటాయి. మనస్సు పరిపరి విధాల కోతిలా పరిగెడుతూ వుంటుంది. దాన్ని అలా వదిలేస్తే అది ఎప్పటికీ లొంగదు. కానీ లొంగదీసుకోవాలి. మనస్సును శాంతింప చెయ్యాలి. ఆలోచించకుండా వుంచాలి. అలా వుంచాలంటే దానికి తేలికైన, సులువైన మార్గం కావాలి. అలా మనస్సును స్వాధీనం చేసుకునే తేలికైన మార్గం, సులువైన మార్గం బ్రహ్మర్షి సుభాష్‌పత్రి గారు అందరికీ అందిస్తున్నారు. అదే **"శ్వాస మీద ధ్యాస**

ధ్యానం". అంటే ఎవరైనా సరే కళ్ళు మూసుకున్నప్పుడు ఆలోచనలు వస్తూ వుంటాయి. అలా ఆలోచించే మనస్సును శ్వాస మీదకు మళ్ళించాలి. అలా చేస్తే మరల ఆలోచనల మీదకు వెళ్తూ వుంటారు. మరల శ్వాస మీదకు మనస్సును మళ్ళించాలి. అలా చెయ్యగా చెయ్యగా మెల్లిగా, మెల్లిగా.. ఆలోచనలు తగ్గుతూ వుంటాయి, అంటే మనస్సు శాంతిస్తూ వుంటుంది. మెల్లిగా ఆలోచనలు తగ్గి, తగ్గి ఒక స్థాయిలో ఒక స్థితిలో ఆలోచనలన్నీ ఆగిపోతాయి. ఇక మనస్సు పని చెయ్యదు, మనస్సు శాంతిస్తుంది. పూర్తిగా విశ్రాంతి స్థితిలో వుంటుంది. అక్కడ మనస్సు వుంటుంది. కానీ దాని పాత్ర ఏమీ వుండదు. అదే మనస్సు మన స్వాధీనమైన స్థితి. శ్రీ కృష్ణ పరమాత్మ చెప్పిన స్థితి.

ఈ స్థితి ఒక్క "శ్వాస మీద ధ్యాస" వుంచితే తప్ప ఇక ఏ ప్రయత్నం వల్ల సాధ్యం కాదని ఆచరిస్తే ఎవరికైనా తెలుస్తుంది. కారణమేమిటంటే నామం, మంత్రం, రూపం ఇవన్నిటి వల్ల మనస్సు పని చేస్తూనే వుంటుంది. కానీ మనస్సు శూన్యమవ్వదు. అందుచేత ముఖ్యంగా 'శ్వాస మీద ధ్యాస' వుంచవలసిందే.

అలా ఇంద్రియాలన్నీ స్వాధీనం చేసుకుంటేనే భగవంతుని ధ్యానించ గలం అంటే ఆత్మ మీద ధ్యాస వుంచగలం. కారణం ఇంద్రియాలు పని చేస్తూ వుంటే దృష్టి ఆత్మ మీద లేనట్టే. కారణం ఆత్మ మానవ ఇంద్రియాలకు గోచరము కాదు. అంటే భగవంతుడు జ్ఞానేంద్రియాలతోనే కాదు మనస్సుతో కూడా వూహించలేము. కారణం ఆయన నిర్వికారమైన వాడు. అంటే భగవంతునికి ఆకారం లేదు. చరించడు. అంతే కాదు ఆయన నిత్యమైనవాడు. సృష్టి అంతా వ్యాపించి వున్నవాడు. అంతేకాదు ఆయన అక్షర పరబ్రహ్మ అంటే నశింపు లేని, శాశ్వతమైన కనిపించనివాడు. అందుచేత ఆయనను ధ్యానించాలంటే, ఆయన మీద ధ్యాస వుంచాలంటే ముందు ఇంద్రియాలను స్వాధీనం చేసుకోవాలి. అంటే ఇంద్రియాలను వుపయోగించకూడదు. ఆ స్థితి రావటానికే "శ్వాస మీద ధ్యాస" వుంచాలి.

అలా ధ్యానించిన వారు అంటే ధ్యాస వుంచిన వారు నన్నే పొందుతారు అని శ్రీ కృష్ణ భగవానుడు పై శ్లోకాలలో చెప్పడం జరిగింది. అంటే భగవంతుని చేరవచ్చని తెలుసుకోవచ్చు. అలా చేరిన వారి జీవితమే ధన్యం. కారణం ఈ క్రింది శ్లోకంలో భగవానుడే చెప్పడం జరిగింది.

శ్లో॥ ఆబ్రహ్మ భువనా ల్లోకాః పునరావర్తినోర్జున ।
మాముపేత్య తు కౌన్తేయ పునర్జన్మ న విద్యతే ॥ (భ.గీ.8-16)

తా:- ఓ అర్జునా! ఆ బ్రహ్మలోకాల్లాంటి లోకాలను చేరుకున్నా తిరిగి

జన్మ తీసుకోవలసిందే! (భూలోకానికి వస్తావు) కానీ నేను వుండేటటువంటి లోకానికి చేరుకుంటే (అంటే నన్నే చేరుకుంటే) నువ్వు మరల తిరిగి రావు.

అంటే భగవంతుని చేరుకున్న వారికి మరల జన్మ వుండదు. వారికి అంతటి గొప్ప భాగ్యం కలుగుతుంది. దుఃఖం నుంచి శాశ్వతంగా బయట పడతారు. భూమి మీద మానవుడు సాధించగలిగిన గొప్పపని ఇంతకన్నా ఏమీ లేదు. అందుచేత భగవంతుని చేరే ప్రయత్నం చెయ్యాలి. అంటే ధ్యానం చెయ్యాలి.

అలాంటి స్థితి కలగడానికి ధ్యానంతో పాటు ఇంకా కొన్ని విషయాలు పాటించాలని భగవానుడు పై శ్లోకాలలో చెప్పడం జరిగింది. ఆయన ఏమన్నారంటే ఎల్లెడలా సమభావం కలవారై వుండాలన్నారు. ఎల్లెడల అంటే అందరిపట్ల, అన్నిటి పట్ల సమభావం కలిగి వుండాలన్నారు.

గుర్తుంచుకోండి మన ప్రవర్తనే మన భావాన్ని సూచిస్తుంది. కారణం మన భావాన్ని బట్టే మన ప్రవర్తన వుంటుంది కాబట్టి. సహజంగా లోకంలో ఇంచుమించు అందరి ప్రవర్తన అంతా వేరు వేరు అన్నట్టుగానే వుంది. అంటే వాడిది వేరే కులం, వాడు వేరే మతస్తుడు, వేరే ప్రాంతం వాడు, వేరే దేశం వాడు, నేను హిందువును, వాడు ముస్లిం అనుకుంటూ.. నేను బ్రాహ్మణుడను, వాడు తక్కువ వాడు, నేను ధనవంతుణ్ణి, వాడు పేదవాడు, నేను తెలివైన వాణ్ణి, వాడు తెలివి తక్కువ వాడు. నేను ఈ దేశస్తుణ్ణి, వాడిది మన దేశం కాదు. అనుకుంటూ ద్వేషించుకోవడం కలహించు కోవడం మనం చూస్తూనే వున్నాం. అంటే అందరి పట్ల సమభావం ప్రదర్శించలేక పోతున్నాం. ప్రవర్తించలేకపోతున్నాం. అందరూ ఒకటే అని భావించలేకపోతున్నాం.

అంతే కాదు మనం ఇంకా చాలా విషయాలలో సమభావం ప్రదర్శించలేక పోతున్నాం. మనం ధరించే, అలంకరించుకునే వస్త్రాలు కానీ, అలంకారాలు కానీ, ప్రత్యేకతను చూపిస్తున్నాయి. నేను వేరు వాడు వేరు అన్న భావం వ్యక్తం చేసే విధంగా వున్నాయి, అలా వుంటే మనం అందరి పట్ల సమభావం కలిగి వుండనట్లే.. భగవానుడు చెప్పిన సమభావం లేనట్లే. చూడండి కొంతమంది బొట్టు పెడతారు, మరికొంతమంది బొట్టు తీసేస్తారు. మరికొంతమంది బురఖా కప్పుకుంటారు. అంటే వాడు వేరు, నేను వేరు అన్న భావం వ్యక్తం చేస్తున్నట్టే కదా? అంతా ఒకటే అందరూ భగవంతుని రూపాలే, అందరిలో వున్నది ఆ ఒక్క భగవంతుడే అన్న సత్యం అర్థం చేసుకోన్నట్టేగా? సమభావం ప్రదర్శించినట్టేగా.

అలా కొంతమంది చేతులకు తాళ్ళు, మెడలో వారికి నచ్చిన గొలుసులు,

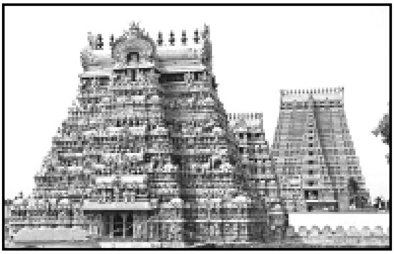
వేళ్ళకు ఉంగరాలు వుంచుకుంటారు. అలా చేస్తూ నేను ఫలానా వారికి చెందిన వాడిని, వారిది వేరు, మాది వేరు అనే భావంతో వుంటూ దానినే చేతలలో ప్రదర్శిస్తూ వుంటారు. మరి కొంతమంది కాషాయ వస్త్రాలు ధరిస్తారు. గుండు గీయిస్తారు. జడలు ధరిస్తారు. అంటే సమభావం లేదన్నమాటేగా? అలా ఎవరైతే సమభావం ప్రదర్శించకుండా అంతా వేరు వేరు అన్నట్టు ప్రత్యేకతలు, ప్రత్యేక వేషధారణ కలిగి వుంటారో! వారు ఎన్ని సాధనలు చేసినా, ఎంత ధ్యాన సాధన చేసినా కూడా వారు భగవానుని చేరలేరని తెలుసుకోవాలి.

కారణం భగవంతునికి అందరూ ఒకటే. ఆయనకు అంతా సమానం. కారణం అన్నీ ఆయనే కనుక. అందుకే శ్రీ కృష్ణ భగవానుడు సమభావం కలిగి వుండాలన్నారు.

అలాగే ఆయన ఇంకొక విషయం కూడా చెప్పడం జరిగింది. సమస్త ప్రాణులకు హితం చేయడానికి ఆసక్తి చూపించాలన్నారు. కారణం అవి కూడా ఆయన రూపాలే కాబట్టి. కానీ లోకంలో తాము మానవులం, జంతువులు వేరు అనుకుంటూ వాటిని హింసిస్తూ, చంపుతూ, వాటి మాంసాన్ని భక్షిస్తున్నారు. వాటికి నరకం చూపిస్తున్నారు. అంటే భగవానుడు చెప్పినట్టు వాటికి మంచి చెయ్యడం పోయి హింసిస్తున్నారు. రక్షించడం మాని భక్షిస్తున్నారు. వాటి పట్ల హీనాతిహీనంగా ప్రవర్తిస్తున్నారు. ఇలాంటి వారు కూడా అంటే మాంసం తినేవారు, జంతువులను రకరకాల హింసకు గురి చేసే వారు కూడా ఎన్ని సాధనలు చేసినా, ఆరాధనలు చేసినా, ధ్యానం చేసినా భగవంతుని పొందలేరు. ఇదే శ్రీ కృష్ణ భగవానుని సందేశం.

అందుచేత ఎవరయితే "శ్వాస మీద ధ్యాస" ద్వారా ఇంద్రియాలను స్వాధీనం చేసుకుని, ప్రత్యేకతలు లేకుండా అందరి పట్ల సమభావం ప్రదర్శిస్తూ! అన్ని జీవులకు మంచి చేస్తూ అంటే జీవహింస చేయకుండా వాటిని రక్షిస్తూ భగవంతుని మీద అంటే ఆత్మ మీద ధ్యాస వుంచుతారో అంటే ధ్యానం చేస్తారో వారు తప్పకుండా భగవంతుని పొందుతారని, చేరతారని భగవానుని సందేశం. అలా భగవంతుని పొందిన వారు ముక్తిని పొందినట్టే. తెలుసుకోండి, హింసను వదిలి ధ్యానం చెయ్యడమే భగవంతుని చేరే మార్గం.

మనకు గుడిలో విగ్రహమంటే ఇష్టం కానీ మన దేహంలో వున్న దేవుడంటే ఇష్టం లేదు. ఎందుచేతనంటే విగ్రహం కనిపిస్తుంది. దేహంలో వున్న దేవుడు కనబడడు కాబట్టి.



ఆలయాలు ఎందుకు?

ఇక్కడ సహజంగానే అందరికీ ఒక సందేహం వస్తుంది. మరి భగవంతుని చేరే మార్గం 'ధ్యానం' అయితే ఈ ఆలయ సాంప్రదాయం ఎందుకు వచ్చింది? ఎవరు దీనిని ప్రవేశపెట్టారు ? ఆలయ సాంప్రదాయం పెద్దలేగా ప్రవేశపెట్టింది? అంతటి పెద్దలు, పండితులు ఏ ప్రయోజనం లేకపోతే ఈ సాంప్రదాయాన్ని ఎందుకు ప్రవేశ పెట్టినట్టు? అన్న సందేహం ఎవరికైనా వస్తుంది. అంతేకాదు పూర్వం నుంచి తరతరాల నుంచి వస్తున్న ఈ సాంప్రదాయాన్ని పండితులు, గురువులు ఎంతోమంది అనుసరిస్తున్నారు, ప్రోత్సహిస్తున్నారు. మరి వీరంతా ఎందుకు ప్రోత్సహిస్తున్నట్టు? అన్న సందేహం కూడా సహజంగానే ఎవరికైనా కలుగుతుంది.

అంతేకాదు ఆలయ సాంప్రదాయంలో కొండలమీద వున్న గుడికి నడిచి వెడితే పుణ్యం అంటారు. గుడిచుట్టూ ప్రదిక్షణలు చేస్తే పుణ్యం అంటారు. ఉదయాన్నే ఆలయ కొలనులో కానీ, దగ్గరే వున్న నదిలో కానీ స్నానం చేస్తే పుణ్యం అంటారు. సాష్టాంగ నమస్కారం చేస్తే పుణ్యం అంటారు. శఠగోపం తీసుకుంటే పుణ్యం అంటారు. హుండీలో కానుకలు వేస్తే పుణ్యం అంటారు. అలాగే ప్రసాదం తింటే పుణ్యం అంటారు. విగ్రహాన్ని దర్శించినా పుణ్యం అంటారు. మరి ఇవన్నీ పుణ్యాన్ని చేకూర్చేవి కాబట్టే అందరూ ఆచరిస్తున్నారు, ఈ సాంప్రదాయాన్ని అందరూ పాటిస్తున్నారు.

మరి వీటి వల్ల వచ్చే పుణ్యం ఏమిటి? అంటే ఇంతకు ముందు చెప్పుకున్నట్టు మనకు వచ్చే లాభం ఏమిటి? అన్నది తెలుసుకోవాలి. కారణం 'పుణ్యం' అంటే మనకు కలిగే లాభం అని తెలుసుకున్నాం. కానీ గుర్తుంచుకోండి ఏ లాభం లేకుండా పూర్వపు పెద్దలు ఇలాంటి సాంప్రదాయాన్ని ప్రవేశపెట్టరు. అందరూ దీన్ని అనుసరించరు. అందుచేత వీటి వల్ల వచ్చే 'పుణ్యం' ఏమిటో అంటే లాభం ఏమిటో తెలుసుకుందాం.

ఆలయ సాంప్రదాయంలో చాలా అర్థం, అంతరార్థం దాగి వుంది. ఏ లాభం లేకుండా ఇలాంటి సాంప్రదాయం ప్రవేశపెట్టరు. దాని గురించి కొంచెం వివరంగా తెలుసుకుందాం.

సమాజంలో గమనిస్తే మానవులలో రకరకాల వారు కనిపిస్తారు. అంటే రకరకాల ప్రవర్తన కలిగిన వారుంటారు. కొంతమంది దోపిడీలు, నేరాలు,

హత్యలు చేసే వారు వున్నారు. ఇంకా కొంతమంది హింస, దౌర్జన్యం చేసేవారు వున్నారు. ఇంకా కొంతమంది బలాత్కారాలు, మానభంగాలు చేసే వారు వున్నారు. కొంతమంది మాయలు, మోసాలు చేసేవారు కూడా వున్నారు. వీరు తమ స్వలాభం కోసం ఇతరులకు నష్టాన్ని, కష్టాల్ని కలిగిస్తున్నారు. దీని వల్ల లోకంలో చాలా మంది దుఃఖాన్ని పొందుతున్నారు. కొంతమంది నరకాన్ని కూడా అనుభవిస్తున్నారు. వీరి వల్ల లోకంలో ఎవరికీ శాంతి లేకుండా పోతుంది. ఇటువంటి వారిని పాపాత్ములు అంటారు.

అలాగే మరి కొంతమంది తమ లాభం మాత్రమే చూసుకుంటారు. ఇతరులకు హాని చెయ్యరు. తాము కష్టపడతారు. తమ సంపాదన తాము చూసుకుంటారు. ఇతరుల గురించి పట్టించుకోరు. ఇతరుల గొడవలలో తలదూర్చరు. వీరి వల్ల ఇతరులకు లాభం వుండదు, నష్టం వుండదు.

మరికొంతమంది తమ లాభం చూసుకుంటూ ఇతరులకు కూడా లాభం కలిగించాలని చూస్తారు. ఇతరుల కోసం సేవా కార్యక్రమాలు చేస్తారు. దానాలు చేస్తారు, మంచి కలిగించే పనులు చేస్తారు. వీరివల్ల ఎంతో కొంత ఇతరులకు లాభం కలుగుతుంది. వీరిని పుణ్యాత్ములు అని అంటారు.

ఇంకా కొంతమంది తమ స్వార్థం పూర్తిగా వదులుకుని ఇతరులకు సేవలు చేస్తారు, మంచి చెయ్యాలని చూస్తారు. అంటే తమ కష్టాలు కూడా లెక్క చెయ్యకుండా ఎంతసేపూ అందరికీ ఆనందం కలిగించాలని తపన పడుతూ వుంటారు. వీరిని మహాత్ములు అని అంటారు.

ఇలా మనం లోకంలో చూస్తే మానవులలో రకరకాల ప్రవర్తనలు మనకు కనిపిస్తాయి. కానీ అంతా మానవులే. మరి ఎందుకు వీరంతా రకరకాల ప్రవర్తనతో వుంటారు? కొంతమంది ఉపకారం చేస్తుంటే! ఎందుకు మరికొంతమంది అపకారం చేస్తున్నారు? కొంతమంది సేవలు చేస్తూ వుంటే! మరి కొంతమంది ఎందుకు హింసిస్తున్నారు? కొంతమంది పంచుతూ వుంటే! ఎందుకు మరికొంతమంది దోచు కుంటున్నారు? కొంతమంది గౌరవిస్తూ వుంటే మరికొంతమంది అవమానిస్తున్నారు? అలా సమాజం వుండటానికి కారణం ఎవరికీ అర్థం కాదు. ఎంత చెప్పినా తప్పులు చేసే వారు మారరు. మార్చుకోరు. ఇలాంటి పరిస్థితి వుండటం వల్ల సమాజంలోనే కాదు, సంసారాలలో కూడా చాలా మంది నరకాన్ని అనుభవిస్తున్నారు, అశాంతిగా జీవిస్తున్నారు. వారికి తమ కుటుంబంలోని వారి ప్రవర్తన అలా ఎందుకు వుందో అర్థం కాదు. ఎంతసేపూ చేతులు జోడించి దేవుని ప్రార్థించడం తప్ప ఇంక ఏమీ చెయ్యలేరు. కానీ అలాంటి వారి ప్రవర్తన మారితే బాగుంటుందని ఆశిస్తూంటారు.

అలా సమాజంలో ఉపకారం చేసేవారు, సేవలు చేసేవారు, పంచేవారి వల్ల లోకంలో అందరికీ ఆనందం కలుగుతుంది. అందరూ శాంతిగా, సంతోషంగా జీవించగలుగుతారు. కానీ అపకారం చేసే వారి వల్ల, హింస చేసే వారి వల్ల, దోచుకునే వారి వల్ల లోకంలో అంతా దుఃఖాన్ని పొందుతారు, అశాంతితో జీవిస్తారు. అలా లోకంలో లోకకళ్యాణకరమైన పనులు చేసే వారు కొందరుంటే, లోక కంటకమైన పనులు చేసేవారు కొందరుంటారు. కానీ ప్రస్తుతం లోకంలో వీరి శాతమే ఎక్కువ కనిపిస్తుంది. ప్రస్తుతం లోకంలో ఎక్కువ దుఃఖం వుండటానికి ఇదే కారణం. అలాంటి వారి ప్రవర్తన మార్చుకోమన్నా మార్చుకోరు. మారరు. దానికి ముఖ్య కారణం శ్రీ కృష్ణ భగవానుడు చెప్పనే చెప్పారు. అది వారి గుణాలు. వారి గుణాల వల్లే వారి ప్రవర్తన అలా వుందని గీతలో ఈ శ్లోకం ద్వారా చెప్పడం జరిగింది.

శ్లో॥ ప్రకృతే ర్గుణసమ్మూఢా స్సజ్జన్తే గుణకర్మసు ।
తానకృత్స్నవిదో మందా స్కృత్స్నవిన్న విచాలయేత్ ॥ (భ.గీ.3-29)

తా :- ప్రకృతి యొక్క గుణాల వల్ల మోహితులైన వారు, గుణాలలోను, కర్మలలోను ఆసక్తులు అవుతారు. అటువంటి అల్ప జ్ఞానులను ఆత్మజ్ఞానులైన వారు చలింపచేయకూడదు.

దీని అర్థం లోకంలో మానవులు తమోగుణం, రజోగుణం, సత్వగుణం, నిర్గుణం అనే 4 రకాల గుణాలతో వుంటారు. ఇది ప్రకృతి సహజం. అలా ఏఏ గుణాలు వుంటే వారి ప్రవర్తన దానికి తగ్గట్టుగానే వుంటుంది. అంటే వారు చేసే పనులు వారి గుణాన్ని అనుసరించే వుంటాయి. అందుచేత తమోగుణంలో వున్న వారి ప్రవర్తన ఒక విధంగా వుంటుంది. రజోగుణంలో వున్న వారి ప్రవర్తన మరో విధంగా వుంటుంది. సాత్వికగుణంలో వున్నవారి ప్రవర్తన ఇంకొక రకంగా వుంటుంది. అలాగే నిర్గుణ స్థితిలో వున్న వారి ప్రవర్తన వీటన్నిటికి భిన్నంగా వుంటుందని తెలుసుకోవాలి.

అలా వారి ప్రవర్తన వుండటానికి కారణం వారి లోపం కాదు. వారి గుణమే దానికి కారణం. అందుచేత ఆత్మజ్ఞానులైన వారు అంటే ఈ విషయం తెలుసుకున్న వారు అలా ప్రవర్తించే వారిని విమర్శించరు, నిందించరు, వారిని మార్చటానికి ప్రయత్నించరు. కారణం వారు వారి గుణం మారితేనే తప్ప వారి ప్రవర్తన మారదు. అందుచేత ఆత్మజ్ఞానులు అంటే యోగులు, ఋషులు వారి గుణం మార్చటానికి ప్రయత్నిస్తారే కానీ ప్రవర్తన మార్చుకో నాయనా బాగుపడతావు అని సలహా ఇవ్వరు. కారణం ఎన్ని సలహాలు ఇచ్చినా వారి గుణం మారనిదే వారి ప్రవర్తన మారదని వారికి తెలుసు కనుక.

అందుచేత కుక్క తోక వంకర సరిచెయ్యాలనుకోవడం ఎంత మూర్ఖతో మనిషి గుణాన్ని సరి చెయ్యకుండా వాడి ప్రవర్తన మార్చాలనుకోవడం కూడా అంతే మూర్ఖత అవుతుంది. అంటే లోకం బాగుండాలంటే అంతా శాంతిగా, ఆనందంగా వుండాలంటే ముందు వీరందరి గుణాలు మారాలి. వీరి గుణాలు మారితే కానీ వారి ప్రవర్తన మారదు. లోకంలో సుఖశాంతులు వుండవు. తెలుసుకోండి ముఖ్యంగా మానవులలో వుండే తమో గుణం, రజోగుణం వల్లే మానవుల ప్రవర్తన లోక విరుద్ధంగా వుంటుంది. లోకంలో ఎక్కువ శాతం ఈ గుణాలలో వుండడం వల్లే, ఎక్కువశాతం మంది ప్రవర్తన లోకానికి అందరికీ హాని కలిగించే విధంగా వుంది.

మరి వీరందరి ప్రవర్తన మారిపొమ్మంటే మారిపోతుందా? కచ్చితంగా మారదు. ఎంత మంచిగా చెప్పినా, ఎన్ని నీతులు చెప్పినా మారరు. కారణం గుణం మారలేదు కనుక. మరి గుణం ఎలా మారుతుంది? గుణం మారే అవకాశం లేదా? అంటే ఉంది కానీ అంత తేలిక కాదు. బ్రహ్మర్షి పత్రి గారు ఏమి చెపుతారంటే ఏ మానవుడైనా ఒక గుణం నుంచి ఇంకొక గుణం లోకి అంటే తమోగుణం నుంచి రజోగుణంలోనికి మారాలంటే సుమారు 100 నుంచి 150 జన్మలు పడుతుందని చెపుతారు. అంటే ఒక్కొక్క జన్మలో ఒక్కొక్కరికి సహజంగా ఒక మిల్లీమీటరు వంతు మాత్రమే గుణం మారుతుందని ఆయన చెప్పడం జరిగింది.

అందుకే చాలా మంది అప్పుడప్పుడు “వీడికి ఈ బుద్ధి పుట్టుకతో వచ్చింది, పుడకలలో పెట్టినా పోదు” అని అంటూ వుంటారు. అంటే మానవుల యొక్క గుణం సహజంగా మారాలంటే చాలా జన్మలు తీసుకోవలసి వస్తుంది. అలా వాడు మారే దాకా వాడి పనులు మారవు. ప్రవర్తన మారదు. మంచిగా వుండవు.

సహజంగా తమోగుణం, రజోగుణంలో వున్న వారి పనులు లోకకంటకంగా అంటే అందరికీ నష్టం కలిగించేవిగా వుంటాయి. కానీ సాత్విక గుణంలో వున్నవారి పనులే లోక కళ్యాణకరంగా అంటే అందరికీ లాభం కలిగించేవిగా వుంటాయి. అందుచేత అందరూ మంచిగా మారాలన్నా వారి పనులు ఇతరులకు లాభించాలన్నా, ఆనందం కలిగించాలన్నా ప్రతి ఒక్కరూ సాత్వికగుణంలోకి మారవలసిందే.

అలా మానవుల గుణాలు మార్చడానికి, వారిలో తొందరగా మార్పు తీసుకురావటానికి, వారిని లోక కళ్యాణకరమైన పనులు చేసే వారిగా మార్చడానికి వారిలోని తమోగుణం, రజోగుణం తొలగించి వారిని సాత్విక గుణంలోకి తీసుకు

రావడానికి పూర్వపు పెద్దలు, ఋషులు, పండితులు ఈ ఆలయ సాంప్రదాయాన్ని ప్రవేశపెట్టడం జరిగింది.

ఈ ఆలయ సాంప్రదాయంలో వారు ప్రవేశపెట్టిన ఆచారాలు, పద్ధతులు అన్నీ కూడా మానవుల గుణాన్ని మార్చే విధంగా వుంటాయి. అంతేకాదు వాటిలో చాలా పద్ధతులు, మానవులకు శారీరకంగానే కాదు, మానసికంగా కూడా లాభాలు కలిగించే విధంగా వుంటాయి. ముఖ్యంగా శరీరానికి ఆరోగ్యం, మనస్సుకు ప్రశాంతత చేకూర్చేవిగా వుంటాయి. ఇంకా సమాజానికి ఉపయోగపడే విధంగా కూడా వుంటాయి. ఆలయ సాంప్రదాయాలన్నీ గమనిస్తే ఈ విషయం మనం తేలికగా గ్రహించవచ్చు.

సామాన్య జనాన్ని, పామర జనాన్ని ఈ లాభం వస్తుంది... ఈ పని చెయ్యండి. ఆ లాభం వస్తుంది... ఆ పని చెయ్యండి, అంటే అంత ప్రాముఖ్యం ఇవ్వరు, ఆసక్తి చూపించరు. అందుచేత ఆ పండితులకు, పెద్దలకు, వీరికున్న బలహీనత తెలుసు కనుకనే 'పుణ్యం' అనే పదాన్ని ఉపయోగించారు. ఎందుచేతనంటే 'పుణ్యం' అనగానే ఎవరైనా ఆ పని చెయ్యటానికి ఎంతో ఇష్టపడతారు. 'పుణ్యం' వస్తుందంటే ఆలోచించకుండా ఏ పనైనా చేసేస్తారు. అందుచేత మానవులు ఆ పనికి ప్రాముఖ్యం ఇస్తారనే' పండితులు 'పుణ్యం' అనే పదాన్ని చేర్చటానికి కారణం.

ముఖ్యంగా మనం గుర్తుంచుకోవలసింది ఆలయ సాంప్రదాయం అన్నది మానవుల గుణాలు మార్చడానికి, తద్వారా లోకోపకారమైన పనులు వారిచేత చేయించడానికి మాత్రమే. అలా చెయ్యడం వల్ల తక్కువ జన్మలలో వారి గుణం మారిపోతుంది. అపుడు వారు లోకానికి మంచి చేస్తారు. ఉపయోగపడతారు.

గుర్తుంచుకోండి ఏ మానవుడైనా ముఖ్యంగా వారి గుణాల్ని మార్చుకోవడానికి ప్రయత్నించాలి. అప్పుడే వారు మంచి పనులు చేస్తారు. తద్వారా తాము మంచిని పొందుతారు. దానితో పాటు ఇతరులకు కూడా మంచి చేస్తారు. అలా మంచి చెయ్యడం వల్ల ఉభయులు అంటే ఇతరులు, తాము కూడా లాభం పొందగలుగుతారు.

మరొక్కసారి గుర్తుంచుకోండి – "మార్చుకోవలసింది గుడ్డలు కాదు గుణాలు". అందుకే సత్యసాయిబాబా వారు అంటారు "గుడ్డలు మార్చడం కాదు గుణాలు మార్చుకోవాలి" ఆయన ఇంకా "భజనలు చేస్తున్నారు, ట్యూనులు మారుస్తున్నారు కానీ గుణాలు మారుతున్నాయో లేదో చూసుకుంటున్నారా?" అని అంటారు. అంటే గుణాలు మార్చుకోవడం ముఖ్యమని ఆయన స్పష్టంగా చెప్పడం జరిగింది.

అలాగే వీరబ్రహ్మేంద్రస్వామి వారు కూడా :-

స్నానమందు లేదు పానమందును లేదు
మంత్ర తంత్రములందు మహిమ లేదు
గుణము కుదిరినేని ఘనయోగితానౌను
కాళికాంబ హంస కాళికాంబ

మనం చేసే నదీ స్నానాలు, సముద్ర స్నానాలలో ఏమీ లేదు. గంగా తీర్థం, గుడిలో తీర్థం పానం చేసినా ఏమీ ఫలితం లేదు. అంతే కాదు మనస్సుతో చేసే మంత్రాలతో కానీ, తనువుతో చేసే తంత్రాలలో కానీ ఫలితం ఏమీ లేదు. ఎవరికైతే గుణం మారుతుందో.. నిర్గుణమవుతుందో.. వాడే ఘనమైన అంటే గొప్పయోగి అని వీరబ్రహ్మేంద్రస్వామి గుణం మారాలని చెప్పడం జరిగింది.

యోగి వేమన గారు కూడా

బాంఢశుద్ధి లేని పాకమేల
ఆత్మశుద్ధి లేని ఆచారమది యేల
చిత్తశుద్ధి లేని శివపూజ లేల
విశ్వధాభిరామ వినురవేమ

అంటే ఎన్ని పూజలు చేసినా నీ చిత్తం శుద్ధి కానపుడు అంటే మనస్సు మంచిగా మారనపుడు అంటే మనస్సు గుణం మారనపుడు ప్రయోజనమేమిటి? అని వేమనగారు అడుగుతున్నారు. అంటే గుణం మారాలని స్పష్టంగా చెపుతున్నారు.

ఆయన ఏమి చెపుతున్నారంటే పాత్ర శుద్ధి చేయకుండా ఎంత గొప్పగా వండినా చేసిన వంట ఎలా దండగో అలాగే ఆత్మ శుద్ధి లేకుండా పాటించే ఆచారాలు కూడా దండగే. అలాగే మనస్సు శుద్ధం కానపుడు ఆ పూజలన్నీ దండగేనని వేమన గారు చెప్పడం జరిగింది.

భగవద్గీతలో శ్రీ కృష్ణ భగవానుడు కూడా

శ్లో॥ త్రైగుణ్య విషయా వేదా నిస్త్రైగుణ్యో భవార్జున ।
నిర్ద్వన్ద్వో నిత్యసత్త్వస్థో నిర్యోగక్షేమ ఆత్మవాన్ ॥ (భ.గీ.2-45)

తా :- వేదాలు త్రిగుణాలకు సంబంధించిన విషయాలనే ప్రస్తావించాయి. కానీ అర్జునా నువ్వు త్రిగుణాలను వదలి నిర్గుణిడివి అవ్వు. ద్వందములు లేనివాడివిగా, నిరంతరం శుద్ధ సత్యమును ఆశ్రయించిన వాడివిగా, యోగక్షేమముల దృష్టి లేకుండా ఆత్మజ్ఞానివికమ్ము.

అలా భగవానుడు కూడా గుణాలు మారాలని చెప్పడం జరిగింది.

పై సందేశాలను బట్టి చూస్తే ఎవరికైనా గుణం మారాలని స్పష్టంగా

తెలుస్తుంది. బ్రహ్మర్షి పత్రి గారు అలా ఎన్నో జన్మలు అవసరం లేకుండా గుణం మార్చుకోగలిగే మార్గాన్ని బోధిస్తున్నారు. ఆ మార్గమే "శ్వాస మీద ధ్యాస ధ్యానం".

ఎవరయితే ధ్యానం చేస్తారో వారు ఎన్నో జన్మలు అవసరం లేకుండా ఈ జన్మలోనే ఎంతటి తమో గుణంలో వున్నా రజోగుణం లోకి మారిపోతారు, రజోగుణంలో వున్న వారు సాత్విక గుణం లోనికి మారిపోతారని పత్రీజీ స్పష్టంగా చెపుతున్నారు. ధ్యానం అన్నది గుణం మార్చుకోవడానికేనని తెలుసుకోవాలి. అందరూ మంచిగా మారడానికేనని తెలుసుకోవాలి.

ఏది ఏమైనా, ఎంతమంది చెప్పినా ముఖ్యంగా ఎవరికైనా గుణం మారాలి. అందుచేత ముఖ్యంగా ముందు గుణాలు గురించి తెలుసుకుందాం. అసలు గుణాలు ఎందుకు మార్చుకోవాలో తెలుసుకుందాం. శ్రీ కృష్ణ భగవానుడు చెప్పినట్టు మానవులంతా మూడు గుణాలు అంటే సత్వ, రజ, తమో గుణాలతో వుంటారు. వారి గుణాలను బట్టి వారి ప్రవర్తన వుంటుంది. ముఖ్యంగా తమోగుణం, రజోగుణం ఎవరికైనా నష్టం కలిగించే గుణాలు. కానీ సత్వ గుణమే లాభం కలిగించే గుణం.

ఎందుచేతనంటే ఈ మూడు గుణాల వారు ఎలా ప్రవర్తిస్తారో! వారి ప్రవర్తన ఎలా వుంటుందో రామాయణంలో వాల్మీకి బ్రహ్మర్షి వివరించడం జరిగింది. అలా రామాయణంలో వాల్మీకి వివరించినట్లుగానే తమోగుణంలో వున్నవారు కుంభ కర్ణుడిలా ఎక్కువ తినడానికి, త్రాగడానికి, నిద్రించడానికి ప్రాముఖ్యం ఇస్తారు. అలాగే రజోగుణంలో వున్నవారు కూడా రావణాసురుడిలా అహంకారంతో అందరి మీద ఆధిపత్యం ప్రదర్శిస్తుంటారు. అలాగే సాత్విక గుణంలో వున్నవాడు విభీషణుడిలా, ధర్మము – అధర్మాము, న్యాయము – అన్యాయము, మంచి–చెడులాంటివి ఆలోచిస్తారు.

ఒక రకంగా తమోగుణంలో బద్ధకముంటుంది – ఆలోచించరు. రజోగుణంలో అహంకారం వుంటుంది – ఆవేశంగా వుంటారు. కానీ సాత్వికగుణంలో వున్నవారికి వివేకం వుంటుంది – ఆలోచిస్తారు. కొంచెం ఆలోచించండి. ఒకే విషయంలో అంటే సీతను ఎత్తుకు రావడంలో ముగ్గురి ప్రవర్తన మూడు రకాలుగా వుంటుంది. సీతను ఎత్తుకు వస్తే నాకేమిటి అని పట్టనట్టు తన పని తాను చూసుకున్నాడు కుంభకర్ణుడు. రావణాసురుడు మాత్రం అది రాజధర్మం, నేను రాజును ఏదైనా చేయవచ్చు అన్నాడు. కానీ సాత్విక గుణంలో వున్న విభీషణుడు మాత్రం అది అధర్మం పరుల భార్యను చెర పట్టకూడదని ధర్మాన్ని బోధించాడు.

ఇక్కడ గమనిస్తే తమోగుణంలో వున్న కుంభకర్ణుడు ఆలోచించకుండా అన్న ఆదేశానుసారం ప్రవర్తించి నాశనమయ్యాడు. రజోగుణంతో, అహంకారంతో విర్ర వీగిన రావణాసురుడు సీతను విడిచిపెట్టమన్నా విడిచిపెట్టకుండా యుద్ధం చేసి నాశనమయ్యాడు. కానీ సాత్వికగుణంతో వున్న విభీషణుడు ధర్మాధర్మాలు ఆలోచించి ధర్మాన్ని ఆశ్రయించి చివరకు లాభం పొందాడు రాజు అయ్యాడు.

దీనిని బట్టి సాత్వికగుణంలో ఎవరు వున్నా వారికి వివేకం కలుగుతుంది. విచక్షణా జ్ఞానం పెరుగుతుంది. ధర్మాధర్మాలు బోధపడతాయి. చేయవలసింది చేయకూడనిది స్పష్టంగా గ్రహించగలుగుతారు. చేయవలసిందే చేస్తారు. చివరకు లాభం పొందుతారు. అలా విభీషణుడు తాను లాభం పొందాడు. తరువాత అందరికీ శాంతిని, ఆనందాన్ని కలిగించాడు. కానీ రజోగుణంలో అహంకారంతో వున్న రావణాసురుడు తాను నాశనమయ్యాడు. అందరి నాశనానికి కారకుడయ్యాడు.

అందుచేత తెలుసుకోండి. ఎవరైనా సరే అందరికీ నష్టం కలిగించే పనులు చేస్తున్నారంటే వారి యొక్క గుణమే కారణం. అలాంటి వారు వున్నంతకాలం లోకంలో సుఖశాంతులు వుండవు. అందుచేత ఇవన్నీ గ్రహించిన ఆ మహానుభావులు, మహాత్ములు, ఋషులు మానవులకు నష్టం కలిగించే గుణాలను మార్చడానికి ఈ ఆలయ సంప్రదాయం ప్రవేశపెట్టడం జరిగింది. మరొక్కసారి గుర్తుంచుకోండి మహాపురుషులు ఏమి చేసినా, ఏది లోకానికి అందించినా దానిలో ఎంతో కొంత లాభం వుండనే వుంటుంది. అంతేకానీ మనం ఆశించిన, మనం కోరుకునే లాభాలు మాత్రం వుండవు. ఈ విషయం మనం గ్రహిస్తే ఈ ఆలయ సాంప్రదాయం ద్వారా మనం ఎలాంటి లాభాలు పొందవచ్చో మనం స్పష్టంగా గ్రహించవచ్చు.

ఆలయ సాంప్రదాయం ప్రకారం చేసే ఈ పనులన్నీ గుణాలు మారటానికే తప్ప మోక్షాన్ని ఇచ్చేవి కావు, కోరికలు తీర్చేవి కావు, కష్టాలు తొలగించేవి కావు. పాపాలను తొలగించేవి కావని తెలుసుకోవాలి. అందుచేత ఆలయ సాంప్రదాయంలో ఏఏ పనుల వల్ల ఎలాంటి 'పుణ్యం' అంటే ఏ ఏ లాభాలు కలుగుతాయో తెలుసుకుందాం.

"దేవుళ్ళు వేరు వేరు అన్న భావం ధ్యానం చేస్తే నీటిలో ఉప్పు కరిగిపోయి ఏకమైనట్టుగా! అంతా ఒక్కటే అన్న భావం కలుగుతుంది".

స్నానాలు

ఉదయాన్నే ఆలయ కొలనులో కానీ లేదా ప్రక్కనే వున్న నదులలో లేదా సముద్రంలో కానీ స్నానాలు చేస్తే పుణ్యమని భావిస్తారు. ముఖ్యంగా కార్తీక మాసంలో నెలరోజులు ఉదయాన్నే స్నానం చేసి గుడికి వెళతారు.

సహజంగా చాలా మంది బద్ధకం వల్ల ఉదయన్నే లేవరు. బాగా పొద్దుపోయేదాకా నిద్రపోతూ వుంటారు. అలా బద్ధకించడమన్నది తమో గుణానికి సంకేతం. తమోగుణమన్నది ఎవరికైనా జీవితంలో నష్టం కలిగించే గుణమని తెలుసుకోవాలి. కారణం చేయగలిగి కూడా ఏ పని చెయ్యరు. వూరికే కూర్చుని సమయం వ్యర్థం చేస్తారు. బుద్ధిని ఉపయోగించరు. అంటే ఆలోచించరు. అలా జీవితంలో ఎన్నో నష్టపోతారు. చివరకు జీవితాన్నే నష్టపోతారు. ఈ విషయమే భగవద్గీతలో ఈ క్రింది శ్లోకం ద్వారా భగవానుడు చెప్పడం జరిగింది.

శ్లో॥ అప్రకాశో ప్రవృత్తిశ్చ ప్రమారో మోహ ఏవచ
తమస్యేతాని జాయన్తే వివృద్దే కురునగ్దన (భ.గీ.14-13)

తా:- కురు వంశీయుడగు ఓ అర్జునా! తమో గుణము పెరిగినచో మనుజుని యందు అవివేకము (బుద్ధి మాంద్యము) సోమరితనము, అజాగ్రత్త, అజ్ఞానము (మూఢత్వము లేక విపరీత జ్ఞానము) అనునవి కలుగుచున్నవి.

అందుకే ఆ పండితులు వీరి బద్ధకాన్ని వదిలించడానికి పుణ్యమని కార్తీక మాసమంతా ఉదయాన్నే లేచి స్నానం చెయ్యమన్నారు. అలా చేస్తే 'పుణ్యం' వస్తుందని చెప్పారు. అలా నెలరోజులు ఉదయాన్నే లేచి స్నానం చేస్తే తేలికగా ఎవరికైనా బద్ధకం పోతుంది. ఉదయాన్నే లేస్తుంటారు. అలా ఉదయాన్నే లేవడం అలవాటైన వారు ఉదయాన్నుంచే తమ పనులు తాము చక్కపెట్టుకుంటారు. లేకపోతే అలా నిద్రపోతూ వారు చేయవలసిన ఎన్నో పనులు చేయలేకపోతారు. తద్వారా నష్టపోతారు.

అలా కార్తీక స్నానాల వల్ల వచ్చే 'పుణ్యం' అంటే 'లాభం' తమో గుణాన్ని అంటే బద్ధకాన్ని తొలగించుకోవడం. అలాగే కొన్నాళ్ళకు మరల

బద్ధకం పెరుగు తుందనే ఉద్దేశ్యంతో పెద్దలు ప్రతీ సంవత్సరం కార్తీక స్నానాలు చెయ్యమన్నారు. అలా మెల్లి, మెల్లిగా ఎవరైనా తమో గుణాన్ని అధిగమించగలుగుతారు.

అంతేకాదు ఎక్కువగా ఆలయాలు కొండల మీద, గుట్టల మీద నిర్మించటానికి కారణం కూడా ఇదే. ఎవరైనా అటువంటి గుడికి వెళ్ళాలంటే ఎంతో కష్టపడి మెట్లు ఎక్కి గుడికి చేరుకోవాలి. అలా ఎన్నోసార్లు కష్టపడి ఎక్కడం వల్ల వారిలో వున్న బద్ధకం తొలగిపోతుంది. మెల్లిగా తమోగుణం నుంచి బయటపడతారు.

"ప్రదక్షణలు"

అలాగే గుడి చుట్టూ ప్రదిక్షణలు చేయడం ఒక్కొక్కసారి 108 సార్లు ప్రదిక్షణలు చెయ్యడం, అంగ ప్రదక్షణలు అన్నీ బద్ధకం వదిలించే చర్యలే. లేకపోతే కొంతమంది సుఖానికి అలవాటు పడి ఏ పని చెయ్యరు. కష్టపడరు, కదలరు. అలాంటి వారు 'పుణ్యం' అనగానే ఏదో వస్తుందని, అనుకున్నది అవుతుందని గుడి చుట్టూ ప్రదిక్షణలు చేస్తూ వుంటారు. కానీ అలా కష్టపడి ప్రదక్షణలు చెయ్యడం వల్ల ముఖ్యంగా వారిలోని బద్ధకం పోతుంది. అన్ని పనులు చక్కగా చేసుకుంటారు. అదే ప్రదక్షణల వల్ల వచ్చే 'పుణ్యం' అంటే లాభం. అలా పుణ్యమనే పేరుతో కొన్ని జన్మలు చెయ్యడం వల్ల వారిలోని తమోగుణం పోతుంది. రజోగుణంలో ప్రవేశిస్తారు.

యోగులంతా చెప్పిందీ ధ్యానమే - చేసిందీ ధ్యానమే

ధ్యానం అంటే శ్వాస మీద ధ్యాస

సాష్టాంగ నమస్కారం శఠగోపం

రజోగుణం కూడా ఎవరికైనా నష్టం కలిగించేదే. రజోగుణంలో వున్న వారి ప్రవర్తన ఎలా వుంటుందో శ్రీ కృష్ణ భగవానుడు ఈ క్రింది శ్లోకంద్వారా చెప్పడం జరిగింది.

శ్లో॥ లోభః ప్రవృత్తి రారమ్భః కర్మణా మశమః స్పృహా ।
రజస్యేతాని జాయన్తే వివృద్ధే భరతర్షభ ॥ (భ.గీ.14-12)

తా:- భరత కుల శ్రేష్టుడవగు ఓ అర్జునా! రజోగుణము పెరిగినపుడు మనుజుని యందు లోభత్వము, నిషిద్ధ కర్మలు ప్రారంభించుట, మనశ్శాంతి లేకుండుట (ఇంద్రియ నిగ్రహము లేకుండట) ఆశ అనునవి పుట్టుచుండును.

భగవానుడు చెప్పినట్టు రజోగుణంలో వున్న వారు ఆశతో లోభత్వం కలిగి చేయకూడని పనులు చేస్తూ అహంకారంతో వుండడం వలన మనశ్శాంతి కూడా కోల్పోతారు. తాము నష్టపోతారు. ఇతరులకు నష్టం కలిగిస్తారు. కనుక ఈ రజోగుణం నుంచి కూడా మానవులు బయటపడాలి. అలా బయట పడటానికి పూర్వపు పెద్దలు ఆలయాలలో కొన్ని పద్ధతులు పుణ్యమనే పేరుతో ప్రవేశపెట్టారు.

చూడండి ఎంతటి అహంకారమున్న వాడైనా అంటే ఎక్కువ ధనం వున్నవారు కాని, పెద్ద పెద్ద పదవులలో వున్న వారు కాని, అధికారంలో వున్నవారు కాని, పెద్ద పెద్ద ఉద్యోగాలలో వున్న వారెవరైనా కాని గుడికి వెళ్ళినపుడు తన అహంకారాన్ని మర్చిపోతారు. సహజంగా అందరిచేత నమస్కారాలు పెట్టించుకునేవారు తామే వంగి నమస్కరిస్తారు. సాష్టాంగపడి నమస్కరిస్తారు. అంతేకాదు శఠగోపం తీసుకోవాలంటే ఎంతటి వారైనా తలవంచవలసిందే. ఎంతటి గొప్పవారైనా నీ పాదాల కంటే తక్కువ వాడినే అని తల వంచి పాదుకలకు నమస్కరిస్తారు. ఆ రకంగా చేయడం వల్ల వారిలోని అహంకారం మెల్లి మెల్లిగా తగ్గిపోతూ వుంటుంది. అలా మెల్లి మెల్లిగా కొన్ని జన్మలకు రజోగుణం కూడా పోతుంది. సాత్విక గుణంలో ప్రవేశిస్తారు. అలా శఠగోపం వల్ల, సాష్టాంగ ప్రణామం వల్ల వచ్చే 'పుణ్యం' అంటే 'లాభం' వారిలోని అహంకారం తగ్గించుకోవడం రజోగుణాన్ని తొలగించుకోవడం. అంతేతప్ప ఇవన్నీ చెయ్యడం వల్ల ఏదో 'పుణ్యం' వచ్చి కోట్లు రావు. కష్టాలు తీరవు. కోరికలు నెరవేరవు.

చేసిన పాపాలు పోవు. కానీ వీటి వల్ల కొన్ని జన్మలకు నెమ్మదిగా రజోగుణం పోయి సాత్వికగుణంలోకి ప్రవేశించడం వల్ల వారి ప్రవర్తన మారి పోతుంది. మంచి మార్గంలోకి వస్తారు. వివేకం పెంచుకుని, మంచి పనులు చేస్తూ జీవితంలో సుఖశాంతులు పొందగలుగుతారు. అలా సత్వగుణంలోకి ప్రవేశించిన వారి ప్రవర్తన ఎలా వుంటుందో గీతలో చెప్పడం జరిగింది.

శ్లో॥ సర్వద్వారేషు దేహేస్మి న్ప్రకాశ ఉపజాయతే।
జ్ఞానం యదా తదా విద్యా ద్వివృద్ధం సత్త్వ మిత్యుత॥ (భ.గీ.14-11)

తా:- సత్వ గుణము అభివృద్ధి నొందినపుడు మానవుని సమస్త చర్యలు, సాత్వికముగా, ప్రకాశయుతముగా, జ్ఞానవంతముగా నుండును.

అంటే సత్వగుణంలోకి ప్రవేశించిన వారి ప్రవర్తన పూర్తిగా మారిపోతుంది. వివేకం పెరుగుతుంది. విచక్షణా జ్ఞానం కలుగుతుంది. అన్నీ మంచి పనులే చేస్తారు. లోకహితమైనవే చేస్తారు. ఆ రకంగా సత్వగుణంతో చేసే పనులు తనకే కాదు లోకానికి కూడా లాభం కలిగించేవిగా వుంటాయి. అందుచేత ఎవరైనా సత్వగుణంలోకి త్వరగా మారాలి. దాని కోసమే ఈ ఆలయ సాంప్రదాయం.

అంతేకాదు ఏ గుణంతో చేసే కర్మలకు ఎలాంటి ఫలితం వస్తుందో ఈ క్రింది శ్లోకాల ద్వారా శ్రీ కృష్ణ భగవానుడు చెప్పడం జరిగింది.

శ్లో॥ కర్మణః సుకృతస్యాహుః సాత్త్వికం నిర్మలం ఫలమ్।
రజసస్తు ఫలం దుఃఖ మజ్ఞానం తమసః ఫలమ్ ॥ (భ.గీ.14-16)

తా:- సాత్వికమైన కర్మలకు నిర్మల సుఖము ఫలమనియు, రజోగుణ సంబంధమైన కర్మలకు దుఃఖము ఫలమనియు తమోగుణ సంబంధమైన కర్మలకు అజ్ఞానము ఫలమని చెప్పుదురు.

పై శ్లోకాన్ని బట్టి తమోగుణము, రజోగుణము నష్టదాయమని సాత్వికగుణం ఎవరికైనా లాభమని తెలుసుకోవచ్చును. శ్రీ కృష్ణుల వారు ఇంకా ఏ గుణంతో మరణిస్తే ఎలాంటి భవిష్యత్తు లభిస్తుందో కూడా చెప్పడం జరిగింది.

శ్లో॥ యదా సత్త్వే ప్రవృద్ధే తు ప్రలయం యాతి దేహభృత్ ।
తదోత్తమవిదాం లోకా నమలా న్ప్రతిపద్యతే॥ (భ.గీ.14-14)

తా:- ఎప్పుడైతే మానవుడు సత్వగుణం అభివృద్ధి పొందుచుండగా మరణించునో అప్పుడతడు ఉత్తమ జ్ఞానము గల వారి యొక్క పరిశుద్ధములైన లోకములనే పొందును.

శ్లో॥ రజసి ప్రలయం గత్వా కర్మసంగిషు జాయతే ।
తథా ప్రలీనస్తమసి మూఢయోనిషు జాయతే ॥ (భ.గీ.14-15)

తా:- రజోగుణము అభివృద్ధి నొందియుండగా మరణించువాడు కర్మాసక్తులగు వారి గర్భములందు జన్మించుచున్నాడు. అట్లే తమోగుణము అభివృద్ధి నొంది వుండగా మరణించువాడు మూర్ఖుల యొక్క (అవివేకులు) గర్భములయందు పుట్టుచున్నాడు.

భగవానుడు చెప్పిన దానిని బట్టి తమోగుణము రజోగుణము భవిష్యత్తు జన్మలకు కూడా నష్టదాయకమని గ్రహించాలి. అందుచేత వాటిని అధిగమించి ఎవరైనా సత్వ గుణంలోకి ప్రవేశించాలని తెలుసుకోవాలి. దాని కోసమే ఈ ఆలయ సాంప్రదాయాలని తెలుసుకోవాలి.

మరొక్కసారి తెలుసుకోండి. ఈ స్నానాలు, కొండ ఎక్కడాలు, ప్రదిక్షణలు, సాష్టాంగ నమస్కారాలు, శఠగోపాలు, పూజలు, స్తోత్రాలు వల్ల వచ్చే పుణ్యం. మన కష్టాలు తీర్చలేవు, కోరికలు నెరవేర్చలేవు, మనం చేసిన పాపాలు తొలగించలేవు. కానీ అవి అన్నీ మానవునిలోని గుణాలను మార్చడానికే. మానవుని మంచి మార్గంలోకి తీసుకు రావడానికే. అదే వీటి వల్ల వచ్చే 'పుణ్యం'. అంటే లాభం.

అంతేకాదు ఈ ఆలయ సాంప్రదాయం పూర్వపు పెద్దలు ప్రవేశ పెట్టడానికి మరొక కారణం కూడా వుంది. కారణమేమిటంటే పూర్వ కాలంలో విద్యను అభ్యసించడానికి ప్రస్తుతం వున్నన్ని సౌకర్యాలు లేవు. పాఠశాలలు, విద్యాలయాలు అలాగే పుస్తకాలు, పెన్నులు, క్యాలిక్యులేటర్లు కంప్యూటర్లు లాంటి ఆధునిక సౌకర్యాలు వుండేవి కావు. ఆ కాలంలో గురుకుల విద్యాభ్యాసం వుండేది. ఎవరైనా విద్య నేర్చుకోవాలంటే ఏదో ఒక గురుకులానికి వెళ్ళి అక్కడ వున్న గురువు వద్ద విద్య అభ్యసించవలసి వచ్చేది. ఆ విద్యాభ్యాసం కూడా ఎలా వుండేదంటే గురువు నోటితో చెపితే శిష్యుడు విని నోటితో మననం చేసేవాడు. అలా విద్యనంతా మస్తిష్కంలో నిక్షిప్తం చేసుకునేవారు. ఆ కాలంలో మస్తిష్కాలే పుస్తకాలు. అలా నేర్చుకున్న విద్యను శిష్యులు అదే విధంగా తరువాతి తరం వారికి అందించే వారు. అలా కొనసాగేది ఆనాటి విద్యా విధానం.

అలాగే అప్పటి ఋషులు, గురువులు చేసినటువంటి తపస్సు వల్ల అంటే ధ్యాన సాధన వల్ల వారు సత్యాన్ని తెలుసుకోగలిగారు. వారు తెలుసుకున్న సత్యమే 'ఆత్మ'. అంటే 'ఆత్మే' భగవంతుడు అని. భగవంతుడు అన్ని జీవులలో వున్నాడని తెలుసుకున్నారు. ఈ సత్యాన్నే వారు శిష్యులకు బోధించేవారు కానీ నోటితో బోధించడం వల్ల కొన్నాళ్ళకు లేక కొన్ని తరాల తరువాత మానవులు 'ఆత్మే' భగవంతుడు అన్న సత్యాన్ని మరచిపోవడం జరిగేది. ఒకవేళ కొంతమంది ఈ సత్యాన్ని తెలుసుకున్నా అది వారి వరకే పరిమితమయ్యేది. 'ఆత్మే' భగవంతుడు అన్న సత్యం సామాన్యులకు, పామర జనానికి తెలిసే అవకాశం ఉండేది కాదు.

వారికి భగవంతుని గురించి తెలిసేది కాదు. అందుచేత 'ఆత్మే' భగవంతుడు అన్న సత్యం అందరికీ తెలియడానికి. తరతరాలు అందరూ మర్చిపోకుండా వుండటానికి పూర్వకాలపు ఋషులు, గురువులు ఆలోచించి ఈ 'ఆలయ సాంప్రదాయం' ప్రవేశపెట్టినట్టుగా మనకు అర్థమవుతుంది.

గమనిస్తే గుడిని దేహంతో పోల్చవచ్చు. కారణం దేవుడు వుండే ప్రదేశాన్ని దేవాలయం అంటారు. మరి దేవుడు 'ఆత్మ' కాబట్టి, 'ఆత్మ' దేహంలో వుంటుంది కాబట్టి. దేహమే దేవాలయమవుతుంది. అందుకే శంకరాచార్యుల వారు "దేహమే దేవాలయం జీవుడే దేవుడు" అన్నారు. అలా దేహమనే దేవాలయానికి ప్రతిరూపమే గుడి. దేహంలో వుండే దేవునికి ప్రతిరూపమే గుడిలో వుండే విగ్రహం. ఈ రకంగా ఆలయ నిర్మాణాలు చేసి ఈ సత్యాన్ని శాశ్వతంగా లోకానికి అందించారు ఆనాటి పండితులు. భగవంతుడనేవాడు దేహంలో వున్నాడు అని తెలియచెప్పడమే ఈ ఆలయ సాంప్రదాయంలోని అంతరార్థం.

మానవ జీవిత లక్ష్యం తినడం, త్రాగడం, నిద్రించడం కాదు. భగవంతుని గురించి తెలుసుకుని, భగవంతుని చేరడమే మానవ జీవిత లక్ష్యం. ఈ లక్ష్యాన్ని సాధించినవారు దుఃఖాల నుంచి, కష్టాల నుంచి శాశ్వతంగా బయటపడతారు. ఆ లక్ష్యం సాధించమనే పండితులు ఆలయ సాంప్రదాయాన్ని లోకానికి అందించారు. కానీ మానవులు బాహ్యమైన అర్థం తీసుకుంటున్నారు కానీ అంతరార్థం తెలుసుకోవడం లేదు.

చూడండి గుడికి దేనికి వెళతారు. విగ్రహం దర్శించాలనే వుద్దేశ్యంతో వెళతారు. అలా గుడికి వెళ్ళినవారు ముందుగా బయట చెప్పులు వదులుతారు. తరువాత గుడి చుట్టూ మూడు సార్లు ప్రదక్షిణలు చేస్తారు. తరువాత పూజారిని ఆశ్రయిస్తారు. అక్కడ ఆయనకు కర్పూరం, కొబ్బరికాయ ఇస్తారు. అలా ఇచ్చిన వెంటనే పూజారి కొబ్బరికాయ కొట్టి, హారతి ఇస్తాడు. ఆయన హారతి ఇస్తున్నప్పుడు విగ్రహానికి నమస్కరించుకుంటారు. తరువాత పూజారి కొబ్బరి నివేదన చేసి సగం తిరిగి ఇస్తాడు. దానిని ప్రసాదమంటారు. అది తిని దాని మాధుర్యాన్ని ఆస్వాదిస్తారు. అక్కడే కాసేపు కూర్చుని ఇంటికి వెళతారు. ఇదే ఆలయానికి వెళ్ళినపుడు ఎవరైనా చేసేది. కానీ ఇవన్నీ చెయ్యడానికి అర్థం లేకపోలేదు. అర్థంతోనే ఇవన్నీ ప్రవేశపెట్టడం జరిగింది.

అలాగే జీవితంలో ఎవరికైనా సత్యమైన దైవాన్ని దర్శించనిదే అంటే దైవాన్ని చేరనిదే ఎవరి కష్టాలు తీరవు, ముక్తి రాదు. విగ్రహ దర్శనం చేసుకోవాలనటంలోని అర్థం దైవాన్ని దర్శించాలని తెలియ చెప్పటమే. మరి సత్యమైన దైవాన్ని దర్శించాలంటే ముందుగా దుమ్ముధూళితో వున్న చెప్పులు బయట వదిలినట్టుగా... మనలోని అరిషడ్ వర్గాలనే చెడుగుణాలు, కామ,

క్రోధ, లోభ, మోహ, మద, మాత్సర్యాలను వదలాలి. తరువాత మూడు ప్రదిక్షణలు చేయడానికి అర్థం మనలో వున్న మూడు గుణాలు సత్వ, రజ, తమో గుణాలు అధిగమించాలని అర్థం. అలాగే గుడిలో వున్న విగ్రహాన్ని దర్శించాలంటే ముందుగా పూజారిని ఆశ్రయించాలి. అలాగే మీలో వున్న దైవాన్ని అంటే ఆత్మను ఆశ్రయించాలంటే ముఖ్యంగా దైవాన్ని దర్శింప చేయగలిగే ఒక గురువును ఆశ్రయించాలి.

అలా పూజారిని ఆశ్రయించినపుడు ఆయనకు పీచు తీసివేసి, ఒకే ఒక పిలకతో వున్న కొబ్బరికాయ ఇస్తారు. దీని అర్థం మనల్ని పీచులా అంటి పెట్టుకుని వున్న కోరికల్ని వదలాలని, అంటే లేకుండా చేసుకోవాలని. పీచు తీసి వేయడమంటే కోరికలు లేకుండా చేసుకోమనే. అపుడు పూజారి ఆ కొబ్బరికాయను కొడతాడు. దాని అర్థం దైవాన్ని దర్శించాలని మనం గురువును ఆశ్రయించినపుడు ముందుగా గురువు మనలో గట్టిగా పాతుకుపోయిన అహంకారాన్ని పగుల కొడతాడు. అంటే తొలగిస్తాడు. గట్టిగా వున్న కొబ్బరికాయను పగులగొట్టడానికి అర్థం ఇదే.

తరువాత పూజారి హారతి వెలిగించి, విగ్రహం చుట్టూ మూడు సార్లు తిప్పుతారు. హారతి వెలుగులో విగ్రహం కనపడగానే అప్పటి దాకా విడిగా వున్న రెండు చేతులు దగ్గరకు చేర్చి నమస్కరిస్తాం. పూర్వపు ఆలయాలలో అంటే ఆగమశాస్త్రం ప్రకారం నిర్మించిన ఆలయాలలో గర్భగుడిలో చీకటిగా వుంటుంది. ఏదో ఒక మూల అఖండ దీపం మాత్రం వెలుగుతూ వుంటుంది. ఆ చిన్న వెలుగులో విగ్రహం స్పష్టంగా కనిపించదు. అందుచేత హారతి ఇచ్చినపుడు హారతి వెలుగులో విగ్రహం స్పష్టంగా కనపడటం వల్ల విడిగా వున్న చేతులు మనకు తెలియకుండానే దగ్గరకు వస్తాయి. నమస్కరించుకుంటాం.

ఎప్పుడయితే గురువు మనలోని అహంకారం తొలగిస్తాడో మనలోని అజ్ఞానమనే అంధకారం తొలగిపోతూ వుంటుంది. జ్ఞానమనే వెలుగు ప్రకాశిస్తూ వుంటుంది. ఆ జ్ఞానమనే వెలుగులో సత్యమైన దైవం, అంటే ఆత్మ సాక్షాత్కరిస్తుంది. అలా ఆత్మ సాక్షాత్కారించగానే అప్పటి దాకా దైవం వేరు, నేను వేరు అన్న భావంతో వున్నవారు, దైవం వేరు, నేను వేరు కాదు, ఇద్దరూ ఒక్కటే అని తెలుసుకుంటారు. నేనే ఆ దైవాన్ని అన్న సత్యం బోధపడుతుంది. "అహం బ్రహ్మోస్మి" అన్న సత్యం బోధపడుతుంది. అదే విడిగా వున్న చేతులు దగ్గరకు చేర్చి నమస్కరించుకోవడంలోని అంతరార్థం.

అందుచేత తెలుసుకోండి. మీలో వున్న దైవాన్ని దర్శించమని తెలియ చెప్పడమే గుడిలో విగ్రహాన్ని దర్శించాలని చెప్పడంలోని అంతరార్థం.

ప్రసాదం

తరువాత మనం ఇచ్చిన వాటిలో అరటి పళ్ళు కానీ, కొబ్బరికాయ కానీ ఇంక ఏదైనా కానీ సగం మనకు ఇస్తారు. అంటే మనం ఏది ఇస్తే వారు అది ఇస్తారు. దానిని ప్రసాదంగా స్వీకరిస్తాం. పవిత్రంగా భావించి తీసుకుంటాం. దీనికి కూడా అర్థం వుంది. మనం ఏదవుతే దేవునికి ఇస్తామో అంటే సృష్టికి, ఇస్తామో! అదే మనం తిరిగి పొందుతామని అర్థం. ప్రసాదం తిరిగి ఇవ్వడం లోని అర్థం. గుర్తుంచుకోండి ఈ సృష్టిలో మీరు ఏది ఇస్తే అది, ఎంత ఇస్తే అంత, ఎలాంటిది ఇస్తే అలాంటిది పొందుతామని తెలియచెప్పడమే. ప్రసాదం తిరిగి ఇవ్వడంలోని అర్థం. అందుకే అరటి పళ్ళు ఇస్తే అరటి పళ్ళు, కొబ్బరి ఇస్తే కొబ్బరి. అలాగే ఏది ఇస్తే అది ప్రసాదంగా పొందుతాం. అంటే మంచి చేస్తే మంచి. చెడు చేస్తే–చెడు, హింస ఇస్తే – హింస, సేవ చేస్తే – సేవ, గౌరవిస్తే – గౌరవం, అవమానిస్తే – అవమానం, నష్టం కలిగిస్తే – నష్టం, కష్టం కలిగిస్తే – కష్టం పొందుతామని చెప్పడమే ఇచ్చినది తిరిగి పొందడంలోని అర్థం.

ఇది అర్థం చేసుకోకుండా ఆచారాన్ని పాటిస్తూ గుడిలోనే ఇస్తే మీకు ఇచ్చిందాట్లో సగమే వస్తుంది. కానీ అంతరార్థం తెలుసుకుని లోకానికి ఇస్తే పెంచబడి మరీ వస్తుందని తెలుసుకోవాలి.

దీనిని మనం అర్థం చేసుకుని ఈ సృష్టి నుంచి మనం ఏది ఆశిస్తామో అదే ఇవ్వటానికి ప్రయత్నించాలి. ఏది వద్దనుకుంటే అది ఇవ్వకూడదు. కాని ఇది అర్థం చేసుకోకపోవడం వల్ల అంతా సృష్టి సిద్ధాంతానికి విరుద్ధంగా ప్రవర్తిస్తున్నారు. ఎందుచేతనంటే అంతా జీవుల్ని హింసిస్తూ హింస ఇస్తున్నారు. కానీ ఆనందం కోరుకుంటున్నారు. అంటే ఇచ్చేది ఒకటి, కోరుకునేది ఇంకొకటి, మరి కోరుకున్నది ఎలా వస్తుంది చెప్పండి? ఏది ఇస్తే అదే కదా ఈ సృష్టి నుంచి వచ్చేది? అందుచేత హింస ఇవ్వకండి. వీలైనంత అందరినీ, అన్నిటినీ ఆనందింప చేయుటానికి ప్రయత్నించండి. మీరు ఎప్పుడూ ఆనందంగా జీవించగలుగుతారు. ఇదే ప్రసాదం తిరిగి ఇవ్వడంలోని అర్థం.

అంతేకాదు ఇవ్వబడిన ప్రసాదాన్ని పవిత్రంగా భావిస్తూ కళ్ళకు అద్దుకుని స్వీకరిస్తాం. దాని అర్థం జీవితంలో మనకు ఏది ఇవ్వబడినా అది భగవంతుని ప్రసాదంగా భావించాలి. ఆనందంగా స్వీకరించాలి. మనం ఇచ్చిన దానికి ఇవ్వ బడిన ప్రసాదంగా భావించాలి. అది కష్టమైనా, సుఖమైనా, లాభమైనా, నష్టమైనా, గౌరవమైనా, అవమానమైనా, హింస అయినా, రోగమైనా, ఆనందంగా స్వీకరించాలి. అన్నిటిలో

సమభావం ప్రదర్శించాలి. సుఖం వస్తే పొంగిపోకూడదు. కష్టం వస్తే కుంగిపోకూడదు అన్నదే ప్రసాదాన్ని కళ్ళకు అద్దుకోవటంలోని అర్థం.

గుర్తుంచుకోండి పూజారి ఇచ్చింది పూజారి ప్రసాదమవుతుంది. సృష్టి నుండి మనకు లభించేదే భగవంతుని ప్రసాదమవుతుంది. కానీ అంతా పూజారి ఇచ్చినదాన్ని కళ్ళకు అద్దుకుని పవిత్రంగా స్వీకరిస్తున్నారు. కానీ భగవంతుడు ఇచ్చిన దానిని పవిత్రంగా భావించడం లేదు.

గుర్తుంచుకోండి మనకు ఏది వున్నా, మనం ఏది పొందినా అవి అన్నీ భగవంతుని సృష్టి నుండి పొందినవే కానీ మనం వచ్చే టపుడు తెచ్చుకున్నవి కావు. అందుచేత మన జీవితంలో ఏది ఇవ్వబడినా, అది భగవంతుని ప్రసాదంగా భావించాలి. అదే ప్రసాదం. కళ్ళకు అద్దుకోవడంలోని అంతరార్థం. అంతేకానీ మనం తినే ప్రసాదం వల్ల మనం కోరుకునేవి ఏవీ రావు, కష్టాలు పోవు. అందుచేత దానిలోని అంతరార్థం. తెలుసుకుని ప్రవర్తించాలి.

ప్రసాదం విషయంలో మనం ఇంకా కొన్ని విషయాలు తెలుసుకోవాలి. ఆలయాలలో నివేదించేవన్నీ సాత్వికమైన పదార్థాలే వుంటాయి. అంటే పులిహోర, దద్దోజనం, చక్రపొంగలి, పాయసం, లడ్డూ, అట్టు లాంటివే కాకుండా వడ పప్పు, చలిమిడి లాంటివి కూడా నివేదిస్తూ వుంటారు. ఎక్కువగా పళ్ళు, ఫలాలు ఇచ్చే ఆచారం ఎక్కువగా కనిపిస్తుంది. కారణం అన్నిటి కంటే ఫలాహారం శ్రేష్ఠమే కాదు. ఫలాలు సాత్విక గుణాన్ని పెంచుతాయి. అంతేకాదు అందరూ సాత్వికగుణంలోకి మారాలని, అంతా సాత్వికమైన ఆహారం తీసుకోవాలని ఆలయాలలో ఇలాంటివి నివేదించటంలోని అంతరార్థం.

పుణ్యమనే భావంతో ప్రసాదం వరకు సాత్వికాన్ని పాటిస్తున్నారు, కానీ ఆలయాలలో అలాంటి సాత్వికమైన పదార్థాలు, పళ్ళు ఎందుకు నివేదిస్తున్నారో! అది ఆలయ సాంప్రదాయంలో పెద్దలు అలాంటివే ఎందుకు నివేదించమన్నారో అర్థం చేసుకోకపోవడం వల్ల, దానిలోని అంతరార్థం గ్రహించకపోవడం వల్ల, రోజూ తీసుకునే ఆహారం విషయంలో ఈ నియమం పాటించడం లేదు. ఎవరి ఇష్టం వచ్చినట్టు, ఎవరికి నచ్చిన ఆహారం వారు తీసుకుంటున్నారు. ఎంతసేపూ రుచికి ప్రాముఖ్యం ఇస్తున్నారు. అలా రుచికి ప్రాముఖ్యం ఇచ్చి మాంసాహారాన్ని అంటే చికెన్, మటన్, చేపలు, గుడ్లు తింటున్నారు. రకరకాల రుచులలో తయారు చేసుకుని మరీ తింటున్నారు. అలా తింటేనే జీవితమనుకుంటున్నారు. అంతకన్నా ఆలోచించడం లేదు.

కానీ మాంసాహారం, గుడ్లు అన్నీ రజోగుణాన్ని పెంచుతాయని తెలుసుకోలేక పోతున్నారు. రజోగుణంలో ఆవేశం వుంటుంది, వివేకం నశిస్తుంది, ఆలోచన వుండదు, తద్వారా చేయకూడని పనులు చేస్తారు. సృష్టికి, సృష్టి ధర్మాలకు విరుద్ధంగా ప్రవర్తించి ఇతరులకు నష్టం కలిగిస్తారు. అలాంటి పనులు చెయ్యడం వల్ల భవిష్యత్తులో తామూ నష్టపోతారని తెలుసుకోలేకపోతున్నారు. తప్పులు చేస్తున్నారు. ఎందుకు అలా ప్రవర్తించారంటే? తప్పేదు కదా? అంటున్నారు. కొన్ని సందర్భాలలో అలా మాట్లాడక

తప్పడం లేదు, అలా ప్రవర్తించకపోతే కుదరట్లేదు, అని సర్ది చెప్పుకుంటున్నారు కూడా. కానీ తమ ప్రవర్తన అలా వుండటానికి తమ గుణమే కారణమని గ్రహించలేకపోతున్నారు.

తెలుసుకోండి ఆలయ సాంప్రదాయాన్ని విశ్వసించే వారు సాత్వికమైన శాకాహారాన్నే తీసుకోవాలి. ఎక్కువ ఫలాహారం తీసుకోవాలి. అది వారికి శ్రేష్ఠం, లాభదాయకం కూడా. అందుకే ఆలయాలలో మాంసం, చేపలు, ఫలావులు నివేదించరు. కారణం అలాంటి ఆహారం శాకాహార నిర్మితమైన మానవ శరీరానికి నిషిద్ధం కనుక. అందుచేత ప్రసాదం యొక్క విశిష్ఠత, అంతరార్థం తెలుసుకుని నిజజీవితంలో కూడా ఎవరయితే సాత్వికమైన శాకాహారం తీసుకుంటారో! వారి జీవితం పూర్తిగా మారిపోతుంది. కారణం వారి గుణాలు మారిపోతాయి కనుక. ఇదే ప్రసాదంలోని అంతరార్థం.

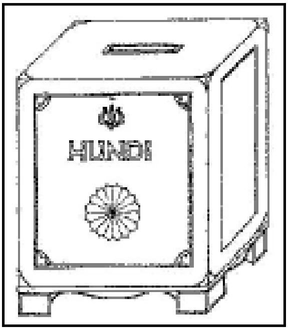
అంతేకాదు దేహానికి ప్రతిరూపం ఆలయమని కూడా తెలుసుకున్నాం. అంటే ఆలయంలో సాత్వికమైన శాకాహారం నివేదిస్తున్నారంటే అర్థం మన దేహంలో కూడా సాత్వికమైన శాకాహారం వెయ్యాలనే. కారణం దేహమే నిజమైన దేవాలయం ఎందుచేతనంటే దేవుడు వుండేది దేహంలోనే కాబట్టి. అందుకే శంకరాచార్యులు వారు "దేహో దేవాలయో ప్రోక్తః! జీవోద్దేలో సదనాతనః" అన్నారు. అంటే "దేహమే దేవాలయం. అందులో వున్న జీవుడే దేవుడు" అని స్పష్టంగా చెప్పారు.

అందుచేత సత్యమైన దేవాలయంలో ఎలాంటి ఆహారం వుంచాలి అని తెలియ చెప్పేందుకే ఆలయాలలో సాత్వికమైన పదార్థాలు నివేదించడంలోని అర్థం. కానీ మానవులు ఇది అర్థం చేసుకోకుండా దేవుడు వుంటున్న ఆలయంలో అంటే దేహంలో చనిపోయిన జంతువుల యొక్క మాంసాన్ని వేస్తున్నారు. అంతకన్నా ఆలోచించడం లేదు. ఎందుచేతనంటే చనిపోయిన జంతువును 'శవం' అని అంటారు. అలాంటి శవాల్ని దేవుడు వుండే ఆలయంలో వుంచితే అది ఎంత అపవిత్రమైన పనో, ఎంత అపచారమో ఆలోచించండి. కారణం శవాలను శ్మశానంలోనే కప్పెడతారు. అంతేకానీ దేవాలయంలాంటి దేహంలో వుంచరు. చూడండి ఏ గుడిలోనైనా పొరపాటున ఎవరైనా శవాల్ని వుంచితే, అపచారం జరిగిందని ఆలయాన్ని సంప్రోక్షణ చేస్తారు. శుద్ధి చేస్తారు.

ఆలోచించండి. దేవుని రూపానికి ప్రతి రూపమైన విగ్రహం వుంచిన గుడిని అపవిత్రం చేస్తేనే అంత అపచారం జరిగిందని భావిస్తున్న వారు, అనుసరిస్తున్న వారు, సాక్షాత్తూ దేవుడు వుంటున్న దేహాన్ని ఎలా అపవిత్రం చేస్తారు? శవాలను ఎలా వుంచుతారు? శవాల మాంసాన్ని ఎలాతింటారు? ఆలోచించండి.

అందుచేత ఆలయ సాంప్రదాయంలో ప్రతీ దానికి అర్థం లేకపోలేదు. అందుచేత పండితులు, పెద్దలు అందించిన ఆలయ సాంప్రదాయంలోని అర్థాలను తెలుసుకుని ఆచరణలో పెట్టాలి. అంతేకానీ ఏదో ఆచారంగా పాటించడం కాదు. తెలుసుకోండి **"ఆచారంగా పాటిస్తే ఏ ప్రయోజనం వుండదు. కానీ అర్థం తెలుసుకుని ఆచరిస్తే అంతా లాభమే. అంతా 'పుణ్యమే' ".**

ప్రాణాన్ని తీస్తే రాక్షసుడు. ప్రాణాన్ని తియ్యకపోతే మానవుడు.
ప్రాణాన్ని పోకుండా చూస్తే మహాత్ముడు. ప్రాణాన్ని పోస్తే పరమాత్ముడు.



హుండీలో కానుకలు

హుండీలో కానుకలు వేసే ఆచారం కూడా వుంది. చాలా మంది అలా హుండీలో వేసే కానుకలన్నీ దేవునికి ఇచ్చినట్లుగా భావిస్తారు. తద్వారా దేవుడు ఆనందపడతాడు. ప్రతిగా తనకు సంపదల్ని కలుగచెయ్యడమే కాదు. కోరికలు కూడా తీరుస్తాడని భావిస్తారు. అలా తమ కష్టాలు తీరిపోతాయని ఆశిస్తారు.

కానీ హుండీలో కానుకలు సమర్పించడంలో కూడా అర్థముంది. అలా భగవంతునికి ఇవ్వడమంటే లోకానికి ఇవ్వాలని చెప్పడమే కానుకలు సమర్పించడంలోని అర్థం. గుడికి వెళ్ళే వారు కానుకలు సమర్పించే ఆచారం పెట్టడానికి కారణం ఇదే. ఎందుచేతనంటే భగవంతుని లోకం నుంచి మనం పొందాము కాబట్టి దానిలో కొంత లోకానికి కర్చు పెట్టాలి.

మరి లోకానికి ఇస్తే భగవంతునికి ఇచ్చినట్టు ఎలా అవుతుంది?

గుర్తుంచుకోండి ఈ లోకంలో భగవంతుడు కానిది లేనిది అంటూ ఏదీ లేదు. అందుచేత ఈ లోకానికి ఏది ఇచ్చినా అది భగవంతునికి ఇచ్చినట్టే. అంటే లోక కళ్యాణకరమైన పనులకు మనం ఏది ఇచ్చినా అది భగవంతునికి సమర్పించినట్టే. తెలుసుకోండి. ధనం ఇస్తేనే ఇచ్చినట్టు కాదు. ఏదైనా ఇవ్వవచ్చు. మీ దగ్గర వున్న సమయం కానీ, శక్తి కానీ, జ్ఞానం కానీ, తెలివి కానీ, వాక్కు కానీ, ఏదైనా సరే లోకానికి ఇవ్వాలి అంటే భగవంతునికి సమర్పించాలి.

ఈ విషయమే షిరిడీ బాబా కూడా చెప్పడం జరిగింది. **“అంతా పరబ్రహ్మదే కాబట్టి ఎవరికి ఏది లభించినా! ఉన్నా! అది ఈశ్వరుని నుంచి లభించినదని తెలుసుకోవాలి”.**

అంతేకాదు **“ఈశ్వరుని నుంచి లభించిన ఐశ్వర్యాన్ని త్యాగపూర్వకంగా అనుభవించాలి. పంచాలి. ఏ రకమైన లోభాన్ని, మోహాన్ని పెట్టుకోకూడదు”!** అని బాబా చెపుతూ ఈశావాశ్య ఉపనిషత్‌లోని ఒక శ్లోకాన్ని కూడా ఉదహరించారు.

తెలుసుకోండి కానుకలు సమర్పించడంలోని అర్థం. లోకానికి పంచాలని, అంటే ఇవ్వాలని, ఇది తెలియచెప్పడానికే పండితులు కానుకలు సమర్పించ మన్నారు. దీనిలోని అంతరార్థం ఇదే.

తల నీలాలు

అలాగే కొన్ని ఆలయాలలో తలనీలాలు సమర్పిస్తుంటారు. దీనికి కూడా అర్థం వుంది. పత్రీజీ చెపుతూ వుంటారు. "తలలు కాదు బోడి చెయ్యవలసింది, తలపులు బోడి చెయ్యాలి" అని.

అంటే తల మీద జుట్టు కాదు తీయవలసింది. తలలోని తలపులు తీసెయ్యాలి. అంటే ఆలోచనలు లేకుండా చెయ్యాలి. అంటే మనస్సును శూన్యం చెయ్యాలి. దానినే ధ్యాన స్థితి అంటారు.

దీనినే పతంజలి మహర్షి "చిత్త వృత్తి నిరోధం" అన్నారు. దీనినే ఆయన 'యోగము' అని కూడా అన్నారు. ఆయన ఏమన్నారంటే **యోగః చిత్తవృత్తి నిరోధః** అన్నారు.

శ్రీ కృష్ణ భగవానుడు కూడా అర్జునుని యోగి అవ్వమనే చెప్పారు. అందరికంటే యోగి గొప్పవాడని చెప్పారు.

శ్లో॥ తపస్విభ్యోధికో యోగీ జ్ఞానిభ్యోపి మతోధికః
కర్మిభ్యశ్చాధికో యోగీ తస్మాద్యోగీ భవార్జున **(భ.గీ.6-46)**

తా:- ఓ అర్జునా! యోగి అనువాడు తపస్సులు చేసే వారి కంటే, శాస్త్ర జ్ఞానము కలవారి కంటే, అగ్నిహోత్రాది కర్మలు చేసేవారి కంటే శ్రేష్ఠుడు. కావున నీవు యోగివి కమ్ము.

ఇదే మానవుడు సాధించగలిగిన గొప్ప స్థితి. అలా తలపులు బోడి చేసిన వారు నెమ్మదిగా దైవత్వాన్నే పొందుతారు. శాస్త్రాలు వ్రాసిన పండితులు తలనీలాలు సమర్పించమనడంలోని అర్థం, తలపులు అంటే మనసులోని ఆలోచనలు తీసెయ్యమనే అంటే చెడు తీసెయ్యమనే. దానికి "శ్వాస మీద ధ్యాస" వుంచి ధ్యానం చెయ్యాలి. అంటే ధ్యానం చెయ్యమనే తలనీలాలు సమర్పించడం లోని అంతరార్థం.

"ఒకే కుర్చీలో ఇద్దరు కూర్చోలేరు. ఒకరు లేస్తే కానీ ఇంకొకరికి అవకాశం వుండదు. అలాగే భగవంతుని మీద దృష్టి పెట్టాలంటే ప్రపంచం మీద, ప్రాపంచిక సుఖాల మీద దృష్టి పోవాలి.

అఖండ దీపం గుడిలో గంట

ప్రతీ దేహంలో ఆత్మ అనే జ్యోతి వెలుగుతూ వుంటుంది. దేహంలో ఆత్మ లేకపోతే దేహం శవమైపోతుంది. అందుచేత దేహంలో ఆత్మ ఎప్పుడూ ప్రకాశిస్తూ వుండాలి. అందుకే దేహానికి ప్రతిరూపమైన గుడిలో అఖండ దీపం ఆరకూడదనటానికి కారణం. దేహంలో ఆత్మ జ్యోతి ప్రకాశిస్తున్నట్టుగా దేహానికి ప్రతిరూపమైన గుడిలో అఖండ దీపం వెలుగుతూ వుండాలి అని అనటానికి అర్థం అదే. అందుకే అఖండ దీపం.

అలాగే గుడిలో గంటలు మోగుతూ వుండాలి అనటానికి అర్థం, ప్రతి ఒక్కరి దేహంలో నిత్యం 'ఓంకార' నాదం ధ్వనిస్తూ వుంటుంది. దాని సంకేతంగానే ప్రతి గుడిలో గంట మోగిస్తూ వుంటారు. ఏ మతంలోనైనా గుడిలో గంటలు మోగిస్తారు.

అలాగే గోపురాలు ఎత్తుగా కట్టడానికి, రాత్రిళ్ళు ఆకాశ దీపం వుంచటానికి అర్థం. ఇప్పటిలా రోడ్లు, మార్గాలు ఆ కాలంలో సరిగా వుండేవి కావు. బాటసారులు గోపురాల వల్ల పగలు, ఆకాశ దీపం వల్ల రాత్రి అక్కడ గ్రామం వుందని దూరాన్నించే తెలుసుకోగలిగేవారు. ఆ గ్రామాన్ని చేరుకోగలిగేవారు. అలాగే ఆలయ ప్రాంగణంలో విశ్రాంతి పొందేవారు. ఆలయ సాంప్రదాయంలో, ఆలయ నిర్మాణంలో ఇన్ని అర్థాలు, అంతరార్థాలు వున్నాయి. అన్నీ మానవులకు లాభించేవే.

అలాగే దేవునికి ప్రతిగా విగ్రహం ఎలాగో! దేహానికి ప్రతిగా గుడి అలాగ! అంతేకాదు దేహంలో వుండే పంచభూతాలకు ప్రతిగా గుడిలో కూడా ప్రసాదమనే భూతత్వం. ఉదకమనే నీటి తత్వం. దీపమనే అగ్నితత్వం, ధూపమనే వాయుతత్వం. ఘంటా నాదమనే ఆకాశ తత్వాలు కూడా మనకు గుడిలో కనిపిస్తాయి.

అంతేకాదు ఆలయాలలో వుండే మండపాలు వినోద, విజ్ఞాన కార్యక్రమాలకు ఎంతగానో ఉపయోగపడేవి. అక్కడ గురువులు, పండితులు ఉపన్యాసాలు చెప్పేవారు. నర్తకీమణులు నాట్యాలతో అలరించేవారు. కళాకారులు తమ భక్తిరస సందేశాలతో నాటకాలు, బుర్రకథలు ప్రదర్శించేవారు. అలా ఆలయాలు ఎంతో ఉపయోగపడేవి.

అలా ఏ రకంగా చూసినా అర్థాలతో కూడుకుని వున్నవే శాస్త్రాలు కానీ, అర్థం లేనివి కావు. కానీ మనం అసలైన అర్థం తీసుకోకుండా ఆచారంగా వస్తుందని ఆచరిస్తున్నాం. ఎలాంటి లాభాలు కలుగుతాయో ఆలోచించకుండా రకరకాల కోరికలు కోరుతున్నాం. చేసేది ఒకటి – కోరేది మరొకటి. ఆచరించేది ఒకటి – ఆశించేది మరొకటి కావడం వల్ల, ఆశించింది ఎలా లభిస్తుంది? కోరింది ఎలా వస్తుంది? అలా జరగక పోవడంతో నిరాశకు లోనై చివరకు దేవుని మీదే నమ్మకం పోయే పరిస్థితి ఏర్పడింది. అందుకే దేవుళ్ళను మార్చడం, ఫోటోలను మార్చడం, మతాలు మార్చడం చూస్తున్నాం. అందుచేత 'పుణ్యం' అనగానే చెయ్యడం కాదు. ఆ పని చేస్తే ఎలాంటి పుణ్యం వస్తుందో తెలుసుకోవాలి.

అందుచేత మీరేం చేస్తున్నారో దానికి ఏం ఫలితం వస్తుందో తెలుసుకోవాలి. తెలుసుకుని అలాంటి పని చేస్తే తప్పకుండా ఆశించిన లాభం కలుగుతుంది. గుర్తుంచుకోండి ఆలయ సాంప్రదాయం అంతా కూడా నీలో వున్న దైవాన్ని అంటే ఆత్మను ఆశ్రయించమనే అంటే ధ్యానం చెయ్యమనే. అందుకే విగ్రహ దర్శనానంతరం ఆఖరులో కాసేపు కూర్చుని లేస్తారు అంటే పూర్వ కాలంలో ఎవరైనా అక్కడే కూర్చుని కాసేపు ధ్యానం చేసి వెళ్ళేవారు. అంటే ఆలయాలను ధ్యానాలయాలుగా ఉపయోగించుకునేవారు. గుడిలోని విగ్రహాన్ని చూడగానే తమలోని దైవాన్ని గుర్తుకు తెచ్చుకునేవారు. కాసేపు అక్కడే కూర్చుని ధ్యానం ద్వారా ఆ దైవం మీద దృష్టి వుంచేవారు. రాను రాను కూర్చుని లేవడం ఆచారమై పోయింది. ధ్యానం చేసి రావాలన్న అర్థం మాత్రం అందరూ మర్చిపోయారు. కానీ ఆఖరులో కూర్చుని లేవడంలోని అర్థం ధ్యానం చెయ్యాలనే.

పూర్వం చాలా మందికి వారి ఇళ్ళు ధ్యానానికి అనుకూలంగా వుండేవి కావు. అందుకే గుళ్ళకు వెళ్ళి ధ్యానం చేసి వచ్చేవారు. పూర్వమే కాదు. ప్రస్తుతం కూడా చాలామందికి తమ ఇళ్ళు ధ్యానానికి అనుకూలంగా వుండవు. అందుచేత మనం కూడా ఆలయాలను ధ్యానాలయాలుగా ఉపయోగించుకుందాం. మనలోని దైవాన్ని ధ్యానిద్దాం. ధ్యానం చేద్దాం.

తెలుసుకోండి దైవాన్ని తెలుసుకోడానికి ధ్యానం చెయ్యాలనే ఆలయాల అంతరార్థం. అందుచేత ఆలయాలను ధ్యానాలయాలుగా మారుద్దాం. జీవితాన్ని ధన్యం చేసుకుందాం. ధ్యానం చేసి దేవుని చేరదాం.

దైవాన్ని తలవని వారు అధములు.
దైవాన్ని దర్శించాలనుకునే వారు మధ్యములు.
దైవానుభూతి కోసం ఎల్లప్పుడూ ధ్యానం చేసేవారు ఉత్తములు.

మంత్ర పుష్పము అర్థము

పూజ పూర్తయిన తరువాత మంత్ర పుష్పం చెపుతారు. తరువాత తమ కోరికలు కోరతారు, గోత్రనామాలు చెపుతారు. అంతేకాని మంత్రపుష్పం యొక్క అర్ధం తెలుసుకోరు. కాని మంత్రపుష్పం అర్ధం తెలుసుకుంటే భగవంతుడెవరో? ఆయన ఎంత గొప్పవాడో? ఆయనను ఎలా ఆరాధించాలో? అన్నది స్పష్టంగా తెలుస్తుంది.

ఆయన అందరిలో వున్న ఆత్మ అని, నాశనము లేనివాడని, అంతటను వ్యాపించి వున్నాడని, అన్నిటికి ఆధారమైన వాడని, ఆయనే బ్రహ్మ, ఆయనే హరి, ఆయనే శివుడు, ఆయనే ఇంద్రుడు అని, అటువంటి నారాయణుని అంటే భగవంతుని ధ్యానించాలని మంత్రపుష్పం ద్వారా తెలుస్తుంది. అంటే భగవంతుని ధ్యానించాలనే మంత్రపుష్పం యొక్క అర్థం. అంతేకాని మంత్రం చదివి, ఆ పుష్పాన్ని అక్కడ వుంచమని కాదు. కోరికలు కోరమని కాదు.

అక్షర పరబ్రహ్మమైన, ఆ భగవంతుని అంటే నారాయణుని అంటే ఆత్మను ధ్యానించాలని తెలుసుకోవాలి. అంటే అంతరంలో వున్న ఆత్మమీద దృష్టివుంచాలి. అంటే అంతర్ముఖులు అవ్వాలి. 'అంటే శ్వాసమీద ధ్యాస' వుంచాలి. అంటే 'ధ్యానం' చెయ్యాలని తెలుసుకోవాలి. ధ్యానం చేసి జీవితాన్ని ధన్యం చేసుకోవాలి. మోక్షాన్ని పొందాలి. అందుచేత తెలుసుకోండి, **మంత్రపుష్పం అంటే "మంత్రం చదివి పుష్పం సమర్పించడం కాదు. మంత్రార్ధం తెలుసుకుని ఆచరించడం".**

మంత్రపుష్పం యొక్క అర్ధం తెలుసుకుందాం:-

1. ఓం సహస్ర శ్రీర్షం దేవం విశ్వాక్షం విశ్వశమ్భువమ్।

అనేక శిరములు కలవాడు. అనేక నేత్రములు కలవాడు. విశ్వమునకు సుఖము కలిగించువాడు.

2. విశ్వం నారాయణం దేవ మక్షరం పరమం పదమ్।

విశ్వమంతా వ్యాపించివున్న నారాయణుడు. నాశనము లేనివాడు. పరమోత్కృష్టమైన స్థానమందున్నవాడు.

3. విశ్వత: పరమాన్నిత్యం విశ్వం నారాయణగ్ం హరిమ్।

విశ్వవ్యాపకుడు, గొప్పవాడు, నిత్యమైనవాడు. నారాయణుడని, హరియని పిలువబడేవాడు.

4. విశ్వమే వేదం పురుష స్త ద్విశ్వ ముపజీపతి ।

ఈ కనపడుచున్న ప్రపంచమంతయును ఆ పురుషుని స్వరూపమే. దాని నాశ్రయించియే ప్రపంచము జీవించుచున్నది.

5. పతిం విశ్వస్యాత్మే శ్వరగ్ం శాశ్వతగ్ం శివ మచ్యుతం।

విశ్వమునకు అధిపతి యైనవాడు, తనకు తానే అధికారియైనవాడు. శాశ్వతము, మంగళకరము, నాశనము లేనివాడు, నరులందరిలో వుండువాడు.

6. నారాయణం మహాజ్ఞేయం విశ్వాత్మానం పరాయణం।

గొప్పవాడు, తెలుసుకోదగియున్నవాడు. విశ్వమంతా వ్యాపించివున్న ఆత్మ రూపమైయున్నవాడు. అదే పరమగతియై యున్నది.

7. నారాయణ పరోజ్యోతి రాత్మా నారాయణ: పర:।

ఆ నారాయనుడే నరులలో నున్న ఆత్మ అఖండ తేజస్సు, గల పరమాత్మ.

8. నారాయణం పరంబ్రహ్మం తత్వం నారాయణ: పర:।

ఆనారాయణుడే పరబ్రహ్మ, నారాయణుడే పరతత్వము.

9. నారాయణ పరోధ్యాతా ధ్యానం నారాయణ పర:।

ధ్యానము చేయువాడు, ఆ ధ్యానము చేయబడువాడు సర్వము ఉత్కృష్టుండైన నారాయణుడే, అదే పరమాత్మ అదే పరతత్వము.

10. యచ్చ కి ఞ్చ జ్జగత్సర్వం దృశ్యతే శ్రూయతేపివా।

మనకు కనబడుచున్న, మనము వినుచున్న ప్రపంచమేది కలదో అది అంతా. అంతే కాదు మనము చూడలేనిది, వినలేనిది యగు ప్రపంచమంతా వ్యాపించి వున్నవాడు.

11. అన్తర్బహిశ్చ తత్సర్వం వ్యాప్య నారాయణ స్థిత:।

లోపల, బయట సమస్తమందు వ్యాపించివున్న నారాయణుడు అంటే ఆత్మ.

12. అనంత మవ్యయం కవిగ్ం సముద్రేన్తం విశ్వశమ్భువమ్।

అంతము లేనివాడు, నాశనము లేనివాడు, సర్వము తెలిసినవాడు, సముద్ర మంత గలవాడు (సముద్రమంటే ఆకాశము. ఆకాశం ఎక్కడ అంత మగునో అచటనే దీనికి అంతము. ఆకాశమునకు అంతము లేదు. అందుకే

భగవంతుడు ఆది అంతములు లేనివాడు అంటారు) ప్రపంచమునకు సుఖము కలిగించువాడు

ఇట్లు పరమాత్మ విశిష్ఠత గురించి చెప్పి జీవాత్మ గురించి, అది వుండు స్థానము గురించి ఈ క్రింద వర్ణించుచున్నాడు.

13. పద్మకోశ ప్రతీకాశగ్ హృదయం చాప్యధో ముఖం।

తామరమొగ్గ ఆకారముగా అధో ముఖమై వ్రేళ్ళాడుచూ.

14. అధో నిష్ట్యా వితస్త్యాన్తే నాభ్యాముపరి తిష్ఠతి।

బొడ్డుకు పండ్రెండంగుళాల మీద (ఒక వస్తువు) వున్నది.

15. జ్వాల మాలాకులం భాతి విశ్వస్యాయ తనం మహత్ ।

అది మంటలతో నిండి, సమస్త ప్రపంచమునకు ఆధారమయిన చోటు.

16. సన్తతగ్ం శిరాబిస్తులమ్బ త్యాకోశ సన్నిభం।

ఎల్లప్పుడు రక్తనాడులకు వ్రేలాడుచుండును. ఇంచుక మొగ్గవలె నుండును. (అనగా చివరను కొంత సందు వున్నదని భావము)

17. తస్యాంతే సుషిరగ్ం సూక్ష్మం తస్మిన్త్సర్వం పతిష్ఠితం।

ఆ మొగ్గ చివరను చిన్న రంధ్రము కలదు. ఆ చివర నంతయు గలదు.

18. తస్య మధ్యే మహా నగ్ని ర్విశ్వార్చి ర్విశ్వతో ముఖః।
సోగ్ర భుగ్వి భజన్ తిష్ఠన్నాహార మజరః కవిః॥

దాని లోపల గొప్ప యగ్ని కలదు. ఎటు చూచినను దానిలో మంటలు కలవు. అన్ని వైపులకు ఆ మంటలు వ్యాపించును. ఆ యగ్నియే ఆహారము ను మొదట తినును (ఆ తినిన ఆహారమును అన్నిటికిని పంచుచుండును)

19. తిర్యగూర్ధ్వ మధశ్శాయీరశ యస్తస్య సన్తతా।
సన్తా పయతి స్వందేహ మా పాద తల మస్తకః॥

ఆ యగ్నికి ముదిమియే లేదు. అన్నీ తెలిసినది. దానికి కిరణములు అడ్డముగా, నిలువుగాను, క్రిందుగాను వుండి ప్రసరించు చున్నవి.

20. తస్య మధ్యే వహ్ని శిఖా అణి యోర్ధ్వా వ్యవస్థితః।

దాని మధ్యను సన్ననిదై మీదికి ప్రసరించుచు అగ్నిశిఖ అనగా అగ్నిజ్వాల కలదు.

21. నీల తోయదమధ్యస్తా ద్విద్యుల్లేఖేవ భాస్వరా।

నల్లని మేఘము మధ్యను మెరుపు తీగ వలె ప్రకాశించుచున్నది.

22. నీవార శూక వత్తన్వీ పీతా భాస్వత్త్వ నూపమా।

వరిముల్లు ఎంత సన్ననిదో అంత సన్ననిదై, పసుపుపచ్చ రంగు కలిగి అణు మాత్రమే చక్కగా (ఆహారమును) తినుచున్నది.

23. **తస్యా శ్శిఖాయా మధ్యే పరమాత్మా వ్యవస్థిత:।**
ఆ యగ్ని జ్వాల మధ్య పరమాత్మ వున్నాడు.
అంటే ఈ చెప్పిన దంతా జీవ విషయములు అంటే ఆ జీవునిలోనే, అంటే మానవునిలోనే భగవానుడు వున్నాడని తాత్పర్యము.

24. **స బ్రహ్మ స శివ స్స హరిస్సేంద్ర స్సోక్షర: పరమస్స్వరాట్।**
అయనే బ్రహ్మ, ఆయనే శివుడు, ఆయనే హరి, ఆయనే ఇంద్రుడు, ఆయనే అక్షర (నాశనములేని) పరబ్రహ్మము, స్వరాట్టు.

25. **రాజాధిరాజాయప్రసహ్యసాహినే**
నమో వయం వై శ్రవణాయ కుర్మహే
స మే కామాన్కామ కామాయ మహ్యం
కామేశ్వరో వై శ్రవణో దదాతు
కుబేరాయ వైశ్రవణాయ మహారాజాయ నమ:॥
అటువంటి రాజాధి రాజగు నారాయణుని యొక్క ఆత్మతత్త్వ విచారణ సిద్ధించుట కొరకు మేము నమస్కరించుచున్నాము. ఆత్మజ్ఞానమును పొంద వలెననెడి మా అభీష్టమును ఆయననెరవేర్చునుగాక! కామేశ్వరుడగు ఆ పరమాత్మ మేము చేయు శ్రవణమును అనుగ్రహించుగాక! మహారాజాధిరాజు కుబేరునకు రాజగు పరమాత్మకు సంభందించి మేము వినిన విషయము స్థిరపరచు కొనుటకు నమస్కరించుచున్నాము.

26. **ఓం తద్బ్రహ్మ** = అదే బ్రహ్మ
27. **ఓం తద్వాయు:** = అదే వాయువు
28. **ఓం తదాత్మా** = అదే ఆత్మ
29. **ఓం తత్సత్యం** = అదే సత్యము
30. **ఓం తత్సర్వం** = అదే సర్వము
31. **ఓం తత్పురోర్నమ:** = అదే ముందు గనంబడునది.

32. **అన్తశ్చరతి భూతేషు గుహాయాం విశ్వమూర్తిషు।**
ఆయన అన్ని భూతములు అంటే జంతువుల యందు వుండువాడు. ఆయన సకల శరీరములందు వుండువాడు దీనినే గుహలో నుండువాడు అన్నారు. (గుహ అనగా ఇదివరకు చెప్పిన తామరమొగ్గ మధ్యనున్న ఆకాశము. అది అంగుష్ఠ మాత్రం ఉంటుంది. దానినే దహరాకాశమంటారు).

33. **త్వం యజ్ఞస్త్వం వషట్కార స్త్వమింద్రస్త్వం।**
రుద్రస్త్వం విష్ణుస్త్వం బ్రహ్మత్వం ప్రజాపతి:॥
ఆయనే యజ్ఞ రూపుడు, ఆయనే వషట్ అని ఉచ్చరించి చేసిన హెూమ

స్వరూపుడు, ఆయనే ఇంద్రుడు, ఆయనే రుద్రుడు, ఆయనే శివుడు, ఆయనే విష్ణువు, ఆయనే బ్రహ్మ, ఆయనే ప్రజాపతి.

34. త్వం తదాప ఆపోజ్యోతి రసోమృతం।
బ్రహ్మ భూర్భు వస్సువరోమ్॥

ఆయనే ఉదకము, ఉదకములోని తేజస్సు అనగా విద్యుత్తు ఆయనే, అందున్న రుచి ఆయనే, ఆయనే అమృతము, ఆయనే బ్రహ్మ. సమస్త లోకములు ఆయనే.

35. ఈశాన స్సర్వ విద్యానాం ఈశ్వర।
స్సర్వ భూతానాం బ్రహ్మోధిపతి:॥
బ్రహ్మణోధిపతి: బ్రహ్మా శివోమే అస్తు సదాశివోమ్॥

సమస్త విద్యలకు ప్రభువతడే. సర్వభూతములకును ప్రభువు అతడే. వేద సంరక్షకుడు అతడే. బ్రహ్మదేవునకు అతడే అధిపతి. అట్టి బ్రహ్మము నాకు మంగళకరుడగుగాక! నేను సదాశివుడనే.

36. తద్విష్ణో: పరమం పదగ్‌మ్ సదాపశ్యన్తి సూరయ:
దివీవ చక్షురాతతం తద్వి ప్రాసో విపన్యవో
జాగృదాం సస్సమింధతే విష్ణోర్యత్పరమం పదం॥

గగనమున వ్యాపించియున్న జ్యోతిని దర్శించినట్లు,పండితులు సదాపరమ పదమునుగాంచుచున్నారు. అటువంటి పండితులు కష్టము లేనివారై, జాగరూకులై విష్ణుపదమును పొందుదురు.

37. ఋతుగ్ంం సత్యం పరంబ్రహ్మ పురుషం కృష్ణ పింగలం।
ఊర్ధ్వరేతం విరూపాక్షం విశ్వరూపాయ వై నమోనమ:॥

అటువంటి సత్య స్వరూపుడు, పరబ్రహ్మము, పురుషుడు, కృష్ణవర్ణము, పింగల వర్ణము గలవాడు, ఊర్ధ్వరేతస్కుడు, విరూపాక్షుడును అగు విశ్వరూపునకు నమస్కారము.

38. నారాయణాయ విద్మహే వాసుదేవాయ ధీమహి తన్నో విష్ణు: ప్రచోదయా।

అట్టి నారాయణునిఅంటే ఆత్మను తెలిసికొందుము. అట్టి వాసుదేవుని అంటే ఆత్మను ధ్యానించెదము. కనుక విష్ణువు మమ్ములను ధ్యానమువైపు నడిపించు గాక!

దీనిని బట్టి మంత్రపుష్పం యొక్క అర్ధం అంతటి గొప్ప వాడవైన నిన్ను ధ్యానించెదను. మమ్ములను ధ్యానం వైపు నడిపించుము అని ప్రార్ధించడమే మంత్రపుష్పం యొక్క అర్ధము. అంతేకాని కోరికలు కోరడం కాదు, అర్థించడంకాదు. ఏమని ప్రార్ధించడం? అందుచేత ప్రార్ధించి వూరుకోవడంకాదు.

దానిని ఆచరణలో కూడా పెట్టాలి. అంటే అక్కడే కూర్చుని కాసేపు ధ్యానం చెయ్యాలి. కాసేపు అన్నిటిని మరచిపోయి భగవంతుని దృష్టిలో వుండాలి. ఏ ఆలోచన లేకుండా వుంటే అది సాధ్యమవుతుంది. దాని కోసం "శ్వాసమీధ్యాస" వుంచాలి.

ఏధ్యాస లేకపోతే మీ ధ్యాస భగవంతుని మీద వున్నట్టే. అలా ఒక్క నిమిషం వుంచగలిగినా మన జీవితమే ధన్యం అవుతుంది. అందుకే ఉత్తరగీతలో

శ్లో॥ నిముషం నిమిషార్ధం వాజ్ఞానినో ధ్యానచింతయా!
క్రతుకోటి సహస్రాణాం ధ్యానమేకం విశిష్యతే!!

తా:- "ఆత్మజ్ఞానులు నిమిషం కాని అరనిమిషం కాని ఆత్మధ్యానం చేయడంవల్ల వేయికోట్ల క్రతువులు చేసిన ఫలం వస్తుంది. కాబట్టి ధ్యానం ఒక్కటే విశిష్టమైనది."

అంటే అంతటి గొప్పవాడైనా భగవంతుని ఒక నిమిషం కాని అర నిమిషం కాని ధ్యానించడం వల్ల వేలకోట్ల క్రతువుల వల్ల వచ్చే ఫలితం వస్తుందని ఉత్తరగీతలో భగవానుడే చెబుతున్నాడు. అందుచేత మంత్రపుష్పం చదివి పూలు సమర్పించి కోరికలు కోరడం కాదు. ఆచరణలో పెట్టండి. కోరకుండానే ఫలితాలు లభిస్తాయి. ధ్యానం చెయ్యండి. ధ్యానమే మంత్రపుష్పార్ధం.

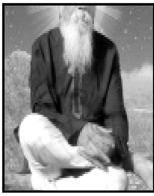
తెలుసుకోండి భగవంతుడు గొప్పవాడు అని తెలియ చెప్పడమే మంత్రపుష్పం యొక్క అర్థం. అంతటి గొప్పవాడైన భగవంతుని ధ్యానించాలని తెలుసుకోవడమే దానిలోని అంతరార్థం.

ఓం శాంతి శాంతి శాంతిః

మంత్రం చదివితే ఫలితం రాదు
మంత్రార్థం తెలుసుకుని
దానికి అనుగుణంగా ప్రవర్తిస్తేనే ఫలితం

దేవుళ్ళంతా చెప్పిందీ ధ్యానమే - చేసిందీ ధ్యానమే

ధ్యానం అంటే శ్వాస మీద ధ్యాస



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.

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, వసతి అన్నీ ఉచితం

***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.80/-
16) బ్రహ్మజ్ఞానం - 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.60/-
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) షిరిడీసాయి సందేశాలు - 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,

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

ఫోన్ : 9490171853, సెల్ : 9440309812

లోకంలో శాస్త్రాలు కోకొల్లలుగా వున్నాయి. పూర్వ కాలం నుంచి ఎంతోమంది యోగులు, ఋషులు, పండితులు, మేధావులు ఎన్నో శాస్త్రాలు వ్రాశారు. కానీ అన్నీ శాస్త్రాలుగానే పరిగణించబడుతున్నాయి.

శాస్త్రాలలో ప్రతీ విషయాన్ని దేహానికి అన్వయించుకోవచ్చు. ఆత్మకు అన్వయించుకోవచ్చు. దేహానికి అన్వయించుకుంటే ఒక రకమైన అర్థం వస్తుంది. ఆత్మకు అన్వయించుకుంటే ఇంకొక అర్థం వస్తుంది.

ఉదాహరణకు శ్రీ కృష్ణ భగవానుడు నన్ను ఆశ్రయించు అన్న మాటకు ఆయనను దేహంగా అర్థం చేసుకున్నవారు. విగ్రహాన్ని ఆశ్రయిస్తారు, పూజలు చేస్తారు. అదే ఆయనను ఆత్మగా అర్థం చేసుకున్నవారు. ఆత్మను ఆశ్రయిస్తారు, ధ్యానం చేస్తారు. శ్రీ కృష్ణ భగవానుడు చెప్పిన ఒకే మాటకు అలా రకరకాల అర్థాలు తీసుకోవచ్చు. తీసుకుంటున్నారు కూడా! కానీ శ్రీ కృష్ణ భగవానుడు ఉన్నది ఆత్మ స్థితిలోనే, చెప్పింది ఆత్మస్థితిలోనే.

అలాగే ఈ శాస్త్రాలకు కూడా వారి వారి స్థాయిని బట్టి రకరకాల అర్థాలు చెప్పేవారు వున్నారు. అందుచేత ఈ శాస్త్రాల అర్థం - అంతరార్థం కొన్ని విశ్లేషించుకుందాం.

మీ...

తటవర్తి వీరరాఘవరావు

రూ. 60/-