బుద్ధుని పంచశీలాలు

రచన:

బ్రహ్మావిద్వరిష్ఠ
తటవర్తి రాజ్యలక్ష్మి గారు

బుద్ధుని పంచశీలాలు

రచన : బ్రహ్మవిద్వరిష్ఠ తటవర్తి రాజ్యలక్ష్మి

మొదటి ముద్రణ : నవంబరు, 2025
ప్రతులు : 2,000

వెల : రూ.70/-

పుస్తకముల కొరకు :-
తటవర్తి వీరరాఘవరావు,
తటవర్తివారి వీధి, భీమవరం - 534 201.
సెల్ : 94901 71853, 9440309812

విషయ సూచిక

1. బుద్ధుని పంచశీలాలు 3
2. విజయానికి ఐదు సూత్రాలు 9
3. ఏడు లౌకిక ధర్మాలు 15
4. శాస్త్రాలు ఎంతవరకు ఉపయోగించుకోవాలి? 19
5. జీసస్ భగవంతుని అడిగిన మూడు వరాలు 21
6. భ్రాంతి నుంచి కాంతి వైపుకి.. 26
7. కాలము - మనసు 39
8. మానవ జీవితం ధన్యం అవ్వాలంటే? 44
9. ప్రశాంతంగా జీవించాలంటే? 50
10. గురువు చెప్పినవి ఆచరణలో పెట్టుకోవాలంటే ? 59

తటవర్తి రాజ్యలక్ష్మి గారి రచనలు

1) మరోజన్మ	-	రూ.160/-
2) సాధనలో స్థితులు	-	రూ.80/-
3) జ్ఞానమాల	-	రూ.70/-
4) దత్తాత్రేయుని 24 మంది గురువులు	-	రూ.70/-
5) బుద్ధుని సూక్తులు	-	రూ.70/-
6) జీవిత పరమార్థం	-	రూ.70/-
7) అవిద్య అంటే?	-	రూ.70/-
8) బుద్ధుని పంచశీలాలు	-	రూ.70/-
9) మనసుకు వున్న మూడు దోషాలు	-	రూ.60/-
10) గురుపౌర్ణమి విశిష్టత	-	రూ.60/-
11) మానవుడు యోగిగా ఎదగాలంటే?	-	రూ.60/-
12) ఏది సరైన సాధన?	-	రూ.60/-
13) పంచకోశాలు	-	రూ.60/-
14) మానవుని కర్తవ్యాలు	-	రూ.50/-
15) చిత్తవృత్తులు ఎలా ఏర్పడతాయి?	-	రూ.50/-
16) ప్రీతి, భీతి, నీతి	-	రూ.40/-

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

బుద్ధుని పంచశీలాలు

"ధ్యాన సాధనలో ఎదగాలి అంటే ఏవైతే వదులుకోవాలో అవి వదులుకోవాలి, ఏవైతే అలవాటు చేసుకోవాలో అవి అలవాటు చేసుకోవాలి".

"ప్రాపంచిక జీవితంలో" జీవన విధానం వేరు, "ఆధ్యాత్మిక జీవితంలో" జీవన విధానం వేరు. ఆధ్యాత్మిక జీవితం అంటేనే "మంగలి కత్తి మీద నడకలాంటిది".

ధ్యాన సాధన అంటే ప్రపంచం వైపు ఉన్న మనసుని, ఆత్మవైపు త్రిప్పడం. ప్రపంచం వైపు, తిరిగిన మనసు దుఃఖమనే సముద్రంలో ఉంటుంది, ఆత్మవైపు త్రిప్పిన మనసు ఆనందమనే సముద్రంలో ఉంటుంది.

బుద్ధ భగవానుడు సాధకులకి పంచ నియమాలనే "పంచశీలాలు" ఇవ్వడం జరిగింది.

1.ఏ జీవిని హింసించకూడదు:-

బుద్ధుడు చెప్పిన మొదటి విషయం "హింస" ఆపమని, శ్వాస తీసుకునే ఏ జీవిని కూడా హింస చేయకూడదు అని అన్నాడు.

అందుకే బుద్ధ భగవానుడు ప్రత్యేకంగా చెప్పాడు "శ్వాస తీసుకునే ఏ జీవిని కూడా హింస చేయకూడదు". మొక్కలు మానవుడి 'ఆహారం' కోసం సృష్టించబడ్డాయి. అందుకే వాటిని నరికినా "రక్తం" రాదు, "కొండలు" తవ్వినా "రక్తం" రాదు, "ఖనిజాలను" తవ్వి తీసినా "రక్తం" రాదు..... కానీ "శ్వాస" తీసుకునే ప్రతి జీవిలోను "రక్తం" వస్తుంది. అందుకే కొన్ని "నియమాలు" మానవులకు చెప్పడం జరిగింది. శ్వాస తీసుకునే జీవులకు నొప్పి, బాధ ఉంటుంది.....కాబట్టి ఆ జీవుల్ని చంపకూడదు అని చెప్పాడు.

మీ ప్రాణం మీకెంత విలువైనదో 'వాటి ప్రాణం' కూడా వాటికి అంతే "విలువైంది". ఎప్పుడైతే సాటి జీవుల మీద మీరు దయ చూపిస్తారో,

వాటి మీద హింస ఆపుతారో, అహింస మార్గంలో పయనిస్తారో, అహింసలో జీవిస్తారో మీలో దయాగుణం పెరుగుతుంది. దయా గుణమే భగవంతుడికి ఇష్టమైన గుణం.

ఎందుకంటే భగవంతుడిని చేరుకోవాలి అంటే "క్రూరత్వాన్ని" వదలగలగాలి, "దయతో" జీవించాలి. 'క్రూరత్వం' పెంచుకుంటే 'రాక్షసుడులా' జీవిస్తారు, 'దయను' పెంచుకుంటే 'దైవంగా' ఎదుగుతారు. కాబట్టే మీలో దయాగుణం రావాలి అంటే మొదట అహింసలోకి రావాలి.

మీలాగే అవి కూడా భూమి మీద బ్రతకడానికి, నేర్చుకోవడానికి, ఎదగడానికి వచ్చాయి. కాబట్టి వాటి మీద దయ చూపించి హింస నుంచి అహింసలోకి రావాల్సిందే. ఇది ఒక సాధకుడికి బుద్ధుడు చెప్పిన మొదటి సూత్రం.

2. "ఎదుటి వారు ఇస్తే కానీ వారిది ఏదీ తీసుకోకూడదు" :

మనకు చనువుంది కదా అని వెళ్ళి చెప్పకుండా తీసుకోవడం! లేదా దొంగతనంగా, దౌర్జన్యంగా తీసుకోవడం ఇవన్నీ తెలియకుండానే చేస్తారు. కాని "దొంగతనం", "దౌర్జన్యం" ఈ రెండు తప్పుడు పనులే, పాపపు పనులే! ఈ రెండు కూడా మిమ్మల్ని అధర్మ మార్గంలో పయనింపచేస్తాయి.

ధర్మాన్ని రక్షించని వాళ్ళకి ఎప్పుడైతే ఈ రెండూ అలవాటు అవుతాయో..... మొదటిసారి 'చిన్నతప్పు' చేస్తారు, ఆ తర్వాత 'పెద్దతప్పు' చేస్తారు! మానవుడిగా ఉండి "మహనీయుడుగా" ఎదగవలసిన వారు 'ధర్మాన్ని' ఎప్పుడూ తప్పకూడదు. ధర్మంగా ఉండాలి అంటే "నీది కాని వస్తువులను" ఏ రోజు ముట్టుకోకూడదు. వాళ్ళు ఇస్తే తీసుకోవడంలో తప్పులేదు కాని వాళ్ళకి తెలియకుండా తీసుకోకూడదు.

ఎందుకంటే భగవంతుడు మెచ్చేది ధర్మమే. "నీది పదిమందికి త్యాగబుద్ధితో పంచు" కానీ ఎవరిదీ ఆశించకు. అందుచేత "నీకు ఇవ్వబడింది",

"నువ్వు అనుభవిస్తున్నది" అంతా నీకే కాదు, అందరి కోసం కూడా!

అందుకే త్యాగ బుద్ధితో అనుభవించు అని ఈశావ్యాషోపనిషత్తు కూడా చెప్తుంది. మీరు ఇంకొకళ్ళ దగ్గర నుంచి దౌర్జన్యంగా, దొంగతనంగా తీసుకున్నారంటే ! మీ మనసు ఇంకా "ప్యూరిటీ" కానట్టే, అధర్మంలో జీవించినట్టే.

ఎప్పుడైతే దొంగతనం, దౌర్జన్యం రెండు మానేస్తావో 'ధర్మ మార్గంలో' నడవడానికి అవకాశం ఉంటుంది. భగవంతుడు మెచ్చే "గుణాలను" అలవాటు చేసుకుంటే ఫలితం ఉంటుంది. మీ అలవాట్ల ప్రకారం జీవించి, సాధన చేస్తే ఫలితం ఉండదు, ఫలితం ఇవ్వని పని చెయ్యడం వ్యర్థం.

3. ఏది మాట్లాడినా "సత్యంగా", "స్వచ్ఛంగా" ఎదుటి వాడికి "సంతోషం" కలిగించే విధంగా మాట్లాడాలి :

అప్రియంగా! పరుషంగా! హేళనగా! అవమానకరంగా మాట్లాడితే అలా మాట్లాడటం వల్ల మీ శక్తిని కోల్పోతారు. అదే మాట.....ప్రేమగా! దయగా! సంతోషంగా! జ్ఞానపరంగా! స్వచ్ఛంగా! ఉంటే మీకు"వాక్ శుద్ధి" వస్తుంది.

మీరు ఎవరైనా దుఃఖంలో ఉన్నప్పుడు ఒక మాట ఓదార్పుగా మాట్లాడితే దాని వల్ల వాళ్ళు తృప్తి పడినప్పుడు మీకు ఎంతో సంతృప్తిగా ఉంటుంది. చాలామందికి బిడ్డలు పోయి, భర్త పోయి, నడి వయసులో ఉన్నప్పుడు తీరని దుఃఖం ఉంటుంది! దుఃఖం ఉన్నప్పుడు కోపం ఉంటుంది. ఎదుటి వాళ్ళే కారణమనుకుంటారు! ఎదుటి వాళ్ళు కారణం కాదు అని "ఆత్మ జ్ఞానం" నేర్చుకున్నాక అర్థమౌతుంది.

నేను ఈ మధ్య ఒక ఊరు క్లాస్ చెప్పడానికి వెళ్ళాను. అక్కడికి ఒక ఆవిడ వచ్చింది. ఆవిడకి "చిన్న పిల్లలు". భర్త యాక్సిడెంట్ లో పోయాడు! చాలా దుఃఖంలో ఉంది, క్లాస్ కు వచ్చింది. క్లాస్ అయిపోయింది, బాగా ఏడుస్తుంది, మాట్లాడితే ఏడుస్తుంది! ఏమిటి కారణం చెప్పు? అంటే అప్పుడు కారణం చెప్పింది. నేను "కర్మ సిద్ధాంతం" చెప్పాను. నీ జీవితాన్ని నువ్వే

నిర్ణయించుకుని భూమ్మీదకి వచ్చావని ఎంతో నచ్చచెపితే "ఓదార్పు" వచ్చి "ఏడవటం" ఆపింది. అంటే ప్రతి ఒక్కరి జీవితంలో దుఃఖం ఉంది, ఏ జన్మలోనో హింస చేశారు, ఈ జన్మలో ఇలా బ్రతుకుతున్నారు అని చెప్పాను. నా మాట ద్వారా ఆమెకు కొంత ఓదార్పు వచ్చింది.

మాటే కదా అని ఎలా పడితే అలా మాట్లాడి మన క్రింద వాళ్ళని అవమానిస్తూ, విసుక్కుంటూ, కోపంగా మాట్లాడితే ప్రతి మాట కర్మ అవుతుంది..... అందుకే జాగ్రత్తగా మాట్లాడాలి.

గొప్పల కోసం పోయి అసత్యం మాట్లాడకూడదు! కావలసిన వాడికి ఒక మాట, అక్కర్లేకపోతే ఇంకొక మాట. ఇలా కాదు మాట్లాడటం..... నీ శత్రువు అయినా, మిత్రుడైనా సత్యమే మాట్లాడాలి. "సత్యం" చాలా గొప్పది. అది మాట్లాడాలంటే మీకు చాలా నిగ్రహం ఉండాలి. అలాగే స్వచ్ఛంగా అవతల వాడికి అర్థమయ్యేటట్లు చెప్పాలి...

మీ దగ్గరికి ఎవరైనా జ్ఞానం నేర్చుకోవాలని వచ్చారు, మీకు తెలిసినవే చెప్పాలి, మీ తెలివి తేటలు ఉపయోగించకూడదు! లేనివి చెప్పకూడదు! గురువు ఏది చెప్పాడో అదే చెప్పాలి, అది కూడా స్వచ్ఛంగా మాట్లాడాలి, ఇది వస్తుంది, అది వస్తుంది అని ఆశ పెట్టకూడదు.

నీకు థర్డ్ ఐ వస్తుంది! ఆస్ట్రల్ ట్రావెల్ వస్తుంది! అని చెప్పటం కాదు. ఫస్ట్ నీ దుఃఖానికి, నీ కష్టానికి కారణం గత జన్మల్లో "కర్మలు", అవి అనుభవించడానికే, వర్తమానంలో నువ్వు ఈ జన్మ తీసుకున్నావు అని స్పష్టంగా చెప్పాలి.

4.మీ ఇంద్రియాలను మంచి పనులకు ఉపయోగించాలి:

మీరు నోటి ద్వారా ప్రేమ పూర్వకంగా, జ్ఞానవంతంగా, సత్యంగా మాట్లాడాలి. అలాగే కళ్ళు ఒక మంచి 'సత్ గ్రంధ పఠనానికి' ఉపయోగించాలి. చెవులు ' జ్ఞానవంతమైన మాటలు' వినటానికి ఉపయోగించాలి. అలా జీవించినప్పుడు "సంతృప్తికరమైన జీవితం" ఉంటుంది.

అంతే తప్పించి మీ ఇంద్రియాలను వృధా చేసుకున్నా, దుర్వినియోగం చేసినా అంటే చేయకూడని పనులు చేసినా ఇవ్వబడిన ఇంద్రియాల యొక్క శక్తి వెనక్కి తీసుకోబడుతుంది. అప్పుడు జీవితం ఎంతో దుఃఖభరితం అవుతుంది.

అందుకే ఇంద్రియాలకు ప్రతిరోజు రెండున్నర గంటలు విశ్రాంతి ఇస్తే అంటే ధ్యానం చేస్తే, వాటిని సరైన విధంగా ఉపయోగించుకుంటారు.

5. "ఎట్టి పరిస్థితుల్లో మద్యపానం చేయ కూడదు":-

ఈ మద్యపానం వల్ల నష్టం ఏమిటి అంటే? వీళ్ళకి మనసు సరిగ్గా పనిచేయదు! మనసు పని చెయ్యప్పుడు ఇష్టం వచ్చినట్లు మాట్లాడతారు.... ఇష్టం వచ్చినట్లు ప్రవర్తిస్తారు. అందుకనే ఒక "తాగుబోతుని" గమనించండి, చేతలతో హింస చేస్తాడు, లేకపోతే మాటలతో హింస చేస్తాడు. మనసు నిశ్చలంగా ఉండదు, చంచలంగా ఉంటుంది. అందుచేత మద్యపానం తీసుకుంటే సాధకుడికి "మాట" నిలకడగా ఉండదు. ఇలా ఉండడంవల్ల "త్రికరణ శుద్ధిని" కోల్పోతారు.

అందుకే ధ్యానులు ఎప్పుడూ కూడా "మద్యపానం" తీసుకోకూడదు. భగవద్గీతలో "శ్రీ కృష్ణులవారు" పంచమహా పాపాల్లో మద్యపానం ఒకటని చెప్పాడు. "బుద్ధుడు" కూడా పంచశీలాల్లోని మద్యపానం నిషేధమని చెప్పాడు. మరి ఇలాంటివి తెలుసు కున్నాక వాటిని ఆచరించాలి.

చాలామంది అతి తెలివిగా చెబుతారు. దేవతలు సురాపానం చేశారు కదా? అని. కానీ "దేవతలు చేయలేదు.....రాక్షసులే సురాపానం చేస్తారు". అందుకే వాళ్ళు చంచల మనస్కులు. వారు వాళ్ళ గురించే చూసు కుంటారు కాని విశ్వం గురించి చూడరు.

అందుకే బుద్ధుడు మద్యపానం వద్దు అని చెప్పాడు.

అందుకే ఒక ధ్యాని ఏ విధంగా ప్రవర్తించాలో బుద్ధుడు ఈ ఐదు సూత్రాల ద్వారా చెప్పడం జరిగింది.

మీరు సాధన చేస్తున్నారు, మీకు ఎన్నో విషయాలు తెలిసి ఉండవచ్చు.

గురువు ద్వారా వినొచ్చు లేదా పుస్తకాల ద్వారా తెలుసుకోవచ్చు కానీ మరిచిపోతారు.

అందుకే ప్రతి విషయాన్ని పదే పదే మననం చేసుకుంటూ వుండాలి. ఒకసారి 'వినడం' వల్ల మరిచిపోతారు, పదేపదే 'మననం' చేసుకోవడం వల్ల గుర్తుచేసుకొని ఆ విధంగా ఆచరిస్తారు.

ముఖ్యంగా బుద్ధుడు బోధించిన పంచశీలాలు మరల మరల గుర్తు చేసుకోవాలి.

YouTube ఛానెల్‌లో ప్రసారమయ్యే తటవర్తి దంపతుల కార్యక్రమాలు

a) Channel Name : Tatavarthy Veera Raghava Rao. ఇందులో 2500 పైగా వీడియోలలో తటవర్తి దంపతుల సందేశాలు ఇవ్వడం జరిగింది.

b) అలాగే PMC వారు కూడా బ్రహ్మర్షి తటవర్తి వీరరాఘవరావు గారి యొక్క YouTube Channel ప్రారంభించారు. Channel Name : Brahmarshi Tatavarthy Veera Raghavarao

c) తటవర్తి దంపతుల దగ్గర ట్రైనింగ్ అయిన మాస్టర్ల సందేశాల కొరకు Tatavarty Spiritual Trainees ఛానెల్‌లో చూడండి.

d) Direct గా YouTube app లోకి వెళ్ళి search bar లో Tatavarthy Veera Raghava Rao అని టైపు చేస్తే తటవర్తి దంపతుల అన్ని వీడియోలు చూడవచ్చు.

విజయానికి ఐదు సూత్రాలు

అంతా ఏ పని చేస్తున్నా సక్సెస్ అవ్వాలని అనుకుంటారు. అలాగే ఈ ధ్యాన మార్గంలో ఎదగాలంటే విజయాన్ని ఎలా పొందగలరో తెలుసుకుందాం. ముఖ్యంగా 5 సూత్రాలు పాటించాలి.

1. మీ మీద మీకు విశ్వాసం ఉండాలి:-

మీరు ఈ మార్గంలో సేవ చేయాలన్నా, క్లాసులు చెప్పాలన్నా ప్రకృతికి అనుగుణంగా ప్రవర్తించాలి. అప్పుడు ప్రకృతి సహకారం మీకు లభిస్తుంది.

అలా ప్రకృతిని విశ్వసించినప్పుడు ప్రయత్నం ఇంకొంచెం గట్టిగా చేస్తారు. మనసులో భయం ఉన్నా, నేను చేయగలను కాబట్టే ప్రకృతి నాకు అవకాశం ఇచ్చింది అనుకుంటే ఆ భయాన్ని తొలగించుకోగలరు.

ధ్యాన సాధన అంటే స్వయంగా సంపాదించుకునే ధనం. ఈ ధనాన్ని మీరు ఆ భగవంతుడి నుంచే పొందుతున్నారు. ధ్యానం ద్వారా మీరు శక్తివంతులు అవుతే ఇంకొంచెం ముందుకు వెళ్ళడానికి మీకు అవకాశాలు ఉంటాయి.

అందుకే మీరు ఏదైనా పని మొదలు పెట్టినప్పుడు ఆ పనిలో విజయం రావాలి అనుకుంటే ముందు మీ మీద మీకు విశ్వాసం ఉండాలి..

2.ఏ పనైనా మీకు ఎవరైనా చెప్తే ఆ పని నా ఎదుగుదలకే అని ఆ పనిలో ఉత్సాహం చూపించాలి:-

ముఖ్యంగా నెగిటివ్ ఆలోచన మీకు రాకూడదు. బుద్ధుడు నీకు ఎదురైన ప్రతి సంఘటన, ప్రతి పని నీకోసం సృష్టించబడింది అది నువ్వే చేయాలి అని చెప్పారు.

అంటే ఒక పని మీ ముందుకు వచ్చింది అంటే ఆ పని వల్ల మీకు ఏదో లాభం ఉంది. ఉదాహరణకు స్పీచ్ ఇవ్వడానికి మీరు పేరు ఇచ్చారు అంటే నేచర్ మిమ్మల్ని ఒప్పుకున్నట్టే.

ఎప్పుడైతే మీరు చెప్పడం ప్రారంభిస్తారో అప్పుడు ఎక్కువ స్వాధ్యాయం చేస్తారు, ఆ విషయాలను జ్ఞాపకం పెట్టుకుంటారు, అలా మీరు ఎదగడానికి ప్రయత్నిస్తారు. అందుకే చేసే పనిలో ఉత్సాహం ఉండాలి.

ఉదాహరణకు ఒక పంట ఇంటికి రావాలి అంటే రైతు చేసే కృషిని ఒకసారి గమనించండి, విత్తనాలు వేసి పంట ఇంటికి వస్తుందని గట్టు మీద కూర్చోరు, ప్రతి నిమిషం ఆ పొలాన్ని గమనిస్తూనే ఉంటారు.

ఎక్కడ కలుపు మొక్కలు వచ్చాయా ? పురుగులు పడుతున్నాయా? నీరు వస్తుందా? నీరు తక్కువయిందా? అని ఆ పొలాన్ని ప్రతి క్షణము గమనిస్తూనే ఉంటారు.

అలా గమనించినప్పుడు ఎక్కడ ఏ లోటు ఉందో అది సరిచేసుకుంటూ ఉంటారు. అలాగే ఈ భూమి మీదకి సత్యాన్వేషణకి వచ్చిన మీరు సత్యం దర్శనం కావాలి అంటే ఎంతో నేర్చుకోవాలి, ఎన్నో పనులు చేయాలి. అందుచేత ప్రతి పని నా ఎదుగుదలకే అని ఆ పనిలో ఉత్సాహం చూపించాలి. అప్పుడు సాధకుడు ఒక మెట్టు పైకి వెళ్తాడు.

3. తప్పుల్ని ఒప్పుకునే ధైర్యం ఉండాలి :-

మీరు చేసే పనిలో ఏదైనా పొరపాటు జరిగితే అది స్పీచ్ అయినా, మరొక పని అయినా ఏదైనా పొరపాటు జరిగితే ఒప్పుకోవాలి, ఒప్పుకోకుండా ఎదుటివాడి మీద తోసేద్దాము, బుకాయిద్దాము అని ఎప్పుడూ చూడకండి. పొరపాట్లు ఎవరైనా చేస్తారని తెలుసుకోండి.

జీవితంలో పొరపాట్లు ఎవరైనా చేస్తారు. కారణం మాయ, అజ్ఞానం, అహంకారం వల్ల.

దీనికి ఒక చిన్న ఉదాహరణ నా జీవితంలో జరిగిన అనుభవం నేను చెప్తాను. నేను ఎస్.ఎస్.ఎల్.సి. చదివేటప్పుడు మాథ్స్ లో క్లాస్ ఫస్ట్, ప్రాబ్లమ్స్ అన్నీ కూడా నేను బాగా సాల్వ్ చేస్తూ ఉండేదాన్ని. మా లెక్కల మాస్టర్ కు కూడా నేనంటే చాలా ఇష్టం, నన్ను బెస్ట్ స్టూడెంట్ అనేవారు. ఈ

అహం నాలో చాలా ఉండేది.

మాథ్స్ నాకు బాగా వచ్చు అనే గర్వం. ఈ అహంతో పరీక్షలకు వెళితే మాకు అవుట్ ఆఫ్ క్వశ్చన్స్ రెండు వచ్చాయి. పి.యు.సి ఎగ్జామ్ లో ఉండే రెండు ప్రాబ్లమ్స్ మాకు వచ్చాయి. నేను అహంతో ఆ ప్రాబ్లం సాల్వ్ చేయడానికి కూర్చున్నా, 18 సూత్రాలు ఉంటాయి అప్లై చేస్తే ఏదో సూత్రంలో అది సాల్వ్ అయిపోతుంది.ఇలా ఒకదాని తర్వాత ఒకటి, ఒకదాని తర్వాత ఒకటి ఇలా అప్లై చేస్తూ వుంటే అక్కడ బెల్ కొడుతున్నారు కానీ నాకు తెలియట్లేదు. అంటే ఇందులో లీనమైపోయాను, ఇలా చేస్తుంటే అక్కడ మూడు బెల్లులు కొట్టేసారు, నాలుగో బెల్లుకి మెలుకువ వచ్చింది. అప్పటికే రెండు గంటలు అయిపోయింది. అరగంట టైం మాత్రమే ఉంది. నేను కనీసం 25 మార్క్స్ తెచ్చుకుంటే కానీ పాస్ కాలేనే అని గబగబా ఆ జామెట్రీ రాసేసి బయటకు వచ్చేశా. కానీ ఎప్పుడూ క్లాస్ ఫస్ట్ వచ్చే నేను ఈసారి మాథ్స్ లోనే ఫైయిల్ అవుతానని ఏడుస్తూ ఇంటికి వచ్చాను.

ఎంతో బెస్ట్ స్టూడెంట్ అని పేరున్న నాకు ఫెయిల్ అయ్యే పరిస్థితి వచ్చింది. ఇంక ఆ సంవత్సరం లక్కీగా కరెక్ట్ గా 25 మార్క్స్ వచ్చాయి. మిగతా దాంట్లో 70% పైన రావడంతో ఫస్ట్ క్లాస్ మార్క్స్ వచ్చాయి.

అంటే ఇక్కడ నా అహం వల్ల ఏమైంది ఫస్ట్ మార్కులు 100 తెచ్చుకోగలిగిన స్టూడెంట్ ని నేను 25 మార్క్స్ తెచ్చుకొన్నాను. ఎందుకు అక్కడ నాకు అహం వచ్చింది కాబట్టి.

ఆ ప్రాబ్లం సాల్వ్ అవ్వకపోతే తరువాతకు వెళ్ళిపోవచ్చు, కాని వెళ్ళలేదు ఎందుకంటే అహం. నాకు ఎందుకు సాల్వ్ కాదు అనే అహం.

అందుకే తర్వాత మా పిల్లలకి చెప్తుంటాను, మీకు ఏ క్వశ్చన్ అయినా రాకపోతే అది అక్కడ వదిలేయండి, నెక్స్టకి వెళ్ళిపోండి. టైం ఉన్నప్పుడు లాస్ట్ లో మీరు ఆ క్వశ్చన్ కి ఆన్సర్ ట్రై చేయండి అంతేకానీ వచ్చు అనే అహంతో ఉండొద్దు అని చెపుతాను.

అంటే ఒక పొరపాటుని మనం గ్రహిస్తే ఆ పొరపాటు మళ్ళీ చేయకూడదని తర్వాత తరం వాళ్ళకి చెప్పే అవకాశం ఉంటుంది. అందుకే పొరపాట్లని ఎప్పుడూ ఒప్పుకోవాలి. మీలో మీరు ఒప్పుకుంటే సరిపోదు, పది మంది ఎదురుగా ఇలా చేయకుండా ఉండాల్సింది అని ఒప్పుకోవాలి.

భూమి మీదకి ఎందుకు వచ్చారు అంటే నేర్చుకుంటూ ప్రక్కవాళ్ళకి నేర్పడానికే వచ్చారు, అది నేను గురువుగారి వల్ల గ్రహించాను.

అందుకే మీరు ఏదైనా పొరపాటు చేస్తే ఆ పొరపాటును ధైర్యంగా ఒప్పుకోగలిగితే మీకు పాఠం అవుతుంది. అందుకే తప్పుల్ని ఒప్పుకొనే ధైర్యం సాధకుడికి ఉండాలి .

4.సవాళ్లను స్వీకరించే తత్వం ఉండాలి:-

మీకు స్వీకరించే ధైర్యం ఉంటేనే దాని గురించి ప్రయత్నిస్తారు. ఈ పని వీడేం చేయగలడు, వీడి వల్ల అవ్వదు అని వాళ్ళు మిమ్మల్ని అంటే తప్పకుండా చేస్తాను అని ధైర్యంగా మాట్లాడగలగాలి. నిజమే వాడు అంటున్నాడు కదా నేనేం చేయలేను, అని అనుకోకూడదు. వాడిలో ఏ ఆత్మశక్తి ఉందో నాలో కూడా అదే ఆత్మశక్తి పని చేస్తుంది అన్నది గ్రహించాలి.

ఆ ఆత్మ శక్తిని ఉపయోగించే వాడిని బట్టి వాడి సక్సెస్ ఉంటుంది. ఎప్పుడైతే మీకు ఒక సవాలు ఎదురయ్యిందో ఆ సవాల్ని కూడా దాటగలిగే శక్తి మీకు ఉంటుంది.

ఏదైనా కష్టం అనుకుంటే చేయరు, ఇష్టాన్ని పెంచుకున్నప్పుడు చక్కగా ఆ పని చేస్తారు. మీరు గమనించండి మీ జీవితంలో ఇష్టమైన వాళ్ళు ఏదైనా కోరారు అనుకోండి అది ఎంత కష్టమైనా చేస్తారు. మీ పాప అత్తారింటి దగ్గర నుంచి మీ ఇంటికి వచ్చింది అనుకోండి, అమ్మ నువ్వు చేసిన కోవ చాలా బాగుంది అన్నదంటే , ఒక కప్పు కాఫీ పెట్టుకోవడానికే మీకు చాలా బద్ధకం.కానీ అమ్మాయి అత్తవారి ఇంటి నుండి వచ్చింది పాప నేను చేసిన కోవా చాలా ఇష్టం అంటుంది అని ఒక రెండు, మూడు లీటర్ల పాలు తెప్పించి కోవా

అయ్యేవరకు కష్టపడుతారు.

ఇవి చిన్న చిన్నవే **"ఇంతకంటే ప్రపంచంలో కష్టమైనవి ఎదురైనప్పుడు భగవంతుడే నా ముందు ఈ పనిని సృష్టించి నాకు అప్ప చెప్పాడు"** అనే జ్ఞానం మీకు వచ్చినప్పుడు అది ఎంత కష్టమైనా చేస్తారు. ఎందుకంటే సృష్టిలో అందరికంటే మీరు ప్రేమించాల్సింది మిమ్మల్ని సృష్టించిన ఆ భగవంతుడినే. వీళ్ళందరూ కొన్నాళ్లే, కాని భగవంతుడితో బంధం శాశ్వత బంధం, జన్మ జన్మల బంధం.

ప్రపంచంలో ఉన్నవారి బంధం తగ్గించుకుంటూ భగవంతుడితో బంధం పెంచుకున్నప్పుడు ఏ పని కష్టం కాదు.

ఉదాహరణకు ఒక తండ్రి తన కొడుకుకి ఒక పెద్ద పని అప్ప చెప్పినప్పుడు, ఆ కొడుకు చేస్తూ ఉంటే తండ్రి నిరంతరము ఆ కొడుకు చేసే పనిని గమనిస్తూ వుంటాడు. ఇంటికి రాగానే ఎంతవరకు వచ్చింది ఇది చేశావా, అది చేశావా అని అడుగుతూ ఉంటాడు. కొడుకుని వదిలేయడు. వాడి ఎదుగుదల కోసమే ఆలోచిస్తాడు. అలాగే మిమ్మల్ని సృష్టించిన మీ తండ్రి అయిన భగవంతుడు మీకు ఒక పని అప్ప చెప్పినా, ఒక సవాలు మీకు ఇచ్చినా మీ శక్తికి మించింది ఎప్పుడూ ఇవ్వడు.

5. కష్టాలను ఎదుర్కొనే ధైర్యం ఉండాలి:-

ప్రతివారి జీవితంలో కష్టాలు ఉంటాయి. చాలామంది... ధ్యానుల జీవితంలో ఏ కష్టాలు ఉండవు, సమస్యలు తీరిపోతాయని అనుకుంటారు. ఎందుకంటే ధ్యానం చేసి ఆ కష్టాల నుంచి, ఆ సమస్యల నుంచి ఎలా బయట పడాలో వాళ్ళు ఆలోచించి తెలుసుకొని బయటపడుతూ ఉంటారు. సమస్యకి సమాధానం నీలోనుంచి వచ్చినప్పుడు నువ్వు అన్ని కష్టాలని దాటగలవు.

రాముని జీవితంలో కష్టాలు లేవా? కృష్ణుడి జీవితంలో కష్టాలు లేవా? మీరు చిన్నవాళ్ళు కాబట్టి మీకు చిన్న కష్టాలు, వాళ్ళు పెద్దవాళ్ళు కాబట్టి పెద్ద కష్టాలు. రాముని 14 ఏళ్ళు అడవులకి పంపితే హాయిగా

వెళ్ళిపోయాడు. మీరు 14 రోజులు ఇల్లు ఖాళీ చేసి ఉండమంటే ఎంత విలవిల లాడిపోతారు. 14 ఏళ్ళు అంటే మాటలా? 14 సంవత్సరాలు అయోధ్యను ఏలవలసిన చక్రవర్తి అడవులపాలై చిరునవ్వుతో ముందుకు సాగాడు. పోనీ రాముడు వెళ్తే వెళ్ళాడు మరి లక్ష్మణుడు, సీత కూడా కోరి కష్టాలను వరించారు. ఎందుకంటే సీతకి రాముడు ఉన్న చోటే అయోధ్య, లక్ష్మణుడికి రాముడి కంటే గొప్పవాళ్ళు ఎవరూ కాదు. చిన్నప్పటి నుంచి అన్నయతోటే చెలిమి, అన్నయనే అంటి పెట్టుకుని ఉన్నాడు. ఆ అన్నని వదలలేకపోయాడు కట్టుకున్న భార్యనైనా వదిలాడు కానీ చిన్నప్పటి నుంచి ప్రక్కనే అనుక్షణము ఉన్న అన్నయ్యను వదలలేదు. వారి కష్టాల ముందు మీకున్నవి చిన్న, చిన్న కష్టాలు.

మరి గురువు ఇచ్చిన సాధనతో ఆ కష్టాలను మీరు దాటుకుంటూ, నేను అనుభవిస్తున్నవన్నీ కూడా నా కర్మ ఫలాలే అని భావించిన రోజున ఆ కష్టాలని ఇష్టంగా, ధైర్యంగా ఎదుర్కోగలిగే శక్తి మీకు ఉంటుంది.

అందుకే కష్టాలను కూడా ధైర్యంగా ఎదుర్కోవాలి. అందుకే ధ్యానం ఎందుకంటే ఆ కష్టాలను దాటగలిగే ధైర్యం వస్తుంది. ఆ కష్టాలు వచ్చినప్పుడు ఓర్చుకునే గుణం వస్తుంది, ఓర్పు వస్తుంది.

ఇవన్నీ జీవితంలో ఆచరించగలిగినప్పుడు సక్సెస్ మీ ముందు ఉంటుంది.

పిరమిడ్ మాస్టర్ల 18 ఆదర్శ సూత్రాలు

1. సరియైన ధ్యానం అంటే "ఆనాపానసతి" ధ్యానం చేయడం, అందరి చేతా చేయించడం.
2. సరియైన ఆధ్యాత్మిక పుస్తకాలను చదవడం; వాటినే, అందరిచేతా, చదివించడం.
3. ధ్యానానుభవాలనూ, పుస్తక జ్ఞానాన్నీ విధిగా అందరూ, పరస్పరం, పంచుకోవడం.
4. విధిగా పౌర్ణిమ ధ్యానం చేయడం ; అందరిచేతా పౌర్ణమి ధ్యానాన్ని చేయించడం.
5. వీలయినంత మౌనం పాటించడం.

ఏడు లౌకిక ధర్మాలు

మాండ్యూక్యోపనిషత్తులో మానవుడు పుట్టాక ముక్తిని పొందడానికి ఎన్నో అవకాశాలు ఉంటాయని చెప్పబడింది. కానీ అది తెలియక మానవులు ఆ అవకాశాలన్నీ దుర్వినియోగం చేసుకుని, కర్మలు చేస్తూ జన్మలు పెంచుకుంటున్నారు. కానీ అవకాశాలు ఉపయోగించుకుంటే ఈ జన్మే చివరి జన్మ చేసుకోవచ్చు అని కూడా చెప్తుంది.

అందుకే శంకరాచార్యుల వారు **"మోహక్షయమే మోక్షము"** అన్నారు.

మోహము అంటే అన్నిటి మీద వ్యామోహం అంటే మమకారం. అలా అన్నిటి మీద వ్యామోహాంతో ప్రేమను పెంచుకుంటూ, మమకారం పెంచుకుంటూ మానవుడు దుఃఖంలో కూరుకుపోతున్నాడు.

ఇప్పుడు ఏడు లౌకిక ధర్మాలు ఏమిటో తెలుసుకుందాం.

1. కీర్తి :-

అంటే పేరు ప్రతిష్టలు. దీనికి చాలామంది బానిసలు అయపోతారు. పేరు కోసం ఎంతైనా దిగజారుతున్నారు. మీరు రాజకీయ నాయకులని చూస్తే వారి మాటలు, చేతలు చూడండి అందరూ ఎన్నుకున్నా తాను ఎంతసేపు గొప్పవాడిని అనిపించుకోవాలి, నా పదవులు నిలబడాలని ఎన్నితప్పులు చేస్తున్నారు. కాని ఆ పదవి శాశ్వతంగా ఉంటుందా? అంటే ఉండదు.

కానీ ఆ పదవే శాశ్వతం అన్నట్టు, ఆ పదవిని నిలుపుకోవడానికి ఎన్నో చేయకూడని పనులు చేస్తూ జనాల్ని ఇబ్బంది పెడుతుంటారు. పదవుల వల్ల వచ్చిన పేరు అహంకారం పెంచుతుంది.

అందుకే ప్రజలు మెచ్చుకోవడం కాదు పరమాత్మ మెచ్చుకోవాలనే తత్వం ఒక ఆత్మజ్ఞానికే వుంటుంది. అజ్ఞాని తనకి పేరు రావాలి అని చేయకూడని పనులు చేస్తాడు. పదవి వల్ల వచ్చిన అహంకారంతో తప్పులు చేస్తూనే ఉంటాడు.

2. ఐశ్వర్యం::

సంపద పెరిగినా కూడా అహంకారం వస్తుంది. ఈ సంపదలు పెంచుకోవాలి అంటే ఎన్నో పాపకర్మలు చేయాలి, ఎన్నో అబద్ధాలు ఆడాలి. ఇవన్నీ సంపదలు అంటున్నారు కానీ సంపదల వెనకాల ఎంత పాపం ఉందో తెలుసుకోవట్లేదు.

ఒక వ్యాపారం చేసారనుకోండి ఎన్నో అబద్ధాలు చెప్పాలి, అలా పాప కర్మలు చేసి కోట్లు సంపాదిస్తారు. కాని పరుల కోసం పైసా కూడా ఖర్చుపెట్టరు. ప్రక్కవాడు నన్ను కోటీశ్వరుడు అనుకోవాలి, అంటూ ఎంత సంపాదించినా మిగిలేది దుఃఖమే.

ఈ రోజుల్లో తల్లిదండ్రులు ఎంతో సంపాదిస్తారు కానీ ఆ తల్లిదండ్రుల్ని కూడా చూడని పుత్రులు ఉంటారు. ముసలి వయసులో ఓల్డ్ ఏజ్ హోముల్లో పంపే వాళ్ళు ఎంతో మంది ఉన్నారు.

మరి సంపాదించకపోతే ఎలాగండి? అని ప్రశ్నిస్తారు. సంపాదించాలి తినడానికి, ఉండడానికి సరిపడ సంపాదించాలి, కానీ పేరు కోసం, నేను గొప్పవాడిని అని అనిపించుకోవడం కోసం సంపాదించకూడదు. ఆ సంపాదన కూడా ధర్మపరమైనది అయి ఉండాలి. అటువంటి ధర్మపరమైన సంపాదన వల్లే ఆనందం వస్తుంది.

3. ఆనందం:-

చాలామంది పిల్లలు లేనివారు పిల్లలు ఉంటే ఆనందం అనుకుంటారు, పదవి లేనివాడు పదవి ఉంటే ఆనందం అనుకుంటాడు, కొంతమందికి చుట్టాలు బంధువులు ఉంటే ఆనందం, ఇవన్నీ ప్రాపంచిక విషయాలే. కొన్నాళ్ళు బాగుంటాయి. మనకు ఓపిక ఉండి సహాయం చేసినంతసేపు బాగుంటాయి. ఈ బంధువులే, ఈ చుట్టాలే మీరు ఎవరికీ సాయం చేయలేని రోజున మిమ్మల్ని వదిలి వెళ్ళిపోతారు.

అందుకే లౌకిక విషయాలలో పొందే ఆనందం తాత్కాలికం. కానీ

పరమాత్మతో అనుబంధం వల్ల పొందే ఆనందం శాశ్వతమైంది. దానికి దీనికి చాలా తేడా ఉంది. ఈ ప్రాపంచిక విషయాలు సరైనవే అనిపిస్తాయి. కాని ఆధ్యాత్మికంలోకి వచ్చేటప్పటికి చాలా తేడా వుంటుంది.

4.ధారణాశక్తి:-

ఈ శక్తి ఉన్నవారికి ఏది విన్నా, ఏది చదివినా, చాలా గొప్ప జ్ఞాపక శక్తి, ఏకాగ్రత ఉంటుంది. ఇలాంటి వాళ్ళు పెద్ద పెద్ద చదువులు చదువుతారు. ధారణాశక్తి ఉన్న వారికి గ్రహించే పవర్ ఉంటుంది. అలా పెద్ద డిగ్రీలు వస్తాయి, అలా బాగా చదువుకుంటే గర్వం పెరుగుతుంది. అందుకే వశిష్టుల వారు అన్ని మదాల కంటే ధన మదం, విద్యా మదం, రూప మదం అన్నవి ప్రతి మనిషిని క్రిందకు దిగజార్చేవి అని చెప్తారు.

5.ధైర్యం:-

చాలామందికి పెద్దోళ్ళతో మాట్లాడాలన్నా, ఎక్కడైనా వ్యవహారం చక్కబెట్టాలన్నా చాలా ధైర్యంగా ముందుకి అడుగు వేస్తూ ఉంటారు. అలా వెళ్లేవాడికి కూడా అందరూ నువ్వు చాలా ధైర్యవంతుడివిరా ఎవరితో అయినా చక్కగా మాట్లాడగలవు, కానీ మాకు భయం అంటారు. అలా అనగానే ఎదుటి వారిలో అహంకారం పెరుగుతుంది.

ఎవరైనా కొన్ని విజయవంతమైన పనులు చేస్తే జనం బాగా పొగుడుతూ ఉంటారు, అప్పుడు కూడా వారిలో అహంకారం వస్తుంది.

ప్రాపంచిక విషయంలో ధైర్యం కాదు, ఆధ్యాత్మిక విషయంలో ధైర్యం ఉండాలి, ఎందుకు అంటే ప్రాపంచిక విషయంలో ఎంత ధైర్యం ఉన్నా చావు అంటే భయపడతారు, కానీ ఆధ్యాత్మిక విషయంలో చావన్నా కూడా భయం ఉండదు.

ఎందుకంటే ప్రాపంచిక విద్యలో శరీరము నేను అనుకుంటూ బ్రతుకుతారు. ఈ శరీరం మీద మోజు, మమకారాలు పెంచుకుంటారు, ఈ శరీరం రాలిపోతుందేమో అని భయపడతారు. కానీ ఆధ్యాత్మిక విద్యలో శరీరం

నేను కాదు, నేను ఆత్మని, ఆత్మకు చావులేదు అని తెలుసుకుంటారు కాబట్టి భయం వుండదు.

6.ఓర్పు:

లౌకిక విషయాల్లో మనల్ని ఎదుటివాడు తిట్టినా ఓర్చుకున్నారు అనుకోండి అది మీ చేతగాని తనంగా భావిస్తారు. అందుకని అక్కడ ఓర్పు కూడా ఎక్కువ ఉండకూడదట, కాని ఆధ్యాత్మిక విషయంలో ఓర్పుండాలి.

అంటే నువ్వు సాధన చేసినప్పుడు శరీరానికి బాధ కలిగినా, మనసుకి బాధ కలిగినా ఓర్చుకోవడం రావాలి.

7.క్షమ ::-

ప్రాపంచిక విషయంలో క్షమిస్తూ పోతే నిన్ను లోకువ చేసేవాళ్ళు పెరుగుతారు, అందుచేత అక్కడ క్షమ ఉండకూడదు. కానీ ఆధ్యాత్మిక విషయంలో క్షమ ఉండాలి. ఎందుకు అంటే? ఈ రోజున నిన్ను ఎవరైనా ఏమైనా అంటే గత జన్మలో నేను అని వచ్చాను కాబట్టి కర్మ క్షయం అవుతుంది అనుకోవాలి.

అలా ఈ ఏడు లౌకిక ధర్మాలు పాటించిన వారు ఆధ్యాత్మికంగా ఎదుగుతారు.

పిరమిడ్ మాస్టర్ల 18 ఆదర్శ సూత్రాలు

6. వీలయినప్పుడల్లా పిరమిడ్ శక్తిని ఉపయోగించుకోవడం.
7. మందులనూ, డాక్టర్లనూ మర్చిపోండి! స్వీయ ధ్యాన శక్తితోనే, ఎవరిని వారే స్వస్థత పరచుకోవాలి.
8. మాంసాహారం ముట్టకండి! కోడిగ్రుడ్లు సైతం నిషిద్ధం! శాఖాహారంలోనూ పరిమిత ఆహారమే యుక్తం.
9. ప్రకృతితో సహజీవనం నెరపుతూ వుండాలి; అడవుల్లో, వనసీమల్లో విహారయాత్రలు, ట్రెక్కింగ్ లు అధికంగా చేస్తూండాలి.
10. ఆధ్యాత్మికతలో ప్రత్యేక వేషధారణ, నామధారణలు లేవు! నామాలు, బొట్లు తదితరాలు ససేమిరా వుండకూడదు!

శాస్త్రాలు ఎంతవరకు ఉపయోగించుకోవాలి?

అలాగే ఈ శాస్త్రాలు కూడా భగవంతుడు ఉన్నాడు అని చెప్పే వరకే.

అందుకే బుద్ధుడు కూడా ఈ వేదాలు కానీ, ఉపనిషత్తులు కానీ, ఈ పురాణాలు కానీ, ఇవన్నీ భగవంతుడి తత్వం తెలియడానికే కానీ, ఆ శాస్త్రాన్ని పట్టుకొని ఉండకూడదు. అంటే సృష్టికర్త ఉన్నాడు, ఈ సృష్టి ఆయనదే అని తెలుసుకోవడానికి.

దానికి కావలసిన సాధన చెయ్యాలి, జ్ఞానం పొందాలి. జ్ఞానం వల్ల మాత్రమే ఆయన నీకు దక్కుతాడు కానీ, శాస్త్రాల వల్ల కాదు అని తెలుసుకోవాలి.

ఎందుచేతనంటే ఇవన్నీ మిమ్మల్ని భ్రాంతిలో పడవేసి ప్రాపంచికం వైపు లాగడం వల్ల, ఆ శాస్త్రాలు చదవడమే గొప్ప అనుకుంటూ వెనక్కి వెళ్ళిపోతారు, ఆత్మజ్ఞానం పొందలేరు. కానీ చూడటానికి అవన్నీ గొప్పవే అనిపిస్తాయి.

అందుకే ఆధ్యాత్మిక ధర్మమే ఆచరించవలసిన ధర్మం అంటారు. ప్రాపంచికంగా డిగ్రీలు సంపాదించినా, సంసారాన్ని పోషిస్తూ కుటుంబంతో ఆనందంగా జీవించినా గొప్ప అనుకుంటారు. అవన్నీ కొంతవరకే, కాని శాశ్వతమైన ఆధ్యాత్మిక ధర్మాలు అంటే?

1.సత్యాన్ని తెలుసుకోవడం, 2.హింసని మానడం.

సత్యాన్ని తెలుసుకోవడం అంటే భగవంతుడు ఎవరు? ఎక్కడున్నాడు? అని తెలుసుకోవడం. దానితోపాటు సాటి జీవుల్ని ఆనందంగా జీవింపచేయడమే అసలు ధర్మం.

భార్యా పిల్లల్ని పోషించుకుంటూ, చుట్టాలు, బంధువుల చేత పొగిడించుకుంటూ, కోట్లు సంపాదించి, పేరు ప్రతిష్టలు సంపాదించి నేను చాలా గొప్పవాడిని అని లోకంలో పేరు ప్రతిష్టలు సంపాదిస్తే అహం పెరుగుతుంది. అందుకే అహంకారం పెంచే ధర్మాలన్నీ కూడా పనికి రాని

ధర్మాలే, ఆధ్యాత్మిక ధర్మమే అసలైన ధర్మం అని చెప్తారు.

అందుకే మహాత్ములు అహంకార, మమకారాలు రెండు వదిలేయాలి అని చెప్తారు. కారణం వీసమెత్తు అహంకారం ఉన్నా, మమకారం ఉన్నా మళ్లీ జన్మకు కారణం అవుతుంది.

చూడండి ప్రహ్లాదుడు ఎంత గొప్పవాడు అంటే ఐదేళ్ల వయసులోనే భగవంతుడి దర్శనం పొందాడు. త్రికరణ శుద్ధిగా నారద మహర్షి వల్ల, తల్లి కడుపులో ఉండి జ్ఞానం విన్నాడు. చిన్నప్పుడే ఆ పరమాత్మని నమ్మాడు కాబట్టే తనని రక్షించడానికి నరసింహావతారంలో పరమాత్మ వచ్చాడు. అలా చిన్నప్పుడే ప్రహ్లాదుడికి భగవత్ దర్శనం కలిగింది .

మరి ప్రహ్లాదుని అందరూ పొగిడేటప్పటికి ఆయనకు నేను గొప్పవాడిని కాబట్టే భగవంతుడు దర్శనం కలిగింది అని చిన్న ఆహం వచ్చింది. ఈ అహం వల్ల ఆయనకు ఒక జన్మ పెరిగింది. అంటే శల్యుడుగా పుట్టి కర్ణుడికి రథ సారధి అయ్యాడు.

అలాగే మమకారం వల్ల జడభరతుడికి ఒక జన్మ పెరిగింది. జడభరతుడు లేడీ మీద మమకారంతో చనిపోయినప్పుడు మరుజన్మలో లేడీగా పుట్టాల్సి వచ్చింది.

అందుకే ప్రాపంచిక ధర్మాలను ఆధ్యాత్మిక జీవితంతో పోల్చి చూస్తే ఒక్క ధర్మం కూడా మనకి పనికిరావు. అందుకే శాస్త్రాలు తెలుసుకున్నా, పాండిత్యం ఉన్నా అది ప్రాపంచిక జీవితానికి ఉపయోగపడుతుంది.

కానీ ఆత్మజ్ఞాని ఏది చదవాలో ఏది చేయాలో తెలుసుకోవాలి. ఇవన్నీ తెలుసుకున్నప్పుడు అందులో కావలసిన సారం ఏంటో గ్రహించగలగాలి.

అందుకే అంటారు ఒక ఆత్మజ్ఞానిగా ఎదగడానికి, మోక్షం పొందడానికి ఈ భూమిమీద నీకు అన్నీ ఇవ్వబడ్డాయి. కానీ వ్యామోహాల్లో ఇరుక్కొని అన్నీ ఉన్నా ఉపయోగించుకోలేక అజ్ఞానిగా పుడుతున్నాడు, అజ్ఞానిగా పెరుగుతున్నాడు, అజ్ఞానిగానే చనిపోతున్నాడు.

"అజ్ఞానిగా పుట్టడం తప్పు కాదు, అజ్ఞానిగా చావడమే తప్పు". మానవులు ఆత్మజ్ఞానిగా చావాలిఐ అని మనకి మహాత్ములు చెప్పడం జరిగింది.

జీసస్ భగవంతుని అడిగిన మూడు వరాలు

ఈరోజు గుడ్ ఫ్రైడే విశేషమైన రోజు అంటే జీసస్ క్రైస్ట్‌ని శిలువ వేసిన రోజు. అందుచేత గుడ్ ఫ్రైడే రోజున చర్చికి వెళ్తారు, ప్రార్థనలు చేస్తారు. నాకు ఒక సందేహం వుండేది, ఆయనను శిలువ వేసిన రోజున గుడ్ ఫ్రైడే ఎలా అయింది? బ్యాడ్ ఫ్రైడే కదా? అని. నాకు తర్వాత అనిపించింది. ఆయన దైవంగా మారినవాడు కదా? అందుకే శిలువ వేసినా మరణం లేదు కాబట్టే మరణించడు అని నాకు అర్థమయింది.

ఆయన 18వ సంవత్సరం నుంచి 33వ సంవత్సరం వరకు హిమాలయాల్లో ధ్యానం చేశాడట. కాశీలో వేదాలు, ఉపనిషత్తులు నేర్చు కున్నాడట. అప్పుడు ఎన్నో విద్యలు వచ్చాయి, అష్టసిద్ధులు వచ్చాయి. కానీ ఇవన్నీ తాను ఎక్కడ పుట్టాడో అక్కడి ప్రజలకు ఈ జ్ఞానాన్ని బోధించాలని బయలుదేరి వెళితే, ఈ కలియుగంలో మానవులు ఆయన్ను శిలువ వేశారు.

చాలామంది శిలువ వేసాక చనిపోయాడు అనుకుంటారు. కానీ ఆయనను శిలువ వేశాక ఒక శిష్యుడు తీసుకెళ్లి కొండ గుహలో పెడితే ఆ కొండ గుహలో నుంచి మూడో రోజు లేచి వెళ్ళిపోయాడట.

తరువాత ఆయన భారతదేశం వచ్చి శేష జీవితం అంతా భారతదేశంలో గడిపి చిట్ట చివరగా ధ్యానం చేస్తూ మరణించాడు అని ఓషో పుస్తకాల్లో, వేదవ్యాస్ గారి పుస్తకాల్లోని వ్రాయడం జరిగింది.

మరి జీసస్ క్రైస్ట్ ని ఈరోజు శిలువ వేశారు, వేసినా ఆయన మరణించలేదు, అని కొద్దిమందికి మాత్రమే తెలుసు.

కానీ ఆయన బోధించిన బోధలు తెలుసుకుంటే మీరు ధన్యులే. వారు మహాత్ములు కాబట్టి కుల, మత భేదం లేదు. జీసస్ క్రైస్ట్ పుట్టినప్పుడు ముగ్గురు దేవదూతలు ఆయన్ని చూసి ఒక మాట అనుకున్నారట.

మొదటి దూత "దైవాన్ని ప్రేమించే బిడ్డగా తయారవుతాడు" అని

అనుకుంటే! రెండో దూత ఇతను "ఎప్పుడూ దైవాన్నే ప్రేమిస్తాడు" అని అన్నాడట! మూడవ దూత "ఇతను దైవంగా మారతాడు, దైవం అవుతాడు" అని చెప్పాడట.

జీసస్ భగవంతుని అడిగిన మూడు వరాలు ఏమిటంటే?

1.నాకు ఈ జీవితాన్ని ఇచ్చావు కదా? మరి నేను ఎప్పుడూ కూడా ఎవ్వరికీ బాధకలిగించకూడదు, ఎదుటివాళ్ళ తప్పుల్ని క్షమించే విధంగా నన్ను అనుగ్రహించు అని మొదటి వరం కోరాడు.

అందుకే ఆయనను శిలువ వేసినా కూడా ఆయన విచారించలేదు.

2. రెండవ వరం "ఎప్పుడూ కూడా అసత్యాన్ని నేను ప్రేమించకుండా ఉండేటట్టు, నేను ఎప్పుడూ సత్యాన్నే ప్రేమించేటట్టు చూడు" అని అడిగాడట. అంతేకాదు

"ఇతరులు ఎంత హింసించినప్పటికీ, దూషించినప్పటికీ పరిహసించి నప్పటికీ, బాధించినప్పటికీ ఓపికగా ఉండే తత్వాన్ని, అసూయ చెందకుండా వుండే లక్షణాన్ని, శాంతంగా ఉండే చిత్తాన్ని ఇవ్వు అని అడిగాడట".

3. మూడవ వరం "ఓ భగవంతుడా నీకు ఆనందం కలిగించే విషయాలే నాకు ఆనందం కలిగించాలి. నువ్వు ప్రేమ స్వరూపుడవు కాబట్టి నేను ప్రేమ స్వరూపుడిగానే ఉండాలి".

"నువ్వు పరిపూర్ణుడివి కాబట్టి నేను కూడా పరిపూర్ణుడి గానే ఉండాలి" అని అడిగాడు.

"నువ్వు పూర్ణమే, నేను పూర్ణమే. పూర్ణం పూర్ణంలో కలవాలి అని అంటూ, నీ సేవకే, నీ కోసమే నా జీవితం అంకితం అవ్వాలి, అర్పితం అవ్వాలి. అంటే ఎప్పుడూ కూడా భగవంతుని సేవకే నా జీవితం అంకితం అవ్వాలి" అని అడిగాడట.

అందుచేత భగవంతుని సేవ అంటే ఫోటోకి, విగ్రహానికి కాదు, "జీవులకు సేవ చేస్తే మరి భగవంతుడికి సేవ చేసినట్టే!" ఎందుకంటే అన్ని జీవులలోను ఉన్నది భగవంతుడే! ఆ ఆత్మ స్వరూపమే! అందుకని ఈ మూడు

వరాలు నాకు ఇవ్వు అని అడిగాడు.

అందుకే ఆఖరులో "నేను, నా తండ్రి ఒక్కటే!" 'నేను మీరూ ఒక్కటే" అని చెప్తాడు. అదే ఆయన చివరి సందేశం. అంతా భగవంతుడు వేరు, మీరు వేరు అని అనుకుంటారు. కానీ జీసస్ అంతా ఒక్కటే అని చెప్పాడు.

అంటే జీసస్ క్రైస్ట్ కూడా ద్వైతాన్ని బోధించలేదు, అద్వైతాన్నే బోధించాడు. మరి మహాత్ములు చెప్పే ఏకైక సత్యం అద్వైతమే.

ఆయన ఇంకా ఏమన్నాడంటే?

"నువ్వు చంటి పిల్లవాడిగా అయితే కానీ నా తండ్రి రాజ్యంలో అడుగు పెట్టలేవు" అని చెప్పాడు. మరి ఇన్ని బోధలు చేసినా మనసు ఎప్పుడూ కలుషితం అవుతూనే ఉంటుంది.

అందుకే ఎన్నో మంచి విషయాలు విన్నా జీసస్ క్రైస్ట్‌ని శిష్యుడే పట్టించాడు.

అలాగే గురువులు ఎన్నో చెప్తారు, కానీ గురువు ఎదురుగా ఒకలాగ, గురువు వెనకాల ఒకలాగ చాలామంది ప్రవర్తిస్తూ ఉంటారు. కానీ ఎలా నష్ట పోతారో జీసస్ క్రైస్ట్ ఒక చిన్న ఉదాహరణ ద్వారా చెప్తాడు.

"పొలంలో విత్తనాలు వేస్తే ,ఆ విత్తనాలు వేసేటప్పుడు కొన్ని విత్తనాలు రాళ్ళ కింద పడతాయి, కొన్ని విత్తనాలు గట్టు మీద పడతాయి, కొన్ని విత్తనాలు పొలంలో పడతాయి".

అందులో రాతి కింద వేసిన విత్తనాలు మొలకెత్తవట, గట్టు మీద పడిన విత్తనాలు మొలిచినా మనుషులు నడుస్తుంటే వాళ్ళ కాళ్ళ కింద పడి నలిగి పోతాయట. కానీ పొలంలో చల్లిన విత్తనాలు మొలకెత్తుతాయి. అవి చక్కగా ఏపుగా పెరిగి పంటని అందిస్తాయట.

మానవులు కూడా అంతే! కొంతమంది రాతి లాంటి హృదయం ఉన్నవాళ్ళు సత్యాన్ని బోధపరుచుకోలేరు, సత్యాన్ని అవగతం చేసుకోలేరు, సత్యాన్ని ఎప్పటికీ తెలుసుకోలేరు.

గట్టు మీద పడిన విత్తనాల లాంటి వాళ్ళు కొంతమంది అన్ని నేర్చు కుంటారు, ప్రతీది తెలుస్తుంది. అంటే ఆత్మే దైవం, అన్ని జీవుల్ని ప్రేమించాలి, సత్యం అంటే భగవంతుడు అని ఎన్నో విషయాలు తెలుసుకుంటారు. కానీ దుర్జనుల యొక్క సాంగత్యం వల్ల, ప్రాపంచిక ఆకర్షణల వల్ల వాళ్ళు ఎదగలేక అన్నీ తెలిసుకున్నా "యోగ భ్రష్టత్వం" పొందుతూ ఉంటారు.

చాలామంది చూడండి ధ్యానం చేస్తారు అన్నీ తెలుసుకుంటారు, సార్ దగ్గర ఎన్నో విషయాలు నేర్చుకుంటారు. కానీ వాళ్ళ మాటలు వీళ్ళ మాటలు చెప్పుడు మాటలు విని ఎంతో నష్టపోతారు.

మీకు జ్ఞానం ఉన్నప్పుడు ఎవరు ఏం చెప్పినా , అసత్యమే కదా అని చలించకుండా, చలనం లేకుండా ఉండే మనసత్వం రావాలి. ఇది ఎప్పుడు వస్తుంది అంటే నేను భగవంతుని తెలుసుకోవడానికి మార్గం చూపించే గురువు నాకు భగవంతుడే ఇచ్చాడు ,అని నువ్వు త్రికరణ శుద్ధిగా నమ్మినప్పుడు వస్తుంది.

మూడో వాళ్ళు పంట పొలంలో పడిన విత్తనాలలాగా చక్కగా పెరుగుతూ ఉంటారు. వాళ్ళు ఎవరు అంటే ? "మనసులో కల్మషాలు లేకుండా, ఈర్ష్య, అసూయ, ద్వేషాలు లేకుండా మనసుని ఎప్పుడు ప్యూరిటీగా ఉంచుకున్న వారు, ఎప్పుడూ అందరూ దైవాలే అని తెలుసుకున్నవారు, అప్పుడు వారికి శరీరాలు వేరుగా కనిపించినా ఆత్మ ఒక్కటే అని అర్థమవుతుంది. అక్కడి నుంచి గురువు బోధ విని చక్కగా పొలంలో పండిన మంచి పైరు లాగ ఎదగ గలుగుతారు.

మరి జీసస్ క్రైస్ట్ ఈ మూడు ఉదాహరణలు చెప్పి, అందరూ చక్కని పొలంలో పండిన పంటలా ఎదగాలి, అంటే ఈర్ష, అసూయ, ద్వేషం ఇలాంటివన్నీ కూడా వదులుకొని అందరూ దైవ బిడ్డలే, అందరూ దైవాలే అనే భావం మనసులో నిరంతరము ఉండగలగాలి అన్నారు.

గురువు గారు నిరంతరము మీరు ఆత్మ స్వరూపులు, ఆత్మ స్వరూపులు అని నిరంతరము బోధ చేస్తున్నప్పుడు ఎందుకు ఉండలేక పోతున్నారు అంటే

ఇంకా ప్యూరిటీ లేదు.

ఆ ప్యూరిటీ వచ్చిన రోజున గురువు యొక్క బోధ సరిగ్గా అర్థంవుతుంది. ఆచరణలో పెట్టుకోగలుగుతారు.

అలా జీసస్ క్రైస్ట్ ఇంకా ఎన్నో విషయాలు చెప్పారు.

"నీ పొరుగు వారిని నీలాగే ప్రేమించు" అన్నారు.

ఒకసారి ఒక వేశ్యని అందరూ రాళ్లతో కొట్టాలని ప్రయత్నిస్తున్నారట. అప్పుడు జీసస్ "మీలో ఏ తప్పు చేయనివాడు ముందుగా రాయి విసరండి" అన్నప్పుడు అందరూ రాళ్ళు క్రింద పడేసారట.

అందుకే ఎదటి వాళ్ళలో తప్పులు వెతికేటప్పుడు ముందు మీలో తప్పులు ఉన్నాయా? లేదా? అని చూసుకోవాలి.

అందుకే ఆధ్యాత్మిక మార్గంలోకి రావడము అంటే మీ తప్పుల్ని సరిచేసుకోవడానికి రావాలి కానీ, ఎదటి వాళ్ళ తప్పుల్ని విమర్శించడానికి కాదు.

ఎవరైనా "ప్రాపంచిక జీవితంలో ఎదుటివాళ్ళని విమర్శిస్తారు, ఆధ్యాత్మిక జీవితంలో వారి తప్పుల్ని సరిచేసుకుంటారు". మీ తప్పుల్ని సరి చేసుకోకపోతే మీరు ఎప్పటికీ కూడా దైవాలు కాలేరు.

మనసు శుద్ధంగా ఉంటేనే, బుద్ధి శుద్ధ బుద్ధిగా మారుతుంది.

అందుకే జీసస్ మీకు చెప్పడానికే భగవంతుడిని అడిగాడు. తెలుసుకోండి పరుల కోసం, పరుల క్షేమం కోసం పాటుపడేవాడే దైవానికి దగ్గర అవుతాడు.

భ్రాంతి నుంచి కాంతి వైపుకి

ప్రాపంచిక జీవితంలో ఎన్ని భ్రాంతులు ఉన్నాయో వాటి గురించి తెలుసుకుందాం.

లోకంలో ప్రతి మానవుడు అంటే పేదవాడు కానీ, గొప్పవాడు కానీ, చదువుకున్నవాడు కానీ, చదువుకోనివాడు కానీ, స్త్రీ కానీ, పురుషుడుకానీ, చిన్నవాళ్లు కానీ, పెద్దవాళ్ళు కానీ, ముసలి వాళ్ళు కానీ ఎవరైనా సరే ఆనందంగా జీవించాలని అనుకుంటారు.

దాని కోసం ఎన్నో ప్రణాళికలు వేసుకుంటూ, కావలసిన పనులు చేస్తూ ఉంటారు. కొందరు ఉద్యోగాలు, వ్యాపారాలు చేస్తారు. కొందరు రాజకీయాల్లోకి వెళ్లి పదవులు సంపాదించుకుంటారు. అలా రకరకాలుగా ప్రణాళికలు వేసుకుంటూ ఆనందంగా ఉండాలని చూస్తూ ఉంటారు. కానీ దుఃఖం తప్పదు.

కొంతమందికి డబ్బు సంపాదనే ఆనందం అనుకుంటూ అలా సంపాదిస్తూ, సంపాదిస్తూ ఎన్నో ఆస్తులు కూడబెడుతూ ఉంటారు. కాని చివరికి అక్కడ కూడా దుఃఖమే ఉంటుంది.

కొంతమంది పెద్ద ఉద్యోగం వస్తే బాగుంటుంది అని కోరుకుంటారు. ఉద్యోగం వచ్చాక అందులో నాకు శాంతి లేదు, ఒక్క నిమిషం కూడా ఖాళీ లేదు అని బాధపడుతూ ఉంటారు. అలాగే రాజకీయాల్లో ఇష్టపడి వెళ్తారు. వెళ్లాక రాజకీయాల్లో కూడా విసుగొచ్చి అక్కడ కూడా బాధపడతారు. ప్రాపంచికంలో ఆనందంగా ఉంటుందని దేనికోసం ప్రయత్నించినా చివరికి దుఃఖమే వస్తుంది. ఇవన్నీ ఆనందం అనే భ్రాంతిలో ఉంచుతాయి కానీ శాశ్వతమైన ఆనందం ఉండదు.

చాలామంది శరీర పోషణకే సమయాన్ని వెచ్చిస్తారు. మంచి ఆరోగ్యం ఉంటే బాగుంటుంది అని అలా ఆరోగ్యం మీద దృష్టి పెట్టినప్పుడు వారి టైమ్ అంతా అందాన్ని, ఆరోగ్యాన్ని, శరీరాన్ని పోషణ చేయడానికి చూస్తుంటారు.

కానీ ఏదో ఒక రోజు ముసలితనం వస్తుంది, జుట్టు నెరుస్తుంది, పళ్ళు ఊడిపోతాయి, అవయవాలు పనిచేయవు, అప్పుడు కూడా ఆనందం అనేది ఉండదు. అలా ఒక్క తెల్ల వెంట్రుక వచ్చినా, ఒక పన్ను ఊడిపోయినా బాధపడి పోతారు. శరీరం అందంగా, ఆరోగ్యంగా ఉంటే గొప్ప అనుకుంటారు. కానీ అది కూడా ఒక రకమైన భ్రాంతే.

కొంతమంది డబ్బులోనే ఆనందం ఉందనుకొంటారు. అది ఒక రకమైన భ్రాంతి. పెద్ద ఉద్యోగం చేసి పేరు సంపాదిస్తే గొప్ప అనుకోవటం కూడా ఒకరకమైన భ్రాంతి.

కొంతమంది రాజకీయాల్లో పెద్ద నాయకుడు అయిపోవాలి అని పబ్లిసిటీ చేసుకుంటూ ఉంటారు, అదొక రకమైన భ్రాంతి. ఈ ప్రపంచంలో ఆనందం ఉంది అని వెతుక్కుంటూ ఉండే ప్రతివాడు ఒక భ్రమలో, భ్రాంతిలో ఉన్నవాడే. ఎందుకంటే ఇవేవి శాశ్వత ఆనందాన్ని ఇవ్వలేవు.

ఎందుకంటే ఈ ప్రపంచంలో ఉన్నవన్నీ కూడా అనిత్యమైనవే, సత్యం కానివే! అంతేకాదు ఈ ఆనందాలు అన్నీ కూడా పరిమితమే కానీ అపరిమిత మైనవి కావు. కానీ అందరూ ఏం చేస్తున్నారంటే ఆనందం అందులో ఉందా? ఇందులో ఉందా? అని వెతుక్కుంటున్నారు.

అందుకే ప్రాపంచికంలో ఆనందం ఉందని దేనికోసం ప్రయత్నించినా అది నీ భ్రమ, భ్రాంతే. డబ్బు, పదవి ,ఉద్యోగం, వ్యాపారాలు, ఆస్తులు ఎన్ని కూడబెట్టినా అవన్నీ తాత్కాలికమైనవే. అందుచేత అటువంటి ఆనందం కూడా తాత్కాలికమే!

భ్రాంతి అంటే, అక్కడ లేకపోయినా ఉందని భావించడం. ఉదాహరణకు దూరం నుంచి ఎండమావులు చూస్తే నీళ్లు ఉన్నట్లు కనపడతాయి తీరా దగ్గరికి వెళ్తే నీళ్లు ఉండవు. అంటే అక్కడ నీళ్లు ఉన్నాయి అనేది భ్రాంతి!

ప్రాపంచిక జీవితంలో అన్నింటిలో ఆనందం ఉంది అని అనుకుంటారు. కుటుంబం మీద ఎంత మమకారం పెంచు కుంటారంటే, వాళ్లు లేకపోతే ఒక్క నిమిషం కూడా ఉండలేను అన్నంత భ్రాంతిలో ఉంటారు.

అందుకే ఈ సంసారం, పిల్లలు, తల్లిదండ్రులు, అక్క చెల్లెళ్ళు వీరందరినీ ఎలా పోలుస్తారంటే?

"నీటి ప్రవాహంలో ఎక్కడి నుంచో వచ్చిన కట్టె పుల్లలన్నీ కాసేపు ఏకమైనట్టు కనిపిస్తాయట. కానీ ప్రవాహ హోరు ఎక్కువైనప్పుడు విడిపోతాయట". అలా కాసేపు కలిసి తర్వాత విడిపోతాయి.

అలాగే సంసారంలో ఎక్కడెక్కడ నుంచో వచ్చిన ఈ ఆత్మలన్నీ ఈ జన్మ వరకే ఒకే సంసారంలో ఉన్నట్లు కనిపిస్తాయి. తల్లి, తండ్రి, భర్త, భార్య, పిల్లలు ఈ ఆత్మలన్నీ ఎక్కడినుంచో వచ్చి ఇక్కడ కలిశాయి. మళ్లీ విడిపోతూ ఉంటాయి.

ఇది తెలియనంతసేపు నా సంసారం, నా పిల్లలు, నా తల్లి, నా తండ్రి, నాభర్త అని నా నా అనుకుంటూ వాటి మీద మమకారం పెంచుకొని అదే ఆనందం అనుకుంటూ భ్రాంతిలో ఉంటారు.

ఆ బంధాలు ఒక్కొక్కటి వదిలినప్పుడు, లేదా వదిలి వెళ్ళిపోతున్నప్పుడు ఇవన్నీ తాత్కాలికమే కానీ శాశ్వతమైన ఆనందం కాదు అని అర్థం అవుతుంది. అందుకే ప్రపంచంలో ఆనందాలు ఉన్నాయని ఎందులో వెతికినా ఉండేది భ్రాంతే కానీ, శాశ్వతమైన ఆనందం కాదు.

ఈ శరీరం మీద మోజు కూడా ఎందుకు అంటే శరీరం గురించి సరియైన అవగాహన లేక. అందుకే శంకరాచార్యుల వారు ఈ శరీరాన్ని ఏమన్నారంటే

"మల మూత్ర భాండాగారం" అన్నారు. అంటే ఈ శరీరంలో రక్తము, మాంసము, చీము, శ్లేష్మము మలము, మూత్రము అన్నీ ఉంటాయి. ఈ శరీరం నవ రంధ్రాల ద్వారా వీటిని బయటికి పంపిస్తుంది. నిజంగా వాటిని తలచుకుంటే ఎవరికైనా శరీరం మీద అసహ్యం వేస్తుంది.

ఈ శరీరం లోపల అన్నీవున్నా, వాటిని భరిస్తూ ఉన్నా, ఎందుకు ఈ శరీరాన్ని విపరీతంగా ప్రేమిస్తున్నారంటే శరీరం శాశ్వతం అనుకుంటున్నారు కాబట్టి. కానీ, శరీరం లోపల చూసుకుంటే అన్ని వ్యర్థపదార్థాలే, ఈ శరీరం

మలమూత్రాలకు, రక్త మాంసాలకు అన్నింటికీ భాండాగారం అని అన్నారు.

అయితే ఈ శరీరాన్ని ఎందుకు తెచ్చుకున్నారు అంటే ఈ శరీరం ఉండగానే ఆ పరమాత్మని తెలుసుకోవడానికే కానీ, శరీరాన్ని చూసి మురిసి పోవటానికి కాదు. ఇది ఎప్పుడైతే మీకు అర్థమవుతుందో అప్పుడు మీ ప్రయత్నం ఇంకో రకంగా ఉంటుంది. అప్పుడు శరీరం గురించి, ప్రపంచం గురించి, ఈ ప్రపంచంతో వచ్చిన డబ్బు, బంధువులు, ఆస్తిపాస్తుల గురించి భ్రాంతిపడరు.

అసలు ఈ శరీరాన్ని పరమాత్మ దర్శనం పొందడం కోసం ఉపయోగించుకోవాలి అని అర్థమవుతుంది. కళ్ళు తెరచి ప్రపంచం వైపు చూస్తూ ఆనందం ఉంది అని భ్రాంతి పడుతున్నారు కానీ, ఆనందం నీ శరీరంలోకి నీవు పయనించినప్పుడే నీలో ఉన్న ఆనంద కాంతిని నువ్వు తెలుసు కున్నప్పుడే, ఆ కాంతి దగ్గరికి చేరుకున్నప్పుడే శాశ్వతమైన ఆనందం పొందుతావు. ఆ కాంతియే నేను, నేనే ఆనంద స్వరూపుడ్ని అని తెలుసుకుంటావు.

అందుకే ఉపనిషత్తులలో "తమసోమా జ్యోతిర్గమయ" అని చెప్ప బడింది. అంటే "చీకటి నుంచి వెలుగులోకి ప్రయాణించు" అని అర్థం. ఇక్కడ చీకటి అంటే అజ్ఞానం. అందుకే అజ్ఞానాన్ని చీకటితోనే పోలుస్తారు.

లేనిది ఉందనుకునే నీ భ్రాంతే పెద్ద అజ్ఞానం. ఈ ప్రపంచంలో సుఖం, శాంతి, ఆనందం ఉంది అనుకోవడమే అజ్ఞానం. అంటే నువ్వు అజ్ఞాన దశలో ఉన్నావు. ఆ అజ్ఞానమే నీకు అసలైన భ్రాంతి కాబట్టి, ఆ భ్రాంతి నుంచి నీలో ఉన్న కాంతి వైపుకు అంటే ఆత్మ వైపుకు ప్రయాణం చెయ్యాలి.

ఆత్మ యొక్క కాంతి ఎలా ఉంటుంది అంటే కోటి సూర్యుల కాంతి కూడా సరిపోదు అంటారు. ఎవరైతే అది దర్శించ గలుగుతారో! వారు ఈ ప్రపంచ భ్రాంతులలో నుంచి బయటపడి, లోపల ఉన్న కాంతి గురించి తెలుసుకుంటారు.

అందుకే "తమసోమా జ్యోతిర్గమయ" అన్నారు. అంటే చీకటి నుండి నీలో ఉన్న జ్యోతిని నువ్వు దర్శించగలిగితే అప్పుడు శాశ్వతమైన ఆనందం పొందుతావు అని తెలుసుకోవాలి.

అటువంటి కాంతి స్వరూపాన్ని చేరుకోవాలంటే యోగులు కొన్ని చిట్కాలు చెప్పారు.

సాధకునికి పెద్ద అడ్డు మనసే, మనసు ప్రపంచం వైపుకు ఉంటే దుఃఖం. కాని లోపల ఉన్న ఆత్మజ్యోతి వైపునకు మనసు ఉంటే నీకు అంతా ఆనందం. అందుకే "ప్రపంచం వైపు తిరిగిన మనసు శత్రువు, ఆత్మ వైపుకు తిరిగిన మనసు మిత్రుడు" అంటారు.

నీకు ఆనందం కావాలి అనే తపన వచ్చిన రోజున, ఏ సద్గురువో వచ్చి బయట వెతికితే లాభం లేదు ఆనందం నీలోనే ఉందని చెప్తాడు.

అంటే "భ్రమని వదలి బ్రహ్మంగా ఉండు" అని చెప్తాడు.

దీనికి యోగులు చక్కని సలహా చెప్పారు. ఏమిటి అంటే?

1. ప్రాపంచిక జీవితంలో పిసినారి ఏ పని చేసినా వాడి మనసంతా దాచిన డబ్బు మీదే ఉంటుందట. అలాగే సాధకుడు కూడా ప్రాపంచికంలో ఏ పని చేస్తున్నా, సంసారంలో ఉన్నా, సంఘంలో ఉన్నా దృష్టి ఆత్మ మీద అంటే జ్యోతి స్వరూపం మీదే ఉండాలి, అని యోగులు చెప్పారు.

2. బెల్లం యొక్క తియ్యదనాన్ని ఆస్వాదిస్తూ చీమ ఏం చేస్తుందంటే తల తెగిపోయిన సరే బెల్లం ముక్కని పట్టుకొని వదలదట. చీమలు బెల్లానికి పట్టినప్పుడు దులుపుతారు కదా? క్రింద పడినా కూడా చీమ తల బెల్లాన్ని అంటుకొని ఉంటుంది. అప్పుడు కూడా బెల్లాన్ని వదలదట.

అలాగే సాధకుడు తనలో ఉన్న జ్యోతి స్వరూపుడ్ని దర్శించాలని కోరుకున్నప్పుడు ఆ చీమ బెల్లాన్ని ఎలా వదలదో! అలాగే ఎన్ని కష్టాలు వచ్చినా సాధనని వదలకూడదట. అప్పుడే ఆ జ్యోతి సరూపుడ్ని అంటే కాంతి స్వరూపాన్ని చేరుకో గలుగుతావు అని యోగులు చెప్తారు.

3. రైతు పాలు పితికేటప్పుడు దూడను తీసుకెళ్లి గుంజకు కట్టేస్తాడు, అప్పుడు ఆ దూడ దృష్టి తల్లివంకే వుంటుంది.

అలాగే సాధకుడు ఎన్ని ప్రాపంచిక వ్యవహారాలు ఉన్నా దృష్టి ఆత్మ వైపుకే ఉండాలి. అంటే కాళీ దొరికితే "శ్వాస మీద ధ్యాస" ఉంచాలి. అప్పుడు

మెల్లమెల్లగా నీ మనసు ప్రపంచం వైపు నుండి ఆత్మవైపు కి రావటం మొదలెడుతుందని యోగులు చెప్పారు.

అలాగే యోగులు ఇంకా చక్కని ఉదాహరణలు చెప్పారు.

1) సముద్రంలో నీరు ఉప్పగా ఉంటాయి. ఒక కప్పు టీ చేసుకోవటానికి కూడా పనికిరావు.

అదే సముద్రపు నీరు ఆవిరై మేఘంగా మారి వర్షంగా కురిసినప్పుడు ఆ వర్షపు నీళ్లను ఎన్నో పనులకు ఉపయోగించు కుంటారు.

అలాగే మీరు ప్రాపంచికంలో జీవుడిగా ఉన్నప్పుడు మీకు మీరు ఉపయోగపడతారు కానీ వేరొకరికి ఉపయోగపడరు, సముద్రం లాగే ఉంటారు. కానీ ఎప్పుడైతే ఆత్మవైపుకు, ఆ కాంతి వైపుకి మీ ప్రయాణం వున్నప్పుడు, ఈ వర్షపు నీరు ఎలా అందరికీ ఉపయోగ పడుతుందో మీరు కూడా అందరికీ ఉపయోగ పడతారట.

ప్రపంచం వైపు తిరిగితే స్వార్థంతో ఉంటారు, లోన ఉన్న కాంతి వైపుకు తిరిగితే అందరికీ ఉపయోగపడతారు.

ఎప్పుడైతే ఈ జీవత్వం నుంచి దైవత్వం వైపు ప్రయాణిస్తారో, అంటే ఈ జీవుడు దైవంగా మారే ప్రయత్నం చేస్తారో అప్పుడు అందరికీ ఉపయోగ పడతారు. మరి ఈ మార్పులన్నీ ఒక సద్గురువు మీ జీవితంలోకి వస్తేనే వస్తాయి.

మీ జీవితంలోకి సద్గురువు రాకపోతే ఆనందం దీనిలో ఉందా? దానిలో ఉందా? అని వెతుక్కుంటూ కర్మలు చేసి జన్మలు పెంచుకుంటూ మళ్ళీ పుడుతూ, మళ్ళీ చస్తూ ఉంటారు.

గురువు తన దృష్టితో శిష్యులని కాపాడుకోగలరు. గురువు ప్రత్యక్షం గానే ఉండక్కర్లేదు పరోక్షంగా ఉన్నా సరే తన దృష్టితో, శక్తితో శిష్యులని కాపాడుకుంటూనే ఉంటాడు. గురువు తన శిష్యుల్ని తాబేలు తన పిల్లల్ని ఎలా తన దృష్టితో కాపాడుకుంటుందో అలా కాపాడుకోగలరు.

జీవితంలో సద్గురువు వచ్చినప్పుడు మాత్రమే ఈ ప్రాపంచిక భ్రాంతుల్ని వదిలి, మీలో ఉన్న ఆ కాంతిస్వరూపుడ్ని చేరుకునే మార్గం

తెలుసుకుంటారు.

కాని మధ్య, మధ్యలో ప్రాపంచికం వైపు జారిపోతున్నప్పు డల్లా గురువు మిమ్మల్ని ఏదో ఒక హెచ్చరిక చేసి, తన బోధతో తన దృష్టి నుండి తప్పించు కోకుండా ఎప్పుడూ ఆత్మ వైపుకి, కాంతి వైపుకి నిలబెట్టడానికి చూస్తాడు.

2) ప్రాపంచిక ఆనందాలు అన్నీ కూడా నక్షత్రాల లాంటివి. సూర్యుడు ఉదయించగానే నక్షత్రాలు కనిపించవు. అలాగే ఆత్మ అనే సూర్యుడు అంటే ఆ జ్యోతి స్వరూపుడు నీలోనే ఉన్నాడు.

నీ శరీరంలోనికి వెళ్లినప్పుడు ఈ మిణుకు మిణుకుమనే తాత్కాలిక ఆనందాలు కాదు, శాశ్వత ఆనందం "లోన" ఉంది అని తెలుస్తుంది. ఆ కాంతి వైపుకి నువ్వు పయనించు. అదే ఆత్మ, పరమాత్మ అదే పరబ్రహ్మము ఏ పేరుతో పిలుచుకున్నా ఉన్నది ఒకటే.

నువ్వు వెళ్లే దారిలో రాళ్లు ముళ్ళు ఉంటాయి, గురువులు రాళ్ళు, ముళ్ళు ఏరరు. నువ్వు చెప్పులు వేసుకుని నడు అంటారు. అలాగే పత్రి గారు "ఆనాపానసతి" అనే చెప్పులు వేసుకుంటే ఏ ముళ్ళ బాట మీద నుంచి అయినా బాగానే నడుస్తావు అని చెప్పారు.

మీ జీవితంలో ఎన్నో సంఘటనలు జరుగుతూ ఉంటాయి. ఒక్కొక్క సారి చెడ్డవారిని మంచివారు అనుకుంటారు, మంచివారిని చెడ్డవారు అనుకుంటారు. మంచి పనిని చెడ్డ పని అనుకుంటూ, చెడ్డ పనిని మంచి పని అనుకుంటూ ప్రమాదాల్లో పడిపోతూ ఉంటారు, అందుకే మీ మీద ప్రేమతో జ్ఞానం అందించిన మహాత్ములు ఎలా ఉండాలి? ఎలాంటి పనులు చేయాలి? ఏది ఉత్తమమైనది? అన్న విషయాలను కూలంకుషంగా తెలియజేశారు.

జ్ఞానము అంటే నేను శరీరం కాదు, ఆత్మ అని తెలుసుకోగానే మోక్షం రాదు. బాహ్య ప్రవర్తన కూడా ఎప్పటికప్పుడు గమనించుకోవాలి, ఏది మంచిదో అదే ఆచరించాలి.

బుద్ధుడు గాని, పత్రి గారు గాని, కృష్ణుడు కానీ, ఎన్నో విషయాలు చక్కగా బోధించారు.

అలా బాహ్య ప్రవర్తన గమనించుకుంటూ సరైనదే ఆచరించాలి. ఏది మంచిది? ఏది ఉత్తమమైనది? ఎలాంటి నిర్ణయాలు తీసుకోవాలి? ఎలా ఉండాలో తెలుసుకుంటే, అవి ఆచరించగలరు.

బుద్ధుడు దీని గురించి పది విషయాలు బోధించారు.

1. అన్నిటికంటే మంచి సమయం: వర్తమానం.
2. అన్నిటికంటే మంచి పని ప్రకృతి నీ ముందు పెట్టిన పని చేయడం.
3. అన్నిటికంటే గొప్ప జన్మ: మానవ జన్మ.
4. అన్నిటికంటే మంచి మార్గం: యోగ మార్గం.
5. అన్నింటికంటే గొప్ప పుణ్యకర్మ: ముక్తికర్మ
6. అందరికంటే మంచివాడు: యోగి.
7. అందరికంటే గొప్పవాడు: నీ ముందు ప్రత్యక్షమైనవాడు.
8. అన్నిటికంటే గొప్ప విద్య: బ్రహ్మ విద్య.
9. అన్నింటికంటే గొప్ప దానం: జ్ఞాన దానం.
10. అన్నింటికంటే గొప్ప పని: అన్ని జీవులను స్వేచ్ఛగా బ్రతకనివ్వటం.

1. అన్నిటికంటే మంచి సమయం: "వర్తమానంలో జీవించటం".

యోగులందరూ వర్తమానంలో జీవించాలి అని చెప్పారు, అలా జీవిస్తేనే ఎంతో ఆనందం. వర్తమానంలో జీవించలేకపోవటానికి కారణం అజ్ఞానం. గతాన్ని తలుచుకుంటే బాధ, భవిష్యత్తును తలుచుకుంటే భయం, కానీ వర్తమానంలో జీవిస్తే ఆనందం.

ఉదాహరణకు ఉదయం భార్యాభర్తలు ఘర్షణ పడ్డారు. 10 గంటలకు భర్త తిడితే భార్య బాధపడింది. క్షణం తర్వాత అది గతం అయిపోయింది. ఏ క్షణానికి ఆ క్షణమే వర్తమానం. సాయంత్రం వరకు అదే తలుచుకొని బాధపడితే వర్తమానంలో ఉన్న ఆనందాన్ని పోగొట్టుకుంటారు.

పత్రీజీ ఎవరినైనా తిట్టినా కొట్టినా ఆ క్షణమే కోపం నటిస్తారు. కాసేపటి తర్వాత ఎంతో ప్రేమగా తీసుకువెళ్లి భోజనం పెడతారు.

రాఘవరావు గారు క్లాసులో ఫోన్ మోగితే కోపం నటిస్తారు. తరువాత ఎంతో ప్రేమగా ఆప్యాయంగా మాట్లాడుతారు. ఒక యోగికి, అజ్ఞానికి తేడా అదే. అజ్ఞాని ఆ విషయాన్ని పదే పదే తలుచుకొని బాధపడుతూ ఉంటాడు. వర్తమానాన్ని దుఃఖమయం చేసుకుంటాడు.

అందుకే యోగులు అన్నిటికంటే మంచి సమయం ఏమిటి అంటే వర్తమానంలో జీవించటమే అని చెప్పారు.

2. అన్నిటికంటే మంచి పని ఏది:-

ప్రకృతి నీ ముందు పెట్టిన పని 'నీ లక్ష్యం అంటే సత్య లోకం చేరడం'.

అందుచేత ఈ పని చేద్దామా? ఆ పని చేద్దామా? అని ఆలోచించ కుండా ప్రకృతి నీ ముందు పెట్టిన పని చేయటమే మంచిపని అని చెప్పారు.

అందుచేత వేరే పని గురించి ఆలోచించి ఆ పని కోసం ప్రయత్నించటం అజ్ఞానం అవుతుంది.

3. అలాగే అన్నిటికంటే గొప్ప జన్మ:- మానవ జన్మ.

ఎందుకంటే ప్రతీ జన్మలోను పాఠాలు నేర్చుకున్నా, ఈ మానవ జన్మలో మాత్రమే భగవంతుని తెలుసుకునే సాధన, భగవంతుని తెలుసు కోవడానికి ప్రయత్నం చేస్తారు.

మానవుడిగా పుట్టిన మనిషి మహాత్ముడిగా ఎదగగలిగే జన్మ మానవ జన్మే. ఏదైనా కనిపెట్టాలి అన్నా,ఏదైనా సాధించాలన్నా ఈ మానవ జన్మే మూలం. సాధన చేయాలంటే అనుకూలమైన శరీరం ఉంటుంది, జ్ఞానం పొందాలంటే అనుకూలమైన బుద్ధి ఉంటుంది. అందుకే అన్ని జీవరాశుల కంటే ఒక్క మానవజన్మ తీసుకున్న వాళ్ళే దైవాన్ని చేరుకోగలరు, దైవాన్ని చూడగలరు. ఈ విశ్వంలో గొప్ప అవకాశం ఒక్క మానవుడికే ఉంది కాబట్టి అన్ని జన్మల కంటే మానవ జన్మ ఉత్తమమైనది అని చెప్పడం జరిగింది.

4.అన్నిటికంటే మంచి మార్గం:- యోగ మార్గం.

యోగ మార్గంలోకి ఎప్పుడైతే వస్తారో తృప్తికరమైన జీవితం వుంటుంది.

ప్రాపంచికంలో చాలా రకాల గమ్యాలు ఉంటాయి. చదువులు చదువుతున్న కొద్దీ, కళలు నేర్చుకునే కొద్దీ ఎన్నో సాధిస్తూ వుంటారు. అవన్నీ నేర్చుకుంటే కొంత వరకు మనసుకి తృప్తి కలుగుతుంది.

కానీ తృప్తిగా జీవించాలంటే జీవిత లక్ష్యమైన ఈ యోగ మార్గంలోకి రావడమే. చనిపోయే వరకు కూడా ఈ మార్గాన్ని వదలి పెట్టాల్సిన అవసరం లేదు. మిగతావన్నీ కూడా వయసు మీద పడే కొద్దీ అవి చేయలేక వదిలేయ వలసి వస్తుంది. కానీ యోగ మార్గం మధ్యలో వదిలేది కాదు, మీరు చనిపోయే వరకు కూడా ఈ మార్గాన్ని పట్టుకొని ఉండొచ్చు. అందుకే అన్ని మార్గాల కంటే యోగ మార్గం గొప్పది.

5.అన్నింటికంటే గొప్ప కర్మ ::-

అన్నిటికంటే గొప్ప కర్మ ఆత్మకర్మ. అంటే ముక్తికర్మ. మానవుడు ఎన్నో కర్మలు చేస్తుంటాడు, అందులో పాప కర్మలు ఎలాగూ చేయకూడదు అని తెలుసుకున్నారు. కానీ పుణ్య కర్మలు విషయానికి వస్తే సాధారణంగా యజ్ఞయాగాదులన్నీ గొప్ప పుణ్యకర్మలు అంటారు. కానీ దానికంటే గొప్పది పత్రీజీ ఏం చెప్పారు అంటే ఆత్మకర్మలు. ఆత్మకర్మలే లక్ష్యాన్ని సాధించగలిగే కర్మలు.

6.అందరికంటే మంచి వాడు :-

అందరికంటే మంచివారు దానధర్మాలు చేసినవాళ్ళు, పెద్ద పెద్ద పేరు ప్రతిష్టలు ఉన్నవాళ్ళు, బాగా డబ్బు ఉన్నవాళ్ళు, బాగా పదవుల్లో ఉన్నవాళ్ళే గొప్పవాళ్ళు అనుకుంటారు. కానీ ఇంద్రియాలను స్వాధీన పరచుకున్నవాడే మంచివాడు.

ఎందుకంటే వాడికి అరిషడ్వర్గాలు తన ఆధీనంలో ఉంటాయి, అహంకార, మమకారాలు ఉండవు. ఎవరి మీద ఈర్ష్యపడడు, ఎవరిని నాశనం చేయాలని కోరుకోడు.

వాడు విశ్వ కళ్యాణం కోసమే పాటుపడుతూ ప్రతి నిమిషం కూడా ఆ విశ్వ కళ్యాణం కోసమే ఆలోచిస్తూ ఉంటాడు. అందుకే వాడే మంచివాడు.

7.అందరికంటే గొప్పవాడు:-

బుద్ధుడు నీ ముందు ప్రత్యక్షమైన ప్రతివాడు కూడా గొప్పవాడే అంటాడు. అంటే ఒక దొంగ కనబడినా, ఒక హంతకుడు కనబడినా గొప్పవాడే అంటాడు. అంటే బుద్ధుడు వాళ్ళలో ఆత్మని చూడండి కానీ ఆ శరీరాల్ని, మనసుని చూడద్దు అంటారు .

ఎవరైనా మీకు నచ్చనివాడు కనబడినా, శత్రువు కనబడినా, వారిలోని ఆత్మను చూసినప్పుడు అందరూ దైవాలే అని తెలుసుకోవాలి.

అందుకే శత్రువు కనబడినప్పుడు ఇలా ఉండకూడదు అని నేర్చుకోవాలి, అలాగే ఒక మంచివాడు ఎదురైనప్పుడు ఇలా ఉండాలి అని నేర్చుకోవాలి. ఇద్దరు నుంచి పాఠాలు నేర్చుకోవాలి అని బుద్ధుడు చెప్తాడు. అందుకే నీకు ఎదురైన వ్యక్తుల్ని ఎప్పుడూ చెడ్డవాడని భావించవద్దు అంటాడు.

బుద్ధుడు అంగులీమాలుడిలో ఉన్న దైవత్వాన్ని చూస్తూ వెళ్ళాడు మరి ఆ కళ్ళలో ఉన్న తేజస్సుని చూసి అంగులీమాలుడు ఆ క్షణంలోనే మారిపోయాడు.

అందుకే బుద్ధుడు చెప్తాడు వీడు శత్రువు, వీడు మిత్రుడు, వీడు మంచివాడు కాదు అని కాకుండా నీకు ఎదురైన ప్రతి వ్యక్తి మంచివాడే అనే భావంతోనే నువ్వు ఉండగలగాలి.

8.అన్నిటికంటే మంచి విద్య ఏది:- బ్రహ్మ విద్య.

ఈ సృష్టిలో 64 కళలు ఉన్నాయి అందులో చిట్ట చివరిదే బ్రహ్మ విద్య. 64 కళల్లో 63 కళలు నేర్చుకున్నా దైవం దగ్గరికి చేరలేరు. కానీ 64వ కళైన బ్రహ్మ విద్య నేర్చుకుంటే దైవం దగ్గరికి చేరగలరు.

మిగతా విద్యలన్నీ ప్రపంచంలో ధనం సంపాదించడానికి సరి పోతాయి. కానీ ఈ బ్రహ్మ విద్య ద్వారా దైవం దగ్గరికి చేరుకోవచ్చు. అందుకే అన్ని విద్యలలోకి మేటి విద్య బ్రహ్మవిద్య, దీనికి సాటి ఇంకేమీ లేదు.

ధ్యానము అంటే భగవంతుడి మీద దృష్టి పెట్టడం, అంటే ఆత్మ మీద దృష్టి పెట్టడం. ఆత్మను తెలుసుకుంటేనే కానీ బ్రహ్మాండం తెలియదు.

"ఆత్మ జ్ఞానము అంటే ఆత్మ గురించి తెలుసుకోవడం ,బ్రహ్మాజ్ఞానం

అంటే ఈ బ్రహ్మాండం గురించి తెలుసుకోవడం!”

ఇటువంటి బ్రహ్మ విద్యని ఎవరైతే నేర్చుకుంటారో వాళ్ళు ఎప్పుడూ దేనికి బాధపడరు, ఎవరిని ద్వేషించరు. అరిషడ్వర్గాలు వాళ్ళ ఆధీనంలో ఉంటాయి.

భగవంతుని చేర్చే బ్రహ్మ విద్య నేర్చుకోవడం మానేసి ఈ లోకంలో ఎన్ని డిగ్రీలు ఉంటే లాభం ఏమిటి?అవి మనకి చచ్చేవరకే పనిచేస్తాయి. చచ్చేవరకే పేరు తెస్తాయి. కానీ మనకంటే గొప్పవాడు డబ్బు ఉన్నవాడు కనబడినా మనకంటే డిగ్రీలు ఉన్నవాడు కనబడినా మనని మర్చిపోతారు. కానీ ఒక బ్రహ్మజ్ఞానిని తరాలు మారినా, యుగాలు మారినా ఎవరు మర్చిపోరు.

ఈరోజు వశిష్టుల వారిని, సప్తఋషులని, కృష్ణున్ని మర్చి పోతున్నామా? ఎంత గొప్పగా ఈనాటికి చెప్పుకుంటున్నారు. వాళ్ళు బ్రహ్మర్షులు, బ్రహ్మ జ్ఞానులు అందుకే ఈనాటికి ఎన్ని యుగాలైనా వాళ్ళని తలుచుకుంటూనే ఉంటారు. వాళ్ళు ఎప్పుడు చనిపోరు, ప్రజల హృదయాల్లో బ్రతికే ఉంటారు. అందుకే అన్నిటికంటే గొప్ప విద్య బ్రహ్మవిద్య.

9.అన్నిటికంటే గొప్ప దానం ఏది:-

అన్నదానం, వస్తుదానం కాదు జ్ఞానదానం. ఈ లోకాల్లో సుఖపడడమే కాదు మరుజన్మకి కూడా వారికి ఉపయోగపడే దానం జ్ఞానం. దీనికంటే గొప్పది ఈ ప్రపంచంలో ఇంకేమీ లేదు. యజ్ఞయాగాదులు డబ్బు, సంపదలు ఉంటే చేస్తారు. కానీ జ్ఞానదానం కంటే గొప్ప దానం ఇంకేమీ లేదు.

పత్రి గారు ఏమంటారంటే మీరు ఏదైతే నేర్చుకున్నారో, ఏదైతే తెలుసుకున్నారో ఏ విషయం వల్ల మీరు ఆనందం పొందుతున్నారో మరి అలాంటి ఆనందం అందరికీ పంచాలి.

ధ్యానం చేయించడం, జ్ఞానం చెప్పడం వల్ల వాడు భయంలోంచి నిర్భయంలోకి వస్తాడు, దేనికి కృంగిపోడు, దుఃఖం నుంచి బయట పడుతూ ఉంటాడు. లేకపోతే నేను ఎందుకు పుట్టాను? ఎందుకు చస్తున్నాను? ఏమీ తెలియని అయోమయ స్థితిలో ఉంటాడు.ఏది పాపమో? ఏది పుణ్యమో?

కూడా తెలియదు.

10.అన్నిటికంటే గొప్ప పని :-

సాటి జీవుల్ని స్వేచ్ఛగా బ్రతకనివ్వడానికి ప్రయత్నించడమే అన్నిటికంటే గొప్ప పని. పత్రి సార్ అదే నేర్పారు. ధ్యానం చేస్తే చేయమను లేకపోతే మానేయమను, కానీ మాంసాహారం వద్దని చెప్పండి అనేవారు.

మీరు మాంసాహారం మానిపించడము, సాటి జీవులకి ప్రాణరక్షణ ఇవ్వడమే ఈ ప్రపంచంలో అత్యుత్తమమైన గొప్ప పని. మాంసాహారం ఎంతమంది చేత మానిపిస్తే అన్ని జీవుల్ని భూమిమీద మీరు హాయిగా బ్రతకనిచ్చిన వారు అవుతారు.

పిరమిడ్ మాస్టర్ల 18 ఆదర్శ సూత్రాలు

11. చిన్నప్పటి నుంచే పిల్లలకు ధ్యాన శిక్షణ ఇవ్వడం.
12. ఎవ్వరూ శిష్యులుగా వుండకూడదు.... అందరూ మాస్టర్లుగానే విరాజిల్లాలి.
13. ధ్యాన శిక్షణలో 'డబ్బు ఇచ్చి పుచ్చుకోవడాలు' అన్నది ఏ మాత్రం లేకపోవడం.
14. విగ్రహారాధన కాదు! ఆత్మ ఆరాధనే ముక్తికి మార్గం! జీవించి వున్న మాస్టర్లనూ పూజించకూడదు.
15. ఎవరి సమస్యలను వారే, తమ తమ స్వీయ ఆత్మశక్తిని ఉపయోగించి పరిష్కరించుకోవడం.
16. గృహస్థులుగా వుంటూనే, ఎవరి పనులు వారు చూసుకుంటూనే, జీవన్ముక్తిని సాధించడం.
17. అన్ని గ్రామాల లోనూ, అన్ని పట్టణాలలోనూ విధిగా పిరమిడ్ ధ్యానకేంద్రాలు నెలకొల్పడం.
18. పిరమిడ్ మాస్టర్లందరూ తమ తమ ధ్యానానుభవాలను గ్రంథరూపం చేసి విధిగా ప్రచురించాలి.

కాలము - మనస్సు

అన్నిటికంటే గొప్పది కాలము. కోట్లు ఇచ్చినా కొనలేనిది కాలము. యోగులు కాలాన్ని భగవంతుడితో సమానంగా పోలుస్తూ ఉంటారు. అందుకే ఒక్క నిమిషం కూడా కాలాన్ని వృధా చేయకుండా ప్రతి నిమిషం వారు సద్వినియోగం చేసుకుంటారు.

మీరు ప్రతి రూపాయిని ఎంత జాగ్రత్తగా వాడతారో, యోగులు ప్రతి నిమిషాన్ని అంత జాగ్రత్తగా సద్వినియోగం చేస్తారు. ఇది పత్రి గారిని చూస్తే అర్థమవుతుంది. అలాంటి కాలం ఎంత విలువైందో తెలుసుకుంటూ... ఎలా ఉపయోగించుకోవాలో తెలుసుకుందాం.

కాలానికి మూడు అవస్థలు వున్నాయి. అవి 1.భూత, 2.భవిష్యత్తు, 3.వర్తమానం.

ప్రతి నిమిషానికి, నెలకి, సంవత్సరానికి ఈ భూత, భవిష్యత్తు, వర్తమానం ఉంటుంది. ఇప్పుడు ఈ క్షణం వర్తమానం, తరువాత క్షణానికి, ఈ క్షణం గతమైపోయింది, అలాగే వచ్చే క్షణం భవిష్యత్తు అవుతుంది.

యోగులు ఏమంటారంటే, మనసు యొక్క గుణాల వల్ల కాలాన్ని ఉపయోగించుకోవడం జరుగుతుంది. మనసు అంటే ఏమిటి? కోరికలు, ఆలోచనలు, సంకల్పాల సముదాయమే మనసు. అంటే ఇప్పుడు ఏదైనా చూసి చాలా బాగుంది నాకూ ఉంటే బాగుండును అనుకున్నారనుకోండి, అది మీకు లోపల మనసుగా ఏర్పడుతుంది.

మిమ్మల్ని ఎవరైనా ఏదైనా అంటే దాని గురించి పదేపదే తలుచుకుంటే అది కూడా మనసుగా ఏర్పడుతుంది.

అయితే కాలానికి మూడు దశలు ఉన్నట్టే, మనసుకు కూడా మూడు గుణాలు ఉన్నాయి. అవి

1.తమోగుణం, 2.రజోగుణం, 3.సాత్వికగుణం.

ఈ మూడు గుణాల్లోని వారు కాలాన్ని ఎలా ఉపయోగించు కుంటారో తెలుసుకుందాము.

1. సాత్విక గుణంలో ఉన్నవారు కాలాన్ని ఎప్పుడు సద్వినియోగం చేస్తారు. వాళ్ళకి కాలం విలువ బాగా తెలుసు. ఎందుకు అంటే వాళ్ళకు పుట్టుక తెలుసు, మరణము తెలుసు. అందుచేత చనిపోయేలోగా నేనేమి సాధించాలో అది సాధించాలని అనుకుంటారు.

అన్నిటి కంటే విలువైనది కాలము అని యోగులకు తెలుసు. జరిగిపోయిన కాలన్ని వర్తమానంలోకి తీసుకురాలేము. కాబట్టి ప్రస్తుత కాలన్నే సద్వినియోగం చేసుకుంటారు. సాత్విక గుణం ఉన్నవాళ్ళే కాలాన్ని సద్వినియోగం చేసుకోగలుగుతారు.

2.రాజసగుణంలో ఉన్నవారు కాలాన్ని నిర్వినియోగం చేస్తారు. ప్రాపంచిక విషయాల్లో తిరిగి తిరిగి అజ్ఞానిగా మిగిలిపోతారు.

3. తామసిక గుణంలో వున్నవారు కాలాన్ని దుర్వినియోగం చేస్తారు. ఏ పని చేయరు తినడం, శరీర కోరికలు ఉంటే తీర్చుకోవడం అంటే కోరిక కలిగినప్పుడు సుఖాన్ని అనుభవిస్తారు. ఇక తరువాత ఏ పని చేయటానికైనా బద్ధకంగానే ఉంటారు. తామసికుడు చేయకూడని పనులు చేస్తూ కాలాన్ని దుర్వినియోగం చేస్తారు..

ఈ మనసుకున్న గుణాలు మార్చుకోవాలి అంటే సరైన ఆహారం తీసుకుంటూ, ధ్యానం చేయాలి. అప్పుడు మనసు తమోగుణం నుంచి రజోగుణం, రజోగుణం నుంచి సాత్విక గుణంలోకి వచ్చి కాలాన్ని సద్వినియోగం చేసుకుంటారు. ఈ సాధన ఉపయోగించుకునే విధానాన్ని బట్టి ఉంటుంది.

ఉదాహరణకు: వర్షపు బిందువు మట్టిలో పడితే బురదగా మారి పోతుంది, కాలే పెనం మీద పడితే ఆవిరి అయిపోతుంది, తామరాకు మీద పడితే ముత్యం లాగా ప్రకాశిస్తుంది, ముత్యపు చిప్పలో వర్షపు నీరు పడితే ముత్యమైపోతుంది. అంటే అదే వర్షపు చుక్క పడిన ప్రదేశాలను బట్టి దాని

విలువ మారుతుంది. అలాగే మీరు చేసిన ధ్యానం, పొందిన జ్ఞానాన్ని బట్టి మీ విలువ పెరుగుతుంది.

రాముడు, రావణాసుడు ఇద్దరూ ధ్యానం చేశారు. రాముడు ధ్యానం చేసి దైవంగా మారాడు, రావణుడు ధ్యానం చేసి రాక్షసుడుగా మిగిలాడు.

నిజంగా రాముడు పుట్టేటప్పటికే రావణాసురుడు శక్తివంతుడు. అందుకని వశిష్టులువారు రామ పట్టాభిషేకానికి ముహూర్తం పెట్టమంటే రావణ సంహారానికి ముహూర్తం పెట్టాడు. రాముడు వనవాసానికి వెళ్ళి 14 సంవత్సరాలు ధ్యానం చేస్తాడు. ఎందరో యోగుల దగ్గర శక్తులను పొందాడు. విశ్వామిత్రుడు దగ్గర, అత్రి మహాముని దగ్గర అస్త్రవిద్యలు తేలుసుకున్నాడు. ఇలా అందరి దగ్గర అన్ని శక్తులు పొందినప్పుడు రావణుడిని జయించే శక్తి రాముడికి వచ్చింది.

అంటే రాముడిని కూడా ఓడించేటంత శక్తి రావణుడికి ఉంది. రావణాసురుని సంహరించడం కోసం 14 సంవత్సరాలు ధ్యానం చేయవలసి వచ్చింది. అంత గొప్పవాడు రావణబ్రహ్మ. కానీ ఎందుకు ఓడిపోయాడు అంటే దేహానికి వశమయ్యాడు, మనసుకి వశమయ్యాడు. రాముడు ధర్మానికి ప్రతిరూపం అయ్యాడు, అందుకే దైవం అయ్యాడు

అందుకే మనసును శుద్ధంగా ఉంచుకోవాలి. దురాలోచనలు, దుర్భావనలు ఉంటే శక్తిని కోల్పోతారు. సద్భావనలు, సదాలోచనలు ఉంటే శక్తి పెరుగుతుంది. మీరు ఎప్పుడూ కూడా సద్భావన, సదాలోచనల్లో ఉన్నప్పుడు మీకు తెలియకుండానే మీ సంకల్పాలన్నీ నెరవేరేటట్లు ప్రకృతి ద్వారా సహకారం అందుతూ ఉంటుంది.

చూడండి చెట్లకు వున్న కొమ్మలు నరికితే చిగురిస్తుంది, కాని చెట్ల యొక్క వేళ్ళని నరికితే చెట్టే చచ్చిపోతుంది. అలాగే మీలో దురాలోచనలు, దుర్భావనలు ఉంటే చేసే తప్పులవల్ల చెట్లు వేళ్ళు నరికితే చెట్టే చచ్చినట్లు మీకు రకరకాల అనారోగ్యాలు వచ్చి మీ శరీరం ఎందుకూ పనికిరాకుండా

పాడైపోతుంది.

నీ ఆలోచనా విధానాన్ని బట్టి నీ ఆరోగ్యం ఉంటుంది. మీకు గతం వద్దు, భవిష్యత్తు వద్దు, వర్తమానంలో జీవించమని యోగులు ఎందుకు చెబుతారు అంటే మనసు ప్యూరిటీగా ఉంచుకోమనే.

మనసులో ఏ అలజడులు లేనప్పుడు ఏది విన్నా, ఏది చదివినా చక్కగా గ్రహించగలిగే శక్తి వుంటుంది. ఏకాగ్రత పొందిన మనసు అద్భుతమైన శక్తి, సామర్థ్యాలు కలిగి ఉంటుంది. అలా ఉండాలంటే ఏకైక మార్గం "శ్వాస మీద ధ్యాస" ధ్యానం చెయ్యడం. మానవుడు మనసుని శుద్ధంగా ఉంచుకోవాలని, మనస్మృతిలో నాలుగు మహా వాక్యాలు చెప్పడం జరిగింది.

1.అబద్ధాలు ఆడటం వల్ల యజ్ఞఫలం పోతుందట:-

యజ్ఞ యాగాదులు చాలా గొప్ప పుణ్య కర్మలు అని చాలామంది చేస్తుంటారు. నువ్వు ఎంత యజ్ఞం చేసినా "అబద్దాలు ఆడితే ఆ యజ్ఞ ఫలం పోతుంది" అని మనస్మృతిలో మనువు చెప్పాడు.

2. గర్వం పెంచుకోవడం వల్ల ధ్యాన శక్తి కోల్పోతారు:-

నేను ఇంత ధ్యానం చేస్తున్నాను నాకే తెలుసు అని గర్వం పెంచుకుంటే మీ ధ్యానశక్తిని మీరు కోల్పోతారు. అందుకే ఉపనిషత్తులు కూడా "అహంకారికి ఆత్మజ్ఞానం అబ్బదు" అని చెబుతున్నాయి.

3. జ్ఞానుల్ని నిందిస్తే ఆయుః క్షీణం కలుగుతుంది.:-

ఎవరైనా జ్ఞానులు ఉంటే నీకు నచ్చకపోతే మౌనంగా ఉండు, అంతేకానీ యోగుల్ని, జ్ఞానుల్ని ఎప్పుడూ నిందించకు. జ్ఞానులు దూషణ, భూషణల్ని సమస్థితిలో స్వీకరిస్తారు.

పత్రి గారిని చూస్తే ఇది అర్థమవుతుంది. టీవీ9 వాళ్లు ఎంత వికారంగా చూపించినా ఆయన ఎవరిని పల్లెత్తు మాట అనలేదు. ఎవరైతే పదేపదే ఆయనను చూపించాడో ఆ యాంకర్ కారు యాక్సిడెంట్‌లో చనిపోయాడు. అందుకే యోగుల్ని, జ్ఞానుల్ని ఎప్పుడూ దూషించకూడదు

అంటారు. "జ్ఞానుల్ని దూషిస్తే ఆయుః క్షీణం కలుగుతుంది."

4. దానం చేసి ఇతరుల ముందు గొప్పగా చెప్పుకుంటే దాన ఫలితం పోతుంది:-

దానం చేసి ఇతరుల ముందు నేను అది ఇచ్చాను, ఇది ఇచ్చాను అని ఎప్పుడు గొప్పగా చెప్పుకోకూడదు. అందుకే పూర్వం పెద్దలు అన్ని దానాల కంటే గుప్తదానం మిన్న అనేవారు. నువ్వు చేసింది పరమాత్మకు తెలిస్తే చాలు పదిమందికి తెలియాల్సిన అవసరం లేదు. ఇవన్నీ తెలుసుకుంటే మనసుని ఎంత శుద్ధంగా ఉంచుకోవాలో అర్థమవుతుంది

అందుచేత కాలాన్ని సద్వినియోగం చేయాలన్నా, దుర్వినియోగం చేయాలన్నా మనసే. ఈ రెండిట్లో ఏది చేస్తావు అన్నది నీ గుణాన్ని బట్టి ఉంటుంది.

అందుచేత కాలాన్ని సద్వినియోగం చేస్తే సాత్విక గుణంలో ఉన్నట్టు, నిర్వినియోగం చేస్తే రాజసగుణంలో ఉన్నట్టు, దుర్వినియోగం చేస్తే తామస గుణంలో ఉన్నట్టు. అందుకనే కాలం విలువ తెలుసుకొని మనసుని శుద్ధంగా ఉంచుకుంటూ.... ఆ కాలాన్ని సద్వినియోగం చేసుకోవాలి.

తటవర్తి దంపతుల Zoom కార్యక్రమాలు చూడాలంటే?

a) ప్రతిరోజూ ఉదయం Zoom లో 4 to 6.30 a.m. Silence Meditation మరియు 6.30 to 7.30 a.m. వరకు **ఆత్మజ్ఞాన సందేశాలు**

Zoom I.D. :2413823868, Password : RAO

b) పై కార్యక్రమము 6.30 to 7.30 a.m. వరకు Youtubeలో కూడా Live ఇవ్వబడుతుంది.

c) ఎవరైతే TVR & TRL Whatsapp గ్రూపులో వుంటారో వారికి Zoom Link & You Tube Links మరియు తటవర్తి దంపతుల క్లాసుల వివరాలు పంపడం జరుగుతుంది. వారు **సింధూర: 8555995217** నెంబరు తప్పనిసరిగా save చేసుకోవాలి.

d) తటవర్తి వారి వాట్సాప్ గ్రూపులో జాయిన్ కావాలనుకునేవారు వీరిని సంప్రదించండి. సింధూర: 85559 95217, మధు: 78939 17364 లేకపోతే www.tst.org.in Open చేసిన తర్వాత Join in Whatsapp group లింక్ మీద నొక్కండి.

మానవ జీవితం ధన్యం అవ్వాలంటే?

మూడు విషయాలను బట్టి మానవ జీవితం ధన్యం అవుతుంది.

1) దానము, 2) ధ్యానము, 3) ధర్మము

1) దానము:-

దానము అంటే ఒక గొప్ప పుణ్య కర్మ. అందుకే కర్ణున్ని గొప్పదాత అంటారు. మనసు ప్యూరిటీగా ఉంటేనే ఎదుటివారికి ఇవ్వ గలుగుతారు. లేకపోతే ఏదీ వదులుకోవడానికి సిద్ధ పడరు.

అటువంటి దానం చేయాలంటే గొప్ప మనసు, ఎంతో త్యాగబుద్ధి ఉండాలి. దానం వల్ల పుణ్యం వస్తుంది, కానీ ఈ దానం భగవంతుడే చేయిస్తున్నాడని నిష్కామంగా చేస్తే గొప్ప యోగి కాగలుగుతారు.

కర్మ చేయకపోవడం అనేది సోమరితనం. కర్మ ఫలితం భగవంతుడికి అర్పించడం కర్మ సన్యాస యోగం. ఎప్పుడు కూడా కర్మలను వదలకూడదు, కాని కర్మ ఫలితాన్ని వదలాలి, అప్పుడే మీరు యోగి కాగలరు.

2) ధ్యానము:-

మానవుడు ఎన్నో చింతలతో ఉంటాడు. ఎంతసేపు నా భార్య, నా పిల్లలు, నా ఆస్తిపాస్తులు, నా వాళ్లు, నా కులం అన్న చింతే.

అసలు పుట్టుక చింత, ఎలా బ్రతకాలి అనే చింత, బాల్యంలో యవ్వనంలో, చదువులలో చింత. ప్రౌఢ వయస్సులో సంసార చింత, ముసలి వయసులో శరీరం పట్టుత్వం పోయి రోగాల చింత వుంటుంది.

ఇలా రకరకాల చింతలతో భూమి మీద జీవిస్తున్నారు. ఈ చింతలన్నింటి నుండి బయట పడాలంటే ధ్యానం చేయాలి.

ఈ ధ్యాన మార్గంలోకి వచ్చిన తర్వాతే మీ జీవితంలో జరిగే సంఘటనలన్నీ కూడా మీ ఇష్టప్రకారం పైన ఎన్నుకొని వచ్చామని, వాటి వల్ల కలిగే దుఃఖానికి కారణం మనసు అని అర్థమవుతుంది. ఆ మనసు ప్రభావం

నుండి బయట పడాలంటే ధ్యానం చేయాలి. లేకపోతే మనసు ప్రభావం వల్ల, అజ్ఞానం వల్ల ఎన్నో కర్మలు చేస్తారు. కర్మల వల్ల మళ్లీ జన్మ, జన్మ వల్ల దుఃఖం. అందుకే ధ్యానంలోకి వచ్చాక కర్మ సిద్ధాంతం నేర్చుకున్నాక, జ్ఞానం పెరిగాక నేను, నాది వదలాలి.

కర్మలు కూడా ఆలోచించి చేసినప్పుడు కర్మలను తగ్గించుకుంటూ శాంతిగా బ్రతుకుతారు. "శరీరం, మనసుకి ప్రాముఖ్యం ఇస్తే అశాంతి, ఆత్మకు ప్రాముఖ్యతను ఇస్తే శాంతి."

ఆత్మకు ప్రాముఖ్యం ధ్యానంలోకి వచ్చాక ఇస్తారు. ధ్యానమార్గంలోకి వచ్చాక భగవంతుడు ఎవరో తెలుసుకుంటారు, ఆయనను ఎలా చేరుకోవాలో తెలుసుకుంటారు.

ధ్యానం ఎందుకు అంటే మోక్షం పొందడం కోసం, భగవంతుని తెలుసుకోవడం కోసం, ఆయన్ను చేరుకోవడం కోసం. మోక్షం అంటే జన్మలేని స్థితి.

3) ధర్మము :-

ధర్మాన్ని ఆచరించినప్పుడు ఆ ధర్మమే వారిని కాపాడుతుంది. అందుకే "ధర్మో రక్షతి రక్షితః" అన్నారు. అంటే ధర్మాన్ని నువ్వు రక్షిస్తే, ఆ ధర్మమే నిన్ను రక్షిస్తుంది అని అర్థం.

ధర్మ, అర్థ, కామ, మోక్షాలు అని చతుర్విధ పురుషార్థాలు ఉన్నాయి. అందరూ అర్థం అంటే డబ్బు, కామము అంటే కోరికల వెనకాల పడుతున్నారు కాని ధర్మాన్ని, మోక్షాన్ని మరచిపోయారు.

ధర్మాన్ని ఆచరిస్తేనే మోక్షం వస్తుంది. దీని గురించి ధ్యానమార్గంలోకి వచ్చాక తెలుసుకుంటారు. మానవ జీవితం యొక్క అర్థం ధర్మాన్ని పాటించడమే అని రాములవారికి వశిష్టుల వారు చెప్పారు.

వేదాలను రెండు భాగాలుగా విభజిస్తే మొదటి భాగం ధర్మం గురించి, రెండవ భాగం సర్వాంతర్యామి అయిన భగవంతుడు గురించి చెప్పబడింది.

మీరు ధర్మంలో ఉంటూ భగవంతుడు గురించి తెలుసు కోవాలి. ఈ ధర్మం కూడా రెండు భాగాలుగా విభజింపబడింది. అవి

1) సామాన్య ధర్మం, 2) విశేష ధర్మం.

మానవ జీవితం ధన్యం అవ్వాలంటే?

సామాన్య ధర్మాన్ని నాలుగు భాగాలుగా విభజించారు. అవి

ఎ) సామాన్య ధర్మం

బి) లౌకిక ధర్మంఐ

సి) వైదిక ధర్మంఐ

డి) ప్రకృతి ధర్మం .

ఎ) సామాన్య ధర్మం:-

మీరు ఆనందించాలని ఎలా అనుకుంటారో, ఈ లోకంలో అందరూ కూడా అలా ఆనందించాలని కోరుకోవాలి, అందరూ ఆనందంగా ఉండేటట్లు చూడాలి.

బి) లౌకిక ధర్మం :-

తల్లిదండ్రుల పట్ల, సోదరుల పట్ల, బంధువుల పట్ల, శత్రువుల పట్ల, మిత్రుల పట్ల కూడా ప్రేమగా ఉండగలగాలి.

అంటే మీ శత్రువులు కూడా ఆత్మే, అంటే భగవంతుడే అని మీరు తెలుసుకోవాలి. వాళ్ళతో ఎంత శత్రుత్వం ఉన్నా వాళ్ళకు హాని తల పెట్టకూడదు, అదే రాముడికి వశిష్టులవారు బోధిస్తారు. అలా ఉండగలగడమే లౌకిక ధర్మం.

సి) వైదిక ధర్మం :-

ఇది స్వర్గసుఖాల కోసం చేసే ప్రయత్నం, దీనికోసం యజ్ఞ యాగాదులు చేస్తూ ఉంటారు. ఎంత గొప్ప యజ్ఞం అయినా పుణ్య కర్మే కానీ మోక్షం రాదు, పుణ్యం చేస్తే స్వర్గానికి వెళ్తారు. ముక్తి కర్మలు చేస్తే సత్యలోకానికి చేరుకుంటారు, వైదిక ధర్మం తెలిసిన వారు స్వర్గసుఖాల కోసం ప్రయత్నిస్తారు.

డి) ప్రకృతి ధర్మం :-

ఈ ధర్మం తప్పులు చేసిన వారికి ప్రకృతి శిక్ష వేస్తుంది. చూడండి ఏదైనా తప్పు చేస్తే కోర్టులో జడ్జిగారు శిక్ష వేస్తారు. ఆ శిక్ష శరీరమే అనుభవిస్తుంది.

శరీరానికి శిక్ష పడినంత మాత్రాన మనిషిలో మార్పు రాదు. కానీ ప్రకృతి ధర్మం ఎలా వుంటుంది అంటే, తరువాత జన్మలో వీడు ఎవరినీ బాధ పెట్టడు కాని, వీడికి అందరి వల్ల బాధలు వుంటాయి. అందువల్ల ఎంతో మానసికంగా బాధపడుతూ వుంటారు.

ఆ జన్మలో అలా బాధపడుతూ ఇంకెప్పుడూ ఎవరిని బాధ పెట్టకూడదు అనే మార్పు వస్తుంది. ఈ నాలుగు కూడా సామాన్య ధర్మాలే.

2) విశేష ధర్మం:-

విశేష ధర్మం కోసమే మానవజన్మ తీసుకున్నారు కానీ, మానవులు విశేష ధర్మాన్ని మరచిపోయారు.

జ్ఞానులు విశేష ధర్మాన్ని పాటిస్తారు, వీరు అజ్ఞానంలో పడిపోకుండా గురువుల ద్వారా జ్ఞానాన్ని నిరంతరం పొందుతారు. విశేష ధర్మం పాటించాలనుకునే వారు ఐదు ప్రశ్నలు వేసుకోవాలి, అవి

1) నేను ఎవరు?ఐ 2) ఎక్కడ నుంచి వచ్చాను?ఐ 3) ఏం చేయడానికి వచ్చాను?ఐ 4) చేసేటప్పుడు వచ్చే ఆటంకాలు ఏంటి?ఐ 5) ఇది ఆచరించడం వల్ల వచ్చే లాభమేంటి?

1) నేను ఎవరు?:-

నేను ఎవరు అంటే నేను ఆత్మను.

2) ఎక్కడ నుంచి వచ్చాను? :-

పూర్ణాత్మ నుంచి అంశగా వచ్చి, ఒక జీవి శరీరంలో ప్రవేశించి జీవాత్మగా ఉన్నాను. మరి దైవం అయి ఉండి జీవాత్మగా ఎందుకు వున్నాను? అని విచారణ చెయ్యాలి. నేను జీవాత్మను అయితే పరమాత్మగా ఎప్పుడు

ఎదుగుతాను? అని ప్రశ్న వేసుకోవాలి.

3) ఏం చేయడానికి వచ్చాను?:-

ధ్యాన సాధన చేసి, నేనే దైవాన్ని అని తెలుసు కోవడానికి వచ్చాను అని తెలుసుకోవాలి.

4) చేసేటప్పుడు వచ్చే ఆటంకాలు ఏంటి?:-

ఈ విశేష ధర్మం పాటించేటప్పుడు వచ్చే పెద్ద ఆటంకం వారి మనసే. ధ్యానంలో కూర్చున్నప్పుడు మనసు ఆలోచనలతో ఇబ్బంది పెడుతుంది. జాగ్రదావస్థలో చూసినవన్నీ మనసులో నిక్షిప్తమై ఉంటాయి. అవే ధ్యానంలో ఆలోచనల రూపంలో వస్తాయి, అదే పెద్ద ఇబ్బంది.

మరి ఈ ఇబ్బందిని ఎలా తొలగించుకోవాలి అంటే, "శ్వాస మీద ధ్యాస" పెట్టినప్పుడు, చంచలంగా ఉన్న మనసు మెల్లిగా నిశ్చలం అవుతుంది. అప్పుడు ధ్యానం బాగా కుదురుతుంది.

5) ఇది ఆచరించటం వల్ల వచ్చే లాభం ఏంటి? :-

నేను ఎవరో తెలుస్తుంది, ఎందుకు వచ్చానో తెలుస్తుంది, కర్మ సిద్ధాంతం తెలుస్తుంది, ఎక్కడి నుంచి వచ్చానో తెలుస్తుంది, ఎక్కడికి వెళ్ళాలో తెలుస్తుంది. అందుకే "ధ్యానం వల్ల జ్ఞానం, జ్ఞానం వల్ల మాత్రమే మోక్షం" అని పత్రీజీ చెప్తారు.

మానవ జన్మ అన్నది ధ్యానం చేయడానికే. అందుకే విశేష ధర్మాన్ని ప్రతి మానవుడు పాటించాలి. అందుకే వశిష్టుల వారు,బాహ్యంలో సామాన్య ధర్మాన్ని ఆచరించాలి, అంతరంలో విశేష ధర్మాన్ని ఆచరించాలి అన్నారు.

అందుకే వేదసారం కూడా ఈ రెండు ధర్మాలను ప్రతి మానవుడు తప్పక ఆచరించాలి అని చెప్తాయి.

యోగులు "జ్ఞానము కన్ను లాంటిది, ధర్మం కాళ్ళు లాంటిది" అంటారు. ఈ రెండు లేకపోతే కుంటి వాళ్లు, గుడ్డి వాళ్లలాగే వుంటారు.

అందుకే ధర్మాన్ని ఆచరించి, సత్యాన్ని తెలుసుకోవాలి. తెలుసు

కోకపోతే ఎవ్వరి జీవితంలోనూ సుఖము, ఆనందము ఉండవు.

అందుకే ఈ మూడు దానము, ధ్యానము, ధర్మము ఉండాలి అంటారు. దానము అంటే గొప్ప పుణ్య కర్మ, అంటే నిష్కామ కర్మ చేసి ధ్యానంలోకి రావాలి. ధ్యానం ద్వారా ధర్మాన్ని ఆచరించాలి, ప్రతి మానవుడు బాహ్య ప్రపంచంలో సామాన్య ధర్మంతో, అంతరంలో విశేష ధర్మంతో ఉంటే ఆనందకరమైన మోక్ష జీవితం వస్తుంది, అప్పుడే జీవితం ధన్యమవుతుంది.

తటవర్తి దంపతుల Website ద్వారా పొందే సమాచారము

website address : www.tst.org.in

a) తటవర్తి దంపతుల ఆధ్వర్యంలో జరిగే కార్యక్రమాల వివరములు మరియు Google Maps Location తెలుసుకోవచ్చు.

b) తటవర్తి దంపతుల మొత్తం పుస్తకాలు PDF రూపంలో కలవు. వాటిని ఉచితంగా Download చేసుకోవచ్చు. ఈ పుస్తకాలు తెలుగు, కన్నడ, హిందీ మరియు ఇంగ్లీషు భాషలలో వున్నాయి.

c) తటవర్తి దంపతుల సందేశాలు Concept వారీగా YouTube Play lists రూపంలో ఇవ్వడం జరిగింది.

d) తటవర్తి దంపతుల సందేశాల సారాంశము కొటేషన్స్ రూపంలో ఇవ్వడం జరిగింది.

e) తటవర్తి దంపతుల ఫోటోలు కూడా చూడవచ్చు.

5. భీమవరంలో ప్రతి నెలా 1, 2, 3 తేదీలలో జరిగే ఉచిత ధ్యాన యజ్ఞంలో రిజిస్ట్రేషన్ కొరకు సంప్రదించవలసిన నెంబరు : **సింధూర, 8555995217**

ప్రశాంతంగా జీవించాలంటే?

నేటి రోజుల్లో ప్రతి ఒక్కరు కూడా మనసు ప్రశాంతంగా ఉంటుంది అని ధ్యాన మార్గంలోకి వస్తున్నారు. కానీ అతి కొద్దిమంది మాత్రమే మోక్షానికి మార్గం ధ్యానం అని తెలుసుకుని వస్తున్నారు.

పత్రి గారు "ధ్యానం వల్ల జ్ఞానం– జ్ఞానం వల్ల మోక్షం" అని చెప్పినా ఎవ్వరూ దానిని పట్టించుకోవట్లేదు. రాఘరావుగారి శిష్యులు మాత్రమే మోక్షం అంటే ఏమిటో అర్థం చేసుకున్నారు.

మోక్షము అంటే ఎప్పుడో చనిపోయాక వచ్చేది కాదు. జీవితమంతా ఆనందంగా ఉంటూ సేవా భావంతో గడుపుతూ, త్యాగమయ, యజ్ఞమయ జీవితం జీవిస్తూ ఉన్నప్పుడే మోక్ష స్థితిలో ఉన్నట్టు.

ఎందుకంటే ఎవరిని చూసినా అనారోగ్యము, లేకపోతే సమస్యలు ఈ రెండిటి గురించే చెప్తున్నారు. అందుకే మొట్టమొదటిగా అందరికీ ధ్యానం వల్ల ప్రశాంతమైన జీవితం వస్తుంది అని చెప్తాం. ఎందుకంటే ఇహలోక ప్రయత్నం లేకుండా ఎవ్వరూ పరలోకానికి వెళ్ళే ప్రయత్నం చేయరు. ఇహ లోకంలో ఆనందంగా జీవిస్తేనే పరలోకానికి ఆనందంగా వెళ్ళడానికి ఇష్టపడతారు. మరి ఈ చిన్న సూక్ష్మమైన విషయం మనకి తెలుసు కాబట్టే అందరికీ ఆ విషయమే చెప్తున్నాం.

మరి ప్రశాంతమైన జీవితం జీవించాలంటే ఎలా ఉండాలి? మరి ఈ ప్రశాంతమైన జీవితం జీవించలేకపోవడానికి కారణం ఏమిటి? ప్రశాంతంగా జీవిస్తే వచ్చే లాభం ఏమిటి? అని తెలుసుకుంటే ధ్యానం ఇంకొంచెం బాగా చేయడానికి అవకాశం ఉంటుంది. జీవితంలో ప్రశాంతత లేకపోవడానికి కారణం మీలో ఉన్న ఈర్ష్య, కోపం, అసూయ, ద్వేషం.

1) ఈర్ష్య అంటే కొంతమందికి కొన్ని పరిస్థితుల వల్ల అనుకున్నవి దక్కవు. దక్కనప్పుడు వాడికుంది, నాకు లేదు అనే భావమే ఈర్ష్య. మరి ఈర్ష్య

వల్లే చాలా వినాశనాలు సృష్టిస్తూ ఉంటారు. దుర్యోధనుడి ఈర్ష్య వల్ల భారత యుద్ధమే జరిగింది. మీరు పురాణాలు ఉపమానంగా తీసుకుంటే ఈ ఈర్ష్య వల్ల నాశనం అవ్వడమే కాదు అది పెరిగినప్పుడు లోక వినాశకరమైన కార్యక్రమాలు చేస్తున్నారు.

ఈర్ష్య ఉన్నవారు ప్రశాంతంగా ఉండలేరు, చుట్టుప్రక్కల వారిని కూడా ప్రశాంతంగా బ్రతకనివ్వరు. ఈర్ష్య వల్లే వీళ్ళ మీద వాళ్ళకి, వాళ్ళ మీద వీళ్ళకి చెప్తూ ఉంటారు. ఎదుటి వ్యక్తి గురించి చెడ్డగా మాట్లాడుతున్నారు అంటే ఎక్కడో వాడంటే ఈర్ష్య ఉండడమే.

మీరు ఎప్పుడూ పాజిటివ్ థింకింగ్‌తో ఉన్నప్పుడు ఎవరి మీదా ఈర్ష్య పడకుండా ఉండొచ్చు. ఒక్కటేనండి ఇక్కడ గమనిస్తే మీరు చేయలేని పని వాళ్ళు చేసినప్పుడు, మీ కూడా ఉండి మిమ్మల్ని దాటి వెళ్ళినప్పుడు ఈర్ష్య అనే భావం వస్తుంది. కానీ జ్ఞాని ఈ గుణమే నా ఎదుగుదలకి అడ్డు అని దాన్ని తొందరగా పోగొట్టుకుంటాడు.

అందుకే మనలో ఏదైనా చెడు గుణం వున్నప్పుడు విచారణ చేసుకుంటే ఇది నేను ఎదగడానికి అడ్డు, దీనివల్లే నేను భూమిమీద ఆనందం అనేది పొందలేను అని అర్థం చేసుకొని, దాన్ని దాటడానికి, దాన్ని మార్చుకోవడానికి ప్రయత్నిస్తారు.

మీరు ఎలాంటి జీవితాన్ని కోరుకుంటారో అలాంటి జీవితం భూమి మీద దక్కించుకోవాలి అంటే ధ్యాన సాధన తప్పించి రెండో మార్గం లేదు. ధ్యాన సాధన చేస్తేనే నువ్వు అనుకున్నవి భూమిమీద సాధించగలవు. ధ్యాన సాధన లేకపోతే అనుకున్నవి అనుకున్నట్టే ఉంటాయి కానీ ఏదీ సాధించలేరు. ధ్యాన సాధన వల్ల, ఏది చెడ్డ? ఏది మంచి? అని తెలుసుకునే వివేకం కలుగుతుంది.

మాయకు వశమై ఒకవేళ పొరపాటున ఈ గుణం మీకు వస్తే ఇది నా ఎదుగుదలకు అడ్డు కదా? అందుకని నేను సాధన చేసి గుణాన్ని

మార్చుకోవాలి అని మీకు మీరే తెలుసుకుని సాధన ద్వారా సాధించాలి.

సాధకుడు ఇంకా లోతుల్లోకి వెళ్ళినప్పుడు నేను ఎవరి మీద ఈర్ష్య పడాలి? నేను ఏ వ్యక్తి మీద ఈర్ష్య పడినా నా మీద నేనే పడినట్టే. ఎందుకంటే అందరూ ఆత్మ స్వరూపులే కదా? అనుకుంటాడు. ఎదుటివాడు సమర్థతతో లోక కళ్యాణకరమైన పనులు చేసి యజ్ఞమయ జీవితం గడుపుతుంటే! వాడి గత జన్మ సంస్కారం మంచిది కాబట్టే ఇప్పుడు దేహం తీసుకుని, సాధన పెంచుకుని ఆ మంచిని ఈ జన్మలో పెంచి పోషించు కుంటున్నాడు అని తెలుసుకుంటాడు సాధకుడు. అజ్ఞానంలో మాయకు వశమై ఈర్ష్య వచ్చినా వెంటనే విచారణ ద్వారా, సాధన ద్వారా ఆ గుణాన్ని మార్చుకోవాలి.

2) కోపం:-

సహజంగా అనుకున్నది సాధించలేనప్పుడు కోపం వస్తుంది. అందుకే **"యోగుల కోపం భూషణం, భోగుల కోపం లోక వినాశనం"** అంటారు. అంటే యోగులకి కోపం ఒక ఆభరణం లాంటిది. యోగం లేని వాడి కోపం లోకాన్ని నాశనం చేస్తుంది.

కోపం అన్నది అజ్ఞానికి ఎందుకు వస్తుంది అంటే? కోరిక పుట్టి అది సాధించలేనప్పుడు, అది కోపంగా మారుతుంది, అది కూడా తప్పే. మన ప్రాప్తంలో ఉన్నది మనకు ఎలాగైనా వస్తుంది, ప్రాప్తంలో లేనిది మనం కోరుకున్నా రాదు అన్నది తెలుసుకోవాలి.

అందుకే పత్రిగారు పై లోకాల్లో నీ ప్రణాళికలో అది భాగం అయితే నువ్వు ప్రయత్నిస్తే వస్తుంది, అది నీ ప్రణాళికలో భాగం కానప్పుడు రాదు. అందుకనే నువ్వు కోరుకున్న దాని కోసం ప్రయత్నించు, రాకపోతే ప్రకృతి ఇది నీకు అవసరం లేదంది కాబట్టి ఇక దాని గురించి ఆలోచించడం మానెయ్యాలి. అంతేకానీ కోరుకున్నవి రాకపోతే కారణం వీడనో, వాడనో అనుకుంటూ కోపం తెచ్చుకోవడం మంచిది కాదు, అది ప్రశాంతత కోల్పోవడానికి కారణం అవుతుంది.

3) అసూయ:-

ఈ అసూయ అన్నది కూడా చాలా చెడ్డ గుణం. ప్రాప్తంలో ఉన్నది రాదు అని తెలుసుకోనప్పుడు వాడికి ఉంది నాకు లేదు అనుకోవడం అసూయ. ఇవన్నీ కూడా ఎదుటివాడికి ఉండి, మీకు లేనప్పుడు వస్తాయి. ఈ అసూయ అన్నది చెదపురుగు లాంటిది. దీనివల్ల జీవితంలో బాగుపడడు. ఎదుటి వాడు బాగుపడితే చూడలేడు.

4) ద్వేషము:-

తల్లిదండ్రులు పిల్లలకు వాడు మనకు శత్రువు, వీడు మనకు మిత్రుడు, వాడు మన కులం కాదు, వీడు మన మతం కాదు అని నేర్పిస్తూ ఉంటారు. మరి అలా నేర్చుకున్నాక పిల్లలు కూడా అదే విధంగా అవతలవాడి గురించి ఆలోచిస్తారు.

ఎప్పుడు కూడా మీ ఆలోచనను బట్టే అవతల వ్యక్తిని బేరీజు వేస్తారు. కాని ఒక జ్ఞాని పాజిటివ్ గా ఆలోచిస్తాడు. వాడి తండ్రి మనకి అన్యాయం చేసి ఉండొచ్చు, కానీ వీడు మంచోడే కదా? వీడు మనకేమీ అన్యాయం చేయలేదు కదా? మరి వీడి మీద నేను ఎందుకు ద్వేషం పెంచుకోవాలి అనుకుంటాడు.

కానీ ఒక అజ్ఞాని చాలా రోజుల నుంచి వాళ్ళ కుటుంబానికి, మా కుటుంబానికి శత్రుత్వం ఉంది అని ఆ కుటుంబంలో అందరినీ ద్వేషిస్తూ శత్రుత్వం పెంచుకుంటాడు. మరి అది పెంచి పోషించే తల్లిదండ్రుల వల్ల ఆ ద్వేషం ఇంకా పెరుగుతూ ఉంటుంది. కానీ ధ్యానంలోకి వచ్చాక పూర్వం వాడు ఎలా ఉన్నా ఇప్పుడు ఈ వ్యక్తి మంచోడు అని విచారణ చేసుకుంటే మీరు ఆ ద్వేషాన్ని కూడా పోగొట్టుకోవచ్చు. ఒకవేళ వాడు ద్వేషిస్తున్నా, మీ మీద ఎంత చెడ్డ ప్రచారం చేస్తున్నా, మీరు ఏమీ మాట్లాడకుండా మౌనంగా ఊరుకుంటే ఏదో ఒక రోజు వాడికే తెలుస్తుంది.

ఏమిటి నేను ఇంత తిడుతున్నా వీడు మౌనంగానే ఉన్నాడు కానీ మాట్లాడట్లేదు అని ఏదో ఒక రోజు, ఏదో ఒక క్షణం ఆ శత్రువులో కూడా

మార్పు రావచ్చు. ఆ మౌనం వల్ల మీలో సహనం ఉందా? లేదా? అన్నది తెలుస్తుంది. అవతల వాళ్ళలో పరివర్తన రావడానికి అవకాశం ఉంది. మరి ఈర్ష్య, కోపం, ద్వేషం, అసూయ ఈ నాలుగు గుణాల వల్లే మీలో ప్రశాంతత లోపిస్తుంది.

ఒకరోజు గురువుగార్ని ఒక శిష్యుడు అడిగాడట. ప్రశాంతత అంటే ఏంటి? ప్రశాంతత ఉంటే ఎలా ఉంటుంది? లేకపోతే ఎలా ఉంటుంది?అని. అప్పుడు గురువుగారు ఒక ప్రవహించే నది దగ్గరికి తీసుకువెళ్లి చూడు ఆ నదిలో నీళ్లు ఎంత స్వచ్ఛంగా ఉన్నాయో, ఆ నది ఎంత ప్రశాంతంగా ప్రవహిస్తుందో, అందులో కొంచెం కూడా మురికి లేదు, ప్రజలంతా దాన్ని వాడుకుంటారు.

అలాగే మీ మనసులో కూడా మురికి లేకపోతే మీరు చాలా ప్రశాంతంగా ఉంటారు, ప్రజలందరికీ ఉపయోగపడే పనులు చేస్తారు, నిష్కామ కర్మలు చేస్తారు. అలా ప్రజలందరికీ సేవ చేస్తే అది యజ్ఞమయ జీవితం అవుతుంది. కనుక మీరు నదిలాగా స్వచ్ఛంగా, శుభ్రంగా ఉండాలి అని చెప్పారు.

ఇప్పుడు మీరు వరద నీరును గమనించండి, జలజలా పారుకుంటూ వేగంగా బురదతో, మట్టితో వస్తుంది.. దాన్ని ఎవరూ వాడుకోరు. అదే నదిలో నీళ్ళు ఎప్పుడు శుభ్రంగా, ప్రశాంతంగా ప్రవహించి పైకి స్వచ్ఛంగా కనిపిస్తాయి. ఇప్పుడు గంగా నది పుట్టిన చోటు అలకనంద చూస్తే ఏ మురికి కలవకుండా అది స్ఫటికంలాగా ఉంటుందట.

అలాగే ఆ గురువుగారు ఇంకొక ఉదాహరణ చెప్పాడట. ఏమిటంటే? నువ్వు ముందు మామూలుగా నడు అన్నాడట. వాడు హాయిగా నడిచేసాడట. తర్వాత ఒక రాళ్ళ మూట వాడి భుజం మీద పెట్టి నడువు అన్నాడట, మరి ఆ రాళ్ళ మూట బరువుగా ఉండడం వల్ల వాడు వంగి వంగి నడిచాడట.

అప్పుడు గురువుగారు చెప్తాడట, ఈ మూట ఎలాంటిదంటే? ఒక మనిషిలో ఈర్ష్య, కోపం, అసూయ, ద్వేషం అనే రాళ్ళు ఉంటే ఆ మనిషి

కుంగిపోతాడు. ఇప్పుడు నువ్వు ఈ రాళ్ళ మూటను పట్టుకొని వంగిపోయి, కుంగిపోయి ఎట్లా నడుస్తున్నావో అలాగే ఆ వ్యక్తి జీవితంలో ఈ గుణాలు ఉన్నప్పుడు ఎప్పుడూ ప్రశాంతత లేక కృంగిపోతూ ఉంటాడు, వంగిపోతూ ఉంటాడు అని.

అందుకే ఒక మనిషి ప్రశాంతంగా జీవించాలి అంటే ఈ గుణాలు దరి చేరకూడదు. అవి లేనప్పుడే మనిషి ప్రశాంతంగా ఉంటాడు.

మరి సామాన్య మానవుడికి ఇలా ఉండాలి అని తెలుసున్నా ఉండడం సాధ్యం కాదు. ఎందుకంటే మానవుడికి ఏదైనా ఆనందం వస్తే పొంగిపోవడం, దుఃఖం వస్తే కుంగిపోవడం అనేవి సహజ గుణాలు.

కానీ ఒక సాధకుడు, ఒక జ్ఞాని ఎప్పుడు విచారణ చేసుకుంటూ ఇది నాలో ఉండకూడదు అని సాధన చేస్తున్నప్పుడు ఆ గుణాన్ని ఒక కోపాన్ని కానివ్వండి, ఈర్ష్యని కానివ్వండి, అసూయని కానివ్వండి, ద్వేషాన్ని కానివ్వండి వాడిలో నుంచి బయటకు సాధన ద్వారా సాధిస్తాడు.

అందుకే మహాత్ములు ప్రకృతి మీద ఆధారపడి సాధన చేసినప్పుడు వారిలో ఉండకూడని గుణాలు మారిపోతూ ఉంటాయి. ఏవి ఉండాలో అవే వారికి వస్తాయి. ఒక జ్ఞానికి కరుణ, దయ, ప్రేమ, త్యాగం ఉండాలి. ఈ గుణాలు ఉన్నప్పుడు వారు ఎదుగుతారు. ఈర్ష్య, అసూయ, ద్వేషం, కోపం ఉండడం వల్ల జీవుడిగానే ఉంటారు కానీ దేవుడిగా ఎదగలేరు.

ఎవరైనా సరే సాధనలోకి వచ్చారంటే దైవంగా మారడానికే వచ్చారు. జీవుడిగా పుట్టినా దైవంగా ఎదగడం మానవ జన్మలోనే సాధ్యము అని గురువుగారి ద్వారా తెలుసుకున్నారు కాబట్టి అక్కర్లేని వాటిని వదలాలి. ఒక్కొక్కసారి ఒక చిన్న విషయమే కదా! అని అశ్రద్ధ చేస్తారు. కానీ ఆ చిన్నదే పెద్దదై మీ మనసుని అస్తవ్యస్తం చేస్తూ ఉంటుంది.

అంటే మీరు ఇంకా ఎక్కడిదక్కడ మరిచిపోయే స్థాయికి ఎదగలేదు అని అర్థం. మరుపు అన్నది వరమని తెలిసినా మరిచిపోలేకపోతున్నారు. మీకు

మర్చిపోగలిగే ఆయుధాలు రెండు ఉన్నాయి, ఒకటి సాధన అనే ఆయుధం, ఇంకొకటి విచారణ అనే ఆయుధం.

మీరు విచారణ చేయకపోతే అదే పట్టుకుంటారు. అప్పుడు మనసు అస్తవ్యస్తం అవుతుంది, ప్రశాంతత కోల్పోతుంది. దాని వల్ల ధ్యానం కుదరదు.

మీలోనే మళ్ళీ ఆ గుణాలు వచ్చినప్పుడు మీరు ప్రశాంతమైన జీవితం జీవించలేరు. కాబట్టి అజ్ఞాని దుఃఖాన్ని జీవితాంతం భరిస్తాడు. జ్ఞాని ఒక్కరోజో, ఒక్క గంటో భరించి దాన్ని తొలగించుకుంటాడు.

ఎందుకంటే అజ్ఞాని దగ్గర సాధన లేదు, విచారణ లేదు, సద్గురువు బోధ లేదు, సత్గ్రంద పఠనం లేదు. అందుకని వాడికి ఏదున్నా అది జీవితాంతం వుంటుంది.

తెలుసుకోండి "దుఃఖకరమైన జీవితమే శాపం, ప్రశాంతమైన జీవితమే వరం". అది ఒక్క జ్ఞానికే ఉంటుంది, ఒక్క సాధకుడికే ఉంటుంది. ఎందుకంటే వాడు చేసే సాధనను బట్టి.

అందుకే గురువు ఏది జరిగినా మన మంచికేనని బోధిస్తాడు, ప్రతి విషయాన్ని సాధనతో సాధించవచ్చు అని నేర్పిస్తాడు. మీలో మీకు నచ్చని గుణం ఉంటే అది మీ సాధన ద్వారా మార్చుకోవచ్చు.

అంటే మాయకి వశమై మీరు ఒక్కొక్కసారి చెడ్డ గుణాలని తెలిసినా అందులో ఇరుక్కుపోతారు. ఎందుకంటే అనుక్షణము మిమ్మల్ని మోసం చేయడానికి మాయ మీ ప్రక్కనే ఉంటుంది. ఒక అపర బుద్ధుడి లాగా కావాలి అంటే మీరు మాయని జయించాలి. బుద్ధుడి యొక్క గొప్పతనం ఏమిటంటే? ఆయన మాయని జయించి బుద్ధి ఉన్న బుద్ధుడు అయ్యాడు. మీరు మాయకి వశమై ఇంకా జీవుడిగా ఉంటున్నారు.

మరి బుద్ధుడు జయించగలిగింది మీరెందుకు జయించలేరు అని ప్రశ్నించుకోవాలి. మీకు దైవీ గుణాలేమిటో, అసుర గుణాలేమిటో తెలుసు, వదులుకోవలసినవి ఏమిటో, వదులుకోకపోతే ఏం జరుగుతుందో కూడా

తెలుసు. వదులుకుంటే ఆనందం, వదులుకోకపోతే దుఃఖం. ఇదీ తెలుసు. అందుచేత సాధన చెయ్యండి, సాధించండి.

దుఃఖానికి నా జీవితంలో చోటిస్తున్నాను అని మీరు ఎప్పటికప్పుడు విచారణ ద్వారా తెలుసుకుంటే ఎలాంటి గుణాలు ఉన్నా సాధన పెంచు కున్నప్పుడు మీకు వాటిని తొలగించుకోవడం సాధ్యం కాని పని కాదు.

ఏది కావాలి అనుకున్నా, ఎలా ఉండాలి అనుకున్నా సాధన చేసి అన్నిటిని సాధించగలరు. ఈ చెడు గుణాలను అలవరుచుకుంటే మీరు ప్రశాంతమైన జీవితం గడపలేరు. ప్రశాంతత మీ జీవితంలో లేకపోతే సాధనలో కూర్చుంటారు కానీ చేయలేరు.

ఎన్ని గంటలు కూర్చున్నా అవే మనసులో తిరుగుతుంటాయి కానీ ఫలితమేమీ ఉండదు. అందుకే ఎప్పటికప్పుడు విచారణ చేసుకోవాలి. దీనికి పరిష్కారం నేనేం చేయలేను, ధ్యాన సాధన మాత్రమే నేను చేయగలను. నేను ఎప్పుడైతే సాధన చేస్తానో ఆ ప్రకృతి నాలో ఉండకూడని గుణాలు తొలగిస్తుంది, ఉండాల్సిన గుణాలు ఉంచుతుంది అని తెలుసుకోవాలి.

నేను ఎంత సాధన చేస్తే పరమాత్మ కృపకి అంత పాత్రుడు అవుతాను కాబట్టి ప్రకృతి ద్వారా పరమాత్మ చేయించాల్సినవన్నీ చేయిస్తాడు అని అనుకున్నప్పుడు సాధనే ముఖ్యం అనుకుంటూ సాధన చేస్తారు. అలా సాధన చేసిన రోజున ఆ దుఃఖాన్ని కానీ, ఈర్ష్యని కానీ, అసూయను కానీ, ద్వేషాన్ని కాని భరిస్తారు. తర్వాత దాన్ని మీ జీవితం నుంచి తొలగిస్తారు. ప్రశాంతమైన జీవితాన్ని గడుపుతారు.

అందుకే మీ మనసుని ప్రశాంతంగా ఉంచుకోవాలన్నా, ప్రశాంతత లేకుండా జీవించాలన్నా రెండూ మీ చేతుల్లో పనులే. అందుకే ఎవరో వస్తారు, ఏదో ఇస్తారు, వరాలిస్తారు అనుకోకండి. ఎవ్వరూ ఏమీ ఇవ్వరు, సాధన ఉన్నవాడే ఏదైనా సాధిస్తాడు.

ఇలాంటి పరమ సత్యాలు నేర్చుకున్నప్పుడు ఎంత దుఃఖం ఉన్నా

మీరు ప్రశాంతంగా జీవించగలుగుతారు. సాధన ఉంది కాబట్టే ప్రశాంతంగా జీవిస్తున్నారు. సాధన లేకపోతే జీవితమంతా వేదనలో ఉండి ప్రశాంతత లేకుండా ఉంటారు. ఈ విషయం అర్థం చేసుకున్నారు కాబట్టి ప్రశాంతత పొందడానికి చేయవలసిన పని ఒక్క విచారణ, సాధనే కాబట్టి ప్రాక్టీస్ చేయాలి, విన్న ప్రతిదీ అనుభవంలోకి తెచ్చుకోవాలి.

ఏదైతే మీ అనుభవంలో కరెక్ట్ అనిపించిందో అది మాత్రమే ఇతరులకు చెప్పాలి. ఆ అనుభవంలోకి తెచ్చుకుని వచ్చిన ఫలితం ప్రక్కవాడికి చెప్పడమే జ్ఞానం.

మరి ప్రశాంతమైన జీవితం ఎలా జీవించాలో తెలుసుకున్నారు కాబట్టి ఆచరణలో పెట్టుకుంటే, అందరి చేత ఆచరింప చేస్తే ఈ దుఃఖమయ జీవితం ఉండదు, ప్రశాంతమైన జీవితమే ఉంటుంది.

మరి ఈ విధంగా రోజు రోజుకి కొద్ది కొద్దిగా కొన్ని విషయాలు కొత్తవి తెలుసుకుంటూ ఆచరణలో పెట్టుకుంటూ ఆనందంగా ఉండడమే కాదు, చేతనైనంతవరకు సృష్టిలో అందరినీ ఆనందంగా ఉంచడానికి ప్రయత్నం చేయండి.

గురువు చెప్పినవి ఆచరణలో పెట్టుకోవాలంటే ?

అందరూ ఎన్నో విషయాలు వింటున్నారు. కానీ విన్నది ఎంతవరకు ఆచరణలో పెట్టుకుంటున్నారు అన్నది ఎవరికి వాళ్ళు విచారణ చేసుకుంటూ ఉండాలి. మరి విన్న విషయాలు ఎందుకు ఆచరణలో పెట్టుకోలేకపోతున్నాము? ఆచరణలో పెట్టుకోవాలంటే ఎలా ఉండాలి అన్నది తెలుసుకుందాం.

ఎందుకంటే విన్న విషయాలు ఆచరణలో పెట్టుకోలేకపోతే ఎన్ని విన్నా ఎదుగుదల ఉండదు. మరి గురువు దగ్గర ఈ జ్ఞానం విన్నప్పుడు మొదట ఆత్మ అంటే ఏమిటో? అనాత్మ అంటే ఏమిటో? తెలుసుకోవాలి. ఆత్మ లక్షణాలు తెలుసుకోవాలి? దేని గురించైనా సరే అర్థమవ్వాలి అంటే ముందు దాని లక్షణాలు తెలుసుకోవాలి.

మరి ఆత్మ శాశ్వతం, అనాత్మ అశాశ్వతం. ఆత్మ అంటే అందరికీ అర్థమవుతుంది. ఈ అనాత్మ అంటే పంచకోశాలు, మూడు శరీరాలు. పంచ కోశాలు అంటే అన్నమయ కోశం, ప్రాణమయ కోశం, మనోమయ కోసం, విజ్ఞానమయ కోశం, ఆనందమయ కోశం. అలాగే మూడు శరీరాలు అంటే స్థూల, సూక్ష్మ, కారణ శరీరాలు. మరి ఈ పంచకోశాలను, మూడు శరీరాలను అనాత్మ అని చెప్పడం జరిగింది.

అంటే అవి శాశ్వతం కావు. ఈ శరీరానికి అవసరమైనంతవరకు ఉపయోగపడి ఈ శరీరంలో నుండి ఆత్మ తప్పుకోగానే అవి శిధిలమవుతాయి. ఈ విషయం ప్రతీ ఒక్కరు తెలుసుకున్నప్పుడు అశాశ్వతమైన అనాత్మ కోసమే ప్రయత్నిస్తున్న మీరు శాశ్వతమైన ఆత్మ కోసమే సాధన అని తెలుసుకుని దాన్ని అనుభవంలోకి తెచ్చుకుంటారు.

ఎలా అంటే? సాధన ద్వారా ముందు ఆత్మ అంటే ఏమిటో తెలుసుకోవాలి, తర్వాత ఎప్పుడూ ఆత్మకి సంబంధించిన విషయాల గురించే మాట్లాడాలి, ఆసక్తి అంతా ఆత్మ మీదే ఉండాలి. అలా ఎంతగా ఆసక్తి

పెంచుకుంటే అంత గొప్పగా ఆచరించ గలుగుతారు.

పుస్తకాలు చదవాలి, శాస్త్రాల పైనా, గురువు పైనా అపారమైన నమ్మకం ఉంచుకోవాలి.

కాబట్టి ఈ అభిప్రాయం ప్రతి ఒక్కరిలోనూ ఉన్నప్పుడు గురువు మాట విశ్వసించి ఆయన చెప్పిన పుస్తకాలు చదువుతారు. మరి సద్గురువులు ఎప్పుడూ కూడా సత్యాన్ని చెప్పే పుస్తకాలే చదవమంటారు.

అలాగే ఎప్పుడూ కూడా అలజడులు లేకుండా ప్రశాంతంగా ఉండడానికి ప్రయత్నించాలి. ఏది జరిగినా మన మంచికే అనుకునేటప్పుడు, లేదా భగవంతుడి నిర్ణయం ప్రకారమే నా జీవితంలో ఇలాంటివి వస్తున్నాయి, అని అర్థం చేసుకున్నప్పుడు ప్రశాంతంగా ఉంటారు. ఎక్కువగా సాధన చేయడానికి ప్రయత్నించాలి.

ఇక్కడ మిమ్మల్ని పరీక్షించడానికి కానీ, మంచి చేయడానికి కానీ ఎప్పుడూ భగవంతుడు ప్రయత్నిస్తూనే ఉంటాడు, సమస్యలని ఇస్తాడు. ఆ సమస్యల నుంచి బయట పడే మార్గం గురించి విచారణ చేసి, ఆలోచిస్తే ఏదో ఒక మార్గం తప్పకుండా దొరుకుతుంది.

భగవంతుడు నాకు ఈ సమస్యని ఇచ్చాడు అంటే చెడ్డ పోవడానికే, మంచి జరగడానికి అని మీరు శాంతంగా విచారణ చేస్తే మీకు అలజడిపోతుంది, చిట్ట చివరకు మంచే జరుగుతుంది.

మరి విచారణ చేస్తున్నప్పుడు సందేహంతో ఏమో నేను ఇలా అనుకుంటున్నాను కానీ అవుతుందో? అవ్వదో? ఇలాంటివి ఉండకూడదు.

ఒకటి రెండు రోజులు మీరు బాధపడినా శాశ్వతమైన పరిష్కారం దొరుకుతుంది. కాబట్టి నేను ఆత్మని అని ఎరుకని కోల్పోకుండా ఎప్పటికప్పుడు గుర్తు చేసుకుంటూ ఉండాలి. ఆత్మనైన నాకు కర్మలు ఉన్నాయి కాబట్టే కష్టాలు వచ్చాయి, ఆ కర్మలు పోవడానికే ఈ సమస్య వచ్చింది అని తెలుసుకోవాలి.

ఎవరికైనా సమస్య లేనప్పుడు విచారణ ఉండదు కాబట్టి జ్ఞానం

ఎక్కువ పెరగదు, కానీ సమస్యలోనే ఎక్కువ విచారణ చేస్తారు కాబట్టి జ్ఞానం పెరుగుతుంది.

నేను ఆత్మని అనుకున్నది అనుభవంలోకి తెచ్చుకోవాలంటే సాధన, జ్ఞానం రెండూ ఉండాలి. అలాగే మంచి వాతావరణంలో ఉండడం అలవాటు చేసుకోవాలి.

అందుకే చుట్టూ ప్రశాంతమైన వాతావరణం ఏర్పరచుకున్న వాళ్ళు సాధన ఒక పావు గంట చేసినా ఆలోచనలు లేని స్థితిలో ఉండగలుగుతారు. మన చుట్టూ శబ్దాలు ఉన్నప్పుడు ఎన్ని గంటలు కళ్ళు మూసుకున్నా ధ్యానం కుదరదు.

చూడండి ఒక పెద్ద పని మీ ముందుకు వచ్చినప్పుడు అయ్యబాబోయ్ నా వల్ల ఏమోతుంది! అని మొదలుపెట్టకుండా ఉండడమే తప్పు. **"సమస్య చూసి భయపడే వాడు అధముడు, కనీసం దాన్ని ప్రయత్నిద్దాము అనుకున్నవాడు మధ్యముడు, సాధించే వరకు ప్రయత్నించేవాడు ఉత్తముడు".**

సాధన చెయ్యమంటే ధ్యానం మనలాంటి వాళ్ళకి కాదు, చేస్తే సంసారం ఏమవుతుంది? మాంసం తినొద్దు అంటున్నారు కాబట్టి ఏదో కొన్నాళ్ళు తిన్నాక, బాధ్యతలు తీరాక చూద్దాంలే అనుకున్నవాడు అధముడు.

లేదా మాసం మానేస్తే చాలా మంచిదట, మోక్షానికి వెళ్ళడానికి ఇదే మార్గమట అని ప్రయత్నించి మధ్యలో ఏవో ఆటంకాలు, సమస్యలు వచ్చినప్పుడు మరలా తినేవాడు మధ్యముడు, లేదా ఎన్ని జన్మలు ఎత్తినా చిట్ట చివరికి సాధన ద్వారానే నేను మోక్షాన్ని పొందగలను అని తెలుసుకుంటూ... మాంసం తినకుండా ఎంత కష్టమైనా, ఎన్ని కష్టాలు వచ్చినా సాధన వదలకూడదు అని ప్రయత్నించేవాడు ఉత్తముడు.

ఎందుకంటే భగవంతుడు శాశ్వతమైనవాడు. మిగతావన్నీ అశాశ్వతమే. కానీ సాధనలో వచ్చే వాళ్ళకే సమస్యలు ఎక్కువ ఉంటాయి, సవాళ్లు ఎక్కువ ఉంటాయి. ఎందుకు అంటే అది కూడా భగవంతుడి పరీక్షే.

సమస్యలు ఇస్తాడు, కష్టాలు ఇస్తాడు, సవాళ్లనీ ఇస్తాడు. అన్నిటికీ భయపడి పారిపోతాడా, లేకపోతే అన్నిటిని ఎదిరించి నా దగ్గరికి చేరుకుంటాడా అని పరమాత్మ యొక్క పరీక్షలు ఉంటూనే ఉంటాయి.

కానీ జ్ఞాని పూర్తిగా గురువు మాట మీద శ్రద్ధ ఉంచి సాధన చేసి ఇవన్నీ పరీక్షలే, ఈ పరీక్షలు దాటితే కానీ నేను పరమాత్మ స్థాయికి చేరలేను అని తెలుసుకుని సాధించడానికి ప్రయత్నిస్తాడు.

అందుకే బుద్ధుడు చెప్పాడు. **"నీ శక్తికి మించిన సమస్య కానీ, నీ శక్తికి మించిన సవాళ్లు కానీ, నీ శక్తికి మించిన ఏ చిన్న కష్టం కానీ నీ ముందుకి రాదు".** అవన్నీ నువ్వు దాటగలవు. కానీ ఇంకా నీ మనసుకున్న భయం వదలక అబ్బో ఇంత సమస్యా! ఇంత పనా! ఇన్ని కష్టాలా! అని అనుకున్నవాడు ప్రయత్నించడు. లేకపోతే మధ్యలోనే ఆగిపోతాడు.

మరి గురువు చెప్పాడు నేను ఆత్మనని, నేను దైవాన్ని అని. శరీర స్థితిని, మనోస్థితిని, సంఘాన్ని, అన్నిటిని ఎదిరించి దాటుకుంటూ వెళ్ళినప్పుడే నేను సాధించగలను. బుద్ధుడు కానీ, పత్రిగారు కానీ ప్రపంచంలోకి పెద్ద పెద్ద ఆశయాలతో వచ్చారు. మరి బుద్ధుడు భార్యా, పిల్లల్ని వదిలి లోకానికి దుఃఖం లేకుండా చేయాలని ప్రయత్నించాడు. సృష్టిలో సకల జీవులు శాంతిగా బ్రతకాలి, ఏ జీవీ కూడా మధ్యలో ప్రాణాలు కోల్పోకూడదు అనే ఆశయంతో పత్రిగారు బయలుదేరారు. వారిని ఆదర్శంగా తీసుకోవాలి.

గురువు చెప్పిన ధ్యానం చేసినప్పుడు అతి కొద్ది రోజుల్లోనే శరీరాన్ని, మనసుని, సంఘాన్ని మరిచిపోయి ఆత్మ మీద నీ దృష్టి ఉంచితే అప్పుడు ఆత్మ నుంచి వచ్చే ప్రజ్ఞ నీకు అందుతుంది. కాబట్టి గొప్ప జ్ఞానిగా మిగిలిపోతావు. మీకు జ్ఞానం పెరిగినప్పుడు గురువు చెప్పిన ధ్యానం చేస్తే మరి అశుద్ధ బుద్ధి శుద్ధంగా మారుతుంది.

ఇప్పుడు ఒక వస్త్రం మురికిగా ఉంది. ఆ మురికిగా ఉన్న వస్త్రం మీద ప్రింట్ వేయాలి అంటే ప్రింట్ కనపడదు. మరి ఆ మురికి వస్త్రాన్ని

వాళ్ళు శుభ్రం చేసి అప్పుడు ప్రింట్ వేస్తే అప్పుడు ప్రింట్ చాలా బాగా కనపడుతుంది. మురికి వస్త్రం మీద ప్రింట్ వేస్తే అది నీళ్ళల్లో పెట్టగానే ఆ మురికి పోయినప్పుడు ప్రింట్ పోతుంది. అందుకే వస్త్రాల మీద ప్రింట్ వేసినప్పుడు ముందు ఏ మురికి లేకుండా దాన్ని శుభ్రంగా తయారు చేసి అప్పుడు ప్రింట్ వేస్తారు.

అలాగే ప్రాపంచిక వాసనలు, శరీర వాసనలు, బంధాలు ఇలాంటి మురికంతా మనసులో పేర్చుకొని ఉన్నప్పుడు ఆత్మ నుంచి వచ్చే ప్రజ్ఞ అందదు. అందుకే సాధన ద్వారా వచ్చిన శుద్ధ మనసు వల్ల శుద్ధ బుద్ధి వస్తుంది. శుద్ధ బుద్ధి ఉన్నప్పుడు ప్రతీ విషయాన్ని గ్రహించి ఆచరణలో పెట్టుకుంటారు. అప్పుడు అనుభవంలోకి తెచ్చుకుంటారు. అలా ఆత్మ నుంచి వచ్చే ప్రజ్ఞ అందుకున్నప్పుడు ఈ జన్మే చివరి జన్మ చేసుకుంటారు. మరి అంతకంటే గొప్ప అవకాశం ఎవరికీ లేదు.

గురువు ఊరికే మన దగ్గరికి రాడు. పరమాత్మ కృప వల్ల గురువు వస్తే, గురువు కృప వల్ల జ్ఞానం వస్తుంది. ఆయన చెప్పిన విషయాలన్నీ అనుభవంలోకి తెచ్చుకోగా తెచ్చుకోగా మీ అశుద్ధ బుద్ధి శుద్ధ బుద్ధిగా మారుతుంది. మీ ప్రవర్తన, మీ మాట, మీ చేత శుద్ధి అవుతాయి. అప్పుడు అన్నీ ఆచరణలో పెట్టుకుంటారు.

తటవర్తి వీరరాఘవరావు గారి రచనలు

1) జీవితశాస్త్రం (మొదటి భాగం) - రూ.130/-
2) జీవితశాస్త్రం (రెండవ భాగం) - రూ.130/-
3) జీవిత సత్యాలు - రూ.130/-
4) సత్యమార్గం - రూ.160/-
5) ధ్యాన శక్తి - రూ.130/-
6) ధ్యాన శాస్త్రం - రూ.130/-
7) ఆత్మ శాస్త్రం - రూ.120/-
8) భగవద్గీతా సారం - శ్రీ కృష్ణ సందేశం -రూ.160/-
9) మరణించకముందే మరణించాలి - రూ.130/-
10) జీవిత సూక్ష్మాలు - రూ.130/-
11) "గైడింగ్" ధ్యానం ఎందుకు కాదు? - రూ.120/-
12) గీతాసందేశం - రూ.120/-
13) ఉపమాన ధ్యాన సందేశాలు -రూ.110/-
14) భగవంతుడంటే - రూ.100/-
15) తెలుసుకోండి - రూ.100/-
16) మెహర్‌బాబా సందేశాలు - రూ.100/-
17) మరణం తర్వాత జరిగేది తెలుసుకుంటే కలిగే లాభాలు- రూ.100/-
18) పత్రీజీ చెప్పిన శ్వాస మీద ధ్యాసా? పత్రీజీ చేయించిన మ్యూజిక్ మీద ధ్యాసా? ఏది సరైన ధ్యానం? - రూ.100/-
19) కోరికల వల్ల నష్టాలు - రూ.100/-
20) శంకరాచార్యుల వారి జ్ఞాన సందేశాలు- రూ.100
21) కఠోపనిషత్తు - రూ.90/-
22) ఉపమాన జ్ఞాన సందేశాలు-రూ.90/-
23) కర్మ సిద్ధాంతం - రూ.80/-
24) ధ్యానమంటే ? - రూ.80/-
25) త్రివిధాలు - రూ.80/-
26) ఉత్తమ పురుషుడు - రూ.80/-
27) శాస్త్రాల అర్థం-అంతరార్థం - రూ.70/-
28) ఆత్మజ్ఞానం ఎందుకు? - రూ.70/-
29) జ్ఞాన జ్యోతి - రూ.70/-
30) జ్ఞాన కుసుమాలు - రూ.70/-
31) మరణం తర్వాత కూడా వచ్చేవి - రూ.70/-
32) షిరిడీ సాయి సందేశాలు - రూ.70/-
33) విద్యార్థుల వికాసానికి ధ్యాన విద్య- రూ.70/-
34) బుద్ధుని సందేశాలు - రూ.70/-
35) భూతదయే దైవత్వం - రూ.70/-
36) ఆత్మహంతకులంటే ఎవరు?- రూ.70/-
37) స్త్రీ జన్మల్లో నేర్చుకునేవి, పురుష జన్మల్లో నేర్చుకునేవి - రూ.70/-
38) ధర్మ సూక్ష్మాలు - రూ.70/-
39) ఆశ్చర్యకరమైన విషయాలు -రూ.70/-
40) దుఃఖ నివారణామార్గం - రూ.60/-
41) బ్రహ్మజ్ఞానం - రూ.60/-
42) ధ్యానం (పత్రీజీ) - రూ.60/-
43) ధ్యానం వల్లనే జ్ఞానం - రూ.60/-
44) అతీంద్రియ శక్తులు - రూ.60/-
45) ఆలోచించండి - రూ.60/-
46) నిర్వాణ మార్గం - రూ.60/-
47) ధ్యానులకు సూచనలు - రూ.60/-
48) యోగీశ్వరుల సందేశాలు - రూ.60/-
49) సంకల్పమంటే? - రూ.50/-
50) ఈ జీవితం ఎందుకు? - రూ.50/-
51) ఆశ్చర్యం... ఆశ్చర్యం - రూ.50/-
53) మూడురకాల భవిష్యత్తులు -రూ.50/-
54) మూడురకాల జీవితాలు -రూ.40/-
55) ఆర్థిక పరిస్థితి పెంచుకోవాలంటే- రూ.40/-
56) ఛాంపియన్ అవ్వాలంటే? -రూ.40/-
57) బ్రహ్మం అంటే? -రూ.40/-
58) శంకరాచార్యుల వారి జాగ్రత పంచకం -రూ.40/-
59) శంకరాచార్యుల వారి నిర్వాణ షట్కం -రూ.40/-
60) మహాత్ముల సందేశాలు - రూ.40/-
61) సత్యం - రూ.40/-
62) చక్రాలు - రూ.40/-
63) గురువును గుర్తించడం ఎలా? - రూ.40/-
64) భాగవత సన్నివేశాల అంతరార్థం- రూ.40/-
65) మౌన ధ్యానం - రూ.40/-
66) మనం ఇహలోకవాసులమా? పరలోకవాసులమా? -రూ.20/-
67) శాకాహారమే మానవాహారం - రూ.15/-
68) అహింస మరియు శాఖాహారం- రూ.15/-

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

"ధ్యాన సాధనలో ఎదగాలి అంటే ఏవైతే వదులుకోవాలో అవి వదులుకోవాలి. ఏవైతే అలవాటు చేసుకోవాలో అవి అలవాటు చేసుకోవాలి".

ధ్యాన సాధన అంటే ప్రపంచం వైపు ఉన్న మనసుని, ఆత్మవైపు తిప్పడం. ప్రపంచం వైపు, తిరిగిన మనసు దుఃఖమనే సముద్రంలో ఉంటుంది. ఆత్మవైపు తిప్పిన మనసు ఆనందమనే సముద్రంలో ఉంటుంది.

బుద్ధ భగవానుడు సాధకులకి పంచ నియమాలనే "పంచశీలాలు" ఇవ్వడం జరిగింది.

1. ఏ జీవిని హింసించకూడదు
2. "ఎదుటి వారు ఇస్తే కానీ వారిది ఏదీ తీసుకోకూడదు"
3. ఏది మాట్లాడినా "సత్యంగా", "స్వచ్ఛంగా" ఎదుటి వాడికి "సంతోషం" కలిగించే విధంగా మాట్లాడాలి
4. మీ ఇంద్రియాలను మంచి పనులకు ఉపయోగించాలి
5. "ఎట్టి పరిస్థితుల్లో మద్యపానం చేయకూడదు"

ప్రతి విషయాన్ని పదే పదే మననం చేసుకుంటూ వుండాలి. ఒకసారి 'వినడం' వల్ల మరిచిపోతారు. పదేపదే 'మననం' చేసుకోవడం వల్ల గుర్తుచేసుకొని ఆ విధంగా ఆచరిస్తారు.

ముఖ్యంగా బుద్ధుడు బోధించిన పంచశీలాలు మరల మరల గుర్తు చేసుకోవాలి.

- బ్రహ్మవిద్వరిష్ఠ తటవర్తి రాజ్యలక్ష్మి

Rs.70/-