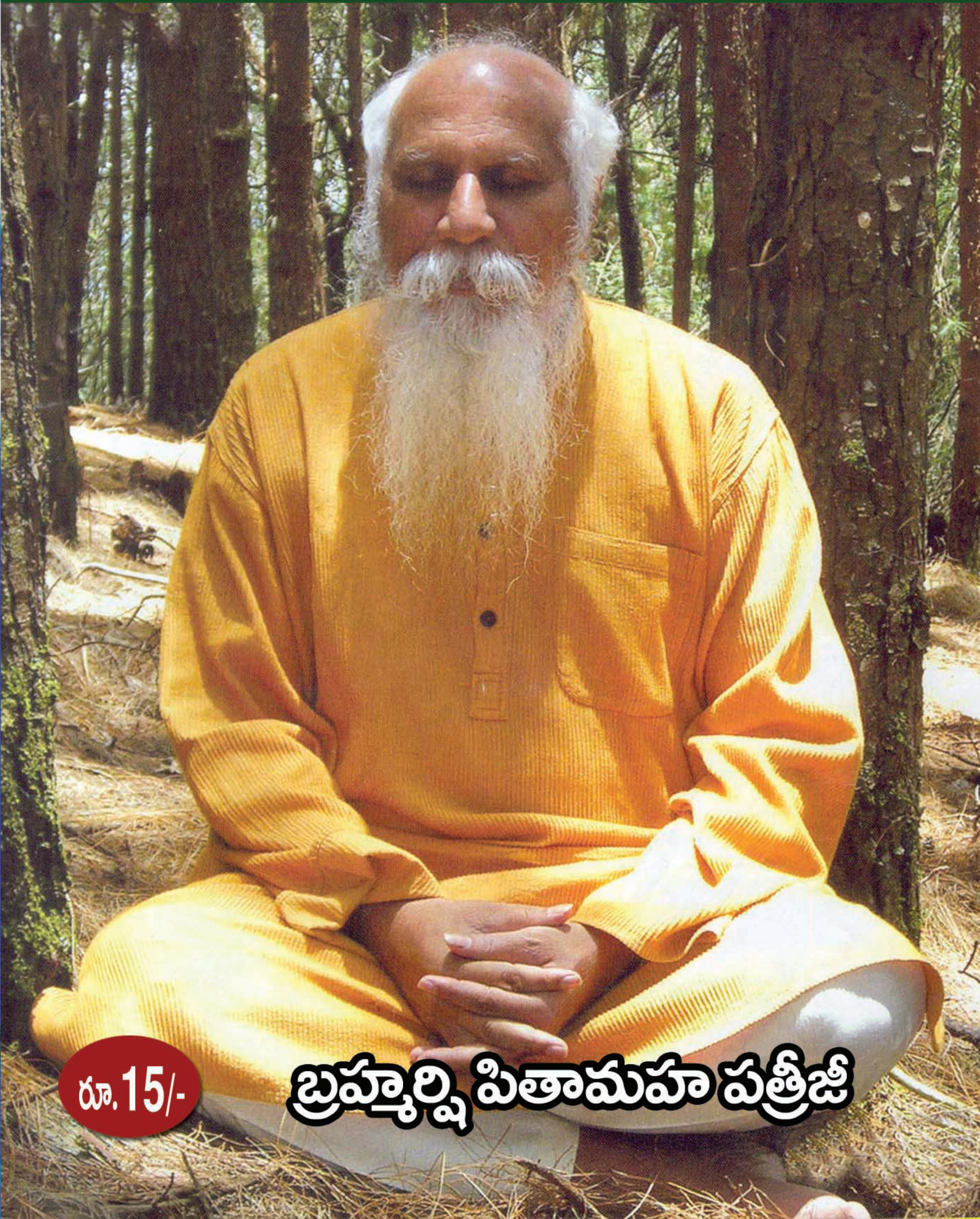
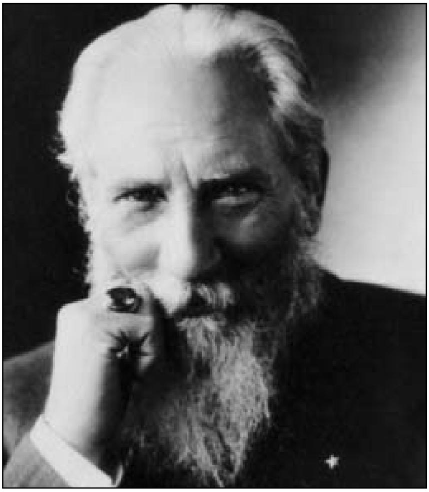
శాకాహారమే మానవాహారం



రూ.15/-

బ్రహ్మర్షి పితామహ పత్రీజీ

శాకాహారమే మానవాహారం



గ్రంథకర్త : **C.W.Leadbeater**

ప్రచురణ : **తటవర్తి వీర రాఘవరావు, భీమవరం**

2008 సం॥రం : నాలుగు ముద్రణలు
ప్రతులు : 36,000

2009 సం॥రం : మూడు ముద్రణలు
ప్రతులు : 24,000

2010 సం॥రం : నాలుగు ముద్రణలు
ప్రతులు : 36,000

2011 సం॥రం : మూడు ముద్రణలు
ప్రతులు : 30,000

2012 సం॥రం : ఆరు ముద్రణలు
ప్రతులు : 66,000

2013 సం॥రం : రెండు ముద్రణలు
ప్రతులు : 12,000

2014 సం॥రం : రెండు ముద్రణలు
ప్రతులు : 12,000

2015 సం॥రం : రెండు ముద్రణలు
ప్రతులు : 12,000

2016 సం॥రం : మూడు ముద్రణలు
ప్రతులు : 15,000

2017 సం॥రం : ఒక ముద్రణ
ప్రతులు : 6,000

2018 సం॥రం : ఒక ముద్రణ
ప్రతులు : 3,000

2019 సం॥రం : ఒక ముద్రణ
ప్రతులు : 6,000

2021 సం॥రం : రెండు ముద్రణలు
ప్రతులు : 15,000

2022 సం॥రం : ఒక ముద్రణ
ప్రతులు : 10,000

వెల రూ. **15/-**

కాపీల కొరకు :

తటవర్తి వీరరాఘవరావు,

తటవర్తి వారి వీధి, భీమవరం-534201.

ప॥గో॥జిల్లా, సెల్: 9490171853, 9440309812

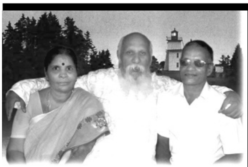
మాంసాహారం శవాహారం

శాకాహారం అమృతాహారం

శాకాహారులు కండి - ఆరోగ్యంగా జీవించండి.

www.pss.org

పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీస్ మూవ్‌మెంట్ - ఇండియా



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 : మూడు రోజులకు భోజనం, వసతి ఉచితం.

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

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

"శాకాహారమే ఎందుకు తినాలి?"

శాఖాహారం అంటే ఏమిటో మనకు తెలుసు. మాంసాహారం తినని వారినే "శాకాహారులు" అంటారు.

ఈ మధ్య కాలంలో శాకాహారానికి వ్యతిరేకంగా "ఓ అందమైన థియరీ"ని తరచూ మాట్లాడుతున్నారు. మనిషి మాంసాన్ని తినకుండా జీవించలేడట! నిజానికి ఇది చాలా అవివేకమైన మాట. మూర్ఖత్వంతో కూడిన మాట. లేదా నిజాలను విపరీతంగా త్రిప్పి మార్చే మాట. కారణం మాంసాహారం తీసుకోకుండా మంచి ఆరోగ్యంతో జీవించే వారు లక్షల మంది ఉన్నారు.

ప్రకృతిలో సరిగా ఎదగాలి అని కోరుకుంటే, యోగుల శరీరంలా పవిత్రంగా, శుద్ధంగా ఉండాలి. శాకాహారం ఎందుకు శుద్ధమైనదో, మంచిదో, ఉన్నతమైనదో వివరంగా చూద్దాం.

"ఎక్కువ పోషక విలువలు!"

మృత మాంసాహారం కన్నా, కూరగాయలు ఎక్కువ పోషక విలువలు కలిగి ఉంటాయి. ఎందుకంటే శరీర నిర్మాణానికి నాలుగు రకాల ఆహారాలు అవసరం. అవి (1) ప్రొటీనులు లేదా మాంసకృత్తులు, (2) కార్బోహైడ్రేటులు (పిండి పదార్థాలు), (3) క్రొవ్వు పదార్థాలు (4) లవణాలు. శాస్త్రవేత్తలతో అంగీకరింపబడిన వర్గీకరణ ఇది.

మాంసాహారంలో కన్నా, కూరగాయలలో పైన చెప్పినవి ఎక్కువ శాతంలో ఉంటాయి. ఇందులో ఏ మాత్రం సందేహం లేదు. ఉదా:- పాలు, మీగడ, జున్ను, కాయలు, బఠానీలు మరి బీన్స్ ఎక్కువ శాతంలో ప్రొటీన్లు కలిగి ఉంటాయి. బియ్యం, గోధుమలు మరి ఇతర ధాన్యాలు, పండ్లు ఇంకా చాలా రకాల కూరగాయలు ఎక్కువగా పిండి పదార్థాలు కలిగి ఉంటాయి. క్రొవ్వు ప్రొటీన్లు ఉన్న అన్ని ఆహార పదార్థాలలో నీరు ఉంటుంది. అంతే కాకుండా, వెన్న మరి నూనెల రూపంలో కూడా పొందవచ్చు. ఇంకా లవణం (ఉప్పు) అన్ని పదార్థాలలో కొద్దో, గొప్పో ఉండనే ఉంటుంది. శరీర కణజాల పోషణకు ఈ లవణాలు అత్యంత అవసరం. ఈ లవణాల నిష్పత్తి తక్కువైనప్పుడు ఎన్నో రకాల రోగాలు కలుగుతాయి.

మృత మాంసాహారంలో ఉన్నవి ప్రొటీన్లు మాత్రమే. ఇక క్రొవ్వు పదార్థాలంటారా? దానికి పెద్ద విలువ లేదు. అయితే మనం గుర్తుంచు కోవలసింది ఏమిటంటే ప్రొటీన్లు యొక్క మూలం మొక్కలలో మాత్రమే

organise చేయబడి ఉంది. కాయలు, బఠానీలు, బీన్స్, చిక్కుడు మొదలైన వాటిలో ఏ మాంసాహారంలో లేనన్ని ప్రొటీన్లు ఉన్నాయి. మొక్కలలోని ప్రొటీన్లు శుద్ధమైనవే కాక, అసలైన శక్తిని కలిగి వుంటాయి. జంతు శరీరంలోని ప్రొటీన్లు, అంటే మొక్కల నుండి ఆహారం ద్వారా గ్రహింపబడిన ప్రొటీన్లు నెమ్మదిగా, తమ అమరికను పోగొట్టుకుని వాటిలో ముందున్న శక్తిని కోల్పోతాయి. ఈ రకంగా ఒక జంతువు ఉపయోగించుకున్న వాటిని మరో జంతువు మళ్ళీ ఉపయోగించుకోలేదు. జంతువులో ప్రొటీన్లుగా చెప్పబడుతున్న వాటికి నిజానికి ఏ మాత్రం ఆహారపు విలువ లేదు.

మృత శరీరం క్షణాలలో మార్పు చెందుతున్నప్పుడు ఎన్నో రకాల విషపదార్థాలు కూడా విడుదలవుతాయి. ఇవి అన్ని రకాల మాంసాల లోనూ ఉండి మాంసాహారులకు ఎంతో హాని కలిగిస్తాయి. మాంసాహారం తీసుకోవడం వల్ల మనకు ఏదైనా పోషణ లభించిందీ అంటే! అది ఆ జంతువు తన జీవితకాలంలో శాకాహారం నుండి గ్రహించిన పోషక పదార్థాల వల్లనే అని మనం గ్రహించాలి. అయితే ఈ పోషక పదార్థాలు కావలసిన దాని కన్నా తక్కువ అందుతాయి. ఎందుకంటే ఆ జంతువు ముందుగానే అందులో సగం తాను ఉపయోగించుకుంటుంది. ఇలా కొద్ది శాతం పోషక పదార్థాలతో పాటు మరెన్నో ప్రమాదకరమైన విష పదార్థాలు కూడా మాంసాహారం ద్వారా మానవులు తీసుకుంటారు.

ఆహార శాస్త్రాన్ని సరిగ్గా అవగాహన చేసుకుంటే శాకాహార సామ్రాజ్యం నుండే మనం ఎంతో శక్తివంతమైన ఫలితాలు పొందుతాం. అంతేకాదు ఏ రకమైన కాలుష్యానికీ గురి కాకుండా, ఇంకే జీవరాశినీ నష్టపరచుకుండా మంచి ఫలితాలను పొందే అవకాశం మనకుంది.

"మేధావుల అభిప్రాయాలు!"

సర్ హెన్రీ థాంసన్‌గారు "జీవించడానికి మాంసాహారం అవసర మనడం చాలా పెద్ద తప్పు! మానవ శరీరానికి అవసరమైనదంతా వృక్ష రాజ్యం నుండి లభిస్తుంది. శరీర పోషణకూ, పెరుగుదలకూ అవసరమైన దంతా శాకాహారం నుండి పొందవచ్చు. వేడి, శక్తి కూడా శాకాహారం నుండే లభిస్తుంది" అని అన్నారు.

ప్రసిద్ధి గాంచిన డాక్టర్ విలియమ్స్ ప్లేఫార్ సి.బి. ఎంతో స్పష్టంగా "మాంసాహారం మనిషికి అవసరం లేదని" పేర్కొన్నారు.

లండన్ ఆసుపత్రులలో ఎంతో పేరు పొందిన డాక్టర్ అలెగ్జాండర్ హాగ్ "శాఖాహారం వల్ల శరీరం, మనస్సు, ఆత్మ శుద్ధమై, ఉన్నతమైన శక్తులను పొందవచ్చు" అన్నారు.

డాక్టర్ మిల్నర్ ఫాదర్‌గిల్ "యుద్ధాల వల్ల నెపోలియన్ సృష్టించిన రక్తపాతం కన్నా, ఎన్నో జీవాల ప్రాణాలను హరించే మనుష్యుల క్రూరత్వం ఎన్నో రెట్లు అధికం" అన్నారు.

"తక్కువ రోగాలు!"

మృతజీవులను ఆహారంగా తీసుకోవడం వల్ల ఎన్నో విపరీతమైన రోగాలకు గురికాబడుతున్నాం. "మాంసం అసహజమైన ఆహారం. అందు వల్ల ఎన్నో ఇబ్బందులు కలుగుతున్నాయి. మానవులకు కాన్సర్, జ్వరం, ప్రేవులలో నులి పురుగులు, ఇలా ఎన్నో రకాల వ్యాధులు కలుగుతున్నాయి. వందమందిని పరిశీలిస్తే అందులో 99 మందికి "మాంసాహారం భుజించడం వల్లే రోగాల బారిన పడుతున్నారనడంలో ఆశ్చర్యమేమీ లేదు" అని డాక్టర్ Josaiah Old Fietd MRCS, LRCP వ్రాశారు.

"మానవుల ఆరోగ్యానికి మాంసం అవసరం లేదు. అంతే కాదు శాకాహారం వల్ల పశుత్వంతో వారి భార్యలను హింసించే వారు కూడా తగ్గుతారు. శాకాహారమే అందరికీ సరియైన ఆహారం" అని Sir Edward Saunders చెప్పారు.

" జంతువుల మాంసం వల్ల ఎన్నో జబ్బులకు లోనవుతారు. దీనివల్ల జీర్ణకోశం inflammation అవుతుంది" అని Sir Robert Christison, M.D. అన్నారు.

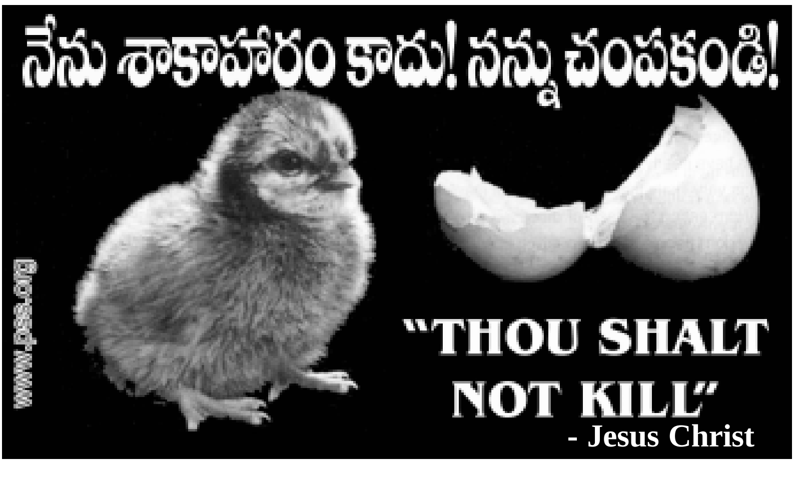
పారిస్ విశ్వవిద్యాలయంలోని Dr. A.KINGFORD ఎన్నో రకాలైన బాధాకరమైన, అసహ్యకరమైన జబ్బులు మాంసం తినడం వల్ల కలుగుతాయని అన్నారు.

ఇంగ్లండ్‌లోని Prof. Gamji "మాంసం కోసం చంపబడుతున్న మొత్తం జంతువులలో 1/5వ వంతు జబ్బుతో ఉన్నపుడే చంపబడు తున్నాయి" అని అన్నారు.

రోగక్రిములతో నిండిన మాంసం అందమైన ఆహారంగా తయారు చేయబడుతున్నది. జంతువుల మాంసం మన సాధారణ కంటికి సరియైనదిగానే కనపడుతుంది" అని Prof. A.Winter Blyth R.R.C.S. వ్రాశారు.

ఇంకా గమనిస్తే మాంసాహారంలో పోషక విలువలు లేవు. విష పదార్థాలతో కలిసి ఉంటుంది. మలం కలిగి ఉంటుంది. శాఖాహారం నిర్మాణం చేస్తే, జంతుమాంసం అన్నది నాశనం చేస్తుంది. శాకాహారం శక్తిని నిలువ చేస్తే, జంతువు శక్తిని ఖర్చు పెడుతుంది. జంతువులు శక్తిని వినియోగించుకుని వివిధ రకాల వ్యర్థ పదార్థాలనూ, విషపదార్థాలనూ విడుదల చేస్తాయి. చనిపోయిన జంతువు యొక్క మాంసంలో ఎక్కువ శాతం ఈ విషపదార్థాలు ఉంటాయి. జంతువు చని పోయిన వెంటనే అవి బయటికి విసర్జింపబడటం ఆగిపోతుంది. కానీ చనిపోయిన తర్వాత కూడా ఆ జంతువు శరీరంలో కొద్దిసేపటి వరకు విషపదార్థాల తయారీ కొనసాగుతూనే ఉంటుంది.

చనిపోయిన జంతు మాంసం ఎప్పటికీ ఆరోగ్యకరమైన స్థితిలో ఉండదు, జంతువును చంపిన వెంటనే అది కుళ్ళిపోవడం మొదలవు



తుందని గుర్తు పెట్టుకోవాలి. అన్ని విధాలైన హానికరమైన విష పదార్థాలు తయారవుతాయని తెలుసుకోవాలి.

పూర్వకాలంలో మూడే జబ్బులు ఉనికిలో ఉండేవి. కానీ ప్రజలు మాంసాహారం తినడం ప్రారంభించిన తర్వాత వందల రకాల క్రొత్త జబ్బులు పుట్టాయని తెలుస్తుంది. మాంసాహారంతో పాటు కోడిగ్రుడ్డును కూడా తినకూడదు. గ్రుడ్డును తినడం అంటే ఒక ప్రాణిని చంపడమేనని గుర్తుంచుకోవాలి. కోడిగ్రుడ్డు శాకాహారం కాదు. అది కూడా మాంసాహారమే.

“మానవుని సహజమైన ఆహారం”

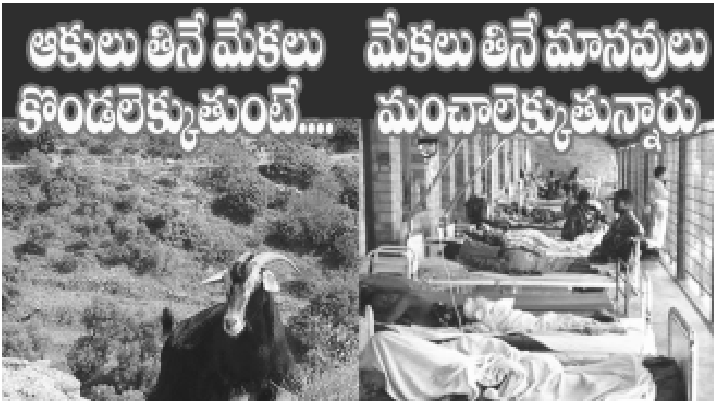
మానవుని శరీర నిర్మాణం సహజంగా మాంసాహారానికి అనుకూలం కాకపోవడం వల్ల, ఈ మాంసాహారం అతనికి సరిపోవడం లేదు. మానవుని సహజమైన ఆహారం, అతని శరీర నిర్మాణాన్ని బట్టి చూస్తే “పళ్ళు, కూరగాయలు,దుంపలు మాత్రమే” మానవుల యొక్క శరీర నిర్మాణాన్ని చూస్తే మనిషి సహజంగా శాకాహారే అని నిరూపించవచ్చు”.

Royal Society కు చెందిన Prof. William Lorance" మనిషి దంతాలకూ మాంసాహారపు జంతువుల దంతాలకూ కొద్దిగా కూడా పోలిక లేదు; జీర్ణావయవాలకు కూడా పోలిక లేదు; మనిషి శరీర నిర్మాణం శాకాహార జంతువులతోనే పోలిక కలిగి వున్నది” అన్నారు.

పవిత్ర గ్రంథాలను నమ్మే వారికి శాకాహారం తినాలా? మాంసాహారం తినాలా? అన్న వాదన అనవసరం. ఆదాముతో మాట్లాడుతూ దేవుడు కూడా “మీకు విత్తనాలు కలిగిన ప్రతి మొక్కనూ ఇచ్చాను. ఫలాలను కలిగిన చెట్లనూ ఇచ్చాను; అదే ఆహారం అన్నాడు”. కాని మనిషి పతనమవ్వడం వల్ల, అతి నీచమైన మాంసాహారం తీసుకునే ఆలోచన వచ్చింది. మళ్ళీ ఆ పూర్వపు వైభవానికి ఎదగాలంటే ఆహారం కొరకు ఈ భయంకరమైన, మరి నీచమైన ఆహారం కొరకు జంతువులను వధించే అలవాటును మానాలి.

“అధిక శక్తి!”

శాకాహారం వల్ల మనిషి శక్తివంతుడు అవుతాడు. ఇటీవల ఎన్నో ఆటల పోటీలలో శాకాహారులు శక్తివంతులుగా నిరూపించు కున్నారు. ఉదా:- జర్మనీలో ఆ మధ్య జరిగిన సైకిల్ రేస్‌లో ఉన్నత స్థానాన్ని పొందిన వారంతా శాకాహారులే. శుద్ధమైన శాకాహారం తీసుకున్నవారు ఎక్కువగా విజేతలవుతారని ఎన్నో ప్రయోగాల ద్వారా నిరూపించబడింది.



మాంసాహారులు తమ శరీర శక్తి గురించి తరచుగా గొప్పలు చెప్పకుంటారు. కానీ శాకాహారులకున్నంత ఓర్పు, సహనం వారికి ఉండదు. కారణం మాంసం ముందే చెడిపోయే దశలో ఉంటుంది. అందువల్ల అది కణజాలంలో కొద్దికాలమే ఉంటుంది. జంతువులో ఒక రకమైన ప్రేరణ కలిగి ఉంటే, ఆ జంతుమాంసం తినడం వల్ల అది ఇంకొక ప్రేరణను రేకెత్తిస్తుంది. ఈ కారణాల వల్ల ఆ మాంసంలో ఉన్న శక్తి తొందరగా విసర్జింపబడుతుంది. అందువల్ల వెంటనే మరికొంత శక్తి కావాలనిపిస్తుంది.

శాకాహారంలో శక్తి స్వతఃసిద్ధంగా నిలువ చేయబడి ఉంటుంది; విష పదార్థాలు ఉండవు. తొందరగా చెడిపోవు. అంతేకాదు వాటి నుండి శక్తి నెమ్మదిగా విడుదల అవుతుంది. అందువల్ల శాకాహారం భుజించిన వారు ఆహారం లేకపోయినా ఎక్కువ సమయం పని చేయగలరు.

యూరప్‌లో మాంసాహారానికి దూరంగా ఉన్న ప్రజలు ఎక్కువ తెలివి, సహనం కలవారిగా ఉన్నారు. సహనంలో మాంసాహారులు మరి శాకాహారుల మధ్య పోటీలు జర్మనీలో, ఇంగ్లాండులో నిర్వహించారు. అందులో శాకాహారులే విజేతలుగా నిలిచారు.

గ్రీకు దేశంలోని కొండజాతుల వారు శక్తివంతులనీ మరి సహనవంతులనీ విశ్వమంతా ఒప్పకుంది. దీనికి కారణం వారు శాకాహారులే. వారి ఆహారం అడవుల్లో దొరికే పళ్ళు, పెంకులు గల కాయలు (నట్స్), జున్ను, మొక్కజొన్న. అలాగే పేరు ప్రఖ్యాతులు సంపాదిస్తున్న రోమన్ గ్లేడియేటర్సు యొక్క ఆహారం కేకులు మరియు నూనె. ఇదే చాలా బలమైన ఆహారం అని వారికి తెలుసు.

ఈ ఉదాహరణలన్నీ "మాంసాహారం తినడం వల్లే శక్తివంతులుగా ఉంటారనేది అసత్యమని" నిరూపిస్తున్నాయి.

"చిలీ గనులలో పనిచేసే అసాధారణమైన పనివారు పూర్తిగా

శాకాహారులే" అని ఛార్లెస్ డార్విన్ ఒక లేఖలో వ్రాసారు.

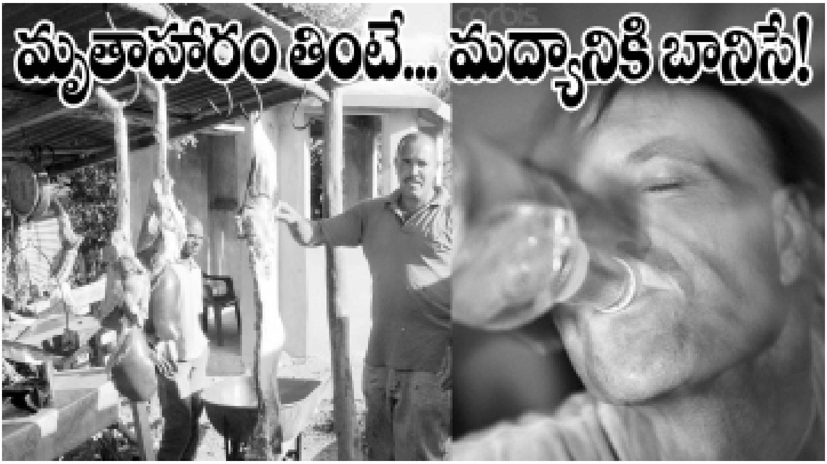
టర్కీపోర్టర్లు నాలుగు వందల నుంచి ఆరు వందల పౌండ్ల బరువును, శాకాహారాన్ని మాత్రమే తింటూ మోసేవారు. ఆకలితో అలమటించే టటువంటి స్థితిలో కూడా టర్కీ సైనికులు ఇతర దేశాల వారితో పోరాడ గలిగారు. వారి సామాన్యమైన అలవాట్లు, మద్యానికి దూరంగా ఉండటం శాకాహారం. అవి వారికి ఎన్ని కష్టాలనైనా భరించగలిగే శక్తిని ఇచ్చాయి.

దక్షిణ భారతదేశానికి చెందిన తమిళ శాకాహార కూలీలు ఎంతో బరువైన వస్తువులను మోయడం ఎవరికైనా ఆశ్చర్యం కలిగించకమానదు.

ఇంకా కావాలంటే జంతు సామ్రాజ్యాన్ని చూద్దాం. మాంసాహార జంతువులు బలమైనవి కావు! ప్రపంచంలోని పనులన్నీ శాకాహార జంతువులే అంటే - గుర్రాలు, కంచరగాడిదలు, ఎద్దులు, ఏనుగులు మరి ఒంటెలు వీటి ద్వారానే జరుగుతున్నాయి. ఎక్కడా కూడా మనిషి సింహాన్ని కానీ, పులిని కానీ పని కోసం వాడుకోడు.

"మద్యానికి బానిస!"

మనిషి చనిపోయిన జంతువులను తినడం వల్ల మద్యానికి బానిస అవుతాడు. ఇంకా జంతు లక్షణాలను అధికం చేసుకుంటాడు. M.P.Flower అనే ఆయన నలభై సంవత్సరాలు త్రాగుడు త్రాగే వారిని పరిశీలించి, ఈ విధంగా చెప్పారు. "మాంసాహార పదార్థాలు తినడం వల్ల, అది నరాలను ఉద్రేకపరుస్తుంది. అందుచేత వారు అన్నింటిలోనూ అసహనంగా వుంటారనీ, మాంసం ఎక్కువగా తినేకొద్ది ఇంకా ఎక్కువగా మద్యానికి అలవాటు



పడతారనీ అన్నారు".

అధమ స్థాయిలో వున్న మనిషి యొక్క నైజం, మాంసాహారపు అలవాటు వల్ల మరింత ఎక్కువ అవుతుంది. ఆ భయంకరమైన మాంసాహారం కడుపునిండా తిన్నా, అతనింకా అసంతృప్తిగానే వుంటాడు. ఇంకా తినాలనే కోరికతో వుండడం వల్ల, ఎంతో ఎక్కువగా నరాల ఒత్తిడికి గురి అవుతాడు. ఇలా మొదలైన అసహనం మరింత మద్యాన్ని తీసుకోవాలనిపిస్తుంది.

సరియైన పోషక పదార్థాలు లేని ఆహారమే త్రాగుడుకూ, దరిద్రానికీ, అనారోగ్యానికీ, నేరాలు చేయడానికీ దోహదం చేస్తుంది. పోషక విలువలు లేని ఆహారం తినడమే చిరాకుకు, అసహనాలకు, అపరిశుభ్రతకు కారణం.

Mr. Bramwell Booth అనే సైనిక అధికారి, శాకాహారం ఎందుకు మంచిదో! మాంసాహారం ఎందుకు విడనాడాలో! వివరించారు. ఆయన "శాకాహారం పవిత్రత కోసం, పాతివ్రత్యం కోసం, ఆహారపు అలవాట్లపై నియంత్రణ కోసం, కోరికల అదుపు కోసం అత్యవసరమని అన్నారు. మాంసాహారం తినడం వల్లే త్రాగుడు, అతినిద్ర, శక్తిహీనత, అజీర్ణం, మలబద్ధకం మొదలైన బాధలకు గురవుతారని వివరించారు. ఎక్సిమా, పైల్స్ (మూల వ్యాధి), నులి పురుగులు, అతిసారం, తీవ్రమైన తలనొప్పి, మాంసాహారం వల్లే కలుగుతున్నాయనీ, అంతేకాదు ప్రపంచంలో వంద సంవత్సరాల నుండి క్యాన్సర్ ఉధృతమవడానికి కారణం కూడా జంతు ఆహారం ఎక్కువగా తినడం వల్లేనని" ఆయన అన్నారు.

"మిత వ్యయం!"

శాకాహారం అన్ని రకాలుగా మాంసాహారం కన్నా మంచిది. మరి తక్కువ ధరలో దొరుకుతుంది. గోధుమలు, వరి, మొక్కజొన్న మరి ఇతర ధాన్యాలు మొదలైన ఆహారం మాంసాహారం కన్నా పదిరెట్లు పొదుపైనవి. మాంసంలో సగం బరువు నీటిదే. ఆ సగం నీటికి కూడా మాంసపు ధరనే చెల్లించాలి. ఈ మాంసాహారం కొనడం కన్నా పళ్ళు, కూరగాయలు మరి ఇతర తక్కువ ఖర్చుతో లభించే శాకాహారం వల్ల సౌకర్యంగా జీవించవచ్చు.

"గడ్డి కోసం ఎన్నో వేల ఎకరాలను సాగుచేయడం కన్నా వాటిలో వరి, గోధుమ పండిస్తే వేల మందికి ఆహారమవుతుంది" అనే విషయం నిర్లక్ష్యం చేయకూడదు. అలా పండిస్తే చాలా మందికి ఆరోగ్యవంతమైన పనికూడా దొరుకుతుంది.

"జంతువధ వల్ల కలిగే పాపం!"

ఇందులో మొదటిది మరి భయంకరమైనది అనవసరంగా జంతువులను చంపుతూ గొప్ప పాపం చేయడం. ప్రపంచంలోని పట్టణాలలో నివసిస్తున్న వారికీ, వారి మధ్యనున్న ఎన్నో మాంసపు దుకాణాలలో ఎంతో భయంకరమైన వ్యాపారం జరుగుతుందని బాగా తెలుసు. ప్రపంచంలోని ఎంతోమంది తమ హోల్‌సేల్ వ్యాపారం మాంసానికి సంబంధించినదే. దాని ద్వారా వచ్చిన ప్రతి రూపాయి రక్తంతో నిండి వుంటుందని వారు తెలుసుకోవాలి.

ఒక జీవి జీవితాన్ని నాశనం చేయడం ఎప్పటికీ నేరమే! జంతువులను వధించడం చాలా పాపం! ఎందుకంటే చాలామంది జంతువుల దీనాలాపనల నుండి తమ స్వార్థం కోసం, డబ్బు సంపాదిస్తున్నారు. జంతువులతో వ్యాపారం చేస్తూ, జంతువులను వధిస్తూ ధనాన్ని సంపాదిస్తున్నారు. గుర్తుంచుకోండి, జంతువులను వధించేవారే కాదు, వాటితో వ్యాపారం చేస్తూ, వాటి హింసకు కారకులైనవారు, తినేవారు, ప్రోత్సహించే వారు భగవంతుని ముందు నేరస్తులుగా నిలబడ వలసిందే! ఎవరైతే ఈ కార్యంలో భాగం తీసుకుంటారో వారంతా ఈ పాపంలో భాగస్వాములే. ప్రపంచమంతటా గుర్తింపబడ్డ చట్టం ఏమిటంటే - "ఇతరులతో చేయించిన నేరం తాను చేసినట్లే".

"నేనొక్కడినీ మాంసం మానేస్తే ఈ భయంకరమైన వధ ఆగి పోతుందా?" అని కొంతమంది అంటూ వుంటారు. ఇది అబద్ధం మరి కపటమైన మాట. ప్రతిరోజూ మాంసం తినేవారు అది మానేస్తే కొన్ని రోజులకు జంతువును సజీవంగా ఉంచిన వారవుతారు! ఎంత తిన్నారని కాదు, ఎంత తక్కువ తిన్నా అది నేరమే! కానీ మనిషి తన నీచపు కోరికలను అదుపులో ఉంచుకోలేక ఈ పాపానికి ఒడిగడుతున్నాడు.

ఈ జంతువులను ఇతర ప్రదేశాలకు తరలించడంలో కూడా చాలా క్రూరత్వం కనబడుతుంది.

ఈ నేరాన్ని సమ్మతించేవారు జంతువులను ఒక్క వ్రేటులో ఎక్కువ బాధ కలగకుండా చంపుతారని అంటారు, కానీ ఎలా చంపినా పాపమే.

"కసాయి వారి పట్ల వున్న ఏహ్యాభావం!"

జంతువులను వధించే కసాయి వారితో ఆ పాపం చేయించడం, దాని వల్ల కలిగే ఫలితాల గురించి కూడా మనం తెలుసుకోవాలి. జంతువుల మాంసం తినడానికి ముందు, మిమ్మల్ని కత్తి లేదా గొడ్డలి తీసుకుని ఆ జంతువును నరకమని అంటే, ఆ పనిలో వున్న వెగటు, అసహ్యం మిమ్మల్ని అతి తొందరలోనే ఆ పని పట్ల, మాంసాహారం పట్ల విముఖత కలిగిస్తుంది. మేక, కోడి మాంసాన్ని చీల్చుకుని తినే సున్నితమైన స్త్రీలు తమ కొడుకులు కసాయివారుగా మారితే, పనిచేస్తే చూడగలరా? అలా చూడలేనివారికి ఇతరులను ఆ పని చేయించే హక్కు ఎక్కడుంది? మనం చేయడానికి ఇష్టపడని పనిని ఇతరులపై రుద్దే హక్కు మనకెక్కడిది?

"మేమేమైనా వారిని ఈ పని చేయమన్నామా?" అయినా ఆ జంతువులను మేము చంపటం లేదు కదా? ఆ పాపం మాదెలా అవుతుంది? అనే వారు కూడా వున్నారు. అయితే ఆ మాట చాలా అసంబద్ధమైనది. ఈ భయంకరమైన మాంసాన్ని తినడానికి మనమంతా అలవాటు పడడం వల్లే, కొందరు తమను తాము మానవత్వం లేని క్రూరులుగా మార్చుకుని, ఈ కసాయి పని చేస్తున్నారు. వారు ఆ పని చెయ్యటానికి కారణం తినేవారే.

అశుభ్రమైన పనిలో వుండి, క్రూరమైన స్వభావాన్ని అలవరచుకున్న వారు ఇతర విషయాలలో కూడా సహజంగా పశు ప్రవృత్తినే కలిగి ఉంటారు. అంతే కాదు వీరు అనాగరికంగా వుండి ఘర్షణలతో రక్తపాతం

సృష్టిస్తారు. కటికవాడు కత్తితో జంతువును చంపుతాడు. ఇది చాలా భయంకరమైన పని. ఇందులో మీ పాత్ర ఏ మాత్రం ఉన్నా, ఏ మాత్రం ఈ అసహ్యకరమైన పనిలో సహాయపడ్డా, మీకు ఆ పాపంలో ఖచ్చితంగా భాగముంటుందని, మీరు ఖచ్చితంగా గుర్తుంచుకోవాలి.

మనందరం విశ్వశాంతి కోరుకుంటున్నాం. ఇప్పుడున్న అశాంతి పోయి యుద్ధాలు లేని స్వర్ణయుగం కోసం మనం ఎదురుచూస్తున్నాం. రాబోయే ఆ మంచి కాలంలో, ఆ శుభ సమయంలో జంతువులకు కూడా భాగముందని తెలుసుకోవాలి. అంతేకాదు "భవిష్యత్తు శాకాహారులదే" అని గుర్తుంచుకోవాలి.

భవిష్యత్తులో, బహుశా చాలా సమీప భవిష్యత్తులోనే, జరిగిపోయిన ఈ దుస్సంఘటనలన్నింటిని, ఈ కాలాన్ని మనం చాలా అసహ్యించు కుంటాం. మన వారసులు "ఈ భయంకర కాలాన్ని" అంతగా అభివృద్ధి చెందని అనాగరిక కాలంగా ఖచ్చితంగా భావిస్తారు.

ఇవన్నీ కూడా భౌతికానికి సంబంధించినవి. ఇక ఇప్పుడు ఈ విషయాలనే ఆధ్యాత్మికంగా చూద్దాం.

"ఆధ్యాత్మిక కారణాలు !"

దీని క్రింద కూడా రెండు కారణాలున్నాయి. మన అభివృద్ధికి చెందినది మొదటిదైతే, రెండవది గొప్పదైన పరిణామ సిద్ధాంతం. మరి శాకాహారం ఎందుకు మంచిదో? మాంసాహారం ఎందుకు సరియైనది కాదో? ఇంతకు ముందు వివరించడం జరిగింది. దాన్ని బట్టి ఇక "శాకాహారమే ఎందుకు తినాలి?" అనే ప్రశ్నకు తావులేదు. ఖచ్చితంగా శాకాహారమే తినాలి.

ప్రకృతి యొక్క విభిన్న తలాలలో, మరి మన చుట్టూ ఉన్న అవిదిత లోకాల గురించి, మన గురించి ఎన్నో పుస్తకాలలోనూ, ఎన్నో ఉపన్యాసాల లోనూ నేను ఇంతకు ముందే వివరించాను. ఉన్నత తలాలకు చెందిన పదార్థమే మనిషిలో అంతర్లీనంగా ఉందని, అందువల్ల అతను ఒక వాహనంగా అక్కడి భావాలను గ్రహించి, ఆ ప్రకారంగా నడుచుకుంటాడని వివరించాను.

"ఉన్నత శరీరాలు కలిగిన మనిషి, భౌతిక శరీరం ద్వారా తీసుకున్న ఆహారం ఈ ఉన్నత శరీరాల మీద ఏమైనా ప్రభావం చూపిస్తుందా?" అంటే ఖచ్చితంగా ఉంటుంది! మనిషిలోని భౌతిక పదార్థానికి సూక్ష్మమైన మానసిక పదార్థాలతో దగ్గరి సంబంధం కలిగి ఉంటుంది. ఎంత దగ్గరి సంబంధం అంటే ఒకదానిలో ఒకటి ఇమిడి ఉంటాయి. సూక్ష్మశరీర పదార్థం

ఎన్నో రకాలుగా, వేర్వేరు సాంద్రతలతో ఉంటుంది. ఉదా:- ఒకరిలో సూక్ష్మశరీరం గరుకుగానూ, మోటైన కణాలతో నిర్మింపబడి వుంటే, మరి యొకరిలో చాలా సున్నితమైన మరి పరిశుద్ధమైన పదార్థంతో నిర్మింప బడుతుంది. సూక్ష్మశరీరం మోటైనది అయితే, వారు ముఖ్యంగా నీచమైన కోరికలకూ, ఆవేశాలకూ లొంగిపోతారు. కానీ ఎవరి సూక్ష్మశరీరమైతే సున్నితమైన, పరిశుద్ధమైన పదార్థంతో నిర్మింప బడిఉంటుందో వారు శుద్ధమైన, సున్నితమైన భావాలకూ, ఆశయాలకూ వెంటనే స్పందిస్తారు. అందువల్ల ఏ మనిషి అయితే మోటైన అపరిశుభ్ర పదార్థంతో తమ భౌతిక శరీరాన్ని నిర్మించుకుంటారో! వారు తమ సూక్ష్మశరీరంలోకి కూడా అవే గుణాలను ఆపాదించుకుంటారు.

మాంసం పట్ల విపరీతమైన జిహ్వా చాపల్యం ఉన్నవారు తమ శరీరాన్ని అడ్డదిడ్డంగా పెంచడం మనందరం చూస్తూనే ఉన్నాం. భౌతిక శరీరం ఒక్కటే వికారంగా కనిపించడం కాదు, మనకు కనిపించని సూక్ష్మ, మానసిక శరీరాలు కూడా మంచి స్థితిలో ఉండవు. అపరిశుభ్రమైన సూక్ష్మ మానసిక శరీరాలు మన కంటికి కనిపించక పోయినా అభివృద్ధి చెందిన యోగదృష్టి కల వారికి వెంటనే కనిపిస్తాయి! ఉన్నత శరీరాలు చూడగలిగే యోగి, నిమ్న శరీరాల అపవిత్రత వల్ల, ఉన్నత శరీరాలపై పడే ప్రభావం వెంటనే చూడగలుగుతాడు. శుద్ధమైన శాకాహారాన్ని, లేదా మాంసాహారాన్ని తీసుకున్నవారి మధ్య తేడాను వెంటనే అతడు చూడగలడు. మనిషి యొక్క పరిణామంపై ఈ తేడా ఎలా ప్రభావం చూపుతుందో చూద్దాం.

“అశుద్ధమైన వాహనాలు!”

ఆత్మశక్తిని ఉపయోగించుకోవడానికి, మనిషి తన శరీరాలన్నింటిని సాధ్యమయినంత వరకు అభివృద్ధి పరచుకోవాలి. దైవ స్థితికి చేరుకునే మార్గం కోసం, ఆత్మకు దేవతలచే శిక్షణ ఇవ్వబడే ఉన్నతమైన స్థితి ఉంది. ఈ స్థితి చేరడానికి మానవుడు మొట్టమొదటిగా చేయాల్సింది నిమ్న శరీరాలను తన ఆధీనంలో ఉంచుకోవడం నేర్చుకోవాలి. అందువల్ల ఆత్మ అనుమతించని ఏ ఆలోచన కానీ, భావం కానీ, వారిలో ఉదయించదు. అన్ని శరీరాలూ ఉన్నతమైన సామర్థ్యంతో ఉండాలి. శుభ్రంగానూ, స్వచ్ఛంగానూ ఉండాలి. మనిషి తన శరీరంలోకి అశుద్ధమైన ఆహారం తీసుకుంటున్నంత వరకు ఇది ఎలా సాధ్యపడదు. శుద్ధమైన ఆహారం తీసుకున్నప్పుడే ఇంద్రియాల గ్రహణశక్తి కూడా ఎక్కువగా ఉంటుంది. మాంసాహారం నుండి శాకాహారిగా మారిన వాడు తొందరలోనే రుచి,

వాసనలు తెలుసుకునే గుణం. ఇంతకు ముందు కన్నా పెరిగిందని తెలుసుకుంటాడు. అంతేకాదు వివిధ రకాల పదార్థాల సున్నితమైన వాసనల తేడాలు కూడా గ్రహించగలుగుతాడు.

ఇదే విషయం ఉన్నత శరీరాల పట్ల కూడా జరుగుతుంది. భౌతిక శరీరాల్లోకి అశుద్ధమైన పదార్థాన్ని తీసుకున్నప్పుడు, ఉన్నత శరీరాల గ్రహణ శక్తి కూడా స్వచ్ఛంగా ఉండదు. అందువల్ల ఆత్మకు ఉన్నత శరీరాలను ఉపయోగించుకోవడం చాలా కష్టమవుతుంది. యోగవిద్య నేర్చుకునే వారికి ఇది యదార్థమని తెలుస్తుంది. పూర్వకాలంలో యోగవిద్యలోని రహస్యాలను తెలుసుకున్నవారంతా శాకాహారులే. మాంసాహారం తీసుకునే వారు, వారి అభివృద్ధికి వారే ఆటంకాలు కల్పించుకున్నవారవుతారు.

భౌతిక తలంలోనే కాక ఇంకా ఉన్నతమైన దశలలో శరీరం కన్నా మనసుకూ, ఆత్మకూ ప్రాముఖ్యం ఉంటుంది. అయితే భౌతికం, పారమార్థికం రెండూ ఉన్నతంగా ఉండాలి. ఆత్మ నిగ్రహానికి, ఆత్మ అభివృద్ధికీ చాలా కష్టాలు ఎదురవ్వవచ్చు. శుద్ధమైన మనస్సు, శుద్ధమైన శరీరం కన్నా ఎక్కువ సహాయపడుతుంది. అయితే శరీరం కూడా ఎంతో ఉపకరిస్తుంది. అందువల్ల శరీరాన్ని నిర్లక్ష్యం చేయకూడదు. ఏదైతే మన అభివృద్ధికి ఆటంకం అవుతుందో దానిని ఖచ్చితంగా వదిలెయ్యాలి. మాంసాహారం భౌతిక శరీరాన్ని, పనికి రాని పరికరంగా మారుస్తుందనడంలో ఏ మాత్రం సందేహం లేదు. ఇలా జరగటం వల్ల నిమ్న తలాలకు చెందిన కోరికలను తీవ్రతరం చేసి, ఆత్మ మార్గంలో కష్టాలు కలిగిస్తుంది.

ఈ పనికిరాని అశుద్ధమైన పదార్థాలను భౌతిక శరీరంలోకి గ్రహించడం ద్వారా మనిషి మోటైన, అపరిశుభ్రమైన సూక్ష్మశరీరాన్ని నిర్మించుకుంటాడు. ఆ నీచమైన సూక్ష్మశరీరంతోనే చనిపోయిన తర్వాత మరుజన్మ యొక్క మొదటి భాగాన్ని గడపవలసి వస్తుంది. ఇలాంటి మోటైన పదార్థంతో శరీరాన్ని నిర్మించుకోవడం మూలాన అన్ని రకాల అవాంఛనీయమైన వ్యక్తులు అతనికి దగ్గరై అతని శరీరాలను నివాసంగా చేసుకుని వాటి నిమ్న కోరికలకు ప్రోత్సాహం అందిస్తూంటాయి. అతనికి పశువాంఛలు ఇక్కడ అధికమవ్వడమే కాకుండా, మరణానంతరం కూడా వాటి నుండి బయటపడటానికి ఎక్కువ కష్టపడతాడు. వేటి నుండి అయితే మనం పూర్తిగా స్వేచ్ఛను పొందాలనుకుంటున్నామో, వాటిని తీవ్రతరం చేసే ఈ మాంసాహారాన్ని వెంటనే, శాశ్వతంగా వదిలివెయ్యాలి.

“ప్రకృతి పట్ల మనిషి కర్తవ్యం!”

ప్రకృతి పట్ల మనిషి కర్తవ్యం అన్నింటి కన్నా ముఖ్యమైనది. ప్రతి మతం, మనిషి భగవంతుని వైపు తనను తాను మలచుకోవాలని, మంచి వైపు మరలాలనీ, అభివృద్ధి పథం వైపు ఎదగాలనీ బోధిస్తుంది. ఈ భౌతిక ప్రపంచంలో పాఠాలు నేర్చుకోవడానికి మనం ఎలాగైతే ఈ శరీరంలో ఉన్నామో, అలాగే అదే కారణం కోసం జంతువులు కూడా శరీరాన్ని తీసుకున్నాయని గ్రహించాలి. జంతువులలో కూడా దైవం ఉందనీ, సర్వప్రాణులూ దివ్యత్వాన్ని కలిగి ఉన్నాయనీ తెలుసుకోవాలి. అందువల్ల అవి మన సోదరులు! మన జిహ్వా చాపల్యాన్ని తీర్చుకోవడానికి వాటిని చంపేహక్కు మనకు లేదని తెలుసుకోవాలి.

ఈ జంతు వధను మనం ఎక్కడ వరకు తెచ్చామంటే, జంతువులన్నీ మన కళ్ళ ముందు నుండి మాయమయ్యే స్థితిని తెస్తున్నాము. ఇదేనా “విశ్వసౌభ్రాతృత్వం” అంటే? ఇదేనా మనం వస్తుందనుకుంటున్న కరుణామయ ప్రపంచం? ఇలాంటి క్రూరమైన జంతువధల ప్రభావం మనం ఉన్నత తలంలో పరిశీలిస్తే - ఈ చంపబడిన జంతువుల యొక్క ఆలోచనలు, భావాలు, భయం, బాధ, వాటి పట్ల జరిగిన అన్యాయం మనల్ని ఎలా చుట్టుముట్టాయో తెలుస్తుంది. మన చుట్టూ ఉన్న వాతావరణమంతా వీటితో నిండిపోయింది. చికాగో మరి అటువంటి పట్టణాల చుట్టూ కొన్ని మైళ్ళ దాకా పైన చెప్పినటువంటి “భయంకరమైన ఆరా (Aura)” కని పిస్తుందని అతీంద్రియశక్తులు కలవారి నుండి తెలుసుకున్నాను. ఇంగ్లాండు లో చాలా సంవత్సరాల క్రితమే Mrs. Ane Besent ఈ విషయం చెప్పారు.

చికాగో చేరకముందే ఆమె దాని చుట్టూ వున్న భయంకరమైన ఆరాను చూసి ఆమెకు విచారం కలిగి "మనం ఎక్కడ ఉన్నాం? వాతావరణంలో ఇటువంటి భయంకరమైన పరిస్థితి ఏ కారణం వల్ల కలిగింది?" అని ప్రశ్నించుకుంది. Mrs. Besent లాగా అందరూ దీన్ని గుర్తించలేకపోయినా వారు తమకు తెలియకుండానే దీని వల్ల కలిగే దుష్పరిణామాలను అనుభవిస్తూ ఉంటారు.

"కనిపించని భయంకర ఫలితాలు!"

చికాగో పట్టణంలో జంతువులను చంపడం వల్ల ఏర్పడ్డ దుష్పరిణామమే, ఆ పట్టణంలోని చాలా మంది, నరాల బలహీనత, మానసిక రుగ్మత లాంటి జబ్బులకు కారణం! రోజుకు ఎన్ని వేల జంతువులు చంపబడుతున్నాయో తెలియదు కానీ, ఆ సంఖ్య మాత్రం చాలా ఎక్కువగానే ఉంటుంది.

మనలా నిత్యమై, మరుజన్మ కలిగిన వ్యక్తులుగా కాకున్నా ఈ జంతువులు కూడా నిశ్చితమైన జీవితం భౌతికంగానే కాక, సూక్ష్మతలంలో కూడా కొంతకాలం జీవిస్తాయని గుర్తుంచుకోవాలి. తమ బాధ, భయం, తమకు జరిగిన అన్యాయం అంతా గుమ్మరించడానికి ఇవన్నీ సూక్ష్మతలంలో అలాగే ఉంటాయని గుర్తుంచుకోవాలి. జంతువులను చంపే కసాయి వాటికలలో ఎటువంటి భయంకర వాతావరణం నెలకొని వుంటుందో మనం తెలుసుకోవాలి. దివ్యదృష్టి కలిగిన వ్యక్తి జంతువుల ఆత్మలను చూడగలడు. చంపబడ్డ వాటి అనుభూతులూ, భావాలూ ఎంత శక్తి వంతంగా ఉంటాయో అవి అన్నిచోట్ల నుండి మానవజాతిపై ఎంత ప్రభావాన్ని చూపుతాయో కూడా అతను తెలుసుకోగలడు. అవి తక్కువ నిరోధక శక్తి గల పిల్లలపై ఎక్కువగా తమ దుష్పరిణామాన్ని చూపుతాయి. అటువంటి భయంకర పట్టణంలో పిల్లలను పెంచడం చాలా దుర్భరం. ఎందుకంటే అక్కడి వాతావరణమంతా రక్తపు సెగలతో నిండి ఉంటుంది. భౌతిక తలం మాత్రమే కాదు, సూక్ష్మతలంపై కూడా ఈ ప్రభావం పడుతుంది.

కళేబరశాల నుండి వచ్చే వెగటు, వాసన అక్కడ చుట్టూ ఉన్న వాతావరణాన్ని భయంకరంగా చుట్టి ఉంచుతుంది. ఈ కసాయిశాలలు చిన్న పిల్లల శరీరాలకే కాక, ఆత్మలకు కూడా ఉపద్రవాలను తెస్తాయి. చిన్నపిల్లల్ని ఇటువంటి క్రూరమైన పనులకు ఉపయోగించడం వల్ల వారి ఆలోచనలన్నీ చంపడం వైపే మరలుతాయి.

అంతేకాదు మనుషుల క్రూరమైన దాహానికీ, అమాయక జంతువుల అరుపులకూ మధ్య జరిగే భయంకరమైన యుద్ధాన్ని భరించలేని

సున్నితమనస్కులైన పిల్లలు కూడా ఉంటారు. ఒక చర్చి ఫాదర్ ఒక అబ్బాయిని కసాయిశాలలో పనికి ఉంచగా అతడు రోజూ ఆ భయంకరమైన పనిని చేయలేక, చూడలేక జబ్బు పడి, నీరసించి, తినలేక, నిద్రలేక బాధపడి చివరకు ఆ ఫాదర్‌వద్దకు వచ్చి, "నేను ఆకలితో చావనైనా చస్తాను కానీ ఆ రక్తపు మడుగులో నేను పనిచేయలేను" అని అన్నాడని నేను చదివాను. ఆ జంతువధ ఆ అబ్బాయిని నిద్రపోనీయలేదు. చాలా మంది పిల్లల పరిస్థితి ఇదే. వారు ఈ పనిలోనే ఉండి మొద్దుబారిపోయి, ఏదో ఒక రోజు మేకపిల్లనో లేక పంది గొంతునో కత్తిరించడం పోయి, మనిషినే చంపే స్థితికొస్తారు. అప్పుడు మనం అతడు తప్పు చేశాడని శిక్షించి "న్యాయం చేశాం" అని అనుకుంటాం.

కసాయి శాలల చుట్టు ప్రక్కల గల పిల్లలను పరిశీలించిన ఒక ఆమె అక్కడ పిల్లలకు చంపే ఆటలు తప్ప వేరే ఆటలు లేవనీ, జ ంతువుల పట్ల ఏ బంధము లేదనీ గ్రహించింది. హతుడు, హంతకుడు మధ్య వున్నా సంబంధం మాత్రమే ఉంటుంది. ప్రతినిత్యం హతమార్చడమనేదే, గొప్పగా చెప్పకుంటారు.

క్రైస్తవులు ఆ పిల్లలకు శిక్షణ ఇచ్చి తర్వాత ఆ ప్రదేశంలో ఎక్కువ హత్యలు జరిగితే మటుకు ఆశ్చర్యాన్ని వ్యక్త పరుస్తారు. అయినా పిల్లల పట్ల ఇలాంటి దుష్కృత్యం ఏమీ చేయనట్లు క్రైస్తవులు ప్రార్థనలు చేస్తూ, కీర్తనలు పాడుకుంటూ ఉంటారు. నిశ్చయంగా మాంసం తినే అలవాటు మనలోని నీతి తప్పేటట్లు చేస్తుంది. ఇటువంటి వాతావరణంలో భావి పౌరులను పెంచడం ఎంతవరకు సబబు? భౌతిక ప్రపంచంలో ఇది చాలా భయంకరమైన విషయం. మరి యోగపరంగా చూసినా ఇది చాలా తీవ్రమైన పరిస్థితి. యోగదృష్టి కలవారు ఈ శక్తులు మానవజాతిపై ఎలాంటి ప్రభావాన్ని చూపిస్తున్నాయో, అవి వారిలో క్రూరత్వాన్ని ఎలా తీవ్రతరం చేస్తున్నాయో చూడగలరు.

చాలా మంది అర్థం చేసుకోలేనంత ఎక్కువగా ఈ ప్రపంచంపై ఈ అమాయక జంతువుల వధ తన ప్రభావాన్ని చూపిస్తుంది. వాతావరణంలో నిరంతరం కారణంలేని భయాందోళనలు ఉంటాయి. మీ పిల్లలు చాలా మంది అనవసరంగా వివరించలేని భయాలతో ఉంటారు. ఎందుకు భయపడతారో తెలియకుండానే భయపడతారు. చీకటికి భయపడటం, కొన్ని క్షణాలు ఒంటరిగా ఉన్నా భయపడడం జరుగుతూ ఉంటుంది. దీనికంతటికీ కారణం హతమైన ఆ జీవుల యొక్క రోదనలే. మీ అమాయకమైన పిల్లలపై ఇదంతా ప్రభావం చూపుతుందని తెలుసు కోకుండా మీరు మీ సోదరులను (జంతువులు) హత్య చేస్తున్నారు.

ఖచ్చితంగా ఒక మంచికాలం వస్తుంది. అపుడు ఈ భయంకరమైన పరిస్థితి నుండి మనం స్వేచ్ఛను పొంది, మన నాగరికతపై ఉన్న నల్లమచ్చను తొలగించుకుని, ఉన్నత దశలకు ఎదిగి, భయాల నుండి ద్వేషాల నుండి స్వేచ్ఛను పొందుతాం.

"రాబోయే మంచి తరుణం!"

స్త్రీ పురుషులు సరియైన దృక్పథాన్ని కలిగి ఉంటే, తొందరలోనే మనందరం ఈ కసాయితనం నుండి స్వేచ్ఛను పొందుతాం. సామాన్య వ్యక్తికి కరుణ అనేది తెలిస్తే, అంత క్రూరంగా ప్రవర్తించడు. అతడు ఈ భయంకరమైన నేరంలో తాను కూడా భాగం అవుతున్నాడని తెలుసుకోలేక పోతున్నాడు. అయితే నిజాలు నిజాలే! వాటి నుండి ఎవ్వరూ తప్పించు కోలేరు! ఎవరైతే ఈ క్రూరత్వం కొనసాగించడానికి సహాయపడుతున్నారో, వారంతా ఏ మాత్రం సందేహం లేకుండా దీనికి బాధ్యత వహించాల్సిందే. "మేము చాలా సామాన్యమైన వాళ్ళం. ఈ పరిస్థితిని మేమెలా సరిదిద్దగలం?" అని అనుకోవచ్చు. కానీ సామాన్యమైన వాళ్ళయినా ఎదిగి మరింత నాగరికత పెంపొందించుకుంటే ఉన్నత శ్రేణికి చెందిన నాగరికతను నెలకొల్పవచ్చు.

మనిషికి మాత్రమే కాకుండా మిగతా క్రింది స్థాయి జీవరాశికి కూడా స్వర్ణయుగం రాబోతోంది. ఆ కాలంలో మనుషులు తమ తమ్ముళ్ళ (జంతువులు) పట్ల తమ కర్తవ్యాన్ని ఎరిగి, వారిని నాశనం చేయకూడదనీ, సహాయం చేయాలనీ తెలుసుకుంటారు. ఈ జంతువులకు శిక్షణ ఇచ్చి తద్వారా వాటి నుండి ద్వేషాన్ని కాక ప్రేమనూ, భక్తినీ, స్నేహాన్నీ, సహకారాన్ని

పొందుతారు. ప్రకృతిలోని అన్ని శక్తులూ ఏ అనుమానమూ లేకుండా విశ్వసౌభ్రాతృత్వంతో, కలిసికట్టుగా చివరి వరకు పనిచేసే కాలం రాబోతోంది! ఎందుకంటే మనందరం ఆ గొప్ప భగవంతుని యొక్క సంతానమే.

కనీసం ఈ ప్రయోగాన్నైనా చేసి చూద్దాం. ఈ భయంకరమైన నేరాల సంక్లిష్టత నుండి స్వేచ్ఛను పొంది, ప్రతి నిర్మల హృదయమూ కాంక్షించే శాంతి, ప్రేమతో నిండిన కాలానికి దగ్గరగా చేరడం కోసం మనకున్న పరిధిలో మనమందరం శాయశక్తులా ప్రయత్నిద్దాం. ఆ కాంతులీనే భవిష్యత్తు కోసం మనమందరం ఇటువంటి ప్రయత్నం చేయడానికి ఖచ్చితంగా సంసిద్ధులవుదాం.

- C.W. Leadbeater

మనల్ని మనం శుద్ధం చేసుకోవాలంటే మన ఆలోచనలనూ, మన పనులనూ, మన ఆహారాన్ని శుద్ధ పరచుకోవాలి. ఈ విధంగా చేయడం వల్ల మనం ఒక ఉదాహరణగా వుండి భగవంతుని యొక్క ప్రేమనూ, కరుణనూ విస్తరింప చేస్తాం. అందుచేత ఈ పశుత్వానికీ, క్రూరత్వానికీ

స్వస్తి చెబుదాం. అందరం ఆనందంగా జీవిద్దాం. దీనికి అందరూ చెయ్య వలసినవి రెండే రెండు. (1) హింసను వదలాలి. అంటే జీవహింస, జంతు వధ, మాంసభక్షణ మానాలి. (2) హంసను పట్టుకోవాలి. అంటే శ్వాసమీద ధ్యాస వుంచి ధ్యానం చెయ్యాలి. అదే ఆనందమయ జీవన మార్గం.

- బ్రహ్మర్షి పత్రీజీ

" ధ్యానం - మాంసాహారం "

- తటవర్తి వీరరాఘవరావు

ప్రపంచాన్ని ధ్యాన జగత్ చేయాలనే సంకల్పంతో బ్రహ్మర్షి పత్రీజీ ప్రపంచమంతా పర్యటిస్తున్నారు. ధ్యానం చేయించడం ద్వారా ప్రతి ఒక్కరిలో వుండే చెడు గుణాలు తొలగించి వారిని సమాజ సేవకు అంకితమయ్యేలా చేస్తున్నారు.

వారి పర్యటనలో వారు రెండు విషయాలే ఎక్కువగా ప్రస్తావిస్తారు. అవి 1.హింసను మానండి, 2.శ్వాసను గమనించండి వీటి ద్వారా ప్రతి ఒక్కరికీ పత్రీజీ చెప్పే సందేశమేమిటంటే 1.మాంసాహారం మాని జీవహింసను ఆపండి! 2.శ్వాసను గమనిస్తూ ధ్యానం చేయండి. యోగులుగా మారండి! అంటూ ముఖ్యంగా ఈ రెండు విషయాలనే చెబుతున్నారు. అంటే మాంసాహారం మానడం వల్ల శారీరక శుద్ధి జరుగుతుందని, ధ్యానం చేయడం వల్ల మనశ్శుద్ధి జరుగుతుందని, ఈ రెండిటి వల్ల ప్రతి ఒక్కరూ ఇప్పుడు "ఉన్నస్థితి" నుండి "ఉన్నతస్థితి" పొందగలరని ఆయన పదే పదే చెబుతున్నారు.

కానీ ఎన్నోతరాల నుండి ఈ మాంసాహారం ఆచారంగా వస్తూండటం వల్ల ఇది తప్పగా కానీ, ఒక జీవిని హింసిస్తున్నామనే భావం కానీ, ఒక పాపకార్యం చేస్తున్నామనే భావం కానీ చాలా మందికి లేదు! అందుకే ఎన్నో వేల కుటుంబాలు ఈ జీవులను అంటే కోడి, మేక, చేప, రొయ్యి మొ॥గు వాటి పెంపకాన్నే జీవనాధారంగా చేసుకున్నారు.

సాటి ప్రాణులను పెంచి సంహరిస్తున్నామనే భావం లేకుండా అది ఒక వృత్తిగా స్వీకరించారు. తినేవారు కూడా అది చనిపోయిన జంతువును అంటే ఒక శవాన్ని తింటున్నామనే భావం లేకుండా మామూలు ఆహారం తీసుకుంటున్నామనుకుంటున్నారు.

గమనిస్తే సమాజంలో గురువులు కాని, పెద్దలు కాని, మాంసాహారం గురించి వారి ఉపన్యాసాలలో, ప్రసంగాలలో, బోధలలో, ఎక్కువగా ప్రస్తావించటం లేదు. కానీ బ్రహ్మర్షి పత్రీజీ ప్రతి ప్రసంగంలోనూ, ప్రతిచోట మాంసాహారం గురించి ప్రస్తావిస్తూ "మానవుని పతనానికి ఇదే కారణం! అలాగే మానవుని ఉన్నతికి ఇదే అవరోధం! ఇంతకు మించిన పాపకార్యం ఏదీ లేదు! దీని వల్ల ఎన్నో అనర్థాలు కలుగుతాయి" అని చెప్తూ అందరి చేతా మాంసాహారాన్ని మాన్పిస్తున్నారు.

అందుచేత మాంసాహారం గురించి మనం కొంచెం తెలుసు కోవలసిన అవసరం వుంది. భగవద్గీతలో, పురాణాలలో, శాస్త్రాలలో జీవహింస గురించి మహాత్ములు, యోగులు చెప్పిన విషయాలు మనం

తెలుసుకుందాం.

చిత్తూరు జిల్లా యేర్పేడు గ్రామం వ్యాసాశ్రమ వ్యవస్థాపకులు సద్గురు మళయాళస్వామి వారు వ్రాసిన గ్రంథం “శుష్క వేదాంత తమో భాస్కరం”లో అహింస గురించి చెప్పిన విషయాలు కొన్ని తెలుసుకుందాం.

1. “భూత దయకు సమమైన పుణ్యం లేదు, ప్రాణిపీడనం కంటే గొప్ప పాతకం లేదని శ్రీ నారద మహర్షి తెలియజేశారు”
2. “మనస్సు చేత, మాట చేత, పనుల చేత సర్వకాల సర్వావస్థల యందు ఒక ప్రాణినైనా బాధ కలుగచేయకుండుటయే అహింస” అని మహాత్ములైన మహర్షులు చెప్పి యున్నారు.
3. “అహింసకు సమమైన ధర్మము లేదు; అహింసకు సరియైన తపము లేదు; అహింసకు సమమైన గొప్పదానము లేదని” తపోధనులైన మునిశ్రేష్టులు చెప్పియున్నారు.
4. “జీవకారుణ్య వ్రతమెవరికి కలదో వారికి ఇతరములైన తపము, దానములు, వ్రతములు, తీర్థ యాత్రలు మొ॥ ఏవియూ పనిలేదు”
5. “అశ్వమేధాధియాగములందు ఏ దాన ఫలము గలదో, సప్తసాగర తీర్థస్నానఫలమేది గలదో, గోదానాది షోడశ మహాదానములచే ఏ ఫలము గలదో అది అంతయూ అహింస యొక్క కోటి ఫలములలో ఒక్క భాగము కూడా కాదు”
6. “అహింస కంటే శ్రేష్ఠమయిన ధర్మం లేదు; హింస కన్నా వేరే అధర్మము లేదు”

భగవద్గీతలో:

శ్లో॥ ఆత్మౌపమ్యేన సర్వత్ర పశ్యతి యోఽర్జున।
సుఖం వా యది వా దుఃఖం స యోగీ పరమో మతః॥ (6-32)

తా॥ “ఓ అర్జునా! ఎవడు సమస్త భూతముల యొక్క సుఖ దుఃఖాలు, తన సుఖ దుఃఖాలుగా చూస్తాడో, వాడే అందరిలో నాకెక్కువ ప్రియుడు”. ఇది నా నిశ్చితాభిప్రాయం. అనగా తన శరీరానికి కలిగిన బాధ ఎంత కష్టంగా వుంటుందో, అలాగే సమస్త జీవు ల యొక్క బాధ కూడా, వాటికి అంత కష్టంగా ఉంటుందని తెలుసుకోవాలి.

ఇక్కడ మనం ఒక విషయం ఆలోచిద్దాం. ఒక వ్యక్తి ఒక కోడి పీక కోస్తున్నప్పుడు పొరపాటున అతని వేలు తెగితే ‘అబ్బా’, ‘అమ్మా’ అంటూ చాలా బాధపడతాడు. మరి కోడిని కోస్తే అది ఎంత బాధపడుతుంది? అది కూడా మనలాంటి జీవే కదా?

శ్లో॥ తా నహం ద్విషతః క్రూరా న్సంసారేషు నరాధమాన్।
క్షిపా మ్యజస్ర మశుభా నాసురీష్వేవ యోనిషు ॥ (16-19)

తా॥ “సర్వ జీవుల యందు ఆత్మ స్వరూపుడి నైవున్న నన్ను హింసించు

క్రూరులైన దుష్టులను, జనన, మరణములతో ఉండు దుఃఖకరమైన, ఘోర సంసార మందు, మాటిమాటికీ పడవేసి వారిని బహు దుఃఖకరమైన అసురయోను లందు పుట్టించెదను"

శ్లో॥ అసురీం యోని మాపన్నా మూఢా జన్మని జన్మని।
మా మప్రాప్యైవ కౌన్తేయ తతో యాన్త్యధమాం గతిమ్ ॥ (16-20)

తా॥ ఓ అర్జునా ! అట్లు అసురయోనియందు పుట్టిన ప్రాణి హింసకులైన మూఢులు ప్రతి జన్మనందు నన్ను పొందు మార్గం తెలియక, అందుండి అధోగతి పొంది, బహుకాలం దుఃఖభూయిష్టమైన ఘోర నరకమును పొందుదురు.

ఈ విధముగా సాక్షాత్తూ శ్రీ కృష్ణ పరమాత్మ గీతలో "జీవహింస" గురించి తెలియ చేశారు.

ఇంకొక విషయం! ఎవరైనా మానవుడు చనిపోతే శవమని చెప్పి ఎంత గొప్పవారినైనా మొదట ఇంటి బయట వుంచుతారు. అక్కడ కూడా ఎక్కువ సేపు వుంచితే వాసన వచ్చి పురుగులు పట్టి ఆ ఇంటి వారికే కాదు, చుట్టు ప్రక్కల వారికి కూడా అరిష్టమని కూడా దహనం చేయడమో, పూడ్చి పెట్టడమో, చేస్తారు. శవాన్ని చూసివచ్చిన వారు కూడా స్నానం చేస్తే కానీ ఇంట్లోకి వెళ్లరు. మరి శవాన్ని చూస్తేనే అంత అరిష్టమని స్నానం చేసి శుద్ధి చేసుకుంటున్నారు కదా? జంతువును చంపితే అది కూడా శవమే కదా? మరి ఆ శవాన్నే తినేస్తున్నారు. ఈ దోషం ఏం చేస్తే పోతుంది. అందుచేత శవాన్ని తినడం ఎంత ఉత్తమమో ఆలోచించాలి.

శవాలను శవపేటికలలో మాత్రమే వుంచుతారు, పవిత్రమైన మానవ శరీరంలో ఉంచరు.

రామాయణంలో జీవహింస గురించి :-

ఆంజనేయస్వామి లంకానగరంలో సీతాదేవిని చూసి తిరిగి రాముల వారి దగ్గరకు వచ్చినప్పుడు, శ్రీరామచంద్రుల వారు విషయాలను చెప్పమన్నారు. అప్పుడు ఆంజనేయస్వామి, లంకా నగర వైభవాన్ని వర్ణిస్తూ, రాక్షసులు శివభక్తులనీ, వారు నిత్యం శివ ధ్యానం చేస్తారని చెబుతూండగా, శ్రీరాములు వారు ధనస్సును క్రింద పడవేసి "అటువంటి శివభక్తులను నేను సంహరించను" అన్నారు.

అప్పడు సుగ్రీవుడు సంజ్ఞ చేయగా, సంగతి గ్రహించిన ఆంజనేయ స్వామి వెంటనే "అంతటి శివభక్తులైనా రాక్షసులు పరమదుర్మార్గులు ! వారు జీవహింసాపరులు, మాంస భక్షకులు" అని చెప్పటంతో శ్రీరాముల వారు వదలిన ధనస్సును మరల తీసుకొని రాక్షసులు ఎంతటి శివ భక్తులైనా, శివధ్యానులైనా వారు జీవహింసా పరులు, మాంసభక్షకులు కాబట్టి వారిని సంహరిస్తాను అన్నారు.

దీనిని బట్టి "ఎవరైనా, వారు ఎంతటి భక్తులైనా, పూజలు, భజనలు, ప్రార్థనలు, నామ జపాలు చేస్తున్నా, ఎంతటి భగవత్ ధ్యానులైనా, మాంసభక్షణ చేస్తే భగవంతుని శిక్షకు పాత్రులవుతారని" రామాయణం ద్వారా కూడా మనం తెలుసుకోవచ్చు.

వేమన యోగీంద్రులు :-

1. పక్షిజాతి బట్టి పరగ హింసల బెట్టి
కుక్షి నిండ కూడు కూరుటకును
వండి తినెడివాడు వసుధ ఛండాలుడు"
విశ్వధాభిరామ వినురవేమ!

తా॥:- "పక్షులను పట్టుకుని, వాటిని హింసించి పొట్టనింపడా నికి వాటిని చంపి వండుకుని తినేవాడు చండాలుడు" అన్నారు.

2. దొమ్మమాయ కొరకు అమ్మవారికి వేట
లిమ్మటండ్రి ఇదేమి రిమ్మ తెగులో?
అమ్మవారి పేర అందరూ తినుటకా?
విశ్వదాభిరామ వినురవేమ.

తా॥:- "దొమ్మ రోగం పోవటానికి దేవతలకు జంతువుల్ని బలిస్తూం టారు. అమ్మవారి పేరు చెప్పి తాము తినటానికే బలిస్తారు. తప్ప, వేరేమీ కాదు" అన్నారు.

3. జీవి జీవిని జంపి జీవికి బెట్టంగ
జీవి తాను బలసి చెలగుచుండు
జీవ హింసకులకు చిక్కునా మోక్షంబు?
విశ్వదాభిరామ వినురవేమ

తా॥:- "ఒక ప్రాణి, మరొక ప్రాణిని చంపి వేరొక ప్రాణికి పెడితే తిన్నది బలుస్తుంది. కానీ జీవిని చంపి, జీవహింస చేసిన వారికి ఎప్పటికీ మోక్షం రాదు. అంటే దుఃఖం పోదు అన్నారు వేమన.

అంతేకాదు జంతువధ గురించి బైబిల్‌లో జీసస్ ప్రభువు యొక్క ఆదేశం ఈ విధంగా ఉంది.

"Thou Shalt Not Kill" (10 ఆజ్ఞలలో 5వ ఆజ్ఞ)

"నీవు ఎవరినీ చంపకు".

వర్థమాన మహావీరుడు :- "జీవించు, జీవించనివ్వు"

పవిత్ర ఖురాన్ సందేశం :- "అల్లా మాంసాన్ని, రక్తాన్ని ఇష్టపడడు"

ఈ విధంగా మహాత్ములందరూ జంతువధ, జీవహింస, మాంసభక్షణ గురించి మానవాళికి తమ సందేశం ఇచ్చారు. కానీ మనం వాటిని పట్టించుకోకుండా తప్పు చేస్తున్నాం.

మానవుని శరీరం శాఖాహార నిర్మితం. అలాగే జంతువులలో కొన్ని జంతువులు శాఖాహార నిర్మితమైనవి ఉన్నాయి. అవి ఆవు, గేదె, లేడి, ఏనుగు, జిరాఫీ మొదలైనవి. ఈ జంతువులన్నీ ఆహారం దొరకకపోతే, చావడానికైనా సిద్ధపడతాయి కానీ, మాంసాన్ని మాత్రం ముట్టవు. ఈ విషయం వాటి కంటే ఉన్నతమైన మానవులు ఎందుకు ఆలోచించడం లేదు?

అందుచేత మాంసాహారం మానాలి. జంతువధ ఆపాలి. జీవహింస చేయకూడదు. పత్రిగారి సందేశం పాటించాలి. ఆయన మార్గంలో పయనించాలి. ధ్యానం చెయ్యాలి. జీవితాన్ని ధన్యం చేసుకోవాలి.

"జంతువులకు, వృక్షాలకు చాలా తేడా వుంది !"

- తటవర్తి వీరరాఘవరావు

బ్రహ్మర్షి పత్రి గారు వారి ఉపన్యాసాలలో ప్రముఖంగా రెండే విషయాలు ప్రస్తావిస్తూంటారు. అవి "మాంసాహారం మానాలని, శ్వాసమీద ధ్యాస ఉంచి ధ్యానం చెయ్యాలని". ఇందులో రెండో విషయం అందరూ బాగానే అర్థం చేసుకుంటున్నారు. కాని మాంసాహారం మానటం అన్నది చాలా మందికి ఇబ్బందికరంగా వుంది. ఎందుచేతనంటే అది ఒక పాప కార్యంగా ఎవరూ భావించడం లేదు. పైగా అంతా జిహ్వా రుచికి అలవాటు పడి, దానికే ప్రాముఖ్యం ఇస్తున్నారు. కానీ పాపం గురించి, పాప కర్మ గురించి, దుర్భరమైన, దుఃఖపూరితమైన వీటి ఫలితాల గురించి, ఎవరూ ఆలోచించడం లేదు.

అలా మాంసభక్షణ చేస్తూ, జీవ హింస చేస్తూ, నోటి రుచికే ప్రాముఖ్యం ఇస్తున్నారు. ఎవరైనా మాంసాహారం మానండని చెప్పితే, వారు తమ సుఖం వదులుకోలేక, తమ అలవాటు మానలేక, చెప్పిన వారిని విమర్శిస్తున్నారు. పైగా ధ్యానం చేస్తే మాంసాహారం మానమంటున్నారని చెప్పి మాంసాహారం మానలేక, ధ్యానాన్నే మానేస్తున్నారు. వీరి ఉద్దేశ్యం ధ్యానం చేస్తే మాంసాహారం మానేయాలనుకుంటున్నారు, కాని ధ్యానం చేసినా, చేయకపోయినా మాంసాహారం మాత్రం ఖచ్చితంగా మానాలని తెలుసుకోలేకపోతున్నారు. ఎందుకంటే అది ఒక పాపకార్యం కాబట్టి.

ఇంకా కొంతమంది ఏమంటారంటే పత్రి గారు మాంసాహారం మానమంటున్నారు, తిడుతున్నారు, మా గురువుగారు ధ్యానం చేసుకోమన్నారు, కాని మాంసం మానమని చెప్పలేదు. అందుకే మేము వేరే ధ్యానం చేస్తున్నామని పిరమిడ్ మాస్టర్లకు చెబుతున్నారు.

ఇంకా కొంతమంది ఏమంటారంటే? అసలు భగవంతుడు జంతువులను మన కోసమే పుట్టించాడు. మనమే కనుక మాంసం తినకపోతే, భూమండలం జంతువులతో నిండిపోదా? అని వాదిస్తూంటారు.

అంతే కాకుండా శాఖాహారం తినమంటున్నారు. శాఖాహారమంటే ధాన్యం, పళ్ళు, కూరగాయలే కదా ?, ఇవన్నీ మొక్కలు, వృక్షాల నుంచి వచ్చినవే కదా ? మొక్కలలో, వృక్షాలలో ప్రాణం వుంది కదా? మరి వాటిని తింటే అదీ పాపమే కదా? శాకాహారం తింటూ మీరు కూడా పాపం చేస్తున్నారు కదా? ప్రాణం ఉన్న చెట్లను, వృక్షాలను నరికినప్పుడు మేము మాంసాహారం తింటే తప్పేమిటి? దానికి, దీనికి తేడా ఏమిటి? అని వాదిస్తూంటారు.

కొంతమంది పైకి అనకపోయినా లోపల సందేహపడుతూంటారు. కాని కొంచెం ఆలోచిస్తే ఈ వాదనలన్నీ తాము చేసే పని

సమర్థించుకోవటానికే తప్ప ఇంకొకటి కాదు. గమనిస్తే మాంసాహారానికి, శాఖాహారానికి చాలా తేడా వుంది.

ఎందుకంటే "వృక్షాలకు, జంతువులకు చాలా బేధం వుంది. కాని మానవులకు, జంతువులకు చాలా దగ్గరి సంబంధం వుంది".

ముందుగా మనం మానవులకు, జంతువులకు ఉన్న పోలికలు చూద్దాం. మానవుల్లాగే జంతువులు సంచరించగలవు. అలాగే మానవులు భుజించినట్లే జంతువులు కూడా తమకు ఇష్టమైనవి భుజించి, ఆనందిస్తున్నాయి. మానవులు నిద్రించినట్లే, జంతువులు నిద్రిస్తున్నాయి. మానవులులాగే జంతువులు కూడా మైధునంలో పాల్గొంటున్నాయి. మానవుల్లాగే సంతానం పొందుతున్నాయి. మానవుల్లాగే జంతువులకు పుత్రవాత్సల్యం వుంది. అవి కూడా తమకు ఇష్టమైనవి చూసి ఆనందిస్తు న్నాయి. ఏదైనా బాధ కలిగితే మానవుల్లా రోదిస్తాయి. మానవుల్లా జంతువు లకు కూడా విపరీతమైన మరణభయం వుంది. ఎవరైనా ఒక జంతువును చంపడానికి ప్రయత్నిస్తే మానవుల్లాగే ప్రతిఘటిస్తుంది. నిస్సహాయ స్థితిలో మానవులు కేకలు వేసినట్లు ఆక్రందిస్తాయి. భయంకరమైన శబ్దాలు చేస్తాయి. చనిపోతే మానవుల శరీరం ఎలా కుళ్ళిపోయి వాసన వస్తుందో, జంతువుల శరీరం కూడా చనిపోయిన తరువాత కుళ్ళిపోయి వాసన వస్తుంది. చూడటానికి కూడా చాలా అసహ్యంగా తయారవుతుంది. ఇవన్నీ మనం చూస్తూనే వున్నాం. ఇలా జంతువులకు, మానవులకు చాలా దగ్గర సంబంధం మనకు కనబడుతుంది.

కాని జంతువులకు, వృక్షాలకు చాలా భేధం ఉంది. ఎందుచేత నంటే జంతువుల్లా వృక్షాలు చరించలేవు. ఒకచోటు నుండి మరో చోటుకు కదల్లేవు. అలాగే జంతువుల్లా వృక్షాలు శబ్దాలు చేయవు, అలాగే జంతువుల్లా వృక్షాలు పిల్లలను కనలేవు, ఇలా ఎన్నో బేధాలు వున్నాయి. జంతువుల శరీర భాగాలైన కాలు కాని, తోక కాని, అలాగే ఏ భాగం నరికినా తిరిగి రాదు, కాని వృక్షం కొమ్మ నరికితే ప్రక్క నుంచి తిరిగి కొమ్మ వస్తుంది.

వృక్షాలలో జీవం వున్నా, వాటికీ జంతువులకూ చాలా తేడా వుంది. అంతే కాదు కూరగాయలు, ఫలాలు, కాయధాన్యాలు లాంటి శాఖాహారం తప్పని ఏ శాస్త్రం చెప్పలేదు. అంతే కాదు ఫలాలు మొదలైన వాటిలో జీవశక్తి ఉన్నా అవి జడాలు వాటికి జీవ జంతువుల్లాగ మనస్సు, బుద్ధి, చిత్తం, జ్ఞానేంద్రియాలు లేవు. ఇంద్రియాలు ఎప్పుడైతే లేవో అప్పుడు దుఃఖం వుండదు.

చెట్లలో కూడా చైతన్యం వుంది కాని చెట్టు చైతన్యం అంత బాగా వికసించిలేదు. అందుచేత చెట్టును నరికితే అది ప్రతిఘటించదు, అదే జంతువును నరకడానికి ప్రయత్నిస్తే అది ప్రతిఘటించడం, అరవడం మనం చూస్తూనే వున్నాం. అలాగే సస్యాలను ఉద్భిజాలు అంటారు. మానవుల గోళ్లను, రోమాలను ఖండిస్తే ఎలా నొప్పి వుండదో సస్యాలను కోసినా

నొప్పి కలుగదు. అంతే కాదు సస్యాలు ఎక్కువగా సూర్యశక్తిచే తయారవు తున్నాయి. వాటిలో సూర్యశక్తి ఎక్కువగా ఉండడం వల్ల అవి భుజించిన వారికి జ్ఞానం కలుగుతుంది.

ఇలా అనేక బేధాలు వృక్షాలకు, జంతువులకు వున్నాయి. అందు చేత జంతువులను వృక్షాలతో పోల్చలేం. “శాఖాహారానికి, మాంసాహారానికి చాలా వ్యత్యాసం వుంది”. అంతే కాదు మనమంతా ఎవరినైతే దేవుళ్లని పూజిస్తున్నామో వారంతా శాఖాహారం పాపమని చెప్పలేదు. ప్రపంచంలోని గొప్పవాళ్ళందరూ శాఖాహారులే.

అంతేకాదు చనిపోయిన జంతువుల శరీరాలు మానవుల శరీరాలలాగే కుళ్ళిపోతాయి. వాసన వస్తాయి. కానీ చనిపోయిన వృక్షాలు ఎంతోకాలం వుంటాయి. కుళ్ళవు. వాసన రావు. వాటిని మానవులు ఇంటి అవసరాలకు అంటే గుమ్మాలు, తలుపులు, కిటికీలకు వాడుకుంటాం. ఎన్నో సంవత్సరాలు అవి ఉంటాయి.

భగవద్గీతలో ఈ క్రింది శ్లోకం చూద్దాం

శ్లో॥ **పత్రం, పుష్పం, ఫలం, తోయం యోమిభక్త్యా ప్రయచ్ఛది,**
తదహం భక్త్యుపహృతం అన్నామి ప్రయాతాత్మనః (భ॥గీ॥9-26)

తా॥ ఎవరైనా నాకు ప్రేమతోను, భక్తితోను, ఆకును గాని, పువ్వును గాని, పండును గాని, నీటిని గాని సమర్పిస్తే దానిని నేను స్వీకరిస్తాను అని శ్రీ కృష్ణ భగవానుడు తెలిజేస్తున్నాడు.

అలా శ్రీ కృష్ణ భగవానుడు శాఖాహారాన్ని సమర్పించమన్నాడు కాని మాంసాహారాన్ని సమర్పించమనలేదు. అందుచేత భగవంతుడు శాఖాహారాన్ని పాపకార్యంగా పేర్కొనలేదు. సమర్పించమనే తెలియ జేస్తున్నారు. అందుచేత శాఖాహారం తీసుకుంటే పాపం చేసినట్లు కాదు, కాని మాంసాహారం తీసుకుంటే పాపం చేసినట్లే.

జీసస్ క్రైస్ట్ ఈ విధంగా తెలియజేశారు. ; "THOU (YOU) SHALL NOT KILL" (10వ ఆజ్ఞలో 5వ ఆజ్ఞ) అంటే “నువ్వు చంపవద్దు” అని స్పష్టంగా ఆజ్ఞగా చెప్పారు. అంటే ఎవరిని చంపవద్దు అని ఆయన ఆదేశం.

కాని క్రైస్తవులు ఈ ఆదేశం మానవుల విషయంలో వర్తిస్తుంది. జంతువుల విషయంలో వర్తించదని భావిస్తున్నారు. కాని కొంచెం ఆలోచిస్తే చంపడం (KILL), హత్య (MURDER) అనే రెండు పదాలు ఉన్నాయి. హత్య అనే పదాన్ని మానవుల విషయంలో మాత్రమే వాడతారు.

మరి జీసస్ మానవుల విషయంలో ఆ ఆజ్ఞను ఇచ్చి వుంటే చంపటం అనే పదానికి బదులు హత్య అనే సరియైన పదాన్నే ప్రయోగించే వాడు కదా? జీసస్ సరియైన పదాన్ని ప్రయోగించలేనంత తెలివ తక్కువవాడు, తెలియనివాడు కాదు కదా? చంపడం (KILL) అంటే దేనిని చంపడమైనా కావచ్చు, అంటే జంతువులనైనా సరే. అదే ఆయన ఆజ్ఞ. మరి క్రైస్తవులు భావించినట్లు చంపడం (KILL) అంటే మనుషులను

చంపడమే అని జీసెస్ భావించి ఉంటే హత్య (MURDER) అనే పదాన్నే ప్రయోగించి ఉండేవాడు కదా?

కాని క్రైస్తవులు తమ అలవాటును సమర్థించు కోవటం కోసం, ఆ ఆచారాన్ని కొనసాగించడం కోసం రకరకాల అర్థాలు, వాఖ్యానాలు చెబుతున్నారు. కాని ఏ రకమైన అర్థాలు తీసుకోవలసిన అవసరం లేదు. ఎందుచేతనంటే జీసస్ తన ఆదేశాలలో స్పష్టంగా పేర్కొన్నారు. "నీవు చంప వద్దు" అంటే క్రైస్తవులు చంపకూడదు అని అర్థం. అందుచేత ఎప్పడైనా విషయం స్పష్టంగా లేనప్పడు వ్యాఖ్యానం అవసరం కాని ఇక్కడ విషయం స్పష్టంగా వుంది. "నువ్వు చంపవద్దు" అన్నది స్పష్టమైన ఆదేశం. దానికి మన వ్యాఖ్యానం ఎందుకు? ఆయన ఆదేశాన్ని పాటించడమే మన కర్తవ్యం.

నిజంగా క్రైస్తవులకు జీసస్ మీద ప్రేమ వుంటే జంతు వధను ఆపి, మాంస భక్షణ మానాలి. "ప్రాణులను చంపవద్దు" అనే భగవంతుని ఆదేశాన్ని ఉల్లంఘించి మేము భగవంతుని మీద ప్రేమను చూపిస్తున్నాం. భగవంతుని ప్రేమను సాక్ష్యాత్కారించుకోవడానికి ప్రయత్నిస్తున్నాం. హృదయ పూర్వకంగా ఆయన సేవలు చేస్తున్నాం అని అనడంలో అర్థం లేదు. ఎందు చేతనంటే భగవంతుని ఆదేశాలు పాటించనప్పడు ఆయన మీద ప్రేమ ఏమైనట్టు? ఆయనను ప్రేమిస్తున్నట్లైతే ఆయన ఆదేశాలకు అవిధేయులుగా వుండలేం కదా? మీరు అవిధేయులు అయితే మీ ప్రేమ నిజం కాదు.

కాని చాలా మంది అది అంత ముఖ్యమైన విషయం కాదని తేలికగా తీసేస్తూంటారు. కాని ఏ అంశాన్ని వదిలినా మీ లెక్కలలో తేడా వస్తుంది. మీరు తరువాత ఎన్ని కూడికలు తీసివేతలు చేసినా తప్ప తప్పగానే ఉండి పోతుంది. దాని తరువాత లెక్కలన్నీ తప్ప అవుతాయి. ధర్మ శాస్త్రాలలో మనకు ఇష్టమైన దానిని ఉంచుకుని మనకు ఇష్టం లేని దాన్ని వదల్లేం. అలా చేస్తే మనం అనుకున్న ఫలితాలు పొందలేం.

ఉదాహరణకు ఆవుకు దాణావేస్తే పాలు ఇస్తుంది. పాలు పితుక్కోవడం మనకు నచ్చే పని. దాణా వేయడం కష్టమైన పని. కష్టమైన పని అని దాణా మానేస్తే, ఇష్టమైన పాలు మనకు లభించవు. అలాగే ధర్మశాస్త్రం లోని కఠినమైన భాగాలు తీసి వేసి, మనకిష్టమైన భాగాన్ని అనుసరిస్తానంటే సరిపోదు. భగవంతుడు చెప్పిన విధులన్నీ యధాతధంగా పాటించాలి. కాని మనకు అనుకూలమైనవి మాత్రమే అనుసరిస్తే భగవంతుని కృపను మనం పొందలేం. దేని కోసమైతే ఆయనను ప్రార్థిస్తున్నామో అది నిష్ప్రయోజనం అవుతుంది. మన దుఃఖాలు, రోగాలు, బాధలు, తీరవు; జీవితం దుఃఖమయమవుతుంది. అందుచేత మనం చేసే పనిని సమర్థించుకునే ప్రయత్నం మానాలి. అఖరలేని సాకులు కారణాలు వెతకవద్దు. హింసను వదలాలి. హంసను పట్టుకోవాలి. ఆఖరుగా చెప్పేదేమిటంటే మాంసాహారాన్ని మానాలి. ధ్యానం చెయ్యాలి.

మాంసాహారం

కొందరి మహా పురుషుల అభిప్రాయాలు

❍ "జంతువులను ఒక్కపెట్టున నరకడం, చాలాసేపు రక్తం కార్చుతూ చంపడం దోషపూరితం, అధమం మరియు దయా రహితం అలాంటి వారు అంత్య సమయంలో శిక్ష అనుభవించవలసి వస్తుంది." **- కబీర్**

❍ "జంతువుల గొంతులు కోయటాన్ని, వాటి చర్మాన్ని వలవటాన్ని, వాటిని ముక్కలు ముక్కలుగా కోయటాన్ని మానవుల కళ్ళు ఎలా సహిస్తాయో నా కర్థం కావడం లేదు? అతడి ముక్కు ఆ దుర్వాసనను ఎలా సహిస్తుంది? ఈ దుర్గంధం, ఈ మురికి అతడి నోటి రుచిని చెడగొట్టదా? మానవుడు ఇతరుల ఎముకల నుండి ఎలా రుచి పొందగలడు? వాటి ప్రాణాంతక గాయాల నుండి మూలగను, రక్తాన్ని ఎలా పీల్చగలడు?

మనం ఆత్మ రక్షణార్థమని పులులను, తోడేళ్లను తినం. కానీ మనకేమీ హాని తలపెట్టని, వాడియైన పళ్ళుకానీ, విషపు కొండి గానీ లేని నిర్దోషులైన జీవులను చంపుతున్నాం. వేటినైతే ప్రకృతి కేవలం అందం కోసం, శోభ కోసం సృష్టించిందో వాటిని చంపుతున్నాం. మనకు సిగ్గనిపించదు. కొద్ది మాంసం కోసం వాటి ప్రాణాన్ని లాక్కుంటున్నాం." **- ప్లూటార్కు**

❍ "మాంసం తినడం పరమార్థంలో ఒక పెద్ద ఆటంకం." **-జాన్ వేస్లీ**

❍ "నా పరిస్థితి విచిత్రంగా వుంది. నేను ఆవు మాంసం తింటేనే నా ప్రాణం నిలబడుతుందని వైద్యులు హామీ ఇస్తున్నారు. కానీ ఇతరుల రక్త మాంసాలను భక్షించటం కంటే నేను మరణించడవే వేలు అనుకుంటాను." **-జార్జి బెర్నార్డ్‌షా**

❍ "మాంసాన్ని తినే మేము నడుస్తూ, తిరుగుతూ ఉన్న సమాధులం. వీటిలో మా జిహ్వా చాపల్యం కోసం చంపబడిన జంతువుల శవాలు పూడ్చి పెట్టబడ్డాయి".

"శవాల కుళ్ళు మాంసాన్ని పీక్కుతినే కాకుల వలె మేము మాంసం తింటూ జీవిస్తున్నాం. దీనివల్ల జీవులకు భయంకరమైన బాధ, కష్టం కలుగుతుందనే దాని గురించి మాకు చింతలేదు. మేము పట్టించుకోం"

-జార్జి బెర్నార్డ్‌షా

❍ "జంతువుల పట్ల క్రూరత్వం చూపటం మూర్ఖత్వమే కాక పరమాత్మను అవమానించడమే అవుతుంది." **-థామస్ న్యూటన్**

❍ "ఒక మేక తనను చంపడానికి సిద్ధంగా ఉన్న కసాయి వాడిని అడుగుతుంది. ఆకులు, అలములు తినే మాలాంటి వారం. మా గొంతు కోయించుకోవలసి వస్తే? ఇతరుల గొంతు కోసి తినే మీ లాంటి వారి గతి ఏమవుతుంది?" **- భాయీ గురుదాస్**

❍ "ప్రాణంతో ఉన్న జంతువులను చంపేవారు తాము ఎవరినైతే చంపుతున్నారో వారిచేతిలో తాము కూడా మరణించవలసి వస్తుందని

మరవకూడదు. తాను చేసిన కర్మలను ఎపుడో ఒకప్పుడు ఫలితాలు అనుభవించక తప్పదనే విషయాన్ని మానవుడెప్పుడూ మరువకూడదు.”

- గురు రవిదాస్

❍ “జీవ హత్య చేసేవారు ఖురాన్ శరీఫ్ మొత్తాన్ని కంఠస్తం చేసినా, ఎంతగా విద్వాంసులమని చెప్పకున్నా నిజానికి వారి హృదయాలు జీవుల మాంసం తినడం వల్ల మలినం అయిపోయాయి. జీవులను చంపి వాటి మాంసాన్ని తినే వారి అంత్య సమయం దుఃఖ దాయకమవుతుంది. వారి తలపై వారు చేసిన కర్మల పెద్ద భారం వుంటుంది. వారు ఎట్టి పరిస్థితు ల్లోనూ నరకపు దుఃఖాల నుండి తప్పించుకోలేరు.” **- దరియా సాహెబ్**

❍ జీవులను చంపేవారు, చంపించేవారు, అమ్మేవారు, వండేవారు, వడ్డించేవారు, మాంసం కోసేవారు, తినేవారు, తినిపించేవారు ఈ ఎనిమిది రకాల వారు హత్యలో భాగస్వాములే. **- మనుస్మృతి**

❍ “ముల్లా ఎందుకు అరుస్తూ ‘బాంగ్’ ఇస్తావు. అల్లాకు చెముడు లేదు. ముప్పై రోజులు ఉపవాసాలుండి, హింస చేసి, చంపి మాంసం తింటావు. మరి ఖుదా దర్శనం నీకు ఎలా కలుగుతుంది? అసలును విస్మరించి ఘోర పాపాలను మూట కట్టుకుంటావు. **- గరీబ్ దాస్‌జీ.**

❍ మాంసం తినేవారి, మద్యం త్రాగేవారి హృదయం కఠోరమవు తుంది. ఇలాంటి కఠోర హృదయంలో పరమాత్మ ప్రకాశం ప్రకటితం కాదు.

- దాదూ దయాల్

❍ ఈ శరీరాన్ని పోషించుకోవడానికి ఇతర ప్రాణులను వధించడ మెందుకు? చీమలో, ఏనుగులో, పశువులో, మానవుడిలో అందరిలో వున్నది ఆ ఒక్కడైన పరమాత్మయే. **- మలూక్ దాస్**

❍ చంపిన జంతువు మాంసం తినడానికి యోగ్యం ఎలా అవుతుంది. పాపపు పనులు చేసి స్వర్గాన్ని ఎందుకు కాలదన్నుకుంటావు? జిహ్వారుచి కోసం జన్మను ఎందుకు నాశనం చేసుకుంటావు. **-పరసాజీ**

❍ కసాయివాడి వలె హింసాపూర్వకమైన పనులు చేస్తూ, అలాంటి క్రూరమైన ఆలోచనల్లోనే మునిగి వుండే వ్యక్తి దుష్టుడు, దురాచారుడు, పిరికివాడు, హంతకుడు, పరమ పాతకుడు మరియు దుష్టబుద్ధి గలవాడై ఉంటాడు. ఇలాంటి నీచమైన పద్ధతుల్లో డబ్బు గడించేవాడు చివరకు ఖచ్చితంగా నరకానికి పోతాడు. ఇలాంటి ప్రవర్తన గలవాడు తన అమూల్య మైన మానవ జన్మను పెంటకుప్పలో పారవేసుకుంటాడు. **- సంత్ నామదేవ్**

❍ ఒక మేక పరమాత్మ దర్బారులో న్యాయం కోసం చేసే ఫిర్యాదు “ఓ ప్రభూ మానవుడు నా శిరస్సును ఖండించాడు, అతడి శిరస్సును కూడా ఖండించండి. పేదలకు, ధనికులకు ఒకే రకంగా న్యాయం చెయ్యం డి” అని మేక పరమాత్మతో విన్నవించుకుంటుంది. **- వాజిద్ జీ**

❍ మానవుడు ఎలాంటి పరిస్థితిల్లోనూ మాంసం తినడం సరికాదు. మనం పశువుల కన్నా ఉన్నతులం. మాంసం తిని నిమ్న శ్రేణికి చెందిన జీవుల వలె ప్రవర్తించడం మనకు యుక్తం కాదు. **- మహాత్మాగాంధీ**

తటవర్తి వీరరాఘవరావు గారి రచనలు

1) జీవితశాస్త్రం (మొదటి భాగం)	- రూ.130/-
2) జీవితశాస్త్రం (రెండవ భాగం)	- రూ.130/-
3) జీవిత సత్యాలు	- రూ.130/-
4) భగవంతుడంటే	- రూ.130/-
5) సత్యమార్గం	- రూ.130/-
6) ఆత్మ శాస్త్రం	- రూ.130/-
7) ధ్యాన శాస్త్రం	- రూ.130/-
8) జ్ఞానరసగుళికలు (పత్రీజీ)	- రూ.130/-
9) పరమగురువుల ప్రబోధాలు (పత్రీజీ)	- రూ.130/-
10) భగవద్గీతా సారం - శ్రీ కృష్ణ సందేశం	- రూ.130/-
11) ధ్యాన శక్తి	- రూ.130/-
12) తెలుసుకోండి	- రూ.130/-
13) జీవిత సూక్ష్మాలు	- రూ.130/-
14) గీతాసందేశం	- రూ.100/-
15) కర్మ సిద్ధాంతం	- రూ.80/-
16) ధ్యానమంటే ?	- రూ.80/-
17) ఆత్మజ్ఞానం ఎందుకు?	- రూ.70/-
18) జ్ఞాన జ్యోతి	- రూ.70/-
19) జ్ఞాన కుసుమాలు	- రూ.70/-
20) దుఃఖ నివారణామార్గం	- రూ.60/-
21) బ్రహ్మాజ్ఞానం	- రూ.60/-
22) త్రివిధాలు	- రూ.60/-
23) ధ్యానం (పత్రీజీ)	- రూ.60/-
24) ధ్యానం వల్లనే జ్ఞానం	- రూ.60/-
25) అతీంద్రియ శక్తులు	- రూ.60/-
26) శాస్త్రాల అర్థం- అంతరార్థం	- రూ.60/-
27) విద్యార్థుల వికాసానికి ధ్యాన విద్య	- రూ.60/-
28) భూతదయే దైవత్వం	- రూ.60/-
29) ఆలోచించండి	- రూ.60/-
30) షిరిడీ సాయి సందేశాలు	- రూ.60/-
31) సంకల్పమంటే?	- రూ.50/-
32) ఈ జీవితం ఎందుకు?	- రూ.50/-
33) ఆశ్చర్యం... ఆశ్చర్యం	- రూ.50/-
34) నిర్వాణ మార్గం	- రూ.50/-
35) భాగవత సన్నివేశాల అంతరార్థం	- రూ.40/-
36) మౌన ధ్యానం	- రూ.40/-
37) మరోజన్మ (తటవర్తి రాజ్యలక్ష్మి)	- రూ.130/-
38) మనం ఇహలోకవాసులమా? పరలోకవాసులమా?	- రూ.20/-
39) శాకాహారమే మానవాహారం	- రూ.15/-
40) అహింస మరియు శాఖాహారం	- రూ.15/-

పుస్తకముల కొరకు :

తటవర్తి వీర రాఘవరావు,

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

సెల్ : 9440309812, 9490171853

మాంసాహారం విషాహారం - శాకాహారం శ్రేష్ఠాహారం

పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీస్ మూవ్‌మెంట్ - ఇండియా